

**Received:** 2025/3/15

**Accepted:** 2025/11/25

from 157 to 174

**Fatemeh Fallah Tafti**

(Corresponding Author)

F.fallah@atu.ac.ir

**Fatemeh Yazdian**

**Hossein Abadi**

Fyazdian1399@gmail.com

## **Designing and Presenting a Systematic Strategic Framework for Instilling Hope in Society: An Analysis Based on the Teachings of Nahj al-Balaghah**

### **Abstract**

Hope is recognized as one of humanity's most vital spiritual and psychological resources, playing a fundamental role in the realization of individual and collective aspirations. Nevertheless, persistent social and political challenges often contribute to a discernible decline in public hope. Consequently, there is an urgent need to develop a systematic and actionable framework for cultivating hope within society, thereby facilitating the realization of the ideals of the Islamic Revolution and the New Islamic Civilization. Drawing extensively from the rich theological and ethical teachings of Nahj al-Balaghah, this study aims to design and articulate such a strategic framework. Employing a qualitative research methodology grounded in content analysis, the study proceeded through three sequential stages: 1) conceptual clarification of hope and an examination of its prominence within the discourse of Nahj al-Balaghah; 2) the design of a systematic strategic framework for fostering societal hope; and 3) the evaluation and validation of the resultant framework. The proposed model is constructed upon several foundational principles, including Theism and Spirituality, Self-Knowledge, Ontological Clarity (understanding the nature of the world), and Motivation Generation. Furthermore, the framework integrates various concrete operational strategies, such as the elucidation of Divine Mercy and Grace, the institutionalization of a culture of active patience (resilience), leveraging historical experiences for future planning, strengthening positive cognitive outlooks, and recognizing the pivotal role of religious scholars in maintaining a balanced theological perspective between Khawf (Fear) and Rajā' (Hope). This comprehensive strategic framework offers a robust and practical model for the continuous management and enhancement of hope within the social structure.

### **Keywords:**

Hope, Optimism, Nahj al-Balaghah, Strategic Framework, Societal Hope Cultivation.

## طراحی و ارائه چارچوب راهبردی نظام‌مند امیدبخشی در جامعه بر اساس آموزه‌های نهج‌البلاغه

فاطمه فلاح‌تفتی  
(نویسنده مسئول)  
F.fallah@atu.ac.ir

فاطمه یزدیان حسین‌آبادی  
منتمنت  
Fyazdian1399@gmail.com

### چکیده

امید و امیدواری به عنوان یکی از مهم‌ترین نیازهای روحی و معنوی انسان، نقش کلیدی در تحقق آرمان‌های فردی و اجتماعی ایفا می‌کند. با این حال، در برخی شرایط اجتماعی و سیاسی، شاهد کاهش سطح امید در جامعه هستیم. لذا ضروری است که با ارائه چارچوبی نظام‌مند و کاربردی برای امیدبخشی در جامعه، بستر تحقق آرمان‌های انقلاب اسلامی و تمدن نوین اسلامی فراهم آید. این مطالعه با الهام از آموزه‌های نهج‌البلاغه به دنبال طراحی و ارائه چنین چارچوبی است. این پژوهش با رویکرد کیفی و مبتنی بر تحلیل محتوا، در سه گام اصلی انجام شده است: ۱) تبیین مفهوم امید و بررسی جایگاه آن در نهج‌البلاغه (۲) طراحی و ارائه چارچوب راهبردی نظام‌مند امیدبخشی در جامعه و ۳) ارزیابی و اعتبارسنجی چارچوب ارائه‌شده. چارچوب پیشنهادی بر اساس اصولی همچون خداباوری، معنویت، خودشناسی، هستی‌شناسی و ایجاد انگیزه در جامعه بنا نهاده شده است. همچنین راهکارهای عملیاتی متنوعی از قبیل تبیین مفهوم رحمت و نعمت الهی، ترویج فرهنگ صبر و استقامت، بهره‌گیری از تجارب گذشته برای آینده، تقویت روحیه مثبت‌اندیشی و نقش محوری علما در تبیین متوازن آموزه‌های دینی در این چارچوب گنجانده شده است. این چارچوب راهبردی می‌تواند بستری نظام‌مند و کاربردی برای تقویت امید و امیدواری در جامعه فراهم آورد.

### واژگان کلیدی:

امید، امیدواری، نهج‌البلاغه، چارچوب راهبردی امیدبخشی، امیدبخشی در جامعه.

## ۱- بیان مسئله

امید و امیدواری از اساسی‌ترین نیازهای روانی و اجتماعی انسان به‌شمار می‌رود و نقش تعیین‌کننده‌ای در پویایی فردی، معنابخشی به زندگی و استمرار کنشگری اجتماعی ایفا می‌کند. مطالعات حوزه روان‌شناسی مثبت‌گرا نشان می‌دهد که امید، سازه‌ای شناختی - انگیزشی است که از طریق تقویت هدف‌مندی، برنامه‌ریزی و احساس توانمندی، زمینه‌تاب‌آوری در برابر بحران‌ها را فراهم می‌سازد (Snyder, 2002, p. 249). در سطح کلان اجتماعی نیز، وجود امید مشترک، از مؤلفه‌های اصلی سرمایه اجتماعی محسوب می‌شود و در افزایش اعتماد، مشارکت و انسجام اجتماعی نقشی اساسی دارد (Putnam, 2000, pp. 18-19).

در معارف اسلامی، امید جایگاهی فراتر از یک حالت روانی صرف دارد و به‌مثابه اصلی اعتقادی و تربیتی مطرح می‌شود که ارتباطی وثیق با ایمان به خداوند، رحمت الهی و حرکت تاریخی جامعه مؤمنان دارد. قرآن کریم، یأس از رحمت الهی را ویژگی کافران معرفی کرده است: «إِنَّهُ لَا يِيَّاسُ مِنَ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ» (یوسف: ۸۷). همچنین خداوند مؤمنان را به امید فعالانه به یاری و نجات الهی فرامی‌خواند: «ثُمَّ نُنَجِّي رُسُلَنَا وَالَّذِينَ آمَنُوا» (یونس: ۱۰۳). علامه طباطبایی با تحلیل این آیات، امید را عامل پویایی ایمان و مانع سقوط انسان در ورطه انفعال و پوچ‌گرایی می‌داند (طباطبایی، ۱۳۹۳، ج ۱۱، صص ۳۴۵-۳۴۷).

نهج‌البلاغه، به‌عنوان یکی از غنی‌ترین منابع اسلامی در حوزه انسان‌شناسی و اخلاق اجتماعی، تصویری عمیق و واقع‌بینانه از مفهوم امید ارائه می‌دهد. در اندیشه امام علی<sup>(ع)</sup>، امید نه به‌معنای آرزوپردازی و اتکای بی‌عمل، بلکه به‌مثابه «رجاء عقلانی» تعریف می‌شود که همواره با عمل، مسئولیت‌پذیری و شناخت واقعیت‌های دنیا همراه است. آن حضرت در نکوهش آرزوهای فریبنده می‌فرماید: «ان اخوف ما اخاف عليك اثنان: ائْبَاعَ الْهَوَى وَطُؤْلَ الْأَمَلِ» (نهج‌البلاغه، خطبه ۴۲). این بیان نشان می‌دهد که امید مطلوب، امیدی مهارشده و هدایت‌شده است که انسان را از غفلت و رکود بازمی‌دارد.

امام علی<sup>(ع)</sup> از سوی دیگر، با سوق دادن امید انسان به سوی خداوند، آن را به منبعی پایدار و شکست‌ناپذیر تبدیل می‌کند. شارحان نهج‌البلاغه این آموزه را ناظر به تمایز میان امید اصیل و امید کاذب دانسته‌اند؛ امید اصیل، انسان را به تلاش، صبر و اصلاح خویشتن سوق می‌دهد، در حالی که امید کاذب، زمینه‌ساز سستی و وابستگی به عوامل ناپایدار است (ابن‌میثم بحرانی، ۱۳۷۶، ج ۵، ص ۲۸۹؛ جعفری، ۱۳۸۰، ج ۲۵، ص ۳۴۶).

علاوه بر بُعد فردی، امید در نهج‌البلاغه کارکردی اجتماعی و تمدنی نیز دارد. امام علی<sup>(ع)</sup> در نامه‌ها و خطبه‌های حکومتی خود، با تقویت امید مردم به عدالت، اصلاح و آینده‌ای بهتر، آنان را به مشارکت فعال در ساخت جامعه مطلوب فرامی‌خواند (نهج‌البلاغه، نامه ۵۳). تحلیل این نامه نشان می‌دهد که امید، یکی از ابزارهای اصلی مدیریت اجتماعی و حفظ انسجام جامعه در شرایط دشوار است (جوادی‌آملی، ۱۳۸۶، صص ۲۱۰-۲۱۲).

با این حال، بررسی شرایط جوامع معاصر، به‌ویژه جوامعی که با فشارهای اقتصادی، فرهنگی

و روانی مواجه‌اند، حاکی از کاهش امید اجتماعی و گسترش احساس ناتوانی و بی‌اعتمادی است. رهبر معظم انقلاب اسلامی نیز در «بیانیه گام دوم انقلاب»، با تأکید بر ضرورت «امید صادق و واقع‌بینانه»، امید را شرط اساسی تداوم حرکت جامعه اسلامی دانسته‌اند (بیانیه گام دوم انقلاب، ۱۳۹۷). این تأکید، لزوم بازخوانی منابع اصیل اسلامی و استخراج الگوهای کارآمد امیدبخشی را دوچندان می‌سازد.

بر این اساس، مسئله اصلی پژوهش حاضر آن است که: آموزه‌های نهج‌البلاغه چگونه می‌توانند مبنای طراحی یک چارچوب راهبردی، منسجم و کاربردی برای امیدبخشی در جامعه قرار گیرند؟ پژوهش حاضر با رویکرد کیفی و با استفاده از تحلیل محتوای نظام‌مند، می‌کوشد ضمن تبیین مؤلفه‌های امید در اندیشه علوی، الگویی راهبردی برای تقویت امید فردی و اجتماعی ارائه دهد.

## ۲- پیشینه پژوهش

در زمینه موضوع این پژوهش، مطالعات متعددی در حوزه‌های مختلف انجام شده است. برخی از این مطالعات به بررسی مفهوم امید و اهمیت آن پرداخته‌اند، برخی دیگر جایگاه امید در اندیشه‌های دینی را تبیین کرده‌اند و تعدادی نیز راهکارهای تقویت امید در جامعه را ارائه داده‌اند. نصیری و جوکار (۱۳۷۸) در پژوهش خود با عنوان «معناداری زندگی، امید، رضایت از زندگی و سلامت روانی در زنان» معتقدند زندگی هنگامی معنادار است که فرد امکان کنترل بر آن را داشته باشد و برای رسیدن به اهداف خود تلاش نماید. نیسانی (۱۳۸۶) در پایان‌نامه خود با عنوان «امید در اسلام»، به تبیین پایه‌های فکری و عقیدتی امید و راه‌های ایجاد آن در انسان مؤمن از منظر اسلام پرداخته است. داودی (۱۳۸۶) نیز در مقاله «امید و نقش تربیتی آن در زندگی انسان»، امید را به عنوان یکی از عوامل مهم در تربیت انسان از دیدگاه قرآن بررسی می‌کند.

با این حال، پژوهش‌هایی که به طور مشخص به موضوع امید با رویکرد نهج‌البلاغه پرداخته باشند اندک هستند. دهقانی‌رخ (۱۳۹۰) در پایان‌نامه‌ای با عنوان «امید در نهج‌البلاغه»، به اهمیت و کارکردهای امید در این کتاب پرداخته است. قائمی و همکاران (۱۳۹۲) در مقاله‌ای با عنوان «عوامل ناامیدی و راهبردهای انگیزشی نهج‌البلاغه در درمان آن‌ها»، راهکارهایی چون صبر، توکل، نماز و خوش‌بینی را به عنوان شیوه‌های امام علی<sup>(ع)</sup> برای درمان ناامیدی معرفی کرده‌اند. یوسف‌زاده چوسری و شاه‌مرادی (۱۳۹۷) در مقاله «تحلیل مؤلفه‌ها و مصادیق امیدواری در نهج‌البلاغه»، ضمن بررسی مؤلفه‌های امید، راهکارهایی برای ایجاد آن در محیط‌های دانشگاهی ارائه داده‌اند.

با وجود پژوهش‌های مذکور، وجه امتیاز این تحقیق در سه محور اصلی قابل تبیین است:

- ۱) طراحی و ارائه چارچوب راهبردی نظام‌مند: این پژوهش صرفاً به توصیف مفهوم امید نمی‌پردازد، بلکه یک مدل جامع و کاربردی برای تقویت آن در سطح جامعه طراحی می‌کند.
- ۲) تأکید بر آموزه‌های نهج‌البلاغه: مبنای اصلی طراحی این چارچوب، تحلیل عمیق محتوای نهج‌البلاغه است که این امر به آن اصالت و غنای ویژه‌ای می‌بخشد.
- ۳) جامعیت و کاربردی‌پذیری: چارچوب ارائه‌شده ابعاد مختلف امیدبخشی را دربرمی‌گیرد و

می‌تواند به عنوان الگویی عملیاتی برای مدیران و برنامه‌ریزان اجتماعی مورد استفاده قرار گیرد.

### ۳- روش تحقیق

این مطالعه با رویکرد کیفی و مبتنی بر تحلیل محتوا انجام شده است. تحلیل محتوا به عنوان روشی منظم برای تفسیر و تحلیل متون، به منظور شناسایی الگوها، مفاهیم و مضامین کلیدی مورد استفاده قرار گرفته است. فرایند پژوهش در سه گام اصلی به شرح زیر سامان یافته است:

• **گام اول:** تبیین مفهوم امید و بررسی جایگاه آن در نهج البلاغه

در این گام، با مطالعه دقیق و تحلیل محتوای نهج البلاغه، مفهوم امید و ابعاد آن شناسایی شد. همچنین مؤلفه‌های تقویت‌کننده و تضعیف‌کننده امید از منظر این منبع استخراج گردید.

• **گام دوم:** طراحی چارچوب راهبردی نظام‌مند امیدبخشی در جامعه

در این مرحله، با استفاده از تکنیک تحلیل محتوای کیفی و با الهام از مؤلفه‌های شناسایی شده در گام قبل، چارچوب راهبردی نظام‌مندی برای امیدبخشی در جامعه طراحی گردید. در این بخش، مؤلفه‌های اصلی چارچوب به صورت کاربردی و عملیاتی تبیین شده است.

• **گام سوم:** افزایش روایی و پایایی پژوهش

به منظور ارتقای روایی (validity) و پایایی (reliability) پژوهش، از تکنیک‌های متنوعی بهره گرفته شد. از جمله این تکنیک‌ها می‌توان به بررسی همزمان توسط پژوهشگران، بازنگری متون توسط خبرگان، استفاده از کدگذاری باز و محوری اشاره کرد. این اقدامات سبب ارتقای اعتبار و قابلیت اطمینان یافته‌های پژوهش شده است.

### ۴- مفهوم امید و ابعاد آن

امید یکی از مفاهیم بنیادین در فرهنگ اسلامی است که در متون قرآنی و روایی با واژگان متعددی بازفمایی شده و هر یک از این واژگان، بُعدی خاص از تجربه امید را تبیین می‌کند. از این رو، دستیابی به درکی دقیق از مفهوم امید در نهج البلاغه، مستلزم بررسی لغوی و مفهومی این واژگان است.

#### ۴-۱- رجاء

«رجاء» به معنای انتظار تحقق امری محبوب و مطلوب است، مشروط بر آنکه اسباب و زمینه‌های تحقق آن فراهم باشد و در مقابل یأس قرار می‌گیرد (راغب‌الصفهانی، ۱۴۱۲ ق، ذیل واژه «رجاء»، ص ۳۶۶). مصطفوی رجاء را مفهومی می‌داند که همواره با میزانی از خوف همراه است؛ زیرا فرد امیدوار، ضمن انتظار، احتمال عدم تحقق مطلوب را نیز در نظر دارد (مصطفوی، ۱۳۶۰ ش، ج ۴، ص ۲۷۶). در مقابل، «یأس» از ریشه «یئس» به معنای قطع امید، قنوط و چشم‌پوشی کامل از انتظار تحقق مطلوب آمده است (ابن‌منظور، ۱۹۹۸ م، ج ۶، ص ۳۳۴).

#### ۲-۴- طمع

«طمع» به معنای تمایل شدید نفس، آمیخته با حرص، برای دستیابی به چیزی است که غالباً فراتر از حد متعارف یا خارج از دسترس تلقی می‌شود. این مفهوم در متون اسلامی دارای دو کارکرد است: طمع ممدوح، مانند طمع به رحمت الهی؛ و طمع مذموم، مانند طمع به مال و مقام دنیوی (راغب‌اصفهانی، ۱۴۱۲ ق، ذیل واژه «طمع»، ص ۵۱۳؛ مصطفوی، ۱۳۶۰ ش، ج ۷، ص ۲۳۹).

#### ۳-۴- امل

«امل» به آرزویی اطلاق می‌شود که تحقق آن نیازمند انتظار طولانی است و معمولاً با نگاه به آینده‌ای دور همراه می‌باشد. راغب اصفهانی «طول امل» را از عوامل غفلت و سستی در عمل معرفی می‌کند (راغب‌اصفهانی، ۱۴۱۲ ق، ذیل واژه «امل»، ص ۴۱).

#### ۴-۴- منی

واژه «منی» به معنای میل به تحقق امری همراه با تصور، تقدیر و اندازه‌گیری ذهنی آن است و در برخی کاربردها به آرزوهای واهی و غیرواقع‌بینانه نیز اطلاق می‌شود (نصیری، ۱۳۸۷، ص ۱۷۳؛ شبر، ۱۳۷۴، ص ۳۸۰).

#### ۵-۴- رغبت

«رغبت» به معنای میل، گرایش و گشادگی نفس نسبت به یک مطلوب خاص است و بیش از آنکه بر انتظار تحقق خارجی دلالت کند، بیانگر جهت‌گیری قلبی و درونی انسان است (قرشی، ۱۳۷۱، ج ۳، ص ۱۰۷).

برآیند بررسی‌های لغوی نشان می‌دهد که «رجاء» نزدیک‌ترین معادل برای امیدواری واقع‌بینانه، مسئولیت‌پذیر و مبتنی بر عمل است؛ در حالی که «امل» بیشتر ناظر به آرزوهای بلندمدت، «طمع» بیانگر خواسته‌های شدید و «منی» در مواردی متضمن آرزوهای غیرواقعی است. از این‌رو، در پژوهش حاضر، تمامی واژگان یادشده به‌صورت نظام‌مند مورد جست‌وجو و تحلیل محتوایی قرار گرفته‌اند تا تصویری جامع از راهبردهای امیدبخشی در نهج‌البلاغه ارائه شود.

#### ۵- چارچوب راهبردی نظام‌مند امیدبخشی

امید یکی از مؤلفه‌های کلیدی روان‌شناختی و اجتماعی است که نقشی بنیادین در پیشرفت جوامع ایفا می‌کند. آموزه‌های نهج‌البلاغه نیز بر اهمیت امید در دستیابی به سعادت و کمال انسانی تأکید ویژه‌ای دارد. با توجه به چالش کاهش سطح امید در دوران معاصر، ارائه یک چارچوب نظام‌مند و کاربردی برای تقویت آن امری ضروری است. این بخش با الهام از رهنمودهای نهج‌البلاغه، چنین چارچوبی را در دو سطح «اصول و رویکردهای اساسی» و «راهکارهای عملیاتی» ارائه می‌دهد.

## ۱-۵- اصول و رویکردهای اساسی

این اصول مبانی نظری و رهنمودهای کلیدی چارچوب را تشکیل می‌دهند و باید در تمامی مراحل فرایند امیدبخشی مورد توجه قرار گیرند.

### ۱-۱-۵- اصل خداباوری و معنویت (توحید در رجاء)

اساسی‌ترین اصل در جهان‌بینی اسلامی توحید است. یکی از مراتب توحید، «توحید در خوف و رجاء» است که به معنای انحصار امید و ترس به ذات خداوند می‌باشد. اگر انسان به ربوبیت تکوینی خداوند و تأثیر حقیقی او در عالم هستی باور داشته باشد، امیدش را تنها به او معطوف می‌سازد.

امیرالمؤمنین<sup>(ع)</sup> در این باره می‌فرماید: «لَا يَرْجُونَ أَحَدًا مِنْكُمْ إِلَّا رَبَّهُ وَ لَا يَخَافَنَّ إِلَّا ذَنْبَهُ» (حکمت ۸۲)؛ هیچ‌یک از شما جز به پروردگار خود امیدوار نباشد و جز از گناه خود نترسد. امید به غیر خداوند، امیدی ناپایدار است؛ زیرا تنها ذات الهی است که سرچشمه همه نیکی‌ها و دارای صفات کمالی چون علم، قدرت و غنای مطلق است. از این منظر، تنها مانع حقیقی میان انسان و رحمت الهی، گناهان خود اوست. این نگرش، منشأ استغنای روحی انسان نیز می‌گردد: «الْغِنَى الْأَكْبَرُ، الْيَأْسُ عَمَّا فِي أَيْدِي النَّاسِ» (حکمت ۳۴۲)؛ برترین بی‌نیازی، ناامیدی از چیزی است که در دست مردم است.

ایمان حقیقی، ترس‌های موهوم را زایل می‌کند. ترس نابجا که از ضعف نفس یا عدم شناخت صحیح نشأت می‌گیرد، قرین ناامیدی است (حکمت ۲۱) و انسان را از رسیدن به اهداف عالی باز می‌دارد (مکارم‌شیرازی، ۱۳۹۰: ج ۱۲، ص ۱۳۷). در نگاه توحیدی، خوف و رجاء ملازم یکدیگرند؛ امید به غیر خدا، ترس از دست دادن آن غیر را به همراه دارد و شرک در امید، به شرک در خوف می‌انجامد. از این‌رو، امام علی<sup>(ع)</sup> هر امیدی جز به خدا را «مدخول» (نابجا و آفت‌زده) و هر ترسی جز از خدا را «معلول» (بیمار و نادرست) می‌دانند (خطبه ۱۶۰).

این اصل، با ایجاد آرامش و امنیت درونی در فرد و تقویت انگیزه جمعی، مبنای اساسی برنامه‌های امیدبخشی در جامعه است.

### ۱-۱-۵- اصل خودشناسی و خودباوری

نفس در لغت به معنای جان، روح، خویشتن و خود آمده است (دهخدا، ۱۳۵۲: ذیل واژه) و خودشناسی به معنای اطلاع بر خود، شناختن خود و عارف به نفس خود شدن می‌باشد و در اصطلاح به معنای شناخت استعدادها و نیروهای درونی انسان برای نیل به کمال است (مصباح‌یزدی، ۱۳۸۸: ص ۶۶). امام علی<sup>(ع)</sup> خودشناسی را زمینه‌ساز خودباوری و اعتماد به نفس می‌دانند (خطبه ۱۰۳) و می‌فرمایند: «إِذَا لَمْ يَكُنْ مَا تُرِيدُ، فَلَا تُبَلِّ [كَيْفَ] مَا كُنْتَ» (حکمت ۶۹)؛ اگر به آنچه که می‌خواستی نرسیدی، از آنچه هستی، نگران مباش. یعنی هنگامی که به مقصد نرسیدی غمگین مباش، چراکه اگر مقصود مادی است دنیای مادی بقایای ندارد و اگر مقصود

معنوی است خداوند برای تلاشی که کردی به تو اجر و پاداش می‌دهد. انسانی که خود را و توانمندی‌هایش را نمی‌شناسد، در لحظات بحرانی زندگی دچار تزلزل و شکست می‌شود. در مقابل، فرد خودباور با شناخت نقاط قوت و ضعف خود، با تشویش کمتری ضعف‌ها را جبران کرده و قوت‌ها را شکوفا می‌سازد.

این خودباوری، فرد را در برابر ناملازمات مقاوم می‌سازد. امام<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «اللَّهُرُّ يَوْمَانِ يَوْمٌ لَكَ وَيَوْمٌ عَلَيْكَ فَإِنَّ كَانَ لَكَ فَلَا تَبْتَطِرْ وَ إِنْ كَانَ عَلَيْكَ فَلَا تَضْجِرْ» (نامه ۷۲)؛ روزگار دو روز است: روزی به سود تو و روزی به زیان تو. پس اگر به سودت بود، سرمست مشو و اگر به زیان بود، بی‌قراری مکن. این نگاه واقع‌بینانه، محصول خودباوری و توکل به خداست. قرآن کریم نیز بر این اصل تأکید دارد و حیات طیبه را پاداش عمل صالح فرد مؤمن (اعم از زن و مرد) می‌داند (نحل: ۹۷) که این خودباوری را تقویت می‌کند. فرایند تقویت خودباوری و امیدواری در جامعه بر سه رکن استوار است:

۱. شناخت توانمندی‌های درونی و تقویت اعتماد به نفس.

۲. برنامه‌ریزی و تلاش مستمر برای دستیابی به اهداف.

۳. توکل بر خداوند و استمداد از حمایت معنوی او.

این سه عامل در تعامل با یکدیگر، موجب تقویت امید و خودباوری در جامعه می‌شود. از این رو، آموزش و تقویت خودشناسی و خودباوری در نهادهای اجتماعی همچون خانواده، مدرسه، رسانه‌ها و سایر ارکان تصمیم‌گیر جامعه، راهبرد مهمی برای تحقق جامعه‌ای امیدوار خواهد بود. فرد و جامعه خودشناس و خودباور، با اتکا به توانمندی‌های درونی و اتکا به خداوند، همواره امیدوار و پرانگیزه خواهند بود و از این طریق، در مسیر تحقق اهداف و آرمان‌های خود گام برخواهند داشت.

### ۱-۵-۳- اصل هستی‌شناسی (شناخت ماهیت دنیا)

یکی از ریشه‌های عمیق ناامیدی در سطح فردی و اجتماعی، خطای شناختی «فاجعه پنداری» و «تعمیم پایدار» بحران‌هاست؛ به این معنا که فرد یا جامعه، دشواری‌های مقطعی را دائمی و غیرقابل‌عبور تلقی می‌کند. چارچوب امیدبخشی مبتنی بر نهج‌البلاغه، این نگرش را از طریق یک اصل هستی‌شناختی اصلاح می‌کند که ماهیت دنیا را «دار ابتلاء و امتحان» تعریف می‌نماید. بر این اساس، دنیا صحنه تزاخم دائمی میان سختی‌ها (بلاء) و آسایش‌ها (رخاء) است و هیچ‌یک از این دو حالت، محض و پایدار نیستند. این دیدگاه، لذا ید ذنوبی را آمیخته با رنج و رنج‌ها را مقدمه‌ای برای گشایش می‌داند. از این رو، در زمان رفاه و تمکن خود را مستحق نمی‌داند و تفاخر نمی‌کند و در روز زوال نیز غمگین نمی‌شود و خود را نمی‌بازد و به زحمت نمی‌اندازد. همچنین از انحراف فکری مصون است و بدبینی و بدبینی را کنار گذاشته، به بخت و شانس و مانند آن نسبت نمی‌دهد و اهل یأس و کفر نخواهد شد. (جوادی آملی، ۱۳۸۶، ص ۶۹۰)

امیرالمؤمنین<sup>(ع)</sup> با اشاره به اینکه در سرای آخرت، رحمت و عذاب از یکدیگر تفکیک می‌شوند

(نامه ۲۷) بر ماهیت ترکیبی دنیا تأکید می‌ورزند. این شناخت به انسان کمک می‌کند تا دریابد که رفاه و سختی، هر دو ابزارهای آزمون الهی هستند (فجر: ۱۵-۱۷) و صرفاً دو وجه از یک حقیقت واحد یعنی «حیات دنیوی» به شمار می‌روند. فردی که در رفاه است، در معرض آزمون غفلت قرار دارد و فردی که در رنج است، با آزمون صبر مواجه است.

این اصل هستی‌شناختی به‌طور مستقیم به راهبردی برای امیدبخشی تبدیل می‌شود، زیرا سنت الهی «گشایش پس از سختی» را به یک قانونمندی قابل‌اتکا در نظام آفرینش بدل می‌کند. امام علی<sup>(ع)</sup> این قانون را چنین تبیین می‌فرماید: «عِنْدَ تَنَاهِي الشَّدَّةِ، تَكُونُ الْفَرْجَةُ؛ وَ عِنْدَ تَصَابِقِ خَلْقِ الْبَلَاءِ، يَكُونُ الرَّخَاءُ» (حکمت ۳۵۱)؛ هنگامی که سختی‌ها به آخرین درجه شدت برسد فرج حاصل می‌شود و در آن هنگام که حلقه‌های بلا تنگ می‌گردد نوبت آسایش و راحتی فرا می‌رسد. بر این مبنا، سختی‌ها و بحران‌ها نه‌تنها پایان راه نیستند، بلکه نقطه اوج آن‌ها، نزدیک‌ترین نقطه به گشایش و فرج است.

این اصل با تغییر نگرش جامعه نسبت به بحران‌ها، «تاب‌آوری اجتماعی» را افزایش می‌دهد. جامعه‌ای که می‌پذیرد سختی‌ها جزء لاینفک حیات و مقدمه آسایش هستند، در برابر مشکلات تسلیم نشده و با اتکا به فضل الهی و تلاش هدفمند، از دل هر بحرانی فرصتی برای رشد و پیشرفت خلق می‌کند. این اصل، یأس را که محصول «پایدار پنداشتن سختی‌ها» است، با امیدی که محصول «ایمان به سنت گشایش» است، جایگزین می‌نماید.

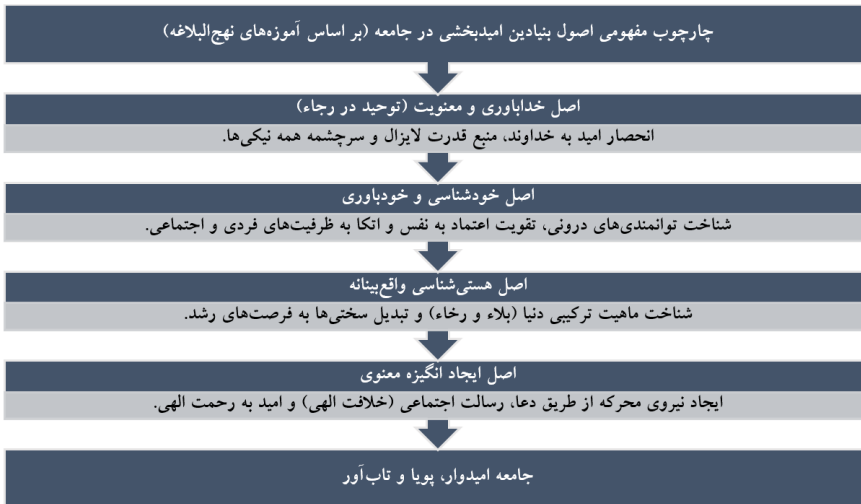
#### ۵-۱-۴- اصل ایجاد انگیزه

انگیزه، نیروی محرکه کنش فردی و جمعی است و تداوم ناامیدی، این نیرو را مستهلک کرده و جامعه را به رکود و انفعال سوق می‌دهد (انصاریان، ۱۳۸۹، ج ۱، ص ۷۱). نهج‌البلاغه با بهره‌گیری از منابع عمیق معنوی، راهبردهایی بنیادین برای تولید و بازتولید انگیزه اجتماعی ارائه می‌دهد. نخستین راهبرد، تلقی دعا به‌عنوان کنشی فعال و امیدوارانه است. امام علی<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «ادْفَعُوا أَمْوَاجَ الْبَلَاءِ بِالْذُّعَاءِ» (نهج‌البلاغه، حکمت ۱۴۶). فیض‌الاسلام این بیان را ناظر به نقش دعا در «بازسازی روانی جمعی» می‌داند (۱۳۷۹، ص ۹۲۳) و علامه جعفری آن را سازوکار تبدیل اضطراب به کنش مسئولانه معرفی می‌کند (۱۳۸۰، ج ۲۵، ص ۴۱۲).

