

بسم الله الرحمن الرحيم

مسلم

عزیز تران کتاب

کتاب اندیشه و تربیت و فرهنگ اسلامی  
که در تران به تعداد بلندیان پیشکش کرد.

تقدیم با احترام  
اعضا





# پیشبرد تو

سید حسن اسلامی  
مهارت‌های نقد سازنده در خانواده

چهارم: نتیجه

یکایک اعضای خانواده‌ام که  
بی پروا نقدم کردند و آینه رفتارم بودند.

|                                                   |           |
|---------------------------------------------------|-----------|
| سخن‌آغازین                                        | ۷         |
| درآمد                                             | ۹         |
| <b>فصل اول: انتقاد چیست؟</b>                      | <b>۱۵</b> |
| خلاصه فصل در یک نگاه                              | ۲۳        |
| <b>فصل دوم: آیا انتقاد عیب‌جویی نیست؟</b>         | <b>۲۵</b> |
| خلاصه‌ای از مباحث فصل                             | ۳۵        |
| <b>فصل سوم: کارکرد انتقاد چیست؟</b>               | <b>۳۷</b> |
| خلاصه‌ای از مباحث فصل                             | ۵۱        |
| <b>فصل چهارم: چرا از انتقاد می‌ترسیم؟</b>         | <b>۵۳</b> |
| خلاصه‌ای از مباحث فصل                             | ۶۱        |
| <b>فصل پنجم: چگونه با انتقاد روبه‌رو می‌شویم؟</b> | <b>۶۳</b> |
| انکار                                             | ۶۸        |
| انگیزه‌خوانی منتقد                                | ۷۰        |
| انتقاد متقابل                                     | ۷۳        |
| تحقیر منتقد                                       | ۷۵        |
| دلیل‌تراشی                                        | ۷۸        |
| کوچک جلوه دادن انتقاد                             | ۷۹        |
| گریزو بازگشت                                      | ۸۱        |



|                                                      |            |
|------------------------------------------------------|------------|
| فرا فکنی                                             | ۸۲         |
| دیگران را مقصود دانستن                               | ۸۳         |
| خلاصه‌ای از مباحث فصل                                | ۸۹         |
| <b>فصل ششم: آیا انتقاد باید وارد باشد؟</b>           | <b>۹۱</b>  |
| خلاصه‌ای از مباحث فصل                                | ۹۸         |
| <b>فصل هفتم: آیا انتقاد باید سازنده باشد؟</b>        | <b>۹۹</b>  |
| خلاصه فصل در یک نگاه                                 | ۱۲۰        |
| <b>فصل هشتم: آیا انتقاد باید مؤدبانه باشد؟</b>       | <b>۱۲۱</b> |
| خلاصه‌ای از مباحث فصل                                | ۱۳۲        |
| <b>فصل نهم: موانع انتقاد پذیری چیست؟</b>             | <b>۱۳۳</b> |
| ۱. خود شیفتگی                                        | ۱۳۵        |
| ۲. نگاه سیاه سفید داشتن                              | ۱۴۳        |
| ۳. کمال گرایی ناسازگارانه                            | ۱۴۵        |
| خلاصه‌ای از مباحث فصل                                | ۱۴۶        |
| <b>فصل دهم: خود انتقادی چیست و به چه کار می‌آید؟</b> | <b>۱۴۷</b> |
| انتقاد از خود چیست؟                                  | ۱۵۰        |
| خلاصه‌ای از مباحث فصل                                | ۱۶۷        |
| <b>فصل یازدهم: اصول انتقاد از خود چیست؟</b>          | <b>۱۶۹</b> |
| ۱. مسئولیت پذیری                                     | ۱۷۱        |
| ۲. باور به رشد مداوم                                 | ۱۷۲        |
| ۳. نظارت مستمر بر خود                                | ۱۷۴        |
| ۴. خود را متهم دانستن                                | ۱۷۶        |
| ۵. داشتن الگو                                        | ۱۷۹        |
| خلاصه فصل در یک نگاه                                 | ۱۸۳        |
| <b>فصل دوازدهم: چگونه از دیگران انتقاد کنیم؟</b>     | <b>۱۸۵</b> |
| اصول مهم انتقاد از دیگران                            | ۱۹۱        |

