



دانشگاه باقرالعلوم
(عصر دولتی - عصر انقلابی)

دانشگاه باقرالعلوم «علیه السلام»

دانشکده: علوم سیاسی، تاریخ و علوم اجتماعی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد

رشته: تبلیغ و ارتباطات فرهنگی

عنوان:

نقش عنصر تواضع در شکل گیری و تقویت ارتباطات میان فردی از منظر آیات و روایات

استاد راهنما:

دکتر نصراله آقاجانی

استاد مشاور:

دکتر کریم خان محمدی

نگارش:

معصومه سلیمانی

1395

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به دانشگاه باقر العلوم علیه السلام می باشد



دانشگاه باقر العلوم

تقدیم:

تقدیم به حضرت معصومه سلام الله علیها، سایه سار کرامت به پهنای گیتی

و به محضر مولا و آقا امام زمان عجل الله تعالی شریف

و تقدیم به دستان رنجور و پرمهر پدر و مادرم...

تقدیر و تشکر:

پس از حمد و ثنای الهی، برحسب وظیفه و از باب « مَنْ لَمْ يَشْكُرِ الْمُنْعَمَ مِنْ
الْمَخْلُوقِينَ لَمْ يَشْكُرِ اللَّهَ عَزَّوَجَلَّ »: از پدر و مادر عزیزم، این دو معلم بزرگوارم که همواره
بر کوتاهی و درشتی من، قلم عفو کشیده و کریمانه از کنار غفلت‌هایم گذشته‌اند و در
تمام عرصه‌های زندگی یار و یآوری بی‌چشم داشت برای من بوده‌اند؛
از استاد محترم حجت الاسلام و المسلمین دکتر نصر اله آقاجانی که در کمال سعه
صدر، با حسن خلق و فروتنی، زحمت راهنمایی این پایان‌نامه را بر عهده گرفتند؛ از استاد
محترم حجت الاسلام و المسلمین دکتر کریم خان محمدی که زحمت مشاوره این پایان‌نامه
را در حالی متقبل شدند که بدون مساعدت ایشان، این پروژه به نتیجه مطلوب نمی‌رسید و
همچنین از تمامی اساتید و سرورانی که در طول دوران تحصیل همواره روشنگر راهم
بوده‌اند و مرا در فراگیری علم و دانش یاری رسانده‌اند، صمیمانه تشکر و قدردانی
می‌نمایم.

چکیده

زندگی اجتماعی انسان مبتنی بر ارتباطات میان فردی است در دین اسلام ضوابطی وجود دارد که تعیین کننده حدود روابط بین افراد است و عنصر تواضع از جمله آنهاست که نقش مهمی برای برقراری ارتباط و تداوم آن دارد.

تواضع به معنای کوچک کردن خود در برابر دیگران در قرآن و روایات به وفور در این مورد پرداخته شده است و اغراض بکارگیری آن حد و مرز تواضع ممدوح و مذموم است. مثلاً بکار بردن آن با اغراض مادی و شهواتی و غیر الهی از مصادیق تواضع مذموم است. ارتباطات میان فردی فرآیندی است که دارای دو قسم کلامی و غیر کلامی می باشد. و تواضع می تواند نمود خود را در رفتار و کلام نشان دهد و چه بسا ضروری است با به کار بستن عوامل پیدایش تواضع و آثار آن تواضع به معنای واقعی نمود پیدا کند تا از ابزار سوء استفاده و نیل به مقاصد دنیوی محفوظ باشد.

عواملی که باعث اصلاح رابطه با دیگران می شود اشاره شده است که عبارتند از ادب و احترام متقابل، مثبت اندیشی، راز داری، همگامی، هنر خوب گوش کردن، استفاده از نشانه های غیر کلامی، سلامت و عفت کلام، شایسته سخن گفتن، استوار و سنجیده بودن، ضایع نکردن حقوق دیگران، دوری از افراط و تفریط، ترک عجب و کبر، کینه توز نبودن، انتقاد مودبانه، دوری از خودنمایی کردن، داشتن ارتباط دو طرفه، دوری از تجسس، ترک مجادله، طعنه زدن، ترک غیبت، ترک دروغ، اجتماعی بودن، پرحرف نبودن، زشت حرف نزدن، ترک در گوشی حرف زدن (ترک نجوا) و نداشتن گفتگوهای دستوری و منفعلانه.

شناخت ظرفیت درونی، کنترل غضب و گذشت از مردم برخی از اموری است که طبق آیات و روایات تواضع در ایجاد آنها نقش اساسی دارد تا شکل گیری ارتباطات میان فردی بوسیله تواضع مشخص شود.

عنصر تواضع با نمود خود در محبت، حق پذیری، منظم شدن کارها، بزرگی و سربلندی و رشد علمی و ... در تقویت ارتباطات میان فردی نقش اساسی دارد.

کلیدواژه‌ها: تواضع، ارتباطات، میان فردی، آیات، روایات

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
فصل اول: مفاهیم و کلیات.....	1
گفتار اول: کلیات.....	2
1- بیان مساله.....	2
2- علت انتخاب موضوع و اهمیت و فایده آن.....	2
3- پیشینه پیدایی و پژوهشی مساله.....	3
4- سوال اصلی.....	3
5- سوال های فرعی.....	3
6- فرضیه های پژوهش.....	4
گفتار دوم: مفاهیم.....	6
1- تواضع و گستره معنایی آن.....	6
1-1- تواضع در لغت.....	6
1-2- تواضع در اصطلاح.....	6
1-3- تواضع در قرآن.....	7
1-4- تواضع در روایات.....	9
1-5- مفاهیم هم خانواده تواضع و فرق های آنها.....	10
1-5-1- تذلل.....	10
1-5-2- خشوع.....	11

- 1- 5- 3- اخبات 11
- 1- 5- 4- خضوع 11
- 1- 6- حد و مرز تواضع 12
- 1- 7- تواضع و ذلت 12
- 1- 8- تواضع و حلم 13
- 1- 9- تواضع و تملق 14
- 1- 10- تواضع و حقارت 15
- 1- 11- تواضع دنیوی و اخروی 16
- 1- 7- ارزش تواضع 16
- 1- 8- انواع تواضع 18
- 1- 8- 1- تواضع تکوینی: 18
- 1- 8- 2- تواضع تشریعی: 19
- 1- 8- 2- 1- تواضع قلبی 19
- 1- 8- 2- 2- تواضع در رفتار ظاهری 20
- 1- 8- 2- 2- 1- تواضع ممدوح 20
- تواضع در برابر خداوند متعال 20
- تواضع در برابر انبیاء و ائمه (علیهم السلام) 21
- تواضع مسئولان 21
- تواضع ثروتمندان 22
- تواضع در مقابل عالمان دینی 22
- تواضع استاد و شاگرد 23
- تواضع در برابر پدر و مادر 23
- تواضع در برابر فرزندان 24
- تواضع بین زن و شوهر 25
- تواضع در مقابل مومنان 26
- 1- 8- 2- 2- 2- 1- تواضع مذموم 26
- تواضع در برابر کافران 26

- 27.....- تواضع در برابر گناهکاران
- 27.....- تواضع در مقابل متکبران
- 28.....- تواضع در برابر ثروتمندان و قدرتمندان
- 1- 9- نشانه های تواضع..... 28
- 1- 9- 1- تقدم بر سلام دادن و پاسخ آن..... 28
- 1- 9- 2- انتظار نداشتن ستایش از دیگران..... 29
- 1- 9- 3- دوری از خودنمایی..... 30
- 1- 9- 4- تقید نداشتن به مکان مخصوص در نشستن..... 30
- 1- 9- 5- پرهیز از جدل..... 30
- 1- 9- 6- ساده زیستی..... 31
- 1- 9- 7- مشورت خواهی..... 31
- 1- 9- 8- حق پذیری..... 32
- 1- 9- 9- عدم خستگی از اطاعت الهی..... 32
- 1- 9- 10- ادب و احترام..... 32
- 1- 9- 11- احترام به حقوق دیگران..... 33
- 1- 9- 12- خدمت رسانی..... 33
- 2- گستره معنایی ارتباطات میان فردی و اقسام آن..... 34
- 2- 1- تعریف ارتباط..... 34
- 2- 2- تعریف ارتباطات..... 34
- 2- 1- تعریف ارتباطات میان فردی..... 35
- 2- 2- انواع ارتباط..... 36
- 2- 2- 1- ارتباط کلامی یا گفتاری..... 36
- 2- 2- 1- 1- سلام کردن:..... 37
- 2- 2- 1- 2- تفقد و احوال پرسی:..... 38

- 38.....: 3- صدای جذاب: 1- 2- 2- 2- 3-
38..... ارتباط غیر کلامی 2- 2- 2-
39..... نگاه محبت آمیز 1- 1- 2- 2- 1-
40..... آراستگی ظاهری: 2- 1- 2- 2- 2-
40..... شنونده خوب بودن 3- 1- 2- 2- 2-
41..... احترام به مخاطب 4- 1- 2- 2- 2-
41..... محبت کردن: 5- 1- 2- 2- 2-
42..... گشاده رویی یا خوش رویی: 6- 1- 2- 2- 2-
42..... گذشت و بخشش: 7- 1- 2- 2- 2-
43..... 3- 2- 2- ارتباطات میان فردی از دیدگاه آیات و روایات

فصل دوم: عوامل پیدایش تواضع و آثار آن

- 1- شناخت فلسفه آفرینش
2- درک عظمت خداوند متعال
3- دانش حقیقی
4- انجام فرایض دینی
5- توجه به ضعف انسان
6- سختی ها و مشکلات
7- توحید و بندگی
8- توجه به آثار تکبر و درمان تکبر
9- ایمان
10- معرفت خدا
11- اندیشیدن و تعقل
12- مشغول شدن به کار های خرد
13- سعه وجودی
14- بزرگی و عزت

15- نزدیکی به خدا..... **Error! Bookmark not defined.**

16- افزایش علم و دانش..... **Error! Bookmark not defined.**

17- ایمن بودن از وسوسه های شیطانی. **Error! Bookmark not defined.**

18- ابهت و بزرگی و سربلندی..... **Error! Bookmark not defined.**

19- محبت و دوستی..... **Error! Bookmark not defined.**

19- پیشرفت و ترقی..... **Error! Bookmark not defined.**

20- بهره وری از مواهب زندگی..... **Error! Bookmark not defined.**

21- اصلاح و آرامش..... **Error! Bookmark not defined.**

22- قبولی عبادات..... **Error! Bookmark not defined.**

23- سلامتی..... **Error! Bookmark not defined.**

24- بزرگی و به کمال رسیدن..... **Error! Bookmark not defined.**

25- نظم در کارها..... **Error! Bookmark not defined.**

26- شکست دشمن در عرصه رفتاری... **Error! Bookmark not defined.**

27- شخصیت سازی..... **Error! Bookmark not defined.**

28- برتری در بندگی..... **Error! Bookmark not defined.**

فصل سوم: نقش تواضع در شکل گیری و تقویت ارتباطات میان فردی. **Bookmark not defined.**

1- عوامل موثر در ارتباطات میان فردی.. **Error! Bookmark not defined.**

1- 1- ادب و احترام متقابل..... **Error! Bookmark not defined.**

1- 2- مثبت اندیشی..... **Error! Bookmark not defined.**

1- 3- ایجاد اعتماد..... **Error! Bookmark not defined.**

1- 3- 1- راستگویی:..... **Error! Bookmark not defined.**

1- 3- 2- دلسوزی و خیرخواهی. **Error! Bookmark not defined.**

1- 3- 3- پرهیز از خودبرتربینی. **Error! Bookmark not defined.**

1- 4- راز داری **Error! Bookmark not defined.**

1- 5- همگامی **Error! Bookmark not defined.**

1- 6- سلامت و عفت کلام **Error! Bookmark not defined.**

1- 7- استوار و سنجیده بودن **Error! Bookmark not defined.**

1- 8- نرمی و ملایمت در گفتار .. **Error! Bookmark not defined.**

1- 9- شایسته سخن گفتن **Error! Bookmark not defined.**

1- 10- ضایع نکردن حقوق دیگران. **Error! Bookmark not defined.**

1- 11- دوری از افراط و تفریط . **Error! Bookmark not defined.**

1- 12- ترک عجب و کبر **Error! Bookmark not defined.**

1- 13- کینه توز نبودن **Error! Bookmark not defined.**

1- 14- انتقاد مودبانه **Error! Bookmark not defined.**

1- 15- دوری از خودنمایی کردن. **Error! Bookmark not defined.**

1- 16- داشتن ارتباط دو طرفه ... **Error! Bookmark not defined.**

1- 17- دوری از تجسس **Error! Bookmark not defined.**

1- 18- ترک مجادله **Error! Bookmark not defined.**

1- 19- طعنه نزدن **Error! Bookmark not defined.**

1- 20- ترک غیبت **Error! Bookmark not defined.**

1- 21- دروغ **Error! Bookmark not defined.**

1- 22- نداشتن سوءظن **Error! Bookmark not defined.**

1- 23- اجتماعی بودن **Error! Bookmark not defined.**

1- 24- پرحرف نبودن **Error! Bookmark not defined.**

1- 25- زشت حرف نزدن **Error! Bookmark not defined.**

1- 26- ترک در گوشی حرف زدن (ترک نجوا). **Error! Bookmark not defined.**

1- 27- نداشتن گفتگوهای دستوری و منفعلانه. **Error! Bookmark not defined.**

2- نقش تواضع در شکل گیری ارتباطات میان فردی. **Error! Bookmark not defined.**

2- 1- تواضع منشا حکمت..... **Error! Bookmark not defined.**

2- 2- تواضع از خصلت عالمان. **Error! Bookmark not defined.**

2- 3- شناخت ظرفیت درونی ... **Error! Bookmark not defined.**

2- 4- کنترل غضب بوسیله تواضع. **Error! Bookmark not defined.**

2- 5- تواضع منشا گذشت از مردم. **Error! Bookmark not defined.**

2- 6- رفتار پسندیده **Error! Bookmark not defined.**

2- 7- ابتدا به سلام کردن..... **Error! Bookmark not defined.**

3- نقش تواضع در تقویت ارتباطات میان فردی از منظر آیات و روایات. **Error! Bookmark not defined.**

