

آیین زندگی (اخلاق کاربردی)

نویسندگان

مهدی علیزاده

(عضو هیئت علمی پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی)

مهدی فدایی

(عضو هیئت علمی دانشگاه باقرالعلوم علیه السلام)

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

برای شرکت در قرعه‌کشی، فقط سریال هولوگرام روی جلد کتاب را
به شماره «۳۰۰۰۸۵۸۵» پیامک فرمایید.
جوایز قرعه‌کشی شامل کمک هزینه عمره، عتبات و ... است. برای دریافت جایزه،
ارائه کتاب با مهر فروشنده الزامی است.

سروش‌نامه: علیزاده، مهدی، ۱۳۵۰ - عنوان و نام پدیدآور: آیین
زندگی (اخلاق کاربردی)/نویسندگان مهدی علیزاده، مهدی فدایی.
مشخصات نشر: قم، نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در
دانشگاه‌ها، دفتر نشر معارف، مشخصات ظاهری: ۲۶۸ ص. شابک:
۵-۵۰۹-۴۴۱-۶۰۰-۹۷۸ فروست: مجموعه اخلاق اسلامی؛ ۵۶
وضعیت فهرست‌نویسی: فیپا موضوع: اخلاق عملی Applied ethics
شناسه افزوده: فدایی، مهدی، ۱۳۶۰ - شناسه افزوده: نهاد نمایندگی
مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها، دفتر نشر معارف رده‌بندی کنگره:
BJ۱۰۳۱ رده‌بندی دیویی: ۱۷۰ شماره کتاب‌شناسی ملی: ۹۰۶۵۳۶۳

استاد محترم و دانشجوی عزیز

خواهشمند است با ارائه دیدگاه‌های خود ما را در رفع نواقص و ارتقای کتاب یاری بخشید.

صندوق پستی: ۶۱۷۳-۳۷۱۵۵



مجموعه اخلاق اسلامی ۵۶

آیین زندگی (اخلاق کاربردی)

♦ نویسندگان: مهدی علیزاده، مهدی فدایی، ♦ نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها ♦ معاونت پژوهشی دانشگاه معارف اسلامی ♦ ویراستار: خدیجه آسیمه (گروه متنوک) ♦ صفحه‌آرا: حسین قاسمیان ♦ ناشر: دفتر نشر معارف ♦ نوبت چاپ: اول، ۱۴۰۱ ♦ شمارگان: ۵,۰۰۰ نسخه ♦ قیمت: ۶۵,۰۰۰ تومان ♦ شابک: ۵-۵۰۹-۴۴۱-۶۰۰-۹۷۸

مراکز پخش

مدیریت پخش دفتر نشر معارف: قم، خیابان شهید، کوچه ۳۲، شماره ۳، تلفن و تمایز: ۳۷۷۴۰۰۰۴

■ اراک: ۰۸۶-۳۲۲۲۹۰۳۸ ■ ارومیه: ۰۹۱-۷۵۵۱۶۶ ■ اصفهان: ۰۹۱-۷۵۵۱۶۳ ■ اهواز: ۰۶۱-۳۲۲۳۸۰۰۰
■ ایلام: ۰۸۶-۳۲۲۶۶۲۸۲ ■ بجنورد: ۰۵۸-۳۲۲۵۶۲۲۱ ■ بردسکن: ۰۵۱-۵۵۴۲۰۱۲۱ ■ بندرعباس: ۰۷۶-۳۳۶۱۷۵۵۷
■ بیرجند: ۰۵۶-۳۲۴۵۸۵۱۲ ■ تربت حیدریه: ۰۵۱-۵۲۲۸۶۵۰۰ ■ تهران: ۰۲۱-۸۸۹۱۱۲۱۲ ■ رشت: ۰۱۳-۳۲۲۴۵۵۶۹
■ زاهدان: ۰۵۶-۳۲۲۲۸۸۷۹ ■ زنجان: ۰۲۶-۳۲۲۶۶۴۲۵ ■ ساری: ۰۱۱-۳۲۲۵۲۰۲۰ ■ سبزوار: ۰۵۱-۴۴۲۲۴۰۰۴
■ سمنان: ۰۲۳-۳۲۴۵۳۲۱۱ ■ سیرجان: ۰۳۶-۴۲۲۶۸۰۵۸ ■ شهرکرد: ۰۳۸-۳۲۲۴۳۲۲۲ ■ شیراز: ۰۷۱-۳۲۲۴۴۴۱۴
■ قزوین: ۰۲۸-۳۲۲۴۰۰۷۶ ■ قم: ۰۲۵-۳۷۷۲۵۰۰۲ ■ کازرون: ۰۷۱۴-۳۲۴۴۳۰۰۰ ■ کرمان: ۰۳۶-۳۲۲۳۱۴۶۶
■ کرمانشاه: ۰۸۴-۳۷۷۲۲۸۶۱۱ ■ گرگان: ۰۱۷-۳۲۲۳۷۸۰۰ ■ مشهد: ۰۵۱-۳۲۵۷۵۹۶۳ ■ ملایر: ۰۸۱-۳۲۲۵۱۲۷۶
■ مهر: ۰۹۹-۳۱۲۸۱۰۰ ■ نریز: ۰۷۱-۵۲۸۲۱۶۹۰ ■ یاسوج: ۰۷۶-۳۲۲۲۸۶۲۲ ■ یزد: ۰۳۵-۳۷۳۳۹۵۰

کلیه حقوق محفوظ است

نشانی الکترونیکی: E-mail: info@NashreMaaref.ir; پایگاه اینترنتی: www.NashreMaaref.ir

در دورانی که ثروت طلبی، قدرت طلبی و سلطه بر دیگران در جهان فزونی یافته است و معیار ارزشمندی افراد یا گروه‌ها به شمار می‌آید و نیز در دورانی که در آن از خلأ معنا در زندگی و بی‌معنایی آن سخن می‌رود، لزوم توجه به اخلاق و معنویت، به مثابه نیروهای معنابخش به زندگی و شاخصه‌هایی که می‌توانند غرایز و دیگر امکانات وجودی آدمی را جهت‌دهی کنند، بیش از پیش احساس می‌شود. امروزه اندیشمندان بسیاری در جهان به مراتب بیش از گذشته به اهمیت اخلاق و جایگاه آن برای دستیابی به جهانی بهتر و انسانی‌تر پی برده‌اند. اینان سعی کرده‌اند عرصه‌های گوناگونی را از منظر اخلاق بکاوند و راهکارهای ارزش‌مدارانه‌ای را برای بهبود روابط انسان با خود، محیط و اجتماع ارائه دهند. توجه به اخلاق و اهمیت آن در زیست آدمی از نگاه دین مبین اسلام بر هیچ‌کس پوشیده نیست. این اهمیت تا بدان جاست که خدای متعال در قرآن کریم اساساً پیامبر ﷺ را به داشتن «خلق عظیم»^۱ تحسین می‌کند و پس از قَسَم‌های مؤکد، رستگاری انسان را در گرو تزکیه نفس می‌داند.^۲ در این میان، دانش اخلاق اسلامی که برآمده از متن معارف و حیانی و ماثورات معصومین علیهم‌السلام است دارای ظرفیتی بزرگ و درخور برای توصیف، تبیین و ارائه راهکارهای اخلاقی است و از آنجا که امروزه دایره پژوهش‌های اخلاقی وسعت بسیاری یافته و از اخلاق فردی یا بندگی پا را فراتر گذاشته، سایر حوزه‌ها، همچون اخلاق اجتماعی، اخلاق محیط‌زیست، اخلاق مربوط به حرفه‌ها، فناوری و صنعت، پزشکی و امثال آن را دربر می‌گیرد، بایسته و شایسته است که محققان و استادان اخلاق اسلامی به موضوعاتی از این دست از منظر اخلاق اسلامی بپردازند و با استنطاق از منابع دینی، گهرهای گران‌بهای را در جهت رشد اخلاقی جوامع انسانی اصطیاد کنند.

در کتاب پیش‌رو که در قالب دو واحد درسی برای ارائه در مقطع کارشناسی با عنوان «آیین زندگی، اخلاق کاربردی» و به قلم محققان ارجمند، حجت‌الاسلام دکتر مهدی علیزاده و دکتر مهدی فدایی، سامان یافته، سعی شده است گامی در جهت عملی کردن هدف پیش‌گفته و البته با رویکردی معطوف به دانشجویان، برداشته شود. بدین منظور،

۱. سوره قلم، آیه ۴.

۲. سوره شمس، آیه ۹.

دانشجویان گرامی در این کتاب با عناوین و سرفصل‌هایی از قبیل اخلاق دوران جوانی و مجردی، اخلاق خانواده، اخلاق دانشوری، اخلاق معیشت، اخلاق فضای مجازی و اخلاق اوقات فراغت، با استفاده از منابع دینی و عمدتاً مبتنی بر ایجاد مهارت اخلاقی، آشنا می‌گردند.

معاونت پژوهشی دانشگاه معارف اسلامی ضمن سپاس و قدردانی از نویسندگان محترم، از آقایان حجت‌الاسلام مهدی باب‌الله‌زاده، دبیر محترم گروه پژوهشی اخلاق اسلامی، بابت پیگیری‌ها و تلاش در تدوین این اثر، و جناب آقای دکتر سید روح‌الله پرهیزکاری، مدیر محترم برنامه‌ریزی و تدوین متون، همچنین جناب آقای دکتر سید سعید روحانی، مدیر محترم امور پژوهشی، صمیمانه قدردانی می‌کند و برای همه این عزیزان توفیق روزافزون مسئلت دارد. این مجموعه از پیشنهادها و دیدگاه‌های راه‌گشای استادان، محققان و دانشجویان محترم برای رفع کاستی‌ها و بهبود اثر استقبال می‌کند و دست آنان را به گرمی می‌فشارد.

معاونت پژوهشی دانشگاه معارف اسلامی



۵ | سخن آغازین

۱۹ | مقدمه

درس اول:

آشنایی با اخلاق کاربردی

۲۳ | دو نوع سبک زندگی

۲۳ | ۱. اخلاق

۲۵ | ۱-۱. ارزش اخلاقی/ ارزش زیبایی شناختی

۲۶ | ۱-۲. موضوع اخلاق

۲۷ | ۱-۳. ساختار قضایای اخلاقی

۲۸ | ۱-۴. معیار رفتار اخلاقی

۳۰ | ۲. اخلاق کاربردی

۳۰ | ۲-۱. تعریف اخلاق کاربردی

۳۱ | ۲-۱-۱. اخلاق فضای مجازی، مسئله فیلترینگ

۳۲ | ۲-۱-۲. اخلاق قضاوت، مجازات دزد

۳۳ | ۲-۲. فواید

۳۴ | ۲-۲-۱. فواید جنبه فلسفی

۳۴ | ۲-۲-۲. فواید جنبه حرفه‌ای و عمومی

۳۵ | ۲-۳. رابطه اخلاق کاربردی با اخلاق حرفه‌ای

۳۶ | ۲-۴. شاخه‌های اخلاق کاربردی

۳۷ | پرسش‌های درس

۳۸ | منابعی برای مطالعه بیشتر

درس دوم:

اخلاق بندگی (۱)

۳۹ | نقاشی ذهنی نادرست از خداوند

۳۹ | ۱. تصویر ما از خدا

۴۱ | ۲. ارتباط معنوی

۴۲ | ۳. چیستی بندگی

۴۲ | ۳-۱. تعریف

۳-۲. مراتب	۴۴
۳-۳. موانع	۴۵
۳-۴. شتاب دهنده‌ها در بندگی	۴۶
۳-۴-۱. الگوگیری از اسوه‌ها	۴۶
۳-۴-۲. فرصت جوانی و اوج‌گیری	۴۷
عناصر چهارگانه سلوک معنوی	۴۷
۴. اخلاق بندگی	۴۹
۴-۱. اصول اخلاقی در بندگی	۴۹
۴-۱-۱. اصل اخلاص (ناسودانگاری)	۵۰
۴-۱-۲. اصل احترام (ادب حضور)	۵۱
۴-۱-۳. اصل توکل (تدبیر مثبت)	۵۲
پرسش‌های درس	۵۵
منابعی برای مطالعه بیشتر	۵۶

درس سوم:

اخلاق بندگی (۲)

تجربه من در مقایسه با سبک رفتاری امام‌العارفین	۵۷
۱. قالب‌های بندگی	۵۷
۲. نیایش و دعا	۵۸
۲-۱. نگرش درست درباره نیایش و دعا	۵۸
۲-۲. دستاوردهای نیایش در خودآگاهی	۶۰
۲-۳. آداب دعا (اخلاق درخواست از خالق و پروردگار)	۶۰
۲-۳-۱. آداب باطنی	۶۰
۲-۳-۲. آداب ظاهری	۶۱
۳. نماز (برآستان جانان)	۶۲
۳-۱. حقیقت نماز و جایگاه آن در منطق بندگی/دین‌داری	۶۲
۳-۲. آداب نماز (اخلاق گفت‌وگو با خالق و ستایش و کرنش در برابر او)	۶۴
۳-۲-۱. آداب مقدمات نماز	۶۵
الف. طهارت دل	۶۵
ب. استقبال دل	۶۵

ج. گفت‌وگوی قریبانه با خدای سبحان	۶۶
۳-۲-۲. آداب و اسرار (حکمت) قرائت	۶۷
۳-۲-۳. آداب و اسرار (حکمت) رکوع	۶۷
۳-۲-۴. آداب و اسرار (حکمت) سجده	۶۸
۳-۲-۵. آداب و اسرار (حکمت) تشهد و سلام	۶۹
پرسش‌های درس	۷۰
منابعی برای مطالعه بیشتر	۷۰

درس چهارم:

ارتباط اخلاقی با خود

نمره «الف» یا «ب»؟	۷۱
الف. مقدمه	۷۱
ب. نقش اخلاق در کامیابی شخصی	۷۲
ج. قواعد شناختی	۷۳
۱. نگرش عمیق به زندگی (مقابل سطحی‌نگری)	۷۳
۲. صداقت با خویشتن	۷۵
الف. آگاهی از خود	۷۵
ب. پذیرش خود	۷۶
ج. بیان خود	۷۷
د. قواعد غیرشناختی	۷۹
عزت نفس و خودباوری	۷۹
مؤلفه‌ها	۸۱
عامل اول	۸۲
۱. شناخت و جایگزین کردن افکار و باورهای بیهوده	۸۳
۲. مهارت «باوجود این»	۸۴
۳. توجه به ارزش درون خود	۸۴
۴. عادت به افکار خودتأییدکننده	۸۵
عامل دوم	۸۵
عامل سوم	۸۶
خودتنظیمی و خودکنترلی	۸۷

۸۷	اتقان در فعالیت
۸۸	تقویت روحیه امید و صبر
۸۸	۱. امید
۸۹	۲. صبر
۹۱	پرسش های درس
۹۲	منابعی برای مطالعه بیشتر

درس پنجم:

اخلاق دوران جوانی و مجردی

۹۳	الف. نمونه ای قرآنی از زندگی مجردی
۹۵	ب. اخلاق دوران جوانی و مجردی
۹۵	یک. خودنظم جویی
۹۹	۱. تکنیک هوشیاری درباره توانمندی خود
۹۹	مرحله اول: یادآوری یک تجربه
۹۹	مرحله دوم: تعیین سهم خود در موفقیت
۱۰۰	مرحله سوم: تبدیل سهم خود از موفقیت به جملات مثبت
۱۰۱	دو. عفت
۱۰۳	الف. کنترل مجاری دریافتی، به ویژه نگاه
۱۰۴	ب. کنترل خیال و تصویرسازی ذهنی
۱۰۵	ج. سالم سازی محیط
۱۰۵	د. بهره مندی از مکانیسم «تصعید»
۱۰۵	حل چالش های دوران مجردی
۱۰۵	۱. عشق و ذل بستگی به دیگری
۱۰۷	۲. ناامیدی از آینده
۱۰۸	تصحیح خطاهای شناختی
۱۰۸	خطای اول: تفکر همه یا هیچ
۱۰۸	خطای دوم: تعمیم مبالغه آمیز
۱۰۹	خطای سوم: فیلتر ذهنی
۱۰۹	خطای چهارم: بی توجهی به امر مثبت
۱۰۹	خطای پنجم: نتیجه گیری شتاب زده

خطای ششم: درشت‌نمایی	۱۰۹
خطای هفتم: استدلال احساسی	۱۰۹
خطای هشتم: بایدها	۱۱۰
خطای نهم: برچسب زدن	۱۱۰
خطای دهم: شخصی‌سازی و سرزنش	۱۱۰
تکنیک فعال‌سازی رفتار	۱۱۰
پرسش‌های درس	۱۱۰
منابعی برای مطالعه بیشتر	۱۱۲

درس ششم:

اخلاق خانواده

خانه، صمیمانه‌ترین فضای زندگی	۱۱۳
الف. نهاد خانواده در دین	۱۱۴
ب. کارکردهای خانواده	۱۱۵
ج. اخلاق خانواده	۱۱۶
یک. محبت	۱۱۷
۱. تقویت رفتارهای خیرخواهانه	۱۱۹
۲. نگاه مثبت به اعضای خانواده	۱۲۰
۳. تقویت انگیزه اخلاقی	۱۲۰
دو. احترام	۱۲۱
سه. مسئولیت‌پذیری	۱۲۲
۱. قلمرو مسئولیت‌پذیری در خانواده	۱۲۳
۲. تمرین مسئولیت‌پذیری خود	۱۲۴
تقویت مستقیم رفتار	۱۲۴
روش جایگزینی	۱۲۵
چهار. صداقت	۱۲۵
۱. معیار راست‌گویی	۱۲۶
۲. دروغ مصلحت‌آمیز	۱۲۷
پرسش‌های درس	۱۳۰
منابعی برای مطالعه بیشتر	۱۳۰

مقدمه: آگاهی و دانش در نگاه دینی	۱۳۱
۱. راهبردهای کلان در دانشوری	۱۳۳
۱-۱. سخت‌کوشی و همت بلند و هدف عالی	۱۳۳
۱-۲. نظم فکری و آرامش ذهن	۱۳۳
۱-۳. تواضع و احترام و ادب	۱۳۳
۱-۴. انگیزه جدی خدمت	۱۳۴
۱-۵. رقابت اخلاقی	۱۳۵
۱-۶. غنیمت شمردن فرصت‌ها	۱۳۶
۱-۷. عشق ورزیدن به فعالیت علمی و لذت بردن از کار علمی	۱۳۶
۱-۸. برنامه‌ریزی مناسب	۱۳۶
۱-۹. مسئولیت‌پذیری	۱۳۷
۱-۱۰. درست‌کاری، صداقت و امانت‌داری علمی	۱۳۸
۲. کدهای اخلاقی در دانشوری (ناظر به دانشجویان)	۱۳۸
۲-۱. وظایف اخلاقی در برابر استادان	۱۳۹
۲-۲. وظایف اخلاقی در برابر هم‌کلاسان	۱۴۱
۲-۳. کدهای اخلاقی در فرایند پژوهشی	۱۴۲
۲-۳-۱. انتخاب موضوع پژوهش	۱۴۳
۲-۳-۲. توجه به پیشینه تحقیق	۱۴۳
۲-۳-۳. گردآوری و تحلیل داده‌ها	۱۴۳
۲-۳-۴. مقام ارائه گزارش پژوهش	۱۴۳
۳. بررسی یک مسئله: سرقت علمی	۱۴۴
۳-۱. مصادیق جعل داده‌ها	۱۴۴
۳-۲. مصادیق تحریف داده‌ها	۱۴۴
۳-۳. مصادیق سرقت علمی	۱۴۵
۳-۴. مصادیق اجاره علمی	۱۴۶
۳-۵. مصادیق رعایت نکردن حقوق مالکیت معنوی و مسئولیت پژوهش انجام شده	۱۴۶
۳-۶. مصادیق انتشار مجدد	۱۴۶

۱۴۷	۳-۷. مصادیق هم‌پوشانی انتشارات
۱۴۷	۳-۸. خرید و فروش آثار پژوهشی
۱۴۷	پرسش‌های درس
۱۴۷	منابعی برای مطالعه بیشتر

درس هشتم:

اخلاق معیشت

۱۴۹	نمایش نامه آرتور میلر
۱۵۰	یک. نگرش دین به پول و ثروت
۱۵۱	دو. مدیریت معیشت
۱۵۲	سه. قواعد اخلاقی در معیشت
۱۵۲	۱. درآمد
۱۵۲	۱-۱. انضباط مالی
۱۵۴	۱-۲. مسئولیت‌پذیری
۱۵۵	۱-۳. قاطعیت
۱۵۷	۲. مصرف
۱۵۷	۲-۱. اعتدال (دوری از مصرف افراطی)
۱۵۹	۲-۲. بخشش
۱۶۰	۲-۳. اولویت‌بندی در مصرف
۱۶۱	۳. پس‌انداز
۱۶۱	۳-۱. پس‌انداز هدفمند
۱۶۲	۳-۲. پیش‌بینی‌پذیری
۱۶۲	پرسش‌های درس
۱۶۳	منابعی برای مطالعه بیشتر

درس نهم:

اخلاق معاشرت (۱)

۱۶۵	چگونه به او بگوییم؟
۱۶۵	۱. هدف از معاشرت چیست؟
۱۶۶	۲. سبک‌های ارتباطی معاشرتی
۱۶۶	۲-۱. سودجویانه و فریب‌کارانه

۲-۲. صادقانه و محترمانه	۱۶۷
۲-۳. خیرخواهانه و سازنده	۱۶۸
۲-۴. فداکارانه و ایثارگرانه	۱۶۸
۳. پیش‌نیاز معاشرت مطلوب: مدیریت خود در میدان معاشرت	۱۶۹
۴. اخلاق معاشرت	۱۷۰
۴-۱. احترام	۱۷۰
۴-۲. تناسب	۱۷۲
۴-۳. میانه‌روی	۱۷۳
۴-۴. خیرخواهی	۱۷۴
۴-۵. چشم‌پوشی (تغافل)	۱۷۵
۵. مهارت‌های معاشرت کلامی	۱۷۶
۵-۱. شروع	۱۷۶
۵-۲. ادامه ارتباط	۱۷۷
۵-۲-۱. هنر گوش دادن	۱۷۷
۵-۲-۱-۱. توجه غیرکلامی	۱۷۸
۵-۲-۱-۲. بازخورد دادن	۱۷۸
۵-۲-۱-۳. از بین بردن عوامل مزاحم	۱۷۸
۵-۳. پایان	۱۷۹
پرسش‌های درس	۱۷۹
منابعی برای مطالعه بیشتر	۱۸۰

درس دهم:

اخلاق معاشرت (۲)

تعارض در معاشرت	۱۸۱
۱. معاشرت با خویشاوندان	۱۸۱
۱-۱. خویشان و همسایگان حق مالی و عاطفی دارند	۱۸۲
۱-۲. رازدار خویشان باشید	۱۸۳
۱-۳. تحقیر خویشان ممنوع	۱۸۵
۱-۴. خطای اهل فامیل را نادیده بگیرید	۱۸۵
۲. معاشرت با دوستان	۱۸۶

۱۸۷ | ۳. معاشرت با همسایگان

۱۹۱ | ۴. معاشرت با پیروان ادیان دیگر

۱۹۲ | ۵. معاشرت با سالمندان و معلولان

۱۹۳ | ۵-۱. ارتباط محترمانه، نه ترحم آمیز

۱۹۴ | ۵-۲. همدلی با سالمند

۱۹۵ | ۵-۳. گوش دادن فعال

۱۹۶ | پرسش های درس

۱۹۷ | منابعی برای مطالعه بیشتر

درس یازدهم:

اخلاق فضای مجازی (۱)

۱۹۹ | تصویر کوه یخ

۱۹۹ | ۱. تعریف فضای مجازی

۲۰۰ | ۲. ظرفیت های انسان شناختی فضای مجازی

۲۰۱ | ۲-۱. انعطاف هویتی

۲۰۱ | ۲-۲. برابری پایگاه اجتماعی انسان

۲۰۲ | ۲-۳. تجربه آزادی و افزایش قدرت انتخاب

۲۰۲ | ۳. آسیب شناسی اخلاقی فضای مجازی

۲۰۲ | ۳-۱. تشخیص ندادن وظیفه اخلاقی

۲۰۳ | ۳-۲. رعایت نکردن اصول اخلاقی

۲۰۳ | ۳-۳. قرار گرفتن در معرض دوراهی های اخلاقی

۲۰۵ | ۳-۴. اختلال در تعهد و مسئولیت حرفه ای

۲۰۵ | ۳-۵. بی مبالاتی اخلاقی دعوت کننده به اخلاق

۲۰۵ | ۳-۶. تضاد منافع (منفعت عمومی / منفعت حرفه ای یا شخصی)

۲۰۶ | ۴. اصول اخلاقی در فضای مجازی

۲۰۶ | ۴-۱. صداقت

۲۰۷ | ۴-۲. رعایت حریم خصوصی

۲۰۸ | ۴-۳. اصل سودرسانی و بی ضرری

۲۰۹ | ۴-۴. حفظ حریم هنجارهای عرفی و دینی

۲۱۰ | ۴-۵. انضباط و نظم و مصرف بهینه

۴-۶. خویشتن‌داری	۲۱۱
۴-۷. امانت‌داری	۲۱۱
۴-۸. حیا و عفاف	۲۱۱
۴-۹. مهرورزی و دوری از فخر فروشی و پرهیز از شاد خواری و جلوه‌نمایی	۲۱۱
۴-۱۰. تحقیق در معتبر بودن منبع و مطلب	۲۱۲
۴-۱۱. وحدت شخصیت و یکرنگی	۲۱۲
۴-۱۲. پرهیز از نفرت‌پرانی	۲۱۳
۴-۱۳. ادب و نزاکت	۲۱۳
پرسش‌های درس	۲۱۳
منابعی برای مطالعه بیشتر	۲۱۴

درس دوازدهم:

اخلاق فضای مجازی (۲): مسائل و چالش‌ها

۱. گونه‌های سبک زندگی مجازی	۲۱۵
۱-۱. زندگی مجازی جدی - سرسری	۲۱۵
۱-۲. زندگی مجازی حرفه‌ای - آماتور	۲۱۵
۱-۳. زندگی مجازی حساب‌شده و رشدآور - بی‌تدبیر و آسیب‌زا	۲۱۶
۱-۴. زندگی مجازی شرافتمندانه - رذیلانه	۲۱۶
۱-۵. زندگی مجازی فقیرانه - آبرومندانه و خوب - لاکچری و عقده‌ای	۲۱۶
۱-۶. زندگی مجازی فعالانه و مولدانه - منفعلانه و مصرفی محض	۲۱۶
۱-۷. زندگی مجازی هوشمندانه و با آگاهی - گیج و پرت	۲۱۶
۱-۸. زندگی مجازی کاملاً اخلاقی - کمی اخلاقی - کاملاً ضد اخلاقی	۲۱۶
۲. اینترنت چگونه اخلاقی بودن را سخت می‌کند؟	۲۱۷
۲-۱. مسئله رهاشدگی در فضای مجازی	۲۱۷
۲-۱-۱. اباحه‌گری	۲۱۸
۲-۱-۲. عادت به گناه (حساسیت‌زدایی)	۲۱۹
۲-۲. مسئله خودنمایی در فضای مجازی	۲۲۰
۲-۲-۱. تغییر انگاره خود از «زیبایی»	۲۲۳
۲-۲-۲. تقویت خودباوری	۲۲۴
۲-۳. پورنوگرافی	۲۲۴

مرحله اول: اعتیاد	۲۲۵
مرحله دوم: تشدید	۲۲۵
مرحله سوم: حساسیت زدایی	۲۲۶
مرحله چهارم: فعالیت جنسی	۲۲۶
۲-۴. فیلترینگ	۲۲۷
پرسش های درس	۲۲۸
منابعی برای مطالعه بیشتر	۲۲۹

درس سیزدهم:

اخلاق اوقات فراغت

سبک های زندگی و اوقات فراغت	۲۳۱
الف. مفهوم شناسی اوقات فراغت	۲۳۲
ب. کارکردهای اوقات فراغت	۲۳۳
۱. نیاز به استراحت و رفع خستگی	۲۳۳
۲. نیاز به تفریح و سرگرمی	۲۳۴
۳. پرورش و شکوفایی استعدادها و خلاقیت ها	۲۳۴
۴. کسب اطلاع و تکمیل معلومات	۲۳۴
۵. مشارکت اجتماعی	۲۳۴
ج. شیوه های گذران اوقات فراغت	۲۳۵
د. اخلاق اوقات فراغت	۲۳۷
۱. اصل هدف داری	۲۳۷
۱-۱. رفع نواقص و کمبودهای گذشته	۲۳۸
۱-۲. برآوردن نیازهای آینده یا زمینه سازی برای آینده	۲۳۸
۱-۳. انسان سازی و پرورش افراد با اندیشه دینی	۲۳۹
۱-۴. اصل میانه روی	۲۳۹
۲. اصل تعیین اولویت	۲۴۲
۳. اصل تناسب	۲۴۳
۴. اصل شوخ طبعی	۲۴۴
پرسش های درس	۲۴۸
منابعی برای مطالعه بیشتر	۲۴۸

اخلاق سیاسی اجتماعی

۱. حق‌پذیری و تعصب در اخلاق سیاسی	۲۴۹
۲. کدهای اخلاقی در کنشگری سیاسی - اجتماعی	۲۵۴
۲-۱. تحلیل سیاسی	۲۵۴
۲-۲. ادب نقد و پاسخ‌گویی	۲۵۵
۲-۳. انتخابات	۲۵۶
۳. واکاوی یک مسئله در اخلاق سیاسی - اجتماعی	۲۵۷
۳-۱. شیوه مواجهه با رقبای مخالفان: الگوی مدارای سیاسی - اجتماعی	۲۵۷
۳-۲. یک نکته راهبردی از اخلاق سیاسی	۲۵۹
پرسش‌های درس	۲۵۹
منابعی برای مطالعه بیشتر	۲۵۹

کتاب‌نامه (۲۶۱-۲۶۸)

دوست داریم جای چه کسی باشیم؟ خوشبخت‌ترین انسان کیست؟

- اگر بگوییم قوی‌ترین، گاه او نیز در درون خود احساس عجزی باورنکردنی می‌کند؛
- اگر بگوییم زیباترین، زیبارویان زیادی را سراغ داریم که انسان‌های بی‌ترحم، بی‌شرافت و بی‌منطقی هستند که زشتی رفتارشان اطرافیان را می‌آزارد و گاهی در چشم نزدیکانشان زشت‌ترین شخصیت را دارند؛

- اگر بگوییم پولدارترین، پولدارهای زیادی را می‌شناسیم که پولشان برایشان سلامتی، آرامش و مواردی از این قبیل را نمی‌آورد؛

- اگر بگوییم مشهورترین، سلبریتی‌های زیادی را می‌شناسیم که در تنهایی و درد و اضطراب، روز و شب می‌گذرانند.

