ارائه مدل زندگی بر پایه مثبت اندیشی شیعی
زهرا غائی
علمی ـ پژوهشی
فصلنامهٔ تخصّصی مطالعات قرآن و حدیث سفینه
سال بیست و سوم، شمارهٔ ۹۰ «ویژهٔ پژوهش‌های قرآنی»، بهار ۱۴۰۵، ص ۲۷-۴۴

ارائه مدل زندگی بر پایه مثبت‌اندیشی شیعی

زهرا غائی[۱]

چکیده: مدل زندگی، نقشی انکارناشدنی در معرفی شخصیت دارد و چه بسا انگیزه بسیاری از الگوبرداری‌هاست. موضوعی که غالباً الگوبرداری را با شکست مواجه می‌کند، عدم توجه به نقش اندیشه و تقلید بی‌مغز از ظواهر است. این پژوهش با محوریت نقش «والدانهٔ اندیشه» (از منظر کارآمد شیعی) در شکل‌دهی مدل زندگی، به رشته تحریر درآمده است. با وجود تحقیقاتی که پیش‌تر در زمینه مثبت‌اندیشی با رویکرد دینی صورت گرفته، هیچ‌کدام به نقش بی‌بدیل اندیشه و ارائه جامع مدل زندگی بر پایه آن نپرداخته بودند. مسأله اصلی این است: «چه مدل زندگی کارآمد و پاسخگوی نیازهای همه‌جانبه آدمی ـ بر پایه مثبت‌اندیشی شیعی ـ می‌توان ارائه داد؟» این مدل بر پایه «خدااندیشی مثبت شیعی» است که چونان پرتو نوری بر منشورِ مادر اندیشه می‌تابد و از آن، حوزه‌های دیگرِ اندیشه (خوداندیشی، دیگری‌اندیشی، جهان‌اندیشیِ مثبتِ شیعی) متولد و منفک می‌شود. هر کدام از این چهار پرتو اندیشه در حوزه خود، رفتارهایی را متولد و متبلور می‌کند. در نهایت، آثار و نتایج چنین مدل زندگی، که نسل متأخر این سلسله توالد «از مادر اندیشه تا عمل» است، رصد خواهد شد که می‌تواند زندگی مؤمنانه سالم، متعادل و کارآمد در مسیر تحقق ذاتی ظرفیت‌ها و سعادت آدمی ارزیابی شود.

کلیدواژه‌ها: مدل زندگی، مثبت‌اندیشی، قدرت فکر، حسن‌ظن، مبانی شیعی.

---

* دریافت: ۱۴۰۴/۰۳/۲۰؛ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۱/۲۰.

۱. دانشجوی دکتری کلام. دانشگاه قم Ghaei.z@iums.ac.ir

مقدمه

آدمی پس از بلوغ فکری، صاحب مدل خاصی از زندگی می‌شود که نقشی انکارناشدنی در معرفی شخصیتش دارد. به علاوه، چه بسا الگوبرداری‌ها با رصد مدل‌های زندگی اشخاص و انتخاب آن شکل می‌گیرد. این دو، از اهمیت و کارایی «مدل زندگی» حکایت دارد. باری امروزه شاهد تشتت جهان‌بینی‌ها و شیوع مدل‌های زندگی مقلدانه ناکارآمد و ناهم‌سنخ با فرهنگ شیعی هستیم. از سویی، معرفی ناتمام و بلکه ناصحیح باورهای غنی تشیع[1] و مهجوریت آن در رویکردهای عملی، گویی توانمندی‌شان را در خلق یک زندگی موفق با ابهاماتی همراه کرده است. بنابراین، ارائه مدل کارآمدی برای زندگی با مبانی شیعی به عنوان یک ضرورت خودنمایی می‌کند.

در این میان، آنچه عمدتاً فرآیند الگوبرداری را پرخطا و بعضاً با شکست روبه‌رو می‌کند، نادیده‌انگاشتن نقش محوری اندیشه و پیروی بی‌مغز از ظواهر رفتارهاست. این پژوهش با تکیه بر نقش «بنیادین و والدانه اندیشه» بر این باور است که مثبت‌اندیشی (با تکیه بر مبانی شیعی) می‌تواند به عنوان «مادة‌المواد» برای خلق یک مدل زندگی کارآمد عمل کند.. بر این اساس، پرسش اصلی این است:

«چه مدل زندگی کارآمد و پاسخگوی نیازهای همه‌جانبه آدمی ـ بر پایه مثبت‌اندیشی شیعی ـ می‌توان ارائه داد؟»

این پژوهش به ترسیم مدل زندگی فرد مثبت‌اندیشی می‌پردازد که مبانی اندیشه‌اش «عقل، آیات و سیره معصومین علیهم‌السلام» می‌باشد؛ همچنین به تجلیات عینی این مبانی در سبک زندگی بزرگان شیعی توجه دارد و با تأکید بر نقش زایشگر تفکر، وجوه مختلف و برخی اجناس این توالد، قوانین و مرزهایش را در زمینه[2] مبانی شیعی تبیین می‌کند. در نگاه پژوهش حاضر، گستره این توالد فکری و عملیِ مثبت، چنان است که پای در بسیاری عرصه‌های جهان آدمی می‌گذارد. از این رهگذر و مناظر، پژوهش پیش رو

---

۱. که به عقیده ما تداوم اسلام راستین است.

2. context

متمایز از تحقیقات گذشته، می‌تواند به عنوان نمونه‌ای از یک مدل زندگی ساده و کارآمد در مسیر تحقّق ذاتی ظرفیت‌ها[1] پیشنهاد شود.

باری در دیگر آثاری که پیرامون مثبت‌اندیشی با رویکرد دینی به رشته تحریر درآمده، پژوهشگران به بررسی مثبت‌اندیشی در کتاب‌های ارزشمندی همچون قرآن و نهج‌البلاغه پرداخته‌اند و صرفاً به وسیله آیات و روایات، نحوه درست‌اندیشیدن در مقابل هر پدیده را توصیف نموده‌اند. از دسته این پژوهش‌ها می‌توان به مقاله «مثبت‌اندیشی و خوش‌بینی در نهج‌البلاغه» اثر رقیه صادقی نیری و مریم الهیاری‌نژاد اشاره کرد. دسته دیگری از مقالات به بررسی راهکارهایی برای تقویت مثبت‌نگری و شناسایی موانع مثبت‌اندیشی در انسان پرداخته‌اند. از جمله آن‌ها، مقاله «بررسی تأثیر مثبت‌اندیشی از دیدگاه قرآن و حدیث» اثر دکتر محمدحسین توانایی و الهه سلیم‌زاده و نیز مقاله «شیوه‌های تقویت نگرش مثبت و موانع مثبت‌اندیشی از دیدگاه قرآن کریم و نهج‌البلاغه» اثر پوران مقدسی و اشرف کریم قصبه است.