3- 1- محبت **Error! Bookmark not defined.**

3- 2- حق پذیری..... **Error! Bookmark not defined.**

3- 3- تنظیم و منظم شدن کارها. **Error! Bookmark not defined.**

3- 4- بزرگی و سربلندی..... **Error! Bookmark not defined.**

3- 5- ریشه نیکی و ارزش ها ... **Error! Bookmark not defined.**

3- 6- رشد علمی..... **Error! Bookmark not defined.**

3- 7- رهایی از فخر فروشی..... **Error! Bookmark not defined.**

3- 8- رهایی از حسادت..... **Error! Bookmark not defined.**

3- 9- تواضع رفتار عقلانی..... **Error! Bookmark not defined.**

3- 10- رشد و ترقی در کارها... **Error! Bookmark not defined.**

3- 11- ترک جدل..... **Error! Bookmark not defined.**

3- 12- همیاری..... **Error! Bookmark not defined.**

3- 13- گفتن کلمات محبت آمیز. **Error! Bookmark not defined.**

Error! Bookmark not defined...... 3-14- کسب سلامت

Error! Bookmark not defined...... 3-15- هیبت و عظمت

Error! Bookmark not defined...... 3-16- رهایی از ظلم و زورگویی

Error! Bookmark not defined...... 4- نمونه هایی از تواضع در ارتباطات میان فردی

Error! Bookmark not defined...... 4-1- تواضع در ارتباط با خانواده

Error! Bookmark not defined...... 4-2- تواضع در ارتباط با رهبران جامعه

Error! Bookmark not defined...... 4-3- تواضع در ارتباط با مومنان

Error! Bookmark not defined...... 4-4- تواضع در ارتباط با عالمان دینی

Error! Bookmark not defined...... 4-5- تواضع در ارتباط با اغنیاء

Error! Bookmark not defined...... 4-6- تواضع در ارتباط با معلم

Error! Bookmark not defined...... 4-7- تواضع در ارتباط با کفار

Error! Bookmark not defined...... 4-8- تواضع در ارتباط با گناهکاران

Error! Bookmark not defined...... 4-9- تواضع در ارتباط با متکبران

Error! Bookmark not defined...... فصل چهارم : جمع بندی و نتیجه گیری

Error! Bookmark not defined...... منابع و مأخذ

فصل اول:

مفاهيم و کلیات

گفتار اول: کلیات

1- بیان مساله

شاکله زندگی انسان مبتنی بر ارتباط و تعامل است و این ارتباط هم مبتنی بر ضوابط و هنجار هاست که این ضوابط و هنجارها در چگونگی شکل گیری تعاملات در سطوح مختلف موثرند در مکتب اسلام هم چنین ضوابطی مبتنی بر آموزه های دینی وجود دارد که تعیین کننده حدود رابطه بین افراد است از جمله می توان به عنصر تواضع اشاره کرد که نقش مهمی در مکتب دینی برای برقراری ارتباط و تداوم آن دارد در آن جا به توضیح و تبیین این عنصر و حوزه های آن و نقش آن در ارتباطات میان فردی که کمک کننده و تقویت کننده این ارتباط می باشد پرداخته می شود. اما گاهی مفهوم تواضع که در دین اسلام سفارش فراوانی به آن شده با مواردی مشتبه شده گاهی اوقات ارتباط را دچار اختلال کرده و آن گونه که باید این ارتباط مبتنی بر آموزه دینی و در حیطه اخلاقی باشد قرار نمی گیرد مانند ذلت لذا بر آن هستیم که تواضع را در حوزه های مرتبط با آن بیان کنیم.

2- علت انتخاب موضوع و اهمیت و فایده آن

از آنجا که انسان موجودی اجتماعی است و ناگزیر از ارتباط برقرار کردن است لذا برای برقراری این ارتباط و تقویت و تداوم آن نیاز به عوامل موثر در شکل گیری و ارتباط دارد از آنجا که ما بعنوان یک مسلمان و پرورش یافته مکتب دینی می باید تمام ارتباطاتمان اعم از رفتاری و گفتاری و شنیداری مبتنی بر آموزه های این مکتب باشد اولاً راجب این عنصر مهم تواضع باید قلمرو آن حوزه ها و محدوده آن مشخص گردد تا در ارتباط دچار مشکل نشویم و

ثانیا چه تاثیری در شکل گیری و و تقویت ارتباطات دارد.

3- پیشینه پیدایی و پژوهشی مساله

موضوع تواضع چون اخلاقی است در کتب اخلاقی به وفور به آن پرداخت شده است. از مهمترین این منبع در زمینه تواضع در روایات و آیات به کتب و پایان نامه معراج السعاده مرحوم نراقی، البهجه البيضاء کاشانی، جامع السعادات مرحوم نراقی و پایان نامه کوکب عباسی بعنوان تواضع در قرآن و سنت اشاره کرد.

و در بعد ارتباطات هم کتب و مقالات مختلفی وجود دارد که از جمله می توان به جامعه شناسی ارتباطات ساروخانی و ارتباط شناسی محسنیان راد، اصول و تکنیک های برقراری ارتباط موثر با دیگران نوشته قادر بستانی و مقاله ای به عنوان سیره میان فردی پیامبر اشاره کرد.

با توجه به این که این موارد به یک بعد ارتباط یا تواضع پرداخته اند اما در رابطه نقش تواضع در شکل گیری و تداوم ارتباطات بصورت واضح بیان نشده و از آنجایی که این عنصر نقش مهمی در ارتباطات دارد چه بسا گاهی اوقات جایگاه اصلی خود را در ارتباطات از دست داده است.

4- سوال اصلی

از منظر آیات و روایات تواضع چه نقشی در شکل گیری و تقویت ارتباطات میان فردی دارد؟

5- سوال های فرعی

1. مفهوم تواضع چیست و دارای چه معیار هایی است؟

2. عوامل پیدایش تواضع چیست؟

3. تواضع چه آثاری دارد؟

6- فرضیه های پژوهش

1. تواضع به عنوان یک عنصر غیر کلامی نقش سازگاری را در شکل گیری ارتباطات

میان فردی ایفا می کند.

2. تواضع در ارتباطات میان فردی علاوه بر سازگاری باعث گسترش و تقویت مثبت

روابط میان فردی شده و در ابقای روابط اجتماعی و سلامت روانی و اجتماعی فرد

نقش سازنده ای دارد.

7- نوع پژوهش و روش انجام پژوهش

نوع پژوهش مساله پژوهی و بصورت کاربردی می باشد و ویژه موضوعات یک رشته ای می باشد و روش پژوهش هم در شاخه علوم اجتماعی و سیاسی با رویکرد کیفی بوده و بصورت کتابخانه ای و اسنادی به گردآوری اطلاعات و جمع آوری داده ها پرداخته شده است. بدین ترتیب ابتدا با مطرح کردن سوالات فرعی (الف) مفهوم تواضع چیست؟ و دارای چه معیارهایی است؟ (ب) عوامل پیدایش تواضع چیست؟ (ج) تواضع چه آثاری دارد؟ با مراجعه به کتابها، مقالات، پایان نامه (در منابع و پیشینه آورده شده است) و سایت های مرجع به تحقیق و جستجو در مورد سوالات مورد نظر پرداخته شد و فصل اول و دوم در راستای پاسخ گویی به این سوالات تدوین گردید.

سپس در راستای پاسخ گویی به سوال اصلی پژوهش (از منظر آیات و روایات تواضع چه نقشی در شکل گیری و تقویت ارتباطات میان فردی دارد؟) و با لحاظ فرضیه های تحقیق، با مراجعه به آیات و روایات بصورت کتابخانه ای و جستجوی کلید واژه های مورد نیاز آیات و احادیث مرتبط با موضوع استخراج و در وهله اول احادیث و آیات مرتبط با عوامل موثر در شکل گیری روابط بین فردی بوسیله تواضع بصورت بیان نقش آنها دسته بندی گردید و در وهله دوم آیات و احادیث مرتبط با عوامل موثر در تقویت روابط بین فردی بوسیله

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر متعلق به دانشگاه باقر العلوم علیه السلام می باشد

تواضع با بیان نحوه تقویت دسته بندی و موضوعی نوشته شد
در پایان نتایج بدست آمده از نقش تواضع در شکل گیری و تقویت ارتباطات میان
فردی بصورت نتایج تحقیق ارائه شد. و خلأ های موجود برای پژوهش های دیگر بعنوان
پیشنهادات برای تحقیقات بیشتر در نتیجه بیان شد.

گفتار دوم: مفاهیم

در این گفتار اصطلاحات و پیش نیاز هایی که برای رسیدن به جواب پرسش های تحقیق مورد نیاز است مورد بررسی قرار می گیرد که عبارتند از تواضع و گستره معنایی آن و ارتباطات میان فردی و گستره معنایی آن.

1- تواضع و گستره معنایی آن

1-1- تواضع در لغت

تواضع از ماده «وضع» در اصل به معنای فرو نهادن است¹. به گفته لغت شناسان «وَضَعَ» ضد «رَفَعَ» است و تواضع به معنای افتادگی می باشد² چنانچه تواضع در مورد افراد و زمین به این معنای استفاده می شود تواضع الرجل یعنی خود را هم تراز او کرد فروتنی کرد. تواضع الارض یعنی زمین از آنچه در اطرافش بود فروتر شد.³

1-2- تواضع در اصطلاح

تواضع در اصطلاح به معنای کوچک کردن خود در برابر دیگران یعنی به عبارتی خود را پایین تر از موقعیت خودش قرار دهد.⁴

علمای اخلاق تواضع را به معنای ناچیز شمردن نفس دانسته اند که در برابر خداوند به

1. مکارم شیرازی، ناصر، اخلاق در قرآن، چاپ اول، قم، مدرسه الامام علی بن ابی طالب (ع)، 1377 ه. ش، جلد 2، ص 76

2. فراهیدی، خلیل بن احمد، العین، جلد 2، تحقیق مهدی مخزومی و ابراهیم سامرایی، چاپ دوم، قم، مؤسسه دارالهیجره، 1414 ه. ق، ص 196.

3. العین، ج 2، ص 196 و 197

4. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، روش بزرگواری در اسلام، ترجمه فرید گلپایگانی، چاپ دوم، تهران، صبا، 1363

اطاعت از اوامر و در برابر مردم به رفتار فروتنانه و رعایت انصاف می باشد. خواجه نصیرالدین طوسی می نویسد: «تواضع آن بود که خود را مزیتی نشمرد بر کسانی که در جاه از او نازل تر باشند»^۱

علامه نراقی در تعریف اصطلاحی تواضع می گوید: تواضع عبارت است از حالت شکسته نفسی به گونه ای که نگذارد آدمی خود را بالاتر از دیگری ببیند و لازمه آن کردار و گفتاری است که دلالت بر تکریم و تعظیم دیگران دارد.^۲

تعبیرهایی همچون «تواضع قبول حق است از حق برای حق»^۳ و «تواضع ذلیل بودن دلهاست برای داننده غیبها»^۴ «تواضع عبارت است از نرمی و آرامش و مهربانی»^۵ در آثار اخلاقی و عرفانی به چشم می خورد و همه بیانگراظهار کوچکی افتادگی خاکساری و فروتنی در برابر خدا و خلق است.

با این تعاریفی که مطرح شدن نکته مقابل تواضع تکبر می باشد و تکبر یعنی انسان فقط خودش را بالاتر از دیگران بداند و فخر فروشی نماید.

1-3- تواضع در قرآن

واژه تواضع و مشتقات در قرآن نیامده است اما موضوع قرآنی محسوب می شود و از تواضع زمانی که در مقابل مومنان باشد با تعبیری هم چون «واخفض جناحک للمومنین»^۶ «بالهای خود را برای مؤمنان بگستر و پائین بیاور» این آیه با زیباترین تعبیر تواضع کردن در

1. طوسی، محمد بن حسن (شیخ طوسی)، اخلاق ناصری، چاپ دوم، تهران، انتشارات علمیه اسلامیة، 1413 ق، ص 77.

