

اصول تربیت

دکتر علی اصغر احمدی

اصل دهم

"احساس کرامت، حافظ سلامت روانی، اجتماعی و اخلاقی و پشتوانه تحرک و مسؤولیت پذیری انسان است. آن را پیوسته برای تربی خود تأمین کنیم."

"شناخت"، جزئی مهم از شخصیت انسان است. آدمی به کمک شناختی که از خود و محیط خود به دست می آورد، زندگی خویش را سامان داده، اهدافی را دنبال می کند. موضوع شناخت ممکن است پدیده های مختلفی باشد. در بسیاری مواقع انسان در پی شناخت اشیا و وقایع جهان خارج است. شناخت یک شیء، شناخت یک انسان، شناخت زمان و مکان و امثال اینها نمونه هایی از شناخت توسط انسان هستند. در کنار شناخت پدیده های خارجی، انسان به شناخت "خود" و "یا" خویشتن نیز می پردازد. قرآن کریم این دو دسته از پدیده ها را به عنوان پدیده های "آفاقی" و "انفسی" نام برده است و انسان برای رشد خویش ناگزیر از سیر در آفاق و انفس است.

شناخت انسان از خود، یعنی مجموعه ای از تصورات و ارزیابی ها که انسان از خویشتن در ذهن دارد. این شناخت دارای اجزا و وجوهی است که هر یک از آنها در جای خود از اهمیتی



خاص برخوردار است. این اجزا و یا به عبارتی وجوه، عبارتند از:

۱- تصور از خود: هر کسی تصویری از خود، یعنی آنچه هست، در ذهن دارد. وقتی انسان در مقابل سؤالاتی از قبیل: من کیستم و من چیستم قرار می‌گیرد، تصور از خود را عرضه می‌کند. این عنصر را گاه خودپنداره (SELF - CONCEPT) نیز می‌نامند. انسانها اغلب تصویری ناقص از خویش دارند و خود را آن گونه که هستند نمی‌شناسند. تصور ناقص انسان از خویشتن دلایل عدیده‌ای دارد. یکی از آنها شناخت ناقصی است که انسان از هر چیزی دارد. کسی نمی‌تواند ادعا کند که چیزی را به طور کامل شناخته است؛ حتی آبی که می‌نوشیم، شناخت کاملی از آن نداریم.

ولی شاید مهم‌ترین علت شناخت ناقص ما از خودمان، مانعی است که از درون سد راهمان می‌شود. ما از درون در مقابل خود پرده‌ای می‌افکنیم تا خود را ببینیم. ما راحت‌تریم که پدیده‌های بیرونی و حتی انسانهای دیگر را ببینیم تا خود را. ترس از توجه به خود و شناخت خویشتن یکی از ترسهای پنهان و فراموش شدهٔ انسانی است و باید بگوییم که خطرناک‌ترین ترس در عالم انسانهاست. ما همیشه تلاش می‌کنیم که خود را برای خود زیبا و قابل قبول جلوه دهیم. می‌کوشیم که نقایص و کمبودهای خود را یا "نادیده" بگیریم یا "توجیه" کنیم و یا به گردن دیگران بیندازیم و به عبارتی "فرافکنی" کنیم. آیا توجه کرده‌اید که انسانها به چه شکل گسترده‌ای از دیگران عیب‌جویی و انتقاد می‌کنند و خود را منزّه و پاک جلوه می‌دهند؟ آیا توجه کرده‌اید که وقتی یکی

از اشکالات خودمان را مطرح می‌کنیم، با لحنی این اشکال را بیان می‌کنیم که از آن بسوی "شکسته نفسی" و "بزرگ منشی" به مشام برسد؟ یعنی در بیان اشکال خود نیز صادق نیستیم. بسیاری از جملات، از قبیل: "ما که قابل نیستیم" و یا "ما کجا و چنین مقامی کجا" و امثال اینها، حاوی پیامی پنهان از ارزش‌گذاری و خود بزرگ‌بینی ماست. دلایل دیگری نیز وجود دارد که نشانگر ترس ما از مواجه شدن با خود است. بسیاری از انسانها از انتقاد می‌هراسند و همانها از تعریف و تمجید، حتی اگر نادرست باشد خشنود می‌شوند. اینان با این عمل نشان می‌دهند که از رویارویی با چهرهٔ حقیقی خود ترسانند.