اهمیت فکر و اندیشه

در تفکر شیعی، انسان «برترین آفریدگان» و صاحب بلندمرتبه‌ترین موهبت، یعنی «عقل» است (آمدی، ۱۸۷/۱). او به واسطه خلقتش، زمینه رشدی پایان‌ناپذیر و مقام جانشینی الهی را در زمین دارد (بقره/۳۰). مستندات علمی و نقلی متعددی پیرامون توانایی این تحرک ذهنی که تأثیرگذاری‌های جدی بر رویدادهای آفرینش دارد، موجود است (Benedetti, F. 2013). دیدگاه خردورز و روشن‌ضمیر شیعی با میل آدمی که همواره مشتاق کشف حقایق این عالم بوده، هم‌نواست و تلاش‌های بشری را در زمینه کشف حقایق ارج می‌نهد. باری اندیشه، چونان مادری است که می‌تواند آبستن پدیده‌های بسیاری در هستی (از جمله رفتارهای آدمی) باشد. به عنوان مثال، با نیک‌گراییِ اندیشه، رفتارهای آدمی نیز به نیکویی می‌گراید (آمدی، ح ۸۷۸۴) و فکرِ لذات، اضلاع زندگی را لذت‌جو می‌کند (لیثی‌واسطی، ۴۵۷). آری، این فرمانفرمای قدرتمند اگر در سبیل نیکی سیر کند، دعوت‌هایش جز نیکی نخواهد بود و عمل و اثرِ متفکر را نیکو می‌کند (کلینی، ۲، باب التفکر، ح ۵). در لسان

1. Self realization

معصومین علیهم‌السلام نیز چنین تفکری را پدر و مادر اعمال نیک برشمرده‌اند (حلی، ۱۳۶۸، ۵۲/۱). باری، آن اندیشه و «اعمال زاییده از آن» است که عاملِ انسانیِ عاقبت‌به‌خیری در تمام امور است (لیثی‌واسطی، ۱۳۶).

مدل مثبت‌اندیشی

الگوهای رفتاری که حاصل تفکر فردی است، در تمام مراحل زندگی، به‌ویژه بعد از بلوغ فکری، سبک خاصی به زندگی آدمی می‌بخشد. اینک ما مدل نسبتاً جامعی را از زندگی فردی با اندیشه مثبت شیعی معرفی می‌کنیم. این مدل، نشانی از کلیت زندگی فرد، مشتمل بر الگوهای اندیشه، رفتار، کنش و واکنش، و آثار و نتایج آن‌ها دارد. این مدل بر پایه «خدااندیشی مثبت شیعی» است که همچون پرتوی از منبع نور بر منشورِ مادر اندیشه می‌تابد و طبق مبانی شیعی، حوزه‌های دیگرِ اندیشه (خوداندیشی، دیگری‌اندیشی، جهان‌اندیشیِ مثبتِ شیعی) از آن متولد و تفکیک می‌شود. هر کدام از این پرتوهای اندیشه در حوزه خود، رفتارهایی را متولد و متبلور می‌کند که در همان چهار حوزه بررسی می‌شود: رفتارهای حاصل از خدااندیشی (در اولویتی فراتر از دیگر رفتارها)، خوداندیشی، دیگری‌اندیشی و جهان‌اندیشی (مثبت شیعی).

حوزه‌های اندیشه و عملکرد حاصل از آن در مدل مثبت‌اندیشی شیعی

۱- خدااندیشی فرد مثبت‌اندیش شیعی

در تفکر شیعی، «خدااندیشی» نقش مادر دیگر حوزه‌های اندیشه را دارد (آمدی، ۷۱۲/۱). اصل و مقوم خدااندیشی در تفکر شیعی، «خداشناسی فطری»[۱] اوست (اعراف/۱۷۲)؛ از رهیافت خداشناسی است که شناخت حقایق متولد می‌شود (سیدرضی، ۳۹/۱). به دیگر عبارت، خوداندیشی، دیگری‌اندیشی و جهان‌اندیشیِ مثبتِ شیعی، مولودِ خدااندیشیِ مثبتِ شیعی هستند. مثبت‌اندیش شیعی، به طور کلی اصل و مؤثرِ هر نیکویی را خدا می‌بیند و نسبت هر آن‌چه شر است را از خدا دفع می‌کند (نساء/۷۹). در اندیشه او همواره به خدا امید عنایات نو می‌رود و حسن‌ظن به خدا هیچ حد و مرزی ندارد؛ ولی نباید از نظر دور داشت که این «خدااندیشی مثبت»، مبتنی بر قوانین عقلی است. بدین معنا که صفتی از صفات الهی از او سلب نمی‌شود؛ او عادل است و به وعده و وعیدش عمل می‌کند. مثبت‌اندیش شیعی، خدای خود را خالق و صاحب سلطنت مطلق بر قوانینی در خلقت می‌بیند که چه بسا برای آدمی قابل کشف و کاربردی است (سیدرضی، خ ۹۱) و بستر رشد و توانمندی بی‌حد او را فراهم کرده است؛ پس این خدااندیشی، حوزه تأثیرگذاری او را بر خود و جهانِ خود بسیار وسیع و امیدبخش کرده است.

۱-۱. عمل حاصل از خدااندیشی مثبت شیعی:

حاصلِ اندیشه مثبت شیعی در رابطه با خدایش، عملکردهایی است که ذیلاً برخی از مهم‌ترین آن‌ها را برمی‌شمریم:

۱-۱-۱. واکنش مثبت‌اندیش شیعی در برابر مشکلات (از منظر خدااندیشی مثبت):

تفسیر مثبت‌اندیش شیعی در مورد فعل الهی، در سخت‌ترین بلایا، عاری از هرگونه نسبت ناصواب، بلکه توأم با بهترین نسبت‌ها به خداوند است. حضرت زینب کبری علیهاالسلام که فرزند خلف مکتب شیعه است، مصایب عظمایی چشید که هر یک از آن‌ها قابلیت داشت انسانی را که اندیشه رشدیافته‌ای ندارد، به ورطه ناسپاسی بکشاند. آن حضرت پس از درک آن مصایب در مجلس یزید مورد خطاب وی قرار گرفت که: «آیا دیدی خدا

۱. مَثَل همان پرتوی که از منبع نور (در مدل) تابیده‌شده‌است.