اگر از کتاب‌های فلسفی یا مذهبی بگذریم، کافی است شاهکارهای ادبیات داستانی جهان را ورق بزنیم تا در آثار امثال فردوسی و نظامی و شکسپیر و تولستوی و داستایوفسکی و بسیاری دیگر، روایت‌های دقیق و روشنی از شکست و تیره‌روزی و وحشت و خیانت و جنایت زرسالاران و زیبارویان و فرمانروایان را بخوانیم و دریابیم. افزون بر همه آنچه گفته شد، مهم‌ترین ویژگی منفی‌ای که بر همه این گزینه‌ها، به عنوان رمز خوشبختی، خط می‌کشد زوال‌پذیری آنهاست. زیبایی و قدرت و شهرت و امثال آن در دالان زندگی ما را تنها می‌گذارند و با ما نمی‌مانند. وه که چه زیبا و ژرف است این درّ سخن پارسی از زبان صراف معانی، جناب سعدی:

«آنچه نباید دل بستگی را نشاید.»

اما اگر دیده تیزبین و فکر نکته‌سنج و ژرف‌کاوی داشته باشیم، در این بازار مکاره که اجناس پرزرق و برق بنجل و بدلی روی بساط فروشندگان پهن است، دُرهای ناب و متاع نایاب را می‌بینیم و می‌یابیم. قناعت، رضایت و آرامش و زندگی با شرافت گنج‌های بی‌پایان و غیرقابل معاوضه‌ای هستند که هر که آنها را داشته باشد عمیقاً احساس خوشبختی می‌کند، و این اکسیرهای خوشبختی نه با پول، نه با زیبایی و نه با قدرت یا شهرت به دست نمی‌آیند. تنها مسیر و ابزار رسیدن به این کیمیای خوشبختی اخلاق و اخلاق‌مداری است.

وجدان و فطرت و عقل انسان او را به زیست اخلاقی دعوت می‌کنند و شرافت انسانی و سعادت جاودان را در گرو تعهد به اخلاق می‌دانند. معلمان بزرگ بشر (انبیای الهی) نیز بر همین مدار مبعوث شده‌اند تا جایی که پیام‌آور آخرین دین الهی و بزرگ‌ترین شخصیت تاریخ فرمود: «من برای کامل کردن اخلاق والا برانگیخته شده‌ام»^۱ او خود شخصیت برتر اخلاقی عالم بود^۲ و از همین رو خداوند او را الگوی زیست اخلاقی معرفی فرمود.^۳ با این حال، شناخت کار درست همواره ساده نیست. کم‌شمار نیستند افرادی که در صحنه تصمیم‌گیری نمی‌توانند وظیفه اخلاقی خود را به درستی تشخیص دهند و کم‌شمار نیستند موقعیت‌ها و شرایطی که مرز کار درست و نادرست به سادگی در آن‌ها قابل تمییز نیست.

قدم اول در زندگی اخلاقی و فضیلت‌مند، فهم و شناخت است. شکل‌گیری دانش‌های اخلاقی، مانند فلسفه اخلاق، در طول تاریخ حیات انسانی، از دوران باستان تا عصر حاضر، مبتنی بر همین نیاز (شناخت زندگی اخلاقی و فضیلت‌مند) است.

در دوران معاصر، ظهور مسائل جدید در اخلاق، مانند بحران محیط زیست، سقط جنین، شبیه‌سازی، معضلات اخلاقی در عرصه آموزش و پژوهش، شهروندی، مهاجرت، حقوق حیوانات، نژادپرستی، تبعیض جنسی، خشونت و جنگ و... زمینه را برای شکل‌گیری دانش نوینی در حوزه اخلاق با نام «اخلاق کاربردی» فراهم آورده است. اخلاق کاربردی به دنبال دست یافتن به قواعدی خاص‌تر از قواعد عام اخلاقی است که در شرایط ویژه و موضوعات مشخص‌تر و جزئی‌تر کارایی داشته باشد. گستره اخلاق کاربردی گستره‌ای به گستردگی رفتار انسان است، به این معنا که در هر جا که رفتار انسان معنا دارد، سخن از اخلاق کاربردی و دستیابی به قواعد خاص رفتاری در آن حوزه لازم است.

یکی از ساحت‌های اخلاق کاربردی که به تناسب مخاطب این اثر بیشتر مورد توجه مؤلفان بوده اخلاق ناظر به دوران جوانی و دانشجویی است. گام نخست زیست اخلاقی هر دانشجو شناخت قواعد اخلاقی درباره خویش، خدای خویش، فعالیت‌های علمی آموزشی و پژوهشی، دانشجویان و استادان و کادر علمی اجرایی دانشگاه، خانواده و دوستان خویش، جامعه و گروه‌های اجتماعی است. در اثر علمی حاضر، علاوه بر شناساندن قواعد اخلاقی

۱. طبرسی، مکارم‌الآخلاق، ص ۸.

۲. سوره قلم، آیه ۴.

۳. سوره احزاب، آیه ۲۱.

مرتبط با حوزه‌های ارتباطی جوانِ دانشجو، سعی شده‌است با تکیه بر مسائل اخلاقی، با روشی متفکرانه و دینی، راه‌حل‌هایی عملی دربارهٔ تعارض‌های اخلاقی ارائه شود. البته تلاش برای درونی کردن آموزه‌های اخلاقی در دانشجویان گرامی از دغدغه‌های دیگر در این اثر است که همه برآمده از مأموریت‌های دانش اخلاق کاربردی است.

تقدیر و تشکر

در پایان لازم است از جناب حجت الاسلام والمسلمین دکتر شاکری، ریاست محترم دانشگاه معارف اسلامی، حجت الاسلام و المسلمین دکتر پناهی آزاد، معاون محترم پژوهشی دانشگاه، و حجت الاسلام و المسلمین آقای مهدی باب‌الله‌زاده، دبیر علمی گروه اخلاق اسلامی، و دیگر همکاران معاونت پژوهشی، صمیمانه تشکر و قدردانی کنیم. اثر پیش‌رو از کاستی خالی نیست. بدین‌روی، از استادان محترم و دانشجویان گرامی تقاضا داریم که با بیان نظرها و پیشنهادهای خود، نویسندگان را در رفع کاستی‌های آن یاری رسانند.

مهدی علیزاده

مهدی فدایی

درس اول:

آشنایی با اخلاق کاربردی

اهداف درس

- ۱ شناخت مبادی بحث، از جمله تعریف اخلاق، موضوع اخلاق، ساختار قضایای اخلاقی، و انواع مطالعات اخلاقی؛
- ۲ آشنایی با حوزه مطالعاتی اخلاق کاربردی (تعریف، جایگاه، فواید و روابط).

دو نوع سبک زندگی

الف. اولین بار که بین دوراهی قانون و اخلاق قرار گرفتیم مربوط به زمانی بود که قاضی بودم و به پرونده‌های تخلفات رانندگی رسیدگی می‌کردم. پرونده پسر دوست پدرم را برایم آوردند که من و خانواده‌ام مدتی در خانه آن‌ها تا پیدا شدن خانه جدید مهمان بودیم. اخلاق اقتضا می‌کرد تا او را جریمه نکنم، ولی ندای درونم قانون را می‌پسندید. بالاخره او را جریمه کردم، اما برگ جریمه‌اش را خودم پرداختم.^۱

ب. x و y دو برادرند. x ، برادر بزرگ‌تر، به هیچ اصل اخلاقی‌ای پایبند نیست؛ همه را می‌فریبد، از همه سوءاستفاده می‌کند، همه را بازیچه خود می‌داند، و به همه نگاهی ابزاری دارد. در عین حال، پولدار است و حتی مسئولیتی در شهر دارد. اما برادرش، y ، عمیقاً به اصول اخلاقی پایبند است و همواره می‌کوشد براساس معیارهای اخلاقی تصمیم بگیرد و عمل کند. x به نام او چک‌هایی صادر کرده و پول‌هایی را گرفته و حیف و میل کرده است.^۲

۱. اخلاق

هر انسان دارای اختیار و آگاهی و عقل رفتار دکتر کاتوزیان را تحسین می‌کند. درمقابل، رفتار x (برادر بزرگ‌تر) را به رغم این که سیاست‌مدار محبوبی است، نکوهش می‌کند. منشأ این تحسین و نکوهش کجاست؟ آیا منشأ این تحسین و نکوهش، زیبایی ظاهری مرحوم کاتوزیان یا زشتی ظاهری x است؟ قطعاً این گونه نیست.

۱. برگرفته از خاطرات دکتر ناصر کاتوزیان.

۲. با تغییراتی در اصل داستان، برگرفته از کتاب *How Should We Live? An Introduction to Ethics*. به نقل از: حسن اسلامی، «چرا باید اخلاقی زیست؟»، ص ۷.

تعریف شما از خوب بودن یک فیلم یا تحسین قلعه دماوند وقتی که در دامنه جنوبی آن قرار دارید یا ابراز انزجار از بوی بد زباله‌های بیمارستانی تحسین و نکوهش است، ولی متفاوت با تحسین و نکوهشی است که از گزاره «الف» و «ب» داشته‌اید.

تحسین رفتار مرحوم کاتوزیان و نکوهش رفتار x برآمده از نوعی زیبایی یا زشتی درونی و ذاتی در آن رفتارهاست. تحسین شخصیت‌هایی مانند مادر ترزا، حسین فهمیده^۲ و علی لندی^۳، نه به دلیل زیبایی ظاهری، بلکه به دلیل زیبایی درونی و باطنی آنهاست. زیبایی‌های درونی به اختیار انسان بستگی دارند و هر انسان می‌تواند خود را در معرض تحسین یا نکوهش اخلاقی دیگران قرار دهد.

درواقع، انسان تنها موجودی در نظام خلقت است که اختیار معماری شخصیت خویش را به دست دارد و می‌تواند ابعاد وجودی و جایگاه خود را در میان سایر موجودات تعیین کند. سرنوشت انسان میانگین ویژگی‌های خوب و بدی است که با آنها زندگی می‌کند، می‌اندیشد، قضاوت می‌کند، تصمیم می‌گیرد و رفتار می‌کند.^۴

دانشی که خصال خوب (تحسین برانگیز) و بد (نکوهیده) را بررسی می‌کند «اخلاق» نام دارد. درواقع، هنگامی که می‌کوشیم معیارها یا قواعدی را برای تشخیص رفتارهای درست

۱. اگنس گونجا بویاجیو معروف به «مادر ترزا» (زاده ۲۶ اوت ۱۹۱۰ در اسکوپیه، امپراتوری عثمانی/ درگذشته ۵ سپتامبر ۱۹۹۷) راهبه کاتولیک آلبانیایی و تأسیس‌کننده جمعیت مبلغان خیریه در هند بود. وی در سال ۱۹۲۸ به هندوستان رفت و به گروه "Ias" پیوست. به سبب ارادتی که به «ترزا، اهل آویلا»، راهبه اسپانیایی و بنیان‌گذار یکی از جریان‌های رهبانیت و خدمات خیرخواهانه، داشت، نام «ترزا» را برای خود برگزید. در سال ۱۹۴۸ صومعه را ترک گفت تا پرستاری بیاموزد. مادر ترزا به سبب خدمات انسان‌دوستانه‌اش، در سال ۱۹۷۹ جایزه صلح نوبل را به خود اختصاص داد و در سال ۲۰۰۳ از طرف پاپ ژان پل دوم آمرزیده شناخته شد. پاپ فرانسیس، رهبر کاتولیک‌های جهان، مادر ترزا را رسماً در روز چهارم سپتامبر ۲۰۱۶ قدیس اعلام کرد (به نقل از: ویکی‌پدیا).

۲. شهید محمدحسین فهمیده (۱۳۴۶-۱۳۵۹ ش) نوجوان سیزده‌ساله‌ای بود که در جنگ تحمیلی با شجاعت بسیار نارنجک به کمر بست و زیر تانک دشمن رفت و با گذشتن از جان خود، پیروزی و حماسه آفرید. این دانش‌آموز رزمنده بسیجی با ایمان و بینش عمیق خود، در جنگ با دشمن پیش قدم شد و با شهادت، درس شجاعت، فداکاری و مقاومت را به همه بسیجیان و امت حزب‌الله آموخت. امام خمینی از این نوجوان سیزده‌ساله به عنوان «رهبر» یاد فرمود و بدین‌گونه، نام و یاد او منشأ حماسه‌های بزرگ شد و تحول بزرگی در شیوه‌های دفاع مقدس و نبرد رزمندگان اسلام ایجاد کرد و راه پیروزی و سرافرازی را یکی پس از دیگری هموار ساخت (به نقل از: دانشنامه اسلامی).

۳. علی لندی (۱۳ اسفند ۱۳۸۵ / ۱ مهر ۱۴۰۰) نوجوانی ایرانی بود که در چهارده‌سالگی (۱۸ شهریور ۱۴۰۰)، در حادثه آتش‌سوزی در خانه یکی از همسایگان اقوامش در ایده، جان دو زن سالمند را نجات داد. وی دچار سوختگی شدید شد که دو هفته پس از بستری بودن در بیمارستان، به علت سوختگی درجه سوم، مشکلات شدید تنفسی و ورود عفونت به خون، در ۱ مهر ۱۴۰۰ درگذشت. رسانه‌ها از وی به عنوان «نوجوان فداکار ایده‌ای» یاد کرده‌اند (به نقل از: ویکی‌پدیا).

۴. مهدی علیزاده و همکاران، اخلاق اسلامی، ص ۱۲.

از نادرست یا مردم خوب از بد به دست آوریم، سروکارمان با اخلاق خواهد بود.^۱ علاوه بر شناخت قواعد، شیوه عمل برطبق این قواعد نیز در اخلاق طرح می‌شود.

مثال: قاعده «همواره باید راست‌گو باشیم» را در نظر بگیرید. مخالفان دروغ مصلحت‌آمیز با استناد به این قاعده عام، بر این باورند که شما در هیچ موقعیتی نمی‌توانید خطای اخلاقی انجام دهید و دروغ بگویید. در مقابل، موافقان دروغ مصلحت‌آمیز با مراجعه به قواعد و باورهای عام دیگر، مواردی را برای جواز دروغ برشمرده‌اند. در اینجا اختلاف نظری پیش می‌آید که محل بررسی آن یکی از زیرشاخه‌های مطالعات اخلاقی به نام «اخلاق هنجاری» است.

اخلاق هنجاری (normative ethics) شاخه‌ای از فلسفه اخلاق است که به بررسی انواع امور خوب و بد و چگونگی تعیین اعمال صواب و خطا می‌پردازد. ارائه معیار، قواعد اخلاقی و تشخیص وظیفه اخلاقی از وظایف اخلاق هنجاری است.

۱-۱. ارزش اخلاقی / ارزش زیبایی‌شناختی

گزاره‌های زیر را ملاحظه کنید:

الف) رفتارهای نژادپرستانه ضد اخلاقی هستند.

ب) بدگویی و فحاشی ضد اخلاقی‌اند.

ج) منش گذشت و ایثار اخلاقی است.

در گزاره «الف» و «ب»، رفتارهای نژادپرستانه یا بدگویی و فحاشی به عنوان موضوع گزاره اخلاقی ارزیابی می‌گردند و به «نادرست» و «بد» بودن آن‌ها حکم داده می‌شود. در گزاره «ج»، روحیه و منش گذشت و ایثار به عنوان موضوع گزاره اخلاقی ارزیابی می‌گردد و به «درست» و «خوب» بودن آن حکم داده می‌شود. گزاره‌های «الف»، «ب» و «ج» در واقع این‌گونه‌اند:

- رفتارهای نژادپرستانه نادرست و بد هستند.

- بدگویی و فحاشی نادرست و بدند.

۱. پالمر، مسائل اخلاقی، ص ۱۹.

- منش گذشت و ایثار خوب^۱ است.

در اصطلاح مطالعات اخلاقی، به گزاره‌های «الف»، «ب» و «ج» احکام مربوط به ارزش اخلاقی (احکام ناظر به فضیلت/ رذیلت) اطلاق می‌شود.^۲ البته در اینجا باید میان ارزش اخلاقی و ارزش زیبایی‌شناختی تفاوت گذاشت. ممکن است در هنگام صدور احکام زیبایی‌شناسی، از همان عبارت‌های «خوب»، «بد» و «با ارزش» استفاده شود. مثلاً ممکن است فردی این‌گونه اظهار نظر کند:

(۱) طنز گل‌آقا یکی از طنزهای زیبا و خوب است.

(۲) نقاشی‌های استاد فرشچیان پسندیده و خوب‌اند.

گزاره‌های ۱ و ۲ از نوع احکام ارزشی اخلاقی هستند، شبیه گزاره‌ای همچون «این ماشین خوبی است»^۳.

♦ تمرین

با کمک استاد محترم، فرق میان دو گزاره زیر را در یک جدول بنویسید:

(۱) برنامه X در میان برنامه‌های نمایشی سیما کم‌دی خوبی به شمار می‌رود.

(۲) فیلم سینمایی «پیروزی اراده» به دلیل تقویت تبعیض نژادی (ترویج نازیسم)، فیلم بدی است.

۱-۲. موضوع اخلاق

سخن برسر این است که چه چیزهایی می‌توانند به خوب و بد، درست و نادرست متصف شوند یا مورد باید و نباید قرار گیرند و بایسته و نبایسته و وظیفه به شمار آیند (موضوع اخلاق). برای فهم بهتر، گزاره‌های زیر را در نظر بگیرید:

(۱) «رفتار مرحوم کاتوزیان رفتاری خوب و اخلاقی است.»

«عدالت به مثابه یک صفت اخلاقی و خوب است.»

(۲) «همه ما باید رفتار خوبی با مهاجران غیرایرانی داشته باشیم.»

«او باید شخصیت منصفی داشته باشد تا بتواند در این شغل خدمت کند.»

1. Ethical

۲. فرانکنا، **فلسفه اخلاق**، ص ۳۸.

۳. ملاک‌های ارزش اخلاقی بودن اثر هنری طنز تفاوت ارزش زیبایی‌شناختی و ارزش اخلاقی، نسبت این دو ارزش در بحث نقد اثر هنری طنز، و سؤال‌هایی از قبیل بحث مهم ارزیابی اخلاقی اثر هنری را که یکی از مسائل حوزه دانشی فلسفه هنر است پیش می‌کشد که در جای خود قابل بحث و پیگیری است.

۳) «رفتار مشفقانه با حیوانات وظیفه هر انسانی است.»
«پلیس وظیفه دارد شخصی آگاه و مدبر باشد.»

موضوع اخلاق، هم رفتار اختیاری (پدیده عینی و بیرونی) و هم منش و صفات اکتسابی (پدیده درونی) را دربر می‌گیرد. به اصطلاح اخلاق‌پژوهان، موضوع اخلاق اعم از منش و ملکات درونی و رفتارهای بیرونی است. در مثال‌های بالا نیز جمله اول ناظر به رفتار و جمله دوم ناظر به ملکه درونی (منش اخلاقی) است.

۱-۳ ساختار قضایای اخلاقی

قضیه اخلاقی، مانند هر قضیه دیگر، دارای سه سازه اصلی است: موضوع، محمول و اسناد. موضوع گزاره اخلاقی صفت و رفتار اختیاری انسان است. محمول گزاره اخلاقی نیز یکی از این چهار مفهوم ارزش‌گذار است: خوب و بد، درست و نادرست، باید و نباید، حق و وظیفه.^۱ اسناد هم اثبات یا عدم اثبات محمول برای موضوع است که در زبان فارسی با افعالی مانند است/ نیست، باشد/ نباشد و... نشان داده می‌شود.

موضوع	محمول	اسناد
رفتار اختیاری، صفت اختیاری	خوب/ بد، درست/ نادرست، بایسته/ نابایسته، حق/ وظیفه	است/ نیست
رفتار محترمانه مرحوم کاتوزیان	درست/ بایسته/ وظیفه	است
دروغ گفتن جلیل به برادرش	نادرست/ نابایسته	است
عدالت	درست/ بایسته/ وظیفه	است
ظلم	نادرست/ نابایسته	است

نمودار ساختار یک گزاره اخلاقی

هرگاه فهرستی از افعال خوب و بد و نیز فضایل و رذایل فراهم آید، سیمای انسان مطلوب مشخص می‌شود. درواقع مجموعه گزاره‌های اخلاقی نظام مطلوبیت‌ها و مسیر نهایی حرکت انسان به سمت قله سعادت را معین می‌کند.

۱. بنابر مبانی مختلف در مکاتب فلسفه اخلاق، ملاک این خوبی و بدی متفاوت است و براساس پیامد عمل، وظیفه، فضیلت یا قرارداد تعیین می‌شود.

گزاره «الف» در آغاز درس را دوباره مرور کنید. ممکن است دانشجوی حقوق سر کلاس یا در موقعیتی مشابه، این سؤال برایش ایجاد شود که براساس چه معیاری می‌توان رفتار مرحوم کاتوزیان را ارزیابی کرد و گفت رفتار او خوب بوده است. همچنین در گزاره «ب» این سؤال مطرح است که چرا رفتارهای x غیراخلاقی‌اند. ممکن است در جامعه مبتنی بر معیارهای سودگرایانه، اتفاقاً چنین فردی کاملاً اخلاق‌مدار به حساب بیاید، همان‌گونه که x به عنوان انسانی به ظاهر موفق، دارای مسئولیتی در شهر است. اینجا پرسشی بنیادین در فلسفه اخلاق مطرح می‌شود: معیار خوبی و بدی یک رفتار یا منش اخلاقی چیست؟

نظریه اخلاقی به دنبال پاسخی برای پرسش از معیار یا معیارهای ارزش و الزام اخلاقی است. همه ما در زندگی خود به داوری اخلاقی می‌پردازیم و بعضی چیزها را بد، نادرست و ناحق، و برخی امور را خوب، درست و برحق می‌دانیم. ملاک ما در این داوری اخلاقی چیست؟ چرا راست‌گویی خوب و دروغ‌گویی بد است؟ چرا مهربانی و دوستی و صداقت خوب، ولی کینه و نفرت و خیانت بد است؟

در سنت فلسفی، از دوران یونان باستان (سقراط، افلاطون و ارسطو) تا کنون، پاسخ‌های زیادی به این پرسش داده شده است. در یک تقسیم‌بندی کلی، این پاسخ‌ها در سه دسته قرار می‌گیرند: نظریه‌های غایت‌گرایانه (نتیجه‌گرایانه)؛ نظریه‌های وظیفه‌گرایانه؛ نظریه‌های فضیلت‌گرایانه.

نتیجه‌گرایی (پیامدگرایی): در فلسفه اخلاق نگاهی وجود دارد که طبق آن عامل تعیین درستی یا نادرستی اعمال و نیز بایستگی و نبایستگی رفتارها در نتایج آن‌ها نهفته است. غایت‌گرایان برای تشخیص صواب از خطا نتیجه حاصل از کار اختیاری را مدنظر قرار می‌دهند، به این صورت که اگر کاری نتیجه‌اش مطلوب بود، خوب است، و اگر ما را به پیامدها و نتایج نامطلوب (شر) رساند، بد است.^۱ برای مثال، رفتار مرحوم کاتوزیان در گزاره «الف» موجب رسیدن خیر به دیگری است، لذا یک رفتار اخلاقی به شمار می‌رود.

نظریه وظیفه‌گرایی: وظیفه‌گرایان معتقدند کارهای خوب یا درست الزاماً براساس نتایج و پیامدهایشان به خوب و بد یا درست و نادرست متصف نمی‌شوند، بلکه ویژگی‌های دیگری

۱. برای مطالعه بیشتر، رک: فرانکنا، *فلسفه اخلاق*، ص ۴۵.