خلاصه آن که یکی از اجزای شناخت ما از خودمان، تصویری است که از خویشتن داریم، لکن مواعی چند از آن جمله ترس از مواجهه با خود نمی‌گذارد خویشتن را بخوبی بشناسیم.

۲- من آرمانی: ما علاوه بر آن که تصویری از وضعیت کنونی خویش داریم، برای خود نحوه‌ای از بودن را نیز ترسیم می‌کنیم. انسانها بندرت به آنچه هستند قناعت می‌کنند. آنان مایلند چیزی برتر و بالاتر از آنچه هستند، باشند. آنچه می‌خواهیم آن باشیم، من آرمانی نامیده می‌شود. کم سواد می‌خواهد دیپلم بگیرد، فرد دارای مدرک دیپلم خود را برای گرفتن لیسانس آماده می‌کند و ...

من آرمانی هر چند که انسان را در جهت تحول و تحرک سوق می‌دهد، یعنی به او سمت و سوی حرکت و تحول را نشان می‌دهد، لکن در سعادت و شقاوت انسان نقشی بسیار مهم ایفا می‌کند. این که چه سمت و سویی را به

شکل آرمانی برای خود در نظر بگیریم، می‌تواند تأثیر بسزایی در حرکت‌های بعدی ما در زندگی داشته باشد. یکی از وظایف تعلیم و تربیت، ایجاد "من آرمانی" مناسب برای مرتبی است.

۳- ارزیابی خود: یکی دیگر از وجوه خودشناسی، چگونگی ارزیابی خود است. انسان خود را چگونه ارزیابی می‌کند و برای این ارزیابی از چه ملاک یا ملاک‌هایی استفاده می‌کند؟

اغلب ما انسانها برای ارزیابی چیزی، آن را با ملاکی می‌سنجیم. رایج‌ترین ملاک ارزیابی اشیا و پدیده‌ها، پول است. امروزه پول ملاکی برای سنجش بسیاری از چیزهاست. حتی مسائل کاملاً انسانی و معنوی نیز در نزد برخی از انسانها با پول سنجیده می‌شود، به عبارت دیگر هر چیزی را قیمتی می‌گذارند. این شیوه ارزیابی، انسانها را هم با پول مورد سنجش قرار می‌دهد. جمله‌ای که می‌گویند: "هر کس قیمتی دارد، یکی ارزان و دیگری گران"، اشاره به همین شیوه ارزیابی دارد. هر چند که انسانها در مقام کلام و نظر خود را با پول نمی‌سنجند، لکن بسیاری از ما در عمل خود را با پول می‌سنجیم و ارزش خود را با مقدار معینی از پول مشخص می‌کنیم. افرادی که تنها میزان دستمزد را ملاک انتخاب شغل می‌دانند، در عمل خود را با پول می‌سنجند.

یکی دیگر از ملاک‌های سنجش ارزش انسانها و یا ارزیابی خود، استفاده از ملاکها و معیارهای اجتماعی است. در نظر عده‌ای از انسانها، انسانهای دیگر ملاک سنجش هستند. اگر کسی از آنها تعریف کند، خود را ارزنده

می‌یابند و اگر کسی از آنها عیب‌جویی کند، خود را حقیر و ناتوان و کم بها می‌پندارند. اگر جامعه برای آنان جایگاهی رفیع قائل شود، خود را خوب ارزیابی می‌کنند و اگر جامعه به آنها بی‌اعتنایی کند، خود را کم ارزش می‌شناسند. مفهوم "کهرتی" و "مهرتی"، ناشی از ارزیابی اجتماعی از خود است. احساس حقارت یا کهرتی، حاصل مقایسه خود با دیگران و کم ارزیابی کردن خویش است. احساس مهرتی یا خود بزرگ‌بینی نیز حاصل ارزیابی خود، برتر و بالاتر از دیگران است. احساس حقارت گاه تبدیل به دلمشغولی عمده‌ای برای برخی از انسانها می‌شود که در