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| ۱. کاهش انتقاد                   | ۱۹۲ |
| ۲. تمرکز بر خویشتن               | ۱۹۳ |
| ۳. مهار انگیزه‌ها                | ۱۹۶ |
| ۴. بهره‌گیری از زبان مناسب       | ۱۹۹ |
| ۵. انتخاب زمان و مکان مناسب      | ۲۰۵ |
| ۶. جداسازی رفتار از شخص          | ۲۰۷ |
| ۷. دقت در بیان جزئیات            | ۲۰۸ |
| ۸. تعیین و اعلام معیارهای انتقاد | ۲۱۰ |
| ۹. هدف‌گذاری                     | ۲۱۴ |
| ۱۰. همدلی                        | ۲۱۶ |
| خلاصه فصل در یک نگاه             | ۲۱۸ |
| کتابنامه                         | ۲۲۰ |

## سخن‌آغازین

با همه دشواری‌ها و ظرافت‌هایش، شیرین‌ترین کار عالم «تربیت» است و مهم‌ترین بستر تربیت، «خانواده». خانواده اگر «خانواده» باشد، تربیت شیرین می‌شود و طبیعی. همان‌طور که ما نفس می‌کشیم، در خانواده هم تربیت می‌شویم؛ بی‌آنکه به آن فکر کنیم و بدانیم چه می‌شود.

تمرکز ما بر تربیت و تعلیم است، آن‌هم با رویکرد اسلامی و عقلانی و با محوریت مهارت‌آموزی به خانواده‌ها. از این رو طرح «مهرستان» را پایه‌ریزی کردیم تا در پیمودن این مسیر مقدس، بتوانیم منظم و هدفمند و برنامه‌دار پیش برویم. «مهرستان» فقط مخفف «محصولات هنری رسانه‌ای» نیست؛ بلکه اسم مکانی است برای آموختن مهرورزی در خانه و گرمابخشی به کانون خانواده.

از بین همه راه‌های ممکن، با «یارمهربان» به یاری خانواده‌ها آمده‌ایم؛ با همان آشنای پرسخاوتی که صدها نسل بشر را معلم و پرورده و فروتنانه با ذهن و ضمیرشان در هم تنیده است.

بله، با کتاب آمده‌ایم و براین باوریم که با همه تنوع ابزارهای دیجیتال و گرایش جنون‌آمیز انسان امروز به آن‌ها، هیچ چیز جای کتاب را نمی‌گیرد! خوشبختانه این یار مهربان، همچنان گنجینه سرشاری به شمار می‌رود که پاسخ‌گوی نیازهای رنگارنگ مخاطبانش است.

به دنبال کار خیرزمین‌مانده‌ای بوده‌ایم که حضورمان در این عرصه را معنا ببخشد و جریانی پویا و اثری مانا به جای گذارد. سرانجام صدها نفر ساعت پایش و پویش، به معماری طرح خانواده‌محور «مهرستان» انجامید که یکی از میوه‌هایش اکنون در دستان شماست.

مشتاقانه منتظریم تا با دریافت دیدگاه‌های شما سروران عزیز به آدرس [mehr@mehrestan.ir](mailto:mehr@mehrestan.ir) بیش از پیش مرهون مهربانی‌هایتان گردیم.

بر آستان جانانی سرسپاس فرود می‌آوریم که توفیق، رفیق طریقمان کرد تا دوره امانت داده‌شده در مزرعه دنیا را به خوشه چینی از خرمن ارباب و اصحاب فرهنگ و اندیشه بگذرانیم و آنگاه با لطفی دوچندان، ما را وامدار فضل بی‌کرانش کرد تا در طرح پربرکت «مهرستان» بتوانیم بابت تولید و ترویج محصولات فرهنگی و تربیتی، مدال افتخار بر گردن بیاویزیم. از تک‌به‌تک سروران ارجمندی که ذره‌پروری کردند و گام به گام مسیر را هم‌شانه ما شدند، به رسم ادب، خاضعانه سپاسگزاریم.

