

## بررسی مسئله انتظار فرج در بستر انقلاب اسلامی با توجه به نظریه

### مثبت‌اندیشی و امید در روان‌شناسی\*

پویان لاریزاده<sup>۱</sup>

#### چکیده

انتظار در فرهنگ شیعی، افزون بر یک رفتار عبادی، نوعی آمادگی روانی و عقلی برای انجام وظایف و مسئولیت‌هایی است که هر فرد مسلمان برای تحقق ظهور منجی بشریت (حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه) به عرصه ظهور می‌رساند. در مکتب‌های روان‌شناسی درباره انتظار جسته و گریخته صحبت شده است؛ از جمله آنها می‌توان به نظریه مثبت‌گرایی و امید اشاره کرد. در واقع روان‌شناسان، انتظار را بیشتر از دریچه مسائل مادی و دنیوی می‌نگرند و به همین سبب بحث انتظار یک جامعه آرمانی و یک هدف والای انسانی اجتماعی در آنها به سختی دیده می‌شود. در این پژوهش به روش اسنادی و کتابخانه‌ای کوشش می‌شود تا افزون بر بررسی انتظار از منظر دینی و روان‌شناسی، به نقش انقلاب در ترویج فرهنگ انتظار و چالش‌های پیش روی آن با توجه به نظریه امید و مثبت‌اندیشی پرداخته شود.

#### واژگان کلیدی

حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه، انتظار، انقلاب اسلامی، روان‌شناسی مثبت‌گر، نظریه امید.

#### مقدمه

بحث انتظار و امید یکی از مسائلی است که برخی از روان‌شناسان به آن توجه کرده‌اند. از آن‌جا که این موضوعات از دیرباز در تشیع بسیار پررنگ بوده است، نویسنده بر آن شد تا انتظار و امید را از منظر دینی و نیز با توجه به نظریه‌های روان‌شناس معروف، سلیگمن و اسنایدر، با در نظر گرفتن بستر انقلاب اسلامی بررسی کند. به طور کلی موضوع انتظار منجی برای بشر افزون بر تشیع، در بسیاری از ادیان و اقوام همانند یهود، مسیحیت، زرتشت، هندو، بودایی، اقوام مغول (محمدحسن، بی‌تا: ۴۳-۴۴؛ غالب، ۱۹۸۱م: ۲۷۰؛ نیز ر.ک: عرب، ۱۳۹۳) مطرح شده است و حتی دیگر اندیشمندان نیز از آن سخن گفته‌اند؛ فیلسوف شهیر انگلیسی، برتراند راسل می‌گوید: دنیا چشم‌به‌راه مصلحی است

\* تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۴/۲۹ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۵/۲۸

۱. دکترای زبان و ادبیات فارسی (گرایش عرفانی).

که همگان را در سایه یک پرچم و یک شعار متحد کند (شهرستانی، ۱۳۹۸ ش: ۶)؛ آلبرت اینشتین گفته است: فرارسیدن آن روزی که در جای جای جهان، صلح و صفا حکومت کند و همه اعضای جامعه بشری با یکدیگر دوست و برادر باشند، دیری نخواهد پایید (همان: ۷). متفکر نامدار انگلیسی، برنارد شاو نیز در کتاب خود، *بشرو/برمرد*، به ظهور یک مصلح بشارت می‌دهد.

هدف در این پژوهش بررسی مبحث انتظار در بجه دو نظریه معروف روان‌شناسی (نظریه مثبت‌اندیشی و امید) و توجه به نقش انقلاب اسلامی در امر انتظار است. در این میان به موانع و چالش‌ها و نکات مثبت انقلاب اسلامی در شکوفایی زمینه مناسب برای انتظار حضرت حجت عجل‌الله تعالی فرجه الشریف نیز پرداخته خواهد شد.

درباره انتظار برخی از روان‌شناسان سخن گفته‌اند که البته تئوری‌های شان جنبه فردی دارد. آنان از دید مسائل دنیوی به مقوله انتظار می‌نگرند؛ در نتیجه خلأ بررسی انتظار جمعی برای ظهور منجی بشریت از دید روان‌شناسی در این حوزه محسوس است. شاید به همین علت است که برخی پژوهشگران از روان‌شناسی زمینه‌ساز ظهور صحبت کرده‌اند (ر.ک: عمادی، ۱۳۸۸).

درباره روان‌شناسی انتظار پژوهش‌هایی انجام شده است. از جمله این پژوهش‌ها به آثار زیر می‌توان اشاره داشت:

کتاب *روان‌شناسی انتظار* از فاطمه بیدی و اکبر رنجبرزاده (۱۳۹۳)؛ در این کتاب بیشتر درباره مهدویت، تاریخچه و نتایج و تأثیر مهدویت بر زندگی صحبت شده است و به هیچ‌یک از نظریه‌های مطرح در این پژوهش و حتی نقش انقلاب بر انتظار پرداخته نشده است.

کتاب *روان‌شناسی انتظار* از یوسف مدن (۱۳۹۴)؛ در این کتاب نیز نویسنده به صورت کلی به نقش روان‌شناسی در بحث مهدویت و نتایج روانی آن پرداخته است. در این پژوهش از نظریه‌های امید و مثبت‌اندیشی و نقش انقلاب در امر انتظار، سخنی به میان نیامده است.

«مقدمه‌ای بر آثار تربیتی و روان‌شناختی انتظار» از محمدرضا شرفی (۱۳۸۲)؛ در این پژوهش نیز به طور کلی مبحث انتظار از دید آثار روانی بررسی شده و همانند پژوهش‌های قبل، از نظریه‌های مطرح در این پژوهش و نقش انقلاب بر انتظار صحبتی نشده است.

«روان‌شناسی انتظار» از ناصرالدین کاظمی حقیقی (۱۳۹۹)؛ در این مقاله نیز به طور کلی و مجمل فقط به برخی از نتایج انتظار در روان‌شناسی، نه براساس نظریه‌ای خاص، پرداخته شده؛ از نقش انقلاب نیز بحثی مطرح نشده است.

«نقش روان شناسی در دولت زمینه ساز ظهور» از عبدالله عمادی (۱۳۸۸)؛ در این پژوهش دربارهٔ تلفیق علم روان شناسی و مباحث مذهبی انتظار و آماده سازی و تجهیز نظریه های روان شناسی برای بحث مهدویت سخن به میان آمده است. از نقش انقلاب نیز بحثی مطرح نشده است.

به طور کلی نکتهٔ مهم در بررسی این پژوهش ها آن است که در این تحقیقات با توجه به برخی از مؤلفه های روان شناسی، به طور جسته و گریخته، به مبحث انتظار پرداخته شده است؛ نیز پیوند این مباحث با انتظار فرج در بستر انقلاب اسلامی ایران در این پژوهش ها دیده نمی شود. روش ما در این پژوهش نیز اسنادی کتابخانه ای است.

## مفهوم شناسی

### ۱. انتظار

انتظار در لغت به معنای چشم داشتن، توقع، چشم به راه بودن، امیدواری و... است (دهخدا، ۱۳۷۷ ش: ذیل انتظار). انتظار از نظر روان شناسی، کیفیتی روحی است که سبب پیدایش حالت آمادگی برای آن چیزی است که انتظار می رود و نقطهٔ مقابل آن یأس و ناامیدی است (موسوی اصفهانی، ۱۳۷۴ ش: ج ۲، ۲۱۸).

انتظار یا انتظار فرج و موعود در اصطلاح به ظهور منجی بزرگی اشاره دارد که با ظهورش، در مقطع پایانی تاریخ حیات انسان، آورندهٔ عدل و قسط و گشایش و آسایش خواهد بود و به ستم و تجاوز ظالمان در عرصهٔ هستی پایان خواهد بخشید. او بنیان دولت عدل پرور و دادگستری را بنا خواهد نهاد که آرمان و عصر طلایی بشریت به شمار خواهد رفت.

### ۲. مثبت اندیشی در روان شناسی

جنبش روان شناسی مثبت نگر به صورت رسمی از يك دهه پیش آغاز شده است که سلیگمن، چهرهٔ برجستهٔ آن است؛ اما نظریه ها و عقاید روان شناسی مثبت محور کاملاً جدید نیست و به ده های قبل و حتی به آغاز علم روان شناسی برمی گردد. شاید اولین اظهار نظر دربارهٔ روان شناسی مثبت نگر متعلق به ویلیام جیمز (William James) باشد که سال ها قبل، مفهوم ذهنیت سالم (healthy mindedness) را مطرح کرد (ملتفت و همکاران، ۱۳۹۴). دیگر جلوه های روان شناسی مثبت نگر را می توان در مکتب های انسان گرایی مازلو و راجرز جست و جو کرد. مازلو با طرح مفهوم خود شکوفایی و راجرز با تأکید بر کمال و شادمانی، به روان شناسی مثبت نگر نزدیک شده اند. با این حال، رد روان شناسی مثبت نگر، به گونه ای که امروز آن را

می‌شناسیم، از سال ۱۹۹۸ بررسی پذیر است (همان).