2. نراقی، محمد مهدی، جامع السعادات، تصحیح محمد کلانتر، چاپ چهارم، قم، اسماعیلیان، 1383 ق. جامع السعادات، ج 1، ص 358 تا 359

3. سجادی، جعفر، فرهنگ معارف اسلامی جلد 1 چاپ اول، تهران، نشر کوش، 1373، ج 1، ص 599

4. فرهنگ معارف اسلامی، ج 1، ص 599

5. فرهنگ معارف اسلامی، ج 1، ص 599

6. سوره حجر، آیه 88- سوره شعرا، آیه 215

مقابل مومنان را بیان می کند تفسیر نمونه در مورد این تعبیر کنایه چنین بیان می دارد :

«این تعبیر، کنایه زیبایی از تواضع و محبت و ملاطفت است همان گونه که پرندگان به هنگامی که می خواهند، نسبت به جوجه‌های خود اظهار محبت کنند آنها را زیر بال و پر خود می‌گیرند، و هیجان‌انگیزترین صحنه عاطفی را مجسم می‌سازند، آنها را در مقابل حوادث و دشمنان حفظ می‌کنند، و از پراکندگی نگه می‌دارند.»^۱

«اذله علی المومنین»^۲ «آنها در برابر مؤمنان خاضع و مهربان هستند» این آیه با عبارت دلیل بودن معنای تواضع را در مقابل مومنان بیان می‌دارد^۳ در جای دیگر خداوند متعال با کلمه اخبات متواضعان را می‌ستاید و می‌فرماید «بشر المحبتین»^۴ منظور از محبتین تواضع کنندگان است^۵ البته در ادامه آیه خداوند متعال بارزترین صفات افراد را در چهار قسمت بیان می‌کند اول اینکه زمانی که وقتی نام خدا برده می‌شود دل‌هایشان از خوف پروردگار پر می‌شود^۶ دوم این که: «آنها در برابر حوادث دردناکی که در زندگی‌شان رخ می‌دهد صبر و شکیبایی پیش می‌گیرند»^۷ سوم این که نماز را بر پا می‌دارند^۸ و چهارم انفاق دادن است.^۹

در قرآن کریم از نکته مقابل تواضع یعنی تکبر هم نهی کرده و می‌فرماید «انه لایحب المستکبرین»^{۱۰} «بئس مثوی المتکبرین»^{۱۱} «لاتمش فی الارض مرحا»^{۱۲}

1. مکارم شیرازی، ناصر و دیگران، تفسیر نمونه، چاپ بیست و سوم، تهران، دارالکتب الاسلامیه، 1374 ش. ج 11 ص 151
2. سوره مائده، آیه 5
3. تفسیر نمونه ج 4، ص 523
4. سوره حج، آیه 34
5. تفسیر نمونه ج 14، ص 117
6. «الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ». سوره حج، آیه 35
7. «وَالصَّابِرِينَ عَلَىٰ مَا أَصَابَهُمْ». سوره حج، آیه 35
8. «وَالْمُقِيمِي الصَّلَاةِ» سوره حج، آیه 35
9. «وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ» سوره حج، آیه 35
10. سوره نخل، آیه 23
11. سوره نحل، آیه 29- سوره غافر، آیه 72
12. سوره لقمان، آیه 18

از تواضعی که در قرآن خداوند متعال آن را ممدوح و مردم را توصیه به آن می کند تواضع در مقابل والدین است خداوند متعال فرزندان را موظف به تواضع و فروتنی در برابر والدین می کند و می فرماید « بالهای تواضع خویش را در برابرشان از محبت و لطف فرود آر، و بگو پروردگارا همانگونه که آنها مرا در کوچکی تربیت کردند مشمول رحمتشان قرار ده.»¹

خداوند متعال در مقابل تواضع در برابر مومنان تواضع در برابر کافران و گنهکاران را پیش می کشد و از تواضع در مقابل آنها نهی می کند «أَعِزَّةَ عَلَى الْكُفْرِينَ»² در این آیه عزت در مقابل کافران را در مقابل تواضع در مقابل مومنان بیان داشته است و یکی از مصادیق آن تکبر است.³

1-4- تواضع در روایات

تواضع به معنای اظهار کوچکی افتادگی خاک ساری و فروتنی در برابر خدا و خلق آمده است. در حدیثی از امام رضا (علیه السلام) سوال شده است:

«ما حد التواضع الذی اذا فعله العبد کان متواضعا؟ فقال: التواضع درجات منها ان يعرف المرء قدر نفسه فينزلها منزلتها بقلب سليم لا يحب ان ياتی الی احد الا مثل ما یؤتی الیه ان رای سیئه دراهها بالحسنه کاظم الغیظ عاف عن الناس و الله یحب المحسنین.»⁴

«حد تواضع که اگر انسان آن را انجام دهد متواضع محسوب می شود چیست؟ فرمود: تواضع درجات و مراحلی دارد: یکی از مراحل آن این است که انسان قدر و موقعیت نفس خویش را بداند و در همان جایگاه با قلب سلیم (و پذیرش درونی) جای دهد.»

در حدیث دیگر امام باقر (علیه السلام) می فرمایند: «تواضع آن است که به کمتر از

1. وَ اخْفِضْ لُهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ سوره اسراء آیه 24

2. سوره ما

3. طباطبایی، محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن، ترجمه سید محمد باقر موسوی همدانی، چاپ پنجم، قم، دفتر انتشارات اسلامی جامعه‌ی مدرسین حوزه علمیه قم، 1374ش، ج 18، ص 446

4. کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، چاپ سوم، قم، دار الکتب الاسلامیه، 1387 ق، جلد 2، صفحه 124.

جایگاه شایسته خود در مجلس قانع باشی و هرگاه کسی را ملاقات کردی در سلام پیشی بگیری و جر و بحث را رها کنی هر چند حق با تو باشد.»^۱

حقیقت این است که تعریف تواضع از نشانه های آن جدا نیست چرا که یکی از بهترین راه های تعریف یک موضوع ذکر نشانه های گوناگون آن است که در روایات بیشتر به آن پرداخته است که چند مورد آن در بالا ذکر شد.

در بعضی از روایات تواضع را با نقطه مقابل آن که تکبر باشد معنا کرده اند که از جمله آن روایتی از امام علی (علیه السلام) است که می فرماید: «به وسیله تواضع با تکبر مبارزه کنید.»^۲

1-5- مفاهیم هم خانواده تواضع و فرق های آنها

از مفاهیمی که می توان گفت از لحاظ مفهومی به تواضع نزدیک تر ند و شاید بتوان معنایی مانند معنای تواضع از آنها استنباط کرد می توان به خضوع و خشوع، ذلت و اخبات اشاره کرد.

1-5-1- تذلل

تذلل به معنای اظهار عجز برای کسی که امکان دارد او عاجز نباشد.^۳ این هم به معنای تواضع به کار رفته است.^۴ در فروق اللغویه درباره فرق بین تذلل و تواضع تذلل را به معنای اظهار عجز در برابر کسی است که برای او تذلل می شود هر چند که ممکن است او عاجز نباشد و تواضع به معنای وانمود کردن وجود قدرت برای تواضع شونده است در حالی که

1. «التواضع الرضا بالمجلس دون شرفه و ان تسلّم علی من لقیته و ان تترك المراء و ان كنت محقا» مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، چاپ دوم، بیروت، مؤسسه الوفاء، 1403 ق. بحارالانوار، جلد 75، صفحه 176.

2. «ضادوا الکبر بالتواضع» تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غررالحکم و دررالکلم، ترجمه و شرح جمال الدین محمد خوانساری، چاپ سوم، تهران، انتشارات دانشگاه تهران، 1366. ج 4، ص 232.

3. عسکری، ابو هلال و نورالدین جزایری، معجم الفروق اللغویه، قم، مؤسسه نشر اسلامی، 1412 ق، ص 122

4. طریحی، فخرالدین، مجمع البحرین، تحقیق سید احمد حسینی، چاپ دوم، تهران، نشر فرهنگ اسلامی، 1367، ج 4، ص 515

امکان دارد قدرت او نسبت به متواضع کمتر یا بیشتر باشد.

1-5-2- خشوع

حالتی است فروتنانه که با بیم و ترس همراه است.¹ ولی یک فرق با تواضع دارد تواضع در رفتار انسان بروز می کند و نمایان است اما خشوع یکی حالتی است که در قلب رخ می دهد سپس به اعضا انتقال یافته و اعضا را در برابر خدا خاشع می کند «خاشعه ابصارهم»² «انها لکبیره الاعلی الخاشعین»³.

1-5-3- اخبات

اخبات هم مانند تواضع است منتها اخبات فقط و فقط برای خدا صورت می گیرد امکان دارد تواضع در مسیر نادرستش قرار بگیرد و از جایگاه اصلی خود نزول کند و باعث سرزنش و نکوهش شود اما اخبات طبق آیات قرآن تنها برای مدح هست مثل کلمه پرهیزگار «متقی» که بار معنایی مثبتی دارد.⁴ «ان الذین آمنوا و عملوا الصالحات و اخبثوا الی الله»⁵ «فیومنوا به فتخبث له قلوبهم»⁶

1-5-4- خضوع

این واژه آن قدر به تواضع نزدیکتر است که برخی در تعریف خضوع از کلمه تواضع استفاده می کنند،⁷ اما با این حال تفاوت هایی بین آن دو وجود دارد که نمی توان نادیده

1. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، المفردات فی غریب القرآن، تحقیق محمد سید گیلانی، بیروت، دارالفکر، 1404 ق ، ماده خشع

2. سوره قلم، آیه 43

3. سوره طه، آیه 16

4. الفروق اللغویه، ص 25

5. سوره یونس، آیه 23

6. سوره حج، آیه 54

7. فیروز آبادی، محمد بن یعقوب، القاموس المحیط، بیروت، دارالفکر، 1415 ق ، ص 642

گرفت. خضوع سر فرود آوردن و خوار شدن¹ در برابر خدا و بزرگان دین است در حالیکه تواضع علاوه بر سر فرود آوردن و کوچک شدن در برابر خدا و بزرگان در برابر هم نوع انسان هم وجود دارد.

جمع بندی فرق تواضع با مفاهیم ذکر شده در این است که تواضع به لحاظ معنا و کاربرد اعم از آنها است چرا که آنها معنا و کاربرد ویژه خود را دارند اما تواضع به هر نوع فروتنی از هرکس و برای هرکس می باشد.

1-6- حد و مرز تواضع

تواضع با اینکه امری پسندیده و مورد تاکید اسلام است اما باید در چارچوب خاصی صورت بگیرد یا به عبارتی باید حد و مرز مشخصی داشته باشد و پا فراتر از مرز خود نگذارد چون امکان دارد جایگاه اصلی خود را از دست داده و از مسیر اصلی منحرف شده امری ناپسند شود در این قسمت ما با بیان اصطلاحاتی که با تواضع احتمالا در اشتباه باشند حد و مرز تواضع را بیان می کنیم تا واژه تواضع همچون بسیاری از مفاهیم اخلاقی از تفسیرهای انحرافی مصون بماند.

1-7- تواضع و ذلت

واژه تواضع را در محاورات مردم و حتی برخی از نوشته ها به ذلت و سکوت در برابر ظلم و تعدی ظالمان معنی کرده اند از باب نمونه در اخلاق محتشمی درباره تواضع از زبان برخی افراد آورده شده است «واماالتواضع فاحتمال الاذی من کل احد» یعنی تواضع و ذلت تحمل آزار واذیت است از هر کسی²

اما در آیات و روایات ما تواضع و فروتنی در عین عزت و صلابت مطرح شده است

1. مجمع البحرین، ج 1، ص 660

2. طوسی، محمد بن حسن (شیخ طوسی)، اخلاق محتشمی، چاپ سوم، تهران، انتشارات دانشگاه تهران، 1377ش، ص 292

قرآن مجید براین نکته تاکید دارد که همواره مومنان باید در برابر یکدیگر فروتن و مهربان باشند و در مقابل دشمنان و کافران سرسخت و پر قدرت^۱ برای اینکه معنای ذلت مشخص شود دو قسم ذلت را می آوریم تا به وضوح مذموم بودن آن مشخص شود ذلت دو گونه است.

1. ذلت نفس : این نوع از ذلت پسندیده است زیرا فرد برای رسیدن به کمالات که نفس

سرکش مانع آن است خواری را بر نفس خویش تحمیل کند.

2. ذلت در برابر دیگران. این گونه ذلت مذموم و مورد نکوهش است.