در خود عمل (و نتایج آن) وجود دارند که اهمیت بیشتری دارند و برای سنجیدن ارزش اخلاقی فعل باید به آن‌ها توجه کرد، ویژگی‌هایی مانند این که خداوند آن کار را از ما بخواهد و به آن فرمان دهد یا عقل انسان یا وجدان یا شهود او آن را تأیید، و بر آن تأکید کند، فارغ از آن که پیامدش چه چیزی باشد، مثل آن که من باید در هر شرایطی راست بگویم، خواه از مدرسه اخراج شوم یا نشوم و خواه پدرم دستگیر یا خانواده ورشکسته شود یا نشود. برای مثال و از نگاهی دیگر، رفتار مرحوم کاتوزیان در گزاره «الف» براساس وظیفه‌ای ذاتی که عقل فرمان می‌دهد (تبعیت از قانون) رفتاری درست به شمار می‌رود، نه به خاطر نفعی که به دیگری می‌رسد.

نظریه فضیلت‌گرایی: این نگرش رقیب نتیجه‌گرایی / پیامدگرایی و وظیفه‌گرایی است و بر مفاهیمی محوری مانند «فضیلت» و «منش اخلاقی» تأکید دارد. دو نظریه قبلی مبتنی بر این دیدگاه‌اند که اخلاق از رفتارهای درست و نادرست سخن می‌گوید، اما اخلاق فضیلت این نگرش را نمی‌پذیرد و از دو جهت با دو نظریه وظیفه‌گرایی و نتیجه‌گرایی تفاوت دارد: الف) آن دو نظریه فعل محورند، اما فضیلت‌گرایی فاعل محور است؛ یعنی به جای پرسش از چه کاری خوب است، از چه شخصی خوب است سؤال می‌کند.

ب) به جای این عمل و آن عمل و تک‌رفتارها، بر منش‌ها و خصلت‌ها تمرکز می‌کند و پرسش اصلی اخلاق را زندگی خوب و چگونه بودن قرار می‌دهد. لذا در صورتی رفتاری درست و از نظر اخلاقی پسندیده است که از منش فضیلت‌مند فاعل اخلاقی ناشی شده باشد. برای مثال، رفتار مرحوم کاتوزیان در گزاره «الف» براساس فضیلت انصاف یا محبت، قابل تحسین و اخلاقی است.

♦ تمرین

دولت آتن سقراط حکیم را به دلیل عقایدش به اعدام محکوم کرد. شاگردان و اطرافیان سقراط برای فرار وی از زندان، با او گفت‌وگوی زیادی کردند. کرایتون به سقراط چنین می‌گوید:

«دوستانان فرصتی فراهم می‌آورند تا بگریزید و با خانواده خود به دیار غربت بروید. آن‌ها می‌گویند که می‌توانند مقدمات لازم را فراهم کنند و از فرار شما به خطر نمی‌افتند. اگر بگریزید، از زندگی طولانی‌تری برخوردار می‌شوید و همین‌طور زن و فرزندان شما وضع بهتری خواهند داشت.»

استدلال سقراط: براساس سه اصل اخلاقی زیر نباید از زندان فرار کنم:

۱. هرگز نباید کسی را بیازاریم.
 ۲. باید به وعده‌هایمان وفا کنیم.
 ۳. باید از والدین و معلمانمان اطاعت کنیم یا به آن‌ها احترام بگذاریم.
- وی در هر مورد قضیه دیگری را نیز به کار می‌گیرد که متضمن بیان واقعیت است و آن قاعده یا اصل را درباره مبتلا به کار می‌گیرد:
- (الف) اگر فرار کنم، به حکومت آسیب می‌رسانم (و افرادی، از جمله نگهبانان را می‌آزارم).
- (ب) اگر فرار کنم، عهده‌ی را خواهم شکست.
- (ج) اگر فرار کنم، مطیع پدر و مادر و معلم خود نخواهم بود، چون جامعه یا دولت در حکم پدر و مادر و معلم است.
- سؤال: فرار از زندان اخلاقی است یا فرار نکردن از زندان؟ (دیدگاه شما)
- استدلال کرایتون وظیفه‌گرایانه است یا غایت‌گرایانه؟
- استدلال‌های سقراط وظیفه‌گرایانه‌اند یا غایت‌گرایانه؟

۲. اخلاق کاربردی

۲-۱. تعریف اخلاق کاربردی

علم اخلاق یا همان اخلاق هنجاری، چنان‌که پیش‌تر گفته شد، دانشی است که شناسایی قواعد اخلاقی عام را دنبال می‌کند. اخلاق کاربردی یا کاربرستی - که «اخلاق عملی»^۱ یا گاهی «اخلاق مسئله‌محور» نیز نامیده می‌شود^۲ - مطابق فهم مشهور به دنبال این است که قواعد اخلاقی عام را که در اخلاق هنجاری کشف شده‌اند در افعال، تجربه‌ها یا سازمان‌های خاص به کار بندد. براساس این فهم مشهور، اخلاق کاربردی عبارت است از «کاربرد نظریه‌ها، معیارها و اصول عام اخلاقی در عرصه‌های خاص زندگی و مسائل و چالش‌های اخلاقی»^۳ برآمده از آن^۴.

برای فهم این تعریف نخست، دو نمونه از اخلاق فضای مجازی و اخلاق قضاوت را گزارش می‌کنیم و سپس تعریف اخلاق کاربردی را بر این دو نمونه تطبیق می‌دهیم.

1. Applied Ethics

2. Practical Ethics

۳. برای مطالعه بیشتر، ر.ک: پینکافس، از مسئله‌محوری تا فضیلت‌گرایی، ص ۹۷ به بعد.

۴. تعبیر مختلفی برای اشاره به چالش‌های اخلاقی وجود دارد، از جمله دوراهه‌های اخلاقی، معماهای اخلاقی، تعارضات اخلاقی، تراجمات اخلاقی و... همه این تعبیر، به رغم تفاوت‌های منطقی‌ای که دارند و در محل خود قابل قبول‌اند، در یک چیز مشترک‌اند: وضعیتی که وظیفه اخلاقی عامل اخلاقی روشن نیست.

۵. به نقل از: حسن اسلامی، «شناسنامه اخلاق کاربردی»، ص ۸.

حفظ حریم خصوصی / خیر رساندن به دیگران: صیانت از حریم خصوصی و آنچه به جان و مال و آبروی خود فرد یا دیگران مربوط است یکی از وظایفی محسوب می‌شود که هم مورد تأیید عقل است و هم در اسلام بر آن تأکید فراوان شده است. امروزه نقض حریم خصوصی در فضای سایبری معضلی جدی محسوب می‌شود. این فضا به سبب امکانات و شرایطی که دارد، به راحتی زمینه دسترسی افراد ناصالح به اطلاعات شخصی کاربران را فراهم کرده و جدا از جنبه حقوقی، به مسئله‌ای اخلاقی نیز تبدیل شده است.

طبیعتاً هر شخص حقیقی یا حقوقی اخلاقاً موظف است از انجام کارهایی که موجب رنج و آسیب خود یا دیگران می‌شود خودداری کند. از منظر بحث حاضر، محافظت از حریم خصوصی یکی از این وظایف است. از طرفی، به گفته کارشناسان علم ارتباطات، استفاده از فیلتر شکن می‌تواند اطلاعات شخصی کاربران را در اختیار دیگران بگذارد (حراج اطلاعات ایرانیان در تلگرام و...)¹.

از سوی دیگر، در برخی موارد، کاربران فضای مجازی، اعم از افراد عادی یا مسئولان، باید از فیلتر شکن استفاده کنند. برای مثال، یک پزشک یا محقق برای ارتقای سطح دانش خود، که ثمره اش منفعت رساندن به جامعه است، از نظر اخلاقی خود را موظف می‌بیند به وبگاه‌هایی مراجعه کند که برخی از آن‌ها فیلتر شده‌اند و چاره‌ای جز استفاده از فیلتر شکن ندارد، ولی این کار نادیده گرفتن قوانین کشور است² و کاری غیر اخلاقی محسوب می‌شود، چراکه از یک سو نوعی نقض پیمانی است که بین او به عنوان یک شهروند و بین حکومت منعقد شده است، و از سوی دیگر، دست کم در نگاه فایده‌گرایانه، مراعات قانون منفعت

۱. وبگاه الف، ۲۹ دی ۱۳۹۵، کد مطلب: ۴۳۶۳۳۱.

۲. امکان دسترسی استادان، محققان و اندیشمندان جامعه به محتوای مورد نیاز خود در فضای مجازی امری عقلایی است و حتی اگر مراجعه تفننی یا با هدف نادرست به این محتواها برای عامه مردم کاری غیر اخلاقی باشد، برای متخصصان و اهل فن اخلاقاً درست است، چراکه فواید زیادی برای جامعه به دنبال می‌آورد. برخی محققان دینی، استثناهای مربوط به «کتب ضلال» را شامل این موارد دانسته و مراجعه کارشناسان به این گونه محتواها را برای نقد و پاسخ‌دهی به آن‌ها بی‌اشکال دانسته‌اند (ر.ک: شهریاری، ۱۳۸۹، ص ۱۴۷).

۳. به گفته دبیر سابق شورای عالی فضای مجازی، هر چند عضویت در شبکه‌های اجتماعی به طور طبیعی جرم نیست، اما دور زدن سامانه فیلترینگ کشور طبق قانون جرم محسوب می‌شود (به نقل از: حسین علی رحمتی و حمید شهریاری، «فیلترینگ و دشواری تزامم اخلاقی»، پژوهش‌نامه اخلاق، ش ۳۷، ص ۱۱ و ۱۲).

بیشتری دارد تا مراعات نکردن آن و «احتمال این که در جامعه‌ای تابع قانون، خوشحالی به حداکثر برسد و رنج به حداقل، بیشتر از جامعه‌ای بی قانون است».

نتیجه این که او در تنگنای عمل به چند وظیفه اخلاقی قرار می‌گیرد که جمع آن‌ها عملاً برایش مقدور نیست؛ یکی حفظ حریم خصوصی خود و دیگری انجام هرچه بهتر وظایف شغلی خود و خیر رساندن به دیگران، و بالاخره نقض نکردن قانون.^۱ دانشی که براساس نظریه‌ها و قواعد اخلاقی به تحلیل وظیفه اخلاقی انسان در چنین موقعیتی می‌پردازد اخلاق کاربردی است.

۲-۱-۲. اخلاق قضاوت، مجازات دزد

تصور کنید همسر مردی به شدت بیمار است و در آستانه مرگ قرار دارد و تنها راه نجات همسرش دارویی بسیار گران قیمت است که در شهر فقط یک نفر آن را می‌فروشد. مرد فقیر داستان ما هیچ پولی ندارد، هیچ آشنایی هم برای قرض گرفتن ندارد. به سراغ داروفروش می‌رود و التماس می‌کند. به دست و پایش می‌افتد و عاجزانه خواهش می‌کند آن دارو را برای همسر بیمارش به عنوان وام یا قرض به او بدهد. داروفروش به هیچ وجه راضی نمی‌شود. حالا مرد داستان ما دو راه دارد؛ یا دارو را بدزدد یا نظاره‌گر مرگ همسرش باشد. مرد دارو را شبانه می‌دزدد و همسرش را از مرگ نجات می‌دهد. پلیس شهر او را دستگیر می‌کند. لارنس کلبِرگ که یک روان‌شناس اخلاق بود، با طرح این داستان، از مراجعان خود خواست به دو سؤال جواب دهند:

۱. آیا کار آن مرد درست بود؟
 ۲. آیا برای این دزدی مرد باید مجازات شود؟ چرا؟
- دانشی که براساس قواعد و نظریه‌های اخلاقی به این پرسش‌ها پاسخ می‌دهد اخلاق کاربردی است.

تاریخ علم

حوادث مشخص تأثیرگذار در شکل‌گیری دانش اخلاق کاربردی

۱. محاکمه پزشکان آلمان نازی (محاکمه نورنبرگ)

پزشکان آلمان نازی از انسان‌ها مانند حیوانات آزمایشگاهی استفاده می‌کردند.

در نتیجه این محاکمه، منشور اخلاقی نورنبرگ با ده اصل پدید آمد و تا دهه های ۱۹۵۰ و ۱۹۶۰ حاکم بود. نخستین بیانیه بین المللی در زمینه پژوهش درباره افراد، به نام «بیانیه نورنبرگ» در سال ۱۹۴۶ در جریان محاکمه پزشکانی صادر شد که در جنگ دوم جهانی، روی زندانیان و اسیران آزمایش های غیر انسانی انجام داده بودند.

۲. جنگ ویتنام^۱

پیامدهای این جنگ در آمریکا بحث های مختلفی را در ابعاد گوناگون اخلاقی ایجاد کرد، مانند سرپیچی و عصیان مدنی، وظیفه در قبال یکی از دو مرجع اخلاقی وجدان یا جامعه و....

۳. رأی دیوان عالی کشور ایالات متحده درباره سقط جنین

در دهه ۱۹۶۰، زنان با الهام گرفتن از جنبش های حقوق مدنی و ضد جنگ، شروع به مبارزه فعالانه تری برای احقاق حقوق خود کردند. جنبش زنان که به سرعت در حال رشد بود تابوهایی مانند سقط جنین را در عرصه عمومی مطرح کرد. بحث هایی جدی از لحاظ اخلاقی درباره جواز سقط جنین یا ممنوعیت آن در مجامع فلسفی پیش آمد. در ۲۲ ژانویه ۱۹۷۳، دیوان عالی ایالات متحده با رأی معروف خود در Roe vs Wade اعلام کرد: «حق حوزه شخصی که در ماده ۱۴ قانون اساسی وجود دارد به اندازه کافی وسیع تعریف شده که دربرگیرنده تصمیم افراد درباره پایان دادن یا ندادن به باروری باشد.»

در دهه ۱۹۷۰، هنگامی که فلسفه اخلاق به موضوعاتی در اخلاق حرفه ای و نیز مسائل اجتماعی، از قبیل قتل رهایی بخش، رفتار با حیوانات، جنسیت و نژاد، مجازات اعدام، سقط جنین، مسئولیت محیط زیستی، عصیان مدنی و تبعیض مثبت توجه کرد، اصطلاح «**اخلاق کاربردی**» رواج یافت.

۲-۲. فواید

امروزه اخلاق پژوهان درصدد برآمده اند تا بیشتر به مسائل و اموری بپردازند که بحران ها و معضلات عملی اخلاق را نشانه رفته اند، اصول و قواعدی نظیر عدالت و ورزیدن، دروغ نگفتن، احترام گذاشتن به حق حیات دیگران، آسیب نرساندن به دیگران و... که مورد قبول عموم نظریه های هنجاری اند و در اصل اخلاقی بودن آنها اختلاف چندانی مشاهده نمی شود و

۱. نام مجموعه عملیات و درگیری های نظامی ای است که از سال ۱۹۵۵ تا ۱۹۷۵ بین نیروهای ویتنام شمالی و جبهه ملی آزادی بخش ویتنام جنوبی معروف به «ویت کنگ» از یک سو، و نیروهای ویتنام جنوبی و متحدانش، به ویژه ایالات متحده آمریکا، از سوی دیگر رخ داد.

فاعل اخلاقی در کاربرد آن‌ها نیز در بسیاری موارد، با پیچیدگی و دشواری خاصی مواجه نمی‌شود. اما شناسایی و تشخیص رفتار درست از نادرست در بسیاری حوزه‌های عملی، به‌ویژه با پیشرفتی که فناوری داشته و تصمیم‌گیری‌های اخلاقی دشواری را در حوزه‌هایی بکر فراروی فیلسوفان اخلاق قرار داده‌است، پیچیدگی‌ها و ظرافت‌هایی دارد که در این باره معضلاتی اخلاقی را پدید آورده‌است. همین مسئله توجه فیلسوفان اخلاق را به رشته‌ای به نام «اخلاق کاربردی» جلب کرده‌است.

اخلاق کاربردی دربارهٔ مسائلی نظیر محیط‌زیست، سقط جنین، قتل ترحمی، شبیه‌سازی، معضلات اخلاقی مدیریت، شهروندی، مهاجرت، حقوق حیوانات، نژادپرستی، تبعیض جنسی، خشونت و جنگ و... به بحث می‌پردازد. آن‌گاه که فیلسوفان به جای تعیین درستی و نادرستی امور، در کلی‌ترین حالت‌ها به دنبال تشخیص رفتارها و عملکردهای اخلاقی - درست در این‌گونه موارد و حیطه‌های خاص - باشند، درگیر اخلاق کاربردی شده‌اند. بنابراین اخلاق کاربردی به دنبال دستیابی به قواعدی خاص‌تر از قواعد عام اخلاقی است که در شرایط ویژه و موضوعات و موارد مشخص‌تر و جزئی‌تر کارایی داشته باشد، هرچند به نظریه‌های عام مطرح در اخلاق هنجاری نیز بی‌توجه نیست. از این نظر، امروزه در حوزه تفکر اخلاقی، به این دسته مباحث، به عنوان بخشی مستقل از اخلاق که دامنه‌ای بسیار گسترده دارد، توجه می‌شود. برخی فواید اخلاق کاربردی عبارت‌اند از:

۱-۲-۲. فواید جنبه فلسفی

- ایجاد جذابیت در گفت‌وگوهای اخلاقی و فلسفه اخلاقی؛
- کارایی بخشی و خارج کردن مباحث فلسفی اخلاق از حالت انتزاعی و ذهنی؛
- گشودن پای عالمان اخلاق و فیلسوفان به اندیشه دربارهٔ حل معضلات اجتماعی.

۲-۲-۲. فواید جنبه حرفه‌ای و عمومی

- افزایش دغدغه‌ها و مهارت‌های اخلاقی افراد جامعه؛
- نهادینه شدن اندیشه و رفتار اخلاقی در حرفه و سازمان؛
- کمک به تصمیم‌گیری اخلاقی افراد؛
- کمک به زدودن موانع و بن‌بست‌ها در راه تربیت اخلاقی؛
- حذف اضطراب و نابسامانی در روابط برون حرفه‌ای و درون حرفه‌ای؛

۲-۳. رابطه اخلاق کاربردی با اخلاق حرفه‌ای

یکی از حوزه‌های بسیار نزدیک به اخلاق کاربردی اخلاق حرفه‌ای است. اخلاق حرفه‌ای به مسائل اخلاقی در حرفه‌ها و مشاغل می‌پردازد، مانند اخلاق پزشکی، اخلاق معلمی، اخلاق وکالت و امثال آن. درباره نسبت اخلاق کاربردی و اخلاق حرفه‌ای دو دیدگاه مطرح است: دیدگاه اول: تباین اخلاق کاربردی و حرفه‌ای، به این بیان که اولی کار فیلسوفانه است و در تخصص الهی‌دانان و فیلسوفان اخلاق است، و دومی از محدوده فلسفه اخلاق پا را فراتر می‌گذارد و به خود حرفه‌ها مربوط می‌شود، یعنی از بررسی‌های انتزاعی و عقلی فاصله می‌گیرد و به دنبال ارائه راهکارهای عملیاتی در حرفه‌هاست و در حیطه تخصص کسانی است که از خاستگاه حرفه متناظر برخاسته‌اند. برای نمونه، در اخلاق پزشکی، بررسی مسائل اخلاقی (مانند سقط جنین، قتل ترحمی و...) کار متخصصان پزشکی است، نه فیلسوفان.

دیدگاه دوم: اخلاق حرفه‌ای بخشی از اخلاق کاربردی است، به این معنا که اخلاق حرفه‌ای به بررسی آن دسته از چالش‌ها و معضلات اخلاقی‌ای می‌پردازد که صاحبان حرفه‌ها و مشاغل، مانند وکلا، حسابداران، مدیران، پزشکان، مجریان، پلیس و افسران اجرایی، تجربه می‌کنند. در یک بیان کلی، اخلاق حرفه‌ای موقعیت درست می‌کند؛ یعنی مثلاً موقعیت حرفه پزشکی یا حسابداری در اخلاق حرفه‌ای ایجاد و بررسی می‌شود، برخلاف اخلاق کاربردی که صرفاً به بحث درباره هنجارهای اخلاقی در موارد خاص و کاربردی می‌پردازد. برای نمونه، این بحث که آیا اعدام در ملأعام عملی اخلاقی است، آیا به‌کشی (کشتن افرادی که امیدی به زنده ماندنشان وجود ندارد) اشکال دارد، آیا شبیه‌سازی انسان کار درستی است، و موارد دیگر، نسبت به مباحث کلی اخلاق جزئی‌تر است، ولی به حرفه یا صنعتی خاص مربوط نمی‌شود و به عبارت دیگر، به موقعیت وابسته است، نه این‌که موقعیت درست کند؛ یعنی خودش موقعیت و حرفه خاصی را درست نمی‌کند، بلکه به موقعیتی وابسته است که وجود دارد.

۱. محمدتقی اسلامی، **روش‌شناسی پژوهش در اخلاق کاربردی** (با تأکید بر موردپژوهی‌های اخلاق زیستی)، ص ۲۵ (با اندکی تصرف).

دو دیدگاه



۲-۲. شاخه‌های اخلاق کاربردی

زیرمجموعه اخلاق کاربردی چنان گسترده است که حوزه‌های بسیاری از زندگی فردی و اجتماعی را دربر می‌گیرد. در یک قالب ابتکاری، عناوین و مهم‌ترین موضوعات اخلاق کاربردی در چهار دسته «فرهنگی»، «سیاسی، امنیتی و قضایی»، «اقتصادی» و «بهداشت و سلامت انسان و محیط» معرفی شده‌اند.^۱

فرهنگی	سیاسی، امنیتی و قضایی	اقتصادی	بهداشت و سلامت انسان و محیط
اخلاق آموزش و پرورش	اخلاق رقابت سیاسی	اخلاق معیشت	اخلاق زیست محیطی
اخلاق معاشرت	اخلاق انتخابات	اخلاق تجارت و بازرگانی	اخلاق پرستاری و مراقبت
اخلاق دین‌داری	اخلاق نمایندگی	اخلاق بازار	اخلاق پزشکی
اخلاق جنسی	اخلاق تحزب و تشکیلات سیاسی	اخلاق مهندسی	اخلاق زیست فناوری پزشکی
اخلاق تعلیم و تربیت	اخلاق امنیت و سازمان‌های اطلاعاتی	اخلاق مدیریت	اخلاق زیست فناوری کشاورزی
اخلاق اطلاعات و رایانه	اخلاق شهروندی	اخلاق بورس	اخلاق مشاوره
اخلاق پژوهش	اخلاق پلیس	اخلاق معامله‌های مجازی	اخلاق روان‌درمانی

۱. جمعی از نویسندگان، اخلاق کاربردی، چالش‌ها و کاوش‌های نوین در اخلاق عملی، ص ۷۵-۸۶.

اخلاق رنیتیک	اخلاق تبلیغات بازرگانی	اخلاق جنگ و نظامی‌گری	اخلاق دانشجویی
اخلاق مددکاری اجتماعی	اخلاق مالیاتی	اخلاق روابط بین‌الملل	اخلاق گردشگری
حقوق حیوانات	مباحث اخلاقی رمزارزها	اخلاق قضاوت	اخلاق هنروری
اخلاق امدادگری در حوادث طبیعی	اخلاق مصرف	اخلاق وکالت	اخلاق رسانه
		اخلاق بازرسی	اخلاق سرگرمی
		اخلاق ثبت احوال و اسناد	اخلاق ورزش
			اخلاق آپارتمان‌نشینی

♦ پرسش‌های درس

۱. معنای خوبی در گزاره «دانشگاه تهران خوب است» با گزاره «مادر ترزا یک انسان خوب بود» چه تفاوتی با هم دارند؟
۲. موضوع اخلاق چیست؟ توضیح دهید.
۳. لطفاً جدول زیر را با توجه به گزاره اخلاقی زیر تکمیل کنید.
«محبت فرزند به مادر وظیفه هر فرزندی است.»

موضوع	محمول	اسناد

۴. براساس نظریه فایده‌گرایی، معیار فعل اخلاقی چیست؟
۵. فواید اخلاق کاربردی را ضمن یک مثال تبیین کنید.
۶. به نظر شما، قائل شدن به کدام یک از روابط اخلاق کاربردی و اخلاق حرفه‌ای، به حل مسائل اخلاقی کمک بیشتری می‌کند؟
۷. با رجوع به کتاب اخلاق کاربردی، یکی از شاخه‌های اخلاق کاربردی را در حد یک بند تبیین کنید (اطلاعات کتاب‌شناختی در قسمت «برای مطالعه بیشتر» آمده است).

♦ پژوهش

تمرین اول: اصطلاح «خوب» در گزاره‌های زیر چگونه به کار رفته است؟ کدام یک از این گزاره‌ها از نظر اخلاقی معنادار است؟

۱. آن موسیقی خوب است.
۲. دموکراسی چیز خوبی است.
۳. او فوتبالیست خوبی است.
۴. او به من خوبی نکرد.
۵. این گزارش خوبی است.
۶. او زندگی خوبی داشت.
۷. او زندگی خوبی را گذراند.
۸. راست‌گویی خوب است.
۹. آیا تعطیلات خوبی داشتی؟
۱۰. خوبی کردن به من نیامده است.
۱۱. خدا خوب است.

تمرین دوم: تو نخست‌وزیر کشوری هستی که با تبعیض نژادی در کشور X مخالف است. آیا آن کشور را تحریم می‌کنی، حتی اگر بدانی که این تحریم بر جمعیت رنگین پوست آن که از قبل نیز محروم بوده‌اند اثر می‌گذارد؟

در این مثال: ۱. پاسخ خود را درباره یک اصل و قاعده اخلاقی خاص توجیه کنید؛ ۲. تعیین کنید که پاسخ شما غایت‌گرایانه است یا وظیفه‌گرایانه یا فضیلت‌گرایانه یا ترکیبی از این‌ها؛ ۳. وضعیت دیگری را در نظر بگیرید که در آن سرپیچی از این اصل و قاعده را لحاظ کرده‌اید.

♦ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱. پالمر، مایکل. (۱۳۸۵). مسائل اخلاقی. ترجمه علی‌رضا آل‌بویه. قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی.
۲. پینکافس، ادموند. (۱۳۸۲). از مسئله محوری تا فضیلت‌گرایی. ترجمه و تعلیق سید حمیدرضا حسنی و مهدی علی‌پور. قم: معارف.
۳. جمعی از نویسندگان. (۱۳۸۹). اخلاق کاربردی: چالش‌ها و کاوش‌های نوین در اخلاق عملی. ج ۳. قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی.
۴. جمعی از نویسندگان. (۱۳۹۹). دانشنامه اخلاق کاربردی. قم: مؤسسه امام خمینی.
۵. جوادی، محسن و دیگران. (۱۳۸۹). جستارهایی در اخلاق کاربردی. قم: دانشگاه قم.
۶. فرامرزی قراملکی، احد. (۱۳۸۹). اخلاق کاربردی در ایران و اسلام. تهران: پژوهشکده مطالعات فرهنگی و اجتماعی وزارت علوم.
۷. _____. (۱۳۹۳). اخلاق حرفه‌ای. قم: مجنون.

