

## ریشه‌ها، علل و پیامدهای کینه‌توزی از منظر آموزه‌ها و اخلاق اسلامی

علی شیروانی شیری<sup>۱</sup>، بابک شمشیری<sup>۲</sup>

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر، چگونگی کنترل، کاهش و علاج کینه‌توزی به‌عنوان یک مانع جدی در راه صلح و اخلاق صلح‌محور بود. چرا که اگر سلامت را به‌مثابه پلی برای صلح در نظر بگیریم، کینه‌توزی همچون یک بیماری است که مانع از تحقق آن می‌شود. مطالعه حاضر از نوع مطالعات کیفی و روش آن، توصیفی - تحلیلی بوده و محور اصلی پژوهش، مفهوم‌شناسی کینه‌توزی براساس آموزه‌های اسلامی و آراء اندیشمندان اخلاق اسلامی بود. جامعه این پژوهش تمامی مستندات مربوط به موضوع پژوهش در کتب و نوشته‌های اخلاقی و آراء اندیشمندان اخلاقی بود. در روش گردآوری داده‌ها، از روش اسنادی و به‌منظور تحلیل داده‌ها، از شیوه تحلیل مفهومی استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که براساس تحلیل محتوای آموزه‌های اسلامی و آراء اندیشمندان اخلاق اسلامی، کینه‌توزی نوعی بیماری تلقی شده است. به همین دلیل در دو سطح فردی و اجتماعی، راهکارهایی برای پیشگیری، درمان و کاهش آن در جامعه شناسایی و استخراج شد. از مهم‌ترین راهکارهای درمانی در بعد فردی می‌توان به راهکارهای روان‌شناختی، مشاوره‌ای و روان‌درمانی، تقویت اعتقادات مذهبی و ایمان و اصلاح باورهای مذهبی، تربیت عاطفی افراد و پرورش و تقویت عشق و محبت، آگاهی‌بخشی و تشدید آگاهی و تقویت تفکر انتقادی اشاره کرد. راهکارهای درمانی در بعد اجتماعی نیز شامل تقویت روابط مبتنی بر محبت، نیکی، احترام و پذیرش دیگران، ترویج فرهنگ گفت‌وگو در جامعه و به رسمیت شناختن دیگران، شفافیت‌بخشی در جامعه و اصلاح ساختارهای اجتماعی معیوب است که منجر به خشم و نفرت و کینه‌توزی عمومی می‌شود.

**واژگان کلیدی:** کینه‌توزی، آموزه‌های اسلامی، اخلاق فردی، اخلاق اجتماعی.

ali\_shiravani@cfu.ac.ir

۱- نویسنده مسئول: استادیار گروه علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان، ایران.

bshamshiri@rose.shirazu.ac.ir

۲- دانشیار گروه مبانی تعلیم و تربیت دانشگاه شیراز، فارس، ایران.

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۴/۰۳

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۱/۰۵

## بیان مسئله

«صلح» یکی از موضوعات بسیار مهم و مطرح روز است که در حوزه‌های روان‌شناسی، حقوق، روابط بین‌الملل، اخلاق و... مورد بحث محافل علمی، اجتماعی و سیاسی دنیای امروز قرار دارد. صلح از قدیمی‌ترین آرمان‌های بشری است و برقراری آن در جهان از ضرورت‌های بشر عصر حاضر به‌شمار می‌رود. از صلح تعاریف مختلفی به عمل آمده، اما رایج‌ترین تعریف آن این است که صلح مساوی با فقدان جنگ است؛ یعنی زمانی که جنگ نباشد، صلح برقرار است. اما امروزه صلح مفهوم گسترده‌تری را در برمی‌گیرد که شامل موارد مختلف امنیتی از جمله امنیت روانی و اخلاقی، امنیت اجتماعی، امنیت اقتصادی، امنیت سیاسی، امنیت زیست‌محیطی و امنیت نظامی است. دانیش (۲۰۰۶) تعریف گسترده‌تری از صلح ارائه می‌کند و آن را وضعیتی روانی، اجتماعی، سیاسی، اخلاقی و معنوی می‌داند که در سطح فردی، بین‌گروهی و جهانی بشر متجلی می‌شود. به تعریف دانیش، صلح محصول نهایی انتقال انسان‌ها از خودمحوری، خودخواهی و تمایلات ستیزه‌جویانه و دوگانه‌خودی - غیرخودی به وضعیت جهانی و فراگیر آگاهی از وحدت و یگانگی بنیادی بشر، ارتباط با تمام بشریت و درحقیقت ارتباط با تمام زندگی است (دانیش، ۲۰۰۶، ص ۶۴). بنابراین امروزه صلح یک مفهوم چندبعدی به حساب می‌آید. به همین دلیل برای صلح‌گستری در جهان لازم است تا از زوایای گوناگونی به این موضوع نگریسته شود و عوامل ایجابی و سلبی دخیل در آن با دقت مورد کنکاش قرار گیرد. یکی از مباحث مطرح در زمینه صلح، اخلاق است که امروزه با عنوان اخلاق صلح، نسبت بین اخلاق و صلح را مورد توجه قرار می‌دهد. درواقع امروزه صلح به عنوان یک محور اخلاقی در سطح جهان مطرح است. اگر حوزه اخلاق مربوط به صلح را بررسی کنیم، به این نتیجه می‌رسیم که یکی از مهم‌ترین مفاهیمی که در ارتباط معکوس با صلح قرار دارد و کمتر مورد توجه محققین و پژوهشگران قرار گرفته، مفهوم کینه و کینه‌توزی است. اگر سلامت را به مثابه پلی برای صلح در نظر بگیریم، کینه‌توزی همچون یک بیماری مانع از تحقق آن می‌شود. نتیجه تحقیقات پیشین حاکی از آن است که کینه‌توزی ترکیبی از هیجانات مرتبط به هم شامل رنجش، ناخوشایندی، نفرت، خصومت، خشم درون مانده و ترس است که این حالات هیجانی در پی توجه به یک تخطی - آمیزه‌ای از توهین و اذیت - حاصل می‌شوند. به میزانی که فرد این تخطی را اذیت تلقی کند، بی‌درنگ همراه با ترس به آن واکنش نشان می‌دهد و اگر این تخطی را توهین تلقی کند، بلافاصله با خشم به آن پاسخ خواهد داد. اما نمی‌توان این ترس و خشم را از جمله ابعاد کینه‌توزی به حساب آورد. چرا که کینه‌توزی هنگامی رخ می‌دهد که افراد، یک واقعه، پیامدهای آن، واکنش‌هایشان نسبت به آن، انگیزه‌های فرد خطاکار و واکنش‌های بالقوه خود یا فرد خطاکار را نشخوار ذهنی کنند. این نشخوار ذهنی می‌تواند حالات هیجانی رنجش، ناخشنودی، نفرت، دشمنی، خشم درون مانده و ترس را موجب شود که درواقع این حالت‌های هیجانی را کینه‌توزی

می‌نامند. کینه‌توزی گاه به یک ویژگی شخصیتی بدل می‌شود که همچون یک بیماری و استرس، سلامت افراد را تهدید می‌کند. افراد، احساس کینه‌توزی را خوش نمی‌دارند. اگرچه خشم و انگیزه انتقام‌جویی گاهی می‌تواند به افراد نیرو و قدرت بدهد، اما افراد معمولاً سعی می‌کنند سریعاً از حس کینه‌ورزی بکاهند، آن را از صفحه ذهن خود محو کرده یا از آن پرهیز کنند (اورت ال ورثینگتون، ۱۳۸۳). کینه‌توزی مانع از ایجاد، فراگیر شدن و نهادینه شدن صلح و آشتی می‌شود. به همین دلیل مقاله حاضر در پی کنکاش مفهوم کینه‌توزی است تا از این طریق علل و ریشه‌ها و همچنین پیامدها و آثار و عواقب آن را در سطح فردی و اجتماعی مورد بررسی قرار دهد. درحقیقت چگونگی کنترل، کاهش و رفع کینه‌توزی به‌عنوان یک مانع جدی در راه صلح و اخلاق صلح‌محور از اهداف این مقاله است. به‌طور خلاصه می‌توان گفت که مطالعه حاضر در پی پاسخ دادن به پرسش‌های زیر است:

- ۱- کینه‌توزی در آموزه‌های اسلامی و آراء اندیشمندان اخلاق اسلامی به چه معناست؟
- ۲- علل، ریشه‌ها و همچنین پیامدهای فردی و اجتماعی و آثار آن از منظر آموزه‌های اسلامی و آراء اندیشمندان اخلاق اسلامی کدامند؟
- ۳- راهکارهای کنترل، کاهش و رفع کینه‌توزی کدامند؟

## روش پژوهش

این پژوهش با رویکردی کیفی و با به‌کارگیری روش تحلیل مفهومی صورت گرفته است. روش تحلیل زبانی و مفهومی، کاربرد کلمات را به‌منزله روش اساسی تحلیل، مورد استفاده قرار می‌دهد. البته کاربرد کلمات و گزاره‌ها می‌تواند به‌صورت نظام‌مند و برای بررسی شبکه مفهومی به‌کار گرفته شود. از آنجا که کلمات می‌توانند نقش‌هایی اساسی در زندگی ما ایفا کنند و یکی از کارهای اساسی آن‌ها حمل اطلاعات است، پس می‌توان گفت کاربرد کلمه، شکلی از رفتار هدفمند است. ما در تحلیل مفاهیم باید با دقت تمام، ارتباط بین کلمات و کاربردشان را در عبارات مختلف بررسی کنیم. برای این منظور می‌توان از بررسی بافت یا سیاق مفهوم، بررسی مترادف کلمات و عبارات، تحلیل بر حسب مفهوم متضاد و تحلیل بر حسب شبکه معنایی به‌عنوان شیوه‌های مختلف تحلیل بهره برد (باقری، ۱۳۸۹، صص ۱۸۱-۱۶۲). به‌طور کلی هدف پژوهش تحلیلی - فلسفی، فهم و بهبود بخشیدن مجموعه مفاهیم یا ساختارهای مفهومی است که ما برحسب تجربه آن‌ها را تفسیر کرده، مقاصد را بیان می‌داریم، مسائل را ساخت‌بندی کرده و پژوهش‌ها را به اجرا در می‌آوریم. محققان تعلیم و تربیت غالباً تفسیرهایی را پیشنهاد می‌کنند که هم دقیق بوده و هم از غنای کافی برخوردار باشند تا بتوانند پیچیدگی مفاهیم را

نشان دهند. بنابراین «تحلیل مفهومی» نوعی از تحلیل است که ما به واسطه آن به فهم معتبر از معانی عادی یک مفهوم یا مجموعه‌ای از مفاهیم مرتبط دست می‌یابیم (کومبز و دنیلز، ۱۳۹۴، صص ۴۷-۴۳). روش مطالعه حاضر، توصیفی - تحلیلی با استفاده از شیوه تحلیل متن بوده و محور پژوهش، معنانشناسی کینه‌توزی از منظر آموزه‌های اسلامی و آراء اندیشمندان اخلاق اسلامی بود. در پژوهش حاضر، ابتدا مفهوم کینه‌توزی براساس معنای لغوی و معنای اصطلاحی مورد بررسی قرار گرفت و سپس به توصیف و تحلیل مفهوم کینه‌توزی در ارتباط با اخلاق مبتنی بر صلح در آموزه‌های اسلامی و آراء اندیشمندان اخلاقی پرداخته شد. در ادامه براساس تحلیل‌های انجام شده، ارتباط موضوع پژوهش با سایر مفاهیم اساسی مورد بررسی عمیق قرار گرفت و بر همین اساس علل، ریشه‌ها و پیامدها و آثار و عواقب آن و همچنین راهکارهای کنترل، کاهش و رفع آن به‌عنوان مانع جدی در راه اخلاق صلح‌محور، شناسایی و استخراج شد.

### مفهوم‌شناسی کینه

در کتاب «لسان العرب» آمده است که: «الحقد: إمساک العداوة فی القلب و التریبص لفرصتها... الم معدن و أحقد إذا لم یخرج منه شیء و ذهب منالته. و معدن حاقد إذا لم ینل شیئاً» (ابن منظور، ۱۴۱۴، ج ۳، ص ۱۵۴). کینه در زبان و ادبیات عرب با عبارت «الحقد» شناخته می‌شود و جمع آن «أحقاد» و «حُقود» است. «الحقود» به فرد بسیار کینه‌ورز گفته می‌شود (بندریگی، ۱۳۷۰، ص ۱۰۶). کینه در لغت به معنی نگاه داشتن عداوت در قلب و منتظر فرصت بودن است (فراهیدی، ۱۴۰۹، ج ۳، ص ۴۰). همچنین «حقد المطر حقدا و أحقد» و «المعدن و أحقد إذا لم یخرج منه شیء و ذهب منالته. و معدن حاقد إذا لم ینل شیئاً» (ابن منظور، ۱۴۱۴، ج ۳، ص ۱۵۴)؛ یعنی حقد همچون قطع شدن باران و معدن است. به این معنی که باران با قطع شدن و معدن با قطع مواد معدنی از جریان یک نعمت مستمر جلوگیری می‌کنند (آزاد، ۱۳۹۶).

بین کینه، انتقام، خشم و غضب رابطه برقرار است. زمانی که از رابطه بین مفاهیم و پدیده‌ها صحبت می‌کنیم، این ارتباط می‌تواند وجوه مختلفی داشته باشد. رابطه ممکن است دلالت بر رابطه علی داشته باشد، حکایت از همبستگی کند، یا دست‌کم نشان دهنده تأثیر و تأثر متقابل بین دو پدیده باشد. در اینجا به نظر می‌آید که بین کینه از یک سو و خشم، غضب و انتقام از سوی دیگر می‌توان ارتباط علی برقرار کرد. بدین معنی که در خیلی از موارد، کینه منجر به بروز خشم و غضب شده و هرگاه که خشم و غضب شدت پیدا کند، ممکن است حس انتقام‌جویانه بروز پیدا کند. بنابراین می‌توان آن‌ها را در یک منظومه به هم پیوسته در نظر گرفت.

غضب حالتی نفسانی است که باعث حرکت روح حیوانی از داخل به جانب خارج، برای غلبه و انتقام

می‌شود: «الغضبُ: ثوران دم القلب إرادة الانتقام» (راغب اصفهانی، ۱۴۱۳، ص ۱۰۱۲). هر گاه غضب شدت یابد، نور عقل را می‌پوشاند و اثر قوه عاقله را ضعیف می‌کند (نراقی، ۱۳۸۵، ص ۲۰۸). انتقام نیز عبارت از مقابله به مثل یا حتی بیشتر از آن است. چنانچه فردی به دلیل عجز و ناتوانی قادر به ابراز عداوت، خصومت و گرفتن انتقام نباشد، غضب را فرو خورده و دشمنی را در قلبش مخفی می‌کند که این موضوع منجر به ایجاد کینه می‌شود (نراقی، ۱۳۸۵، ص ۴۲۳). بنابراین ارتباط این مفاهیم به این صورت است که وقتی خشم انسان به هیجان می‌آید، فرد می‌تواند در همان حال خشم خود را اعمال کرده و از شخص مقابل انتقام بگیرد، یا از اعمال خشم خود ناتوان است که در این صورت هیجان خشم به درون انسان برمی‌گردد و در آنجا محبوس می‌شود. این خشم حبس شده، در واقع همان کینه است. به عبارت واضح‌تر کینه همان دشمنی پنهان (تهرانی، ۱۳۹۵، ص ۱۰۵) و مخفی کردن عداوت و دشمنی در قلب (نراقی، ۱۳۹۱، ص ۴۲۳) است. بنابراین کینه - که در حقیقت عداوت باطنی است - و انتقام - که دشمنی آشکار است - هر دو ثمره و از پیامدهای منفی غضب و دشمنی هستند و در ارتباط معنایی قرار می‌گیرند.

### کینه‌توزی در آیات و روایات

در قرآن کریم به طور مستقیم به کلمه حقد اشاره نشده است. اما به طور غیرمستقیم این مفهوم به عنوان یک خصلت بسیار منفی و رذیله مورد مذمت قرار گرفته است. خداوند در توصیف کفر و سرکشی یهود می‌فرماید: «وَلَقِينَا بَيْنَهُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ...» «و ما میان آنان تا روز قیامت کینه و دشمنی انداختیم» (مائده، ۶۴).

مفهوم کینه در روایات و احادیث رسیده از ائمه معصومین (ع) همواره منفی بوده است. برای مثال کینه در نهج‌البلاغه به عنوان یک بیماری (خطبه ۹۱) و از جمله آفت‌های شیطان (خطبه ۱۹۲) معرفی شده که در اثر دشمنی (خطبه ۲۳۱) و جهالت (خطبه ۱۹۲) در دل و سینه نفوذ می‌کند و همچون کوره آهنگری دل و سینه را می‌گدازد. حضرت علی (ع) در عهدنامه مکتوب خطاب به مالک اشتر می‌فرماید: «گره هر کینه را - که از مردم داری - بگشای و رشته هر دشمنی را پاره نمای» (نهج‌البلاغه، نامه ۵۳). ایشان اثرات منفی کینه را این‌گونه بیان کرده‌اند: برانگیزاننده غضب، نابودکننده راحتی، از بین برنده دین و هلاک کننده مردمان، سبب فتنه، موجب زندگانی سخت، فقدان مودت و... (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۲۹۹، احادیث ۶۷۸۶-۶۷۷۵). در حدیثی دیگر امام صادق (ع) فرموده است: «حَقْدُ الْمُؤْمِنِ مَقَامُهُ، ثُمَّ يَفَارِقُ أَخَاهُ فَلَا يَجِدُ عَلَيْهِ شَيْئًا، وَ حَقْدُ الْكَافِرِ دَهْرُهُ» «کینه مؤمن در حال و لحظه است؛ وقتی از برادرش جدا می‌شود، در دلش اثری از کینه نمی‌یابد. ولی کینه کافر در تمام عمرش است» (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۲، ص ۲۱۱).

## کینه‌توزی در آراء اندیشمندان اخلاق اسلامی

علامه ملامهدی نراقی در «جامع السعادات» کینه را از هلاک‌کننده‌های بزرگ معرفی می‌کند. او از قول رسول اکرم (ص) می‌فرماید: *المؤمن ليس بحقود؛ «مؤمن هرگز کینه‌ورز نمی‌شود»*. کینه با آفت‌هایی مانند حسد، دروغ، غیبت، تهمت، افشاء سر، پرده‌داری، اظهار عیب، شماتت بلایی که به شخص رسیده و سرور نسبت به آن، شادمانی از لغزش‌ها و خطاهای دیگری، تمسخر وی، اعراض از او به منظور تحقیر و ادا نکردن حقوق او مانند قرض یا صلح رحم و قطع رابطه با محقود (شخص مورد کینه) و ایذاء وی ملازم است که به فساد دین و دنیا منتهی می‌شود. نفس کینه و کینه‌توزی خود از مرض‌هایی است که بر قلب و درون سنگینی کرده، روح را متألم و متأذی می‌کند. کینه همچنین انسان را از سفره قرب خداوندی، واصل شدن به ملکوت اعلی و همدم شدن با ساکنان عالم قدس محروم می‌سازد (نراقی، ۱۳۹۱، صص ۴۲۴-۴۲۳).

امام محمد غزالی در «کیمیای سعادت» چنین می‌گوید: «کین فرزند خشم است و بدان هر که خشم فرو خورد، به اختیار و دیانت مبارک آید. اما اگر از عجز و ضرورت فرو خورد، اندر باطن وی گرد آید و عقده گردد». رسول خدا (ص) نیز می‌فرماید: *المؤمن ليس يحقود؛ «مؤمن کینه‌دار نمی‌شود»*. پس کین فرزند خشم است و از آن ۸ آفت پدید می‌آید که هر یک سبب هلاک دین می‌شود. اول: حسد تا به شادی آن کس اندوهگین بود و به اندوه وی شادمانه بود. دوم: آنکه شماتت کند و شادمانی کند که بلایی به وی رسد و آن را اظهار کند. سوم: آنکه زبان از وی بازگیرد و سلام نکند و جواب سلام او باز ندهد. چهارم: آنکه به چشم حقارت و کوچک‌داشت به وی نگردد. پنجم: آنکه زبان به وی به غیبت، دروغ، فحش و آشکار کردن عورت و اسرار وی دراز کند. ششم: آنکه وی را محاکات کند و سخریت کند. هفتم: آنکه اندر گذاردن حق وی تقصیر کند و صلت رحم بازگیرد و مظلمت وی باز ندهد و از وی حلالی نخواهد. هشتم: آنکه چون فرصت یابد، وی را بزند و برنجاند و اگر دیگری زند و برنجاند منع نکند و بدان رضا دهد» (غزالی، ۱۳۸۴، ص ۵۵۰).

مجتبی تهرانی (۱۳۹۵) کینه را از مقتضیات جهل می‌نامد. صفات و سجایای آدمی در فرهنگ اسلامی یا مقتضای عقل یا مقتضای جهل است. امام صادق (ع) کینه را از لشکریان جهل به شمار آورده، می‌فرماید: *العفو و ضده الحقد؛ «از لشکریان عقل، یکی عفو و بخشش است و ضد آن کینه است»*.

## ریشه‌ها و علل کینه‌توزی

عوامل ایجاد کینه‌توزی را می‌توان با دو عنوان کلی «بیماردلی» و «جهالت» طبقه‌بندی کرد:

## الف. صفات و رذایل اخلاقی ناشی از بیماردلی

امراض و بیماری‌های اخلاقی همچون خصومت، خشم و غضب، حسادت، مرأ و جدال و خرده‌گیری از دیگران، توقعات نابه‌جا، به رخ کشیدن داشته‌ها و فضایل، سخن‌چینی و شوخی‌های بی‌جا در آموزه‌های اسلامی و از منظر اندیشمندان اخلاق، از جمله عوامل ایجاد کینه و کینه‌توزی هستند. در ادامه به توضیح هر یک از این موارد خواهیم پرداخت.

### ۱- خصومت و دشمنی

خصومت که نزد دانشمندان اخلاق به معنای پیکار لفظی با دیگران به قصد تحصیل مال یا استیفای حق است، یکی از بیماری‌های زبان است که مایه پدید آمدن دشمنی و از هم گسیختگی جامعه بشری می‌شود. یکی از پیامدهای ناپسند خصومت، پیدایش کینه است؛ زیرا نزاع با دیگران باعث پیدایش کینه و دشمنی در آن‌ها می‌شود. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: *ایاکم و الخصومة فانها تشغل القلب و تورث النفاق و تکسب الضغائن*؛ «از خصومت بپرهیزید؛ چرا که دل را مشغول می‌کند و موجب نفاق و زنده شدن کینه می‌شود» (تهرانی، ۱۳۸۷، ج ۴، ص ۲۲۰).

### ۲- خشم و غضب

خشم و غضب از مهم‌ترین علل و برانگیزنده کینه است. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: *الحقد یثیر الغضب؛ کینه خشم را برمی‌انگیزد* (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۲۱۲). همچنین می‌فرماید: *الحقد مثار الغضب؛ کینه محل انگیزش خشم است* (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ۶۷۷۶). پیامبر اکرم (ص) نیز فرموده است: *المؤمن لیس یحقد؛ مؤمن کینه در دل ندارد* (شهید ثانی، ۱۴۰۹) و کین فرزند خشم است (غزالی، ۱۳۸۴، ص ۵۵۰). ملا احمد نراقی عالم بزرگ اخلاق، خشم را از مهلکات بزرگ و آفات جسم معرفی می‌کند. به باور وی خشم، انسان را از حوزه عقلانیت و رفتارهای مبتنی بر عقل دور می‌کند (نراقی، ۱۳۹۱، ص ۲۰۹). غزالی نیز در مذمت خشم می‌نویسد «اصل خشم از آتش است که زخم وی بر دل بود و نسب آن با شیطان است. ولیکن چون به افراط بود، زیانکار باشد و مثل آتشی بود که بر دل زند و دود بر دماغ رود و جایگاه عقل و اندیشه را تاریک کند» (غزالی، ۱۳۸۴، صص ۵۴۲-۵۴۰). خشم افزون بر اینکه خود مدموم است، پیامدهای دیگری نیز دارد که یکی از آن آثار و پیامدها، ایجاد حسد و کینه در طرفین است.

### ۳- حسادت

حسادت نیز عامل کینه و کینه‌توزی است. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: *شده الحقد من شدة الحسد*؛

«شدت کینه ناشی از شدت حسد است» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۶۷۸۸). همچنین می‌فرماید: *الحقدُ شِیمَةُ الحَسَدِ*؛ «کینه سحیه حسودان است» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۶۷۸۷). به باور برخی از علمای اخلاق، مهم‌ترین عامل تولید کینه در نفس آدمی، بیماری حسد است (تهرانی، ۱۳۹۵، ج ۷، ص ۱۰۸). بستگی این دو بیماری چنان محکم است که کینه با شدت حسد، شدید و با ضعف آن ضعیف می‌شود.

#### ۴- مرء، جدال و خرده‌گیری از دیگران

مرء که در اصطلاح اخلاق به معنی خرده‌گیری و اشکال گرفتن از کلام دیگران به منظور آشکارسازی نقص کلام آن‌هاست، با از بین بردن دوستی‌ها و چرکین کردن دل‌ها، باعث ایجاد کینه می‌شود (تهرانی، ۱۳۸۷، ج ۴، ص ۱۶۶). جدال و خرده‌گیری از دیگران دوستی را از بین می‌برد و دشمنی به بار می‌آورد. امام صادق (ع) می‌فرماید: «از ستیزه‌جویی در دین بپرهیزید؛ زیرا دل‌ها را از یاد خدا بازداشته، نفاق را به ارث می‌گذارد و کینه و دشمنی را زنده می‌کند».

#### ۵- توقعات نابه‌جا

معصومین (ع) توقعات بیش از اندازه را عامل کینه معرفی می‌کنند؛ زیرا وقتی فردی از دیگری توقع زیاد داشته باشد و آن شخص نتواند آن توقعات را برآورده سازد، در معرض ملامت قرار می‌گیرد و ملامت شونده کینه ملامت‌کننده را به دل می‌گیرد. حضرت علی (ع) فرموده است: «برادرت را با همان وضعی که دارد تحمل کن و زیاد سرزنش نکن؛ زیرا این کار کینه می‌آورد».

#### ۶- به رخ کشیدن داشته‌ها

گاهی پیش می‌آید که فردی نزد دیگران از فضیلتی سخن می‌گوید که دیگری آن فضیلت را ندارد و این موجب کینه‌توزی او می‌شود. حضرت علی (ع) در این باره می‌فرماید: «بپرهیز از بیان علم نزد کسی که اشتیاقی به آن ندارد و از بیان مقام و شرافت گذشته نزد کسی که گذشته افتخارآمیزی ندارد؛ زیرا این امر موجب کینه‌توزی او نسبت به تو می‌شود».

#### ۷- سخن‌چینی و شوخی‌های بی‌جا

راز بدگویی و سخن‌چینی در نهایت آشکار شده و به گوش کسی که از او بد گفته‌اند، می‌رسد. همین امر سبب ایجاد کینه و دشمنی خواهد شد. امیر مؤمنان علی (ع) می‌فرماید: *اَیَاکُمْ وَالنَّمَائِمُ فَانْهَآ تَوْرَثُ الضَّعَائِنُ*؛ «از سخن‌چینی بپرهیزید که کینه‌توزی می‌آورد». در برخی دیگر از روایت‌ها، شوخی‌های بی‌اساس و بدون مرز نیز از اسباب کینه‌توزی معرفی می‌شوند. حضرت علی (ع) می‌فرماید: «از شوخی بپرهیزید؛ زیرا بدخواهی می‌آورد، کینه بر جای می‌گذارد و دشنام کوچک به شمار می‌رود».



افزون بر موارد هفت‌گانه فوق، از دیگر علل و ریشه‌های کینه‌توزی می‌توان به لعن و نفرین، استهزاء و سخریه اشاره کرد. به نظر می‌رسد همه این موارد نوعی مرض و بیماری هستند که در قرآن به‌عنوان بیمار دلی و یکی از عوامل زمینه‌ساز بغض نسبت به دین و دین‌داری معرفی شده است: *أَمْ حَسِبَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ أَنْ لَنْ يُخْرِجَ اللَّهُ أَضْغَانَهُمْ؟* «آیا کسانی که در دل‌هایشان مرضی هست، پنداشتند که خدا هرگز کینه آنان را آشکار نخواهد کرد؟» (محمد، ۲۲). شاهد این برداشت خطبه ۱۹۲ نهج‌البلاغه و همچنین کتاب «معراج السعاده» نوشته ملا محمد نراقی (۱۳۱۵) است که از رذایل اخلاقی و از آن جمله «کینه» و عوامل زمینه‌ساز آن، به‌عنوان بیماری یاد شده است. از نگاه دینی، بیمار دلان غالباً کسانی هستند که دارای باور و ایمان ضعیف بوده و به تدریج به نفاق و کینه‌توزی گرایش می‌یابند. هرچند که باورمندان و افراد مذهبی و متدین نیز از ایجاد و نفوذ کینه در قلب و جان‌شان در امان نیستند. نکته بسیار مهم در اینجا، قلمداد نکردن عوامل یاد شده با عنوان بیماری و مرض در آموزه‌های اسلامی و آراء اندیشمندان اخلاق اسلامی است؛ چرا که مفهوم مرض و بیماری، مفهوم درمان را در پی خود به ذهن متبادر می‌کند. یعنی کسانی که دچار خصومت و دشمنی، خشم و غضب یا حسادت و خرده‌گیری از دیگران هستند، افرادی بیمارند که باید مورد توجه خاص قرار گیرند و باید برای آن‌ها در پی راهکارهای درمانی بود تا بتوان با اقدامات درمانی متناسب، آن‌ها را درمان و معالجه کرد.

## ب - صفات و رذایل اخلاقی ناشی از جهالت

جهالت، ناآگاهی و نبود رشد مناسب شناختی نیز از عوامل ایجاد کینه و کینه‌توزی در افراد جامعه است. چنانچه فرد، فواید داشتن قلب و ذهنی بی‌کینه و مضرات قلبی آکنده از کینه را بداند، همواره تلاش می‌کند تا با استدلال و تأمل در رفتارها و کنش‌های خود و دیگران و با نگاهی انتقادی، خود را از ابتلا به این مرض و بیماری مصون دارد. در صورت ابتلا نیز با تشخیص حالت‌ها، افکار و نیت‌های بیمارگونه خویش، در پی اصلاح برمی‌آید.

## پیامدهای کینه‌توزی

کینه بیماری کشنده‌ای است که آثار نامطلوب و ناگواری در زندگی فردی و اجتماعی انسان به‌جا می‌گذارد. مجتبی تهرانی (۱۳۹۵) در یک دسته‌بندی آثار نامطلوب کینه را سلب آرامش، خشم، درگیری، فتنه، آشوب و هلاکت معرفی می‌کند. باتوجه به اینکه کینه‌توزی هم متأثر از عوامل فردی و هم اجتماعی است، می‌توان به پیامدهای آن از دو بعد کلی فردی و اجتماعی پرداخت. در ادامه به‌طور مختصر پیامدهای هر یک از دو بعد فردی و اجتماعی بیان می‌شود:

## الف - پیامدهای فردی کینه‌توزی

### ۱- سلب آرامش

کینه در زندگی فردی، آرامش و آسایش را از انسان سلب می‌کند. بیمار کینه‌ای به دلیل بغضی که از طرف مقابل در دل دارد، همیشه سنگینی وجود او را بر قلب خود احساس می‌کند و حتی ممکن است دچار استرس شدید شود. هر نعمت و راحتی که نصیب دشمن شود، او را دچار رنج و عذاب می‌کند. حتی ممکن است پس از انتقام هم آرامشی را که می‌جوید، به دست نیاورد. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: *قل أقل الناس راحة الحقود؛ «کم‌آسایش‌ترین مردمان، انسان کینه‌توز است»* (ابن شعبه حرانی، ۱۴۰۴ ق، ص ۴۸۸). *ثلاث لا يهنأ لصاحبهن عيش: الحقد، والحسد، و سوء الخلق؛ «سه چیز است که هیچ راحتی در زندگی صاحب خود باقی نمی‌گذارد؛ کینه، حسد و بداخلاقی»* (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۲۱۲). انسان کینه‌ای تنها زمانی به آرامش و آسایش می‌رسد که بیماری خود را درمان کند. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: *من أطرح الحقد استراح قلبه و لبه؛ «کسی که کینه را دور بریزد، عقل و قلبش آسوده می‌شود»* (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۴۵۹).

### ۲- خشم

کینه از رذایل وابسته به نیروی غضب است و در اثر ناتوانی از اعمال خشم به وجود می‌آید. اما هنگامی که کینه در دل اشکار می‌شود، خود از علل برافروختگی خشم خواهد بود و به هر بهانه‌ای خشم انسان را نسبت به شخص مورد کینه می‌افروزد. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: *الحقد يثير الغضب؛ «کینه خشم را برمی‌انگیزد»* (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۲۵). همچنین می‌فرماید: *الحقد مثار الغضب؛ «کینه محل انگیزش خشم است»* (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶).

خشم یا غضب به شعله‌ور شدن نفس انسان و خروج از اعتدال به سوی جدیت و شدت نسبت داده شده است (جوادی آملی، ۱۳۸۹، ص ۵۱۶). خروج نفس از اعتدال باعث تأثیرات و بازتاب‌هایی در نفس انسان و دیگران می‌شود که یکی از آن‌ها ایجاد کینه خصوصاً در طرف مقابل است.

### ۳- هلاکت

کینه انسان را به افعالی وامی‌دارد که با سعادت و کمالش سازگار نیست. به همین دلیل است که کینه موجب شقاوت ابدی و هلاکت انسان می‌شود (تهرانی، ۱۳۹۵، ج ۷، صص ۱۱۰-۱۰۸).

## ب - پیامدهای اجتماعی کینه‌توزی

### ۱- درگیری، نزاع و جنگ

کینه در سطح زندگی اجتماعی، موجب درگیری و نزاع می‌شود. انسان کینه‌ای همچون یک بیمار بر اثر کینه‌ای که از شخص مورد کینه می‌برد، ممکن است در راه آزار و اذیت او بکوشد، درباره او سخنان ناروا مانند دروغ، غیبت و بهتان بگوید، اسرارش را فاش کند، معایبش را آشکار سازد، در مصیبت‌هایش شادی و شماتت کند، از لغزش‌هایش خوشحال شود، مسخره‌اش کند، از ادای حقوقش سر باز زند و اگر بتواند با او به‌طور فیزیکی درگیر شود.

### ۲- فتنه و آشوب

براساس آنچه که گذشت، کینه موجب انگیزش فتنه در جامعه می‌شود، حتی جنگ‌ها به راه می‌اندازد و نفوس بی‌گناه زیادی را تلف می‌کند. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: *سببُ الفتنِ الحقدُ*؛ «سبب فتنه‌ها کینه است» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۶۷۸).

### ۳- مرأء و خرده‌گیری

هرچند که مرأء در برخی موارد علت کینه و نفرت محسوب می‌شود، اما در یک چرخه معیوب و در فرایند بازتولید فردی و اجتماعی، به‌نوبه خود معلول دشمنی و کینه‌جویی است. شخص کینه جو برای ابراز نفرت خویش به اشکال گرفتن و ستیزه کردن با دیگری پرداخته، می‌کوشد بر او چیره شود (تهرانی، ۱۳۸۷، ج ۴، ص ۱۶۶).

امام محمد غزالی در کیمیای سعادت پیامدهای کینه‌توزی را چنین برمی‌شمارد: «اول: حسد تا به شادی آن کس اندوهگین بود و به اندوه وی شادمانه بود. دوم: آنکه شماتت کند و شادمانی کند که بلایی به وی رسد و آن را اظهار کند. سوم: آنکه زبان از وی بازگیرد و سلام نکند و جواب سلام او باز ندهد. چهارم: آنکه به چشم حقارت و کوچک داشت به وی نگرد. پنجم: آنکه زبان به وی به غیبت، دروغ، فحش و آشکار کردن عورت و اسرار وی دراز کند. ششم: آنکه وی را محاکات کند و سخریت کند. هفتم: آنکه اندر گذاردن حق وی تقصیر کند، صلت رحم بازگیرد، مظلمت وی باز ندهد و از وی حلالی نخواهد. هشتم: آنکه چون فرصت یابد، وی را بزند و برنجاند و اگر دیگری زند و برنجاند منع نکند و بدان رضا دهد» (غزالی، ۱۳۸۴، ص ۵۰۵). غزالی پیامدهای کینه‌توزی را آفت‌هایی می‌نامد که هر یک سبب هلاک دین است.

## مداخله درمانی و علاج کینه‌توزی

براساس آموزه‌های اسلامی و آراء اندیشمندان اخلاق اسلامی، کینه‌توزی نوعی بیماری و مرض است. از آنجایی که مفهوم مرض و بیماری، مفهوم درمان را در پی خود به ذهن متبادر می‌کند، در این بخش از مقاله بر آن شدیم تا راهکارهای درمانی آن را از ابعاد و زوایای مختلف مورد بررسی قرار دهیم.

### الف - راهکارهای بعد فردی

#### ۱- راهکارهای روان‌شناختی و روان‌درمانی

فردی را که دچار نفرت و کینه است، باید همچون یک بیمار مورد توجه خاص قرار داد. ازاین‌رو برگزاری جلسات مشاوره و روان‌درمانی با تأکید بر خودشناسی و خودآگاهی برای افرادی که در معرض این اختلال و بیماری هستند، ازجمله مهم‌ترین اقدامات مداخله‌ای محسوب می‌شود. چنانچه به فرد کینه‌جو کمک شود تا آرامش و آسایش خاطر بی‌کینه بودن و نداشتن تنفر را تجربه کند، گامی اساسی در جهت درمان و اصلاح او برداشته شده است. به همین خاطر ایجاد زمینه و فرصت برای ابراز وجود، همچنین ابراز احساسات و عواطف و به‌دنبال آن یادگیری کنترل و مدیریت هیجانات و احساسات در روابط میان فردی از منظر روان‌شناختی و روان‌درمانی بسیار مهم است؛ زیرا ابراز وجود و احساسات، مانع از ایجاد عقده در انسان می‌شود و در نتیجه از ایجاد و بروز کینه‌توزی پیشگیری می‌کند.

#### ۲- تقویت ایمان

قرآن ایمان را به‌عنوان مهم‌ترین عامل زدوده شدن کینه از دل‌ها برمی‌شمارد؛ زیرا ایمان، بازگشت به فطرت است، شخصیت شخص را بازسازی کرده، به اعتدال رهنمون می‌سازد و او را از بیماری‌های روحی و روانی ایمن می‌کند. *وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَا نُكَلِّفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا أُولَئِكَ أَصْحَابُ الْجَنَّةِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ* «وَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِمْ مِنْ غَلٍ...» «و کسانی که ایمان آورده و کارهای شایسته کرده‌اند - هیچ‌کسی را جز به‌قدر توانش تکلیف نمی‌کنیم - آنان همدم بهشتند [که] در آن جاودانند. و هرگونه کینه‌ای را از سینه‌هایشان می‌زداییم» (اعراف، ۴۳-۴۲). امام علی (ع) می‌فرماید: *المؤمن كئیس بحقود؛ مؤمن هرگز کینه ورز نمی‌شود*. باورمندی و ایمان به خدای واحد، رب یگانه و مدبر امور عالم و همچنین باور به بقای آخرت و فنای دنیا، بینش گسترده‌ای به انسان می‌دهد که انسان را از پرداختن به امورات پست باز داشته و او را به حرکت در مسیر تعالی و سعادت وا می‌دارد. چنانچه شخص متذکر شود که عداوت باطنی مندرج در کینه هیچ ثمره‌ای در دنیا ندارد، شخص کینه‌توز حتی یک لحظه فارغ از دردها و رنج‌ها نیست، در آخرت نیز همین کینه سبب گرفتاری انسان به عذاب خواهد شد و همه

این‌ها در حالی است که اساساً ضرر و زیانی متوجه محقود نمی‌شود، دست از کینه‌توزی برمی‌دارد (نراقی، ۱۳۹۱، ص ۴۲۴).

خداوند در قرآن پرهیزکاران و متقین را وعده بهشت و دوری از کینه داده است: *إِنَّ الْمُتَّقِينَ فِي جَنَّاتٍ وَعُيُونٍ \* ادْخُلُوهَا بِسَلَامٍ آمِنِينَ \* وَنَزَعْنَا مَا فِي صُدُورِهِمْ مِنْ غَلٍّ إِخْوَانًا عَلَى سُرُرٍ مُتَقَابِلِينَ*؛ «بی‌گمان پرهیزکاران در باغ‌ها و چشمه‌سارانند. با سلامت و ایمنی در آنجا داخل شوید. و آنچه کینه او شائبه‌های نفسانی [در سینه‌های آنان است برکنیم» (حجر، ۴۷-۴۵). امیرالمؤمنین (ع) در وصف اهل تقوا می‌فرماید: *لاحقود و لا حسود*: انسان پرهیزکار «نه کینه‌توز و نه حسود است» (تهرانی، ۱۳۹۵، ج ۷، ص ۱۰۷). بسا افرادی که ادعای مذهبی بودن دارند، اما وجودشان آکنده از خشم، غضب، تندخویی و نفرت است. به نظر می‌آید عبارت «پشمینه‌پوش تندخو» در نظر حافظ شیرازی (۱۳۱۸، ص ۱۹۱) در بیت «پشمینه‌پوش تندخو از عشق نشنیده است بو \* از مستیش رمزی بگو تا ترک هشیاری کند» به‌طور غیرمستقیم اشاره به همین اشخاص دارد.

چنانچه باورهای مذهبی و پرستش بر مبنای عشق و محبت خالصانه به خداوند یگانه نباشد، ممکن است به خشونت، خصومت و تعصبات مذهبی منجر شود که خود زمینه کینه‌توزی را فراهم می‌کند. مثال بسیار خوب در توصیف و توضیح این مطلب، حضرت علی (ع) و دین‌دارانی است که در مقابل ایشان صف‌آرایی کردند. به عبارت روشن‌تر حضرت علی (ع) اُسوه و نمونه‌اعلای دین‌دارانی است که مبنای رابطه خود و خداوند را بر پایه عشق و محبت خالصانه بنا نهاده‌اند. در مقابل ناکثین، مارقین و قاسطین از جمله دین‌دارانی بودند که مبنای دین‌داری‌شان بر پایه ترس جاهلانه، کاسب‌کاری و طمع مبتنی بود. بنابراین اصلاح باورهای مذهبی دین‌داران به ریشه‌کن کردن رذایل اخلاقی و از جمله کینه‌توزی کمک می‌کند.

### ۳- تربیت عاطفی

وجود فرد برخوردار از تربیت عاطفی متناسب، سرشار از عشق و محبت است و در قلب چنین انسانی نفرت، کینه، خشم و غضب جایی ندارد. منشأ حب و محبت در انسان، خداوند رحمان و رحیم است و در واقع عشق و حب حقیقی، همان حب خداوند است. عامل تحرک، تبدیل و تغییر در عالم هستی و همچنین عامل اصلی وصل، همگرایی و یگانگی حب است. عشق و محبت، انسان بخیل را بخشنده و فرد کم‌طاقت را شکیبا می‌سازد. به همین دلیل عشق و محبت به خود یا خویشتن‌دوستی، در ادامه آن نوع دوستی و در رأس آن خدادوستی از مهم‌ترین اهداف تربیتی محسوب می‌شوند (شیروانی شیری، شمشیری، نجفی و نبوی‌زاده، ۱۳۹۲، صص ۱۱۳-۱۱۳).

## ۴- آگاهی بخشی

به هر میزان که آگاهی و معرفت انسان نسبت به عالم هستی و خویشتن خود بالاتر باشد، بیشتر می‌تواند کنش‌ها و رفتارهای مثبت و منفی خود را تحلیل کند و در نتیجه از تفکر انتقادی بالاتری برخوردار خواهد بود. آگاهی و معرفت نسبت به پیامدهای منفی کینه‌توزی و تفکر در این باره، میل و گرایش انسان را به رذایلی چون کینه و نفرت کاهش می‌دهد؛ چرا که او از عوارض آسیب‌زای آن آگاهی دارد.

## ۵- تربیت اخلاقی

تربیت اخلاقی از تربیت دینی عام‌تر است و شامل حال همه انسان‌ها - صرف‌نظر از مذهبی بودن یا نبودن - می‌شود. همانطور که «روسو» و «کانت» تربیت اخلاقی را مهم‌تر از تربیت دینی تلقی کرده و اعتقاد داشتند که دین باید بر پایه اخلاق استوار باشد، نه اخلاق بر پایه دین. کانت بر این باور بود که تنها انسان اخلاقی می‌تواند به ایده‌ای حقیقی از خدا دست یابد (نقیب‌زاده، ۱۳۸۵، ص ۱۴۱).

## ۶- عفو و بخشش

آخرین و در عین حال مهم‌ترین راهکار درمانی در بعد فردی، عفو و بخشش است. عفو به معنای بخشش و گذشت در اصطلاح علم اخلاق، در مفهوم متضاد و مقابل کینه به کار می‌رود. امروزه بخشش، عفو و گذشت در روان‌شناسی دین مطرح و بسیار مورد توجه است. در قرآن نیز بخشایش‌گری از جایگاه بالاتری نسبت به قصاص و انتقام برخوردار است. توبه نیز حاکی از جایگاه مهم بخشش نزد خداوند است. عفو، ضد انتقام و به معنی رها کردن قصاص یا غرامتی است که حق انسان است. عفو و گذشت در صورتی صدق می‌کند که انسان توانایی گرفتن انتقام را داشته باشد، اما از آن صرف نظر کند (تهرانی، ۱۳۹۵، ص ۱۳۶). خداوند در قرآن کریم خطاب به مسلمانانی که از سر غیرت دینی درصدد معارضه با گروهی از مشرکان بودند که رسول خدا (ص) و آیات قرآن را تمسخر می‌کردند، می‌فرماید: قُلْ لِلَّذِينَ آمَنُوا يَغْفِرُوا لِلَّذِينَ لَا يَرْجُونَ أَيَّامَ اللَّهِ؛ «به آنان که ایمان آورده‌اند بگو: از خطاها و آزرهای کسانی که امیدی به روزهای خدا ندارند چشم بپوشند و بگذرند» (جاثیه، ۱۴).

## ب - راهکارهای بعد اجتماعی

در بعد اجتماعی که ذهنیت، نیت، افکار و اعمال فرد در یک ارتباط اجتماعی و کنش متقابل با دیگران قابل تصور است، می‌توان به راهکارهای زیر اشاره کرد:

## ۱- تقویت روابط مبتنی بر محبت

توجه به دیگری و حفظ احترام و کرامت انسانی آنان، از ایجاد و بروز ذهنیت و افکار منفی - که رفتارهای کینه‌ورزانه را در پی دارد - جلوگیری می‌کند. خداوند در قرآن طریقه درمان کینه را بیان کرده است: «وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ؛ «هرگز نیکی و بدی در جهان یکی نیست. با نیکی، بدی را دفع کن تا دشمنان سرسخت همچون دوستان، گرم و صمیمی شوند» (فصلت، ۳۴). خداوند در این آیه ما را متوجه می‌سازد که همه انسان‌ها تشنه محبت هستند؛ حتی کسانی که دل‌هایشان سرشار از کینه و عداوت است. بنابراین با محبت، نیکی و احترام به دیگران، می‌توان کینه‌ها را برطرف ساخت.

## ۲- ترویج فرهنگ گفت‌وگو

انسان‌ها از طریق گفت‌وگو با یکدیگر تعامل کرده، نظرات و دیدگاه‌های خود را مطرح و از ایده‌های دیگران آگاه می‌شوند. در خلال گفت‌وگو ممکن است طرفین متوجه اشتباهات، سوءفهم‌ها یا جهت‌گیری‌های یک‌جانبه و تعصبات خود و دیگری شده و در پی روشنگری و درنهایت رفع اشتباهات و سوءفهم‌ها برآیند و تعصبات خود و طرف مقابل را تعدیل و کنترل کنند.

## ۳- شفافیت‌بخشی در جامعه

جامعه‌ای که مسائل مختلف فرهنگی، تربیتی، اجتماعی، سیاسی و اقتصادی در آن برای همه مردم شفاف و روشن بیان شده است، افراد آن کمتر در معرض خشم، غضب و کینه هستند. چون شفافیت و آشکار بودن اهداف و آرمان‌ها از سویی و پیامد رفتارهای مختلف از دیگر سو برای همگان روشن و شفاف است. در نتیجه هرکس نتیجه اقدام خود را می‌داند و می‌بیند و به همین دلیل زمینه ایجاد نفرت و کینه کاهش می‌یابد.

## ۴- اصلاح ساختارهای اجتماعی معیوب

در ساختارهای اجتماعی که در آن سیاست‌کاری، پنهان‌کاری، قوم‌گرایی و حزب‌گرایی افراطی رایج است، افراد نسبت به رفتار یکدیگر شک و تردید دارند. در چنین ساختارهایی به دلیل بدبینی‌ها، نفرت و کینه در عموم افراد نسبت به یکدیگر بسیار است. بنابراین باید ساختارهای اجتماعی معیوب را که منجر به خشم، نفرت و کینه‌توزی عمومی می‌شود، اصلاح کرد.

## ۵- رفع تبعیض

تبعیض معمولاً در ساختارهای سیاسی، اجتماعی و اقتصادی منجر به نفرت و کینه در افراد جامعه می‌شود؛ زیرا عموم افراد از داشته‌ها، جایگاه و موقعیت خود در جامعه رضایت نخواهند داشت. به هر میزان که تبعیض در ساختارهای اجتماعی و سیاسی کمتر و عدالت بیشتر باشد، افراد آن جامعه نسبت به موقعیت و جایگاه خود رضایت بالاتری خواهند داشت و به همین دلیل کمتر در معرض نفرت و کینه‌توزی قرار می‌گیرند.

## ۶- ارائه آزادی‌های مشروع

در آموزه‌های اسلامی و آراء اندیشمندان اخلاق اسلامی، آزادی انسان جایگاه مهمی دارد. انسان در نگاه اسلام موجودی آزاد و دارای اراده و اختیار است. آزادی انسان از سوی خداست و ابزاری ارزشمند برای رسیدن به هدفی بالا - که همانا حرکت به سوی عالم ربوبی است - به حساب می‌آید. «آزادی برای انسان کمال است، ولی آزادی «کمال وسیله‌ای» است، نه «کمال هدفی». هدف انسان این نیست که آزاد باشد تا به کمالات خودش برسد... با آزادی ممکن است انسان به عالی‌ترین کمالات و مقامات برسد و ممکن است به اسفل‌السافلین سقوط کند» (مطهری، ۱۳۸۰، صص ۳۴۶-۳۴۷). بنابراین ارائه آزادی‌های مشروع به افراد جامعه در چارچوب قوانین، عرف و سنت‌های اجتماعی، مسئولیت‌پذیری در فضایی سرشار از احترام و اعتماد متقابل به آزادی خود و دیگران را در جامعه رقم می‌زند (شیروانی شیری، ۱۳۹۲، صص ۲۸-۲۰) و به همین دلیل از بروز نفرت و کینه جلوگیری می‌کند.

## ۷- انتقاد به جا

انتقاد به جا از وسایل شناخت درست و نادرست است. انتقاد مردم را واقع‌بین می‌سازد، افکار و اعمال‌شان را اصلاح می‌کند، راه رشد و ترقی را به‌روى فرد و جامعه می‌گشاید و زمینه تعالی و تکامل آن‌ها را فراهم می‌آورد. انتقاد درست - چون بر مبنای شناخت و عقلانیت است - ممکن است با از بین بردن سوءتفاهم‌ها، کینه و کدورت‌ها را برطرف کند.

## ۸- خوش‌رویی

یکی از عواملی که کینه را می‌زداید، خوش‌رویی است. به نقل امام موسی کاظم (ع)، رسول خدا (ص) می‌فرماید: *حسن البشر ینهب بالسخیمه*؛ «خوش‌رویی کینه را می‌برد» (تهرانی، ۱۳۹۵، ج ۷، ص ۱۱۴).

## ۹- ترویج آداب تقویت‌کننده دوستی

از جمله راهکارهای اجتماعی بسیار مؤثر در کاهش کینه و کینه‌توزی، ترویج و تقویت سنت‌های اجتماعی،



آیین‌ها و آداب و رسوم است که دوستی، صمیمیت، همبستگی و پیوند بین افراد و اقشار جامعه را افزایش می‌دهد. برای مثال صله ارحام، توجه به همسایگان و مواردی مانند صدقه و کمک به دیگران - خصوصاً نیازمندان و اقشار ضعیف جامعه - و هدیه دادن از جمله این سنت‌های پسندیده اجتماعی تلقی می‌شوند. امام باقر (ع) در خصوص رسم هدیه دادن می‌فرماید: *کان رسول الله (ص) یاکل الهدیه و لایاکل الصدقه و یقول تهادوا فان الهدیه تسل السخائم و تجلی ضغائن العداوه الاحقاد؛* «رسول خدا (ص) هدیه می‌خورد، ولی صدقه نمی‌خورد. و می‌فرمود به هم هدیه بدهید؛ زیرا هدیه کینه‌ها را از دل بیرون می‌کند و دشمنی‌ها و کینه‌های نهفته را می‌برد» (تهرانی، ۱۳۹۵، ج ۷، ص ۱۱۴).

### ۱۰- راهکار عفو

هرچند که عفو و بخشش در سطح فردی به‌عنوان راهکار تلقی می‌شود، اما در سطح اجتماعی نیز از جمله مهم‌ترین راهکارهای مقابله با کینه‌توزی به حساب می‌آید. چه بسا تجربه‌های جهانی و تاریخی نشان داده که حکومت‌ها در پاره‌ای از موارد، برای پایان بخشیدن به خصومت‌ورزی‌ها، جدال، دشمنی، فتنه و آشوب‌های اجتماعی از راهکار عفو عمومی استفاده کرده و می‌کنند. بهترین نمونه استفاده از این راهکار را می‌توان در زمان فتح مکه توسط پیامبر اسلام (ص) مثال زد. همانطور که در تاریخ اسلام آمده، پیامبر گرامی اسلام در جریان فتح مکه تمامی کسانی را که در مقابلش صف‌آرایی کرده بودند، به‌ویژه ابوسفیان و حامیانش را مورد بخشش قرار داد.

عفو و بخشش در واقع همان مهار کردن یا ممانعت از هیجانات کینه‌ورزانه از طریق تجربه هیجانات قوی، مثبت و مبتنی بر محبت در هنگام یادآوری خطای شخص دیگر است. هیجانات مثبت مبتنی بر محبت می‌توانند همدلی، همدردی، ترحم و ابراز عشق خالصانه نسبت به فرد خطاکار باشند. این حالات هیجانی، انگیزه آشتی یا مصالحه با خطاکار را تحریک می‌کنند (اورت ال ورثینگتون، ۱۳۸۳). نکته مهمی که در این بحث باید مورد توجه قرار بگیرد این است که عفو و اغماض در صورتی مصداق می‌یابد که انسان قدرت انتقام داشته باشد. در غیر این صورت سکوت انسان نه از مصادیق عفو که از مصادیق کظم غیظ خواهد بود (مهدوی کنی، ۱۳۸۵، ص ۵۹۹).

### جدول ۱. علل و ریشه‌ها، پیامدها و مداخله درمانی کینه‌توزی در آموزه‌های اسلامی

علل و ریشه‌ها:	الف - بیماری (صفات و ردایل اخلاقی):
	خصومت و دشمنی
	خشم و غضب
	حسادت
	مراء، جدال و خرده‌گیری از دیگران
	توقعات نابه‌جا
	به رخ کشیدن داشته‌ها و فضایل

سخن چینی و شوخی‌های بی‌جا		
جهالت	ب - جهالت:	
سلب آرامش	الف - فردی:	پیامدها:
خشم		
هلاکت		
ب - اجتماعی:		
درگیری، نزاع و جنگ		
فتنه و آشوب		
مراء و خرده‌گیری از دیگران		
راهکارهای روان‌شناختی و روان‌درمانی	الف - بعد فردی:	مداخله درمانی:
تقویت ایمان		
تربیت عاطفی		
آگاهی‌بخشی		
تربیت اخلاقی		
ب - بعد اجتماعی:		
راهکار درمانی عفو و بخشش		
تقویت روابط مبتنی بر محبت و نیکی		
ترویج فرهنگ گفت‌وگو		
شفافیت‌بخشی در جامعه		
اصلاح ساختارهای اجتماعی معیوب		
رفع تبعیض و عدالت‌گستری در جامعه		
ارائه آزادی‌های مشروع		
انقباد به‌جا و درست		
خوش‌رویی		
ترویج آداب و رسوم اجتماعی تقویت‌کننده دوستی و محبت		
راهکار عفو و بخشش		

## بحث و نتیجه‌گیری

چگونگی کنترل، کاهش و رفع کینه‌ورزی به‌عنوان یک مانع جدی در راه صلح و اخلاق صلح‌محور از اهداف این مقاله بود. در مقاله حاضر علل و ریشه‌ها، پیامدها و آثار و عواقب و همچنین چگونگی درمان کینه‌توزی به‌مثابه یک بیماری در دو سطح فردی و اجتماعی مورد توصیف و تحلیل و بررسی قرار گرفت. کینه که معادل واژه «حقد» در زبان عربی است، در لغت به‌معنی نگاه داشتن عداوت در قلب و منتظر فرصت بودن است. بین کینه، انتقام، خشم و غضب رابطه همبستگی برقرار است؛ یعنی با بروز کینه، معمولاً بروز خشم، غضب و حتی انتقام‌جویی بسیار محتمل است. ضمن اینکه بین آن‌ها به‌نوعی تأثیر و تأثر هم برقرار است. چنانچه فردی به‌دلیل عجز و ناتوانی قادر به ابراز عداوت و خصومت و گرفتن انتقام نباشد، در نتیجه غضب را فرو خورد و دشمنی را در قلب مخفی کند، این اقدام او منجر به تولید کینه در وجودش خواهد شد. به‌تعبیر صاحب‌نظران، کینه همان دشمنی پنهان (تهرانی، ۱۳۹۵، ص

۱۰۵) و مخفی کردن عداوت و دشمنی در قلب (نراقی، ۱۳۹۱، ص ۴۲۳) است. بنابراین کینه - که در حقیقت عداوت باطنی است - و انتقام - که دشمنی آشکار است - هر دو ثمره و از پیامدهای منفی غضب و دشمنی هستند و با هم در ارتباط معنایی قرار دارند. در قرآن کریم به‌طور مستقیم به کلمه حقد اشاره نشده است، اما به‌طور غیرمستقیم این مفهوم به‌عنوان یک خصلت بسیار منفی و رذیله مورد مذمت قرار گرفته است. این مفهوم در روایات و احادیث رسیده از ائمه معصومین (ع) همواره منفی بوده است. کینه در نهج‌البلاغه به‌عنوان یک بیماری (خطبه ۹۱) و از جمله آفت‌های شیطان (خطبه ۱۹۲) معرفی شده است که در اثر دشمنی (خطبه ۲۳۱) و جهالت (خطبه ۱۹۲)، در دل و سینه نفوذ کرده و همچون کوره آهنگری دل و سینه را می‌گدازد.

کینه‌توزی در آراء اندیشمندان اخلاق اسلامی نیز مورد توجه جدی بوده است. علامه ملا مهدی نراقی در جامع السعادات، کینه را از هلاک‌کننده‌های بزرگ معرفی می‌کند. او از قول رسول اکرم (ص) می‌فرماید: *المؤمن لیس بِحَقّود؛ «مؤمن هرگز کینه‌ورز نمی‌شود»*. وی کینه را ملازم با آفت‌هایی مثل حسد، دروغ، غیبت، تهمت، افشاء سر، پرده‌داری، اظهار عیب، شماتت و... می‌داند (نراقی، ۱۳۹۱، صص ۴۲۴-۴۲۳). غزالی در کیمیای سعادت کینه را فرزند خشم دانسته و معتقد است که از کینه هشت آفت حسد، شماتت، سلام نکردن و جواب سلام ندادن، تحقیر دیگران، غیبت، سخریت، ظلم و رنجاندن به‌وجود می‌آید (غزالی، ۱۳۸۴، صص ۵۵۳-۵۵۰). مجتبی تهرانی (۱۳۹۵) نیز کینه را از مقتضیات جهل می‌نامد.

در این پژوهش عوامل ایجاد کینه‌توزی با دو عنوان کلی بیماردلی و جهالت دسته‌بندی شد. صفات و رذایل اخلاقی که از آن‌ها به بیماردلی یاد شده، شامل مواردی همچون خصومت، خشم و غضب، حسادت، مرأ و جدال و خرده‌گیری از دیگران، توقعات نابه‌جا، به رخ کشیدن داشته‌ها و فضایل، سخن‌چینی و شوخی‌های بی‌جا می‌شوند. همچنین جهالت، ناآگاهی و نبود رشد مناسب شناختی نیز از عوامل ایجاد کینه و کینه‌توزی در افراد جامعه است.

باتوجه به اینکه کینه‌توزی هم متأثر از عوامل فردی و هم اجتماعی است، در ادامه این پژوهش به پیامدهای آن از دو بعد فردی و اجتماعی پرداخته شد. پیامدهای فردی کینه‌توزی عبارت از سلب آرامش، خشم و هلاکت است و پیامدهای اجتماعی کینه‌توزی، با عنوان‌های درگیری، نزاع و جنگ، فتنه و آشوب و مرأ و خرده‌گیری از دیگران معرفی شده است.

همچنین در این پژوهش راهکارهایی درمانی در بعد فردی و اجتماعی مورد بررسی قرار گرفت. راهکارهای درمانی در بعد فردی عبارت از راهکارهای روان‌شناختی، مشاوره و روان‌درمانی، تقویت اعتقادات مذهبی و ایمان و اصلاح باورهای مذهبی، تربیت عاطفی افراد و پرورش و تقویت عشق و محبت، آگاهی‌بخشی و تشدید آگاهی و تقویت تفکر انتقادی، تربیت اخلاقی و پرورش فضایل و سلب

رذایل اخلاقی و راهکار درمانی عفو و بخشش است. راهکارهای درمانی در بعد اجتماعی نیز شامل مواردی همچون تقویت روابط مبتنی بر محبت و نیکی و احترام و پذیرش دیگران، ترویج فرهنگ گفت‌وگو در جامعه و به رسمیت شناختن دیگران، شفافیت‌بخشی در جامعه، اصلاح ساختارهای اجتماعی معیوب که منجر به خشم، نفرت و کینه‌توزی عمومی می‌شود، رفع تبعیض و عدالت‌گستری در جامعه، ارائه آزادی‌های مشروع به افراد جامعه در چارچوب قوانین و عرف اجتماعی، انقصاد به‌جا و درست، خوش‌رویی و هدیه دادن، شناسایی و استخراج شدند.

تعلیم و تربیت و سایر نهادهای تربیتی رسمی و غیررسمی در جامعه، نقش بسیار مهمی در پرورش و تقویت اخلاق انسانی به‌طور کلی، اخلاق صلح‌محور به‌طور خاص و اصلاح و سلب رذایل اخلاقی همچون تنفر و کینه‌توزی دارند. در تعلیم و تربیت به‌طور عام و در تربیت دینی و اخلاقی به‌طور خاص، فضایل و ارزش‌های اخلاقی مهمی چون عدالت‌خواهی، صلح‌طلبی، عفو و بخشش، حق‌گروی و حقیقت‌جویی را باید مورد توجه قرار داد. همچنین روشنگری درباره رذایلی چون خصومت و کینه، نفرت، خشم و غضب، حسادت و نظایر آن و پیامدهای منفی آن را می‌توان در ارتباط و انسجام با سایر مفاهیم اخلاقی، به‌عنوان اخلاق حرفه‌ای تدریس و تحصیل مورد توجه قرار داد. در مراکز تربیت مدرس و معلم - که اخلاق حرفه‌ای در حالت مطلوب، بخش قابل توجهی از برنامه‌ها و فعالیت‌های تربیتی را به خود اختصاص می‌دهد - می‌توان مهارت‌ها و نگرش‌های ویژه این ارزش اخلاقی را به‌طور مشخص و دقیق در رابطه مدیر، معلم و شاگرد و در فعالیت‌ها و اقدامات آموزشی و تربیتی متنوع و در سطوح مختلف تبیین کرد. در طراحی و تدوین محتوای آموزشی - با توجه به تأثیرگذاری معرفتی مطالب و محتوای درسی - ضروری است بخشی از محتوای آموزشی و برنامه‌های درسی را به‌طور خاص و با جهت‌گیری و شیوه‌ای کاربردی به ارزش‌های اخلاقی مهمی چون صلح‌طلبی، عفو و بخشش، حق‌گروی و حقیقت‌جویی و نظایر آن اختصاص داد. البته هنگام صحبت از برنامه درسی - به‌جز محتوای درسی که معمولاً همان متون و کتب درسی را شامل می‌شود - اجزاء و مؤلفه‌های دیگری چون روش تدریس، ارزشیابی و نقش معلم نیز زیرمجموعه این مفهوم تلقی می‌شوند (آیزنر، ۱۹۹۴، ص ۳۱). یکی از راهکارهای اجتماعی ممانعت از بروز، کاهش و درمان کینه‌توزی، گفت‌وگومندی بین افراد جامعه است که باید به‌شکل مقتضی مدیریت شود. چنانچه کودکان در مدارس شیوه‌های درست گفت‌وگو را بیاموزند و به‌درستی تمرین کنند، همچنین با مهارت‌های ارتباطی کلامی و غیرکلامی به‌طور عملی آشنایی پیدا کنند و طرق صحیح ابراز وجود و احساسات و مدیریت هیجانات را بیاموزند، از بروز کینه جلوگیری می‌شود. باز بودن باب گفت‌وگو باعث ایجاد شفافیت و رفع سوءتفاهم شده و از ایجاد کینه در افراد جلوگیری می‌کند. رفتارهای محبت‌آمیز بین والدین، مربیان و کودکان برای از بین بردن ذهنیت عداوت و دشمنی در کودکان - که خود زمینه‌ساز صلح‌پروری است - مؤثر است.

یکی از مهم‌ترین راهکارهای روانی - اجتماعی، ممانعت از بروز و درمان کینه‌توزی، ایجاد زمینه و فرصت برای ابراز وجود افراد است؛ چرا که ابراز وجود مانع از ایجاد عقده در انسان می‌شود. از دیگر

راهکارهای تربیتی رفع و درمان کینه و کینه‌توزی، می‌توان به آگاهی‌بخشی و ایجاد زمینه خودشناسی همچون هدف تربیت، پرورش فضایل اخلاقی همچون بخشایش‌گری، عفو و گذشت و مانند آن در کودکان و سایر افراد جامعه اشاره کرد. همچنین می‌توان و البته ضروری است که بخشی از محتوای آموزشی و برنامه‌های درسی را به‌طور خاص و با جهت‌گیری و شیوه‌ای کاربردی به فضایل و ارزش‌های اخلاقی مهمی چون صلح‌طلبی، عفو و بخشش، حق‌گروی و حقیقت‌جویی و روشننگری درباره ردایلی چون خصومت و کینه، خشم و غضب، حسادت و نظایر آن اختصاص داد.

مبتنی بر یافته‌های پژوهش به پژوهشگران پیشنهاد می‌شود که راهکارهای درمانی منتج از این تحقیق را در عرصه تربیت رسمی و عمومی بررسی نمایند. همچنین پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات آتی، محتوای آموزشی و برنامه‌های درسی نظام تربیت رسمی و عمومی از حیث میزان توجه به مهارت‌ها و مؤلفه‌های پرورش فضایل اخلاقی و همچنین مؤلفه‌هایی که موجب کنترل یا ممانعت از ایجاد و تقویت ردایلی اخلاقی از جمله کینه می‌شوند، مورد بررسی قرار گیرند.

## منابع

- قرآن کریم (ناصر مکارم شیرازی مترجم).
- نهج‌البلاغه (محمد دشتی مترجم). (۱۳۹۲). قم: موعود اسلام.
- آزاد، ح. (۱۳۹۶). تحلیل اخلاقی بغض دینی. پژوهش‌نامه اخلاق. ۱۰ (۳۸)، ۲۶-۷.
- ابن شعبه حرانی، ح. (۱۴۰۴). تحف العقول عن آل الرسول (ص). جلد ۱. قم: جامعه مدرسین.
- ابن منظور، م. (۱۴۱۴). لسان العرب. بیروت: دار صادر.
- ایزوتسو، ت. (۱۳۹۴). مفاهیم اخلاقی - دینی در قرآن مجید. ترجمه فریدون بدره‌ای. تهران: فروزان روز.
- ایمان، م. (۱۳۸۸). مبانی پارادایمی روش‌های کمی و کیفی تحقیق در علوم اسلامی. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- باقری، خ. و همکاران (۱۳۸۹). رویکردها و روش‌های پژوهش در فلسفه تعلیم و تربیت. تهران: پژوهشکده مطالعات فرهنگی و اجتماعی.
- بندریگی، م. (۱۳۷۰). فرهنگ جدید عربی - فارسی. ترجمه منجد الطّلاب، ترجمه محمد بندریگی. تهران: انتشارات اسلامی.
- تمیمی آمدی، ع. (۱۳۶۶). تصنیف غررالحکم و درر الکلم. قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی.
- تهرانی، م. (۱۳۸۷). اخلاق الهی، آفات زبان. جلد چهارم. تهران: سازمان انتشارات پژوهشکده فرهنگ و اندیشه اسلامی.

- تهرانی، م. (۱۳۹۵). *اخلاق الهی، مباحث قوه غضبیه*. جلد ششم و جلد هفتم. تهران: سازمان انتشارات پژوهشکده فرهنگ و اندیشه اسلامی.
- جبعی عاملی، ز (شهید ثانی). (۱۴۰۹). *منیة المرید*. قم: مکتب الاعلام الاسلامی.
- جوادی آملی، ع. (۱۳۸۹). *تفسیر تسنیم*. جلد ۱. قم: نشر اسراء.
- حافظ شیرازی، م. (۱۳۸۸). *دیوان حافظ*. بر اساس نسخه قاسم غنی و محمد قزوینی. چ ۱۲. تهران: جیحون.
- راغب اصفهانی، ح. (۱۴۱۶). *المفردات الفاظ القرآن*. بیروت: دارالقلم.
- شیروانی شیری، ع. (۱۳۹۲). *بررسی تطبیقی مبانی فلسفی تربیتی و شگردهای جلوه‌گری مقوله‌های اقتدار و آزادی در داستان‌های فارسی و انگلیسی کودک*. رساله دکتری فلسفه تعلیم و تربیت. دانشگاه اصفهان.
- شیروانی شیری، ع؛ شمشیری، ب؛ نجفی، م. و نبوی‌زاده، ر. (۱۳۹۲). *تأملی در معنای حب در قرآن و دلالت‌های تربیتی آن*. مجله پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلام، ۲۱ (۱۸)، ۱۳۴-۱۱۳.
- غزالی، م. (۱۳۸۴). *کیمیای سعادت*. به‌اهتمام پروین قاسمی. تهران: پیمان.
- فراهیدی، خ. (۱۴۰۹). *العین*. قم: مؤسسه نشر اسلامی.
- کومبیز، ج. آ. و دنیلز، ل. (۱۳۹۴). *پژوهش فلسفی: تحلیل مفهومی*. ترجمه خسرو باقری، در ادموند سی. شورت: *روش‌شناسی مطالعات برنامه درسی* (محمود مهرمحمدی و همکاران مترجم). تهران: سمت.
- لیثی واسطی، ع. (۱۳۷۶). *عیون الحکم و المواعظ*. جلد ۱. قم: دارالحديث.
- مجلسی، م. (۱۴۰۳). *بحارالانوار*. بیروت: دار احیاء التراث العربی.
- مطهری، م. (۱۳۸۰). *انسان کامل*. تهران و قم: انتشارات صدرا.
- مهدوی کنی، م. (۱۳۸۷). *نقطه‌های آغاز در اخلاق عملی*. چاپ نوزدهم. تهران: نشر فرهنگ اسلامی.
- نراقی، م. ا. (۱۳۸۵). *معراج السعاده*. قم: انتشارات بوکتاب.
- نراقی، م. م. (۱۳۹۱). *جامع السعادات* (کریم فیضی مترجم). جلد اول. قم: انتشارات قائم آل محمد.
- نقیب‌زاده، م. (۱۳۸۵). *نگاهی به فلسفه آموزش و پرورش*. چاپ پانزدهم. تهران: طهوری.
- نکونام، ج. (۱۳۸۶). *روش تحقیق با تأکید بر علوم اسلامی*. قم: انتشارات دانشگاه.
- ورثینگتون، ا. (۱۳۸۳). *کینه‌توزی، گذشت، دین و سلامتی* (مجتبی حیدری مترجم). *نشریه نقد و نظر*. ۲۴۸-۲۹۲، (۳۳-۳۴)۹.

Eisner, W. Elliot (1994). *the Educational Imagination*. New York: McMillan. College Publishing Company.

Danish, H.B. (2006). *Toward an integrative theory of peace education*. *Journal of peace education*, 3, 55-78.