پیامبر اکرم (ص) می فرمایند: خوشا به حال کسانی که فروتنی و تواضع کنند برای خداوند تعالی بدون پستی و کاستی و نفس خویش را در عین قدرت و توانایی به خواری وا دارند.^۲

1-8- تواضع و حلم

برای روشتر شدن معنی و حقیقت تواضع به مفهوم و معنای حلم نیز اشاره می کنیم و فرق آن دو را یادآور می شویم تواضع حالت نفسانی است که در عمل افتادگی وانکسار آدمی را به نمایش می گذارد. این حالت اگر در درون روح و نفس انسانی رسوخ یابد و ملکه شود در همه حال و در برابر همگان جلوه می کند. اما حلم غالباً در جایی به کار می رود که عملی نایبجا و نامناسب از شخصی سر بزند و انسان در برابر آن عمل عکس العمل منطقی و عاقلانه ای از خود بروز دهد و از کنار آن با تدبیر و درایت بزرگواران بگذرد. در این صورت با لجام حلمش افراد چموش و سرکش را رام خواهد ساخت.

1. «اذله علی المومنین اعزه علی الکافرین» سوره مائده آیه 54.

2. طویبی لمن تواضع لله تعالی فی غیر منقضه واذل نفسه فی غیر مسکنه بحارالانوار ج 90 ص 77 و محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، ترجمه حمیدرضا سیفی، قم، دارالحدیث، 1377 ش، ج 10 ص 505

حضرت علی (ع) می فرمایند: حلم دهان بند سفیهان است¹ بنابراین حلم به آن عملی اطلاق می شود که از شخص عاقل و مدبر در مقابل برخورد ناشایست افراد نادان و بی منطق انجام گیرد و اما تواضع رفتار فروتنانه ای است که بدون عمل و رفتاری از طرف متقابل از انسان سر می زند. گر چه گاهی به عکس العمل در برابر عمل نا معقول و ناپسند نیز تواضع گفته می شود.

1-9- تواضع و تملق

از آنچه در معنای تواضع گفته شد نباید اینگونه برداشت شود که هرگونه کوچکی را شامل می شود. بلکه اگر اظهار کوچکی به این حد برسد که انسان به طمع آرزوهای نفسانی و نیازهای خویش دست به گفتار و رفتاری بزند که شائبه تملق و تمجید نابجا و مدح قدرتمندان و زراندوزان داشته باشد بی شک از نظر اسلام مذموم و ناپسند است. پیامبر اسلام (ص) می فرماید: «به صورت ستایشگران چاپلوس خاک بپاشید»²

واژه «تملق»³ یعنی تملق و چاپلوسی نمونه ای از پستی و حقارت است که ممکن است عده ای از افراد در باب تواضع دچار اشتباه شوند و گمان کنند که آن هم نوعی تواضع است حال آنکه تواضع یک فضیلت اخلاقی است و حکایت از بزرگی شخصیت و شرافت نفس شخص دارد اما چاپلوسی اینگونه نیست.

به بیان دیگر بین تواضع و تملق تفاوت آنجایی آشکار می شود که ما مبدا و نتایج این دو را نگاه کنیم.

مبدا تواضع می تواند خداشناسی و خودشناسی و نتیجه اش رسیدن به کمالات نفسانی باشد حال آنکه در تملق مبدا شرک و جهل و نتیجه اش خواری و خفت است.

امام علی علیه السلام می فرماید: ایاک و الملق فان المق لیس من اخلاق الایمان؛ از

1. «الحلم فدام السفیه» نهج البلاغه، تحقیق صبحی صالح، قم، دارالهجره، 1368 ش، حکمت 211.

2. «احثوا التراب لوجوه المداحین» پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحه، تهران، انتشارات جاویدان، 1360 ش، حدیث 597

3. بحار الانوار، ج 2، ص 45

چاپلوسی پروا کنید زیرا از خصلت های ایمان نیست.^۱

1-10- تواضع و حقارت

یکی از مرزهای تواضع، ضعه «پستی»^۲ است به معنای آن که انسان شخصیت خودش را آنقدر کوچک کند و پایین بیاورد که باعث تحقیر و ذلت و خواری او شود.^۳ همانگونه که تکبر حرام است تحقیر کردن و خوار و ذلیل شدن هم امری ناروا می باشد.^۴

امام صادق علیه السلام می فرماید:

«ان الله فوض للمومنین اموره كلها و لم يفوض له ان يكون ذليلاً؛^۵

خدا اختیار تمامی امور مومنین را به خود وی سپرده است ولی اجازه نداده است که او تن به خواری دهد.»

از جمله تواضعی که با حقارت همراه است تواضع در برابر متکبران است که متواضعانه رفتار کردن در مقابل اینگونه افراد مهر تاییدی است به اعمال و رفتار ناشایست آنان و کمک می کند تا بیش از بیش فخر فروشی کرده و اعلام بزرگی و تحقیر دیگران نکنند.
پیامبر می فرماید:

«اذا رايت المتواضعين من امتي فتواضعوا لهم و اذا رايت المتكبرين فتكبروا

عليهم فان ذلك لهم مذله و صغار»؟^۶

« آنگه که به فروتنان از امت من رسیدید برای آنان فروتنی کنید و هر گاه به متکبران برخورد کردید بر آنان تکبر به خرج دهید چرا که این خواری و کوچکی برای آنان است.»

1. غررالحکم و دررالحکم ، ج 2، ص 304

2. معلوف ، لويس ، المنجد ، ترجمه مصطفی رحیمی اردستانی ، تهران ، انتشارات اسلام ، 1377 ش. ماده وضع

3. المفردات فی غریب القرآن ، ص 279

4. جواد ایروانی و دیگران ، فرهنگ روابط اجتماعی در آموزه های اسلامی ، چاپ چهارم ، مشهد ، دانشگاه علوم اسلامی رضوی ، 1390 ه.ش ، جلد 2 ، ص 257

5. اصول کافی، ج 5، ص 63

6. حر عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه ، چاپ پنجم، بیروت، دارالحیاء التراث العربی،

1403 ق ، جلد ج 12، ص 133

1-11- تواضع دنیوی و اخروی

درست است که تواضع امری پسندیده و سفارش شده می باشد اما باید به این نکته توجه نمود که جایگاه تواضع حفظ بشود و ارزش واقعی خود را از دست ندهد لذا هر جا و برای هر کسی نمی توان تواضع کرد چون دیگر تواضع نخواهد بود از جمله تواضع در مقابل حاکمان ظالم و ثروتمندان به منظور رسیدن به جاه و مقام و مال دنیا در مقابل این افراد نه تنها تواضع ممدوح نیست بلکه توصیه به تکبر شده که خود این تکبر عزت نفس را به دنبال دارد و عزت نفس هم امری پسندیده است.

امام علی علیه السلام می فرماید:

«ما احسن تواضع الاغنیاء للفقراء طلبا لما عند الله واحسن منه تیه الفقراء علی

الاغنیاء اتکالا علی الله؛¹

چه نیکوست تواضع توانگران در برابر مستمندان برای به دست آوردن چیزی که نزد خداست و نیکوتر از آن عزت و تکبر مستمندان در برابر ثروتمندان برای توکل بر خداوند است.»

1-7- ارزش تواضع

از آنجایی که انسان موجودی اجتماعی است و برای ادامه زندگی ناگزیر از زندگی در اجتماع و تعامل با افرادی می باشد لذا باید در جامعه آداب و قواعد و شرایط خاصی را رعایت کند تا بتواند از بودن در کنار دیگران لذت ببرد و اگر کوتاهی کند طبیعتا لذتی در کار نخواهد بود و چون جامعه ما به عنوان جامعه اسلامی است دین اسلام برای همه موارد زندگی ما دستور و راهکار های خاصی را ارائه می دهد ما هم ملزم و موظف هستیم که این راهکار را رعایت کنیم یکی از این راهکار و توصیه ها احترام به دیگران و رفتار فروتنانه است و اسلام هم به رفتار فروتنانه یا همان تواضع تاکید فراوانی کرده از جمله پیامبر می فرماید: افضل

1. نهج البلاغه، ح 398

الاعمال ثلاثه: التواضع...^۱.

در جای دیگر هم افراد متواضع را نزدیکترین انسان ها به خدا دانسته و متکبران را دورترین افراد معرفی کرده است.

«كما ان اقرب الناس من الله المتواضعون كذلك ابعد الناس من الله

المتكبرون.»^۲

امام علی علیه السلام می فرماید: علیک التواضع فانه من اعظم العباده؛ بر شما باد به تواضع، چرا که آن از بزرگترین عبادت هاست.^۳

همچنین آن بزرگوار تواضع را بهترین و زیباترین حالتی می داند که خلقت انسان بر آن نهاده شده است.

«اشرف الخلائق التواضع و الحلم و لین الجانب؟»

شریفترین حالتی که وجود انسان بر آن سرشته شده است فروتنی بردباری و برخورد نرم و ملایم است.»

واژه عباد الرحمن واژه ای است که در قرآن از این کلمه به نیکی یاد شده است و قرآن دوازده ویژگی برای آنها می شمارد که اولین ویژگی آنها تواضع و فروتنی است که خصلتی پسندیده است «عبادالرحمن الذین یمشون علی الارض هونا»^۴

خداوند متعالی در حدیث قدسی می فرماید:

«انی وضعت الرضعه و الدرجه فی التواضع؛ بزرگی و بلندی را در تواضع قرار دادم.

با توجه به این حدیث شریف و اهمیت تواضع در طول تاریخ اسلام شاهد حضور

1. نهج الفصاحه، ص 73.

2. اصول کافی، ج 2، ص 123

3. بحارالانوار، ج 72، ص 119

4. غرر الحکم و درر الحکم ج 2، ص 442

5. سوره فرقان، آیه 63

6. حائری، محمد مهدی، شجره طوبی، چاپ پنجم، المکتبه الحیدریه، 1358 ق، جلد 2، ص 384

عینی و به ظهور رسیدن این عنصر حیات بخش در زندگی امامان و بزرگان هستیم. آنان همیشه برخوردار فروتانه داشته اند لذا سخن امام علی علیه السلام راجع به مردان الهی که می فرماید:

«ولکنه سبحانه سحره اليهم التكابر و رضی لهم التواضع فالصقوا بالارض
خدوهم و غفروا فی التراب و جوههم و خفضوا اجنحتهم للمومنین؛
خداوند بزرگ خودپسندی را برای آنان ناپسند دانست و فروتنی را پسندید پس
آنان چهره بر زمین گذراند و صورت بر خاک ساییدند و برای مومنان فروتنی کرده
اند.»

یا خود حضرت علی با اینکه امام اول مسلمین بود بر روی دستان مهمانش متواضعانه
آب می ریزد و دست مهمان را می شوید و همچنین بقیه امامان (علیهم السلام) متواضع بودند

1-8- انواع تواضع

تواضع دارای اقسامی است با تبیین آنها تواضعی که مربوط به ارتباطات میان فردی
است شناسایی شود و با تبیین آنها نقش عنصر تواضع در ارتباطات میان فردی بررسی شود
با توجه به تعریف تواضع که ناچیز شمردن نفس و نرمی در مقابل دیگران است ولی
چه بسا این کوچک شمردن موجب ذلت در مقابل دیگران قلمداد شود برای رسیدن به وضوح
در معنای تواضع لازم است نوع ممدوح و مذموم آن مشخص شود و آنچه که شرعا در
ارتباطات میان فردی منظور است روشن شود

1-8-1- تواضع تکوینی:

آنچه که از آیات و روایات بر می آید حاکی از آن است که تواضع مختص انسان نیست
بلکه همه عالم هستی را دربر می گیرد که در برابر صانع و خالق کرنش و تواضع می کنند^۲
مانند:

1. نهج البلاغه، خ 234، ص 789

2. فرهنگ روابط اجتماعی در آموزه های اسلامی، جلد 2، ص 257

«و لله يسجد ما فى السموات و ما فى الارض من دابه و الملائكه و هم لا يستكبرون!»¹

آنچه در آسمان ها و در زمین از جنندگان و فرشتگان است برای خدا سجد می کنند و آنان تکبر نمی ورزند.

