



## **Fundamental elements of individual ethics and psychology in the construction of civilizing man**

**Mohammad Taqi Sobhani Nia \***

**Ali Noormohamadiyan \*\***

**Received on: 21/02/2022**

**Accepted on: 03/09/2022**

### **Abstract**


The realization of the new Islamic civilization has become especially important in the present age and one of the requirements for the realization of the new Islamic civilization is the training of human resources. What is the role of piety as a fundamental concept in individual ethics and self-control as a concept considered by psychology in the construction of civilizing man, is the subject of this research. The method of data collection in this study is documentary study. In this study, which has a qualitative nature, according to the origin of piety, which is revelation, reason and law, and the origin of self-control, which is empirical and sensory knowledge, first the effective elements in creating piety and self-control are counted and then the effect of two concepts by descriptive and analytical methods. Piety and self-control are explained in the education of civilizing human beings. In Islam, attention to the consequences of behavior, learning lessons, self-esteem, self-calculation, using patterns and elements and the element of rationality to attain piety is emphasized, and in psychological thought, especially the school of behaviorism, to strengthen itself. Success experiences, self-efficacy, self-assessment, role modeling, encouragement and cognition are ordered; Attention to the nature and function of these elements indicates some common and synergistic elements for human entry into the field of civilization.

**Keyword:** Civilizing Man, Individual ethics, Piety, Self-control, Psychology.

---

\* Associate Professor of Quran and Hadith University, Qom, Iran.

mt.sobhany@gmail.com

 0000-0002-2675-7584

\*\* Ph.D Student in Islamic Studies - Ethics, University of Quran and Hadith, Tehran Campus, Iran. (Corresponding Author)

Anm155@chmail.ir

 0000-0003-4040-7369



## عناصر بنیادین اخلاق فردی و روانشناسی در ساخت انسان تمدن ساز

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۲/۰۲

محمد تقی سبحانی نیا\*

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۶/۱۲

علی نورمحمدیان\*\*

### چکیده

در عصر حاضر، تحقق تمدن نوین اسلامی اهمیت ویژه‌ای دارد و یکی از الزامات تحقق تمدن نوین اسلامی تربیت نیروی انسانی است. چستی نقش تقوا به عنوان یک مفهوم بنیادین در اخلاق فردی و خودمهارگری به عنوان یک مفهوم مورد توجه روانشناسی در ساخت انسان تمدن ساز، مسئله‌ی این پژوهش است. روش گردآوری اطلاعات در این پژوهش، مطالعه‌ی اسنادی است. این پژوهش که ماهیتی کیفی داشته با توجه به خاستگاه تقوا که وحی، عقل و شریعت است و خاستگاه خودمهارگری که دانش تجربی و حسی است، ابتدا عناصر مؤثر در ایجاد تقوا و خودمهارگری احصاء شده و سپس با روش توصیفی و تحلیلی، تأثیر دو مفهوم تقوا و خودمهارگری در تربیت انسان تمدن ساز تبیین شده است. در اسلام، توجه به پیامدهای رفتار، عبرت‌گیری، کرامت نفس، محاسبه‌ی نفس، استفاده از الگوها و اسوه‌ها و عنصر عقلانیت جهت اتصاف به تقوا تأکید شده و در اندیشه‌ی روان‌شناختی به-خصوص مکتب رفتارگرایی به تقویت خود، تجربه‌های جانشینی، خودکارآمدی، خودسنجی، سرمشق‌گیری، تشویق و شناخت سفارش شده است؛ توجه به ماهیت و کارکرد این عناصر، نشان‌دهنده‌ی برخی عناصر مشترک و هم‌افزا برای ورود انسان به حوزه تمدن سازی است.

**کلمات کلیدی:** انسان تمدن ساز، اخلاق فردی، تقوا، خود مهارگری، روانشناسی.

\* دانشیار دانشگاه قرآن و حدیث، قم، ایران.

 0000-0002-2675-7584

mt.sobhani@gmail.com

\*\* دانشجوی دکتری مدرسی معارف اسلامی- اخلاق، دانشگاه قرآن و حدیث، پردیس تهران، ایران.

(نویسنده مسئول)

 0000-0003-4040-7369

Anm155@chmail.ir

## بیان مسئله

نگاه تمدنی از آن جهت حائز اهمیت است که خط سیر انقلاب اسلامی، رسیدن به تمدن نوین اسلامی است. یکی از مسائل مهم و زیربنایی در مطالعات تمدنی، چگونگی تربیت انسان تمدن ساز است. توجه به مفاهیم و عناصر مؤثر در تربیت انسان تمدن ساز، بایستی از اصلاح رابطه‌ی انسان با خود و پایه‌گذاری آن بر اصول و ارزش‌ها باشد، به‌رغم اهمیت این موضوع، لیکن کمتر موردعنایت و توجه اندیشمندان قرار گرفته است.

رفتارهای یک فرد، بر اساس دیدگاه اندیشمندان علم اخلاق، در چهار حوزه: رابطه‌ی انسان با خدا، با خود، با هموعان و با طبیعت تبیین می‌شود. در تمدن سازی، توجه به هر چهار مؤلفه ضروری است. یکی از حوزه‌هایی که در اخلاق فردی به‌خصوص در اسلام مورد تأکید است. توجه به خود به‌عنوان مقدمه و دروازه‌ی ورود به جامعه سازی و تمدن سازی است؛ البته این تربیت فردی در اصلاح رفتار و توجه به لوازم و شاخص‌های تربیت انسان‌های منظم، با برنامه، خودکنترل و... مورد تأکید سایر جوامع و مکاتب هم است. کشف و تبیین راهبردهای مؤثر برای احیای تمدن نوین اسلامی و بالندگی آن در سراسر هستی یکی از مسائل مهم است، از آنجاکه هدف والای این تمدن، هدایت، تربیت و تهذیب همه‌جانبه‌ی بشر به‌وسیله‌ی تعالیم اسلام است، نوع رفتار و رابطه با خود که ظرفیت‌سازی‌های فراوانی را برای تمدن سازی ایجاد می‌کند، بایستی تبیین گردد. می‌دانیم که بلوغ، عقل و آگاهی یا امکان تحصیل آن، قدرت و توانایی، مضطر نبودن، نبود اکراه و مجبور شدن به انجام دادن عملی و دارای قصد بودن، از شرایط زیرساخت تربیت است و از همه مهم‌تر اراده و استقامت بر اصلاح و تنظیم رفتار است.

در حوزه‌ی نفس و رفتار نیز آنچه مهم و اساسی است، ابزار کنترلی نفس است. نفس دارای قوا و ساحت‌های مختلفی است، که هر کدام کشش‌ها و جاذبه‌هایی برای رفتار خاص، ایجاد می‌کنند. انسان‌ها گاهی در معرض دوراهی‌ها و چندراهی‌های انتخاب، قدرت تصمیم صحیح و رفتار مطلوب را ندارند، برخی رفتارها به‌واسطه‌ی رسیدن به لذت آنی انجام می‌پذیرد، لیکن ممکن است آینده‌ی فرد را دچار مخاطره نماید. ابزاری که مانع از جولان خواسته‌های نفسانی و ناهنجاری‌ها می‌شود و موجب ایجاد تعادل در رفتار یا کسب بیشترین منافع و سعادت می‌شود، آیا چیزی جز تقوا در اسلام و خودکنترلی در روانشناسی است؟

«تقوا» یکی از مفاهیم مهم در اندیشه‌ی اسلامی است. علامه طباطبائی در تفسیر آیه‌ی ۲۰۳ سوره بقره بیان می‌فرماید: «تقوا یعنی پرهیز از محرمات؛ البته ایشان اشاره کرده است که تقوا معنای عامی دارد و مراد از آن، پرهیز از هر چیز پلشت و ناروا است که از جمله‌ی آن‌ها می‌توان به نقض عهد و امور ناپسند عقلی و عقلانی اشاره کرد» (طباطبائی، ۱۳۸۷، ج ۲، ص ۸۲). بنابراین تقوای عام چنانچه ایشان بیان می‌کند، تفاوت‌هایی با تقوای خاص که همان پرهیز و ترک محرّماتی است که شریعت از آن نهی کرده است، دارد.

«خودکنترلی»<sup>۱</sup> که در زبان فارسی نزدیک‌ترین ترجمه‌ی آن، خودمهارگری است نیز در دانش روان‌شناسی مورد توجه بوده است. خودمهارگری در اصطلاح، اراده‌ی تبعیت از خواسته‌های عقلایی، تطبیق رفتار با موقعیت، تبعیت از چارچوب قابل قبول اجتماعی جهت دستیابی به خواسته، حتی در شرایطی با کنار گذاشتن و تأخیر در رسیدن به خواسته، بدون اثرگذاری بیرونی و هدایت فردی دیگر می‌باشد (جان‌بزرگی، ۱۳۸۶، ص ۵۸).

بررسی مفهوم تقوا در اسلام و مفاهیمی همچون خودکنترلی، خودتنظیمی و... که در روانشناسی مورد توجه است و تأثیر آن در اخلاق فردی و تربیت انسان‌های خودساخته و خود مهارگر برای تمدن سازی، می‌تواند یکی از مباحث مهم در حوزه «نقش اخلاق فردی در تمدن سازی» باشد. در مجموع، نقش زیرساختی رابطه‌ی انسان با خود، در مجموعه‌ی رفتارهای ارتباطی او قابل توجه و اعتنا است، به عبارتی، تا رفتارهای انسان با خود اصلاح نشود، اصلاح رفتار او با خدا، هموعان و حتی طبیعت، امری غیرقابل دست‌یافتنی است و بالاخره در مواجهه‌ی رفتاری با خود، در حوزه رفتار با جسم و رفتار با روح و روان خود، باید بکوشد تا ارزش‌های اخلاقی را مورد شناسایی قرار داده و مهار نفس خویش را در اختیار بگیرد.

