بررسی نقش رفتار در روابط اجتماعی بر سلامت روح و روان از دیدگاه امام علی (ع)

زهره کدخدایی[۱]، حسین حاجیان‌فر[۲]

مقاله مروری

چکیده

با توجه به وجود ارتباط بین نگرش‌های مذهبی و رفتار می‌توان آموزه‌های دین را برای هماهنگ کردن ابعاد شخصیت و رفتار افراد در ارتقای سلامت روح و روان به کار گرفت. بی‌تردید با شناخت صحیح مفاهیم قرآن و نهج‌البلاغه و به کارگیری تعالیم اسلامی می‌توان فرد و جامعه را برای رسیدن به سلامت روحی و روانی یاری نمود. از این رو پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش رفتار بر سلامت روان از دیدگاه امام علی (ع) انجام گرفت. پژوهش حاضر یک مطالعه کتابخانه‌ای است که در آن سعی شد از قرآن، نهج‌البلاغه و غررالحکم استفاده گردد. در ابتدا نقش رفتار در تأمین سلامت روح و روان و مکانیزم تأثیر رفتار در تأمین سلامت روانی افراد بیان گردید. سپس عوامل بهبوددهنده و آسیب‌های رفتار ناپسند در کلام امام علی (ع) ذکر شد و آثار هر کدام بر سلامت روان بیان گردید. در این مطالعه نقش رفتار بر سلامت روان از دیدگاه امام علی (ع) مورد بررسی قرار گرفت. یافته‌های تحقیق نشان داد که رفتار پسندیده از موارد مهم اثرگذار بر سلامت روان است و در ارتقای آن مؤثر می‌باشد. اسلام به روابط اجتماعی بسیار اهمیت می‌دهد؛ چرا که روابط صحیح و عمل به دستورهای اسلام در این بخش، در سلامتی روح و روان و تکامل افراد و کل جامعه نقش حیاتی دارد. از این رو بخش قابل توجهی از مباحث فقه به تنظیم و چگونگی روابط انسان‌ها مربوط می‌شود. برای ایجاد رابطه مطلوب با دیگران باید اصول و معیارهایی رعایت شود. اصول و معیارهای رعایت حقوق دیگران به دو دسته تقسیم می‌شود. دسته اول صفات و خصوصیات رفتاری است که فرد در برابر دیگران باید از خود بروز دهد و بدان‌ها آراسته شود. دسته دوم رفتارهای ناپسندی است که فرد باید از آن‌ها اجتناب کند. از جمله صفات مناسب، اخلاقی است که به بهبود روابط اجتماعی و سلامت روان کمک کند.

واژه‌های کلیدی: اخلاق، رفتار، نهج‌البلاغه، سلامت روان، اجتماع

ارجاع: کدخدایی الیادرانی زهره، حاجیان‌فر حسین. **بررسی نقش رفتار در روابط اجتماعی بر سلامت روح و روان از دیدگاه امام علی (ع).** مجله تحقیقات نظام سلامت ۱۳۹۲؛ ۹ (۵): ۴۷۲-۴۶۰.

دریافت مقاله: ۱۳۹۱/۰۷/۱۰ پذیرش مقاله: ۱۳۹۱/۱۰/۳۰

مقدمه

انسان درون اجتماع زندگی می‌کند و به ناچار رفتارهایی که از او سر می‌زند، بخشی از آن‌ها در ارتباط با روابط اجتماعی است و یا به نحوی از طرف عوامل اجتماعی تحت تأثیر قرار می‌گیرد.به بیان دیگر رفتار یک فرد در تنهایی متفاوت از رفتاری خواهد بود که در جمع از خود نشان می‌دهد. رفتار اجتماعی یعنی هر رفتار که متضمن کنش متقابل دو یا چند انسان باشد.

انسان به عنوان یک موجود اجتماعی از همان بدو تولد گرایش‌های اجتماعی از خود نشان می‌دهد. نیاز به کسب حمایت و امنیت، شاید اولین نشانه‌های نیازمندی فرد به عوامل بیرونی می‌باشد. نیاز به دوست داشته شدن، نیاز به

۱- کارشناس ارشد، گروه معارف نهج‌البلاغه، دانشکده معارف، دانشگاه قرآن و عترت، اصفهان، ایران

۲- دانشجوی دکتری، مرکز تحقیقات امنیت غذایی، دانشکده تغذیه و علوم غذایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران (نویسنده مسؤول)

Email: hossein_hajian2005@yahoo.com

www.mui.ac.ir

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]

حمایت، نیاز به کسب امنیت و نیاز به پیوندجویی از نیازهای اساسی انسان هستند که Maslow آن‌ها را در سلسله مراتب نیازهای خود قرار داد و به اهمیت آن‌ها در خود شکوفایی فرد تأکید نمود. روشن است در یک سوی این نیازها فرد و در سوی دیگر آن اجتماع قرار دارد. ارضای این نیازها در ارتباط فرد با جامعه میسر خواهد بود.

ارتباط فرایندی است که در آن اطلاعات از طریق نظام مشترک علایم، نشانه‌ها و یا رفتار منتقل می‌شود. عوامل مختلفی بر فرایند ارتباط اثر می‌گذارد که از آن جمله فرهنگ و مذهب می‌باشد. بررسی موجودات جهان نشان داد که همه آن‌ها با یکدیگر در ارتباط هستند و هر اندازه موجود کامل‌تر باشد، این پیوند و ارتباط قویتراست. انسان از هنگام تولد به سرپرستی، مراقبت و ارتباط با دیگران محتاج است. هر قدر که رشد کند، نیاز او به تعامل با دیگران بیشتر احساس می‌شود و به صورت یکی از نیازهای اساسی او در می‌آید.

امام صادق (ع) می‌فرمایند: «تردیدی نیست که شما به دیگر انسان‌ها نیازمند هستید. به راستی هر فرد تا زنده است نمی‌تواند از مردم بی‌نیاز باشد و ناگزیر مردم باید با یکدیگر سازش داشته باشند» (۱). ارتباط میان فردی اساس و شالوده هویت و کمال انسان است و مبنای اولیه پیوند با دیگران را تشکیل می‌دهد. رفتار مؤثر موجب شکوفایی افراد و بهبود کیفیت روابط می‌شود. این در حالی است که رفتار غیر مؤثر مانع شکوفایی انسان می‌شود و حتی روابط مطلوب را تخریب می‌کند.

در معاشرت اجتماعی همه مایل هستند که نزد مردم مورد احترام و اکرام باشند. علاقه به برخورداری از جایگاه مناسب اجتماعی نزد مردم به این جهت است که انسان به طور طبیعی از تنهایی و انزوا هراس دارد. بدین دلیل که بسیاری از نیازهای معنوی و مادی انسان تنها در ارتباط با دیگران قابل تأمین است و انسان در انزوا و تنهایی نمی‌تواند آن‌ها را تحصیل کند. از این رو هنگامی که انسان دچار تنهایی و انزوا می‌شود، احساس کمبود و نیازی شدید به او دست می‌دهد. به دنبال آن نیز دچار رنج و افسردگی می‌شود.

بدین جهت برای تأمین این دسته از نیازهای معنوی و مادی خود به داشتن رابطه قوی با مردم نیازمند است. این رابطه با رفتارهای صحیح پسندیده و جلوگیری از رفتاهای ناپسند به وجود می‌آید. پیامبر اسلام (ص) در رفتار با مردم به جزیی‌ترین امور توجه داشتند و از کوچک‌ترین امور غفلت نمی‌کردند. هر کس بر رسول گرامی اسلام وارد می‌شد، آن حضرت به او احترام می‌گذاشت. گاه عبای خود را به جای فرش زیر پای او می‌گسترانید و بالشی که خود به آن تکیه داشت، به وی می‌داد (۲).

