



مرکز تحقیقات اسلامی

اصفهان

گامی



اربعین
علیه السلام

www.ghaemiyeh.com
www.ghaemiyeh.org
www.ghaemiyeh.net
www.ghaemiyeh.ir



زقار اخلاقی انسان با خود

مؤلف: جهان‌نوب

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

رفتار اخلاقی انسان با خود

نویسنده:

محمد تقی سبحانی نیا

ناشر چاپی:

موسسه علمی فرهنگی دارالحدیث

ناشر دیجیتال:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

فهرست	۵
رفتار اخلاقی انسان با خود	۱۴
مشخصات کتاب	۱۴
اشاره	۱۵
فهرست مطالب	۱۹
پیش گفتار	۳۳
مقدمه	۳۵
اشاره	۳۵
مسئله پژوهش	۳۷
ساختار فصل های کتاب	۳۸
فصل اول: مفاهیم و کلیات	۴۱
درآمد	۴۱
اشاره	۴۱
الف - رفتار	۴۱
ب - ملکه	۴۲
ج - اخلاق	۴۴
د - خود	۴۷
اشاره	۴۷
- مراتب خود	۴۷
ه - نفس	۴۸
اشاره	۴۸
۱. نفس در لغت	۴۸
۲. نفس در اصطلاح فلاسفه	۴۹
۳. نفس در اصطلاح قرآن و روایات	۴۹

و - شاكلة	۵۰
ز - علم اخلاق	۵۴
ح - رفتار اخلاقی	۵۵
ط - مفهوم ارتباط	۵۷
ی - رابطه شاكلة با اخلاق و رفتار	۵۷
ک - رابطه اخلاقی با رفتار	۵۹
ل - اصالت فضیلت یا رفتار	۶۰
م - رابطه برخی خُلقیات با یکدیگر	۶۱
فصل دوم: مبانی رفتار اخلاقی با خود	۶۳
اشاره	۶۳
الف - مبانی خداشناختی	۶۳
اشاره	۶۳
۱. اصل بی نیازی مطلق خداوند	۶۳
۲. اصل حکمت الهی	۶۵
۳. اصل عدالت خدا	۶۶
۴. اصل قدرت خدا برای پاداش	۶۷
ب - مبانی هستی شناختی	۶۸
اشاره	۶۸
۱. اصل بقای عمل	۶۸
۲. اصل بازگشت نتایج اعمال و رفتارها به خودِ انسان	۷۱
۳. اصل جاودانگی انسان	۷۴
۴. اصل برخورداری انسان از اختیار	۷۵
۵. اصل قابل تغییر بودن انسان	۸۲
اشاره	۸۲
الف - تأثیر تکرار رفتار در ایجاد ملکات نفسانی	۸۵
ب - تأثیر باطنی رفتار انسان بر وجود خویش	۸۷

فصل سوم: تحلیل مفهومی رفتار اخلاقی با خود	۹۱
درآمد	۹۱
اشاره	۹۱
الف - مفهوم رفتار اخلاقی با خود	۹۱
ب - جایگاه رفتار با خود	۹۵
ج - هدف از اصلاح رفتار اخلاقی با خود	۱۰۰
د - دو طرف رابطه در رفتار انسان با خود	۱۰۳
ه - اقسام رفتار انسان با خود	۱۰۵
اشاره	۱۰۵
۱. رفتار درون شخصی به مفهوم عام (باواسطه)	۱۰۵
۲. رفتار درون شخصی به مفهوم خاص (بی واسطه)	۱۰۵
اشاره	۱۰۵
• رفتارهای فرد برای کسب شناخت و دانش	۱۰۶
• رفتارهایی که در مسیر معرفت زایی نیست	۱۰۶
و - ابعاد رفتار اخلاقی با خود	۱۰۷
ز - گستره تأثیرات رفتار انسان با خود	۱۰۹
فصل چهارم: راه های شناخت خود	۱۱۳
اشاره	۱۱۳
الف - اهمیت شناخت خود	۱۱۵
ب - مفهوم خودشناسی	۱۱۷
ج - هدف از خودشناسی	۱۱۸
د - ابزار شناخت خود	۱۲۱
اشاره	۱۲۱
۱. حس	۱۲۲
۲. عقل	۱۲۳
۳. قلب	۱۲۵

۴. وحی ۱۳۰

ه - انواع شناخت خود ۱۳۰

اشاره ۱۳۰

۱. شناخت عقلی ۱۳۱

۲. شناخت نقلی ۱۳۳

۳. شناخت شهودی ۱۳۷

اشاره ۱۳۷

الف - اهمیت شناخت شهودی ۱۳۹

ب - انواع شناخت شهودی ۱۴۱

ج - خودآگاهی فطری ۱۴۱

د - ویژگی های معرفت فطری ۱۴۴

ه - الهام ۱۴۸

و - وحی ۱۵۲

و - راه های شناخت خود ۱۵۳

اشاره ۱۵۳

۱. راه های شناخت عقلی ۱۵۳

اشاره ۱۵۳

الف - تفکر ۱۵۴

ب - آموختن ۱۵۶

ج - تجربه ۱۶۰

د - عبرت گیری ۱۶۱

۲. راه های شناخت نقلی ۱۶۳

۳. راه های شناخت شهودی ۱۶۵

اشاره ۱۶۵

ز - شناخت نما ۱۶۹

ح - نتیجه ۱۷۲

فصل پنجم: مواجهه شناختی با خود ----- ۱۷۴

اشاره ----- ۱۷۴

مواجهه شناختی ----- ۱۷۴

اشاره ----- ۱۷۴

الف - مصادیق شناخت خود ----- ۱۷۵

اشاره ----- ۱۷۵

۱. شناخت نوعی ----- ۱۷۸

اشاره ----- ۱۷۸

الف - انسان، موجودی برخوردار از غریزه ----- ۱۷۸

ب - انسان موجودی دارای فطرت ----- ۱۸۰

ج - انسان، موجودی برخوردار از عقل ----- ۱۸۳

اشاره ----- ۱۸۳

• ارزش عقل در متون مقدس ----- ۱۸۵

• رابطه عقل با اخلاق ----- ۱۸۶

د - انسان، برخوردار از هیجانات و عواطف ----- ۱۸۷

ه - انسان، موجودی مکلف (مسئول) ----- ۱۹۰

و - انسان، موجودی طالب حرمت نفس ----- ۱۹۲

اشاره ----- ۱۹۲

• کرامت تکوینی ----- ۱۹۲

• کرامت تشریعی ----- ۱۹۷

• اعطای کرامت انسان به مثابه حق طبیعی او ----- ۱۹۹

ز - انسان، موجودی ارزشمند ----- ۲۰۱

ح - انسان، موجودی صاحب اختیار ----- ۲۰۵

ط - انسان، موجودی آزاد و آزادی خواه ----- ۲۰۶

ی - انسان، موجودی سعادت طلب ----- ۲۰۸

ک - برخوردار از قوت ها و ضعف ها ----- ۲۱۰

۲۱۱	۲. شناخت ویژگی های شخصی
۲۱۴	فصل ششم: مواجهه احساسی با خود
۲۱۴	درآمد
۲۱۴	اشاره
۲۱۶	الف - احساس کرامت نفس
۲۱۶	اشاره
۲۱۷	• فواید احساس کرامت نفس
۲۲۰	• حدود خود ارزشمندی
۲۲۲	ب - احساس عزت نفس (خود توانمندی)
۲۲۲	اشاره
۲۲۲	• مفهوم لغوی و اصطلاحی
۲۳۰	• حدود احساس عزت نفس
۲۳۲	• عوامل عزت نفس
۲۳۲	اشاره
۲۳۴	۱. علم
۲۳۴	۲. عقل
۲۳۵	۳. تقوا
۲۳۵	۴. توکل
۲۳۶	۵. قناعت
۲۳۷	• پیامدهای عزت نفس
۲۴۰	ج - احساس شرم از خود
۲۴۰	اشاره
۲۴۱	رابطه حیا با مواجهه احساسی با خود
۲۴۳	د. احساس حُب ذات
۲۴۳	اشاره
۲۴۶	هدایت حب ذات

فصل هفتم: مواجهه رفتاری با خود	۲۴۹
درآمد	۲۴۹
اقسام رفتارهای انسان با خود	۲۵۲
اشاره	۲۵۲
۱. رفتار اخلاقی انسان با جسم خود	۲۵۳
اشاره	۲۵۳
الف - سلامت جسم؛ هدف میانی	۲۵۴
ب - ضرورت مراقبت از سلامت جسم	۲۵۵
ج - انواع رفتارهای اخلاقی با جسم خود	۲۶۰
اشاره	۲۶۰
۱. بهداشت و پاکیزگی	۲۶۰
۲. تغذیه مناسب	۲۶۲
۳. درمان	۲۶۴
۲. رفتار اخلاقی مربوط به روح و روان	۲۶۵
اشاره	۲۶۵
کنترل نفس	۲۶۸
مفهوم کنترل نفس	۲۷۵
حل تعارض ظاهری روایات	۲۷۸
رابطه کنترل نفس با آزادی	۲۷۹
ابعاد کنترل نفس	۲۸۱
اشاره	۲۸۱
• کنترل فکر	۲۸۲
• کنترل عواطف قلبی	۲۸۵
• کنترل اعضا و جوارح	۲۸۸
اشاره	۲۸۸
۱. کنترل شکم از خوردن حرام	۲۸۸

۲۹۰	۲. کنترل شکم از پرخوری
۲۹۲	۳. کنترل خواب و استراحت
۲۹۳	۴. کنترل گوش
۲۹۴	۵. کنترل چشم
۲۹۷	۳. عوامل یاری دهنده در کنترل نفس خود
۲۹۷	اشاره
۲۹۸	• خاموشی (سکوت)
۲۹۹	• فکر
۳۰۰	• خلوت
۳۰۰	• کم خوری
۳۰۱	۴. مراحل تسلط بر نفس
۳۰۱	اشاره
۳۰۱	الف - مراقبه
۳۰۱	اشاره
۳۰۵	• شیوه مراقبت نفس
۳۰۵	اشاره
۳۰۵	۱. مخالفت با خواهش های دل
۳۰۶	۲. استمرار (مراقبت دائم)
۳۰۹	۳. پرهیز از افراط و تفریط
۳۱۱	۴. اکتفا به حلال و پرهیز از حرام
۳۱۱	۵. ارضای حداقلی غرایز
۳۱۲	۶. به تأخیر انداختن امیال
۳۱۳	• ابعاد مراقبت نفس
۳۱۷	ب - خودارزیابی
۳۱۷	اشاره
۳۱۸	• مفهوم «خودارزیابی»

- رابطه خودارزیابی با عیب جویی از دیگران ۳۲۰
- خودارزیابی در امور اخلاقی و دینی ۳۲۲
- نقش خداوند در افعال نیک و بد انسان ۳۲۵
- پیامد محاسبه نفس ۳۲۷
- فواصل زمانی محاسبه نفس ۳۲۹
- ج - مشارطه ۳۳۱
- د - معاتبه و معاقبه ۳۳۱
- پیش نیاز کنترل و محاسبه نفس ۳۳۴
- نتایج پایان فصل ۳۳۵
- فهرست منابع و مآخذ ۳۳۸
- سایت ها ۳۵۰
- مجلات ۳۵۲
- نرم افزارها ۳۵۳
- درباره مرکز ۳۵۴

سرشناسه : سبحانی نیا، محمدتقی ، 1347 -

عنوان و نام پدیدآور : رفتار اخلاقی انسان با خود [کتاب] / محمدتقی سبحانی نیا؛ [برای] پژوهشگاه قرآن و حدیث.

مشخصات نشر : قم : موسسه علمی فرهنگی دارالحدیث، سازمان چاپ و نشر، 1392.

مشخصات ظاهری : 327ص. : مصور.

فروست : پژوهشکده اخلاق و روانشناسی اسلامی . گروه اخلاق عملی و کاربردی؛ 1.

شابک : 85000 ریال 4-719-493-964-978

وضعیت فهرست نویسی : فاپا

یادداشت : کتابنامه: ص. [315] - 327 ؛ همچنین به صورت زیرنویس.

موضوع : خودشناسی -- جنبه های مذهبی -- اسلام

موضوع : خودشناسی

موضوع : اخلاق اسلامی

شناسه افزوده : پژوهشگاه قرآن و حدیث

رده بندی کنگره : BP250/س7ر2 1392

رده بندی دیویی : 297/63

شماره کتابشناسی ملی : 3285994

ویراستار دیجیتالی: محمد منصوری

سازمان چاپ و نشر دار الحدیث: قم، میدان شهدا، ابتدای خیابان معلم، پلاک 125

تلفن: 37741650 - 025 - 37740523 - 025 ص.پ: 4468/37185

ص: 1

اشاره

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ص: 2

رفتار اخلاقی انسان با خود

محمدتقی سبحانی نیا

ص: 3

پیش گفتار.....	13
مقدمه.....	15
مسئله پژوهش.....	17
ساختار فصل های کتاب.....	18
فصل اول: مفاهیم و کلیات	
درآمد.....	21
الف - رفتار.....	21
ب - ملکه.....	22
ج - اخلاق.....	24
د - خود.....	27
- مراتب خود.....	27
ه- نفس.....	28
1. نفس در لغت.....	28
2. نفس در اصطلاح فلاسفه.....	29
3. نفس در اصطلاح قرآن و روایات.....	29
و - شاکله.....	30
ز - علم اخلاق.....	34
ص: 5	

ح - رفتار اخلاقی..... 35

ط - مفهوم ارتباط..... 37

ی - رابطه شاکله با اخلاق و رفتار..... 37

ک - رابطه اخلاق با رفتار..... 39

ل - اصالت فضیلت یا رفتار..... 40

م - رابطه برخی خُلقیات با یکدیگر..... 41

فصل دوم: مبانی رفتار اخلاقی با خود

الف - مبانی خداشناختی..... 43

1. اصل بی نیازی مطلق خداوند..... 43

2. اصل حکمت الهی..... 45

3. اصل عدالت خدا..... 46

4. اصل قدرت خدا برای پاداش..... 47

ب - مبانی هستی شناختی..... 48

1. اصل بقای عمل..... 48

2. اصل بازگشت نتایج اعمال و رفتارها به خودِ انسان..... 51

3. اصل جاودانگی انسان..... 54

4. اصل برخورداری انسان از اختیار..... 55

5. اصل قابل تغییر بودن انسان..... 62

الف - تأثیر تکرار رفتار در ایجاد ملکات نفسانی..... 65

ب - تأثیر باطنی رفتار انسان بر وجود خویش..... 67

فصل سوم: تحلیل مفهومی رفتار اخلاقی با خود

درآمد..... 71

الف - مفهوم رفتار اخلاقی با خود..... 71

ب - جایگاه رفتار با خود..... 75

ج - هدف از اصلاح رفتار اخلاقی با خود..... 80

د - دو طرف رابطه در رفتار انسان با خود..... 83

ص: 6

هـ - اقسام رفتار انسان با خود..... 85

1. رفتار درون شخصی به مفهوم عام (با واسطه)..... 85

2. رفتار درون شخصی به مفهوم خاص (بی واسطه)..... 85

• رفتارهای فرد برای کسب شناخت و دانش..... 86

• رفتارهایی که در مسیر معرفت زایی نیست..... 86

و - ابعاد رفتار اخلاقی با خود..... 87

ز - گستره تأثیرات رفتار انسان با خود..... 89

فصل چهارم: راه های شناخت خود

الف - اهمیت شناخت خود..... 95

ب - مفهوم خودشناسی..... 97

ج - هدف از خودشناسی..... 98

د - ابزار شناخت خود..... 101

1. حس..... 102

2. عقل..... 103

3. قلب..... 105

4. وحی..... 110

هـ - انواع شناخت خود..... 110

1. شناخت عقلی..... 111

2. شناخت نقلی..... 113

3. شناخت شهودی..... 117

الف - اهمیت شناخت شهودی..... 118

ب - انواع شناخت شهودی..... 120

ج - خودآگاهی فطری..... 120

د - ویژگی های معرفت فطری..... 123

هـ - الهام..... 127

و - وحی..... 131

و - راه های شناخت خود..... 132

ص: 7

1. راه های شناخت عقلی 132

الف - تفکر 133

ب - آموختن 135

ج - تجربه 139

د - عبرت گیری 140

2. راه های شناخت نقلی 142

3. راه های شناخت شهودی 144

ز - شناخت نما 148

ح - نتیجه 151

فصل پنجم: مواجهه شناختی با خود

مواجهه شناختی 153

الف - مصادیق شناخت خود 154

1. شناخت نوعی 157

الف - انسان، موجودی برخوردار از گزینه 157

ب - انسان موجودی دارای فطرت 159

ج - انسان، موجودی برخوردار از عقل 162

• ارزش عقل در متون مقدس 164

• رابطه عقل با اخلاق 165

د - انسان، برخوردار از هیجانات و عواطف 166

ه - انسان، موجودی مکلف (مسئول) 169

و - انسان، موجودی طالب حرمت نفس 171

• کرامت تکوینی..... 171

• کرامت تشریعی..... 176

• اعطای کرامت انسان به مثابه حق طبیعی او..... 178

ز - انسان، موجودی ارزشمند..... 180

ح - انسان، موجودی صاحب اختیار..... 184

ط - انسان، موجودی آزاد و آزادی خواه..... 185

ص: 8

ی - انسان، موجودی سعادت طلب 187

ک - برخوردار از قوّت ها و ضعف ها 189

2. شناخت ویژگی های شخصی 190

فصل ششم: مواجهه احساسی با خود

درآمد 193

الف - احساس کرامت نفس 195

• فواید احساس کرامت نفس 196

• حدود خود ارزشمندی 199

ب - احساس عزت نفس (خود توانمندی) 201

• مفهوم لغوی و اصطلاحی 201

• حدود احساس عزت نفس 209

• عوامل عزت نفس 211

1. علم 212

2. عقل 212

3. تقوا 213

4. توکل 213

5. قناعت 214

• پیامدهای عزت نفس 215

ج - احساس شرم از خود 218

رابطه حیا با مواجهه احساسی با خود 219

د. احساس حُبّ ذات 221

هدایت حب ذات..... 224

فصل هفتم: مواجهه رفتاری با خود

درآمد..... 227

اقسام رفتارهای انسان با خود..... 230

1. رفتار اخلاقی انسان با جسم خود..... 231

ص: 9

- الف - سلامت جسم؛ هدف میانی 232
- ب - ضرورت مراقبت از سلامت جسم 233
- ج - انواع رفتارهای اخلاقی با جسم خود 238
1. بهداشت و پاکیزگی 238
2. تغذیه مناسب 240
3. درمان 242
2. رفتار اخلاقی مربوط به روح و روان 243
- کنترل نفس 246
- مفهوم کنترل نفس 252
- حل تعارض ظاهری روایات 255
- رابطه کنترل نفس با آزادی 256
- ابعاد کنترل نفس 258
- کنترل فکر 259
 - کنترل عواطف قلبی 262
 - کنترل اعضا و جوارح 265
1. کنترل شکم از خوردن حرام 265
2. کنترل شکم از پر خوری 267
3. کنترل خواب و استراحت 269
4. کنترل گوش 270
5. کنترل چشم 271
3. عوامل یاری دهنده در کنترل نفس خود 274

• خاموشی (سکوت) 275

• فکر 276

• خلوت 277

• کم خوری 277

4. مراحل تسلط بر نفس 278

الف - مراقبه 278

ص: 10

• شیوه مراقبت نفس.....	282
1. مخالفت با خواهش های دل.....	282
2. استمرار (مراقبت دائم).....	283
3. پرهیز از افراط و تفریط.....	286
4. اکتفا به حلال و پرهیز از حرام.....	288
5. ارضای حداقلیِ غرایز.....	288
6. به تأخیر انداختن امیال.....	289
• ابعاد مراقبت نفس.....	290
ب - خودارزیابی.....	294
• مفهوم «خودارزیابی».....	295
• اهمیت «خودارزیابی».....	295
• رابطه خودارزیابی با عیب جوئی از دیگران.....	297
• خودارزیابی در امور اخلاقی و دینی.....	299
• نقش خداوند در افعال نیک و بد انسان.....	302
• پیامد محاسبه نفس.....	304
• فواصل زمانی محاسبه نفس.....	306
ج - مشارطه.....	308
د - معاتبه و معاقبه.....	308
پیش نیاز کنترل و محاسبه نفس.....	311
نتایج پایان فصل.....	312
فهرست منابع و مآخذ.....	315

سایت ها..... 325

مجلات..... 326

نرم افزارها..... 327

ص: 11

رفتارهای انسان را در چند حوزه می‌توان دسته‌بندی کرد. شاید از مهم‌ترین ابعاد رفتاری انسان، رفتار او با خویشتن است. با این بیان، هرگونه رفتاری که مستقیماً با نفس ارتباط می‌یابد، رفتار او با خود تلقی می‌شود. متون فراوانی که از منابع دینی اعم از قرآن و حدیث به یادگار مانده‌اند، قابلیت دارند که انسان مؤمن را در مسیر تعامل با نفس خویش از ابهام و تحیر خارج سازند و رفتار او را نه تنها با نفس خویش، بلکه در تمامی ابعاد به شایستگی کامل ترسیم کنند. با عنایت به اهمیت فراوان تعامل انسان با نفس خویش، به نظر می‌رسد پایه اصلاح رفتارهای انسان در تمام ابعاد، اصلاح رفتار او با نفس خویش است. این معنا را می‌توان از برخی متون روایی به خوبی دریافت کرد؛ زیرا کمال انسان، در گرو معرفت نفس و سپس رفتاری متناسب با شناخت حقیقی خویش است. اگر آدمی، خود را آن‌گونه که شایسته است بشناسد، رفتارش سامان می‌یابد و اصلاح می‌شود.

گرچه منابع اسلامی در موضوع تربیت انسان مؤمن و متخلّق به اخلاق الهی، حاوی آموزه‌های گران‌سنگی است و در بُعد تعامل انسان با خود نیز از غنای بسیار برخوردار است، و با وجود اذعان اندیشمندان علم اخلاق به اهمیت والای تعامل انسان با خود و نقش کلیدی آن در اصلاح رفتارهای انسان در تمام ابعاد، امروزه شاهد آن هستیم که متون اخلاقی نشر یافته، بیشتر به «رابطه او با خدا» و «رابطه او با هم‌نوعان» پرداخته است و از «رابطه او با خودش» غفلت شده است تا جایی که بسیاری از علاقه‌مندان به آموزه‌های ناب اسلامی، در ذهن خود تصویر روشنی از مفهوم رفتار انسان با خود و یا ابعاد و گستره آن ندارند.

به هر روی، اهمیت این بُعد از رفتارهای آدمی و ضرورت پرداختن به آن، ما را بر آن داشت تا به منظور بررسی رفتارهای انسان با خود، پژوهشی را سامان دهیم. با توجه به اهمیت این موضوع و نیز نبود اثری شاخص در این خصوص، تصور بر آن است که این اثر، علاوه بر کارکرد محتوایی اش - که به سه نوع رویارویی با خود پرداخته است -، در جهت دهی برخی پژوهش ها به سمت بررسی تعامل و رفتار انسان با خود نیز سودمند باشد و امید است در آینده ای نزدیک، شاهد جبران خلأ آثار ارزشمند علمی در این حوزه ارتباطی باشیم.

در پایان، از رئیس محترم مؤسسه علمی - فرهنگی دار الحديث حضرت آية الله ری شهری که زمینه انتشار این اثر را فراهم آورده اند و نیز اساتیدی که در به ثمر نشستن آن، ما را از نظریات خود بهره مند ساختند بویژه آقایان دکتر احد فرامرز قراملکی، دکتر محسن جوادی و حجة الاسلام والمسلمین دکتر هادی صادقی، صمیمانه سپاس گزاریم.

گروه اخلاق عملی کاربردی پژوهشکده اخلاق و روان شناسی اسلامی دار الحديث

اصلاح رفتار اخلاقی انسان با خود، و ابتدای آن بر اصول و ارزش های اسلامی، به رغم اهمیتش، کمتر کانون عنایت اندیشمندان بزرگ صاحب قلم قرار گرفته است. در این اثر کوشیده ایم مفهوم و اهمیت رفتار اخلاقی انسان با خود، و شناخت نفس به منزله یکی از مهم ترین رفتارهای اخلاقی و پسندیده، تبیین و راه های دستیابی به آن به بحث گذاشته شود. در این جهت، نگارنده بر این اعتقاد است که انسان در ارتباط با خود، سه نوع مواجهه شناختی، احساسی و رفتاری خواهد داشت. او برای اصلاح رفتارهای اخلاقی با نفس خویش یا همان مواجهه رفتاری با خود، نیازمند سامان دهی دو نوع مواجهه نخست، یعنی مواجهه شناختی و مواجهه احساسی است.

می دانیم که بلوغ، عقل، علم و آگاهی یا امکان تحصیل آن، قدرت و توانایی، مضطر نبودن، نبود اکراه و مجبور نشدن به انجام دادن عملی، و دارای قصد بودن، از شرایط مسئولیت اخلاقی یا به طور کلی شرایط تحقق تکالیف، اعم از تکالیف شرعی، قانونی یا اخلاقی است. پس بدون هریک از این شرایط، وظیفه و تکلیفی بر عهده آدمی منجز نخواهد شد. از این رو رفتارها بر اساس دیدگاه اندیشمندان علم اخلاق از گذشته تاکنون، به این چهار دسته تقسیم می شود:

1. رفتار انسان با خدا (رابطه انسان با خدا)؛
2. رفتار انسان با خود (رابطه انسان با خود)؛
3. رفتار انسان با جامعه (رابطه انسان با هموعان)؛
4. رفتار انسان با طبیعت (رابطه انسان با طبیعت).

در این میان به نظر می‌رسد مهم‌ترین رابطه انسان، رابطه او با خودش است؛ چرا که این رابطه به مثابه رابطه بنیادین، می‌تواند ترسیم‌کننده نوع رابطه آدمی با غیر خود، اعم از خدا، جامعه یا طبیعت باشد؛ به این معنا که در صورت اصلاح رابطه انسان با خود و قرار گرفتن آن رابطه در مسیر صحیح و مبتنی بر ارزش‌های انسانی و عقلانی، روابط او با غیر خود نیز رو به اصلاح و درستی می‌گذارد، و سرانجام، آن فرد موجودی رشدیافته و کمال یافته می‌شود؛ موجودی که پیامبران خدا برای تربیت او فرستاده شدند و زحمات طاقت‌فرسای دوران رسالت خود را تحمل کردند.

این اثر در صدد است رابطه انسان با خود را به منزله امری بنیادین تبیین کند و مبانی نظری آن را بر اساس فهم نگارنده از کتاب و سنت استخراج کند؛ اما مقصود او هر نوع رابطه ای نیست، بلکه فقط رفتار اخلاقی انسان با خود را مطرح نظر دارد. رفتار اخلاقی مفهومی بسیار گسترده است و مسئولیت‌های حقوقی انسان در قبال خود را نیز در بر می‌گیرد؛ اما رویکرد ما در این پژوهش، رویکرد اخلاقی است. بنابراین رفتار صحیح با خود را شاید بتوان به معنای بازگشت به خویشتن برای نوسازی رفتاری دانست؛ چرا که در نوسازی رفتاری، ابتدا باید رفتار با خویشتن اصلاح شود.

البته ما اولاً و بالذات در پی مطرح کردن مباحث معرفت‌شناختی درباره نفس انسان نیستیم، اما معتقدیم بحث معرفت نفس، یکی از مقدمات اصلاح رابطه و اصلاح رفتار انسان با خویشتن به شمار می‌آید، و اصلاح رفتار اخلاقی انسان با خود، اگر بخواهد از ثبات و دوام برخوردار باشد باید از شناخت نفس خویش سرچشمه گرفته باشد. بنابراین به نظر می‌رسد دستیابی به رفتاری شایسته و مبتنی بر اصول و ارزش‌های اخلاقی، بدون برخورداری از شناخت و از جمله شناخت صحیح از حقیقت نفس خویش امکان‌پذیر نیست. افزون بر آن، فرایند دستیابی به شناخت نفس، یکی از مهم‌ترین رفتارهای انسان با خود نیز به شمار می‌آید؛ یعنی اگرچه شناخت محصولی است ارزشمند از تکاپوی آدمی، و عنوان «رفتار» بر آن صدق نمی‌کند، بی‌تردید تلاش انسان برای دستیابی به شناخت، نوعی رفتار در ارتباط با خود خواهد بود. به همین دلیل، بحث درباره آن ضرورت دارد.

مسئله تحقیق پیش رو عبارت است از بررسی وضعیت اخلاقی رفتار ارتباطی فرد با خود، از حیث خوبی و بدی؛ یعنی شناخت خوب ها و بد ها، و بایدها و نبایدهای مربوط به ارتباط انسان با خود. منبع و مرجع اصلی تعیین خوب ها و بدها، و بایدها و نبایدهای رفتاری نیز قرآن و روایات تعیین شده است. در این میان ارتباط با هموعان، و مهم تر از آن، ارتباط با خدا محل بحث ما نیست. به موضوع ارتباط انسان با محیط زیست نیز نمی پردازیم.

بنابراین با معیار قرآن و روایات، در زمینه برداشت صحیح از حقیقت انسان، توصیه به واقع نگری درباره نفس خویش و نیز ویژگی های رفتار اخلاقی با خود، شناخت فضایل و رذایل اخلاقی در رفتار با خود، و شناخت تفصیلی مهم ترین مصادیق آن تلاش خواهیم کرد. از این رو پرسش های مطرح شده در این پژوهش که به تفصیل به آن ها پاسخ داده شده به شرح ذیل است:

1. رفتار فرد با خود، در مجموعه رفتارهای ارتباطی او، از منظر کتاب و سنت چگونه سامان می یابد؟

2. برداشت انسان از خود، در مواجهه شناختی (عقلی) انسان با خود، از منظر کتاب و سنت چگونه است؟

3. برداشت انسان از خود، در مواجهه احساسی (قلبی) انسان با خود، از منظر کتاب و سنت چگونه است؟

4. ویژگی های رفتار اخلاقی انسان با خود، بر اساس تعالیم اسلامی چیست؟

5. مصادیق فضایل اخلاقی رفتار با خود، از منظر کتاب و سنت کدام است؟

درباره این پرسش ها در فصل های پژوهش پیش رو بحث و بررسی صورت می گیرد.

به نظر می رسد در قرآن و سنت، رفتار ارتباطی فرد با خود، در مجموعه رفتارهای ارتباطی او، نقشی زیرساختی ایفا می کند. به عبارت بهتر، بنیان اصلاح رفتارهای انسان در همه حوزه های رفتاری، اصلاح رفتارهای او با نفس خویش است و تا رفتارهای انسان با خود اصلاح نشود، انتظار اصلاح رفتار او با خدا، هموعان و حتی طبیعت، بیهوده خواهد بود.

متون دینی در زمینه مواجهه شناختی (عقلی) انسان با خود، حقیقت انسان را برخوردار از کرامت و حرمت ذاتی، و نیز برخوردار از هویت غیرمستقل و وابسته به خدای قادر، غنی و فیاض می‌داند و ضمناً بر شناخت واقعی هر فرد درباره خود نیز تأکید می‌کند.

از دیدگاه متون دینی، انسان در مواجهه احساسی (قلبی) با خود، می‌بایست از حس کرامت نفس و حس عزت نفس یا حس خود توانمندی برخوردار باشد. همچنین احساس شرم از خود و حب ذات هدایت شده از مهم ترین احساس‌هایی است که انسان در مواجهه احساسی با خود بدان نیازمند است.

و بالاخره در مواجهه رفتاری با خود در دو حوزه رفتار با جسم و رفتار با روح و روان خود باید بکوشد تا ارزشهای اخلاقی را مورد شناسایی قرار داده و کنترل نفس خویش را در اختیار بگیرد و عقل را حاکم کند.

ساختار فصل‌های کتاب

کتاب حاضر، هفت فصل دارد که معرفی آن‌ها به شرح ذیل است:

در فصل اول، به تعریف مفاهیم و بیان کلیات پرداخته شده است. در این فصل، تعریف واژگانی همچون «رفتار»، «اخلاق»، «ملکه»، «خود»، «نفس» و مراتب آن، مفهوم رفتار اخلاقی و بیان رابطه اخلاق با رفتار و موضوع اصالت رفتار یا فضیلت، بررسی شده است.

فصل دوم درباره مبانی رفتار اخلاقی با خود است. این فصل در سه بخش، به تفصیل به مبانی خداشناختی، انسان‌شناختی، و جهان‌شناختی پرداخته است. تلاش شده آنچه به منزله پیش فرض برای بحث درباره رفتارهای اخلاقی انسان با خود لازم است، کانون توجه قرار گیرد.

فصل سوم، به بررسی مفهوم، اهمیت و هدف از اصلاح رفتار اخلاقی انسان با خود، و نیز انواع رفتارهای ارتباطی پرداخته است. در این فصل ضمن بیان ابعاد رفتارهای انسان و حوزه‌های رفتاری او، اهمیت و تأثیرگذاری رفتار اخلاقی انسان با خود، بیش از حوزه‌های رفتاری دیگر دانسته شده و از تأثیر چشمگیر رفتار اخلاقی انسان با خود در اصلاح رفتارهای او در همه حوزه‌های رفتاری سخن گفته شده است. در این فصل، رفتارهای درون شخصی و اصلاح رفتار و تعامل انسان با خود،

به مثابه بحثی بنیادین، مبنای اصلاح رفتار او با خدا، جامعه و طبیعت خوانده شده و خاستگاه بیشتر ناپسامانی ها و ناهنجاریهای رفتاری افراد در ارتباط با خدا، جامعه و طبیعت، از نادرستی رفتارهای آن ها با خودشان دانسته شده و نتیجه گرفته شده است که انسان برخوردار از حرمت نفس و عزت نفس، هم رفتارش با خدا، و هم رفتارش با هموعان، متفاوت است و به هر اندازه از این صفات برخوردار باشد، رفتارش با خدا و خلق خدا متمایزتر خواهد بود.

در فصل چهارم، به موضوع شناخت خود توجه شده است. اهمیت خودشناسی، ابزار شناخت خویش، انواع شناخت خود، و از همه مهم تر، راه های شناخت خویش در متون دینی، از جمله مباحث این فصل است. در این فصل، شناخت به انواع عقلی، نقلی و شهودی تقسیم شده و در پایان، بحثی با عنوان «شناخت نما» مطرح شده است به این معنا که بهره ای از حقیقت را به آدمی ارائه نمی کند، اما نوعی شناخت به نظر می رسد.

پس از این فصل، پاسخ به سه پرسش «من چه شناختی باید از خود داشته باشم؟»، «چه احساسی از خود باید داشته باشم؟»، و «چگونه باید در ارتباط با خود رفتار کنم؟» داده شده است. این سه پرسش در سه فصل بررسی شده است.

از فصل پنجم در حقیقت چگونگی رفتار اخلاقی انسان با خود به مفهوم آن مورد توجه قرار گرفته است. رفتار اخلاقی انسان با خود در سه فصل ترتیب داده شده است، که با تعبیر مواجهه شناختی با خود، مواجهه احساسی با خود و مواجهه رفتاری با خود سامان داده شده است. بنابراین فصل پنجم مواجهه شناختی انسان با خود را محور بحث قرار داده است. در این فصل شناخت انسان از خود، به دو بخش شناخت نوعی و شناخت فردی تقسیم شده است. شناخت نوعی، شناختی است که از طریق انسان شناسی حاصل می شود. این شناخت محصول فرایند کسب معرفت از طریق شناخت نوع انسان یا انسان شناسی است. اما شناخت فردی، شناختی ویژه است که از سه راه عمده تجربه، شهود و اظهار نظر اطرافیان به دست می آید.

فصل ششم درباره احساس های مطلوبی است که انسان در ارتباط با خود می تواند داشته باشد تا از راه مواجهه احساسی انسان با خود، رفتارهای خویش را

نیز سامان بخشیده، از رفتارهای ناپسند دوری گیرند. در این فصل چهار احساس حرمت نفس، عزت نفس و احساس شرم از خود و حبّ ذات هدایت شده مهم ترین احساس های پسندیده و تأثیرگذار در رفتارهای اخلاقی دانسته شده است.

فصل پایانی، که از نظر حجم بیشتر از فصول دیگر است، چگونگی رفتار اخلاقی انسان با خود را به بحث گذاشته است. در این فصل، رفتار انسان با خود، به دو بخش رفتار با جسم و رفتار با روح و روان تقسیم شده است. بخش رفتار اخلاقی انسان با جسم خود، کوتاه تر است؛ اما در بخش دوم، به کلیدی ترین رفتارهای اخلاقی با روح و روان خود پرداخته شده است. در این بخش، کنترل نفس، سخت گیری بر نفس و خودارزیابی را سرفصل رفتارهای اخلاقی انسان با خود دانسته ایم.

بنا بر این کتاب را می توان در یک تقسیم بندی به دو بخش تقسیم کرد. بخش نخست حاوی مفاهیم و مباحث مقدماتی، تحلیل مفاهیم و مبانی رفتار با خود است که چهار فصل را به خود اختصاص داده است و در بخش دوم یعنی از فصل پنجم تا پایان در سه فصل به موضوع اصلی یعنی رفتار اخلاقی با خود پرداخته ایم.

امید است که توانسته باشیم به فضل الهی گامی معرفت افزایانه اگرچه کوچک در مسیر اصلاح رفتار انسان با خود برداشته باشیم.

از آنجا که اساس هر پژوهش، مبادی تصویری و تصدیقی آن است، در فصل نخست به مبادی تصویری، یعنی کلیدواژگانِ مباحث کتاب می پردازیم.

در آغاز بحث باید معانی و مفاهیم واژه های کلیدی، و مراد ما از معنای آن ها تبیین شود تا در متن پژوهش از افتادن در بیراهه ها مصون بمانیم. از این رو برای پژوهش در موضوع «رفتار اخلاقی انسان با خود در کتاب و سنت» نیازمند روشن شدن مفاهیم واژگان ذیل هستیم:

الف - رفتار

در آغاز به نظر می رسد واژه «رفتار»، معنایی کاملاً روشن و بی ابهام دارد و به معنای عملکرد یا سلوک است. (1) اما حقیقت این است که درباره رفتار، باید به نکات بسیاری توجه کرد:

1. مفهوم رفتار: روان شناسان، هرگونه پاسخ به محرک را رفتار (2) می خوانند؛ از این رو رفتار، معنای بسیار فراگیر و گسترده ای می یابد که باید محدوده و چارچوب آن را در موضوع بحث معین سازیم. برای این منظور می بایست انواع رفتار را بشناسیم.

ص: 21

1- ر. ک: لغت نامه دهخدا «رفتار».

2- Behavior.

2. انواع رفتارها: رفتارها از یک منظر به دو دسته «بازتابی» (1) و «غیربازتابی» یا «کنش» (2) تقسیم می شوند. رفتارهای بازتابی، رفتارهایی هستند که در آن بین محرک و پاسخ، ادراک (ذهن) واسطه نشده است؛ بنابراین رفتارهای بازتابی، هیچ معنایی ندارند. رفتارهای بازتابی انسان، مانند هذیان گویی در عالم خواب و بی هوشی، و برخی حرکات اعضا و جوارح است که به صورت ناخودآگاه از انسان صادر می شود. اما رفتارهای غیربازتابی، رفتاری هایی هستند که در آن بین محرک و پاسخ، ذهن یا ادراک قرار گرفته است. این رفتارها «رفتارهای معنادار» خوانده می شوند.

3. واژه «رفتار» از آن رو که از نظر بار معنایی خنثی است، می تواند دارای صفتی شود تا بار معنایی آن را مثبت یا منفی کند. از این رو ممکن است دارای صفت نیک و پسندیده، یا صفت بد و ناپسند شود؛ مانند «رفتار نیک و پسندیده» و «رفتار زشت و ناپسند». بنابراین فرد صاحب رفتار هیچ گاه به صرف صدور رفتاری از او، به صفت اخلاقی متصف نمی شود؛ زیرا آن رفتار ممکن است مفهوم خاص اخلاقی در پی نداشته باشد. البته اگر رفتار صادرشده، نیک و بد باشد فاعل آن نیز به نیک و بد متصف می شود و به او «خوش رفتار» یا «بدر رفتار» می گویند.

4. همان گونه که پیش از این نیز گذشت، رفتارها از یک منظر به رفتارهای ارتباطی و غیرارتباطی تقسیم می شوند. رفتارهای ارتباطی که بخش اعظم رفتارهای انسان است دو دسته اند: رفتارهای انسان با خود، و رفتارهای او با غیر خود. قسم دوم نیز به رفتارهای انسان با خدا، هموعان و طبیعت تقسیم می شود.

ب - ملکه

انسان در کارهایی که با اراده و اختیار خود انجام می دهد، غالباً به تدبیر و تفکر محتاج است؛ یعنی هر کاری که بخواهد انجام دهد، ابتدا خود آن کار، سپس سود و زیان و خیر و شری را که بر آن مترتب است تصور می کند. پس از تصدیق به منافع و اینکه انجام دادن آن کار برای او مفید است، درباره آن میل و شوق می یابد و پس ضرر و از گذراندن این مراحل، تصمیم می گیرد آن را انجام دهد؛ یا در صورت

ص: 22

1- Reflexive.

2- Act.

تصدیق به اینکه آن کار برای او زیان بار و شر است، از انجام دادن آن خودداری می کند. ولی انسان در برخی از کارها، بر اثر ممارست، تمرین و تکرار، به تأمل و تفکر نیاز ندارد، بلکه به صورت خود کار عمل می کند؛ همانند شخص بخشنده هنگام بخشش و کمک به مستمندان، یا فرد شجاع در رفتن به میدان نبرد و حمله به دشمن. در وجود این گونه افراد، بخشش یا شجاعت بر اثر تکرار، به صورت ملکه درآمده است. از این رو بخشش و شجاعت یا امثال این صفات، به مثابه «طبیعت ثانویه» آنان جلوه می کند به گونه ای که برای انجام دادن آن رفتارها، به محاسبه و تفکر نیازی نیست و بدون مقدمه وارد عمل می شوند.⁽¹⁾ این حالت که به سبب آن، کار به آسانی، و بدون نیاز به تفکر و تروی از نفس صادر می شود، ملکه یا سحیه یا خصلت نامیده می شود. ابن خلدون در بیان معنای ملکه می گوید:

ملکه ها جز به تکرار افعال به وجود نمی آیند؛ زیرا فعل ابتدا واقع شده و سپس، از آن صفتی به ذات انسان باز می گردد و با تکرار آن فعل، صفت به «حال» تبدیل می گردد. این حال، صفت غیرراسخ در نفس است که با افزایش تکرار، آن حال به «ملکه» یعنی به صفت راسخ تبدیل می شود.⁽²⁾

بنابراین براساس نظر ابن خلدون، «ملکه» صفتی است که در ضمیر انسان پایدار شده است، و رفتاری که آن ملکه بدان تعلق دارد بدون نیاز به تأمل و توجه می تواند از فاعلش صادر شود. این همان معنایی است که پیش تر، برخی صاحب نظران در تعریف «خُلُق» بیان کرده بودند. البته باید توجه داشت که ملکات انسان فقط به خُلُقیات تعلق ندارد و علوم و مهارت ها نیز با ملکات استقرار می یابند.⁽³⁾ از این رو تفاوت «خُلُق» با «ملکه» در این خواهد بود که «خُلُق» به صفات نفسانی انسان اختصاص دارد و خوب و بد رفتار او را موجب می شود؛ اما «ملکه» فقط به حوزه اخلاق ارتباط ندارد و اعم از آن است. بنابراین فقط «ملکاتی که به صفات نفسانی انسان ارتباط دارد» با موضوع پژوهش ما ارتباط خواهد داشت.

ص: 23

1- . نهاية الحکمة: ص 205.

2- . مقدمة ابن خلدون: ص 649؛ ر. ک: اخلاق ناصری: ص 65.

3- . مقدمة ابن خلدون: ص 480.

گاه واژگان دیگری چون «سجیه»، «خصلت»، «صفت»، «حال»، «خوی» و «عادت» نیز در متون اخلاقی به کار می رود که بر اساس تتبع صورت گرفته، به نظر می رسد همگی به معنای خُلُق یا ملکه است و واژه های یادشده، در متون گوناگون تفاوت چندانی ندارد.

ج - اخلاق

«اخلاق» در لغت جمع «خُلُق»، و «خُلُق» از ماده «خلق» دارای دو اصل است: 1. مَلَأَ الشَّيْءَ: نرمی و صافی چیزی؛ 2. تَقْدِيرُ الشَّيْءِ: اندازه، هیئت و شکل چیزی. (1) با تفحص در کتب لغت روشن می شود که واژه «خُلُق» غالباً به معنای دوم، یعنی «تقدیر الشَّيْءِ» است و معنای اول چندان استعمال نمی شود. پس اخلاق هم که به معنای نصیب است، یعنی نصیب مقدر و مشخص؛ و «رجل متخلق» یعنی شخصی که شکل و اندازه اش کامل است. این واژه اسمی است برای سجیه و طبیعت انسان، که براساس آن آفریده شده یا مطابق آن تربیت شده و شکل گرفته است. (2) «خُلُق» و نیز «خُلُق» در مقایسه با «خَلَق»، از یک ریشه هستند، اما واژه «خَلَق» به شکل و صورت ظاهری که با چشم دیده می شود اطلاق می شود؛ واژه «خُلُق» به صفات و ویژگی هایی گفته می شود که به باطن افراد مربوط است و با بصیرت قابل درک است (3) و به عبارت دیگر، صورت باطنی انسان و اوصاف و ویژگی های اوست که به منزله شکل ظاهری برای روح او درآمده است و همان گونه که شکل ظاهری ممکن است زیبا یا زشت باشد، روح او نیز ممکن است به واسطه خُلُقِیاتش، زشت و زیبا یا پسندیده و ناپسند باشد. (4)

مفهوم واژه بحث شده، براساس معنای اصطلاحی عبارت است از حالتی از نفس انسان که باعث می شود کارها و ویژگی هایش را بدون آنکه قصد یا توجه داشته باشد بروز دهد. (5) به عبارت دیگر، حالتی است که در نفس انسان پایدار شده و باعث

ص: 24

1- . معجم مقاییس اللغة: ماده «خلق».

2- . ر. ک: معجم مقاییس اللغة: ج 2 ص 214.

3- . المفردات فی غریب القرآن: ص 158.

4- . ر. ک: لسان العرب، و. ر. ک: تهذیب الأخلاق و تطهیر الأعراق: ص 51.

5- . ر. ک: تهذیب الأخلاق جاحظ: ص 12.

می شود افعال (و ویژگی هایش) بدون فکر و تأمل و به صورت ملکه از او صادر شود. (1) همچنین در تعریف دیگری چنین آمده است که اخلاق، آن صفات فطری یا اکتسابی است که در وجود انسان استقرار یافته و در نوع سلوک خوب و بد انسان دارای اثر است و برخی از این خُلقیات، پسندیده و برخی ناپسند است. (2) ابوعلی مسکویه در این خصوص می نویسد: «الخلق حال للنفس داعية لها إلى أفعالها من غير فكر ولا روية...». (3)

البته مراد از «حال» در این عبارت، همان «ملکه» است؛ همچنان که در چند سطر بعد به این لفظ تصریح می کند و از خود این عبارت نیز مشخص است.

علامه مجلسی، در تعریف اخلاق می گوید: «الخلق بالضم ملكة للنفس يصدر عنها الفعل بسهولة...». (4)

فیض کاشانی اخلاق را این گونه تعریف می کند: «الخلق عبارة عن هيئة راسخة في النفس تصدر عنها الافعال بسهولة ويسر من غير حاجة الى فكر و روية...». (5)

در تعریف بستانی - به نقل از عالمان اخلاق - آمده است: «الخلق في عرف العلماء ملكة تُصدر بها النفس الافعال بسهولة من غير تقدم فكر و روية و تكلف...». (6)

ملاصدرا نیز در تعریف خود از واژه «خُلُق» می نویسد:

الخلق ملكة يصدر بها عن النفس أفعال بالسهولة من غير تقدم روية و ليس الخلق عبارة عن القدرة على الأفعال لأن القدرة نسبتها إلى الضدين واحدة كما سبق - و ليس أيضا عبارة عن نفس الفعل لأنه عبارة عن كون النفس بحال يصدر عنها الصناعة - من غير روية كمن يكتب شيئا ولا يروى في كتابة حرف حرف. (7)

ص: 25

-
- 1- . التعريفات: ص 104؛ تهذيب الأخلاق و تطهير الأعراق: ص 51.
 - 2- . الأخلاق الإسلامية و أسسها: ج 1 ص 7؛ «صفة مستقرة في النفس فطرية او مكتسبة ذات آثار في السلوك محمودة او مذمومة، فالخلق منه ما هو محمود و منه ما هو مذموم».
 - 3- . تهذيب الأخلاق و تطهير الأعراق: ص 36؛ ر. ك: الحقائق في محاسن الاخلاق: ص 54.
 - 4- . بحار الانوار: ج 67 باب 59، ص 372، ذيل حديث 18.
 - 5- . الحقائق في محاسن الاخلاق: ص 54؛ المحجة البيضاء: ج 5 ص 95.
 - 6- . محيط المحيط: ص 251؛ ر. ك: اخلاق ناصري: ص 101؛ جامع السعادات: ج 1 ص 22.
 - 7- . الحكمة المتعالية في الاسفار العقلية الاربعة: ج 4 ص 114.

و ليس الخلق أيضا يلزمه المبدئية للفعل بل كونه بحيث إذا أريد الفعل يصدر بلا صعوبة و روية. (1)

برخی دیگر در تعریف اخلاق گفته اند: «بر نفس انسان کیفیاتی عارض می شود که پس از مدتی زایل می گردد که آن را «حال» گویند». (2) «چنانچه این کیفیت نفسانی بر اثر عادت و یا عوامل دیگری ماندگار شده، به کندی زایل شود آن را «ملکه» گویند». (3) آنگاه اگر این کیفیت نفسانی بدون فکر و بدون تکلف در رفتار انسان منعکس شود (4)، به آن «سَجِیه» یا «خُلُق» می گویند. پس اخلاق انسان مجموعه ای از خُلُقیات، یا به عبارت بهتر، مجموعه ملکات هر فرد است که معمولاً در رفتارش نمود می یابد؛ از این رو در کتب لغت «خُلُق» را به طبع، سجایا و عادات نیز معنا کرده اند. (5)

اکنون که درباره مفهوم واژه «اخلاق» شناخت بیشتری به دست آمد، ذکر این نکته مفید خواهد بود که واژه «اخلاق» از نظر لغوی، بار معنایی خاصی ندارد و از این رو گاه به «نیک» و گاه به «بد» متصف می شود، یا در تعبیری همچون «اخلاق نیک»، «اخلاق بد»، «بد اخلاق»، یا «خوش اخلاق» به کار می رود؛ گرچه گاه از واژه «اخلاق» بار معنایی مثبت اراده می شود و هنگام اراده بار معنایی منفی، از تعبیری چون «ضد اخلاقی» و «غیر اخلاقی» استفاده می شود. واژه «اخلاق» کاربرد دیگری نیز دارد و گاه از آن «علم اخلاق» اراده می شود؛ اما آنچه در این نوشتار مقصود است، همان معنای عام است که فضایل و رذایل اخلاقی را دربر می گیرد: «اگر هیئت راسخ در نفس، مبدأ صدور افعالی پسندیده از نظر عقل و شرع باشد، آن را خُلُق نیک گویند و اگر باعث صدور افعال ناپسند شود، آن را خُلُق بد گویند». (6)

ص: 26

1- . همان.

2- . اخلاق ناصری: ص 64.

3- . جامع السعادات نراقی: ج 1.

4- . ر. ک: النهایه ابن اثیر «خُلُق».

5- . ر. ک: لسان العرب؛ النهایه ابن اثیر؛ مجمع البحرین «خُلُق».

6- . الحقائق فی محاسن الاخلاق: ص 54.

کتاب لغت، واژه «خود» را دارای معانی ای مانند شخص، ذات، وجود نفس خویش و خویشتن دانسته اند؛ (1) اما از آنجا که در واژگان عربی، واژه «نفس» مترادف «خود» است، و با عنایت به اینکه در پی رفتار اخلاقی انسان با خود، در متون دینی هستیم، ناگزیر می بایست معانی «نفس» را نیز بدانیم.

- مراتب خود

بنابر آنچه از قرآن کریم می توان استفاده کرد، «خود» مراتبی دارد. این مراتب در تفاوت معنایی واژه «خود» در قرآن کریم مشاهده می شود. برای خود، دست کم دو مرتبه می توان تصور کرد: یکی مرتبه غیر حقیقی، مادی و این جهانی؛ و دیگری مرتبه حقیقی، ملکوتی و آن جهانی. قرآن کریم در برخی آیات به خوبی به این دو نوع خود اشاره، و به آدمی توصیه می کند خود اصلی و حقیقی اش را بیابد و بشناسد، و در صدد نجات آن از هلاکت در پیچ و تاب این دنیای فانی باشد. در آیه شریفه ای می فرماید: «همانند کسانی نباشید که خدا را فراموش کردند و خدا نیز آنان را دچار خودفراموشی کرد» (2). در آیه دیگر، آنگاه که سخن از اعزام به جبهه و موضوع جنگ و ایثار و فداکاری مطرح است، می فرماید: «این ها فقط به فکر خودشان هستند» (3). این دو آیه نشان می دهد که یکی از دو خود، حقیقی است و دیگری خود حیوانی و مادی یا این جهانی. استاد جوادی آملی در این خصوص می گوید:

در قرآن کریم آمده که اگر کسی خداوند را فراموش کند، خود را فراموش می کند. در بخش دیگری از قرآن آمده است: کسانی که خدا را فراموش کرده اند، فقط به فکر خودشان هستند. معلوم می شود نفس و خود، چند مرحله دارد: یک خود اصیل و واقعی است که اگر ما خدا را متذکر بودیم، آن را متذکریم و اگر او را فهمیدیم، خدا را می فهمیم؛ و یک خود حیوانی است که (أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ) که اگر خدا را فراموش کردیم به

ص: 27

- 1- ر. ک: لغت نامه دهخدا، «خود».
- 2- (وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ) حشر: 19.
- 3- (ثُمَّ أَنْزَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ بَعْدِ الْغَمِّ أَمَدًا نُعَاسًا يَغْشَى طَائِفَةً مِنْكُمْ وَ طَائِفَةٌ قَدْ أَهَمَّتْهُمْ أَنْفُسُهُمْ يَظُنُّونَ بِاللَّهِ غَيْرَ الْحَقِّ ظَنَّ الْجَاهِلِيَّةِ) آل عمران: 154.

فکر اوئیم؛ چون در این مراتب نزولی، وقتی که قرآن از افراد بی خبر سخن می گوید می فرماید این ها که از حیات انسانی تنزل کرده اند، در حد حیات حیوانی اند.⁽¹⁾

بر این اساس، برای خود می توان مراتب و درجاتی در نظر گرفت. گاه از «خود»، وجود حقیقی او، و برترین مرتبه وجودی اش را که وجود روحانی و معنوی اوست اراده می کنیم؛ گاه با تعبیر «خود»، فقط وجود جسمانی و جنبه های حیوانی اش را در نظر می گیریم. آشکار است که مرتبه وجودی جسم آدمی و ابعاد نباتی و حیوانی او، پایین تر از مرتبه وجودی حقیقت آدمی است که بعد معنوی و روحانی او را شامل می شود. البته ما منکر اهمیت بعد نازل و وجود خود نیستیم؛ بنابراین بر این باوریم که در کنار بعد روحانی خویش، باید به بعد جسمانی نیز توجه کرد و برای رسیدن به سعادت و کمال حقیقی و معنوی، رعایت مصالح جسمانی نیز ضروری است. در ادامه، به ضرورت توجه به جسم برای رسیدن به کمال روح اشاره خواهیم کرد.

ه - نفس

اشاره

با توجه به لزوم تتبع در متون دینی، لازم است واژه «نفس» نیز که همان تعریف شده «خود» است، از نظر لغوی و اصطلاحی بررسی شود.

1. نفس در لغت

واژه «نفس»، مشترک لفظی و دارای معانی متعدد است. از جمله معانی برشمرده شده برای این واژه می توان به «خون»، «تن» یا «کالبد و جسد انسان»، «ذات»، «حقیقت هر شیء»، «روح و روان»⁽²⁾ و «ذهن و فکر» اشاره کرد.⁽³⁾

با تأمل در معانی برشمرده شده برای نفس، به خوبی هویداست که در بیشتر جاها، از به کاربردن نفس، یا جسم مادی، یا روح یا حقیقت انسان که مرکب از این دوست، قصد شده است. برای مثال ذکر معناهای «خون»، «تن» و «کالبد»، به خود

ص: 28

1- . عبدالله جوادی آملی، به نقل از سایت: <http://www.daralhoda.com>، بخش مقالات، خودشناسی و خداشناسی.

2- . مفردات راغب، «نفس».

3- . ر. ک: لسان العرب: ج 6 ص 234؛ مجمع البحرین: ج 3 ص 1813 «نفس».

مادی انسان؛ و تعبیرهای «روح» و «روان»، به بعد معنوی و ماورای مادی انسان اشاره دارد؛ و گاه ترکیب خود مادی و روحانی، یا حقیقت خود که مرکب از دو بعد وجودی است، قصد شده است، مانند وقتی که مقصود از «نفس»، حقیقت شیء باشد که طبیعتاً مقصود از نفس انسان، حقیقت اوست که مرکب از جسم و روح است. البته آیاتی چون: (اتأمرون الناس بالبر و تنسون انفسکم) (1) و (و فی انفسکم افلا تبصرون) (2) نیز مؤیداتی برای این معنا خواهد بود.

2. نفس در اصطلاح فلاسفه

فلاسفه بزرگ اسلامی بر این باورند که نفس انسان، مراتبی دارد؛ اما در تعداد آن مراتب اختلاف نظر وجود دارد. ملاصدرا برای انسان سه ساحت وجودی قایل است. او معتقد است انسان دارای ساحت حسی یا مادی و جسمانی است که در معرض فنا و زوال است. ساحت وجودی دوم، ساحت عقلانی انسان است که ثابت، و در واقع حقیقت باطنی ساحت جسمانی اوست. ساحت سوم، وجود شبحی و مثلی است که فاقد ماهیت انسان است. ملاصدرا برای وجود شبحی وجود ذهنی یا وجود در آئینه را مثال می زند. (3)

3. نفس در اصطلاح قرآن و روایات

واژه «نفس» در قرآن و روایات به معانی متعددی آمده است؛ اما در موارد بسیاری به همان معانی لغوی استعمال شده است. صاحب مجمع البیان نفس را به سه معنا می داند و می نویسد: «نفس به سه معناست: روح، خویشتن، ذات». (4)

در آیات و روایات، همانند آنچه در لغت آمده، نفس گاه به معنای دل، (5) گاه به معنای روح و جان، (6) گاه به معنای نفس عاقله، (7) گاه حقیقت وجودی انسان، هویت

ص: 29

1- . بقره: 44.

2- . ذاریات: 21؛ ر. ک: لسان العرب: ج 6 ص 234 «و النفس يعبر بها عن الانسان جميعه».

3- . ر. ک: الحکمة المتعالیة: ج 1 ص 291، 292.

4- . مجمع البیان: ج 1 ص 112.

5- . زخرف: 71 (و فیها ما تشتهیه الأنفس و تلذ الأعین)؛ نجم: 23 (و ما تهوی الأنفس).

6- . فجر: 27 و 28 (یا ایتهما النفس المطمئنة * ازجعی الی ربک راضیة مرضیة...)؛ زمر: 42 (اللّه یتوفی الأنفس حین موتها). ر. ک: مجمع البحرین: ج 4 ص 527.

7- . مائده: 32 (أنّه من قتل نفساً بغير نفس)؛ نساء: 29 (و لا تقتلوا أنفسکم)؛ زمر: 42 (اللّه یتوفی الّا نفس حین موتها). ر. ک: الفروق اللغویة: ص 521.

انسان و به عبارت بهتر همان ترکیب جسم و جان(1)، و گاه به معنای فکر و ذهن(2) به کار رفته است.

آنچه در مرحله نخست، به موضوع این کتاب ارتباط دارد، متونی است که نفس در آن به معنای «خود» به کار رفته باشد که شامل خود مادی یا «جسم»، خود غیرمادی یا «روح»، و خود به معنای «هویت» یا خود حقیقی که درباره انسان، حیات انسانی او را نیز شامل می شود، است. بنابراین متونی که در آن نفس به معانی دیگری آمده است، همچون نفس به معنای «هوی و هوس» یا «نفس اماره» به صورت فرعی و با واسطه، به این پژوهش مرتبط خواهد بود.

و - شاکله

یکی از اصطلاحات مرتبط به موضوع بحث، «شاکله» است. قرآن کریم در آیه ای می فرماید: (قُلْ كُلُّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكَلَتِهِ فَرُبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَى سَبِيلًا). (3)

به نظر می رسد آشکارسازی مفهوم شاکله بر اساس معنای مقصود خداوند، به ما کمک می کند تا رابطه عمل با شاکله انسان نیز آشکار شود. بر اساس نظر مفسران، شاکله به دو معنا آمده است: برخی شاکله را به معنای «طینت، سرشت یا طریقه و روش» دانسته (4)؛ و برخی دیگر با استناد به چند روایت، شاکله را به معنای «نیت» دانسته اند. (5)

فیض کاشانی با استناد به دو حدیث، آن را به معنای نیت دانسته، می نویسد:

فی الکافی عن الصادق (علیه السلام): النية أفضل من العمل، ألا وإن النعمة هي العمل ثم تلا قُلْ كُلُّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكَلَتِهِ يَعْنِي عَلَى نِيَّتِهِ. و فيه و العياشي عنه (عليه السلام) إنما خلّد أهل النار في النار لأنّ نياتهم كانت في الدنيا أن لو خلّدوا فيها أن يعصوا الله أبداً و إنما خلّد أهل الجنة في الجنة لأنّ نياتهم كانت في الدنيا أن لو بقوا فيها أن يطيعوا الله أبداً فبالنيات خلّد هؤلاء و هؤلاء ثم تلا

ص: 30

1- . مائده: 105 (عَلَيْكُمْ أَنْفُسُكُمْ).

2- . مائده: 116 (تَعْلَمُ مَا فِي نَفْسِي)؛ بقره: 284 (وَإِنْ تُبْذُوا مَا فِي أَنْفُسِكُمْ أَوْ تُخَفُّوهُ يَحَاسِبْكُمْ بِهِ اللَّهُ).

3- . اسرا: 84.

4- . مجمع البيان: ج 6 ص 672؛ تفسیر القرآن الکریم (شبر): ج 1 ص 287.

5- . ر. ک: البرهان فی تفسیر القرآن: ج 3 ص 582؛ نورالثقلین: ج 3 ص 214.

اما ابن عربی در تفسیر خود می نویسد:

قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكَلَتِهِ أَيْ: خَلِيقَتَهُ وَ مَلَكَتَهُ الْغَالِبَةُ عَلَيْهِ مِنْ مَقَامِهِ فَمَنْ كَانَ مَقَامُهُ النَّفْسُ وَ شَاكَلَتَهُ مَقْتَضَى طَبَاعِهَا عَمَلٌ مَا ذَكَرْنَا مِنَ الْإِعْرَاضِ وَ الْيَأْسِ وَ مَنْ كَانَ مَقَامُهُ الْقَلْبُ وَ شَاكَلَتَهُ السَّجِيَّةُ الْفَاضِلَةُ عَمَلٌ بِمَقْتَضَاهَا الشُّكْرُ وَ الصَّبْرُ فَرَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَى سَبِيلًا مِنَ الْعَامِلِينَ عَامِلُ الْخَيْرِ بِمَقْتَضَى سَجِيَّةِ الْقَلْبِ وَ عَامِلُ الشَّرِّ بِمَقْتَضَى طَبِيعَةِ النَّفْسِ فَيَجَازِيهِمَا بِحَسَبِ أَعْمَالِهِمَا. (2)

علامه طباطبایی، در بیانی مبسوط معتقد است که انسان یک شاکله ندارد. او در تفسیر خود، در حقیقت ضمن نفی معنای «نیت» برای شاکله، از دو شاکله برای انسان نام می برد و می نویسد:

آدمی دارای یک شاکله نیست، بلکه شاکله ها دارد: یک شاکله آدمی زائیده نوع خلقت و خصوصیات ترکیب مزاج اوست، که شاکله ای شخصی و خلقتی است، و از فعل و انفعال های جهازات بدنی او حاصل می شود، مانند خود مزاج او که یک کیفیت متوسطه ای است که از فعل و انفعال های کیفیت های متضاد با یکدیگر حاصل می شود؛ شاکله دیگر او خصوصیات است خلقی که علاوه بر شاکله، که از ناحیه تأثیر عوامل خارج از ذاتش در او پدید می آید و آدمی به هر شاکله ای که باشد و هر صفت روحی که داشته باشد، اعمالش بر طبق همان شاکله و موافق با فعلیات داخل روحش از او سر می زند، و اعمال بدنی او همان صفات و فعلیات روحی را مجسم می سازد، هم چنان که انسان متکبر مغرور، این صفات روحی اش از سرپای گفتار و سکوت و قیام و قعود و حرکت و سکونش می بارد و شخص خوار و ذلیل و مسکین، از تمامی حرکات و سکناش ذلت به چشم می خورد، و همچنین شجاع با ترسو، و سخی با بخیل، و صبور با عجول، و هر صاحب صفتی با فاقد آن صفت، از نظر کردار و رفتار متفاوت است، و چگونه

ص: 31

1- . تفسیر الصافی: ج 3 ص 214.

2- . تفسیر ابن عربی: ج 1 ص 84.

نباشد و حال آنکه گفتیم عمل خارجی، مجسمه صفات درونی است و به قول معروف، ظاهر عنوان باطن و صورت دلیل بر معناست. (1)

وی برای ادعای خود مبنی بر اینکه شاکله به مفهوم طینت است، افزون بر استناد به آیه 22 از سوره فاطر و آیه 26 از سوره نور، با استناد به قول حکما از جمله ملاصدرا، لزوم وجود سنخیت میان فعل و فاعل را مطرح کرده و معتقد است که میان فعل و فاعل، تناسب و سنخیت است؛ بنابراین افعال انسان ها متناسب با طینت و سرشت آنان است و مفهوم آیه ناظر به این معناست. اما به نظر می رسد که اولاً نیتی که در برخی روایات به آن اشاره شده، به معنای نیت عملی خاص که انسان برای انجام دادن آن در ذهن قصد می کند نیست. این نیت، در واقع به معنای طینت است. توجه به معنای روایت ذیل، این معنا را به خوبی آشکار می کند. یکی از روایاتی که اندیشمندانی چون فیض کاشانی، برای اثبات معنای نیت برای واژه «شاکله» به آن استناد کرده اند، روایت ذیل است:

إِنَّمَا خَلَدَ أَهْلُ النَّارِ فِي النَّارِ لِأَنَّهُمْ نِيَّاتُهُمْ كَانَتْ فِي الدُّنْيَا أَنْ لَوْ خَلَدُوا فِيهَا أَنْ يَعْصُوا اللَّهَ أَبَدًا وَإِنَّمَا خَلَدَ أَهْلُ الْجَنَّةِ فِي الْجَنَّةِ لِأَنَّهُمْ نِيَّاتُهُمْ كَانَتْ فِي الدُّنْيَا أَنْ لَوْ بَقُوا فِيهَا أَنْ يَطِيعُوا اللَّهَ أَبَدًا فَبِالنِّيَّاتِ خَلَدَ هَؤُلَاءِ وَهَؤُلَاءِ ثُمَّ تَلَا قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكِلَتِهِ. (2)

نگارنده بر این باور است که واژه «نیت» در این حدیث شریف، به معنای طینت و حقیقت درون است. توضیح آنکه اگر مقصود از نیت، قصد انجام دادن عمل خاص در ذهن باشد، آیا به راستی نیت همه کفار این بوده است که اگر تا ابد در دنیا باشند معصیت کنند، یا اینکه طینتشان این گونه بوده است؟ اگر بگوییم نیتشان این بوده، آیا می توان گفت که همه کفار چنین نیتی داشته اند؟! پس اگر بگوییم فقط عده ای از کفار این نیت را در سر داشته اند، آیا در آن صورت نباید خلود در عذاب را مطابق آنچه در روایت آمده، فقط به آن دسته از کافرانی که چنین نیتی داشته اند اختصاص داد؟ پس اگر این تعبیر را پذیرفتیم، تکلیف عمومیت روایت چه می شود؟ بنابراین به نظر می رسد تبیین درست، آن است که نیت در حدیث شریف را به معنای طینت و

ص: 32

1- . المیزان فی تفسیر القرآن: ج 13 ص 189؛ ترجمه المیزان: ج 13 ص: 266.

2- . المحاسن: ج 2 ص 301 ح 94.

سرشت بدانیم که البته با معنای لغوی نیز ناسازگار نیست؛ زیرا طینت نیز همچون نیت، در درون مخفی و ناپیداست.

بیان علامه طباطبایی نیز که انسان را دارای چند شاکله دانسته است، با تعبیری مناسب تر قابل بیان است. به نظر می رسد شاکله هر انسان، حقیقتی است که چندین امر در تحقق آن نقش ایفا می کند. در این باره، به متون فراوانی می توان اشاره کرد که به ساختن شاکله آدمی توجه کرده است. در این متون، واژه «شاکله» به کار نرفته است، اما این معنا به وضوح از آن متون قابل استفاده است؛ برای مثال، روایاتی که به والدین توصیه می کند قبل از اینکه تصمیم بگیرند صاحب فرزند شوند، به نکاتی توجه و عمل کنند، یا هنگام انعقاد نطفه و در دوران بارداری فرزند خویش، در رفتار و حتی خوراک خود، کارهایی را رعایت کنند. این بدان جهت است که رفتار والدین و خوراک آنان و بسیاری امور دیگر، پیش از ولادت فرزندشان، در ساختن شاکله فرزند تأثیرگذار است و رعایت این کارها یا بی توجهی به آن ها، بخشی از شاکله فرد را می سازد. برخی ویژگی های وراثتی نیز بخش دیگری از شاکله او را شکل می دهد. همچنین تربیت خانوادگی و نیز سایر عوامل محیطی، بخش دیگر شاکله را می سازد و سرانجام، شاکله فرد را کامل می کند و شخصیت و حقیقت او را شکل می دهد. آنگاه این شاکله، در رفتار فرد تأثیر می گذارد و در ایجاد خلق و خو نقش ایفا می کند.

نتیجه آنکه شاکله، فقط ویژگی هایی نیست که از تولد، با طبیعت انسان همراه است؛ بلکه خُلقیات نیز بر استقرار و استحکام شاکله تأثیرگذار است. به عبارت دیگر، شاکله افراد با خُلقیات آن ها که به مرور بیش از پیش شکل می گیرد و گسترش می یابد، استقرار یا استحکام بیشتری پیدا می کند. پس شاکله نخستین فردی در سنین پایین، با شاکله فردی پایه سن گذاشته ممکن است کاملاً متفاوت باشد. از این رو ممکن است فردی شاکله نخستین خود را به طور کلی تغییر دهد و عواملی چون تربیت، محیط و تحصیلات به او کمک کنند تا در جهت رفع عیوب خویش و اصلاح شاکله نخستش موفق باشد. اما این کار برای فردی که در دوران کهنوت به سر می برد، تقریباً امکان پذیر نیست؛ زیرا شاکله او با رفتار متناسب با آن استقرار و استحکام یافته است. لذا علامه طباطبایی در این خصوص می گوید:

و لیکن گاهی آن چنان ریشه دار و پای برجا می شود که دیگر امیدی به از بین رفتن آن نمی ماند، به خاطر اینکه در اثر مرور زمان ملکاتی - یا رذیله و یا فاضله - در قلب رسوخ پیدا می کند و در کلام خدای تعالی هم اشاره به آن آمده، مانند آنجا که می فرماید: (إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا سَوَاءٌ عَلَيْهِمْ أُنْذِرْتَهُمْ أَمْ لَمْ تُنْذِرْهُمْ لَا يُؤْمِنُونَ خَتَمَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَ عَلَى سَمْعِهِمْ وَ عَلَى أَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةً). (1)

ز - علم اخلاق

درباره علم اخلاق، تعریف های متعددی بیان شده و گاه با تکیه بر معنای لغوی «اخلاق» علم اخلاق تعریف شده است. بیشتر تعریف های بیان شده، علم اخلاق را دانشی دانسته اند که از صفات و ملکات و راه تحصیل آن سخن می گوید. برای مثال، برخی علم اخلاق را «دانش صفات (ملکات) مهلکه و منجیه و چگونگی موصوف شدن و متخلق گردیدن به صفات نجات بخش و رهایی از صفات هلاک کننده» تعریف کرده اند. (2) برخی دیگر، علم اخلاق را به «علم آگاهی و اطلاع از عادات و آداب و سجایای بشری» تعریف کرده اند. (3) در تعریف دیگری آمده است: «علم اخلاق» علمی است که صفات نفسانی خوب و بد و اعمال و رفتار اختیاری متناسب با آن ها را معرفی کرده، شیوه تحصیل صفات نفسانی خوب و انجام دادن کارهای پسندیده، و دوری از صفات نفسانی زشت، و کارهای ناپسند را نمایان می سازد. (4) برخی دیگر آن را علمی می دانند که درباره خُلُقیات و ملکات نفسانی بحث می کند و انسان را از آثار رذائل و عادات زشت شیطانی آگاه می کند و برای رسیدن به هدف عالی که داشتن ملکه فضائل اخلاقی است، رهنمود می دهد: «اخلاق علمی است که از ملکات و صفات خوب و بد و ریشه ها و آثار آن سخن می گوید و به تعبیر دیگر، سرچشمه های اکتساب این صفات نیک، و راه مبارزه با صفات بد و آثار هریک را در فرد و جامعه مورد بررسی قرار می دهد». (5)

ص: 34

- 1- . همان: ص 191.
- 2- . جامع السعادات: ص 34.
- 3- . اخلاق پیر ژانه: ص 53.
- 4- . ر. ک: تهذیب الأخلاق و تطهیر الأعراق: ص 51.
- 5- . اخلاق در قرآن: ج 1 ص 23.

بنابراین شاید براینند اغلب تعریف‌ها را این گونه بتوان خلاصه کرد: علم اخلاق (Ethics / morality) به معنای دانش صفات مُهلکه و مُنجیه و چگونگی متصف شدن و گرویدن به صفات نجات بخش، و رها شدن از صفات هلاک کننده است؛ بنابراین علم اخلاق، هم دانش بایدها و نبایدهای رفتاری و آگاهی از فضایل و رذایل اخلاقی، و هم بیان کننده شیوه‌های کسب خوبی‌ها و زوال بدی‌هاست. به عبارت دیگر، علم اخلاق دانشی است که از انواع صفات خوب و بد و چگونگی اکتساب ویژگی‌های نیکو و زدودن صفات‌های ناپسند بحث می‌کند. موضوع علم اخلاق، عبارت است از صفات خوب و بد از آن جهت که با افعال اختیاری انسان مرتبط، و برای اوقابل اکتساب یا اجتناب است. پس در علم اخلاق، ضمن آشنایی با انواع فضایل و رذایل اخلاقی، شیوه‌ها و راه‌های کسب خوبی‌ها و رفع بدی‌ها نیز تعلیم داده می‌شود.

از این تعاریف می‌توان نتیجه گرفت که فضایل و رذایل، موضوع محوری علم اخلاق است. اما اگر در اخلاق، از رفتار هم سخن به میان می‌آید، به این دلیل است که رفتارها معمولاً یا علت ایجاد ویژگی اخلاقی می‌شوند، یا حکایت کننده از اخلاق صاحب رفتارند. در این باره در بحث رابطه اخلاق با رفتار، بیشتر سخن خواهیم گفت.

ح - رفتار اخلاقی

بحث از رفتار اخلاقی، همان گونه که از عبارت آن پیداست، ناظر به مباحث رفتاری است. بخش مهمی از علم اخلاق، درباره اخلاق رفتاری است که از آن به «اخلاق عملی» در مقابل «اخلاق نظری» تعبیر می‌کنند. از این رو به نظر می‌رسد مباحث کاربردی، و اخلاق عملی مربوط به رفتار انسان در ارتباط با خودش، موضوعی است که باید آن را پی بگیریم؛ اما آشکار است که برای طرح مباحث اخلاق عملی در ارتباط با رفتار انسان با خود، ناگزیر خواهیم بود مبانی نظری رفتار اخلاقی با خویش را نیز ترسیم و تبیین کنیم تا در سایه آن مبانی نظری، بتوانیم راهکارهای اخلاق عملی در این حوزه را به دست آوریم. اما توجه به چند نکته مهم درباره رفتار اخلاقی، برای اشراف بهتر بر موضوع پژوهش، ضروری است:

1. رفتار اخلاقی، رفتاری است که از اراده و اختیار فاعل آن برخاسته باشد؛ زیرا اگر فاعل، رفتاری را بی اختیار یا با اکراه و اجبار انجام دهد، سزاوار هیچ مدح یا

ذمی به سبب انجام دادن عملش نیست. به طور کلی، در اخلاق فقط به رفتارهای اختیاری پرداخته می شود؛ رفتارهایی که گاه از آن به «رفتارهای غیربازتابی» یا «کنش» تعبیر می شود.

2. رفتار اخلاقی، رفتاری است که قابلیت ارزش گذاری یا اتصاف به حسن و قبح داشته باشد؛ یعنی رفتاری که بتوان آن را شایسته و پسندیده دانست، یا آن را به ناپسندی و زشتی متصف کرد، اگرچه آن رفتار حقیقتاً برای فاعلش ملکه و عادت نشده، و به خُلق و خو تبدیل نشده باشد.

3. رفتارهای اخلاقی را می توان از یک منظر به سه دسته تقسیم کرد:

الف. رفتارهای یک وجهی: ما این رفتارها را در مقایسه با رفتار نوع دوم، یک طرفی دانسته ایم؛ زیرا نفس وجود یا توجه و اعتنا به آن، می تواند به خوبی یا بدی متصف شود؛ مانند حُسن ظن یا سوء ظن که هر یک از آن دو، در شرایط خاص یا درباره افراد خاص می تواند پسندیده یا ناپسند باشد. البته در آینده، درباره اینکه چگونه برخی امور ذهنی، رفتار شمرده می شود بیشتر سخن خواهیم گفت.

ب. رفتارهای دووجهی: این رفتارها دو طرف دارند و با یک طرف مصداق خارجی نمی یابند؛ مانند دروغ گفتن. در این قبیل رفتارها، وجود دو طرف گوینده و شنونده ضروری است و با وجود فرد دروغگو و بیان دروغ از سوی او، درحالی که شنونده ای در مقابلش وجود ندارد، این عمل زشت تحقق خارجی نمی یابد.

ج. رفتارهای سه وجهی: این رفتارها برای تحقق خارجی، نیازمند سه طرف هستند. خود این رفتارها دو دسته اند: گاه هر سه طرف آن انسان است؛ مانند غیبت و تهمت. در این نوع گوینده، شنونده و فردی که سخن گفته شده به او مربوط است، باید وجود داشته باشد. اما گاه یکی از اطراف آن انسان نیست؛ مانند امانتداری و رازداری. در این گونه رفتارها «صاحب امانت یا راز»، «امانت یا راز»، و «شخص امانتدار یا رازدار» سه طرف رفتار را تشکیل می دهند. رفتارهای اخلاقی انسان در ارتباط با خود، غالباً از نوع نخست یعنی تک وجهی است.

4. از آنجا که رفتارهای اخلاقی، از زمره رفتارهای غیربازتابی یا کنش هستند، ماهیت ارتباطی دارند؛ یعنی در ارتباط با امر دیگری هستند، حتی اگر تک وجهی باشند. به عبارت روشن تر، کنش ها گاه در ارتباط با خود فاعل از او صادر می شود،

گاه در ارتباط با خدا، و گاه در ارتباط با هممنوعان، و گاه در ارتباط با طبیعت. پس در هر حال، ارتباطی هستند.

ط - مفهوم ارتباط

«ارتباط» (1) مصدر باب افتعال از ریشه «ربط» است و ربط دادن دو جزء منفک از هم، به معنای پیوند دادن آن دوست. برای معادل انگلیسی این واژه، در فرهنگ لغت ویستر، معنای رابطه برقرار کردن بیان شده است و کلمه هایی نظیر «رساندن»، «انتقال دادن» و «آگاه کردن» به عنوان مترادف آن به کار رفته است.

ارتباط، شرایطی دارد؛ از مهم ترین آن شرایط که رکن اصلی ایجاد ارتباط نیز به شمار می رود، وجود دو طرف برای برقراری ارتباط است؛ چرا که بدون وجود دو طرف، برقراری ارتباط مفهوم ندارد و تحقق خارجی نخواهد داشت. تقریباً همه صاحب نظران، در تعریف خود از واژه «ارتباط»، به نوعی از وجود دو طرف سخن گفته اند و آن را فرایند ارسال و دریافت پیام می دانند. (2) مثلاً «کارل هاولند» در کتاب خود این گونه تعریف کرده است: «ارتباط عبارت است از فراگرد انتقال یک محرک (معمولاً علامت بیانی) از یک فرد (ارتباط گر) communicator به فردی دیگر (پیام گیر) communicates به منظور تغییر رفتار او». (3)

برخی، رفتارها را فرایند تبادلی و تعاملی دوطرفه دانسته، آن را فرایند خطی یک طرفه نمی دانند. (4) به هر حال وجود دو طرف در برقراری ارتباط، مسلّم و بدیهی است و به این دلیل برای تبیین یا تصدیق وجود ارتباط، نخستین گام، کشف طرفین ارتباط است.

ی - رابطه شاکله با اخلاق و رفتار

همان گونه که اشاره شد، شاکله هر فرد هم در رفتار او تأثیر می گذارد، یعنی رفتار او را مطابق با شیوه و منشی که به آن خو گرفته است تغییر می دهد و با افراد دیگر

ص: 37

1- communication.

2- ر. ک: مهارت های اجتماعی در ارتباطات میان فردی: ص 21 - 24.

3- «ابزارهای جامعه شناسی چگونگی برقراری ارتباطات انسان»، فاطمه شکریگی، سایت جامعه شناسی ایران <http://sociologyofiran.com>

4- ر. ک: مهارت های اجتماعی در ارتباطات میان فردی: ص 24.

متفاوت می سازد؛ و هم اخلاق را بر اساس آن سرشت شکل می دهد. به عبارت دیگر، شاکله فرد در رفتار او تأثیر می گذارد، و تکرار رفتار متناسب با شاکله، خُلق و خوی او را می سازد.

البته باید توجه داشت که اگرچه شاکله، نقش مهمی در نوع رفتار و ایجاد خُلق و خوی انسان ایفا می کند، هرگز اختیار فرد را از او نمی گیرد و او را به انجام دادن رفتار یا تلبس به اخلاقی خاص مجبور نمی کند. علامه طباطبائی در این باره می نویسد:

و با همه اینها، دعوت و خواهش و تقاضای هیچ یک از این مزاج ها که باعث ملکات و یا اعمالی مناسب خویش است، از حد اقتضاء تجاوز نمی کند؛ به این معنا که خلق و خوی هر کسی هیچ وقت او را مجبور به انجام کارهای مناسب با خود نمی کند، و اثرش به آن حد نیست که ترک آن کارها را محال سازد، و در نتیجه، عمل از اختیاری بودن بیرون شده و جبری بشود. خلاصه اینکه شخص عصبانی، در عین اینکه عصبانی و دچار فوران خشم شده، باز هم می تواند از انتقام صرف نظر کند؛ و شخص شکمباره باز نسبت به فعل و ترک عمل مناسب با خلقش اختیار دارد، و چنان نیست که شخص شهوتران، در آنچه که به مقتضای دعوتِ شهوتش می کند مجبور باشد، هر چند که ترک عمل مناسب با اخلاق و انجام خلاف آن دشوار و در پاره ای موارد در غایت دشواری است.⁽¹⁾

شکل ذیل، تأثیر و تأثر شاکله در هریک از اخلاق و رفتار را نشان می دهد.

عکس

□

ص: 38

شاید برخی بر این باور باشند که اخلاق از منظر دین و صاحب نظران مسلمان، فقط خلق و خوی و ملکات نفسانی را در بر می گیرد و شامل رفتار نمی شود و رفتار فقط می تواند نشان دهنده خلقیات و ملکات باشد؛ چرا که خلقیات، درونی اند و صرفاً در صورتی که رفتاری متناسب با صفت اخلاقی از فردی صادر شود و در شرایط مشابه، آن رفتار از آن فرد خاص تکرار شود، می توان نتیجه گرفت که او به صفت اخلاقی متناسب با آن رفتار، متصف است. بنابراین رفتار، آشکارکننده صفات و خلقیات است. البته آشکار است که رفتار، همیشه نمود خلقیات نیست، بلکه ممکن است مقدمه ای برای ایجاد خلقیات و ملکات جدید به شمار آید. به عبارت دیگر، کسی که در صدد اصلاح ملکات، عادات و اخلاق خویش است، می بایست ابتدا بکوشد رفتار خویش را بر اساس معیارهای اخلاقی و عقلانی شکل دهد و سپس با تمرین و تکرار، ملکات جدیدی را در وجود خویش سازمان دهی کند. پس آن دسته از رفتارهایی که هنوز به ملکات نفسانی تبدیل نشده اند، هرگز حکایت گر خلق و خو نیستند، اما می توانند در آینده، خلق و خوی متناسب با خود را در صاحب آن رفتار پدید آورند مشروط به آنکه تکرار شوند. بدیهی است با یک بار انجام دادن رفتار، نباید انتظار داشت آن رفتار به اخلاق تبدیل شود. به هر حال ما در این کتاب در پی تبیین رفتار صحیح و اخلاقی با خود هستیم و از دیدگاه ما، تفاوتی وجود ندارد، میان اینکه رفتار به صورت ملکه و خلق و خو درآمده باشد یا نه. پس مقصود ما از رفتار اخلاقی، رفتاری است که بر اساس مبانی و معیارهای اخلاقی، بتوان آن را ارزش گذاری کرد. البته همان گونه که اشاره شد، رفتار اخلاقی لزوماً رفتاری نیست که برخاسته از خلق و خوی صاحب رفتار باشد؛ بلکه ممکن است آن رفتار از جمله رفتارهایی باشد که تکرار و استمرار آن موجب ایجاد خلق و خو یا ملکه رفتار شود. بنابراین «رفتار اخلاقی» با «اخلاق» متفاوت است؛ زیرا اخلاق، خلق و خوی ملکه شده ای است که باعث می شود رفتاری متناسب با آن خلق و خو، بدون تأمل و تکلف و به صورت ناخودآگاه از فاعل صادر شود؛ اما رفتار اخلاقی، رفتاری است که قابلیت ارزش گذاری داشته باشد و به خوب و بد متصف شود، اگرچه هنوز آن رفتار در ضمیر فاعل آن، به صورت عادت و ملکه درنیامده باشد. بنابراین رابطه

رفتار و اخلاق، دو گونه است: گاه رفتار، پدیدآورنده اخلاق است که به واسطه تکرار رفتاری خاص محقق می شود، یعنی تکرار رفتاری خاص، سرانجام به شکل گیری اخلاقی خاص منجر می شود؛ و گاه رفتار، فقط اخلاق را متجلی می کند، یا نمود آن یا نشئت گرفته از آن خصوصیت اخلاقی است. شکل ذیل، رابطه رفتار با اخلاق را نشان می دهد:

عکس

□

اما رفتاری که برخاسته از اخلاق نباشد و فقط به صورت مقطعی از فاعل صادر شده باشد، اگر قابل ارزش گذاری باشد، می تواند مشمول بحث ما شود؛ زیرا آگاهی فاعل به ارزشمندی رفتارش، انگیزه برای او ایجاد خواهد کرد تا با تکرار آن، ملکه آن رفتار نیک را در خود پدید آورد.

ل - اصالت فضیلت یا رفتار

یکی از پرسش هایی که باید به آن پاسخ دهیم، این است: آیا در اخلاق، اصالت را به ایجاد و شکل گیری فضایل در انسان می دهیم، یا نفس عمل برخوردار از ارزش اخلاقی مهم است؟ به عبارت دیگر، آیا در اخلاق، فضیلت اصالت دارد یا رفتار؟ آیا هدف اخلاق این است که فضیلتی در آدمی شکل گیرد و تحقق یابد، یا مهم این است که رفتارها اصلاح شود اگرچه رفتارهای اصلاح شده، در وجود فاعل نهادینه و به ملکه تبدیل نشده باشد؟

در پاسخ به این پرسش باید گفت: اولاً بر اساس برداشت ما از متون دینی، در اخلاق دستیابی به فضایل اخلاقی و دوری از رذایل اخلاقی اصالت دارد و مسئله محوری است. البته رایج ترین و پیشینه دارترین معنای اخلاق از دیدگاه عالمان و فیلسوفان اسلامی و دینی و حتی غیردینی عبارت است از ملکات و صفات پایدار در نفس، که به راحتی و بدون نیاز به تفکر و تأمل باعث صدور افعالی متناسب با

ص: 40

آن ها، می شوند. این معنا را در «تعریف اخلاق» به تفصیل بیان کردیم. براساس این معنا و با توجه به قیود مندرج در تعریف، صفات ناپایدار در نفس، مانند غضب انسانِ شکیب، یا صفاتی که با کوشش و تأمل از فردی صادر می شود، مانند بخشش شخص بخیل، از قلمرو اخلاق خارج اند و به آن ها صفت اخلاقی نمی گویند؛ هم چنان که در کتاب محیط المحيط به آن تصریح شده است. (1) اما از آنجا که این رفتارها قابلیت ارزش گذاری دارند و می توان آن ها را به خوب و بد متصف کرد، بحث از رفتار، در علم اخلاق بسیار ضروری و مهم خواهد شد، به ویژه اگر بدانیم تکرار رفتارهای مشابه، موجب ایجاد صفت اخلاقی متناسب با آن رفتار می شود، و خلُق و خورا می سازد. به عبارت دیگر، تا رفتار ارزشمند، شناسایی و سپس به انجام دادن و تکرار آن رفتار، اهتمام ورزیده نشود، ملکه آن در ضمیر انسان شکل نمی گیرد و فضیلتی در وجود او پدید نمی آورد. بنابراین اگرچه در اخلاق، برخورداری از ملکات فاضله هدف است و اصالت دارد، سخن از رفتارها، به اخلاق ارتباطی ندارد و خارج از موضوع اخلاق است.

م - رابطه برخی خلّیات با یکدیگر

برخی سجایا و عادات یا ملکات اخلاقی، با یکدیگر رابطه بسیار دارند به طوری که وجود یکی از آن ملکات، موجب وجود ملکه دیگر خواهد شد. برای مثال، میان «کرم» و «سخاوت» و «جود»، و میان «عفو» و «اغماض» رابطه نزدیکی وجود دارد و معمولاً فردی که کریم است، جواد و سخی نیز هست؛ یا وقتی انسانی به عفو و بخشش متصف باشد، دارای صفت اغماض و چشم پوشی از خطا نیز هست. علی (علیه السلام) این معنا را این گونه بیان می کند: اذا كان في رجل خلّة رائقة فانظروا اخواتها. (2)

وقتی در مردی صفتی نیکو مشاهده کردید، منتظر خواهرهایش نیز باشید. امام صادق (علیه السلام) نیز به یکی از پیروان خود به نام داود بن سرحان می فرماید: یاد او را آن خصال المکارم بعضها مقید ببعض: (3) ای داود، صفات نیک بعضی به بعضی دیگر بسته شده اند.

ص: 41

1- . ر. ک: محیط المحيط: ص 251؛ «فغير الراسخ من صفات كغضب الحليم لا يكون خلقاً. وكذا الراسخ الذي يكون مبدءاً للافعال النفسية بعسر و تأمل كالبخيل اذا حاول الكرم».

2- . نهج البلاغة: حکمت 445؛ ر. ک: مطالب السؤل: ص 57.

3- . امالی طوسی: ص 31 ح 597.

با این توضیح، به نظر می‌رسد ایجاد برخی صفات و ویژگی‌ها، خود موجب خواهد شد برخی صفات هم سنخ آن نیز پدید آید. همچنین اگر برخی صفات اخلاقی در انسان وجود نداشته یا از بین رفته باشد و صفت دیگری جایگزین آن شود، صفات مشابه و سازگار با آن نیز وجود نخواهد داشت، یا از بین خواهد رفت. همچنین بنابر وجود این رابطه میان برخی صفات اخلاقی، می‌توان با شناسایی مهم‌ترین صفات اخلاقی نیک و تلاش در جهت ایجاد آن صفات، صفات سازگار و مشابه را در خود پدید آورد؛ و نیز با شناسایی مهم‌ترین صفات ناپسند و از بین بردن آن صفات، وجود خود را از صفات مشابه دیگر و سازگار با آن‌ها تطهیر کرد.

اشاره

در فصل گذشته، مبادی تصویری موضوع پژوهش را بیان کردیم. در این فصل، مبادی تصدیقی موضوع را بیان خواهیم کرد. به نظر می‌رسد برای بحث دربارهٔ اخلاق و ایجاد انگیزهٔ پایبندی به ارزش‌های اخلاقی، اعتقاد به چند اصل به منزلهٔ مبانی، ضروری است؛ چرا که بدون پذیرش این اصول و مبانی، سخن گفتن از رفتارهای اخلاقی و ضرورت پایبندی به ارزش‌های اخلاقی دشوار خواهد بود. این مبانی را در سه حوزهٔ «خداشناسی»، «معرفت‌شناسی» و «انسان‌شناسی» بررسی کرده ایم.

الف - مبانی خداشناختی

اشاره

در حوزهٔ خداشناسی، شاید چند مبنا را بتوان به مثابهٔ مبانی مهم به شمار آورد:

1. اصل بی‌نیازی مطلق خداوند

نخستین مبنا در حوزهٔ اخلاق فردی، مرتبط با خداشناسی، این است که بدانیم خداوند مطلقاً از اعمال و رفتار ما بی‌نیاز است و هیچ‌گونه نفع یا ضرری از کردار بندگان، نصیب آن ذات مقدس و بی‌نیاز مطلق نمی‌شود. بنابراین آنچه در آیات و روایات، علت آفرینش انسان بیان شده و شامل اهدافی چون «شناخته شدن»⁽¹⁾ یا «عبادت و پرستش شدن»⁽²⁾ خداوند است، همه از ذات فیاض و خلاق خداوند کریم نشئت گرفته است. پس تصور اینکه منافع رفتارهای بشر به ویژه عبادت‌ها و مناسک دینی و نیز پیروی از احکام اخلاقی، به خداوند باز می‌گردد و خلأیی از ذات مقدس

ص: 43

1- . عوالی اللالی: ص 55، «كنت كنزاً مخفياً فأحببت أن اعرف فخلقت الخلق لكي أعرف».

2- . ذاریات: 56 (وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ).

و لایتناهی او پُر می کند، کاملاً نادرست و باطل است و بر هیچ مبنای عقلی و نقلی استوار نیست. از این رو در آیات متعدد، به این معنا تصریح و به آن توجه داده شده است. در سورة زمر، به بی نیازی خدا از ایمان مردمان اشاره شده و آمده است که خداوند، از کفر ورزیدن بندگان خشنود نیست. (1) همچنین قرآن در موضوعات گوناگون دیگر مانند شکرگزاری از نعمت های خدا (2) به مفهوم عام آن، انجام دادن مناسک حج (3) و نیز جهاد با مال (4) و جان (5) تصریح می کند که خدا از همه عالمیان بی نیاز است و انجام دادن این تکالیف و وظایف، صرفاً به منظور منافع بندگان توصیه یا تکلیف شده است؛ و سرانجام، در آیات دیگر، فقر و نیازمندی بندگان به خدا را یادآور می شود و بیان می کند رویگردانی از بندگی و اطاعت خالق یکتا، موجب می شود خداوند به جای آن ملت ناسپاس، ملتی مؤمن بیاورد. (6) قبول این مبنا برای تبیین بازگشت نتایج اعمال و رفتارهای هر فرد به خود او، که در مبانی جهان شناختی تبیین خواهد شد، ضروری است. بنابراین، فرض کردن این اصل که سود و زیان رفتارها و از جمله رفتارهای اخلاقی، بیش از همه متوجه فاعل آن است و وضع همه احکام الهی به مصلحت بشر و به ویژه فرد انجام دهنده آن بوده، کمال و سعادت او را در پی خواهد داشت و از آن نفعی برای واضع احکام، یعنی ذات مقدس پروردگار، متصور نیست می تواند انگیزه آدمی را در پابندی به احکام شرعی و اخلاقی بیشتر کرده، ضمانتی برای اجرای آن احکام به شمار آید.

ص: 44

- 1- . (إِنْ تَكْفُرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ عَنْكُمْ وَلَا يَرْضَىٰ لِعِبَادِهِ الْكُفْرَ وَإِنْ تَشْكُرُوا يَرْضَهُ لَكُمْ وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ثُمَّ إِلَىٰ رَبِّكُمْ مَرْجِعُكُمْ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ إِنَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ) زمر: 7.
- 2- . (وَلَقَدْ آتَيْنَا لُقْمَانَ الْحِكْمَةَ أَنْ اشْكُرْ لِلَّهِ وَ مَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ) لقمان: 12.
- 3- . (فِيهِ آيَاتٌ بَيِّنَاتٌ مَّقَامُ إِبْرَاهِيمَ وَمَنْ دَخَلَهُ كَانَ آمِنًا وَلِلَّهِ عَلَى النَّاسِ حِجُّ الْبَيْتِ مَنِ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ عَنِ الْعَالَمِينَ) آل عمران: 97.
- 4- . (قَوْلٌ مَعْرُوفٌ وَمَغْفِرَةٌ خَيْرٌ مِنْ صَدَقَةٍ يَتْبَعُهَا أَذًى وَاللَّهُ غَنِيٌّ حَلِيمٌ) بقره: 263، (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَنْفِقُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا كَسَبْتُمْ وَمِمَّا أَخْرَجْنَا لَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ وَلَا تَيَمَّمُوا الْخَبِيثَ مِنْهُ تُنْفِقُونَ وَلَسْتُمْ بِآخِذِيهِ إِلَّا أَنْ تُغْمِضُوا فِيهِ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ) بقره: 267.
- 5- . (وَمَنْ جَاهَدَ فَإِنَّمَا يُجَاهِدُ لِنَفْسِهِ إِنَّ اللَّهَ لَغَنِيٌّ عَنِ الْعَالَمِينَ) العنكبوت: 6.
- 6- . (هَا أَنْتُمْ هَؤُلَاءِ تَدْعُونَ لِنُفْسِكُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَمِنْكُمْ مَنْ يَخُلُوفُ مِنْ يَخُلُوفٍ فَإِنَّمَا يَخُلُوفُ عَنْ نَفْسِهِ وَاللَّهُ الْغَنِيُّ وَأَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ وَإِنْ تَتَوَلَّوْا يَسْتَبَدِلْ قَوْمًا غَيْرَكُمْ ثُمَّ لَا يَكُونُوا أَمْثَالَكُمْ) محمد: 38.

