

## واکاوی مبانی قرآنی شعار «ما می‌توانیم»

فاطمه زاهدی<sup>۱</sup>، طاهره ماهرزاده<sup>۲</sup>

### چکیده

در طول تاریخ، شعارها، عصاره نیازها و آرمان‌های بشر در حرکت‌های اجتماعی بوده است. برداشت توده مردم این است که شعار، امری ظاهری و سطحی است و حفظ شعار و اجرای آن ارتباطی با مسائل اصلی ندارد. یکی از مسائل اساسی هر انقلابی، ایدئولوژی آن است که نقش مهمی در پیشبرد انقلاب ایفا می‌کند. بررسی و مطالعه شعارهای آن می‌تواند روشن‌کننده ابعاد اساسی تفکر انقلاب باشد. شعار «ما می‌توانیم» که توسط مقام معظم رهبری علیه السلام در بیانیه گام دوم مطرح شد، آموزه‌ای است که امام خمینی رحمته الله علیه به همه آموخت و با همین اصل اساسی توانست ایران را به عزت و پیشرفت در همه عرصه‌ها برساند. نوشتار حاضر با روش تحلیلی-توصیفی براساس منابع کتابخانه‌ای به واکاوی ریشه‌های قرآنی شعار «ما می‌توانیم» می‌پردازد. داده‌ها نشان می‌دهد که «ما می‌توانیم» مرادف اعتمادبه‌نفس در علم روان‌شناسی، ولی مفهوم آن بسیار گسترده‌تر و عمیق‌تر است. اعتمادبه‌نفس قرآنی از عناصر و مؤلفه‌هایی مانند کرامت نفس، عزت نفس، ایمان و تقوا شکل می‌گیرد و براساس خودشناسی، خداشناسی و توکل استوار می‌شود.

**واژگان کلیدی:** قرآن، شعار ما می‌توانیم، کرامت نفس، اعتمادبه‌نفس، توکل، گام دوم انقلاب اسلامی.

۱. دانش‌پژوه دکتری رشته تفسیر تطبیقی، مجتمع آموزش عالی بنت‌الهدی، جامعه المصطفی العالمیه، قم، ایران.

۲. استادیار و عضو هیئت علمی گروه قرآن و حدیث، مجتمع آموزش عالی بنت‌الهدی، جامعه المصطفی العالمیه، قم، ایران.

## ۱. مقدمه

در طول تاریخ، شعارها عصار نیازها و آرمان‌های بشر در حرکت‌های اجتماعی بوده است. شعار در هر مسلک و مکتبی جایگاه خاصی دارد به گونه‌ای که پیوند مستمری با آن مسلک و مکتب دارد تا جایی که تبلور خواسته‌ها و آرزوهای آن است. شعار یک یا چند جمله بی‌محتوای ظاهری نیست، بلکه وسیله مناسبی برای بیداری مردم و جذب آنها به شرکت در اجتماعات است. شعار «ما می‌توانیم» توسط آیت‌الله خامنه‌ای در بیانیه گام دوم مطرح شد و آموزه‌ای است که امام خمینی رحمته‌الله‌علیه به همه آموخت. آن بزرگوار با همین اصل توانست ایران را به عزت و پیشرفت در همه عرصه‌ها برساند. این شعار سبب ایجاد انگیزه‌ای مضاعف و جهشی نو در عرصه‌های مختلف شد به گونه‌ای که هم اکنون ایران یکی از قدرت‌های بزرگ خاورمیانه بلکه جهان اسلام است. (بیانیه گام دوم انقلاب، ۲۲/۱۱/۱۳۹۷) برداشت توده مردم این است که شعار، امری ظاهری و سطحی است و حفظ شعار و اجرای آن ارتباطی با مسائل اصلی ندارد درحالی‌که شعارها در همه مکاتب، نشانه‌ای از باطن آن است. در جریان انقلاب اسلامی، شعارها از قلب توده دردمند می‌جوشید و به تدریج در طول تظاهرات شکل می‌گرفت. بنابراین، شعارها برای همه مردم قابل فهم بود، اما هم‌اکنون گام دوم انقلاب است و باتوجه به اینکه شعارها حکم ابلاغ پیام انقلاب به مردم را دارد و می‌تواند بین نیازها و خواسته‌های حال و آینده پل بزند باید مورد تحلیل محتوایی و ریشه‌یابی قرار گیرد تا مورد فهم عمیق‌تر و ملموس‌تر قرار گیرد. ازسوی دیگر به فرموده مقام معظم رهبری: «اگر بی‌توجهی به شعارهای انقلاب و غفلت از جریان انقلابی در برهه‌هایی از تاریخ چهل ساله نمی‌بود، بسیاری از مشکلات کنونی وجود نمی‌داشت» (بیانیه گام دوم انقلاب، ۲۲/۱۱/۱۳۹۷).

باتوجه به مطالعات صورت‌گرفته، پیشینه پژوهشی موضوع در ایران به بعد از انقلاب اسلامی بازمی‌گردد. داده‌ها نشان می‌دهد که پژوهش‌های چشم‌گیری در زمینه شعارهای انقلاب صورت نگرفته است جز جمع‌آوری و تحلیل مختصر شعارها و بیان برخی کارکردهای آن

مانند کتاب مبانی-اهداف و بازتاب شعارهای انقلاب اسلامی، نوشته مرتضی اشرفی (۱۳۹۶) که به نوبه خود اثر ارزشمندی است، اما به ریشه‌های قرآنی شعارها نپرداخته است. همین مسئله تدقیق بیشتر در محتوای شعارهای انقلاب اسلامی را دوجندان می‌کند؛ زیرا شعارهای انقلاب از متن اسلام برخاسته و مستندسازی قرآنی آن تعظیم شعائر الهی است: «وَمَنْ يَعْظَمْ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِنْ تَقْوَى الْقُلُوبِ؛ (این گونه است مناسک حج) و هرکس شعائر الهی را یعنی مناسک حج را بزرگ دارد این کار نشانه تقوای دل هاست» (حج: ۳۲). از سوی دیگر ریشه‌یابی قرآنی شعارهای انقلاب با اینکه در پویایی و تحرک جامعه اسلامی و پاسداشت هیبت الهی انقلاب نقش بسیار مؤثری دارد و کمک شایانی به پژوهشگران حوزه تبلیغات و جامعه‌شناسان می‌کند؛ زیرا شعارها میراث ارزشمند و مهمترین منابع مطالعه برای ارزیابی فرآیند انقلاب، ارزش‌ها و آرمان‌ها و موقعیت انقلاب اسلامی در جهان است (اشراقی، ۱۳۹۶، ص ۱۴).

تحقیق حاضر با رویکرد قرآنی با استفاده از منابع تفسیری و با روش توصیفی-تحلیلی درصدد پاسخ‌گویی به این سؤال است: ریشه‌های قرآنی شعار «ما می‌توانیم» چیست؟ واژه ترکیبی اعتماد به نفس معادل و محتوای شعار «ما می‌توانیم» است. این شعار اهمیت بسیاری دارد؛ زیرا آرمان‌ها و خواسته‌های انقلاب اسلامی در گام دوم در آن تبلور می‌یابد، چنانچه آیت‌الله خامنه‌ای فرمود: «ما می‌خواهیم یک کشوری در فضای علمی دنیا سر بلند کند که دنیا را از جهالت و ضلالتی که به آن دچار است نجات بدهد. جوان‌های عزیز! این شدنی است. اگر شما بتوانید کشورتان را پیشرفته کنید از لحاظ علمی، از لحاظ اعتماد به نفس، از لحاظ ابتکارات، از نظر تلاش، در این دنیای سرشار از جهالت و ضلالت، یک کشوری سر بر خواهد آورد که از لحاظ شاخص‌های مورد قبول دنیا - شاخص علم، شاخص پیشرفت فناوری، شاخص ثروت، شاخص مادیات و شاخص‌های انسانی - و در عین حال برخوردار از معنویت و شرافت و توجه به خدا و ایمان و اعتماد به خدا در سطح عالی قرار می‌گیرد. این اگر چنانچه به وجود بیاید مهمترین مؤثر و تأثیرگذارنده در جلب ایمان‌ها و دل‌های مردم خواهد بود. بشریت را می‌توانید شما نجات بدهید» (بیانات مقام معظم رهبری، ۲۸/۰۷/۱۳۹۵). کاوش در قرآن کریم نشان

می‌دهد اعتماد به نفس در کاربست قرآنی تفاوت‌های چشم‌گیری با علم روان‌شناسی داشته و مفهومی بسیار گسترده دارد. این واژه مرتبط با مفاهیم ارزشی دیگر مفهوم می‌یابد. با توجه به توصیه مقام معظم رهبری که فرمود: «شعارها و اصول باید تنقیح و با مبانی و محکّمات اسلام تطبیق داده شود» (خامنه‌ای، ۱۳۹۱، ص ۱۶۱). اکتشاف ارتباط شعار گام دوم انقلاب با مفاهیم ارزشی قرآنی هدف و رسالت نوشتار حاضر است.

