

# واکاوی مؤلفه‌های رفتار درمانی دینی در سیره و سبک زندگی امام رضا علیه السلام

حسین خاکپور<sup>۱</sup>

مریم توکل نیا<sup>۲</sup>

## چکیده

رفتار، واکنشی است که انسان نسبت به یک کنش بیرونی نشان می دهد و به دو صورت آشکار و پنهان نمود یافته و شخصیت فرد را تشکیل می دهد، اما گاهی رفتار بر اثر عواملی دچار اختلالاتی می شود که باید برای اصلاح و تغییر این رفتارهای ناسازگار با توجه به سیره معصومین علیهم السلام که به عنوان یک معیار جهت سنجش رفتارها در جامعه اسلامی محسوب می شود، تدابیری اندیشیده شود. هدف از این مقاله بررسی سیره و راهکارهای امام رضا علیه السلام برای معالجه رفتارهای نامطلوب در جامعه و تغییر این برخوردها در جهت اهداف دین و سعادت انسان است لذا با روش توصیفی - تحلیلی به بررسی این مهم پرداخته است که رهاورد آن تشریح تأثیر رفتارهای عبادی، اخلاقی، اجتماعی، سیاسی و عاطفی امام رضا علیه السلام در معالجه و درمان رفتارهای ناهنجار بوده است. واکنش امام در برابر خطاها گاه به صورت گفتاری (تذکر - موعظه) و گاه با رفتار و حالات خود (غیر مستقیم) می باشد.

**کلیدواژه ها:** رفتار درمانی، ناهنجاری، سیره عبادی، سیره اخلاقی و اجتماعی، امام رضا علیه السلام.

۱. دانشیار گروه علوم قرآن و حدیث، دانشکده الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، ایران.  
۲. کارشناسی ارشد علوم قرآن و حدیث، دانشکده علوم قرآنی، زاهدان، ایران.

## ۱- بیان مسئله

رفتار درمانی یکی از راه‌های کمک به بشر است. انسان‌ها همیشه در کنش متقابل با محیط اند و با توجه به رفتارهای مشهود دیگران، ناهنجاری‌های رفتاری را از طریق الگوگیری و اتخاذ سرمشق، به رفتارهای به‌هنجار تبدیل کرده و درمان میکنند. تاثیرگذاری رفتار در صورتی است که واضح و خالی از هرگونه تعارض باشد زیرا اگر رفتار الگو، گاه مثبت و گاه منفی باشد، نمی‌تواند هدایت‌گر و مثمر ثمر باشد لذا چنین عملکردی را جز در سیره معصومین علیهم السلام نمیتوان یافت.

رفتارهای دینی بسیار گسترده‌اند که در دو دسته رفتارهای عبادی و رفتارهای اخلاقی قرار می‌گیرند؛ رفتارهای عبادی در ارتباط فرد با خداوند متعال تعریف می‌شود و در مقابل رفتارهای اخلاقی در ارتباط با دیگران معنا می‌یابد. رفتارهای اخلاقی اگر به انگیزه الهی انجام شوند، عبادت محسوب می‌شود. البته همین رفتارهای عبادی به یک اعتبار اخلاقی‌اند؛ زیرا از کمال و فضیلت در فرد نشأت می‌گیرند؛ لذا شخص دیندار، هم باید ارتباطی استوار با خداوند داشته باشد و هم رابطه‌ای مناسب و شایسته با مردم (سالاری فر و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۱۷۹). بنابراین تفکیک رفتارهای عبادی از اخلاقی در جوامع دین محور، امری مشکل و بی‌فایده است که باید به آن توجه کرد.

سه حوزه رفتارگرایی، انسان‌گرایی و روانکاوی سه محور بزرگ علم روان‌شناسی هستند لکن تمرکز این مقاله در حوزه رفتارگرایی و آشکار کردن رویکرد امام رضا علیه السلام در رابطه با اصلاح رفتار دیگران بوده است. سؤالاتی در این زمینه مطرح است از جمله اینکه امام رضا علیه السلام با چه روشی رفتارهای ناپسند را تغییر داده و اصلاح نموده‌اند؟ و امروزه چگونه می‌توان با توجه به سیره امام رضا علیه السلام به درمان رفتارهای نامطلوب پرداخت؟

## ۲- پیشینه بحث

در این زمینه تا جایی که نگارنده بررسی کرده به صورت هماهنگ و همه‌جانبه کار مستقلی صورت نگرفته است اما در آثار متعددی به صورت پراکنده به رفتارهای حضرت اشاره شده است از جمله:

- صالحی، (۱۳۸۴) کتاب سیره امام رضا علیه السلام، که بیشترین تمرکز روی سیره

عبادی و اجتماعی و علمی امام رضا علیه السلام بوده است.

- طاهری وحدتی، (۱۳۸۷) حکمت عملی در سیره امام رضا علیه السلام، که در این مقاله به حکمت امام رضا علیه السلام و طرح مسئله توحید با توجه به مناظرات حضرت و حکمت عملی امام علیه السلام در حوزه رفتاری، مناسبات اجتماعی و اخلاقی و ولایتعهدی پرداخته شده است؛ اما آنچه مد نظر ما در این مقاله است، بررسی شیوه های رفتار درمانی در سیره امام رضا علیه السلام و همچنین استخراج و معرفی راهکارهای آن حضرت علیه السلام در این خصوص به جویندگان رفتارهای مطلوب است.

- ابراهیمی دهشیری، (۱۳۹۰) در مقاله اصول تغییر و اصلاح رفتار معصومان علیهم السلام، صرفاً چهار اصل را به صورت ناقص مطرح و بررسی کرده است.

- نورایی و سلیمانی، (۱۳۹۲) در مقاله کرامت انسان در سیره امام رضا علیه السلام، جایگاه کرامت انسان را در سیره حضرت بررسی کرده و مهم ترین ویژگی های نظریه کرامت انسان در سیره امام علیه السلام را اعم از؛ برخورداری از صبغه توحیدی، سازگاری با دیگر آموزه های اخلاقی، اعتدال و میانه روی، برخورداری از ضمانت اجرایی درونی و جامع نگری می داند. هرچند در این مقاله اصل کرامت به طور مفصل طرح شده است، اما تنها به یک اصل رفتاری حضرت اشاره شده است.

- پور امینی، (۱۳۹۲) در کتاب سبک زندگی (منشور زندگی) در نظر امام رضا علیه السلام به سبک زندگی در زمینه عبادات، رفتار با دیگران و رفتارهای فردی مثل شیوه پوشیدن لباس و احترام به دیگران و... بایدها و نبایدهای مورد توجه امام علیه السلام پرداخته است. در واقع این اثر فهرستی از عناوین اخلاقی و رفتاری حضرت علیه السلام با خدا، با خود و با خلق را مطرح کرده و با شواهدی از احادیث امام رضا علیه السلام به تبیین آن موضوعات پرداخته است.

### ۳- مفهوم شناسی رفتار درمانی

اصطلاح رفتار درمانی مرکب است از دو کلمه رفتار به معنای روش، سیر، سلوک (دهخدا ۱۳۷۹، ص ۱۶۶۳) و درمان به معنای، علاج، معالجه و چاره (همان، ص ۱۵۱۳). از این رو میتوان رفتار درمانی را کاربرد اصول تجربی یادگیری برای تغییر رفتار ناسازگار تعریف کرد. از این رو رفتار درمان گران دقیقاً با این مساله مواجه اند که انسان چگونه فرا گرفته



است یا فرا می‌گیرد. چه عواملی یادگیری او را تقویت کرده و تداوم می‌بخشند و چگونه می‌توان فرایند یادگیری او را تغییر داد تا رفتارهای بهتری را جایگزین رفتارهای نامطلوب خویش کند (شفیع آبادی، ۱۳۷۵، ص ۲۷۹). در واقع رفتار درمانی به عنوان شیوه‌ای برای از بین بردن مسائل روانی بر این فرض اساسی استوار است که مسائل مزبور، یا نموداری از رفتارهای ناسازگارانه هستند و یا از عدم موفقیت فرد در فراگرفتن رفتارهای سازگارانه سرچشمه می‌گیرند (راس، ۱۳۷۶، ص ۱۰۶).

#### ۴- مؤلفه های رفتار درمانی در سیره رضوی

به طور کلی ابعاد مختلف سیره امام رضا علیه السلام به حوزه رفتارهای اخلاقی، اجتماعی و سیاسی تقسیم می‌شود که شرح مختصر زوایای آن به شرح ذیل است:

##### ۴-۱. رفتارهای اخلاقی

خلق و خو یک حالت هیجانی پایدار است که از تفاوت های فردی با ثبات در واکنش پذیری و خودگردانی که همان ابتدای زندگی آغاز می‌شود، به وجود می‌آید (برگ، ۱۳۸۸، ج ۱، ص ۳۳۳؛ اتیکسون، ۱۳۸۵، ص ۴۱۱). اخلاق نتیجهٔ تعلیم و تربیتی است که در اعمال و رفتار انسان نمود پیدا میکند، ثمرهٔ این یادگیری رفتار الهی است که امامان علیهم السلام با نشست و برخاست با مردم و در تعاملات اجتماعی به نیکوترین صورت این شیوه برخورد را نمایان فرموده‌اند.

##### ۴-۱-۱. خوش خلقی

خوش خلقی صفتی است که به واسطهٔ آن انسان به خداوند و مردم نزدیک می‌شود و در نظر آنان عزیز شده و مایه جلب محبت بیش از پیش خالق و مخلوق می‌گردد. پدیدار شدن این خلق نیکو در عمل منجر به خوش رفتاری می‌گردد که حضرت رسول صلی الله و علیه و آله نیز به آن توجه داشته و فرمودند: «أَعْقِلُ النَّاسَ أَشَدَّهُمْ مُدَارَةً لِلنَّاسِ، خردمندترین مردم آنکه با مردم خوش رفتار است و مدارا می‌کند» (سالاری، ۱۳۹۲، ص ۲۶۹؛ مجلسی، ۱۳۶۴، ج ۱۶، ص ۳۶). بنابراین اخلاق و رفتار خوش، سنگ بنای دوستی ها و یک نیروی فوق العاده جهت تغییر رفتار و جذب دیگران است. پیامبر اکرم

صلى الله و عليه و آله در این راستا می‌فرماید: «إِنَّكُمْ لَنْ تَسْعُوا النَّاسَ بِأَمْوَالِكُمْ، فَالْقَوْمُ بِبَطْلَاقَةِ الْوَجْهِ وَحُسْنِ الْبِشْرِ، شما هرگز نمی‌توانید همهٔ مردم را از اموال خود بهره مند سازید، پس با آنان با گشاده رویی و خوشرویی تمام برخورد کنید» (عطاردی، ۱۴۰۴، ج ۱، ص ۲۹۲). این است که آدمی از طریق رفتار خود می‌تواند موجب درمان ناهنجاری های رفتاری شده و به عنوان یک نمونه نیکو باعث تحول کردار جامعه گردد.

