

احادیثی درباره انتقاد

در دنیای پر اشتباه امروز کمتر کسی را می توان یافت که اشتباه رفتاری نداشته باشد. همه می دانیم که انسان با خطاهایی که انجام می دهد انسان می ماند وگرنه جزء فرشتگان محسوب می شد.

پس وجود اشتباه در رفتار اشخاص امری کاملاً طبیعی است ولی با توجه به اینکه ذات انسان به دنبال ارتقای شخصیت خود است و همیشه در تلاش است تا بهترین ها را در هر حوزه ای به دست آورد، ممکن است گاهی از سوی اطرافیان مورد نقد و **انتقاد** قرار بگیرد به خصوص از سوی کسانی که به شخص مورد انتقاد اهمیت می دهند.

در قرآن کریم هم به وضوح به این موضوع اشاره شده و در آیات ۳۰ تا ۳۵ سوره بقره فرشتگان خداوند را مورد انتقاد قرار می دهند.

نقد و انتقاد پذیری موجب تعالی روح و شخصیت انسان می شود چرا که برای رسیدن به کمال ابتدا باید عیوب و ضعف های خود را برطرف کنیم. نکته ی حائز اهمیت اینجاست که انتقاد باید سازنده باشد و نه مخرب!

نقد چیست؟

تعریف دقیقی وجود ندارد که بتوان مطرح کرد ولی شاید نزدیک ترین تعریف به نقد این جمله باشد: سخنی که به منظور اصلاح رفتار و یا عملکردی بیان می شود.

چرا باید انتقاد کنیم یا انتقادپذیر باشیم؟

قطعاً تمام انسان ها نسبت به ضعف های خود آگاه هستند اما گاهی ممکن است ایرادی در ما وجود داشته باشد که به چشم خودمان نیاید ولی اطرافیان به خوبی متوجه آن ایراد هستند.

فرض کنید دوست یا همکار شما عادت دارد حین صحبت، با خودکار یا هر وسیله ای که دم دستش هست بازی کند و اگر هیچ وسیله ای هم نباشد با دستش، روسری و... بازی می کند.

این کار باعث می شود حواس شما پرت شود و اگر این صحبت ادامه دار باشد ناخودآگاه واکنش نشان می دهید.

در صورتی که شخص مقابل متوجه تاثیر منفی که روی شما می گذارد، نیست.

در چنین شرایطی آگاه کردن طرف مقابل وظیفه ی ما است که در نهایت موجب می شود آن شخص نسبت به ضعف خود آگاهی پیدا کند و در صدد رفع آن برآید.

احادیثی درباره انتقاد

صحبت شده که در ادامه به چند مورد آن‌ها در آیات قرآن و احادیث و روایات به کررات در مورد نقد و انتقادپذیری اشاره خواهیم کرد.

امام علی (ع) فرمودند: «خوشا به حال کسی که پرداختن به عیب خویش، وی را از عیب دیگران باز دارد»

امام صادق (ع) می‌فرماید: «مومن برادر مومن است و به منزله چشم او و راهنمای اوست؛ هرگز به او خیانت و ستم نمی‌کند، با او غش و تقلب نمی‌کند و هر وعده‌ای به او دهد، سر برنخواهد تافت»

رسول اکرم (ص) فرمودند: «مومن آینه مومن است»

امام علی (ع) فرمودند: «برگزیده‌ترین مردم در نظر تو باید کسی باشد که عیبهای زندگی ات را به تو هدیه کند و در تکامل نفس کمک تو باشد»

امام جواد (ع) فرمودند: «مؤمن، به توفیق الهی و پند دهنده درونی و پذیرش نصیحت ناصحان نیازمند است»

امام علی (ع) فرمودند: «از فروغ و اعظ و پند دهنده‌ای که خود، پندپذیر است، روشنایی برگیرید و نصیحت نصیحتگر موعظه‌پذیر را پذیرا باشید»

امام سجاد (ع) فرمودند: «چه بسا اشخاصی که از بس خوبی‌شان را گفتند و مدح‌شان نمودند، فریب خوردند و فاسد شدند و چه بسا افرادی که چون از عیب‌شان چشم‌پوشی شد (و مورد انتقاد قرار نگرفتند) مغرور شدند»

امام علی (ع) فرمودند: «شایسته است که انسان عاقل (با نظرخواهی و نقد و بررسی)، رأی اندیشمندان را بر نظر خود بیفزاید و دانش حکیمان را ضمیمه دانش خود سازد»

آیه ۲۰۶ سوره بقره: «به برخی از مردم آن‌گاه که (انتقاد بشود و) گفته شود: از خدا بترس! غرور آمیخته به گناه او را می‌گیرد (و از پذیرش حق سر باز می‌زند)، پس آتش دوزخ برای او کافی است و چه بد جایگاهی است»

امام موسی بن جعفر (ع) فرمودند: «و بخشی {از زمانت} را برای رفت و آمد با برادران دینی مورد اعتمادی که از عیب هایتان باخبرند و بی خدعه و نیرنگ آن ها را به شما گوشزد می کنند ، قرار بده»

امام موسی بن جعفر (ع) فرمودند: «و ساعتی برای آمیزش {دیدار} با برادران دینی و مورد اعتماد است. آنانکه عیب های شما را به شما بشناسانند و این کار را با صفای باطن و بی غرضی و در کمال خلوص انجام دهند»

امام علی (ع) فرمودند: «هر کس عیب تو را برای تو آشکار کند دوستدار توست و آنکه عیب تو را از تو بپوشاند دشمن توست»

امام صادق (ع) فرمودند: «بهترین و محبوبترین برادران من کسی است که عیوب مرا به من اهداء کند و نقائصم را تذکر دهد»

امام علی (ع) فرمودند: «بر خردمند است که بدیها و معایب نفس خود در زمینه دین و اندیشه و اخلاق و ادب را محاسبه کند و آنها را در سینه خود یا در دفتری ثبت نماید و در از بین بردن آنها بکوشد»

چگونه انتقاد کنیم؟

برای اینکه بخواهیم از شخصی انتقاد کنیم باید بدانیم چگونه این کار را انجام دهیم که طرف مقابل جبهه نگیرد و باعث ناراحتی اش نشود.

برای انتقاد ابتدا باید در مورد نکته مثبتی که وجود دارد صحبت کنیم و از شخص مقابل مان تعریف کنیم.

مثلا به شخصی که در حین صحبت با خودکار بازی می کند بگویید: تو خیلی جذاب صحبت می کنی و هر وقت شروع به حرف زدن می کنی دوست دارم تمام تمرکزم به موضوع مورد بحث مان باشد.

در گام بعدی باید انتقاد خود را به عنوان پیشنهاد مطرح می کنید. مثلا: ولی من احساس می کنم اگر حین صحبت خودکارت را روی میز بگذاری من بیشتر متوجه حرف هایت می شوم و بهتر می توانم تمرکز کنم.

واکنش به انتقاد چیست؟

ابتدا باید به یاد داشته باشید زمانی که از شما انتقاد می شود قطعا برای آن شخص اهمیت دارید و همین موضوع باعث شده برخی نکات را به شما یادآوری کند پس:

در مرحله اول لیخند را فراموش نکنید. لیخند زدن باعث می شود طرف مقابل احساس راحتی کند و بدون استرس و نگرانی مطلب مورد نظر خود را بیان کند.

در قدم بعدی باید از شخص انتقاد کننده تشکر کنید. این رفتار شما موجب می شود فضا تلطیف شود.