

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

ISSN:

Print: 3078-6088

Online: 3078-6096

جواز نشریه:

نمبر جواز: G-02979

نمبر مسلسل: A00000114



دوفصلنامه

یافته‌های تفسیری

سال چهارم ❁ شماره هشتم ❁ خزان و زمستان ۱۴۰۳

صاحب امتیاز: دانشگاه بین‌المللی المصطفی^(ص) - افغانستان

مدیر مسئول: دکتر سید محمد عالمی

سرمدیر: دکتر محمدکریم امیری

دبیر تخصصی و ویراستار: زکریا فصیحی

طراح جلد و صفحه‌آرا: سید مهدی موسوی

هیئت تحریریه: احمد ذبیح افشاگر، احمد فکور افشاگر، سرور حسینی، سید جمال الدین موسوی،

سید عبدالله حسینی، عبدالحمید محمدی، عبدالعلی عادل، عبدالقادر کمالی، محمد کریم امیری،

نصرالله نظری

دوفصلنامه «یافته‌های تفسیری»، آماده دریافت و نشر مقالات صاحب‌نظران و نویسندگان است.

محتوای مقالات، بازتاب آرای نویسندگان بوده و لزوماً بیانگر رویکرد دوفصلنامه «یافته‌های تفسیری» نیست.

دوفصلنامه «یافته‌های تفسیری»، پس از دریافت مقالات، برای رد، پذیرش و ویرایش آن‌ها آزاد است.

آدرس: کابل، دهبوری، چهارراهی شهید، دانشگاه بین‌المللی المصطفی^(ص)، آمریت نشرات

تلفن: ۰۷۸۹۰۱۷۸۱۵

آدرس سامانه: <http://qi.miu.edu.af>

ایمیل: qi.chiefeditor@miu.edu.af

قیمت: ۱۵۰ افغانی

شیوه‌نامه تنظیم و راهنمای ارسال مقاله علمی

ویژگی‌های مقاله علمی

۱. مقاله علمی دارای چکیده، کلیدواژه، مقدمه، ارجاع‌دهی، نتیجه‌گیری و منابع معتبر است.
۲. مقاله علمی باید روشن‌مند، مستند، تحلیلی، برخوردار از ساختار منطقی دارای انسجام محتوا و قلم روان باشد.
۳. فایل مقاله در قالب «word» ارائه گردد و حجم آن کمتر از ۶۵۰۰ کلمه و بیشتر از ۷۵۰۰ کلمه نباشد.
۴. افیلیشن مقاله در پاورقی صفحه اول شامل: عنوان وظیفه نویسنده، وابستگی سازمانی، ایمیل آدرس. اگر مقاله دو نویسنده یا بیشتر دارد: عنوان وظیفه نویسنده دوم، وابستگی سازمانی، ایمیل آدرس.

راهنمای تنظیم ساختار مقاله علمی

۱. چکیده: عنوان چکیده با فونت BNazanin11 پررنگ. متن چکیده بین ۲۰۰ تا ۲۵۰ کلمه و با فونت BNazanin11 معمولی. در چکیده باید به تبیین موضوع، بیان هدف پژوهش، روش تحقیق، سؤال اصلی تحقیق، روش گردآوری داده‌ها و بیان مهم‌ترین یافته‌های تحقیق با اختصار اشاره شود. در چکیده باید از جملات کامل خبری با افعال سوم شخص ماضی معلوم استفاده شود. از علائم اختصاری و نقل قول مستقیم و ذکر عناوین فرعی پرهیز شود.
۲. کلیدواژه‌ها: حداقل ۴ و حداکثر ۷ واژه که با کامه از هم جدا شده باشد و در یک خط نوشته شود.
۳. مقدمه: در مقدمه به ترتیب به بیان مسئله، سؤال‌ها (و در مواردی به فرضیه)، پیشینه، ضرورت، هدف و ارائه تصویر کلی از ساختار مقاله، پرداخته شود.
۴. بدنه مقاله: باید دارای ساختار منطقی و متشکل از عناوین اصلی و فرعی [و فرعی‌تر] و برخوردار از انسجام محتوایی که در آن مدعا، استدلال، شواهد، تحلیل، استنتاج و مانند آن، آورده می‌شوند.
۵. نتیجه‌گیری: نتیجه‌گیری متنی است که به دستاوردهای تحقیق که عبارت است از پاسخ به سؤال‌های اصلی و فرعی و وضعیت فرضیه که اثبات یا رد شده، به‌صورت مختصر آورده می‌شود.
۶. ارجاع‌دهی به‌صورت درون‌متنی به شیوه APA باشد. مثال منابع تک‌جلدی: (محسنی «حکمت»، ۱۳۹۰: ۵۴۶)؛ منابع چندجلدی: (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۱۸، ۴۰۲).
۷. منابع و مآخذ در پایان مقاله به شیوه APA ذکر شوند. مثال: محسنی «حکمت»، محمد آصف، (۱۳۹۰)، زنان در افغانستان (فرصت‌ها، چالش‌ها و راهکارها)، قم: انتشارات المصطفی (ص).

ارسال و پیگیری مقاله

۱. مقاله باید از طریق سامانه نشریات به این آدرس ارسال شود: <http://qi.miu.edu.af>
۲. مراحل ارسال مقاله: ورد به سامانه نشریات از طریق آدرس فوق، انتخاب نشریه موردنظر، ثبت نام و ایجاد صفحه اختصاصی، ورود به صفحه اختصاصی با استفاده از یوزر-پسوردی که سامانه می‌دهد و اقدام به ارسال مقاله طبق راهنمایی سامانه.
۳. پیگیری مقاله: آگاهی از روند دریافت، پذیرش اولیه، داوری، ارجاع برای اصلاح، پذیرش نهایی، ویراستاری، صفحه‌آرایی، انتشار الکترونیکی، از طریق همان صفحه اختصاصی، از سوی نویسنده قابل پیگیری است.

فهرست

- پیام ریاست نمایندگی جامعه المصطفی^(ص) العالمیه در افغانستان ۱
- سخن سردبیر ۳
- بررسی شگفتی‌ها و اعجاز علمی قرآن کریم ۵
امام الدین محمدی | گلنوم حجاب
- راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن و مثنوی ۲۳
جمع الله منتظر | سید محمد عالمی
- براده‌های الماس معنوی نگاهی به گزیده‌ای از دعاهاى روزانه ماه رمضان مبتنی بر قرآن کریم ۴۷
زکریا فصیحی
- پیامدهای انحراف اعتقادی و راهکارهای پیشگیری از آن از منظر قرآن ۶۹
ام‌الله ادیب | سید عبدالله حسینی
- روش تشویق در تربیت دینی از دیدگاه قرآن و سنت ۹۱
سید آقا حسن حسینی
- تحلیل نقش روان‌شناختی ارتباط غیرکلامی در رابطه مؤثر زناشویی در پرتو آموزه‌های قرآن کریم ۱۰۹
مهین نوروزی

پیام ریاست نمایندگی جامعه المصطفی (ص) العالمیه در افغانستان

پیشرفت بشر در زمینه‌های علم، فرهنگ، اخلاق و معنویت، مرهون تلاش‌ها و پژوهش‌های خستگی‌ناپذیر عالمان، اندیشمندان و نویسندگانی است که عمر پربرکت خود را وقف پژوهش و کشف رازهای هستی نموده‌اند؛ همان‌ها که ارزش والای حقیقت‌جویی و گوهر تقوا و فضیلت را هرگز به متاع و مقام زودگذر دنیا نفروخته‌اند. به همین جهت است که عالمان و اصحاب قلم در مکتب اسلام، ارج و منزلتی ویژه دارند و از دانشمندان و صاحبان اندیشه، با بهترین تجلیل‌ها و تمجیدها یاد می‌شود. در باب اهمیت قلم و اندیشه همین بس که در آموزه‌های اسلامی، مداد علما برتر از خون شهیدان و تکریم اندیشمندان، به عنوان وارثان انبیای الهی، در حکم احترام گذاشتن به خداوند و پیامبر قلمداد شده است؛ زیرا حیات برتر انسانی در تفکر اسلامی، درگرو اندیشه و ایمان است. لذا فرزاندانی که با اندیشه و قلم خود مشعل دانش و معرفت را فرا راه انسان‌ها برمی‌افروزند، حق عظیمی بر عهده بشریت دارند و شایسته برترین ستایش‌ها و قدردانی‌ها هستند.

بدون تردید گسترش علم از زمره اساسی‌ترین عوامل رشد، انکشاف و ترقی جامعه است و رشد علمی از طریق آموزش و پژوهش به دست می‌آید. آموزش و پژوهش به مثابه بال‌های ترقی و اوج‌گیری یک جامعه است که با بهره‌گیری از آن دو، می‌توان به تعالی و شکوفایی مادی و معنوی رسید. جامعه علمی و آکادمیک افغانستان در سال‌های اخیر گام‌های نسبتاً خوبی در عرصه‌های آموزش برداشته است؛ اما به نظر می‌رسد که پژوهش هنوز در این کشور جایگاه مناسبش را نیافته و کمتر مورد اقبال بوده است. این در حالی است که رسیدن به پیشرفت مادی و معنوی، درگرو «آموزش و پژوهش» توأمان است.

امروزه یکی از ابزارهای مؤثر برای توسعه آموزش پژوهش‌محور، انتشار مجلات علمی است. به همین دلیل نشریات دانشگاهی به بخش جدایی‌ناپذیری از ساختار دانشگاه‌ها و مؤسسات تحصیلاتی عالی تبدیل شده است. گروه‌های علمی دانشگاهی برای پیشبرد مقاصد آموزشی و پژوهشی خود و به منظور توسعه دانش بشری، نشریه‌های علمی پژوهشی را تأسیس کرده و یافته‌های پژوهشی یا گزارش‌های آموزشی اعضای هیئت علمی خود را در آن منتشر می‌کنند تا به دست دیگر دانش‌دوستان نیز برسد.

نماینده‌ی جامعة المصطفی (ص) در افغانستان همواره نسبت به توسعه علم و پژوهش همراه با معنویت، اهتمام داشته است. این دانشگاه با هدف تولید و ترویج علوم مرتبط با حوزه‌های علوم اسلامی و انسانی و به منظور ارتقای ظرفیت‌های علمی-پژوهشی اعضای گروه‌های آموزشی، بهبود مهارت‌های پژوهشی اساتید و دانشجویان، تقویت مبادله یافته‌های علمی و تحقیقاتی بین مراکز آکادمیک، ایجاد وحدت رویه در فرایند چاپ و نشر مجلات علمی، واحد نشریات را در مرکز پژوهشی دانشگاه ایجاد کرده است. با توجه به اهمیت و ضرورت پژوهش و با عنایت به این که یکی از مهم‌ترین رسالت‌های هر نهاد آموزشی و دانشگاهی، اهتمام به تحقیقات بنیادی و پژوهش‌های کاربردی است، گسترش کمی و کیفی فعالیت‌های پژوهشی و نشراتی، به‌ویژه در حوزه مجلات علمی، مدنظر قرار گرفت. پس از فراهم شدن زیرساخت‌های لازم، مانند خرید سامانه جامع مدیریت نشریات علمی «سیناوب»، دوازده مجله علمی تخصصی ایجاد شد که مرتب به‌صورت دوفصلنامه در قالب چاپ فیزیکی و الکترونیکی منتشر می‌شود. سامانه مدیریت نشریات علمی «سیناوب» برای نظم بخشیدن و تسهیل چرخش مقاله و اطلاعات پیرامون آن در سامانه تولید نشریات علمی و دانشگاهی طراحی شده است و در نقش یک منشی پیگیر و فعال، تمامی امور مربوط به فرایند انتشار نشریات علمی را انجام می‌دهد و این امکان را فراهم می‌کند که نظریات و آثار علمی نویسندگان افغانستانی در سطح جهان در دسترس علاقه‌مندان و اصحاب علم و اندیشه قرار بگیرد.

لازم می‌دانم از تمام همکاران و نویسندگانی که زمینه تحقق این مهم را فراهم کرده و بستر بسط معارف را گسترانده‌اند، قدردانی کنم و برای همه عزیزان توفیقات روزافزون الهی، استدعا نمایم.

سید عبدالحمید ثابت

سخن سردبیر

بر محور عروة الوثقی

در جهان امروز که اختلافات فکری، فرهنگی و اقتصادی میان جوامع و ملل روندی رو به رشد دارد، همگرایی و اعتدال یک نیاز مبرم اجتماعی و ضرورت اخلاقی و فرهنگی محسوب می‌شود. هرچند دود آتش کینه و نفاق و تندی، به چشم همه انسان خواهد رفت؛ اما طی چندین دهه ثابت شده که مسلمانان بیشترین قربانی عملکرد افراط‌گرایانه بوده‌اند.

قرآن کریم به‌عنوان کتاب هدایت بشر، اصولی جاودان برای تقویت همگرایی و پابندی به اعتدال ارائه می‌دهد. از منظر قرآن، اعتدال نه تنها مسئله‌ای فردی، بلکه اصل اساسی برای تقویت روابط اجتماعی و حفظ تعادل میان جوامع مختلف از جمله جوامع اسلامی است. خداوند در وصف مسلمانان می‌فرماید: «وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا» (بقره: ۱۴۳). این وصف امت وسط، به معنای دوری از افراط و تفریط و پابندی به اعتدال در تمام جوانب زندگی فردی، اجتماعی، عبادی و سیاسی است. افراط و تفریط، زمینه‌ساز تفرقه و اختلاف در جوامع است؛ اما قرآن مسلمانان را به پیروی از صلح و همگرایی دعوت کرده و میانه‌روی و همگرایی را از اصول ضروری در حیات اجتماعی می‌داند. پیام قرآن در دعوت به اعتدال و همگرایی، درسی بزرگ برای جامعه است. در جهانی که نزاع‌ها و اختلافات بر بسیاری از تعاملات سایه افکنده است، آموزه‌های قرآن این عروة الوثقی الهی، می‌تواند راهگشای صلح و همزیستی انسانی-اخلاقی باشند.

قرآن کریم یکی از مصادیق بارز «عروة الوثقی» یا دستگیره محکم و قابل اعتماد، برای بشر مخصوصاً برای مسلمانان است. این کتاب الهی پایه‌گذار اصولی است که مسلمانان باید در زندگی خود بر اساس آن عمل کنند؛ زیرا این هدیه گران‌بهای خداوند برای بشر، علاوه بر اینکه مبنای عقیدتی و عبادتی مسلمانان است، می‌تواند یک سند مستحکم اجتماعی و فرهنگی برای زیست عادلانه و انسانی باشد. بر همه روشن است که دین اسلام در کنار دعوت به به‌سازی اعتقادات و عبادت، به رفتارهایی نیز تأکید دارد که اعتدال و رعایت آداب و اصول زندگی انسانی، از جمله آن رفتارهاست.

راه رسیدن به اعتدال و زندگی با آداب و خوی و خصلت انسانی مبتنی بر آموزه‌های دینی، قرآن کریم است. لذا می‌توان با محوریت این کتاب آسمانی و پیروی از دستورات و راهنمایی‌های آن، جامعه‌ای همگرا و متعادل داشت. این هدف نیازمند آگاهی‌دهی به جامعه و تبیین آموزه‌های قرآن است و یکی از راه‌های این تبیین و این آگاهی‌دهی، تحقیق و تحلیل آن آموزه‌ها و در اختیار جامعه گذاشتن است.

متصدیان دو فصلنامه علمی تخصصی «یافته‌های تفسیری»، افتخار دارند که برای گسترش آموزه‌ها و معارف ناب قرآنی و دینی تلاش می‌کنند. این نشریه با رویکرد قرآنی و تفسیری در حوزه‌های تفسیر، علوم قرآن و آموزه‌های معنوی برخاسته از قرآن کریم، پذیرای مقالات همه نویسندگان محترم در شماره‌های بعدی خود است. لذا تمام محققان ارجمند با استفاده از صفحه راهنمای تدوین و ارسال مقاله، می‌توانند مقالات خود را از طریق سامانه اختصاصی این نشریه، ارسال نمایند و در گسترش آموزه‌های قرآنی در جوامع مخاطب، سهم بگیرند.

از نویسندگان و همکاران علمی این شماره، صمیمانه تشکر و قدردانی می‌کنیم و از خداوند منان، برایشان توفیق افزون‌تر خواهانیم.

بررسی شگفتی‌ها و اعجاز علمی قرآن کریم

امام الدین محمدی^۱ | گلثوم حجاب^۲

چکیده

یکی از مسائل که توجه علم بشری به آن است اعجاز علمی و طبی قرآن است که از دیرزمانی تا اکنون این اعجاز توجه بسیاری از محققین را به خود جلب کرده است. منظور از اعجاز در این نوشتار، مطالبی طبی مطرح شده در قرآن کریم است که مردم عصر نزول قرآن از آن آگاهی نداشتند و بعدها حکمت آن کشف و اسرار آن آشکار گردید. در قرآن کریم مثال‌ها و مطالب علمی طبی فراوانی به چشم می‌خورد که با جدیدترین قوانین و نظریات اثبات شده علمی طبی موافقت دارد و این نکته به قدری مورد توجه دانشمندان مسلمان و غیرمسلمان واقع گردیده که بسیاری از دانشمندان غیرمسلمان جهان مجذوب این بعد قرآن شده و به حقانیت اسلام پی برده و به دین اسلام مشرف شده‌اند. هدف از این تحقیق، توضیح علمی ابعاد اعجاز طبی قرآن کریم است. برای به دست آوردن نتیجه مطلوب این تحقیق، از روش توصیفی-تحلیلی از کتب و مقالات نشر شده در ژورنال‌های معتبر بین‌المللی استفاده شده است. در بررسی اعجاز طبی قرآن کریم ثابت گردید که حقایق که در قرآن موجود است که یکی از آن‌ها، موضوعات طبی است که تکنولوژی امروزی آن را کشف و طب آن را تأیید می‌کند، به وضوح نشان‌دهنده حقانیت و منشأ الهی بودن قرآن است. بعد از تکمیل این تحقیق به این نتیجه می‌رسیم که قرآن کریم منشأ پیدایش تمام علوم بشری در جهان است که گذشت زمان از طراوت آن نمی‌کاهد، بلکه با پیشرفت علوم، حقایق قرآن روشن‌تر می‌گردد و هر قدر علم بشری به سوی تکامل پیش می‌رود، درخشش این آیات قرآنی بیشتر می‌شود.

کلیدواژه‌ها: قرآن، اعجاز طبی، کشف، مرض

۱. مرکز تحقیقات، موسسه تحصیلات عالی رازی، کابل، افغانستان

ایمیل: imam.mohammadi.2020@gmail.com

۲. عضو هیات علمی انستیتوت علوم صحتی مسلم، غزنی، افغانستان

مقدمه

منظور از اعجاز در این تحقیق، مطالب علمی و پزشکی مطرح شده در قرآن کریم است که مخاطبان عصر نزول قرآن از آن آگاهی نداشتند و بعدها حکمت آن کشف و اسرار آن آشکار شد. در عصر حاضر، این آیات به عنوان یکی از شگفتی‌های قرآن شناخته می‌شوند و می‌توانند راهی مؤثر برای آشنا ساختن غیرمسلمانان با قرآن و اسلام باشند. اعجاز علمی و پزشکی قرآن به این معناست که ثابت کند کتابی نازل شده بیش از هزار و چهارصد سال پیش برای پیامبر اکرم (ص)، حاوی حقایقی از جهان هستی است که بشر بعد از قرن‌ها تلاش، به حقیقت علمی آن پی برده است. در این زمینه، پژوهش‌هایی صورت گرفته که هرکدام به ابعاد مختلف اعجاز طبی قرآن پرداخته‌اند. پژوهش‌هایی از جمله:

۱. محمد حسین صائنی و همکاران (۱۴۰۱) در مقاله خود تحت عنوان "بررسی بهداشت جنسی در مورد قاعدگی زنان و آثار تربیتی آن حول آیه ۲۲۲ سوره بقره" به موضوعات تربیتی و بهداشتی جنسی آیات قرآنی پرداخته‌اند.

۲. آقای رضایی اصفهانی (۱۳۹۹) در مقاله‌اش تحت عنوان "Interpretation of the Quran" (تفسیر قرآن) به قوانین بهداشتی قرآن جهت پیشگیری از ابتلای انسان به بیماری‌ها پرداخته است.

۳. مشرق آرانی (۱۳۸۸) در مقاله‌اش تحت عنوان "Expressive Nazah of the Quran" (نزهت بیانی قرآن) به حیطة نزهت بیانی خداوند متعال در آیات قرآن پرداخته است.

۴. محمدعلی رضایی اصفهانی و محسن ملأ کاظمی (۱۳۸۶) در مقاله‌ای تحت عنوان «تأثیرات آموزه‌ها و آیات قرآن کریم در بهداشت روانی فردی» به بررسی تأثیرات آموزه‌های قرآن بر سلامت روانی پرداخته‌اند.

در این تحقیق به چند مورد مهم و بروز طبی پرداخته شده که مباحثی چون مراحل خلقت انسان، تعیین جنس نوزاد، کمبود آکسیجن در ارتفاع بلند، پوست و احساس درد، اصرار مقاربت جنسی با زن حائض، تمرکز و عدم احساس درد، اعجاز اثر انگشت و غیره پردازیم که در زمان نزول این آیات، بشر هیچ‌گونه اطلاع از اعجاز علمی این آیات نداشت.



هدف از این تحقیق، توضیح علمی ابعاد اعجاز طبی قرآن کریم است تا برای مخاطبان ثابت شود که قرآن کریم حاوی چه حقایقی از جهان هستی است که بشر بعد از قرن‌ها و پس از تلاش‌های دامنه‌دار، به حقیقت علمی آن پی برده است، کتاب برحق و معجزه پیامبر اسلام است. داده‌های این تحقیق به صورت کتابخانه‌ای از کتاب‌های معتبر و مقالات علمی جمع شده و با استفاده از روش تحقیق توصیفی-تحلیلی تدوین شده است.

معنای اعجاز

اعجاز مصدر باب افعال از ماده عجز و به معنای اثبات عجز یا قصور از انجام دادن چیزی است. اگر اعجاز ثابت شود، قدرت معجزه ظاهر می‌گردد. یکی از حیطه‌هایی که در قرآن قابل بررسی و الگوگیری برای مخاطبان است، حیطه نزاهت بیانی خداوند متعال در آیات قرآن است که انسان با الگوگیری از سبک و متد کلام خداوند متعال در قرآن می‌تواند راه درست و هدف نهایی خلقت را بپیماید (Mashriqi Arani A, 2018).

یکی از جنبه‌های اعجاز علمی و بیانی قرآن که در دو قرن اخیر مورد توجه قرار گرفته، جنبه اعجاز طبی قرآن است. در قرآن کریم مثال‌ها و مطالب علمی فروانی به چشم می‌خورد که با جدیدترین قوانین و نظریات اثبات شده علمی موافقت دارد. این نکته به قدری مورد توجه دانشمندان مسلمان و غیرمسلمان واقع شده که بسیاری از دانشمندان جهان مجذوب این بعد قرآن شده و به حقانیت اسلام پی برده مسلمان شده‌اند.

در قرآن کریم آیاتی وجود دارد که قرآن را شفا می‌خواند و می‌فرماید: «وَنُزِّلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا؛ از قرآن آنچه شفا و رحمت است برای مؤمنان نازل می‌کنیم و ستمگران را جز خسران نمی‌افزاید» (اسراء: ۸۲). در آیه دیگری خداوند متعال می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ؛ ای مردم! اندرزی از سوی پروردگارتان برای شما آمده است، و درمانی برای آنچه در سینه‌هاست (درمانی برای دل‌هایتان)، و هدایت و رحمتی برای مؤمنان» (یونس: ۵۷).

این شفا بودن، در قرآن عام آمده و شامل درمان جسمانی و روحانی - معنوی می‌شود.

قرآن کریم در بسیاری از موارد به‌عنوان دارویی برای تسکین دردهای روانی، عاطفی و روحی نیز عمل می‌کند. با تلاوت آیات قرآن، انسان‌ها آرامش روانی می‌یابند و از فشارهای روحی کاسته می‌شود. ازاین‌رو، قرآن نه تنها در بعد معنوی، بلکه در ابعاد جسمی و روانی نیز می‌تواند منبع شفا و درمان باشد که در ادامه بررسی می‌کنیم.

اعجاز علمی قرآن

اعجاز علمی – طبی قرآن را از دو منظر می‌توان بررسی کرد:

الف. آیاتی که حاوی اطلاعات، دستورات و سفارش‌های طبی هستند: این آیات کریمه، علمی را در خود دارند که عمل به آن‌ها موجب سعادت و سلامت انسان می‌شود. اعجاز این آیات از این نظر است که در زمان نزول قرآن، هیچ علم پزشکی در خصوص این مطالب وجود نداشت و بعدها، بشر با پیشرفت علم، به درک و فهم این حقیقت‌ها دست یافت.

ب. آیاتی که خود باعث شفا و درمان بیماری‌ها هستند: این دسته از آیات به‌طور مستقیم به درمان بیماری‌ها و رفع مشکلات جسمی و روحی پرداخته‌اند و در مواقعی که فرد به آن‌ها توجه می‌کند، شفای واقعی را تجربه می‌کند. تمرکز ما در این نوشتار بر روی نوع اول از این اعجاز است که در آن، قرآن کریم حاوی دستورات پزشکی و بهداشتی است که رعایت آن‌ها به‌طور مؤثر باعث حفظ سلامتی و بهبود وضعیت جسمانی و روحی انسان می‌شود (رضایی اصفهانی و ملاکاظمی، ۱۳۸۶: ۲۷۴).

یافته‌های پژوهش

تمرکز و عدم احساس درد

علم پزشکی دریافته است که توجه شدید انسان به چیزی می‌تواند احساس درد را کاهش دهد یا حتی از بین ببرد. این نکته در قرآن کریم نیز اشاره شده است. در سوره یوسف آمده است:

فَلَمَّا سَمِعَتْ بِمَكْرِهِنَّ أَرْسَلَتْ إِلَيْهِنَّ وَأَعْتَدَتْ لَهُنَّ مُتَّكَأً وَآتَتْ كُلَّ وَاحِدَةٍ مِّنْهُنَّ سِكِّينًا
 وَقَالَتِ الْخُرُجُ عَلَيْهِنَّ فَلَمَّا رَأَيْنَهُ أَكْبَرْنَهُ وَقَطَّعْنَ أَيْدِيَهُنَّ وَقُلْنَ حَاشَ لِلَّهِ مَا هَذَا بَشَرًا إِنْ هَذَا إِلَّا



مَلَكٌ كَرِيمٌ؛ چون همسر عزیز مصر از سخنان زنان مصری آگاه شد، به نزد آن‌ها فرستاد و برای آن‌ها مجلس و تکیه‌گاهی آماده کرد و به هر یک از آن‌ها کاردی داد و به یوسف گفت که به مجلس آنان وارد شود. وقتی زنان یوسف را دیدند، او را بسیار بزرگ شمردند و دست‌های خود را بریدند و گفتند: پاک است خداوند! این مرد انسان نیست، بلکه فرشته‌ای بزرگوار است (یوسف: ۳۱).

نکته‌ای که در این آیه قابل توجه است، این است که زنان پس از دیدن زیبایی یوسف، چنان شیفته او شدند که احساس درد نکردند و دست‌های خود را بریدند. پژوهش‌هایی که با استفاده از دستگاه‌های تصویربرداری مغزی انجام شده، نشان می‌دهد که زمانی که مغز شدیداً به چیزی مهم توجه می‌کند، فعالیت مناطقی که مسئول احساس درد هستند، کاهش می‌یابد. در عوض، فعالیت در سلول‌های عصبی اطراف کانال‌های سیل‌یوز افزایش می‌یابد که منجر به ترشح مواد تسکین‌دهنده درد می‌شود. بنابراین زمانی که انسان به چیزی مهم و برجسته توجه می‌کند، احساس درد نمی‌کند.

مراحل خلقت انسان در قرآن کریم

خداوند در قرآن کریم به مراحل مختلف خلقت انسان اشاره کرده است. در سوره نوح، خداوند می‌فرماید:

مَا لَكُمْ لَا تَرْجُونَ لِلَّهِ وَقَارًا وَقَدْ خَلَقَكُمْ أَطْوَارًا؛ چرا شما برای خدا عظمت قائل نیستید؟ درحالی‌که شما را در مراحل مختلف آفرید [تا از نطفه به انسان کامل رسیدید] (نوح: ۱۳-۱۴).

این آیات بیان می‌کند خلقت انسان در چند مرحله مختلف صورت می‌گیرد. در سوره مؤمنون نیز مراحل مهم و اساسی خلقت انسان به تفصیل آمده است:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَبَارَكُ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ؛ و ما انسان را از عصاره‌ای از گل آفریدیم سپس او را نطفه‌ای در قرارگاه مطمئن [رحم] قرار دادیم سپس نطفه را به صورت علقه [خون بسته]، و علقه را به صورت مضغه [چیزی شبیه گوشت جویده شده]، و مضغه را به صورت استخوان‌هایی

در آوردیم؛ و بر استخوان‌ها گوشت پوشاندیم. سپس آن را آفرینش تازه‌ای دادیم؛ پس بزرگ است خدایی که بهترین آفرینندگان است (مؤمنون: ۱۲-۱۴).

این آیات مراحل مختلف خلقت انسان را از ابتدا تا پایان توضیح می‌دهند. آغاز از گل، سپس تبدیل به نطفه، علقه، مضغه، استخوان‌ها و در نهایت پوشش گوشت بر استخوان‌ها و در نهایت دمیدن روح در بدن.

در این آیات، خداوند ابتدا انسان را از «گل خالص» آفرید. در سوره الرحمن نیز به این نکته اشاره می‌شود که انسان از «صلصال» یعنی گل خشک، مانند گل کوزه‌گران خلق شده است: «خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ صَلْصَالٍ كَالْفَخَّارِ» (رحمان: ۱۴). این تعبیر دقیقاً نشان می‌دهد که گل، ماده اصلی تشکیل دهنده بدن انسان است.

این نکته در علم امروزی نیز تأیید شده است. تحلیل‌های آزمایشگاهی نشان می‌دهند که عناصر موجود در بدن انسان همان عناصر موجود در خاک و گل زمین هستند. جسم انسان متشکل از کربن، اکسیجن، هیدروژن، فسفر، کلسیم، پتاسیم، کبریت، نیتروژن، سدیم، کالر، منیزیم، آهن، فلورین، ک obalt، روی، سیلیکان، آلومینیوم و دیگر عناصر است. این عناصر دقیقاً مشابه عناصری هستند که در خاک و گل یافت می‌شوند. به عبارت دیگر، خلقت انسان از خاک و گل است و این موضوع نه تنها در آیات قرآن، بلکه در علم جدید نیز به طور واضح ثابت شده است.

بنابراین قرآن کریم در پایان این مراحل خلقت، به خلقت جدید انسان اشاره می‌کند و می‌فرماید که بعد از تکمیل بدن، روح در آن دمیده می‌شود و این عمل به نوعی نشانه‌ای از کمال خلقت انسانی است. آفرینش انسان به این شیوه، نمایانگر قدرت بی‌پایان خداوند و حکمت او در خلق موجودات است (مخلص هروی، ۱۳۹۶: ۱۴۶-۱۴۷).

مراحل خلقت انسان از منظر علم مدرن

داکتر مارشال جانسون استاد بازنشسته آناتومی و زیست‌شناسی تکاملی در دانشگاه توماس جفرسون و پنسیلوانیای آمریکاست. وی در طول ۳۳ سال استاد آناتومی، رئیس دانشکده آناتومی و مدیر مؤسسه دانیل و همچنین رئیس انجمن شناسایی جنین ناقص الخلقه بوده است. وی در سال ۱۹۸۱ در هفتمین کنفرانس پزشکی در عربستان سعودی، در ارائه تحقیق



علمی خود گفت:

قرآن نه تنها شکل‌های خارجی توسعه را توصیف کرده، بلکه مراحل درونی، داخل جنین، ایجاد و توسعه آن را نیز توصیف نموده است. همچنین قرآن به رویدادهای مهمی می‌پردازد که توسط علم معاصر به رسمیت شناخته شده است. من سر و کارم فقط با چیزهایی است که می‌توانم شخصاً ببینم، می‌توانم جنین‌شناسی و بیولوژی پژوهشی را بفهمم، قادر هستم که کلمات قرآنی را که برایم ترجمه شود، درک کنم. اگر بنا باشد من خود را با معلومات و بیانی که امروز از مسائل دارم در آن دوران در نظر بگیرم، نمی‌توانستم این‌گونه مطالب را چنانکه در قرآن آمده، توضیح دهم. من هیچ دلیل و شاهی برای آنکه در مخالفت با این حقیقت قرار بگیرم، نمی‌بینم که این شخص {محمد^(ص)} باید این اطلاعات را از جایی به دست آورده باشد. بنابراین من چیزی در اینجا در تعارض با این نظریه نمی‌بینم که دخالتی الهی در آنچه او نوشته، وجود داشته است (افضلی، ۱۳۹۴: ۱۴۸).

کیت مور (Keith Moore) پروفیسور بازنشسته علوم آناتومی (جراحی) و عضو مؤسس انجمن آمریکایی آناتومیست بالینی (AACA) است. وی که در سال ۱۹۳۸، بزرگ‌ترین جایزه کشور کانادا را در رابطه با دانش کالبدشکافی گرفت و در دانش جنین‌شناسی در جهان سرآمد بود، به کشور عربستان سعودی دعوت شد تا در مورد آیاتی که چهارده قرن پیش در مورد دنیای جنین در قرآن آمده و یا احادیثی که در این باره از پیامبر اکرم^(ص) روایت شده است، نظریات خود را ارائه کند. او در ابتدا تمایلی به این سفر نداشت و مطمئن بود که کتابی متعلق به چهارده قرن پیش نباید چیز جالبی در مورد جهان جنین ارائه کرده باشد، به‌ویژه که این دانش فقط در نیم‌قرن اخیر پیشرفت قابل ملاحظه‌ای داشته است، اما به علت نقطه‌ضعف گرفتن از کتاب آسمانی مسلمانان و نیز گشت و گذاری در کشورهای عربی، به این دعوت جواب مثبت داد. دکتر مور بعد از اینکه ترجمه آیات قرآن معرفی شده را به دقت بررسی نمود، چنین گفت:

اغلب مطالب جنین‌شناسی قرآن به گونه عالی و مطابق با دستاوردهای جدید و مدرن علم جنین‌شناسی است و به هیچ وجه مغایرتی با آن ندارد. معدودی از آیات هم هستند که توجیه علمی دقیقی برای آن ندارم و از آنجا که در نوشته‌ها و مطالعات جدید جنین‌شناسی

نیز در این خصوص اشاره‌ای نشده است، نمی‌توانم در صدق و کذب آن نیز نظر دهم، و برای نمونه می‌توان به آیه اول و دوم سوره علق اشاره کرد (https://weblog4islam.com/post/125).

تعیین جنسیت

طب ثابت کرده که جنسیت یک جنین، توسط ماهیت اسپرم تعیین می‌شود نه تخمک. جنسیت یک کودک خواه پسر باشد یا دختر، وابسته به این است که آیا کروموزوم جفت بیست و سوم، به ترتیب XY است یا XX. اساساً تعیین جنسیت در هنگام القاح رخ می‌دهد و بستگی به آن‌گونه از کروموزوم موجود در اسپرم دارد که یک تخمک را بارور می‌کند. اگر اسپرمی که تخمک را بارور می‌کند، کروموزوم X را به اشتراک بگذارد، جنین مؤنث و اگر Y را به اشتراک بگذارد، جنین مذکر خواهد بود (نایک، ۱۳۹۶: ۶۸-۶۹).

در قرآن کریم آمده است: «أَلَمْ يَكُنْ نُطْفَةً مِنْ مَنِيٍّ يُمْنَىٰ ثُمَّ كَانَ عَلَقَةً فَخَلَقَ فَسَوَّىٰ فَجَعَلَ مِنْهُ الزَّوْجَيْنِ الذَّكَرَ وَالْأُنْثَىٰ؛ آیا آدمی قطره آب نطفه نبود که (در رحم) ریزند و پس از نطفه خون بسته شد و آنگاه (خدایش به این صورت زیبای حیرت‌انگیز) آفرید و آراسته ساخت، پس آنگاه از او دو صنف نر و ماده پدید آورد» (قیامه: ۳۷-۳۹).

بنا بر قواعد زبان عربی واژه «أَلَمْ يَكُنْ نُطْفَةً مِنْ مَنِيٍّ يُمْنَىٰ» که از مرد نشئت می‌گیرد، مسئول تعیین جنسیت جنین است.

احساس درد در پوست

در قرآن آمده است: «إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا بِآيَاتِنَا سَوْفَ نُصْلِيهِمْ نَارًا كُلَّمَا نَضِجَتْ جُلُودُهُمْ بَدَّلْنَاهُمْ جُلُودًا غَيْرَهَا لِيَذُوقُوا الْعَذَابَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَزِيزًا حَكِيمًا؛ به راستی کسانی که به آیات ما کفر ورزیده‌اند، آنان را در آینده به آتشی وارد می‌کنیم (و می‌سوزانیم) که هرگاه پوست‌هایشان (در آن) بریان گردد (و بسوزد)، پوست‌هایی غیر از آن‌ها بجایش نهیم تا عذاب (الهی) را بچشد، به درستی که خدا شکست‌ناپذیر فرزانه است» (نساء: ۵۶).

آناتومی میکروسکوپی نشان می‌دهد که پوست عضوی پوشیده از بافت‌های عصبی است. این بافت‌ها انواع اطلاعات را به وسیله پایانه‌های آزاد عصبی از محیط خارج،



جمع‌آوری کرده و به مغز می‌فرستند. این پایانه‌های عصبی در تمام قسمت‌های پوست وجود دارد و احساس از قبیل درد، گرما، سرما و رفتار را به مغز منتقل می‌کند. میزان حساسیت این قسمت‌های داخلی پوست به واکنش‌های خارجی (از قبیل فشار)، بیش از قسمت بیرونی آن است، ولی حساسیت این قسمت‌ها به درد و حرارت و لمس، کمتر از قسمت‌های بیرونی پوست است. به همین دلیل هنگام تزریق آمپول، فقط در ابتدای تزریق، شخص احساس درد می‌کند و هرچه سوزن به طرف داخل پوست رانده شود، درد کمتری احساس می‌شود. وقتی پوست در معرض سوختگی قرار می‌گیرد، دچار درد شدید می‌شود؛ زیرا آتش پایانه‌های عصبی پوست را که ناقل حس درد هستند، تحریک می‌کند (دیاب و قرقوز، ۱۳۸۳: ۲۸).

قبلاً گمان می‌شد که احساس درد فقط وابسته به مغز است؛ اما اکتشافات اخیر ثابت کرده که گونه‌ای از گیرنده‌های حسی در پوست وجود دارد که بدون آن هیچ‌کس قادر به احساس درد نیست. به‌طور مثال وقتی یک داکتر، بیمار مبتلا به جراحات سوختگی را بررسی می‌کند، درجه سوختگی آن را به‌وسیله سنجاق معلوم می‌کند. اگر بیمار احساس درد کند، داکتر خوشحال است چون نشان می‌دهد که سوختگی سطحی است و گیرنده‌ها آسیبی ندیده؛ اما اگر بیمار هیچ درد احساس نکند، نشان می‌دهد که سوختگی عمیق است و گیرنده‌های درد نابود شده است.

پروفسور تاگاتات تجاسن (Tagatat Tejasen) رئیس بخش آناتومی دانشگاه چیانگ مای تایلند، وقت زیادی را صرف پژوهش‌هایی در مورد گیرنده‌های حسی کرده است. وی ابتدا نمی‌توانست بپذیرد که قرآن کریم این حقیقت علمی را ۱۴۰۰ سال پیش بیان کرده باشد، ولی پس از مطالعه و ترجمه آیه ۵۶ سوره نساء، حقانیت و درستی این آیه را تأیید کرد. او که تحت تأثیر دقت علمی این آیه قرآنی قرار گرفته بود که در هشتمین کنفرانس پزشکی عربستان سعودی که در ریاض با موضوع نشانه‌های علمی قرآن و سنت برگزار شده بود علناً اظهار اسلام کرد.^۱

۱. پروفسور تجاسن در هشتمین کنفرانس پزشکی عربستان سعودی در ریاض، عربستان سعودی، گفت: «طی سه سال گذشته، من به قرآن علاقه‌مند شدم... بر اساس مطالعاتم، معتقدم هر چیزی که در قرآن در چهارده صدسال پیش آمده، با ابزار علمی قابل اثبات است. از آنجا که حضرت محمد (ص) نه می‌توانست بخواند و نه بنویسد، باید رسولی باشد که

استخوان‌های انسان

قرآن کریم به هیکل انسان اهتمام و عنایت بلیغی نشان داده و از این حقیقت که کالبد استخوانی، اصل و قاعده ساختمان وجود انسان را تشکیل می‌دهد، سخن گفته است. از جمله در این آیه کریمه می‌فرماید:

ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ؛ آنگاه نطفه را علقه و علقه را گوشت پاره و باز آن گوشت را استخوان ساختیم و سپس بر استخوان‌ها گوشت پوشانیدیم [و پیکری کامل کردیم] پس از آن [دمیدن روح پاک مجرد] خلقتی دیگرش انشا نمودیم، آفرین بر [قدرت کامل] خدای که بهترین آفرینندگان است (مؤمنون: ۱۴).

استخوان ماده زنده و محکمی است که داربست اسکلتی بدن انسان را می‌سازد و از مهم‌ترین قسمت‌های سیستم حرکتی و پایه محکمی است که دیگر اعضای بر آن استوار می‌شوند. لذا استخوان‌ها به‌عنوان محافظین بدن انسان نقش حیاتی دارند؛ زیرا نه تنها به‌عنوان ساختار حمایت‌کننده بدن شناخته می‌شوند، بلکه به‌نوعی به‌عنوان مبنای رستاخیز انسان نیز عمل می‌کنند. از دیدگاه قرآن، گردآوری و زنده ساختن استخوان‌ها نشانه‌ای از اعاده و تجدید بنای انسان است و این مفهوم از جنبه‌های مختلف علمی قابل تأیید است. تحقیقات جدید نشان داده است که استخوان‌ها نقش‌های پیچیده و ضروری در حیات انسان دارند که بدون آن‌ها حیات انسان ممکن نخواهد بود. استخوان‌ها به‌عنوان یک منبع حیاتی، شامل عناصری هستند که بدن انسان برای انجام عملکردهای مختلف خود به آن‌ها نیاز دارد. این ساختارهای استخوانی علاوه بر ذخیره این مواد، توزیع آن‌ها را نیز به‌طور دقیق و تنظیم‌شده در بدن انجام می‌دهند. به‌طور خاص، این توزیع به تنظیم عملکردهای حیاتی مانند ضربان قلب و حرکت عضلات کمک می‌کند. علاوه بر این، استخوان‌ها در طول زندگی انسان به‌عنوان کارخانه‌ای برای تولید سلول‌های خونی قرمز و سفید عمل می‌کنند که برای حفظ سلامت و کارکرد صحیح بدن ضروری است. بنابراین استخوان‌ها نه تنها از



جنبه ساختاری، بلکه از نظر فیزیولوژیکی نیز ارگان‌های حیاتی و ضروری برای بقای انسان محسوب می‌شوند.

رقیق‌تر بودن هوا در ارتفاعات

این یک اصل پذیرفته شده است که هوا در ارتفاعات، به دلیل کاهش فشار جو، رقیق‌تر می‌شود. این کاهش فشار باعث می‌شود که مقدار آکسیجن در هر نفس کمتر شود. در سطح دریا، هوای هر واحد حجم حاوی مقدار بیشتری آکسیجن است؛ اما با افزایش ارتفاع، این مقدار کاهش می‌یابد. قرآن کریم می‌فرماید:

فَمَنْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ لِلْإِسْلَامِ وَمَنْ يُرِدْ أَنْ يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ ضَيِّقًا حَرَجًا كَأَنَّمَا يَصَّعَّدُ فِي السَّمَاءِ كَذَلِكَ يَجْعَلُ اللَّهُ الرِّجْسَ عَلَى الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ؛ و هر کس را که خداوند بخواهد رهنمایی‌اش کند، سینه‌اش را برای پذیرش اسلام می‌گشاید و هر کس را که بخواهد به خاطر اعمالش در گمراهی‌اش وانهد، سینه‌اش را تنگ می‌کند گویا می‌خواهد در آسمان بالا برود، این‌گونه خدا پلیدی را بر کسانی که ایمان نمی‌آورند، قرار می‌دهد (انعام: ۱۲۵).

امروزه ثابت شده است که هوای اطراف کره زمین در نقاط مجاور این کره کاملاً فشرده و برای تنفس آماده است؛ اما هر قدر به طرف بالا حرکت کنیم هوا رقیق‌تر و میزان آکسیجن آن کمتر می‌شود، به حدی که اگر کسی چند کیلومتر از سطح زمین به طرف بالا (بدون ماسک آکسیجن) حرکت کند، تنفس کردن برایش هر لحظه مشکل‌تر می‌شود و اگر به پیشروی ادامه دهد، تنگی نفس و کمبود آکسیجن سبب بیهوشی وی می‌گردد (اعضای علمی دیپارتمنت ثقافت اسلامی پوهنتون کابل، ۱۳۹۵: ۶۳). در نتیجه، بدن انسان باید برای جذب آکسیجن تلاش بیشتری کند. بدن برای سازگاری با این تغییرات، به تدریج تولید گلبول‌های قرمز بیشتری را شروع می‌کند تا توانایی حمل آکسیجن به بافت‌ها افزایش یابد. این حقیقت را قرآن کریم با اشاره کوتاه و تقریباً تمثیلی، بیان کرده که گمراهان به گونه دچار ضیق صدر می‌شوند که گویی در جو یا آسمان صعود کرده است، «كَأَنَّمَا يَصَّعَّدُ فِي السَّمَاءِ».

تحریم آمیزش در حالت حیض

حیض در لغت به معنای سیلان، جریان و جاری شدن است (Mughniyeh MJ, 1999) و در اصطلاح خروج خون از رحم زن هرماه یکبار به مدت چند روز متوالی، قاعده شدن زن، عادت ماهانه (معین، ۱۳۸۶: ۱، ۶۰۵) معنا شده است. لذا به زنی که در این حالت ماهانه قرار می‌گیرد، حائض گفته می‌شود (همان: ۵۸۱) و در این زمان برخی از احکام شرعی و دینی برای او متفاوت است. طبق فقه اسلامی، زن حائض نمی‌تواند نماز بخواند، روزه بگیرد یا به عبادات خاصی مانند حج و عمره که نیازمند طهارت است، بپردازد. همچنین، رابطه جنسی با شوهر در این دوران برای او و شوهر حرام است.

خداوند می‌فرماید: «وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَأَعْتَزِلُوا النَّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرُبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ؛ و سؤال کنند تو را از عادت شدن زنان، بگو آن رنجی است [برای زنان] در آن حال. [پس] از مباشرت آنان دوری کنید و با آنان نزدیکی نکنید تا پاک شوند، چون خود را پاک کردند از آنجا که خدا دستور داده به آن‌ها نزدیک شوید» (بقره: ۲۲۲).

اعتزال به معنای کناره‌گیری است (Amid H, 1982. Jor K. Culture of Laros, 1997) و در اینجا اعتزال به معنی کناره‌گیری از هم‌بستر شدن است (Jafari Y, 1998). در «ولا تقرّبوهن»، قرب خلاف بعد است؛ چنانکه علامه طباطبایی نیز در تفسیر المیزان، چنین معنا کرده است (Tabataba'i MH, 1984). پس هدف آن، کناره‌گیری و دوری از آمیزش با زن حائض است. پس در مورد اینکه چه حکمتی در تحریم آمیزش با زنان در حال حیض نهفته و چرا این دستور فقط متوجه مردان است، در کتاب «طب در قرآن» آمده است:

شرایط داخلی رحم در این موقع بسیار مساعد رشد میکروب‌هاست چون غشای مخاطی رحم که در حال پوست‌اندازی و زخم‌سرباز است، محل نفوذ میکروب‌ها از مهبل می‌شود. رحم نیز دچار التهاب می‌شود و در نتیجه باعث پیدایش دردهای شدید در رحم و احساس سنگینی آن و بالا رفتن تب می‌شود. در صورت شدید بودن التهاب ممکن است به سایر قسمت‌ها هم سرایت کند و در نهایت زن را عقیم نماید و نیز آمیزش موجب احتقان



خون شده و خونریزی را افزایش می‌دهد. از طرف دیگر مردی که در این حال با زن نزدیکی کند، در معرض بیماری قرار می‌گیرد و ممکن است دچار التهاب مجرای بولی شود که گاهی این التهاب به سایر قسمت‌ها از جمله بیضه‌ها سرایت می‌کند (Diab A, 1992). در شرایط طبیعی، مهبل زن به وسیله ترشحات، نرم و از آسیب محفوظ می‌ماند. این ترشحات مهبل دارای خاصیت اسیدی (اسید لاکتیک Lactic Acid) بوده و مهبل را از آلودگی توسط میکروب‌ها مصون می‌دارد. هرگونه تغییری که در خاصیت اسیدی این ترشحات حاصل می‌شود، باعث بروز التهاب مهبل می‌گردد؛ زیرا در این صورت مهبل به محیط مناسبی برای تجمع میکروب‌ها مبدل خواهد شد. مهم‌ترین عاملی که باعث تغییر ماهیت اسیدی ترشحات مهبل می‌گردد، وجود خون در آن است؛ یعنی همان خون حیض. نزدیکی با زنان در هنگام قاعدگی، میزان آلودگی را افزایش می‌دهد و از طرف دیگر باعث به وجود آمدن خراش‌هایی در مهبل می‌شود که در آن شرایط، استعداد التهاب یافتن را دارد و مهبل دچار التهاب می‌گردد. غشایی مخاطی رحم در این مرحله در حال پوست‌اندازی بوده و لخت و مانند زخم سربازی است که همین مسئله باعث نفوذ میکروب‌ها از مهبل به دهانه رحم شده و بدین ترتیب رحم نیز دچار التهاب می‌شود. همچنین زیان‌هایی که از آمیزش با زن حائض متوجه مرد می‌گردد، نیز روشن است. از آن جمله امراض التهابی سختی است که ممکن است مرد به آن مبتلا گردد. این یافته‌های علمی عصر مدرن را قرآن با یک نهی کلی و در قالب یکی از احکام شرعی بیان کرده تا انسان از پیامدهای عدم رعایت آن در امان باشد.

غسل بعد از مقاربت جنسی (غسل جنوب)

قرآن کریم همان‌طور که به بهداشت روحی و روانی انسان اهمیت داده، به بهداشت جنسی انسان نیز اهمیت داده و در موارد متعددی قوانین بهداشت جنسی را بیان کرده تا از انحرافات جنسی و ابتلای انسان به بیماری‌های جنسی و پیامدهای آن پیشگیری نماید (Reza'i Es-fahani, 2009). چنانکه خداوند متعال در آیه ۶ سوره مائده می‌گوید:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ وَإِنْ كُنْتُمْ جُنُبًا فَاطَّهَّرُوا وَإِنْ كُنْتُمْ مَرْضَى أَوْ عَلَى سَفَرٍ أَوْ

جَاءَ أَحَدٌ مِنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَامَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوْهِكُمْ وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُسَمِّيَكُمْ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تُشْكُرُونَ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید هنگامی که به نماز می‌ایستید، صورت و دست‌ها را تا آرنج بشویید و سر و پاها را تا مفصل [برآمدگی پشت پا] مسح کنید و اگر جنب باشید، خود را بشویید [و غسل کنید] و اگر بیمار یا مسافر باشید، یا یکی از شما از محل پستی آمده [قضای حاجت کرده] یا با آنان تماس گرفته [و آمیزش کرده‌اید] و آب [برای غسل یا وضو] نیابید با خاک پاکی تیمم کنید و از آن، بر صورت و دست‌ها بکشید. خداوند نمی‌خواهد مشکلی برای شما ایجاد کند؛ بلکه می‌خواهد شما را پاک سازد و نعمتش را بر شما تمام نماید؛ شاید شکر او را بجا آورید (مائده: ۶).

صرف نظر از بحث بهداشت عمومی و جنبه نظافتی غسل و برطرف کردن آلودگی‌هایی مانند خون و منی در اکثر غسل‌ها، برخی از پزشکان در مورد فواید بهداشتی غسل‌های مختلف به نکاتی اشاره می‌کنند:

الف. نشاط بخشیدن به بدن و ورزیده شدن آن از طریق تحریک پایانه‌های عصبی موجود در پوست.

ب. کاهش احتقان خون در پوست و دستگاه تناسلی و دفع خون‌های جمع شده در این قسمت‌ها به سایر قسمت‌های بدن به‌ویژه قلب و مغز.

ج. ایجاد نشاط قلب و حسن جریان خون در بدن و ورزش عضلات ارادی بدن؛ چون غسل یک فعالیت کامل و بسیار نرم عضلانی است.

د. تأمین سلامتی پوست؛ غسل به سلامت پوست بسیار کمک می‌کند تا این عضو فراگیر بهتر به وظایف متعدد خود که از مهم‌ترین آن‌ها، انتقال احساسات و تنظیم دمای بدن و حفظ سلامتی بدن است، عمل نماید.

هـ. زدودن سلول‌های مرده، مواد چربی زائد و گرد و غبار و سایر آلودگی‌ها از پوست (دیاب و قرقوز، ۱۳۸۳: ۱۳۰).

اعجاز اثر انگشت

اثر انگشت انسانی یک ویژگی منحصر به فرد است؛ به گونه‌ای که هیچ دوفنری اثر انگشت



یکسان ندارند. امروزه این ویژگی منحصر به فرد بودن اثر انگشت به علم و تکنالوژی کمک کرده تا از آن در شناسایی افراد استفاده شود، به‌ویژه در سیستم‌های امنیتی و احراز هویت. در قرآن نیز به برخی ویژگی‌های بدنی انسان اشاره شده که ممکن است اشاره‌ای به این نوع ویژگی‌های منحصر به فرد باشد که یکی از آن‌ها آیه ذیل است:

أَيَحْسَبُ الْإِنْسَانُ أَنْ نَجْمَعَ عِظَامَهُ، بَلَىٰ قَادِرِينَ عَلَىٰ أَنْ نُسَوِّيَ بَنَانَهُ؛ آیا انسان می‌پندارد که هرگز استخوان‌ها او را جمع نخواهیم کرد؟ آری قادریم که [حتی خطوط سر] انگشتان او را موزون و مرتب کنیم (قیامت: ۳-۴).

دانش بشری در قرن نوزدهم به راز اثر انگشت پی برده و متوجه شد که سر انگشتان، از خطوط بارز و پستی به‌صورت مارپیچ در بستر پوست تشکیل شده است. خطوط سر انگشتان هنگامی که جنین چهارماهه است، شکل گرفته و تا پایان عمر تغییر نخواهد کرد. از این‌رو به حیث مهم‌ترین مدرک تعیین هویت افراد، به کار می‌رود و در آن هیچ نوع اشتباه رخ نمی‌دهد. در سال ۱۸۸۰ بعد از پژوهش‌های سر فرانسیس گالتون (Sir Francis Galton)، (1822-1911) از پیشگامان علم ژنتیک، اثر انگشت به یک سبک علمی برای تعیین هویت افراد تبدیل شد که هرگز دو فردی در جهاد الگوی اثر انگشتی کامل یکسان ندارد به این دلیل است که نیروهای پلیس در سراسر جهان برای شناسایی مجرمان از اثر انگشت استفاده می‌کنند (کانر، ۱۳۹۰: ۴۴۵).

اهمیت اثر انگشت در اواخر قرن نوزدهم کشف شد، درحالی‌که قرآن کریم چهارده صدسال پیش به یکسان نبودن اثر انگشت هر انسان، اشاره داشته و انسان‌ها متوجه آن کرده است.

نتیجه‌گیری

قرآن معجزه پیامبر اکرم (ص) است که چهارده قرن قبل از طرف خداوند یگانه، به او نازل شده است. این کتاب ضمن موضوعات مختلف، حاوی اطلاعات طبی است که بشر را به حیرت آورده و در ابعاد مختلف طبی و بیولوژیک حرف اول را گفته است. این آیات این مفهوم را می‌رساند که الله متعال خالق است که از علم کامل برخوردار است و همه



اسرار کائنات در علم او است. قرآن کریم منشأ پیدایش تمام علوم بشری در جهان است که گذشت زمان از طراوت آن نمی‌کاهد، بلکه با پیشرفت علوم، حقایق قرآن روشن‌تر می‌گردد و هر قدر علم بشری به سوی تکامل پیش می‌رود، درخشش این آیات قرآنی بیشتر می‌شود. قرآن اگرچه کتاب هدایت برای بشر است؛ اما با محتوای علمی که دارد یک کتاب علمی نیز است که دارای نشانه‌ها و آیات است که آدمی را به فکر خلقت خودش فرومی‌برد. خلقت انسان پدیده حیرت‌انگیز بوده و دلالت به حقانیت خداوند متعال و قرآن دارد که خلقت انسان و آیاتی که در قرآن راجع به خلقت انسان آمده، بسیاری از دانشمندان غرب را شگفت‌زده کرده است؛ به گونه‌ای که تحت تأثیر این حقایق قرار گرفته‌اند و به اسلام مشرف شده‌اند.

۱. اعضا علمی دیپارتمت ثقافت اسلامی پوهنتون کابل (۱۳۹۵)، قرآن و علوم معاصر، کابل: انتشارات سید حسیب الله.
۲. افضل، رضا، (۱۳۹۴)، قرآن، علم، اعجاز: با استناد به دیدگاه‌ها و آثار پژوهشگران و دانشمندان بزرگ جهان، تهران: نشر شوق.
۳. دیاب، عبدالحمید، قرقوز، احمد، (۱۳۸۳)، طب در قرآن، (ترجمه: علی چراغی)، تهران: انتشارات حفیظی.
۴. رضایی اصفهانی، محمدعلی و ملا کاظمی، محسن، (۱۳۸۶)، اعجاز و شگفتی‌های علمی قرآن، تهران: انتشارات پژوهش‌های تفسیر و علوم قرآن.
۵. کانر، کلیفورد، (۱۳۹۰)، تاریخ علم مردم، (ترجمه: حسن افشار)، تهران: نشر ماهی.
۶. مخلص هروی، عبدالرئوف، (۱۳۹۶)، تجلی قرآن در عصر علم، بی‌نا: تربت جام خراسان رضوی.
۷. نایک، ذاکر، (۱۳۹۶)، قرآن و علوم نوین، بی‌جا: انتشارات آراس.
8. Aghili Alavi Shirazi MH, Mohammad Hossein. Summary of Al-Hikma. Qom: Ismailian; 2006.
9. Amid H. Persian Culture. Tehran: Amir Kabir; 1982.
10. Diab A, Gharghose A. Medicine in the Quran. Translated by Cheraghi G. Tehran: Hefzi Publishing; 1992.
11. <https://weblog4islam.blogfa.com/post/125>
12. <https://weblog4islam.blogfa.com/post/125>
13. <https://www.tebyan.net/news/484490/>: دیدگاه هفت دانشمند جهان درباره معجزات علمی قرآن
14. Jafari Y. Commentary on Kausar. Qom: Hijrat publications; 1998.



15. Jor K. Culture of Laros. Translated by Tabibian H. Tehran: Amir Kabir; 1997.
16. Mashriqi Arani A. Expressive Nazah of the Qur'an and the Effects of Its Education. Golestan: Nowruz Publications; 2018.
17. Mughniyeh MJ. Translation of Kashif's Exegesis. Qom: Book Park; 1999.
18. Peyavi, D., & Moezzi, M. (2013). Healthy nutrition in Quran, the Muslim Holy Book.
19. Ragheb Esfahani HM. Vocabulary words of the Quran. Tehran: Al-Muktab al-Mortazawiyah La Haya Athar al-Jaafariyah; 2009.
20. Reza'i Esfahani MA. Interpretation of the Qur'an Mehr. Qom: Researches on Interpretation and Quranic Sciences; 2009.
21. Tabataba'i MH. Tafsir al-Mizan. Translator Mousavi Hamedani MB. Qom: Islamic Publications Office; 1984.



راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن و مثنوی

جمع الله منتظر^۱ | سید محمد عالمی^۲

چکیده

قرآن برای فراهم‌سازی بستر زندگی معنوی، نازل شده و انبیاء^(ع) و انسان‌های معنوی، در طول تاریخ کوشیده‌اند که دریچه‌ای برای انسان‌ها بگشایند تا عالم و آدم را از زاویه معنوی به نظاره بنشینند. یکی از مهم‌ترین مسائل معنویت‌پژوه این است که «چگونه می‌توان به زندگی معنوی مورد تأکید قرآن کریم، دست یافت». روشن است که گام نخست در این راستا، شناسایی راهکارهای رسیدن به این مهم، از منظر قرآن و منابع همسو با این کتاب آسمانی است. لذا این تحقیق با استفاده از منابع کتابخانه‌ای، به روش توصیفی تحلیلی و با هدف شناسایی و ارائه راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن و مثنوی، صورت گرفته است. یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که راهکارهای متعدد مورد نظر قرآن را می‌توان تحت سه عنوان کلی «جدیت و صداقت، اخلاقی زیستن و بزرگداشت شاعر الهی» دسته‌بندی کرد. با تتبع در مثنوی برای کشف راهکارهای رسیدن به زندگی معنوی، در این تحقیق پنج محور آن شناسایی و ارائه شده که عبارتند از «عشق، مرشد، خودسازی، آزادی و توکل». راهکارهای قرآنی به‌صورت مکرر در مثنوی تأکید شده و برای راهکارهای مثنوی نیز در قرآن مؤیداتی مسلمی می‌توان یافت. لذا می‌توان گفت که بین راهکارهای قرآنی و مثنوی، همپوشانی وجود دارد.

کلیدواژه‌ها: معنویت، زندگی معنوی، قرآن، مثنوی، راهکارهای رسیدن به زندگی معنوی

۱. ماستری علوم قرآن و حدیث، دانشکده علوم اسلامی، جامعه المصطفی العالمیه، (نماینده افغانستان)، کابل، افغانستان

ایمیل: montazerbj@gmail.com

۲. دکتری کلام اسلامی، استاد دانشکده علوم اسلامی، جامعه المصطفی العالمیه، (نماینده افغانستان)، کابل، افغانستان

ایمیل: sm.alemi56@gmail.com

مقدمه

همه بنیان‌گذاران ادیان و مذاهب، عارفان، فرزائگان، اکثر فیلسوفان و برخی از دانشمندان علوم تجربی، برای انسان علاوه بر بعد فیزیکی، مادی و طبیعی، بعد متافیزیکی، معنوی و روحانی نیز قائل بوده‌اند. بر این اساس هر انسان این استعداد را دارد که دست‌کم دو نوع زندگی طبیعی یا مادی و روحانی یا معنوی داشته باشد. در باب زندگی معنوی بحث‌های فراوانی صورت گرفته و مخصوصاً بنیان‌گذاران ادیان و مذاهب و عارفان، از عوالمی بسیار دل‌انگیز و پرجذبه، سخن گفته و انسان‌ها را دعوت کرده که تمام هم و غم خود را در راستای رسیدن به آن قرار دهند. چه اینکه از نظر آن‌ها حیات حقیقی، درست زمانی آغاز می‌شود که انسان چشم به عالم ظاهر ببندد و دل به عالم باطن باز کند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ» (انفال: ۲۴) و «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً» (نحل: ۹۷) و این نئی بریده از نیستان و غریب غربت‌کده دنیا، باید روزگار وصل خویش را بازجوید چون:

هرکسی کو دور ماند از اصل خویش

باز جوید روزگار وصل خویش (۱: ۴)^۱

در قرآن برای انسان نوری وعده داده شده (انعام: ۱۲۲) که «انسان مرده را زنده می‌کند و در دل حیات طبیعی او حیات طیبه به او می‌بخشد و معنویت، حیات حیوانی او را به حیات عقلانی و روحانی تبدیل می‌کند (نقوی، اسعدی، میرغفوری، ۱۳۹۴، ۱۵۵). مولانا نیز این‌گونه تصویرپردازی و دستورالعمل صادر می‌کند:

بمیرید بمیرید در این عشق بمیرید در این عشق چو مردید همه روح پذیرید

بمیرید بمیرید از این مرگ مترسید کز این خاک برآید سماوات بگیرید

یکی تیشه بگیرید پی حفره زندان چو زندان بشکستید همه شاه و امیرید

(غزل، ۶۳۶)

به این نحو سخن گفتن‌ها و تصویرپردازی‌های دل‌انگیز از زندگی و زیست معطوف به

۱. در تمام ارجاعات به مثنوی، عدد اول نشان دهنده دفتر و عدد دوم نشان دهنده شماره بیت یا ابیات است. مثلاً بیت فوق مربوط به دفتر اول بیت چهارم است.



آن عوالم (زندگی معنوی) و به سخن زندگی سراسر آرامش، امید، عشق، صفا، زیبایی، مهر و وفا و در ادیان و عرفان کم نیست. زندگی که در آن، شخص، صاحب همه خوبی‌هایی است که همه خوبان دارند و هر انسان مشتاقی را به تلاش و تکاپو وامی‌دارد و از خود خواهد پرسید که چگونه و از چه راهی می‌توان به این زندگی دست یافت. در این تحقیق بناست که راهکار دستیابی به این زندگی، از منظر قرآن و مثنوی بررسی شود. هدف اصلی پژوهش، ارائه راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن و مثنوی به منظور عملی‌سازی این راهکارها و گام‌برداری برای دستیابی به زندگی معنوی و انس و الفت با قرآن و مثنوی است. درباره موضوع مذکور، تحقیقاتی انجام شده که همه آن‌ها درخور تأمل و قابل استفاده‌اند؛ اما هیچ‌یک هدفی را که این تحقیق دنبال می‌کند، برآورده نکرده است. در ذیل به برخی از مهم‌ترین آن‌ها اشاره می‌شود:



کتاب «نظریه معنویت در قرآن» اثر محمد مسعود سعیدی. در این تحقیق تلاش شده تا چیستی معنویت در قرآن و ابعاد مختلف آن (ویژگی‌ها، شرایط، عملکردها، موانع و پیامدها) بررسی شود. در این اثر به مباحثی تحت عنوان «عملکردهای معنوی» اشاره شده که با راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی نزدیک است؛ اما آنچه ایشان از عملکردها مورد نظر دارد، با آنچه ما به عنوان راهکار می‌شناسیم، متفاوت است. در نگاه وی عملکردهای معنوی مصادیق معنویت هستند نه راه رسیدن به معنویت و در این تحقیق دنبال راه دستیابی به زندگی معنوی هستیم. علاوه بر آنکه به مثنوی نیز اشاره نشده است.

مقاله «اصول و مبانی معنویت از دیدگاه قرآن و سنت» نوشته مصباح یزدی. در این مقاله به نقش ایمان در تحقق معنویت اشاره و دانش‌های به عنوان زمینه‌های تحقق ایمان مطرح شده است. اراده و برنامه‌ریزی به عنوان راهکارهای استمرار معنویت معرفی شده است. این مقاله ارتباط زیادی با موضوع ندارد، فقط به دو راهکار و آن‌هم بیشتر با توجه به روایات اشاره شده است.

درسگفتار «معنویت قدسی» و مصاحبه با عنوان «معنویت از نگاه قرآن» منتشر شده از ابوالقاسم فنایی. در سلسله درس‌های که آقای فنایی تحت عنوان معنویت قدسی برگزار کرده است (ده جلسه)، کوشیده مؤلفه‌های معنویت مورد نظر خود را معرفی کند و در تبیین

آن‌ها به قرآن نیز استناداتی داشته است. در مصاحبه مذکور نیز به سه مؤلفه معنویت از منظر قرآن اشاره شده است. بیشتر مباحث این درسگفتار را مباحث عمیق علمی تشکیل می‌دهد و هدف از آن بررسی راهکارهای زندگی معنوی از منظر قرآن (بحث عمل‌گرایانه) نبوده است. در مصاحبه مذکور نیز بحثی از راهکارها نشده است.

مقاله «قرآن و راهکارهای معنوی جهت تأمین بهداشت روانی انسان‌ها» نوشته محمدرضا نورمحمدی. در این مقاله به سلسله راهکارهای معنوی از منظر قرآن اشاره شده که می‌تواند تأمین‌کننده بهداشت روانی انسان‌ها باشد.

برخی از راهکارهای اشاره شده می‌تواند همپوشانی‌های با موضوع این تحقیق داشته باشد. در عین اینکه مسائل آن کوتاه و برخی مسائل نیز جا مانده و کار تطبیقی راهکارها از منظر قرآن و مثنوی نیز طبعاً انجام نشده است.

مقاله «مبانی و شاخص‌های رشد معنوی انسان در قرآن» محسن قاسم‌پور. در این مقاله خردورزی، ایمان، اخلاص، مهرورزی و اعتدال به عنوان شاخص‌های رشد معنوی معرفی شده‌اند. در این مقاله بحثی از راهکارهای قرآنی برای دستیابی به زندگی معنوی نشده است و صرفاً به مطالب مذکور به عنوان مؤلفه‌های رشد معنوی اشاره شده است که می‌تواند همپوشانی‌های با موضوع این تحقیق داشته باشد.

مقاله «معنویت‌گرایی در قرآن؛ مبانی، مؤلفه‌های کارکردهای معنویت قرآنی» محمدجواد رودگر. در این مقاله برخی مطالب عموماً خطابی نقل شده و کوشش شده برای مطالبی که قبلاً نویسنده در ذهن داشته، استناداتی از قرآن به دست آورد. به همین جهت این مقاله بحث دقیق علمی نیست و مطالب آن ربطی چندانی به راهکارهای زندگی معنوی ندارد.

مقاله «شاخص‌های سلامت معنوی از منظر آموزه‌های وحیانی» رحمت‌الله مرزبند و علی اصغر زکوی. در این مقاله تلاش شده مؤلفه‌های سلامت روان در قرآن تبیین شود و ارتباط با خدا را یگانه‌راه دستیابی به سلامت روان و معنویت را مبتنی بر کشف هدف واقعی و اصیل معرفی می‌کنند. بحثی درخوری برای راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن نشده است.

کتاب «قرآن و مثنوی (فرهنگ‌واره تأثیر آیات قرآن در ابیات مثنوی)» تألیف بهاءالدین خرمشاهی و سیامک مختاری. در این کتاب نویسندگان درصدد بررسی تأثیرات آیات



قرآن در محتوای مثنوی هستند و کوشش کرده‌اند ردپای برجسته آیات را در ابیات مثنوی بنمایانند. این کتاب ارتباط چندانی با معنویت و مخصوصاً راهکارهای معنوی ندارد؛ اما به جهت ارتباط با قرآن و مثنوی بسیار قابل توجه و درخور استفاده است و طبعاً اشارات در آن برای موضوع مذکور یافت می‌شود.

با توجه به سابقه پژوهش، به نظر می‌رسد، تاکنون بحث راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن و مثنوی صورت نگرفته و در این موضوع، تدوین این تحقیق می‌تواند نوآوری محسوب شود؛ زیرا آثاری که قبلاً در این زمینه نوشته شده تا آنجا که جستجو شد، راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی به گونه عام و با نگاهی به مثنوی به گونه خاص تا هنوز انجام نشده و این تحقیق می‌تواند گامی در این مسیر سخت؛ اما ارزشمند باشد. بنابراین می‌کوشد با روش توصیفی تحلیلی و با استفاده از منابع کتابخانه‌ای به این سؤال اصلی بپردازد که برای رسیدن به زندگی معنوی از منظر قرآن کریم و مثنوی معنوی، چه راهکارهایی وجود دارد؟

۱. مفهوم شناسی

به نظر می‌رسد در بخش مفهوم‌شناسی آنچه در این تحقیق نیاز به بررسی و توضیح دارد، مفاهیم «معنویت و زندگی معنوی» و «راهکارهای دستیابی» است و دو مفهوم اساسی دیگر آن؛ یعنی «قرآن» و «مثنوی» بی‌نیاز از تعریف است.

۱-۱. معنویت و زندگی معنوی

معنویت، مصدر جعلی کلمه «معنوی» است که در معانی چون حقیقی، راستی، اصلی، ذاتی، باطنی، روحانی و... در مقابل صوری، مادی و ظاهری به کار برده شده است (دهخدا، ۱۳۴۷، ذیل همین واژه).. کلمه معنوی از ریشه «معنا» اشتقاق یافته که به مقصود، مدلول و مضمون دلالت می‌کند (همان، ذیل واژه معنا). اهل نظر، واژه «الروحانیه» در زبان عربی و واژه «اسپیریچوالیتی spirituality» در زبان انگلیسی را معادل و مترادف با واژه «معنویت» در زبان فارسی به کار برده‌اند (سعیدی، ۱۳۹۹: ۳۴).

بحث از چیستی معنویت، به خاطری شخصی و درونی بودن و قابل مشاهده نبودن از

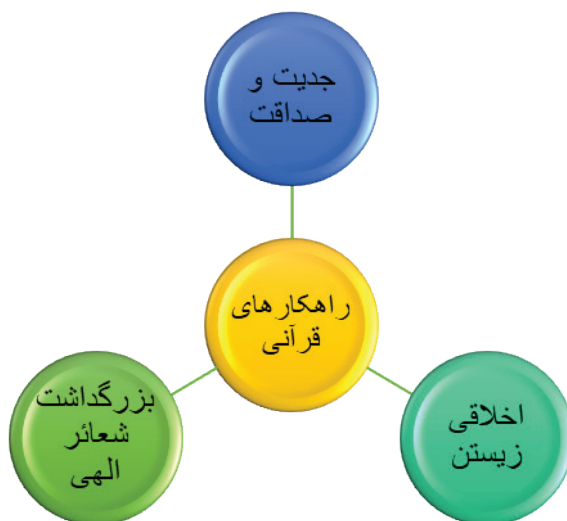
سوایی و پیچیدگی و چندبعدی بودن آن از دیگر سو، در عین ضروری و دل‌انگیز بودن، اندیشمندان را با چالش فراوانی مواجه کرده است. نبود معیار و سنجه واقع‌نما و دقیق نیز بر مشکلات افزوده است (سعیدی، ۱۳۹۹: ۳۳).

واژه «معنویت» و مشتقات آن در قرآن به کار نرفته است. بنابراین درباره معنویت مستقیماً چیزی نیامده؛ اما ضروری می‌نماید که تعریف منتخب، با مفاهیم قرآنی ربط و نسبت داشته باشد. با این حال می‌توان گفت «معنویت عبارت است از زیستن در محضر امر قدسی که برای شخص معنوی ویژگی‌های ذهنی و رفتاری متناسب با این نوع زندگی را در بردارد». منظور از امر قدسی «قدرت یا قدرت‌های برتر و منزّه در باور و اندیشه آدمی است؛ خدا، معبودها و الهه‌ها یا هر امر متعالی و ماورایی که بشر خود را مقهور آن یا وابسته به آن احساس می‌کند» (سعیدی، ۱۳۹۹: ۵۸-۵۹). بنابراین زیستن در محضر امر قدسی؛ یعنی زیستن در محضر عالم معنا و عالم قدس که شخص، خود را مقهور یا وابسته به آن می‌داند. در قرآن کریم آنچه را ما در تعریف خود تحت عنوان «امر قدسی» یاد کردیم، با نام «الله» (خدا) نام برده شده و ویژگی‌های فراوانی نیز برای آن برشمرده است. کسی که در محضر امر قدسی (خدا) زندگی می‌کند، به گونه‌ای می‌زید که خدا وجود دارد و به هر میزان که شخص بتواند بیش‌تر بدان نحو زندگی کند و وارد رابطه عمیق‌تر با امر قدسی شود و عملاً (در حوزه ذهن و رفتار) درگیر آن باشد، به معنویت بیش‌تر دست یافته و معنوی‌تر خواهد بود. بنابراین معنویت؛ یعنی درک حضور امر قدسی (خدا) در زندگی و تأثیر شگرف آن در درون و بیرون انسان، در ذهن و رفتار، در زندگی فردی و اجتماعی و در خلوت و جلوت. با این توضیح تا حدود فراوانی مقصود از ویژگی‌های ذهنی و رفتاری نیز مشخص می‌شود. ذهن به افعال درونی انسان اشاره دارد که شامل سه حوزه باورها، احساسات و عواطف و خواسته‌ها می‌شود و رفتار نیز به افعال بیرونی توجه می‌دهد که شامل گفتار و کردار است (ملکیان، ۱۳۹۷: ۷ و ۱۴). وقتی سخن از ویژگی‌های ذهنی و رفتاری می‌شود، مقصود این است که انسان معنوی (کسی که در محضر امر قدسی زندگی می‌کند)، ویژگی‌هایی در حوزه باورها، احساسات و عواطف و خواسته‌ها (در ذهن) دارد که اقتضای زیستن در محضر امر قدسی است و گفتار و کردار (رفتاری) دارد که مستلزم زیست معنویانه است.



۲. راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن کریم

مقصود از راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی، هر آن چیزی است که در شرایط خاص، انسان را برای دستیابی به معنویت و زندگی معنوی، کمک می‌کند و مانند نردبانی انسان را «پله پله تا ملاقات خدا» بالا می‌برد. مقصود از شرایط خاص نیز تحقق خصوصياتی است که با وجود آن خصوصیات بتوان آن کار را راهی به سوی زیستن در محضر امر قدسی تلقی کرد. با تفحص و جستجو در قرآن کریم، می‌توان به موارد بسیار متعددی دست یافت که حکایت از راهکار بودن دارند و انسان را به خودش فرامی‌خواند. به نظر می‌رسد تمام راهکارهای را که در قرآن برای دستیابی به زندگی معنوی، مستقیم یا غیر مستقیم مطرح شده است، می‌توان به سه بخش اساسی تقسیم کرد:



شکل ۱: راهکارهای قرآنی^۱

۲-۱. جدیت و صداقت

اولین راهکاری که به نظر می‌رسد برای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن کریم ضروری است، جدیت و صداقت در زندگی است. جدیت؛ یعنی تلاش و کوشش مدام برای دستیابی به حقیقت؛ یعنی استفاده از تمام فرصت و ظرفیت‌های ذهنی و روانی، علم،

۱. محتوای این شکل نیز با تغییرات اندکی از کتاب نظریه معنویت در قرآن، ص ۱۳۸ گرفته شده است.

تجربه، قدرت تفکر و عمق فهم برای شناخت و دستیابی به حق و حقیقت. جدیت؛ یعنی دوری از تبلی و دوری از شوخی گرفتن زندگی و امور مربوط به آن؛ یعنی شخص از هیچ تلاشی برای فهم و درک حقیقت. صداقت؛ یعنی بعد از اینکه شخص در اثر جدیت و در خدمت گرفتن همه توش و توان خود، به حقیقتی دست یافت، صادق باشد و قصد فریب خود و دیگری را نداشته باشد. جاذبه‌های انفرادی مثل خوش‌گذرانی و عافیت‌طلبی و جاذبه‌های اجتماعی مثل ثروت، قدرت، شهرت، محبوبیت، آبرو، حیثیت اجتماعی و علم اکادمیک مانع عمل به آن حقیقت نشود؛ بلکه بر اساس حقیقتی که با تشخیص خود بدان دست یافته، زندگی کند.

بنابراین جدیت و صداقت در کل؛ یعنی فهم و درک زندگی معنوی و عمل بر اساس مؤلفه‌های آن، جزء تفریحات و تزیینات زندگی فرد نباشد، بلکه اساس زندگی وی باشد؛ یعنی شخص برای دستیابی به معنویت، از هیچ تلاشی دریغ نکند و وقتی آن را فهمید، فریب هیچ چیزی جذابی را نخورد و از هیچ چیز و هیچ کسی نهراسد. صادق باشد و با صداقت آنچه را درست می‌داند، عمل کند. اگر کسی تمام وقت، فرصت‌ها، نیروها و استعدادهای خود را در موارد دیگری غیر از شناخت و دستیابی به حق و حقیقت صرف کند و کوشش در مسیر زندگی معنوی را بی‌اهمیت یا شناخت و دستیابی به آن را آسان بداند؛ به گونه‌ای که در وقت‌های اضافه عمر خود به آن بپردازد، چنین کسی برای دستیابی به زندگی معنوی، جدیت و صداقت ندارد و به همین جهت هرگز به معنویت و زندگی معنوی دست نخواهد یافت.

در قرآن موارد متعددی داریم که به این مسئله بسیار اساسی و مهم اشاره دارد. شاید صریح‌ترین آیه که به این بحث پرداخته، آخرین آیه سوره عنکبوت است. آنجا که می‌فرماید: «وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا» (عنکبوت: ۶۹). هدایت و معنویت رابطه متقابل دارند. هر آن چیزی که در قرآن مقدمه یا ملازم هدایت باشد، راهکاری برای دستیابی به زندگی معنوی و معنویت تلقی خواهد شد. در این آیه نیز خداوند برای دستیابی به هدایت، دو شرط مطرح کرده؛ یکی تلاش و مجاهده و دیگر در راه حق بودن این مجاهده.

۲-۲. اخلاقی زیستن

امور اخلاقی همچون عدالت، احسان، صداقت، تواضع و... بالذات ارزشمند و مورد



تأکید است. این امور فارغ از آنکه قرآن به آن‌ها دستور بدهد یا ندهد، برای انسان قابل درک و مورد قبولند و در زندگی فردی و اجتماعی انسان، کارایی دارد. نکته اساسی در مورد این امور آن است که به اتفاق همه مکاتب معنویت باور و همه‌کسانی که دل درگرو زندگی معنوی دارند، رعایت این امور جزء ضروری‌ترین مقدمات دستیابی به زندگی معنوی است. انسان به هیچ عنوان نمی‌تواند به معنویت و زندگی معنوی دست یابد، بدون اینکه اخلاقی زندگی کند و اخلاق را پاس بدارد. این امور را بر اساس تحقیقی که صورت گرفته، به گونه ذیل احصا کرده‌اند:



شکل ۲: زیر مجموعه‌های اخلاقی زیستن^۱

در این شکل از حیث آماری از بالا به پایین از تعداد کدها کم می‌شود. بنابراین ارشاد، صبر و انفاق بیشترین آمار را در قرآن به خود اختصاص داده‌اند.

۱. محتوایات این شکل نیز برگرفته از کتاب نظریه معنویت در قرآن، ص ۱۳۹ است.

۲-۳. بزرگداشت شعائر الهی

راهکار دیگری که قرآن برای دستیابی به زندگی معنوی طرح کرده و آن را مقدمه دستیابی به معنویت دانسته، بزرگداشت شعائر الهی است. آنچه را ما با تاسی به برخی آیات (بقره: ۱۵۸؛ مائده: ۲؛ حج: ۳۲ و ۳۶) «شعائر الهی» نامیدیم، در قرآن کریم با تعابیر دیگر همچون حدود الهی (بقره: ۱۸۷، ۲۲۹ و ۲۳۰؛ نساء: ۱۳ و ۱۴؛ توبه: ۹۷ و ۱۱۲؛ مجادله: ۴؛ طلاق: ۱) و مناسک (بقره: ۱۲۸ و ۲۰۰) نیز یاد شده است. منظور از شعائر، حدود یا مناسک، همان امور عملی و مربوط به بایدها و نبایدهای دینی است.

بزرگداشت شعائر الهی، حرمت نهادن به حدود امر قدسی (خداوند) و اقامه مناسک، بندگی خداوند است. البته هر کار نیکی که انسان به قصد رضایت الهی انجام دهد عبادت و بندگی محسوب می‌شود؛ اما در قرآن برخی امور خاصی نیز ذکر شده که این امور صرفاً به درد بندگی می‌خورد و فقط می‌تواند عبادت باشد و نه چیز دیگر. نکته اساسی که در این نوع اعمال و رفتار اهمیت دارد این است که شخص، باید این نوع اعمال و رفتار را با نیت خاص که می‌توان آن را دستیابی به زندگی معنوی (زیستن در محضر امر قدسی) تلقی کرد، انجام دهند. در غیر آن این نوع اعمال و رفتار کارکرد معقولی ندارد (سعیدی، ۱۳۹۹: ۱۳۷).



شکل ۳: بزرگداشت شعائر الهی^۱

۱. محتوای این شکل از کتاب آقای سعیدی، نظریه معنویت در قرآن، ص ۱۴۰ گرفته شده است.



در این شکل نیز از بالا به پایین از حیث آماری، تعداد کدها کم می‌شود. بنابراین دعا، نماز و شکرگزاری بیشترین آمار را دارند.

۳. راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر مثنوی

مثنوی کتاب انسان‌سازی است؛ زیرا اولاً موضوع آن، بُعد روحانی انسان است. قرآن کریم و مثنوی معنوی این ویژگی انسان‌سازی را دارد؛ به این معنا که این کتاب‌ها هیچ هدف، جز تغییر انسان‌ها و ساخت انسان جدید از نظر معنوی، ندارد. همان‌که مولانا از وی چنین یاد می‌کرد:

دی شیخ با چراغ همی گشت گردشهر
کز دیو و دد ملولم انسانم آروزست

(مولانا، ۱۳۸۵: ۴۴۱)

یا حافظ از آن به آدم نو تعبیر می‌کرد:

آدمی در عالم خاکی نمی‌آید به دست
عالم دیگر بباید ساخت وزنو آدمی

(حافظ، غزل ۴۷۰)

با مطالعه اجمالی مثنوی معنوی و کمک گرفتن از آثاری که در این زمینه نگاشته شده، می‌توان موارد ذیل را از جمله راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی، از منظر مثنوی دانست:

۳-۱. عشق

عشق از قدیمی‌ترین مفاهیم پربسامد در مکاتب گوناگون است، ولی بیش از هر مکتب و مسلکی، مکاتب عرفانی در این باب سخن گفته‌اند. یکی از کسانی که در عرفان اسلامی در باب عشق بسیار سخن گفته، مولانا است. می‌توان عصاره اندیشه مولانا را در این خلاصه کرد که «انسان از اصل خود جدا افتاده، این جدایی باعث رنج انسان است و تنها راه رهایی از آن، عشق است»، اینکه:

هر چه جز عشق خدایی احسن است

گر شکر خواری است خود جان کندن است

(۳۷۰۲:۱)

مولانا پڑوهان، هجده بیت اول مثنوی معنوی را کل پیام مولانا و هسته اصلی آن می‌دانند که مولانا در طول شش دفتر، به شرح و بسط آن پرداخته و کوشیده است راز و رمز آن را بگشاید (افلاکی، ۱۳۸۵: ۷۴۰، زرین کوب، ۱۳۷۴: ۱۸، شریفی، ۱۳۹۸: ۱: چهل و هفت).

در این هجده بیت که به «نی‌نامه» شهرت یافته، مولانا از درد جدایی شکایت می‌کند و برای آن در شش دفتر مثنوی حکایت‌ها می‌سازد؛ حکایت‌های که برای رهایی، انسان را به عشق دعوت می‌کند. آنجا که از شنیدن شکایت و حکایت نی سخن می‌گوید:

بشنو این نی چون شکایت می‌کند از جدایی‌ها حکایت می‌کند
کز نیستان تا مرا بریده‌اند در نفیرم مرد و زن نالیده‌اند
سینه خواهم شرحه شرحه از فراق تا بگویم شرح درد اشتیاق
هر کسی کودور ماند از اصل خویش باز جوید روزگار وصل خویش...
در نیابد حال پخته هیچ خام پس سخن کوتاه باید والسلام

(۱۸-۱:۱)

روشن است که مولانا همان اندیشه جدایی انسان از اصل خویش حکایت و بریدن نی از نیستان را شکایت می‌کند و راه رهایی را عشق معرفی می‌کند؛ عشقی که سر منشأ همه جوشش‌ها و جنبش‌هاست. چون مولانا معتقد است:

هر که را جامه ز عشقی چاک شد او ز حرص و عیب کلی پاک شد
شاد باش ای عشق خوش سودای ما ای طیب جمله علت‌های ما
این عشق دوی همه دردها و طیب شفا بخش همه بیمارهای جسمانی و روحانی و معنوی است. اگر عشق آمد، تمام عیب‌ها و بیماری‌ها و مشکلات حل می‌شود. «عشق درمانی، از تعالیم برجسته در آموزه‌های مولانا است. از منظر مولانا، عشق همچون طیب معنوی و روحانی بر بالین انسان می‌آید و بیماری‌ها و آلام روحی او را شفا می‌دهد»



(خواجہ گیر، ۱۳۸۷: ۸۸).

بی‌غرض نبود به گردش در جهان
غیر جسم و غیر جان عاشقان

(۲۸۱۵:۱)

از دید عرفا عشق مرکب رسیدن به خداست و اگر انسان «با مرکب عشق حرکت کند و منازل بین راه را زیر نظر یک انسان کامل تر طی کند، پایان این راه این است که پرده میان او و خدا بکلی برداشته می‌شود و به تعبیر خودشان به خدا می‌رسد» (مطهری، ۱۳۷۲: ۲۳، ۲۰۰). بنابراین عشق رهایی‌بخش است. عشق در نگاه عارفانه مولانا، موجی است که انسان را به خدا می‌رساند و «عشق اصطرباب حقیقی اسرار حق و گامی به سوی تکامل و معنویت است» (مردانی و ورپشتی و دیگران، ۱۴۰۲، ۱۲۳). همان گونه که خود می‌فرماید:

علت عاشق ز علت‌ها جداست
عشق اصطرباب اسرار خداست

(۱۱۰:۱)

دلیل این همه تاکید در عرفان این است که کاخ معنویت انسانی، بر مخروبه انانیت بنا می‌شود و انانیت فقط با عشق از میان برمی‌خیزد. جز عشق هیچ چیز دیگر نمی‌تواند انسان را از انانیت رهایی بدهد. بدون آن اگر هم از یک مرحله و مرتبه انانیت رهایی یافت، در مراحل و مراتب دیگر آن که «هزار نکته بارک‌تر ز مو» دارد، گیر می‌ماند و نمی‌تواند خود را رهایی بدهد. فقط بعد از فنای آنا است که گل معنویت در انسان می‌شکفتد و می‌تواند دم از انسانیت بزند.

کی شود کشف از تفکر این انا
آن انا مکشوف شد بعد از فنا

(۴۱۴۸:۵)

گر همی خواهی که بفروزی چوروز
هستی همچون شب خود را بسوز

(۳۰۲۵:۱)

۳-۲. مرشد

جان فشان ای آفتاب معنوی
این جهان کهنه را بنمای

(۲۲۳۳:۱)

برای تربیت بعد اخلاقی و معنوی انسان، راه‌های متنوعی از سوی اندیشمندان و بزرگان معرفی شده که می‌توان به (۱) الگو و اسوه، (۲) علم نافع، (۳) تنهایی گزیدن و خلوت نشینی، (۴) یادداشت روزانه، (۵) آگاهی از احوال گذشتگان و (۶) تمرکز، اشاره کرد.^۱ در بین این راه‌ها، مهم‌ترین یا یکی از مهم‌ترین این راه‌ها، ارائه الگوی عملی است. داشتن الگوی و نقش تربیتی آن از دیرباز مورد توجه بوده و همه بزرگان عرصه دین و عرفان و دیانت و معنویت به این مهم توجه داشته‌اند. داشتن «پیر، مراد و خضر» راه از مهم‌ترین ویژگی‌های عرفان است.

منازل و مراحل سلوک عرفانی را «باید با اشرف و مراقبت یک انسان کامل و پخته که قبلاً این راه را طی کرده و از رسم و راه این منزل‌ها آگاه است، صورت گیرد و اگر همت انسان کاملی بدرقه راه نباشد، خطر گمراهی است. عرفان از انسان کاملی که ضرورتاً باید همراه نوسفران باشد گاهی به طایر قدس و گاهی به خضر تعبیر می‌کنند» (مطهری، ۱۳۸۹: ۲۰۶-۲۰۷).

همتم بدره راه کن ای طایر قدس
که دراز است ره مقصد و من نوسفرم

(حافظ، غزل ۳۲۸)

۱. این روش‌ها را مصطفی ملکیان در یک سخنرانی تحت عنوان «آموزش فضایل زندگی» به آدرس: <https://t.me/MalekianMedia/815> تبیین کرده است.



در عرفان نیز به عنوان یکی از مکاتب فکری - معنوی، بیش از هر مکتب دیگر به نقش مرشد و پیر و مراد تأکید شده است و از جمله مولانا در مثنوی در هر شش دفتر آن و بیش از همه در دفتر اول درباره جایگاه و نقش پیر در تحول معنوی و اخلاقی شخصیت انسان سخن گفته و با تعبیری چون انسان کامل، ابدال، عارفان، اولیا، پیران، پاکان، اهل دل، اهل حق، خاصان، شیوخ، مرشدان از آن‌ها یاد کرده است (تلمذ حسین، ۱۳۷۸: ۴۶۳-۴۶۵).

جز به تدبیر یکی شیخ خبیر
چون روی؟ چون نبودت قلبی بصیر

(۴۰۸۶:۶)

گرچه شیری چون روی ره بی دلیل
خویش بین و در ضلالتی و ذلیل

(۵۴۳:۴)

در اندیشه عرفای چون مولانا، مرشد طبیب روحانی است که متناسب با ویژگی‌های مرید برای درمان بیمارهای معنوی و اخلاقی او نسخه می‌پیچد و دقیقاً همان شانی را که طبیب جسمی دارد، مرشد نیز همان شأن را نسبت به روح متربی خود دارد. وی سلوک بی‌پیر را افتادم در دام‌های گمراهی می‌داند:

هر که در ره بی‌قالووزی رود هر دو روزه راه، صد ساله شود
هر که تازد سوی کعبه بی دلیل همچو این سرگشتگان گردد ذلیل
هر که گیرد پیشه بی‌اوستا ریشخندی شد به شهر و روستا

(۵۹۰-۵۸۸:۳)

«یافتن پیر و مرشد، دیگر لازمه سلوک و کسب کمالات معنوی است؛ زیرا طی این طریق بدون راهنما ممکن نیست، چنانکه آموختن هیچ حرفه و صنعتی بدون استاد و راهنما، میسر نیست. این نکته از تعلیمات کلیدی و بسیار بنیادی مولانا است. او بسیار بر این نکته تأکید دارد و به کرات گوشزد می‌کند که بی دلیل راه، نمی‌توان به جایی رسید» (شریفی، ۱۳۹۸،

۱: چهل و سه) و دستور می‌دهد:

اندیرین وادی مرو بی‌این دلیل لا احب الآفلین گو چون خلیل
رو ز سایه آفتابی را بیاب دامن شه شمس تبریزی بتاب
(۱: ۴۳۰-۴۳۱)

در دید او پیامبر^(ص) برای علی^(ع) نیز دستور داده که:

یا علی از جمله طاعات راه برگزین تو سایه بنده اله
هر کسی در طاعتی بگریختند خویشان را مخلصی انگیزند
تو برو در سایه عاقل گریز تا رهی زان دشمن پنهان ستیز
از همه طاعات اینت بهتر است سبق یابی بر هر آن سابق که هست
(۱: ۲۹۸۰-۲۹۸۳)

در برخی موارد، مولانا به تبعیت مطلق از مرشد، تأکید می‌کند:

گرچه کشتی بشکند تو دم مزن
گرچه طفلی را کشد تو مو مکن

(۱: ۲۹۸۶)

بنابراین در اندیشه مولانا پیروی بی‌چون و چرا از مرشد و قدم برداشتن به دستور او و با دو زانوی ادب در مقابل او نشستن و حضور قلب داشتن در محضر او و خدا حافظی با سستی و تنبلی در انجام دستورات او، یکی دیگر از راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی محسوب می‌شود (نصر اصفهانی، ۱۳۷۷: ۲۳۰-۲۴۵).

من نجویم زین سپس راه اثیر پیر جویم، پیر جویم، پیر پیر
پیر باشد نردبان آسمان تیر پران از که گردد؟ از کمان
(۶: ۴۱۳۷-۴۱۳۸)

برای او مرشد همه چیز است و غیر آن چیزی دیگری نمی‌خواهد:



ظل او اندر زمین چون کوه قاف روح او سیمرغ بس عالی طواف
گر بگویم تا قیامت نعت او هیچ آن را مقطع و غایت مجو

(۲۹۷۷:۱-۲۹۷۸)

۳-۳. خودسازی

انسان یگانه موجودی است که مهندسی وجودش به خودش وا گذاشته شده و او با دو ویژگی آگاهی و اراده، می‌تواند راه خود را برگزیند و فردای خود را امروز انتخاب کند. در وجود انسان کشش‌ها و میل‌های متنوعی وجود دارد و هر یک انسان را به سمت خود می‌کشاند. خودسازی برای دستیابی به خودبرتر و تبدیل انسان متعارف به انسان متعالی است. مولانا «انسان سالک را نه به شهوت‌ستیزی دعوت می‌کند و نه شهوت‌گریزی» (به نقل از: ربیعی، ۱۳۸۹: ۵۳)، بلکه از او می‌خواهد انسان باید میل و شهوت خود را در مسیری قرار دهد که او را به جای اسفل السافلین، به اعلی العلیین برساند.

میل همیشه به چیزی تعلق می‌گیرد. اگر انسان نتواند میل خود را مدیریت کند، هر روز به چیزی تعلق می‌گیرد. به این صورت انسان عمر خود را در پی دستیابی به میل‌های بیهوده و باطل صرف می‌کند و همواره در شکار سایه خواهد بود.

صد هزاران دام و دانه ست ای خدا	ما چو مرغان حریص بی‌نوا
دم به‌دم ما بسته‌ام نویم	هر یکی گر باز و سیمرغی شویم
می‌رهانی هر دمی ما را و باز	سوی دامی می‌روییم ای بی‌نیاز
ما در این انبار گندم می‌کنیم	گندم جمع آمده گم می‌کنیم
می‌نیشیم آخر ما به هوش	کین خلل در گندم است از مکر موش
موش تا انبار ما حفره زده ست	وز فنش انبار ما ویران شده ست
اول ای جان دفع شر موش کن	وانگهان در جمع گندم جوش کن
گر نه موشی دزد در انبار ماست	گندم اعمال چل ساله کجاست
ریزه ریزه صدق هر روزه چرا	جمع می‌ناید در این انبار ما
بس ستاره آتش از آهن جهید	وان دل سوزیده پذیرفت و کشید

لیک در ظلمت یکی دزدی نهان می‌نهد انگشت بر استارگان
 می‌کشد استارگان را یک به یک تا که نفروزد چراغی از فلک
 گر هزاران دام باشد در قدم چون تو با مایی نباشد هیچ غم
 (۳۸۹-۳۷۶:۱)

بنابراین انسان اگر بخواهد از عملکرد خود نتیجه بگیرد، نیازمند توجه است و در این زمینه مثل تمام عرفا سه مرحله محادثه، مراقبه و محاسبه را پیشنهاد می‌کند. داستان رومیان و چینیان برای بازگویی همین نکته است که وقتی خودت را صافی کردی، همه چیز را بهتر از آینه و نقاشی‌های جهان خواهی دید. تزکیه نفس، پالایش دل، صفای جان و ریاضت و سخت‌گیری بر نفسانیات از مهم‌ترین تعابیری‌اند که برای افاده این مفهوم در عرفان به کار رفته‌اند و یکی از راه‌های دستیابی به معنویت و به کمال رسیدن محسوب می‌شود (نصر اصفهانی، ۱۳۷۷: ۲۰۰).

خلق اطفال‌اند جز مست خدا
 نیست بالغ جز رهیده از هوا
 (۳۴۴۶:۱)

گر ز نام و حرف خواهی بگذری
 پاک کن خود را ز خود هین یکسری
 (۳۴۷۴:۱)

۴-۳. آزادگی

این جهان زندان و ما زندانیان حفره کن زندان و خود را وارهان
 چیست دنیا از خدا غافل بدن نی‌قماش و نقره و میزان و زن
 (۹۸۹-۹۸۸:۱)

معمولاً در راه رسیدن به هر مطلوبی، موانعی نیز در کار است. انسانی که می‌خواهد



به زندگی معنوی به عنوان یک هدف اساسی برسد، باید از بند هر مانعی (تهدیدها و دلمشغولی‌ها) رها و آزاد باشد. انسان نیز می‌تواند از دو ناحیه محدود شود؛ یکی محدودیت بیرونی و توسط دیگران و دیگری محدودکننده‌های درونی.

این جهان خود حبس جان‌های شماس است هین روید آن‌سو که صحرای شماس است
این جهان محدود و آن خود بی‌حد است نقش و صورت پیش آن معنی سد است

(۵۲۹:۱-۵۳۰)

مولانا در داستانی، مرغی را که از حرص رهاست، «امام جمله آزادگان» معرفی می‌کند و می‌گوید:

باز مرغی فوق دیواری نشست دیده سوی دانه دامی بیست
هر که او را مقتدا سازد پرست در مقام امن و آزادی نشست
بارها در دام حرص افتاده‌ای خلق خود را در بریدن داده‌ای

(۲۸۶۳-۲۸۷۱:۳)

در بیانات مولانا، آزادی و رهایی از تن، رهایی از جویای امیری، رهایی از غم، رهایی از حيله‌ها نیز مطرح است (۴۴۵۴-۴۴۶۱). به همین ترتیب رهایی از دنیا و درد و رنج آن، یکی دیگر از مصادیق آزادی است (۳۵۳۶-۳۵۴۵). متعلقات این نوع آزادی، هیچ کدام ربطی به قید و بندهای مثل خانواده، سیاست، اقتصاد، تعلیم و تربیت، اخلاق، حقوق و دین و مذهب ندارد و بازگشت همه آن‌ها به خود انسان است. تمام محدودکننده‌های نوع دوم را می‌توان در ترس و طمع، جمع کرد؛ یعنی انسان یا «می‌ترسد» یا «طمع» دارد که خود را محدود می‌کند.

رهایی از تعلقات، نمودها و مصادیق بی‌شماری دارد. مهم‌ترین و در کلی‌ترین صورت آن، رهایی از تعلقات و دستیابی به آزادی؛ یعنی رهایی از دنیاست. به تعبیر زیبای فروزانفر: «دنیا نزد محققان صوفیه هر چیزی است که انسان را از خدا مشغول دارد و حظ نفس در آن باشد. بدین معنا، حالتی است از احوال قلب و آن توجه به دل است به لذت عاجل و هر چه مانع سالک از راه حق و حجاب او از وصول به کمال انسانیت باشد» (فروزانفر،

(۱۳۶۶: ۳۸۱).

در نگاه مولانا آزادگی معنای ژرف‌تر و دقیق‌تری می‌یابد و آن نه تنها رهایی ترس و طمع، بلکه رهایی از هر چیزی است که انسان را به خود مشغول کند و باعث غفلت از خدا شود (همای، ۱۳۶۹: ۱۶۰). روشن است که به هر میزان انسان از غیر فارغ شود، به همان میزان می‌تواند به خدا مشغول باشد.

۳-۵. توکل

آنچه از مثنوی معنوی بر می‌آید این است که برای دستیابی به مقام قرب و زندگی معنوی، دو نوع عامل لازم و مؤثر است: یکی عامل خدایی و غیرمکسبی که همان جذبه و عنایت و عنایات حق است و دوم عامل بشری که همان مجاهده و کوشش خود شخص برای دستیابی به چنین هدفی است (ضرابی‌زاده، ۱۳۸۴: ۸۷). اینجاست که بحث توکل، برجسته می‌شود؛ به این معنا که شخص آنچه را که در اختیار و توان دارد، انجام دهد و از هیچ تلاش و کوششی در راه رسیدن به مقصد و مقصود فروگذار نکند؛ اما نتیجه‌اش را به خدا واگذارد و بداند که تمام علل و عوامل دستیابی به هدف در اختیار او نیست. به تعبیر مولانا:

گفت آری گر توکل رهبر است این سبب هم سنت پیغمبر است
 گفت پیغمبر به آواز بلند با توکل زانوی اشتر بیند

(۹۱۸-۹۱۹: ۱)

یک عنایت به ز صد گون اجتهاد
 جهد را خوف است از صد گون فساد

(۳۸۵۲: ۶)

گفت من به از توکل برربی
 می‌دانم در دو عالم مکسبی

(۲۴۲۶: ۵)

البته اندیشه توکل به معنای ترک عمل و منتظر نشستن برای رسیدن لطف و عنایت



خداوند نیست؛ زیرا هرچند تمام تلاش‌های انسان، رسیدن به هدف را قطعی نمی‌سازد؛ اما آن را لازم و ضروری و بخشی از علت می‌داند.

ذره‌ای سایه عنایت بهتر است
از هزاران کوشش طاعت‌پرست

(۳۸۸۲:۶)

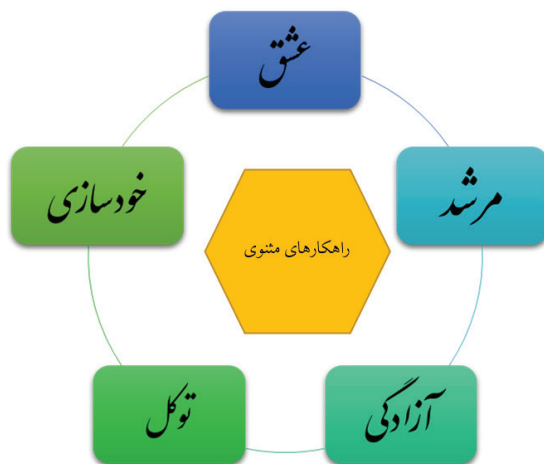
دست‌کم مجاهده و کوشش انسان علت ناقصه و زمینه‌ساز دستیابی به هدف است:

اصل خودجذبه است لیک از خواجه تاش
کار کن موقوف آن جذبه مباش

(۱۴۸۱:۶)

نور خواهی مستعد نور شو دور خواهی خویش بین و دور شو
ور رهی خواهی از این سجن خرب سرمکش از دوست واسجد واقترب

(۳۶۲۲-۳۶۲۳:۱)



شکل ۴: راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر مثنوی

نتیجه‌گیری

فلسفه وجودی تمام پیامبران، از جمله پیامبر خاتم^(ص)، فراهم‌سازی بستری برای زیست معنویانه در جهان طبیعت است. مقصود از معنویت، «زیستن در محضر امر قدسی که برای شخص معنوی، ویژگی‌های ذهنی و رفتاری متناسب با این نوع زندگی را در بر دارد». بنابراین زندگی معنوی، نوع خاصی از زیست انسانی است که در آن، شخص به گونه زندگی می‌کند که گویا در محضر امر قدسی (خدا) است و ویژگی‌های ذهنی (باورها، احساسات و خواسته‌ها) و رفتار (گفتار و کردار) متناسب با این نوع زندگی را دارد. از این جهت وقتی از راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن و مثنوی سخن به میان می‌آید، منظور راه‌ها و روش‌های است که با استفاده از آن - در صورت فراهم بودن شرایط و فقدان موانع - بتوان حضور امر قدسی (خدا) را در زندگی کشف و تقویت کرد و استمرار بخشید.

مطالعه قرآن کریم نشان می‌دهد که راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی در سه محور خلاصه می‌شود: یکی جدیت و صداقت؛ یعنی تلاش مستمر برای حقیقت‌جویی و عمل به آن. دوم اخلاقی زیستن؛ یعنی رعایت اصولی مانند راستی، وفای به عهد، امانت‌داری و عدالت و سوم بزرگداشت شعائر الهی؛ یعنی مناسک دینی مانند دعا، نماز و شکرگزاری که تقویت‌کننده حضور امر قدسی در زندگی است. مثنوی نیز به پنج اصل برای زندگی معنوی اشاره دارد؛ عشق به عنوان نیروی اصلی، مرشد برای هدایت، خودسازی و مدیریت خواسته‌ها، سبک‌باری از تعلقات دنیوی و توکل به عنوان مکمل تلاش انسان.

با مقایسه این دو منبع، می‌توان دریافت که مولانا همان اصول قرآن را در مثنوی مطرح کرده است و آموزه‌های او در بسیاری از موارد با راهکارهای قرآنی هماهنگی دارد، هرچند تأکیدات او در برخی موضوعات متفاوت است. لذا با دقت بر راهکارهای قرآنی و راهکارهای که از مثنوی نقل شد، می‌توان مدعی شد که تمام آنچه از قرآن کریم نقل شد، مورد تأکید و توجه مولانا در مثنوی نیز هستند و بارها در سراسر مثنوی از جدیت و خلوص در راه دستیابی به زندگی معنوی گفته و بر امور فوق‌الذکر تأکید کرده است. راهکارهای پنجگانه که از مثنوی نقل شد، فی‌الجمله مورد تأیید قرآن کریم نیز هستند و همه آن‌ها در قرآن کریم نیز شاهد مثال‌هایی دارند. هرچند شاید تأکید مولانا در مثنوی، در قرآن کریم آن گونه مورد تأکید نباشد.

فهرست منابع

قرآن کریم

۱. افلاکی العارفی، شمس الدین احمد، (۱۳۸۵)، مناقب العارفین، (به کوشش تحسین یازنجی)، تهران: دنیای کتاب.
۲. تلمذ حسین، (۱۳۷۸)، مرآت المثنوی، (به کوشش بهاءالدین خرمشاهی)، تهران: نشر گفتار.
۳. حافظ شیرازی، محمد، (۱۳۹۰)، دیوان حافظ، (براساس نسخه محمد قزوینی و دکتر قاسم غنی)، تهران: انتشارات فراروی.
۴. خواجه گیر، علیرضا، (۱۳۸۷)، «تعالی معنوی انسان در آموزه‌های مولانا»، فصلنامه فلسفه و کلام اسلامی آینه معرفت دانشگاه شهید بهشتی، سال ششم، شماره ۱۷.
۵. دهخدا، علی اکبر، (۱۳۴۷)، لغتنامه دهخدا، تهران: دانشگاه تهران.
۶. ربیعی، مهدی، (۱۳۸۹)، «اهداف تعلیم و تربیت از دیدگاه مولانا براساس دفتر اول مثنوی معنوی (قسمت دوم)، حافظ، شماره ۷۵.
۷. سعیدی، محمد مسعود، (۱۳۹۹)، نظریه معنویت در قرآن، قم: بی‌نا.
۸. شریفی، محمد، (۱۳۹۸)، نردبان آسمان: گزارش کامل مثنوی به نثر، ویراستار محمدرضا جعفری، چاپ اول، تهران: فرهنگ نشر نو با همکاری نشر آسیم.
۹. ضرابی‌زاده، سعید، (۱۳۸۴)، «آموزه‌های عملی مولانا در مثنوی معنوی»، مجله کتاب ماه ادبیات و فلسفه، شماره ۹۵.
۱۰. فروزانفر، بدیع الزمان، (۱۳۶۶)، شرح مثنوی شریف، تهران: زوار.
۱۱. مردانی ورپشتی، مریم، دیگران، (۱۴۰۲)، «بررسی تطبیقی انسان معنوی در اندیشه مولانا و وین دایر»، ادبیات عرفانی و اسطوره‌شناختی، سال نوزدهم، شماره ۷۰.
۱۲. مطهری، مرتضی، (۱۳۸۹)، کلیات علوم اسلامی، تهران: نشر صدرا.
۱۳. مطهری، مرتضی، (۱۳۷۲)، مجموعه آثار، ج ۳۰، چاپ ۸، تهران: نشر صدرا.



۱۴. ملکیان، مصطفی، (۱۳۹۷)، «بازگشت به معنویان جهان؛ زمین از دریچه آسمان در گفت‌وگو با مصطفی ملکیان»، روزنامه اعتماد، سال شانزدهم، شماره ۴۲۴۵.

۱۵. ملکیان، مصطفی، آموزش فضایل زندگی، <https://t.me/MalekianMedia/815>

۱۶. مولانا بلخی، جلال الدین محمد، (۱۳۹۶)، *مثنوی معنوی*، (تصحیح رینولد نیکلسون)، تهران: نشر صدای معاصر.

۱۷. نصر اصفهانی، محمد رضا، (۱۳۷۷)، *سیمای انسان در اشعار مولانا*، اصفهان: هشت بهشت.

۱۸. نقوی، سیدعلی، میرمحمد اسعدی و سید حبیب الله میرغفوری، (۱۳۹۴)، «الگوی معنویت سازمانی در آموزش عالی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی»، فصلنامه علمی-پژوهشی مدیریت اسلامی، سال ۲۳، ش ۲، ص ۱۴۵-۱۷۷.

۱۹. همایی، جلال الدین، (۱۳۶۹)، *مولوی‌نامه*، تهران: نشر هما.

براده‌های الماس معنوی

نگاهی به گزیده‌ای از دعا‌های روزانه ماه رمضان مبتنی بر قرآن کریم

زکریا فصیحی^۱

چکیده

دعا یکی از ارکان ارتباط انسان با خداوند است که در تمام ادیان جایگاه ویژه‌ای دارد و به زمان و زبان و مکان خاصی هم مقید نیست؛ اما در بینش اسلامی برای اجابت شدن و تأثیرگذاری بهتر، به شرایطی مقید شده است. این شرایط، شامل نیت خالص، حالت تضرع و همراه با اضطراب و در مکان‌های خاص و متعلق دعا و کیفیت دعا کردن، می‌شود. یکی از این شرایط، زمان خاص دعاست و در روایات، ایام و لیالی ماه رمضان از بهترین اوقات شمرده شده است. از طرفی دعا‌های مأثوره از معصومین^(ع) حاوی ناب‌ترین خواسته‌های انسانی برای رفع نیازهای معنوی است که می‌تواند برای ارتقای مقام عبودیت و افزایش بصیرت و معرفت بسیار کارساز باشد. هدف این تحقیق برجسته‌سازی فزاینده‌ای از دعای روزانه ماه رمضان و معرفی محتوای آن‌ها، با استفاده از روش توصیفی تحلیلی است. یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که دعا‌های روزانه ماه رمضان، حاوی معارف بسیار ارزشمندی است که مأموس بودن با آن‌ها، به ارتقای کیفیت زندگی معنوی انسان کمک می‌کند؛ زیرا دعا هم جنبه عبادی دارد، هم وسیله‌ای برای رشد معنوی و اصلاحات درونی عبد محسوب می‌شود و هم با فراهم کردن زمینه‌های آرامش و رضایت و امید، برای جنبه‌های مادی زندگی انسان مؤثر است.

کلیدواژه‌ها: دعا، ماه رمضان، ارتباط با خدا، ماهیت دعا، فلسفه دعا، متعلق دعا

۱. دکتری جریان‌های کلامی معاصر، دانشکده علوم اسلامی، جامعه المصطفی العالمیه، (نماینده افغانستان)، کابل، افغانستان

ایمیل: zfs110110@gmail.com | اورکید: 0009-0007-8235-1259

مقدمه

دعا به عنوان یک عمل عبادی و ارتباط مستقیم با خداوند، برای تقرب جستن به او و ارتفاع مقام عبودیت، نشانه میزان معرفت و بصیرت معنوی انسان است؛ اما در منابع دینی، برای اهمیت دعا، روی متعلق آن و برای اجابت دعا، روی نیت دعاکننده و زمان و مکان دعا، برای تأثیرگذاری بیشتر آن تأکید شده است. ماه رمضان، که ماه نزول قرآن و فرصتی برای خودسازی است، فضای مناسب برای توجه به دعا و ارتباط با خداوند فراهم می‌آورد. در این میان دعا‌های مأثور از معصومین^(ع) به خاطر معارف نابی که دارد، میراث بسیار ارزشمندی برای مسلمانان است. ماه رمضان برای فراهم کردن آرامش جان و دل خوش کردن به خوان رحمت الهی و امید بستن به ماورای این زندگی معمولی دنیا، یک فرصت استثنایی معنوی برای مؤمنین است.

خداوند چقدر حکیمانه، روان و اندیشه‌بندگان را مهندسی می‌کند تا رضایت و امید و شادمانی معنوی هیچ وقت از دلشان گم نشود. برای همین «روزهداری» را سفارش کرد و «ماه رمضان» را گل سرسبد دنیای «زمان» معرفی کرد و به زبان پیامبرش انداخت که بگوید: «أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّهُ قَدْ أَقْبَلَ إِلَيْكُمْ شَهْرُ اللَّهِ بِالْبَرَكَةِ وَالرَّحْمَةِ وَالْمَغْفِرَةِ شَهْرٌ هُوَ عِنْدَ اللَّهِ أَفْضَلُ الشُّهُورِ...» ای مردم! ماه خدا به شما آغوش گشوده است، همراه با برکت و رحمت و آمرزش؛ ماهی که نزد خدا برترین ماه‌ها و روزهایش برترین روزها، شب‌هایش برترین شب‌ها و ساعاتش برترین ساعات است. در این ماه به مهمانی خدا دعوت شده‌اید و از شایستگان کرامت الهی قرار داده شده‌اید. نفْس‌هایتان در این ماه تسبیح، خوابتان عبادت، عملتان پذیرفته و دعایتان مستجاب است» (ابن بابویه، ۱۳۷۸: ۱، ۲۹۵).

وقتی پیامبر اکرم^(ص)، بندگان خدا را خوب حریص و دل‌هایشان را غرق امید و طمع معنوی کرد، راه بهره‌برداری بهینه از این ماه را نیز پیش رویشان گذاشت تا بار بندگی خود را تکمیل کنند و با جام جان خود، سهم بیشتر از این اقیانوس بی‌کران بگیرند. لذا فرمود: «فَاسْأَلُوا اللَّهَ رَبَّكُمْ بِنِيَّاتٍ صَادِقَةٍ وَقُلُوبٍ طَاهِرَةٍ أَنْ يُؤَقِّقَكُمْ لَصِيَامِهِ وَتِلَاوَةِ كِتَابِهِ فَإِنَّ الشَّقِيَّ مَنْ حَرَّمَ غُفْرَانَ اللَّهِ فِي هَذَا الشَّهْرِ الْعَظِيمِ؛ پس با نیت‌های راست و دل‌های پاک، از خدای خود بخواهید که برای روزهداری در این ماه و تلاوت کتابش، توفیق‌تان دهد؛ زیرا بدبخت



کسی است که در این ماه، از آمرزش الهی محروم بماند» (همان).

این دلداری خداوند از بندگانش، سبب دلدادگی بندگانش به روزه و رمضان می‌شود. خواندن آیه آیه قرآن در این ماه چقدر دل‌خوشی برای بندگانش می‌آورد، دعا‌های رمضان چقدر دنیای امید آنان را وسعت می‌بخشد، «یا رفیق من لا رفیق له» گفتن‌ها در دعای جوشن کبیر شب‌های قدر، دل‌بندگان را برای تداوم مسیر بندگی چقدر گرم و محکم می‌کند. دعا‌های هر روز رمضان، چقدر روح بندگی را برای گرفتن خوی رضانی در کالبد انسان تزریق و تقویت می‌کند و بندگان خدا با سی روز تمرین مستمر، یاد می‌گیرند که با خداوند بودن، چه شوق معنوی و لذت بندگی ایجاد می‌کند. پس برای گرما و آرامش دل خود هم که شده، این رسم ارتباط با خداوند را همیشه باید پاس داشت و دعا خواند و با خداوند تکلم کرد. «براده‌های المعنوی»، تحلیل فرازهای گزیده از همین دعا‌های هر روز ماه رمضان است که با مطالعه موردی، در چند موضوع شاخص، دسته‌بندی و با هدف گسترش معنویت از طریق شرح مفاهیم این دعاها، تحلیل و توصیف شده است.

۱. ادبیات تحقیق

۱-۱. ماهیت لغوی و اصطلاحی دعا

دعا در زبان عربی معانی گوناگون و به همان میزان مصادیق گوناگونی دارد. صدا زدن، تمایل به سوی مدعو، کمک خواستن از مدعو (مهیار، ۱۳۸۹: ۳۹۱) از معانی لغوی دعاست. این صدا زدن اگر «بلند و بدون نام مدعو باشد، ندا و اگر آرام تر و با نام مدعو باشد، دعاست» (خسروی حسینی، ۱۳۷۵: ۱، ۶۷۷-۶۷۶). دعا در اصطلاح و مصداق خارجی آن که دعا کننده خاص، شرایط و لوازم خاص، اهداف خاص و از همه مهم‌تر مدعو خاص دارد، «به معنای توجه دادن نظر مدعو به سوی داعی است که غالباً با لفظ، یا اشاره [یا نجوا] صورت می‌گیرد. لذا این جهت در مفهوم دعا خوابیده که باید مدعو، صاحب توجه و نظری باشد که اگر بخواهد، بتواند نظر خود را متوجه داعی کند و نیز باید صاحب قدرت و تمکنی باشد که از استجابت دعا ناتوان و عاجز نگردد» (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۱۱، ۴۳۴).

اگر آن داعی انسان و آن مدعو خداوند باشد، حقیقی بودن دعا در صورتی رقم می‌خورد

که از سر اخلاص و اضطرار باشد؛ اخلاص از نظر ارزشی بُعد معنوی و رابطه مستحکم عبد و معبود و اینجا داعی و مدعو را تأمین می‌کند و اضطرار در فراهم کردن مستجاب شدن دعا، ضروری است. ازاین‌رو «تا انسان از علایق مادی قطع امید نکند و خدا را با اخلاص نخواند، خدا را نخوانده است، بلکه در حین دعوت به جاهای دیگر نیز تکیه کرده است... در آیه شریفه اَمَّنْ يَجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَا وَ يَكْشِفُ السُّوءَ، (نمل: ۶۲) مراد از اضطرار آن است که راه علاج را از هر سو بسته ببیند. هرچند انسان باید پس از دعا و در حین آن تلاش کند و در پی وسیله باشد تا خدا مقصودش را برآورد» (قرشی، ۱۳۷۱: ۲، ۳۴۶).

۱-۲. ماهیت معنوی دعا

دعا در ادبیات دینی به هر نوع صحبت و ارتباطی که انسان با خدا دارد، اطلاق می‌شود که از تمجید و ستایش خداوند تا التماس و طلب رحمت و آمرزش و کمک خواستن از او را شامل می‌شود. این ارتباط هرچند از سر ایمان و گاهی از سر شوق عرفانی یا التذاذ روحانی و معنوی است؛ اما به نوعی اعتراف به قدرت و حکمت الهی و نیاز انسان به کمک و راهنمایی از جانب خداوند نیز است. لذا دعا از یک سو به عنوان یک عمل عبادی، موقعیت ویژه‌ای در زندگی معنوی انسان مؤمن دارد و از سوی دیگر به انسان‌ها کمک می‌کند که ارتباط عمیق‌تری با خداوند برقرار کنند و این امر از نظر روانی، برای کسب آرامش و امید به زندگی و خوش‌بین بودن به آینده معنوی، در زندگی انسان بسیار مؤثر است.

در اهمیت دعا و رفعت مقام آن گفته‌اند: «فرق قرآن و دعا این است که به موجب (من) اراد ان یتکلم الله معه فلیقرء القرآن)، قرآن سخن گفتن خدا با بنده و دعا سخن گفتن بنده با خدایش است» (بلاغی، ۱۳۸۶: ۱، ۵۶). نام دیگر دعا در قاموس عرفان و سلوک، قرآن صامت است که گفته شده «إِنَّ الدَّعَاءَ قُرْآنٌ صَاعِدٌ... کما أَنَّهُ قَدْ انطوى فی القرآن النازل؛ دعا قرآن بالا رونده به سمت ملکوت است، چنانکه محتوای آن برگرفته از قرآن نازل شده از سوی خداوند است» (جوادی آملی، ۱۳۸۵: ۲، ۲۷).

فلسفه اصلی دعا، اظهار بندگی در پیشگاه خداوند و شنیده شدن آن است. این شنیده شدن دعا، ضامن پذیرش بندگی انسان است؛ اما برای انسان مؤمن روشن است که دعا برای مستجاب شدن، باید ناب و خالص و خاص و از هر نقص و عیبی بری و دارای



شرایط ویژه باشد. «چنین دعای نابی، قرآن صاعد خواهد بود؛ زیرا هرچه طیب است، صلاحیت صعود به سوی او را دارد که خود قرآن فرمود: **إِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ**» (فاطر: ۱۰) (جوادی آملی، بی تا: ۳، ۴۸). نمونه بارز چنین دعایی، دعای عرفه حضرت امام حسین^(ع) است (ر.ک. جوادی آملی، ۱۳۸۶، ۱-۱: ۹۱). دیگر دعا‌های مأثوره نیز از نظر محتوایی، چنین خاصیتی دارد که میراث ماندگار معصومین^(ع) برای مکتب با افتخار اهل بیت^(ع) است.

۲. دعای حقیقی

حقیقت دعا یا دعای حقیقی یک امر انتزاعی یا یک مفهوم وصفی است؛ اما تحقق آن در خارج، به نحوه دعای دعا کننده بستگی دارد؛ یعنی این دعا کننده است که می تواند دعای حقیقی داشته باشد یا دعای تصنعی و در حد گفتار برخاسته از زبان در قالب کلمات خاص. دعای حقیقی به نوعی ارتباط با خداوند است که از اعماق دل و فطرت انسان برمی خیزد و زبان قلب و فطرت انسانی پیش از زبان جسمی به حرکت درمی آید و خواسته‌ها به صورت صادقانه و بدون هیچ گونه تظاهر و فریبی از درون فرد ظهور می کند. این نوع دعا از نیت خالص، باور عمیق و ارتباط روحی مستحکم فرد با قدرتی بزرگتر سرچشمه می گیرد و با این اوصاف ظرفیت و استحقاق اجابت می یابد. «خداى تعالى در قرآن وعده **أَجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ** خود را به قید **إِذَا دَعَانِ**، (بقره: ۱۸۶) مقید کرده و چون این قید چیزی زائد بر مقید نیست، می فهماند که دعا باید حقیقتاً دعا باشد... و داعی حقیقتاً دعا کند، علم غریزی و فطری اش منشأ خواسته اش و قلبش با زبانش موافق باشد؛ زیرا دعای حقیقی، آن دعایی است که قبل از زبان سر، زبان قلب و فطرت که دروغ در کارش نیست، آن را بخواهد» (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۲، ۴۵-۴۶). دعای حقیقی تنها با زبان نیست، بلکه با قلب و با تمام وجود انسان است (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴: ۲، ۶۸).

۳. فلسفه دعا؛ خلق زندگی معنوی

فلسفه اصلی دعا همان اظهار بندگی و اعتراف به توانایی و اراده و حکمت خداوند است. انسان با دعا، اعتراف می کند که در مقابل مشکلات و نیازهای خود، نمی تواند به تنهایی

اقدام و استقامت کند. لذا با نگاه معنوی و از مسیر عبودیت و دعا، از قدرت و رحمت خداوند مدد می‌گیرد. بر این اساس دعا یک وسیله ارتباط نزدیک‌تر با خداوند تلقی می‌شود. این ارتباط از طریق بیان حالات روحی، خواسته‌ها، احساسات و نیازهای انسان به خداوند برقرار می‌شود. لذا می‌شود یکی دیگر از زوایای فلسفه دعا را، تقویت ارتباط با خداوند و تقرب به او دانست. هم‌چنین دعا می‌تواند تأثیر معنادار و ماندگاری بر روان و روح انسان داشته باشد؛ زیرا این عمل، به انسان امید و انرژی می‌دهد و او را از احساس تنهایی و ناامیدی می‌رهاند و احساس حضور خدا در زندگی او و زندگی در محضر خدا را به او القا می‌کند.

رکود روحی یکی از آفت‌های مهم زندگی معنوی است، چنانکه در ادبیات دینی در بیانی از امام جعفر صادق^(ع) آمده است: «مَنْ اسْتَوَى يَوْمًا فَهُوَ مَغْبُونٌ؛ هر کس دو روزش مساوی باشد و ترقی معنوی نداشته باشد، زیان دیده محسوب می‌شود» (ابن بابویه، ۱۳۷۶: ۶۶۸). لذا می‌توان گفت که یکی دیگر از زوایای فلسفه دعا، ساز و کار مؤثر بودن برای تغییر درونی انسان است؛ زیرا دعا به عنوان یک فرآیند درونی، می‌تواند وسیله تغییرات روحی و روانی و حتی جهت‌دهی احساس و سلايق و علايق در انسان شود. این فرآیند به افراد کمک می‌کند تا با تمرکز بر اراده و مهارت‌های شخصی خود، راه‌های بهبود زندگی معنوی خود ایجاد یا پیدا کنند.

قلب و روح از طریق دعا پیوند نزدیک با خدا پیدا می‌کند؛ زیرا دعا یک نوع خودآگاهی و بیداری دل و اندیشه و پیوند باطنی با مبدأ همه نیکی‌هاست. لذا در سخنان حضرت امام علی^(ع) می‌خوانیم: «لَا يَقْبَلُ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ دُعَاءَ قَلْبٍ لَاهٍ؛ خداوند دعای غافل‌دلان را مستجاب نمی‌کند» (کلینی، ۱۴۰۷: ۲، ۴۷۳). اگر شرایط خاص دعا در نظر گرفته شود، این حقیقت به وضوح ثابت می‌شود که دعا وسیله مؤثری برای خودسازی عبد است. شناخت کسی که انسان او را می‌خواند، شستشوی قلب و آماده کردن روح برای تقاضا از او است (ر.ک. مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴: ۱، ۶۴۲-۶۴۳).

آدمی همانند آهن زنگ می‌زند و نیاز به صیقل دارد تا درخشانده شود. دعا همان صیقل است که نفس انسانی را تابناک می‌کند؛ زیرا انسانی که دست به دعا برمی‌دارد، احساس



می‌کند که در وجود او نقصی است. دعا انسان را به مواضع و نقاط ضعفی که در وجود او است، آگاه می‌سازد و او را به جبران آن‌ها وامی‌دارد. دعا برای اصلاح خود و علاج درد خودپسندی و خودخواهی است. کسانی که به سبب عدم تضرعشان در برابر خدا و خضوع در برابر عظمت او به سوی تجاوز به دیگران گرایش می‌یابند و به جای اصلاح خود به آزار دیگران می‌پردازند، می‌خواهند نواقص وجودی خود را از طریق ظلم به دیگران و غصب حقوق آنان جبران کنند یا می‌خواهند با ستم کردن در حق دیگران، نقایص ذات خویش را احساس نمایند (ر.ک. گروه مترجمان، ۱۳۷۷: ۳، ۲۹۲). از نظر قرآن کریم، دعا معراج مؤمن و وسیله توجه خدا به او است. «قُلْ مَا يَعْْبُوْا بِكُمْ رَبِّي لَوْلَا دُعَاؤُكُمْ؛ بگو اگر دعای شما نمی‌بود، پروردگار من به شما نمی‌پرداخت» (فرقان: ۷۷). لذا انسان مؤمن در کنار کردار و کوشش، به دعا نیز اهتمام دارد (گروه مترجمان، ۱۳۷۷: ۸، ۴۹۱-۴۹۲). تا ارتباط وجود ضعیف و نیازمند خود را با خدای لایزال بی‌نیاز برقرار کند و راه کمال و معرفت و معنویت را بیابد و با این ارتباط، رحمت و عنایت پروردگار خود را به سوی خود جلب کند. بر این اساس این دعای انسان است که خود را در مقام عبودیت پروردگار قرار دهد. به همین جهت عبادت در حقیقت دعاست؛ زیرا بنده در حال عبادت، خود را در مقام مملوکیت و اتصال به مولای خویش قرار می‌دهد و اعلام تبعیت و اقرار به ذلت می‌کند تا خدا را با مقام مولویت و ربوبیتش به خود معطوف سازد، دعا هم عیناً همین است (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۵۳-۵۴).

۴. پیامد تجربی دعا در زندگی بشر

نیایش یا گفتگو با یک منبع فراعلی و لاهوتی و بسیار قدرتمند و بسیار مهربان، برای انسان آرامش می‌آورد. علت پدید آمدن این آرامش هم این است که به وسیله دعا، در فعالیت‌های مغزی انسان یک نوع شکستگی و انبساط باطنی و گاهی روح قهرمانی و دلاوری را تحریک می‌کند. نیایش خصائل خویش را با علامات بسیار مشخص و منحصر به فرد نشان می‌دهد. صفای نگاه، متانت رفتار، انبساط و شادی درونی، چهره پر از یقین، استعداد هدایت، و نیز استقبال از حوادث، پیامدهای تجربی دعاست. این‌هاست که از وجود یک گنجینه پنهان

در عمق روح عبد حکایت دارد و او را شایسته توجه و شایستگی بیشتری برای درک فیض خداوند می‌گرداند. بدیهی است که کوشش برای تکامل و کسب شایستگی بیشتر، عین تسلیم در برابر قوانین آفرینش است. از نظر معنوی هم مواهب الهی بر حسب استعدادها و لیاقت‌ها تقسیم می‌شود. هر قدر استعداد وجودی و شایستگی روحی بشر بیشتر باشد، سهم بیشتری از آن مواهب نصیبش می‌گردد. امروزه علم روان‌پزشکی همان چیزهایی را تعلیم می‌دهد که پیامبران تعلیم می‌دادند. پزشکان روان‌شناسی دریافته‌اند که دعا و نماز و داشتن ایمان محکم به دین، نگرانی و تشویش و هیجان و ترس را که موجب بخشی از ناراحتی‌های ماست، برطرف می‌سازد (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴: ۱، ۶۴۰-۶۴۲). بر اساس تجربیات انسانی، حال ناشی از این انبساط روحی، حتی در سلامتی جسمانی هم مؤثر است.

۵. متعلق دعا

متعلق دعا، به موضوع یا چیزی اطلاق می‌شود که انسان از خداوند طلب می‌کند. لذا ارزشمندی دعا از یک نگاه همان ارتباط با مدعو متعال است، ولی از نگاه دیگر می‌تواند به ارزشمندی متعلقش بستگی داشته باشد؛ یعنی هر چه خواسته‌ها و درخواست‌ها والا باشد، دعا از جایگاه والاتری برخوردار خواهد بود. مثلاً در سیره معصومین^(ع) دعا در حق دیگران، یک ارزش افزوده به اصل دعاست. بنابراین بر اساس بینش دینی، می‌توان همه نیازمندی‌های مادی و معنوی خود را به شرط رعایت یک شروط، از خداوند خواست که از نظر شرعی حلال و مجاز بودن و از نظر کلامی امکان وقوع آن چیز، از جمله آن شروط است. چنانکه خداوند دعا کردن و درخواستن را به صورت مطلق سفارش کرده است: «ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ» (غافر: ۶).

اما از نظر معرفتی می‌توان امور ارزشمندی از خداوند خواست. برخی از این امور قرآن بازتاب یافته که عبارت است از طلب تداوم در راه راست، «اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ»، (فاتحه: ۶) طلب بینش و علم و معرفت، «رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا» (طه: ۱۱۴)، طلب توان استقامت در مسیر هدایت «رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا» (آل عمران: ۸) و....



۶. معرفی دعا‌های روزانه ماه رمضان از منابع کهن روایی

دعا‌های روزهای ماه رمضان در کتاب‌های البلد الامین (کفعمی، ۱۴۱۸: ۲۱۹-۲۲۲) و المصباح کفعمی (کفعمی، ۱۴۰۵: ۶۱۲-۶۱۷) از پیامبر اکرم (ص) نقل شده است. در بعد معنوی این دعا، طلب رحمت، مغفرت، هدایت و اصلاح و تقرب به خداوند، امان از پیامد گناهان و امان از خشم خداوند و عذاب آخرت، توفیق بندگی و شکرگزاری، طلب آگاهی و بیداری معنوی و در بعد اجتماعی و تعامل با دیگران، طلب توفیق احسان به دیگران و هم‌نشینی با خوبان، از پرسامدترین خواست‌های بندگان خدا در این دعاهاست. در ادامه فرازهایی از این دعاها بر محور موضوعات خاص و با استفاده از منابع و آدرس‌هایی یاد شده، بررسی می‌کنیم.

۷. فرازهای گزیده از محتوای دعای روزانه ماه رمضان

این دعاها حاوی نکات بسیار ارزشمند ارزشی و معرفتی است؛ اما به فراخور این نوشتار، فرازهایی برگزیده این دعا ارزشمند بررسی خواهد شد:

۷-۱. طلب آگاهی و بیداری

یکی از سرمایه‌های معنوی انسان، علم و آگاهی است و طلب آن از خداوند، یکی از سفارش‌های قرآن کریم نیز است. «وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا» (طه: ۱۱۴)

در این دعاها آگاهی معنوی و بیداری از خواب غفلت منظور است. غفلت یکی از مفاهیم مهم منفی در زندگی انسان‌هاست که به معنای عدم توجه یا عدم آگاهی از امور مهم یا عدم آگاهی نسبت به مسئولیت و وظایف، به کار می‌رود. از رو اهل لغت گفته اند: «مردی که غافل است، نمی‌داند چه چیزی دارد و موقعیت و جایگاه او مشخص نیست یا شرایط و وضعیت اطراف خود را درک نمی‌تواند» (فراهیدی، ۱۴۱۰: ۴، ۴۲۰) تا به مقتضای آن، برای زندگی مادی و معنوی خود تصمیم بگیرد.

غفلت معمولاً به‌عنوان یک وضعیت ناخودآگاه توصیف می‌شود که می‌تواند منجر به اتفاقات ناخواسته و مشکلاتی در زندگی فرد شود. این خصیصه انسانی ممکن است منشأ یا دلایل فراوانی داشته باشد، از جمله می‌توان به استرس، نگرانی‌ها، خستگی، عادت‌های

نامناسب یا حتی عدم تمرکز و علاقه به زندگی یا عدم علاقه و دل‌بستگی به اموری که مورد غفلت واقع می‌شود، اشاره کرد. غفلت می‌تواند در هر زمینه‌ای از زندگی مانند شغلی، تحصیلی، خانوادگی و اجتماعی رخ دهد و اثرات مخرب زیادی داشته باشد. وقتی این مفهوم را با نگاه اخلاقی و معنوی بنگریم و متعلق آن را نیز معنوی و اخلاقی در نظر بگیریم، ماهیت و متعلق آن را در قرآن و منابع روایی و اخلاقی - عرفانی باید جستجو کرد. در این صورت غفلت هرگونه بی‌خبری از شرایط زمانی و مکانی، از واقعیت‌های فعلی و آینده و گذشته انسان، از صفات و اعمال او، از پیام‌ها و آیات الهی و از هشدارهایی که نسبت به حوادث تلخ و شیرین زندگی به انسان‌ها می‌دهد را شامل می‌شود.

نتیجه اولیه غفلت از واقعیت‌ها، عدم موضع‌گیری صحیح در برابر آن‌ها و طبیعتاً آسیب‌پذیری فراوان در مواجهه با آن‌هاست؛ اما نتایج و پیامدهای نهایی غفلت، عدم رسیدن به کمال و سعادت است. «غفلت در اصطلاح اخلاقی به معنای سستی و ضعف نفس از توجه به هدف خود و در اصطلاح عرفانی به معنای اعراض از حق تعالی است. امام خمینی نیز غفلت قلب در عبادت را ناشی از ضعف ایمان به خداوند و اهمیت ندادن به عبادت و حضور در مقابل معبود می‌داند» (موسوی خمینی، ۱۳۸۸: ۲۴). ایشان آرزوهای بلند و ظن به بقا را سبب غفلت از آخرت و فراموشی هدف و مقصد می‌داند. به نظر ایشان این امر سبب افزایش حجاب‌ها بر انسان می‌شود تا جایی که نور فطرت انسان خاموش شود و از محبت الهی در قلبش چیزی باقی نماند. اگر انسان به سبب حب نفس از عیوب خود غفلت ورزد و خودخواه شود، به سعادت و فلاح نخواهد رسید (ر.ک. همان: ۵۲). از این رو، غفلت به عنوان صفت انسانی و غافل به عنوان وصف فاعلی، در قرآن بسیار مذمت شده و انسان غافل به درجات نازل‌تر از چهارپایان تنزل داده شده است. «وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِنَ الْجِنَّ وَالْإِنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَأَن لَّمْ يَلْحَظُوا لَكُمْ بَلْ هُمْ أَصْلُ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ»؛ به یقین، گروه بسیاری از جن و انس را برای دوزخ آفریدیم، آن‌ها دل‌ها (عقل‌ها) بی دارند که که با آن (اندیشه نمی‌کنند و) نمی‌فهمند و چشمانی که با آن نمی‌بینند و گوش‌هایی که با آن نمی‌شنوند؛ آن‌ها همچون چهارپایند، بلکه گمراه‌تر! اینان همان غافلانند؛ [زیرا با داشتن همه گونه امکانات هدایت،



باز هم گمراهند]» (اعراف: ۱۷۹).

با توجه به این جنبه‌ها و پیامدهای منفی غفلت و زیان‌های جبران‌ناپذیر معنوی آن، نجات از آن یکی از خواسته‌های روزه‌داران است؛ زیرا عبادت حتی در ظرف زمانی ماه رمضان، اگر از روی آگاهی نباشد، ارزشی ندارد. به فرموده حضرت امیرالمؤمنین^(ع): «كَمْ مِنْ صَائِمٍ لَيْسَ لَهُ مِنْ صِيَامِهِ إِلَّا الْجُوعُ وَالظَّمَا؛ چه بسا روزه‌دارانی که روزه‌شان تشنگی و گرسنگی کشیدنی بیش نیست؛ (نهج البلاغه، ح ۱۴۵) زیرا یا از روی آگاهی و شوق عبادی نیست یا دیگر شرایط روزه را ندارد.

دعای روزهای ماه رمضان حاوی خواسته‌های بسیار ارزشمند مادی و معنوی است. از جمله «طلب آگاهی و بیداری» که یک خواسته اساسی معرفتی است؛ زیرا نماز و دعا و نیایش، در پرتو آگاهی و بیداری معنوی ارزشمند است. در فرازی از دعای روز اول می‌خوانیم: «اللَّهُمَّ... تَبَهِّئْنِي فِيهِ عَنْ نَوْمَةِ الْغَافِلِينَ؛ خداوند مرا در این ماه از خواب غافلان بیدارم کن». در دعای روز سوم می‌خوانیم: «اللَّهُمَّ اِزْزُقْنِي فِيهِ الدَّهْنَ وَالتَّيْبَةَ وَبَاعِدْنِي فِيهِ مِنَ السَّفَاهَةِ وَالتَّمْوِيهِ؛ خدایا در این ماه به من تیزهوشی و بیداری عنایت کن و از بی‌خردی و اشتباه دورم ساز». در دعای روز هجدهم می‌خوانیم: «اللَّهُمَّ تَبَهِّئْنِي فِيهِ لِبَرَكَاتٍ أَسْحَارِهِ وَنُورٍ فِيهِ قَلْبِي بِضِيَاءِ أَنْوَارِهِ؛ خدایا مرا در این ماه به برکت‌های سحرهایش آگاه کن و دلم را با روشنایی نورهایش روشنی ببخش».

چنانکه قابل ملاحظه است، آگاهی، بیداری، خردورزی، روشندلی که از مفاهیم بسیار ارزشمند برای زندگی بشر است، در این چند فراز پررنگ است که اهمیت این مفاهیم و مصادیق آن‌ها را نشان می‌دهد.

۷-۲. طلب بخشش گناهان

یکی از ارتباطات بسیار عاطفی و معنوی انسان با خدا، وقتی شکل می‌گیرد که انسان برای عذرخواهی از اشتباهی که کرده، به درگاه خداوند بخشنده و مهربان مراجعه می‌کند. این مراجعه البته باز دستور و راهنمایی خداوند است: «وَأَسْتَغْفِرِ اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ غَفُورًا رَحِيمًا؛ و از خداوند، طلب آمرزش نما! که خداوند، آمرزنده و مهربان است» (نساء: ۱۰۶).

گناه معمولاً به دلیل غفلت از جایگاه بندگی یا غفلت از اینکه خدای دانا و بصیر، در

همه حال بنده‌اش را رصد می‌کند، صورت می‌گیرد. حالت توبه یا روحیه بازگشت، وقتی در انسان احیا می‌شود که انسان از خواب غفلت بیدار شده و به بنده بودن خود پی می‌برد. در این صورت است که شرمندگی از عصیان و مخالفت پروردگار، جای شوق گناه را در وجدان انسان پر می‌کند و او در پرتو این آگاهی و تنبّه، راه چاره را در بازگشت به درگاه خداوند می‌داند. هرچند مقام پشیمانی از گناه، برای عبد، مقام ارزشمندی است؛ اما لذت این بازگشت وقتی چند برابر می‌شود که نیروی ایمان و معرفت و بیداری، این عبد خطاکار را به استغفار و طلب بخشش از خداوند وادار می‌کند و البته نوع دعا و ایمان به بخشندگی خداوند، در این راستا بسیار کارساز است.

بر این اساس پیامبر اکرم^(ص) به امتش یاد داده که وقتی رمضان به سراغتان آمد و چون استجابت دعا در آن تضمین شده، طلب عفو و آمرزش در دعایتان یادتان باشد. لذا در فرازی از دعای روز اول می‌فرماید: «وَأَعْفُ عَنِّي يَا عَافِيَا عَنِ الْمُجْرِمِينَ؛ و از من و تقصیرات من درگذر ای که از تقصیرات مجرمین می‌گذری». این فراز، جدا از درخواست عفو، حاوی یک نکته معرفتی دیگر نیز است و آن اینکه عبد خطاکار، خدایش را به بنده‌پروری می‌شناسد. می‌داند که او بخشنده مجرمان است و این بنده‌اش را نیز ناامید نخواهد کرد. لذا با خطاب «یا عَافِيَا عَنِ الْمُجْرِمِينَ»، از خداوند طلب بخشش و گذشت می‌کند.

در دعای روز بیست و سوم نیز می‌خوانیم: «اللَّهُمَّ اغْسِلْنِي فِيهِ مِنَ الذُّنُوبِ وَ طَهِّرْنِي فِيهِ مِنَ الْعُيُوبِ... يَا مُقِيلَ عَثَرَاتِ الْمُذْنِبِينَ؛ خداوند! در این ماه مرا از گناهان شستشو بده (یعنی گناهانم را ببخش) و از هر عیبی پاکم کن... ای پذیرنده عذر لغزش‌های گناهکاران». در دعای روز بیست و ششم می‌خوانیم: «اللَّهُمَّ اجْعَلْ سَعْيِي فِيهِ مَشْكُورًا وَ ذَنْبِي فِيهِ مَغْفُورًا...؛ خداوند! تلاش بندگی‌ام را در این ماه پذیرا باش و گناهانم را ببخشای».

خداوند قبلاً به‌وسیله پیامبرش به تمام بندگان پیغام داده و این‌گونه سفارش کرده است: «قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ؛ بگو ای بندگان من که بر خود اسراف و ستم کرده‌اید! از رحمت خداوند نومید نشوید که خدا همه گناهان را می‌آمرزد؛ زیرا او بسیار آمرزنده و مهربان است» (زمر: ۵۳). این‌که خداوند بسیار آمرزنده و مهربان و همه گناهان بندگان را



می‌بخشد، به گوش بندگان رسیده است. پس روزه‌داری که به نیت بندگی دهان به روزه‌داری بسته است و باز به نیت بندگی، لب به دعا و نیایش می‌گشاید، به غفاریت و بخشندگی خداوند ایمان دارد و هرگز از او ناامید نمی‌شود.

لذا هر که هست و هر طور است، به امید بخشیده شدن، خود را به دریای رحمت الهی می‌سپارد تا از خبث و خبط و عصیان و بدی‌ها و عیوب شستشو شود. تعبیر «اللَّهُمَّ اغْسِلْنِي فِيهِ مِنَ الذُّنُوبِ»، بسیار دل‌نشین است؛ زیرا ما انسان‌ها همان‌قدر که از درک امور معنوی عاجز هستیم، امور مادی را خوب می‌فهمیم. مثلاً خاصیت آب را به بهترین وجه ممکن می‌فهمیم که پاک‌کننده است و هر چیزی را جز اشیای نجس العین، پاک می‌کند. لذا با این تشبیه دل‌نشین حضرت پیامبر، خوب می‌فهمیم که آب رحمت خدا، چگونه زشتی گناه را پاکیزه می‌کند و چگونه خدایی که «مُقِيلَ عَثَرَاتِ الْمُذْنِبِينَ» است، چگونه بنده گنه‌کاری را که درخواست عفو دارد، می‌بخشد.

۷-۳. طلب رضایت الهی

خداوند در قرآن کریم، بهشت را با نعمت‌های بی‌منتهاش بسیار تعریف کرده است. این مقام و منزلگاه بسیار والا و دل‌انگیز با همه نعمت‌هایش، پاداش کسانی است که سزاوار ورود به بهشت هستند؛ اما خداوند وقتی در سوره مائده، پاداش بهشتیان را می‌شمارد، می‌فرماید: «لَهُمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ؛ برای آن‌ها باغ‌هایی از بهشت است که نهرها از زیر (درختان) آن می‌گذرد، و تا ابد، جاودانه در آن می‌مانند؛ هم خداوند از آن‌ها خشنود است، و هم آن‌ها از خدا خشنودند؛ این، رستگاری بزرگ است» (مائده: ۱۱۹). همه این نعمت‌ها و پاداش‌ها یک‌طرف، ولی آنچه در انتهای آیه آمده، نشان می‌دهد که بالاترین پاداش بهشتیان، همان مورد اخیر است و آن «رضایت الهی است؛ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ». بندگان که به‌هرحال از خداوند راضی‌اند، مخصوصاً وقتی به بهشت رسیده‌اند؛ اما مهم این است که خداوند نیز از آنان راضی است.

بنابراین معلوم می‌شود که پیامبر اکرم^(ص) در دعای روزهای رمضان به امتش یاد داده که در درخواست‌ها و دعا‌هایشان، امور مهم و عالی را فراموش نکنند. لذا یاد داده که یکی از

خواسته‌هایتان در روز دوم رمضان این باشد: «اللَّهُمَّ قَرِّبْنِي فِيهِ إِلَى مَرْضَاتِكَ؛ خداوندا در این ماه مرا به رضایت نزدیک کن». به دلیل اهمیت کسب رضایت الهی، باز حضرت تکرار کرده؛ زیرا یکی از شرایط استجاب دعا، تکرار دعا همراه با الحاح و التماس است. لذا در دعای روز بیست و یکم می‌خوانیم: «اللَّهُمَّ اجْعَلْ لِي فِيهِ إِلَى مَرْضَاتِكَ دَلِيلًا؛ خداوندا در این ماه، راهی و راهنمایی برای جلب رضایت برایم قرار بده». باز با استفاده از اصل تکرار، در دعای روز بیست دوم می‌خوانیم: «وَوَقِّفْنِي فِيهِ لِمُوجِبَاتِ مَرْضَاتِكَ؛ خداوندا در این روز مرا به فراهم کردن اسباب جلب رضایت توفیق بده». باز در دعای روز بیست چهارم می‌خوانیم: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ فِيهِ مَا يَرْضِيكَ؛ خداوندا در این روز چیزی از تو می‌خواهم که رضایت در آن باشد». حتی در آخرین روز ماه رمضان که دیگر سفره بابرکت این دعاها دل‌نشین و آرام‌بخش، برچیده می‌شود، باز پای طلب رضایت خداوند به‌علاوه رضایت پیامبرش در میان است: «اللَّهُمَّ اجْعَلْ صِيَامِي فِيهِ بِالشُّكْرِ وَالْقَبُولِ عَلَى مَا تَرْضَاهُ وَ يَرْضَاهُ الرَّسُولُ...؛ خدایا روزه‌ام را در این ماه بر پایه آنچه تو و پیامبر آن را می‌پسندید و بر آن رضایت دارید، مورد سپاس و پذیرش قرار بده».

۷-۴. طلب چشیدن حلاوت ذکر خدا

ذکر چیزی، یعنی فراموش نکردن و سپس به زبان آوردن آن، (مصطفوی، ۱۳۶۰، ۳: ۳۱۷) یا ذکر چیزی، به معنای حفظ یا به یادسپاری آن برای به یاد می‌آوری و نیز به معنای به زبان آوردن یا جریان متعلق ذکر به زبان است (ابن منظور، ۱۴۱۴، ۴: ۳۰۸). مراد از ذکر خدا، ذکر زبانی و قلبی است که متعلق آن، خداوند متعال باشد. ذکر به این معنا و با آن متعلق، یکی از سفارش‌های قرآن کریم است.^۱ ذکر خدا یا به یاد خدا بودن، یکی از ارزشمندترین حالات روحانی و معنوی است؛ زیرا «ذکر» قلب انسان را درگیر خودش می‌کند و قلب به مقتضای جایگاه و ارزشمندی متعلق ذکر، دیگر اعضا و جوارح را نیز درگیر خواهد کرد. بنابراین وقتی متعلق ذکر، خدا باشد، از یک طرف انسان غرق لذت معنوی است و از طرف دیگر، عصیان از او سر نخواهد زد؛ زیرا دلش مشغول است و فرمان خلق مشغولیت خود

۱. «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا: ای کسانی که ایمان آورده‌اید! خدا را بسیار یاد کنید و صبح و شام او را تسبیح یگوئید» (احزاب: ۴۱-۴۲).



به دیگر اعضا و جوارح را نمی‌دهد.

از آنجاکه با مادیات سر و کار داریم و معانی آن‌ها را تا حدودی خوب می‌فهمیم، امور معنوی در دعا‌های مأثور معمولاً با تشبیهات دل‌نشین به مادیات یا از باب تشبیه معقولات به محسوسات، ارائه شده است. لذت چشیدن برخی از مادیات چشیدنی، از نظر سرعت در ادراک و میزان لذت در موقعیت خودش، شاید با بسیاری از لذات دیگر مادی قابل مقایسه نباشد. مثلاً لذت شیرینی یک شربت خنک در دل گرمای تابستان و در عمق تشنگی، حتی یادکردنش هم برای انسان ملموس و لذت‌بخش است. از این رو رسول خدا^(ص)، شیرینی و دلپذیری ذکر خدا و بندگی او را با مفهوم چشیدن یادآور شده است.

در دعای روز چهارم می‌خوانیم: «اللَّهُمَّ قَوِّنِي فِيهِ عَلَى إِقَامَةِ أَمْرِكَ وَ أَذِقْنِي فِيهِ حَلَاوَةَ ذِكْرِكَ...؛ خداوندا مرا در این ماه برای انجام دادن امر بندگی‌ات، نیرو و توانایی بده و حلاوت ذکر‌ت را و شیرینی بندگی‌ات را به کام جانم بچشان». وقتی شیرینی بندگی خدا در کام جان انسان فراگیر شد، همه مصادیق بندگی برایش شیرین می‌شود. از خواندن دعا تا اقامه نماز و گرفتن روزه و پرداخت زکات و خمس تا دیگر کارهای فردی و اجتماعی که مورد رضایت خداوند است. لذا به همان اندازه که نماز و روزه برای انسان لذیذ می‌شود، دستگیری از مستمندان و اکرام و احسان والدین و دعای ابوحمزه و کمیل و... لذت‌بخش خواهد بود.

البته ممکن است در ماه رمضان به دلیل حال و هوای معنوی که بر روح و روان انسان سیطره دارد، دعا و نیایش و یاد خداوند برایش لذت‌بخش باشد، ولی شاید این حال و هوای خاص معنوی در دیگر زمان‌ها فروکش کند. با توجه به این نکته عاطفی معنوی، نکته بسیار ارزشمند دیگری در دعای روز هفتم نهفته است که همه‌جانبه‌نگری رسول خدا^(ص) را نسبت به حالات معنوی و شوق و احساس بندگی انسان‌ها را می‌رساند. آن نکته، طلب یاد مدام خدا یا احیای یاد خدا برای همیشه در دل و جان بندگان است. چنانکه در فرازی از دعای روز یاد شده و پس از خواسته‌ها متنوعی، می‌فرماید: وَ ارْزُقْنِي فِيهِ ذِكْرَكَ بِدَوَامِهِ بِتَوْفِيقِكَ يَا هَادِيَ الْمُضِلِّينَ؛ ای راهنمای مهربان گمراهان، به لطف و توفیقت، در این ماه یاد همیشگی‌ات را روزی‌ام کن؛ یعنی جان و عقل و هوشم را چنان از «ذکر و بندگی‌ات»



سرشار کن که گرمایش هیچ وقت به سردی نگراید.

۷-۳. طلب اصلاح قلب برای پذیرش زیبایی‌ها یا اصلاح نگرش

همه رفتارها و حتی سبک زندگی انسان، از نوع نگاه او به زندگی یا از نوع جهان‌بینی او سرچشمه می‌گیرد. این یک اصلی است که در علم کلام و اخلاق و روانشناسی ثابت شده است؛ زیرا رفتار انسان از امیال یا قصدها یا نیت‌ها او ناشی می‌شود و قصد و میل و نیت، در حیطه جهان‌بینی او است. از رو قرآن کریم می‌فرماید: «كُلُّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكِلَتِهِ فَرَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَى سَبِيلًا؛ هر کس طبق روش (و خلق و خوی) خود عمل می‌کند» (اسراء: ۸۴). برخی از مفاهیم و مصداق برخی از رفتارها، ذاتاً و وجدانا زیبا و محبوب است؛ اما برخی از ما آن زیبایی را نمی‌بینیم؛ زیرا چشمش را نداریم یا حجاب‌های مادی و معنوی آن قدر جلومان را می‌گیرد که نمی‌توانیم زیبایی‌ها بنگریم، از دیدن آن‌ها لذت ببریم و از پیاده کردن آن‌ها در زندگی خود لذت بیشتر ببریم. پیامبر اکرم (ص) با آن نگاه ژرف و بینش بی‌منتهاش، به این جنبه زندگی امتش نیز توجه داشته و یاد داده که آن را نیز از خدا بخواهیم. یک راهش این است که حالا که ماه رمضان آمده و اجابت دعا در آن تضمین شده است، از خدا بخواهیم که نگاهمان را عوض کند یا پرده‌ها را از پیش چشم دل ما کنار بزند تا حقایق معنوی را ببینیم و درک کنیم.

شاید می‌شد از خدا خواست که خودش مستقیم زیبایی‌های معنوی را برایمان قابل درک گرداند؛ اما طبق بینش رسول خدا (ص)، زیباتر و ارزشمندتر این است که خداوند حجاب‌ها را کنار بزند یا نگاه و بینشمان را اصلاح کند تا خودمان به کشف و تماشای آن زیبایی‌ها برویم و توان شناخت زشتی‌ها را پیدا کنیم. آنگاه با اختیار و شوق خود، زیبایی‌ها را انجام بدهیم و زشتی را ترک کنیم. این طوری عمل عبادی ما بر اساس انتباه و آگاهی و بصیرت صورت گرفته است و ارزشمندی خاص یافته است. لذا در دعای روز یازدهم فرمود: «اللَّهُمَّ حَبِّبْ إِلَيَّ فِيهِ الْإِحْسَانَ وَ كَرِّهِ إِلَيَّ فِيهِ الْفُسُوقَ وَ الْعِصْيَانَ...؛ خداوندا احسان و نیکی کردن را در این ماه برایم محبوب و فسق و سرکشی را برایم زشت و پلید گردان».

هیچ‌کدام از ما انسان‌ها در حالت طبیعی به آتش دست نمی‌زنیم؛ زیرا خاصیت سوزاندگی آن را به خوبی می‌فهمیم. این میزان درک و بینش را نسبت عصیان و فسق و گناه



نداریم که اگر می‌داشتیم قطعاً سراغ آن‌ها نمی‌رفتیم. پس باید از خدا خواست که معرفتمان را نسبت به پلیدی گناه زیاد کند تا قبح آن را درک کنیم و هیچ‌وقت مرتکب آن نشویم. چه احسانی بالاتر از بندگی و چه پلیدی و فسقی بدتر از معصیت خداوند و البته میزان پلیدی گناه و زیبایی احسان، وقتی در زندگی مان برای ترک و ارتکاب هرکدام، تأثیرگذار است که نسبت به هرکدام شناخت لازم را داشته باشیم. این شناخت لازم را می‌توان از خداوند خواست: «اللَّهُمَّ حَبِّبْ إِلَيَّ فِيهِ الْإِحْسَانَ وَ كَرِّهِ إِلَيَّ فِيهِ الْفُسُوقَ وَالْعِصْيَانَ».

۷-۶. طلب هم‌نشینی با خوبان

در اجتماع زیستن، اقتضای زندگی و نوع آفرینش انسان است. پس وقتی انسان ذاتاً از زندگی اجتماعی پرہیز نمی‌تواند، عقل و آگاهی و درایتش اقتضا می‌کند که توجه خاصی به هم‌نشینان خود داشته باشد؛ زیرا بر اساس تجارب انسانی، همراه و هم‌نشین و همسایه انسان، نقش مهمی در تعیین سبک زندگی انسان و نوع نگاه و تربیت او دارد. این آموزه حیاتی، در آیات قرآن و روایات معصومین و بیانات حکمای تاریخ بشر بسیار پررنگ است. قرآن کریم می‌فرماید: «بَايِهَ الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ كُونُوا مَعَ الصَّادِقِينَ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید از خداوند پروا داشته باشید و با صادقان همراه باشید» (توبه: ۱۱۹). صادقان مطلق کسانی هستند که صادق القول، صادق الوعد و صادق العهد و صادق العمل باشند. به دلیل همین اهمیت فوق‌العاده‌ای که هم‌نشینی برای انسان دارد، حضرت رسول اکرم (ص) نیز توجه خاصی به آن داشته است. چنانکه در دعای روز سیزدهم پس از درخواست اموری، می‌فرماید: «وَوَفَّقَنِي فِيهِ لِلتَّقَى وَ صُحْبَةِ الْأَبْرَارِ بِعَوْنِكَ يَا قُدْرَةَ عَيْنِ الْمَسَاكِينِ؛ خداوندا به یاری‌ات ای روشنی چشم محتاجان! در این ماه مرا به رعایت تقوا و هم‌نشینی با نیکان توفیق بده». همچنین در دعای روز هفتم می‌فرماید: «اللَّهُمَّ وَفَّقْنِي فِيهِ لِمُؤَافَقَةِ الْأَبْرَارِ وَ جَنِّبْنِي فِيهِ مُؤَافَقَةَ الْأَشْرَارِ؛ خداوندا در این ماه مرا به مرافقت و هم‌نشینی با خوبان و دوری و رفاقت شریران، توفیق بده». ابرار از نظر قرآن کریم کسانی دارای صفات بسیار شایسته هستند. چنانکه قرآن می‌فرماید: «إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَئِكَ هُمْ خَيْرُ الْبَرِيَّةِ؛ کسانی که ایمان آوردند و اعمال صالح انجام دادند، بهترین مخلوقات خدایند» (بینه: ۷). در منابع تفسیری فریقین نقل شده است که مراد از این خوبان خلق خدا، امیرالمومنین (ع) و اهل بیت



آن حضرت^۱ یا ایشان دوستان و پیروانش هستند.^۲

۷-۷. طلب توفیق تلاوت قرآن

بندگان خدا، توفیق را فقط از ناحیه خدا به دست آمدنی می‌دانند. «وَمَا تَوْفِيقِي إِلَّا بِاللَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْهِ أُنِيبُ؛ و توفیق من، جز به خدا نیست، بر او توکل کردم؛ و به سوی او باز می‌گردم» (هود: ۸۸). تلاوت قرآن کریم در حدیثی از امام صادق^(ع)، در کنار دیگر صفات ارزنده، یکی از علامات پیروان اهل بیت^(ع) دانسته شده است.^۳ فضایل و آثار فراوان دیگری دنیوی و اخروی نیز برای خواندن قرآن در روایات آمده، از جمله تقویت و باروری ایمان، جلا و صفای دل، تخفیف و بخشیده شدن گناهان، هم‌نشینی با فرشتگان، پیمودن مراتب کمال و ترقی در بهشت، درمان بیماری‌های روحی، رفع غم و اندوه، افزایش روشنائی چشم، مونس تنهایی، برکت عمر، سبب استجاب دعا، صفا و نورانیت خانه، رفع عذاب از پدر و مادر و.... مثلاً از حضرت پیامبر اکرم^(ص) نقل شده است که در یک تشبیه دل‌نشین می‌فرماید: «إِنَّ هَذِهِ الْقُلُوبَ تَصْدَأُ كَمَا يَصْدَأُ الْحَدِيدُ. قِيلَ فَمَا جَلَاؤُهَا؟ قَالَ ذِكْرُ اللَّهِ وَتِلَاوَةُ الْقُرْآنِ؛ بدون شک این دل‌ها زنگار می‌گیرند و تاریک می‌شوند؛ چنان‌که آهن زنگ می‌زند.

عرض شد: صیقل آن به چیست؟ فرمود: قرائت قرآن». (راوندی، ۱۴۰۷: ۲۳۷)

همچنین در حدیث دیگری فرمود: «إِنْ أَرَدْتُمْ عَيْشَ السُّعَدَاءِ وَمَوْتَ الشُّهَدَاءِ وَ النَّجَاةَ يَوْمَ الْحُسْرَةِ وَ الظِّلَّ يَوْمَ الْحَرُورِ وَ الْهُدَى يَوْمَ الضَّلَالَةِ، فَادْرُسُوا الْقُرْآنَ فَإِنَّهُ كَلَامُ الرَّحْمَنِ وَ حِزْرٌ مِنَ الشَّيْطَانِ وَ رُجْحَانٌ فِي الْمِيزَانِ؛ اگر زندگی سعادتمندان، مرگ شهیدان، نجات روز حسرت (قیامت)، سایه روز سوزان و هدایت در روز گمراهی را می‌خواهید، قرآن را یاد بگیرید که سخن خدای مهربان و سپری در مقابل شیطان و سنگینی در ترازوی اعمال

۱. عن ابن عباس في قوله أولئك هم خير البرية قال نزلت في علي واهل بيته عليهم السلام (طبرسي، ۱۳۷۷: ۴، ۵۲۱).

۲. عن يزيد بن شراحيل الأنصاري كاتب علي، قال: سمعت علياً يقول حدثني رسول الله ص و أنا مسندة إلى صدي فقال: يا علي أما تسمع قول الله عز و جل: إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَئِكَ هُمْ خَيْرُ الْبَرِيَّةِ هم أنت و شيعتك، و موعدي و موعدكم الحوض، إذا اجتمعت الأمم للحساب تدعون غراء محجلين. عن ابن عباس قال لما نزلت هذه الآية: إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَئِكَ هُمْ خَيْرُ الْبَرِيَّةِ قال النبي ص لعل: هو أنت و شيعتك، تأتي أنت و شيعتك يوم القيامة راضين مرضيين (حسكاني، ۱۴۱۱: ۲، ۴۶۱-۴۶۲).

۳. عن أبي جعفر عليه السلام، قال: «يا جابر، أ يكتفي من يتنجل التشيع أن يقول بحُبنا أهل البيت؟ فوالله ما شيعتنا إلا من اتقى الله و أطاعه، و ما كانوا يعرفون يا جابر إلا بالتواضع، و التَّخَشُّع، و الأمانة، و كثرة ذكر الله، و الصوم، و الصلاة، و البر بالوالدين، و التعاهد للبحراني من الفقهاء و أهل المشككة و الغارمين و الأيتام، و صدق الحديث، و تلاوة القرآن، و كف الألسن عن الناس إلا من خير، و كانوا أمناء عشائرهم في الأشياء». (كليني، ۱۴۰۷: ۲، ۷۴)



است» (شعیری، بی تا: ۴۱).

و باز فرمود: «تَوَرَّوْا بِوُتُكُم بِتِلَاوَةِ الْقُرْآنِ... فَإِنَّ الْبَيْتَ إِذَا كَثُرَ فِيهِ تِلَاوَةُ الْقُرْآنِ كَثُرَ خَيْرُهُ، وَ اتَّسَعَ أَهْلُهُ، وَ أَضَاءَ لِأَهْلِ السَّمَاءِ، كَمَا تُضِيءُ نُجُومُ السَّمَاءِ لِأَهْلِ الدُّنْيَا؛ خانه‌هایتان را با تلاوت قرآن روشن کنید؛ زیرا خانه‌ای که در آن قرآن زیاد خوانده شود، خیر آن فراوان گردد و به اهل آن وسعت داده شود و برای آسمانیان بدرخشد چنانکه ستارگان آسمان برای زمینیان می‌درخشند» (کلینی، ۱۴۰۷: ۲، ۶۱۰).

انسان روزه‌دار با توجه به این همه فضیلت و برکتی که قرائت قرآن و انس با این مخزن و سرچشمه آرامش معنوی دارد، در یکی از روزهای ماه رمضان در کنار خواسته‌های بسیار ارزشمند دیگر، از خداوند توفیق می‌خواهد تا قرآن بخواند و در کنار این کتاب ارجمند، به آرامش و سکینه دل برسد. لذا به سفارش پیامبر رحمت و هدایت (ص)، در بیستمین روز رمضان این‌گونه دعا می‌کند: «اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي فِيهِ أَبْوَابَ الْجَنَّةِ وَ اغْلِقْ عَنِّي فِيهِ أَبْوَابَ النَّارِ وَ وَفِّقْنِي فِيهِ لِتِلَاوَةِ الْقُرْآنِ يَا مُنْزِلَ السَّكِينَةِ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ؛ خدایا در این ماه درهای بهشت‌هایت را به رویم باز کن و درهای آتش دوزخ را به رویم ببند و به تلاوت قرآن موفقم بدار، ای فروفرستنده آرامش در دل مؤمنان». در بخشی از دعای روز دوم نیز همین خواسته را از خدا دارد: «وَ وَفِّقْنِي فِيهِ لِقِرَاءَةِ آيَاتِكَ بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ؛ و به قرائت آیات موفقم کن، ای مهربان‌ترین مهربانان». بنابراین همان گونه که قرآن کریم به تلاوت خود سفارش می‌کند، «فَاقْرَأْ مَا تيسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ»، (مزمل: ۲) بنده مؤمن نیز از خداوند درخواست توفیق برای اجرای این دستور قرآن دارد.

نتیجه‌گیری

دعا به هر نوع صحبت و ارتباط انسان با خدا، اطلاق می‌شود که از ذکر و حمد و ثنای خداوند تا التماس و طلب رحمت و آمرزش و کمک خواستن از او را شامل می‌شود. بارزترین اثر معنوی این ارتباط، آرامش و اطمینان قلبی است که برای بنده خدا حاصل می‌شود. عبد با اعتماد و ایمانی که به خداوند دارد، از این نوع ارتباط بهره‌برداری معنوی می‌کند؛ زیرا خداوند اجابت خودش را در دعای بندگانش قرار داده (غافر: ۶۰) و عبد،



هم نوع بندگی‌اش را در قالب دعا اظهار می‌کند و هم به حکمت و توانایی خداوند اعتراف می‌کند و از او کمک می‌خواهد.

ماه رمضان که ماه مهمانی خدا و خوان رحمتش پهن است، بهترین زمان دعا و ارتباط قلبی برقرار کردن با خداوند است و بهترین نوع دعا هم دعا‌های مأثوره از معصومین^(ع)؛ زیرا هم حاوی معارف بسیار بلند است و هم ادب و مدل حرف زدن با خداوند در آن‌ها به بهترین نحو ممکن رعایت شده است. یک دسته از انواع دعا‌های مأثوره، دعای روزهای ماه مبارک رمضان است که مهم‌ترین نیازهای حقیقی انسان در بعد هدایت و معنویت و جلب رحمت را با خود دارد. لذا می‌شود با بهره‌گیری از ایام با برکت رمضان و این دعا‌های پرمحتوا، به خداوند تقرب جست و کسب معرفت و آرامش کرد و بار معنویت و بصیرت خود را بست. طلب هدایت و رحمت، طلب توفیق و همیشگی با خوبان و بسیاری دیگر از نیازهای حقیقی انسان، در دعای ایام رمضان وجود دارد که به فراخور این مختصر، بررسی و تبیین شد.

فهرست منابع

قرآن کریم

۱. ابن بابویه، محمد بن علی، (۱۳۷۶ش)، *الأمالی*، تهران: انتشارات کتابچی.
۲. ابن بابویه، محمد بن علی، (۱۳۷۸ق)، *عیون أخبار الرضا^(ع)*، تهران: نشر جهان.
۳. ابن منظور، محمد بن مکرم، (۱۴۱۴ق)، *لسان العرب*، بیروت: دار صادر.
۴. بلاغی، سید عبدالحجت، (۱۳۸۶ق)، *حجة التفاسیر و بلاغ الإکسیر*، قم: انتشارات حکمت.
۵. جوادی آملی، عبدالله، (۱۳۸۵)، *سرچشمه اندیشه*، قم: نشر اسراء.
۶. جوادی آملی، عبدالله، (۱۳۸۶)، *رحیق مختوم*، قم: نشر اسراء.
۷. جوادی آملی، عبدالله، (بی تا)، *سروش هدایت*، قم: نشر اسراء.
۸. حسکانی، عبید الله بن احمد، (۱۴۱۱ق)، *شواهد التنزیل لقواعد التفضیل*، تهران: سازمان چاپ و انتشارات وزارت ارشاد اسلامی.
۹. خسروی حسینی، سید غلامرضا، (۱۳۷۵)، *ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن*، تهران: انتشارات مرتضوی.
۱۰. راوندی، قطب الدین سعید، (۱۴۰۷ق)، *الدعوات: سلوة الحزین*، قم: نشر مدرسه امام مهدی^(ع).
۱۱. شعیری، محمد بن محمد، (بی تا)، *جامع الأخبار (لشعیری)*، نجف: مطبعة حیدریه.
۱۲. طباطبایی، سید محمد حسین، (۱۳۷۴)، *المیزان فی تفسیر المیزان*، (ترجمه: سید محمدباقر موسوی همدانی)، قم: دفتر انتشارات اسلامی.
۱۳. طبرسی، فضل بن حسن، (۱۳۷۷)، *تفسیر جوامع الجامع*، تهران: انتشارات دانشگاه تهران و مدیریت حوزه علمیه قم.
۱۴. فراهیدی خلیل بن احمد، (۱۴۱۰ق)، *کتاب العین*، قم: نشر هجرت.
۱۵. قرشی، سید علی اکبر، (۱۳۷۱)، *قاموس قرآن*، تهران: دار الکتب الإسلامية.





۱۶. کفعمی، ابراهیم بن علی، (۱۴۱۸ق)، البلد الأمين و الدرع الحصین، بیروت: مؤسسة الأعلمی للمطبوعات.

۱۷. کلینی، محمد بن یعقوب، (۱۴۰۷ق)، الکافی، تهران: دار الکتب الإسلامية.

۱۸. گروه مترجمان، (۱۳۷۷)، تفسیر هدایت، مشهد: بنیاد پژوهش‌های اسلامی آستان قدس رضوی.

۱۹. مصطفوی، حسن، (۱۳۶۰)، التحقيق في كلمات القرآن الكريم، تهران: بنگاه ترجمه و نشر کتاب.

۲۰. مکارم شیرازی، ناصر و همکاران، (۱۳۷۴)، تفسیر نمونه، تهران: دار الکتب الإسلامية.

۲۱. موسوی خمینی، سید روح‌الله، (۱۳۸۸)، سر الصلاة، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی.

۲۲. مهیار، رضا، (۱۳۸۹)، فرهنگ ابجدی عربی-فارسی، تهران: نشر دانشیار.

پیامدهای انحراف اعتقادی و راهکارهای پیشگیری از آن از منظر قرآن

امرالله ادیب^۱ | سید عبدالله حسینی^۲

چکیده

انحراف اعتقادی به عنوان یکی از چالش‌های عمده در جوامع اسلامی، می‌تواند به بحران‌های اجتماعی، سیاسی و دینی منجر شود. این موضوع از منظرهای مختلف قابل طرح و بررسی است که در این تحقیق، از منظر قرآن کریم به آن پرداخته شده است. هدف تحقیق، شناسایی پیامدهای انحراف اعتقادی و ارائه راهکارهای پیشگیری از آن از منظر قرآن کریم است. روش تحقیق، توصیفی - تحلیلی است و داده‌های آن با استفاده از اسناد و مدارک مکتوب (کتابخانه‌ای) جمع آوری شده است. مهم‌ترین یافته‌های تحقیق این است که انحراف اعتقادی پیامدهایی چون سردرگمی فکری، تفرقه در میان مسلمانان و کاهش اعتقادات دینی، به دنبال دارد. برای رهایی از این معضل، تمسک به رهنمودهای قرآن و سنت پیامبر اکرم (ص) برای ارائه راهکارهای کاربردی، یک ضرورت پژوهشی است. این تحقیق می‌تواند به شکوفایی فضای فطری انسان کمک کرده و به مسئولان دینی و اجتماعی در تقویت بنیان‌های اعتقادی جامعه و ارائه الگوهای مناسب برای پیشگیری از انحرافات اعتقادی، یاری رساند.

کلیدواژه‌ها: پیامد، انحراف، عقیده، خداوند، راهکار، توحید، کفر، شرک، نفاق

۱. ماستری تفسیر و علوم قرآن، دانشکده علوم اسلامی، جامعه المصطفی العالمیه، (نماینده افغانستان)، کابل، افغانستان

۲. دکتری فقه و معارف اسلامی، دانشکده علوم اسلامی، جامعه المصطفی العالمیه، (نماینده افغانستان)، کابل، افغانستان

مقدمه

انسان عصاره همه موجودات است و پیامبران آمده‌اند برای این‌که با تعالیم دینی این عصاره بالقوه را به بالفعل تبدیل کنند و انسان یک موجود واقعی الهی شود. برای این کار، یادگیری و عمل به آنچه که خداوند در قرآن بیان کرده و پیامبرش در روایات ارزشمند خود به ارث گذاشته است، راهگشاست. انحراف اعتقادی پدیده‌ای است که پیامدهای هلاک‌کننده‌ای در پی دارد. تنها راه پیشگیری از آن، تمسک به رهنمودهای قرآن و سنت رسول خدا (ص) است. سؤال‌های اصلی تحقیق این است که «از منظر قرآن، انحراف عقیدتی چه پیامدهای دارد و چه راهکارهای برای پیشگیری آن وجود دارد». در این مقاله به سه انحراف بزرگ اعتقادی یعنی کفر، شرک و نفاق پرداخته شده و آثار دنیوی و اخروی هر کدام به صورت مجزا بررسی می‌شود. هم‌چنین به ارائه مهم‌ترین راهکارهای مقابله با انحراف اعتقادی یا راه‌های دوری از کفر، شرک و نفاق نیز پرداخته خواهد شد.

۱. پیامدهای دنیوی کفر

۱-۱. سلب توفیق اصلاح از فرد

یکی از پیامدهای کفر، سلب توفیق اصلاح فرد است. خداوند سبحان هدایت و درک حقیقت را از شخص کافر سلب کرده و دعوت به‌سوی حق و بیم دادن به او تأثیرگذار نیست؛ چنانکه خداوند سبحان می‌فرماید: «إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا سَوَاءٌ عَلَيْهِمْ أَلْذَرْتَهُمْ أَمْ لَمْ تُنْذِرْهُمْ لَا يُؤْمِنُونَ» به راستی برای کافران فرقی نمی‌کند که آن‌ها را بیم دهی یا ندهی، آنان ایمان نمی‌آورند» (بقره: ۶).

۱-۲. ختم قلوب

پیامد دیگری از کفر، ختم قلب‌ها و سماع است. کافران به سبب کفر و عناد که با قرآن و اسلام داشتند، حتی بعد از این‌که حق و حقیقت برایشان روشن شد کفر ورزیدند، به همین علت، قلب‌ها، گوش‌ها و چشمانشان مهر و پرده زده شده است و از درک هر چیزی که موجب سعادت دنیا و آخرت و رهایی از عذاب الهی باشد، ناتوان هستند؛ چون خداوند سبحان می‌فرماید: «خَتَمَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَعَلَى سَمْعِهِمْ وَعَلَى أَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةٌ وَلَهُمْ



عَذَابٌ عَظِيمٌ؛ خداوند بر دل‌ها و گوش‌هایشان مهر زده است و بر چشم‌هایش پرده است و عذاب بزرگی در پیش دارند» (بقره: ۷). اهل معانی می‌گویند: خداوند متعال برای قلب‌های کفار ده صفت بیان نموده است: ختم، طبع، ضیق، مرض، رآن، موت، قساوت، انصراف، حمیه، انکار (قرطبی، ۱۹۶۴: ۱، ۱۸۶). منافقان در این پیامد با کفار شریک هستند. منافقان به ایمان خود پایدار نمی‌ماندند، بلکه ایمان می‌آوردند، سپس کافر می‌شدند. لذا به دل‌هایشان مهر زده شد؛ چنانکه خداوند سبحان در آیه ۳ سوره منافقون به آن اشاره کرده است.

۱-۲. گمراهی و ضلالت

پیامد دیگری کفر، گمراهی از راه مستقیم هدایت به سمت راه ضلالت است. انسان به کفر ورزیدنش به الله سبحان و آیات و رسولش، خود را به گمراهی و هلاکت می‌کشانند. چنانکه خداوند سبحان می‌فرماید: «وَمَنْ يَكْفُرْ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَكِتَابِهِ وَرُسُلِهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَالًا بَعِيدًا؛ هرکس به خداوند و فرشتگان و کتاب‌ها و پیامبران و روز قیامت کفر بورزد، به راستی در گمراهی دور و دارازی افتاده است» (نساء: ۱۳۶). چه گمراهی شدیدتر از گمراهی کسی که راه مستقیم هدایت را ترک کند و راهی را که به عذاب دردناک می‌انجامد در پیش بگیرد! بدان که کفر ورزیدن به یکی از امور مذکور به مثابه کفر ورزیدن به همه آن‌هاست؛ زیرا این امور با یکدیگر مرتبط هستند و با اعتقاد به برخی و کفر ورزیدن به برخی دیگر، ایمان محقق نمی‌شود.

یکی از گمراهی گمراهان، حق پنداشتن باطل و پذیرفتن ولایت طاغوت است. چنانکه خداوند سبحان در آیه ۲۵۷ سوره بقره در آیه ۱۰۴ سوره کهف به آن اشاره نموده است. کافران کارساز و سرپرستی غیر واقعی را اختیار کردند و ولایت طاغوت را قبول نمودند. پس ایشان را از راه هدایت و نور ایمان به سوی تاریکی‌های کفر و ضلالت می‌کشاند. پس زیانکارترین انسان‌ها در روز قیامت، همین اشخاص ستند که ولایت طاغوت را پذیرفتند، باطل را حق پنداشتند و آیات و پیامبران الهی را تکذیب و استهزا کردند. کفر ورزی پیامدهای دیگری نیز در پی دارد، مانند مستوجب لعنت شدن، تنگی معیشت، ناامیدی از رحمت الهی، استهزاء، غرور و اختلاف افگنی، تعصب جاهلی که در آیات فراوان بیان شده است: (بقره: ۱۶۱؛



العنکبوت: ۲۳؛ الرعد: ۳۲؛ ص: ۲، العلق: ۶-۷؛ الفتح: ۲۶)

۲. پیامدهای اخروی کفر

۲-۱. نابینا حشر شدن

یکی از پیامدهای کفر نابینا حشر شدن است. خداوند سبحان کافران را در روز قیامت نابینا بر می‌انگیزد؛ چون خداوند متعال در مورد می‌فرماید: «وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى؛ خداوند در روز قیامت کسی را که از ذکر پرودگارش اعراض نموده، نابینا محسور می‌کند» (طه: ۱۲۴). بر اساس آیه فوق، روی تافتن از آیات الهی، در حقیقت نابینا و منحرف شده از راهی مستقیم است و باعث هلاکت انسان می‌گردد.

۲-۲. حبط اعمال و نبود یاور

پیامد دیگری کفر در دنیا حبط اعمال و نبود پاداش و یاور در آخرت است. کفر تمام پاداش اعمال نیک انسان را باطل و نابود می‌کند؛ زیرا الله سبحان در مورد کسانی که به آیات الهی کفر می‌ورزند و پیامبران را تکذیب می‌کنند، می‌فرماید: «أُولَئِكَ الَّذِينَ حَبِطَتْ أَعْمَالُهُمْ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَمَا لَهُمْ مِنْ نَاصِرِينَ؛ ایشان کسانی هستند که اعمال‌شان در دنیا و آخرت تباه شده است و ایشان را هیچ یاور و مددکاری نیست» (آل عمران: ۲۲). یعنی کسانی که به آیات الله کفر می‌ورزند و پیامبران را که پیشوایان هدایت هستند، تکذیب می‌کنند، اعمال‌شان در دنیا و آخرت تباه شده و سزاوار عذابی دردناک هستند و یاور نخواهند داشت.

۲-۳. خسران و ندامت

پیامد دیگری کفر خسران و ندامت ابدی است. کافران در روز قیامت بسیار زیان و ندامت خواهند دید؛ اما ندامت در آنجا سودمند نیست. چنانکه خداوند سبحان در این مورد می‌فرماید: «وَمَنْ يَكْفُرْ بِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ؛ کسانی که به قرآن کفر می‌ورزند، زیانکارانند» (بقره: ۱۲۱). در جای دیگر نیز در این مورد می‌فرماید: «وَمَنْ يَكْفُرْ بِالْإِيمَانِ فَقَدْ حَبِطَ عَمَلُهُ وَهُوَ فِي الْآخِرَةِ مِنَ الْخَاسِرِينَ؛ و کسی که به (ارکان) ایمان کفر ورزد، عملش از بین رفته و او در آخرت از زیانکاران است» (مائده: ۵). زیانکارترین مردم از نظر عمل، کسانی هستند که در دنیا به خداوند سبحان کفر ورزیدند، از راه قرآن و سنت منحرف



شدند، راه دوزخ را به پیش گرفتند و تمام اعمالشان نابود و باطل شده است. بر اساس آیات فوق کفر سبب خسران، نابودی اعمال و ندامت ابدی و همیشگی است که هیچ قابل جبران نیست.

۲-۴. محرومیت از شفاعت

در روز قیامت هرکس در گرو عملکرد خود است، مگر یاران سمت راست که در گروگان نیستند، بلکه آزاد و شاد در باغ‌های بهشت، در آسایش کامل به سر می‌برند و از همدیگر در مورد گناه‌کاران می‌پرسند که حال‌شان چگونه باشد. اهل توحید برایشان می‌گویند: «مَا سَلَكَكُمْ فِي سَقَرٍ؛ چه چیزی شما را وارد دوزخ ساخت». کافران در جواب می‌گویند: از نمازاکزارن نبودیم، به بینوایان خوراک نمی‌دادیم، با حق مجادله می‌کردیم، روز قیامت را تکذیب می‌کردیم و به آن باور نداشتیم؛ یعنی کافران تا وقت مرگ به‌روز قیامت باور نداشتند، بلکه تکذیب می‌کردند. وقتی در جهنم انداخته شدند، اقرار می‌کنند که واقعاً قیامت، حساب و کتاب حق بوده و ما تکذیب کننده آن‌ها بودیم؛ اما اقرارشان چیزی به دردشان نمی‌خورد، حتی هیچ شفاعت شفاعت کننده در حق آنان پذیرفته نمی‌شود؛ زیرا خداوند سبحان می‌فرماید: «فَمَا تَنْفَعُهُمْ شَفَاعَةُ الشَّافِعِينَ؛ پس شفاعت شفاعت کنندگان، سودی به آنان ندارد» (مدثر: ۴۸). شفاعت کننده‌گان فقط برای کسانی شفاعت می‌کنند که مورد پسند الله سبحان باشند؛ اما اعمال کفار مورد پسند الله نیست.

کفر پیامدهای دیگری برای آخرت نیز در پی دارد، از قبیل سیاهی سیما در روز قیامت، عذاب بزرگ، خلود در جهنم و ... است (آل عمران: ۱۰۶، البقره: ۷، البقره: ۳۹) ..

۳. پیامدهای مهم شرک

۳-۱. ابتلا به خرافات

مشرکان مبتلا به خرافات مختلف هستند که به برخی از آن‌ها اشاره‌ای می‌کنیم. از جمله خرافات ایشان این بود که برخی حیوانات و کشتزارها را برای بت‌ها اختصاص می‌دادند و استفاده از آن‌ها را برای دیگران ممنوع و حرام اعلام کرده بودند، جز کسانی از خدمتکاران بت‌ها که اگر می‌خواستند از آن استفاده می‌کردند. خداوند سبحان در این مورد می‌فرماید:

«وَقَالُوا هَذِهِ أَنْعَامٌ وَحَزْتُ حِجْرًا لَا يَطْعَمُهَا إِلَّا مَنْ نَشَاءُ بِرَعْمِهِمْ وَأَنْعَامٌ حُرِّمَتْ ظُهُورُهَا وَأَنْعَامٌ لَا يَذْكُرُونَ اسْمَ اللَّهِ عَلَيْهَا افْتِرَاءٌ عَلَيْهِ سَيَجْزِيهِمْ بِمَا كَانُوا يَفْتُرُونَ؛ به گمان خویش می‌گفتند این قسمت از چهارپایان و زراعت (که مخصوص بت‌هاست، برای همه) ممنوع است و جز کسانی که ما بخواهیم، نباید از آن بخورند! و (این‌ها) چهارپایانی است که سوار شدن بر آن‌ها حرام شده و چهارپایانی که (هنگام ذبح)، نام خدا را بر آن‌ها نمی‌بردند و به خدا دروغ می‌بستند؛ (و می‌گفتند: این احکام، همه از ناحیه اوست) به زودی (خداوند) کیفر افتراهای آن‌ها را می‌دهد» (انعام: ۱۳۸).

یکی دیگر از موارد بی‌خردی و گمراهی مشرکان، این است که کشتن فرزندان به صورت زنده دفن کردن بود. آنان پسران خود را از ترس فقر و ناداری و دختران را از ترس آلوده شدن به عار و ننگ زنده به گور می‌کردند. این کار را برای مشرکان سرداران و شیاطین‌شان زیبا جلوه می‌داد. خداوند سبحان در این مورد می‌فرماید: «وَكَذَلِكَ زَيْنَ لِكَثِيرٍ مِنَ الْمُشْرِكِينَ قَتَلَ أَوْلَادَهُمْ شُرَكَائُهُمْ لِيَرُدُّوهُمْ وَلِيَلْبِسُوا عَلَيْهِمْ دِينَهُمْ؛ این‌گونه برای بسیاری از مشرکان سران و شیاطین‌شان، کشتن فرزندان‌شان را زیبا جلوه می‌دادند تا هلاک‌شان کنند و دین‌شان را بر آنان مشتبه گردانند» (انعام: ۱۳۷).

عوامل مهم این گونه قتل‌ها از قرار ذیل بود:

۱. از ترس فقر؛ چون در سوره انعام آیه ۱۵۱ و در سوره اسراء آیه ۳۱ فرزندان‌تان را از ترس فقر نکشید. شما و آنان را ما روزی می‌دهیم.

۲. قتل دختران از بیم ننگ و عار چنانکه در سوره نحل آیه ۵۸ و ۵۹ بیان شده است.

بر اساس آیات فوق، نذر کردن به غیر الله و حرام کردن آنچه را خداوند حلال قرار داده، حرام است و نسبت دادن اعمال نادرست به خداوند، افترا و گناه بزرگی به شمار می‌آید. ذکر نام خدا در ذبح حیوانات از اصول اساسی اسلام است. کشتن فرزندان به دلیل ترس از فقر، نه تنها حرام است، بلکه پیامدهای خطرناکی برای جامعه دارد و می‌تواند به از بین رفتن نسل‌ها و تضعیف خانواده‌ها منجر شود. این آیات مسلمانان را به پرهیز از تحریف در دین و عمل بر اساس آموزه‌های الهی یادآوری می‌کند و بر اهمیت صداقت، تقوای الهی، آگاهی و بصیرت در حفظ دین و انسانیت تأکید دارد.



۳-۲. سقوط در وادی پستی

شرک سبب فروافتادن از بلندی توحید و یکتاپرستی است و رها کردن راه مستقیم و به پیش گرفت راه‌های انحراف و سرانجام خود را به گودال شرک و هلاک انداختن است؛ چون خداوند در این مورد می‌فرماید: «وَمَنْ يَشْرِكْ بِاللَّهِ فَكَأَنَّمَا خَرَّ مِنَ السَّمَاءِ فَتَخْطَفُهُ الطَّيْرُ أَوْ تَهْوِي بِهِ الرِّيحُ فِي مَكَانٍ سَحِيقٍ؛ هر کس به خداوند شرک آورد، گویا که از آسمان فرو افتاده (از بلندی ایمان به سوی پستی کفر سقوط کرده است) آن‌گاه مرغان (مرده خوار) او را ربوده‌اند، یا باد او را به جای بسیار دور افکنده است» (حج: ۳۱).

شرک باعث از دست دادن شرف و کرامت انسانی است. مشرکان از امکانات و ابزار شناخت خدادادی برای معرفت خالق خود استفاده نمی‌کنند و این مکلفیت و هدف خلقت انسان است. خصوصاً عقل که محور اساسی شناخت است، در راستای معرفت خالق به کار نمی‌گیرند، بلکه تمام ابزار و نیروی خدادادی خود را در راه باطل صرف می‌کنند. لذا شرف و کرامت انسانی خود را از دست داده و در پایین‌ترین موقف حیوانی قرار می‌گیرند. آیه کریمه به تصویرسازی و عواقب شرک و خطرات ناشی از آن اشاره دارد. این تصویر به شدت خطرناک بودن شرک را به تصویر می‌کشد و نشان می‌دهد که فرد مشرک در معرض تهدیدات جدی قرار دارد و از هدایت و رحمت الهی دور است.

نکته دیگری این است که تشبیه به «تَخْطِفُهُ الطَّيْرُ» و «تَهْوِي بِهِ الرِّيحُ» نشان‌دهنده وضعیت بی‌ثباتی و عدم امنیت فرد مشرک است؛ مانند پرنده‌ای که به راحتی از سوی شکارچیان گرفته می‌شود یا فردی که در طوفان به مکان نامعلومی می‌افتد، مشرک نیز در خطر مداوم قرار دارد و از حمایت الهی بی‌بهره است. آیه کریمه به عواقب اخروی شرک اشاره دارد و یادآوری می‌کند که فرد مشرک نه تنها در دنیا در معرض خطر است، بلکه در آخرت نیز با عذاب الهی مواجه خواهد شد. این تهدید به تقویت روحیه پرهیز از شرک کمک می‌کند. به طور کلی، آیه به نقد شرک و عواقب خطرناک آن می‌پردازد و اهمیت توحید و پایبندی به اصول دینی را تأکید می‌کند.

۳-۳. ابتلا به ترس

کفر و شرک سبب گرفتاری ترس، وحشت و ورود به جهنم است. شخص کافر و مشرک



همیشه خائف و ترسان است؛ چنان‌که خداوند سبحان در این مورد می‌فرماید: «سَنُلْقِي فِي قُلُوبِ الَّذِينَ كَفَرُوا الرُّعْبَ بِمَا أَشْرَكُوا بِاللَّهِ مَا لَمْ يُنَزَّلْ بِهِ سُلْطَانًا وَمَأْوَاهُمُ النَّارُ وَبِئْسَ مَثْوًى الظَّالِمِينَ؛ در دل‌ها کافران هراس و ترس خواهیم انداخت به سبب آنکه شریکانی برای الله متعال قرار می‌دهند که هیچ دلیلی بر حقانیت آنها نازل نکرده است و جایگاه‌شان جهنم است؛ و جایگاه ستمگران، چه بد جایگاهی است» (آل عمران: ۱۵۱). چون مشرکان از ایمان و توحید که منبع آرامش روح و روان انسان است محرومند، همیشه ترس و وحشت در فکر و روانشان است و از مؤمنان می‌ترسند، تکیه‌گاه محکمی ندارند و هنگام رویارویی با سختی‌ها و مشکلات پناه‌گاهی نخواهند داشت. حالشان در دنیا چنین است؛ اما در آخرت دشوار و سخت‌تر از این خواهد بود.

۳-۴. اعتماد به تکیه‌گاه ضعیف

خداوند مشرکان را با هلاک ساختن امت‌های مکذّب هشدار می‌دهد؛ مانند عاد و ثمود و غیره که او تعالی آن‌ها را نابود کرده است و بیان می‌دارد که خداوند سبحان آیات خود را به صورت‌های گوناگون برای آنان بیان کرده تا آن‌ها از کفر و تکذیب خود برگردند، وقتی ایمان نیاوردند و کفر ورزیدند و از تکذیب خود دست برنداشتند، خداوند آن‌ها را مورد مؤاخذه شدید قرار داده و نابوشان کرد. در این هنگام خدایانی که به جای الله سبحان به فریاد می‌خواندند، هیچ چیزی از عذاب الهی را از آنان دور نتوانستند. معبودهایی که آنان سال‌ها با انواع عبادات به آنان تقرب می‌جستند و آن‌ها را پرستش می‌کردند، به این امید که به آن‌ها سودی برسانند، نه آنان را اجابت کردند و نه چیزی را از آنان دور توانستند. چنین عقیده بسیار خطرناک است (بدخسانی، ۱۳۹۳: ۷۱۷).

۳-۵. پذیرش تسلط شیطان

خطرناک‌ترین پیامد شرک، داخل شدن انسان زیر سلطه شیطان است؛ زیرا اولین شرکی که در اولاد آدم به وجود آمد، شیطان در ایجاد آن نقش مهمی داشت، انسان را به آن تشویق و ترغیب کرد و توانست توسط شیطنت‌های دروغین خویش برخی انسان‌ها را شکار کند. زمانی که انسان زیر سلطه شیطان قرار گیرد، او با وسوسه‌های دروغین خود انسان را از یاد



خدا غافل می‌کند. چنانکه خداوند می‌فرماید: «اَسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنْسَاهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ أُولَئِكَ حِزْبُ الشَّيْطَانِ أَلَا إِنَّ حِزْبَ الشَّيْطَانِ هُمُ الْخَاسِرُونَ؛ شیطان بر ایشان مسلط شده و یاد خدا را از خاطرشان برده است، آگاه باشید که حزب شیطان زیانکار است» (مجادله: ۱۹).

شیطان که دشمن آشکار انسان است، همیشه تلاش دارد تا انسان‌ها را با تزیین و خوب جلوه دادن گناهان و با تشویق‌های باطل خود، در گودال‌های هلاکت بیندازد. خداوند بارها در آیه‌های مختلف به انسان‌ها هشدار داده است که شیطان دشمن آشکاری شماست، پیروی او را نکنید و فریب او را نخورید تا در گناه مبتلا نشوید. زمانی که انسان آلوده به گناه و زشتی‌ها شد، به تدریج خدا را فراموش می‌کند و گناه برایش زیبا جلوه می‌کند. با تکرار گناه، قوه عاقله به اسارت هوای نفس در می‌آید و ابزار دست شیطان می‌شود. چنانکه خداوند سبحان می‌فرماید: «وَزَيْنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ؛ شیطان عملکردشان را برای ایشان آراسته است» (انعام: ۴۳). بر اساس آیات فوق، پیروی از شیطان در حقیقت به گناه آلوده شدن و منجر به هلاکت انسان است. بنابراین دوری جستن از شیطان برای انسان یک امر مهم و ضروری است.

پیامدهای دیگری نیز در قبال دارد از قبیل اضلال و گمراهی بی‌حد، محرومیت از اماکن مقدس، اضطراب و نگرانی، نفی تشکیل خانواده‌گی با مشرک و... که در ضمن آیات ذیل، بیان شده است (نساء: ۱۱۶؛ آل عمران: ۱۵۱؛ الحج: ۱۱؛ بقره: ۲۲۱).

۴. پیامدهای اخروی شرک

۴-۱. حبط اعمال

یکی دیگری از اضرار شرک، نابودی اعمال عبادی انسان است که در قرآن از آن به حبط عمل یاد شده است. شرک تمام اعمال نیک انسان را از بین می‌برد؛ زیرا اعمال مشرک مورد پسند الله سبحانه قرار نمی‌گیرد. خداوند پیامبر اکرم (ص) را مخاطب قرار داده و با وجود اینکه آن حضرت برای خداوند بسیار محترم است، به وی اخطار داده که اگر شرک داشته باشد، تمام اعمال خود را با دست خود تباه می‌کند. این یعنی اگر انسان عقیده درست و توحیدی

نداشته باشد، هیچ عمل خیر او مورد قبول درگاه الهی قرار نمی‌گیرد. چنانکه قرآن کریم می‌فرماید: «وَلَقَدْ أُوحِيَ إِلَيْكَ وَإِلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكَ لَئِنْ أَشْرَكَتَ لَيَحْبَطَنَّ عَمَلُكَ وَلَتَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ؛ به راستی به تو و به پیامبران پیش از تو وحی شده که اگر شرک بورزی، به طور قطع عملت نابود و تباه می‌شود و از زیانکاران می‌گردد» (زمر: ۶۵). در آیه کریمه به دو چیز اشاره شده؛ یکی حبط و نابودی اعمال و دیگری در دنیا و آخرت دجا ضرر و زیان شدن.

۴-۲. محرومیت از جنت

شرک و همتا قرار دادن به الله متعال، باعث محرومیت از جنت و قرار دادن خود در پرتگاه هلاکت است؛ چنان‌که خداوند سبحان می‌فرماید: «إِنَّهُ مَنْ يَشْرِكْ بِاللَّهِ فَقَدْ حَرَّمَ اللَّهُ عَلَيْهِ الْجَنَّةَ وَمَأْوَاهُ النَّارُ وَمَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ أَنْصَارٍ؛ بی‌گما کسی که به خداوند متعال شرک آورد، خداوند بهشت را بر او حرام نموده و جایگاهش دوزخ است و ستمگاران هیچ یابوری ندارند» (مائده: ۷۲).

این بدان خاطر است که شخص مشرک مخلوق را با خالقش برابر ساخته است، درحالی‌که سزاوار عبادت خاص، فقط الله سبحان است و کس دیگری شایسته عبادت نیست. در آیه کریمه فوق، به سه پیامد شرک اشاره شده است: ۱. محرومیت از بهشت؛ ۲. همیشه در جهنم ماندن؛ ۳. نبود یارور در روز قیامت که آن‌ها را از عذاب الهی نجات دهد یا بخشی از عذابی که بر آنان فرود آمده است دور نماید. بنابراین براساس آیه مبارکه، شرک عامل تمام بدبختی‌های دنیا و آخرت انسان است.

۴-۳. ندامت ابدی

شرک باعث ندامت ابدی می‌شود. در روز قیامت، وقتی حقیقت برای مشرکان آشکار می‌شود، آنان از کردار خویش پشیمان می‌شوند. آنان آرزو می‌کنند، ای کاش! دوباره به دنیا برگردند تا از مؤمنان باشند و هیچ‌کس را با خالق خود شریک نسازند. چنانکه خداوند قول ایشان را حکایت نموده و می‌فرماید: «فَلَوْ أَنَّ لَنَا كَرَّةً فَنَكُونُ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ؛ ای کاش یک بار دیگر (به دنیا) باز گردیم تا از زمره مؤمنان باشیم» (شوری: ۱۰۲).



مشرکان با مشاهده جهنم و افتادن به آتش دوزخ، از شرک خود پشیمان می‌شوند و از خداوند می‌خواهند که به دنیا بازگردانده شوند تا ایمان آورند و از شرک خود منصرف شوند؛ اما زمان و فرصت ایمان آوردن گذشته و درخواست‌های آن‌ها پذیرفته نمی‌شود.

۵. پیامدهای دنیوی نفاق

۵-۱. خودبرتربینی

یکی از پیامدهای نفاق خودبرتربینی است. منافقان خود را برتر از دیگران می‌دانند و برایشان گفته می‌شد که ایمان بیاورید و الله سبحانه را به یگانه‌گی بپذیرید. مانند دیگران (صحابه) می‌گفتند ایشان کم‌عقلند و حال آن‌که خودشان کم‌عقلند که فایده خوبی و بدی را درک نکردند؛ چنانکه خداوند سبحان می‌فرماید: «وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ آمِنُوا كَمَا آمَنَ النَّاسُ قَالُوا أَنُؤْمِنُ كَمَا آمَنَ السُّفَهَاءُ أَلَا إِنَّهُمْ هُمُ السُّفَهَاءُ وَلَكِنْ لَا يَعْلَمُونَ» چون به ایشان گفته شود که ایمان بیاورید، چنان‌که سایر مردم ایمان آورده‌اند، گویند: آیا ایمان آوریم چنان‌که بی‌خردان ایمان آوردند؟ بدانید که خودشان نادان و بی‌خردند، ولی نمی‌دانند» (بقره: ۱۳).

بر اساس این آیه کریمه، ایمان صحابه معیاری برای حقانیت است و منافقان سفیه محسوب می‌شوند. تمام مفسران بر این باورند که مراد از «ناس» در این آیه صحابه است. این آیه بر افضلیت صحابه کرام دلیل آشکار است و اشاره است که ایمان ایشان معیار حقانیت است و صحابه معیار حقند.

۵-۲. ترس و اضطراب همیشگی

پیامد دیگر نفاق، ترس و اضطراب همیشگی است. منافقان همیشه در ترس و هراس بودند که مبادا سوره یا آیه‌ای نازل شود که اسرار ایشان را افشا نماید. چنانکه در این مورد خداوند می‌فرماید: «يَحْذَرُ الْمُنَافِقُونَ أَنْ تُنَزَّلَ عَلَيْهِمْ سُورَةٌ تُبَيِّنُ لَهُمْ بِمَا فِي قُلُوبِهِمْ قُلِ اسْتَهِزُّوا إِنَّ اللَّهَ مُخْرِجٌ مَا تَحْذَرُونَ» منافقان از آن می‌ترسند که سوره‌ای در باره آنان نازل شود که از آنچه در دل‌هایشان است خبر دهد، بگو: (بر منافقان) مسخره کنید، بی‌گمان خداوند آنچه را که از آن ترس دارید، آشکار می‌سازد» (توبه: ۶۴).

خداوند سبحان در سوره منافقون از حالات و پلیدی‌های شوم آنان خبر داده است.

منافقان بسیار ترسو هستند، در دل تردید و شک دارند و همیشه در خوف و ترس به سر می‌برند که مبادا کسی از اسرار آنان با خبر شود. لذا هر صدا و تحرکی را به ضد و ضرر خود می‌پندارند و بر همین اساس، همیشه در اضطرابند.

۵-۳. ارتکاب بدی‌ها و ترویج منکرات

پیامد دیگر نفاق، ارتکاب بدی‌ها و ترویج منکرات است. منافقان همیشه در پی انجام بدی‌ها و پخش و نشر منکرات هستند. چنانکه خداوند سبحان در این مورد می‌فرماید: «الْمُنَافِقُونَ وَالْمُنَافِقَاتُ بَعْضُهُمْ مِنْ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمُنْكَرِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمَعْرُوفِ وَيَقْبِضُونَ أَيْدِيَهُمْ نَسُوا اللَّهَ فَنَسِيَهُمْ إِنَّ الْمُنَافِقِينَ هُمُ الْفَاسِقُونَ؛ مردان و زنان منافق از جنس همدیگرند، به کارهای زشت دستور می‌دهند و از کارهای نیک باز می‌دارند و دستانشان را (از انفاق و بخشش) بسته نگه می‌دارند، خداوند را از یاد برده‌اند و خداوند نیز آنان را به فراموشی سپرد، همانا منافقان همه فاسقند» (توبه: ۶۴).

خداوند سبحان در این آیه کریمه، برخی خصلت‌های بد منافقان را بیان می‌کند: خصلت اول: «يَأْمُرُونَ بِالْمُنْكَرِ»، آن‌ها یکدیگر را به کارهای ناپسندی دستور می‌دهند که از شریعت آن‌ها متفر است و عقل نیز آن‌ها را بد می‌داند. آن کارهای ناپسند عبارت است از شرک، فسق، عصیان، مخالفت با الله سبحان و رسولش، کذب و خیانت، مخالفت با حق و حق پرستی.

خصلت دوم: «وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمَعْرُوفِ»، از کارهای نیک و از آنچه شریعت دستور داده و از آنچه قلب‌های سلیم آن‌ها را دوست دارد، همدیگر را باز می‌دارند؛ از قبیل توحید، اطاعت الله سبحان و رسولش و عمل بر طبق کتاب و سنت و... است.

خصلت سوم: «وَيَقْبِضُونَ أَيْدِيَهُمْ» و دست‌های خویش را از بخشیدن و کارهای خیر می‌بندند و سخت بخیلند و هرچند در راهی باطل و ریاکاری و رسیدن به اهدافشان، اموال هنگفتی به مصرف می‌رسانند؛ اما در کار خیر آماده نیستند اندکی مصرف کنند.

خصلت چهارم: «نَسُوا اللَّهَ فَنَسِيَهُمْ»، خداوند سبحان را فراموش کردند و خداوند هم ایشان را به فراموشی سپرد.

خصلت پنجم: «إِنَّ الْمُنَافِقِينَ هُمُ الْفَاسِقُونَ»، شکی نیست که منافقان فاسقاند. پس



در نتیجه به اساس حکم قرآن، منافقان و کفار جهنمی هستند (بدخشانی، ۱۳۹۳: ۲۳۰).

۶. پیامدهای اخروی نفاق

۶-۱. عدم نور در روز قیامت

یکی از پیامدها اخروی نفاق، قرار گرفتن منافقان در تاریکی است. وقتی که قیامت برپا می‌شود، آفتاب و مهتاب بی‌نور می‌شوند و مردم در تاریکی قرار می‌گیرند. پل صراط بر روی جهنم گذاشته می‌شود در آن وقت مؤمنان را خواهی دید که توسط نور ایمان‌شان پیش می‌روند. هنگامی که منافقان مؤمنان را می‌بینند که به‌وسله نورشان راه می‌روند، منافقان از مؤمنان، نور مطالبه می‌کنند که اجازه دهید از نور شما استفاده کنند؛ اما در خواستشان پزرفته نمی‌شود

خداوند سبحان در این مورد می‌فرماید: «يَوْمَ يَقُولُ الْمُنَافِقُونَ وَالْمُنَافِقَاتُ لِلَّذِينَ آمَنُوا انْظُرُونَا نَقْتَبِسْ مِنْ نُورِكُمْ قِيلَ اذْجِعُوا وِرَاءَكُمْ فَالْتَمِسُوا نُورًا فَضُرِبَ بَيْنَهُم بِسُورٍ لَهُ بَابٌ بَاطِنُهُ فِيهِ الرَّحْمَةُ وَظَاهِرُهُ مِنْ قِبَلِهِ الْعَذَابُ؛ روزی که مردان و زنان منافق به مؤمنان می‌گویند: به ما بنگرید تا از نورتان بهره‌ای گیریم. گفته می‌شود به پشت سرتان برگردید و (در آنجا) نور بجویند. پس میان ایشان دیواری زده می‌شود که دارای دری است؛ درونش (سمت مؤمنان) رحمت و بیرون آن (سمت منافقان) عذاب است» (حدید: ۱۳).

بر اساس این آیه مبارکه باید گفت که صداقت در ایمان و یکتاپرستی، نور و باعث فلاح و پیروزی هر دو جهان خواهد بود؛ اما کذب و منافقت تاریکی و باعث هلاکت خواهد شد.

۶-۲. سقوط در پایین‌ترین طبقه دوزخ

پیامد دیگری نفاق، وارود منافقان در پایین‌ترین طبقه جهنم است. پس منافقان از کافران پایین‌تر قرار داده می‌شوند؛ زیرا آنان با مسلمانان از راه‌های مکر، فریب و دشمنی وارد شدند و برای ضربه زدن به اسلام و مسلمانان، شیوه‌های عجیبی را به کار می‌بردند و هر کسی از نیات پلید آنها اطلاع نمی‌یافتند. لذا مستحق سخت‌ترین جزا هستند. چنانکه خداوند سبحان در این مورد می‌فرماید: «إِنَّ الْمُنَافِقِينَ فِي الدَّرَكِ الْأَسْفَلِ مِنَ النَّارِ وَلَنْ تَجِدَ لَهُمْ نَصِيرًا؛ بی‌گمان منافقان در طبقه پایین‌ترین جهنم قرار می‌گیرند و هیچ یآوری برایشان

نخواهی یافت و این پیامد خاص منافقت است» (نساء: ۱۴۵).

۶-۳. مستحق عذاب دردناک

منافقان در ظاهر اظهار خیر می‌کردند، ولی در باطن نیت شر دارند. ابن جریر می‌گوید: منافقان کسانی هستند که؛ سخنشان مخالف عملشان، سرشان مخالف ظاهرشان، مدخلشان مخالف مخرجشان و حضورشان مخالف غیابتشان است. در قلب‌های منافقان مرض شک و تکذیب وجود دارد، به سبب گمراهی که دارند خداوند سبحان شک و اضطراب‌شان را افزوده است و عذاب دردناک در انتظارشان خواهد بود؛ چون خداوند سبحان در این مورد می‌فرماید: «فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ» در دل‌هایشان، بیماری است خداوند آنان افزوده و به‌خاطری سخنان دروغی که می‌گفتند، برایشان عذاب دردناکی است» (بقره: ۱۰).

۷. راهکارهای پیشگیری از انحراف از منظر قرآن

برای ثابت ماندن به توحید و مصونیت از انحراف عقیدتی و شک در توحید و دین، خداوند رهکارها و شیوه‌های گوناگونی را در قرآن بیان نموده است. به برخی مهم آن اشاره خواهیم نمود:

۷-۱. پیروی از قرآن کریم

قرآن بهترین رهنما و شایسته‌ترین راهکار برای پیشگیری از انحرافات اعتقادی است. این کتاب الهی به درمان بیماری‌های اعتقادی و رهایی انسان‌ها از تاریکی‌هایی مانند شرک، کفر، نفاق و فساد کمک می‌کند و آنها را به نور توحید هدایت می‌نماید. قرآن انسان‌ها را از جهل به آگاهی، از کفر به ایمان، از ستمگری به عدالت و از گناه به تقوا می‌کشانند. بیماری‌های اعتقادی خطرناک‌تر از بیماری‌های جسمی هستند و نیاز به درمان بیشتری دارند. خداوند قرآن را به عنوان شفا و رحمت برای این بیماری‌ها معرفی کرده و می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ» ای مردم! از جانب پروردگارتان پندی و درمان آنچه که در سینه‌هاست برای شما آمده است و هدایت و رحمت برای مومنان است» (یونس: ۵۷).



در این آیه چهار وصف قرآن کریم بیان شده که هر وصف آن، بیانگر یک مرحله از مراحل تربیت و تهذیب انسان و علاج یک مرض است.

وصف اول، پند و اندرز بودن قرآن است که انسان را به اجتناب از مضرات و پاکسازی ظاهری و امیدارد که این نخستین مرحله تربیت و اولین مرتبه از مراتب علاج مرض است. به این جمله به آن اشاره کرده است: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ»؛ این جامع ترین ترغیب است که انسان را به کارهای نیک دعوت می کند و از کارهای بد برحذر می دارد؛ چنانکه در سوره آل عمران آیه ۱۳۸ آمده است «هَذَا بَيَانٌ لِلنَّاسِ وَهُدًى وَمَوْعِظَةٌ لِّلْمُتَّقِينَ» این قرآن برای مردمان بیانگر (حقایق) و مایه هدایت و پندی برای پرهیزکاران است.

وصف دوم بیان کننده مرتبه علاج است؛ یعنی مرتبه پاکسازی باطن انسان از رزائل اخلاقی که در این جمله اشاره شده است: «وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ» و قرآن درمان امراضی است که در سینه هاست. این یعنی قرآن کریم، سینه های انسان ها را از امراض شهوات و شبهات که منشأ تمام انحرافات و بدبختی هاست، پاک می سازد؛ چنان که در سوره اسراء آیه ۸۲ آمده است: «وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا» و ما از قرآن چیزی را فرو می فرستیم که برای مومنان درمان و مایه رحمت است و برای ستمکاران، جز زیان (چیزی) را نمی افزاید.

وصف سوم، هدایتگر یا علاج روح بودن قرآن است. هدایت عبارت از تجلی انوار الهی در قلب مؤمن است که پس از پاکسازی ظاهری و باطنی، صورت می گیرد که کلمه «وَهُدًى»، بیانگر آن است؛ یعنی قرآن انسان را به راه حق و یقین و صراط مستقیم که راه سعادت دنیا و آخرت است، راهنمایی می کند.

وصف چهارم، رحمت بودن قرآن است که در این جمله اشاره شده: «وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ» و برای مومنان رحمت است، یعنی آن ها را از تاریکی های ضلالت و جهل، به سوی ایمان و علم و معرفت و راه سعادت سوق می دهد (بدخشانی، ۱۳۹۳: ۳۹۷-۳۹۸).

۷-۲. ایمان

یکی دیگری از راهکارهای پیشگیری از انحراف عقیدتی، ایمان آوردن است. انسان با ایمان خود می تواند خود را به الله سبحانه نزدیک کند و سعادت ابدی را از آن خود نماید و خود



را از انحراف عقیدتی نگه دارد. بدون ایمان انسان در خسران و هلاکت خواهد بود. چنانکه خداوند می‌فرماید: (وَالْعَصْرِ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ؛ قسم به زمان (که سرمایه زندگی انسان و فرصت تلاش او برای نیل به سعادت دو جهان است) به یقین که انسان در زیان است، مگر آنان که ایمان آورده‌اند و کارهای شایسته (عمل صالح) انجام داده‌اند و همدیگر را به حق (توحید) و درستی سفارش کرده‌اند و همدیگر را به صبر و شکیبایی توصیه نموده‌اند» (عصر: ۱-۳).

این سوره بر چهار صفت اساسی تأکید دارد که برای هر مؤمن و مسلمان ضروری است و باعث نجات او از خسران می‌شود؛ ایمان، عمل صالح، توصیه به حق و توصیه به صبر. خداوند سبحان در این سوره به ما می‌آموزد که تنها با داشتن این چهار صفت می‌توان به فلاح و رستگاری حقیقی رسید. اگر کسی این صفات را نداشته باشد، کشتی نجات او در نیمه راه متوقف می‌شود و از رسیدن به ساحل مطلوب که همان سعادت ابدی است، محروم خواهد ماند و به خسران دنیا و آخرت گرفتار خواهد شد.

۷-۳. باور داشتن به نظارت الهی

راهکار دیگری برای جلوگیری از انحرافات عقیدتی باور داشتن به نظارت و مراقبت الهی است، خداوند انسان‌ها را آفریده و خلیفه و جانشین روی زمین قرار داده است تا می‌بیند که چگونه عمل می‌کنند (عمل خیر انجام می‌دهند، پس پاداشت داده می‌شوند، یا عمل شر که کيفرش را خواهند دیدند)؛ چون خداوند سبحان می‌فرماید: «ثُمَّ جَعَلْنَاكُمْ خَلَائِفَ فِي الْأَرْضِ مِنْ بَعْدِهِمْ لِنَنْظُرَ كَيْفَ تَعْمَلُونَ؛ سپس شما را بعد از آنان در روی زمین جایگزین ساختم تا بنگریم که چگونه عمل می‌کنید؛ یعنی خداوند سبحان گروه‌های مختلف را به عذاب‌های گوناگون هلاک نموده و امت رسول الله (ص) را خطاب قرار داده می‌فرماید: شما را جانشین و خلیفه در روی زمین ساختم و می‌بینم چگونه عمل می‌کنید» (یونس: ۱۴).

پس باور داشته باشیم که همیشه زیر نظر و ترصد او تعالی قرار داریم؛ زیرا خداوند و همیشه ما را زیر نظر دارد. چنانکه خودش می‌فرماید: «إِنَّ رَبَّكَ لَبَلَمُرْصَادٍ؛ بی‌گمان پرودگار تو در کمین (مردمان و مترصد اعمال ایشان) است» (فجر: ۱۴). پس به خداوند سبحان چیزی پوشیده نمی‌ماند نه در آسمان‌ها و نه در زمین: «إِنَّ اللَّهَ لَا يَخْفَىٰ عَلَيْهِ شَيْءٌ»



فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ؛ بی‌گمان هیچ چیزی در آسمان و در زمین بر خداوند سبحان پنهان نمی‌ماند» (آل عمران: ۵).

از جمله آنچه بر وی پوشیده نمی‌ماند، ایمان مؤمنان و کفر کافران و انحراف منحرفین است و آنچه را که آشکار می‌کنیم و آنچه را که در سینه پنهان داریم، به همه حالات و کردار ما عالم و بیناست. حتی خیانت چشم‌ها را می‌داند. منظور از خیانت چشم، آن نگاه مخفیانه و دزدانه است که آدمی آن را از رفیق و همنشانش پنهان می‌دارد؛ اما از خداوند سبحان پنهان نمی‌ماند. چنانکه خداوند می‌فرماید: «يَعْلَمُ خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ» خداوند سبحان خیانت چشم‌ها و آنچه را که سینه‌ها پنهان می‌دارند، می‌داند» (غافر: ۱۹). خلاصه اینکه خداوند تمام افعال و کردار انسان را زیر نظر دارد و از همه چیز آگاه است. پس انسان باید به نظارت و مراقبت الله متعال، باوردمند باشد تا از انحرافات اعتقادی دست بردارد. باور داشتن به نظارت الهی، سبب کاهش و جلوگیری از منحرف شدن انسان می‌گردد.

۷-۴. توبه

یکی از راهکارهای مهم پیشگیری از انحراف عقیدتی، توبه است. انسان به‌طور طبیعی ضعیف و ناتوان آفریده شده و ممکن است به‌طور عمدی یا سهوی مرتکب گناه شود و از توحید منحرف گردد. این انحراف می‌تواند به شرک، فسق و نفاق منجر شود و فرد را ناپاک و نجس کند. با توبه، انسان می‌تواند خود را پاک کرده و از گناهان رهایی یابد. بنابراین، توبه بهترین وسیله برای پاک‌سازی و پیشگیری از انحراف عقیدتی است. چنانکه خداوند سبحان می‌فرماید: «وَإِذْ قَالَ مُوسَى لِقَوْمِهِ لِقَوْمِهِ إِنَّكُمْ أَنْفُسَكُمْ بِاتَّخَذِكُمُ الْعِجْلَ فَتُوبُوا إِلَى بَارِئِكُمْ فَاقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ ذَلِكَ خَيْرٌ لَكُمْ عِنْدَ بَارِئِكُمْ فَتَابَ عَلَيْكُمْ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ؛ هنگامی که موسی^(ع) به قومش گفت: ای قوم من! شما با پرستش گوساله بر خود ستم کرده‌اید. بنابراین به درگاه پروردگارتان توبه کنید، پس خودتان را بکشید، این عمل نزد خالق‌تان برایتان بهتر است، آنگاه الله سبحان توبه شما را پذیرفت؛ زیرا او توبه پذیر و مهربان است» (بقره: ۵۴).

آیه کریمه به این نکته اشاره دارد که توبه، گناه و انحراف عقیدتی بنی اسرائیل را پاک کرد.



توبه آن‌ها به خاطر گناه بزرگ قتل یکدیگر بود و این عمل، هم برای کشته شدگان و هم برای بازماندگان، موجب کفاره و توبه محسوب می‌شد.

از سدی به این گونه نقل است وی می‌گوید: بنی اسرائیل دو صف بستند (کسانی که عجل را عبادت کرده بودند و کسانی که عبادت نکرده بودند)، با شمشیرهای خود جنگیدند. پس کسانی که در این جنگ کشته شدند، از هر دو گروه شهید هستند. تعداد کشته شدگان به قدر زیاد شد که نزدیک بود تماماً هلاک شوند، کشته شدگان به هفتاد هزار نفر رسید. سپس حضرت موسی و هارون دعا کردند پرودگارا هلاک شد بنی اسرائیل! پرودگارا کسانی که باقی مانده‌اند، زنده نگه‌دار! سپس دستور داد که اسحله خود را بگذارند و خداوند سبحان، توبه آنان را قبول نمود. پس آنانکه کشته شدند، شهیدند و آنان که باقی ماندند، این جنگ باعث محو گناهانشان شد. قول الله سبحان اشاره به آن است: «فَتَابَ عَلَيْكُمْ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ» به همین مفهوم نیز از مجاهد، سعید ابن جبیر و ابن جریج و ابن اسحاق نقل است (حموش، ۲۰۰۷: ۲۵۲).

۶-۷. باور داشتن به روز قیامت

راهکار دیگر برای پیشگیری از انحراف عقیدتی، باور به روز قیامت است. روز قیامت حق و آمدنی است؛ چنان که خداوند سبحان می‌فرماید: «ذَلِكَ الْيَوْمُ الْحَقُّ فَمَنْ شَاءَ اتَّخَذْ إِلَىٰ رَبِّهِ مَآبًا؛ آن روز واقعیت دارد و حق است (هیچ شک در وقوعش نیست)، پس هر کس می‌تواند عمل درستی انجام دهد که در روز قیامت به‌سوی او باز می‌گردد» (نبا: ۳۹).

روز قیامت روزی است که هر کس در غم خود گرفتار است و مال و اولاد، هیچ دردی را دوا نمی‌تواند. چنانکه خداوند سبحان می‌فرماید: «يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ؛ روزی که اموال و اولاد هیچ سودی نمی‌رساند، بلکه تنها کسی (نجات می‌یابد و سود می‌بیند) که با دلی پاک (از شرک، کفر، نفاق، شک و از محبت غیر الله سالم و پاک باشد) نزد خداوند سبحان بیاید» (شعراء: ۸۸/۸۹). آن روز بسیار روز سخت است که صاحبان حمل، حمل خود را وضع می‌کند مادر شیرده از شیرخوار خود غافل می‌شود، مادر از فرزند و فرزند از مادر و برادر از برادر فرار می‌کند. چنانکه خداوند سبحان می‌فرماید: «يَوْمَ يَفِرُّ الْمَرْءُ مِنْ أَخِيهِ وَأُمِّهِ وَأَبِيهِ وَصَاحِبَتِهِ وَبَنِيهِ؛ روزی که آدمی از برادرش فرار می‌کند



و از مارد و پدر و از همسرش و فرزندش می‌گریزد» (عبس: ۳۴-۳۶). پس باروداشتن به روز آخرت انسان را وای می‌دارد که از هرگونه انحراف عقیدتی و بداخلاقی دست بردارد و راه توحید و یکتاپرستی را در پیش گیرد.

۷-۷. اطاعت از اوامر و دوری از نواهی خداوند

راهکار دیگر برای پیشگیری از انحرافات عقیدتی، اطاعت از اوامر خداوند و اجتناب از نواهی او است. ما هر وقت به دستورات الله سبحانه، پایبند بودیم و از نواهی او خودداری کردید، راه پیروزی و مطلوب را تعقیب کرده‌ایم. خداوند سبحانه می‌فرماید: «وَأَنَّ هَذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيمًا فَاتَّبِعُوهُ وَلَا تَتَّبِعُوا السُّبُلَ فَتَفَرَّقَ بِكُمْ عَنْ سَبِيلِهِ ذَلِكُمْ وَصَّاكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ؛ این راه (که من برایتان ترسم کردم)، راه راست من است، از آن پیروی کنید و از راه‌های (باطل که شما را از آن منع کرده‌ام) پیروی نکنید که در این صورت از راه راست من منحرف می‌شوید، این‌ها چیزهایی است که خداوند سبحانه شما را بدان توصیه می‌کند تا پرهیزگار شوید» (انعام: ۱۵۳).

در حدیث شریف به روایت عبدالله ابن مسعود آمده است: رسول الله (ص) برای ما خطی کشید و فرمود: این راه راست مستقیم خداست، آن‌گاه خطوطی از راست و چپ آن خط، کشید و فرمود: این‌ها راه‌ها دیگری است و هیچ راهی از آن‌ها نیست مگر اینکه بر آن شیطانی قرار دارد که به سوی آن فرامی‌خواند. سپس این آیه کریمه قرائت نمودند: «وَأَنَّ هَذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيمًا فَاتَّبِعُوهُ وَلَا تَتَّبِعُوا السُّبُلَ فَتَفَرَّقَ بِكُمْ عَنْ سَبِيلِهِ» (شیبانی، ۱۹۹۵: ۱۵۶). اطاعت از دستورات خدا و رسولش، باعث جلب ترحم او می‌شود. چنانکه خداوند سبحانه می‌فرماید: «وَأَطِيعُوا اللَّهَ وَالرَّسُولَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ؛ از خداوند و پیامبر اطاعت کنید تا (در دنیا و آخرت) مورد رحمت خداوند قرار بگیرید» (آل عمران: ۱۳۲). بنابراین اطاعت از اوامر و اجتناب از نواهی الهی، بهترین راهکار برای پیشگیری از انحراف عقیدتی محسوب می‌شود و این عمل به تمسک جستن به قرآن و پیروی از سنت به دست می‌باید.

۷-۸. یادی مرگ و قیامت

وقتی انسان مرگ و قیامت را یاد آور می‌شود، به فکر می‌افتد که مرگ آمدنی است، ذهنش

درگیر این خواهد شد که مرگ اولین مرحله جدایی از دنیا و نقطه آغاز روز قیامت است. مرگ برای همه است، چنانکه خداوند سبحان می‌فرماید: «كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ؛ هر نفس (زنده‌جانی) چشنده مرگ است» (آل عمران: ۱۸۵). در جای دیگری می‌فرماید: «أَيُّنَمَا تَكُونُوا يُدْرِكَكُمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُّشِيدَةٍ؛ هر جا که باشید، مرگ به سراغ شما خواهد آمد، هرچند در قصرها و برج‌های استوار و محکم باشید» (نساء: ۷۸).

مرگ از بین برنده لذات و باعث جدایی از خانواده و فرزند و مال و مقام و تمام تجملات زندگی است. مرگ حقیقت تلخ و ناگواری است که به سراغ همه می‌آید. پس همه می‌داند و یقین دارد که همگی می‌میرند و سفری به جهان دیگر در پیش است؛ سفری که زاد و توشه بسیار لازم دارد و بهترین توشه آخرت تقوا و خودداری از شرک، کفر، عصبان و طغیان است. لذا خداوند سبحان نخست مردم را به تقوا و خودداری از انحراف عقیدتی دستور می‌دهد: «بِأَيِّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ إِنَّ زَلْزَلَةَ السَّاعَةِ شَيْءٌ عَظِيمٌ يَوْمَ تَرَوْنها تَذْهَبُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَتَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَتَرَى النَّاسَ سُكَارَى وَمَا هُمْ بِسُكَارَى وَلَكِنَّ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ؛ ای مردم از پرودگارتان بترسید (و قیامت را به یاد آورید) به راستی زلزله قیامت چیزی بزرگ است؛ روزی که آن را ببینید (در آن روز مردم را چنان وحشت فرامی‌گیرد که) هر زن شیردهی کودک شیرخواره‌اش را فراموش می‌کند و هر زن بارداری (از شدت بیم و هراس) بارش را می‌نهد و مردم را (در آن روز) مست می‌بینی درحالی‌که مست نیستند، ولی عذاب الله سبحان سخت است.

امام غزالی در کتاب کیمیای سعادت می‌نویسد: «هر که شناخت و درک کرد که آخر کار وی به همه حال مرگ است، قرارگاه وی گور است، مؤکل وی منکر و نکیر، موعد وی قیامت و بهشت یا دوزخ است، هیچ اندیشه‌ای برای وی مهم‌تر از اندیشه مرگ نبود و هیچ تدبیری عالی‌تر از تدبیر توشه مرگ نبود (غزالی طوسی، ۱۳۸۴: ۹۸۹-۹۹۰).

راهکارهای دیگر نیز وجود دارد؛ از قبیل تفکر، تعقل، تذکر، دوری از گمراهی، داشتن مرشد و راهنما، دوری از گناه و مظان آن، انتخاب الگوی صحیح، دوری از دوست بد، شناخت کید شیطان، عبرتگیری و پندآموزی از وقایع، عوامل خانوادگی و اجتماعی، راهکارهای جمعی و اجتماعی و... است. این موارد در آیات و منابع ذیل به ترتیب آمده



است: (انبیاء: ۶۷؛ الاعراف: ۲۰۱؛ ص: ۲۶، الانعام: ۲۹۰؛ الجن: ۲-۱؛ الکهف: ۶۶؛ الانبیاء: ۷؛ النساء: ۳۱؛ الاحزاب: ۲۱؛ الممتحینه: ۴؛ الفرقان: ۲۷-۲۹؛ قرطبی، ۱۳: ۲۷؛ حجر: ۳۹-۴۰؛ طبری، ۱۴۲۰: ۳۳۲؛ یوسف: ۱۱۱؛ النحل: ۳۶؛ بخاری ۱۴۲۲: ۱۰۰؛ بخاری، ۱۴۲۲: ۲۲)

نتیجه‌گیری

در این مقاله، پیامدهای دنیوی و اخروی کفر، شرک و نفاق بر اساس آیات قرآن کریم بررسی شده است. کفر در دنیا سبب سلب توفیق می‌شود و گمراهی انسان را در پی دارد و در آخرت موجب نابینایی، حبط اعمال، خسران ابدی، ندامت و محرومیت از شفاعت می‌شود. شرک نیز در دنیا انسان را گرفتار خرافات، ترس، وحشت و وابستگی به تکیه‌گاه‌های ضعیف می‌کند و در آخرت موجب حبط عمل، محرومیت از بهشت و ندامت ابدی می‌شود. نفاق، به عنوان یکی از انحرافات اعتقادی، در دنیا باعث خودبرتربینی، اضطراب دائمی، ارتکاب بدی‌ها و ترویج منکرات می‌شود و در آخرت موجب بی‌نصیب شدن از نور در قیامت، سقوط به پایین‌ترین طبقه جهنم و استحقاق عذاب دردناک خواهد شد.

بر اساس منابع دینی، به‌ویژه قرآن کریم، راهکارهای مقابله با این انحرافات شامل پیروی از وحی، ایمان، باور به نظارت الهی، توبه، اعتقاد به قیامت، اطاعت از اوامر الهی و دوری از منکرات و یاد مرگ و قیامت است. التزام به این اصول، انسان را از لغزش‌های اعتقادی حفظ کرده و مسیر هدایت را برای او هموار می‌سازد.

فهرست منابع

قرآن کریم

۱. بخاری، محمد بن إسماعیل، (۱۴۲۲ق)، صحیح البخاری، (المحقق: محمد زهیر بن ناصر الناصر)، بی‌جا: دار طوق النجاة الطبعة.
۲. بدخشانی، محمد اکرام الدین، (۱۳۹۳)، ازهر البیان فی تفسیر کلام الرحمن، لاهور: مکتبه اسلامیہ.
۳. حموش، مأمون احمد راتب، (۲۰۰۷)، التفسیر المأمون علی منهج التنزیل والصحیح المسنون، بی‌جا: المؤلف.
۴. شببانی، أحمد بن حنبل، (۱۹۹۵م)، مسند الإمام أحمد بن حنبل، (المحقق: أحمد محمد شاكر، القاهرة: دار الحديث.
۵. طبری، محمد بن جریر، (۱۴۲۰ق)، جامع البیان فی تأویل القرآن، (المحقق: أحمد محمد شاكر)، بی‌جا: مؤسسة الرسالة.
۶. غزالی طوسی، محمد، (۱۳۸۴)، کیمیای سعادت، (تصحیح: احمد آرام)، تهران: موسسه انتشاراتی پرهان.
۷. قرطبی، محمد بن أحمد، (۱۹۶۴م)، تفسیر القرطبی، (تحقیق: أحمد البردونی وإبراهیم أطفیش)، القاهرة: دار الكتب المصرية.

روش تشویق در تربیت دینی از دیدگاه قرآن و سنت

سید آقا حسن حسینی^۱

چکیده

تشویق یکی از مهم‌ترین روش‌های تربیتی در نظام آموزشی و تربیتی اسلام است که در قرآن کریم و سنت نبوی مورد تأکید قرار گرفته است. این روش تربیتی با تأثیرگذاری بر انگیزه‌های درونی و بیرونی انسان، نقش مهمی در هدایت رفتارها و شکل‌گیری شخصیت اخلاقی و دینی ایفا می‌کند. پژوهش حاضر با رویکرد تحلیلی-توصیفی، روش‌های مختلف تشویق در قرآن و روایات را بررسی کرده و آثار تربیتی آن را در دو بُعد فردی و اجتماعی تحلیل می‌کند. یافته‌ها این پژوهش نشان می‌دهد که قرآن کریم از شیوه‌هایی چون وعده پاداش، بشارت، تقویت عزت نفس، معرفی الگوهای برتر، و تشویق کلامی برای ترغیب انسان به انجام اعمال صالح بهره گرفته است. در سنت نبوی نیز پیامبر اکرم (ص) و اهل بیت (ع) از روش‌های متعددی چون تشویق عملی، هدایای مالی، احترام اجتماعی و تقدیر زبانی برای تقویت رفتارهای مثبت استفاده کرده‌اند. همچنین بررسی تطبیقی این روش‌ها با رویکردهای روان‌شناسی تربیتی نشان می‌دهد که اسلام علاوه بر تقویت انگیزه‌های بیرونی، بر ایجاد انگیزه درونی و نهادینه‌سازی ارزش‌های اخلاقی تأکید دارد. نتایج این پژوهش می‌تواند در نظام‌های آموزشی و تربیتی معاصر برای ارتقای روش‌های تشویقی قابل استفاده باشد.

کلیدواژه‌ها: تشویق، تربیت اسلامی، قرآن کریم، سنت نبوی، پاداش، روان‌شناسی تربیتی

۱. دکترای فقه تربیتی، دانشکده علوم انسانی، جامعه المصطفی (ص) العالمیه، (نماینده افغانستان)، کابل، افغانستان

ایمیل: ahh.1903@gmail.com

مقدمه

تربیت انسان از دیدگاه اسلام، هدفی عالی و بنیادی است که روش‌های متعددی برای تحقق آن پیشنهاد شده است. یکی از روش‌های مؤثر، تشویق است که قرآن و سنت، آن را به عنوان عاملی مهم در ترغیب به رفتارهای مثبت معرفی کرده است. تشویق نه تنها در اسلام، بلکه در روان‌شناسی تربیتی نیز به عنوان یکی از ابزارهای مهم در اصلاح و تقویت رفتار مورد توجه قرار گرفته است؛ اما تفاوت اساسی میان دیدگاه اسلام و روان‌شناسی تربیتی در هدف و نوع تشویق است. اسلام با در نظر گرفتن ابعاد معنوی و اخروی، رویکردی عمیق‌تر نسبت به روش‌های تشویقی دارد. این پژوهش در پی آن است که روش‌های تشویق در قرآن و سنت را بررسی کرده و با دیدگاه‌های روان‌شناسی تربیتی مقایسه نماید.

با توجه به نقش تربیت در شکل‌گیری شخصیت انسان، شناخت و بهره‌گیری از روش‌های کارآمد تشویقی اهمیت دارد. امروزه در نظام‌های آموزشی و تربیتی، از تشویق برای تقویت انگیزه استفاده می‌شود؛ اما عدم توجه به ابعاد معنوی و درونی‌سازی ارزش‌ها، چالش‌هایی را به همراه داشته است. این پژوهش با بررسی آموزه‌های اسلامی، می‌تواند راهکاری مؤثر برای استفاده از تشویق در نظام‌های تربیتی ارائه دهد.

مطالعات متعددی به بررسی جایگاه تشویق در روان‌شناسی و تربیت اسلامی پرداخته است؛ اما پژوهشی که مقایسه تطبیقی میان روش‌های تشویقی در قرآن، سنت و روان‌شناسی تربیتی انجام داده باشد، کمتر به چشم می‌خورد. این پژوهش با بهره‌گیری از منابع اسلامی و نظریات روان‌شناسی، تلاش دارد این خلأ علمی تربیتی را برطرف کند. این پژوهش از روش تحلیلی-توصیفی بهره می‌گیرد و با بررسی منابع اسلامی (قرآن، سنت و نظرات فقها) و تطبیق آن با نظریات روان‌شناسی تربیتی، رویکردی جامع به موضوع ارائه می‌دهد.

۱. مفهوم شناسی

۱-۱. تشویق

تشویق واژه‌ای عربی از باب تفعیل از ماده شوق است و در لغت عرب کشاندن نفس آدمی به سوی امری آمده است (حسینی، ۱۳۹۵: ۶). همچنین به معنای آرزومند کردن، به شوق



آوردن، راغب کردن و کار کسی را ستودن و او را دلگرم ساختن نیز آمده است (عمید، ۱۳۷۵: ۴۳۶).

در زبان فارسی تشویق در دو معنا به کار می‌رود: اول کاری که بعد از انجام عملی مطلوب انجام می‌شود، تا فرد مذکور برای ادامه عمل و تکرار آن دلگرم شود. دوم کاری که انجام می‌شود تا فرد را برای انجام یا استمرار کار ترغیب و دلگرم سازد؛ خواه قبل از انجام عمل باشد یا بعد از آن. در زبان عربی تشویق فقط در معنای دوم به کار می‌رود و برای رساندن معنای اول از لفظ جزا (پاداش) استفاده می‌کنند؛ درست است که جزا در پاداش و کیفر هر دو به کار می‌رود؛ اما در جایی که این دو با هم به کار رفته باشد، به قرینه عقوبت، مراد از آن تنها پاداش است (داودی، ۱۳۸۸: ۱۶۵).

در تعلیم و تربیت اسلامی تشویق عبارت است از «قول یا عملی که از فعل فاعل قدردانی کرده و می‌ستاید» (امینی، ۱۳۸۴: ۴۳۱).

۱-۲. واژه‌های مترادف با تشویق

یکی از راه‌های فهم درست واژه‌ها، دانستن واژه‌های مترادف آن است. بنابراین برای فهم درست واژه تشویق در این پژوهش، به بیان واژه‌های مترادف با لفظ تشویق می‌پردازیم.

۱. تقویت: تقویت در معنای کلی کلمه، یعنی رویدادی که بلافاصله پس از پاسخ حضور می‌یابد تا احتمال تکرار آن را زمانی که آزمودنی در همان موقعیت قرار می‌گیرد، افزایش دهد. وقتی احتمال تکرار پاسخ افزایش می‌یابد، مفهومش این است که آن پاسخ در حال آموخته شدن است. مثلاً در آزمایش‌های ثراندایک ارائه غذا پس از کشیده شدن حلقه طناب تقویت نامیده می‌شود.

۲. تبشیر: این واژه به معنای ارائه خبر خوشحال‌کننده به قصد خوشحال کردن و مژده دادن است. نکته قابل توجه این است که ارائه هر نوع اطلاع و خبر خوشحال‌کننده‌ای، بشارت و مژده دادن نیست؛ چنانکه در قرآن آمده: «هر کس کار نیکی انجام دهد، ده برابر پاداش دارد» (انعام: ۱۶۰) و «نماز انسان را از زشتی‌ها و گناه باز می‌دارد» (عنکبوت: ۴۵). با اینکه هر دو اطلاع و آگاهی خوشحال‌کننده و مسرت‌بخش است، ولی تنها خبر اول بشارت و مژده است؛ زیرا در آیه مذکور، قصد بشارت دادن وجود دارد، درحالی‌که در آیه

دوم چنین قصدی در کار نیست و تنها آثار نماز بیان شده است (داودی، ۱۳۸۸: ۱۶۹). تفاوت تبشیر با تشویق این است که تبشیر ناظر به حال و آینده است، بشارت به نعمت بر آینده را می‌دهد و بیشتر به قصد خوشحال کردن استعمال می‌شود، درحالی‌که در تشویق توجه به گذشته و آینده است و بیشتر به انجام عمل یا تکرار، ترغیب و دلگرم کردن به عمل به کار می‌رود. همچنین تشویق بعد از انجام کار خوب است؛ اما تبشیر قبل از انجام کار خوب، فقط نوید و امید داده می‌شود.

۳. تحریض: این کلمه به معنای وادار کردن، به رغبت آوردن، برانگیختن و به شوق آوردن است (عمید، ۱۳۷۵: ۴۱۶). چنانکه قرآن فرموده است: «ای پیامبر! مؤمنان را به جنگ (با دشمن) تشویق کن» (انفال: ۶۵). در حدیث مالک بن اعین تحریض معادل تشویق به کار رفته است که گفت: «حَرَّضَ أَمِيرُ الْمُؤْمِنِينَ^(۴) النَّاسَ بِصَفَيْنَ فَقَالَ إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ دَلَّكُمْ عَلَى تِجَارَةٍ تُنْجِيكُمْ مِنْ عَذَابِ أَلِيمٍ وَ تُشْفِي بِكُمْ عَلَى الْخَيْرِ الْإِيمَانِ بِاللَّهِ وَ الْجِهَادِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ» (کلینی، ۱۴۰۷: ۵، ۳۹).

۴. تحضیض: این کلمه از حض گرفته شده و حض به معنای تحریض و ترغیب به خیر است. «حَضَّه عَلَى الْأَمْرِ؛ او را بر آن کار تشویق کرد». تحاضون در قرآن به معنای ترغیب و برانگیختن بعضی بر بعض دیگر آمده است (ابن منظور، ۱۴۱۴: ۷، ۱۳۶). «وَلَا تَحَاضُّونَ عَلَى طَعَامِ الْمَسْكِينِ» (فجر: ۱۸) تحاضون، به معنای تحریض و ترغیب آمده و اشاره به این است که تنها اطعام مسکین کافی نیست، بلکه مردم باید یکدیگر را در این کار خیر تشویق کنند تا این سنت در فضای جامعه گسترش یابد (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴: ۲۶، ۴۶۴).

۵. ترغیب: این واژه در لغت به معنای میل و اشتیاق است و در اصطلاح یعنی «ایجاد میل و رغبت نسبت به چیزی در یک یا چند فرد» (داودی، ۱۳۸۸: ۱۶۳) و در متون دینی به معنای ایجاد میل و رغبت در فرد برای انجام اوامر و دستورهای خداوند متعال آمده است (همان: ۱۶۴). چنانکه در قرآن کریم آمده: «إِنَّهُمْ كَانُوا يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا؛ آن‌ها در نیکی‌ها سرعت می‌گرفتند به خاطر شوق (به رحمت) و بیم (از عذاب) ما را می‌خواندند» (انبیاء: ۹۰).

۶. ثواب: یکی از کلماتی که در قرآن به مفهوم پاداش و تشویق آمده، کلمه ثواب است.



چنانکه می‌فرماید: «فَاتَّاهُمُ اللَّهُ ثَوَابَ الدُّنْيَا وَحُسْنَ ثَوَابِ الْآخِرَةِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ؛ از رو خداوند پاداش این جهان و پاداش نیک آن جهان را به آن‌ها داد؛ و خداوند نیکوکاران را دوست می‌دارد» (آل عمران: ۱۴۸). کلمه ثواب (معادل پاداش) به معنای نتیجه اعمالی است که به انسان باز می‌گردد و در هر یک از خیر و شر کاربرد دارد؛ اما بیشترین استعمال آن در کارهای خیر است (حسینی، ۱۳۹۵: ۱۱).

۷. اجر: این کلمه به معنای مزد، ثواب و پاداش است که در مقابل عمل نیک به انسان می‌رسد (قرشی، بی تا: ۱، ۲۵). در قرآن کریم نیز کلمه اجر به معنای پاداش آمده است: «وَكَذَلِكَ مَكَّنَّا لِيُوسُفَ فِي الْأَرْضِ يَتَّبِعُوا مِنْهَا حَيْثُ يَشَاءُ نُصِيبُ بِرَحْمَتِنَا مَنْ نَشَاءُ وَلَا نُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ وَلَا جُزْءَ الْآخِرَةِ خَيْرٌ لِلَّذِينَ آمَنُوا وَكَانُوا يَتَّقُونَ؛ و این گونه ما به یوسف در سرزمین (مصر) قدرت دادیم، که هر جا می‌خواست در آن منزل می‌گزید (و تصرف می‌کرد) ما رحمت خود را به هر کس بخواهیم (و شایسته بدانیم) می‌بخشیم و پاداش نیکوکاران را ضایع نمی‌کنیم» (یوسف: ۵۶-۵۷).. «إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا؛ مسلماً کسانی که ایمان آوردند و کارهای شایسته انجام دادند، ما پاداش نیکوکاران را ضایع نخواهیم کرد» (کهف: ۳۰).

۱-۳. واژه‌های متضاد تشویق

برای فهم درست واژه‌ها، تنها دانستن واژه‌های مترادف هم کافی نیست. به همین لحاظ در این بخش به بیان واژه‌های متضاد با لفظ تشویق نیز می‌پردازیم.

۱. تنبیه: این واژه در لغت به معنای آگاه کردن، بیدار کردن، واقف کردن به چیزی و آگاه کردن کسی به امری آمده است (عمید، ۱۳۷۵: ۴۶۲). در اصطلاح به عملی گفته می‌شود که لازمه آن آگاه و هوشیار کردن باشد (ملک پور، ۱۳۸۰، ش ۶۷: ۲۲). تنبیه در زبان فارسی به معنای کاری است که بعد از انجام عمل ناشایست، نسبت به فاعل آن صورت می‌گیرد تا از تکرار آن جلوگیری شود (داودی، ۱۳۸۸: ۱۶۵). روانشناسان تنبیه را چنین تعریف کرده‌اند: «تنبیه به هر عمل یا رفتاری گفته می‌شود که دلسردی و ناخوشنودی یادگیرنده را فراهم می‌آورد» (پارسا، ۱۳۸۹: ۱۸۹).

۲. تخویف: این واژه از ریشه خوف به معنای بیم دادن و ترساندن آمده است (عمید،

۱۳۷۵: ۴۲۰). در قرآن کریم آمده: «فَمَنْ تَبَعَ هَذَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ؛ هرگاه هدایتی از طرف من برای شما آمد، کسانی که از آن پیروی کنند، نه ترسی بر آن‌هاست و نه غمگین شوند» (بقره: ۳۸). «لَهُمْ مِنْ فَوْقِهِمْ ظُلَلٌ مِنَ النَّارِ وَمِنْ تَحْتِهِمْ ظُلَلٌ ذَلِكَ يُخَوِّفُ اللَّهَ بِهِ عِبَادَهُ يَا عِبَادِ فَاتَّقُونِ؛ برای آنان از بالای سرشان سایبان‌های از آتش است و در زیر پایشان سایبان‌های از آتش است. این چیزی است که خداوند به آن بندگان را می‌ترساند! ای بندگان من! از نافرمانی من بپرهیزید» (زمر: ۱۶).

۳. **انذار:** این کلمه از ریشه «نذر» گرفته شده و در لغت به معنای ترساندن، بیم دادن و آگاه کردن (عمید، ۱۳۷۵: ۲۴۳) و اعلام خطر کردن است (داودی، ۱۳۸۸: ۱۶۴). نقطه مقابل انذار تبشیر به معنای خبردادن یا خبر رساندن است که همراه با نوعی مژده و بشارت باشد. در قرآن کریم انذار به این معانی آمده است: «فَأَنْذَرْتُكُمْ نَارًا تَلَظَّى؛ من شما را از آتشی که زبانه می‌کشد بیم می‌دهم» (لیل: ۱۴). «فَإِنْ أَعْرَضُوا فَقُلْ أَنْذَرْتُكُمْ صَاعِقَةً مِثْلَ صَاعِقَةِ عَادٍ وَثُمُودَ؛ اگر آن‌ها روی گردان شوند، بگو من شما را از صاعقه‌ای همانند صاعقه عاد و ثمود می‌ترسانم» (فصلت: ۱۳).

در انذار سه ویژگی وجود دارد که سبب تمایز آن با تخویف شده است: الف. انگیزه در انذار فقط محبت، علاقه و احسان به فرد انذار شده است؛ ب. انذار، همراه با بیان شیء مورد انذار است؛ ج. انذار، بیم دادن به وسیله سخن است، در حال که تخویف در مقایسه با هر یک از سه مورد، عمومیت دارد (هاشمی رفسنجانی، ۱۳۹۵: ۵، ۱۲۷).

۴. **تحذیر:** این کلمه به معنای بر حذر ساختن، ترساندن و پرهیز دادن است (عمید، ۱۳۷۵: ۴۱۶) و در قرآن کریم به معنای آگاه کردن و ترساندن استعمال شده است: «وَيَخَافُونَ عَذَابَهُ إِنَّ عَذَابَ رَبِّكَ كَانَ مَحْذُورًا؛ و از عذاب او می‌ترسند؛ زیرا عذاب پروردگارت، همواره درخور پرهیز و وحشت است» (اسراء: ۵۷).

۵. **وعید:** این کلمه به انجام کاری اختصاص دارد که برای فرد، نامطلوب است، در قبال کار خاص که فرد مذکور انجام خواهد داد و در زبان فارسی معادل تهدید است (داودی، ۱۳۸۸: ۱۶۴). در قرآن آمد است: «وَيَسْتَعْجِلُونَكَ بِالْعَذَابِ وَلَنْ يُخْلِفَ اللَّهُ وَعْدَهُ؛ آنان از تو تقاضای شتاب در عذاب می‌کنند، درحالی که خداوند هرگز از وعده خود تخلف



نخواهد کرد» (حج: ۴۷). وعده در اینجا همان وعید است.

۶. **ترهیب:** این کلمه از رهبه یا رهب مشتق شده و به معنای ایجاد خوف و ترس نسبت به چیزی در یک یا چند فرد است (داودی، ۱۳۸۸: ۱۶۳). این آیه نمونه از کاربرد ترهیب به معنای ایجاد خوف است: «اعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ وَأَنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ؛ بدانید خدا دارای مجازات شدید، و در عین حال آمرزنده و مهربان است» (مائده: ۹۸).

۷. **تهدید:** به وعده‌های ترس‌انگیز و خوفناک گفته می‌شود و در زبان فارسی به معنای ترساندن، بیم دادن و بیم عقوبت دادن آمده است (عمید، ۱۳۷۵: ۴۷۶). آیاتی مانند آیات ذیل معنای تهدید را می‌دهد: «قَوْلٌ لِلَّذِينَ يَكْتُوبُونَ الْكِتَابَ بِأَيْدِيهِمْ ثُمَّ يَقُولُونَ هَذَا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ لَيْسَتْ بِهَا لَنَا قَلِيلًا قَوْلٌ لَهُمْ مِمَّا كَتَبْتُ بَأَيْدِيهِمْ وَوَيْلٌ لَهُمْ مِمَّا يَكْسِبُونَ؛ پس وای بر آن‌ها که نوشته‌ای با دست خود می‌نویسند، سپس می‌گویند این از طرف خداست تا آن را به بهای کمی بفروشند. پس وای بر آن‌ها از آنچه با دست خود نوشتند و وای بر آنان از آنچه از این راه به دست می‌آورند» (بقره: ۷۹). «وَيْلٌ لِّكُلِّ أَفَّاكٍ أَثِيمٍ؛ وای بر هر دروغ‌گوی گنه‌کار» (جاثیه: ۷).

۸. **توبیخ:** در لغت به معنای نکوهش، سرزنش کردن و نکوهیدن است (عمید، ۱۳۷۵: ۴۶۹). از امثال آیات ذیل معنای توبیخ به دست می‌آید: «وَيُرِيكُمْ آيَاتِهِ فَأَيَّ آيَاتِ اللَّهِ تُنْكِرُونَ؛ او آیاتش را همواره به شما نشان می‌دهد. پس کدام یک از آیات او را انکار می‌کنید» (غافر: ۸۱). در سوره الرحمن به صورت مکرر با ذکر «فَبِأَيِّ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ»، تکذیب کنندگان را توبیخ می‌نماید. بر اساس آیه شریفه «قَالَ أَتَعْبُدُونَ مَا تَنْحِتُونَ وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ وَمَا تَعْمَلُونَ؛ گفت آیا چیزی را می‌پرستید که با دست خود می‌تراشید با اینکه خداوند هم شما را آفریده و هم بت‌هایی که می‌سازید» (صافات، ۹۵ - ۹۶). با استفهام توبیخی مورد مذمت قرار می‌دهد.

۱-۲. مفهوم تربیت

تربیت عبارت است از ایجاد زمینه‌ها، رفع موانع و استفاده از عوامل و شیوه‌های مؤثر برای پرورش و شکوفایی استعدادهای متربی در ابعاد عقلانی، اعتقادی، عبادی، اخلاقی، اجتماعی، عاطفی، هنری و جسمانی و ایجاد تعادل و هماهنگی میان آن‌ها تا از این راه



مربی در روند تدریجی و مستمر با اراده آزاد و فعال به شکل درونی به سوی کمال مطلق (خدا) رهنمون شود (نظام‌نامه تربیتی جامعه المصطفی العالمیه، ۱۳۹۷: ۲۱).

۲. شیوه‌های تشویقی قرآن کریم

تشویق در قرآن کریم به‌عنوان یک روش تربیتی برای تقویت رفتارهای مثبت و ترغیب به انجام اعمال شایسته مورد استفاده قرار گرفته است. قرآن کریم برای ترغیب افراد به انجام اعمال نیک، وعده پاداش‌های مادی و معنوی داده است.

۲-۱. وعده پاداش اخروی (بهشت و مغفرت)

یکی از روش‌های قرآنی برای تشویق افراد به انجام اعمال نیک، وعده پاداش‌های اخروی است. طبق آیات مختلف قرآن کریم متدینان برای رسیدن به نعمت‌های اخروی، ترغیب و تشویق شده‌اند. از باب نمونه آیات: «مَثَلُ الْجَنَّةِ الَّتِي وُعِدَ الْمُتَّقُونَ فِيهَا أَنْهَارٌ مِنْ مَاءٍ غَيْرِ آسِنٍ وَأَنْهَارٌ مِنْ لَبَنٍ...» توصیف بهشتی که به پرهیزگاران وعده داده شده، چنین است در آن نهرهایی از آب صاف و خالص که بدبو نشده و نهرهایی از شیر که...» (محمد: ۱۵) «وَبَشِّرِ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ؛ و بشارت ده به کسانی که ایمان آورده و کارهای شایسته انجام داده‌اند که برای آنان باغ‌هایی است که نهرها از زیر آن جاری است» (بقره: ۲۵). وعده بهشت و نعمت‌های بهشتی، یکی از قوی‌ترین انگیزه‌های قرآنی برای تشویق به نیکوکاری و انجام کارهای خیر است. بر اساس آیه شریفه «مَنْ جَاءَ بِالْحَسَنَةِ فَلَهُ عَشْرُ أَمْثَالِهَا؛ هر کس کار نیکی بیاورد، ده برابر آن (پاداش) خواهد داشت» (انعام: ۱۶۰). مؤمنان تشویق می‌شوند که کار نیک انجام دهند و کار نیک آنان ده برابر پاداش خواهد گرفت.

۲-۲. تأکید بر فزونی نعمت در دنیا و آخرت

قرآن کسانی را که به انجام اعمال صالح اهتمام می‌ورزند، به افزایش نعمت‌های الهی بشارت می‌دهد. «لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ» (ابراهیم: ۷). شکرگزاری یکی از عوامل افزایش نعمت‌های الهی است که باعث تشویق افراد به اعمال خیر می‌شود. تشویق مادی شامل هدایای ملموس و پاداش‌های مالی است که می‌تواند تأثیر مستقیم بر انگیزه داشته باشد.



مانند دادن هدیه به دانش‌آموزان ممتاز. آیه «وَإِنَّ لَكَ لَأَجْرًا غَيْرَ مَمْنُونٍ؛ و قطعاً برای تو پاداشی بی‌پایان است» (قلم: ۳). می‌تواند اشاره به اجر و پاداش مادی داشته باشد.

۲-۳. معرفی الگوهای موفق و تأیید آنان

قرآن کریم از الگوهای برتر چون انبیا و صالحان یاد کرده و تأیید الهی را نوعی تشویق برای پیروان آنان معرفی می‌کند. معرفی الگوهای قرآنی مانند حضرت ابراهیم^(ع)، حضرت یوسف^(ع) و حضرت محمد^(ص) و سایر انبیا و اولیای الهی. آیات شریفه مانند: «لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ؛ قطعاً برای شما در (سیره) رسول خدا سرمشقی نیکوست» (احزاب: ۲۱). «إِنَّ إِبْرَاهِيمَ كَانَ أُمَّةً؛ ابراهیم امت است» (نحل: ۱۲۰). «إِنَّ إِبْرَاهِيمَ كَانَ أُمَّةً قَانِتًا لِلَّهِ حَنِيفًا وَلَمْ يَكُ مِنَ الْمُشْرِكِينَ؛ همانا ابراهیم امتی مطیع خدا و حق‌گرای بود و از مشرکان نبود» (نحل: ۱۲۰). در برخی آیات ذکر صفات نیک افراد صالح و تأیید آنان و در برخی از آیات الگو با اسم معین شده، یکی از روش‌های مؤثر تشویقی در قرآن است.

۳. روش‌های تشویق تربیتی در قرآن و سنت

روش‌های تشویق در قرآن و روایات منقول از پیامبر اعظم^(ص) و اهل بیت^(ع) متعدد است که به تناسب شرایط زمانی و مکانی، سن و جنس و قدرت درک و فهم افراد و وضعیت‌های دیگر باید مورد بهره‌برداری قرار بگیرد. در ذیل به برخی از مهم‌ترین روش‌ها اشاره می‌شود.

۳-۱. وعده پاداش الهی

خداوند بارها به پاداش‌های اخروی و دنیوی برای انجام اعمال صالح اشاره کرده و اولیای الهی برای تشویق مردم نیز همین شیوه را چه در سیره قولی و چه در سیره فعلی خویش برگزیده‌اند. به یک نمونه از هرکدام اشاره می‌شود: «إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُمْ جَنَّاتُ النَّعِيمِ؛ همانا کسانی که ایمان آوردند و اعمال صالح انجام دادند، برای آنان باغ‌های پر نعمت (بهشت) است» (لقمان: ۸). پیامبر اکرم^(ص) فرمودند: «إِذَا قَالَ الْعَبْدُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ مُخْلِصًا فَتَحَتْ لَهُ أَبْوَابُ السَّمَاءِ حَتَّى تَبْلُغَ الْعَرْشَ مَا اجْتَنَبَ الْكِبَايِرَ؛ هرگاه بنده‌ای با اخلاص بگوید: «لا إله إلا الله»، درهای آسمان به روی او باز می‌شود تا به عرش برسد، تا وقتی از گناهان کبیره دوری کند» (ابن حنبل، بی‌تا: ۵، ۳۵۲).

پیامبر اکرم^(ص) همواره مردم را با وعده بهشت و رضوان الهی به اعمال خیر تشویق می‌کردند. در ماجرای بیعت رضوان، به یاران خود مژده داد که اگر در راه دین ثابت‌قدم باشند، خداوند آن‌ها را مشمول رحمت و مغفرت قرار خواهد داد (بخاری، ۱۴۲۲: ۲، ۷۰).

۲-۳. بشارت و ترغیب

قرآن کریم پیامبران را بشارت‌دهندگان معرفی کرده و به‌سوی بشر ارسال نموده است. بر اساس آیه «وَبَشِّرِ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ»، (بقره: ۲۵) انبیا مبشران و مرغبان مردم برای انجام کار خیر هستند. معلمان و مربیان که وظیفه‌شان همان مسئولیت انبیا و آگاهی بخشی و هدایتگری است، نیز باید از روش تبشیر استفاده نمایند.

بر اساس فرمایش پیامبر اکرم^(ص) که فرمودند: «بَشِّرُوا وَلَا تُنْفَرُوا وَيَسِّرُوا وَلَا تُعَسِّرُوا؛ بشارت دهید و مردم را نترسانید، آسان بگیرید و سخت‌گیری نکنید»، (نیشابوری، ۱۴۰۷: حدیث ۱۷۳۲) مردم به‌ویژه مربیان تربیتی و پدران و مادران نسبت به جلب و جذب متربیان شیوه بشارت‌دهی و عدم سخت‌گیری را پیشه نمایند. همین شیوه در سیره عملی پیامبر^(ص) و اهل‌بیت^(ع) تأیید و تکرار شده است. پیامبر^(ص) در برخورد با اعراب جاهلی که تازه اسلام آورده بودند، با بشارت دادن به رحمت الهی و آسان گرفتن در احکام، آن‌ها را به اسلام علاقه‌مند می‌کردند.

۳-۳. تشویق کلامی

یکی از روش‌های تشویق، تشویق کلامی و زبانی است. زبان ابزار پرکاربرد و مهم برای آگاهی‌بخشی و جهل زدایی است. قرآن کریم روی شیوه بیان و زیبا حرف زدن و حرف زیبا زدن تأکید نموده است. تعبیر قرآن کریم در مورد سخن گفتن عبارت است از: «قَوْلًا سَدِيدًا»، (احزاب: ۷۰) «قَوْلًا لَيِّنًا»، (طه: ۴۴) «قَوْلًا كَرِيمًا»، (اسرا: ۲۳) به‌علاوه به کلام طیب و پاک «وَهْدُوا إِلَى الطَّيِّبِ مِنَ الْقَوْلِ»، (حج: ۲۴) سخن حسن و نیک «وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا»، (بقره: ۸۳) سفارش کرده است و باید انسان شنونده عاقلی باشد که بتواند بهترین



کلام را انتخاب نماید، «يَسْمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ» (زمر: ۱۸). اولیای الهی هم همین شیوه را برگزیده و تبلیغ نموده‌اند. پیامبر اکرم^(ص) فرمودند: «كَلِمَةٌ طَيِّبَةٌ صَدَقَةٌ» (بخاری، ۱۴۲۲: حدیث ۲۷۹۰) در سیره عملی پیامبر^(ص) نقل شده است که در قالب یک تشبیه زیبا به حضرت علی^(ع) فرمود: «يَا عَلِيُّ! إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى جَعَلَكَ وَذُرِّيَّتَكَ فِي هَذِهِ الْأُمَّةِ بِمَنْزِلَةِ سَفِينَةِ نُوحٍ» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۳۸، ۸۹). مفهوم این روایت آن است که خدای متعال امام علی^(ع) و ذریه او را همانند کشتی نوح نجات‌بخش امت قرار داده است.

۳-۴. هدیه دادن و تشویق مادی

یکی از مصادیق و شیوه‌های کارا و تأثیرگذار تشویق دادن، هدیه مادی و مالی است. این شیوه از سوی روانشناسان و منابع دینی مورد پذیرش قرار گرفته و به آن سفارش شده است. در قرآن کریم به دادن هدیه توسط پیامبر اکرم^(ص) به ذوی القربی و مسکین و مسافر در راه‌مانده اشاره شده است: «فَاتِ ذَا الْقُرْبَىٰ حَقَّهُ وَالْمِسْكِينَ وَابْنَ السَّبِيلِ» (روم: ۳۸). امام علی^(ع) در یک دستورالعمل مهم تربیتی به همه مربیان و والدین سفارش می‌کند وعده‌ای که به خردسالان می‌دهند، وفا نمایند: «إِذَا وَعَدْتُمُ الصَّبِيَّانَ فَفُوا لَهُمُ، فَإِنَّهُمْ يَرَوْنَ أَنَّكُمْ أَنْتُمْ الَّذِينَ تَرْزُقُونَهُمْ؛ اگر به کودکان وعده‌ای دادید، به آن وفا کنید، زیرا آنان گمان می‌کنند که شما روزی رسان آن‌هاید» (کلینی، ۱۴۰۷: ۶، ۴۹). این روش در سیره عملی پیامبر^(ص) و اهل بیت^(ع) هم مکرر نقل شده است. هدیه دادن به دیگران سیره رسول‌الله^(ص) و اهل بیت^(ع) بود. نقل شده که پیامبر^(ص) در جنگ حنین به مسلمانان تازه‌وارد، هدایای زیادی بخشید تا دل‌های آن‌ها را به اسلام متمایل کند (بخاری، ۱۴۲۲: ۴، ۱۱۲).

۳-۵. تقویت عزت نفس

از منظر قرآن کریم همه انسان‌ها دارای کرامت ذاتی و عزت نفس هستند. بر اساس آیه «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ»، (اسراء: ۷۰) همه بشریت دارای حرمت هستند و باید در برخورد با آنان حرمت، کرامت و عزت نفس آنان را مد نظر گرفت. بر اساس آموزه‌های اسلامی علاوه بر اینکه کسی حق ندارد حرمت انسانی را زیر پا بگذارد، خود شخص هم حق ندارد خود را کوچک کند. حفظ عزت نفس از وظایف وی است، چنانکه امام علی^(ع) فرمودند: «لَا

تَكُنْ عَبْدَ غَيْرِكَ وَقَدْ جَعَلَكَ اللَّهُ حُرًّا؛ بنده دیگری نباش؛ زیرا خداوند تو را آزاد آفریده است» (نهج البلاغه، نامه ۳۱). یعنی اطاعت بدون چون و چرا از دیگران که متأثر از شیوه تربیتی خاص است، مذموم است. تواضع و رعایت ادب اسلامی، با خود را کوچک کردن و حرمت خویش یا کرامت دیگران را نادیده گرفتن، متفاوت است. پیامبر (ص) بارها شخصیت یاران خود را با گفتن القاب مثبت تقویت می‌کردند و برای آنان نام‌های با مسما تعیین می‌نمود و نام‌های دوران جاهلیت و نامناسب را تغییر می‌داد. مانند اینکه به ابوذر غفاری فرمودند: «مَا أَظَلَّتِ الْخَضِرَاءُ وَلَا أَقَلَّتِ الْغُبَرَاءُ ذَا لَهْجَةٍ أَصْدَقَ مِنْ أَبِي ذَرٍّ؛ آسمان سایه نیفکنده و زمین پناه نداده، فردی با لهجه‌ای صادق‌تر از ابوذر را» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۱۰، ۱۲۳). این حدیث از پیامبر اسلام (ص) نقل شده است و نشان‌دهنده صداقت و راست‌گویی ابوذر غفاری است که در تاریخ اسلام به‌عنوان یک شخصیت پرهیزگار و حقیقت‌جو شناخته می‌شود.

۴. تأثیر تشویق قرآنی در تربیت

تشویق به‌عنوان یکی از روش‌های مؤثر تربیتی در اسلام، تأثیرات گسترده‌ای در زندگی فردی و اجتماعی دارد. این آثار را می‌توان در پنج بُعد کلی ذیل بررسی کرد:

۴-۱. افزایش انگیزه برای انجام اعمال صالح

بر اساس بیان برخی از آیات قرآن، وعده زندگی پاک و پاداش الهی، انگیزه‌ای قوی برای انجام اعمال صالح ایجاد می‌کند. خدای متعال می‌فرماید: «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ؛ هر کس از مرد و زن، عمل صالح انجام دهد درحالی‌که مؤمن باشد، قطعاً او را به حیاتی پاکیزه زنده خواهیم داشت و پاداش او را به بهترین اعمالی که انجام داده، خواهیم داد» (نحل: ۹۷). بیان پاداش و ثواب برای اعمال نیک و بیان اینکه برخی از اعمال را خدای متعال دوست دارد، بر افزایش انگیزه تأثیر دارد.

پیامبر اکرم (ص) فرمودند: «إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ إِذَا عَمِلَ أَحَدُكُمْ عَمَلًا أَنْ يُتَّقِنَهُ» (پاینده، ۱۳۸۳: ۳۰۵). این حدیث، تشویق به عمل نیک را تأیید کرده و موجب ایجاد انگیزه برای تلاش بیشتر می‌شود. بر اساس سیره النبی (ص)، حضرت در جنگ خندق، پس از مشاهده ایثار



حضرت علی^(ع)، فرمودند: «صَرْبَةُ عَلِيٍّ يَوْمَ الْحَنْدَقِ أَفْضَلُ مِنْ عِبَادَةِ الثَّقَلَيْنِ» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۳۹، ۲). این تشویق کلامی، باعث افزایش انگیزه در یاران پیامبر^(ص) برای مجاهدت در راه خدا شد.

۲-۴. تقویت اعتماد به نفس و عزت نفس

تشویق موجب تقویت اعتماد به نفس افراد و مربیان می شود. آیه کرامت (اسراء: ۷۰) نشان می دهد که تشویق به کرامت انسانی، موجب افزایش عزت نفس افراد می شود. مربی با تشویق های کلامی و غیرکلامی موجب افزایش خودباوری مربی می شود.

۳-۴. ایجاد محبت و روابط مثبت در جامعه

تشویق مالی، مادی و کلامی موجب ایجاد بلکه افزایش محبت بین مربی و مربی می گردد؛ محبت بیشتر موجب می شود که احتمال تکرار عمل نیک از سوی مربی افزایش می یابد. پیامبر اکرم^(ص) فرمودند: «تَهَادُّوا تَحَابُّوا؛ به یکدیگر هدیه دهید تا محبت بین شما افزوده شود» (ترمذی، ۱۴۰۳: حدیث ۲۰۳۵). هدیه دادن به عنوان یک روش تشویقی، محبت را در جامعه گسترش می دهد.

۴-۴. ترویج فرهنگ نیکوکاری و احسان

با تشویق احتمال تکرار عمل افزایش می یابد و این باعث می شود که زنجیره تکرار عمل با تشویق و همچنین با الگوبرداری انسان ها از یکدیگر و مربیان از مربیان، فرهنگ احسان و نیکوکاری ترویج و اشاعه می شود. چون همه توجه دارند که: «هَلْ جَزَاءُ الْإِحْسَانِ إِلَّا الْإِحْسَانُ» (رحمن: ۶۰). این آیه بر پاداش دهی به نیکوکاران تأکید دارد که خود موجب ترویج فرهنگ احسان می شود. امام صادق^(ع) فرمود: «مَنْ أَحْسَنَ إِلَى النَّاسِ، اسْتَدَامَ الْإِحْسَانَ مِنْهُمْ» (ابن شعبه حرانی، بی تا: ۳۳۴). این روایت بر استمرار احسان و نیکی در جامعه تأکید دارد.

۵-۴. ایجاد آرامش روحی و کاهش اضطراب

طبق برخی از آیات قرآن کریم، تشویق الهی موجب ایجاد طمأنینه، سکونت و آرامش در مؤمنان می شود. «الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»



(رعد: ۲۸). بر اساس پیامبر اکرم (ص): «إِنَّ مِنْ سَعَادَةِ الْمَرْءِ رِضَاَهُ بِقَضَاءِ اللَّهِ؛ رضایت از قضا و قدر الهی، موجب آرامش درونی فرد می‌شود»؛ (ترمذی، ۱۴۰۳: حدیث ۲۳۴۸) زیرا رضایت از عمل و تصمیم مربی، موجب آرامش روانی و آرامش روانی کاهش اضطراب را در پی دارد و در نتیجه با اطمینان خاطر مربی و مخاطب عمل نیک و مورد تشویق را تکرار می‌نماید.

در نتیجه اولاً تشویق آثار تربیتی مهمی در فرد و جامعه دارد، از جمله افزایش انگیزه، تقویت عزت نفس، گسترش محبت، ترویج احسان و ایجاد آرامش. ثانیاً قرآن کریم و روایات معصومین^(ع) بر تشویق به نیکی و تأثیر مثبت آن در زندگی فردی و اجتماعی تأکید دارند.

نتیجه‌گیری

تربیت دینی بر غنای درون و رشد استعداد های افراد تأکید دارد. هدف تربیت دینی برانگیختن شوق و رغبت به خداپرستی و پی بردن به کار لذت بخش دین است. برای دستیابی به هدف تربیت از روش های مختلف استفاده می شود که یکی از روش های مفید برای دستیابی به هدف تعلیم و تربیت، روش تشویق است.

تشویق قول یا عملی است که از فاعل قدردانی نموده و می ستاید. نمونه های از روش تشویق در قرآن کریم، نهج البلاغه و اخبار معصومین به چشم می خورد که بیانگر اهمیت این روش است. در قرآن کریم اصل تشویق به عنوان یک امر مسلم در هدایت و اصلاح رفتار بشر شناخته و پذیرفته شده است. از مجموع آیات قرآن کریم ۳۰۰ آیه به مسئله تشویق مربوط می شود که نمونه این آیات در قالب پنج دسته آورده شده است: تشویق به عنوان ابزار تأثیرگذار، تشویق های مادی و غیرمادی، همراه بودن پاداش و تنبیه، نادیده گرفتن پیشینه نامطلوب، خطاکاران برای انجام رفتار مطلوب و مراتب گوناگون پاداش.

در نهج البلاغه در نامه های امیرالمؤمنین^(ع) دیده می شود که حضرت برای هدایت مردم به راه حق، از روش تشویق بهره گرفته است و کارگزاران را نیز به بهره گرفتن از این روش سفارش کرده است. معصومین^(ع) نیز برای شکوفاسازی فطرت الهی در انسان ها از روش تشویق کار گرفته و سفارش به بهره گیری از این روش تربیتی نموده اند. به طور نمونه در اخبار



معصومین احادیث پیامبر اکرم^(ص) درباره روش تشویق روایاتی نقل شده است که برای والدین و مربیان در امر تربیت متریان بسیار کارساز است. محتوای این روایات این است: تشویق کردار نیک کودکان، تشویق به کار، تشویق به بوسیدن کودکان، تشویق به محبت کودکان، تشویق به شاد کردن کودکان و تشویق والدین و مربیان به آموزش دینی کودکان. تشویق به چهار شیوه (کلامی، مالی، عاطفی روانی و ارزشی معنوی) صورت می‌گیرد و دارای آداب و ویژگی‌های همچون تعلق گرفتن تشویق به رفتار و کردار یک شخص، تناسب داشتن تشویق با رفتار، به‌هنگام بودن تشویق، متعادل بودن تشویق، وسیله برای رسیدن به هدف، آشکار بودن دلیل تشویق، عامل برانگیختن احساس موفقیت و توجه به ویژگی‌های فرد تشویق کننده است. وقتی تشویق با توجه به نکات بالا صورت گیرد، باعث پیشرفت و سازندگی، پرورش نیروی انسانی، ایجاد علاقه‌مندی به فراگیری دانش و معارف قرآن در دانش‌آموزان می‌گردد. برعکس این توجه بیش از اندازه و تشویق رفتارهای نامطلوب پیامدهای زیان‌بار دارد.

تشویق به‌عنوان یکی از مهم‌ترین راهکارهای تربیتی در قرآن کریم و سیره پیامبر اکرم^(ص) و اهل بیت^(ع) مورد تأکید قرار گرفته است. این پژوهش نشان داد که تشویق در قرآن و سنت، ابزار کارآمد برای هدایت و اصلاح رفتار انسان‌هاست که با روش‌های مختلف، موجب تقویت انگیزه و رشد اخلاقی و دینی فرد می‌شود.

از دیدگاه قرآن، وعده‌های الهی و پاداش‌های اخروی مانند بهشت و مغفرت، نقش بسزایی در ترغیب افراد به اعمال نیک دارد (بقره: ۲۵؛ مائده: ۹). علاوه بر آن، معرفی الگوهای موفق همچون پیامبران و صالحان، نمونه‌ای از تشویق غیرمستقیم است که افراد را به پیروی از رفتارهای مطلوب تشویق می‌کند (احزاب: ۲۱). همچنین بشارت و بیان فزونی نعمت، یکی دیگر از روش‌های قرآنی است که فرد را به انجام کارهای خیر ترغیب می‌کند (ابراهیم: ۷). در سنت نبوی نیز پیامبر اکرم^(ص) و اهل بیت^(ع) با بهره‌گیری از تشویق کلامی (مانند تحسین و دعا)، تشویق مالی (اهدای هدایا)، تشویق عاطفی (اظهار محبت) و تشویق اجتماعی (معرفی افراد نیکوکار در جمع)، زمینه‌ساز گسترش فضایل اخلاقی در جامعه بودند (بخاری، ۱۴۲۲: حدیث ۶۹؛ کلینی، ۱۴۰۷: ۱، ۲۹۴).

فهرست منابع

قرآن کریم

نهج البلاغه

۱. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، (۱۳۸۰)، *تحف العقول*، تهران: انتشارات علمی فرهنگی.
۲. ابن منظور، محمد بن مکرم، (۱۴۱۴ ق)، *لسان العرب*، بیروت: دار صادر.
۳. احمد بن حنبل، (بی تا)، *مسند أحمد*، بیروت: دار صادر.
۴. امینی، ابراهیم، (۱۳۸۴)، *اسلام و تعلیم و تربیت*، قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی.
۵. بخاری، محمد بن اسماعیل (۱۴۲۲ ق). *صحیح بخاری*. دار طوق النجاة.
۶. پارسا، محمد، (۱۳۸۹)، *زمینه نوین روانشناسی عمومی*، تهران: انتشارات بعثت.
۷. پاینده، ابوالقاسم، (۱۳۸۲)، *نهج الفصاحة*؛ تهران: دنیای دانش.
۸. ترمذی، محمد بن عیسی، (۱۴۰۳ ق)، *سنن ترمذی*، بیروت: دار الغرب الاسلامی.
۹. حسینی، چراغ علی، (۱۳۹۵)، *تحلیل و بررسی نقش تشویق و تنبیه بر عملکرد کارکنان سازمان از منظر قرآن*، (پایان نامه کارشناسی ارشد مدیریت دولتی)، تهران: دانشگاه تهران.
۱۰. داودی، محمد، (۱۳۹۰)، *تربیت دینی (جلد دوم)*، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۱۱. عمید، حسن، (۱۳۷۵)، *فرهنگ فارسی عمید*، تهران: نشر امیرکبیر.
۱۲. قرشی، علی اکبر، (بی تا)، *قاموس قرآن*، تهران: دار الکتب الاسلامیه.
۱۳. کلینی، محمد بن یعقوب، (۱۴۰۷ ق)، *الکافی*، قم: دار الکتب الاسلامیه.
۱۴. مجلسی، محمدباقر، (۱۴۰۳ ق)، *بحار الأنوار*، بیروت: مؤسسة الوفاء.
۱۵. مکارم شیرازی، ناصر، (۱۳۷۴)، *تفسیر نمونه*، تهران: دار الکتب الاسلامیه.
۱۶. ملک پور، مختار، (۱۳۸۰)، *فصلنامه تعلیم و تربیت (آموزش و پرورش)*، شماره ۶۷.
۱۷. *نظام نامه تربیتی جامعه المصطفی العالمیه*، (۱۳۹۷)، قم: مرکز بین المللی ترجمه و نشر المصطفی.

۱۸. نیشابوری، مسلم بن حجاج، (۱۴۰۷ ق). صحیح مسلم. بیروت: دار إحياء التراث العربي.

۱۹. هاشمی رفسنجانی، اکبر، (۱۳۹۵)، فرهنگ قرآن، قم: بوستان کتاب.



تحلیل نقش روان‌شناختی ارتباط غیرکلامی در رابطه مؤثر زناشویی

در پرتو آموزه‌های قرآن کریم

مهین نوروزی^۱

چکیده

ارتباط غیرکلامی به مجموعه‌ای از رفتارهای غیرزبانی اطلاق می‌شود که در کنار ارتباط کلامی، نقش مهمی در انتقال افکار و احساسات دارد. در روابط زناشویی، این نوع ارتباط می‌تواند به همسران کمک کند تا احساسات و افکاری را که نمی‌توانند با کلمات بیان کنند، به‌دقت و وضوح منتقل نمایند. هدف این تحقیق، تحلیل نقش ارتباطات غیرکلامی در روابط زناشویی از منظر روانشناسی و آموزه‌های قرآن کریم است؛ زیرا با توجه به کاستی‌های موجود در خانواده امروزی که زمینه‌ساز آسیب‌هایی می‌شود، تحقیق و بررسی یکی از راه‌های بهبود این وضعیت که تأثیر ارتباطات غیرکلامی در تقویت یا تضعیف روابط زناشویی است، بسیار ضروری می‌نماید. داده‌های این تحقیق به‌صورت کتابخانه‌ای از منابع روان‌شناختی و تفسیری جمع‌آوری شده و سپس با روش تحلیلی-توصیفی صورت گرفته است. یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که ارتباط غیرکلامی تأثیر چشمگیری بر روابط زناشویی دارد و قرآن کریم به این نوع ارتباطات، اهمیت ویژه‌ای داده است. در پژوهش حاضر تلاش شده که قواعد ارتباط مؤثر از منظر قرآن کریم را پس از تحلیل، در جهت بهبود روابط زناشویی به کار گیرد.

کلیدواژه‌ها: قرآن کریم، ارتباط غیرکلامی، روانشناسی، روابط زناشویی، تأثیرات روان‌شناختی

مقدمه

روانشناسی زناشویی به عنوان یکی از زمینه‌های تحقیقات مهم، اهمیت خود را در درک عناصر ارتباطی میان افراد نشان می‌دهد. زوجین با توجه به ارتباطات غیرکلامی خود، نه تنها می‌توانند روابطشان را بهبود بخشند، بلکه در فهم بهتر یکدیگر نیز مؤثر هستند. از سوی دیگر، آموزه‌های قرآن کریم به عنوان یک مرجع اخلاقی و راهنمای اجتماعی، اصول و مبانی مهمی برای زندگی زناشویی سالم ارائه کرده است. صاحب نظران عرصه اجتماع، به طور کلی بر این باورند که انسان موجودی اجتماعی است. این ماهیت اجتماعی انسان، وی را به برقراری ارتباط با دیگران و ایجاد روابط مختلف اجتماعی که در آن زندگی می‌کند، رهنمون می‌سازد. با توجه به ساخت روانی و شرایط تربیتی، انسان‌ها به لحاظ «نوع» و «چگونگی» ارتباطات خود با دیگران تفاوت‌هایی دارند. نوع و شیوه برقراری ارتباط در انسان‌ها مشابه شیوه زندگی و فرهنگ آن‌هاست. بدین معنا که به تبع تغییرات در عناصر فرهنگی جامعه، شبکه ارتباطی آن جامعه نیز دستخوش تحول خواهد شد.

مهارت‌های ارتباطی کلامی و غیرکلامی، روش‌ها و شیوه‌های ضروری برای یک زندگی سالم و سازنده‌اند. این مهارت‌ها مجموعه‌ای از توانایی‌هاست که باعث سازگاری فرد با دیگران و شکل‌گیری رفتارهای مثبت و مفید می‌شود. این توانایی‌ها فرد را قادر می‌سازد که نقش مناسب خود را در جامعه به خوبی ایفا کند، بی‌آنکه به خود یا دیگران آسیب وارد سازد. بنابراین فردی که دارای مهارت‌های ارتباطی کلامی و غیرکلامی است، قادر است با دیگران به گونه‌ای ارتباط برقرار کند که حقوق، الزامات و رضایت خود را در حد معقولی تأمین نماید، بی‌آنکه حقوق و الزامات دیگران را نادیده بگیرد و درعین حال بتواند در این موارد، مبادله‌ای آزاد و باز با دیگران داشته باشد (پی فرگاس، ۱۳۷۳).

در ارتباط غیرکلامی، مفاهیم و معانی از طریق حرکات بدن، مانند حالات چهره، نگاه، خنده، گریه و سایر نشانه‌های غیرکلامی، بین افراد منتقل می‌شود. هر دو نوع ارتباط، نیازمند کسب مهارت‌هایی است که در زمره مهارت‌های ارتباطی قرار می‌گیرد و لازمه هر ارتباط موفق، آموزش این مهارت‌هاست. در جامعه اسلامی، با در نظر گرفتن بعد معنوی شخصیت انسان و ساختار وجودی او که با قوانین هستی و اهداف الهی همسو است، توجه



به شیوه زندگی که مطابق با فرمان‌های الهی باشد و با ویژگی‌های خاص فرهنگی جامعه هم‌راستا باشد، امری بسیار مؤثر و ضروری به نظر می‌رسد. با توجه به اصالت و اهمیت قرآن کریم، این پژوهش سعی دارد رویکردی هنجاری برای بهبود فرایند ارتباطی از متن آیات و برخی روایات اتخاذ کند.

این پژوهش سعی دارد با روش توصیفی تحلیلی و با رویکرد میان‌رشته‌ای، مؤلفه‌های مختلف و عوامل مهم ارتباط غیرکلامی در قرآن کریم را مورد تجزیه و تحلیل قرار دهد تا نقش عوامل ارتباط غیرکلامی در روابط مؤثر زناشویی نشان داده شود و مورد استفاده مخاطبان قرار گیرد.

۱. ماهیت ارتباط غیرکلامی

«ارتباط غیرکلامی شامل همه جنبه‌های ارتباط به‌جز کلمات است» (جولیتای، ۱۳۷۹: ۲۸۴) و این تعبیر به دامنه وسیعی از پدیده‌ها اطلاق می‌شود. «پیام غیرکلامی شامل پیام‌های ارادی و غیرارادی است. غالب ارتباطات غیرکلامی، حالات چهره و بدن، دست‌ها و پاها، وضعیت قرار گرفتن و فاصله با مخاطب، لحن و تن صدا، سکوت و وقفه در حرکات و غیره را شامل می‌شود» (محسنیان راد، ۱۳۸۷: ۲۴۶).

«درباره ماهیت و چگونگی رفتارهای غیرکلامی، نظریه‌های متنوعی ارائه گردیده است. یکی از این نظریه‌ها تجزیه و تحلیل و طبقه‌بندی فعالیت‌های غیرکلامی به شیوه‌های گوناگون است که در یک دسته‌بندی جامع می‌توان ارتباط‌های غیرکلامی را به انواع زیر تقسیم کرد: ارتباط‌های دیداری، بویایی، بساوایی، مکانی و رفتاری» (فرهنگی، ۱۳۸۴: ۳۱۰-۲۹۴). افراد برای برقراری ارتباط با دیگران، از دو ابزار ارتباطی استفاده می‌کنند: کلام و غیر کلام (بدن). در ارتباط کلامی، فرد از طریق سخن و گفتار، اطلاعات را به دیگران منتقل می‌کند، درحالی‌که در ارتباط غیرکلامی، فرد از طریق عناصر غیرزبانی مانند حالات چهره، نوع نگاه و دیگر نشانه‌ها، منظور خود را به دیگران منتقل می‌سازد. انسان در طول زندگی و در دوره‌های یادگیری، زبان بدن مناسب خود را به‌طور ناخودآگاه فرامی‌گیرد. بااین حال، یک نکته همیشه ثابت است: زبان بدن ما همیشه واضح‌تر و روشن‌تر از گفتار ماست.



۲. اهمیت ارتباط غیرکلامی

۲-۱. ارتباط غیرکلامی در قرآن

در قرآن کریم، از رفتارهای غیرکلامی تأثیرگذار مانند حالات چهره، حرکات بدن، تماس چشمی، لحن و تن صدا، ویژگی‌های ظاهری و لمس کردن یا تماس بدنی اشاره شده است. نشانه‌های غیرکلامی به حدی اهمیت دارند که هرگاه بین حالات چهره و گفتار ناسازگاری پیش آید، حالات چهره و هر فعل غیرکلامی مهم‌تر و پرمعناتر از کلمات جلوه می‌کنند. به همین دلیل، امام علی^(ع) می‌فرماید: «لِسَانُ الْحَالِ أَصْدَقُ مِنْ لِسَانِ الْمَقَالِ؛ زبان حال، راستگوتر از گفتاری است» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ۱۵۳).

نشانه‌های غیرکلامی و استفاده صحیح از آن‌ها از عوامل مهم در ایجاد ارتباط مؤثر است. از جمله نشانه‌های غیرکلامی که فرایند گفتگو را تسهیل می‌کند، می‌توان به چهره باز، تبسم، دست دادن، معانقه و تماس مستقیم و مناسب اشاره کرد. در مقابل، نگاه پیوسته و خیره می‌تواند نمایانگر خشم و مخالفت باشد، چنانکه در قرآن کریم آمده است: «فَإِذَا جَاءَ الْخَوْفُ رَأَيْتَهُمْ يَنْظُرُونَ إِلَيْكَ تَدُورُ أَعْيُنُهُمْ كَالَّذِي يُغْشَىٰ عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِ؛ وقتی ترس پیش آید، می‌بینی چنان به تو نگاه می‌کنند و چشم‌هایشان در حلقه می‌چرخد که گویی می‌خواهند قالب تهی کنند» (احزاب: ۱۹). «رَأَيْتَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ يَنْظُرُونَ إِلَيْكَ نَظَرَ الْمَغْشَىٰ عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِ؛ منافقان بیماردل را می‌بینی که همچون کسی که در آستانه مرگ قرار گرفته به تو نگاه می‌کنند» (محمد: ۲۰). «المغشى عليه من الموت»، به کسی اطلاق می‌شود که در سكرات مرگ قرار گرفته است و عبارت «غشى على فلان» به معنای از کار افتادن فهم فرد به دلیل یک عارضه است (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۱۸، ۲۳۹). نگاه بدون پلک زدن، یعنی همان نگاه خیره، تنها به معنای اظهار تنفر، ترس و نگرانی نیست، بلکه می‌تواند نشان‌دهنده عشق، محبت و تأکید عملی فرد بر سخنان خود و دیگران نیز باشد.

۲-۲. ارتباط غیرکلامی در روایات

در روایات اسلامی گشاده‌رویی یکی از مصادیق حسن خلق دانسته شده است و تأثیر مثبت حسن خلق در روایت اجتماعی و خانوادگی مخصوص زناشویی بر کسی پوشیده نیست. از حضرت امام علی^(ع) نقل شده است که فرمود: «سَبَبُ الْمَحَبَّةِ الْبِشْرُ؛ خوش‌رویی



سبب جذب محبت می‌شود» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ۴۳۴). «الْبَشْرُ يُطْفِئُ نَارَ الْمُعَانَدَةِ؛ گشاده‌رویی، آتش دشمنی طرف مقابل را خاموش می‌کند»، (همان) «الْبَشَاشَةُ حِبَالَةُ الْمَوَدَّةِ؛ گشاده‌رویی کمند دوستی است» (همان). از امام جعفر صادق^(ع) نقل شده که فرمود: «صَنَائِعُ الْمَعْرُوفِ وَحُسْنُ الْبَشْرِ يَكْسِبَانِ الْمَحَبَّةَ؛ نیکوکاری و گشاده‌رویی، محبت می‌آورد» (کلینی، ۱۴۰۷: ۲، ۱۰۳). این آثار ارزنده گشاده‌رویی در تقویت روابط زناشویی، می‌تواند بسیار مؤثر باشد و زندگی مشترک را رنگ و روی دیگری بدهد.

علاوه بر گشاده‌رویی، لحن نرم و آمیخته با محبت و احترام، نیز حائز اهمیت است. روایات تأکید دارد که استفاده از لحن خوب و نیکو می‌تواند روابط عاطفی زوجین را تقویت کند (حر عاملی، ۱۴۱۴: ۱۲، ۱۸۶). هم‌نشینی زوجین نیز در روایات ارزش‌گذاری شده که می‌تواند دلیلی بر اهمیت دادن روایات بر روابط غیرکلامی زوجین باشد. حضرت رسول اکرم^(ص) فرمودند: «جُلُوسُ الْمَرْءِ عِنْدَ عِيَالِهِ أَحَبُّ إِلَيَّ اللَّهُ تَعَالَى مِنْ اعْتِكَافٍ فِي مَسْجِدِي هَذَا؛ نشستن مرد در کنار همسرش، از نظر خداوند محبوب‌تر از اعتکاف در این مسجد من است» (ورام، ۱۴۱۰: ۲، ۱۲۲). در این روایت، هم‌نشینی با همسر ارزش‌گذاری و این ارزش‌گذاری نشان می‌دهد که باید زمانی برای این کار اختصاص داده شود.

همچنین در روایات نگاه محبت‌آمیز به همسر، یکی از ابزارهای جلب رحمت الهی دانسته شده است. در روایتی از رسول خدا^(ص) آمده است: «إِنَّ الرَّجُلَ إِذَا نَظَرَ إِلَى امْرَأَتِهِ وَنَظَرَتْ إِلَيْهِ نَظَرَ اللَّهِ تَعَالَى إِلَيْهِمَا نَظَرَ الرَّحْمَةِ؛ اگر مردی به همسرش نگاه کند و او به او نگاه کند، خداوند متعال با نگاهی رحمت به آن‌ها نگاه می‌کند و اگر کف دست او را بگیرد، گناهانشان از انگشتان آن‌ها می‌افتد» (پاینده، ۱۳۸۲: ۲۷۸).

۳. مصادیق ارتباط غیرکلامی در قرآن کریم

در متون اسلامی، ارتباط غیرکلامی به‌عنوان یکی از مهم‌ترین ابزارهای بیان هیجان‌ها و حالات درونی انسان‌ها معرفی شده و حتی آن را دقیق‌تر و گویاتر از زبان گفتاری دانسته‌اند. چنانکه امیرالمؤمنین^(ع) فرموده است: «أَصْدَقُ الْمَقَالِ مَا نَطَقَ بِهِ لِسَانُ الْحَالِ؛ راست‌ترین گفتار آن است که با زبان حال بیان شود» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ۲۱۷). این سخن نشان می‌دهد که حالات درونی انسان‌ها، مانند احساسات و هیجانات، در بسیاری از موارد از



طریق رفتارهای غیرکلامی همچون زبان بدن، حرکات صورت و دیگر نشانه‌های فیزیکی بهتر از کلمات منتقل می‌شود. در قرآن نیز نمونه‌هایی از این نوع ارتباط غیرکلامی یافت می‌شود که بر اساس آن‌ها می‌توان به تحلیل حالات مختلف انسان‌ها و واکنش‌های آن‌ها در برابر شرایط مختلف پرداخت. در ادامه به برخی از این مصادیق و موارد، اشاره خواهیم کرد:

۳-۱. رابطه زبان بدن با هیجان‌ها

تواضع: قرآن به شدت بر لزوم تواضع و فروتنی تأکید دارد. قرآن می‌فرماید: «وَ اخْفِضْ جَنَاحَكَ لِمَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ؛ و بال خود را برای مؤمنانی که از تو پیروی می‌کنند، بگستران» (اشعراء: ۲۱۵). منظور این است که در برابر مؤمنین فروتن و متواضع باش. این تعبیر به زبان بدن اشاره دارد، جایی که انسان در مواجهه با دیگران به گونه‌ای عمل می‌کند که نشان‌دهنده نرم‌خویی و فروتنی است. این نوع رفتار، شبیه آن است که پرنده‌ای بال خود را جمع کرده و در مقابل صاحب یا جفتش به عنوان علامت تسلیم و تواضع، قرار می‌گیرد. در قرآن نیز آمده است: «وَ إِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ» (قلم: ۴). این تعبیر در آیه، نشان‌دهنده عظمت اخلاق پیامبر است. به همین دلیل در روایات آمده است که ترویج اسلام به سه عامل مهم، مال حضرت خدیجه^(س)، شمشیر حضرت علی^(ع) و خُلُقِ پسندیده پیامبر اکرم^(ص) انجام شده است. در این میان، اخلاق پیامبر^(ص) به عنوان یکی از مؤثرترین عوامل شناخته شده است (طیب، ۱۳۷۸: ۱۰، ۹۶).

نفاق: در قرآن کریم، نفاق را به عنوان یکی از صفات منفی انسان‌ها معرفی شده است. چنانکه می‌فرماید: «إِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَادِعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كُسَالَى؛ منافقان با خدا نیرنگ می‌کنند و حال آنکه او با آنان نیرنگ خواهد کرد و چون به نماز ایستند با کسالت برخیزند» (نساء: ۱۴۲). این آیه به ویژگی‌های منافقان اشاره دارد که در ظاهر خود را مؤمن نشان می‌دهند؛ اما در باطن هیچ گونه اعتقادی ندارند. منافقان برای فریب دادن مؤمنان، در مجالس و محافل اسلامی حاضر می‌شدند و با اعمال و رفتار ظاهری خود می‌خواستند اعتماد دیگران را جلب کنند. با این حال، آن‌ها هیچ میل و علاقه‌ای به عبادت واقعی، مانند نماز، ندارند و تنها برای اهداف دنیوی خود در نماز حضور می‌یابند. این نوع رفتار و شخصیت نامتعادل، نشان‌دهنده یک تضاد عمیق بین ایمان ظاهری و باطن



منافق است (مکارم شیرازی، ۱۳۸۰: ۲۴، ۱۵۳).

حیا و شرم: یکی از ویژگی‌های مطلوب انسانی از نظر قرآن کریم، حیا و شرم است که خود را در رفتار انسان نشان می‌دهد. قرآن می‌فرماید: «فَجَاءَتْهُ إِحْدَاهُمَا تَمْشِي عَلَى اسْتِحْيَاءٍ» (قصص: ۲۵). حیا یک ویژگی درونی است؛ اما این بخش از آیه بیان می‌کند که دختر حضرت شعیب به گونه روی زمین راه می‌رفت که انگار روی فرشی از حیا قدم می‌زد. البته حیا و شرم تنها در ظاهر نیست، بلکه در تمام حرکات و رفتارهای فرد باید مشهود باشد. باز دربارهٔ زمینه حیا و شرم، قرآن به رفتارهایی چون نحوه راه رفتن زنان اشاره دارد و می‌فرماید: «وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِنْ زِينَتِهِنَّ»؛ و هنگام راه رفتن پاهای خود را به زمین نزنند تا زینت پنهانی‌شان دانسته شود (و صدای خلخال که برپا دارند به گوش رسد)» (نور: ۳۱). این آیه به این معناست که زنان باید از صدای زیورآلات خود هنگام راه رفتن جلوگیری کنند تا نامحرم‌ان به آن‌ها توجه نکنند که به نحوی مرتبط با رعایت حیاست؛ یعنی رفتار انسان با یکی از مصادیق هیجانات که حیاست، ارتباط دارد.

عصبانیت: عصبانیت یکی دیگر از ویژگی‌های هیجانی انسان است که خود را در حرکات و رفتار انسان نشان می‌دهد. چنانکه قرآن کریم می‌فرماید: «وَإِذَا خَلَوْا عَصَوْا عَلَى كُمِ الْأَنَامِلِ مِنَ الْغَيْظِ»؛ و چون [با هم] خلوت کنند از شدت خشم بر شما سر انگشتان خود را می‌گزند» (آل عمران: ۱۱۹). این آیه به‌ویژه به عصبانیت شدید اهل کتاب اشاره دارد که وقتی در خلوت می‌رفتند، از شدت غضب، دست به دندان می‌گزیدند. این رفتارشان نشان‌دهنده شدت خشم و انزجار آنان بود که در چهره و رفتارشان نمایان می‌شد و می‌تواند در دیگر افراد نیز چنین باشد.

خضوع و خشوع: قرآن کریم می‌گوید خضوع و خشوع نیز از هیجاناتی است که در رفتار انسان‌ها آشکار می‌شود: «وَيَخْرُونَ لِلْأَذْقَانِ يَبْكُونَ وَيَزِيدُهُمْ خُشُوعًا»؛ و بر روی زمین می‌افتند و می‌گریند و بر فروتنی آنها می‌افزاید» (اسراء: ۱۰۹). این آیه، به کسانی اشاره دارد که در مقابل خداوند به خشوع می‌افتند و با گریه و اشک، تسلیم بودن خود را نزد خداوند ابراز می‌کنند (ر.ک. طباطبایی، ۱۳۷۴: ۱۳، ۲۲۳).

علائم غیرکلامی، نشانه‌هایی از احساسات و حالات درونی انسان است که بیشتر از

کلمات، ارتباطات را منتقل می‌کند. این علائم می‌تواند شامل زبان بدن، حرکات چهره، وضعیت بدنی و حتی لحن صدا باشد. در قرآن کریم، به این علائم غیرکلامی اشاره شده و روابط مختلفی مانند تواضع، نفاق، حیا، شرم، ندامت، حسرت، تکبر، خشم و دیگر حالات روحی، از طریق حرکات بدنی و حالات ظاهری بیان شده است. این آیات نشان می‌دهد که بین زبان بدن یا تحرکات ظاهری و هیجانات درونی انسان ارتباط مستحکمی برقرار است.

۳-۲. روانشناسی چهره

قرآن کریم در مورد مستمندان می‌فرماید که ظاهر خود را حفظ می‌کنند؛ اما رنگ چهره آن‌ها چیز دیگری را نشان می‌دهد: «تَعْرِفُهُمْ بِسِيمَاهُمْ...» (بقره: ۲۷۳) یا در دوران جاهلیت وقتی مژده ولادت دختر به مردان داده می‌شد، از شدت خشم چهره‌شان سیاه می‌شد. «وَإِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُمْ بِالْأُنْثَىٰ ظَلَّ وَجْهُهُ مُسْوَدًّا وَهُوَ كَظِيمٌ» (نحل: ۵۸). در قیامت با آشکار شدن ویژگی‌های افراد، چهره‌های آنان به وضوح از یکدیگر تمایز می‌یابد. «يَوْمَ تَبْيَضُّ وُجُوهٌ وَتَسْوَدُّ وُجُوهٌ فَأَمَّا الَّذِينَ اسْوَدَّتْ وُجُوهُهُمْ أَكْفَرْتُمْ بَعْدَ إِيمَانِكُمْ فَذُوقُوا الْعَذَابَ بِمَا كُنْتُمْ تَكْفُرُونَ» (آل عمران: ۱۰۶). در مورد شرمندگی کفار می‌گوید که چشم‌های کفار به زیر افتاده و خواری تمام وجودشان را فرا گرفته است. «خَاشِعَةً أَبْصَارُهُمْ تَرْهُقُهُمْ ذُلَّةٌ» (قلم: ۴۳) در روز قیامت، چهره اهالی بهشت یا آنان که مژده ورود به بهشت دریافت می‌کنند، روشن و خندان و شاداب است. «وُجُوهٌ يَوْمَئِذٍ مُّسْفِرَةٌ ضَّاحِكَةٌ مُّسْتَبْشِرَةٌ» (عبس: ۳۸-۳۹). بهشتیان در روز قیامت از چهره‌های خود شناخته می‌شوند به گونه‌ای که هر کس به چهره آنان نگاه کند، نشاط را در آن‌ها خواهد دید. «تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ» (مطففین: ۲۴).

روانشناسی چهره به این مفهوم اشاره دارد که احساسات و ویژگی‌های درونی افراد از طریق حالات چهره آن‌ها قابل شناسایی است. این حالات می‌توانند نشان‌دهنده روابط سالم یا ناسالم بین افراد باشند که شواهد فراوانی قرآنی هم دارد. بنابراین برای بهبود روابط انسانی و ایجاد ارتباطات مطلوب، می‌توان از آموزه‌های روان‌شناختی قرآن کریم بهره برد. یکی از روش‌های مؤثر در کنترل احساسات منفی مانند خشم، تغییر رفتار یا وضعیت جسمانی است.



۳-۳. لحن کلام

کلمه لحن بیشتر به معنای تغییر در نحو کلام است؛ مانند جابجایی اعراب یا نقاط آن که این عمل ناپسند است. گاهی هم به کار بردن سخنان سر بسته و کنایه آمیز که در میان شاعران و ادیبان بیشتر رواج دارد، نوعی بلاغت شمرده می‌شود (راغب اصفهانی، ۱۳۸۸: ۷۳۸). در قرآن به لحن و تَن صدا نیز توجه شده است؛ زیرا این حالات بیانگر ویژگی‌های درونی و بیرونی فرد در هنگام بروز ارتباطات است.

تأثیر تَن صدا و نوع لحن، یکی دیگر از مصادیق ارتباط غیرکلامی است که در قرآن بازتاب دارد. چنانکه می‌فرماید: «فَلَا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ وَقُلْنَ قَوْلًا مَعْرُوفًا» (احزاب: ۳۲). این آیه همسران پیامبر را از سخن گفتن با لحن نازک نهی کرده و به سخن گفتن با لحن طبیعی دستور داده است. علتش نیز این است که ممکن است لحن غیر معمولی باعث طمع بیمار دلان شود. به بیان قرآن کریم، از طرز سخنان برخی می‌توان به هیجان‌ها و حالات درونی‌شان پی برد. چنانکه در مورد منافقان می‌فرماید: «فَلَعَرَفْتَهُمْ بِسِيمَاهُمْ وَلَعَرَفَتْهُمْ فِي لَحْنِ الْقَوْلِ» (محمد: ۳۰).

با کنترل و مدیریت این ویژگی‌ها، بر اساس اصول تربیتی و ارتباطی، می‌توان یک ارتباط مؤثر و مناسب میان زوجین برقرار کرد.

۳-۴. نوع نگاه یا ارتباط چشمی

ارتباط چشمی یکی از ملزومات آغاز ارتباط است که پیش از شکل‌گیری ارتباط کلامی، ایجاد می‌شود و نشانه‌ای از برقراری ارتباط است. ارتباط چشمی، گویاترین پیام غیرکلامی است و نشانه صداقت، احترام، علاقه، هوشمندی، خلوص نیت و اعتماد به نفس است و همچنین بیانگر حالات درونی فرد است.

نوع نگاه هم از منظر قرآن کریم، برای برقراری ارتباط، معنادار است. چنانکه می‌فرماید: «رَأَيْتَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ يَنْظُرُونَ إِلَيْكَ نَظَرَ الْمَغْشَى عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِ؛ منافقان بیمار دل را می‌بینی که همچون کسی که در آستانه مرگ قرار گرفته به تو نگاه می‌کنند» (محمد: ۲۰). از نظر قرآن کریم، نگاه خیره بدون پلک زدن، نشانه ترس و نگرانی است.

بنابراین نوع نگاه می‌تواند منجر به ایجاد ارتباط درست یا نادرست گردد. قرآن کریم به

این موضوع توجه کرده و نشانه‌های آن را بیان می‌کند. خیره شدن می‌تواند نشانه‌ای از حالات مختلف فرد باشد؛ ترس، نگرانی، عشق، محبت، جذب و... علائم چشمی در ارتباطات نقش دارد و مدیریت در نوع نگاه می‌تواند کمک مؤثری در برقراری ارتباط سالم میان زوجین باشد. بنابراین توجه به آموزه‌های وحیانی، راهکاری مفید برای داشتن ارتباط سالم است.

۴. فواید ارتباط صحیح در روابط زناشویی

روابط زناشویی، پایه‌گذار بسیاری از جنبه‌های زندگی فردی و اجتماعی افراد است و ارتباط صحیح در این روابط می‌تواند تأثیرات شگرفی بر سلامت روانی و اجتماعی زوجین بگذارد. این نوع ارتباطات هم به بهبود کیفیت زندگی کمک می‌کند و هم باعث تقویت روابط خانوادگی، افزایش عزت نفس و ارتقای سطح امنیت اجتماعی می‌شود. در ادامه، به برخی از مهم‌ترین فواید ارتباط صحیح در روابط زناشویی پرداخته می‌شود:

۴-۱. آرامش روانی

یکی از بارزترین فواید ارتباط صحیح در روابط زناشویی، ایجاد آرامش روانی است. به اعتقاد روان‌شناسان، محیط خانواده سالم، بهترین مکان برای تأمین آرامش روانی فرد است. این محیط هم نیازهای روانی افراد را برآورده می‌کند و هم موجب ایجاد امنیت و اطمینان برای همسران می‌شود. محبت، غمخواری و پذیرش متقابل از جمله مؤلفه‌هایی است که به ایجاد این امنیت روانی کمک می‌کند. این احساسات، زمانی که در رابطه زناشویی برقرار باشد، به زوجین این امکان را می‌دهد که در کنار یکدیگر احساس آرامش کنند و در دنیای پرتنش بیرونی، خانه و خانواده به امن‌ترین پناهگاه تبدیل شود. بنابراین ارتباط صحیح و مبتنی بر احترام متقابل در خانواده، محیطی سالم برای رشد روانی افراد فراهم می‌آورد که در هیچ جای دیگری به دست نمی‌آید (بورنستین، ۱۳۸۰).

۴-۲. رشد شخصیت

یکی از زمینه‌های مهم رشد شخصیت، عزت نفس است و روابط صحیح زناشویی می‌تواند به افزایش عزت نفس افراد کمک کند. وقتی زوجین در یک رابطه سالم قرار دارند، معمولاً حس رضایت‌مندی از زندگی پیدا می‌کنند. این رضایت‌مندی به‌ویژه زمانی که به‌عنوان پدر



یا مادر شدن تجربه می‌شود، به رشد شخصیت فردی کمک می‌کند. در چنین رابطه‌ای، همسران احساس مسئولیت نسبت به یکدیگر و همچنین نسبت به خانواده پیدا می‌کنند که «این امر باعث تقویت ویژگی‌های مثبت در شخصیت آن‌ها می‌شود. بر اساس دیدگاه ژان پیاژه، حرکت از خودمحوری به سوی تعامل با دیگران، یکی از مراحل رشد شخصیت است. در روابط زناشویی صحیح، این پدیده به وضوح مشاهده می‌شود؛ زیرا همسران به یکدیگر ایثار و فداکاری می‌کنند و یکدیگر را جزئی از وجود خود می‌دانند. این تعامل مثبت، باعث تقویت عزت نفس و رشد فردی هر یک از طرفین می‌شود و به توسعه شخصیت آن‌ها کمک می‌کند» (منصور و دادستان، ۱۳۸۰).

۳-۴. رسیدن به امنیت اجتماعی

یکی دیگر از مزایای ارتباط صحیح در روابط زناشویی، تأثیر آن بر امنیت اجتماعی است. طبق آموزه‌های قرآن و تحقیقات اجتماعی، روابط زناشویی سالم می‌تواند به کاهش جرم و بزهکاری در جامعه کمک کند؛ زیرا «وقتی زوجین به طور صحیح و با احترام متقابل زندگی می‌کنند، زمینه‌های لازم برای ایجاد یک محیط اجتماعی امن‌تر برای فرزندان و یک نسل فراهم می‌شود. این نوع روابط هم در کاهش آسیب‌های اجتماعی مؤثر است و هم باعث افزایش سطح مسئولیت‌پذیری و حس تعلق اجتماعی در افراد می‌شود. روابط زناشویی مبتنی بر احترام و محبت می‌تواند موجب کاهش بسیاری از مشکلات اجتماعی از جمله خشونت‌های خانگی و بزهکاری در اجتماع گردد» (محبوبی منش، ۱۳۹۶).

۴-۴. ایجاد بستری مناسب برای فرزندآوری

ایجاد خانواده سالم پس از یک رابطه زناشویی صحیح، می‌تواند به تقویت احساسات فردی زوجین کمک کند و در آن‌ها تعهد و مسئولیت‌پذیری بیشتری ایجاد نماید. وقتی فرزند در چنین خانواده‌ای متولد می‌شود، این تعهد و مسئولیت‌پذیری هم در زندگی روزمره و هم در تربیت فرزند نیز بروز می‌کند. حضور فرزند، تعمیق روابط میان همسران را موجب شده و به آن‌ها احساس تعلق بیشتری به یکدیگر می‌دهد. از سوی دیگر، زندگی در چنین محیطی موجب کاهش مشکلات روانی، افسردگی، خودکشی و اعتیاد در میان زوجین و فرزندان می‌شود. فرزندآوری در یک خانواده پایدار و سالم می‌تواند زمینه‌ساز رشد روانی و



اجتماعی فرزندان شود و مشکلات روانی را از بین ببرد (ر.ک. سالاری فر، ۱۳۸۶).

بنابراین ارتباط صحیح در روابط زناشویی هم موجب تأمین آرامش روانی و رشد شخصیت افراد می‌شود و هم به امنیت اجتماعی و تقویت بنیان‌های خانواده کمک می‌کند؛ زیرا روابط سالم زناشویی به افراد این امکان را می‌دهد که در یک محیط امن و حمایتگر زندگی کنند و به‌طور هم‌زمان زمینه‌های رشد فردی و اجتماعی خود را فراهم سازند. این نوع روابط به کاهش آسیب‌های اجتماعی و مشکلات روانی کمک کرده و زندگی سالم‌تر و شادتری برای اعضای خانواده به ارمغان می‌آورد. به همین دلیل، سرمایه‌گذاری در بهبود کیفیت ارتباطات زناشویی نه تنها برای خود زوجین، بلکه برای جامعه نیز مفید و ضروری است.

۵. تحلیل روانشناسی فرایند ارتباط غیرکلامی در روابط زناشویی بر پایه آموزه‌های قرآن کریم

در روابط زناشویی، ارتباطات غیرکلامی نقش ویژه‌ای دارد که می‌تواند بر روانشناسی زوجین تأثیرات قابل توجهی بگذارد. به‌عنوان مثال، لحن صدا، نگاه‌ها و حتی نحوه نشستن و ایستادن می‌تواند بسیاری از احساسات و افکار نهفته را منتقل کند. در بسیاری از مواقع، زوجین تنها از طریق رفتارهای غیرکلامی پیام‌های عاطفی و روانی خود را به یکدیگر منتقل می‌کنند. لحن گرم و محبت‌آمیز، نگاه‌های پر معنا و حتی حرکات بدن می‌تواند احساسات مثبتی چون احترام متقابل و پذیرش اختلافات را تقویت کند. این ارتباطات غیرکلامی به‌طور مستقیم بر وضعیت روانی و عاطفی زوجین تأثیر گذاشته و موجب تقویت ارتباطات نزدیک و سالم‌تر می‌شود. قرآن کریم نیز به‌طور غیر مستقیم بر لزوم احترام و محبت متقابل تأکید دارد و آموزه‌های آن می‌تواند راهگشای تقویت این نوع ارتباطات باشد که در ادامه به مواردی اشاره می‌کنیم:

۵-۱. نقش آموزه‌های قرآن کریم در تقویت ارتباطات زناشویی

قرآن کریم به‌عنوان کتاب هدایت، اصولی را برای زندگی زناشویی ترسیم کرده که به تقویت و تحکیم روابط همسران کمک می‌کند. این اصول شامل محبت، احترام متقابل، مسئولیت‌پذیری، عدالت و گذشت است که همگی نقش مهمی در ایجاد یک زندگی



زناشویی سالم و پایدار دارند.

۱. محبت و مودت به‌عنوان اساس زندگی زناشویی: یکی از مهم‌ترین آموزه‌های قرآن درباره روابط زناشویی، تأکید بر مودت و رحمت است که می‌فرماید: «وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً» (روم: ۲۱). این آیه بیان می‌کند که اساس رابطه میان زن و شوهر، دوستی و محبت عمیق است که سبب استحکام روابط آن‌ها می‌شود و جالب این است که خداوند ایجاد این محبت بین زن و شوهر را به خودش نسبت می‌دهد.

۲. احترام متقابل و حسن معاشرت: قرآن کریم به حسن رفتار میان همسران سفارش کرده است: «وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ» (نساء: ۱۹). این آیه بر اهمیت خوش‌رفتاری، احترام و نیکی در روابط زناشویی تأکید دارد که سبب آرامش و افزایش محبت میان زوجین می‌شود.

۳. عدالت و مسئولیت‌پذیری در زندگی مشترک: قرآن عدالت را به‌عنوان یک اصل مهم در زندگی خانوادگی معرفی کرده است: «فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِدَةً» (نساء: ۳). این آیه که ابتدا به تعدد زوجات اشاره می‌کند، از برقراری عدالت نیز می‌کند و این نشان می‌دهد که عدالت در روابط زناشویی، لازمه یک زندگی متعادل و سالم است.

۴. صبر و گذشت در برابر مشکلات: زندگی زناشویی ممکن است با چالش‌هایی روبه‌رو شود. قرآن بر صبر و گذشت تأکید دارد: «وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ» (آل عمران: ۱۳۴). کظم غیظ و گذشت در زندگی اجتماعی و خانوادگی از اهمیت خاصی برخوردار است. این اصل قرآنی به همه انسان‌ها که همسران را نیز شامل می‌شود، توصیه می‌کند که در برابر خطاهای یکدیگر گذشت داشته باشند تا از تنش و درگیری جلوگیری شود.

بنابراین آموزه‌های قرآن، با تأکید بر محبت، احترام، عدالت، صبر و گذشت، راهنمایی ارزشمند برای بهبود و تقویت روابط زناشویی است که به تحکیم بنیان خانواده کمک می‌کند.

۵-۲. پذیرش اختلافات و حل مسائل درون زندگی زناشویی

در هر رابطه زناشویی، اختلافات و مشکلاتی به وجود می‌آید و طبیعی هم است؛ اما باید به‌طور مؤثر مدیریت شود. از دیدگاه روان‌شناسی، پذیرش اختلافات و مدیریت صحیح آن‌ها یکی از اصول کلیدی در موفقیت یک رابطه و زندگی مشترک است. قرآن کریم نیز

به این موضوع پرداخته و روش‌های مختلفی برای حل مشکلات و اختلافات در زندگی زناشویی ارائه می‌دهد. در آیه‌ای از قرآن، زوجین به رعایت صبر و بخشش در مواجهه با مشکلات دعوت شده‌اند (طلاق: ۲). این آموزه‌ها به زوجین کمک می‌کند تا با پذیرش یکدیگر و حل مشکلات به صورت مسالمت‌آمیز، ارتباطات خود را تقویت کرده و به حل مسائل به شیوه‌ای انسانی و اخلاقی بپردازند.

۵-۳. تأثیر ایمان و تعهد به اصول دینی بر ارتباط زناشویی

ایمان به اصول دینی و تعهد به آموزه‌های قرآن کریم می‌تواند به عنوان یک محرک قوی برای تقویت ارتباطات زناشویی عمل کند. وقتی زوجین به اصول دینی خود پایبند باشند و در تعاملات خود صداقت و احترام را مدنظر قرار دهند، این امر موجب تقویت اعتماد و اطمینان در رابطه می‌شود. تعهد به اصول قرآن، به زوجین این امکان را می‌دهد که مشکلات و اختلافات را به صورت مثبت و با رویکردی آرامش‌بخش حل کنند؛ زیرا قرآن کریم همیشه بر تعامل مثبت، صداقت و رعایت حقوق یکدیگر تأکید کرده است.

۵-۴. مسئولیت‌پذیری و همدلی

مسئولیت‌پذیری و همدلی دو مؤلفه اساسی در روابط زناشویی سالم است. در روابط زناشویی صحیح، هر طرف باید مسئولیت خود را در قبال شریک زندگی‌اش به درستی ایفا کند. قرآن کریم نیز بر مسئولیت‌پذیری و همدلی تأکید کرده و این ویژگی‌ها را به عنوان اصول اساسی برای داشتن یک زندگی مشترک موفق و شاد معرفی می‌کند. همدلی و درک متقابل می‌تواند به زوجین کمک کند تا ارتباطات خود را در سطوح مختلف عاطفی و روانی تقویت کنند و به طور مؤثر به مسائل مشترک خود رسیدگی کنند.

تحلیل روانشناسی ارتباطات غیرکلامی در روابط زناشویی نشان می‌دهد که این نوع ارتباطات به طور مستقیم بر روابط زوجین تأثیر دارد و می‌تواند زمینه‌ساز تقویت احساسات مثبت، اعتماد و احترام متقابل باشد. آموزه‌های قرآن کریم با تأکید بر محبت، تواضع، مسئولیت‌پذیری و حل مشکلات به طور مسالمت‌آمیز، به عنوان یک راهنمای دینی می‌تواند در بهبود کیفیت ارتباطات زناشویی نقش اساسی ایفا کند. ترکیب این آموزه‌ها با اصول



روانشناسی می‌تواند کمک کند تا زوجین در زندگی مشترک خود روابط سالم، پایدار و مبتنی بر احترام متقابل داشته باشد.

نتیجه‌گیری

ارتباطات غیرکلامی نقش مهمی در روابط زناشویی دارد و آموزه‌های قرآن کریم می‌تواند راهنمایی مؤثری برای بهبود و تقویت این نوع ارتباطات باشد. قرآن با تأکید بر اصول اخلاقی و معنوی، به زوجین کمک می‌کند تا روابط خود را بر اساس احترام متقابل، تواضع، حل مسائل به شیوه‌ای هوشمندانه و استفاده از ابزارهای مختلف ارتباطی، به‌ویژه ارتباطات غیرکلامی، تقویت کنند. این ارتباطات شامل ایماء بدنی، لحن صدا، حالات چهره و حرکات بدنی است که می‌تواند تأثیر عمیقی بر ارتقای احساسات مثبت در روابط زناشویی بگذارد. قرآن کریم، با بیان ارزش‌های معنوی و اخلاقی، هم‌زمان راه‌حل‌هایی برای مسائل زناشویی ارائه می‌دهد که می‌تواند به تقویت ارتباطات و جلوگیری از بروز مشکلات کمک کند.

یکی از مهم‌ترین اصول قرآنی که در این زمینه تأکید شده، احترام متقابل و توجه به اصول انسانی است. آیه «وَلَا تَسُوا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ» بیانگر این است که زوجین نیکویی‌ها و احترام متقابل را هرگز فراموش نکنند و در روابط خود همیشه به دنبال ایجاد صلح و محبت باشند. این اصل می‌تواند به‌طور مستقیم به ارتباطات غیرکلامی نیز تعمیم یابد؛ زیرا در بسیاری از موارد، زبان بدن و رفتارهای غیرکلامی تأثیر بیشتری از کلمات دارد و از طریق این نوع ارتباطات است که می‌توان میزان محبت، احترام و علاقه در روابط زناشویی را نشان داد. همچنین در قرآن به اهمیت ایمان و تقوا اشاره شده که می‌تواند به‌عنوان عاملی برای تقویت روابط زناشویی و افزایش هماهنگی عاطفی در زوجین عمل کند.

علاوه بر این، قرآن کریم تأکید زیادی بر ایمان، تقوا، مسئولیت‌پذیری و مشورت در زندگی زناشویی دارد که هر یک از این اصول می‌تواند نقش مؤثری در تقویت ارتباطات غیرکلامی ایفا کند. به‌عنوان مثال، آیه «إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا»، (کهف: ۳۰) می‌گوید که اعمال نیکو و تلاش برای بهبود روابط همواره پاداش دارد و نباید به‌راحتی از کنار آن‌ها گذشت. این پاداش‌ها نه تنها در جهان آخرت، بلکه در بهبود روابط زناشویی نیز نمود می‌یابد. وقتی زوجین بر اساس ایمان و اخلاق اسلامی، با یکدیگر محترمانه برخورد



کنند، این نوع رفتار به‌طور مستقیم در ارتباطات غیرکلامی آن‌ها نیز نمایان خواهد شد. همچنین مفهوم مشورت که در قرآن آمده، (شوری: ۳۸) می‌تواند راهگشای حل بسیاری از مشکلات و اختلافات باشد و در ایجاد آرامش و هماهنگی بیشتر در روابط زناشویی تأثیر بگذارد.

بنابراین می‌توان گفت که ترکیب آموزه‌های قرآن کریم با ارتباطات غیرکلامی، باعث ایجاد تعادل و هماهنگی در روابط زناشویی می‌شود. قرآن به‌عنوان یک منبع راهنمای اخلاقی و معنوی، به زوجین کمک می‌کند تا نه تنها از زبان گفتار، بلکه از زبان بدن و دیگر اشکال ارتباطات غیرکلامی برای تقویت رابطه خود بهره‌برداری کنند و به زندگی مشترک خود بر طبق راهنمایی‌های قرآن کریم، رونق بدهند. در این راستا، استفاده از اصول قرآنی مانند احترام متقابل، تواضع، مسئولیت‌پذیری، تقوا و مشورت، می‌تواند موجب بهبود و تقویت روابط زناشویی گردد. با توجه به این اصول و با تکیه بر روش‌های غیرکلامی، زوجین قادر خواهند بود که زندگی زناشویی خود را بر پایه محبت، احترام و همکاری مستحکم کنند.

فهرست منابع

قرآن کریم

۱. بورنستین، ف. چ، (۱۳۸۰)، روش‌های درمان مشکلات زناشویی، تهران: نشر رشد.
۲. پاینده، ابوالقاسم، (۱۳۸۲)، نهج الفصاحة (مجموعه کلمات قصار حضرت رسول صلی الله علیه و آله)، تهران: دنیای دانش.
۳. پی فرگاس، جوزف، (۱۳۷۳)، روان‌شناسی تعامل اجتماعی (میان فردی)، (ترجمه: خشیایار بیگی و مهرداد فیروز بخت)، تهران: نشر امجد.
۴. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، (۱۳۶۶)، تصنیف غررالحکم و درر الکلم، قم: دفتر تبلیغات اسلامی.
۵. جولیاتی، وود، (۱۳۷۹)، ارتباطات میان فردی، روان‌شناسی تعامل اجتماعی، (ترجمه: مهرداد فیروز بخت)، تهران: نشر مهتاب.
۶. حر عاملی، محمد بن حسن، (۱۴۱۴ ق)، هداية الأمة إلى أحكام الأئمة^(ع)، مشهد: آستانةالرضویة المقدسة.
۷. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، (۱۳۸۸)، المفردات، (مترجم: سید غلامرضا خسروی حسینی)، تهران: نشر مرتضوی.
۸. سالاری‌فر، محمدرضا، (۱۳۸۶)، خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی، تهران: نشر سمت.
۹. طباطبایی، سید محمدحسین، (۱۳۷۴) تفسیر المیزان، (ترجمه: سید محمدباقر موسوی همدانی)، قم: دفتر نشر اسلامی.
۱۰. طیب، سید عبدالحسین، (۱۳۷۸)، أطیب البیان فی تفسیر القرآن، تهران: انتشارات اسلام.
۱۱. فرهنگی، علی اکبر، (۱۳۸۴)، ارتباطات انسانی، تهران: انتشارات رسا.
۱۲. کلینی، محمد بن یعقوب، (۱۴۰۷)، الکافی، تهران: دار الکتب الإسلامية.
۱۳. محبوبی منش، حسین، (۱۳۹۶)، تغییرات اجتماعی ازدواج، کتاب زنان، شماره ۲۶.





۱۴. محسنیان راد. مهدی، (۱۳۸۷)، ارتباط شناسی، تهران: انتشارات سروش.
۱۵. مکارم شیرازی، ناصر، (۱۳۸۰)، تفسیر نمونه، تهران: نشر دار الکتب الاسلامیه.
۱۶. منصور، محمد؛ دادستان، پری‌رخ، (۱۳۸۰)، دیدگاه پیاژه در گستره تحول روانی، تهران: بعثت.
۱۷. ورام بن ابی فراس، مسعود بن عیسی، (۱۴۱۰ ق)، مجموعه وزام، قم: مکتبه فقیه.