دومین منبع انگیزش، تبیین جایگاه انسان به‌عنوان خلیفه الهی است. این رسالت، به حیات اجتماعی معنا و هدف می‌بخشد و انگیزه‌ای فراتر از منافع زودگذر ایجاد می‌کند. به تصریح امام علی<sup>(ع)</sup>، انسان مأمور آبادانی و اصلاح زمین است (نهج‌البلاغه، خطبه ۹۱). به عبارتی این اصل «کانون پویایی تمدن اسلامی» است (۱۳۸۰، ج ۲، ص ۳۱۵).

سومین عامل، امید به رحمت و نصرت الهی به‌مثابه سرمایه روانی جمعی است. قرآن کریم نجات مؤمنان را یک سنت قطعی الهی معرفی می‌کند (یونس: ۱۰۳). این باور، به‌ویژه در بزنگاه‌های تاریخی و اجتماعی، به محرک اصلی مقاومت و حرکت تبدیل می‌شود. این اصل، ارتباط مستقیمی با افزایش سرمایه اجتماعی و بسیج جمعی دارد. جامعه‌ای که دعا را

ابزار کنش، خلافت الهی را رسالت، و رحمت الهی را پشتوانه قطعی خود می‌داند، از انگیزه‌های پایدار برای تلاش، نوآوری و عبور از بحران‌ها برخوردار خواهد بود. چنین جامعه‌ای، ناامیدی و خمودگی را با پویایی، مسئولیت‌پذیری و امید فعال جایگزین می‌سازد.



نمودار ۱: چارچوب مفهومی اصول بنیادین امیدبخشی

## ۲-۵- راهکارهای عملیاتی امیدبخشی در جامعه

این راهکارها، اقدامات مشخص و قابل پیاده‌سازی هستند که بر اساس اصول بنیادین پیشین (خداپاوری، خودشناسی، هستی‌شناسی و ایجاد انگیزه) طراحی شده‌اند و در محورهای اصلی زیر، نقشه راهی برای تقویت امید در جامعه ارائه می‌دهند.

### ۲-۵-۱- ترویج گفتمان «رحمت، نعمت و مغفرت»

یکی از پایه‌های اساسی امید، تصویر فرد از خداوند و نظام هستی است. این راهکار با الهام از کلام نورانی امیرالمؤمنین<sup>(ع)</sup> که می‌فرمایند: «الْحَمْدُ لِلَّهِ غَيْرَ مَقْنُوطٍ مِنْ رَحْمَتِهِ وَ لَا مَخْلُوفٌ مِنْ نِعْمَتِهِ وَ لَا مَأْيُوسٍ مِنْ مَغْفِرَتِهِ» (خطبه ۴۵)؛ سپاس خدایی را که نه از رحمت او نومیدم، نه از نعمت او بی‌بهره و نه از آمرزش او مأیوس؛ بر بازسازی و ترویج یک تصویر امیدبخش از خداوند در جامعه متمرکز دارد. این کلام سه منبع پایدار امید را معرفی می‌کند:

۱. **رحمت الهی:** ترویج این باور که رحمت خداوند، اصلی فراگیر و پیش‌فرض نظام آفرینش است. این امر احساس امنیت روانی و دلگرمی را در جامعه تقویت می‌کند و این پیام را می‌دهد که در هیچ شرایطی، فرد و جامعه از دایره لطف الهی خارج نیستند.
۲. **نعمت‌های الهی:** این راهکار بر تغییر تمرکز شناختی جامعه از «کمبودها و نداشته‌ها» به

«نعمت‌ها و داشته‌ها» تأکید دارد. آگاه‌سازی مداوم نسبت به نعمت‌های بی‌شماری که در اختیار جامعه قرار دارد و تقویت فرهنگ شکرگزاری، به شکل مستقیم سطح رضایتمندی و خوش‌بینی اجتماعی را افزایش می‌دهد.

**۳. مغفرت الهی:** تأکید بر باز بودن همیشگی در توبه و مغفرت، راه را بر یأس ناشی از گناهان و خطاهای گذشته (چه در سطح فردی و چه در سطح جمعی) می‌بندد. این امر به جامعه فرصت بازسازی، اصلاح و شروع مجدد می‌دهد و از انباشت حس گناه که منجر به انزوا، رکود و ناامیدی می‌شود جلوگیری می‌کند.

این سه محور باید از طریق نظام آموزشی، رسانه‌ها و منابع به یک گفتمان غالب تبدیل شوند تا پایه‌های روانی امید در جامعه تحکیم گردد.

### ۲-۲-۵- نهادهای سازی فرهنگ «صبر فعال» و «مدیریت آرزوها»

ناامیدی اغلب محصول شکاف میان انتظارات و واقعیت‌هاست. این راهکار با دو استراتژی مکمل، این شکاف را مدیریت می‌کند:

**۱. مدیریت آرزوها:** امام علی<sup>(ع)</sup> با هشدار نسبت به تکیه بر آرزوهای دراز - «إِيَّاكَ وَالْإِتِّكَالَ عَلَى الْمُنَى فَإِنَّهَا بَصَائِعُ النَّوْكَى» (نامه ۳۱)؛ از تکیه کردن بر آرزوها پرهیز که همانا سرمایه احمقان است، به ریشه یکی از بزرگ‌ترین عوامل یأس اشاره می‌کنند. این راهکار بر آموزش مهارت هدف‌گذاری واقع‌بینانه تأکید دارد تا جامعه بتواند میان «امید سازنده» و «آمال کاذب و ویرانگر» تمایز قائل شود. زیرا این آرزوهای بی‌نظم و قاعده همان «آمال شیطان» هستند که انسان را فریب داده و عمر او را تباه می‌سازند (مطهری، ۱۳۷۲، ص ۱۸۰).

**۲. ترویج صبر فعال:** در فرهنگ علوی، صبر به معنای انفعال و تحمل صرف نیست، بلکه یک راهبرد هوشمندانه برای عبور از بحران است. امام علی<sup>(ع)</sup> به مالک اشتر می‌فرمایند که شکیبایی در برابر دشواری‌ها برای رسیدن به گشایش، بر هر خیانتی ترجیح دارد (نامه ۵۳). این صبر فعال شامل استقامت، حفظ انسجام اجتماعی و برنامه‌ریزی برای عبور از شرایط دشوار است. ترویج این فرهنگ به جامعه کمک می‌کند تا مشکلات را با دیدی راهبردی و امیدوارانه مدیریت کند.

### ۳-۲-۵- مدیریت «حافظه جمعی»: بازخوانی گذشته برای ساختن آینده

نگاه جامعه به گذشته، می‌تواند منبع یأس یا الهام باشد. این راهکار بر مدیریت هوشمندانه حافظه جمعی برای تقویت امید به آینده تأکید دارد و شامل دو رویکرد است:

**۱. رویکرد ترمیمی (نگاه به خطاها):** به جای تمرکز مخرب بر خطاهای گذشته که موجب فلج شدن و ناامیدی می‌شود، این راهکار بر «عبرت‌آموزی برای آینده» تمرکز دارد. امام علی<sup>(ع)</sup> با تأکید بر لزوم شتافتن به سوی عمل و استفاده از فرصت حال، یادآور می‌شوند که امیدی به بازگشت گذشته نیست، اما امید به ساختن آینده همواره وجود دارد (برگرفته از خطبه ۱۱۳).

**۲. رویکرد تقویتی (نگاه به افتخارات):** توصیه راهبردی امام علی<sup>(ع)</sup> به مالک اشتر مبنی بر

یادآوری و ستایش اقدامات بزرگ پیشینیان- «و أَكثَرُ مُدَارَسَةِ الْعُلَمَاءِ وَ مُنَاقَشَةِ الْحُكَمَاءِ فِي تَثْبِيَتِ مَا صَلَحَ عَلَيْهِ أَمْرٌ بِلَادِكَ... وَ مَا سَبَقَ عَلَيْهِ الْأَوْلُونَ مِنْ قَبْلِكَ»؛ با دانشمندان زیاد به گفت و گو بنشین و با اندیشمندان نیز بسیار به بحث پرداز (و این گفت و گوها و بحث‌ها باید) درباره اموری (باشد) که به وسیله آن امور بلاد تو اصلاح می‌شود و آنچه را پیش از تو باعث پیشرفت کار مردم بوده است برپا می‌دارد (نامه ۵۳)- یک اصل کلیدی برای افزایش اعتماد به نفس ملی است. یادآوری مستمر موفقیت‌ها و قهرمانی‌های تاریخی این باور را در جامعه نهادینه می‌کند که توانایی عبور از بحران‌ها و خلق آینده‌ای بهتر را دارد.

#### ۴-۲-۵- تقویت سرمایه اجتماعی از طریق «اصل حُسن ظن»

بی‌اعتمادی و بدبینی، خورنده امید اجتماعی است. «حُسن ظن» (مثبت‌اندیشی) که در کلام امام<sup>(ع)</sup> به شدت بر آن تأکید شده، یک راهکار عملیاتی برای تقویت سرمایه اجتماعی و ایجاد محیطی امیدبخش است. ایشان می‌فرمایند: «صَعُ أَمْرٌ أَحْيَكُ عَلَى أَحْسَنِهِ» (حکمت ۳۶۰)؛ کار برادر [دینی] خود را بر بهترین وجه آن حمل کن. این اصل در دو سطح عمل می‌کند:

۱. در سطح فردی: حُسن ظن به‌عنوان یک مهارت شناختی، فرد را در برابر افسردگی و اضطراب مقاوم‌تر کرده و به او امکان می‌دهد تا چالش‌ها را به‌عنوان فرصت ببیند.
۲. در سطح اجتماعی: ترویج این فرهنگ، بدبینی را کاهش داده، روابط اجتماعی را بهبود بخشیده، همبستگی را تقویت کرده و انگیزه برای مشارکت در فعالیت‌های جمعی را افزایش می‌دهد (مطهری، ۱۳۸۶، ج ۲۴، ص ۱۸۸). جامعه‌ای که اعضای آن به یکدیگر اعتماد و گمان نیک دارند، محیطی سرشار از انرژی مثبت و امید خواهد بود که به نوبه خود، سلامت روانی و رفاه عمومی را ارتقا می‌دهد.

#### ۵-۲-۵- پیوند «امید» با «عمل‌گرایی» از طریق تشویق به کار و تلاش

امید در صورتی که به انفعال و انتظار صرف منجر شود، به عاملی برای رکود تبدیل می‌گردد. در چارچوب راه‌پردی نهج‌البلاغه، امید اصیل، نیروی محرکه‌ای است که به «عمل صالح» و تلاش هدفمند می‌انجامد. این راهکار، امید را از یک حالت ذهنی صرف به یک «کنش اجتماعی» تبدیل می‌کند. امام علی<sup>(ع)</sup> در نامه‌ای به اسود بن قطبه، فرمانده سپاه حلوان، بر ضرورت پیوند میان عمل و امید به پاداش الهی تأکید کرده و می‌فرماید: کارگزار شایسته کسی است که خود را در راه انجام وظایف واجب، به امید ثواب خدا و ترس از کیفر او، به تلاش وادارد (نامه ۵۹). این بیان نشان می‌دهد که امید به نتیجه اخروی، یکی از قدرتمندترین انگیزه‌ها برای استقامت در عمل دنیوی است.

علاوه بر این، ارزش هر عملی به نیت و انگیزه الهی آن وابسته است (برگرفته از حکمت ۱۵۰). این اصل به این معناست که عمل بدون اخلاص و قصد الهی، فاقد ارزش حقیقی است. بنابراین برای ایجاد جامعه‌ای امیدوار و پویا، باید امید را به عمل و عمل را به نیت خالص پیوند زد. این

راهکار بر سه محور عملیاتی استوار است:

۱. **معنابخشی معنوی به تلاش:** این محور بر پیوند زدن فعالیت‌های روزمره فردی و اجتماعی به اهداف متعالی تأکید دارد. زمانی که یک جامعه باور داشته باشد که تلاش برای کسب روزی حلال، خدمت به مردم، یا آبادانی سرزمین، خود نوعی عبادت است و به رضایت الهی منجر می‌شود، انگیزه‌ای پایدار و درونی برای کار و کوشش شکل می‌گیرد. این نگرش، فعالیت‌های اقتصادی و اجتماعی را از اموری صرفاً مادی به کنش‌هایی معنا دار تبدیل می‌کند و مقاومت افراد را در برابر فرسودگی شغلی و سختی‌های مسیر افزایش می‌دهد.

۲. **تبدیل امید به برنامه عملیاتی:** امیدهای کلان و آرمانی اگر به اهداف خرد، مشخص و قابل اجرا تبدیل نشوند، دست‌نیافتنی به نظر رسیده و به تدریج به یأس منجر می‌شوند. این راهکار بر ضرورت ترجمه چشم‌اندازهای امیدوارانه به برنامه‌های عملیاتی تأکید دارد. به عنوان مثال، امید به آینده‌ای پیشرفته و فناورانه، باید جوانان را به تحصیل در رشته‌های راهبردی، راه‌اندازی کسب‌وکارهای نوآورانه و مشارکت در پروژه‌های ملی سوق دهد. مشاهده تحقق گام‌به‌گام این اهداف کوچک، امید به تحقق چشم‌اندازهای بزرگ را تغذیه و تقویت می‌کند و یک چرخه مثبت از «امید-عمل-موفقیت-امید بیشتر» را ایجاد می‌نماید.

۳. **ایجاد فرهنگ ارزش‌گذاری برای عمل:** یک جامعه امیدوار جامعه‌ای است که برای «تلاش و کوشش» چه برای رسیدن به امور دنیوی و چه امور اخروی به همان اندازه «نتیجه» ارزش قائل است. (مغنیه، ۱۹۷۹ م، ج ۴، ص ۳۱۸) این راهکار بر ضرورت شکل‌گیری یک فرهنگ عمومی از طریق رسانه‌ها، نظام آموزشی و تربیون‌های اجتماعی برای ستایش کار، خلاقیت، پشتکار و تعهد تأکید دارد. زمانی که تلاش و عمل‌گرایی به یک هنجار اجتماعی تبدیل شود، افراد انگیزه بیشتری برای مشارکت در ساختن آینده‌ای بهتر خواهند داشت و امید از یک فضیلت فردی به یک نیروی محرکه جمعی بدل می‌گردد.

## ۵-۲-۶- نهادهای سازی «نشاط معنوی» برای پیشگیری از فرسودگی روانی

هدف غایی تمامی راهکارهای امیدبخشی، ایجاد جامعه‌ای با روحیه و سرزنده است. فرسودگی روانی و خستگی روحی، از مهم‌ترین آفات امید هستند. امام علی<sup>(ع)</sup> با نگاهی روان‌شناختی و دقیق، به این نیاز بنیادین انسان اشاره کرده و می‌فرمایند: «إِنَّ هَذِهِ الْقُلُوبَ مَمْلَأُ كَمَا مَمْلَأُ الْأَبْدَانَ فَأَبْتَعُوا لَهَا طَرَائِفَ الْحِكْمِ» (حکمت ۱۹۷)؛ به راستی که این دل‌ها نیز همانند بدن‌ها خسته و افسرده می‌شوند، پس برای نشاط و شادابی آن‌ها به سخنان حکیمانه، تازه و لطیف روی آورید. این راهکار عملیاتی بر دو پایه استوار است:

۱. **بهره‌گیری از «طرائف الحکمه» برای تلطیف روح جامعه:** واژه «طرائف» به معنای نکات بدیع، شگفت‌انگیز و دل‌نشین است. این راهکار بر ضرورت تولید و ترویج محتوای فرهنگی و هنری تأکید دارد که روح جامعه را تلطیف کرده و به آن نشاط بخشد. این محتوا می‌تواند شامل ادبیات حکیمانه، اشعار امیدبخش، هنرهای تجسمی زیبا، فیلم‌ها و نمایش‌های الهام‌بخش و حتی طنزهای

سازنده و نجیب باشد. هدف، ایجاد یک رژیم مصرف فرهنگی سالم است که به جای ترویج یأس و خشونت، به بازتولید امید و آرامش در جامعه کمک کند.

۲-۷-۴. **ایجاد فضای عمومی شاد و فراهم‌سازی زمینه تفریح سالم:** نشاط معنوی تنها از درون حاصل نمی‌شود، بلکه نیازمند بسترهای اجتماعی مناسب است. این راهکار بر وظیفه حکومت مطلوب در ایجاد فضایی عمومی تأکید دارد که در آن امکان تفریحات سالم، ورزش‌های همگانی، گردهمایی‌های فرهنگی و جشن‌های ملی و مذهبی فراهم باشد. ایجاد پارک‌ها، فضاهای سبز، فرهنگسراها و حمایت از فعالیت‌های هنری و ورزشی، همگی در تقویت روحیه جمعی و پیشگیری از افسردگی و ناامیدی مؤثرند. جامعه‌ای که در آن فرصت‌های شادی و تعامل اجتماعی مثبت فراهم باشد، جامعه‌ای امیدوارتر خواهد بود.

### ۵-۲-۷- «امید واقع‌بینانه» از طریق پذیرش واقعیت

یکی از شکننده‌ترین انواع امید، امیدی است که بر پایه اوهام و آرزوهای خیالی بنا شده باشد. چنین امیدی با اولین برخورد با واقعیت فرو می‌ریزد و به یأسی عمیق‌تر منجر می‌شود. امام علی<sup>(ع)</sup> در خطبه ۹۸ به این خطر اشاره کرده و بر اهمیت ریشه داشتن امید در واقعیت‌ها تأکید می‌کنند. این راهکار بر ترویج «امید واقع‌بینانه» در مقابل «امید کاذب» تمرکز دارد. امید واقع‌بینانه، ترکیبی هوشمندانه از خوشبینی نسبت به آینده و ارزیابی منطقی از شرایط حال است. این راهکار مستلزم موارد زیر است:

۱. **آموزش مهارت تفکر نقاد و حل مسئله:** جامعه باید بیاموزد که ضمن داشتن چشم‌اندازهای بلند، توانایی‌ها و محدودیت‌های خود را بشناسد و برای دستیابی به اهداف، برنامه‌ریزی منطقی و گام‌به‌گام انجام دهد.

۲. **پذیرش واقعیت‌های زندگی:** این نگرش به جامعه کمک می‌کند تا بپذیرد که زندگی مجموعه‌ای از فرصت‌ها و چالش‌هاست و موفقیت، محصول مدیریت هوشمندانه این دو است، نه محصول شانس یا آرزوهای صرف.

۳. **تمایز میان امید و خوش‌خیالی:** امید واقع‌بینانه، نیروی محرکه عمل است، در حالی که خوش‌خیالی، بهانه‌ای برای بی‌عملی. ترویج این تمایز در سطح فرهنگ عمومی، جامعه را از افتادن در دام امیدهای کاذب و شکننده مصون می‌دارد و امیدی پایدار و مبتنی بر عمل را جایگزین آن می‌کند.

### ۵-۲-۸- افزایش تاب‌آوری از طریق «مدیریت هیجانی» در بحران‌ها

نحوه واکنش یک جامعه به بحران‌ها، شاخص اصلی سطح امیدواری آن است. امام علی<sup>(ع)</sup> در همان خطبه ۹۸، از «جزع و بی‌تابی» در برابر مشکلات نهی می‌کنند. «جزع» یک واکنش هیجانی مخرب است که قدرت تفکر منطقی و برنامه‌ریزی را از فرد و جامعه سلب کرده و آن‌ها را به سمت تصمیمات شتاب‌زده یا انفعال و ناامیدی سوق می‌دهد. این راهکار بر آموزش و

نهادینه‌سازی مهارت‌های مدیریت هیجان و افزایش تاب‌آوری اجتماعی تأکید دارد. جامعه تاب‌آور، جامعه‌ای است که:

۱. در برابر مشکلات، صبر فعالانه از خود نشان می‌دهد؛ یعنی ضمن حفظ آرامش، به دنبال شناسایی راه‌حل‌ها و برنامه‌ریزی برای عبور از بحران است.

۲. بحران‌ها را نه به عنوان نقطه پایان، بلکه به عنوان فرصت‌هایی برای رشد، یادگیری و خودسازی تلقی می‌کند.

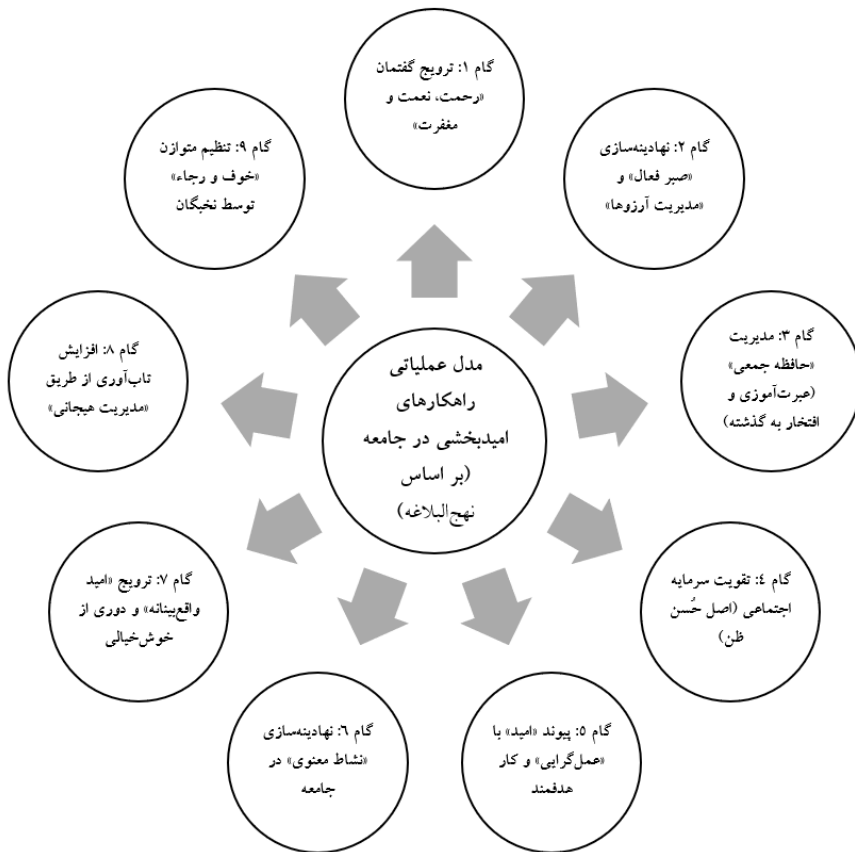
۳. با افزایش اعتماد به نفس جمعی و احساس کنترل بر سرنوشت خود، می‌تواند امیدی پایدار و واقعی را حتی در دل سخت‌ترین شرایط پرورش دهد. این راهکار، جامعه را از حالت «واکنش هیجانی» به حالت «کنش راهبردی» در مواجهه با مشکلات ارتقا می‌دهد.

### ۹-۲-۵- تنظیم متوازن «خوف و رجاء» از طریق نقش آفرینی نخبگان دینی

یکی از حساس‌ترین عوامل تأثیرگذار بر سطح امید اجتماعی، نحوه تبیین آموزه‌های دینی توسط علما و نخبگان فکری است. امام علی<sup>(ع)</sup> با دقتی بی‌نظیر، نقش فقیه کامل را ایجاد تعادل هوشمندانه میان بیم و امید در جامعه تعریف می‌کنند: «أَلَا أُخْبِرُكُمْ بِالْفَقِيهِ حَقُّ الْفَقِيهِ... مَنْ لَمْ يَقْنَطِ النَّاسَ مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ وَ لَمْ يُؤْيِسْهُمْ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ وَ لَمْ يُؤْمِنْهُمْ مِنْ مَكْرِ اللَّهِ» (حکمت ۹۰). این کلام گهربار یک راهبرد ارتباطی و تربیتی دقیق را ترسیم می‌کند:

۱. **خطر یأس آفرینی:** تأکید یک‌جانبه بر ابعاد قهر و عذاب الهی، بدون تبیین رحمت واسعه او، می‌تواند مردم را از رحمت خدا مأیوس کرده و جامعه را دچار اضطراب، وسواس دینی و ناامیدی معنوی کند.

۲. **خطر ایمنی کاذب:** در مقابل، تأکید یک‌جانبه بر رحمت، بدون توجه به اصل مسئولیت‌پذیری و عدالت الهی، می‌تواند به غفلت، سهل‌انگاری و بی‌مسئولیتی در جامعه منجر شود. رویکرد متوازن، رویکردی است که ضمن گشودن درهای امید به روی همگان و تأکید بر رحمت بی‌پایان الهی، حس مسئولیت‌پذیری فردی و اجتماعی را نیز تقویت می‌کند. این تعادل هوشمندانه، جامعه‌ای را پرورش می‌دهد که همزمان امیدوار، پویا و مسئولیت‌پذیر است و از افراط در یأس یا تفریط در غرور کاذب مصون می‌ماند.



مودار ۲: مدل عملیاتی راهکارهای امیدبخشی

## ۶- نتیجه‌گیری و پیشنهادها

این پژوهش با هدف پاسخ به ضرورت راهبردی تقویت امید در جامعه، یک چارچوب نظام‌مند و چندبعدی را بر اساس تحلیل عمیق آموزه‌های نهج‌البلاغه طراحی و ارائه نمود. یافته‌های تحقیق نشان داد که امید در مکتب علوی، فراتر از یک احساس فردی، یک راهبرد شناختی، معنوی و اجتماعی است که بر اصولی بنیادین و در هم تنیده استوار می‌باشد. این چارچوب بر چهار ستون اصلی بنا شده است: ۱) اصل خداپاوری و توحید در رجاء که با معرفی منبعی لایزال و قدرتمند، لنگرگاهی امن و تزلزل‌ناپذیر برای امید فراهم می‌آورد؛ ۲) اصل خودشناسی و خودباوری که با تمرکز بر شناخت و فعال‌سازی توانمندی‌های درونی، به توانمندسازی و استقلال روانی فرد و جامعه

می‌انجامد؛ ۳) اصل هستی‌شناسی واقع‌بینانه که با ارائه تصویری دقیق از ماهیت دنیا و بحران‌ها، تاب‌آوری جامعه را افزایش داده و سختی‌ها را به فرصت‌هایی برای رشد تبدیل می‌کند؛ و ۴) اصل ایجاد انگیزه معنوی که با اتصال به منابع معنایی و اهداف متعالی، نیروی محرکه لازم برای حرکت، پویایی و استقامت را تأمین می‌نماید.

این اصول بنیادین، در قالب نه راهکار عملیاتی و منسجم ترجمه شده‌اند که ابعاد مختلفی از حیات اجتماعی را پوشش می‌دهند؛ از اصلاح گفتمان‌های شناختی (ترویج رحمت، حُسن ظن و امید واقع‌بینانه) و مدیریت هیجانات (ترویج صبر فعال و افزایش تاب‌آوری) گرفته تا راهبردهای رفتاری (تشویق به کار و تلاش هدفمند) و مدیریت حافظه جمعی (عبرت از گذشته و افتخار به آن). این چارچوب یکپارچه، که اعتبار آن توسط متخصصان تأیید گردیده، صرفاً یک بحث نظری نیست، بلکه یک نقشه راه عملیاتی برای سیاست‌گذاران، مربیان، رسانه‌ها و کنشگران فرهنگی و اجتماعی است تا بتوانند به صورت علمی و مبتنی بر مبانی اصیل اسلامی، سطح امید، پویایی و سرمایه اجتماعی را در جامعه ارتقا بخشیده و گامی مؤثر در مسیر تحقق تمدن نوین اسلامی بردارند.

با توجه به چارچوب راهبردی ارائه شده برای امیدبخشی در جامعه، پیشنهادهای زیر برای پژوهش‌های آتی و اجرای عملی این چارچوب ارائه می‌گردد:

۱. اجرای پایلوت و موردی چارچوب امیدبخشی در جوامع و محیط‌های مختلف (محل، آموزشی، شغلی و ...) با هدف ارزیابی عملکرد و کاربردپذیری آن در شرایط واقعی.
۲. طراحی و تدوین برنامه‌های آموزشی و توانمندسازی مبتنی بر اصول و راهکارهای ارائه شده در این چارچوب برای گروه‌های هدف همچون دانشجویان، خانواده‌ها، مدیران و کارکنان.
۳. بررسی تأثیر اجرای این چارچوب بر شاخص‌های سلامت روان، نشاط اجتماعی و رضایت از زندگی در جامعه.
۴. انجام مطالعات تطبیقی و تحلیل نقش امیدواری در آموزه‌ها و تجارب سایر ادیان و فرهنگ‌ها به منظور غنی‌سازی و بومی‌سازی این چارچوب.
۵. بررسی نقش و جایگاه نهادهای فرهنگی، دینی و آموزشی در نهادینه‌سازی و اجرای موفق چارچوب پیشنهادی.
۶. طراحی و تولید محتوای رسانه‌ای، هنری و ادبی مرتبط با موضوع امیدبخشی با هدف ترویج و نهادینه‌سازی آن در جامعه.
۷. انجام مطالعات کاربردی برای تبیین تأثیر چارچوب ارائه شده بر شاخص‌های توسعه اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی.
۸. توسعه و گسترش مدل‌های نظری و تجربی کاربردی برای امیدبخشی فردی و اجتماعی در راستای تحقق آرمان‌های انقلاب اسلامی.

## منابع

• قرآن کریم

• نهج البلاغه، ترجمه آیت الله ناصر مکارم شیرازی.

• انصاریان، حسین؛ تفسیر و شرح نهج البلاغه، قم: دار العرفان، ۱۳۸۹.

• ابن ابی الحدید، عبدالحمید؛ شرح نهج البلاغه، قم: کتابخانه آیت الله مرعشی، ۱۳۸۷.

• ابن منظور، جمال الدین محمّد بن مکرم؛ لسان العرب، مصحح: جمال الدین میردامادی، بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۹۹۸.

• ابن میثم بحرانی، میثم بن علی؛ شرح نهج البلاغه، قم: دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۷۶.

• جعفری، محمدتقی؛ شرح نهج البلاغه، تهران: نشر حکمت، ۱۳۸۰.

• جوادی آملی، عبدالله؛ شمیم ولایت، قم: موسسه اسراء، ۱۳۸۶.

• دهخدا، علی اکبر؛ لغت نامه دهخدا، تهران: موسسه انتشارات دانشگاه، ۱۳۵۲.

• راغب اصفهانی، حسین؛ المفردات فی غریب القرآن، بیروت: دار العلم، ۱۴۱۲.

• فیض الاسلام، علی نقی؛ شرح نهج البلاغه، تهران: اسلامی، ۱۳۷۹.

• قرشی، سید علی اکبر؛ قاموس قرآن، قم: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۱.

• شبر، سید عبدالله؛ اخلاق، قم: موسسه انتشارات هجرت، ۱۳۷۴.

• طباطبایی، سید محمد حسین؛ المیزان فی تفسیر القرآن، قم: دفتر انتشارات اسلامی، ۱۳۹۳.

• مصباح یزدی، محمدتقی؛ خودشناسی برای خودسازی، قم: انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۸.

• مصطفوی، حسن؛ التحقيق فی کلمات القرآن الکریم، بیروت: دار الکتب العلمیه، ۱۳۶۰.

• مطهری، مرتضی؛ حکمت‌ها و اندرزها، تهران: نشر صدا، ۱۳۷۲.

• \_\_\_\_\_؛ مجموعه آثار (۲۴)، تهران: نشر صدا، ۱۳۸۶.

• مغنیه، محمد جواد؛ فی ظلال نهج البلاغه، بیروت: نشر دارالعلم للملایین، ۱۹۷۹ م.

• مکارم شیرازی، ناصر؛ پیام امام امیرالمؤمنین علیه السلام، قم: نشر مدرسه امام علی بن ابی طالب<sup>(ع)</sup>، ۱۳۹۰.

• حبیب الله، نصیری و جوکار، بهرام؛ معناداری زندگی، امید، رضایت از زندگی و سلامت روان در زنان، زن در توسعه و سیاست، دوره ۶، شماره ۲، ۱۳۸۷.

- Ungar, M. (2011). *The Social Ecology of Resilience*. Springer.
- Putnam, R. (2000). *Bowling Alone*. New York: Simon & Schuster.
- Seligman, M. (2006). *Learned Optimism*. New York: Vintage.
- Snyder, C. R. (2002). *Hope Theory: Rainbows in the Mind*. *Psychological Inquiry*.