

مؤلفه‌های سبک زندگی معنوی از منظر قرآن کریم و روایات

عبدالله خادمی^۱ | محمد عارف صداقت^۲

چکیده

هر آنچه به کمال انسان‌ها مربوط می‌شود، در قرآن کریم به ودیعه گذاشته شده است؛ اما حقایق مربوط به کمال نهایی و رسیدن به اوج ادراک معنوی به شکل رمز در سراسر قرآن به صورت پراکنده بیان شده و یافتن کلید این رموز، در گرو انتخاب راه صحیح استنباط است. این تحقیق به روش اسنادی و کتابخانه‌ای است که مراحل سه‌گانه توصیف، تحلیل و تبیین را پیموده است تا پاسخی برای این سؤال تهیه شود که مؤلفه‌های فردی و رفتاری سبک زندگی معنوی در قرآن کریم چیست؟ هدف پژوهش حاضر، معرفی منظومه معنویت و تحلیل مؤلفه‌های بارز انسان معنوی از منظر قرآن است. بر این اساس مهم‌ترین محور این پژوهش، چشم‌انداز انسان معنوی در زندگی دنیوی او است که در سه محور اساسی بررسی شده است. یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که اصل معنویت راستین در معنابخشی زندگی، نقشی بی‌بدیل دارد. لذا هر مقدار نگرش دینی افراد، قوی‌تر باشد، سعادت و رضایت از زندگی آنان افزایش می‌یابد و هرچقدر اعتقاد به خداوند و دستورات او محکم‌تر باشد، معنویت در زندگی از ثبات بیشتری برخوردار است.

کلیدواژه‌ها: سبک زندگی، معنویت، مؤلفه‌های سبک زندگی، زندگی معنوی، معنای زندگی

۱. طلبه سطح سوم و ماستری مدیریت آموزشی، جامعه المصطفی العالمیه، (نماینده افغانستان)، کابل، افغانستان

ایمیل آدرس: abdullahdanishmand@gmail.com

۲. دکتری علوم تربیتی، کدر علمی جامعه المصطفی العالمیه، (نماینده افغانستان)، کابل، افغانستان

ایمیل آدرس: arefsadaqat@gmail.com



مقدمه

یکی از موضوعات قابل توجه در مورد انسان، موضوع زندگی معنوی و شاخصه‌های فردی و رفتاری او است. از آنجا که انسان، خواهان خوشبختی و سعادت در دنیا و آخرت است، نیازمند ایزاری برای رسیدن به این سعادت است. این ابزار چیز جز معنویت نیست. علی‌رغم پیشرفت‌های چشم‌گیر مادی، اضطراب و نگرانی همیشه یکی از بزرگ‌ترین بلاهای زندگی انسان‌ها بوده و هست و عوارض ناشی از آن نیز در زندگی فردی و اجتماعی انسان سرگردان امروزی، کاملاً محسوس است. از طرف دیگر، آرامش نیز همیشه یکی از گمشده‌های بشر بوده که برای یافتن آن به هر دری می‌زند تا آن را فراچنگ آورد. نبود آرامش روحی و روانی در عصر پیشرفت و تکنولوژی، ناشی از این است که انسان معاصر، زندگی خود را از معنویت تهی کرده و به‌طور فزاینده به مادی‌گری گرایش یافته است.

مقاله حاضر بر آن است تا با استفاده از آیات و روایات، نقش معنویت و مؤلفه‌های فردی و رفتاری انسان معنوی در دنیای کنونی را بررسی کند. نتایج تحقیق بیان‌گر این موضوع است که تنها راه خلاصی از اضطراب و نگرانی و نیز یگانه رهیافت بشر امروزی، برای رسیدن به آرامش و معنویت و ایجاد تعادل میان مادیات و معنویات در زندگی بوده است و حتی سلامت جسم انسان نیز به سلامت روان و بُعد معنوی او وابسته است. با تمدن بدون تدین، زندگی به کام بشریت تلخ و اضطراب و نگرانی ملازم دائمی او شده و در جستجوی آرامش، از نفس افتاده است. بنابراین هدف از پژوهش حاضر، بیدارسازی فرد از شاخصه‌ها، ویژگی‌های فردی و رفتاری او تدوین شده که فقط یگانه راه نجات از اضطراب روحی، معنویت و گوش دادن به رهنمودهای قرآنی و روایات معصومین^(ع) است.

در عصر کنونی و در میان نیازهای متنوع انسانی، معنویت چه جایگاهی می‌تواند داشته باشد؟ معنویت چه نقشی را در زندگی امروزی، می‌تواند بازی کند؟ اگر معنویت را از صحنه زندگی خود حذف کنیم، چه اتفاقی خواهد افتاد؟ این‌ها برخی از سؤالاتی است که شاید ذهن بسیاری را به خود مشغول کرده باشد. بسیاری از ما تحت تأثیر بمباران تبلیغاتی، فکر می‌کنیم که اگر همه نیازهای مادی مان برآورده شود، به خوشبختی واقعی دست یافته‌ایم، ولی وقتی به این مرحله می‌رسیم، متوجه می‌شویم که نیازهای مادی، تنها



جزئی از همه نیازهای ما است و ما در کنار آسایش جسم، به آرامش روان هم نیاز داریم.

۱. مفهوم شناسی

در این بخش به تعریف و توضیح مفاهیم کلیدی تحقیق می‌پردازیم:

۱-۱. سبک زندگی

سبک زندگی یکی از گزینه‌های اصلی موضوعات علوم اجتماعی معاصر به حساب آمده و در تحقیقات اجتماعی مدرن، به مرور زمان منزلت ویژه یافته است. در حال حاضر مفاد سبک زندگی در ادبیات انگلیسی در معناهای متفاوتی همچون «نوع، روش، سبک اثاثیه، کیفیت برتر در ظاهر، طراحی یا رفتار، تطابق با معیار شناخته شده، شیوه که برآورده و مناسب تصور می‌گردد. به‌ویژه در سلوک اجتماعی، زیبایی، ظرافت یا سهولت و شیوه یا تکنیک به کار می‌رود». (وبستر، ۲۰۰۴: ۵۴۸)

۲-۱. رفتار فردی

رفتار به معنای سلوک و خوش رفتاری است. (دهخدا، ۱۳۷۷، ۸: ۱۲۱۷۵) در علوم رفتاری، رفتار به هر نوع فعالیت قابل مشاهده و قابل اندازه‌گیری انسان یا حیوان گفته می‌شود که در پاسخ به محیط یا محرک‌های درونی و بیرونی انجام می‌گیرد. این فعالیت‌ها می‌توانند فیزیکی، کلامی، عاطفی یا شناختی باشند. علوم رفتاری تلاش می‌کنند الگوهای رفتاری را شناسایی و تحلیل کنند تا عوامل مؤثر بر رفتار را بفهمند و پیش‌بینی کنند. رفتار در این حوزه از طریق مشاهده، آزمایش و تحلیل داده‌ها بررسی می‌شود و می‌تواند تحت تأثیر عوامل بیولوژیکی، روان‌شناختی، فرهنگی و اجتماعی قرار گیرد و هدف نهایی درک رفتار، کمک به بهبود عملکرد فرد و جامعه است. رفتار به این معنا، برخی از زوایای سبک زندگی را تشکیل می‌دهد و لذا در اینجا قابل بحث است.