روان‌شناسی مثبت‌نگر، مطالعه علمی هیجان‌ات مثبت، صفات فردی مثبت و ساختارهایی است که این رشد را موجب می‌شود. رویکرد مثبت‌نگر مدعی است که هیجان‌ات مثبت، توانمندی‌ها و داشتن معنا در زندگی، هم در مواقع آرامش، آسایش و هم در مواجهه با سختی‌ها و مشکلات، به افراد کمک می‌کند تا زندگی بهتری داشته باشند (نجاتی و همکاران، ۱۳۹۶).

روان‌شناسی مثبت بر بنا نهادن و گسترش هیجان‌های مثبت به منظور ایجاد سپری در برابر اختلال‌های روانی و افزایش بهزیستی و شادکامی افراد تأکید دارد؛ همچنین در پی استفاده بهتر از توانمندی‌ها و سازگاری‌ها در مواجهه با مشکلات زندگی است (خدابخش و همکاران، ۱۳۹۴: ۳۷).

### ۳. مفهوم امید در روان‌شناسی

روان‌شناسان تعریف‌های متعددی برای امید بیان کرده‌اند؛ از جمله: امید، انتظاری پویا برای کسب اهداف آتی است؛ فرایندی که شامل افکار، احساسات و ارتباطات می‌شود (کمری و فولاد چنگ، ۱۳۹۵). امید نیروی مثبتی است که انگیزش، پیشبرد اهداف و سازگاری را افزایش می‌دهد. در واقع قدرت نگهداری انرژی افراد در زندگی و ایجاد آن، جزو طبیعت امید است. ازسویی دیگر می‌توان گفت امید منبع مهمی برای انعطاف‌پذیری افراد در زندگی است (شیرمحمدی و همکاران، ۱۳۸۹). در سال‌های میانی دهه ۱۹۸۰ ریک اسنایدر (Rick Snyder)، روان‌شناس آمریکایی مثبت‌گرا، نظریه امید را فرمول‌بندی کرد و در سال ۱۹۹۰ نظریه خود را با نام «نظریه امید» مطرح کرد (اسنایدر، ۲۰۰۰: ۴). ریک اسنایدر امید و امیدواری را این‌گونه تعریف می‌کند: امید توانایی درک شده برای تولید راه‌هایی به سمت اهداف خوشایند، همراه با انگیزه درک شده برای استفاده از آن راه‌هاست تا فرد به هدف مورد نظر برسد (همان: ۸).

خلاصه آن که امید یک انگیزشی مثبت است که از دو عنصر تشکیل شده است؛ عنصر عاملی و عنصر راهبردی. عنصر عاملی یک عنصر انگیزشی از امید است که شامل احساس موفقیت و انرژی برای پیگیری اهداف است؛ در حالی که عنصر راهبردی برای خلق راه‌هایی برای رسیدن به اهداف به افراد کمک می‌کند.

### مثبت‌اندیشی؛ انتظار حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الشریف؛ نقش انقلاب

بحث انتظار منجی موعود به طور محسوسی با نظریه مثبت‌اندیشی ارتباط دارد. در واقع

یکی از نظریه های مؤثر در بالارفتن سلامت روحی و روانی افراد، نظریه مثبت اندیشی است. بسیاری از روان شناسان معتقدند لازمه شاد زیستن، تفکر مثبت است.

این موضوعات در مبحث انتظار حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الشریف نمودی پررنگ دارد؛ آنچه در این نظریات بیان می شود، عینا در انتظار موعود، آشنای شیعیان است؛ حتی آنچه در انتظار فرج دیده می شود، از بسیاری از نواقص مطرح در نظریه های روان شناسی از جمله روان شناسی مثبت نگر به دور است؛ برای مثال انتظار منجی موعود برای تشکیل یک جامعه آرمانی، به نوعی، گسترش هیجانان مثبت است که همانند مانع و سپری در برابر انواع قوای منفی متجلی می شود و نتیجه آن ایجاد شادکامی ای است که چه بسا با بسیاری از شادکامی های مادی مطرح در نظریه های روان شناسی متغایر خواهد بود. به بیان دیگر، روان شناسی مثبت نگر به مطالعه علمی هیجانان مثبت صفات فردی مثبت و ساختار ایجادکننده این رشد می پردازد و از این دیدگاه، انتظار حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الشریف نوعی مثبت نگری است که با داشتن هیجانان مثبت فردی به هیجانان مثبت اجتماعی نیز می انجامد.

در این میان انقلاب اسلامی با آرمان هایی چون رساندن انسان به رشد و کمال معنوی، می تواند در شکل گیری و تکامل این انتظار نقشی پررنگ داشته باشد. بسیاری از عواملی که انقلاب اسلامی با آنها حتی در عرصه جهانی به مخالفت پرداخته است، از جمله عواملی است که به روحیه مثبت اندیشی انسانی خلل وارد می کند. برخی از این عوامل در قرآن کریم نیز مذکور است؛ از آن جمله استکبار کفر و حسادت همچنین خودخواهی، حرص، منفعت طلبی و... (ر.ک: بقره: ۸۷ و ۱۰۹؛ نساء: ۷۶) را می توان نام برد. طبق سخن قرآن کریم مستکبران در برابر آئین ها و احکام الهی سرکشی می کنند و در پی خواسته ها و آمال شخصی خود هستند؛ به همین سبب بسیاری از ارزش های انسانی را پایمال می کنند (ر.ک: اعراف: ۱۳۳؛ یونس: ۷۵؛ جاثیه: ۷، ۸ و ۳۱) و این امر به روحیه مثبت اندیشی اجتماعی خلل جبران ناپذیری خواهد زد. ازسوی دیگر قرآن کریم کافران را یاران شیطان می نامد که با اهل ایمان می جنگند (ر.ک: نساء: ۷۶).

شیطان و اعمال شیطانی هیچ گاه در مسیر مثبت اندیشی به پیش نرفته اند و همیشه در تقابل با ارزش های الهی و مسائل اخلاقی بوده اند؛ به همین سبب کافران و نمود کفر، بی تردید به مثبت اندیشی آرمانی انسان خلل وارد می کند. در این میان برخی جوامع توانسته اند در برابر این دو عامل بزرگ که معضل اجتماعی عظیمی برای آرمان های انسانی است، قد علم کنند که از جمله آنها انقلاب اسلامی است. در واقع بسیاری از دشمنی های دشمنان انقلاب برخاسته از

همین دو عامل استکبارستیزی و کفرستیزی هستند. اگر به پیشینه انقلاب بنگریم، خواهیم دید این دو عامل، شعار اصلی انقلابیون و مردم حق ستیزی بوده است که از آغاز با آرمان انتظار حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الیه در جهت شکوفایی و رشد زمینه‌های لازم برای ظهور ایشان با مثبت‌نگری اخلاقی و روانی در پی متجلی کردن ارزش‌های اخلاقی بوده‌اند؛ هرچند موانع زیادی در مسیر آنان برای تجلی این امر وجود داشته است.

حسادت نیز از صفات ردیله‌ای است که می‌توان آن را زیرمجموعه دو عامل قبلی نیز به شمار آورد. در واقع در بستر انقلاب اسلامی پیشرفت‌های بسیاری در زمینه‌های مختلف اجتماعی، اعتقادی، سیاسی برای ایران مهیا شد که حسادت بسیاری از مستکبران را برانگیخت.

با آغاز انقلاب اسلامی موجی از امیدواری و مثبت‌اندیشی در وجود مردم انقلابی ایران شکل گرفت؛ مسائل اعتقادی و مذهبی بسیار پررنگ‌تر از گذشته در بطن جامعه نمودار شد و بسیاری از مردم با مسائل اعتقادی‌ای آشنا شدند که گاه برای آنان چندان آشنا نبود. یکی از این مسائل، بحث انتظار حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الیه بود که در بستر انقلاب اسلامی به‌طور چشمگیری متجلی شد. در چنین بستری بسیاری از اعتقادات پوچ‌گرایی و نیهیلیسم که گریبان‌گیر اقشار جوان و به‌ظاهر روشنفکر اجتماع شده بود، رخت برپست. فعالیت و پویایی قشر جوان با تفکراتی مثبت در حدی فراتر از دنیای مادی خود را نشان داد؛ بر اثر همین مثبت‌اندیشی برخاسته از تفکرات اعتقادی مذهبی معنوی بود که بسیاری از جوانان ایرانی با روحیه‌ای محکم و استوار، هشت سال دفاع مقدس را در میادین جنگ سپری کردند و با آغوش باز، خواهان شهادت بودند. این نوع مثبت‌نگری از ویژگی‌های خاص انقلاب اسلامی است که نقشی پررنگ در ایجاد مقدمات ظهور حضرت دارد. از نظر علمی نیز جامعه منتظر حضرت هر روز در عرصه‌های جدید، گام‌های نوینی را می‌پیمود و این امر بی‌تردید برخاسته از جامعه‌ای پویاست که روحیه امید به آینده و جامعه‌ای آرمانی در بطن آن شکل گرفته است. همین امور، حسادت بسیاری از مستکبران جهانی را برانگیخت و به همین علت بسیار می‌کوشند تا بسیاری از اعتقادات و ارزش‌هایی را که در وجود مردم، چنین نتایجی را در پی داشته است، نابود کنند. به همین سبب از هر امری و ایجاد هر خلی در این مواضع پرهیز نمی‌کنند.