یکی دیگر از مبانی خداشناختی مرتبط با موضوع اخلاق، اعتقاد به حکمت الهی است. حکمت الهی نیز از دو ساحت علمی و عملی برخوردار است؛ اما برای ایجاد انگیزه در انسان ها برای پایبندی به احکام اخلاقی، اعتقاد به حکیم بودن خداوند، ضروری و اجتناب ناپذیر است. بی تردید اگر انسان باور داشته باشد که خداوند، مخلوقات را عموماً و انسان را به طور خاص، از روی حکمت آفرید، و هدفمندی و اتقان آفرینش در عالی ترین درجه ممکن تحقق یافته است، انگیزه و اعتماد او در زمینه پایبندی به احکام اخلاقی و شرعی پدید خواهد آمد. برای اثبات حکمت الهی، افزون بر براهین متعدد که متکلمان و فلاسفه اسلامی اقامه کرده اند، ادله متعدد نقلی نیز وارد شده است. مشهورترین برهانی که متکلمان بر عدل و حکمت الهی اقامه کرده اند، بر اساس علم و غنای مطلق خداوند استوار است. قاضی عبدالجبار معتزلی در این باره چنین گفته است:

انه تعالى عالم بقبح القبيح، و مستغن عنه، و عالم باستغنائه عنه، و من كان هذه حالة لا يختار القبيح بوجه من الوجوه؛⁽¹⁾

خداوند متعال قبح قبیح را می داند، و به انجام آن نیازی ندارد و به بی نیازی خود از آن نیز آگاه است؛ و هر کس چنین صفتی داشته باشد، هرگز فعل قبیح را انجام نمی دهد.

خواجه نصیرالدین طوسی نیز ناظر به این برهان می نویسد: و استغناؤه و علمه يدلان على انتفاء القبح عن أفعاله تعالى؛⁽²⁾ بی نیازی و علم خداوند، بر نفی قبح از افعال الهی دلالت می کنند.

آیات متعددی از قرآن کریم، برای اثبات حکمت خداوند قابل استفاده است؛ آیاتی که علم و آگاهی خداوند به افعالش، اتقان و کمال آن افعال و آفرینش مخلوقات⁽³⁾ و هدفمندی آن ها⁽⁴⁾ را بیان کرده، بر حقانیت آن تأکید دارد. بدیهی است

ص: 45

1- . شرح الأصول الخمسة: ص 203.

2- . كشف المراد: مقصد سوم، فصل سوم.

3- . یکی از معانی حکمت عملی. ر. ک: كشف المراد: ص 301.

4- . معنای دوم حکمت عملی. ر. ک: شرح اسماء الله الحسنى (لوامع البينات): ص 279 - 280.

عملی «غیر حکیمانه» وصف خواهد شد که دست کم دارای یکی از معانی سه گانه پیش گفته نباشد؛ و حال آنکه ذات مقدس پروردگار، از این نقص ها منزّه است. آیاتی چون: (أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ) (1) آیا گمان کردید شما را بیهوده آفریده ایم، و به سوی ما باز نمی گردید؟ و نیز: (وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاءَ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا بَاطِلًا) (2) ما آسمان و زمین و آنچه را میان آن هاست، بیهوده نیافریدیم؛ و آیه: (مَا خَلَقْنَا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ) (3) ما آسمان ها و زمین و آنچه را در میان این دوست، جز به حق نیافریدیم؛ و آیه: (وَهُوَ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٍ وَكَانَ عَرْشُهُ عَلَى الْمَاءِ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا) (4) او کسی است که آسمان ها و زمین را در شش روز (شش دوران) آفرید و عرش (حکومت) او، بر آب قرار داشت [به این سبب آفرید] تا شما را بیازماید که کدام یک عملتان بهتر است؛ و آیه: (وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ) (5) من جنّ و انس را نیافریدم جز برای اینکه عبادتم کنند؛ از جمله آیاتی است که بیهوده نبودن و هدفمندی آفرینش انسان از سوی پروردگار و حکمت او در آفرینش مخلوقات را بیان می کند.

3. اصل عدالت خدا

پذیرش اینکه خداوند عادل است و اگر قرار باشد به بندگان پادش دهد یا آن ها را عذاب کند، به هیچ یک از آن ها ستم روا نمی دارد، از جمله مبانی مهم این بحث به شمار می رود. بی تردید اگر احتمال پابند نبودن پروردگار به عدالت، و امکان روا داشتن ستم بر بندگان از ناحیه ذات مقدس او وجود داشته باشد و از نظر اعتقادی نیز بتوان آن را پذیرفت، در آن صورت نه فقط انگیزه رفتارهای ارزشمند اخلاقی از بین خواهد رفت، بلکه ضمانتی برای انجام دادن احکام شرعی نیز باقی نخواهد ماند. آیات قرآن کریم، گواهی رسا بر عدل الهی و به خوبی بیان کننده آن است که خداوند، عادل است و از بندگان پابندی به عدالت را می خواهد و ظلم را در هیچ یک از ابعاد و

ص: 46

1- . مؤمنون: 115.

2- . ص: 27.

3- . احقاف: 3.

4- . هود: 7.

5- . ذاریات: 56.

مصادیقش نمی پذیرد. (1) در این خصوص به آیاتی چون آیه شریفه (لَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلَنَا بِالْبَيِّنَاتِ وَأَنْزَلْنَا مَعَهُمُ الْكِتَابَ وَالْمِيزَانَ لِيَقُومَ النَّاسُ بِالْقِسْطِ) (2) و برخی دیگر از آیات قرآن (3) می توان استناد کرد که نظام تشریعی اسلام را نیز بر مبنای عدالت، و همه این امور را برخاسته از عدالت محوری ذات مقدس پروردگار دانسته است. بنابراین، اینکه در آیات متعددی از قرآن کریم تصریح شده است خداوند به بنده ای ستم روا نمی دارد، تأکیدی بر این اصل است تا بر پابندی بندگان خدا به احکام شرعی و اخلاقی بیفزاید و مانع از بین رفتن انگیزه آنان در حوزه شریعت و اخلاق شود.

4. اصل قدرت خدا برای پاداش

یکی دیگر از مبانی خداشناختی مرتبط با موضوع اخلاق، اعتقاد به قادر بودن خداست. قدرت و توانایی، از صفات کمال وجودی است، و خداوند که دارای همه کمالات وجودی است، دارای صفت قدرت نیز هست. اما قدرت خدا ملازم با حکمت اوست؛ یعنی هیچ گاه قدرت خدا بر انجام هر کاری، باعث نمی شود عملی را بدون حکمت انجام دهد. بنابراین او عالم مطلق، قادر مطلق و حکیم علی الاطلاق است. (4)

موجود قادر، ملزم به فعل یا ترک نیست. به عبارت دیگر، فاعل قادر کسی است که در فعل و ترک مجبور نیست، بلکه مختار است. (5) بنابراین قدرت، مساوق یا ملازم با اختیار است. نقطه مقابل فاعل قادر و مختار، موجود عاجز و ناتوان از عمل، و همچنین فاعل موجب یا مضطر است که قدرت بر ترک ندارد، و صدور فعل از او حتمی و جبری است. قرآن کریم درباره قدرت الهی می فرماید:

(اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ سَبْعَ سَمَاوَاتٍ وَمِنَ الْأَرْضِ مِثْلَهُنَّ يَتَنَزَّلُ الْأَمْرُ بَيْنَهُنَّ لِتَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ وَأَنَّ اللَّهَ قَدْ أَحَاطَ بِكُلِّ شَيْءٍ عِلْمًا) (6)

ص: 47

1- ر. ک: عدل الهی: ص 35.

2- حدید: 25.

3- اعراف: 29 (قل امر ربی بالقسط)؛ بقره: 282 (ذلکم اقسط عند الله).

4- ر. ک: قصص: 76 - 80؛ بقره: 247؛ هود: 52؛ اعراف: 69؛ ذاریات: 58؛ بقره: 20؛ نحل: 40؛ یس: 82؛ غافر: 68؛ نساء: 84.

5- ر. ک: التحقيق فی کلمات القرآن الکریم: ج 9 ص 205 «قدر».

6- طلاق: 12.

خدا کسی است که آسمان ها و زمین های هفتگانه را آفرید؛ تدبیر الهی در آن ها جریان دارد، تا بدانید که خدا بر هر چیزی تواناست، و علم او به همه چیز احاطه دارد.

نتیجه آنکه ضمانت اجرایی رعایت احکام اخلاقی، آگاهی از قدرت الهی و اعتقاد به اعمال آن در جهت اعطای پاداش به فاعل عمل نیک، و بازخواست و مجازات فاعل عمل زشت خواهد بود. وعده ها و وعیدهای خدا درباره پاداش ها و مجازات ها، در سرتاسر قرآن کریم به فراوانی دیده می شود و همگی حکایت از قدرت و اراده الهی بر اعطای پاداش به نیکوکار و مجازات بدکار است. البته روشن است که این وعده ها فقط وقتی مؤثر خواهد بود که آگاهی به آن و اعتقاد به قدرت الهی بر انجام آن، حقیقتاً در ضمیر انسان تحقق یافته باشد؛ از این رو آن کس که به قدرت خداوند اعتقاد داشته باشد، همواره در پی انجام دادن اعمال پسندیده بوده، در کار خیر بر دیگران سبقت می گیرد؛ (1) و آن کس که به قدرت الهی اعتقاد نداشته باشد، در زمین استکبار ورزیده، مرتکب رفتارهای ناپسند خواهد شد. (2)

ب - مبانی هستی شناختی

اشاره

به طور کلی، هر مسلمان با عنایت به آموزه های دینی در مسیر اصلاح رفتار اخلاقی خویش، به ویژه اصلاح رفتار اخلاقی با خودش، باید چند اصل کلی هستی شناختی را نیز در نظر داشته باشد و از آن ها غافل نباشد. بدون توجه به این قواعد و اصول کلی، تنظیم رفتار بر اساس آنچه مطمح نظر آموزه های دین مبین اسلام است، چندان امکان پذیر نیست. این اصول به شرح ذیل است:

1. اصل بقای عمل

یکی از اصول مهم تعالیم اسلام، بقای عمل است. این اصل، از مهم ترین اصول در فرهنگ اسلامی، و شبیه نظریه ای است که لاوازیه، دانشمند فرانسوی، در فیزیک در اثبات بقای ماده ابراز کرده است. طبق نظریه قرآن، هیچ کوشش و عمل انسان، هر نوع که باشد و دارای هر بهره ای از صلاح و فساد باشد، هرگز از بین نمی رود. به

ص: 48

1- . بقره: 148.

2- . فصلت: 15.

عبارت دیگر، هر کار نیک یا بدی که از انسان سر می زند و او تصور می کند گذشت زمان، آن را از بین می برد، یا در همین عالم یا دست کم به آخرت منتقل می شود و انجام دهنده آن، روزی آن عمل را پیش روی خویش می بیند، با اینکه ممکن است کاملاً آن را فراموش کرده باشد. قرآن کریم نیز این اصل را این گونه بیان می کند:

(يَوْمَ تَجِدُ كُلُّ نَفْسٍ مَّا عَمِلَتْ مِنْ خَيْرٍ مُّحْضَرًا وَمَا عَمِلَتْ مِنْ سُوءٍ تَوَدُّ لَوْ أَنَّ بَيْنَهَا وَبَيْنَهُ أَمَدًا بَعِيدًا وَيَحْذَرُكُمُ اللَّهُ نَفْسَهُ وَاللَّهُ رَؤُوفٌ بِالْعِبَادِ). (1)

روزی که هر کس کارهای نیک و کارهای بد خود را در برابر خود حاضر بیند، آرزو کند که ای کاش میان او و کردار بدش فاصله ای بزرگ بود. خداوند شما را از خودش می ترساند؛ و خدا به بندگان مهربان است.

مفسران، در بحث تجسم اعمال به تفصیل به این مطلب پرداخته اند که اعمال هر فرد حاضر می شود و مراد از احضار اعمال، اعطای پاداش نیست. برای مثال، در تفسیر نمونه در ذیل این آیه آمده است:

نمی گوید: آرزو می کند اعمال بدش نابود شود؛ زیرا می داند چیزی در جهان نابود نمی شود، بلکه آرزو می کند با آن فاصله بگیرد. (2)

در این تفسیر، در ادامه مطلب آمده است:

واژه «تجد» از ماده «وجدان» (یافتن) ضد فقدان و نابودی است و کلمه «خیر» و «سوء» که به صورت نکره آمده، در اینجا مفید عموم است؛ یعنی هر انسانی در آن روز تمام اعمال خوب و بد خود را - هر چند کم باشد - در نزد خود می یابد.

گرچه جمعی از مفسرین اصرار دارند این آیه، و آیات مانند آن را توجیه کنند و بگویند منظور از حاضر شدن اعمال، حضور پاداش و کیفر آن هاست و یا اینکه منظور، حضور نامه عمل است که تمام اعمال آدمی، از نیک و بد در آن ثبت شده است.

ولی پیدا است که این توجیهات، با ظاهر آیه سازگار نیست؛ زیرا این آیه به روشنی می گوید که انسان در روز رستاخیز، «خود عمل» را می یابد، و در ذیل آیه

ص: 49

1- . آل عمران: 30.

2- . تفسیر نمونه: ج 2 ص 504.

می خوانیم گناهکار آرزو دارد که بین او و عمل زشتی که انجام داده جدایی بیفتد، و در اینجا نیز خود عمل، مورد بحث آیه است، نه نامه عمل و نه کیفر و پاداش آن ها.

گواه دیگر اینکه در آیه مورد بحث می خوانیم: گناهکار دوست می دارد میان او و عملش فاصله زیادی بیفتد و هرگز آرزوی از بین رفتن عمل خود را نمی کند. این نشان می دهد که نابودی اعمال امکان پذیر نیست و به همین دلیل تمنای آن را نمی نماید.

آیات فراوان دیگری نیز این مطلب را تأیید می کند؛ مانند آیه 4 (صلی الله علیه و آله و سلم) سورة كهف: (وَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا وَلَا يَظُنُّ رَبُّكَ أَحَدًا)؛ گناهکاران در روز رستاخیز، تمام اعمال گذشته خود را در برابر خود حاضر می بینند و خداوند به هیچ کس ستم نمی کند.

این آیات و ده ها آیات دیگر⁽¹⁾ اثبات می کند که ما، در روز رستاخیز عین عمل را به صورت کامل تر می یابیم و این همان تجسم اعمال است که دانشمندان اسلامی به آن قائل اند.⁽²⁾

در روایات متعددی نیز این معنا تبیین، و مواجه شدن با اعمال و رفتار، تأیید شده است؛ از جمله این روایات، سخنی از امام علی (علیه السلام) است که می فرماید:

و أعمال العباد فی عاجلهم نصب أعینهم فی آجلهم.⁽³⁾

کردار حالِ بندگان، در آینده مقابل روی آنان قرار خواهد گرفت.

در حدیث دیگری آمده است:

نزل جبرئیل (علیه السلام) علی النبی (صلی الله علیه و آله و سلم) فقال له: یا جبرئیل عظمی، فقال: یا محمد عش ما شئت فإنک میت... و اعمل ما شئت فإنک ملائقه.⁽⁴⁾

جبرئیل (علیه السلام) بر پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) نازل شد. پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) به او فرمود: ای جبرئیل، مرا موعظه کن. او گفت: یا محمد، هرگونه که می پسندی زندگی کن - اما بدان و مراقب باش که - حتماً خواهی مُرد... و هر کار که می خواهی

ص: 50

1- . مانند آیه 7 و 8 سورة زلزله: (فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ * وَ مَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ) و آیه 20 از سورة شورا: (مَنْ كَانَ يَرِيدُ حَرْثَ الْآخِرَةِ نَزِدْ لَهُ فِي حَرْثِهِ) و آیه 13 از سورة حدید: (انْظُرُوا نَفْسَکُمْ مِنْ نُورِکُمْ قَلِيلٍ ارْجِعُوا وَرَاءَکُمْ فَالْتَمِسُوا نُورًا).

2- . تفسیر نمونه: ج 2 ص 506، 507.

3- . تحف العقول: ص 202.

4- . کتاب من لایحضره الفقیه: ج 1 ص 471، 472، ح 1360.

انجام ده - اما بدان و مراقب باش - که روزی با رفتارت ملاقات خواهی کرد.

بنابراین در این متون، نه فقط بقا و جاودانگی اعمال تبیین شده، بلکه تصریح شده است که انسان ها یقیناً در جهان آخرت با رفتار خود روبه رو خواهند شد و با آن رفتار و کردارها مجدداً ملاقات خواهند کرد. اما اینکه رفتارها نتایجی در پی دارند که دامنگیر صاحبانشان خواهد شد، اصل دیگری است که اکنون درباره آن بحث خواهیم کرد.

2. اصل بازگشت نتایج اعمال و رفتارها به خود انسان

بهره مندی انسان از اراده و اختیار لازم برای انجام دادن یا ترک افعال، نشانه آن است که نتایج رفتارهای افراد به خود آن ها باز خواهد گشت و به فاعل هر فعل، یقیناً منافع یا زیان های آن رفتار خواهد رسید. آیاتی که در این خصوص وارد شده بسیار است. به نظر می رسد خداوند در قرآن کریم، از تکرار این معنا مقاصد متعددی در نظر داشته است که از مهم ترین آن ها اشاره به این معناست که همه رفتارهای اختیاری انسان در حوزه های گوناگون، از نتایجی برخوردار است و ارزیابی خواهد شد و آن نتایج به خود او باز خواهد گشت. این اصل با ضمیمه اصل بی نیازی خداوند به اعمال و رفتار بشر، معنای کامل تری می یابد. برخی آیات ناظر به این اصل به شرح ذیل است:

(إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا). (1)

اگر نیکی کنید، درواقع به خود نیکی کرده اید؛ و اگر بدی کنید، به زیان خود عمل کرده اید.

(وَمَا تُقَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ مِنْ خَيْرٍ تَجِدُوهُ عِنْدَ اللَّهِ هُوَ خَيْرٌ وَأَعْظَمَ أَجْراً). (2) از اعمال نیک، هر آنچه برای خود پیش بفرستید، آن را نزد خدا خواهید یافت و پاداش او بزرگ تر و بهتر است.

(وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى * وَأَنَّ سَعْيَهُ سَوْفَ يَرَى). (3)

ص: 51

1- . اسرا: 7.

2- . مزمل: 20.

3- . نجم: 39، 40.

و اینکه برای انسان چیزی نیست مگر نتیجه سعی و تلاشش؛ و او نتیجه تلاشش را در آینده خواهد دید.

(يَوْمَئِذٍ يَصُدُّ النَّاسُ أَثَاتًا لِّأَيِّرُوا أَعْمَالَهُمْ * فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ * وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ). (1)

در آن هنگام که مردم به صورت گروه های پراکنده زنده می شوند تا کردارشان را ببینند، پس هر کس به اندازه ذره ای عمل نیک انجام داده باشد آن را خواهد دید، و هر کس به اندازه ذره ای کار بد انجام داده باشد، آن را مشاهده خواهد کرد.

(يَوْمَ تَجِدُ كُلُّ نَفْسٍ مَا عَمِلَتْ مِنْ خَيْرٍ مُحْضَرًا وَمَا عَمِلَتْ مِنْ سُوءٍ تَوَدُّ لَوْ أَنَّ بَيْنَهَا وَبَيْنَهُ أَمَدًا بَعِيدًا). (2)

روزی که هر کس آنچه کار نیک به جای آورده و آنچه بدی مرتکب شده، حاضر شده می یابد، و آرزو می کند کاش میان او و آن [کارهای بد] فاصله ای دور بود.

همچنین خواهد دانست که خداوند، از دعوت او به ایمان و عمل صالح، چیزی جز سعادت و رستگاری او را نمی خواهد و این معنا را در آیات فراوانی با تعبیر گوناگون به انسان گوشزد کرده است:

(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ). (3)

ای کسانی که ایمان آورده اید، رکوع کنید و سجده کنید و پروردگارتان را عبادت کنید و اعمال نیک انجام دهید؛ باشد که رستگار شوید.

(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا هَلْ أَدُلُّكُمْ عَلَى تِجَارَةٍ تُنْجِيكُمْ مِنْ عَذَابٍ أَلِيمٍ * تَوْمِنُونَ بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَتُجَاهِدُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ بِأَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ). (4)

ای کسانی که ایمان آورده اید، آیا شما را راهنمایی کنم به تجارتی که از عذاب درناک نجاتتان دهد؟ به خدا و رسولش ایمان آورید و در راه خدا با مال و جانتان جهاد کنید؛ این برای شما بهتر است، اگر به آن آگاه باشید.

ص: 52

1- . زلزله: 5 - 7.

2- . آل عمران: 30.

3- . حج: 77.

4- . صف: 10 - 11.

(وَوُضِعَ الْكِتَابُ فَتَرَى الْمُجْرِمِينَ مُشْفِقِينَ مِمَّا فِيهِ وَيَقُولُونَ يَا وَيْلَتَنَا مَا لِهَذَا الْكِتَابِ لَا يَغَادِرُ صَ غَيْرَةً وَلَا كَبِيرَةً إِلَّا أَحْصَاهَا وَوَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا وَلَا يَظْلِمُ رَبُّكَ أَحَدًا). (1)

و کارنامه نهاده می شود. آنگاه بزهکاران را از آنچه در آن است بیمناک می بینی و می گویند: ای وای بر ما، این چه نامه ای است که هیچ کوچک و بزرگی را فرو نگذاشته، جز اینکه همه را به حساب آورده است؛ و آنچه را انجام داده اند حاضر یابند، و پرودگار توبه هیچ کس ستم روا نمی دارد.

بنابراین، در اهمیت رفتار انسان با خود از منظر دین، همین بس که همه رفتارهای انسان به صورت مستقیم یا غیرمستقیم، رفتار با خود به شمار می آید و سود و زیان رفتارهای او نیز به خود او بازگشت می کند. پس تردیدی نمی ماند که سعادت و رستگاری انسان، در گرو انتخاب رفتار صحیح و منطبق با ارزش های انسانی و اسلامی است؛ تا آنجا که امام علی (علیه السلام) حتی خدمت به هموعان و دستگیری از آن ها را نیز دستگیری از خود و خدمت به خود دانسته، می فرماید:

ان مكرمة صنعتها الى احد من الناس انما اكرمت بها نفسك وزينت بها عرضك فلا تطلب من غيرك شكر ما صنعت الى نفسك: (2)

هر نیکی که با یکی از مردمان انجام دهی، همانا در حقیقت تکریم خودت خواهد بود و آبروی خود را آراسته ای؛ پس از غیر خودت سپاس گزاری کاری را که برای خودت انجام داده ای، درخواست مکن. بنابراین، اهمیت تشخیص رفتار صحیح، در گام نخست، و انجام دادن آن در گام بعد، از هر چیز دیگر در زندگی آدمی مهم تر خواهد بود.

اکنون می توان گفت که مقصود از رفتار با خود، بسیار گسترده تر از آن است که در ابتدا تصور می شد؛ چرا که در آغاز به نظر می رسید رفتار انسان با خود، فقط آن دسته از رفتارهایی را در بر می گیرد که مستقیماً به خود او ارتباط داشته، شامل رفتارهای او با خدا، هموعان و طبیعت نمی شود؛ اما اکنون به خوبی آشکار می شود که هر نوع رفتار آدمی، در هر حوزه رفتاری، با خود او نیز مرتبط است و نتیجه آن سرانجام، به

ص: 53

1- . كهف: 49.

2- . غرر الحكم: ح 8695.

خود او باز خواهد گشت. انسان اعم از اینکه مسلمان باشد یا نباشد، در برخورد با دستورهای الهی و نیز در برخورد با مؤمنان، هر اقدام درست یا نادرستی که انجام دهد، اگرچه در ظاهر ممکن است نتیجه او به سود یا زیان دین یا مؤمنان و هموعان یا حتی محیط زیستش باشد، در حقیقت این سود و زیان، یکی از آثار رفتار اوست، نه همه آثار آن؛ زیرا نتیجه رفتار او، به سود و زیان خودش نیز هست و به خود او نیز باز خواهد گشت. برای مثال، وقتی کسی در پی فریب دیگری است، یا در جهت ضربه زدن به مسلمانان، خدعه و نیرنگ می کند، بر اساس دیدگاه قرآنی، به خود نیرنگ زده و خود را فریب داده است؛ زیرا خدعه و نیرنگ وقتی مصداق می یابد که طرف مقابل، از نیرنگ باخبر نباشد تا آسیبی که بر آن خدعه مترتب است، به او برسد. اما اگر طرف مقابل غافل نباشد و هیچ نیرنگی نتواند او را بفریبد، در آن صورت، فرد مکار و نیرنگ باز فریب خورده است؛ زیرا گمان می کرده که نیرنگش کارگر می افتد و رقیبش را مبتلا می سازد؛ اما از آن جا که خدا هرگز از رفتار بندگان غافل نمی شود و از اهداف و انگیزه های رفتار آن ها آگاه است، هرگز مفتون نمی شود و پاسخ هر رفتار را در وقت مناسب به آن فرد بازخواهد گرداند. از این رو در آیات متعددی آمده است که خداوند همه ضررها و آسیب هایی را که در پس اعمال فرد گناهکار یا کافر و مشرک متصور است، به خود او باز می گرداند و فرد نیرنگ باز را زیان دیده بزرگ معرفی می کند. (1)

بنابراین در نگاه کلی، باید انسان برای اصلاح رفتار و اعمالش برنامه ریزی کند و در به کار بستن اصول مهم انسانی و دینی در رفتارهای خود اهتمام ورزد؛ خدا رانظر اعمال و رفتارها و ظاهر و باطن خود بشمارد و همانند کسی که دائماً زیر ذره بین دیگران است، در ادای حقوق خدا، حقوق خلق خدا، حقوق خود و حتی وظایفی که در قبال محیط زیست و طبیعت دارد کوتاهی نکند.

3. اصل جاودانگی انسان

یکی از اصول تبیین رفتار اخلاقی با خود، پذیرش معاد و جاودانگی انسان است. ناگفته پیداست که از ضروریات دین، اعتقاد به معاد و حیات پس از مرگ است؛ چرا که در متون دینی، جزا و پاداش الهی که در جهان آخرت متوجه بندگان خدا

ص: 54

1- . (مَنْ عَمِلَ صَالِحًا فَلِنَفْسِهِ وَ مَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهَا...) فصلت: 46؛ (...وَلَا يَحِيقُ الْمَكْرُ السَّيِّئُ إِلَّا بِأَهْلِهِ) فاطر: 43.

می شود، از جمله اموری است که ضمانت اجرایی احکام اخلاقی را بر عهده دارد. بنابراین، سخن از رفتار اخلاقی انسان با خود از منظر کتاب و سنت وقتی معنا می یابد که اصل جاودانگی انسان و حیات پس از مرگ پذیرفته شده باشد. با توجه به بدیهی بودن این اصل و اینکه آیات فراوانی از قرآن به موضوع معاد و جاودانگی انسان و زندگی پس از مرگ اختصاص یافته است، برای توضیح بیشتر درباره این اصل، شما را به کتب تفسیری و کلامی ارجاع می دهیم.

4. اصل برخورداری انسان از اختیار

برخی صاحب نظران و اندیشمندان مذاهب، به جبر معتقدند و انسان را فاقد اراده و آزادی برای انجام دادن افعال خود می دانند، و برخی دیگر او را آزاد و مختار می دانند. اما تفکر برگرفته شده از مکتب اهل بیت، هر دو دیدگاه را مردود می داند و به ایده «لا جبر و لا تقویض، بل امر بین الامرین» معتقد است. البته در میان صاحب نظران، مشهور است که شیعه امامیه و معتزله، قایل به اختیار هستند و نظریه جبر را مردود می شمارند. امامیه نیز این موضوع را رد نمی کند و اختیار را برای انسان می پذیرد، اما اختیاری که بر آن صحنه می گذارد، با اختیار بر مبنای دیدگاه معتزله متفاوت است و مسئله تقویض را همچون جبر مردود می شمارد. از این رو اگر بخواهیم اختیار را یکی از داشته ها و توانمندی های انسان به شمار آوریم، می بایست درباره معنای آن اندکی توضیح دهیم. اساساً وقتی می توانیم رفتاری را در معرض داوری اخلاقی قرار دهیم که برای انجام دهنده آن دو امکان فراهم کرده باشیم: 1. اعطای اراده و اختیار لازم برای انجام دادن یا ترک آن عمل و نیز برخورداری او از آزادی در چگونگی انجام دادن آن؛

2. در اختیار داشتن معیاری برای تشخیص خوب و بد اعمال به منظور ایجاد انگیزه برای او در فعل یا ترک آن ها.

بدیهی است اگر فرد، اختیار لازم نداشته باشد و از سرِ اکراه و اجبار رفتاری انجام دهد، یا معیار تشخیص کار پسندیده از ناپسند را نداشته باشد، ارزش گذاری اخلاقی عمل او منتفی است و از نظر عقلی، امکان تشویق یا تنبیهش وجود نخواهد داشت. بنابراین، اینکه خود انسان تعیین کننده است چه رفتاری برگزیند و از چه رفتاری دوری کند تا به سعادت برسد و منافعش تضمین شود و از خسران و زیان

در امان بماند، از جمله اصول مسلمی است که دست کم برای شیعیان و فرقه معتزله از اهل سنت، پذیرفته شده است. این گروه از مسلمانان بر این باورند که قرآن همه رفتارهای انسان را به خود او نسبت می دهد و فاعل خیر و شر رفتارها را خود او می داند. به این معنا در آیات فراوانی از قرآن اشاره شده است. بنابراین، انسان موجودی برخوردار از اختیار در انتخاب است. توضیح آنکه یکی از پیش فرض های مهم در حوزه تکالیف شرعی و اخلاقی، قدرت و اختیار فاعل در انتخاب فعل و ترک آن است. بر این اساس، اگر شخصی به لحاظ تکوینی قدرت انجام دادن کاری را نداشته باشد، تکالیف شرعی و امر و نهی اخلاقی متوجه او نخواهد شد. از این رو ارسال رسل و انزال کتب، تکلیف و مسئولیت دینی (اعم از شرعی و اخلاقی)، و همچنین ثواب و عقاب و بهشت و دوزخ، همگی نشانه وجود اراده و اختیار در انسان است. همچنین رشد و تحول انسان در ابعاد معنوی و اخلاقی، مستند به وجود اراده است. و مقصود از اراده، برخورداری از توانایی روانی گزینش رفتار و انتخاب اعمال به طور آگاهانه و بدون اجبار و اکراه است و مفهوم آن نیز چیزی جز اختیار نیست. امام صادق (علیه السلام) عقلانی بودن ملامت و سرزنش در رفتار انسان را معیار تفکیک رفتار اختیاری و غیراختیاری می داند و می فرماید:

ما استطعت ان تلوم العبد علیه فهو منه و ما لم تستطع ان تلوم العبد علیه فهو من فعل الله. يقول الله تعالى للعبد: لم عصيت؟ لم فسقت؟ فهذا فعل العبد و لا يقول له: لم مرضت؟ لم قصرت؟ لم ابيضت؟ لم اسودت؟ لانه منفعل الله تعالى: (1)

آنچه می توانی بنده را بر آن ملامت و سرزنش کنی، آن امر، از بنده صادر شده است و آنچه را نمی توانی بنده را بر آن سرزنش کنی، از افعال خداوند متعال است. خدای متعال به بنده می گوید: «چرا گناه کردی؟ چرا فسق ورزیدی؟» این فعل بنده است؛ ولی خدا به بنده نمی گوید: چرا مریض شدی؟ چرا کوتاه هستی؟ چرا سفید هستی؟ چرا سیاه هستی؟ چون همه اینها از افعال خدای متعال است.

ص: 56

در روایت دیگر، آن حضرت زمینه ها و مقدمات رفتار آگاهانه و اختیاری را، نبودن موانع محیطی و اجتماعی، برخورداری از سلامت جسمی، و رشد طبیعی و فیزیکی بدن می داند و متذکر می شود علی رغم آماده شدن همه این زمینه ها، شخص به انجام دادن رفتاری مجبور نمی شود بلکه در آخرین مراحل نیز خود او می تواند میان انجام دادن یا ترک رفتار، تصمیم بگیرد و فقط یکی را انتخاب کند. (1)

امام باقر (علیه السلام) در حدیثی، وجود اختیار را بر اساس خطاب خداوند به حضرت موسی (علیه السلام) که در عهد قدیم آمده است نقل می فرماید:

فی التوراة مکتوب مسطور: یا موسی اِنی خلقتک و اصطفیتک و قویتک، و امرتک بطاعتی، و نهیتک عن معصیتی، فَاِنْ اطعْتنی اَعْنَتک علی طاعتی و اِنْ عصیتنی لم اَعْنک علی معصیتی، و لی المنة علیک فی طاعتک، و لی الحجة علیک فی معصیتک: (2)

در تورات نوشته شده است: - خداوند به موسی فرمود: - یا موسی، همانا من تو را آفریدم و برگزیدم و نیرومندت ساختم، آنگاه تو را به اطاعت از خود فرمان دادم و از مخالفت با من بازداشتm. پس اگر مرا اطاعت کنی، تو را بر اطاعت خویش یاری ات کنم؛ و اگر نافرمانی مرا در پیش گیری، تو را در این امر یاری نکنم. پس آنگاه که از من اطاعت کنی، من بر تو منت دارم - چون تو را یاری کرده ام - و هنگام گناه، از سوی من حجت بر تو تمام شده است - چون تو را از آن نهی کرده و در نافرمانی یاری ات نکرده ام.

وجود اختیار انسان در انجام دادن یا ترک واجبات و محرمات، در این حدیث شریف تبیین شده و وجود هر گونه تحمیل و اجبار در افعال اختیاری او منتفی شمرده شده است. بنابراین انتساب رفتارهای انسان به خود او به دلیل برخورداری از اختیار و توانمندی لازم برای انجام دادن یا ترک رفتارها آشکار است و قرآن کریم نیز این موضوع را با بیان توانمندی بشر برای شکر و سپاس از خدا، یا کفر ورزیدن به او و نعمت هایش، (3) وجود اراده و اختیار و نیز انتساب رفتارها به او یادآور شده است

ص: 57

-
- 1- . بحار الانوار: ج 5 ص 59 ح 10.
 - 2- . همان: ج 5 ص 9 ح 12.
 - 3- . (إِنَّا هَـٰدِیْنَاهُ السَّبِیْلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا) انسان: 3؛ (وَهُوَ الَّذِی جَعَلَ اللَّیْلَ وَ النَّهَارَ خِلْفَةً لِّمَنْ أَرَادَ أَنْ یَذَّكَّرَ أَوْ أَرَادَ شُكُورًا) فرقان: 62.

و مسئولیت اعمال و رفتارهای او را بر عهده خودش می‌داند. همچنین اندیشمندان و حکمای امامیه و معتزله، اختیار انسان را با ادله قرآنی، روایی، عقلی و شهودی اثبات می‌کنند و هرگونه شک و تردید درباره اختیار انسان را نفی و رد می‌کنند و هیچ یک از قادریت و قاهریت، مشیت و اراده و قضا و قدر الهی را در تعارض و تنافی با وجود اختیار نمی‌دانند. (1)

مفهوم اختیار: در تفکر شیعه، انسان از نعمت اختیار برخوردار است و به طور کلی اعتقاد به وجود اختیار، یکی از اصول موضوع در بحث از اخلاق و نظام های اخلاقی است. برخورداری انسان از آزادی و اختیار در رفتار و گفتار، مطابق با طبیعت اوست. یکی از اندیشمندان غربی درباره اختیار انسان و مطابقت آن با طبیعت بشر می‌گوید:

کلید فهم طبیعت بشر، این حقیقت است که انسان موجودی است با ضمیر آگاه. استدلال به طور خودکار در نهاد انسان عمل نمی‌کند. تفکر، یک جریان عمل مکانیکی نیست. ارتباطات منطقی به وسیله غریزه برقرار نمی‌شود. اعمال معده، ریه و قلب به طور خودکار انجام می‌گیرد؛ ولی ذهن و تفکر چنین نیست. در هر ساعت در هر مورد و در هر موضوع در صحنه زندگی، انسان، آزاد است فکر کند یا از فکر کردن بگریزد؛ ولی آزاد نیست از طبیعت خود فرار کند. (2) موضوع اختیار، افزون بر آنکه شهودی است و انسان آن را با وجدان درک می‌کند، در بخش گسترده ای از آیات و روایات مطرح شده است؛ آیات و روایاتی که انسان را مسئول اعمال خود دانسته و او را مکلف کرده است در انتخاب رفتار پسندیده و ترک رفتار ناپسند اهتمام داشته باشد و اطاعت از خدا و پیامبرش را سرلوحه کارهای خویش قرار دهد. همه این آیات و روایات، گواه آزادی انسان در انجام دادن عمل، و اختیار او در گزینش یا ترک افعال است.

مختار بودن انسان، از بدیهی ترین اصول اخلاقی اسلام و از محکم ترین معارف و عقاید اسلامی است که باید تشابه معارف و ابهام عقاید دیگر را قبل از آنکه سبب تردید ما در این اصل محکم و قطعی شوند، به وسیله این اصل محکم و قطعی

ص: 58

1- ر. ک: خداشناسی، کیهان شناسی، انسان شناسی: ص 374.

2- روان شناسی حرمت نفس: ص 58، 59.

تصحیح کنیم، چرا که، سراسر قرآن شهادت می دهد که با انسان به عنوان موجودی مختار سروکار دارد و با وی به عنوان موجودی مسئول برخورد می کند. (1)

قدرت انتخاب و گزینش انسان که از وجود آزادی و اختیار او سرچشمه می گیرد، به اندازه ای مهم و اساسی است که برخی اندیشمندان، به جای عقل و قدرت تفکر، امکان انتخاب و گزینش را وجه ممیزه انسان از حیوان می دانند. جان استوارت میل، دانشمند انگلیسی قرن نوزدهم، در این خصوص می گوید: «جدایی انسان از حیوان نه به خاطر آن است که آدمی عقل دارد، یا می تواند دست به ابداع و اختراع اسباب و آلات و روش های گوناگون بزند. امتیاز انسان در درجه اول از آنجاست که می تواند برگزیند». (2)

استاد مطهری، یکی از تفاوت های انسان را با موجودات دیگر، اختیار او می داند:

تفاوتی که میان بشر و آتش که می سوزاند و آب که غرق می کند و گیاه که می روید و حتی حیوان که راه می رود وجود دارد، این است که هیچ یک از آن ها کار و خاصیت خود را از چند کار و چند خاصیت برای خود انتخاب نمی کنند؛ ولی انسان انتخاب می کند. او همیشه در برابر چند کار و چند راه قرار گرفته است و قطعیت یافتن یک راه و یک کار، فقط به خواست شخصی او مرتبط است. (3)

به طور کلی نوع انتخاب آدمی در رفتار و گفتار نشانگر میزان برخورداری او از کمالات عقلی و پابندی او به ارزش های دینی، اخلاقی و انسانی است. این موضوع در نزد پروردگار یکی از شاخصه های تعیین کننده در معیار سنجش اعمال و ثواب و عقاب خواهد بود.

حدود اختیار: برخورداری انسان از آزادی و اختیار، و امکان انتخاب و گزینش، به صورت مطلق نیست و در کنار این امکان، محدودیت هایی نیز وجود دارد که قدرت انتخاب و گزینش او را از حالت عنان گسیخته و مطلق خارج می کند. این قید، در تبیین آزادی انسان همان تفاوتی است که میان نظر معتزله یا مفوضه و دیدگاه

ص: 59

1- . اخلاق در قرآن: ج 1 ص 25.

2- . عقل و ایمان: ص 38 به نقل از: درباره آزادی.

3- . انسان و سرنوشت: ص 59.

شیعه امامیه وجود دارد. بر اساس دیدگاه مفوضه، انسان در انجام دادن رفتار و گفتارش کاملاً آزاد است و محدودیتی برای او در این خصوص وجود ندارد. اما از نگاه شیعه، اگرچه انسان آزاد است انتخاب کند چه کاری انجام دهد یا چه کلامی بر زبان جاری کند، این آزادی مطلق نیست و برخی محدودیت ها آن را دربر گرفته و اجازه فراغت و رهایی مطلق را از او سلب کرده است. این محدودیت ها شامل وراثت، شرایط طبیعی و جغرافیایی، اوضاع خانوادگی و اجتماعی، تاریخ و عوامل زمانی است که هریک به نوعی می تواند در گزینش و انتخاب انسان تأثیرگذار باشد.⁽¹⁾ با این حال، کسی که انتخاب می کند و گاه با این محدودیت ها مقابله می کند و گاه انتخابش با آن ها همخوانی دارد انسان است و هیچ یک از این عوامل و شرایط، او را به انتخابی خاص مجبور نمی کند. البته باید پذیرفت که این عوامل، انتخاب را برای او دشوار می سازد و گاه تأثیر انکارناپذیر در انتخاب می گذارد؛ اما همان گونه که گفته شد، انتخاب کننده خود اوست، نه فرد دیگر.

امام حسن مجتبی (علیه السلام) در حدیثی گران بها، مسئله قضا و قدر الهی و اختیار انسان را به نقل از پدر بزرگوارش، امام علی (علیه السلام)، به خوبی تبیین فرموده است:

مردی عراقی بر امیر مؤمنان (علیه السلام) وارد شد و گفت: آیا خروج ما بر شامیان به «قضا و قدر» الهی است؟ امام به او فرمود: آری ای شیخ، به خدا سوگند از هیچ بلندی بالا نرفتید و در هیچ پستی فرود نیامدید مگر به قضا و قدر از خداوند! آن مرد گفت: امیدوارم رنج من نزد خدا به حساب آید.⁽²⁾ امام (علیه السلام) به او فرمود: آهسته برو ای شیخ! شاید پنداشتی قضای حتمی و قدر قطعی را می گویم. اگر چنین باشد که ثواب و عقاب و امر و نهی و پیشگیری، باطل شده و بیم و مژده دادن بی معنا خواهد بود؛ نه ملامتی بر گناهکار بجا و نه ستایشی بر نیکوکار روا خواهد بود؛ بلکه نیکوکار به ملامت سزاوارتر از بدکردار بوده، گناهکار به نیکی شایسته تر از نیکوکار خواهد بود. این

ص: 60

1- . انسان در قرآن: ص 37، 38.

2- . به نظر می رسد برداشت او از سخن امام (علیه السلام) این بوده که قضا و قدر، ما را مجبور به خروج کرده و ما با دشمنانمان در انتخاب رفتار خود اختیاری نداشتیم؛ پس با آن ها فرقی نداریم. از این رو آرزو کرد به سبب رنج عمل، مورد لطف خدا قرار گیرد، نه به سبب نوع عمل.

گفتار بت پرستان و دشمنان خدای رحمان و «قدری مسلکان» و مجوسان این امت است! ای شیخ، خدای عزوجلّ بندگان را مکلف ساخت تا به اختیار خود عمل کنند و آنان را نهی فرمود تا خود باز ایستند و بر کار اندک، پاداش بسیار دهد. پس همانند شکست خوردگان نافرمانی نشده و ناخواسته اطاعت نگردیده است. «او آسمان ها و زمین و موجودات میان آن دو را به باطل نیافریده؛ که این گمان کسانی است که کافر شدند؛ پس وای بر کسانی که کافر شدند از عذاب آتش».(1)

علامه عسکری در شرح این حدیث و احادیث مشابهی که در تبیین قضا و قدر الهی از معصومان (علیهم السلام) وارد شده، لطف و امداد خدا به بندگان در جهت افاضه وجود و سلامت جسمی و توان فکری را از جمله قضا و قدر الهی می داند و آن را در رفتار و گفتار انسان ها سرنوشت ساز و حیاتی می داند و چنین می گوید:

راستی اگر امداد الهی نبود و بندگان خدا توان جسمی و فکری خویش و امکانات آماده و مستخر این عالم را از خدای سبحان نداشتند، نه فرد مؤمن ره یافته می توانست عمل صالح و شایسته انجام دهد، و نه کافر گمراه توان اقدام زیانبار فاسد را داشت. راستی اگر خداوند یک لحظه عطای خود را از انسان سلب کند، حتی اگر جزء کوچکی از آن باشد: بینایی، سلامت، عقل، و اندیشه... چه می تواند بکند؟ بنابراین انسان هرچه می کند، به اختیار خود و به وسیله ابزاری است که خداوند به او بخشیده است. پس، انسان در انتخاب مختار، و در اکتساب و امداد است. آری انسان در این عالم خودکار محض نیست، همان گونه که مجبور صرف نیست. نه همه کارها به او واگذار شده، و نه بر انجام کاری مجبور است، بلکه امری است میان دو امر، و این همان مشیت خدا و سنت و قانون او درباره افعال بندگان است. (وَلَنْ تَجِدَ لِسُنَّةِ اللَّهِ تَبْدِيلًا) و هرگز در سنت خدا تغییر و تبدیلی نیابی.(2)

بنابراین انسان در انجام دادن اعمال و رفتارش آزاد است، اما این به معنای تفویض امور به او نیست. او در پناه حمایت و لطف خدا و در شرایطی که به نوعی

ص: 61

1- . کافی: ج 1 ص 155 ح 1.

2- . دراسة حول الجبر و التفویض و القضا و القدر: ص 33، 34.

برای او محدودیت آفرین است انتخاب می کند و انجام می دهد؛ پس واگذار شده به حال خود نیست.

فلسفه اختیار: خداوند در کنار دو نوع از مخلوقاتش که یکی بی اختیار و بی اراده، اسیر غرایز طبیعی اش است؛ و دیگری، فرشتگانی که فاقد هرگونه تمایل و گرایش حیوانی و برخوردار از نوعی گرایش و میل که صرفاً بندگی و تسبیح و تقدیس ذات باری تعالی است، موجود سومی آفرید تا از داشته های هر دو نوع آفریده اش برخوردار باشد و با استفاده از پیامبر درون و پیامبران بیرون، مسیر کمال و رشد را بپیماید و سعادت ابدی را به دست آورد؛ دستاوردی که برای هیچ یک از دو نوع مخلوق پیشین متصور نبود. به این منظور، هم ابزار مورد نیاز بشر را به او عطا فرمود، و هم وظایف و تکالیفی که در راه نیل به کمال و سعادت برای او لازم بود تبیین فرمود. پس به او عقل و اختیار داد تا او خود، راه درست را از نادرست تشخیص دهد و انتخاب کند؛ چرا که در غیر این صورت، دستیابی به کمال و سعادت بی معنا بود و تمایزی میان انسان با یکی از این دو نوع مخلوق پیش گفته وجود نمی داشت. حدیث شریفی که پیش از این، از امام علی (علیه السلام) نقل شد، به خوبی فلسفه وجود اختیار و آزادی را برای انسان تبیین کرده و لزوم آن را بیان فرموده است.

5. اصل قابل تغییر بودن انسان

اشاره

یکی از پرسش های اساسی در زمینه اخلاق این است که آیا خُلقیات و عادات افراد، که بخشی از آن می تواند ناشی از وراثت یا عوامل بیولوژیکی باشد، و در واقع با طبیعت و سرشت افراد عجین و درهم آمیخته شده است، قابلیت تغییر دارد یا ثابت است؟ روشن است که اگر پاسخ اندیشمندان و صاحب نظران به این پرسش، منفی باشد می بایست باب بحث از اخلاق و سجایای اخلاقی و نیز روان شناسی، به ویژه موضوع هوش هیجانی را ببندیم و در پی علوم دیگری باشیم. اما همین که از گذشته های دور تا امروز، در موضوع اخلاق متون فراوان و بی شماری باقی مانده و امروزه نیز در سراسر دنیا موضوع اخلاق، کانون توجه است و درباره مسائل علماخلاق متون جدید نگاشته می شود و نیز در علم روان شناسی، مباحث بسیار دامنه داری درباره هوش هیجانی و کنترل هیجانات و تعدیل ویژگی های شخصیت

انسان مطرح است، همگی حاکی از آن است که تغییر و تحول در خُلق و خوی افراد امکان پذیر است و انسان، با اراده، تلاش و پشتکار می تواند عادات و ملکات زشت و ناپسند خود را ترک، و عادات پسندیده را به جای آن ها قرار دهد.

بسیاری از صاحب نظران و اندیشمندان در موضوع شناخت انسان، بر این باورند که طبیعت و سرشت انسان ها وابسته به برخی امور غیراختیاری همچون وراثت، عوامل بیولوژیکی و نیز شرایط و محیط دوران خردسالی و کودکی است؛ اما به این معنا نیست که پس از بلوغ و کمال جسمی و عقلی، کاملاً ثابت و تغییرناپذیر باشد و امکان تغییر در ابعاد وجودی او، از جمله در برخی عادات و رفتارش وجود نداشته باشد. (1) برای مثال، ارسطو طبیعت ثانوی را برای هر فردی ممکن می داند و بر این باور است که هر فرد می تواند متری باشد و تغییراتی در ضمیر و نهادش شکل گیرد و این تغییر را ممکن است شخص دیگری در جایگاه مربی، یا خود او که وحدت مربی و متری را شکل می دهد ایجاد کند. (2) توصیه های فراوان اخلاقی در آیات و روایات، و تأکید بر دقت در انتخاب دوست، همراه و همسر، یکی از نشانه ها و مؤیداتی است که به تغییرپذیری ویژگی ها و خُلق و خوی افراد اشاره دارد. (3) از این رو اندیشمندان مسلمان، با توجه به همین متون دینی بر این باورند که انسان، خود می تواند سرشت و خُلق و خویش را بر اساس اراده خود تغییر دهد و به آن شکلی تازه ببخشد. فارابی بر این اعتقاد است که استعداد های طبیعی از قبیل فضایل و رذایل اخلاقی چند دسته اند؛ برخی از آن ها ممکن است از نفس زایل شود یا بر اثر عادت دگرگون شود و هیئت متضاد به جای آن ها قرار گیرد؛ برخی از آن ها رو به ضعف و نقصان می آورد، اما یکسره زایل نمی شود؛ و برخی دیگر نه زوالشان ممکن است و نه ضعفشان، اما علی رغم بقای آن ها، مخالفت و مقاومت در برابر آن ها با صبر و ضبط نفس ممکن است. (4) ملاصدرا نیز معتقد است انسان با رفتار و اعمالش می تواند ماهیت خود را شکل دهد و مستحق پاداش یا عذاب خدا در قیامت شود.

ص: 63

1- . ر. ک: رهیافتی بر اخلاق و تربیت اسلامی: ص 53 - 55.

2- . فلسفه تعلیم و تربیت: ج 1 ص 369.

3- . ر. ک: منتخب میزان الحکمة: عنوان 1090 حدیث 3494 - 3508.

4- . دائرة المعارف بزرگ اسلامی: ج 7 ص 210.

او بر این باور است که ثواب و عقاب خداوند، مترتب بر مراتب وجودی ماهیتی است که انسان برای خود در دنیا شکل می دهد. (1) علامه طباطبایی در تفسیر آیه 84 از سوره اسراء (2) مقصود از «شاکله» را فطرت ندانسته و آن را همان شخصیتی می داند که انسان در طول زندگی خود با انجام دادن اعمال نیک و بد می سازد. (3) ژان پل سارتر، از بنیان گذاران اومانیسم مبتنی بر اگزیستانسیالیسم، با تصریح به تقدم وجود بر ماهیت، مفهومی نو از آن قصد می کند. سارتر ابتدا آفرینش انسان توسط خدا را نقد می کند و معتقد است انسان فاقد ماهیت واحد است و هر انسان خود ماهیتش را می سازد. او در تبیین فلسفه اگزیستانسیالیسمی که خود را نماینده آن می داند می گوید: بشر ابتدا به وجود می آید، متوجه وجود خود می شود، در جهان سر بر می کشد و سپس خود را می شناساند؛ یعنی تعریفی از خود به دست می دهد. (4)

(در مکتب اگزیستانسیالیسم، تعریف ناپذیری بشر بدان سبب است که بشر نخست هیچ نیست، سپس چیزی می شود. یعنی چنین و چنان می گردد و چنان می گردد و چنان می شود که خویشتن را آنچنان می سازد. بدین گونه طبیعت بشری، طبیعت کلی بشر وجود ندارد؛ زیرا واجب الوجودی نیست تا آن را در ذهن خود پیوردد...) بنابراین (بشر نه فقط آن مفهومی است که از خود در ذهن دارد، بلکه همان است که از خود می خواهد، و آن مفهومی است که پس از ظهور در عالم وجود، از خویشتن عرضه می دارد؛ همان است که پس از جهش به سوی وجود، از خود می طلبد. بشر هیچ نیست مگر آنچه از خود می سازد). (5)

بیشتر روان شناسان نیز بر این باورند که خُلق و خوی انسان مقدر او نیست و علی رغم اینکه با تولد، لوح شخصیت متولد شده سفید نیست و عوامل بیولوژیکی، ویژگی هایی برای او رقم زده است، اما بدین معنا نیست که نتوان خُلق و خور را تغییر داد، یا تعدیل کرد. (6) البته همه اندیشمندان و پژوهشگران در همه علوم که از

ص: 64

- 1- . ر. ک: الحکمة المتعالیة: ج 9 ص 19 - 21؛ مجموعه آثار شهید مطهری: ج 2 ص 314.
- 2- . «قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكِلَتِهِ»: بگو هر کس بر اساس شاکله خود [ساختار جسمی و بدنی] رفتار می کند».
- 3- . ر. ک: المیزان فی تفسیر القرآن: ج 13 ذیل آیه 84 از سوره اسراء.
- 4- . میرچا الیاده، ترجمه: بهاء الدین خرمشاهی کیان، ش 22، ص 30.
- 5- . سنت و سکولاریسم: ص 94؛ اطاعت از خدا در ترازوی حق و تکلیف: ص 75.
- 6- . ر. ک: هوش هیجانی: ص 295 - 310.

آن‌ها یاد شد، اذعان دارند که در دوران کودکی تغییر و شکل دهی بسیار ساده‌تر و امکان‌پذیرتر است، و نقش والدین و محیط‌های آموزشی در شکل دهی خُلق و خوی کودکان بسیار شاخص و مهم است؛ همچنین تغییر و اصلاح همواره امکان‌پذیر است و هر فرد می‌تواند با اراده و پشتکار، در کنترل نفس خود و هیجاناتش موفق باشد؛ اگرچه این کار در بزرگسالی دشوارتر خواهد بود.

یکی از اصول مهم قرآن کریم، تغییرپذیری انسان و امکان رشد و کمال او با استفاده از اراده، اختیار، مجاهده و تلاش است. قرآن کریم تعلیم و تزکیه را دوراهکار مهم در جهت کمال و سعادت بشر معرفی می‌کند و در آیات متعدد، با بیان‌های گوناگون، اهمیت و لزوم تزکیه نفس را که همگی از امکان وقوعی آن حکایت دارند، به بشر متذکر می‌شود⁽¹⁾ و در موارد متعددی نیز تزکیه را که به معنای پاک کردن نفس از رذایل و آراستن آن به فضایل اخلاقی است، بر تعلیم مقدم می‌دارد.⁽²⁾ پس تزکیه نفس و آراستگی به صفات و ملکات نیک، نه فقط برای انسان ممکن است، بلکه جزو اهداف نخستین و اساسی آفرینش بشر دانسته شده است و همان‌گونه که پیش از این در بحث «اختیار» مطرح شد، برخی محدودیت‌ها در وجود انسان و نیز در محیط پیرامون، هرگز به معنای جبر نیست و او می‌تواند با اراده خویش، با آن محدودیت‌ها مخالفت و مقابله کند و رفتاری متفاوت با آنچه محدودیت به شمار می‌آید، انجام دهد.

الف - تأثیر تکرار رفتار در ایجاد ملکات نفسانی

رابطه رفتار اخلاقی با اخلاق، آن است که گاه رفتار اخلاقی نشان‌دهنده اخلاق صاحب رفتار، و در واقع نمود بیرونی اخلاق اوست؛ و گاه چنین نیست و فقط رفتاری سرزده از فاعل است و شاید به صورت مقطعی و در موقعیتی ویژه همچون تحریک احساسات و عواطف، چنین رفتاری از او صادر شده باشد و نشان‌دهنده

ص: 65

1- . شمس: 1 - 10.

2- . بقره: 129 (رَبَّنَا وَابْعَثْ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِكَ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُزَكِّيهِمْ إِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ)؛ آل عمران: 164 (لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْ أَنْفُسِهِمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ)؛ جمعه: 2: (هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ).

ویژگی اخلاقی او نباشد؛ اگرچه چنین رفتاری قابل اتصاف به اخلاقی بودن است، یعنی آن رفتار را می توان نیک و پسندیده، یا زشت و ناپسند شمرد. درباره رفتارهایی که نشان دهنده خُلق و خوی صاحب رفتار نیست و فقط در شرایط خاص صادر شده و مقطعی بوده است، باید به این نکته توجه کرد که تکرار و ممارست بر این قبیل رفتارها، می تواند اخلاق صاحب رفتار را متناسب با آن رفتار تغییر دهد و ملکه جدیدی همسو با آن رفتار در ضمیر او پدید آورد. برای مثال، کسی که خوی مدیریتی ندارد و دستور دادن نمی داند و خواسته هایش را همواره با خواهش و استدعا بیان می کند، پس از مدتی مدیریت و ریاست، صدور دستور و سخن گفتن از موضع بالا را فرا گرفته، خُلق و خوی نخستین خویش را فراموش می کند و خوی مدیریتی جای آن را می گیرد. از این رو فارابی معتقد است فضایل و رذایل اخلاقی، با تکرار افعال در گستره زمان پدید می آید. او بر این باور است که فضایل و رذایل اخلاقی فطری نیست، اما ممکن است ایجاد و تحصیل ملکات برای افراد گوناگون یکسان نباشد و برای برخی دشوار و برای برخی دیگر آسان باشد. (1)

ملا- محمد مهدی فاضل نراقی، معتقد است نفس در بدو تولد، خالی از ملکات نفسانی و همچون لوحی سفید است و انسان در طول حیات خود ملکات را برای آن می سازد؛ اما ساختن و ایجاد ملکه، در گرو انجام دادن فعل و تکرار آن است و بدون تکرار، ملکه ای ایجاد نخواهد شد. او در این خصوص می گوید:

بدان که هر نفسی در مبادی آفرینش و اوان طفولیت، از جمیع صفات و ملکات خالی است؛ مانند صفحه ای که ساده از نقش و صورت باشد و حصول ملکات و تحقق صفات به واسطه تکرار اعمال و افعال مقتضیه آن هاست و هر عملی یک مرتبه سر زد، اثری از آن در دل حاصل و در مرتبه دوم، آن اثر بیشتر می شود تا بعد از تکرار عمل، اثر مستحکم و ثابت می گردد و ملکه راسخه می شود. (2)

با این مستندات، به نظر می رسد جای هیچ گونه تردیدی نمی ماند که انسان می تواند با کوشش، خُلق و خویی در خود پدید آورد یا آن را تغییر دهد. پس

ص: 66

1- ر. ک: دائرة المعارف بزرگ اسلامی: ج 7 ص 210 به نقل از: الفصوص.

2- معراج السعادة: ص 22.

طبیعت آدمی ثابت نیست و امکان ایجاد ملکات جدید یا تغییر ملکات و عادات هست و تحقق آن در گرو تلاش و پشتکار افراد خواهد بود. بنابراین همان گونه که پیش تر بیان شد، رابطه رفتار انسان با اخلاق او به این صورت است که گاه رفتار پدیدآورنده خُلُقِ ویژه است، و گاه متجلی کننده وجود خُلُقِ خاص.

ب - تأثیر باطنی رفتار انسان بر وجود خویش

یکی دیگر از اصول آموزه های دینی این است که رفتار انسان، افزون بر آثار بیرونی، در ملکات نفسانی و خُلُق و خوی صاحبش نیز به مثابه آثار درونی مؤثر خواهد بود. همچنین آثار درونی دیگری در وجود فاعل آن به جای خواهد گذاشت. به عبارت دیگر، افعال و اعمال نیک هر کس، هم می تواند خُلُقیات او را تغییر دهد، و هم می تواند در صورت ظاهری و سیرت باطنی او تأثیر آشکار بگذارد. یعنی اگر رفتار بشر، انسانی و اخلاقی باشد، صورت و سیرت او نیز انسانی و زیبا خواهد شد؛ و اگر رفتارش انسانی نباشد، صورت و سیرتش نیز غیرانسانی خواهد شد. بر اساس برخی آیات و روایات، مشاهده تأثیر اعمال بر صورت و سیرت (مشاهده سیرت باطنی) پس از آنکه حجاب ها در دنیا از بین برود، برای همگان ممکن خواهد بود؛ گرچه برخی اولیای الهی، در دنیا توانسته اند حقیقت افراد را مشاهده کنند.

قرآن در وصف قیامت می فرماید:

(يَوْمَ تَبْيَضُّ وُجُوهٌ وَ تَسْوَدُّ وُجُوهٌ). (1)

روزی که چهره ها سفیدند و برخی دیگر سیاه اند.

یا می فرماید:

(يَعْرِفُ الْمُجْرِمُونَ بِسِيمَاهُمْ فَيُؤْخَذُ بِالنَّوَاصِي وَالْأَقْدَامِ). (2)

در آن روز، گناهکاران از روی چهره شناخته می شوند؛ پس آنگاه از موی پیشانی و از پاهایشان گرفته شود.

ملا- محسن فیض کاشانی، در تفسیر صافی درباره این آیه شریفه: (وَ كُلِّ إِنْسَانٍ أَلْزَمْنَاهُ طَائِرَهُ فِي عُنُقِهِ وَ نُخْرِجُ لَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ كِتَابًا يَلْقَاهُ مَنشُورًا) (3) معتقد است کارنامه

ص: 67

1- . آل عمران: 106.

2- . الرحمن: 41

3- . اسرا: 13.

به گردن افتاده، کنایه از روح انسان است که از اعمالش متأثر شده، و بر نفس و اعضا و جوارح نقش می بندد و اعضا و جوارح در روز قیامت، انسان را رسوا می کند.

هی بعینها نفسه الی رسخت فیها آثار أعماله بحیث انتقشت بها یلقیه منشورا لکشف الغطاء. (1)

این کارنامه، همان روح انسان است که عمل انسان بر آن رسوخ کرده، نقش بسته است؛ همانند آنکه کتاب اعمال را باز کرده و در مقابل او قرار داده باشند چون پرده ها کنار رفته است.

بنابراین رفتار و گفتار انسان ها در باطن آن ها تأثیرگذار است و آن ها می توانند با انتخاب رفتاری پسندیده و نیک، و حرکت بر اساس آنچه خداوند در مسیر تکامل بشر تعیین فرموده است، شخصیتی صالح و نیکوکار و برخوردار از همه کمالات بسازند؛ یا با عملکرد نادرست و مخالفت با دستورهای شرع مقدس و عقل، خود را افرادی بسازند ظلمانی و فاقد نورانیت باطن و موجوداتی پست و حیوانی که فقط در ظاهر به شکل انسان هستند. این تأثیر، هم در دنیا و هم در آخرت نمایان می شود. البته مشاهده تغییرات در دنیا و آخرت یکسان نیست و برای مشاهده برخی تغییرات در دنیا، پاکی و صفای باطن نیاز است. تأثیر یاد خدا در آرامش، و افزایش نورانیت انسان مؤمن با نماز شب، فقط نمونه هایی از آثار جسمی و روحی رفتارهاست: (الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ)؛ (2) آن ها که به خدا ایمان آورده و دل هاشان به یاد خدا آرام می گیرد؛ آگاه باشید که تنها یاد خدا آرام بخش دل هاست.

برای مثال، یکی از رفتارهایی که در ظاهر آدمی اثر دارد، به جا آوردن نماز شب است. امام صادق (علیه السلام) می فرماید:

صلاة اللیل تُبَيِّضُ الوجه و صلاة اللیل تطیب الريح. (3)

نماز شب، صورت را نورانی می کند و نماز شب، انسان را خوشبو می سازد.

امام علی (علیه السلام) نیز درباره تأثیر گناه می فرماید:

ص: 68

1- . تفسیر الصافی: ج 4 ص 189.

2- . رعد: 28.

3- . منتخب میزان الحکمة: ج 2 ص 596 ح 3666.

اشک ها نخشکید مگر به سبب سنگدلی؛ و دل ها سنگ نشد مگر به سبب گناهان بسیار.

همه این آیات دلالت می کند که رفتارهای آدمی می تواند در او تغییر اساسی پدید آورد و حتی در وجود و ماهیت او نیز تأثیرگذار باشد و این تغییرات، صورت و سیرت او را متحول کند تا آنجا که در قیامت، به صورت ظاهری نیز قابل مشاهده باشد. از این رو می توان با استفاده از این آیات و آیات و روایات مشابه، تلاش خود را به تغییر مطلوب و پسندیده معطوف کرد و از ارتکاب رفتارهایی که تأثیر ناخوشایند در صورت و سیرت خویش بر جای می گذارد پرهیز کرد.

ص: 69

شاید اهمیت فراوان اصلاح رفتار با خود، بر کسی پوشیده نباشد؛ اما در قدر و منزلت رفتار با خود، و ارزش آن در میان مجموع رفتارهای ارتباطی انسان، و میزان تأثیر و تأثر آن دیدگاه‌های متفاوتی وجود دارد و بحث و بررسی در این خصوص ضروری به نظر می‌رسد. از متن این مباحث، پرسشی اساسی مطرح می‌شود و آن اینکه: به راستی رفتار انسان با خود، در میان رفتارهای او در حوزه‌های گوناگون، از چه جایگاهی برخوردار است؟ البته این پرسش اساسی، پرسش‌های فرعی دیگری نیز به ذهن متبادر می‌سازد. از جمله آن پرسش‌هاست: ترسیم الگوی رفتار اخلاقی با خود، چه ضرورتی دارد و بر آن چه آثاری مترتب است؟ آیا ما می‌توانیم با درپیش گرفتن الگوی رفتاری خاص با خود، خویشتن را تربیت کرده، برخی عادات را ایجاد و برخی دیگر را زایل کنیم؟ آیا برای رفتار انسان با خود، می‌توان نقشی بنیادین و زیرساختی در مجموع رفتارهای او قایل شد؟

در این فصل خواهیم کوشید تا ضمن تبیین پاسخ پرسش اصلی، پرسش‌های فرعی را نیز به صورت ضمنی بررسی کنیم.

الف - مفهوم رفتار اخلاقی با خود

پیش از تبیین اهمیت رفتار اخلاقی با خود، و تعیین رتبه و درجه اهمیت آن در میان رفتارهای چهارگانه انسان، باید ابتدا مقصود از رفتار اخلاقی انسان با خود را روشن،

و بیان کنیم که آیا اصطلاح «رفتار انسان با خود»، شامل «شناخت» و کسب آگاهی از نفس خود نیز می شود؟ این پرسش از آن رو اهمیت دارد که اگر موضوع شناخت خویشستن را در زمره رفتارهای انسان با خویش قلمداد کنیم، درجه اهمیت بحث رفتار اخلاقی با خود را ارتقا داده ایم؛ چرا که با عنایت به اهمیت شناخت از نگاه صاحب نظران و تأکید بر آن در متون دینی، در مقایسه با اینکه موضوع شناخت را از رفتار متمایز بدانیم و آن را خارج از حوزه رفتاری انسان با خود قلمداد کنیم، از اهمیت بیشتری برخوردار خواهد بود. نگارنده بر این باور است که اقدام عملی انسان برای دستیابی به معرفت نفس خویش، مهم ترین، حساس ترین و سرنوشت سازترین اقدام عملی، یا رفتاری است که هر یک از افراد بشر می تواند با خود انجام دهد. به عبارت دیگر، اگرچه معرفت و شناخت، حقیقتی مجرد است و عنوان «رفتار» بر آن صدق نمی کند و مفهومش با عمل و رفتار کاملاً متفاوت است، آشکار است که معمولاً علم و آگاهی خودبه خود به سراغ انسان نمی آید؛ بلکه به نظر می رسد اغلب آگاهی های حصولی انسان، معلول اقدامات اوست؛ یعنی پدیده «شناخت» غالباً مترتب بر فرایندی رفتاری است. بنابراین می توان نخستین حق انسان بر خود را تلاش برای شناخت کامل خویش دانست، و شناخت کامل و همه جانبه نفس خود را، معلول و محصول رفتاری دانست که هر کس با خود انجام می دهد.

بنابر آنچه گفتیم، فرایندی که منجر به شناخت انسان از خود می شود، یکی از انواع رفتارهایی است که هر کس در ارتباط با خود انجام می دهد. این نوع رفتارها، از جمله رفتارهای نیک و اخلاقی انسان با نفس خود به شمار می آید؛ از این رو نگارنده، شناخت خود را به اعتبار فرایندی که منجر به حصول آن می شود، رفتار اخلاقی انسان در ارتباط با خود دانسته است.

توضیح آنکه «شناخت»، حقیقتی مشکک و دارای مراتب است. پس آدمی در رفتاری که قصد دارد انجام دهد، به هر میزان از شناخت بیشتری برخوردار باشد، رفتار دقیق تر و کم خطاتری خواهد داشت. اگر این اصل را نظریه ای اثبات شده بدانیم، میان اندازه شناخت انسان از خود، با درستی رفتاری که با خود صورت می دهد، رابطه ای مستقیم برقرار خواهد بود؛ یعنی هر مقدار بر میزان شناخت خویش افزوده شود، رفتار کامل تر و پسندیده تری در ارتباط با خود انجام خواهد شد. سراسر متون

دینی، تأییدکننده این معناست. در بسیاری از روایات معصومان (علیهم السلام) میان رفتار صحیح و اخلاقی، و شناخت جایگاه و منزلت خویش رابطه مستقیم برقرار شده است. این قبیل روایات تصریح می کند که انسان از حرمت نفس برخوردار است و انسانی که از حرمت و کرامت نفس خود آگاه باشد، عزت نفس خویش را در برابر مخلوقات از بین نمی برد و از رفتارهایی که به تضييع حرمت، کرامت و عزت نفس منجر می شود و او را در نظر هموعانش خوار نماید پرهیز می کند.

چند نمونه از روایات ناظر به این مفاهیم، از نظر تان می گذرد:

امام کاظم (علیه السلام) به هشام ابن حکم می فرماید:

ان اعظم الناس قدرا من لا یری الدنيا لنفسه خطرا. (1)

از همه مردم بلندمرتبه تر و عظیم القدرتر، کسی است که برای تمام دنیا به اندازه نفس خود ارزش قائل نیست.

این توصیه اخلاقی، از منظری دیگر بیان کننده آن است که انسان واقف به ارزش و منزلت خویش، خود را به دنیا و مواهب آن نمی فروشد و حاضر نیست برای دستیابی به دنیا، از حرمت انسانی خویش دست بردارد؛ حتی اگر آن موهبت دنیایی، به اندازه خود دنیا بزرگ باشد. همچنین کسی که از حقیقت عزت و حرمت نفس خویش به مثابه موهبتی خداداد آگاه است و خود را از آن برخوردار می داند، از دروغ که تضييع کننده عزت نفس اوست پرهیز می کند. از این رو از امام حسین (علیه السلام) نقل شده است:

الصدق عز و الكذب عجز. (2)

راستگویی عزت است و دروغگویی ناتوانی.

امام علی (علیه السلام) نیز همت هر انسان را به اندازه منزلتی می داند که او برای خویش قائل است. بنابراین انسان های بلندهمت، انسان هایی هستند که بر بزرگی و عظمت قدر و منزلت خویش واقف اند. از این رو ایشان می فرماید:

قدر الرجل علی قدر همته. (3)

قدر هر کس به قدر همت اوست.

ص: 73

1- . الکافی: ج 1 ص 19.

2- . تاریخ یعقوبی: ج 2 ص 246.

3- . نهج البلاغة: حکمت 47.

ایشان در بیانی دیگر، آدمی را به حریت و آزادگی توصیه می کند. البته از این جمله نورانی استفاده می شود کسی که به آزادگی خویش آگاه و به آن معتقد است خود را بنده و ذلیل انسانی همانند خویش می کند و آزاده زندگی می کند؛ و نیز کسی که از کرامت نفس خویش آگاه است و به آن باور دارد، آن را با انجام دادن رفتارهای ناپسند و زشت و ارتکاب گناه ضایع نمی سازد: و لا تکن عبد غیرک و قد جعلک الله حرا: (1) و بنده دیگری مباش؛ که خداوند تو را آزاد آفریده است. امام در بیانی دیگر می فرماید:

من کرمتم علیه نفسه لم یهنها بالمعصیه. (2)

کسی که نفس شرافتمند و با عزت دارد، هرگز آن را با پلیدی گناه، خوار نخواهد ساخت.

امام باقر (علیه السلام) می فرماید:

اطلب بقاء العز بامانة الطمع. (3)

تداوم عزت خویش را در کشتن طمع بجو.

این متون و متون فراوان دیگری که مجال ذکر آن ها نیست، گرچه از یک منظر راه پاسداری و مراقبت از حرمت و عزت نفس را می آموزد، از منظری دیگر بیان می کند که انسان برخوردار از حرمت نفس و انسان آگاه از کرامت نفس خویش، رفتارش متناسب با این باور خواهد بود؛ یعنی هرگز رفتاری ناسازگار با حرمت و عزت نفس خویش انجام نمی دهد. نتیجه آنکه انسان ها را از نوع رفتارشان می توان شناخت. بنابراین گزاره های خبری در این روایات به خوبی میان اندازه شناخت آدمی از خود، با رفتارهای او رابطه مستقیم برقرار کرده است. لذا اگر آدمی بر منزلت خویش واقف نباشد، رفتارش متفاوت خواهد بود و خود را در برابر امور بی ارزش تر از خویش، خوار و خفیف خواهد ساخت؛ آن گونه که از امام علی (علیه السلام) نقل شده است که فرمود: النفس الدنیه لاتنفک عن الدنات: کسی که فرومایه و پست است، از کارهای پست جدایی ندارد. همچنین از امام هادی (علیه السلام) روایت شده است: من هانت علیه نفسه فلا تأمن شره: از شر کسی که نفش در نزد او بی مقدار است، ایمن مباش.

ص: 74

1- . همان: نامه 31

2- . عیون الحکم و المواعظ: ص 439.

3- . تحف العقول: ص 286.

پس انتخاب نوع رفتار و عملکرد، یا اصلاح آن، رابطه مستقیم با اندازه شناخت از متعلق رفتار دارد. از این رو رفتارهای افراد، اگر با پشتوانه شناخت و معرفت کافی باشد، از اتقان و استواری لازم برخوردار بوده، مطلوب تر، پسندیده تر و معقول تر از رفتارهایی است که پشتوانه اش شناخت کافی نیست.

اکنون که بیان کردیم شناخت خویش و جایگاه و منزلت خود در میان مخلوقات و جهان آفرینش، با سامان یافتن رفتارها و پسندیده شدن آن ها رابطه ای مستقیم دارد، اقدام عملی برای کسب شناخت خویش را می توان نوعی رفتار، یا نخستین رفتار «انسان در ارتباط با خود» به شمار آورد؛ یعنی اقدام عملی برای کسب شناخت نیز رفتار اخلاقی انسان با خود به شمار می رود و شناخت نفس، میوه آن رفتارهاست.

ب - جایگاه رفتار با خود

در میان اندیشمندان علم اخلاق، دو گروه شاخص وجود دارد: یک گروه که سقراط سرآمدشان است، معتقدند جامعه، مفهومی انتزاعی است و فرد اصالت دارد. پیش فرض این دیدگاه آن است که انسان موجودی فراتاریخی و دارای فطرتی مملو از تعالیم اخلاقی ثابت است و لذا انسان، در هر شرایط و زمان و مکانی که زندگی می کند، می تواند با رجوع به درون خویش آن تعالیم را دریابد و اگر از هوی و هوسش تبعیت نکند، آن ها را عملی سازد. مطابق این دیدگاه، منشأ و خاستگاه اخلاق، درون انسان است و جامعه و محیط، در فرایند شکل گیری نظام های اخلاقی، نقش فرعی و غیراساسی دارند. اما در مقابل، متفکرانی هستند که نسبت جامعه و فرد را نسبت جوهر و عرض می دانند. آن ها بر این باورند که همه نظام های اخلاقی، برخاسته از روابط اجتماعی و اقتضائات محیطی است.

نگارنده، فارغ از اینکه هریک از این دو گروه، نقدهایی به دیدگاه دیگری وارد می سازد، بر این باور است که با استفاده از متون دینی، می توان تبیین کرد که از منظر دین مبین اسلام، اگرچه جامعه اهمیت بسیاری دارد و بسیاری از دستورهای حکومتی به منظور تأمین مصالح جمعی وضع شده است، اصالت فرد را نمی توانانکار کرد. به عبارت دیگر، هنجارهای اجتماعی عمدتاً از طریق تک تک افراد ایجاد، و هنجارشکنی نیز از فرد آغاز می شود.

از سوی دیگر، تحولات اجتماعی عموماً از فرد نشئت می گیرد؛ از این رو اگر قرآن کریم دستورهای جمعی نیز دارد، نه به آن سبب است که مخاطبانش اجتماع است از آن حیث که حقیقتی واقعی و نه اعتباری است؛ بلکه از آن روست که مخاطبانش یک

نفر نیستند، و متعدّدند. از جمله. متونی که به اصالت فرد در قبال اجتماع و تقدم اصلاح رفتار با خود قبل از پرداختن به دیگران اشاره دارد، می توان به آیاتی چون: (یا ایها الذین آمنوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ * كَبُرَ مَقْتاً عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ) (1) و آیه (أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ تَتْلُونَ الْكِتَابَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ) (2) و آیه (یا ایها الذین آمنوا علیکم انفسکم) (3) و (یا ایها الذین آمنوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَ أَهْلِيكُمْ نَاراً) (4) اشاره کرد.

تعداد روایات فراوانی که به عامل بودن خود، قبل از توصیه کردن به دیگران توصیه و تأکید دارد، همگی حکایت از این می کند که اصلاح خود، مقدم بر اصلاح دیگران، و پله نخست اصلاح جامعه است.

نمونه ای از احادیث فراوان در این خصوص، این حدیث از امام علی (علیه السلام) است:

من نصب نفسه للناس إماماً فليبدأ بتعليم نفسه قبل تعليم غيره. وليكن تأديبه بسيرة قبل تأديبه بلسانه. و معلم نفسه و مؤدبها أحق بالإجلال من معلم الناس و مؤدبهم. (5)

هرکس خود را برای رهبری مردم عرضه کند، باید قبل از آموختن به دیگران، به خود بیاموزد؛ و کسی که به تعلیم و تربیت خود پردازد، از کسی که به تعلیم و تربیت دیگران پرداخته، به احترام و تجلیل سزاوارتر است.

این متن شریف در دو مقام، مرتبه پرداختن به خود را مقدم بر پرداختن به دیگران می داند: مقام تعلیم خود، و مقام تربیت خود. یعنی هم تعلیم و هم تزکیه خود، بر تعلیم و تربیت دیگران مقدم است؛ بدان جهت که اثربخشی تعلیم و تربیت

ص: 76

1- . صف: 2-3.

2- . بقره: 44.

3- . مائده: 105.

4- . تحریم: 6.

5- . نهج البلاغة: حکمت 73.

دیگران، در گرو تعلّم و تربیت یافتگی خود است و دست کم، اثر بیشتری خواهد داشت، به ویژه در بُعد تربیت و تزکیه. سپس در ادامه بیان شریف امام (علیه السلام) کسی که در این دو مقام، به تعلیم و تربیت خود اهتمام ورزیده، از کسی که به تعلیم و تربیت دیگری پرداخته، سزاوارتر بر تکریم و تجلیل دانسته شده است. از این بیان می توان نتیجه گرفت کسی که در تعلیم و تربیت، خود را بر دیگران مقدم داشته است، سزاوارتر و شایسته تر برای تکریم و تجلیل است از کسی که در این دو زمینه، دیگران را بر خود مقدم داشته است.

استاد قراملکی، در تحلیل این روایت، علت برتری معلم نفس خویش بر معلم دیگران را در سه امر دانسته، می نویسد:

تعلیم خویش، شرط کارآیی تعلیم دیگران است؛

اهتمام به تعلیم دیگران، ممکن است با غفلت از خویش همراه گردد؛ اما پرداختن به تعلیم خویش، لزوماً با خودآگاهی و توجه به خویش همراه است؛

تأدیب خویش، بسی سخت تر و پیچیده تر از تأدیب دیگران است. فضیلتی که دشواریاب است و نیل به آن به مجاهده بیشتری نیاز دارد، ستودنی است. (1)

نتیجه آنکه اصلاح رفتار با خود، اعم از تعلیم و تربیت خویش، بر تعلیم و تربیت دیگران مقدم است و لازمه اصلاح رفتار با خود، به مفهوم خاص آن، این است که تعلیم و شناخت که محصول آن است تحقق یابد. این بدان جهت است که شناخت نفس و آگاهی از ابعاد وجودی خویش، مقدمه اصلاح تعامل با خود به شمار می آید. به عبارت دیگر، اصلاح رفتار با خود، به مفهوم عام آن که شناخت و معرفت و نیز تعلیم را دربر می گیرد، به اصلاح رفتار با خود به مفهوم خاص آن منجر خواهد شد و رابطه فرد با خود را اصلاح خواهد کرد. برای مثال از امام باقر (علیه السلام) روایت شده است: سُبُّ سَبِيلِ الْعَجَبِ بِمَعْرِفَةِ النَّفْسِ: (2) راه خودبزرگ بینی، با شناخت نفس خویش مسدود می شود. ایشان همچنین می فرماید: مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ جَاهِدَهَا، وَ مَنْ جَهِلَ نَفْسَهُ أَهْمَلَهَا: (3) هر کس نفس خویش را بشناسد، با آن مبارزه خواهد کرد و آن کس که به آن نادان باشد، رهايش خواهد ساخت.

ص: 77

1- . النهج: ش 30 ص 54.

2- . تحف العقول: ص 285.

3- . عیون الحکم و المواعظ: ص 453.

پس کسی که تعلیم یابد و خود را بشناسد، با نفس خویش مجاهده خواهد کرد و آن را به حال خود رها نخواهد کرد و از خود بزرگ بینی و تکبر و صفاتی مانند آن دوری می‌گزیند و در یک کلام، در رفتار با خود به مسیر صحیح رهنمون می‌گردد.

افزون بر آنچه بیان کردیم، اصلاح رفتار با خود تأثیر شگرفی در اصلاح رفتار و تعامل انسان در حوزه‌های رفتاری دیگر خواهد داشت؛ یعنی هم رفتار انسان با خدا را سامان می‌بخشد، و هم رفتار او را با هموعان اصلاح می‌کند، و هم رفتار او را در برابر دنیا تعدیل می‌کند. برای مثال، امام سجاد (علیه السلام) در یکی از مناجات‌های خود، به خداوند عرض می‌کند:

و اجعلنا من الذین عرفوا انفسهم و ايقنوا بمستقرهم فكانت اعمارهم فی طاعتک تقنی. (1)

و ما را از کسانی قرار ده که خود را شناختند و به مکان استقرارشان یقین کردند؛ پس عمرشان در مسیر اطاعت از تو سپری شد.

این بیان شریف نیز معرفت و شناخت را که محصول تعلیم است، بر عمل یا همان اطاعت، مقدم دانسته، به خوبی به رابطه وثیق شناخت خویش و اصلاح رفتار انسان با خدا تصریح می‌کند.

همچنین معرفت نفس، رفتار و تعامل انسان با دنیا را نیز اصلاح می‌کند و او را از دلبستگی و وابستگی فراوان به دنیا باز می‌دارد؛ موضوعی که امام علی (علیه السلام) به آن اشاره می‌فرماید:

عجبت لمن عرف نفسه کیف یأنس بدار الفناء. (2) تعجب می‌کنم از کسی که [خیال می‌کند] خود را شناخته است، چگونه به این دنیای فانی انس می‌گیرد؟

بنابراین آشکار است که شناخت نفس، اصلاح رفتار با خود را در پی خواهد داشت و نادانی به نفس خویش، رفتار آدمی را با خویشتن و با دیگران به بیراهه می‌برد. بر این اساس، رفتار هر فرد با خود که تلاش در جهت کسب شناخت خود نیز جزو آن است، از نظر اهمیت، برتر از هر رفتار دیگر خواهد بود؛ زیرا مطابق

ص: 78

1- . بحار الانوار: ج 94 ص 128.

2- . غرر الحکم: ج 6264.

آنچه در متون دینی بر آن تأکید شده و پس از این بدان اشاره خواهیم کرد، شناخت «خدا» نیز مترتب بر شناخت «خود» است. از این رو با در نظر گرفتن فرضی که بیان شد، پرداختن به خود و اصلاح رفتار انسان با خود، از نظر مرتبه و اهمیت، بر اصلاح رفتار او در حوزه های دیگر رفتاری مقدم خواهد بود.

اصلاح این رابطه، نقش بنیادین در اصلاح رابطه او با غیر خواهد داشت و بدون اصلاح رابطه و رفتار انسان با نفس خویش، انتظار اصلاح رفتار او با خدا، جامعه و طبیعت، انتظار چندان بجایی نخواهد بود. به این دلیل، به نظر می رسد افرادی که به ارزش های خود جاهل اند و از جایگاه خود در جهان آفرینش آگاهی ندارند، رفتارشان با خویشان نه فقط براساس معیارهای انسانی و دینی نیست، بلکه در رفتار با خدا، جامعه و طبیعت نیز مبنایی الهی یا دست کم مبنایی انسانی را در نظر نمی گیرند. به هر حال بر اساس آموزه های دینی و یافته های جدید علم روان شناسی و علوم تربیتی، و با عنایت به اجتماعی بودن انسان و ضرورت برقراری ارتباط افراد با یکدیگر در جوامع، (1) اصلاح رفتار با همنوعان، اجتناب ناپذیر است؛ چرا که بدون توجه به اصلاح رفتار، و برخورداری از اخلاق پسندیده در برقراری ارتباط با همنوعان، یا رابطه فرد و همنوعان او بسیار دشوار است، یا اگر رابطه برقرار شود تداوم نخواهد یافت و سرانجام، تنهایی و انزوای صاحب رفتار را در پی خواهد داشت. نتیجه آنکه ایجاد رابطه صحیح با همنوعان و استمرار یا تعمیق آن، مترتب بر شناخت صحیح از خود و تعامل صحیح با خود خواهد بود؛ و شناخت خود و جنبه های وجودی خویش به انسان کمک می کند تا بتواند نقشه آرمانی خود را در زندگی ترسیم کند و با اراده و برنامه ریزی، رفته رفته شخصیت و منش خود را آن گونه که صحیح است شکل دهد. (2) آدمی، با این روش می تواند با برقراری تعامل صحیح با خود، که مبنی بر ارزش های اخلاقی و دینی است، به مثابه امری محوری و کلیدی، موفقیت و سعادت خویش را در جامعه تضمین کند. انبوه آیات و روایات در خصوص امکان تربیت خویش و مراقبت از خود، و نیز سوق دادن خُلقیات خود به سمت خُلقیات انسانی و اسلامی، به روشنی مطلب پیش گفته، را تأیید

ص: 79

1- . فلسفه تعلیم و تربیت: ج 1 ص 388.

2- . ر. ک: نظریه های شخصیت: ص 344.

کرده، بر اهتمام به قراردادن خُلقیات و به تبع آن، رفتار خویش در مسیر صحیح و مبتنی بر آموزه های دینی تأکید می کند. (1) آیات و روایات در این خصوص، افزون بر آنکه از امکان تغییر و تبدیل ملکات و عادات و تسلط یافتن بر تمایلات و خصوصیات فردی حکایت می کند، اهمیت اهتمام انسان به اصلاح رفتار و اخلاق خود را بیان کرده، حساسیت آن را در کسب سعادت و رستگاری آشکار می کند. برای مثال، خداوند در آیات متعدد قرآن عمل صالح را در کنار ایمان قرار داده (2)، گاه از «تقوا» به مثابه تالی تلو ایمان یاد می کند. (3) این تعابیر قرآن کریم، هر مسلمان را به اهمیت عمل نیک و رعایت تقوا و ادای حق صاحب حق متذکر می شود و مانع غفلت مسلمانان از اصلاح رفتار و کردار به طور عام، و اصلاح رفتار اخلاقی با خود به طور خاص می شود. همچنین برخی آیات دیگر، توجه به اصلاح خود را از اصلاح دیگران برتر شمرده، به اهمیت بیشتر اصلاح نفس (4) و پرداختن به خود، پیش از پرداختن به دیگران تصریح می کند. (5) این توجه ویژه در متون دینی، ضمن بیان اهمیت اصلاح رفتار اخلاقی با خود، تقدم مرتبه و جایگاه اصلاح خود را بر اصلاح دیگران بیان، و انگیزه ما را برای بحث در موضوع «رفتار اخلاقی با خود» بیش از پیش تقویت می کند.

ج - هدف از اصلاح رفتار اخلاقی با خود

یکی از پرسش های اساسی در موضوع اخلاق، پرسش درباره هدف اخلاق است. به این پرسش که: چرا باید اخلاقی باشیم و صفات حسنه را در خود ایجاد، و ردایل

ص: 80

1- . مائده: 105: (يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسَكُمْ...); تحریم: 6: (يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا...); الکافی: ج 1 ص 142 «امام علی (علیه السلام): أعینوا علی أنفسکم بلزوم الطریقة المستقیمة و هجر الامور المکروهة»؛ غرر الحکم: ح 7781 «امام علی (علیه السلام): من أصلح نفسه ملکها». از امام باقر (علیه السلام) نقل شده است که فرمود: علیک بذات نفسک و دع ماسواها و استعن بالله یعنیک (تحف العقول: ص 219).

2- . در قرآن کریم 53 بار به مؤمنان به شرط برخوردار بودن از عمل صالح، وعده های گوناگونی از قبیل بهشت جاوید، رضوان الهی و آسودگی از حساب قیامت و... داده شده است و این نشان از تأکید بسیار و ضرورت برخوردار بودن از عمل صالح در کنار ایمان دارد.

3- . (وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَى آمَنُوا وَ اتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِنَ السَّمَاءِ وَ الْأَرْضِ) اعراف: 96.

4- . (يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ * كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ) صف: 2-3؛ (أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَ تَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ وَ أَنْتُمْ تَتْلُونَ الْكِتَابَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ) بقره: 44. حدیثی از امام علی (علیه السلام): من شغل نفسه بغير نفسه تحیر فی الظلمات و ارتبک فی الهلکات (غرر الحکم: 9033).

5- . (يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسَكُمْ) مائده: 105؛ (يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا...) تحریم: 6.

اخلاقی را از خود دور کنیم، باید در آغاز پاسخ داده شود. در این باره دیدگاه‌های متفاوتی وجود دارد. برخی مکاتب، هدف اخلاق را رسیدن به آرامش و لذت

جاودانه، و رسیدن به آن را در گرو دست کشیدن از لذات مادی و دنیوی می‌دانند؛ از این رو ریاضت در دنیا را ترویج می‌دهند.⁽¹⁾ برخی ادیان، هدف از اخلاق را دستیابی به پندار و رفتار نیک می‌دانند.⁽²⁾ یهودیت، عدالت را⁽³⁾ و مسیحیت، تقرب به کمال مطلق را⁽⁴⁾ هدف اخلاق به شمار می‌آورد. برخی حکیمان، فضیلت را و برخی سعادت را هدف اخلاق دانستند و البته تعریف آنان از فضیلت و سعادت نیز گاه متفاوت به نظر می‌رسید.⁽⁵⁾ اما اندیشمندان غربی متأخر، اهداف جدیدی برای اخلاق ابداع کردند. در قرون متأخر، اصالت به انسان داده شد و مکاتب اومانیستی شکل گرفت. به این ترتیب، اهداف اخلاق نیز تغییر کرد. رسیدن به لذت حد اکثری⁽⁶⁾ و انجام دادن وظیفه انسانی،⁽⁷⁾ دو هدف عمده‌ای است که اندیشمندان غربی، برای اخلاق تعیین کرده‌اند. اندیشمندان مسلمان، با استفاده از قرآن و حدیث دیدگاه‌های متفاوتی دارند. برخی چون ابن سینا، عدالت اجتماعی را هدف اخلاق دانسته‌اند؛⁽⁸⁾ برخی دیگر شناخت خدا، کمال فردی یا عدالت فردی و عدالت اجتماعی را اهداف اخلاق مطرح می‌کنند.⁽⁹⁾

اینکه هدف از اخلاق، که همان هدف نهایی زندگی انسان است، متعدد است یا واحد، جای بسی تأمل است. استاد مصباح یزدی معتقد است اهداف میانی می‌توانند متعدد و متنوع باشند؛ یعنی هر کاری می‌تواند برای چند هدف میانی صورت گیرد. همچنین اهداف میانی، منعی ندارد که برای کاری هدف باشند و برای هدفی بالاتر، مقدمه؛ اما این فرایند تا بی نهایت نمی‌تواند ادامه داشته باشد؛ یعنی هدف متعالی

ص: 81

- 1- . اوپانیساد: ص 44.
- 2- . اوستانامه: ص 37، 39، 87.
- 3- . کتاب مقدس (عهد عتیق و عهد جدید): ص 853، 912، 961.
- 4- . انجیل برنابا: ص 92.
- 5- . ر. ک: اخلاق نیکو ماخوس: ص 528؛ جمهور افلاطون: 7 - 17.
- 6- . ر. ک: انسان کامل ص 42 (دیدگاه نیچه).
- 7- . بنیاد ما بعد الطبیعه اخلاق: ص 78.
- 8- . هدف زندگی، ص 15.
- 9- . رضا حق پناه، «اخلاق، فضیلت، گوهر جامعه دینی»، اندیشه حوزه، ش 79 - 80.

انسان، باید ذاتاً هدف باشد. و جنبهٔ مقدمی برای هدفی بالاتر نداشته باشد و نیز واحد باشد. وی با اشاره به آیاتی از قرآن کریم همچون (قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى) (1) و (قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّيْهَا) (2) و (وَ اذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ) (3) رستگاری را علت غایی معرفی می کند. البته ایشان به استناد آیات قرآن کریم، رستگاری را سعادت به معنای رهایی از دشواری و رنج، و رسیدن به لذت بالاتر و پایدارتر، یعنی لذت جاودان دانسته است. (4) به این ترتیب اگر کمال، قرب الی الله یا حتی جلب خشنودی خدا را هدف اخلاق بدانیم، باز هدفی بالاتر که همان غایت انسان تلقی می شود، وجود دارد. آن غایت، به تصریح قرآن کریم، چیزی جز رستگاری نیست.

اما آنچه بیان شد، هدف عالی اخلاق بود؛ درحالی که اصلاح رفتار اخلاقی انسان با خود، کاری زیربنایی است و پایهٔ اصلاح رفتار انسان در حوزه های دیگر قلمداد می شود؛ بنابراین هدف آن نیز می تواند هدفی دیگر در جهت دستیابی به سعادت به شمار آید.

شاید بتوان گفت هدف از اصلاح رفتار انسان با خود، نزدیک شدن به ماهیت انسانی و فاصله گرفتن از حیوانیت است. این هدف، باید با اصلاح رفتار با همنوعان و محیط تقویت شود و به کمال برسد و در ادامه، با اصلاح رفتار با خداوند، انسان برخوردار از رفتار انسانی، به انسان الهی ارتقا یابد و رفتارش رنگ خدایی گیرد. در این صورت، او سعادتمند می شود و به فوز و فلاح نایل می گردد. بنابراین انسان باید در زندگی دنیوی خویش تلاش کند از زندگی و خوی حیوانی فاصله گرفته، به انسانیت برسد و از آن درجه نیز بگذرد و الهی شود.

البته نباید این تصور پیش آید که اصلاح رفتارهای انسان، به ترتیب از رفتار او با خود شروع، و به اصلاح رفتار با خدا ختم می شود؛ بلکه اصلاح رفتارها در همهٔ حوزه های رفتاری، به صورت همزمان امکان پذیر و بلکه ضروری است. بنابراین سالک نباید اصلاح رفتارش با همنوعان یا با خدا را مبتنی بر اصلاح رفتار با نفس خود بداند، و برای اصلاح رفتار در آن حوزه ها منتظر بماند رفتار با خود را اصلاح کند.

ص: 82

1- . اعلی: 14.

2- . شمس: 9.

3- . جمعه: 10.

4- . اخلاق در قرآن: ج 1 ص 27 - 35.