درس دوم:

اخلاق بندگی (۱)

اهداف درس

- | | |
|---|---|
| ۱ | شناخت تصویر درست از ارتباط با خداوند (بندگی): |
| ۲ | آشنایی با شتاب دهنده های بندگی و توانمند شدن در برابر آنها: |
| ۳ | آشنایی با اصول اخلاقی در بندگی و شیوه درست رویارویی با چالش های آن. |

نقاشی ذهنی نادرست از خداوند

فرشتگان سراغش را از خدا گرفتند و خدا هر بار به فرشتگان این گونه می گفت: «می آید. من تنها گوسی هستم که غصه هایش را می شنود و یگانه موجودی ام که دردهایش را در خود نگه می دارد.» و سرانجام، گنجشک روی شاخه ای از درخت دنیا نشست. فرشتگان چشم به لب هایش دوختند. گنجشک هیچ نگفت و خدا لب به سخن گشود: «با من بگو از آنچه سنگینی سینه توست.» گنجشک گفت: «لانه کوچکی داشتم. آرامگاه خستگی هایم بود و سرپناه بی کسی ام. تو همان را هم از من گرفتی. این طوفان بی موقع چه بود؟ چه می خواستی از لانه محقرم؟ کجای دنیا را گرفته بود؟» و سنگینی بغض راه بر کلامش بست. سکوتی در عرش طنین انداز شد. فرشتگان همه سر به زیر انداختند. خدا گفت: «ماری در راه لانه ات بود. خواب بودی. باد را گفتم تا لانه ات را واژگون کند. آن گاه تو از کمین مار پر گشودی.» گنجشک خیره در خدایی خدا مانده بود. سپس خدا گفت: «چه بسیار بلاها که به واسطه محبتم از تو دور کردم و تو ندانسته به دشمنی ام برخاستی!» اشک در دیدگان گنجشک نشسته بود. ناگاه چیزی در درونش فروریخت. های های گریه هایش ملکوت خدا را پر کرد.

۱. تصویر ما از خدا

به اقتضای سرشت و طبیعت، هر انسانی منابعی برای ادراک حقایق جهان هستی دارد. دو نمونه از این منابع عبارت اند از «ذهن» و «قلب». تصویر ما از خداوند چیست؟ پاسخ به این سؤال براساس آن دو منبع، به دو سؤال دیگر تجزیه می شود:

(۱) تصویر ذهنی ما از خداوند چیست؟

(۲) فهم درونی و قلبی ما از خداوند چیست؟

برای شناخت بهتر تفاوت میان این دو، مثالی را در نظر بگیرید: شما از فردی که عشق به دیگری را تجربه کرده است سؤال می‌کنید که عشق چیست. وی با توجه به تجربه‌ای که داشته است، سعی می‌کند تعریف خویش از عشق را با توجه به تجربه عاشقی تبیین کند. در این حالت، تعبیری را به کار می‌برد که نشانگر (بیانگر) احساسات و دلدادگی اوست. در نمونه دیگر، از دختر یا پسر که تجربه‌ای از عشق نداشته است این سؤال را می‌کنید که عشق چیست. او با توجه به این که دانشجوی رشته فلسفه است و به‌ویژه با فلسفه اشراقی آشناست، شروع می‌کند به تحلیل‌های ذهنی از ماهیت عشق. او تجربه‌ای نداشته، ولی از دریچه ذهن و فلسفه، این حقیقت را تعریف می‌کند. اتفاقاً تعریف ذهنی قابل قبولی هم ارائه می‌دهد، ولی از آنجا که خود عشق را تجربه نکرده، وقتی در حال تبیین مفهوم عشق است، تغییری را در رخ وی مشاهده نمی‌کنید، درحالی که پاسخ‌گوی اول وقتی عشق را تعریف می‌کرد، سیمای او برافروخته و حتی رخسارش قرمز شده بود.

تصویر ما از خداوند گاه به برداشت‌های ذهنی از الهیات و فلسفه برمی‌گردد و گاه به تجربه‌هایی شخصی از یک حالت درونی و قلبی. آنچه ادیان، به‌ویژه اسلام، به دنبال آن هستند ارتباط درونی و قلبی با خداوند است (برهان‌های عقلی مقدمه‌ای برای رسیدن به ارتباط قلبی هستند). حضرت علی علیه السلام در مناجات شعبانیه، از خداوند درخواستی دارند: «بارالها، مرا دلی ده که شوقش او را به تو نزدیک کند.»^۱

ایشان وقتی در مواجهه با این پرسش ذِ عِلْبِ یمانی قرار گرفتند که آیا خداوند را دیده‌ای، فرمودند: «آیا ممکن است کسی را که نمی‌بینم عبادت و بندگی کنم؟»^۲ سپس به دلیل پرسشی که ممکن است به ذهن شما هم خطور کرده باشد که مگر خدا دیدنی است، فرمودند: «چشم‌ها هرگز او را آشکارا نمی‌بینند، ولی قلب‌ها با حقایق ایمان، او را درک می‌کنند.»^۳

۱. «إِلَهِي هَبْ لِي قَلْبًا يُدْنِيهِ مِنْكَ شَوْقُهُ» فرازی است از مناجات شعبانیه. مناجات شعبانیه نیایشی است که فردی به نام «ابن خالویه» آن را از امام علی علیه السلام روایت کرده است. امامان بعدی مناجات شعبانیه را قرائت کرده‌اند. این مناجات را نمونه‌ای از تضرع و وصف حال برگزیده‌ترین بندگان صالح خدا به شمار آورده‌اند. معمولاً مناجات شعبانیه در ماه شعبان خوانده می‌شود (علامه مجلسی، بحار الأنوار، ج ۹۱، ص ۹۷).

۲. «أَفَأَعْبُدُ مَا لَا أَرَى؟»

۳. «لَا تُدْرِكُهُ الْأَبْصَارُ بَشَاهِدَةً الْإِيمَانِ وَ لَكِنْ تُدْرِكُهُ الْقُلُوبُ بِحَقَائِقِ الْإِيمَانِ» (نهج البلاغه، فرازی از خطبه ۱۷۹).

در دستگاه خلقت انسان، فهم برخی از امور و میل به آن‌ها به صورت ذاتی در وی نهاده شده است. حس حقیقت‌جویی، شناخت زیبایی درونی عدالت، شناخت زشتی درونی ظلم، میل به دین‌داری، خلاقیت و حس پرستش، از جمله اموری هستند که در نهاد بشر قرار دارند. در اصطلاح دینی و فلسفی، به این امور «امور فطری» گفته می‌شود.

♦ پژوهش

فیلسوفان غرب در باب امور فطری، از قرن شانزدهم میلادی، در دو اردوگاه حسیون و عقلیون صف‌آرایی کردند. حسیون منکر هر نوع تصور غیرحسی شدند و تنها راه کسب معرفت را حس و تجربه دانستند، ولی عقلیون (از جمله دکارت) معتقد بودند که پاره‌ای از شناخت ما ذاتی ذهن و فطری‌اند. با رجوع به منابع تاریخ فلسفه غرب، این دو دیدگاه را تبیین کنید.

از نگاه قائلان به اموری فطری (همه ادیان الهی و گروهی از فیلسوفان)، یکی از گرایش‌های فطری هر انسانی گرایش به پرستش و بندگی است. انتخاب انواع بت‌ها به عنوان خدایان، خدای خیر و خدای شر، و مصادیقی در طبیعت (مانند آتش و...) تأییدکننده همین میل به پرستش در نهاد انسان است. گاه این میل و گرایش در بستر فرهنگی و تاریخی، به بیراهه و انحراف کشیده می‌شود.

میل و گرایش به پرستش الله اولاً گرایشی ذاتی و فطری در انسان، و ثانیاً مصداق درست این گرایش است.

۲. ارتباط معنوی

ارتباط قلبی و درونی با خداوند همان ارتباط اثربخشی است که انسان را از ورطه تاریکی به روشنایی، از شک به یقین، و از اضطراب به آرامش می‌رساند. اگر نگوییم که دوران معاصر به برخی از درد و رنج‌های بشر دامن زده است، دست‌کم می‌توان گفت که هنوز رنج‌های بسیاری در زندگی انسان وجود دارند که برایشان طبعی جز خدا (ارتباط معنوی با او) وجود ندارد. درک عمیق تنهایی و ترس از مرگ و نابودی و اضطراب وجودی از آن اموری هستند که جز در پناه خدایی زنده، رفیق، مهربان و خیرخواه که بتوان در سایه اش تنهایی، مرگ و اضطراب را تاراند و به انس و جاودانگی و آرامش رسید، ممکن نیست.^۱

۱. مهدی کمپانی زارع، خدا به روایت مولانا، ص ۱۱۵.

♦ پژوهش

با توجه به اهمیت تجربه‌های قلبی و شهودی در مواجهه با خداوند، جایگاه و ارتباط استدلال‌های ذهنی‌ای را که در فلسفه و الهیات درباره وجود خدا، صفات خدا و امثال آن وجود دارند با این تجربه‌های درونی و قلبی بررسی کنید.

سؤال: آیا تجربه‌ای مانند تجربه زیر را درباره رابطه با خدا داشته‌اید؟

«اوایل شب بود که از خواب بیدار شدم. احساس می‌کردم مرا عمداً بیدار کرده‌اند. به پهلوی دیگر غلتیدم تا دوباره بخوابم و در این حال بود که آگاهی حضور چیزی را در اتاق حس کردم و عجیب اینجاست که آگاهی وجود شخص زنده‌ای نبود، بلکه حضور امری فرامادی را احساس می‌کردم. میل عجیبی به خواندن نماز پیدا کردم. رفتم وضو گرفتم و سجاده‌ام را پهن کردم و شروع به نماز کردم. اشک بود که می‌آمد و امانم نمی‌داد. انگار در محضر شخص بزرگی ایستاده‌ام. ممکن است خنده‌دار به نظر برسد، اما فقط آنچه را که بر من گذشت برایتان می‌گویم. من احساسم را فقط به این شکل می‌توانم توصیف کنم که آگاهی حضور خدا را احساس کردم. در حال نماز، احساس لذت عجیبی کردم، اما نه شبیه لذت‌های مادی‌ای که سراغ داریم. ترسی به همه وجودم افتاد، البته ترسی شیرین.»

♦ کار گروهی در کلاس

با مدیریت استاد محترم، تجربه‌های شخصی خود در ارتباط معنوی با خداوند را در کلاس به اشتراک بگذارید و سه وجه مشترک این ارتباط‌ها را در کادر زیر بنویسید:

۱.
۲.
۳.

ارتباط درونی و معنوی با خداوند در سایه بندگی او محقق می‌گردد. وقتی می‌توانیم در سایه‌سار رحمت الهی جای بگیریم و لذت گفت‌وگو با مهربان‌ترین موجود عالم را تجربه کنیم که بنده و مطیع او باشیم. به تعبیر بزرگان دین، این بندگی انسان را از ذلت و بردگی در حیات دنیوی نجات می‌دهد. درواقع، این نوع بندگی عین آزادی و آزادگی است.

رابطه میان خالق و مخلوق رابطه‌ای عاشقانه و براساس محبت است، نه رابطه‌ای رئیس و مرئوسی. آنچه خدای خیرخواه و مهربان از بنده‌اش می‌خواهد بندگی اوست. آیا بندگی او به معنای بردگی و ذلت است؟ اتفاقاً بندگی او به معنای آزادی و رها شدن از بند شهوت نفسانی و دنیاپرستی است. در اینجا این پرسش مطرح می‌شود که حقیقت بندگی چیست.

۳-۱. تعریف

این پرسش را پیرمردی ۹۴ ساله از امام صادق علیه السلام، یکی از رهبران مذهب تشیع، سؤال کرد. ایشان حقیقت بندگی را در سه چیز دانسته‌اند؛ اول این‌که بنده آنچه را خدا به او بخشیده ملک خود نداند، زیرا بندگان مالک نیستند، بلکه مال را از آن خدا می‌بینند و هرکجا خدا فرمان داد، مصرفش می‌کنند؛ دوم این‌که بنده بداند که نمی‌تواند امور خود را تدبیر کند؛ سوم این‌که تمام وقت خود را صرف انجام اوامر خدا و ترک نواهی او کند.^۱ ایشان در ادامه به آثار این سه مؤلفه می‌پردازند:

الف) هرگاه بنده چیزی را که خدا به او بخشیده ملک خود نداند، انفاقش در راه خدا بر وی آسان گردد، و هرگاه تدبیر امورش را به دست مدبر واقعی بسپرد، سختی‌های دنیا برایش آسان شوند، و هرگاه به دستورات خدا گردن نهد، هیچ‌گاه با مردم جدال نمی‌کند و به آنان فخر نمی‌فروشد.

ب) هرگاه خداوند به بنده این سه خصلت را عطا فرمود، دنیا و شیطان و مردم در نظرش خوار می‌شوند، برای جمع کردن مال و فخرفروشی به دنبال دنیا نمی‌رود، از مردم عزت و مقام نمی‌طلبد، و اوقاتش را هدر نمی‌دهد. این اولین درجه پرهیزگاران است. خداوند متعال می‌فرماید: «جهان آخرت را برای کسانی مهیا کردیم که در زمین به دنبال مقام پرستی نرفته و مرتکب فساد نشده باشند و پایان نیک برای پرهیزگاران است.»^۲

تمرین

در موقعیت‌های زیر، سه مؤلفه بندگی (مالک حقیقی خداست، تدبیر امور به دست خداست، و همه زندگی را براساس دستورات خدا تنظیم کند) را بررسی کنید.

۱. طبرسی، مشکاة الأنوار فی غرر الأخبار، ص ۷۰۱.

۲. همان: «تِلْكَ الدَّارُ الْآخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلُوًّا فِي الْأَرْضِ وَلَا فَسَادًا وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ» (سوره قصص، آیه ۸۳).

الف) من در اروپا زندگی می‌کنم. دو سال است حجاب را انتخاب کرده‌ام. با انتخاب این رفتار، به رغم قوانین سختگیرانه کشورم نسبت به دختران باحجاب، احساس آرامش و امنیت دارم. احساس می‌کنم خداوند نگاه دیگری به زندگی من دارد و من انتخاب شده‌ام.

..... بررسی:

ب) فردی متدین و مسجدی در محله ما زندگی می‌کند. او مغازه دار است و به شدت دروغ می‌گوید. من از هر مسجدی بدم می‌آید و پنج سالی است پایم را به مسجد نگذاشته‌ام.

..... بررسی فردی که به مسجد نمی‌رود:.....

ج) از زمانی که متوجه شده‌ام همسایه دیوار به دیوارمان سرطان دارد، مدام در این فکر هستم که مقداری از انگوهام را برای درمان سرطان همسایه بفروشم، خصوصاً این که می‌دانم دچار مشکلات مالی هستند.

..... بررسی:

۲-۳. مراتب

منشأ عبادت همان معرفت و شناخت عظمت الهی است. هرچه معرفت انسان نسبت به معبود قوی‌تر باشد، به همان نسبت کرنش و عبادت وی برای پروردگار فزونی می‌یابد تا آنجا که احساس می‌کند در برابر او نمی‌توان، جز بندگی، کاری کرد. این عالی‌ترین و بالاترین و خالص‌ترین مرتبه عبادت است که امام علی (ع) آن را «عبادت احرار و آزادگان» می‌نامد. در سخن آن حضرت برای عبادت دو مرتبه دیگر نیز وجود دارد؛ یکی برای ترس از کیفر و دیگری برای رسیدن به پاداش. البته هر دو این‌ها نیز مطلوب‌اند، هرچند عبادت خالص همان است که فقط برای رضای معبود باشد: «گروهی خدا را به انگیزه پاداش می‌پرستند که این عبادت بازرگانان است، و گروهی خدا را از ترس می‌پرستند که این عبادت بردگان است، و گروهی خدا را برای سپاس‌گزاری می‌پرستند که این عبادت آزادگان است.»^۱

۱. «إِنَّ قَوْمًا عَبَدُوا اللَّهَ رَغْبَةً فَبَلَكَ عِبَادَةُ التَّجَارِ وَإِنْ قَوْمًا عَبَدُوا اللَّهَ رَهْبَةً فَبَلَكَ عِبَادَةُ الْعَبِيدِ وَإِنْ قَوْمًا عَبَدُوا اللَّهَ شُكْرًا فَبَلَكَ عِبَادَةُ الْأَخْرَارِ وَ هِيَ أَفْضَلُ الْعِبَادَةِ» (نهج البلاغه، حکمت ۲۳۷).

بندگی تاجرانه

- این نوع از بندگی مبتنی بر محاسبه سود و زیان است.

- سه مؤلفه بندگی را براساس معیار بالا تحلیل کنید.

بندگی بردگان

- این نوع از بندگی مبتنی بر بعد روان‌شناختی ترس از پروردگار و مجازات اوست.

- سه مؤلفه بندگی را براساس معیار بالا تحلیل کنید.

بندگی آزادگان

- این نوع از بندگی مبتنی بر ارزش ذاتی بندگی است. به این معنا که چون خداوند را مستحق عبادت می‌داند، بندگی می‌کند و به منافع آن یا ترس از مجازات فکر نمی‌کند.

- سه مؤلفه بندگی را براساس معیار بالا تحلیل کنید.

۳-۳. موانع

بزرگ‌ترین مانع بندگی خداوند گناه است. برخلاف سنت مسیحی^۱، در اندیشه اسلامی، انسان پاک آفریده می‌شود و می‌تواند پاک هم از دنیا برود، ولی در این عالم دچار آلودگی و غفلت و دوری از خداوند می‌شود. هم عادات غفلت‌آفرین مانند پرخوری، پرخواهی، تنبلی و پرحرفی وی را قبضه می‌کنند و هم شیوه‌های بد و خصلت‌های ناصواب او را از راه درست دور می‌کنند. مفهوم گناه در همین بستر متولد می‌شود. ساده‌ترین معنای گناه پیروی نکردن از فرمان‌های خداوند است و البته مراتب بالاتری هم دارد. مراتب گناه به انتظار خداوند از بندگان برمی‌گردد. همه انسان‌ها از آن حیث که انسان‌اند، لغزش‌پذیرند. ولی انتظار خداوند از انسان‌های معمولی کمتر، و از انسان‌های الهی بیشتر است. البته به اقتضای عدل الهی، نتایجی نیز که انسان‌های الهی می‌بینند به مراتب بیشتر از انسان‌های معمولی است.

۱. اعتقاد به گناه اولیه و ذاتی از اعتقادات مهم و اساسی مسیحیان به شمار می‌آید. براساس این اعتقاد، نژاد انسانی وارث گناه آدم است و انسان‌ها نه به سبب بدی اعمال خودشان، بلکه فقط بدین دلیل که از تبار آدم‌اند، ذاتاً گناهکار به دنیا می‌آیند. بنابر آموزه‌های مسیحیت، بشر از آغاز تاریخ، به سبب گناه از خدا دور شده بود و با خضوع کامل و اطاعت مطلق عیسی از خدا که در زندگی و رنج‌ها و مرگ وی جلوه‌گر شده است، همگی با خدا آشتی کردند. مسیحیان این موضوع را «عقیده نجات» یا «فدا» می‌نامند.

بندگی مانند هر رفتار اختیاری دیگر انسان، نیازمند تکرار و مراقبت است. برخی از شتاب‌دهنده‌ها در بندگی خدا عبارت‌اند از:

آلبرت بندورا در حوزه روان‌شناسی یادگیری، نظریه یادگیری مشاهده‌ای را مطرح کرد. یکی از آزمایش‌های او «عروسک بوبو» بود. او در این آزمایش، به کودکان فیلمی را نشان می‌داد که مربی مهدکودک در حال کتک زدن عروسکی به نام «بوبو» بود. پس از تماشای فیلم، کودکان در ضمن بازی خود، مدام این عروسک را کتک می‌زدند. براساس نظریه یادگیری مشاهده‌ای، فرد از طریق مشاهده نمونه‌های عینی، رفتارهای مناسب را فرامی‌گیرد، یعنی درواقع می‌فهمد که کدام دسته از رفتارها پاداش می‌گیرند و کدام یک به کیفر منجر می‌شوند.^۱ یکی از شتاب‌دهنده‌های بندگی، مشاهده رفتار انسان‌های الهی است.

مواجهه روزانه با یک فرد الهی و متقی تأثیری در انسان دارد که خواندن هزار صفحه کتاب ندارد. اساساً دلیل عمده موفقیت رسول خدا در هدایت جامعه عرب جاهلی، یادگیری و هدایت از طریق مشاهده رفتارها و سیره عملی ایشان در زندگی بود، رفتارهایی چون شب‌زنده‌داری، گریه در نماز، توکل به خداوند در مشکلات زندگی، اخلاص و پاکی در عمل و ...

♦ برای مطالعه

در حوزه مطالعاتی آموزش اخلاق، یکی از مؤثرترین و مهم‌ترین روش‌های آموزش اخلاق روش مبتنی بر الگو است. این روش در سرتاسر زندگی و ابعاد مختلف آن کاربرد دارد و از آنجا که محتوای تربیت را به صورت عینی و عملی ارائه می‌دهد، در انتقال مفاهیم و آموزش برنامه‌های تربیتی بسیار مؤثر است. شاید به همین دلیل است که در منابع اسلامی، بر بهره‌گیری از الگو و پیروی از اسوه‌های حسنه تأکید شده است. تأثیرپذیری انسان از محیط و گرایش او به تقلید را می‌توان از مبانی اثرگذاری این روش نام برد. به اعتقاد روان‌شناسان، اگر قادر نبودیم در محیط اجتماعی از طریق مشاهده رفتار و اعمال دیگران به یادگیری پردازیم، زندگی‌مان مختل می‌شد. در چنین حالتی، باید وقت و نیروی زیادی را صرف کسب دانش، مهارت‌ها و نگرش‌های مختلف می‌کردیم

۱. ویلیام کرین، *نظریه‌های رشد مفاهیم و کاربردها*، ص ۲۶۳.

و چه بسا در این کار با اشتباهات بسیاری روبه‌رو می‌شدیم. اما خوشبختانه ما مقدار زیادی از دانش‌ها و مهارت‌هایمان را از راه مشاهده رفتار والدین، دوستان، معلمان و نیز مشاهده پیامدهای رفتار آنان یاد می‌گیریم.

۲-۴-۳. فرصت جوانی و اوج‌گیری

انسان معمولاً از ۳۵ تا ۴۰ سالگی به بعد نان دوران جوانی را می‌خورد. مردان بزرگ عمدتاً تا قبل از چهل سالگی دچار تحول جدی شده‌اند، زیرا بعد از این دوران، روح شکل می‌گیرد و تغییر سخت می‌شود. برای اصلاح نفس، ایام جوانی سزاوارتر است، زیرا هم اراده قوی‌تر است و هم کدورت و ظلمت نفس کمتر است و هم انسان به پاکی درون نزدیک‌تر است. از سوی دیگر، بار گناه زیاد نشده‌است که جبران آن مشکل باشد. جوانان قدر ایام جوانی را بدانند و این نعمت بزرگ را با غفلت نگذرانند که در ایام پیری اصلاح نفس بسیار مشکل است. امام خمینی در کتاب عرفانی خویش چنین می‌نویسد:

«مشکلات بسیار در سن پیری برای انسان هست که در ایام جوانی نیست، لکن شیطان و نفس اماره انسان را مغرور می‌کنند و نمی‌گذارند در آن وقت انسان درصدد اصلاح برآید تا آن‌که انسان دچار ضعف و سستی پیری شد و معاصی متراکم و کدورت‌های نفسی زیاد شد. آن‌گاه نیز با تسویف و تعویق می‌گذرانند تا اصل سرمایه را از دست بدهد و با خذلان و خسران، وارد دار انتقام شود.»^۱

عناصر چهارگانه سلوک معنوی

در سلوک معنوی، اهل عرفان چهار عنصر را برای غلبه شهود بر ظاهر در زندگی روزمره انسان الهی ضروری می‌دانند: خلوت‌گزینی، کم‌گویی، کم‌خوری و کم‌خوابی.

الف) خلوت‌گزینی (عزت) درست: دل از هرگونه تعلق به خلق رها گردد، تعلقی که دل را از یاد و ذکر خدا بازمی‌دارد و مایه پریشان‌حالی دل می‌گردد، هرچند آن تعلق گناه به‌شمار نیاید.

خلوت‌گزینی نادرست: فرد زندگی اجتماعی روزمره را رها کند و در گوشه‌ای فارغ از جهان، سیر و زندگی کند.

ب) کم‌گویی درست: از سخن بیهوده و بی‌نتیجه پرهیزد.

۱. روح‌الله خمینی، تهذیب نفس، ج ۱، ص ۱۳۰.

کم‌گویی نادرست: از هرگونه سخن گفتن بپرهیزد، به‌گونه‌ای که در جای درست نیز سخن نگوید، به این بهانه که مشغول تهذیب نفس و تقویت سلوک معنوی است.

ج) کم‌خوری درست: کم‌خوری‌ای که در فرهنگ عرفانی «جوع» نام دارد به معنای کاستن غذاست تا آن اندازه که مزاج انسان آسیب نبیند، قوایش تحلیل نرود و توان اجرای امور عبادی و وظایف اجتماعی‌اش را از دست ندهد.

کم‌خوری نادرست: آن قدر نخورد که بیماری گوارشی یا سوءهاضمه بگیرد.

نقش بی‌بدیل کم‌خوری درست (معتدل) در سلوک معنوی

۱. کاهش توان و هیجان قوای شهوانی نفسانی؛
۲. دفع بیهوده‌کاری و پریشان‌حالی؛
۳. بسته شدن روزنه‌های ورود خواطر و وسوسه‌های شیطانی؛
۴. تبدیل قساوت قلب به رقت قلب؛
۵. نجات دل از مرگ معنوی؛
۶. تیزی و سبکبالی فکر و ذهن؛
۷. لذت مناجات انیسانه با خدا و نشستن بر خوان ملکوتیان و برگرفتن اسرار الهی.

این دهان بستی، دهانی باز شد / کو خورنده لقمه‌های راز شد^۱
 گر تو این انبان ز نان خالی کنی / پر ز گوهرهای اجلالی کنی
 طفل جان از شیر شیطان باز کن / بعد از آتش با ملک انباز کن
 تا تو تاریک و ملول و تیره‌ای / دان که با دیو لعین همشیره‌ای^۲
 لب فروبند از طعام و از شراب / سوی خوان آسمانی کن شتاب
 دم به دم بر آسمان می‌دار امید / در هوای آسمان رقصان چو بید
 دم به دم از آسمان می‌آیدت / آب و آتش رزق می‌افزایدت^۳

د) کم‌خوابی درست: در روایات اسلامی، اولاً خواب متعادل برای انسان مؤمن بین ۶ تا ۸ ساعت در نظر گرفته شده‌است، چراکه در بعضی از روایاتی که برنامه‌های شبانه‌روز را برای مؤمن معرفی می‌کنند، یک‌چهارم شبانه‌روز را برای استراحت، و در بعضی روایات دیگر، یک‌سوم شبانه‌روز را برای استراحت انسان قرار داده‌اند که مقدار آن بین ۶ تا ۸ ساعت در

۱. مولوی، مثنوی، دفتر سوم، بیت ۳۷۴۷ و ۳۷۴۸، ص ۳۲۳.

۲. همان، دفتر اول، بیت ۱۶۳۹-۱۶۴۱، ص ۶۶.

۳. همان، دفتر پنجم، بیت ۱۷۳۰-۱۷۳۲، ص ۶۹۱.

شبانه روز است. البته خواب براساس سن آدمی نیز تفاوت دارد و هرچه انسان پیرتر می شود یا به کمالات معنوی بیشتری دست پیدا می کند، خواب او کمتر می شود.

کم خوابی نادرست: خوابی که هم از نظر مقدار زمان و هم از نظر کیفیت، نامتعادل باشد.