در روان‌شناسی مثبت، بر افزایش بهزیستی و شادکامی افراد تأکید می‌شود. برای شادکامی نمودهای بسیاری را می‌توان ارائه داد؛ ولی پرسشی اینجا مطرح می‌شود که «آیا هر نوع شادکامی موجب تعالی و بهبودی می‌شود؟». پاسخ به این پرسش برتری و امتیاز شادکامی

برخاسته از انتظار فرج است. عوامل ایجاد شادکامی در افراد می‌تواند متفاوت باشد. در مقایسه دو فرد مادی‌گرای بدون تفکر معنوی و یک فرد معتقد معنوی قطعاً تعریف‌های متفاوتی از شادکامی خواهیم دید. شادکامی، در بستر انقلاب اسلامی نیز رنگی دیگر یافت. اگر قبل از آن، لهو و لعب و پیروی از هوا و هوس شادکامی نامیده شد، در این بستر جدید، باطن بسیاری از شادکامی‌های گذشته بر مردم آشکار شد؛ در نتیجه پی بردند که شادکامی واقعی بسیار فراتر از آن چیزی است که تاکنون تصور می‌کردند. قطعاً شادکامی برخاسته از مسائل معنوی چون به عالمی بی حد و مرز و خیر محض، متصل است، می‌تواند نامتناهی و بدون خلل باشد. فرد منتظر منجی که به عوامل بالا متصل است، به چنان شادکامی‌ای می‌رسد که نه از خلل امور دنیوی ناامید محض می‌شود و نه به موقعیت‌های زودگذر دنیوی امید محض می‌بندد؛ در واقع این فرد به منظری می‌نگرد که بسیار فراتر از امور چندروزه دنیوی است و همین امر، خود بستری برای مثبت‌اندیشی و شادکامی خلل‌ناپذیر می‌شود. در بستر انقلاب، این نوع دیدگاه گسترش یافت؛ اندیشه‌هایی مطرح شد که سطح فکر و آگاهی مردم را از امور مادی فراتر برد؛ در نتیجه، این قشر آگاه با تکیه بر طبع والایی خود به فراهم کردن مقدمات منجی موعود پرداختند؛ زیرا با ظهور حضرت حجت عجل‌الله‌تعالی ورحمه‌الله‌تعالی است که افزون بر تجلی همه آرمان‌های والایی انسانی، خیر محض و شادکامی محض مهیا خواهد شد. در واقع انقلاب بستری بود که این اندیشه‌ها از درون آن رشد کرد.

سلیگمن (Selgiman) معتقد است چنانچه به جای تمرکز بر ضعف‌ها و جنبه‌های منفی تجارب، بر موفقیت‌ها و ابعاد مثبت زندگی خود تأکید داشته باشید، هیجانات مثبت را در خود تقویت کرده‌اید؛ به گونه‌ای که آنها منابع پایدار فکری، جسمی و اجتماعی را بسط می‌دهند و حفاظ حمایتی مستحکمی ایجاد می‌کنند که می‌تواند در زمان بروز هرگونه تهدید استفاده شود و فرد را در برابر آسیب‌های روان‌شناختی ناشی از آن ایمن کند. این امر در بستر انقلاب اسلامی و در بحث انتظار حضرت مهدی عجل‌الله‌تعالی ورحمه‌الله‌تعالی به طور کامل‌تری مشهود است؛ منتظر واقعی افزون بر این که در مسیر تقویت ضعف‌های خود و حتی جامعه گام برمی‌دارد، بر ابعاد مثبت زندگی خود که به طور مستقیم برخاسته از منش فکری اوست، تأکید می‌ورزد؛ در نتیجه هیجاناتی را در خود تقویت می‌کند که از جنس عالمی دیگر است و گاه تجربه این هیجانات مثبت برای دیگری غیرممکن خواهد بود؛ زیرا این تجارب امری فردی شده است که به سوی یک کلان‌آرمان مشخص حرکت می‌کند.

از نظر سلیگمن بالاترین موفقیت در زندگی و عمیق‌ترین رضایت هیجانی، از ایجاد و

به کارگیری قابلیت‌های اختصاصی افراد حاصل می‌شود؛ زیرا تمرکز بر قابلیت‌ها، يك خلق مثبت فراگیر و بادوامی را موجب می‌شود که فرد را به جای خلق سرد و منفی، به شیوه تفکر خلاق، سازنده، پذیرا، سخاوتمند و غیرتدافعی سوق می‌دهد. این شیوه تفکر به جای جست‌وجوی معایب، بر محاسن تکیه می‌کند و هدایتگر راهبردهای ناشی از آن است؛ بنابراین اساس رویکرد مثبت‌نگر بر کشف شیوه‌هایی است که با استفاده از آن، افراد بتوانند احساس لذت و خوشی بیشتری کنند و نوع دوستی خود را ابراز کنند (فاضلی کبریا و همکاران، ۱۳۹۸ ش: ۴۱-۴۲). این موضوع را می‌توان در بستر انقلاب ایران بیشتر نمود داد. برای آمادگی ظهور حجت باید کوشید بر قابلیت‌های افراد، تمرکز ویژه شود و قایبیت‌های بالقوه افراد در مسیر هموارسازی انتظار به فعلیت برسد و همین امر به روحیه شادکامی و نوع دوستی خواهد انجامید. درباره کارگیری قابلیت‌های اختصاصی افراد در بستر انقلاب اسلامی، یک نکته توجه بسیاری از محققان را جلب کرده است که باید به نوعی آسیب‌شناسی شود؛ متأسفانه ایران در بستر جهانی به فرار مغزها شهرت یافته است. بسیاری از جوانان نخبه ما به سبب عدم به کارگیری آنان در جایگاه شایسته و نشناختن قابلیت‌های آنان، رهسپار سرزمین‌هایی می‌شوند که نابودی انقلاب اسلامی، آرمان دیرین آنان بوده است. بی‌تردید اگر بخواهیم جوانان نخبه و دانش‌پژوه خود را به ویژه در عرصه‌های تکنولوژی حفظ کنیم، باید بستری را مهیا کنیم که بتوانند در حوزه تخصص خود به کاری لایق پردازند و زمینه پیشرفت داشته باشند. در این هنگام است که جامعه منتظر با روحیه‌ای شاد و مثبت در مسیر پیشرفت گام برخواهد داشت.

تمرکز روان‌شناسی مثبت، بیشتر بر قدرت‌ها و توانایی‌های فرد است تا جست‌وجو در ضعف‌ها و نقص‌ها؛ مسئولان انقلاب اسلامی نیز باید بر توانایی‌های افراد جامعه برای پیشبرد اهداف آرمانی اجتماع تمرکز داشته باشند و این توانایی‌ها را به فعلیت برسانند. در این هنگام است که می‌توان تصویری از زندگی خوب و آرمانی را به نمایش گذاشت.

موضوع اصلی روان‌شناسی مثبت‌نگر، تحقیق کردن درباره تجربیات ذهنی مثبت است؛ مانند بهروزی، خشنودی، رضایت خاطر، لذت، امید، خوش‌بینی، شایستگی، عشق، جرأت، پشتکار، خودمختاری، مهارت میان فردی، استعداد، خلاقیت، ابتکار، دوراندیشی، خرد، مسئولیت میان فردی، نوع دوستی، وجدان کاری و پرورش دیگران (قویدل و همکاران، ۱۳۹۱). انقلاب اسلامی می‌تواند با بررسی این تجربیات ذهنی روحیه امید را هرچه بیشتر در قشر جوان تقویت کند و شرایطی بیافریند که جوانان ایرانی در بستر انقلاب با این تجربیات ذهنی مراتب کمال دنیوی و اخروی را بیمایند؛ البته این امر بر عهده مسئولین محترم است که با مهیاکردن



شرایط مناسب، از کوچ جوانانی پرهیز کنند که همه هزینه های آن را انقلاب اسلامی متحمل شده است و حال که نوبت میوه دادن این درخت تنومند است، مستکبران از آن بهره می برند. تسهیل شرایط تحصیل در مراتب بالای علمی، فراهم کردن تسهیلات ازدواج و زندگی مشترک، اشتغال مرتبط با حوزه تخصص، باورداشتن توان جوانان و به کار گماردن آنان در مرتبه های مدیریتی (همان گونه که در دوران دفاع مقدس، فرماندهی بسیاری از عملیات ها را جوانان برعهده داشتند) و تشویق و ترغیب آنان و حذف موانع پژوهشی و کاری آنان، از جمله مسائلی است که می تواند در این مسیر بسیار راهگشا باشد.