## مهرستان

اینجا خانه شماست



## درآمد

داستان کبودی زدن آن مدعی دلاوری که در مثنوی معنوی آمده است، از جهاتی آموزنده است. مردی برای نشان دادن شجاعت خود، نزد دلاکی رفت و از او خواست نقش شیری را بر شانه اش خال کوبی کند. با اولین نیش های سوزن که در شانه اش فرو رفت، آن مدعی، بی تاب شد و پرسید خال کوبی از کجا آغاز شده است. دلاک گفت از دُم شیر شروع کرده است. مرد به دلاک گفت از خیر دم بگذرد و شیری بدون دم برایش نقش کند. باقی داستان را شنیده ایم و می دانیم عاقبت، دلاک به تنگ آمد و سوزن ها را بر زمین ریخت و با خشم گفت:

شیر بی دم و سر و اشکم که دید؟

این چنین شیری خدا خود نافرید<sup>۱</sup>

مواجهه با انتقاد نیز بیشتر این گونه است: به استقبال انتقاد می رویم و گاه با اصرار، خواستار آن می شویم؛ اما چون گزندگی نیش انتقاد را می چشیم، از آن می گریزیم. برای آنکه گریز خود را بپوشانیم، بر آن برچسب های گوناگون می زنیم

۱. جلال الدین محمد بلخی، مثنوی، به تصحیح محمد استعلامی، دفتر اول، ص ۱۴۴.



و آن را انتقام، نه انتقاد و عقده‌گشایی و تهمت و حق‌کشی نام می‌نهیم. در نهاد خانواده هم که باید جایگاه امن و آرامش باشد، متأسفانه این‌گونه نگاه به انتقاد دیده می‌شود. چه بسیار همسران و پدرمادرها و فرزندان که ابتدا خود را مشتاق نقد و انتقادپذیر نشان می‌دهند؛ اما در هنگامه عمل، تاب و تحمل شنیدن انتقاد یا در معرض انتقاد قرار گرفتن را ندارند. انتقادی که می‌تواند جهشی به سوی بهتر شدن باشد، با مواجهه بد با آن، تلخ‌کامی به بار می‌آورد. از آن فراتر، گاه ترجیح می‌دهیم هرگز خواستار انتقاد نشویم و خویشتن را در معرض خطر قرار ندهیم؛ اما این کار نیز شدنی نیست. ممکن است چنان خوددار باشیم که هرگز از کسی انتقاد نکنیم. باز، هیچ تضمینی نیست که دیگران نیز در قبال ما خودداری کنند و دست به انتقاد نزنند. اغلب، در خانواده‌ها افراد خطا می‌کنند؛ از این رو طبیعی است که در معرض نقد و انتقاد قرار گیرند. باید نگاهمان به انتقاد و انتقادکردن و انتقادپذیری را تغییر دهیم. اگر اندیشه ما به این مقوله با ارزش تغییر کند، نه از نقد شدن فرار می‌کنیم و نه از نقد کردن. گاه به طنز گفته‌اند از دو چیز نمی‌توان گریخت: مرگ و انتقاد. آن وقت است که انتقاد را به مثابه ارزشی برای شکوفایی خود و دیگران، به ویژه خانواده‌ای که در آن هستیم، به شمار می‌آوریم.

یکی از مسائل حل نشده جامعه ما، مفهوم و کارکرد انتقاد و جایگاه آن است. نوشته‌های درخور توجهی درباره انتقاد نوشته شده است و در آن‌ها افراد به انتقادکردن دعوت شده‌اند؛ اما اغلب، این دعوت همراه با قیدهایی است

که عملاً اصل انتقاد را ناممکن می‌سازد. گفته می‌شود انتقاد باید هدف‌دار، سازنده، دوستانه و به‌منظور رشد و شکوفایی باشد و از انتقادهای ویرانگر، نابجا، تضعیف‌کننده، مغرضانه و دشمن‌شادکن باید پرهیز شود. با این حال، معیار مشخصی برای تعیین انتقادهای سازنده از ویرانگر و نیز دوستانه از مغرضانه گفته نمی‌شود. معلوم نیست مرز میان این دو چیست و کدام معیار، این دو گونه انتقاد را از یکدیگر جدا می‌سازد.