با شما چه کرد؟» یزید قصد داشت افعال پلید خویش را فعل خدا ـ سبحانه ـ قلمداد کند. حضرت زینب علیهاالسلام با قاطعیت پاسخ دادند: «هیچ غیر از زیبایی (از خدا) ندیدم» (حلّی، ۱۳۶۹ق، ۷۱). مسلّم است زینب کبری علیهاالسلام اوج نازیبایی را در رفتار ظالمانه دشمنان اهل‌بیت دید، ولی آنچه از جانب خدا به ایشان رسید، به فرموده حضرتش، سراسر زیبایی بود. وقتی انسان با ایمان بداند که در پسِ آنچه رخ می‌دهد، حکمت‌های الهی و آزمونی از جانب خداست و واکنش او مورد رصد پروردگار است، نگاه مثبت‌تری به رنج‌هایش دارد. واکنش بسیار مثبت حضرت اسماعیل در مورد فرمان الهی به ذبح خود قابل‌توجه است (صافّات/۱۰)؛ و چون پروردگار واکنش دو برگزیده‌اش را در برابر این آزمون به بهترین شکل پذیرفت، ذبح عظیم دیگری را جایگزین ذبح اسماعیل کرد (شیخ صدوق، ۱۳۷۸ش، ۲۰۹/۱). این‌بار چنین آزمونی برای سومین امام شیعیان و اهل‌بیتش تا انتهای داستان ابتلا به تمامی رخ داد. حضرت اباعبدالله الحسین علیه‌السلام نیز در یکی از سخت‌ترین شدائد کربلا، در آن لحظه بهت‌آوری که حلقوم طفل شش‌ماهه تشنه‌اش در آغوشش گوش تا گوش بریده شد، دستان خود را از خون کودکش پر کرد و به آسمان پرتاب کرد و فریاد برآورد: «چقدر آسان است تحمل این مصیبت، آن‌گاه که تو ای خدا نظاره‌گر آن هستی!» (اللهوف، ۱۰۲). باری چنان «خدااندیشی‌ای» که فعل خدا سراسر نیکویی باشد، چنین عملی و صبری بر آزمون از آن متولد می‌شود.

۱-۱-۲. عبادت حاصل از خدااندیشی مثبت (رابطه مثبت‌اندیش شیعی با خدا):

عمل حاصل از خدااندیشی مثبت شیعی، رابطه و عبادتی بین خوف و رجاست. مقام بزرگ پروردگار در اندیشه‌اش، او را از پیروی از هواهای نفسانی باز می‌دارد (نازعات/۴۰). از دیگر سو، حسن‌ظن به خدا در کیفیت عباداتش، تأثیر مثبت بسزایی دارد. او چنان دعا می‌کند که گویی حاجتش روا شده و بر درِ خانه است (کلینی، ۴۷۳/۲)؛ و چه بسا به جای عبادت زیادِ پرمرارت، عبادتی پرتفکر (شیخ صدوق، ۱۴۱۷، ۳۸۰) با کیفیت و خالص (حرانی، ۲۵۳) را برمی‌گزینند. در عبادت جناب سلمان، چنین ذکاوتی دیده می‌شود (شیخ صدوق، ۱۴۰۶، ۸۵-۸۶).

۱-۱-۳. شکرگزاری حقیقی در برابر نعمات:

مثبت‌اندیش شیعی، بر نعمات بی‌شماری که پروردگارش بدو ارزانی داشته (در عوض فقدان‌ها) متمرکز و شاکر آن است. بنای عبادتش، چون عبادت آزادگان، بر سپاسگزاری است (سید رضی، خطبه ۵۲). از آن‌جایی که مالک حقیقی این نعمات را خدا می‌داند، از آن‌ها در راستای رضای مالکش استفاده می‌کند، چنان‌که آزادگان در مورد امانت چنین می‌کنند.

۱-۱-۴. توبه امیدوارانه:

مثبت‌اندیش شیعی هیچ‌گاه از توبه‌پذیری خدایش نومید نمی‌شود؛ حتی اگر گناهان بزرگی مرتکب شود. خدای بخشنده‌اش می‌فرماید: «بگو ای بندگانم که بر خویشتن ستم روا داشته‌اید، از رحمت الهی نومید مباشید، چرا که خداوند همه گناهان را می‌بخشد که او آمرزگار مهربان است» (زمر/۵۳). نومیدی از رحمت پروردگار را مختص کافران دانسته است (یوسف/۸۷). باری، خدااندیشیِ مثبت، بسیار فراتر از گناهان و سوءظن حقیرانه به بخشیده نشدن است. چنان‌که در حکایت آن جوان که نومید از آمرزش گناهش نزد پیامبر آمد، پیامبر خدا بر این نومیدی به او خشم و عتاب فرمود (تفسیر الصافی، ۳۸۲/۱). البته در حالت توبه راستین است که در آمرزش خدایش تردید نمی‌کند، بلکه بر امیدواری‌اش افزون می‌شود؛ زیرا او چنان بخشنده خدایی دارد که نه تنها بر گناهانش قلم عفو می‌کشد، بلکه آنان را به حسنه بدل می‌کند (فرقان/۷۰).

۱-۱-۵. دعا و عرض حاجت امیدوارانه:

اصل و خاستگاه دعاکردن، نگاه مثبت‌اندیشانه به خداوند است؛ چه این‌که فرد، با امیدِ برآورده شدن خواسته‌اش، دست به دعا می‌گشاید. در این خدااندیشی مثبت، خدا بسیار نزدیک، مهربان، سمیع‌الدعا، سریع‌الرضا و باسط‌الید است که در قرآنش فرموده: «و هرگاه بندگانم از تو درباره من بپرسند، [بگو] من نزدیکم و دعای دعاکننده را به هنگامی که مرا بخواند اجابت می‌کنم» (بقره/۱۸۶). با وجود چنین خدااندیشی مثبتی، آدمی هیچ بن‌بستی را تجربه نمی‌کند. البته نه این‌که اجابت دعایش را حتمی بداند، لکن وقتی چنان

خدایی را وکیل امور خود می‌کند، به آرامش می‌رسد و نومیدی را تجربه نمی‌کند. وعده خدا نیز چنین است که به این عمل و اندیشهٔ پسِ آن نزدیک‌تر است، آن‌جا که می‌فرماید: «من نزدِ حسن‌ظنِ بنده‌ام به خودم هستم» (نوری طبرسی، ۱۴۰۸، ۲۵۱/۱۱). پس چنین است که دعای حاصل از خداندیشی مثبت شیعی به اجابت نزدیک‌تر می‌شود.

