

## مقدمه

تعلیم و تربیت از دیرباز، مطمح نظر همه اقوام، مکاتب و آیین‌ها بوده است و هر یک در جهت تحقق اهداف و آمال خود، کم و بیش به این مسئله توجه نشان می‌داده‌اند. اما دین اسلام نگاهی فراگیر، واقعی و دقیق به موضوع انسان دارد و علاوه بر انتقال آموزه‌های فرهنگی و اخلاقی، درصدد رشد و اصلاح رفتارها و پندارهای او برآمده و از طریق تعلیم و تربیت، خواهان کمال و رستگاری او نیز هست. براین اساس، مبانی و اصول تعلیم و تربیت دینی، قدسی و الهی است؛ یعنی مبتنی بر یکتاپرستی، فرجام‌باوری، فضیلت‌محوری و کمال‌گرایی است. بنابراین، انسان موجودی برتر تلقی می‌شود که دایم در حال حرکت و بالندگی است و می‌توان با تربیت صحیح دینی، او را در مدار واقعی زندگی و حیات طیبه قرار داد. نگرش الهی به تعلیم و تربیت، موجب می‌شود که علاوه بر بُعد مادی و دنیوی انسان، به بُعد معنوی و اخروی او نیز توجه و افری شود و تمام رفتارها، گفتارها و پندارهای او در جهت رسیدن به سعادت جاوید قرار گیرد. در پرتو تعلیم و تربیت معنوی است که تعالی اتفاق می‌افتد؛ زیرا خاستگاهش الهی و قدسی است و مهم‌ترین رویکرد آن، اعتلای کلمه توحید، بسط و گسترش تسبیح و تحمید الهی در روی زمین و نقش بستن تهلیل و تکبیر بر دل‌ها و جان‌هاست. نگاه مادی و سودگرایانه به انسان و اجتماعی کردن او و تکیه بر آموزش‌ها و مهارت‌های زندگی آسوده و منظم، نگاهی ناقص و تک‌بعدی به انسان است و نمی‌تواند زمینه‌ساز رشد و بالندگی روحی و معنوی او شود؛ همان‌گونه که نگاه صرفاً باطنی و روحی به انسان، نمی‌تواند موجب راحتی و سعادت‌مندی او در زندگی دنیوی - و حتی اخروی- باشد. با این حال، اصل «قدسی و الهی بودن تعلیم و تربیت» باید در اولویت برنامه‌های فرهنگی و آموزشی باشد. امام خمینی<sup>ع</sup> در این باره می‌گویند: «از تمام رحمت‌ها کامل‌تر، نعمت تربیت‌های معنوی است که مخصوص بنی‌الإنسان می‌باشد؛ از قبیل: فرستادن کتب آسمانی و انبیای مرسلین<sup>ع</sup>» (موسوی خمینی، ۱۳۸۴، ص ۱۴۰).

قرآن کریم با تمام محتوای متعالی‌اش، چشمه‌ای جوشان در تنظیم حیات اجتماعی بشر و نیز راهنمای اساسی در ابعاد گوناگون زندگی اجتماعی-متناسب با هر عصری- است. براین اساس، نگارنده بر آن است که ضمن تبیین مفهوم «تربیت معنوی»، با استناد به آیات قرآنی، راهبردهای تحقق تربیت معنوی را بررسی کند.

اطلاعات مقاله حاضر با بررسی «کتاب‌خانه‌ای» جمع‌آوری شده و به موازات موضوع مقاله، تحلیل و بررسی شده است. بدین‌روی، شیوه تحقیق در این مقاله «توصیفی-تحلیلی» است.

## تبیین ماهیت تربیت معنوی و راهبردهای تحقق آن در آموزه‌های قرآنی

narges.entezami2009@gmail.com

کج نرگس انتظامی بیان / کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی

قدسی احقر / استادیار دانشگاه علوم تحقیقات تهران و پژوهشکده تعلیم و تربیت

دریافت: ۱۳۹۴/۲/۱۶ - پذیرش: ۱۳۹۴/۶/۲۱

## چکیده

«تربیت معنوی» تربیتی خداگرا، خدامحور و اصلاح‌کننده رابطه انسان با آفریدگار است. ویژگی بارز چنین رویکردی تقویت بنیان‌های اعتقادی و عرفانی (شناخت و معرفت خدا) و روحیه عبودیت و بندگی است. درواقع، تربیت معنوی برای این است که انسان روابط خود را با خدا، جهان، زندگی دنیا و آخرت شکل دهد و طبق همان صورتی که فلسفه کلی جامع اسلامی از خالق، انسان، جهان و زندگی دنیا و آخرت تعیین کرده است، گام بردارد. براین اساس، وقتی در پرتو تربیت معنوی، رابطه انسان نسبت به معبود خود، در مسیر درست قرار گرفت و زندگی او رنگ و بوی الهی یافت، تربیت واقعی صورت گرفته و انسان گام‌های بلندی برداشته است. در این مقاله ضمن بیان معنای لغوی و اصطلاحی «تربیت معنوی»، مجموعه‌ای از مهم‌ترین راهبردهای تحقق تربیت معنوی با بهره‌گیری از آیات قرآن کریم را تبیین می‌کند.

کلیدواژه‌ها: قرآن، تربیت، معنویت، تربیت معنوی، راهبرد.

**تبیین مفاهیم محوری****الف. تربیت**

راغب اصفهانی، معنای مصدری «رب» را معادل «تربیت» و به مفهوم «پروراندن پی‌درپی چیزی تا رسیدن به حد نهایت و تمام» دانسته و در تعریف اصطلاحی «تربیت»، به معنای «تبدیل کردن قوه‌ها به فعلیت و شکوفا کردن استعدادها» است (رشیدپور، ۱۳۸۴، ص ۸-۱۲). شهید مطهری اضافه کرده است: «تربیت باید تابع و پیرو فطرت باشد» (مطهری، ۱۳۶۷، ص ۵۶).

**ب. معنویت**

«معنویت» از «معنوی» منسوب به «معنا»ست؛ یعنی آنچه در مقابل پوسته و ظاهر باشد و به باطن و روح مربوط گردد (ر.ک: دهخدا، ۱۳۷۷، ماده «معنوی»). «مقامات، درجات عالم باطن و سیر در عالم معنا و باطن» از دیگر معانی معنویت است. استاد شهید مطهری که معتقد است «از نظر قرآن، معنویت پایه تکامل است» (مطهری، ۱۳۶۱، ص ۱۶۹)، شرایطی برای معنویت ذکر کرده است:

معنویت بدون ایمان به خدا، بدون ایمان به مبدأ و معاد، بدون ایمان به معنویت انسان و اینکه در او پرتوی غیرمادی حاکم و مؤثر است، اساساً امکان‌پذیر نیست؛ حتی آن معنوی که امروزه مورد قبول اغلب مکاتب است و از آن به «رومانیسم» تعبیر می‌کنند، بدون پیدا شدن آن عمق و ژرفایی که ادیان، به‌ویژه اسلام، پیشنهاد می‌کنند، محال است (همان، ص ۱۷).

**ج. معنویت دینی**

۱. در چارچوب دین، «معنویت»، امری ذهنی، خیالی و حاصل از احساسات سرشار انسانی نسبت به واقعیات مادی نیست، بلکه احساسی است که انسان نسبت به حقایقی پیدا می‌کند که در افقی بالاتر از عالم ماده قرار گرفته‌اند؛ حقایقی که وجود دارند و بر عالم تأثیر می‌گذارند.

۲. در معنویت دینی، تجربه معنوی تنها در چارچوب و ضوابطی خاص میسر است. اصلاً بعضی از تجارب معنوی تنها زمانی حاصل می‌شوند که شما از بسیاری تجارب دیگر، چشم‌پوشی کنید. تجربه یک گناه، قطعاً احساس لطیف معنوی یک حضور در نماز را لکه‌دار می‌کند.