روش تحقیق، تلفیقی از دو روش تحلیلی و توصیفی است. با مطالعه و بازنگری متون و منابع دینی با تأکید بر تفسیر میزان و منابع روان‌شناسی با تأکید بر مکتب رفتارگرایی، ضمن توصیف و جمع‌بندی موارد مربوط، تلاش بر آن است که رابطه‌ی مفاهیم و عناصر با یکدیگر و سرانجام با مبحث انسان تمدن ساز تبیین شود. بالطبع در اینجا رهیافت ما به مسئله، تبیینی خواهد بود.

در این تحقیق، در مورد نقش تقوا و خودمهارگری در تنظیم رفتار انسان تمدن ساز بحث خواهیم کرد. از این رو در این تحقیق، پاسخگویی به چستی تأثیر عناصر بنیادین تقوا و خودمهارگری به عنوان دو مفهوم مطرح در نظام اخلاقی اسلام و روانشناسی، در ساخت انسان تمدن ساز، به عنوان سؤال اصلی، دنبال می شود. بنابراین ضمن احصاء عناصر اصلی و مهم در دو مفهوم تقوا و خود مهارگری، با تمرکز به عناصر عملیاتی و کارکردی، نقاط اشتراک را شناسایی کرده و سپس با هم افزایی کارکردهای مشترک در دو مفهوم، تأثیر هر یک بر ساخت انسان تمدن ساز مورد تبیین قرار می گیرد.

### ۱. پیشینه‌ی پژوهش

در بررسی پیشینه‌ی موضوع، در حوزه‌ی عوامل تربیتی مؤثر بر تمدن سازی، پژوهش‌هایی انجام گرفته است. از جمله؛ بشیر و غیائی (۱۳۹۹)، در مقاله‌ی «چالش‌های تمدنی پیش روی انقلاب اسلامی ایران» چالش‌های تمدنی انقلاب اسلامی ایران را در مقوله‌های: امکان تحقق تمدن نوین اسلامی، الزامات تحقق تمدن نوین اسلامی، حیطة انتقال تمدنی تمدن نوین اسلامی و معنا و عینیت در تمدن نوین اسلامی دسته‌بندی نموده و یکی از الزامات تحقق تمدن نوین اسلامی را تربیت انسان دانسته است. رجبی و میرزا محمدی (۱۳۹۷)، در مقاله‌ی «بررسی الگوی تربیتی مبتنی بر جهاد در زمینه سازی تمدن نوین اسلامی» چنین نتیجه گرفته است: در شرایطی که انقلاب اسلامی به وقوع پیوسته و مرحله‌ی نظام سازی انجام گرفته است، لازم است تمدن اسلامی در موقعیت فعال و هجومی قرار گیرد. موفقیت در این مواجهه تمدنی، به چگونگی تربیت انسان تمدن ساز بستگی دارد. پورکریمی و سالاری (۱۳۹۸)، در مقاله‌ی «نقش خودسازی در تحقق تمدن نوین اسلامی با رویکردی به بیانیه‌ی گام دوم انقلاب اسلامی» نتیجه گرفته است: که تمدن نوین اسلامی، پیشرفت مادی و معنوی هر دو را لازمه‌ی تحقق جامعه آرمانی می‌داند. تمدن نوین اسلامی که از لحاظ ماهیت و طبعاً از لحاظ دستاوردها، فرقه‌های آشکاری با تمدن غربی دارد، برای تحقق و رشد و شکوفایی، اقتضائات خاص خود را دارد. بنابراین خودسازی یکی از حیاتی‌ترین عوامل برای تحقق و بالندگی تمدن نوین اسلامی است. موسوی (۱۳۹۹) در پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد؛ با عنوان: «نقش متقابل تربیت دینی و تمدن نوین اسلامی» سعی نموده است با بهره‌گیری از

نظرات اندیشمندان و صاحب نظران، تربیت دینی را به عنوان یکی از عوامل زمینه ساز در تمدن نوین اسلامی تبیین نماید.

با توجه به تأکید پژوهش های فوق بر اهمیت و ضرورت توجه به حوزه تربیت انسان تمدن ساز، از این رو، این پژوهش با پرداختن به یکی از زیرساخت های تربیت، یعنی تقوا، به عنوان یکی از مؤلفه های مهم در اخلاق فردی و بررسی تأثیر آن بر تمدن سازی، علاوه بر تحلیل درون دینی، از یافته ها و تحقیقات روان شناسی راجع به خودمهارگری، جهت هم افزایی و تقویت تحقیق استفاده نماید. این توجه خاص به عوامل مهارگر و تنظیم گر درونی انسان، وجه تمایز و نوآورانه ای این تحقیق است.

## ۲. چارچوب نظری پژوهش

در نگاه کلی، باید انسان برای اصلاح رفتار و اعمالش برنامه ریزی کند. تربیت دینی در همه ی دوران ها علاوه بر حفظ اساس کشور، تمدن ساز بوده است و هرگاه تربیت دینی به انحراف کشیده شده است، تحول آفرینی و حرکت از جامعه گرفته شده و افراد و جامعه با نوعی بی هویتی و بی فرهنگی روبه رو شده است. تأثیری که تربیت دینی بر افراد می گذارد، می تواند تمام فعالیت ها را در جهت انقلاب ها، اصلاح تمدن ها و فرهنگ ها به کار گیرد (دلیری، ۱۳۹۳، صص ۳-۷).

مباحث تربیت انسان تمدن ساز از سنت های تحقیقی و نظری متفاوتی به وجود آمده اند. از زمان های دور به دو نوع شیوه در تنظیم رفتار انسان ها بر می خوریم:

۱. شیوه تنظیم و مهار از بیرون<sup>۱</sup> که به وسیله ی محیط و عوامل بیرون از خود فرد، اعمال می شود.
  ۲. شیوه تنظیم و مهار از درون<sup>۲</sup> که عمدتاً سازوکارهای درون ارگانسمی در آن نقش دارند. افراد برحسب میزان توانایی در مهار و تنظیم رفتار خود از درون، به دو گروه تقسیم شده اند:
۱. افراد خویشتن دار، که تلاش می کنند در برابر خواسته های دیگران یا آنچه خود میل داشتند، مقاومت نمایند و رفتارهای خود را برحسب مقاصد و اهداف عالی، تنظیم کنند.

---

1 . extrinsic regulation

2 . Intrinsic regulation

۲. افراد ناخوشتندار و عنان‌گسیخته، که آزادانه و مطابق با میل و خواست خود، بدون داشتن یک افق و هدف خاص، عمل می‌کنند.

با توجه به اینکه دانشمندان روان‌شناسی در سال‌های اخیر به خودمهارگری توجه نموده‌اند و پژوهش‌هایی در این زمینه انجام شده است، چنانچه پژوهشگران (برای نمونه بامیستر ۲۰۰۴، مک کولا ۲۰۰۹) معتقدند موضوع خودمهارگری، پیوند عمیقی با اخلاق داشته و در آموزه‌های ادیان به شدت، بدان پرداخته شده است. برخی از پژوهشگران روانشناسی (اوسمان و ثورژن، ۲۰۰۵) بعد از اشاره به حیطه‌های مختلف خودمهارگری، اظهار می‌کنند: آنچه که هنوز در زمینه ی خودمهارگری، مبهم باقی مانده و مورد مطالعه قرار نگرفته است سازه «خودنظم‌جویی معنوی» است که می‌تواند برای فهم اشکال مختلف معنویت مفید باشد (رفیعی هنر، ۱۳۹۰، ص ۱۴). وین دایر<sup>۱</sup>، معتقد است کسانی که می‌خواهند شخصیت سالم‌تری بیابند، به تنظیم و تهذیب رفتار نیاز دارند. آن‌ها باید بدانند چه کاری را در چه وقت و در چه جایی و چگونه انجام دهند (دایر، ۱۳۶۹، ص ۵۸). روان‌شناسان، بی‌شک، راه‌های مفید و ارزشمندی را پیش روی افراد برای اصلاح و تنظیم رفتارشان گشوده‌اند. با این وجود، آیا به‌راستی می‌توان به کمک این راهبردها و فنون، دگرگونی‌های پرباری را در فرد و جامعه به وجود آورد؟ همچنین برخی درحالی که می‌دانند رفتارشان درست نیست و به سلامت و سعادتشان لطمه می‌زند، انگیزه‌ای برای اصلاح و تنظیم رفتار خود ندارند. این، بیانگر آن است که بدون داشتن یک نظام ارزشی اخلاقی قوی، رسیدن به مطلوب‌ها مشکل است. با توجه به غنای فرهنگ دینی اسلام در تنظیم رفتار و انگیزه‌بخش بودن آن، توجه به تقوا به‌عنوان یک مفهوم اساسی در اخلاق در ساخت انسان تمدن ساز، مهم است.

### ۳. مفهوم شناسی

هرچند مفاهیم اخلاقی و روان‌شناسی مورد توجه مردم است و در ادبیات خاص و عام بکار می‌رود، از چپستی آن فقط تصویری کلی در اذهان وجود دارد و به‌طورکلی مثلاً می‌دانیم که حیا غیر از خوف است و عفت غیر از صبر، اما وقتی قرار است تعریفی دقیق و علمی از یک مفهوم ارائه شود با مشکل جدی روبه‌رو می‌شویم و تصورات پیشین کارآمد نیست.

1 . Wayne Dyer

### ۳-۱. تقوا در اسلام

در اسلام واژه تقوا کاربرد بسیاری داشته است. در قرآن تقوا و مشتقات آن ۲۲۰ بار آمده است (مصباح، ۱۳۷۶، ج ۲، ص ۷۵). سعادت دنیا و آخرت نیز به آن نسبت داده شده است. در اهمیت و ضرورت تقوا، آیات و روایات زیادی وجود دارد، از جمله امام علی علیه السلام می‌فرماید: «التَّقَى رَيْسُ الْأَخْلَاقِ»؛ تقوا رئیس اخلاق است (نهج البلاغه، حکمت ۴۱۰).

تقوا به دلیل جایگاه رفیعی که دارد، بسیار مورد توجه دین اسلام بوده و مردم به رعایت آن تشویق شده‌اند. تقوا به معنای حفظ نگاه داشتن از ضرر، پوشاندن از خطر و آسیب معنا شده است (ابن منظور، ج ۱۵، ص ۴۰۲). شهید مطهری در معنی واژه تقوا نوشته‌اند: «این کلمه از ماده «وَقَى» است که به معنای حفظ و صیانت و نگهداری است» (مطهری، ۱۳۸۴، ج ۲۳، ص ۶۸۸). لذا آنچه قابل طرح است، معنای مناسب برای واژه تقوا «خودنگهداری» است.

### ۳-۱-۱. فرآیند تقوا

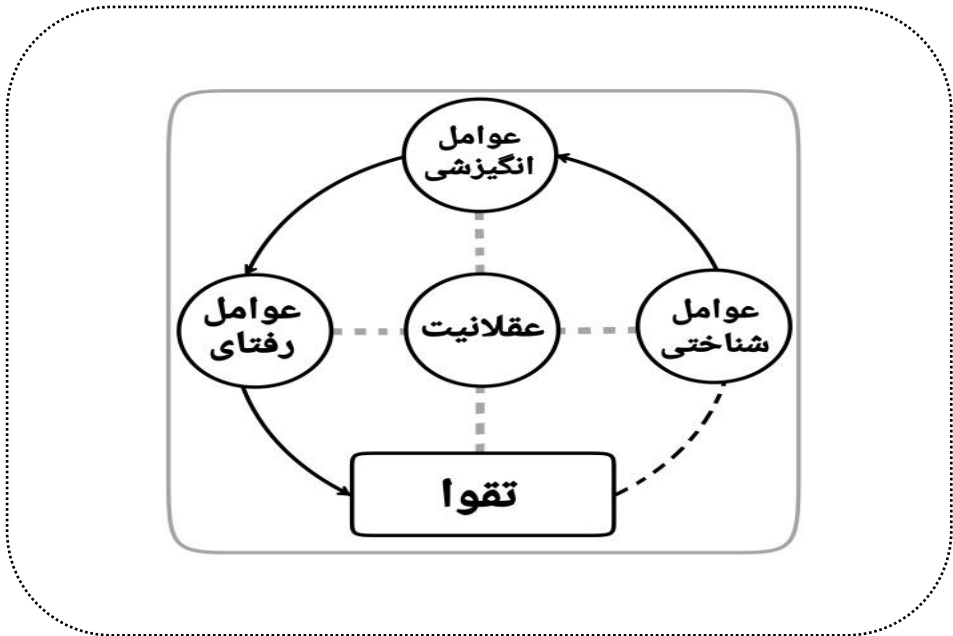
اگر مراحل مختلفی را که در جریان ایجاد «تقوا» وجود دارد، در ارتباط با هم در نظر بگیریم، در این صورت، تقوا در سه زمینه‌ی شناختی، عاطفی و رفتاری قابل تعریف است.

به‌طور مثال، بر اساس آموزه‌های دینی، معرفت به صفات جمال و جلال خدا، یقین به‌روز جزا و وجود عذاب آخرت، وقوف به گناهکار بودن خود، احتمال سوء عاقبت و اینکه در هر لحظه‌ای از زندگی ممکن است غفلت و گناهی از انسان سرزند، زمینه شناختی تقوا را به وجود می‌آورد. البته برای انسان با تقوا طبق صریح آیه‌ی: «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا» (سوره طلاق، آیه‌ی ۲) راه‌های شناخت درست فراهم می‌شود.

زمینه‌ی عاطفی تقوا، بیانگر حالت‌هایی از ترس و هیجان است که نوعاً به دنبال شناخت از یک عامل تهدیدکننده و ضعف و آسیب‌پذیری خویش در انسان حاصل می‌شود. در منابع رایج اخلاق اسلامی، به اشاراتی برمی‌خوریم که در پاره‌ای از آن‌ها به عنصر شناخت و آگاهی از جلال و جبروت الهی و وقوف به گناهکار بودن خود، پایه و اساس تقوا معرفی شده است (مصباح، ۱۳۷۶، ج ۱، صص ۷۴-۷۸).



به دنبال شناخت از عامل تهدیدکننده و ترس ناشی از آن، محافظت و نگه‌داری از خود، در فرد به وجود می‌آید. به نظر می‌رسد این همان چیزی است که می‌توان از آن به بُعد رفتاری تقوا، که در واقع جوهره‌ی تقوا را نیز تشکیل می‌دهد، تعبیر کرد. بنابراین، حالت آگاهی از عامل تهدیدکننده، نوعی انگیزه‌ی مصنوعیت و خودنگه‌داری را در فرد ایجاد می‌کند تا با برنامه‌ریزی‌های پیشگیرانه، از آسیب‌های احتمالی جلوگیری کند. افرادی که تقوا را به «نگه‌داری» و «محافظت نفس در برابر گناهان» تعریف کرده‌اند، در حقیقت، به این معنا اشاره دارند. در روایات نیز تقوا، به معنای حفاظ و چیزی که انسان به وسیله‌ی آن از آسیب‌ها و تهدیدها مصون می‌ماند، تشبیه شده است (نهج‌البلاغه، خطبه‌ی ۱۹۵).



نمودار شماره ۱. فرایند تقوا

### ۲-۳. خودمهارگری در روان‌شناسی

برای شناخت بهتر خودمهارگری در روان‌شناسی ابتدا نیاز است بدانیم «خود» در روان‌شناسی چه تعریف و جایگاهی دارد؛ از این رو به برخی از تعاریف خود در روان‌شناسی اشاره می‌نماییم:

کلمه «خود»<sup>۱</sup> چند معنی دارد، به معنای، برهمنی دلالت دارد. مانند کلمه‌ی «خودسانی»<sup>۲</sup> معنای دوم آن، به فردیت یا ذات یک شخص یا چیزی اشاره دارد مانند خودم، معنای دیگر آن، به درون‌نگری یا عمل بازتابی دلالت دارد و اغلب به صورت پیشوند به کار می‌رود، مانند به خود اعتماد داشتن و معنای چهارم، خودآگاهی است، آنکه در خود، معنایی از استقلال و کنش‌وری خودمختار وجود دارد، چنانچه در تعبیر خود راندن بکار می‌رود (پورحسین، ۱۳۸۳، ص ۳۸).

آثار مختلف در حوزه خودمهارگری، ما را با تعاریف مختلفی مواجه می‌نماید. برخی خودمهارگری را انتخاب برای رسیدن به پاداش بزرگ‌تر اما متأخر در برابر پاداش کوچک‌تر آنی تعریف کرده‌اند (Mishel.1982.p13). هنگامی که افراد از قانون تبعیت می‌کنند یا به تأخیر انداختن درخواست‌ها، ارضاء امیال را بی‌درنگ پیگیری نکنند. از خودمهارگری بهره‌مند شده است (Muraven.2000.p126). «تانجی»<sup>۳</sup> (۲۰۰۴م) محور اصلی مفهوم خودمهارگری را در بی‌اعتنایی به پاسخ‌های درونی یا تغییر آن‌ها یا متوقف کردن تمایلات رفتاری نامطلوب و پرهیز از عمل نمودن بر طبق آن‌ها می‌داند. به‌طور جامع‌تر خودمهارگری؛ قدرت تنظیم و مهار تعمقی، هشیار و نیازمند تلاش تمایلات، رفتارها، افکار و هیجانات خویش به‌گونه‌ای که مستلزم متوقف نمودن هدفی برای رسیدن به هدفی با سودمندی طولانی مدت‌تر و رساندن خود تا مرز معیارهایی چون آرمان‌ها، ارزش‌ها و انتظارات اجتماعی تعریف شده است (رفیعی هنر، ۱۳۹۰، ص ۷).

پژوهشگران اغلب خودمهارگری را برای موقعیتی می‌دانند که افراد در آن موقعیت در حال انجام رفتارهایی هستند که قادر به تضعیف یا کنار گذاشتن پاسخ‌های بسیار نیرومند (مانند یک تمایل رفتاری، انگیزشی و هیجانی) باشد. به عبارتی هنگام اعمال خودمهارگری، افراد تمایلات خود را به‌گونه‌ای تغییر می‌دهند تا با متوقف نمودن یک هدف، مسیر برای رسیدن به هدف سودمند طولانی مدت‌تر هموار شود.

### ۳-۳. رفتار با خود

تعداد آیات و روایات فراوانی که به عامل بودن خود، قبل از توصیه کردن به دیگران توصیه و

- 1 . Self
- 2 . Self same
- 3 . Tangney

تأکید دارد، همگی حکایت از این می‌کند که اصلاح خود، مقدم بر اصلاح دیگران و پله‌ی نخست اصلاح جامعه است (سبحانی نیا، ۱۳۹۲، ص ۷۶).

بهره‌مندی انسان از اراده و اختیار لازم برای انجام دادن یا ترک افعال، نشانه‌ی آن است که نتایج رفتارهای افراد به خود آن‌ها بازخواهد گشت و به فاعل هر فعل، یقیناً منافع یا زیان‌های آن رفتار خواهد رسید. آیاتی که در این خصوص وارد شده بسیار است. به نظر می‌رسد خداوند در قرآن کریم از تکرار این معنا مقاصد متعددی در نظر داشته است، از مهم‌ترین آن‌ها اشاره به این معنا است که همه‌ی رفتارهای اختیاری انسان در حوزه‌های گوناگون از نتایجی برخوردار است و ارزیابی خواهد شد و آن نتایج به خود او بازخواهد گشت. این اصل با ضمیمه‌ی اصل بی‌نیازی خداوند به اعمال و رفتار بشر، معنای کامل‌تری می‌یابد. برخی آیات ناظر به این اصل به شرح ذیل است:

إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا؛ اگر نیکی کنید در واقع به خود نیکی کرده‌اید و اگر بدی کنید به زیان خود عمل کرده‌اید (اسراء / ۷).

وَ أَنْ لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى؛ و اینکه برای انسان چیزی نیست مگر نتیجه‌ی سعی و تلاشش و او نتیجه‌ی تلاشش را در آینده خواهد دید (النجم / ۳۹).

تشخیص رفتار صحیح در گام نخست و انجام دادن آن در گام بعد، از هر چیز دیگری در زندگی آدمی مهم‌تر خواهد بود، اکنون به‌خوبی آشکار می‌شود که هر نوع رفتار آدمی، در هر حوزه رفتاری، با خود او نیز مرتبط است و نتیجه‌ی آن سرانجام به خود او بازخواهد گشت. انسان هر اقدام درست یا نادرستی که انجام دهد، اگرچه در ظاهر ممکن است نتیجه به سود یا زیان دین یا مؤمنان و هم‌نوعان یا حتی محیط‌زیست باشد، در حقیقت این سود و زیان، یکی از آثار رفتار اوست، خداوند همه‌ی ضررها و آسیب‌هایی را که در پس اعمال فرد متصور است به خود او بازمی‌گرداند: مَنْ عَمِلَ صَالِحًا فَلِنَفْسِهِ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهَا... (فصلت / ۶۲). وَلَا يَحِيقُ الْمَكْرُ السَّيِّئُ إِلَّا بِأَهْلِهِ فَهَلْ يَنْظُرُونَ إِلَّا سُنَّتَ الْأَوَّلِينَ فَلَنْ تَجِدَ لِسُنَّتِ اللَّهِ تَبْدِيلًا... (فاطر / ۴۳).

### ۳-۴. تمدن برخاسته از فطرت

اینکه انسان چه باشد و چگونه باشد، بعد از آفرینش او آغاز می‌شود، ازاین‌رو، انسان آن چیزی

نیست که خلق شده است، بلکه آنچه خودش خواستار آن باشد، می شود. آن چیزی می شود که حاصل اراده و انتخاب خودش است. این گونه است که انسان در نحوه ابراز وجود خود، با همه‌ی موجودات دیگر اعم از حیوان، نبات و جماد متفاوت است. فطریات در انسان‌ها موجودند و چنانچه آفتی متوجه آن نشود، در وجود انسان رشد می کنند و شاکله و شخصیت انسان‌ها را می سازند. شهید مطهری معتقدند که: «هر کس خود بنا و معمار و مهندس شخصیت خود است. قلم تصویر کننده و نقاش خلقت شخصیت انسان (برخلاف شخص او) به دست خودش داده شده است» (مطهری، ۱۳۶۸، ص ۶۷).

در وجود انسان، غرایز و امیال گوناگون قرار داده شده است؛ غرایز و امیالی که همه‌ی آن‌ها برای ادامه‌ی حیات او ضرورت داشته و در وقت مناسب کارآمد است. این امیال و غرایز به منظور نیل به هدف تکاملی بوده و هر انسان برای رسیدن به درجات بالاتر کمالی همواره به این غرایز و گرایش‌ها نیازمند است. البته همه گرایش‌ها و تمایلات آدمی در غرایز و امیال نفسانی خلاصه نمی شود، انسان در ضمیر خویش تمایلات دیگری چون خداجویی، میل به عبودیت و بندگی، جاودانگی، علاقه به ارزش‌های انسانی و اخلاقی را نیز احساس می کند. اگر در ضمیر انسان انواع تمایلات، غرایز و قوای گوناگون قرار داده شده است، به این معنا است که به همه‌ی آن امور در تعالی و کمال نیاز دارد و باید از هر یک از آن‌ها در وقت خود، به اندازه‌ای که با هدف نخستین آفرینش در تعارض نباشد بهره‌برداری کرد. این مسیری جهت تحقق تمدن برگرفته از فطرت انسانی است.

#### ۴. جایگاه تقوا و خودمهارگری در ساخت انسان تمدن ساز

دو مفهوم تقوا و خودمهارگری، کارکردها و تأثیرات عمیقی در رسیدن انسان‌ها به اهداف متعالی دارند، اما در این تحقیق، تمرکز بر استفاده از عناصر ظرفیت آفرین در جهت ساخت انسان‌های تمدن ساز است. از این رو، در این تحقیق صرفاً عناصر مهم در حوزه تقوا و خودمهارگری، بر مبنای تعریف فرآیندی تقوا (فرایند: شناختی - عاطفی - رفتاری) با رویکرد هم‌افزا و مرتبط با ساخت انسان تمدن ساز، تبیین می شوند.

#### ۴-۱. تأثیر اختیار و مکان مهار در ساخت انسان تمدن ساز

برخی در انتقاد به اعتقاد به قضاء و قدر در اسلام، معتقدند که اگر امور را مستند به قضاء و قدر، به این بدانیم، که قرار باشد همه‌ی امور در لوح محفوظ نوشته شده و انسان‌ها تسلیم و مقهور محیط باشند، باید حق داد که کسی تلاش و حرکتی برای کسب کمال و ترک رذایل اخلاقی نکند، از این رو جایگاه اختیار انسان‌ها نفی و مکان مهار و تنظیم رفتار انسان بیرون از فرد قرار می‌گیرد. علامه طباطبائی در پاسخ به این موضوع معتقدند که: «اینکه انسان، حکم اختیار را باطل بدانند، صحیح نیست. چون که محور اصلی سعادت و شقاوت زندگی دنیوی بر اختیار استوار است و اختیار یکی از اجزاء علل حوادثی است که برگرفته از افعال آدمی یا احوال و ملکات حاصله از افعال آدمی، پدید می‌آید» (طباطبائی، ۱۳۸۷، ج ۱، ص ۵۳۷) ایشان همچنین معتقد است که: «این گونه هم نیست، که اختیار خود را تنها علت تامه حوادث بدانند و وقایع را تنها به خود و به اختیار خود نسبت دهد و سایر اجزاء عالم و علل موجود در عالم را از جمله اراده الهی را در آن حادثه بی تأثیر بدانند» (همان). اعتقاد به این نگاه، برخلاف نگاه صوفیانه، از عوامل اصلی حرکت و پویایی برای ساختن آینده‌ای بهتر در حوزه‌ی تمدنی است.

یکی از مهم‌ترین مسائل در روان‌شناسان شناختی، بحث «مکان کنترل»<sup>۱</sup> است؛ یعنی اینکه: فرد، منشأ تنظیم و مهار زندگی و رفتار را در درون خود بدانند، یا در خارج از خود؛ این اصطلاح را نخست «راتر»<sup>۲</sup> به کار برد. از نظر او مکان کنترل، تأثیر مهمی بر نگاه ما در تنظیم و هدایت رفتار ما دارد. چنانچه فرد پاداش را نتیجه‌ی تلاش و رفتار خود نداند و آن را نتیجه‌ی اتفاق و سرنوشت بدانند، یا آن را نتیجه‌ی عوامل غیرقابل پیش‌بینی بدانند، به معنای آن است که آن فرد به مهار بیرونی معتقد است. اما، وقتی فرد، معتقد باشد که بین خصوصیات ثابت شخصیتی و موفقیت و همچنین پاداش رابطه وجود دارد، نشان از توجه به مهار درونی است (کریمی، ۱۳۷۶، صص ۱۴۸-۱۴۹).

اینجاست که فرد معتقد به مهار درونی، فردی فعال خواهد بود، زیرا خودش را دست‌بسته عوامل بیرونی نمی‌بیند. اما کسی که معتقد به مهار بیرونی است، در انجام دادن یا ترک یک عمل، خود را نیازمند دیگران و به‌طور کلی، مقهور عوامل بیرونی می‌داند و لذا منفعلانه عمل می‌کند. دیدگاه

1 . locus of control

2 . Rotter

«بندورا»<sup>۱</sup> در زمینه‌ی اختیار یا جبری‌نگری، حدی بین آزادی مطلق و جبری‌نگری افراطی است. ایشان با تأکید بر مفهوم «جبری‌نگری متقابل»<sup>۲</sup> قائل به تعامل مداوم رویدادهای محیطی و رفتار شخصی هستند. یعنی تصورات افراد، رفتار آن‌ها و محیط در تعامل متقابل با یکدیگرند هستند. انسان‌ها نه چنان ناتوان هستند که توسط نیروهای محیطی مهار شوند و نه عواملی به‌طور کامل آزاد و مستقل تا آزادانه هر آنچه خواستند قادر به انجام باشند (شجاعی، ۱۳۸۸، ص ۲۴۲).

#### ۴-۲. نقش تجربه‌ی پیامد در تمدن سازی

تجربه‌ی پیامد، یکی از ابزارهای شناختی در رسیدن به خودمهارگری و تقوا، نقش تجربه‌ی پیامد این‌گونه است که نتیجه و آثار یک عمل تجربه‌شده، مهم‌ترین عامل تعیین‌کننده رفتارهای بعدی‌اند. رفتاری که با تجربه‌ای خشنودکننده همراه باشد نیرومند می‌شوند و برعکس، رفتاری که پیامد نامطلوب به همراه داشته باشد، احتمال تکرار کمتری دارد. تجربه، هم در مباحث روانشناسی مطرح شده است و هم در آموزه‌های دینی بیان گردیده است. طبق اصل تجربه، باید تجربه‌ی موقعیت‌های مختلف برای فرد، وجود داشته باشد تا بتواند در تصمیم‌گیری‌های بعدی خود، از آن استفاده کند. اصطلاحی که ما در این نوشتار برای اشاره به این منظور به کار می‌بریم، «تجربه‌ی پیامد» است. مفاد تجربه‌ی پیامد، این است که پیامدهای تجربه‌شده یک رفتار، در تنظیم و هدایت رفتارهای بعدی او مؤثرند.

روانشناسان، تحقیقات متعددی درباره‌ی تجربه و نقش آن در تصمیم‌گیری‌های بعدی انجام داده‌اند. آنان در تحقیقات اولیه، به این نکته علاقه‌مند بودند که چگونه رفتارهای افراد، تحت تأثیر تجارب و آموخته‌های قبلی آنان قرار می‌گیرد. از سوی دیگر، تجربه، پایه و اساس یادگیری است. شناخت هر فرد، خصوصیتی دارد که مجموع آن‌ها از طریق تجربه به‌دست آمده است. این ویژگی‌ها آن‌طور که هست، در هیچ‌یک از موجودات دیگر وجود ندارد. داشتن استعدادها و گرایش‌های طبیعی در قالب کمال‌جویی و حقیقت‌طلبی، زمینه‌های فطری تجربه را به وجود می‌آورند. انسان، بخش قابل توجه از شناخت‌ها و آگاهی‌های خود را از طریق تجربه‌ی مستقیم و تعامل بدون واسطه با محیط به دست می‌آورد. تجربه، از این نظر نیز مورد توجه ویژه‌ی روان‌شناسان قرار گرفته است

1 . Bandoura

2 . Reciporal Petrminism

(پاول، ۱۳۷۹، صص ۱۹۶-۲۰۰). چنانکه در آموزه‌های دینی نیز «تجربه»، پایه و اساس یادگیری معرفی شده است. خداوند در این باره می‌فرماید: «وَاللّٰهُ اٰخْرَجَكُم مِّنْ بُطُوْنِ اُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُوْنَ شَيْئًا وَّ جَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَّ الْاَبْصَارَ وَّ الْاَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُوْنَ»؛ و خدا شما را از شکم مادرانتان بیرون آورد درحالی‌که چیزی نمی‌دانستید و به شما گوش و دیدگان و دل‌ها داد تا حقایق را تجربه نمایید و شناخت پیدا کنید { شاید سپاس‌گزارید} (نحل، ۷۸).

اصل تجربه‌ی پیامد، به‌عنوان یک مکانیزم قوی، رفتار انسان را مهار می‌کند. در نظام اخلاقی و تربیتی اسلام، باوجود آن‌که تأثیر تجربه‌ی پیامد بر تنظیم و مهار رفتار انسان پذیرفته‌شده، اما تعمیم آن در همه‌ی موارد و استنباط یک قاعده کلی (یعنی این‌که گفته شود تنظیم و مهار رفتار فقط از طریق تجربه‌ی پیامد امکان‌پذیر است) به‌هیچ‌وجه قابل قبول نیست، زیرا اگر تنظیم رفتار منحصر به تجربه‌ی شخصی پیامد شود، با چند مشکل اساسی مواجه خواهیم شد:

۱. با توجه به شرایط و امکاناتی که هر فرد در اختیار دارد و نیز عمر محدود انسان، تجربه‌ی شخصی همه‌ی رفتارها و مشاهده‌ی پیامد همه‌ی آن‌ها امکان‌پذیر نیست.

۲. هرچند از نظر شرع، تجربه‌ی پیامد در مورد کارهای مباح، اشکالی ندارد، اما در مورد افعال حرام که حتی انجام دادن آن‌ها مجاز نیست، چگونه انسان می‌تواند پیامد رفتار خود را ببیند و از آن در تنظیم و هدایت رفتارهای بعدی خود استفاده کند. اهل تقوا، علاوه بر آن‌که از حرام‌های آشکار، پرهیز دارند و حتی تجربه‌ی انجام یک‌بار آن را برای خود مجاز نمی‌دانند، از ارتکاب اعمال مشکوک و نظرهای فتنه‌انگیز نیز خودداری می‌کنند. نتیجه‌ای که از این مباحث قابل برداشت است، این است که اصل تجربه‌ی پیامد در مورد محرمات صادق نیست.

در علوم تجربی به‌طور عام و از جمله در روان‌شناسی، ارزش یک یافته‌ی علمی، به تجربه وابسته است. این گرایش، در طول تاریخ اندیشه‌ی بشری وجود داشته و فیلسوفانی مانند «توماس هابز، جان لاک، جورج برکلی و دیوید هیوم» از بنیان‌گذاران مکتب تجربه‌گرایی و هموارکنندگان راه، برای این طرز تفکر بوده‌اند. به سهولت می‌توان دریافت که در روان‌شناسی، دیدگاه‌ها و رویکردهای نظری، عموماً نقش بی‌بدیل تجربه را پذیرفته‌اند و بیش از همه، رفتارگرایی بر این فرض، استوار است که رفتار با انباشتن فزاینده‌ی تجارب حسی و بی‌واسطه به وجود می‌آید. تجربه در روان‌شناسی به قدری حائز اهمیت است که گاه روان‌شناسی به علم مطالعه‌ی تجربه‌های بیواسطه

تعریف شده است (شولتز، ۱۳۸۷، صص ۵۳-۵۷).

موضع روان‌شناسی درباره خودمهارگری، اغلب از اصل تجربه متأثر است. «واتسون، اسکینر، پاولوف» و دیگران معتقدند: برای اینکه یک رفتار اتفاق بیفتد یا از آن جلوگیری شود، بایستی فرد قبلاً آن را به شکلی تجربه کرده باشد. یعنی هنگامی که مردم با وقایع و حوادث روبرو می‌شوند فقط برخی از پاسخ‌هایشان از کار درمی‌آید و سایر پاسخ‌ها بی‌اثرند و یا باعث دستاوردهای نامناسب می‌شوند. از این رو، در این فرایند تقویت افتراقی، رفتار موفق، انتخاب و رفتارهای بی‌اثر یا با پیامد منفی، حذف می‌شوند (شجاعی، ۱۳۸۸، ص ۱۱۶).

اصل تجربه‌ی پیامد هم در آموزه‌های دینی و هم در نظریه‌های روان‌شناسی برای رسیدن به موفقیت و رشد، مورد توجه قرار گرفته است، تجربه به‌خصوص در روانشناسی از طریق حس دیداری، شنیداری و... قابل پیگیری است. البته در اسلام برخی حدود در تجربه بیان شده که لازم است انسان از وحی و تجارب دیگران در تعیین مسیر و انتخاب خود کمک بگیرد.

#### ۴-۳. نقش عبرت و تجربه‌های جانشینی در ساخت انسان تمدن ساز

عبرت، اصل دیگری در مهار نفس و تنظیم رفتار است. عبرت یعنی استفاده از پیامد تجربه‌ی دیگران، به‌طور عام، دو نوع پیامد تجربه‌شده را می‌توان از هم متمایز کرد: پیامدهای تجربه‌شده توسط دیگران و پیامدهای تجربه‌شده توسط خود فرد. پیامدهای تجربه‌شده توسط دیگران به بررسی سرگذشت پیشینیان و بازمینی و مرور تاریخی حوادث، بازمی‌گردد. بنابراین کسانی که از عبرت بهره می‌برند، رفتارشان با کسانی که از آن بی‌بهره‌اند، متفاوت است. این مفهوم بسیار مورد توجه دین است و آیات و روایات فراوانی درباره آن وجود دارد. دانشمندان نیز بر اساس نقدی که بر نظریه‌ی تجربه‌ی پیامد وارد است از انحصار تعمیم آن کاسته و نظریه‌ی پیامدهای تجربه‌شده را ارائه کرده‌اند. بر اساس این نظریه، پیامدهای تجربه شده دیگران، منبعی برای تنظیم رفتار است. از این رو لازم نیست هر فرد، خود همه‌چیز را تجربه کند، بلکه می‌تواند از تجربه‌ی دیگران نیز استفاده کرده، از نتایج آن در تنظیم رفتارهای خود بهره‌مند گردد. عبرت‌آموزی نوعی حالت خودنگهداری در فرد ایجاد می‌کند. در روایتی آمده است: «مَنْ اعْتَبَرَ حَلِيزَ؛ کسی که عبرت گیرد، اجتناب می‌کند» (ری شهری، ۱۴۱۶ق، ج ۷، ص ۳۴۴۴). در این حدیث، بازپردازی رفتاری، موجب



خویشتن‌داری و ترک گناه دانسته شده است. خودنگهداری، از مؤلفه‌های مهم عبرت‌آموزی است. حضرت علی علیه‌السلام می‌فرماید: «لَا عِتْبَارَ لِمَنْ لَّا اَزْدِجَارَ لَهُ؛ عبرت‌آموزی ندارد کسی که خویشتن‌داری ندارد» (همان).

«بندورا» اعتقاد دارد که رفتار می‌تواند از طریق «تقویت جانشینی»، یعنی با مشاهده رفتار دیگران و پیش‌بینی پیامدهای تقویتی انجام همان رفتارها آموخته شود. به نظر ایشان، تقویتی که مستقیماً تجربه می‌شود، راهی ناکارآمد، وقت‌گیر و بالقوه خطرناک برای تغییر رفتار است (شجاعی، ۱۳۸۹، ص ۶۷). سیر در تاریخ و توجه به سرگذشت انسان‌ها، به اقوام و جوامع پیشین و آسیب‌ها و نقاط قوت آنان، وسیله‌ی هدایت و تربیت است.

بررسی و تأمل در دلایل افول تمدن‌ها و عوامل تحقق و ماندگاری تمدن‌های گذشته، انسان‌ها را در رسیدن به اهداف تمدنی کمک می‌کند. اولاً موجب شناخت آسیب‌ها و ظرفیت‌های تمدن‌سازی به‌خصوص در حوزه‌های مرتبط با عملکرد خود انسان‌ها می‌شود و ثانیاً با مشاهده پیشرفت و پسرفت و نقاط ضعف و قوت آن‌ها، انگیزه پیمودن مسیر صحیح و ترک افعال و رفتارهای نادرست، افزایش می‌یابد.

#### ۴-۴. جایگاه الگوبردازی و سرمشق‌گیری در تربیت انسان تمدن ساز

مقصود از «الگوبردازی»<sup>۱</sup> روشی است که در آموزه‌های دینی از آن با اسوه یاد شده است. الگوبردازی یا اسوه، اصطلاحی کلی است که مجموعه‌ای از فرایندهای شناختی- رفتاری که فرد با مشاهده رفتار فردی دیگر به‌عنوان الگو، رفتار خود را تنظیم می‌کند. زمینه‌های نظری اصل الگوبردازی را هم در روان‌شناسی می‌توان ردیابی کرد و هم در آموزه‌های دینی.

الگوبردازی با تبیین روان‌شناسان با یادگیری مشاهده‌ای مرتبط است. اینکه انسان‌ها از راه مشاهده رفتار انسان‌های دیگر می‌آموزند، دست‌کم به یونانیان باستان چون افلاطون و ارسطو بازمی‌گردد. در طول قرن‌های متوالی، «یادگیری مشاهده‌ای»<sup>۲</sup> بدیهی انگاشته می‌شد که یک تمایل طبیعی در انسان‌ها برای تقلید آنچه در دیگران مشاهده می‌کنند، وجود دارد. بنابراین، الگوبردازی، از

1 . Modeling principle

2 . Observational learning

رویکردهای فلسفی و روان‌شناختی عمده‌ای مثل یادگیری، ویژگی فطری و درعین‌حال مشترکی برای همه‌ی انسان‌هاست. در بین موجودات، انسان موجودی الگوپذیرتر است و بسیاری از شیوه‌های رفتاری و گفتاری او چه مثبت و چه منفی، از راه تقلید و الگوبرداری است. معمولاً اصطلاح الگوپردازی و سرمشق‌گیری را به حالت‌های ذهنی پیوند می‌دهیم که فرد به‌صورت آگاهانه به کار سرمشق‌گیری و همانندسازی می‌پردازد.

به‌اجمال می‌توان اذعان کرد، یادگیری مشاهده‌ای از نظر «بندورا» شامل توجه به یادسپاری، توانایی تبدیل یادگیری به عملکرد و مشوق‌هاست. بنابراین اگر یادگیری از راه مشاهده با شکست مواجه شود، شاید به‌این‌علت است که یادگیرنده به فعالیت‌ها و رفتارهایی از الگو که قرار بوده یاد گرفته شوند، توجه نکرده است یا آن‌ها را فراموش کرده یا توانایی انجام دادن آن‌ها را نداشته است یا انگیزه‌های مناسب برای انجام دادن را در اختیار نداشته است. بر اساس یافته‌های روانشناسان، یکی از عوامل مؤثر در یادگیری رفتارهای جدید و تغییر و اصلاح رفتارهای پیشین، مشاهده الگو در حین انجام دادن کار است (فضل‌الهی، ۱۳۸۲، صص ۸۱-۸۳).

یادگیری مشاهده‌ای در آموزه‌های دینی نیز پذیرفته‌شده و بیان‌شده است، انسان بسیاری از رفتارهای خود را از راه مشاهده و بر طبق فرآیند تقلید و همانندسازی از دیگران، به‌ویژه دوستان و اطرافیان، یاد می‌گیرد. این تقلید و الگوپردازی در شکل‌دهی رفتار انسان تأثیر و در سرنوشت او نقش دارد؛ پیامبر اسلام صل الله علیه و آله می‌فرماید: «الْمَرْءُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ، فَلْيَنْظُرْ أَحَدَكُمْ مَن يُخَالِلُ؛ آدمی بر آیین دوست خود است. پس هر یک از شما مواظب باشد که با چه کسی دوستی می‌کند» (الأمالی للطوسی، ص ۱۱۳۵).

در اخلاق اسلامی، برای استفاده از اصل الگوپردازی در جهت‌بخشی و تنظیم اعمال و رفتار انسان با واژه‌ها و مفاهیمی چون اسوه، قدوه، مثال، الگو، مدل، سرمشق و... برمی‌خوریم. آنچه بیش از همه در کتاب‌های اخلاق و معارف دینی در این زمینه به کار می‌رود واژه اسوه است. اسوه به معنای مطلق پیروی کردن از دیگران و تأسی به آن‌هاست، چه در امور خوب باشد و چه امور زشت، در نتیجه، اسوه‌ها نیز به اسوه‌های خوب و اسوه‌های بد تقسیم می‌شوند. بر این اساس که اسوه می‌تواند خوب یا بد باشد. خداوند در قرآن کریم، پیامبر صل الله علیه و آله را به‌عنوان اسوه حسنه معرفی می‌کند: «لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ؛ به‌درستی که در پیامبر خدا برای شما

الگوی خوبی است» (احزاب، ۲۱).

الگو و اسوه در پرورش انسان‌های با تقوا و خودمهارگر، نقش راهنما و انگیزه‌بخش دارد. اسوه‌ها و الگوهای موفق به‌خصوص در مکتب اسلام شامل پیامبر و ائمه‌ی معصومین علیهم‌السلام نقش بی‌بدیلی در انتخاب درست و حرکت با اعتقاد و اطمینان در حصول به نتیجه برای انسان‌ها فراهم می‌نماید. الگو فراتر از حوزه‌ی فردی برای جوامعی که بخواهند از الگوهای موفق سایر جوامع در پیشرفت خود استفاده کنند، در رسیدن به مؤلفه‌های تمدن‌ساز عمل نمایند قابل طرح است.

#### ۴-۵. نقش خودارزش بخشی (کرامت) در تربیت انسان تمدن ساز

حس ارزشمند بودن، منبعی بالقوه و بسیار بزرگ برای سعادت و نیک بختی انسان است. آدمی، سعادت و خوشبختی خود را از طریق حس ارزشمند بودن به دست می‌آورد. خودارزش‌بخشی نه تنها از نظر روان‌شناسی، بلکه از نظر دینی نیز به‌عنوان اصل بنیادی پذیرفته‌شده است. پایه‌ی نظری اصل خودارزش‌بخشی، هم در آیات و روایات و هم در نظریات و رویکردهای روان‌شناختی قابل بررسی است.

به اعتقاد روان‌شناسان، برای انسان هیچ حکم ارزشی‌ای مهم‌تر از داوری او درباره‌ی خویش نیست. هر انسانی بر اساس معیارهایی که در اختیار دارد، همواره میزان ارزشمندی خود را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. فردی که خود را مفید و کارآمد بداند و کرامت بالایی داشته باشد، از سلامت روانی بیشتری برخوردار است. لذا توان بیشتری برای تحمل فشارها و رویدادهای سخت زندگی خواهد داشت (شولتز، ۱۳۸۷، ص ۵۰۹).

یکی از ویژگی‌های مهم انسان در قرآن، کرامت است. در فرهنگ اسلامی، کرامت از جمله ارزش‌هایی است که می‌تواند رفتار و روابط انسان‌ها را به‌گونه‌ای مطلوب تنظیم کند. کارکرد اصل خودارزش‌بخشی در تقوا، با شناخت دقیق‌تر مفهوم کرامت، امکان‌پذیر است. ماده‌ی کرامت در قرآن فراوان به‌کاررفته است. قرآن، تقوا را ملاک و معیار کرامت دانسته و منزلت انسان را در ارتباط با تقوا می‌داند (حجرات، ۱۳) و نیز در برخی آیات، بهشت را جایگاه تکریم دانسته (معارج، ۳۵) و نعمت‌های دنیا را کریم و نشانه‌ی تکریم انسان برمی‌شمارد (شعرا، ۷؛ اسراء، ۷۰). بنابراین کاربرد مفهوم کرامت در قرآن بسیار وسیع است. به‌گونه‌ای که هم در مورد خدا و هم در مورد ملائکه،

انبیا و انسان‌های دیگر به کار می‌رود. و یکی از اهداف اصلی تمدن‌های اصیل، بویژه تمدن‌های فطرت محور، حفظ کرامت و ارزش بخشی به شخصیت هم‌ی انسان‌ها، نه طبقه‌ی خاصی از جامعه انسانی است.

#### ۴-۶. جایگاه عقل در ساخت انسان تمدن ساز

تأکید بسیار زیاد قرآن کریم بر عقلانیت امری مشهود است. از دیدگاه علامه طباطبائی، ملکه‌ی تقوا بر کارکردهای قوا از جمله عقل و سایر نیروهای ادراکی اثرگذار است. انسان برای ایجاد اعتدال در قوه غضبیه و قوه شهویه، نیازمند تسلط و استفاده از قوه عاقله است. هنگامی که اعتدال در قوه‌ای از تعادل خارج شود، موجب طغیان آن قوه می‌شود؛ کشش‌های آن قوا بر نفس مسلط شده و عقل دیگر توان مقابله را از دست می‌دهد. اینجا است که با حاکم کردن ملکه‌ی عدالت بر قوای نفس و اعمال عادلانه‌ی این قوا که علامه طباطبائی این ویژگی را همان تقوا می‌داند، می‌توان بر افکار خویش مسلط شد (شکری، ۱۳۸۸، ص ۶۰). تقوای عاقلانه، ظرفیتی در فرد به وجود می‌آورد که موجب می‌شود رفتار فرد، به جای آنکه از بیرون و توسط عوامل محیطی تنظیم و هدایت شود، با پرورش نیروی عقل به سطحی از نظم دهی و مهارگری شخصی برسد که عملکردهای او را از درون و بر اساس مجموعه‌ای از ارزش‌ها و هنجارهای درونی شده دینی و الهی، هدایت و تنظیم کند (شجاعی، ۱۳۸۸، ص ۳۵۷).

تقوای عاقلانه به عنوان یک نظریه‌ی انگیزشی برآمده از سیستم دینی، می‌تواند در همه‌ی سطوح شخصیت و رفتار انسان، نقش سازنده و مؤثر داشته باشد و به عنوان یک نیروی هدایتگر به انگیزه‌ها و نیازها و رفتارهای آدمی جهت دهد. از این رو، یکی از اهداف مهم دین مقدس اسلام، ارائه‌ی طرح و برنامه برای پرورش افراد خردمند و با تقوا است. افراد غیر خردمند و بی تقوا به سادگی تحت تأثیر هوای نفس و خواسته‌ها و انتظارات دیگران قرار می‌گیرند. اما کسانی که تقوای عاقلانه در آن‌ها بارور شده، از عزت نفس بالایی برخوردارند و چون مهار اعمال و رفتار خود را در دست دارند، می‌توانند از هر آنچه با ارزش‌های دینی و اخلاقی ناسازگار باشد، پرهیز کنند. نقش تقوای عاقلانه در تنظیم رفتار کلامی، دیداری، شنیداری و... قابل تأمل است.

در مکتب رفتارگرایی روانشناسی، بویژه رفتارگرای میان‌رو نسبت به رفتارگرایی سنتی، می‌توان

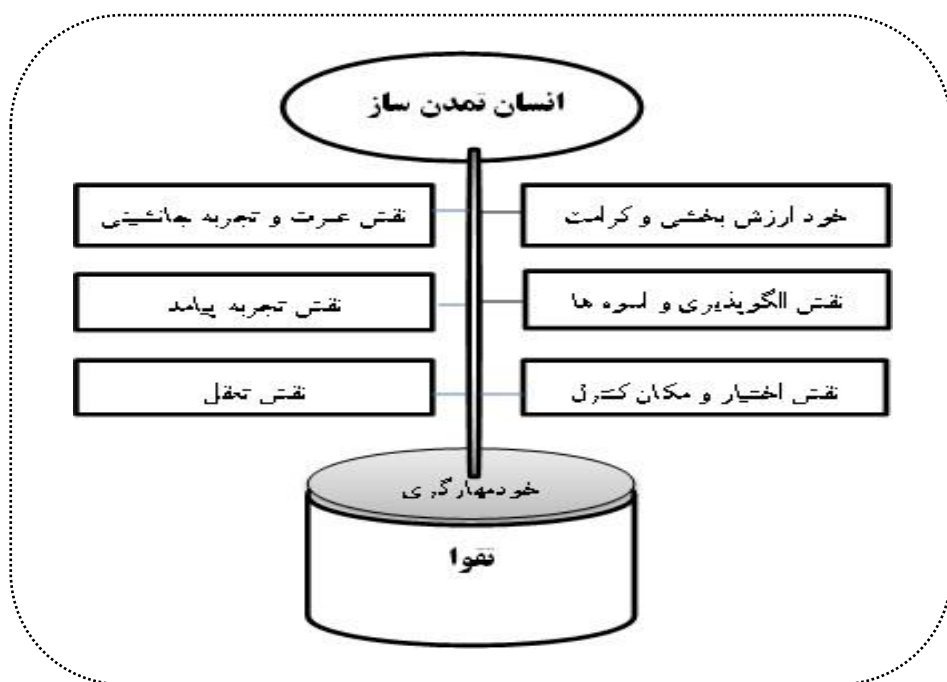
تعهد قوی را به فرض عقلانی بودن انسان‌ها مشاهده کرد. به لحاظ شناختی، عمده مفاهیم نظری این مکتب نشان‌دهنده قوت بُعد عقلانی انسان است، اینکه «بندورا» اغلب بر تفکر هشیار تأکید می‌کند تا بر تعیین‌کننده‌های محیطی ناهشیار؛ به عقیده او، انسان‌ها نسبت به اینکه عملکرد آن‌ها چگونه اوضاع و احوالشان را متأثر خواهد کرد، تصمیمات عاقلانه‌ای می‌گیرند (شجاعی، ۱۳۸۸، ص ۲۴۲).

انسان تمدن ساز بایستی بتواند حجاب‌های عقل را کنار بزند و از ظرفیت عقل در پیش‌روندگی اهداف خود استفاده کند، به سازندگی معنوی و مادی فزون‌تری دست یافته و زمینه‌ساز تحول در جامعه و شکل‌گیری تمدن را تحقق بخشد.

### نتیجه‌گیری

مستدل به آیهی قرآنی «إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ» (رعد، ۱۱) راه اصلاح جامعه و تحقق اصول مورد نیاز یک تمدن برخاسته از فطرت، توجه به عناصری است که بتواند انسان‌ساز بوده و فرد را در چندراهی‌ها، تعارض‌ها و آسیب‌های موجود و احتمالی آینده حفظ کند؛ این جز از مسیر تقوا امکان‌پذیر نیست. در پاسخ به چیستی تأثیر تقوا و خودمهارگری در تربیت انسان تمدن ساز که به روش توصیفی و تحلیلی دنبال شد، یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد اولاً عناصر مشترکی بین تقوا در اسلام و خودمهارگری وجود دارد که نشان‌دهنده جامعیت و اهمیت تقوا است. ثانیاً یکی از اهداف ادیان الهی و بالأخص اسلام، تربیت دینی انسان‌ها است و دانش روان‌شناسی می‌تواند در تسهیل این امر دخیل باشد. و اگر ما بخواهیم حقایق دینی مان را منتقل کنیم و بتوانیم برای تربیت انسان‌ها در زمینه‌های دینی و اخلاقی سرمایه‌گذاری کنیم، بایستی از ظرفیت سایر علوم به‌خصوص روان‌شناسی استفاده کرد، اینکه چه نکاتی را مدنظر قرار دهیم و از چه ابزارهایی استفاده کنیم. توجه به این هم‌افزایی‌ها و اشتراک‌ها به تربیت انسان‌های تمدن ساز کمک شایانی می‌نماید. اشتراک‌های موجود در عناصر عملیاتی تقوا و خودمهارگری قابل توجه هستند، چنانچه توجه به پیامدهای رفتار، عبرت‌گیری، کرامت نفس، استفاده از الگوها و اسوه‌ها و عنصر عقلانیت در تقوا مورد تأکید شده است و در اندیشه‌ی روان‌شناختی، به تقویت خود، تجربه‌های جانشینی، خودکارآمدی، خودسنجی، سرمشق‌گیری، تشویق و شناخت برای ایجاد خودمهارگری، سفارش شده است.

مسئله‌ی اختیار انسان‌ها، یکی از اجزاء علل حوادثی است که برگرفته از افعال آدمی یا احوال و ملکات حاصله از افعال آدمی، پدید می‌آید. اینکه مکان کنترل در درون انسان است یا تحمیلی از بیرون، عامل انگیزه‌بخش در تلاش برای رسیدن به مطلوب‌ها را در انسان تقویت می‌کند. مفاد اصل تجربه پیامد، این است که پیامدهای تجربه‌شده یک عمل، مهم‌ترین عامل تعیین‌کننده رفتارهای بعدی است، لیکن در این زمینه، محدودیت‌هایی وجود دارد و امکان تجربه‌ی همه‌چیز به دلیل خطرناک بودن برخی رفتارها و محدودیت وقت و عمر انسان‌ها وجود ندارد؛ بنابراین بهتر است تا حد امکان از اصل عبرت و تجارب دیگران بهره برد. پایه‌های نظری اصل خود ارزشمندی در روان‌شناسی به «حرمت خود» و در منابع دینی به «کرامت نفس» برمی‌گردد. هم از نظر روانشناسی و هم از نظر دینی، وقتی حس ارزشمندی در افراد تقویت شود، رفتارهای سالم و به‌هنگار در افراد، تقویت خواهد شد. تقوای عاقلانه در این تحقیق به‌عنوان یک اصل آرمانی و هدفی در نظر گرفته می‌شود که شرط بنیادی هر فعالیت ارزنده انسانی بوده و در عرصه‌های گوناگون، موجب رفتارهایی نظم یافته و هدفمند می‌شود.



نمودار شماره ۲. عناصر بنیادین اخلاق فردی و روان‌شناسی در ساخت انسان تمدن ساز

خودنگهداری و مهار نفس در متون دینی، مهم‌ترین عامل تضمین سعادت بشر دانسته شده است، همان‌گونه که خودمهارگری در علم روانشناسی نیز به‌طورجدی کانون توجه قرار گرفته است و به‌مثابه‌ی موضوع جدی و سرنوشت‌ساز در آینده فرد دانسته شده است. ازاین‌رو، برای آموزش کنترل نفس و خویشتن‌داری، برای تقویت این ویژگی مهم، از دوران کودکی راهکارهای علمی کشف کردند. بر این اساس، وجود توانایی مهار تمایلات و کنترل رفتار، یکی از عوامل اصلی رشد انسان‌ها محسوب می‌شود.

### پیشنهادها

۱. تحلیل دقیق‌تر تأثیر عقلانیت بر سایر عناصر اخلاقی مؤثر در تمدن سازی.
۲. بررسی تأثیر سایر مفاهیم اخلاقی مانند صبر در ساخت انسان تمدن ساز.

### منابع

- قرآن کریم، ترجمه برگرفته از تفسیر المیزان (نرم‌افزار علامه طباطبائی).
- نهج‌البلاغه (۱۳۷۹)، ترجمه‌ی کاظم ارفع، چاپ دوم، تهران: انتشارات فیض کاشانی.
- آمدی تمیمی، عبدالواحد (۱۳۶۰)، *غررالحکم و دررالکلم*، تهران: دانشگاه تهران، چاپ سوم.
- ابن منظور، محمد بن مکرم (۱۴۱۴ق)، *لسان‌العرب*، بیروت: دار الفکر و دارصادر.
- بشیر، حسن و غیائی، هادی (۱۳۹۹)، چالش‌های تمدنی پیش روی انقلاب اسلامی ایران، *فصلنامه مطالعات بنیادین تمدن نوین اسلامی*، دوره سوم، شماره اول، صص ۱-۲۸.
- پاول گراهام، ولیندزی (۱۳۷۹)، *تشخیص و درمان اختلال‌های روانی بزرگسالان در روان‌شناسی بالینی*، ترجمه‌ی محمدرضا نیکخو، تهران: نشر سخن.
- پورحسین، رضا (۱۳۸۳)، *روان‌شناسی خود*، چاپ سوم، تهران: مؤسسه‌ی انتشارات امیرکبیر.
- جان‌بزرگی، مسعود و همکاران (۱۳۸۶)، آموزش اخلاق، رفتار اجتماعی و قانون‌پذیری به کودکان (راهنمای عملی)، تهران: ارجمند، چاپ اول.

- دلبری، سید محمد (۱۳۹۳)، الگوی اهداف تربیت دینی مبتنی بر آموزه‌های قرآن کریم، فصلنامه‌ی نوآوری‌های آموزشی، شماره ۵۰، صص ۷-۳۰.
- راغب اصفهانی (۱۳۶۹)، المفردات فی غریب القرآن، تحقیق سید غلامرضا خسروی، تهران: انتشارات مرتضوی، چاپ اول.
- رجبی، طاهره و میرزا محمدی، محمدحسن (۱۳۹۷)، بررسی الگوی تربیتی مبتنی بر جهاد در زمینه‌سازی تمدن نوین اسلامی، فصلنامه مطالعات بنیادین تمدن نوین اسلامی، دوره اول (۱): صص ۳۰-۴۹.
- رفیعی هنر، حمید (۱۳۹۰)، ساخت مقیاس خودمهارگری بر اساس منابع اسلامی، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد، قم، موسسه آموزشی امام خمینی (ره).
- سبحانی نیا، محمد تقی (۱۳۹۲)، رفتار اخلاقی انسان با خود، قم: دارالحدیث، چاپ اول.
- شجاعی، محمدصادق و حیدری، مجتبی (۱۳۸۹)، نظریه‌های انسان سالم با نگرش به منابع اسلامی، قم، انتشارات موسسه امام خمینی (ره)، چاپ اول.
- شجاعی، محمدصادق (۱۳۸۸)، درآمدی بر روانشناسی تنظیم رفتار با رویکرد اسلامی، قم، دارالحدیث، چاپ اول.
- شکری، مهدی (۱۳۸۸)، تأثیر گناه بر شناخت، با تأکید بر دیدگاه علامه طباطبائی، فصلنامه علمی پژوهشی دانشگاه قم، دوره یازدهم (۱): صص ۲۵-۴۳.
- شولتز، دوان (۱۳۸۷)، نظریه‌های شخصیت، ترجمه‌ی یوسف کریمی و دیگران، تهران، ارسباران، چاپ هفتم.
- طباطبائی، محمدحسین (۱۳۸۷)، المیزان فی تفسیر القرآن، ترجمه‌ی سید محمدباقر موسوی همدانی، قم، دفتر انتشارات اسلامی، چاپ ۲۶.
- فضل‌اللهی، سیف‌الله (۱۳۸۲)، درآمدی بر روان‌شناسی تربیتی، قم، بوستان کتاب.
- کریمی خداپناهی، محمد (۱۳۷۶)، انگیزش و هیجان، تهران، سمت.



- محمدی ری شهری، محمد (۱۴۱۶ق)، *میزان الحکمه*، ترجمه ی حمیدرضا شیخی، قم، دارالحدیث.
- مصباح، محمدتقی (۱۳۷۶)، *اخلاق در قرآن*، قم، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
- مطهری، مرتضی (۱۳۶۸الف)، *ده گفتار*، تهران، انتشارات صدرا، چاپ پنجم.
- مطهری، مرتضی (۱۳۶۸ب)، *انسان در قرآن*، تهران، انتشارات صدرا.

## References

- Baumeister, R.f., Schmeichel, B.J., & Vohs (2007), K.D. Self- regulation and the Executive function the self as controlling Agent. In A.W.K ruglanski & E.T.Higgins (Eds), *social psychology: Handbook of basic principles*(pp516-539). New York: Guilford press.
- M.C Cullough, M.E.& Brian, L.B (2004), Religion, self- Regulation An Introduction. In R.Baumeister & K.Vohs (Eds), *Handbook of Self-Regulation: Research, theory, and application* ( pp1-12). New York: Guilford press.
- Muraven, M., & Baumeister, R.F (2000), Self- Regulation and Depletion of Limited Resources: DOES SELF- CONTROL Resemble a Muscle. *Psychological Bulletin* vol.126, no.2.
- Holy Quran, translation taken from Tafsir Al-Mizan (Allama Tabatabai software).
- Nahj al-Balaghah (2000), translated by Kazem Arfa, second edition, Tehran: Feyz Kashani Publications.
- Amadi Tamimi, Abdolvahed (1981), *Gharr al-Hakam and Dar al-Kalam*, Tehran: University of Tehran. Third Edition.
- Bashir, Hassan and Ghiasi, Hadi (1399), Civilization Challenges Facing the Islamic Revolution of Iran, *Quarterly Journal of Fundamental Studies of the New Islamic Civilization*, Volume 3, Number 1, pp. 1-28.
- Baumeister, R.f., Schmeichel, B.J., & Vohs (2007), K.D. Self- regulation and the Executive function the self as controlling Agent. In A.W.K ruglanski & E.T.Higgins (Eds), *social psychology: Handbook of basic principles*(pp516-

- 539). New York: Guilford press.
- Delbari, Seyed Mohammad (2014), *The model of religious education goals based on the teachings of the Holy Quran*, Educational Innovations Quarterly, No. 50, pp. 7-30.
  - Fazlollahi, Saifullah (2003), *An Introduction to Educational Psychology*, Qom, Book Garden.
  - Ibn Manzoor, Muhammad ibn Makram (1414 AH), *Arabic language*, Beirut: Dar al-Fikr and Dar Sadr.
  - Janbozorgi, Massoud et al (2007), *Teaching ethics, social behavior and legality to children (practical guide)*, Tehran: Arjmand, first edition.
  - Karimi Khodapanahi, Mohammad (1997), *Motivation and Excitement*, Tehran, Samat.
  - M.C Cullough, M.E.& Brian,L.B (2004), Religion, self- Regulation An Introduction. In R.Baumeister & K.Vohs ( Eds.), *Handbook of Self-Regulation: Research, theory, and application* ( pp1-12). New York: Guilford press.
  - Mesbah, Mohammad Taghi (1997), *Ethics in the Quran*, Qom, Imam Khomeini Educational and Research Institute.
  - Mohammadi Riyashahri, Mohammad (1416 AH), *Mizan al-Hikma*, translated by Hamid Reza Sheikhi, Qom, Dar al-Hadith.
  - Motahari, Morteza (1989a), *Ten Speeches*, Tehran, Sadra Publications, fifth edition.
  - Motahari, Morteza (1989b), *Man in the Quran*, Tehran, Sadra Publications.
  - Muraven.M,& Baumeister.R.F (2000). Self- Regulation and Depletion of Limited Resources: DOES SELF- CONTROL Resemble a Muscle. *Psychological Bulletin* vol.126,no.2. Paul Graham, Valindzi (2000), *Diagnosis and Treatment of Adult Mental Disorders in Clinical Psychology*, translated by Mohammad Reza Nikkho, Tehran: Sokhan Publishing.

- Pourhossein, Reza (2004), *Self-Psychology*, Third Edition, Tehran: Amirkabir Publishing Institute.
- Rafiei Honar, Hamid (2011), *Construction of self-control scale based on Islamic sources*, Master Thesis, Qom, Imam Khomeini Educational Institute.
- Ragheb Esfahani (1369), *Al-Mufradat Fi Gharib Al-Quran*, research by Seyyed Gholamreza Khosravi, Tehran: Mortazavi Publications, first edition.
- Rajabi, Tahereh and Mirza Mohammadi, Mohammad Hassan (1397), Investigating the educational model based on jihad in laying the groundwork for a new Islamic civilization. *Quarterly Journal of Fundamental Studies of Modern Islamic Civilization*, Volume 1 (1): pp. 30-49.
- Schultz, Devan (2008), *Personality Theories*, translated by Yousef Karimi and others, Tehran, Arasbaran, seventh edition.
- Shojaei, Mohammad Sadegh (2009), *An Introduction to the Psychology of Behavior Regulation with an Islamic Approach*, Qom, Dar al-Hadith, first edition.
- Shojaei, Mohammad Sadegh and Heidari, Mojtaba (2010), *Theories of Healthy Humans with an Attitude to Islamic Sources*, Qom, Imam Khomeini Institute Publications, First Edition.
- Shokri, Mehdi (2009), The effect of sin on cognition, with emphasis on the views of Allameh Tabatabai, *Journal of Qom University*, Volume 11 (1): pp. 25-43.
- Sobhani Nia, Mohammad Taghi (1392). *Man's moral behavior with himself*, Qom: Dar al-Hadith, first edition.
- Tabatabai, Mohammad Hussein (2008), *Al-Mizan Fi Tafsir Al-Quran*, translated by Seyyed Mohammad Baqir Mousavi Hamedani, Qom, Islamic Publications Office, 26th edition.