۴. اخلاق بندگی

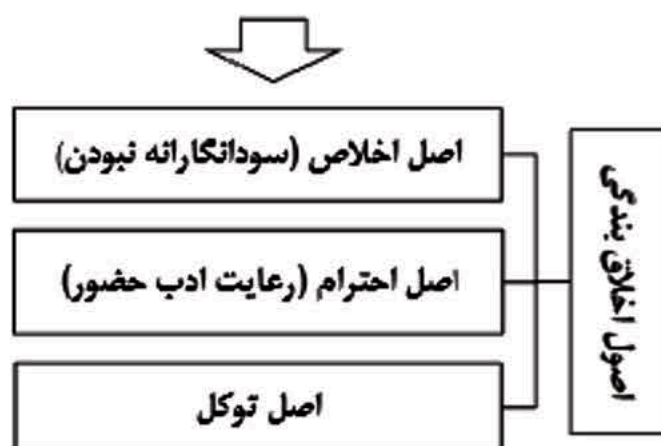
با توجه به آنچه در درس اول گفته شد، اخلاق بندگی به این معناست که انسان براساس چه خصلت ها و رفتارهای ارزشمند و خوبی باید در مواجهه با خالق خویش رفتار کند. درواقع، اخلاق بندگی به این پرسش پاسخ می دهد که:

رابطه اخلاقی با خالق چگونه است؟

ارتباط ما با خدا چگونه باشد تا بگوییم یک ارتباط اخلاقی است؟

۴-۱. اصول اخلاقی در بندگی

پاسخ به سؤال بالا پای اصول اخلاقی در بندگی را به میان می کشد. به بیان علمی، هر انسان دارای اراده و اختیار، در صورتی که براساس اصول اخلاقی زیر با خالق خویش ارتباط معنوی داشته باشد، می توان گفت ارتباط وی ارتباطی اخلاقی است:



پاسخ سؤال بالا:

رفتارهای عبادی معنوی، در صورتی که مبتنی بر اخلاص، احترام، تقوا و عشق باشند، رفتارهای اخلاقی اند.

وقتی گفته می‌شود که فلان چیز خالص است، به این معناست که با چیزی ممزوج و مخلوط نیست و معنایی نزدیک به «صافی» دارد. اگر در بندگی خدا به خلوص امر شده‌ایم، به این معناست که رفتار عبادی (مثل نماز) و رفتار اقتصادی (مثل بخشش مالی به دیگران) با انگیزه الهی انجام شده باشد، نه انگیزه‌های دیگری مثل شناخته شدن، رانت‌خواری، شهرت و به دو مثال زیر توجه کنید:

(۱) حاجی همیشه در صف اول نماز جماعت می‌نشست. یک روز وقتی وارد مسجد شدم و صف اول را خالی دیدم، رفتم و در صف اول نشستم. حاجی که از کسبه محل بود وارد مسجد شد. پیرمردی به من اشاره کرد که «برو عقب، اینجا جای حاجی است». حاجی نگاهی به من جوان کرد و با لبخندی گفت «صف اول و دوم ندارد، اصل این است که عبادت برای خدا باشد، نه برای خلق خدا» و در صف دوم سجاده خودش را پهن کرد و مشغول نماز شد. (۲) شبی در سیمای جمهوری اسلامی، مصاحبه‌ای با رزمنده‌ای شانزده ساله پخش شد. مصاحبه‌گر پرسید: «کار تو چیست؟» گفت: «خنثی کردن مین». پرسید: «تاکنون چند مین خنثی کرده‌ای؟» گفت: «از لطف خدا، زیاد». پرسید: «عدد آن را می‌دانی؟» جواب داد: «می‌ترسم بگویم، شیطان مرا گول بزند و دچار عجب و غرور شوم و دوستانم که کمتر موفق بوده‌اند احساس کوچکی کنند.»

حاجی و رزمنده جوان، از آنجا که انگیزه الهی را مدنظر داشتند، رفتاری غیر از آنچه به ذهن همه ما در این موقعیت‌ها می‌رسد انجام دادند. دلیلش یک چیز است: خلوص در رفتار.

اصل اخلاص: در بندگی خدا انگیزه‌های دیگری مانند خودخواهی، ریا، غرور، جلب توجه بیشتر، جلب منافع مالی و... را در پراوتز قرار دهید.

خدای تعالی در قرآن می‌فرماید:

﴿قَاعْبُدِ اللَّهَ مُخْلِصًا لَهُ الدِّينَ • أَلَا لِلَّهِ الدِّينُ الْخَالِصُ﴾^۱

«پس خدا را درحالی که اعتقاد خود را برای او خالص کرده‌ای، عبادت کن. آگاه باشید آیین پاک از آن خداست.»

امر به عبادت خدا با صفت اخلاق در این آیه، بر این مسئله دلالت دارد که بندگی خداوند مشروط به وارد نشدن انگیزه‌هایی مانند توجه به خود، غرور، و جلب منفعت مالی به امر عبادی است.

♦ تمرین

لطفاً براساس اصل اخلاص در عبادت، هریک از موارد زیر را در کلاس تحلیل اخلاقی کنید:

۱. خواندن زیارت عاشورا در نمازخانه محل کار با انگیزه کسب تشویق و امتیاز سازمانی:

.....

.....

.....

۲. شرکت در نماز جمعه با انگیزه جذب در فلان ارگان انقلابی:

.....

.....

.....

۳. مشارکت فعال در فعالیت‌های معنوی آیینی نهاد رهبری در دانشگاه محل تحصیل، به دلیل این‌که این فعالیت‌ها آرامش خاصی به من می‌دهند:

❧ ۲-۱-۴. اصل احترام (ادب حضور)

احترام به بزرگ‌تر در نهاد انسان قرار دارد. احترام به بزرگ قبیله، احترام به خان ایل، احترام به پدر بزرگ، احترام به پدر و مادر، احترام به استاد، احترام به برادر و خواهر بزرگ‌تر، همه از همین امر نشئت گرفته‌اند. احترام یعنی ارزش نهادن به طرف قابل احترام. می‌توان اصل احترام را چنین تعریف کرد: «فرستنده یا گیرنده اخلاق مدار a با توجه به امتیازها و کیفیت‌هایی که در x می‌یابد، این‌گونه داوری می‌کند که x سزاوار توجه، پاسخ و ارزش‌گذاری است. لذا متناسب با آن امتیازها و کیفیت‌ها، احساسی مثبت از ارج نهادن و اعتنا به x در a ایجاد می‌شود و a موظف است براساس این احساس رفتار کند.»^۱

خالق هستی (x)، همو که همه نعمت‌ها را به انسان داده‌است، دارای ارزش ذاتی در ذهن

۱. محمدتقی فعالی و مهدی فدایی، سبک زندگی اجتماعی در اسلام، ص ۲۰۲.

و روان انسان است. این ارزش ذاتی احترامی را تولید می‌کند که آدمی خود را در مقام عبادت و بندگی آن حضرت نشان می‌دهد. ادب حضور در مقام گفت‌وگو با او، و ادب حضور در مقام نیایش و دعا، از جمله مصادیق احترام در عرصه بندگی خداوندند.

چالش رفتاری

فرض کنید در یک موقعیت عبادی، انجام آن عبادت براساس الگوی احترام، موجب نادیده گرفتن حقی از فرد انسانی شود، مثلاً رعایت ادب حضور در نماز به هنگام سفر و مهمانی، خصوصاً وقتی همسفران شما منتظرند. وظیفه اخلاقی شما در این هنگام چیست؟

به اقتضای اصل احترام، هر بنده متناسب با ارزشی که برای خداوند قائل است، احساسی را بروز می‌دهد. براساس این قاعده، می‌توان گزاره‌های زیر را نتیجه گرفت:

(۱) عبادت از سر عادت و سرسری و با پوششی غیرمتعارف، دلالت بر این است که از لحاظ ذهنی و قلبی برای خداوند ارزشی واقعی قائل نیستیم.

(۲) هرچه از لحاظ ذهنی و قلبی توجه بیشتری به خداوند داشته باشیم، مؤدبانه‌تر در مقابل او به عبادت می‌ایستیم.

(۳) سعی می‌کنیم همان چیزهایی که برای خداوند مهم‌اند برای ما هم مهم باشند، مثلاً توجه به یتیمان، توجه به همسایه، دستگیری از فقیر و ضعیف، بخشش دیگران و....

به اقتضای اصل احترام، هرچقدر برای خدا ارزش قائل باشیم، همان قدر احترام و ادب ما نسبت به پروردگار بیشتر می‌شود.

۳-۱-۲. اصل توکل (تدبیر مثبت)

یکی از مفاهیم دینی که سوء برداشت از آن زمینه بی‌دینی یا حماقت در دین‌داری را ایجاد می‌کند مفهوم توکل است. به گزاره‌های زیر توجه کنید:

(۱) چون به خدا توکل نداشتی، نتوانستی این امتحان رو قبول بشی.

(۲) نمی‌دونم چرا توی این معامله سود نکردم، من که همه چیز رو به خدا سپردم؛ تازه، استخاره هم که خوب اومد!

۳) حاجی، شما چرا ان قدر تلاش می‌کنین؟ مگه به خدا باور ندارین؟ چرا این همه زحمت می‌کشین؟ (تلاش برای کسب روزی حلال)

این جمله‌ها و بسیاری از جمله‌های مشابه روزانه در سبک‌های زندگی مؤمنانه شنیده می‌شوند. این امر به اسلام هم اختصاص ندارد، یک مسیحی کاتولیک نیز ممکن است این تجربه‌ها و این‌گونه باورمندی به خدا را داشته باشد. اما به‌راستی، معنای درست توکل به خدا چیست؟

«توکل» در لغت به معنای «وکیل گرفتن» و «واگذار کردن کار» است. به کسی که اجرای برخی از کارهای خود را به دیگری وامی‌گذارد «موکل»، و به کسی که انجام کار به او واگذار شده است «وکیل» می‌گویند.

انسان متوکل امور خود را به خدا وامی‌نهد و او را وکیل خود می‌گیرد:
الف) در آغاز باید پرسید تمایز اصلی متوکلان و غیرمتوکلان چیست و آیا تفاوت این دو در استفاده از اسباب و علل مادی است. حقیقت آن است که هم متوکل و هم غیر او از اسباب مادی بهره می‌گیرند. درواقع، صرف توکل بر خدا، بدون استفاده از عوامل مادی، نتیجه‌ای ندارد. مثلاً انسانی تشنه، بدون تلاش برای به‌دست آوردن آب (سبب مادی رفع تشنگی)، بنشیند و بگوید به خدا توکل می‌کنم.

خداوند با تأسیس نظام علی و معلولی و سببیت بخشیدن به اسباب، ضمانت استجابات دعا بدون تمسک به اسباب و علل را از خود برداشته است. می‌خواهی با توکل خود حکمت و سنت مرا باطل کنی؟ مگر منافع و آثار داروها را کسی جز من در آن‌ها قرار داده است؟^۱
همان‌گونه که اعتماد به اسباب خلاف اصل توکل است، انکار آن نیز نافی توکل و اراده‌ای است که بدان‌ها اثر بخشیده است: «شتر خود را پابند بزن و سپس به خدا توکل کن.»^۲

تأثیر اسباب و علل در گرو اعتقاد به خدا و توکل به او نیست. کسانی که به خدا اعتقادی ندارند نیز با شناسایی نظام علت و معلول و استفاده از جریان آن، به نتایج مطلوب می‌رسند. بنابراین تفاوت این دو در چیست؟ بی‌گمان تفاوت این‌ها در معرفت و بصیرت است، بدین بیان که انسان متوکل در پس‌پرده این اسباب و علل، حقیقتی را می‌بیند که انسان

۱. «أردت أن تبطل حکمتی بتوکلک علی فمن أودع العقاقیر منافع الأشياء غیری» (ملاحسن فیض کاشانی، المحجة البیضاء، ج ۷، ص ۴۳۲).

۲. «اغفلها و توکل علی الله» (حسن بن محمد دیلمی، إرشاد القلوب، ج ۱، ص ۱۲۱).

غیرمتوکل از دیدن آن محروم است. نفس این معرفت کمال انسان است. متوکل ضمن آن که از دارو برای درمان بهره می برد، می یابد و می بیند که دارو عامل درمان بیماری نیست، بلکه خدا به واسطه دارو درمان می کند. تفاوت دیگر این که میزان امید به موفقیت در انسان متوکل بیشتر است که این خود موجب اراده ای مصمم تر و انگیزه ای قوی تر می گردد.^۱

کسی که به خدا توکل می کند:

۱. از اسباب مادی برای رفع نیازش استفاده می کند، البته در چارچوب دین. مثلاً برای رفع نیاز مالی اش رشوه و ربا نمی گیرد.
۲. امید مثبت و عمیقی به موفقیت در امور دنیوی و معنوی دارد.
۳. در هنگام تعارض ها، براساس آنچه خدا در قالب بایدها و نبایدهای دینی تدبیر کرده است، تصمیم می گیرد.

توکل از ترکیب دو عامل ناشی می شود:

نخست، انسان باور کند غیر از خدا مؤثری نیست و هر نیرو و قدرتی وابسته به اوست (باور به مؤثر بودن خداوند)؛

دوم، یقین به حق تعالی؛ یعنی دل فرد از اوهام رهیده و به حق تعالی پیوسته باشد (تعلق حقیقی به خداوند).

از پیوند این دو عامل، انسان به آرامش و طمأنینه می رسد و همه امور خود را به او واگذار می کند. بی تردید کسی که به مؤثر بودن خداوند در امور عالم باور ندارد یا کسی که دلش با سیطره اوهام، بیمار و ضعیف است از درک حقیقت محروم است و هرگز به منزل آرامش نمی رسد.^۲

تمرین

«همیشه به دنبال زمانی برای انجام دادن امر خیریه عام المنفعه بودم. خدا را شکر الان وضع مالی خوبی دارم و می توانم یک مرکز آب رسانی در محله پایین شهرمان بسازم، اما اطعام در مسجد محل زندگی و جاهت اجتماعی بیشتری برای من دارد، البته افراد زیادی هم به این اطعام نیاز دارند.»

۱. انسانی که دو عامل مذکور در توکل در وی متجلی است چه تصمیمی می گیرد؟
۲. شما براساس سه اصل اخلاقی بندگی، چه تصمیمی می گیرید؟

۱. مهدی علیزاده و دیگران، اخلاق اسلامی، ص ۱۲۸.

۲. شریفی، درسنامه اخلاق اسلامی، ص ۹۸.

♦ پرسش‌های درس

۱. براساس مباحث کلاس، بندگی را تعریف کنید.
۲. یکی از موارد شتاب‌دهنده در بندگی را با ارائه نمونه توضیح دهید.
۳. عناصر چهارگانه سلوک معنوی کدام‌اند؟
۴. اصول اخلاق بندگی را نام ببرید.
۵. اصل اخلاص در بندگی را با ارائه یک نمونه درست تبیین کنید.
۶. اصل احترام در بندگی را با ارائه یک نمونه درست تبیین کنید.
۷. اصل توکل در بندگی را با ارائه یک نمونه درست تبیین کنید.

♦ پژوهش

الف) تصویری که از خداوند در قرآن مجید رسم شده متفاوت با تصویری است که بعضی از اهل ایمان در ذهن خود دارند. طبق نظر قرآن، رفتار خداوند مجموعه‌ای است از عشق و محبت به انسان‌های خوب و ابراز انزجار از انسان‌های بد. به این موضوع حداقل در چهل آیه از آیات قرآن، بر مبنای تصویری روشن از انسان‌های خوب و بد اشاره شده است. به کمک استاد، تصویری را که از خداوند در آیات زیر بیان شده است در کلاس بررسی کنید:

۱. «قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ»^۱
۲. «وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ»^۲

ب) یکی از روش‌های افزایش محبت الهی تقویت رفتار است. تقویت رفتار به معنای انجام دادن رفتارهای محبت‌آمیز است. با کمک استاد، پنج رفتار محبت‌آمیز با خداوند را براساس حدیث قدسی زیر در جدول بنویسید:

«عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عليه السلام قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وآله قَالَ اللَّهُ مَا تَحَبَّبَ إِلَيَّ عَبْدِي بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتُهُ عَلَيْهِ وَإِنَّهُ لَيَتَحَبَّبُ إِلَيَّ بِالنَّافِلَةِ حَتَّىٰ أُحِبَّهُ فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ وَلِسَانَهُ الَّذِي يَنْطِقُ بِهِ وَيَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا وَرِجْلَهُ الَّتِي يَمْشِي بِهَا إِذَا دَعَانِي أَحْبَبْتُهُ وَإِذَا سَأَلَنِي أَعْطَيْتُهُ وَمَا تَرَدَّدْتُ فِي شَيْءٍ أَنَا فَاعِلُهُ كَتَرَدَّدِي فِي مَوْتٍ مُؤْمِنٍ يَكْرَهُ الْمَوْتَ وَأَنَا أَكْرَهُ مَسَاءَتَهُ»^۳ خداوند عزوجل می‌فرماید: بنده من هیچ محبتی را در دل من جای نمی‌دهد و موجبات محبت مرا فراهم نمی‌کند که در نزد من محبوب‌تر باشد از آنچه بر او لازم و واجب گردانیده‌ام. و او پیوسته با به جا آوردن نوافل و مستحباتی که او را بدان‌ها

۱. سوره زمر، آیه ۵۳.

۲. سوره بقره، آیه ۱۸۶.

۳. علامه مجلسی، بحارالانوار، ج ۶۷، ص ۲۲.

تکلیف نکرده‌ام، محبت خود را در دل من بیشتر می‌کند تا جایی می‌رسد که من محب او می‌شوم، و در این صورت که من محب او شدم، من گوش او می‌شوم که با آن می‌شنود، و چشم او می‌شوم که با آن می‌بیند، و زبان او می‌شوم که با آن سخن می‌گوید، و دست او می‌شوم که با آن می‌گیرد، و پای او می‌شوم که با آن راه می‌رود. زمانی که مرا بخواند، اجابت می‌کنم و هنگامی که چیزی از من مسئلت کند به او عطا می‌کنم، و هیچ‌گاه در کاری که خود، بدون واسطه و اسباب، فاعل آن کار بوده‌ام، برایم درنگ و تردید حاصل نشده‌است، مانند وقتی که خود می‌خواهم روح بنده مؤمنی را قبض کنم که او از مرگ کراهت دارد و من از آزار و ناراحتی او کراهت دارم.»

۱	
۲	
۳	
۴	
۵	

♦ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱. تحریری، محمدباقر. (۱۳۹۶). اخلاق بندگی. قم: هاجر.
۲. خمینی، روح‌الله. (۱۳۸۸). تهذیب نفس و سیروسلوک از دیدگاه امام خمینی علیه السلام. تهران: مرکز نشر آثار امام خمینی علیه السلام.
۳. —. (بی‌تا). شرح چهل حدیث. تهران: مرکز نشر آثار امام خمینی علیه السلام.
۴. خوشوقت، عزیز. (۱۳۹۶). طریق بندگی: تبیین سبک زندگی اسلامی در بیانات استاد اخلاق و معرفت، آیت‌الله خوشوقت. قم: مؤسسه فرهنگی - هنری محبین حضرت صاحب‌الامر علیه السلام.

درس سوم:

اخلاق بندگی (۲)

اهداف درس

۱	آشنایی با حکمت عبادات در نگاه دینی؛
۲	آشنایی با دعا، نماز و آداب آن‌ها در منابع اسلامی؛
۳	توانایی انجام نیایش اخلاقی.

تجربه من در مقایسه با سبک رفتاری امام‌العارفین

- «امروز صبح زود، ساعت پنج، از خواب بیدار شدم. آخه با بچه‌ها قرار گذاشتیم بریم شمال. ساعت یه ربع به پنج، خودم بیدار شدم. نمی‌دونم چرا این حالت رو برای نماز صبح ندارم و خودم از خواب بیدار نمی‌شم، مونده‌م واقعاً!»

- هنگامی که علی علیه السلام در جنگ صفین سرگرم نبرد بود، درمیان هر دو صف کارزار، مراقب حرکت و وضعیت خورشید بود (تا ببیند چه وقت به وسط آسمان می‌رسد تا نماز ظهر را بخواند). ابن عباس عرض کرد: «یا امیرالمؤمنین، این چه کاری است که می‌کنید؟» حضرت فرمود: «منتظر زوال هستم تا نماز بخوانیم.» ابن عباس گفت: «آیا حالا وقت نماز است، باوجود این که سرگرم پیکار هستیم؟» علی علیه السلام فرمود: «جنگ ما با ایشان برسر چیست؟ فقط به خاطر نماز است که با آن‌ها نبرد می‌کنیم.»^۱

۱. قالب‌های بندگی

ازنظر آموزه‌های دینی، عبادت به دو شکل است:

الف) عبادت به معنای عام که انجام دادن هر کاری با نیت خالص و برای رسیدن به هدف نهایی (قرب الهی) است، همانند درس خواندن، کار و تلاش برای رفاه خانواده و نگاه کردن به صورت پدر و مادر.

ب) عبادت به معنای خاص که به عباداتی چون نماز و روزه و حج اطلاق می‌گردد. ازاین‌رو، عبادت در آموزه‌های دینی معنای وسیعی دارد که در قرآن کریم بر آن تأکید

۱. شیخ عباس قمی، سفینه البحار، ج ۲، ص ۴۳.

شده است: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ اعْبُدُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ وَالَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ»^۱ ای مردم، پروردگارتان را پرستش کنید، کسی که شما و کسانی را که پیش از شما بودند آفرید تا شاید شما خودنگه دار باشید.»

امام صادق علیه السلام فرمود: «خداوند متعال بندگان را نیافرید، جز برای این که او را بشناسد. وقتی آنان خدا را شناختند، او را می پرستند [و] از پرستش دیگران بی نیاز خواهند شد.»^۲ در نظام طراحی شده دین اسلام، دو قالب مهم برای ارتباط معنوی با خداوند وجود دارد: یکی دعا و دیگری عبادتی به نام «نماز». برخی از موارد مربوط به این دو قالب به صورت روزانه و مکرر بر هر مسلمان واجب اند، مانند نماز صبح، ظهر و عصر، مغرب و عشا.

۲. نیایش و دعا

در قسمت اول به قالب دعا می پردازیم:

۲-۱. نگرش درست درباره نیایش و دعا

نیایش نوعی ارتباط با خالق هستی است که همراه با شیوه ای از تفکر است که انسان را به مبدأ هستی متصل می کند. نیایش پیوند فکری و عاطفی با پروردگار جهان است. نیایش پرواز روح است به سوی خدا.^۳ براساس نگاه دینی:

الف) دعا و نیایش مفهومی درون دینی است که جایگزین عوامل علی و معلولی، تلاش، اراده، اندیشه و برنامه ریزی بشر نمی شود و همچون مشق شبانه کودکان نیست که پاداش مستقیم روزانه را در پی دارد. بنابراین نتایج مادی نیایش عموماً مبهم و آمیخته با اسباب و علل دیگر است که در شکل رحمت و برکت نامرئی به ما ارزانی می گردد.
ب) نگرش درست این است که همیشه دعا بخوانیم، نه این که هرگاه مضطر شدیم به دعا پردازیم.^۴

خوبی و بدی برخی از امور فقط با تدبیر و عدم تدبیر ما تعیین نمی شود، بلکه

۱. سوره بقره، آیه ۲۱.

۲. علامه مجلسی، بحارالانوار، ج ۵، ص ۳۱۴.

۳. مهدی احمدی فراز، صحیفه مهدیه با اشاراتی به بهداشت روانی، ص ۱۳.

۴. کرمانی، دعا و نیایش، ص ۱۴.

علل و عوامل بسیاری در این امور مؤثرند. دعا از جمله اموری است که بر چینش این علل و عوامل حاکم است و می‌تواند ما را به سعادت مطلوب برساند.

ج) نیایش نیایشگر نباید بهانه تنبلی، کاهلی، دنیاگریزی و فرار از وظایف اجتماعی او گردد. در این صورت، نیایشگر به دین و دعا و شریعت جفا کرده‌است. دعا باید انگیزه او را در تلاش برای رسیدن به اهداف قوی‌تر گرداند.

د) روح دعا فقط در حاجت و استجابت نیست، زیرا دعا برای آن نیست که فقط خدا بشنود، بلکه بسیاری از دعاها الگویی فکری، عاطفی و رفتاری را بیان می‌کنند تا ما بشنویم. افزون بر آن، دعا نعمتی الهی است که به بنده عطا شده تا با خالق هستی، مدیر و مدبر عالم، هم‌سخن گردد. بنابراین دعا تحفه الهی است که گاهی نیایشگر به ظاهر فکر می‌کند دعایش مستجاب نشده، ولی واقع آن است که به اجابت رسیده‌است،^۱ زیرا دعای نیایشگر همان اجابت از طرف حق است و نیایشگر باید این امر را درک کند. چنان‌که مولوی در مثنوی آورده، شیطان به شخصی گفت: «ای بنده نیایشگر، هرچه دعا می‌کنی، مستجاب نمی‌شود و بی‌جواب می‌ماند.» آن بنده با حال غم و ناراحتی، شروع به نیایش با خالق کرد. در آن حالت خاص، به او ندا رسید که «ای بنده بی‌نوا، استجابت ما همان نیایش توست»:

آن یکی الله می‌گفتی شبی	تا که شیرین می‌شد از ذکرش لبی
گفت شیطان: آخر ای بسیارگو	این همه الله را لبیک کو؟
می‌نیاید یک جواب از پیش تخت	چند الله می‌زنی با روی سخت؟
او شکسته دل شد و بنهاد سر	دید در خواب او خضر را در خضر
گفت: هین! از ذکر چون وامانده‌ای؟	چون پشیمانی از آن که ش خوانده‌ای؟
گفت: لبیکم نمی‌آید جواب	زان همی ترسم که باشم رد باب
گفت: آن الله تو لبیک ماست	و آن نیاز و درد و سوزت پیک ماست
حیله‌ها و چاره‌جویی‌های تو	جذب ما بود و گشاد این پای تو
ترس و عشق تو کمند لطف ماست	زیر هر یارب تو لبیک‌هاست ^۲

۱. رک: مهدی احمدی فراز، صحیفه سجاده با اشاراتی به بهداشت روانی.

۲. مولوی، مثنوی معنوی، دفتر سوم، بخش هفتم، بیت ۱۸۹-۱۹۷.