«او لم يروا الى ما خلق الله من شىء يتخيوا ضلاله عن اليمين و الشمال سجدا لله و هم داخرون»²

آیا به چیزهایی که خدا آفریده است ننگریسته اند که سایه هایشان از راست و چپ می گردد و برای خداوند فروتنانه سر به خاک می ساینند؟»

«الم تر ان الله يسجد له من فى السموات و من فى الارض و الشمس و القمر و النجوم و الجبال و الدواب و كثير من الناس»³

آیا ننگریستی که خداوند هر کس که در آسمان ها و هر کس که در زمین است خورشید و ماه و ستارگان و کوه ها و درختان جنندگان و بسیاری از مردم او را سجده می کنند؟»

از همه این آیات به کلمه سجده اشاره می کند که در نگاه اول شاید سجده ای مانند سجده انسان که هفت عضو سجده به زمین بخورد باشد اما در واقع اینگونه نیست سجده هستی و آنچه که در آن است به معنای خضوع و خشوع و تواضع در برابر عظمت خداست⁴

1-8-2- تواضع تشریعی:

این نوع از تواضع مربوط به وظیفه و تکلیف و موجود مکلف یعنی انسان می باشد پس این نوع تواضع فقط در آدمی بحث می شود که خود دو گونه می باشد. تواضع قلبی و ظاهری⁵

1-8-2-1- تواضع قلبی

تواضع قلبی یا همان اخبات که در مباحث گذشته به آن اشاره شد چون اخبات یعنی

1. نحل، 49

2. نحل، 48

3. حج، 18

4. فرهنگ روابط اجتماعی در آموزه های اسلامی، ج 2، ص 257

5. فرهنگ روابط اجتماعی در آموزه های اسلامی، ج 2، ص 258

تواضع قلبی قلب انسان آکنده از انقیاد و تسلیم در برابر خدا و دستوراتش باشد از این رو شیخ طوسی^۱ و راغب اصفهانی «مخبتین»^۲ در آیه شریفه «و بشر المختبتین»^۳ را به متواضعین تفسیر کرده اند.^۴

1-8-2-2- تواضع در رفتار ظاهری

همانگونه که از اسم این تواضع مشخص است تواضع در رفتار ظاهری انسان در مقابل دیگر هموعان خود می باشد «رحماء بینهم» که خود دو گونه است تواضع ممدوح و تواضع مذموم

1-8-2-2-1- تواضع ممدوح

تواضع ممدوح تواضعی است که آیات و روایات نسبت به آن توصیه کرده اند و از فضائل اخلاقی محسوب می شود از تواضع ممدوح می توان به موارد ذیل اشاره کرد:

- تواضع در برابر خداوند متعال

تواضع یکی از عواملی است که می تواند انسان را به کمال معنوی برساند و از آنجائیکه انسان موجودی کمال طلب می باشد و انسانهای مؤمن و با تقوا هم می خواهند به اعلی درجه کمال برسند لذا تواضع می تواند عنصری اساسی در رسیدن به این امر باشد و رسیدن به کمال معنوی جز در سایه خود کم بینی نمی تواند باشد. همانگونه که امام صادق (ع) در روایتی می فرماید: اصل و اساس تواضع، عزت و بزرگی خدا را به یاد آوردن و خود را ناچیز شمردن است.^۵

1. طباطبایی، محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن، چاپ سوم، بیروت، مؤسسه الاعلمی، 1393 ق. المیزان، جلد 11 ، ص 193

2. المفردات فی غریب القرآن ، ص 272

3. حج، 34

4. فرهنگ روابط اجتماعی در آموزه های اسلامی ، ج 2 ، ص 258

5. «اصل التواضع من جلال الله و هیبتة و عظمتة» جعفرین محمد (ع) ، مصباح الشریعة و مفتاح الحقیقة ، ترجمه عباس عزیزی ، چاپ سوم ، قم ، نشر صلاه ، 1385 ، ص 244

- تواضع در برابر انبیاء و ائمه (علیهم السلام)

چون پیامبران و ائمه (علیهم السلام) دارای رسالت بزرگی بوده اند که از سوی خداوند مأمور به هدایت بشر بوده اند و برای همین فرستاده شده اند و چون زحمات بسیار زیادی برای هدایت بشری کشیده اند تا جائیکه از جان خود گذشته اند و نه تنها محبوب خداوند بلکه محبوب مردم هستند. لذا باید در مقابل ایشان متواضع بود و فروتنی کرد، از مصادیق تواضع نسبت به انبیاء و ائمه می توان به مس نکردن نامشان بدون طهارت، مقدم نشدن بر قبورشان در نماز، بلند نکردن صدای خود بالاتر از صدای آنها (حتی در زمان عدم حیاتشان) مثلاً در مشاهد مشرفه و حرم آنها اشاره کرد.

امام صادق (ع) هنگام بردن نام محمد چنان خم می شد که صورت مبارکش نزدیک زانوهایش می رسید.

علاوه بر انبیاء و ائمه متواضع با سادات و علما نیز توصیه شده چون سادات منتسب به ائمه هستند و علما نیز در جایگاه ائمه نشسته اند.

- تواضع مسئولان

هر چند که تواضع یک دستور برای همگان در جامعه است اما تواضع در جایی از زیبایی و جایگاه بهتری برخوردار خواهد بود که از کسانی صورت گیرد که جایگاه و مقام دنیایی و معنوی آنها بیشتر و بالاتر از دیگران باشد یعنی باید اینگونه افراد رفتاری فروتنانه تر داشته باشند.

از جمله این ها مسئولان و زمامداران یک جامعه هستند باید نسبت به زیردستان خود متواضع تر باشند چون وظیفه آنان به دلیل مقام و جایگاه اجتماعی شان سنگین تر است از این رو حضرت علی علیه السلام در نامه ای به مالک اشتر می فرماید:

«فاخفض جناحک و الن لهم جانبک و ايسط لهم وجهک.»¹

1. نهج البلاغه، نامه 27

در برابر مردم فروتن باش و با نرمخویی رفتار کن و در برخورد با آنان گشاده رو باش.

همچنین آن حضرت درباره پیامبران که سرآمد زمامدارانند فرمود: خدا فخر و بزرگ بینی را بر آنان ناپسندیده و فروتنی شان را پسندید پس پیامبران گونه های خویش را بر زمین نهادند و چهره ایشان را بر خاک مالیدند و برای مومنان فروتنی نمودند.

- تواضع ثروتمندان

براین مورد از تواضع اسلام پافشاری کرده و آن را امری پسندیده دانسته است چون ثروتمندان به علت برخورداری از توان مالی در معرض گناهیانی چون غرور، تکبر، فخرفروشی و ظلم و ستم هستند لذا بر این هاست که در مقابل فقیران تواضع کنند و رفتاری فروتنانه داشته باشند چون تواضع حالتی معنوی است که با فخر فروشی مقابله می کند.

امام علی علیه السلام می فرماید:

«ما احسن تواضع الاغنیاء للفقراء طلبا لما عندالله؛^۱

چه نیکوست فروتنی توانگران در برابر تهیدستان به قصد رسیدن به اجر خداوند.

- تواضع در مقابل عالمان دینی

چون در دین اسلام به علم آموزی و طلب دانش توصیه های فراوانی شده طبیعتا عالمان دین از جایگاه و مقام والایی برخوردار خواهند بود لذا در روایات به اکرام و احترام عالم توصیه شده و احترام او را هم ردیف احترام خدا دانسته اند «من و قر عالما فقد قر ربه»^۲ آن حضرت در جایی دیگر می فرماید:

«اذا رایت عالما فکن له خادما؛^۳

آن گاه که دانشمندی را دیدی و با او ملاقات کردی او را خدمت کن.»

1. نهج البلاغه حکمت 398

2. غررالحکم و دررالحکم، ج 3، حدیث 1050

3. همان، ج 1، حدیث 71

- تواضع استاد و شاگرد

علم چنان از مقام والایی برخوردار است تا جایی که خداوند متعالی آن را هدف آفرینش جهان دانسته^۱ و آن را عامل برتری عظمت و شرافت انسان معرفی کرده است.^۲ پس علم که مقام والایی دارد علم آموزی هم از این ارزش برخوردار است ولی باید گفت که بدون شرایط نیست و این شرایط علم آموزی وظایفی را به دنبال خواهد داشت هم برای یاد دهنده علم و هم یادگیرنده آن. برخی وظایف مختص^۳ هر کدام از طرفین است برخی هم مشترک بین آنهاست.

از جمله وظایف مشترک^۴ به حدیثی از امام صادق علیه السلام اکتفا می کنیم:

«اطلبوا العلم و تزینوا معه بالعلم و تواضعوا لمن تعلمونه العلم و تواضعوا

لمن طلبتم منه العلم و لاتكونوا علماء جبارین»^۵

در طلب دانش بکوشید و آن را با بردباری زینت دهید و با آنان که در محضر شما علم می آموزند متواضع باشید و در برابر آنان که از آنها علم فرا می گیرید برخوردی فروتنانه در پیش گیرید و از دانشمندان متکبر نباشد.

آنچه که این جا مهم است تواضع استاد در برابر شاگرد است.

- تواضع در برابر پدر و مادر

پدر و مادر از جمله کسانی اند که در راس خانواده قرار دارند و اسلام هم توصیه ها و سفارشات خاصی را برای این دو در نظر گرفته است و ضرورت فروتنی را نسبت به آن مطرح می کند از جمله: «و اخفض لهما جناح الذل من الرحمه و قل رب ارحمهما کما ربیبانی صغیرا؛ از سر رحمت بال فروتنی را بر آنان بگستر و بگو پروردگار را بر آن دو رحمت آور آن چنان

1. طلاق، 12

2. علق، 12

3. جبعی عاملی، زین الدین بن علی (شهید ثانی)، منیه المرید فی آداب المفید و المستفید، قم، جامعه مدرسین، حوزه علمیه، 1405 ق، ص 76-89

4. همان، ص 59-74

5. اصول کافی، ج 1، ص 36

که مرا در خردسالی پروردند»^۱ «و بالوالدین احسانا»^۲ و «و قل لهما قولا کریماً»^۳ در آیات متعددی از قرآن بعد از شریک قرار ندادن برای خدا بلافاصله به احترام کردن به پدر و مادر توصیه کرده یا به عبارتی اطاعت از آنها در ردیف اطاعت از خدا قرار گرفته و در قرآن توصیه فراوانی شده که به آنها کمترین عبارات (اف^۴) هم نگوئید چراکه با تواضع منافات دارد. لذا توصیه شده به فرزندان که گرچه از مقام بالای اجتماعی برخوردار باشند لیکن در مقابل پدر و مادر باید فروتنی کنند و رفتاری محترمانه داشته باشند.

- تواضع در برابر فرزندان

فرزندان به عنوان اعضای دیگر خانواده دارای حق و حقوقی هستند که باید رعایت شوند و چون علاوه بر جسم آنان که مولود پدر و مادر هستند روحشان نیز تحت تاثیر رفتار و کردار والدین می باشند همانگونه که نسبت به پدر و مادر توصیه به نیکی و احترام شده در روایات هم نسبت به فرزندان توصیه هایی از ائمه بزرگوار به ما رسیده است که همگی بیانگر آنند که با فرزندان به احترام رفتار کنید زیبا خطابشان کنید. حضرت رسول صلی الله علیه و آله می فرماید:

«من کان عنده صبی فلیتصاب له»^۵

هر کسی که نزدش کودکی است با او کودکانه رفتار شود.

نه اینکه در احترام گذاشتن یا صدا زدن به گمان اینگه کودک هستند و جایگاه و مقامی ندارند برخورد کودکانه ناشی از بی اهمیت جلوه دادن شخصیت آنها صورت گیرد.

1. اسراء 24

2. همان، 23

3. همان، 22

4. لا تقل لهما اف. سوره اسراء آیه 23

5. مجلسی، محمد تقی، روضه المتقین فی شرح من لا یحضره الفقیه، چاپ دوم، قم، بنیاد فرهنگ اسلامی، 1411 ق،

جلد 8، ص 599

- تواضع بین زن و شوهر

خداوند انسان را موجودی با عاطفه و نیازمند مهر و محبت خلق نموده است که نیازهای روحی و عاطفی خود را در ارتباط با دیگران تامین می کند و ازدواج یکی از این ارتباطات است.

«و من آیاته ان خلق لکم من انفسکم ازواجاً لتسکنوا الیهما و جعل بینکم موده و رحمه»^۱

و از نشان های قدرت خدا این است که برای شما از جنس خودتان همسری آفرید تا وسیله آرامش و مهر ورزی در میان شما باشد.»

طبق این آیه زن و شوهر نیازهای روحی و عاطفی خود را می توانند تامین کنند پس باید برای تامین این نیازها تلاش و کوشش کنند و از عوامل تقویت کننده این نیازها دریغ نکنند. یکی از این عوامل احترام متقابل و تواضع نسبت به یکدیگر می باشد.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله درباره ضرورت تواضع متقابل بین زن و مرد می فرماید:

«الا اخبرکم بخیر نساءکم؟ قلنا بلی یا رسول الله. قال: ان من خیر نساءکم....الودود. الذلیلہ مع بعلها»^۲

آیا شما را آگاه سازم که بهترین زنانان کیست؟ گفتیم بلی ای رسول خدا فرمود: از بهترین زنان شما زنی است که با محبت و در برابر شوهر خود متواضع باشد.»

البته این تواضع مختص زن نیست بلکه در روایات دیگری به مرد هم توصیه به تواضع شده است رسول خدا ص می فرماید: «اخبرنی جبرئیل و لم یزل یوصبنی بالنساء حتی ظننت ان لایجل لزوجها ان یقول لها اف؛ برادرم جبرئیل به من خبر داد و همواره به من سفارش زن ها را می کرد تا حدی که خیال کردم مرد حق ندارد به همسرش اف بگوید»^۳.