۲. مؤلفه‌های فردی_معنوی سبک زندگی

از جمله موضوعات بسیار مهم و مورد ابتلا به‌ویژه در شرایط کنونی، موضوع مؤلفه‌های فردی و رفتاری سبک زندگی معنوی است که در این بخش به ابعاد و فروع آن از منظر قرآن و احادیث پرداخته می‌شود:



۲-۱. تقوا

از منظر قرآن کریم، تنها اعمال متقیان پذیرفته است و به کاری که بنیان آن بر اساس تقوا نباشد، اعتنایی نمی‌شود: «إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ؛ خدا [اعمال را] تنها از پرهیزگاران را می‌پذیرد». (مائده: ۲۷) بنابراین تقوا، ناظر بر اعمال درونی و رفتاری انسان است که در زندگی فردی و رفتاری، بهترین وسیله نجات از پرتگاه است. قرآن بزرگ‌ترین امتیاز را برای تقوا قائل شده است و آن را تنها معیار سنجش ارزش انسان‌ها می‌شمرد. چنانکه می‌فرماید: «إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ؛ گرامی‌ترین شما نزد خداوند، با تقواترین شما است». (حجرات: ۱۳) تقوا و پرهیزگاری در فرد، آثار معنوی و اخلاقی و در جامعه نتایج شایسته دارد. اگر انسان خود را به تقوا و خویش‌داری عادت دهد، همواره در زندگی معنوی و مادی خود، موفق خواهد بود. اگر در یک جامعه، تمام افراد به این خصیصه الهی و اخلاقی مجهز باشند، بسیاری از مشکلات اجتماعی آن‌ها حل شده و جامعه ایدئال و آرمانی ایجاد می‌شود. در فرهنگ قرآن، آثار فراوانی برای تقوا ذکر شده است که به چهار مورد آن اشاره می‌شود:

الف. موهبت تعلیم الهی: تعلیم از موهبت‌های بی‌بدیل الهی است که خداوند آن را به پیامبران و اولیای پاک خویش ارزانی داشته تا راه و روش هدایت را به بشر بیاموزند. از این رو، تعلیم و تعلم به صورت در بینش اسلامی، ارزش معنوی والایی دارد و حتی همدرجه عبادت پردردگار محسوب می‌شود. برگ‌های زرین تاریخ تعلیم و تربیت، سیمای درخشان بزرگان نام‌آوری را بر خود نقش کرده است؛ آنان که با پیکار مقدس خویش، حماسه‌های شکوهمند و جاویدی در سازندگی انسان معنوی و متعهد به وجود آوردند و با تزکیه و تعلم، بنای عظیم علم و فضیلت را پایه‌گذاری کردند. امروزه نیز معلمان و رهروان علم، ادامه‌دهنده این نهضت عظیم و خطیر هستند. بنابراین ارزش انسان با میزان درک و علم او قیاس می‌شود؛ اما علمی که بدون تقوا باشد، ارزش معنوی در زندگی و کمال یابی شخص نخواهد داشت. از این رو تقوا مهم‌ترین عامل رشد فردی و رفتاری در زندگی معنوی است که انسان را در فراز و نشیب‌های زندگی هدایت کرده و مسیر اصلی کمال را برای او فراهم می‌کند. خداوند می‌فرماید: «وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُكُمْ اللَّهُ؛ از خدا بپرهیزید و خداوند به شما



تعلیم می‌دهد». (بقره: ۲۸۲)

حکمت و معرفتی که مولود تقوا است، حکمت عملی است، نه حکمت نظری. به این معنا که در اثر تقوا، انسان درد خود و دوی آن و راهی را که باید در زندگی بپیماید، بهتر می‌شناسد. این امر ربطی به عقل نظری ندارد؛ به این معنا که تقوا در فهم دروس ریاضی، طبیعی یا حل مشکلات علوم نظری تأثیری ندارد، حتی در فلسفه الهی، تا آنجا که جنبه فلسفی آن به منطق و استدلال مرتبط است. تأثیر تقوا محدود به حکمت عملی است و در روش استدلالی آن نقشی ندارد.

ب. رهایی از مهلکه‌ها: تقوا امیدبخش‌ترین وسیله‌ای است که عمل به آن دل را صفا و جان را نور و ضیا می‌بخشد، پرده‌های یأس و ناامیدی را می‌برد، شعاع‌های حیات‌بخش امید را به قلب می‌تاباند و به تمام افراد با تقوا و پرهیزگار، وعده نجات و حل مشکلات می‌دهد. چنانکه خداوند می‌فرماید: «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا؛ و هر کس تقوای الهی پیشه کند، خداوند کار را بر او آسان می‌سازد». (طلاق: ۴) این آیه، نشان می‌دهد که اگر در هر پیشامدی، انسان تقوای الهی را عملی کند و از حدود خداوند تجاوز ننماید، بی‌گمان راه فرج و گشایشی برای او پیش خواهد آمد. این وعده تخلف‌ناپذیر خداوند است و فرمود: «إِنَّ اللَّهَ لَا يُخْلِفُ الْمِيعَادَ؛ به یقین خداوند در وعده خود تخلف نمی‌کند». (رعد: ۳۱)

ج. روشن‌بینی و بصیرت: تقوا برای انسان معیاری است که شناخت حقیقت و قدرت درک صحیح امور را تعیین می‌کند. این ویژگی در کشاکش بحران‌ها و مشکلات فردی و اجتماعی، در جوهره ظرفیت و باورهای افراد ظهور می‌یابد. هر انسانی ممکن است پیش از مواجهه با مشکلات، ادعاهای بسیاری درباره فضایل و داشته‌های فکری، اعتقادی، معنوی و موارد مشابه داشته باشد؛ اما این ادعا زمانی رنگ واقعیت به خود می‌گیرد که در زمان بروز بحران‌های فکری، اعتقادی، اجتماعی و سیاسی نیز همچنان استوار و پابرجا بماند؛ زیرا در چنین شرایطی است که توانایی تشخیص حق از باطل و درست از نادرست مشخص می‌شود، ریزش‌ها و رویش‌های بسیاری رخ می‌دهد، باورهای فکری و ناگفته‌ها و واقعیات درونی، در قالب گفتار و رفتار نمایان می‌گردد. از این رو لازم است که راهکاری برای ثبات قدم و یافتن قدرت درک حق از باطل و سره از ناسره یافت.