تفکر مثبت فرایندی است که انرژی را ایجاد و بر روی واقعیات متمرکز می کند؛ انتظار موعود در بستر انقلاب اسلامی سراسر تفکری مثبت است که آفریننده انرژی در وجود فرد منتظر خواهد شد. فرایند اندیشیدن مثبت، شامل کلیه روش هایی است که با آن از انرژی شخصی مان استفاده می کنیم و پاسخ ها یا عکس العمل های جسمی و عاطفی و ذهنی را به زندگی مان می افزائیم (بنی هاشمی و مسیبی، ۱۳۸۶). انتظار منجی اندیشیدن مثبتی است که روش هایی را برای تحقق آرمان بزرگ انسانی فراهم می آورد و در پی آن، عکس العمل های جسمی و عاطفی و ذهنی متعددی را به زندگی فرد منتظر می افزاید.

درواقع روان شناسی مثبت نگر به خوشبختی، برتری و عملکرد بهینه انسان می پردازد (شولتز، شولتز، ۱۳۸۸) و همین امر نکته اساسی و بسیار مهم در انقلاب اسلامی در راستای انتظار ظهور حضرت است که باید زمینه های تجلی آن بیشتر فراهم شود.

تمرکز سلیگمن، در آغاز متوجه مواردی بود که به شادی حقیقی منتهی می شد. کامل تر این موارد را می توان در بحث انتظار معنوی دید. در واقع اشتراکاتی میان انتظار موعود و بحث شادی در نظریه سلیگمن وجود دارد. سلیگمن ابتدا سه راه را برای شادی پیشنهاد کرد: زندگی خوشایند؛ زندگی متعهد؛ زندگی معنادار.

زندگی خوشایند همراه با لذت است. روان شناسان بیان می کنند که بهتر است بررسی کنید ببینید چه چیزی یا انجام چه کارهایی برای شما خوشایند است و سپس فهرست شگفت انگیزی از آرزوهای خود تهیه کنید که باعث شادی شما می شوند. بررسی آنچه بیشترین لذت را برای شما دارد، قدم مهمی در راه به دست آوردن برخوردهای مثبت در زندگی روزانه است که سعادت و شادی شما و اطرافیان تان را افزایش می دهد (بنی هاشمی و همکاران، ۱۳۸۶). در بحث انتظار حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الیه، این زندگی خوشایند به نوعی تکامل یافته تر و برتر نمود می یابد؛ به این معنی که آنچه خوشایند یک فرد منتظر منجی موعود را در پی خواهد

داشت، گاه فراتر از امور مادی و دنیای عادی خواهد بود. اینجاست که تعریف زندگی خوشایند، نسبی به نظر می‌رسد و باتوجه به دیدگاه و جهان بینی افراد جلوه‌های مختلفی خواهد داشت. به این ترتیب فهرست آرزوهای یک فرد منتظر منجی موعود بسیار متفاوت‌تر از افراد دیگر خواهد بود.

گفتنی است یکی از ارزش‌های انقلاب اسلامی توجه به مفهوم و باطن زندگی است؛ درواقع با انقلاب اسلامی و بیان مفاهیم انتظار حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الیه زندگی منتظران رنگی دیگر یافت؛ شور و شغف و اشتیاق برای پیمودن مسیری که به آرمانی اجتماعی و صلحی جهانی بینجامد، زندگی دنیوی بشریت را چنان ژرفا و عمقی می‌بخشد که دیگران از وصف آن عاجزند و آن را تنها منتظران حقیقی درک می‌کنند. باید به این نکته توجه داشت که پررنگ کردن این ارزش‌ها هم چنان از وظایف مسئولان انقلاب اسلامی است تا این درخت پربار را به ثمره ظهور حضرت شکوفا سازند.

مسئله دوم، زندگی متعهد بود. آنچه در زندگی متعهد بسیار نمود دارد، هدف‌گذاری و هدفمندی زندگی است. همه مردم توانایی‌های ویژه‌ای دارند؛ در بعضی افراد، این توانایی‌ها بیشتر تقویت شده است. می‌توان روی این توانایی‌ها کار کرد و توانایی‌های ناقص را پرورش داد. با شناخت توانایی‌های خود و دیگران می‌توانیم کیفیت زندگی خود و دیگران را بهبود بخشیم و باعث هدفمند شدن زندگی خود و دیگران شویم. پس توانایی‌های ویژه موجب تعهد ما به زندگی می‌شود (همان). هدفمندی و شناخت و تقویت این توانایی‌ها از جمله اموری است که در بستر انقلاب اسلامی باید به آن توجه ویژه شود؛ زیرا یکی از ارکان مهم بحث انتظار همین هدفمندی است. انتظار برای منجی موعود هدفی عظیم است که سراسر زندگی فرد و حتی اجتماع را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در نتیجه فرد منتظر می‌کوشد توانمندی‌های خود را در مسیر رسیدن به هدف خویش پرورش دهد و نواقص خلقی و رفتاری خود را بزداید.

به همین سبب مسئولان و مدیران انقلاب اسلامی باید این امر را مدنظر داشته باشند که خرده اهداف زندگی مردم منتظر را پی‌ریزی و سیر کلی آن را هدایت کنند؛ نیز باید به این موضوع توجه ویژه داشته باشند که رفتار و اعمال آنان برخلاف اهداف پی‌ریزی شده نباشد؛ زیرا ارج و اعتبار آن ممکن است خدشه دار شود و به وحدت همگانی برای سیر رسیدن به اهداف انتظار خلل وارد کند.

مفاهیمی مانند اخلاص و مودت از کلیدواژه‌هایی است که می‌تواند در راستای تعهد و زندگی متعهد بررسی شود. مودت به معنی دوستی همراه با وفاداری و عمل است؛ درواقع چیزی غیر از

محبت است. ممکن است کسی را دوست بداریم ولی نسبت به او وفادار نباشیم و یا به یاری او نشتابیم؛ ولی در مودت، عشق، محبت، پیروی، فداکاری و وفاداری موج می‌زند (شجاعی، ۱۴۰۴ش: ۳۵۱). مسئولان و مدیران انقلاب اسلامی با تجلی مودت در زندگی خود و القا و آموزش این حس به دیگر مردمان می‌توانند در ایجاد مثبت‌نگری در راستای شکل‌گیری انتظاری مثبت نقش مهمی ایفا کنند.

مسئله دیگر، زندگی معنادار بود. در نظر سلیگمن زندگی پر از معنا، سومین مسیر به سوی شادی است. بیشتر افراد زندگی معنادار را زندگی‌ای می‌دانند که در آن هدفی دارند؛ هدفی که بالاتر از درک آنهاست.

فرد در زندگی معنادار اثری از خود در جهان باقی می‌گذارد، حتی اگر آن اثر تنها در ذهن خانواده خودش باشد. در زندگی معنادار، فرد هدف‌های بزرگی دارد که با برنامه‌ریزی می‌کوشد به آنها برسد. نوع دوستی (عمل به نفع دیگران بدون چشم‌داشت) یکی دیگر از رفتارهایی است که به داشتن زندگی معنادار کمک می‌کند (بنی‌هاشمی و همکاران، ۱۳۸۶). فرد با کنار گذاشتن خودخواهی و منافع خود و صرف زمان و توجه به نیازهای دیگران، نقش خود را در همکاری و کمک به موفقیت ایفا می‌کند؛ این مسائل همگی سال‌ها و قرن‌هاست است که در زندگی افراد منتظر حضرت مهدی عجل‌الله‌تعالی و رَحْمَةُ الرَّحْمٰنِ نمود داشته است و به آنها پایبند هستند و آنها را عملی می‌کنند. در واقع، فرد منتظر فردی نوع دوست است که برای احیای یک جامعه آرمانی همه همت خویش را به کار می‌گیرد.