1. روم، 2

2. بحارالانوار، ج 100، ص 239

3. نوری، حسین، مستدرک الوسائل و مستنبط الوسائل، چاپ دوم، قم، آل البیت، 1408 ق، جلد 14، ص 252

- تواضع در مقابل مومنان

در جامعه دینی انجام فضائل اخلاقی از زیبایی قابل توجهی برخوردار است در سایه تواضع با مومنان ارتباط بین آنها مستحکم و قوی می شود و زندگی در این جامعه لذت بخش شده مشکلات کمتر محسوس و زیبایی ها بیشتر جلوه می کند در سایه این تواضع محبت زیاد و بزرگی مومنان نمایان می شود تواضع نسبت به مؤمنان جزء آموزه های قران می باشد. خداوند متعال در قران به پیامبر اسلام در مقابل مومنان دستور به تواضع می دهد.¹

1-8-2-2-2- تواضع مذموم

تواضع به معنای صحیح آن می تواند شخص را در ارتباطات میان فردی موفق کند سفارش و تاکید اسلام بر تواضع و فروتنی به این معنا نیست که تواضع در همه جا و با همه کس مورد تایید و تشویق است بلکه در مواردی از آن نهی شده است از آن جمله می توان به موارد زیر اشاره کرد.

- تواضع در برابر کافران

قران مجید در آیات فراوانی نسبت به اعمال قاطعانه و عدم انحطاف و نرمش در برخورد با کافران هشدار می دهد خداوند در قرآن می فرماید: «فلا تطع الکافرین و جاهدهم به جهادا کبیرا: از کافران فرمان نبر و با آنان جهاد کن جهادی بزرگ»² «واعدو ما استعظم من قوه³»: تمام توان و نیروی خود را مهیا سازید شاید در معنای ظاهری قوای نظامی مد نظر آیه باشد. اما معنای عام آن را در نظر بگیریم متوجه می شویم که قرآن فرموده: در مقابل کافران و دشمنان مقاوم و محکم بوده و برخورد قاطعانه شود.

پس از هر کاری که باعث عزت ظاهری و تقویت کافران شود باید پرهیز شود از چیزهایی که ممکن است به کافران و دشمنان خدا عزت ظاهری و احساس بزرگی دهد فروتنی

1. «واخفض جناحک من اتبعک من المومنین» سوره شعرا، آیه 215

2. فرقان آیه 52

3. مائده

مومنان در برابر آنها است. خداوند متعال در این باره می فرماید: عزت از آن خدا و پیامبر و مومنان است.^۱

- تواضع در برابر گناهکاران

از آن جایی که در دین به ما توصیه شده به امر به معروف و نهی از منکر و این امر از فروع دین ما می باشد، لذا در باره گناهکاران و فاسقانی که اقدام علنی به گناه می کنند، و ابایی از آن ندارند تواضع معنایی نخواهد داشت جز آنکه قبح گناه و اعمال زشت آنها از بین رفته و نسبت به انجام گناه جسارت بیشتری پیدا می کنند.

هر چند که قرآن در آیات متعددی قول لَئِن^۲، قول کریم را بیان می کند، اما در این مورد باید موقعیت و جایگاه گنهکار شناخته شده و برای جلب و هدایت وی مقتضی زمان و مکان با وی برخورد شود.

- تواضع در مقابل متکبران

یکی دیگر از مواردی که شرع مقدس تواضع را مذموم دانسته، تواضع و فروتنی کردن نسبت به افراد متکبر و به عبارتی از خود راضی هست. چرا که این گونه افراد چنان مغرور و متکبرانند که هیچ کسی را جز خودشان مهم ندانسته و ارزش نمی دهند و به همه به دیدهٔ حقارت نگاه می کنند. گویی که در روی زمین بهتر از اینها وجود نداشته و نخواهند داشت. لذا اگر در برابر این افراد تواضع و فروتنی نشان بدهیم به خواری و ذلت خود افزوده و آنها را مغرورتر و متکبرتر می یابیم. در حالیکه در روایات نهی بر این کار شده، رسول خدا(ص) می فرماید:

«اذا رايت المتواضعين من امتي فتواضعوا لهم رايتم المتكبرين فتكبروا عليهم

فان ذالك لهم مذله و صغار؛^۳

1. والله العزه ولسوله وللمومنين «سوره منافقين آیه 8.

2. سوره طه.

3. جامع سعادت، ج 1، ص 363

آن گاه که به انسانهای مؤمن متواضع برخوردید با آنان تواضع کنید، ولی اگر به انسانهای متکبر برخورد نمودید با آنان تکبر ورزید زیرا این روش برای آنان خواری و حقارت می آورد.»

- تواضع در برابر ثروتمندان و قدرتمندان

تواضع در صورتی ارزشمند است که در برابر مومنان و با انگیزه الهی انجام شود اما اگر توام با انگیزه های غیر الهی مثل به نیت قدرت و ثروت و شهوت و مانند آن انجام بگیرد نه تنها ارزشمند نخواهد بود بلکه تبدیل به یک عمل ناپسند می شود پس طبق معارف اسلامی تواضعی که براساس معیارهای مادی مثل ثروت افراد صورت گیرد مذموم است چرا که این تواضع نیست، بلکه ذلت و خواری است و شخص آن را به سبب ثروت دیگری بر خود تحمیل می کند.

امیر المومنین حضرت علی (علیه السلام) در این باره می فرماید:

«من اتی عنیا فتواضع له لغناه ذهب ثلاثا دینه!»

کسی که بر ثروتمندی وارد شود و برای دارایی اش در برابر وی تواضع کند خداوند دو سوم دینش را می برد.»

1-9- نشانه های تواضع

برخورد متواضعانه با مردم یکی از ارزش های اخلاقی در ارتباطات بین فردی است و سفارش بزرگان دین بیشتر ناظر به همین قسم است و کاربرد فراوانی در جامعه و زندگی فردی و اجتماعی در ارتباط بین افراد دارد و تواضع در برابر پدر و مادر، همسایه، معلم، همکار و... را شامل می شود و خود این تواضع و فروتنی با مردم نشانه های زیادی دارد که به برخی از آنها اشاره می شود.

1-9-1- تقدم بر سلام دادن و پاسخ آن

در معاشرت و ارتباطات میان فردی اجتماعی سلام کردن دارای ارزش والایی است و

حتی با همین عبارت نشانه مسلمانی می باشد سلام دارای بار معنای زیادی است سلام از اسماء خداوند متعالی است^۱ و کسی که ابتدا سلام کند نزدیکترین فرد به خدا و رسولش معرفی شده است.^۲ حال امکان دارد افرادی به علت اینکه از خود راضی هستند نسبت به سلام دادن بخیل باشند و از سلام دادن خودداری نمایند.^۳ از خود راضی بودن و تکبر بسیار مذموم و مورد نکوهش شرع مقدس واقع شده است سلام دادن هر چند به ظاهر امری ساده به نظر می آید اما خود این که شخص ابتدا به سلام کند یا جواب دهد دلیل بر عدم کبر او و نشانه تواضع فرد تلقی می شود خواهد بود لذا پیامبر رابطه بین تواضع و سلام را چنین می فرماید: «البادی بالسلام بری من الکبر: شروع کننده سلام از تکبر دور می شود»^۴ پس کسی که ابتدا به سلام کند هرچقدر از تکبر دور می شود به همان اندازه به تواضع نزدیک می شود چنانچه امام صادق (علیه السلام) می فرماید: از تواضع شخص است که وقتی افرادی را ملاقات می کند سلام بگوید.^۵

1-9-2- انتظار نداشتن ستایش از دیگران

درست است فردی که تواضع دارد و رفتارش توأم با فروتنی و تواضع هست را همگان دوست دارند و مدح و ثنایش را می گویند اما خود فرد متواضع چون خود را در برابر عظمت خدا ناچیز می داند انتظاری ندارد که دیگران او را ستایش نمایند امام صادق (ع) می فرماید:

«من التواضع..... ان لاتحب ان تحمد علی التقوی؛^۶

از نشانه های تواضع آن است که دوست نداشته باشی به خاطر داشتن تقوی ستایش شوی.»

1. متقی هندی، علی بن حسام الدین، کنز العمال فی سنن الافعال و الاقوال، بیروت، مؤسسه الرساله، 1405 ق.، جلد 9،

ص 113

2. بحار الانوار، ج 73، ص 12

3. وسائل الشیعه، ج 8، ص 437

4. کنز العمال، ج 9، ص 114

5. «ثلاث هن راس التواضع: ان یبده بالسلام من لقیه....» کنز العمال، حدیث 8506

6. طبرسی، علی بن حسن، مشکات الانوار، ترجمه هوشمند و محمدی، قم، دارالتقلین، 1379 ش، جلد 1، ص 397

کسی که خود ستایی می کند خود را برتر از دیگران می بیند و این نوع افراد در ارتباطات و معاشرت های خود در جامعه نه تنها موفق نیستند بلکه نتیجه عکس دارد.

1-9-3- دوری از خودنمایی

یکی از دیگران نشانه های تواضع دوری کردن از خودنمایی و مرکز توجه واقع شدن است امام علی ع در این باره می فرماید:

«ثلاثهن راس التواضع؛... ویکره الرئاء والسمعه¹؛

سه چیز است که در راس تواضع است ... سوم آن که خودنمایی و شهرت طلبی را خودش نداشته باشد.»

1-9-4- تقید نداشتن به مکان مخصوص در نشستن

شخص متواضع چون خود را بالاتر از دیگران نمی بیند در معاشرت و ارتباطات خویش مقید به مکان مخصوصی نیست و چه بسا در انتخاب مکان برای نشستن و مانند آن مکانی پایین تر از مقام خویش و مکانهای پایین را انتخاب می کند.

حضرت امام صادق (علیه السلام) می فرمایند:

«ان من التواضع ان یجلس الرجل دون شرفه؛²

از فروتنی است که آدمی در کم تر از جایگاهش بنشیند.

1-9-5- پرهیز از جدل

گاهی برای انسان مواردی پیش می آید که مجبور به بحث و جدل می شود و این گونه می شود که اگر بحث و جدل را یکی از طرفین خاتمه بدهد دیگری گمان می کند که او پیروز شده و دیگری مغلوب لذا سعی می کند برای خود برتر بینی هم شده تا آخر با مرا و جدل بحث را به نفع خود به پایان برد فرد متواضع فقط می تواند این بزرگی را از خود نشان داده و کوتاه بیاید امام صادق (علیه السلام) می فرماید:

1. بحار الانوار

2. اصول کافی، ج 2، ص 100

«ان من التواضع ان يترك المراء و ان كان محقاً؛
از فروتنی است که انسان مجادله را رها کند اگر چه حق او باشد.»

1-9-6- ساده زیستی

ساده زیستی در جایی به معنای کمال است که فرد امکان زندگی مرفه تر را دارد اما این کار را به خاطر وجود تواضع و فروتنی در مقابل فقرا ترک می کند.
پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) در این باره می فرمایند:

«من ترک لبس ثوب جمال و هو یقدر علیه تواضعا کساه الله حله الکرامه^۲؛
هر کس پوشیدن لباس فاخر را از روی تواضع ترک کند در حالیکه قادر بر تهیه آن
باشد خداوند جامه کرامت و بزرگی را بر قامت او خواهد پوشاند.»

1-9-7- مشورت خواهی

مشورت با مردم علاوه بر آنکه استفاده از اندیشه دیگران است بلکه باعث تقویت ارتباط بین مردم می شود مشورت خواهی یکی از مصادیق و نشانه های تواضع است، فرد متواضع از افکار و آرای دیگران بهره می گیرد پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) با اینکه کامل ترین مردم و عقل کل بود و از تأییدات ویژه خداوند بهره مند بود از طرف خداوند متعال دستور یافت تا در امور با مؤمنان مشورت کند.^۳ و مشورت پیامبر نوعی بزرگ شمردن شخصیت اصحاب و تواضع در برابر طرف مقابل آنان بوده و دیگر اینکه افرادی که دارای مقام بالایی هستند مشورت کردن را کسر شان خود ندانند و تواضع داشته باشند امام کاظم (علیه السلام) با بردگان در برخی کارها مشاوره می کرد و می فرمود:

«إن شاء الله تعالی ربما فتح علی لسانه^۴

1. ابن بابویه قمی، محمد بن علی (شیخ صدوق)، معانی الاخبار، تحقیق علی اکبر غفاری، قم، انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین، 1361 ش، ص 381
2. مستدرک الوسائل، ج 11، ص 304
3. «... و شاورهم فی الامر...» سوره آل عمران آیه 159
4. میزان الحکمه، ج 5، ص 211.

اگر خداوند بخواهد واقع و حقیقت را بر زبان او می گشاید.»