می‌باشد. ارزش انسان به این گونه بودن است. او خود ملاک و مناط ارزش است. اگر به چنین سطحی از نگرش و ارزیابی از خود برسیم، به معنای "کرامت نفس" پی می‌بریم. کسی که به ارزش خود پی می‌برد، صاحب کرامت نفس است. کسی که خود را با پول نمی‌سنجد، با جایگاه اجتماعی و با میزان بازدهی و کارایی ارزیابی نمی‌کند، بلکه خود را با جایگاهش در نظام خلقت می‌سنجد، به کرامت خود توجه کرده است و کسی که خود را به کمتر از بهشت نمی‌فروشد، به کرامت خویش پی برده است. چنین فردی بهشت را کمترین بهایی می‌داند که می‌توان در مقابل او پرداخت. ارزش چنین انسانی با عزت و عظمت خداوند سنجیده می‌شود، زیرا خلیفه او در زمین است.

به این ترتیب "کرامت نفس" نوعی ارزیابی خود به کمک ارزش خویشتن است. برای کریم، کرامت خداوند ملاک ارزیابی است و نه چیز دیگر. ارزش پول آن قدر است که در نزد خداوند ارزش دارد. ارزش قضاوت‌های اجتماعی به آن میزان است که در نزد خداوند بها دارد و هیچ کدام از اینها صاحب ارزش مطلق نیستند. در روان‌شناسی امروز مفهوم "عزت نفس"^۴ مطرح شده است که شباهتهایی با کرامت نفس از دیدگاه اسلامی دارد. فردی که دارای عزت نفس بالاست، خود را ارزشمند می‌داند و خویش را توانا و قابل به شمار می‌آورد. در تحقیقات روان‌شناختی، این مفهوم به اشکال گوناگون مورد بررسی قرار گرفته است.

در اینجا لازم است مقایسه‌ای میان احساس کرامت و احساس خود بزرگ‌بینی داشته باشیم. برای چنین مقایسه‌ای لازم است یک بار دیگر

چنین شرایطی سخن از "عقدهٔ حقارت"^۳ به میان می‌آید.

هر چند که ملاک‌های دیگری برای ارزیابی انسانها وجود دارد، "پول" و "ارزیابی اجتماعی" رایج‌ترین ملاک‌های ارزیابی انسانها از خود است. قبل از آنکه به نوع سومی از ارزیابی بپردازیم، لازم است این پرسش را مطرح کنیم که وقتی چیزی ملاک ارزیابی می‌شود، خود آن با چه چیزی مورد ارزیابی قرار می‌گیرد؟ یعنی وقتی می‌گوییم چیزی فلان قدر می‌ارزد، و این قدر را با پول نشان می‌دهیم، آیا از خود می‌پرسیم که پول خودش چقدر می‌ارزد؟ و یا این که وقتی بر روی قضاوت مردم تکیه می‌کنیم و می‌گوییم فلان کس این قدر مورد توجه مردم است، توجه مردم را با چه چیزی مورد ارزیابی قرار می‌دهیم؟ در پاسخ به چنین سؤالهایی باید بگوییم در نظر کسانی که از این گونه ملاک‌ها استفاده می‌کنند، سؤال از ارزش این ملاک‌ها بی‌مورد است. آنان پول را فی‌نفسه صاحب ارزش می‌دانند، آنها قضاوت و ارزیابی مردم را نیز فی‌نفسه دارای ارزش می‌شناسند، از این رو آنها را با چیزی نمی‌سنجند.