دعا دستاوردهای زیادی دارد، ولی در اینجا ارزش دعا و نیایش را از نظر بازیافتن خود بررسی می‌کنیم. به همان نسبت که وابستگی و غرق شدن در مادیات انسان را از خود جدا می‌کند و با خود بیگانه می‌سازد، نیایش انسان را به خویشتن بازمی‌گرداند. نیایش و عبادت به هوش آورندهٔ انسان و بیدارکنندهٔ اوست. نیایش انسان غرق‌شده و محوشده در اشیا را مانند نجات غریق، از اعماق دریای غفلت‌ها بیرون می‌کند. در عبادت و پرتو یاد خداوند است که انسان خود را آن‌چنان‌که هست می‌بیند، به نقص‌ها و کسری‌های خود آگاه می‌گردد، از بالا به هستی و حیات و زمان و مکان می‌نگرد، و اینجاست که انسان به حقارت و پستی آمال و آرزوهای محدود مادی پی می‌برد و می‌خواهد خود را به قلب هستی برساند. شهید مطهری تعبیر زیبایی در این باره دارد: «من همیشه به این سخن دانشمند معروف عصر خودمان، اینشتین، به اعجاب می‌نگرم. آنچه بیشتر مایهٔ اعجاب است این است که این دانشمند متخصص در فیزیک و ریاضی است، نه در مسائل روانی و انسانی و مذهبی و فلسفی.» او پس از تقسیم مذهب به سه نوع، نوع سوم را که مذهب حقیقی است «مذهب وجود» یا «مذهب هستی» می‌نامد و احساسی را که انسان در مذهب حقیقی دارد چنین شرح می‌دهد: «در این مذهب، فرد کوچکی آمال و هدف‌های بشر و عظمت و جلالی را که در ماورای پدیده‌ها در طبیعت و افکار تظاهر می‌نماید حس می‌کند. او وجود خود را یک نوع زندان می‌پندارد، چنان‌که می‌خواهد از قفس تن پرواز کند و تمام هستی را یک‌باره به عنوان یک حقیقت واحد دریابد.»^۱

۲-۳. آداب دعا (اخلاق درخواست از خالق و پروردگار)

در متون دینی، آداب دعا در ذیل دو دسته آداب ظاهری و آداب باطنی ارائه شده است. در اینجا از هرکدام از این دو دسته، سه مورد ارائه می‌شود:

۲-۳-۱. آداب باطنی

توجه قلبی در دعا: هرگاه با خداوند در حال سخن هستیم، ادب گفت‌وگو اقتضا می‌کند به مفاهیم و کلماتی که به زبان می‌آوریم توجه داشته باشیم. امام صادق (ع) در کلامی

۱. شهید مطهری، *مجموعه آثار*، ج ۱۶، ص ۵۸۱-۵۸۳، به نقل از: اینشتین، *دنیایی که من می‌بینم*، ص ۵۷.

می‌فرماید: «خداوند متعال دعای دل غافل را مستجاب نمی‌کند. پس هنگام دعا، با تمام وجود، رو به سوی خدا بیاور. پس از آن، یقین به اجابت داشته باش.»^۱

حالت انکسار: یکی دیگر از آداب باطنی گفت‌وگو با خداوند، حالت تضرع، انکسار و ذلت در برابر خالق هستی و یگانه موجودی است که انکسار در برابر او انسان را عزیز می‌کند. همان‌گونه که آب با تعظیم خویش در برابر عظمت کوه، به آبشار زیبای دلربا بدل می‌شود، انسان هم با تعظیم و انکسار در برابر محبوب خویش، درون و بیرون زیبا و دلربا می‌یابد.

حسن ظن به محبوب: گمان مثبت به خدا به حدی مهم است که در روایات چنین تعبیر شده که خدا به اندازه ظن و گمان بنده به او، با وی برخورد می‌کند. حسن ظن به خدا به این معناست که از رحمت خدا ناامید نباشی و گمان نکنی خدا تو را نمی‌بخشد و گمان نکنی مصائب دنیوی به زیان توست و خداوند متعال برای مجازات بدی‌هایت تو را به آن‌ها دچار کرده‌است، بلکه بر این باور باشی که خداوند از پدر و مادر با تو مهربان‌تر است و تو را آفریده‌است تا از رحمتش برخوردار شوی. پس هرچه گناهکار باشی، تو را می‌بخشد و از عذاب ابدی جهنم می‌رهاند. باید باور کنی که هرگز تو را فراموش نکرده و مهربان‌تر از هرکسی برای توست. حتی برخی از مصیبت‌های دنیوی هم برای پیشرفت، ترقی و تکامل انسان مقدر شده‌اند و همه به خیر و صلاح او هستند و برای روز قیامت و زندگی اخروی به کارش می‌آیند.

ح ۲-۳-۲. آداب ظاهری

الف) ثنا و صلوات پیش از دعا: آداب گفت‌وگو و نیایش با خداوند اقتضا می‌کند که قبل از درخواست نیاز خویش، سخن را با حمد و ثنای الهی و با صلوات بر محمد و آل محمد (بهترین بندگان الهی) آغاز کنیم.

ب) توجه و مشارکت در نیایش دسته‌جمعی: امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «هیچ چهل نفری با هم جمع نمی‌شوند و درباره موضوعی خاص دست طلب به سوی خدا بر نمی‌دارند، مگر آن‌که پروردگار دعایشان را به اجابت می‌رساند.»^۲

ج) توجه به مکان خلوت و بدون مزاحم در نیایش‌های فردی: گاهی شرایط روحی انسان اقتضا می‌کند که با خود خلوت کند و در تنهایی با معبود و رب خود نجوا کند. در این صورت، لازم

۱. شیخ کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۴۷۳.

۲. شیخ کلینی، اصول کافی، ج ۲، ص ۴۸۷.

است شرایطی را برای خود فراهم کند که از همه عوامل حواس پرتی، خواه حضور افراد دیگر و خواه مزاحمت وسایل ارتباطی مانند تلفن همراه، به دور و مصون باشد.

د) زمان مناسب دعا: هرگز نمی‌توان از زمان مناسب گفت‌وگو با محبوب چشم‌پوشی کرد. زمان گاه صریح‌تر از واژه‌ها سخن می‌گوید. این جمله را در ارتباطات انسانی زیاد شنیده‌ایم که «حالا وقت این سخن نیست». درباره گفت‌وگو با محبوب و خالق هستی، زمانی مانند نیمه‌شب یا زمان ارزشمندی مثل وقت افطار روزه یا امثال آن برای تحقق آداب باطنی دعا، یعنی توجه و انکسار، حال بهتری را در انسان ایجاد می‌کند.

تمرین فکری

این احساس که دعا در وقت نیاز مادی است و در مواقع دیگر نیازی به دعا نداریم چگونه شکل گرفته است؟ این پرسش را در مواجهه با گزاره زیر تحلیل کنید:

«دعا به معنای گفت‌وگوی لذت‌بخش با کسی است که سه ویژگی بارز دارد:
۱. در نهایت خیرخواهی نسبت به من است؛ ۲. در نهایت بخشندگی نسبت به من است؛ ۳. شتونده همه حرف‌ها و دانای همه رازهای من است.»

۳. نماز (بر آستان جانان)

نماز یکی از قالب‌های عبادی است که اهمیت و جایگاه ویژه‌ای در سلوک فردی و اجتماعی اهل ایمان دارد. در سنت دینی ما، رفتار عبادی نماز شاخص انحراف یا عدم انحراف انسان از مسیر اصلی عبودیت است. در ادامه سه بحث حقیقت، کارکردها و آداب نماز را بررسی می‌کنیم:

۳-۱. حقیقت نماز و جایگاه آن در منطق بندگی / دین‌داری

نماز مظهر نیاز مخلوق به خالق و خضوع مخلوق در برابر خالق و اطاعت مخلوق از خالق است؛ یعنی یک نیاز و خضوع و اطاعت تکوینی در همه موجودات وجود دارد که نماز آن‌هاست. خدا در قرآن می‌فرماید: «إِنَّ كُلَّ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ إِلَّا آتِيَ الرَّحْمَنِ عَبْدًا»^۱ همچنین می‌فرماید: «يَسْجُدُ لَهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَمَنْ فِي الْأَرْضِ»^۲

۱. سوره مریم، آیه ۹۳.

۲. سوره حج، آیه ۱۸.

در قرآن تعبیرات زیادی می‌توان یافت که مفادشان ذکر و قیام و رکوع و سجود و تسبیح تکوینی همه موجودات در برابر خالق است. مولوی می‌گوید:

جمله ذرات عالم در نهان با تو می‌گویند روزان و شبان
ما سمیعیم و بصیریم و هشیم از شما نامحرمان ما خامشیم

شیخ بهایی می‌گوید:

هرکس به زبانی صفت حمد تو گوید بلبل به غزل خوانی و قمری به ترانه

نماز که واجب تشریعی است مظهر عمل اختیاری همان حالت تکوینی خشوع موجودات در برابر پروردگار عالم است. این خصوصیت انسان است که برای تکامل باید بسیاری از مراحل تکوین را با قدم اراده و اختیار و تشریع طی کند. نجوا کردن و رازگویی با دوست صمیمی یا محبوب برای هر انسانی بسیار شیرین و دوست‌داشتنی است. در نگاه عارفانه، نماز محبوب فرد عارف است. سیدالشهدا علیه السلام به ابا الفضل عباس علیه السلام فرمود: «به این قوم بگو امشب را که شب عاشورا است به من مهلت بدهند برای این که خدای سبحان می‌داند که من نماز را دوست دارم، نماز محبوب من است.»^۱

اهمیت نماز در شریعت اسلامی

- ۱) نماز در همه شرایع قبل از اسلام هم بوده، هرچند قالبش متفاوت بوده است.
- ۲) در شریعت اسلامی، نماز تکلیفی است که در هیچ صورتی از فرد ساقط نمی‌شود و با شکل‌های مختلف، از نشسته و خوابیده و حتی اشاره، ادا می‌شود.
- ۳) از منظر شریعت اسلامی، احترام به نماز واجب، و کوچک شمردن آن و بی‌اعتنایی (استخفاف) به آن حرام است. خدای تعالی می‌فرماید: «وَيْلٌ لِّلْمُصَلِّينَ * الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ؛ وای بر حال نمازگزارانی که نسبت به نماز خویش سهل‌انگارند!»

یک پرسش باز

رفتارهای عبادی را چرا انجام بدهم، وقتی نتیجه‌ای نمی‌بینم و مشکلاتم هنوز سر جای خود باقی‌اند؟
درباره پاسخ خود به این سؤال در کلاس به گفت‌وگو بنشینید.

۱. عبدالله جوادی آملی، اسرار عبادات، ص ۶۲.

انگیزه نیایش و پرستش و فواید آن

ستایش خاضعانه خداوند وظیفه هر انسان یکتاپرست است. نماز درواقع یادکرد خداوند مهربان است^۱ که سبب می شود او هم بنده قدردانش را یاد کند.^۲ پس این نگرش که عبادت می کنیم تا فلان مشکلم حل شود اشتباه است؛ اگر این گونه بود، انبیای الهی با آن همه عبادت مخلصانه، گرفتار انواع و اقسام مشکلات و دردهای فردی و اجتماعی نمی شدند، مانند یوسف، یعقوب، ابراهیم، موسی، عیسی و پیامبر گرامی اسلام ﷺ.

البته ممکن است عبادت خالصانه این پیامد را هم داشته باشد که برخی از بلاها را از انسان مؤمن دور کند، مانند دعا و عبادت متضرعانه حضرت یونس علیه السلام در شکم نهنگ که باعث رهایی اش شد،^۳ و نیز مانند داستان پیامبر گرامی اسلام ﷺ. روزی ابوجهل در جمع قریش گفت: «شما، ای گروه مردم، می بینید که محمد چگونه دین ما را بد می شمرد و به آیین پدران ما و خدایان ما بد می گوید. به خدا سوگند فردا در کمین او می نشینم و سنگی را در کنار خود می گذارم و هنگامی که محمد سر به سجده می گذارد، سر او را می شکنم.» فردای آن روز وقتی پیامبر ﷺ مشغول نماز شد و به سجده رفت، ابوجهل نیز برخاست و به پیامبر صلی الله علیه و آله نزدیک شد، اما رعب عجیبی در دل او پیدا شد و لرزان و ترسان، با چهره ای پریده، به سوی قریش برگشت. همه به سوی او دیدند و گفتند: «چه شد؟» با صدایی لرزان و هراسان گفت: «منظره ای در برابرم مجسم شد که در تمام دنیا ندیده بودم. لذا منصرف شدم.»^۴

۲-۳. آداب نماز (اخلاق گفت و گو با خالق و ستایش و کرنش در برابر او)

آداب نماز در دو قسمت آداب ظاهری و آداب باطنی بررسی می شود. در اینجا با توجه به این که عمده آداب ظاهری (مانند آداب لباس نمازگزار، مکان نماز و...) در فقه اسلامی بررسی می شود، به برخی از آداب باطنی و قلبی در مقدمات و ارکان نماز اشاره می کنیم.

یک تکنیک: مدیریت قلب

در انجام عبادت مستحبی به نشاط داشتن یا نداشتن دل توجه کنید.

یک روایت از امام رضا علیه السلام: «إِنَّ لِلْقُلُوبِ اقْبَالَ وَادْبَاراً وَنَشَاطاً وَفُتُوراً فَإِذَا اقْبَلَتْ

۱. «وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي» (سوره طه، آیه ۱۴).

۲. «فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ» (سوره بقره، آیه ۱۵۲).

۳. سوره انبیاء، آیه ۸۸.

۴. ابن هشام، سیره ابن هشام، ج ۱، ص ۲۹۸.

بَصُرَتْ وَفَهِمَتْ وَإِذَا أَذْبَرَتْ كَلَّتْ وَمَلَتْ فَخَذُّوْهَا عِنْدَ إِقْبَالِهَا وَنَشَاطِهَا وَاتْرُكُوْهَا عِنْدَ إِذْبَارِهَا وَفُتُوْرَهَا؛ همانا دل‌ها را نشاطی است و ضعفی. پس هرگاه رو کنند، با فهم و بصیرت شوند و هرگاه پشت کنند، خسته و ملول گردند. بنابراین به گاه روی‌آوری و نشاطشان، به آن‌ها چنگ زنید و در عبادات به کارشان کشید و به گاه روی‌گردانی و ضعفشان، آن‌ها را به حال خود رها کنید.^۱

۱-۲-۳. آداب مقدمات نماز

آمادگی برای گفت‌وگو با هستی‌آفرین آدابی دارد. برخی از این آداب عبارت‌اند از:^۲

الف. طهارت دل

شاید بارها از خود پرسیده‌اید که چگونه می‌توانیم در نماز توجه داشته باشیم. عارفان در پرتو آموزه‌های دین، نخستین گام را وضوی باطنی و طهارت قلبی دانسته‌اند، چراکه تمرکز و توجه به قدر طهارت است، زیرا با طهارت، الله در قبله دل نمایان می‌گردد و نمایانی خورشید به قدر شست‌وشوی دل از ابر سیاه خدایان دروغین و محبوب‌های فانی است. برای وضوی باطنی به آبی از سنخ جهان معنا نیاز داریم و دستیابی به این آب صفا بخش با تحصیل دو عنصر ممکن است؛ یکی یقین و معرفت الهی و دیگری تقوا و پرهیزگاری، زیرا این دو عنصر رحمت الهی را جلب می‌کنند و «رحمت الهی نیز دل را از آلودگی‌ها پاک می‌کند»^۳. امام صادق (ع) می‌فرماید: «آن‌گاه که خواستی اعضا و جوارح خود را با آب (وضو) طهارت دهی، دلت را با تقوا و یقین تطهیر کن»^۴.

ب. استقبال دل

گام بعدی نمازگزار «استقبال دل» است، یعنی روی‌گردانی دل از دیگران و روی‌آوری با تمام وجود به خداوند. از این رو، استقبال دو ضلع دارد: یکی روی‌گردانی و دیگری روی‌آوری. در ضلع روی‌گردانی باید از تعلقاتی که در دل ریشه دارند و مایه دل‌مشغولی و پراکندگی خاطر هستند روی گردانند. علما و عرفا در اسرار و حکمت تکبیرة الاحرام و بالا بردن دو دست و به

۱. علامه مجلسی، بحارالانوار، ج ۹، ص ۳۵۳.

۲. مطالب «آداب مقدمات نماز» اقتباسی است از: علی فضلی، عرفانی عملی در اسلام.

۳. امام جعفر صادق (منسوب به ایشان)، مصباح الشریعة، ص ۵۷.

۴. همان، ص ۵۹.

پشت سر و حرکت دادن آن‌ها گفته‌اند که معنایش پشت سر گذاردن و عبور کردن از همه چیزها و همه افراد برای رسیدن به خداوند است.^۱

بحث و گفت‌وگو

می‌دانید که هنگام تکبیر الاحرام مستحب است نمازگزار دست‌های خود را هفت بار به سمت پشت سر خود بالا ببرد. به نظر شما، این حرکت نماز روی گردانی و عبور کردن از چه چیزهایی است؟

در ضلع روی آوری باید برپایه معرفت توحیدی، خدای سبحان را قبله دل دانست و با تمام وجود، به او روی آورد. روزی شخصی نزد امام صادق (ع) آمد و از باب اعتراض عرض کرد: «فرزند شما، موسی (امام کاظم ع)، را دیدم که نماز می‌گزارد، درحالی که مردم پیش روی او عبور و مرور داشتند و او آنان را نهی نمی‌کرد و این اشکال دارد.» امام صادق (ع) فرزندش را فراخواند و فرمود: «پسرکم، این شخص می‌گوید تو درحالی که مردم پیش روی تو عبور می‌کردند، نماز می‌خواندی و آنان را منع نمی‌کردی.» امام کاظم (ع) فرمود: «آری، ای پدر. کسی که من برای او نماز می‌گزارم از آن مردم به من نزدیک‌تر است. خدای عزیز و جلیل فرمود: من از رگ گردن به شما نزدیک‌ترم.»^۲ آن‌گاه امام صادق (ع) او را به آغوش کشید و فرمود: «پسرکم، پدر و مادرم فدای تو، ای کسی که اسرار نزد او به ودیعه نهاده شد.»^۳

ج. گفت‌وگوی قریبانه با خدای سبحان

خداوند در قرآن نشانه رستگاران و موفق‌شدگان در کلاس بندگی را خشوع در نماز معرفی کرده است.^۴ گام بعدی نمازگزار در توجه قلبی به خدای حاضر «گفت‌وگوی قریبانه» است، که در فرهنگ دینی به آن «مناجات» می‌گویند. رسول اکرم (ص) فرمودند: «الْمُصَلِّي يُنَاجِي رَبَّهُ»^۵ نمازگزار با پروردگارش مناجات می‌کند، مناجاتی که اولاً در آینه ذکر تجلی می‌کند و ثانیاً با خشوع در برابر خدای سبحان، جان می‌گیرد. به راستی خشوع چیست؟ چه عناصری دارد؟

۱. رک: امام خمینی، **آداب نماز**، ص ۳۲۷.

۲. سوره ق، آیه ۱۶.

۳. شیخ کلینی، **اصول کافی**، ج ۳، ص ۲۹۷.

۴. «قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ» (سوره مؤمنون، آیات ۱ و ۲).

۵. شیخ کلینی، **اصول کافی**، ج ۱، ص ۹۷.

خشوع، چنان‌که امام خمینی رحمته الله علیه تعریف کرده، خضوع تام است که با حب یا خوف آمیخته باشد؛^۱ این یعنی بارش دو خصیصه بر دل نمازگزار: یکی توجه متواضعانه و فروتنانه و دیگری توجه محبانه یا خائفانه.

در ویژگی نخست، نمازگزار خدای حاضر را چنان بزرگ می‌یابد که خود را در برابر او بنده‌ای ناچیز می‌بیند. این بینش تواضع سنگینی را به بار می‌آورد که نتیجه آن روی آوردن با همه وجود به سوی مولای بزرگ جهان هستی است. اما خصیصه دوم هنگامی ظهور می‌کند که نمازگزار در موقعیت تعامل قلبی با اذکار مناجات‌گونه نماز قرار می‌گیرد، نمازی که همچون متن هستی تجلی‌گاه اسماء الهی و کمالات ربوبی است، کمالاتی که گاهی در لباس جلال و گاهی در لباس جمال جلوه می‌کنند تا دل نمازگزار را با جلوه جلالی، به خوف و هیبت و حیرت دچار کنند و موجب رقت و گریه او گردند و با جلوه جمالی، به رجا، انس، الفت و محبت آراسته سازند و مایه لذت و سرور او شوند.

۲-۲-۳. آداب و اسرار (حکمت) قرائت

قرائت در نماز سخن گفتن با کسی است که همه هستی ما در دستان اوست. این گفت‌وگو آرامش‌بخش، حیات‌بخش و لذت‌بخش است. ادب قرائت در نماز برای رسیدن به آرامش، حیات و لذت بی‌بدیل معنوی عبارت است از توجه عمیق به معانی و عظمت مخاطب. نمازگزار باید به معانی کلام (اذکار نماز) و عظمت مخاطب (خداوند) توجه کامل داشته باشد؛ هم کلام بسیار بزرگ است و هم مخاطب، و این توجه برای انسان خضوع می‌آورد. مطالعه معانی اذکار نماز در کتاب‌های تفسیری دینی، توجه به این معانی، و برقراری ارتباط مفهومی با عبارات عمیق و زیبای سوره‌های حمد^۲ و توحید، لذت در عبادت را به ما می‌چشانند.

۳-۲-۳. آداب و اسرار (حکمت) رکوع

رکوع سر تعظیم فرو آوردن در برابر پروردگار بزرگ (رب عظیم) است، همان خداوند بزرگی که امیرالمؤمنین علی علیه السلام از خوف و خشیت حضرتش در نماز غش می‌کرد و پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله می‌فرمود: «خداوند در شب معراج به من فرمود: به عرش من بنگر. پس به آن چنان

۱. امام خمینی، *آداب نماز*، ص ۱۳.

۲. تفسیرهای مستقل فراوانی، از جمله تفسیرهای عرفانی، بر سوره حمد نوشته شده است.

عظمتی نگریستم که جانم از آن برفت و بی‌هوش شدم. آن‌گاه به من الهام شد و از عظمت آنچه دیدم، گفتم: **سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ وَ بِحَمْدِهِ**؛ منزّه است پروردگار بزرگ من و سپاس او راست! پس چون این بگفتم، از حالت غشوه به‌در آمدم.^۱

رکوع مرحله آمادگی برای اوج خاکساری در برابر خداوند در سجده است.

رکوع ادب است و سجده قرب

به تعبیر امام صادق علیه السلام، رکوع ادب در برابر خداوند است و سجده قرب به او: **«وَفِي الرُّكُوعِ أَدَبٌ وَ فِي السُّجُودِ قُرْبٌ وَ مَنْ لَا يَخْسِنُ الْأَدَبَ لَا يَصْلُحُ لِلْقُرْبِ»**^۲ در رکوع ادب عبادت صورت می‌گیرد، اما نهایت تقرب در سجود واقع می‌شود. کسی که ادب را درست انجام ندهد صلاحیتی برای قرب ندارد.^۳

۳-۲-۴. آداب و اسرار (حکمت) سجده

سجده نشانه عبودیت، تذلل و خاکساری در برابر خداوند است و از همین روست که در نماز استفاده از خوراکی‌ها و پوشیدنی‌ها در مهر سجده ممنوع است، چراکه انسان نباید بر چیزی که او را آلوده و شیدای خود و حتی بنده خود می‌سازد (شکم و لباس) سجده کند. سجده در نماز یادآور دوران چهارگانه‌ای است که انسان طی می‌کند؛ سجده اول یعنی من از خاک هستم، سر برداشتن رمز زندگی دنیایی است، سجده دوم رمز مردن و به خاک خفتن است، و سر برداشتن رمز محشور شدن در برابر آستان الهی در قیامت است (مضمون روایتی از امیرالمؤمنین علیه السلام).^۴

حقیقت رکوع و سجده آن است که نمازگزاری که با پروردگار خویش مناجات می‌کند، هنگام رکوع و سجود، نمادی از فروتنی و تسلیم در آستانه و ساحت ربوبی را به نمایش می‌گذارد و افتادگی عملی خویش در برابر جانان را نشان می‌دهد. قرآن کریم اهل ایمان را به رکوع و سجده و انجام عمل خیر امر می‌کند: **«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ»**^۵ ای اهل ایمان، در برابر خدا رکوع و سجود آرید و (با توجه و بی‌ریا و خالص) پروردگار خود را بپرستید و کار نیکو کنید، باشد که رستگار شوید.

۱. **علل الشرائع**، ج ۲، ص ۳۱۲.

۲. علامه مجلسی، **بحار الأنوار**، ج ۸۲، ص ۱۰۸.

۳. همان، ص ۱۳۹.

۴. **سوره حج**، آیه ۷۷.

توفیق انجام دادن اعمال ظاهری، مانند رکوع و سجود، هرگز به معنای رستگاری حتمی انسان نیست، بلکه به معنای کرنش و تسلیم در برابر اوامر الهی، در برابر خود، در برابر دیگران و در برابر محیط زیست است. این رکوع و سجده نماد آن کرنش عملی است.

۵-۲-۳. آداب و اسرار (حکمت) تشهد و سلام

تشهد در پایان نماز اقراری دوباره به اصول و باورهای بنیادینی است که بنده به آن‌ها معتقد است و همه زندگی خویش را در راه همین گواهی‌ها سپری می‌کند:

گواهی اول: شهادت به توحید و وحدانیت خدای تبارک و تعالی: «أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ؛ شهادت می‌دهیم به توحید و این که شریکی برای خدای تبارک و تعالی نیست.»
گواهی دوم: شهادت به پیامبر اکرم ﷺ که بنده و رسول خداست: «وَ أَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَ رَسُولُهُ، اَللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ.»

گفت‌وگو در کلاس

هم در شروع (اذان و اقامه) و هم در وسط (تشهد رکعت دوم) و هم در پایان نماز (رکعت آخر نماز)، مسئله شهادت به توحید و نبوت و رسالت وجود دارد. چه سری در این معنا نهفته است؟

الف) ادب تشهد: تشهد بیانگر این است که این سفر و معراج الهی برای رسیدن به مرتبه توحید است، برای این که نمازگزار همه اقسام توحید را در وجود خود جاری سازد و آن را از معارف توحیدی و حقیقت توحید سیراب کند. ادب تشهد این است که انسان وقتی سر از سجده برمی‌دارد و به تشهد می‌نشیند، باید خوف و نگرانی تامی بر وجودش سایه افکنده باشد. حال که این چند رکعت نماز را خواند و با خدای خود راز و نیاز کرد، مبادا چیزی از این کلمات و اعمال مقبول درگاه خدا نباشد. او باید با حالت خوف و حیا و ترس بنشیند و آنچه را که تابه حال برای عبادت حق تبارک و تعالی انجام داده است در مقابل عظمت پروردگار و الطاف و عنایات او هیچ و بی‌ارزش بداند.^۱

ب) ادب سلام: سلام پایان این سفر و معراج الهی است. نکته مهم این است که کسی می‌تواند حقیقتاً سلام نماز را بیان کند که واقعاً احساس کند از عالم دنیا و این عالم کثرت

۱. فاضل لنکرانی، اسرار و آداب نماز، ص ۴۹۸.

غایب بوده و در عالم دیگری بوده و اینک به این عالم بازگشته است. اما آن فردی که در نماز تمام توجهش به دنیا بوده و از خلق غایب نبوده و سفری به سوی خدا نداشته است در اینجا سلام او هیچ حقیقت و معنایی جز لقلقه زبان ندارد. چون خروج از دنیا و عروجی برای چنین شخصی حاصل نشده، به تعبیر امام بزرگوار، چنین شخصی از بیت نفس خودش خارج نشده است تا سلام او معنا داشته باشد. در این سفر، اگر از تصرفات شیطان و نفس اماره در سلامت باشد و در این معراج حقیقی، قلب او را مرض و علتی نباشد، سلام او حقیقت دارد و «لَا سَلَامَ لَهُ»^۱.

♦ پرسش‌های درس

۱. قالب‌های بندگی را توضیح دهید.
۲. نگرش درست درباره نیایش و دعا را تبیین کنید.
۳. آداب باطنی دعا کدام‌اند؟
۴. آداب ظاهری دعا کدام‌اند؟
۵. آداب باطنی مقدمات نماز را توضیح دهید.
۶. ادب تشهد و سلام کدام است؟

♦ پژوهش و تمرین

۱. با رجوع به کتاب آداب الصلاة امام خمینی، یکی از فصل‌های این کتاب را خلاصه کنید و در کلاس ارائه دهید.