البته منظور از «معنویت دینی»، معنویت دین اسلام است. ما از دینی سخن می‌گوییم که در آن، عقلانیت، معنویت و عدالت در کنار هم جمع شده‌اند. عقلانیت ما در زیر سایه وحی و در کنار آن است. عدالت ما با شریعت الهی چفت شده و ناقض شریعت نیست. حقوق بشر و اومانیزم ما، حقوق بشر و اومانیزمی است که مبتنی بر اساس توحید است، نه بر اساس

ماتریالیسم و الحاد. معنویت اسلام نه از نوع معنویت بودایی است که هیچ ارتباطی به زندگی عینی نداشته باشد، و نه امری حاشیه‌ای و سلیقه‌ای از نوع معنویت و عرفان آمریکایی است که مثل یک سرگرمی با ال. اسی. دی و ماری جوانا تأمین می‌شود. از سوی دیگر، معنویت پاسخی است به نیازی که انسان در خود احساس می‌کند و اینجاست که ما باید دست به انسان‌شناسی و شناخت نیازهای واقعی و اصیل او بزنیم.

از دیدگاه اسلام، انسان موجودی دویعدی (روحانی و جسمانی) است که غایت خلقت او در دنیای مادی، غایتی مقدس است. این موجود شریف حدوثاً و بقائاً به خداوند غنی بالذات وابسته است؛ یعنی در دستگاه شریعت الهی، که طرح حیات زمینی برای انسان است، انسان هویتی دارد که دارای درجات و مراتب است. یک مرتبه از این واقعیت مرتبه ناسوتی اوست که همان بدن خاکی و کالبد آدمی است، اما مراتب گسترده و حقایق وسیعی که درجات هویت انسان را می‌سازد در پشت پرده بدن ناسوتی قرار دارد و تحت عنوان «من» از او نام برده می‌شود که همان نفس ناطقه یا روح غیبی است. به چشم وحی و عقل، این «من» انسانی همان هویت اصلی او را تشکیل می‌دهد و ابزار تکامل آن، همان ارتباطاتی است که انسان با بدن و عالم خارج دارد. تمام ادراکات و تحریکاتی که در انسان تحقق پیدا کند در عالم انسانی به وسیله «من» است، و بدن حکم ابزار و آلت تصاعد و تکامل آن هویت انسانی را دارد. قرآن حقیقت روح، را یک واقعیت امری، یعنی از امر و ملکوت عالم می‌داند و راجع به این «من» انسانی می‌فرماید: «يَسْتَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ مَنْ أَمْرٌ رَبِّي» (اسراء: ۸۵)؛ می‌پرسند: روح چیست؟ بگو: روح از امر پروردگار من است. این امر چیست؟ قرآن می‌فرماید: «إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَنْ يَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ» (یس: ۸۲) امر خداوند، وجودی است و تدریج در آن راه ندارد، نیاز به زمان ندارد و یک واقعیت فرازمانی است؛ یعنی همین که خداوند اراده کرد، تأخیر ندارد. اراده او همان، و وجود همان. موجودی است از جنس ملکوت و سرمدی است و نه از ملک هستی و از واقعیت طبیعی. بر این اساس، در شناخت آفریده‌هایی مثل انسان و نیازهای او، باید به تعالیم آفریدگار توجه کرد. در غیر این صورت، فرایند انسان‌شناسی به انحراف و گم‌راهی کشیده می‌شود و شناخت نیازها و روش‌ها و ابزارهای پاسخ‌گویی به این نیازها نیز با مشکل مواجه خواهد شد.

حال آیا عقل می‌تواند بدون کمک گرفتن از دین حق، که تنها یکی بیش نیست، برای نیازهای معنوی انسان برنامه بدهد و قوانینی را عرضه کند؟ در پاسخ به این سؤال، باید گفت: گرچه دین اسلام

#### د. تربیت معنوی

از دیدگاه علامه طباطبایی، تربیت معنوی در جهت‌دهی به فرایند تجرد نفس و متناسب با فطرت ربوبی او معنا می‌یابد که در پی تقویت میل، تفصیل معرفت و انجام عمل متناسب با آن است. بدین‌روی، اهداف تربیت معنوی دارای سه جنبه شناختی، گرایش‌ی و عملی است (اشعری، ۱۳۹۱، ص ۹۶).

نیز با توجه به معنای «تربیت» و «معنویت»، در تعریف «تربیت معنوی» می‌توان گفت: «تربیت معنوی» عبارت است از: پروراندن و رشد دادن معنویت فطری مرتبی تا رسیدن وی به مرز ایمان و دیدن باطن و ماورای ظاهر دنیا و رهایی از تعلقات مادی و ایجاد حال و شور و جاذبه قوی و شدید و در عین حال، منطقی و صحیح برای حرکت به سوی خدای یگانه و قرار گرفتن تحت ولایت نورانی او. این تعریف ریشه در آیات قرآن دارد. خدای تعالی در قرآن فرموده است: «اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ» (بقره: ۲۵۷)؛ خداوند، ولی و سرپرست کسانی است که ایمان آورده‌اند. آنها را از ظلمت‌ها، به سوی نور بیرون می‌برد.

«اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ... يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ مَن يَشَاءُ» (نور: ۳۵)؛ خداوند نور آسمان‌ها و زمین است... خدا هر که را بخواهد به نور خود هدایت می‌کند.

«هدایت به نور»، همان تربیتی است که موانع بهره بردن از نور الهی را از وجود انسان پاک و راه اتصال به منبع نور را هموار می‌کند؛ زیرا انسان از همان آغاز خلقت، دارای نوری فطری است که نوری است اجمالی؛ اگر مراقب او باشند ترقی می‌کند و تفصیل می‌پذیرد (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۲، ص ۳۴۶).

#### اهمیت و ضرورت تربیت معنوی

قرآن دو نوع زندگی را در یک آیه معرفی می‌کند: «أَوْ مَن كَانَ مِيتًا فَاحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَن مَّثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِّنْهَا كَذَلِكَ زِينٌ لِّلْكَافِرِينَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ» (انعام: ۱۲۲)؛ آیا کسی که مرده بود و ما زنده‌اش کردیم و برای او نوری قرار دادیم که به وسیله آن در میان مردم راه می‌رود، مانند کسی است که در تاریکی‌ها قرار دارد و از آن بیرون‌آمدنی نیست؟ این‌گونه برای کافران زینت داده شده است آنچه را انجام می‌دهند.

یکی زندگی در نور دارد، و دیگری در ظلمت؛ یکی مانند در ظلمت خاک و دیگری رها در نور افلاک. این حیات نورانی، همان حیات معنوی است. مطالعه همین آیه، که حقیقتی عینی را برای ما ترسیم می‌کند، نیاز ضروری بشر به تربیت معنوی را اثبات می‌نماید.