نیازهای انسان در روابط اجتماعی

نیاز به پیوند اجتماعی در رأس نیازهای انسانی به شمار می‌آید؛ چرا که انسان ناچار است در محیطی زندگی کند که در آن ارضای تمام نیازهای مادی و معنوی خود بر تعامل با دیگران متوقف است (۳). حضرت علی (ع) می‌فرمایند: «در دنیا بر دوستان خود بیفزایید؛ چرا که آن‌ها در دنیا و آخرت برای شما نافع هستند، اما در دنیا نیازهایی در آن وجود دارد که به وسیله آن‌ها برطرف می‌شود» (۴).

روابط اجتماعی، نیاز انسان به امنیت و آرامش را برطرف می‌کند. در زندگی مشکلات مادی و معنوی برای هر انسانی پیش می‌آید که امنیت انسان را به خطر می‌اندازد. از آن جا که انسان به تنهایی نمی‌تواند همه این مشکلات را برطرف نماید، ناگزیر به افرادی مراجعه می‌کند که نیازهای او را برطرف نمایند.

عزت نفس یکی دیگر از نیازهای اساسی انسان در روابط اجتماعی است. ریشه، بنا و زیربنای اخلاق اسلامی، نوعی بازگشت دادن انسان به خود و متوجه کردن او به شرافت و کرامت ذاتی خویش است. خداوند در قرآن کریم تعبیری حماسی از عزت نفس می‌نمایند و می‌فرمایند: «ولله العِزَّهِ وَ لِرَسولِه وَ لِلمؤمِنین» «عزت به خصوص از آن مؤمنان است. اوست که باید عزیز باشد. عزت شایسته اوست و او شایسته عزت است». این یک نوع توجه دادن به نفس است. بنابراین عزت نفس باعث سلامت روح و روان می‌شود.

عزت نفس عبارت از بها دادن و ارزش قایل شدن برای خود و ارزشمند بودن از نظر دیگران است. هر کس مایل است دیگران به او احترام بگذارند و خودش برای خودش احترام قایل شود. ارتباط از جمله ابزارهای اولیه است که به کمک آن

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]

می‌توان فهمید چه کسی هستیم و چه کسی می‌توانیم باشیم. عزت نفس انسان در تمام مراحل زندگی او تحت تأثیر نحوه ارتباط دیگران با او است. به همین دلیل کسانی که فاقد مهارت‌های لازم برای ارتباطات میان فردی هستند، در عرصه‌های مختلف زندگی سرامد نمی‌شوند. به همین دلیل بسیاری از آنان عزت نفس پایینی دارند. در نهج‌البلاغه جمله معروفی است که حضرت ضمن خطابه‌ای به اصحابش می‌فرمایند: «فَالْمَوْتُ فِی حَیَاتِکُمْ مَقْهُورِینَ وَ اَلْحَیَاةُ فِی مَوْتِکُمْ قَاهِرِینَ» «مردن این است که بمانید، ولی مغلوب و مقهور باشید. زندگی این است که بمیرید، ولی پیروز باشید». در این جا مسأله عزت آن قدر ارزش دارد که اصلاً زندگی بدون آن معنی ندارد (۵).

در نهج‌البلاغه در حکمت‌ها چنین آمده است: «اَزری بِنَفسِهِ مَن استَشعَرَ اَطمع» «کسی که طمع را شعار خود قرار دهد، حقارت به نفس خود وارد کرده است». این جا طمع به این جهت محکوم شده است که انسان را خوار می‌کند و حقیر شدن، او را از نظر سلامتی روحی و روانی دچار مشکل می‌کند (۵). همان طور که بیان شد، شخص از نظر اسلام باید آن جا که پای حیثیت و شرافت در میان است و اگر بخواهد ذره‌ای نرمش نشان دهد، عرض، آبرو و عزت خود را از دست می‌دهد، نباید رفتار یک نیازمند را داشته باشد. در چنین مواردی باید رفتار یک بی‌اعتنا و بی‌نیاز را داشته باشد. چنین شخصی دارای سلامت روح و روان است.

حضرت علی (ع) در نهج‌البلاغه درباره نیاز به روابط بین فردی می‌فرمایند: «کُنْ فِی الْفِتْنَةِ کَابْنِ اللَّبُونِ لاَ ظَهْرٌ فَیُرْکَبَ، وَلاَ ضَرْعٌ فَیُحْلَبَ» «با مردم آن گونه معاشرت کنید که اگر مردید، بر شما اشک بریزند و اگر زنده ماندید، با اشتیاق سوی شما آیند» (۵). امام علی (ع) توصیه‌هایی را برای ایجاد و تحکیم روابط بین فردی طرح می‌کنند. این موارد شامل خوش خلقی و خوشرویی، بخشش و بزرگواری با دوستان، اعتدال و میانه‌روی، محبت، برآوردن نیازهای مستمندان، کناره‌جویی و بازداشتن از منکر با دل، زبان و دست، رعایت حقوق متقابل فرزند و والدین و صبر و بردباری می‌شود.

حضرت علی (ع) ضعف را در روابط بین فردی نادیده نگرفت: «أَعْجَزُ النَّاسِ مَنْ عَجَزَ عَنِ اکْتِسَابِ الاِخْوَانِ، وَأَعْجَزُ مِنْهُ مَنْ ضَیَّعَ مَنْ ظَفِرَ بِهِ مِنْهُمْ» «ناتوان‌ترین مردم کسی است که در دوستیابی ناتوان است و از او ناتوان‌تر، آن است که دوستان خود را از دست بدهد» (۵). بنابراین می‌توان گفت که نهج‌البلاغه نگاهی موشکافانه به روابط بین فردی دارد و علاوه بر توصیه‌های ذکر شده در راستای ایجاد و تحکیم روابط بین فردی، آفت‌های آن را نیز به تفصیل بیان نموده است.

مکانیزم تأثیر روابط اجتماعی در تأمین سلامت روانی

همان طور که اشاره شد ارتباطات اجتماعی بر تمام جنبه‌های سلامتی اثر دارد. روابط اجتماعی موجب شادمانی، خلق‌های مثبت، سلامتی و سلامت روانی و پیشگیری از تنهایی می‌شود. مهر ورزیدن به لذت بیشتر و عزت نفس می‌انجامد. این امر طی مکانیزم زیر تحقق می‌یابد.

حمایت روانی و کاهش فشار روانی: توضیح کلی این آثار بر اثر مثبتی که دارد، مربوط می‌شود که توسط مشارکت در فعالیت‌های لذت‌بخش ایجاد می‌شود. برون‌گراها و کسانی که مهارت‌های اجتماعی بهتری دارند، از ارتباطات اجتماعی سود بیشتری می‌برند. ملاقات با دوستان همراه با فراهم کردن حمایت اجتماعی، در تأمین سلامت روانی افراد مؤثر می‌باشد. یکی از مؤثرترین عوامل در کمک به فرد برای برخورد با رویدادها و شرایط تنیدگی‌زای زندگی، حمایت اجتماعی است.

حمایت اجتماعی، حمایت یا کمکی از سوی دیگران همچون دوستان، فامیل، همسایگان، همکاران و آشنایان است (۶). در این رابطه پیامبر اسلام (ص) جمله مشهوری می‌فرمایند: «همانا مؤمنان از نظر مهر و عاطفه به سان یک پیکرند. هرگاه عضوی از آن دچار دردی گردد، سایر اعضا با تب، بیداری و ناراحتی مراتب همدردی خود را با آن عضو اعلام می‌کنند و به کمک آن می‌شتابند».

تخلیه روانی یا برون‌ریزی عاطفی: یکی از راه‌های تخلیه هیجان و رسیدن به آرامش روحی و روانی، برون‌ریزی نزد دوستان صمیمی است. امام صادق (ع) می‌فرمایند: «مؤمن با مؤمن آرامش می‌گیرد؛ چنان که تشنه به آب سرد آرامش می‌گیرد» (۷). همچنین آن حضرت می‌فرمایند: «هرگاه یکی

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]

از شما به درد و اندوهی دچار شد، برادر خود را آگاه سازد و بر خود سخت نگیرد» (۸).

