

Research Article

Examining the Components of Positive Thinking in Qudsi Hadiths with an Emphasis on the Category of Benevolence

Naimeh Hamzehzadeh¹, Ali Ghafari², Ruqaeh Sadeghi Neiri³

Abstract

Positive thinking is one of the most widely used categories in psychology, which plays a significant role in creating inner satisfaction and inner peace of a person, and the provision of these depends on a person's attitude towards life and his analysis of events and incidents. On the other hand, the teachings of Islam and especially the holy hadiths have played an important role in creating this insight in the individual and by presenting excellent themes and contents to strengthen the belief of positivism towards life and the purpose of creation and how humans face events, and solves problems. This research was carried out with the aim of describing and analyzing positive thinking and emphasizing the category of benevolence and charity from the point of view of modern science of psychology as well as positivist Islamic thought and emphasizing holy hadiths. The findings of the research indicate that the structure of positive thinking is relevant in religious teachings and especially in holy hadiths. The majority of these structures have been mentioned in the majority of the obstacles to benevolence. Among the obstacles to benevolence taken from the Qudsi hadiths, one can mention benevolence, miserliness, excessive greed, neglecting one's true self, and among the underlying factors of benevolence, one can understand the value of charity and unraveling the problems of fellow human beings, helping the beggar as a tool. To test man, the promise of divine reward referred to the orphans' supporters.

Keywords: Positive Thinking, Benevolence, Psychology, Holy Hadiths, Verses And Narrations

How to Cite: Hamzehzadeh N, Ghafari A, Sadeghi Neiri R., Examining the Components of Positive Thinking in Qudsi Hadiths with an Emphasis on the Category of Benevolence, *Journal of Quranic Studies Quarterly*, 2024;15(58):1-19.

1. Assistant Professor, Ardabil Branch, Islamic Azad University, Ardabil, Iran
2. Professor, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran
3. Associate Professor, Azarbaijan Shahid Madani University, Tabriz, Iran

بررسی مؤلفه‌های مثبت‌اندیشی در احادیث قدسی با تأکید بر مقوله احسان

نعیمه حمزه زاده^۱، علی غفاری^۲، رقیه صادقی نیری^۳

چکیده

مثبت‌اندیشی از مقوله‌های پرکاربرد در علم روان‌شناسی است که در ایجاد رضایت باطنی و آرامش درونی انسان، نقش بسزایی دارد و تأمین این موارد در گرو نگرش انسان نسبت به زندگی و تحلیل او از رویدادها و حوادث است. ازسوی دیگر، آموزه‌های اسلام و به‌ویژه احادیث قدسی نقش مهمی در ایجاد این بینش در فرد داشته و با ارائه مضامین و محتواهای عالی به تقویت باورمندی مثبت‌گرایی نسبت به زندگی و هدف آفرینش و چگونگی رویارویی انسان در حوادث و مشکلات می‌پردازد. این پژوهش با هدف توصیف و تحلیل مثبت‌اندیشی و با تأکید بر مقوله احسان و نیکوکاری از نگاه علم روز روان‌شناسی و نیز اندیشه اسلامی مثبت‌گرا و با تأکید بر احادیث قدسی، انجام پذیرفته است. یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که سازه مثبت‌اندیشی در آموزه‌های دینی و به‌ویژه در احادیث قدسی دارای موضوعیت می‌باشد. غالب این سازه‌ها در غالب موانع احسان مطرح شده است. از موانع احسان برگرفته از احادیث قدسی، می‌توان به منت، بخل، ازدیاد طمع، غفلت از خود واقعی و از عوامل زمینه‌ساز احسان می‌توان به درک ارزش کارخیر و گره‌گشایی از مشکلات هم‌نوعان، کمک به سائل به‌عنوان ابزاری برای آزمایش انسان، وعده پاداش الهی به حامیان ایتم اشاره نمود.

واژگان کلیدی: مثبت‌اندیشی، احسان، روان‌شناسی، احادیث قدسی، آیات و روایات

۱. استادیار، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران

۲. استاد، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

۳. دانشیار، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران

مقدمه و بیان مسئله

مثبت‌نگری نوعی تلاش ذهنی برای ایجاد زندگی نشاط‌انگیز و امیدوارانه است که انسان را به عدم تسلیم در برابر مسائل و حوادث دنیا و نیز افکار منفی ذهن وادار می‌نماید. این احساسات منفی و نیز دشواری‌های مسیر زندگی، گاه در ارتباط و تعامل با سایرین و یا در حوادث طبیعی دنیا پدید می‌آید. زندگی انسان‌ها بازتاب افکار اوست. جهت‌گیری مثبت‌اندیشی‌بین در زندگی به‌گونه‌ای است که وقایع خوب را در زندگی به حساب خود می‌گذارند؛ ولی اتفاقات ناخوشایند را به تصادف و شانس نسبت می‌دهند؛ بنابراین افراد خوش‌بین احساس توانمندی نموده و افراد بدبین خود را مقصر در اتفاقات ناگوار می‌دانند. (ر.ک: توانایی و سلیم زاد، ۱۳۸۹: ۸۹)

شرافت و کرامت‌نفس، اعتماد به نفس، توکل، دعا، استغفار و توبه، صبر و شکر با رویکرد مثبت‌اندیشی نسبت به خود و آینده در دین مورد کاربرد قرار گرفته است. اما تعبیر «حسن ظن» یا خوش‌بینی، به دلیل ارتباط نزدیک‌تر با موضوع تحقیق و بار مفهومی بیشتر و کاربرد وسیع‌تر به‌عنوان عبارت کلیدی در این پژوهش مورد استفاده قرار می‌گیرد. در متون اسلامی تمام مفاهیم اخلاقی چون حسن ظن به دیگران و پرورش حس اعتماد به نفس و حفظ کرامت آن، صبر و استقامت، بر پایه مثبت‌اندیشی و خوش‌عاقبتی تعریف و تبیین شده است و از این‌رو اهمیت تفکر و ایجاد ذهنیت مثبت و صحیح در آموزه‌های دینی بسیار مورد توجه قرار گرفته است؛ به‌گونه‌ای که حضرت محمد (ص) در خصوص اهمیت نگرش و جایگاه آن می‌فرمایند: هیچ عبادتی چون اندیشیدن نیست. (ر.ک: مجلسی، ۱۴۰۳: ۷۴-۶۳)

در سال‌های اخیر، مثبت‌اندیشی و داشتن نگرشی امیدوارانه نسبت به آینده، بسیار رواج یافته و تحقیقات بسیاری پیرامون آن انجام گرفته است. رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا به‌جای توجه صرف به تجارب یا ادراک‌های منفی افراد به بررسی سازه‌هایی چون خودکنترلی، تاب‌آوری، معنویت، مثبت‌اندیشی و ... برای مبارزه با ناامیدی پرداخته‌اند. بدون شک فضایل اخلاقی از ذهنی مثبت به پروردگار و آینده نشأت می‌گیرد. اگر ذهنیت مثبتی نسبت به احسان و خیر در فرد وجود نداشته باشد، نمی‌تواند عامل محرکی در انجام آن باشد.

احسان به‌عنوان یکی از کلیدواژه‌های مهم و حساس اخلاقی در قرآن می‌باشد. ارائه تصویری روشن از مفهوم احسان و گستره مصادیق آن در قرآن کریم مورد توجه قرار گرفته است. پیامدهای فردی و اجتماعی مترتب بر احسان، اگرچه دارای نمود ظاهری بوده و پیامدهای آن در سلامت و رشد جامعه تأثیر بسزایی دارد، اما آثار معنوی و اخروی آن به مراتب بیشتر است؛ بنابراین فرد احسان‌کننده، باتوجه به معادباوری و اعتماد و مثبت‌اندیشی نسبت به مقوله قیامت و فضل پروردگار اقدام به این عمل می‌نماید.

در منابع دینی به این مقوله اشاره شده است؛ اما بررسی مقوله خیر و احسان در رابطه با مثبت‌اندیشی مورد توجه پژوهش‌های گذشته قرار نگرفته است.

پرسش‌های پژوهش

- ۱- مثبت‌اندیشی در روان‌شناسی با چه مفاهیم و مؤلفه‌هایی تعریف شده است؟
- ۲- آیا می‌توان ساختار مثبت‌اندیشی را با نگرش اسلامی و به‌ویژه احادیث قدسی تعریف و تبیین نمود؟
- ۳- عوامل مؤثر و موانع مثبت‌اندیشی در نگاه احادیث قدسی در مقوله خیر و احسان چه بوده است؟ این پژوهش به روش توصیفی - تحلیلی به این پرسش‌ها پاسخ خواهد داد.