## ۲. مفهوم‌شناسی واژگان مرتبط با شعار ما می‌توانیم

توکل از ریشه «و ک ل» است که با اعتماد هم‌پوشانی دارد. (فراهیدی، ۱۴۰۹، ۴۰۵/۵) برای درک بهتر بحث، واژه شعار، اعتماد به نفس و توکل بررسی می‌شود تا ریشه‌های قرآنی شعار بیانیه گام دوم انقلاب اسلامی تبیین شود.

### ۲-۱. شعار

در لغت عربی واژه «شِعَار» جمع أَشْعَرَة و شُعْر، علامت و نشانه، ندای جنگ که به آن سِرُّ اللَّیْلِ گویند. در اصطلاح نشان و علامت و یک گروه در جنگ یا سفر است که به وسیله آن یکدیگر را شناسایی می‌کنند مانند عید و حج که شعار اسلام است. (فیومی، بی‌تا، ۳۱۵/۲؛ جوهری، ۱۴۱۰، ۶۹۹/۲) در لغت فارسی، شعار مقابل [دِنَار] به معنای لباسی که زیر روپوش یا بالاپوش می‌پوشیدند قرار گرفته است که به معنای نشان و علامت، راه و روش، ندایی که در جنگ سر می‌دهند آمده است (دهخدا، ۱۳۷۳، ۱۲۶۰۰/۹). در اصطلاح، علامت و نشانی که در جنگ و سفر یا در تاریکی یکدیگر را به وسیله آن شناسایی می‌کنند (دهخدا، ۱۳۷۳، ۱۲۶۰۰/۹) یا گروهی از مردم که به وسیله آن یکدیگر را شناسایی می‌کنند، آمده است (معین، ۱۳۸۲، ۱۶۷۹/۳). مفهوم مختار شعار، علامت، نشانه و آرم فکری و اندیشه یک مکتب یا مسلک است که به وسیله آن شناخته می‌شود.

## ۲-۲. اعتماد به نفس در لغت

اعتماد به نفس<sup>۱</sup> ترکیبی از دو واژه اعتماد و نفس است. در لغت عرب، الاِئْتِمَادُ از ریشه عَمَد، قصد کردن و استناد کردن است. (فراهیدی، بی تا، ۵۷/۲) «اعْتَمَدَ عَلَى الشَّيْءِ؛ یعنی بر چیزی تکیه کرد، به آن چیز اعتماد کرد» (فیومی، بی تا، ۴۲۸/۲). همچنین به معنای توکل نیز آمده است (ابن منظور، ۱۴۱۴، ۳۰۲/۳). در قرآن خداوند می فرماید: «إِزِمَ ذَاتِ الْعِمَادِ؛ صاحب [بناهایی چون] تیرک‌های بلند» (فجر: ۷)؛ یعنی چیزی که مورد اعتمادشان بود و به آن امید بسته بود (جوهری، ۱۴۱۰، ۵۱۱/۲؛ راغب اصفهانی، ۱۴۱۲، ص ۵۸۵).

## ۲-۳. نفس

نفس در کاربست قرآنی به سه معنا آمده است: اول، نفس بر وزن فلس به معنی ذات که به صورت مضاف الیه نفس الشیء و نفس الانسان آمده است. در این گونه کاربردها، نفس، تأکید لفظی یا معنوی مضاف الیه است که در مورد خداوند نیز به کار رفته است. شاهد مثال، گفت‌وگوی خداوند با حضرت عیسی عَلَيْهِ السَّلَام در روز قیامت است: «إِنْ كُنْتُ قُلْتُهُ فَقَدْ عَلِمْتَهُ تَعْلَمَ مَا فِي نَفْسِي وَلَا أَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِكَ؛ اگر آن را گفته بودم قطعاً آن را می دانستی. آنچه در نفس من است تو می دانی و آنچه در ذات توست من نمی دانم» (مائده: ۱۱۶). دوم، به معنای انسان مرکب از جسم و روح است مانند قول خداوند: «خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ؛ شما را از نفسی واحد آفرید» (زمر: ۶). سوم، مراد از نفس، روح انسانی است: «اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا؛ خدا روح مردم را هنگام مرگشان به تمامی بازمی ستاند» (زمر: ۴۲). (عسکری، ۱۴۰۰، ص ۹۶) در لغت فارسی، اعتماد را پشت گرمی، اعتقاد، اطمینان، استواری، توکل معنی می کنند و به صورت فعل، الفاظی مانند اعتماد بستن، اعتماد داشتن، سپردن کاری به کسی و تکیه کردن آمده است (دهخدا،

1. Self – confidence.

۱۳۷۳، ۲/۲۴۹۶). در اصطلاح به معنای تکیه کردن، متکی شدن به کسی و کاری را به او سپردن، واگذار نمودن کاری به کسی است (دهخدا، ۱۳۷۳، ۲/۲۴۹۷).

## ۲-۴. توکل

توکل در لغت عرب از ریشه وَكَلَ، وَكَلًا، وَكُولًا به معنای کاری را به دیگری واگذار کردن، تکیه و اعتماد کردن بعضی بر بعضی دیگر و نایب گرفتن دیگری آمده است: «الْوَكِيلُ فَعِيلٌ بِمَعْنَى الْمَفْعُولِ. أَيْ: اِكْتَفَى بِهِ أَنْ يَتَوَلَّى أَمْرَكَ». (جوهری، ۱۴۱۰، ۵/۱۸۴۴؛ فراهیدی، ۱۴۰۹، ۵/۴۰۵) در لغت فارسی نیز اعتماد کردن به دیگری، واگذاشتن کار به وکیل به امید خدا بودن و کار خود را به خدا واگذاشتن است (عمید، ۱۳۶۶، ۱، ۶۴۲). در اصطلاح، وکیل کسی است که به او اعتماد و اتکا کرده و او را برای انجام کارش نایب قرار می‌دهند (فراهیدی، ۱۴۰۹، ۵/۴۹۳؛ فیومی، بی‌تا، ۲/۶۷۰؛ راغب اصفهانی، ۱۴۱۲، ص ۸۸۲). در قرآن کریم، وکیل به معنای حافظ، کارساز و مدبر، یکی از صفات خداوند است: «وَكَفَى بِاللَّهِ وَكِيلاً؛ وَ خُدا بَسْ كَارِسَاز اسْت» (النساء: ۸۱)؛ «حَسْبُنَا اللَّهُ وَ نِعْمَ الْوَكِيلُ؛ خُدا مَا رَا بَسْ اسْت وَ نِيكُو حَمَايَنُگَرِي اسْت» (آل عمران: ۱۷۳). قرشی می‌گوید: «خدا وکیل است؛ یعنی کارساز است و کار بندگان را تدبیر می‌کند. توکل بدان معنا نیست که انسان از کار و تلاش بازماند، بلکه باید در هر شرایطی پیوسته تلاش کند و از خداوند بخواهد که در کار، کارسازی کند و شرایط و اسباب آن را موافق مرام او فراهم کند (قرشی، ۱۳۷۱، ۷/۲۳۹). در کاربست قرآن، توکل همیشه توأم با جهاد، تلاش و کوشش است نه تنبلی و فرار از مسئولیت‌ها. مؤید آن، آیه ۱۵۹ آل عمران است که خداوند برای انجام امور مهم ابتدا دستور به مشورت و سپس تصمیم راسخ و بعد توکل بر خدا می‌دهد.

## ۲-۵. اعتماد به نفس در اصطلاح علم روان‌شناسی

تعریف‌های متعددی برای اعتماد به نفس بیان شده است. عده‌ای معنای حقیقی اعتماد به نفس را به توانایی درونی مرتبط می‌دانند نه رویدادهای خارجی: «اعتماد به نفس واقعی هیچ ارتباطی با آنچه در زندگی بیرونی شما اتفاق می‌افتد ندارد. اعتماد به نفس واقعی زاینده شغل شما نیست.

اعتماد به نفس راستین، نتیجه باور قلبی و درونی شما به توانایی‌ها و قابلیت‌هایتان است» (دی آنجلس، ۱۳۸۲، ص ۲۱). اعتماد به نفس یعنی، ایمان به توانایی‌های خود برای رسیدن به اهداف مورد نظر (اسلامی نسب، و همکاران، ۱۳۸۶، ص ۲۸). میزان آگاهی فردی از ظرفیت‌ها و توانایی‌ها و تکیه بر همین عوامل در ارتباط با دیگران، اعتماد به نفس را شکل می‌دهد (کاوه، ۱۳۸۷، ص ۳۹).

## ۲-۶. اعتماد به نفس در اصطلاح قرآنی

برای روشن شدن رویکرد دینی اعتماد به نفس، توجه به مراتب نفس در کاربست قرآنی نکته کلیدی مفهوم‌شناسی است تا مشخص شود که اعتماد به کدام نفس مورد تأیید قرآن است و شعار «ما می‌توانیم» با کدام مرتبه آن مرتبط است. قرآن چند مرتبه برای نفس قائل است:

### ۲-۶-۱. نفس اماره

مقصود از نفس اماره، غرایز نفسانی مهار نشده و تعدیل نگشته انسانی است که برای اشباع خود انسان را به انجام بدی‌ها سوق می‌دهد: «وَمَا أُبْرِيءُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي؛ و من نفس خود را تبرئه نمی‌کنم؛ زیرا نفس قطعاً به بدی امر می‌کند، مگر کسی را که خدا رحم کند» (یوسف: ۵۳). هرچند پاسخ به خواسته‌های آن در حد نیاز، برای بقای حیات ضروری است، ولی چون این غرایز سیری‌ناپذیر است به صورت هوس‌های سرکش نمود می‌یابد که انسان برای رسیدن به آن از عقل و شرع عبور می‌کند؛ زیرا عقل و شرع به حدی نیست که بتواند آن را کنترل کند، بلکه در بسیاری موارد تسلیم می‌شود و اگر به مبارزه برخیزد، شکست می‌خورد (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ۴۳۷/۹).

در قرآن این مرحله از نفس با صفاتی چون مسوله یعنی زینت دهنده: «فَقَبَضْتُ قَبْضَةً مِنْ أَثَرِ الرَّسُولِ فَنَبَذْتُهَا وَكَذَلِكَ سَوَّلْتُ لِي نَفْسِي؛ و به قدر مُشتی از رد پای فرستاده [خدا، جبرئیل] برداشتم و آن را در پیکر [گوساله] انداختم و نفس من برایم چنین فریبکاری کرد» (طه: ۹۶)؛ یا مسوفه به این معنا که انسان میل دارد براساس درخواست‌های درونی، کارهایش را به تأخیر اندازد یاد شده است (شاه عبدالعظیمی، ۱۳۶۳، ۲۳۸/۶). مانند قول خداوند در آیه ۱۰ سوره منافقون: «وَأَنْفِقُوا مِنْ مَا رَزَقْنَاكُمْ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَ أَحَدَكُمْ الْمَوْتُ فَيَقُولَ رَبِّ لَوْلَا أَخَّرْتَنِي إِلَى

أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصْدَقْ؛ و از آنچه به شما روزی داده‌ایم، انفاق کنید پیش از آنکه مرگ یکی از شما فرا رسد و بگویید پروردگارا چرا مرگ مرا به تأخیر نینداختی تا صدقه دهم و از صالحین باشم».

## ۲-۶-۲. نفس لَوَامَه

این مرتبه پس از تعلیم، تربیت و مجاهدت به دست می‌آید. در این مرحله، انسان بعد از تمایل به شهوات، خود را ملامت و سرزنش می‌کند: «لَا أُقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَامَةِ؛ به نام خداوند بسیار بخشنده و بسیار مهربان. سوگند به روز قیامت» (قیامت: ۱-۲). این مرتبه همان وجدان بیدار است که مانند دادگاهی کوچک درونی انسان، نقش بازدارندگی از بدی‌ها را ایفا می‌کند (طباطبایی، ۱۳۹۰، ۱۰۳/۲). این مرحله بهتر از نفس اماره است.

## ۲-۶-۳. نفس مطمئنه

مرتبه نفس مطمئنه پس از تصفیه و تهذیب از رذایل و هواهای نفسانی به مرحله‌ای می‌رسد که غرایز و شهوات نفسانی در برابر آن توانایی چندانی ندارد. در این مرتبه انسان با مهار هوای سرکش نفس، با ایمان و یاد خدا از مشکلات بیرونی به آرامش می‌رسد: «الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ؛ همان کسانی که ایمان آورده‌اند و دل‌هایشان به یاد خدا آرام می‌گیرد» (رعد: ۲۸). (طباطبایی، ۱۳۹۰، ۱۴۱۷/۲) این مرتبه، مرتبه عالی و مطلوب و کمال یافته نفس است که خداوند از آن چنین یاد می‌کند: «يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ اذْجَعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً؛ ای نفس مطمئنه، خشنود و خداپسند به سوی پروردگارت بازگرد» (فجر: ۲۷ و ۲۸).

باتوجه به مطالب فوق منظور از نفس در کار بست قرآنی، مرتبه اول و دوم نیست؛ زیرا اعتماد به نفس اماره، فریب خوردن و پیروی از هواهای نفسانی است که سرانجامش شکست و هلاکت و از دست دادن سرمایه‌هاست. به همین دلیل از اعتماد به آن منع شده است: «إِيَّاكَ وَ التَّقَىٰ بِنَفْسِكَ فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ أَكْبَرِ مَصَائِدِ الشَّيْطَانِ؛ از اعتماد بر نفس خویش برحذر باش که این کار از بزرگ‌ترین دام‌های شیطان است» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۳۰۷). پرواضح است که منظور از اعتماد به نفس، فریب خوردن و پیروی از هوای نفس است که انسان را به سوی بدی‌ها سوق می‌دهد (ر.ک.، بقره: ۸۷؛ ق: ۱۶؛ نجم: ۲۳؛ حشر: ۹؛ نازعات: ۴۰؛ معارج: ۲۱-۱۹؛ قیامت: ۵؛



عادیات: ۶) نه اعتماد بر استعدادها و توانایی‌های خویش که در شعار «ما می‌توانیم» تبلور یافته است. بررسی مفاد آیات بیانگر غیرقابل اعتماد بودن مرتبه دوم نفس لَوَّامه نیز است؛ زیرا ملامت‌گری، دستورالعمل شیطانی است: «وَقَالَ الشَّيْطَانُ لَمَّا قُضِيَ الْأَمْرُ إِنَّ اللَّهَ وَعَدَكُمْ وَعَدَّ الْحَقُّ وَوَعَدْتُكُمْ فَأَخْلَفْتُكُمْ وَمَا كَانَ لِي عَلَيْكُمْ مِنْ سُلْطَانٍ إِلَّا أَنْ دَعَوْتُكُمْ فَاسْتَجَبْتُمْ لِي تَلُومُونِي وَلُومُوا أَنْفُسَكُمْ؛ و چون کار از کار گذشت [و داوری صورت گرفت] شیطان می‌گوید: درحقیقت، خدا به شما وعده داد وعده راست و من به شما وعده دادم و با شما خلاف کردم و مرا بر شما هیچ تسلطی نبود جز اینکه شما را دعوت کردم و اجابت نمودید، پس مرا ملامت نکنید و خود را ملامت کنید» (ابراهیم: ۲۲). هیچ‌گونه اثری از ملامت‌گری در کاربست‌های قرآنی دیده نمی‌شود. حتی اولیای خدا در مواجهه با خطاکاران، چنین شیوه‌ای را به کار نبرده است (ر.ک.، یوسف: ۱۸، ۶۶، ۶۷، ۸۶، ۸۷). در علم روان‌شناسی سرزنش و ملامت‌گری عامل تخریب شخصیت و ضعف اعتماد به نفس شمرده شده است (مارستون، ۱۳۷۹، ص ۱۱۸-۱۱۸).

باتوجه به مطالب گذشته، عالی‌ترین مرتبه، نفس مطمئنه است. این مرتبه نیز نمی‌تواند مورد نظر باشد؛ زیرا رسیدن به این مرحله نیازمند مجاهدت و مراقبت فراوان است و برای همه افراد امکان رسیدن به این مرحله وجود ندارد. به نظر می‌رسد معنای دوم نفس انسان، مرکب از جسم و روح با شاخصه‌های حقیقی اعتماد به نفس شخصی هم‌پوشانی دارد، البته مفهوم مورد نظر آیت‌الله خامنه‌ای علیه السلام که موفقیت انقلاب اسلامی را در حفظ و سیانت از آن می‌داند اعتماد به نفس ملی است نه شخصی: «راه پیروزی نهایی و کامل ملت ایران این است که خط ایمان به خدا، ایمان به خود، ایمان به قدرت ملی، اعتماد به نفس ملی، حرکت و مجاهدت در همه اشکال را از دست ندهند» (بیانات مقام معظم رهبری، ۱۳۸۷/۱۰/۱۹) تاجایی که برای حفظ و سیانت از آن «ما می‌توانیم» را شعار گام دوم انقلاب اسلامی قرار داد: «اعتماد به نفس ملی را از دست ندهیم. اینکه امام فرمود: «ما می‌توانیم» جمله بسیار مهم و پرمعنایی است. باور کنیم که می‌توانیم» (بیانات مقام معظم رهبری، ۱۳۸۷/۱۰/۱۹).

هرچند واژه «ما می توانیم» در قرآن به کار نرفته است، اما واژه‌ای که با محتوای آن در پیوند است واژه توکل از باب تفعل است، ولی در کاربست قرآنی، وکیل یکی از صفات الهی است؛ یعنی چون کارها از جانب خداست باید آن را به خدا موکول کرد. دوم اینکه مسبب الاسباب، خداوند است و تا خواست و تقدیر الهی نباشد هیچ عملی به نتیجه نمی‌رسد و ثمره‌ای در زندگی ندارد. (قاموس قرآن، ۱۳۷۱، ۲۴۱/۷) امام خمینی رحمته الله علیه در این مورد فرمود: «اتکال به نفس، بعد از اعتماد به خداوند منشأ خیرات است» (حاضری، و همکاران، ۱۳۷۷، ص ۳۰). در نتیجه در کاربست قرآنی، اعتماد به نفس در امتداد توکل به خداوند است؛ یعنی یقین داشتن به رحیمیت خداوند و امید بستن به او همراه تلاش و کوشش است (انوری، ۱۳۸۱، ص ۱۹۷۹). البته اعتماد به نفس، دو بعد مثبت و منفی دارد: بعد منفی آن، غرور، تکبر، سطله‌گری و آسیب‌رسانی است، اما بعد مثبت آن برآیند خودشناسی و اتکا به خداوند است (اسلامی‌نسب، ۱۳۸۶، ص ۵۸). توصیه آیت‌الله خمینی رحمته الله علیه اعتماد بر بعد دوم بود: «و لازم است که با این دو خصیصه، اتکال به خدای تبارک و تعالی و اطمینان به نفس به پیش بروید و بعد از مدت کوتاهی خواهید دید که راه‌های سعادت بر شما باز و قدرت‌های بزرگ طمعشان قطع می‌شود» (حاضری، و همکاران، ۱۳۷۷، ص ۱۴۰).

### ۳. عناصر شعار «ما می توانیم»

عناصر، مواد تشکیل دهنده چیزی است که بدون آن نمی‌توان آن را تجزیه و تحلیل کرد. (دهخدا، ۱۳۷۳، ۱۳/۱۹۲۸۳)

#### ۳-۱. کرامت نفس

کریم، یکی از اوصاف الهی و از ریشه کرم به معنای بخشش و نعمت دادن است. (ر.ک، نمل: ۴۰) اگر به انسان نسبت داده شود به معنای چیزی است که او را شریف و کریم گرداند (رافع اصفهانی، ۱۴۱۲، ص ۷۰۷؛ قرشی، ۱۳۷۱، ۱۰۳/۶). انسان کریم کسی است که روح بزرگوار و منزه از هر پستی داشته باشد (جوادی آملی، ۱۳۷۸، ص ۲۱). شهید مطهری کرامت نفس را احساس

ارزشمندی شخصیت انسانی دانسته که قطع نظر از جمیل بودن، صفت خلقی است (مطهری، ۱۳۷۸، ۴۸۱/۶). در قرآن، انسان موجودی است که بذراعتما دبه نفس در خمیرمایه اولیه اش به ودیعت گذاشته شده است: «وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ؛ وَ هُنَّامِي رَا كِه پورودگارت از پشت فرزندان آدم، ذریه آنان را برگرفت و ایشان را بر خودشان گواه ساخت» (اعراف: ۱۷۲). همچنین خداوند از روح خود در آن دمید: «فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَ نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي؛ پس وقتی آن را درست کردم و از روح خود در آن دمیدم» (حجر: ۲۹). با تعبیر بنی آدم او را بر دیگر موجودات برتری داد و ارجمندی و کرامت را عنصر ذاتی او معرفی کرد: «وَ لَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَ حَمَلْنَا هُمْ فِي الْبَرِّ وَ الْبَحْرِ وَ رَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَ فَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا؛ و به راستی ما فرزندان آدم را گرمی داشتیم و آنان را در خشکی و دریا [بر مرکب‌ها] برنشانیدیم و از چیزهای پاکیزه به ایشان روزی دادیم و آنها را بر بسیاری از آفریده‌های خود برتری آشکار دادیم» (اسراء: ۷۰).

خداوند شناخت ارزش‌ها و ضدارزش‌ها را در وجود انسان به ودیعت نهاد: «فَأَلَّهَمَهَا فُجُورَهَا وَ تَقْوَاهَا؛ سپس پلیدکاری و پرهیزگاری اش را به آن الهام کرد». (شمس: ۸) این ارزشمندی و کرامت به دلیل قدت تفکر و تعقل مختص انسان شد که با استعانت از آن، حق را از باطل و خیر را از شر تشخیص می‌دهد (قرشی، ۱۳۷۱، ۱۱۵/۶) و با قدرت اراده و اختیار (رک، انسان: ۳۹)، موجودات کونیه را به تسخیر خود درمی‌آورد (رک، بقره: ۱۶۴). با تکیه بر توانایی‌ها و توکل بر خداوند با بهره‌مندی از علم و معرفت (رک، بقره: ۳۱)، سرنوشت خود را تعیین می‌کند: «لَا يَغْيِرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يَغْيِرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ؛ درحقیقت، خدا حال قومی را تغییر نمی‌دهد تا آنان حال خود را تغییر دهند» (رعد: ۱۱). به نظر می‌رسد احساس ارزشمندی و نفیس بودن شخصیت انسان است که خداوند از بین موجودات او را آئینه کمال و خلیفه خود در زمین معرفی کرد: «إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً؛ من در زمین جانشینی خواهم گماشت» (بقره: ۳۰).

## ۳-۲. عزت نفس

عزت از «عرض عُزَّاز» به معنای زمین سخت است. (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲، ص ۵۶۳) همچنین به معنای شکست ناپذیری، توانایی در مقابل ذلت، سرافرازی و سربلندی است (معین، ۱۳۸۲، ۱۰۶۳/۳). در قرآن، صفت خداست و ستایش شده است: «سُبْحَانَ رَبِّكَ رَبِّ الْعِزَّةِ عَمَّا يَصِفُونَ؛ منزه است پروردگار تو، پروردگار شکوهمند از آنچه وصف می کنند» (صافات: ۱۸۰). البته عزت حقیقی به مؤمنان نیز گفته شده است: «وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِرَسُولِهِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ؛ [لی] عزت از آن خدا و از آن پیامبر او و از آن مؤمنان است» (منافقون: ۸). عطف مؤمنان به رسول و خداوند بیانگر شایستگی عزیز بودن مؤمنان است که در پیروی ایمان و کرامت نفس واجد آن شده است. این عزت، حقیقی و دائمی است. در مقابل عزت غیرحقیقی: «بَلِ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي عِزَّةٍ وَ شِقَاقٍ؛ آری آنان که کفر ورزیدند در سرکشی و ستیزه اند» (ص: ۲). عامل کبر، غرور و نفوذناپذیری در مقابل حقیقت شده است (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ۲۱۰/۱۹). عزت کافران برخاسته از اوهام آنهاست که موجب ذلت و گمراهی آنها می شود، پس عزت نفس دو بعد مثبت و منفی دارد. بعد منفی آن همان تعزز کفار بدون محوریت خداوند است که سرانجامش ذلت است. همچنان که ائمه علیهم السلام فرمودند: «كُلُّ عَزِيزٍ غَيْرِ اللَّهِ سَبْحَانَهُ جَلُّ جَلَالِهِ ذَلِيلٌ؛ هر عزتی که از طرف خدای تعالی نباشد آن ذلت است» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰، ص ۵۰۸).

تحقیقات روان شناسان نیز نشان می دهد که عزت نفس و احساس ارزشمندی، عامل تغییرات مثبتی مانند داشتن اعتماد به نفس و بلند همتی انسان است. (بیابان گرد، ۱۳۷۴، ص ۱۳) عزت نفس، آن حالت غرور، مناعت و احساس شرافت است که در پرتوی ایمان به خداوند حاصل می شود و به وسیله آن، عزیز و بلند مرتبه می شوند. به همین دلیل اسلامی نسب عزت نفس را چیزی فراتر از احساس خودارزشمندی می داند که متعلق به عالم بالا و نتیجه عمل به تکلیف الهی است (اسلامی نسب، و همکاران، ۱۳۸۶، ص ۱۱۸)، پس عزت مند کسی است که با اعتقاد و اعتماد به اندیشه و عملکرد و توانایی های خود در برابر دیگران سر خم نکند و تن به ذلت و خواری ندهد و بر مشکلات غالب شود (ناتانیل براند، ۱۳۷۹، ص ۵۲). براساس دیدگاه

اندیشمندان، عزت و اعتماد به نفس، بنیادهای روانی و توسعه را شکل می‌دهد. توسعه فردی و ابتکارات شخص، ابزاری برای تقویت قدرت علمی ملی و تحقق آرمان‌های ملت است (رضایی میرقائد، و همکاران، ۱۳۸۶، ص ۱۳۶).

### ۳-۳. ایمان و تقوا

ایمان از مصدر امن به معنای امنیت، آرامش و نبود خوف است. ایمان یعنی، ایمنی انسان از هلاکت و گمراهی. (ابن منظور، ۱۴۱۴، ۲۱/۱۳) ایمان گاهی اسم دین و شریعتی است که پیامبر ﷺ آورده است: «الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَادُوا وَالصَّابِغُونَ؛ کسانی که ایمان آورده و کسانی که یهودی و صابئی و مسیحی‌اند» (مائده: ۶۹) (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲، ص ۹۰). قرشی ایمان را تسلیم توأم با اطمینان خاطر می‌داند؛ زیرا براساس آیه «وَجَحَدُوا بِهَا وَاسْتَيْقَنَتْهَا أَنفُسُهُمْ ظُلْمًا وَعُلُوًّا؛ و با آنکه دل‌هایشان بدان یقین داشت از روی ظلم و تکبر آن را انکار کردند» (نمل: ۱۴)، فرعونیان را که در مورد آیات حضرت موسی ﷺ از جانب خدا اعتقاد داشتند، ولی تسلیم عقیده خود نبودند، کافر شمرده است (قرشی، ۱۳۷۱، ۱۲۵/۱). به تعبیر مرتضی‌آوینی: «ایمان منجی جهان فرداست، چنان‌که منجی ایران شد و انقلاب اسلامی را به سرچشمه جوشان انقلاب معنوی و دینی در سراسر جهان مبدل کرد» (آوینی، ۱۳۹۲، ص ۱۲۴). در گام دوم نیز ایمان، چتر حمایتی ملت ایران در برابر بارش تبلیغات منفی دشمنان اسلام است و ملت ایران زیر سایه آن برای جامعه ایمانی، پویا و مترقی، گام‌های استوارتر و مؤثری برمی‌دارند. تقوا از ریشه وقایه به معنای حفظ و نگهداری چیزی است که زیان و ضرر می‌رساند (فراهیدی، بی‌تا، ۲۳۸/۵). همچنین محافظت نفس از ارتکاب گناه و خطا را تقوا گویند (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲، ص ۸۸۱). در لغت فارسی آمده است: «تقوا نگه داشتن نفس خود از گناه و اطاعت از خداوند و پرهیزگاری است (انوری، ۱۳۱۲، ص ۱۷۳۷). برخی نیز انجام اوامر و ترک نواهی الهی را تقوا نامیده‌اند (عباس نژاد، ۱۳۸۴، ص ۱).

در کاربست قرآن، مبنای توکل به خداوند، ایمان و تقوای الهی است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا... وَ اتَّقُوا اللَّهَ وَ عَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، نعمت خدا را بر خود یاد

کنید. آن گاه که قومی آهنگ آن داشتند که بر شما دست یازند و [خدا] دستشان را از شما کوتاه داشت و از خدا پروا دارید و مؤمنان باید تنها بر خدا توکل کنند». (مائده: ۱۱) براساس دیدگاه مفسران، این آیه نخست دستور به تقوا می دهد، سپس اشاره به مسئله توکل می کند در نتیجه حمایت خداوند شامل حال افراد باتقوا می شود (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ۳۰۶/۴). قرآن کریم شاخصه ایمان واقعی را توکل بر خداوند می داند: «وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ؛ خدا [است که] جز او معبودی نیست و مؤمنان باید تنها بر خدا اعتماد کنند» (تغابن: ۱۳). بنابراین، ایمان با توکل رابطه مستقیم دارد؛ زیرا فقط مؤمنان واقعی بر خدا تکیه می کنند: «وَعَلَى اللَّهِ فَتَوَكَّلُوا إِنَّ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ؛ و اگر مؤمنید به خدا توکل کنید» (مائده: ۲۳). به همین دلیل است که شیطان تسلطی بر آنها ندارد: «إِنَّهُ لَيْسَ لَهُ سُلْطَانٌ عَلَى الَّذِينَ آمَنُوا وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ؛ زیرا او را بر کسانی که ایمان آورده اند و بر پروردگارشان توکل می کنند، تسلطی نیست» (نحل: ۹۹). طبرسی ذیل آیه ۲۰۶ سوره بقره که در شأن منافقان نازل شده است، می فرماید: «وَإِذَا قِيلَ لَهُ اتَّقِ اللَّهَ أَخَذَتْهُ الْعِزَّةُ بِالْإِثْمِ فَحَسْبُهُ جَهَنَّمُ؛ و چون به او گفته شود: از خدا پروا کن، نخوت، وی را به گناه کشاند، پس جهنم برای او بس است» (بقره: ۲۰۶). «کسانی که تقوا و ایمان کافی ندارند در اثر کفری که در دل دارند دچار غرور و خودبزرگ بینی می شود. در نتیجه همان غرور و تعصب جاهلیت او را به گناه وامی دارد که پیامدی جز آتش جهنم نخواهد داشت» (طبرسی، بی تا، ۱۸۳/۲).

مطالب مطرح شده نشان می دهد که صرف باور و اتکا به توانایی ها و استعداد های خود و ارزش نهادن به نفس، سبب تکبر و خودبینی کاذب می شود و نه تنها پسندیده نیست که عامل شکست نیز می شود. در صورتی که در کار بست قرآنی، اعتماد به نفس، عناصر ارزشمند قرآنی دارد که بیانگر عمق و گستردگی محتوای آن است. همان اعتماد به نفسی که آیت الله خمینی رحمته الله علیه به آن توصیه کرد: «شما دو جهت را در نظر بگیرید که من کراراً عرض کردم، یکی اعتماد به خدای تبارک و تعالی که وقتی برای او بخواهید کار بکنید به شما کمک می کند، راه را برای شما باز می کند در هر رشته که هستید راه های هدایت را برای شما الهام می کند و یکی اتکال به نفس،

اعتماد به خودتان، شما خودتان جوان‌هایی هستید که می‌توانید همه کارها را انجام بدهید، مخترعین ما می‌توانند در سطح بالا اختراع بکنند، مبتکرین ما می‌توانند در سطح بالا ابتکار کنند به شرطی که اعتماد به نفس داشته باشند و معتقد بشوند که ما می‌توانیم» (موسوی خمینی، ۱۳۷۸، ص ۱۳۹).

### ۴-۳. خودشناسی

نیلی پور، خودشناسی را شناخت و ارزیابی توانایی‌ها و ضعف‌های خود برای رسیدن به کمالات معنا می‌کند. خودشناسی فرد را از پایین‌ترین مرتبه حیوانی به بالاترین مرتبه انسانی می‌رساند. (نیلی پور، ۱۳۸۷، ۱/۱۳۵) به همین دلیل خداوند خودفراموشی را نتیجه فراموشی خدا می‌داند: «وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَهُمْ أَنْفُسَهُمْ؛ و چون کسانی مباشید که خدا را فراموش کردند و او [نیز] آنان را دچار خودفراموشی کرد» (حشر: ۱۹). آیت‌الله مکارم شیرازی در تفسیر آیه می‌گوید: «بزرگ‌ترین بدبختی‌ها و مصائب انسان، خودفراموشی است؛ زیرا ارزش‌ها، استعدادها و لیاقت‌های ذاتی خود را که خدا در او نهفته و از بقیه مخلوقات ممتازش ساخته به دست فراموشی می‌سپرد و این مساوی با فراموش کردن انسانیت خویش است و چنین انسانی تا سرحد يك حیوان درنده سقوط می‌کند» (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ۲۳/۵۴۱). فراموشی خداوند سبب می‌شود انسان، واقعیت و هویت انسانی خویش را فراموش کند، خود را مستقل و غنی و بی‌نیاز بداند، همین سبب اعتماد به نفس اماره و لوّامه می‌شود (طباطبایی، ۱۳۷۴، ۱۹/۲۱۹؛ فخررازی، ۱۴۲۰، ۲۸/۱۷۲).

«يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسَكُمْ لَا يَضُرُّكُمْ مَنْ ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید به خودتان بپردازید. هرگاه شما هدایت یافتید، آن‌کس که گمراه شده است به شما زیانی نمی‌رساند». (مائده: ۱۰۵) براساس این آیه، هدایت انسان در دو چیز است: خودشناسی و دوری از اهل ضلالت و گمراهی (طباطبایی، ۱۳۷۴، ۶/۱۶۳)؛ زیرا ریشه شکست، ضعف و ناتوانی نفس است. اگر نفس اصلاح و هدایت شود از بیرون به انسان ضرری نمی‌رسد. براساس این اصل قرآنی، امام خمینی رحمته‌الله علیه مردم را به خودشناسی فراخواند: «مسلمانان باید خودشان



را پیدا کنند؛ یعنی بفهمند که خودشان یک فرهنگی دارند، خودشان یک کشوری دارند، باید برگردند به همان حالی که با جمعیت کم، غلبه کردند بر همه قدرت‌ها» (امسوی خمینی، ۱۳۷۸، ص ۷۷). این اعتماد به نفس ملی در سایه خودشناسی و توکل به خداوند، شکل گرفت. آیت الله خامنه‌ای علیه السلام در این مورد می‌فرماید: «ملت ایران نسبت به خود یک نگاه حقارت‌پندارانه داشت. امام خمینی رحمته الله علیه این را تبدیل کرد به احساس عزت، احساس اعتماد به نفس؛ یعنی حالت خودحقیرپنداری که در مردم بود، به کلی تبدیل شد به حالت عزت و اعتماد به نفس ملی» (بیانات مقام معظم رهبری، ۱۴/۰۳/۱۳۹۹).

خداوند در مورد غفلت انسان نسبت واقعیت‌های جهان هستی می‌فرماید: «أَوَلَمْ يَتَفَكَّرُوا فِي أَنفُسِهِمْ؛ آیا در خودشان به تفکر نپرداخته‌اند؟». (روم: ۸) به نظر می‌رسد عبارت «فِي أَنفُسِهِمْ» بدان معناست که انسان در اسرار درون خود تفکر کند و یا اینکه با عقل بیندیشد و به حقانیت و هدف‌داری آفرینش پی ببرد (رضایی اصفهانی، ۱۳۷۸، ۱۶/۱۲۹). آیه کریمه از سویی به شناخت ویژگی‌های هویتی انسان اشاره دارد و از دیگر سو به هدفمندی جهان خلقت که هر دو نقش بسیار زیادی در اعتماد به نفس دارد. انسان با خودشناسی، سعی می‌کند تمام توانمندی‌های خویش را به گونه‌ای منظم و هماهنگ به فعلیت برساند (صیقلانی، ۱۳۸۵، ص ۲۹)؛ زیرا همه چیز را هدفمند می‌داند و با توکل به خدا از بیشتر نیروی خود برای رسیدن اهداف عالی استفاده می‌کند.

### ۳-۵. خداشناسی

شناخت خالق جهان هستی که حکیم، غنی و حافظ و کارساز، کفایت‌کننده رزق، کفایت‌کننده مهمات و مدبر خالق هستی است، مبنا و اساس اعتماد به نفس را شکل می‌دهد: «فَقُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَ هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ؛ پس اگر روی برتافتند، بگو: خدا مرا بس است. هیچ معبودی جز او نیست. بر او توکل کردم و او پروردگار عرش بزرگ است». (توبه: ۱۲۹) واژه «حَسْبِيَ» از ریشه حساب است؛ یعنی خداوند برای حسابرسی انسان کافی است؛ زیرا به گونه‌ای به محاسبه انسان می‌رسد که او را از غیر، بی‌نیاز کرده و نعمت‌های فراوان و گوناگونی



در اختیارشان قرار می‌دهد. باتوجه به اینکه او بهترین تدبیرها را برای انسان انجام می‌دهد، کافی است فقط به خالق هستی اعتماد کرد: «اللَّهُ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ وَهُوَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ وَكِيلٌ؛ خدا آفریدگار هر چیزی است و اوست که بر هر چیز نگهبان است» (زمر: ۶۲). (طبرسی، بی‌تا، ۳۲۹/۵؛ مغنیه، ۱۴۲۵، ۲۵۶/۱؛ کاشانی، ۱۴۲۳، ۱۸۴/۳) باتوجه به شأن نزول آیه ۱۲۹ سوره توبه که اشاره به مشکلات رسول خدا و آزار و اذیت مردم دارد اگر انسان در مسیر زندگی با مشکلات، تهدیدها و توطئه‌ها مواجه شود بر خدا توکل کند و نترسد، موفق خواهد شد؛ زیرا خداوند حافظ اوست: «وَكَفَىٰ بِاللَّهِ وَكِيلًا؛ همین بس که خدا نگهبان [تو] است» (احزاب: ۳).

بنابراین، خودشناسی و خداشناسی از عناصر مهم اعتماد به نفس ملی است که ثمره و میوه آن توکل است. هرچند خودشناسی امری نسبی است و شناخت اتم و اکمل برای انسان وجود ندارد، ولی تجربه نشان می‌دهد کسانی می‌توانند کارهای خارق‌العاده انجام دهند یا اندیشه برتری داشته باشند که شناخت کافی از خود داشته باشند. (صیقلانی، ۱۳۸۵، ص ۷۰) در کاربست قرآنی، خودشناسی می‌تواند فرد را به بالاترین مراتب انسانی برساند. آیه ۱۹ سوره حشر، خودفراموشی را نتیجه خدا فراموشی می‌داند؛ زیرا کسی که خالق خود را فراموش کند برای خود استقلال قائل شده و با تکیه بر هواهای نفس، کرامت ذاتی را زیرپا می‌گذارد. ازسوی دیگر خلقت هستی را بدون هدف پنداشته و تمام توانش را صرف کسب لذت‌های مادی کرده و شقاوت و بدبختی دنیوی و اخروی خود را فراهم می‌کند، اینکه خودشناسی چگونه مبنا یا عنصر اعتماد به نفس ملی می‌شود چند نکته برداشت می‌شود که عبارتند از:

با شناخت توانایی‌های بالقوه‌ای که خداوند به انسان عنایت فرمود: «وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ» (ذاریات: ۲۱) تاجایی که شایسته خلیفه الهی شد: «إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً» (بقره: ۳۰) خودشناسی مبنای عزت و کرامت نفس است و کرامت نفس مبنای اعتماد به نفس قرآنی می‌شود.

هدفمندی جهان خلقت سبب برانگیختن امید و انگیزه می‌شود و انسان با اشتیاق بیشتر برای رسیدن به اهداف والای خود تلاش می‌کند. براساس دیدگاه روان‌شناسان هدف‌ها توان

انسان را سازماندهی و متمرکز کرده و به زندگی انسان معنا می‌بخشد (صیقلانی، ۱۳۸۵، ص ۶۳). معنادار بودن زندگی به انسان امید و انگیزه می‌دهد. باتوجه به شأن نزول آیه، یهودیان با تکیه به قدرت و غرور و تکبر، پیامبر ﷺ و یارانش را مورد آزار و اذیت قرار می‌دادند، نشان می‌دهد آنچه در قرآن نهی می‌شود، فراموشی خود واقعی است نه خود فعلی. روان‌شناسان نیز مبنای اعتماد به نفس را شناخت خود واقعی می‌دانند. خود واقعی، مجموعه احساسات و عواطف طبیعی و ویژگی‌های اصیل فرد است که در صورت مساعد بودن عوامل رشد، استعدادها و نیروهای فرد به طور طبیعی براساس آن رشد می‌کند. اعتماد بر خودآرمانی چیزی است که فرد تصور می‌کند یا آرزو می‌کند، باشد. خود فعلی یعنی، خودی که تحت تأثیر اضطراب، تضاد و سایر جریان‌های عصبی شکل و فرم گرفته، عامل شکست است (اسلامی نسب، ۱۳۸۶، ۲۵-۳۱). مانند خوی سلطه‌گری، تعصب، تحجرگرایی و... که تحت تأثیر محیط خانوادگی و اجتماعی و آموزشی نامتناسب شکل می‌گیرد.

مصدق بارز اعتماد به خود فعلی، غرور و تکبر و استبداد و استعمار کشورهای غربی است که برآیند آن، ظلم و ستم و فساد و بی‌بندوباری است که با وجود هشدارهای قرآن مبنی بر غیراعتماد بودن آن در کشور تبلیغ می‌شود. در کاربست قرآن از خودفعلی یا آرمانی با اوصافی مانند نفس اماره (ر.ک.، یوسف: ۴۳)، مغفوله (ر.ک.، کهف: ۲۸)، نفس مدسوسه (ر.ک.، شمس: ۱۰)، مریضه (ر.ک.، احزاب: ۱۲؛ توبه: ۱۲۵)، قاسیه (ر.ک.، حج: ۵۳؛ زمر: ۲۲)، نفس مطبوعه، یعنی حقایق را درک نمی‌کند (ر.ک.، بقره: ۷؛ محمد: ۱۶) و واژگونه (ر.ک.، انعام: ۱۱۰) یاد می‌شود.

از خود واقعی نیز با اوصافی مانند نفس منیبه (ر.ک.، ق: ۳۳)، سلیمه (ر.ک.، شعرا: ۸۸)، زکیه (ر.ک.، شمس: ۹؛ اعلی: ۱۴ و ۱۵)، و نفس راضیه، مرضیه، مطمئنه (ر.ک.، فجر: ۲۸) یاد کرده و توانایی انسان را گوشزد می‌کند تا انسان در مواجهه با ضعف‌ها و ناتوانی‌های خود مأیوس و سرخورده نشود، بلکه با اصلاح نقطه ضعف‌ها و به‌فعلیت رساندن توانایی‌های بالقوه خدادادی، برای رشد معنوی و مادی خود تلاش کند. مهترین حرکت انبیا و به‌تبع آن انقلاب اسلامی، توجه دادن انسان به توانایی‌های اصیل آن است تا مناسبت‌های آموزشی، اقتصادی،

سیاسی خود را براساس آن شکل دهد و باوجود حضور فعال در زندگی دنیایی از ابدیت نیز غافل نشود. (طاهرزاده، ۱۳۸۸، ص ۹۹). خداوند به انسان اطمینان می‌دهد: «چنانچه به خداوند توکل کنید او شما را کفایت می‌کند»؛ زیرا خداوند قادر مطلق و فرمانش در همه چیز نافذ است: «إِنَّ اللَّهَ بِالْعُمْرَةِ» (طلاق: ۳). خداوند برای هر کار و هر چیزی اندازه و حسابی قرار داده است: «قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا» (طلاق: ۳). بنابراین، توکل توأم با تلاش و کوشش و مقاومت در برابر چالش‌هاست که خداوند برون‌رفت از آنها را تضمین کرده است. این ضمانت الهی خارج از محاسبه انسان است: «حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ» (طلاق: ۳) و غیر محاسبه بودن لطف و عنایت الهی به انسان قدرت روانی می‌دهد تا بر مشکلات پیروز شود. همچنین عامل اصلی توکل به خداست و انسان را از وابستگی به دیگران که عامل اصلی ذلت و سرسپردگی است، نجات می‌دهد و به او اعتماد به نفس می‌بخشد. بیانات مقام معظم رهبری علیه السلام در دیدار نخبگان جوان، تبلور یافته همین نکته قرآنی است: «عزیزان من! خودتان را برای آینده آماده کنید خودتان را برای اداره این کشور آماده کنید. علاج مشکلات این کشور در گرو جوشیدن اراده و استقامت از درون ملت است. از درون ملت باید اراده، استقامت، عزم راسخ و ایستادگی بجوشد. چشم‌ها، باز، روحیه‌ها با توکل به خدا و اعتماد به نفس قوی. اگر به خدا توکل داشته باشیم و به خودمان اعتماد کنیم، روحیه‌هایمان قوی خواهد بود هم در زمینه علمی، هم در زمینه مدیریتی، هم در زمینه اداری» (بیانات مقام معظم رهبری، ۱۳۹۵/۰۸/۱۲).

#### ۴. نتیجه‌گیری

مکتب فکری انقلاب اسلامی نشأت گرفته از قرآن کریم، سیره و روش عملی پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم و مکتب فکری اهل بیت علیهم السلام است. همان‌طور که انقلاب اسلامی حکومت الهی است، آرمان‌های آن نیز اهداف الهی دارد. آرمان انقلاب، همان خواسته‌های دائمی، ارزش‌ها، اعتقادات و مقتضیات فرهنگی، اجتماعی، تاریخی، ملت ایران در تداوم و گسترش اندیشه و مکتب ائمه اطهار علیهم السلام است: «آرمان اعتماد به نفس ملی یعنی، همین «ما می‌توانیم» که در حرف‌های شماها هم بود. این یک آرمان است. باید دنبال تفکر اعتماد به نفس ملی و اعتقاد به قدرت و

توانایی ملی [بود] و به‌عنوان یک آرمان حتماً باید تعقیب بشود» (بیانات مقام معظم رهبری، ۲/۴/۱۳۹۴). ملت ایران در ایجاد و حفظ آرمان‌ها و شعار انقلاب اسلامی در مقایسه با انقلاب‌های دیگر منحصر به فرد است. با وجود تمام مشکلات، وسوسه‌ها و کارشکنی‌ها، ایستاد و با حفظ کرامت و اصالت شعارهایش، وارد دومین مرحله خودسازی، جامعه‌پردازی و تمدن‌سازی شد (بیانیه گام دوم، ۲۲/۱۱/۱۳۹۷). براساس بیانات آیت‌الله خامنه‌ای علیه السلام شعار «ما می‌توانیم» تبلور، آرمان‌ها و خواسته‌های انقلاب اسلامی برای گام دوم است. به بیان دیگر، «ما می‌توانیم» حکم رهبری مبنی بر مقاومت و ایستادگی در برابر حمله‌های متعدد دشمنان است. از دیگرسو، امیدواری و تلاش برای ساختن جامعه مدرن و زمینه‌سازی حکومت مهدوی است: «گام دوم، اعتماد به نفس و عزم بر ایستادگی است. آدم‌های بی‌روحیه، مردد، ترسو، فرصت‌طلب و خودکم‌بین در این میدان هیچ هنری نمی‌توانند نشان دهند، اگر مانع برای دیگران درست نکنند. خودشان که هیچ کاری نمی‌توانند بکنند، گاهی مانع هم درمقابل دیگران به وجود می‌آورند؛ مایوسند، دیگران را هم مایوس می‌کنند. قرآن کریم درباره گروهی از افرادی که در آن وقت بودند، می‌فرماید: "لَوْ حَزَجُوا فِیْكُمْ مَا زَادُوكُمْ اِلَّا خَبَالًا وَّ لَآوَضُوْا خِلَالَكُمْ؛ اگر با شما بیرون آمده بودند جز فساد برای شما نمی‌افزودند و به سرعت خود را میان شما می‌انداختند" (توبه: ۴۷)؛ یعنی اینها اگر به میدان جهاد هم با شما بیایند، شما را به فساد می‌کشاند، کمک نمی‌کنند، مانع راه هم می‌شوند» (بیانات مقام معظم رهبری، ۱۲/۷/۱۳۹۷).

- به نظر می‌رسد آنچه مورد نظر آیت‌الله خامنه‌ای علیه السلام است ریشه در اعتماد به نفس قرآنی دارد؛ زیرا از منظر قرآن، اعتماد بر بعد روحانی و کمال یافته می‌تواند انسان را مسجود ملائکه و برتر از آنها قرار دهد، اما تکیه بر بعد حیوانی انسان، پست‌تر از حیوان قرار خواهد گرفت. بنابراین، در قرآن اعتماد به نفس فعلی که غرب آن را تبلیغ و ترویج می‌کند، مذمت شده است و از آن با صفاتی چون لَوَّامه و اِثْماره و... یاد شده و از اعتماد بر آن نهی می‌کند. تکیه بر این بعد از نفس، سرانجامش غرور و تکبر، سلطه‌گیری، استعمارگری و فساد است که جهان غرب گرفتار

آن است. آنچه مرادف شعار «مامی توانیم» هست، اعتماد بر نفس واقعی است که حد کمال یافته آن در قرآن به طیبه توصیف شده است.

- باتوجه به ماهیت اسلامی شعار «ما می توانیم»، این سؤال در ذهن تداعی می شود: «ما می توانیم» از منظر قرآن به چه معناست و از چه عناصری شکل یافته است؟ فلسفه، آثار و دستاوردهای آن چیست؟ کاوش در قرآن کریم نشان می دهد که مفهوم قرآنی اعتماد به نفس بسیار گسترده تر از مفاهیم لغوی و روان شناسی آن است. در کاربست قرآن، اعتماد به نفسی مورد قبول است که از کرامت، عزت، ایمان و تقوا شکل یافته باشد و برپایه شناخت خداوند و توکل استوار شود. بررسی آیات توکل نشان داد همه انسان ها کرامت ذاتی دارند، ولی همه عزیز نیستند، بلکه عزت فقط از اهل ایمان و تقواست. این گزاره های قرآنی، همان طور که اساس پیروزی و تداوم انقلاب شد عامل صیانت و حفظ آن در آینده نیز خواهد بود.

- ازسوی دیگر همان طور که شناخت شخصیت انسان و پی بردن به اصالت وجودی، کرامت و عزت خدادادی، سبب قوت قلب و اطمینان شخص می شود، بررسی و شناخت شخصیت انقلاب اسلامی و آشکار شدن جنبه های گوناگون آن، اطمینان و اعتماد ملی را شکل می دهد. ثمره خودشناسی و خداشناسی، توکل به خداست؛ زیرا خداوند براساس لطف، رحمت و حکمت خود بهترین ها را برای انسان رقم می زند. چنانچه توکل، توأم با تلاش و کوشش و مقاومت در برابر سختی ها باشد پیروز می شود؛ زیرا خداوند حمایت از متوکلین خود را تضمین کرده است: «حَيْثُ لَا يَخْتَسِبُ» (طلاق: ۳). غیرمحاسبه بودن لطف و عنایت الهی به انسان قدرت روانی داده و سبب اعتماد به نفس می شود. باور به خدا، باور به مردم و باور به خود در وجود امام عجله الله تعالی فرجه، در تصمیم امام عجله الله تعالی فرجه و در همه حرکت های امام عجله الله تعالی فرجه، خود را به معنای واقعی کلمه نشان داد. این سه باور، فکر امام عجله الله تعالی فرجه و راه امام عجله الله تعالی فرجه و طریقه امام عجله الله تعالی فرجه را برای این ملت، ماندگار و ثابت کرد؛ آن وقت همین سه باور به تدریج در مردم ما، در جوانان ما، در قشرهای گوناگون، همگانی شد؛ امید پیدا شد، اعتماد به نفس پیدا شد، توکل به خدا پیدا شد؛ اینها جای یأس را گرفت؛ مردم ایران روحیات خودشان را تغییر دادند، خدای متعال هم

وضع آنها را تغییر داد: «ان الله لا یغیر ما بقوم حتی یغیروا ما بانفسهم؛ درحقیقت، خدا حال قومی را تغییر نمی دهد تا آنان حال خود را تغییر دهند» (رعد: ۱۱). «ملت ایران راه خود را، حرکت خود را، انگیزه های خود را اصلاح کردند، خدای متعال هم به آنها کمک کرد، به آنها نصرت داد و پشتیبانی کرد» (بیانات مقام معظم رهبری، ۱۴/۳/۱۳۹۲).

### فهرست منابع

- \* قرآن کریم. مترجم: فولادوند، محمد مهدی.
۱. ابن فارس، احمد (۱۴۰۴)، معجم مقاییس الغه. بیروت: دار الجیل.
  ۲. ابن منظور، محمد بن مکرم (۱۴۱۴)، لسان العرب. بیروت: بی جا.
  ۳. اشراقی، مرتضی (۱۳۹۶)، مبانی، اهداف و بازتاب پیام ها و شعارهای بنیادین انقلاب اسلامی. قم: مرکز بین المللی ترجمه و نشر المصطفی.
  ۴. انوری، حسن (۱۳۸۱)، فرهنگ بزرگ سخن. تهران: سخن.
  ۵. آوینی، سید مرتضی (۱۳۹۲)، آغازی بر یک پایان. تهران: نشر واحد.
  ۶. بیابانگرد، اسماعیل (۱۳۷۴)، روش های افزایش عزت نفس در کودکان و نوجوانان. تهران: انجمن اولیا و مربیان.
- بیانات مقام معظم رهبری (مدظله) (۱۳۹۷). مشاهده شده در پایگاه <https://farsi.khamenei.ir/search-result?q=۴۱۶۷۳>. (۹۷/۱۱/۲۲).
۷. بیانیه گام دوم انقلاب (۱۳۹۷). مشاهده شده در پایگاه <http://farsi.khamenei.ir/message-content?id=22/11/79>.
  ۸. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد (۱۳۶۶)، تصنیف غرر الحکم و درر الکلم. قم: المکتب الاعلام الاسلامی.
  ۹. جوادی آملی، عبدالله (۱۳۷۶)، کرامت در قرآن. تهران: مرکز نشر فرهنگی رجاء.
  ۱۰. جوهری، اسماعیل بن حماد (۱۴۱۰)، الصحاح - تاج اللغة و صحاح العربیه. بیروت: دارالعلم للملایین.
  ۱۱. حاضری، علی محمد.. و علیخانی، علی اکبر (۱۳۷۷)، خودباختگی و خودباوری از دیدگاه امام خمینی (ره). تهران: مؤسسه نشر آثار امام خمینی (ره).
  ۱۲. حقی، محمد (۱۳۹۷)، انقلاب اسلامی مبانی و ویژگی ها با تأکید بر اندیشه های امام خمینی رحمته الله علیه و مقام معظم رهبری، برگرفته از آثار موجود. قم: مرکز بین المللی ترجمه و نشر المصطفی.
  ۱۳. حویزی، عبدعلی بن جمعه (۱۴۱۵)، تفسیر نور الثقلین. قم: اسماعیلیان.
  ۱۴. خامنه ای، سید علی (۱۳۹۱)، یازده گفتار پیرامون بیداری اسلامی. قم: انتشارات انقلاب اسلامی.
  ۱۵. دهخدا، علی اکبر (۱۳۷۳)، لغت نامه دهخدا. تهران: انتشارات و چاپ دانشگاه تهران.
  ۱۶. دی آنجلس، باربارا (۱۳۸۲)، اعتماد به نفس: دستیابی به آن و زندگی با آن. مترجم: ابراهیمی، هادی. تهران: نسل نو اندیش.
  ۱۷. راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۴۱۲)، مفردات الفاظ القرآن. بیروت: دار الشامیه.
  ۱۸. رضایی میرقائد، محسن (۱۳۸۶)، ایران آینده، در افق چشم انداز. تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی سازمان چاپ و انتشار.

۱۹. رضایی اصفهانی، محمدعلی (۱۳۸۷). تفسیر قرآن مهر. قم: پژوهش‌های تفسیر و علوم قرآن.
۲۰. شاه‌عبدالعظیمی، حسین (۱۳۶۳). تفسیر اثنی عشری. تهران: میقات.
۲۱. صیقلانی، کریمیان (۱۳۸۵). خودباوری، (سلسله گفتارهای تربیتی-اخلاقی). قم: مرکز پژوهشی امام خمینی (ره).
۲۲. طاهرزاده، اصغر (۱۳۸۸). انقلاب اسلامی بازگشت به عهد قدسی. اصفهان: لب‌المیزان.
۲۳. طاهرزاده، اصغر (۱۳۹۸). انقلاب اسلامی برون‌رفت از عالم غربی. اصفهان: لب‌المیزان.
۲۴. طباطبایی، محمدحسین (۱۳۹۰). المیزان فی تفسیر القرآن. لبنان: بیروت مؤسسه الأعلمی للمطبوعات.
۲۵. طریحی، فخرالدین بن محمد (۱۳۷۵). مجمع البحرین. تهران: مرتضوی.
۲۶. طوسی، محمدبن حسن (بی‌تا). التبیان فی تفسیر القرآن. بیروت: داراحیاء التراث العربی.
۲۷. طیب، عبدالحسین (۱۳۶۹). اطیب البیان فی تفسیر القرآن. تهران: اسلام.
۲۸. عباس‌نژاد، محسن (۱۳۸۴). قرآن، روان‌شناسی و علوم تربیتی. مشهد: بنیاد پژوهش‌های قرآنی حوزه و دانشگاه.
۲۹. عسکری، حسن بن عبدالله (۱۴۰۰). الفروق فی اللغة. بیروت: دارالآفاق الجدیده.
۳۰. عمید، حسن (۱۳۶۶). فرهنگ عمید. تهران: مؤسسه انتشارات امیرکبیر.
۳۱. فخر رازی، محمدبن عمر (۱۴۲۰). التفسیر الکبیر (مفاتیح الغیب). بیروت: داراحیاء التراث العربی.
۳۲. فراهیدی، خلیل بن احمد (۱۴۰۹). کتاب العین. قم: مؤسسه دار‌الهجره.
۳۳. فیومی، احمدبن محمد مقرئ (بی‌تا). المصباح المنیر فی غریب الشرح الکبیر للرافعی. قم: منشورات دارالرضی.
۳۴. قرشی بنابی، علی‌اکبر (۱۳۷۱). قاموس قرآن. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۳۵. کاوه، سعید (۱۳۸۷). کمبود اعتمادبه‌نفس. تهران: سخن.
۳۶. کاشانی، فتح‌الله بن شکرالله (۱۳۲۳). زبده التفاسیر. قم: مؤسسه المعارف الاسلامیه.
۳۷. مارستون، استفانی (۱۳۷۹). معجزه تشویق. مترجم: تمدن، توراندخت. بی‌جا: نشر علمی.
۳۸. مصطفوی، حسن (۱۳۶۸). التحقیق فی کلمات القرآن الکریم. تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
۳۹. مطهری، مرتضی (۱۳۷۸). یادداشت‌های شهید مطهری. تهران: صدرا.
۴۰. معین، محمد (۱۳۸۲). فرهنگ معین. تهران: زرین نگارستان کتاب.
۴۱. مغنیه، محمدجواد (۱۴۲۵). التفسیر المبین. قم: دارالکتاب الاسلامی.
۴۲. مکارم شیرازی، ناصر (۱۳۷۱). تفسیر نمونه. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۴۳. موسوی خمینی، روح‌الله (۱۳۷۸). تعلیم و تربیت از دیدگاه امام خمینی (ره). تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ره).
۴۴. ناتانیل، براندن (۱۳۷۹). روان‌شناسی عزت‌نفس. مترجم: قراچه‌داغی، مهدی. تهران: نشر نخستین.
۴۵. نیلی‌پور، مهدی (۱۳۸۷). بهشت اخلاق. قم: مؤسسه تحقیقاتی ولی عصر (عج).