

## روش‌های تربیت اخلاقی از دیدگاه اسلام

اصغر اخوی\*

### چکیده

خداوند متعال انسان را خلق نمود و اسباب هدایت او را با ارسال پیامبران و انزال کتب آسمانی فراهم ساخت. نیاز به اخلاق و انجام اعمال نیکو و گرایش فطری انسان به سوی فضیلت، سعادت و کمال موجب شده است خداوند راه‌های رسیدن به این امور را نیز در دسترس همگان قرار دهد.

از دیدگاه اسلام، اخلاق، جزئی از دین است و مبانی، اصول و روش‌های خود را از دین می‌گیرد. اسلام با تبیین دقیق مبانی، اصول و روش‌های تربیت اخلاقی، نقش عمده‌ای در سازندگی روح و روان آدمی ایفا نموده است.

اسلام نمونه‌های کاملی از فضیلت و کمال در اختیار آدمی قرار می‌دهد و او را در انتخاب آنها آزاد می‌گذارد. اسلام افزون بر مبانی، در اصول و روش‌ها و شیوه‌های دستیابی به فضایل اخلاقی و رفع رذایل اخلاقی تأثیر شگرفی دارد. برای وصول به مبانی و اصول، اسلام روش‌هایی نیز بیان می‌دارد که مهم‌ترین آنها عبارت‌اند از: روش اعطای بینش، روش مطالعه و تفکر، روش تذکر و یادآوری نعمت‌ها، روش اعتدال و توازن، روش تغافل، روش ایجاد انگیزه و روش الگویی. با اجرای این روش‌ها، مربی و متربی می‌توانند به کسب فضایل اخلاقی و رفع رذایل و موانع اخلاقی نایل گردند و به اجرای دستورهای الهی در بعد اخلاقی اهتمام کافی داشته باشند.

**واژگان کلیدی:** تربیت اخلاقی، اخلاق، تربیت، اهداف تربیت، روش تربیت.

## مقدمه

تربیت اخلاقی عبارت است از فراهم کردن زمینه برای واقعیت یافتن نیکی طبیعت انسان، پیدا شدن و به کار آمدن وجدان اخلاقی فرد، به گونه‌ای که خود بتواند با تکیه بر درون‌مایه‌های فطری خویش، آنچه خیر و فضیلت است، کشف کند و آنچه ناپسند و شر است، رفع نماید.

بنابراین، تربیت اخلاقی در زمینه‌ی کسب فضایل و خوبی‌ها و رفع رذایل و بدی‌ها مطرح می‌گردد و این مطلب با «اخلاق» ارتباط وثیقی دارد، زیرا اخلاق در لغت به معنای خُلق و خوی و طبیعت باطنی و سرشت درونی آمده و در اصطلاح، ملکه‌ای است که در نفس انسان پدیدار می‌شود و موجب می‌گردد افعال نفس، با سهولت و بدون نیاز به فکر صادر شوند. در تربیت اخلاقی، زمینه‌ی بروز این گونه افعال فراهم می‌شود و در نتیجه‌ی آن، از کارهای ناپسند و غیرمعمول نیز پرهیز می‌گردد.

از نظر اسلام، اخلاق، جزئی از دین است و دین، سرچشمه و منشأ اخلاق به شمار می‌رود و انسان‌ها با عمل به دین می‌توانند در کسب معرفت‌های اخلاقی و عمل به آنها توفیقات لازم را به دست آورند. در تربیت اخلاقی افراد نیز در دو جنبه‌ی نظری و عملی، می‌توان از دین مدد گرفت. اسلام در مبانی اساسی تربیت اخلاقی به روح و جسم آدمی توجه دارد و بیان می‌کند که انسان فقط جسم نیست، بلکه دارای بعد روحی و معنوی به نام نفس، دل، جان و هر تعبیر دیگری می‌باشد که برای آن بیان، اسلام به کمال جویی و فضیلت‌خواهی آدمی توجه دارد. انسان فطرتاً به سوی کمال و فضیلت رهسپار است و هر چیزی را کامل‌تر بیابد، جذب آن شده، برای به دست آوردن آن می‌کوشد.

اسلام به کرامت انسان توجه دارد. کرامت و عزت نفس، از مسائل مهمی است که در جای جای معارف الهی وجود داشته، نقش اساسی در حیات معنوی انسان ایفا می‌نماید.

دین مبین اسلام، خداوند قادر متعال را خالق هستی و جهان می‌داند و هیچ قدرتی را بالاتر از آن فرض نمی‌کند. در عین حال، به اختیار آدمی نیز توجه دارد. انسان مختار است درباره‌ی خویش تصمیم بگیرد؛ حال هدایت می‌شود و در مسیر اصلی الهی گام برمی‌دارد یا براساس نادانی و غفلت به گمراهی کشیده می‌شود و از مسیر هدایت دور می‌گردد؛ «آنا

هَدَيْنَا السَّبِيلَ اِمَّا شَاكِرًا اِمَّا كَفُوْرًا». انسان با اختیار خویش می‌تواند از هدایت الهی برخوردار شود و شکرگزار نعمت‌های الهی گردد یا کفران کند و به کارهای ناپسند روی آورد. اسلام در زمینه‌ی تربیت عملی انسان نیز راه‌های مختلفی ارائه می‌نماید. اگر انسان به خود و پیرامونش توجه کند و شناخت کاملی از دنیای وجود خود و جهان پیرامونی داشته باشد، به قلّه‌ی سعادت نائل می‌گردد؛ «مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ». اگر آدمی به تاریخ زندگی انسان‌ها توجه داشته باشد و آن را با دقت نظاره کند، هدایت‌ها و گمراهی‌ها را تشخیص خواهد داد و به راحتی می‌تواند از تاریخ پند بگیرد و اگر به پندها و اندرزهای بزرگان دین توجه و به آنها عمل کند، در زندگی دنیا و آخرت سعادت‌مند خواهد گشت و اگر فضایل و خوبی‌ها را درک نموده، آنها را در زندگی به کار گیرد و رذایل و پستی‌ها را بشناسد و از آنها پرهیز نماید، از سلامت روحی و معنوی بالایی برخوردار گشته، به هدف نهایی خلقت خویش، یعنی قرب الی‌الله، نائل می‌گردد.

می‌دانیم که مسائل و موضوعات و مصادیق گوناگون اخلاقی، ریشه در سرشت و فطرت انسان دارند و عقل و وجدان بشری گواهی می‌دهند که همه‌ی انسان‌ها به بعضی امور میل و علاقه داشته، به انجام بعضی کارها اهتمام و رغبت بیشتری از خود نشان می‌دهند و از سوی دیگر، از بعضی کارها پرهیز می‌کنند و از انجام آنها نفرت دارند. عَقْلًا نیز کسانی را که اعمال خیر و نیک را انجام می‌دهند، تحسین و تشویق می‌کنند و افرادی را که به انجام کارهای ناپسند مبادرت می‌ورزند، ملامت و سرزنش می‌نماید. از سوی دیگر، در هر مکتب و فرهنگی، ملاک تشخیص خوب از بد و خیر از شر فرق می‌کند؛ گاهی، ملاک، سود شخصی است و گاهی، سود مَلّی و جمعی و گاهی نیز با توجه به نگرش و جهان‌بینی خاصی که بر جامعه و فکر آنها حاکم است، رسیدن به کمال و در ادیان الهی نیز ملاک، رسیدن به کمال واقعی، که قرب به خداست، می‌باشد.

ادیان الهی، به ویژه اسلام، معیار و ملاک واقعی فضیلت اخلاقی را برای همگان روشن می‌سازد و افراد را به سوی کسب آنها، به منظور رشد و تعالی بیشتر و رسیدن به کمال ترغیب و هدایت می‌نماید و چون دین با توجه به تمام شرایط روحی و جسمی افراد، برای تکامل انسان‌ها نازل شده، دربردارنده‌ی همه‌ی نیازها و خواسته‌های مطلوب و پسندیده

انسانی و روش‌های ارضای آنهاست و پشتوانه‌ی محکم و ثابتی برای اصول کلی ارزش‌های اخلاقی به شمار می‌رود که بشر به آن نیازمند است و بدون آن زندگی درست و سالم نخواهد داشت.

دین‌داری، عامل اساسی و کلیدی برای حفظ و رشد مسائل اخلاقی در عرصه‌های فکری، احساسی و رفتاری می‌باشد و تنها اسلام می‌تواند نیازهای واقعی و طبیعی او را به طور معقول و منطقی برآورده سازد و مشکلات و معضلات او را در همه‌ی زمینه‌ها، با بهره‌گیری از روش‌های منطقی و درست برطرف نماید و زمینه‌ی سعادت آدمی را فراهم آورد؛ بنابراین، به نظر می‌رسد می‌توان زمینه‌ی بیشتری برای معرفی و احیای دین و معنویت فراهم ساخت و توجه افراد را به فضایل اخلاقی بیشتر نمود و آنان را از خطرات بالفعل و بالقوه‌ی جامعه‌ی مدرن و دنیای معاصر، که آمیخته با انواع بحران‌ها و آسیب‌های اخلاقی است، آگاه ساخت و آن گاه از نسلی سالم و جامعه‌ای پویا و دین‌دار بهره‌مند شد و از گرایش نسل جدید به انواع تجمل‌گرایی، شهوت‌زدگی و گرایش‌های عمیق به فرهنگ‌های منحط غربی و دیگر بحران‌های سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و... جلوگیری نمود و راه دین‌داری و بهره‌وری از ارزش‌های اخلاقی و دینی اسلام را برای آنها هموار ساخت تا، همیشه، شاهد موفقیت، سعادت و پیروزی هر چه بیشتر نسل جدید در همه‌ی زمینه‌های زندگی بود.

هدف از این پژوهش، ارائه‌ی راهکارها و پیشنهادهای علمی و عملی و راه‌حل‌های مناسب برای بهره‌بردن از اسلام در زمینه‌ی تربیت اخلاقی می‌باشد. ابتدا، لازم است برخی از مفاهیم و واژه‌های اصلی تحقیق از قبیل تربیت، اخلاق و تربیت اخلاقی تعریف شود.

## ۱. تربیت

واژه‌ی تربیت در لغت، دارای معانی متعددی است:

پروراندن، پروردن، آداب و اخلاق را به کسی آموختن، پرورش، پرورش دادن، آموختن، پرورش بدن به وسیله‌ی انواع ورزش، تعلیم و تربیت، آموزش و پرورش، تغذیه و مراقبت

کودک را عهده‌دار شدن و به دقت او را سرپرستی کردن، از این معانی است.

تربیت، در اصطلاح نیز دارای تعاریف متعددی است:

«تربیت عبارت است از انتخاب رفتار و گفتار مناسب، ایجاد شرایط و عوامل لازم و کمک به شخص مورد تربیت تا بتواند استعدادهای نهفته‌اش را در تمام ابعاد وجود و به طور هماهنگ پرورش داده، شکوفا سازد و به سوی هدف و کمال مطلوب، تدریجاً، حرکت کند».

عده‌ای تربیت را مجموعه راه‌ها و روش‌ها می‌دانند و می‌گویند:

«تربیت، مجموعه راه‌ها و روش‌هایی است که شخص برای رشد و تکامل توانایی‌ها، نظرات و

اشکال دیگر رفتارش، که در جامعه‌ی وی ارزش مثبت دارند، در پیش می‌گیرد».<sup>۲</sup>

«تربیت همانا کشاندن آدمی است به سوی ارزش‌های والای انسانی، چنان که آن را بفهمد،

بپذیرد، دوست بدارد و به کار آورد».<sup>۳</sup>

این تعریف به چند جنبه‌ی مهم تربیت اشاره دارد: نخست این که تربیت، یعنی هدایت و سوق دادن افراد به ارزش‌ها و نه کشاندن آنان به هر چیزی که تأثیر خاصی در زندگی انسان نداشته باشد.

دوم این که به فهم و درک نیز اشاره دارد که در تربیت بسیار حائز اهمیت است. اگر درک و فهم در تربیت مطرح نباشد، بار آوردن معنا می‌یابد که هر انسان همانند گیاه و حیوان، بدون هیچ توجهی، تن به هر کاری می‌دهد و مورد پرورش قرار می‌گیرد.

مسئله‌ی سوم در این تعریف، اشاره به پذیرش و انتخاب است؛ هر انسان پس از ارائه‌ی راهنمایی و آموزش و تحت پرورش کسی قرار گرفتن، راه پذیرش و انتخاب برایش باز است و آزادانه می‌تواند رفتار یا گفتار ارائه‌شده را انتخاب کند و بپذیرد.

مسئله‌ی چهارم، علاقه‌مند بودن به آن گونه تربیت است؛ انسان آزادانه و آگاهانه و با شوق و علاقه تن به تربیت خاصی می‌دهد و موجب پایداری رفتار یا گفتار مزبور در وی می‌گردد و خود را ملزم به رعایت آن می‌نماید.

مسئله‌ی پنجم به کار بستن چیزی می‌باشد که از دیگران فراگرفته است؛ اگر انسانی گونه‌ی

۲. شعاری نژاد، علی اکبر، فرهنگ علوم رفتاری، ص ۱۳۰.

۳. نقیب‌زاده، میرعبدالحسین، نگاهی به فلسفه‌ی آموزش و پرورش، ص ۱۹.

خاصی از تربیت را قبول کند و درونی نماید، در زندگی خویش نیز آن را به کار می‌بندد و این نشانه‌ی تربیت‌یافتگی اوست.

## ۲. اخلاق

اخلاق جمع خُلق است و در لغت معانی گوناگونی دارد: خوی، طبیعت باطنی، سرشت درونی، سجیه.

### معانی و تعاریف اصطلاحی اخلاق

واژه‌ی اخلاق نیز برحسب بینش‌ها و نگرش‌های گوناگونی که در فرهنگ‌ها و جوامع مختلف وجود دارد، تعاریف زیادی برایش بیان شده است که به برخی از آنها اشاره می‌گردد.

الف. عده‌ای اخلاق را صفات انسانی ذکر نموده‌اند که در نفس، راسخ و پایدار است:

۱. «اخلاق به دسته‌ای از صفات انسانی گفته می‌شود که در نفس انسان، راسخ و پایدار است و شخصی که چنین صفتی دارد، کارهای مطابق و متناسب با این صفت را بدون تأمل و تفکر انجام می‌دهد».<sup>۴</sup>

۲. «اخلاق، ملکه‌ای است که در نفس انسان پدیدار می‌شود و موجب می‌گردد که افعال نفس، با سهولت و بدون نیاز به فکر و تروی از آن صادر شوند».<sup>۵</sup>

۳. «مرحوم فیض کاشانی» نیز همین معنا را بیان کرده است و به همین دلیل، اخلاق را به دو بخش تقسیم می‌کند:

«ملکاتی که سرچشمه‌ی پدید آمدن کارهای نیکوست، اخلاق خوب و ملکات فضیله نامیده می‌شود و آنهایی که منشأ اعمال بد است، به آن اخلاق بد و ملکات رذیله می‌گویند».<sup>۶</sup>

با توجه به تعاریف و معانی مذکور، می‌توان گفت:

«اخلاق در لغت جمع خُلق، به معنای خوی، طبیعت باطنی و سرشت درونی آمده است و در اصطلاح نیز ملکه‌ای است که در نفس انسان پدیدار می‌شود و موجب می‌گردد که افعال

۴. فایضی، علی و آشتیانی، محسن، مبانی تربیت و اخلاق اسلامی، ص ۱۷۵.

۵. باقری، خسرو، مبانی و شیوه‌های تربیت اخلاقی، ص ۲۲.

۶. فیض کاشانی، حقایق، ص ۵۴.

نفس، با سهولت و بدون نیاز به فکر و اندیشه صادر شوند».<sup>۷</sup>

وجه ترجیح این تعریف این است که اول، اخلاق را ملکه و صفت راسخ درونی می‌داند، نه حالت یا عادت‌ی زودگذر که بر اثر احساسات یا غرایز آنی به وجود آمده است و سریع از بین برود.

دوم، فقط به جنبه‌های مثبت اخلاق (فضیلت) اشاره ندارد، بلکه هر صفتی که در انسان شکل بگیرد و رفتارهایی از آن بروز کند، اخلاق به شمار می‌رود.

سوم، اشاره دارد به این که رفتارها بدون نیاز به فکر، اندیشه و تأمل از انسان صادر می‌شود؛ از این رو، برخی اعمال ظاهری، ریاکارانه، فریبکارانه و عمدی که برای جلب توجه دیگران یا به دست آوردن منافع مادی انجام می‌شود، از این امر خارج می‌گردد.

### ۳. تربیت اخلاقی

برای تربیت اخلاقی، با توجه به تعریف و برداشتی که از مفهوم تربیت و اخلاق وجود دارد و قدری در مباحث پیش توضیح داده شده، تعاریفی ارائه گشته است:

الف. بعضی تربیت اخلاقی را آموزش یا تلقین برخی مفاهیم و قواعد می‌دانند و معتقدند:

۱. «تربیت اخلاقی، آموزش رسمی یا ضمنی اصول و قواعد اخلاقی در داخل یا خارج از مدرسه را گویند».<sup>۸</sup>

۲. «تربیت اخلاقی یعنی تلقین مبادی اخلاق و القای مباحث علم اخلاق».<sup>۹</sup>

ب. عده‌ای نیز تربیت اخلاقی را ایجاد زمینه و بستر برای پرورش استعدادهای روحی و اخلاقی انسان می‌دانند:

۱. «تربیت اخلاقی ناظر بر پرورش استعدادهای روحی و اخلاقی است که مشتمل بر اصلاح

درون و تهذیب نفس می‌باشد و مقدم بر آموزش‌های فکری است».<sup>۱۰</sup>

۲. «تربیت اخلاقی فراهم نمودن زمینه‌ای است برای واقعیت یافتن نیکی طبیعت انسان،

پیدا شدن و به کار آمدن وجدان اخلاقی فرد تا با تکیه بر درون‌مایه‌های فطری خویش،

۷. ابن مسکویه، تهذیب‌الاخلاق، ص ۲۵ و نراقی، ملامهدی، جامع‌السعادات، ص ۲۴.

۸. شعاری‌نژاد، علی‌اکبر، فرهنگ علوم رفتاری، ص ۲۴۶.

۹. عبدالحفیظ احمد علاوی البریزات، نظریة‌التربیتة‌الخلقیة عند‌الامام‌الغزالی، ص ۱۷.

۱۰. سادات، محمدعلی، اخلاق اسلامی، ص ۲۴.

آنچه خیر و فضیلت است، کشف کند».<sup>۱۱</sup>

از تعاریف بالا نتیجه گرفته می‌شود که تربیت اخلاقی فرایندی است برای شکوفاسازی و فراهم کردن زمینه‌ی پرورش فضایل اخلاقی در فرد و واقعیت یافتن نیکی طبیعت انسان تا با تکیه بر درون‌مایه‌های فطری خویش، آنچه خیر و فضیلت است، کشف کند و از آنچه شر و بدی است، بپرهیزد.

باید توجه داشت که تربیت اخلاقی، آموزش اطلاعات و انتقال پیام‌های اخلاقی یا تلقین برخی مفاهیم نیست، بلکه ایجاد زمینه و بستر برای رشد و هدایت طبیعت نیک انسان، به منظور کسب فضایل و رفع رذایل می‌باشد.

به نظر می‌رسد این تعریف، با قیودی که بیان شد، می‌تواند مناسب باشد، زیرا تربیت اخلاقی درصدد هدایت، رشد و تعالی بشر، با استفاده از برخی روش‌ها و اصول است، نه آموزش صرف یا القای برخی مطالب. در تربیت اخلاقی، توجه به فطرت آدمی ضرورت دارد و بدون تکیه بر درون‌مایه‌های فطری انسان، تربیت اخلاقی در فرد مؤثر نخواهد افتاد.

## اهداف تربیت اخلاقی

هدف از تربیت اخلاقی این است که بتوانیم انسانی چندبُعدی پرورش دهیم؛ انسانی که بتواند از احساسات، عواطف، شناخت و ادراکات قوی و لازم برخوردار گردد و بر هوای نفس خویش تسلط یابد و قوای موجود نفس را اعتدال بخشد و از آنها درست استفاده نماید. هدف از تربیت اخلاقی، پاک ساختن روح و روان آدمی از آلودگی‌هاست و در اسلام، هدف از تربیت اخلاقی، متخلق شدن انسان به اخلاق الهی و انجام دستورهای خداوند برای سازندگی روح و روان آدمی است تا با تحقق آن، به قرب الهی نائل گردد. «هدف از تربیت اخلاقی در اسلام، افزایش مراتب و درجات قلبی در سایه‌ی معرفت الهی است تا شخص شایستگی لازم را برای تقرب به خدا به دست آورد».<sup>۱۲</sup>

۱۱. مرکز جهانی علوم اسلامی، *درآمدی به نظام تربیتی اسلام*، ص ۱۴.

۱۲. سادات، محمدعلی، *اخلاق اسلامی*، ص ۳۳.



هدف نهایی دین و اخلاق، پرورش انسان‌هایی هدایت‌یافته، پاک و مبرّا از هر گونه آلودگی، به منظور رسیدن به هدف نهایی خلقت، یعنی قرب الی‌الله، می‌باشد.

به نظر می‌رسد با توجه به دیدگاه اسلام درباره‌ی انسان، باید از کودکی اخلاق لازم را به وی آموخت. می‌توان مسائل اخلاقی را با بازی و سرگرمی‌های مفید، مسافرت‌ها، اردوها و... و همچنین با عادت دادن و آموختن بسیاری از امور اخلاقی، زمینه‌های تخلّق به اخلاق الهی را در کودکان ایجاد نمود. پس از آن که به نوجوانی گام گذاشتند، با توجه به زمینه‌های فهم و درک معارف اخلاقی، می‌توان یکسری از قضاوت‌ها و استدلال‌های اخلاقی را به آنان آموخت و براساس این، زمینه‌های پرورش فضایل اخلاقی را در آنان ایجاد کرد. در جوانی نیز ارائه‌ی الگوهای لازم اخلاقی و روبه‌رو ساختن افراد با نتایج و آثار عملی کسب فضایل و رفع رذایل اخلاقی می‌تواند بسیار مؤثر و سودمند باشد. به هر حال، باید از هر گونه تحمیل و الزام پرهیز کرد و زمینه‌های اختیار و انتخاب افراد را فراهم ساخت و از تلقین‌ها و عادت‌های ناپسند و اجباری پرهیز نمود تا نتیجه‌ی منفی نصیب مرتبان نگردد.<sup>۱۳</sup>

## روش‌ها و شیوه‌های تربیت اخلاقی

روش‌ها عبارت‌اند از مجموعه فعالیت‌ها و تدابیری که فرد را به اهداف معینی می‌رساند؛ به تعبیر دیگر، روش‌ها، دستورالعمل‌های جزئی‌تر برای عمل هستند که به ما می‌گویند برای رسیدن به مقصد و مقصود مورد نظر چه باید کرد.

گاهی، بین روش و شیوه فرق قائل می‌شوند؛ برای نمونه، شیوه‌ها جزئی‌تر از روش‌ها هستند، روش‌ها مربوط به شیوه‌ی انجام عمل هستند، ولی شیوه‌ها کارهایی هستند که ما را به هدف می‌رسانند.

در این بخش، به برخی از شیوه‌ها و روش‌های مربوط به تربیت اخلاقی اشاره می‌شود.

۱۳. در کتاب *مراحل تربیت*، نوشته‌ی «موریس دبس»، ترجمه‌ی «علی‌محمد کاردان»، بخشی از مراحل تربیت اخلاقی در کودکی، نوجوانی و جوانی بیان شده است که مطالعه‌ی آن را به علاقه‌مندان توصیه می‌کنیم.

## ۱. روش اعطای بینش

یکی از روش‌هایی که در تربیت اخلاقی مطرح می‌باشد، روش اعطای بینش است. اگر انسان از قوای نفس خویش و تغییر و تکامل آن آگاهی یابد، تأثیر بسزایی در زندگی او خواهد داشت.

بشر - هر چند در علوم و معارف به پیشرفته‌ترین مراحل رسیده باشد - در شناخت درست راه و رسم زندگی بسیار عاجز و ناتوان است؛ به همین دلیل، خداوند در نهاد بشر، گرایش و ضرورت راهبری‌های دینی را سرشته است و انسان فطرتاً احساس نیاز به دین می‌نماید تا بتواند خود و قوای درونی خویش و خالق هستی و فضایل و رذایل را در مسائل اخلاقی به خوبی بشناسد.

تربیت و پرورش انسان و سوق دادن او به سوی کمال، در درجه‌ی نخست، در گرو شناخت دقیق و آگاهی از همه‌ی استعدادها و نیروها و گوشه و زوایای وجودش می‌باشد. تا انسان و قوت‌ها و ضعف‌هایش به خوبی شناخته نشود، نمی‌توان به پرورش استعدادهای او امید داشت و او را برای رسیدن به کمال مطلوب یاری نمود.

اثربخشی همه‌ی روش‌های تربیتی، به شناخت دقیق و کامل انسان وابسته می‌باشد، ولی شناخت کامل انسان و کمالات وجودی او از عهده‌ی عقل و دانش بشری، به تنهایی، خارج است. به گواهی عقل و تجربه، تدوین برنامه‌ای همه‌جانبه که راه و رسم زندگی انسان را در همه‌ی زمینه‌ها دربر گیرد و همه‌ی عوامل مؤثر در تربیت انسان را تحت کنترل و مراقبت درآورد، جز در صلاحیت دین آسمانی، که اتصال به سرچشمه‌ی علم نامتناهی الهی دارد، نیست. «اخلاق، بدون داشتن عقاید دینی و دست‌کم بدون اعتقاد به خدا و قیامت، که بین همه‌ی ادیان الهی مشترک است، بدون بنیان می‌باشد».

«رابطه‌ی اخلاق و دین بدین معناست که باید حداقل بخشی از دستورهای اخلاقی را از دین گرفت و برای تعیین بعضی از احکام اخلاقی، باید متوسل به وحی شد».<sup>۱۴</sup>

خودشناسی، از موضوعات مهم و روش‌های اساسی دین مبین اسلام در معرفی فضیلت و کمال است. انسانی که خود را بشناسد، در معرفی ویژگی‌های انسانی به دیگران نیز کمک

می‌نماید. انسان باید بداند از چه قوا و نیرویی برخوردار است و غرایز، کشش‌ها و میل‌های درونی او، وی را به چه امری فرامی‌خواند و در آخر نیز باید به دنبال چه باشد و آن‌گاه که خود را بشناسد، معرفت، در تربیت او و همچنین در تربیت نمودن دیگران نقش اصلی دارد. صفات و استعداد‌های مثبت و منفی در انسان به ودیعت نهاده شده است که برخی از آنها جنبه‌ی اکتسابی و برخی دیگر نیز زمینه‌های موروثی دارد. کسی که دست به تهذیب و اصلاح اصولی می‌زند، در واقع، سنگ بنای سعادت نسل آینده را نیز پی‌ریزی می‌کند و موجب می‌شود آنان به سوی کمال و سعادت سوق داده شوند (یعنی زمینه‌های مثبت را ایجاد می‌کند) و همین‌طور کسی که از سازندگی خود غفلت می‌ورزد و دل به امیال نفسانی و شیطانی می‌سپارد، نه تنها خود، که اعقاب و نسل خویش را نیز آلوده می‌گرداند و اصلاح و تکامل را برای آنان مشکل‌تر می‌سازد.<sup>۱۵</sup> با این حال، انسان در فضایل اکتسابی و تحصیل صفات، فضیلت و کمال، بصیرت و آگاهی لازم را دارد و آنها را از روی عقل و اراده و با تحمل رنج و زحمت تحصیل می‌کند؛ از این رو، این صفات پشتمانی محکم‌تری در انسان دارند. بنابراین، آن‌گاه که انسان از عهده‌ی خودشناسی و مراقبت از خویش برمی‌آید و به ویژگی‌های ارثی و اکتسابی خویش توجه می‌کند، در راه تعلیم و تربیت دیگران، به ویژه تربیت اخلاقی آنان، کوشیده، راه‌های کسب معرفت اخلاقی و دینی را به آنان می‌آموزد و آنان را در رسیدن به اهداف متعالی اسلام راهنمایی و ارشاد می‌کند. انسانی که درصدد کسب فضایل و کمال باشد، باید راه‌های به دست آوردن و همچنین حفظ و نگهداری آنها را بداند و آفات آن را بشناسد و این مسائل را به دیگران نیز بیاموزد. بنابراین، توجه به خود و حالات و صفات خویش و مراقبت بر اعمال، رفتار و گفتار خود، از عوامل مهم حفظ و نگهداری فضایل و کمال به شمار می‌رود.

انسان برای این که بتواند فضیلت و کمال را بشناسد، ابتدا باید خود را بشناسد، یعنی نوعی درون‌نگری در خود انجام دهد. خودشناسی وسیله‌ای برای شناخت حق و حقیقت است که به دنبال آن فضیلت‌های اخلاقی و سرانجام، کمال انسانی برایش آشکار می‌گردد.

۱۵. سادات، محمدعلی، اخلاق اسلامی، ص ۲۵۷.

«شهید مطهری» در این باره اظهار می‌دارد:

«انسان با توجه به نفس، الهامات اخلاقی را دریافت می‌کند و این الهامات این طور نیست که حتماً کسی درسی را به گوش انسان گفته باشد، بلکه همان درک "خود" کافی است برای این دستور که انسان این کار را باید بکند و آن کار را نباید بکند و این است معنای "و نَفْسٍ و مَسْوِيهَا، فَالْهَمَّهَا فُجُورَهَا و تَقْوِيهَا، قَدْ اَفْلَحَ مَنْ زَكَّيْهَا و قَدْ خَابَ مَنْ دَسَّيْهَا"<sup>۱۶</sup>»<sup>۱۷</sup>

«آیت‌الله مصباح یزدی» نیز در این باره معتقد است:

«برای موجودی که فطرتاً دارای حب ذات می‌باشد، کاملاً طبیعی است که به خود بپردازد و درصدد شناختن کمالات خویش و راه رسیدن به آنها برآید... اصراری که ادیان آسمانی و پیشوایان دینی و علمای اخلاق به خودشناسی و خودپردازی دارند- همگی- ارشادی است به همین حقیقت فطری و عقلی. قرآن شریف، فراموش کردن نفس را لازمه‌ی فراموش کردن خدا و به منزله‌ی عقوبت همین گناه معرفی می‌فرماید: "وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ"<sup>۱۸</sup> مانند کسانی نباشید که خدا را فراموش کردند و خدا هم خودشان را از یادشان برد"<sup>۱۹</sup>»

اگر انسان بخواهد به مقام ایمان و یقین برسد و مشمول هدایت الهی گردد، نیازمند شکستن مرزهای نادانی و دست‌یابی به سرچشمه‌ی دانش است:

«إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ»<sup>۲۰</sup>

از بندگان خدا تنها کسانی که عالم و دانا هستند، از او می‌ترسند».

آگاهی از ارزش‌های اخلاقی و معنوی و به کار بستن آنها سبب می‌گردد انسان از اموری که سبب تباهی روح و شخصیت او می‌شود، بپرهیزد و خود را به فضایل اخلاقی بیاراید. امام کاظم 7 واجب‌ترین علم را علم به تهذیب اخلاق دانستند و فرمودند:

«لازم‌ترین علم برای تو علمی است که تو را به پاکسازی دل و تهذیب باطن رهبری کند و

۱۶. شمس: ۷ - ۱۰.

۱۷. مطهری، مرتضی، تعلیم و تربیت در اسلام، ص ۲۳۷.

۱۸. حشر: ۱۹.

۱۹. خودشناسی برای خودسازی، ص ۴.

۲۰. فاطر: ۲۸.

فساد و تباهی دل را برای تو آشکار سازد».<sup>۲۱</sup>

«آنچه، ابتدا، در هر نظام اخلاقی از قبیل اخلاق دینی مطرح می‌شود، داشتن آگاهی و دانش به عمل اخلاقی است. اعمالی که در حیطه‌ی آگاهی ما قرار می‌گیرند، از پشتوانه‌ی اخلاقی و ارزشی برخوردارند و رفتارهای غیرآگاهانه چون ارادی نیستند و از روی اختیار و آگاهی از فرد صادر نمی‌شوند، قابلیت انتساب اخلاقی به عامل خود را ندارند».<sup>۲۲</sup>

مربیان اخلاق وظیفه دارند متریبان را از این امور آگاه نموده، اطلاعات لازم را در اختیار آنان قرار دهند.

#### ۴. روش مطالعه و تفکر

خداوند انسان را دارای فکر و اندیشه آفرید و به او نیروی تفکر و تعقل بخشید. آدمی می‌تواند با استفاده از روش مطالعه و تفکر در امور اخلاقی، فضایل و رذایل را بشناسد و زمینه‌ی اختیار خویش را فراهم سازد. انسان با مطالعه درباره‌ی منشأ و آثار مسائل اخلاقی و تفکر درباره‌ی نتایج انجام یا ترک آنها، می‌تواند به قدر توان و وسع خویش، از این امور اطلاعات به دست آورد. مطالعه‌ی کتاب‌های آسمانی مانند قرآن کریم و توجه به سخنان انبیا و اولیای الهی و تفکر درباره‌ی خلقت آدمی و امکانات و شرایط و استعدادهای او، می‌تواند بینش و شناخت کافی به انسان بدهد و او را از سردرگمی و انحراف نجات دهد. شناخت امیال باطنی (غریز، عواطف، احساسات و...)، زمینه‌های اختیار را برای انسان آماده می‌سازد. انسان با شناخت انواع گرایش‌های خویش، می‌تواند آنها را در مسیر اصلی به جریان اندازد و از افراط و تفریط در رفع و ارضای نیازهای درونی بپرهیزد.

انسان برای این که بتواند از نیروی اختیار و اراده‌ی خویش بهره بگیرد، نیازمند شناخت و داشتن قدرت لازم است. روش‌های متعددی برای این کار وجود دارد که بهترین آنها، روش مطالعه و تفکر است. به یقین، به منظور به دست آوردن شناخت و معرفت لازم از تکالیف، وظایف و مسئولیت‌هایی که برعهده‌ی انسان گذاشته شده، تفکر و مطالعه بسیار مؤثر است.

۲۱. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، ج ۱، ص ۲۲۰ (به نقل از اهداف تربیت از دیدگاه اسلام، دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، ص ۱۰۴).

۲۲. اهداف تربیت از دیدگاه اسلام، دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، ص ۱۲۴.

خداوند نیز به این نکته‌ی مهم توجه داشته، قدرت مطالعه و تفکر و قوه‌ی پرورش عقل را در اختیار آدمی گذاشته است تا او افزون بر برخورداری از رشد جسمی و نباتی خود، به رشد معنوی و روحی و تکامل نفسانی خویش نیز نائل شود.

«یکی از عوامل رشد تفکر در انسان و توسعه‌ی دیدگاه‌های او، تعالیم حاصل از وحی است. نقش وحی در هدایت، مطلع ساختن او از اهداف مورد نظر آفریننده‌ی اوست. رشد و تکامل انسانی ایجاب می‌کند که او متناسب با وضعیت فرهنگی‌اش، از دقایق خلقت و آفرینش جهان هستی آگاه شود».<sup>۲۳</sup>

«انسان از حیث خلقت، دارای استعدادها و توانایی‌های خاصی است و رفتارها و شخصیت وی تحت تأثیر عوامل ارثی و فرهنگ حاکم بر محیط زندگی اوست؛ بنابراین، ناچار است از ابزار اراده و اختیار برای دستیابی به هدف نهایی بهره‌گیرد. شناخت اوصاف و ویژگی‌های درونی و نقاط ضعف و قوت شخصیتی و اخلاقی، راهی برای جبران کاستی‌ها و تعالی ارزش‌های درونی است».<sup>۲۴</sup>

بیان شد که گرایش آدمی به فضایل اخلاقی از قبیل عدالت، صداقت، امانت‌داری، وفای به عهد و... انکارناپذیر است، ولی آنچه انسان را در رسیدن به این گرایش‌ها کمک می‌کند، شناخت فضایل و تفکر درباره‌ی نتایج مفید عمل به آنها می‌باشد. سیر زندگی انسان، نشان‌دهنده‌ی ترجیح فضایل بر رذایل است؛ از این رو، در تمام دوران، خداوند به وسیله‌ی انبیا و رسولان خویش، راه مستقیم را به بندگان خود یادآوری کرده و آنها را به تفکر و مطالعه‌ی دقیق در پیمودن این راه‌ها تشویق نموده و هیچ‌گاه اجبار و اکراهی در انتخاب راه بر آنها تحمیل نکرده است، چنان که در آیه‌الکرسی، از سوره‌ی بقره بیان می‌دارد: «لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ». راه رشد و هدایت به درستی تبیین شده است و انسان می‌تواند با فکر و اندیشه‌ی خویش، آن را انتخاب و اختیار کند.

بنابراین، اگر انسان بخواهد از اختیار خود به خوبی استفاده نماید، ضروری است شناخت کافی از توانایی‌ها، استعدادها و ضعف‌های خود داشته باشد و این امر با «مطالعه و تفکر»

۲۳. همان، ص ۱۰۶.

۲۴. همان، ص ۱۴.

محقق می‌گردد. اگر انسان درباره‌ی توانایی‌ها و ضعف‌های خود مطالعه و تفکر کند، به همان مقدار با تکالیف، وظایف و مسئولیت‌های خویش آشنا می‌شود و با استفاده از شناخت و قدرت خویش، به آنها عمل می‌نماید و وظیفه‌ای بیش از آن بر دوش او سنگینی نمی‌کند.

### ۳. روش تذکر و یادآوری نعمت‌ها

امام خمینی ؛ درباره‌ی «تذکر» اظهار می‌دارند:

«از اموری که انسان را معاونت کامل می‌نماید در مجاهده با نفس و شیطان و باید انسان سالک مجاهد خیلی مواظب آن باشد، تذکر است و آن عبارت است از یاد خدای تعالی و نعمت‌هایی که به انسان رحمت فرموده است. بدان که از امور فطریه، که هر انسان فطرتاً بدان حکم می‌کند، احترام منعم است و معلوم است هر چه نعمت بزرگ‌تر باشد و منعم در آن انعام بی‌غرض‌تر باشد، احترامش در نظر فطرت لازم‌تر و بیشتر است»<sup>۲۵</sup>

در این روش، انسان به نعمت‌هایی که خداوند به او عطا کرده است -نعمت‌های فردی و اجتماعی- توجه می‌کند و یادآور می‌شود.

«در این شیوه، کوشش بر آن است که آدمی با خود روبه‌رو شود، در کنار خود آرام گیرد، به خود بنگرد، داغ نیازهایی را که بر خود داشته است، ببیند و حلاوت نعمت‌هایی را که به او ارزانی شده است، بباید و به شکر بازآید»<sup>۲۶</sup>.

خداوند در خطاب به پیامبر ﷺ از این روش بهره می‌جوید و می‌فرماید: «أَلَمْ يَجِدَكَ يَتِيمًا فَآوَىٰ وَوَجَدَكَ ضَالًّا فَهَدَىٰ وَوَجَدَكَ عَائِلًا فَأَغْنَىٰ فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلَا تَقْهَرْ وَأَمَّا السَّائِلَ فَلَا تَنْهَرْ وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ»<sup>۲۷</sup> آیا تو طفل یتیمی نبودی که خداوند تو را در پناه گرفت و گمگشته نبودی که خداوند تو را هدایت نمود و تهی دست نبودی که خداوند تو را بی‌نیاز کرد؟! پس یتیم را خوار و ذلیل مدار و محتاجی را که زبان می‌گشاید، از خود مران و نعمت خدایت را بازگو و شکر آن برآور».

خداوند با این روش، نعمت‌هایی را که به پیامبر خویش داده بود، برمی‌شمارد و یادآور

۲۵. خمینی، سیدروح‌الله، چهل حدیث، ص ۱۰.

۲۶. همان، ص ۱۴۸.

۲۷. ضحی: ۱۱.

می‌شود تا پیامبر<sup>۹</sup> نیز بتوانند در حیات اجتماعی خویش از این نعمت‌ها استفاده کنند و به تعلیم و تربیت انسان‌ها همت گمارند.

یادآوری آنچه در انسان نهفته است، می‌تواند او را به سوی سعادت و کمال سوق دهد. در این راه، می‌توان از روش‌های مختلفی استفاده کرد که یکی از آنها، توجه و تذکر به خود و به تعبیر بهتر، «خودشناسی» است. روبه‌رو شدن با اثرات، ثمرات و نتایج کارها نیز فطرت انسان را بیدار می‌کند و او را از آنچه به دنبال آن است، آگاه می‌سازد. انسان به دنبال خیر، نیکی و کمال است و آن گاه که طعم شکست را در انجام برخی امور پست و بی‌ارزش بچشد و از سوی دیگر، از لذت معنوی انجام کارهای خیر بهره‌مند شود، به دنبال کمال نهایی خویش می‌رود و در دنیای خود برای انجام کارهای نیک تلاش می‌نماید. یادآوری نعمت‌ها و امکاناتی که در اختیار آدمی قرار داده شده‌است نیز عامل مهمی برای تذکر و توجه انسان به شمار می‌رود و باید برای بیداری از خواب غفلت، هر از گاهی به یاد نعمت‌هایی که داشته‌ایم، بیفتیم و از آنها به خوبی استفاده نماییم.

خداوند در قرآن داستان‌های انبیا را بیان می‌کند و نعمت‌هایی را که به هر یک از آنان داده است و توفیقاتی که به دست آورده‌اند، یادآور می‌شود و در برخی آیات نیز نعمت‌هایی را که به همه‌ی انسان‌ها داده است، یادآوری می‌کند:

«الَّذِي جَعَلَ لَكُمُ الْأَرْضَ مَهْدًا سَلَكَ لَكُمْ فِيهَا سُبُلًا وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً...»<sup>۲۸</sup>

«او خدایی است که زمین را برای شما محل آسایش قرار داد و راه‌هایی در آن ایجاد کرد و از آسمان آبی فروفرستاد که با آن انواع گیاهان را از خاک تیره برآوردیم.»

«وَجَعَلْنَا فِي الْأَرْضِ رَوَاسِيَ أَنْ تَمِيدَ بِهِمْ...»<sup>۲۹</sup> و در زمین کوه‌های ثابت و پابرجایی قرار دادیم. مبادا آنها را بلرزانند.»

«هُوَ الَّذِي خَلَقَ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ...»<sup>۳۰</sup> او کسی است که شب و روز و خورشید و ماه را آفرید، هر یک در مداری در حرکت‌اند.»

۲۸. طه: ۵۳.

۲۹. انبیاء: ۳۱.

۳۰. انبیاء: ۳۳.



خداوند همچنین به نعمت‌ها و غذاهایی که به انسان‌ها داده است، اشاره می‌کند و می‌فرماید: «وَإِنَّ لَكُمْ فِي الْأَنْعَامِ لَعِبْرَةً...»<sup>۳۱</sup> و برای شما در چارپایان عبرتی است از آنچه در آنهاست از [شیر] شما را سیراب می‌کنیم و در آنها منافع بسیاری است و از گوشت آنها می‌خورید...».

خداوند همچنین به اصل خلقت و خلقت انسان توجه می‌دهد تا فراموش نشود: «قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ كَيْفَ بَدَأَ الْخَلْقَ...»<sup>۳۲</sup> بگو در زمین بگردید و بنگرید خداوند چگونه آفرینش را آغاز کرده است؟»

«وَإِلَّا لَذَكَّرْنَا الْإِنْسَانَ إِنَّا خَلَقْنَاهُ مِنْ قَبْلُ وَ لَمْ يَكُ شَيْئًا»<sup>۳۳</sup> آیا انسان به خاطر نمی‌آورد که ما پیش از این او را آفریدیم، در حالی که چیزی نبود.»

در احادیث نیز به نعمت‌هایی که خداوند به انسان داده، توجه کافی شده است:

امام علی 7 در حدیثی اشاره می‌فرماید که نعمت‌هایی که خداوند عطا فرموده، متناسب با استعداد‌های گوناگونی است که انسان‌ها دارند؛ از این رو، نباید فریب بخورند و حسادت کنند. «فَإِنَّ الْأَمْرَ يَنْزِلُ مِنَ السَّمَاءِ إِلَى الْأَرْضِ كَقَطْرَاتِ الْمَطَرِ إِلَى كُلِّ نَفْسٍ...»<sup>۳۴</sup> بدانید که تقدیرهای الهی همچون قطرات باران، از آسمان به سوی انسان‌ها فرود می‌آید و بهره‌ی هر کس، کم یا زیاد، به او می‌رسد...».

حضرت 7 در خطبه‌ی ۸۳ به برخی از نعمت‌هایی که به انسان داده شده است، اشاره می‌کنند و می‌فرمایند:

«خداوند گوش‌هایی برای پند گرفتن از شنیدنی‌ها و چشم‌هایی برای کنار زدن تاریکی‌ها به شما بخشیده و هر عضوی از بدن را اجزای متناسب و هماهنگ عطا فرموده است تا در ترکیب ظاهری صورت‌ها و دوران عمر با همه سازگار باشند.»<sup>۳۵</sup>

علمای اخلاق نیز از این روش برای توجه بیشتر انسان به اعمال و رفتار خود استفاده می‌کردند.

۳۱. مؤمنون: ۲۲ و ۲۱.

۳۲. عنکبوت: ۲۰.

۳۳. مریم: ۶۷.

۳۴. نهج البلاغه، ترجمه‌ی محمد دشتی، خطبه‌ی ۲۳.

۳۵. همان، خطبه‌ی ۸۳.

امام خمینی؛ در بیان برخی از نعمت‌ها که خداوند به انسان‌ها داده است، اظهار می‌دارند: «کنون، ملاحظه کن نعمت‌های ظاهره و باطنه که مالک‌الملوک -جل شأنه- به ما مرحمت کرده که اگر جن و انس بخواهند یکی از آنها را به ما بدهند، نمی‌توانند و ما از آن غفلت داریم؛ مثلاً این هوایی که ما شب و روز از آن استفاده می‌کنیم و حیات ما و همه‌ی موجودات محیط، بسته به وجود آن است که اگر یک ربع ساعت نباشد، هیچ حیوانی زنده نمی‌ماند، چه نعمت بزرگی است و همین‌طور سایر نعم الهی را متذکر شو، از قبیل صحت بدن و قوای ظاهره از قبیل چشم، گوش و ذوق و لمس و قوای باطنه از قبیل خیال و وهم و عقل و غیر آن، که هر یک منافی دارد که حد ندارد».<sup>۳۶</sup>

بنابراین، اگر انسان به نعمت‌هایی که خداوند به او و موجودات دیگر عطا فرموده است، توجه لازم و عمیق داشته باشد، آگاهی و بصیرت می‌یابد و به توانایی‌های خود در کسب معرفت اخلاقی و فضایل و رفع رذایل پی می‌برد. این نکته در بسیاری از آثار اسلامی مشهود است و از این روش برای تربیت دینی و اخلاقی افراد استفاده می‌شود.

#### ۱۴. روش اعتدال

یکی از روش‌ها، روش اعتدال‌بخشی به قوای نفس است که گاهی این روش را اصل اعتدال می‌نامند. انسان برای این که بتواند از کمال اخلاقی لازم برخوردار شود، باید اعتدال را بین قوای سه‌گانه‌ای که مشهور است، رعایت کند تا به فضیلت اخلاقی نایل شود.

«مرحوم فیض کاشانی» در کتاب/اخلاق حسنه می‌گوید:

«این که گفتیم میان قوای سه‌گانه عدالتی برقرار سازد، منظور آن است که قوه‌ی خشم و شهوت را تحت نظر عقل و شرع مضبوط سازد، برای این که قوه‌ی عقل مانند ناصح مُشیری است که همه‌ی اشارات او همراه با اندرز است و نیرویی که در آن است، متنفذ و توانا نیست که هر گونه اشاره‌ای نماید، بلادرنگ عملی شود و مسلماً خشم و شهوت از اموری است که اشاره در آنها کاملاً نافذ است».<sup>۳۷</sup>

۳۶. خمینی، سیدروح‌الله، چهل حدیث، ص ۱۱.

۳۷. فیض کاشانی، ملامحسن، اخلاق حسنه، ص ۱۰.

«هر فردی که بتواند کلیه‌ی صفات فوق را برای خود فراهم سازد و آنها را در کمال اعتدال مراعات نماید، به طور کلی دارای حُسن خُلق است و اگر کسی بعضی از آنها را مراعات کرد، به همان اندازه از اخلاق بهره‌ور است.»<sup>۳۸</sup>

ایشان، در ادامه، به برخی از صفات اخلاقی که به وسیله‌ی اعتدال به دست می‌آید، اشاره می‌کند و می‌گوید:

«شجاعت، قوه‌ی خشم است که در کمال اعتدال و در طریق صحیح به کار رود. عفت، نیروی شهوت است که در کمال اعتدال باشد.»<sup>۳۹</sup>

«اعتدال در به کار گرفتن هر قوه، موجب فضیلت اخلاقی معینی در نفس می‌گردد. قوام فضیلت، به اعتدال است؛ بنابراین، رذیلت اخلاقی در نتیجه‌ی افراط یا تفریط در استفاده از قوای نفس به وقوع می‌پیوندد.»<sup>۴۰</sup>

## ۵. روش تکلیف به اندازه‌ی توان

چون یکی از شرایط اختیار آدمی، قدرت می‌باشد، برای این که هر فرد بتواند به اندازه‌ی قدرت و توان خویش برخی از تکالیف اخلاقی را انجام دهد، لازم است تکالیفی به همان مقدار برای او معین گردد. انسان‌ها از توان، ظرفیت و استعداد مختلفی برخوردارند. تفاوت‌های فردی در فرهنگ‌ها و جوامع مختلف، همیشه، مورد توجه بوده است؛ از این رو، افراط و تفریط در واگذاری انجام امور به افراد، زیان‌های فراوانی به آنها وارد خواهد ساخت؛ بنابراین، باید ابتدا با شرایط سنی، هوشی و جنسی افراد و توان و استعداد‌های آنان آشنا شد و سپس به قدر توان و استعداد آنها، برخی از امور اخلاقی را، که متناسب با شرایط آنان است، از آنها درخواست کرد. در این جا لازم است برخی از تکالیف سخت و مشکل، به تدریج و به صورت مرحله‌ای برای افراد بیان شده، به همان مقدار نیز انتظار انجام امور را از آنان داشته باشیم.

۳۸. همان، ص ۱۱.

۳۹. همان، ص ۱۲.

۴۰. مبانی و شیوه‌های تربیت اخلاقی، ص ۳۷.

در قرآن کریم، بارها، تأکید شده است که انسان‌ها به اندازه‌ی توان و طاقت خود تکلیف و مسئولیت دارند و خداوند، هیچ‌گاه، بیش از قدرت آنان تکلیف نمی‌کند، زیرا در این صورت، از اراده و اختیار آدمی خارج می‌گردد و عقاب، جزا و کیفر معنا نخواهد یافت. در مباحث تربیت اخلاقی نیز این نکته حائز اهمیت است و مربی باید در تربیت اخلاقی افراد، وظایف و تکالیف را براساس توان علمی و عملی آنان در نظر بگیرد، و گرنه ممکن است متربیان دچار عصیان و سرکشی یا دست‌کم لجاجت گردند و به راحتی به وظایف خویش عمل نکنند. خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا...»<sup>۴۱</sup> خداوند هیچ‌کس را جز به اندازه‌ی توانایی‌اش تکلیف نمی‌کند.

در ادامه‌ی آیات، خداوند، قول مؤمنان را مطرح می‌کند که می‌گویند: تکلیف سنگین و فوق طاقت را برای ما قرار نده: «رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ»<sup>۴۲</sup>، پروردگارا، آنچه طاقت تحمل آن را نداریم، بر ما مقرر مدار.»

این نکته نشان می‌دهد که خداوند نیز چیزی فوق طاقت انسان‌ها بر آنان تحمیل نمی‌کند و تکلیف را از آنان برداشته است؛ بنابراین، مربی در مسائل تربیتی نیز باید به این نکته‌ی مهم توجه نموده، ابتدا، توان علمی و عملی متربیان را افزایش دهد و آن‌گاه از آنان به همان اندازه تقاضای تکلیف نماید.

در احادیث نیز بر این نکته اشاره شده و از تحمیل تکالیف نهی گردیده است؛ امام باقر 7 از قول پیامبر اسلام 9 می‌فرماید: «انَّ هَذَا الدِّينَ مَتِينٌ فَأَوْغَلُوا فِيهِ بَرْقِقٌ وَ لَا تُكْرَهُوا عِبَادَةَ اللَّهِ إِلَيَّ عِبَادَةَ اللَّهِ»<sup>۴۳</sup> «اسلام آیین محکم و استوار الهی است. با مدارا در آن وارد شوید و بندگان خدا را در عبادت خداوند مجبور نکنید.»

پیامبر گرامی اسلام 9 خطاب به امام علی 7، درباره‌ی عوارض تحمیل عبادت می‌فرماید: «یا علی 7، اسلام دین متقن خداوند است؛ در آن با مدارا قدم بردار. کاری کن که دلت

۴۱. بقره: ۲۸۶.

۴۲. همان‌جا.

۴۳. حدیث، ج ۲، ص ۲۵۱.

به عبادت خداوند بدبین نشود».<sup>۴۴</sup>

عبادت، که یکی از لذت‌بخش‌ترین کارهای مؤمنان در پیشگاه خداوند به شمار می‌رود، این قدر مورد توجه پیامبر ۹ و ائمه : قرار گرفته‌است که نباید با تحمیل و اجبار و اکراه همراه باشد؛ بنابراین، در امور دیگر باید از تحمیل و اجبار، به شدت، پرهیز نمود تا انسان‌ها با عشق، علاقه و انگیزه‌ی کامل به سوی کارهای نیک گام بردارند و هر قدر توان دارند و از عهده‌ی انجام آنها برمی‌آیند، به تکالیف خود عمل کنند؛ رسول اکرم ۹ بهترین مردم را کسی می‌داند که با عشق، علاقه و انگیزه به عبادت خدا مشغول شود: «افضل الناس من عشق العباده»؛<sup>۴۵</sup> از همه‌ی مردم برتر و بهتر در پرستش الهی، کسی است که با عبادت خدا عشق‌ورزی کند، معانقه نماید، بندگی پروردگار را در دل دوست بدارد و با بدن انجام دهد». درباره‌ی میزان تکالیف افراد باید توجه داشت که افراد از نظر استعداد و توان با یکدیگر فرق دارند و همه به یک اندازه، دارای فهم و قدرت نیستند. پس باید با توجه به شرایط جسمی، روحی، روانی، علمی و عملی آنان، تکالیفی برایشان تنظیم و تقسیم کرد و بیش از آن، توقع و انتظار نداشت.

نکته‌ی مهم دیگری که در مباحث اخلاقی ارزشمند است، تنبیه و مجازات افراد خطاکار می‌باشد. همان‌گونه که در واگذاری تکلیف و مسئولیت باید به توان انسانی توجه داشت، در تنبیه و مجازات نیز باید به اندازه‌ای که تکلیف و توان داشته است، او را مجازات کرد و حتی به اندازه‌ای که با تکالیف و وظیفه‌ی خود آشنایی دارد، مجازات معنا می‌یابد، چنان که در اسلام، تکلیف از افراد جاهل، مجنون، ناسی (فراموشکار) و... برداشته شده است<sup>۴۶</sup> و این نکته در کلام علما و بزرگان اخلاق و دین فراوان دیده می‌شود و در احادیث نیز مورد توجه قرار گرفته است.

#### ۶. روش روبه‌رو شدن با نتایج اعمال

روش روبه‌رو شدن با نتایج اعمال، از روش‌های مؤثر شناخت فضیلت و حفظ آن می‌باشد.

۴۴. همان، ص ۲۵۵.

۴۵. همان جا.

۴۶. رفع عن امتی الخطا والنسیان و... (به نقل از باقری، خسرو، نگاهی دوباره به تربیت اسلامی، ص ۱۴۶).

هنگامی که فرد با نتایج رفتار و کردار خویش در زندگی روبه‌رو شود و به آثار و پی‌آمدهای آن توجه کند، زمینه‌ی مناسبی برای یافتن انگیزه‌ی درونی به منظور ترک یا انجام کار پیدا می‌نماید.

خداوند با آگاه ساختن فرد از نتایج و پی‌آمدهای عمل و همچنین روبه‌رو شدن با آنها، انسان‌ها را با خود و وظایفشان آشنا ساخته است. وقتی انسان از نتایج و آثار کار خویش باخبر شود، درصدد تقویت اعمال صالح و دفع و نابود ساختن اعمال منفی و زشت برمی‌آید. در قرآن، بارها، اشاره شده است که خداوند به شما ظلم نمی‌کند و شما بر خودتان ظلم روا می‌دارید یا می‌فرماید که اعمال شما ضرری به ما نمی‌رساند، بلکه به ضرر خودتان است: «وَ مَا ظَلَمُونَا وَ لَكِن كَانُوا أَنفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ»<sup>۴۷</sup> اینان بر ما ستم نکردند، بلکه بر خود ستم رومی‌داشتند».

خداوند همچنین می‌فرماید که راه هدایت و گمراهی را معرفی ساخته و بینش‌های اصلی را درباره‌ی انسان، معاد و... در اختیار آدمی قرار داده است؛ هر کس از آن بهره‌بردار، نجات می‌یابد و هر کس از آن روی‌گرداند، هلاک خواهد شد:

«قَدْ جَاءَكُمْ بَصَائِرٌ مِّن رَّبِّكُمْ فَمَنْ أَبْصَرَ فَلِنَفْسِهِ وَ مَن عَمِيَ فَعَلَيْهَا»<sup>۴۸</sup> بینش‌ها و دلایل روشن از طرف پروردگارتان برای شما آمده است؛ کسی که آبه وسیله‌ی آن، حق را ببیند، به سود خود اوست و کسی که از دیدن آن چشم‌پوشد، به زیان خودش می‌باشد».

خداوند در آیات دیگری می‌فرماید که هر چه بدی به انسان می‌رسد، نتیجه‌ی اعمال نادرست خود اوست و خداوند مانع رسیدن این نتایج و آثار به انسان نمی‌شود:

«مَا أَصَابَكَ مِنْ سَيِّئَةٍ فَمِن نَّفْسِكَ»<sup>۴۹</sup> هر چه بدی به تو برسد، از نفس خودت سرچشمه گرفته است (مقصر خودت هستی)».

«چشاندن نتیجه‌ی عمل به عامل، یک روش تربیتی است، زیرا موجب می‌گردد که انسان، امکان بازگشت از خطا را بیابد».<sup>۵۰</sup> در این باره، خداوند متعال می‌فرماید:

۴۷. بقره: ۵۷.

۴۸. انعام: ۱۰۴.

۴۹. نساء: ۷۹.

۵۰. باقری، خسرو، نگاه‌های دوباره به تربیت اسلامی، ص ۱۰۸.

«ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِي النَّاسِ لِيذِيقَهُمْ بَعْضَ الَّذِي عَمِلُوا لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ»<sup>۵۱</sup> فساد، در دریا و خشکی به خاطر کارهایی که مردم انجام داده‌اند، آشکار شده است. خدا می‌خواهد نتیجه‌ی بعضی از اعمالشان را به آنان بچشاند. شاید [به سوی حق] بازگردند. خداوند در آیات دیگری از پیروی کردن هوای نفس نهی می‌کند و می‌فرماید که نتیجه‌ی پیروی از هوای نفس، گمراهی خواهد بود:

«وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوَىٰ فَيُضِلَّكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ»<sup>۵۲</sup> از هوای نفس پیروی مکن که تو را از راه خدا منحرف می‌کند».

روش روبه‌رو شدن با نتایج اعمال، در روایات نیز به چشم می‌خورد؛ پیامبر گرامی اسلام ۹ و ائمه‌ی هدی : در سخنان گهربار خویش، آثار و پی‌آمدهای بسیاری از اعمال را یادآور شده‌اند؛ برای نمونه، امام علی 7، در حدیثی، ره‌آورد عقل و آثار آن را بیان می‌کنند که رهایی از گمراهی است: «كَفَاكَ مِنْ عَقْلِكَ مَا أَوْ ضَحَّ لَكَ سُبُلَ غَيِّكَ مِنْ رُشْدِكَ؛ عقل تو را کفایت کند که راه گمراهی را از رستگاری نشانت دهد».

حضرت 7 در حدیث دیگری، تأثیر خودسازی را چنین بیان می‌فرمایند: «کسی که نهان خود را اصلاح کند، خدا آشکار او را نیکو گرداند و کسی که برای دین خود کار کند، خدا دنیای او را کفایت فرماید و کسی که میان خود و خدا را نیکو گرداند، خدا میان او و مردم را اصلاح خواهد کرد».<sup>۵۳</sup>

این روش مهم در کلام علما نیز مورد توجه قرار گرفته است. امام خمینی ، درباره‌ی این که اگر انسان به لذات روحانی برسد و از نتایج اعمال نیک خود برخوردار شود، از لذات جسمانی منصرف می‌گردد و از آنها دوری می‌کند، اظهار می‌دارند: «بدان که اوایل امر، قدری مطلب سخت و مشکل می‌نماید، ولی پس از چندی مواظبت، زحمت به راحت مبدل می‌شود و مشقت به استراحت، بلکه به یک لذت روحانی خالصی بدل می‌شود که اهلش آن لذات را با جمیع لذات مقابل نکنند، زیرا [وقتی] که لذت

۵۱. روم: ۴۱.

۵۲. ص: ۲۶.

۵۳. نهج‌البلاغه، ترجمه‌ی محمد دشتی، حکمت ۴۲۳، ص ۷۳۱.

روحانی را چشیدی، از لذات جسمانیه کم کم منصرف شوی و از آنها پرهیز کنی».<sup>۵۴</sup> ایشان همچنین ضمن بیان بسیاری از صفات و ملکات نفسانی در کتاب شریف *چهل حدیث*، آثار و نتایج آنها را نیز بیان می‌دارند و در مقابل، آثار و پی‌آمدهای منفی رذایل اخلاقی را نیز یادآور می‌شوند، همانند آثار صبر، زهد، تقوا، توکل، ذکر و... در برابر پی‌آمدهای نفاق، ریا، عجب، غضب و...<sup>۵۵</sup>

«هنگامی که فرد بیابد و ببیند که پی‌آمد عمل او، زیان خود وی را به بار می‌آورد یا آن که به سود خود اوست، زمینه‌ی مناسب برای یافتن انگیزه‌ی درونی به منظور ترک یا انجام عمل را یافته است. با ظهور این انگیزه‌ی درونی، الزام بیرونی جای خود را به الزام درونی می‌دهد و فرد، خود را از درون، ملزم به ترک یا انجام عمل می‌بیند. مواجهه‌ی فرد با نتایج اعمالش، در دو رتبه است: یکی، در رتبه‌ی "دریافتن" و دیگری، در رتبه‌ی "دیدن"؛ در رتبه‌ی نخست، فرد را از پی‌آمدها آگاه می‌کنیم و در رتبه‌ی دیگر او را وامی‌گذاریم تا با نتایج اعمال روبه‌رو شود. چشاندن نتیجه‌ی عمل به عامل، یک روش تربیتی است، زیرا موجب می‌گردد که انسان، امکان بازگشت از خطا را بیابد».<sup>۵۶</sup>

استفاده از این روش، انسان را از خواب غفلت بیدار می‌کند و او را به سوی هدایت و سعادت رهنمون می‌گردد، زیرا تا آدمی با نتایج و تبعات ملموس رفتار، گفتار و کردار خویش روبه‌رو نشود، چه بسا تا پایان عمر در غفلت به سر ببرد و از مشکلات و مصایبی که برای او به وجود می‌آید، درس نگیرد. این روش در شناخت انسان از اعمال و رفتار او اثر می‌گذارد. با این روش، انسان می‌تواند فضیلت و کمال را بشناسد و برای کسب آنها بکوشد. بنابراین، اگر انسان با آثار، نتایج و پی‌آمدهای اعمال و رفتارهای مثبت و منفی خویش آشنا شود، انگیزه و اراده‌ی بیشتری برای کسب فضایل و رفع رذایل خواهد داشت.

۵۴. خمینی، سیدروح‌الله، *چهل حدیث*، ص ۲۰۸.

۵۵. در کتاب *نقطه‌های آغاز در اخلاق عملی*، نوشته‌ی «محمدرضا مهدوی‌کنی» و کتب اخلاقی دیگر، بسیاری از این موارد و آثار و پی‌آمدهای آن بیان شده است که علاقه‌مندان می‌توانند به منابع مربوط مراجعه نمایند.

۵۶. باقری، خسرو، *نگاهی دوباره به تربیت اسلامی*، ص ۱۰۶ - ۱۰۷.



## ۷. روش تغافل

تغافل به معنای نادیده انگاشتن رفتار و گفتار متربی از طرف مربی به منظور تربیت و پرورش او می‌باشد.

در تعلیم و تربیت، تغافل یکی از روش‌های مؤثر و کارآمد به شمار می‌رود و چه بسا با این روش، متربی به خود آید و راه صلاح در پیش گیرد. او، با توجه به استعدادها و امکاناتی که در اختیار دارد و با توجه به این که عزت او در برابر جمع خدشه‌دار نشده است و هنوز می‌تواند در جامعه سربلند و باعزت زندگی کند، زمینه‌ی رشد و هدایت خویش را فراهم سازد و با حفظ عزت و کرامت نفس خویش، در راه انجام کارهای نیک گام بردارد و دیگران را نیز به این راه فراخواند.

بسیاری اوقات، با استفاده از روش تغافل نیز که ناظر به نادیده گرفتن برخی از کارهای دیگران می‌باشد، می‌توان عزت نفس انسانی خویش را حفظ نمود.

«این روش نیز از فروع اصل عزت است، با این تفاوت که در روش حاضر، توجه، معطوف به ضعف‌های متربی است. بروز ضعف‌ها، شکستن عزت را در پی می‌آورد. پس اختفای آنها طریقه‌ای برای حفظ عزت است. برای اختفای ضعف‌ها دو مقام می‌توان در نظر گرفت: یکی، پیش از مسلم شدن آنها و دیگر، پس از آن. از این دو مقام، آنچه مورد اصلی تغافل محسوب می‌شود، دومی است، زیرا تغافل به این معناست که ما از امری به واقع، مطلع شویم و تظاهر به غفلت کنیم. هرگاه، عملی و رفتاری را شاهد بودیم که تأمل برانگیز بود، باید بنابر اصل صحت، که در فقه آمده است، آن را به نحو مطلوبی توجیه کنیم و آن گاه که راه‌های توجیه مربی سد شد و برای او یقین حاصل آمد که متربی خطا کرده است، زمان تغافل فرامی‌رسد. در این هنگام، عزت متربی باید با تغافل از خطای او حفظ شود».<sup>۵۷</sup>

برای این که انسان عزت نفس خویش را به دست آورد، لازم است با توانایی‌های خویش آشنا شود و آنها را به کار گیرد. در روش تغافل، توجه دادن متربی به ضعف‌ها و ناتوانی خویش، از عوامل حفظ عزت نفس به شمار می‌رود. بروز ضعف‌ها، از بین بردن و نابود ساختن عزت و سربلندی را به دنبال خواهد داشت؛ از این رو، پنهان ساختن برخی از ضعف‌ها در حفظ

عزت مؤثر خواهد بود. برای پنهان ساختن و مخفی کردن ضعف‌ها و عیوب دو گونه می‌توان رفتار کرد:

«یکی، پیش از مسلم شدن ضعف‌ها و دیگر، پس از آن. گاهی ما به سبب شواهد و قوانین، احتمال می‌دهیم که متربی واجد ضعف و تقصیری باشد و گاهی این را به یقین می‌دانیم. از این دو مقام، آنچه مورد اصلی تغافل است، دومی است، زیرا تغافل به معنای این است که ما از امری به واقع، مطلع شویم و تظاهر به غفلت کنیم و مقام نخست، در فقه اسلامی تحت عنوان اصل صحت مطرح می‌شود».<sup>۵۸</sup>

در این روش، تلاش می‌شود که فرد را با جنبه‌های منفی و ضعف‌هایی که دارد، آشنا سازیم و یکی از شیوه‌ها این است که در کنار دادن اطلاعات لازم، از برخی ضعف‌های او چشم‌پوشی کنیم تا متوجه اعمال، ضعف‌ها و کمبودهای خویش شود و درصدد رفع آن بر آید. به کارگیری این روش موجب می‌شود عزت نفس انسان محفوظ بماند و به راحتی دست‌خوش سختی‌ها نگردد و احساس عزت نفس موجب می‌شود به خطاهای دیگر دچار نشود.

«تغافل ایجاب می‌کند که مرتبی پس از آن که راه‌های توجیه را بر خود بسته دید، به توجیه‌های متربی گردن نهد، گرچه به عدم صحت آنها واقف است. خطرناک‌ترین لحظه در تربیت، لحظه‌ای است که متربی خود را از رو پوشیدن خطای خویش بی‌نیاز بیند و از برملا کردن آن ابایی نداشته باشد. تغافل، تدبیری برای پیش‌گیری از وقوع چنین لحظه‌ای است. به کار زدن این شیوه، مانع از آن است که احساس عزت فرد، بالجمله زایل شود و آنچه فرد را به پرهیز از خطا موفق می‌سازد، احساس عزت است».<sup>۵۹</sup>

یکی از آیاتی که ممکن است در این زمینه معنا یابد، آیه‌ای می‌باشد که درباره‌ی پیامبر گرامی اسلام ﷺ وارد شده است؛ حضرت ﷺ به پذیرش عذرهای دیگران همت می‌گماردند تا حدی که عده‌ای به ایشان طعنه می‌زدند که چه قدر گوش شنوا دارد؛ به تعبیر دیگر، ایشان تغافل می‌کردند، ولی دیگران این عمل را دلیل بر ساده‌لوحی حضرت ﷺ می‌دانستند،

۵۸. همان، ص ۱۳۶. (اصل صحت آن است که عمل مسلمان را حمل بر صحت و درستی نماییم و اگر احتمال نادرستی در آن وجود داشته باشد، به این گونه احتمالات اعتنایی نکنیم).

۵۹. همان، ص ۱۳۷.

ولی خداوند در پاسخ آنان می‌فرماید: «يَقُولُونَ هُوَ أَدْنَىٰ قُلُوبِنَا حَبِيبٌ لِّكُلِّ مَلَأَةٍ»<sup>۶۰</sup> می‌گویند: او آدم خوش‌باوری است! بگو: خوش‌باور بودن او به سود شماست».

در احادیث نیز بر این نکته پافشاری شده است که از برخی اعمال افراد تغافل کنید تا قدر و منزلت افراد محفوظ و مصون نگه داشته شود:

«عَظَّمُوا أَقْدَارَكُمْ بِالتَّغَاوُلِ عَنِ الدَّيْتِ مِنَ الْأُمُورِ»<sup>۶۱</sup>

قدر و منزلت خویش را با تغافل در امور کوچک و پیش‌پا افتاده بزرگ دارید».

این حدیث می‌رساند که تغافل نه تنها در حفظ عزت نفس متربی مؤثر واقع می‌شود، که در حفظ نفس مربی نیز تأثیر می‌گذارد. چه بسا افشا و بیان کردن قضیه‌ای، موجب از بین رفتن عزت و شرافت کسی گردد و از سوی دیگر، حفظ و نگه‌داری نکته‌ای ظریف و کوتاه، ممکن است موجب افزایش عزت نفس افراد شود.

حدیث دیگری تغافل را در حفظ صلاح زندگی جمعی مؤثر و مفید معرفی می‌کند:

«صَلِحُ حَالِ التَّعَايُشِ وَالتَّعَاشِرِ مِلاءٌ مِکِبَالٍ ثَلَاثَةٌ فِطْنَةٌ وَ ثَلَاثَةٌ تَغَاوُلٌ»<sup>۶۲</sup>

صلاح زندگی جمعی و روابط متقابل، چون محتوای پیمان‌های است که دوسوم آن زیرکی و یک‌سوم آن تغافل است».

امام علی 7 می‌فرماید: «در مصیبت‌ها یا همانند آزادگان باید شکیبیا بود یا مانند جاهلان و ابلهان، خود را به فراموشی (تغافل) زد»<sup>۶۳</sup>.

حضرت 7 تغافل را روش کریمان می‌دانند و می‌فرمایند: «مِنْ أَسْرَفِ أَعْمَالِ الْكَرِيمِ غَفْلَتُهُ عَمَّا يَعْلَمُ»<sup>۶۴</sup>

خود را بی‌خبری نمایاندن [و تغافل کردن]، از بهترین کارهای بزرگواران است».

عفو و تغافل فرق دارد؛ عفو و اغماض، یعنی درگذشتن از تقصیر دیگران و نادیده گرفتن خطاهای آنان است، با این قید که دو طرف کاملاً از آن باخبر باشند و کار خطا نیز بر دو

۶۰. توبه: ۶۱.

۶۱. به نقل از فلسفی، محمدتقی، /اخلاق، ص ۳۵۹.

۶۲. همان، ص ۲۲۴.

۶۳. نهج البلاغه، حکمت ۴۱۴.

۶۴. همان جا.

طرف و حتی دیگران آشکار شده باشد. در این جا، عفو کردن از صفات پرهیزکاران به شمار می‌رود. از سوی دیگر، تغافل در جایی است که مربی نمی‌خواهد متریبی بفهمد که او از خطایش آگاه است تا عزت نفس او خدشه‌دار نشود. در عین حال، عفو، گذشت و اغماض، همانند تغافل، موجب عزت نفس انسانی می‌گردد، چنان که در حدیثی از پیامبر گرامی اسلام <sup>۹</sup> تأکید شده است؛ حضرت <sup>۹</sup> می‌فرماید:

«عَلَيْكُمْ بِالْعَفْوِ فَإِنَّ الْعَفْوَ لَا يَزِيدُ الْعَبْدَ إِلَّا عِزًّا فَتَعَاَفُوا يُعَزِّرْكُمْ اللَّهُ»<sup>۶۵</sup>

عفو و بخشش را شیوه‌ی خود قرار دهید، زیرا بخشش و گذشت جز بر عزت انسان نیفزاید. پس با یکدیگر گذشت داشته باشید تا خدا شما را عزیز کند.

## ۸. روش ایجاد انگیزه

«اصولاً هیچ کار اختیاری بدون یک نیت و انگیزه انجام نمی‌گیرد و هر کاری که از روی اختیار انجام گرفت، یک داعی یا انگیزه‌ای برای انجام آن کار خاص در نفس فاعل آن وجود دارد که سبب می‌شود فاعل، آن کار خاص را ترک نکند یا به جای آن، کار دیگری غیر از آن را انجام ندهد».<sup>۶۶</sup>

«از آن جا که اخلاق اسلامی براساس تزکیه و تقویت بُنیهِی معنوی و فضایل نفسانی و ارزش‌های والای انسانی نهاده شده است، در کلیه‌ی اعمال اعم از قلبی و بدنی، به ویژه عبادات، اصالت با نیت است».<sup>۶۷</sup>

اگر بتوان انگیزه‌های درونی آدمی را برای انجام امور اخلاقی تحریک کرد و زمینه‌های آن را فراهم ساخت، به یقین، می‌توان ادعا نمود که افراد با قدرت، شناخت و اراده‌ی قوی‌تری به سوی فضایل اخلاقی کشانده می‌شوند و اعمال خویش را با توجه به نیت و انگیزه‌ی سالمی که به دست می‌آورند، انجام می‌دهند. وقتی انسان به کاری تشویق گردد و شناخت لازم و کافی از آن به او داده شود، به آسانی درصدد انجام آن برخواهد آمد و از کارهایی که مناسب شأن و شخصیت انسانی نیست (رذایل اخلاقی) فاصله خواهد گرفت.

۶۵. اصول کافی، ج ۲، ص ۱۰۸.

۶۶. مصباح یزدی، محمدتقی، اخلاق در قرآن، ص ۹۴.

۶۷. مهدوی کنی، اخلاق عملی، ص ۳۷۹.

بنابراین، با توجه به این که انسان دارای اختیار است، دو اصل مهم مورد توجه قرار می‌گیرد: اصل شناخت و اصل قدرت انسان. برای این که شناخت کافی پیدا نماید، لازم است درباره‌ی مسائل اخلاقی، آثار و پی‌آمدهای آن مطالعه کند و به تفکر بپردازد و از سوی دیگر، زمینه‌های کسب قدرت را برای انجام امور برای خویش فراهم سازد. انسان با کسب شناخت و معرفت، قدرت و انگیزه‌ی لازم را نیز برای انجام کارهای نیک پیدا می‌کند. باید به تفاوت‌های فردی توجه کافی مبذول داشت و تکالیف اخلاقی را نیز با توجه به استعدادها و شرایطی که افراد دارند، برای آنان بیان نمود تا هر کس به قدر توان و استعداد خویش بتواند به انجام آنها مبادرت ورزد. افزون بر اینها، باید انگیزه‌های درونی افراد را شناخت و آنها را تقویت نمود و در مسیر صحیح هدایت و رشد قرار داد. باید انگیزه‌ها را تحریک نمود تا افراد با انگیزه و نیت قوی و صحیح به کسب فضایل و رفع رذایل اقدام نمایند.

برای انجام هر عملی، ضروری است شوق و انگیزه‌ی آن در فرد به وجود بیاید تا عزم بر انجام کار در او تقویت شود. برای این که انسان بتواند با استفاده از اختیار، اراده و قدرت خویش در راه کسب معارف اسلامی، به ویژه کسب فضایل و رفع رذایل، بکوشد، لازم است انگیزه و رغبت کافی به آنها در خود به وجود آورد. اسلام نیز به این مهم توجه داشته و بحث انگیزه و نیت را مطرح ساخته است و این امر موجب تقویت اراده‌ی انسان می‌گردد و تقویت اراده برای نیل به هدف غایی بسیار مؤثر و مفید است. از نظر دین، تقویت اراده و چگونگی برخورد با عواملی که موجب از بین رفتن اراده و انگیزه‌ی آدمی می‌شود، اهمیت ویژه‌ای دارد. یکی از عوامل مهم تقویت اراده، نیت است و در اسلام، هر کاری که انسان با انگیزه و نیت الهی انجام دهد، ارزشمند می‌باشد.

«از دیدگاه اسلام، کاری اخلاقی و ارزشمند است که تنها برای تحصیل رضای خداوند انجام گیرد».<sup>۶۸</sup>

خداوند در قرآن اهمیت نیت را چنین بیان می‌کند:

«قَدْ جَاءَكُمْ مِنَ اللَّهِ نُورٌ وَ كِتَابٌ مُبِينٌ يَهْدِي بِهِ اللَّهُ مَنِ اتَّبَعَ رِضْوَانَهُ سُبُلَ السَّلَامِ»؛<sup>۶۹</sup>

۶۸. مصباح یزدی، محمدتقی، اخلاقی در قرآن، ص ۹۶.

۶۹. مائده: ۱۵-۱۶.

از طرف خدا، نور و کتاب آشکاری به سوی شما آمده است. خداوند به برکت آن، کسانی را که از خشنودی او پیروی کنند، به راه‌های سلامت هدایت می‌کند.»

«تأثیری که نیت انسان روی کار و کار از میسر نیت در تکامل نفس و رسیدن انسان به سعادت ابدی دارد، یک تأثیر طبیعی و تکوینی است، نه قراردادی، یعنی اگر در عملی نیت نباشد یا نیت صحیحی نباشد، آن عمل، موجب کمالی برای نفس نخواهد بود؛ پس این خود نیت است که رابطه‌ی تکوینی با آن عمل دارد و به آن حیات می‌دهد.»<sup>۷۰</sup>

بنابراین، برخورداری انسان از «انگیزه» و «نیت» مناسب برای انجام کار، موجب می‌شود در انجام آن موفق گردد. دین مبین اسلام انگیزه و نیت واقعی اعمال را زمانی می‌پذیرد که فقط برای جلب رضایت الهی باشد و راه‌های به دست آوردن این انگیزه را نیز برمی‌شمارد؛ یکی از راه‌ها، به دست آوردن ایمان به خدا و روز قیامت است. کسی که ایمان به خداوند دارد، از نیروی بالقوه‌ای برخوردار است که او را به سوی انجام کارهای نیک تشویق می‌کند که موجب می‌شود انسان احساس تکلیف کند و انگیزه، علاقه و شوق لازم را برای عمل به تکالیف به دست آورد. ایمان به خداوند، همچنین موجب می‌شود انسان به دنبال کارهای شر و ناپسند نرود و انگیزه‌ای برای انجام آنها نداشته باشد. ایمان به روز قیامت و توجه به این که روزی انسان باید پاسخ‌گوی اعمال خود باشد و در آن جا پاداش نتایج اعمال نیک خود را ببیند نیز در تقویت انگیزه‌ی انجام عمل صالح و پرهیز از عمل زشت مؤثر خواهد بود. در روایات اسلامی نیز به انگیزه و نیت و همچنین تشویق به عمل نیک برای به دست آوردن انگیزه‌ی لازم سفارش شده است.

امام علی 7، در حدیثی، نیکوکاران را به عمل صالح تشویق می‌کنند و می‌فرمایند: «الْعَمَلُ، الْعَمَلُ، ثُمَّ النَّهْيَايَةِ النَّهْيَايَةِ...»<sup>۷۱</sup> عمل صالح، عمل صالح، سپس آینده‌نگری، آینده‌نگری و استقامت، آن گاه بردباری و پرهیزکاری. برای هر کدام از شما عاقبت و پایان مهلتی تعیین شده است؛ با نیکوکاری به آن جا برسید.»

در ادامه، می‌فرمایند:

۷۰. مصباح یزدی، محمدتقی، اخلاق در قرآن، ص ۱۰۱.

۷۱. نهج‌البلاغه، ترجمه‌ی محمد دشتی، خطبه‌ی ۱۷۶، ص ۳۳۴.

«همانا شما گفتید: پروردگار ما خداست. پس در عمل به دستورهای خدا و در ادامه‌ی راهی که فرمان داد و بر روش درست پرستش بندگان او استقامت داشته باشید و از دستورهای خدا سرپیچی نکنید».

در این حدیث، حضرت 7، ضمن بیان این که همه‌ی اعمال و رفتار ما باید برای جلب رضایت الهی باشد و فقط برای خدا کار کنیم، افراد را به انجام عمل نیک برای رسیدن به این مقصود واقعی و حقیقی تشویق می‌نمایند تا در آنان انگیزه و شوق ایجاد کنند. بنابراین، اگر بخواهیم مرتبی به انجام کارهای اخلاقی تشویق شود، ضروری است انگیزه‌ی لازم را در او به وجود بیاوریم.

## 9. روش الگویی

یکی از روش‌های مؤثر در تربیت اخلاقی، روش الگویی است. انسان به طور طبیعی تحت تأثیر افکار، عقاید، گفتار، رفتار و حرکات دیگران، به ویژه پدر، مادر و مربیان، قرار می‌گیرد و براساس آن، شخصیت، رفتار و اعمال خود را شکل می‌دهد. به این گونه افراد، که مورد توجه دیگران قرار می‌گیرند، الگو گفته می‌شود؛ از این رو، مربیان وظیفه دارند از این فرصت برای تربیت اخلاقی افراد استفاده کنند و روش الگویی نیز به همین دلیل حائز اهمیت فراوان است. در این روش، افزون بر این که مربیان باید الگوهای خوب و مناسبی برای متربیان، به ویژه در مسائل اخلاقی، باشند، باید الگوهای متناسب با متربیان را به آنان معرفی نمایند. همچنین ضروری است ملاک‌ها و معیارهای انتخاب الگوهای اخلاقی به آنان معرفی گردد تا در این زمینه دچار خطا، اشتباه و انحراف نشوند. خداوند در قرآن کریم الگوهای کاملی به انسان معرفی می‌نماید و بر پیروی از آنان تأکید می‌کند:

«و لقد کان لکم فی رسول الله اسوة حسنة؛<sup>۷۲</sup>

هر آینه برای شما [در خصلت‌ها و روش] رسول خدا نمونه و سرمشقی نیکو و پسندیده است». امام علی 7 می‌فرماید:

«من نصب نفسه للناس اماما فليبدأ بتعليم (تأديب) نفسه قبل تعليم (تأديب) غيره وليكن تاديبه بسيرته قبل تاديبه بلسانه؛<sup>۷۳</sup>

هرکس خود را پیشوای مردم سازد، باید پیش از تعلیم دیگران، به تعلیم خویش بپردازد و باید تربیت کردنش، پیش از آن که با زبانش باشد، با سیرت و رفتارش باشد.»  
امام صادق 7 نیز می‌فرماید:

«كونوا دعاه للناس باعمالکم و لاتكونوا دعاه بالسنتکم؛

دعوت‌کننده‌ی مردم با اعمال خود باشید، و نه [فقط] با زبانتان.»  
بنابراین، مریبان باید خود الگوی کامل و واقعی باشند و نیز الگوهایی مانند پیامبران، به ویژه پیامبر اسلام 9 و اهل بیت : را معرفی نمایند و صفات و ویژگی‌های الگوی کامل اخلاقی و معنوی را در اختیار متریبان قرار دهند.

### نتیجه‌گیری

خداوند انسان را خلق نمود و تمام امکانات و شرایط رشد و هدایت او را فراهم ساخت. انبیا و رسولان الهی، پیام‌آوران حق و حقیقت بودند و بشر را به سوی هدایت و تکامل حقیقی راهنمایی کردند. نیازهای انسان، نامحدود و خواسته‌ها و گرایش‌های او بی‌انتهاست و او به سوی بی‌نهایت در حرکت می‌باشد.

اسلام، آخرین مرحله از ارسال برنامه‌های الهی به شمار می‌رود که پیامبرگرمی اسلام 9، خاتم پیامبران معرفی شده است و نزد خداوند، اسلام کامل‌ترین و دقیق‌ترین دین الهی است که توانایی پاسخ‌گویی به همه‌ی نیازها و خواسته‌های مشروع و مطلوب انسان‌ها را دارد.  
نیاز به اخلاق، انجام اعمال نیکو و برخورداری از روح و روانی سالم و سعادت‌مند، از نیازهای بشری است. انسان درصدد کسب سعادت و نیل به کمال می‌باشد و سازندگی درونی انسان و اصلاح و تهذیب نفس، این مهم را برآورده خواهد ساخت.

بی‌توجهی به سازندگی اخلاقی و رویگردانی از ارزش‌های اصیل انسانی و اسلامی، موجب سقوط و هلاکت آدمی و انحطاط اخلاقی و دینی او خواهد شد؛ از این رو، انبیا، به ویژه



پیامبر گرامی اسلام<sup>9</sup>، برای معرفی کامل دین و سازندگی اخلاقی و به تعبیری، تزکیه و تهذیب نفس انسان‌ها می‌کوشیدند. ایشان، در حدیث معروفی، هدف از بعثت خویش را تکمیل و متمیم مکارم اخلاقی معرفی نمودند. چون فطرت انسان‌ها به خدا و خوبی‌ها، گرایش دارد، از جمله وظایف پیامبران، بیدار ساختن فطرت الهی و آگاهی دادن به انسان‌ها، به منظور توجه بیشتر به اندوخته‌های درونی است.

انسان‌ها با در اختیار داشتن امکانات جسمی و روحی فراوان، توان بازسازی اخلاقی و دینی خود را براساس فطرت الهی، که در نهاد آنان سرشته شده است، دارند. انسان زمانی از نظر شخصیت درونی، انسان خواهد بود که بذر ارزش‌های انسانی و الهی را در خویشتن رشد داده و فضایل و کمالات انسانی را به منصفی ظهور رسانده باشد. برخوردار بودن انسان از قدرت فهم، درک و توانایی شناخت، او را از موجودات دیگر متمایز ساخته است. او می‌تواند با کسب معرفت‌های لازم در زندگی، اساس و بنیان هدایت، رشد و تکامل خویش را فراهم سازد و به سوی آنچه او را به سوی فضایل و کمالات راهنمایی می‌کند، گام بردارد.

در حدیثی از امام کاظم<sup>7</sup> آمده است:

«لازم‌ترین علم آن است که تو را به پاکسازی دل [و تهذیب باطن] رهبری کند و تباهی و فساد دل را بر تو آشکار سازد»<sup>۲۴</sup>.

چون انسان استعداد پذیرش فضایل و رفع رذایل را دارد، ضروری است درباره‌ی شیوه‌ها و راه‌های کسب فضایل و رفع رذایل، به منظور رسیدن به کمال و فضیلت نهایی، که به نظر اسلام، تقرب به خداست، بحث و بررسی لازم صورت گیرد.

اسلام، برای رفع بسیاری از رذایل و مشکلات اخلاقی، که دامن‌گیر بسیاری از افراد شده است، راه‌ها و روش‌های بسیار مؤثری ارائه نموده است؛ روش‌هایی مانند روش اعطای بینش، روش مطالعه و تفکر، روش تذکر و یادآوری، روش اعتدال، روش روبه‌رو شدن با نتایج اعمال، روش تغافل، روش ایجاد انگیزه و روش الگویی که با به‌کارگیری صحیح هر کدام از این روش‌ها، می‌توانیم در تربیت اخلاقی خود و دیگران موفق شویم.

## منابع

۱. قرآن کریم، ترجمه‌ی ناصر مکارم شیرازی.
۲. نهج البلاغه، ترجمه‌ی محمد دشتی.
۳. مصباح یزدی، محمدتقی، اخلاق در قرآن، تهران، انتشارات امیر کبیر، ۱۳۷۲ ش.
۴. مکارم شیرازی، ناصر، اخلاق در قرآن، قم، مدرسه‌الامام علی بن ابی طالب 7، ۱۳۷۷ ش.
۵. جوادی آملی، عبدالله، مبانی اخلاق در قرآن، قم، مرکز نشر اسراء، ۱۳۷۸ ش.
۶. جوادی آملی، عبدالله، مراحل اخلاق در قرآن، قم، مرکز نشر اسراء، ۱۳۷۸ ش.
۷. فیاضی، علی و آشتیانی، محسن، مبانی تربیت و اخلاق اسلامی، قم، انتشارات روحانی، ۱۳۷۸ ش.
۸. باقری، خسرو، نگاهی دوباره به تربیت اسلامی، تهران، انتشارات مدرسه، ۱۳۷۶ ش.
۹. حاجی ده‌آبادی، محمدعلی و صادق‌زاده قمصری، علیرضا، تربیت اسلامی (ویژه‌ی تربیت اخلاقی)، تهران، انتشارات نشر تربیت اسلامی، ۱۳۷۹ ش.
۱۰. باقری، خسرو، مبانی و شیوه‌های تربیت اخلاقی، تهران، انتشارات سازمان تبلیغات اسلامی، ۱۳۷۷ ش.
۱۱. حاجی ده‌آبادی، محمدعلی، درآمدی بر نظام تربیتی اسلام، قم، مرکز جهانی علوم اسلامی، ۱۳۷۷ ش.
۱۲. فیض کاشانی، محسن، اخلاق حسنه، ترجمه‌ی محمدباقر ساعدی، تهران، انتشارات پیام آزادی، ۱۳۶۶ ش.
۱۳. دلشاد تهرانی، مصطفی، سیری در تربیت اسلامی، تهران، انتشارات دریا، ۱۳۸۲ ش.
۱۴. دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، اهداف تربیت از دیدگاه اسلام، تهران، انتشارات سمت، ۱۳۷۶ ش.
۱۵. دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، انسان از دیدگاه اسلام، تهران، انتشارات سمت، ۱۳۷۷ ش.
۱۶. خمینی، روح‌الله، چهل حدیث، قم، مؤسسه‌ی تنظیم و نشر آثار امام خمینی، ۱۳۷۳ ش.
۱۷. نقیب‌زاده، عبدالحسین، نگاهی به فلسفه‌ی آموزش و پرورش، تهران، انتشارات طهوری، ۱۳۷۵ ش.