آنچه در بحث رفتار اخلاقی انسان با خود، در پی تبیین آن هستیم، بررسی الگوهای رفتارهای اخلاقی انسان در ارتباط با نفس خویش است. این الگوها شامل رفتارهای فرد که در ارتباط با نفس خود او کارآمد است می شود. در رفتار انسان با خود، وجود دو طرف برای ارتباط مفروض است؛ اما روشن است که تعامل انسان با نفس خویش، با رابطه او با هموعان متفاوت است؛ زیرا در تعامل آدمی با هموعان، طرفین تعامل فعال اند، اما در تعامل انسان با نفس خویش، انتخاب نوع رفتار با خویش، همانند رفتار بین شخصی وابسته به رفتار طرف مقابل و تأثیرپذیری از آن نیست. یعنی نفس انسان در ظاهر منفعل و فاقد هرگونه رفتاری است و ما به طور یک طرفه رفتار خود را در ارتباط با نفس خویش انتخاب، و عمل می کنیم. بنابراین رفتار انسان با خود، از این نظر با رفتار انسان با طبیعت شباهت بیشتری دارد؛ زیرا در آن حوزه نیز یک طرف همواره فاعل است و طرف دیگر که طبیعت است، عملی برخاسته از اراده و اختیار خود در برابر انسان انجام نمی دهد و همان گونه که طبیعت، همچون مادر بشر خدمات بی شماری به او ارائه می کند و گاه بلایای طبیعی دامنگیر او می شود، نفس انسان نیز حالات و هیجاناتی را که برخاسته از قوای چهارگانه خود، یعنی قوای عقلیه، غضبیه، شهویه و وهمیه (1) است بر ما عارض می کند و در نتیجه ما را در انجام دادن اعمال خود، چه در ارتباط با رفتار درون شخصی و چه در ارتباط با رفتار برون شخصی تا اندازه ای منفعل می کند. این انفعال بستگی به اندازه غلبه هریک از قوای چهارگانه بر سه قوه دیگر دارد. آنچه بر ما لازم است این است که بتوانیم قوای چهارگانه را تحت کنترل درآورده، هریک را تحت رهبری عقل، به صورت بجا و درست به کار گیریم. بنابراین اگرچه در رفتار بین شخصی، انتخاب نوع رفتار هر کس با دیگری، در بسیاری اوقات در گرو نوع رفتار دیگری با اوست و رفتارهای طرفین در تعاملات بین شخصی همواره در انتخاب نوع رفتار آینده تأثیرگذار است و به همین دلیل رفتار دوطرفه اصطلاحاً «تعامل» خوانده می شود، در رفتار با خود، رفتار همواره یک طرفه است و در عالم

ص: 83

خارج، دو طرف حقیقی وجود ندارد، بلکه صرفاً وجود دو طرف فرض شده است تا وظیفه و تکلیف هر فرد در برابر خود به درستی تبیین شود و هر کس از میزان تأثیرگذاری بر طرف دیگر، که نفس خویش است، مطلع و از چگونگی آن و نیز از میزان تأثیرپذیری از نفس و تمایلات آن آگاه شود و راهکار تعامل صحیح و رفتار مبتنی بر اصول و ارزش های اخلاقی با خویش را بیاموزد. به عبارت دیگر، در رفتار با خود، من فاعل همیشه فاعل است و رفتارها همیشه از من فاعل صادر می شود. بنابراین رفتارها دوسویه و دوطرفه نیست. البته این سخن بدان معنا نیست که تمایلات و خواهش های نفسانی یا عقلانی نفس نمی تواند در نوع عملکرد آدمی در خارج تأثیرگذار باشد. نفس انسان با وجود قوای چهارگانه، فاعل خاموشی است که در نهان، تأثیر می گذارد و به رفتار ما شکل می دهد بدون آنکه حرکتی کرده یا سخنی بر زبان رانده باشد. برای مثال، کسی که درباره جسم خویش تصمیم می گیرد تن پروری را برگزیند یا به ریاضت جسمانی روی آورد، خودآزاری در پیش گیرد یا خودکشی کند، فاعل آشکاری است که تأثیرپذیری از فاعل خاموش، یعنی قوای درون باعث شده است چنین رفتاری درباره خود انجام دهد. پس اگرچه نفس، در ظاهر خاموش و فاقد رفتار است، در حقیقت تمایلات و گرایش هایش می تواند در رفتار انسان با خود یا دیگری تأثیرگذار باشد. در منابع دینی به انسان توصیه شده است که عنان خود را به دست نفسش نسپارد و اسیر هوای نفس خویش نباشد و لجام آن را در اختیار گیرد تابع فرمان های عقلش باشد. این قبیل متون بیان کننده این است که آدمی در زندگی، پیوسته با خود در تکاپوست و بیشترین مراوده را با خود دارد و هر رفتاری می خواهد انجام دهد و هر سخنی می خواهد بر زبان جاری سازد، پیش از آن، تعاملی درونی و حدیث با نفس خود خواهد داشت. پس اگر نفس اماره که یکی از ابعاد وجودی انسان است بر او چیره شده باشد، در تعامل یا ستیز با نفسش مغلوب شده، اسیر هواهای نفس و تابع دستورهای آن خواهد بود؛ و اگر با عقلش بر آن چیره شده باشد، نفس خویش را رام خواهد کرد و رفتاری بر اساس حکمت و عقل از او صادر خواهد شد. این تقابل درونی را انسان های بیدار و هشیار، در درون خود می یابند؛ اما آن که غفلت، وجودش را فرا گرفته و هوای نفس بر او غلبه یافته است، در بسیاری رفتارها و تصمیماتش چنین تقابلی را در درون

خود نمی یابد و دقیقاً مطابق آنچه هوای نفسش ترسیم می کند عمل می کند. چنین کسی عقل خویش را به صورت برده یا اسیری درآورده و اختیار آن را به نفس اماره سپرده است، آن گونه که از خود هیچ اراده ای ندارد و جز آنچه مولایش اراده می کند نمی خواهد. بنابراین آنچه در زمینه رفتارهای اخلاقی انسان با خود اراده کرده ایم، این است که رفتارها یا الگوی رفتاری مناسب با خود را که مطابق ارزش های عقلی و دینی است شناسایی، و به مخاطبی که در جستجوی آگاهی از رفتارهای اخلاقی با خود است عرضه کنیم.

ه - اقسام رفتار انسان با خود

اشاره

رفتارهای انسان با خود را که در اصطلاح علم روان شناسی، از آن به «رفتار درون شخصی» تعبیر می کنند، از حیثیات و منظرها می توان تقسیم کرد:

1. رفتار درون شخصی به مفهوم عام (باواسطه)

قرآن کریم، همه رفتارهای انسان را به رفتار درون شخصی پیوند زده و به نوعی از زمره رفتارهای درون شخصی به شمار می آورد. به عبارت دیگر، رفتار برون شخصی که یا در مواجهه با خداوند، یا در مواجهه با هممنوعان، یا در مواجهه با طبیعت است؛ هرگونه باشد، از نظر اسلام گونه ای از رفتار با نفس خود خواهد بود؛ زیرا آثار و تبعات رفتار او را به خود او بازمی گرداند. ما در بحث «گستره تأثیرات رفتار انسان با خود» درباره این موضوع بیشتر سخن خواهیم گفت و به روشنی بیان خواهیم کرد که تبعات نیک و بد، و خیر و شر مجموعه رفتارهای آدمی چگونه متوجه خود او می شود.

2. رفتار درون شخصی به مفهوم خاص (بی واسطه)

اشاره

این دسته از رفتارها، مستقیماً با خود فرد مرتبط بوده، آثار و تبعاتش بدون واسطه به فاعل آن بازخواهد گشت. خودشناسی، حفظ عزت نفس، ذلت پذیری، خودفراموشی، خودکشی، صداقت با خویش، محاسبه گری خود، خودباختگی، خودکنترلی و از خودبیگانگی، نمونه هایی از رفتار یا تعامل فرد با نفس خویش است، که در فصل آخر به بررسی هریک از این مصادیق خواهیم پرداخت.

پیش تر گفتیم که کسب معرفت نفس نیز یکی از انواع رفتارهایی است که هر فرد در ارتباط با خود انجام می دهد، و نیز اشاره کردیم که فقط به رفتاری می توان امیدوار بود که از پشتوانه شناخت برخوردار باشد و به عمل بدون شناخت، در هر حوزه رفتاری، امید موفقیت و دستیابی به هدف وجود ندارد. با عنایت به این نکته، رفتارهای انسان در ارتباط با نفس خویش را از یک منظر می توان به دو دسته تقسیم کرد:

• رفتارهای فرد برای کسب شناخت و دانش

درباره رفتارهای معرفت زا، این نکته بدیهی است که انسان، علم و معرفت را عادتاً به واسطه اقدامات عملی به دست می آورد. بنابراین اگرچه حصول دانش و شناخت، از امور غیرارادی است، تلاش در جهت کسب آن، رفتاری است که از دانش پژوه سر می زند. از این رو اگرچه خود شناخت نفس رفتار نیست، اقدامات بشر در مسیر تحصیل معرفت، رفتاری است که هرکس در رابطه با خود انجام می دهد.

• رفتارهایی که در مسیر معرفت زایی نیست

و از اقداماتی است که هر فرد در رابطه با خود انجام می دهد. از این رفتارها دانش به دست نمی آید یا دست کم به منظور افزایش دانش انجام نمی شود؛ اما ممکن است مؤلّد تجربه باشد. برای مثال، کم خوردن برای مراقبت از سلامت بدن و نورانیت قلب، و نیز تمرین کنترل نفس خویش از عصبانیت بی جا یا پرهیز از ارتکاب غیبت برادر ایمانی یا دروغگویی، از جمله رفتارهایی است که هر فرد برای حفظ سلامت جسم و روح خویش انجام می دهد.

با این توضیح، روشن است که اهمیت رفتارهای قسم اول، ناشی از اهمیت خود معرفت و شناخت خواهد بود و به درستی می توان این نوع رفتار را ارزشمندترین و سرنوشت سازترین رفتار به شمار آورد. در این جهت، به آیات و روایات متعددی می توان تمسک جست. متونی که شناخت نفس را سودمندترین معارف معرفی کرده، شناخت خداوند را نیز بر آن مترتب می داند. (1) در ادامه، مطالب بیشتری در این باره بیان خواهد شد. بنابراین اگر شناخت نفس، کلیدی ترین شناختی است که انسان در مسیر کسب سعادت خویش نیاز دارد، رفتار با خود نیز اگر از نوع نخست، یعنی رفتاری در

ص: 86

1- . غرر الحکم: ح 9865. علی (علیه السلام): معرفة النفس انفع المعارف.

جهت کسب علم و دانش به ویژه شناخت نفس خود باشد، با اهمیت ترین رفتار ها خواهد بود. البته باید توجه داشت که اهمیت رفتارهای انسان با خود، صرفاً به سبب تلاش های او در جهت کسب معرفت نفس نیست و رفتارهای دیگر انسان با خود نیز اهمیت بسیاری دارد و تأثیرگذاری بنیادینی در بقیه رفتارهای آدمی خواهد داشت.

و - ابعاد رفتار اخلاقی با خود

«خود» یا «نفس» انسان متشکل از سه بُعد حیاتی ذیل است:

- حیات نباتی و حیوانی او که همان جسمش و ویژگی های غریزی اوست؛

- حیات انسانی که همان شخصیت، هویت و جایگاه او در زندگی مادی دنیوی است؛

- حیات معنوی که همان روح و جان اوست و آنچه با بُعد ماورای طبیعی و اخروی او در ارتباط است.

اکنون اگر بپذیریم که یکی از مقاصد مهم علم اخلاق، ادای حقوق و انجام دادن تکالیف است، رفتار اخلاقی با خود می تواند به مفهوم ادای حقوق نفس خود و انجام تکالیف در برابر خود باشد. از این رو انسان در تنظیم رفتار اخلاقی با خویشتن، باید به سه بُعد یاد شده نظر داشته باشد و حقوق هر سه جنبه خود را شناسایی و به آن ها توجه کند:

نخست، به تنظیم رفتار اخلاقی خود در ارتباط با جسم و سلامت خویش می پردازیم. تردیدی نیست که در پیش گرفتن رفتار صحیح با جسم خویش، نه فقط در سلامت روح و روان مؤثر است، بلکه در انتخاب رفتار صحیح برون شخصی نیز تأثیر بسزایی خواهد داشت. برای مثال، بسیاری از دانشمندان روان شناس، سلامت عقل، احساسات و عواطف و تعادل شخصیت را در گرو سلامت سازمان بدن دانسته، قبل از هر چیز، تأمین سلامت بدن را ضروری می دانند.⁽¹⁾ روایات نیز به این مهم توجه داشته، بر مراقبت از جسم تأکید دارد و آدمی را از افراط و تفریط در رسیدگی به بدن بر حذر می دارد. برای مثال، از یک سو پر خوری و تن پروری را مذمت و از آن اکیداً نهی می کند؛⁽²⁾ و از سوی دیگر، بی توجهی به سلامت بدن و

ص: 87

1- ر. ک: فلسفه تعلیم و تربیت: ج 1 ص 380.

2- ر. ک: دانش نامه احادیث پزشکی: ج 2 ص 39؛ حدیث تندرستی: ص 73 - 78.

کوتاهی در رسیدگی به قوای جسمانی را مرود می‌شمرد(1) و با توصیه به کم‌خوری، فواید مادی و معنوی آن را بیان می‌کند.(2)

در بخش دوم، به تنظیم رفتار اخلاقی با خود در زمینه شخصیت انسانی توجه می‌شود. اینکه کرامت نفس چگونه حفظ می‌شود، چگونه باید اعتماد به نفس را به دست آورد یا تقویت کرد، و موضوعاتی مانند آن، به این حوزه مربوط می‌شود.

بخش سوم، به تنظیم رفتار اخلاقی با خود در ارتباط با اهداف نهایی آفرینش، یعنی امور معنوی، باطنی و درونی و آنچه موجب نورانیت دل و صفای باطن می‌شود و سعادت و رستگاری آخرت را تأمین می‌کند، خواهد پرداخت.

همان گونه که مشاهده می‌شود، اگرچه در این اثر بنابر این است که تعالیم اسلام در سه حوزه ارتباطی انسان با خود تبیین و بررسی شود، آشکار است که بهره‌مندی از آموزه‌های اسلام در دو حوزه نخست که مربوط به حوزه «جسم» انسان و «زندگی دنیوی» اوست، صرفاً مختص مسلمانان نیست و هر انسان، اگرچه به تعالیم اسلام معتقد نباشد، می‌تواند از این آموزه‌ها در تأمین سعادت دنیوی خویش بهره‌برد. اما مباحث مربوط به حوزه سوم که درباره رفتار اخلاقی با خود در امور باطنی و معنوی است، صرفاً برای متدینان و معتقدان به خدا، معاد و جهان آخرت قابل استفاده خواهد بود. شکل ذیل، ابعاد قابل استفاده از متون اسلامی در حوزه رفتار اخلاقی با خود را نشان می‌دهد:

عکس

□

ص: 88

1- ر. ک: حدیث تندرستی: ص 79 - 84.

2- ر. ک: دانش‌نامه احادیث پزشکی: ج 2 ص 11.

بسیاری از روان‌شناسان، هیجان‌ها را ضامن بقای انسان می‌دانند. از دیدگاه آنان، هیجان‌هایی همچون ترس، اضطراب، شادابی، امید، عشق، محبت و... حالاتی درونی اند که به ما برای حفظ بقا کمک می‌کنند. هر هیجان یا احساس، پیام مهمی از درون است تا حرکت ما را در جهت سازش و تعالی تسهیل کند. از این رو هر فرد با قدرت تعقل و تفکر خود می‌تواند عواطف و احساساتش را شناسایی و کنترل کرده، از این طریق هم خود را بهتر بشناسد، و هم روابطش را با نفس خود و دیگران به درستی تنظیم کند. اما ناتوانی در برقراری ارتباط سازنده با دیگران، نشان دهنده آن است که فرد، احتمالاً شناخت کامل و صحیحی از خود ندارد و از ویژگی‌های فردی خویش چندان آگاه نیست؛ زیرا همان‌گونه که گذشت، «ارتباط» فقط بُعد بیرونی و اجتماعی ندارد، بلکه یکی از ابعاد آن ارتباط با خود است که نیازمند توجه و یادگیری است. بنابراین فراگیری اینکه چگونه به نحو سازنده‌ای با خود ارتباط برقرار کنیم، و چه برداشتی از خود داشته باشیم، از جنبه‌های مهم آموزش مهارت‌های ارتباطی است. این مهم، زیربنای ارتباط بین شخصی به شمار می‌رود. به همین دلیل صاحب نظران بر این باورند که خاستگاه نابسامانی‌ها و تعارضات اجتماعی، می‌تواند چگونگی برداشت درباره خود و نیز رفتارهای درون شخصی باشد. یعنی برداشت صحیح از خود و هماهنگی و سامان‌دهی رفتارهای ارتباطی درون شخصی، نقش مؤثر در هماهنگی اجتماعی دارد. پس کسی که از آرامش و تعامل درونی صحیح با نفس خود برخوردار نیست، هرگز نمی‌تواند به تعامل صحیح بیرونی دست یابد، و جامعه‌ای که افراد آن به آزادی از اسارت‌های درونی نرسیده‌اند، هرگز نخواهد توانست به آزادی و استقلال بیرونی بیندیشد و به آن دست یابد. (1)

شهید محمدباقر صدر با استناد به آیه شریفه (إِنَّ اللَّهَ لَا يَغَيِّرُ مَا يَقُومُ حَتَّىٰ يَغْيُرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ) (2) معتقد است تا وقتی پیامبران، در حوزه اصلاح فرد موفق نشوند و در خصوص درونی‌سازی ارزش‌های فطری توفیق به دست نیاورند، در حوزه اجتماعی به موفقیتی دست نخواهند یافت. (3) پیر ژانه معتقد است

ص: 89

1- ر. ک: احد فرامرز قراملکی، «جامعه دینی، جامعه هماهنگ»، اندیشه حوزه، ش 56، ص 31.

2- ر. ک: 11.

3- ر. ک: سنت‌های تاریخ و فلسفه اجتماعی در مکتب قرآن: ص 58 - 60.

ارزش های اخلاقی و پایبندی به آن ها، به زندگی فردی اختصاص ندارد و دامنه تأثیرات آن، زندگی اجتماعی، اقتصادی و نیز سیاسی آدمی را دربر می گیرد. (1) بسیاری از صاحب نظران بر این باورند که رسالت اصلی پیامبران، اصلاح فرد است و آن ها پیش از هر چیز در پی ارائه شناختی صحیح از انسان، به انسان بوده اند. بر این اساس هر فرد، ابتدا باید خود را درست بشناسد، سپس خواهد توانست خدایش را نیز بشناسد و در گام پایانی، به اصلاح رفتار برون شخصی با همنوعان و طبیعت بپردازد. (2)

بر این اساس، رفتارهای درون شخصی و اصلاح رفتار و تعامل انسان با خود، به مثابه بحثی پایه ای، مبنای اصلاح رفتار آدمی با خدا، جامعه و طبیعت است و نابسامانی های متعدد و ناهنجارهای رفتاری افراد با خدا، جامعه و طبیعت، می تواند از نادرستی رفتارهای آن ها با خودشان سرچشمه گرفته باشد. برای مثال، عجب یا خودپسندی، صفتی است که از رفتاری درون شخصی سرچشمه می گیرد؛ اما نتیجه آن به تعامل درون شخصی محدود نمی ماند، بلکه بروز بیرونی دارد و در رفتار اجتماعی انسان تأثیر مستقیم خواهد داشت. این مسئله، در بیشتر ویژگی های نفسانی جاری است. حرمت نفس نیز امری درونی است و انسان در رفتار با خود باید بکوشد از حرمت نفسش محافظت و حتی آن را تقویت کند. قوت و ضعف حرمت نفس، همچون بسیاری دیگر از ویژگی های نیک و بد نفس، در رفتار بیرونی و تعامل با افراد اجتماع مؤثر است و نقش مهمی در حسن معاشرت فرد با اطرافیان ایفا می کند. احادیث فراوانی از معصومان (علیهم السلام) در تبیین رابطه این رفتار درون شخصی و تأثیر آن در تعامل برون شخصی اعم از تعامل با خداوند و با همنوعان وجود دارد که در اینجا به چند نمونه از آن ها اشاره می کنیم. یکی از آثار و پیامدهای کرامت نفس، اصلاح روابط فرد با همنوعان و کم شدن جدایی ها و اختلاف ها با آنان است. امیر سخن (علیه السلام) می فرماید:

من کرم نفسه قل شقاقه و خلافه. (3)

هر کس از کرامت نفس برخوردار باشد، جدایی و اختلافش کم خواهد بود.

ص: 90

1- ر. ک: اخلاق پیرزانه: ص 42 - 45.

2- ر. ک: مجموعه مقالات تربیت اخلاقی: ص 159 - 160.

3- میزان الحکمة: ج 4 ص 3335.

بدیهی است پیامد کرامت نفس این است که جدایی ها کم شود و روابط بین شخصی اصلاح شود. حرمت و کرامت نفس، همچنین رابطه انسان با خداوند را

اصلاح می کند و موجب می شود آدمی خود را با گناهان، آلوده نسازد.

امام علی (علیه السلام) می فرمایند:

من کرمتم علیه نفسه لم یهنها بالمعصية. (1)

هر کس از کرامت نفس برخوردار باشد، با گناه به آن اهانت نمی کند.

همچنین عزت نفس که خود، از آثار کرامت نفس است موجب می شود آدمی در رفتارش با هموعان تجدید نظر کند و اشکالات و کاستی های رفتاری اش را اصلاح کند. برای مثال، عزت نفس در رفتار بین شخصی اثر می گذارد و موجب می شود فرد، چشم طمع از اموال و بخشش های دیگران بردارد و با مناعت طبع، حرمت و عزت نفس خود را پاس دارد.

امام باقر (علیه السلام) در این خصوص در وصیتی به جابر می فرماید:

اطلب بقاء العزِّ بامانة الطمع. (2)

ماندگاری عزت را با میراندن طمع دنبال کن.

به عبارت دیگر، انسان عزیز به عطا و بخشش مردم چشم نمی دوزد، و کسی که از مردم بی نیازی می جوید و اظهار نیاز به آنان نمی کند، نزد آنان عزیز خواهد ماند و عزت نفسش نیز حفظ و تقویت می شود. همچنین او به وظایف و تکالیف خویش در برابر خود، دیگران و پروردگارش آگاه است؛ در انجام دادن آن مسئولیت ها کوتاهی نمی کند و عمل به تکالیف را بر خود سنگین نمی پندارد.

النفس الشریفة لا یثقل علیها المؤمنات. (3)

انجام دادن وظایف و تکالیف، بر نفس شریف سنگین نیست.

نتیجه آنکه انسان برخوردار از حرمت و عزت نفس، هم رفتارش با خدا، و هم رفتارش با هموعان متفاوت است و هر اندازه از این صفات برخوردار باشد، رفتارش با خدا و خلق متمایزتر خواهد بود و به هر میزان رفتارش با خدا و خلق

ص: 91

1- . عیون الحکم و المواعظ: ص 439.

2- . تحف العقول: ص 207.

3- . عیون الحکم و المواعظ: ص 49.

خدا پسندیده تر و معقول تر باشد، بر حرمت و عزت نفس او نیز افزوده خواهد شد. از سوی دیگر، کسی که از کرامت و حرمت نفس کمتری برخوردار باشد، در پیشگاه خدا متکبر خواهد بود و با همنوعان نیز رفتارهای ناپسند بیشتری خواهد داشت و در نتیجه، در نظر ها خوار و ذلیل، و پست و دون مایه خواهد بود و کمتر کسی او را محترم می شمارد و کرامتش را حفظ می کند.

انسان، هنگام تولد فاقد هرگونه شناخت بالفعل⁽¹⁾ است و از زمانی که چشم به این جهان می گشاید، به کسب شناخت و معرفت اقدام می کند. او به صورت غریزی و طبیعی، نخستین شناخت و معرفت خود را از محیط به دست می آورد و قبل از هر چیز، نزدیک ترین فرد به او یعنی مادر را از طریق حواس پنج گانه به ویژه حس لامسه شناسایی می کند. فرایند شناخت محیط پیرامونی، به صورت مستمر تداوم می یابد و روزه به روز متناسب با افزوده شدن بر سن، روزه های دیگری برای تحصیل شناخت، پیش روی او گشوده می شود. این روزه ها یا ابزارهای جدید همچون عقل و تجربه، به او در شناخت آنچه در محیط است و با او ارتباط می یابد، یاری می رسانند. «نفس»، یکی از ناشناخته هاست که بر اساس آنچه پیش تر گفتیم مهم ترین و تأثیرگذارترین موضوعی است که می تواند در ترسیم روش زندگی هر فرد و دستیابی به سعادت یا رسیدن به شقاوت نقش ایفا کند؛ چرا که شناخت صحیح آن، آدمی را در مسیر تحصیل کمال و سعادت ابدی قرار می دهد و نابرخورداری از شناخت صحیح، او را در مسیر ضلالت و گمراهی قرار می دهد. به عبارت دیگر، آدمی وقتی می تواند مسیر منطقی و قابل دفاعی را در رشد و تعالی خود در پیش گیرد که از «خود» تلقی صحیحی داشته باشد، وجود رابطه اش با نفس خود را به رسمیت بشناسد و پیش از آنکه در اندیشه اصلاح روابط برون شخصی باشد، در

ص: 93

1- . مقصود از شناخت بالفعل این است که انسان ها از خودآگاهی فطری برخوردارند؛ اما این خودآگاهی در ابتدا بالفعل نیست و با رشد جسمانی کم کم از بالقوه به بالفعل تبدیل می شود.

اصلاح رابطه با نفس خویش بکوشد. بنابراین اگرچه ممکن است کودک، قبل از هر چیز از محیط اطراف و افراد پیرامونی اش شناخت کسب کند، یا حتی پیش از آنکه خود را بشناسد و برای او مواجهه با خویشتن معنایی داشته باشد، مفهومی از خدا به او تعلیم داده شود؛ بی تردید در سنین بالاتر، با خویشتن خویش نیز مواجه می شود و درمی یابد که در برابر خود نیز وظایف و تکالیفی بر عهده دارد. البته در تربیت صحیح، در کنار تعلیم چگونگی رفتار صحیح با هموعان و برقراری ارتباط با خدا، تلقی صحیح از نفس و رفتار صحیح با خود نیز آموزش داده می شود. انسان باید بداند که نوع تعامل با خودش، شخصیت او را در جامعه نمایان می سازد؛ ازاین رو باید پیش از هر کار، رابطه اش را با خودش سامان بخشد. این شیوه باعث می شود در گام نخست برای برقراری رابطه دلخواه با هموعان، ابتدا رابطه اش را با خود اصلاح کند، یا دست کم ظاهرسازی کند تا بتواند از این طریق زمینه برقراری رابطه مناسب با هموعان را فراهم آورد و برای این کار راهی نیست جز شناخت نفس خویش و در پیش گرفتن رفتاری خردمندانه در ارتباط با خود.

در فصل پیش، جایگاه و اهمیت رفتار با خود، تا اندازه ای بررسی شد. اکنون پرسش این است که به راستی پس از آگاهی از اهمیت و لزوم تنظیم رفتار با خود براساس معیارهای اخلاقی و ارزش های انسانی و دینی، برای حرکت در این مسیر از کجا باید آغاز کرد و نخستین اقدام در مسیر اصلاح رفتار اخلاقی با خود کدام است؟ همان گونه که گذشت، هیچ حرکتی بدون شناخت آغاز نمی شود؛ و اگر آغاز شود، تداوم نمی یابد و نیز به درستی حرکت صورت گرفته اطمینانی نخواهد بود یا به فرجامی خوشایند ختم نخواهد شد. ازاین رو تردیدی نیست که گام گذاردن در مسیر اصلاح رفتار با خود، نیازمند خودشناسی و خودآگاهی است. «شناخت خود»، هم به منزله یکی از رفتارهای اخلاقی انسان با خود، و هم به مثابه نخستین گام اساسی در جاده اصلاح رفتار اخلاقی، دارای اهمیت ویژه است. اما پیش از پرداختن به شناخت خود، باید از چگونگی شناخت خود سخن بگوییم. اگر شناخت نفس خویش در مسیر اصلاح رفتار اخلاقی با خود، مسئله ای محوری است، باید دانست دستیابی به آن، فقط از راه آگاهی به طرق دستیابی به شناخت خویش امکان پذیر خواهد بود.

در حوزه شناخت، طرح دو نوع بحث امکان پذیر است: یکی بحث از شناخت خود، و دیگری بحث از چگونگی تحصیل شناخت. به عبارت روشن تر، یکی «خودشناسی»، و دیگری «فرایند خودشناسی» است. اما موضوع شناخت نفس یا خودشناسی (1) از جمله موضوعاتی است که دانشمندان بزرگ اسلامی، از گذشته های دور تا امروز به تفصیل به آن پرداخته اند و امروزه نگاشته های فراوانی درباره آن در دسترس است. ما نیز در این نوشتار به اندازه ضرورت، در بحث مبانی انسان شناختی (فصل دوم)، به موضوع شناخت خود پرداختیم. از این رو در این فصل درباره چگونگی شناخت خود، که کمتر به آن پرداخته شده است سخن خواهیم گفت. بنابراین در این فصل در مقام خودشناسی نیستیم، بلکه فقط درباره خودشناسی و فرایند تحصیل آن بحث خواهیم کرد. عناوین این فصل به شرح ذیل است:

اهمیت شناخت خود

مفهوم شناخت خود

هدف از شناخت خود

ابزار شناخت خود

انواع شناخت خود

راه های شناخت خود

شناخت نما

الف - اهمیت شناخت خود

اهمیت شناخت خود، بر کسی پوشیده نیست. در متون دینی به ویژه روایات کم نیست روایاتی که لزوم و اهمیت و نیز آثار و فواید شناخت نفس خویش را به روشنی بیان کرده و برای تحکیم اعتقادات مسلمانان به خداوند و تقویت انگیزه آنان برای انجام دادن کار نیک و اصلاح رفتار در همه حوزه های رفتاری، شناخت نفس را یکی از مهم ترین اقدامات به شمار آورده است. این آیات و روایات، شناخت نفس را سودمندترین دانش ها معرفی کرده (2) و شناخت خداوند متعال را در

ص: 95

1- .SelfKnowledge,SelfCognition.

2- . امام علی (علیه السلام): معرفة النفس أنفع المعارف (غرر الحکم: ح 9865).

گرو شناخت خویش دانسته است (1) یا فراموشی خویش را بزرگ ترین بلا- و عقوبت کسانی مطرح کرده که خداوند را فراموش کرده اند. (2) همچنین دانشمندان بزرگ اسلامی، از دیرباز به اهمیت این موضوع پرداخته و از آن سخن به میان آورده اند. استاد مطهری در این خصوص می گوید: «دعوت به خودآگاهی و اینکه "خود را بشناس تا خدای خویش را بشناسی؛ خدای خویش را فراموش مکن، که خودت را فراموش می کنی" سرلوحه تعلیمات مذهب است». (3)

استاد جوادی آملی نیز بین شناخت و عمل و رفتار، رابطه وثیقی را برقرار دانسته، می نویسد: مسلّم است که تا انسان آن گونه که هست شناخته نشود و اضلاع وجودی وی تثبیت نگردد، حقوق واقعی او در حیات فردی و اجتماعی در هاله ای از ابهام باقی می ماند؛ نه تعریف جامعی پیدا می کند، و نه در مسیر درستی قرار خواهد گرفت». (4)

اهمیت شناخت خود، از نگاه امام علی (علیه السلام)، آنچنان بدیهی است که ایشان غفلت از آن را مایه شگفتی دانسته، می فرماید:

عجبت لمن ینشد ضالّته کیف لا ینشد نفسه. (5)

در شگفتم از کسی که گم شده اش را جستجو می کند، چگونه خود را گم کرده، اما جستجو نمی کند.

ایشان در بیان دیگری متذکر می شود:

غایة المعرفة ان يعرف المرء نفسه. (6)

بالا ترین درجه شناخت خودشناسی است.

پیش تر بیان کردیم که اگر فرایند خودشناسی را نیز یکی از رفتارهایی بدانیم که انسان در ارتباط با خود انجام می دهد، در آن صورت «شناخت نفس» محصول آن فرایند و یکی از نتایج رفتار صحیح انسان با نفس خویش خواهد بود؛ یعنی تلاش

ص: 96

1- . رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): من عرف نفسه عرف ربه. مصباح الشریعة: ص 13؛ بحار الانوار: ج 2 ص 32 ح 22؛ شرح مئة کلمه: ص 57 به نقل از امام علی (علیه السلام).

2- . (وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ) حشر: 19؛ (فَالْيَوْمَ نَنْسَاهُمْ كَمَا نَسُوا لِقَاءَ يَوْمِهِمْ هَذَا) اعراف: 51 (وَتَرَكَهُمْ فِي ظُلُمَاتٍ لَا يَبْصُرُونَ) بقره: 17.

3- . مقدمه ای بر جهان بینی اسلامی: ج چهارم (انسان در قرآن) ص 55.

4- . حق و تکلیف در اسلام: ص 39.

5- . عیون الحکم و المواعظ: ص 329.

6- . میزان الحکمة: ج 3 ص 1881.

برای شناخت خود، رفتاری است که هر کس در ارتباط با خود ممکن است انجام

دهد و محصولش، شناخت نفس خویش است. تحصیل این شناخت، اهمیت فراوان دارد و از جمله اقداماتی است که انسان عاقل می‌بایست قبل از هر کار به آن پردازد. بنابراین به نظر می‌رسد با توجه به آشکار بودن موضوع اهمیت شناخت نفس، سخن بیشتر درباره آن ضرورتی ندارد و برای اطلاع بیشتر می‌توان به متون روایی موجود در این موضوع مراجعه کرد.⁽¹⁾

ب - مفهوم خودشناسی

ب - مفهوم خودشناسی⁽²⁾

یکی از پرسش‌های مهم در زمینه خودشناسی این است که مراد از شناخت خود، چه نوع شناختی است؟ به راستی کدام شناخت تا این اندازه اهمیت داشته، تأثیر بسزایی در رفتار انسان در همه حوزه‌های رفتاری دارد؟ به نظر می‌رسد شناخت خود را از جنبه‌های گوناگون و از حیثیات متفاوت می‌توان تقسیم کرد. تقسیم شناخت به لحاظ منبع، که می‌توان آن را به شناخت عقلی، نقلی، تجربی و احساسی تقسیم کرد، یا تقسیم شناخت به لحاظ روش؛ یا به لحاظی دیگر. اما آنچه ما در پی آن هستیم، گفتگو درباره راه‌های شناخت خود و چگونگی دستیابی به آن از منظر قرآن و حدیث است.

به نظر می‌رسد کاستی بشر در زمینه شناخت خود، ابتدا معلول جهل او به چگونگی تحصیل شناخت خویش است. بدیهی است اگر او بداند که چگونه باید خود را بشناسد و چه راه‌هایی برای شناخت خویش وجود دارد، همانند آن است که نیمی از راه شناخت خود را پیموده است.

بسیاری از افراد، به پرسش «آیا خود را شناخته‌ای؟» پاسخ مثبت می‌دهند، در حالی که اغلب آنان، مقصود از شناخت خود را به درستی نفهمیده‌اند؛ زیرا برخی تصور می‌کنند مقصود از آن، آگاهی از استعدادهای خویش است و برخی دیگر احساس بزرگی و غرور شخصی را شناخت می‌دانند. به این جهت آن‌ها غالباً مفهوم شناخت خویش را به درستی نمی‌دانند و نیز به راه‌های دستیابی به آن واقف نیستند. درستی این ادعا از نوع زندگی آنان و میزان پابندی آن‌ها به دستورهای شرع و عقل

ص: 97

1- ر. ک: میزان الحکمة: ج 3 ص 1881.

2- SelfKnowledge, SelfCognition.

و نیز میزان تعهدشان به احکام اخلاقی نمایان است.

بنابراین اگرچه درباره شناخت نفس کتب بی شماری نگاشته شده است، آشکار است که جز تعدادی اندک از اولیای الهی، بقیه افراد بشر حتی معتقدان به ادیان آسمانی به ویژه مسلمانان نیز در شناخت خویش با مشکل مواجه اند و نه فقط به خودآگاهی نرسیده اند، بلکه نمی دانند چگونه باید به خودآگاهی برسند و برای دستیابی به آن چه راه هایی وجود دارد.

به نظر می رسد خودشناسی، ابعاد گوناگونی دارد که آگاهی از توانمندی ها و استعدادها، فهم نسبت خود با خدا و نیز رابطه خود با هموعان و ادراک نیازمندی ها و ضعف ها و کشف جایگاه و منزلت خویش در جهان آفرینش، از جمله امور مربوط به خودشناسی است.

ج - هدف از خودشناسی

قرآن کریم، نفس هر انسان را نزد خود حاضر، و هر انسان را به علم حضوری آگاه بر نفس خویش می شمارد؛⁽¹⁾ اما به نظر می رسد این حضور نفس نزد آدمی، با شناختی که در روایات بر آن تأکید شده کاملاً متفاوت است. اهمیت کلیدی شناخت نفس در هدایت انسان به راه سعادت و انحراف اکثر انسان ها از مسیر هدایتی که مورد نظر ادیان آسمانی به ویژه اسلام است، از این حکایت می کند که شناخت نفس برای او از هر کار دیگری دشوارتر و پیچیده تر است؛ چرا که اگر این گونه نبود، و اگر شناخت خود برای همگان میسر و به راحتی دست یافتنی بود، تا این اندازه مهم و بحث برانگیز و از دسترس اغلب انسان ها دور نبود. به راستی اگر شناخت نفس، آن گونه که باید، برای انسان به آسانی رخ می داد، شناخت خداوند نیز باید حاصل می شد و در نتیجه بر اساس تعالیم آسمانی ادیان الهی، اهداف انبیا که همان عبودیت و بندگی خدا⁽²⁾ و قرب و سعادت انسان است، برای همگان تحقق می یافت. اما می بینیم که چنین نیست و بشر هر روز، بیشتر از دیروز، از خدا دورتر می شود و از

ص: 98

1- . (بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ) قیامت: 14.

2- . ذاریات: 56 (وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ) و من جنّ و انس را نیافریدم، مگر برای اینکه مرا [به یکتایی] پرستش کنند.

آموزه های دینی بیشتر فاصله می گیرد و در هر زمان، هم تعداد عارفان به نفس خود و به تبع آن عارفان به خدا، بسیار اندک و ناچیز بوده است. دشواری شناخت نفس خود، از نگاه اندیشمندان پنهان نمانده و بسیاری از آنان به آن اذعان کرده اند. برای مثال، زیگموند فروید (1) «خود» را به کوه یخی تشبیه می کند که در آب شناور است و بخش اعظم آن زیر آب پنهان، و از نظر صاحبش ناپیداست. اسکینر (2) «خود» را به جعبه سیاه هواپیما تشبیه می کند و برخی دیگر «خود» را پدیده ای با نقاب های گوناگون می دانند که در هر شرایط چهره ای تازه از خود به نمایش می گذارد. برخی نیز «خود» را به پیاز تشبیه می کنند که لایه لایه و تودرتوست. (3)

یکی از جنبه های «خود»، تقسیم آن به «خود درون» و «خود برون» است. هر انسان در درونش «خودی» دارد که با واقعیت او تطابق دارد و در واقع حقیقت خود را منعکس کرده است. این همان چیزی است که او به آن واقف و بصیر است و ممکن است دیگران از آن آگاه نباشند، اما او از خود چهره دیگری به نمایش گذاشته که دیگران آن چهره را به مثابه «خود او» می شناسند. این چهره غالباً با آن خود درونی فرد متفاوت و همان چیزی است که از آن به «خود بیرونی» تعبیر می کنند. نمود خود بیرونی، گاه آن چنان پُررنگ می شود که فرد را از خود درون غافل می کند و خویشتن خویش را با همان خود بیرونی می شناسد و خود بزک کرده اش را باور می کند. خود درونی را به «خودپنداره» (4) یا «خودانگاره» تعبیر می کنند. (5) خودپنداره های افراد، نه یکسان است. و نه همیشه مطابق با واقعیت خود، و گاه خودپنداره و خود بیرونی، هر دو با خود واقعی فرد متفاوت است. برای مثال، کسی که خود را دانا و شجاع می پندارد، درحالی که در واقع فردی دهان بین و عافیت طلب است و درعین حال از خود در بیرون، تصویر دیگری نمایش داده که با هیچ یک سازگاری ندارد.

ص: 99

1- S. Freu .

2- B. F. Skinner .

3- ر. ک: محمدصادق رحمتی، «خودشناسی از دیدگاه روان شناسی اجتماعی»، کیهان اندیشه، ش 77، ص 18.

4- SelfConcept .

5- ر. ک: محمدصادق رحمتی، «خودشناسی از دیدگاه روان شناسی اجتماعی»، کیهان اندیشه، ش 77، ص 21.

به هر حال خودآگاهی افراد با هم یکسان نیست و هر کس به اندازه ای خود را می شناسد؛ برخی بیشتر و برخی کمتر. از سوی دیگر، غالباً «خود آرمانی» یعنی معیارهای مطلوبی که تحقق آن ها را در وجود خود از آرمان ها می دانیم، با «خود مطلوب» از منظر ارزش های الهی و عقلانی فاصله بسیاری دارد. بنابراین توصیه و سفارش، به کسب معرفت و خودآگاهی بالا برای این است که فاصله «خود» آرمانی را با «خود» مطلوب الهی و انسانی به حداقل برسانیم تا آنچه در جستجویش هستیم، با آنچه باید در پی اش باشیم، مطابقت و قرابت بیشتری داشته باشد. در این جهت، شناخت نظری یا عقلی انسان که مبین جایگاه و ارزش او در جهان آفرینش و در میان مخلوقات خداوند است، معیارها را به ما معرفی می کند و شناخت قلبی، شناخت واقعی از «نفس خویش» را تحقق می بخشد. کارکرد شناخت نظری به منزله مرحله سوم، تطبیق شناخت نظری انسان با شناخت قلبی از خود، و سپس کشف فاصله ها و شکاف هاست. این اکتشاف باید انگیزه و شوق حرکت برای نزدیک کردن خود آگاهی (شناخت قلبی) به خود آرمانی (شناخت عقلی نظری) ایجاد کند. در این صورت است که هماهنگی میان خود آرمانی با رفتارهای بیرونی، و مطابقت آن ها بیشتر می شود. این افراد صادق تر، درستکار تر، و متخلق تر هستند. (1)

آموزه های اسلامی نیز در صدد تطابق خود درونی با خود بیرونی است و زیبا جلوه دادن خود بیرونی را در حالی که خود درون، نازیباست نمی پسندد و مسلمانان را از اینکه در نظر مردم بهتر از آنچه هستند به نظر آیند، برحذر می دارد. برای مثال، پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) درباره تفاوت ظاهر و باطن رفتارها در اجتماع می فرماید:

من تزين للناس بما يحب الله، و بارز الله في السر بما يكره [الله] لقي الله و هو عليه غضبان. (2)

هر کس برای مردم، خود را به رفتاری که خدا دوست دارد بیاراید و در نهان، رفتاری انجام دهد که خدا نمی پسندد، خدا را ملاقات خواهد کرد در حالی که بر او غضبناک است.

نوف بکالی نقل می کند که امام علی (علیه السلام) به او فرمود:

ص: 100

1- ر. ک: همان: ص 25.

2- قرب الاسناد: ص 92 ح 309.

یا نوب ایاک أن تتزین للناس و تبارز الله بالمعاصی فیفضحک الله یوم تلقاه. (1)

ای نوب، مبادا [رفتار] خود را برای مردم بیارایی و برای خدا گناهان را آشکار کنی؛ که در این صورت خداوند، در روز ملاقات تو را رسوا خواهد کرد.

از امام باقر (علیه السلام) این گونه روایت شده است که فرمود:

من کان ظاهره أرجح من باطنه خف میزانه. (2)

هر کس آشکارش از پنهانش بهتر باشد، ترازوی اعمالش سبک خواهد بود.

از امام صادق (علیه السلام) نیز چنین نقل شده است:

ما ینفع العبد یظهر حسنا و یسر سینا، ألیس إذا رجع إلی نفسه، علم أنه لیس کذلک. (3)

بنده چه سودی از آشکار کردن رفتار خوب و انجام دادن رفتار زشت در نهان خواهد برد؟ آیا وقتی به نفس خویش رجوع می کند، نمی داند که این گونه نیست؟!

بنابراین هدف اصلی از شناخت خویش، صداقت در گفتار و کردار، برقراری صحیح ترین روش برقراری رابطه با خدا، خود، هموعان و طبیعت، و پیمودن بهترین و کوتاه ترین راه برای رسیدن به سعادت خواهد بود.

د - ابزار شناخت خود

اشاره

پیش تر گفتیم که ماهیت شناخت خود، با شناخت های دیگر متفاوت نیست؛ بنابراین اگرچه عنوان بحث ما «ابزار شناخت خود» است، ابزاری که برای شناخت خود معرفی می کنیم، همان است که در شناخت های دیگر کاربرد دارد. اکنون که سخن از چگونگی حصول شناخت خود است، این پرسش به ذهن می آید که ابزارها و ادواتی که انسان برای خودآگاهی نیاز دارد کدام است؟ آیا همگان از ابزار یکسانی برای شناخت برخوردارند؟ چرا ابزارهای انسان برای کسب شناخت متعدد است؟ در پاسخ باید گفت علت حقیقی یادگیری، فقط خداست و او به بشر توان یادگیری داده و به او

ص: 101

1- . الامالی، صدوق: ص 278 ح 9.

2- . کتاب من لا یحضره الفقیه: ج 4 ص 404 ح 5870.

3- . الامالی، مفید: ص 214 ح 6.

می آموزد؛(1) اما در دنیا، فرایند یادگیری و مراحل. آن را باید بشر پی بگیرد و بدون آن، یادگیری برای کسی تحقق نمی یابد؛ همانند رزق و روزی که به دست خداست، اما انسان باید برای تحصیل آن تلاش کند و به صرف طلب روزی از خدا، روزی اعطا نمی شود. تحصیل علم و معرفت نیز نیازمند ابزارهایی است که خداوند به انسان عطا کرده و قرآن کریم آن ابزارها را معرفی کرده است. این ابزارها به شرح ذیل است:

1. حس

حواس انسان، یکی از ابزارهای شناختی خود است؛ اما از میان این حواس پنج گانه، نقش گوش و چشم در کسب علم و معرفت بسیار مهم تر و مؤثر تر است. از این رو قرآن کریم به نقش این دو حس در انجام دادن این رسالت مهم به صورت خاص تصریح می کند و می فرماید:

(وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئاً وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ). (2)

و خداوند شما را از شکم های مادرانتان خارج کرد درحالی که هیچ چیز نمی دانستید و برای شما گوش و دیدگان و دل ها قرار داد؛ باشد که سپاس گزار باشید.

در آیه دیگر می فرماید:

(وَهُوَ الَّذِي أَنشَأَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ). (3)

و او کسی است که برای شما گوش و دیدگان و دل ها قرار داد درحالی که تعداد کمی شکرگزارید.

امام علی (علیه السلام) درباره نقش گوش به مثابه دریچه ورود علم و معرفت تأکید ویژه داشته، می فرماید:

القلب ينبوع الحكمة والاذن مغیضها. (4)

دل، سرچشمه حکمت، و گوش آبگیر آن است.

ص: 102

1- . ر. ک: علق: 5.

2- . نحل: 78.

3- . مؤمنون: 78؛ ر. ک: سجده: 9؛ ملک: 23.

4- . عیون الحکم و المواعظ: ص 62 ح 1613.

ایشان همچنن می فرماید:

انّ محلّ الايمان الجنان و سبيله الأذنّان.(1)

دل، محلّ ایمان و راه [ورود] آن، دو گوش است.

و درباره نقش چشم می گوید:

العيون طلائع القلوب.(2)

چشم ها پیش قراولان دل هاینند.

با دقت و تأمل در متونی که حواس را ابزار شناخت معرفتی کرده، نتایج ذیل به دست می آید:

1. در بیشتر متون قرآنی و روایی، از میان حواس پنج گانه فقط نام گوش و چشم برده می شود؛ زیرا نقش این دو حس، از سه حس دیگر بسیار مهم تر و اساسی تر است. به عبارت دیگر سه حس لامسه، بویایی و چشایی در مقابل دو حس شنوایی و بینایی چندان مهم تلقی نمی شود و اثر معرفتی اندکی دارد.(3)

2. از میان دو حس شنوایی و بینایی، حس شنوایی مهم تر، و در مسیر کسب علم و معرفت کارآمدتر است. از این رو در قرآن و برخی روایات، با مقدم کردن نام «سمع» بر «بصر» که گاه از آن به «ابصار» - با صیغه جمع - در برابر «سمع»، با صیغه مفرد - تقدم شنوایی بر بینایی و اهمیت بیشتر آن را آشکار کرده است؛ اهمیتی که امروزه نیز اثبات شده است؛ زیرا اولاً بیشتر علوم از طریق شنیدن به انسان منتقل می شود و چشم در این خصوص از مرتبه پایین تری برخوردار است؛ ثانیاً شنوایی، ناتوانی در گفتار را نیز در پی خواهد داشت و برقراری ارتباط انسان با دیگران و نیز کسب دانش و معرفت را به کلی مختل می سازد؛ در حالی که نداشتن بینایی تا این اندازه اثرگذار یا مختل کننده نیست.

2. عقل

«عقل» در اصطلاح حکما و فلاسفه، به معنای قوای نفس انسان برای ادراک کلیات و استنباط مسائل نظری از مقدمات بدیهی و معلوم است.(4) همچنن عقل،

ص: 103

1- . غرر الحکم: ح 3472.

2- . عیون الحکم و المواعظ: ص 38 ح 836.

3- . ر. ک: المیزان فی تفسیر القرآن: ج 15 ص 54.

4- . عقل و معرفت عقلی، دانش نامه امام علی (علیه السلام): ج 1 ص 14.

ابزار دستیابی به علم و معرفت است و هم خود، هم محیط خود و شرایط اجتماعی و علت العلل، و هر آنچه را متعلق شناخت است، می شناساند. پس کسی که شناخت بیشتر و بهتری از این امور به دست آورد، در تعامل با آن ها رفتار مناسب تر، معقول تر و صحیح تری برمی گزیند و در امور دینی و اخروی، اخلاقی و معنوی و نیز در زمینه های مادی و دنیوی پیشتاز خواهد بود. از این رو، اندیشمندان مسلمان، برای عقل هم به کارکرد نظری، و هم کارکرد عملی، و هم کارکرد ابزاری قائل اند و احادیث معصومان (علیهم السلام) به ویژه امام علی (علیه السلام) گواه این ادعاست. (1)

بنابراین «عقل» یکی از ابزارهای بسیار مهم و شاید مهم ترین ابزار کسب معرفت و شناخت، و از جمله شناخت خود به شمار می آید. بسیاری از آیات قرآن کریم، با بیان های گوناگون انسان ها را به بهره گیری از عقل توصیه کرده است:

(كَذَلِكَ يَبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ) (2)

خداوند این گونه نشانه هایش را برای شما بیان می کند تا شاید بیندیشید.

(أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا) (3)

آیا [این کافران] در روی زمین به سیر و تماشا نرفتند تا دل هایشان بینش و هوش یابد و گوششان به حقیقت شنوا شود؟

امام علی (علیه السلام) ضمن بیان رابطه عقل و علم (العقل مَرَكَب العلم) (4) به نقش عقل در خودشناسی به طور خاص اشاره فرموده است: «برترین عقل، خودشناسی است». (5) ایشان در سخن دیگر فرموده است: «برترین عقل، شناخت حق با حق است». (6) در برخی احادیث دیگر از ایشان، عقل ابزار شناخت خدا و اعتقادات دینی دانسته شده است:

ص: 104

1- ر. ک: همان: ص 19 - 26.

2- بقره: 242؛ ر. ک: نور: 61.

3- حج: 46.

4- غرر الحکم: ح 816.

5- همان: ح 3220.

6- مطالب السؤل، نسخه خطی کتابخانه آیت الله نجفی مرعشی، قم ص 50.

با عقول، شناخت خدا محکم و پایدار می شود. (1)

مؤمن، به خدا ایمان نمی آورد مگر آنکه تعقل کند. (2)

دین و ادب، نتیجه عقل است. (3)

اهمیت عقل به مثابه ابزار کسب شناخت، به اندازه ای است که درباره آن، دو حدیث ذیل از معصوم (علیه السلام) صادر شده است:

امام علی (علیه السلام): لا عدم اعدم من عدم العقل؛ (4) نیستی بالاتر از نبود عقل نیست.

امام باقر (علیه السلام): لا مصیبة لعدم العقل؛ (5) مصیبتی بالاتر از نبود عقل نیست.

از آنجاکه میان خداشناسی و خودشناسی، پیوندی ناگسستنی برقرار است و شناخت یکی (نفس) منجر به شناخت دیگری (خدا) می شود؛ و اگر میان ادب و نیز جانبداری از حق، با خودشناسی رابطه ای ناگسستنی برقرار است، پس «شناخت نفس» نیز بدون عقل میسر نخواهد بود، همان گونه که ابزار هر شناخت عقل است و بدون آن، شناخت حاصل نخواهد شد.

3. قلب

اندیشمندان بزرگ مسلمان، به تبیین مفهوم «قلب» در قرآن پرداخته اند. غزالی در احیاء العلوم و برخی دیگر از دانشمندان مسلمان از جمله علامه طباطبایی، (6) استاد مطهری (7) و استاد مصباح یزدی (8) به تبیین معنای قلب در قرآن همت گمارده اند. علی رغم برخی اختلاف نظرها در دیدگاه های این اندیشمندان، در اینکه قلب یکی از ابزارهای (9) انسان برای فهم و درک و نیز حصول شناخت است، اتفاق نظر وجود دارد و آیاتی از قرآن کریم نیز به نقش ابزاری قلب در دستیابی به شناخت تصریح

ص: 105

- 1- . تحف العقول: ص 62.
- 2- . کنز الفوائد: ج 1 ص 56.
- 3- . جامع الاحادیث: ص 136.
- 4- . الامالی، طوسی: ص 146 ح 240.
- 5- . تحف العقول: ص 286.
- 6- . ر. ک: المیزان فی تفسیر القرآن: ج 2 ص 223.
- 7- . آشنائی با قرآن: ج 1.
- 8- . ر. ک: اخلاق در قرآن: ج 1 ص 244.
- 9- . آشنایی با قرآن: ج 1؛ «الحکمة شجرة تنبت في القلب و تثمر علی اللسان».

کرده است. (1) بنابراین می توان ادعا کرد که تقریباً همه صاحب نظران مسلمان با الهام از قرآن کریم بر این باورند که قلب نیز یکی از مهم ترین ابزارهای شناخت آدمی بوده و بر اساس برخی متون دیگر، شناخت قلبی عمیق ترین شناخت دانسته شده است. البته تعبیر تمثیلی برای شناخت قلبی در متون دینی به کار رفته و برای قلب نیز ادوات کمکی مانند چشم و گوش فرض شده است (2) و به نقش ابزاری قلب برای فهم و درک به کمک گوش و چشم قلبی تصریح شده است. پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) در بیانی صریح و روشن در این باره می فرماید:

هیچ بنده ای نیست مگر آنکه در صورتش دو چشم است که امور مربوط به دنیایش را می بیند و دو چشمی است که با آن امور مربوط به آخرتش را مشاهده می کند؛ اگر خداوند خیر بنده ای را بخواهد، دو چشم قلبش را می گشاید و او را به وعده های غیبی و آنچه غایب است بینا می سازد؛ پس او با غیب، به غیب ایمان می آورد. (3)

البته مقصود آن حضرت از این بیان، چشم و گوش ظاهری نیست، بلکه قوای ادراکی است؛ یعنی همان گونه که چشم و گوش، قوای ادراکی سر انسان است، قلب او نیز از قوای ادراکی برخوردار است. لذا امام علی (علیه السلام) منشأ و منبع حکمت را قلب می داند و می فرماید: حکمت، درختی است که در قلب می روید و میوه اش در زبان جاری می شود. (4)

امام زین العابدین (علیه السلام) درباره قلب و نقش ابزاری آن و نیز ادوات قلب برای شناخت می فرماید:

همانا برای بنده دو چشم است که امور مربوط به دین و دنیایش را می بیند؛ و دو چشمی است که با آن امور مربوط به آخرتش را می بیند؛ پس اگر

ص: 106

1- . حج: 46: (أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ)؛ آیا در زمین نمی گردند تا برایشان دل هایی باشد که بدان اندیشه کنند، یا گوش هایی که بدان بشنوند، چشمانشان کور نیست، بلکه دل ها و قلب هایی که در سینه هایشان است، کور و نابیناست».

2- . ر. ک: حج: 46.

3- . الفردوس: ج 4 ص 14 ح 6040؛ دانش نامه عقاید اسلامی: ج 2 ص 432 ح 1708. «ما من عبد إلا وفي وجهه عينان يبصر بهما أمر الدنيا، وعينان في قلبه يبصر بهما أمر الآخرة، فإذا أراد الله بعبد خيراً ففتح عينيه التي في قلبه، فأبصر بهما ما وعد بالغيب و مما غيب فأمن الغيب بالغيب».

4- . غرر الحكم: ح 1992؛ دانش نامه عقاید اسلامی: ج 2 ص 434 ح 1713.

خداوند خیر بنده ای را بخواهد، دو چشم قلبش را می گشاید و او را به امور مربوط به آخرتش که از نظر او پنهان است، بینا می کند؛ و اگر جز خیر برایش بخواهد، قلب او را از ادراک این معانی عاجز خواهد کرد. (1)

امام صادق (علیه السلام) در این باره به سلیمان بن خالد می گوید:

ای سلیمان، همانا تو از قلب و قوای شنوایی برخوردار؛ و خدا اگر هدایت بنده اش را بخواهد، گوش های قلبش را می گشاید؛ و اگر جز آن برایش بخواهد، بر گوش های قلبش مهر خواهد زد و هرگز اصلاح نخواهد شد؛ و این همان کلام خداست که می فرماید: یا بر قلب هایی که قفل ها نهاده شده (2). (3)

بنابراین، قلب یکی از ابزارهای مهم ادراکی و شناختی انسان است و بخش وسیعی از شناخت انسان، (4) به آن ارتباط خواهد داشت. البته اگر مفهوم قلب را جان و نفس آدمی بدانیم و عقل را نیز از متعلقات قلب به شمار آوریم، در آن صورت، همه ادراکات و معلومات برای آن حاصل می شود. (5)

اما همان گونه که بیان شد، این ابزار از مهم ترین ابزارهای شناخت دانسته شده است. یکی از نشانه های اعتبار بالای ادراکات قلبی این است که به شناخت قلبی، علم نمی گویند بلکه به آن بینایی و بصیرت گفته می شود. از سوی دیگر، به جهل قلبی، نادانی نمی گویند بلکه به آن ناینبایی و ناشنوایی گفته می شود. پس همان گونه که ادراکات گوش و چشم برای انسان اعتبار بسیاری دارد و یقینی است، ادراکات قلبی نیز از این ویژگی برخوردار است.

از نشانه های دیگر اهمیت قلب بصیر و ادراکات آن، این است که بالاترین بلایی که خداوند، بنده گنهکار خود را به آن مبتلا می کند، قساوت قلب است؛ چرا که با

ص: 107

1- . الخصال: ص 240 ح 90؛ دانش نامه عقاید اسلامی ج 2 ص 434 ح 1715. «ألا إن للعبد أربع أعین: عینان یتبصر بهما أمر دینه و دنیا، و عینان یتبصر بهما أمر آخرته، فإذا أراد الله بعد خیرا فتح له العینین اللتین فی قلبه، فأتبصر بهما الغیب فی أمر آخرته، وإذا أراد به غیر ذلک ترک القلب بما فیه».

2- . محمد: 24.

3- . المحاسن: ج 1 ص 318 ح 633؛ دانش نامه عقاید اسلامی: ج 2 ص 436 ح 1719. «یا سلیمان، إن لک قلبا و مسامع، و إن الله إذا أراد أن یهدی عبدا فتح مسامع قلبه، و إذا أراد به غیر ذلک ختم مسامع قلبه فلا یصلح أبدا، و هو قول الله تعالی: أم علی قلوب أفعالها».

4- . ر. ک: دانش نامه امام علی (علیه السلام) قلب و معرفت قلبی: ج 1 ص 66 - 76.

5- . ر. ک: اخلاق در قرآن ج 1 ص 247 - 265.

قلب قسی، نه معرفت نفس محقق خواهد شد و نه معرفت رب. پس همان گونه که در آئینه غبار آلود و مکدر، تصویری نمی توان مشاهده کرد؛ انسان قسّی القلب نیز به سوی هلاکت و ضلالت در حرکت است؛ زیرا وسیله کسب معرفت خود را از دست داده است و هر حرکت و تلاشی بدون شناخت، محکوم به شکست خواهد بود.

از امام باقر (علیه السلام) روایت شده است:

همانا خدا عقاب هایی برای قلب ها و بدن ها پیش بینی کرده است: تنگی روزی، سستی در عبادت؛ و هیچ بنده ای به عقوبتی بزرگ تر از قساوت قلب مبتلا نشده است. (1)

استاد مصباح یزدی، ادراک را از جمله وظایف قلب برشمرده است:

یکی از آثاری که به «قلب» نسبت داده شده عبارت است از «ادراک» اعم از ادراک حصولی و ادراک حضوری که با تعبیر مختلف در قرآن مجید نشان داده می شود که فهمیدن و درک کردن، از شئون «قلب» و به تعبیر دیگری «فؤاد» است؛ از این روست که میبینیم قرآن با تعبیر مختلف و با استفاده از کلماتی از خانواده عقل و فهم و تدبر و... کار ادراک و عمل ادراک را به قلب نسبت می دهد؛ یعنی حتی در آنجا نیز که ادراک را از قلب نفی می کند، می خواهد این حقیقت را القاء کند که قلب، کار خودش را انجام نمی دهد و سالم نیست؛ یعنی شأن قلب این است که ادراک کند؛ پس اگر ادراک نمی کند، به خاطر عدم سلامت آن است؛ که اگر سالم می بود، ناگزیر عمل ادراک را انجام می داد. (2)

وی سپس به آیات فراوانی اشاره کرده است که در قرآن کریم به این کارکرد قلب تصریح کرده است. (3)

به نظر می رسد فراوانی آیات و روایاتی که به بیان این کارکرد قلب پرداخته است و نیز متونی که اهمیت شناخت به دست آمده با قلب را بیان می کند، گویای مطابقت واقع در شناخت حاصل شده توسط قلب است. به همین دلیل، در متون دینی به

ص: 108

1- . تحف العقول: ص 296: «ان لله عقوبات للقلوب و الابدان ظنک فی المعیشة و وهن فی العباده و ما ضرب عبد بعقوبة اعظم من قسوة القلب».

2- . اخلاق در قرآن: ج 1 ص 248.

3- . همان.

مراقبت از رِقَّت و جلای قلب و برحذر بودن از رفتارهایی که به قساوت، بیماری و حتی مرگ قلب منجر می شود، بسیار توصیه شده است. بیانات قرآنی و روایی، کسانی را که معارف دینی را ادراک نمی کنند و به دعوت پیامبران لبیک نمی گویند، یا اهل گناه و فسادند، از قلب سالمی که باعث شود بفهمد و ادراک کنند محروم می شمارد. نمونه هایی از آیات قرآن عبارت است از:

(وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالْإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا). (1)

و حقاً آفریدیم برای جهنم، بسیاری از جن و انس را [چون که] دل داشتند، ولی با آن نمی فهمیدند.

(وَمِنْهُمْ مَّنْ يَسْتَمِعُ إِلَيْكَ وَ جَعَلْنَا عَلَى قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَنْ يَفْقَهُوهُ). (2)

و بعضی از آنان به تو گوش فرا می دهند و قرار دادیم بر دل هایشان پرده ها و حجاب هایی [که مانع می شود] از اینکه آن را بفهمند.

(أَفَلَا يَتَذَكَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا). (3)

آیا درباره قرآن نمی اندیشند، یا بر دل ها قفل هایشان زده شده [و از درک آن مانع می شود؟].

(لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا). (4)

دل دارند و با آن نمی فهمند، و چشم دارند و با آن نمی بینند، و گوش دارند و با آن نمی شنوند.

(فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ). (5)

پس این چشم ها کور نیستند، بلکه دل هایی که در سینه ها هستند کورند.

علامه جعفری، قلب سلیم را قطب نمای انسان، و توانمند در شناخت جهان و انسان می داند و معتقد است یگانه ارمغانی که انسان باید از این دنیا به پیشگاه خداوند ببرد، قلب سلیم است:

ص: 109

1- . اعراف: 179.

2- . انعام: 25. جمله (وَجَعَلْنَا عَلَى قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَنْ يَفْقَهُوهُ) در آیه 46 سوره اسرا و آیه 57 سوره کهف نیز آمده است.

3- . محمد: 24.

4- . اعراف: 179.

5- . حج: 46.

آنچه که آدمی می تواند به عنوان محصول «حیات معقول» و ارمغان وجود خویش به بارگاه خداوندی ببرد، فقط و فقط «قلب سلیم» است که باید در این دنیا برای به دست آوردن و ساختن آن، حداکثر کوشش انجام گیرد. این قلب سلیم است که می تواند جهان و انسان و ارزش های آن دورا بشناسد و بس. (1)

نتیجه آنکه بر اساس متون قرآنی و روایی، قلب ابزاری کارآمد و مهم برای کسب شناخت و معرفت است و حالات گوناگونی چون بیماری، کدورت، قساوت یا حتی مرگ و نابودی برای آن تصور شده است. این حالات برشمرده شده موجب ضعف و ناتوانی انسان در کسب معرفت های قلبی که از مهم ترین و معتبرترین ادراکات انسان به شمار می رود، خواهد شد.

4. وحی

یکی دیگر از ابزارهای شناخت، وحی است. مقصود از وحی، مجموعه آیات خداوند است که بر پیامبر نازل، و توسط او بر امتش خوانده و شرح می شود. بی تردید منبع اصلی معارف دینی و شناخت به دست آمده از ناحیه آن معارف، وحی است. این اثر نیز در پی کسب شناخت از طریق منبع وحی و به تبع آن، روایات معصومان (علیهم السلام) است. در ادامه، مطالب بیشتری درباره شناخت و حیانی به مثابه یکی از انواع شناخت، بیان خواهیم کرد.

ه - انواع شناخت خود

اشاره

دانشمندان، شناخت و معرفت را به حیثیات گوناگون تقسیم می کنند که یکی از آن ها تقسیم شناخت به دو نوع «حصولی» و «حضوری» است. از شاخص ترین طرق کسب معرفت و شناخت، ادله، براهین و آثار است که اصطلاحاً به این نوع شناخت «علم حصولی» گفته می شود. کسب علم و معرفت از راه حضور معلوم نزد عالم و شهود آن توسط عالم، نوع دیگر تحصیل شناخت است که به آن «علم حضوری» اطلاق می شود. دانشمندان، معرفت را به اقسامی چون حسی، عقلی، نقلی و شهودیتقسیم می کنند و راه دستیابی به معرفت را از این چهار راه ممکن می دانند. اما آنچه

ص: 110

در اینجا در پی تبیین آن هستیم، بیان انواع شناخت از منظر متون دینی و استخراج دیدگاه دین در این خصوص است. به عبارت دیگر، با رویکرد درون دینی می خواهیم شناخت را تقسیم و راه های کسب معرفت و شناخت را استخراج کنیم. با این رویکرد، انواع شناخت و راه هایی که برای کسب آن بیان می شود، از یک منظر تماماً نقلی یا توصیه شده و به رسمیت شناخته شده در نقل است.

1. شناخت عقلی

گفتیم که عقل، یکی از ابزارهای مهم کسب معرفت است و آیات و روایات فراوانی به کارکرد عقل در کسب شناخت تصریح کرده است. به شناختی که دستمایه اصلی آن عقل است، شناخت عقلی می گویند. این بدان معنا نیست که در شناخت عقلی، حواس هیچ نقشی بر عهده ندارند، بلکه به این معناست که نقش عقل در معرفت عقلی، بسیار پررنگ و محوری است. در شناخت عقلی، نقش

اصلی را در تحصیل شناخت، عقل بر عهده دارد و از مفاهیم انتزاعی (معقولات ثانیه) کمک می گیرد.⁽¹⁾ کار عقل، تجزیه و تحلیل داده هایی است که از راه گوش و چشم و حواس دیگر بر او وارد می شود؛ سپس انتاج و نوآوری می کند و افزون بر معارفی که به صورت خام از داده های حواس قابل استفاده است، معارف دیگری نیز به صاحبش عطا می کند.

با اینکه بسیاری از حکیمان و اندیشمندان، عقل را به عقل نظری و عقل عملی تقسیم می کنند، بنابر دیدگاه مشهور، هر دو قسم عقل، قوای ادراکی انسان است و فهم و درک به وسیله آن صورت می گیرد؛⁽²⁾ گرچه تفاوت هایی هم میان این دو قسم وجود دارد و برخی اندیشمندان بزرگ همچون ابن سینا و ملا هادی سبزواری،⁽³⁾ پدیده «شناخت»⁽⁴⁾ به مفهوم عام کلمه و «شناخت نفس»⁽⁵⁾ را به طور خاص، از مهم ترین

ص: 111

1- ر. ک: بخش دوم از کتاب آموزش فلسفه و مقاله «شناخت» از کتاب پاسداری از سنگرهای ایدئولوژیک، و درس پنجم تا شانزدهم از ایدئولوژی تطبیقی.

2- امام علی (علیه السلام): «العقل عقلان عقل الطبع و عقل التجربة و كلاهما یؤدی الی المنفعه». بحار الانوار: ج 75 ص 6 ص 57.

3- ر. ک: مبانی اخلاق در فلسفه غرب و فلسفه اسلامی: ص 182 - 189.

4- الکافی: ج 1 ص 28: «با عقل، کنه حکمت به دست می آید».

5- غرر الحکم: ح 3220: «برترین عقل، خودشناسی است».

کارکرد های عقل نظری می دانند. البته با عنایت به اینکه کارکرد عقل عملی نیز شناخت است، بحث درباره عقل نظری و عملی را به جای خود محول می کنیم و در اینجا میان این دو قسم از عقل، تفکیکی قایل نمی شویم. (1) به هر روی، شناختی که توسط عقل از «خود» برای انسان حاصل می شود، «شناخت عقلی» خوانده می شود. بنابراین، یکی از کارکردهای اساسی عقل، کشف مجهولات و تحصیل شناخت است؛ شناختی که تولید علم و دانش به واسطه آن صورت می گیرد. (2) راغب اصفهانی در تعریف عقل می گوید: «عقل به قوه ای گفته می شود که آدمی با آن آماده پذیرفتن علم می شود، و به علمی هم که انسان با آن قوه به دست می آورد، عقل گفته می شود». (3)

پس شناختی که با تجزیه و تحلیل عقلی به دست می آید، شناخت عقلی خواهد بود. قرآن کریم نیز به شناختی که با عملیات عقلی به دست بیاید، بارها توصیه کرده و آنان را که از این کار غفلت می کنند و برای کسب شناخت، به تفکر و تأمل نمی پردازند مذمت می کند. (4) روایات نیز از عقل به مثابه یکی از مهم ترین ابزارهای شناخت یاد می کند و آن را قوه ای می داند که آدمی با آن به حکمت و علم استوار دست می یابد؛ (5) یا آن را نیرویی معرفی می کند که تحصیل علم و کسب معارف حقیقی نظری بر عهده آن است. (6) همچنین نه فقط به بهره مندی از عقل توصیه می کند، بلکه علم را تقویت کننده عقل معرفی می کند و برای شناخت عقلی، به بهره مندی از علم نیز سفارش می کند.

گفتنی است گرچه حواس به مثابه نخستین ابزار شناخت مطرح است و از معرفت حسی نیز به منزله یکی از انواع شناخت نام می برند، حقیقت این است که حواس ما فقط ابزار و کانالی است که داده ها را به عقل و قلب منتقل می کند. پس

ص: 112

- 1- . رضا برنجکار، «عقل عملی در آثار ابن سینا»، نامه مفید، ش 25، ص 240.
- 2- . ر. ک: همان: ص 36.
- 3- . المفردات فی غریب القرآن: ص 341 «العقل یقال للصورة المتهیئة لقبول العلم و یقال للعلم الذی یستفیده الانسان بتلك القوة عقل».
- 4- . ر. ک: دانش نامه عقاید اسلامی: ج 2 ص 442.
- 5- . «با عقل به بلندا و ستیغ دانش ها نایل می شوید» (مطالب السؤل: ص 49)؛ «عقل، اصل و ریشه علم و دعوت کننده به فهم است» (غرر الحکم: ح 1959).
- 6- . علی اله بداشتی، «انسان شناسی شناخت عقل در پرتو عقل و نقل»، پژوهش های فلسفی - کلامی، سال ششم، ش اول، ص 23.

ادراکات حسی گاه در زمره شناخت تجربی می گنجد و گاه از مصادیق شناخت عقلی به شمار می آید؛ گرچه شاید بتوان گفت آن معرفت خام و ابتدایی که توسط حس به دست می آید، در خودشناسی چندان اهمیت ندارد و نقش مهمی در این خصوص ایفا نمی کند.

2. شناخت نقلی

پیش از ادیان آسمانی به طور عام و اسلام به طور خاص، دو منبع معرفتی حسی و عقلی شناخته شده بود؛ اما حضور وحی و منبعیت آن برای کسب معرفت، سبب شد آیات خدا و روایات انبیا و اولیا که به آن ها «نقل» گفته می شود، به مثابه منبع معرفتی نو در اختیار انسان، به ویژه مؤمنان قرار گیرد. متون معرفتی مربوط به نقل را می توان به دو دسته تقسیم کرد: دسته نخست، متون معرفت زایی که بر اساس تجربه یا عقل قابل تأیید است یا به اثبات می رسد؛ و دسته دوم، متونی که فقط تعبداً پذیرفته می شود و دست کم تا زمان استفاده از آن متن ها، راهی جز تعبد برای پذیرش آن ها وجود ندارد. متون دسته نخست را می توان در زمره معرفت های عقلی و تجربی دانست. اما به نظر می رسد تعبیر «معرفت» برای متون دسته دوم، مسامحی است و در این نوع شناخت، اعتقاد به صداقت منبع شناخت باعث می شود گفته های متون دینی تعبداً تصدیق شود. بااین حال، نقش معرفت زایی متون دینی را نمی توان انکار کرد، به ویژه آن متونی که به صورت علمی و تجربی در زمان های بعد به اثبات رسیده است. به عبارت دیگر، تردیدی نیست در اینکه متون دینی موجب ایجاد نوعی شناخت برای انسان می شود؛ اما نوع معرفت حاصل شده از متون دینی و کم و کیف آن، سخن دیگری است که محل بحث و بررسی است. درباره شناخت نقلی توجه به چند نکته سودمند است:

1. مقصود از نقل از منظر اندیشمندان مسلمان، مجموعه متون دینی است که منشأ حقیقی آن به وحی باز می گردد. این مجموعه، هم قرآن و هم روایات معتبر پیامبران خدا به ویژه احادیث پیامبر خاتم (صلی الله علیه و آله و سلم) و اهل بیت آن حضرت (علیه السلام) را در بر می گیرد. اما درباره قرآن کریم، به این دلیل که وحی مستقیم خداست؛ و درباره

حدیث پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) با استناد به آیه شریفه قرآن کریم، اتصال آن به وحی به اثبات می رسد. قرآن می فرماید: (وَمَا يُنطِقُ عَنِ الْهَوَىٰ * إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَىٰ). (1)

درباره احادیث اهل بیت پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) باید گفت که آن ها تالی تلوی پیامبرند و حجیت کلام آنان نیز در جای خود با ادله عقلی و نقلی، به ویژه ادله قرآنی به اثبات رسیده است. به هر حال چون منشأ روایات از قرآن و بازگشت آن نیز به قرآن کریم است، وحی به مفهوم عام می تواند منبع معرفت نقلی و از جمله خودشناسی به شمار آید.

2. پیروان ادیان آسمانی، گاه به مفهوم سخنان پیشوایان دینی اعتقادی به مراتب قوی تر از اعتقادات برخاسته از حس و تجربه می ورزند و برای آنان، بیشتر از شناخت حسی و تجربی، دارای اعتبار خواهد بود.

3. اعتقاد و باور به همه آموزه های دینی، فقط از نوع شناخت تعبیدی نیست؛ زیرا بیشتر آموزه های دینی از طریق یکی دیگر از انواع شناخت نیز شناسایی می شوند. به عبارت دیگر، اعتقادات دینی را می توان به دو دسته تقسیم کرد: یک دسته، اعتقاداتی که صرفاً با تعبید پذیرفتنی است؛ دسته دوم، اعتقاداتی که افزون بر تعبید، از یکی دیگر از طرق شناخت نیز شناسایی شده و به اثبات رسیده است.

اما در موضوع خودشناسی، همه آیاتی که درباره حقیقت انسان، ویژگی ها، تعلقات و هدف غایی وجود او در زمین است؛ و نیز بسیاری دیگر از آیات مربوط به این موضوع، برای این است که آدمی بتواند خود را بهتر بشناسد. بی شک کسی که موجودی را آفریده است، از دیگران به ابعاد وجودی مخلوقش و آنچه ویژگی ها، صفات و حالات آن مخلوق قلمداد می شود، آشناتر است. پس هیچ منبعی دقیق تر و جامع تر از کتابی نخواهد بود که خالق اثر درباره آن اثر برجای می گذارد؛ به ویژه اگر آن خالق، خداوند متعال باشد. از این رو انسان برای شناخت خود نمی تواند قرآن را که دانا به او و خیر و صلاح اوست نادیده انگارد و منبع وحی را به فراموشی بسپارد. اگر چنین کند، در ناتوانی او از شناخت نفس خویش، تردیدی نخواهد بود. قرآن در حوزه شناخت، و از جمله شناخت انسان، و به تبع آن شناخت خود، به صورت جدی وارد شده و چون کتاب راهنمای بشر است، آنچه را درباره هدایت و سعادت بشر لازم بوده، به تفصیل بیان کرده است. قرآن همه اطلاعات مربوط به شخصیت انسان، نفس آدمی و نیز قوت ها و ضعف های

ص: 114

1- . نجم: 4 و 5 «و هرگز از روی هوای نفس سخن نمی گوید؛ سخن او غیر وحی خدا نیست».

او، و همهٔ تعلقات و وابستگی هایش را که در مسیر سعادت او رهن است بیان داشته، هشدارهای لازم را به او داده است. اما همان گونه که در ابتدای این فصل بیان کردیم، رویکرد ما به قرآن در این فصل، از منظر کسی است که در پی کشف راه های شناخت خویش است؛ نه کسی که در جستجوی شناخت خویش است. بنابراین در اینجا نیز ما جویای آیات و روایاتی هستیم که راه و منبع شناخت را معرفی کرده باشد، نه آیاتی که شناخت آفرین باشد. به نظر می رسد قرآن کریم، خود را منبع بسیار مطمئن هدایت در همهٔ امور و نایل شدن به حق و حقیقت معرفی می کند. در این زمینه، آیات بسیاری وجود دارد که به برخی از آن ها اشاره می کنیم.

در برخی آیات، قرآن، کتاب هدایت بشر معرفی شده است؛ هدایتی مطلق که هیچ قیدی ندارد. چنین کتابی، انسان را در همهٔ نیازمندی هایش راهنمایی می کند و به سوی نور⁽¹⁾ و صواب رهنمون می سازد و از تاریکی جهل رهایی می بخشد. انسان شناسی، شناخت نفس و خودآگاهی نیز از این امر استثنا نشده و هر کس بخواهد خود را بشناسد، می تواند به آنچه قرآن کریم در این امور بیان داشته، رجوع و به آن اعتماد کند:⁽²⁾

(شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنْزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ).⁽³⁾

قرآن در آیه دیگری تصریح می کند که قرآن هیچ امری را فروگذار نکرده و همهٔ آنچه را بشر باید بداند، بیان فرموده است و منبعی پایان نیافتنی برای انسان در یافتن همهٔ مجهولاتش است:

(وَعِنْدَهُ مَفَاتِحُ الْغَيْبِ لَا يَعْلَمُهَا إِلَّا هُوَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَمَا تَسْقُطُ مِنْ وَرَقَةٍ إِلَّا يَعْلَمُهَا وَلَا حَبَّةٌ فِي ظُلُمَاتِ الْأَرْضِ وَلَا رَطْبٍ وَلَا يَاسٍ إِلَّا فِي كِتَابٍ مُّبِينٍ).⁽⁴⁾

خداوند، قرآن کریم را «حق» می داند و آن را با تعابیر گوناگون، «حق» معرفی می کند و دربردارندهٔ حق مطلق می داند؛ پس هر کس اگر بخواهد، خواهد توانست خویشتن را آن گونه که حق است، از قرآن بیابد و بشناسد:

ص: 115

1- . أعراف : 157 (فَالَّذِينَ آمَنُوا بِهِ وَعَزَّرُوهُ وَنَصَرُوهُ وَاتَّبَعُوا النُّورَ الَّذِي أُنْزِلَ مَعَهُ أُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ).

2- . راه هایی که قرآن کریم برای خودشناسی معرفی کرده، عموماً راه های شناخت نوع انسان است که به تبع آن، «خود» نیز که یکی از افراد نوع انسان است شناخته می شود.

3- . بقره: 185.

4- . انعام: 59.

(أَفَمَنْ يَعْلَمُ أَنَّمَا أُنْزِلَ إِلَيْكَ مِنْ رَبِّكَ الْحَقُّ كَمَنْ هُوَ أَعْمَىٰ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولَٰئِكَ الْأَلْبَابُ). (1)

در آیه دیگر، قرآن را برهانی الهی و نور آشکار برای هدایت بشر معرفی می کند و می فرماید:

(يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ بُرْهَانٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَأَنْزَلْنَا إِلَيْكُمْ نُورًا مُبِينًا). (2)

در آیات دیگر، روی گردانی از قرآن را مایه گمراهی مطلق، جهالت و نادانی، زیان و خسران، (3) کوری و اختلاف؛ و روی آوردن به قرآن را مایه هدایت، (4) بهره مندی از نور، (5) علم و حکمت (6) می داند و همه این امور به صورت مطلق بیان شده و دارای قابلیت اطلاق بر شناخت نفس نیز هست تا آنجا که می فرماید: (وَإِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا عِنْدَنَا خَزَائِنُهُ وَمَا نُنَزِّلُهُ إِلَّا بِقَدَرٍ مَعْلُومٍ) (7)

این دسته از آیات، نقش قرآن کریم را در هدایت و دستگیری در زمینه شناخت، معرفت و نورانیت بیان می کند.

اما در کنار آیات فراوان، روایات بی شماری نیز نقش معرفت افزایی را در خصوص موضوع بحث ایفا می کند. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) در وصف قرآن می فرماید:

ص: 116

- 1- . ر. ک: بقره: 213؛ آل عمران: 3 - 4؛ نساء: 105 - 107؛ رعد: 19. آیا مسلمانی که به یقین می داند که این قرآن به حق از جانب خدا بر تو نازل شده است، با کافر نابینای جاهل یکسان است؟ فقط عاقلان، متذکر این حقیقت اند.
- 2- . نساء: 174 «ای مردم، برای راهنمایی شما از طرف خدا برهانی [محکم] به سوی شما آمد و نوری روشن بر شما نازل شد».
- 3- . یونس: 95: (وَلَا تَكُونَنَّ مِنَ الَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِ اللَّهِ فَتَكُونَ مِنَ الْخَاسِرِينَ).
- 4- . نساء: 174-175: (يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ بُرْهَانٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَأَنْزَلْنَا إِلَيْكُمْ نُورًا مُبِينًا * فَأَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَاعْتَصَمُوا بِهِ فَسَيُدْخِلُهُمْ فِي رَحْمَةٍ مِنْهُ وَفَضْلٍ وَيَهْدِيهِمْ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمًا)؛ نحل: 102: (قُلْ نَزَّلَهُ رُوحُ الْقُدُسِ مِنْ رَبِّكَ بِالْحَقِّ لِيُثَبِّتَ الَّذِينَ آمَنُوا وَهُدًى وَبُشْرَى لِلْمُسْلِمِينَ)؛ بقره: 159: (إِنَّ الَّذِينَ يَكْتُمُونَ مَا أَنْزَلْنَا مِنَ الْبَيِّنَاتِ وَالْهُدَى مِنْ بَعْدِ مَا بَيَّنَّاهُ لِلنَّاسِ فِي الْكِتَابِ أُولَٰئِكَ يَلْعَنُهُمُ اللَّهُ وَيَلْعَنُهُمُ اللَّاعِنُونَ).
- 5- . ابراهیم: 1: (كِتَابٌ أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ لِتُخْرِجَ النَّاسَ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ بِإِذْنِ رَبِّهِمْ إِلَى صِرَاطٍ الْعَزِيزِ الْحَمِيدِ).
- 6- . بقره: 231 (وَادْكُرُوا اللَّهَ عَلَيْهِمْ وَ مَا أَنْزَلَ عَلَيْكُمْ مِنَ الْكِتَابِ وَالْحِكْمَةِ يَعِظُكُمْ بِهِ وَ اتَّقُوا اللَّهَ وَ اعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ)؛ نساء: 13: (وَلَوْ لَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكَ وَرَحْمَتُهُ لَهَمَّتْ طَائِفَةٌ مِنْهُمْ أَنْ يُضِلُّوكَ وَ مَا يُضِلُّونَ إِلَّا أَنْفُسَهُمْ وَ مَا يَصُرُّونَكَ مِنْ شَيْءٍ وَ أَنْزَلَ اللَّهُ عَلَيْكَ الْكِتَابَ وَ الْحِكْمَةَ وَ عَلَّمَكَ مَا لَمْ تَكُنْ تَعْلَمُ وَ كَانَ فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكَ عَظِيمًا).
- 7- . حجر: 21: «و نیست هیچ چیزی مگر آنکه گنجینه هایش نزد ماست، و ما از آن نازل نمی کنیم مگر به اندازه مشخصی».

من ابتغى العلم فى غيره أضله الله. (1)

هر کس دانش را در غیر قرآن بجوید، خداوند گمراهش می کند.

از امام علی (علیه السلام) چنین نقل شده است:

القرآن أفضل الهدایتین. (2)

قرآن، برترین دو هدایت است.

ایشان در وصف قرآن می فرماید:

بهار دل ها و چشمه های دانش است، و آن است راه مستقیم، و آن است مایه هدایت کسی که آن را پیشوای خود قرار دهد. (3)

از امام صادق (علیه السلام) روایت شده است:

در کتاب خدا نجات از هلاکت، و بینایی از کوری، و رهنمونی به سوی هدایت است. (4)

فرموده است:

خداوند، قرآن را بیان کننده هر چیزی فرستاد. به خدا سوگند، از هیچ چیزی که بنده بدان نیاز داشت فروگذار نکرد. به خدا سوگند، بنده ای

نمی تواند بگوید: «اگر این در قرآن آمده بود...» مگر آنکه خداوند آن را در قرآن فرو فرستاده است. (5)

این روایات، همه حکایت گر آن است که برای دستیابی به مطلق شناخت و از جمله «شناخت خود»، راه استفاده از نقل، بسیار مطمئن است.

3. شناخت شهودی

اشاره

شناخت و معرفت شهودی، یکی دیگر از انواع شناخت هایی است که برای انسان حاصل می شود. بسیاری از اندیشمندان، مرتبه شناخت شهودی را برتر و والاتر از

ص: 117

1- . دانش نامه امام علی (علیه السلام): ج 2 ص 462 ح 1784.

2- . غرر الحکم: ح 1664.

3- 4. همان: ح 10050: «هو ربیع القلوب و ینایع العلم، و هو الصراط المستقیم، هو هدی لمن ائتم به». نیز، ر. ک: الکافی: ج 1 ص 59 باب «الرد إلى الكتاب و السنة».

4- . تفسير العياشى: ج 1 ص 198 ح 143: فى كتاب الله نجاه من الردى، و بصيرة من العمى، و دليل إلى الهدى.

5- . المحاسن: ج 1 ص 416 ح 956. إن الله عز و جل أنزل فى القرآن تبياناً لكل شئ، حتى و الله ما ترك شيئاً يحتاج إليه العبد، حتى و الله ما يستطيع عبد أن يقول: لو كان فى القرآن هذا، إلا و قد أنزله الله فيه.

شناخت های دیگر می دانند. در شناخت شهودی عالم، شاهد است و معلوم، خودش مشهود عالم. این نوع معرفت را معرفت حضوری نیز می خوانند؛ زیرا در این نوع شناخت، خود معلوم نزد عالم حاضر است و واسطه ای میان عالم و معلوم وجود نخواهد داشت. (1) برخی دیگر آن را به علمی که شیء، بدون صورت برای عالم حاضر می شود تعبیر می کنند. (2) بنابراین بر اساس عقیده اغلب صاحب نظران، امکان خطا در معرفت شهودی وجود ندارد. (3) البته برخی دیگر، دیدگاه های دیگری نیز مطرح کرده اند که پرداختن مبسوط به آن دیدگاه ها و بحث درباره اختلاف نظرهای صاحب نظران، خارج از قلمرو مباحث این نوشته است. (4)

الف - اهمیت شناخت شهودی

درستی شناخت انسان، از مطابقت آن با واقع آشکار می شود. اما گاه تشخیص مطابقت با واقع، آسان نیست و گاه نیازمند گذر زمانی نسبتاً طولانی و آشکار شدن ادله، قرائن و شواهد است. به همین دلیل نگهداری و نیز مراقبت از سلامت ابزارهای شناخت انسان، اهمیت فراوان دارد. اگر در صدد نگهداری ابزار شناخت خود نباشیم، یا به تقویت آن ابزار و رفع ضعف های آن اهتمام نوزیم، تشخیص حقانیت و درستی معرفت های خویش و در پی آن، رفتارهای خود بسیار دشوار و در برخی حالات غیرممکن خواهد بود؛ همان گونه که اگر چشم ضعیف شود، به شناخت های دیداری خود اعتماد نمی توان کرد؛ و اگر شنوایی دچار ضعف شود، از شنیدن بسیاری از داده هایی که از طریق گوش به ما منتقل می شود، محروم می شویم و اگر هم بشنویم، اعتمادی به آن داده ها نیست. بقیه ابزارهای شناخت نیز همچون عقل و قلب، ممکن است به بیماری های مخصوص خود مبتلا شوند و از ادراکات عقل یا قلبی عاجز شوند. به هر حال اگر ابزار شناخت، به علت بیماری یا معلولیت، توان ادراکی خود را از دست بدهد، فرد از ادراکات مربوط به آن عضو محروم خواهد شد. همچنین اگر کسانی داده های نادرست مربوط به عضو شناخت را درست جلوه دهند، فرد ناتوان به خطا می رود و ممکن است او به مهلکه افتد.

ص: 118

1- . شرح منظومه حکمت: ص 137؛ ر. ک: آموزش فلسفه: ج 1 ص 172.

2- . رسالتان فی التصور و التصدیق: ص 46.

3- . آموزش فلسفه: ج 1 ص 175.

4- . ر. ک: همان، ص 172.

آنچه در اینجا به آن خواهیم پرداخت، بحث دربارهٔ قلب و داده‌های مربوط به آن است؛ زیرا دربارهٔ داده‌های دیگر اعضای ادراکی، تشخیص حق از باطل یا درست از غلط سهل تر به نظر می‌رسد. به عبارت بهتر، اگر قلب بیمار شود یا از بین برود، سلامت ابزارهای دیگر سودی برای صاحبش نخواهد داشت. این مسئله، نشان دهندهٔ اهمیت سلامت قلب در مقایسه با ابزارهای شناخت دیگر است. اما پرسشی اساسی که در اینجا به ذهن می‌رسد، آن است که چرا بیماری یا به اصطلاح مرگ قلب، تا این اندازه خطرناک و برای صاحبش مُهلک است؟ به نظر می‌رسد علت این اهمیت، چند عامل است:

1. بیماری و ناتوانی حس و عقل، دو عضو شناختی انسان، مشهودِ خود او و اطرافیان اوست و همگان به راحتی می‌توانند تشخیص دهند یکی از این ابزارها دچار ضعف و بیماری شده است. در ناتوانی عقلی نیز دست کم، اطرافیان از این مرض مطلع می‌شوند و فرد را سفیه، یا مجنون به حساب می‌آورند و در نتیجه، به او در انتخاب‌ها و رفتارهایش کمک می‌کنند یا از افتادنش در مهلکه‌ها نگاه می‌دارند. اما دربارهٔ قلب، امر به گونهٔ دیگری است؛ زیرا هم عوامل بیماری و مرگ آن متفاوت است، و هم اگر فردی قلبش بیمار شده یا ادراک خود را از دست بدهد، غالباً نه فقط خود او و اطرافیان‌ش متوجه نمی‌شوند، بلکه چنین فردی خود را در کمال صحت و سلامت جسمی و روحی می‌داند و حتی ممکن است آنان را که از روح و قلبی سالم برخوردارند، به سبب پابندی به رفتارهای دینی و معنوی سفیه و دیوانه بخواند، دقیقاً مانند کوردلان و مشرکان که همواره پیامبران خدا را مجنون یا سفیه می‌خواندند.

2. بیماری یا از بین رفتن هریک از اعضای ادراکی حسی، یا حتی فقدان عقل و ابتلا به جنون و سفاهت، رافع برخی تکالیف و گاه همهٔ تکالیف است و فرد مبتلا، دربارهٔ تکالیف سلب شده مؤاخذه نخواهد شد. بنابراین ترک تکالیف مربوط به عضو ادراکی بیمار، موجب گناه و شقاوت صاحبش نمی‌شود. اما بیماری و مرگ قلب، برطرف کنندهٔ مسئولیت انسان در برابر خالق یکتایش نیست و او را سرانجام، به خسران ابدی مبتلا خواهد کرد. به این دلیل خداوند به بندگان که قلبشان دچار بیماری یا مرگ قلب شده است، عذاب دردناک جهنم را وعده کرده است. این

تفاوت، مهم ترین تفاوت بیماری قلبی با بیماری های ابزارهای ادراکی دیگر به شمار می رود. بنابراین چنین فردی اگر در صدد احیای قلب و درمان بیماری قلبی خود برنیاید، هر روز با سرعتی بیشتر، از حق و حقیقت که در زبان قرآن «صراط مستقیم» خوانده می شود، دورتر خواهد شد و سرانجام، دچار هلاکت ابدی خواهد شد، تا جایی که حقیقت را ادراک نمی کند و باطل را حقیقت می پندارد و آن را به جای معارف درست قلمداد می کند.

ب - انواع شناخت شهودی

از آیات و روایات برمی آید که برای معرفت شهودی، انواعی می توان لحاظ کرد. انواع این شناخت، به طور خلاصه، به شرح ذیل است:

ج - خودآگاهی فطری

یکی از مصادیق مهم شناخت خویش، «خودآگاهی شهودی» یا «فطری» است. بر اساس آیات قرآن کریم، اولین شناختی که فرزندان آدم (علیه السلام) به آن وارسته شدند، «خودآگاهی شهودی» بود. آنان از مسیر این خودآگاهی به «خداآگاهی» دست یافتند و ربوبیت و توحید پروردگار را ادراک کردند: (وَ إِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ) (1).

در این آیه شریفه، خداوند بیان می کند که سرشت آدمی را بر شناخت نفس خود و سپس بر شناخت مقام ربوبی پروردگار و توحید قرار داده است. زراره می گوید:

از امام باقر درباره آیه (وَ إِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ ...) پرسیدم. فرمود: - اخرج - من ظهر آدم ذریته إلى يوم القيامة، فخرجوا كالذر، فعرفهم وأراهم صنعة، و لولا ذلك لم يعرف أحد ربه. (2)

علامه طباطبایی درباره تعبیر «اشهدهم على انفسهم» می نویسد:

جملة (وَ أَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ) از یک فعل دیگر خداوند، بعد از جدا ساختن ابناء بشر از پدران خبر می دهد، و آن فعل خدا این است که هر فردی را گواه خودش گرفت؛ و اشهاد بر هر چیز، حاضر کردن گواه

ص: 120

1- . اعراف: 172.

2- . همان.

است در نزد آن، و نشان دادن حقیقت آن است تا گواه، حقیقت آن چیز را از نزدیک و به حس خود درک نموده و در موقع به شهادت به آنچه که دیده شهادت دهد؛ و اشهاد کسی بر خود آن کس، نشان دادن حقیقت اوست به خود او، تا پس از درک حقیقت خود و تحمل آن در موقعی که از او سؤال می شود، شهادت دهد. (1)

از این آیات و نیز برخی روایات چنین برمی آید که راز اعتراف بنی آدم به خالقیت خداوند، آن گونه که پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) - طبق نقل شیخ صدوق - فرموده، «خودآگاهی» او بوده است؛ خودآگاهی ای که عبارت «و اشهدهم علی انفسهم» دلیل آن است؛ زیرا اگر حقیقت خودشناسی اتفاق افتد و آدمی آن گونه که هست، خود را بشناسد و بیابد، تردیدی برای او باقی نمی ماند که وجودش وجود ربطی است، نه مستقل. او خواهد دانست که صفر اگر بخواید عدد شود و هستی یابد، نیازمند عددی است که با او بیاید، و گرنه هرگز مفهوم عدد نخواهد داشت. پس او خواهد فهمید صیغری است که فقط با خدا دارای مفهوم می شود و بی او، هیچ است. آنگاه اعتراف خواهد کرد که هرچه هست خداست، و او چیزی جز وجود وابسته نیست. او به خدای یکتا وابسته است و وجودش را از او گرفته و به صورت مستمر، از او فیض وجود می گیرد. از این آیه شریفه و از معرفت فطری به خود، معنای حدیث شریف «من عرف نفسه فقد عرف ربه» روشن تر می شود. به نظر می رسد در آیه شریفه، معرفت حقیقی به دو چیز اختصاص یافته است: یکی به نفس خود (به دلالت «و اشهدهم علی انفسهم»؛ و دیگری به خدا (به دلالت «الست بریکم قالوا بلی»). البته معرفت نخست، مقدمه معرفت دوم است و برای نیل به معرفت حقیقی که هدف به شمار می آید، یگانه راه و شاید کوتاه ترین راه، معرفت نفس و خودآگاهی است. بنابراین شناخت شهودی، یکی از معتبرترین شناخت ها به شمار می آید و سریع تر از هر نوع شناخت دیگر، صاحب خود را به هدف آفرینش، یعنی عبودیت و بندگی می رساند.

از «خودآگاهی شهودی» به «خودآگاهی فطری» نیز تعبیر می شود. این تعبیر بدان جهت است که خودآگاهی شهودی، نهاده شده در فطرت انسان و برخاسته از آن است.

ص: 121

علامه طباطبائی در بحث معرفت شهودی، آن را معرفت فطری می داند و درباره فطری بودن این معرفت می گوید:

و اما داستان تکامل نوع انسانی در علم و تمدن در جای خود صحیح است؛ ولیکن نباید مسئله اشهاد را به آن قیاس کرد. تکامل انسان در علوم نظری و اکتسابی است که نتایج و فروعی است که تدریجاً برای انسان حاصل می شود، به خلاف اشهاد و خودبینی انسان، و اینکه من محتاج به مربی هستم که تربیت کند؛ زیرا این معنا از مواد علم است، و قبل از نتایج برای انسان حاصل می شود، و از علوم فطری و اولین نقشی است که در نفس منتقش می گردد، و بعد از این انتقاش است که نتایج و فروع متفرع بر آن می شود و چنین علمی معقول نیست که بعد از علوم دیگر برای انسان حاصل شود. (1)

این معنا را از کلام نورانی پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) نیز می توان استفاده کرد، آنگاه که در تفسیر یکی از آیات قرآن می فرماید: «کل مولود یولد علی الفطرة - یعنی علی المعرفة فذلک قوله: وَلِئِنْ سَأَلْتَهُمْ مَنْ خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ لَيَقُولُنَّ اللَّهُ». (2)

از کلام امام باقر (علیه السلام) نیز درباره آیه شریفه (حُتِّفَاءَ لِلَّهِ غَيْرَ مُشْرِكِينَ بِهِ) (3) نیز همین معنا قابل برداشت است: «و هی الفطرة التي فطر الله الناس عليها، لا تبدل لخلق الله و قال: فطرهم الله علی المعرفة». (4) آیت الله مکارم شیرازی نیز این آیه را به معرفت فطری مرتبط می داند و می گوید:

الآیات المذكورة أعلاه، تشير إلى «التوحيد الفطري» ووجود الإيمان في أعماق روح الإنسان... (5)

البته این نوع تبیین از آیه، منحصر به مفسران یادشده نیست و بسیاری دیگر از مفسران، همین دیدگاه را دارند. (6)

ص: 122

- 1- . المیزان فی تفسیر القرآن: ج 8 ص 310.
- 2- . البرهان فی تفسیر القرآن: ج 2 ص 608 ح 4056؛ التوحید: ص 331 ح 9.
- 3- . حج: 31.
- 4- . البرهان فی تفسیر القرآن: ج 2 ص 608 ح 4056؛ التوحید: ص 331 ح 9.
- 5- . الأمثل فی تفسیر کتاب الله المنزل: ج 5 ص 286.
- 6- . ر. ک: نرم افزار جامع التفاسیر (نور الانوار 3) ذیل آیه 172 از سورة اعراف.