♦ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱. امام خمینی. (بی‌تا). آداب نماز. تهران: مؤسسه نشر آثار امام خمینی علیه السلام.
۲. جوادی آملی، عبدالله. (۱۴۱۰). اسرار عبادات. قم: اسراء.
۳. جوادی آملی، عبدالله. (بی‌تا). رازهای نماز. قم: اسراء.
۴. فاضل لنکرانی، محمد جواد (۱۳۹۲). اسرار و آداب نماز. قم: مرکز فقهی ائمه اطهار علیهم السلام.
۵. قرائتی، محسن. (بی‌تا). پرتوی از اسرار نماز. تهران: ستاد اقامه نماز.

درس چهارم:

ارتباط اخلاقی با خود

اهداف درس

۱	شناخت نقش اخلاق در رفتار با خود؛
۲	آگاهی از قواعد اخلاقی مؤثر در مدیریت خویشتن؛
۳	توانایی به‌کارگیری قاعده اخلاقی «عزت نفس» برای رسیدن به کامیابی.

نمره «الف» یا «ب»؟

استادی در جلسه امتحان زیست‌شناسی، در مقابل سی محصل جوان ایستاد و به آن‌ها گفت: «این را می‌دانم که سال آینده بسیاری از شما به دانشکده پزشکی خواهید رفت و می‌دانم چقدر خودتان را تحت فشار قرار داده‌اید تا معدلتان را بالا نگه دارید. از آنجایی که می‌دانم تا چه اندازه مطالعه کرده‌اید، می‌خواهم به شما پیشنهادی بدهم: هرکس در امتحان شرکت نکند می‌تواند از من نمره «ب» بگیرد.» دانشجویان به احساس آرامش رسیدند و تعدادی از آن‌ها بلند شدند و از استاد تشکر کردند و خواستند از امتحان معاف شوند. پس از آن که تعدادی از دانشجویان با حس آرامش ناشی از نمره عالی «ب» کلاس را ترک کردند، استاد اوراق امتحانی را میان دیگر دانشجویان توزیع کرد. روی برگه آن‌ها این نوشته به چشم می‌خورد: «شما نمره «الف» گرفته‌اید. تبریک می‌گویم. همچنان به خودتان اعتماد داشته باشید.»

الف. مقدمه

زندگی امروزی نسبت به گذشته تغییرات زیادی یافته است. حداقل چهار تغییر را می‌توان در زندگی امروزی نسبت به زندگی سنتی گذشته مشاهده کرد:

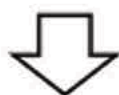
(۱) به دلیل تولید انبوه و صنعتی شدن، قدرت اقتصادی ظهور بیشتری یافته است و شیوه‌های نوینی در زندگی تجربه می‌شوند. به مدد سیاست‌های اقتصادی جدید، انسان‌ها فاصله بیشتری از ضروریات زندگی گرفته‌اند و توجهشان به دکوراسیون منزل و ویلای شخصی، رنگ و مدل ماشین، لباس و... بیشتر شده است.

۲) شتاب در عرصه فناوری و دانش به گونه ای است که ۸۰ درصد یافته های فناوری و دانش در قرن بیستم تولید شده اند و هر پنج سال و نیم، حجم دانش های نوین دو برابر می شود.^۱

۳) چگونگی مدیریت بدن، پوشش، آرایش و زیورآلات به کاررفته، اولویت های مربوط به غذا و نوشیدنی، انتخاب اتومبیل، سفر و موارد مربوط به آن، مصرف رسانه ای و لذت های حاصل از آن، انتخاب گروه ها و میدان های اجتماعی برای برقراری روابط دوستی و صمیمانه، مشارکت های مدنی، داوطلبانه، سازمان یافته یا سازمان نیافته در فضای واقعی و مجازی، و بسیاری از تجارب و رفتارهای دیگر، فقط نمونه هایی هستند که انجام آن ها اغلب به وقت آزاد و انتخاب فراغتی فرد در زندگی امروزی مربوط می شوند.^۲

۴) امروزه انسان در زندگی روزمره خود بین محیط های گوناگونی در رفت و آمد است. حوزه های عمومی نیز از خصوصی تفکیک شده اند و محیط کار و فراغت تجربه های متفاوتی را برای فرد فراهم می کنند^۳ و این به معنای توسعه بُعد «گزینش و انتخابگری» انسان است.

این تغییرات بر اهمیت یک مسئله
به شدت می افزایند



در زندگی امروزی، مدیریت خویشتن، به عنوان
عامل اصلی در انتخابگری، بسیار مهم است.
موفقیت و کامیابی مشروط به مدیریت خویشتن است.

ب. نقش اخلاق در کامیابی شخصی

براساس اطلاعات درس اول:

۱. سرنوشت انسان میانگینی از خصال خوب و بدی است که با آن ها زندگی می کند، می اندیشد، قضاوت می کند، تصمیم می گیرد و رفتار می کند (موفقیت و کامیابی).

۱. احمدی و صالحی، مدیریت دانش، ص ۲.

۲. محمدسعید ذکایی و دیگران، سبک های فراغتی جوانان، ص ۱۸.

۳. جمعی از نویسندگان، شاخص های سبک زندگی اسلامی، ص ۲۱۷.

۲. فهم قواعد اخلاقی، کاربرست درست آن‌ها و حل چالش‌ها وظیفه اخلاق کاربردی است. یکی از مؤلفه‌های تأثیرگذار در مدیریت خویشتن و رسیدن به کامیابی، فهم قواعد اخلاقی درباره خود و کاربرست درست آن قواعد است. با ملاحظه دو بُعد شناختی و غیرشناختی، قواعد اخلاقی درباره خود عبارت‌اند از:

قواعد اخلاقی مربوط به بُعد شناختی	قواعد اخلاقی مربوط به بُعد غیرشناختی
• انگاره درست درباره زندگی (پرهیز از سطحی‌نگری) • خودآگاهی	• عزت نفس و خودباوری • خودتنظیم‌گری و خودکنترلی • جدیت و اهتمام • تقویت روحیه امید و صبر

ج. قواعد شناختی

قواعد اخلاقی شناختی مربوط به باور و ذهن انسان‌اند. نقطه آغاز هر حرکتی شناخت و فهم است. باور درست می‌تواند زندگی‌ای همراه با کامیابی را برای انسان به ارمغان بیاورد.

۱. نگرش عمیق به زندگی (مقابل سطحی‌نگری)

از منظر ادیان ابراهیمی، زندگی تک‌تک انسان‌ها همانند کل عالم دارای برنامه و هدف است. این برنامه از پیش طراحی شده برای تحقق نیازمند انتخاب انسان است. هدف و برنامه از پیش طراحی شده در ادبیات، فلسفه، عرفان، ادیان و دیگر مکاتب، با تعبیر مختلف بیان شده است. تکامل و رشد معنوی، سعادت، تعالی روحی، هماهنگی با کائنات، و قرب الهی از جمله این اهداف است.

رسیدن به هدف تعالی و قرب به انتخاب تک‌تک انسان‌ها بستگی دارد. همه فرق دنیا و مابعد دنیا در همین عنصر انتخاب است. آقای «الف» یا خانم «ب» است که انتخاب می‌کند و آینده خویش را در زندگی می‌سازد. تجربه زیسته همه انسان‌ها نشان داده است که آقای «الف» و خانم «ب» این توانایی را دارند که همه موانع را کنار بزنند و به رشد و تعالی برسند.

یکی از نمونه‌های عینی‌ای را که در زندگی خود تجربه کرده‌اید مثال بزنید؛ برای نمونه، فردی که به‌رغم همهٔ موانع طبیعی و انسانی، به رشد و تعالی مدنظر خود رسیده‌است.

یک گزارهٔ اخلاقی

«هر فرد انسانی اخلاقاً موظف است به زندگی نگرشی عمیق داشته باشد و انتخاب‌های خود را در تحصیل، ازدواج، خرید، فراغت، سفر، تغذیه و...، براساس این نگرش عمیق تنظیم کند.»

به گزارش‌های زیر توجه کنید:

۱. من به شدت انسان فعال و خلاق بودم. در اوایل جوانی، با این نگرش که زودتر باید در جایی استخدام دولتی شوم، از هر فرصتی برای این امر استفاده می‌کردم تا این‌که بالاخره در بیست‌سالگی در یک شرکت به عنوان کارمند استخدام شدم. پیشنهاد دوستم در ایجاد شرکتی خلاق محور را به صرف استخدام شدن، رد کردم و این بود آغاز مرگ خلاقیت در من. ۲. امور عبادی را در آغاز از سر رفع تکلیف و گاهی ترس از محیط خانوادهٔ سنتی‌ام انجام می‌دادم. اما از هجده‌سالگی که تا حدی به استقلال مالی و معیشتی رسیدم، کاملاً نماز و روزه و بقیهٔ عبادات را کنار گذاشتم. به نظرم، این امور محل پیشرفت من هستند. اکنون که در آستانهٔ چهل‌سالگی هستم، حس عجیبی در درونم مرا به سمت گفت‌وگو با خدا می‌کشاند و به نظر خودم، این بیست سال را در حماقت فکری و سطحی‌نگری دربارهٔ امور عبادی گذرانده‌ام.

نگرش عمیق به زندگی نگرشی است که:

۱. ارتباط با خداوند ارتباطی عاشقانه تلقی شود، نه ارتباطی ملال‌آور؛
۲. محور انتخاب‌ها خلاقیت همراه با مهارت و دانش باشد؛
۳. توجه به دیگران اصیل باشد، نه ابزاری برای رسیدن به اهداف (نداشتن نگاه ابزاری به دیگران در ارتباط)؛
۴. خوشی‌های آنی موجب تصمیم‌های آنی نشوند و به پیامدها توجه بیشتری شود.

♦ تمرین

شما نیز در کلاس با هدایت استاد محترم، نمونه‌های دیگری از نگرش عمیق به زندگی خود را بازگو کنید.

و قرآن کریم چه زیبا این نگرش عمیق را به ذهن هر انسان حقیقت طلب القا می‌کند: «وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهُوٌّ وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِیَ الْحَيَوَانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ»^۱ این زندگانی چندروزه دنیا (اگر نه در پرستش حق و سعادت آخرت صرف شود) افسوس و بازیچه‌ای بیش نیست، اگر مردم بدانند که زندگانی درحقیقت دار آخرت است (که حیاتش جاوید و نعمتش بی رنج و زوال است). «نگرش عمیق نگرش مبتنی بر زندگی ابدی است که شیوه زیست در آن به انتخاب‌های من در این دنیا بستگی دارد.

۲. صداقت با خویشتن

صداقت با خویشتن سه جزء دارد:



الف. آگاهی از خود

شما زمانی در برقراری ارتباط خود با دیگران مؤثر یا به عبارتی صادقانه عمل می‌کنید که تصویری درست و واقعی از خودتان داشته باشید، یعنی بدانید چه کسی هستید، چه نگرشی به خودتان دارید، چه نقاط قوت و ضعف و چه استعدادها و توانایی‌هایی دارید. برای افزایش آگاهی از خود، باید از ناشنیده گرفتن و نادیده انگاشتن آگاهی درباره خویشتن، که حداقل ذهن هوشیار شما به شکلی مبهم آن را درک می‌کند، اجتناب کنید.

کسب مهارت خودآگاهی عامل مهمی در ارتباطات، موفقیت‌ها و شکست‌هایمان است.

اهمیت شناخت خود بر کسی پوشیده نیست. در متون دینی، به‌ویژه روایات، کم نیستند روایاتی که لزوم و اهمیت و آثار و فواید شناخت نفس خویش را به‌روشنی بیان کرده‌اند.

۱. سوره عنکبوت، آیه ۶۴.

این آیات و روایات شناخت نفس را سودمندترین دانش‌ها معرفی کرده^۱ و شناخت خداوند متعال را در گرو شناخت خویش دانسته‌اند.^۲

♦ تمرین

پاسخ خویش به پرسش‌های زیر را در یک برگه بنویسید و در آخر شب، آن را مرور، و خودارزیابی کنید.

۱. از نظر سلامت اخلاقی، چه نگرشی به خودتان دارید؟ آیا خود را به گونه‌ای می‌بینید که در معرض یک خطای اخلاقی، خویش را کنترل کنید؟

۲. چه استعدادهایی را در خود می‌بینید که می‌توان با آن‌ها زندگی سالم و موفقی را ایجاد کرد؟

۳. چه چیزی در شما می‌تواند دیگران را به شما متمایل کند و شما را انسانی خوب جلوه دهد؟

ب. پذیرش خود

پذیرش خود یا خویشستن‌پذیری^۳ یکی از مؤلفه‌های کلیدی در سلامت روانی است؛ البته نه به معنای خودشیفتگی یا عزت نفس خیلی زیاد و غیرمعمول، بلکه به معنای احترام به نفسی که براساس آگاهی از نقاط قوت و ضعف خود باشد. آگاهی از کاستی‌های خود و نیز پذیرش اشتباهات خویش، یکی از مشخصه‌های بسیار مهم داشتن شخصیتی تکامل یافته است.^۴ برای افزایش پذیرش خود، ابتدا باید موقعیت‌هایی را کشف کنیم که در آن‌ها احساس ارزش یا پذیرش شخصی خود را از دست داده‌ایم. این موقعیت‌ها ممکن است به قرار زیر باشند:

- دیگران از ما چیزی می‌خواهند و ما به آن‌ها جواب مثبت نمی‌دهیم یا اصلاً به آن‌ها پاسخ نمی‌دهیم.
- اشتباهی را مرتکب شده‌ایم یا ناکامی و شکست را در برخی تلاش‌هایمان داشته‌ایم.
- دیگران را در وظایفی خاص یا درباره ویژگی‌هایی خاص، مثل هوش، معنویت، توانایی هنری، سخنرانی، اقتصاد، ورزش، آشپزی، موفقیت شغلی یا حرفه‌ای، داشتن دوستان و بچه‌های موفق و... از خودمان لایق‌تر می‌دانیم.

۱. امام علی (ع): «مَعْرِفَةُ النَّفْسِ أَنْفَعُ الْمَعَارِفِ» (تمیمی آمدی، غررالحکم، حدیث ۹۸۶۵).

۲. رسول خدا (ص): «مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ عَرَفَ رَبَّهُ» (مصباح‌الشریعه، ص ۱۳؛ علامه مجلسی، بحارالانوار، ج ۲، ص ۳۲، ح ۲۲).

3. Self-Acceptance

۴. عباس پسنیدیه، الگوی اسلامی شادکامی با رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا، ص ۵۵۲.

• دیگران توجه، عزت و احترام بیشتری را در موقعیت گروهی به خود اختصاص می‌دهند.

• دیگران بر ما مقدم شده‌اند.

• ما خود را دارای عیب و نقص‌های زیادی می‌دانیم.

• دیگران از ما خشمگینانه انتقاد دارند یا ما را طرد می‌کنند.

• دیگران با ما موافق نیستند یا اعتقاد دارند که ما اشتباه می‌کنیم.

• دیگران قادرند ما را اداره کنند و ما را زیر سلطه خود درآورند.

• خودمان را برای دیگران مایه زحمت و محنت تصور می‌کنیم.

• با وجدانمان هماهنگ نیستیم

• و....^۱

در مرحله بعد باید برای پذیرش خود گام‌هایی برداریم. برخی از این گام‌ها عبارت‌اند از:

• شرکت در گروه‌های رویارویی با یک رهبری مؤثر؛

• روان‌درمانی با یک درمانگر صادق، صاحب بینش و برخوردار از درک بالا؛

• دوستی با افراد پذیرنده؛

• گرایش مذهبی.

بسیاری دیگر از تجربه‌های زندگی به افزایش خودپذیری کمک می‌کنند. یکی از مهم‌ترین مهارت‌هایی که به افزایش پذیرش خود منجر می‌شود برقراری ارتباط‌هایی موفق در زندگی اجتماعی است. ارتباط مؤثر و مفید سطح رضایت‌مندی از خویش را افزایش می‌دهد و موجب تقویت پذیرش خویش می‌شود.

ج. بیان خود

بیان خود سومین بخش صداقت با خویش است. فردی که خود را بیان می‌کند از درونی‌ترین افکار و احساسات خود آگاه است، آن‌ها را می‌پذیرد و در زمان مناسب و به شکلی مسئولانه، با دیگران در میان می‌گذارد. چنین فردی، حتی در حالت اضطراب شدید، می‌تواند آنچه را که در آن لحظه حس می‌کند با آرامش و بی‌پرده آشکار سازد. درواقع، او در بیان خود و احساساتش دچار افراط و تفریط نمی‌شود. درمقابل، افرادی که از افکار و احساسات خود شناخت ندارند در

۱. محمد علی سروش، **آه سرد**، ص ۱۴۷.

ابراز آن نیز تعادل ندارند. پیامبر خدا ﷺ در بیان نشانه‌های نادان می‌فرماید: «اگر احساس توانگری کند، سرمست و بسیار سنگدل می‌شود، و اگر تنگدست گردد، بی‌پروا نعمت‌های خدا را انکار می‌کند. اگر شاد باشد، زیاده‌روی می‌کند و طغیان می‌ورزد، و اگر غمگین باشد، ناامید می‌شود. چنانچه بخندد، قهقهه می‌زند و اگر گریه کند، درهم می‌شکند.»^۱ فرد صادق در زمان احساس محرومیت، نگرانی یا خجالت‌زدگی، می‌تواند بخش عمده‌ای از آنچه را که حس می‌کند فاش کند و زمانی که اعمالش در تناقض با انتظارات خود او یا دیگران هستند، می‌تواند نقاط ضعف خویش را بپذیرد. زمانی که فرد صدیق عصبانی می‌شود، همان‌گونه که شرط عقل است، خشم خود را به طریقی ابراز می‌کند که با بیشترین احتمال برطرف شدن سرخوردگی همراه باشد، فضا را مساعد سازد، رابطه را بهبود بخشد و آن را از نو برقرار کند. همچنین ممکن است احساساتش را بدون توجیه یا عذرخواهی بیان کند.

♦ تمرین

در جدول زیر، ضمن نگارش نقاط ضعف و قوت خویش، برنامه مشخصی را برای ارتقای نقاط قوت و مدیریت نقاط ضعف ترسیم کنید. پس از یک دوره زمانی مشخص، دوباره این برگه را بردارید و نقاط قوت و ضعف‌تان را بررسی کنید و به خود نمره دهید.

نقاط قوت	۱	نقاط ضعف	۱
	۲		۲
	۳		۳
	۴		۴
	۵		۵
برنامه ارتقای	۱	برنامه مدیریت	۱
نقاط مثبت	۲	نقاط ضعف	۲
	۳		۳
	۴		۴
	۵		۵
نمره ارزیابی			

۱. محمدی ری‌شهری، الگوی شادی از نگاه قرآن و حدیث، ج ۱، ص ۴۰۵.

د. قواعد غیرشناختی

این قواعد بیشتر بر احساسات و رفتار تمرکز دارند، برخلاف قبلی که تمرکز بیشتری بر ذهن و آگاهی و شناخت داشت.

عزت نفس و خودباوری

یکی از مهم‌ترین فضیلت‌های اخلاقی درباره خود، عزت نفس است. این مفهوم در علوم مختلف، از جمله روان‌شناسی و تربیت اخلاقی، بررسی شده است. یکی از مهم‌ترین مهارت‌های ده‌گانه در زندگی، مهارت خودباوری و اعتماد به نفس است. خودباوری و اعتماد به نفس مشروط به خودارزشمندی و عزت نفس است. در روایتی از رسول گرامی اسلام نقل شده است: «لَا يَحِلُّ لِمُؤْمِنٍ أَنْ يُذِلَّ نَفْسَهُ»؛ برای مؤمن روانیست خود را خوار سازد. عامل رشد و موفقیت، خود انسان است که به رغم همه مشکلات و موانع، می‌تواند موفق شود. ما از کودکی تاکنون در زندگی خود موفقیت‌های مختلفی داشته‌ایم، اما برخی از آن‌ها به دلیل این‌که بزرگ نبوده‌اند مورد توجه ما قرار نگرفته‌اند. در مقابل، شکست‌هایی را هم تجربه کرده‌ایم که بیش از حد بر آن‌ها تمرکز داشته‌ایم. می‌توانید مثالی بزنید؟

وقتی شکست‌هایی در زندگی مان پیش می‌آید، مثلاً در امتحانی شرکت می‌کنیم و نمره لازم را به دست نمی‌آوریم یا در مسابقه‌ای حضور پیدا می‌کنیم و امتیاز لازم را به دست نمی‌آوریم یا انتخابی می‌کنیم که موفقیت‌آمیز از آب در نمی‌آید، شرایطی برایمان پیش می‌آید که به جنبه ناتوانی خود بیندیشیم. وقتی بیش از اندازه به این جنبه خود تمرکز کنیم، به تدریج افکار زیر به سراغ ما می‌آیند:

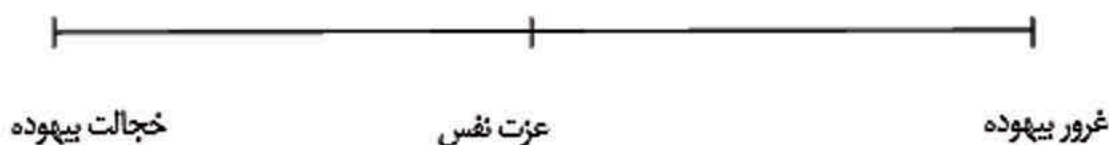


- فکر می‌کنیم نمی‌توانیم کنترلی بر اوضاع زندگی و حالات روانی خود داشته باشیم.
- تصور می‌کنیم اتفاقات خارج از اراده ما در حال رخ دادن هستند.

- به هنگام مواجهه با تهدید، احساس می‌کنیم هیچ اختیاری از خود نداریم.
- آینده خود را خارج از کنترل می‌دانیم.
- احساس می‌کنیم نمی‌توانیم به عنوان فرزند، همسر یا پدر، روابط خود را با اطرافیان خودمان تنظیم کنیم.
- تصور می‌کنیم که قادر نیستیم از عهده مشکلی بریاییم یا با آن مقابله کنیم.
- احساس می‌کنیم قادر نیستیم خلق خودمان را مدیریت کنیم.

همین تصورات «ناتوان بودن» و «خارج از اختیار بودن شرایط» کم‌کم در ما افسردگی ایجاد می‌کنند. یکی از جنبه‌های عزت نفس، «باور داشتن به توانایی» انجام کارهاست. شناخت مؤلفه‌هایی که به عزت درونی ما کمک می‌کنند می‌تواند این فضیلت اخلاقی مربوط به خویشتن و تجربه‌های خوشایند اخلاقی و همراه با کامیابی را در زندگی شخصی و اجتماعی ما تقویت کند. عزت نفس نوعی نگرش مثبت به خویش است که موجب بروز رفتارهایی اخلاقی از انسان می‌شود. با رجوع به منابع روان‌شناختی نیز می‌توان به این نقطه مشترک صحنه گذاشت.

عزت نفس^۱ عبارت است از «ارزیابی صادقانه خود، برداشت یا تصویر ذهنی از خود، و توصیفی نسبتاً بدون قضاوت درباره خود». عزت نفس اعتقادی واقع‌بینانه و تحسین‌آمیز به خویش است. «واقع‌بینانه» به معنای درست و صادق بودن است و «تحسین‌آمیز» بر احساسات و علاقه مثبت دلالت دارد. افرادی که باوری واقع‌بینانه و تحسین‌آمیز به خود دارند، یعنی اولاً شرم و خجالتی از خود ندارند و ثانیاً دچار غرور بیهوده نیستند. عزت نفس دقیقاً بین شرم یا خجالت و غرور بیهوده قرار دارد.^۲



افراد دارای غرور بیهوده می‌کوشند چیزی بیشتر از انسان‌های دیگر باشند و همین مسئله نوع تعامل و ارتباط آن‌ها را به مخاطره می‌اندازد. انسانی که خودشیفته و دارای

1. Self-Concept

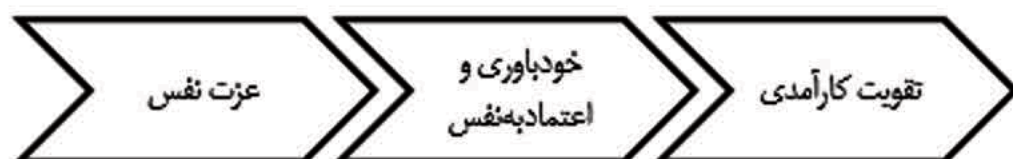
۲. گلن، عزت نفس (راهنمای عملی)، ص ۲۲.

غرور بی جاست، از آنجا که خود را برتر از دیگران می‌داند، نگرشش به دیگران به شیوه سلسله‌مراتبی و عمودی یا نسبی است. افراد دارای شرم بیهوده یا تواضع بیش از اندازه باور دارند که کمتر از انسان‌های دیگرند. نگرش این افراد در سلسله‌مراتب این است که دیگران را در اوج می‌دانند و خود را بی‌ارزش می‌بینند و عقیده نامعقول و غیرتحسین‌آمیز به خود دارند.

برای تقویت عزت نفس خود، تحقیر دیگران ممنوع

گاهی فرد فقط به دنبال حفظ عزت خویش است، اما به این نکته مهم باید توجه داشت که نقطه آغاز عزت خود رعایت عزت دیگران است. کسی که عزت دیگران را خدشه دار کند بلافاصله ضربه‌ای به عزت خویش وارد می‌کند. توقف تحقیر، تمسخر و ویرانگری دیگران تضمین عزت نفس خویش است.

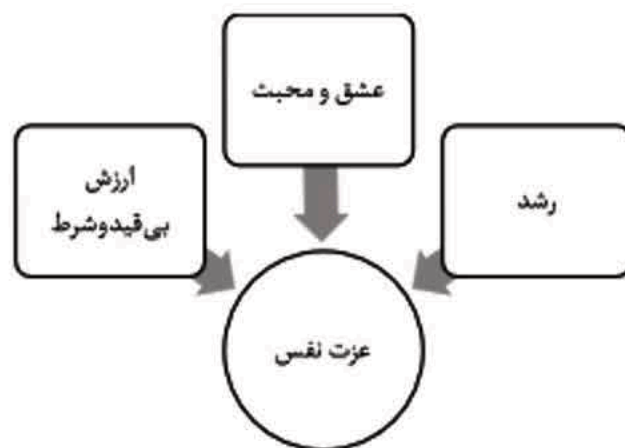
خودباوری و اعتماد به نفس مستلزم وجود عزت نفس و خودارزشمندی در انسان (قدرت، شخصیت و شجاعت) است. اعتماد به نفس بازتاب نگرشی است از «من می‌توانم انجامش دهم» یا «سعی می‌کنم آن را انجام دهم»، باوجود موانع یا کمبودها. اعتماد به نفس از اجزای بسیار حیاتی توفیق در روابط میان فردی است.^۱



مؤلفه‌ها

براساس برخی تحقیقات علمی و روان‌شناختی و نیز نگرش‌های حوزه دانشی اخلاق اسلامی، عزت نفس برپایه سه عامل است که تقویت هر یک از آن‌ها نتیجه‌ای جز تقویت عزت نفس ندارد. این سه عامل به ترتیب عبارتند از: ارزش انسانی بی‌قید و شرط، محبت و عشق، و رشد.

۱. پاتریشیا کووالت، آنچه زوج‌های زیرک می‌دانند، ص ۱۵۳.