۱-۱-۶. اهتمام بر تأثیر در سرنوشت و جهان خویش:

از آن‌جایی که با این خداندیشی، فرد خود را مؤثر در سرنوشت و جهان خویش می‌داند؛ تأثیری وسیع‌تر از میانه زمین و آسمان (کلینی، ۱۵۹/۱)، او در ورطه هستی و هستی‌بخشی بسیار فعال و امیدوار عمل می‌کند.

۲. خوداندیشی فرد مثبت‌اندیش شیعی:

«خوداندیشی» کاملاً متأثر و بلکه مولود «خداندیشی» است (حشر/۱۹). آفرینشِ تغییرناپذیر و استوارِ نفس آدمی بر پایه فطرتی است که مبتنی بر معرفت الهی و به تعبیر ما «خداندیشی» است (روم/۳۰). مثبت‌اندیش شیعی در شناخت خود، مستغنی از رأی دیگری است (تحف‌العقول، ۳۸۶). در این خوداندیشی مثبت، که از مهم‌ترین و سودمندترین شناخت‌هاست (سید رضی، ۱۹۷)، فرد جهان درون خود را بسیار بزرگ‌تر و مهم‌تر از عالم برون می‌داند (فیض کاشانی، ۹۲/۱)؛ نفس خود را به‌غایت گرانمایه (حویزی، ۱۸۷/۳)، واجد قابلیت‌ها و تأثیرگذاری‌های شگرف در آفرینش (جاثیه/۱۳) و خویشاوند جهان می‌داند (صحیفه سجادیه، ۴۳)؛ اما در هیچ‌کدام از این داشته‌ها خود را ذره‌ای مستقل از خدا نمی‌بیند (نحل/۵۳). نیک می‌داند مالک حقیقی هرگاه اراده کند، می‌تواند این مالکیت را از او سلب کند (فاطر/۱۵). بنابراین حدِ مثبت‌اندیشی‌اش تا آن‌جا است که منجر به خودبزرگ‌پنداری نشود؛ چه این‌که او بر حقیقتِ حالِ خویشتن ـ از فقر ذاتی ـ واقف و متأمل است (طارق/۵) تا به ورطه تکبر، که سرآغاز خطاهای بزرگ است، نیفتد (علق/۶ و ۷). به فرموده امیرِ جان، علی علیه‌السلام: «آدمی را با فخر چه کار؟! آغازش نطفه‌ای بود! سرانجامش مرداری است! نه می‌تواند به خود روزی دهد و نه مرگ را از خود براند!» (سید رضی، خطبه ۴۵۴).

۲-۱ عمل حاصل از خود اندیشی مثبت شیعی

اندیشه آدمی در رابطه با خویشتن، تأثیر مستقیمی بر عملکرد او دارد که ذیلاً به برخی از مهم‌ترین عملکردهای حاصل از «خوداندیشی مثبت شیعی» اشاره می‌شود:

۲-۱-۱ خودسازی برای رضای الهی

چون او نفس خود را بلندمرتبه می‌داند و می‌داند هر آنچه به دست بیاورد در برابر کرامتِ نفسی که از کف بدهد هیچ است (کلینی، ۳۲۱/۲)، پس به تأسی از مولایش علی علیه‌السلام در نگهبانی از دل خویشتن می‌کوشد تا تنها دوست‌داشتن‌های ارزشمند را در خانه دل سکنی دهد. او تعلیم و تربیت نفس را از هر تعلیم و تربیتی مهم‌تر می‌یابد (سید رضی، ۴/۱۶)؛ پس در مسیر بهترینِ خود و جامعه شدن می‌کوشد (طوسی، ۴۷۳) و با حسن سلوک و پرهیز، محبت مردم را به سوی پیشوایانِ زیباسیرتش جلب می‌نماید (شیخ صدوق، ۱۴۰۶، ۳۵۶). همّ و سرمایه خود را برای خدا خرج می‌کند و در یک عبارت، خود را برای خدا می‌خواهد و از این رهگذر، مهیای تحقق آرزویش که همانا یاری‌رسانی به موعود عجل‌الله‌تعالی‌فرجه‌الشریف است، می‌شود (کلینی، ۶۳۶/۲).

۲-۱-۲ خودانتقادی مثبت در عوض خودتبرئگی

مثبت‌اندیش شیعی در دعوت به نیکویی‌ها، خود را فراموش نمی‌کند (بقره/۴۴) و هر روز نفس خود را حسابرسی می‌کند (کلینی، ۴۵۲/۲). خودانتقادیِ مؤثر و عدم خودتبرئگی را اصل می‌داند و بر آن اساس، بیشترین اشتیاق را برای راست‌کردن کژی‌های درون خود دارد؛ زیرا پیامبر خدا صلی‌الله‌علیه‌وآله خود را بدان ملزم می‌دانست. آن‌جا که یوسف پیامبر فرمود: «من نفس خود را تبرئه نمی‌کنم، چرا که نفس، قطعاً به بدی امر می‌کند، مگر کسی را که خدا رحم کند» (یوسف/۵۳). این بدان معنا نیست که آن حضرت مرتکب خطایی شده، بلکه او از خوداندیشی‌ای سخن می‌گوید که با وجود مقام عصمت، متکی به نفس خود نیست.

۲-۱-۳ واکنش مثبت‌اندیش شیعی در برابر مشکلات از منظر «عمل حاصل از خود اندیشی او»

مثبت‌اندیش شیعی در مواجهه با مشکلات، فعال و مسئولیت‌پذیر است؛ چه این‌که

به اثرگذاری خود باور دارد و خویش را مقهورِ برون از خود نمی‌بیند. لذا درصدد فرافکنی به جهان برون نیست؛ بلکه برای علت‌یابیِ مشکلاتش ابتدائاً با مراجعه به خویشتن، عوامل (اعم از سوءتدبیرهای خود، معاصی و آثارش) را شناسایی کرده و به اصلاح آن مبادرت می‌ورزد (سید رضی، نامه ۱۸۹).