تقوا رمزی برای روشن بینی و بصیرت و رازی غیرقابل انکار در ثبات فکری و استواری در برابر حوادث گوناگون است. رعایت تقوا شرایط و بسترهایی را فراهم می‌کند که انسان را به این توانایی‌ها مجهز می‌سازد. قرآن در این باره می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن تَتَّقُوا اللَّهَ يَجْعَلْ لَكُمْ فُرْقَانًا؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید! اگر از مخالفت فرمان خدا بپرهیزید، خداوند برای شما وسیله‌ای برای جدا کردن حق از باطل قرار می‌دهد». (انفال: ۲۹) یعنی روشن بینی خاصی که در پرتو آن، حق را از باطل خواهید شناخت. مفهوم این آیه، تأثیر تقوا بر عقل و افزایش بصیرت و روشن بینی را آشکار می‌کند؛ زیرا با پیدایش ملکه تقوا، دشمن عقل که نفس است، مهار می‌شود و دیگر نمی‌تواند اثر عقل را خنثی کند. بنابراین انسان متقی توفیق بصیرت را به دست می‌آورد.

د. آبادانی دنیا: خداوند در قرآن کریم در ارتباط با رحمت و برکت و سرانجام، آبادانی دنیا در پرتو تقوا می‌فرماید: «وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَى آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ؛ و اگر اهل شهرها و آبادی‌ها، ایمان می‌آوردند و تقوا پیشه می‌کردند، برکات آسمان و زمین را بر آن‌ها می‌گشودیم». (اعراف: ۹۶) دین اسلام، دنیا را وسیله در دست انسان برای رسیدن به کمال معنوی می‌داند. در این نگاه و با این تعبیر، دنیا عبارت است از انسان و جهان و نوع زندگی انسان‌ها؛ خرد و دانایی انسان‌ها، حقوق انسان‌ها، وظایف و تکالیف انسان‌ها در صحنه سیاست، اقتصاد جوامع انسانی، تربیت و عدالت. این‌ها همه میدان‌های زندگی است؛ به این معنا که دنیا میدان اساسی وظیفه و مسئولیت و رسالت انسان است. دین هم آمده تا در این صحنه عظیم و در این عرصه متنوع، به مجموعه تلاش انسان شکل و جهت بدهد و آن را هدایت کند. دین و دنیا در این تعبیر و به این معنای از دنیا، از یکدیگر تفکیک ناپذیر است. دین نمی‌تواند غیر از دنیا عرصه دیگری برای ادای رسالت خود پیدا کند. دنیا هم بدون مهندسی دین و بدون دست خلاق و سازنده دین، دنیایی خواهد بود تهی از معنویت، تهی از حقیقت، تهی از محبت و تهی از روح. انسان در این صحنه عظیم باید بتواند احساس امنیت و آرامش کند و میدان را به سوی تعالی و تکامل معنوی باز نماید، این تکامل و معنویت تنها از راه چنگ زدن به ریسمان وحدانیت و پرهیزگاری و ورع و رهایی از تمام وابستگی‌ها و قدرت‌های مادی، میسر است.



قرآن کریم در این زمینه می‌فرماید: «ضُرِبَتْ عَلَيْهِمُ الذَّلَّةُ أَيُّنَ مَا تُقِفُوا إِلَّا بِحَبْلٍ مِّنَ اللَّهِ وَحَبْلِ مِّنَ النَّاسِ؛ یعنی مُهر ذلت بر آنان خورده است؛ مگر با ارتباط با خداوند و با ارتباط به مردم و وابستگی‌های به این و آن؛ به خشم خداوند گرفتار شده‌اند». (آل عمران: ۱۱۲) در این آیه وابستگی به قدرت مردم به شدت مذمت شده و فاعل این کار مستحق عقاب شمرده شده است. تنها راه درمان، چنگ زدن به ریسمان الهی است که از جمله ریسمان الهی رعایت تقوا است که در همه شئون زندگی فردی و رفتاری انسان، سبب ظهور و بروز برکات آسمانی و رحمت الهی و زندگی آرامش‌بخش می‌شود. دنیا به معنای فرصت‌های زندگی انسان، دنیا به معنای نعمت‌های پراکنده در عرصه جهان، دنیا به معنای زیبایی‌ها، شیرینی‌ها، تلخی‌ها و مصیبت‌ها، همه این‌ها، وسیله رشد و تکامل انسان است.

۲-۲. اخلاص

یکی دیگر از مؤلفه‌های فردی و رفتاری سبک زندگی معنوی در قرآن کریم، داشتن اخلاص است که در این بخش ابتدا به مفاهیم اخلاص و در مرحله بعدی، به فواید و آثار آن از دیدگاه قرآن و احادیث پرداخته می‌شود:

۲-۲-۱. معنای اخلاص

اخلاص در لغت ویژه کردن را گویند؛ یعنی پاک کردن چیزی از هر چیزی که غیر آن باشد و با آن درآمیخته باشد. (مصطفوی، ۱۳۷۱، ۳: ۱۰۲) اخلاص در بیان اندیشمندان اسلامی عبارت است از: «پاک و خالص ساختن قصد و نیت از غیر خدا. حقیقت اخلاص آن است که نیت انسان از هرگونه شرک خفی و جلی پاک باشد». (کاشانی، ۱۴۱۷، ۸: ۱۲۸) پس هرکسی که طاعتی را به جا آورد و قصد قربت داشته باشد، ولی با آن غرضی دنیوی بیامیزد، عملش خالص نیست. مثلاً برای رسیدن به سلامتی بدن و پالایش آن از چربی‌های اضافی روزه بگیرد و هدف اصلی و محرک واقعی او برای روزه گرفتن چنین قصدی باشد. (مجتبوی، ۱۳۷۷، ۳: ۵۳۰) واژه اخلاص در قرآن، صریح به کار نرفته است؛ اما مشتقات آن در قرآن آمده که بیشتر آن‌ها به موضوع اخلاص و ۱۲ آیه مربوط به مخلصین است؛ یعنی کسانی که دین خود را برای خدا خالص کرده‌اند. (بقره: ۱۳۹، اعراف: ۲۹، غافر: ۱۴ و...) ۱۰ آیه مربوط به مخلصین است؛ یعنی کسانی که تمام وجودشان را برای خدا خالص

کرده‌اند (مریم: ۵۱، یوسف: ۲۴، حجر: ۴۰ و...) (۱)

خداوند در قرآن کریم درباره کسانی که دین خود را برای خدا خالص کرده‌اند، می‌فرماید: «وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ وَذَلِكَ دِينُ الْقَيِّمَةِ؛ و به آن‌ها دستوری داده نشده بود جز اینکه خدا را پرستند در حالی که دین خود را برای او خالص کنند و از شرک به توحید بازگردند، نماز را برپا دارند و زکات را پردازند و این است دین و آیین مستقیم و پایدار». (بینه: ۵) از نظر قرآن کریم، شالوده و زیربنای سعادت انسان، بندگی مخلصانه خداوند است. در معارف اسلامی عوامل دستیابی به اخلاص به عنوان فضیلت متعالی تشریح شده است و نشانه‌های برای تشخیص بودن و یا نبودن آن در انسان بیان گردیده است.