1-9-8- حق پذیری

انسان باید در معاشرت و ارتباط با مردم حق پذیر باشد همان طور که اصرار در عدم پذیرش حق نوعی تکبر محسوب می شود اگر انسان احساس کند سخن یا عمل وی اشتباه است باید با کمال فروتنی به اشتباه خود اعتراف کرده و با تواضع حق را بپذیرد شخصی که در قبال حرفهای حق تسلیم نشود در حقیقت خود را برتر می پندارد و قبول حق را شکست نفس خود و کوچک شدن خویش قلمداد می کند و این همان ضد تواضع که در بالا گفته شد رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) فرمودند «کبر عبارت است از حق ناپذیری و حقیر شمردن مردمان.»¹

افرادی که مثل فرعون، قارون، ابوجهل چشمان خود را به روی حقایق می بستند و حق را قبول نمی کردند وقتی حضرت موسی و (ع) هارون با معجزات روشن الهی به سوی فرعون رفتند، فرعونیان از روی تکبر حق را نپذیرفتند و گفتند: «آیا به اینان که مانند ما هستند، ایمان بیاوریم؟ با آن که قومشان بردگان ما هستند»² و یا با حالت تمسخر می گفتند: «آیا از میان ما اینان بودند که خداوند بر آنان منت گذارد و بر ما مقدم داشت.»³

1-9-9- عدم خستگی از اطاعت الهی

امیرمؤمنان امام علی (علیه السلام) یکی دیگر از نشانه های تواضع را عدم خستگی از طاعت خداوند دانسته و می فرماید: هر که قلبش برای خدا تواضع داشته باشد، بدنش از طاعت خدا خسته نمی شود.⁴

1-9-10- ادب و احترام

-
1. کنز العمال، ج 3، ص 527.
 2. مؤمنون (23) آیه 47.
 3. انعام (6) آیه 53.
 4. مَنْ تَوَاضَعَ قَلْبُهُ لِلَّهِ لَمْ يَسَأَمْ بَدَنَهُ مِنْ طَاعَةِ اللَّهِ (بحار الانوار ج ۷۵ ص ۹)

مراعات ادب و احترام به افراد نشانه و نمودی از تواضع است و ادب دارای مصادیق زیادی است که می توان به تقدم در سلام کردن حفظ ادب را کلاس درس نشستن و ... اشاره کرد با این مصادیق گزاره ادب می توان تواضع افراد را بررسی کرد در متون دینی هم به این نمود اشاره شده است.

امیرالمومنین (علیه السلام) می فرمایند: «سه چیز اساس فروتنی است: سبقت در سلام با هر که باشد، خشنودی به نشستن در پایین مجلس و خوش نداشتن ریاکاری و به رخ کشیدن کارها.»¹

کسانی که انتظار دارند دیگران به آنان سلام کنند و در نشستن و برخاستن و رفتارهای خویش با مردم ادب را مراعات نمی کنند از تواضع و فروتنی به دور و گرفتار کبر و غرورند.

1-9-11- احترام به حقوق دیگران

از نشانه های تواضع این است که با مردم با انصاف برخورد نموده و به حقوق آنها احترام بگذارد شخصی که به حقوق دیگران احترام قائل نیست و در قبال حرفهای حق آنها تسلیم نباشد در حقیقت خود را برتر می پندارد و احترام به حقوق دیگران برایش ارزشی ندارد و این همان ضد تعریف تواضع است.

1-9-12- خدمت رسانی

خدمت رسانی به افراد هم نوع خود در ظاهر کوچک کردن خویش در مقابل آنها است افراد متواضع، از خدمت کردن به دیگران احساس حقارت نمی کنند و خود را خادم مردم می دانند. و کسی که خویش را خادم مردم بداند و خدمت به مردم را تحقیر برای خود نداند این همان تواضع و نمودی از آن است در متون و منابع دینی ما به این نمود هم اشاره شده است که می توان به جریان مسافرت امام سجاد (علیه السلام) اشاره کرد.

امام سجاد (علیه السلام) مسافرت نمی کرد، مگر با همراهانی که ایشان را شناسند و با

1. کنز العمال، ج 3، ص 701.

آنان شرط می کرد که از خدمت گزاران باشد. در سفری با کسانی که او را نمی شناختند همراه شد، ولی در راه با مردی مواجه شد که آن حضرت را می شناخت. لذا به دیگران گفت: می دانید این مرد کیست؟ پاسخ دادند: خیر. گفت: علی بن الحسین (علیه السلام) است. با شنیدن این سخن، همگی هیجان زده از جا برخاستند و دست و زانوی حضرت را بوسیدند و گفتند: یا بن رسول الله! آیا می خواستی ما (با جسارت و بی ادبی) جهنمی شویم؟ چه باعث شد که ناشناخته بین هم سفرها آمدید؟ فرمود: مردم به احترام رسول الله به من احترام می کنند در حالی که استحقاق آن را نداشتیم، می ترسیدم شما نیز همانند آنان رفتار کنید.¹

2- گستره معنایی ارتباطات میان فردی و اقسام آن

2-1- تعریف ارتباط

ارتباط واژه ای عربی از باب افتعال است که در فارسی به معنای پیوند دادن و ربط دادن است.²

ارتباط جریانی است که در طی آن دو نفر یا بیشتر به تبادل افکار نظرات احساسات عقاید خود می پردازند و از طریق به کار بردن پیام هایی که معنایش برای همه آنها یکسان است به برقراری ارتباط می پردازند³ و به طور کلی ارتباط انسان ها اساس شکل گیری جامعه انسانی به معنای واقعی و منشاء فرهنگ و عاملی در راه ارتقای انسانی است، نبود آن مانعی در راه هر نوع پیشرفت اجتماعی است.⁴

2-2- تعریف ارتباطات

برای ارتباطات تعاریف زیادی مطرح کرده اند که می توان گفت همه آنها در اینکه

1. بحارالانوار، ج 46، ص 69.

2. ساروخانی، باقر، جامعه شناسی ارتباطات، تهران، نشر اطلاعات، 1376 ش، ص 19

3. همان، ص 20

4. برگ، اتو کلاین، ترجمه علی محمد کاردان، روان شناسی اجتماعی، تهران، نشر اندیشه، 1376 ش، ص 503 و 519

ارتباطات انتقال معانی و مفاهیم است مشترکند هر چند در اینکه گستره آن چه قدر است با هم اختلاف دارند ما در اینجا به چند نوع از تعریف ها اشاره می کنیم.

ارتباطات در اصطلاح انتقال و تبادل اطلاعات معانی و مفاهیم و احساسها بین افراد با واسطه یا بلاواسطه را گویند.^۱

ارتباطات فرآیندی است که طی آن افراد از طریق انتقال علایم پیام به ارسال و دریافت معنی مبادرت می کنند^۲

ارتباطات فرآیندی آگاهانه یا ناآگاهانه که از طریق آن احساسات و افکار به شکل پیام های کلامی یا غیرکلامی بیان می گردد. مردم یک جامعه در سه سطح ارتباطات درون فردی یا همان ارتباط با خود مانند تصمیم گیری، ارتباطات میان فردی یا همان ارتباط با دیگران و ارتباطات عمومی یا همان ارتباط جمعی، با یکدیگر ارتباط برقرار می کنند

2-1- تعریف ارتباطات میان فردی

ارتباط میان فردی فرآیندی است که در آن مفاهیم و احساسات را با پیام های کلامی و غیر کلامی به دیگران می رسانیم.^۳

ارتباط میان فردی نشانه هویت و کمال انسان است و این ارتباط اگر موثر باشد باعث شکوفایی افراد و بهتر شدن کیفیت رابطه بین فردی می شود اما اگر غیر موثر باشد نتیجه عکس خواهد داشت از این رو آموزه های دینی بر این مطلب (ایجاد ارتباط موثر) تاکید دارد و حضرت علی علیه السلام می فرماید: المومن مالوف و لآخر فی من لایالف و لایولف؛ مومن در ارتباط و الفت است و آن کس که نه با دیگران الفت گیرد و نه دیگران با او خیری در وی

1. مدیریت عمومی ص 147

2. مبانی سازمان و مدیریت ص 473

3. هارجی و دیگران، مهارت های اجتماعی در ارتباطات میان فردی، ترجمه مهرداد فیروزبخت و خشایار بیگی، چاپ چهارم، تهران، رشد، 1390، ص 20

نیست.^۱

2-2- انواع ارتباط

بطور کلی می توان ارتباطات را به دو قسم ارتباطات کلامی و غیر کلامی تقسیم کرد ارتباط کلامی و ارتباط غیر کلامی در درجه اول، ابزار برقرای ارتباط و انتقال پیام هستند و همین امر بزرگترین وجه اشتراک این دو ارتباط هست. هم ارتباط کلامی و هم ارتباط غیر کلامی با فرهنگ و اجتماع مرتبط هستند و از فرهنگی به فرهنگ دیگر متفاوت میشوند. آنچه که در مورد ارتباط کلامی واضح و مبرهن است این است که این نوع ارتباط با استفاده از زبان امکان پذیر است و از طریق زبان، معانی، مفاهیم و مقصودگوینده انتقال میابد و در این نوع ارتباط زبان عنصر کلیدی است؛ ولی ارتباط غیر کلامی بیشتر به هیجانها و حس های پنج گانه و حرکات اندام و طرز نگاه کردن و... مربوط می شود و وابسته به زبان رسمی نیست و ایده ها و مفاهیم بدون کانال زبان، تشریح و تفسیر میشوند.

2-2-1- ارتباط کلامی یا گفتاری

ارتباط کلامی ارتباطی است که منظور و معنای فرستنده فقط از طریق گفتار و کلام به مخاطب رسانده می شود و این ارتباط از قدیمی ترین و موثر ترین نوع ارتباط در طول تاریخ بشری بوده است.^۲ گفتار کم نظیرترین و متداولترین عملکرد و واکنش انسان است. هم چنین گفتار از مهمترین و قدرتمندترین ابزاری که در اختیار بشر است اما شاید عده ای کمی از ما واقعاً به توان و قدرت آن پی برده باشیم چون بیان و گفتار مهم ترین وسیله ارتباط انسانها با یکدیگر است لذا خدا اولین ویژگی مهم انسان را بعد از خلقت او، قدرت زبان و بیان را ذکر می کند.

1. اصول کافی، ج 2، ص 104

2. همان، ص 20

«خَلَقَ الْإِنْسَانَ، عَلَّمَهُ الْبَيَانَ»^۱

انسان را آفرید و به او سخن گفتن آموخت.»

کلمه هایی که به کار می رود بیان کننده عواطف و احساسات فرد می باشد. لذا حضرت علی (ع) قائلند شخصیت انسانها در زیر زبانشان و میان حرفهایشان پنهان است. المرءُ مَخْبُوءٌ تَحْتَ لِسَانِهِ.^۲

اما باید دقت داشت چون ارتباط امری دو سویه است و دو طرف دارد یکی گوینده، دیگری شنونده. پس اگر یکی از طرفین حرفهای زیبا به دیگری بزند طبیعتاً زیبا خواهد شنید. امام علی (ع) می فرماید: زیبا خطاب کنید تا جواب زیبا بشنوید^۳. و قرآن هم توصیه کرده که: «قُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ» به بندگان من بگو که با یکدیگر به بهترین وجه سخن بگویند.^۴

امام علی (ع) در نحوه تأثیر گذاری کلمات و گفتار چنین می فرماید: «رُبَّ كَلَامٍ أَنْفَذَ مِنْ سِهَامٍ»^۵ چه بسا سخنی که شکافنده تر از نیزه و شمشیر است. حال که اهمیت ارتباط کلامی مشخص شد به موارد و مصادیقی از آن را اشاره می کنیم.

2-2-1-1-1-1-1 سلام کردن:

یکی از مهارتهای ارتباطی که کاملاً بدون هزینه و با سهولت انجام می گیرد. سلام کردن می باشد سلام یکی از نام های خدا و تحیت الهی است و حتی پیامبر اکرم (ص) و ائمه (ع) فرموده اند: اگر کسی پیش از سلام کردن شروع به سخن کرد پاسخش را ندهید.^۶ همچنین پیامبر (ص) می فرمایند: آیا شما را به چیزی راهنمایی کنم که اگر انجامش دهید، محبوب

1. الرحمن: 3، 4.

2. نهج البلاغه، قصار 148.

3. غررالحکم و دررالحکم، ج 1، ص 139.

4. اسراء: 53.

5. غررالحکم و دررالحکم، ج 4، ص 69.

6. قمی، شیخ عباس، سفینه البحار، چاپ دوم، قم، اسوه، 1374 ش. جلد 1، ص 645

یکدیگر خواهید شد؟ سلام کردن میان خودتان را آشکار سازید^۱. علاوه بر این که سلام کردن مبدأ آشنایی است هم چنین منشا و سر آغاز سخن بین طرفین می شود امام علی (علیه السلام) در این مورد می فرماید: «هر تازه واردی در محیط نامأنوس، حیرت زده می شود برای آرامش خاطر، سخن خود را با سلام آغاز کنید^۲».

2-2-1-2- تفقد و احوال پرسی:

بعد از سلام کردن به عنوان یک مهارت ارتباطی احوال پرسی نقش مهمی در برقراری ارتباط دارد. احوال پرسی نشانه اهمیت دادن به طرف مقابل است. پیامبر اکرم (ص) هرگاه سه روز یکی از برادران خود را نمی دید، جویای حالش می شد، اگر جایی رفته بود برایش دعا می کرد و اگر در شهر بود به دیدارش می رفت و اگر بیمار بود به عیادتش می رفت^۳.