نوع دوستی را در آغاز انقلاب و در هشت سال دفاع مقدس به وضوح می‌توان دید. خون شهیدان برای حفظ مملکت از آسیب و تهاجم و غارت و حفظ نوامیس، بالاترین مرتبه نوع دوستی است که جوانان ایرانی در دهه‌های اول انقلاب آن را در عرصه جهانی به خوبی به نمایش گذاشتند؛ اما اکنون نوع دوستی افزون بر حفظ حد و حدود مملکت، در اموری مانند امر به معروف و نهی از منکر، پرهیز از ریا و نفاق و حفظ بیت‌المال و کوتاه کردن دست ریاکاران از حقوق ملت نمود خواهد داشت. ایثار و نوع دوستی در مسیر انتظار، رکنی مهم است که حفظ اعتبار و شأن آن همتی عظیم می‌طلبد. در واقع اگر ظهور آقا امام زمان عجل‌الله‌تعالی و رَحْمَةُ الرَّحْمٰنِ را همچون رسالتی در نظر بگیریم، طی این مسیر و حفظ شأن و اعتبار آن، رسالتی دیگر است و اهمیتی افزون دارد. این رسالت هاست که به تقویت روحیه انتظار ملت کمک می‌کند. از سوی دیگر چون انتظار حضرت مهدی عجل‌الله‌تعالی و رَحْمَةُ الرَّحْمٰنِ در بستر انقلاب اسلامی نمود چشمگیری یافته است، بر عهده بزرگان است که برای حفظ آرمان‌های آن، ریاکاران و خائنان را شناسایی کنند و آنان را از

مدیریت امور کنار گذارند؛ زیرا نتیجه روی کار آمدن این افراد هزینه گزافی بر دوش انقلاب خواهد گذاشت؛ نیز به روحیه امید و انتظار برای حضرت نیز خلل وارد می کند و چه بسا ممکن است به امور دینی و زیربنایی مذهبی و اعتقادی مردم نیز ضربات جبران ناپذیری وارد کند.

در دهه اخیر، روان شناسان مثبت گرا بیشتر بر توانمندی ها، شایستگی ها و داشته های انسان تأکید کرده اند و بر این باورند که هدف روان شناسی باید بهبود و ارتقای سطح زندگی انسان و شکوفاکردن استعدادها و توانمندی های به ودیعه نهاده شده در درون انسان باشد. بر این اساس، روان شناسان مثبت گرا به جنبه های مثبت روانی انسان، نظیر مثبت اندیشی، خوش بینی، شادکامی، خلاقیت، هوش هیجانی، خردمندی، خودآگاهی و مانند آن پرداخته اند و سعی دارند تا با روش ها و نگاه علمی، حضور مؤلفه های مثبت را در ابعاد گوناگون زندگی انسان پررنگ تر و چشمگیرتر جلوه دهند (حسینی و همکاران، ۱۳۹۰). بسیاری از آنچه تحت عنوان جنبه های مثبت روانی انسان یاد شد، سال ها و قرن هاست که در وجود منتظران حقیقی آقا امام زمان علیه السلام وجود داشته است و امروزه نیز کوشش می شود، با همه توطئه های مستکبران و ایادی شیاطین، در بستر انقلاب و در وجود فرد منتظر حقیقی نمود خود را حفظ کند. درواقع حضور مؤلفه های مثبت از جمله ویژگی های بدیهی و لازم برای یک منتظر حقیقی است.

مثبت اندیشی تمایل به اتخاذ امیدوارانه ترین دیدگاه است و انتظار منجی خود امیدوارترین دیدگاهی است که زندگی بشری برای تحقق یک جامعه ایدئالی می تواند داشته باشد.

از تأثیرات و نقش های مهم مثبت اندیشی، تأثیری است که بر سلامت روانی افراد می گذارد و زندگی انسان را از نظر روانی، جسمانی و اجتماعی تحت الشعاع قرار می دهد. این امر همیشه در وجود فرد منتظر نمود خاصی داشته است؛ فرد منتظر موعود به سبب هدف والای خود و امید به تحقق وعده الهی در بستر روانی سالمی به سر می برد.

بیشتر تحقیقات نشان می دهد نگرش خوش بینانه در مواجهه با شکست ها، سلامت روان را بالا می برد؛ در حالی که بدبینی تأثیر منفی بر آن دارد. افکار ما بسیار بر مشکلات هیجانی و شخصی مان تأثیر می گذارند و افکار مثبت در احساسات خوب و شاد نقش دارند. نگرش منفی سبب اتخاذ راهبردهای مقابله ای نامناسب در مواجهه با موانع و آشفتگی های فکری، عزت نفس پائین، احساسات آسیب پذیری، استرس، اضطراب، افسردگی و مسائل سلامت روان می شود (پارسا، ۱۳۹۲).

از جمله آرمان های انقلاب، تربیت انسان در معنای واقعی و رساندن آدمی به اوج معنویت است که مقدمات و لوازم بسیاری را می طلبد. یکی از این موانع، مادی گرایی، ترویج فساد و

سرگرم کردن مردم به امور دنیوی است که در این زمینه بیشترین کوشش را دشمنان خارجی و ایادی آنان در داخل کشور به انجام رسانده‌اند. کوچک شمردن دستاوردهای انقلاب، نفوذ ریاکاران و فرصت طلبان یا به بیانی مهره‌های دشمنان در ارگان‌ها و سازمان‌های کشور، استفاده از فضای مجازی برای ترویج فساد و بی‌ارزش کردن آرمان‌های اسلامی و انقلابی، سرمایه‌گذاری دشمنان بر روی نسل جوان و هدایت آنان به سوی مادی‌گرایی، از جمله معضلاتی است که نوعی منفی‌گرایی بینشی و در ادامه، رفتاری را در جامعه نمود خواهد داد. نتیجه این منفی‌گرایی‌ها بی‌اعتباری ارزش‌های اسلامی از جمله مبحث مهم انتظار است. امروزه دشمنان در پی ترویج تفکری هستند که پایان جهان را تاریکی محض و نابودی مادی تلقی می‌کند. بی‌تردید پیروان این افکار در قیاس با منتظران حضرت حجت عجل‌الله‌تعالی‌فی‌قضاءه‌و‌اجابه‌تو، نگرشی منفی را بر اندیشه زندگی و جامعه حاکم می‌کنند که نتیجه آن ناامیدی، افسردگی، آسیب‌پذیری، اضطراب و درگیری با بسیاری از مشکلات روانی خواهد بود. انسان آشفته از نظر روانی، قدرت تصمیم‌گیری و هدف‌گذاری و دنباله‌روی اهداف خود را ندارد. این فرد همچون مهره‌ای خاموش در فضایی معلق به سر می‌برد که نه به آغاز و نه به انجام خود می‌اندیشد. این جاست که مسئولان و متفکران انقلاب اسلامی باید با چاره‌نگری از تزریق این‌گونه افکار به بستر جامعه ممانعت به عمل آورند.

#### نظریه امید؛ انتظار حضرت مهدی عجل‌الله‌تعالی‌فی‌قضاءه‌و‌اجابه‌تو؛ نقش انقلاب

امید نیرویی هیجانی است که تخیل را به سمت چیزهای مثبت هدایت می‌کند. به سبب این‌که امید مستقیماً با میزان اعتماد ارتباط دارد، به فرد الهام می‌دهد که هدفش را بالاتر ببرد، تلاش بیشتری کند و قدرت مقاومت بیشتری داشته باشد. همان‌گونه که پیشتر نیز بیان شد، نظریه امید اسنایدر بر سه مؤلفه مرکزی بنیان گذاشته شده است: اهداف، گذرگاه‌ها، عامل (اسنایدر، ۲۰۰۰م: ۱۳). امید یک هیجان انفعالی نیست که تنها در لحظه‌های تاریک زندگی پدیدار شود؛ بلکه فرایندی شناختی است که افراد با آن، به صورت فعال، برای دست‌یافتن به هدف‌های شان می‌کوشند. از نظر اسنایدر، امید فرایندی است که طی آن، فرد هدف‌های خود را تعیین می‌کند؛ راهکارهایی برای رسیدن به آنها می‌سازد و انگیزه لازم را برای اجرای این راه‌کارها ایجاد و در طول مسیر حفظ می‌کند (پرچم و همکارن، ۱۳۹۲).

در ادامه سعی می‌شود این سه عامل اصی امید با مبحث انتظار و نقش انقلاب در آن بررسی

و تحلیل شود.

### ۱. هدف (Goal Thinking)

نظریه امید برمبنای اهمیت و ضرورت هدف‌ها بنا شده و هدف یکی از ابعاد کلیدی این نظریه است. تقریباً تمام آنچه یک فرد انجام می‌دهد، به سمت دستیابی به هدفی است و این هدف، شامل هر چیزی است که خود فرد مایل است به آن برسد. هدف‌ها نیروی محرک هر رفتاری هستند و می‌تواند دامنه‌ای گسترده داشته باشد. از طرفی در نظریه امید، هدف‌ها منبع اصلی هیجان هستند. هیجان مثبت ناشی از دستیابی به هدف یا تصور نزدیک شدن به آن است؛ در حالی که هیجان منفی، ناشی از شکست در دستیابی به هدف یا تصور دور شدن از آن است.

در مبحث انتظار موعود هدفی آرمانی وجود دارد که فرد را در مسیر زندگی به سوی هیجانات و رفتارهای مثبت سوق می‌دهد؛ در واقع هدف کلی و بزرگ، تحقق جامعه ایده‌آلی معنوی، زمینه‌ساز بسیاری از اهداف کوچک‌تر دیگری است که در راستای آمادگی برای ظهور شکل می‌گیرند. این اهداف می‌تواند، هم شخصیت و هم اعمال فرد را به سوی جریان مثبت دگرگون کند.

در نظریه امید، با توجه به پیوند بین دستیابی به هدف و عاطفه مثبت، ممکن است به نظر برسد بهترین راهکار، تعیین اهداف آسان و کاملاً در دسترس است؛ اما افراد دارای امید بالا معمولاً به دنبال اهدافی هستند که دارای میزانی متوسط از دشواری باشد. در واقع هدف‌ها باید ارزش کافی داشته باشند تا تفکر هوشیار فرد را به خود مشغول کنند (اسنایدر، ۱۹۹۴: ۲۱)؛ بنابراین فرد منتظر حقیقی که امید بسیار به تحقق ظهور دارد، هدفی به نسبت دشوار، اما ارزشمند را دنبال می‌کند.

طبق این نظریه، بهترین هدف‌ها آن‌هایی هستند که انگیزه فرد را افزایش دهند و پایدار باشند؛ اصولاً این اهداف میزان دشواری متوسطی دارند و در آینده‌ای نزدیک، به وقوع می‌پیوندند. انتظار حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الشریف از نظر هدف و ایجاد انگیزه، بر نظریه امید برتری‌هایی دارد؛ زیرا افزون بر افزایش انگیزه فرد، هدفی پایدار است که در طول اعصار، در ادیان مختلف دنبال شده است. وقوع پذیری این هدف دور از نظر نیست؛ اما دستیابی به آن نیز چندان آسان نخواهد بود؛ زیرا مرهون مسائل متعدد جمعی است.

یکی از آرمان‌های انقلاب اسلامی ایران آماده کردن زمینه‌های ظهور حضرت است. در این

زمینه تلاش‌های بسیاری شده است که البته به سبب موانع ایجاد شده دشمنان اسلام و انقلاب به نظر می‌رسد باید این تلاش‌ها بیشتر شود و وقفه‌ای در مسیر آنها نیفتد.

هدف‌آفرینی برای نسل جوان باید بسیار مدنظر روشنفکران انقلابی قرار گیرد. اکنون دشمن در بستری فعالیت می‌کند که هدفش القای نوعی پوچ‌گرایی به نسل جوان جامعه ایرانی است. فرقه‌های نوظهور شیطانی و یا عرفانی مخرب از جمله این اقدامات دشمن است. آنان خوب می‌دانند ایجاد اهداف واهی و مخرب، بهترین وسیله برای گمراهی نسل جوان و هدایت آنان به سوی آمال ویرانگرشان است. ایادی شیطان در بیشتر اوقات به صورت نامحسوس و پنهان، افکار و جهان بینی خود را به نسل جوان القا می‌کنند و از این راه آنان را به سوی اهدافی واهی سوق می‌دهند؛ متأسفانه امروزه بزرگ‌ترین شرکت‌های فیلم‌سازی در دستان آنها، و بسیاری از فضاهای مجازی پرمخاطب در استثمار آنهاست. همین مسئله باعث می‌شود همانند یک نظام آموزشی از کودکی و نوجوانی، یعنی حساس‌ترین دوران زندگی، تفکر بسیاری از جوانان را در دست بگیرند. این جاست که حضور تکنولوژی‌های مدرن و پیشرفت در این صنایع به طور محسوس در ایران انقلاب اسلامی محسوس می‌شود و ممانعت از فرار مغزها در این برهه حساس بیشتر ملموس خواهد بود. طراحی نرم‌افزارهای مختلف اعم از ارتباطی، آموزشی، بازی و سرگرمی در بستر انقلاب، تولید فیلم‌هایی در جهت آرمان‌های اسلامی انقلابی با شگردها و متدهای روز با کارگردانان و بازیگرانی عالی و ممتاز می‌تواند نقش مهمی در هدف‌آفرینی و سوق جوانان به سوی اهداف مدنظر داشته باشد.

بنیان‌گذار نظریه امید (اسنایدر)، امید را به عنوان سازه‌ای مشتعل بر دو مفهوم تعریف کرده است: تفکر گذرگاه و عامل (پرچم و همکاران، ۱۳۹۲).

## ۲. تفکر گذرگاه (Parthway Thinking) (مسیرهای رسیدن به هدف)

تفکر گذرگاه توانایی‌های ادرك شده فرد برای شناسایی و ایجاد مسیرهایی به سمت هدف است (اسنایدر، ۱۹۹۴: ۴۹). از آن جا که ممکن است برخی طرح‌ها با شکست مواجه شود، افراد دارای امید زیاد برای مقابله با موانع احتمالی چندین گذرگاه را در نظر می‌گیرند. تفکر گذرگاه بیشتر در گفتار درونی مانند «من راهی برای انجام این کار پیدا خواهم کرد» مشاهده می‌شود؛ اما افراد دارای سطوح امید بالاتر اغلب قادر به تصور چندین گذرگاه هستند و از تفکر واگرا استفاده می‌کنند. این راه‌های متناوب هنگامی که فرد مجبور به مقابله با مانع یا مشکل در رسیدن موفقیت‌آمیز به اهداف می‌شود، تعیین‌کننده هستند. گفتنی است آثار سودمند امید،

ناشی از توانایی واقعی در ایجاد گذرگاه‌ها نیست؛ بلکه ناشی از این ادراک است که چنین گذرگاه‌هایی در صورت لزوم می‌توانند تولید شوند (پرچم و همکاران، ۱۳۹۲).

درباره ظهور حضرت به طور تکامل یافته‌تر، تفکر گذرگاه را می‌توان دید. فرد منتظر به روش‌های مختلف می‌کوشد تا زمینه ظهور را مهیا کند؛ این تلاش می‌تواند هم جنبه‌های شخصی و هم جنبه‌های اجتماعی را فراگیرد. از سویی چون هدف فرد منتظر امری معنوی و آرمانی و به طور کلی امر وسیع انسانی است، تفکرات گذرگاه‌های متعددی می‌تواند به تحقق این هدف کمک کند. از آغاز انقلاب اسلامی مباحث آماده‌سازی شرایط برای ظهور حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الیوم همیشه مطرح بوده است و خواهد بود. در واقع از مسیرهای مختلفی برای رسیدن به هدف والای ظهور صحبت به میان آمده است؛ بنابراین حقیقتاً انقلاب اسلامی از ایجاد بسترهای مناسب برای شرایط ظهور حمایت می‌کند؛ ولی آنچه بحث برانگیز می‌شود چگونگی تحقق این شرایط است. همیشه ریاکاران و خائنان در حوزه‌های مختلف با سوء قصد آسیب‌رسانی به اعتقادات مردم از سوی دشمنان خارجی و ایادی ایشان در داخل فعال بوده‌اند و به همین سبب در این باره باید هوشیاری کاملی به کار بست تا عرصه از منتظران دروغین خالی ماند.

### ۳. تفکر عاملی

تفکرات عاملی، افکاری است که بدان وسیله افراد با توجه به توانایی‌شان گذرگاه‌هایی انتخاب کنند و به تلاش خود ادامه دهند (اسنایدر، ۱۹۹۴م: ۴۹). مؤلفه انگیزشی، نظریه امید است که به شخص اطمینان می‌دهد قادر به شروع و تحمل تلاش‌های ضروری برای دنبال کردن گذرگاه خاص می‌باشد یا نه. این عامل مستقیماً شناخت‌های افراد را درباره توانایی آنها برای شروع و تحمل رفتارهای هدف‌گرا منعکس می‌کند و با گفتارهای درونی مانند «من می‌توانم این کار را انجام دهم» و «من قصد ندارم متوقف شوم» مشخص می‌شود. البته باید توجه داشت اهداف افراد بدون عزم حرکت به سمت آن و حفظ تلاش لازم برای نیل به آن قابل دسترسی نخواهد بود (طاهری و همکاران، ۱۳۹۱).

در انتظار موعود باز تفکر عاملی را بسیار پویاتر و تکامل یافته‌تر می‌توانیم ببینیم. در واقع در این انتظار، تفکر عاملی انگیزه‌هایی قوی و معنوی برای فرد منتظر فراهم می‌آورد؛ به گونه‌ای که وی را تا ظهور ایشان به پیش خواهد راند؛ حال چه خود با چشم خویش ظهور را ببیند و چه این رسالت را به دیگری بسپارد و در عالمی دیگر منتظر ظهور باشد. به طور کلی فرد منتظر



حقیقی موعود، هم از نظر تفکر و هم از نظر فعالیت بسیار پویاست و برای رسیدن به هدف والای خود که با بسیاری از اهداف مادی و دنیایی متغایر است، راه‌ها یا گذرگاه‌های متعددی را انتخاب می‌کند تا به مراد و مطلوب خویش دست یابد و یا حتی مقدمات آن را فراهم آورد.