## ۲-۱-۴. مهربانی با مردم

یکی دیگر از راه های رفتار درمانی رافت و مهربانی نسبت به متعلم است، یعنی این که انسان در جامعه، با سایر انسان ها رفتاری مسالمت آمیز و در خور مقام انسانیت داشته باشد و این مسئله در سیرهٔ رضوی سرآمد مولفه‌های رفتاری است؛ در فرمایشی از ایشان نقل شده که «نسبت به همدیگر مهربان و دلسوز باشید با همدیگر معاشرت و دوستی نمایید، زیرا این کار موجب نزدیکی به من است (عماد، ۱۳۵۹، ص ۱۶۶). آن حضرت عنصر مهربانی و عطف را به عنوان راهی برای نزدیکی به خودش معرفی کرده و این نشان دهندهٔ اهمیت مهربانی کردن در سیرهٔ آن حضرت است.

امام رضا علیه السلام در مقام مناظره، باز همان امام مهربان و مهرورز میباشند، با کمال احترام به یکایک شبهات مخالفان پاسخ میدهند و از هیچ رویارویی علمی روی بر نمی‌تابند و به این گونه، معنای امام بودن را در فرهنگ اسلامی در عرصهٔ دید جهانیان میگذارند (شریف القرشی، ج ۲، ص ۱۹۱). این رفتار امام علیه السلام در مقابل مناظره کننده‌ها بیانگر تحمل دیگر مذاهب توسط ایشان و روحیهٔ انتقادپذیری است. لذا پیام آن برای فراگیران این است که در هر مقام و موقعیتی باید مهربانی پیشه کرد، چون یکی از مؤثرترین عامل‌ها در درمان رفتارهای مخرب می‌باشد. نکتهٔ دیگر این که مهربانی و خوشرویی حضرت علیه السلام از یک سو باعث ارتباط و پیوند مردم با ایشان می‌شده به گونه‌ای که بی هیچ مانع و سختی با ایشان ارتباط برقرار کرده و مشکلات رفتاری خود را با امام علیه السلام در میان می‌گذاشتند و از دیگر سو این فرصت برای امام علیه السلام به عنوان یک رفتار درمانگر ایجاد می‌کرد که به آن‌ها نزدیک شده و در جهت اصلاح رفتارهای نامناسب آن‌ها اقدام کنند.

## ۲-۴. رفتارهای عبادی

پیامبران و اولیای الهی برای ترویج توحید شناختی و عملی به میان مردم فرستاده می شوند که محور اصلی زندگی آنها عشق به خدا و عبادت اوست (ر.ک: رسولی محلاتی، ۱۳۶۵، ص ۴۲۶-۴۲۵). امام رضا علیه السلام مرجع علمی و اعتقادی مردم محسوب می شدند که با زیست بی واسطه با مردم و نیز موضوعاتی از قبیل شرکت در مناظره‌ها با اهل کتاب و نحله‌های فکری، موجب افزایش بینش دینی و عبادی مردم میشدند (منتظر القائم، ۱۳۸۴، ص ۲۱۶). حال به ذکر مثال‌هایی جهت معرفی رفتارهای عبادی حضرت و تاثیر این رفتارها در اصلاح رفتار دیگران پرداخته می‌شود.

### ۱-۲-۴. انجام فرائض و تغییر رفتار

فرض و فریضه به معنای اندازه معین و لازم است (مصطفوی، ۱۴۱۶، ج ۹، ص ۵۹). در اصطلاح نیز هر چیزی است که خداوند به آن امر فرموده، به طوری که در به جا آوردنش ثواب و در ترکش وعده عذاب داده شده باشد (دستغیب، ۱۳۷۰، ص ۱۸۹). یکی از این فرائض مهم نماز است که انجام صحیح آن می‌تواند موجب درمان رفتارهای سوء و نیز زدودن غم شود؛ البته نماز، در صورتی می‌تواند موجب تغییر رفتار شود که به روح و حقیقت آن توجه شود. راوی می‌گوید:

«خَرَجَ الرَّضَا عَلَيْهِ السَّلَامُ يَسْتَقْبِلُ بَعْضَ الطَّالِبِينَ وَ جَاءَ وَقْتُ الصَّلَاةِ، فَمَالَ إِلَى قَصْرِ هَنَّاكَ فَنَزَلَ تَحْتَ صَخْرَةٍ فَقَالَ: أَذُنٌ، فَقُلْتُ: نَنْتَظِرُ يَلْحَقُ بِنَا أَصْحَابُنَا، فَقَالَ: غَفَرَ اللَّهُ لَكَ، لَا تُؤَخِّرَنَّ صَلَاةً عَنْ أَوَّلِ وَقْتِهَا إِلَى آخِرِ وَقْتِهَا مِنْ غَيْرِ عِلَّةٍ، عَلَيْكَ أَبَدًا بِأَوَّلِ الْوَقْتِ، فَأَذَّنْتُ وَ صَلَّيْنَا. حضرت رضا علیه السلام به پیشواز جمعی از طالبیان بیرون رفتند که وقت نماز رسید؛ حضرت راه خود را به طرف کوشکی که در آن نزدیکی بود کج کرده و زیر صخره ای فرود آمده و فرمودند: اذان بگو. عرض کردم: منتظر میمانیم تا دوستانمان هم به ما ملحق شوند. حضرت فرمودند: خدا تو را بیامرزد، هرگز نمازت را، بی دلیل از اول وقت به تأخیر مینداز. همیشه رعایت اول وقت را بکن؛ پس، من اذان گفتم و نماز خواندیم» (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۹، ص ۴۹).

در گزارش دیگری از سیره ایشان نقل شده که روزی عمران صابی در حال مناظره با حضرت علیه السلام بودند که وقت نماز و اذان فرا رسید. در این موقع امام علیه السلام رو

به مأمون نموده و فرمود: «الْصَّلَاةُ، هِنْكَامُ نَمَازٍ اسْتِ». عمران عرض کرد: آقا بحث را قطع نفرمائید. پرتوی از انوار هدایت بر قلبم تابیده، احساس میکنم دلم خیلی نرم گردیده. حضرت فرمود: نُصَلِّي وَ نَعُوذُ، نماز میخوانیم باز برمیگردیم. حضرت رضا علیه السلام در داخل مجلس نماز خواند و مردم در خارج پشت سر محمد بن جعفر نماز خواندند» (صدوق، ۱۳۸۷، ج ۱، ص ۱۵۴، مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۱۰، ص ۲۹۹، قمی، ۱۳۸۱، ج ۳، ص ۷۰۱). طبیعی است که خود این عمل، باعث توجه دادن مخاطبان به اهمیت نماز و ذکر خداست که نتیجه آن درمان افسردگی است؛ زیرا فرد نابهنجار، با یاد و شناخت خدا، به نیروی خداوندی متکی شده و در جهت تصحیح و تغییر افکار و بینش خود اقدام می‌کند.

یکی دیگر از این فرائض روزه است و در صورتی موجب اصلاح رفتار می‌شود که شخص روزه‌دار با تمام اعضا و جوارحش از محرّمات خودداری کند. از سوی دیگر، امام رضا علیه السلام یکی از علل روزه را رشد احساس دیگرخواهی عنوان کرده و می‌فرماید: علت روزه، شناخت حسی و ملموس گرسنگی و تشنگی است تا میزان دشواری فقر زندگی فقرا را خوب بفهمد. (کلینی، ۱۳۶۵، ج ۲، ص ۱۹) از آنجا که انسان متکی به روابط مثبت با اجتماع است تا از این طریق به سعادت حقیقی برسد، لکن این مهم جز در پرتو احساس همدردی و تحقق روح همکاری جهت رفع مشکلات دیگران که طبق تعبیر امام علیه السلام از ثمرات روزه است، محقق نمی‌شود.

## ۲-۲-۴. رفتار توّام با خوف و رجا

خوف، عاملی بازدارنده و کنترل‌کننده و امید، نیروی محرک انسان است. انسان بدون امید هیچ حرکت و تلاشی در زندگی نخواهد داشت. ابن فارس و ابن منظور، خوف را به «فزع» معنا کرده‌اند (ابن فارس، بیتا، ج ۲: ۲۳۰؛ ابن منظور، ۱۴۱۰، ج ۹: ص ۹۹؛ خاکپور و دیگران، ۱۳۹۲، ص ۸۲). ترس از آفریدگار و امید به لطفش در رفتار امام علیه السلام این طور نمایان است که رجاء بن ابی ضحاک، مأمور شد تا حضرت را از مدینه به مرو همراهی کند. او در پایان سفر چنین گفت: به خدا سوگند، کسی را نیافتم که بیش از آن گرامی به یاد خدا و در خوف از خدا به سر برد (صدوق، ۱۳۸۷، ج ۲، ص ۱۸۰). ترس از خداوند انسان را محکم و استوار می‌سازد و او را از آسیب و ناراستی نگه می‌دارد؛ چرا که

در این حالت انسان تنها خداوند را شایسته ترس و از طرفی چون از خوف سایرین مبرا می‌شود، امیدوار و سرافراز زندگی خواهد کرد. در فرمایش دیگر امام رضا علیه السلام در برشمردن آداب نماز به حالت «خوف و رجاء» اشاره کرده که می‌فرمایند:

«إِذَا أَرَدْتَ أَنْ تَقُومَ إِلَى الصَّلَاةِ فَلَا تَقُومُ إِلَيْهَا مُتَّكَاسِلًا...» در آن حال که بین بیم و امید ایستاده‌ای و پیوسته با طمأنینه و نگران هستی، همانند بنده گریخته و گنهکار که در محضر مولایش ایستاده، در پیشگاه خدای عالمیان بایست (سبحانی، ۱۳۸۲، ص ۱۰۱).

بنابراین نسبتی مستقیم میان خوف و رجاء وجود دارد و هر چه ترس از خالق بیشتر باشد امید به زندگی بیشتر خواهد بود، زیرا خود نگهداری و ترس از خداوند به سرافرازی و بی پروایی از ذات الهی به سرافکندگی، به خودخواهی و گمراهی می‌کشاند که نتیجه آن ناامیدی و از دست دادن آرامش است.

### ۳-۲-۴. رفتار توأم با حیا و عفاف

حیا حالت انکسار و خودنگهداری است که به دلیل ترس از آنچه عیب شمرده شده و نکوهش می‌شود، حاصل می‌گردد (طریحی، ۱۴۰۸ق، ج ۱، ص ۴۸۲). که از بهترین ملاک های تشخیص ایمان است زیرا با رفتن حیا نه کرامتی می‌ماند نه ایمانی. لذا در صورت عدم رفتار توأم با حیا و عفاف انسان به هر عملی دست زده و توجهی به هنجار یا غیرهنجار بودن آن ندارد (ر.ک: دلشاد تهرانی، ۱۳۸۵، ص ۴۷۶). دانشمندان حیا را از صفات مخصوص بشر می‌دانند. دکتر فلاسن می‌گوید: خجالت کشیدن، علامت سلامتی است و در میان کلیه افراد بشر، حتی آنهایی که برهنه زندگی می‌کنند نیز رایج است. (فلسفی، ۱۳۸۹، ج ۲، ص ۳۱۷) لذا حیا و عفاف در نهاد همه انسان‌ها به ودیعه نهاده شده است که نشانه سلامت روان انسان محسوب میشود.