پیشینه پژوهش

در سال‌های اخیر پژوهش‌هایی مرتبط با این موضوع و با نگرش اسلامی، نگاشته شده است. در برخی از پژوهش‌های انجام‌شده با ماهیت آماری به بررسی رابطه مثبت‌اندیشی با متغیرهایی چون رضایت از زندگی، سلامت روان و تأثیر مثبت‌اندیشی بر حل مسأله، سبک‌های مقابله‌ای، کاهش اعتیاد-پذیری، انگیزه پیشرفت و عزت نفس، خلاقیت، افزایش خودکارآمدی و شادکامی پرداخته‌اند. در این پژوهش‌ها با توجه به ماهیت آنها، از ارائه تعریف یا مؤلفه‌های دقیق موضوع و یا پرداختن به مباحث کیفی و نظری دوری جسته‌اند؛ مانند تحقیقاتی که در «تأثیرآموزش مثبت‌اندیشی بر سلامت روان دانش‌آموزان» (پارسا، آزاده، ۱۳۹۲ ش) و «اثر بخشی آموزش مهارت‌های مثبت‌اندیشی به شیوه گروهی بر انگیزه پیشرفت دانش‌آموزان» (آقایی، ساراسادات، ۱۳۹۱ ش) انجام گرفته است. در برخی از پژوهش‌ها علاوه بر داشتن ماهیت کیفی، به هیچ وجه به تعریف دقیق و یا مؤلفه‌های مثبت‌اندیشی اشاره نشده است؛ مانند تحقیقاتی که در مقاله «مثبت‌نگری در روان‌شناسی و اسلام» (یوسفی، کوثر، ۱۳۹۱)، و «تفکر مثبت» (میرزاییگی، حسنعلی، ۱۳۹۰) «مثبت‌اندیشی و خوش‌بینی در نهج البلاغه» (صادقی نیری، رقیه، ۱۳۹۲) اشاره شده است. در برخی دیگر از تحقیقات هر چند به توصیف مثبت‌اندیشی و نیز راهکارهای دستیابی به آن پرداخته شده است، ولی به مؤلفه‌ها و تعاریف آن توجهی نشده است؛ مانند تحقیقات (کوئیلیام، ۱۳۸۶)، (چپمن، ۱۹۸۸)، (جعفری، ۱۳۹۴) در بعضی از تحقیقات تنها به اثرات مثبت‌اندیشی چون خوش‌بینی، پرداخته شده است؛ مانند تحقیقات (نوری، ۱۳۸۸)

همچنین آثاری که به مقوله خیر و احسان بپردازد، شامل موارد زیر است: مقاله «معناشناسی واژه احسان در قرآن»، نوشته وحیده فخار نوغانی (سال ۹۳)؛ مقاله «سیمای مهر مفهوم‌شناسی و مصادیق احسان در قرآن» اثر علی اسدی در نشریه معرفت اخلاقی (۱۳۸۹)؛ مقاله «مفهوم‌شناسی احسان در قرآن کریم با بررسی حوزه معنایی احسان فردی» اثر محمد مصطفایی، نهله غروی نائینی، (۱۳۸۹ ش)؛ کتاب «گونه‌شناسی نظام خیر و احسان در قرآن» اثر فاطمه قربانی لاکتراشانی، مهدی اسمعیلی

صدرآبادی (۱۳۹۵ش) که موضوع احسان در تمامی موارد فوق بر مدار خیر و احسان در قرآن بوده است. با بررسی آثار صورت گرفته، می‌توان دریافت که پژوهش مستقلی که به بررسی تمامی این ابعاد و نیز با تمرکز بر احادیث قدسی نگاشته شده باشد، انجام نپذیرفته است.

مفاهیم نظری

الف- مثبت اندیشی

مثبت اندیشی یعنی با نظر خوب به امری نگرستن که مقابل بدبینی است. خوش بین به کسی می‌گویند که همیشه به همه کارها با نظر خوب می‌نگرد. حسن ظن در لغت، به معنای «گمان نیک و خوش بینی» در مقابل سوء ظن، به معنای «بدگمانی و بدبینی» بیان می‌شود. به تعبیر روایات اسلامی «نیک انگاری درباره خداوند، فعل و انفعالات جهان و نیز پندار، گفتار و کردار انسان‌ها»، حسن ظن نام دارد (دهخدا، ۱۳۷۳: ذیل واژه) در خوش بینی انسان، با رد هرگونه احساس منفی، به دنبال نادیده گرفتن آنها بوده و اصل وجود احساسات مثبت و منفی در کنار یکدیگر را منکر می‌گردد. حال آنکه در مثبت اندیشی فرد با وجود اشراف بر احساسات منفی و درک شرایط درصدد است تا کنترل زندگی از دستش خارج نگردد. ایشان هوشمندانه از شرایط بد خارج می‌گردند. ساده لوحی نیز بر پایه بی-مسئولیتی استوار است؛ مانند آنکه فردی در انجام معامله با دیگران بنا را بر خوش بینی قرار داده و از مکتوب نمودن مورد معامله پرهیز نماید. حال آنکه در آیه ۲۸۲ سوره بقره به این مساله به عنوان یک اصل عقلی تأکید شده است.

«معادل مثبت اندیشی در لغت عرب واژه حُسن ظن است.» (مهیار، بیتا: ۵۹۰) یعنی با نظر خوب به امری نگرستن که مقابل بدبینی هست. خوش بین به کسی می‌گویند که همیشه به همه کارها با نظر خوب می‌نگرد. (دهخدا، ۱۳۷۳: ذیل واژه) در لغت برای «ظن» دو معنا ارائه شده است: یکی یقین و دیگری شک. (ر.ک: ابن فارس، ۱۴۰۴ق: ۴۹۵)

«و آن حالتی است که از روی اماره و نشانه حاصل می‌شود. حال هرگاه آن اماره قوی شود، منجر به حصول علم برای فرد می‌گردد و هرگاه ضعیف گردد، از حد توهم نمی‌گذرد. در صورتی که ظن قوی گردد، به طوری که به سرحد علم برسد.» (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق: ۵۳۹) مانند آیه «الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ أَنَّهُمْ مُلَاقُوا رَبِّهِمْ وَأَنَّهُمْ إِلَيْهِ رَاجِعُونَ.» (بقره ۴۶) انسان مؤمن نسبت به نظام هستی و خالق آن حسن ظن دارد و هرچه را که از جانب خداوند متعال به او برسد، نیکو می‌شمارد.

«مثبت نگری و زیبا دیدن مجموعه هستی و حتی زشتی‌ها را از منظر نیک نگرستن، باعث استفاده کردن از تمام ظرفیت‌های مثبت ذهنی و نشاط‌انگیز و امیدوارکننده در زندگی، برای تسلیم نشدن در

برابر عوامل منفی ساخته ذهن و عدم یأس ناشی از دشواری ارتباط با سایر انسان‌ها و رویارویی با طبیعت می‌شود و امید به زندگی را افزایش می‌دهد.» (کرمی نوری، ۱۳۷۷: ۴۵)

مفهوم مثبت‌اندیشی در قرآن کریم از راه کلیدواژه‌هایی همچون امید، خوش‌بینی، رحمت، بشارت و سایر موارد قابل‌پیگیری است؛ ولی مستقیم‌ترین واژه حسن ظن هست. بسیاری از مفسران «ظن» را حالتی نفسانی در تضاد با یقین و شک دانسته‌اند. (ر.ک: صادقی تهرانی، ۱۳۶۵ ش: ۱/۹۸۳) مفهوم حسن ظن به‌طورکلی در سه مورد به کاررفته است: حسن ظن به خداوند و حسن ظن نسبت به مردم و حسن ظن نسبت به مسلمان دیگر. مفهوم حمل بر صحت، یک قاعده فقهی است که مکارم شیرازی در این‌باره معتقد است که یکی از آنها حالت شناختی و عاطفی دارد و در معنای دیگر جنبه رفتاری. معنای اول اعتقاد قلبی و واقعی به درست بودن رفتار با دیگران است و معنای دوم ترتیب آثار نیک در مورد انجام‌دهنده رفتار است؛ به این معنا که با آن فرد برخوردی صحیح داشته باشیم به‌نحوی که گویا کار را درست انجام داده است. (ر.ک: مکارم شیرازی، ۱۴۱۱ق: ۱/۱۱۴)

لذا مثبت‌نگری را می‌توان به تلاش برای ایجاد ذهنی مثبت و نشاط‌انگیز و امیدوارکننده در زندگی، برای تسلیم نشدن در برابر عوامل منفی ساخته ذهن و یا مشکلات موجود در زندگی و احساسات یأس آور ناشی از دشواری ارتباط با دیگران و رویارویی با طبیعت دانست. در متون اسلامی مفاهیمی مثل حسن ظن، شرافت و کرامت نفس، اعتماد به نفس، توکل، دعا، استغفار و توبه، صبر و شکر و... با رویکرد مثبت‌اندیشی نسبت به خود و آینده به کار برده شده است.