۲-۲ مرگ‌اندیشی مثبت شیعی

مرگ، تجربه‌ای منحصربه‌فرد است، فلذا ما «مرگ‌اندیشی» را زیرمجموعه خوداندیشی می‌آوریم. آن‌که در حقیقت مرگ، غور می‌کند، بهتر می‌تواند به حقیقتِ زندگی این دنیا پی‌برد و می‌یابد برای یک دل‌سپاری حقیقی و سرمایه‌گذاری انحصاری، بسیار بی‌اعتبار است و برای استفاده حدّاکثری و سرمایه‌گذاری هدفمند، جهت بهره‌برداریِ آن دنیایی، بسیار پرفایده است. امام نخست شیعیان می‌فرمایند: «بمیرید، پیش از آن که بمیرید.» (سیدرضی، خ۱۴۳) به‌نظر می‌رسد این تفکّرِ درست از مرگ، «مرگ‌اندیشی مثبت» است که منظورِ نظرِ آن حضرت است که برای زیستن درست باید پیش از فرارسیدنِ موعدِ مرگ بدان رسید. به‌علاوه مثبت‌اندیش شیعی پس از شناختِ مرگ، چون مومن است، آن را دوست‌می‌دارد. (جمعه/۶) چرا که او مرگ را پایانی برای مشکلات لاینحل، رهایی‌بخش از بندهای دنیای دون، چشم‌فروبستن از بسیاری نازیبایی‌ها و مسیری برای رسیدن به زیبایی‌های بی‌همتایی چون ملاقات پروردگار و اولیای او می‌بینند و در یک جمله مرگ را دوست‌دارد، چرا که آخرتش را از دنیایش دوست‌تر دارد. (شیخ‌صدوق، ۱۳۷۹، ۲۹۰) امیرمومنان ع رشید هجری را از کیفیت دلخراش شهادتش مطّلع‌می‌کند و از صبر او بر آن می‌پرسد، این شاگرد مکتب شیعی، کسب اطمینان می‌کند که آیا پس از مرگ در جوار او ماوی دارد؟ وآن‌گاه که حضرت بدو اطمینان‌می‌بخشد، این سختی‌ها را خواستنی برمی‌شمارد. (شیخ‌مفید، ۷۷) و امّا رسول خدا نیز به امام علی از کیفیت شهادت‌شان خبرمی‌دهد و از صبر او می‌پرسد. امام ع چنان مرگی را بشارت می‌نامند. (طبرانی، ۱۱، ۲۹۵)

۲-۲-۱ عمل حاصل از مرگ‌اندیشی

مثبت‌اندیش شیعی در مورد مرگش دعامی‌کند «مرگی در حال ایمان و چون مرگ محمد

و آل‌محمد» (فرازی از زیارت عاشورا) و شهادت در راه خدا و امام زمانش را آرزومی‌کند (فرازی از دعای عهد). امیرمومنان در لحظه دردآوری که شمشیری زهرآگین بر فرق سر مبارک‌شان فرودآمد، با صدایی رسا آن حادثه مرگ‌آور را عامل فلاح خود خواندند، چراکه مرگ‌شان به شهادت رقم‌خورده و در میانه عبادت پرفضیلتی چون نماز و زمان و مکان مناسبی چون شب قدر و مسجد؛ چون مرگ، چونان چاووشی از پایان مجاهدهٔ زندگی خدامحورانه ایشان بر همان سبیل (خدامحوری) خبرمی‌داد. این چنین مرگی است که به فرموده «حضرت قاسم‌بن‌الحسن» از عسل شیرین‌تر است و راز شیرین‌تری در جای‌گرفتن نقطهٔ پایان در مسیر ممتد کوشش خدامحورانه نهفته‌است.

۳- دیگری‌اندیشی فرد مثبت‌اندیش شیعی

مثبت‌اندیش شیعی در مقام اندیشه، هیچ انسانی را جز معصوم، کامل می‌داند؛ بنابراین چشمداشت عصمت از ایشان ندارد. با این حال تا زمانی که توجیه نیکویی برای عمل دیگری می‌یابد، از گمان بد دوری‌می‌کند. (کلینی، ۲، ۳۶۲) در اندیشهٔ او، هرگز قدرِ انسان‌ها، فروتر از آن‌چه هستند، نیست. بلکه بالاتر است! (مجلسی، ۶۴، ۲۹۶) به چند دلیل: ۱.خطاکاریِ دیگری، تنها به قدر خطاهایی است که از او آشکارا دیده‌است.۲.بسیاری از آن خطاها را توجیه نیکو کرده‌است.۳.امید به اصلاح او دارد. امّا حدود دیگری‌اندیشی مثبتش تا آن جاست که این اندیشهٔ مثبت، عاقلانه و متدیّنانه باشد. (نساء/۱۰۲؛حجرات/۶) و هرگز از انسان ممکن‌الخطایی، مرادی برای خویشتن نمی‌سازد. در عین حال در زندگی او، یک دیگریِ معصوم وجود دارد که در ادامه به صورت مستقل بدان پرداخته‌می‌شود.

۳-۱حجّت‌اندیشی

در زندگی مثبت‌اندیش شیعی، یک دیگریِ معصوم وجود دارد که اسطوره و مهم‌ترین دیگریِ زندگانیِ اوست. او صاحب والاترین اندیشه و معرفت، پس صاحب بهترین تاثیرات در جهان هستی است. این دیگری، حجّت خدا و به دیگر عبارت، امام زمان است. در «دیگری‌اندیشی شیعی»، وجود حجّت حی (در تمامی دوران‌ها)، نقشی بسیار تاثیرگذار در مثبت‌گرایی او دارد که منحصرا مختصّ اندیشه شیعی است. به فرموده امام رضاع: «امام

زمان، داناترین، پرهیزکارترین، بردبارترین، شجاع‌ترین، سخاوتمندترین و عابدترین مردم است.» (طباطبایی، ۱۳۷۴) شفیعی از جنس خود آدمی برای رساندن فیض الهی به بندگان است (شیخ‌صدوق، ۱۴۱۷، ۲۵۳). او کسی است که از دلسوزترین دیگری‌ها «پدر و مادر» به آدمی دلسوزتر و پناهگاهی امن برای همگان است. (ابن‌شهرآشوب، ۴، ۴۳۵)