در زندگی امام رضا علیه السلام نیز توجه به این اصل به خوبی نمایان است. حسن بن جهم می‌گوید: امام رضا علیه السلام را بسیار آراسته دیدم، پرسیدم آیا خضاب کرده‌اید؟ فرمودند: آری، آیا نمی‌دانی این کار سود فراوانی دارد، زیرا زن دوست دارد در تو همان زینت را ببیند که تو دوست داری در او ببینی، چه بسا زنانی که از جاده عفت خارج شدند و فاسد گشتند، و این نبود مگر به علت کم توجهی شوهرانشان به نظافت و آرایش خود (حرعاملی، ۱۴۰۹، ج ۱۴، ص ۱۸۳). امام علیه السلام یکی از راه‌های حفظ عفت خانواده



و جلوگیری از فسادهای رفتاری را راضی نگه داشتن زن در خانواده دانسته اند، این در حالی است که امروزه یکی از علل بی ایمانی و بی پروایی در جامعه کم توجهی شوهران به نظافت و آرایش معقول برای همسر است.

#### ۴-۲-۴. رفتار صبورانه

صبر در لغت معادل خویشن داری، شکیبایی و مقاومت نمودن نفس در مقابل هوی و هوس در همه انواع آن است (نوری، ۱۳۸۷، ص ۱۴۲). در سیره حضرت علیه السلام «صبر» به طرق مختلف نمایان است از جمله این موضوع مهم که امام موسی بن جعفر علیه السلام، ایشان را وصی خود قرار دادند اما برادر امام رضا علیه السلام در اعتراض به وصیت پدر که با شدیدترین تهمت‌ها همراه بود، خواستار گشودن وصیتنامه شد که در نهایت نامه توسط عباس گشوده شد و همه دانستند تنها امام علیه السلام وصی پدر می باشد. بعد از این ماجرا امام علیه السلام رو به عباس فرمود:

من می دانم آنچه شما را به این امور واداشته، بدهی‌ها و وام‌هایی است که بر عهده دارید، ای سعید! برو و بدهی‌های آنان را برای من معین کن. به خدا قسم تا زنده‌ام یاری خود را از شما باز نمی گیرم، شما هر چه می خواهید بگویید. عباس در جواب امام می گوید: آنچه به ما می دهی، بخشی از اموال ماست، و آنچه نزد توست، بیشتر از این است، امام رضا علیه السلام فرمود: هر چه می خواهید بگویید، آبرو، آبروی شماست، اگر نیکویی کنید در نزد خدا محفوظ است و اگر بدی کنید، خداوند آمرزنده و مهربان است (فضل الله، ۱۳۷۷، ص ۶۲). در حقیقت شکیبایی حضرت و صلابت ایشان در این ماجرا نحوه بردباری در برابر ناملایمات را آموزش داده و باعث تقویت روحیه بردباری شده است؛ چراکه خودداری حضرت علیه السلام از پرخاشگری، اثرات منفی نگرانی را از ایشان و اطرافیانش زدوده و با حالت آرامش و استقامت در برابر تهمت‌های برادرش ظاهر می شوند. صبر شرط اساسی به ثمر نشستن کارهای بزرگ است زیرا شخص کم حوصله، همه کارها را ناقص گذاشته و مقاومتی از خود نشان نمی دهد؛ لذا تفاوت اساسی بین افراد پیروز در هر عرصه ای با افراد شکست خورده، در کیفیت استقامت در برابر عوامل نامساعد است.

## ۵-۲-۴. رفتار محاسبه ای

پیشوایان دین ما همگان را بر ارزیابی خود راهنمایی می‌کردند و تاکید داشتند که خویشتن را محک بزنید، پیش از آنکه شما را ارزیابی و محاسبه کنند. تدبیر در این سخن امام، راز و آثار ارزیابی و حسابگری خویشتن را تبیین می‌کند:

«مَنْ حَاسَبَ نَفْسَهُ رِيحًا، وَمَنْ غَفَلَ عَنْهَا خَسِرًا، وَمَنْ اعْتَبَرَ أَبْصَرَ؛ هر کس با خود حسابش را رسیدگی کند، سود می‌برد و هر کس از حساب خود غفلت کند، زیان می‌بیند و هر کس نفس خویشتن را از عواقب کارها بترساند در آسایش خواهد بود و هر کس از کارها عبرت بگیرد، در کارها بینا میشود، و هر کس بینا باشد...» (عطاردی، ۱۴۰۴، ج ۱، ص ۳۰۲) بی شک در پرتو ارزیابی خویشتن، دست یافتن به زوایای پنهان شخصیت، انسان به خود احساس اطمینان بیشتری می‌کند؛ زیرا اگر ضعفی وجود داشته باشد، به آن توجه خواهد کرد و در از بین بردن آن می‌کوشد (پور امینی، ۱۳۹۲، ص ۶۳). رفتار امام علیه السلام در مورد تهذیب نفس این گونه نقل شده که ایشان نماز شب را حتی در سفر رها نمی‌کرد و چون ثلث آخر شب فرا میرسید، از بستر برمیخاست، در حالی که ذکر بر لب داشت، مسواک می‌کرد، وضو میگرفت، به نماز می‌ایستاد و هر شب، علاوه بر نافله شب، نماز جعفر طیار را نیز میخواند. تا هنگام نماز صبح و پس از انجام فریضة صبح، به تعقیبات ادامه داده، با طلوع خورشید، سجده شکر به جا می‌آورد و این مراحل عبادی را به انجام می‌رسانید (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۹، ص ۹۳).

## ۶-۲-۴. رفتار زاهدانه

زهد در اخلاق اسلامی به معنای صرف نظر کردن از برخی لذات مادی برای رسیدن به اهداف والاتر است و یکی از اعمال عبادی محسوب میشود (سالاری فر، ۱۳۹۰، ص ۲۲۱؛ خوشنویس، ۱۳۵۹، ص ۹۰). امام رضا علیه السلام که جامع تمام فضائل بودند، درباره زهد می‌فرمایند: «زاهد آن است که حلال دنیا را از ترس حساب و کتاب و حرام دنیا را از ترس عقاب ترک می‌کند» (شیخ صدوق، ۱۳۸۷، ج ۱، ص ۶۲۸). بنابراین زاهد برای رسیدن به اهداف والاتر به ظواهر دنیا دل نمی‌بندد و حلال و حرام خدا را رعایت می‌کند. چنان که محمد بن عباد درباره رفتار زاهدانه آن حضرت می‌گوید:

«پوشش حضرت رضا علیه السلام در طول تابستان همواره یک بوریا بود. ایشان در طول

زمستان با همه عظمت و وقاری که داشتند پوششی ساده داشتند و به دور از هرگونه علامت‌گذاری و یا این که رنگ مخصوصی داشته باشد همیشه لباس زبر به تن می‌کردند مگر آن که می‌خواستند پیش مردم و به دیدن آنها بروند که در آن وقت بهترین لباس را می‌پوشیدند» (اربلی، ۱۳۸۱، ج ۳، ص ۱۷۵). این سخن بیانگر آن است که حضرت نه آن سلوک زاهدانه راهبان را داشتند و نه به کلی توجه به ظواهر بلکه روشی میانه را در زهد پی گرفتند. علت اینکه ایشان در صحنه زندگی شخصی خود سلوک زاهدانه دارند اما در برخورد با مردم طور دیگری رفتار می‌کردند، گرفتار بودن مردم در چنگال ظواهر است. دلیل دیگری که ایشان لباس زیبا و پاکیزه می‌پوشیدند، تا مردم با دیدن ایشان درس نظم و پاکیزگی را در کنار ساده زیستی بیاموزند و از طرفی نشان دهند که مؤمن در حد شأنش می‌تواند از امکانات این دنیا استفاده کند. همچنین نقل شده: در محیط خانه امام رضا علیه السلام آثاری از زندگی اشرافی وجود نداشت از زیور و زینت استفاده نمی‌کردند، مگر این که خود را به عود هندی خام بخور می‌دادند (رک: فضل الله، ۱۳۷۷، ص ۵۸-۵۹).

آنچه روح انسان را آرامش می‌دهد و او را در برابر حوادث شکننده آماده می‌سازد، همان حالات عبادی است که انجام می‌دهد، اوج این اثر بخشی عبادات در سیره امام رضا علیه السلام با وجود مصائب فروان عصر ایشان بوده که امام علیه السلام با برخورداری از این سلوک عابدانه بر آن رنج‌ها فائق می‌آمدند.

### ۳-۴. رفتارهای اجتماعی و سیاسی

برای امام رضا علیه السلام هیچگاه تصدی مستقیم مسئولیت‌های حکومتی فراهم نشده تا بتوان روش عملی ایشان را در حکمرانی و اداره امور سیاسی استخراج کرد، جز این که می‌توان از خلال راهبردها و تعاملات مختلف ایشان به برداشت متناسب دست یافت (فضل الله، ۱۳۷۷، ص ۶۹). آنچه می‌تواند امروز ما را در چالش‌های فرهنگی و سیاسی کمک کند، سیره عملی امام رضا علیه السلام است که تضمین کننده سلامت جامعه و اعضای آن است لذا به برخی آموزه‌های رفتاری ایشان در این زمینه پرداخته می‌شود.

### ۱-۳-۴. رفتار عادلانه اجتماعی

یکی از اساسی‌ترین اهداف حکومت از دیدگاه امام رضا علیه السلام، اقامه عدالت به شکل اجتماعی است، چرا که حکومت جز با عدالت هویت حقیقی نمی‌یابد و فاقد حیات انسانی و زندگی معنوی است لذا این مقوله در اندیشه‌های امام رضا علیه السلام به قدری اهمیت داشت که در این رابطه می‌فرمایند: یک ساعت به عدالت رفتار کردن در عمل از هفتاد سال عبادت که در روزها و شب‌های آن احیا باشد، بهتر است (کلینی، ۱۳۸۲، ج ۳، ص ۱۵۷). از توصیه‌های حضرت علیه السلام به مأمون حفظ عدالت و دفاع از حقوق مردم است. روزی مامون با شادمانی از فتح روستاهای کابل نزد امام رفت. امام علیه السلام ضمن توبیخ او چنین می‌فرمایند:

درباره امت محمد صلی الله علیه و آله و سلم و حکومتی که برایشان داری از خدا بترس، چون تو کارهای مسلمانان را تباه ساختی و کار را به کسانی سپردی که به غیر حکم خدای بزرگ داوری میکنند... نبودن تو بر مهاجران و انصار ستم می‌رود و سوگند و پیمان هیچ مومنی را نگاه نمی‌دارند، و روزگار بر مظلومان به سختی می‌گذرد (صدوق، ۱۳۸۷، ج ۲، ص ۱۶۰؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۹، ص ۱۶۵).

روزی مردی از صوفیه را نزد مامون آوردند که دزدی کرده بود، که در پیشانی او نشان سجده دید، مامون به او گفت: با این وضع ظاهری چگونه دزدی کردی، مرد گفت: چون تو حق مرا از خمس و فیء از من بازگرفتی، از روی اضطراب به این کار دست زدم... مامون خواست مرد را مجازات کند. اما مرد گفت: شایسته است، ابتدا خودت را اصلاح کنی، مامون سخت برآشفتم و خواست دست دزد را قطع کند و به امام رضا علیه السلام گفت: چه سخنان بیهوده ای بر زبان می‌رانند، امام علیه السلام فرمودند:

می‌گویند چون حق وی از خمس و فیء دزدیده شده است. این مرد دلایلی آورده است، تو نیز جواب او را با دلیل و برهان بده، در آن هنگام مامون دستور داد صوفی آزاد شود (شیخ صدوق، ۱۳۷۸، ج ۲، ص ۲۳۷). رفتار ناعادلانه اثرات نامطلوبی بر افراد می‌گذارد که از جمله آن‌ها احساس حقارت و تن دادن به هرکاری است و از طرف دیگر حس نارضایتی و رفتار مقابله ای را بر می‌انگیزد، چنانکه در این داستان مشاهده می‌شود شخصی که حشش پایمال شده با آن که عابد است تن به دزدی داده و در صدد مقابله با مأمون برآمده است.

## ۲-۳-۴. رفتار محترمانه

در برخوردها، رفتارهای اجتماعی و روابط مثبتی که انسان‌ها با هم برقرار می‌کنند، فرایند رفتاری مبتنی بر تکریم و احترام به افراد کسب می‌شود بنابراین اگر انسان را موجودی صاحب کرامت بدانیم و به او احترام بگذاریم او نیز سعی میکند این کرامت را در خود تقویت کند و در نهایت به صورت ملکه‌ای در رفتارش نمودار سازد (رک: تدوین و تنظیم موسسه فرهنگی قدر ولایت، ۱۳۸۹، ص ۴۳). شاخصهٔ احترام و مهربانی بیش از همه صفات در رفتار امام رضا علیه السلام آشکار است. در این خصوص از حضرت نقل شده که فرمودند: سوگند به قرابتی که با پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم دارم، اگر کسی گمان کند که من از این بهتر هستم (اشاره به غلام سیاه) درست نیست، مگر اینکه من عمل شایسته‌ای انجام داده باشم تا اینکه بهتر از او باشم (فضل الله، ۱۳۷۷، ص ۵۳).

در حدیثی دیگر از امام رضا علیه السلام در این رابطه نقل شده که راوی می‌گوید: در محضر امام علیه السلام بودم... ناگاه مردی وارد شد، سلام کرد و اظهار داشت در برگشت از سفر حج موجودی‌اش را گم کرده است... امام علیه السلام به اندرون رفت و پس از چند لحظه در را بست و گفت: آن مرد خراسانی کجاست؟ گفت: من اینجا هستم. امام علیه السلام دویست دینار به او داد و فرمود: برو که همدیگر را نبینیم. کسی می‌پرسد بخشش‌ها فراوان بود پس چرا روی از او برگرفتید؟ امام علیه السلام می‌فرمایند: هرگز دوست نداشتیم رنجش درخواست (پول) را در چهره‌اش ببینم (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۴، ص ۱۰۱). این رفتار حضرت علیه السلام که نوعی اندیشهٔ انسان دوستانه و احترام به حقوق انسان را ارائه می‌کند، در حقیقت ارائهٔ یک منشور اخلاقی و توجه به حقوق بشر است که علاوه بر این که مشکل مالی او را برطرف میکند از خوار و ذلیل شدن آن شخص جلوگیری میکند.

## ۲-۳-۴. رفتار بخشایشگرانه

عفو به معنای بخشیدن خطای خطاکار و تنبیه نکردن او، خوی بخشش در پرورش روح و ایمان آدمی موثر است و به دنبال آن انسان خلق و خوی الهی پیدا میکند (اسکندرلو، ۱۳۸۶، ص ۱۳۹). در حقیقت برونداد این خلق و خو، رفتار مطلوبی است که در سیرهٔ امام رضا علیه السلام به خوبی نمایان است؛ مثلاً امام رضا علیه السلام در معرفی مومن

می‌فرماید:

«لَا يَكُونُ الْمُؤْمِنُ مُؤْمِنًا إِلَّا أَنْ يَكُونَ فِيهِ ثَلَاثُ خِصَالٍ: سُنَّةٌ مِنَ اللَّهِ وَ سُنَّةٌ مِنْ نَبِيِّهِ وَ سُنَّةٌ مِنْ وَلِيِّهِ، أَمَّا السُّنَّةُ مِنَ اللَّهِ فَكِتْمَانُ السِّرِّ، أَمَّا السُّنَّةُ مِنْ نَبِيِّهِ مُدَارَاهُ النَّاسِ، أَمَّا السُّنَّةُ مِنْ وَلِيِّهِ فَالصَّبْرُ عَلَى النَّائِبَةِ؛

مومن واقعی باید دارای سه خصلت باشد که یکی از این خصلت‌ها، مدارا و سازش با مردم است، زیرا خدای تعالی پیامبرش را به مدارا کردن با مردم دستور داده و می‌فرماید: راه گذشت و مدارا را پیش بگیرد...»

نمونه بارز بخشش در سیره رضوی داستان برخورد حضرت با جلودی است که امام علیه السلام او را مورد عفو خود قرار می‌دهند. هدف حضرت از صرف نظر کردن از گناه دیگران این بود که امام رضا علیه السلام می‌خواستند مردم را به عفو و گذشت از بدی دیگران تشویق کنند تا اینکه مشخصه رفتاری در زندگی اجتماعی آن‌ها شود لذا در سخنانشان همیشه مردم را به عفو و گذشت دعوت کرده و می‌فرمودند:

«از گناه دیگران صرف نظر کن و آن‌ها را ببخش، بخششی زیبا که حتی توأم با سرزنش نباشد» (حویزی، ۱۴۱۵، ج ۳، ص ۲۸). امام با ظرافت خاصی عفو را گوشزد کرده و حتی سرزنش افراد را جایز نشمردند، در واقع چشم پوشی از بیادبی و گستاخی و تملک نفس، شخص بخشوده شده را شرمنده کرده باعث می‌شود او در صدد اصلاح رفتار خود برآید. بر این اساس باید گفت که گذشتن از خطای دیگران نوعی آرامش و دوری از اضطراب را به عفو کننده عطا کرده و صمیمیت و سرافرازی را برای او به ارمغان می‌آورد لذا موجب نوعی رفتار مسالمت آمیز با دیگران شده که اصلاح رفتار اجتماعی را نیز در پی دارد.

#### ۴-۳-۴. رفتار متواضعانه

تواضع عبارت است از شکستن نفس که نگذارد آدمی خود را بالاتر از دیگری ببیند و لازمه آن کردار و گفتاری است که دلالت بر تعظیم دیگران و اکرام ایشان میکند (نراقی، ۱۳۳۲، ص ۳۰۰). ابن الرضای ثانی امام هادی علیه السلام در تعریف تواضع چنین می‌فرماید: «التَّوَّاضِعُ أَنْ تُعْطِيَ النَّاسَ مَا تُحِبُّ أَنْ تُعْطَاهُ؛ تواضع و فروتنی آن است که با مردم همان کنی که دوست داری با تو کنند» (کلینی، ۱۳۸۲، ج ۲، ص ۱۲۴). و این رفتار از خلال کردار و گفتار امام هشتم علیه السلام نمایان است که به مواردی از آن در سیره

حضرت می‌پردازیم:

در روایتی به نقل از یاسر در مورد تواضع حضرت آمده است: زمانی که حضرت رضا علیه السلام وارد حمام شدند یکی از افراد به ایشان گفت: مرا کیسه بکش، حضرت شروع کرد به کیسه کشیدن او، وقتی امام را به او معرفی کردند ناراحت شده و عذرخواهی کرد، ولی امام همچنان او را کیسه می‌کشید و او را دلداری می‌داد که طوری نشده است (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۹، ص ۹۹، شهر آشوب، (بی تا) ج ۴، ص ۳۶۲). امام علیه السلام با این رفتار و طرز برخورد سازنده خویش در حقیقت به آموختن این رفتار و پرهیز از کبر پرداخته که بعد از ایشان نیز سرمشقی برای دیگران قرار گیرد.

امام رضا علیه السلام به نقل از پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرماید: «خَمْسٌ لَا أَدْعُهُنَّ حَتَّى الْمَمَاتِ الْأَكْلُ عَلَى الْحَضِيضِ مَعَ الْعَبِيدِ وَ رُكُوبِي الْحِمَارَ مُؤَكَّفًا وَ حَلَبَ الْعَنْزِ بِيَدِي وَ لُبْسُ الصُّوفِ وَ التَّسْلِيمُ عَلَى الصَّبِيَّانِ لِتَكُونَ سُنَّةً مِنْ بَعْدِي؛ پنج چیز را تا آخر عمر رها نمی‌کنم؛ ۱- غذا خوردن با بردگان بر روی زمین. ۲- سوار شدن بر الاغ بی پالان. ۳- دوشیدن شیر از پستان بز با دست خودم ۴- لباس پشمین ۵- سلام کردن بر کودکان، تا بعد از من سنت باشد» (شیخ صدوق، ج ۱، ص ۱۳۰). با بررسی رفتار امام رضا علیه السلام به خوبی معلوم می‌گردد که ایشان نیز این امور را تجربه کرده نه تنها برای این که به سنت پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم عمل کرده باشد بلکه برای این که عمل کردن به رفتارهای از این دست انسان را از مغرور شدن و تکبر نسبت به امور دنیایی میرهاند.

لذا باید گفت: ادب برگرفته از سیره حضرت اقتضا میکند که هر کس را از خود برتر ببینیم، چرا که ایشان برای بزرگ و کوچک، غنی و فقیر، ارباب و غلام احترام گذاشته و خود را از هیچ کس برتر نمی‌دید.

### ۵-۳-۴. وفای به عهد و رابطه آن با رفتار

یکی از اصول مهم زندگی، وفای به عهد و پیمان‌ها می‌باشد که در همه ابعاد زندگی فردی و اجتماعی انسان کاربرد دارد و از جمله اموری که در تغییر رفتار امروز جوامع نیز ضرورت دارد، برای مثال والدینی که به وعده و وعیدهایشان نسبت به فرزندان کوتاهی میکنند این رفتار آنها آثاری به همراه خواهد داشت که از جمله آنها بی اعتمادی و بی

برنامگی در زندگی فرزندان است (دهم‌رده قلعه نو، ۱۳۹۲، ص ۲۳۳). امام رضا علیه السلام به اهمیت وفای به عهد اشاره کرده و فقدان آن در رفتار افراد را موجب خشم خداوند می‌داند:

«مأمون موضوع مهم زمامداری مسلمانان را به من انتقال داد. پس هرکس پیمانی را که خداوند خواسته است محکم باشد، بگسلد و رشته‌ای را که خدا دوست داشته استوار بماند پاره کند یا به لحاظ مخالف با ولایت عهدی، امام را مورد سرزنش قرار دهد و با این عمل خود اسلام را هتک کند، من صبر و شکیبایی اختیار می‌کنم، من نمی‌دانم سرانجام با من و شما چگونه رفتار میشود. حکم و فرمان از آن اوست و او البته به حق حکم می‌کند و بهترین جدا کننده حق و باطل است» (شیخ صدوق، ۱۳۸۷، ج ۲، ص ۱۴۶، معینی، ۱۳۷۶، ص ۱۳۵). امام رضا علیه السلام در این روایت اولاً به بستن عهد و پیمان‌های الهی اشاره کرده و در ثانی گسستن عهد پیمانی را که در جهت اهداف و دستورات غیر الهی منعقد نشده را برابر با از بین بردن حرمت اسلام می‌داند.

#### ۶-۳-۴. لزوم پرهیز از کذب و بهبود رفتار

اصل کذب و دروغ، در گفتار است. تفاوتی از این جهت وجود ندارد که دروغ نسبت به وعده‌ای باشد که انجام نمی‌شود و یا امر انجام شدنی باشد (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۴۷۸). دروغ ایمان را زایل می‌کند و با زایل شدن ایمان، همه چیز مباح می‌شود و هیچ پرده‌ای نمی‌ماند که دریده نشود (قدر ولایت، ۱۳۸۹، ص ۱۴۶). لذا دروغ و کذب اگر چه در ابتدای امر فرایندی گفتاری است اما عواقب ناگواری در رفتار شخص کاذب به جای می‌گذارد، از جمله این آسیب‌ها؛ بی‌آبرویی، بی‌اعتمادی و رسوایی است به همین دلیل است که در اکثر فرهنگ‌ها مردود می‌باشد (ر.ک: قائمی، ۱۳۷۴، صص ۱۹۸ - ۲۰۰). چنان‌که در فرهنگ رضوی همواره مردم از دروغ‌گویی و فریب برحذر داشته می‌شدند.

بدیهی است قتل امام هشتم پس از چنان موقعیت ممتاز به آسانی میسر نبود؛ قرائن نشان می‌دهد که مأمون پیش از اقدام قطعی خود برای به شهادت رساندن امام به شایعه پراکنی و نقل سخنان دروغ دست زده است، از جمله این دروغ پردازی‌ها این بود که شایع شد امام رضا علیه السلام همه مردم را بردگان خود می‌داند جز با دست‌اندرکاری



عمال مأمون ممکن نبود. هنگامی که ابصلت این خبر را برای امام آورد حضرت فرمودند: «بار الٰه، ای پدیدآورنده آسمان‌ها و زمین تو شاهدهی که نه من و نه هیچ یک از پدرانم هرگز چنین سخنی نگفته‌ایم و این یکی از همان ستم‌هایی است که از سوی اینان به ما می‌شود» (شیخ صدوق، ۱۳۸۷، ج ۲، ص ۱۷۴). این فرمایش امام ناظر به صداقت آن حضرت و اجداد بزرگوار ایشان است که مأمون سعی در تخریب این ویژگی امام داشتند

### ۷-۳-۴. صلۀ رحم و رفتار با دیگران

صلۀ رحم یک رفتار اجتماعی است، از این‌رو هنگامی که افراد تنها هستند معاشرت با دیگران را جست‌وجو می‌کنند و این رفتار حاکی از این است که ارتباط با دیگران و صمیمی شدن با آن‌ها یک نیاز بنیادی روان شناختی است، لذا ارتباط گرم و صمیمی با دیگران احساس آرامش و شادابی را همراه با شکوفایی استعدادها به ارمغان می‌آورد (غباری بناب، ۱۳۸۶، ص ۸۳). از طرفی صلۀ رحم باعث تعادل روانی می‌شود البته نحوه بروز و ظهور این نیازها در طول دوره تحول از نوزادی تا پیری و چگونگی فعالیت افراد در هر دوره ای از رشد برای تأمین این نیازها متفاوت است. تمام افراد در همه دوره های زندگی این نوع احتیاجات را برای خود ضروری تلقی می‌کنند و برای تأمین این نیاز، حداکثر تلاش و کوشش را به خرج می‌دهند. به همین دلیل ابراهام مزلو نیز این‌گونه نیازها را در ردیف نیازهای عالی و اساسی قلمداد کرده که حتما باید در حیات انسان تأمین شوند (احمدی، ۱۳۸۰، ص ۳۳).

امام رضا علیه السلام می‌فرمایند: «خداوند عزوجل به تقوا امر کرده و آن را مشروط و مقترن به صلۀ رحم فرموده است» (شیخ صدوق، ۱۴۰۳، ج ۱، ص ۱۵۶، اربلی، ۱۳۸۱، ج ۲، ص ۲۹۳، شیخ حرعاملی، ۱۴۰۹-ق، ج ۹، ص ۲۵)؛ بنابراین کسی که صلۀ رحم نکند، تقوای الهی ندارد و پرهیزکار نیست. موسی بن سیار می‌گوید: «در خدمت حضرت رضا علیه السلام بودم که صدای شیونی شنیدیم. آن‌جا رفتیم دیدیم کسی فوت کرده است، امام از مرکب پیاده شدند و نزدیک جنازه تشریف بردند و به من فرمودند: «ای موسی بن سیار! هرکس پیکر دوستی از دوستان ما را تشییع کند، از گناهانش پاک می‌شود مانند روزی که از مادر متولد شده است. وقتی تشییع کنندگان جنازه را نزدیک قبر بر زمین گذاشتند امام به جانبش رفته، دستی بر سینه اش گذاشته و فرمودند: ای

فلان بن فلان بهشت بر تو بشارت باد، بعد از این ساعت، دیگر ترسی نداری...» (قمی، ۱۴۱۲ هـ-ق، ص ۸۶۷-۸۶۸). احساس نزدیکی با مردم یکی دیگر از روش‌های اصلاح و تغییر رفتار است که از این طریق سیره شخص عامل برای مشاهده گر به صورت رفتار تلقی می شود چنانکه در این روایت امام با حضور خود باعث همدردی و تسکین خاطر نزدیکان شخص فوت شده شدند.

امام در این مورد میفرمایند: «هر یک از شما که بیمار شدید، برادران مومن خود را اعلام کنید تا شما را عیادت کنند که هر مومنی را اقلای یک دعای مستجاب هست شاید که آن نصیب شما شود» (مجلسی، ۱۴۱۴ هـ-ق، ج ۲، ص ۱۵۲). حضور در کنار فرد بیمار باعث کاهش اضطراب و همچنانکه امام اشاره دارد تاثیر معنوی نیز بر او گذاشته و بهبودی خاطری را برای او فراهم می آورد و از آن جا که یکی اثرات دعا جلوگیری از ناامیدی می باشد نوعی آرامش و اطمینان قلبی برای بیمار ایجاد می کند. بی توجهی به دیگران احساس تنهایی و گوشه گیری را برای فرد به دنبال دارد و از طرف دیگر انجام آن باعث محبوبیت در بین خویشاوندان و کسب همراهی دیگران در هنگام مواجهه با گرفتاری ها را برای او به ارمغان می آورد.

### ۸-۳-۴. جود و بخشش و تأثیر آن در رفتار

جود را بخشش بدون غرض و مختص خدا دانسته اند. در عین حال جود و سخا به معنای بخشش به قصد ثواب اخروی و احتراز از رذیله بخل را در مورد انسان به کار برده اند (نراقی، ج ۲، ص ۱۲۲). برخی از مفسران آیه «بَلْ يَدَاهُ مَبْسُوطَتَانِ» (مائده: ۶۴) را حاکی از نهایت جود و واسع در «وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ» (آل عمران: ۷۳، مائده: ۵۴) را به معنای جود تفسیر کرده‌اند.

حضرت رضا علیه السلام در جهت رفع مشکلات و محرومیت زدایی تلاش‌های ارزنده‌ای کردند که در تاریخ و منابع مختلف درج شده است از جمله در سیره آن حضرت نقل شده است که در روز عرفه تمام اموال خود را بخشید و به اهل نیاز تقسیم کرد، فضل بن یسار گفت این غرامت و اسراف است، امام فرمودند نه بلکه غنمیت است، آن چه در آن کرامت و پاداش است، غرامت مشمار (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۱، ص ۱۰۰، حسینی عاملی، ۱۳۶۱، ج ۲، ص ۱۶). شخص فقیری که نمیتواند زندگی خود و خانواده‌اش را تامین



کند دچار اضطراب می شود یا مزیقه زندگی اخلاق را فاسد می کند، گرفتار فساد می شود، لذا امام برای جلوگیری از پریشانی های زندگی مردم، به کمک به نیازمندان توجه ویژه داشتند. مانع شدن از افتادن مردم در گرداب گناه که از فقر ناشی میشود همواره دغدغه ایشان بوده پس میتوان گفت این رفتار حضرت مصداق رفتار درمانی در سیره ایشان محسوب می شود.

یعقوب بن اسحاق نوبختی گفته است: مردی از جلوی امام علیه السلام عبور، و به ایشان عرض کرد، به اندازه جوانمردی خود، به من بده امام فرمود: این را نتوانم. عرض کرد: به اندازه جوانمردی من. امام فرمود: حالا بلی. سپس فرمود ای غلام دویست دینار به او بده (شهر آشوب، بی تا) ج ۲، ص ۳۶۰). این بیانات حضرت بیانگر این است امام به اندازه درخواست اولیئه سائل ثروتی در دست نداشت که اگر این مقدار مال در اختیار حضرت بود چه بسا آن را به او می بخشید.

باید متذکر شد در سیره امام رضا علیه السلام سخاوت و بخشش منحصر در امور مادی و معنوی بوده است. اما چون بخشش در بعد مالی بیشتر هویدا است لذا در این جا به همین مقدار بسنده می شود، از طرفی کرم وجود حضرت به مردم برای عوض و غرض خاصی نبوده بلکه این مسئله به عنوان رفتار ذاتی آن حضرت محسوب می شده و میتوان گفت هدف حضرت از این جود و بخشش جز نهادینه کردن این رفتار در نهاد مردم چیز دیگری نبوده است.

### ۹-۳-۴. نکوهش آداب و رسوم غلط

هرگز اتفاق نیفتاد که در سخن گفتن به کسی جفا کند، کلام کسی را قطع نمیکرد و فرصت میداد تا آخرین سخن خود را بگوید، اگر کسی حاجتی نزد او می آورد، در صورت امکان ابدأ او را مأیوس نمیکرد، ندیدم در حضور کسی پایش را دراز کند و تکیه بزند، سراغ ندارم به کسی از غلامانش ناسزا بگوید، ندیدم آب دهان را به زمین بیندازد و با صدا و قهقهه بخندد، بلکه تنها تبسم می کرد (شیخ صدوق، ۱۳۸۷، ج ۱، ص ۱۸۴). اینها نمونه عملی از رفتار آن حضرت است که به کارگیری آنها در زندگی انسان را به بالاترین درجه اخلاق و رفتارهای بهنجار رسانده و از آداب و رسوم غلط می رهند. در بیانی دیگر امام رضا علیه السلام برای اصلاح رفتار نامطلوب اسراف که امروزه به

صورت عادت‌ی اجتناب ناپذیر در زندگی مردم نمودار شده از آن حضرت نقل شده که، روزی غلامان میوه‌ای می‌خوردند، آن‌ها میوه را به تمامی نمی‌خورده و باقی آن را دور می‌انداختند. امام به آنها فرمود: سبحان الله، اگر شما از آن بی‌نیازید، هستند کسانی که به آن نیاز دارند، به آنان بخورانید (کلینی، ۱۳۶۵، ج ۶، ص ۲۹۷). این عبارات بیانگر آن است که امام اسراف و ناسپاسی را ناپسند دانسته و معتقدند اگر به چیزی نیاز نداریم بهتر است برای دوری از اسراف و همچنین فقر زدایی آن را به شخص نیازمند عطا کنیم. روزی مهمانی بزرگی بر پا شد و از امام رضا علیه السلام در این مهمانی دعوت کردند طبق آداب رسوم آن عصر، چنین بود که پیش از آمدن مهمان بزرگ همگان به مجلس می‌آمدند تا مهمان عزیز انتظار نکشد. از این رو همه بزرگان و عالمان و اشراف بر بلندای مجلس بر تخت مینشستند، و این از رسوم آن روزگار بود و مردمان عادی در کناره‌های آن مینشستند، آنگاه که امام رضا علیه السلام وارد مجلس شد راه بگوشودند تا امام به جای بزرگان برود، لیکن امام به آن جایگاه توجهی نکرد و به همراه کارگران و خادمان در کنار شاهنشین نشست. از آن روز به بعد دیگر چنین شد که شاهنشینان از ارزش و اعتبار افتادند و همگان در مجالس در کنار هم می‌نشستند و از امام علیه السلام این روش و سیره را آموختند (حاکم نیشابوری، ۱۳۷۵، ص ۱۲۰). میبینیم روش آموزنده آن حضرت در درمان رفتار تجملگرایی را که حضرت تنها با یک اقدام کوچک موجب تغییر آداب و رسوم غلط شده و شیوه رفتاری اسلامی را در رابطه با کرامت داشتن همه انسان‌ها نشان می‌دهد.

هر یک از امامان علیهم السلام الگوهایی هستند که عمل به سیره و توصیه‌های آنان در همه مناسبات گوناگون، تضمین‌کننده سلامت جامعه است، حال اگر رفتار چنین انسان‌های کاملی مبنای عمل هر شخص قرار گیرد، تصحیح‌کننده معاشرت‌های انسانی و ارتباطات اجتماعی و سیاسی آنها می‌شود.

#### ۴-۴. رفتارهای عاطفی

عواطف، گرایش‌ها و احساساتی هستند که انسان را از توجه به منفعت شخصی به سمت نفع غیر معطوف می‌کنند، بنابراین می‌توان برنامه‌هایی برای ایجاد تعادل و هماهنگی در بروز عواطف در نظر گرفته شوند.

#### ۱-۴-۴. رفتار با خانواده

خانواده، جامعه کوچکی است که از تک تک آن جامعه بزرگ به وجود می آید (خاتمی، ۱۸۳۱م، ص ۵۱۵). رفتار زن و شوهر نسبت به یکدیگر و فرزندان باید محصول ادب، عطف، تعاون و علاقه باشد و سعی شان بر این باشد که کردارشان مصداق عمل صالح باشد، سخن و کلامشان نیز باید آمیخته به محبت همراه با شعور باشد (انصاریان، ۱۳۸۰، ص ۲۵۸). امام در این خصوص میفرماید: «اگر نسبت به کسی محبت دارید آن را آشکار کنید زیرا اظهار دوستی نیمی از خردمندی به شمار می آید» (امین عاملی، ۱۴۲۱، ج ۴، ص ۱۹). اظهار محبت یک اصل در علم روان شناسی است و بدون آشکار کردن افکار و احساسات، طرف مقابل از خواسته های عاطفی طرف دیگر بیخبر است و این بیخبری منشا بسیاری از کشمکش ها را در بستر خانواده به وجود می آورد، بنابراین محبت به خانواده عامل بنیادین پایداری و رضایت است که اگر میان آن دو، عواطف مثبت وجود داشته باشد پایداری رابطه را تضمین میکند.

از آن جا که مرد به عنوان مدیر خانواده مسئول رفاه اهل خانه است، بر او لازم است اداره زندگی و ارضای خواهش های مادی و عاطفی خانواده را بر عهده بگیرد، امام رضا علیه السلام بارها به این موضوع پرداخته و می فرماید: «یَنْبَغِي لِلرَّجُلِ أَنْ يُوسِعَ عِيَالَهُ، ثَلَاثًا يَتِمُّنَا مَوْتَهُ؛ سزاوار است مرد غنی و متمکن زندگی خانواده خود را توسعه دهد و آنان را از رفاه و آسایش کافی برخوردار سازد تا آنان به علت سختگیری او و محرومیت خودشان تمنای مرگ وی را نکنند» (کتابچی، ۱۳۸۷، ص ۱۵۴). فراهم نمودن راحتی خانواده مورد تأکید امام در این سخن است.

#### ۲-۴-۴. رهبری القایی

یکی راهکارهای درمان رفتارهای عاطفی، رهبری القایی است و به معنای هدایت و ایجاد انگیزه همراه با بینش قانع کننده در افراد خانواده می باشد (رک: هادی زاده، ۱۳۸۷، صص ۱۰۷-۱۳۲). از آن جایی که انسان ذاتاً علاقه مند است مورد محبت و توجه قرار بگیرد، محبت حالتی روحی نهفته در انسان است که نسبت به محبوب ایجاد می شود و موجب پیوستگی او به محبوبش میشود و نقش به سزای در تغییر رفتارها ایجاد می کند (کامرانی، ۱۳۹۰، ص ۴۹). امام رضا علیه السلام نیز از این روش برای بهبود رفتارهای

نابهنجار استفاده کرده‌اند؛ گاهی والدین در مقابل اصرار زیاد کودکان بر خواست‌های غیر معقول یا غیر ممکن، رفتاری تند و نامناسب ابراز می‌کنند، ولی امام در چنین شرایطی رفتار محبت‌آمیز را ترجیح می‌دهند.

امیه بن علی نقل میکند که «امام رضا علیه السلام در آخرین حج خود که من و امام جواد علیه السلام با حضرت بودیم، به طرف مقام ابراهیم رفت و در آن جا نماز گزارد، امام جواد علیه السلام به سمت حجر رفت... موفق به او گفت جانم فدایت برخیز او فرمود بر نمی‌خیزم تا وقتی خدا بخواهد و غم در چهره اش نمایان شد، موفق خدمت امام آمد و گفت جواد علیه السلام در حجر نشسته بر نمی‌خیزد، امام رضا علیه السلام به طرف امام جواد علیه السلام رفت و فرمود برخیز ای حبیب من، امام جواد علیه السلام گفت چگونه برخیزم در حالی که شما با کعبه چنان وداع می‌کنید که گویا هرگز بر نمی‌گردید، امام {برای بار سوم} فرمود ای حبیب من برخیز، امام جواد علیه السلام برخاست (اربلی، ۱۳۸۱، ج ۳، ص ۲۱۶).

از این عبارات بر می‌آید که امام رضا علیه السلام در مقابل اصرار امام جواد علیه السلام هرگز به او تندی نکرد بلکه با جملات محبت‌آمیز (قم یا حبیبی) و با حوصله فرزند خردسالش را قانع کرد. در واقع این روش نوعی تأدیب غیرمستقیم فرزندان است و بدون اینکه با اقتدار و امر و نهی مستقیم همراه باشد حضرت رهبری خود را نسبت به زیر مجموعه القا کرده و آن‌ها را به سمت رفتارهای مطلوب هدایت می‌کنند.

از کاتب حضرت رضا علیه السلام نقل شده؛ که آن حضرت، هیچگاه نام فرزندش «محمد» را نمی‌برد مگر با کنیه، به طور مثال می‌فرمودند: «ابوجعفر، برایم نامه نوشته است.» این گونه احترام گذاشتن، معمولاً در خانواده‌های آن زمان مرسوم نبود اما امام با کمال احترام از فرزندشان یاد می‌کردند. این تکریم وقتی برایم بیشتر جذاب شد که دانستم فرزند ایشان، هنوز کودک هستند (شیخ صدوق، ۱۳۸۷، ج ۲، ص ۲۶۶). امام رضا علیه السلام در برخورد با فرزند گرمی اش روش آزادمنشی و سهل‌گیری معقولی که بر پایه احترام و ارزش‌گذاری به مقام ایشان است القاء میکند که اینگونه رفتار فرزندان را مسلط بر خود و افرادی خود مختار بار می‌آورد که می‌توانند کنترل زندگی را به دست گرفته و رضایت از زندگی را برای خود و اطرافیان فراهم کنند.

### ۳-۴-۴. همگرایی و انس با اطرافیان و تغییر رفتار

یکی از راه های جذب افراد به سوی گرایشات خود، محبت و انس با آن افراد است. ارتباط و علاقه ای که در این راستا به دست می آید موجب تغییر رفتار افراد شده و نوعی رفتار درمانی را به ارمغان می آورد که این معیار تغییر رفتار به خوبی در سیره حضرت رضا علیه السلام نمایان است.

خادم امام رضا علیه السلام گزارش می کند که هر گاه امام تنها میشد و فارغ از مسائل روزمره، اعضای خانواده، اطرافیان و حتی کارگران را گرد خود جمع میکرد، با آنها انس میگرفت، بر سر یک سفره آنان را مینشانند (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۶، ص ۱۶۴). روزی که امام مسموم شدند پس از انجام دادن نماز ظهر به فردی که نزدیک ایشان بود فرمودند: مردم غذا خوردند؟ آن فرد جواب داد: آقای من در چنین شرایطی کسی می تواند غذا بخورد؟ در این لحظه که امام علیه السلام متوجه میشوند کسی غذا نخورده، می نشیند و دستور آوردن سفره ای را می دهند همه را سر سفره دعوت کرده و آنها را مورد لطف قرار می دهند ( شیخ صدوق، ۱۳۸۷، ج ۲، ص ۲۴۱).

این ها نمونه هایی از بهره گیری حضرت از رفتار عاطفی است که با تبعیت از حضرت میتوان آنها را در زندگی نهادینه و باعث رشد همه جانبه رفتار خانواده شد.

### ۴-۴-۴. رعایت مساوات بین فرزندان

برتری دادن بعضی از فرزندان در برخی موارد جایز است ولی هرگاه موجب کینه توزی و دشمنی گردد، باید ترک شود. از امام رضا علیه السلام پرسیده شد، مردی برخی از فرزندان را بر برخی دیگر ترجیح میدهد (این چه حکمی دارد؟) حضرت فرمود: آری امام صادق علیه السلام نیز این طور رفتار میکرد. به محمد علاقه بیشتری نشان میداد... مردی که دختر خود را از پسرش بیشتر دوست دارد، همان حکم را دارد، حضرت فرمود: پسر و دختر در این حکم، با هم مساوی اند (عطاردی، ۱۴۰۴، ج ۲، ص ۲۷۷). نکته اساسی که در این روایت مدنظر است رعایت عدل و تساوی در اعمال محبت فرزندان و شایستگی های آنها را دیدن است، طبیعی است وقتی یکی از کودکان بیشتر مورد توجه قرار گیرد موجب برانگیختن حس حسادت و بی لیاقتی در سایرین می شود از این رو خود را پست و نالایق تلقی کرده و دچار شکست روحی میشود که عواقب رفتاری بعدی

تلاش برای اثبات خود به هر طریقی) را به دنبال دارد؛ البته گاهی برخی از فرزندان شایستگی های ذاتی دارند که باید به آن توجه شود؛ تا اعتماد به نفس و ایجاد انگیزه را برای او در پی داشته باشد، چنان که امام نیز به آن اشاره دارد.

خانواده برای فرزندان یک ظرف محسوب میشود، محتوای این ظرف نوع برخورد اعضای آن با یکدیگر است، لذا اگر آرزویی برای فرزندانمان داریم باید به طرز رفتار خودمان توجه کنیم زیرا فرزندان ما بر اساس آن چه که ما می‌خواهیم تربیت نمی‌شوند؛ بلکه بر طبق عملکرد رفتاری ما تربیت می‌شوند. بنابراین باید به سه عنصری که امام رضا علیه السلام در بهبود رفتار فرزندان به آن عمل کرده‌اند یعنی رهبری عاطفی، احترام، رعایت مساوات توجه شود و این امور بیشتر در عملکرد والدین نمودار می‌شوند تا روش‌های گفتاری و آموزشی آن‌ها.

#### ۴-۴-۵. رفتار با یاران

بسیاری از نظریه پردازان شخصیت، از «حرمت خود» به عنوان نیاز اساسی انسان و چیزی که ما پیوسته برای دستیابی به آن تلاش میکنیم یاد کرده اند (سالاری فر، ۱۳۹۰، ص ۱۱۴). از این رو لازمه حفظ حرمت، حراست و نگهبانی از حرمت بقیه و احترام گذاشتن به آن‌هاست. این یک نوع رفتار مقابله‌ای محسوب می‌شود، به این دلیل که همه افراد نیازمند به ارزش گذاری و گرفتن تأیید افراد دیگر هستند.

شخصی در مورد رفتار عاطفی امام با یارانش می‌گوید: نزد حضرت رضا علیه السلام بودم و بسیار تشنه بودم، نخواستم از حضرت آب بطلبم خود آن حضرت آبی طلبید و از آن چشید و به من داد و فرمود: ای محمد، بنوش که آب خنکی است من هم نوشیدم (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۹، ص ۳۱). در حقیقت امام برای تصرف در دل‌ها و ارضای نیاز به احترام که موجب اعتماد به نفس، قدرت و احساس پر ثمر بودن در جهان است نه از آن جهت که خود نیازمند به این ویژگی‌هاست بلکه برای آموزش این امور به دیگران به رفتار «ارزش‌دهنده» توجه می‌کردند.

گزارش دیگری از سیره حضرت به این گونه است که «شب‌ی مهمانی به خانه حضرت رضا علیه السلام آمد، حضرت با او به گفت‌وگو نشست و گو نشسته بود که چراغ خراب شد. آن مرد، دست دراز کرد آن را درست کند، حضرت جلوگیری کرد و خودش اقدام به اصلاح چراغ کرد،



سپس فرمود ما قومی هستیم که از مهمان خود کار نمی‌کشیم» (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۹، ص ۱۰۲). لذا محبت و احترام از ساده‌ترین و اما مهم‌ترین امور برای رفتار تربیتی است.

#### ۶-۴-۴. رفتار با دیگران

در اندیشه رضوی، کرامت انسان‌ها و این که همه انسان‌ها با هم برابرند و سفید و سیاه، کارگر و کارفرما، دارا و نادار، همه انسانند و برتری در میان آنان وجود ندارد. همچنین از بررسی سیره امام علیه السلام مشخص می‌شود حتی برتری در اعمال و تقوا و پرهیزگاری، موجب برتری‌های ظاهری در این دنیا نمی‌شود؛ بلکه این‌ها اموری است که به آخرت مربوط است. دیگر اینکه همه، فرزندان یک پدر و یک مادرند، پس با هم برادرند (حکیمی، ۱۳۸۸، ص ۶۰). از جمله رفتارهای عاطفی که حضرت با مردم داشتند؛ از عبدالله بن صلت نقل شده که امام رضا علیه السلام روزی همگان را بر سفره خواند و غلامان او از سیاه و غیر سیاه آمدند و بر سر سفره نشستند. به او گفتیم: فدایت شوم! آیا بهتر نیست که برای اینان سفره‌ای جداگانه گسترده شود؟ گفت: «إِنَّ الرَّبَّ - تبارک و تعالی - واحد، و الأمّ واحِدَةٌ، و الأبّ واحدٌ، و الجزاء بالأعمال؛ خدای همه یکی است و مادر و پدر، یکی (پس تفاوتی نیست) و پاداش هر کس بسته به کردار اوست» (کلینی، ۱۳۸۲، ج ۴، ص ۲۳؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۹، ص ۱۰۱؛ حکیمی، ۱۳۷۹، ص ۲۴۹). امام هیچ تفاوتی میان خود و بردگان و غلامان خویش جز به کردار نمی‌بیند و اینگونه رفتار، برای این است که امت، درس انسانیت و فضیلت آموزد و با این رفتار خود نوعی تغییر نگرش نسبت به انسان و تکریم شخصیت را گوشزد کرده‌اند.

از توصیه‌های امام رضا علیه السلام به غلامان و کارگران خود این بود که به هنگام غذا خوردن، اگر من بالای سر شما بودم، قبل از تمام کردن طعام، هرگز از جای خود بلند نشوید. بارها اتفاق می‌افتاد که امام بعضی از بردگان خود را صدا می‌زد، می‌گفتند مشغول غذا خوردن هستند، می‌فرمود بگذارید طعامشان را بخورند (کلینی، ۱۳۶۲، ج ۶، ص ۲۹۸، مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۹، ص ۱۶۴). توجه امام به شأن انسانی از طریق احترام و شخصیت دادن به آن‌ها، خود راهکاری کاربردی جهت درمان رفتارهایی بوده که ناشی از احساس محرومیت و حقارت است. اینها اموری است که در علم روانشناسی تحت عنوان خلوص، نشان دادن صداقت، همبستگی و نشان دادن احساسات و هیجانات مشترک از آن‌ها یاد

شده که با رعایت آن‌ها می‌توان به مدیریت عواطف و احساسات در جهت اهداف دین و رستگاری گام برداشت.

#### ۷-۴-۴. رفتار با دشمنان

امام رضا علیه السلام در برخورد با دشمنان نیز از حرمت و عطوفت نسبت به آن‌ها چیزی کم نمی‌گذاشتند و همیشه روشی عاطفی همراه با منطق را در سیره خود در برابر آن‌ها مدنظر قرار میدادند؛ برای نمونه رفتار آن گرامی در برابر با «جلودی» در میان گفتگوی او با مأمون چنین است که جلودی از درباریان سفاک مأمون بود و روزی به شدت به حضرت و خانواده گرامیش اهانت کرد اما امام با بزرگواری او را بخشید این در حالی بود که مأمون قصد داشت او را بکشد (رک؛ ابن بابویه، ۱۳۷۸، ج ۲: ۱۶۱). علت این رفتار امام در مقابل جلودی ترویج روح بخشش در مقابل خشم و عداوت است؛ لذا امام با حفظ عدالت و صرفاً به دلیل کرامت انسانی او چنین رفتاری را در برابر جلودی داشتند.

محمد بن یزید نقل میکند: در خدمت امام رضا علیه السلام بودم، مردی از خوارج در حالی که خنجری زهرآگین در دست داشت وارد شد و گفت: (از امام خواهم پرسید) چرا وارد بر طاغوت شده است؟ اگر دلیلی داشت که هیچ و گرنه مردم را از دست او راحت خواهم کرد. اجازه ورود طلبید، امام اذن داد و فرمود: به سؤال به این شرط پاسخ می‌دهم که اگر پاسخم را پسندیدی و قانع شدی آنچه را که در آستین داری دور اندازی...! آن مرد که حیرت زده ماند، خنجر را شکست. آنگاه پرسید: چرا به حکومت این طاغوت داخل شدی، در حالی که اینان در نظر تو کافرند و تو پسر پیامبری! امام فرمودند: آیا به نظر تو اینان کافرترند، یا عزیز مصر و اهل کشور او؟ مگر نه این است که اینان خود را موحد می‌دانند؛ ولی حاکم مصر، نه یکتا پرست بودند و نه خدانشناس؟ یوسف پیامبر بود که به عزیز مصر گفت: مرا مسئول خزائن مملکت قرار بده... و با فرعون نشست و برخاست می‌کرد، در حالی که من یکی از اولاد پیامبرم و مأمون هم مرا به این کار اجبار کرده است. چرا بر من خشم می‌گیری؟ آن مرد گفت: بر تو اشکالی نیست، گواهی می‌دهم که تو فرزند پیامبری و تو صادق هستی (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۹، ص ۵۵). از این روایت چنین بر می‌آید که ابتدا امام که می‌توانست به شخص که قصد جان حضرت را داشت اجازه ورود ندهد یا رفتاری مقابله‌ای مثل او را داشته باشد اما ایشان با کمال احترام به

او اجازه ورود و طرح دیدگاه‌هایش را می‌دهد و در مرحله بعد با منطق و استدلال همراه با نرم‌خویی او را قانع کرده طوری که شخصی که برای کشتن آن حضرت آمده بود پیرو حضرت می‌شود، این گزارش نمونه بارزی از رفتار درمانی حضرت با برخورد عاطفی آن حضرت است.

### نتیجه‌گیری

یکی از عناصر مهم شخصیت انسان رفتار است که نمود آشکار آن در افکار و اندیشه‌های فرد ظهور می‌کند. بر همین اساس است که در صورت دچار شدن به عیوب و امراض، تمامی ابعاد وجود آدمی را تحت الشعاع قرار می‌دهد. بنابراین باید در ارتباط با عملکردهای رفتاری توجه کافی را مبذول داشت و برای درمان بیماری‌های آن با تأسی از سبک زندگی رضوی تلاش گسترده‌ای کرد.

از مطالعات و بررسی‌های انجام گرفته می‌توان نتیجه گرفت که روش‌های مورد نظر امام علیه السلام در تغییر رفتار بیشتر غیرمستقیم و عملی بوده و بر پایه اصل کرامت انسانی، احترام به ساحت او و مهربانی نسبت به همه اقشار جامعه بنا شده است همچنین می‌توان گفت امام علیه السلام به همه ابعاد وجودی انسان توجه نموده و در همه زمینه‌ها اعم از رفتارهای اخلاقی، عبادی، اجتماعی و عاطفی راهکارهایی ارائه کرده‌اند که گاه به صورت گفتاری و گاه به صورت عملی به تغییر آن‌ها اقدام کرده‌اند. در این نوشتار بیشتر به تأثیر سیره آن حضرت در اصلاح رفتار دیگران از طریق یادگیری مشاهده‌ای پرداخته شده است.

قرآن کریم.

۱. ابن بابویه، (شیخ صدوق)، *عیون اخبار الرضا علیه السلام*، ج ۱ و ۲، تهران، دارالکتب اسلامیة، ۱۳۸۷.
۲. \_\_\_\_\_، *عیون أخبار الرضا علیه السلام*، قم، انتشارات جهان، ۱۳۷۸ ق.
۳. ابن بابویه، (شیخ صدوق)، *الخصال* ج ۱، قم، جامعه مدرسین، ۱۴۰۳ هـ-ق.
۴. ابن شعبه، حرانی، *تحف العقول*، قم، جامعه مدرسین، ۱۴۰۴ هـ.
۵. ابن فارس، احمد، (بی تا)، *معجم مقاییس اللغة*، مصر، شرکه مکتبه مصطفی البابی و اولاده.
۶. ابن منظور، المصری الانصاری، محمد بن مکرم، *لسان العرب*، ج اول، بیروت، دارالصادر، ۱۴۱۰ ق.
۷. اتیکسون، ریتال آل و همکاران، *زمینه روانشناسی هیلگارد*، مترجم، براهنی، محمدتقی، تهران، رشد، ۱۳۸۵.
۸. احمدی، محمدرضا، نقش صله رحم در بهداشت روانی، نشریه معرفت، ش ۴۸: (صص ۲۹-۳۷)، ۱۳۸۰.
۹. اربلی، علی ابن عیسی، *کشف الغمه*، ج ۳ و ۲، ناشر: مکتبه بنی هاشم - تبریز، ۱۳۸۱.
۱۰. اسکندریلو، محمد جواد، *نگاهی قرآنی به پاکسازی روح*، تهران، کانون اندیشه جوان، ۱۳۸۶.
۱۱. امین عاملی، سید محسن، *اعیان الشیعه*، ترجمه: حجتی کرمانی، علی، ج ۴، بیروت، دارالتعارف للمطبوعات، ۱۴۲۱ هـ-ق.
۱۲. انصاریان، حسین، *نظام خانواده در اسلام*، قم، انشارات ام ابیها، ۱۳۸۰.
۱۳. باقر، شریف قرشی، *پژوهشی دقیق در زندگی علی بن موسی الرضا علیه السلام*، مترجم: صالحی، سید محمد، تهران، ناشر: دارالکتب اسلامیة، ۱۳۸۲.
۱۴. برگ، لورا، *روانشناسی رشد ج ۱*، مترجم: محمدی، تهران، ارسباران، ۱۳۸۸.
۱۵. پورامینی، محمد باقر، سبک زندگی، *منشور زندگی در نظر امام رضا علیه السلام*،

- مشهد، انتشارات قدس رضوی، ۱۳۹۲.
۱۶. تدوین و تنظیم مؤسسه فرهنگی قدر ولایت، *سیره اجتماعی پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله و سلم*، تهران، ناشر: موسسه قدر ولایت، ۱۳۸۹.
۱۷. تمیمی آمدی، عبد الواحد، *غرر الحکم و درر الکلم*، ج ۱، بیروت، موسسه علمی للمطبوعات، ۱۴۰۷-ق.
۱۸. حاکم نیشابوری، ابو عبدالله، *تاریخ نیشابور*، مترجم: محمد بن حسین، خلیفه نیشابوری، تصحیح: شفیعی، محمدرضا، تهران، آگه، ۱۳۷۵.
۱۹. حکیمی، امیرمهدی، *سیره امام رضا*، تهران، ناشر: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۸.
۲۰. حکیمی، محمد، *معیارهای اقتصادی در تعالیم رضوی*، مشهد، ناشر: بنیاد پژوهشهای اسلامی، ۱۳۷۹.
۲۱. حمیری، عبدالله بن جعفر، *قرب الاسناد*، قم، انتشارات: آل البيت عليهم السلام، ۱۴۱۳هـ.
۲۲. حویزی، علی بن جمعه، *نور الثقلین*، ج ۲، قم، انتشارات: مطبعة العلمية، ۱۴۰۴هـ.
۲۳. خاتمی، احمد، *فرهنگنامه موضوعی نهج البلاغه*، تهران، سروش، ۱۸۳۱.
۲۴. خوش نویس عماد، احمد، *فضایل علمی و اخلاقی امام هشتم علیه السلام*، تهران، مؤسسه مطبوعاتی عطائی، ۱۳۵۹.
۲۵. دستغیب، عبد الحسین، *گناهان کبیره*، تهران، ناس، ۱۳۷۰.
۲۶. دهخدا، علی اکبر، *لغتنامه دهخدا*، تهران، موسسه لغتنامه دهخدا، ۱۳۷۹.
۲۷. دهمرده قلعه نو، حبیب الله، میرعمادی، رحمت الله، *جایگاه زن در خانواده و اجتماع از دیدگاه امام رضا*، ۱۳۹۲.
۲۸. راس، آلن، *اختلالات روانی کودکان*، امیرهوشنگ مهریار و فریده یوسفی، چاپ دوم، تهران، رشد، ۱۳۷۶.
۲۹. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، *المفردات فی غریب القرآن*، بیروت، دارالعلم، ۱۴۱۲-ق.
۳۰. \_\_\_\_\_، مفردات، تهران، نشر سبحان، ۱۳۸۸.
۳۱. رسولی محلاتی، سیدهاشم، *مجموعه آثار نخستین کنگره جهانی حضرت رضا*، مشهد، ناشر کنگره امام رضا علیه السلام، ۱۳۶۵.

۳۲. الزبیدی، محمد بن محمد الحسینی، *تاج العروس من جواهر القاموس*، تحقیق: علی شیری، چ اول، بیروت، دارالفکر، ۱۴۱۴ ق.
۳۳. سالاری فر، محمدرضا، شجاعی، محمدصادق، موسوی اصل، سید مهدی، دولتخواه، محمد، *بهداشت روانی با نگرش به منابع اسلامی*، قم، ناشر: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۰.
۳۴. سالاری، سهیلا، *روشهای تربیتی پیامبر*، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۹۲.
۳۵. سبحانی، جعفر، *فقه الرضا علیه السلام فی الشریعه الاسلامیه الغراء*، قم، موسسه تعلیماتی و تحقیقاتی امام صادق علیه السلام، ۱۳۹۲.
۳۶. شفیغ آبادی، عبدالله، ناصری، غلامرضا، *نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی*، چاپ پنجم، تهران، مرکز نشر دانشگاهی، ۱۳۷۵.
۳۷. شهرآشوب، ابوجعفر محمد بن علی، *مناقب آل ابی طالب*، ج ۲ و ۴، قم، انتشارات مصطفوی، بی تا.
۳۸. شیخ حر عاملی، محمد بن حسن، *وسایل الشیعه*، ج ۱۴ و ۱۵، تهران، انتشارات: اسلامی، ۱۴۰۹.
۳۹. \_\_\_\_\_، *وسایل الشیعه*، مترجم علی افراسیابی، قم، نشر نهاوندی، ۱۳۸۰.
۴۰. شیخ صدوق، *من لایحضره الفقه*، ج ۴، تصحیح: علی اکبر غفاری، چ ۲، قم، انتشارات: جامعه مدرسین، ۱۴۰۴ هـ-ق.
۴۱. طبرسی، فضل بن حسن، *مجمع البیان فی تفسیر قرآن*، چاپ دوم، بیروت، دارالحیات، ۱۴۰۳.
۴۲. طریحی، فخر الدین، *مجمع البحرین*، تحقیق: السید احمد الحسینی، چ دوم، تهران، مکتبه نشر الثقافه الاسلامیه، ۱۴۰۸ ق.
۴۳. عطاردی، عزیزالله، *مسند الامام الرضا علیه السلام*، ج ۱، مشهد، آستان قدس رضوی، ۱۴۰۴.
۴۴. فضل الله، محمد جواد، *تحلیلی از زندگانی امام رضا علیه السلام*، مترجم: عارف، محمدصادق، مشهد، بنیاد پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی، ۱۳۷۷.
۴۵. فلسفی، محمدتقی، *کودک از نظر وراثت و تربیت*، تهران: هیئت نشر معارف اسلامی، ۱۳۸۹.

۴۶. فیض کاشانی، محسن، *المحجّة البیضا فی تهذیب الاحیاج ج ۲*، قم، انتشارات جامعه مدرسین، بی تا.
۴۷. قائمی، علی، *تربیت و بازسازی کودکان*، تهران: امیری، چ ۹، ۱۳۷۴.
۴۸. قمی، شیخ عباس، *منتهی الامال*، انتشارات: فراوری، ۱۳۸۱.
۴۹. کتابچی، محسن، *آیین زندگی از دیدگاه امام رضا علیه السلام*، مشهد، ناشر: نشر الف، ۱۳۸۷.
۵۰. کلینی، محمد بن یعقوب، *کافی*، تصحیح علیاکبر غفاری، تهران، دارالکتب اسلامی، ۱۳۶۵.
۵۱. \_\_\_\_\_، *الکافی*، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۴۰۷-ه.ق.
۵۲. کلینی، محمد بن یعقوب، *اصول کافی*، ترجمه صادق حسنزاده، ج ۱، ناشر قائم آل محمد، ۱۳۸۲.
۵۳. کلینی، محمد بن یعقوب، *فروع کافی*، چاپ دوم، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۶۲.
۵۴. مجلسی، محمد تقی، *لوامع صاحبقرانی*، ج ۲، قم، اسماعیلیان، ۱۴۱۴-ه.ق.
۵۵. مجلسی، محمدباقر، *بحار الانوار*، ج ۴۶، بیروت، مؤسسه الوفا، ۱۴۰۳.ه.ق.
۵۶. محمدتقی فلسفی، *کودک از نظر وراثت و تربیت ج ۲*، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۸۹.
۵۷. مصطفوی، حسن، *التحقیق فی کلمات القرآن الکریم*، ج ۹، تهران، وزارت ارشاد، ۱۴۱۶-ه.ق.
۵۸. معلوف، لویس، *المنجد الابدی*، مترجم: سیاح، احمد، انتشارات: فرحان، ۱۳۸۶.
۵۹. معینی، محمد جواد، ترابی، احمد، *امام علی بن موسی منادی توحید و امامت*، مشهد، بنیاد پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی، ۱۳۷۶.
۶۰. مقرر، سید عبدالرزاق، *نگاهی گذرا بر زندگی امام رضا علیه السلام*، مترجم: دهقان، مرتضی، انتشارات میقات، ۱۳۷۰.
۶۱. منتضرالقائم، اصغر، *تاریخ امامت*، قم، معرفت، ۱۳۸۴.
۶۲. نراقی محمد مهدی، *جامع السعادات*، ج ۲، انتشارات: مؤسسه علمی مطبوعات، ۱۹۶۳.م.
۶۳. نراقی، احمد، *معراج السعاده*، تهران، انتشارات: کتاب فروشی اسلامی، ۱۳۳۲.

۶۴. نراقی، مهدی بن ابی ذر، *الفقه المنسوب الی الامام الرضا علیه السلام*، قم، موسسه آل البيت عليهم السلام، ۱۴۰۶هـ-ق.

۶۵. نوری، نجیب الله، *بررسی پایه های روانشناختی و نشاتگان صبر در قرآن*، ش ۴، (ص ۱۴۳-۱۶۸)، ۱۳۸۷.

۶۶. هادیزاده مقدم، اکرم، فرجیان، مرجان، *بررسی تاثیر هوش عاطفی بر رفتار شهروندی سازمانی کارکنان بالحاظ کردن نقش تعهد عاطفی*، مجله: پیام معرفت، ش ۲۸، (صص ۱۰۷-۱۳۲)، ۱۳۸۷.