2-2-1-3- صدای جذاب:

چون صدا از ابتدایی ترین ابزار برای برقراری ارتباط است، لذا صداهای افراد در حالت های مختلف نشان دهنده حالات جسمی و روحی آنها می باشد. مثلاً اگر با کسی تلفنی صحبت کنیم از تن صدایش می توانیم بفهمیم که ناراحت است یا خوشحال. لذا قرآن کریم برای ایجاد ارتباط سازنده لحن خوش و مناسب در گفتار را توصیه کرده.

«وَأَقْصِدْ فِي مَشِيكَ وَأَغْضُضْ مِنْ صَوْتِكَ^۴»

در رفتارت میانه رو باش و لحن سخنت را آرام کن.

2-2-2- ارتباط غیر کلامی

ارتباط غیر کلامی ارتباطی است که بدون کلام و گفتار و از طریق حرکات و علایم پیام و مفهوم به مخاطب رسانده می شود لذا نشانه های غیر کلامی در ارتباطات میان فردی از

1. محمدی ری شهری، محمد، المحبه فی الكتاب و السنه، چاپ سوم، قم، دارالحدیث، 1384، ح 27.

2. غررالحکم و دررالحکم، ج 5، ص 24.

3. طبرسی، محمد حسن، مکارم الاخلاق، چاپ ششم، 1392 ق، جلد 1، ص 55.

4. لقمان: 19.

اهمیت بسزایی برخوردار است.^۱

ارتباط غیر کلامی شامل تمامی جنبه های ارتباط بجز کلمات می باشد ارتباط غیر کلامی نه تنها شامل ژست ها و حرکات بدن می شود بلکه نحوه ادای کلمات را نیز در بر می گیرد ، مثل آهنگ ادای کلمات ، بلندی صدا و لهجه ، این ویژگی های غیر کلامی بر معنای کلمات تاثیر می گذارند.^۲

گاهی در ارتباطات میان فردی معنا و مفهوم پیام چیزی غیر از گفتار است. یعنی از گفتار اصلاً استفاده نمی شود و بدون کلام بلکه با حرکات و ... پیام به مخاطب رسانده می شود که ارتباط غیر کلامی نامیده می شود. و چند نوع زبان برای انتقال پیام وجود دارد:

1- زبان علامتها: در این نوع حرکات جایگزین کلمات می شود.

2- زبان عمل: تمام حرکات برای انتقال یافتن پیام به عنوان علائم به کار نمی رود اما معنا را می رساند.

3- زبان اشیاء: نمایش کالاهای مادی که به دو صورت ارادی و غیر ارادی می باشد مثل آثار هنری، زیور آلات و ... که انسانها از آنها استفاده می کنند.

البته باید اشاره کرد که علاوه بر حرکات و نمادها و علامت ها نحوه ایجاد فاصله بین طرفین هم از اهمیت بسزایی برخوردار است. به برخی از مواردی که در ارتباطات غیر کلامی حایز اهمیت است اشاره می شود.

چون این نوع ارتباط بدون کلام و با حرکات و ... انتقال داده می شود لذا موارد زیر در بر گیرنده این نوع ارتباط می باشند.

2-2-1-1- نگاه محبت آمیز

بررسی ها نشان داده اند که در ارتباطات بین فردی یک سوم معانی از طریق صحبت

1. ارتباطات انسانی، ج 1

2. جویاتی ، وود ، ارتباطات میان فردی ، ترجمه مهرداد فیروز بخت ، تهران ، شهر کتاب ، 1384 ش ، ص 284

کردن و دو سوم آن از طریق غیر کلامی منتقل می شود.¹

ارتباط غیر کلامی زبان بدن هم می توان نامید چرا که چهره و حالات آن در موقع شادی، غم، محبت، نفرت، خشم و ... مفاهیم بسیاری را به طرف مقابل منتقل می کند.

2-2-1-2- آراستگی ظاهری:

شاید در وهله اول بعید به نظر بیاید که آراستگی ظاهری ربطی به ارتباط غیر کلامی داشته باشد. اما واقعاً یکی از ابزارهای ارتباط غیر کلامی آراسته بودن می باشد چون در برخورد اول تأثیر بسزایی در طرف مقابل ایجاد می کند و این جمله همه جا کاربرد دارد که از ظاهرش معلوم است... که لذا دین اسلام بر زینت و خودآرایی توصیه کرده چه در حال تنهایی و عبادت، چه در معاشرت و روابط اجتماعی.

«يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ؛²»

ای فرزندان آدم زمانیکه برای عبادت در مسجد حاضر می شوید خود را زینت

دهید.»

رسول اکرم(ص) هم هنگام ملاقات با کسی، جلوی ظرف آبی ایستاده و سر و صورتش را مرتب کرد و فرمود: خداوند دوست دارد وقتی مسلمانی برای دیدار برادرش می رود خود را بیاراید.³

2-2-1-3- شنونده خوب بودن

در ارتباطات میان فردی، افراد باید نسبت به هم درک متقابل داشته باشند تا بتوانند ارتباط خود را به نحو احسن انجام دهند، درک صمیمانه هم گام مؤثری در این زمینه است. برای اینکه درک صمیمانه در ارتباط صورت بگیرد باید در وهله اول شنونده خوبی بود تا بعد بتوان با طرف مقابل همگام و همدل شد.

1. مهارت های اجتماعی در ارتباطات میان فردی، ص 49

2. اعراف: 31.

3. مکارم الاخلاق، ج 1، ص 51.

امام علی (ع) می فرمایند: «عَوَدَ أُذُنَكَ حُسْنَ الْإِسْتِمَاعِ»^۱.

وقتی در ارتباط به سخن طرف مقابل گوش داده شود کمک شایانی به آنها در کاهش مشکلات روحی یا به عبارتی بهتر تخلیه روانی آنها از غصه می شود. شنونده خوب کسی هست که بیشتر به حرف های دیگران گوش دهد. و با او همگام شود.

2-2-1-4- احترام به مخاطب

یکی از مهارتهای ارتباط مؤثر توجه داشتن به طرف مقابل (مخاطب) است. یعنی طرف مقابل در هر موقعیت و شرایطی باشد به او احترام کرده و مورد توجه قرار داد. شاید احترام به شخصیت افراد در هر حال این سؤال را به دنبال داشته باشد، پس اگر آن شخص گناه یا خطایی انجام دهد در برخورد با آن تکلیف چیست؟ باید پاسخ داد که اینجا بین رفتار و شخصیت فرد باید فرق قائل شد. چنانچه قرآن کریم از زبان حضرت لوط خطاب به قومش می فرماید: «قَالَ إِنِّي لَعَمَلِكُمْ مِّنَ الْفَالِينَ»^۲ گفت من دشمن کردار شمایم.

امام علی (ع) می فرماید:

«انَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْعَبْدَ وَ يُبْغِضُ عَمَلَهُ»^۳.

خداوند چه بسا کسی را دوست می دارد ولی عملش را مبغوض می شمارد.

2-2-1-5- محبت کردن:

در ارتباطات میان فردی آن ارتباطی مستحکم تر و پایدار تر است که ابراز مهر و محبت و دوستی در آن حاکم باشد. پیامبر اکرم (ص) می فرمایند: با مردم محبت و مهرورزی کن تا دوستت بدارند.^۴

همچنین قرآن یکی از علت‌های پیروزی پیامبر در جلب نظر دیگران محبت و نرم خوئی

1. همان، ج 4، ص 329.

2. شعراء: 168.

3. نهج البلاغه، خطبه 154.

4. اصول کافی، ج 2، ص 642.

ایشان می داند.

« فِيمَا رَحْمَةً مِّنَ اللَّهِ لَئِن لَّهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ^۱ »

پس به برکت رحمت الهی با آنان نرم خو و مهربان شدی و اگر تندخو و سخت دل بودی از پیرامونت پراکنده می شدند.

البته باید دقت داشت طبق آموزه های دینی محبت قلبی به تنهایی کافی نیست بلکه آن را باید ابراز کرد.

امام صادق (ع) می فرماید:

« إِذَا أَحْبَبْتَ رَجُلًا فَأَخْبِرْهُ^۲ ». هرگاه کسی را دوست داشتی او را آگاه کن.

2-2-1-6- گشاده رویی یا خوش رویی:

اگر کسی بخواهد با دیگران ارتباط مؤثر و خوبی برقرار کند باید ظاهر خود را که مجوز ورود به ارتباط است را اصلاح نماید یکی از ظواهر چهره انسان می باشد که حالات چهره تأثیر بسزایی در افتتاح یا مسدود شدن ارتباط دارد لذا در دین اسلام لبخند زدن به چهره دیگری کاری نیکوست. امام باقر(ع) می فرماید: « تَبَسُّمُ الرَّجُلِ فِي وَجْهِ أَخِيهِ حَسَنَةٌ^۳ » لبخند زدن به روی برادر دینی نیکو و حسنه است. پیامبر اکرم(ص) هم بهترین مردم را کسی دانسته که از همه خوش خلق تر و نرم خوتر و با دیگران مانوس باشد و دیگران نیز با او انس و الفت بگیرند.^۴

2-2-1-7- گذشت و بخشش:

وقتی در ارتباطات میان فردی بین افراد اختلاف یا کدورتی پیش می آید اگر افراد بتوانند یکدیگر را ببخشند و از خطای هم اغماض کنند روابط سالم تر و پایداری خواهند

1. آل عمران، 159.

2. بحار الانوار، ج 71، ص 181.

3. اصول کافی، ج 1، ص 188.

4. میزان الحکمه، ج 1، ص 801.

داشت.

خداوند در قرآن می فرماید: «خوبی و بدی برابر نیستند، همواره به نیکوترین وجهی پاسخ ده تا کسی که میان تو و او دشمنی است چون دوست، مهربان تو شود.»^۱
حضرت علی (ع) به فرزندش امام حسن (ع) ۹ می فرماید:

«وَأَقْبِلْ عُدْرَ مَنْ اَعْتَذَرَ إِلَيْكَ وَ خُذِ الْعَفْوَ مِنَ النَّاسِ^۲»

عذر کسی را که نزد تو عذر خواهی کرد بپذیر و از مردم در گذر.

2-2-3- ارتباطات میان فردی از دیدگاه آیات و روایات

در آیات و روایات در مورد ارتباطات بین فردی مصادیق زیادی جهت بهبود و تقویت آن مطرح شده است. قرآن بنابر اینکه انسان موجودی اجتماعی است و باید در کنار سایر افراد زندگی کند، به دوری از جدایی از اجتماع توصیه می کند.

امام صادق (ع) می فرمایند:

«انَّ أَحَدًا لَا يَسْتَغْنَى عَنِ النَّاسِ فِي حَيَاتِهِ وَالنَّاسُ لَا بُدَّ لِبَعْضِهِمْ مِنْ بَعْضٍ^۳»

کسی نیست که تا زنده است از مردم بی نیاز باشد و مردم باید با یکدیگر سازش داشته باشند.

بنابراین انسان برای زندگی به هموعان خود نیاز دارد تا با آنان معاشرت کند و از

مزایای اجتماعی بهره ببرد. و آن حضرت در حدیثی دیگر می فرماید:

«خَالِطُوا النَّاسَ وَ اتَّوَهُمُ وَ اعِينُوهُمْ وَ لَا تَجَانِبُوهُمْ^۴».

با مردم پیامیزید در اجتماعاتشان شرکت کنید و آنان را در کارها یاری نمائید و منزوی و گوشه گیر نشوید و از جامعه کناره نگیرید.

در روایات علاوه بر همراهی با اجتماع و همکاری در دوری نکردن هم توصیه کرده.

حضرت علی (ع) می فرماید:

1. فصلت: 34.

2. بحار الانوار، ج 74، ص 215.

3. کافی، ج 4، ص 447.

4. مستدرک الوسائل، ج 8، ص 314.

«الزُّمُّوا السَّوَادَ الْأَعْظَمَ خَانَ يَدَّ اللَّهُ مَعَ الْجَمَاعَةِ وَ أَيَاكُمُ الْفُرْقَةَ»¹

همواره با بزرگ ترین جمعیت ها باشید که دست خدا با جماعت است و از تفرقه و جدایی پرهیزید.

انسان هر اندازه که قوی و نیرومند از نظر علمی و مالی در حد بالایی باشد باز هم تنهاست. ضرب المثل معروف که می گوید یک دست صدا ندارد حاکی از این مطلب است که قدرت فرد همیشه کم تر از قدرت جمع می باشد. لذا امام صادق (ع) می فرمایند:

«رَحِمَ اللَّهُ عَبْدًا اجْتَمَعَ مَعَ الْآخِرِ فَتَذَاكَرْنَا ... فَانْفَى اجْتِمَاعِكُمْ وَ مَذَاكَرَاتِكُمْ أَحْيَاءَ أَمْرِنَا»².

خداوند رحمت کند بنده ای را که با دیگری جمع شود آنگاه امر ما را یادآور شوند همانا در اجتماعات و مذاکرات شما یاد ما و زنده شدن امر ماست.

1. نهج البلاغه، ح 127.

2. وسائل الشیعه، ج 16، ص 348.