

روشهای تربیتی در قرآن (قسمت اول)

غلامرضا ویسی

عضو هیئت علمی پژوهشکده تحقیقات اسلامی

چکیده

روش‌های تربیتی در فرایند تعلیم و تربیت از مباحث عمده و حساسی است که تعیین و اجرای آنها متأثر از جهان‌بینی و ایدئولوژی حاکم بر نظام تربیتی است. اسلام نیز به عنوان آخرین مکتب الهی، علاوه بر اهمیت فوق‌العاده‌ای که برای موضوع تربیت انسان قائل است، روشهای تربیتی مؤثر و منحصر به فردی را مطرح کرده است که در مجامع علمی دنیا قابل ارائه می‌باشد. این روشها را می‌توان در قرآن، روایات و احادیث ائمه بزرگوار و کلام دانشمندان دینی جستجو کرد.

اکنون مقاله حاضر به دنبال پاسخ به این سؤال است که قرآن کریم چه روشهایی را برای تربیت انسان توصیه و ارائه کرده است؟ به عبارت دیگر روشهای تربیتی قرآن کدامند؟

در پاسخ به این پرسش برخی از روشهای تربیتی قرآن، مانند: تکریم شخصیت، عبادت، بشارت و اندازار، الگوسازی، تشویق و تنبیه، تکرار و تلقین را مورد بحث و بررسی قرار داده‌ایم که توجه شما را به آن جلب می‌نمایم. **واژگان کلیدی:** روش، تربیت، قرآن، روشهای تربیتی، تعلیم و تربیت و ...

در اسلام، برای رسیدن به هدف تعلیم و تربیت از روشهایی استفاده می‌شود که در اصول، با اهداف و محتوای تعلیم و تربیت مطابقت دارد. در واقع، به همان اندازه که در امر تعلیم و تربیت، هدف مقدس است، روشهای رسیدن به آن هدف هم از تقدسی خاص برخوردار است. روش، وسیله‌ای است برای رسیدن به هدف. در قرآن، روش از محتوا و هدف جدا نیست؛

تکریم شخصیت، عبادت، بشارت و انذار، الگوسازی، تشویق و تنبیه، تکرار و تلقین، امر به معروف و نهی از منکر، تلفیق علم و عمل، جهاد، توبه و... از روشهای تربیتی قرآن است که در این بخش برخی از آنها را ارائه خواهیم کرد.

تکریم شخصیت

تکریم شخصیت فرد و یا افراد مورد تربیت از سوی مربی، تا حد زیادی اعتماد به نفس را در آنها برانگیخته و تقویت می‌کند و آنان را به ارزش و جودوی خویش واقف می‌سازد، و این امر، سنگ اول بنای تربیت است.

این روش، موجب می‌شود تا اعتماد شخص مورد تربیت به مربی خود جلب شود، محبت او در دلش جای گرفته و او را دلسوز و علاقه‌مند به سعادت و سرنوشت خود بداند و در نتیجه داده‌های تربیتی او را با علاقه‌مندی و اشتیاق پذیرا باشد. همچنین یکی از عوامل ایجاد انگیزه در افرادی است که تازه ایمان آورده‌اند و هنوز ایمان در دل آنها رسوخ نکرده است. قرآن کریم از این روش در بسیاری از آیات استفاده کرده است که به آن می‌پردازیم.

قرآن و تکریم شخصیت

قرآن کریم در مسیر تربیت انسانها، با استفاده از این شیوه مقام انسان را در آیات گوناگون ستوده است و او را در بسیاری از آیات به صورتهای «یا أَيُّهَا النَّاسُ»، «یا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ»، «یا بَنی آدَمَ» مورد خطاب مستقیم خویش قرار داده و بدان مشرف کرده است تا انسان با توجه به شرافت و جودوی خود که لیاقت مخاطب بودن برای خداوند جهان را داراست، قدر خود را دانسته و به استعدادها و قابلیت‌های فراوانی که در او به ودیعت نهاده واقف شده و آن را ارزان از دست ندهد. به‌کارگیری این روش از سوی خداوند، برای مؤمنانی که به عظمت بی‌انتهای پروردگار و خالق جهان به درستی آگاهند، به قدری مؤثر است که تلخ‌ترین دستورالعمل شفافبخش در

از امام صادق (ع) روایت شده است که فرمودند: «لَذَّةُ مَا فِي الْبَدَنِ أَزَالَتْ تَعَبَ الْعِبَادَةِ وَالْعَنَاءِ؛ لذتی که در خطابه‌های الهی احساس می‌شود، رنج عبادت و سختی تکلیف را زایل می‌کند.»^۱

تصور کنید در جمعی قرار گرفته‌اید و بزرگی سخن می‌گوید، ناگهان آن شخص در بین سخنرانی خود، از بین آنها شما را و یا تعدادی را که شما نیز در میان آنانید به اسم و یا عنوان

صدا کند، آن گاه دستور و با مطلبی را به طور خاص با شما در میان بگذارد. در این صورت قطعاً، با نشاطی که از این رفتار کسب می‌کنید، نیرویی در وجودتان پدید می‌آید که به راحتی و با اشتیاق در پی انجام دادن آن تکلیف و عمل خواهید بود گرچه به ظاهر سخت باشد.

پدری یا مادری که مرتب فرزند خود را با عباراتی سبک و یا توهین آمیز مورد خطاب قرار می‌دهد و همیشه سعی می‌کند شخصیت او را نادیده گرفته و به حساب نیاورد، نباید انتظار احترام، ادب، تربیت‌پذیری و صلاح از او داشته باشد.

پیامبر گرامی (ص) فرمودند: «أَكْرَمُوا أَوْلَادَكُمْ وَ حَسِنُوا آدَابَهُمْ يُعَفِّرْ لَكُمْ؛ فرزندان خود را محترم و گرامی بشمارید و آنان را به نیکی ادب کنید تا بخشش الهی شامل حالتان شود.»^۲

جوان و یا نوجوان دوست دارد تا از ناحیه بزرگترها - چه والدین و یا معلمان و مربیان خود در محیط خانه و مدرسه - شخصیتش محترم شمرده شده و در کارها طرف مشاوره بزرگترها قرار گیرد و تواناییهای او در امور مختلف مورد قبول دیگران باشد، به او اعتماد شود و در مواردی هم به فراخور حالش مسؤولیتهای بزرگ را به عهده بگیرد. در این صورت روح جوان آماده پذیرش هر نوع عرضه تربیتی خواهد بود و گرنه ممکن است حتی از قبول هر سخنی گرچه صد در صد، حق و به سود او باشد امتناع ورزد و به راهی دیگر رود. سیره پیامبر اعظم (ص) نیز گویای همین امر است که آن حضرت در سپردن کارهای بزرگ به افراد، لیاقتهای آنان را در نظر می‌گرفت و اگر جوان مؤمن و بالیاقتی می‌یافت، در دادن مسؤولیتهای سنگین به او، هیچ تردیدی به خود راه نمی‌داد و بعضاً آنان را بر دیگران در این خصوص ترجیح نیز می‌داد.

عبادت

عبادت از روشهایی است که در قرآن به عنوان یکی از روشهای موثر تربیتی در ابعاد مختلف نماز، روزه و ذکر و دعا قابل ارایه می‌باشد. که به اختصار به آنها می‌پردازیم.

نماز

قرآن کریم در تأثیر تربیتی نماز چنین می‌فرماید: «وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ...؛ نماز را به پای دار، زیرا نماز از فحشا و منکر نهی می‌کند.»^۳ البته در این خصوص چند نکته لازم به ذکر است؛

الف. مقصود از نماز در این آیه، طبیعت نماز است که یاد خداست، همچنان که در آیه دیگری می‌فرماید: «وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِيذْكُرَ» نماز را برای ذکر من به پای دار.^۴ و چنین نمازی قطعاً

بازدارنده از بدیهاست، ولی عملی که تنها صورتی از نماز داشته باشد از چنین خاصیتی بی بهره است.

ب. در آیه کریمه، دستور، اقامه نماز است، همچنان که در آیات بسیار دیگر این چنین است، و این نکته روشنی است که بر پاداشتن نماز غیر از خواندن آن است، که اگر بدین صورت فریضه نماز عملی شود، تأثیر مثبت و فراوان آن بر فرد و اجتماع قابل انکار نیست.

ج. آیه شریفه می فرماید: نماز از بدیها نهی می کند و این بدان معنا نیست که هر کس نماز بگذارد، دستش برای گناه بسته است. چه بسا کسانی هستند که در حال نماز هشدار آن را می شنوند ولی سپس بر اثر غلبه هوا و خواسته های نفسانی به سوی برخی بدیها و گناهان رانده می شوند و این نقص از نماز نیست، بلکه از شخص نمازگزار است که تلاش بایسته ای نکرده تا خود را به مقام عبودیت و بندگی حق برساند.

د. اگر فرضاً مقصود از «صلاة» همان ظاهر عمل باشد نیز، چنین شخصی که تنها به صورت آن اکتفا کرده است، در مقایسه با کسانی که هیچ سر و کاری با آن ندارند، در این خصوص متفاوت است و شخص نمازگزار نسبت به تارک آن، پرونده جنایی کمتری دارد.

امام خمینی در این باره می گویند: «... در اسلام از نماز هیچ فریضه ای، بالاتر نیست. چطور در نماز این قدر سستی می کنید؟ از نماز همه این مسایل پیدا می شود. شما پرونده هایی که در دادگستریها، در جاهای دیگر، دادگاهها هست، بروید ببینید. از نمازخوانها ببینید پرونده ای هست آنجا؟ از بی نمازها پرونده هست. هر چه پرونده پیدا کنید، پرونده بی نمازهاست. نماز پشتوانه ملت است.»^۵

روزه

نقش بسیار سازنده و تربیتی روزه بر کسی پوشیده نیست.

امام صادق (ع) در جواب مفضل ابن عمر که از آن حضرت پرسید: چه عملی شیطان را از ما دور می سازد، چند عمل را بر شمردند و در مرحله نخست فرمودند: «الصَّوْمُ يُسَوِّدُ وَجْهَهُ...» روزه صورت شیطان را سیاه می کند.^۶

و شاید این تعبیر، کنایه از ناکامی و شکست شیطان باشد، که روزه دار با این عمل خود تلاش او را نافرجام و بی اثر می سازد. و در مثال هم می گویند: «فلانی کار خود را پیش برد و روسیاهیش برای فلان انسان بدخواه باقی ماند.»

امام خمینی (ره) می‌فرماید: «... این ضیافت هم‌ه‌اش ترک است، ترک شهوات از قبیل خوردنیها، نوشیدنیها و جهات دیگری که شهوات انسان اقتضا می‌کند. خداوند دعوت کرده است ما را به اینکه شما باید وارد بشوید در این میهمانخانه و این ضیافت هم، جز ترک چیزی نیست. ترک هواها، ترک خودیها، ترک منیها، منیتها، اینها همه در این میخانه هست ... اما من به شما آقایان و به هر کس که این کلمات می‌رسد و خصوصاً طبقه جوان عرض می‌کنم که آیا به این میهمانخانه رفته‌اید؟ استفاده کرده‌اید؟ ... تمام این مفاسدی که در عالم واقع می‌شود برای این است که در این ضیافت وارد نشده‌اند...»^۷

ذکر و دعا

دعا و ذکر خداوند، از زیباترین و دلپذیرترین حالات انسان و نردبان عروج او است. دعا راز و نیاز است و سوز و گداز، دعا شکایت از فراق است و صحنه وصال، دعا پرواز روح انسانی است به آشیانه معشوق، و دعا برانگیزنده شور و عالیترین احساسات پاک بشری است. دعا چشمه پاک جوشانی است که به زندگی صفا و معنا می‌دهد، و ملک عالم را به ملکوت آن و دنیا را به آخرت پیوند می‌بخشد.

سِف نَمَار می‌گوید: شنیدم امام صادق (ع) می‌فرماید: «عَلَيْكُمْ بِالدُّعَاءِ فَإِنَّكُمْ لَا تُقَرَّبُونَ بِئِلَيْهِ...»؛ بر شما باد به دعا کردن؛ زیرا کارسازترین وسیله‌ای که شما را به خداوند نزدیک می‌کند دعاست...^۸

و نیز علاء بن کامل از همان حضرت نقل می‌کند که به من فرمود: «عَلَيْكَ بِالدُّعَاءِ فَإِنَّهُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ؛ بر تو باد به دعا کردن زیرا این عمل شفای هر دردی است».^۹

توضیح این که:

دعا دارای دو نوع تأثیر بر جسم و جان است یکی ماوراء طبیعی و غیرعادی است که به عنایت خاص الهی مربوط است و در صورت مصلحت عملی می‌شود. و دیگری امری عادی و طبیعی است، چه در مورد امراض روحی و روانی که به طور مستقیم آن را به صورت ریشه‌ای و اساسی علاج می‌کند و چه در بسیاری از بیماریها و اختلالات جسمی که به گونه غیرمستقیم در درمان آن مؤثر است زیرا در روانشناسی ثابت شده است که شمار زیادی از مرضهای خاص بدنی منشأ روانی دارند و با دست‌یابی به رفاه و سلامت روحی مشکلات این چنینی نیز از میان می‌رود.^{۱۰}

بشارت و انذار

از عوامل عمده ناکامی و شکست هر اقدامی در زمینه تربیت، یکی امید و خوش بینی بیش از حد نسبت به خود و دیگری ناامیدی و یأس است. ثمره اول تنبلی و ولنگاری و حاصل دوم نیز سرخوردگی و احساس پوچی و شکست است که نتیجه مشترک آن دو، ترک وظیفه و اهمال و از دست دادن فرصتها و استعدادهاست.

کسی که سراسر وجودش را امید و رضایت گرفته و نسبت به آینده خود هیچ احساس نگرانی ندارد، نیازی نمی بیند تا در جهت کسب اموری که او را از خطرهایی که بر سر راه دارد محافظت می کند، گامی بردارد؛ همچنان که شخص ناامید و مأیوس از فلاح و رستگاری هم، انگیزه ای در خود نمی یابد تا به این کار مبادرت ورزد. در حالی که حد میانه آن، شخص را از آفتهای هر یک از آن دو نجات داده و او را به سوی دست یابی به کمالات بیشتر به حرکت وا می دارد. و لذا در تعلیمات اخلاقی قرآنی، همواره بر ایجاد و تثبیت این حالت میانه در جان مؤمنان، تأکید می شود. مثلاً می فرماید: «لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ»؛ تا بر آنچه از شما دریغ شده حسرت نخورید و نسبت به آنچه به شما ارزانی شد شادمان نگردید و خداوند شخص خودبزرگبین و فخرکننده را دوست ندارد.^{۱۱}

و نیز از زبان مؤمنان معاصر قارون، خطاب به او می فرماید:

«... إِذْ قَالَ لَهُ قَوْمُهُ لَا تَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ»؛ قوم قارون به او گفتند: «نسبت به ثروت

انبوه خود خوشحالی و شادی مکن زیرا خداوند انسانهای مغرور و راضی از خود را دوست ندارد.»^{۱۲}

همچنان که از یأس و ناامیدی مذمت می کند و آن را از صفات کافران می داند.^{۱۳}

در حدیثی، امام صادق (ع) از پدر بزرگوارش امام باقر (ع) این گونه نقل می کند: «إِنَّهُ لَيْسَ مِنْ عِبَادِ مُؤْمِنِينَ إِلَّا فِي قَلْبِهِ نُورَانِ: نُورٌ خَفِيَّةٌ وَ نُورٌ رَجَاءٍ، لَوْ وُزِنَ هَذَا لَمْ يَزِدْ عَلَىٰ هَذَا وَ لَوْ وُزِنَ هَذَا لَمْ يَزِدْ عَلَىٰ هَذَا؛ هر بنده مؤمنی دو گونه نور در قلبش موجود است؛ یکی نور خوف و دیگری نور امید. این دو نسبت به یکدیگر یکسان بوده و هیچ یک بر دیگری افزایش ندارد.»^{۱۴}

امام صادق (ع) در روایت دیگری فرمودند: «لَا يَكُونُ الْمُؤْمِنُ مُؤْمِنًا حَتَّىٰ يَكُونَ خَائِفًا رَاجِيًا، وَلَا يَكُونُ خَائِفًا رَاجِيًا حَتَّىٰ يَكُونَ عَامِلًا بِمَا يَخَافُ وَيَرْجُو؛ شخص مؤمن به ایمان کامل نمی رسد مگر اینکه از دو صفت، خوف و رجا برخوردار باشد و علامت وجود این دو حالت در نفس مؤمن آن است که برای آنچه از آن ترسان و یا امیدوار است کار می کند.»^{۱۵}

در این حدیث شریف به وضوح، ثمره داشتن این دو صفت حرکت و عمل معرفی شده و خوف و رجا منشأ تربیت و سیر به سوی کمال دانسته شده است.

نقش تبشیر در تربیت

بنابر آنچه گفتیم مزده دادن به نفس و بشارت دادن به آن که هر عمل صالح و پسندیده‌ای از او سر بزند اولاً در پیشگاه خداوند محفوظ مانده و هیچ کاری از او فوت و فراموش نخواهد شد.^{۱۶} و بی‌کم و کاست در لوح اعمال ما ثبت گردیده^{۱۷} و ثانیاً؛ پاداش آن به صورت بسیار انبوه و بی‌مرز به ما خواهد رسید،^{۱۸} خود نیروی محرک و پر قدرتی خواهد ساخت که تحمل هر مشکلی را در راه کسب مقامات معنوی و انسانی آسان خواهد نمود.

قرآن کریم می‌فرماید: «... إِنَّمَا يُؤْتِي الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ؛ صابران اجر بی حساب دارند.»^{۱۹} و نیز می‌فرماید: «مَثَلُ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَنْبَتَتْ سَبْعَ سَنَابِلٍ فِي كُلِّ سُنْبُلَةٍ مِائَةٌ حَبَّةٌ وَاللَّهُ يُضَاعِفُ لِمَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ؛ آنچه آنان در راه خدا انفاق می‌کنند مانند دانه‌ای گندم است که از آن هفت سنبل می‌روید و در هر سنبل صد دانه به وجود می‌آید و خداوند برای هر کس بخواهد فضل خود را افزایش می‌دهد و خداوند رحمت‌گستر و داناست.»^{۲۰}

نقش انذار در تربیت

همچنان که تبشیر و یادآوری نعمتهایی که خداوند به صالحان وعده داده عامل مهمی برای حرکت به سوی خوبیهاست، بر حذر داشتن و ترساندن نفس از عذاب دردناک الهی که از پی آمدهای اعمال زشت و ترک وظیفه است، نقش عمده‌ای در کناره‌گیری و پرهیز از آن دارد. قرآن کریم می‌فرماید: «وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ؛ هر کس از مقام پروردگار خود هراسان باشد و نفس خویش را از پیروی هوا باز دارد بهشت جایگاه او خواهد بود.»^{۲۱}

و باز می‌فرماید: «وَلِمَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ جَنَّاتٍ؛ برای پذیرایی کسی که از مقام خدای خود بترسد دوگونه بهشت مهیا شده است.»^{۲۲}

امام صادق (ع) در مورد این آیه فرمودند: «مَنْ عَلِمَ أَنَّ اللَّهَ يَرَاهُ وَ يَسْمَعُ مَا يَقُولُ وَ يَعْلَمُ مَا يَعْمَلُهُ مِنْ خَيْرٍ أَوْ شَرٍّ فَيُخْرِجُهُ ذَلِكَ عَنِ الْبَطْحِ مِنَ الْأَعْمَالِ فَذَلِكَ الَّذِي خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَ نَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ؛ کسی که بداند خداوند او را می‌بیند و گفتار او را می‌شنود و به آنچه از کارهای خوب و بد می‌کند آگاه است و این دانایی، او را از کارهای بد باز دارد، چنین شخصی از مقام پروردگار خود خائف و نفس خویش را از پیروی هوا باز داشته است.»^{۲۳}

از امام سجاد (ع) روایتی نقل شده است که فرمود: «مردی با اعضای خانواده خود سوار بر کشتی شد، در میان دریا کشتی شکست و همه غرق شدند و تنها همسر آن مرد نجات یافت.

او بر تخته‌ای از کشتی سوار شد و به جزیره‌ای از جزایر دریا پناه برد. در آنجا مردی راهزن و هتاک بود که قید هر چیزی را زده و هر حرمتی را شکسته بود. ناگهان چشمش به آن زن افتاد. از او پرسید: انسانی یا پری؟ گفت: انسانم. آنگاه بدون این که با او سخنی بگوید، برای ارتکاب گناه به طرف او رفت. زن در این حال، مضطرب گشت. جوان به او گفت: چرا نگران شدی؟ با اشاره به آسمان پاسخ داد: از خدا می‌ترسم. گفت: از این کارها تا کنون کرده‌ای؟ جواب داد: به عزت خدا سوگند هرگز! آن مرد گفت: تو با اینکه تا کنون چنین عملی مرتکب نشده‌ای این‌گونه از او می‌ترسی، در حالی که من تو را بدین کار وادار کرده و مجبور می‌کنم، بنابراین من از تو به این ترس سزاوارترم! سپس بی‌آنکه هیچ سخنی بگوید در حالی که هیچ خیال و اندیشه‌ای جز توبه و بازگشت نداشت به سوی خانواده‌اش برگشت. در راه به راهبی برخورد و با او همراه شد. در طول مسیر تابش آفتاب آزارشان می‌داد. راهب به آن جوان گفت: از خداوند بخواه تا قطعه ابری بفرستد و ما را از حرارت خورشید محافظت کند. او گفت: من در پیشگاه خداوند هیچ آبرو و عمل نیک ندارم تا جسارت کنم و از او چیزی بخواهم. راهب گفت: پس من دعا می‌کنم و تو آمین بگو. جوان پاسخ مثبت داد. راهب دعا می‌کرد و او آمین می‌گفت. لحظه‌ای نگذشت که ابری بر سر آنها سایه افکند و آنها در پناه آن، مدت زیادی راه پیمودند. سپس بر سر دوراهی رسیدند. مرد جوان از راهی رفت و راهب نیز راه دیگر را در پیش گرفت. در این هنگام دیدند آن ابر همراه جوان می‌رود. راهب به او گفت: تو از من بهتری و دعا به خاطر آمین تو مستجاب شده است نه به واسطه دعای من! داستان را بگو! او نیز جریان خود با آن زن را برایش شرح داد. راهب در نهایت گفت:

«گذشته تو به جهت خوفی که در دلت وارد شده بخشیده شده است، نسبت به رفتار

آینده‌ات مراقب و مواظب باش».^{۲۴}

تبشیر و انداز از مهم‌ترین ابزار کار انبیا در مسیر دعوت خود بوده‌است و حتی در آیات فراوانی، از آنان با وصف مبشّر و منذر و یا بشیر و نذیر یاد شده‌است.^{۲۵} در قرآن بیش از شصت بار مشتقات «بشارت» و بیش از یکصد و بیست بار مشتقات «نذر» به معنای ترس به کار رفته و این اضافه بر واژه‌های مرادف با معنای این دو کلمه یا نزدیک به آن است.^{۲۶}

البته در غالب مواردی که این دو عنوان در کنار هم آمده بشارت مقدم بر انداز ذکر شده است و این شاید به جهت فهماندن پیش بودن رحمت الهی بر غضب او، و بخشنده‌گی او بر عذاب او است ولی بکارگیری بیشتر انداز - در حدود دو برابر بشارت - در کتاب الهی به عنوان

روش‌های تربیتی پیامبران(ع)، خود نشانه‌ای از تأثیر بیشتر و عمومی‌تر آن در نفوس است. زیرا بسیاری از افراد ممکن است لذت‌های آنی دنیا را با همه پستی و حقارت آن، بر نعمت‌های بهشتی با همه عظمت و بقاء آن ترجیح داده و برگزینند و به خیال اینکه این نقد است و آن نسیه، از لذت‌های ناب و دایم بهشتی به سود هوسرانیهای حقیر و فانی این جهانی، چشم‌پوشی کنند، ولی اگر همین کسان، عذاب دردناک الهی و انتقام او را در نظر بگیرند و به سختیهای بی‌پایان عالم برزخ و قیامت و در نهایت جهنم سوزان خداوند که برای بدکاران و ظالمان مقرر شده است - و بنا بر فرمایش امیرالمؤمنین(ع) آسمان و زمین تاب و تحمل آن را ندارند^{۲۷} - به درستی توجه کنند، حتی اگر از کمترین درجه عقل و اندیشه هم برخوردار باشند، حداقل خود را از غرق شدن و فانی شدن در پیروی از هوی و لذت‌های حرام و شیطانی نگه‌داری کرده و گاهی هم به آخرت می‌اندیشند.

به پیروی از قرآن کریم، امامان معصوم(ع) نیز در مسیر تهذیب و تربیت جامعه اسلامی از مزده دادن درستکاران به نعمت‌های الهی و ترساندن بدکاران از عذاب خداوند بهره‌فراوان بردند که منابع حدیثی ما سرشار از این گونه احادیث نورانی است.

مرحوم شیخ مفید نقل می‌کند: «هرگاه رسول خدا(ص) با امت خود از جهنم سخن می‌گفت: مانند فرماندهی که لشکر خود را از هجوم ناگهانی دشمن خبردار می‌کند به آن هشدار می‌داد». ^{۲۸} امام خمینی(ره) با بهره‌گیری از این روش می‌فرماید: «عواقب امور را بسنجید، عقبه‌های خطرناکی که دارید به یاد آورید. از فشار قبر، عالم برزخ، مشکلات و شدایدی که به دنبال آن است غفلت نکنید. اقلأً جهنم را باور داشته باشید. اگر انسان این عقبات خطرناک را باور داشته باشد روش خود را در زندگی عوض می‌کند. شما اگر ایمان و یقین به این امور داشته باشید، این‌گونه آزاد و رها نخواهید زیست. قلم، قدم و زبان خود را حفظ نموده، برای اصلاح و تهذیب نفس کوشش خواهید کرد».^{۲۹}

و باز می‌فرماید: «تاکی می‌خواهید در خواب غفلت به سر ببرید و در فساد و تباهی غوطه‌ور باشید؟ از خدا بترسید، از عواقب امور بپرهیزید، از خواب غفلت بیدار شوید ... اگر قدری در امور اخروی و عقبات هولناک آن فکر می‌کردید، به تکالیف و مسؤولیتهای سنگینی که بر روی دوش شماست بیشتر اهمیت می‌دادید. شما عالم دیگری هم دارید، معاد و قیامتی نیز برای شما هست، چرا عبرت نمی‌گیرید! ... هیچ فکر کرده‌اید این اختلافات، عداوتها، حسدها، بدبینی‌ها، خودخواهیها و غرور و تکبر، چه عواقب سوئی دارد؟ آیا می‌دانید عاقبت این اعمال رذیله و محرمة جهنم بوده، ممکن است خدای نخواست به خلود در نار منجر شود؟».^{۳۰}

الگوسازی

نقش «الگو» در هر یک از علوم و فنون و کمالات انسانی این است که جوینده آن می‌فهمد، وصول به این هدف، همچنان که برای الگو میسر شد، برای او نیز ممکن است، و نیز از باب «ره چنان رو که ره روان رفتند»، او را از تردید و سرگردانی در انتخاب مناسب‌ترین و نزدیکترین راه، نجات می‌دهد و موانع و پیچ و خمهای دشوار و رموز موفقیت اسوه و مجموعه تجربه‌های راهگشای او را در اختیار گرفته و در پیش روی خود قرار می‌دهد. بنابراین، هر کس، در هر رشته و فنی که به دنبال آن است اگر بخواهد در آن زمینه خاص، رشد کرده و مقامهایی کسب نماید، انتخاب الگو در آن رشته برای او، امری اجتناب‌ناپذیر و ضروری است. قرآن کریم در این خصوص، برای کسانی که در جهت کسب کمالات انسانی قدم برمی‌دارند می‌فرماید: «لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَ الْيَوْمَ الْآخِرَ وَ ذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا؛ رسول خدا برای شما اسوه نیکویی است برای کسی که امید به خداوند و روز واپسین بسته و بسیار در یاد خداست.»^{۳۱} و در جای دیگر می‌فرماید: «لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِيهِمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَ الْيَوْمَ الْآخِرَ...؛ برای شما ابراهیم و همراهان او نمونه خوبی است برای کسی که به خداوند و روز قیامت امیدوار است...»^{۳۲}

این موضوع در روانشناسی از «مکانیسمهای روانی» برای جبران نیازمندیهای برآورده نشده روحی شمرده شده و از آن به عنوان «هماندسازی» یاد می‌شود.^{۳۳}

تشویق و تنبیه

تربیت و تهذیب در انسان از دو راه با دشواری روبه‌رو است، نخست اینکه طبیعت بشری از جهت اینکه بعد مادی و حیوانی دارد، میل به ارضای بی‌قید و شرط تمایلات نفسانی خود دارد و اقناع این دست از نیازهای خویش را بی‌توجه به مزاحمت آن با حقوق دیگران، دنبال می‌کند و در این راستا همه چیز را برای خود می‌خواهد. موضوعات اخلاقی، مسایلی اند که آزادی او را در این جهت محدود کرده و بسیاری از خواسته‌های نامشروع و مفسده‌انگیز او را به سود مصالح انسانی و آرمانی او قربانی می‌سازند و بسیاری از زیاده‌خواهیهای او را به نفع حقوق اجتماعی و سلامت جامعه کنترل می‌کنند و سختی این کار بر کسی پوشیده نیست. دیگر اینکه اگر کسی مدتی از عمر خویش را با صفات ناشایسته و قبیح به سر برده باشد و خوبیهای زشت، برای او طبیعت ثانوی شده و در جانش ریشه دوانده باشند، تغییر این صفات،

گرچه برای او ناممکن نیست ولی مبارزه با آن و نهادینه کردن فضیلت‌های اخلاقی به جای آن، در نهایت دشواری و صعوبت است.

با توجه به این دو مشکل، انسان برای به حرکت در آوردن خود به سوی چنین هدف متعالی، گذشته از همت والا به محرکهایی نیازمند است، تا نفس مایل به تبلی و رکود را، به حرکت و تلاش وادارد.

تشویق، تحسین، محبت و بزرگداشت، هر کدام در جای خود از عوامل مهم در این راستا، بخصوص در مورد انسانهای عادی و متوسط و یا پایین‌تر از آن است، و شاید نقش آن به مراتب از «تنبیه» در این باره بیشتر باشد ولی در جای خود از تأثیر تنبیه هم نمی‌توان چشم پوشید.

تکرار و تلقین

در روانشناسی ثابت شده است که روح انسان دارای دو لایه است یکی خودآگاه و دیگری ناخودآگاه. تمامی افکار، احساسات و عواطف زودگذر که با اراده آدمی در صفحه دل پدیدار می‌شوند و با اراده او نیز رخت برمی‌بندند و یا در محدوده تعقل و استدلال عقلی جای می‌گیرند و در عمق جان آدمی ریشه نگرفته‌اند، در لایه سطحی و خودآگاه روان او ظهور و بروز دارند. ولی آنچه به باطن روح رسیده و در آن جا قرار گرفته باشند، محتویات ضمیر پنهان و ناخودآگاه بشر را تشکیل می‌دهد، روح باطن از ضمیر ظاهر تغذیه می‌کند و هیچ‌یک از یافته‌های ضمیر خودآگاه به کلی نابود نگشته بلکه منزل عوض کرده و در ضمیر ناخودآگاه مأوی می‌گزینند.

قرآن کریم می‌فرماید: «وَإِنْ تَجْهَرُوا بِالْقَوْلِ فَوَاقَهُ يَلْعَمُ السِّرَّ وَأَخْفَى»؛ اگر گفته آشکاری بگویی او به اسرار و آنچه پنهان می‌شود آگاه است.^{۳۴}

از معصومان (ع) این چنین در تفسیر آیه شریفه آمده است: «السِّرُّ مَا أَخْفَيْتَهُ فِي نَفْسِكَ وَ أَخْفَى مَا خَطَرَ بِإِلَاحِكُمْ أَنْسَيْتَهُ». «سر» چیزی است که در نفس خود پوشیده می‌داری و «اخفی» موضوعی است که به ذهنت آمده سپس آن را به فراموشی سپرده‌ای.^{۳۵}

شاید مقصود آیه، اشاره به همین دوگونه امور پنهانی روان بشری باشد که در روانشناسی جدید معروف است.

مکنونات ضمیر باطن، در صورتی که در نفس نهادینه و راسخ شوند به طور خودکار عمل می‌کنند و آنچنان قدرتی می‌یابند که تمامی افکار و احساسات بشر را تحت شعاع خویش می‌گیرند، تا جایی که نیروی اراده نیز از تأثیرات آن برکنار نمی‌ماند.

از مؤثرترین راههای ورود حقایق و معارف به قلب، تلقین و تکرار است. نقش تلقین در این خصوص بی‌بدیل است و شاید راز تکرار بسیاری از ذکرها نیز همین باشد و گرنه اقرار به وحدانیت خداوند مثلاً، با یک مرتبه گفتن ذکر «لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ» در صورتی که از روی اعتقاد و باور عقلی باشد، حاصل می‌شود و همین طور سایر ذکرها.

امام خمینی (ره) خطاب به فرزند گرامی اش حاج سیداحمد (ره) می‌نویسند: «کوشش کن کلمه توحید را که بزرگترین کلمه و والاترین جمله است از عقلت به قلبت برسانی، که حظّ عقل همان اعتقاد جازم برهانی است و این حاصل برهان اگر با مجاهدت و تلقین به قلب نرسد فایده و اثرش ناچیز است...»^{۳۶}

و باز می‌فرمایند: «پسرم چه خوب است به خود تلقین کنی و به باور خود بیاوری یک واقعیت را که مدح مداحان و ثنای ثناگویان، چه بسا که انسان را به هلاکت برساند و از تهذیب دور و دورتر سازد.»^{۳۷}

روانشناسان تلقین را یکی از مؤثرترین راهها برای مبارزه و تضعیف یک صفت ناهنجار و جایگزینی خلقی پسندیده در روان آدمی می‌دانند و با این روش به مداوای بیماران روحی و حتی جسمی خویش می‌پردازند.

امیل کوئه (۱۹۲۶-۱۸۵۷) از روانشناسانی بود که برای نخستین بار از تجربه خود تلقینی بهره‌گرفت. پیرداکو، در این باره می‌نویسد:

«کوئه» حق داشت که می‌گفت: هنگامی که نیروی تخیل با اراده به رویارویی و پیکار برمی‌خیزد این نیروی تخیل است که بی‌هیچ برو برگردی پیروزی را نصیب خود می‌سازد به این ترتیب «کوئه» برای نفسانیات و ضمیر باطن و کلاً برای نیروی تخیل نقش مهمی قایل می‌شد. او می‌کوشید تا تلقین بیمارگونه را با ضد آن که پایه صحیح و سالم داشته باشد، از بین ببرد.

«کوئه» از بیماران خود می‌خواست گفته‌های تلقینی را روزی چند بار تکرار کنند (هر چند که بدان اعتقاد نداشته باشند). من حالم هر روز از روز پیش بهتر می‌شود این گفته‌ها که به طور مکانیکی روزانه چند بار تکرار می‌شد، به سوی ضمیر ناخودآگاه (قعر احساس و عاطفه) روانه می‌گردید و ضمیر ناخودآگاه، سرانجام تحت تأثیر گفته‌های تلقینی قرار می‌گرفت و شخص را وادار می‌کرد تا رفتاری معقولانه و طبیعی و ارادی داشته باشد.»^{۳۸}

باز می‌نویسد: «... آری نیروی شگرف تلقین را نمی‌توان دست کم گرفت و از این رو می‌توان هر روزه تمرینها را انجام داد و به نتیجه‌ای دلخواه دست یافت. در اینجا می‌خواهم از تلقین

عمیق سخن بگویم که می‌تواند در درمان ناتواناییهای جنسی، سردمزاجی زنانه، ترسها، فوبیها «ترسهای بی‌دلیل»، اضطرابها، بی‌خوابیها، تیکها «حرکات طفیلی»، اعتیادات زیان‌آور، ضعف شخصیت، برخی عوارض پوستی و امراض هیستریک، مؤثر واقع شود. پس ملاحظه می‌شود که روش ابداعی «امیل کوئه» توانسته است اختلالات و بیماریهای سهمگین را با کمی پشتکار و صرف وقت معالجه کند.^{۳۹}

بر این اساس کسی که گرفتار خوبی ناپسند و ناخوش آیند است می‌تواند با بهره‌گیری از این روش، به درمان خویش بپردازد، مثلاً شخص ترسو اگر روزی چندین بار، با تمرکز حواس با خود بگوید: «من شخص شجاعی هستم ... از هیچ کس باکی ندارم» و یا فرد بخیل به خود بگوید: «من بسیار آدم بخشنده‌ای هستم و به سرنوشت دیگران علاقه‌مندم» و همچنین در سایر امور، و این تلقین را به طور مکرر و مستمر عملی کند، پس از مدتی شاهد تضعیف و در مواردی نابودی آن خوی بد خواهد بود.

البته برخی از روانشناسان معتقدند، برای تأثیر بهتر تلقین باید از کلمات منفی استفاده نشود مثلاً به جای اینکه بگوید: «من آدم ترسوئی نیستم» این‌گونه تکرار کند که: «من فرد شجاعی هستم» و تلقین بدین صورت، دارای تأثیر بیشتر و مطمئن‌تری است.

تلقین و تکرار در قرآن

نقش تلقین در تربیت و دیگرسازی نیز اساسی و پراهمیت است و تأثیر آن بر دیگری کمتر از خود تلقینی نیست. که در سراسر قرآن مورد توجه قرار گرفته است.

امام خمینی (ره) در خصوص راز تکرار برخی موضوعات در قرآن کریم می‌فرماید: «شما می‌دانید که قرآن معجزه است و در عین حال در قرآن راجع به مسایل تکرار زیاد است. برای اینکه قرآن برای رشد مردم آمده است. برای انسان‌سازی، مسایلی که برای ساختمان انسان است نمی‌شود یک دفعه بگویند و از آن رد شوند، باید توی گوشش مکرر بخوانند. تلقین با یک دفعه درست نمی‌شود. اگر بخواهید بچه‌ای را تربیت کنید باید یک مسأله را چندین بار با چند زبان، با چند وضع به او بخوانید. مطلب یکی باشد لکن طرز بیانش مختلف».^{۴۰}

آن بزرگ‌مربی روزگار ما توانست با بهره‌گیری از نیروی عظیم تلقین باورهای غلطی را که در اثر دسیسه‌های طولانی استعماری بر افکار و اذهان امت اسلامی حاکم گشته بود و قرن‌ها آنان را به عقب رانده و به استضعاف کشانده بود، از صحنه دل‌های آنان بزداید و ارزشهای اصیل

دینی و قرآنی همچون استقلال طلبی، آزادی خواهی، عزت و کرامت انسانی، بندگی حق، ایثار و شهادت طلبی و امثال آن را جایگزین آن سازد و با این تحول و سازندگی معنوی، جامعه را علیه طاغوت به خروش آورد و در برابر بزرگترین قدرتهای مستکبر و خون آشام جهانی به مقابله وادارد و شهید پیروزی را در کام مردم خود بنهد. باشد که ما وارثان صالح و لایقی برای این ارزشها بوده و همواره این آیه کریمه را نصب العین خویش داشته باشیم که: «إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ...؛ خداوند سرنوشت هیچ قومی را عوض نمی کند مگر اینکه آنها خود، در روحيات خویش تغيير به وجود آورند». ^{۴۱}

نتیجه

قرآن کریم، تکریم شخصیت انسان را به عنوان یکی از روشهای مؤثر ایجاد اعتماد به نفس میان مرتبی و مورد تربیت دانسته و در بسیاری از آیات این روش را به کار برده است. عبادت به ویژه نماز، روزه و ذکر و دعا به منظور پیشگیری از فساد و فحشا و صیقل روح و روان و معنابخشی به زندگی انسانی توصیه می گردد.

انذار و تبشیر از روشهای قرآنی است که به منظور حرکت به سوی خوبیها و ترک بدیها و زشتیها مطرح می شود. در مسیر هدایت انسان و نجات از سرگردانی و تردید و انتخاب راه نزدیک و مناسب الگوهای متعددی ارائه کرده است.

تشویق و تنبیه و تکرار و تلقین در خودسازی و دیگرسازی نیز از اهمیت ویژه ای برخوردار است که می توان از آنها به عنوان دیگر روشهای تربیتی قرآن نام برد.

پی نوشتها:

۱. مجمع البیان، ج ۲، چاپ بیروت، دار احیاء التراث العربی، ص ۲۷۱، ذیل آیه ۱۸۳ سوره بقره.
۲. بحار الانوار، ج ۱۰۴، ص ۹۵، روایة ۴۴، باب ۲.
۳. عنکبوت، آیه ۴۵.
۴. طه، آیه ۱۴.
۵. صحیفه نور، ج ۱۲، ص ۱۴۸.
۶. وسائل الشیعه، چاپ اسلامیة، ج ۷، ص ۲۹۶، ب ۱ از ابواب صوم مندوب، ح ۳۵.
۷. صحیفه نور، ج ۲۰، ص ۲۱۱ - ۲۱۰.
۸. اصول کافی، چاپ اسلامیة، ج ۲، ص ۴۶۷، باب فضل دعا، ح ۶.
۹. همان، ص ۴۷۰.
۱۰. ن. ک. روانشناسی برای همه، نویسندگان: کنت آپل، جون آپل، ادوارد استرکر، بنگاه مطبوعاتی صفیعلی شاه، صص ۲۱ - ۳۱.

۱۱. حدید، آیه ۲۳.
۱۲. قصص، آیه ۷۶.
۱۳. یوسف، آیه ۸۷.
۱۴. کافی، ج ۲، ص ۷۱.
۱۵. همان.
۱۶. ن.ک. مریم، آیه ۶۴. سوره مجادله، آیه ۶.
۱۷. ن.ک. کهف، آیه ۴۹.
۱۸. ن.ک. زمر، آیه ۱۰. نساء، آیه ۴۰. احزاب، آیه ۲۹. و غیر آن.
۱۹. زمر، آیه ۱۰.
۲۰. بقره، آیه ۲۶۱.
۲۱. نازعات، آیه ۴۰.
۲۲. الرحمن، آیه ۴۶.
۲۳. کافی، ج ۱، ص ۷۰.
۲۴. اصول کافی: باب الخوف والزجاج، حدیث ۸، ج ۲، ص ۶۹ و ۷۰.
۲۵. برای نمونه، ن.ک. آیات ۲۱۳ بقره، ۴۸ انعام، ۵۶ کهف، ۲ هود، ۱۱۹ بقره، ۲۴ فاطر.
۲۶. ن.ک. «المعجم المفهرس لالفاظ القرآن الکریم» واژه‌های نذر، بشر، خوف، وعد، شفق و غیر آن.
۲۷. مفاتیح الجنان، دعای کمیل.
۲۸. امالی، شیخ مفید، مجلس ۲۴، ص ۱۲۳.
۲۹. جهاد اکبر یا مبارزه با نفس، امام خمینی (ره)، ناشر: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ره)، چاپ سوم، ص ۳۳.
۳۰. همان، ص ۵۱.
۳۱. احزاب، آیه ۲۱.
۳۲. ممتحنه، آیه ۶.
۳۳. ن.ک. رشد و تکامل شخصیت، دکتر مهدی نوری، انتشارات دانشگاه آزاد اسلامی کرج، ص ۵۳-۴۹.
۳۴. طه، آیه ۷.
۳۵. تفسیر القرآن الکریم، سید عبداللّه شبر، دار احیاء التراث العربی، بیروت، چاپ سوم، ص ۳۰۶.
۳۶. نقطه عطف، ص ۲۴.
۳۷. همان، ص ۲۱.
۳۸. پیرداکو، «روانشناسی تربیتی، خودشناسی - خودسازی» ترجمه: هوشیار رزم‌آزما، چاپ صنوبر، ص ۱۲۹.
۳۹. همان، ص ۱۳۳.
۴۰. صحیفه نور، ج ۹، ص ۱۵۳.
۴۱. رعد، آیه ۱۱.