روان‌شناسی مثبت‌نگر در دهه ۱۹۹۰ به‌وسیله مارتین سلیگمن شکل گرفت. وی بر افزایش شادمانی و سلامت و مطالعه علمی در مورد نقش نیرومندی‌های شخصی و سامانه‌های اجتماعی مثبت در ارتقای سلامت بهینه تأکید دارد و می‌گوید: خوش‌بینی به‌سادگی، یادگیری مجموعه‌ای از مهارت-هاست که به ما کمک می‌کند در صورت مواجهه با مشکل، چگونه با خود صحبت کرده و کنار بیاییم. شما یاد خواهید گرفت که هنگام مواجهه با ناکامی‌ها چگونه با دید مثبت به خود بنگرید. (ر.ک: سلیگمن، ۱۳۹۱ ش: ۳۸) بنابراین مثبت‌نگری، فرایندی تعمدی و انتخابی است. فرد مثبت-اندیش هیچ‌گاه مسائل منفی را به رسمیت نشناخته و بلکه به مقابله با آن می‌پردازد. (ر.ک: اشترویر، ۱۳۹۰: ۱۹)

تحقیقات نشان می‌دهد که افراد مثبت‌اندیش رویدادهای منفی را موقتی می‌دانند؛ اما افراد بدبین رویدادهای مثبت را گذرا و رویدادهای منفی را دائمی می‌دانند؛ زیرا آنها رویدادهای منفی را به علل دائمی و همیشگی نسبت می‌دهند. افراد بدبین معمولاً رویدادهای منفی را به خود و رویدادهای مثبت را به دیگران و موقعیت‌ها نسبت می‌دهند. افراد مثبت‌اندیش درست برعکس عمل می‌کنند؛ رویدادهای منفی را به دیگران نسبت داده و هنگام شکست‌ها دیگران را مقصر می‌دانند؛ ولی

رویدادهای مثبت و موفقیت‌ها را به خود نسبت داده و هنگام شکست‌ها دیگران را مقصر می‌دانند؛ ولی رویدادهای مثبت و موفقیت‌ها را به خود نسبت داده و توانایی و تلاش را عامل آن می‌دانند. (ر.ک: سلیگمن و دیگران، ۱۳۸۳ ش: ۷-۸۳)

از نظر آموزه‌های اسلامی، می‌توان گفت که هیچ یک از دو انتساب مورد تایید نمی‌باشد. نمی‌توان همواره شکست‌ها را به خود و موفقیت‌ها را به دیگران نسبت داده و بالعکس آن نیز، غیرواقع بینانه می‌باشد. برداشت صحیح آن است که در هنگام موفقیت‌ها، نقش تلاش خود و همکاری دیگران و حکمت و یاری خداوند در نظر گرفته شود. خداوند در قرآن نیز در این باره می‌فرماید:

«الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ (سجده ۷/)

همان که خلقت همه چیز را نیکو کرده، و خلقت انسان را از گلی آغاز کرد.» در این آیه حسن عبارت است از هر چیزی که بهجت آورد و انسان به سوی آن رغبت کند و به سه حالت است: یا عقل آن را نیکو بدانند یا نفس آن را نیکو بدانند و یا از نظر حسی زیبا باشد. حقیقت حسن عبارت است از سازگاری اجزای هر چیز نسبت به هم. دقت در خلقت اشیا که هریک دارای اجزایی موافق و مناسب با یکدیگر است و اینکه مجموع آن اجزا مجهز به وسایل رسیدن آن موجود به کمال و سعادت خویش است و اینکه مجهز بودنش به نحوی است که بهتر و کامل‌تر از آن تصور نمی‌شود، این معنا را به دست می‌دهد که هریک از موجودات فی نفسه و برای خودش دارای حسنی است که تمام‌تر و کامل‌تر از آن برای آن موجود تصور نمی‌شود. (ر.ک: طباطبائی، ۱۳۷۴ ش: ۱۶ / ۳۷۲) در روایتی از حضرت علی (ع) آمده است:

«سُوءُ الظَّنِّ يُفْسِدُ الْأُمُورَ وَيَبْعَثُ عَلَى الشُّرُورِ (آمدی، ۱۳۷۷ ش: ۳۳۴) بدگمانی درباره مردم کارها را در هم می‌ریزد و بدی‌ها را برمی‌انگیزد.» انسان مؤمن نسبت به نظام هستی و خالق آن حسن ظن دارد و هر چه را که از جانب خداوند متعال به او برسد، نیکو می‌شمارد.

بنابراین این مقوله در آیات و روایات و نیز علم روان‌شناسی دارای موضوعیت بوده و در پژوهش پیش رو این مساله در احادیث قدسی مورد توجه قرار خواهد گرفت.

ب- احسان

«واژه "احسان" مصدر باب افعال از ریشه «حسن» به معنی زیبایی و نیکویی می‌باشد و احسان نیز به معنای نیکی کردن است.» (قرشی، ۱۳۷۷ ش: ۱۳۴/۲) «احسان و حسن به معنای زیبا و نیکو در دادن چیزی نیز آمده است.» (مصطفوی، ۱۴۳۰ ق: ۱/۲۲۳)

«این واژه ریشه تک‌معنایی دارد و مخالف زشتی است.» (ابن فارس، ۱۴۰۴ ق: ۵۷) «ضد قبح و به معنای نیکی آمده است.» (ابن منظور، ۱۴۱۴ ق: ۱۳/۱۱۴)

«حُسن عبارت است از هر چیزی که بهجت آورد و انسان به سوی آن رغبت نماید. مورد حسن می‌تواند عقلی و حسی و یا نفسی باشد.» (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ ق: ۲۳۷) در قرآن کریم آمده است: «الَّذِينَ

يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ (آل عمران/ ۱۳۴) همانان که در فراخی و تنگی انفاق می کنند و خشم خود را فرومی برند و از مردم در می گذرند و خداوند نکوکاران را دوست دارد». آیات متعددی به مقوله احسان در قرآن اشاره می نماید. حَسَن و مشتقات آن، از جمله «حسنه»، «حَسَن»، «حَسَنِي»، «حَسَنِي» و «محسن» و «حسنات» و «أحسن» در موارد متعددی از آیات قرآن ذکر شده است. واژه حسن و مشتقات آن، وصف آن دسته از امور دینی و با دنیایی قرار می گیرند که به سبب داشتن گونه ای از زیبایی عقلی، عاطفی، حسی و مانند آن می تواند با برانگیختن احساس خوشی، رضایت، زیبایی و تحسین در انسان، او را به خود جذب کند و با غرض و هدف مورد نظر موافقت و سازگاری داشته باشد. پس حسن عبارت است از هر چیزی که بهجت آورد و انسان به سوی آن رغبت نماید. (ر.ک: راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ ق: ۳۳۷) از امام پرسیدند احسان چیست؟ فرمود: احسان آن است که با مردم با نیکی مصلحت کند و وقتی چیزی از او خواستند برای آنان فراهم کند تا ناراحت نشوند. باتوجه به اهمیت و کارکردهای مقوله احسان بر زندگی فردی و اجتماعی انسان، در آیات بسیاری به این موضوع و ابعاد آن اشاره شده است. در قرآن کریم در بیان جایگاه محسنین آمده است: «الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ (آل عمران/ ۱۳۴) همانان که در فراخی و تنگی انفاق می کنند و خشم خود را فرومی برند و از مردم در می گذرند و خداوند نکوکاران را دوست دارد.»

احسان در این آیه، احسان نفسی است؛ بدین معنا که انجام هر کاری که در حدّ خود معتدل و زیباست و از آن به عنوان عدل و حَسَن یاد می شود؛ مانند نماز گزاردن، امانت داری، راستگویی و... کیفر عادلانه تبهکار نیز احسان نفسی است؛ زیرا اگرچه نسبت به بزهکار احسان درست نیست، ولی در حدّ خود کار خوبی است. (ر.ک: جوادی آملی، ۱۳۸۹ ش: ۹/ ۶۶۸) همچنین در آیاتی که ویژگی های فکری و اعتقادی و رفتاری پیامبران را به عنوان بهترین الگو در اختیار می گذارد و ایشان را به عنوان محسنین معرفی می نماید. حضرت ابراهیم (ع) را سه بار (صافات/ ۱۰۵ و ۱۱۰ و انعام/ ۸۴)، حضرت یوسف (ع) را شش بار (انعام/ ۸۴، یوسف/ ۲۲، ۳۶، ۵۶، ۷۸، ۹۰)، حضرت موسی (ع) را چهار بار (بقره/ ۵۸، قصص/ ۱۴، انعام/ ۸۴، صافات/ ۱۲۱)، حضرت نوح (ع) را دو بار (صافات/ ۸۰ و انعام/ ۸۴) و حضرت هارون (ع) را دو بار (انعام/ ۸۴، صافات/ ۱۲۱) و سایر پیامبران را هر کدام یک بار در قرآن با واژه محسن می ستاید.