با توجه به این نکته، ملاک سومی برای ارزیابی خود به میان می‌آید و آن این است که انسان را ملاک ارزیابی بگیریم و به جای آن که او را با پول و یا قضاوت اجتماعی بسنجیم، وی را با خودش بسنجیم و ارزش او را فی‌نفسه در نظر بگیریم، یعنی بگوییم انسان از آن جهت که انسان است، ارزشمند است؛ از آن رو که خداوند او را به خلیفهٔ الهی برگزیده است دارای ارزش و کرامت است و سرانجام از این جهت که صاحب عقل و اندیشه، زبان و هنر و ایمان و اعتقادات گرانقدر است، ارجمند

به این نکته توجه داشته باشیم که احساس خود بزرگ‌بینی، حاصل مقایسه خود با دیگران است؛ در حالی که احساس کرامت، توجه انسان به ارزش انسانی و الهی خویش است. با توجه به این نکته باید بگوییم فردی که دچار احساس خود بزرگ‌بینی است، دیگران را کوچک و ناچیز می‌شمارد، اما کسی که دارای احساس کرامت است، برای دیگران، حتی مخالفان خود ارزش قائل است. کسی که دارای احساس خود بزرگ‌بینی است، از انتقاد می‌هراسد و از تعریف و تمجید دیگران خوشحال می‌شود، در حالی که فردی که دارای کرامت نفس است نه انتقاد دیگران وی را آزرده می‌سازد و نه تعریف آنها وی را سرمست می‌نماید. کسی که دارای احساس خود بزرگ‌بینی است از خود تعریف‌هایی می‌کند که غیر واقعی است، در حالی که فردی که دارای احساس کرامت نفس است اولاً از خود تعریف نمی‌کند و لاف نمی‌زند، ثانیاً اگر هم مجبور به تعریف شود، واقع‌بینانه خود را معرفی می‌کند. نکته دیگر این‌که احساس خود بزرگ‌بینی بر یک احساس حقارت عمیق استوار است، حال آن‌که احساس کرامت، بر احساس ارزشمند درونی تکیه دارد.

تربیت احساس کرامت نفس و نقش آن در زندگی انسان

کرامت نفس از یک سو بر عقل و اندیشه انسانی استوار است و از سوی دیگر بر عنصر تربیت تکیه دارد.

انسان تا به سطحی از تعقل و تفکر انتزاعی نرسد، نمی‌تواند خود را ملاک ارزیابی خود بداند. از سوی دیگر تا وقتی مریبان انسان، ارزش او را به خودش برنگردانند، او را در

جهت پرورش کرامت نفس سوق نخواهند داد. تا وقتی برای ارزیابی فرزندانمان از ملاک‌های خارجی، از قبیل نمره، شغل و احترام اجتماعی استفاده می‌کنیم، آنان را از وصول به کرامت نفس دور می‌سازیم. وقتی به فرزندان می‌گوییم درس بخوان تا در جامعه کسی باشی و احترام دیگران را جلب کنی، او را ناخودآگاه به سمت ارزیابی خود با ملاک اجتماع سوق می‌دهیم و اگر او را برای انتخاب مشاغل و رشته‌هایی که درآمد بیشتری دارند تشویق می‌کنیم، وی را به سمت ارزیابی خود به وسیله پول می‌کشانیم. ولی وقتی که فرزندان را برای رسیدن به اندیشه‌ای بالاتر، رسیدن به ارزشی درونی، برای رسیدن به تقوا و اخلاق، دعوت به تحصیل علم و کار و تلاش می‌کنیم، او را به سمت کرامت نفس هدایت می‌نماییم. به این ترتیب، تربیت از طریق نحوه ارزش‌گذاری بر روی اعمال متربی می‌تواند او را به کرامت نفس نزدیک یا دور سازد.