۴. ۳-۱-۱برقراری رابطه موثّر با امام زمان

آن‌گاه که مثبت‌اندیش شیعی صاحب چنان معرفتی نسبت به حجّت حیّ خدا شد، طبیعی است که برقراری رابطه‌ای موثّر با امام‌زمان، مولود آن باشد. قرآن و ائمه‌معصومین نیز به برقراری چنین رابطه‌ای صریحا امرفرموده‌اند. (کلینی، ۲، ۸۱) در این مورد، توصیه‌های کاربردی سیدبن‌طاووس به فرزندش برای داشتن سبک زندگی شیعی قابل‌توجّه است. (نوری طبرسی، ۱۴۱۲، ۲، ۴۷۲)

۳-۲ عمل حاصل از دیگری‌اندیشی مثبت شیعی (برقراری رابطه مؤثّر با دیگران)

گفتیم در چنان دیگری‌اندیشی والایی، دیگری نزد خدا صالح‌تر از خود است. لذا در کل، محوریت اندیشه او (به جای تمرکز بر دیگری)، کار و اصلاح خویشتن است. (نوری، ۱، ۱۱۶) در رابطه‌اش با دیگران آزاده است و شرطی نیست. پیامبر اسلام در سلام‌کردن بر همه حتّی کودکان پیشی‌می‌گرفتند. روشن است که سن، مرتبهٔ اجتماعی و عمل دیگری برای ایشان قید بازدارنده‌ای ایجادنمی‌کرد که اگر مبنا بر این قیود بود، هیچ‌کس به پایه مقام آن بزرگ‌مرد نمی‌رسید. رئیس مکتب شیعه ع در معرفّی رفتارها در این سازمان فکری می‌فرماید: «با کسی که قطع ارتباط با تو کرد، آغاز ارتباط کن! به آن که از تو دریغ‌کرد، عطاکن!...» (نوری‌طبرسی، ۱۴۰۸، ۹، ۱۱)

درعین‌حال در تعاملش با دیگریِ غیرمعصوم، انتخابگر است، صلح کل نیست (طوسی، ۱، ۵۱۸).سیاستمداری متدیّن و متعادل است. (مجلسی، ۷۵، ۸۹)

۴- جهان‌اندیشی فرد مثبت‌اندیش شیعی

توجّه به آفرینش بزرگ جهان، امری است که آدمی از سوی پیامبر درون و برون به آن

دعوت‌شده‌است که سرشار از نشانه‌هایی برای اهل‌اندیشه است. (آل‌عمران/۱۹۰) بلکه هدف از بسط خدایی این جلوه‌های باشکوه، اندیشیدن هرچه بیشتر انسان بوده‌است (یونس/۲۴). جهان‌اندیشِ پویا، می‌یابد که جهان، صاحب خالقی است که آن را به حق (یونس/۵) و نه باطل آفریده‌است. (آل عمران/۱۹۱) چنین جهان‌اندیشی مثبتی است که مولای اندیشمندان جهان «علی» در همه موقعیت‌ها به آن اهتمام‌داشت (همان). لذا جهان‌اندیشی شیعی (مرتبط با فعل الهی) مطلقا مثبت ارزیابی‌می‌شود. از نقاط متمایز جهان‌اندیشی مثبت در تفکّر شیعی، نگاه «به غایت مثبت» او به آیندۀ جهان فعلی است که در نهایت درخشندگی و البته بسیار نزدیک است. (معارج/۶و۷) آینده‌ای که میراث‌داران زمین، صالحین‌اند (عیاشی، ۲، ۵۲) عقول بشر، به بلوغ خود می‌رسد (کامل‌سلیمان، ۲، ۸۴۰) تمام حقوق، به صاحبانش بازخواهدگشت. (همان، ۸۱۳و۸۸۳) و مهمی دیگر، نگاه او به جهانی ورای این جهان فانی «جهان باقی» است. از منظر عقل، اصل اعتقاد به بقا در برابر فنا، اعتقادی امیدوارانه و مثبت ارزیابی‌می‌شود. چه این‌که عمر آدمی بسیار محدود است؛ علاوه بر لذّت نیمه‌تمام این دنیا، تالّم‌هایی هست که به سلامت و ظلم‌هایی که به داد نمی‌انجامد، وجود دنیای باقی که عاقبت تمام این سرنوشت‌های نیمه‌تمام را به خیر می‌کند، از مثبت‌ترین باورهای آدمی به‌شمارمی‌آید. مثبت‌اندیش شیعی سعادت ابدی را نه آن‌قدر سهل‌الوصول می‌داند که بهشت را ملک طلق خویش پندارد و نه آن‌قدر دشوار که در مورد دستیابی به آن به فضل الهی مرددشود. امید استواری به شفاعت شفیعان دارد، لیک به ورطه مسامحه‌گری در زمینه وظایفش نمی‌افتد. تعادلی بی‌مثال در آخرت‌اندیشی و دنیا اندیشی‌اش برقرار است؛ چونان که هیچ‌یک، آدمی را از آن دیگری بازنمی‌دارد؛ بلکه هرکدام در جهت مقصودی واحد که همانا سعادت آدمی است، به یکدیگر در حدّ کمال اعتبارمی‌بخشد. (حرّعاملی، ۱۷، ۷۶)

۴-۱ عمل حاصل از جهان‌اندیشی مثبت:

از چنان اندیشه‌ای پیرامون جهان، اعمالی چنین مورد انتظار است که ذیلا در ابعاد مختلف، آن را شرح‌می‌دهیم:

۴-۱-۱ لذّت‌بردن از لحظات زندگی

فرد مثبت‌اندیش شیعی در اکنون زندگی‌می‌کند (حرانی، ۳۹۶). از آن‌چه خدا به او عطاکرده، رضایت‌دارد؛ پس به جای تمرکز بر روی کمبودها و تجربه‌های زیسته تلخ آن، در فرصت زندگی، از داشته‌هایش بهترین بهره را می‌برد. (طوسی، ۲۵۵)

۴-۱-۲ واکنش مثبت‌اندیش شیعی در برابر مشکلات از منظر«عمل حاصل از جهان‌اندیشی او»