این ابهام باعث شده است هرکس، هرگونه و هرگاه بخواهد، انتقادی را نادرست و مغرضانه قلمداد کند و با این برداشت، آن را رد کند یا نادیده بگیرد: خانم خانواده: ... بیست سال کلفتی کردم، تازه دارم پیشرفت می‌کنم، حالا می‌خواهی ایراد بگیری!  
مرد خانواده: خانم دست بردار! یک کلمه دیگر هم نمی‌خواهم ازت بشنوم؛ فقط ایراد می‌گیری!

....

در نتیجه این‌گونه نگاه نادرست به بحث انتقاد، جامعه ما، به‌ویژه خانواده‌ها، از برکات انتقاد که در روایات دینی همچون ارمغان است، محروم مانده‌اند. از طرفی هم تیرهای اتهام متوجه منتقدان شده است؛ حال آنکه فرهنگ اسلامی، مسلمانان را به درک و پذیرش انتقاد دعوت کرده و آنان را به اهمیت خودکاو و اصلاح خویش متوجه ساخته است. این توجه در قالب روایات مربوط به نصیحت‌پذیری (قبول النصیحة)، خودپایی، خوشتن‌نگری، مراقبه و محاسبه نفس (محاسبة النفس) شکل گرفته است.

گسترش فرهنگ انتقاد و انتقادپذیری، بسترهم‌بستگی اجتماعی را پدید می‌آورد؛ زیرا لازمه هم‌بستگی و سازگاری اجتماعی، صداقت و صراحت و حس مسئولیت متقابل است و همه این‌ها از نتایج انتقادند. زندگی اجتماعی بدون انتقاد، ناممکن است و ما همواره در حال انتقادکردن از دیگران یا انتقادشدن از آنان هستیم. اگر هم تصمیم بگیریم دیگر از کسی انتقاد نکنیم، هیچ تضمینی وجود ندارد دیگران از ما انتقاد نکنند. پس باید بکوشیم زمینه گسترش این مقوله در جامعه، به ویژه در خانواده‌ها پدید آید تا از نتایج ارجمند آن بهره ببریم. بیش از دو دهه است که به شکلی مستمر، به انتقاد و ابعاد آن می‌اندیشم و در این زمینه هم آثاری منتشر کرده‌ام. این آثار گاه مشخصاً نقد کتاب است و گاه بحث در اصول نقد و گاه مسائل فرانقد. با این پیشینه، نوشته حاضر را با کمترین اصطلاحات فنی و موضوعات نظری، یا به صورت اشاره به کارهای تازه خویش در این زمینه و به شکلی عمومی عرضه می‌کنم. بنابراین، در این کتاب، تأملات پیشینم گاه به زبانی دیگر بازگو می‌شود. با این نگاه، نوشته پیش رو، بر اساس طرح این پرسش‌ها و پاسخ به آن‌ها شکل گرفته است:

- انتقاد چیست؟
- انتقاد چه نسبتی با عیب‌جویی دارد؟
- کارکرد انتقاد چیست؟
- چرا از انتقاد می‌ترسیم؟
- چگونه با انتقاد روبه‌رو می‌شویم؟





- آیا انتقاد باید وارد باشد؟
- آیا انتقاد باید سازنده باشد؟
- آیا انتقاد باید مؤدبانه باشد؟
- موانع انتقادپذیری چیست؟
- خودانتقادی چیست و به چه کار می‌آید؟
- اصول انتقاد از خود چیست؟
- چگونه از دیگران انتقاد کنیم؟

از گردانندگان مجموعه مهرستان که فرصت نشر این اثر را فراهم کردند، سپاسگزارم. امیدوارم این نوشته بتواند ادبیات نظری انتقاد را کمی متحول کرده و بر غنای معرفتی این عرصه بیفزاید. همچنین، به گستردن فضای انتقاد و انتقادپذیری، به خصوص در خانواده‌ها یاری رساند. از جناب آقای مجید فضل‌اللهی نیز که با خواندن دقیق این متن و افزودن مثال‌ها و نکته‌هایی سودمند، این نوشته را ملموس‌تر کردند، تشکر می‌کنم. «تا که قبول افتد و چه در نظر آید.»<sup>۱</sup>

سید حسن اسلامی اردکانی

۱. شمس‌الدین محمد حافظ، حافظ به سعی سایه، ص ۳۰۱.









## دریچه‌ای به مباحث فصل

- انتقاد چیست؟
- نگاه بد به انتقاد چه پیامدهایی دارد؟
- در نگاه عمومی جامعه، انتقاد به چه صورت تعبیر می‌شود؟

رُنه<sup>۱</sup> دکارت (۱۵۹۶ تا ۱۶۵۰)، پدر فلسفه جدید غرب، در آغاز رساله ماندگار خویش با عنوان گفتار در روش راه بردن عقل می نویسد: «میان مردم عقل از هرچیز بهتر تقسیم شده است؛ چه هرکس بهره خود را از آن، چنان تمام می داند که مردمانی که در هرچیز بسیار دیرپسندند، از عقل، بیش از آنچه دارند، آرزو نمی کنند.»<sup>۲</sup> نکته درخور توجه این است که این حالت در برخی خانواده ها هم مشاهده می شود. اعضای چنین خانواده هایی خودشان را عقلی کل می دانند و در هر مسئله ای اظهار نظر می کنند و بالاتر اینکه، هیچ یک حاضر نیستند از حرف خود، کوتاه بیایند! این حالت روانی در انسان ظاهراً چنان ریشه دار است که نه تنها عقل خود را در حد کمال می بیند، بلکه آنچه را به او متعلق است، بهترین و در اوج جمال می پندارد.

خانواده ای که هریک از افراد آن خود را عاقل تر از دیگری می داند، در حل

۱. در فارسی به غلط «رنه» تلفظ می شود.

۲. محمدعلی فروغی، سیر حکمت در اروپا از زمان باستان تا مائۀ هفدهم مذیل به ترجمۀ گفتار دکارت فیلسوف فرانسوی، ج ۱، ص ۲۱۳. این عبارت در نشر جدید و مستقل رساله «گفتار در روش راه بردن عقل» با کمی تغییر و ویرایش زبانی و ساختاری منتشر شده است که جای چون و چرا دارد. در اینجا به جای «چه»، «زیرا» نهشته است و متن، امروزی شده است. (رنه دکارت، گفتار در روش راه بردن عقل، ترجمۀ محمدعلی فروغی، ص ۱). برای توضیح این مطلب و دیدن نمونه ای از انتقاد فنی، نک: سیدحسن اسلامی، «آیا ویرایش زبانی و ساختاری آثار دیگران مجاز است؟» روزنامه اعتماد، یکشنبه، چهارم شهریور ۱۳۹۷، ص ۱۴.



مسئله یا مسئله‌های خود موفق نیست و گره‌ای را که به راحتی با دست باز می‌شود، به کلافی سردرگم تبدیل می‌کند. علتش این است که هریک از آن‌ها عقل خود را کامل دانسته و به جای هم‌فکری، جمال عقلشان را به نمایش می‌گذارند. سعدی بر این نکته چنین رندانه اشاره می‌کند: «همه کس را عقل خود به کمال نماید و فرزند خود به جمال.»<sup>۱</sup> او پس از نقل داستانی برای تأیید نظر خود نتیجه می‌گیرد:

گراز بسیط زمین، عقل منعدم گردد

به خود گمان نبرد هیچ کس که نادانم

شاعری دیگر نیز با دیدن این حالت در انسان‌ها سرگشته‌وار چنین می‌سراید: «هرکس خویشتن را خردمند می‌داند، کاش می‌دانستم پس چه کسی بی‌خرد است.»<sup>۲</sup>

حقیقت جز این نیست که به هر حال، هرکس از عقل بهره‌ای دارد و اثبات این مطلب خیلی ساده است. هرکس با کمی دقت در اعضای خانواده خود، اعتراف می‌کند در بسیاری از مسئله‌ها، فردی از اعضای خانواده چنان نظری داده که شاید هیچ وقت به عقل بزرگ‌تر از او در خانواده نرسیده است. خیلی مهم است که نگرش ما درباره سطح عقل خودمان و دیگر اعضای خانواده و حتی اطرافیانمان چگونه باشد. خطر زمانی است که کسی خود را نسبت به دیگر اعضای خانواده یا دیگر افراد جامعه عاقل‌تر بداند!

۱. سعدی، گلستان، به تصحیح غلامحسین یوسفی، ص ۱۷۵.

۲. کل امری فی نفسه عاقل یا لیت شعری فمن الجاهل؟



این گرایش روانی و ایستار (باور) روحی، تکلیف ما را در برابر انتقاد روشن می‌کند. از آنجا که غالباً خود را خردمند و رفتار خویش را سنجیده می‌دانیم، به انتقاد نیازی نمی‌بینیم و آن را توهین به خود می‌شماریم. جمله‌هایی که کم‌وزیاد در خانواده‌ها شنیده می‌شود:

آقای خانواده: دفعه آخرت باشد که از من ایراد می‌گیری ها!

پسر بزرگ خانواده: از من داری عیب می‌گیری؟ ساکت شو!

دختر خانواده: دیگر نمی‌خواهم ادامه بدهی! هنوز دیپلمت را نگرفتی، برای من اظهار نظر می‌کنی؟

و....

اغلب، خاطره خوشی از انتقاد نداریم. اگر انتقادات دیگران از خود را سبک سنگین کنیم و حتی حق را به آنان بدهیم، باز در نهمان خانه دل، احساس ناخوشایندی داریم و حس می‌کنیم بر اثر این انتقادات، غرورمان جریحه دار شده و تیغی در قلبمان خلیده است.

مادر خانواده در گفت‌وگو با زن همسایه: عالیه خانم، خدا خیرت بدهد! چه خوب شد تذکر دادی؟

مادر خانواده پس از رفتن از پیش زن همسایه: برو بابا! خودش هزار تا مشکل دارد، به من تذکر می‌دهد!

اگر نگاه ما به انتقاد، نگاه بدی باشد، انتقاد دیگران را، چه شیرین باشد یا نباشد، تلخ می‌دانیم و از انتقادکننده می‌رنجیم. سقراط نیز به علت همین نگرش انتقادی که به جامعه و معاصران خود داشت، اغلب، مایه رنجش دیگران

می شد؛ تا جایی که آنان حس می کردند تحقیر شده اند و از نیش فیلسوفانه او رهایی ندارند. اما این نیش که دردناک تر از نیش افعی بوده، به گفته آلبیادس، شخص را به تأمل و رفتار درست برمی انگیزد است.<sup>۱</sup>

● خانواده های رو به پیشرفت، از تذکر دادن و به عبارت بهتر، انتقاد دیگر افراد خانواده و حتی دیگر اعضای جامعه که به نحوی با آن ها مرتبط اند رنجیده خاطر نمی شوند. آن ها حتی بسیار خوش حال هم می شوند و با آغوش باز از آن انتقاد استقبال می کنند. آنان می دانند این نوع مواجهه با انتقاد، سبب رشد همه جانبه افراد و در واقع خانواده می شود. ●

نکته بسیار مهم و درخور توجه، دقت در مرز بین «انتقاد» و «عیب جویی» است. بجاست افراد چه در خانواده و چه در جامعه دقت کنند مبادا از رعایت این مرز غافل شوند. حافظ نیز بر همین اساس، ما را از عیب بینی و خرده گیری که نشانه بی هنری است، پرهیز می دهد و می گوید:

کمال سرّ محبت ببین، نه نقص گناه

که هر که بی هنر افتد، نظر به عیب کند<sup>۲</sup>

اگر واژه نامه ها را بگشاییم، غالباً می بینیم انتقاد به معنای خرده گیری و دیدن کاستی ها تعریف شده است. برای مثال، دهخدا انتقاد کردن را به معنای عیب گرفتن در نظر می گیرد. البته فرهنگ ها در کنار این تعریف، از «به گزینی» نیز نام می برند و انتقاد را گاه به معنای «بهین چیزی را برگزیدن» تعریف می کنند.

۱. نک: افلاطون، مهمانی، در دوره آثار افلاطون، ترجمه محمد حسن لطفی و رضا کاویانی، ج ۱، ص ۴۷۲.

۲. شمس الدین محمد حافظ، حافظ به سعی سایه، ص ۱۸۱.