و نیز در آیاتی چون آیه «وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ (قصص/ ۷۷) همچنان که خدا به تو نیکی کرده، نیکی کن.» این آیه به این معناست که زیادی را از باب احسان به دیگران انفاق کن، همان طور که خدا از باب احسان به تو انفاق کرده، بدون اینکه تو مستحق و مستوجب آن باشی. (ر.ک: طباطبایی، ۱۳۷۴: ۱۱۲/۱۶)

در آیه: «إِنَّ أَحْسَنَكُمْ أَحْسَنَتْكُمْ لِأَنْفُسِكُمْ ۖ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا» (اسراء/۷) اگر نیکی و احسان کردید به خود کرده و اگر بدی و ستم کردید، باز به خود کرده اید.» ضمن پیام کلی احسان، بیان می‌دارد که در واقع بیشترین کسی که از این احسان منتفع و بهره‌مند می‌گردد، خود شخص است؛ زیرا در برابر همه این کارها، پاداش‌های توصیف‌ناپذیری از سوی خدای متعال در نظر گرفته شده است که از نظر ارزش معنوی و مادی قاب مقایسه با آنچه که انسان انجام داده است، نمی‌باشد.

جایگاه مثبت‌اندیشی در احادیث قدسی

مثبت‌اندیشی در قرآن و سنت، آیات و روایات متعددی را به خود اختصاص داده است. دین مبین اسلام با اتکا به دو منبع قرآن و روایات پیامبر گرامی اسلام و جانشینان بر حق آن حضرت، مثبت‌ترین نگاه و چشم‌انداز را برای زندگی انسان و آینده او ترسیم می‌کند. احادیث قدسی در بسیاری از موارد به این مقوله مهم پرداخته است. تأکید آموزه‌های دینی بر اساس ساز و کار و سنت‌های الهی حاکم بر دنیا بوده است؛ لذا با شناخت صحیح از آن به‌جای دیدگاه‌های پوچ، با ایجاد باوری قوی، متقن و مثبت زندگی را برای انسانی که باید فراز و نشیب‌های زیادی را در دنیا متحمل گردد، ایجاد می‌نماید. برای نمونه حضرت علی (ع) برای تأکید بیشتر بر تقویت مثبت‌اندیشی می‌فرماید:

«اگر از کسی خوبی دیدی از آن بسیار یاد کن و سپاسگزاری نما و اگر متوجه بدی کسی شدی تا حد امکان پرده‌پوشی کن.» (صائمی، ۱۳۸۵: ۵۲) در فحوای این کلام این نکته قابل‌دریافت است که در تعاملات با دیگران امکان رفتار پسندیده و دلنشین وجود دارد؛ اما آنچه که بیشتر امکان آن در رابطه با دیگران است، رفتار ناصحیح و غیراخلاقی و دور از احترام و محبت است و این دید صحیح و آمادگی درونی را برای فرد در ارتباط با دیگران ایجاد می‌نماید.

داستان حضرت یوسف در قرآن نمونه بسیار زیبای نگرش مثبت در بندگان مؤمن خداست. حضرت یوسف در اثر جفای برادرانش سال‌ها از خانواده دور شد، رنج زندان کشید، غم غربت تحمل نمود، اما وقتی بعد از بیست‌وپنج سال پدر را ملاقات کرد، از غم و اندوه و جفایی که بر وی رفته بود، سخن نگفت. بلکه چنین بیان نمود: «ای پدر، این است تعبیر خواب پیشین من، به یقین، پروردگارم آن را راست گردانید و به من احسان کرد آنگاه که مرا از زندان خارج ساخت و شما را از بیابان [کنعان به مصر] باز آورد، پس از آنکه شیطان میان من و برادرانم را به هم زد. بی‌گمان پروردگار من نسبت به آنچه بخواهد؛ صاحب لطف است؛ زیرا که او دانای حکیم است.» (یوسف/۱۰۰) و این اوج فرهنگ مثبت‌اندیشی است که در نگاه حضرت یوسف (ع)، بعد از سال‌ها رنج و فراق تنها به بیان موهبت‌های الهی پرداخته و حتی عامل جفای برادران را شیطان می‌داند.

احادیث قدسی در رابطه با مثبت‌اندیشی در دو ناحیه مطرح می‌شود:

حسن ظن نسبت به پروردگار

قرآن حسن ظن به پروردگار را منشأ بسیاری از فضائل و یأس از رحمت الهی که ناشی از بدبینی به پروردگار است از بزرگ‌ترین گناهان و از وسوسه‌های شیطان برمی‌شمارد: «قَالَ وَمَنْ يَقْنُطْ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ» (حجر / ۵۶) در بعد رفتاری وقتی انسانی به رحمت و بخشایش و نیز مغفرت الهی امیدوار است در او زمینه خوش‌بینی به زندگی و آخرت و نیز امید به آموزش گناهان و نیز تقرب به خداوند تقویت می‌گردد. (رک: بقره / ۲۱۸؛ کهف / ۱۱۰؛ نساء / ۶۴) حدیث قدسی در این باره می‌فرماید:

«الْحَاكِمُ أَبُو مُحَمَّدٍ جَعْفَرُ بْنُ نُعَيْمِ بْنِ شَادَانَ قَالَ حَدَّثَنِي عَمِّي أَبُو عَبْدِ اللَّهِ مُحَمَّدُ بْنُ شَادَانَ قَالَ حَدَّثَنَا الْفَضْلُ بْنُ شَادَانَ قَالَ حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ إِسْمَاعِيلَ بْنِ بَرِيعٍ عَنِ الرُّضَاعِ قَالَ: قَالَ ع لِي أَحْسِنُ بِاللَّهِ الطَّنَّ فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يَقُولُ أَنَا عِنْدَ طَنِّ عَبْدِي إِنْ خَيْرًا فَخَيْرٌ وَإِنْ شَرًّا فَشَرٌّ: از محمد بن یحیی از احمد بن محمد از محمد بن اسماعیل از امام رضا - علیه السلام - نقل کرده که حضرت فرمود: به خدا حسن ظن داشته باشید؛ زیرا خداوند می‌فرماید که: من مطابق ظن بنده‌ام، درباره‌اش عمل می‌کنم. اگر ظنش به من خوب باشد برای او خیر به وجود می‌آورد و اگر بد باشد، بد.» (ابن بابویه، ۱۳۷۸: ۱۸/۲)

باتوجه به دیدگاهی که قرآن در انسان نسبت به خداوند ایجاد می‌نماید و او را مظهر رحمت و نیز غفران می‌داند که در تمام مسائل و امورات مادی و معنوی باید حاجت به سوی او برده و اجابت دعایش را از او طلب نماید: «وَ إِذَا سَأَلْتَهُ عِبَادِي عَنِّي ۖ فَإِنِّي ۖ قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي ۖ وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ» (بقره / ۱۸۶) و هرگاه بندگان من، از تو درباره من بپرسند، [بگو] من نزدیکم، و دعای دعاکننده را به هنگامی که مرا بخواند، اجابت می‌کنم؛ پس [آنان] باید فرمان مرا گردن نهند و به من ایمان آورند، باشد که راه یابند.» باید این نگرش در انسان پرورش پیدا کند که در رابطه با پروردگاری که دست رحمت خود را به سوی بنده دراز نموده و وعده ربوبیت و حمایت به او داده است، تنها بدبینی و سوء ظن او مانع از دریافت این موهبت‌هاست و اینکه خداوند در قبال بدبینی او، رحمت را از وی دریغ نموده و براساس همان نگرش منفی برای او عمل می‌نماید، به جهت آن است که اعتقاد و باور منفی از ایمان ناقص و یا نفاق و کفر و یا عدم شناخت صفات الهی ناشی می‌گردد که خود زمینه‌ساز دوری رحمت خداوند است؛ لذا این سنت الهی در زندگی انسان جاری است که در قبال نگرش مثبت و منفی، واکنش‌های مختلفی دریافت خواهد نمود.