مثبت‌اندیش شیعی -مبتنی بر جهان‌اندیشی‌اش- مواجهه فعّالی با بحران‌های زندگی دارد؛ نگاه مومنانه‌اش، قویا او را از فروماندن در یأس در امان نگاه‌می‌دارد. چه این‌که با وجود خدا هر لحظه، امیدِ راه گریز و معجزه دارد. و باورمند به دنیای واپسینی است که به سوی خدایش بازمی‌گردد، در جوار او، حل‌مسائل می‌کند، برای مواجهه درست با ناملایمات، پاداش می‌گیرد و شادی جاودان از آنِ اوست. امیر جهان می‌فرمایند: «از سختی‌ها و رنج‌هایش فغان سرمدهید، زیرا عزّت و افتخارش پایان‌ناپذیر است و زیورش روی در زوال دارد، رنج‌هایش بر دوام نباشد، هر مدّتی در آن به پایان رسد و هر زنده‌ای بمیرد.» (سیدرضی، خ۹۹)

۴-۱-۳ انتظار برای درک عصر طلایی جهان با ظهور مصلح جهانی در آینده نزدیک

انتظار برای رویداد مبارکی چون اصلاح امور همهٔ جهان به زیباترین شکل (شیخ‌صدوق، ۱۴۰۵، ۲۸۵)، از مثبت‌ترین عملکردها ارزیابی‌می‌گردد. به فرمایش امام رضاع چقدر صبر و انتظار برای گشایش (امور جهان توسّط منجی) نیکوست و این همان امیدواری و انتظار است که خدای تبارک در کتابش فرموده با امیدواران و منتظران آن همراه است. (همان، ۶۴۵) و به فرموده امام نخست شیعیان، دوست‌داشتنی‌ترین عمل نزد خدا همین انتظار مطلقا مثبت می‌باشد که عاری از هر گونه نومیدی نسبت به آسایش‌رسانی الهی است. (مجلسی، ۵۲، ۱۲۳)

آثار و نتایج مثبت‌اندیشی شیعی

آثار و نتایجِ داشتن چنان مدل زندگی، چنین است که مثبت‌اندیش شیعی، عملگرا

و تاثیرگذار مثبت بر خود و هستی می‌باشد. در زندگی او بن‌بستی وجودندارد، در مواجهه با مشکلات، فعّال و کارآمد و در هنگامه تصمیم و اقدام، عقلانی و مطابق معیارهایش معتدل عمل می‌کند. او در تمام ابعاد فردی.اجتماعی، نمودی از اعتدال حکیمانه (کلینی، ۵۴۰، ۶) در مسیر رشد دارد که به سلامت و بهبود آن ابعاد منجرمی‌شود؛ در عمل حاصل از: خدااندیشی «دین‌داری معتدل و کاربردی»، خوداندیشی «سلامت و بهبود وضعیت فردی بر پایه عزّت نفس»، دیگری‌اندیشی «روابط سالم، رو به رشد و رشددهنده» (آمدی، ۲۲۷) و جهان‌اندیشی «زندگی سالم و رو به زیبایی بیشتر». زندگی منتظرانه او برای روزگار آرمانی الهی حتّی به فرض این‌که به درک آن نیانجامد، او را به رتبه یاری‌دهنده حقیقی آن موعود عج، بلکه به رتبه مجاهد و شهید در راه رسول می‌رساند. (مجلسی، ۵۲، ۱۲۶)

نتیجه‌گیری و تحلیل محتوا

دانستیم اندیشه، نقش والدانه در مدل‌های زندگی دارد و گستره تاثیرگذاری‌اش به بزرگی جهان آدمی است. با درنظرگرفتن مبانی شیعی «عقل[1]، آیات قرآنی و روایات معصومین ع» اندیشه مثبت شیعی را در چهار حوزه مختلف «خدا، خود، جهان و دیگری» استخراج‌کردیم و به هر یک از آن مستقلا پرداختیم.

شکل۲: روابط عرضی و طولی اندیشه‌های (مثبت) در تفکّر شیعی

در تحلیل کیفی این پژوهش، «خدا اندیشی مثبت شیعی» بر تمام دیگر حوزه‌ها، مسیطر و محیط است (شکل۲). در واقع قالب اندیشه فرد شیعی در رابطه با خود،

۱. کاشف از قوانین حاکم بر جهان هستی نیز هست.

دیگری و جهان، پیش‌ساخته‌ای چون خدااندیشی مثبت دارد که خوش‌بینی در آن مطلق است؛ به این معنا که خدا از همهٔ کاستی‌ها منزّه است و امّا این اطلاق، مبتنی بر قوانین عقلی است؛ به گونه‌ای که صفات الهی از او سلب نگردد؛ به فضلش باید امیدوار بود، به عدلش یقین داشت و از غضبش ترسید. و امّا گفتیم در «خوداندیشی مثبت شیعی»، فرد، خود را گرانمایه می‌داند، به قابلیت‌های شگرف خود اتّکا دارد و در این خوداتکّایی، هماره متّکی به خداست. حوزه خوداندیشی از دو حوزه دیگر اندیشه، (مستند به باور شیعی بزرگتر است. (فیض‌کاشانی، ۹۲، ۱) در معنای عینی، آدمی در مقام اندیشه‌اش می‌باید بیشترین تاثیرات را (پس از خدا) از خود و به جهان درون خود پذیرد و گذارد. باری، مثبت‌اندیش شیعی در مقام دیگری‌اندیشی، هیچ انسانی را جز معصوم، کامل نمی‌داند، بنابراین چشمداشت عصمت از ایشان ندارد. با این حال، تا حدّ عاقلانه‌ای بنا را بر صحّت عمل دیگرها می‌گذارد. رابطه او با دیگری، خوش‌بینانه معیارمند و نه صلح کلّ بی‌معیار، مبتنی بر سیاستمداری خدامحور و نه منفعت‌طلبانه خودمحور و بر مبنای آزادگی غیرشرطی و نه داد و دهش شرطی است. خود را با دیگری در پیوندی حقیقی می‌داند که متاثّر از یکدیگرند. وجه شاخص دیگری‌اندیشی او، «حجّت‌اندیشی» است. حجّت، همان دیگری معصومی که یگانه اسطوره زندگانی‌اش می‌باشد. گفتنی است «دیگری‌اندیشی» جزئی از حوزه «جهان‌اندیشی» است که در این پژوهش به دلیل اهمّیّت «دیگری» (مائده/۳۲)، مستقلا بدان پرداخته‌شده‌است. و امّا در «جهان‌اندیشی»اش، او خود را به اذن پروردگارش، چرخاننده اصلی سرنوشت و تاثیرگذار بر هستی می‌بیند و بر زیبایی‌های جهان، تمرکزدارد. وجه شاخص این حوزه، انتظار برای درک عصر طلایی مصلح جهانی است. در (جدول۱) ذکر شماری از صفات برجسته فرد مثبت‌اندیش شیعی، در گامی جهت مفهوم‌شناسی آن آورده‌شده‌است. در آخر نتیجه چنان مدلی از زندگی، زندگی مومنانه کارآمد، با قابلیت تاثیرات شگرف مثبت است که اعتدال، آرامش و رشد را در تمام ابعاد زندگی‌اش تامین‌کرده‌است و چشم‌انداز آن، سعادت جاویدان است.