استاد مطهری، خودآگاهی فطری را واقعی و غیراکتسابی می داند و معتقد است آیه شریفه (ثُمَّ أَنشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ) به همین نکته اشاره کرده، و موجود ناخودآگاه با انشاء خلق دوم توسط خداوند، خودآگاه شده است. (1)

اینکه آدمی آن را فراموش می کند و باید این شناخت را به او یادآوری کرد، شاهی برای آموختنی نبودن این معرفت به شمار می آید. بنابراین غفلت و فراموشی، آفت خودآگاهی فطری، و تذکر و تنبّه راه رفع آن است. علامه جعفری فراموشکاری انسان را بلای فراگیر بشر، و «تذکر» را عامل جلوگیری از غفلت از معارف فطری می داند. وی می گوید: «به جرئت می توان گفت بشر بیش از آنکه قربانی جهالتش باشد، قربانی فراموشکاری خویش است که از اهمیت ندادن به حقایق ناشی می گردد». (2) وی در ادامه، غفلت و نیز تذکر را که در آیاتی از قرآن به آن تصریح شده، نشانه فطری بودن حقایق سازنده انسانی، و تذکر را عامل رهایی از غفلت و فراموشی می داند. (3)

نگارنده بر این باور است برخی آیات که متضمن پرسش از بشر است، درواقع هشدار و تذکر به انسان است تا او را به معارف فطری خویش توجه دهد و او را وادار کند به ندای درونی اش درباره شناخت خود و شناخت خدا گوش کند. آیاتی چون: (أَوَلَمْ يَتَفَكَّرُوا فِي أَنفُسِهِمْ) (4) و (أَوَلَمْ يَنْظُرُوا فِي مَلَكُوتِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا خَلَقَ اللَّهُ مِنْ شَيْءٍ وَأَنْ عَسَى أَنْ يَكُونَ قَدِ اقْتَرَبَ أَجَلُهُمْ فَبِأَيِّ حَدِيثٍ بَعْدَهُ يُؤْمِنُونَ) (5) از این آیات اند.

اطلاق آیه فوق، در عبارت «و ما خلق الله من شیء» شامل خود فرد نیز می شود؛ ازاین رو خدا براساس این آیه از انسان می خواهد به خود نیز بیندیشد و در خود آگاهی

ص: 123

-
- 1- انسان در قرآن: ص 60.
 - 2- شناخت از دیدگاه علمی و از دیدگاه قرآن: ص 392.
 - 3- ر. ک: همان: ص 393.
 - 4- روم: 8: «آیا در درون خود نمی اندیشند؟».
 - 5- اعراف: 185: «آیا در ملکوت آسمان ها و زمین و در هرچه خدا آفریده فکر و نظر نکردند و در اینکه اجل و مرگ آن ها بسا باشد که به آنان بسیار نزدیک شده باشد؟ پس به چه حدیثی بعد از این [کتاب مبارک آسمانی] ایمان خواهند آورد؟».

فطری خویش نظر افکند؛ باشد که از این راه ایمان آورد و سعادت‌مند شود. در آیه ذیل نیز پرسش خداوند به گونه ای است که به انسان، شناختی را که در عالم ذر، با شهود خود و ادراک عبودیت خویش در مقابل پروردگارش کسب کرد، یاد آوری می کند:

(أَلَمْ أَعْهَدْ إِلَيْكُمْ يَا بَنِي آدَمَ أَنْ لَا تَعْبُدُوا الشَّيْطَانَ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ * وَأَنْ اعْبُدُونِي هَذَا صِرَاطٌ مُسْتَقِيمٌ * وَلَقَدْ أَضَلَّ مِنْكُمْ جِبِلًّا كَثِيرًا أَفَلَمْ تَكُونُوا تَعْقِلُونَ). (1)

ای آدم زادگان، آیا به شما سفارش ننمودم که شیطان را نپرستید زیرا روشن است که او دشمن بزرگ شماست؟! و مرا پرستش کنید، که این راه مستقیم (سعادت ابدی) است؟! و همانا [شیطان] بسیاری از شما نوع بشر را به گمراهی کشید، آیا تعقل نمی کنید؟!

از ویژگی های خودآگاهی فطری این است که برای همگان حاصل است و فقط توجه به آن می تواند آن ها را به این شناخت نائل سازد و به آنان در انتخاب رفتار صحیح یا اصلاح رفتارشان یاری رساند. قرآن کریم درباره علم حضوری آدمی بر نفس خویش می فرماید:

بل الانسان على نفسه بصيرة ولو ألقى معاذيره. (2)

بلکه انسان به خوبی بر نفس خویش آگاه است، اگرچه عذرهایی بتراشد.

از امام صادق (علیه السلام) نقل شده است که در تبیین این آیه فرموده است:

ما ينفع العبد يظهر حسنا ويستر سيئا؟ أليس إذا رجع إلى نفسه علم أنه ليس كذلك؟ والله تعالى يقول: (بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ) إن السريّة إذا صلحت قويت العلانية. (3)

عمر بن یزید نیز می گوید: امام صادق (علیه السلام) این دو آیه: (بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ وَلَوْ أَلْقَى مَعَاذِيرَهُ) را قرائت کرد و سپس فرمود:

يا أبا حفص، ما يصنع الإنسان أن يتقرب إلى الله عز وجل بخلاف ما يعلم الله تعالى؟ إن رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) كان يقول: من أسر سريرة رده الله رداءها، إن

ص: 124

1- . یس: 60 - 62.

2- . قیامت: 14 - 15.

3- . الامالی، مفید: ص 214 ح 6.

علامه طباطبائی، بصیرت به نفس خود را به معنای رؤیت قلبی و ادراک باطنی می داند. (2) فیض کاشانی نیز شاهد بودن انسان بر رفتار خویش را عین آگاهی دانسته، می گوید:

حِجَّةٌ بَیْنَهُ عَلَى أَعْمَالِهَا لِأَنَّهُ شَاهِدٌ بِهَا أَوْ عَيْنٌ بِصِيرَةِ بِهَا فَلَا يَحْتَاجُ إِلَى الْإِنْبَاءِ... وَ لَوْ جَاءَ بِكُلِّ مَا يُمْكِنُ أَنْ يَعْتَذَرَ بِهِ. (3)

ابن کثیر دمشقی در تفسیر این آیه می نویسد:

أَيُّ هُوَ شَهِيدٌ عَلَى نَفْسِهِ عَالِمٌ بِمَا فَعَلَهُ وَ لَوْ اعْتَذَرَ وَ أَنْكَرَ، وَ كَمَا قَالَ تَعَالَى: (اقْرَأْ كِتَابَكَ كَفَىٰ بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا) (4) (5)

نکته دیگری که توجه به آن سودمند است، اینکه علم انسان به نفس خویش، در آگاهی به نفس خود و نیز رفتارش خلاصه نمی شود، بلکه امور دیگری همچون توانمندی جسمی، دوستی و دشمنی، احساسات و عواطف، یا برخی دیگر از امور فردی را نیز دربر می گیرد. روایات ذیل گواهی بر این ادعاست.

زراره می گوید: از امام صادق (علیه السلام) پرسیدم: حدّ آن بیماری که افطار کردن روزه را بر صاحب آن بیماری مجاز می کند کجاست؟ قال، (بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ) هو أعلم بما يطيق. (6)

در این حدیث شریف، امام صادق (علیه السلام) انسان را بر حال و توان خود آگاه می داند و آگاهی او را به توان جسمی خود، برای اینکه روزه بگیرد یا افطار کند کافی می داند. این آگاهی از نوع معرفت شهودی است، نه از نوع شناخت از رویعلائم و شواهد که برای پزشکان پس از معاینه معمولاً حاصل می شود. در روایت دیگر، باز امام صادق (علیه السلام) درباره اینکه کدام چُرت است که وضو را باطل می کند، به آیه شریفه پیشین اشاره کرده، معرفت و آگاهی نفس به خود را برای اینکه خوابیده است یا نه، کافی می شمارد. در این حدیث عبدالرحمن بن الحجاج می گوید:

ص: 125

1- . الکافی: ج 2 ص 294 ح 6.

2- . ر. ک: المیزان فی تفسیر القرآن: ج 20 ص 106.

3- . تفسیر الصافی: ج 5 ص 255.

4- . اسرا: 14.

5- . تفسیر القرآن العظیم: ج 8 ص 285.

6- . مجمع البیان: ج 10 ص 599.

از امام (علیه السلام) درباره «خفقه» و «خفقتین» پرسیدم؟ آن حضرت فرمود: ما أدری ما الخفقه والخفقتان، إن الله يقول: (بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ) إن علیا (علیه السلام) کان یقول: من وجد طعم النوم قائما أو قاعدا، فقد وجب علیه الوضوء. (1)

اما گاه به دلیل کدورات و زنگار های قلبی ناشی از گناه، انسان ها از آن غافل می شوند یا رفتار خود را علی رغم خطا و ناپسند بودن، زیبا می بینند. گناه و معصیت، موجب زنگار قلب آدمی شده، آن را متحول می کند و قابلیت پذیرش حق را از او می گیرد؛ ازاین رو خداوند بر قلب این افراد قفل زده، یا به تعبیر دیگر مهر می زند. به همین دلیل این افراد قابلیت هدایت را از دست داده، هرگز هدایت نخواهند شد؛ ازاین رو اگر هزاران سال هم در دنیا ادامه حیات دهند، هرگز هدایت نخواهند شد و از بین رفتن قابلیت هدایت، دوام عذاب آنان را در قیامت توجیه می کند.

بنابر آن چه گذشت، شناخت فطری از چند ویژگی ذیل برخوردار است:

1. شناخت فطری، برای همه افراد به صورت یکسان قرار داده شده و تنها کاری که انسان باید انجام دهد، پیدا کردن آن از راه توجه به ندای درونی فطرت خویش و به یادآوری آن است.

2. در میان انواع شناخت هایی که تاکنون بیان کرده ایم، راه فطرت، بیش از راه های دیگر به خودآگاهی اختصاص دارد. به عبارت دیگر، بیشترین کارکرد فطرت انسان به خودآگاهی و خداآگاهی و توحید اختصاص دارد، اما راه های یادشده دیگر در کسب شناخت و معرفت در همه حوزه ها به کار می آید، که خود شناسی نیز یکی از آن موضوعات است. 3. انسان بر نفس خود بصیر، و نفسش نزد او حاضر است؛ ازاین رو علم او بر نفسش از نوع علم حضوری است.

4. جایگاه شناخت شهودی و از جمله شناخت فطری که در سرشت همه افراد نهاده شده، قلب است. برای اینکه قلب آدمی معرفت شهودی خود را به یاد آورد، به آموزش نیاز ندارد، بلکه رفع موانع لازم است تا معرفت خود را نمایان کند.

ص: 126

5. اگرچه آدمی به رفتار خود آگاه است، آگاهی او به رفتارش به ویژه پس از انجام دادن آن رفتار از نوع علم حضوری نیست؛ زیرا فقط تصویر رفتارهایی که قبلاً انجام شده و وصف خوبی یا بدی آن رفتارهاست که در ذهن هر فرد باقی می ماند. بنابراین علم انسان به رفتارهایش، اگر زمان انجام دادن آن رفتارها گذشته باشد، از نوع علم حضوری نیست.

6. همان گونه که علوم حصولی به فراموشی سپرده می شود، معرفت حضوری انسان نیز گاه دچار غفلت یا فراموشی می شود. «خودفراموشی» و «خدافراموشی»، از مصادیق فراموشی چیزی است که به معرفت فطری و شهودی، معلوم انسان است و در آیاتی از قرآن بدان اشاره شده است. (1)

7. علم انسان به نفس خویش، به آگاهی از نفس خود و نیز رفتارش خلاصه نمی شود، بلکه امور دیگری همچون توانمندی جسمی، دوستی و دشمنی، احساسات و عواطف یا برخی دیگر از امور فردی را نیز دربر می گیرد.

ه - الهام

گفتیم قلب انسان، یکی از مهم ترین ابزارهای شناخت است. قلب، قوه مدرکه ای است که برای آن ابزارهای شناخت، یعنی گوش و چشم فرض شده است. این ابزار شناخت اگر سالم باشد و اگر قلب آدمی مکدر نشده و زنگار نگرفته باشد، نور معرفت را برگرفته، صاحب آن قلب شناخت قلبی و شهودی را ادراک خواهد کرد، و الاً از معرفت شهودی که از طریق قلب حاصل می شود، محروم خواهد شد. معرفتی که موتور به حرکت درآورنده بسیار قوی تری از معرفت های عقلی و حسی و تجربی دارد. حال اگر قلب به مثابه ابزار شناخت مطرح است، باید دید چه راهی برای بهره مندی از شناخت قلبی می توان شناسایی کرد. یکی دیگر از مصادیق معرفت شهودی، «الهام» است. بر اساس آنچه در آیات و روایات متعددی که درباره قلب و کارکرد آن در کسب شناخت وارد شده، به سادگی می توان به این نتیجه رسید که یکی از مصادیق شناخت، استفاده از الهام است. البته همان گونه که قبلاً اشاره

ص: 127

1- ر. ک: اعراف: 172: (وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى).

شد، قلب سلیم و مبرا از هر گونه بیماری، زنگار و کدورت است که می تواند بازتاب دهنده معارف تاییده شده به آن باشد.

قرآن کریم در آیات متعدد، به حقیقت الهام تصریح کرده است. یکی از آیات مربوط به الهام می فرماید:

(وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا * فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا). (1)

و قسم به نفس ناطقه انسان و آن که او را نیکو به حد کمال بیافرید و به او شر و خیر او را الهام کرد.

صاحب المیزان درباره مفهوم الهام در این آیه و نیز تفسیر آن می نویسد:

و الإلهام الإلقاء في الروح وهو إفاضته تعالى الصور العملية من تصور أو تصديق على النفس و تعليق الإلهام على عنواني فجور النفس و تقواها للدلالة على أن المراد تعريفه تعالى للإنسان صفة فعله من تقوى أو فجور وراء تعريفه متن الفعل بعنوانه الأولى المشترك بين التقوى و الفجور: (2)

کلمه «الهام» که مصدر «الهم» است - به معنای آن است که تصمیم و آگاهی و علمی از خبری در دل آدمی بیفتد، و این خود افاضه ای است الهی، و صور علمیه ای است تصویری یا تصدیقی، که خدای تعالی به دل هر کس که بخواهد می اندازد، و اگر در آیه شریفه، هم تقوای نفس را الهام خوانده، و هم فجور آن را، برای این بود که بفهماند مراد از این الهام این است که خدای تعالی صفات عمل انسان را به انسان شناسانده، و به او فهمانده عملی که انجام می دهد، تقواست یا فجور است، افزون بر تعریفی که نسبت به متن عمل و عنوان اولی آن کرده، عنوانی که مشترکین تقوا و فجور است.

وی در ادامه می نویسد:

در آیه شریفه با آوردن حرف «فاء» بر سر آن، مسئله الهام را نتیجه تسویه قرار داده، و فرموده: (وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا)، و چون نفس را تسویه کرد «فَأَلْهَمَهَا...» پس به او الهام کرد... و این برای آن بود که اشاره کند به اینکه

ص: 128

1- . شمس: 8.

2- . المیزان فی تفسیر القرآن: ج 20 ص 298.

الهام فجور و تقوا، همان عقل عملی (فطری) است، که از نتایج تسویه نفس است. پس الهام مذکور، از صفات و خصوصیات خلقت آدمی است، همچنان که در جای دیگر فرمود: (فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفاً فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ) (1)

صاحب تقریب القرآن الی الاذهان نیز درباره این آیه می نویسد:

فَأَلْهَمَهَا أَى عَرَفَهَا بطريق الإلقاء فى القلب فُجُورَهَا أَى عَصِيَانَهَا وَتَقْوَاهَا أَى إِطَاعَتَهَا، فَإِنَّ كُلَّ إِنْسَانٍ يَمِيزُ بَيْنَ الْخَيْرِ وَالشَّرِّ وَالطَّاعَةِ وَالْعَصْيَانِ. (2)

آیه دیگری که درباره الهام می توان به آن استناد کرد، در سوره کهف وارد شده است: (فَوَجَدَا عَبْدًا مِنْ عِبَادِنَا آتِينَاهُ رَحْمَةً مِنْ عِنْدِنَا وَعَلَّمْنَاهُ مِنْ لَدُنَّا عِلْماً) (3) در آنجا بنده ای از بندگان خاص ما را یافتند که به او رحمت و لطف خاصی از نزد خود عطا کردیم، و هم از نزد خود به وی دانش عطا کردیم.

علامه طباطبایی درباره عبارت «وَعَلَّمْنَاهُ مِنْ لَدُنَّا عِلْماً» می نویسد:

از اینکه موهبتی است که به غیر انسان اختصاص نمی یابد، آشکار می شود که آن تعلیم از نوع دوم، یعنی نعمت های باطنی است. (4)

ایشان در ادامه، درباره همین بخش از آیه می نویسد:

این علم نیز مانند رحمت، علمی است که غیر خدا کسی در آن صنعی و مداخله ای ندارد، و چیزی از قبیل حس و فکر در آن واسطه نیست؛ و خلاصه، از راه اکتساب و استدلال به دست نمی آید. دلیل بر این معنا جمله «من لدنا» است که می رساند منظور از آن علم، علم لدنی و غیر اکتسابی و مختص به اولیاء است. (5)

همچنین آیه شریفه هفتم از سوره قصص می فرماید:

ص: 129

1- . همان. و تقریر الإلهام على التسوية فى قوله: «وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا» إلخ للإشارة إلى أن إلهام الفجور والتقوى وهو العقل العملى من تكميل تسوية النفس فهو من نعوت خلقتها كما قال تعالى: (فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفاً فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ).

2- . تقریب القرآن الی الاذهان: ج 5 ص 684.

3- . كهف: 65.

4- . الميزان فى تفسير القرآن: ج 13 ص 342.

5- . همان.

(وَأَوْحَيْنَا إِلَىٰ أُمِّ مُوسَىٰ أَنْ أَرْضِعِيهِ فَإِذَا خِفَتْ عَلَيْهِ فَأَلْقَيْهِ فِي الْيَمِّ وَلَا تَخَافِي وَلَا تَحْزَنِي إِنَّا رَادُّوهُ إِلَيْكَ وَجَاعِلُوهُ مِنَ الْمُرْسَلِينَ).

به مادر موسی وحی کردیم که طفلک را شیر ده و چون [از آسیب فرعونیان] بر او ترسان شوی، به دریایش افکن و دیگر هرگز مترس و محزون مباش؛ که ما او را به توباز آوریم و هم از پیغمبران مرسلش گردانیم.

به هر حال الهام، پدیده ای است که بسیاری از بندگان شایسته خدا از آن بهره مند می شوند و از نظر قرآن کریم، مسلّم و قطعی است. روایات نیز بر صحت آن تصریح کرده، آن را از اسرار آفرینش معرفی می کند. از پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) نقل شده است که فرمود: **عِلْمُ الْبَاطِنِ سِرٌّ مِنْ سِرِّ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ وَ حِكْمَةُ مَنْ حَكَمَ اللَّهُ، يَقْذِفُهُ فِي قُلُوبٍ مِنْ يَشَاءُ مِنْ أَوْلِيَائِهِ: (1)** علم باطن، رازی از رازهای خدا و حکمتی از حکمت های خداوند است که در دل های هریک از اولیای خود که بخواهد می گذارد.

امام رضا (علیه السلام) همه بندگان را شایسته بهره مندی از الهامات خداوند، که نوعی معرفت و هدایت است، نمی داند و می فرماید:

إِنَّ الْعَبْدَ إِذَا اخْتَارَهُ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ لِأُمُورٍ عِبَادَةٍ شَرَحَ صَدْرَهُ لَذَلِكَ، وَأَوْدَعَ قَلْبَهُ يَنْبِيعَ الْحِكْمَةِ، وَأَلْهَمَهُ الْعِلْمَ الْإِلَهَامَا. (2)

هر گاه خداوند، بنده ای را برای کارهای بندگان برگزیند، سینه اش را برای آن گشاده سازد و چشمه های حکمت را در دلش به ودیعت می گذارد و دانش را به او الهام می کند.

امام صادق (علیه السلام) نیز درباره کلام خداوند: (وَأَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَحُولُ بَيْنَ الْمَرْءِ وَقَلْبِهِ) (3) (بدانید که خداوند، میان انسان و دلش جدایی می اندازد) می فرماید: «يَحُولُ بَيْنَهُ وَبَيْنَ أَنْ يَعْلَمَ أَنَّ الْبَاطِلَ حَقٌّ؛ (4) میان او و حق انگاشتن باطل، جدایی می اندازد».

حارث بن مغیره می گوید: به امام صادق (علیه السلام) عرض کردم: دانش دانشمندان (خاندان) شما چگونه است؟ آیا جمله ای است که در دلش انداخته می شود، یا در

ص: 130

1- . الفردوس: ج 2 ص 42 ح 4104.

2- . الکافی، ج 1 ص 202 ح 1؛ عیون اخبار الرضا (علیه السلام): ج 1 ص 221 ح 1.

3- . انقال: 24.

4- . التوحید: ص 358 ح 6؛ المحاسن: ج 1 ص 370 ح 805.

گوشش خوانده می شود؟ فقال: «وحی کوحی أم موسی؛ (1) وحی ای است همانند وحی به مادر موسی (علیه السلام)».

افزون بر آیات یاد شده، تعداد قابل توجهی از آیات قرآن کریم به هدایت الهی اشاره می کند و آن را به ذات مقدس خداوند نسبت می دهد (2) و گاه هدایت واقعی را همان هدایتی می داند که از طرف خداوند دستگیر بشر می شود. (3) اگر این هدایت های الهی را اعم از هدایت تکوینی و تشریعی بدانیم، الهامات، بخشی از آن ها خواهد بود.

ممکن است اشکال شود که آنچه در این آیات به آن تصریح شده، هدایت الهی است نه شناخت، آن هم از نوع خودآگاهی؟ پاسخ روشن است؛ زیرا هدایتی که در آیات آمده، مطلق است و هر هدایتی که بشر را به سعادت رهنمون سازد در بر می گیرد. بنابراین هدایت، شناخت واقعی یا جزئی مهم، و نخستین مرحله هدایت به شمار می آید و لازمه هدایت صحیح برخورداری از شناخت صحیح است. پس اگر هدایت واقعی به خداوند منسوب باشد، بی تردید شناخت هم یا جزو آن، یا مقدمه آن است که می توان آن را از عطایای الهی به شمار آورد. همچنین اگر نایل شدن به درجه عبودیت و بندگی و «قالوا بلی» در دنیا را هدف آفرینش بدانیم - آن گونه که خدا در عالم ذر از فرزندان آدم تعهد گرفت (4) - در آن صورت شناخت خود و سپس شناخت خدا، از جمله مراحل مقدماتی یا پیش نیازهای آن است که در آیه شریفه به آن تصریح شده است. به راستی کدام هدایت حقیقی است که به شناخت صحیح خود نیازمند نباشد؟ به ویژه اگر شناخت خدا، عبودیت و بندگی او را هدف خلقت و نقطه اوج کمال بشر بدانیم.

و - وحی

وحی نیز از جمله مصادیق دستیابی به شناخت شهودی است. اما از آنجاکه استفاده از وحی و معرفت شهودی ناشی از آن، به پیامبران اختصاص دارد و انسان های دیگر از

ص: 131

1- . الاختصاص: ص 286؛ بصائر الدرجات: ص 317 ح 10.

2- . آل عمران: 8: (رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً)؛ نساء: 68: (وَلَهَدَيْنَاهُمْ صِرَاطًا مُسْتَقِيمًا)؛ و نساء: 175: (وَيَهْدِيهِمْ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمًا)؛ مریم: 76: (وَيَزِيدُ اللَّهُ الَّذِينَ اهْتَدَوْا هُدًى).

3- . بقره: 120: (قُلْ إِنَّ هُدَى اللَّهِ هُوَ الْهُدَى) بگو هدایت واقعی، فقط هدایت خداوندی است.

4- . (وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى).

آن بهره ای ندارند، ما از پرداختن به آن صرف نظر، و بحث درباره آن را به جای خود موکول می کنیم. (1)

و - راه های شناخت خود

اشاره

قرآن کریم، برای شناساندن انسان به خود دو اقدام اساسی کرده است: گاه با بیان ویژگی ها، حالات و وابستگی های انسان، کوشیده است آدمی را به خود بشناساند؛ و گاه با معرفی راه های شناخت خویش، چگونگی شناخت خود را به انسان تعلیم داده است. به بیان دیگر، قرآن گاه می شناساند و گاه راه های شناخت را معرفی می کند. شمار بسیاری از آیات قرآن کریم، ناظر به شناساندن از نوع اول، یعنی شناساندن انسان به خود اوست. آیاتی که انسان را معرفی می کند و ویژگی های او را نام می برد، دلبستگی های او را برمی شمارد، درباره ماهیت او و وجودش سخن می گوید و او را از پیروی بسیاری از تمایلاتش برحذر می دارد، همگی از این دسته آیات اند. اما درباره نوع دوم، باید گفت که ما می توانیم از متون دینی، افزون بر دستیابی به خودآگاهی، راه های دستیابی به خودآگاهی را نیز به دست آوریم و از آن ها استفاده کنیم. تفاوت این دو روش شناساندن بندگان به خودشان این است که روش اول، در واقع شناخت تعبدی است، اگرچه ممکن است برخی از آنچه قرآن کریم بیان فرموده، در علوم تجربی به اثبات رسیده باشد یا ثابت شود. اما در روش دوم، از قرآن فقط راه شناخت را به دست می آوریم، نه خود شناخت را. به این جهت به نظر می رسد گستره شناخت خویش، بر اساس روش دوم، وسیع تر و در مجامع علمی بیشتر کانون توجه قرار گیرد. از منظر متون دینی به ویژه قرآن کریم، راه های ممکن برای تحصیل شناخت خود به شرح ذیل است:

1. راه های شناخت عقلی

اشاره

عقول آدمیان یکسان نیست و خداوند بندگان را به صورت یکسان از نعمت عقل برخوردار نکرده است و از آن ها به اندازه عقلشان سؤال می کند. (2) همان گونه که پیش

ص: 132

1- ر. ک: دانش نامه عقاید اسلامی (معرفت شناسی): ج 2 ص 460.

2- روایاتی چون حدیث شریف نبوی که می فرماید: انا معاشر الانبیاء امرنا ان نکلم الناس علی قدر عقولهم (الامالی، طوسی: ص 481 ح 19)، دلالت می کند بر تفاوت میزان بهره مندی انسان ها از عقل؛ افزون بر آنکه از نظر تجربی نیز نامساوی بودن عقول انسان ها به اثبات رسیده است.

از این بیان شد، عقل ابزار دستیابی به شناخت است و برای بهره مندی از موهبت عقل، باید آن را به کار گرفت و تقویت کرد. چه بسیار افرادی هستند که از موهبت عقل خود بهره چندان نمی برند و آن را به کار نمی گیرند؛ و نیز چه بسیار

انسان هایی که راه استفاده از عقل و تقویت آن را نمی دانند. از این رو آشنایی با روش بهره مندی از عقل، در جهت حصول شناخت به مفهوم عام، و شناخت خود به مفهوم خاص، ضرورتی اجتناب ناپذیر است.

آموزه های دینی، راه تقویت و رشد عقل را باز گذاشته و برخی امور همچون علم را وسیله یا منبعی برای تقویت عقل قرار داده است. روش های به کارگیری عقل و نیز تقویت آن و بهره مندی از شناخت عقلی، بر اساس آنچه از آموزه های دینی قابل استفاده است، به شرح ذیل است:

الف - تفکر

یکی از راه هایی که به طور جدی به آن توصیه شده است تا در مسیر دستیابی به شناخت و از جمله شناخت خویشتن، از آن بهره گرفته شود تفکر و تدبر است. خداوند بارها در قرآن از مشتقات واژه «فکر» و نیز واژه های مترادف آن مانند «تعقل» و «تدبر» استفاده کرده و بندگان را برای دستیابی به شناخت بالاتر به تفکر، تعقل و تدبر توصیه کرده است.⁽¹⁾ روایات بی شماری نیز به لزوم به کارگیری عقل و تفکر تذکر داده است. تعالیم اسلامی نه فقط به انسان تفکر را توصیه می کند، بلکه گاه موضوع تفکر را به او یادآوری، و او را در جهت خداشناسی و توحید یا معاد⁽²⁾ و نیز در مسیر خودشناسی راهبری می کند. برای مثال، گاه آفرینش او را از چیزی غیر قابل ذکر یادآوری می کند، و گاه به مراحل تکون و نعماتی که خدا به آدمی ارزانی داشته اشاره می کند و از او می خواهد درباره خود بیندیشد:

ص: 133

1- . یونس: 24: (كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ)؛ نحل: 44: (لَتُنِينَ لِلنَّاسِ مَا نُزِّلَ إِلَيْهِمْ وَلَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ)؛ رعد: 3: (إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ).

2- . نساء: 82: (أَفَلَا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ وَلَوْ كَانَ مِنْ عِنْدِ غَيْرِ اللَّهِ لَوَجَدُوا فِيهِ اخْتِلَافًا كَثِيرًا) آیا در قرآن نمی اندیشند؟ هرگاه از سوی دیگری جز خدا می بود، در آن اختلافی بسیار می یافتند؛ انعام: 32: (وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَلَهُوَ وَ لِلْآخِرَةِ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ) و زندگی دنیا چیزی جز بازیچه و لهو نیست و پرهیزگاران را سرای آخرت بهتر است. آیا به عقل نمی یابید؟ غاشیه: 17: (أَفَلَا يَنْظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ) آیا به شتر نمی نگرند که چگونه آفریده شده؟ و... .

(هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلاً ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشَدَّكُمْ ثُمَّ لِتَكُونُوا شُيُوخًا وَ مِنْكُمْ مَنْ يَتَوَفَّى مِنْ قَبْلُ وَ لِتَبْلُغُوا أَجْلاً مُّسَمًّى وَ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ). (1)

اوست آن خدایی که شما را از خاک، سپس از نطفه، سپس از لخته خونی بیافریده است؛ آن گاه شما را که کودکی بودید، از رحم مادر آورد تا به سن جوانی برسید و پیر شوید. بعضی از شما پیش از پیری بمیرید و بعضی به آن زمان معین می رسید و شاید به عقل دریابید.

(أَلَمْ نَخْلُقْكُمْ مِنْ مَّاءٍ مَّهِينٍ * فَجَعَلْنَاهُ فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ * إِلَى قَدَرٍ مَّعْلُومٍ). (2)

آیا شما را از آبی پست و بی مقدار نیافریده ایم و آن را در جایگاهی استوار قرار ندادیم؟

و گاه نیز با مطرح کردن پرسش هایی، او را به اندیشیدن درباره خود وادار می کند:

(لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ * أَيْحَسِبُ أَنْ لَنْ يَدْرَ عَلَيْهِ أَحَدٌ * يَقُولُ أَهْلَكْتُ مَالًا لُبَدًا * أَيْحَسِبُ أَنْ لَمْ يَرَهُ أَحَدٌ * أَلَمْ نَجْعَلْ لَهُ عَيْنَيْنِ * وَ لِسَانًا وَ شَفَتَيْنِ) (3)

آیا برای او دو چشم نیافریده ایم؟ و یک زبان و دو لب؟ و دو راه پیش پایش ننهادیم؟

قرآن کریم در این آیات، هم انسان را به خود او می شناساند، و هم با توصیه به تدبیر، راه شناخت را نشان می دهد. از این گذشته، آنان را که از تفکر و تعقل بهره نمی برند مذمت کرده، از بدترین جنبندگان به شمار می آورد. (4) علامه جعفری معتقد است مقصود از تفکر و تعقل، عقل نظری و معمولی نیست؛ زیرا آن تعقل، بیشتر در پی خودمحموری و سودجویی فردی است. (5) وی در این باره می گوید: «مقصود آیات قرآن، آن عقل است که با هماهنگی وجدان و فطرت و هدف گیری های معقول برای «حیات معقول» فعالیت می نماید و راه را برای پیشرفت مادی و معنوی انسان ها هموار می کند». (6)

ص: 134

1- . غافر: 67.

2- . مرسلات: 20 - 22.

3- . بلد: 4 - 10.

4- . انفال: 22: (إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الصُّمُّ الْبُكْمُ الَّذِينَ لَا يَعْقِلُونَ).

5- . ر. ک: شناخت از دیدگاه علمی و از دیدگاه قرآن: ص 396.

6- . همان: ص 397.

همچنین در متون حدیثی، کم نیستند احادیثی که درباره لزوم تفکر و آثار آن در افزایش علم و معرفت بیان شده باشد. پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) قلبی را که اهل تفکر نیست، مُرده می داند و می فرماید: «إِنَّ التَّفَكُّرَ حَيَاةُ الْقَلْبِ الْبَصِيرُ؛ (1) همانا حیات قلب بینا، در اندیشه است».

امام علی (علیه السلام) می فرماید: «رَحِمَ اللَّهُ امْرَأً تَفَكَّرَ فَاعْتَبَرَ، وَاعْتَبَرَ فَأَبْصَرَ؛ (2) خدای بیامرزد کسی را که بیندیشد و سپس عبرت گیرد و از آن عبرت هم بصیرت یابد».

ایشان همچنین می فرماید: «تَفَكَّرَكَ يَفِيدُكَ الْإِسْتِبْصَارَ وَ يَكْسِبُكَ الْإِعْتِبَارُ؛ (3) اندیشیدن تو باید بصیرت را برایت به ارمغان آورد، و مایه عبرت تو شود»؛ و می فرماید: «الْفِكْرُ يَفِيدُ الْحِكْمَةَ؛ (4) اندیشه، حکمت را افاده خواهد کرد».

پس یکی از راه های بهره گیری از عقل و دستیابی به شناخت، و از جمله شناختِ خود، تفکر و تأمل است و کسی که فکر نمی کند، در واقع عقل خویش را به کار نگرفته، از آن بهره ای نمی برد. کسی که اهل اندیشه و فکر است، عقل خویش را به فعالیت وامی دارد و نتیجه اش هدایت، (5) بصیرت، (6) در امان ماندن از عاقبت ناخوشایند، (7) تصمیم درست، (8) و عبرت گیری است. (9) بنابراین، تفکر موجب شناخت بهتر می شود و از آن رهگذر، نتایج یاد شده به دست خواهد آمد.

ب - آموختن

یکی دیگر از روش های به کارگیری و تقویت عقل و نیز دستیابی به شناخت عقلی، به ویژه «شناخت خود»، علم آموزی است. از افتخارات مسلمانان این است که دینشان بیشترین سفارش را به آموختن دانش کرده است. در نخستین آیات نازل شده در

ص: 135

- 1- . الکافی: ج 2 ص 599 ح 2.
- 2- . نهج البلاغة: خطبة 103؛ إرشاد القلوب: ص 191.
- 3- . غرر الحکم: ح 4574.
- 4- . همان: ح 878.
- 5- . همان: ح 530؛ فکر العاقل الهداية.
- 6- . نهج البلاغة: نامه 31: من تفکر ابصر؛ غرر الحکم: ح 8319؛ من طالت فکرته حسنت بصيرته.
- 7- . غرر الحکم: ح 8577؛ من فکر ابعده العواقب.
- 8- . همان: ح 6545؛ فکرک یهدیک الی الرشاد.
- 9- . همان: ح 4574؛ تفکرک یفیدک الاستبصار و یکسبک الاعتبار.

کتاب آسمانی شان، موضوع تعلیم و تعلم مطرح شده و انسان، دانش آموز خداوند معرفی شده است. (1) در روایات به یادگار مانده از معصومان (علیهم السلام) نیز به اندازه ای بر موضوع اهمیت دانش اندوزی تأکید شده است که موجب مباهات بیشتر پیروان این دین حنیف شده است. برای درستی این ادعا همین بس که کلینی در آغاز جلد نخست کتاب شریف کافی، کتابی با عنوان «کتاب فضل العلم» آورده و در ابواب آن، احادیث مربوط به علم و عالم و متعلم را گنجانده است. (2) در اینجا فقط چند نمونه از احادیث را بیان می کنیم:

پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم): انما العلم بالتعلم. (3)

دانش، با آموختن حاصل شود.

امام علی (علیه السلام): من تعلّم علم (4) - و - من لم يتعلم لم يعلم. (5)

کسی که آموخت دانست، - و - کسی که نیاموخت، ندانست.

امام صادق (علیه السلام): دراسة العلم لقاح المعرفة. (6)

فراگیری دانش، موجب باروری شناخت می شود.

این روایات و روایات مشابه، بیان می کنند که آموختن، راه تقویت عقل است و تعالی انسان در گرو آن است و انسان ها برای افزایش قوه عاقله خویش می توانند از طریق کسب علم بکوشند. در این باره امام صادق (علیه السلام) می فرماید: «کثرة النظر فی العلم یفتح العقل؛ (7) فراوانی دانش اندوزی، عقل انسان را باز می کند». آن حضرت می فرماید: «کثرة النظر فی الحکمة تلحق العقل؛ (8) فراوانی حکمت آموزی، عقل را بارور می سازد».

نتیجه آنچه گذشت، این خواهد بود که عقل ابزار شناخت، علم منبع شناخت و آموختن راه رسیدن به شناخت است. بنابراین کسب دانش از راه های ایجاد و تقویت

ص: 136

1- . علق: 4 - 5: (الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ).

2- . ر. ک: کافی: ج 1 ص 30.

3- . صحيح البخاری: ج 1 ص 25.

4- . غرر الحکم: ح 7642.

5- . همان: ح 8184.

6- . نزهة الناظر و تنبيه الخواطر: ص 115 ح 55.

7- . الدعوات: ص 221 ح 603: دانش اندوزی بسیار خرد را شکوفا می سازد.

8- . تحف العقول: ص 364 و 283: زیاد اندیشیدن در حکمت، عقل را بارور می کند.

یا کمال شناخت انسان، و از جمله شناخت خویش است. بی تردید انسان با عقل خود دانش می اندوزد و دانش، همزمان با افزایش یافتن، عقل آدمی را کامل تر می کند؛ از این رو پشتمانه ادراکات عقلی - اگر بخواهد برای انسان از اعتبار و حجیت برخوردار باشد - باید از منبع علم سیراب شده باشد. (1) البته از منظر آموزه های دینی، دانشی که عقل را کامل تر و عبودیت و بندگی انسان در برابر خدا را بیشتر می کند «علم» خوانده می شود؛ و دانشی که راهنمای ایمان به خدا و بندگی او نباشد، علم نیست بلکه فقط فضل یا زیاده به شمار می آید. به هرحال علم به معنای مصطلح در متون دینی، موجب تقویت عقل و باعث رشد و کمال آن می شود؛ و شناخت که محصول دانش است، در پی آن افزوده می گردد. دو طرف این رابطه، دائم یکدیگر را رشد می دهند و موجب کمال صاحب خود نیز می شوند.

گفتنی است میان عقل و علم، اصالت با عقل است؛ زیرا بدون عقل، علم تولید نمی شود و عقل انسان با نوآوری های ابتدایی، کم کم علوم را پدید آورد. اما وقتی علم پدید می آید، زمینه رشد عقل را فراهم می آورد؛ همانند انسانی که با دست خود نردبانی می سازد و سپس خود، از آن بالا می رود. رابطه عقل و علم را در شکل ذیل می توان مشاهده کرد:

عکس

□

ص: 137

1- . امام علی (علیه السلام): مؤید العقل العلم: علم، تأییدکننده عقل است. غرر الحکم: ح 2100.

احادیث ذیل، در باب اصالت عقل و نیز تأثیر و تأثر عقل و علم در جهت کمال یکدیگر است. امام علی (علیه السلام) در این احادیث می فرماید:

عقل، اصل و ریشه علم و دعوت کننده به فهم است. (1)

با عقل، ژرفای حکمت؛ و با حکمت، ژرفای عقل بیرون آورده می شود. (2)

دانش، عقل عاقل را بیشتر می کند. (3)

تو به عقلت سنجیده می شوی؛ پس آن را با علم بالنده کن. (4)

علامه طباطبائی درباره علم می گوید: «والعلم مقدمة للعقل و وسيلة اليه كما قال تعالى: (وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ لِنَصْرِ بِهَا لِلنَّاسِ وَمَا يَعْقِلُهَا إِلَّا الْعَالِمُونَ) (5)». (6)

نتیجه این گفتار این است که دانش، منبع معرفت عقلی و تقویت کننده و رشددهنده عقل است. بنابراین برای افزایش معرفت و شناخت و نیز برای دستیابی به خودآگاهی، دانش، منبعی مهم است که عقل و شرع (7) آن را تأیید کرده و نباید از آموختن آن غفلت ورزید. (8)

در این جهت، یکی از راه های شناخت بهتر خود، آگاهی از عیوب خویش است. این آگاهی از طریق بیان ضعف ها و عیوب و ارائه آن ها به منزله هدیه ارزشمند نزدیکان به آدمی، می تواند تحقق یابد. در حدیثی معروف از امام صادق (علیه السلام) روایت شده است: «أَحَبُّ اخْوَانِي إِلَيَّ مَنْ أَهْدَى إِلَيَّ عَيْبِي». (9)

خدای متعال، در آیاتی از قرآن کریم با بیان یکی از سجایای اخلاقی پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم)، ضمن تمجید از ویژگی اخلاقی آن حضرت، مؤمنان را نیز به برخورداری از آن تشویق کرده، می فرماید:

ص: 138

- 1- . غرر الحکم: ح 1959.
- 2- . الکافی: ج 1 ص 28 ح 34: بالعقل استخرج غور الحکمة و بالحکمة استخرج غور العقل؛ غرر الحکم: ح 4208.
- 3- . بحار الانوار: ج 78 ص 6.
- 4- . غرر الحکم: ح 3812.
- 5- . عنکبوت: 43.
- 6- . المیزان فی تفسیر القرآن: ج 2 ص 250.
- 7- . صحیح البخاری: ج 1 ص 38: پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم): انما العلم بالتعلم: همانا دانش، با آموختن حاصل می شود؛ غرر الحکم: ح 8184: من لم يتعلم لم يعلم: هر کس نیاموزد، نخواهد دانست.
- 8- . برای مشاهده احادیث بیشتر، ر. ک: العلم و الحکمة فی الکتاب و السنة، مؤسسه دار الحديث، قم.
- 9- . الکافی: ج 2 ص 639 ح 5. محبوب ترین برادرانم کسی است که عیوب مرا به من هدیه کند.

(وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ) (1).

در آیه دیگری آمده است:

(مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ) (2).

ج - تجربه

یکی دیگر از راه های بهره مندی بهتر از شناخت عقلی، استفاده از تجربه است. تجربه و گاه تکرار تجربه و دقت و تأمل در آن، منجر به حصول شناختی از معلوم برای عالم می شود. شناختی که با استفاده از تجربه به دست آمده، به مثابه یکی از انواع شناخت ها برای انسان، اهمیت دارد. کسی که از این نوع شناخت بهره نبرد، خود را از یکی از راه های مهم و منابع شناخت محروم کرده است.

از امام علی (علیه السلام) درباره نقش معرفت زایی تجربه روایت شده است:

در تجربه ها دانشی تازه است. (3)

تجربه ها دانشی قابل استفاده اند. (4)

عقل، غریزه ای است که با تجربه پرورش می یابد. (5)

تجربه تمام شدنی نیست و عاقل با آن رشد می کند. (6)

ایشان محافظت از تجربه و بهره مندی از آن در زندگی را از توفیقات آدمی و از نشانه های دوراندیشی برمی شمارد (7) و یکی از راه های تقویت عقل را، تجربه می داند. (8) برای مثال، تجربه موفقیت انسان و تکرار آن همراه با تدبیر در زمینه ها و بسترهای آن موفقیت، مجموعه ای از یافته های جدید را پدید می آورد. یکی از یافته های جدید، خودآگاهی بیشتر به آن موضوع است. در این مثال، صاحب تجربه

ص: 139

1- . آل عمران: 159. به سبب رحمت خداست که تو با آنان اینچنین خوشخوی و مهربان هستی و اگر تندخو و سخت دل بودی از گرد تو پراکنده می شدند.

2- . فتح: 29. محمد رسول خدا و کسانی که با او هستند بر کافران سختگیرند و با یکدیگر مهربان.

3- . الکافی: ج 8 ص 22 ح 4: فی التجارب علم مستأثف.

4- . غرر الحکم: ح 1036: التجارب علم مستفاد.

5- . شرح نهج البلاغة: ج 20 ص 341.

6- . غرر الحکم: ح 1543.

7- . ر. ک: عیون الحکم و المواعظ: ص 469؛ نهج البلاغة: حکمت 211: من التوفیق حفظ التجربة.

8- . اعلام الدین: ص 298؛ بحار الانوار: ج 78 ص 7 ح 59.

پی خواهد برد که به آن موضوع علاقه مند و در انجام دادن آن توانمند است. همچنین تجربه شکست در برخی فعالیت ها و تجزیه و تحلیل علل و عوامل آن، می تواند فرد را به ناتوانی و ضعف خود در آن امور یاری رساند، یا به او کمک کند برای موفقیت خود، با سعی و نیز آمادگی بیشتر، اقدامش را تکرار کند.

البته مقصود از استفاده از تجربه فقط تجربه شخصی نیست؛ بلکه استفاده از تجارب دیگران نیز در این جهت بسیار مهم است و اصولاً دوران زندگی انسان ها آن قدر نیست که بتوانند همه چیز را خود تجربه کرده، سپس راه صحیح را برگزینند. بنابراین آنچه در بحث استفاده از تجربه برای کسب شناخت، اهمیت فراوانی دارد، استفاده از تجارب دیگران در کنار تجارب شخصی است. این بدان علت است که انسان، در دنیا فقط یک بار زندگی می کند و فرصت ندارد تا همه چیز را شخصاً تجربه کند و درست را از نادرست تشخیص دهد. بنابراین، باید از تجارب پیشینیان خود درس گرفته، آن ها را به کار گیرد.

د - عبرت گیری

توصیه قرآن به سیر در زمین برای مشاهده آثار امم پیشین، اشاره به راهی برای کسب معرفت و شناخت است. تاریخ پیشینیان، منبعی گران سنگ به شمار می رود که برگستره شناخت انسان می افزاید. قرآن کریم راه بهره مندی از این منبع شناخت را با الفاظی چون «سیروا»، سیر و سفر و مشاهده دانسته است؛ اما به نظر می رسد آنچه در این زمینه مهم است، آگاهی از سرگذشت پیشینیان برای عبرت گیری است. بنابراین، مطالعه تاریخی می تواند جایگزین سفر و مشاهده شود، به ویژه هنگامی که امکان سفر نباشد. شاید به همین دلیل است که قرآن کریم علی رغم سفارش به سیر و سفر، قصه های پیشینیان را نیز به منظور آگاهی بشر از سرگذشت آنان و نیز عبرت گیری از آنچه بر سر آنان آمده بیان می کند. افزون بر آن، در مشاهده، فقط آثار امم پیشین دیده می شود؛ اما در مطالعه تاریخی، از جزئیات سرگذشت آنان نیز آگاهی خواهیم یافت و پندهای فراوانی قابل بهره برداری خواهد بود. قرآن بارها به انسان سفارش می کند از آنچه برای اقوام گذشته رخ داده عبرت گیرد و بار دیگر، از راهی که آنان رفتند و به هلاکت رسیدند، عبور نکند. محور اغلب داستان های قرآن کریم، عبرت گیری از سرگذشت گناهکاران و طغیان گرانی است که سرانجام به عذاب خدا

گرفتار و هلاک شدند؛ اما گاه از قصه های قرآن ویژگی ها و اطلاعاتی درباره سرشت آدمی شناخته می شود که برای خودشناسی کارآمد است. یکی از آن داستان ها سرگذشت حضرت یوسف (علیه السلام) است که چند آیه از آن را بررسی می کنیم. قرآن کریم، داستان یوسف را دارای نشانه هایی برای پرسشگران، در تشخیص راه درست از نادرست می داند و می فرماید:

(لَقَدْ كَانَ فِي يُوسُفَ وَإِخْوَتِهِ آيَاتٌ لِّلسَّانِينَ). (1)

همانا در حکایت یوسف و برادرانش، برای دانش طلبان و اهل تحقیق، عبرت و حکمت بسیار مندرج است.

یکی از آیات این سوره، زیبا جلوه دادن برخی رفتارهای زشت را از جمله اقدامات نفس آدمی برشمرده، گفته یعقوب (علیه السلام) به فرزندان خطاکارش را نقل می کند:

(وَجَاءُوا عَلَى قَمِيصِهِ بِدَمٍ كَذِبٍ قَالَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْراً فَصَبْرٌ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ عَلَى مَا تَصِفُونَ). (2)

و پیراهن یوسف را آلوده به خون دروغ کردند [و نزد پدر آوردند]. یعقوب گفت: بلکه امری [زشت و قبیح] را نفس مکار در نظر شما بسیار زیبا جلوه داده است. در هر صورت صبر جمیل کنم؛ که بر رفع این بلیه که شما اظهار می دارید، بس خداست که مرا یاری تواند کرد.

آیه دیگری، طغیان هوای نفس انسان را آنگاه که زمینه گناه فراهم است بیان کرده، نجات را فقط از آن پرهیزکاران می داند:

(وَرَأَوْتُهُ الَّتِي هُوَ فِي بَيْتِهَا عَنْ نَفْسِهِ وَغَلَّقَتِ الْأَبْوَابَ وَقَالَتْ هَيْتَ لَكَ قَالَ مَعَاذَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثْوَايَ إِنَّهُ لَا يَفْلِحُ الظَّالِمُونَ). (3)

و بانوی خانه، به میل نفس خود با او بنای مراوده گذاشت و [روزی] درهارا بست و یوسف را به خود دعوت کرد و اشاره کرد که من برای تو آماده ام. یوسف جواب داد: به خدا پناه می برم؛ او خدای من است؛ مرا مقامی منزّه و نیکو عطا کرده (چگونه خود را به ستم و عصیان آلوده کنم؟!؛ که هرگز ستمکاران رستگار نمی شوند).

ص: 141

1- . یوسف: 7.

2- . یوسف: 18.

3- . یوسف: 23.

در آیه دیگری از زبان زلیخا آنگاه که به خطای خویش واقف و مجبور به اعتراف شد، نفس اماره انسان را معرفی کرده و همه انسان ها را از خطر نفس اماره آگاه می سازد:

(وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالشُّوْءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ). (1)

و من [خودستایی نکرده،] نفس خویش را از عیب و تقصیر میرا نمی دانم؛ زیرا نفس اماره انسان را به کارهای زشت و ناروا سخت و می دارد، جز آنکه خدای من رحم کند؛ که خدای من بسیار آمرزنده و مهربان است.

این قبیل آیات که در قصص قرآنی کم نیستند، به خوبی نفس آدمی را به او می شناساند تا بتواند در امتحانات الهی با کمک خود قرآن موفق شود و از عهده آن ها سر بلند بیرون آید. نتیجه آنکه عبرت گیری، راهی برای کسب دانش و شناخت و همچنین خودآگاهی است که به کمک مطالعه سرگذشت پیشینیان و نیز سفر و مشاهده آثار به جای مانده از آنان میسر خواهد شد. بنابراین کسی که از تجربه و عبرت بهره نبرد، جاهل است؛ زیرا امام هشتم (علیه السلام) می فرماید:

التجربة و الاعتبار علما لولا هما ما علم. (2)

تجربه و عبرت گیری، افاده دانش می کند و اگر این دو نبودند، فراگیری رخ نمی داد.

2. راه های شناخت نقلی

پیش تر گفتیم که شناخت نقلی، یکی از انواع شناخت خود، و متون دینی اعم از قرآن و حدیث، به مفهوم عام، منبعی غنی و مطمئن برای تحصیل شناخت و از جمله شناخت خود است. اما دستیابی به شناخت نقلی، جز از راه فراگیری فنون تخصصی استفاده از متون دینی، همچون فنون تشخیص صحت استناد متن به صادرکننده متن و نیز فنون فهم متون دینی میسر نخواهد بود. آگاهی از این فنون، به علوم متعددی همچون علوم قرآنی، تفسیر، علوم حدیث و برخی علوم مقدماتی

ص: 142

1- . یوسف: 53.

2- . التوحید: ص 189.

دیگر نیازمند است که در این اثر، مجال پرداختن به آن نیست. آنچه ما در این کتاب می‌توانیم به آن اشاره کنیم، وجود متونی است که به صورت خاص به ویژگی‌های انسان و نفس او اشاره می‌کند و، از طریق آن متون می‌توان به شناختی از خود دست یافت. برای اینکه به صورت مصداقی نیز بتوانیم نقش معرفت‌زایی قرآن کریم را در خصوص خودشناسی به اثبات برسانیم، به برخی آیات قرآن که ویژگی انسان‌ها را بیان می‌کند، اشاره می‌کنیم. توجه به این ویژگی‌ها که بر اساس اطلاق آیات، شامل همه افراد می‌شود، هر خواننده‌ای را متذکر ساخته، او را به خودآگاهی بیشتری می‌رساند. برای مثال، قرآن کریم یکی از ویژگی‌های انسان را پناه آوردن به درگاه خدا و استمداد از او هنگام گرفتاری و دشواری، و از یاد بردن خدا و ناسپاسی هنگام رفع گرفتاری‌ها می‌داند. البته خدای متعال فقط بندگان خالص و باتقوا را از این ویژگی ناپسند مبرا می‌داند. به هر حال این ویژگی می‌تواند هر انسان سلیم‌النفسی را در خودآگاهی بیشتر و انتخاب رفتار پسندیده‌تر یاری رساند.

(وَإِذَا مَسَّ الْإِنْسَانَ الضُّرُّ دَعَانَا لِجَنبِهِ أَوْ قَاعِيًا أَوْ قَائِمًا فَلَمَّا كَشَفْنَا عَنْهُ ضُرَّهُ مَرَّ كَأَن لَّمْ يَدْعُنَا إِلَى ضُرِّهِ مَسَّهُ كَذَلِكَ زِينٌ لِّلْمُسْرِفِينَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ). (1)

چون به آدمی گزندی رسد، چه بر پهلو خفته باشد و چه نشسته یا ایستاده، ما را به دعا می‌خواند؛ و چون آن گزند را از او دور کنیم، چنان می‌گذرد که گویی ما را برای دفع آن گزندی که به او رسیده بود، هرگز نخوانده است. اعمال اسرافکاران، اینچنین در نظرشان آراسته شده است.

(وَلَنِّ أَذْفَنًا إِلَّا نَسَنَ مِنَّا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْنَاهَا مِنْهُ إِنَّهُ لَيُؤْسُ كُفُورٌ؛ وَلَنِّ أَذْفَنَاهُ نِعْمَاءَ بَعْدَ رَاءٍ مَسَّتْهُ لَيَقُولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي إِنَّهُ لَفَرِحَ فَخُورٌ). (2) اگر به انسان رحمتی بچشانیم، آنگاه از او بازش گیریم، مأیوس می‌شود و کفران می‌ورزد؛ و اگر پس از دشواری و رنج، نعمت و آسایشی به او بچشانیم، می‌گوید: ناگواری‌ها از من دور شده است. و در این حال، شادمان است و فخر می‌فروشد.

ص: 143

1- . یونس: 12.

2- . هود: 9 - 10.

قرآن کریم گاه بی نیازی و تمکن مالی را مایه طغیان می داند و از این طریق به آدمی درباره این ویژگی خطرناک و مهلک هشدار می دهد:

(كَلَّا إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنَّاظٍ (1). (1))

راستی که انسان آنگاه که خود را در غنا و دارایی ببیند، سرکش و مغرور می شود.

با مطالعه قرآن کریم پی خواهیم برد آیاتی که به صفات و ویژگی های انسان ها اشاره می کند اندک نیست و از طریق آن آیات، مهم ترین ویژگی های او معرفی و راه دستیابی به کمال و سعادت هموار می شود و مستقیماً باعث افزایش خودآگاهی هر خواننده معتقد به قرآن خواهد شد.

3. راه های شناخت شهودی

اشاره

به نظر می رسد برای شناخت شهودی خود نیز همانند انواع دیگر شناخت، راه هایی بتوان معرفی کرد؛ راه هایی که متون دینی آن ها را پیشنهاد کرده و به رسمیت شناخته باشد. از آنجاکه شناخت شهودی، با انواع دیگر شناخت متفاوت است، راه دستیابی به آن نیز می بایست متفاوت باشد. درباره راه دستیابی به شناخت فطری خود، باید گفت این نوع شناخت پس از آنکه خداوند آن را در ضمیر آدمی نهاد، آموختنی نیست، بلکه یافتنی است. به عبارت دیگر، این معرفت در فطرت انسان به ودیعه گذاشته شده است، اما او آن را به فراموشی سپرده و باید آن را در حیات دنیوی دوباره به یاد آورد و در درون خویش پیدا کند. برای یافتن معرفت فطری به خود و نیز برای اینکه بتوان از معرفت قلبی و الهامات هدایتگر الهی برخوردار شد، در قرآن و روایات راهکارهایی بیان شده است. این راهکارها جنبه داده های علمی ندارد و همچون علم و تجربه، ذاتاً آگاهی آفرین نیست، بلکه فقط زمینه ساز است. توضیح آنکه معرفت های قلبی و شهودی، با صفا و جلای قلب، بر قلب انسان خواهد تابید؛ از این رو راه های استفاده از معرفت قلبی، راه های آماده کننده قلب برای تابش نور معرفت خواهد بود. جلای قلب، از راه های متعدد و متنوعی امکان پذیر است که در اخلاق و عرفان، در تعبیر «تهذیب نفس» خلاصه می شود. بر اساس آموزه های دینی،

ص: 144

برخی از مهم ترین رفتارهایی که تهذیب نفس را در پی دارد عبارت است از: ایمان، اخلاص، خوف از خدا، عمل صالح، نماز، روزه، تقوا، دوستی اهل بیت (علیهم السلام)، یاد مرگ، انتظار فرج، قرائت قرآن، دعا، کم خوری و لقمه حلال. همه این رفتارها برطرف کننده کدورت ها و زنگارهای قلب و جلادهنده آن برای تاییدن نور معرفت و شهود معارف باطنی معرفی شده است. (1) از سوی دیگر، اموری چون فراموشی و غفلت ناشی از اشتغالات فراوان به امور مادی و دنیوی، وابستگی و تعلّق خاطر به آن امور، و گناه و اصرار بر آن موجب قساوت، کدورت و تاریکی قلب می شود و مانع تابش نور معرفت شهودی خواهد شد. به این لحاظ که نقش تذکر، موعظه، بشارت و انذار، در بیداری و توجه بشر آشکار می شود.

تجربه، گاه می تواند تأثیر بسیار عمیق تری در شناخت خویش و یافتن خود حقیقی، یا به عبارت بهتر، شهود خود واقعی بر جای گذارد. بیشتر انسان ها وابستگی مطلق خویش به خدای قادر و متعال را در درون خویش گم کرده، خود را موجودی مستقل احساس می کنند. ناپیدا بودن دست قدرت و رحمت خدا در زندگی انسان، این تصور را در ذهن آدمی پدید آورده که او موجودی مستقل و قائم بر ذات خویش است. این احساس استقلال، برای بسیاری از انسان ها فقط هنگام اضطراها، رنگ می بازد و آن روی سکه، یعنی احساس ضعف و وابستگی مطلق به نیروی ماورای طبیعی که قادر مطلق، و بر نجات و رهایی از اضطرار توانمند است، رخ می نماید و انسان حقیقت خود را در دل این تجربه شهود می کند. قرآن کریم، درماندگی انسان در حال غرق در دریا را مثال می زند که دستش از همه جا و همه چیز کوتاه است:

(فَإِذَا رَكِبُوا فِي الْفُلْكَ دَعَوْا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ فَلَمَّا نَجَّاهُمْ إِلَى الْبَرِّ إِذَا هُمْ يُشْرِكُونَ). (2)

چون به کشتی نشینند [و به دست امواج خطر افتند، در آن حال] تنها خدا را به اخلاص کامل در دین می خوانند، و چون از خطر دریا به ساحل نجاتشان رساند [باز به خدای یکتا] مشرک می شوند.

ص: 145

1- . ر. ک: دانش نامه عقاید اسلامی (معرفت شناسی): ج 2 ص 480 - 495.

2- . عنکبوت: 65.

در آیه دیگری می فرماید:

(وَإِذَا مَسَّكُمُ الضُّرُّ فِي الْبَحْرِ ضَلَّ مَنْ تَدْعُونَ إِلَّا إِلَهُهُ فَلَمَّا نَجَّاهُمْ إِلَى الْبَرِّ أَعْرَضْتُمْ). (1)

و چون در دریا شما را خطری پیش آید، همه آن ها که می پرستیدید از نظرتان محو می شود، مگر او؛ و چون شما را به ساحل نجات برساند [مجدداً غافل شده] از او روی می گردانید.

امام صادق (علیه السلام) به معرفت قلبی ناشی از این تجربه تصریح کرده است. ایشان در پاسخ به کسی که از خداوند و چگونگی شناخت او می پرسد، به این نوع تجربه اشاره کرده، خدا را از این طریق به او می شناساند. در این نوع شناخت، شهود ناتوانی، عجز و درماندگی و نیز وابستگی خود به نیرویی قادر و متعال، فرد را ابتدا به «خودآگاهی» و سپس به «خداآگاهی» می رساند. امام می فرماید:

آیا هرگز بر کشتی سوار شده ای؟ گفت: آری.

فرمود: آیا آن کشتی که سوار شده ای شکسته است؟ در حالتی که کشتی دیگری برای نجات تو نبوده باشد و خودت هم شناگری را نیاموخته باشی؟ گفت: آری.

فرمود: آیا در چنین هنگامی، قلب تو متوجه این موضوع شد که چیزی هست که تو را از این ورطه و غرقاب، نجات و خلاصی دهد؟ گفت: آری.

امام صادق فرمود: همان چیز خداست. او همان خدایی است که هنگامی که هیچ نجات دهنده ای وجود ندارد، بر نجات انسان قدرت دارد. اوست که هنگام نبودن هیچ گونه فریادرسی، به فریاد انسان می رسد. (2)

معرفت قلبی اشاره شده در بیان امام صادق (علیه السلام)، معرفت قلبی به خداست؛ اما این شناخت محصول شهود عجز و نیاز و وابستگی خود است. این شهود شبیه هنگامی است که در عالم ذر، خدا خود انسان را به او نمایاند و به واسطه این خودآگاهی،

ص: 146

1- . اسرا: 67.

2- . التوحید: ص 231.

آنچه در متون یادشده به آن اشاره شده است، نمونه ای از موارد بی شمار اضطراب است که برای انسان ها در زندگی پیش می آید. در زندگی، حوادث بسیاری واقع می شود که اضطراب و استیصال برای انسان رخ می دهد و در آن لحظه، انسان خود را تنها احساس می کند و جز خدا پناه و یابری نمی یابد؛ فقط او را ناظر احوال خود و قادر بر یاری خویش می بیند و آنگاه است که در درون با او نجوا، و از او استمداد می کند؛ حوادثی چون: اتفاقات ناگوار برای خانواده به ویژه فرزند آنگاه که پزشکان از درمان و مداوا ناامید شوند، یا هنگامی که دست آدمی از همه جا برای تأمین هزینه عمل جراحی فرزند کوتاه می شود و امیدی برایش باقی نمانده باشد، یا وقتی که بی گناه در بند قانون گرفتار شده و هیچ گواهی بر تبرئه خود نداشته باشد و همه شواهد علیه او باشد. در این مواقع، علی رغم قطع همه امیدهای ظاهری، در عمق دل و گوشه ای از قلب آدمی، امیدی دیگر نمایان می شود و او را وامی دارد تا در درون، با موجودی که برای او حضور، شنوایی، بینایی و قدرت بی نهایت قایل است نجوا کند و برای رفع نیاز و اضطراب خویش از او استمداد کند. خداوند در طول زندگی هر انسان، بارها خود را از این طریق یا از طرق دیگر به بنده اش می شناساند و وابستگی مطلق او را به شهود او می رساند و فقط انسان های بیدار دل، از این تجارب درس می گیرند و هدایت می شوند؛ اما بیشتر انسان ها پس از مدتی آن تجربه را فراموش می کنند و حقیقت عین الربطی خود و وابستگی و نیاز مطلق خویش، و بی نیازی و قدرت مطلق خداوند را از یاد می برند.

بر اساس آنچه گذشت، با تهذیب نفس می توان قلب خود را برای تابش معرفت قلبی و شهودی بر آن، و دریافت معارف آماده کرد و خویشتن را از نتیجه شناخت شهودی بهره مند کرد. شکل ذیل، انواع شناخت عقلی و قلبی را نشان می دهد.

ص: 147

ز - شناخت نما

گفتیم قلب انسان نیز همچون ابزارهای ادراکی دیگر انسان، گاه بیمار می شود یا می میرد. همچنین اشاره کردیم که بیمار قلبی، غالباً از بیماری خود آگاه نیست و کسانی را که درباره بیماری باطنی و قلبی او هشدار می دهند بیمار می داند و ادراکات و باورهای باطل خود را حق قلمداد می کند. اکنون پرسش این است که چه چیزی ادراکات وارونه آن ها را حق جلوه می دهد؟ به نظر می رسد منشأ امور باطلی که بیمار روحی و قلبی، آن را معرفت و شناخت می داند، وسوسه های شیطانی و هوای نفس است. قرآن کریم، قلب های مرده و بیمار را محل نزول این القائنات غلط و هلاک کننده می داند. از ویژگی های القائنات و وساوس شیطانی و هوای نفس این است که آن وسوسه ها یا باطل اند، یا به هدف باطل القا می شوند؛ همچون کلمه حقی که از آن باطل اراده می شود. شیطان گاه برخی مطالب باطل را به بیمار دلان القا می کند:

(وَإِنَّ الشَّيَاطِينَ لَيُوحُونَ إِلَى أَوْلِيَائِهِمْ لِيُجَادِلُوكُمْ). (1)

ص: 148

شیطان ها به دوستان خود مطالبی القا می کنند تا آن ها [با مؤمنان] به مجادله بپردازند.

زیبا جلوه دادن اعمال و رفتارهای ناشایست، یکی دیگر از انواع وسوسه های شیطان است:

(وَإِذْ زَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ أَعْمَالَهُمْ وَقَالَ لَا غَالِبَ لَكُمْ الْيَوْمَ مِنَ النَّاسِ وَإِنِّي جَارٌّ لَكُمْ). (1)

و چون شیطان، اعمالشان را در نظر آنان مزین کرد و گفت: امروز کسی از این مردم بر شما پیروز نخواهد شد، چرا که من مدافع شمایم.

(إِنَّ الَّذِينَ أَزْتَدُّوا عَلَىٰ أَدْبَارِهِمْ مِنْ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ الْهُدَىٰ الشَّيْطَانُ سَوَّلَ لَهُمْ وَأَمْلَىٰ لَهُمْ). (2)

شیطان، اعمال کسانی را که بعد از آشکار شدن راه هدایت، مرتد شدند و بازگشتند، در نظرشان بیاراست و آرزویشان دراز کرد.

ترساندن از پیروی دستورهای خدا، از القائات شیطانی دیگر است که قرآن کریم به آن تصریح می کند:

(الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُم بِالْفَحْشَاءِ وَاللَّهُ يَعِدُكُم مَّغْفِرَةً مِنْهُ وَفَضْلًا وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ). (3)

شیطان، شما را از بینوایی می ترساند و به کارهای زشت و می دارد، درحالیکه خدا شما را به آمرزش خویش و افزونی، وعده می دهد. خدا گشایش دهنده و داناست.

در متون روایی نیز احادیث متعددی درباره نقش وسوسه های شیطان در شکل گیری باورهای غلط، و در نتیجه، انحراف صاحب آن باور شیطانی آمده است. امام علی (علیه السلام) در یکی از خطبه های خود، ضمن مذمت پیروان شیطان، درباره رابطه شیطان و پیروانش این گونه می فرماید:

اتخذوا الشيطان لأمرهم ملاكا، واتخذهم له أشراكا، فباض وفرخ في صدورهم، ودب و درج في حجورهم، فنظر بأعينهم، و نطق بألسنتهم،

ص: 149

1- . انفال: 48.

2- . محمد: 25.

3- . بقره: 268.

شیطان را اساس کار خود قرار دادند و او آن ها را شریک خود گردانند. پس در سینه هاشان تخم گذاری کرده، جوجه هایش در دل او پرورش یافت. پس این شیطان بود که با چشمان آن ها می دید و با زبانشان سخن می گفت، آن ها را به خطا می برد و رفتار زشتشان را در نظرشان می آراست.

ایشان در بیان دیگری می فرماید:

احذروا عدوا نفذ فی الصدور خفیا، و نفث فی الآذان نجیا: (2)

از دشمنی که مخفیانه به سینه ها رخنه می کند و در گوش ها آهسته می دمد، پروا کنید.

امام زین العابدین (علیه السلام) در یکی از ادعیه خود، از شیطان به خداوند شکایت می کند و در وصف جفای او و چگونگی ایجاد باورهای نادرست در دل آدمی می فرماید:

إلهی أشکو إلیک عدوا یضلنی، و شیطانا یغوینی، قد ملأ بالوسواس صدري، و أحاطت هواجسه بقلبی، یعارضد لی الهوی، و یزین لی حب الدنیا، و یحول بینی و بین الطاعة و الزلفی: (3)

خدایا، من نزد تو از دشمنی شکوه می کنم که مرا به بیراهه می کشاند و از شیطانی که گمراهم می سازد، سینه ام را از وسواس آکنده و وسوسه های او دلم را احاطه کرده است، هوسم را پشتیبانی می کند و دوستی دنیا را برایم می آراید و میان من و فرمان برداری از تو، جدایی می افکند.

امام حسین (علیه السلام) در راهنمایی فرد مخالفی که مردم را به مناظره می طلبید، او را از تصور نادرستش که منشأ شیطانی دارد باخبر می کند و می فرماید:

الشیطان لیوسوس للرجل و یناجیه و یقول: ناظر الناس لئلا یظنوا بک العجز و الجهل: (4)

شیطان انسان را وسوسه کرده با او نجوا می کند که با مردم مناظره کن تا گمان نکنند نادان و ناتوانی.

ص: 150

1- . نهج البلاغة: خطبة 7.

2- . همان: خطبة 83.

3- . بحار الانوار: ج 94 ص 143.

4- . منية المريد: ص 171.

ح - نتیجه

1. اگر گوش و چشم می تواند ابزار شناخت ما باشد، پس احتمال بازتاب حقیقت، آن گونه که هست، توسط این اعضا و جوارح انسان وجود دارد. به عبارت دیگر، مشاهده و تجربه که امروزه به منزله یکی از روش های شناخت و معرفت، مورد تأکید روان شناسان و جامعه شناسان و به طور کلی دانشمندان تجربه گرا قرار گرفته، به تأیید آموزه های دینی اسلام نیز رسیده است.

2. با عنایت به معرفی و به رسمیت شناختن معرفت عقلی، و همچنین معرفت قلبی و شهودی در آموزه های دینی، به خوبی روشن است که برخلاف دیدگاه تجربیون مبنی بر اینکه هرچه درستی اش با مشاهده و تجربه به اثبات رسیده، علم و دارای اعتبار است، یافته های عقلی که با برهان عقلی به دست می آید و نیز مشاهدات قلبی و شهودی، از اهمیت و اعتبار بسیاری برخوردار است و از معرفت حسی و تجربی ارزشمندتر و کارآمدتر به شمار می آیند. برای مثال، در روایات بدترین بیماری، مرض قلب دانسته شده است. (1) بدیهی است معرفی بیماری قلب به مثابه بدترین بیماری، نشانه اهمیت معرفت های قلبی در مقابل معرفت های تجربی و عقلی است.

3. روشن است که نادیده گرفتن توانمندی قلب در ادراکات شهودی، در حقیقت محروم کردن خویش از بخش وسیعی از معارف است؛ همان گونه که اگر ادراکات حس و تجربه و عقل را بی اعتبار بدانیم، شبیه همین محرومیت را در بُعد دیگر برای خود رقم زده ایم.

ص: 151

1- . ر. ک: بحار الانوار: ج 67 ص 60 ح 41. امام علی (علیه السلام): ان من البلاء الفاقة و اشد من الفاقة مرض البدن و اشد من مرض البدن مرض القلب.

4. از آنجاکه ادراکات قلبی، از توان تحریک کنندگی بیشتری برخوردار است، نادیده گرفتن ادراکات قلبی و بی اعتبار دانستن آن، به معنای ساقط کردن اعتبار مهم ترین منبع ادراکی مربوط به دین است؛ چرا که برخی امور همچون «نفس»، «وجود خدا»، «توحید»، «معاد» و بسیاری از معارف دینی، بیش از آنکه با حس ادراک شوند، باید یا با عقل یا قلب یا با هر دو شناخته شوند. شاید راز اهمیت فراوان قلب به منزله ابزار معرفتی و در نتیجه ادراکات قلبی، نزد ادیان، همین نکته مهم باشد.

5. انسان برای خودشناسی و خودآگاهی، به همه ابزارهای شناخت خود نیازمند است؛ اما خودآگاهی حقیقی، با معرفت قلبی میسر است و دست کم، در موضوع خودشناسی، از اقسام دیگر معرفت مهم تر است.

ص: 152

اشاره

در مسیر اصلاح رفتار اخلاقی با خود، این پرسش مهم مطرح می شود که انسان با خود چگونه مواجه می شود؟ برای پاسخ به این پرسش باید گفت که هر کس سه نوع مواجهه با خود دارد که عبارت است از: مواجهه شناختی، مواجهه احساسی و مواجهه رفتاری. در سه فصل پیش رو، این سه نوع مواجهه را تبیین خواهیم کرد. در این فصل مواجهه شناختی انسان با خود بررسی خواهد شد.

مواجهه شناختی

اشاره

به نظر می رسد مبنای اصلی اصلاح رفتار اخلاقی با خود، «شناخت خود» است و این نکته کانون تأیید و تأکید همه اندیشمندان و صاحب نظران علم اخلاق است. بنابراین، نخستین و مهم ترین اقدام هر انسان در ارتباط با خود، باید «خود شناسی» باشد. وجود روایات فراوان در فضیلت، اهمیت، آثار و برکات شناخت نفس و زیان ها و خسارات جهل به خویش و منزلت خود، شاهدی صادق برای ارزشمندی تلاش در مسیر «خود شناسی» است. به راستی وقتی راه شناخت خدا، از خود شناسی می گذرد⁽¹⁾ و با شناخت خود می توان به همه کاستی ها و ضعف ها و همچنین توانمندی ها و استعداد های خود واقف شد، آیا جز این است که سودمندترین

ص: 153

1- . بحار الانوار: ج 70 ص 72: دخل رجل علی رسول الله (صلی الله علیه و آله و سلم) فقال: یا رسول الله کیف الطريق الی معرفة الحق؟ فقال: معرفة النفس.

شناخت ها خود شناسی است، (1) و راه رسیدن به رستگاری برتر در گرو آن است (2) و رسیدن به نهایت هر علم، با شناخت نفس ممکن می شود؛ (3) و آنگاه که هلاکت و بدبختی، نتیجه جهالت و نادانی به خود و منزلت خویش است، کدام میوه ارزشمند تر از شناخت خویش و کدام رفتار، پسندیده تر از تلاش برای شناخت خود خواهد بود؟

البته خود شناسی، فرایند است؛ یعنی انسان برای خودشناسی اقداماتی صورت می دهد و این اقدامات در گستره زمان شکل می گیرد و نیز از تنوع برخوردار است. آدمی گاه با تفکر، گاه از طریق آموختن، گاه با تجربه و گاه از طریق شهود، به خودآگاهی نائل می شود. برای خودشناسی، از انسان شناسی نیز استفاده می شود؛ یعنی آنچه از طریق علم حصولی برای شناخت نوع انسان، به دست می آوریم و از آن به «انسان شناسی» تعبیر می کنیم؛ در خودشناسی نیز سودمند است و نوعی خودشناسی است اگرچه خودشناسی فقط با تکیه بر انسان شناسی کامل نخواهد شد. کامل ترین خودشناسی آن است که هم از یافته های مربوط به انسان شناسی بهره برد، و هم از شناخت درونی و شهودی به خود مدد جوید. بنابراین خودشناسی بدون استفاده از خودشناسی شهودی، هرگز تحقق نخواهد یافت. خلاصه آنکه فرایند خود شناسی، اقدامی است که انسان برای یافتن پاسخ پرسش «من کیستم؟» صورت می دهد و آگاهی از خود، محصول این فرایند است. آگاهی از خود، که در اصطلاح علم روان شناسی «خود پنداره» (4) یا «خود پنداشت» نامیده می شود تلقی یا باور هر انسان از خویشتن خویش است.

الف - مصادیق شناخت خود

اشاره

شناخت هر انسان از خود، دو بُعد دارد: بُعد نخست آن مربوط است به آنچه میان همه افراد نوع آدمی مشترک است؛ گرچه ممکن است در برخی موارد دارای قوت و ضعف باشد؛ مانند کمال خواهی، زیبایی دوستی، جاودانگی طلبی، میل به آزادی و

ص: 154

1- . غرر الحکم: ح 319: معرفة النفس انفع المعارف.

2- . عیون الحکم و المواعظ: ص 497 : نال الفوز الاکبر من ظفر بمعرفة النفس.

3- . غرر الحکم: ح 293: من عرف نفسه فقد انتهى الى غاية كل علم معرفة.

4- . انگیزش و هیجان: ص 179.

لذت طلبی. چنین ویژگی هایی، در درون هر انسان شهود می شود و جزو شناخت او از خود قرار می گیرد. بُعد دوم شناخت از خود، تقریباً اختصاصی است، یا ممکن است اختصاصی باشد. انواع علایق شخصی، استعدادها، قابلیت ها، ضعف ها، ناتوانی ها و برخی حب و بغض ها از جمله خود آگاهی هایی است که میان همه افراد نوع بشر مشترک و یکسان نیست.

شناخت اختصاصی، به دو بخش تقسیم می شود: قسم نخست، باورهای مربوط به امور اخلاقی است؛ اما قسم دوم آن، به اخلاق ارتباط ندارد. برای مثال، اینکه فردی بداند از حافظه قوی برخوردار است، یا در فهم ریاضی استعداد دارد، شناختی است که به اخلاق و موضوع بحث ما ارتباط ندارد.

آگاهی هر کس به رفتارهای خویش را می توان نوعی شناخت خود دانست. آن گونه که قرآن کریم می فرماید: (بَلِّغِ الْإِنْسَانَ عَلَىٰ نَفْسِهِ بِصِيرَةٍ وَلَوْ أَلْقَىٰ مَعَاذِرَةً). (1)

علامه طباطبایی درباره این آیه و آگاهی انسان به خود می نویسد:

و کلمه «بصیرت» به معنای رؤیت قلبی و ادراک باطنی است، و اطلاق این بصیرت بر خود انسان، یا از باب «زید عدل است» می باشد، و یا تقدیر آن «الانسان علی نفسه ذو بصیرة» است... و معنای آیه این است که انسان، صاحب بصیرت بر نفس خویش است، و خود را بهتر از هر کس می شناسد، و اگر با ذکر عذرهای خود دفاع می کند، صرفاً برای این است که عذاب را از خود برگرداند. (2)

البته این آیه شریفه، مربوط به آگاهی انسان به نفس خویش در روز حساب و هنگام حاضر شدن در محشر و پیشگاه عدل خداوند است؛ اما به دلیل اطلاق آیه، و نیز روایات معصومان (علیهم السلام) در استفاده از آیه در موارد مربوط به دنیا، می شود استدلال کرد که این آیه شریفه به قیامت اختصاص ندارد و انسان همواره شاهد نفس خویش و رفتارها و حتی خطورات قلبی و افکار خود است. امام صادق (علیه السلام) در پاسخ به کسی که از کمترین اندازه خواب (خفقه) می پرسد که به بطلان وضو می انجامد، می فرماید:

ص: 155

1- . قیامت: 14.

2- . المیزان فی تفسیر القرآن: ج 20 ص 106.

ما أدرى ما الخفقة و الخفتان، إن الله يقول: بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ؛ إن عليا (عليه السلام) كان يقول: من وجد طعم النوم قائما أوقاعدا، فقد وجب عليه الموضوع. (1)

ایشان همچنین می فرماید:

ما يصنع أحدكم أن يظهر حسنا و يسر سيئا؟ أليس يرجع إلى نفسه فيعلم أن ذلك ليس كذلك؟ و الله عزوجل يقول: بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ. إن السريرة إذا صحت قويت العلانية. (2)

بر این اساس، شناخت انسان از خود در زمینه های اخلاقی نیز دو دسته می شود: دسته اول، شناخت ویژگی های مطلوب و پسندیده؛ دسته دوم، شناخت صفات زشت و ناپسند. ویژگی مثبت این دو دسته شناخت، فراهم شدن امکان افزودن بر خوبی های خود و تقویت آن ها، و برطرف کردن و جبران بدی های خویش است. بنابراین، شناخت انسان از خود را در شکل ذیل می توان نشان داد:

عکس

□

آنچه در این فصل بیان شد، بر این فرض استوار بود که آگاهی، با واقع مطابقت داشته باشد. اگر آنچه در فرایند شناخت حاصل شده است، با واقع مطابقت نداشته نباشد، شناخت نیست، بلکه تصویری باطل از خود است که از آن به «شناخت نما»

ص: 156

1- . الکافی: ج 3 ص 37 ح 15.

2- . همان: ج 2 ص 223 ح 11.

تعبیر می کنیم و همان تقسیمات پیش گفته را نیز می توان برای آن فرض کرد.

«شناخت نما»ها منشأ بسیاری از رفتارهای نادرست انسان در رابطه با خود و دیگران است؛ از این رو آدمی باید راه های صحیح و منتج به شناخت واقعی را بشناسد و از آن راه ها به آگاهی از خود دست یابد تا با کمک آن آگاهی ها، رفتارهای درست را برگزیند و به کمال و سپس سعادت مندی خود دست یابد؛ گرچه تقریباً همه انسان ها دست کم شناختی نسبی از خود دارند و شاید انسانی نتوان یافت که محصول فرایند خودشناسی او کاملاً با واقع متباین باشد.

در این فصل در پی تبیین پاسخ پرسش پیش گفته هستیم تا از این رهگذر، شناختی صحیح و مطابق با آموزه های دینی برای انسان حاصل شود. در ادامه این فصل، مصادیق مهم شناخت از خود را برمی شمیریم و در فصل بعد، راه های دستیابی به شناخت واقعی از خود را بررسی خواهیم کرد.

1. شناخت نوعی

اشاره

همان گونه که بیان شد، شناخت انسان از خود، در تقسیم اول گاه به امور نوعی تعلق می گرفت و گاه متعلق آن ویژگی های شخصی بود. ویژگی های نوعی، به نوع آدمیان مربوط است و تقریباً به فرد یا گروه ویژه ای از انسان ها اختصاص ندارد. این نوع شناخت، انسان شناسی است. انسان شناسی، در شناخت خود کارآمد است و آدمی می تواند با استفاده از انسان شناسی دقیق، دست کم بخشی از ویژگی های خود را که با افراد دیگر بشر یکسان یا شبیه است، به خوبی بشناسد. مهم ترین اموری که میان انسان ها مشترک است و آگاهی از آن ها به خودشناسی بیشتر و بهتر می انجامد، به شرح ذیل است:

الف - انسان، موجودی برخوردار از غریزه

یکی از گرایش های درونی ما، گرایش های غریزی است. غریزه، نیروی مشترک میان انسان و حیوان است و هر دو از این موهبت تکوینی برای محافظت از سلامت و بقای نسل خود برخوردار شده اند؛ از این رو در تعریف غریزه آمده است: غریزه نیرویی است که انگیزه های ناخودآگاه را برای حفظ خود (فرد) ایجاد می کند.⁽¹⁾

ص: 157

بنابراین هرگونه رفتاری که از میل و گرایش جسمانی انسان در جهت حفظ خودش ناشی می شود، از غریزه ناخود آگاه و تکوینی او صادر شده است. غریزه چند ویژگی دارد که برخی از آن ها در ادامه آمده است:

1. فعالیت غریزه متناوب است؛ یعنی گاه گرایش غریزی ایجاد می شود و تا زمانی که انسان آن را ارضا نکند، در وجود او باقی است و او را در فشار جسمی و روانی قرار می دهد؛ اما پس از ارضای آن میل، تا مدتی نسبتاً معلوم و البته محدود برطرف می شود.

2. در تمایلات غریزی به ویژه در غرایز انسان، آینده نگری یا میل به ذخیره سازی وجود ندارد.

3. غریزه، کور عمل می کند؛ یعنی صرفاً آنچه را به آن تمایل دارد طلب می کند بی آنکه به چگونگی تحصیل آن توجهی داشته باشد؛ همانند خردسالی که از والدین خود چیزی مطالبه می کند و ممکن یا ناممکن بودن آن برای او مفهوم نیست. وقتی کودک غذا می خواهد، دیگر کاری ندارد به اینکه این غذا چیست و از کجاست. (1)

4. پیروی مطلق از غریزه، عامل سقوط انسان به ورطه حیوانیت است؛ بدین معنا که عینیت بخشیدن مطلق به تمایلات غریزه و پیروی کور از آن، بدون توجه به خط کش فطرت و عقل و شریعت، موجب سقوط انسان به مرتبه حیوان، و حتی گاه - بر اساس آموزه قرآن - پست تر از حیوان می شود. (2)

بنابراین می توان گفت غریزه، اخلاق گریز و تکلیف گریز است.

5. انسان از آن رو که دارای ساحتی حیوانی است، همچون حیوانات دیگر، غریزه نیز در نهاد او به ودیعه گذاشته شده و روشن است که ارضای آن گرایش های غریزی برای سلامت و بقای او حیاتی است؛ اما چگونگی ارضای آن مهم است و

ص: 158

1- ر. ک: همان.

2- اعراف: 179: (وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَآلَا نَسِ لَهُم قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ) و هر آینه بسیاری از پریان و آدمیان را برای دوزخ بیافریدیم [زیرا] دل هایی دارند که به آن [حق را] نمی فهمند و چشم هایی دارند که به آن [حق را] نمی بینند، و گوش هایی دارند که به آن [حق را] نمی شنوند. اینان همانند چارپایان، بلکه پست تر از آن هاینند. اینان همان غافلان اند.

باید ارزش‌ها را بر تمایلات غریزی برتری داد و آن‌ها را فدای غریزه نکرد. از این رو در مسیر ارضای غرایز، توجه به احکام شرعی، اخلاقی و بهداشتی ضروری است.

ب - انسان موجودی دارای فطرت

یکی از ویژگی‌های مهم نوع انسان‌ها، برخورداری آنان از فطرت است. واژه «فطرت» از «فطر» به معنای شکافتن طولی چیزی است. (1) در قرآن کریم، این واژه به همین معنا به کار رفته است. (2) طبرسی در معنای کلمه «فطر» می‌گوید: «فطر عبارت است از فروریختن از امر خداوند، همان‌گونه که برگ از درخت فرو می‌ریزد. عبارت «فَطَرَ اللَّهُ الْخَلْقَ» نیز کنایه از این است که خلق، از جانب خداوند پدید آمده است». (3)

راغب در بیان دیگری می‌نویسد: «ایجاد و ابداع خلق توسط خدا، به گونه‌ای که آن مخلوق برای انجام فعلی خاص مناسبت داشته باشد». (4)

ابن اثیر نیز «فَطَرَ» را به معنای ابتداء و اختراع دانسته است. (5) بنابراین فطرت معادل خلقت نیست، بلکه معادل ایجاد و ابداع است؛ ابداع و اختراع صفتی که هر موجودی در آغاز خلقتش داراست؛ خمیره، سرشت، جبلّت و مانند این‌ها. (6)

علامه طباطبائی، مقصود از آن را ایجاد از عدم و بدون ماده پیشین دانسته است که با خلقت - که نوعی ترکیب و صورت پردازی در ماده‌های موجود است - متفاوت خواهد بود. (7)

علامه محمد تقی جعفری در تعریف فطرت می‌نویسد:

فطرت عبارت است از: جریان طبیعی و قانونی نیروهایی که در انسان به وجود می‌آید. بنابر این، برای هر یک از نیروهای غریزی و مغزی و روانی، فطرتی وجود دارد که جریان طبیعی و منطقی آن نیز می‌باشد. طبق این تعریف، هر یک از نیروها و استعدادهای انسانی در مسیر طبیعی خود، جزیی

ص: 159

1- . المفردات: «فطر»: أَصْلُ الْفِطْرِ الشَّقُّ طُولاً.

2- . (إِذَا السَّمَاءُ انْفَطَرَتْ) هنگامی که آسمان شکافته و قطعه قطعه شود (انفطار: 1).

3- . مجمع البیان: ج 3 ص 169.

4- . المفردات: «فطر».

5- . النهایه، ج 3 ص 457.

6- . لغتنامه دهخدا، ذیل واژه «فطرت» و معین، لغتنامه معین، ذیل همین واژه.

7- . المیزان فی تفسیر القرآن، ج 10 ص 299.

از فطرت آدمی به شمار می روند. به عبارت دیگر، جریان قانونی هر یک از استعدادها و نیروهای انسان، فطرت آن نیرو نامیده می شود. (1)

در هر حال، فطرت را شاید بتوان یکی از برنامه های نرم افزاری آفرینش انسان قلمداد کرد که در کنار غریزه، مجموعه گرایش ها و تمایلات درونی انسان، و آگاهی های غیر اکتسابی و تکوینی نهاده شده در ضمیرش شکل می دهد. قرآن کریم فقط در یک آیه با به کار بردن واژه «فطرت» به آفرینش انسان بر مبنای فطرت الهی تصریح می کند:

(فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَٰلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ). (2)

پس توری به جانب آیین پاک اسلام آور، و پیوسته از دین خدا که فطرت خلق را بر آن آفریده است پیروی کن؛ که هیچ تغییری در خلقت خدا نباید داد. این است آیین استوار حق؛ ولیکن اکثر مردم [از حقیقت آن] آگاه نیستند.

برای مثال، حس دینی یا گرایش به دین، خدا و پرستش خالق قادر متعال، از جمله گرایش های فطری انسان هاست که از زمان آفرینش بشر، همراه او بوده است و شواهد آن را تأیید می کند. (3)

البته فطرت، دارای ویژگی هایی است که مهم ترین آن ها به شرح ذیل است:

1- گرایش هایی در انسان وجود دارد که غریزی نیستند و وجه تمایز انسان و حیوان نیز به شمار می روند. به این گرایش ها، گرایش های فطری می گویند. توضیح آنکه تمایلات عالی، از نظر روان شناسان چهار نوع است: حقیقت جویی، زیبایی دوستی، خیر طلبی یا تمایل اخلاقی، و حس دینی یا تمایل به حقیقتی ماوراءطبیعی و مقدس. (4) البته به نظر می رسد گرایش به خلق و ابداع و نیز گرایش به آزادی و اعمال اراده را باید به آن چهار گرایش فطری افزود. مجموع این گرایش ها، به فطرت انسان شکل می دهد.

ص: 160

1- . محمدتقی، جعفری، «انسان شناسی از منظری نو»، به نقل از سایت: www.OstadJafari.com.

2- . روم: 30.

3- . انسان در اسلام: ص 127 - 131.

4- . حس مذهبی یا بعد چهارم روح انسانی: ص 16 - 32.

2. آگاهی فطری، کلی است نه جزئی.

3. فطرت مداری با درک و معرفت عقلانی همراه است؛ یعنی در سطح حیات عقلانی انسان تبلور می یابد. بنابراین ملاک انسانیت و معیار تعالی انسان فطرت مداری است و از نوعی قداست برخوردار است.

4. فطرت، کاربرد نامحدود دارد؛ یعنی انسان هرگز از زیبایی، کار نیک، دگر دوستی و تمایلات فطری دیگر سیر نمی شود.

5. فطرت، آینده نگر و در صدد تأمین نیازهای غریزی برای آینده است.

6. فطرت به طور چشم بسته و کور عمل نمی کند و بسیار گزینش گر است؛ برای مثال از مهم ترین ویژگی های فطرت، اخلاق مداری است. یعنی «فطرت به ارزش های اخلاقی گرایش دارد و در برابر آن ها متعهد است».

7. پشیمانی، راهکار فطرت در مواقعی است که انسان تحت سلطه غریزه، مرتکب اشتباه می شود، تا با آن جبران کند.

8. فطرت، کیفیت گراست و گرایش فراوان به کیفیت دارد.

9. تمایلات فطری به دلیل برخورداری از قداست، در روان شناسی «تمایلات عالی» نامیده می شود و در مقابل تمایلات شخصی مانند «خود دوستی» و تمایلات اجتماعی مانند «قبیله گرایی، میهن دوستی و نوع دوستی» قرار می گیرد.⁽¹⁾

از آنجاکه غریزه و فطرت، آمیخته با آفرینش انسان اند و به فرد یا افراد ویژه ای اختصاص ندارند، معلول و آفریده اسباب بیرونی نیستند؛ اگر چه اسباب بیرونی در شکوفایی یا نارسایی آن دو و سپس در تأثیرگذاری بر رفتار مؤثرند. افزون بر آن، میان غریزه و فطرت، برخی ویژگی های مشترک وجود دارد که به شرح ذیل است:

1. انسان، به غریزه و نیز فطرت، علم حضوری دارد اما می تواند به آن ها علم حصولی هم داشته باشد.

2. غریزه و فطرت، کلیت و عمومیت دارند و به عبارت بهتر، همه افراد را در بر می گیرند و همان گونه که اشاره شد، به فرد یا گروه ویژه ای اختصاص ندارند.

3. هر دو ثابت و پایدارند و هیچ گاه زایل نمی شوند.

ص: 161

1- . همان.

4. هر دو طالب لذت اند؛ اما میان لذت فطری و لذت غریزی تفاوت هایی وجود دارد. لذت های غریزی غالباً از امور جسمانی و شهوانی تأمین می شود اما لذت های فطری ماهیتی فرا جسمانی، معنوی و ارزشی دارند. از این رو از نظر ارزشی، لذت های فطری برتر است.
5. گرایش های گوناگون غریزی و فطری انسان از یکدیگر جدا نیستند، بلکه بر یکدیگر اثر می گذارند و بر اثر تعامل و تراحم با یکدیگر، به انگیزه ها و اعمال انسان شکل می دهند.⁽¹⁾ بنابراین گاه این دو نوع گرایش، هم جهت اند و آدمی را به سمت عملی که هر دو گرایش خواستار آن است سوق می دهند؛ و گاه با هم در تراحم اند، که در آن صورت قوّت و ضعف عقل انسان در انتخاب نوع عمل نقش کلیدی خواهد داشت.

ج - انسان، موجودی برخوردار از عقل

اشاره

شاید بتوان مهم ترین موهبت خداوند به انسان را که وجه تمایز او با حیوانات شمرده می شود، عقل دانست. این نعمت بر اساس برخی روایات محبوب ترین و ارزنده ترین مخلوق خداوند خوانده شده است.⁽²⁾

«عقل» از نظر لغوی به معانی منع، امساک، حبس و جلوگیری،⁽³⁾ بستن و نگه داشتن است.⁽⁴⁾ برخی اندیشمندان، کارکرد عقل را در ممانعت انسان از گفتار و کردار ناپسند⁽⁵⁾ یا از انحراف و کجروی دانسته اند.⁽⁶⁾ این واژه در اصطلاح به معنای یکی از قوای نفس انسان است که با استفاده از آن می تواند مسائل نظری را از مقدمات بدیهی و معلوم استنباط کند، اگرچه بیشتر به معنای مرکز و قوه ادراک حقیقت اشیا و تمیز خوب و بد از یکدیگر آمده است.⁽⁷⁾ قرآن کریم، عقل را ابزاری برای تشخیص

ص: 162

-
- 1- . فتحعلیخانی، محمد، جزوه آموزه های بنیادین علم اخلاق، بخش سوم (رابطه انسان با خود) درس سوم (غریزه).
 - 2- . ر. ک: منتخب میزان الحکمة: ج 2 ص 704: عنوان 1316 (العقل).
 - 3- . الصحاح: ج 5 ص 1769، 422، 423.
 - 4- . المعجم الوسیط: ص 616.
 - 5- . معجم مقاییس اللغة: ج 4 ص 69.
 - 6- . التعریفات: ص 65.
 - 7- . القاموس العصری، فرهنگ معین، ص 451 و معجم الوسیط، ص 616.

راه درست از نادرست، و انجام دادن عمل صحیح و پسندیده و ترک عمل ناصحیح و زشت، و وسیله ای برای رهنمون شدن به سعادت و رهایی از خسران و هلاکت ابدی معرفی می کند و از زبان اهل جهنم می گوید:

(وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ). (1)

و گویند: اگر ما در دنیا [سخن انبیا را در مقام پیامبر بیرونی] می شنیدیم، یا به دستور عقل [به مثابه پیامبر درون] رفتار می کردیم، [امروز] از دوزخیان نبودیم.

با توجه به این آیه و آیات مشابه، به روشنی می توان فهمید که قرآن کریم بیشتر به کارکرد عقل که تشخیص خیر از شر، و صحیح از ناصحیح و عملکرد بر اساس این تشخیص است عنایت دارد آنگاه که می فرماید:

(أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ). (2)

آیا [این کافران] در زمین به سیر و تماشا نرفتند تا دل هاشان بینش و هوش یابد و گوششان به حقیقت شنواگردد؟ که [این کافران را] چشم های سرگرچه کور نیست، چشم باطن و دیده دل ها کور است.