حسن ظن و بینش مثبت نسبت به هموعان

یکی از حقوقی که مسلمین نسبت به یکدیگر داشته و از ابعاد مهم مثبت‌اندیشی است، حسن ظن به بندگان خدا و خوش‌بینی به عملکرد و حتی طرز فکر ایشان است. یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ» (حجرات / ۱۲) ای کسانی که ایمان آورده‌اید، از بسیاری از گمان‌ها پرهیزید که پاره‌ای از گمان‌ها گناه است و جاسوسی مکنید و بعضی از شما غیبت بعضی نکند. آیا

کسی از شما دوست دارد که گوشت برادر مرده اش را بخورد؟ از آن کراهت دارید. [پس] از خدا بترسید، که خدا توبه‌پذیر مهربان است.» در روایات قدسی آمده است:

«وَقَالَ الصَّادِقُ (ع) أَوْحَى اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ إِلَى آدَمَ ع يَا آدَمُ إِنِّي أَجْمَعُ لَكَ الْخَيْرَ كُلَّهُ فِي أَرْبَعِ كَلِمَاتٍ وَاحِدَةٍ لِي وَوَاحِدَةٍ لَكَ وَوَاحِدَةٍ فِيمَا بَيْنِي وَبَيْنَكَ وَوَاحِدَةٍ فِيمَا بَيْنَكَ وَبَيْنَ النَّاسِ فَأَمَّا الَّتِي لِي فَتَعْبُدْنِي وَلَا تُشْرِكْ بِي شَيْئًا وَأَمَّا الَّتِي لَكَ فَأُجَازِيكَ بِعَمَلِكَ أُخَوِّجُ مَا تَكُونُ إِلَيْهِ وَأَمَّا الَّتِي فِيمَا بَيْنِي وَبَيْنَكَ فَفَعَلَيْكَ الدُّعَاءُ وَعَلَيَّ الْإِجَابَةُ وَأَمَّا الَّتِي بَيْنَكَ وَبَيْنَ النَّاسِ فَتَرْضَى لِلنَّاسِ مَا تَرْضَى لِنَفْسِكَ.»

امام صادق (ع) فرمود که: خداوند عز و جل به آدم وحی کرد که من همه سخنان را در چهار کلمه برایت گرد آورم، عرض کرد: پروردگارا، آنها چیستند؟ فرمود: یکی از آن من است و یکی از آن تو است و یکی میان من و تو است و یکی میان تو و مردم است؛ عرض کرد: پروردگارا، آنها را بیان کن تا بدانم، فرمود: آنکه از آن من است، مرا عبادت کن و هیچ چیز را شریک من بدان، آنکه از آن تو است، من تو را به کردارت پاداش دهم به وجهی که بدان نیازمندتری و اما آنکه میان من و تو است، برعهده تو است که دعا کنی و بر من است که اجابت کنم و اما آنکه میان تو و مردم است، پسندی برای مردم آنچه برای خود می‌پسندی و بد داری برای مردم آنچه برای خود بد داری.

در عبارت چهارم بر اساسی‌ترین مسئله اجتماعی دست گذاشته است و فرموده آنچه برای خود می‌پسندی، برای دیگران هم بیسند و آنچه برای خود نمی‌پسندی، برای دیگران هم نپسند. این قسمت از حدیث در متون حدیثی بسیار تکرار شده است. (ر.ک: نهج البلاغه، نامه ۳۱؛ کوفی اهوازی، ۱۴۰۴ق: ۴۰؛ کلینی، ۱۴۰۷ق: ۱۶۹/۲؛ حرانی، ۱۴۰۴ق: ۱۴؛ صدوق، ۱۳۷۶: ۲۱؛ صدوق، ۱۳۹۸: ۵۷۰/۲)

این روایت از جنبه‌های مختلف قابل برداشت است. همان‌طور که انسان بدبینی دیگران نسبت به خود را مذموم شمرده و از آن اکراه دارد، این نگاه نسبت به دیگران نیز در او باید کنترل و حفاظت شود و نسبت به دیگران خوش‌بینی داشته باشد. برای نمونه در آیات قران کریم نیز این بیان مطرح شده است: هَلْ جَزَاءُ الْإِحْسَانِ إِلَّا الْإِحْسَانُ (الرحمن / ۶۰) وَ لِيَعْفُوا وَ لِيَصْفَحُوا أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَ اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ (نور / ۲۲) بنابراین، حدیث فوق دارای مضامین عالی با تفاوت در لفظ و استفاده از کلمات با آیات قرآنی است که نشان از تفکر مثبت نسبت به هم‌نوعان می‌باشد.

افراد بدبین سختی‌ها و دشواری‌ها را مزاحم و مانع و افراد خوش‌بین مشکلات را سکوی پرتاب به سوی مراحل بالاتر تلقی می‌کنند. (ر.ک: مجلسی، ۱۴۰۳ق: ۹۴/۶۸) و اینکه اگر انسان توکل به خداوند داشته باشد، قطعاً نیمه پر لیوان را خواهد دید. امام علی (ع) می‌فرماید:

«گویا در نظام اسلامی همه گزاره‌ها جهت اصلاح نفس و ارتقا و رشد انسان تنظیم شده است و انسان بد به کسی گمان خوب نمی‌برد؛ از برای اینکه او کسی را نمی‌بیند مگر به صفت خود.» (تمیمی

آمدی، ۱۳۶۶ ش: ۲/ ۲۶۳) بنابراین، این اصل اجتماعی می‌تواند نقش مهمی در بالا رفتن کیفیت تعاملات انسانی و رفع بسیاری از اختلافات داشته باشد.

موانع احسان در اندیشه مثبت‌گرا

سلامت روانی انسان در تعامل با مسائل و مشکلات زندگی امری ضروری است؛ لذا مثبت‌اندیشی و انعطاف و توان فرد را در مقابله با فراز و فرودهای زندگی افزایش می‌دهد. باین حال و با وجود تمایل فرد به مثبت‌اندیشی، او در این امر موفق نبوده و موانعی در این مسیر وجود دارد که مورد اشاره قرار خواهد گرفت:

مَنّت، بخل

وجود برخی رذایل اخلاقی در انسان مانع از پرورش رویه مثبت‌اندیشی در انجام احسان فرد می‌گردد. برای نمونه بخل ورزیدن و مَنّت ورزیدن ناشی از کج‌تابی های ذهنی است که نمی‌تواند مثبت‌اندیش باشد. در ذهن فرد بخیل، بخشیدن نوعی از دست دادن است و مَنّت نمودن بعد از انفاق نتیجه این ذهنیت می‌باشد. عدم درک صحیح و ایمان از مقوله انفاق سبب می‌گردد تا فرد بخیل بخشش را نوعی خسران تلقی نموده و حتی از ناراحتی این خسران با فردی که مورد احسان قرار می‌گیرد، رفتار صحیحی نداشته باشد. حال آنکه احسان در همه ابعاد آن، نهایت زیبایی مثبت‌اندیشی نسبت به زندگی و سنت های الهی و خوش‌بینی نسبت به پروردگار عالم است که در دنیا و آخرت این احسان را مورد توجه قرار داده و عواید آن را نصیب فرد خواهد نمود. در حدیث قدسی آمده است:

«ثُمَّ قَالَ ع يَقُولُ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ حَرَمْتُ الْجَنَّةَ عَلَى الْمَنَّانِ وَ الْبَخِيلِ وَ الْفَقْتَاتِ وَ هُوَ النَّمَامُ : سپس فرمود: خداوند عزّ و جلّ فرموده: حرام است بهشت بر مَنّت‌گذار و بخیل، قنات و نَمَام که همان سخن چین باشد. حدیث بیان‌شده قسمتی از یک حدیث بسیار مفصل است؛ اما این قسمت به دلیل نقل بودن از سمت خداوند مورد استناد مدّ نظر می‌باشد.

در تفاسیر آمده است که عطاکننده باید به یقین بداند که او صدقه را به خداوند تسلیم می‌کند و پس از تحویل آن به حق تعالی فقیر روزی‌اش را از او اخذ می‌کند. اگر عطاکننده بدهکار کسی باشد و طلبکار بنده یا خدمتکار تحت تکفل خود را به وی حواله دهد، چنانچه او معتقد شود که وی را بر خدمتکار مَنّتی است از سفاقت و نادانی او خواهد بود؛ چه او تنها وامی را ادا کرده که در برابر خریدن چیزی که محبوب او بوده برعهده داشته است؛ بنابراین او که برای خود کار کرده، چرا بر دیگری مَنّت گذارد. پس مَنّت‌گذاری موجب بطلان عمل است و این صفت رذیله مانع از پرورش ذهن مثبت در انسان می‌شود. باتوجه به توضیحات فوق به نظر می‌رسد، این قسمت حدیث که مدّ نظر پژوهش است، با آیات قرآن و آموزه‌های آن تطبیق دارد و منطبق برآن است.

ازدیاد طمع

یکی از موارد اعراض انسان از احسان، به جهت ازدیاد طمع است. طمع به نگرش منفی انسان و میل او به مادیات شکل می‌گیرد. در روایات قدسی آمده است:

وَرَوَى الْحَسَنُ بْنُ عَلِيٍّ بْنِ فَضَّالٍ عَنْ مُبَسَّرٍ قَالَ الصَّادِقُ جَعْفَرُ بْنُ مُحَمَّدٍ ع إِنَّ فِيمَا نَزَلَ بِهِ الْوَحْيُ مِنَ السَّمَاءِ لَوْ أَنَّ لِابْنِ آدَمَ وَادِيَيْنِ يَسِيلَانِ ذَهَبًا وَفِضَّةً لَأَبْتَعِيَ إِلَيْهِمَا تَالِثًا يَا ابْنَ آدَمَ إِنَّمَا بَطْنُكَ بَحْرٌ مِنَ الْبُحُورِ وَوَادٍ مِنَ الْأَوْدِيَةِ لَا يَمْلَأُهُ شَيْءٌ إِلَّا التُّرَابُ. و حسن بن علی بن فضال، از مبسر روایت کرده است که: «امام صادق جعفر بن محمد(ع) فرمود: در ضمن آنچه وحی آن را از آسمان فرود آورده، این حکمت است که: اگر فرزند آدم دو رودخانه داشته باشد که از یکی زر و از دیگری سیم جاری شود، رودخانه سومی را اضافه بر آنها طلب می‌کند، ای پسر آدم، همانا که شکم تو دریایی از دریاها و رودخانه‌ای از رودخانه‌ها است، که جز خاک چیزی آن را پر نمی‌کند. محتوای کلی حدیث در باب طمع انسان می‌باشد، که به هیچ نحوی سیری ندارد؛ حدیث با تشبیه زیبا به بیان این حقیقت پرداخته است. این روایت بر این حقیقت تأکید دارد که ایجاد حس طمع در انسان مقوله‌ای ذهنی است و ذهن منفی‌نگر نسبت به فضل الهی سبب ایجاد این نگرش می‌شود. پیامبر اکرم (ص) در حدیثی در این باب می‌فرمایند:

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ: لَوْ كَانَ لِابْنِ آدَمَ وَادِيَانِ مِنْ ذَهَبٍ لَأَبْتَعِيَ وَرَاءَهُمَا تَالِثًا وَ لَا يَمْلَأُ جَوْفَ ابْنِ آدَمَ إِلَّا التُّرَابُ وَ يَتَوَبُّ عَلَى مَنْ تَابَ: پیامبر خدا (ص) فرموده است: «اگر فرزند آدم دو بیابان پر از طلا داشته باشد، خواهان بیابان سومی است و باطن فرزند آدم را جز خاک چیزی پر نخواهد کرد، در حالی که به آنجا که باید بازگردد باز می‌گردد. یکی از نخستین انگیزه‌هایی که انسان را به رذیله، اعراض از یاد خدا و جمع اموال و گنجینه کردن آنها وامی‌دارد صفتی است به نام (هلع)؛ یعنی چون دچار هرگونه تنش و فقدان بشود، عجز و لابه می‌کند و چون خیری به او برسد، بخل ورزد. (معارج / ۲۱ - ۱۹) لازمه این حرص و طمع آن است که در برخورد با شدائد متزلزل و مضطرب می‌شود و این مقوله، پدیده‌ای کاملاً ذهنی است.

غفلت از خود واقعی

غفلت از خودشناسی می‌تواند به‌عنوان مانعی بر سر راه مثبت‌اندیشی باشد. در روایت آمده است: «وَيَهْدَى لَا نِعْمَةَ النَّاسِ عَنْ نِعْمَةِ اللَّهِ عَلَيْكَ وَ لَا تَقْنَطُ النَّاسَ مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ وَ أَنْتَ تَرْجُوهَا لِتُنْفِسَكَ؛ و همین اسناد از آن حضرت از رسول خدا - صلی الله علیه و آله - روایت کرده که فرمود: خداوند تبارک و تعالی فرزند آدم را خطاب کرده و فرموده است: ای پسر آدم! گناه دیگران، تو را بی‌توجه به گناه خویش نسازد و نیز نعمت‌های خداداد مردم، تو را از نعمت‌هایی که بر تو ارزانی داشته، غافل ننماید و مردم را از رحمت پروردگار مأیوس مکن در حالی که در حق خود بدان امیدواری.» (ابن بابویه، ۱۳۷۸: ۲/۲۹)

محتوای حدیث اشاره به یک بحث اخلاقی بسیار مهم دارد و آن، اینکه انسان نباید از خود غافل باشد و نسبت به کردار و رفتار خویش غافل و به جهت گناه یا نعمت دیگران از گناه و نعمت خود غافل شود؛ اگر کسی تصور کند که آدمی تنها همین جسم است و روح را فراموش کند مسلماً تنها خدمتگزار تن خواهد بود. روایت چه زیبا فرموده است: «من عرف نفسه فقد عرف ربه» آنکه خود را شناخت، خداوند را شناخته است. (ر.ک: مجلسی، ۱۴۰۳ ق: ۲/۳۲)

نکته مهم دیگر روایت، ناامید نکردن مردم از رحمت پروردگار است. در واقع حدیث بحث را از نگرش به خود شروع می کند و در مقام بیان این نکته است که انسان چه در گناهان و چه در نعمات نباید فقط دیگران را ببیند، بلکه در هر صورت باید به خویش نظر افکنده و سپس به دنیای دیگران نگاه کند؛ اما نکته محوری حدیث درباره ناامید نشدن و ناامید نکردن مردم است.

عوامل زمینه ساز احسان در اندیشه مثبت گرا

عوامل اعتقادی که سبب ایجاد اندیشه مثبت گرا گشته و او را در کارهای خیر و نیکوکاری ترغیب می نماید، شامل موارد زیر است:

درک ارزش کار خیر و گره گشایی از مشکلات هموعان

نخستین و مهم ترین عامل در ارتقای ذهن مثبت اندیش، درک اهمیت ارزش کار خیر است. در روایتی در این باب آمده است:

«قَالَ حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ إِبْرَاهِيمَ بْنِ هَاشِمٍ عَنْ أَبِيهِ عَنْ دَاوُدَ بْنِ سُلَيْمَانَ عَنْ عَلِيِّ بْنِ مُوسَى الرِّضَاعِ عَنْ أَبِيهِ مُوسَى بْنِ جَعْفَرٍ عَنْ أَبِيهِ الصَّادِقِ جَعْفَرِ بْنِ مُحَمَّدٍ ع قَالَ: أَوْحَى اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ إِلَى دَاوُدَ ع إِنَّ الْعَبْدَ مِنْ عِبَادِي لِيَأْتِيَنِي بِالْحَسَنَةِ فَأَدْخِلُهُ الْجَنَّةَ قَالَ يَا رَبِّ وَ مَا تِلْكَ الْحَسَنَةُ قَالَ يُفْرَجُ عَنِ الْمُؤْمِنِ كُزْبَتُهُ وَ لَوْ بِتَمْرَةٍ قَالَ فَقَالَ دَاوُدُ ع حَقٌّ لِمَنْ عَرَفَكَ أَنْ لَا يَنْقَطِعَ رَجَاؤُهُ مِنْكَ: امام رضا از پدرشان امام کاظم از امام صادق - علیه السلام - نقل فرمودند: خداوند به داود - علیه السلام - وحی نمود که: چه بسا یک بنده از بندگانم کار نیکی انجام دهد و به خاطر آن کار وی را به بهشت برم. حضرت داود - علیه السلام - گفت: خدایا، آن کار نیک چیست؟ فرمود: برطرف کردن غم مؤمن ولو با یک خرما. حضرت فرمودند: داود - علیه السلام - عرضه داشت: هر کس تو را بشناسد، حق است که نباید از تو ناامید شود.» (ابن بابویه، ۱۳۷۸: ۱/۳۱۳)

محتوای حدیث اشاره دارد به ارزش کار خیر و گره گشایی از کار مردم؛ اسلام که یک دین کامل فطری و الهی است، رفع نیاز و مشکلات و گرفتاری انسان ها را یکی از برنامه های بنیادی و اساسی خود اعلام کرده و نه تنها به اجر و پاداش دنیوی و اخروی اجراکنندگان این برنامه حیاتی و انسان ساز اشاره می کند، بلکه مسئولیت هر کس را در حدّ توان خود تعیین کرده و چگونگی برآوردن حاجات مردم را بیان

می‌کند و عدم رفع نیاز (در صورت توانایی) را زشت شمرده و آن را محکوم و وعده عذاب الهی را می‌دهد. آیات قرآن کریم به‌وضوح بر این امر اشاره دارند:

«الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ سِرًّا وَعَلَانِيَةً فَلَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ» (البقرة/۲۷۴) تأکید دارد که از جمله عباداتی که می‌توان پنهانی و ظاهری انجام داد، انفاق، احسان و نیکوکاری است. در آیات قرآن تأکید شده که احسان و نیکوکاری باید پاکیزه باشد: «لَنْ تَنَالُوا الْبِرَّ حَتَّى تُنْفِقُوا مِمَّا تُحِبُّونَ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فَإِنَّ اللَّهَ بِهِ عَلِيمٌ» (آل عمران/۹۲) «طبق آیه شریفه آنچه که از همه بیشتر دوست دارید را باید انفاق کنید و این نیز به ذهن مثبت‌نگر احسان‌کننده مرتبط است. امام صادق (ع) می‌فرماید: «قضاء حاجه المؤمن أفضل من طواف و طواف حتى عد عشرًا»؛ گره‌گشایی از کار یک مؤمن، ۱۰ برابر این طواف فضیلت دارد!» (کلینی، ۱۴۰۷ق: ۱۹۴/۲) امام حسین (ع) در حدیثی، گره‌گشایی از مشکل مردم را از نعمت‌های الهی می‌داند و می‌فرماید: «اعلموا ان حوائج الناس اليكم من نعم الله عليكم فلا تملوا النعم فتتحول الى غيركم»؛ بدانید نیازمندی‌های مردم که (به شما مراجعه می‌کنند) از نعمت‌های الهی است؛ پس از نعمت‌ها خسته نشوید و گرنه این وظیفه خدمت‌رسانی به دیگران واگذار خواهد شد. (مجلسی، ۱۴۰۳ق: ۱۲۱/۷۵)

کمک به سائل به‌عنوان ابزاری برای آزمایش انسان

اگر فرد احسان‌کننده به این باور برسد که این مقوله احسان می‌تواند نوعی آزمایش و امتحان او باشد، نسبت به انجام آن رغبت نموده و می‌تواند عامل مؤثری در تقویت این فضیلت در او باشد. در روایت آمده است:

«وَرَوَى الْوَصَافِيُّ عَنْ أَبِي جَعْفَرٍ قَالَ: كَانَ فِيمَا نَاجَى اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ بِهِ مُوسَى عَ أَنْ قَالَ يَا مُوسَى أَكْرَمَ السَّائِلِ بَدَلٌ يَسِيرٌ أَوْ بَدٌّ جَمِيلٌ إِنَّهُ يَأْتِيكَ مَنْ لَيْسَ بِإِنْسٍ وَلَا جَانٌّ مَلَائِكَةٌ مِنَ مَلَائِكَةِ الرَّحْمَنِ يَبْلُغُونَكَ فِيمَا حَوَّلْتَهُمْ وَ يَسْأَلُونَكَ مِمَّا نَوَّلْتَهُمْ فَانظُرْ كَيْفَ أَنْتَ صَانِعٌ يَا ابْنَ عِمْرَانَ: «و وصافی از امام ابو جعفر (ع) روایت کرده است که فرمود: از جمله اسراری که خدای عز و جل با موسی (ع) نجوی کرد، این بود که: فرمود: ای موسی، سائل را با بدلی قلیل یا با ردی جمیل محترم دار؛ زیرا بسا اتفاق می‌افتد که کسی نزد تو می‌آید که نه انس است و نه جن، بلکه فرشته‌ای از فرشتگان خدای رحمان است که ایشان تو را در آنچه من به تو عطا کرده‌ام می‌آزمایند و از آن نعمتی که انعام نموده‌ام از تو سؤال می‌کنند. پس بنگر تا چه خواهی کرد، ای پسر عمران.» (ابن بابویه، ۱۳۷۸: ۶۸/۲)

محتوای حدیث درباب کمک به سائل می‌باشد؛ هرچند روی سخن به موسی (ع) می‌باشد، ولی مخاطب آن عام می‌باشد؛ حدیث، گویا در بیان این است که انسان در بوته امتحان قرار می‌گیرد از طریق قرار دادن سائل در مقابل وی، به‌گونه‌ای که خداوند متان فرشتگانی را به‌صورت انس و جن می‌فرستد تا وی را مورد ابتلا قرار دهد. بیان دیگر در حدیث لفظ سائل است که به‌صورت عام به کار رفته است و به

نظر می‌رسد این سائل با توجه به قید « أَكْرَمَ السَّائِلِ بِبَدَلٍ يَسِيرٍ أَوْ بَرْدٍ جَمِيلٍ » و همچنین « وَ يَسْأَلُونَكَ » هم کمک مالی را دربردارد، هم کمک‌هایی که از طریق سؤال ایجاد می‌شود؛ به عنوان مثال فلانی می‌پرسد: مسجد کجاست؟ یا یک پرسش علمی محض؛ این نوع نیز امکان ابتلا را فراهم می‌آورد؛ چه بسا دانشمندانی که از سر نخوت و غرور به سؤالات دانش‌آموزان خویش جواب ندهند.

بیانات قرآن نیز مؤید همین مطلب اساسی است که نباید سائل را رد کرد؛ حتی اجازه بد رفتاری کردن با وی داده نشده است: «وَأَمَّا السَّائِلُ فَلَا تَنْهَرْهُ» (ضحی/۱۰) یعنی سؤال کننده و گدا را محروم نکن و هر وقت آمد نزد تو، او را با دست خالی برنگردان؛ زیرا که تو هم فقیر بودی؛ پس یا اینکه او را اطعام کن و یا او را با دل خوش و ملاحظت روانه کن. (ر.ک: طبرسی، ۱۳۷۲، ۱۰/۷۶۷؛ قرطبی، ۱۳۶۴: ۱۰۱/۲۰)

پس با این بیان مشخص شد که بیان حدیث منطبق بر مقوله مثبت اندیشی است و این اوج تفکر مثبت یک مسلمان است که همنوعش را به هر نحوی و حتی با یک قول نیکو خوشحال نماید.

وعدة پاداش الهی به حامیان ایتم

در روایت متعدد و آیات مختلف به پاداش الهی به احسان اشاره شده است:

«وَقَالَ الصَّادِقُ (ع) إِذَا بَكَى الْيَتِيمُ اهْتَرَّ لَهُ الْعَرْشُ فَيَقُولُ اللَّهُ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى مَنْ هَذَا الَّذِي أَبْكَى عَبْدِي الَّذِي سَلَبْتُهُ أَبْوَيْهَ فِي صَغَرِهِ فَوَعَزْتِي وَ جَلَالِي وَ اِزْنَعَايَ فِي مَكَانِي لَا يُسَكِّنُهُ عَبْدٌ مُؤْمِنٌ إِلَّا أَوْجِبْتُ لَهُ الْجَنَّةَ». (صدوق، ۱۴۱۳ق: ۱/۱۸۸)

امام صادق (ع) فرمود: «هنگامی که طفل یتیم بگیرد عرش الهی به سبب گریه او به لرزه در می‌آید؛ پس خداوند تبارک و تعالی می‌فرماید: این کیست که بنده مرا که در خردسالی پدر و مادرش را از او گرفته‌ام به گریه در آورده است؟ قسم به عزت و عظمت و شکوه خودم و سوگند به بلندمرتبی خودم بنده مؤمنی نباشد که او را آرام سازد، مگر اینکه بهشت را بر او واجب سازم.»

این حدیث اهمیت رسیدگی به یتیم را یادآوری می‌کند، در ابتدا اشاره می‌کند که گریه یتیم عرش را به لرزه در می‌آورد؛ این بیان امام صادق (ع) نشان از اهمیت بر این مورد است که رسیدگی به یتیم در اولویت جامعه اسلامی باشد، تا ابتدا یتیمی در جامعه نباشد و اگر این امکان نبود، نباید گذاشت که یتیم به گریه و شیون در آید که آن هم با ایجاد شرایط لازم برای او پدید می‌آید، قرآن در این زمینه بیان می‌دارد:

«أَلَمْ يَجِدْكَ يَتِيمًا فَآوَى وَ وَّجَدَكَ ضَالًّا فَهَدَى وَ وَّجَدَكَ عَائِلًا فَأَغْنَى فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلَا تَقْهَرْ وَأَمَّا السَّائِلَ فَلَا تَنْهَرْ» (ضحی/۱۰-۶)

«و این آیات سه گانه به خاطر اینکه حرف "فاء" در ابتدای آیه اولی در آمده نتیجه‌گیری از آیه قبل است که عنایات الهی را نسبت به رسول خدا(ص) می‌شمرد؛ گویا فرموده: تو طعم ذلتی را که یتیم