صفات برجسته مثبت‌اندیش شیعی	صفات مغایر با مثبت‌اندیشی شیعی
انتخابگر (در روابط، دوست، همسر...)	مسامحه‌گر در انتخاب، صلح کل، اجتناب از انتخاب
اهل دعا و امیدواری به اجابت	نومید از استجابت دعا
اهل توبه	نومید از رحمت خدا امیدوار به بخشش بدون پشیمانی و اصلاح
پرتلاش و انگیزه، فعّال (به جهت کمال‌گرایی)	ـ کم‌انگیزه و راکد ـ متوقّف و منفعل (به جهت کامل‌گرایی)
روابط عمومی خوب، روابط ویژه گزینش‌شده، معیارمند	صلح کلّ بی‌معیار
با گذشتِ قانونمندِ مصلحانه	با گذشتِ بی‌قانون مفسدانه بدون گذشت
سیاستمدار متدیّنانه خدامحور	ـ سیاستمدار منفعت‌طلب خودمحور ـ بی‌سیاست
آزادهٔ غیرشرطی	معامله‌گر شرطی
خودباور	خودشیفته و خودمحور

جدول۱: شماری از صفات برجسته مثبت‌اندیش شیعی

منابع

قرآن کریم، ترجمه محمدمهدی فولادوند.
آمدی، عبدالواحد بن محمد، (۱۴۱۰ق)، **غررالحکم و دررالکلم**، قم، دارالکتاب‌الاسلامی.
ابن‌شهرآشوب، محمد بن علی، (۱۴۳۲ق)، **مناقب آل ابی‌طالب**، قم، المکتبة‌الحیدریه.
توانایی، محمدحسین؛ سلیم‌زاده، الهه، (۱۳۸۹)، **«بررسی تأثیر مثبت‌اندیشی از دیدگاه قرآن و حدیث»**، پژوهشنامه علوم و معارف قرآن کریم، شماره ۷.
حرّ عاملی، محمد بن حسن، (۱۴۰۹ق)، **وسائل الشیعه**، قم، مؤسسة آل‌البیت علیهم‌السلام.
حرّانی، حسن بن شعبه، (۱۴۰۴ق)، **تحف‌العقول عن آل الرسول** صلی‌الله‌علیه‌وآله، قم، جامعه مدرسین.
حلّی، ابن‌فهد، (۱۴۰۷ق)، **عدّة الداعی و نجاح الساعی**، قم، دارالکتاب‌الاسلامی.
حلّی، سید ابن‌طاووس، (۱۳۶۹ق)، **مثیرالاحزان**، نجف، حیدریه.
حویزی، عبدعلی بن جمعه، (۱۴۱۵ق)، **تفسیر نورالثقلین**، قم، اسماعیلیان.
سلیمان، کامل، (۱۴۰۷ق)، **روزگار رهایی**، ترجمه علی‌اکبر مهدی‌پور، تهران، آفاق.

سید رضی، محمد بن حسین، (۱۴۱۲ق)، **نهج‌البلاغة**، تصحیح صبحی صالح، قم، دارالذخائر.
صادقی نیری، رقیه؛ الهیاری‌نژاد، مریم، (۱۳۹۲)، «مثبت‌اندیشی و خوش‌بینی در نهج‌البلاغه»، پژوهشنامه نهج‌البلاغه، شماره ۱.
طباطبایی، محمدحسین، (۱۳۷۴ش)، **المیزان فی تفسیر القرآن**، ترجمه سید محمدباقر موسوی همدانی، قم، دفتر انتشارات اسلامی.
طبرانی، سلیمان بن احمد، (بی‌تا)، **المعجم‌الکبیر**، بیروت، داراحیاء التراث‌العربی.
طوسی، محمد بن حسن، (۱۴۱۴ق)، **الأمالی**، قم، دارالثقافة.
عیاشی، محمد بن مسعود، (۱۳۸۰ق)، **تفسیر العیاشی**، تهران، مکتبة‌الاسلامیه.
فیض کاشانی، محسن، (۱۴۳۲ق)، **تفسیر الصافی**، تهران، محمودی.
کلینی، محمد بن یعقوب، (۱۳۶۳ش)، **الکافی**، تهران، دارالکتب‌الاسلامیه.
لیثی واسطی، علی بن محمد، (۱۳۷۶ش)، **عیون الحکم و المواعظ**، قم، دارالحدیث.
مجلسی، محمدباقر، (۱۴۰۳ق)، **بحارالانوار**، بیروت، مؤسسة الوفاء.
مقدسی، پوران؛ کریم قصبه، اشرف، (۱۳۹۵)، «شیوه‌های تقویت نگرش مثبت و موانع مثبت‌اندیشی از دیدگاه قرآن کریم و نهج‌البلاغه»، دومین کنفرانس ملی روانشناسی، علوم تربیتی و اجتماعی.
نوری طبرسی، حسین، (۱۴۰۸ق)، **مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل**، قم، مؤسسه آل‌البیت علیهم‌السلام.
نوری طبرسی، حسین، (۱۴۱۲ق)، **نجم‌الثاقب**، قم، مسجد مقدس جمکران.

Reference:

- Benedetti, F. (2013). “Placebo and the new physiology of the doctor-patient relationship”, Nature Reviews Neuroscience, 14 (7), 407–413. https: //doi.org/10.1038/nrn3406