کرامت نفس پاسدار ارزشهای انسانی است. کسی که ارزش درونی خویش را می‌شناسد، از آن ارزشها پاسداری می‌کند. در احادیث اسلامی سخن بسیار درباره شناخت قدر و ارزش انسان آمده است. ائمه ما علیهم السلام، پیوسته بر شناخت ارزش خود تأکید داشته‌اند و حتی برای انسان این جهل را کافی می‌دانند که قدر خود را نشناسد. به عبارت دیگر، می‌گویند که اگر انسان هیچ جهلی نداشته باشد و همه چیز را بداند، لکن ارزش خود را نشناسد، همین جهل برای بدبختی او کافی است. امام علی (ع) می‌فرماید: "الْعَالِمُ مَنْ عَرَفَ قَدْرَهُ وَ كَفَى بِالْمَرْءِ جَهْلًا أَنْ لَا يَعْرِفَ قَدْرَهُ." یعنی دانشمند کسی است که ارزش خویش را



بشناسد و برای مرد (انسان) همین جهل کافی است که ارزش خود را نداند. همو در جای دیگری می فرماید: هَلْكَ اِمْرَةٌ لَمْ يَعْرِفْ قَدْرَهُۥ - انسانی که ارزش خود را نشناسد هلاک می شود.

یکی از وجوه مهم معرفت نفس در اسلام، همین قدرشناسی خویشتن است. انسانی که قدر خویش را می شناسد، خود را بسادگی به چیزی نمی فروشد. کسی که بهای گوهری را بواقع می داند، آن را براحتی از کف نمی گذارد، ولی آن که ارزش چیزی را نشناسد، آن را به بهایی اندک و حتی به بهای غفلتی می فروشد. این ارزش شناسی موجب می شود انسان تمایلات خود را به بهای از دست دادن کرامت خویش ارضا نکند. و این است معنای کلام بلند و ظریف مولا علی (ع) که فرمود: "مَنْ كَوَّمَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ هَانَتْ عَلَيْهِ شَهَوَاتُهُ". یعنی آن کسی که خودش برایش ارزشمند است، امیالش برایش پست خواهد شد. هم ایشان می فرمایند: "مَنْ هَانَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ، فَلَا تَأْمَنُ شَرَّهُ". یعنی آن کس که نفسش برایش کوچک است از شر او در امان نخواهی بود. این حدیث شریف نیز اشاره به این نکته دارد که کسی که قدر خود را نشناسد، لاجرم خود را به شر و بدبختی و شقاوت مبتلا می کند، و کسی که خود را بسادگی دچار شرور می کند، طبیعی است که آن را از دیگران دریغ نخواهد کرد. همچنین کسی که خود را چون شیطان اسیر دوزخ می یابد، همگان را چون خود، بندی دوزخ می خواهد. اما کسی چون پیامبر اکرم (ص) که خود را قله نشین کرامت، شرافت و عزت می بیند، برای همه انسانها قرب به چنین مقامی را آرزو می کند.

پس بیاییم در امر تربیت، پس از شناخت ارزش و جایگاه انسانی، متربی خود را متوجه آن جایگاه کنیم و او را در جهت شناخت و حفظ و حراست از این منزلت تشویق نماییم و از این طریق وی را حافظ حدود ارزشهای انسان، یعنی همان ارزشهایی که خداوند برای انسان رقم زده، قرار دهیم. در عالم انسانی، صفای بهشت و بهشتیان دیده می شود. جانها در این عالم به هم نزدیکند و هریک خیر دیگری را می طلبد و برای دیگری دعا می کند، در حالی که در عالم حیوانی انسانها، جانها در ضدیت با یکدیگر هستند و گاه چون گرگان یکدیگر را می درند.

پی نوشت ها:

- 1- EGO IDEAL
- 2- INFERIORITY AND SUPERIORITY
- 3- INFERIORITY COMPLEX
- 4- SELF ESTEEM

۵- نهج البلاغه، کلمات، ۳۰۴.

۶- نهج البلاغه، کلمات، ۱۱۵۹.

۷- برای مطالعه بیشتر به "الحیاء" تألیف محمد رضا حکیمی و علی حکیمی، جلد ۱، فصل بیست و شش، بحث معرفة النفس مراجعه کنید.