تأمین برخی از نیازهای انسان را به عقل و تجربه واگذار کرده (خسروپناه، ۱۳۸۲، ص ۷۴-۷۶)، اما در جای خود، ثابت شده است که «انسان» با تعریفی که از آن ارائه شد، اولاً، در کشف تمام نیازهای اصیل و واقعی و تمییز نیازهای اصلی و فرعی توانمند نیست و در این مقوله به دین نیاز دارد (همو، ۱۳۸۷، ص ۱۲۰-۱۲۴). ثانیاً، ابزارهای موجود بشر از برآورده کردن نیازهای انسان عاجزند. بدین‌روی، دین باید پا به عرصه وجود بگذارد (نصر، ۱۳۷۵، ص ۲۰۰). تعالیم دینی و الهی مجموعه‌ای از قوانین است که خدای انسان‌آفرین، که آگاه به حقیقت و جایگاه انسان و مصالح و منافع اوست، برای پاسخ‌گویی به نیازهای اصیل بشر و تأمین حقوق، منافع و مصالح وی را تدوین و در مجموعه‌ای به نام «دین» ارائه کرده است؛ یعنی بخش عمده دین، که مجموعه‌ای از بایدها و نبایدهاست، برای تأمین نیازها و حفظ حقوق انسانی است. «بایدها» طرق تأمین حقوق و نیازهای اصیل و «نبایدها»، نشان‌دهنده موانع و آفات تأمین حقوق هستند (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۲، ص ۱۴۹). از طریق این بایدها و نبایدهاست که می‌توان به معنویت واقعی رسید و نیازهای معنوی انسان را پاسخ گفت. دین مجموعه‌ای از آموزه‌های نظری درباره جهان، انسان و آفریدگار این دو، و هنجارهای اخلاقی و دستورهای عملی مبتنی بر آن آموزه‌ها با سه هدف «اعتقاد»، «تخلق» و «عمل» است (بهشتی، ۱۳۸۸، ص ۱۶۹). در مجموع، می‌توان اصول ذیل را به‌عنوان پیش‌فرض جهت‌گیری کلی در دیدگاه دین‌باوران مشاهده کرد:

۱. این هستی، خالق دارد و آن خداست.
۲. خالق هستی هدایت مخلوقات را بر خود فرض می‌داند.
۳. خالق مسیری را برای هدایت مخلوقات - که همان مسیر وحی یا فرستادن پیامبر باشد- در نظر گرفته است.

۴. بهره‌مندی از هدایت و قرار گرفتن در مسیر حق، تنها از طریق عمل به دستور الهی مقدور است (همان).

با توجه به این توضیحات معنوی که براساس ویژگی‌های دین می‌توان به دین نسبت داد، باید حایز ویژگی‌های مشخصی به این شرح باشد:

۱. معنویت در ارتباط با وجود خالق معنا می‌یابد.
۲. از آن‌رو که وجود خالق از محسوسات فراتر است، معنویت در فرامحسوسات ریشه دارد.
۳. معنویت باید در تحول و هدایت زندگی فرد معنوی مؤثر باشد.
۴. دست‌یابی به معنویت باید از طریق راهنمایی‌های دین باشد (باغلی، ۱۳۹۱، ص ۹۴).

ابن عربی علت مرگ نفس را جهل و در حجاب قرار گرفتن آن با صفات انسانی، و حیات آن را با علم و محبت حق یا برطرف شدن حجاب صفات انسانی و تجلی کردن صفات الهی در وجود انسان و بهره‌مند شدن از نور هدایت و علم خدایی یا نور صفات او... دانسته است، که اگر این الطاف نباشد، گرفتار در ظلمات نفس نمی‌تواند از آن خارج شود (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۱، ص ۲۱۶). چقدر سخت است که انسان در تاریکی‌های جهالت بماند و نداند که او قابلیت رسیدن به چه زندگی لذت‌بخش و ارزشمندی را دارد! همین درک است که ضرورت تربیت معنوی را تبیین می‌کند.

ضرورت توجه به این نوع تربیت آن‌گاه جلوه بیشتری پیدا می‌کند که بفهمیم بشر امروز گرفتار دشمنانی شده است که هر روز تلاش بیشتری می‌کنند تا او را از معنویت الهی دورتر کنند و دلش را کور و او را در ظلمت‌های تزیین شده غرق سازند.

### اهداف تربیت معنوی

هدف از این ساحت تربیت به اجمال، در خود عنوان آن هست و آن رسیدن به معنویت و رشد معنوی است. «مَا يَرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَليُتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ» (مانده: ۶)؛ خداوند نمی‌خواهد مشکلی برای شما ایجاد کند، بلکه می‌خواهد شما را پاک سازد و نعمتش را بر شما تمام کند؛ شاید شکر او را بجا آورید. از این آیه فهمیده می‌شود که تطهیر نفوس از اهداف تشریح دین و نزول کتاب، و مطلوب و متعلق اراده خداوند است. همین تطهیر نفس مهم‌ترین بخش تربیت معنوی است؛ زیرا نفس پاک و طاهر دنبال معنویت الهی است که خود از خداست.

همچنین قرآن در بیان هدف بعثت پیامبر ﷺ می‌فرماید: «هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ» (جمعه: ۲)؛ اوست خدایی که در میان مردمی بی‌کتاب پیامبری از خودشان برانگیخت تا آیاتش را بر آنها بخواند و آنها را پاکیزه سازد و کتاب و حکمت‌شان بیاموزد، اگرچه پیش از آن در گمراهی آشکار بودند.

بنابراین تزکیه، که رابطه معنایی نزدیکی با تطهیر دارد، از اهداف اساسی و اولیه تربیت معنوی است که بسیار مهم هست. برای تحقق این مرحله، خداوند تمام افراد بشر را به بالاترین مراتب تقوا دعوت نموده است: «اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقَاتِهِ» (آل عمران: ۱۰۲). ولی حق تقوا، که کمال و نهایت درجه آن است، جز در افرادی معدود حاصل نمی‌شود. البته کمال طهارت نفس، مثل

همه کمالات دیگر، مراتبی دارد که به نهایت آن جز افراد معدود نخواهند رسید؛ یعنی «یریدُ لِيُطَهِّرَكُمْ» (احزاب: ۳۳)، و هدف‌گذاری طهارت نفس را از جانب خدا نشان می‌دهد، ولی بشر همراهی کامل نمی‌کند تا به مقصد نهایی برسد (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۳، ص ۵۸). به همین سبب، کمال طهارت فقط برای رسول خدا ﷺ و اهل بیت او حاصل می‌شود؛ زیرا آنان در مسیر هدف الهی قرار دارند، همراهی کامل نموده، حق تقوا را رعایت نموده و خداوند نیز اراده کرده است همه پلیدی‌ها را از وجود آنان دور و کمال طهارت را به آنان عنایت کند.

### شرط کافی برای تحقق هدف نهایی در تربیت معنوی

تربیت و رسیدن به اهداف آن، علاوه بر عوامل و شرایط ظاهری، منوط به مشیت خداوند نیز هست. رسیدن به مقامات الهی بدون اذن واگذارکننده آن مقامات ممکن نیست. بر این مبنا، استاد تربیت و عارف سالک نباید فکر کند اگر شاگردی را سال‌ها تعلیم داد و معارف الهی را به او آموخت، او نیز یک مرد اهل معنا شده است!

گاه فردی سال‌ها در یک رشته درس می‌خواند و مراتب ظاهری علمی را طی می‌کند، اما فکر و قلبش جای دیگری است و به عللی، ناخواسته در این مسیر قرار گرفته است. وی هیچ‌گاه به هدف نهایی از تحصیل در آن رشته نخواهد رسید و آنچه باید بشود، نخواهد شد. این مثال برای عالم ظاهر است. عالم واقع و باطن، که عالم معنویت است، نیز چنین است. تلاش‌های معنوی یک متربی وقتی از سوی خدا تأیید و حمایت می‌شود که دل متربی فقط در گرو عالم ربوبی باشد و ذکرش چیز دیگری نباشد. نمونه بارز باعمر است که در آیه ۱۷۶ سوره اعراف به آن اشاره شده است.

### روش‌های تربیت معنوی

#### ۱. تفکر و اندیشه مقایسه‌ای

تفکر و خردورزی روشی مفید و مؤثر در مسیر تربیت معنوی است. فعال کردن قوه عاقله متربی، که در پی خوش‌بختی و لذت جاودان است، او را در برابر قوای فریبنده مقاوم می‌کند: «وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ» (ملک: ۱۰)؛ و می‌گویند: اگر ما می‌شنیدیم یا تعقل می‌کردیم، اهل این آتش سوزنده نبودیم. منظور از «سمع»، استجاب دعوت رسولان و التزام به مقتضای سخن ایشان است که خیرخواهان امین هستند، و مقصود از «عقل» التزام به مقتضای دعوت بحق ایشان است تا در آن تعقل کنند و با راهنمایی عقل بفهمند که دعوت ایشان حق است و باید انسان در برابر حق خاضع

شود... دوزخیان در پاسخ فرشتگان می‌گویند: «اگر ما در دنیا رسولان را در نصایح و مواظشان اطاعت کرده بودیم، یا در حجت حق آنان تعقل می‌کردیم، امروز در زمره اهل جهنم نبودیم و همانند ایشان در آتش جاودانه، معذب نمی‌شدیم» (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۹، ص ۳۵۳).

از نظر قرآن، محاسبه عقلانی سبب گرایش به کارهای مؤثر در خوش‌بختی آخرتی، یعنی معنویت‌گرایی خواهد شد: «وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَلَلدَّارُ الْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ» (انعام: ۳۲)؛ و زندگی دنیا چیزی جز بازیچه و بیهوده نیست و پرهیزگاران را سرای آخرت بهتر است. آیا [در این حقیقت] تعقل نمی‌کنید [و به عقل آن را نمی‌باید]؟

پس کافی است عقل سالم به‌کار افتد که در این صورت، تعقل و تفکر در زندگی مادی و ظاهری دنیا و مقایسه آن با عالم معنوی به ما می‌فهماند: حیات دنیوی «لهو» و «لعب» است و بس؛ زیرا این زندگی چیزی جز یک سلسله عقاید اعتباری و غرض‌های موهوم نیست. «لعب» عبارت است از: سرگرم شدن به موهومات. علت دیگر بازیچه بودن دنیا این است که آدمی را از امور بسیار مهم زندگی آخرتی، که حیات حقیقی و دایمی است، باز می‌دارد. «لهو» چیزی است که آدمی را از امور مهم بازمی‌دارد. در مقابل، خانه آخرت حیاتی است حقیقی و ثابت، و چنین حیاتی جز برای متقین حاصل نمی‌شود. از این رو، فرمود: «برای متقین بهتر است» (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۷، ص ۵۷).

قرآن تصریح کرده است: تفکر موجب درس گرفتن از زندگی دنیاطلبان و درک برتری دارایی آخرتی بر داشته‌های دنیایی می‌شود و انسان را وامی‌دارد تا به فکر آخرتش باشد: «أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنْظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ وَلَدَارُ الْآخِرَةِ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ اتَّقَوْا أَفَلَا تَعْقِلُونَ» (یوسف: ۱۰۹)؛ آیا در روی زمین نمی‌گردند تا بنگرند که پایان کار پیشینیان‌شان چه بوده است؟ و سرای آخرت برای پرهیزگاران بهتر است. چرا نمی‌اندیشید؟

براساس این آیه، «نظر» یعنی اندیشه دقیق در احوالات پیشینیان و نتیجه‌اش آخرت‌طلبی است که مساوی است با معنویت‌گرایی. در قرآن، مقایسه‌های متعددی انجام گرفته و تبعات هر دو طرف قیاس بیان شده است که غالباً هم به امور معنوی ربط دارند. تعقل و تفکر در نتایج طرفین این مقایسه می‌تواند طالب سعادت را به سمت معنویت از نوع الهی آن سوق دهد؛ مانند مقایسه بین علم و جهل، نور و ظلمت، ایمان و کفر و نیز دنیا و آخرت. قرآن در آیاتی دنیاطلبی و آخرت‌طلبی را با هم مقایسه و ثمره هر کدام را بیان می‌فرماید: «مَنْ كَانَ يَرِيدُ الْعَاجِلَةَ عَجَلْنَا لَهُ فِيهَا مَا نَشَاءُ لِمَنْ نُرِيدُ ثُمَّ جَعَلْنَا لَهُ جَهَنَّمَ يَصْلِيهَا مَذْمُومًا مَدْحُورًا \* وَمَنْ ارَادَ

الْآخِرَةَ وَسَعَىٰ لَهَا سَعِيهَا وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَٰئِكَ كَانَ سَعْيُهُمْ مَشْكُورًا» (اسراء: ۱۸-۱۹)؛ هر کس زندگی زودگذر (دنیا) را بطلبد به مقداری که ما بخواهیم و برای هر کس که اراده کنیم، به سرعت فراهم می‌کنیم. سپس جهنم را نیز برایش قرار می‌دهیم که در حال شرمندگی و رانده شده (از رحمت خدا) به آن وارد می‌شود. و هر کس خواهان آخرت باشد و برای آن تلاش شایسته کند و مؤمن باشد، پس تلاش آنان، مورد سپاس واقع می‌شود.

## ۲. مراقبت و محاسبه مستمر نفس

«مراقبه» و «محاسبه» یک اصل در تربیت معنوی است، ولی چون عمل به این اصل مهم‌تر است، طرح آن در روش‌ها مناسب‌تر به نظر می‌رسد. نفس آدمی تمایل زیادی به بیراهه رفتن و گل‌آلود شدن دارد و اگر مراقب نباشیم، به زشتی‌های عالم ماده آلوده خواهد شد و به آن عادت خواهد کرد. حضرت یوسف علیه السلام می‌فرماید: «وَمَا أْبْرَأُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَّحِيمٌ» (یوسف: ۵۳)؛ و من نفس خود را تبرئه نمی‌کنم؛ زیرا نفس قطعاً به بدی امر می‌کند، مگر کسی را که خدا رحم کند. قطعاً پروردگار من آمرزندهٔ مهربان است.

پس باید به تدریج روش مراقبت و محافظت از نفس آموزش داده شود تا بتواند خود را مشمول رحمت پروردگار مهربان قرار دهد و از زشتی مصون بماند.

آیات آخر سوره حشر نیز دربارهٔ نفس و مراقبت از آن است. خدای سبحان در این آیات، به بندگان خود دستور می‌دهد از طریق مراقبت نفس و محاسبه آن، آماده دیدارش شوند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلِتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ \* وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنسَاهُمْ أَنفُسَهُمْ أُولَٰئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ» (حشر: ۱۸-۱۹)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، از خدا بترسید و هر انسانی منتظر رسیدن به اعمالی باشد که از پیش فرستاده است. و از خدا بترسید؛ زیرا خدا از آنچه می‌کنید باخبر است. و مانند آن کسانی نباشید که خدا را فراموش کردند و خدا هم آنان را دچار خودفراموشی کرد، و ایشان همان فاسقان هستند.

خداوند تبارک و تعالی به مؤمنان توصیه کرده است که مراقب نفس خویش باشند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ عَالِمُ غَيْبِكُمْ أَنفُسَكُمْ...» (مانده: ۱۰۵)، و امر فرموده است تا از نفسی که روح الهی در آن دمیده شده، مراقبت کنند تا عمر خویش را در بیراهه‌ها صرف نکنند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاطٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ» (تحریم: ۶)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، خود و خانوادهٔ خویش را از

آتشی که هیزم آن انسان‌ها و سنگ‌هاست نگه دارید؛ آتشی که فرشتگانی بر آن گمارده شده‌اند خشن و سخت‌گیر که هرگز فرمان خدا را مخالفت نمی‌کنند و آنچه را فرمان داده شده‌اند [به‌طور کامل] اجرا می‌کنند.

در ادامه همین سوره، خدای تعالی برای آنکه مؤمن اگر خطا رفته است، بازگردد و در ادامه محکم بایستد، آثار روی آوردن به خدا و حفظ خود از بازگشت به گناه را ذکر می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا تَوْبُوا إِلَى اللَّهِ تَوْبَةً نَّصُوحًا عَسَىٰ رَبُّكُمْ أَن يُكَفِّرَ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَيُدْخِلَكُمُ جَنَّاتٍ تَجْرَىٰ مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ يَوْمَ لَا يُخْزِي اللَّهُ النَّبِيَّ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ نُورُهُمْ يَسْعَىٰ بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَبِأَيْمَانِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا أَتْمَمَ لَنَا نُورَنَا وَآغْفَرَ لَنَا إِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ» (تحریم: ۸)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، به‌سوی خدا بازگردید با توبه‌ای خالص. امید است پروردگارتان از گناهانتان درگذرد و شما را وارد بهشت‌هایی کند که نهرها در دامنه آن جاری است، در روزی که خدا، پیامبر و مؤمنان همراهش را خوار نمی‌سازد. نورشان پیشاپیش آنها و از جانب راستشان در حرکت است و می‌گویند: پروردگارا، نور ما را برایمان کامل کن و ما را بیامرز که قطعاً تو برهر چیز توانایی.

مؤمن می‌داند که اگر مراقب نباشد و خود را محاسبه نکند به حسابش خواهند رسید، مخفی باشد یا آشکار: «... إِنْ تُبْدُوا مَا فِي أَنْفُسِكُمْ أَوْ تُخْفُوهُ يُحَاسِبِكُمُ بِهِ اللَّهُ...» (بقره: ۲۸۴). از آن‌رو که محاسبه‌گر الهی دنبال معناست نه ماده، انسان محاسبه‌گر در دنیا نیز به یقین طالب معنویت خواهد شد و پیش از آنکه به حسابش برسند، مراقبت خواهد کرد و مواظب حساب خود خواهد بود. بدین‌سان، با مهار نفس و جلوگیری از هواپرستی، او استحقاق بهشت الهی را پیدا خواهد کرد: «وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَىٰ النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ \* فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ» (نازعات: ۴۰ و ۴۱).

### ۳. تلاوت آیات الهی و انس با قرآن

یکی از عوامل تحقق تربیت معنوی، که می‌تواند روشی بسیار مؤثر باشد، انس با کلمات ربوبی و پیام‌های عالم معناست. مریبان بزرگ الهی با تلاوت آیات الهی برای متریان خود، می‌کوشند نفوس آنان را از آلودگی‌های عالم ماده پاک و با منبع معنویت آشنا سازند. حضرت ابراهیم علیه السلام دست به دعا برمی‌داشت و از خدا می‌خواست رسولی تلاوت‌کننده آیات بر مردم بفرستد تا آنان را تزکیه کند: «رَبَّنَا وَأَبْعَثْ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِكَ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُزَكِّيهِمْ إِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ» (بقره: ۱۲۹)؛ پروردگارا، در میان آنان، فرستاده‌ای

از خودشان برانگیز تا آیات تو را بر آنان بخواند و کتاب و حکمت به آنان بیاموزد و پاکیزه‌شان کند؛ زیرا تو خود، عزیز حکیمی.

در آیات دیگری بر این معنا تأکید و ترتب تزکیه بر تلاوت، روشن‌تر بیان شده است: «كَمَا أَرْسَلْنَا فِيكُمْ رَسُولًا مِنْكُمْ يَتْلُوا عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَيُزَكِّيكُمْ...» (بقره: ۱۵۱)؛ همان‌گونه (که با تغییر قبله، نعمت خود را بر شما کامل کردیم)، پیامبری از خودتان در میان شما فرستادیم تا آیات ما را بر شما بخواند و شما را پاک کند و به شما، کتاب و حکمت بیاموزد و آنچه را نمی‌دانستید به شما یاد دهد.

در دو آیه دیگر نیز تزکیه به‌دنبال تلاوت مطرح شده است: «لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْ أَنْفُسِهِمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ...» (آل عمران: ۱۶۴) و نیز «هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ» (جمعه: ۲).

در این آیات، تلاوت مقدم بر تزکیه آمده است و نشان می‌دهد مقدمه‌ای است برای تحقق آن. آیا تزکیه با تربیت معنوی ارتباط دارد؟ علامه طباطبایی در معنای «يُزَكِّيهِمْ» گفته است:

تزکیه مصدر «يُزَكِّيهِمْ» و ریشه آن «زکات» به‌معنای نمو صالح است؛ نموی که ملازم خیر و برکت باشد... «تزکیه» مردم به‌معنای «رشد دادن به نموی صالح، و تلاش برای عادت شدن اخلاق فاضله و اعمال صالحه برای مردم» است، تا در نتیجه، در انسانیت خود به کمال برسند و حالشان در دنیا و آخرت استقامت یابد، سعید زندگی کنند و سعید بمیرند (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۹، ص ۲۶۵).

این معنا همان رسیدن به معنویت الهی است که هدف قرآن است. پس تلاوت آیاتی روشی مهم و عاملی مؤثر برای تربیت معنوی است.

### ۴. دعا

عادت به دعا و علاقه به آن، یکی از اهداف تربیت معنوی است؛ زیرا دعا، خود معنویت است که آثار معنوی دیگری نیز دارد. مقصد ما در تربیت معنوی همین است که به زندگی رنگ خدایی بدهیم و ارتباط با عالم معنا را مستحکم کنیم. دعا تحکیم‌بخش رابطه با خدا و جلب‌کننده توجه اوست و اثری بهتر از این برای هیچ عملی متصور نیست. دعا برای طالب کمال و پی‌جوی تربیت الهی، ارزش‌آفرین و جلب‌کننده توجه مربی عالم هستی به بنده تحت تربیت است: «قُلْ مَا يَعْجُبُكُمْ رَبِّي لَوْ لَا دُعَاؤُكُمْ فَقَدْ كَذَّبْتُمْ فَسَوْفَ يَكُونُ لِزَامًا» (فرقان: ۷۷)؛ بگو: پروردگارم برای شما ارجی قایل نیست اگر دعایتان نباشد. شما [آیات خدا و پیامبران را] تکذیب کردید، و (این عمل)

دامان شما را خواهد گرفت و از شما جدا نخواهد شد. خداوند در این آیه، پیام داده که دعای بندگان نشانه ایمان و خضوع آنان در برابر خداوند عالم است و همین ابراز ایمان و خضوع زمینه‌ساز توجه و عنایت او به بنده است (فضل الله، ۱۴۱۹ق، ج ۱۷، ص ۸۴).

خدای رحمان و رحیم به بندگان پیغام داده است برای رشد (تربیت شدن) دعا کنند: «وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ» (بقره: ۱۸۶)؛ و هنگامی که بندگان من، از تو درباره سؤال کنند (بگو): من نزدیکم! دعای دعاکننده را پاسخ می‌گویم هنگامی که مرا می‌خواند. پس باید دعوت مرا بپذیرند، و به من ایمان بیاورند تا راه یابند (و به مقصد برسند).

انسان با دعا، توجه و شایستگی بیشتری برای درک فیض خداوند پیدا می‌کند. روشن است که کوشش برای تکامل و کسب شایستگی بیشتر، عین تسلیم در برابر قوانین آفرینش است، نه چیزی برخلاف آن.

#### ۵. همراهی با اهل معنویت

معنویت امری غیر محسوس است که در یک فرایند روحی - روانی ایجاد می‌شود و تأثیر بسیار ظریفی دارد. به این سبب، اگر همنشین و همراه، اهل خدا و معنویت باشد، همراه خود را نیز به تدریج، در جهت معنویت سوق خواهد داد. در این روش تربیتی، هم در جهت جذب باید دقت کرد که مصاحب در چه حدی از کمال است و چه اندازه راه یافته است و هم در جهت نفی و دفع، که از چه کسانی باید اجتناب کرد. قرآن در هر دو جهت رهنمود دارد.

جهت نفی اهمیت بیشتری دارد؛ زیرا روح لطیف الهی حال معنوی دارد. از این رو، آلوده نکردنش بسیار مهم است. اجتناب از همنشینی با افراد منحرف و فاسد و در یک کلمه، اهل باطل، محل تأکید قرآن است؛ آنجا که تذکر می‌دهد: «قُلْ هَلْ مِنْ شُرَكَائِكُمْ مَنْ يَهْدِي إِلَى الْحَقِّ قُلِ اللَّهُ يَهْدِي لِلْحَقِّ أَكْثَرَ مِنْ أَنْ يَهْدِي إِلَى الْحَقِّ أَحَدٌ أَنْ يَتَّبِعَ أَمَّنْ لَا يَهْدِي إِلَّا أَنْ يَهْدِيَ فَمَا لَكُمْ كَيْفَ تَحْكُمُونَ» (یونس: ۳۵)؛ بگو: آیا هیچ‌یک از معبودهای شما، به‌سوی حق هدایت می‌کنند؟! بگو: تنها خدا به حق هدایت می‌کند. آیا کسی که به‌سوی حق هدایت می‌کند برای پی‌روی شایسته‌تر است، یا آن‌که خود هدایت نمی‌شود، مگر هدایتش کنند؟ شما را چه می‌شود؟ چگونه داوری می‌کنید؟

یعنی هرکس اهل حق نیست و مطمئن نیستی که پیرو حق باشد، شایسته رفاقت نیست. با کسانی همراهی کن و پیرو کسانی باش که راه حق می‌روند و به حق رهنمون می‌شوند.

قرآن مکرر از همراهی با شیطان نهی کرده است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ وَمَنْ يَتَّبِعْ خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ فَإِنَّهُ يَأْمُرُ بِالْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَوْ لَا فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَتُهُ مَا زَكَا مِنْكُمْ مِّنْ أَحَدٍ أَبَدًا وَلَكِنَّ اللَّهَ يُزَكِّي مَن يَشَاءُ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ» (نور: ۲۱)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، پای در پی گام‌های شیطان نگذارید و هر کس پای بر جای گام‌های شیطان نهد [بداند که] او به زشت‌کاری و ناپسند وامی‌دارد و اگر فضل خدا و رحمتش بر شما نبود هرگز هیچ‌یک از شما تزکیه نمی‌شد، ولی [این] خداست که هر کس را بخواهد پاک می‌گرداند و خدا شنوای داناست.

این آیه یک قانون کلی را بیان و از همراهی با راه و افکار شیطانی نهی کرده است، ولی آیات دیگری به‌صراحت، موضوع رفاقت و دوستی را مطرح و عواقب دوستی با ناپاکان را واضح‌تر تفهیم کرده‌اند: «وَيَوْمَ يَعْصِي الظَّالِمُ عَلَى يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلًا \* يَا وَيْلَتَى لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلَانًا خَلِيلًا \* لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنْسَانِ خَذُولًا» (فرقان: ۲۷-۲۹)؛ و (به‌خاطر آور) روزی را که ستم‌کار دست خود را (از شدت حسرت) به دندان می‌گزد و می‌گوید: ای کاش با رسول (خدا) راهی برگزیده بودم! ای وای بر من، کاش فلان (شخص گمراه) را دوست خود انتخاب نکرده بودم! او مرا از یادآوری (حق) گمراه ساخت، پس از آنکه (یاد حق) به سراغ من آمده بود. و شیطان همیشه خوارکننده انسان بوده است.

به‌راستی، نقش دوست در خوش‌بختی و بدبختی یک انسان از هر عاملی مهم‌تر است، به‌گونه‌ای که گاهی او را تا سرحد فنا و نیستی پیش می‌برد و زمانی به اوج افتخار می‌رساند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴، ج ۱۵، ص ۶۸-۷۳).

#### ۶. جهاد

جهاد، چه با نفس و چه با دشمن، سبب بهره‌مندی از هدایت ویژه است و عنایت الهی همراه و یاریگر اوست: «وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ» (عنکبوت: ۶۹). و این هدایت سبب همراهی خدا با اوست که تمام معنویت است.

آیه یک روش عام را بیان فرموده که اعم از جهاد ظاهری است؛ چنان‌که /بن عاشور معتقد است: آیه زمانی نازل شد که هنوز جهاد ظاهری موضوع نداشت. آیه درباره صبر در برابر فتنه‌ها، اذیت‌ها و تلاش برای دفع توطئه‌های دشمن است (ابن عاشور، ۱۴۲۱ق، ج ۲۰، ص ۲۰۶-۳۰۷)؛

یعنی در روش جهاد، مقصود تنها شرکت در جنگ مقدس نیست. البته جهاد ظاهری اگر خالص باشد، خود عاملی بسیار مؤثر در تصفیة نفس است.

آثار معنوی جهاد آن قدر زیاد است که خداوند تخلف از آن را شایسته نمی‌داند؛ زیرا هیچ تشنگی و رنج و گرسنگی در این مسیر بر مجاهد عارض نمی‌شود و هیچ قدمی در راه به خشم آوردن کافران بر نمی‌دارد، مگر آنکه عمل صالحی برای آنان نوشته می‌شود؛ زیرا خدا پاداش نیکوکاران را ضایع نمی‌کند: «مَا كَانَ لِأَهْلِ الْمَدِينَةِ وَمَنْ حَوْلَهُمْ مِنَ الْأَعْرَابِ أَنْ يَتَخَلَّفُوا عَن رَّسُولِ اللَّهِ وَلَا يَرْغَبُوا بِأَنفُسِهِمْ عَن نَّفْسِهِ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ لَا يُصِيبُهُمْ ظَمَأٌ وَلَا نَصَبٌ وَلَا مَخْمَصَةٌ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا يَطْؤُونَ مَوْطِئًا يَغِيظُ الْكُفَّارَ وَلَا يَنَالُونَ مِنْ عَدُوِّ نَيْلًا إِلَّا كُتِبَ لَهُم بِهِ عَمَلٌ صَالِحٌ إِنَّ اللَّهَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ» (توبه: ۱۲۰)؛ سزاوار نیست که مردم مدینه و بادیه‌نشینان پیرامونشان از [فرمان] پیامبر خدا سر باز زنند و جان خود را عزیزتر از جان او بدانند؛ چراکه هیچ‌گونه تشنگی و رنج و گرسنگی در راه خدا به آنان نمی‌رسد و در هیچ مکانی که کافران را به خشم می‌آورد قدم نمی‌گذارند و از دشمنی غنیمتی به دست نمی‌آورند، مگر اینکه به سبب آن، عمل صالحی برای آنان [در کارنامه‌شان] نوشته می‌شود؛ زیرا خدا پاداش نیکوکاران را ضایع نمی‌کند.

علت همه این برکات آن است که جهاد، نفس را تزکیه می‌کند و نفس تزکیه شده و دل پاکیزه گردیده به یقین، محل توجه و برخوردار از تعالی معنوی است. بنابراین، جهاد روشی مؤثر در تربیت معنوی است.

#### ۷. انفاق

یکی دیگر از روش‌های تربیت معنوی، عادت دادن متربی به بخشش و انفاق مالی است. انفاق، که نشان‌دهنده دل‌کنند از دنیا و مادیات است، نقش مهمی در رها شدن روح و رشد معنوی دارد.

در آیات الهی می‌خوانیم: «... الْأَتَقَى \* الَّذِي يُؤْتِي مَالَهُ يَتَزَكَّى \* وَمَا لِأَحَدٍ عِنْدَهُ مِنْ نِعْمَةٍ تُجْزَى \* إِلَّا ابْتِغَاءَ وَجْهِ رَبِّهِ الْأَعْلَى \* وَكَسُوفَ يَرْضَى» (لیل: ۱۸-۲۱)؛ و باتقواترین مردم کسی است که مال خود را می‌دهد تا تزکیه و پاک شود و هیچ‌کس را به قصد پاداش یافتن نعمت نمی‌بخشد، جز رضای پروردگار اعلائی خود چیزی نمی‌خواهد و قطعاً به‌زودی خشنود خواهد شد.

برخی گفته‌اند: مقصود این است که مال را انفاق می‌کند، آن هم خالصانه، تا طهارت نفس پیدا کند و جاننش پاکیزه شود و رشد کند و نتیجه‌اش نیز این است که رضایتمندی یا مقام رضا نصیبش خواهد شد (سبزواری‌نجفی، ۱۴۰۶ق، ج ۷، ص ۳۷۹).

علاوه بر این، قرآن بارها جهاد با مال را در کنار جهاد با جان قرار داده و آثار معنوی ارزشمندی مانند پاداش‌های بی‌ظنیر، مقامات برتر الهی، رستگاری، صداقت و هماهنگی درون و بیرون، بر آن مترتب کرده است.

قرآن در آیه‌ای جهادکنندگان با مال و جان را صاحب برترین درجه و نیز پیروز و فائز خوانده است: «أَعْظَمَ دَرَجَةً عِنْدَ اللَّهِ وَأَوْلَىٰكَ هُمُ الْفَائِزُونَ» (توبه: ۲۰)؛ مقامشان نزد خدا برتر است و آنها پیروز و رستگارند.

بنابراین، انفاق برای تربیت معنوی از عوامل بسیار مؤثر است و با عادت کردن متربی به این کار، ثمرات خوبی عاید او خواهد شد.

#### ۸. توجه به عبرت‌ها

بحث «عبرت‌ها در قرآن»، دامنه وسیعی دارد. «عبرت» یعنی پندگیری، و آن اثر تفکر در جهت حق و در حق است که نتیجه‌اش وجوب ترک دنیا و عمل برای آخرت است، و اشتقاق آن از «عبور» بدان سبب است که انسان از چیزی به چیز دیگر منتقل می‌شود. نمونه این عبرت‌ها، داستان‌های گذشتگان و مصیبت‌های نازل شده بر آنهاست که با دقت در آنها، ذهن انسان با فرض تقدیر آنها درباره خودش و احوالاتش، به عاقبت خودش منتقل می‌شود که در نتیجه، حالت انزجار از آن وقایع به وجود می‌آید و بعد، حال بازگشت به خدای تعالی در او ایجاد می‌شود. اگر سنگ‌دل نشده باشیم و زمینه خشیت در ما وجود داشته باشد، داستان فرعون و عاقبت او برای بیداری کافی است. او اهل دنیا بود و چنان شد و ما باید در مسیر مقابل او، که راه خدا و معنویت است، حرکت کنیم تا به آن مصیبت‌ها گرفتار نشویم.

سرگذشت پر از نکبت و عاقبت زشت دنیاگرایان می‌تواند عامل خوبی برای گرایش به معنویت الهی باشد. قرآن مکرر به این موضوع توجه داده و اثر تربیتی آن را ذکر کرده است. برای نمونه، خطاب به کافران می‌فرماید: «أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنْظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ مِن قَبْلِهِمْ وَلَدَارُ الْآخِرَةِ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ اتَّقَوْا أَفَلَا تَعْقِلُونَ \* لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ عِبْرَةً لِّأُولِي الْأَلْبَابِ» (یوسف: ۱۰۹ و ۱۱۱)؛ چرا در این سرزمین سیر نکردند تا ببینند سرانجام کسانی که پیش از آنها



بودند چگونه شد؟! و سرای آخرت برای پرهیزگاران بهتر است. آیا فکر می‌کنید؟! به‌راستی، در سرگذشت آنها عبرتی برای صاحبان اندیشه بود. اینها داستان دروغین نبود، بلکه (وحی آسمانی است، و) با کتب آسمانی پیشین هماهنگ است؛ و در آن است شرح هر چیزی (که مایه سعادت انسان است)؛ و هدایت و رحمتی است برای گروهی که ایمان می‌آورند.

تفکر در آنچه توضیح داده شده موجب می‌گردد مرتباً آخرت را بر دنیا و باقی را بر فانی ترجیح دهد (فضل الله، ۱۴۱۹ق، ج ۱۲، ص ۲۸۷).

### ۹. تکرار یاد قیامت و عوامل نجات و گرفتاری در آن

یکی از موثرترین روش‌های تربیت معنوی، تکرار یاد قیامت و مسائل مربوط به آن است. ایمان به آخرت و یقین به وقوع حساب و جزای آن، یگانه اصلی است که ضامن حفظ انسان از ارتکاب اعمال زشت است و او را از هر مذمت و آبروریزی نگاه می‌دارد و همان مشخص‌کننده ارزش اعمال انسان است. همین ارزش‌گذاری است که انسان را وادار به ملازمت طریق سعادت می‌کند و هیچ چیز دیگری این اثر را ندارد؛ حتی توحید هم که تمامی معارف به آن منتهی می‌شود، چنین اثری ندارد.

«وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوَىٰ فَيُضِلَّكَ عَن سَبِيلِ اللَّهِ إِنَّ الَّذِينَ يَضِلُّونَ عَن سَبِيلِ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ بِمَا نَسُوا يَوْمَ الْحِسَابِ» (ص: ۲۶)؛ پیروی مکن از هوای نفس که تو را از راه خدا به‌در کند. در حقیقت، کسانی که از راه خدا به‌در می‌روند به [سزای] آنکه روز حساب را فراموش کرده‌اند، عذابی سخت خواهند داشت.

پس به حکم این آیه، ایمان نداشتن به آخرت و استخفاف امر حساب و جزا، ریشه تمامی گناهان است و در مقابل آن، ایمان به آخرت منشأ همه کارهای نیک و منبع همه خیرات و برکات است. پس هر صفت سوء و هر ننگی که به پیشانی آدمی می‌خورد از ناحیه فراموش کردن آخرت است؛ همچنان‌که هر مثل نیک و صفت پسندیده که آدمی به خود می‌گیرد، از ناحیه یاد آخرت است (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۲، ص ۲۷۷-۲۷۹).

### ۱۰. ابتلا و آزمایش

یکی از روش‌های ظهور و بروز معنویت، امتحان و آزمایش است. امتحان و ابتلا، هم خود سبب رشد و کمال است و هم پیروزی در آن سبب نشاطی می‌شود که آن نیز عاملی پیش‌برنده است.

طالوت، که یک فرمانده و مربی الهی بود، برای آنکه نیروهایش بفهمند در چه مقامی هستند، آنان را به فرمان خدا امتحان کرد: «فَلَمَّا فَصَلَ طَالُوتُ بِالْجُنُودِ قَالَ إِنَّ اللَّهَ مُبْتَلِيكُمْ بِنَهَرٍ فَمَنْ شَرِبَ مِنْهُ فَلَيْسَ مِنِّي وَمَنْ لَمْ يَطْعَمْهُ فَإِنَّهُ مِنِّي إِلَّا مَنْ اغْتَرَفَ غُرْفَةً بِيَدِهِ فَشَرَبُوا مِنْهُ إِلَّا قَلِيلًا مِنْهُمْ فَلَمَّا جَاوَزَهُ هُوَ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ قَالُوا لَا طَاقَةَ لَنَا الْيَوْمَ بِجَالُوتَ وَجُنُودِهِ قَالَ الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلَاقُوا اللَّهَ كَمَا مِنْ فِتْنَةٍ قَلِيلَةٍ غَلَبَتْ فِئْتَهُ كَثِيرَةً بِإِذْنِ اللَّهِ وَاللَّهُ مَعَ الصَّابِرِينَ» (بقره: ۲۴۹)؛ پس همین‌که طالوت سپاهیان را بیرون برد، گفت: خدا شما را با نهري امتحان می‌کند؛ هر کس از آن بنوشد از من نیست و هر کس از آن ننوشد از من است، مگر آن کس که با مشت خود کفی بردارد و لیبی تر کند، و از آن همه لشکر بجز اندکی همه نوشیدند و همین که او با کسانی که ایمان داشتند از شهر بگذشت گفتند: امروزه ما طاقت جالوت و سپاهیان وی را نداریم. آنها که یقین داشتند به پیشگاه پروردگار خویش می‌روند، گفتند: چه بسیار شده که گروهی اندک به خواست خدا، بر گروهی بسیار غلبه کرده‌اند و خدا پشتیبان صابران است.

پس از امتحان، مؤمنان فهمیدند که قدرت مقاومت دارند و می‌توانند در برابر سختی‌ها و مشقت‌های مادی صبر کنند. همین خودآگاهی سبب شد تا آماده سیر در مرحله بعدی شوند و با تعدادی اندک در برابر دشمن بسیار بایستند. در نتیجه، عنایت الهی جلب شد و خدا همراهی و یاری کرد و آنان پیروز شدند. روح معنوی حاکم بر ماجرای امتحان و احساس پس از سربلندی در آن، معنویت حاکم بر مؤمنان سپاه را مضاعف کرد و به آنان قدرت بخشید.

از این رو، چنان‌که مرسوم است، در پایان هر سال تحصیلی، امتحان برگزار می‌کنند. در سیر معنویت نیز در هر مرحله، امتحانی لازم است تا معلوم شود سالک آماده رفتن به مرحله بعد است یا نه. به همین سبب بود که خداوند در مراحل متعددی حضرت ابراهیم علیه السلام را آزمود و پس از طی مراحل و عبور از ابتلاها به مقام امامت رسید: «وَإِذِ ابْتَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ رَبُّهُ بِكَلِمَاتٍ فَأَتَمَّهُنَّ قَالَ إِنِّي جَاعِلُكَ لِلنَّاسِ إِمَامًا قَالَ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي قَالَ لَا يَنَالُ عَهْدِي الظَّالِمِينَ» (بقره: ۱۲۴)؛ (به خاطر آورید) هنگامی که خداوند، ابراهیم را با وسایل گوناگونی آزمود و او به خوبی از عهده این آزمایش‌ها برآمد. خداوند به او فرمود: من تو را امام و پیشوای مردم قرار دادم. ابراهیم گفت: از دودمان من (نیز امامانی قرار بده!) خداوند فرمود: پیمان من به ستم‌کاران نمی‌رسد (و تنها آن دسته از فرزندان تو که پاک و معصوم باشند، شایسته این مقامند). هر مرحله ابتلا یک پیشرفت معنوی برای حضرت ابراهیم علیه السلام بود.

## نتیجه‌گیری

تا زمانی که انسان، مقصد عالی و نهایی خود را در نظر نگیرد و به آخرت و بهشت دوزخ نیندیشد و فرجام اعمال و گفتارهای خود را فراموش کند، قابلیت هدایتگری و تربیت واقعی نخواهد داشت. اما در تربیت معنوی، به این نیاز انسان پاسخ درستی داده می‌شود و رفتارها و پندارهای او در جهت کسب توشه برای سفر بزرگ‌تر نهادینه می‌گردد. در واقع، زمانی که رابطه انسان با خود اصلاح گردید و خودشناسی واقعی صورت گرفت، در جایگاه و منزلت خود قرار می‌گیرد و مسیر درست و الهی را انتخاب می‌کند. این روند در سایه تربیت معنوی- که تربیت پیامبرانه است- صورت می‌گیرد و راهی روشن برای اصلاح کاستی‌ها و معایب جوامع است.

از این رو، تربیتی که بر پایه تعالیم درست دینی صورت گیرد و سمت و سوی الهی و متعالی داشته باشد، به یقین تأثیرگذار و نقش‌آفرین خواهد بود؛ زیرا چنین تربیتی با لطف و توجه خاص غیبی همراه است و دست عنایت خدا شامل آن می‌شود. به همین سبب، تربیت معنوی تربیت خدایی است؛ یعنی نیت تربیت‌کنندگان خدایی، و هدف و جهت آن در جهت تقرب به خدا و تحقق اراده اوست. بر این اساس، وقتی در پرتو تربیت معنوی، رابطه انسان نسبت به معبود خود، در مسیر درست قرار گرفت و زندگی او رنگ و بوی الهی یافت، تربیت واقعی صورت گرفته و انسان گام‌های بلندی برداشته است.

امام خمینی علیه السلام به این نکته مهم اشاره کرده، می‌فرماید:

لطفی است از جانب خدای تبارک و تعالی به بشر که قابل از برای این است که تربیت بشود، و تربیت بشر به وحی خدا و به تربیت انبیا این است که چیزهایی که رابطه بوده است مابین آن عالم و این عالم، چیزهایی که اگر آن کارها را ما انجام بدهیم در تربیت معنوی ما دخالت دارد، آنها را به ما بیان کردند که این کارها را بکنیم (موسوی خمینی، ۱۳۷۰، ج ۲، ص ۲۲۸).

## منابع

- ابن عاشور، محمد الطاهر، ۱۴۲۱ق، *التحریر و التنبؤیر*، بیروت، مؤسسه التاریخ العربی.
- ابن عربی، محی‌الدین، ۱۴۲۲ق، *تفسیر ابن عربی*، بیروت، دار احیاء التراث العربی.
- اشعری، زهرا و دیگران، ۱۳۹۱، «بررسی مفهوم، اصول و روش‌های تربیت معنوی از دیدگاه علامه طباطبایی»، *تربیت اسلامی*، سال هفتم، ش ۱۵، ص ۸۹-۱۱۲.
- باغعلی، خلیل و دیگران، ۱۳۹۱، «نقد مفهوم معنویت در تربیت معنوی معاصر، معنویت دینی و نوپدید»، *پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی*، سال بیستم، دوره جدید، ش ۱۶، ص ۸۹-۱۱۵.
- برقی، احمدبن خالد، ۱۳۳۰، *المحاسن*، تحقیق: جلال‌الدین حسینی، تهران، اسلامیه.
- بهشتی، سعید، ۱۳۸۸، «تأملاتی در فلسفه تربیت دینی از دیدگاه اسلام»، *مجموعه مقالات همایش تربیت دینی در جامعه اسلامی معاصر*، قم، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام.
- خسروپناه، عبدالحسین، ۱۳۸۲، *گستره شریعت*، تهران، دفتر نشر معارف.
- \_\_\_\_\_، ۱۳۸۷، *انتظارات بشر از دین*، تهران، پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی.
- دهخدا، علی‌اکبر، ۱۳۷۷، *لغت‌نامه*، تهران، دانشگاه تهران.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ۱۴۰۴ق، *المفردات*، چ دوم، تهران، مطبعه المیمیه.
- رشیدپور، مجید، ۱۳۸۴، *آشنایی با تعلیم و تربیت اسلامی با تأکید بر روش‌ها*، تهران، انجمن اولیا و مربیان جمهوری اسلامی ایران.
- سبزواری نجفی، محمدبن حبیب‌الله، ۱۴۰۶ق، *الجدید فی تفسیر القرآن المجید*، بیروت، دار التعارف للمطبوعات.
- طباطبایی، سیدمحمدحسین، ۱۴۱۷ق، *المیزان*، قم، دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرسین حوزه علمیه.
- فضل‌الله، سیدمحمدحسین، ۱۴۱۹ق، *تفسیر من وحی القرآن*، چ دوم، بیروت، دار الملائک للطباعه و النشر.
- مطهری، مرتضی، ۱۳۶۱، *پیرامون انقلاب اسلامی*، تهران، صدرا.
- \_\_\_\_\_، ۱۳۶۷، *تعلیم و تربیت در اسلام*، تهران، صدرا.
- مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۷۴، *تفسیر نمونه*، تهران، دار الکتب الاسلامیه.
- موسوی خمینی، روح‌الله، ۱۳۷۰، *صحیفه نور*، تهران، سازمان مدارک فرهنگی انقلاب اسلامی.
- \_\_\_\_\_، ۱۳۸۴، *شرح حدیث جنود عقل و جهل*، تهران، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی علیه السلام.
- نصر، محمد، ۱۳۷۵، «شیوه‌های تبیین انتظار از دین»، *نقد و نظر*، دوره ۲، ش ۲، ص ۱۹۹-۲۰۷.