بر مدیران و مسئولان انقلابی است که با حمایت‌های خود این روحیه را در وجود منتظران تقویت و با صداقت و اخلاص آنان را حمایت کنند؛ زیرا یکی از قوی‌ترین عواملی که ممکن است به این تفکر عاملی منتظران خدشه وارد کند، منفی‌گرایی، انزوا و درون‌گرایی منتظران است؛ به نوعی که احساس طردشدگی از جامعه به آنان دست دهد و از فعالیت‌های اجتماعی در عرصه انتظار به دور مانند. متأسفانه به سبب کمبود جهانی تبلیغات اسلامی، به‌ویژه تشیع و آرمان‌های آن، عرصه برای جلوه تفکرات شیطانی و ضد دین و وحدانیت باز شده است. ازسوی دیگر باید به این امر نیز توجه داشت که تربیت مبلغان و متفکران منتظر حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الیه امری آسان نیست. فردی که برای این امر انتخاب می‌شود، باید از جنبه‌های بسیاری پرورش و گزینش شود. این فرد نمونه‌ای از رسالت تشیع و انتظار خواهد بود و هرگونه نقص اخلاقی و شخصیتی ممکن است به همه منتظران و حتی آرمان‌ها و ارزش‌های تشیع خدشه وارد کند. به همین سبب است که در جامعه اسلامی ایرانی و در عرصه انقلاب اسلامی باید در گزینش کارمندان، پژوهشگران و متفکران بسیار دقت داشت و آنان را راستی‌آزمایی کرد؛ زیرا کوچک‌ترین حرکت غیراخلاقی و ریزترین خلل شخصیتی ممکن است آثار جبران‌ناپذیری بر کل مسیر و جریان انتظار انقلاب و حتی ارزش‌های اسلامی داشته باشد.

در نظریه امید، رسیدن موفقیت‌آمیز به هدف، هیجان‌ات مثبت را فرامی‌خواند و شکست در دستیابی هدف باعث هیجان‌ات منفی می‌شود (اسنایدر، ۲۰۰۲م: ۸۴). ناامیدی، فرد را در وضعیت غیرفعالی قرار می‌دهد که نمی‌تواند موقعیت‌های مختلف خود را بسنجد و درباره آنها تصمیم بگیرد. ناامیدی، شخص را در برابر عوامل تنش‌زا، بی‌دفاع و گرفتار می‌کند. شخص با گذشت زمان، همه امید خود را از دست می‌دهد و افسردگی عمیق را جایگزین آن می‌کند. طرز تفکر وی حالت انعطاف‌ناپذیر همه یا هیچ دارد که مانع حل مسئله می‌شود. درحقیقت، ناامیدی باعث تضعیف مهارت حل مسئله در فرد می‌شود. همچنین سبب می‌شود که فرد به‌طور دائم تجربه‌های خود را به شکل منفی و نادرست ارزیابی کند و پیامدهای نگران‌کننده‌ای را برای مشکلات خود در نظر بگیرد (طاهری و همکاران، ۱۳۹۱).

در این جاست که تفاوت متمایزی میان امید در نظریه‌های روان‌شناسی و امید در انتظار فرج دیده می‌شود؛ زیرا امید در انتظار موعود بسیار تکامل یافته‌تر و استوارتر نمود می‌یابد.

هدف منتظران حضرت، هدفی آرمانی است که با ناامیدی و افسردگی بیگانه است. فرد منتظر نمی‌تواند بپذیرد که وعده الهی تحقق نخواهد یافت؛ به همین سبب امیدوارانه به سوی هدف والای خویش در حرکت خواهد بود. در واقع انتظار موعود یک هدف مثبت است که فرد را به کوشش و انتخاب اهداف چالش‌انگیزتری برای رسیدن به هدف آرمانی خود سوق می‌دهد. اما باید به این نکته توجه شود که در بستر انقلاب و جامعه اسلامی، مدیران و بزرگان عرصه سیاست و روشنفکران و متفکران انقلابی در این باره وظیفه‌ای سنگین برعهده دارند؛ در واقع رسالت عظیم زنده نگاه داشتن این شعله انتظار در دستان و اعمال آنان است. در این مسیر باید کوشید تا از افشاندن بذر نفاق و ریای دشمنان پرهیز کرد؛ زیرا نتیجه آن تقیه و انزواطلبی منتظران خواهد شد و از نمود اجتماعی آنان کاسته می‌شود و این امر تحقق آرزوی دشمنان خارجی و داخلی خواهد بود.

### نتیجه‌گیری

روان‌شناسان در نظریه مثبت‌گرایی و امید تنها به انسان از منظر موجودی منحصر در بستر دنیا نگریسته‌اند؛ در نتیجه نظریه‌های آنان نیز محدود به امور دنیوی و مادی است. در واقع، انتظار مدنظر روان‌شناسان اصولاً محدود، بدون هدفی آرمانی و در بستر امور روزمره است؛ اما انتظار برای فرج، فرد را به سوی هدفی آرمانی سوق می‌دهد که انرژی مثبت خالص است و از معایب بسیار انتظاراتهای شخصی عادی به دور خواهد بود. در این نوع انتظار، چون هدف امری والا و با تأیید الهی است، فرد با امید بسیار و تردیدناپذیر حرکت می‌کند؛ به همین سبب اندک نگرانی‌ای برای نرسیدن به هدف خویش ندارد و در این مسیر از صبر متصل به سرچشمه الهی نیز یاری می‌جوید.

انتظار برای فرج نوعی مثبت‌اندیشی اجتماعی و آرمانی است که در بستر انقلاب با روحیه مخالفت با استکبار، کفر و حسادت همراه شده است؛ در واقع، در این نوع تفکر مثبت‌نگر، اعمال شیطانی‌ای که به مثبت‌اندیشی آرمانی انسانی خلل وارد می‌کند، به نوعی طرد شده هستند. در مقابل، نظریه مثبت‌اندیشی نه در بستر اجتماع و با رویکردی معنوی، بلکه فقط به مطالعه علمی هیجانات مثبت صفات فردی و ساختارهای ایجادکننده این رشد می‌پردازد.

انقلاب اسلامی با ایجاد اهداف والای انسانی، آرمانی و طرد پوچ‌گرایی، گام بزرگی برای مثبت‌نگری در وجود افراد، به ویژه قشر جوان برداشت. شادکامی برخاسته از مسائل دنیوی ثبات چندانی ندارد؛ ولی شادکامی متصل به دریای حقیقت و خالی از هوا و هوس، به سرچشمه

لایتنهای ای متصل است که در آن خللی نمی توان یافت؛ زمینه های این شادکامی و اتصال به عوالم معنوی در بستر انقلاب اسلامی مهیا شده است.

یکی دیگر از ارکان مثبت اندیشی تمرکز بر قابلیت هاست که به نظر می رسد در بستر انقلاب اسلامی باید بر این موضوع بیشتر تأکید شود. مسائل تجربیات ذهنی مثل خشنودی، لذت، امید، عشق، استعداد، نوع دوستی و غیره از جمله مسائلی است که انقلاب اسلامی با تسهیل شرایط تحصیل در مراتب بالای علمی، فراهم کردن تسهیلات ازدواج و اشتغال مرتبط با حوزه تخصص، باورداشتن توان جوانان و به کار گماردن آنان در مرتبه های مدیریتی و تشویق و ترغیب آنان و حذف موانع پژوهشی و کاری آنان، می تواند آنها را فراهم کند.

در روان شناسی مثبت نگر، سلیگمن به سه راه برای شادی تمرکز دارد: زندگی خوشایند و متعهد و معنادار.

زندگی خوشایند در بحث انتظار فرج به نوعی تکامل یافته تر نمود می یابد؛ زیرا موارد خوشایند فرد منتظر فرج، فراتر از امور مادی است؛ در نتیجه فهرست آرزوهای این افراد نیز متفاوت از دیگران خواهد بود. در زندگی متعهد، هدف گذاری امری مهم است که ارتباط ویژه با توانمندی افراد دارد. در واقع توانایی های ویژه، به تعهد می انجامد. حال، هدفمندی، شناخت و تقویت این توانایی ها از جمله اموری است که در بستر انقلاب باید به آن توجه شود. در زندگی معنادار نیز فرد هدف های بزرگی دارد که با برنامه ریزی می کوشد به آنها دست یابد. نوع دوستی از روش هایی است که به داشتن زندگی معنادار کمک می کند و این امر در زندگی منتظران دیده می شود. نمونه آن، موج عظیم شهیدان هشت سال دفاع مقدس است. در مسیر انقلاب، این نوع دوستی به صورت های گوناگونی (مانند امر به معروف و نهی از منکر، پرهیز از ریا و نفاق، حفظ بیت المال و کوتاه کردن دست ریاکاران از حقوق ملت و...) به معناداری زندگی کمک می کند.

براساس پژوهش های به عمل آمده، پرهیز از منفی گرایی، سلامت روان را بالا می برد و به مثبت اندیشی می انجامد. در این راستا دشمنان انقلاب اسلامی بارها با کوچک شمردن دستاوردهای انقلاب، نفوذ ریاکاران و فرصت طلبان، استفاده از فضای مجازی برای ترویج فساد و بی ارزش کردن آرمان های اسلامی و انقلابی، سرمایه گذاری دشمنان بر روی نسل جوان و هدایت آنان به سوی مادی گرایی، در پی القای منفی گرایی به جامعه منتظر ایرانی بوده اند که در این زمینه نیز بهره بردن از مشاوران خبره می تواند راهگشا باشد.

