بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَنْ كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا (احزاب /21) قطعا براى شما در [اقتدا به] رسول خدا سرمشقى نيكوست براى آن كس كه به خدا و روز بازپسين اميد دارد و خدا را فراوان ياد مى ‏كند.

رسول اللّه صلي الله عليه و آله : تَرَى المُؤمِنينَ في تَراحُمِهِم وتَوادِّهِم وتَعاطُفِهِم كَمَثَلِ الجَسَدِ ؛ إذَا اشتَكى عُضوا تَداعى لَهُ سائِرُ جَسَدِهِ بِالسَّهَرِ وَالحُمّی.

رسول خدا صلي الله عليه و آله : مؤمنان را در مهربانى ورزيدن به يكديگر ، دوستى با يكديگر و ملاطفت با يكديگر ، چونان يك پيكر مى بينى كه چون عضوى [به درد آيد و ]شكايت كند ، ديگر اعضا با بى خوابى و تب ، با او هم صدا مى شوند و يكديگر را فرا مى خوانند .

**راهکارهای دست یابی به حال خوب**

در این دنیای پر از شلوغیها و ناراحتیها همه به دنبال حال خوبند یکی از ریشه های دست نیافتن به این حالت اینستکه انسانها خودشان را گم کرده اند کنار هم به یکدیگر آرامش نمی دهند از با هم بودن لذت نمی برند راه حل آن.

**الف: نقاب را بردار**

معمولا انسانها وقتی صبح می خواهند از منزل به محل کار و یا سر کلاس برای تدریس بروند، جلوی آینه می آیند بعد نقابی متناسب با شغلشان می زنند بعد از خانه بیرون می آیند و از دیگران انتظار دارند با آن اعتبار (ریاست، استادی، پولداری، زیبایی و...) تعامل کنند و این باعث می شود ارتباط حقیقی برقرار نشود و انسان خودش نباشد در نتیجه شادی و نشاط از رابطه دو انسان محقق نشود این نقابها و اعتبارات لازم است، اما فقط باید وسیله باشد برای خدمت نه وسیله ای برای خدایی نکرده تحقیر و تکبر ورزی، اگر قرار بود کسی نقاب می زد که از همه برتر بود گل سرسبد عالم آفرینش در میان انسانها رسول خدا (صلی الله علیه و آله) و اهل بیت (علیهم السلام) ایشان بود اما سیره ایشان اینگونه بوده (بر روی خاک نشستن, با محرومان و فقیران دمساز بودن, جامه خویش وصله زدن و بر کوچک و بزرگ سلام کردن از جمله رفتارهای متواضعانه ای است که در سیره پیامبر اکرم(ص) و ائمه طاهرین فراوان بدان برمی خوریم. غزالی در باره تواضع رسول اکرم می نویسد:

(پیامبر اسلام (صلی الله علیه و آله ), با علوّ منصب خود, متواضع ترین مردمان بود. حال بیمار می پرسید. جنازه ها را تشییع می کرده بر الاغ برهنه سوار می شد و فردی را هم پشت سرش سوار می کرد. دعوت بردگان را پاسخ می داده کفش خود را می دوخت. جامه اش را وصله می زد و در خانه خود همراه اهل خانواده, کار می کرد. یاران وی پیش پایش برنمی خاستند; زیرا کراهت وی را از این کار می دانستند. بر کودکان سلام می کرد. روزی مردی را پیش او آوردند, از هیبت وی لرزه بدان مرد افتاد. حضرت فرمود: هوّن, فلست بملک, انّما انا ابن امرأة من قریش, کانت تأکل القدید.

آسوده باش, که من پادشاه نیستم, بلکه پسر زنی هستم از قریش, که گوشت نمک سود خشک می خورد.

پیامبر در میان یاران خود می نشست و با آنان چنان می آمیخت که گویا یکی از ایشان است و اگر ناشناسی می آمد او را نمی شناخت.

عایشه, از وی خواست: تکیه زده غذا تناول کند. فرمود:بل آکل کما یأکل العبد واجلس کما یجلس العبد مانند بندگان خورم و مانند ایشان بنشینم.

آری چنین کارهایی راحتی در زمانی که به اوج قدرت رسید, (مانند فتح مکه) انجام می داد تا مردم, گمان نکنند: قدرت و جاه و جلال او را از تواضع و فروتنی و نشست و برخاست با مردم, بازداشته است.

پیامر اکرم اسلام(صلی الله علیه و آله) تا آن حدّ به فروتنی اهمیت می داد که هرگز اجازه نمی داد به هنگامی که بر مرکب سوار بود, فردی در رکاب او پیاده راه برود, بلکه وی را سوار می کرد و اگر امتناع می کرد می فرمود:راه بیفت و در جایی که می خواهی منتظر باش, من می آیم و در آن جا به هم می رسیم.

ای دریده پوستین یوسفان

گرگ بر خیزی ازین خواب گران

گشته گرگان یک به یک خوهای تو

می‌درانند از غضب اعضای تو