رفتار اجتماعی

رفتار اجتماعی را می‌توان به دو نوع گسترده رفتارهای پسندیده و مطلوب و رفتارهای ناپسند تقسیم‌بندی نمود. رفتارهای پسندیده آن دسته از رفتارهایی را شامل می‌شود که مورد قبول افراد و جامعه هستند و با قوانین و هنجارهای جامعه مطابقت دارد. این نوع از رفتارها سازنده و در جهت پیشبرد اهداف یک گروه یا اجتماع هستند. دیدار با دوستان و خویشاوندان، مصافحه و سلام کردن، احترام گذاشتن به یکدیگر، گوش فرا دادن به سخنان طرف مقابل، قدردانی و تحسین، وفای به عهد، هدیه دادن، گشاده و خوشرو بودن و شوخی و مزاح پسندیده از جمله این موارد هستند.

از سوی دیگر رفتارهای ناپسند، رفتارهایی منفی هستند که با قوانین و معیارهای جامعه مطابقت ندارند، مورد قبول افراد جامعه نیستند و اغلب پیامدهای منفی اجتماعی را برای فردی که مرتکب این رفتارها می‌شود، به همراه دارد. این دسته از رفتارها مخرب و مانع پیشبرد اهداف گروه یا اجتماع هستند که فرد در آن قرار دارد. تعیین این که کدام رفتار پسندیده و کدام ناپسند محسوب می‌شود، بر حسب منابع متعددی صورت می‌گیرد. دو منبع معتبر برای این بررسی، قوانین رسمی جامعه و دیگر هنجارهای فرهنگی و مذهبی آن جامعه می‌باشد.

هر کدام از این منابع می‌توانند منبع تعیین‌کننده برای پسندیده یا ناپسند بودن یک رفتار اجتماعی باشند. هر چند در اکثر موارد بین این دو منبع هماهنگی وجود دارد، ولی در مواردی نیز ناهمخوانی‌هایی بین آن‌ها دیده می‌شود. هر چند اکثر رفتارهای اجتماعی در تمامی جوامع و فرهنگ‌ها معنی‌دار هستند، اما برخی رفتارهای اجتماعی در برخی فرهنگ‌ها اهمیت شایان توجهی پیدا می‌کنند.

در دین اسلام به روابط اجتماعی و رفتار با دیگران بسیار اشاره شده است. خداوند در قرآن کریم و ائمه معصومین (ع) در سخنان خود به آن اشاره نمودند. با این وجود در حال حاضر به علت فرهنگ شهرنشینی و اشتغال، در شهرهای بزرگ و صنعتی چنین روابطی چندان مورد توجه نیست. در این مقاله رفتارهای پسندیده و ناپسندی را که حضرت علی (ع) در سخنان گوهربار خود در نهج‌البلاغه و غررالحکم بیان نمودند، جمع‌آوری شد و در حد امکان به آثار هر کدام بر سلامت روح و روان اشاره گشت.

رفتارهای پسندیده در روابط اجتماعی برای رسیدن به سلامت روان (عوامل بهبوددهنده روابط اجتماعی)

ملاقات دوستان، دوستی را تثبیت و دوری از ملاقات موجب فراموشی آن‌ها می‌شود. امام علی (ع) می‌فرمایند: «کسی که برادر دینی خود را برای خدا زیارت نماید، خداوند هفتاد هزار ملک را موکل می‌کند که به او بهشت را مژده بدهند. پس از دنیا خارج می‌شود و در حالی که هیچ گناهی بر گردن او نیست» (۹).

یکی از آداب مورد تأیید اسلام در روابط اجتماعی سلام کردن به یکدیگر است. پیامبر اکرم (ص) به زنان و کودکان نیز سلام می‌کردند. سلام از ریشه سلامتی است و بدین مفهوم است که سلامتی و ایمنی بر تو باد. سلام به طور ضمنی دلالت دارد که هیچ خطر و تهدیدی از سوی سلام‌کننده متوجه طرف مقابل نیست. خداوند متعال می‌فرمایند: «ای کسانی که ایمان آوردید، به هیچ خانه‌ای جز خانه خود وارد مشوید، مگر پس از آن که قبلاً انس بگیرید [تا ساکنان آن متوجه آمدن و برخورد دوستانه شما شوند] و به اهل خانه سلام کنید که برای شما بهتر است» (۱۰).

بنابراین در اولین برخورد، بهترین چیزی که مسلمانان مناسب است رعایت کنند، دادن امنیت و آرامش به طرف مقابل است تا مطمئن شود آسیبی متوجه او نیست. این امر با سلام کردن تحقق می‌یابد. احساس امنیت و آرامش اساس و پایه اصلی زندگی انسان است. از این رو می‌توان گفت که سلام پایه و اساس دیگر ابعاد زندگی انسان می‌باشد. اهمیت سلام تا آن جا است که بهشت- سمبل نعمت، آسایش و زندگی شیرین انسان- «دارالسلام» نامیده شده است. این خود اهمیت سلامتی و امنیت را می‌رساند (۱۱).

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]
www.mui.ac.ir

مکانیزم تأثیر احترام گذاشتن بر سلامت روانی: همان طوری که بیان شد، یکی از نیازهای انسان، عزت نفس است. احترام به افراد باعث تقویت عزت نفس می‌گردد. اگر در روابط و معاشرت با افراد عزت نفس آنان خدشه‌دار شود، این روابط به سردی می‌گراید؛ چرا که هیچ کس راضی نیست برای نیل به چیزی، از حیثیت و احترامش کاسته شود. کودکان نیز دارای عزت نفس هستند و انتظار دارند که مردم به آنان احترام بگذارند.

برای رابطه مناسب با دوستان و جلب نظر و محبت مردم، احترام به آنان در امور بزرگ و با اهمیت یا در مسایل بسیار کوچک و جزیی دارای اهمیت است. افرادی که به مردم اعتماد به نفس می‌دهند، مورد توجه مردم قرار می‌گیرند. کسانی که این اعتماد را از آنان سلب می‌کنند، با بی‌اعتنایی مردم روبه‌رو می‌شوند (۱۲). پیامبر اسلام (ص) فرمود: «کسی که به برادر دینی خود احترام گذارد و او را گرامی بدارد، در واقع خدا را گرامی داشته است. کسی که خدا را تکریم کند، پاداش بزرگی دارد» (۱۳).

قدردانی و تحسین افراد باعث تقویت عزت نفس و تأمین سلامت روانی افراد در این زمینه می‌گردد. انسان به دنبال کسب هویت مطلوب است. امام علی (ع) اصحاب و یاران خویش را ستایش می‌کرد و توانایی‌های آنان را می‌ستود. برای نمونه عده‌ای از یارانش را با این عبارت ستوده است: «یاران حق و برادران دینی شما هستید. شما در روز سختی سپرید. این شما هستید خواص و اصحاب سر من. به کمک شما بر کسی که [به حق] رو کرده امیدوارم» (۵).

همچنین در این رابطه حضرت علی (ع) به مالک اشتر می‌فرمایند: «آنان را به نیکویی یاد کن و پیوسته تشویقشان نما. کارهای مهمی که انجام دادند، بر شمار؛ چرا که یاد کردن کارهای نیک آنان، دلیرشان را [به کوشش و حرکت بیشتر] بر می‌انگیزاند و از کار مانده را به خواست خدا [به کار و تلاش] ترغیب می‌نماید» (۵). با قدردانی از کارهای خوب و تحسین می‌توان آنان را به سوی سعادت و تکامل هدایت کرد.