در تعریف روان شناسان، امید از دو عنصر عاملی و راهبردی تشکیل شده است. عنصر عاملی

همان عنصر انگیزشی است که شامل احساس موفقیت و انرژی برای پیگیری اهداف است و عنصر راهبردی خلق راه‌هایی برای رسیدن به اهداف است. بهترین اهداف، آنها هستند که انگیزه فرد را افزایش می‌دهند و پایدارند. این امر سال‌ها قبل از بیان نظریه‌های روان‌شناسی، در انتظار فرج حضرت بسیار محسوس بوده است. امروزه نیز حقیقتاً یکی از آرمان‌های انقلاب اسلامی آماده‌کردن زمینه‌های ظهور حضرت بوده و هست. در این بین، دشمنان همیشه کوشیده‌اند موج ناامیدی را، به ویژه بر نسل جوان، حاکم کنند. به همین سبب با ظهور فرقه‌های نوظهور شیطانی و عرفانی در این مسیر گام گذاشته‌اند. به همین سبب آگاه‌سازی نسل جوان و هدایت آنان باید همیشه سرلوحه برنامه‌های انقلاب باشد.

## منابع

### قرآن کریم

۱. آقاباقری، حامد؛ محمدخانی، پروانه؛ عمرانی، سمیرا؛ فرهمند، وحید (۱۳۹۱ش)، «اثر بخشی گروه درمانی شناختی مبتنی بر حضور ذهن بر افزایش بهزیستی ذهنی و امید بیماران مبتلا به ام اس»، *روان‌شناسی بالینی*، سال چهارم، پیاپی ۱۳، شماره ۱.
۲. بنی‌هاشمی، مهدیس؛ مسیبی، سید کاظم (۱۳۸۶ش)، *قدرت تفکر مثبت و مدیریت استرس*، تهران: نسل نو اندیش.
۳. بیدی، فاطمه؛ رنجبرزاده، اکبر (۱۳۹۳ش)، *روان‌شناسی انتظار*، تهران: آوای نور.
۴. پارسا، آزاده (۱۳۹۲ش)، «تأثیر آموزش مثبت‌اندیشی بر سلامت روان دانش‌آموزان دختر مقطع دبیرستان شهر تهران»، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی*، دانشگاه پیام نور، مرکز پیام نور تهران.
۵. پرچم، اعظم؛ فاتحی‌زاده، مریم، محققیان، زهرا (۱۳۹۲ش)، «ابعاد سه‌گانه نظریه امید اسنایدر و تطبیق آن با دیدگاه قرآن کریم»، *تحقیقات علوم قرآن و حدیث دانشگاه الزهراء*، دوره ۱۹، شماره ۱.
۶. حسنی، رضانعلی؛ احمدی، محمدرضا؛ میردردیکوندی، رحیم (۱۳۹۰ش)، «بررسی رابطه بین خوش بینی اسلامی، خوش بینی آموخته شده سلیمان و امنیت روانی»، *روان‌شناسی و دین*، سال چهارم، شماره ۴.
۷. خدابخش، ر. خسروی، ز. شاهنگیان، ش (۱۳۹۴ش)، «تأثیر روان‌درمانی مثبت‌نگر بر

- علائم افسردگی و توانمندی های منش در بیماران مبتلا به سرطان»، *روان شناسی مثبت*، دوره اول، شماره ۱.
۸. دبیری، م (۱۳۹۳ش)، «اثربخشی ذهن آگاهی شناختی - رفتاری بر افزایش امیدواری در افراد مبتلا به اضطراب بیماری»، *پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی*، دانشگاه آزاد ارومیه.
۹. دهخدا، علی اکبر (۱۳۷۷ش)، *نعت نامه*، تهران: دانشگاه تهران، چاپ دوم از دوره جدید.
۱۰. شجاعی، محمد (۱۴۰۱ش)، *انقلاب اسلامی و آینده جهان*، قم: بوستان کتاب، پنجم.
۱۱. شرفی، محمدرضا (۱۳۸۲)، «مقدمه ای بر آثار تربیتی و روان شناختی انتظار»، *موعود*، شماره ۳۸، برگرفته از: <https://ensani.ir/fa/article/62706>
۱۲. شولتز، دوان پی؛ شولتز، سیدنی ال (۱۳۸۸ش)، *نظریه های شخصیت (ویرایش هشتم)*، ترجمه: یحیی سید محمدی، تهران: ویرایش.
۱۳. شهرستانی، سید عبدالرضا (۱۳۹۸ش)، *المهدی الموعود و دفع الشبهات عنه*، مشهد: خراسان.
۱۴. طاهری، محمد؛ پورمحمدرضای تجربیشی، معصومه؛ سلطانی بهرام، سعید (۱۳۹۱ش)، «رابطه سبک دلبستگی و امید به زندگی در مادران دارای فرزند پسر کم توان ذهنی آموزش پذیر»، *اصول بهداشت*، دوره ۱۴، شماره ۵۳.
۱۵. عرب، مهین (۱۳۹۳ش)، «منجی موعود در ادیان بزرگ قبل از اسلام»، *الهیات تطبیقی*، سال پنجم، شماره ۱۱.
۱۶. عمادی، عبدالله (۱۳۸۸ش)، «نقش روان شناسی در دولت زمینه ساز ظهور»، *مشرق موعود*، سال سوم، شماره ۱۱.
۱۷. غالب، مصطفی (۱۹۸۱م)، *الامامة وقائم القیامة*، بیروت: دار و مکتبة الهلال.
۱۸. فاضلی کبریا، مهناز و همکاران (۱۳۹۸)، «اثربخشی آموزش روان شناسی مثبت گرا با رویکرد اسلامی بر سرمایه های روان شناختی بیماران قلبی - عروقی»، *دین و سلامت*، دوره ۷، شماره ۱.
۱۹. قویدل، س. گلیوری، ع. نوشین فرد، ف (۱۳۹۰ش)، «کتابداران و مهارت های مثبت اندیشی: مطالعه موردی کتابخانه های مرکزی دانشگاه های زیر پوشش وزارت علوم، تحقیقات و فناوری مستقر در شهر تهران»، *پژوهش نامه کتابداری و اطلاع رسانی*،

- دانشگاه فردوسی مشهد، دوره ۲، شماره ۲.
۲۰. کاظمی حقیقی، ناصرالدین (۱۳۹۹ش)، «روان‌شناسی انتظار»، *هیجان‌اندیشه*، برگرفته از <https://www.eot.ir/post-68>
۲۱. کمری، سامان؛ فولادچنگ، محبوبه (۱۳۹۵ش)، «اثربخشی آموزش معنویت‌درمانی مبتنی بر مثبت‌نگری بر میزان امید به زندگی و رضایت از زندگی نوجوانان»، *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره*، دوره ۶، شماره ۱.
۲۲. محمدحسن، سعد (بی‌تا)، *المهدیه فی الاسلام*، مصر: دارالکتب الاسلامیه.
۲۳. مدن، یوسف (۱۳۹۴ش)، *روان‌شناسی انتظار*، قم: بنیاد فرهنگی حضرت مهدی موعود عجل الله تعالی فرجه الشریف.
۲۴. ملتفت، فاطمه؛ ضیاء‌الدینی، زینب؛ سماوی، سید عبدالوهاب (۱۳۹۴ش)، «بررسی تأثیر تماس با طبیعت بر عواطف مثبت و منفی و شادی در شهروندان شهر بندرعباس»، *مقالات دومین سمینار سراسری یافته‌های روان‌شناسی مثبت‌نگر بندرعباس*، مؤسسه شکوفه‌سازان نواندیش جنوب، برگرفته از <https://www.tpbin.com/Article/75936>
۲۵. موسوی اصفهانی، محمدتقی (۱۳۷۴ش)، *مکیال المکارم*، ترجمه: سیدمهدی حائری قزوینی، تهران: انتشارات بدر.
۲۶. نجاتی، وحید؛ کمری، سامان؛ شهیدی، شهریار (۱۳۹۶ش)، «شناخت مثبت‌نگر: ارتباط بین صفات ارجاعی مثبت و منفی به خود و مثبت‌نگری»، *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، دوره ۱۱، شماره ۲.
27. Snyder. C. R(1994). *The Psychological of Hope: You Can Get There, from Here*. New York: Free Press.
28. Snyder. C. R(2000). *Handbook of Hope: Theory, Measures and, Applications*. Edited by C. R. Snyder. U. S. A: Acaemic Press.
29. Snyder. C. R(2002). "Hope Theory; Rainbows in the Mind". In *Psychological Inquiry*. N. 13. PP. 249-275.