۲-۲-۲. فواید اخلاص

برای اخلاص آثار زیادی بیان شده است در این بخش به بعضی از فواید مهم اخلاص بسنده می‌کنیم:

۱. بصیرت و نورانیت دل: یکی از آثار فردی اخلاص در زندگی معنوی فردی و رفتاری انسان، بصیرت است. مهم‌ترین ویژگی انسان مؤمن، بصیرت است و این صفت ارتباط محکمی با اخلاص دارد. ارتباط این دو فضیلت اخلاقی این گونه است که هرچه بصیرت انسان بیشتر شود، اخلاص در عمل هم بیشتر می‌شود، عمل هر چه مخلصانه‌تر باشد، خدای متعال بصیرت بیشتر خواهد داد؛ چنانکه می‌فرماید: «أَلَلَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ؛ خداوند ولی و سرپرست کسانی است که ایمان آورده‌اند، آن‌ها را از ظلمت‌ها به سوی نور بیرون می‌برد». (بقره: ۲۵۷) اخلاص نور بیشتری به انسان می‌دهد و وقتی نور الهی بود، بصیرت بیشتر می‌شود و انسان می‌تواند واقعیت‌ها و حقایق را بهتر درک کند. رسول خدا (ص) فرمود: «مَا أَخْلَصَ عَبْدٌ لِلَّهِ عَزَّوَجَلَّ أَرْبَعِينَ صَبَاحًا إِلَّا جَرَتْ يَنَابِيعُ الْحِكْمَةِ مِنْ قَلْبِهِ عَلَى لِسَانِهِ؛ هیچ بنده چهل روز متوالی، قدم در وادی اخلاص ننهد، جز آنکه چشمه‌های حکمت و معرفت از قلبش بر زبانش جاری می‌شود». (ابن بابویه، ۱۴۰۴، ۲: ۳۲۱)

۲. محبوبیت و در دل‌ها: خدای متعال اصلی را پیش روی انسان قرار داده که با بهره‌گیری صحیح از آن، به خوبی می‌توان راز محبوب شدن در قلب‌ها را به دست آورد. می‌فرماید:



«إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَيَجْعَلُ لَهُمُ الرَّحْمَنُ وُدًّا؛ آنان که از نظر عقیده مؤمن و از نظر اعمال صالحند، خدا برای آن‌ها محبت قرار داده و آنان را محبوب دل‌های دیگران می‌کند.» (مریم: ۹۶) بنابراین ذخیره بالاتر از اینکه انسان، محبوب دل‌های مؤمنان شود، سرمایه‌ای نیست. امام صادق^(ع) نیز می‌فرماید: «اگر مؤمن با قلبش متوجه خدا شود، خداوند هم وجه خود را متوجه او خواهد کرد و دل‌های مؤمنان را نسبت به او دوست می‌کند.» (مفید، ۱۴۱۳: ۱۵۰) خدای متعال به‌طور کلی عناصر اصلی و راهبردی به دست آوردن محبوبیت در دل‌ها را در منظومه معارف قرآنی، مشخص کرده است. اخلاص و عمل صالحی که همراه با ایمان و باور به معارف دینی و وحیانی باشد، راز این فرمول قرآنی است. با نگاهی جامع و علمی به روایات اهل بیت علیهم السلام، به‌خوبی می‌توان مصادیق کارهای صالح و خدایسندانه فراوانی را مشاهده کرد که کارکرد اجتماعی آن‌ها به ارمغان آوردن محبوبیت اجتماعی برای دارندگان این صفات الهی است.

۳. سعادت و کامیابی: اخلاص سعادت‌آفرین و زمینه‌ساز عمل به دستورات خداوند است. سعادت واژه دلیذیری است که در هر فرهنگ و تمدنی، آرمانی ارزشمند شمرده می‌شود. دیدگاه انسان‌ها به هستی، مبنای تفسیر سعادت است. آنان که فقط زندگی را دامنه سرسبز و ساحلی زیبا می‌دانند، سعادت را در جلوه‌هایی چون زیبایی، مال، قدرت، تن‌آسایی و مقام اجتماعی خلاصه می‌کنند و کسانی که آفرینش را آموزشگاهی شایسته برای آموزه‌های آسمانی می‌دانند، نگاهی فراتر از رخسارهای ظاهری و جلوه‌های فریبا دارند، هستی را هدفمند دانسته، انسان‌ها را ارزشمند دیده و خود را وظیفه‌مند می‌بینند. بنابراین خداوند تنها راه سعادت و خوشبختی را در پرتو ارزش‌ها، اخلاص در عمل، کسب معارف دینی، عبادت، عمل به دستورات و ترک محرمات معرفی می‌کند: «يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذَيِّبَ لَكُمْ وَيَهْدِيَكُمْ سُنَنَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَيَتُوبَ عَلَيْكُمْ؛ خداوند می‌خواهد با این دستورها، راه‌های سعادت و خوشبختی را برای شما آشکار سازد و به سنت‌های صحیح پیشینیان رهبری کند.» (نساء: ۲۶) لذا رسیدن به سعادت به قابلیت فردی بستگی دارد.

آرزوی سعادت و خوشبختی در دوران مختلف زندگی، جلوه‌های خاص خود را به همراه دارد. از این‌رو در دوران کودکی، شیرین‌ترین خواسته‌ها، بهره‌مندی از خوراکی‌های

لذیذ، لباس‌های زیبا و بازی‌های گوناگون است و در ایام نوجوانی و جوانی، جلب اعتماد دیگران، مطرح ساختن خود و کسب محبوبیت و معروفیت، موضوع سعادت، خواهد بود و در مقاطع سنی بالاتر، در جلوه‌های جدید دیگری این آرمان شیرین، رخ خواهد نمود. درحالی‌که قرآن کریم راه رسیدن به سعادت را اطاعت از خداوند و رسولش معرفی می‌کند: «وَمَنْ يُطِيعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا؛ و هرکس اطاعت خدا و رسولش کند، به رستگاری و پیروزی عظیمی دست یافته است». (احزاب: ۷۱) در این آیه خداوند جلوه‌هایی از اخلاص را که در نتیجه به سعادت منتهی می‌شود، نشان می‌دهد. امام علی^(ع) فرمود: «اعمال خود را خالص کنید تا سعادتمند شوید». (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶: ۱۵۵) دلیل اینکه در دنیا این همه بدبختی و رنج و عذاب وجود دارد، این است که آدم‌ها در فضای غفلت سرگرم هستند و نمی‌دانند بر روی بوم نقاشی وجود خویش، چه نقاشی کنند.

۴. کمال عبادت: امام جواد^(ع) فرمود: «برترین عبادت‌ها اخلاص است». (حلی، ۱۴۱۰، ۲: ۱۰۹) امام علی^(ع) می‌فرماید: «الْإِخْلَاصُ مَلَكَ الْعِبَادَةِ؛ اخلاص اساس عبادت است». (همان، ۱۹۷) بدون شک از مهم‌ترین آداب عبادت، دوری از شرک و ریا در عبادت است. خداوند در تمام ادیان آسمانی، انسان‌ها را به بندگی خالصانه و به دور از انحراف، فرمان داده است. قرآن کریم می‌فرماید: «وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ وَذَلِكَ دِينُ الْقَيِّمَةِ؛ و به آن‌ها دستوری داده نشده بود، جز اینکه خدا را بپرستند در حالی‌که دین خود را برای او خالص کنند و از شرک به توحید بازگردند، نماز را برپا دارند و زکات را پردازند و این است آیین مستقیم و پایدار». (بینه: ۵) حیات و ارزش انسان به علم است و ارزش علم، به عبادت و عمل و ارزش و اهمیت عبادت و عمل به اخلاص است. همان‌گونه که آب مایه حیات پدیده‌ها و عامل شادابی آن‌هاست؛ اخلاص نیز موجب حیات و ارزش عبادت و عمل و پشتوانه برای بقا و دوام آن‌هاست. اهمیت عبادت و عمل، بیش از آنکه به اندازه و مقدار آن‌ها مربوط باشد به چگونگی و کیفیت آن‌ها نیز ارتباط دارد به همین جهت است که قرآن کریم این‌گونه تعبیر دارد که: «الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا؛ آن کس که مرگ و حیات را آفرید تا شما را بیامرزد که کدام یک از شما بهتر عمل می‌کنید». (الملک: ۲)



بنابراین ارزش اعمال با بینش دینی، به درست و صحیح انجام دادن و با اخلاص به پایان رساندن آن‌ها است. اخلاص در عبادت چیزی است که به جوهره عمل، ارزش و کرامت می‌بخشد و کمیابی است که مس اعمال آدمی را طلای ناب می‌سازد. به همین دلیل است که از خالص‌سازی عمل، به‌عنوان سرّ و راز الهی یاد شده است. لذا خداوند در حدیث قدسی به پیامبرش فرمود: «الْإِخْلَاصُ سِرٌّ مِّنْ أَسْرَارِي إِيْتَوَدَعْتُهُ قَلْبَ مَنْ أَحَبَبْتُ مِنْ عِبَادِي؛ اخلاص رازی از رازهای من است که آن را در دل هر یک از بندگانم که دوست داشته باشم، به ودیعه می‌گذارم». (فیض کاشانی، ۱۳۸۳، ۸: ۱۲۵) چقدر زیبا و دل‌پذیر است که بشر در هر کاری به همان نسبت که به حفظ ظاهر و کالبد عمل می‌اندیشد، به روح و جان عمل نیز اهمیت دهد.

۳. مؤلفه‌های فردی - اجتماعی سبک زندگی معنوی

۳-۱. حسن اخلاق با دیگران

در آموزه‌های دینی از اهمیت خوش‌اخلاقی سخن فراوان به میان آمده و یکی از مهم‌ترین عوامل قدرت، موفقیت و پیروزی انسان در زندگی است. همین خوش‌رفتاری، عامل موفقیت پیامبران الهی به‌ویژه پیامبر گرامی اسلام^(ص) در جذب قلوب انسان‌ها و گسترش دین و رساندن پیام دین به انسان‌ها بوده است. چنانکه قرآن کریم می‌فرماید: فَبِمَا رَحْمَةٍ مِنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ؛ به (برکت) رحمت الهی، در برابر آنان [مردم] نرم (و مهربان) شدی و اگر خشن و سنگدل بودی، از اطراف تو، پراکنده می‌شدند». (آل عمران: ۱۵۹) قرآن کریم این اصل خوش برخوردی با مردم را به همه سفارش می‌کند: «وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا». (بقره: ۸۳)

در زمینه خوش‌خلقی و برخورد خوب با همه مردم، روایات فراوانی نیز در منابع اسلامی آمده است. تعبیراتی که در این روایات در برابر این فضیلت اخلاقی آمده، در کم‌تر مورد دیگری دیده می‌شود. این تعبیرات بیان‌گر نهایت اهتمام اسلام به این مسئله مهم است. پیامبر اکرم^(ص) می‌فرماید: «الْإِسْلَامُ حُسْنُ الْخُلُقِ؛ اسلام همان خوش‌رویی است. این تعبیر نشان می‌دهد که عصاره تعلیمات اسلام همان حسن خلق است». (متقی هندی، ۱۴۰۱، ۳: ۱۷) امام علی^(ع) می‌فرماید: «عِنَاوَانُ صَحِيفَةِ الْمُؤْمِنِ حُسْنُ خُلُقِهِ؛ سرلوحه نامه



عمل انسان با ایمان، حسن خلق او است». (ابن شعبه حرانی، ۱۴۰۴: ۲۰۰)

دین مقدس اسلام، همواره پیروان خود را به نرم‌خویی و گشاده‌روی و ملایمت در رفتار با دیگران دعوت می‌کند و آنان را از درشتی و تندخویی باز می‌دارد. خدای مهربان، پیامبران و سفیران خود را از میان انسان‌های عطف و نرم‌خو برگزید تا بتوانند بهتر در مردم اثر بگذارند و آنان را به آیین الهی جذب کنند. این مردان بزرگ، برای تحقق بخشیدن به اهداف الهی، با بهره‌مندی از حسن خلق و شرح صدر، چنان با ملایمت و گشاده‌رویی با مردم رفتار می‌کردند که نه تنها هر انسان حقیقت‌جویی را به آسانی شیفته خود می‌ساختند و او را از زلال هدایت سیراب می‌کردند، بلکه گاهی دشمنان را نیز شرم‌منده و دگرگون می‌کردند. بنابراین گشاده‌رویی و حسن خلق، رمز موفقیت انبیای الهی و مبلغان دینی است. در زندگی پیام‌گرامی اسلام^(ص) بسیار رخ می‌داد که افراد، با قصد دشمنی و آزار دادن به حضور ایشان می‌رسیدند، ولی نه تنها به ایشان اهانت نمی‌کردند، بلکه با کمال صمیمیت، اسلام را می‌پذیرفتند و از آن‌پس رسول اکرم^(ص) محبوب و مراد آنان می‌شد. بدیهی است که خوش‌رفتاری مؤمنان با یکدیگر، یکی از ارزش‌های والای اخلاقی به شمار می‌رود. قرآن کریم، یاران رسول اکرم^(ص) را نیز به این صفت ستوده و فرموده است: «مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ»^(ص) فرستاده خداست و کسانی که با او هستند در برابر کفار، سرسخت و شدید و در میان خود مهربان‌اند». (فتح: ۲۹)

پیامبر^(ص) با کافران و مجرمان نیز رفتار پسندیده داشت، به این امید که ملایمت در آنان اثری سازنده داشته و در هدایت و نجات آنان مؤثر باشد و نرمی گفتار و رفتار سبب شود از عقیده باطل یا کار ناپسند خود، دست‌بردارند و اصلاح شوند. خدای متعال هنگام فرستادن حضرت موسی^(ع) و برادرش هارون را به سوی فرعون، به آنان دستور می‌دهد: «إِذْهَبَا إِلَىٰ فِرْعَوْنَ إِنَّهُ طَغَىٰ فَقُولَا لَهُ قَوْلًا لَّيِّنًا لَّعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَىٰ»؛ به سوی فرعون بروید که طغیان کرده است، اما به نرمی با او سخن بگویید، شاید متذکر شود یا از خدا بترسد». (طه: ۴۳-۴۴) این یعنی زبان نرم می‌تواند کارساز باشد.

رابطه و تعامل با مردم و رعایت اخلاق اجتماعی یکی از مهم‌ترین و گسترده‌ترین عرصه‌های خودسازی و پرورش توانایی‌های انسان است. در این میدان است که انسان



می‌تواند در اثر ارتباط با انسان‌های دیگر ارزش‌های وجودی سایر مهارت‌های حرفه، علمی، عقلی و مدیریتی خود را بنمایاند و فضایل اخلاقی و کمالات انسانی را در خویش نهادینه کند و به شکوفایی توانایی‌هایی دیگران نیز کمک نماید. در عرصه تعامل اجتماعی، حسن خلق و خوش اخلاق بودن، جایگاه ویژه دارد و اولین نمود توانایی شخصیت روحی و معنوی انسان است.

۳-۲. ابزارهای خوش اخلاقی با دیگران

استفاده از ابزارهای خوش اخلاقی است که در این بخش به مهم‌ترین ابزارهای خوش اخلاقی از دیدگاه قرآن و احادیث پرداخته می‌شود:

۱. حسن گفتار: سخن نیکو در قرآن کریم از جایگاه بسیار بلندی برخوردار است. خداوند متعال در آیات متعدد علاوه بر تأکید بر نعمت سخن گفتن، به چگونه سخن گفتن نیز پرداخته و چارچوب سخن نیکو و پسندیده را بیان کرده است. چنانکه می‌فرماید: «وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا؛ و به مردم سخن نیک بگویید». (بقره: ۸۳) زبان از نعمت‌های خداوند متعال است، خداوند در سوره بلد پس از ذکر سوگندهای پرمعنا و اشاره به زندگی پرنج انسان، شماری از مهم‌ترین نعمت‌هایی را که به بشر ارزانی داشته، یادآور می‌شود که یکی از آن‌ها، نعمت زبان است. می‌فرماید: «أَلَمْ نَجْعَلْ لَهُ عَيْنَيْنِ وَلِسَانًا وَشَفَتَيْنِ؛ آیا برای او دو چشم قرار ندادیم و یک زبان و دو لب؟» (بلد: ۸-۹) زبان از اعضای شگفت‌انگیز بدن انسان است و وظایف بزرگی را به عهده دارد که از مهم‌ترین آن‌ها، سخن نیک گفتن است.
۲. گشاده‌رویی: یکی از ابزارهای خوش اخلاقی، عنصر گشاده‌رویی، محبت و عواطف است که عنصر اساسی در قرابت دل‌ها و همراهی قلوب با همدیگر در روابط اجتماعی و خانوادگی است. حضرت امام علی^(ع) می‌فرماید: «قُلُوبُ الرِّجَالِ وَحُشِيَّةُ فَمَنْ تَأَلَّفَهَا أَقْبَلَتْ عَلَيْهِ؛ دل‌های مردم گریزانند و به کسی روی می‌آورند که از او خوش‌رویی و محبت بینند». (نهج البلاغه، حکمت ۵۰) بنابراین خوش‌رویی در جلب محبت و توجه دیگران مؤثر است. باز حضرت علی^(ع) می‌فرماید: «الْبَشَاشَةُ جِبَالَةُ الْمَوَدَّةِ؛ گشاده‌رویی، دام دوستی و موجب انس است». (مجلسی، ۱۴۰۳، ۷۴: ۱۶۷) گشاده‌رویی در تنظیم دوستی و روابط اجتماعی و خانوادگی می‌تواند تأثیر بسیار خوبی داشته باشد. پیامبر اکرم فرمود: «حُسْنُ

الْبَشَرِ يَذْهَبُ بِالسَّخِيمَةِ؛ خوش رویی، کینه‌ها را می‌زداید». (کلینی، ۱۴۰۷، ۲: ۱۰۴)

۴. راهکارهای تحصیل خوش اخلاقی برای زندگی معنوی

در این بخش به راهکارهای تحصیل خوش اخلاقی برای معنوی شدن زندگی با تمسک به آیات و روایات پرداخته می‌شود:

۴-۱. اصلاح شخصیت اخلاقی

یکی از جنبه‌های مؤثر و مطرح در ارتباط با اخلاق آدمی، شخصیت او است. عاملی که داعیه‌دار بسیاری از رفتارهای انسان است و خود به‌تنهایی باید در برابر هر کنشی، واکنشی مناسب بیابد. شخصیت به الگوهایی از احساس‌ها، افکار و رفتارهای خاص اشاره دارد که در طول زمان و موقعیت‌های گوناگون، پایدار است و یک شخص را از شخص دیگر متمایز می‌سازد. لذا قرآن کریم در این رابطه می‌فرماید: «قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكِلَتِهِ فَرَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَى سَبِيلًا؛ بگو هر کس طبق روش و خلق و خوی خود عمل می‌کند و پروردگارتان کسانی را که راهشان نیکوتر است، بهتر می‌شناسد». (اسراء: ۸۴) رفتار انسان برگرفته از شخصیت فکری، روحی و اخلاقی او است؛ زیرا رفتارها ریشه در حالات و عادات دارد، باید از انگیزه‌ها و خو گرفتن‌های نابجا به‌صورت ملکه درنیاید. راه‌های هدایت نیز درجات و سلسله‌مراتب دارد. هر کس نیت بهتری داشته باشد، به هدایت نزدیک‌تر است. (قرآنی، ۱۳۸۳، ۵: ۱۱۲)

از آیه مورد اشاره چنین به دست می‌آید که اخلاق خوب یا بد، بیانگر شخصیت انسان است؛ شخصیتی که در رفتار و عمل انسان ظهور می‌کند، درواقع از سجایای درونی انسان نمایندگی می‌کند و بازتاب اخلاق درونی او است. در حقیقت انسان‌ها بر اساس یک ذات شخصیتی (شاکله) متولد می‌شوند و هر شخصیتی در جریان زندگی خود، تحت تأثیر وضعیت محیطی ممکن است به بیماری‌هایی مبتلا شود که فقط مربوط به همان ذات شخصیتی است و عموماً به خاطر خصوصیت شخصیتی که از تعادل خارج می‌شود، به بیماری‌های مختلف روحی، رفتاری و جسمی مبتلا می‌شود. بدین معنا که علت اصلی بیماری‌ها ناشی از خصوصیت‌های روحی و روانی‌اش است که اکثر این خصوصیات از بدو تولد، به‌عنوان شاکله با او همراه است و او را از دیگران متفاوت می‌کند. بنابراین انسان‌ها با



ذات شخصیتی متفاوت متولد می‌شوند، نشان می‌دهد که تنوع آفرینش فقط محدود به رنگ پوست، نژاد، شکل، اثر انگشت و... نبوده و خداوند انسان‌ها را نیز با ذات شخصیتی متنوع و متفاوت نیز آفریده است. معجزه خلقت در اینجا بسیار حیرت‌انگیزتر می‌شود که خدا با خلق انسان‌های متفاوت، با ذات‌های شخصیتی مورد نیاز برای پویایی جامعه آفریده و می‌آفریند. جامعه به نیروی کار، تولیدکننده علم، کارآفرین، قاضی، آدم‌های شجاع، آدم‌های مقتصد، آدم‌های صبور، با نیازهای جنسی مختلف در مرد و زن و بسیاری از ویژگی‌های دیگر به دلایلی که خالق هستی می‌داند، نیاز دارد و هر کدام از شخصیت‌ها، ویژگی‌های خلق و خوی خود را دارد و نسبت به مسائل با توجه به ذات شخصیتی واکنش دارند.

۴-۲. تمرین خوش اخلاقی

یکی از راهکارهای خوش اخلاقی، تمرین و ممارست است. در هنگام برخورد با دیگران، تمرین خوش اخلاقی یکی از رفتارهایی است که انسان انجام می‌دهد و تمرین یکی از عوامل رشد و پرورش صفات اخلاقی است. برای انجام رفتار و کردار پسندیده‌ای چون خوش اخلاقی و خوش رویی، باید تمرین کرد تا به آن عادت نمود. امام علی^(ع) می‌فرماید: «عَوَّدَ نَفْسَكَ فِعْلَ الْمَكَارِمِ؛ نفست را به انجام اعمال پسندیده عادت بده». (لیثی واسطی، ۱۳۷۶: ۳۴۱) بنا به فرموده حضرت، اخلاق انسان بر اثر تمرین و ممارست عادت می‌کند و رشد می‌یابد. پس چه زیباست که انسان نفس خود را به اعمال و رفتار خوب و مورد پسند عادت دهد که مورد جلب محبت و توجه حضرت حق و مردم واقع می‌شود. بنابراین تمرین و تکرار نسبت به یک خصلت زیبا یا زشت، آن را به صورت عادت یا طبیعت دوم انسان درمی‌آورد. امام علی^(ع) فرمود: «الْعَادَةُ طَبْعٌ ثَانٍ؛ عادت طبیعت دوم است». (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰: ۴۳) وقتی چیزی به صورت عادت درآمد، به تدریج اعضا و جوارح انسان را کنترل کرده، بر وجود او مسلط می‌شود. به فرموده امام علی^(ع): «لِلْعَادَةِ عَلَى كُلِّ إِنْسَانٍ سُلْطَانٌ؛ عادت بر هر انسانی حکومت می‌کند». (لیثی واسطی، ۱۳۷۶: ۴۰۳)

هر کس قادر است در مدتی با یک تصمیم قوی و عزم جزم، با رعایت اصل تدریج، به تمرین عملی در این زمینه پردازد و در این مدت با روی گشاده، لبی خندان و رابطه صمیمی برخورد نماید، نرم و زیبا سخن بگوید که قطعاً نتایج خوبی خواهد گرفت.

۳-۴. توجه به ابعاد معنوی و مادی

یکی دیگر از راه‌های دست‌یابی به خوش اخلاقی، دقت در آثار روحی و روانی و مادی خوش اخلاقی و آثار نیک آن و همچنین زشتی بد اخلاقی و آثار بد آن است. برای این منظور، مهم‌ترین راه، مطالعه آیات و روایاتی است که در زمینه خوش اخلاقی و بد اخلاقی وارد شده است. در این میان دقت در احادیثی که از معصومین به ما رسیده، کمک برای راه‌یابی به اخلاق حسنه را به تصویر می‌کشد. در این احادیث، نکاتی قابل دقت و درخور توجه است که در واقع عمل به این به آن‌ها چارچوبی که دین اسلام در نظر گرفته، به آرامش و امنیت روحی، معنوی، مادی و اخلاقی منتهی می‌شود.

۴-۴. ایجاد رابطه عاطفی

یکی از ابعاد مهم وجودی انسان، بعد عواطف طبیعی، انسانی و ایمانی او است. دوست داشتن دیگران و ایجاد رابطه عاطفی با سایر انسان‌ها قابل رشد و پرورش و تربیت است. انسان‌های مهربان، شاخص‌ترین و دوست‌داشتنی‌ترین افراد جامعه هستند. قسمت بزرگی از شادی زندگی از طریق ایجاد ارتباط عاطفی با دیگران تأمین می‌شود. باید توجه نمود که این شادی و لذت از طریق خوش اخلاقی؛ یعنی ایجاد رابطه مثبت، محبت کردن و دوست داشتن دیگران به دست می‌آید. از سوی دیگر بد اخلاقی که در واقع همان رابطه عاطفی منفی است، موجب کدورت و عذاب زندگی خواهد بود و دیگران را از گرد انسان می‌پراکند. حتی وقتی کسی عمیقاً غمگین و ناراحت است، سعی کند خود را شاد نشان دهد و تبسم نماید. چنانکه امام علی^(ع) در توصیف مؤمن می‌فرماید: «شادی مؤمن در چهره او و اندوه وی در دلش پنهان است». (لیثی واسطی، ۱۳۷۶: ۲۲۶) بنابراین برخورد مؤدبانه و ارتباط با چهره خندان و یک رابطه سالم و نرمال، دارای ویژگی‌هایی است که آگاهی از آن‌ها می‌تواند تا حد زیادی از چالش‌های رابطه عاطفی را بکاهد. ارتباط صادقانه و توأم با احترام، به خصوص حین حل مسائل دشوار یکی دیگر از ضرورت‌های یک رابطه سالم است. در مجموع می‌توان گفت یکی از چالش‌های که می‌تواند به بحث و دعوا منجر شود، ناتوانی برقراری ارتباط سالم است.



۴-۵. مطالعه اوضاع انسان‌ها

یکی از ابعادی که می‌تواند برای داشتن رابطه سالم و خوشایند، راهگشا باشد، اطلاع یافتن از اوضاع و احوال افراد خوش اخلاق و بد اخلاق است که انسان را به مراحل از درک و فهم می‌رساند. در جامعه افراد خوش اخلاق و بد اخلاق فراوانند. با کمی دقت در احوال دیگران خواهیم دید که افراد خوش اخلاق در زندگی و روابط خود موفق‌تر و شادترند، سالم‌تر زندگی می‌کنند و بیشتر مورد احترام مردم هستند. در مقابل افراد بد اخلاق، منزوی و دارای شخصیت شکننده‌تر هستند و از زندگی خود جز رنج و زحمت نصیبی ندارند. امیر مؤمنان علی^(ع) می‌فرماید: «أَكْمَلُكُمْ إِيمَانًا أَحْسَنُكُمْ خُلُقًا؛ کسی که ایمانش از همه کامل‌تر باشد، حسن خلقش از همه بیشتر است». (مجلسی، ۱۴۰۳، ۷۱: ۳۹۲)

۴-۶. تصمیم و اراده قوی

یکی از راه‌های که در حسن اخلاق و معاشرت مهم است، تصمیم و عزم راسخ برای خوش اخلاق بودن است. آدمی با عزم خویش، آنچه را که انتخاب کرده است، عملی می‌سازد. البته تصمیم و اراده انسان‌ها متفاوت است. هر قدر عزم قوی‌تر باشد، رسیدن به هدف آسان‌تر است. استواری در خوش اخلاقی، شکیبایی و تحمل سخنان ناشایسته مردم و برخورد مؤدبانه با دیگران، برای رسیدن به خوش اخلاقی، از آثار عزم قوی است. خوش اخلاقی اراده بزرگ می‌خواهد. آنان که اراده ضعیفی دارند، در برابر سخنان مردم تاب نمی‌آورند و کنایه‌های مردم، آنان را به عقب‌نشینی وادار می‌کند؛ اما آنان که عزم قوی دارند، سرنوشت را به دست دیگران نمی‌سپارند و با قدرت به سوی هدف، قدم برمی‌دارند.

قرآن کریم می‌فرماید: «وَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذَٰلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ؛ بر آنچه در این مسیر به تو می‌رسد، صبر کن که این از عزم و اراده در کارها است». (لقمان: ۱۷) امام علی^(ع) نیز می‌فرماید: «خداوند سبحان فرستادگان خود را در تصمیماتشان نیرومند قرار داد». (نهج البلاغه، حکمت ۲۹۲) اساساً عزم و اراده قوی، می‌تواند توجه آدمی را دائمی کرده و او را در مسیر خوش اخلاقی و تربیت دینی به جلو ببرد.

امام علی^(ع) می‌فرماید: «بیماری سستی دل خود را با تصمیم قوی درمان کن و خواب غفلت دیده بصیرت را با بیداری». (نهج البلاغه، حکمت ۳۴۴) شماری از آسیب‌های



زندگی در مسیر اخلاق و تربیت، معلول ضعف اراده در برابر جاذبه‌ها و تمایلات نفسانی است؛ زیرا ضعف اراده، مانع پیروی از عقل و علم و آگاهی می‌شود. ازاین‌رو در این گونه موارد، تنها شناخت آسیب برای پیشگیری از آن کافی نیست، بلکه شناخت راه‌های تقویت اراده و تصمیم اخلاقی نیز ضروری است.

نتیجه‌گیری

مهم‌ترین هدف از تشکیل زندگی معنوی فراهم کردن محیط معنوی برای پرداختن به امر عبادت و بندگی و پیاده کردن دستورات الهی است. زندگی معنوی از شاخصه‌ها و مؤلفه‌های متنوع پدید آمده است که به‌کارگیری این شاخصه‌های معنوی باعث خوشبختی، محبوبیت و معنویت در زندگی فردی و رفتاری می‌شود. از قرآن و منابع دینی در مورد شاخص‌های فردی و رفتاری زندگی معنوی چنین به دست می‌آید که داشتن اخلاص، داشتن تقوا و پرهیزکاری، رعایت ارزش‌ها و خوش اخلاقی در زندگی معنوی روح ایمان را نشان می‌دهد که در حقیقت ارزش همه آموزه‌ها به‌طور مستقیم و غیرمستقیم، متکی به ایمان است. از منظر قرآن کریم، تنها اعمال متقیان و مخلصین پذیرفته‌اند. اخلاص و تقوا امیدبخش‌ترین وسیله است که عمل به آن دل را صفا و جان را ضیا می‌بخشد. واژه اخلاص در قرآن صریح به کار نرفته، ولی مشتقات خلوص ۳۱ بار در قرآن آمده که بیشتر آن‌ها به موضوع اخلاص مربوط می‌شود. بر اساس بینش اسلامی، راه سعادت و خوشبختی معنوی را در پرتو ارزش‌ها، اخلاص در عمل، عبادت، خوش رفتاری، خوش اخلاقی و خوش کلامی با مردم، معرفی شده است.



کتاب‌نامه

قرآن کریم.

نهج البلاغه.

۱. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، (۱۴۰۴)، تحف العقول عن آل الرسول، قم: دفتر انتشارات اسلامی.
۲. تمیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد، (۱۳۶۶)، غرر الحکم و درر الکلم، قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی.
۳. حلی، ورام بن ابی فراس، (۱۴۱۰)، تنبیه الخواطر و نزهه النواظر، قم: مکتبه الفقهیه.
۴. دهخدا، علی اکبر، (۱۳۷۷)، لغت‌نامه دهخدا، تهران: موسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران.
۵. فیض کاشانی، ملامحسن، (۱۳۸۳)، المحججه البیضا، قم: انتشارات اسلامی.
۶. کلینی، محمد بن یعقوب، (۱۴۰۷)، الکافی، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۷. لیثی واسطی، علی، (۱۳۷۶)، عیون الحکم والمواعظ، قم: دارالحدیث.
۸. متقی هندی، علی بن حسام الدین، (۱۴۰۱)، کنز العمال فی سنن الاقوال و الافعال، بیروت: موسسه الرساله.
۹. مجتبی، سید جلال الدین، (۱۳۷۷)، علم اخلاق اسلامی، قم: انتشارات حکمت اسلامی.
۱۰. مجلسی، محمد باقر، (۱۴۰۴)، بحار الانوار، بیروت: موسسه الوفا.
۱۱. مصطفوی، حسن، (۱۳۷۱)، التحقیق فی کلمات القرآن، تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
۱۲. مفید، محمد بن محمد، (۱۴۱۳)، الآمالی، قم: کنگره شیخ مفید.
۱۳. مکارم شیرازی، ناصر، (۱۳۸۴)، الاخلاق فی القرآن، قم: مدرسه امام علی بن ابی طالب^(ع).