از جمله آداب معاشرت اسلامی که در پیوند و تحکیم روابط اجتماعی تأثیر بسزایی دارد، وفای به عهد و پیمان است. در آیات قرآن و کلمات معصومین توصیه شده است که افراد به تعهدات خود در برابر دیگران پایبند باشند و یا افراد پایبند به عهد را ستایش نمایند و از این طریق، انسان را متوجه لزوم پایبندی به عهد کنند.

مکانیزم تأثیر وفای به عهد در سلامت روانی: یکی از مسایلی که در تأمین سلامت روانی افراد مؤثر است، احساس امنیت و اطمینان در روابط اجتماعی، اقتصادی و جز این‌هاست. این امر با رعایت وفای به عهد و پیمان حاصل می‌گردد. در صورتی که این اعتماد وجود نداشته باشد، شخص از شکسته شدن عهد و پیمان و ضررهایی که از این ناحیه متوجه او می‌شود، احساس خطر و عدم ایمنی می‌کند. این امر می‌تواند بهداشت روانی فرد را مختل نماید. از این رو حتی مشرکین و تمام ادیان الهی به ویژه دین اسلام رعایت آن را لازم می‌دانند. حتی در مورد دشمن و غیر هم مسلکان نیز به وفای به عهد توصیه شده است (۱).

هدیه نشانه محبت است و هر چه بیشتر افزایش یابد، محبت قلبی انسان‌ها افزایش بیشتری می‌یابد. به وسیله هدیه می‌توان از کوتاه‌ترین راه به قلب دیگران راه یافت؛ چرا که از این راه دوستی میان افراد پیوند می‌خورد. امام علی (ع) هدیه را وسیله جلب دوستی می‌دانستند که خشم خشمگین را فرو می‌نشاند، دلجویی می‌کند، کارهای مشکل را با موفقیت روبه‌رو می‌سازد و امور شر را دفع می‌کند. بنابراین هدیه باعث جلب قلوب و سلامت روحی و روانی می‌شود. هدیه می‌تواند سخن پسندیده، هدایت یک گمراه و یا کلام نیکویی باشد و همیشه لازم نیست که جنبه مادی داشته باشد.

گشاده‌رویی و خوشرویی در معاشرت با مردم از دیگر اصول اخلاقی- اجتماعی اسلام و از نشانه‌های حسن سلوک و رفتار نیکو با مردم است. رهبران دینی ضمن این که همواره با خوشرویی با مردم برخورد می‌کردند، به خوشرویی نیز سفارش می‌کردند. امام علی (ع) خوشرویی را از صفات مؤمنان برشمردند و می‌فرمایند: «المؤمن بشره فی وجهه و حزنه فی قلبه» «شادی مؤمن در چهره او نمایان و انده او در قلبش پنهان است» (۵). مناسب نیست افراد بر اثر گرفتاری و مشکلات با چهره‌ای گرفته و اندوهگین با مردم برخورد کنند

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]

www.mui.ac.ir

و سبب ناراحتی و نگرانی آن‌ها شوند. این گونه معاشرت با مردم موجب افسردگی افراد می‌شود. از این رو برای این که مردم در جامعه اسلامی با امید، نشاط و خرسندی زندگی کنند و با یکدیگر معاشرت و ارتباط داشته باشند، باید با چهره‌ای گشاده و خندان با یکدیگر برخورد کنند.

در روایات به خوشرویی و آثار آن زیاد اشاره شده است. پیامبر اکرم (ص) می‌فرمایند: «خوشرویی کینه را از بین می‌برد». حضرت علی (ع) می‌فرمایند: «خنده رویی، ریسمان دوستی است»، «خوشرویی، دشمنی‌ها را کاهش می‌دهد و باعث از بین رفتن گناهان می‌شود» و «وقتی با برادران دینی خود دیدار می‌کنید، به یکدیگر دست بدهید. خنده‌رویی و خوشرویی خود را اظهار کنید تا وقتی که از هم جدا می‌شوید تا آنچه از گناه بر گردن دارید، از بین برود».

امام علی (ع) می‌فرمایند: «خوشرویی دلیل بزرگواری، عامل جذب محبت و دوستی مردم و وسیله تقرب به خدا می‌باشد» (۱۴). بنابراین بهترین وسیله برای سلامت روح و روان برقراری رابطه عاطفی مثبت بین مردم است. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرمایند: «بهترین کاری که مردم با آن می‌توانند باعث انس و الفت دوستانشان شوند و کینه را از دل‌های دشمنانشان پاک سازند، خوشرویی در هنگام دیدار با آن‌ها، رسیدگی به کار آن‌ها در غیاب آن‌ها و خنده‌رویی با آن‌ها در حضور آنان است» (۱۵).

یکی از آداب معاشرت، بذله‌گویی و مزاح است. در بررسی روایات ملاحظه شد که گاهی مزاح از ویژگی‌های مؤمنان به شمار آمده است. با این وجود در دسته دیگر از روایات این صفت مورد مذمت و نکوهش قرار گرفته است و مایه آبروریزی و کینه‌توزی دانسته شده است. امام علی (ع) افراد را از شوخی کردن بی‌جا نهی نمودند و می‌فرمایند: «هیچ کس شوخی بی‌جا نکند، جز آن که مقداری از عقل خویش را از دست بدهد» (۵).

حضرت امیرالمؤمنین علی (ع) در مورد نکوهش و مذمت شوخی می‌فرمایند: «هیچ بنده‌ای، هر چند بر حق باشد به ایمان خالص نمی‌رسد، مگر این که شوخی و دروغ را رها کند. شوخی کینه‌ها را به دنبال می‌آورد» (۱۶). همچنین می‌فرمایند: «هر چیزی بذری دارد و بذر دشمنی، شوخی است» (۱۷). همچنین می‌فرمایند: «آفت هیبت و وقار، شوخی است» (۱۷) و «کسی که شوخی می‌کند، به سبب آن کوچک می‌شود» (۱۶).

برخی روایات کثرت مزاح را امری ناپسند و غیر اخلاقی بیان کردند. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرمایند: «شوخی بسیار هیبت شخص را فرو می‌ریزد» (۱۷). همچنین می‌فرمایند: «شوخی زیاد ارزش شخص را از بین می‌برد و موجب ایجاد دشمنی می‌شود» (۱۷). همچنین می‌فرمایند: «کسی که شوخی او زیاد شود، وقارش کم می‌شود» (۱۸). از این روایت نتیجه گرفته می‌شود که شوخی و مزاح باید مناسب و به دور از جنبه‌های ضد اخلاقی باشد.

گاه افرادی برای خنداندن دیگران و به بهانه شوخی و مزاح هر سخن هرزه و ناپسندی را به زبان جاری می‌کنند. بدین وسیله هم از ارزش و بهای خود می‌کاهند و هم ایمان و تقوای خود را تضعیف می‌کنند. افزون بر این گاه باعث آزردگی دیگران، پدید آمدن کینه و دشمنی در میان افراد می‌شوند. از سوی دیگر چون مؤمنان در معاشرت با یکدیگر باید گشاده‌رو و خندان باشند و شادی را به یکدیگر منتقل نمایند، اولیای دین اجازه دادند که میان خود شوخی و مزاح داشته باشند. این اجازه مشروط بر آن که اول از دایره حق خارج نشوند، دوم از کلمات زشت و رکیک خودداری کنند و در شوخی افراط نکنند و سوم باعث تحقیر و توهین شخص نشوند. اگر این حدود رعایت گردد، شوخی و مزاح باعث ایجاد الفت، گرمی و صمیمیت بیشتر میان برادران ایمانی و نشاط و خرمی جامعه اسلامی می‌شود (۱۸).

آسیب‌های رفتارهای ناپسند در روابط اجتماعی

یکی از بزرگ‌ترین رفتارهای ناپسند در روابط اجتماعی غیبت است. «غیبت» عبارت از ذکر و یادآوری نقاط ضعف و معایب پنهانی دیگران است که اگر بشنوند، ناراحت شوند. این موارد خواه مربوط به جنبه‌های دینی، اخلاقی، روحی و اجتماعی باشد، خواه مربوط به جهات جسمی اعم از قیافه، اعضای بدن و نیروهای جسمی و یا طرز حرکات و رفتار و یا مربوط به متعلقات انسان اعم از زن و فرزند، لباس و خانه و ... باشد. این

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]

کار چه با زبان گفته شود یا با نوشتن انجام گیرد و یا با اشاره و تقلید درآوردن باشد، همه غیبت محسوب می‌شود.

غیبت به صراحت در آیه ۱۲ سوره «حجرات» تحریم شده است. چنان که خداوند در این آیه می‌فرمایند: «لا یغتب بعضکم بعضا ا یحب احدکم ان یاکل لحم اخیه میتا ... » «هیچ کدام از شما نباید غیبت دیگری کند، چه این که این عمل غیر انسانی همچون خوردن گوشت برادر مرده خود است». قرآن غیبت را چنین معرفی می‌کند. بدیهی است آدم‌خواری آن هم به این صورت، زننده‌ترین عملی است که ممکن است از کسی سر بزند. در احادیث اسلامی مشاهده شد که پیغمبر (ص) «غیبت» را با ایمان سازگار نمی‌دانستند. ایشان می‌فرمایند: «یا معشر من آمن بلسانه و لم یؤمن بقلبه لا تغتابوا المسلمین و لا تتبعواعوراتهم» «ای گروهی که به زبان ایمان آوردید، ولی با دل نه، غیبت مسلمانان نکنید و از امور پنهانی آن‌ها جستجو ننمایید».

بنابراین یکی از اموری که به روابط اجتماعی آسیب می‌رساند، غیبت کردن است (۱۹). غیبت یکی از شایع‌ترین و در عین حال زشت‌ترین مفاسد اخلاقی است. سبب هتک حیثیت افراد، کشف اسرار، اشاعه فحشا، جسور شدن گنهکاران در گناهانشان و سرانجام موجب تزلزل پایه‌های اعتماد در زندگی اجتماعی می‌شود (۲۰). از این رو قرآن و روایات اسلامی از آن نهی کردند.

غیبت مفاسد بزرگی از نظر اجتماعی دارد؛ چرا که اگر این گناه رواج پیدا کند، روح اخوت، اتحاد و صمیمیت را بر باد می‌دهد. در اجتماعی که روح برادری از بین برود، تمام ارکان آن متزلزل می‌گردد. همچنین در بسیاری از موارد موجب گسترش عداوت و کینه و بالاخره خصومت و دشمنی سخت می‌شود. از شخصیت و احترام افراد می‌کاهد و با از میان رفتن روح احترام، روح وحشت از گناه کاسته می‌شود. چه بسیاری هستند که به خاطر ملاحظات اجتماعی‌از بسیاری گناهان دوری می‌گزینند.

غیبت از نظر اقتصادی نیز زیان‌های غیر قابل جبرانی برای اجتماع در برخواهد داشت. بدین دلیل که اعتبار افراد و اعتماد مردم به یکدیگر از نظر اقتصادی بیش از سرمایه‌های اجتماعی، در پیشبرد اجتماع مؤثر است. بدون آن فعالیت سرمایه‌ها بسیار کم خواهد شد. از نظر فردی یک ظلم آشکار و تجاوز به حقوق دیگران محسوب می‌شود. چون این‌گناه از یک سلسله انگیزه‌های زشت اخلاقی سر چشمه می‌گیرد. تکرار آن موجب تقویت و تحکیم آن صفات مذموم در انسان می‌گردد.

مهم‌ترین انگیزه «غیبت»، خاموش ساختن شعله کینه و انتقام است! فرد برای این کار راهی آسان‌تر از غیبت برای ریختن آبروی طرف نمی‌یابد. حسادت یکی دیگر از این انگیزه‌ها است. حسود، طالب زوال نعمت از محسود است. برای از بین بردن حیثیت او نقاط ضعف او را بازگو می‌کند. برخی برای تبرئه خود غیبت می‌کنند. به عبارت دیگر با ذکر معایب دیگران عمل خود را موجه و ساده جلوه می‌دهند و می‌گویند: «فلانی و فلانی هم این عمل را انجام می‌دهند».

برخی از افراد هنگامی که با دوستان نشستند، برای گرم کردن مجلس، تفریح و سرگرمی به ذکر معایب دیگران می‌پردازند که خود را خوش مشرب نشان دهند. یکی دیگر از انگیزه‌های غیبت، تحریک غریزه کنجکاوی است که با اصرار، انسان را به فاش ساختن نقاط ضعف افراد مختلف تحریک می‌نماید. شاید حلاوت غیبت در ذایقه‌ها به خاطر همین امر است. گاهی فرد در جایی که احساس می‌کند ممکن است شخصی نزد بزرگی مذمتش کند، او جلوتر به ذکر نقاط ضعف طرف، مبادرت می‌کند تا طرف را ازچشم وی بیندازد که به حرفش اعتنا نکند.

غیبت در مواردی برای مباهات و حب ریاست. به این طریق که دیگری را در این جهت ضعیف نشان دهد و خود را قوی جلوه دهد و اظهار فضل کند. احساس عجز و حقارت می‌تواند یکی از انگیزه‌های دیگر غیبت باشد. امام علی (ع) می‌فرمایند: «الْغِیبَةُ جُهْدُ الْعَاجِزِ» «غیبت آخرین تلاش فرد عاجز است» (۵). همچنین «کسانی که دارای عیوبی هستند، دوست دارند که عیوب دیگران را شایع نمایند تا عذر عیوب خودشان وسعت یابد» (۱۷).

حضرت درباره پرهیز از شنیدن غیبت می‌فرمایند: «ای مردم آن کس که از برادرش، اطمینان و استقامت در دین و درستی راه و رسم را سراغ دارد، باید به گفته مردم درباره او

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]

www.mui.ac.ir

گوش ندهد. آگاه باشید گاهی تیرانداز، تیر افکند و تیرها به خطا می‌رود. سخن نیز چنین است. درباره کسی چیزی می‌گویند که واقعیت ندارد. گفتار باطل تباه شدنی است و خدا شنوا و گواه است. بدانید که میان حق و باطل جز چهار انگشت فاصله نیست» (۵).

تهمت و افترا به افراد باعث ایجاد کدورت بین افراد و سرد شدن روابط بین فردی می‌گردد. تهمت یعنی مطلبی را در مورد فردی بگویند که در او نباشد (۲۱). نهج‌البلاغه ره‌آورد تهمت را ناکامی و نابودی تهمت‌زننده می‌داند و می‌گوید تنها در برابر قرآن بایستی خود را متهم دانست. حضرت در جمله‌ای قصار می‌فرمایند: «در متهم کردن دیگران بایستی جانب احتیاط را گرفت و از خدا ترسید که خداترسان و پرهیزکاران نفس خود را متهم می‌کنند» (۵).

همچنین لازم است که انسان خود را در جایگاه تهمت قرار ندهد. به عنوان نمونه به مکان‌ها یا با آدم‌هایی که بدنام هستند، رفت و آمد نکند. در این صورت اگر متهم شود نباید جز خودش را نکوهش کند. در عین حال که نبایستی به راحتی به دیگران تهمت زد و نباید در برابر دشمن خوش‌بین و زود باور عمل کرد، در معاشرت با مردم باید افزون بر خودداری از تهمت، از مواضع تهمت نیز دوری کرد. به عبارت دیگر نباید رفتاری انجام دهد که موجب بدبینی و تردید دیگران نسبت به او شود. حضرت علی (ع) می‌فرمایند: «من وقف التهمه فلا یلومن الا نفسه» «فردی که در موضع تهمت می‌ایستد، نباید کسی جز خود را سرزنش کند» (۵). از طرفی اگر خیانت کسی روشن شد، لازم است که بدنام شود. به دیگران معرفی شود تا نتواند با خیانت مجدد خود به آن‌ها هم ضربه بزند.

سخن‌چینی شیوه کلامی ناپسندی می‌باشد که در روابط اجتماعی منشأ بسیاری از ناهجاری‌ها و معضلات اخلاقی است. از جمله عوارض این رفتار، بدبینی و عدم اعتماد مردم به یکدیگر، کینه و دشمنی می‌باشد. از آن جا که سخن‌چینی یکی از مهم‌ترین عوامل اختلاف در جامعه به شمار می‌آید، آیات و روایات فراوانی به شدت آن را نکوهش کردند و دانشمندان مسلمان آن را از گناهان کبیره شمردند. سخن‌چین گرفتار عذاب قبر می‌شود. امام علی (ع) می‌فرمایند: «عذاب قبر به خاطر سخن‌چینی است» (۲۲). حضرت امیرالمؤمنین علی (ع) می‌فرمایند: «از سخن‌چینی بپرهیزید؛ چرا که سخن‌چینی کینه و دشمنی به بار می‌آورد. آدمی را از خدا و مردم دور می‌سازد» (۲۳).

دروغ اعتماد بین افراد را از بین می‌برد و شخص را سرگردان می‌کند که آیا این سخن واقعیت دارد یا خیر. این سرگردانی باعث فشار روانی و اختلال در بهداشت روانی افراد می‌گردد. آیات قرآن و روایات به شدت از دروغ نهی کردند و آن را گناهی بزرگ دانستند. دروغ نابودکننده سرمایه اطمینان است. مهم‌ترین سرمایه یک جامعه اعتماد متقابل و اطمینان عمومی است. مهم‌ترین چیزی که این سرمایه را به نابودی می‌کشاند، دروغ، خیانت و تقلب است. از این رو در احادیث پیشوایان اسلام از دوستی با چند طایفه از جمله دروغ‌گویان نهی شده است؛ چرا که آن‌ها قابل اطمینان نیستند. حضرت علی (ع) می‌فرمایند: «از دوستی با دروغ‌گو بپرهیز که او همچون سراب است. دور را در نظر تو نزدیک و نزدیک را دور می‌سازد» (۲۴).

از عوارض و پیامدهای دروغ‌گویی، بی‌اعتباری دروغ‌گو است. زندگی در اجتماع بر اساس نوعی اعتماد نسبی دو جانبه استوار است. دروغ به این اعتماد لطمه می‌زند، موجب اختلال در روابط بین افراد می‌شود و بدبینی را گسترش می‌دهد. همچنین با فاش شدن دروغ، آبروی شخص مبتلا می‌ریزد و ارزش و اعتبارش را از دست می‌دهد. امام علی (ع) می‌فرمایند: «هر کس زیاد دروغ بگوید، ارزش و اعتبارش بر باد می‌رود» (۲۴). پس سزاوار است که مسلمان از دوستی و برادری با دروغ‌گو اجتناب کند؛ چرا که او آن قدر دروغ می‌گوید که راستش را هم باور نمی‌کنند. دروغ‌گویی موجب دردسر و زحمت برای خود فرد و دیگران می‌شود. گاهی شخص به دروغ مطلبی را می‌گوید و بعد برای اثبات آن مجبور می‌شود دست به کاری بزند که برایش مشکل است.

یکی از جامع‌ترین دستورها در زمینه رفتار در روابط اجتماعی که باعث حفظ شخصیت افراد و تضمین امنیت در جامعه می‌شود، پرهیز از بدگمانی است. هر اندازه که روابط

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]

اعضای جامعه با هم دوستانه‌تر و صمیمی‌تر باشد و انس بیشتری برقرار شود، افراد به هم نزدیک‌تر خواهند شد و اهداف زندگی اجتماعی آنان بهتر تحقق خواهد یافت. از این رو لازم است از آن چه سبب بدگمانی و بدبینی آنان به هم می‌شود و دوستی، صمیمیت، انس و الفت آنان را تضعیف می‌کند، جلوگیری نمود.

خداوند متعال در این رابطه می‌فرمایند: «ای کسانی که ایمان آوردید، از بسیاری گمان‌ها بپرهیزید؛ چرا که بعضی از گمان‌ها گناه است». حضرت علی (ع) می‌فرمایند: «شایسته نیست به سخنی که از دهان کسی خارج شد، گمان بد ببری؛ چرا که برای آن برداشت نیکویی می‌توان داشت». همچنین می‌فرمایند: «از گمان به مؤمنان بپرهیزید که خدا حق را بر زبان آنان قرار داده است» (۵). با توجه به این جملات قصار، اهل ایمان نباید در مقام بدگمانی به دیگری برآیند و آنچه به حسب طبع خود گمان می‌برند، اظهار نمایند و یا در مورد آن ترتیب اثر بدهند. به عبارت دیگر فرد را متهم کنند و به مردم بگویند و موقعیت او را در دید مردم از بین ببرند. دلیل این امر این است که گمان که خاطر نفسانی است، بی‌اختیار و بدون اراده انسان حاصل می‌شود و سلامت روح و روان را ویران می‌کند.

اهل بیت (ع) بدگمانی را به شدت نکوهش کردند. پیامبر (ص) می‌فرمایند: «از گمان بد بپرهیزید که بدترین نوع دروغ است» (۲۵). امیرالمؤمنین علی (ع) می‌فرمایند: «بدترین مردم کسی است که به خاطر بدگمانی به هیچ کس اعتماد ندارد و به خاطر اعمال بدش کسی به او اعتماد نمی‌کند» (۲۶). همچنین می‌فرمایند: «از نشانه‌های حرکت قهقرایی و پشت کردن به خوشبختی، داشتن بدگمانی و بدبینی نسبت به نصیحت‌گران و خیراندیشان است»، «بدگمانی نسبت به افراد نیکوکار بدترین گناه و زشت‌ترین ستمگری است» و «آدم بدگمان ایمان ندارد» (۱۷).

در سخنان معصومین (ع) به برخی آثار زیان‌بخش بدگمانی اشاره شده است. امیرالمؤمنین علی (ع) می‌فرمایند: «کسی که گمان خود را نیکو نساخته، از همگان ترس و وحشت دارد» (۱۷). انسان بدبین چون به همگان با بدگمانی می‌نگرد و برای همه عیب و نقصی در ذهن خود ترسیم می‌کند، به هیچ کس اعتماد ندارد و نمی‌تواند با اطمینان خاطر با کسی رابطه برقرار کند. او از همه می‌ترسد. نتیجه این ترس و وحشت، کناره‌گیری و دوری گزیدن از مردم، احساس تنهایی و غربت، عدم امنیت و اختلال در سلامت روانی است. امیرالمؤمنین علی (ع) می‌فرمایند: «بدگمانی، کارها را فاسد می‌کند و مردم را به شرارت وا می‌دارد» (۱۷).

بی‌تردید جلب اعتماد و اطمینان مردم یکی از مهم‌ترین عوامل درستکاری است. همگان دوست دارند که مردم از درستکاری آن‌ها خشنود شوند و به آن‌ها اعتماد کنند. حال اگر قرار باشد که مردم با بدبینی و بدگمانی در جامعه به یکدیگر بنگرند، دیگر مجالی برای اعتماد متقابل نمی‌ماند. به دنبال آن کسی برای درستکاری، خود را به زحمت نمی‌اندازد. در نتیجه طبق فرمایش امیرالمؤمنین (ع) «شیرازه امور از هم می‌پاشد و مردم به کارهای زشت روی می‌آورند».

امیرالمؤمنین علی (ع) بدگمانی را عامل تفرقه و جدایی مردم معرفی نمودند و می‌فرمایند: «کسی که بدگمانی بر او غلبه کند، هیچ صلح و صفایی بین دوستان خود باقی نمی‌گذارد» (۱۷). بدگمانی باعث از میان رفتن عبادت می‌شود. امیرالمؤمنین علی (ع) می‌فرمایند: «از گمان بد بپرهیز؛ چرا که بدگمانی عبادت را فاسد و گناه را بزرگ می‌کند» (۱۷). حضرت علی (ع) می‌فرمایند: «بدگمانی صاحب خود را پست می‌کند و مایه نجات شخص مورد گمان بد می‌شود» (۱۷).

یکی از دستورهای اسلام در زمینه روابط اجتماعی و رسیدن به سلامت روح و روان، عدم تجسس و عیب‌گویی نکردن از زندگی خصوصی افراد است. در قرآن آمده است: «هرگز در کارهای دیگران تجسس نکنید» «و لا تجسسوا» (۱۰). تجسس به معنی تفحص از احوال خصوصی دیگران برای آگاه شدن می‌باشد و «جاسوس» کسی است که احوال دیگران را تفحص می‌کند. همچنین در قرآن کریم آمده است: «یکدیگر را مورد طعن و عیب‌جویی قرار ندهید» «و لا تلمزواانفسکم» (۱۰).

از مطالب بالا این نتیجه به دست می‌آید که خداوند از تحقیق و جستجو کردن درباره مؤمنان و کارهای آنان برای آگاهی از امور خصوصی و یا ضعف‌های آن‌ها نهی می‌کند.

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]
www.mui.ac.ir

خداوند متعال پوشاننده عیوب است و دوست دارد بنده‌اش نیز عیب‌های مردم را بپوشاند. حضرت علی (ع) می‌فرمایند: «بدترین مردم کسی است که درصدد یافتن عیوب دیگران باشد، ولی نسبت به عیوب خود چشم‌پوشی کند» (۱۷). همچنین می‌فرمایند: «در پی عیب دیگران بودن، قبیح‌ترین عیوب و بدترین گناهان است» (۱۷). همچنین می‌فرمایند: «بزرگ‌ترین عیب آن است که چیزی را که در خود داری، بر دیگران عیب بشماری» (۵).

یکی از آثار تجسس و عیب‌جویی، از دست دادن دوستان است. امیرالمؤمنین علی (ع) می‌فرمایند: «کسی که در جستجوی عیوب پنهانی دیگران باشد، خداوند وی را از عشق به دیگران و دوستی آن‌ها محروم می‌دارد» (۱۷). از آثار دیگر آن تهیج کینه‌ها است. حضرت علی (ع) می‌فرمایند: «موشکافی [عیب‌جویی] موجب جدایی است. عیب کسی را به رخ کشیدن مایه دشمنی و کینه است». در بیانی دیگر می‌فرمایند: «کسی که درباره دوست خود موشکافی کند، محبت و دوستی او از بین می‌رود» (۲۷).

برای درمان تجسس و عیب‌جویی باید از همنشینی با افراد عیب‌جو خودداری نمود. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرمایند: «بپرهیز از هم‌نشینی و مجالست با کسی که به عیب‌جویی از دیگران می‌پردازد. در هم‌نشینی با او از تأثیر عیب او در امان نخواهید ماند» (۱۷). همچنین می‌فرمایند: «هم‌نشینی با اشخاص بد باعث بدگمانی نسبت به مردان نیک می‌شود» (۱۷). امام علی (ع) می‌فرمایند: «بزرگ‌ترین عیب آن است که آدمی دیگران را نسبت به چیزی مورد عیب‌جویی قرار دهد که خودش نیز همان عیب را دارا است» (۵).

نتیجه‌گیری

انسان درون اجتماع زندگی می‌کند و به ناچار رفتارهایی که از او سر می‌زند، بخشی از آن‌ها در ارتباط با روابط اجتماعی است. رفتار اجتماعی یعنی هر رفتار که متضمن کنش متقابل دو یا چند انسان باشد. انسان به عنوان یک موجود اجتماعی از همان بدو تولد گرایشات اجتماعی از خود نشان می‌دهد. نیاز به روابط بین فردی متقابل، نیاز به عزت نفس، نیاز به کسب امنیت و آرامش از نیازهای اساسی انسان هستند. روشن است در یک سوی این نیازها فرد و در سوی دیگر آن اجتماع قرار دارد. ارضای این نیازها در ارتباط فرد با جامعه میسر خواهد بود.

رفتار اجتماعی را می‌توان به دو نوع رفتارهای پسندیده یا مطلوب و رفتار ناپسند تقسیم‌بندی کرد. رفتارهای مطلوب آن دسته از رفتارهایی را شامل می‌شود که مورد قبول افراد جامعه است و با قوانین و هنجارهای جامعه مطابقت دارد. این نوع از رفتارها سازنده و در جهت پیشبرد اهداف یک گروه یا اجتماع هستند. احترام گذاشتن به یکدیگر، قدردانی و تحسین، وفای به عهد، خوشرو بودن و ... از جمله این موارد می‌باشند. از سوی دیگر رفتار ناپسند، رفتارهایی منفی هستند که با قوانین و معیارهای جامعه مطابقت ندارند، مورد قبول افراد جامعه نیستند و اغلب پیامدهای منفی اجتماعی را برای فردی که مرتکب این رفتارها می‌شود، به همراه دارد. این دسته از رفتارها مخرب و مانع پیشبرد اهداف گروه یا اجتماع هستند که فرد در آن قرار دارد. تعیین این که کدام رفتار پسندیده و کدام ناپسند محسوب می‌شود، بر حسب کلام قرآن و ائمه معصومین (ع) صورت می‌گیرد.

در این مقاله نقش رفتارهای پسندیده اجتماعی برای تأمین سلامت روانی افراد از نظر نهج‌البلاغه بررسی شد. این نتیجه به دست آمد که رفتارهای مطلوب مانند دیدار با دوستان و خویشاوندان، مصافحه و سلام کردن، احترام گذاشتن به یکدیگر، گوش فرا دادن به سخنان طرف مقابل، قدردانی و تحسین، وفای به عهد، هدیه دادن، گشاده و خوشرو بودن، شوخی و مزاح پسندیده و شاد کردن افراد موجب شکوفایی استعدادهای فردی، بهبود روابط، کسب هویت مثبت و رفع مشکلات می‌شود. دلیل این امر این است که روابط اجتماعی در تأمین نیازهای انسان مؤثر است.

رفتار پسندیده با دیگران باعث ارتباط برقرار کردن با آن‌ها، آشنا شدن با ارزش‌های گوناگون، شکل‌گیری شخصیت، تا حدودی جبران کمبودهای اقتصادی و تخلیه روانی می‌شود. رفتار مناسب با دیگران و همچنین سایر ارتباطات اجتماعی بر تمام جنبه‌های سلامتی شامل حمایت روانی، کاهش فشار روانی، تخلیه روانی و برون‌ریزی عاطفی

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]

اثرگذار است. در این روابط باید سعی شود از رفتارهای ناپسند مثل تکبر، حسد، تعصب، خشم، غضب و ستیزه‌جویی جلوگیری شود که به روابط اجتماعی و به تبع آن سلامت روح و روان آسیب می‌رساند.

در روابط اجتماعی همه مایل هستند تا در نزد مردم مورد احترام و اکرام باشند. علاقه به برخورداری از جایگاه مناسب اجتماعی نزد مردم به این جهت است که انسان به طور طبیعی از تنهایی و انزوا هراس دارد. به این دلیل که بسیاری از نیازهای معنوی و مادی انسان تنها در ارتباط با دیگران قابل تأمین است و انسان در انزوا و تنهایی نمی‌تواند آن‌ها را تحصیل کند. از این رو هنگامی که انسان دچار تنهایی و انزوا می‌شود، احساس کمبود و نیازی شدید به او دست می‌دهد. به دنبال آن دچار رنج، افسردگی و بیماری‌های روحی و روانی می‌شود و به سلامت جسمی او نیز آسیب خواهد رسید.

بدین جهت برای تأمین این دسته از نیازهای معنوی و مادی خود، به داشتن رابطه قوی با مردم نیازمند است. این رابطه به صورت صحیح شکل نخواهد گرفت، مگر با رفتارهای مطلوب و پسندیده که ائمه معصومین (ع) راه‌های رسیدن به آن را به ما نشان دادند. امام علی (ع) انسان‌ها را به پرهیز از رفتارهای نامطلوب دعوت نمودند و از به خشم آوردن فرد عاقل و خردمند، اهانت به شخص کریم و بزرگوار، احترام گذاشتن به فرد پست و فرومایه و مصاحبت و همنشینی با نادان نهی فرمودند. روشن است اگر انسان به فرد دانایی اهانت یا شخص بزرگواری را تحقیر کند و به خشم آورد، ممکن است برخوردی متقابل از او ببیند که از عهده ضرر آن بر نیاید. احترام به فرد پایین مرتبه باعث خودباختگی او می‌شود. ممکن است خود را در جایگاهی ببیند که در آن قرار ندارد و از این راه خسارت غیر قابل جبرانی به جامعه وارد نماید.

References

1. Koleiny MY. Al-Osule Al-Kafi. Tehran, Iran: Al-Daralketab Eslamieh Publication; 1986. Vol 1. p. 162, 462.
2. Sharashoob MA. Manaqib Al Abi Talib. Ghom, Iran: Zavelghorba; 2007. p. 145.
3. Bostani M. Islam and Psychology. Trans. Hoveisham M. Mashhad, Iran: Astane Qods Razavi Publication; 1993. p. 208.
4. Horr Ameli MH. Wasail Al-Shia. Beirut, Lebanon: Darahya' AltrasArabi; 1971. Vol 12. p. 17.
5. Nahj al-Balaghe. Trans. Dashti M. Qom, Iran: Alhadi Press; 2007. Khotbeh: 13-14, 51, 107, 141, 193. Nameh: 53. Hekmat: 2, 10, 12, 309, 333, 353,360, 450-51.
6. Di Matteo MR. Health psychology. Trans. Mousavi M. Tehran, Iran: Samt Publication; 1999. p. 590.
7. Koleiny MY. Al-Osule Al-Kafi. Tehran, Iran: Al-Daralketab Eslamieh Publication; 1986. Vol 3. p. 245.
8. Horr Ameli MH. Wasail Al-Shia. Beirut, Lebanon: Darahya' AltrasArabi; 1971. Vol 6. p.312.
9. Majlesi MT. Bihar Al-Anvar. Beirut, Lobnan: Alvafa; 1982. Vol 71. p. 355.
10. Holy Quran. Sura Noor Verse 27; Sura Hojorat, Verse 11-12.
11. Makarem Shirazi N. Ethics in the Qur'an. Qom, Iran: School of Imam Ali Ibn Abi Talib Press; 2000. Vol 3. p. 252.
12. Modaresi H. Friend and friends. Trans. Sheikh HR, Ajhir HR. Mashhad, Iran: Islamic Research Foundation; 2008. p. 139.
13. Horr Ameli MH. Wasail Al-Shia. Beirut, Lebanon: Darahya' AltrasArabi; 1971. Vol 17. p.189.
14. Majlesi MT. Bihar Al-Anvar. Beirut, Lobnan: Alvafa; 1982. Vol 74. Bab: 10, 59.
15. Majlesi MT. Bihar Al-Anvar. Beirut, Lobnan: Alvafa; 1982. Vol 7. Hekmat: 83.
16. Majlesi MT. Bihar Al-Anvar. Beirut, Lobnan: Alvafa; 1982. Vol 77. Hadis: 1. p. 237.
17. Amadi A. Ghorarolhakam va Dorarilkalam. Mashhad, Iran: Zarih Aftab, Al-Javad Institute; 2001. p. 132, 222-3, 263, 308, 407, 421, 433, 436, 442.
18. Habibiyan A. Rules of healthy living. 1St ed. Qom, Iran: Qods; 2003. p. 154.
19. Shafie Mazandarani SM. The light of the morality of Islam. 1st ed. Tehran, Iran: Islamic Propagation Organization; 1994. p. 249.
20. Makarem Shirazi N. Ethics in the Qur'an. Qom, Iran: School of Imam Ali Ibn Abi Talib Press; 2000. Vol 2. p. 97.
21. Makarem Shirazi N. Tafsir Nemoneh. Tehran, Iran: Dar Alkotob Eslamieh; 1983. Vol. 22. p. 192.
22. Ibn Babooyeh MA. Elal Alsharaie. Qom, Iran: Dar Alzahra Publication; 2006. p. 308.
23. Rasouli Mahalati H. Described in Ghrorarolhekam va Dorarolkalem. 4th ed. Tehran, Iran: Office of Culture and Islamic Publishing; 2002. Vol 2. p. 296.

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]

24. Koleiny MY. Al-Osule Al-Kafi. Tehran, Iran: Al-Daralketab Eslamieh Publication; 1986. Vol 2. p. 338, 641.
25. Horr Ameli MH. Wasail Al-Shia. Beirut, Lebanon: Darahya' AltrasArabi; 1971. Vol 18. p.38.
26. Rasouli Mahalati H. Described in Ghrorarolhekam va Dorarolkalem. 4th ed. Tehran, Iran: Office of Culture and Islamic Publishing; 2002. Vol 6. p. 178.
27. Ibn Shabeh MA. Tohaf Al-oghoul. Trans. Sazandegi MM. Qom, Iran: Naveed Islam; 2009.

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]

The Role of Social Relationships on Health Behavior in View of Imam Ali (PBUH)

Zohreh Kadkhodai[1], Hossein Hajianfar[2]

Review Article

Abstract

One of the most effective faiths in relaxation is good ethics and belief, because it may give an individual feeling happiness and improve mental health and thus make physical health and guide person to current life activities. One of the top goals of religions of Islam is completion of ethic as far as the Holy Prophet say: “currently I appointed for good ethics”. Nice ethic furnishes relaxation and the territory of good social relation with effaces of venoms and attract of heart. Imam Ali (PBHU) said: “everyone who has a nice ethic, the life will be comfortable”. Thus this study was conducted to assess ethic role on mental health in view of Imam Ali (PBHU). This research was a library study that checked the role of good ethic on the mental health in viewpoint of Imam Ali (PBHU) and tried to use Quran, Nahjalbalaghe and Gherrar Alhekam. At first, the definition of ethic and then nice ethic is raised in speech of Imam Ali (PBHU) which expresses it in mental health. In this study, by assessing the role of mental health in viewpoint of Imam Ali (PBHU) the results of the study showed good behavior is one of the important effect on mental health and good behavior effect on promotion of good mental health. Ethics are made of one series of adjective good behavior that humans agree with them such as ethic elements. The human get to relaxation and mental health with God remember and good ethics. The Holy Prophet knows the sweetest person is the most favorite person close to God. Imam Ali (PBHU) said good ethic is the criteria of devout specification. Good ethics, respect, tolerance, patient, absolution, visiting relationship and family, connivances, sacristy, and fairness are some of the adjectives that help mental health and provide better social relations.

Key words: Ethic, Behavior, Nahjalbalaghe, Social Health, Mental Health

Citation: Kadkhodai Z, Hajianfar H. **The Role of Social Relationships on Health Behavior in View of Imam Ali (PBUH).** J Health Syst Res 2013; 9(5): 460-72.

Received date: 01/10/2012 Accept date: 19/01/2013

1- Department of Nahjolbalaghe Education, School of Education, Quran and Etrat University, Isfahan, Iran
2- PhD Candidate, Student Research Committee, Food Security Research Center, School of Nutrition and Food Science, Isfahan University of Medical Sciences, Isfahan, Iran (Corresponding Author) Email: hossein_hajian2005@yahoo.com

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2024-10-12]