می‌چشد، چشیده‌ای و ذلت و شکسته شدن دل او را احساس کرده‌ای؛ پس هیچ یتیمی را خوار مشمار، و مال او را هم خوار مدار و در آن تجاوز مکن و نیز تو تلخی گمراهی و احتیاج به هدایت را و تلخی فقر و تهی‌دستی را درک کرده‌ای؛ پس هیچ سائلی را که از تو می‌خواهد حاجتش را برآوری از خود مران؛ حاجتش اگر هدایت است و اگر معاش است برآور و تو طعم انعام خدا را بعد از فقر و تهی‌دستی چشیده‌ای و ارزش جود و کرم و رحمت خدا را می‌دانی؛ پس نعمت او را سپاس گوی و همه‌جا نعمتش را یادآور شو و از مردم پنهانش مدار.» (طباطبایی، ۱۳۹۰: ۳۱۱/۲۰)

«قرآن به مسأله یتیم و حفظ مال او نیز نگاهی ویژه دارد: إِنَّ الَّذِينَ يَأْكُلُونَ أَمْوَالَ الْيَتَامَى ظُلْمًا إِنَّمَّا يَأْكُلُونَ فِي بُطُونِهِمْ نَارًا وَ سَيَصْلُونَ سَعِيرًا (نساء/۱۰) اکل هم در معنای خوردن ظاهری و غذا است و هم در معنای باطنی است و معنای دوم ارجح است.» (طباطبایی، ۱۳۹۰: ۲۰۳/۴)

«و این آیه در بیان عدم پایمال کردن مال یتیم در ارث و ظلم به آنها است و از جمله آیاتی است که دلالت بر تجسم اعمال می‌کند.» (همان) «کما اینکه پیامبر نیز نخوردن مال یتیم را از جمله اموری معرفی کرده‌اند که خداوند وعده بهشت در قبال آن را داده است.» (سیوطی، ۱۴۰۴: ۱۲۴/۲)

باتوجه به آیات و روایات مطرح شده می‌توان به وعده‌ها و وعیده‌های الهی در مقوله احسان دست یافت و آنها مشوقی برای عمل احسان می‌باشند.

نتیجه‌گیری

با مطالعه این پژوهش که با هدف تبیین مثبت‌اندیشی در اندیشه اسلامی و با تأکید بر احادیث قدسی شکل گرفته است، می‌توان اطمینان یافت که مثبت‌نگری نقش بسیار مؤثری بر عدم تسلیم انسان در برابر مسائل و حوادث دنیا و نیز افکار منفی ذهن دارد. تأکید آموزه‌های دینی بر تقویت مثبت‌اندیشی بوده و افزایش مهارت‌های ذهنی و باورمندی نیز بر رشد فضایل اخلاقی انسان تأثیرگذار است؛ به‌ویژه مقوله احسان و انفاق و نیکوکاری به دیگران در همه ابعادش تنها از یک ذهن مثبت‌اندیش ایجاد خواهد شد. اگرچه روایات حوزه احسان بسیار متنوع است؛ اما روایاتی که قدسی بوده و با تمرکز بر مثبت‌اندیشی آمده باشد، در مقاله مورد بررسی قرار گرفته است.

مَنّت، بخل، ازدیاد طمع و غفلت از خود واقعی که از موانع مثبت‌اندیشی در مقوله احسان به شمار می‌آید؛ در مقابل عوامل زمینه‌ساز احسان در اندیشه مثبت‌گرا، از جمله درک ارزش کار خیر و گره‌گشایی از مشکلات هم‌نوعان، کمک به سائل به‌عنوان ابزاری برای آزمایش انسان، وعده پاداش الهی به حامیان ایتم قرار گرفته است. توجه به خصلت‌ها و رفتارهای مثبت، از جمله دستگیری از ایتم و نیازمندان، سخاوت و قناعت و دوری از عادات ناپسند بخل و مَنّت و سخن‌چینی، از جمله مؤلفه‌های

عاطفى و رفتارى هستند كه به كزّات در احاديث قدسى و آيات قرآنى به آن اشاره شده است و باعث تقويت مثبت انديشى در انسان مى گردد.

منابع

الف - كتابها

قرآن كريم، ترجمه محمد مهدى فولادوند.

آمدى، عبد الواحد، (۱۳۷۷)، **غرر الحكم**، ترجمه محمد على انصارى، تهران: انتشارات مهريبين.

ابن ابي زينب، محمد بن ابراهيم، (۱۳۹۷ق)، **الغيبه للنعماني**، تهران: نشر صدوق.

ابن بابويه، محمد بن على، (۱۳۷۸ق)، **عيون أخبار الرضا عليه السلام**، چاپ اول، تهران: بي نا.

ابن فارس، احمد، (۱۴۰۴ق)، **مجمع مقاييس اللغه**، قم: مكتب الاعلام الاسلامى.

اشتروير، ماريانه، (۱۳۹۰)، **نيروى جادويى اندیشه (اسرار كاميابى)**، ترجمه سيد محمدعلى شجاعى، چاپ چهارم، تهران: نشر تهران.

تميمي آمدى، عبد الواحد بن محمد، (۱۳۶۶ش)، **تصنيف غرر الحكم و درر الكلم**، چاپ اول، قم: نشر الجواد، ضريح آفتاب.

دهخدا، على اكبر، (۱۳۷۳)، **لغت نامه**، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.

راجر، راجر؛ مك ويليامز، پيتر، (۱۳۷۰)، **تفكر منفى**، ترجمه مهدى قراچه داغى، تهران: انتشارات شباهنگ.

سلحشور، ماندانا، (۱۳۹۱)، **مثبت انديشى بر موقفيت نوجوانان**، چاپ اول، تهران: نشر قطره.

سليگمن، مارتين، (۱۳۹۱)، **خوش بينى آموخته شده**، ترجمه فروزنده داورپناه؛ مبيترا، محمدى، چاپ اول، تهران: انتشارات رشد.

_____؛ رايويچ، كارن؛ كاكس، ليزا، (۱۳۸۳)، **كودك خوش بين**، ترجمه فروزنده داورپناه. تهران: انتشارات رشد.

صادقى تهرانى، محمد، (۱۳۶۵)، **الفرقان فى تفسير القرآن بالقرآن**، قم: انتشارات فرهنگ اسلامى.

طباطبايى، محمد حسين، (۱۳۹۰)، **الميزان فى تفسير القرآن**، ۲۰ جلد، چاپ دوم، بيروت: مؤسسة الأعلمي للمطبوعات.

عليزاده، ميرزا، (۱۳۹۰)، **مثبت انديشى يا منفى نگرى؟**، چاپ هشتم، مشهد: نشر دانشگاه علوم اسلامى رضوى.

كار، آلان، (۱۳۸۵)، **روان شناسى مثبت**، ترجمه حسن پاشا شريفى؛ جعفر نجفى زند؛ باقر ثنائى، تهران: انتشارات سخن.

كرمى نورى، رضا، (۱۳۷۷)، **روان شناسى تربيتى**، تهران: چاپ و نشر كتابهاى درسى ايران.

كلينى، محمد بن يعقوب بن اسحاق، (۱۴۰۷)، **الكافى**، قم: دار الحديث.

مجلسى، محمدباقر بن محمدتقى، (۱۴۰۳ق)، **بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار**، بيروت: دار إحياء التراث العربى.

مكارم شيرازى، ناصر، (۱۴۱۱ق)، **القواعد الفقيهيه**، قم: انتشارات اميرالمومنين.

میرزا بیگی، حسنعلی؛ میرزا بیگی، فرهاد، (۱۳۹۰)، تفکر مثبت، تهران: مؤسسه آوا متن.
وینست پیل، نورمن، (۱۳۸۵)، نتایج شگفت‌انگیز تفکر مثبت، ترجمه امیر بهنام، چاپ دوم، تهران: نسل نو اندیش.

ب- مقالات و پایان‌نامه

توانایی، محمد حسین؛ سلیم زاده، الهه، (۱۳۸۹)، «بررسی تأثیر مثبت‌اندیشی از دیدگاه قرآن و حدیث»، پژوهشنامه علوم و معارف قرآن، شماره ۷، صص ۶۴ - ۳۹.

صائمی، حسین، (۱۳۸۵)، «رابطه بین مثبت‌اندیشی و سلامت روانی از دیدگاه اسلام»، نشریه پیوند، شماره ۳۲۶، صص ۵۰ - ۳۵.

یوسفی نجف آبادی، کوثر، (۱۳۹۱)، «مثبت‌نگری در روان‌شناسی و اسلام»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه فقه و فلسفه، پردیس قم.

COPYRIGHTS

© 2024 by the authors. Licensee Islamic Azad University Jiroft Branch. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

ارجاع: حمزه زاده نعیمه، غفاری علی، صادقی نیری رقیه، بررسی مؤلفه‌های مثبت‌اندیشی در احادیث قدسی با تأکید بر مقوله احسان، فصلنامه مطالعات قرآنی، دوره ۱۵، شماره ۵۸، تابستان ۱۴۰۳، صفحات ۱-۱۹.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی