

مجله پژوهش‌های اسلامی  
دانشکده ادبیات و علوم انسانی  
دانشگاه شهید باهنر کرمان  
سال اول، شماره اول، پاییز ۱۳۸۶

## جایگاه سکوت در تعلیم و تربیت\* (با تأکید بر تعلیم و تربیت اسلامی)

دکتر سید حمیدرضا علوی  
دانشیار دانشگاه شهید باهنر کرمان

### چکیده

هدف از انجام این تحقیق، تبیین و توصیف جایگاه و منزلت سکوت و خاموشی و نکات مرتبط با آن در تعلیم و تربیت می باشد. به منظور وصول به هدف مذکور، در ابتدا سکوت از نظر متون دینی مورد بررسی و تحلیل قرار گرفته است. در تشریح جایگاه سکوت در متون دینی، آیات و روایات و همچنین، زندگی و حیات بزرگان و فرزندان تاریخ اسلام مدنظر بوده اند. بعد از آن سکوت در ارتباطات و تدریس که بخش بسیار مهم ارتباطات آموزشی را تشکیل می دهد و هر دو بخش عظیم تشکیل دهنده تعلیم و تربیت می باشند، مورد تشریح قرار گرفته است. نهایتاً با توضیح و تحلیل نقش سکوت و خاموشی در سوق دادن آدمی به سوی آرامش که یکی از اهداف والای تعلیم و تربیت است، مقاله به اتمام رسیده است. نتایج این تحقیق مبین آن است که در کلیه متون دینی و تربیتی و در نظر و رفتار اندیشمندان و بزرگان تاریخ

\* تاریخ دریافت مقاله: ۸۶/۶/۲۵ تاریخ پذیرش نهایی مقاله: ۸۶/۱۰/۱۵

نشانی پست الکترونیک نویسنده: hamidreza\_alavi@yahoo.com.hk

تعلیم و تربیت ضمن تأیید گفتار سنجیده و به مورد، سکوت از شأن و منزلت بسیار بالایی برخوردار بوده است، به طوری که وصول به بخشی از اهداف مهم تعلیم و تربیت و اخلاق در پرتو سکوت و خاموشی میسر می باشد.

### واژگان کلیدی

سکوت، خاموشی، دین، تعلیم و تربیت، اخلاق، ارتباطات، تدریس، آرامش

#### ۱- مقدمه

سکوت در معنای خاموشی و یا انتخاب خاموشی علی رغم توانایی سخن گفتن است و یکی از بارزترین صفات تربیتی و اخلاقی می باشد. به نظر می رسد آن اندازه که راجع به سخن گفتن و حرف زدن گفته شده و یا نوشته گردیده، در خصوص سکوت و خاموشی، گفته و نوشته کمتری موجود است. در واقع، می توان گفت یکی از بالاترین توانمندیها و بلکه هنرمندیهای زبان و گوش آنجا است که خوب می گوید و یا به خوبی سکوت اختیار می کند و یا خوب می شنود. شاید به واسطه عدم تبیین جایگاه حقیقی سکوت امروزه به راستی شاهد آن هستیم که در جوامع گوناگون در بسیاری موارد بیشتر حرف زدن، معیار بیشتر دانستن قلمداد گردیده و هر آن کس که پرگوتر است، پیشتاز تر است؛ حتی در مواردی وضع به گونه ای در آمده که مردم جامعه با تمام وجود، خواسته و ناخواسته، تلاش می کنند جنجال حاکم بر زندگی خود را به صور گوناگون افزایش دهند و حالتی بر فرد و جامع استیلا پیدا نموده است که این تعبیر را پیش می آورد که گوئی زمانه، زمانه هاهو و جنجال شده است. نتیجه آشکار چنین طرز فکر و رفتاری نیز این مسئله تلخ و زجر آور گردیده که فرصت تأمل و تفکر در حیات، از زندگی بعضی از آدمیان رخت بر بسته و برخی از آنان شتابان و پر عجله در مسیری که حتی نهایت و مقصد آن بر خودشان نیز روشن نیست، به حیات ظاهری خود ادامه می دهند و حتی در چنین مسیری سبقت گرفتن بر یکدیگر را نیز عامل پیروزی خویش بر می شمارند. چنین امری در تمامی اجزاء حیات برخی انسانها نیز رخنه کرده است و شیوه تعلیم و تربیت و تدریس و

کلاس‌داری و مدیریت آنان و بلکه تمامی زندگیشان را تحت تأثیر قرار داده است و فرهنگ پرگویی و کم شنیدن، بد شنیدن و نشنیدن و خلاصه فرهنگ اجتناب از سکوت سبب گردیده از تمامی آثار خوب مترتب بر آن محروم و بی بهره ماند. نه خود را متعهد بر به کارگیری سکوت شایسته و مقتضی می بینیم و نه تعلیم دهنده خوبی برای آن می باشیم و لذا نسلی شکل خواهد گرفت و به اصطلاح تربیت خواهد شد که چونان نسل های گذشته از مشکلات مشابه متاثر از آن در رنج و عذاب خواهد بود. آنجا که باید حرف زنند، ساکت و خاموشند و آنجا که باید ساکت و خاموش باشند، حرف می زنند. کمتر می شنوند و بیشتر حرف می زنند و کمتر سکوت می کنند و لذا کمتر فکر می کنند و کمتر تعقل می نمایند و لذا در یافت های کمتری خواهند داشت و منشأ تأثیر و تحول کمتری بر خود و بر دیگران خواهند بود.

مقاله حاضر نیز با درک ضرورت و حساسیت چنین امری به رشته تحریر در آمده است و لذا هدف از انجام چنین پژوهشی تشریح و تحلیل جایگاه حقیقی سکوت در تعلیم و تربیت می باشد. سکوت از ابعاد و منظرهای گوناگون و از دیدگاههای مختلف قابل بحث و بررسی است، اما در این مقاله عمدتاً تأکید بر تبیین نقش و جایگاه سکوت در تعلیم و تربیت بوده است. همانطور که گفته شد، سکوت، رکن اساسی و عنصر پایدار تعلیم و تربیت و اخلاق می باشد و لذا نمی توان منکر نقش بارز آن در اثر بخشی تعلیم و تربیت و اجزاء تشکیل دهنده آن نظیر ارتباطات و تدریس و غیره بود. بر این اساس، به منظور توضیح جایگاه واقعی سکوت؛ یعنی وضعیت مطلوب آن و یا پاسخ به این پرسش که جایگاه حقیقی سکوت برای فرد و جامعه چگونه باید باشد، در ابتدا دیدگاه اسلام در قالب بررسی آیات و روایات و سپس، نحوه استفاده از سکوت و حالات به کارگیری آن در زندگی فرزندان تاریخ اسلام و تعلیم و تربیت تشریح گردیده است. بررسی زندگی چنین انسانهایی گویای این حقیقت است که از دلایل وصول آنان به مقامات بالای تربیتی و عرفان، بهره گیری صحیح و مناسب آنان از کلام و سکوت بوده است. در همین راستا، نتایج آخرین یافته های علمی و تربیتی در خصوص اهمیت و حساسیت استفاده از سکوت و طرز به کارگیری آن در حوزه آموزش و تدریس و ارتباطات و سوق دادن شاگردان و معلمان و بلکه تمامی آدمیان به سوی تعالی و کمال تشریح شده است. چنین امری خواهد توانست

خوانندگان این مقاله را در درک صحیح جایگاه سکوت و استفاده از آن یاری رساند، به طوری که با تشخیص دقیق وضعیت موجود جایگاه سکوت در خود و در جامعه معاصر و مقایسه آن با وضعیت مطلوب، میزان فاصله و لذا میزان نیاز خود را تشخیص دهند و انگیزه آنان در به کارگیری روش های مطلوب به منظور وصول از وضعیت موجود به وضعیت مطلوب در آنان افزایش یابد.

## ۲- «سکوت» در آیات و روایات

قرشی (۱۳۶۴) در قاموس قرآن بیان می کند که سکوت به معنی ترک سخن است و چون سکوت توأم با آرامش و سکون است، به طور استعاره در قرآن گفته شده است «و لما سکت عن موسی الغضب» (اعراف ۱۵۴): چون خشم موسی فرو نشست. شریعتمداری (۱۳۷۴) در شرح و تفسیر لغات قرآن براساس تفسیر نمونه اظهار می دارد صمت نیز به معنی خاموش بودن است و آن اختصاص به خودداری از سخن گفتن دارد. راغب اصفهانی (بی تا) نیز «ترک کلام» را مختص معنای سکوت دانسته است. صمت نیز به معنی سکوت است که مشتقات آن یک بار در قرآن کریم به کار برده شده است.

رسول اکرم (ص) سکوت را اولین عبادت معرفی می نماید (بحار، ج ۷۷، ص ۸۸؛ به نقل از میزان الحکمه، ج ۵، ص ۴۳۳). همچنین از پیامبر (ص) نقل شده که حضرت خضر (ع) در پاسخ به تقاضای حضرت موسی (ع) به وی چنین توصیه فرمود که «ای جویای علم، همیشه گوینده کمتر از شنونده خسته می شود. پس همنشین های خود را هر گاه برایشان سخن می گویی (با اطاله کلام) خسته نکن» (به نقل از برومند، ۱۳۸۰).

بدیهه است منظور از سکوت و خاموشی در موارد مذکور سکوت به جا و به هنگامی است که خود می تواند عالی ترین مفاهیم را در قالب ارتباطی غیر کلامی منتقل سازد. مومنین حقیقی که به سطح سازماندهی ارزش ها رسیده اند، هم ارزش سکوت به موقع را و هم ارزش سخن گفتن به مورد را دریافته اند و لذا آنجا که شایسته تر است، در حد مقتضی سخن می گویند و دیگران را از سخنان ارزشمند خویش محروم

و بی‌نصیب نمی‌دارند (نهج‌الفصاحه، ۴۵۴۹؛ ۱۴۶۲، ۳۱۹۴). اما باید دانست که سکوت و سخن گفتن چنین انسان‌هایی با هدف و نیتی صحیح یعنی خالصانه برای خدا است: «طوبی لمن اخلص لله... کلامه و صمته» (۵۹۶۴) «واخلص لله... کلامک و صمتک» (۲۴۰۰). لذا از دیدگاه رسول اکرم (ص) در نهج‌الفصاحه نیز یا باید سخن به خیر گفت و یا خاموش ماند: «فلیقل خیرا او لیسکت» (۹۱۵)؛ «و اذا اراد ان یتکلم تدبر فان کان خیراً تکلم فغنم و ان کان شرا سکت فسلم».

امیرالمومنین علی (ع) در دو بیانی که از ایشان نقل شده، می‌فرمایند: «آفه الکلام الاطاله»: آفت سخن طول دادن آن است و «الاكثر اضجار»: سخن زیاد شنونده را به ناله و فغان می‌آورد (به نقل از برومند، ۱۳۸۰). لذا از دیدگاه علی (ع): «خموشی تو تا اینکه تو را به سخن آورند، بهتر است از سخن گفتن تو تا دیگران تو را به سکوت وادارند» (۲۱۳/۴).

از دیدگاه علی (ع) بسیار هستند سکوت‌هایی که از هر کلامی نافذتر، اثربخش‌تر و دلنشین‌ترند: «رب سکوت ابلغ من کلام» (۵۳۲۱) و یا آنکه: «رب نطق احسن منه الصمت» (۵۳۰۴). لذا علی (ع) زبان سکوت را فصیح‌ترین زبان معرفی می‌کنند که رسول اکرم (ص) که افصح تمامی انسان‌ها بود، مزین به چنان زبانی گشت: «صمته افصح لسان» (۵۶۴۸) و بنابراین، از دیدگاه حضرت علی (ع) پیامبر اسلام (ص) ناطقی ساکت بودند: «فهو بینهم صامت ناطق» (۱۰۰۶۲) که هیچ کلامی موثرتر از چنان سکوتی معنادار و پرمفهوم نبود: «وان صمتوالم یسبقوا» (۱۰۰۶۲). و بیهوده نبود که حضرتش (ص) به شنیدن مشتاق‌تر از گفتن بود: «و کان علی ان یسمع احرص منه علی ان یتکلم» (۷۲۶۴).

امیرالمومنین علی (ع) در غررالحکم و دررالکلم، سکوت و خاموشی را نشانه وقار و متانت (۳۱/۱) و بردباری (۱/۱۲۳) و زیرکی و ثمره عقل انسانی (۳۵۴/۱) معرفی می‌نماید. دقت در احادیث مذکور مبین آن است که علی (ع) مکرراً بر این نکته تأکید می‌ورزند که سکوت بر وقار آدمی می‌افزاید (۵۸/۲؛ ۱۹۸/۳؛ ۲۱۳/۴؛ ۵۸۸/۴؛ ۳۵۵/۶) و موجب

سلامت انسان می‌گردد (۲۲۳۱؛ ۲۲۹۹؛ ۶۸۴؛ ۲۳۱۴؛ ۲۴۴۷؛ ۳۷۱۴؛ ۵۵۳۶؛ ۶۱۲۶) و یا: نهج الفصاحه (۱۷۶۹؛ ۲۱۰۲؛ ۱۶۶۵؛ ۱۸۳۶).

آنچه بیشتر در مجموعه سخنان مذکور قابل توجه و استنتاج است، ارتباط «سکوت» با تربیت و مواردی نظیر فکر و تفکر است. به طوری که تفکر - که می‌توان آن را اساس تعلیم و تربیت در اسلام تلقی نمود - در پرتو سکوت فزونی و رشد می‌یابد: «اکثر صمتک یستتر فکرک و یستتر قلبک» (۳۷۲۵) و فکر آدمی روشنی می‌یابد: «الزم الصمت یستتر فکرک» (۱۷۶۲)؛ و سکوت بوستان و پرورشگاه فکر آدمی است: «الصمت روضه الفکر» (۵۴۶) لذا آن حضرت سکوت و خاموشی به جای متعلم در هنگام شنیدن مطالب مفید را عامل تعلیم وی می‌دانند که وی را از هرگونه بدی ایمن و محفوظ می‌دارد: «اسمع تعلم و اصمت تسلّم». (۲۲۹۹).

لذا انسان عاقل آنگاه که ساکت بماند، به تفکر می‌پردازد: «العاقل اذا سکت فکر» (۱۸۱۳)، چنانکه شیوه مومنین حقیقی که ایمانشان مبتنی بر عقل و درایت است، نیز همین است: «المومن ... اذا سکت تفکر». (۲۰۷۵)، و یا آنکه: «و ان سکتوا تفکروا» (۳۷۳۰). شرقی (۱۳۶۶) در نهج البلاغه این سخن را از حضرت علی (ع) مطرح می‌سازد: هر سکوتی که در آن تفکر نباشد، سهو و باطل بوده و فاقد ارزش است: «کل سکوت لیس فیهِ فکره فهو سهو». بیهوده نیست که انسان عاقل اهل سکوت است: «من عقل صمت» (۱۵۴/۵). زیرا براساس مطالب فوق می‌توان گفت نمی‌توان به کمال عقل رسید تا وقتی که در حد لازم ساکت و خاموش نبود. و از آنجا که سکوت، تفکر را در پی دارد و یا یک ساعت تفکر از هفتاد سال عبادت برتر است، لذا می‌توان استنتاج نمود که هیچ عبادتی همچون خاموشی و سکوت نیست: «لاعباده کالصمت» (۳۵۵/۶) و انسان با تقوای خاموش به سعادت و رستگاری خواهد رسید: «قد افلح التقی الصموت» (۴/۴۷۵)، یعنی در واقع همان ارتباط متقابلی که بین تعقل و سکوت وجود دارد، همان ارتباط هم بین تقوی و سکوت حاکم است، یعنی آنکه مگر می‌توان با تقوا بود و لحظات و ساعاتی را به سکوت نگذراند؟ از طرف دیگر، مگر می‌توان ساعاتی را

آنگونه که باید به سکوت و تفکر گذرانند و به اوج تقوا نرسید؟ بنابراین، روزه‌داری که به چنین مقامی از سکوت نائل گشته، سکوتش تسبیح خدا محسوب می‌شود: «نوم الصائم عباده و صمته تسبیح» (نهج- الفصاحه ۳۱۳۹).

امیرالمومنین علی (ع) در نهج البلاغه نیز از جمله خصوصیات محبوب‌ترین بندگان خداوند را آن معرفی می‌فرماید که سخن می‌گویند و خوب می‌فهمانند و یا سکوت می‌کنند و موجب سلامتی می‌گردند (يقول فيفهم و يسكت فيسلم) (خطبه ۸۷). آن حضرت یکی از خصوصیات خوب مومنین حقیقی را اینگونه می‌داند که در سکوت کسی بر آنان غلبه نمی‌یابد و به شنیدن حریص‌تر است تا به گفتن (لم يغلب علی السکوت، و کان علی ما یسمع احرص منه علی ان یتکلم) (حکمت ۲۸۹). علی (ع) در خطبه ۱۵۴ نیز که در فضائل اهل بیت بیان فرموده‌اند، به همین نکته تاکید دارند که اهل بیت (ع) اگر سخن گویند، راست گویند، و اگر سکوت کنند، کسی از آنان سبقت نگیرد: «ان نطقوا صدقوا و ان صمتوا لم یسبقوا»، و سکوت آنان گویای منطق آنان است: «صمتهم عن منطقم» (خطبه ۱۴۷ و ۲۳۹).

حضرت علی (ع) در خطبه ۹۶، سکوت را زبان پیامبر اعظم (ع) معرفی می‌فرماید: «کلامه بیان و صمته لسان» و حتی قرآن را نیز گویای صامت و ساکت معرفی می‌کنند «صامت ناطق» (خطبه ۱۴۷). و لذا مومنین که به اهل بیت (ع) اقتدا نموده‌اند، در بسیاری مواقع ساکت و آرامند: «المومن... کثیر صمته» (حکمت ۳۳۳). بنابراین از نگاه علی (ع)، آدمی آنگاه که از چنین سکوتی برخوردار می‌گردد، هرگز سکوتش وی را مغموم و محزون نمی‌سازد: (ان صمت لم یغمه صمته) (خطبه ۱۹۳).

شجاعی (۱۳۸۰) در تشریح خطبه متقین امیرالمومنین علی (ع) از سکوت برخاسته از وظیفه متقین سخن می‌گوید که آنگاه که احساس وظیفه کنند، سکوت اختیار می‌نمایند و چنین سکوتی آنان را محزون نمی‌سازد. پیامبر اکرم (ص) در حدیثی قدسی آبادترین دل‌ها را دل‌های شایستگان و ساکتان معرفی می‌فرماید و خراب‌ترین دل‌ها را دل‌های

کسانی می‌دانند که سخن‌های بی‌فایده می‌گویند و امام جعفر صادق (ع)، خاموشی را طریقه اهل تحقیق معرفی می‌کنند و حضرت امام رضا (ع) نشانه‌های فهم در دین را بردباری و دانش و خاموشی می‌دانند (به نقل از شجاعی، ۱۳۸۰).

خادم‌الذکرین (۱۳۸۲) با الهام از دروس آیت‌الله ناصر مکارم شیرازی در تشریح خطبه متقین نهج‌البلاغه در باب ریشه‌ابی کثرت خطرات زبان به هفت علت و ریشه اشاره می‌نماید: ۱- زبان ابزار است که در هر زمان و مکانی در اختیار انسان است ۲- زبان برای کار خودش مئونت و خرجی لازم ندارد ۳- زبان وسیله‌ای است که در اختیار همه است ۴- گناهان زبان در نظر بسیاری قبح چندانی ندارد ۵- زبان ابزاری برای تحقق گناهان متنوع است ۶- فاصله میان گناه و ثواب در زبان کم است ۷- گناهان زبان جنبه اجتماعی دارد. سپس نویسنده مذکور نتیجه می‌گیرد که چرا مولای متقیان، بیان و منطق را مقدم بر صفات دیگر ذکر کرده‌اند و در خطبه متقین فرموده‌اند: «منطقهم الصواب» یعنی آنکه گفتار و سخن پرهیزگاران از روی راستی است. قطعاً می‌توان استنتاج نمود که اگر چنین صفت ارزشمندی را در گفتار خود تشخیص ندهند، طریق سکوت و خاموشی بر خواهند گزید.

امام صادق (ع) واژه «سکوت» را همراه با «زیارت خانه خدا» ذکر می‌نمایند و اظهار می‌دارند با هیچ چیز مانند سکوت و زیارت خانه خدا نمی‌توان خدا را عبادت کرد (ثواب الاعمال، به نقل از شیخ حر عاملی، ۱۳۸۴). بیهوده نیست که آن حضرت سکوت را گنجی معرفی می‌فرمایند که برای بردبار زینت و برای نادان پرده و پوشش است (من لایحضره الفقیه، به نقل از شیخ حر عاملی، ۱۳۸۴).

حضرت علی بن موسی الرضا (ع) نیز یکی از نشانه‌های دانش اصیل را سکوت معرفی می‌فرمایند و آن را دری از درهای ورود به حکمت می‌دانند که محبت‌ها را به سوی خود جذب می‌کند و راهنمای آدمیان به سوی خیر و صلاح است (به نقل از حسینی دشتی، ۱۳۷۶؛ همچنین ر. ک. بحار، ج. ۷۱، ص ۲۹۴؛ به نقل از میزان‌الحکمه، ج ۵، ص ۴۳۵).



### ۳- «سکوت» در سیره نظری و عملی فرزاتگان تاریخ

رجالی تهرانی (۱۳۷۹) در کتاب «همراه با فرزاتگان» از فقیه نامدار شیعه شهید محمدبن مکی معروف به شهید اول، شاگرد فخرالمحققین نام می‌برد و یکی از توصیه‌های آن بزرگوار را اینچنین مطرح می‌سازد که زبان را از گناهانی همچون پرت و پلاگویی، غیبت، سخن چینی و بیهوده‌گویی نگاه دارید.

همچنین، نویسنده فوق ۲۵ دستور متنوع و مفید را از مرحوم ملامحسن فیض-کاشانی (ره) از مشاهیر علمای شیعه در قرن یازدهم هجری مطرح می‌سازد که یکی از آنها این چنین است: «محافظة بر صوم ماه رمضان و تکمیل آن، چنانچه زبان را از لغو و غیبت و دروغ و دشنام و نحو [مانند] آن، و سایر اعضا را از ظلم و خیانت و فطور [افطاری] را از حرام و شبهه بیشتر ضبط کند که در سایر ایام می‌کرد» (ص ۸۶).

نویسنده مذکور در جایی دیگر از کتاب خود (ص ۱۴۶) توصیه‌هایی از شیخ احمد احسائی (متولد ۱۳۶۰ هجری قمری) را مطرح می‌سازد که وی همیشه اوقات متفکر و متدبر بود که یکی از آن توصیه‌ها اینگونه است: «در کلام، مگو مگر به قدر ضرورت و آنچه محتاجی به او در دنیا و آخرت، و کوشش کن در قرائت قرآن و تدبر در معانی آن، زیرا که قرآن کلید خزانه‌های علم است».

عابدی (۱۳۸۱) از لزوم سکوت در برابر گفتار استاد- در موارد لازم - سخن می‌گوید: وی به نقل از شهید ثانی اینگونه می‌نویسد (ص ۱۴۴):

یک روز بین «حاج میرزا محمد اندرمانی» و «فاضل دربندی» درباره موضوعی علمی، بحث در گرفت. در این مسئله حق با فاضل دربندی بود، با این وضع، او در برابر برخی سخنان میرزا محمد، سکوت می‌کرد و حرمتش را نگاه می‌داشت. بعد از پایان بحث از او پرسیدند: «چرا هیچ جواب ندادی؟» گفت: «چون هنگام مسافرت به عتبات عالیات، سه روز، به درس این عالم بزرگوار حاضر شدم، حق استادی او را ملاحظه کردم.

شهید ثانی (۱۳۷۲) در کتاب آداب تعلیم در اسلام بر این نکته تأکید می‌ورزد که شاگرد هرگز نباید در حضور استاد خویش زیاده از حد بدون نیاز و ضرورت سخن گوید و پرحرفی کند و اساساً نباید در محضر استاد - بدون اینکه از او پرسش کند و یا از استاد کسب اجازه کند - راساً لب به سخن بگشاید. همچنین وی تأکید می‌نماید که شاگرد نباید در ادامه هر نوع سخن و گفتگوی استاد وقفه -

ای ایجاد کند و پیوستگی کلام او را با حرف زدن خود از هم بگسلد. او نباید در بیان مطلب بر استاد سبقت گیرد و در خط مشی گفتار او خویشتن را در مسیر گفتار او درآورده و با وی هم آوردی کند. بلکه باید درنگ نماید که استاد سخن خود را به پایان رساند، و سپس سخن خود را به میان آورد. آنگاه که استاد با او گفتگو می‌کند و یا با جمع حاضران جلسه درس، سرگرم بحث و مذاکره است، نباید او با شاگردان دیگر صحبت کند؛ بلکه موظف است سراپا گوش گردد و درس استاد را کاملاً استماع نموده و تمام حواس و قوای خود را به منظور درک و فهم بیان او متمرکز سازد.

از عناصر مهم و تعیین کننده در مناسبات انسانی، توانایی طرفین برای بهره‌گیری از «هنر خوب شنیدن» است و این امر به تقویت تمرکز حواس و اندیشه منجر خواهد شد و علاوه بر ایجاد تمرکز در تعاملات انسانی، موجب جلب اعتماد دیگران و طرف‌های مقابل آدمی است. زیرا زمانی که با همه وجود به دیگران گوش می‌دهیم، در آنها احساس ارزش شخصی را تقویت نموده و اعتمادشان را به خود جلب می‌کنیم و یا آن را تقویت می‌نمائیم (شرفی، ۱۳۸۱).

مختاری (۱۳۷۷) در توصیف شخصیت آخوند ملاحسینقلی همدانی (ره) به نقل از سیدصدر می‌گوید: «او دائم‌المراقبه بود، به طوری که چه بسا در اثنای درس از ترس این که مبادا از خداوند سبحان غافل شود، ساکت می‌شد. وی شیوه‌ای همانند ابن طاووس داشت و در اثر مجاهدت‌ها و ریاضت‌هایش انوار ملکوت بر او تابیدن گرفت» (ص ۵۸). یکی از نامه‌های حسینقلی همدانی به مرحوم سیدعلی - آقا ایروانی که به گونه‌ای دستورالعملی تربیتی محسوب می‌گردد، بدین مضمون است: «جناب آقا! الحذر الحذر من قواطع الاربعه: کثره الکلام و کثره الطعام و کثره المنام و کثره المجالسه مع الانام» (ص ۶۰-۵۹).

حسن‌زاده (۱۳۸۱) در توصیف شخصیت میرزا جواد آقا ملکی تبریزی (ره) در کتاب طیب دل‌ها به نقل از حاج میرزا عبدالله شالچی در وصف «انتقال معارف با نگاه عارفانه ایشان - و نه منحصرأ با کلام» - سخن می‌گوید.

در وصف سکوت آیت الله سید علی قاضی طباطبایی این چنین ذکر شده است:

سکوتش بیشتر از کلامش است و خلوتش بیشتر از جلوتش. روزهایی در بعضی ایام سال نیست می‌شود. هیچ کس خبری از او ندارد... هیچ کس او را نمی‌یابد... و این

خلوت او نه تنها، تنهایی نیست، بلکه آکنده از اسرار است. راستی او چه عوالمی دارد که کسی راه بدان ندارد و حتی برای شاگردانش که محرم‌ترین به او هستند، اسرار را فاش نمی‌کند. انس او با خلوت است و روح او با وحدت. ساعت‌ها به تفکر در وادی‌السلام می‌پردازد (ةئت تحریریه موسسه فرهنگی مطالعاتی شمس - الشمس، ۱۳۸۳).

حسینی تهرانی (۱۴۲۳ ق.) در وصف علامه طباطبایی می‌گوید: "هر کس با ایشان می‌نشست و زبان خاموش و سکوت مطلق ایشان را می‌نگریست ... چنان مستغرق انوار الهیه و مشاهدات غیبی ملکوتیه بودند که مجال تنازل پیدا نمی‌کردند" (ص ۱۹). وی در جای دیگر از کتاب مهرتابان (ص ۱۶) در وصف علامه طباطبایی اظهار می‌دارد: "عظمت و ابهت و سکینه و وقار در وجود ایشان استقرار یافته، و دریای علم و دانش چون چشمه جوشان فوران می‌کرد و پاسخ سوال‌ها را آرام آرام می‌دادند." "و در بسیاری از مواقع که یک سوال بسیط و ساده‌ای از ایشان می‌شد، در یک مسئله فلسفی و یا تفسیری و روائی، و ممکن بود با چند کلمه جواب، فوری پاسخ داده شده و مطلب تمام شود؛ ایشان قدری ساکت می‌ماندند و پس از آن چنان اطراف و جوانب و احتمالات و مواضع ردّ و قبول را بررسی و بحث می‌نمودند که حکم یک دادرسی را پیدا می‌کرد" (ص ۴۲). "با آنکه اسرار الهیه در دل تابناک او موج می‌زد، سیمایی بشاش و گشاده" و زبانی خموش و صدائی آرام داشت و پیوسته به حال تفکر بود" (ص ۸۰).

گلی زواره (۱۳۷۵) در توصف شخصیت تابناک علامه طباطبائی می‌نویسد: یکی از مزایای شگفت‌انگیز علامه این بود که با آن همه معلومات و توانایی‌های علمی گوناگونی که داشت، اکثر اوقات مجلس او با سکوت برگزار می‌گردید، مگر اینکه از محضرشان سوالی می‌شد، مانند همان فردی که حضرت علی علیه‌السلام درباره‌اش فرموده است: «من در گذشته برادری داشتم که اکثر روزگارش را به سکوت می‌گذرانید، اما وقتی نوبت سخن به ایشان می‌رسید، مجالی برای سخن‌گویی نمی‌گذاشت.» علامه نیز اینگونه بود، تا زمانی که از او چیزی نپرسیده، سخنی نمی‌گفت و البته در اوقات سکوت به اذکار و حالات باطنی مشغول بود و از سیمایش کاملاً هویدا بود که برخلاف این سکوت و آرامش ظاهری، درونش در تحرک و تکاپو بود (ص ۱۱۴).

”همواره حضور قلب داشت و مدام مشغول ذکر خدا بود و در تمامی حالات، حتی به هنگام پژوهش‌های علمی این حالت را فراموش نمی‌کرد، همین که در جلسات یا دروس سکوت اختیار می‌نمود، به ذکر مشغول می‌شد“ (ص ۳۵۵).  
در توصیف حالات علامه محمدتقی جعفری گفته شده است: ”لذت و نشاطی که در حل هر مسئله علمی یا فلسفی برایشان حاصل می‌شود، لامحاله برای شاگردانشان نیز به وجود می‌آید. گاهی می‌دیدیم ناگهان استاد را سکوتی همراه با تفکر فرا می‌گرفت“ (شریعه خرد، ص ۴۲۲؛ به نقل از فیضی تبریزی، ۱۳۸۰، صص ۲۵۷-۲۵۶).

به گفته فیضی تبریزی (۱۳۸۰) علامه جعفری، عارفی «بی‌هیاهو» بود. نویسنده مذکور در کتاب "جاودان اندیشه" به نقل از نویسنده محترم «فلسوف شرق» در وصف علامه جعفری می‌گوید:

لب خموش و دل پر از آوازاها	بر لبش قفل است و در دل رازها
رازها دانسته و پوشیده‌اند	عارفان که جام حق نوشیده‌اند
مهر کردند و دهانش دوختند	هر که را اسرار حق آموختند

آیت‌الله مطهری، از همان آغاز طلبگی به درس‌های اخلاقی امام خمینی راه پیدا می‌کند. به گفته شاگردان این درس، امام بیشتر از نظرات و خود حاج شیخ عبدالکریم حائری دفاع می‌کرد و در این درس مطهری بیشتر سکوت می‌کرد و اگر هم گاه سخن می‌گفت، بسیار سنجیده و کوتاه بود (نصری، ۱۳۸۲).

حیدری کاشانی (۱۳۸۱) در وصف ارتباط غیر کلامی از طریق سکوت و نگاه در توصیف آیت‌الله بهاء‌الدینی اینچنین می‌نویسد: ”آقا [آیت‌الله بهاء‌الدینی] و آقای مجتهدی به هم نگاه می‌کردند و هیچ سخنی رد و بدل نمی‌شد. حدود ده دقیقه نگاه کردند و آقا فرمود: برویم. بلند شدم در خدمتشان بیرون آمدم. در این نگاه‌ها چی بود نمی‌دانم. و با توجه به مقام عرفانی آن دو بر این یقینم که با نگاه هم می‌توان اسرار درون را به هم منتقل کرد و این کرامتی است بزرگ“ (ص ۳۸۳).

محیطی (۱۳۸۱) در کتاب "صراط سلوک" در توصیف جایگاه سکوت در حیات استاد علامه حسن‌زاده آملی این چنین می‌نویسد:

حضرت استاد (دام عزه) به حق عامل به این دستورالعمل هستند. سنجیده و کم، ولی عمیق سخن می‌گفتند، در درس از سخنان حاشیه‌ای و زینت بخش پرهیز می‌نموده و گزیده‌گوی بودند و نغزپرداز و حقیقتاً مصداق این شعر که:

کم گوی و گزیده‌گوی چون در تا زانک تو جهان شود پر

یکی از درس‌های بزرگی که از سال‌ها حضور در محضر حضرت استاد علامه حسن‌زاده آملی (دام عزه) گرفتیم، سکوت و کم‌گویی ایشان بود، با آمدن حضرت استاد به محل درس هاله‌ای از سکوت بر مجلس حکم فرما می‌شد و تا آغاز رسمی درس، این چند دقیقه، مجلس، مجلس سکوت بود... آن روز نیز حضرت استاد (دام عزه) به سالکان وادی عشق و معرفت هشدار دادند که: دهان باب الله است! صادرات و وارداتش را کنترل کنید. (ص ۴۵-۴۴).

”روزی حضرت استاد (دام عزه) در محفل درسی فرمودند: یکی از دوستان می‌گفت در مراقبتی که داشتم، مکاشفه‌ای روی داد. به حضور حضرت رسول الله الاعظم (صلی الله علیه و آله) شرفیاب شدم. از آن حضرت ذکر خواستم. فرمودند: من به شما ذکر سکوت می‌دهم“ (ص ۴۷).

باقی‌زاده (۱۳۸۲) در کتاب ”بهجت عارفان“ در وصف جایگاه سکوت در شیوه تدریس حضرت آیت‌الله بهجت به نقل از آیت‌الله گرامی اینچنین می‌نویسد:

وقتی در جلسه درس ایشان شرکت جستم، آقا در حالی که نشسته و زانوهایش را بغل گرفته و کتابی (ظاهراً مکاسب) در جلوشان باز بود، مسئله‌ای را طرح نمود. بعد محاسنش را گرفت و به صورت پرسشی و اجمالی به بحث پرداخت و مقداری نیز سکوت کرد... بعدها فهمیدم که ایشان با این روش فکر فراگیر را تحریک می‌کنند تا خود شاگرد فکر کند و به نظر می‌رسد شیوه خوبی برای وادار کردن مخاطب به اندیشه است تا فقط مستمع نباشد (ص ۷۸).

همچنین نویسنده فوق به نقل از حجه‌الاسلام سیدرضا خسرو شاهی در مورد «فکر کردن حضرت آیت‌الله بهجت» قبل از سخن گفتن اینگونه اظهار می‌دارد:

از دیگر ویژگی‌های بارز ایشان آن است که هر گاه می‌خواهند مطلبی را بفرمایند، علاوه بر رعایت مقتضای حال، نخست درباره سخنی که می‌خواهند بفرمایند، فکر می‌کنند. حتی در این زمینه فکر می‌کنند که مطلب را چگونه و در چه قالب و جملاتی بگویند، به گونه‌ای که هم کوتاه باشد و هم رساتر مطلب را افاده بکند (ص ۱۹۹).

”ایشان خیلی تاکید می کردند بر کنترل زبان و می فرمودند: باید زبان را کنترل کنیم، به صورتی که باید ۲۴ ساعت تامل و اندیشه کنیم و یک ساعت صحبت کنیم، بلکه شاید یک ساعت هم زیاد باشد“ (ص ۲۰۳)

باقی زاده (۱۳۸۱) در کتاب برگی از دفتر آفتاب، به نقل از آیت الله شیخ جواد کربلایی در مورد فکر و سکوت به عنوان ویژگی های شخصیتی آیت الله بهجت می نویسد:

یکی از آقایان که کم و بیش از حالات ایشان مطلع و از هواداران ایشان نیز بودند، می گفت: آقا هر شب یا غالب اوقات وقت خود را به خلوت و فکر در مجاری معارف الهی می گذرانند، و هیچ گاه حاضر نبودند که وقت خود را به باطل بگذرانند و در محافل بیهوده شرکت کنند، و کاملاً در مقام احتراز از صحبت های بیهوده بوده... (ص ۶۴).

یکی از اموری که سالک را از حرکت و نیل به مقصد باز می دارد و مانع توجه و حضور قلب می شود، سخنان بی فائده و غیر ضروری می باشد. در اثر زیاد حرف زدن و پراکنده گویی، فکر انسان پراکنده و پریشان می شود و نمی تواند نسبت به خداوند متعال توجه کامل و حضور قلب پیدا کند. لذا بر سالک لازم است زبان خویش را کاملاً کنترل کند و سنجیده سخن بگوید. علامه طباطبائی می فرمود من از سکوت آثار گرانمایی مشاهده کرده ام. چهل شبانه روز سکوت اختیار کنید و جز در موارد لازم سخن نگوئید و به فکر و ذکر مشغول باشید تا برایتان صفا و نورانیت حاصل شود (امینی، ۱۳۶۷). لذا عزیزی (۱۳۸۱) در کتاب سیمای اخلاق در آثار علامه حسن زاده آملی بر این نکته تاکید می وزرد که قدم اول در سلوک توبه و پاکی از گناه و دوری از گفتار ناپاک، کردار و اندیشه های ناشایسته و خوی های نکوهیده است. تا دهن بسته نشود، دل باز نخواهد گشت.

اما نکته بسیار قابل توجه آن است که همان فرزندگان و وارستگان بزرگ تاریخ اسلام و تاریخ تعلیم و تربیت که با سکوت های به جا و به موقع خویش درس عرفان، معرفت، خداشناسی، وقار و متانت و ... به شیفتگان و متعلمین خود آموختند، آنجا که احساس وظیفه نمودند، با در نظر گرفتن مضامین برخی از احادیث و روایات دینی و تربیتی که ذکر گردید، این سکوت را با کلام مقتدرانه و قاطعانه خویش در هم شکستند و به بالاترین فریادگران در هم کوبنده ظلم و ستم در عصر و روزگار خویش، بلکه در تمامی تاریخ، تبدیل گشتند و هرگز

نخواستند با خاموشی و سکوتی غیرقابل تایید، مهر تایید بر ستم ستمگران که ظلم آنان را مشاهده می‌نمودند، بزنند و جالب اینکه هدف چنین کلام و قاطعیتی دقیقاً منطبق با همان هدف سکوت به جای آنان بود - یعنی ترویج دیانت، تربیت و اخلاق و آموختن درس عرفان، معنویت و خداشناسی (به عنوان مثال، ر.ک. فیضی تیریزی، ۱۳۸۰؛ رجالی تهرانی، ۱۳۷۹؛ حیدری کاشانی، ۱۳۸۱؛ مختاری، ۱۳۷۷؛ محیطی، ۱۳۸۱؛ باقی‌زاده، ۱۳۸۱ و ۱۳۸۲؛ حسن‌زاده، ۱۳۸۱؛ هیئت تحریریه موسسه فرهنگی مطالعاتی شمس‌الشموس، ۱۳۸۳؛ نصری، ۱۳۸۲ و...)

#### ۴- «سکوت» در ارتباطات و تدریس

فراگرد ارتباطات به طور کلی و به ویژه ارتباطات غیر کلامی، می‌باید به گونه‌ای مبسوط و کلی نگریسته شود. و در نظر داشت که این کلیت از تک تک اجزاء خود به مراتب بزرگ‌تر است. در واقع باید گفت خاصیت «هم‌افزایی» (Synergy) که براساس نظریه سیستمی است، در این مورد به خوبی عمل می‌کند. تک تک اجزا دارای توان و اقتداری می‌باشند که وقتی با یکدیگر پیوند حاصل کنند، مجموع از جمع تک تک آنها بیشتر می‌شود (فرهنگی، ۱۳۷۴). بسیاری بر این باورند که همواره ارتباطات غیر کلامی بر ارتباطات کلامی از نظر صحت، ارجحیت دارند، چرا که معلومات غیر کلامی از درون انسان نشأت گرفته و اغلب نمی‌توان آنها را کنترل کرد (فرهنگی، ۱۳۷۴).

زمانی که پیام غیر کلامی به تقویت یا پشتیبانی یک پیام کلامی می‌پردازد، معنی به آسانی و به سرعت منتقل و به جامعیت آن افزوده می‌شود. گاه یک نشانه ساده مثل حرکت دست یا یک مکث بلند به تاکید ویژه یک بخش از پیام می‌انجامد، به نحوی که مخاطب به سهولت درمی‌یابد که کدام بخش از پیام برای فرستنده پیام مهم‌تر است و چه احساسی او را احاطه کرده است (فرهنگی، ۱۳۷۴).

این اعتقاد وجود دارد که فرستنده پیام به رفتار غیر کلامی [چون سکوت] کمتر از سخن گفتن نظارت مستقیم دارد و به همین دلیل این فرضیه از سوی بعضی از پژوهشگران مطرح شده است که رفتار غیر کلامی ما دلالت بر احساسات حقیقی ما دارد (محسین‌راد، ۱۳۷۴).

مطالعه پیام‌های استوار و هماهنگ که حالت عادی را در روابط روزانه دارد، به طور کلی نشان می‌دهد که تشخیص و اعتبار حالات می‌تواند هم از اطلاعات

دیداری (مانند چهره و معلومات بدن) و هم اطلاعات شنیداری (مانند تن صدا) به دست آید. اما پیام دیداری دارای اعتبار و پایداری با درجه‌ای کمی بیشتر است. به علاوه اکثر مردم ترجیح می‌دهند وقتی در مورد حالت افراد، قضاوت می‌کنند، قادر به دیدن آنها باشند (محسنیان‌راد، ۱۳۷۴).

با وجود پیشرفت‌های اخیر در فهم پیچیدگی‌های دریافت پیام‌های غیر کلامی هنوز به طور عمده وابسته به پیام‌های دیداری هستیم. به نظر می‌رسد که اکثر ما احساس نیاز به استفاده بیشتر از کانال‌های دیداری می‌کنیم. یک دلیل احتمالی برای چنین توجیه آن است که نظارت انتخابی بیشتری روی آنچه می‌بینیم، نسبت به آنچه می‌شنویم، داریم. زمانی که تزویر و نیرنگ در هر کنشی مورد شک قرار می‌گیرد، چنین نظارتی به ما کمک می‌کند که مسائل مهم را از غیر مهم تشخیص دهیم (محسنیان‌راد، ۱۳۷۴). صحبت کردن خود آمیخته با عناصر غیر کلامی چون تن صدا، سکوت‌های بین جمله‌ها و غیره است (محسنیان‌راد، ۱۳۷۴).

یکی از کارکردهای رفتار غیر کلامی این است که به عنوان یکی از اجزای جدانشدنی فرآیند ارتباط، تاکید ما را بر بخش‌های کلامی می‌افزاید. وقتی در سخنانمان بر روی برخی کلمات تاکید بیشتری داریم، یا برای نشان دادن اهمیت و جذابیت آنها بین حرف‌های خود مکث می‌کنیم و یا مثلاً تن سرعت گفتارمان را تغییر می‌دهیم، در واقع می‌خواهیم اهمیت برخی کلمات یا جملات را به شنونده گوشزد کنیم (هارجی، ساندرز و دیکسون؛ ترجمه بیگی و فیروز بخت، ۱۳۸۴).

تعداد کلمات ادا شده در یک زمان معین (Rate of Speech) عبارت است از تعداد کلماتی که هر کس در یک زمان معین در گفتگوها و سخنوری به کار می‌گیرد و آن را ضریب سخنگویی می‌گویند. انتخاب ضریب مناسب برای سخنرانی‌ها و کلاس‌های درس از اهمیت به‌سزایی برخوردار است. یکی از نکاتی که مرتبط با ضریب سخنگویی می‌باشد و در اکثر کتب و مقالات مربوط به ارتباط غیر کلامی در کنار آن قرار می‌گیرد، روانی (fluency) یا تداوم (continuity) سخنگویی می‌باشد. روانی یا تداوم به حرکت کلمات و عبارات و یا مکث (pause) آنها بستگی دارد. گاه اشخاص بدون وقفه و ایجاد ناهماهنگی و گشودن فضاهای باز در محاوره و مکالمه خود با دیگران به جلو می‌روند و زمانی مکث‌های مقطعی و مکرر بر فراگرد ارتباطی حاکم می‌شود. بدیهه است این روانی و مکث نیز بر تاثیر پیام موثر می‌باشد (فرهنگی، ۱۳۷۴).



برومند (۱۳۸۰) سکوت را یکی از فنون تدریس و آموزش معرفی می‌کند که موجب تمرکز حواس شاگردان به معلم می‌گردد و تاثیربخشی کلمات معلم را افزایش می‌دهد.

کوتاه‌گویی در توضیح از اهمیت خاصی برخوردار است. تحقیقی که از شنوندگان سخن‌پراکنی بریتانیا شده است، نشان می‌دهد گفتارهایی که بیش از حد طولانی یا نامربوط هستند، به آسانی به یاد شنوندگان نمی‌آیند و فهم آن‌ها دشوار می‌شود (براون؛ ترجمه رووف، ۱۳۷۳).

یکی از نکات مهم در ارائه مطالب، موضوع تفکر در حین تدریس است. معمولاً مکث‌هایی که برای ارائه اثربخش‌تر به عمل می‌آید، فرصتی است برای یافتن جمله بعدی (بیان و شکلیا مقدم، ۱۳۷۲). میلرو میلر (ترجمه میری، ۱۳۸۰) نیز به لزوم فکر کردن و صحبت کردن اشاره می‌نمایند. مکث و سخن گفتن مثل «نقطه‌گذاری» در نوشتن است: هنگام سخن گفتن، باید درنگ کرد که فهم مطالب برای شنونده آسان باشد.

لازم است دانشجویان همچنان که مدرس مطلب را به زبان بیان می‌کند، آن‌ها را به ذهن دریافت کنند. اما متأسفانه اغلب سیلی از کلمات بر سر دانشجویان می‌ریزد. در حالی که چند لحظه سکوت هم برای آن که دانشجویان بتوانند اطلاعات و مطالب را در ذهن خود جای دهند، لازم است و هم سبب جلب توجه آن‌ها به مطالب بعدی می‌شود (علوی، ۱۳۸۴). میلز (ترجمه گرایلی، ۱۳۷۶) ابراز می‌داد که یک مکث و سکوت یکی از فنونی است که می‌تواند حواس دانش‌آموزان را به تدریس جلب کند و کوهن و مانیون (ترجمه شاکری و افراخته) معتقدند که سکوت کردن می‌تواند در اثر بخشی تدریس مفید باشد و میلز (ترجمه گرایلی، ۱۳۷۶) بر کمی مکث قبل و بعد از اطلاعات مربوط به هر بخش تاکید می‌کند.

به همین ترتیب، سوالاتی را که معلم در هنگام تدریس خود مطرح می‌سازد، خصوصاً اگر بعد از طرح سوالی اندکی ساکت بماند و با این سکوت خود فرصت تفکر برای رسیدن به پاسخ صحیح را به شاگردان خود بدهد، می‌تواند موجب پرورش تفکر (فولی و اسمیلانسکی؛ ترجمه احمد سلطانی و رهبر، ۱۳۷۳؛ برومند، ۱۳۸۰؛ نیوبل و کانن، ۱۹۹۰؛ بیگگ، ۱۳۷۶؛ شعبانی، ۱۳۷۳؛ میلر و میلر؛ ترجمه میری، ۱۳۸۰؛ هارلن ترجمه سعیدی، ۱۳۷۸؛ دیویس، ۱۹۹۳)، موجب مشارکت و فعال نگهداشتن شاگرد در کلاس و بهبود یادگیری (دیتس و نلسون؛ ترجمه

سقط‌چیان، ۱۳۶۶؛ مویس و رینولدز، ۲۰۰۱؛ خنیفر، ۱۳۸۱؛ جمعی از صاحب‌نظران و کارشناسان یونسکو؛ ترجمه اسفندیاری و همکاران، ۱۳۶۹؛ کوهن و مانیون، ترجمه شاکری و افراخته، ۱۳۷۲؛ احدیان و آقازاده، ۱۳۸۰، موجب کشف میزان یادگیری شاگردان (مویس و رینولدز، ۲۰۰۱؛ رئوفی، ۱۳۷۷)، پرورش روحیه خلاقیت، نوآوری، استدلال و اعتماد به نفس، مقابله با کم‌رویی و بهبود روحیه اجتماعی، تسلط بر اعصاب، استراحت کوتاه و تنوع در کلاس درس، حفظ نظم و کنترل کلاس (علوی، ۱۳۸۴) گردند.

در مدارس توجه چندانی به مهارت گوش دادن نمی‌شود و معلمان بیشتر بر خواندن، نوشتن و تا حدی هم صحبت کردن تاکید دارند (هارجی، ساندرز و دیکسون، ترجمه بیگی و فیروزبخت، ۱۳۸۴).

معلمین باید در بین بعضی قسمت‌های درس مکث و سکوت کنند و سپس قسمت بعد را شروع نمایند، نظیر شروع عنوانی جدید و یا تمرین عنوان قبل، چنین کاری نه تنها سبب حصول اطمینان از این امر می‌گردد که شاگردان آنچه را فرا گرفته‌اند، بهتر به خاطر خواهند داشت، بلکه به آنان کمک خواهد نمود که با سهولت بیشتری محتوای درسی را به عنوان یک کل مرتبط به هم با شناسایی روابط بین اجزای تشکیل دهنده آن درک کنند (مویس و رینولدز، ۲۰۰۱). معلم با تجربه همیشه پس از آن که سوالی را می‌پرسد، مکث می‌کند و اگر فکر کند که دانش‌آموز می‌تواند پاسخش را توسعه بدهد، پس از تمام شدن صحبت او باز هم مکث می‌کند. معمولاً این مکث، دانش‌آموز را تشویق می‌کند تا بیشتر بگوید (بروان؛ ترجمه رووف، ۱۳۷۳).

ریس و واکر (۲۰۰۴) بر این نکته تاکید می‌ورزند معلمی که در مواردی ساکت می‌ماند و به سخنان شاگردان گوش فرا می‌دهد، به عبارت دیگر، هم سخن می‌گوید، و هم اجازه می‌دهد که شاگردان با وی سخن گویند بهتر می‌تواند کنترل و مدیریت کلاس درس را بر عهده گیرد و کاپل، لیسگ و تورنر (۲۰۰۵) از عدم وقت کافی دادن به شاگردان به منظور تفکر برای پاسخگویی به سوال معلم به عنوان یکی از اشتباهات رایج در امر پرسش و پاسخ یاد می‌کنند.

فرای، کتریچ و مارشال (۲۰۰۵) نیز اعتقاد دارند که فرآیند ذهنی گوش کردن، جریان فعالی است که تعدادی از کارکردهای تفکر نظیر تحلیل، درک، ترکیب و ارزیابی را به کار می‌گیرد. گوش کردن همراه با تفکر سبب بهبود توانایی

پاسخگویی خواهد گردید که البته کسب چنین مهارتی در شنود موثر، تمرین سکوت را می‌طلبد که در صورت حصول چنین مهارتی بینش‌ها و بصیرت‌های قابل ملاحظه‌ای حاصل خواهند گردید.

پتی (۲۰۰۴) با توجه به اینکه دامنه تمرکز شاگردان نسبت به شنیدن سخنان متوالی معلم، طولانی نیست، بر این نکته تاکید می‌ورزد که معلم بعد از مدتی کوتاه که حرف می‌زند، اندکی سکوت اختیار کرده و یا تغییر روش داده و به نوعی در تدریس خود تنوعی ایجاد نماید.

کلانو و سالزمن (ترجمه رحمتی، ۱۳۷۵) یکی از بزرگترین موانع خوب گوش دادن را آن می‌دانند که اشخاص یاد گرفته‌اند که اساساً گوش ندهند. نویسندگان مذکور بر این نکته تاکید می‌ورزند زمانی که افراد به سخنان دیگران گوش می‌دهند، حرف نزنند.

گیونز (ترجمه آل یاسین، ۱۳۷۶) افراد پر حرف را که از موهبت سکوت به دورند، مردمانی معرفی می‌نماید که ارزش گفت و شنود را با تعداد کلمات می‌سنجند و لذا گفته‌های بی‌محتوای آنان تمام شدنی نیست. فرد حراف گوش نمی‌کند، بلکه تنها حرف می‌زند. او هرگز وارد اصل مطلب نمی‌شود و از آن نمی‌گذرد، بلکه با اظهار اباطیل، لفاظی طوطی‌وار و وراجی وقت‌گرانه‌های سایر افراد را به هدر می‌دهد.

شوارتز (ترجمه بخت‌آور، ۱۳۸۱) بر این تاکید می‌ورزد که انسان‌های بزرگ، گوش کردن را به انحصار خود در می‌آورند، حال آنکه انسان‌های کوچک، حرف زدن را به انحصار خود در می‌آورند. سپس نویسنده مذکور اظهار می‌دارد (ص ۱۲۲-۱۲۱) که "رهبران بزرگ، وقت بیشتری را صرف نصیحت شنیدن می‌کنند تا نصیحت کردن. گوش‌های شما مانند دریچه‌های ورودی هستند. آنها مواد خاصی را که قادرند به نیروی خلاق بدل شوند، در اختیار ذهن شما می‌گذارند. از حرف زدن چیزی نمی‌آموزیم، اما برای آموخته‌هایی که از طریق پرسیدن و شنیدن می‌توانیم به دست آوریم، حد و مرزی وجود ندارد". یکی از راهکارهای این نویسنده به عنوان راهنمایی برای خودسازی آن است که فرد در هر روز سی دقیقه صرف تفکری جهت‌دار در سکوت و آرامش نماید. وی اعتقاد دارد پیامبران و رهبران بزرگ جهان بیشتر اوقاتشان دور از هیاهوی زندگی گذشته است. رهبران سیاسی نیز در تنهایی توانسته‌اند خط فکری مشخصی برای خود

بیابند. دانشگاه‌های معتبر از استادان می‌خواهند که تنها به پنج ساعت سخنرانی در هفته اکتفا کنند تا به این ترتیب، مدت زمانی را برای تفکر در اختیار داشته باشند. در کلیه زمینه‌ها افراد موفق فرصتی را به گفتگو با خود اختصاص می‌دهند. رهبران از انزوا بهره می‌گیرند تا اجزاء یک مسئله را به یکدیگر ارتباط دهند، راه حلی بیابند، نقشه‌ای طرح کنند و در یک کلام، به اوج تفکر خود دست یابند.

### ۵- رابطه «سکوت» و «آرامش»

ویلسون (ترجمه مالکی، ۱۳۷۹) در مورد شرایط آرامش زا جهت غلبه بر تشویش و اضطراب بر این نکته تأکید می‌ورزد که افراد به جای روشن کردن رادیو و تلویزیون به «سکوت» پناه برند و به جای وارد شدن در بحث و گفتگو چند دقیقه‌ای در هوای آزاد گردش کنند. نویسنده مذکور اظهار می‌دارد کسی که شدیداً عصبی و ناراحت است، به شدت از سکوت اجتناب می‌کند. فردی که تنش دارد، ادعا می‌کند و اغلب عقیده دارد که سکوت در واقع سطح تنش او را بالا می‌برد، اما فشار روحی، مثل همه اعتیادها، فریب دهنده است. شخص دچار تنش اشتباهاً سعی دارد به هر قیمتی شده از سکوت دوری جوید و خود را با صحبت‌های بی‌محتوا مشغول سازد، صرفاً برای آن که از خلأئی که او را رنج می‌دهد، دوری جوید. حال آنکه چنین فردی اگر بخواهد آرامش داشته باشد و آزاد و رها باشد، باید به دنبال سکوت رود، آن را جذب کند و خود را در آن غرق سازد، چون در سکوت است که می‌تواند به آرامش واقعی برسد. سکوت - در صورتی - که به گونه‌ای خلاق مورد استفاده قرار گیرد - یکی از قوی‌ترین عناصر ضد تنش و هیجان است. سکوت در بطن بسیاری از شیوه‌های دستیابی به آرامش و تمرکز ریشه دارد.

کودرون (ترجمه صالحی طالقانی، ۱۳۸۳) در توضیح روش مدیتیشن (Meditation) به منظور رسیدن به آرامش، سکوت را امری بسیاری ارزشمند معرفی می‌نماید. خصوصاً در زمانی که استرس دائمی وجود دارد.

سی‌وارد (ترجمه قراچه داغی، ۱۳۸۱) یکی از موارد ضروری در آرمیدگی و مراقبه و رسیدن به تعادل و توازن فیزیولوژیایی را محیط ساکت و آرام معرفی می‌نماید، محیطی که در آن تمامی محرک‌های درونی و بیرونی حذف شوند (صدای زنگ تلفن، صدای زنگ در، صدای رادیو و تلویزیون و صدای خیابان).

در ضمن لازم است که محرک‌های درونی از قبیل تنش‌های عضلانی و ناراحتی‌های جسمانی در کار نباشد.

آزمندیان (۱۳۸۳) نیز سکوت و تمرکز و زمینه‌سازی برای دریافت پیام‌های معنوی را یکی از عوامل لازم جهت رسیدن به آرامش معرفی می‌نماید.

تورکینگتون (ترجمه بلالی و باعزت، ۱۳۸۳) برای مقابله با استرس و فشار روانی در دنیای پراسترس امروزی بر این نکته تاکید می‌ورزد که بسیار مهم است که مردم جایی ساکت برای آرامش به دور از دنیای آشفته و پرهیاهو داشته باشند. نویسنده مذکور اینگونه اظهار می‌دارد: «امروزه، در منازل، صدای مداوم وسایل تکنولوژیکی، به طور استرس‌آمیزی ما را کر می‌کند» (ص ۱۰۰). لذا وی اعتقاد دارد: «سعی کنید، وقت آرامی برای مطالعه، فکر کردن یا صحبت درباره چیزهای مختلف داشته باشید» (ص ۱۰۱).

پورآقاسی (۱۳۷۶) یکی از نکته‌های لازم را برای ایجاد حالت آرامش اینگونه معرفی می‌نماید که برای انجام تمرین حالت آرامش نیاز به مکان ویژه‌ای نیست، فقط باید جایی آرام و بدون سر و صدا و راحت باشد تا تمديد اعصاب به وجود آمده را بر هم نزنند.

حق‌جو (۱۳۷۴) یکی از راه‌های درمان اضطراب و خشم را سکوت معرفی می‌نماید و معتقد است سکوت به انسان آرامش می‌دهد.

متیوس (ترجمه افضل‌راد، ۱۳۸۱) ابراز می‌دارد تمام کسانی که زندگیشان سرشار از آرامش است، خلوت و سکوت را می‌جویند و با غرق شدن در خویشن است که دنیای بیرون را می‌بینند. نویسنده مذکور حتی در مورد خود اظهار می‌کند: «من به تجربه دریافته‌ام که هرگاه مدت زمانی را برای آسودگی ذهن، به تمرکز یا دعا و نیایش اختصاص داده‌ام، احساس توازن بیشتری کرده‌ام و تسلط بهتری بر زندگی به دست آورده‌ام، اما پس از کنار گذاشتن این اعمال، زندگی بار دیگر و به تدریج تنش‌زا و دشوار گشته است. من احساس درماندگی و عجز کرده‌ام... واقعیت این است که اگر تا به امروز زمانی را برای آسودگی و خلوت خویش اختصاص نداده‌ایم، اکنون باید این کار را انجام دهیم» (ص ۱۷۱).

قریب (۱۳۷۶) تمرکز را یکی از عوامل تقویت حافظه ذکر می‌کند و اینگونه اظهار می‌دارد: «نباید تصور کرد که در هرگونه شرایطی می‌توان حواس را متمرکز کرد. اگر باید حواس خود را برای مطالعه متمرکز کنید، لازم است

نخست خود را از دنیای خارج مجزا سازید و محیط متناسبی برای مطالعه انتخاب کنید. چنین محیطی باید آرام و روشن و دارای گرمایی طبیعی و ساکت باشد. هیچ چیزی به اندازه سرو صدا، به ویژه سر و صداهای مکرر و خسته کننده، برای تمرکز حواس زیان بخش نیست (ص ۹۳).

ویلیام لا (William Law) نویسنده انگلیسی آثار معنوی (۱۷۶۱-۱۶۸۶) اظهار می‌دارد «حیات معنوی چیزی نیست جز دخل و تصرف روح خدا در باطن ما، و بنابراین سکوت خود ما باید بخش بزرگی از آمادگی ما برای این دخل و تصرف باشد، و پرگویی یا التذاذ از کلام غالباً مانع خردی نیست بر سر راه خیری که ما فقط از طریق نوشیدن آنچه روح الهی و آوای خدا در گوش دل ما می‌گوید، کسب می‌توانیم کرد». لائودزه (Lao Tzu) حکیم چینی و بنیان‌گذار آیین دائو (متولد ۶۰۴ قبل از میلاد) معتقد است: «آنکه می‌داند، نمی‌گوید؛ آنکه می‌گوید، نمی‌داند». همچنین ویلیام لا اعتقاد دارد: «به این همه اخبار از بیرون چه حاجت است، وقتی که همه آنچه که به زندگی یا مرگ ربط و دخلی دارد، در درون فعال و دست‌اندرکار است؟» قیل و قال بی‌حد و حصر و درهم و برهم و بی‌هدف از لحاظ اخلاقی بد و از لحاظ معنوی خطرناک است. همه سخنان لغو موانعی هستند بر سر راه علم وحدت بخشی که به مبدا و منشا الهی خود می‌توانیم پیدا کنیم. حفظ زبان (که البته خود حفظ ذهن نیز هست) نه فقط یکی از دشوارترین و دقیق‌ترین ریاضت‌هاست، بلکه سودمندترین ریاضت‌ها هم هست. مولینوس (Molinos) کشیش و عارف اسپانیایی (۱۶۴۰-۹۷) سه مرتبه از سکوت را از یکدیگر تمیز داد: سکوت دهان، سکوت ذهن و سکوت اراده. اجتناب از سخن لغو دشوارتر است؛ خاموش ساختن و راجی‌های حافظه و تخیل بسیار دشوارتر است. دشوارتر از همه آرام کردن آوای تمنا و ندای نفرت در ساحت اراده است. قرن بیستم، از جمله عصر هیاهو است. ؤاهوی جسمانی، هیاهوی ذهنی، هیاهوی خواهش‌ها - ما در همه این هیاهوها در تاریخ صاحب رکوردیم. تعجیبی هم ندارد؛ زیرا همه امکانات فن‌آوری تقریباً اعجاب‌آمیز ما وقف تاخت و تاز و تجاوز رایج به حریم سکوت شده است. همه متون تبلیغاتی، چه شفاهی باشند و چه چاپی، فقط یک هدف دارند: باز داشتن اراده از اینکه به مقام سکوت نایل آید. بی‌خواهشی، شرط رها شدن و به روشنایی رسیدن است. شرط [حدوث و بقا] یک دستگاه تولید انبوه گسترش‌یابنده و از لحاظ فن‌آوری پیش‌رونده تمنا و

خواهش همه گیر است. تبلیغات کوشش سازمان یافته است برای توسعه و تشدید تمنا و خواهش - یعنی توسعه و تشدید طرز کار آن نیرویی که (چنانچه همه قدیسان و آموزگاران همه ادیان عالیّه همواره تعلیم داده‌اند) علیه‌العلل رنج و گناه و بزرگترین سد میان جان آدمی و مبدا و منشأ الّه اوست (هاکسلی Huxley، ۱۹۷۴؛ ترجمه ملکیان؛ به نقل از الّه قمشه‌ای و بهشتی شیرازی، ۱۳۸۲).

## ۶- نتیجه گیری

سکوت و خاموشی شایسته و به مورد در روایات اسلامی مورد تأکید ویژه بوده است. بدیهی است چنین امری آدمی را متوجه نقش و تاثیر بسیار عظیم سکوت در تربیت و هدایت انسان می‌سازد. سکوت، زمینه ساز تعقل و تفکری است که مورد عنایت فراوان قرآن است و اصل و اساس تربیت آدمی و زیر بنای کسب هر دانش حقیقی و روحیه علمی و فلسفی می‌باشد. بزرگان عالم اسلام که خود وارسته ترین تربیت شدگان مکتب وحی بوده اند، توصیه های دینی در خصوص جایگاه سکوت را در سلوک و منش خود به گوش جان شنیده اند و شخصیت آنان به گونه ای شکل گرفته که جز کلامی سنجیده بر زبان نیاوردند و تا آنجا که مقدور بود، با سکوت خود آن هم با نیتی الهی، متانت و شخصیت والای خویش را اثبات نمودند و از آثار آسمانی و فراوان خاموشی و سکوت بهره ها بردند. آنان الگو و سرمشق حقیقی هر متری هستند که متمایل به تربیت و هدایت است. متون جدید و تحقیقات اخیر نیز کاملاً مویذ حقایق مذکور راجع به لزوم سکوت در مواقع مقتضی در عرصه تعلیم و تربیت می‌باشند. ارتباطات که زیر بنای امر آموزش را تشکیل می‌دهد، آنگاه اثر بخش خواهد بود که فرستنده پیام در موارد لازم از سکوت شایسته بهره گیرد و لذا بر همین اساس تدریس که تعاملی هدفدار در جهت یادگیری شاگردان است، آنگاه در حصول هدفی اینچنین توفیق حاصل خواهد نمود که مدیر و معلم از سکوت های مقتضی در حالات مختلف تدریس خود بهره جویند. علاوه بر این، نه تنها ارتباطات آموزشی رسمی با سکوت های معنی دار مفهوم راستین خود را باز می‌یابد، بلکه تنها در پرتو سکوت و خاموشی است که آدمی می‌تواند از کلیه اجزاء کائنات و عالم وجود- علی رغم زبان خاموش آنها- در هنگام سکوت و تفکر هزاران درس پر مفهوم را که در هیچ کتاب درسی هم یافت نمی‌شوند، دریافت دارد. نهایتاً شاید اوج مقام سکوت را

آنجا می توان دریافت که سوق دهنده انسان به سوی دریافت آرامش است که یکی از اهداف ذاتی والای حیات می باشد. چنین امری را که متون تربیتی و روانشناختی بر آن صحنه گذاشته اند، می توان گویای نقش بازار سکوت در نیل آدمی به اهداف عظیم خلقت و آفرینش قلمداد نمود.

بر اساس نتایج این تحقیق، پیشنهاد می شود که نظام تعلیم و تربیت کشور به منظور بهره مندی افزونتر از آثار مترتب بر سکوت در ابعاد گوناگون، به گونه ای عمل نماید، و بلکه به صورتی فرهنگ سازی کند، که کلیه دست اندرکاران آن- خصوصاً اساتید، معلمین، دانشجویان و دانش آموزان- جایگاه والای سکوت را آنگونه که هست، دریابند و در مواقع مقتضی و شایسته به منظور آنکه در نیل به اهداف تربیتی خود در ارتباطات آموزشی و تدریس موفق تر گردند، از آن بیش از سابق بهره گیرند و اصولاً خود با اینچنین رفتاری مبلغ فرهنگ خوب شنیدن، سنجیده و به هنگام سخن گفتن و در حد اعتدال حرف زدن باشند. چنین پیشنهادی در خصوص درك جایگاه سکوت، منحصر به مسئولین و دست اندرکاران نظام تعلیم و تربیت رسمی کشور نیست، بلکه کلیه آحاد جامعه را در بر می گیرد، به طوری که آنان نیز با وارد کردن سکوت شایسته در زندگی خویش و با جایگاه قائل شدن برای خاموشی به جا و سخن گفتن به مورد، در سوق یافتن به سوی کمال و تعالی و آرامش توفیق افزونتری خواهند داشت.

## منابع

### الف- منابع فارسی و عربی

- آزمندیان، علیرضا. (۱۳۸۳). تکنولوژی فکر، چاپ دهم، تهران: مولف.
- احمدیان، محمد و آقازاده، محرم. (۱۳۸۰). راهنمای روش های نوین تدریس، چاپ سوم، تهران: آیین.
- الراغب الاصفهانی. (بی تا). معجم مفردات الفاظ القرآن، تحقیق ندیم مرعشلی، دارالکتب العربی.
- الشرقی، محمدعلی. (۱۳۶۶). قاموس نهج البلاغه، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- الهی قمشه ای، حسین و بهشتی شیرازی، سیداحمد. (۱۳۸۲). کیمیا، ج ۵، تهران: روزنه.
- امینی، ابراهیم. (۱۳۶۷). خودسازی یا تزکیه نفس، قم: شفق.



- باقی‌زاده، رضا. (۱۳۸۱). برگ‌گی از دفتر آفتاب، قم: میراث ماندگار.
- \_\_\_\_\_ . (۱۳۸۲). بهجت عارفان در حدیث دیگران، چاپ چهارم، قم: زائر - آستانه مقدسه قم.
- برازش، علیرضا. (۱۳۷۱). المعجم المفهرس لالفاظ غررالحکم و دررالکلم، تهران: امیرکبیر.
- براون، جورج. (۱۳۷۳). تدریس خرد، ترجمه علی رئوف، چاپ دوم، تهران: مدرسه.
- برومند، سیدمهدی. (۱۳۸۰). شیوه‌های تعلیم در قرآن و سنت، رشت: کتاب‌مبین.
- بیان، حسام‌الدین و شکیبا مقدم، محمد. (۱۳۷۱). مدیریت شیوه‌های نو در آموزش، تهران: مرکز آموزش مدیریت دولتی.
- پورآقاسی، حسین. (۱۳۷۶). کلیدهای طلایی موفقیت، چاپ نهم، تهران: امید‌فرزانگان.
- تورکینگتون، کارول ا. (۱۳۸۳). مدیریت استرس، ترجمه رقیه بلالی و فرشته با عزت. تهران: بعثت.
- جمعی از صاحب‌نظران و کارشناسان یونسکو. (۱۳۶۹). روش‌ها و فنون در آموزش علوم، ترجمه مهتاش اسفندیاری، مرتضی خلخالی، حسین دانشفر، جواد هاشمی تفرشی، چاپ سوم، تهران: مدرسه.
- حسن‌زاده، صادق. (۱۳۸۱). طیب دل‌ها، چاپ چهارم، قم: آل علی علیه‌السلام.
- حسینی دشتی، سیدمصطفی. (۱۳۷۶). معارف و معاریف، چاپ دوم، تهران: مفید.
- حسینی طهرانی، سیدمحمدحسین. (۱۴۲۳ ق). مه‌رتابان، چاپ پنجم، مشهد: علامه طباطبایی.
- حسینی، سیدحسین. (۱۳۸۴). یکصد موضوع اخلاقی در قرآن و حدیث، تحت نظر آیت‌الله العظمی مکارم شیرازی، چاپ سوم، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- حق‌جو، محمدحسین. (۱۳۷۴). اضطراب و نگرانی، قم: مرکز فرهنگی انصارالمهدی.
- حیدری کاشانی، حسین. (۱۳۸۱). سیری در آفاق، قم: تهذیب.

- خادم‌الذاکرین، اکبر. (۱۳۸۲). اخلاق اسلامی، نهج‌البلاغه (خطبه متقین)، درس نهج‌البلاغه حضرت آیت‌الله ناصر مکارم شیرازی، چاپ چهارم، قم: مدرسه الامام علی بن ابیطالب (ع).
- خنیفر، حسین. (۱۳۸۱). نگاهی دوباره به روش‌ها و فنون تدریس، قم: دفتر تبلیغات اسلامی - موسسه بوستان کتاب قم.
- دیتس، جورج و نلسون، آبراهام. (۱۳۶۶). آموزش علوم در مدارس ابتدایی، ترجمه دکتر بهمن سقط‌چیان، تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- رئوفی، محمدحسین. (۱۳۷۷). مدیریت رفتار کلاسی، چاپ دوم، مشهد: آستان قدس رضوی.
- رجالی تهرانی، علیرضا. (۱۳۷۹). همراه با فرزندگان، چاپ دوم، قم: نبوغ.
- رسولی محلاتی، سیدهاشم. (۱۳۸۲). غررالحکم و دررالکلم آمدی (ره) (به صورت موضوعی)، با شرح و ترجمه فارسی، چاپ پنجم، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- سجادی، سیدجعفر. (۱۳۸۱). فرهنگ اصطلاحات و تعبیرات عرفانی، چاپ ششم، تهران: طهوری.
- سی‌وارد، برایان لوک. (۱۳۸۱). مدیریت استرس، ترجمه مهدی قراچه داغی، تهران: پیکان.
- شبر، سیدعبدالله. (۱۳۸۳). اخلاق، ترجمه محمدرضا جباران، تهران: هجرت.
- شجاعی، سیدمهدی. (۱۳۸۰). متقین، دریافتی از خطبه نهج‌البلاغه، چاپ ششم، تهران: موسسه فرهنگی و انتشاراتی محراب قلم.
- شرفی، محمدرضا. (۱۳۸۱). تفکر برتر، تهران: سروش.
- شریعتمداری، جعفر. (۱۳۷۴). شرح و تفسیر لغات قرآن براساس تفسیر نمونه، مشهد: آستان قدس رضوی.
- شعبانی، حسن. (۱۳۷۳). مهارت‌های آموزشی و پرورشی (روش‌ها و فنون تدریس)، چاپ سوم، تهران: سمت.
- شوارتز، دیوید جوزف. (۱۳۸۱). جادوی فکر بزرگ، ترجمه ژنا بخت‌آور، چاپ دوازدهم، تهران: فیروزه.
- شهید ثانی. (۱۳۷۲). آداب تعلیم و تربیت در اسلام، ترجمه و نگارش دکتر سیدمحمدباقر حجتی، چاپ هفدهم، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.

- شیخ حر عاملی. (۱۳۸۴). آداب معاشرت از دیدگاه معصومین علیهم‌السلام، ترجمه محمد علی فارابی و یعقوب عباسی علی کمر، چاپ هفتم، مشهد: بنیاد پژوهش‌های اسلامی آستان قدس رضوی.
- صفوی، امان‌الله. (۱۳۷۲). کلیات روش‌ها و فنون تدریس (متن کامل)، چاپ چهارم، تهران: معاصر.
- عابدی، محمد. (۱۳۸۱). پله پله تا آسمان علم، قم: مرکز جهانی علوم اسلامی.
- عزیزی، عباس. (۱۳۸۱). سیمای اخلاق در آثار علامه حسن‌زاده آملی، چاپ دهم، قم: صلوه.
- علوی، سیدحمیدرضا. (۱۳۸۴). روش تدریس سخنرانی و پرسش و پاسخ، کرمان: انتشارات دانشگاه شهید باهنر.
- فرهنگی، علی‌اکبر. (۱۳۷۴). ارتباطات انسانی، ج ۱، چاپ دوم، تهران: موسسه خدمات فرهنگی رسا.
- فرید تنکابنی، مرتضی. (۱۳۸۲). سیری دیگر در نهج‌الفصاحه، با تنظیم موضوعی، چاپ یازدهم، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- فولی، ریچارد و اسمیلانسکی، جان‌تان. (۱۳۷۳). روش‌های تدریس در علوم پزشکی، ترجمه میترا احمد سلطانی و دکتر نصرالله رهبر، تهران: کیهان.
- فیضی تبریزی، کریم. (۱۳۸۰). جاودان اندیشه، قم: تهذیب.
- قرشی، سیدعلی اکبر. (۱۳۷۶). قاموس قرآن، چاپ چهارم، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- قریب، عبدالکریم. (۱۳۷۶). ۵۷ درس برای تقویت حافظه، چاپ چهاردهم، تهران: مجید.
- کلانو، جیمی و سالزمن، جف. (۱۳۷۵). ۲۶ راه کامیابی، ترجمه بهزاد رحمتی، تهران: سما.
- کودرون، لیونل. (۱۳۸۳). استرس را به زانو درآوریم، ترجمه فاطمه صالحی طالقانی، چاپ دوم، تهران: طلایه.
- کوهن، لوئیز و مانیون، لارنس. (۱۳۷۲). راهنمای تدریس، ترجمه فاطمه شاکری و هما افراخته، مشهد: جهاددانشگاهی.
- گلی زواره، غلامرضا. (۱۳۷۵). جرعه‌های جانبخش، قم: حضور.

- گیونز، چارلز. (۱۳۷۶). هنر موفق زیستن، ترجمه محمدرضا آل یاسین، تهران: هامون.
- متیوس، اندرو. (۱۳۷۷). آخرین راز شاد زیستن، ترجمه وحید افضل‌راد، تهران: نیریز.
- محسنیان‌راد، مهدی. (۱۳۷۴). ارتباط‌شناسی، ارتباطات انسانی. (میان فردی، گروهی، جمعی)، چاپ دوم، تهران: ویرایش.
- محمدی‌الری شهری، محمد. (۱۳۷۲). میزان الحکمه، الطبعة الرابعة قم: مکتب الاعلام الاسلامی.
- محیطی، علی. (۱۳۸۱). صراط سلوک، چاپ چهارم، قم: آل علی علیه‌السلام.
- مختاری، رضا. (۱۳۷۷). سیمای فرزندگان، چاپ دوازدهم، قم: دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم.
- مهدی، سید کاظم و دشتی، محمد. (۱۳۶۹). المعجم المفهرس لالفاظ نهج-البلاغه، چاپ دوم، قم: نشر امام علی (ع).
- میلر، اچ. (۱۳۷۶). روش تدریس و مدیریت کلاس - تدریس و کارآموزی، ترجمه فریدون گرایلی، تهران: مرکز نشر دانشگاه صنعتی امیرکبیر.
- میلر، دبلیو آر و میلر، ماری. (۱۳۸۰). راهنمای تدریس در دانشگاهها، ترجمه دکتر ویدا میری، تهران: سمت.
- نراقی، احمد. (۱۳۷۷). معراج السعاده، چاپ پنجم، تهران: هجرت.
- نصری، عبدالله. (۱۳۸۲). حاصل عمر - سیری در اندیشه‌های استاد مطهری، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- نیوبل، دیوید و کانن، روبرت. (۱۳۷۶). روش‌های نوین در آموزش پزشکی و علوم وابسته، ترجمه دکتر سیدمحسن محمودی، تهران: دفتر آموزش مداوم وزارت بهداشت و درمان آموزش پزشکی با همکاری بخش علمی شرکت پخش.
- ویلسون، پل. (۱۳۷۹). آرامش فوری، ترجمه توراندخت تمدن (مالکی)، تهران: پیکان.
- هارجی، اون؛ ساندرز، کریستین و دیکسون، دیوید. (۱۳۸۲). مهارت‌های اجتماعی در ارتباطات میان فردی. ترجمه خشایار بیگی و مهرداد فیروزبخت، چاپ سوم، تهران: رشد.

هارلن، وین. (۱۳۷۸). نگرش نوبه آموزش علوم تجربی در دوره ابتدایی، ترجمه شاهده سعیدی، چاپ سوم، تهران: مدرسه.

هجویری، ابوالحسن علی بن عثمان. (۱۳۸۴). کشف المحجوب، مقدمه، تصحیح و تعلیقات دکتر محمود عابدی، چاپ دوم، تهران: سروش.

هیئت تحریریه موسسه فرهنگی مطالعاتی شمس الشموس. (۱۳۸۳). عطش، تهران: موسسه فرهنگی مطالعاتی شمس الشموس.

#### ب- منابع انگلیسی

Bigge, L. Morris. (1976). Learning Thories for Teachers, Third Edition, NewYork: Library of Congress Cataloging in Publication Data.

Capel, Susan; Leask, Marilyn and Turner, Tong. (2005). Learning to Teach in the Secondary School. Fourth edition, London and NewYork: Routledge.

Davis, G. Barbara. (1923). Preparing to Teach the Large Lecture Course: Tools for Teaching. University of California, Berkeley.

Fry, Heather; Ketterige, Steve and Marshal, Stephen. (2005). Teaching & Learning in Higher Education. Second Edition, London and New York: Routledge Falmer.

Muijus, Daniel and Reynolds, David. (2001). Effective Teaching, Evidence and Practice. London: Paul Chapman Publishing.

Petty, Geoff. (2004). Teaching Today. Third Edition, United Kingdom: Nelson thornes.

Reece, Ian and Walker, Stephen. (2004). Teaching, Training and Learning. Fifth Edition, Great Britain: Business Education Publishers Limited.