در آیه دیگری آمده است:

(وَمَنْ يَرْغَبْ عَنْ مِلَّةِ إِبْرَاهِيمَ إِلَّا مَنْ سَفِهَ نَفْسَهُ). (3)

و چه کس از آیین پاک ابراهیم روی گرداند به جز مردم بی خرد؟!

روایات نیز عقل را وسیله ای برای اطاعت و بندگی خدا دانسته، می فرماید:

العقل ما عبد به الرحمن و اكتسب به الجنان. (4)

عقل چیزی است که خدا با آن پرستیده می شود و بهشت به واسطه آن کسب می شود.

با عنایت و توجه به معانی عقل در قرآن کریم و احادیث معصومان (علیهم السلام)، به دو نکته درباره عقل می توان با اطمینان معتقد بود:

ص: 163

1- . ملک: 10.

2- . حج: 46.

3- . بقره: 130.

4- . الکافی: ج 1 ص 11 ح 3؛ المحاسن: ج 1 ص 195 ح 15.

الف. عقل، نیروی تحصیل علم و کسب معارف حقیقی نظری است (عقل نظری)؛

ب. عقل، راهنما در اعمال نیک و پاسدار حرمت و کرامت انسان در مقابل جهالت ها و زشتی های اخلاقی است (1) (عقل عملی).

بنابر این انسان با عقل نظری در مسیر شناخت خود گام برمی دارد (2) و با کمک عقل عملی در جهت اصلاح خود یا به عبارت عرفا «خودسازی و تهذیب نفس» (3) اقدام می کند.

• ارزش عقل در متون مقدس

با تبیین مفهوم عقل، اهمیت آن نیز تا اندازه ای آشکار می شود. هر انسان برای شناخت نفس خویش باید بداند خداوند این گوهر گران بها را به او عطا فرموده است. در صورت آگاهی از ارزش این موهبت بزرگ می توان امیدوار بود که آدمی قدر این نعمت را بداند و در صدد شکر حقیقی آن برآید. پیش تر اشاره کردیم که وجه تمایز انسان و حیوان، وجود عقل است. اگر فردی از این نعمت محروم باشد، آنگاه در نظر هموعان موجودی برتر از حیوان نخواهد بود و رفتار اطرافیان با او همانند رفتار با حیوانات خواهد شد و برای او مکانی بهتر از قفس یا چیزی مانند آن وجود نخواهد داشت. پس، از نظر متون دینی نه فقط انسانیت به عقل است، بلکه رشد، تعالی و کمال آدمی و راهیابی اش به درجات متعالی که در ادیان آسمانی و ندای انبیا بدان فراخوانده شده است، در گرو عمل به دستورهای عقل و متابعت از ادراکات ناب آن است. عقل، مخلوقی است که خداوند پس از آفرینش آن، محبوب ترین مخلوقش نامید و خطاب به آن فرمود:

و عزتی و جلالی ما خلقت خلقا هو أحب إلی منک و لا أكملک إلا فیمن أحب، أما إنی إیاک آمر، و إیاک أنهی و إیاک اعاقب، و إیاک ائیب. (4)

ص: 164

1- . المحاسن: ج 1 ص 192 ح 6؛ ر. ک. علی، اله بداشتی، «انسان شناسی، شناخت عقل در پرتو نقل»، پژوهش های فلسفی - کلامی، سال ششم، ش اول، ص 23.

2- . رجوع کنید به آیات مربوط به اندیشیدن در آفرینش خود.

3- . رجوع کنید به آیاتی چون: (وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ يَدَاهُ).

4- . الکافی: ج 1 ص 10 ح 1 از امام باقر (علیه السلام): لما خلق الله العقل استنطقه ثم قال له: أقبل فأقبل ثم قال له: أدبر فأدبر ثم قال: ... ؛ کتاب من لا يحضره الفقيه: ج 4 ص 369.

به عزت و جلالم سوگند، مخلوقی را نیافریدم که دوست داشتنی تر از تو نزد من باشد؛ و کامل نمی کنم تو را مگر با کسی که دوستش دارم. پس همانا به خاطر تو فرمان می دهم و به خاطر تو نهی می کنم و به خاطر تو عقوبت می کنم و به خاطر تو پاداش می دهم.

همچنین فرمود:

خلقتک خلقا عظیما و کرمک علی جمیع خلقی. (1)

تو را مخلوقی بزرگ آفریدم و بیش از همه مخلوقاتم گرامی داشتم.

اکنون این پرسش ممکن است به اذهان خطور کند که چرا وجود عقل تا این اندازه کانون عنایت خداوند قرار بوده و او را بر هر مخلوقی برتری داده است؟ شاید تاکنون پاسخ این پرسش به صورت ضمنی بیان شده است، اما در این روایات تصریح شده که انقیاد عقل در برابر فرمان های خالقش و اطاعت او از رب الارباب، موجب کسب چنین مقامی برای عقل شده است. در زبان تمثیل حدیث پیشین، به خوبی بیان شده است که عقل بدون پرسش از خداوند و بدون استکبار و اعتراض، از فرمان خدا اطاعت کرد و این اطاعت مرتبه او را نزد پروردگارش متعالی کرد. در ادامه حدیث اخیر، آفرینش جهل و نادانی، وارد شده است که امتناع او از دستور خداوند و استکبارش از فرمانبرداری خالق یکتا موجب شد درگاه خداوند مبغوض باشد و هدف لعن خداوند قرار گیرد. (2) بنابراین به نظر می رسد راز گرامی بودن عقل و به تبع آن، انسان عاقل نزد پروردگار متعال، توانمندی او در تمیز عمل نیک و پسندیده از عمل زشت و ناپسند (عقل نظری) و اراده انجام دادن آنچه آن را درک کرده (عقل عملی) بوده است. (3) بدیهی است ویژگی چنین موجودی، تبعیت از فرمان خالق هستی بخش و ولی نعمت خود و عبودیت و بندگی در برابر او خواهد بود.

• رابطه عقل با اخلاق

درباره عقل، اقسام، درجات، مراتب و کارکردهای آن و نیز آثار تبعیت و نافرمانی از دستورهای عقل و بسیاری مباحث مرتبط دیگر سخن بسیار است و اندیشمندان

ص: 165

1- . همان، ج 1 ص 21 ح 14.

2- . همان.

3- . ر. ک: عقل و معرفت عقلی، دانش نامه امام علی (علیه السلام): ج 1 ص 26.

بزرگی تاکنون به تفصیل به آن پرداخته اند؛ اما آنچه ما در این مقام باید به آن اشاره کنیم، ارتباط عمیق عقل و اخلاق است. بر اساس آنچه تاکنون بیان شد، وجود عقل برای تشخیص درست از نادرست ضروری است و رفتار اخلاقی فقط از کسی متوقع است که از موهبت عقل برخوردار باشد. بنابراین حفظ ارزش های اخلاقی و پایبندی به آن ها در گرو برخورداری از عقل است. و کسی که عقل بیشتری دارد، درک و فهم، و گفتار و کردار، بر دیگران برتری و فضیلت دارد. اما این رابطه یکسویه از سمت عقل به سمت اخلاق نیست؛ بلکه رعایت ارزش های اخلاقی نیز - بر اساس احادیث نورانی معصومان (علیهم السلام) - در افزایش عقل اثر دارد و انجام دادن برخی رفتارهای زشت و ناروا موجب تضعیف خرد خواهد شد. برای مثال، از امام صادق (علیه السلام) درباره عوامل کمال عقل روایت شده است: «کمال العقل فی ثلاثة: التواضع لله، و حسن الیقین، و الصمت الا من خیر»⁽¹⁾.

از این حدیث شریف و احادیث مشابه آن به خوبی می توان استفاده کرد که رعایت اخلاق و پایبندی به ارزش های اخلاقی، در افزایش عقل انسان تأثیر مستقیم دارد.⁽²⁾

د - انسان، برخوردار از هیجانات و عواطف

یکی دیگر از ویژگی ها و داشته های مهم و اساسی آدمی، هیجانات و عواطف است. هیجانات و عواطف، انواع و اقسامی دارد؛ اما همه آن ها در رفتار بشر تأثیر انکار ناپذیر و شگرف دارد. هیجانات، به عواطف و احساسات شخصیت انسان شکل می دهد. به طور کلی روان شناسان، هیجانات و عواطف را به دو دسته مثبت و منفی تقسیم می کنند. البته میان هیجانات و عواطف، تفاوت هایی وجود دارد که به زودی به برخی از آن ها اشاره خواهیم کرد، اما به نظر می رسد دست کم برخی از کارکردهای آن ها با یکدیگر مشابه است. برای مثال، بسیاری از صاحب نظران بر این باورند که عواطف و هیجانات مثبت، موجب نزدیک شدن انسان به برخی چیزها می شود و انگیزه رفتار متناسب با آن احساس عاطفی را ایجاد می کند؛ و عواطف و

ص: 166

1- . منتخب میزان الحکمة: ج 2 ص 710 ح 4410.

2- . ر. ک: عقل و معرفت عقلی دانش نامه امام علی (علیه السلام): ج 1 ص 30.

هیجان‌ات منفی، موجب دوری آدمی از برخی چیزها می‌شود و مانع ایجاد انگیزه برای انجام دادن برخی کارها می‌شود. (1) رابرت فرانکن در این باره می‌گوید: «آنچه به نظر، واضح و روشن می‌رسد آن است که احساسات منفی، رفتار هدفمند را تضعیف می‌کند و احساسات مثبت، برعکس، رفتار هدفمند را تقویت می‌کند. به این دلیل است که نظریه پردازان انگیزش، امروزه علاقه مندند احساسات را بشناسند و درک کنند». (2)

صاحب نظران درباره تعداد هیجان‌ات اتفاق نظر و اجماع ندارند؛ اما بنابر دیدگاه اکثر پژوهشگران، هیجان‌های اساسی در هفت عدد خلاصه می‌شود. این هیجان‌ات که در دو دسته مثبت و منفی تقسیم می‌شوند عبارت‌اند از: تعجب، ترس، خشم، انزجار، اندوه، شادی و علاقه. (3)

دانشمندان بر این باورند که حیوانات نیز از این عواطف و هیجان‌ات برخوردارند؛ اما به یقین کنترل هیجان‌ات و تعدیل و مقابله با آن‌ها یا بعضاً تشدید آن‌ها، از جمله ویژگی‌های انسان‌هاست و حیوانات در این زمینه ناتوان هستند و عملکرد آنان صرفاً بر اساس غرایز و هیجان‌اتی است که بر آنان عارض می‌شود. بنابراین برخورداری آن‌ها از انواع هیجان‌ات، احساسات و عواطف که بر اساس فرایندی ویژه پدید می‌آید، و نیز قدرت کنترل، تغییر و تبدیل آن‌ها را می‌توان از وجوه تمایز انسان با موجودات دیگر دانست. بدیهی است آگاهی هر فرد به امکانات و ابزارهای خداداد در وجود خویش، و کارکردهای آن امکانات و ابزارها و توانمندی‌ها در جهت تأمین سعادت خود بسیار مؤثر خواهد بود. به همین منظور، برخی آگاهی‌ها از هیجان‌ات و عواطف و احساسات، به ما در کنترل آن‌ها و نیز رفتار اخلاقی مناسب در ارتباط با خود و دیگران، کمک فراوان خواهد کرد. این آگاهی‌ها به شرح ذیل است:

هیجان‌ها محصول اتفاق بیرونی و تحریک درونی از سوی عواطف هستند که انگیزه رفتاری خاص را در فرد می‌سازد.

ص: 167

1- ر. ک: انگیزش و هیجان: (رابرت فرانکن): ص 34.

2- همان.

3- انگیزش و هیجان (جان مارشال ریو): ص 362.

معرفت و شناخت یا باورهای افراد، در بروز هیجان، نوع آن و شدت و ضعف آن تأثیر گذار است؛ برای مثال، اگر از اتفاق خارجی برداشت مثبتی داشته باشد، هیجان مثبت در وجود او نمایان می شود؛ و اگر از آن برداشتی منفی داشته باشد، هیجان منفی خواهد داشت. البته به تناسب آن هیجان، ممکن است رفتاری از او صادر شود. (1) همچنین کسی که به جهان پس از مرگ معتقد است و مسئله مرگ برای او حل شده است و مرگ، در نظرش پایان کار یا نابودی به شمار نمی رود، از مرگ عزیزانش کمتر هیجان زده می شود و بیشتر خویشتن دار است؛ و کسی که به خدا توکل می کند و امور خود را به او می سپرد، شکست ها و پیروزی ها موجب هیجان زدگی فراوان او نمی شود و رویدادها را با آرامش بیشتر تحمل می کند.

هیجان و جلوه های آن، عواطف و احساسات ما را درباره امر بیرونی به دیگران منتقل می سازد. (2)

هیجانها، عوارضی هستند گذرا و مقطعی و جزو فضایل و رذایل به شمار نمی روند؛ اما عواطف، حالات روح و روان اند که از ثبات نسبی برخوردارند؛ مانند حب یا بغض، حسادت، کبر، عجب و فروتنی. عواطف اغلب در زمره فضایل و رذایل به شمار می روند.

«احساسات» به معنای خاص، عوارضی است که روح انسان، آن ها را به سبب عارضه ای بر جسم ادراک می کند؛ مانند گرسنگی، تشنگی، سرما، گرما و نیازهای جنسی. «احساسات» به معنای عام، همان «عواطف» است.

فقط وقتی می گوئیم کسی هیجان زده است که به صورت بالفعل هیجانی بر او عارض شده باشد.

اما درباره انسانی که به یکی از صفات عاطفی مانند مهربانی یا ترسو بودن متصف می شود، برای اینکه انسان مهربان یا ترسو خوانده شود لازم نیست همان لحظه مهربانی کند یا بترسد؛ زیرا این صفات مربوط است به گذشته او و در واقع با این اوصاف، ویژگی او که از رفتارهای سابق او برداشت شده، گزارش می شود.

ص: 168

1- ر. ک: خود شناسی در آیینۀ مذهب و روان شناسی: ص 33 به نقل از دیدگاه دکتر آلبرت ایس.

2- ر. ک: همان: ص 330.

به نظر متخصصان، هیجان‌ها نه فقط نظام انگیزشی مهمی را تشکیل می‌دهند؛ بلکه تشکیل دهنده نظام انگیزشی اولیه نیز هستند. (1)

عواطف، محصول نگرش انسان و باور اوست و اتفاق بیرونی، زمینه باور ذهنی را - که گاه مطابق با واقع و گاه نامطابق با واقع است - فراهم می‌آورد. (2) برای مثال، به خدمت گرفتن مربی روان شناس، به منظور التیام و تقویت روحیه اعضای تیم فوتبال صورت می‌گیرد. ضعف روحیه بازیکنان ممکن است به دلیل شکست در چند مسابقه بوده که موجب شده اعتماد به نفس و خودباوری آن‌ها از دست برود و نتوانند از مهارتشان در مسابقات به خوبی بهره‌برند.

وجوه مشترک این عوارض، ناشی از هیجان زدگی، تحریک عواطف غیر اختیاری بودن و تا اندازه‌ای قابل کنترل بودن آن است.

عاطفی بودن و ابراز احساسات و عواطف، به تنهایی مطلوب و انسانی است و حتی قرآن کریم نیز آن را تمجید کرده است؛ (3) اما زمانی از ارزش کامل برخوردار خواهد شد که آمیخته با نیت خالص و برای تقرب به خدا باشد. (4)

تحریک احساسات و عواطف، غیر ارادی صورت می‌گیرد؛ اما کنترل و مهار آن در ابراز و کتمان کردن، در اختیار انسان است. از این رو گاه ضرورت اقتضا می‌کند عواطف خود را مهار کنیم و مانع نمود خارجی آن شویم.

همان گونه که احساسات و عواطف قابل مهار کردن یا سرکوب شدن است قابلیت ایجاد و تقویت نیز دارد. روایات بسیاری، به این نکته تصریح کرده‌اند.

ه - انسان، موجودی مکلف (مسئول)

از جمله حقوق طبیعی انسان، حق آزادی اوست. قرآن کریم، آزادی را به مثابه مهم ترین حق برگرفته از اصل احترام به بشر پذیرفته است و پذیرش دین و ایمان به ذات مقدس خدا را نیز - که مهم ترین دستورالعمل ادیان به انسان‌ها بوده است - به اجبار و اکراه قرار نداده است. از این رو نقش پیامبران را فقط تبیین راه درست از

ص: 169

1- . همان، ص 335.

2- . همان، ص 29.

3- . حدید: 27: (وَجَعَلْنَا فِي قُلُوبِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ رَأْفَةً وَرَحْمَةً).

4- . ر. ک: اخلاق در قرآن: ج 2 ص 339.

نادرست و بشارت و انذار قرار داده است و پذیرش دین را از روی اراده و با کمال آزادی و اختیار می پسندد. (1) به راستی اگر خداوند، آزادی را به مثابه حقی که انسان شایسته آن است به رسمیت نمی شناخت، او را در مهم ترین امری که سرنوشت و سعادت و شقاوتش در گرو آن است، یعنی ایمان به خدا و تسلیم در برابر دیش، مجبور و رام می ساخت؛ درحالی که در قرآن، بارها پیامبران را به سبب سرپیچی امت هایشان از گردن نهادن به دستورهای الهی، و اصرار آن ها بر تکذیب خدا و رسولانش تسلی می دهد و گاه می فرماید: «لَوْ شَاءَ اللَّهُ لَجَمَعَهُمْ عَلَى الْهُدَى»؛ (2) اگر خدا می خواست، همه آن ها را به راه هدایت جمع می کرد». همچنین گاه می فرماید: «لَوْ شَاءَ لَهْدَايَكُمْ أَجْمَعِينَ» (3) اگر می خواست همه شما را هدایت می کرد». گاه نیز می فرماید:

«لَوْ شَاءَ رَبِّكَ لَأَمَنَّ مَنْ فِي الْأَرْضِ كُلَّهُمْ جَمِيعاً أَفَأَنْتَ تَكْرَهُ النَّاسَ حَتَّى يَكُونُوا مُؤْمِنِينَ». (4)

اگر پروردگار تو می خواست، همه کسانی که روی زمین هستند، همگی ایمان می آوردند. آیا تو می خواهی مردم را مجبور کنی که ایمان بیاورند؟! - در حالی که آفرینش آن ها چنین اقتضایی ندارد، و ایمان از روی اکراه و اجبار، سودی برای آنان نخواهد داشت.

بنابراین، اینکه خداوند نقش پیامبران را فقط در بشارت و انذار، و نمایاندن راه راست از بیراهه ها دانسته است و اکراه در پذیرش دین را به هیچ وجه مجاز نمی شمارد و به رسمیت نمی شناسد، و نیز اینکه انسان ها را در انتخاب راه راست و رستگاری یا انتخاب ضلالت و گمراهی آزاد گذاشته است، حاکی از آن است که آزادی انسان از جمله حقوق اساسی و نخستین اوست و هیچ کس اجازه سلب آن را ندارد. این آزادی تکوینی به این معنا نیست که در عالم خارج، آزادی انسان را نمی توان مقید کرد و او را نمی توان به انجام دادن کارها مکلف کرد. به عبارت دیگر،

ص: 170

1- . بقره: 256.

2- . انعام: 35.

3- . انعام: 149.

4- . یونس: 99.

تکلیف با آزادی انسان هیچ گونه منافاتی ندارد و به طور کلی امور پیش گفته، یعنی «اختیار»، «آزادی» و نیز برخورداری از قوای عقل و غریزه و هوای نفس، همگی مقدمات تکلیف است و راهی برای جواز تکلیف به شمار رفته است. بدیهی است اگر انسان آزاد نبود، جایی برای تکلیف نمی ماند و اصولاً تکلیف، بی معنا بود. بنابراین آدمی می تواند در ضمن اینکه آزاد باشد، به انجام دادن یا ترک برخی اعمال مکلف شود؛ زیرا تکلیف تازمانی که به مرز تحمیل نرسیده و اکراه در آن وارد نشده است، مانع اراده شخص نمی شود و انسان می تواند تکلیف خود را با اراده و اختیار خویش انجام دهد، یا آن را ترک کند. البته نوع تکلیف، از حکمت و خرد تکلیف کننده حکایت می کند و اینکه تکلیفی در توان مکلف باشد، یکی از شروط خردمندانه بودن تکلیف است؛ از این رو خداوند در قرآن کریم تصریح کرده است که هیچ بنده ای را بیش از توانش تکلیف نکرده است.⁽¹⁾

و - انسان، موجودی طالب حرمت نفس

اشاره

یکی دیگر از خصیصه های فطری انسان که در درون خود می یابد، حس حرمت نفس است. خداوند، حس حرمت نفس را در وجود او نهاده و خود اولین کسی است که حرمت او را پاس داشته و تکریم کرده است. از این رو از داشته های انسان، گوهر گران بهایی است که خدا به او عطا کرده و با آن به همه مخلوقاتش نشان داده است که او گل سرسبد آفریده های اوست. این گوهر گران بها، احترام و تکریمی است که در مقابل همه فرشتگانش برای او قائل شده است. آفریدگار مهربان، در جهت گرامی داشت مقام انسان، او را برترین مخلوق خود معرفی کرد و محترم و عزیزش داشت تا شاید او نیز قدر این نعمت بزرگ را بداند و حرمتش را پاس دارد. تکریم، در دو بُعد تکوینی و تشریعی تحقق یافته است:

• کرامت تکوینی

تکریم تکوینی، به معنای گرامی داشت انسان از حیث آفرینش و خلقت، و برتر آفریدن او در مقایسه با بسیاری دیگر از مخلوقات است. خدا در قرآن کریم، بارها به این معنا تصریح کرده است. تکریم انسان از منظر تکوین، در مراحل گوناگون صورت گرفته است:

ص: 171

مرحله نخست، گرامی داشت انسان پیش از آفرینش او: وقتی خداوند از آدمی به بزرگی یاد کرده و به فرشتگانش قصد خود را که آفرینش اوست خبر می دهد و به فرشته های متعجب که خونریزی و فساد آدمی بر زمین را نشانه لیاقت نداشتن او برای آفریده شدن و تکریم خداوند می شمارند پاسخ می دهد و آنان را جاهل به انسان می خواند: (وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ). (1)

اینکه خداوند، فرشتگان را درباره انسان، ناآگاه می داند، حاکی از این است که انسان ویژگی یا ویژگی هایی دارد که فساد او را در زمین تحت الشعاع قرار می دهد، وجود او را توجیه می کند و گرامی بودن و کرامت او نزد پروردگار را نمایان می کند.

مرحله دوم، تکریم انسان هنگام آفرینش اوست. خداوند متعال، آنگاه که خلقت انسان را به پایان می برد، ذات مقدس خود را به سبب آفرینش چنین موجود گران قدری تحسین می کند و می فرماید: (ثُمَّ خَلَقْنَا النَّفْثَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ). (2)

البته اهمیت و جایگاه رفیع آدمی نزد خداوند، به منزله مخلوق برتر، به اینجا ختم نشد و خداوند او را در مراتب بعد نیز کانون توجه، عنایت و مرحمت خود قرارداد و به آدم (علیه السلام) تعلیم داد و سپس او را مسجود ملائکش گردانید:

(وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ).

(وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنْبِئُونِي بِأَسْمَاءِ هَؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ).

(قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ).

(قَالَ يَا آدَمُ أَنْبِئْهُمْ بِأَسْمَائِهِمْ فَلَمَّا أَنْبَأَهُمْ بِأَسْمَائِهِمْ قَالَ أَلَمْ أَقُلْ لَكُمْ إِنِّي أَعْلَمُ غَيْبَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَأَعْلَمُ مَا تُبْدُونَ وَمَا كُنْتُمْ تَكْتُمُونَ). (3)

ص: 172

1- . بقره: 30.

2- . مؤمنون : 15.

3- . بقره: 30 تا 33.

و چون پروردگارت به فرشتگان گفت: من می خواهم در زمین جانشینی بیافرینم، گفتند: در آنجا مخلوقی پدید میآوردی که تباهی کند و خون ها بریزد؟ با اینکه ما تو را به پاکی می ستاییم و تقدیس می گوئیم؟ گفت: من چیزها می دانم که شما نمی دانید. و خدا همه نام ها را به آدم بیاموخت. پس از آن، همه آنان را به فرشتگان عرضه کرد و گفت: اگر راست می گوئید، مرا از نام اینها خبر دهید. گفتند: تو را تنزیه می کنیم ما دانشی جز آنچه به ما آموخته ای نداریم؛ که دانای فرزانه تنها تویی. گفت: ای آدم، فرشتگان را از نام ایشان آگاه کن؛ و چون از نام آن ها آگاه شان کرد، گفت: مگر به شما نگفتم که من نهفته های آسمان و زمین را می دانم، آنچه را شما آشکار کرده اید و آنچه را پنهان می داشتید می دانم.

تکریم انسان توسط خداوند تا آنجا پیش می رود که خدا در عظمت بخشی و بزرگداشت انسان، او را مسجود ملائکه قرار می دهد و فرشتگان را مکلف می کند به او سجده کنند و آن را که از فرمانش سر می پیچد و اطاعت نمی کند، علی رغم برخورداری از سوابق طولانی عبادت و بندگی، از درگاهش می راند و مبعوض درگاهش می سازد:

(وَإِذْ قُلْنَا لِلْمَلَائِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ فَسَجَدُوا إِلَّا إِبْلِيسَ أَبَى وَاسْتَكْبَرَ وَكَانَ مِنَ الْكَافِرِينَ). (1)

آنگاه که ما به فرشتگان گفتیم به آدم سجده کنید، پس همه آن ها سجده کردند به جز ابلیس.

(وَلَقَدْ خَلَقْنَاكُمْ ثُمَّ صَوَّرْنَاكُمْ ثُمَّ قُلْنَا لِلْمَلَائِكَةِ اسْجُدُوا لِآدَمَ). (2)

و ما شما را آفریدیم و سپس شما را بیاراستیم. سپس به فرشتگان گفتیم: به آدم سجده کنید.

بر این اساس، وجود آدمی در پیشگاه آفریننده و هستی بخشش مورد احترام و تکریم واقع شده است. این احترام و تکریم، به فرد یا گروه خاصی تعلق ندارد و به نوع بشر تعلق گرفته است. از این رو تکریم خداوند، به صورت بالقوه شامل همه افراد می شود و هیچ یک از انسان ها در این تکریم تکوینی، بر دیگری برتری ندارد.

ص: 173

1- . بقره: 34.

2- . اعراف: 11.

البته این تکریم بالقوه خداوند، فقط برای عده ای که به مرتبه انسان کامل رسیده و عبودیت و بندگی خدا را آن گونه که او می پسندد به منصه ظهور می رسانند، بالفعل خواهد شد.

یکی دیگر از مراحل گرامی داشت بشر، هدفمند بودن آفرینش او بوده است. البته این تصور گزافی است که آفرینش انسان را هدفمند، و آفرینش مخلوقات دیگر را بی هدف بدانیم؛ زیرا موجود حکیم، عملی بیهوده و بی هدف انجام نمی دهد. بر این اساس، خداوند متعال که معدن حکمت و نهایت همه کمالات است، هرگز عملی غیر حکیمانه انجام نداده و انجام نخواهد داد:

(أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ). (1)

آیا گمان کرده اید که آفرینش شما بیهوده بوده و به سوی ما باز نمی گردید؟!

این نکته حایز اهمیت است که هدف از آفرینش انسان، خود او و رشد و کمال او بوده است و از این رو خداوند زمین و آنچه در آن است و همه نیازمندی های او را، در اختیارش در زمین قرار داد:

(هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا). (2)

او کسی است که همه آنچه را در زمین است، برای شما آفرید.

همچنین قرآن می فرماید که خداوند، زمین و آسمان را در اختیار رشد و کمال انسان ها قرار داد و مَسْخَرِ آنان گردانید:

(وَسَخَّرَ لَكُمْ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مِنْهُ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ). (3)

و هر آنچه را در آسمان و زمین است مَسْخَرِ شما گردانید. در این امر، برای اهل فکر و اندیشه نشانه هایی وجود دارد.

بنابراین درباره هدفمند بودن آفرینش انسان که نشانه گرامی بودن او نزد پروردگار است، سه نکته حایز اهمیت است:

ص: 174

1- . مؤمنون: 115.

2- . بقره: 29.

3- . جاثیه: 13.

1. اصل هدفمند بودن آفرینش انسان و اینکه خداوند در قرآن به این هدفمندی تصریح می کند، از اهمیت آن هدف حکایت می کند؛ زیرا همان گونه که پیش از این گفته شد، خدای حکیم هیچ گاه عمل بی هدف یا بیهوده انجام نداده است. این بدان معناست که خلقت زمین و آسمان تا ریگ های بیابان ها و تک تک جانوران ریز و درشت، همگی بر اساس اصل حکمت پروردگار بوده است و وجود هیچ یک از آن ها بیهوده و بی هدف نبوده است. اما اینکه در میان انواع بی شمار مخلوقات، فقط درباره انسان آیه شریفه (أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ) (1) نازل شده است، از اهمیت این هدف حکایت می کند.

2. تعلق گرفتن هدف آفرینش انسان به رشد، کمال و سعادت خود او، نکته ای حایز اهمیت است؛ زیرا گرچه همه موجودات، هدفمند آفریده شده اند، هدف غایی بسیاری از موجودات خود آن ها نیست، بلکه قرار گرفتن در مسیر رشد و تعالی موجود دیگر، هدف آفرینش آن هاست. اما در آفرینش انسان، مسئله متفاوت است و هدف از آفرینش او، کمال و سعادت خود اوست: (إِن أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا) (2) اگر نیکی کنید، به خود نیکی کرده اید؛ و اگر بدی کنید، به خود بدی کرده اید.

همچنین بر اساس آنچه در برخی اخبار قدسی آمده، خداوند انسان را برای ذات مقدس خود آفریده و به خود نسبت می دهد. بنابراین، اینکه هدف از آفرینش انسان سعادت خود اوست، و نیز بیاناتی شبیه احادیث ذیل که در آن تصریح شده خدا انسان را برای خود آفریده است، از محبوبیت فراوان انسان نزد پروردگار متعال و تکریم او حکایت می کند و حتی مرتبه ای بالاتر از مصادیق تکریم است. (3)

3. آفرینش مخلوقات دیگر نیز برای انسان بوده و خداوند به منظور دستیابی به کمال و سعادت او، ابزارهای لازم را در اختیارش قرار داده و جهان را مستخر او کرده است. (4)

ص: 175

1- . مؤمنون: 115: آیا گمان کرده اید که آفرینش شما بیهوده بوده است و به سوی ما باز نمی گردید؟!

2- . اسرا: 7.

3- . الجواهرالسنیة فی الاحادیث القدسیة: ص 361؛ شرح الأسماء الحسنی: ج 1 ص 139؛ و جاء فی الاحادیث القدسیات ان الله يقول: عبدی خلقت الأشياء لأجلک و خلقتک لأجلی، و هبتک الدنیا بالاحسان و الآخرة بالایمان؛ فیض القدر شرح الجامع الصغیر: ج 2 ص 387؛ فی الخبر الإلهی ابن آدم خلقتک لنفسی و خلقت کل شیء لک فبحقی علیک لا تشغل بما خلقتک لک عما خلقت کلّه.

4- . جاثیه: 13: (و سخر لکم ما فی السماوات و ما فی الارض جمیعاً منه ان فی ذالک لآیات لقوم یتفکرون).

طبرسی در تفسیر آیه 2 (صلی الله علیه و آله و سلم) از سورة بقره می گوید:

(هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ أَيْ: لِأَجْلِكُمْ) مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعاً) ما فی موضع نصب بأنه مفعول بها، و معناه: إن الأرض و جميع ما فيها نعم من الله تعالى، مخلوقة لكم، إما دينية فتستدلون بها على معرفته، و إما دنيوية فتنتفعون بها بضروب النفع عاجلاً. (1)

ابن جوزی در تفسیر همین آیه می نویسد:

(هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعاً) أَيْ لِأَجْلِكُمْ فَبَعْضُهُ لِلانْتِفَاعِ وَ بَعْضُهُ لِلاعتبار. (2)

علامه طباطبایی نیز در تفسیر آیه 6 (علیه السلام) از سورة یونس می نویسد:

قوله تعالى: (اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَ النَّهَارَ مُبْصِرًا) الآية. أَيْ جَعَلَ لِأَجْلِكُمُ اللَّيْلَ مَظْلَمًا لِتَسْكُنُوا فِيهِ مِنَ التَّعَبِ الَّذِي عَرَضَ لَكُمْ وَجْهَ النَّهَارِ مِنْ جِهَةِ السَّعْيِ فِي طَلَبِ الرِّزْقِ، وَ النَّهَارَ مُبْصِرًا لِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِ رَبِّكُمْ وَ تَكْسِبُوا الرِّزْقَ، وَ هَذَا مِنْ أَرْكَانِ تَدْبِيرِ الْحَيَاةِ الْإِنْسَانِيَةِ. (3)

آنچه گذشت، فقط بخشی از آیات این موضوع و تفاسیر مربوط به آن است که آفرینش جهان و همه آنچه را در آن است، در خدمت بشر دانسته است.

• کرامت تشریعی

تکریم انسان، در مرحله تکوینی باقی نماند و از آن مرحله فراتر رفت؛ زیرا خداوند او را از نظر تشریعی نیز گرامی داشت و مقام او را ارج نهاد. خدا انسان را آفرید ولی پس از آن او را به حال خود رها نکرد و با ارسال پیامبران، او را به راه هدایت و سعادت دعوت کرد و برای او تکالیف و وظایفی در مسیر دستیابی به سعادت ابدی تشریع کرد. این حقیقت نشانه گرامی داشتن مقام انسان از سوی خدا، در مرحله تشریع است؛ زیرا در غیر این صورت، او را به حال خود وامی گذاشت و هیچ برنامه ای برای رشد و ارتقا و دستیابی او به کمال و سعادت پیش بینی نمی کرد. بنابراین خدا انسان را در مرحله تشریع نیز گرامی داشت و او را تکریم کرد؛ زیرا

ص: 176

1- . مجمع البیان: ج 1 ص 142.

2- . زادالمسیر: ج 1 ص 45.

3- . المیزان فی تفسیر القرآن: ج 17 ص 345.

اعطای مسئولیت به انسان و عرضه امانت ولایت بر او، و او را شایسته چنین امانتی دانستن، احترام کردن و گرامی داشت اوست، و خداوند با این مهم، بر او حرمت نهاد و او را عزیز داشت:

(إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ). (1)

ما امانت (تعهد، تکلیف و ولایت الهی) را بر آسمان ها و زمین و کوه ها عرضه داشتیم. آن ها از پذیرفتن آن سر برتافتند و از آن ترسیدند؛ اما انسان آن را قبول کرد و بار آن را بر دوش خود پذیرا شد.

در خصوص این آیه، برخی مفسران مراد از «بار امانت» و «پذیرش مسئولیت» را، بار اطاعت و سنگینی انجام دادن فرائض و تکالیف دانسته اند. همچنین درباره عرضه بار امانت به آسمان ها و زمین، گفته اند که خداوند هرگز این امانت را در عالم اعیان بر آسمان ها و زمین و کوه ها عرضه نکرد، بلکه این مطلب را مجازاً و بنابر شیوه بیان عرب فرمود که می گویند: «عرضت الحمل علی البعیر فابی ان یحمله، ای: وجدت البعیر لا یصلح للحمل ولا- للعرض؛ بار را بر شتر عرضه کردم و او از تحمل آن سرباز زد»؛ یعنی شتر را چنان یافتم که به درد حمل بار و عرضه کردن بار بر او نمی خورد و از توان او خارج است. پس زمین و آسمان چنان بودند که صلاحیت و شایستگی واگذاری این مسئولیت بزرگ را نداشت و آن ها ابزار آن را نیز در اختیار نداشتند. از این رو خداوند آن را به انسان عرضه کرد و او آن را پذیرفت؛ زیرا هم دارای ابزار آن بود و هم دارای شایستگی اش. (2) پس خداوند انسان را با توجه به بار امانت و مسئولیتی که می خواست به او محول کند سنجید و او را در پذیرش این مهم توانمند یافت؛ زیرا خود چنین توانمندی ای به او عطا کرده بود و از ابتدا برای چنین مسئولیت مهمی او را آفریده بود، اگر چه او ارزش و منزلت این مقام رفیع نزد خدا و لطفی که از ناحیه او نصیبش شده است را نمی شناسد و بیشتر انسان ها - بر اساس آنچه در ادامه آیه آمده است - با جهالت و نادانی به خود ستم و نعمت خدا را ناسپاسی می کنند. (3)

ص: 177

1- . احزاب: 72.

2- . ر. ک: الجامع لاحکام القرآن: ج 14 ص 256.

3- . انه کان ظلوماً جهولاً.

گفتیم که انسان موجودی گرامی است و کرامت ذاتی دارد. این مهم، اصلی است که در رفتار، باید به آن عنایت شود. نفس آدمی آن چنان نزد خداوند محترم شمرده شده است که ذات مقدسش پس از آفرینش او به خود آفرین می گوید و فرشتگانش را به سجده کردن بر او فرمان می دهد، جهان آفرینش را مسخر او می کند و با بار امانت افزون بر تکریم تکوینی، تشریعاً نیز گرامی اش می دارد و رعایت حرمتش را به مثابه حقی طبیعی بر همگان فرض و واجب می گرداند و تا زمانی که انسان، شایستگی چنین احترامی را پاس دارد، به کسی اجازه حرمت شکنی و بی احترامی به او و پایمال کردن کرامتش را نمی دهد. از این رو نه فقط هیچ یک از انسان ها حق ندارند به هم نوع خود بی حرمتی کنند، بلکه اجازه بی حرمتی به نفس خود نیز به آن ها داده نشده است. از این معنا به «حق طبیعی» یاد می کنند. حقوق طبیعی از جمله حقوقی است که همه افراد دارند و به فرد یا گروه ویژه ای اختصاص ندارد؛ همچنین با وضع قانون ایجاد نشده است بلکه خود، مبنای وضع قوانین است؛ یعنی قوانین برای محافظت از حقوق طبیعی افراد وضع شده و در جهت مراقبت از آن است. حقوق طبیعی، حقوقی است خداداد که از مشروعیت و حجیت ذاتی برخوردار، و فسخ ناشدنی، نسخ ناپذیر و سلب نشدنی است و زیر بنای حقوق موضوعه قرار می گیرد. (1) حق حیات، حق امنیت و حق آزادی از جمله حقوق طبیعی انسان هاست. یکی دیگر از حقوق طبیعی، حفظ حرمت افراد بشر، یا کرامت انسانی است؛ به عبارت دیگر، اینکه انسان به صورت طبیعی و فطری صاحب حرمت و کرامت است و حفظ حرمت همه افراد، حق طبیعی آن ها است. البته از نظر آموزه های دینی، رعایت این حق طبیعی درباره افراد مؤمن بیشتر ضرورت دارد. از امام کاظم (علیه السلام) نقل شده است:

أنه وقف خیال الكعبة ثم قال: ما أعظم حقك يا كعبة ووالله حق المؤمن لأعظم من حقك. (2)

آن حضرت در کنار کعبه ایستاده بود. سپس خطاب به کعبه فرمود: ای

ص: 178

1- ر. ک: فلسفه حقوق: ج 1 ص 361؛ حقوق بشر، نظریه ها و رویه ها: ص 34؛ حقوق بشر و سیر تکامل آن در غرب: ص 26.

2- . بحار الانوار: ج 74 ص 226 ح 20.

کعبه، چقدر حق تو بزرگ است؛ ولی به خدا سوگند حق مؤمن از حق تو بزرگ تر است.

می دانیم که رعایت احترام مسجد الحرام و کعبه به صورت خاص بر هر مسلمان واجب است و یکی از مهم ترین فرایض مسلمانان، به ویژه گروهی که به زیارت آن مکان مقدس شرفیاب می شوند، رعایت حرمت آن مکان شریف است تا آنجا که فقها فتوا می دهند در صورت کمی استقبال مسلمانان از سفر به زیارت خانه خدا و یا نبود تمکن مالی برای انجام دادن فریضه حج، بر حاکم اسلامی واجب است از بیت المال هزینه کند و مسلمانان را راهی سفر حج کند. اما در این سخن گران بها از امام کاظم (علیه السلام) آشکار است که انسان مؤمن، بیشتر از کعبه حرمت دارد و رعایت احترام او و ادای حقوقش بر همه انسان ها لازم و واجب است. همچنین از امام صادق (علیه السلام) روایت شده است که به یونس بن عبدالرحمان می فرماید:

یا یونس من حبس حق المؤمن، أقامه الله يوم القيامة خمسمائة عام على رجله حتى يسيل عرقه أو دمه وينادی من عند الله عز وجل هذا الظالم الذى حبس عن الله عز وجل حقه، قال فيوبخ اربعين يوم ويؤمر به الى النار: (1)

ای یونس، هر کس حق مؤمن را حبس کند [و او را از حق خود محروم کند] خدا در روز قیامت او را پانصد سال ایستاده نگه می دارد تا اینکه عرق یا خون او جاری شود و ندادهنده ندا سر می دهد این فرد کسی است که حق خدای متعال را ادا نکرده است. امام [در ادامه فرمود] سپس چهل روز توبیخ می شود و [سرانجام] داخل جهنم می شود.

از پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) نیز روایت شده است که فرمود:

مثل المؤمن كمثل ملك مقرب، وإن المؤمن أعظم حرمة عند الله وأكرم عليه من ملك مقرب: (2)

مثل مؤمن همانند فرشته مقرب است؛ و اینکه انسان مؤمن از فرشته مقرب خداوند حرمتش بیشتر و گرامی تر است.

ص: 179

1- . الکافی: ج 2 ص 367 ح 2.

2- . مشکاة الانوار: ص 149؛ بحار الانوار: ج 64 ص 72.

پس کسی که حرمت برادران دینی خود را رعایت نکند و با آنان مطابق شئون انسانی رفتار نکند، یکی از حقوق طبیعی او را پایمال کرده است و آن حق چیزی نیست جز حق حرمت و کرامت انسان. بر این اساس، کرامت و ارزش انسان، فطری اوست و نمی توان این حق را از او سلب کرد. از این رو کسی که به جایگاه انسان در عالم آفرینش آگاه باشد، هم در زمینه مراقبت از کرامت نفس خویش کوتاهی نمی کند، و هم به کرامت و حرمت دیگران تعرض نمی کند؛ همواره آنان را گرامی می دارد و با رفتاری کریمانه، با آنان تعامل دارد. با این نوع نگرش به وجود انسان، رفتارها اصلاح و حرمت ها حفظ می شود؛ زیرا کسی که دیگری را محترم نمی شمارد، پیش از آن خود را محترم نشمرده است و کسی که به دیگری بی احترامی کند یا حتی از دیگری را پایمال کند، قبل از آن، متعرض کرامت و بزرگواری خود شده، به حرمت خویش تعرض کرده است. البته در بیشتر متون روایی در این خصوص، حرمت و احترام «انسان مؤمن» پاس داشته شده است؛ اما باید پذیرفت که اسلام برای همه انسان ها احترام قایل است و به همین منظور مال، جان، آبرو و آزادی انسان ها را محترم شمرده و به مسلمانان اجازه نداده است حقوق غیر مسلمانان را پایمال کنند.

ز - انسان، موجودی ارزشمند

یکی از اقداماتی که می تواند به انسان کمک شایانی برساند، تلقی صحیح از خود یا خود ارزش گذاری مثبت، مبتنی بر قرآن و حدیث است. اینکه انسان بداند از جایگاه ارزشی بالایی برخوردار است، به برداشت او از خود می کند. تلقی انسان از خود، ممکن است به صورت ناخود آگاه در ضمیر انسان شکل گرفته باشد و خود فرد نیز آن را کشف نکرده و از آن آگاه نباشد. برای مثال، کرامت و شرافت انسان از جمله نعمات گران بهایی است که خداوند به نوع بشر عنایت کرده است، اما بسیاری از انسان ها از این مهم غفلت ورزیده و جایگاه حقیقی خویش را در جهان آفرینش گم کرده اند. شناخت ارزش های خویش وقتی رخ خواهد داد که آدمی بپذیرد موجودی به کلی دیگر و متمایز از موجودات دیگر است و نیل به کمالات انسانی را برای خویش بسیار برتر از دستیابی به تمایلات نفسانی بداند. استاد محمدتقی جعفری معتقد است انسان وقتی به سمت کمال حرکت خواهد کرد که در درون خود «من با

هویت خود پویا به سوی کمال» را بیابد و از خود چنین برداشتی داشته باشد.⁽¹⁾ وی همچنین درباره لزوم درک ارزشمندی خود می نویسد:

هنگامی انسان می تواند خیرخواه خویشتن باشد که اولاً: حقایقی به عنوان خیر و کمال برای وی مطرح شود؛ و ثانیاً: «خود» برای انسان با اهمیت جلوه کند. اگر «خود» برای انسان دارای اهمیت نباشد، در صدد شناسایی آنچه برای او مفید یا مضر است، برنخواهد آمد. بر اثر بی توجهی به دو عامل مذکور است که اغلب انسان ها خیرخواه خویشتن نیستند.⁽²⁾

خداوند، انسان را بارها تکریم کرده و در قرآن کریم به آن تصریح کرده است:

(وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا).⁽³⁾

و محققاً ما فرزندان آدم را بسیار گرامی داشتیم و آن ها را [بر مرکب] در بر و بحر سوار کردیم و از هر غذای لذیذ و پاکیزه، آن ها را روزی دادیم و آن ها را بر بسیاری از مخلوقات خود برتری و فضیلت کامل بخشیدیم.

پیش تر، مطالب مربوط به کرامت نفس انسان در قرآن را به تفصیل بیان کردیم.⁽⁴⁾ روایات فراوانی نیز به جایگاه رفیع انسان تصریح کرده و او را از مشغول شدن به دنیا و غفلت از هدف اصلی آفرینش برحذر داشته است. از جمله این روایات، متونی است که بهای انسان را بهشت، و فروختن خود یا صرف کردن عمر خویش در دنیا را برای رسیدن به چیزی جز بهشت خسران و زیان می داند. امام علی (علیه السلام) در جمله ای کوتاه ولی بسیار شیوا می فرماید: «لیس لانفسکم ثمن الا الجنة فلا تبیعوها الا بها». ⁽⁵⁾ ارزش شما جز بهشت نیست؛ پس آن را به چیزی جز بهشت نفروشید». ایشان در حدیثی دیگر می گوید: «لیس عن الآخرة عوض و لیست الدنیا للنفس بثمان». ⁽⁶⁾ برای آخرت، هیچ عوضی وجود ندارد و دنیا هم قیمت نفس [آدمی] نیست».

ص: 181

1- . محمدتقی، جعفری، «انسان شناسی از منظری نو»، به نقل از سایت: www.OstadJafari.com

2- . همان.

3- . اسرا: 70.

4- . ر. ک: فصل دوم، همین کتاب مبانی انسان شناختی، مبنای 9، «انسان، موجودی برخوردار از کرامت ذاتی».

5- . نهج البلاغة: حکمت: 456.

6- . غرر الحکم: ح 7502.

در برخی روایات دیگر هشدار داده شده است که امور پست، شایسته کرامت انسان نیست و انسان خردمند کسی است که ارزش خویش را بشناسد و آن را با چیزی معاوضه کند که در آن معامله متحمل زیان نشود و سرمایه عمر و هستی خویش را به ثمن بخش فروخته باشد. امام علی (علیه السلام) درباره مراقبت از کرامت نفس خویش و میزان ارزش آن می فرماید:

اکرم نفسک عن کل دنیة و ان ساقطک الی الرغائب فإنک لن تعترض بما تبذل من نفسک عوضاً و لا تکن عبد غیرک و قد جعلک الله حراً. (1)

نفس خویشتن را با دوری از هر پستی گرامی بدار، اگرچه تو را به سوی تمایلات فرا بخواند؛ زیرا در ازای آنچه هزینه می کنی، عوضی دریافت نخواهی کرد. و بنده غیر از خودت نباش؛ چرا که خدا تو را آزاد آفریده است.

بنابراین نفس هر کس در نظر خویش باید به اندازه ای مهم، محترم و عزیز باشد که برای اصلاح امتی نیز به خود اجازه ندهد خویشتن را به گناه آلوده کند؛ چرا که وظیفه هر فرد، در گام نخست نجات نفس خویش از هلاکت، ضلالت و گمراهی است؛ سپس نوبت به دستگیری از ارحام و بستگان و بقیه ممنوعان خواهد رسید. از این رو قرآن کریم پیش از هر چیز نجات نفس خویش را تذکر می دهد:

(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ). (2)

ای اهل ایمان، خود و خانواده تان را حفظ کنید از آتشی که هیزم آن انسان ها و سنگ هاست؛ بر آن موکل اند ملائکه سختگیر و محکم که خدا را در آنچه امر فرموده مخالفت نمی کنند و به آنچه امر شوند عمل می کنند.

از نگاه قرآن کریم، هدایت یکی از بندگان خدا و احیای او به منزله نجات و هدایت همه انسان هاست؛ (3) اما نه به قیمت هلاک کردن نفسی دیگر؛ زیرا هریک از نفوس انسان ارزشی برابر با همه انسان ها دارد و نفس هیچ کس بر نفس دیگری

ص: 182

1- . نهج البلاغة: نامه 31.

2- . تحریم: 6.

3- . مائده: 32: (مَنْ قَتَلَ نَفْسًا بِغَيْرِ نَفْسٍ أَوْ فَسَادٍ فِي الْأَرْضِ فَكَأَنَّمَا قَتَلَ النَّاسَ جَمِيعًا وَمَنْ أَحْيَاهَا فَكَأَنَّمَا أَحْيَا النَّاسَ جَمِيعًا).

برتری ندارد. به بیان بهتر، از آنجا که به هلاکت انداختن یک نفر، همانند هلاک کردن همهٔ انسان هاست، هلاک کردن خود حتی به قیمت نجات جمع فراوانی از همنوعان، موجه و پسندیده نیست (اگر این هلاکت، هلاکت ابدی باشد). از این رو از منظر آموزه های اسلامی هیچ کس مجاز نیست برای سعادت‌مندی اخروی و هدایت یافتگی معنوی دیگران، سعادت و رستگاری خود را فدا کند؛ اگر چه مجاز است جان مادی و خاکی خود را ایثار کند و در این راه از آن بگذرد. بنابراین امام علی (علیه السلام) در مسیر دستگیری و هدایت امت پیامبر هرگز حاضر نشد خود را حتی به یک گناه آلوده سازد و مرتکب یک دروغ شود؛ از این رو بعدها که حکومت را در اختیار می گیرد و امتش در تبعیت از فرمان های آن حضرت اهمال و سستی می ورزد، دربارهٔ این مسئله به صراحت بیان می کند:

انی لعالم بما يصلحکم و یقیم اودکم ولکنی و الله لا اصلحکم بفساد نفسی. (1) به یقین می دانم آنچه را که شما را اصلاح می کند و دوستی شما را برمی انگیزد؛ اما به خدا سوگند، هرگز با به تباهی کشاندن خود، شما را اصلاح نخواهم کرد.

در بیتی منسوب به آن حضرت آمده است:

أثامن بالنفس النفیسة ربّها ولیس لها فی الخلق کلهم ثمن. (2)

من ارزش نفس خودم را هیچ موجودی جز پروردگارم نمی دانم؛ - زیرا - ارزش همهٔ آنچه در دنیا است، با آن برابری نمی کند.

این عملکرد، محصول ارزشی است که انسان باید برای خود قایل باشد تا سعادت ابدی و رستگاری خود را، حتی به بهای سعادت اُمّتی فدا نکند.

البته وجود متون فراوان دربارهٔ ارزش نفس انسان در قرآن و روایات، نباید موجب شود آدمی خود را یگانهٔ دوران به شمار آورد و بندگی خداوند را نیز به فراموشی سپارد؛ چرا که او هر چه هست، از خداست و هر چه دارد، از او دارد. قرآن کریم برای یاد آوری این نکات در آیات متعددی انسان را مخاطب قرار می دهد و دربارهٔ غفلت از آن هشدار می دهد. آیه ذیل یکی از آن آیات است:

ص: 183

1- . بحار الانوار: ج 34 ص 14.

2- . همان: ج 47 ص 25.

(هَلْ أَتَى عَلَى الْإِنْسَانِ حِينٌ مِّنَ الدَّهْرِ لَمْ يَكُنْ شَيْئاً مَّذْكُوراً). (1)

آیا بر انسان روزگاری نگذشت که هیچ چیز قابلِ ذکر نبود؟

بنابراین اصل خود ارزش گذاری و آگاهی نسبت به حرمت نفس، امری ضروری و «حق» است و هرکس باید از جایگاه اصلی و منزلت واقعی خویش آگاه شود.

ح - انسان، موجودی صاحب اختیار

به طور کلی آنچه باعث تمایز انسان از غیر انسان، اعم از فرشتگان و حیوانات شده است، وجود موهبت اختیار است. انسان با اختیار خود به انجام دادن یا ترک افعال قادر است؛ در حالی که فرشتگان خدا از آن رو که مجردند یا به عبارت دیگر به دلیل اینکه عقول مجرد هستند، فاقد هرگونه گرایش یا تمایل حیوانی هستند و در ضمیر آنان هیچگاه گرایش به انجام دادن یا ترک عملی خاص وجود ندارد. بنابراین آنان در انجام دادن افعال خود هیچ گاه بر سر دوراهی قرار نگرفته، همواره به طاعت و بندگی و نیز خشوع و خضوع در پیشگاه خالق هستیبخش خود مشغول اند و مخالفت از خداوند برای آنان متصور نیست. همچنین حیوانات بدان جهت که فاقد قوه عاقله هستند و گزینه یگانه عامل به حرکت درآورنده آنان است، تابع شهوات و غرایز حیوانی خود هستند و کاری بیش از آن، از آن ها ساخته نیست. به همین دلیل تخلف از گرایش و تمایل گزینه، از آنان برنمی آید. در کنار این دو نوع مخلوق خدا که هریک فقط واجد یک نوع گرایش و تمایل اند، انسان آفریده شد. او موجودی است که در ضمیرش دو نوع گرایش نهفته شده و همین عامل او را از مخلوقات دیگر خدا متمایز کرده است. انسان از یک سو به سبب برخورداری از تمایلات حیوانی و مادی و طبیعی، به انجام دادن رفتارهایی که تمایلات حیوانی او را ارضا می کند راغب است؛ و از سوی دیگر، برخورداری از موهبت عقل و خرد و فطرت او را به اعمالی فراتر از گرایشات حیوانی فرا می خواند. بنابراین انسان ذاتاً دارای دو نوع گرایش است و لا-جرم، اراده و اختیار انتخاب یکی از دو نوع گرایش، یا برقراری نوعی تعادل و توازن در برطرف کردن تمایلاتش در نهاد او به ودیعه گذارده شده است. او آزاد است که رفتار خویش را بر مبنای دستورهای عقل

ص: 184

برگزینند و تمایلات حیوانی خویش را مهار کند و عنان آن را به دست عقل خویش بسپارد، یا اینکه بدون پیروی از عقل، غرایز حیوانی خویش را افسار گسیخته رها کند و در پی ارضای آن هاروان شود.

این ویژگی، یعنی همراه داشتن دو نوع گرایش عقلانی و حیوانی، این امکان را برای آدمی فراهم کرده است که با مهار گرایش های حیوانی اش و رفتار بر مبنای خرد، خود را از مرتبه ملائک نیز بالاتر برد یا با سرکوب عقل خود و پیروی از خواسته های حیوانی، و نیز به کارگیری عقل در مسیر بهره مندی هر چه بیشتر و بهتر از هواهای نفسانی پست، از مرتبه حیوانی نیز پست تر شود و مصداق آیه شریفه (أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ) (1) باشد. از این رو اقتضای طبیعت انسان، آن است که صاحب اختیار باشد تا در دوراهی های عقلانی و نفسانی، قدرت انتخاب و اختیار یکی، و ترک دیگری را داشته باشد، و البته همه ارزش ها و کمالات آدمی نیز هنگام انتخاب نوع رفتار و گفتارش، نمایان می شود و با گفتار و کردارش، کمالات خویشتن خویش را می سازد و آن را نمایان می کند.

ط - انسان، موجودی آزاد و آزادی خواه

لازمه اعطای اختیار، آزادی نیز هست؛ یعنی اگر ویژگی انسان بودن اقتضا کرده است که خداوند به او اختیار دهد تا با انتخاب خود رفتارهایش را انجام دهد، همین ویژگی اقتضا می کند که او آزادی عمل نیز داشته باشد و مجوز سلب آن را به کسی ندهد. یعنی خداوند انسان را تکویناً آزاد آفرید و دین نیز آزادی او را به رسمیت شناخت. بنابر این حتی در مهم ترین امور همچون ایمان به خدا، آزادی او کانون تأیید و تأکید قرار گرفت. و خداوند آزادی را از او سلب نکرد و اجازه انتخاب را از او نگرفت:

(لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِن بِاللَّهِ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَى لَا انْفِصَامَ لَهَا وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ). (2)

در دین هیچ اجباری نیست؛ راه راست از گمراهی به روشنی آشکار شده است. پس هر کس که به طاغوت کفر ورزد و به خداوند ایمان آورد، یقیناً به دستاویزی استوار چنگ زده است که آن را هیچ گسستی نیست؛ و خداوند شنوای داناست.

ص: 185

1- . اعراف: 179.

2- . بقره: 256.

(إِنَّا هَدَيْنَا السَّبِيلَ أَمَّا شَاكِرًا وَ أَمَّا كَفُورًا). (1)

ما راه را به او نمایانندیم؛ خواه شاکر باشد و آن را پذیرا شود، یا کفر و ناسپاسی ورزد.

(وَقُلِ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكُمْ فَمَنْ شَاءَ فَلْيُؤْمِنْ وَمَنْ شَاءَ فَلْيُكْفُرْ). (2)

بگو حق از آن پروردگارتان است؛ پس هر کس که می خواهد ایمان آورد و هرکس می خواهد کفر ورزد.

این آیات ناظر به آزادی تکوینی انسان است و به این مهم تصریح دارد که انسان طبیعتاً آزاد است و اکراه و اجبار او نه فقط مطلوب نیست، بلکه ممکن نیست؛ زیرا در صورتیکه فردی به انجام دادن فعلی اجبار و اکراه شود، در واقع او فاعل آن فعل نیست و مصدر آن فعل شناخته نمی شود؛ پس آنگاه آدمی را فاعل یا کننده کاری می دانند که او، خود از روی میل و اراده کار خویش را انجام دهد و در انجام دادن یا ترک آن از آزادی عمل کامل برخوردار باشد. از این رو شرع مقدس، کسی را که در انجام دادن کاری اکراه شده است مسئول و مکلف نمی شمارد و از او به سبب معصیت غیر اختیاری بازخواست نمی کند.

استاد جوادی آملی در خصوص آزادی تکوینی انسان می نویسد:

عمل کردن برخلاف این آزادی تکوینی، نه اینکه «بد» است بلکه محال است. اگر انسان چیزی را تکویناً نخواهد نه اینکه «بد» است به او تحمیل شود، بلکه «نمی شود» به او تحمیل کرد. بشر در اینکه این گونه آفریده شده است، مجبور است. یعنی مجبور است آزاد باشد و اصل حریت در هویت او نهادینه شده است و به هیچ وجه قابل زوال نیست. (3)

وی آنگاه در توضیح آیه (لا إكراه فی الدین) اضافه می کند:

(لا إكراه فی الدین) هم ناظر به انسان است، و هم ناظر به دین؛ یعنی نه انسان اکراه پذیر است، نه دین. انسان چون آزاد خلق شده

ص: 186

1- . انسان: 3.

2- . کهف: 28.

3- . عبد الله جوادی آملی، فصلنامه حکومت اسلامی، ش 29 ص 67.

است، تکویناً اکراه پذیر نیست. دین نیز اکراه پذیر نیست؛ چون از سنخ اعتقاد است و اعتقاد، کار قلبی است که نه به دست خود فرد است و نه به دست دیگری. به دست دیگری نیست؛ چون در قلمرو نفوذ او نیست، و در دست خود فرد نیست؛ چون عقیده یک کار علمی است و کار علمی احتیاج به مبادی دارد. هرگاه مبادی آن حاصل شد، امر علمی پدید می آید و اگر حاصل نشد، امر علمی نیز پدید نمی آید. (1)

بنابر آنچه گذشت، اگر قرار باشد انسان، خودش فاعل باشد و مصدر فعل قرار گیرد، باید آن عمل از روی اختیار و اراده از او صادر شود. پس آنگاه که اکراه شد، دیگر فاعل و مصدر فعل نیست و نمی توان او را مسئول عملی که خود مصدرش نبوده دانست. بنابراین هیچ گاه تکلیف متوجه موجودی که آزاد نیست و از خود اراده و اختیاری ندارد نخواهد بود.

ی - انسان، موجودی سعادت طلب

یکی از ویژگی های ذاتی و فطری بشر، حب ذات است. انسان فطرتاً به خود عشق می ورزد و چون خود را دوست دارد، خواستار سعادت و کمال و جاودانگی برای خویش است؛ از این رو هر اقدامی انجام می دهد، در جهت منفعت شخصی و نیز سعادت مندی و رستگاری خویش است. به عبارت دیگر غایت افعال اخلاقی، سعادت و کمال است. از میان دانشمندان بزرگ حکمت و اخلاق، می توان سقراط، افلاطون و ارسطو را بزرگ ترین حکما و فیلسوفان و نامدارترین اندیشمندان یونان قدیم دانست که به همراه پیروانشان به مکتب سعادت گرایی منسوب، و طرفدار آن هستند؛ اگرچه اختلاف نظرهایی میان آن ها در تعریف سعادت و کمال و نیز هدف غایی بودن یکی از آن دو وجود دارد. اگر این مبنا و ایده را بپذیریم که همه انسان ها فطرتاً در پی سعادت خویش اند، باید راز اختلاف رفتارهای انسان ها در مسیر دستیابی به غایت «سعادت» را کشف کنیم. به نظر می رسد راز اختلاف رفتار و تفاوت در عملکرد انسان ها در دو عامل ذیل است:

ص: 187

1. اختلاف در تعریف سعادت. توضیح آنکه برخی، درباره مفهوم سعادت و رستگاری، که در معنای محدودتر می توان از آن به سود و منفعت شخصی تعبیر کرد، اختلاف نظر دارند. منشأ این اختلاف غالباً به اعتقادات فرد باز می گردد.

2. ناتوانی در تشخیص صحیح راه نیل به سعادت. به عبارت دیگر، ممکن است تعریف سعادت در نظر برخی یکسان باشد اما در تشخیص راه رسیدن به سعادت، میان آنان تفاوت هایی وجود داشته باشد. نتیجه تفاوت در تشخیص راه سعادت، اختلاف در اعمال و رفتار خواهد بود.

این دو عامل موجب می شود افراد در وضعیت های یکسان، رفتار و انتخابی متفاوت داشته باشند. اما تقریباً کسی نیست که با وجود علم و آگاهی، رفتاری برگزیند که به ضرر شخص خودش بوده، هیچ گونه نفع شخصی را در آن لحاظ نکرده باشد. از این رو حتی کسی که در منازعه و دعوا اغماض کرده، از مطالبه حقش صرف نظر می کند و حق را به دیگری می دهد، برای خود نفع بزرگ تری همچون رضایت خدا و سعادت اخروی را که برای او اهمیت بیشتری دارد تصور می کند و برای نیل به آن از مجادله پرهیز می کند؛ یا شرافت خود را به واسطه تخاصم با هموعان از دست رفته قلمداد می کند و از این رو از پافشاری بر مطالبه حق صرف نظر می کند. همچنین کسی که خود را از مکانی بلندبده پایین پرتاب می کند تا به زندگی اش پایان دهد، برای خلاصی و راحتی خود این اقدام را انجام داده، تنها راه آسایش و رهایی خود از ناکامی ها، شکست ها و بلایای زندگی را در آن می بیند. بنابراین به نظر می رسد انسان ها فطرتاً همواره در پی سعادت و رستگاری خود هستند و چیزی جز آن را در زندگی دنیوی و باورهای اخرویشان نمی جویند. آن ها سعادت را در دستیابی به نداشته های خود می یابند و همواره در پی نیل به نداشته های خود هستند. لذا گاه سعادت خود را در کمال حقیقی و معنوی می یابند؛ گاه جاودانگی خویش را رستگاری و سعادت قلمداد می کنند؛ و گاه لذت را همان سعادت می دانند و هدف را دستیابی به لذت قرار می دهند. این امور همگی از جمله حقایقی است که آدمی نیل به آن ها را سعادت و کامیابی به شمار می آورد. اما ممکن است برخی لذت ها با لذتی بادوام تر و بزرگ تر در تعارض قرار گیرد. در اینجا آگاهی و قدرت انتخاب بالا و توان مقابله با خواهش های نفسانی، امکان انتخاب

صحیح تر را برای انسان فراهم می آورد. در غیر این صورت، ممکن است آدمی برای دستیابی به سعادت، رفتار نادرستی در پیش گیرد.

نتیجه آنکه کمال خواهی و لذت طلبی، از ویژگی های همه انسان هاست. این دو در زیبایی دوستی، جاودانگی طلبی، حقیقت جویی، آزادی خواهی و عزت نفس طلبی، و در یک کلمه در مطالبه سعادت پایدار، نمایان می شود. اما از آنجا که کمال مطلق و در پی آن، سعادت پایدار سرآمد همه تمایلات فطری بشر است، اگر به علم تفصیلی آن را بشناسد و بداند که چگونه به دست می آید، همه تمایلاتش را برای رسیدن به این مقصود نهایی یا هدف غایی، تنظیم می کند. اما مشکل اکثر قریب به اتفاق انسان ها این است که کمال مطلق و سعادت حقیقی خویش را نمی شناسند؛ یا می شناسند، اما نمی دانند چگونه باید آن را به دست آورند. نادانی به این موضوع یا گمان نادرست در این خصوص، باعث شده است عملکرد آنان نیز متفاوت باشد و هر کس به سوی سرایی روانه شود. در این میان تعداد اندکی که دیندار باشند و وحی را منبع اصلی برای یافتن راه سعادت خویش انتخاب و به آن اعتماد کنند و بر طبق آموزه های آن رفتار کنند، سعادت یافتگان واقعی خواهند بود.

ک - برخوردار از قوت ها و ضعف ها

یکی از ویژگی های انسان ها این است که هر کدام از آنها از نقاط قوت و ضعف برخوردار است و انسان کامل را فقط می توان در وجود اولیای الهی، پیامبران و امامان جستجو کرد. بنا بر این نباید وجود ضعف و نقص آدمی را ناامید ساخته و نشاط و تلاش را از او سلب کند....

آگاهی انسان از قوت ها و ضعف هایش، در اصطلاح علم روان شناسی «خویشتن پذیری مطلوب» نامیده شده است.⁽¹⁾ خویشتن پذیری مطلوب از دیدگاه نظریه پردازان کمال، عبارت است از: ادراک درست خویشتن، که طبعاً شامل ضعف ها نیز می شود. همان گونه که نظریه پردازان کمال می گویند، «خویشتن پذیری» بدان معنا نیست که این گونه افراد هرگز تغییر نمی کنند؛ برعکس، آن ها در مقایسه با بسیاری از افراد دیگر در برابر تغییر گشوده تر عمل می کنند؛ زیرا نواقص و معایب

ص: 189

خود را به درستی تشخیص داده اند و در عین حال آن قدر خود را با ارزش می دانند که تغییر کنند. خویشتن پذیری در این معنا صرفاً به منزله آن است که شما از خودتان به سبب ناکامل بودن نا امید نمی شوید و اظهار نارضایتی نمی کنید. شما خود را به رغم معایبی که دارید، فردی اساساً با ارزش تلقی می کنید. (1)

2. شناخت ویژگی های شخصی

آنچه به شناخت اختصاصی انسان از خود باز می گردد، آگاهی از ویژگی های شخصی است. این ویژگی ها ممکن است کاملاً منحصر به فرد باشد، و گاه میان افراد بسیاری مشترک است. مسلّم و یقینی این است که ویژگی های اختصاصی افراد، میان همگان مشترک نیست و اشتراک آن با برخی هموعان نیز آشکار و یکسان نیست. از این رو از آن به ویژگی های اختصاصی یا فردی یاد می شود. ویژگی های فردی به دلیل اختصاصی بودن، متنوع تر از مصادیق مربوط به شناخت نوعی است. از سوی دیگر، تفاوت ویژگی های هر فرد با فرد دیگر، اختلاف رفتارهای افراد بشر با یکدیگر را بیش از گذشته موجه و مدلل می سازد. تنوع ویژگی ها به اندازه ای است که امکان شمارش آن وجود ندارد. برای مثال، آگاهی انسان به استعداد ها، توانمندی ها، حساسیت ها، علایق، حب و بغض ها و ضعف های خویش در ابعاد جسمی، فکری، روحی و روانی، شناختی اختصاصی از خود را پایه ریزی می کند. از این رو در برخورد با دیگران و مواجهه با حوادث، کسی که از حلم و بردباری فراوان برخوردار است، در مقایسه با کسی که بر اعصاب خود مسلط نیست، رفتاری کاملاً متفاوت خواهد داشت و این اختلاف در رفتار، از اختلاف آنان در ویژگی های فردی و شخصی ناشی شده است.

البته باید دانست که شناخت اختصاصی انسان از خود، معمولاً از راه تجربه و شهود به دست می آید؛ گرچه گاه می توان از دیدگاه دیگران بهره مند شد. بی تردید کسانی که با یکدیگر معاشرت و تعامل فراوان دارند، از بسیاری ویژگی های شخصیتی یکدیگر آگاه می شوند. بنابراین یکی از منابع شناخت خود، دیدگاه نزدیکان درباره ماست. از امام صادق (علیه السلام) نقل شده است که فرمود: احب اخوانی من

ص: 190

اهدی الی عیوبی. (1) محبوب ترین برادران من کسی است که عیب های مرا به من هدیه دهد.

از این حدیث شریف به خوبی می توان استفاده کرد که اطرافیان می توانند از ما شناخت حاصل کرده، بر عیوب ما واقف شوند، و البته پسندیده آن است که آن عیب را به خود ما هدیه دهند و از بازگو کردن آن برای دیگران خود داری کنند.

همان گونه که پیش از این بیان شد، مهم ترین راه شناخت ویژگی های شخصی، تجربه و شهود است و انسان از دوراه می تواند به ویژگی های اختصاصی خود آگاهی یابد.

عکس

□

ص: 191

1- . الکافی: ج 2 ص 639 ح 5.

در فصل پیش، مواجهه شناختی انسان با خود را بررسی کردیم؛ مواجهه ای که در پاسخ پرسش «من کیستم؟» تبیین شد و نتیجه اش تلقی صحیح انسان از خود بود. این فصل به منظور طرح پرسش دیگری پیش بینی شده است. پرسش مهم در این فصل این است: «من چه احساسی باید درباره خود داشته باشم؟».

در ابتدای این فصل، ذکر چند نکته ضروری است:

1. پرسش این فصل، ناظر به احساس هر انسان به خود است؛ اما باید توجه داشت که همواره احساس آدمی به خود منشائی شناختی داشته، برخاسته از نوعی شناخت یا شناخت نما (پنداره) از خود است. به عبارت دیگر، آدمی تا از خویشتن تصور یا باوری در ذهن نداشته باشد، احساسی از خویش برایش ایجاد نمی شود. پس آنگاه که احساسی در او شکل گرفت، آن احساس می تواند منشأ رفتار باشد یا در چگونگی رفتار فرد تأثیر گذار باشد؛ آنگونه که در شکل ذیل نشان داده شده است.

چگونگی تأثیر شناخت از خود در رفتار

عکس

□

2. اینکه چرا از احساس انسان درباره خود سخن می‌گوییم، بدین علت است که آنچه آدمی را به سمت رفتاری خاص و متمایز از رفتاری دیگر سوق می‌دهد، غالباً احساس است. احساس، از باوری شکل می‌گیرد که منشأ آن نوعی شناخت به مفهوم عام کلمه است. (1) از این رو باید کوشید احساسی صحیح و متناسب با ارزش‌های انسانی و عقلانی در خود پدید آید. برای مثال، آنچه انسان را وادار می‌کند رفتاری عزتمندانه داشته باشد و از رفتاری که موجب خواری و ذلتش شود دوری کند، آگاهی از ارزش خویش نیست؛ بلکه باور ارزشمندی خویش و ایجاد احساس خودارزشمندی است.

3. احساسات انسان درباره خود، غالباً به نوعی رفتار منجر می‌شود. احساس برخاسته از شناخت صحیح، احساسی درست است و در نتیجه، به رفتاری متناسب با آن احساس می‌انجامد؛ و احساس برخاسته از شناخت نما یا خودپنداشت، احساسی غیر واقعی است و به رفتاری متناسب با آن احساس نادرست می‌انجامد.

4. در صورتی که درست و نادرست بودن احساس درباره خود را که در ذهن ایجاد شده تشخیص دهیم، امکان اولیه کنترل احساس و سپس رفتار فراهم خواهد شد. بنابراین باید بکوشیم اولاً شناختی صحیح از خود به دست آوریم تا متناسب با آن، به احساس خویش شکل دهیم و متناسب با آن شناخت و احساس، رفتار کنیم؛ ثانیاً بتوانیم درستی و نادرستی احساس خود را تشخیص دهیم تا اگر از نادرست بودن شناخت خود آگاه نبودیم و شناخت نما را شناخت دانستیم، از راه تشخیص احساس ناپسند، به شناخت نادرست خود پی برده، در صدد اصلاح آن برآییم. بدین ترتیب رابطه شناخت و احساس از خود را می‌توان در شکل ذیل مشاهده کرد:

عکس

□

ص: 194

1- . مقصود از شناخت به مفهوم عام، شناخت صحیح و ناصحیح است.

اکنون باید دید احساسات اخلاقی و پسندیده که می تواند انسان را به سوی رفتارهای پسندیده هدایت کند و مانع رفتارهای ناپسند شود کدام است. احساسات نیکِ انسان در ارتباط با خود متعدد است؛ اما به نظر می رسد مهم ترین آن ها را می توان در سه احساس خلاصه کرد. این سه احساس عبارت است از:

الف - احساس کرامت نفس

اشاره

پرسش این است که چرا به جای «حرمت و کرامت نفس» از اصطلاح جدیدی با عنوان «احساس کرامت نفس» یا «احساس خود ارزشمندی» سخن می گوئیم؟ در پاسخ باید گفت ارزشمندی هر کس، یا از جنس شناخت است که از راه دانش و تجربه به دست می آید؛ یا از جنس احساس است که از جنس شهود است و از راه شهود مدلول شناخت حاصل می شود. به عبارت روشن تر، آدمی یا می داند که موجودی ارزشمند است، یا ارزشمندی خود را در ضمیرش یافته، باور کرده و احساس می کند. در فصل پیش، درباره اینکه انسان موجودی ارزشمند و برخوردار از حرمت و کرامت نفس است، سخن گفتیم. اما در آن فصل سخن بر سر علم و آگاهی بود؛ علم و آگاهی ای که در بسیاری اوقات منشأ رفتار نمی شود. به عبارت دیگر، آگاهی به ارزشمندی، حرمت و کرامت نفس آدمی، همواره ملازم با ایجاد احساس خود ارزشمندی در ضمیر فرد نیست. چه بسیار افرادی که بر جایگاه رفیع خود در پیشگاه خدا و در میان مخلوقات آگاه اند، اما علم و آگاهی آنان موجب رفتاری متناسب با علمشان نشده است. زمانی این آگاهی به رفتاری باثبات خواهد انجامید که باور و احساس خود ارزشمندی یا احساس کرامت نفس در ضمیر فرد به فعلیت درآید. برای مثال، در روایات، معصوم (علیه السلام) نمی فرماید: من علم انه ذو کرامه هانت علیه شهواته، بلکه می فرماید: من کرمت علیه نفس هانت علیه شهواته⁽¹⁾. این تعبیر، به کرامت داشتن نفس در نزد انسان به صورت بالفعل اشاره دارد؛ یعنی باور به این مفهوم و احساس خود ارزشمندی در درون. مشاهده احادیث دیگر در این باب، به خوبی آشکار می کند که مقصود معصوم (علیه السلام) آگاهی از حرمت، کرامت یا ارزشمندی خود نیست، بلکه چیزی فراتر از آگاهی لازماست تا آدمی را در عمل نگهدار باشد و او را از لغزش های آگاهانه بازدارد. امام علی (علیه السلام) در این خصوص فرموده است:

ص: 195

من کرم نفسه قل شقاوه و خلافة. (1)

هرکس از کرامت نفس برخوردار باشد، ناسازگاری و مخالفتش کم خواهد بود.

من کرمت علیه نفسه لم يهنها بالمعصية. (2)

هر کس از کرامت نفس برخوردار باشد، با انجام دادن گناه به آن اهانت نمی کند.

در اینجا سخن از احساس یا باور خودارزشمندی یا احساس کرامت نفس است که به مثابه یکی از مهم ترین احساس های انسان به خود و مادر همه احساس های مطلوب و رفتارهای نیک و پسندیده است. احساس خود ارزشمندی به اندازه ای در رفتار آدمی تأثیر گذار است که پیشوایان دین (علیهم السلام) با بیان های متعدد و متنوع تلاش کرده اند ما را با حرمت و ارزش نفس خود آشنا، و به رعایت آن تشویق کنند تا از این طریق ایجاد فضایل و پابندی به آن ها را در ما نهادینه کنند. امام علی (علیه السلام) می فرماید:

ان النفس لجوهرة ثمينة من صانها رفعها و من ابتذلها وضعها. (3)

به راستی که شخصیت انسان گوهر گران بهایی است که هر کس آن را حفظ کند تعالی یابد؛ و هر کس آن را پست گرداند، فرو می افتد.

• فواید احساس کرامت نفس

به یقین وقتی انسان به ارزشمندی خود واقف شد و جایگاهش را در میان مخلوقات خدا شناخت، و آنگاه که در عمل موفقیت های متعددی در زندگی کسب کرد، احساس حرمت و کرامت نفس در درونش پدید خواهد آمد. این نوع برداشت از خود، ایجاب می کند تا فرد، پیش از دیگران احترام خود را پاس دارد و از انجام دادن هرگونه رفتاری که باعث وهن و بی حرمتی به نفس خود شود بپرهیزد. از امامعلی (علیه السلام) روایت شده است که فرمود:

الرجل حیث اختار لنفسه ان صانها ارتفعت و ان ابتذلها اتضعت. (4)

ص: 196

1- . میزان الحکمة: ج 4 ص 3335.

2- . عیون الحکم و المواعظ: ص 439.

3- . غرر الحکم: ح 3494.

4- . میزان الحکمة: ج 4 ص 3327.

ارزش شخصیت هر فرد، در گرو روشی است که اتخاذ می کند؛ اگر نفس خود را از پستی بر کنار داشت، رفعت مقام می یابد، و اگر آن را خوار شمرد، به پستی می گراید.

روان شناسان معتقدند احترام به خود، به ارزشی که فرد برای خود قایل است بازمی گردد. هر اندازه این ارزش قوی تر و پخته تر باشد، احساس احترام به خود نیز در سطح بالاتر و به طور فراگیری شخصیت فرد را دربر می گیرد. احساس کرامت و حرمت نفس، در گام نخست باعث می شود انسان ها نفس خود را محترم شمارند، و به دیگران اجازه حرمت شکنی ندهند؛ و در گام بعد، به خود نیز اجازه حرمت شکنی ندهند و خویشتن را متقاعد کنند که نفس نوع انسان را محترم شمارند. برخی روایات دقیقاً به این نکته اشاره کرده، میان مراقبت خویش از افتادن در لغزش ها با احساس کرامت نفس، رابطه مستقیم برقرار می کند.⁽¹⁾

آبراهام مازلو، روان شناس معروف امریکایی، نیاز به حرمت و شأن اجتماعی را در کنار نیازهای جسمانی، نیازهای ایمنی، نیاز به عشق، محبت و تعلق به دیگران مطرح کرده است.⁽²⁾ اما این نیاز در روابط اجتماعی آنگاه برطرف خواهد شد که فرد، در درون خود، از باور و احساس خود ارزشمندی برخوردار باشد. این احساس معلول دو عامل است: یکی آگاهی به جایگاه خود در عالم آفرینش و منزلت خود نزد خداوند - که بیان آن به تفصیل گذشت؛ و دوم اینکه فرد خود را در جامعه مفید ببیند و در انجام دادن کارها و وظایف و تعهداتش موفق باشد. همین عامل باعث شده است روان شناسان و متخصصان علوم تربیتی، به اتخاذ رفتاری مناسب با کودکان همچون تشویق بجا برای تقویت خود باوری و خودارزشمندی آنان توصیه کنند. مازلو در این باره می گوید: «هنگامی که نیاز احترام به خود، ارضا شود، شخص احساس اعتماد به نفس، ارزشمندی، توانایی، قابلیت و کفایت می کند و وجود خود را در دنیا مفید و لازم می یابد؛ اما عقیم ماندن این نیازها، موجب احساس حقارت، ضعف و نومیدی می گردد».⁽³⁾

ص: 197

-
- 1- . ر. ک: میزان الحکمة: ج 4 ص 3335؛ عیون الحکم و المواعظ: ص 439؛ تحف العقول: ص 278 به نقل از امام سجاد(علیه السلام)؛ شرح نهج البلاغة: ج 20 ص 327.
 - 2- . ر. ک: روان شناسی شخصیت سالم: ص 154.
 - 3- . روان شناسی شخصیت سالم: ص 155.

در متون دینی، احترام نفس و احساس خود ارزشمندی در درون، یکی از اصول مهم رفتار انسان با خود قلمداد شده و علی رغم اینکه فروتنی و شکسته نفسی در برابر خدا و هموعان فضیلت است، هرگز به او اجازه داده نشده است تا با برخی رفتارهای خاص، زمینه تحقیر خویش را فراهم آورد و خود را خوار کند و احترام خویش را نادیده بگیرد یا پایمال سازد. بر این اساس، برای احساس خود ارزشمندی مثبت می توان فوایدی استخراج کرد که برخی از آن ها عبارت است از:

1. امتناع از آلوده کردن خود به گناه، حتی اگر منافع مادی بسیاری در پی داشته باشد؛

2. فروختن خود به دنیا، یا به عبارت روشن تر، صرف نکردن عمر گران مایه و همه همت خود برای به دست آوردن دنیا، و آخرت را سپر بلای دنیا قرار ندادن؛

3. خوار نکردن خود نزد مخلوق، برای دستیابی به منافع دنیوی، اگرچه ارزشمند باشد؛

4. اظهار عجز و نیاز در پیشگاه خدا؛

5. استفاده از فرصت عمر (سبقت در کار خیر، خدمت، عبادت و بندگی)؛

6. حزن درونی به سبب نگرانی از فرجام ناخوشایند؛

7. مراقبت و پرهیز مستمر از ابتلائات و آلودگی ها.

همه این آثار و پیامدها، از متون دینی نیز قابل استفاده است و در فصول پیشین به آن متون اشاره کرده ایم. بنابراین آگاهی به جایگاه، مرتبه و منزلت انسان در میان موجودات و منزلت او در پیشگاه خداوند، و احترام به او از دوران کودکی در خانه و جامعه، از او موجودی محترم و برخوردار از کرامت نفس می سازد و کسی که از این مرتبه و منزلت آگاه شود و از احساس خود ارزش مندی برخوردار باشد، نفس خویش را محترم می شمارد و در رفتار و تعامل با خود، همه تلاش خویش را به کار می گیرد تا از حرمت و کرامت خویش پاسداری کند. او این نعمت خداوند را ارجمی نهد و ثابت می کند که شایسته این جایگاه و منزلت بوده است. بر این اساس هر رفتاری که در جهت محافظت و رعایت احترام نفس، اعم از نفس خود و دیگران انجام شود، با رعایت اصل بندگی خدا و توجه به فقر مطلق در برابر ذات بی انتهایش، از نظر اخلاقی پسندیده است و هر رفتاری که زمینه ساز از بین رفتن و

کاهش احترام نفس انسان شود، اگر در ارتباط با خداوند متعال نباشد، ناپسند و زشت خواهد بود. نتیجه آنکه انسان در رابطه با خود باید تصویری صحیح داشته باشد تا بتواند بر پایه آن رفتارهای برون شخصی خویش را به درستی پی ریزی کند.

این اصل در علم روان شناسی جدید نیز به اثبات رسیده و تعداد قابل توجهی از تحقیقات نشان می دهد که چگونگی احساس انسان از خود، در بسیاری از موقعیت ها بر رفتار او اثر می گذارد.⁽¹⁾ از این رو در علم روان شناسی به ویژه در بحث درباره شخصیت، روان شناسان در پی کشف عوامل مؤثر بر تعیین شخصیت افراد هستند؛ شخصیتی که موجب شکل گیری رفتار می شود. در این جهت، احادیثی از امام علی (علیه السلام) وارد شده است که بیان کننده تأثیر احساس کرامت نفس و خودارزشمندی بر رفتار آدمی است.

با توجه به این احادیث که ذکر آنها پیش از این گذشت پیامد کرامت نفس، کاهش لغزش ها و اصلاح روابط بین شخصی است. همچنین، کرامت نفس، رابطه انسان با خداوند را نیز اصلاح کرده، موجب می شود آدمی خود را با گناهان آلوده نکند.

• حدود خود ارزشمندی

برای احساس کرامت نفس می توان حد و مرز تعیین کرد که خروج از آن حدود، موجب تلبس به صفات ناپسند می شود. به نظر می رسد خودارزشمندی افراطی یا انحراف از آن، آدمی را به خود پسندی یا اعجاب به نفس خویش مبتلا می کند. فراهیدی در کتاب العین می نویسد:

شیء معجب ای حسن... و فلان معجب بنفسه اذا دخله العجب.⁽²⁾ از این رو کسی که نفس خود، یا رأی و عملش در نظرش بسیار نیکو و بزرگ جلوه کند، به عجب مبتلا خواهد شد.⁽³⁾

امام علی (علیه السلام) خشنودی از نفس را مایه بد فهمی و نقصان عقل می داند و می فرماید:

ص: 199

1- . شخصیت: نظریه و پژوهش: ص 16.

2- . کتاب العین: ج 1 ص 235.

3- . ر. ک: معجم مقایس اللغة: ج 4 ص 244؛ لسان العرب: ج 1 ص 582.

رضاک عن نفسک من فساد عقلک. (1)

از خود راضی بودند نشانه بی خردی توست.

ایشان همچین می فرماید:

اعجاب المرء بنفسه برهان نقصه و عنوان ضعف عقله. (2)

خودپسندی انسان، دلیل نقصان و نشانه کم خردی اوست.

البته نه فقط خود پسندی نشانه کم خردی و انحراف از خود ارزشمندی مثبت یا احساس کرامت نفس است، بلکه گاه احساس حقارت نیز به فخر فروشی منجر می شود. توضیح آنکه افراد ضعیف که به خوبی از ناتوانی خویش آگاه اند، گاه تلاش می کنند کمبود وضعی را که در درون خویش احساس می کنند، با رفتارهای ناپسند جبران کنند. برای مثال، مزیت یا برتری خود را بزرگ تر از آنچه هست می نمایند و بر آن فخر می فروشند تا با این ترفند، ضعف هایشان را از یاد خود و دیگران ببرند. از این رو امام علی (علیه السلام) می فرماید: «الافتخار من صغر الاقدار؛ (3) به خود نازیدن، نشانه حقارت و پستی است».

به نظر می رسد کسی که فخر فروشی می کند، در حقیقت به پذیرش ضعف و کمبود خود اعتراف می کند و عقده حقارت خود را به همگان اعلام می کند. این رفتار، خردمندانه نیست و شاید به همین دلیل است که امام علی (علیه السلام) فخر فروشی را این گونه وصف می کند: «لا حُمن اعظم من الفخر؛ (4) هیچ حماقتی بزرگ تر از فخر فروشی نیست».

در مقابل، اگر برای خود ارزشی قایل نباشد و خود را محترم نداند، نه فقط بارفتارش به خود آسیب می زند و حرمت خویش را در برابر دیگران ضایع می سازد، بلکه دیگران نیز از شر او در امان نخواهند بود. لذا امام هادی (علیه السلام) می فرماید: «من هانت علیه نفسه فلا تأمن شره؛ (5) کسی که خود را خوار می یابد، از شر او ایمن مباش».

ص: 200

1- . میزان الحکمة: ج 7 ص 3450 ح 11802.

2- . همان: ح 11807.

3- . مسند الرضا (علیه السلام): ص 84.

4- . همان.

5- . بحار الانوار: ج 75 ص 365.

بر اساس آنچه گذشت، همان گونه که برای هر چیز اندازه تعیین شده است، باید برای احساس کرامت نفس نیز حد و اندازه قایل شد. از این رو اگر حدود آن شناخته نشود و اندازه آن در وجود انسان بیشتر یا کمتر از میزان مطلوب تحقق یابد، یا از مسیر صحیح خود خارج شود، به پدید آمدن صفت یا صفات ناپسند منجر خواهد شد. صفاتی چون عجب، حس حقارت و فخر فروشی را می توان از آثار افراط و تفریط در حس خود ارزشمندی و کرامت نفس دانست.

عکس

□

ب - احساس عزت نفس (خود توانمندی)

اشاره

یکی از احساسات مهم انسان در رابطه با نفس خویش، عزت نفس است. این احساس از آن رو مهم است که نشان دهنده شخصیت انسان است و بود و نبودش در وجود هر فرد، جایگاه او را در نظر هموعانش مشخص می کند.

• مفهوم لغوی و اصطلاحی

«عزیز» از ماده «عزّ» به معنای شدت و قوّت است و بر غلبه، نفوذ ناپذیری و پیروزی دلالت می کند.

ضد آن نیز «ذلت» و خواری است.⁽¹⁾ البته راغب در مفردات اضافه می کند العزة حالة مانعة للانسان من أن يُغلب. به عبارت روشن تر، عزت نفس توانمندی یا قوّتی است که فرد آن را درون خود می یابد و احساس می کند و خود را از اظهار ذلت، خواری و وادادگی در برابر دیگران نگاه می دارد.

ص: 201

1- ر. ک: معجم مقاییس اللغة؛ مفردات راغب؛ لسان العرب، «العزة».

برخی نظریه پردازان علم روان شناسی معتقدند عزت نفس، از نتیجه ارزیابی آدمی از خود شکل می گیرد. این ارزیابی محصول شناخت هر فرد از نفس خویش و اعتقاد به توانمندی ها، استعدادها، تجارب موفق و نیز ضعف ها و شکست های خویش، و خلاصه براینده همه دانسته های او نسبت به خویش است. اگر ارزیابی از خود، ارزشمندی فرد را برای او به اثبات برساند و حس کرامت نفس را در او تقویت، و نیز احساس عزت نفس یا «خود توانمندی» او را برایش آشکار کند، اتکا بر توانمندی های خود در ضمیرش شکل گرفته و در پی آن، در رفتار او نیز آثار بی نیازی از غیر هویدا می شود. اما اگر در ارزیابی از خود، جنبه های مثبت به چشم نیاید و ارزشمندی و توانمندی به اثبات نرسد، یا ضعف ها و کاستی ها به چشم آید، به جای کرامت نفس یا احساس خود ارزشمندی، احساس کم ارزشی یا بی ارزشی و حقارت و اظهار ضعف و ناتوانی در برابر هموعان شکل می گیرد. کمترین نتیجه این احساس ها، وادادگی خود و تأثیر پذیری از دیگران به جای اعتماد و تکیه بر ارزش ها و توانمندی های خود است و نتیجه نهایی آن، اظهار خواری و ذلت آدمی در برابر دیگران خواهد بود.

در روایات، واژه «عزت» به صراحت معنا نشده است؛ اما در اغلب موارد، عزت در مقابل ذلت قرار داده شده است؛ مانند حدیثی از امام علی (علیه السلام) که فرموده است: ساعة ذل لاتقی بعز الدهر: (1) یک ساعت ذلت، با عزت همه دوران زندگی برابری نمی کند. اما از آنجا که می توان با استفاده از قاعده «تعرف الاشياء بأضدادها» برخی امور را بهتر یا بیشتر شناخت، مفهوم عزت را از منظر معصوم (علیه السلام) می توان با استفاده از مفهوم ذلت بیشتر فهمید.

«ذلت» در لغت به معنای نرمی و نفوذ پذیری (ضد سختی) معنا شده است. (2) بیشتر کتب لغت، میان «ذَلَّ» با «ذُلَّ» تفاوت قایل نشده و هر دو را ضد صعوبت و سختی و نفوذ ناپذیری دانسته اند. (3) البته این معنا در ظاهر ناپسند نیست و در برخی موارد، رفتار ذلیلانه یا رفتاری ملایم و نرم مطلوب است؛ همچون رفتار انسان در

ص: 202

1- . غرر الحکم: ح 5580.

2- . مجمع البحرین: ج 2 ص 101.

3- . تاج العروس: ج 14 ص 252 - 253؛ القاموس المحيط: ج 3 ص 379.

برابر خداوند یا در برابر مؤمنان آن گونه که قرآن کریم درباره رفتار مؤمنان با مؤمنان، اظهار ذلت را تأیید می کند و در برابر کافران عزت را (1) به عبارت دیگر، بر اساس تعالیم قرآن مؤمنان در برابر مؤمنان نرم، انعطاف پذیر و تأثیر پذیر؛ و در برابر کافران سخت، انعطاف ناپذیر و تأثیر ناپذیرند، زیرا نرمی و تأثیر پذیری در برابر کافران به منزله تابعیت، از خود رأیی نداشتن، اختیار خود را به دشمنان و انهادن و آن هارا بر خود مسلط کردن است. بنابراین ذلت در برابر دشمنان، بار معنایی منفی یافته، خواری و بی مقداری مؤمنان را به اثبات می رساند. نتیجه آنکه ذلت به معنای نرمی، ملایمت، خواری و بی مقداری؛ و عزت به معنای سختی، نفوذ ناپذیری، ارزشمندی و بلند مرتبگی است. اما معانی عزت، در عین مشابهت و نزدیکی، تفاوت هایی دارند. به راستی معنای عزت نفس، کدام یک از معانی برشمرده شده است؟

اصطلاح «عزت نفس» در مقابل دشمنان به کار نمی رود. این تعبیر هنگام برقراری رابطه با هموعان در زندگی اجتماعی و تعاملات انسانی کاربرد دارد. انسان عزیز، در تعاملات اجتماعی اش برای برطرف کردن نیازمندی های خود، چشمداشتی به هموعان ندارد. او پیش از هر اقدام تلاش می کند توانمندی های خود را بشناسد و اگر امور او به گونه ای است که همیاری هموعان را می طلبد، از آن ها با الهام از دستور نبی اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) عزتمندانه طلب مساعدت می کند. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) می فرماید: «اطلبوا الحوائج بعزة الانفس؛ (2) حاجات خود را با رعایت عزت نفس خویش درخواست کنید».

«عزتمندانه» به چه معناست؟ شاید برای پاسخ این پرسش، از حدیث ذیل که یکی از مناسب ترین روایات برای فهم معنای عزت نفس است، بتوان استفاده کرد. امام حسین (علیه السلام) می فرماید: «الصدق عزّ و الکذب عجز؛ (3) راستی عزت است و دروغ ناتوانی است». در این بیان نورانی، امام (علیه السلام) عزت را در برابر عجز قرار داده است. از این جمله استنباط می شود که عزت به معنای احساس توانمندی است و این احساس در برابر ناتوانی قرار داده شده است.

ص: 203

1- . مائده: 54: (أَذِلَّةٌ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٌ عَلَى الْكَافِرِينَ).

2- . تاریخ مدینه دمشق: ج 53 ص 70 ح 6383.

3- . تاریخ یعقوبی: ج 2 ص 246 به نقل از امام حسین (علیه السلام).

روایات متعددی که عزت انسان را در گرو اظهار بی نیازی از مردم مطرح کرده است، این معنا را تأیید می کند. از این رو نگارنده بر این باور است که «عزت نفس» در حقیقت همان «اعتماد به نفس» یا به معنای «خود توانمندی» است. وقتی انسان برای نیل به اهداف خود، در درون احساس عزت نفس داشته باشد، در حقیقت در وجود خویش توانمندی می یابد و از ابراز نیاز به دیگری چشم فرو می بندد، و کرامت نفسش به او اجازه نمی دهد که فقط به یاری آنان چشم بدوزد و بدون اتکا به توان خود، به دستگیری آنان طمع ورزد. به همین دلیل در روایات، استقلال نفس و بی نیازی در برابر دستگیری هموعان، از عوامل عزت یا عوامل بقای آن دانسته شده است. از نکات حایز اهمیت این است که بسیاری از معصومان (علیهم السلام) در این خصوص اظهار نظر و بر آن تأکید کرده اند و اظهار بی نیازی و فروستن چشم امید از یاری هموعان را از لوازم عزت یا از عوامل بقای آن معرفی کرده اند. پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) می فرماید: «عز المؤمن استغناؤه عن الناس؛ (1) عزت مؤمن، در بی نیازی اش از مردم است».

همین بیان یا مشابه آن از امام علی، امام حسین و امام جواد (علیهم السلام) نیز نقل شده است. (2) امام صادق (علیه السلام) در این باره می فرماید: «شرف المؤمن قیام اللیل و عزه استغناؤه عن الناس؛ (3) شرافت مؤمن در شب بیداری است و عزت او در بی نیازی اش از مردم است».

البته می دانیم که خداوند جهان را بر اساس اسباب و مسببات آفریده و امور خلاق نیز بر آن اساس می گذرد. از سوی دیگر، سنت الهی وجود رویدادهای خارق العاده و معجزه در زندگی روزمره بندگان نیست و امور آنان هرگز بدون تلاش و اقدام خود آنان سپری نمی شود. از این رو در متون فراوانی رهبانیت، استمداد و اتکای محض به خدا یا بنده خدا بدون اقدام و عمل خود انسان، طلب شفای بیمار بدون درمان و مراجعه به طبیب، و طلب روزی بدون کار و تلاش، از نظر شریعت مطرود و مردود است. حال اگر برای اداره زندگی باید اقدام عملی صورت گیرد، این اقدامات دو راه دارد:

ص: 204

1- . فقه الرضا: ص 367 ح 100.

2- . تحف العقول: ص 65، 89؛ مفتاح الفلاح: ص 224؛ کفایة الاثر: ص 223؛ بحار الانوار: ج 72 ص 109 ح 12.

3- . الکافی: ج 2 ص 148 - 149 ح 1.

1. فرد، شخصاً با تکیه بر توانمندی های خدادادی اقدام کند. برخی روایات نه فقط انسان را به تلاش در جهت شناخت خود دعوت می کند تا توانمندی های او آشکار شود، بلکه سعی می کند آن ها را در جهت تقویت اعتماد به نفس و به تبع آن افزایش همت، تشویق کند. لذا می بینیم امام باقر (علیه السلام) به هشام این گونه سفارش می کند:

یا هشام لو كان في يدك جوزة وقال الناس: لؤلؤة ما كان ينفعك و أنت تعلم أنها جوزة، و لو كان في يدك لؤلؤة وقال الناس: أنها جوزة ما ضررك و أنت تعلم أنها لؤلؤة. (1)

امام علی (علیه السلام) نیز برای تقویت خود باوری و رشد آن میفرماید:

قدر الرجل علی قدر همّته. (2)

ارزش مرد به اندازه همت اوست.

پس قیمت شخصیت فرد را باید در مقدار اعتماد او به نفسش جست و جو کرد. در این هنگام او از سربار دیگری شدن پرهیز کرده، امور خود را از طرق عادی که عقلاً از آن استفاده می کنند پی می گیرد و اگر انجام دادن کاری ملازم با مراجعه به دیگری باشد، مطابق با قراردادهای اجتماعی آن را صورت می دهد و از اصول زندگی اجتماعی که بر اساس تعامل با همنوعان است خارج نمی شود. لذا چنین مطالباتی با اظهار خواری و سرسپردگی همراه نخواهد بود؛ آن گونه که پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) فرموده است: اطلبوا الحوائج بعزة النفس: (3) حاجات خود را با رعایت عزت نفس بخواهید. یعنی با اظهار عجز و ناتوانی از همنوعان درخواست مکن. بلکه این درخواست باید همراه با توانمندی باشد. انسانی که در ازای کمک همنوع خویش دستمزد او را می پردازد، هرگز در برابر او اظهار خواری و ذلت نمی کند.

بنا بر این کسی که بر داشته های دیگران اتکا کند و به احسان همنوعان چشم طمع بدوزد، بی آنکه از توان خویش به صورت صحیح بهره برد. بدیهی است این

ص: 205

1- . بحار الانوار: ج 1 ص 136. ای هشام اگر در دست تو گردویی بود و مردم گفتند آن گوهر است هیچ سودی به حال تو ندارد در حالی که می دانی آن گردوست، و اگر در دست تو گوهری است و مردم گفتند آن گردوست هیچ زیانی به تو نمی رسد در حالی که می دانی گوهر است.

2- . نهج البلاغة: حکمت 47.

3- . تاریخ مدینة دمشق: ج 53 ص 70 ح 6383.

نوع رفتار، از نظر عقل و فطرت سلیم که خواستار عزت و حرمت نفس خویش است، پذیرفته نیست. این روش از نظر متون روایی نیز مردود است و همان گونه که بدان اشاره شد، مؤکداً از آن نهی شده است. در نتیجه، از ارکان پاسداری از عزت نفس، بی نیازی از مردم و تکیه بر توانمندی خویش است.

نتیجه آنکه رکن عزت نفس یا احساس خود توانمندی، بی نیازی از مخلوق است؛ و بی نیازی از مخلوق، ملازم با تکیه بر توانمندی های خود یا اعتماد به نفس است. پس وقتی انسان از اظهار نیاز به هموعان منع شد و به دفعات به او توصیه شد تا از مردم بی نیازی جوید، ممکن است یگانه چاره را در پناه بردن به درگاه خالق یکتا بداند؛ اما آنگاه که نصرت و یاری خدا به معنای تحقق معجزه یا رویداد خارق العاده نباشد، بلکه منوط بر اتکا و اعتماد به نفس و حرکت در جهت برطرف کردن نیاز از راه مشروع باشد، در آن صورت بی نیازی از مردم نیز ملازم با اتکا و اعتماد به نفس خویش خواهد بود؛ و این معنا همان عزت نفس یا احساس خود توانمندی است که در احادیث متعدد پیش گفته بیان شد. همچنین روایاتی از امام علی (علیه السلام) که در آن، عزت به معنای خود توانمندی یا اعتماد به نفس دانسته شده، (1) با ناامیدی از مردم همراه شده است، و ذلت و خواری که از آثار عجز و ناتوانی است، در درخواست کردن از مردم دیده شده است. (2)

البته اعتماد به نفس می تواند همراه با توکل باشد. بنابراین اگر رکن «عزت نفس»، «یأس و بستن چشم طمع از مخلوق» است و «ناامیدی از مردم» نیز با «اعتماد به نفس» ملازم است همانند سکه ای است که یک رویش استغنا و یأس از مردم، و روی دیگرش اعتماد به نفس است. در کنار اظهار بی نیازی از مردم و اتکا بر خود، قطع طمع از دیگران نیز کمک شایانی به حفظ عزت نفس و تقویت اعتماد به نفس می کند؛ زیرا کسی که به مال دیگران چشم می دوزد و به داشته های آنان طمع می کند، در بیشتر موارد مرتکب

ص: 206

1- . الفصول المهمة فی معرفة الائمة: ص542: العز مع الیأس.

2- . عیون الحکم و المواعظ: ص 18: الذل فی مسألة الناس.

کاری می شود که با عزت نفس او مستقیماً در تعارض است. از این رو امام علی (علیه السلام) در ضمن وصیت خود به فرزندش، محمد بن حنفیه می فرماید:

وإن أحببت أن تجمع خير الدنيا والآخرة فاقطع طمعك مما في أيدي الناس. (1)

اگر دوست داری خوبی دنیا و آخرت را جمع کنی، از طمع ورزی به دارایی های مردم خودداری کن.

و از امام باقر (علیه السلام) نقل شده است:

اطلب بقاء العزّ بإماتة الطمع. (2)

با نابود کردن طمع، بقای عزت خود را طلب کن.

تعداد روایات موجود در خصوص لزوم قطع امید از مردم و مطرح نکردن حوائج خود با مردم، حکایت از آن دارد که پیشوایان دین (علیهم السلام) بر اتکا به توانمندی ها، استعدادها و مواهب خداداد، و توکل بر تأییدات خداوند تأکید داشته، عزت نفس را در گرو روی گردانی از مردم و روی آوردن به خدا و اتکا بر توانمندی های خداداد می دانند. البته مؤمن می داند که توانمندی ها و استعدادها از سوی خداست و انسان مستقلاً آن ها را به دست نیاورده است. اسباب و مسببات نیز در دست خداست و امور از طریق اسباب آن تحقق می یابد. در این صورت است که در کنار اعتماد بر خود، توکل نیز معنا می یابد و موجب تقویت

ص: 207

1- . کتاب من لا یحضره الفقیه: ج 4 ص 392 ح 5834.

2- . تحف العقول: ص 207.

اعتماد به نفس خویش می شود. بنا بر این اگر چه معنای دیگر قطع امید از مردم، اتکا و اعتماد به نفس خویش است، این معنا با توکل هیچ گونه منافاتی ندارد و توکل همانند تقویت کننده ای است که جرئت و جسارت آدمی را در اعتماد به توانمندی های خود، و قطع امید از مخلوق مضاعف می کند. به همین دلیل از امام صادق (علیه السلام) نقل شده است:

ان الغنى والعز يجولان فاذا ظفرا بموضع التوكل اوطنا. (1)

بی نیازی و عزت جولان می دهند؛ پس آنگاه که به جایگاه توکل می رسند، آنجا را به منزله وطن برمی گزینند.

مجلسی اول در شرح خود بر کافی هنگام شرح این حدیث شریف می نویسد:

و كأنه استعارة تمثيلية لبيان ان الغنا والعز يلزمان التوكل فإن المتوكل يعتمد على الله ولا يلتجئ الى المخلوقين فينجو من ذل الطلب و يستغنى عنهم، فإن الغنا غنا النفس لا الغنا بالمال مع أنه سبحانه يغنيه عن التوسل اليهم على كل حال. (2)

امام باقر (علیه السلام) نیز در دعای خود به پیشگاه خداوند عرض می کند: «اللهم اغنني بالتقوى واعزني بالتوكل؛ (3) خدایا با پرهیزکاری مرا بی نیاز کن و با توکل، مرا عزیز گردان».

البته نباید تأثیر بلند همتی را بر افزایش اعتماد به نفس و موفقیت انسان برآی رسیدن به اهدافش فراموش کرد؛ زیرا همت بلند، بر عزم و اراده و اعتماد بر توانمندی های خداداد و نیز بر توکل آدمی می افزاید. لذا امام باقر (علیه السلام) بر این نکته تصریح کرده، می فرماید:

و اطلب بقاء العز بإمارة الطمع و ارفع ذل الطمع بعز الياس و استجلب عز الياس ببعد الهمة. (4)

ص: 208

1- . الكافي: ج 2 ص 65 ح 3؛ كشف الغمة: ج 2 ص 423؛ وقال (عليه السلام) اني لا ملق أحياناً فأتاجر الله بالصدقة وقال لا يزال العز قلقة حتى يأتي داراً قد استشعر أهلها اليأس مما في أيدي الناس فيوطنها.

2- . مرآة العقول: ج 8 ص 21. مثل اینکه یک استعارة تمثيلية بیان شده تا بفهماند که بی نیازی و عزت با توکل ملازمند. پس همانا توکل کننده به خدا اعتماد می کند و دست به سوی مخلوق دراز نمی کند در نتیجه از خواری درخواست نجات می یابد و از مردم بی نیاز می شود. پس همانا بی نیازی در گرو بی نیازی نفس انسان است نه به معنای بی نیازی مالی زیرا خداوند سبحانه در هر حال او را از متوسل شدن به مردم بی نیاز می سازد.

3- . جمال الاسبوع: ص 246.

4- . تحف العقول: ص 286.

با نابود کردن طمع، بقای عزت خود را طلب کن و با عزت حاصل از ناامیدی از مردم، ذلت حاصل از طمع ورزی را برطرف ساز و با همت بلند، عزت حاصل از ناامیدی از مردم را به دست آور.

• حدود احساس عزت نفس

احساس عزتمندی، به معنای احساس توانمندی مطلق و همه جانبه نیست، بلکه مشکک است و شدت و ضعف می یابد؛ از این رو در آن افراط و تفریط ممکن است. برای مثال، ارسطو و بسیاری از پیروانش به میانه روی در صفات اخلاقی تأکید داشتند. از دید ارسطو، هر فضیلتی حد وسط افراط و تفریط است. «شجاعت، حد وسط بزدلی و بی پروایی است؛ عزت نفس حد وسط خودخواهی و خاکساری است؛ نکته سنجی حد وسط لودگی و خشکی است؛ آزم حد وسط کمرویی و دریدگی است».⁽¹⁾ قرآن کریم با تأیید امکان عزت انسان، عزتمندی واقعی را از آن خدا دانسته، اصالت و دوام آن را فقط از آن پروردگار می داند؛ اما پیامبران (علیهم السلام) و مؤمنان و پیروان آنان را به سبب ارتباطشان با خداوند و پیوندشان با عزیز واقعی، عزیز می شمارد. از این رو گاه عزت را به ذات مقدسش اختصاص می دهد⁽²⁾ و گاه آنان را نیز از عزت برخوردار می داند.⁽³⁾ البته خداوند در قرآن کریم عزت برخی مشرکان و کفار را نیز نفی نمی کند، اما آن عزت را به دلیل ذاتی نبودن، زوال پذیر بودن و نداشتن ثبات، عزت واقعی و حقیقی نمی داند.⁽⁴⁾ به این ترتیب عزت نفسی که در آن، آدمی ارزشمندی خود را مطلق و ذاتی خود دانسته، در طول عزت پروردگار به شمار آورد، موجب خواهد شد که به دام رذایل دیگری همچون عجب، غرور و کبر گرفتار آید و زمینه هلاکت خویش را فراهم آورد. از این رو علامه طباطبایی شرط دستیابی به عزت واقعی را اتصال به منبع اصلی آن، یعنی ذات مقدس پروردگار می داند و در ذیل آیه 10 از سوره فاطر می نویسد:

اینکه چیزی قاهر باشد و نه مهطور، یا غالب باشد و شکست ناپذیر، مختص به خدای عز و جل است؛ چون غیر از خدای عز و جل، هر کسی را فرض

ص: 209

1- . تاریخ فلسفه غرب: ص 260.

2- . فاطر: 10: (مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعًا).

3- . منافقون: 8: (وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِرَسُولِهِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ).

4- . ر. ک. بقره: 206 و سوره ص: 2، 82.

کنی، در ذاتش فقیر، و در نفسش ذلیل است، و هیچ چیزی که نفعش در آن باشد را مالک نیست، مگر آنکه خدا به او ترحم کند، و سهمی از عزت به او بدهد... با این بیان روشن شد که: جمله (مَنْ كَانَ يَرْيِدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعًا) سیاقش آن نیست که بخواهد اختصاص عزت به خدا را بیان کند، به طوریکه غیر از خدا کسی دستش به آن نرسد، و نمی خواهد بفرماید هر کس در طلب عزت برآید، چیزی را طلب کرده که وجود ندارد، و ناشدنی است، بلکه معنایش این است که هر کس عزت می خواهد، باید از خدای تعالی بخواهد؛ زیرا عزت همه اش از آن خدا است، و هیچ موجودی نیست که خودش بالذات عزت داشته باشد. (1)

نتیجه آنکه از نظر آموزه های اسلامی، عزت نفس انسان مؤمن نباید آنچنان افراطی باشد که وابستگی و تعلق خود را به خدا نبیند یا از یاد ببرد. اما از سوی دیگر، نباید آن قدر ضعیف باشد که نتیجه ضعف در عزت نفس، موجب ذلت و خواری در برابر هموعانش که همانند اویند شود. امام صادق (علیه السلام) در خصوص پاسداری از عزت نفس می فرماید:

ان الله عزوجل فوض الى المؤمن اموره كلها و لم يفوض اليه ان يذل نفسه ألم تسمع لقول الله عز و جل: (وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِرَسُولِهِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ) فالمؤمن ينبغي أن يكون عزيزا و لا يكون ذليلا، يعزه الله بالإيمان و الإسلام. (2)

خداوند تمام کارهای مؤمن را به خود او واگذار کرده ولی به او اختیار نداده که خود را خوار و ذلیل کند. مگر ندیدی که خدای تعالی در قرآن کریم در این باره فرموده است: «تنها عزت از آن خدا و پیامبر او و مؤمنان است» که به حکم این آیه، مؤمن باید عزیز باشد و ذلیل نباشد.

پاسداری از عزت نفس و پرهیز از خواری در برابر هموعان، آنچنان مهم است که امام صادق (علیه السلام) در پاسخ ابوبصیر، مؤمنی را که عزم سفر حج کرده است، از همسفر شدن با قافله ای که اهل آن از نظر مالی، برتر از اویند منع می کند و می فرماید: من دوست ندارم مؤمنی به سبب ناتوانی از همراه داشتن توشه ای مناسب

ص: 210

1- . الميزان في تفسير القرآن: ج 17 ص 22.

2- . الكافي: ج 5 ص 63.

و در حد و اندازۀ توشۀ همراهان خود خوار شود. (1) ایشان می فرماید:

لا ینبغی للمؤمن أن یدل نفسه، قیل له: و کیف یدل نفسه؟ قال: یتعرض لما لا یطیق. (2)

برای مؤمن سزاوار نیست که نفس خویش را خوار کند. گفته شد: چگونه خود را خوار می کند؟ فرمود: اینکه کاری را عهده دار شود که توان انجام دادنش را ندارد.

ایشان می فرماید:

ایاک و ما تعتذر منه فإن المؤمن لا یسئ و لا یعتذر: (3)

پرهیز از کاری که باید از انجام دادن آن عذرخواهی کنی؛ زیرا مؤمن خطا نمی کند و عذرخواهی هم نمی کند.

به نظر می رسد علت این سفارشِ امام ششم (علیه السلام) پاسداری از عزت نفس است؛ زیرا امام علی (علیه السلام) پیش از آن حضرت فرموده است:

الاستغناء عن العذر أعز من الصدق به. (4)

بی نیاز بودن از عذرخواهی، عزتمندانه تر است از اعتراف به آن.

افزون بر آنچه گذشت، احساس عزتمندی ثابت نیست و با تغییر شرایط، سن، موفقیت ها و شکست ها تغییر می یابد. برای مثال، کسی که پی در پی شکست می خورد یا سرزنش می شود یا در معیشت و گذران زندگی خویش ناموفق است، کم کم عزت نفس خویش را از دست می دهد و به حس حقارت مبتلا می شود. لذا دوراندیشی و احتیاط، از جمله ویژگی هایی است که می تواند از عزت نفس پاسداری کند و زمینه خواری را از بین ببرد.

• عوامل عزت نفس

اشاره

برای احساس خودتوانمندی یا عزت نفس، در روایات عواملی برشمرده شده است. برخی از مهم ترین این عوامل عبارت است از:

ص: 211

1- . المحاسن: ج 2 ص 359 ح 79: ینخرج الرجل مع قوم میاسیر و هو أقلهم شیئاً، فیخرج القوم نفقتهم و لا یقدر هو أن ینخرج مثل ما أخرجوا؟ فقال: ما أحب أن یدل نفسه لیخرج مع من هو مثله.

2- . الکافی: ج 5 ص 63 - 64 ح 4.

3- . وسائل الشیعة: ج 16 ص 159 ح 21238؛ الکافی: ج 5 ص 63 - 64 ح 4.

پیش تر، گفته شد که احساس خودتوانمندی و عدم ابراز نیاز به دیگری، عزت نفس نامیده می شود. آنچه این احساس را در انسان تقویت می کند و او را از ابراز عجز و نیاز نزد همנוعان باز می دارد، از عوامل عزت نفس به شمار می آید. در این میان یکی از مهم ترین اموری که توانمندی و استقلال فرد را نزد دیگران افزایش می دهد و او را از احساس خواری و خودکم بینی باز می دارد، دانش اندوزی است. بی تردید کسی که اهل دانش است، به راحتی تحت تأثیر اطرافیان قرار نمی گیرد و دانش او در بسیاری اوقات، او را از تسلیم شدن در برابر هر رأی و سخن باطلی باز می دارد. بنابراین دانش، از برترین عوامل عزت نفس و در پی آن عزت در نظر همנוعان می شود. از این رو از امام علی (علیه السلام) چنین نقل شده است: «العلم عزّ، الطاعة حرز؛ (1) دانش عزت است و اطاعت [از خدا] نگهدارنده». ایشان در بیان دیگری می فرماید: «لطالب العلم عزّ الدنيا وفوز الآخرة؛ برای دانشجو، عزت در دنیا و رستگاری در آخرت خواهد بود». در بیان دیگری، ایشان می فرماید: «لا عزّ اشرف من العلم؛ (2) عزتی برتر از دانش نیست».

این عزت که همان احساس خودتوانمندی است، اگر منشأ آن علم باشد، موجب عزت در نظر مردم و رفعت جایگاه در دیدگان آنان خواهد شد. لذا در قرآن کریم به نتیجه عزت نفس که همان بلندمرتبگی در نظر همנוعان است تصریح شده است: (يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ) (3)

2. عقل

یکی از عوامل عزت نفس، عقل است. کسی که از قوّت عقل بالایی برخوردار است، هر رأی سستی را نمی پذیرد و برای پذیرش آراء، با خرد خویش آن رأی را ارزیابی می کند و صحت و سقم آن را بررسی می کند. پس همچون موم در دست دیگران رام نیست و خود، صاحب رأی و نظر است. به این دلیل از امام علی (علیه السلام) نقل شده است که فرمود: «کم من ذلیل اعزه عقله؛ (4) چه بسیار خواری که عقلش او را عزیز گرداند».

ص: 212

1- . غرر الحکم: ح 92.

2- . عیون الحکم و المواعظ: ص 534؛ العلم و الحکمة فی الکتاب و السنة: ص 48.

3- . مجادله: 11.

4- . غرر الحکم: ح 6921.

3. تقوا

یکی دیگر از عوامل عزت تقوا، خدا ترسی و خویش داشتن داری در برابر گناهان و امتناع از اطاعت غیر خداست. انسان با تقوا، در برابر هر آنچه غیر خداست آزاد است؛ نه اسیر هوای نفس خویش است و از آن اثر می پذیرد، و نه در برابر خواسته های ممنوعان منقاد است. او صرفاً خشنودی خدا را معیار قرار می دهد و اگر از بنده او نیز اطاعت کند، در جهت فرمان خداوند و فقط به منظور جلب خشنودی اوست؛ بنابراین در برابر غیر خدا عزیز است. به همین دلیل از پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) روایت شده است که فرمود: «من اراد عزّاً بلا عشيرة فليتق الله؛ (1) هر کس خواستار عزت است، بی آنکه فامیلی داشته باشد، تقوای خدا پیشه کند». امام علی (علیه السلام) نیز می فرماید: «لا عزّ اعزّ من التقوى؛ (2) هیچ عزتی برتر از عزت حاصل از پرهیزگاری نیست».

4. توکل

یکی از عوامل عزت نفس یا احساس خود توانمندی، توکل است. مؤمنی که به حقیقت معنای توکل دست یافته و خدا را یگانه مؤثر در عالم امکان می داند، برای دستیابی به اهداف کوچک و بزرگ خویش، از هر آنچه غیر اوست چشم فرومی بندد، و با توکل بر خدای بزرگ، به توان خویش اعتماد و حرکت می کند. بنابراین توکل ضمن ایجاد یأس و ناامیدی از مخلوق، بر اعتماد فرد به توان خدادادش می افزاید و به پشتوانه حمایت پروردگار، تلاش خود را آغاز می کند و افزودن یاری خدا بر توان خداداد، خود را در زمره نیرومندترین افراد برای رسیدن به هدفش خواهد یافت. حقیقتی که پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) در بیان نورانی اش تصریح کرده است:

من احب ان يكون اقوى الناس فليتوكل على الله تعالى. (3)

هر کس می خواهد نیرومندترین مردم باشد، بر خدای بزرگ توکل کند.

کسی که راه درستی انتخاب کرده باشد، با توکل هرگز شکست نخواهد خورد: امام باقر (علیه السلام): من توکل على الله لا يغلب و من اعتصم بالله لا يهزم. (4)

ص: 213

1- . الفردوس: ج 3 ص 593 ح 5862.

2- . نهج البلاغة، حکمت 371.

3- . منتخب میزان الحکمة: ج 2 ص 1086 ح 6707.

4- . همان: ص 1088 ح 6710.

البته همان گونه که گذشت، توکل به تنهایی هرگز سودمند نیست. نقش توکل، تعدیل کردن تصور و رفتار انسان است؛ یعنی از یک سو باید در کنار اهتمام جدی خود فرد برای رسیدن به هدفش باشد و مانع حرکت و تلاش او نشود؛ آن گونه که از پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) و امیرالمؤمنین (علیه السلام) نقل شده است که توکل بدون تلاش، سربار شدن بر جامعه (1) و مفت خوری (2) است؛ و از سوی دیگر به مفهوم نداشتن اعتماد مطلق به نفس خویش و مغرور شدن به توان جسمی، تجربه و دانش خویش است؛ چرا که این نوع اعتماد بر خویشتن نیز نگاه استقلالی به خود و فراموش کردن دست قدرت خداوند است که هرگز پسندیده پروردگار نیست. لذا از علی (علیه السلام) روایت شده است که فرمود:

ایاک و الثقة بنفسک فإنّ ذالک من اکبر مصائد الشیطان. (3)

از اعتماد به نفس خویش بپرهیز؛ زیرا آن از بزرگ ترین دام های شیطان است.

نتیجه آنکه اگر انسان به توان خویش اعتماد می کند، آن توان را خداداد می داند و یگانه مؤثر در جهان را ذات مقدس پروردگار می داند. البته تأثیر اراده الهی از پنجره تلاش انسان افاضه می شود.

5. قناعت

از دیگر عوامل عزت نفس، قناعت است. قناعت نیز همچون موارد پیشین، مانع نیازمندی انسان به هموعان می شود و خودتوانمندی یا عزت نفس آدمی را تقویت کرده، موجب دوام و استمرار آن می شود. در مقابل، مصرف گرایی و زیاده روی در استفاده از نعمت های خدا، موجب زوال زودرس نعمتها و نیازمندی آدمی می شود. و این نیازمندی، با عزت نفس انسان سازگاری ندارد. بنابراین قناعت، بی نیازی را استمرار خواهد بخشید. امام علی (علیه السلام) نیز آشکارا بر این موضوع تأکید کرده، می فرماید:

طلبت الغنی فما وجدت الا بالقناعة علیکم بالقناعة تستغنوا. (4)

ص: 214

1- . همان: ح 6715.

2- . همان: ح 6717.

3- . همان: ص 6722.

4- . همان: ص 858 ح 5370.

توانگری را جستجو کردم، آن را جز در قناعت نیافتم؛ پس قانع باشید تا توانگر شوید.

البته بی نیازی هم موجب عزت نفس خواهد شد: «بالقناعة يكون العز؛ (1) با قناعت است که عزت به دست می آید».

عوامل عزت و احساس خودتوانمندی انسان، به موارد پنج گانه شمرده شده خلاصه نمی شود؛ اما همان گونه که مشاهده می شود، این عوامل و برخی عوامل دیگر که از ذکر آن خودداری شد، همگی در جهت بی نیازی انسان از دیگران و تقویت خودباوری و خودتوانمندی اوست. به عبارت دیگر، عزت انسان در بی نیازی اش از مردم حاصل می شود و این عزت هنگامی توسط آدمی تحقق خارجی می یابد که احساس خودتوانمندی در درون پدید آمده و هر فرد، اطمینان یابد که با توان خداداد و توکل بر خدا، می تواند بدون ابراز نیاز به هموعان، نیازمندی های خویش را برطرف سازد و دست نیاز و خواری به سوی دیگران دراز نکند، یا اگر قرار است از کمک هموعان به مثابه واسطه خیر بهره مند شود، با عزتمندی درخواست خویش را مطرح کند و آنان را اسباب و واسطه خیر بدانند که از سوی خداوند، مأمور ارائه خدمت به بندگان خداوندند؛ بنابراین هرگز نباید در مقابل آنان اظهار عجز و نیاز داشته، خود را مقابلشان خوار و خفیف کند.

• پیامدهای عزت نفس

در روایات، آثار و پیامدهای عزت نفس مطرح شده است. به نظر می رسد کسی که به توانمندی های خویش واقف است، قادر است از آن توانمندی ها به خوبی بهره برداری کند و - همان گونه که بیان شد - از دراز کردن دست نیاز به سوی هموعان، خود را بی نیاز می بیند. از این رو با اعتماد به توانمندی های خداداد خویش و اعتماد به خداوند متعال، حداقل سه صفت حسنه در وجود او جوانه می زند. او شجاعت اقدام و عمل پیدا می کند؛ زیرا به توانمندی خود در انجام دادن کاری که می خواهد انجام دهد آگاه است و به تحقق آن اطمینان دارد. بنابراین با شجاعت وارد کاری می شود که توانمندی

ص: 215

آن را در خود یافته است و همان گونه که پیش از این اشاره شد، از ورود به کاری که توان انجام دادن آن را در خود نمی یابد پرهیز می کند. امام علی (علیه السلام) به خوبی بیانگر رابطه عزت نفس و شجاعت است و می فرماید: «الشجاعة أحد العزین؛ (1) شجاعت، یکی از دو مصداق عزت است». ایشان در بیان زیبایی دیگری می فرماید: الشجاعة عز حاضر؛ (2) شجاعت، عزت (احساس خودتوانمندی) حاضر (بالفعل) است».

اما این فقط پیامد عزت نفس نیست؛ زیرا کسی که به انجام دادن کار خود اطمینان دارد و از نتیجه آن نیز تا اندازه بسیار آگاه است و می داند که در انجام دادن آن موفق است و به نتیجه متوقع آن دست پیدا خواهد کرد، بردباری بیشتری در خود خواهد داشت و انتظار پیمودن ره صدساله را در یک شب در سر نمی پروراند و از مشکلات موجود بر سر راهش نمی هراسد یا بردباری و خویشتن داری اش را از کف نمی دهد. از این رو می بینیم که رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) می فرماید: «لا حلیم الا ذو عزة؛ (3) فقط انسان عزیز، بردبار خواهد بود». امام علی (علیه السلام) در بیانی مشابه سخن پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) می فرماید: «لا عز أرفع من الحلم؛ (4) عزتی بالاتر از بردباری نیست».

همچنین چون او بر توان خود اتکا کرده، دل به خدا سپرده است و بر او توکل دارد، از بخشش و سخاوت نمی هراسد و در دستگیری از هموعان خساست نمی ورزد: «الجود عز موجود؛ (5) بخشش، عزت (احساس خودتوانمندی) بالفعل است».

مقصود از پیامدهایی که بیان شد، این نیست که این پیامدها فقط محصول عزت نفس آدمی است. آثار و پیامدهای متعدد دیگری نیز برای عزت نفس می توان برشمرد که سخن از آن ها در جای خود بسیار مهم و سودمند است. همچنین این پیامدها اگرچه از منظری معلول عزت نفس اند، خود می توانند از عوامل عزت و بلندمرتبتگی آدمی در نظر هموعانش به شمار آیند. در روایات متعدد، به این مطلب تصریح شده است. شکل زیر فرایند ایجاد عزت نفس و پیامدهای آن را نشان می دهد:

ص: 216

- 1- . میزان الحکمة: ج 2 ص 1412.
- 2- . همان.
- 3- . مسند ابن حنبل: ج 3 ص 9.
- 4- . عیون الحکم و المواعظ: ص 537.
- 5- . همان: ص 17.

احساس عزتمندی سالم، پیامدهای متعددی دارد که بر شمردن آن ها از وظیفه این اثر خارج است؛ اما آنچه در اینجا لازم است ذکر شود این است که عزتمندی سالم و متعادل، نه فقط مانع رشد نمی شود، بلکه زمینه رشد را فراهم می آورد. همان گونه که از ابتدا گفته شد، احساس عزت نفس برآیند همه شناخت ها و تجارب شخص در ارتباط با خود است. پس کسی که از خویشتن، شناخت و تجربه بالایی حاصل کرده است، از کاستی ها و ضعف های خود نیز آگاه است و برای خود ارزش قایل است، به ارزش های خود واقف است، عمر خود را بیهوده سپری نمی کند و یقیناً در جهت برطرف کردن یا جبران ضعف ها و عیوب خویش برآمده، مرتکب رفتاری ناپسند که در شأن موجودی شریف چون نفس خویش نیست، نخواهد شد. این امر مستلزم پیشرفت، رشد و حرکت به سوی کمال خواهد بود، درحالی که ابتلا به افراط و تفریط

در خودتوانمندی، مانع رشد و کمال خواهد شد؛ زیرا افراط در آن، قوّت ها را بزرگ تر و بیشتر از آنچه هست می نمایاند و کاستی ها و ضعف ها را از نظر مخفی می کند؛ و تقریط در آن، ضعف ها را بزرگ تر و مهم تر جلوه می دهد و قوّت ها را پنهان می سازد و در نتیجه امید پیشرفت و موفقیت را دور از دسترس می نمایاند. بنابراین افراط و تقریط در احساس خودتوانمندی، رهزن است و آدمی را به هلاکت می اندازد؛ زیرا در هر دو حالت، موجب تحقق رذیله ای اخلاقی در ضمیر انسان خواهد شد. ازاین رو امام سجاد (علیه السلام) در دعای خود به درگاه خداوند عرض می کند: «و أعزنی و لا تبتلینی بالكبر؛ (1) مرا عزیز گردان، اما به خودبزرگی بینی مبتلا مکن».

شکل ذیل، حدود عزت نفس و آسیب های افراط و تقریط در آن را نشان داده است:

عکس

□

ج - احساس شرم از خود

اشاره

از احساس های کارآمد، بسیار مهم و پسندیده در ارتباط با خود، حس شرم از خود است. «شرم» یا بنابر آنچه در ادبیات عرب و متون دینی به کار می رود، «حیا»، احساسی است که ممکن است در رفتار فرد تأثیر مثبتی به جای بگذارد. البته این حس، به حیا از خود اختصاص ندارد، اما یکی از ابعادش حیا از خود است. به دلیل اهمیت این صفت و تأثیر آن در تأمین سعادت انسان، در اینجا به بُعد حیا از خود می پردازیم.

عالمان اخلاق درباره «حیا» به منزله صفت اخلاقی پسندیده، بسیار سخن گفته اند. آنان

ص: 218

در تعریف حیا، آن را به ملکه ای نفسانی (1) یا خصلتی (2) تعبیر می کنند که آدمی را از انجام دادن کار ناپسند باز می دارد. برخی، منشأ این بازدارندگی را ترس از سرزنش دانسته اند. (3) مؤلف کتاب پژوهشی در فرهنگ حیا به خوبی اشاره کرده است که گاه حس حیا در فردی برانگیخته می شود و او را در جهت ممانعت از ترک عملی لازم و واجب، یا ترک رفتاری زشت و ناپسند به اقدام عملی وامی دارد. وی از این حالت به «حضور ناظری محترم» تعبیر می کند. (4) بر این اساس باید حیا را احساس شرمی دانست که به توقف عمل زشت منجر شود. بنابراین احساس شرم، به سبب حضور ناظر محترم پدید می آید.

رابطه حیا با مواجهه احساسی با خود

پرسش این است که میان حیا - با تعریفی که از آن بیان شد - با مواجهه احساسی انسان با خود، چه رابطه ای وجود دارد؟ در نگاه اول، به نظر می رسد ناظر محترمیکه موجب برانگیختگی حیا در انسان شده، باعث می شود رفتار زشتی از انسان سر نزنند، فردی دیگر است. اما با کمی تأمل به ویژه در متون دینی پی خواهیم برد که یکی از ناظران محترم برای برانگیختگی حیا و در نتیجه کنترل رفتار، خود فرد است. به عبارت دیگر، دو کس پیش از هر فرد دیگر، نزد آدمی حاضر است؛ و اگر انسان حضور آن دو را احساس کند و به آن باور داشته باشد، یا برای آن دو حرمت و ارزش قایل باشد، در آن صورت یقیناً هنگام فراهم آمدن زمینه انجام دادن رفتاری ناپسند، حس حیا برانگیخته می شود و آدمی در کنترل نفس خویش موفق خواهد شد و از انجام دادن عمل زشت مصون خواهد ماند. آن دو کس، «خدا» و «خود» است. این دو کس همواره نزد انسان حاضر و بر اعمال او ناظرند. موضوع حضور و نظارت پروردگار، روشن است و البته آیات متعددی بیانگر این حضور و نظارت، و هشداردهنده به انسان برای مراقبت از رفتار خود به سبب نظارت اوست. آیاتی چون: (وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ) (5) و (أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى) (6) از جمله این متون به شمار می رود.

ص: 219

1- ر.ک: جامع السعادات: ج 3 ص 46؛ پژوهشی در فرهنگ حیا: ص 18.

2- ر.ک: دلیل الفالحین لطرق ریاض الصالحین: ج 3 ص 158.

3- ر.ک: موسوعة نضرة النعیم: ص 1796، 1797.

4- پژوهشی در فرهنگ حیا: ص 24.

5- حدید: 4.

6- علق: 14.

موضوع حضور و نظارت خود نیز پیچیده و مبهم نیست؛ اما اغلب انسان ها خود را ناظر به شمار نمی آورند و برای خود احترامی قایل نیستند؛ از این رو در خلوت، بی آنکه حضور دو ناظر محترم پیش گفته را به حساب آورند، مرتکب رفتار زشت شده، از آن پرهیز نمی کنند؛ در حالی که از منظر پیشوایان دینی، برای مؤمن هیچ گاه موقعیتی که بتواند مرتکب عمل زشتی شود، بی آنکه حضور ناظری را احساس کند یا احساس شرم نداشته باشد، پیش نخواهد آمد. امام علی (علیه السلام) به روشنی در این باره می فرماید:

ان المؤمن يستحي إذا مضى له عمل في غير ما عقد عليه إيمانه. (1)

هرگاه مؤمن مرتکب رفتاری برخلاف ایمانش شود، شرم می کند.

قرآن کریم بارها آگاهی از اعمال خویش را به انسان یادآوری کرده، شهادت اعضا و جوارح گناهکاران علیه خودشان را متذکر می شود تا شاید یکی از آثار این آیات، ایجاد شرم از خود و اعضا و جوارح خود باشد: (بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ * وَلَوْ أَلْقَى مَعَاذِيرَهُ). (2)

بلکه انسان به خوبی بر نفس خویش آگاه است؛ اگرچه عذرهایی بتراشد.

(الْيَوْمَ نَخْتِمُ عَلَى أَفْوَاهِهِمْ وَتُكَلِّمُنَا أَيْدِيهِمْ وَتَشْهَدُ أَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ). (3)

امروز بر دهان هایشان مهر می نهیم و دست هایشان با ما سخن خواهند گفت و پاهایشان شهادت خواهند داد که چه می کرده اند.

علی (علیه السلام) بارها در بیانات دُرِّبارش، به آدمی درباره کرامت و حرمت نفسش تذکر داده است تا از این راه، او را از رفتار زشت بازدارد حتی اگر کسی او را نبیند و در خلوت خویش به سر برد. ما در این کتاب، بارها از این قبیل احادیث یاد کرده ایم. (احادیثی چون: من کرم نفسه قل شقاقه و خلافه (4)؛ من کرمت علیه نفسه لم يهنها بالمعصية) (5).

ص: 220

1- . غرر الحکم: ح 3463.

2- . قیامت: 14، 15.

3- . یس: 65؛ ر. ک: نور: 24: (يَوْمَ تَشْهَدُ عَلَيْهِمْ أَلْسِنَتُهُمْ وَأَيْدِيهِمْ وَأَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ).

4- . میزان الحکمة: ج 4 ص 3335.

5- . عیون الحکم و المواعظ: ص 439.

بر این اساس، «خود» به منزله یکی از ناظران همیشه حاضر می تواند موجب ایجاد حیا در ضمیر انسان شده، مانع رفتار ناپسند شود؛ مشروط به آنکه انسان خود را ناظر به شمار آورد و البته خویشتن را محترم بداند. زیرا اگر انسان هنگام ارتکاب رفتار زشت، از حضور ناظر آگاه نباشد و یا برای آن حرمت و ارزشی قایل نباشد و از سرزنش او بیمناک نشود، احتمال ارتکاب رفتار زشت توسط او بسیار قوت خواهد گرفت.

در اینجا ذکر چند نکته سودمند است:

1. حیا از خود، در کنار شرم از حضور خداوند، از برترین اقسام حیاست؛ زیرا همیشه و همه جا همراه انسان است و از حرمت و کرامت نفس بالایی فرد حکایت می کند.

2. مقصود از شرم یا حیا، حیای بازدارنده است؛ زیرا چه بسا احساس شرم در وجود فرد ایجاد شود؛ اما به اندازه ای قوی نباشد که بازدارنده باشد. در این صورت آن حیا، حیای بی خاصیت است و سودی نمی رساند.

د. احساس حُب ذات

اشاره

یکی از احساسات انسان درباره خود، که فطری و همگانی است، دوست داشتن خود، یا به اصطلاح «حُب ذات» است. دوست داشتن خویشتن به صورت فطری، باعث شده است برخی دیدگاه ها و نظریات اخلاقی صاحب نظران، ناظر به این ویژگی انسان باشد؛ نظریاتی که به تعبیر «خودگرایی» اشاره می کنند. این نظریه ها غالباً مروج مکاتب خودگرایانه اند و قائل اند انسان همواره به گونه ای رفتار می کند که خیر و نفع خویش را تأمین کند. نظریه حُب ذات، تبیینی اسلامی از نظریه خودگرایی است که در آن با استناد به متون دینی سعی شده است اشکالات و نقدهای وارد بر نظریه خودگرایی برطرف، و دیدگاهی سازگار با معارف دینی ابداع شود.⁽¹⁾ البته این نظریه با اصل حُب ذات مخالف نیست و آن را تأیید می کند. به نظر می رسد حُب ذات، ریشه ای ترین غریزه ای است که انسان از آن برخوردار است و تقریباً همه رفتارهای آدمی در جهت

ص: 221

1- ر. ک: مصطفی عزیزی علویچه، «بررسی تطبیقی نظریه خودگرایی و حُب ذات»، فصلنامه اندیشه نوین، سال سوم، شماره نهم، تابستان 1386.

حبّ ذاتش سامان می گیرد. به عبارت دیگر، اگر انسان از خرد بهره مند باشد، هرگز آگاهانه رفتاری را که مطلقاً برای او زیانبار است انتخاب نخواهد کرد و به طور کلی حق چنین کاری را نیز ندارد. برای مثال، در انواع فداکاری ها نیز انسان فداکار، عمل خود را برای دستیابی به نفعی برتر انجام می دهد و از منفعتی کوچک تر صرف نظر می کند. این اصل از سوی آموزه های دینی نیز پذیرفته شده است؛ لذا اگر فداکاری به گونه ای باشد که با منافع و مصالح اخروی او در تعارض باشد، مورد تأیید دین نیست. امام علی (علیه السلام) مصالح اخروی خود را بر اصلاح امت ترجیح می دهد و اصلاح امت را از مسیر نادرست که باعث آلودگی به گناه و عمل غیراخلاقی آن حضرت می شود روا نمی شمارد. از این رو در بیانی صریح با مردم کوفه که از فرمان آن حضرت تمرد می کردند می فرماید:

انی لعالم بما يصلحکم و یقیم اودکم و لکنی و الله لا اصلحکم بفساد نفسی. (1)

همانا من به آنچه شما را اصلاح می کند و از کج روی باز می دارد آگاهم؛ اما به خدا سوگند که شما را با به تباهی کشاندن خود اصلاح نخواهم کرد.

منفعت طلبی انسان که از حبّ ذات سرچشمه می گیرد، در سه حوزه تعریف می شود: جاودانگی طلبی، لذت جویی و کمال خواهی. یعنی انسان به دلیل حبّ ذات خود، همواره در پی این سه منفعت است. گرچه گاه ممکن است دستیابی به یکی از این سه منفعت، با دیگری در تعارض باشد که در آن صورت، بنابر شناخت و خردمندی و نیز جهان بینی فرد، رفتاری انتخاب می شود تا یکی از منافع جلب شده، از منفعت دیگر صرف نظر شود. لذا علامه طباطبائی در کتاب نهایة الحکمه در این درباره می نویسد:

انسان در رفتار اختیاری خود همواره غایت و غرضی را دنبال می کند؛ حتی رفتارهای گزاف و بیهوده ای که از انسان صادر می شود نیز دارای غایت است. از سوی دیگر، غایت هر فعلی به فاعل آن باز می گردد؛ بدین معنا که فاعل همیشه برای کمال خویش کار انجام می دهد، و مقصود اصلی در همه افعالی که از فاعل صدور می یابد خود فاعل است، حتی کسی که به انسان در مانده ای نیکی و احسان می کند تا او را شادمان سازد، در واقع به دنبال

ص: 222

کمال و نفع خویش است؛ زیرا او با دیدن احوال ناگوار آن مسکین، اندوهگین و غمناک می شود و با احسان خود، در واقع می خواهد آن غم و اندوه را از خودش برطرف سازد. (1)

ایشان در المیزان به لذت جویی او اشاره کرده، می گوید:

انسان در هر عملی که انجام می دهد، لذتی را در نظر می گیرد که یا لذت مادی و بدنی است، مانند لذت غذا، نوشیدنی، ازدواج و امثال آن؛ و یا لذت فکری است، مانند لذت ترقی، انس، مدح، فخر، نام نیک، انتقام، ثروت، امنیت و صدها نظایر آن.

این لذا ید است که عمل و متعلقات عمل انسان را در نظر او زینت می دهد و خداوند، آدمی را به وسیله همین لذت ها تسخیر نموده است.

اگر این لذا ید نبود، بشر در صدد انجام هیچ عملی بر نمی آمد و در نتیجه، آن غرضی را که خداوند از آفرینش در نظر داشته و همچنین نتایج تکوینی از قبیل بقای شخص و دوام نسل، هرگز حاصل نمی شد.

اگر در خوردن و آشامیدن و زناشویی لذتی نبود، هیچ وقت انسان حاضر نبود برای رسیدن به آن، این همه رنج و زحمت بدنی و ناملا یمات روحی را تحمل کند و در نتیجه نظام زندگی مختل می شد و افراد از بین رفته و نوع بشر منقرض می گشت و حکمت تکوین و ایجاد، بدون شک لغو می گردید. (2)

قرآن کریم در چند آیه به این موضوع تصریح کرده است و از آیات فراوان می توان برای حب ذات آدمی و منفعت طلبی او استفاده کرد و ثابت کرد این موضوع، مورد تأیید خداوند متعال است. از جمله در سورة عادیات، به نفع طلبی انسان تصریح شده است: (وَإِنَّهُ لِحُبِّ الْخَيْرِ لَشَدِيدٌ)؛ و به راستی انسان بسیار شیفته خیر است. گرچه برخی مفسران، این «خیر» را فقط مال دنیا دانسته اند، علامه طباطبایی آن را مطلق خیر دانسته، معتقد است انسان طالب هر خیر یا منفعتی است. (3) افزون بر این قبیل آیات، بشارت های پر شمار قرآن در مقام وعده پاداش اعمال نیک

ص: 223

1- . نهاية الحکمة: ص 183.

2- . المیزان فی تفسیر القرآن: ج 7 ص 325.

3- . همان: ج 20 ص 19.

مؤمنان، همگی تصدیق‌کننده حب ذات انسان منفعت‌طلبی اوست. همچنین اندازهای فراوان قرآن کریم، بر حب ذات انسان و بیزاری او از زیان، دشواری و محنت صحّه می‌گذارد و به نوعی بیان می‌کند که این ویژگی، جزو ذات انسان و از آن انفکاک‌ناپذیر است.

هدایت حب ذات

آنچه اصل حبّ ذات (مورد تأیید اسلام) را با خودگرایی اندیشمندان غیرمسلمان متفاوت کرده این است که اولاً از منظر اسلام، زندگی انسان به زندگی دنیوی و مادی خلاصه نمی‌شود و حیات ابدی آدمی در قیامت، قطعی است. بنابراین وجود انسان وجودی مستمر است که به جهان پس از مرگ نیز خواهد انجامید؛ ثانیاً منافع، به منافع مادی و دنیوی خلاصه نمی‌شود و منافع معنوی و اخروی، بزرگ‌تر و ماندگارتر خواهد بود. بنابراین رفتارهایی که انسان مؤمن انجام خواهد داد، با توجه به این دو اصل، متفاوت با رفتاری است که انسان مادی انجام می‌دهد و ارزش‌های هریک از این دو نیز متفاوت خواهد بود. یعنی هر دو انسان در جستجوی منفعت و لذت و کمال شخصی‌اند، اما منفعت و لذت و کمال هریک متفاوت است؛ از این رو رفتارهایشان نیز متفاوت خواهد بود.

پس بر انسان مؤمن لازم است که حس منفعت‌جویی خویش را به سوی منافع تأیید شده دین هدایت کرده، از منافع مادی و زودگذر دنیوی و متاع‌قلیل آن، در صورت تعارض با منافع آخرت صرف نظر کند. این کار یعنی هدایت حبّ ذات به سوی منافع مشروع و تأیید شده شرع و اخلاق.⁽¹⁾ قرآن کریم سرشار از آیاتی است که انسان را دعوت می‌کند برای سعادت و رستگاری ابدی خود، از منافع و لذات نامشروع، زودگذر و فانی دنیوی چشم‌پوشد و خویشتن‌داری کند. از جمله این آیات بی‌شمار، به آیه شریفه ذیل اشاره می‌کنیم که دستیابی پاداش بیشتر از عمل و حیات طیبه را در گرو ایمان و عمل صالح دانسته، می‌فرماید:

(مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنشَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَ

ص: 224

1- ر. ک: مصطفی عزیزی علویجه، «بررسی تطبیقی نظریه خودگرایی»، فصلنامه اندیشه نوین، سال سوم، شماره نهم، تابستان 1386.

لَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ). (1)

هر کس - از مرد یا زن - کار شایسته کند و مؤمن باشد، قطعاً او را با زندگی پاکیزه ای، حیاتِ [حقیقی] بخشیم، و مسلماً به آنان بهتر از آنچه انجام می دادند پاداش خواهیم داد.

تصریح به این معنا، نشانه این است که خداوند از حب ذات و خواسته های انسان آگاه است و برنامه دستیابی به خواسته اش را نیز ایمان و عمل صالح دانسته است. رابطه مواجهه احساسی انسان با خود با رفتارهای اخلاقی پسندیده در شکل ذیل نمایش داده شده است:

عکس

□

ص: 225

1- نحل: 97.

بی تردید همه انسان ها خواستار خیر خواهی برای خویش اند؛ اما در بسیاری موارد، خیرخواهی انسان ها برای خود، خیرخواهی واقعی نیست و آن ها نمی توانند خیر و مصلحت واقعی خویش را به درستی تشخیص دهند. گام نخست خیرخواهی برای هر موجود، شناخت اوست؛ زیرا بدون شناخت، هرگز نمی توان خیرخواه بود. به همین دلیل آموزه های اسلامی، بیش از هر چیز بر شناخت تکیه کرده و ارزشمندترین شناخت، معرفت نفس دانسته و راه های شناخت نفس را به بشر نمایانده و نیز او را به خودش شناسانده است.

اینکه اغلب انسان ها از خیرخواهی برای خویش عاجزند از آنجا پیداست که بیشتر رهروان ادیان و از جمله مسلمانان، به پیروی صادقانه و راستین از تعالیم دینی خود که خیر مطلق آنان را ضمانت کرده است اهتمام نداشته، از دینداری فقط به برخی ظواهر بسنده می کنند.

استاد محمدتقی جعفری، جهل و ناآشنایی با خود را یکی از مصادیق از خودبیگانگی دانسته، در این باره می گوید:

از خودبیگانگی اکثریت چشمگیر انسان ها را دربر گرفته است. هر چند از آغاز تاریخ، پیامبران الهی و حکمای بزرگ، انسان ها را به خود و آشنایی با آن دعوت کرده اند، اما تبلیغات جدی آن ها کمتر بر انسان ها اثر گذاشته است. اهمیت آشنایی با خود، تا آنجاست که اگر مکتبی

نتواند انسان ها را با خود آشنا سازد و شایستگی ها و بایستگی ها را به آن ها گوشزد کند، ارزش نخواهد داشت. (1)

به هر تقدیر باید خیرخواه خود بود و سپس چگونگی رفتار خیرخواهانه با خود را نیز فراگرفت. به این منظور، باید بر اساس آنچه خالق حکیم در مصلحت و سعادت بشر بیان کرده رفتار کنیم تا حقیقتاً در حق خویش خیرخواهی کرده باشیم؛ چرا که او مصلحت، کمال و سعادت مخلوق خویش را بهتر می شناسد و خیر او را از هر کس دیگر بهتر تشخیص می دهد؛ دانا به آشکار و نهان است و بی نیاز از هر نیاز؛ نه به امری جاهل است و نه به منفعتی نیازمند، تا به دلیل جهل یا نیاز نخواهد یا نتواند راه صواب را به بندگانش نشان دهد و خواسته یا ناخواسته آنان را به خطا و انحراف اندازد. پس کسی که خیرخواه خود است و نیاز و وابستگی خویش را درک کرده است، در تبعیت از خداوند برای دستیابی به سعادت خویش تردید نمی کند.

اما بر اساس تعالیم آسمانی، نفس انسان دارای سه رتبه و درجه است: درجه نخست یا پایین ترین درجه آن، نفس طبیعی یا حیوانی است. پیروی از تمایلات و گرایش های این نفس، اگر عقل و شرع دخالت داده نشود، هلاکت آدمی را در پی خواهد داشت. (2) مرتبه دوم، مرتبه نفس انسانی است که در متون دینی از آن به «نفس لّوامة» تعبیر می شود. (3) این نفس، صفات برجسته انسان و نیز جایگاه انسان در جهان آفرینش و در میان همنوعان را لحاظ می کند و او را از پیگیری محض نفع شخصی برحذر می دارد. مرتبه عالی و کمال یافته نفس هنگامی است که نفس انسانی به نفس الهی ارتقا یابد و وصال به محبوب و جلب رضا و خشنودی او و تبعیت از خواست او هدف نهایی دانسته شود. (4)

انسان باید توجه داشته باشد که برای نایل شدن به مرتبه کمال انسانی، یعنی مرتبه نفس مطمئنه، نباید تمایلات نفس طبیعی یا حیوانی خویش را سرکوب کند و

ص: 228

1- . محمدتقی جعفری، «انسان شناسی از منظری نو»، به نقل از سایت: www.OstadJafari.com

2- . نفس امّاره (وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي) (یوسف: 53).

3- . (وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ) (قیامت: 2).

4- . نفس مطمئنه (يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ * ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً * فَادْخُلِي فِي عِبَادِي * وَادْخُلِي جَنَّتِي) (فجر: 27 - 30).

اجازه بروز و ظهور را به صورت مطلق از آن بگیرد. آموزه های اسلامی، با هدایت همه تمایلات و گرایش ها به مسیر صحیح، پیروان خود را دعوت می کند به اندازه مطلوب و با حفظ شئون انسانی و رعایت کرامت و حرمت خود، از آن تمایلات برخوردار شوند. این یعنی کنترل تمایلات و جلوگیری از سرکشی یا خروج از حد اعتدال و حدود شرع مقدس. آموزه های اسلامی می آموزد که گرچه انسان نفس طبیعی و گرایش های غریزی دارد، باید بداند که خالق حکیم هیچ خصلتی را که مطلقاً بی فایده و زیان آور باشد به او اعطا نکرده و هرگز از او نخواسته است که یکی از آن ها را به طور کامل سرکوب کند. همچنین هیچ خصلتی نداده است تا انسان به طور مطلق، توجه و اهتمام خود را به آن جلب کند و از امور دیگر بازماند. (1) از این رو آنچه خدای متعال به او عطا کرده، برای زندگی در دنیا و پیمودن کمال و نیل به سعادت ضروری است. پس اگر آن را آن گونه که او ترسیم کرده به کار گیرد و از آن بهره برداری کند، به آن هدف والا دست خواهد یافت. از این رو برای اعضا و جوارح بدن که گرایش های حیوانی و طبیعی انسان غالباً توسط آن ها ارضا می شود، حقوقی ترسیم می کند و پایمال کردن آن حقوق را خطا و گناه می داند. همچنین او را متوجه می کند به اینکه حقیقت انسان، فقط تمایلات همین اعضا و جوارح نیست؛ بلکه او حقیقتی فراتر از نفس طبیعی و تمایلات مربوط به آن دارد که باید به خواست آن نیز توجه و کمال آن را نیز به طور جدی پیگیری کند.

امام سجاد (علیه السلام) در رساله حقوق می فرماید:

اما حق نفسک علیک، فأن تستوفيها فی طاعة الله فتؤدی الی لسانک حقه و الی سمعک حقه و الی بصرک حقه و الی یدک حقها و الی رجلک حقها و الی بطنک حقه و الی فرجک حقه و تستعین بالله علی ذلک. (2)

اما حق نفست بر تو آن است که به تمام و کمال، آن را در مسیر اطاعت خدا قرار دهی؛ پس ادا کنی حق گوش، چشم، دست، پا، شکم و دامن را، و در ادای حق اعضا و جوارحت، از خدا کمک بخواهی.

ص: 229

1- . اسرا: 29 (وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا) نه دست خویش از روی خست به گردن ببند و نه به سخاوت یکباره بگشای؛ که در هر دو حال، ملامت زده و حسرت خورده بنشینی.

2- . رساله حقوق امام سجاد (علیه السلام): ص 33.

در این کلام، به خوبی بیان شده است که نفس اماره انسان حقی بر انسان ندارد؛ چرا که آن نفس هرگز به خیر دعوت نمی کند تا بتوان دست کم بخشی از خواسته های آن را ادا کرد؛ اما اعضا و جوارح حقوقی دارند که ادای آن ها وظیفه و تکلیف انسان دانسته شده است. البته حقی که نفس به معنای حقیقت و وجود آدمی بر خودش دارد، فقط سوق دادن آن به سمت کمالات برای نیل به سعادت ابدی است. از این رو در متن نقل شده از امام سجاد (علیه السلام) ابتدا به آن حق اساسی تصریح شده و رعایت حقوق اعضا و جوارح نیز در همان جهت دانسته شده است. بنابراین خیرخواه خود بودن به آن است که حقوق مرتبط با خود را شناخته و در جهت ادای آن حقوق گام برداریم. این حقوق، همان رفتارهایی است که هر فرد باید در ارتباط با خود انجام دهد.

اقسام رفتارهای انسان با خود

اشاره

در فصول گذشته گفتیم بسیاری از اندیشمندان اذعان دارند که معرفت و شناخت نفس، زیربنای اصلاح رفتار در همه حوزه های ارتباطی انسان است. شناخت نفس نه فقط رفتار انسان با خویش را اصلاح می کند، بلکه موجب شناخت خدا و در نتیجه موجب اصلاح رابطه و تعامل انسان با خداوند نیز خواهد شد. از سوی دیگر، از آنجاکه یکی از زیرشاخه های شناخت خود، شناخت انسان است، برای شناخت خود در واقع باید انسان را نیز بشناسد. از این رو، با شناخت خود، رابطه با هموعان نیز اصلاح شده، در نتیجه تعامل با آن ها بر اصول و معیارهای اخلاقی استوار خواهد شد.

بنابراین می بینیم که معرفت نفس، همانند تنه درختی است که از آن، دو شاخه می روید. یکی از آن دو شاخه، ترسیم کننده «رفتارهای درون شخصی» است و دیگری به «رفتارهای برون شخصی» شکل می دهد. از شاخه اخیر، سه شاخه فرعی دیگر می روید که متضمن تبیین و اصلاح رابطه انسان با خدا، هموعان و طبیعت است. آنچه از این مختصر می توان نتیجه گرفت این است که اولاً چگونگی رفتارهای هر کس در حوزه های گوناگون رفتاری، نماینده میزان شناخت و معرفت او درباره خود است. (از کوزه همان برون تراود که در اوست)؛ ثانیاً رابطه انسان با نفس خویش و رابطه او در حوزه های سه گانه دیگر، همچون حلقه های به هم پیوسته ای است که

معمولاً، یا کمال یکی دربردارنده کمال دیگری است، یا از کمال دیگری حکایت می کند. بنابراین اگرچه ما در صدد تبیین مصادیق رفتار اخلاقی انسان با خود بر اساس آموزه های اسلامی هستیم، بی تردید کسی که بتواند رفتاری اخلاقی و مبتنی بر تعالیم اسلامی با خود داشته باشد، رفتارش با خالق خویش و همچنین با هموعان و طبیعت حیوانی و نباتی نیز اصلاح خواهد شد یا دست کم، اشکالات کمتری خواهد داشت.

بر این اساس، رفتارهای اخلاقی درون شخصی را در دو حوزه می توان به بحث گذاشت: نخست، «اقسام رفتارهای اخلاقی درون شخصی» و دیگری «مصادیق رفتارهای اخلاقی». رفتارهای اخلاقی درون شخصی با خود را نیز از منظری می توان به «رفتارهای مربوط به جسم» و «رفتارهای مربوط به روح و روان» تقسیم کرد.

عکس

□

در این بخش خواهیم کوشید رفتارهای انسان با خود را در دو دسته «رفتارهای مربوط به جسم» و «رفتارهای مربوط به روح و جان» بررسی کنیم.

1. رفتار اخلاقی انسان با جسم خود

اشاره

پیش از آغاز سخن در موضوع رفتارهای اخلاقی انسان در ارتباط با جسم خویش، توجه به دو نکته سودمند است: نخست آنکه شاید برای هر خواننده ای در آغاز این پرسش مطرح شود که تعامل انسان با جسم خویش و اصلاح رفتار او در این حوزه، به بهداشت و علوم پزشکی ارتباط دارد و اخلاقی دانستن این امور و نسبت دادن آن به مسائل اخلاقی توجیه شدنی نیست؛ اما حقیقت آن است که جسم انسان به منزله

امانت خداوند در اختیار او قرار گرفته و بخشی از وجود او به شمار می رود. بنابراین رفتار انسان با جسم خویش، از منظری به بهداشت و علوم پزشکی، از منظری دیگر به علم فقه، و از منظر سوم به علم اخلاق ارتباط خواهد داشت. از این رو به همان اندازه که اصلاح رفتار با جسم خویش و پاسداری از امانت خداداد می تواند رفتار اخلاقی و از زمره رفتارهای پسندیده و نیکو باشد، به همان اندازه سستی و بی مبالاتی در تأمین سلامت جسمانی خویش، یکی از مصادیق خیانت و اهمال در نگه داری امانت خدا به شمار می آید. بنابراین بحث از آن نیز به علم اخلاق مرتبط و نیز مفید و کارگشاست.

نکته دوم این است که اگرچه جسم انسان از نظر اهمیت، در مرتبه پایین تر از روح و جان قرار دارد و حقیقت آدمی به روح اوست و جسم فقط قالبی است که روح در آن حلول می کند و آثار وجودی خود را از طریق جسم نمایان می سازد، اما این سخن بدان معنا نیست که جسم آدمی ارزش ندارد و هیچ گونه توجهی نمی طلبد و هیچ حقی بر انسان ندارد. معارف دینی به روشنی در این باره اظهار نظر، و تکلیف هر فرد را در ارتباط با جسمش مشخص کرده است. بنابراین گرچه جسم برای نیل به سعادت و کمال روح، ابزاری بیش نیست، اما از پرداختن به آن نمی توان غافل شد. چه بسیار افرادی که در تأمین سلامت جسمانی خود سستی و اهمال ورزیدند و در نتیجه به سبب ابتلا به انواع بیماری های جسمانی، از دستیابی به مدارج عالی کمال و سعادت محروم شدند. بر این اساس، سلامت جسم انسان هدفی در اخلاق به شمار می آید؛ اما نه هدف غایی، بلکه هدفی میانی برای دستیابی به هدف عالی کمال و سعادت.

الف - سلامت جسم؛ هدف میانی

گفتیم سلامت جسم، هدفی بالذات اما میانی است؛ یعنی هدف عالی و غایت بالذات نیست. آنچه به منزله غایت در اخلاق مطرح است، روح سالم و کمال و سعادت اوست. بدیهی است فقط با تأمین سلامت جسم می توان هم شکر نعمت خداداد را در این خصوص به جا آورد، و هم زمینه را برای دستیابی به هدف عالی فراهم آورد. بنابراین سخن از رفتار اخلاقی انسان با خود در حوزه جسم خویش، از جمله موضوعات مهمی است که در این بخش باید به آن توجه شود.

از منظر متون دینی، بی توجهی یا اهمال در حفظ سلامت بدن، به معنای تضییع حقوق جسم خویش و نادیده گرفتن احکام اخلاقی در ارتباط با آن است. (1) براین اساس همان گونه که پیش تر اشاره شد، جسم انسان مرکبی است که روح او در آن حلول کرده و تعین یافته است. جسم، وسیله و ابزاری است که روح یا نفس هر کس بتواند با استفاده از آن، مراتب کمال را پیماید و خود را به درجات عالیّه برساند و نفس خویش را از مرتبه طبیعی به درجه الهی ارتقا دهد؛ هرچند ممکن است افرادی با ابزار جسم مادی، نفس خویش را از درجه انسانی به مراتب پست تر تنزل دهند و خود را به اسفل السافلین برسانند و از مصادیق «اولئک کالانعام بل هم اضل» (2) شوند.

به هر حال نگاه دین به دنیا و جسم مادی، نگاه ابزاری در جهت دستیابی به کمال و سعادت است. (3) این نگرش، مطلوبیت طول عمر و سلامت و عافیت را دو چندان می سازد و به آدمی انگیزه ای مضاعف برای استفاده بهینه از فرصت زندگی در دنیا در جهت دستیابی به درجات بالاتر کمال و سعادت می بخشد. طول عمر و سلامت جسم، این فرصت و امکان را به انسان می دهد تا مراحل رشد و کمال و سعادت را یکی پس از دیگری پیماید؛ اما مرگ زود هنگام، بیماری ها و نارسایی های گوناگون، این فرصت را از او می گیرد و امکان رشد و تعالی را از او سلب می کند. با این بیان، فلسفه دستورات عقل و دین درباره ضرورت مراقبت از جسم، و حرمت زیان رساندن عمدی به بدن خویش آشکار می شود و موجب می شود هر انسان مؤمن، به مراقبت از سلامت خود به صورت تکلیف شرعی و اخلاقی بنگرد و از آن برای دستیابی به هدف متعالی مزبور استفاده لازم را ببرد.

ب - ضرورت مراقبت از سلامت جسم

مراقبت از سلامت بدن، و تأمین سلامت برای جسم بیمار به اندازه ای حایز اهمیت است که نزد پیشوایان دین (علیهم السلام)، دانش پزشکی یکی از دو قسم علم به شمار آمده

ص: 233

1- . ر.ک: رساله حقوق امام سجاد (علیه السلام): ص 33.

2- . اعراف: 179.

3- . ر.ک: نهج البلاغه: خطبه 133 که امام علی (علیه السلام) در وصف دو دسته از مردم که دو نگاه متفاوت به دنیا دارند می فرماید: انما الدنيا منتهی بصر الاعمی لا یبصر من وراءها شیئاً و البصیر ینفذها بصره و یعلم انّ الدار وراءها، فالبصیر منها شاخص و الاعمی الیها شاخص، و البصیر منها متزود و الاعمی لها متزود.

است. اهمیت علم پزشکی به اندازه ای است که در بیان پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) قسیم علم دین قرار گرفته و در این باره، ایشان در جمله ای صریح و روشن می فرماید: «العلم علما، علم الادیان و علم الابدان»؛⁽¹⁾ دانش دو قسم است: دانش مربوط به دین ها، و دانش مربوط به بدن ها». در برخی دیگر از روایات، علم سه یا چهار نوع دانسته شده است که در همه آن ها «علم الابدان» یا «طَبّ الابدان» یکی از اقسام علوم دانسته شده است.⁽²⁾

اکنون این پرسش مطرح است که «آیا انسان به مثابه موجودی که خداوند او را آزاد آفریده و آزادی حقی طبیعی اوست، مالک و صاحب اختیار جسم خویش نیست؟». به راستی آیا انسان مجاز نیست به جسم خود آسیبی وارد آورد، یا عمر خود را کوتاه کند و به اختیار خود به زندگی اش پایان دهد؟ شاید پیروان برخی مکاتب، هرگونه تصمیم آدمی برای جسم خویش، و هرگونه تعامل با جسم خویش را مشروع بدانند و انسان را صاحب اختیار جسم خویش قلمداد کنند و به او اختیار دهند هرگونه رفتاری در رابطه با جسم خویش در پیش گیرد، اگرچه در جهت زیان رسانی به جسم خود باشد؛ اما همان گونه که گذشت، در تعالیم آسمانی دین مبین اسلام، جسم انسان امانتی است که در اختیار او قرار داده شده و او مکلف است امانتدار باشد و در محافظت از موهبت وجود، که پروردگار به او عطا کرده است، در راه دستیابی به سعادت و کمال بکوشد. همچنین در احکام شرعی، همواره سلامت جسم مکلفان، کانون توجه شارع مقدس بوده است. در اهمیت سلامت جسم مکلف از دیدگاه شرع مقدس، همین بس که آنجا که سلامت بدن آنان در معرض تهدید قرار می گیرد، برای حفظ سلامت یا تداوم زندگی، حرام ها حلال، و حلال ها حرام یا حتی واجب می شود و بسیاری از احکام شرعی تغییر می کند. به همین دلیل فقیه ان از قاعده «لا ضرر و لا ضرار فی الاسلام» و «کل مضرّ حرام» برای تبیین حرام و حلال شرعی استفاده می کنند.⁽³⁾ برای مثال، برای محافظت از جان انسان

ص: 234

1- ر.ک: کنز الفوائد: ج 2 ص 107.

2- ر.ک: موسوعة الاحادیث الطیبة: ج 1 ص 33 احادیث 2، 3.

3- اصل الشیعه و اصولها: ص 300.

مضطر، خوردنی یا آشامیدنی ای که به حکم اولی حرام است، با حکم ثانوی حلال می شود؛ یا «روزه» که در حالت عادی در ماه مبارک رمضان به حکم اولی واجب است، به حکم ثانوی حرام می شود. افزون بر آن، در سیره معصومان (علیهم السلام) روایات بی شماری در تبیین امور مربوط به بهداشت و درمان وجود دارد که از اهتمام فراوان آموزه های دینی به مراقبت از سلامت جسم حکایت می کند. بنابراین بر اساس آنچه در منابع دینی منعکس شده است، آدمی نمی تواند هرگونه رفتاری با جسم خود داشته باشد و سلامت خود را به خطر اندازد. بر اساس آموزه های اسلامی، مراقبت از سلامت جسم برای همگان تکلیف شرعی، ضرورت اخلاقی و حق انسان بر نفس خویش به شمار می آید؛ و کوتاهی در انجام دادن این تکلیف، گناهی بزرگ و در بعضی موارد نابخشودنی به شمار می آید که عذاب ابدی دوزخ را در پی خواهد داشت.

استاد شهید مرتضی مطهری در این باره می گوید: «اسلام "تن پروری" به معنی "نفس پروری" و شهوت پرستی را شدیداً محکوم کرده است، اما پرورش بدن به معنی مراقبت و حفظ سلامت و بهداشت را از واجبات شمرده است و هر نوع عملی را که برای بدن زیان بخش باشد حرام شمرده است».⁽¹⁾

بسیاری از فقهای بزرگ، محافظت از بدن را واجب، و زیان رساندن به آن را حرام دانسته اند و دیگران دست کم اضرار به نفس را جایز ندانسته و ادله شرعی را در این خصوص برای حرمت زیان رساندن به بدن کافی نمی دانند، اما درباره عدم جواز آن اتفاق نظر دارند.⁽²⁾ البته بسیاری از فقها، منبع این حکم شرعی را عقل انسان می دانند و معتقدند این حکم عقلی، مبنای بسیاری از احکام شرعی دیگر شده، در فروع فقهی، آنجا که موضوع اضطراب مطرح می شود، حکم اولی به دلیل وجود اضطراب و وجوب محافظت از بدن برداشته می شود و حکم ثانویه که در جهت دفع ضرر از بدن است، به جای آن می نشیند. شیخ طوسی در کتاب الخلاف دفع ضرر و زیان از جان و مال را واجب می داند و می نویسد:

ص: 235

1- انسان در قرآن: ص 29، 30.

2- ر. ک: محمد رحمانی، «نگاهی به مبانی فقهی پیوند اعضا در فتاوی مقام معظم رهبری»، پژوهش و حوزه، بهار 1380، ش 5.

إذا قصد رجل رجلا يريد نفسه أو ماله، جاز له الدفع عن نفسه أو عن ماله، وإن أتى على نفسه أو نفس طالبه، و يجب عليه أن يدفع عن نفسه إذا طلب قتله، ولا يجوز أن يستسلم مع القدرة على الدفع. (1)

اگر مردی بخواهد به دیگری زیان جانی یا مالی وارد سازد، جایز است بر او که آن زیان را از جان و مال خود دفع کند... و واجب است دفع آن اگر او قصد کشتنش را داشته باشد، و در صورتی که توانمندی دفع را داراست، تسلیم جایز نیست.

او همچنین در کتاب المبسوط، در بحث اضطرار و حلال شدن محرمات برای فرد مضطر می گوید:

و من حلت له الميتة حل له الدم و لحم الخنزير و الكلب و الإنسان و غيرها من المحرمات، فيحل له كل ما حرم من ميتة و دم و لحم خنزير. (2)

و کسی که [بواسطه اضطرار] خوردن میته بر او حلال شده است، خوردن خون و گوشت خوک و سگ و انسان و محرمات دیگر نیز جایز است؛ پس برای او خوردن هر آنچه حرام است مانند میته، خون و گوشت خوک، حلال خواهد بود.

ابن ادریس حلی با استناد به آیه شریفه (وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ) در مواردی که مکلف مضطر می شود، دفع آن اضطرار را حتی با حرام جایز شمرده، می گوید:

و لا أَدْفَعُ جَوَازَهُ لِلْمُضْطَرِّ إِلَى أَكْلِ مَا يَكُونُ فِيهِ الْخَمْرُ خَوْفًا مِنْ تَلْفِ نَفْسِهِ، لِقَوْلِهِ تَعَالَى (وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ) وَ أَيْضًا فَادْلَةُ الْعُقُولِ تَجُوزُهُ وَ تَوَجُّبُهُ، لِأَنَّهُ يَدْفَعُ الضَّرَرَ بِهِ عَنْ نَفْسِهِ، فَلَا مَانِعَ يَمْنَعُ مِنْهُ عَقْلًا وَ سَمْعًا. (3)

و جایز بودن خوردن آنچه را در آن شراب است برای مضطری که از ترس جاننش این کار را انجام دهد رد نمی کنم، به سبب کلام خداوند که فرموده

ص: 236

1- . الخلاف: ج 5 ص 345، 346، مسألة 16.

2- . المبسوط: ج 6 ص 184، 285.

3- . السرائر: ج 3 ص 132.

است: «با دست خود خویشتن را به هلاکت نیندازید»؛ و همچنین ادله عقلی، جواز و وجوب آن را تأیید می کند؛ زیرا با این کار ضرر را از جان خود دور می سازد. پس هیچ مانع عقلی و نقلی که این کار را منع کند وجود ندارد.

ابن یونس عاملی نیز می گوید:

قد أبيحت كلمة الكفر وغيرها من المحرمات عند الخوف على النفس. (1)

هنگام ترس، کفرگویی و هرچه غیر از آن، که حرام است، مباح است.

این فتاوا و نظایر بی شمار آن که در کتب فقهی اندیشمندان و فقیهان مسلمان آمده است، از پشتوانه آیات قرآن کریم و روایات معصومان (علیهم السلام) برخوردار است. ذکر چند نمونه از این روایات، سودمند است:

از امام باقر (علیه السلام) نقل شده است که می فرماید:

سلامة الدين وصحة البدن خير من المال. (2)

سلامت دین و بدن، بهتر از مال دنیا است.

مفضل بن عمر می گوید: به امام صادق (علیه السلام) عرض کردم:

فدایت شوم، مرا از اینکه چرا خدا شراب، میته، خون و گوشت خوک را حرام کرده آگاه فرما.

فرمود: خداوند متعال... خلق را آفرید و به آنچه برای بدن آنها لازم و مفید است آگاه است؛ پس آن ها را بر او حلال کرد و مباح داشت از باب تفضل بر آن ها و رعایت مصلحتشان؛ و نیز به آنچه برای آن ها زیان داشت آگاه بود؛ پس آن ها را از آن نهی و بر آن ها حرام کرد. سپس - محرمات را - برای مضطر مباح قرار داد و آن را حلال کرد آنگاه که بدنش جز به آن سالم نمی ماند؛ پس او را به تناول از آن حرام به اندازه ضرورت، امر فرمود نه بیشتر از آن. (3)

ص: 237

1- . الصراط المستقیم: ج 2 ص 295.

2- . شرح اصول کافی ملا صالح: ج 9 ص 116.

3- . المحاسن: ج 2 ص 334 ح 104: أخبرني جعلت فداك لم حرم الله الخمر والميتة والدم ولحم الخنزير؟ فقال: إن الله تبارك و تعالی... خلق الخلق و علم ما يقوم به أبدانهم و ما يصلحهم، فأحل لهم و أباحه تفضلا منه عليهم به تبارك و تعالی لمصلحتهم و علم عز وجل ما يضرهم فنهاهم عنه و حرمه عليهم، ثم أباحه للمضطر و أحله في الوقت الذي لا يقوم بدنه إلا به فأمره أن ينال منه بقدر البلغة لا غير ذلك.

امام صادق (علیه السلام) در حدیثی می فرماید:

كلما أضر به الصوم فالا فطار له واجب. (1)

هرگاه روزه زیان رسان باشد، افطار آن بر مکلف واجب است. (2)

بر اساس آنچه بیان شد مراقبت از جسم و پرهیز از هر گونه زیان رساندن به آن از جمله وظایف شرعی و اخلاقی انسان مؤمن و خردمند بشمار می رود و کوتاهی در نگه داری و مراقبت از آن ناپسند بوده بازخواست خداوند را به دنبال خواهد داشت.

ج - انواع رفتارهای اخلاقی با جسم خود

اشاره

برای تأمین سلامت جسم و مراقبت از آن، سه رفتار کلی را می بایست در نظر داشت و به آن اهتمام ورزید. این رفتارها عبارت است از: رعایت بهداشت، تغذیه مناسب و درمان در صورت نیاز. در اینجا به اختصار به هریک خواهیم پرداخت.

1. بهداشت و پاکیزگی

از آنجاکه سلامتی، نعمت و موهبتی الهی است که آدمی برای نیل به کمال بدان نیازمند است، مراقبت از سلامت جسم به منزله وظیفه ای عقلی و اخلاقی مورد تأکید است. در این جهت رعایت بهداشت و پاکیزه بودن، از توصیه های جدی است که پیشوایان دین نیز به آن اهتمام داشته اند. پاکیزگی و نظافت نه فقط کانون توجه پیشوایان، بلکه مورد عنایت فرشتگان الهی نیز بوده است. این امر تا اندازه ای مهم و برای برقراری ارتباط با دیگران ضروری و اخلاقاً نیز موجب حفظ حرمت و کرامت نفس خویش و رعایت حقوق افراد پیرامونی می شود که پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) در این خصوص می فرماید:

این بدن ها را پاکیزه سازید، خدا شما را پاکیزه گرداند؛ زیرا هیچ بنده ای نیست که شب با بدنی پاکیزه بخوابد مگر آنکه فرشته ای در کنار او می خوابد و هیچ ساعتی از شب از این پهلوی به آن پهلوی نمی شود مگر آنکه فرشته او را دعا کرده، می گوید: خدایا بنده ات را بیامرز زیرا با بدنی پاکیزه خوابیده است. (3)

ص: 238

1- . کتاب من لایحضره الفقیه: ج2 ص133 ح1946.

2- . برای روایات بیشتر می توان به کتاب وسائل الشیعة، ابواب مربوط به الاطعمه و الصوم مراجعه کرد.

3- . کنز العمال: ح 26003.

همچنین امام علی (علیه السلام) در تبیین اهمیت و لزوم رعایت پاکیزگی و بهداشت می فرماید:

خودتان را با آب از بوی نامطبوعی که موجب آزار دیگران است پاکیزه سازید و به خود برسید؛ زیرا خداوند از بندگان پلشتی که هر که با او بنشیند از او اذیت می شود بیزار است. (1)

لازمه برقراری ارتباط سالم با همنوعان و رعایت حقوق خود و همنوعان در تعاملات و نیز یکی از نخستین اقدام های اخلاقی هر انسان مؤمن و خردمند، این است که در پاکیزگی، نظافت و رعایت بهداشت بکوشد تا سعادت خود و دیگران را از این منظر تأمین کند. پیوند رعایت نظافت و پاکیزگی با سعادت انسان، از متون روایی ذیل قابل استفاده است: «به اندازه ای که می توانید خود را پاکیزه گردانید؛ زیرا خداوند اسلام را بر پاکیزگی بنا نهاده است و جز پاکیزگان به بهشت داخل نمی شوند». (2)

البته مقصود ما از رعایت بهداشت، مفهوم عام و وسیع آن است؛ یعنی مراقبت از سلامت خویش. سلامت، نعمتی است که خداوند متعال به بندگان عطا کرده است؛ پس مراقبت از آن در حقیقت مراقبت از نعمت الهی و پاسداری از آن است؛ چرا که شکر نعمت خدا به آن است که از نعمت او به درستی استفاده شود. بنابراین آدمی حق ندارد سلامت خود را بی جهت به خطر اندازد یا در نگهداری از آن کوتاهی کند. ارزش این نعمت به اندازه ای است که امام علی (علیه السلام) در اولین سخنرانی اش پس از رحلت پیامبر می فرماید: «ولا لباس اجمل من العافیه ولا وقایة امنع من السلامة». (3)

پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) نیز سلامت را یکی از دو نعمتی می داند که مردم قدر آن را نمی دانند تا آن هنگام که آن را از دست می دهند: «نعمتان مغبون فیهما کثیر من الناس، الصحة و الفراغ». (4)

ص: 239

1- . الخصال: ص 620 ح 10.

2- . کنز العمال: 26002.

3- . الکافی: ج 8 ص 18.

4- . عوالی اللآلی: ج 1 ص 168 ح 185.

بر کسی پوشیده نیست که رژیم غذایی، تأثیر مستقیم و زود هنگام در تأمین سلامت جسم و استمرار آن، یا ابتلای جسم به بیماری خواهد داشت. در متون دینی در این دو حوزه توصیه های بسیاری وارد شده است، اما پرداختن به آن به صورت مفصل، خارج از عهده این اثر است و باید در کتب طب سنتی یا مباحث مربوط به آداب الاعمال در پی آن بود؛ اما در اینجا اشاره ای مختصر به این بحث اجتناب ناپذیر است.

قرآن کریم با یک جمله، اساس سلامت بشر را بر تغذیه صحیح و پرهیز از افراط و زیاده روی می داند و می فرماید:

(كُلُوا وَ اشْرَبُوا وَ لَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ). (1)

بخورید و بیاشامید ولی اسراف نکنید؛ که او اسراف کنندگان را دوست ندارد.

البته تقریب نیز همانند افراط در خوردن و آشامیدن، زیانبار است و موجب به خطر افتادن سلامت جسم انسان می شود، اما بیشتر انسان ها، آنگاه که در استفاده از نعمت های خدا از تمکن همه جانبه برخوردار باشند، در دام پُرخوری و افراط و زیاده روی افتاده، به بیماری های گوناگون مبتلا می شوند. به همین دلیل، موضوع پرهیز از اسراف و زیاده روی، دستوری کلیدی در بهداشت به شمار می آید و توصیه های فراوانی در این خصوص در روایات آمده است.

امام رضا (علیه السلام) در بیانی زیبا، در لزوم توجه به اصل تغذیه صحیح، خوردن و آشامیدن طیبات و پرهیز از زیاده روی در خوردن و آشامیدن، این گونه می فرماید:

إِنَّ الْجَسَدَ بِمَنْزِلَةِ الْأَرْضِ الطَّيِّبَةِ، مَتَى تُعْوهِدَتْ بِالْعِمَارَةِ وَالسَّقْيِ مِنْ حَيْثُ لَا تَزْدَادُ فِي الْمَاءِ فَتَغْرَقَ وَ لَا يَنْقُصُ مِنْهُ فَتَعْطَشَ دَامَتْ عِمَارَتُهَا وَ كَثُرَ رِيعُهَا وَ زَكَ زَرْعُهَا، وَ إِنْ تُغْفِلَ عَنْهَا فَسَدَتْ وَ لَمْ يَنْبُتْ فِيهَا الْعُشْبُ، فَالْجَسَدُ بِهَذِهِ الْمَنْزِلَةِ، وَ بِالتَّدْبِيرِ فِي الْأَغْذِيَةِ وَ الْأَشْرَبَةِ يَصْلُحُ وَ يَصِيحُ وَ تَزْكُو الْعَافِيَةُ فِيهِ. (2) بدن همانند زمینی مساعد است که اگر در آبادانی و آبیاری آن سعی شود، و دقت شود، تا نه بیش از اندازه آبیاری شود که زراعت در آن غرق گردد و از بین برود؛ و نه کم باشد که خشک شود، همواره آن زمین آباد و شکوه آن

ص: 240

1- . اعراف: 31

2- . مستدرک الوسائل: ج 16 ص 455 ح 20534.

بسیار، و محصول زراعتش پاکیزه خواهد بود. پس اگر به آن غفلت ورزند، زراعتش تباه شده، سبزی در آن نمی روید. بدن نیز مانند این است و با دقت در نوع و مقدار خوردنی و نوشیدنی، سالم مانده، از دردها و بیماری های [روحی و جسمی] در امان خواهد بود.

پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) کم خوردن و پرهیز از پرخوری را مادر همه درمان ها دانسته، می فرماید:

أَمْ جَمِيعِ الْأَدْوِيَةِ قِلَّةُ الْأَكْلِ. (1)

مادر همه دواها کم خوردن است.

امام علی (علیه السلام) مراقبت از جسم را کاری عقلی دانسته، به صورت ضمنی، پرهیز از پرخوری را مساوی با سلامت می داند و می فرماید:

يُنْبَغِي لِلْعَاقِلِ أَنْ يَتَذَكَّرَ عِنْدَ حَلَاوَةِ الْغِذَاءِ مَرَارَةَ الدَّوَاءِ. (2)

شایسته است که خردمند هنگام شیرینی غذا، تلخی دارو را به یاد آورد [و پرخوری نکند].

از آن حضرت چنین نقل کرده اند:

أَقْلِيلَ طَعَامًا تُقَلِّلُ سَقَامًا. (3)

کم غذا بخور تا از بیماری هایت بکاهی.

در تأثیر پرهیز از پرخوری در استحکام بیشتر بدن و مقاوم شدن آن، از امام رضا (علیه السلام) چنین روایت شده است:

لَوْ أَنَّ النَّاسَ قَصَرُوا فِي الطَّعَامِ لَأَسْتَقَامَتْ أَبْدَانُهُمْ. (4)

اگر انسان ها کم خوری می کردند، بدن هایشان مقاوم تر می شد. امام علی (علیه السلام) در بیانی زیبا، در جهت مراقبت از سلامت بدن و ایجاد نشاط جسم می فرماید:

تَوَقَّوْا الْبَرْدَ فِي أَوَّلِهِ وَتَلَقَّوْهُ فِي آخِرِهِ فَانْهَ يَفْعَلْ فِي الْأَبْدَانِ كَفْعَلِهِ فِي الْأَشْجَارِ أَوَّلُهُ يَحْرَقُ وَآخِرُهُ يَبْرُقُ. (5)

ص: 241

1- . المواعظ العددية: ص 213.

2- . شرح نهج البلاغة: ج 20 ص 272 ح. 149.

3- . غرر الحکم: ح 2336.

4- . بحار الانوار: ج 62 ص 142 ح 9.

5- . نهج البلاغة: حکمت 128.

خود را از اول سرما (پاییز) محافظت کن و به ملاقات آخر سرما (بهار) برو؛ که عمل آن بر بدن مانند عملش بر درخت است، که اولش می سوزاند و آخرش می رویاند.

این متون که فقط بخش اندکی از توصیه های پیشوایان دین در توجه به سلامت جسم است، در درجه اول متون فقهی دین نیست، بلکه از توصیه ها و دستورهای اخلاقی دین به شمار می آید و پابندی به آن به منزله رعایت حقوق جسم خویش است.

3. درمان

شاید کمتر کسی باشد که به درمان بیماری های خود نیندیشد و برای درمان خویش هنگام بیماری اقدام نکند؛ گرچه ممکن است اقدام افراد با یکدیگر متفاوت باشد و برخی با پرهیز و امساک، و برخی با دارو، به درمان بیماری اهتمام کنند. بی تردید اگر بیماری نادیده گرفته و به حال خود وا گذاشته شود، اقدامی پسندیده نخواهد بود و فاعل این رفتار مورد نکوهش و سرزنش عقلای قوم قرار خواهد گرفت. آموزه های دینی نیز این رفتار را تأیید نمی کند و بر ضرورت درمان تأکید کرده است. در حدیث شریفی از امام ششم (علیه السلام) نقل شده است که یکی از پیامبران خدا بیمار شد، با خود گفت: «خود را درمان نمی کنم تا همو که بیمارم کرده، شفایم دهد». خداوند به او خطاب فرمود:

لا أَشْفِيكَ حَتَّى تَتَدَاوَى، فَإِنَّ الشِّفَاءَ مَنِّی. (1)

تا خود را درمان نکنی، شفایت نمی دهم؛ چون شفا دادن از من است.

از پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) نیز در توصیه به درمان بیماری و بسته نبودن راه درمان چنین روایت شده است:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ تَدَاوُوا فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى لَمْ يَخْلُقْ دَاءً إِلَّا خَلَقَ لَهُ شِفَاءً إِلَّا السَّامَ؛ وَالسَّامُ الْمَوْتُ. (2)

ای مردم خود را مداوا کنید؛ زیرا خداوند تعالی هیچ دردی را نیافریده است مگر آنکه برای درمان آن دارویی قرار داد، مگر مرگ.

ص: 242

1- میزان الحکمة: ج 4، ص 1786، ح 6145؛ مکارم الاخلاق: ج 2، ص 180 ح 2465.

2- کنز العمال: 28088؛ ر.ک: سنن ابی داود: ج 2، جزء 4، ص 3؛ سنن ترمذی: ج 4، ص 383 ح 2038.

افزون بر روایاتی که گذشت و برخی روایات مشابه دیگر، احادیث بسیاری در متون روایی هست که به بیان درمان مصادیق بیماری ها اشاره کرده و خواص دارویی بسیاری از خوردنی ها و آشامیدنی ها در آن آمده است. کثرت این دسته از روایات که در برخی کتب خاص همچون طب الاثمة جمع شده است، حکایت از این می کند که اسلام نه فقط به لزوم درمان بی توجه نیست، بلکه اهتمام ویژه ای به درمان بیماری داشته، برای سلامت جسم همچون سلامت روح، جایگاه ویژه ای قایل است.

البته در توصیه های پیشوایان (علیهم السلام) به این نکته تصریح شده است که برای درمان بیماری ها عجله نشود و تا زمانی که بدن توان مقابله با بیماری و دفع آن دارد، از داروهای بیرونی استفاده نشود و این فرصت به بدن داده شود تا بدون دارو با بیماری مقابله کند؛⁽¹⁾ اما این به معنای ترک درمان نیست، بلکه به معنای کمک به مقاوم سازی بیشتر بدن و توانمندسازی جسم برای مقابله با انواع بیماری هاست. بنابراین اگر کسی درمان بیماری خود را به کلی نادیده گرفته، علی رغم ضعف مفرط بدن، برای مداوای بیماری اش اقدام نکند، نکوهش خواهد شد و رفتارش از نظر عقلی و نقلی پسندیده نیست و چه بسا به سبب کوتاهی در درمان خویش، مورد مؤاخذه الهی قرار گیرد. علامه مجلسی در بحار الانوار حدیث دیگری از پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) نقل می کند که در آن آمده است: تعالجوا ولا تتکلموا... وی سپس در پاورقی می نویسد به نظر می رسد واژه «تتکلموا» تصحیف شده «تتکلوا» است؛ یعنی خود را معالجه کنید و درحالی که معالجه را ترک کرده اید، به خدا توکل نکنید.⁽²⁾

2. رفتار اخلاقی مربوط به روح و روان

اشاره

در فصل دوم، به ذکر مبانی خداشناختی و هستی شناختی پرداختیم و گفتیم که آدمی دارای اختیار و تغییرپذیر است. او می تواند با رفتارش سجایای اخلاقی و صفات پسندیده را در خود پدید آورد و ملکه رفتارهای شایسته را در ضمیر خویش نهادینه سازد، یا صفات رذیله را در نفس خود پی ریزد و به عنوان انسانی برخوردار از

ص: 243

1- ر.ک: میزان الحکمة: ج4 ص1786 روایات عنوان «التسرع فی تناول الدواء».

2- . بحار الانوار: ج62 ص71 ح 25: الظاهر انه تصحیف و انه «ولا تتکلوا» من الاتکال ای لا تترکوا الداء بلا علاج.

ویژگی های ناپسند، به جامعه معرفی شود. به عبارت دیگر، اهتمام به رفتارهای شایسته و پسندیده، نفس آدمی را به خُلقیات نیکو متلبس می کند، که یکی از مهم ترین اهداف ادیان آسمانی و پیامبران الهی همین بوده است؛ آن گونه که پیامبر خاتم (صلی الله علیه و آله و سلم) در جمله ای کوتاه آن را به صراحت بیان کرده و فلسفه بعثت خود را کامل کردن مکارم و ارزش های اخلاقی دانسته است. (1) همچنین انجام دادن رفتارهای زشت و ناپسند می تواند از وجود ویژگی اخلاقی متناسب با آن رفتار در ضمیر فاعل آن حکایت کند، و تکرار این قبیل رفتارها و اصرار بر آن ها موجب شکل گیری آن صفت اخلاقی ناپسند در نهاد آدمی شود.

اکنون این پرسش مطرح است که رفتارهای اخلاقی که ممکن است موجب ایجاد مکارم اخلاق در ضمیر انسان شود یا برخاسته از مکارم اخلاقی باشد و موجب تقویت و استحکام آن مکارم اخلاق در ضمیر او گردد کدام است؟

در این فصل تلاش شده است مهم ترین رفتارهایی که در جهت اصلاح رابطه انسان با خود و برقرار کردن تعاملی سازنده با خویش مؤثر و کارآمد است بررسی شود تا از این طریق، تعاملاتی که آثار ناشایستی در وجود انسان در پی دارد نیز شناخته شود. پیش از پرداختن به مصادیق رفتارهای یاد شده، توجه به چند نکته ضروری است:

1. پیش تر اشاره کردیم که رفتارهای اختیاری انسان با خود، که از آن به «رفتارهای درون شخصی» یاد می شود، همواره از سنخ رفتارهای بیرونی که در خارج واقع می شوند نیستند. چه بسیار رفتارهایی که انسان با اختیار خود انجام می دهد، اما هیچ گونه نمود خارجی ندارد؛ مانند فکر کردن و اراده انجام کار. استاد مصباح یزدی در این خصوص می گوید:

فعل اختیاری منحصر به افعال قصدی و ارادی و نیز افعال خارجی نیست؛ بنابراین افعالی نیز که می توانند متصف به حسن و قبح شوند و در محدوده علم اخلاق و کاوش ها و ارزش های اخلاقی قرار گیرند، منحصر به افعال خارجی و کارهای ارادی نخواهند بود، بلکه می توانند افعالی باشند کاملاً درونی مثل فکر

ص: 244

1- . مکارم الاخلاق: ص8؛ بحار الانوار: ج67 ص372؛ انی بعثت لاتمم مکارم الاخلاق.

کردن، توجه کردن، و شامل همه کارهای اختیاری انسان می شود، اعم از اینکه ارادی و قصدی باشد یا نباشد؛ مثل فعل با لَتَجَلَّى (1).

بر این اساس، بسیاری از رفتارهای درون شخصی از زمره رفتارهایی است که خارجی نیست و رفتار درونی است، گرچه آثار این رفتارها غالباً در رفتارهای بین شخصی فرد نمایان خواهد شد.

2. برخی روان شناسان همچون فروید معتقدند که نیروهای ناشناخته داخلی، رفتارهای انسان را کنترل می کنند و برخی دیگر چون اسکینر بر این باورند که انسان بر محیط اثر نمی گذارد، بلکه از محیط اثر می گیرد و رفتارش تأثیر گرفته از محیط است؛ (2) اما حقیقت این است که این قبیل نظریات شکل های افراطی یا تقریبی به خود گرفته است و رفتار انسان، هم متأثر از نیروهای درونی و شخصیت اوست، و هم ممکن است از محیط تأثیر گرفته باشد. امروزه همه نظریه های شخصیت بر این باورند که عوامل درونی ارگانیسم و رویدادهای محیط اطراف، در تعیین رفتار فرد مؤثرند (3) و اکثر قریب به اتفاق پژوهشگران بر تأثیر متقابل فرد - موقعیت اعتراف دارند. (4) متون دینی نیز تأثیرگذاری دو چیز را در رفتار انسان تأیید می کند: نخست آنکه هر فرد، برخوردار از ویژگی های شخصیتی است؛ ویژگی هایی که ممکن است عوامل متعددی همچون وراثت و عملکرد، رفتار، علایق و دغدغه های والدین و حتی خوراک آن ها پیش از ولادت فرزند در شکل گیری آن اثر داشته باشد؛ و دیگر آنکه محیط و افراد پیرامون و شرایط زندگی هر فرد در اجتماع، در شکل دهی شخصیت او و رفتار صادره از او مؤثر خواهد بود. اما آنچه مسلم است این است که این امور به معنای سلب اختیار و اراده از آدمی نیست و هر انسان عاقل و بالغی، با تلاش خویش می تواند رفتارها یا خصوصیات اخلاقی خویش را تغییر داده، اصلاح کند. بنابراین اراده انسان در تغییر و شکل دهی رفتارش نقش اساسی دارد و اگر اراده بر آن تعلق گیرد، امکان تحول در رفتارها و خُلقیات وجود دارد.

ص: 245

1- . اخلاق در قرآن: ص 93.

2- . شخصیت، نظریه و پژوهش: ترجمه محمدجعفر جوادی و پروین کدیور: ص 13.

3- . همان.

4- . همان، ص 14.

3. اینکه کدام رفتار، رفتار اخلاقی با خود به شمار می رود، با چگونگی انجام دادن آن رفتار متفاوت است. در این کتاب، تاکنون در پی برشمردن مهم ترین رفتارهای اخلاقی انسان با خود و تبیین وجه اخلاقی بودن آن بوده ایم و لذا بیان چگونگی آن را به فرصتی دیگر موکول می کنیم.

اصلاح رفتار اخلاقی به منظور تربیت نفس است و شناخت نفس به منزله مهم ترین رفتار اخلاقی با خود، مقدمه ای برای رفتارهای دیگر نیز به شمار می رود؛ اما بدین معنا نیست که باید شناخت نفس به طور کامل تحقق یابد تا پس از آن وارد مرحله بعد، یعنی تربیت نفس شویم. بی تردید هر اندازه در تربیت نفس خود بیشتر جلو رویم، بر درجه شناخت از نفس خود نیز افزوده می شود. اما برای اقدام در

جهت تربیت خویشتن، شناخت اولیه لازم است و بدون این شناخت، انسان ها در مسیر تربیت خود گام نمی گذارند، یا برای این منظور مسیر درستی انتخاب نمی کنند. پس از حصول «شناخت خود»، و «تلقی صحیح از خود به عنوان رفتارهای اخلاقی اولیه»، «تربیت خویشتن» رفتار اخلاقی دیگری است که انسان خردمند به آن اهتمام خواهد ورزید.

بنابراین در اینکه انسان، نیازمند تربیت صحیح است تردیدی نیست و لزوم و اهمیت آن چنان است که یکی از رشته های مهم علوم انسانی، رشته علوم تربیتی است. البته در علوم تربیتی، بیشتر به تربیت دیگران پرداخته می شود و به موضوع «تربیت خود» کمتر توجه جدی می شود؛ اما در علم اخلاق، به تربیت نفس اهتمام ویژه ای می شود. در آموزه های اخلاقی دین، برای تربیت خویشتن دستورالعمل های مهمی توصیه شده است که در اینجا به تفصیل به بیان مهم ترین آن ها خواهیم پرداخت. به این ترتیب اگر تربیت خود را یکی از برترین رفتارهای نیک انسان در رابطه با خود بدانیم، برای تربیت خویش با استفاده از آموزه های اخلاقی اسلام، انجام دادن اقدامات ذیل اجتناب ناپذیر خواهد بود:

کنترل نفس

خداوند در وجود انسان، غرائز و امیال گوناگون قرار داده است؛ غرائز و امیالی که همه آن ها برای ادامه حیات او ضرورت داشته، در وقت مناسب، کارآمد است. از جمله این تمایلات می توان به «خشم»، «محبت به خود»، «دوستی مال و زندگی

مادی» و «شهوت جنسی» اشاره کرد. این امیال و غرایز به منظور نیل به هدف تکاملی بوده است و هر انسان برای رسیدن به درجات بالاتر کمالی، همواره به این غرایز و گرایش ها نیازمند است. اگر انسان را موجودی مرکب از روح و جسم، و برخوردار از عقل و نفس بدانیم، در آن صورت تصدیق خواهیم کرد که نیاز انسان به غرایز و تمایلات، برای هدف متعالی آفرینش ضروری است. البته همه گرایش ها و تمایلات آدمی در غرایز و امیال نفسانی خلاصه نمی شود همانگونه که در فصل پنجم گذشت او در ضمیر خویش تمایلات دیگری چون خداجویی، میل به عبودیت و بندگی، میل به جاودانگی و بقا و علاقه به ارزش های انسانی و اخلاقی را نیز احساس می کند. بنابراین آدمی با تأمل و خودآگاهی بیشتر، به خوبی خواهد دانست که هدف از زندگی انسان بر زمین، فقط اشباع غرایز و هواهای نفسانی نیست و باید برای نیل به تعالی انسانی خویش، در جهت تدبیر همه تمایلات گام برداشت و به هریک از آن ها به قدر ضرورت و نیاز توجه کرد. انسان برای سعادت‌مندی خویش هرگز نمی تواند و نباید تک بعدی باشد و فقط به اشباع برخی تمایلاتش فکر کند و از امور دیگر غافل شود. اگر در ضمیر انسان انواع تمایلات، غرایز و قوای گوناگون قرار داده شده است، به این معناست که به همه آن امور در تعالی و کمال نیاز دارد و باید از هریک از آن ها در وقت خود و به اندازه ای که با هدف نخستین آفرینش او در تعارض نباشد، بهره برداری کند. این قانون و قاعده ای است که در بسیاری از ساخته های بشر نیز از آن تبعیت می شود و در ساختمان اغلب اشیای دست ساز بشری نیز، به تناسب هدفی که برای کارآمدی آن دستگاه لازم بوده، امکانات لازم قرار داده شده است. پس کسانی که از آن دستگاه استفاده می کنند، باید در مرحله نخست، از آن ابزار شناخت لازم را به دست آورند و سپس متناسب با هدفی که برای آن ایجاد شده، خردمندانه از آن بهره برداری کنند.

از آنچه بیان شد، آشکار است که مقصود از «نفس» در بحث «کنترل نفس» همان چیزی است که انسان را به سوی لذت های مادی و جسمانی می کشاند و در متون دینی از آن به «نفس اماره» تعبیر شده است.

اگر این تمایلات و گرایش های متعدد در وجود انسان را، رهبری به نام «عقل» تدبیر کرد و از همه آن ها به اندازه نیاز و ضرورت و بر اساس دستورالعمل الهی که در احکام شرع مقدس تبیین شده است

بهره برداری شد، نفس اماره تحت کنترل درآمده و عقل بر نفس سلطه یافته است. در غیر این صورت، تمایلات و خواهش های نفسانی، هریک صاحب خود را به سوی خویش کشیده، شرایط دشواری برای او فراهم می آورد تا آنجا که ممکن است یکی از آن ها غلبه کند و موجب شود آن فرد، یا به سمت مادیات و تمتعات دنیوی و شهوانی بشتابد و غرق در اشباع غرایز نفسانی شود، یا در امور روحانی یا حتی معنوی فرو رود و رهبانیت در پیش گیرد و ریاضت های نفسانی را به صورت افراطی انجام دهد و به امور جسمانی و سلامت بدن بی توجهی کند و سلامت جسم و عزت نفس خویش را تباه سازد. افتادن به هریک از این دو مسیر انحرافی، ناشی از ضعف رهبری عقل است؛ چرا که اگر عقل دارای قوت لازم باشد، همه تمایلات انسان را خواهد شناخت و سپس با استعانت از منابع و حیانی مسیر صحیح را انتخاب کرده، آن ها را اداره می کند و مانع طغیان هریک از این تمایلات می شود. به همین دلیل قرآن کریم، بارها انسان را به تعقل و تفکر فرمان می دهد یا تشویق می کند و در روایات، محبوب ترین مخلوق نزد خدا «عقل»⁽¹⁾ و بالاترین فقر و نداری، «نداشتن عقل» دانسته شده است.⁽²⁾

اصطلاح «خودمهارگری»، در متون دینی تقوا و خویشتن داری یا کنترل نفس نامیده می شود. این اصل نه فقط در متون دینی مهم ترین عامل تضمین سعادت بشر دانسته شده است، بلکه در علم روان شناسی نیز به طور جدی کانون توجه قرار گرفته است و به مثابه موضوع جدی و سرنوشت ساز در آینده فرد دانسته شده است. از این رو برای آموزش کنترل نفس و خویشتن داری، از دوران کودکی آغاز کرده، برای تقویت این ویژگی مهم، راهکارهای علمی کشف کرده اند. بر این اساس تقریباً همه صاحب نظران اتفاق نظر دارند که وجود توانایی مهار تمایلات و کنترل رفتار، یکی از عوامل اصلی اخلاق محسوب می شود.⁽³⁾ بنابراین به نظر می رسد انسانیت زمانی تحقق خارجی

ص: 248

- 1- . المحاسن: ج 1 ص 192 ح 6: عزتی و جلالی ما خلقت خلقا هو أحب إلی منک و لا- اکملک إلا فیمن أحب. به عزت و جلالم سوگند مخلوقی را نیافریدم که دوست داشتنی تر از تو نزد من باشد و کامل نمی کنم تو را مگر با کسی که دوستش دارم.
- 2- . الامالی، طوسی: ص 146 ح 240: امام علی (علیه السلام): لا عدم اعدم من عدم العقل: نیستی بالاتر از نبود عقل نیست؛ تحف العقول: ص 286: امام باقر (علیه السلام): لا مصیبة کعدم العقل: مصیبتی بالاتر از نبود عقل نیست.
- 3- . آموزش رفتار، رفتار اجتماعی و قانون پذیری به کودکان: ص 15.

می یابد و به فعلیت می رسد که انسان بتواند بر رفتار، تمایلات و غرایز خویش کنترل عقلانی داشته باشد و عقل را بر همه تمایلات و غرایز خویش تسلط بخشد. در غیر این صورت، او حیوانی بیش نیست و غالباً چنین افرادی گوی سبقت را در حیوانیت از همه حیوان ها می ربایند. استاد شهید مطهری راز پیکره واحد نبودن انسان ها را در این می داند که میان وجود انسان با شکل ظاهری اش و حقیقت انسان با ویژگی های انسانی او جدایی افتاده است و همه آن ها که شکل آدمیزاد دارند، به حقیقت آدمیزاد نایل نشده اند. او در بخشی از بحث خود در این باره می گوید:

راز مطلب در نحوه وجود و واقعیت انسان نهفته است. انسان در نحوه وجود و واقعیتش، با همه موجودات دیگر اعم از جماد و نبات و حیوان متفاوت است از این نظر که هر موجودی که پا به جهان می گذارد و آفریده می شود، همان است که آفریده شده است؛ یعنی ماهیت و واقعیت و چگونگی هایش همان است که به دست عوامل خلقت ساخته می شود. اما انسان پس از آفرینش، تازه مرحله اینکه چه باشد و چگونه باشد آغاز می شود. انسان آن چیزی نیست که آفریده شده است، بلکه آن چیزی است که خودش بخواد باشد؛ آن چیزی است که مجموع عوامل تربیتی و از آن جمله اراده و انتخاب خودش او را بسازد. به عبارت دیگر، هر چیزی از نظر ماهیت که چیست و از نظر کیفیت که چگونه باشد، «بالفعل» آفریده شده، اما انسان از این نظر «بالقوه» آفریده شده است، یعنی بذر انسانیت در او به صورت امور بالقوه موجود است که اگر به آفتی برخورد نکند، آن بذرها تدریجاً از زمینه وجود انسان سر بر می آورد و همین ها فطریات انسان اند و بعدها «وجدان» فطری و انسانی او را می سازند.⁽¹⁾

وی همچنین می گوید:

انسان، برخلاف جماد و نبات و حیوان، شخصی دارد و شخصیتی. شخص انسان یعنی مجموعه جهازات بدنی او، بالفعل به دنیا می آید. انسان در آغاز تولد، از نظر جهازات بدنی مانند حیوانات دیگر بالفعل است، ولی از نظر جهازات روحی، از نظر آنچه بعداً شخصیت انسانی او را می سازد، موجودی

ص: 249

بالقوه است. ارزش های انسانی او در زمینه وجودش بالقوه موجود است و آماده رویدن و رشد یافتن. انسان از نظر روحی و معنوی یک مرحله از مرحله بدنی عقب تر است. جهازات بدنی اش در رحم وسیله عوامل دست اندرکار آفرینش ساخته و پرداخته می شود، ولی جهازات روحی و معنوی و ارکان شخصیتش در مرحله بعد از رحم باید رشد داده شود و پایه گذاری گردد. از این رو می گوئیم هر کس خود بنا و معمار و مهندس شخصیت خود است. قلم تصویرکننده و نقاش خلقت شخصیت انسان [برخلاف شخص او] به دست خودش داده شده است. (1)

وی در ادامه دیدگاه اگزیستانسیالیسم را که بین ماهیت و وجود انسان جدایی انداخته است، به نوعی تأیید کرده، تفسیر صحیح آن را در همین بیان خود می داند و معتقد است ملاصدرا نیز که معتقد بود انسان نوع نیست بلکه انواع است، یا هر فرد در هر روز ممکن است نوعی باشد غیر از نوعی که در روز قبل بوده، همین مطلب را تأیید کرده است. وی در پایان می گوید:

از اینجا روشن می شود که انسان زیست شناسی، انسان بیولوژیکی، ملاک انسانیت نیست. انسان زیست شناسی تنها زمینه انسان واقعی است و به تفسیر فلاسفه، حامل استعداد انسانیت است نه خود انسانیت؛ و هم روشن می شود که بدون اصالت روح، دم از انسانیت زدن معنی و مفهوم ندارد. (2)

پس همان گونه که اشاره شد، کلید تحقق انسانیت خویش در مخالفت با نفس و تسلط بر آن پنهان شده و بر اساس آنچه در متون قرآنی و روایی وارد شده، فقط از این طریق می توان به گوهر انسانیت دست یافت و به آن هدفی که خداوند برای آفرینش انسان در نظر گرفته نزدیک شد. از این رو نوع تعامل انسان با نفس اماره خویش، به اندازه ای در سعادت و شقاوت او تأثیرگذار است که در حدیث شریفی آمده است:

مردی به نام مجاشع به خدمت پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) رسید و از آن حضرت پرسید: ای رسول خدا، راه شناخت حق چیست؟ آنحضرت فرمود: شناخت نفس. پرسید: راه موافقت با حق کدام است؟ فرمود: مخالفت با نفس. پرسید:

ص: 250

1- . همان: ص 66 - 68.

2- . همان: ص 68، 69.

راه دستیابی به خشنودی حق کدام است؟ فرمود: ناخشنود ساختن نفس. پرسید:

راه رسیدن به حق کدام است؟ فرمود: هجرت از نفس. پرسید: راه پیروی از حق کدام است؟ فرمود: عصیان نفس. پرسید: راه یاد حق چیست؟ فرمود: فراموشی نفس. پرسید: راه نزدیکی به حق کدام است؟ فرمود: دوری از نفس. پرسید: راه انس با حق کدام است؟ فرمود: وحشت از نفس. پرسید: چگونه به این امور دستیابیم؟ فرمود: با یاری خواستن از خداوند علیه نفس. (1)

بر اساس برخی متون دینی، هر آنچه در ضمیر انسان به حکم عقل به مخالفت برمی خیزد و راه عقل را نمی پسندد، نفس خوانده می شود. این متون درون انسان را صحنه نبرد لشکریان عقل با لشکریان نفس تصویر کرده است؛ منشأ نیرومندی عقل را دانش و شناخت می داند و پشتیبان نفس را جهالت و نادانی معرفی می کند. به همین دلیل بزرگ ترین دشمن سعادت بشر را در اغلب موارد، نفس دانسته و گاه جهالت را دشمن او معرفی می کند. برای مثال، نقل شده است که پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) درباره نفس فرمود:

صدیق کل امرء عقله و عدوه جهله. (2)

دوست هر کس عقل او و دشمن او نادانی اش است.

همچنین از آن حضرت روایت شده است:

اعدی عدوک نفسک التی بین جنییک. (3) دشمن ترین دشمن تو نفس توست که در پیش رویت هست.

امام علی (علیه السلام) می فرماید:

لا عدو أعدی علی المرء من نفسه. (4)

هیچ دشمنی بر شخص، دشمن تر از نفس او نیست.

ص: 251

1- . مستدرک الوسائل: ج 11 ص 138 ح 12643. دخل علی رسول الله (صلی الله علیه و آله و سلم) رجل اسمه مجاشع، فقال: یا رسول الله، کیف الطريق إلى معرفة الحق؟ فقال (صلی الله علیه و آله و سلم): معرفة النفس، فقال: یا رسول الله، فکیف الطريق إلى موافقة الحق؟ قال: مخالفة النفس، فقال: یا رسول الله فکیف الطريق إلى رضا الحق؟ قال (صلی الله علیه و آله و سلم): سخط النفس فقال: یا رسول الله، فکیف الطريق إلى وصل الحق؟ فقال (صلی الله علیه و آله و سلم): هجرة النفس، فقال: یا رسول الله، فکیف الطريق إلى طاعة الحق؟ قال: عصیان النفس، فقال: یا رسول الله، فکیف الطريق إلى ذکر الحق؟ قال (صلی الله علیه و آله و سلم): نسیان النفس، فقال: یا رسول الله، فکیف الطريق إلى قرب الحق، قال (صلی الله علیه و آله و سلم): التباعده من النفس، فقال: یا رسول الله، فکیف الطريق إلى انس الحق؟ قال (صلی الله علیه و آله و سلم): الوحشة من النفس، فقال: یا رسول الله، فکیف الطريق إلى ذلك؟ قال (صلی الله علیه و آله و سلم): الاستعانة بالحق علی النفس.

2- . المحاسن: ج 1 ص 194 ح 12؛ الکافی: ج 1 ص 11 ح 4.

3- . عوالی اللآلی: ج 4 ص 118 ح 187.

إن رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) عهد إلى فقال: يا علي،... والله الله في الجهاد للأنفس فهي أعدى العدو لكم، فإنه قال تبارك و تعالى: إن النفس لا مارة بالسوء إلا ما رحم ربي: (1)

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) از من پیمان گرفت و فرمود ای علی... خدا را خدا را در مبارزه با نفس ها؛ چه آن دشمن شمارة یک شماست و خداوند تبارک و تعالی می فرماید: نفسم مرا به بدی فرمان می دهد، مگر آنکه خدای من مرا مورد لطف خود قرار دهد.

از امام باقر (علیه السلام) روایت شده است که فرمود:

لا فضيلة كالجهاد، ولا جهاد كمجاهدة الهوى. (2)

هیچ فضیلتی برتر از جهاد نیست و هیچ جهادی همانند مجاهده با نفس نیست.

تسلط بر نفس و توانمندیِ مقابله با هر خواسته ای که میل آدمی به آن سمت متمایل است و تعدیل خواسته های آن، امری نیست که فقط در دین مبین اسلام مطرح شده و به آن توصیه شده باشد. این امر نه فقط به اسلام اختصاص ندارد، بلکه حتی به ادیان آسمانی نیز اختصاص نداشته و از دیرباز به منزله صفتی پسندیده در میان آحاد بشر مطرح بوده است. دانیل گلמן، استاد روان شناس دانشگاه هاروارد، در کتاب خود کسی را که در پی امیال و هوس هایش روزگار سپری می کند و زندگی در دنیا را در دستیابی به هواها و هوس های خویش تفسیر می کند برده هوس دانسته، می نویسد: «حس تسلط بر نفس خود، یعنی توانایی مقاومت در مقابل طوفان های هیجانی که سرنوشت برپا می دارد، به جای "برده هوس" بودن از زمان سقراط به عنوان صفتی پسندیده مطرح بوده است». (3)

مفهوم کنترل نفس

خداوند هیچ قوه ای در ضمیر انسان ننهاده است که وجودش بی فایده و خواستار

ص: 252

1- . دعائم الاسلام: ج 2 ص 352.

2- . تحف العقول: ص 287.

3- . هوش هیجانی: ص 89.

سرکوبش باشد. همه قوا برای انسان سودمند و در زمان مناسب مفید است. به همین دلیل، مقصود پیشوایان دین از توصیه به کنترل نفس و مقابله و مجاهده با نفس، فقط مهار تمایلات و خواهش های دل و سپردن عنان آن به دست عقل است و هرگز به معنای سرکوب تمایلات و غرایز نیست. مطالعه متونی که درباره مجاهده با نفس وارد شده، به خوبی روشن کننده این است که منظور از آن سفارش ها، کنترل تمایلات و ممانعت از طغیان هواها و غرایز نفسانی، کنترل آن و نیز توانمندی به تأخیر انداختن خواسته های نفسانی تا زمان پیدا کردن راهی مشروع در جهت ارضای آن است. لذا بسیاری از آیات و روایات، تبعیت و پیروی از هواهای نفسانی را منع یا مذمت کرده است: (فَإِنْ لَّمْ يَسْتَجِيبُوا لَكَ فَاعْلَمْ أَنَّمَا يَتَّبِعُونَ أَهْوَاءَهُمْ وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِنَ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ) (1)

پس اگر پاسخ تو را ندادند، بدان که فقط از هواهای نفسانی خود پیروی می کنند و گمراه تر از کسی که بدون هدایتی از سوی خدا، از هواهای نفسانی خود پیروی کند کیست؟ مسلماً خدا مردم ستمکار را هدایت نمی کند.

البته روشن است که میان پیروی نفس و اسیر خواسته های آن بودن، با اشباع آن به قدر کفایت و ضرورت، و از راهی مشروع و معقول، تفاوت بسیار است. بنابراین با توجه به سیاق متون قرآنی و روایی، نفس اماره انسان به مرکبی سرکش تشبیه شده است که اگر بر آن لجام زده نشود و اختیار آن در دست صاحبش قرار نگیرد، او را با خود به بیراهه برده، سرانجام به هلاکت خواهد کشید. از این رو باید کوشید عنان نفس را در اختیار گرفت تا آن را به مرکبی راهوار برای وصول سریع تر به اهداف متعالی آفرینش تبدیل کرد. پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) این تشبیه را چنین بیان می کند:

إن العقل عقال من الجهل، و النفس مثل أخبث الدواب فإن لم تعقل حارت. (2) همانا عقل، رهایی از جهالت است و نفس مانند پلیدترین جنبندها است؛ پس اگر مهار نشود، طغیان کند.

لذا امیرالمؤمنین (علیه السلام) راه کنترل این جانور وحشی را لجام زدن بر دهانش دانسته، می فرماید:

ص: 253

1- . قصص: 50.

2- . تحف العقول: ص 15.

رحم الله امرء الجرم نفسه عن معاصي الله بلجامها وقادها الى طاعة الله بزمها. (1)

خدا بیامرزد مردی را که نفسش در انجام گناه مهار کند و آن را به فرمانبرداری خدا وادار سازد.

بدیهی است لجام زدن بر نفس سرکش و در اختیار گرفتن آن، گاه به مفهوم ممانعت کردن خویش از ارتکاب گناه است و گاه به معنای تغییر مسیر دادن از گناه به سوی طاعت، یا دست کم فعل مباح. بنابراین واداشتن نفس به صبر در برابر گناه تا فراهم آمدن امکان اشباع برخی خواسته های نفس از راه حلال، یکی از مصادیق کنترل نفس به شمار می آید. از این رو برخی روان شناسان، توانمندی به تأخیر انداختن خواسته های دل را نمونه ای از خودکنترلی دانسته اند. (2)

امام علی (علیه السلام)، غلبه بر نفس را به معنای ترک گناه دانسته، می فرماید:

غالبوا انفسکم علی ترک المعاصی یسهل علیکم مقادتها الی الطاعات. (3)

بر ترک گناه بر نفس خویش غلبه کنید تا کشاندن آن به سوی طاعات آسان شود. ایشان در حدیث دیگری می فرماید:

طوبی لمن غلب نفسه و لم تغلبه و ملک هواه و لم یملکه. (4)

خوشا بر آن که بر نفس خویش پیروز شده، مالک هوای نفسش شود.

نتیجه آنکه مقصود از کنترل نفس، برخوردی صحیح با تمایلات و غرایز نفسانی و اشباع آن از راه های صحیح و شرعی است و سرکوب هواها و غرایز نفسانی را به صورت مطلق، هیچ دینی تأیید یا توصیه نکرده است. اندیشمندان غیرمسلمان نیز به همین مطلب اعتراف کرده اند. دانیل گلن هدف از تسلط بر نفس را تعادل هیجان ها - و نه سرکوب آن - به شمار آورده، می گوید: «هدف، دستیابی به تعادل است، نه سرکوب کردن هیجان ها. هر احساسی در جای خود ارزش و اهمیت خاص خود را دارد. زندگی بدون شور و احساسات، به زمین بایر سنگینی می ماند که سرشار از بی حاصلی است و از غنای زندگی بریده و مجزا گردیده است». (5)

ص: 254

- 1- . مستدرک الوسائل: ج 11 ص 255 ح 12917.
- 2- . آموزش رفتار، رفتار اجتماعی و قانون پذیری به کودکان: ص 17.
- 3- . مستدرک الوسائل: ج 11 ص 338 ح 13208.
- 4- . عیون الحکم و المواعظ: ص 313.
- 5- . همان.

بخش وسیعی از روایات به یادگارمانده درباره نفس، ناظر به ضرورت، اهمیت و فضیلت مجاهده با نفس و مقابله و مبارزه با آن است، که در مفهوم، با کنترل نفس تفاوت زیادی دارد. اکنون پرسش این است که بین مفهوم کنترل نفس و روایات مربوط به جهاد با نفس و مخالفت با آن چگونه می توان جمع کرد؟

در پاسخ باید گفت برای تعبیر جهاد و مبارزه با نفس، در روایات دو توجیه قابل ذکر است: نخست آنکه همان گونه که پیش تر بیان شد، نفس انسان همواره در پی رهایی و بی قیدی و خواستار نیل به هر لذتی، از هر راه ممکن است. نفس، صاحب خود را به سوی ارضای تمایلات نفسانی و شهوات حیوانی، جسمانی و مادی فرا می خواند و خواستار نادیده گرفتن خطوط قرمز شرعی، اخلاقی و قانونی است. از این رو اگر کسی بخواهد نفس خویش را تحت کنترل خویش درآورد و عقل را بر آن حاکم کند و به تعبیر روایات، بر آن لجام زند، باید با خواسته های بی حد و حصر آن مخالفت کند، که همان مجاهده و مخالفت است. پس روایات مجاهده با نفس، در حقیقت ناظر به حرکت نخست انسان پیش از غلبه یافتن بر نفس است؛ چرا که در مسیر کنترل نفس، ابتدا مجاهده و مقابله با نفس رخ می دهد و استمرار مقابله و مجاهده، به غلبه کامل بر نفس و به کنترل درآوردن آن منجر خواهد شد. از این رو در روایتی مشهور، پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) پس از پایان پیروزی بر دشمن، به یاران خود آفرین گفته، سپس آن ها را به جهاد اکبر فرامی خواند. در این حدیث شریف، جهاد اکبر به مفهوم وادار کردن نفس به اطاعت از خدا معنا شده است: المجاهد من جاهد نفسه في طاعة الله عزّ و جلّ: (1) مجاهد کسی است که در راه اطاعت از خداوند، با نفس خویش مبارزه کند.

همچنین امام علی (علیه السلام) نتیجه جهاد با نفس را تملک آن دانسته است که به خوبی بیانگر آن است که مقصود از جهاد با نفس، تسلط بر آن و اسیر تمایلات آن نبودن است. (2) پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) شدت عمل بر نفس را غلبه بر آن دانسته، می فرماید: «الشديد من غلب نفسه» (3) نیرومند کسی است که بر نفس خویش پیروز شود».

ص: 255

- 1- . احیاء علوم الدین: ج 3 ص 84.
- 2- . عیون الحکم و المواعظ: ص 107.
- 3- . کتاب من لا یحضره الفقیه: ج 4 ص 378 ح 5787.

نتیجه این بیان این است که در جهاد انسان با نفس خود، برخلاف جهاد بیرونی که پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) از آن به «جهاد اصغر» تعبیر کرده اند، هدف کشتن نفس نیست، بلکه تسلط یافتن و غلبه کردن بر آن است.

عکس

□

توجیه دوم، شاید ناظر به مرحله دشوارتر است. به عبارت دیگر، مجاهده با نفس به مفهوم مخالفت با چیزی است که نفس به آن میل دارد؛ اگرچه حلال و مباح باشد. در این مبارزه، در برآورده کردن نیازهای طبیعی از راه حلال نیز سختگیری و به حداقل اکتفا می شود و یک مرحله بالاتر از کنترل نفس به شمار می رود. عرفای مسلمان و متصوفه، این مبارزه را در مراحل سیر و سلوک، به منزله یکی از مراحل یا اقدامات ضروری می دانند و تنها راه موفقیت سالک برای رسیدن به مدارج کمالیه را مبارزه با نفس تعریف می کنند.

رابطه کنترل نفس با آزادی

برخی انسان را اسیر «جبر» می دانند و برای او اختیاری در انتخاب رفتارهایش قایل نیستند. گروهی دیگر او را آزاد و صاحب اختیار می دانند، یا مفهوم انسان را در گرو آزاد بودن او می دانند. گروهی خویشتن داری یا کنترل نفس را به محدود شدن آزادی تفسیر کرده، مانع آزادی بشر می دانند. در آموزه های دینی، میان کنترل نفس با آزادی انسان رابطه تساوی برقرار است. به هر اندازه کنترل فرد بر تمایلات نفسانی و غرایز طبیعی خویش بیشتر باشد، بر میزان آزادی و قدرت انتخاب رفتارهایش افزوده خواهد شد. پس افزایش کنترل نفس، به معنای افزایش آزادی انسان خواهد بود. این معنا از متونی که انسان پیرو هواهای نفسانی را اسیر معرفی می کند، نتیجه گیری شده است.

به طور کلی قدرت کنترل رفتار، یعنی قدرت تصمیم گیری و انتخاب رفتار؛ که همان آزادی است. این آزادی هنگامی بیشتر خواهد شد که قدرت کنترل افزایش

ص: 256

یابد. از سوی دیگر، هر اندازه کنترل بر نفس کمتر باشد، قدرت تصمیم‌گیری و انتخاب رفتار کمتر خواهد شد. پس کسی که تابع هواهای نفسانی و غرایز شهوانی خویش است، قدرت کنترل کمتری داشته، اسیر هوای نفس بودن، درباره او صادق است، یا می‌توان گفت هوای نفس خویش را مولا و معبود خود قرار داده و تابع تمایلات آن است.⁽¹⁾

این سخن نه فقط در آموزه‌های دینی تأیید شده است، بلکه برخی روان‌شناسان سرشناس نیز بر آن صحنه گذاشته و الگوی افزایش توان خویشتن داری را «الگوی آزادی» نام‌گذاری کرده‌اند.⁽²⁾

این اعتقاد که در پی ارضای هواها و هوس‌های خود بودن، به منزله آزادی است، از نظر دین، اندیشمندان و صاحب‌نظران علوم جدید مردود است. دانیل گلن در کتابش، ناتوانی از کنترل غرایز و هواهای نفسانی را با تعبیر مذمت آلود «برده هوس» بودن یاد کرده و فصلی را با عنوان «برندگان هوس» نگاشته و در آغاز آن آورده است: «حس تسلط بر نفس خود، یعنی توانایی مقاومت در مقابل طوفان‌های هیجانی که سرنوشت برپا می‌دارد، به جای «برده هوس» بودن، از زمان سقراط به عنوان صفتی پسندیده مطرح بوده است».⁽³⁾

در زمینه لزوم کنترل نفس، میان دین و روان‌شناسی اتفاق نظر وجود دارد و هیچ‌یک به سرکوبی مطلق هواها و خواهش‌های نفس و هیجانات درونی قایل نیستند؛⁽⁴⁾ اما به نظر می‌رسد تفاوت در نوع حدودی است که هریک برای کنترل نفوس تعیین می‌کنند، که باید در جای خود بررسی شود.

ص: 257

1- . (أَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ) (فرقان: 43)؛ (فَإِنْ لَمْ يَسْتَجِيبُوا لَكَ فَاعْلَمْ أَنَّمَا يَتَّبِعُونَ أَهْوَاءَهُمْ وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِنَ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ) (قصص: 50)؛ (أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَى سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَى بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ) (جاثیه: 23)؛ (فَخَلَفَ مِنْ بَعْدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهَوَاتِ) (نساء: 111)، (فَإِنْ لَمْ يَسْتَجِيبُوا لَكَ فَاعْلَمْ أَنَّمَا يَتَّبِعُونَ أَهْوَاءَهُمْ وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ) (بقره: 219).

2- . ر.ک: آندروا. ساینگتون، بهداشت روانی ترجمه حمیدرضا حسین شاهی براواتی، نشر روان، تهران 1379 ص 83.

3- . هوش هیجانی: ص 89.

4- . ر.ک: هوش هیجانی ص 89.

ابعاد کنترل نفس

اشاره

اندیشمندانی که بر لزوم کنترل نفس تأکید داشته، یگانه راه موفقیت و سعادت بشر را تسلط بر نفس می دانند پرشمار و بسیارند، اما مسئله بسیار مهم در این مبحث، چگونگی سلطه بر نفس و کنترل آن است. به نظر می رسد مخالفت هوای نفس، یا در اختیار گرفتن نفس سرکش و حاکم کردن عقل بر آن، کاری نیست که بتوان بدون کمک گرفتن از تعالیم آسمانی دین، به درستی در آن موفق شد. چه بسیار انحرافات که منشأ آن، جز اشتباه در چگونگی مقابله با هواهای نفسانی نبوده است. رهبانیت، صوفی گری، مرتاضی، عرفان های کاذب و بسیاری انحرافات دیگر، از همین امر ناشی شده است. مشکل اغلب این گروه ها این است که فهمیده اند برای سعادت مندی و رهایی از ماهیت حیوانی، باید با هواهای نفسانی مقابله کرد و آن را تحت کنترل عقل درآورد؛ اما هرگز چگونگی آن را نفهمیدند و این امر موجب انحراف و ابداع فرق و نحله های بشری متعدد گردید.

از آنجاکه انسان مخلوق خداست، چگونگی مخالفت با نفس و تسلط بر آن، در واقع چگونگی تسلط بر آفریده خداست. بنابراین بهترین راه تعامل و رفتار با آن، یا تسلط بر آن را فقط می توان از خداوند در مقام آفریننده استعلام کرد. پس برای

دستیابی به این مهم، راهی مطمئن تر و دقیق تر از تمسک به راهنمایی های وحیانی و دل سپردن به معارف دینی وجود ندارد و هر راه و روش دیگر که برخاسته از تعالیم آسمانی پیامبران نباشد، سرانجام روشن و خوشایندی نخواهد داشت.

اما کسی که مالک نفس خود شد و آن را تحت کنترل درآورد و اجازه نداد هواهای نفسانی او را اداره کنند و به هر سمت و سو بکشند، سپس مطابق موازین شرعی که خدای متعال برای سعادت بشر ترسیم کرده رفتار کرد، در آن صورت مصداق انسان واقعی و مستحق سعادت و بهشت خواهد بود؛ آن گونه که امام صادق (علیه السلام) فرموده است:

من ملک نفسه إذا رغب، وإذا رهب، وإذا اشتهى، وإذا غضب، وإذا رضى، حرم الله جسده على النار: (1)

هر کس هنگام رغبت، ترس، علاقه، خشم و خشنودی، بر نفس خود مسلط شود، خدا آتش دوزخ را بر جسم او حرام خواهد کرد.

اما با توجه به متون دینی، برای کنترل نفس باید مجاری آن را شناخت. نگارنده بر این باور است که مهم ترین مجاری کنترل نفس، «فکر»، «قلب»، «رفتار» و «گفتار» است. پس کسی که این مجاری و مسیرها را شناخت و آن ها را کنترل کرد درحقیقت از نفس خود مراقبت کرده و بر آن مسلط شده است و خواهد توانست آن را از ارتکاب خطا و لغزش مصون دارد. به عبارت دیگر، ابعاد نفس انسان برای کنترل یافتن بر آن، فکر و قلب و جوارح است. اگر کنترل بر این سه تحقق یابد، کنترل بر نفس تحقق یافته است.

• کنترل فکر

یکی از راهکارهای کنترل نفس، کنترل فکر است. اما افزون بر اینکه این عمل می تواند به مصداق کنترل نفس به شمار آید، خود نیز منشأ و مسیری به سوی کنترل نفس از ارتکاب بسیاری از خطاها و لغزش ها است؛ زیرا بسیاری از رفتارهای ناپسند، ابتدا از فکر کردن به آن ها شروع می شود. به همین دلیل یکی از راه های مصون ماندن از ارتکاب خطاها این است که فکر خود را از توجه به رفتارهای

ص: 259

ناپسند منحرف کرده، به امور خیر مصروف داریم. امام علی (علیه السلام) در این خصوص می فرماید: «من کثر فکره فی المعاصی دعه الیه؛ (1) کسی که بسیار درباره گناهان بیندیشد، بزهکاری او را به خویش فرامی خواند». ایشان همچنین می فرماید: «من کثر فکره فی اللذات غلبت علیه؛ (2) هرکس به لذت ها بسیار فکر کند، آن فکر بر او پیروز خواهد شد». همچنین می فرماید: «فکرک فی المعصیة یحدوک علی الوقوع فیها؛ (3) فکر کردن تو درباره گناهان، تو را به سوی ارتکاب آن ها می کشاند».

تفکر در امور خیر یا شرّ، به تدریج می تواند جرئت و آمادگی انجام دادن متعلّق فکر را در روح و روان آدمی فراهم آورد و در آینده نزدیک، او را جزو عاملان آن اندیشه ذهنی قرار دهد. پس برای مصون ماندن از ارتکاب رفتارهای زشت و ناپسند، باید اجازه اندیشیدن به آن رفتارها را به خود نداد و فکر را به سمت امور خیر راهنمایی کرد؛ زیرا چنان که از امام علی (علیه السلام) نقل شده است: «تفکرک یفیدک الاستبصار و یکسبک الاعتبار؛ (4) تفکر تو، به تو بصیرت می دهد و باعث عبرت اندوزی ات می شود». ایشان می فرماید: التفکر یدعوا الی البرّ و العمل به؛ (5) تفکر، به سوی نیکی و عمل به آن فرا می خواند».

اما گاه لازم است فکر خود را به سوی امور بازدارنده سوق دهیم تا از این راه بر نفس خود چیره شویم. در حدیث شریفی نقل شده است که خداوند از موسی (علیه السلام) خواست: «اذکر انک ساکن القبر فیمنعک ذلک عن کثیر من الشهوات؛ (6) یاد کن که تو سرانجام در قبر سکونت خواهی کرد؛ که این فکر، تو را از رفتن به سوی بسیاری از شهوات ها باز می دارد».

پس کنترل فکر، هم یکی از مصادیق کنترل نفس است، و هم علت کنترل های بعدی. این جمله حکیمانه را باید به خاطر سپرد: «مراقب افکارت باش که گفتارت می شود؛ مراقب گفتارت باش که رفتارت می شود؛ مراقب رفتارت باش که عادتت

ص: 260

1- . غرر الحکم: ح 8561.

2- . همان، ح 8564.

3- . عیون الحکم و المواعظ: ص 357.

4- . همان: ص 199 به نقل از امام علی (علیه السلام).

5- . الکافی: ج 2 ص 55 ح 5 از امام صادق به نقل از امام علی (علیه السلام).

6- . میزان الحکمة: ج 4 ص 3484.

می شود؛ مراقب عادتت باش که شخصیت می شود؛ و مراقب شخصیتت باش که سرنوشتت می شود.

یکی از مهم ترین علل انحرافات فکر آدمی به سوی رفتارهای ناروا و ناپسند، برطرف نشدن نیازمندی های اوست. برای مثال، اگر به نیازهای غریزی نفس توجه نشود و آن نیازها از راه حلال و مباح اشباع نشود، بی تردید هریک از آن نیازها به روان و فکر صاحبش فشار مضاعف آورده، فکر را به راه های انحرافی متوجه می سازد. برای مثال، در متون روایی برای برطرف کردن نیازهای جنسی و درمان انحراف فکر آدمی در این خصوص، دو راهکار «ازدواج» (در صورت امکان) و «روزه» (در صورت ممکن نبودن ازدواج)، ارائه شده است. (1) راهکار نخست، برای رفع نیاز جنسی، و راهکار دوم برای پاک کردن صورت آن مسئله ارائه شده است. به هر تقدیر، برطرف کردن نیازهای خویش و از جمله نیازهای فیزیولوژیک بدن برای کنترل کردن فکر خویش و در پی آن، تسلط کامل بر رفتار، ضروری و اجتناب ناپذیر است و سرکوب غرایز و بی توجهی به نیازها، نه فقط راهکار مناسبی برای در اختیار گرفتن فکر و عمل خویش نیست، بلکه به منزله محبوس کردن نیرویی است که سرانجام سدّ مقابل خویش را خواهد شکست و همچون سیل ویرانگر، هر آنچه بر سر راهش هست ویران می کند و با خود می برد.

در روایات، راه های متعددی برای پاکیزه کردن، کنترل و هدایت فکر به سمت اموری که تفکر درباره آن ها سودمند است، پیشنهاد شده است. برای مثال ذکر خداوند، (2) دانش اندوزی، (3) خلوت کردن با خود، (4) قرائت قرآن، روزه، مسواک، (5) زیادی سکوت (6) و پرهیز از پرخوری (7) از جمله این راهکارهاست. اما یکی از

ص: 261

1- . ر.ک: نور: 32 و 33 و تفسیر صافی: ج 3 ص 433.

2- . میزان الحکمة: ج 2 ص 970: امام علی (علیه السلام): دوام الذکر ینیر القلب و الفکر.

3- . عیون الحکم و المواعظ: ص 47: امام علی (علیه السلام): التفکر فی غیر الحکمة هوس؛ غرر الحکم: ح 832: العلم ینجد الفکر.

4- . مستدرک الوسائل: ج 11 ص 186 ح 12699: لقمان حکیم: إن طول الوحدة أفهم للفكرة.

5- . دعائم الإسلام: ج 2 ص 137 ح 81: الصادق (علیه السلام): ثلاث یذهبن النسیان و یحدثن الذکر: قراءة القرآن و السواک و الصیام.

6- . عیون الحکم و المواعظ: ص 161: إن أحببت سلامة نفسك و ستر معائبک فأقلل کلامک و أكثر الصمت یتوفر فکرك.

7- . همان: ص 456: امام علی (علیه السلام): من قل أکله صفا فکره.

مهم ترین راهکارهای کنترل فکر، تقویت عقل آدمی است؛ عقلی که برترین موهبت خدا به بشر است و برای تقویت آن، علم و دانش مهم ترین دستاویز است. در قرآن و متون روایی، برای تقویت عقل، بیش از هر عامل دیگر، بر دانش تأکید شده است. در سایه علم، عقل کامل تر می شود و از آنجاکه نفس در مقابل عقل است، کمال و قوت آن موجب غلبه آن بر نفس خواهد شد و در نتیجه همه شهوات و تمایلات نفسانی، اعم از جسمانی و غیرجسمانی، توسط عقل به درستی و بر اساس خرد و مصلحت مدیریت می شود. روایات ذیل، به این مهم اشاره دارد:

من کمل عقله استهان بالشهوات: (1)

هر کس عقلش کامل باشد، شهوت ها را کوچک می شمارد.

إذا کمل العقل نقصت الشهوة: (2)

هنگامی که عقل کامل شود، از شهوتش کاسته می شود.

کلما قویت الحکمة ضعفت الشهوة: (3)

هرگاه حکمت [آدمی] تقویت شود، شهوت او تضعیف می شود.

• کنترل عواطف قلبی

یکی دیگر از راه های کنترل نفس، کنترل قلب در بُعد احساسات و عواطف است. احساسات و عواطف، از امور قلبی به شمار می رود و ممکن است از مبنای عقلایی برخوردار نباشد، یا از جنبه عقلانی ضعیفی برخوردار باشد. بنابراین در مسیر انجام دادن رفتارهای اخلاقی با خود، باید ابراز احساسات و ترتیب اثر دادن به عواطف را پس از توجیه منطقی و مبتنی بر اصول خردمندی عملی کرد و عنان عقل خویش را به دست عواطف نسپرد. در اهمیت قلب و کنترل آن همین بس که پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) ثبات ایمان را در گرو ثبات قلب می داند و می فرماید: «لا یستقیم ایمان عبد حتی یستقیم قلبه؛ (4) تا زمانی که قلب استقرار نیابد، ایمان بنده استقرار نمی یابد». همچنین امام صادق (علیه السلام) با تأکید و صراحت می فرماید: «هالالدین الا الحب؛ (5) آیا دین جز محبت است؟!»

ص: 262

1- میزان الحکمة: ج 4 ص 3484.

2- و 5. همان.

3-

4- نهج البلاغة شرح شیخ محمد عبده: ج 2 ص 94.

5- الخصال: ص 21 ح 74.

بنابراین برای در اختیار گرفتن عنان نفس خویش، باید قلب را کنترل کرد و حبّ و بغض و نیز احساسات و عواطفش را بر طبق مقیاس الهی تنظیم کرد. قرآن کریم امکان کنترل قلب را تأیید کرده و برای حفظ اصول و ارزش های مهم تر، دستور مهار عواطف و پرهیز از عطوفت و مهربانی به مجرمان و گنهکاران را صادر کرده است و می فرماید: (و لا تأخذکم بهما رأفة فی دین الله ان کنتم تؤمنون بالله و الیوم الآخر): (1) اگر به خدا و روز معاد ایمان دارید، هرگز به آنان درباره دین خدا ترحم و مهربانی روا ندارید.

بنابراین کسی که توان کنترل عواطف خود را نداشته باشد، در کنترل نفس خویش نیز عاجز خواهد بود و آنکه بتواند محبت خود را به سوی جهان آخرت سوق دهد، از پیروی لذات و شهوات که خواسته اصلی نفس اماره است، در امان خواهد ماند. افزون بر آن، چون یکی از عوامل بسیار مؤثر و حرکت آفرین در انسان احساسات و عواطف است، از راه کنترل احساسات و جهت دهی صحیح به آن می توان در جهت کمال حقیقی و سعادت واقعی گام برداشت و نیز بر کنترل نفس خویش نیرومندتر شد و میل به لذت و شهوت را مهار کرد. در کلام امام علی (علیه السلام) آمده است:

من أحب الدار الباقية لاهی عن اللذات: (2) هر کس جهان باقی را دوست داشته باشد، لذت ها را به فراموشی می سپارد. ایشان همچنین می فرماید: «من اشتاق الى الجنة سلا عن الشهوات و من أشفق من النار رجع عن المحرمات: (3) هر کس شوق بهشت داشته باشد، شهوت ها را ترک می کند و آن کس که از دوزخ می ترسد، از انجام دادن گناهان باز می گردد». آن حضرت در روایتی دیگر می فرماید: «من خاف العقاب انصرف عن السيئات: (4) هر کس از عقاب خدا بترسد، از انجام دادن گناهان منصرف خواهد شد».

بنابر احادیث و متون مشابه، هدایت و جهت دهی عواطف و از جمله حب و بغض باید به سمت و سویی باشد که آدمی را از لذت طلبی و شهوت پرستی نجات دهد و انگیزه انجام دادن گناه و عمل ناپسند را بازدارد.

ص: 263

1- . نور: 2.

2- . میزان الحکمة: ج 4 ص 3484.

3- . الکافی: ج 2 ص 132 ح 15؛ الخصال: ص 231 ح 74.

4- . عیون الحکم و المواعظ: ص 46.

اما اگر عواطف کنترل نشود؛ یا به شکل بیجا اعمال شود، رفتار ناپسند و نادرست اجتناب ناپذیر خواهد بود. برای مثال، یکی از مصادیق عاطفه ورزی غیرعقلایی، محبت بیش از اندازه مادر به فرزند و ملایمت های نابجا با اوست، در جایی که باید بر فرزند سخت گرفت یا برای ایجاد حس مسئولیت، او را متوجه نتیجه رفتارش کرد. نمونه دیگر، محدودیت هایی است که فقه اسلامی به سبب حساسیت قضاوت و نیاز مبرم آن به عقلانیت محض و لزوم مداخله نکردن عواطف در صدور حکم، برای زنان قایل شده است.

توضیح آنکه عواطف و هیجانات غیراختیاری هستند، اما علل و عوامل موجد آن ها در اختیار انسان است و به همین دلیل، کنترل و مدیریت آن ها از راه کنترل و مدیریت علل و عوامل آن ممکن خواهد بود. برای مثال، یکی از عوامل ایجاد یا افزایش محبت به دیگری، زیارت و دیدار اوست. (1) پس برای اینکه دوستی کفار، مشرکان و اهل گناه، در دل ما ایجاد یا استوار نگردد، باید از دیدار و همنشینی با آنان پرهیز کرد. پس دوستی و دشمنی قابل کنترل است و انسان می تواند با اقداماتی حب و بغض خویش را کنترل و هدایت کند. از جمله دلیل های کنترل محبت خود و ایجاد یا از بین بردن آن، می توان به آیات و روایات متعددی اشاره کرد که به دوستی خدا، پیامبر و اهل بیت آن حضرت اشاره کرده است. همچنین حدیثی که پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) از فرمان خداوند به حضرت داوود (علیه السلام) درباره دوست داشتن ذات مقدسش (2) و نیز حدیثی که از فرمان خداوند به حضرتش درباره دوست داشتن علی (علیه السلام) خبر می دهد، (3) گواه بسیار خوبی برای این منظور است.

اما ذکر خدا (4)، تلاوت قرآن، (5) یاد مرگ، (6) سکوت، (علیه السلام) (7) و استغفار (8) از جمله

ص: 264

- 1- . الجعفریات: 153: رسول الله (صلی الله علیه و آله و سلم): الزیارة تنبت المودة.
- 2- . بحار الأنوار: ج 14 ص 37 ح 16: پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم): قال الله عز و جل لداود (علیه السلام): أحبني و حبيني إلى خلقي، قال: يا رب نعم أنا أحبك فكيف أحبيك إلى خلقك؟ قال: اذكر أیادی عندهم فإنك إذا ذكرت ذلك لهم أحبونني.
- 3- . همان، ج 21 ص 90: پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم): معاشر أصحابی لا تلومونی فی حب علی بن أبی طالب (علیه السلام)، فإنما حبی علیا من أمر الله، و الله أمرنی أن أحب علیا.
- 4- . العلم و الحکمة فی الكتاب و السنة: ص 186؛ پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم): جلاء هذه القلوب ذکر الله و تلاوة القرآن؛ بذكر الله تحیی القلوب.
- 5- . الدعوات ص 237 ح 662: پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم): إن هذه القلوب تصدأ كما یصدأ الحديد. قيل: فما جلاؤها؟ قال: ذکر الله، و تلاوة القرآن.
- 6- . همان.
- 7- 7. عیون الحکم و المواعظ: ص 161: إن أحببت سلامة نفسک و ستر معائبک فأقلل کلامک و أكثر الصمت یتوفر فکرک و یستر قلبک.
- 8- 8. العلم و الحکمة فی الكتاب و السنة: ص 90: الإمام الصادق (علیه السلام): إن للقلوب صداء كصداء النحاس، فاجلوها بالاستغفار.

راهکارهای نورانیت، صفا و کنترل قلب دانسته شده است که برای کنترل قلب، آن راهکارها را نباید از نظر دور داشت.

• کنترل اعضا و جوارح

اشاره

کنترل نفس، غالباً در مراقبت رفتار و گفتار تجلی می یابد. کسی که مراقب رفتار خود است، گویا در کنترل نفس خویش موفق عمل کرده است. کنترل رفتار از طریق کنترل اعضا و جوارح میسر خواهد بود. لذا امام سجاد (علیه السلام) در رساله حقوق، برای هر عضوی حقوقی برشمرده و رعایت آن حقوق را لازم دانسته است. (صلی الله علیه و آله و سلم) ⁽¹⁾ این بدان جهت است که رفتار انسان در ارتباط با جسم خویش، فقط در بیماری یا سلامت بدن او تأثیر ندارد، بلکه آثار روانی یا معنوی دنبال دارد و نوع رفتار با جسم، هم در سلامت جسم و هم در سلامت روح و جان او مؤثر است. از این رو برای محافظت از سلامت روحی و روانی و نیز تلاش در جهت کمال بخشی به فضایل انسانی و الهی خویش لازم است با کنترل اعضا و جوارح خود، راه کمال تا نیل به سعادت بیشتر خویش را هموارتر سازد.

برخی مصادیق رفتارها و تدابیری که علی رغم ارتباط با جسم تأثیر باطنی در انسان به جای می گذارد عبارت است از:

1. کنترل شکم از خوردن حرام

نخستین اقدامی که درباره خوردنی ها و آشامیدنی ها می بایست به آن توجه و عنایتجدي شود، استفاده از خوردنی ها و آشامیدنی های حلال، و پرهیز از محرّمات است. قرآن کریم با عنایت به آثار خسارت بار ارتزاق از راه حرام و نیز خوردن و نوشیدن محرّمات و نجاسات، در فراخوانی عمومی، همه بشر را به خوردن آنچه حلال و پاکیزه است دعوت می کند و می فرماید:

(يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ). ⁽²⁾

ص: 265

1- 9. ر.ک: تحف العقول: ص 255.

2- 10. بقره: 168.

ای کسانی که ایمان آورده اید، از آنچه در زمین، حلال و پاکیزه است بخورید و از راه های شیطان پیروی نکنید؛ که همانا او دشمن آشکار شماست.

اهتمام اصحاب کهف به تناول از غذای پاک و تأیید ضمنی آن توسط خداوند در قرآن کریم، یکی دیگر از آیاتی است که به لزوم توجه به ویژگی های غذا و رعایت معیارهای دینی در آن اشاره کرده است:

(فَابْعَثُوا أَحَدَكُمْ بِوَرِقِكُمْ هَذِهِ إِلَى الْمَدِينَةِ فَلْيَنْظُرُوا أَيُّهَا أَزْكَى طَعَامًا فَلْيَأْتِكُمْ بِرِزْقٍ مِنْهُ). (1)

اکنون یک نفر از خودتان را با این سکه ای که دارید به شهر بفرستید تا ببیند کدام یک از آن ها غذای پاکیزه تری دارد و از آن، مقداری برای شما تهیه کند.

بنابراین آشکار است که توجه قرآن کریم به غذا و شراب انسان، نوع و چگونگی تهیه آن، حاکی از تأثیر بسیار آن در وجود انسان است و این امر نه فقط در آیات قرآن کریم انعکاس یافته، بلکه سیره معصومان (علیهم السلام) نیز آشکارا بر آن صحنه می گذارد و در سخنان گهر بارشان بر آن تأکید کرده اند. امام علی (علیه السلام) در این باره به کمیل بن زیاد می فرماید:

يَا كَمِيلُ، اللِّسَانُ يَنْزَحُ مِنَ الْقَلْبِ وَالْقَلْبُ يَقُومُ بِالْغِذَاءِ فَانْظُرْ فِيمَا تُغَدِّي قَلْبَكَ وَجِسْمَكَ، فَإِنْ لَمْ يَكُنْ حَلَالًا لَمْ يَقْبَلِ اللَّهُ تَسْبِيحَكَ وَلَا شُكْرَكَ: (2)

ای کمیل، زبان از قلب سرچشمه می گیرد و قلب نیروی خود را از غذا به دست می آورد؛ پس در غذایی که به قلب و جسم خود می دهی دقت کن و [آگاه باش که] اگر آن غذا حلال نباشد، خداوند ستایش و شکرگزاری ات را نخواهد پذیرفت.

همچنین از آن حضرت نقل شده است که فرمود:

كُنْ كَالنَّحْلَةِ إِذَا أَكَلْتَ أَكَلْتُ طَيِّبًا، وَإِذَا وَضَعْتُ وَضَعْتُ طَيِّبًا. (3)

همانند زنبور عسل باش؛ زیرا هنگام خوردن، غذای پاکیزه می خورد، و آثار پاکیزه از خود بر جای می گذارد.

ص: 266

1- . کهف: 19.

2- . تحف العقول: ص 175.

3- . غرر الحکم: ح 7186.

امام سجاد (علیه السلام) در رساله حقوق، پرهیز از خوردنی ها و آشامیدنی های حرام را حق شکم، و انسان را به رعایت آن مکلف می داند:

و أما حق بطنك فأن لا تجعله وعاء لقليل من الحرام ولا لكثير وأن تقتصد له في الحلال. (1)

و اما حق شکم تو این است که آن را ظرف کم یا زیاد از حرام قرار ندهی، و از حلال هم به اندازه استفاده کنی.

سیره پیشوایان دینی (علیهم السلام) و نیز علمای بزرگ اسلامی در این حوزه بسیار مبسوط، خواندنی و جذاب است که پرداختن به آن، فرصتی مستقل و تبعی وسیع می طلبد و در جای خود بسی ارزنده خواهد بود.

2. کنترل شکم از پر خوری

رفتار دیگری که درباره خوردن و آشامیدن باید به آن توجه شود، پرهیز از پر خوری است. دوری از پر خوری، ضمن تأمین سلامت جسم، نورانیت دل و قلب را در پی خواهد داشت (2) و گرفتاری در دام پر خوری، در کنار فراهم آوردن زمینه ابتلا به بیماری های جسمی و روحی، قساوت قلب و تاریکی دل را در پی دارد. (3)

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) در خصوص ضرورت و اهمیت پرهیز از زیاده روی در خوردن و آشامیدن و تأثیر آن در باطن و قلب انسان فرموده است:

لا تُمِيتُوا الْقُلُوبَ بِكَثْرَةِ الطَّعَامِ وَ الشَّرَابِ، فَإِنَّ الْقُلُوبَ تَمُوتُ كَالزَّرْعِ إِذَا كَثُرَ عَلَيْهِ الْمَاءُ. (4)

ص: 267

1- . تحف العقول: ص 445.

2- . ر.ک: الفردوس: ج 1 ص 291 ح 1138: إِذَا أَقَلَّ الرَّجُلُ الطَّعْمَ مُلِيَءَ جَوْفُهُ نُورًا: آدمی اگر کم غذا باشد، باطنش پرنور شود؛ مواظب العدیدة: ص 71: از لقمان حکیم نقل شده است: إِذَا قَلَّ طَعْمَةُ الْمَرْءِ عَاشَ طَوِيلًا: اگر آدمی غذایش کم باشد، عمر طولانی خواهد داشت؛ بحار الانوار: ج 62 ص 142 ح 9: امام رضا (علیه السلام): لَوْ أَنَّ النَّاسَ قَصَّروا فِي الطَّعَامِ لَأَسَدَتْ بَقَايَاهُمْ: اگر انسان ها کم خوری می کردند، بدن هایشان مقاوم تر می شد؛ تنبيه الخواطر: ج 2 ص 121: پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم): مَنْ سَرَّهُ أَنْ يَخْلَصَ نَفْسَهُ مِنْ إِبْلِيسَ فَلْيَذِيبْ شَحْمَهُ وَ لَحْمَهُ بِقَلَّةِ الطَّعَامِ: هر کس دوست دارد از شر ابلیس رهایی یابد، چربی و گوشت بدنش را با کم خوری ذوب کند؛ همان: ص 119: الْقَلْبُ يَتَحَمَّلُ الْحِكْمَةَ عِنْدَ خُلُوقِ الْبَطْنِ: قلب زمانی می تواند حکمت را در خود نگاه دارد، که شکم [از غذا] خالی باشد.

3- . ر.ک: محمد تقی سبحانی نیا، حدیث تندرستی، نشر همای غدیر، قم 1386 ص 73.

4- . مکارم الأخلاق: ج 1 ص 320 ح 1025.

قلب ها را با بسیار خوردن و آشامیدن نمیرانید؛ زیرا قلب ها می میرند همانند کشتزاری که چون آب زیادی به آن داده شود می میرد.

امام صادق (علیه السلام) می فرماید:

قِلَّةُ الْأَكْلِ مَحْمُودٌ فِي كُلِّ حَالٍ وَعِنْدَ كُلِّ قَوْمٍ لِأَنَّ فِيهِ مَصْلَحَةَ الْبَاطِنِ وَالظَّاهِرِ. (1)

کم خوردن در هر شرایط و نزد هر ملت پسندیده است؛ زیرا خیر و صلاح باطن و ظاهر انسان (روح و جسم) در آن است.

آن حضرت در حدیث دیگری می فرماید:

لَيْسَ شَيْءٌ أَضَرَّ عَلَى قَلْبِ الْمُؤْمِنِ مِنْ كَثْرَةِ الْأَكْلِ، وَهِيَ مُورِثَةٌ لِشَيْئَيْنِ: فَسْوَةُ الْقَلْبِ وَهَيْجَانِ الشَّهْوَةِ. (2)

برای قلب مؤمن، ضرر هیچ چیزی بیشتر از پرخوری نیست؛ که دو چیز در پی دارد: قساوت قلب، و تحریک شهوت.

امام علی (علیه السلام) نیز در خصوص کم خوردن و آثار مطلوب آن می فرماید:

مَنْ قَلَّ أَكْلُهُ صَفَا فِكْرُهُ. (3)

هر کس غذایش کم باشد، فکرش روشن می شود.

همچنین از آن حضرت نقل کرده اند که فرموده است: أَقْلِيلُ طَعَامًا ثَقِيلُ سَقَامًا. (4)

کم غذا بخور تا از بیماری هایت بکاهی.

ایشان می فرماید:

عَلَيْكُمْ بِالْقَصْدِ فِي الْمَطَاعِمِ فَإِنَّهُ أَبْعَدُ مِنَ السَّرَفِ وَأَصَحُّ لِلْبَدَنِ وَأَعْوَنُ عَلَى الْعِبَادَةِ. (5)

در خوردنی ها میانه روی کنید؛ زیرا این کار از اسراف دورتر و برای بدن سلامت بخش تر، و برای عبادت کمک کارتر است.

ص: 268

1- . مصباح الشریعه و مفتاح الحقیقه منسوب به امام صادق (علیه السلام): ص 237.

2- . موسوعة الاحادیث الطبیة: ج 2 ص 429 ح 1280.

3- . غرر الحکم: ح 8462.

4- . همان: ح 2336.

5- همان: ح 6153.

رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) فرموده است:

جَاهِدُوا أَنْفُسَكُمْ بِقِلَّةِ الطَّعَامِ وَالشَّرَابِ تُظِلُّكُمْ الْمَلَائِكَةُ وَيَفْرُغُ عَنْكُمْ الشَّيْطَانُ. (1)

با هوای نفس خود، با کم خوری و کم نوشی مبارزه کنید تا فرشتگان بر سر شما سایه اندازند و شیطان از شما فرار کند.

امام سجاد (علیه السلام) نیز با نگاهی زیبا به انسان، اعضا و جوارح او را از حقوقی برخوردار دانسته، رفتار صحیح انسان با شکم خود به منظور ادای حق آن را در دو جمله کوتاه، این گونه می فرماید:

و حق بطنک أن لا تجعله وعاءاً للحرام ولا تزيد على الشبع. (2)

و حق شکم تو این است که آن را ظرفی برای حرام قرار ندهی و پر خوری نکنی.

بر این اساس پرهیز از پر خوری، هم در بُعد سلامت جسم، و هم در نورانیت دل و بُعد معنوی زندگی انسان تأثیر بسزا خواهد داشت و غفلت یا به فراموشی سپردن آن، آثار زیانباری در این دو بُعد زندگی به جای می گذارد. به این دلیل می بایست رفتار صحیح و اخلاقی با خود را در این خصوص در پیش گرفت و ضمن استفاده صحیح از نعمت های خدا و مصرف درست مواد غذایی، سلامت خود را در جسم و روح استمرار بخشید و حق بدن خود را آن گونه که باید، ادا کرد.

3. کنترل خواب و استراحت

یکی دیگر از رفتارهای انسان با خود، اقداماتی است که می تواند به ایجاد برخی عادات پسندیده یا ناپسند منجر شود. بدیهی است هر انسان برای نیل به کمال و سعادت خود می بایست تلاش خود را در جهت ایجاد عادات نیک، و از بین بردن عادات زشت و ناپسند به کار گیرد. یکی از این اقدامات مهم، تنظیم زمان و

ص: 269

1- . تنبيه الخواطر: ج 2 ص 122.

2- . تحف العقول: ص 445: و أما حق بطنك فأن لا تجعله وعاء لقليل من الحرام ولا لكثير و أن تقتصد له في الحلال و لا تخرجه من حد التقوية إلى حد التهوين و ذهاب المروءة و ضبطه إذا هم بالجوع والظمأ فإن الشبع المنتهى بصاحبه إلى التخم مكسلة و مشبطة و مقطعة عن كل بر و كرم. و إن الرى المنتهى بصاحبه إلى السكر مسخفة و مجهلة و مذهبة للمروءة. تحف العقول: ص 258 ح 8.

مقدار خواب است. بر اساس آنچه در متون دینی به آن تصریح شده است، میزان خواب هر فرد می تواند در نورانیت یا قساوت قلب او مؤثر باشد، یا موجبات تقرب او به خداوند یا دوری او از خداوند را فراهم آورد. این امر ضرورت توجه به ایجاد عاداتی صحیح درباره خواب و استراحت را می رساند؛ زیرا در صورت بی توجهی یا عدم پابندی به رفتار صحیح در ارتباط با خواب و استراحت خود، سلامت جسمی و روحی و روانی خویش را به خطر انداخته ایم و به خود زیان وارد کرده ایم؛ و این با آنچه از نظر اخلاقی در ارتباط با بدن خویش به آن مکلف هستیم منافات خواهد داشت. پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) درباره اوقات خواب می فرماید:

النوم من أول النهار خرق، والقائلة نعمة، والنوم بعد العصر حمق، وبين العشاءين يحرم الرزق: (1)

خواب در اول روز ناتوانی است، قبل از ظهر نعمت است، بعد از فرارسیدن عصر حماقت است و بین مغرب و عشا موجب محرومیت از روزی می شود.

امام صادق (علیه السلام) تأثیر خواب زیاد در انسان را این گونه بیان می دارد: إن الله عز وجل يبغض كثرة النوم وكثرة الفراغ. (2)

خداوند، بسیار خوابیدن و بیکاری زیاد را مبغوض می دارد.

ایشان می فرماید:

كثرة النوم مذمومة للدين والدنيا. (3)

خواب زیاد، دین و دنیا را می برد.

4. کنترل گوش

امام سجاد درباره گوش و حق آن بر صاحبش می فرماید:

وأما حق السمع فتزنيه عن أن تجعله طريقاً إلى قلبك إلا لفوهة كريمة

ص: 270

1- . مستدرک سفینه البحار: ج 1 ص 192.

2- . الکافی: ج 5 ص 84 ح 1.

3- . بحار الانوار: ج 73 ص 180 ح 9.

تحدث في قلبك خيرا أو تكسب خلقا كريما فإنه باب الكلام إلى القلب يؤدي إليه ضروب المعاني على ما فيها من خير أو شر: (1)

و اما حق گوش، آن است که آن را از شنیدن صداهایی جز صداهای نیک که در دلت تأثیر نیکو برجای می گذارد، یا موجب فراگیری اخلاق نیک می شود دور نگه داری؛ زیرا گوش دری است که سخن از آن به قلب راه می یابد و معانی نیک و بد را به آن می رساند.

امام سجاد (علیه السلام) گوش را دریچه ای به سوی قلب دانسته، از آدمی می خواهد گوش خویش را فقط راهی برای رساندن صداهای نیک به قلب قرار دهد و به صداها و سخنان ناروا که تأثیر نامطلوب در قلب و روح برجای می گذارد اجازه ورود ندهد؛ به هر آوایی گوش نسپارد و شنیدنی هایش بر اساس موازین الهی گزینش شود تا از این طریق حق گوش و قلب خود را به جای آورده، اخلاق اسلامی را درباره گوش و قوای شنوایی خود و همچنین حق قلب خویش را رعایت کرده باشد.

5. کنترل چشم

آن حضرت، چشم را نیز صاحب حق، و آدمی را به رعایت آن مکلف می داند: و اما حق بصرک فغضه عما لا يحل لك و ترك ابتذاله إلا لموضع عبرة تستقبل بها بصرا أو تستفيد بها علما، فإن البصر باب الاعتبار: (2)

و اما حق چشم بر تو این است که آن را از هرچه بر تو حلال و روا نیست بپوشانی و مبتذلش نکنی، مگر برای عبرت آموزی، به گونه ای که از آن بینا شوی یا پاداشی به دست آوری؛ زیرا دیده وسیله عبرت گیری است.

به طور کلی کنترل نگاه خویش و مراقبت از چشم دوختن به حرام، و استفاده از چشم برای عبرت گرفتن در زندگی و فراگرفتن دانش و انجام دادن کارهای مباح در مسیر زندگی، مساوی است با رعایت حق چشم و انجام دادن رفتار پسندیده در ارتباط با این عضو مهم بدن. از منظر امام چهارم (علیه السلام) در صورتی که از ابزار چشم برای این امور بهره گرفته شود، حق آن ادا شده است؛ پس اگر چشم در غیر از این موارد

ص: 271

1- . تحف العقول: ص 445.

2- . همان.

به کارگرفته شود، حق آن پایمال شده و افزون بر آن، به نفس خویش ستم شده است.

این مبنا در رفتار انسان، یعنی پرهیز از اقدامات حرام و اهتمام به آنچه مباح یا فرض و واجب است، در خصوص اعضا و جوارح دیگر نیز از جمله اموری است که می تواند رفتار اخلاقی انسان در ارتباط با همان عضو مربوط به شمار آید:

و أما حق نفسك عليك فأن تستوفيها في طاعة الله، فتؤدي إلى لسانك حقه و إلى سمعك حقه و إلى بصرك حقه و إلى يدك حقه و إلى رجلك حقه و إلى بطنك حقه و إلى فرجك حقه و تستعين بالله على ذلك.

و أما حق اللسان فأكرامه عن الخنى و تعويده على الخير و حمله على الادب و إجمامه إلا لموضع الحاجة و المنفعة للدين و الدنيا و إعفاؤه عن الفضول الشنعة القليلة الفائدة التي لا يؤمن ضررها مع قلة عائدتها. و يعد شاهد العقل و الدليل عليه و تزين العاقل بعقله حسن سيرته في لسانه و لا قوة إلا بالله العلي العظيم.

و أما حق رجلك فأن لا تمشي بهما إلى ما لا يحل لك و لا تجعلهما مطيتك في الطريق المستخفة بأهلها فيها فإنها حاملتك و سالكة بك مسلک الدين والسبق لك و لا قوة إلا بالله.

و أما حق يدك فأن لا تبسطها إلى ما لا يحل لك فتتال بما تبسطها إليه من الله العقوبة في الآجل، و من الناس بلسان اللائمة في العاجل و لا تقبضها مما افترض الله عليها ولكن توقرها بقبضها عن كثير مما يحل لها و بسطها إلى كثير مما ليس عليها، فإذا هي قد عقلت و شرفت في العاجل و جب لها حسن الثواب في الآجل.

و أما حق فرجك فحفظه مما لا يحل لك و الاستعانة عليه بغض البصر، فإنه من أعون الاعوان، و كثرة ذكر الموت و التهديد لنفسك بالله و التخويف لها به. و بالله العصمة و التأييد و لا حول و لا قوة إلا بالله.(1)

بنابراین از منظر آموزه های دینی، جسم امانتی الهی است که برای پیمودن مسیر کمال و سعادت، مرکب روح آدمی شده است. بنابراین باید در محافظت از جسم کوشید و هرگونه رفتار در جهت حفظ سلامت آن، از این منظر، ارزشمند، پسندیده

ص: 272

و اخلاقی به شمار می رود و وظیفه ای است که انسان در ارتباط با خود می بایست از آن غفلت نرزد؛ همچنین خروج از اعتدال در ادای این وظیفه مهم چه در بُعد افراط و چه در بُعد تقریط، پایمال کردن حق خویش و ناسپاسی در برابر نعمت پروردگار بوده، عملی ناپسند و از نظر اخلاقی زشت به شمار می رود و فردی که مرتکب چنین رفتاری شود، هم از نظر اخلاقی سزاوار نکوهش است، و هم به دلیل ناسپاسی نعمت الهی مستحق بازخواست و کیفر.

البته همان گونه که اشاره کردیم، تبیین امام سجاد (علیه السلام) را می توان از منظری دیگر در رفتارهای برون شخصی نیز بررسی کرد و برخی از آن ها را در زمره رفتارهای انسان در رابطه با هموعان خود و برخی دیگر را در زمره رفتار او در رابطه با خدا دانست. برای مثال، پرهیز از غیبت و بدگویی برادران ایمانی، از یک منظر حق زبان خویش است و از منظری دیگر حق برادر ایمانی. پس، از منظر نخست رفتار درون شخصی و در ارتباط با خود، و از منظر اخیر به رفتار بین شخصی ارتباط خواهد داشت که از موضوع این بحث خارج است.

به نظر می رسد اینکه قرآن کریم، از گوش و چشم و قلب سؤال و بازخواست می کند،⁽¹⁾ اشاره به این دارد که مهم ترین راه کنترل نفس در گروه کنترل این اعضا و جوارح است. به هر تقدیر کنترل اعضا و جوارح، از مهم ترین راه های کنترل نفس به شمار می آید و در این میان کنترل زبان و کنترل چشم، اهمیت بیشتری دارد؛ زیرا اغلب انحرافات و کج روی های آدمی از این دو عضو سر می زند. برای مثال، گناهی که با چشم انجام می شود، می تواند کنترل فکر را نیز به مخاطره بیندازد. لذا در حدیثی به نقل از امام ششم (علیه السلام) آمده است: «النظر سهم من سهام ابلیس مسموم»⁽²⁾ نگاه کردن، یکی از تیرهای زهرآلود ابلیس است».

همچنین از پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) روایت شده است: ایاکم و فضول النظر فإنه یبذر الهوی و یولد الغفلة:⁽³⁾ از نگاه های زاید بپرهیزید؛ زیرا تخم هوس می پراکند و غفلت می زاید.

ص: 273

1- . اسرا: 36: (وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا).

2- . کتاب من لا یحضره الفقیه: ج 4 ص 18 ح 4969؛ منتخب میزان الحکمة: ص 560 ح 6142.

3- . میزان الحکمة: ص 558 ح 6128؛ بحار الانوار: ج 72 ص 199 ح 29.

از امام علی (علیه السلام) در بیان کوتاه و زیبایی نقل شده است که فرمود: العین مصحف البصر: (1) چشم، کتاب دیده است.

بنابراین از طریق کنترل اعضا و جوارح خویش و از جمله چشم می توان نفس را در اختیار گرفت و زمینه سرکشی را از آن سلب کرد. چه بسیار خطورات فکری و ذهنی که به سبب کنترل نکردن جوارح رخ می دهد. بنابراین اگر اعضا و جوارح تحت کنترل باشند و اجازه هر عملی نداشته باشند، فکر نیز تا اندازه بسیار کنترل خواهد شد.

ز دست دیده و دل هر دو فریاد *** که هر چه دیده بیند دل کند یاد

بسازم خنجری نیشش ز فولاد *** زخم بر دیده تا دل گردد آزاد (2)

براساس آنچه گذشت، راه های کنترل نفس در نمودار ذیل خلاصه شده است. اما این پایان کار نیست و در مسیر تربیت نفس خویش و اصلاح رفتارها، انجام دادن اقدامات دیگری نیز ضروری است که در ادامه، به برخی از مهم ترین آن ها اشاره خواهیم کرد.

عکس

□

3. عوامل یاری دهنده در کنترل نفس خود

اشاره

گرچه برخی رفتارهای خود، از مصادیق رفتارهای اخلاقی در ارتباط با کمال انسانیه شمار می رود، از منظری دیگر می تواند عوامل کمک کننده در کنترل نفس باشد؛ از

ص: 274

1- نهج البلاغة: حکمت 409؛ ر.ک: منتخب میزان الحکمة: ص 558 - 560.

2- از دو بیتي های باباطاهر.

آن جهت که این رفتارها توان مقابله با تمایلات نفسانی را بالا برده، قدرت «نه» گفتن به نفس را افزایش می دهد. آنچه در ادامه آمده است، برخی از مهم ترین عوامل تقویت کننده توان آدمی در مسیر غلبه بر نفسش است.

• خاموشی (سکوت)

از اقداماتی که به تسلط انسان بر نفس و غلبه بر آن کمک شایانی می کند، خاموشی و پرهیز از سخن بسیار است. این رفتار، از برترین نوع عبادات شمرده شده است؛ (1) زیرا فواید بسیار دارد. (2) بی تردید کسی که کم سخن بر زبان جاری می سازد، فرصت فکر و تأمل بیشتری دارد؛ از این رو کمتر خطا از او سر می زند، (3) و هموعان از گزند زبان او در امان هستند و نفس اماره اش کمتر بهره مند می شود. بنابراین افزون بر اینکه خویشتن داری از سخن گفتن بسیار، خود، رفتار اخلاقی و نوعی مقابله با نفس و تسلط یافتن بر آن به شمار می آید، حتی باعث می شود انسان مسیر تسلط بر نفس را راحت تر پیماید و بر نفس خویش ساده تر چیره شود. از این رو یکی از فواید خاموشی، کمک رسانی به تسلط انسان بر نفس خویش است، آن گونه که از پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) نقل شده است:

عليك بطول الصمت فإنه مطردة للشيطان و عون لك على امر دينك. (4)

بر توباد به خاموشی بسیار؛ که موجب طرد شیطان است و در کار دین یاور توست.

از امام حسن (علیه السلام) نقل شده است که فرمود:

نعم العون الصمت في مواطن كثيرة و ان كنت فصيحاً. (5)

خاموشی چه یاور خوبی است در بسیاری جاها؛ گرچه انسانی سخنور باشی.

ص: 275

-
- 1- . وسائل الشيعة: ج 5 ص 201، 6327: امام صادق (علیه السلام): ما عبد الله بشيء مثل الصمت و المشي الى بيته.
 - 2- . همان: ج 12 ص 251 ح 16228: رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): يا اباذر من صمت نجا فعليك بالصمت؛ غرر الحكم: ح 9204: علی (علیه السلام): من صمت سلم.
 - 3- . الزهد، ابن مبارک، ص 288 ح 839: رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم): افضل اخلاق الاسلام الصمت حتى يسلم الناس منك.
 - 4- . بحار الانوار: ج 78 ص 279 ح 19.
 - 5- . معانی الاخبار: ص 401 ص 62.

امام رضا (علیه السلام) خاموشی را راهنما به خوبی ها دانسته، می فرماید:

ان الصمت باب من ابواب الحکمة ان الصمت یکسب المحبة انه دلیل علی کل خیر. (1)

خاموشی، یکی از درهای حکمت، و محبت زاست و راهنمای آدمی به هر خوبی است.

البته باید توجه داشت که خاموشی و پرهیز از سخن گفتن، زمانی ثمربخش است که با تفکر در آیات و نشانه ها و جلوه های رحمت، قدرت و حکمت خداوند همراه باشد؛ و الا نفع چندانی نخواهد داشت. (2)

• فکر

از مهم ترین رفتارهایی که به انسان در کنترل نفس و مهار کردن آن یاری می رساند، تفکر است. شاید بر هیچ کس پوشیده نباشد که تفکر انسان تا چه اندازه در دین سفارش و تمجید شده است. این امر تا آنجا سفارش شده است که در برخی روایات، یک ساعت تفکر برتر از هفتاد سال عبادت دانسته شده است. بی تردید این ارزش والا از آن روست که فکر می تواند مسیر زندگی فرد را تغییر دهد و سرنوشتش را از شقاوتمندی و هلاکت، به سعادت و رستگاری تغییر دهد. به هر تقدیر، تفکر نقشی اساسی در کنترل نفس توسط انسان دارد. به این امر در آیات و روایات فراوان اشاره شده و به آن تصریح شده است که پرداختن تفصیلی به آن را در جای خود لازم می دانیم، اما در اینجا به اختصار به چند نمونه از متون معصومان (علیهم السلام) اشاره می کنیم. از پیامبر خاتم (صلی الله علیه و آله و سلم) نقل شده است:

فكرة ساعة خیر من عبادة سنة و لا ینال منزلة التفکر الا من خصه الله بنور المعرفة و التوحید: (3)

یک ساعت فکر کردن، از یک سال عبادت بهتر است و جز کسی که

ص: 276

-
- 1- . الکافی: ج 2 ص 113 ح 1.
 - 2- . غرر الحکم: ص 546 (الصمت روضة الفكر)؛ تحف العقول: ص 285 (امام کاظم (علیه السلام): دلیل التفکر الصمت)؛ غرر الحکم: ح 1279 (الصمت بغير تفکر خرس).
 - 3- . مصباح الشریعة: ص 170.

خداوند او را برای نور شناخت و توحید برگزیده، کسی به ارزش تفکر پی نخواهد برد.

البته باید توجه داشت تفکر نیز لوازمی دارد که از جمله لوازم آن خاموشی است. لذا در روایات متعدد، فکر کردن هنگام خاموشی، از نشانه های مؤمنان دانسته شده است. (1)

• خلوت

یکی دیگر از عوامل مؤثر در تهذیب نفس و تسلط یافتن بر آن، خلوت گزیدن است. اینکه آدمی ساعات یا دقایقی را خلوت کند و خود را از اشتغالات دنیوی دور نگاه دارد، موجب مساعدتر شدن زمینه برای بررسی رفتارها و کنترل نفس خویش می شود. پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) می فرماید:

الدنيا ساعة فاجعلها طاعة و باب ذالك كله ملازمة الخلوة بمداومة الفكرة. (2) دنیا ساعتی بیش نیست؛ پس آن را اطاعت از خدا قرار ده، و در ورود به اطاعت خدا، تفکر بسیار هنگام خلوت کردن است.

لقمان حکیم در بیانی زیبا می گوید:

ان طول الوحدة أفهم للفكرة و طول الفكرة دليل على طريق الجنة. (3)

همانا دوام تنهایی برای تفکر مناسب تر، و تفکر بسیار نشانه پیمودن راه بهشت است.

• کم خوری

اینکه شکم از غذا پُر نباشد و سبک باشد، از عوامل قطعی در امکان تفکر و تسلط بر نفس به شمار می آید؛ زیرا سیری و پُرخوری، موجب سنگینی شده، اشتیاق نفس را برای تفکر، ذکر و عبادت از بین می برد و خواب بسیار در پی می آورد. از این رو پرهیز از پُرخوری، نه فقط رفتاری در مقابله با هواهای نفسانی است، بلکه در ایجاد نشاط برای تسلط بر نفس و مقابله با تمایلات نفسانی یاری می رساند. این امر را

ص: 277

1- . ر. ک: الکافی: ج 2 ص 230 ص 1 (امام علی (علیه السلام) فی صفة المؤمن: نظره عبرة و سکوتة فکرة؛ غرر الحکم: ح 546، 1813 و 3730 و 2075؛ بحار الانوار: ج 78 ص 50 ح 79: امام علی (علیه السلام): ان المؤمن... اذا سکت تفکر.

2- . بحار الانوار: ج 70 ص 68 ص 14.

3- . همان: ج 13 ص 422 ح 17.

امام صادق (علیه السلام) در بیانی زیبا به خوبی به تصویر کشیده، می فرماید: «زیادی خواب، از بسیار نوشیدن؛ و زیاد نوشیدن، مولود پرخوری است و این هردو باعث سنگینی نفس در برابر اطاعت از فرمان های الهی شده، قساوت قلب از تفکر و خشوع را در پی خواهد آورد. (1)

بنابراین میان تسلط بر نفس و پرهیز از پُرخوری، رابطه مستقیمی برقرار است که متون روایی متعدد بر آن تأکید دارد. احادیث ذیل از امام علی (علیه السلام) نمونه ای از آن متون است:

من قل اكله صفا فکرة؛ (2) هرکس خوردنش کم باشد، فکرش روشن می شود.

من اقتصر فی اكله کثرت صحته و صلحت فکرة؛ (3) هرکس جانب کم خوری نگاه دارد، سلامتیش بسیار و فکرش شایسته خواهد شد.

کیف تصفو فکرة من یستدیم الشبع؛ (4) چگونه فکر کسی که دائماً سیر است روشن شود؟

4. مراحل تسلط بر نفس

اشاره

علمای اخلاق، برای تربیت نفس و به کنترل درآوردن آن چهار مرحله را برشمرده اند. این چهار مرحله عبارت است از: مراقبه، محاسبه، مشارطه و معاتبه. در ادامه، سعی خواهیم کرد به تبیین و توضیح این چهار مرحله به قدر نیاز و ضرورت بپردازیم.

الف - مراقبه

اشاره

مراقبت از لغزش و ارتکاب رفتار ناپسند، در مسیر سلوک اخلاقی و تربیت نفس ضروری و اجتناب ناپذیر است. برای ممانعت نفس خویش از رفتار ناپسند، باید همواره هوشیار، و از غفلت و سرکشی نفس برحذر بود، به نفس خویش سختگیری و از مسامحه و اهمال درباره خواسته های آن اجتناب کرد. توضیح آنکه نفس انسان

ص: 278

1- . مستدرک الوسائل: ج 5 ص 124 ح 5484.

2- . غرر الحکم: ح 8462.

3- . همان: ح 8803.

4- . همان: ح 6975.

طالب آزادی و رهایی است و از محدودیت و تکلیف، بیزاری می جوید؛ طالب لذت است و با هر چیز که لذت را کم کند یا مانع آن شود، دشمنی می کند. از این رو برای اینکه نفس خویش را به صفات پسندیده متلبس کنیم و فضایل اخلاقی را در آن نهادینه سازیم، باید مراقبت مستمر را در رفتار خویش نصب العین قرار دهیم و با تکرار رفتار پسندیده، فضیلت اخلاقی را برای آن ایجاد کنیم و از رفتار ناپسند پرهیزیم تا رذیلت اخلاقی کم کم از نفس رخت بر بسته، به وادی فراموشی سپرده شود. همان گونه که در مباحث آغازین بیان شد، نفس آدمی قابل تغییر است؛ لذا با مجاهده و تلاش مستمر و مراقبت ویژه در انجام دادن رفتارها می توان این تغییر را در جهت مثبت در ضمیر خویش نهادینه کرد، همان گونه که رذایل اخلاقی نیز در ضمیر انسان پاک و درستکار، پس از تکرار بسیار نهادینه شده، به صورت شاکله فرد در می آید. به هر حال برای تربیت نفس، ممارست و استمرار لازم است و ممارست و استمرار نیز مراقبت دائم می طلبد. از این رو در هر حال باید مراقب نفس خود بود و اجازه هرگونه رخنه در عقل را از او گرفت. بی شک نفس انسان مترصد فرصتی است که در فکر و عقل آدمی رخنه کند تا انسان را به مسیری که خود می خواهد بکشد؛ واقع را خلاف واقع و خلاف واقع را واقع جلوه دهد و رفتار زشت را زیبا و زیبا را زشت بنمایاند و برای هر خطا و لغزشی توجیهی بتراشد تا انجام آن را برای صاحب خویش موجه سازد. به همین دلیل در دعاهای مأثور، معصوم (علیه السلام) از خداوند درخواست می کند تا به اندازه چشم برهم زدنی او را به خودش وامگذارد و لطفش را از او دریغ نکند تا نفس، او را به بیراهه نبرد و به وادی هلاکت نکشاند: و لا تکنی الی نفسی طرفة عین ابدأ: (1) و مرا برای چشم برهم زدنی به خودم وامگذار.

اما مراقبه نفس، لوازمی می طلبد که در ادامه به بیان مهم ترین لوازم آن اشاره می کنیم. به نظر می رسد سرآمد این لوازم، سختگیری بر نفس است. مقصود از سختگیری بر نفس در حوزه مسائل اخلاقی، مقابله با این خواست درونی و تلاش در جهت عادت دادن نفس به پذیرش صفتی اخلاقی از طریق رفتارهای متناسب با آن صفت است. به عبارت دیگر، طبیعت انسان خواستار امیال طبیعی به ویژه لذات

ص: 279

جسمانی و شهوانی است. در مقابل، صفات برجسته انسانی و معنوی کمالاتی هستند که اگرچه نایل شدن به آن ها لذت بخش بوده، در راستای میل کمال جویی انسان است؛ به دلیل دشواری راه رسیدن به آن کمالات، نفس از پذیرش زحمت آن امتناع می ورزد. به این دلیل برای دستیابی به آن کمالات، باید دشواری راه را بر نفس خود تحمیل کند و آن را از افراط در لذات مادی و شهوانی بازدارد. این بازداشتنِ نفس و خویشتن داری از لذات نامشروع و نیز اصرار بر مراقبت دائم و مستمر و واداشتن خویش به تکرار رفتارهای اخلاقی برای تلبس به ملکه فضیلت ها، درحقیقت همان سختگیری بر نفس است. امام علی (علیه السلام) گرایش طبیعت انسان را به رذیلت ها و زشتی ها می داند و به انسان سفارش می کند نفس خویش را به خوبی ها و نیل به فضایل اخلاقی وادار سازد: «اكره نفسك على الفضائل، فإن الرذائل أنت مطبوع عليها؛ (1) خود را بر انجام فضیلت ها وادار ساز؛ چرا که نفس تو بر رذیلت ها به صورت طبیعی متمایل است».

ایشان در حدیثی دیگر، مسامحه با نفس و رساندن آن به امیال و خواسته هایش را برای آدمی خطرناک دانسته، می فرماید: «من سامح نفسه فيما يحب أتعبه فيما كره؛ (2) هرکس با نفس خویش در آنچه دوست دارد مسامحه کند، او را به آنچه دوست ندارد مبتلا می کند». ایشان در ضمن خطبه ای که در نصیحت مردم بیان داشته، می فرماید: «و لا ترخصوا لأنفسكم فتدهنوا؛ (3) نفس را به حال خود وامگذارید؛ زیرا به بیراهه کشانده می شوید».

نفس آدمی سرکش و بسیار خواستار ارضای تمایلات و خواسته هایش است و با انواع ترفندها صاحبش را به سوی برآورده کردن تمایلاتش می کشاند، بی آنکه برایش چگونگی برآورده شدن آن تمایلات و خواسته ها مهم باشد. برای اینکه نفس سرکش تحت کنترل عقل درآید، همانند هر اسب سرکش و چموشی نیازمند تربیت است و اگر تربیت نشود، وحشی باقی خواهد ماند، سواران خود را بر زمین خواهد زد و از پای در خواهد آورد. برای رام کردن و تربیت اسب وحشی، بر بینی آن لجام

ص: 280

1- . مستدرک الوسائل: ج 11 ص 324.

2- . غرر الحکم: ج 8782.

3- . الکافی: ج 1 ص 45 ح 6.

می زنند و روزهای متوالی بر او سخت می گیرند و در معرض تمرین قرار می دهند. بی تردید این حیوان چموش را نمی توان با نوازش و برآورده کردن خواسته هایش نمک گیر و رام کرد. برای رام کردن آن لجامش زده، با تازیانه بر او سخت می گیرند تا در فاصله زمانی خاص تربیت شود و تحت کنترل صاحبش درآید. همچنین است اگر بخواهند اعتیاد یا بیماری کسی را درمان کنند. برای درمان اعتیاد یا بیماری، معتاد را مدت ها از استفاده مواد مخدر منع کرده، بر او سخت می گیرند و بیمار را نیز از خوردنی های لذیذ و دوست داشتنی اش منع می کنند و به او داروهای تلخ می خوراند تا در فاصله زمانی مشخص، شفا یابد و بهبودی خود را به دست آورد. برای به کنترل درآوردن نفس نیز از این شیوه بی نیاز نیستیم. امام علی (علیه السلام) در اهمیت سختگیری بر نفس خویش به نقل از پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) می گوید:

أَنَّ النَّبِيَّ (صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ) سَأَلَ رَبَّهُ سَبْحَانَهُ لَيْلَةَ الْمَعْرَاجِ فَقَالَ: يَا أَحْمَدُ إِنَّ أَهْلَ الْخَيْرِ وَأَهْلَ الْآخِرَةِ... النَّاسَ مِنْهُمْ فِي رَاحَةٍ وَ أَنْفُسُهُمْ مِنْهُمْ فِي تَعَبٍ... مُحَاسِبِينَ أَنْفُسَهُمْ، مُتَعَبِينَ لَهَا...: (1)

پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) در شب معراج از پروردگارش مطالبی پرسید و خداوند در پاسخ او درباره نیکوکاران فرمود: ای احمد، همانا نیکوکاران و سعادتمندان در آخرت کسانی هستند که... مردم از آنان در آسایش اند و خودشان از خود در سختی،... خویشان را محاسبه کرده، بر خود سخت می گیرند.

ایشان در ضمن بیان صفات مؤمن می فرماید: نفسه منه في عناء و الناس منه في راحة أتعب نفسه لآخرته فأراح الناس من نفسه: (2)

[مؤمن کسی است که] نفس خود را در سختی می اندازد درحالی که مردم از دست او در آسایش اند؛ برای آخرت، خود را به سختی می اندازد درحالی که مردم از دست او در راحتی به سر می برند.

ص: 281

1- . بحار الأنوار: ج 74 ص 21 ح 6.

2- . الكافي: ج 2 ص 230 ح 1.

برای مثال، در بیانات معصومان (علیهم السلام) خوردن مؤمن با خوردن منافق متفاوت است. مؤمن، خوشایند خانواده اش را بر خشنودی خود ترجیح می دهد، اما منافق، رفتاری مقابل این رفتار دارد. (1) پس باید بر نفس خود سخت گرفت و به رفتارهای نیک عادتش داد و از اتکاب رفتارهای زشت باز داشت تا رفتارهای پسندیده، در ضمیر به ملکه تبدیل شده، سجایای اخلاقی نیکو در وجود راسخ شود.

• شیوه مراقبت نفس

اشاره

به نظر می رسد باید برای مراقبت نفس، می بایست اصولی مبتنی بر آموزه های دینی در پیش گرفت؛ زیرا بدون الهام از متون دینی، امکان به بیراهه رفتن در تربیت نفس فراوان است. چه بسیار فرقه های بشری که با ابداع روش های گوناگون، راهی ناکجا آباد شده، پیروان خود را نیز گمراه کردند. بنابراین برای مراقبت نفس و تربیت آن، فقط از طریق اتخاذ اصول ذیل که مستند به آموزه های دینی و تأیید شده پیشوایان دین است ضروری است:

1. مخالفت با خواهش های دل

محدود کردن خویش از طریق محاسبه روزانه اعمال خود و در تحت کنترل درآوردن خود از طریق مخالفت با خواهش های دل نیز از این مصادیق است.

در سفارش های امام علی (علیه السلام) در جهت سختگیری بر نفس برای تربیت آن آمده است:

قیدوا أنفسکم بمحاسبتها، و املکوها بمخالفتها، تأمنوا من الله الرهب، وتدرکوا عنده الرغب، فإن الحازم من قید نفسه بالمحاسبة، و ملکها بالمغالبة، و أسعد الناس من انتدب لمحاسبة نفسه، و طالبها حقوقها بیومه و أمسه: (2)

با محاسبه، نفس خود را ببندید و با مخالفت، آن را تملک کنید تا از ترس عذاب خداوند در امان باشید و شوق وصال او را ادراک کنید. همانا دوراندیش کسی است که با محاسبه، نفس خویش را محدود کند و با غلبه

ص: 282

1- . الکافی: ج 4 ص 12 ح 6.

2- . محاسبة النفس: ص 36.

یافتن بر آن مالکش شود. سعادتمندترین مردم کسی است که به محاسبه نفس خویش همت گمارد و حقوق خود را در روز و شب، از نفس خویش طلب کند.

البته مخالفت با نفس، همواره در دو جهت می تواند رخ دهد: گاه مخالفت با تمایل نفس به گناهان و زیاده روی در امور مباحی مانند خوردن و آشامیدن است؛ و گاه مخالفت با میل نفس به ترک فرایض یا کارهای پسندیده. این دو نوع مخالفت با نفس، که لازمه آن صبر است، در روایتی از پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) مورد اشاره قرار گرفته و با صبر در مصیبت، به مثابه اقسام سه گانه صبر جمع شده است: الصبر ثلاثة: صبر عند المصيبة، صبر على الطاعة و صبر عن المعصية. (1)

2. استمرار (مراقبت دائم)

برای ایجاد فضیلت ها و پایداری آن در جان آدمی و تبدیلیش به ملکه نفسانی، تکرار و مداومت در انجام دادن رفتارهای مربوط، ضروری است. به عبارت دیگر، در تربیت نفس افزون بر آگاهی از راه های کنترل نفس و اهتمام ورزیدن به آن، مداومت و استمرار نیز اجتناب ناپذیر است و بدون آن هرگز در تسلط بر نفس توفیقی حاصل نخواهد شد؛ اگر توفیقی هم به دست آید مقطعی است و به سرعت فراموش می شود. توضیح آنکه کنترل نفس و مقابله با تمایلات آن مقطعی نیست، بلکه مشغله ای دائم است؛ زیرا آنگاه که شرایط مساعد برای تحریک غرایز و شهوات فراهم آید، هوای نفس تحریک شده، فوران می کند و به اصطلاح علم روان شناسی به هیجان تبدیل می شود. این رویداد، هر لحظه ممکن است؛ از این رو انسان همواره باید آماده مقابله با تمایلات نفسانی و هیجانات درونی باشد. به عبارت دیگر، هواهای نفسانی توجه همیشگی می طلبد و شاید لحظه ای غفلت، به اشتباه منجر شود؛ اشتباهی که در برخی موارد جبران دشوار و گاه ناممکن است. این همان چیزی است که در سیر و سلوک و آموزه های عرفانی از آن به «مراقبه» تعبیر می کنند. به نظر می رسد از چند آیه قرآن کریم، لزوم مراقبه در اعمال را می توان برداشت کرد. در آیه ای از قرآن کریم آمده است:

ص: 283

(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ) (1)

ای کسانی که ایمان آورده اید، از خدا بترسید؛ و هر کس باید بنگرد که برای فردایش چه فرستاده است. از خدا بترسید؛ که خدا به کارهایی که می کنید آگاه است.

علامه طباطبایی در تفسیر این آیه می نویسد:

این آیه... مؤمنان را وادار می کند مراقب اعمال خود باشند، که چه می کنند؛ صالح آن ها کدام، و طالحش کدام است؛ چون سعادت زندگی آخرتشان به اعمالشان بستگی دارد؛ و مراقب باشند که جز اعمال صالح انجام ندهند، و صالح را هم خالص برای رضای خدا به جای آورند، و این مراقبت را استمرار دهند، و همواره از نفس خود حساب کشند، و هر عمل نیکی که در کرده های خود یافتند، خدا را شکر گزارند، و هر عمل زشتی دیدند خود را توبیخ کرده، نفس را مواخذه کنند، و از خدای تعالی طلب مغفرت کنند. (2)

در حدیثی از امام علی (علیه السلام) می خوانیم:

یَنْبَغِي أَنْ يَكُونَ الرَّجُلُ مَهِيْمًا عَلَى نَفْسِهِ، مُرَاقِبًا لِقَلْبِهِ، حَافِظًا لِسَانِهِ. (3)

سزاوار است انسان بر خویشتن مسلط، و همیشه مراقب قلب و نگاهدار زبان خویش باشد.

امام صادق (علیه السلام) در بیانی شیوا، ضمن بیان لزوم مراقبت دائم و مستمر می فرماید:

مَنْ رَعَى قَلْبَهُ عَنِ الْغَفْلَةِ وَنَفْسَهُ عَنِ الشَّهْوَةِ وَعَقْلَهُ عَنِ الْجَهْلِ، فَقَدْ دَخَلَ فِي دِيْوَانِ الْمُتَنَبِّهِينَ، ثُمَّ مِنْ رَعَى عَمَلَهُ عَنِ الْهَوَى، وَدِينَهُ عَنِ الْبِدْعَةِ، وَمالَهُ عَنِ الْحَرَامِ فَهُوَ مِنْ جَمَلَةِ الصَّالِحِينَ. (4)

کسی که مراقب قلبش در برابر غفلت، و نفسش در برابر شهوت، و عقلش در مقابل جهل باشد، نام او در دفتر بیداران و آگاهان ثبت می شود، و آن کس که مراقب عملش از نفوذ هواپرستی، و دینش از نفوذ بدعت، و مالش از آلودگی به حرام باشد، در زمره صالحان است.

ص: 284

1- . حشر: 18.

2- . ترجمه تفسیر المیزان: ج 19 ص 374.

3- . میزان الحکمة: ج 2 ص 1108.

4- . مصباح الشریعه: ص 22.

کلینی در کافی به نقل از امام علی (علیه السلام) می نویسد:

فرحم الله امرء راقب ربه و تنكب ذنبه، و کابر هواه، و کذب مناه. (1)

خدا رحمت کند کسی را که متوجه حضور و نظارت پروردگار بر اعمالش باشد، از گناه پرهیزد و با هوای نفس خویش مبارزه و آرزوهای واهی را تکذیب کند.

امام صادق (علیه السلام) دقیقاً به این دلیل که نفس آدمی مراقبت دائم می طلبد، در دعای پس از نماز ظهر از خداوند متعال استمداد، و توجه مستمر خود را در مراقبت از هیجانات و وساوس نفس و شیاطین انس و جن، از خدا طلب می کند: «اللهم... لا تکنی الی نفسی طرفة عین ابداء». (2)

در آیه دیگر، به دقت در انتخاب طعام خود توصیه شده است و به نظر برخی مفسران، طعام اعم از غذای جسم است؛ یعنی مراقبت در هر حال و برای غذای روح و جسم ضروری است. ملامهدی نراقی در کتاب جامع السعادات در لزوم استمرار و دوام مراقبت و کنترل نفس می نویسد:

لاتحصل السعادة الا باصلاح جميع الصفات والقوى دائماً، فلا تحصل باصلاحها بعضاً دون بعض، وقتاً دون وقت... فالسعيد المطلق من أصلح جميع صفاته وأفعاله على وجه الثبوت والدوام بحيث لا يغيره تغيير الاحوال والزمان ولا يزول صبره بحدوث المصائب والفتن ولا شكره بورود النوائب والمحن ولا يقينه بكثرة الشبهات ولا رضاه بأعظم النكبات ولا احسانه بالساء. (3)

در روایات نیز برای تبدیل شدن رفتار به سجیه و عادت توصیه شده است. امام باقر (علیه السلام) می فرماید: «بنده، ایمان به خداوند را تا چهل روز خالص نمی کند»؛ یا ایشان فرمود: «بنده یاد خداوند را تا چهل روز نگاه نمی دارد، مگر آنکه خداوند دنیا را از چشم او می اندازد و او را به دردها و درمان های آن آگاه می سازد؛ سپس حکمت را در قلب او ثابت و بر زبان او جاری می کند». سپس این آیه راتلاوت کرد: آنان که گوساله را به پرستش گرفتند، [آتش قهر و] غضب خدا [در آخرت] و ذلت و

ص: 285

1- . الکافی: ج 8 ص 172.

2- . مصباح المتهجد: ص 65.

3- . جامع السعادات: ص 39.

خواری در حیات دنیا محققاً به آن ها خواهد رسید، و این چنین ما دروغ پردازان را کیفر خواهیم کرد. (1)

بنابراین برای ایجاد سجدۀ اخلاقی، تکرار رفتار متناسب با آن سجدۀ، و برای تکرار آن رفتار، اهتمام، جدیت و سختگیری بر نفس خود ضروری است و بدون اهتمام در استمرار آن، امکان تلبس به سجدۀ اخلاقی وجود ندارد.

برخی روایات نیز ضمن تأیید اصل سختگیری بر نفس خویش، درباره فضیلت، اهمیت و ضرورت آن برای اصلاح نفس پافشاری می کند. برای مثال، از امام علی (علیه السلام) روایت شده است:

من اجهد نفسه فی اصلاحها سعد و من اهمل نفسه فی لذاتها شقی. (2)

هرکس با نفس خود در جهت اصلاح آن مبارزه کند، سعادت‌مند و هر کس نفس خود را در لذت ها واگذارد شقاوتمند شده است.

3. پرهیز از افراط و تفریط

به طور کلی افراط و تفریط، در هر کاری ناپسند است و به مصلحت نیست. این قاعده در تربیت نفس نیز جاری است؛ از این رو در سختگیری بر خود برای نهادینه کردن رفتارهای نیک و ایجاد فضایل اخلاقی در خود، هرگز نباید از مسیر عقلانی خارج، و به کاهلی یا زیاده روی مبتلا شد. قرآن کریم افراط و تفریط را حتی در انفاق، علی رغم سفارش های مکرر به اصل آن و وضع پاداش فراوان برای آن، رفتاری ناپسند به شمار آورده، پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) را از آن منع می کند و می فرماید:

(وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا). (3)

نه دست خویش از روی خست به گردن ببند، و نه به سخاوت یکباره بگشای؛ که در هر دو حال ملامت زده و حسرت خورده بنشین.

ص: 286

1- . الکافی: ج 2 ص 16 ح 6. امام باقر (علیه السلام): ما أخلص العبد الايمان بالله عز وجل أربعين يوماً أو قال: ما أجمل عبد ذكر الله عز وجل أربعين يوماً إلا - زهده الله عز وجل في الدنيا و بصره داءها و دواءها فأثبت الحكمة في قلبه و أنطق بها لسانه، ثم تلا: (إِنَّ الَّذِينَ اتَّخَذُوا الْعِجْلَ سَيَنَالُهُمْ غَضَبٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَ ذِلَّةٌ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ كَذَلِكَ نَجْزِي الْمُفْتَرِينَ) (اعراف: 152).

2- . میزان الحکمة: ج 2 ص 1303 ب 1809.

3- . اسرا: 29.

بنابراین سختگیری بر خود، به معنای محروم کردن نفس از آنچه خداوند بر انسان حلال کرده نیست. مقصود از سخت گیری، انعطاف نداشتن در دستیابی به خواسته ها و تمایلات نفسانی از راه نامشروع است. به عبارت دیگر، نفس را باید عادت داد که فقط از راه مشروع، تمایلاتش را ارضا کند و هواهایی را که طالب تجاوز از حدود شرعی است پایمال کند. لذا قرآن کریم در این خصوص می فرماید:

(وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيْبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ) (1)

از آنچه خداوند به تو عنایت فرموده، آخرت را جستجو کن و حظّ خود را از دنیا فراموش مکن و همان طور که خداوند به تو نیکی فرموده، تو نیز نیکی کن و در زمین طغیان مکن؛ که خداوند اهل فساد را دوست نمی دارد.

در آیه ای دیگر می فرماید:

(قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَ الطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ) (2)

بگو: چه کسی زینت های خدا را که برای بندگان خود آفریده حرام کرده و از صرف رزق حلال و پاکیزه منع کرده است؟ بگو: این نعمت ها در دنیا برای اهل ایمان است و خالص این ها (لذات کامل بدون الم، و نیکوتر از این ها) در آخرت برای آنان خواهد بود. ما آیات خود را برای اهل دانش، چنین مفصّل و روشن بیان می کنیم.

نفس آدمی لذت ها را می جوید و راه رسیدن به آن برای او مهم نیست؛ به همین دلیل آنگاه که دستیابی به لذتی برای او ممکن به نظر آید، از درون خود را در جهت دستیابی به آن لذت تحت فشار قرار داده، تحریک می کند. در نتیجه خویشتن داری و مراقبت از خویش و حبس النفس از ارتکاب رفتار ناپسند اما لذیذ، از مصادیق و مؤلفه های سختگیری بر خود به شمار می آید.

ص: 287

1- . قصص: 77.

2- . اعراف: 32.

4. اکتفا به حلال و پرهیز از حرام

اهتمام به رعایت حدود الهی و اکتفا به آنچه او حلال دانسته، و جدیت در تجاوز نکردن به حدود تعیین شده در شرع مقدس، نخستین گام در تهذیب نفس و تربیت آن است. البته گرچه این امر در نگاه اول متوجه احکام شرعی است، روشن است که بسیاری از احکام شرعی از منظری دیگر، اخلاقی نیز به شمار می آید. از این رو اهتمام به پایبندی به حدود الهی فقط در زمره احکام شرعی زیر مجموعه علم فقه نیست و می تواند حکم اخلاقی نیز به شمار آید. پس توجه به حد و مرزهای تعیین شده در احکام فقهی و اخلاقی شرع مقدس، نخستین و مهم ترین حرکت در اصلاح نفس است؛ لذا در قرآن کریم بارها متجاوزان از حدود الهی توبیخ شده و به عذاب دردناک قیامت وعده داده شده اند⁽¹⁾ و در روایات متعدد، برترین اعمال پرهیز از ارتکاب محرمات و اکتفا به حلال خدا شمرده شده است⁽²⁾ و بهترین اعمال، عملی خوانده شده است که در جهت انجام دادن تکلیف باشد.⁽³⁾

5. ارضای حداقلی غرایز

گاه در احادیث، به بسنده کردن به مقدار کم در لذات جسمانی و ارضای حداقلی غرایز سفارش شده است که خود نوعی سختگیری بر نفس است. پرهیز از زیاده روی در لذاتی چون خوردن و خوابیدن، آن هنگام که از مسیر حلال باشد، برای کنترل نفس و تسلط بر آن بسیار حایز اهمیت بوده، حد نگه داشتن در آن امور از مصادیق سختگیری بر نفس است. در این خصوص در بحث کنترل اعضا و جوارح، به تفصیل مطالبی بیان شد. برای مصادیق ارضای حداقلی می توان به کم خوردن، سکوت و خاموشی یا به تعبیری کم گویی⁽⁴⁾ و کم خندیدن، و فضیلت و اهمیتی که در روایات برای این امور بیان شده اشاره کرد. بی تردید این کارها ذاتاً

ص: 288

1- . بقره: 187: (تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَقْرُبُوهَا كَذَلِكَ يَبَيِّنُ اللَّهُ آيَاتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ)؛ بقره: 229 (تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَعْتَدُوهَا وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ)؛ نساء: 14 (وَمَنْ يَعْصِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَيَتَعَدَّ حُدُودَهُ يَدْخُلْهُ نَاراً خَالِداً فِيهَا وَلَهُ عَذَابٌ مُهِينٌ)؛ طلاق: 1 (وَتِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ).

2- . ر.ک: مشکاة الانوار ص 75؛ امام علی (علیه السلام): شکر کل نعمة الورع عن محارم الله.

3- . عیون الحکم و المواعظ: ص 239: خیر الاعمال ما قضی فرضک.

4- . منتخب میزان الحکمة: ج 2 ص 600.

مباح است، اما زیاده روی در آن موجب غفلت و گناه می شود و اخلاق پسندیده را در معرض تهدید قرار می دهد.

6. به تأخیر انداختن امیال

یکی از روش های سختگیری بر خود برای رسیدن به توان کنترل نفس، به تأخیر انداختن میل است. اگر انسان قادر به مهار امیال خود نباشد و نتواند آن را تا زمان مناسبش به تأخیر اندازد، در حقیقت اسیر امیال خود بوده، هواهای نفسانی او را همچون زندانی، در بند کشیده است؛ در حالی که آموزه های دینی، ما را به شیوه های به بند کشیدن هواهای نفسانی و اسیر کردن آن به جای اسیر آن شدن آگاه کرده است. به تأخیر انداختن و فرونشاندن تمایلات، یکی از این روش هاست. نفس آدمی همچون کودکی است که برای برآورده شدن خواسته هایش، والدین خود را تحت فشار می گذارد. گاه کودک نفس را باید با وعده آینده، آرام کرد و مانع بی تابي او شد. البته باید سعی کرد راه رساندن صحیح کودکِ نفس را به تمایلاتش یافت و همان گونه که بیان شد، حداقل تمایلاتش را از راه حلال ارضا کرد. در غیر این صورت، وعده های توخالی و به تأخیر انداختن مکرر بدون کمترین ارضا، می تواند به طغیان و سرکشی کنترل ناپذیر بینجامد. برای به تأخیر انداختن امیال و خواهش های نفسانی، افزون بر وعده دادن به خود برای ارضای خواهش های نفس از مسیر حلال، راه دیگری که از آن به «تصعید» یاد می شود وجود دارد. مقصود از تصعید آن است که نفس خویش را به پاداشی برتر از آنچه میل دارد وعده دهیم. وعده هایی که خدای متعال به نیکوکاران داده و نعمت های وصف ناشدنی و درک نشدنی به آن ها داده است، از جمله این وعده ها می تواند باشد. اینکه قرآن کریم به پاداش های بسیار وعده داده و تصریح می کند که وعده های الهی حق است (1) و تخلف نمی پذیرد، (2) در واقع استفاده از راهکار تصعید است تا بندگانش را به اعمال نیک و اطاعت از ذات مقدسش ترغیب کند و به آنان توان به تأخیر انداختن و مقابله با هواهای نفسانی را بدهد. همچنین با ترهیب یا ترساندن از عذاب الهی و یادآوری

ص: 289

1- . یونس: 55.

2- . آل عمران: 9.

انواع عذاب ها که در قرآن کریم برخی از آن ها ذکر شده است، می توان نفس را از ارتکاب گناه و رفتار غیراخلاقی بر حذر داشت.

• ابعاد مراقبت نفس

همان گونه که از مباحث پیشین استفاده می شود، لازمه مراقبه سختگیری بر نفس لذت جوست. این مراقبه و سختگیری بر نفس، جنبه های گوناگون و متعدد می توان در نظر گرفت. به نظر می رسد متون روایی درباره مراقبه نفس و سختگیری بر آن، به چند دسته تقسیم پذیر است:

1. دسته ای از روایات، ناظر به موضوع تکالیف شرعی و اطاعت از خدا در حوزه انجام دادن واجبات و ترک محرمات است. در این حوزه، سیاق روایات انعطاف پذیر نیست و به سختگیری بر نفس تأکید دارد. یعنی گرچه انجام دادن تکالیف الهی دشوار است و این دشواری از مفهوم واژه «تکلیف» (از ریشه «کلفت»: سختی و مشقت) پیداست، در انجام دادن تکالیف شرعی مسامحه و کوتاهی پذیرفته نیست؛ از این رو امام علی (علیه السلام) سفارش می کند:

جاهد نفسك و حاسبها محاسبة الشريك شريكه، و طالبها بحقوق الله مطالبة الخصم خصمه، فإن أسعد الناس من انتدب لمحاسبة نفسه: (1)

با نفس خود مبارزه کن و همانند شریکی که از شریک خود حسابرسی می کند، آن را مورد محاسبه قرار ده، همانند مطالبه از دشمن، حقوق خدا را از او بخواه؛ زیرا سعادتمندترین مردم کسی است که به حسابرسی از نفسش اهتمام ورزد.

ایشان همچنین فرموده است:

حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا، ووازنوها قبل أن توازنوا، حاسبوا أنفسكم بأعمالها، و طالبوها بأداء المفروض عليها: (2)

به حساب خودتان برسید پیش از آنکه به حسابتان برسند، و خود را وزن کنید قبل از آنکه شما را وزن کنند. اعمال خود را ارزیابی کنید و انجام دادن فرایض الهی را از خود مطالبه کنید.

ص: 290

1- . مستدرک الوسائل: ج 12 ص 153 - 154 ح 5.

2- . جامع احادیث الشيعة، للبروجردی: ج 13 ص 258 ح 634.

امام صادق (علیه السلام) در لحظات آخر عمر شریفشان، اهتمام به ادای نماز را به همگان توصیه کرده، شفاعت خود را از آنان که در ادای فریضه نماز سستی و اهمال می ورزند و دشواری آن را بر خود هموار نمی کنند برمی دارد و می فرماید: «انّ شفاعتنا لا تنال مستخفاً بالصلاة» (1) همانا شفاعت ما به کسی که درباره نماز کوتاهی می کند نخواهد رسید».

البته - همان گونه که پیش تر اشاره شد - در مراقبه نفس خویش، از مسیر عقلانی نباید خارج شد و زیاده روی کرد. (2) بنابراین اگرچه خدای متعال هرگونه مسامحه و سستی در انجام دادن فرایض را جایز نمی شمارد، سختگیری بر خود را نیز تا آنجا که به جسم آسیبی وارد نشود و مطابق با ظرفیت پذیرش جسمی و روحی باشد، عقلانی می داند و لذا خداوند متعال تکلیف را تا اندازه قدرت مکلف خواستار است. (3) علامه طباطبائی درباره آیه 286 سورة بقره می نویسد:

پس از آنچه گفتیم این معنا به خوبی روشن شد که جمله «لا یكلفُ الله...» کلامی است مطابق با سنتی که خداوند در بین بندگان جاری ساخته، و زبان همان سنت است، و آن سنت این است که از مراحل ایمان، آن مقدار را بر هریک از بندگان خود تکلیف کرده که درخور فهم او باشد، و از اطاعت، آن مقداری را تکلیف کرده که درخور نیرو و توانایی بنده باشد، و نزد عقلا و صاحبان شعور نیز همین سنت و روش، معمول و متداول است. (4)

فقها و مجتهدان، بر اساس استنباط از متون دینی، تکالیف شرعی را مشروط به توان فرد دانسته و مکلفی را که انجام دادن فریضه ای خارج از توان اوست، از انجام دادن تکلیف معاف دانسته اند. بحث درباره این مسئله، تفصیل بیشتری می طلبد و در جای خود باید به آن پرداخته شود.

ص: 291

1- . المحاسن: ص 80 ح 6؛ الکافی: ج 3 ص 270 ح 15.

2- . ر.ک: هادی صادقی، «عقلانیت باور در عمل» مجله انجمن معارف اسلامی شماره 15 تابستان 1387 ص 87.

3- . بقره: 286: (لا یكلفُ الله نفساً الاّ وسعها).

4- . المیزان فی تفسیر القرآن: ج 2 ص 444.

2. دسته دیگر روایات، به موضوع عبادات تصریح کرده است، اما از سیاق آن روایات می توان فهمید که مقصود، عبادات مستحب است؛ زیرا در آن روایات، عبادت کم اما مستمر، بر عبادت طولانی اما کسالت آور و خسته کننده و غیرمستمر برتری داده شده است. عبادت های واجب، اندازه معینی دارد که کاستن از آن جز در مواردی که شرع مقدس مشخص کرده است جایز نیست. پس نکوهش سخت گیری بر نفس خویش برای انجام دادن عبادت های طولانی، بیانگر آن است که مقصود از این عبادات، عبادت های مستحب است. پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) می فرماید: «أحب الأعمال إلى الله أدومه و إن قلَّ» (1) دوست داشتنی ترین رفتارها نزد خدا، بادوام ترین آن رفتارهاست، اگرچه کوچک باشد». امام علی (علیه السلام) در بیان مشابه سخن پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) می فرماید: «قلیل تدوم علیه ارجی من کثیر مملول منه» (2) [عبادت] کمی که استمرار داشته باشد، [به خیر] نزدیک تر است از [عبادت] بسیاری که ملال آور شده باشد».

نتیجه آنکه در عبادات مستحب، مراقبت و سختگیری بر نفس چندان روا نیست و بیشتر به استمرار توصیه شده است نه به مقدار زیاد. به عبارت دیگر، سختگیری بر نفس در عبادات مستحب، به سختگیری در استمرار عبادت معنا می شود، نه سختگیری در کثرت عبادت. البته در برخی مواضع یا موارد این قاعده، به دلیل ویژگی خاص عبادت یا زمان آن، کثرت عبادت نیز توصیه و بر آن تأکید شده است. برای مثال، ذکر خدا مستحب است، اما مؤمنان به ذکر بسیار توصیه شده اند و اندازه ای برای آن قرار داده نشده است؛ (3) گرچه ممکن است ذکر بسیار، به توجه دائم و پرهیز از غفلت تفسیر شود. همچنین در برخی اوقات چون شب های قدر، به شب زنده داری تأکید و توصیه شده و حتی کودکان نیز از خوابیدن منع شده اند، اما برای این موارد خاص، دلیل ویژه ای وجود دارد که در جای خود قابل بحث است و قاعده کلی ذکرشده را نقض نمی کند.

3. دسته ای دیگر از متون دینی، به مراقبت نفس خود در خصوص مؤدب شدن به آداب و فضایل اخلاقی پرداخته است. از آنجاکه این دسته از روایات، در پی تربیت اخلاقی نفس است، اندازه پذیرش نفس را در نظر گرفته است و ضمن لزوم سختگیری برای ایجاد عادات نیکو و از بین بردن عادات زشت، زیاده روی یا افراط

ص: 292

1- . میزان الحکمة: ج 8 ص 156 ح 14425.

2- . نهج البلاغة: حکمت 278.

3- . (وَ اذْكُرْ رَبَّكَ كَثِيرًا) (آل عمران: 41)؛ (وَ اذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ) (انفال: 45).

در سختگیری بر نفس را تأیید نمی کند و شدت فراتر از طاقت را روا نمی دارد. از این رو به نظر می رسد برای جلوگیری از تنفر و انزجار نفس از شیوه های تربیتی، زیاده روی در سختگیری بر خود پذیرفته نیست و اثر نامطلوب به بار خواهد آورد. در سفارش های پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) به امیرالمؤمنین (علیه السلام) آمده است: «یا علی... تؤدب نفسک و أهلك و ولدک و جيرانک علی حسب الطاقة؛⁽¹⁾ ای علی، نفس خود و همسر و فرزندان و همسایه هایت را به اندازه طاقتشان ادب کن».

بنابراین برای تربیت افراد و از جمله تربیت خود، باید به ظرفیت و میزان تحمل نفوس توجه کرد و بیش از اندازه بر آن ها سخت نگرفت تا از این رهگذر، تلاش های تربیتی ثمربخش باشد؛ زیرا در غیر این صورت ممکن است نفس انسان در برابر افراط در سختگیری برای تخلق به اخلاق نیکو، دچار تنفر و انزجار شود و نه فقط سختگیری ها اثر مطلوبی نداشته باشد، بلکه نتیجه معکوس به بار آورد و زحمات متحمل شده برای تربیت نفس به هدر رود. باید به این نکته توجه داشت که ظرفیت ها و توان افراد متفاوت است و برای همه نفوس نمی توان نسخه واحد تجویز کرد.

بر اساس آنچه گفتیم، هم در تکالیف و فرایض، و هم در مستحبات، و هم در

عکس

□

ص: 293

خُلُقِیَاتِ نفس خویش را باید تربیت کرد و تربیت نفس نیز با مراقبت، سختگیری و استمرار ملازم است، اما از مجموع روایات - آن گونه که بیان شد - چنین برمی آید که هیچ گاه نباید از مسیر اعتدال خارج شد و بیش از توان و ظرفیت، از نفس خویش انتظار داشت. بنابراین باید با نفس خود همچون فرزند رفتار کرد. یعنی ضمن دقت نظر و غفلت نکردن از تربیت او و سختگیری با او برای تربیت شدن مطابق ارزش ها و فضایل اخلاقی، با او مهربان بود و همچون پدری دلسوز، شفقت و مهربانی را مبنای تعامل با او قرار داد. فقط در این صورت است که امید به تربیت پذیری باقی خواهد ماند و از سرکشی و طغیان متری در امان خواهیم بود. روایات ناظر به رعایت توان و ظرفیت نفس و نیز پرهیز از تحمیل عبادات طولانی، در حقیقت ملاطفت و شفقت در رفتار با نفس خویش را گوشزد کرده است. آیه شریفه (كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ) (1) و (وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا) (2) از جمله آیاتی است که استفاده صحیح از نعمت های حلال را توصیه کرده و در بهره گیری از نعمت های خدا، سختگیری را جایز نمی داند. (3)

امام زین العابدین (علیه السلام) نیز بر ادای حقوق نفس و اعضا و جوارح خویش تأکید داشته، می فرماید:

و اما حق نفس تو بر تو این است که آن را به مسیر اطاعت از خدا رهنمون سازی و حق زبانت را و حق گوش و چشم و دست و پا و شکم و عورت خویش را استیفا کنی و از خداوند برای استیفای حقوق جوارح خویش و تجاوز نکردن از حدود آن کمک بخواهی. (4)

ب - خودارزیابی

اشاره

یکی دیگر از رفتارهای اخلاقی انسان با خود، «خودارزیابی» یا «محاسبه» است. این رفتار از مهم ترین اقداماتی است که هر فرد می تواند در جهت پیشبرد و تضمین موفقیت خویش در امور مادی، معنوی، اخلاقی و تأمین سعادت خویش

ص: 294

1- . بقره: 57 و 172.

2- . اعراف: 31.

3- . مائده: 87.

4- . مستدرک الوسائل: ج 11 ص 155.

انجام دهد. به خودارزیابی، در قرآن و حدیث نیز توجه شده است که در ادامه، به تفصیل درباره آن سخن خواهیم گفت. پیش از هر چیز، بیان مفهوم خودارزیابی ضروری است.

• مفهوم «خودارزیابی»

مقصود از خودارزیابی، بازنگری خویشتن است و ارزیابی جسمی، فکری و رفتاری خویش را دربر می گیرد. اما در حوزه اخلاق، ارزیابی رفتاری و فکری موضوعیت بیشتری دارد. اینکه انسان توانمندی های جسمی و فکری خود را بازنگری کند و بیندیشد که آیا متناسب با توانمندی های جسمی و فکری خود برای رشد و کمال و سعادت خویش تلاش، و متناسب با تلاش انجام شده بهره برداری کرده است یا نه؛ و اینکه آیا رفتارش در مدت زمان معلوم، معقول و انسانی و خدایسند بوده است یا نه، ارزیابی مورد نظر در این بحث است.

بازنگری خود و رفتارهای خویش، شناخت دقیق تر و کامل تری از نفس را برای انسان به ارمغان می آورد. این بازنگری بدان دلیل است که انسان ها در ابعاد گوناگون، با هم متفاوت اند. تفاوت های جسمی، فکری، استعدادی و حتی تربیتی و رفتاری، از جمله تفاوت های آن هاست. برای مثال، کسی که دارای نبوغ است، با کسی که هوش اندک دارد، متفاوت است. همچنین کسی که دارای قریحه ادبی است، با کسی که آن را ندارد، متفاوت است. پس بازنگری خود، باید به انسان کمک کند تا ضمن شناخت بهتر خویش، هدف گذاری مناسبی برای آینده زندگی خود داشته باشد و مسیر بهتری برای نیل به اهداف عالی انتخاب کند و کاستی های گذشته خود را جبران کند. اما در موضوع اخلاق، باید بازنگری و ارزیابی رفتارهای خویش و نیز افکاری که در سر پرورانده، به صورت خاص مورد توجه قرار گیرد. لذا در آموزه های اسلامی به ارزیابی خود، به ویژه بازنگری و ارزیابی رفتاری خود در حوزه رفتارهای اخلاقی و ارزشی تأکید فراوان شده است.

• اهمیت «خودارزیابی»

خودارزیابی، رمز پیشبرد و رشد کمالات خویش در همه ابعاد است. تا انسان خود را ارزیابی نکند، هرگز به نواقص و اشکالات خویش واقف نخواهد شد و هیچ گاه

در مسیر اصلاح و تکامل گام بر نخواهد داشت. به این دلیل تعالیم اسلامی نیز انسان وارسته را کسی می داند که خود و اعمال خویش را به زیر ذره بین ببرد و در صدد اصلاح خود، جبران خطاها و تقویت قوت ها و توانمندی هایش برآید. از این رو قرآن کریم گاه مؤکداً انسان را به مراقبت از خود و پاسداری از سعادت خویش توصیه

کرده، می فرماید: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسَكُمْ...)⁽¹⁾ ای کسانی که ایمان آورده اید! بر شما باد مراقبت از خودتان. همچنین گاه صراحتاً کسانی را که به دیگران چیزی را سفارش می کنند که خود بدان عامل نیستند مذمت می کند و با این بیان، از اهمیت خودارزیابی و اصلاح خویش پرده برمی دارد و می فرماید: (اتَّامُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَ تَنْسَوْنَ أَنْفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ تَتْلُونَ الْكِتَابَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ)⁽²⁾ چگونه شما مردم را به نیکوکاری دستور می دهید و خود را فراموش می کنید و حال آنکه کتاب خدا را می خوانید؛ چرا اندیشه نمی کنید؟ همچنین می فرماید: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَعْمَلُونَ، كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَعْمَلُونَ)⁽³⁾ ای مؤمنان! چرا چیزی می گوئید که خود عمل نمی کنید؟ نزد خدا به شدت موجب خشم است که چیزی را بگوئید که خود عمل نمی کنید.

پیام آیات فوق این است که اصلاح رفتار خود و برطرف کردن عیوب خویش، مقدم بر اصلاح دیگران است. از این رو از مؤمنان می خواهد به رفتارهای خود بنگرند و پیش از اصلاح دیگری، به اصلاح خود بیندیشند و به آنچه می گویند عامل باشند و اگر عامل نیستند لب فروبندند. برای این منظور، باید رفتارهای خویش را ارزیابی کرد و در نتیجه «خودارزیابی»، اصلی مهم در رفتار انسان با خود به شمار آمده، کلید کمال و سعادت انسان است. علامه جعفری درباره اهمیت ارزیابی خود می گوید: «ارزیابی خویشتن، برتر از خودشناسی است. تعداد کسانی که به ارزیابی خویشتن پرداخته اند، بسیار کم هستند و به ندرت انسان ها به چنین کاری توفیق پیدا می کنند.⁽⁴⁾

ص: 296

1- . مائده: 105.

2- . بقره: 44.

3- . صف: 2 و 3.

4- . انسان شناسی از منظری نو: ص 11.

همان گونه که اشاره شد، یکی از اهداف خودشناسی، اصلاح نفس خویش و تلاش در جهت کمال هرچه بیشتر و تقرب به خداوند و جلب رضایت و خشنودی اوست. این امر مستلزم شناسایی عیوب خویش و تلاش در جهت برطرف کردن آن هاست.

• رابطه خودارزیابی با عیب جویی از دیگران

خودارزیابی و سپس پرداختن به قوت ها و ضعف ها و نیز عیوب نفس خویش، با دگر ارزیابی یا پرداختن به عیوب دیگران و عیب جویی از آنان سازگاری ندارد و به همان میزان که ارزیابی خویشتن و اشتغال به خود، پسندیده است و موجب رشد و کمال انسان می شود، توجه به دیگران و تجسس در امور آنان و عیب جویی از آنان زشت و ناپسند است و باعث سقوط اخلاقی خواهد شد. در متون دینی، رفتارهایی چون عیب جویی از دیگران، اشتغال به دیگران و تجسس در اعمال و رفتار آنان به شدت مذمت شده است. پرداختن به عیوب دیگران و دقت نظر درباره کاستی های ظاهری و باطنی و اشکالات رفتاری و گفتاری آنان، آدمی را از خود غافل کرده، موجب خواهد شد اصلاح عیوب خویش را به فراموشی بسپارد. این ویژگی اگر به صورت عادت درآید، نه فقط فرد را از اصلاح عیوبش باز می دارد، بلکه عیبی بزرگ تر بر عیوب او خواهد افزود و هر روز گناهان او را بیشتر خواهد کرد و در پایان، او را هلاک خواهد کرد. قرآن کریم شکل های متعدد پرداختن به دیگران و غفلت از خود را نهی کرده، ناخشنودی خداوند را از اموری چون ترتیب اثر دادن به ظن و گمان، تجسس در امور دیگران و بدگویی از آنان اعلام می دارد:

(یا ایها الذین آمنوا اجتنبوا کثیراً مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَ لَا تَجَسَّسُوا وَ لَا یَغْتَبْ بَعْضُکُمْ بَعْضاً اَیَحِبُّ أَحَدُکُمْ أَنْ یَاکُلَ لَحْمَ أَخِیهِ مِثاً فکَرِهْتُمُوهُ وَ اتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِیمٌ) (1) ای کسانی که ایمان آورده اید، از گمان فراوان بپرهیزید؛ زیرا پاره ای از گمان ها در حد گناه است؛ و در کارهای پنهان یکدیگر جست و جو نکنید؛ و از یکدیگر غیبت نکنید. آیا هیچ یک از شما دوست دارد که گوشت برادر

ص: 297

مردۀ خود را بخورد؟ پس آن را ناخوش خواهید داشت؛ و از خدا بترسید؛ زیرا خدا توبه پذیر و مهربان است.

تعدد روایات معصومان (علیهم السلام) در خصوص اهتمام به اصلاح خویش و پرهیز از عیبجویی و اشتغال به دیگران نیز بیانگر اهمیت اصلاح خویش و لزوم پرهیز از اشتغال به دیگران است. از امام باقر (علیه السلام) نقل شده است که فرمود:

عليك بذات نفسك ودع ماسواها واستعن بالله يعنيك. (1)

بر تو باد [مشغول شدن به اصلاح] خودت؛ و غیر آن را رها کن و در این راه از خدا کمک بجوی؛ که او کمکت خواهد کرد.

امام علی (علیه السلام) کسی را زیرک می داند که انتظاراتش از نفس خویش زیاد باشد و از دیگران غافل باشد:

الکيس من كان غافلا عن غيره ولنفسه كثير التقاضى. (2)

زیرک کسی است که از دیگران غافل است و از خودش توقع بسیار دارد.

ایشان می فرماید:

اعقل الناس من كان بعينه بصيراً و عن عيب غيره ضيراً. (3)

خردمندترین مردم کسی است که بینای عیب خود، و کور عیب دیگران باشد.

همچنین ایشان، کسی را که خلاف این روش عمل کند و اهتمام خویش را در پرداختن به هموعان مصروف داشته است، در سراشییی هلاکت و نابودی می داند:

من شغل نفسه بغير نفسه تحير في الظلمات و ارتبك في الهلكات. (4) هر کس خود را به غیر خودش مشغول کند، در تاریکی گمراهی متحیر و به انواع هلاکت ها مبتلا خواهد شد.

امام صادق (علیه السلام) عیب جویی و غفلت از اصلاح خویش را نتیجه ابتلا به مکر الهی دانسته، می فرماید:

ص: 298

1- . تحف العقول: ص 219.

2- . مستدرک الوسائل: ج 11 ص 315.

3- . منتخب میزان الحکمة: ج 2 ص 754 ح 4711.

4- . غرر الحکم: ح 9033.

إذا رأيتم العبد متفقداً لذنوب الناس ناسياً لذنوبه فاعلموا انه قد مكر به. (1) وقتی بنده ای را دیدید که گناهان خویش را فراموش کرده، در جستجوی لغزش های دیگران است، بدانید که هدف مکر الهی قرار گرفته است.

بنابراین کسی که به جای بازنگری رفتارها خود و توبه و بازگشت از خطاهای پیشین، نگاهی را به رفتار اطرافیان دوخته، اشتباهات آنان در خاطرش مرور می شود و همواره مترصد انتقاد از آنان است، نه در پی مصلحت خویش است و نه جویای خشنودی خداوند. افزون بر آن، در روابط بین فردی نیز مغضوب اطرافیان خود بوده، آنان را به سبب عیجویی دیگران و ندیدن عیوب خود، از خویش می رنجاند. اما کسی که خویشتن را در معرض ارزیابی و نقد قرار می دهد و همواره در پی اصلاح و جبران خطاهاست، مصلحت خویش را به خوبی تشخیص داده و مدارج کمال را یکی پس از دیگری پیموده است و رضایت و خشنودی خدا و خلقتش را تحصیل کرده است و در روابط بین فردی نیز انسانی موفق و محبوب خواهد بود. از مجموع روایات چنین به نظر می آید که آدمی اگر به عیوب خود توجه کند و برای رفع آن ها تلاش کند، از تجسس و مذاقه در عیوب دیگران غافل می شود؛ و اگر درباره عیوب دیگران دقیق باشد، از عیوب رفتاری و اخلاقی خویش غافل، و در گمراهی هلاک خواهد شد.

• خودارزیابی در امور اخلاقی و دینی

بیشتر انسان ها در امور مادی و دنیوی، بارها اقدامات، تصمیمات و رفتارهای خود را ارزیابی، و تلاش می کنند اشتباهاتشان را شناسایی و سپس برطرف و جبران کنند. هر کس در حوزه شغلی خود سعی می کند علل ناکامی هایش را جستجو کند، آن ها را بیابد و تا آنجا که ممکن است، آن ها را برطرف کند. همچنین انسان عاقل، علل کامیابی های خود را نیز شناسایی کرده در صدد مراقبت از آن ها علل و تقویت شان برخواهد آمد. پس کسانی که همواره از اشتباهات خود درس گرفته، بر تجربه هایشان می افزایند و تلاش می کنند از دانش و تجربه دیگران استفاده کنند، موفق تر و از دیگران پیشروتر هستند. لذا می بینیم که در متون روایی، گاه به استفاده

ص: 299

از تجارب خود و دیگران و گاه به مشورت با دیگران توصیه شده است(1) و گاه کسی که دو روزش با هم مساوی است مغبون دانسته شده است.(2)

اما در خودارزیابی رفتار و اخلاق به ویژه در حوزه های رفتار با خدا، با خود و با هموعان، اکثر قریب به اتفاق افراد کوتاهی کرده، به اصلاح و جبران خطاها اهتمام نمی ورزند؛ درحالی که مهم تر از ارزیابی خود در رفتارهای دنیوی و مادی، ارزیابی خویش در امور اخلاقی و معنوی است؛ چرا که سعادت دنیوی و اخروی را همزمان تضمین می کند. این امر موجب شده است که در متون دینی، توجه فراوانی به قسم اخیر شود. قرآن کریم در بیانی صریح، مؤمنان را به توجه به رفتارهای خود که در آخرت آنان به کار آمده، ارزیابی می شود، فرا می خواند و می فرماید:

(يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ لْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَ اتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ).(3)

ای کسانی که ایمان آورده اید، از خدا بترسید؛ و هر کس باید بنگرد که برای فردایش چه فرستاده است. از خدا بترسید؛ که خدا به کارهایی که می کنید آگاه است.

برخی مفسران، مقصود از «اتقوا الله» دوم را تقوا در بازنگری اعمال می دانند. اگر انسان در این مرحله هم از تقوا برخوردار نباشد، دچار خودفریبی و سپس به سوی از خودبیگانگی می شود. علامه طباطبایی در بیان و شرح این آیه، هم به لزوم مراقبت اعمال و رفتارهای خویش تصریح، و هم به ارزیابی رفتارها و اصلاح خطاها و جبران لغزش ها اشاره می کند و می نویسد:

و این همان هدفی است که آیه (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ لْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ) دنبال نموده، مؤمنین را وادار می کند که به یاد خدای سبحان باشند، و او را فراموش نکنند، و مراقب اعمال خود باشند، که چه می کنند، صالح آن ها کدام، و طالحش کدام است؛ چون سعادت زندگی آخرتشان به اعمالشان بستگی دارد؛ و مراقب باشند که جز اعمال صالح انجام ندهند، و

ص: 300

-
- 1- . آل عمران: 159: (وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ)؛ شورا: 38: (وَأْمُرْهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ).
 - 2- . الأُمَالِي، صدوق: ص 766 ح 1030: امام صادق(علیه السلام): من استوی یوماه فهو مغبون.
 - 3- . حشر: 18.

صالح را هم خالص برای رضای خدا به جای آورند، و این مراقبت را استمرار دهند، و همواره از نفس خود حساب بکشند، و هر عمل نیکی که در کرده های خود یافتند خدا را شکر گزارند، و هر عمل زشتی دیدند خود را توبیخ نموده، نفس را مورد مؤاخذه قرار دهند، و از خدای تعالی طلب مغفرت کنند؛ و ذکر خدای تعالی به ذکرى که لایق ساحت عظمت و کبریایی اوست، یعنی ذکر خدا به اسمای حسنی و صفات علیای او که قرآن بیان نموده، تنها راهی است که انسان را به کمال عبودیت می رساند؛ کمالی که انسان، ما فوق آن، دیگر کمالی ندارد. (1)

در متون دینی، برای خودارزیایی در رفتارهای اخلاقی، دینی و معنوی، بیشتر از اصطلاح «محاسبه نفس» استفاده شده است. فراوانی روایات معصومان (علیهم السلام) در موضوع محاسبه نفس، از اهمیت آن در سعادت بشر حکایت می کند. این عمل در آموزه های روایی به صورت برنامه منظم روزانه برای هر فرد توصیه و بر آن تأکید شده و تا آنجا به این موضوع اهمیت داده شده است که اگر روزی بر انسان بگذرد و او از این برنامه غفلت کند و در محاسبه ای دقیق، به ارزیابی رفتارهای خود نپردازد، در زمره پیروان پیامبر گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله و سلم) و اهل بیت آن حضرت به شمار نمی آید. از پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) حدیثی طولانی درباره سفر معراج بیان شده است. آن حضرت در بخشی از آن حدیث در بیان مشاهدات خود فرموده است که بر بالای درب هفتم جهنم نوشته شده است:

حاسبوا انفسکم قبل ان تحاسبوا و بخوا نفوسکم قبل ان توبخوا. (2) به حساب خود برسید قبل از آنکه به حسابتان برسند؛ و خود را بازخواست کنید پیش از آنکه بازخواست شوید.

حدیث دیگر، زیرک ترین انسان ها را کسی می داند که نفس خویش را محاسبه و بازخواست کند و سعادت مندی خویش در آخرت را با اعمال خویش تضمین کند. (3) در بیان دیگری آمده است:

ص: 301

1- . المیزان فی تفسیر القرآن: ج 19 ص 217.

2- . مستدرک الوسائل: ج 12 ص 13760.

3- . تنبيه الخواطر: ج 2 ص 94: اکیس الکیسین من حاسب نفسه و عمل لما بعد الموت.

حاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا وزنوها قبل أن توزنوا، و تجهزوا للعرض الأكبر. (1)

به حساب خود برسید، قبل از آنکه به حسابتان برسند و خود را ارزیابی کنید پیش از آنکه ارزیابی تان کنند و برای بازخواست بزرگ تر مهیا شوید.

امام کاظم (علیه السلام) در بیان لزوم خودارزیابی و محاسبه نفس می فرماید:

ليس منا من لم يحاسب نفسه في كل يوم، فان عمل خيرا استزاد الله منه و حمد الله عليه، و ان عمل شرا استغفر الله منه و تاب اليه: (2)

از ما نیست کسی که هر روز به محاسبه و ارزشیابی کارهای خود نپردازد؛ پس اگر کار نیکی انجام داده است، از خداوند متعال فزونی آن را بخواهد، و خدا را بر موفقیتی که به دست آورده سپاس گوید؛ و اگر کار زشتی مرتکب شده، از خداوند آمرزش آن را بخواهد و توبه کند.

تعبیر این روایات، نشان می دهد که ارزیابی و محاسبه اعمال و رفتارها باید دارای اثر باشد. بی تردید ارزیابی بدون اثر، جز اتلاف وقت و عمر نیست. ارزیابی ای سودمند است که پس از دستیابی به نتیجه، در صدد رفع کاستی ها و خطاها و مراقبت از قوت ها و مزیت ها برآیم و پس از هر ارزیابی و محاسبه، گامی به کمال نزدیک تر شویم.

• نقشی خداوند در افعال نیک و بد انسان

رفتارهای مرتبط با اخلاق و دین را در دو دسته «نیک و پسندیده» و «زشت و ناپسند» می توان ارزیابی کرد. آنچه در این خصوص مهم است، نوع برخورد ما با ایندو دسته رفتار است. از منظر آموزه های دینی، رفتار نیک و پسندیده منشأ الهی دارد و از توفیقات خداوند و مواهب او به بنده اش به شمار می آید. از سوی دیگر، رفتارهای زشت و ناپسند و نیز گناهان، همه از ناحیه خود انسان است و خداوند به آن رفتارها راضی نیست. لذا قرآن کریم می فرماید:

(ما أَصَابَك مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنْ اللَّهِ وَ ما أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنْ نَفْسِكَ). (3)

ص: 302

1- . بحار الأنوار: ج 67 ص 72 ح 26.

2- . الإختصاص: ص 26؛ الکافی: ج 2 ص 453 ح 2.

3- . نساء: 79.

هرچه از خوبی ها به تو می رسد، از جانب خداست و آنچه از بدی به تو می رسد، از خود توست.

همچنین در آیه دیگر می فرماید:

(وَمَا أَصَابَكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فِيمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ). (1)

هر مصیبتی که به شما رسیده، توسط خود شما بوده است.

پس کسی که با این آموزه آشنا و به وابستگی مطلق خویش به خداوند آگاه است، هرگز با رفتارهای نیکش مغرور نمی شود و نقش خداوند را در توفیقاتش از یاد نمی برد و خود را در انجام دادن آن رفتارها یا اتصاف به صفات نیک مستقل نمی یابد؛ و به تکبر مبتلا نمی شود؛ و همواره شکرگزار خداوند است. از این رو امام باقر (علیه السلام) راه رهایی از عجب را شناخت خود می داند و می فرماید: «سد سبیل العجب بمعرفة النفس؛ (2) راه خودپسندی، با شناخت نفس بسته شده است».

در سیره معصومان (علیهم السلام) نیز می بینیم که نه فقط توفیق انجام دادن اعمال خیر از خداوند طلب شده است، بلکه پس از رفتارهای نیک یا ادای تکالیف الهی، شکر و سپاس از خداوند به جای خودپسندی صورت گرفته است. امام کاظم (علیه السلام) در یکی از دعاها خود به پیشگاه پروردگار عرضه می دارد: «اللهم وفقني لكل عمل صالح ترضي به عني وقربني به إليك زلفي؛ (3) خداوندا، مرا بر هر عمل نیکی که تو با انجام دادن آن از من خشنود می شود موفق گردان، و آن را مایه نزدیکی من به خودت قرار ده». علی بن حسن فضال از امام رضا (علیه السلام) در بیان علت و مفهوم سجده شکر پس از نماز روایت کرده است:

يقول هذه السجدة مني شكرا لله على ما وفقني له من خدمته و أداء فرضه و الشكر موجب للزيادة فإن كان في الصلاة تقصير تم بهذه السجدة. (4)

می گوید این سجده از طرف من، شکر خدایی است که مرا به اطاعتش و انجام فریضه موفق گردانید، و شکر نیز موجب زیادی نعمت می شود و اگر در نماز کوتاهی صورت گرفته باشد، با آن سجده برطرف می شود.

ص: 303

1- . شورا: 30.

2- . تحف العقول: ص 285.

3- . الکافی: ج 4 ص 73 ح 3.

4- . علل الشرائع: ج 2 ص 360 ح 1.

امام سجّاد (علیه السلام) در دعای 2 (علیه السلام) صحیفه، توفیق گفتار و کردار نیک را از خداوند درخواست کرده، عرض می کند: «اللهم... وفقنی لخیر القول و العمل؛ (1) خدایا، مرا به سخن و رفتار نیک موفق گردان».

اما آنگاه که رفتارهای زشت و ناپسند از او سرزند، آن رفتارها را به خدا نسبت نمی دهد و خود را در انجام دادن آن رفتار یا انصاف به صفتی زشت مقصر می یابد. به این دلیل در صدد اصلاح و جبران آن بر می آید. متون فراوان موجود در قرآن و حدیث که بر لزوم استغفار و توبه و اعتراف به گناهان دلالت دارد، همگی از این مهم حکایت می کند که از منظر آموزه های دینی، رفتارهای ناشایست از اکتسابات خود آدمی است و به او نسبت داده می شود؛ از این رو نباید این رفتارها را توجیه و از زیر بار مسئولیت آن شانه خالی کرد.

از مجموع آنچه گذشت، می توان نتیجه گرفت که نعمت ها، مواهب معنوی و مادی و رفتارهای نیک انسان به توفیق الهی و از سوی خداوند نصیب انسان می شود؛ در حالی که رفتارهای زشت انسان برخاسته از اراده خود اوست و خداوند از آن رفتارها رضایت ندارد. در نتیجه مصیبت ها و بلایا، برخاسته از بدی رفتار اوست، و البته باید توجه داشت که این بدان معنا نیست که انسان رفتارهای زشت را بالاستقلال انجام می دهد. زیرا انسان در هر لحظه وجود خویش و قدرت و توانش را از ذات مقدس پروردگارش می گیرد. بنابراین حتی رفتارهای زشت نیز مستقلاً انجام نمی شود؛ اما تفاوت در این است که رفتارهای نیک را هم با قدرت الهی و هم به توفیق او انجام می دهد، اما رفتارهای ناپسند را فقط به واسطه قدرت اعطایی از سوی خداوند انجام می دهد که در گرو توفیق یا رضایت او نیست و انسان ها به انتخاب و با اراده خویش که از طرف خداوند به آن ها اعطا شده به آن دست می یازند. (2)

• پیامد محاسبه نفس

تردیدی نیست که محاسبه نفس، پیامدهای مطلوبی دارد که در جهت اصلاح و رشد آدمی تا مدارج کمال است. به عبارت دیگر، اگر نتیجه ارزیابی رفتار خویش مثبت

ص: 304

1- . الصحیفة السجّادیة: دعای 27 ص 70.

2- . نساء: 79: (مَا أَصَابَكَ مِنْ حَسَنَةٍ فَمِنَ اللَّهِ وَ مَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِنْ نَفْسِكَ) هر خیری که به تو رسد از جانب خداست و هر شری که به تو رسد از جانب خود توست.

باشد، باید موجب غرور و در نتیجه رکود و بسنده کردن به وضع موجود نشود، بلکه شکر و سپاس خداوند متعال را در پی داشته باشد و به طلب توفیق بیشتر در ادامه راه بینجامد. اما اگر نتیجه ارزیابی رفتار خود منفی بود و برای شخص محرز شد که در رفتارش مرتکب لغزش و خطا شده است، باید نتیجه اش توبه و سپس تلاش در جهت اصلاح عملکرد و بهبود آن باشد؛ چرا که توبه واقعی آن است که فرد به ترک کار خطا و اصلاح و جبران آن تصمیم بگیرد. بنابراین لازمه اصلاح لغزش ها، خطاها و عیوب خویش، آگاهی از آن هاست و آگاهی از این امور، از محاسبه نفس و توجه به رفتارهای خویش حاصل می شود. امام علی (علیه السلام) در بیانی صریح، اصلاح عیوب را در گرو محاسبه نفس دانسته، می فرماید: «من حاسب نفسه وقف علی عیوبه و أحاط بذنوبه و استقال الذنوب و أصلح العیوب».(1) ایشان اثر محاسبه نفس را نیز اصلاح عیوب می داند؛ زیرا محاسبه نفسی که اصلاح رفتارها و لغزش ها را در پی نداشته باشد، محاسبه نخواهد بود: «ثمرة المحاسبة صلاح النفس».(2)

پس کسی که محاسبه نفس خویش را جدی گرفته، به آن پایبند است، از این اقدام خود در جهت کمال یافتگی بیشتر خویش و سپس نیل به سعادت برتر منتفع خواهد شد؛ و کسی که از محاسبه رفتارهایش غافل شد، بی شک زیان خواهد دید: علی (علیه السلام): «من حاسب نفسه ریح و من غفل عنها خسر».(3) هر کس نفس خویش را محاسبه کند، سود خواهد برد و آن که از نفس خویش غافل شود، زیان خواهد دید».

نکته مهم پایانی این است که محاسبه نفس، کاری مستمر و دائم است؛ و از آنجاکه رشد و تعالی انسان پایان ندارد، هرگاه که کنترل نفس متوقف شود، پیشرفت به سوی کمال نیز متوقف می شود و گاه ممکن است سقوط از درجات پیشین نیز رخ دهد. از این رو کنترل نفس همواره باید ادامه داشته باشد و لحظه ای تعطیل نشود. پس محاسبه نفس نمی تواند متوقف شود. امام صادق (علیه السلام) در حدیثی منسوب به ایشان، پارسایی را در گرو استمرار محاسبه نفس دانسته، می فرماید: «اصل الورع دوام المحاسبة».(4)

ص: 305

1- . غرر الحکم: ح 8927.

2- . همان: ح 4656.

3- . نهج البلاغة: حکمت 208.

4- . مصباح الشریعة: ص 202.

آن حضرت در بیان دیگری، از خداوند استمداد می کند تا کمتر از آنی او را به خودش وا نهد و تا زنده است لحظه ای حضرتش را به خود وا مگذارد:

و اسألك ان تعصمني من معاصيك و لا تكلني الى نفسى طرفة عين أبدا ما أحييتنى لا أقل من ذالك و لا أكثر، إن النفس لأمارة بالسوء الا ما رحمت يا أرحم الراحمين: (1)

از تو می خواهم که مرا از ارتکاب گناهان نگه داری و تا ابد مرا به اندازه چشم برهم زدنی به نفسم وامگذاری، نه کمتر از آن و نه بیشتر از آن؛ چرا که نفس به بدی فرمان می دهد مگر آنکه تو رحم کنی، ای مهربان ترین مهربانان.

بر این اساس به نظر می رسد انسان در راه تکامل و در حال پیمودن پله های ترقی، رشد و کمال، همواره به مراقبت از خود برای پیشگیری از سقوط نیاز دارد. پس به هر اندازه که مدارج کمال را پیموده، بالاتر می رود، مراقبت و هشیاری بیشتری می طلبد؛ زیرا سقوط از مدارج بالاتر خطرناک تر و هلاک کننده تر خواهد بود.

• فواصل زمانی محاسبه نفس

مراقبت و کنترل نفس می بایست در سه حوزه کنترل فکر، کنترل عواطف و کنترل اعضا و جوارح به صورت مستمر و دائم انجام شود و لحظه ای نباید از آن غافل شد. اما برای محاسبه عملکرد، باید زمانی خاص تعیین کرد و در فواصل زمانی کوتاه، رفتارهای خویش را ارزیابی و محاسبه کرد تا اگر اشکال و لغزشی رخ داده بود اصلاح شود و اگر رفتارها همگی نیک و پسندیده بود، از خداوند شکرگزاری شود. آدمی باید افکار و رفتار خویش را ارزیابی و محاسبه کند، و انتخاب فاصله زمانی برای این کار فرع آن است؛ اما فاصله زمانی مناسب برای محاسبه خویش بر اساس آنچه در روایات آمده، هر شب است. یعنی در هر شبانه روز، ساعتی به خلوت و ارزیابی و محاسبه خود اختصاص داده شود. لذا در حدیثی از امیر مؤمنان، علی (علیه السلام) می خوانیم که فرمود:

ص: 306

ما احق للانسان ان تكون له ساعة لایشغله شاغل يحاسب فيها نفسه، فينظر فيما اكتسب لها و عليها في ليلها و نهارها: (1)

چقدر شایسته است که انسان ساعتی برای خود داشته باشد، که هیچ چیز او را به خود مشغول نسازد و در این ساعت، محاسبه خویش کند و بنگرد چه کاری به سود خود انجام داده و چه کاری به زیان خود، در آن شب و در آن روز.

به نظر می رسد مقصود از اختصاص ساعتی که فراغت به طور کامل حاصل باشد، ساعتی در شبانه روز است. شاهد این برداشت، روایتی دیگر از امام صادق (علیه السلام) است که می فرماید:

حق علی کل مسلم يعرفنا، ان يعرض عمله في كل يوم و ليلة على نفسه، فيكون محاسب نفسه، فان رای حسنة استزاد منها و ان رای سيئة استغفر منها لئلا يخزي يوم القيامة: (2)

بر هر مسلمانی که معرفت ما را دارد، لازم است اعمال خود را در هر روز و شب، بر خویشتن عرضه بدارد، و حسابگر نفس خود باشد؛ اگر حسنه ای مشاهده کرد، برای افزودن آن کوشش کند، و اگر سيئه ای ملاحظه کرد، از آن استغفار کند، مبادا روز قیامت رسوا شود.

همین معنا از امام کاظم (علیه السلام) به گونه دیگر روایت شده است، آن هنگام که فرمود:

يا هشام ليس منا من لم يحاسب نفسه في كل يوم فان عمل حسنة استزاد منه و ان عمل سيئا استغفر الله منه و تاب: (3)

کسی که هر روز به حساب خویش نرسد از ما نیست؛ اگر کار خوبی انجام داده از خدا توفیق فزونی طلبد [و خدا را بر آن سپاس گوید] و اگر عملبدی انجام داده استغفار کند و به سوی خدا برگردد و توبه کند.

بنابراین بهترین فاصله زمانی برای محاسبه نفس آن است که در کنار مراقبت همیشگی در هر شبانه روز، یک بار در وقت خلوت و فراغت، رفتار روز خویش را محاسبه کنیم.

ص: 307

1- . میزان الحکمة: ج 1 ص 619 ح 821.

2- . تحف العقول: ص 301.

3- . الکافی: ج 2 ص 454 ح 2.

مشارطه عبارت است از اینکه انسان با خود و خدایش پیمان بندد که هرگز مرتکب رفتار ناپسند نشود، حقی را پایمال نسازد، و در انجام وظیفه کوتاهی نکند. اگر تخلفی از او سرزد و مرتکب رفتار ناپسندی شد یا وظیفه ای شرعی یا اخلاقی را ترک کرد، و خویشتن را جریمه کرد و خود را از یکی از مواهب حلال محروم گرداند، به این کار معاتبه می گویند. امام علی (علیه السلام) می فرماید:

من لم يتعاهد النقص من نفسه غلب عليه الهوى، و من كان في نقص فالموت خير له. (1)

کسی که کاستی های خویش را بررسی نکند، هوای نفس بر او چیره می شود؛ و کسی که پیوسته در حال سقوط و نقصان است، مرگ برای او بهتر است.

امام زین العابدین (علیه السلام) نیز توجه خاصی به مشارطه داشته و این از کلام آن حضرت آشکار است، آن هنگام که فرمود:

ولک یا رب شرطی الا اعود فی مکروهک، و ضمانی ان لا ارجع فی مذمومک و عهدهی ان اهجر جمیع معاصیک: (2)

پروردگارا، شرطی در پیشگاه تو کرده ام که به آنچه دوست نداری، باز نگردم، و تضمین می کنم به سراغ آنچه تو مذمت کرده ای نروم و عهد می کنم که از جمیع گناهانت دوری گزینم.

این بیان شریف، از این معنا حکایت می کند که پیش از مشارطه با نفس خود برای ترک منهیات خداوند، محاسبه صورت گرفته است؛ زیرا بدون محاسبه نفس، هرچند اجمالی، توجه به رفتارهای ناپسند خویش تحقق نمی یابد. بنابراین مشارطه هنگامی است که محاسبه نفس صورت گیرد و موارد تخلف از مسیر حق شناسایی شود.

د - معاتبه و معاقبه

گام پایانی در تربیت نفس، معاتبه و مؤاخذه و تنبیه خویش است. پس از محاسبه نفس، ممکن است سالک به رفتارهای ناپسندی برخورد کند که مرتکب آن ها شده

ص: 308

1- . بحار الانوار: ج 67 ص 64 ح 3.

2- . الصحیفة السجادیة: ص 154.

است. او برای جلوگیری از ارتکاب مجدد آن، به خود عتاب می کند و در صدد جبران برمی آید. نخستین اقدام برای جبران رفتار زشت، جریمه نفس خویش است. این گونه رفتار با نفس خویش، از برخی متون دینی نیز قابل استفاده است. قرآن مجید به این مسئله اهمیت می دهد و به نفس «لوامه» سوگند یاد می کند و می فرماید: (وَلَا أَقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ) (1) و نفس لوامه همان وجدان بیداری است که صاحبش را هنگام ارتکاب کار ناپسند سرزنش می کند. البته سرزنش نفس نوعی معاقبه و مجازات خویشتن است. امام علی (علیه السلام) در شرح یکی از اوصاف پرهیزگاران می فرماید:

ان استصعبت علیه نفسه فی ما تکره لم يعطها سؤلها فی ما تحب. (2)

هرگاه نفس او در انجام وظایفی که خوش ندارد، سرکشی کند [و به راه گناه برود] او هم از آنچه دوست دارد محروم می سازد [و از این طریق نفس سرکش را مجازات می کند].

آن حضرت در بیان دیگری می فرماید: «من ذم نفسه اصلحها، من مدح نفسه ذبحها؛» (3) آن کس که نفس خویشتن را مذمت [و سرزنش] کند سبب اصلاح آن را فراهم کرده، و آن کس که خویشتن را مدح و ثنا گوید، گویی خود را ذبح کرده است».

ایشان در بیان دیگری، مجازات نفسِ خاطی را در پرهیز دانسته، می فرماید: «دواء النفس الصوم عن الهوى، و الحمية عن لذات الدنيا؛» (4) داروی نفس [سرکش] روزه گرفتن از هوا و هوس ها و پرهیز از لذات دنیا است». داستان ابولبابه انصاری و توبه ای که پس از خیانتش انجام داد، یکی دیگر از شواهد مجاز بودن مجازات نفس پس از رفتار زشت است. او خود را به ستون بست تا توبه اش از سوی خداوند پذیرفته شد و در شأن او آیه 102 سورة توبه (5) نازل شد و پیامبر (صلی الله علیه و آله و سلم) بشارت آمرزش پروردگار را برای او آورد و خود، ریسمان از گردنش باز کرد.

ص: 309

1- . قیامت: 2.

2- . نهج البلاغة: خطبة 193.

3- . میزان الحکمة: ج 4 ص 333.

4- . عیون الحکم و المواعظ: ص 250.

5- . (وَ آخَرُونَ اعْتَرَفُوا بِذُنُوبِهِمْ خَلَطُوا عَمَلًا صَالِحًا وَ آخَرَ سَيِّئًا عَسَى اللَّهُ أَنْ يَتُوبَ عَلَيْهِمْ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ) و گروه دیگری به گناهان خود اعتراف کردند، و اعمال صالح و ناصالحی را به هم آمیختند، امید می رود که خداوند توبه آن ها را بپذیرد؛ چرا که خداوند غفور و رحیم است.

امام علی (علیه السلام) نیز در بیان شرایط توبه، شش شرط مطرح کرده، در بیان دو شرط پایانی می فرماید: «پنجم: گداختن هر گوشتی حرام روییده به حزن و الم، تا پوست به استخوان چسبد و گوشت تازه برآید. ششم: الم و زحمت طاعت و عبادت به بدن چشانیدن به ازای آنچه از شیرینی معصیت چشیده. پس چون کسی این شش امر را به جا آورد بگوید: «استغفرالله»» (1).

این بیان شریف به خوبی موضوع مجازات نفس خویش به سبب انجام اعمال ناصواب را مطرح کرده و شیوه و اندازه آن را نیز ترسیم می کند تا ضمن مجازات نفس، از زیاده روی و افراط جلوگیری کرده باشد.

مؤاخذه و تنبیه می تواند در حد منع رسیدن به لذتی جسمانی باشد. برای مثال، جریمه خویش با روزه در ازای ارتکاب رفتار ناپسند، یا امساک یا کم خوابیدن و اموری از این قبیل تا جایی که آسیبی متوجه جسم نشود مطلوب است. در غیر این صورت، همین تنبیه از مصادیق رفتارهای ناپسند به شمار خواهد آمد. لذا امیر مؤمنان، علی (علیه السلام) در شرح اوصاف برجسته متقین و پرهیزگاران که در نهج البلاغه آمده است، می فرماید:

ان استصعبت علیه نفسه فی ما تکره لم یعطها سؤلها فی ما تحب. (2)

هرگاه نفس او در انجام وظایفی که خوش ندارد، سرکشی کند [و به راه گناه برود] او هم از آنچه دوست دارد محروم می سازد [و از این طریق نفس سرکش را مجازات می کند].

در حدیث دیگری از آن حضرت آمده است:

إذا صعبت عليك نفسك فاصعب لها تذلل لك. (3)

هنگامی که نفس بر تو سخت گیرد [و در برابر اطاعت فرمان حق، به آسانی تسلیم نشود] تو هم بر او سخت بگیر [و خواسته هایش را از او دریغ دار] تا در برابر تو تسلیم شود.

آن حضرت درباره تربیت نفس سرکش و راه وادار ساختن آن فرموده است:

ص: 310

1- نهج البلاغه، فیض الاسلام: حکمت 409.

2- نهج البلاغه: خطبه 193.

3- عیون الحکم و المواعظ: ص 133.

داروی نفس [سرکش] روزه گرفتن از هوا و هوس ها و پرهیز از لذات دنیاست.

بنابراین، محاسبه و ارزیابی و در صورت نیاز مؤاخذه می بایست همواره تکرار شود و هیچ گاه متوقف نشود تا نفس انسان کم کم به ترک اعمال زشت و تلبس به سجایای اخلاقی متلبس شود و ملکه خُلقیات نیکو در نفس او پایدار شود. از این رو رابطه کنترل و مراقبت نفس با محاسبه نفس، دو سویه و مستمر است و این دو همچون حلقه فتر، سالک را در جهت کمال به پیش برده، ارتقا می دهد. شکل ذیل، رابطه این دو را ترسیم کرده است:

عکس

□

پیش نیاز کنترل و محاسبه نفس

پیش از ایجاد توانمندی کنترل نفس و نیز استمرار محاسبه نفس و اهتمام به رفع عیوب خویش، لازم است فضایل و رذایل اخلاقی و نیز راهکارها و شیوه ایجاد فضایل و رفع یا دفع فضایل اخلاقی شناخته شود. بی شک اگر آدمی فضیلت اخلاقی را شناسد، هرگز نمی تواند برای ایجاد یا تقویت فضیلت اخلاقی در نفس خویش تلاش کند. همچنین اگر از رذیلت اخلاقی آگاه نباشد، هیچ گاه برای مقابله و دفع آن رذیلت توانمند نخواهد بود. شناخت انواع فضایل اخلاقی و شیوه های کسب آن سجایا، و رذایل اخلاقی و راه های دفع آن خُلقیات به کسی که در مخالفت با نفس خویش توانمند است، کمک می کند تا به راحتی فضایل را در نفس

ص: 311

خویش ایجاد کرده، راه تلبس نفس به رذایل را سد، یا رذایل نفس را زایل سازد. اگر آدمی بداند امانت داری و صداقت، صفت حسنه ای است که تلبس به آن، انسان را از نظر اخلاقی بالا می برد، گام بلندی در جهت تلبس به راستگویی برداشته شده است. همچنین اگر مفهوم خیانت یا تهمت را بشناسد، در پیراسته کردن خویش از این صفات مذموم، اقدامی مؤثر انجام گرفته است. بنابراین در مسیر خودسازی، کنترل نفس و ارزیابی آن ضروری است؛ اما شناخت رفتارهای خوب و بد نیز برای اینکه هر فرد بداند کدام رفتارها را انجام دهد و کدام یک را ترک کند، ضروری و لازم است.

نتایج پایان فصل

بر اساس آنچه در این فصل بیان شد، به این نتایج می توان دست یافت:

1. انسان در دو ساحت باید به ساماندهی رفتار با خود پردازد: یکی در ساحت رفتار با جسم خویش؛ و دیگری رفتار با روح و روان خود.
2. اصلاح رفتار با جسم خود، نباید هدف عالی برای آدمی باشد. این امر هدفی است میانی که پیامدش پرورش و مراقبت از سلامت بدن یا بازپروری آن خواهد بود. این پیامد برای نیل به کمال و دستیابی به سعادت حقیقی، هدفی میانی است، نه عالی یا غایی.
3. سه سرفصل تغذیه، بهداشت و درمان، همه اقدامات لازمی را که انسان برای پرورش، مراقبت از سلامت یا بازپروری جسم به آن نیازمند است در خود جا داده است. از این رو انسان باید برای تحقق آن ها کوشا باشد و در ادای حق جسم خویش به مثابه وظیفه ای اخلاقی و شرعی کوتاهی نکند.
4. در رفتار اخلاقی با روح و روان خود باید سرمنشأها شناخته شود تا از آن طریق بتوان در اصلاح رفتار اخلاقی با خود اقدام کرد و در تحقق آن موفق بود. به نظر می رسد با در دست گرفتن کنترل فکر، قلب، اعضا و جوارح، تسلط کامل بر نفس خود امکان پذیر است.
5. نفس آدمی سرکش است و همانند اسبی چموش در تلاش است تا لجام خویش را از کف عقل بیرون کشد و به هر سو می خواهد روان شود. برای استمرار

کنترل بر نفس باید آن را به رعایت موازین اخلاقی عادت داد. برای این کار سختگیری خردمندانه و ارزیابی مستمر لازم است تا با این دو اقدام، امکان رام کردن نفس و وادار کردن تمکین او به پذیرفتن دستورهای عقل و شرع فراهم شود.

6. مراقبت از نفس به معنای مقابله با خواهش های نفسانی و پرهیز از زیاده روی یا خروج از حدود شرعی در برآورده کردن خواهش های نفس است؛ بنابراین باید نفس خود را به بهره مندی کم از لذات نفسانی و البته از راه مشروع عادت داد و از تجاوز و تعدی به حدود الهی پرهیز کرد.

7. مراقبت از نفس با مراتب و درجاتی که گذشت، کاری ضروری در جهت رشد و کمال و نیز تهذیب نفس در پی آن، برای دستیابی به سعادت دنیا و آخرت انسان ضروری است.

8. سختگیری بر خود در واجبات به قدر توان، در فضایل اخلاقی به قدر ظرفیت و در مستحبات تا هنگام فرا رسیدن خستگی و کسالت، جایز است و بیش از آن مذموم خواهد بود.

9. بدون مراقبت و سختگیری بر نفس خود، امکان کنترل نفس فراهم نشده، ملکه تسلط بر خواهش های نفسانی ایجاد نخواهد شد. برای مثال، کسی که می خواهد بر نفس خویش تسلط داشته باشد و شهوت جنسی اش را مهار کند، اگر امکان هدایت آن به سمت فرونشاندن غریزه از راه حلال فراهم نیست، باید با سختگیری بر نفس خویش از راه روزه، مهار آن را برای خویش امکان پذیر سازد و ارضای آن را به تأخیر اندازد.

10. پس از دستیابی به توانمندی کنترل نفس، دانش دیگری نیاز است. این دانش، شناسایی رذایل اخلاقی و راهکار مقابله با هر رذیله اخلاقی را برای سالک مسلط بر نفس خویش امکان پذیر می سازد.

و الحمد لله رب العالمین

1. احیاء علوم الدین، محمد، غزالی طوسی، تحقیق عبدالله خالدی، بیروت: شرکت دارالرقم.
2. اختصاص، محمدبن نعمان عکبری، مفید، تحقیق علی اکبر غفاری، بیروت: دارالمفید، 1414ق.
3. اخلاق اسلامی، مسعود و دیلمی، آذربایجانی، احمد، دفتر نشر معارف، 1385ش.
4. الاخلاق الاسلامیة و اسسها، عبدالرحمن حسن، الميدانی، دمشق: دارالقلم، 1399ق.
5. اخلاق حرفه ای، احد، فرامرز قراملکی، تهران: نشر مجنون، 1383ش، دوم.
6. اخلاق در قرآن، محمدتقی، مصباح یزدی، تحقیق و نگارش محمدحسین اسکندری، انتشارات مؤسسه امام خمینی (ره)، 1380ش.
7. اخلاق در قرآن، ناصر، مکارم شیرازی، قم: مدرسه امام علی (علیه السلام)، 1366ش.
8. اخلاق ناصری، خواجه نصیرالدین طوسی، تصحیح و تنقیح مجتبی مینوی و علیرضا حیدری، سوم.
9. اخلاق نیکوماخوس، ارسطو، ترجمه پورحسینی، تهران: دانشگاه تهران، 1356ش.
10. اخلاق، پیر، ژانه، ترجمه بدرالدین کتابی، اصفهان: اداره کل آموزش و پرورش، 1363ش.
11. إرشاد القلوب، حسن بن محمد، دیلمی، قم: رضی.
12. ارشاد، مفید، عکبری بغدادی، محمدبن محمدبن نعمان (شیخ مفید) تحقیق آل البيت، بیروت: دارالمفید، 1414ق.
13. آشنائی با قرآن، مرتضی مطهری، قم: انتشارات صدرا، 1362ش.

14. اصل الشیعه و اصولها، آل کاشف الغطاء، محمدحسین، مؤسسه امام علی (علیه السلام)، 1415ق.
15. اطاعت از خدا در ترازوی حق و تکلیف، محمدتقی، سبحانی نیا، پایان نامه کارشناسی ارشد مرکز تربیت مدرس دانشگاه قم.
16. اعلام الدین، الحسن ابن ابی الحسن، الدیلمی، بیروت: موسسه آل البیت، 1406ق.
17. امالی، طوسی، قم: دارالثقافه، 1414ق.
18. امالی، صدوق، محمدبن علی، قم: موسسه بعثت، 1416ق.
19. امالی، مفید، تحقیق علی اکبر غفاری، بیروت: دار المفید، 1414ق.
20. الأمثل فی تفسیر کتاب الله المنزل، ناصر مکارم شیرازی، قم: مدرسه امام علی بن ابی طالب، 1421ق.
21. آموزش رفتار، رفتار اجتماعی و قانون پذیری به کودکان، مسعود و دیگران، جان برزگی، ارجمند، 1386ش.
22. آموزش فلسفه، محمدتقی مصباح یزدی، تهران: امیرکبیر، 1368ش.
23. آموزه های بنیادین علم اخلاق، محمد، فتحعلی خانی، قم: شهریار، 1369ش.
24. امیل، آموزش و پرورش، ژان ژاک، روسو، ترجمه منوچهر کیا، تهران: دریا، 1349ش.
25. انجیل برنابا، تهران: دفتر نشر کتاب، 1362ش.
26. انسان در اسلام، غلامحسین، گرامی، دفتر نشر معارف، 1386ش.
27. انسان در قرآن، مرتضی مطهری، قم: انتشارات صدرا، 1363ش.
28. انسان کامل، مرتضی، مطهری، قم: انتشارات اسلامی، 1362ش.
29. انسان و زیبایی، مرتضی، رضوی، مؤلف، 1384ش.
30. انسان و سرنوشت، مرتضی مطهری، قم: انتشارات صدرا، 1362ش.
31. انگیزش و هیجان، جان مارشال، ریو، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران: مؤسسه نشر می رایش، 1366ش.
32. انگیزش و هیجان، رابرت، فرانکن، ترجمه حسن شمس اسفندآباد و دیگران، تهران: نی، 1384ش.
33. اوپانیساد، ترجمه محمد دار اشکوه، [بی جا].
34. اوستانامه، مینوی آیین زرتشت، تهران: مروارید.

35. بحار الانوار، محمدباقر، مجلسی، بیروت: داراحیاء التراث العربی، 1403ق.

ص: 316

36. بصائر الدرجات، الصفار، محمد بن الحسن بن فروخ، بيروت: دار جواد الاثمه، 142ق.
37. البرهان في تفسير القرآن، سيدهاشم، بحرانی، تهران: بنیاد بعثت، 1416ق.
38. بنیاد مابعدالطبیعه اخلاق، کانت، ایمانوئل، ترجمه حمید عنایت و علی قیصری، تهران: خوارزمی، 1369ش.
39. بهداشت روانی، آندروا. ساپینگتون، ترجمه حمیدرضا حسین شاهی براواتی، تهران: نشر روان، 136ش.
40. پاسداری از سنگرهای ایدئولوژیک یا آموزش فلسفه، محمدتقی مصباح یزدی.
41. پژوهشی در فرهنگ حیا، عباس، پسندیده، قم: دارالحديث، 1383ش.
42. تاج العروس، محمد مرتضی الحسینی الواسطی، الزبیدی، بیروت: دار الفکر، 1414ش.
43. تاریخ فلسفه غرب، برتراند، راسل، ترجمه نجف دریابندری، تهران: نشر پرواز، 1363ش.
44. تاریخ مدینه دمشق، ابن عساکر، بیروت: دارالفکر، 1415ق.
45. تاریخ یعقوبی، احمد بن ابی یعقوب، یعقوبی، بیروت: دار صادر، بی تا.
46. تحف العقول، ابن شعبه، حرانی، تحقیق علی اکبر غفاری، قم: دفتر نشر اسلامی جامعه مدرسین، 1404ق.
47. التحقيق فی کلمات القرآن الکریم، حسن، مصطفوی، تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، 1364ش.
48. ترجمه تفسیر المیزان، سید محمدباقر، موسوی همدانی، قم: دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، 1364ش.
49. تسنیم، عبدالله، جوادی آملی، قم: اسراء، 1368ش.
50. التعريفات، الجرجانی، بیروت: دار الکتب العلمیه، 1403ق.
51. تفسیر الصافی، محمد مرتضی فیض کاشانی، تهران: انتشارات مکتبه الصدر، 1416ق.
52. تفسیر القرآن العظیم، اسماعیل بن عمرو، ابن کثیر دمشقی، بیروت: دارالکتب العلمیه، منشورات محمد علی بیضون، 1419ق.
53. تفسیر القمی، علی بن ابراهیم، القمی، بیروت: مؤسسه الاعلمی للمطبوعات، 1412ق.
54. تفسیر الکاشف، محمد جواد، مغنیه، تهران: دار الکتب الإسلامیه، 1424ق.
55. تفسیر بیان السعاده فی مقامات العباد، سلطان محمد، گنابادی بیروت: مؤسسه الاعلمی للمطبوعات، 1408ق.

56. تفسير جوامع الجامع، طبرسي، فضل بن حسن، تهران: دانشگاه تهران و مدیریت حوزه علمیه قم، 1366 ش.
57. تفسير كنز الدقائق و بحر الغرائب، قمی، مشهدی محمدبن محمدرضا، تهران: سازمان چاپ و انتشارات وزارت ارشاد اسلامی، 1368 ش.
58. تفسير مجمع البيان، فضل بن حسن طوسی، بيروت: مؤسسه اعلمی للمطبوعات، 1415 ق.
59. تفسير نمونه، ناصر مكارم شيرازی، تهران: دار الكتب الإسلامية، 1364 ش.
60. التفسير و المفسرون فی ثوبه القشيب، محمد هادی، معرفت، مشهد: دانشگاه رضوی، 1368 ش.
61. تقريب القرآن إلى الأذهان، سيد محمد، حسینی شیرازی، بيروت: دار العلوم، 1424 ق.
62. تنبيه الخواطر و نزهة النواظر، المالکی، ورام بن ابی فراس، مؤسسة الاعلمی.
63. تهذيب الاخلاق و تطهير الاعراق، ابن مسكويه، قم: بيدار، 1361 ش.
64. تهذيب الاخلاق، الجاحظ، دارالصحابة للتراث، 1410 ق.
65. توحيد، محمد بن علی، صدوق قمی، تحقيق سيد هاشم حسینی تهرانی، قم: انتشارات جامعه مدرسين.
66. جامع احاديث الشيعة، حسين، طباطبائي بروجردی، قم: مدينة العلم، 1406 ق.
67. جامع الاحاديث، جعفر، ابن رازی، تحقيق سيد محمد حسینی، مشهد: دانشگاه رضوی، 1413 ق.
68. جامع الاخبار، محمد بن محمد، الشعیری، نجف: مطبعة الحيدريه، 1385 ش.
69. جامع السعادات، محمد مهدي النراقي، تحقيق محمد كلانتر، قم: اسماعيليان، 1382 ش.
70. الجامع لاحكام القرآن، محمد بن احمد، القرطبي، بيروت: دار احياء التراث العربي، 1405 ق.
71. جزوة فلسفه اخلاق، ملكيان، مصطفى.
72. جمال الاسبوع، علی بن موسى، ابن طاووس الحلّي، قم: دار الذخاير، 1411 ق.
73. جمهور، افلاطون، ترجمه فؤاد روحانی، تهران: بنگاه ترجمه و نشر كتاب، 1335 ش.
74. الجواهر السنية فی الاحاديث القدسية، الحر العاملي، قم: مفيد.
75. حديث تندرستی، محمد تقی سبحانی نیا، همای غدیر، 1386 ش.

76. حق و تکلیف در اسلام، محمدتقی سبحانی نیا، قم: اسراء، 1385 ش.

ص: 318

77. الحقائق في محاسن الاخلاق، محسن، فيض الكاشاني، تصحيح السيد ابراهيم الميانجي.
78. حقوق بشر و سير تكامل آن در غرب، مهدی ابوسعیدی، تهران: آسیا، 1345 ش.
79. حقوق بشر؛ نظریه ها و رویه ها، حسین، شریفی طرازکوهی، تهران: دانشگاه تهران، 1380 ش.
80. الحکمة المتعالیة فی الاسفار العقلیة الاربعة، ملا صدرا، بیروت: دار احیاء التراث العربی، 1410 ق.
81. حیات حقیقی انسان در قرآن، جوادی آملی، قم: اسراء، 1382 ش.
82. خداشناسی - کیهان شناسی - انسان شناسی، مصباح یزدی، محمدتقی، مؤسسه امام خمینی (ره)، 1368 ش.
83. خصال، صدوق، محمدبن علی، تصحیح علی اکبر غفاری، قم: جامعه مدرسین.
84. الخلاف، محمدبن حسن، الطوسی، قم: جامعه مدرسین، 1415 ق.
85. خودشناسی در آیین مذهب و روان شناسی، خلجی موحد، امان الله، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، 1368 ش.
86. دانش نامه احادیث پزشکی، محمد محمدی ری شهری، قم: سازمان چاپ و نشر دارالحديث، 1383 ش.
87. دانش نامه امام علی (علیه السلام)، «عقل و معرفت عقلی»، پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی، 1385 ش.
88. دانشنامه امام علی (علیه السلام)، تهران: پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی، 1382 ش.
89. دانشنامه عقاید اسلامی (معرفت شناسی)، محمد ری شهری، قم: دارالحديث، 1385 ش.
90. دراسة حول الجبر و التفویض و القضا و القدر، علامه سیدمرتضی، عسکری، ترجمه محمدجواد کرمی، انتشارات مجمع علمی اسلامی، 1366 ش.
91. دعائم الاسلام، قاضی نعمان، مغربی، تحقیق آصف بن علی اصغر فیضی، قاهره: دارالمعارف، 136 ق.
92. دعوات، سعیدبن هبة الله، راوندی، قم: مدرسه امام مهدی، 1406 ق.
93. دلیل الفالحین لطرق ریاض الصالحین، محمدبن علان، مالکی، بیروت: دارالمعرفه، 1416 ق.
94. دوستی در قرآن و حدیث، محمد محمدی ری شهری، قم: دارالحديث، 1367 ش.

95. رسالتان فی التصور و التصدیق، محمدبن محمد، قطب الدین رازی، قم: موسسه اسماعیلیان، 1374ش.
96. رساله حقوق امام سجاد (علیه السلام)، علی محمد، حیدری نراقی، قم: انتشارات مهدی نراقی، ششم، 1386ش.
97. رهیافتی بر اخلاق و تربیت اسلامی، نجارزادگان، فتح الله، دفتر نشر معارف، 1386ش.
98. روان شناسی شخصیت سالم، آبراهام، مازلو، ترجمه شیوا رویگریان.
99. زاد المسیر، عبد الرحمن بن علی، ابن الجوزی، بیروت: دارالفکر، 1407ق.
100. الزهد، عبدالله، ابن مبارک المروزی، بیروت: دارالکتب العلمیه.
101. ساینکتون، اندرو، بهداشت روانی، ترجمه حمیدرضا حسینی شاهی برواتی، تهران، نشر روان، 1367ش.
102. سنت و سکولاریسم، عبدالکریم، سروش، تهران: صراط، 1381ش.
103. سنت های تاریخ و فلسفه اجتماعی در مکتب قرآن، محمدباقر، صدر، ترجمه سیدجمال موسوی.
104. سنن، سلیمان بن اشعث، ابی داود، سجستانی، بیروت: دارالکتب العلمیه، 1416ق.
105. سنن، محمدبن عیسی، الترمذی، بیروت: دار ابن کثیر، 1428ق.
106. سیر حکمت در اروپا، محمدعلی، فروغی، تهران، زوار، 1344ش.
107. شرح اصول کافی، مولا محمدصالح، مازندرانی، بیروت: دار احیاء التراث العربی، 1421ق.
108. شرح الأسماء الحسنی، ملاهادی، سبزواری، تهران: دانشگاه تهران، 1362ش.
109. (شرح) مصباح الشریعه و مفتاح الحقیقه منسوب به امام صادق (علیه السلام)، عبدالرزاق، گیلانی، تهران: نشر صدوق، 1406ق.
110. شرح منظومه حکمت، سبزواری، ملاهادی، دانشگاه تهران، موسسه مطالعات اسلامی، 1378ش.
111. شرح نهج البلاغه، عزالدین، ابن ابی الحدید، تحقیق محمدابوالفضل ابراهیم، بیروت: دار احیاء التراث، 1685م.
112. شناخت از دیدگاه علمی و از دیدگاه قرآن، محمدتقی، جعفری، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، 1360ش.

113. الصحاح، اسماعيل بن حماد، جوهرى، بيروت: دارالعلم للملایین، 1990 م.
114. صحيح بخارى، محمد بن اسماعيل، بخارى، بيروت: دارالفكر، 1404 ق.
115. صحيفه سجاديه، امام زين العابدين (عليه السلام)، دعای مكارم الاخلاق، قم: جامعه مدرسين، 1363 ش.
116. صحيفه سجاديه، امام زين العابدين (عليه السلام)، تحقيق سيد محمد باقر ابطحي، قم: مؤسسه امام مهدي (عجل الله تعالى فرجه الشريف)، 1411 ق.
117. صحيفه سجاديه، تحقيق محمد باقر موحد ابطحي اصفهانی، قم: مؤسسه امام مهدي (عليه السلام)، مؤسسه انصاريان، 1411 ق.
118. الصراط المستقيم، على بن يونس، العاملی، تهران: مكتبة المرتضويه، 1384 ش.
119. عدل الهی، مرتضى مطهری، قم: صدرا، 1372 ش.
120. عقل و ايمان، محمد، سروش، قم: دبیرخانه مجلس خبرگان رهبری، 1381 ش.
121. علل الشرائع، صدوق، تحقيق محمد صادق بحر العلوم، نجف: مكتبة حيدري، 1386 ق.
122. العلم و الحكمة فى الكتاب و السنة، محمد محمدى رى شهرى، قم: دارالحديث، 1376 ش.
123. عوالى اللآلى، ابن ابى جمهور احساى، على بن محمد، قم: مطبعة سيد الشهداء، 1403 ق.
124. عيون الحكم و المواعظ، على بن محمد، الليثى الواسطى، تحقيق حسين حسینی بيرجندی، دارالحديث 1376 ش.
125. غرر الحكم، آمدی، عبدالواحد، دانشگاه تهران، 1360 ش.
126. فتح الباری فى شرح صحيح البخارى، ابن حجر، عسقلانى، بيروت: دار المعرفة الطباعة والنشر.
127. الفروق اللغوية، ابو هلال، عسکرى، قم: مؤسسه نشر اسلامى، 1412 ق.
128. الفصول المهمة فى معرفة الائمة، على بن محمد (معروف به ابن صباغ)، مالکى، تحقيق سامى الغريرى، قم: دارالحديث، 1422 ق.
129. فقه الرضا، على، ابن بابويه، مشهد: كنجره جهانى امام رضا (عليه السلام)، 1406 ق.
130. فلسفه اخلاق در قرن حاضر، جان، وارنوك، ترجمه صادق لاريجانی، تهران: علمى و فرهنگى، 1362 ش.

131. فلسفه اخلاق، فرانکنا، ویلیام کی، ترجمه هادی صادقی، قم: مؤسسه انتشاراتی طه، 1376 ش.
132. فلسفه تعلیم و تربیت، علی محمد، کاردان، سمت، 1372 ش.
133. فلسفه حقوق، ناصر، کاتوزیان، تهران: انتشار، 1377 ش.
134. فیض القدير شرح الجامع الصغير، محمد عبدالرؤف، مناوی، بیروت: دار الکتب العلمیه، 1415 ش.
135. القاموس العصري، انطوان الیاس، الیاس، فرهنگ معین، سید مصطفی طباطبایی، تهران: اسلام، 1358 ش.
136. القاموس المحيط، محمد بن یعقوب، فیروز آبادی، بیروت: موسسه الرساله، 1407 ق.
137. قرب الاسناد، عبدالله بن جعفر، حمیری، قم: موسسه آل البيت لاحیاء التراث، 1413 ق.
138. «قلب و معرفت قلبی» دانشنامه امام علی (علیه السلام)، محمد تقی، فعالی، پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی.
139. الکافی، کلینی، محمد بن یعقوب، تحقیق علی اکبر غفاری، تهران: دارالکتب الاسلامیه، 1364 ش.
140. کتاب العین، خلیل، فراهیدی، تحقیق مخزومی و سامرای، بیروت: دار الهجرة، 1409 ق.
141. کتاب شناخت اخلاق اسلامی، مهدی و همکاران، احمدپور، پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی، 1385 ش.
142. کتاب مقدس (عهد عتیق و عهد جدید)، تهران: اساطیر، 1383 ش.
143. کتاب من لا یحضره الفقیه، صدوق، محمد بن علی، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه، 1404 ق.
144. کشف الغمة، الإرزلی، علی بن عیسی ابن أبی الفتح، بیروت: دارالکتب الاسلامی، 1401 ق.
145. کشف المراد، حسن بن یوسف، حلی، تصحیح حسن حسن زاده آملی، قم: نشر اسلامی، 1407 ق.
146. کفایة الاثر، علی بن محمد، الخزاز القمی، تحقیق عبد اللطیف الحسینی الکوه کمره ای، قم: بیدار، 1401 ق.

147. كنز العمال، على بن حسام الدين، متقى هندی، بيروت: دار احیاء التراث العربی، 1410ق.
148. كنز الفوائد، محمد بن علی، كراچکی طرابلسی، قم: دارالذخایر، 1411ق.
149. لسان العرب، ابن منظور، قم: نشر ادب، 1405ق.
150. لغتنامه، علی اکبر، دهخدا، مؤسسه لغتنامه دهخدا، دانشگاه تهران، 1377ش.
151. مابعدالطبیعة الخلاق: مبانی مابعدالطبیعی تعلیم فضیلت، ایمانوئل، کانت.
152. مبانی اخلاق در فلسفه غرب و فلسفه اسلامی، حسن، معلمی، انتشارات پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی، 1380ش.
153. مبانی اخلاق، محمد رحیم، نوری، خورشید باران، 1383ش.
154. المبسوط فی الفقه الامامیه، محمد حسن الطوسی، تهران، مرتضوی.
155. مجمع البحرين، فخرالدین، الطریحی، مؤسسه البعثة، 1416ق.
156. مجمع البیان فی تفسیر القرآن، فضل بن حسن طبرسی، تهران: ناصر خسرو، 1372ش.
157. مجموعه مقالات تربیت اخلاقی، پیش فرض ها و چالش ها، عباسعلی، شاملی، دفتر نشر معارف، 1386ش.
158. محاسبة النفس، ابراهیم، کفعمی، تحقیق فارس حسون، قم: مؤسسه قائم آل محمد (عجل الله تعالی فرجه الشریف)، 1413ق.
159. محاسن، برقی، احمد بن محمد بن خالد، تهران: دارالکتب الاسلامی، 1370ش.
160. محجة البیضاء، محمد مرتضی (مولی محسن)، فیض کاشانی، قم: دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرسین، 1373ش.
161. محیط المحيط، البستانی، بطرس، بیروت: دار الکتب العلمیة، 1428ق.
162. مسأله باید و هست، محسن، جوادی، قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی، 1375ش.
163. مستدرک الوسائل، میرزا حسین، نوری، بیروت، مؤسسه آل البيت لاحیاء التراث، 1408ق.
164. مستدرک سفینه البحار، الشیخ علی النمازی الشاهرودی.
165. مستطرفات السرائر، ابن ادريس، حلی، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه، 1411ق.
166. مسند ابن حنبل، احمد، ابن حنبل، بیروت: دار صادر.

167. مسند الرضا (عليه السلام)، الغازي، داود بن سليمان، الغازي، تحقيق محمد جواد حسيني جلالى، مركز نشر اعلام اسلامى، 1418ق.
168. مشكاة الانوار، على، طبرسى، تحقيق مهدى هوشمند، قم: دارالحديث، 1418ق.
169. مصباح التهجد، محمد بن جعفر، الطوسى، بيروت: مؤسسه فقه شيعه، 1411ق.
170. مصباح الشريعه، امام صادق (عليه السلام)، بيروت: مؤسسه اعلمى، 1400ق.
171. المصباح المنير، احمد، فيومى، قم: دارالهجرة، 1414ق.
172. مطالب السؤل، محمد، ابن طلحه شافعى، قم: نسخه خطى كتابخانه آيت الله نجفى مرعى.
173. معانى الاخبار، محمد بن على، صدوق، تحقيق على اكبر غفارى، قم: جامعه مدرسين، 13 79ش.
174. معجم الوسيط، ابراهيم، مصطفى و ديكران، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامى، 1363ش.
175. معجم مقاييس اللغة، احمد، ابن فارس، مصر: مطبعة مصطفى و اولاده، 13 79ش.
176. معراج السعادة، احمد نراقى، قم: هجرت، 13 71ش.
177. مفتاح الفلاح، بهايى عاملى، بيروت: مؤسسه اعلمى للمطبوعات.
178. المفردات فى غريب القرآن، راغب اصفهانى، تحقيق سيد محمد گيلانى، القاهرة: 1 (صلى الله عليه و آله و سلم) 61م.
179. مقدمه اى بر جهان بينى اسلامى، مرتضى مطهرى، جلد چهارم (انسان در قرآن)، انتشارات صدرا، چاپ هشتم، 13 73ش.
180. مقدمه ابن خلدون، ابن خلدون، 132 (عليه السلام)ش.
181. مكارم الأخلاق، ابو على الفضل بن الحسن، الطبرسى، تحقيق علاء آل جعفر، قم: مؤسسة النشر الإسلامى، 1414ق.
182. من أخلاق الإمام الحسين (عليه السلام)، عبدالعظيم، مهتدى بحراني، قم: انتشارات شريف رضى، 1421ق.
183. منتخب ميزان الحكمة، محمد محمدى رى شهرى، ترجمه حميد رضا شينخى، قم: دارالحديث، 1386ش.
184. منية المريد، زين الدين بن على (شهيد ثانى)، عاملى، تحقيق رضا مختارى، مكتبة الاعلام الاسلامى، 140 7ق.

185. مهارت های اجتماعی در ارتباطات میان فردی، اون و دیگران، هارجی، ترجمه خشایار بیگی و مهرداد فیروزبخت، رشد، 1384ش.
186. مواظظ العددیة، محمدبن محمد، حسینی عاملی، سنگی.
187. مواظظ العددیه، علی، مشکینی اردبیلی، تحقیق علی احمدی میانجی، قم: دفتر نشر الهادی، 1406ق.
188. موسوعة الاحادیث الطبیة، محمد، محمدی الی شهری، قم: دارالحديث، 1383ش.
189. موسوعة نضرة النعیم، صالح بن حمید و عبدالرحمن بن ملوح، دارالوسيلة، جدة 1418ق.
190. میزان الحکمة، محمد محمدی ری شهری، ترجمه حمیدرضا شیخی، قم: دارالحديث، 1386ش.
191. المیزان فی تفسیر القرآن، سیدمحمدحسین، طباطبائی، قم: مؤسسه نشر اسلامی جامعه مدرسین.
192. نزهة الناظر و تنبيه الخواطر، الحلوانی، حسین بن محمد، قم: مدرسه امام هادی 7، 1408ق.
193. نظریه و پژوهش، ا. پروین، لارنس اولیور بی. جان، شخصیت، ترجمه محمدجعفر جوادی و پروین کدیور، تهران: آبیژ.
194. نظریه های شخصیت، علی اکبر، سیاسی، دانشگاه تهران، 1354ش.
195. نهاية الحکمة، محمدحسین، طباطبائی، قم: دار التبلیغ الاسلامی.
196. نهایه الحکمه، محمدحسین طباطبائی، قم: مؤسسه النشر الاسلامی، 1362ش.
197. النهایه فی غریب الحدیث و الاثر، المبارک ابن محمد، ابن اثیر، بیروت: دارالفکر.
198. نهج البلاغة، سید رضی، تحقیق محمد عبده، بیروت: دار المعرفه.
199. نهج البلاغة، شرح شیخ محمد عبده، قم: دار الذخائر، 13 70ش.
200. هدف زندگی، مرتضی مطهری، قم: انتشارات اسلامی، 135 9ش.
201. هوش هیجانی، دانیل گلمن، ترجمه نسرین پارسا، تهران: نشر رشد، 1380ش.
202. وسائل الشیعة، الحر العاملی، قم: جامعه مدرسین، 1384ش.

سایت ها

203. جعفری، محمدتقی، انسان شناسی از منظری نو، www.OstadJafari.com، گزیده افکار.

204. جوادی آملی، عبدالله، <http://www.daralhoda.com>، بخش مقالات، خودشناسی و خداشناسی.

205. شکرپیگی، فاطمه، به نقل از مقاله «ابزارهای جامعه‌شناختی چگونگی برقراری ارتباطات انسان»، سایت جامعه‌شناسی ایران.

206. ژانه، پیر، اخلاق، ترجمه بدرالدین کتابی، اصفهان، انتشارات آموزش و پرورش، 1373 ش.

مجلات

207. اندیشه حوزه، «اخلاق، فضیلت، گوهر جامعه دینی»، رضا، حق پناه، شماره 79 - 80.

208. اندیشه حوزه، «جامعه دینی، جامعه هماهنگ»، احد، فرامرز قراملکی، شماره 56.

209. پژوهش و حوزه، «نگاهی به مبانی فقهی پیوند اعضا در فتاوی مقام معظم رهبری»، محمد، رحمانی، بهار 1380 ش.

210. «عقل عملی در آثار ابن سینا»، رضا، برنجکار، نامه مفید، شماره 25.

211. پژوهش‌های تربیت اسلامی، «انسان‌شناسی اسلامی به مثابه مبنای انسان‌شناسی اجتماعی»، عبدالحسین، خسروپناه، زمستان 1384 ش، شماره 1.

212. پژوهش‌های فلسفی - کلامی، «انسان‌شناسی؛ شناخت عقل در پرتو نقل»، علی، اله بداشتی، سال ششم، شماره اول.

213. حوزه و دانشگاه، «رابطه انسان و خود»، محمد مهدی، آصفی، ترجمه حسن محمدی، زمستان 1376 ش، شماره 13.

214. رواق اندیشه، «معرفت نفس در تفسیر المیزان»، محمد جواد، رودگر، خرداد 1382 ش، شماره 18.

215. کیان، می رچا، الیاده، ترجمه بهاء الدین خرمشاهی، شماره 22.

216. کیهان اندیشه، «خودشناسی از دیدگاه روان‌شناسی اجتماعی»، محمدصادق، رحمتی، شماره 77.

217. مجله انجمن معارف اسلامی، «عقلانیت باور در عمل»، هادی، صادقی، تابستان، 1387 ش، شماره 15.

218. مشکوة النور، «خودشناسی در حکمت متعالیه صدرایی»، مرضیه، اخلاقی، زمستان 1382 ش، شماره 23.

219. النهج، «بنیان اخلاقی اصل تقدم تعليم و تربیت خویش بر تعليم و تربیت دیگران در پرتو حکمت 73 نهج البلاغه»، -----، شماره 30، پاییز 1389ش.

نرم افزارها

220. نرم افزار جامع التفاسیر (نور الانوار 3) ذیل آیه 172 از سورة اعراف.

221. نرم افزار مكتبة اهل البيت.

ص: 327

بسمه تعالی

جَاهِدُوا بِأَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ

با اموال و جان های خود، در راه خدا جهاد نمایید، این برای شما بهتر است اگر بدانید.

(توبه : 41)

چند سالی است که مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه موفق به تولید نرم افزارهای تلفن همراه، کتاب خانه های دیجیتالی و عرضه آن به صورت رایگان شده است. این مرکز کاملاً مردمی بوده و با هدایا و نذورات و موقوفات و تخصیص سهم مبارك امام علیه السلام پشتیبانی می شود.

برای خدمت رسانی بیشتر شما هم می توانید در هر کجا که هستید به جمع افراد خیراندیش مرکز بپیوندید.

آیا می دانید هر پولی لایق خرج شدن در راه اهل بیت علیهم السلام نیست؟

و هر شخصی این توفیق را نخواهد داشت؟

به شما تبریک میگوئیم.

شماره کارت :

6104-3388-0008-7732

شماره حساب بانک ملت :

9586839652

شماره حساب شبا :

IR390120020000009586839652

به نام : (موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه)

مبالغ هدیه خود را واریز نمایید.

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان - خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آباده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی - پلاک 129/34 - طبقه اول

وب سایت: www.ghbook.ir

ایمیل: Info@ghbook.ir

تلفن دفتر مرکزی: 03134490125

دفتر تهران: 021 - 88318722

بازرگانی و فروش: 09132000109

امور کاربران: 09132000109

مرکز تحقیقات رایانگی

اصفهان

گامی

WWW



برای داشتن کتابخانه های تخصصی
دیگر به سایت این مرکز به نشانی

www.Ghaemiyeh.com

www.Ghaemiyeh.net

www.Ghaemiyeh.org

www.Ghaemiyeh.ir

مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.

۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹

