

Self-Control in Society; its Development Mechanisms and Removal Factors from the Perspective of the Holy Qur'an

Ali Asghar Shoaei¹

ABSTRACT

Society and its institutions are an arena for all types of behaviors that play an essential role in human success or failure. One of the most important tools that can put a person's behavior on the right path and prevent him from deviating is self-control, which plays a major role in achieving great goals. Given the importance of this issue, in this research, using the descriptive-analytical method, self-control in society, the mechanisms of its development, and the factors of its removal have been studied from the perspective of the Holy Qur'an.

In the process of achieving the important feature of self-control, some factors can correct human behavior and put human beings on the path of growth and excellence; while some factors prevent the correction of human behavior and cause the removal of his self-control. Among the results of the research is that the most important mechanisms of self-control are strengthening beliefs, piety, thinking, determination, contemplation, and calculation. The most important factors in removing it are following the whims of the ego, self-forgetfulness, arrogance and self-praise, and weakness of will.

KEYWORDS: The Holy Qur'an, Self-Control, Development Mechanisms, Removal Factors, Control Management.



1- Assistant Professor, Department of Quran and Hadith Sciences, University of Holy Quran Sciences and Education, Qom, Iran, shoaei@quran.ac.ir





تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۵/۲۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۳۰

20.1001.1.27833542.1402.3.3.1.9

10.22034/arq.2023.183625



نوع مقاله: پژوهشی

خودکنترلی در اجتماع؛ سازوکارهای رویش و عوامل زدایش آن از منظر قرآن کریم

علی اصغر شعاعی^۱

چکیده

جامعه و نهادهای آن عرصه‌ی انواع رفتارهایی است که نقش اساسی در موفقیت یا شکست انسان‌ها دارد. یکی از مهم‌ترین ابزارهای که می‌تواند رفتارهای انسان را در مسیر صحیح قرار داده و از انحراف آن جلوگیری کند، خودکنترلی است که در نیل انسان به اهداف والا نقش بارزی دارد. نظر به اهمیت این مسئله، در این تحقیق با کاربرد روش توصیفی-تحلیلی، خودکنترلی در اجتماع و سازوکارهای رویش و عوامل زدایش آن از منظر قرآن کریم مورد بررسی قرار گرفته است. در فرآیند دست یافتن به صفت مهم خودکنترلی، برخی از عوامل می‌تواند رفتار انسان را تصحیح کرده و انسان را در مسیر رشد و تعالی قرار دهد؛ درحالی‌که عواملی مانع تصحیح رفتارهای انسان است و باعث زدایش و ویژگی خودکنترلی در انسان می‌شود. از نتایج تحقیق این است که مهم‌ترین سازوکارهای رویش خودکنترلی عبارت است از تقویت باورها، تقوا، تفکر، عزم، مراقبه و محاسبه؛ و مهم‌ترین عوامل زدایش آن عبارت است از پیروی از هوای نفس، خود فراموشی، تکبر و خودستایی و ضعف اراده.

واژگان کلیدی: قرآن کریم، خودکنترلی، سازوکار رویش، عوامل زدایش، مدیریت کنترل.

فصلنامه علمی قرآن و علوم اجتماعی

۹

سال سوم

شماره سوم

پیاپی: ۱۱

پاییز ۱۴۰۲



شماره پانزدهم
پاییز ۱۴۰۲
۲۷۸۳-۲۵۴۲
<https://arq.quran.ac.ir>

۱- استادیار گروه علوم قرآن و حدیث، دانشگاه علوم و معارف قرآن کریم، قم، ایران، shoaei@quran.ac.ir



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

۱. مقدمه

انسان معاصر چنان محو هدف‌های بیرونی و ابزارهای تحقق آن‌ها شده است که فراموش کرده، فلسفه اساسی او در این همه کوشش به‌منزله ابزاری در جهت دستیابی به یک هدف اساسی درونی است؛ تا جایی که «هدف» نادیده انگاشته شده و «ابزار» جایگزین آن شده است. این عدم تعادل و ناهماهنگی بین دو عرصه درون و بیرون، پیامدهای منفی و آسیب‌های جبران‌ناپذیری برای زندگی فردی و اجتماعی انسان‌ها در پی داشته و موجب شده است تا تلاش طاقت‌فرسای بشر در عرصه بیرون در بعد فیزیکی و جسمی - و پیشرفت علمی و فن‌آوری - در بعد فکری - نه تنها موجبات سعادت و آرامش درونی انسان‌ها را فراهم نسازد؛ بلکه در بسیاری موارد در آن اختلال نیز وارد کند. یکی از راهکارهای رفع این معضل، استفاده از دانش مدیریت با کارکردهای مختلف از قبیل برنامه‌ریزی، سازمان‌دهی، انگیزش و کنترل است.

از مهم‌ترین ویژگی‌هایی که انسان را از تهدیدها و انحرافات احتمالی محافظت کرده و برای رسیدن به رشد و تعالی در مسیر صحیح رهنمون می‌کند، مهارت خودکنترلی به معنای مدیریت به خویشتن است. در حقیقت، کسی که مدیریت بر خویشتن دارد، خود را مسئول زندگی خودش می‌داند و معتقد است آنچه بر سرش می‌آید، مثبت یا منفی، ناشی از رفتار خودش است (صفاری نیا، ۱۳۸۹: ۳۲).

از سوی دیگر، از نظر اسلام، مهم‌ترین ناظران بر کار انسان عبارت‌اند از: نظارت الهی، پیامبران، امامان و مؤمنان، امام زمان (ع)، فرشتگان و اعضای بدن انسان (فروزنده، ۱۳۸۵: ۷۲-۷۵). این نظام دارای بخش‌های نظارتی زیر است: نظارت خداوند متعال (نظارت الهی)، نظارت فرد بر اعمال خود (خودکنترلی)، نظارت عمومی (نظارت همگانی)، نظارت سازمانی (خدمتی، ۱۳۷۹: ۱۰۷).

در این تحقیق با الگو قرار دادن آموزه‌های وحیانی و با بهره‌گیری از روش توصیفی - تحلیلی، تلاش شده است سازوکارهای رویش و عوامل زدایش خودکنترلی در اجتماع موردبررسی قرار گیرد.

۲. پیشینه‌ی تحقیق

مبحث خودکنترلی یکی از اساسی‌ترین مباحث مدیریتی در یک اجتماع به شمار می‌رود. آغاز گفتگو درباره‌ی سازمان‌ها، در مباحثی پیرامون ساختارهای تشکیلاتی و سازمانی، انگیزش، بهداشت و نگهداشت نیروی انسانی مستلزم طرح

مسئله کنترل و خودکنترلی است و مکاتب مختلف مدیریت، مباحث خودکنترلی را به اشکال مختلف در مباحث خویش مطرح نموده‌اند. مفهوم خودکنترلی در آغاز در تئوری‌های مربوط به مکتب کلاسیک (۱۹۳۰ م) مطرح شد که بر مفروضاتی نظیر (سازمان رسمی - اصول عام و ثابت - انسان اقتصادی - تأکید بر کارایی) استوار است (رضائیان، ۱۳۸۷: ۴۱-۴۷).

با رشد و تکامل تئوری‌های مدیریت، موضوع خودکنترلی جایگاه و اهمیت ویژه‌ای یافت به طوری که به‌عنوان نمونه، در تئوری مدیریت بر مبنای هدف، کنترل عملاً عبارت است از خودکنترلی. این مطلب ناشی از مشارکت فعال کارکنان و مدیران هر قسمت در تعیین اهداف واحد خود و پذیرش مسئولیت لازم برای رسیدن به این هدف است (ایران‌نژاد، ۱۳۷۸: ۱۵۳).

در رابطه با مباحث خودکنترلی با تأکید بر آموزه‌های قرآنی، تاکنون تحقیقات متعددی صورت گرفته است؛ از جمله مقالات «خودکنترلی در نظام کنترل و نظارت اسلامی» نوشته سید علی سجادی (۱۳۸۵، شماره ۲۳)؛ «بررسی عوامل ضعف خودکنترلی از منظر قرآن کریم» نوشته سمیه دریس‌اوی و علی نقی فقیهی (بهار و تابستان ۱۳۹۲، شماره ۱)؛ «الگوی خودکنترلی در فرهنگ اسلام» نوشته حمید زارع (۱۳۸۴، شماره ۴۵)؛ «نقش باورها در خودکنترل شدن رفتارهای سازمانی از منظر قرآن کریم» نوشته عبدالمؤمن حکیمی (۱۳۹۶، شماره ۱) اما هیچ‌کدام به‌طور جداگانه به سازوکارهای رویش و عوامل زدایش خودکنترلی نپرداخته‌اند.

۳. مفهوم شناسی

کنترل: از نظر لغوی، کنترل معانی متعددی دارد؛ از جمله نظارت کردن، تنظیم کردن، بازرسی، بازبینی، مقایسه کردن و محدود کردن (زارعی، ۱۳۸۰: ۲۵۵). از آنجا که واژه‌ای که دربرگیرنده مفهوم کامل کنترل باشد شناسایی نشده است، در فارسی به همان صورت، لغت کنترل استفاده می‌شود (همان: ۲۵۵). در علم مدیریت، کنترل (فعالیتی است که ضمن آن، عملیات پیش‌بینی شده با عملیات انجام‌شده مقایسه می‌شود و در صورت وجود اختلاف و انحراف بین آنچه «باید» باشد و آنچه «هست» نسبت به رفع و اصلاح آن‌ها اقدام می‌شود) (صادقپور، ۱۳۵۳: ۱۵۹).

این فرایند برای تصحیح مستمر عملکرد سازمان در جهت دستیابی به اهداف سازمانی به کار گرفته می‌شود. (رضائیان، ۱۳۸۷: ۴۹۶) اهمیت و ضرورت کنترل در سازمان تا آنجا است که بدون کنترل هیچ برنامه‌ای به‌درستی اجرا نمی‌شود و

میزان پیشرفت در جهت تحقق اهداف را مشخص نمی‌گردد (زارعی، ۱۳۸۰: ۲۵۶).
خودکنترلی: تعبیر «خود» در دانش سازمان و مدیریت بازگشت به مجموعه‌ی ابعاد وجودی یا هویت یک شخص دارد (دوبرین، اندرو جی، ۱۳۸۸: ۸۸).
 خودکنترلی یک ویژگی درونی در افراد است که آنان را به سوی انجام تکالیف و وظایف، بدون دخالت نظارت عامل بیرونی متمایل می‌سازد (الوانی، ۱۳۹۹: ۱۳۴) به دیگر سخن، خودکنترلی یک مراقبت در درون شخص است که بر اساس آن می‌تواند به وظایف صحیح خود عمل کرده و از رفتارهای نادرست دوری کند. از این رو در تعریف دیگری آمده است که خودکنترلی به فرآیندی اطلاق می‌شود که بر مبنای آن افراد بدون تهدید، اجبار و تطمیع، به تکالیف و وظیفه‌های خود متعهد شده و عمل کرده و بیشترین توان خود را برای تحقق اهداف فردی، گروهی و سازمانی به کار می‌گیرد (زارع، ۱۳۸۴: ۴۴-۴۵). بر اساس خودکنترلی، وظایف محوله انجام و رفتارهای ناهنجار و غیرقانونی ترک می‌شود، بی‌آنکه نظارت یا کنترل خارجی در بین باشد (آقایروز، ۱۳۸۴: ۳۱۷).
 جمع‌بندی این که خودکنترلی یک نوع مراقبت درونی است که موجب توانمندی فرد در کنترل ارادی فرآیندهای درونی و برونی شده و علاوه بر دایره عمل، فکر و اندیشه انسان را نیز شامل می‌شود.

۴. مبانی علمی خودکنترلی

در سیر تحول اندیشه‌های سازمان و مدیریت دو حرکت متمایز قابل تشخیص است: یکی تأکید بر مسائل انسانی و دیگری تأکید بر مسائل فنی (نیکوآقبال، ۱۳۸۷: ۹).
 مکتب کلاسیک با تأکید بر مسائل فنی بیشترین توجه خود را بر تقویت مهارت فنی مبذول داشته است و مکتب رفتاری توجه عمده‌ی خود را به مهارت انسانی معطوف نمود و نگرش سامانه‌ای با درک پیچیدگی‌های کل سازمان و تأکید بر مهارت ادراکی تلاش نمود، با جذب و کاربرد همه‌ی مفاهیم و اندیشه‌های مکتب کلاسیک و رفتاری به ایجاد وحدت و یگانگی میان نظریه‌های مختلف پردازد (همان).
 یکی از اصول مهم خودکنترلی، «اصل حیطه کنترل و نظارت» است (نیکوآقبال، ۱۳۸۷: ۹). در این دیدگاه کنترل یکی از چهار کارکرد عمده‌ی مدیریت به شمار می‌رود (علاقه‌بند، ۱۳۸۴: ۱۶۴). فایول یکی از نظریه‌پردازان این مکتب کلاسیک در مدیریت با تعریف کنترل به‌عنوان «انطباق با برنامه‌ها، نهاده‌ها و اصول از قبل تعیین شده»، بر این امر تأکید نموده است که وظیفه کنترل در سازمان هم جنبه

فعال دارد و هم جنبه عکس‌العملی. به عقیده او «هدف کنترل کشف ضعف و اشتباهات، برای رفع و جلوگیری از تکرار آن‌ها است» (امیری، ۱۳۸۳: ۱۵۴).

فایول معتقد است که کنترل زمانی مؤثر است که به‌موقع انجام گیرد، ضمانت اجرایی داشته باشد و دارای تدبیر و مقررات درمانی (به‌منظور جلوگیری از انحراف) باشد (فایول، ۱۳۳۷، ۱۵۸؛ پارکینسون، ۱۳۷۷: ۲۱؛ پرهیزکار، ۱۳۶۸: ۵۰-۵۳؛ شفریتز، ۱۳۳۷: ۴۶) از این‌رو، شیوه‌های کنترل سنتی مبتنی بر کاربرد مقررات و نظارت دقیق بود (دفت، ۱۳۸۱: ۳۸۱). در این میان نظریه ماکس وبر در زمینه سازمان و مدیریت به اصول اختیارات و سلطه در سازمان‌ها و چگونگی پیدایش و منشأ سلطه و قدرت سازمانی افراد و مقامات مربوط می‌گردد (پیو، ۱۳۵۲: ۵). به نظر ماکس وبر وظیفه اصلی مدیریت این است که کاربرد دستورها، مقررات و قوانین اداری را برنامه‌ریزی، اجرا و کنترل نماید (وبر، ۱۳۷۴: ۲۷۳). اتریونی یکی دیگر از سنت‌گراها، مسئله کنترل در سازمان را بسیار ظریف دانسته و می‌نویسد: «کیفیت مصنوعی سازمان‌ها، توجه زیاد آن‌ها به عملکرد و گرایش آن‌ها به پیچیدگی، خیلی فراتر از میزان طبیعی، موجب می‌شود که کنترل‌های غیررسمی و اتکا به هویت سازمان‌ها به‌وسیله مشاغل غیرممکن شود. اغلب سازمان‌ها در اغلب اوقات نمی‌توانند به افراد مشارکت‌کننده متکی باشند و از آن‌ها بخواهند که به تعهداتشان داوطلبانه عمل کرده، بدون اینکه نیازی به مشوق‌های اضافی باشد، وظایف خود را به انجام رسانند؛ بنابراین سازمان‌ها برای حمایت از سازگاری هنجارها با مقررات و دستورها به توزیع رسمی و ساختار یافته مصوبات و پاداش‌ها نیاز دارد» (اسکات، ۱۳۸۷: ۴۹۶).

یکی از نظریات در مدیریت، نظریه روابط انسانی است که از تضاد نظریه‌های کلاسیک با روح و روان انسان سرچشمه می‌گیرد و بر اساس طبیعت و خصوصیات انسان پایه‌گذاری شده است (فیضی، ۱۳۸۳، ج ۱: ۶۹). به نظر مگ گریگور یکی از نظریه‌پردازان نظریه نئوکلاسیک، اگر انسان اهداف سازمان را متعلق به خود بداند، کنترل‌های افراطی ضرورت ندارد. او خودکنترلی را انتخاب کرده، ابتکاراتش را توسعه خواهد داد (نیکواقبال، ۱۳۸۷: ۷۱-۷۲) چه اینکه خودکنترلی و علاقه‌مندی کارکنان به کار، هزینه‌های کنترل را به حداقل می‌رساند (پارکینسون، ۱۳۷۰: ۲۲) به عبارت دیگر، خود‌هدایتی، از انضباط تحمیلی به مراتب مؤثرتر است؛ لذا مک‌گری گور با نگرش منفی نسبت به نظارت و کنترل مستقیم می‌گوید: سیستم کنترل صرفاً سوءتفاهم و خصومت ایجاد می‌کند. روابط را در داخل سازمان

تحریف می‌کند و سیستم با شکست مواجه می‌شود (امیرکبیری، ۱۳۷۷: ۹۹).
 اصولاً مدیریت پیش از آن‌که جنبه‌ی جمعی داشته باشد، جنبه‌ی فردی دارد (عاصمی پور، ۱۳۸۷: ۴). امروزه با پیچیدگی مدیریت، تحولی در معیارهای سنجش کنترل‌های استراتژیک ایجاد شده است. مورتی می‌گوید: این معیارها، قبلاً بر اساس چشم‌انداز بود؛ اما امروزه بر اساس سازگاری، انطباق و خودسازی است. در معیارهای جدید کنترل در شرایطی باز و نامحدود به‌جای دستور و کنترل، به‌صورت خودکنترلی و خودسازی مطرح است (مورتی، ۱۳۸۹: ۱۶۲). نکته دیگر در خودکنترلی، وجود پایبندی درونی و بیرونی به‌صورت هم‌زمان است؛ صورتی از آن در شکل خودکنترلی ظهور می‌کند و صورت دیگر آن، به وسیله مقررات و استانداردها و به شکل کنترل بیرونی. هر سامانه کنترل و نظارت خود را با پایبندی سامانه‌های فرعی خویش تثبیت می‌کند که همان اجزا و افراد آن هستند (جوکار، ۱۳۸۳: ۷۷).

۵. خودکنترلی در قرآن کریم

از منظر آموزه‌های دینی، خودکنترلی، همان پرهیزکاری و خویش‌تن‌داری است که در آموزه‌های وحیانی از آن با اصطلاح تقوا یاد شده است. علامه طباطبایی تقوا را مزیتی حقیقی می‌داند که آدمی را به سعادت حقیقی که همان زندگی طیبه و ابدی در جوار رحمت پروردگار است می‌رساند (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق، ۱۸: ۴۹۰). بی‌شک تقوی محمل سنجش کرامت انسان در پیشگاه خدا است: «إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ» (حجرات: ۱۳) و افرادی که ویژگی خودکنترلی را در خود تقویت کرده‌اند، با تقوا، سالم‌تر و کامل‌ترند. برخی آیات به‌صورت غیرصریح ناظر بر خودکنترلی است که در ذیل به آن پرداخته شده است:

کنترل بر نفس، عامل هدایت انسان: در برخی آیات بر مسئله کنترل نفس تأکید شده است. در سوره مبارکه مائده آمده است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيكُمْ أَنْفُسُكُمْ لَا يَضُرُّكُمْ مَنْ ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعاً فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ» (مائده: ۱۰۵)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، به خودتان پردازید. هرگاه شما هدایت یافتید، آن کس که گمراه شده است به شما زیانی نمی‌رساند. بازگشت همه شما به سوی خداست. پس شما را از آنچه انجام می‌دادید، آگاه خواهد کرد.

این آیه مبارکه بیان می‌دارد که هر کس مسئول کار خویش است و می‌گوید شما مراقب حال خویش‌تان باشید (زحیلی، ۱۴۱۸ ق، ۷: ۹۴). آیه مبارکه مطلبی

را به‌طور روشن بیان کرده است که آیه زیر به‌جمال به آن پرداخته است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ» (حشر: ۲۰)؛ هان ای کسانی که ایمان آورده‌اید! پرهیزید از عذاب خدا و باید که هرکسی در انتظار پاداشی باشد که خود برای فردای خود پیش فرستاده و پرهیزید از عذاب خدا، به‌درستی خداوند با خبر است از آنچه که می‌کنید. در این آیه به انسان توصیه‌شده است که لجام نفس خود را کنترل کرده و از رفتارهای صالح خویش که سرمایه‌ی گران‌بهاست محافظت و مراقبت کند؛ زیرا نفس انسان مؤمن، مسیر هدایت او به‌سوی سعادت و کمال است (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ۶: ۱۵۶).

توصیه به مؤمنان جهت کنترل خود و خانواده: در سوره‌ی تحریم بر مسئله تحکیم خانواده تأکید شده است آنجا که می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ» (تحریم: ۶)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، خود و کساتان را از آتشی که سوخت آن، مردم و سنگ‌هاست حفظ کنید.

در آیه‌ی یادشده واژه‌ی «قوا» با ساختار جمع امر حاضر آمده که مشتق از مصدر «وقایه» است. «وقایه» به مفهوم محافظت خود از هرگونه خطری است که ممکن است به انسان صدمه زده یا ضرر برساند (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲: ۸۸۱) یکی از خطرهای جدی برای انسان، پیروی از خواهش‌های نفسانی و افتادن در دام گناه است (طبرسی، ۱۳۷۲، ۱۰: ۴۷۷)؛ بنابراین معنای آیه مبارکه نگهداری خویشتن به ترک معاصی و عدم تسلیم در برابر شهوات سرکش است و نگهداری خانواده به تعلیم و تربیت و امر به معروف و نهی از منکر و فراهم ساختن محیطی پاک و خالی از هرگونه آلودگی، در فضای خانه و خانواده است (زحیلی، ۱۴۱۸ق، ۲۸: ۳۱۶). بی‌شک اولین گام در اصلاحات، اصلاح خود و بستگان و سپس اصلاح جامعه است (قرائتی، ۱۳۸۳، ۱۰: ۱۳۰) بر اساس این آیه، کیفر رها کردن خانواده و نزدیکان، هیزم آتش دوزخ شدن است.

۶. برگشت آثار و پیامدهای عدم کنترل نفس به خود افراد

مسئله پیامد عدم کنترل نفس به خود شخص برمی‌گردد که برخی آیات از جمله آیه ذیل بر این موضوع دلالت دارد: «لَا تَكْسِبُ كُلُّ نَفْسٍ إِلَّا عَلَيْهَا وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَى» (انعام: ۱۶۴)؛ و هیچ کس جز بر زیان خود [گناهی] انجام نمی‌دهد و هیچ باربرداری بار [گناه] دیگری را بر نمی‌دارد. مفاد آیه‌ی یادشده آن

الْخَبِير» (ملک: ۱۴)؛ آیا آن کسی که موجودات را آفریده از حال آن‌ها آگاه نیست؟! درحالی که او (از اسرار دقیق) باخبر و آگاه است! ممکنات وابسته وجود خداوند هستند و اگر لحظه‌ای پیوند آن‌ها از ذات پاکش قطع شود، راه فنا پیش می‌گیرند، توجه به این پیوند دائمی و خلقت مستمر، بهترین دلیل بر علم خداوند نسبت به اسرار همه موجودات در هر زمان و هر مکان است (زحیلی، ۱۴۱۸ ق، ۲۹: ۲۱) لذا خدای سبحان محیط به خلاق است، هم به عین و جسم آن‌ها و هم به آثار و اعمالشان، چه ظاهرش و چه باطنش، چه اینکه پنهان بدارند و چه آشکار کنند و چگونه تصور دارد که محیط باشد؛ ولی آگاه نباشد؟! (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق، ۱۹: ۳۵۵) از سوی دیگر، برخی از اصول ارائه شده توسط قرآن و سنت، اساساً در راستای محافظت افراد از افتادن در دام هواها، هوس‌ها و فزون‌طلبی قرار دارند. برخی دیگر از این اصول و آموزه‌ها، انسان‌ها را قادر می‌سازند تا از دانش‌ها و تجربیات به دست آمده، در جهت پیشرفت زندگی مادی و معنوی خود هر دو بهره‌برداری کنند.

در نتیجه، بر اساس آموزه‌های قرآن، نخستین گام برای رویش خودکنترلی، تزریق جهان‌بینی صحیح در افراد است. خودکنترلی که از درون انسان بجوشد، مؤثرتر و ماندگارتر از خودکنترلی است که از نظارت بیرونی ناشی می‌شود.

تقوا و پرهیزکاری: در ادبیات قرآنی، مسئله‌ی خودکنترلی با عنصر «تقوا» پیوندی ناگسستنی یافته است. این واژه، در اصل از ماده «وقایه» به معنای معنی حفظ شیء است، از آنچه به او زیان برساند (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲: ۸۸۱) و نیز به معنای نگهداری یا خویش‌داری است (طباطبایی، ق ۱۴۱۷، ۲۰: ۲۹۷) به تعبیر دیگر، نیروی کنترل درونی است که انسان را در برابر طغیان شهوات حفظ می‌کند. تقوا، از قدرت بازدارندگی و نیروی حرکتی پرتوانی برخوردار است که ماشین وجود انسان را از پرتگاه‌ها حفظ و از سستی‌ها و خطاها بازمی‌دارد. چنانچه در آیه شریفه «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ لَتُنظُرْنَ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَ اتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ مَّا تَعْمَلُونَ» (حشر: ۱۸)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید از (مخالفت) خدا پرهیزید و هر کس باید بنگرد تا برای فردایش چه چیز از پیش فرستاده و از خدا پرهیزید که خداوند از آنچه انجام می‌دهید آگاه است به مؤمنین دستور می‌دهد که خویش‌داری را محاسبه کنید قبل از آنکه به حساب شما برسند (زحیلی، ۱۴۱۸ ق، ۲۸: ۱۰۲).

در موضوع تقوا توجه به دو نکته ضروری است: اول آنکه در روایات از تعبیرات «ورع» و «پرهیز» به حرام‌های خدا تفسیر شده و از آنجایی که تقوا ارتباط دوسویه به

انجام واجبات و ترک محرمات دارد، لاجرم باید چنین برداشت کرد که تقوا یعنی انجام دادن واجبات و ترک کردن محرمات. دوم آنکه توجه کردن به رفتارهایی که انسان برای آخرت خود می‌فرستد، امری غیر از تقوا است. نسبت آن با تقوا نظیر نسبت صنعتگری می‌ماند که نظر اصلاحی به صنعت خود برای تکمیل آن دارد؛ زیرا هر صاحب عمل یا صنعتگری آنچه را انجام داده یا ساخته است، نظر دقیق می‌اندازد تا ببیند نقص و عیب در کجاست و آیا عیبی و نقصی دارد یا خیر؟ تا در صورت نقص تلاش کند تا آن را برطرف سازد یا اگر مشکلی بود آن را جبران کند. بر همین اساس یک مؤمن نیز درباره‌ی رفتارهای خود نظری دوباره بیندازد تا اگر عیب و نقصی در آن‌ها دید برطرف ساخته و اصلاح کند (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق، ۱۹: ۲۱۸) اصولاً خمیرمایه تقوی دو چیز است: یاد خدا یعنی توجه به مراقبت دائمی الله و حضور او در همه جا و همه حال و توجه به دادگاه عدل خداوند و نامه اعمالی که هیچ کار صغیر و کبیری وجود ندارد مگر اینکه در آن ثبت می‌شود (مکارم شیرازی، ۱۳۸۷، ۲۳: ۵۴۱) و به دلیل توجه به این دو اصل (مبدأ و معاد)، بیان قرآنی خودکنترلی، در مفهوم ارزشی «تقوا» تجسم یافته است.

عزم: «عزم» در لغت، به معنای «تصمیم محکم» است و گاهی به هر چیز محکم نیز عزم گفته می‌شود. کلمه «عزم» عبارت است از تصمیم قلبی بر گذراندن و فیصله دادن به کاری و اگر صبر را که همان حبس نفس از انجام امری است، از عزم دانسته، از این جهت است که عقد قلبی مادام که سست نشده و این گره دل بازننگشته، انسان بر آن امری که بر انجامش تصمیم گرفته و در دل گره زده است، پابرجا و بر تصمیم خود باقی است (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ ق: ۵۶۵) بنابراین عزم، به معنای الزام و ایجاب (زحیلی، ۱۴۱۸ ق، ۲۱: ۱۵۰) و تصمیم جدی برکاری است و آن قبل از اراده است و منظور از تصمیم جدی آن تصمیمی است که از جهت کمیت، امتداد و دوام به گونه‌ای باشد که موجب تحقق اراده برای انجام کاری شود.

این واژه در قرآن کریم در آیات مختلف به تناسب ذکر شده است و همین معنا از آن اراده شده است؛ مانند: «فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ» (آل عمران: ۱۵۹)؛ چون تصمیم قلبی بر انجام و امضای کار گرفتی بر خدا توکل کن.

بنابراین عزم، تصمیمی است که به عمل منجر می‌شود. میزان به مرحله عمل رساندن خواست و تصمیم در افراد مختلف، تفاوت می‌کند که می‌توان آن را «توان عزم» نامید که در برخی افراد، ضعیف و در برخی دیگر، قوی‌تر است.

به دنبال تفکر به قصد کنترل خویشتن، فرد به عزمی جدی برای اصلاح رفتار خود می‌رسد. اهمیت این گام تا جایی است که برخی بزرگان، میزان و ملاک انسانیت را که می‌تواند از غایات مدیریت خویشتن محسوب شود، «توان عزم» او می‌دانند (رضائیان، ۱۳۹۳: ۵-۳۹)؛ بنابراین عزم به این معناست که شخص پس از قطعیت و یقین به درستی کاری، اقدام جدی بر انجام آن داشته باشد و کوتاه نیاید و در اینجا منظور، اتیان تکالیف دینی و جبران کاستی‌های پیشین است که خود از عوامل زایش خودکنترلی است

مراقبه و محاسبه: مراقبه از واژه‌ی «رَقَبَ» به معنای حفظ کردن (ابن منظور، ۱۴۱۴ ق، ۱: ۴۲۵) و در متون اخلاق اسلامی، پیشینه‌ی مراقبه به «مراپه» بازمی‌گردد که عبارت است از نگاهبانی و مواظبت عقل از نفس (نراقی، ۱۳۷۹، ۳: ۱۲۴). خدای متعال در قرآن می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ» (حشر: ۱۸)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید از (مخالفت) خدا بپرهیزید و هر کس باید بنگرد تا برای فردایش چه چیز از پیش فرستاده و از خدا بپرهیزید که خداوند از آنچه انجام می‌دهید آگاه است! خداوند در این آیه انسان را دستور به محافظت، مراقبت و محاسبه می‌دهد (زحیلی، ۱۴۱۸ ق، ۲۸: ۱۰۲). محاسبه ضد فراموشی و غفلت است و آن این است که انسان در هر شبانه‌روز وقتی را معین نماید که در آن وقت به حساب نفس خود برسد و طاعات و نافرمانی خود را بررسی نماید. پس اگر نفسش را مقصر یافت، آن را مورد سرزنش قرار دهد و گرنه پروردگارش را شکر و سپاس گوید (نراقی، ۱۳۷۹، ۲: ۲۹۶).

در قرآن کریم آیاتی وجود دارد که در آن‌ها به محاسبه دقیق در روز قیامت می‌پردازد که محاسبه بندگان در آن روز بسیار با دقت انجام خواهد شد، به گونه‌ای که کوچک‌ترین اعمال و گفتار انسان حتی به اندازه حبه و مثقال نیز مورد حسابرسی قرار خواهد گرفت؛ به عنوان نمونه خدای تعالی می‌فرماید: «وَنَضَعُ الْمَوَازِينَ الْقِسْطَ لِيَوْمِ الْقِيَامَةِ فَلَا تُظْلَمُ نَفْسٌ شَيْئًا» (انبیاء: ۴۷)؛ می‌گذاریم ترازوهای عدل را در روز قیامت، پس هیچ نفسی ظلم کرده نمی‌شود به هیچ چیز. یا در آیه دیگر می‌فرماید: «فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ: وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ» (زلزال: ۷-۸)؛ هر کس به قدر ذره‌ای عمل خیر کند آن را خواهد دید و به قدر ذره‌ای از هر کس عمل شرّ سرزند به آن خواهد رسید.

یکی از آیاتی که دلالت روشنی بر محاسبه نفس دارد، آیه ۱۸ سوره مبارکه حشر

است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ»؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید از (مخالفت) خدا پرهیزید؛ و هر کس باید بنگرد تا برای فردایش چه چیز از پیش فرستاده؛ و از خدا پرهیزید که خداوند از آنچه انجام می‌دهید آگاه است.

در این آیه، به هر سه مرحله از مراحل محاسبه نفس، (مراقبه، محاسبه و معاقبه)، اشاره شده است. در ابتدای این آیه خداوند، به تقوا امر می‌کند که بیانگر مرحله مراقبه است؛ یعنی انسان مراقب اعمال خود باشد که در مسیر تقوا قرار گیرد. در مرحله بعد، به محاسبه اشاره دارد و می‌فرماید اعمال خود را حساب کنید و آن‌ها را از نظر نیکی و بدی ارزیابی کنید. منطق قرآن کریم، پیش فرستادن است (زحیلی، ۱۴۱۸ ق، ۲۸: ۱۰۲).

این امر دوباره به تقوا، فرمانی است بر اینکه هنگام نظر و محاسبه اعمالی که کرده‌اید، از خدا پروا کنید و چنان نباشد که عمل زشت خود را یا عمل صالح - ولی ناخالص - خود را به این علت که عمل شمامست، زیبا و خالص به شمار آورید. در پایان آیه، با ذکر اینکه خداوند به آنچه انجام می‌دهید، آگاه است، امر دوم به تقوا را تعلیل می‌کند و می‌فهماند که علت پروا از خدا این است که او از آنچه می‌کنید، باخبر است و تعلیل امر به تقوا به اینکه خدا باخبر از اعمال است، خود دلیل بر این است که مراد از این تقوا که بار دوم، امر بدان کرده، تقوا در مقام محاسبه و نظر در اعمال است، نه تقوا در اعمال که جمله اول آیه بدان امر می‌کرد (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق، ۱۹: ۲۱۸-۲۱۹).

۸. عوامل زدایش خودکنترلی

منظور از عوامل زدایش خودکنترلی، عواملی‌اند که انسان را در کنترل کردن خود، دچار سستی می‌کند و مانع سعادت و کمال وی می‌شود که در ادامه به برخی از مهم‌ترین آن‌ها اشاره می‌شود.

پیروی از هوای نفس: اصطلاح «هوی» به مفهوم سقوط ناگهانی چیزی از بلندی آمده است (مصطفوی، ۱۳۶۰، ۱۱: ۲۰۰) چه اینکه در قرآن کریم آمده است: «مَنْ يَخْلِلْ عَلَيْهِ غَضَبِي فَقَدْ هَوَى» (طه: ۸۱)؛ و هر کس غضبم بر او وارد شود، سقوط می‌کند که از مصادیق آن تمایلات نفسانی و شهوانی است که باعث سقوط انسان می‌شود (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ ق: ۸۴۹) و پیامد آن، شقاوت و هلاکت انسان است (زحیلی، ۱۴۱۸ ق، ۱۶: ۲۵۷) در آموزه‌های دینی، پیروی

از خواسته‌های نفسانی از رذایل شمرده شده (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق، ج ۱۱: ۹۲) که باعث به گناه افتادن انسان و نیز سبب سیطره‌ی شیطان بر انسان است (همان، ۴: ۵۰) خداوند می‌فرماید: «وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوَى فَيُضِلَّكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ إِنَّ الَّذِينَ يَضِلُّونَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ بِمَا نَسُوا يَوْمَ الْحِسَابِ» (همان: ۲۶)؛ و زنه‌ار، از هوس پیروی مکن که تو را از راه خدا بیرون کند. در حقیقت، کسانی که از راه خدا بیرون می‌روند، به [سزای] آنکه روز حساب را فراموش کرده‌اند عذابی سخت خواهند داشت. آیه‌ی یادشده، علت گمراهی انسان را پیروی از خواسته‌های نفس دانسته که از غفلت و خود فراموشی انسان ناشی می‌شود (زحیلی، ۱۴۱۸ ق، ۲۳: ۱۸۷). گاهی پیروی از خواهش‌های نفسانی تا جایی ادامه پیدا می‌کند که انسان اسیر آن شده و آن را بت برای خود قرار می‌دهد: «أَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ أَفَأَنْتَ تَكُونُ عَلَيْهِ وَكَيْلًا أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يُعْقَلُونَ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلًا» (فرقان: ۴۳-۴۴)؛ آیا آن کس که هوای [نفس] خود را معبود خویش گرفته است دیدی؟ آیا [می‌توانی] ضامن باشی؟ یا گمان داری که بیشترشان می‌شنوند یا می‌اندیشند؟ آنان جز مانند ستوران نیستند، بلکه گمراه‌ترند.

مقصود از عبادت در مقابل هوای نفس، پیروی کردن از آن است که چنین عبادتی مورد نهی خداست (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق، ۱۵: ۲۲۳) از این رو، در قرآن کریم انسان را از پیروی هوای نفس منع می‌کند و به وی برای رسیدن به کمال روش تعدیل‌گرایز را می‌آموزد: «اعْدِلُوا هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى» (مائده: ۸۱)؛ عدالت کنید که آن به تقوا نزدیک‌تر است. عدالت در اینجا دادن حق هر قوه به خود او و هزینه کردن هر قوه در جای خود است و الا در صورت افراط یا تفریط منجر به ستم‌گری و ستم‌کشی خواهد شد (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق، ۱: ۳۷۰-۳۷۳) پس تحقق انسانیت در گروی تعدیل قوای نفس و قرار گرفتن آن در حد وسط است. **خود فراموشی**: فراموشی خود، همان جهل و نادانی نسبت به خود است (همان، ۱: ۳۳۹). خود فراموشی باعث تنزل مرتبه‌ی انسانی شده تا جایی که به نازل‌ترین درجه و چه‌بسا حیوانیت تنزل می‌یابد (مصطفوی، ۱۳۶۰، ۷: ۲۴) از علت‌های مهم ضعیف بودن خودکنترلی، جهل انسان به خود است؛ زیرا زمانی که انسان به خود فراموشی دچار می‌شود، به‌جای خود، دیگران را امر به نیکی کردن و نهی از بدی‌ها می‌کند، حال آنکه خود او به امر و نهی سزاوارتر است (زحیلی، ۱۴۱۸ ق، ۱: ۱۵۵) چه اینکه در قرآن آمده است: «أَتَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَ

تَسْوُونَ أَنْفُسَكُمْ وَأَنْتُمْ تَتْلُونَ الْكِتَابَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ» (بقره: ۴۴)؛ آیا مردم را به نیکی فرمان می‌دهید و خود را فراموش می‌کنید، باینکه شما کتاب [خدا] را می‌خوانید؟ آیا [هیچ] نمی‌اندیشید؟ مهم‌تر از آنکه انسان، به جای خود، فردی دیگری را به خودکنترلی توصیه کند، آن است که ابتدا خود را کنترل کرده و پس از آن به دیگران تذکر دهد. خدای متعال علت این را غفلت انسان از خودش بیان کرده است چه اینکه می‌فرماید: «وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ» (حشر: ۱۹)؛ و چون کسانی باشید که خدا را فراموش کردند و او [نیز] آنان را دچار خودفراموشی کرد آنان همان نافرمان‌اند.

عجب: عجب یکی از عوامل ضعف خودکنترلی (همان، ج ۲: ۳۹۳) و به معنای به انتها و مؤخر هر چیز گفته می‌شود (زییدی، ۱۴۱۴ ق، ۲: ۲۰۶) برخی عجب را به معنای تکبر دانسته است (ابن فارس، ۱۴۰۴ ق، ۴: ۲۴۳) و در اصطلاح مفسرین عبارت است از حالتی که از مشاهده چیزی که خارج از جریان طبیعی آن، در خود فرد یا صفات و رفتار او واقع شده باشد (مصطفوی، ۱۳۶۰، ۴: ۲۴۳). عجب یکی از آفاتی است که انسان را از دیدن واقعیت‌ها محروم می‌گرداند و در او حالتی را ایجاد می‌نماید که گمان کند همه‌ی شرایط و عوامل در اختیار او و به نفع اوست و خود را تنها مؤثر اعمال خویش می‌داند. به همین خاطر اعمالش در نظرش زیبا جلوه کرده، از خودراضی شده و خدا را فراموش می‌کند. بر بندگان خدا منت می‌نهد و بزرگی می‌کند که نتیجه‌ای جز سطحی‌نگری در تدبیر امور و ناکامی در مراحل زندگی در پی ندارد.

رذیلت یادشده به گونه‌ی تدریجی انسان را وادار به ارتکاب رذیله دیگری به نام تکبر می‌کند؛ صفت ناپسندی که باعث رانده شدن شیطان از درگاه خدای سبحان شد. خودپسند به دلیل اقتضایش همواره خود را برتر از دیگران می‌داند و تلاش دارد تا دیگران را مطیع خود سازد، از این رو، مرتکب ظلم، تعدی به حق دیگران و نیز هتک هر حرمتی می‌شود تا جایی که به جان، مال و ناموس دیگران دست‌درازی می‌کند (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق، ۴: ۳۷۲) به همین خاطر صفت مذموم تکبر از اسباب ضایع شدن انسان (همان، ۲: ۳۹۳) و علامت آشکار فقدان خودکنترلی در اوست (همان، ج ۸: ۲۹).

خداوند در قرآن کریم انسان را از این کار بر حذر داشته، می‌فرماید: «وَلَا تَمْسِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا» (اسرا: ۱۳۷)؛ و در [روی] زمین به نخوت گام برمردار. این آیه مبارکه به مبارزه با کبر و غرور برخاسته و با تعبیر زنده و روشنی مؤمنان را از آن نهی

می کند (زحیلی، ۱۴۱۸ ق، ۱۵: ۷۶) قرآن، تکبر و غرور را که یک خوی خطرناک درونی است مستقیماً مورد بحث قرار نداده؛ بلکه روی پدیده‌های ظاهری آن، حتی ساده‌ترینش، انگشت گذاشته و از طرز راه رفتن متکبران و مغروران خودخواه و بی مغز سخن گفته است، اشاره به اینکه تکبر و غرور، حتی در سطح ساده‌ترین آثارش، مذموم و ناپسند و شرم‌آور است و نیز اشاره به اینکه صفات درونی انسان، هر چه باشد خواه و ناخواه خود را در میان اعمالش نشان می‌دهد، در طرز راه رفتنش، در نگاه کردنش، در سخن گفتنش و در همه کارش.

از آنجا کرامت و شرافت اعطای خدای سبحان به انسان است، از این رو، تکبر برای غیر خدا، صفتی مذموم است. کبریایی خدا اقتضای ممدوح صفت تکبر فقط برای خدا دارد. پس تنها برای او پسندیده است (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق، ۸: ۲۹).

پس تکبر دو قسم است؛ تکبری که ممدوح و فقط از آن خداست: «وَلَهُ الْكِبْرِيَاءُ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ» (جاثیه: ۳۷)؛ و در آسمان‌ها و زمین، بزرگی از آن اوست و اوست شکست‌ناپذیر سنجیده کار. در آیه یادشده واژه‌ی «کبریاء» به معنای بزرگی، سلطنت و قهاریت معنا شده است (زحیلی، ۱۴۱۸ ق، ۲۵: ۲۹۳).
قسم دیگر آن، تکبری است که در مخلوقات وجود دارد و صفتی ناپسند است؛ زیرا شخص به ناحق خود را بزرگ تصور کرده است (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق، ۸: ۲۹) و برگشت تمامی معصیت‌ها به دعوای انانیت (خودخواهی) و منازعه با کبریای خدای سبحان است، درحالی که کبریا ردایی است که بر اندام کسی جز او شایسته نیست و هیچ مخلوقی را نمی‌رسد که در مقابل انانیت الهی و آن وجودی که جمیع روی‌ها در برابرش خاضع و گردن همه گردن‌فرازان در پیشگاه مقدسش خمیده و هر صوتی در برابر عظمتش در سینه حبس شده و هر چیزی برایش ذلیل و مسخر است برای خود انانیت قائل شده به ذات خود تکیه زده و «من» بگوید.
ضعف اراده: یکی از صفات مهم انسان اراده است که میان خدای سبحان و بندگان مشترک است؛ با این تفاوت که در انسان از طریق به کار افتادن قوای باطنی به وجود می‌آید؛ اما در خدای سبحان به معنای آن است که برای ایجاد یک چیز ابتدا اسباب آن را فراهم می‌سازد که پس از فراهم شدن اسباب و علل، آن چیز ایجاد می‌شود و ممکن نیست که پدید نیاید (طباطبایی، ۱۴۱۷ ق، ۱۰: ۲۱۷) لذا مقصود از مراد بودن یک چیز برای خدای متعال به معنای آن است که او اسباب پدید آمدن آن را فراهم و کامل کرده که در این صورت تحقق آن

حتمی است. (همان، ۱۰: ۲۱۷) چه اینکه در قرآن کریم آمده است: «إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَنْ يَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ» (یس: ۸۲) «چون به چیزی اراده فرماید، کارش این بس که می گوید: «باش» پس [بی درنگ] موجود می شود.» مسلماً ضعف اراده در انسان نشانه‌ی آن است که وی اختیار اعضای و قوای خویش را ندارد و نمی‌تواند بر آن‌ها کنترل داشته باشد.

نتیجه‌گیری

از بررسی‌های به‌عمل‌آمده در این تحقیق می‌توان موارد ذیل را نتیجه گرفت: نظام کنترلی که می‌توان از منابع دینی استخراج کرد، نظامی جامع، کامل، عادلانه و منحصر به فرد در یک جامعه است. در قرآن کریم بر خودکنترلی تأکید و عوامل مؤثر در تقویت آن بررسی شده است و دستورات صریح و روشنی در مورد کنترل و نظارت وجود دارد.

در آموزه‌های قرآن کریم برای خودکنترلی که یک اصطلاح علمی است، با عبارت خاصی نام‌برده نشده، ولی در برخی آیات با ویژگی‌هایی آمده است که می‌توان از قراین آن، خودکنترلی را برداشت و ارائه داد؛ مثل هدایت انسان توسط کنترل بر نفس؛ توصیه خداوند به مؤمنان به کنترل خود و خانواده و برگشت آثار و پیامدهای عدم کنترل نفس به خود افراد

برخی از سازوکارهایی که باعث به وجود آمدن و رویش صفت خودکنترلی در افراد جامعه شده و او را به سوی مسیر درست هدایت می‌کند، عبارت است از تقویت باورها، تقوا و پرهیزکاری، عزم، مراقبه و محاسبه؛ و در مقابل، عواملی برای تصحیح رفتارهای انسان مانع ایجاد کرده و باعث زدایش ویژگی خودکنترلی در انسان می‌شود که مهم‌ترین آن‌ها عبارت است از پیروی از هوای نفس، خود فراموشی، عجب و ضعف اراده.

فهرست منابع

* قرآن کریم

- ۱- این منظور، محمد بن مكرم، (۱۴۱۴ ق)، لسان العرب، چاپ سوم، بیروت، دار صادر.
- ۲- آریان پور، منوچهر و دیگران، (۱۳۸۵)، فرهنگ انگلیسی به فارسی، چاپ ششم، تهران، جهان رایانه.
- ۳- الوانی، سید مهدی، (۱۳۹۹)، مدیریت عمومی، تهران، نشر نی.
- ۴- ابوالحسین، احمد بن فارس بن زکریا، (۱۴۰۴ ق)، معجم مقاییس اللغة، تحقیق عبدالسلام محمد هارون، چاپ اول، قم، مکتب اعلام اسلامی.
- ۵- امیرکبیری، علی رضا، (۱۳۷۷)، سازمان و مدیریت، دوم، تهران، نشر ملک، تهران.
- ۶- امیری، علی نقی، (۱۳۸۳)، «نگاهی جامع به خودکنترلی در سازمان»، مجله فرهنگ مدیریت، شماره ۷.
- ۷- ایران نژاد پاریزی، مهدی، (۱۳۷۸)، روش های تحقیق در علوم اجتماعی، تهران، مؤسسه تحقیقات و آموزش مدیریت.
- ۸- آقا پیروز، علی و همکاران، (۱۳۸۴)، مدیریت در اسلام، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- ۹- پارسا، محمد، (۱۳۸۳)، زمینه روان شناسی نوین، تهران، بعثت.
- ۱۰- پارکینسون، نورث کوت؛ رستم جی و ساپر، (۱۳۷۰)، اندیشه های بزرگ در مدیریت، ترجمه مهدی ایران نژاد پاریزی، تهران، مرکز آموزشی بانکداری ایران.
- ۱۱- پرهیزکار، کمال، (۱۳۶۸)، تئوری های مدیریت، تهران، انتشارات اشراقی.
- ۱۲- پیو، هیکسن و هینینگر، (۱۳۵۲)، صاحب نظران علم سازمان، ترجمه جواد عامری، تهران، انتشارات دانشگاه تهران.
- ۱۳- جام. شفریتز - جی. استون آت، (۱۳۷۷)، نظریه های کلاسیک سازمان، ترجمه محمد مهدی نادری، اول، قم، انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
- ۱۴- جوکار افشار، ولی، (۱۳۸۳)، کنترل پایبندی، تهران، تدبیر.
- ۱۵- حسینی زبیدی، محب الدین سید محمد مرتضی، (۱۴۱۴ ق)، تاج العروس من جواهر القاموس، مصحح علی شیری، چاپ اول، بیروت، دارالفکر.
- ۱۶- خدمتی، ابوطالب، (۱۳۷۹)، «انواع کنترل و نظارت در مدیریت اسلامی»، نشریه حوزه و دانشگاه، تابستان ۱۳۷۹، شماره ۲۳.
- ۱۷- دوبرین، اندرو. جی، (۱۳۸۸)، مدیریت رفتار سازمانی با رویکرد روان شناسانه، ترجمه مراد کردی و میترا آفتاب آذری، تهران، صفار اشراقی.
- ۱۸- راغب اصفهانی، حسین بن محمد، (۱۴۱۲ ق)، المفردات فی غریب القرآن، محقق صفوان عدنان داودی، دمشق، دارالعلم.
- ۱۹- رضائیان، علی و همکاران، (۱۳۹۳)، «الگوی عملی مدیریت خویشتن، مبتنی بر کتاب چهل حدیث حضرت امام خمینی (ره)»، اندیشه مدیریت راهبردی، دوره ۸، شماره ۱.
- ۲۰- رضائیان، علی، (۱۳۸۷)، مبانی سازمان و مدیریت، تهران، سمت.
- ۲۱- اسکات، ریچارت، (۱۳۸۷)، سازمان ها: سیستم های عقلایی، طبیعی و باز، ترجمه و اقتباس حسن میرزایی اهرنجانی، اول، تهران، سمت.
- ۲۲- ریچارد آل. دفت، (۱۳۸۱)، مبانی تئوری و طراحی سازمان، ترجمه علی پارسائیان و سید محمد اعرابی، دوم، تهران، دفتر پژوهش های فرهنگی.
- ۲۳- زارعی متین، حسن، (۱۳۸۰)، مبانی سازمان و مدیریت (رویکرد اقتضایی)، تهران، دانشگاه تهران.

- ۲۴- زارع، حمید، (۱۳۸۴)، «الگوی از خودکنترلی در فرهنگ اسلامی»، حوزه و دانشگاه، ش ۴۵.
- ۲۵- زحیلی وهبة بن مصطفى، (۱۴۱۸ ق)، التفسیر المنیر فی العقیة و الشریعة و المنهج، چاپ دوم، بیروت، دار الفکر المعاصر.
- ۲۶- صادقیپور، ابوالفضل، (۱۳۵۳)، نظریه جدید سازمان، مدیریت و علم مدیریت، تهران، مرکز آموزش مدیریت دولتی.
- ۲۷- صفاری نیا، مجید، (۱۳۸۹)، روان شناسی اجتماعی در تعلیم و تربیت، تهران، دانشگاه پیام نور.
- ۲۸- طباطبایی سید محمدحسین، (۱۳۷۴)، تفسیر المیزان، ترجمه‌ی موسوی همدانی سید محمدباقر، چاپ پنجم، قم، دفتر انتشارات اسلامی جامعه‌ی مدرسین حوزه علمیه قم.
- ۲۹- طباطبایی سید محمدحسین، (۱۴۱۷ ق)، المیزان فی تفسیر القرآن، چاپ پنجم، قم، جامعه مدرسین.
- ۳۰- طبرسی، فضل بن حسن، (۱۳۷۲)، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، چاپ سوم، تهران، ناصر خسرو.
- ۳۱- عاصمی پور، محمدجواد، (۱۳۸۷)، مدیریت پروژه، تهران، سمت.
- ۳۲- علاقه بند، علی، (۱۳۸۴)، مدیریت عمومی، دوازدهم، تهران، نشر روان.
- ۳۳- کاظمی مصطفی، مولایی محمد و همکاران، (۱۳۸۳)، نقش ارزش‌های اسلامی در فرایند نظارت و کنترل، تهران، تولید دانش.
- ۳۴- فایول، هانری، (۱۳۳۷)، اصول فن اداره، ترجمه هادی هدایتی، تهران، انتشارات مؤسسه علوم اداری.
- ۳۵- فروزنده، لطف‌الله، (۱۳۸۵)، نظارت و کنترل در مدیریت اسلامی، مجلس و پژوهش، سال سیزدهم.
- ۳۶- فیضی، طاهره، (۱۳۸۳)، مبانی مدیریت دولتی (رشته مدیریت دولتی)، چاپ دهم، تهران، دانشگاه پیام نور.
- ۳۷- قرائتی، محسن، (۱۳۳۸۳)، تفسیر نور، چاپ یازدهم، تهران، مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن.
- ۳۸- مصطفوی، حسن، (۱۳۶۰)، التحقیق فی کلمات القرآن الکریم، تهران، بنگاه ترجمه و نشر کتاب.
- ۳۹- مکارم شیرازی، ناصر و جمعی از نویسندگان، (۱۳۸۷)، تفسیر نمونه، چاپ ۳۶، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
- ۴۰- مورتی، کریس، (۱۳۸۹)، چالش‌های مدیریت در هزاره سوم، ترجمه مهدی ایران‌نژاد پاریزی و عادلہ سادات احمد پو، تهران، مدیران.
- ۴۱- میرزایی اهرنجان، حسن، (۱۳۶۷)، سایبرنتیک در مدیریت (۲)، دانش مدیریت، شماره ۲.
- ۴۲- نراقی، ملامحمد مهدی، (۱۳۷۷)، علم اخلاق اسلامی (ترجمه جامع السعادات)، ترجمه‌ی سید جلال‌الدین مجتبوی، چاپ چهارم، تهران، انتشارات حکمت.
- ۴۳- نراقی، مهدی، (۱۳۷۹)، جامع السعادات، قم، انتشارات هجرت.
- ۴۴- نیکو اقبال، علی اکبر، (۱۳۸۷)، برگزیده نظریه‌های سازمان و مدیریت، چاپ اول، تهران، سمت.
- ۴۵- وبر، ماکس، (۱۳۷۴)، اقتصاد و جامعه، ترجمه منوچهری، عماد زاده و ترابی نژاد، تهران، انتشارات مولی.

REFERENCES

* The Holy Quran

1. Abul Hussain, Ahmad bin Faris bin Zakaria, (1404 AH), Mujam Maqayis al-Lugheh, research by Abdul Salam Muhammad Haroun, 1st edition, Qom, Maktaba al-Ilam al-Islami.
2. Agha Pirouz, Ali et al., (1384), Management in Islam, Qom, Research Institute of Hawza and University.
3. Alagheh-band, Ali, (1384), Public Management, 12th, Tehran, Ravan Publishing House.
4. Alvani, Seyyed Mehdi, (1399), Public Management, Tehran, Ney Publishing.
5. Amiri, Alinaqi, (1383), "A Comprehensive View of Self-control in the Organization", Management culture magazine, number 7.
6. Amirkabiri, Alireza, (1377), Organization and Management, 2nd edition, Tehran, Malek Publishing House, Tehran.
7. Arianpour, Manouchehr et al., (1385), English to Farsi Dictionary, 6th edition, Tehran, Computer World.
8. Asemipour, Mohammad Javad, (1387), Project Management, Tehran, Samt.
9. Dobrin, Andrew. J., (1388), Organizational Behavior Management with a Psychological Approach, translated by Morad Kordi and Mitra Aftab Azari, Tehran, Saffar Eshraghi.
10. Fayol, Henry, (1337), Principles of Administration, translated by Hadi Hedayati, Tehran, Institute of Administrative Sciences Publications.
11. Feyzi, Tahereh, (1383), Public Administration Basics (Public Administration Department), 10th edition, Payam Noor University, Tehran.
12. Foruzandeh, Lotfollah, (1385), Supervision and Control in Islamic Management, Majlis and Research, Year. 13.
13. Husseini Zubeidi, Muhibuddin Seyyid Muhammad Murtadha, (1414 AH), Taj al-Arous min Jawahir al-Qamous, corrected by Ali Shiri, 1st edition, Beirut, Dar al-Fikr.
14. Ibn Manzour, Muhammad Ibn Mukarram, (1414 AH), Lisan al-Arab, 3rd edition, Beirut, Dar Sadir.
15. Irannejad Parisi, Mahdi, (1378), Research Methods in Social Sciences, Tehran, Management Research and Training Institute.
16. Jam. Shafritz-J. Stone et al., (1377), Classic Theories of Organization, translated by Mohammad Mahdi Naderi, 1st edition, Qom, Imam Khomeini (RA) Educational and Research Institute Publications.
17. Jokar Afshar, Vali, (1383), Adherence Control, Tehran, Tadbir.
18. Kazemi, Mustafa, Mowlaei, Mohammad et al., (1383), the Role of Islamic Values in the Monitoring and Control Process, Tehran, Tolid Danesh.
19. Khedmati, Abu Talib, (1379), "Types of Control and Supervision in Islamic Management", Hawzah and University Journal, Summer 1379, No. 23.
20. Makarem Shirazi, Naser et al., (2007), Tafsir Nomouneh, 36th edition, Tehran, Dar al-Kitab al-Islamiya.
21. Mirzaei Ahranjani, Hasan, (1367), Cybernetics in Management (II), Danesh Management, No. 2.
22. Murty, Chris, (1389), Management Challenges in the Third Millennium, translated by Mahdi Irannejad Parisi and Adele Saadat Ahmadpour, Tehran, Modiran.

23. Mustafavi, Hasan, (1360), researching the words of the Holy Qur'an, Tehran, Book Translation and Publishing Company.
24. Naraghi, Mehdi, (1379), Jami al-Saadat, Qom, Hijrat Publications.
25. Naraghi, Molla Muhammad Mahdi, (1377), The Science of Islamic Ethics (translation of Jami al-Saadat), translated by Seyyed Jalaluddin Mojtavavi, 4th edition, Tehran, Hekmat Publications.
26. Niko Iqbal, Ali Akbar, (1387), Selected Theories of Organization and Management, 1st edition, Tehran, Samt.
27. Parhizkar, Kamal, (1368), Management Theories, Tehran, Eshraghi Publications.
28. Parkinson, Northcote; Roštam J. and Saper, (1370), Great Thoughts in Management, translated by Mahdi Irannejad Parisi, Tehran, Iran Banking Education Center.
29. Parsa, Mohammad, (1383), Background of Modern Psychology, Tehran, Be'that.
30. Pew, Hickson and Hininger, (1352), Experts in Organizational Science, translated by Javad Ameri, Tehran, Tehran University Press.
31. Qeraati, Mohsen, (1383), Tafsir Noor, 11th edition, Tehran, Cultural Center of Lessons from the Qur'an.
32. Raghīb al-Isfahani, Hussein bin Muhammad, (1412 AH), al-Mufardat fi Gharib al-Qur'an, research by Safwan Adnan Davoudi, Damascus, Dar al-Ilm.
33. Rezaian, Ali et al., (1393), "A Practical Model of Self-management, based on the Book of Forty Hadiths of Imam Khomeini (RA)", Strategic Management Thought, Vol. 8, No. 1.
34. Rezaian, Ali, (1387), Fundamentals of Organization and Management, Tehran, Samt.
35. Richard Al. Daft, (1381), Fundamentals of Organization Theory and Design, translated by Ali Parsaian and Seyyed Mohammad Arabi, 2nd, Tehran, Cultural Research Office.
36. Sadeghpour, Abolfazl, (1353), New Theory of Organization, Management and Management Science, Tehran, Public Management Education Center.
37. Saffarinia, Majid, (1389), Social Psychology in Education, Tehran, Payam Noor University.
38. Scott, Richart, (1387), Organizations: Rational, Natural and Open Systems, translated and adapted by Hasan Mirzaei Ahranjani, 1st edition, Tehran, Samt.
39. Tabarsi, Fazl bin Hasan, (1372), Majma al-Bayan fi Tafsir al-Qur'an, 3rd edition, Tehran, Naser Khosro.
40. Tabatabaei, Seyyed Mohammad Hossein, (1374), Tafsir al-Mizan, translated by Mousavi Hamedani, Seyyed Mohammad Baqer, 5th edition, Qom, Qom Seminary Islamic Publications Office.
41. Weber, Max, (1374), Economy and Society, translated by Manoudchehri, Emadza-deh and Torabinejad, Tehran, Mowla Publications.
42. Zare, Hamid, (1384), "A Model of Self-control in Islamic Culture", Hawzah and University, No. 45.
43. Zarei Matin, Hasan, (1380), Organization and Management Basics (Contingent Approach), Tehran, Tehran University Press.
44. Zuhaili Wahba bin Mustafa, (1418 AH), Al-Tafsir al-Munir fi al-Aqidah wa al-Shari'ah wa al-Manhaj, 2nd edition, Beirut, Dar al-Fikr al-Muasir.