

# شیوه‌های پرورش عزت نفس

## سیره امام حسین علیه السلام

عبد الکریم پاک نیا

نداشتن عزت نفس و وجود عقده حقارت جستجو نمود. امام علی علیه السلام می فرماید: «مَنْ كَرُمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ لَمْ يَهِنْهَا بِأَلْمَعَصِيَةِ»<sup>۱</sup> آن کس که [بزرگی و] کرامت نفس خود را باور داشته باشد، آن را با گناه، پست و ذلیل نخواهد کرد.»

برای همین، به افرادی که از عقده حقارت رنج می‌برند و برای خود هیچگونه ارزشی قائل نیستند، نمی‌توان اعتماد کرد و امری از امور جامعه را به آنان سپرد. سایر افراد

### طلیعه:

عزت نفس، یکی از لوازم زندگی موفقیت‌آمیز است. فردی که می‌خواهد در راه اهداف والای خویش تمام مشکلات و موانع را از سر راه خود برداشته و به مراحل تعالی و تکامل برسد، باید عزت و کرامت نفس داشته و این موهبت خدادادی را در وجود خود بارور کند. ریشه بسیاری از محرومیتها، ناکامیها، عدم موفقیتها، انتخاب راههای خلاف عرف و شرع، شکستن هنجارهای مقدس جامعه، خیانتها، جنایتها و بزهکاریهای گوناگون را می‌توان در

۱- عیون الحکم و المواعظ، ص ۴۳۹.

جامعه نیز از شرّ این افراد در امان نخواهند بود.

امام هادی علیه السلام فرمود: «مَنْ هَانَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ فَلَا تَأْمَنُ شَرَّهُ؛ کسی که نفس او در نزدش خوار و ذلیل باشد، از شرّ او ایمن مباش.»

کسی که به شخصیت خود توجه ندارد، مطمئناً در خوار کردن دیگران نیز باکی نخواهد داشت. بنابراین برای حفظ اجتماع مسلمانان و تقویت ارتباط دینی، عاطفی و فرهنگی میان افراد جامعه و جلوگیری از شیوع گناه و انواع خلفاها، باید روحیه عزت و کرامت نفس را در جامعه پرورش داده و تقویت نمود.

امام حسین علیه السلام داشتن عزت نفس را یکی از صفات ضروری مؤمنین دانسته می‌فرماید: «إِيَّاكَ وَمَا تَعْتَلِزُّ مِنْهُ فَإِنَّ الْمُؤْمِنَ لَا يَسِيءُ وَلَا يَعْتَلِزُّ وَالْمُنَافِقُ كُلُّ يَوْمٍ مِيسِيءٌ وَيَعْتَلِزُّ»<sup>۲</sup> از انجام کارهایی که نیاز به پوزش دارد [و عزت نفس را خدشه‌دار می‌کند] بپرهیز، زیرا مؤمن نه کار بد می‌کند و نه پوزش می‌طلبد، ولی منافق [که برای خود ارزش قائل نیست]، هر روز کار بد انجام می‌دهد و

پیوسته عذرخواهی می‌کند.»

در سیره و سخن امام حسین علیه السلام موارد زیادی می‌توان یافت که آن گرامسی در آن موارد، با شیوه‌های مختلف در صدد پرورش و تقویت عزت نفس در نهاد افراد بوده است. در این فرصت به برخی از این شیوه‌ها گذری خواهیم داشت تا علاوه بر اینکه رفتار و گفتار آن حجت الهی به عنوان الگوی سعادتمندان برایمان سرمشق باشد، با یکی دیگر از رمزهای موفقیت رهبران الهی در جذب و جلب وجدانهای بیدار و دلهای مشتاق سعادت آشنا شویم.

### تکریم کودکان

کودکانی که در دوران طفولیت از توجه و احترام بزرگترها، بویژه والدین خود، برخوردار گردند، در زندگی آینده خویش افرادی عزتمند، موفق و دارای اعتماد به نفس خواهند بود؛ چرا که تکریم شخصیت کودکان - که روحی لطیف و حساس دارند - روحیه خودباوری و اعتماد به نفس را در

۱- تحف العقول، ص ۴۸۳.

۲- حیاة الامام الحسین، ج ۱، ص ۱۸۱.

**انسانهایی که در الفاظ و عبارات خود کمال ادب و عفت را رعایت می‌کنند، در نظر مخاطب عزیز و مکرم بوده و عموم مردم آنان را به دیده احترام و بزرگی می‌نگرند.**

**احترام به اندیشه‌ها و آرای**

**دیگران**

یکی از شیوه‌های کارساز در مسائل تربیتی و تبلیغی، احترام به اندیشه‌های دیگران است.

مربی و مبلغ، به این وسیله به مخاطبان خود شخصیت داده و در اعماق وجود آنان نفوذ می‌کند.

با توجه کردن به تفکرات و خواسته‌های مخاطب، می‌توان روحیه اعتماد به نفس را در او زنده کرده و

وجود آنان تقویت کرده و زمینه رشد اخلاقی و ایجاد صفات نیک را در وجودشان فراهم می‌آورد و آنان را در آینده شخصیتی مستقل، خودباور و دور از عقده حقارت بار خواهد آورد. چند نمونه از تکریم شخصیت اطفال را در رفتار آن حضرت مرور می‌کنیم:

۱- عبدالله بن عتبه، از مشاهیر فقهای

اهل سنت، نقل می‌کند که: روزی در محضر حضرت سید الشهداء علیه السلام بودم که فرزند آن حضرت (امام سجاد علیه السلام) که کوچک بود، وارد شد. امام او را به نزد خود خوانده و به سینه چسبانید، پیشانیش را بوسید و فرمود: «بَابِي أَنْتَ مَا أَطْيِبَ رِيْحَكَ وَأَخْسَنَ خَلْقَكَ»<sup>۱</sup> پدرم به فدایت. چقدر خوشبو و زیبایی!»

۲- جعید همدان یکی از یاران امام حسین علیه السلام می‌گوید: روزی نزد حسین بن علی علیه السلام رفتم در حالی که او دخترش سکینه را بر سینه چسبانیده و نوازش می‌کرد. وقتی که وارد شدم، امام به همسرش فرمود: ای خواهر قبيله کلاب! دخترت را از من بگیر! سپس با من در مورد انواع مردم به گفتگو نشست.<sup>۲</sup>

۱- کفایة الاثر، ص ۲۳۴؛ معجم رجال الحدیث،

ج ۱۲، ص ۸۲

۲- ترجمه الامام الحسن علیه السلام، ص ۱۵۹.

عزت نفس وی را تقویت نمود.

روزی «حسن مثنی» فرزند امام مجتبی علیه السلام از یکی از دختران عمویش، امام حسین علیه السلام خواستگاری نمود. آن حضرت به او فرمود: «اخْتَرِيَا بَنِي أَحَبَّهُمَا إِلَيْكَ؛ فرزندم! هر کدام را بیشتر دوست داری، انتخاب کن!» «حسن مثنی» از روی شرم و حیا سخنی نگفت. به این جهت، امام حسین علیه السلام فرمود: من دخترم فاطمه را به جهت شباهت زیادش به مادرم برای تو برگزیدم.<sup>۱</sup>

#### دروود و سلام

یکی از روشهای قرآنی در عزت دادن به افراد، سلام کردن و درود فرستادن به آنها است. خداوند متعال در قرآن کریم برای اینکه عظمت مؤمنان را روشن سازد، به پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله دستور می دهد که به اهل ایمان سلام کند.

﴿وَإِذَا جَاءَكَ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِنَا فَقُلْ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ﴾<sup>۲</sup> «هرگاه کسانی که به آیات ما ایمان دارند به نزد تو آیند، به آنها بگو: سلام بر شما»

این شیوه موفق قرآنی در سیره امام حسین علیه السلام نیز بطور روشن دیده

می شود. آن حضرت در ثواب سلام فرمودند: «لِلسَّلَامِ سَبْعُونَ حَسَنَةً؛ تِسْعٌ وَ سِتُّونَ لِلْمَبْتَدِي وَوَاحِدَةٌ لِلزَّادِ»<sup>۳</sup> برای سلام هفتاد حسنه می باشد؛ شصت و نه حسنه برای سلام کننده و یک حسنه برای پاسخ دهنده.»

سلام کردن موجب تقویت حس خودباوری و عزت نفس در کسی که به او سلام می شود خواهد شد و فردی که به او سلام داده و درود می فرستیم، شایستگی و جایگاه خود را در منظر دیگران باور می کند.

این شیوه الهی آنچنان مهم و بارزش است که امام حسین علیه السلام از آغاز کردن سخن بدون سلام کردن، نهی کرده و به فردی که پیش از ادای سلام، جویای حال حضرتش شده بود فرمود: «السَّلَامُ قَبْلَ الْكَلَامِ غَاْفَاكَ اللَّهُ. لَا تَأْذِنُوا لِأَحَدٍ حَتَّىٰ تَسَلِّمَ»<sup>۴</sup> خدا تو را عافیت و سلامتی دهد، سلام کردن بر سخن

۱- مقاتل الطالین، ص ۱۲۲؛ کشف الغمه، ج ۱، ص ۵۷۹.

۲- انعام / ۵۴.

۳- تحف العقول، ص ۲۴۸.

۴- مستدرک الوسائل، ج ۸، ص ۳۵۸.

می‌باشند و نوع لحن و صوت و انتخاب جملات در توجه و جذب آنان اهمیت فوق العاده‌ای دارد. سخنان محبت‌آمیز، دلربا و دارای بار عاطفی مثبت، در عمق جان مخاطبان تأثیر می‌گذارد و عزت نفس را در آنان تقویت می‌کند. انسانهایی که در الفاظ و عبارات خود کمال ادب و عفت را رعایت می‌کنند، در نظر مخاطب عزیز و مکرم بوده و عموم مردم آنان را به دیده احترام و بزرگی می‌نگرند. در واقع رعایت ادب و عفت و وجاهت در گفتار موجب عزت نفس برای گوینده و شنونده است. برخی از مشکلات و ناهنجاریها، تندخوییها، زورگوییها، بدبینیها، حقارتها و افسردگیها را می‌توان با بکارگیری عباراتی دلنواز و روحبخش از میان برداشته و درمان نمود.

رسول گرامی اسلام فرمودند: «مَنْ أَكْرَمَ أَخَاهُ الْمُسْلِمِ بِكَلِمَةٍ يُلَطِّقُهَا وَفَرَّجَ عَنْهُ كُرْبَتَهُ، لَمْ يَزَلْ فِي ظِلِّ اللَّهِ الْمَمْدُودِ، عَلَيْهِ

گفتن مقدم است. [سپس فرمود:] تا کسی سلام نداده به او اجازه سخن گفتن ندهید.»

همچنین امام حسین علیه السلام کسی را که در ارتباطات اجتماعی و معاشرتهای خانوادگی، از این شیوه پسندیده قرآنی بهره نگیرد، به عنوان خسیس‌ترین فرد قلمداد کرده و می‌فرماید: «الْبَخِيلُ مَنْ يَخِلُّ بِالسَّلَامِ»<sup>۱</sup> بخیل کسی است که از سلام دادن بخل بورزد.»

در سیره اهل بیت علیهم السلام سلام به مسلمانان گناهکار و آلوده نیز پسندیده و تأثیرگذار است. امام حسین علیه السلام می‌فرماید: ابن کوا از پدرم علی علیه السلام پرسید: ای امیر مؤمنان! آیا بر گناهکاران نیز سلام می‌دهی؟

علی علیه السلام فرمود: خدا او را اهل توحید می‌داند، آیا تو او را اهل سلام نمی‌دانی؟!<sup>۲</sup>

ارتباط کلامی با عبارات دلنشین عموم مردم؛ اعم از کودکان، نوجوانان، جوانان و زنان و مردان، در معاشرتهای اجتماعی، نسبت به ارتباطات کلامی افراد بسیار حساس

۱- تحف العقول، ص ۲۴۸.

۲- مستدرک الوسائل، ج ۸، ص ۳۵۹.

یکی از مردانی هستی که با من به شهادت خواهند رسید.»

۳- وقتی با دخترش سکینه وداع می کرد، برای آرامش وی که از فراق پدر بی تاب می کرد چنین فرمود: «يَا نُورُ عَيْنِي اَكَيْفَ لَا يَسْتَسْلِمُ لِلْمَوْتِ مَنْ لَا نَاصِرَ لَهُ وَ لَا مُعِينٌ؟<sup>۴</sup> ای نور چشم من! کسی که یار و یاورى ندارد چگونه تسلیم مرگ نباشد؟!»

۴- آنگاه که امام حسین علیه السلام برادرش حضرت عباس علیه السلام را می فرستاد تا از علت حرکت سپاه دشمن خبری بیاورد، سخن خود را با این عبارت دلنشین ابراز می داشت: «يَا عَبَّاسُ! اِزْ كَبِّ، بِنَفْسِي اَنْتَ يَا اَخِي، حَتَّى تَلْقَاهُمْ، فَتَقُولَ لَهُمْ: مَا لَكُمْ؟<sup>۱</sup> و مَا بَدَا لَكُمْ لَهُمْ؟<sup>۲</sup> برادرم عباس! جانم به فدایت، سوار شو و به نزد اینان برو و به آنان بگو: شما را چه شده و چه چیزی برای شما

الرَّحْمَةُ مَا كَانَتْ فِي ذَلِكَ؛<sup>۱</sup> کسی که برادر مسلمان خود را با کلمه ای مهرآمیز تکریم نماید و غم را از [دل] او بزداید، در سایه بلند [لطف] خدا می باشد و تا این صفت پسندیده در او باشد، همواره رحمت [الهی] بر او خواهد بود.»

در اینجا نمونه هایی از ارتباط کلامی حضرت ابا عبدالله علیه السلام با افراد خانواده، فرزندان و یارانش را بیان می کنیم.

۱- امام حسین علیه السلام هنگام خروج از مدینه، وقتی که همه خاندان و اهل بیت آن حضرت سوار بر محملها شدند، چنین ندا داد: «أَيْنَ أَخِي؟ أَيْنَ كَبِّشْ كَتَيْبَتِي، أَيْنَ قَمَرِ بَنِي هَاشِمٍ؛ کجاست برادرم، کجاست سردار سپاهم، کجاست ماه بنی هاشم.» عباس علیه السلام هم پاسخ داد: «كَيْبِك، كَيْبِك، يَا سَيِّدِي.»<sup>۲</sup>

۲- هنگامی که حضرت قاسم علیه السلام از شهادت خویش سؤال کرد، امام حسین علیه السلام او را چنین مورد خطاب قرار داد: «إِي وَاللَّهِ، فِدَاكَ عَمَّكَ، إِنَّكَ لَا تَحُدُّ مَنْ يُقْتَلُ مِنَ الرِّجَالِ مَعِي؛<sup>۳</sup> به خدا سوگند، همینطور است. عمویت فدایت باد. تو

۱- کافی، ج ۲، ص ۲۰۶؛ وسائل الشیعه، ج ۱۶، ص ۳۷۶.

۲- فرهنگ عاشورا، ص ۳۸۶؛ معالی السبطين، ج ۱، ص ۲۲۰.

۳- مدینه المعجز، ج ۴، ص ۲۱۴.

۴- ناسخ التواریخ، ج ۲، ص ۳۶۰.

۵- تاریخ طبری، ج ۴، ص ۳۱۵.

آشکار شده است؟!»

۵- حضرت سید الشهداء علیه السلام در هنگام خداحافظی با فرزندش امام سجاد علیه السلام، در روز عاشورا، فرزندش را به آغوش کشیده و با کلمات مهرآمیزی که از اعماق جانش ریشه می‌گرفت، به او فرمود: «يَا وَلَدِي! أَنْتَ أَطْيَبُ ذُرِّيَّتِي وَ أَفْضَلُ عِنْتِي وَ أَنْتَ خَلِيقَتِي عَلَى هُوَلَاءِ الْعِيَالِ وَالْأَطْفَالِ؛<sup>۱</sup> پسر من! تو پاکیزه‌ترین فرزندان من هستی و بهترین خاندان من می‌باشی، تو جانشین من در [سرپرستی] این زنان و کودکان خواهی بود.»

### تقدیر و تشویق

تقدیر از دیگران و تشویق آنان به خاطر کارهای پسندیده‌ای که انجام داده‌اند، در تقویت اعتماد به نفس و روحیه خودباوری و در نتیجه عزت نفس آنان، تأثیر به‌سزایی دارد. این راهکار موفق تربیتی آنچنان اهمیت دارد که می‌توان گفت، کمتر عاملی همانند تقدیر و تجلیل در ایجاد خصلت‌های نیکو و تقویت اعتماد به نفس می‌تواند مؤثر باشد. تشویق، استعداد‌های نهفته در نهاد آدمی را از

قوه به فعلیت رسانده، و خلاقیت‌های درون او را شکوفا می‌سازد. تحسین، تقدیر، تجلیل، اعطای جایزه‌های مادی و معنوی، هدیه، بذل عاطفه و محبت، تکریم و تشکر، جلوه‌هایی از مظاهر تشویق می‌باشد. در ذیل، مواردی از بهره‌گیری امام حسین علیه السلام از شیوه کارآمد تشویق را بیان می‌کنیم.

#### ۱- قدردانی از معلم

جعفر، یکی از فرزندان امام حسین علیه السلام، نزد معلمی به نام «عبدالرحمان سلمی» در مدینه آموزش می‌دید. روزی معلم سوره حمد را به کودک آموخت. وقتی که کودک آن را بر امام حسین علیه السلام قرائت کرد، آن حضرت در مقابل این کار ارزشمند معلم از وی تجلیل کرده و بعنوان قدردانی، هزار دینار و هزار حله به او پاداش داد. هنگامی که از آن حضرت پرسیدند: چرا این همه بخشش می‌کنید؟! حضرت فرمود: «وَ آيِنَ يَقَعُ هَذَا مِنْ عَطَائِهِ؛ کجا این بخشش [من] با اعطای او [که تعلیم الحمد لله

۱- موسوعة کلمات الامام الحسين علیه السلام، ص ۴۸۶.

یکی از اهالی مدینه بود، در وقت معین اشتباهاً به محضر امام حسین علیه السلام آمد و به خیال اینکه به حضور امام حسن علیه السلام آمده، به حضرت سید الشهداء علیه السلام عرضه داشت: من همان بنده‌ای هستم که فلان شب میهمان من بودی و وعده دادی تا در این ساعت خدمت شما برسم. امام حسین علیه السلام متوجه شد که او از برادرش امام مجتبی علیه السلام در آن شب پذیرایی کرده است. به این جهت از او پرسید: ای غلام! تو برده چه کسی هستی؟ او نام یکی از اهالی مدینه را برد. امام پرسید: چند رأس از گوسفندان اربابت در اختیار توست؟ چوپان گفت: سیصد رأس.

امام حسین علیه السلام مولای او را طلبید و از وی درخواست کرد تا گوسفندان را با همان غلام به وی بفروشد. وقتی که او اعلام رضایت نمود، آن حضرت غلام و گوسفندان را از صاحبش خرید و سپس غلام را آزاد نموده و گوسفندان را نیز به غلام بخشید. آن حضرت موقع خداحافظی به

۱- مناقب آل ابی طالب، ج ۳، ص ۲۲۲.

رب العالمین است] می‌تواند برابر باشد؟! و آنگاه این اشعار را قرائت کرد:

إِذَا جَاءَتِ الدُّنْيَا عَلَيْكَ فَجُدْ بِهَا

عَلَى النَّاسِ طَرّاً قَبْلَ أَنْ تَتَقَلَّتِ

«هرگاه دنیا به تو روی آورد، قبل از آنکه از دستت برود، همه آن را به مردم ببخش.»

فَلَا الْجُودُ يُفْنِيهَا إِذَا هِيَ أَقْبَلَتْ

وَلَا الْبُخْلُ يُنْقِطُهَا إِذَا مَا تَوَلَّتْ<sup>۱</sup>

«نه بخشش، آن را - هرگاه روی آورد - از بین می‌برد و نه بخل، آن را - هرگاه پشت کند - نگه می‌دارد.»

## ۲- تشویق نیکوکار

امام حسن مجتبی علیه السلام در یکی از سفرهایش راه را گم کرد. اتفاقاً شب با چوپانی برخورد کرد، چوپان از امام حسن علیه السلام پذیرایی کرده و هنگام صبح راه را به آن حضرت نشان داد.

حضرت مجتبی علیه السلام هنگام خداحافظی به چوپان فرمود: من اکنون سراغ زمین زراعتی خود می‌روم و بعد به مدینه بر می‌گردم. سپس، وقتی را تعیین کرد تا آن چوپان خدمت امام مجتبی علیه السلام برسد. چوپان که از غلامان



شخصیت او تقویت شده و روحیه اعتماد به نفس در او افزایش می‌یابد. به این جهت، نام نیک برای صاحب نام فرح‌انگیز و نشاط آور می‌باشد. والدین و مربیان دلسوز و آگاه در این مورد حساسیت خاصی داشته و در نامگذاریها کمال دقت را به عمل می‌آورند. زمانی که پیکر خونین حرّ در آخرین لحظات زندگی به روی زمین افتاده بود، امام حسین علیه السلام به بالین وی آمد. آن حضرت در حالی که با دستهای مبارک خود، صورت او را نوازش می‌داد و خاک و خون از چهره‌اش پاک می‌کرد، فرمود: «بَيْعَ لَكَ يَا حُرٌّ، أَنْتَ حُرٌّ كَمَا سَمَّيْتَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ؛ به به! [احسنت] به تو ای حرّ! تو آزاد مردی چنانکه در دنیا و آخرت آزاده خوانده شدی.» سپس با تجلیل از مادر وی اضافه نمود: «وَاللَّهِ مَا أَخْطَأْتُ أُمَّكَ إِذْ سَمَّيْتُكَ حُرًّا، فَأَنْتَ وَاللَّهِ حُرٌّ فِي الدُّنْيَا وَسَعِيدٌ فِي الْآخِرَةِ؛<sup>۱</sup> به خدا سوگند! مادرت در این که تو را حرّ نامید، اشتباه نکرده است. به خدا قسم! تو در دنیا آزادمرد و در

غلام گفت: «إِنَّ أَلَدِي بَاتَ عِنْدَكَ أَخِي وَقَدْ كَأَفَأْتُكَ بِفِعْلِكَ مَعَهُ؛ کسی که آن شب نزد تو ماند، برادر من بود. اکنون به پاس [قدردانی از] رفتار نیک تو با او، این پاداش را به تو دادم.»<sup>۱</sup>

### ۳- آزادی کنیز

انس بن مالک می‌گوید: نزد امام حسین علیه السلام بودم که کنیزی از آن حضرت شاخه گلی را به حضرتش تقدیم کرد. امام حسین علیه السلام آن شاخه گل را گرفت و به او فرمود: «أَنْتِ حُرَّةٌ لِرُوحِهِ اللَّهِ؛ تو در راه خدا آزادی!» من به حضرت عرض کردم: در مقابل اهداء یک شاخه گل او را آزاد کردی؟! امام در پاسخ فرمود: خداوند ما را در قرآن چنین ادب کرده و فرموده است: «إِذَا حَبِيتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوها»<sup>۲</sup> «هرگاه به شما تحیتی گفته شد، پاسخ آن را به نیکوتر از آن یا مانند آن بدهید.» و سپس فرمود: تحیت بهتر، همان آزاد کردن اوست.<sup>۳</sup>

### ۴- تجلیل از یک آزاده

نام نیک موجب می‌شود که دیگران صاحب نام را تحسین کرده و در مورد او فال نیک بزنند. به این وسیله

۱- موسوعة كلمات الحسين علیه السلام، ص ۶۲۱.

۲- نساء/ ۸۶.

۳- بحار الانوار، ج ۴۴، ص ۱۹۵.

۴- لواعج الاشجان، ص ۱۴۷؛ لهوف، ص ۱۹۲.

تسلیم ناپذیر آن حضرت در مقابل  
ستمگران و متجاوزان به حقوق مسلمانان  
می باشد به پایان می بریم.

چنانکه می دانیم، گروهی از مردم، به  
خاطر فرار از مرگ به انواع ذلتهای تن داده و  
به خاطر دو روز زندگی زودگذر دنیا برای  
همیشه عزت و کرامت خویش را فدا  
می کنند، اما حسین بن علی علیه السلام در این  
مورد می فرماید:

«أَلَا وَإِنَّ الدَّعَى ابْنَ الدَّعَى قَدْ رَكَزَ بَيْنَ  
اِثْنَتَيْنِ: بَيْنَ السَّلَةِ وَالذَّلَّةِ وَهَيْهَاتَ مِنَّا الذَّلَّةُ،  
يَأْتِي اللَّهُ لَنَا ذَلِكَ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَحُجُورٌ  
طَابَتْ وَطَهَّرَتْ وَأَنْوَفَ حَمِيَّةً وَأَنْفُسَ آيَّةٍ مِنْ  
أَنْ تُؤْتِرَ طَاعَةَ اللّٰهُ عَلَىٰ مُضَارَعِ الْكِرَامِ؛ ناپاک  
فرزند ناپاک، (عبیدالله بن زیاد) مرا در  
پذیرش یکی از دو راه مجبور کرده است؛  
بین مرگ [با عزت] و [زندگی با] ذلت. اما  
هیئات که ما ذلت و خواری را بپذیریم،  
خداوند و رسولش و مؤمنین و دامنه های  
پاک و غیرتمندان بر ما نمی پسندد که  
اطاعت فرومایگان و پست فطرتان را بر  
مرگ با عزت و شرافتمندانه ترجیح  
دهیم.<sup>۱</sup>»

۱- لهُوف ابن طاووس، ص ۱۸۰.

**برخی از مشکلات و  
ناهنجاریها، تندخوییها،  
زورگوییها، بدبینیها،  
حقارتها و افسردگیها را  
می توان با بکارگیری  
عباراتی دنواز و روحبخش  
از میان برداشته و درمان  
نمود.**

آخرت سعادت مند خواهی بود.»

#### سخنان عزت آفرین

امام حسین علیه السلام افزون بر اینکه در  
عمل سعی می کرد اطمینان به نفس را در  
وجود اشخاص زنده کند و حتی در باری به  
محرومان و مستضعفان بیشتر از همه به  
حفظ آبرو، حیثیت و خدشه دار نشدن  
شخصیت آنان می اندیشید، در گفتارهای  
راهگشا و عزت بخش خود نیز به احیای  
کرامت انسانی و عزت افراد اهتمام خاصی  
داشت. این نوشتار را با سخنی حکیمانه از  
آن گرامی که حاکی از عزت نفس و روح