عامل اول

در نگاه دینی و انسانی، هر انسان دارای ارزش ذاتی یا بی قید و شرط است. پنج عامل اصل ارزش ذاتی انسان را به خوبی توصیف می کنند:

- هر انسانی به عنوان یک فرد، دارای ارزشی پایان ناپذیر، ذاتی، جاودانی و بی قید و شرط است.
- همه انسان ها ارزشی برابر دارند. ارزش موضوعی مقایسه ای یا رقابتی نیست. ممکن است انسان ها به لحاظ استعدادها در تحصیلات، ورزش یا تجارت، از یکدیگر برتر یا پست تر باشند یا یکی در مهارت های اجتماعی برتر از دیگران باشد، ولی همه ما به عنوان موجودات انسانی، ارزشی برابر داریم.
- عوامل بیرونی و ظاهری نه ارزش انسان را کم می کنند و نه به آن می افزایند. عوامل بیرونی و ظاهری شامل مواردی هستند مانند پول، قیافه، عملکرد و پیشرفت ها. این موارد فقط ارزش اجتماعی کسی را کاهش یا افزایش می دهند، اما ارزش یک فرد بی پایان و ثابت است.
- ارزش انسانی ثابت و پایدار است و هرگز به خطر نمی افتد (حتی اگر کسی ما را نپذیرد). در منابع دینی ما توجه زیادی به مسئله «شناخت خویش» شده است. سلوک معنوی و طی مقامات عرفانی نیز منوط و مشروط به شناخت خویش است: «مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ»^۱. تقویت عزت نفس به نگرش های ما درباره خود و ارزش های انسانی ما وابسته است. فردی که جوهره وجودی خود را می بیند و ارزش آن را می داند دارای عزت نفس زیادی

۱. علامه مجلسی، بحارالانوار، ج ۲، ص ۳۲.

خواهد بود. برای نمونه، پسر جوان و شجاعی که از صندلی چرخ‌دار استفاده می‌کند و با خونسردی جواب می‌دهد که «یک تومور، عصبی را که به پاهای من فرمان می‌دهد از کار انداخته است»، ارزش درونی خویش را می‌شناسد و آن را از عوامل بیرونی تفکیک می‌کند. این فرد در ارزیابی وجدانی ما دارای عزت نفس زیادی است. مهارت‌های زیر می‌توانند به تقویت عامل ارزش ذاتی انسان کمک کنند:

۱. شناخت و جایگزین کردن افکار و باورهای بیهوده

باور بیهوده: من باید در نظر همه افراد، مهم و دوست‌داشتنی و پذیرفته‌شده باشم.
 باور درست: من می‌خواهم در نظر بیشتر مردم، دوست‌داشتنی و پذیرفته‌شده باشم و سعی خواهم کرد به روش مؤدبانه‌ای که آن‌ها می‌خواهند عمل کنم، ولی اجتناب‌ناپذیر است؛ برخی افراد، بنابه دلایل خودشان، مرا دوست نخواهند داشت یا تأیید نخواهند کرد. این فاجعه نیست. عزت نفس من نمی‌تواند به خواست و نظر دیگران وابسته باشد.
 باور بیهوده: من باید در هر کاری که انجام می‌دهم، توانمند و شایسته باشم. من از خودم راضی نخواهم بود، مگر این‌که عالی یا بهترین باشم.

باور درست: بیشترین تلاشم را خواهم کرد تا بهترین باشم. می‌توانم از انجام کارها لذت ببرم، حتی اگر در آن‌ها فوق‌العاده خوب نباشم. من نمی‌ترسم که باوجود تلاش در کارها، شکست بخورم. من جایز‌الخطا هستم و شکست خوردن به این معنا نیست که من آدم بدی هستم، بلکه ریسک کردن به معنای شجاعت و نیاز به رشد و تجربه فرصت‌های زندگی است.
 باور بیهوده: اجتناب از مشکلات و مسئولیت‌های زندگی آسان‌تر از روبه‌رویی با آن‌هاست.
 باور درست: من این کارهای لازم را انجام خواهم داد و مهم نیست چقدر از آن‌ها بدم می‌آید. آرامش و اجتناب اغلب در زندگی کامل و پربار معقول است، ولی اگر بخش اعظم زندگی مرا اشغال کند، نتیجه معکوس خواهد داشت.^۱
 شما نیز دو مورد را بنویسید:

باور درست	
باور بیهوده	

۱. گلن، عزت نفس (راهنمای عملی)، ص ۶۳ و ۶۴.

باور درست	
باور بیهوده	

۲. مهارت «باوجود این»

مهارت «باوجود این» پاسخی واقعی، خوش بینانه و سریع به عوامل بیرونی ناخوشایند می‌دهد، پاسخی که احساس ارزش ما را با جدا کردن از عوامل بیرونی، تقویت می‌کند. از این رو، به جای تفکر «به علت این که»، بنابراین، از تفکر «حتی اگر، باوجود این» استفاده می‌کنیم؛^۱ مانند:

حتی اگر آن طرح را خراب کردم، باوجود این، هنوز فرد ارزشمندی هستم.
 حتی اگر آن طرح را خراب کردم، باوجود این، هنوز دارای ارزش زیادی هستم.
 حتی اگر آن طرح را خراب کردم، باوجود این، هنوز فردی فهیم و باارزش هستم.
 حتی اگر آن طرح را خراب کردم، باوجود این، ارزش من لایتناهی و ثابت است.
 دو مورد را هم شما بنویسید:

۱.

۲.

۳. توجه به ارزش درون خود

انسان‌های دارای عزت نفس زیاد به ارزش درونی خویش واقف‌اند و این مسئله را در برقراری ارتباط ملاحظه می‌کنند. توجه به ارزش درونی خویش اعتماد به نفس فرد را بالا می‌برد و او را در موقعیت‌های مختلف ارتباطی پیروز و موفق می‌کند. لطفاً سه نکته ارزشمند درباره خود را در جدول زیر بنویسید:

۱	
۲	
۳	

۱. همان، ص ۶۸.

افراد دارای عزت نفس زیاد با تمرکز به عوامل بیرونی، می‌کوشند به دلیل روابط ناپایداری که با دیگران داشته‌اند، خود را سرزنش نکنند، بلکه عواملی مانند «از چهره من خوشش نیامد»، «در اندازه هم نبودیم» و امثال آن را در ارزیابی خود دخیل کنند. سه مورد را هم شما بنویسید:

۱.

۲.

۳.

❧ عامل دوم

محبت اکسیری است که می‌تواند بر ساختار شخصیتی فرد، به‌ویژه در دوره نوجوانی و جوانی، به شدت تأثیر بگذارد و رفتار و منشأ شخصیتی او را تغییر دهد یا اصلاح کند. محبت و عشق، به عنوان مؤلفه‌های عاطفی - هیجانی، پیش از هر چیز به هیجانات توجه می‌کنند. عامل اول ناظر به فکر و اندیشه بود، ولی این عامل ناظر به تجربه انسانی در مواجهه با دیگران و عالم بیرون از خود است.

محبت چیست؟ پاسخ به این پرسش دو گونه است:

۱. محبت اولاً احساسی است که تجربه می‌شود؛ ثانیاً بُعد نگرشی در آن دخیل است، زیرا فرد به واسطه نگرش خاصی که به محبوب دارد، محبت را درک می‌کند؛ ثالثاً تصمیم و تعهدی است که فرد در خود نسبت به محبوب می‌یابد؛ رابعاً مهارتی پرورش یافته در وجود انسان است.

۲. محبت از طریق چهار منبع تجربه می‌شود: خدا، والدین، خود، افراد خالص. عشق به خدا و منبع بی‌پایان الهی در وجود هر انسانی نهاده شده است. خانواده به عنوان نخستین منبع تجربه شخصی فرد از محبت غیرالهی (محبت والدین به خود و برعکس)، نقش عامل دوم را در تولید و تقویت عزت نفس فرد به عهده دارد. در فرایندی بسیار ساده، عشق به خویشتن این امکان را فراهم می‌کند که انسان احساس خوبی به خود داشته باشد و به تدریج رشد کند.

وقتی در آینه به چشمانتان نگاه می‌کنید و به درونتان می‌نگرید، جایگاه و اهمیت ظواهر

و ابعاد بیرونی مشخص می‌شود و درمی‌یابید این موارد از درجهٔ دوم اهمیت برخوردارند. به تدریج از توجه و نگاه به خویش لذت می‌برید، زیرا توجه شما به درون و ارزش‌های درونی خویش است، چیزهایی که دارای ارزش بی‌انتها هستند. توجه به این ارزش‌ها موجب می‌شود انسان خویش را عزیز بداند و به هر رفتاری دست نیازد.

وقتی به نظام اخلاقی - عرفانی اسلام رجوع می‌کنیم، می‌بینیم نقطهٔ شروع سلوک معنوی عشق و محبت است. این محبت چنان جذبه‌ای در انسان ایجاد می‌کند که همچون آتش، همهٔ جان و روان انسان را می‌گدازد و آمادهٔ تغییر می‌کند.

با رجوع به اطلاعات خودتان، چند راهکار برای تقویت محبت به دیگران در جدول زیر بنویسید:

۱	
۲	
۳	

عامل سوم

این عامل نقش بُعد عملی ارزش و محبت را برعهده دارد. رشد سومین رکن عزت نفس، به ثمر رسیدن ارزش‌ها، باورها و عشق درونی فرد به خویشتن است. درواقع، عزت نفس ترکیبی از پذیرش خود (عامل اول و دوم) و شکوفایی (عامل سوم) است.^۱ رشد شبیه بالا رفتن از کوه است. اگر بدانید جاپای محکمی دارید، با اطمینان خود را بالا می‌کشید و از کوه بالا می‌روید و از این کار لذت می‌برید. عوامل یکم و دوم نقش جاپاهای محکم را در فرایند شکوفایی و رشد ایفا می‌کنند. در این هنگام، در ایجاد ارتباطی سالم همراه با عزت نفس، چنین می‌گویید: اگر کامل و بی‌عیب و نقص نیستم، باوجود این، مطمئناً اصرار می‌کنم که در این ارتباط موفق باشم.

شکل‌گیری باورها در مراحل اولیهٔ زندگی و تجربهٔ عشق و محبت در این بازهٔ زمانی موجب رشد یا ضعف و حتی عزت نفس در انسان می‌شود. این باورها و تجربه‌ها در مراحل مختلف زندگی دستخوش تغییر می‌شوند و از آنجا که ساختار درونی انسان پیچیدگی زیادی

۱. گلن، عزت نفس (راهنمای عملی)، ص ۱۴۹.

دارد، مرحله رشد و شکوفایی عزت نفس همیشه در معرض تقویت و ضعف خواهد بود. یکی از مهارت‌های لازم، تجربه عشق و محبت‌های پایدار و معنوی، سازگار کردن شبکه باورهای خود با باورهای الهی و دینی و نگرش مثبت به خویشتن، هموعان و انسان‌های دیگر است (آن‌گونه که دین از ما خواسته است) و می‌تواند در فرایند رشد و تقویت عزت نفس به ما کمک کند. حال که چنین صفتی در ما شکل گرفته، در هریک از گونه‌های ارتباطی‌ای که قرار بگیریم، ارتباطی مبتنی بر عزت نفس را تجربه خواهیم کرد و بی‌گمان چنین ارتباطی اهداف ما را تأمین خواهد کرد.

خودتنظیمی و خودکنترلی

این مسئله در درس پنجم، در بحث خودنظم‌بخشی، بررسی خواهد شد.

اتقان در فعالیت

منابع دینی ما بر این مسئله تأکید می‌کنند که رفتار ما باید در بستر آگاهی کافی، متقن و پایدار باشد. رسول گرامی اسلام ﷺ فرمود: «إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى يُحِبُّ إِذَا عَمَلٌ أَخَذَكُمْ عَمَلًا أَنْ يُتَّقَنَهُ»^۱ خداوند دوست می‌دارد اگر کاری را انجام می‌دهید، با استحکام انجام دهید. همچنین فرمود: «إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ مِنَ الْعَامِلِ إِذَا عَمَلَ أَنْ يَحْسَنَ»^۲ خداوند دوست دارد که هنگام انجام کار، به حسن انجام کار توجه شود.

پیامبر پس از انجام دادن مقدمات دفن سعدبن معاذ، وارد قبر او شدند و پیوسته می‌فرمودند «سنگ بدهید، گل بدهید» و بدین‌گونه، میان خشت‌ها را محکم می‌کردند. پس از پایان کار فرمودند: «إِنِّي لَأَعْلَمُ أَنَّهُ سَيَبْلَى وَيَصِلُ الْبَلَى إِلَيْهِ وَلَكِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ عَبْدًا إِذَا عَمَلَ عَمَلًا أَحْكَمَهُ»^۳ من می‌دانم که جسد فرسوده می‌شود و می‌پوسد، ولی خداوند بنده‌ای را دوست دارد که چون کاری انجام دهد، آن را درست و با استحکام فراوان به‌انجام برساند. اتقان در رفتار در صورتی ثمربخش است که استمرار داشته باشد، چون شروع فعالیت علمی یا ورزشی یا تجاری آسان است، اما بسیاری از دشواری‌ها در ادامه کار و نیمه راه رخ می‌دهند. به همین سبب، باید فعالیت تداوم داشته باشد. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «بر تو

۱. ابوالقاسم پاینده، نهج الفصاحه، ص ۳۰۵.

۲. محمدی ری شهری، میزان الحکمه، ح ۱۴۳۷۱.

۳. حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۲، ص ۸۸۴، ش ۳۴۸۲.

باد ادامه و استمرار در یک عمل^۱، «هرکس در کار و تلاش خود کوتاهی کند بر سستی خود می‌افزاید»^۲ و «کار اندکی که ادامه داشته باشد از کار بسیار نیمه تمام امیدوارکننده‌تر است در رساندن انسان به مقصد»^۳.

موانع موجود هرگز انسان دینی را در هدف و راهی که انتخاب کرده است بی‌انگیزه نمی‌کنند.

تقویت روحیه امید و صبر

۱. امید

در ادبیات دینی، ناامیدی از لطف و رحمت الهی از گناهان کبیره به‌شمار می‌آید. در سیره امام سجاد علیه السلام نقل شده است که به فردی که گناهی را مرتکب شده و ناامید شده بود فرمودند ناامیدی او از گناهش بزرگ‌تر است:

«أَنَّ الزُّهْرِيَّ عَزَّرَ غُلَامًا لَهُ، فَمَاتَ تَحْتَ يَدِهِ، فَقَنْطَ حَتَّى أَتَى عَلِيَّ بْنَ الْحُسَيْنِ عليهما السلام فَقَالَ لَهُ: قُتُوْطُكَ أَكْثَرُ مِنْ ذَنْبِكَ»^۴ زهری غلامش را تعزیر کرد تا این که بمرد. پس ناامید گشت، تا این که علی بن الحسین رسید و به او فرمود: ناامیدی تو گناه بزرگ‌تری است از خطایت. رسیدن به اهداف با امید گره خورده است. انسانی که ناامید است و وضعیت موجود او را از تلاش و کوشش بازداشته است هرگز نمی‌تواند به اهداف خویش برسد. انجام دادن هر فعالیت به هدف وابسته است. لذا هیچ فعالیت بدون امید رسیدن به هدف محقق نمی‌شود. امید به آینده و تغییر و بهبود وضعیت آن است که انگیزه فرد را در اجرای کارهای خویش تقویت می‌کند. ناامیدی صفتی درونی در انسان است که به عوامل شناختی و غیرشناختی وابسته است. برای نمونه، کسی که عمر خویش را از دست رفته بداند (عامل شناختی نگرشی) دچار تزلزل و یأس در زندگی خویش خواهد شد. حضرت صادق علیه السلام می‌فرماید: «وَمَنْ أَيْقَنَ بِفَنَاءِ الْعُمْرِ اسْتَحْكَمَ عَلَيْهِ الْيَأْسُ»^۵ هرکس به فنای (از دست رفتن) زندگی خویش در دنیا، یقین کند، ناامیدی بر وی غلبه می‌یابد.

۱. «عَلَيْكَ يَا ذِمَّةَ الْعَقْلِ» (تمیمی آمدی، غررالحکم، ج ۴، ص ۲۹۱).

۲. «مَنْ يَقْصِرَ فِي الْعَمَلِ يَزِدُّ فِتْرَةً» (همان، ج ۵، ص ۲۵۴).

۳. «قَلِيلٌ تَدْوَمُ عَلَيْهِ أَرْجَى مِنْ كَثِيرٍ مَقْلُوبٍ وَنَهْجُ الْبَلَاغَةِ» (حکمت ۲۷۸).

۴. جریر طبری، المسترشد فی إمامة علی بن ابی طالب، ص ۱۵۱.

۵. علامه مجلسی، بحار الأنوار، ج ۳، ص ۸۴.

همان‌گونه که نگرش‌ها در امید و ناامیدی تأثیر بسزایی دارند، هیجان‌ها نیز نقش بی‌بدیلی در امیدبخشی به زندگی ایفا می‌کنند. کسی که هیجان و ترس و اضطراب زیادی داشته باشد معمولاً در ارتباطات خویش احتیاط‌های نامتعارف دارد و با یأس و ناامیدی زندگی می‌کند.

اصل وجود امید در زندگی جهت‌دهنده و حیات‌بخش است و توانایی انسان را برای رسیدن به اهداف دوچندان می‌کند، اما یک امید مذموم نیز داریم. با رجوع به منابع دینی و روایات، می‌بینیم که مؤمنان از یک چیز برحذر داشته شده‌اند: امید به آنچه نزد دیگران است. در روایتی از علی بن موسی الرضا علیه السلام آمده است:

«الْيَأْسُ مِمَّا فِي أَيْدِي النَّاسِ عِزُّ الْمُؤْمِنِ فِي دِينِهِ وَمُرُوءَتُهُ فِي نَفْسِهِ وَ شَرَفُهُ فِي دُنْيَاهُ وَ عَظَمَتُهُ فِي أَغْنِي النَّاسِ وَ جَلَالَتُهُ فِي عَشِيرَتِهِ وَ مَهَابَتُهُ عِنْدَ عِيَالِهِ وَ هُوَ أَغْنَى النَّاسِ عِنْدَ نَفْسِهِ وَ عِنْدَ جَمِيعِ النَّاسِ»^۱ ناامیدی از آنچه در نزد مردم است عزت مؤمن در دین، مروت در نفس، شرافت در دنیا، بزرگی در نگاه دیگران، جلالت در نزد خویشاوندان، و ابهت در نزد خانواده است و چنین انسانی بی‌نیازترین انسان‌ها نزد خود و دیگران است.

در ارتباطات انسانی، امیدی که منشأ حرکت و تلاش و اراده شود ممدوح است، ولی امیدی که نه‌تنها سرآغاز حرکت و تلاش نیست بلکه منشأ سکون و خمودی است مذموم است. این‌که فرد به امید خانواده یا دوستان خود، دست از تلاش بردارد و به دنبال رزق حلال نرود یا در یک گونه ارتباطی به امید و طمع ثروت فرد مقابل، دست از حرکت و تلاش بکشد و منتظر دسترنج دیگران باشد، چنین انسانی عزت، مروت، شرافت، بزرگی، جلالت و ابهت خویش را از دست می‌دهد و اغلب در ارتباط با دیگران نیز موفق نخواهد بود. بنابراین در روابط اجتماعی، امیدی که منشأ حرکت و تلاش و اراده باشد رابطه را مستحکم‌تر و انسان را به اهداف ارتباطی نزدیک‌تر می‌کند.

۲. صبر

راننده اتوبوسی که در ترافیک گیر کرده است و خانواده وی نیز منتظرند تا با هم به خرید یا درمانگاه روند دو راه دارد:

۱. فحاشی و دادوبیداد به رانندگان وسایل دیگر و عبور از خطوط ممنوعه و چراغ قرمز؛

۱. علی بن موسی، الفقه المنسوب إلى الإمام الرضا، ص ۳۶۷.

۲. خویشتن‌داری، تحمل و فکر کردن برای حل وضعیت موجود به یکی از روش‌های زیر: تماس با منزل برای تغییر ساعت قرار، تماس با مرکز کنترل و درخواست تغییر راننده در میان مسیر، استفاده از خیابان‌های خلوت، و کمک به حل ترافیک در صورتی که بر اثر تصادف است.

قطعاً صبر و خویشتن‌داری به همراه تفکر خلاقانه می‌تواند راه‌های بهتری را پیش‌روی ما قرار دهد. صبر در نظام اخلاقی انسان هم‌رتبه توحید در نظام اعتقادی است. قرآن کریم می‌فرماید: «إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا»^۱ آنان که گفتند پروردگار ما خداست و سپس ایستادگی کردند.

قرار گرفتن استقامت در کنار اعتقاد به توحید در این آیه کریمه نشان از نقش زیربنایی صبر در رشد و کمال انسان دارد. این موقعیت ویژه از آن روست که صبر یکی از فضیلت‌های جامع اخلاقی است که صفت‌های پسندیده زیادی را فرامی‌گیرد، به گونه‌ای که هریک از فضیلت‌های انسانی نمودی از صبر در حوزه خاصی است. برای مثال، «عفت» که خود از صفت‌های برجسته انسانی است نام یکی از شاخه‌های صبر است که در برابر خواسته‌های فرج و شکم (شهوات) تحقق می‌یابد. شجاعت همان صبر در میدان نبرد است. ایستادگی در برابر خشم را «حلم و بردباری» می‌گویند. ایستادگی در برابر حادثه‌های روزگار را «سعه صدر» و صبر در برابر زیاده‌خواهی نفس را «زهد» می‌نامند.^۲ امام علی (ع) نیز در حدیثی به این نکته توجه می‌کند و می‌فرماید: «صبر یعنی عفت در برابر خواسته‌های نفسانی، شجاعت در برابر خشم، و پرهیزگاری در مقام معصیت».^۳

بنابراین بیشتر خصلت‌های پسندیده ایمانی در مفهوم صبر قرار دارند. هر طاعتی، به هر شکلی واقع شود، نتیجه صبر است و صبر مقدمه بسیاری از خیرات و منشأ همه کامیابی‌هاست و همه پیروزی‌های ارتباطی مرهون صبوری انسان‌اند، زیرا بسیاری از کمالات انسانی در دامن صبر متولد می‌شوند. به بیان دیگر، صبر فضیلتی در کنار دیگر فضیلت‌ها نیست، بلکه مادر صفت‌های پسندیده انسانی است.

صبر که در نظام دینی به «رأس ایمان» تشبیه شده عاملی برای موفقیت انسان است و

۱. سوره فصلت، آیه ۲۰.

۲. مهدی نراقی، جامع السعادات، ج ۲، ص ۳۶۸؛ محمد غزالی، إحياء علوم الدین، ج ۴، ص ۸۷.

۳. محمدی ری‌شهری، میزان الحکمه، ج ۶، ص ۲۹۷۲.

نیز مهارتی برای رویارویی با رفتارها و هیجانات دیگران است، مانند فحاشی و تخلفات دیگران. ذکر نمونه‌ای از صبر و خویش‌داری پیامبر در برابر رفتار انسان دیگری که از اصحاب ایشان نیز بود، اهمیت این مسئله را روشن می‌کند:

در جنگ بدر، ایشان همه غنایم را تقسیم فرمودند و هیچ چیزی را برای خودشان برنداشتند. در گیرودار تقسیم، قطیفه‌ای (حوله یا پارچه‌ای به هم پیچیده) سرخ‌رنگ از غنایم گم شد. یکی از مسلمان‌ها که از دوستان پیامبر به شمار می‌آمد شایعه کرد که خود پیامبر آن قطیفه را برداشته است. مسئله به جاهای باریک کشید و باعث دودستگی میان مسلمانان شد. آیه‌ای از سوره آل عمران نازل شد که فرمود: «والبته هیچ پیغمبری خیانت نخواهد کرد، و هرکس خیانت کند روز قیامت به کیفر آن خواهد رسید و به طور کلی، هرکس هر عمل نیک و بدی را در دنیا به جا آورد در قیامت تمام و کامل به جزای آن برسد و به هیچ کس ستمی نخواهد شد.»^۱

رسول خدا با آن که می‌دانستند چه کسی این حرف را زده، رسوایش نکردند و خویش‌داری کردند.^۲

♦ تمرین گروهی

با کمک استاد محترم، نمونه‌هایی از صبر فعال (مناسب) و صبر منفعل (نامناسب) را در کلاس به اشتراک بگذارید و درباره پیامدهای آن گفت‌وگو کنید.

♦ پرسش‌های درس

۱. نقش اخلاق در کامیابی شخصی را تحلیل کنید.
۲. عزت نفس و خودباوری چه رابطه‌ای دارند؟ تبیین کنید.
۳. ضمن تعریف عزت نفس، دو مورد از کارکردهای آن را بنویسید.
۴. سه عاملی را که موجب تقویت عزت نفس می‌شوند نام ببرید و توضیح دهید.
۵. اتقان در فعالیت به عنوان یک فضیلت اخلاق فردی، چگونه موجب موفقیت انسان می‌گردد؟
۶. پیامدهای صبر نامناسب کدام‌اند؟

♦ پژوهش و تمرین

۱. در خوابگاه صبر کردن را تمرین کنید.

۱. «وَمَا كَانَ لِتَنِي أَنْ يَغُلَّ وَمَنْ يَغُلَّ يَأْتِ بِمَا غَلَّ يَوْمَ الْقِيَامَةِ» (سوره آل عمران، آیه ۷۵).

۲. علامه مجلسی، بحارالانوار، ج ۱۹، ص ۲۶۹.

۲. صبر کردن به معنای کنترل درونی برای برانگیخته شدن هیجان خشم و ترس است. در موقعیت‌هایی که هم خوابگاهی خطایی انجام می‌دهد و شما معمولاً برخورد تنیدی دارید، یک بار هم صبر را امتحان کنید.
۳. شیوه صبر همراه با تلاش را در موقعیت‌های زیر در کلاس بررسی کنید:

مادری که دارای یک فرزند بیمار است.	
شخص متمولی که ورشکست شده و از لحاظ مالی ضعیف شده است.	
خانواده‌ای که دچار زلزله یا سیل شده‌اند و همه زندگی‌شان از بین رفته است.	
دختری که دارای مادری بسیار بداخلاق و تندخوست.	
پسری که در آستانه ازدواج قرار دارد و به‌رغم آمادگی ازدواج، مورد مناسبی نمی‌یابد.	

♦ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱. باومیسטר، روی. (۱۳۹۵). عزت نفس و سلامت: آیا عزت نفس بالا باعث عملکرد بهتر است؟ ترجمه فاطمه شهبازی. اردبیل: نگین سبلان.
۲. توزنده جانی، حسن. (۱۳۹۰). آموزش مهارت‌های زندگی ارتباط مؤثر، سازگاری اجتماعی، عزت نفس و خودآگاهی. نیشابور: دانشگاه آزاد اسلامی.
۳. فعالی، محمدتقی. (۱۳۹۲). خودباوری. تهران: دارالصادقین.
۴. کلمز، هریس و دیگران. (۱۳۷۳). روش‌های تقویت عزت نفس در نوجوانان. مشهد: آستان قدس رضوی.
۵. نوری خواجوی، مرتضی. (۱۳۸۷). عزت نفس چیست؟. تهران: مؤسسه مهارت‌های زندگی رویش.

درس پنجم:

اخلاق دوران جوانی و مجردی

اهداف درس

۱	آشنایی با فضیلت خودنظم جویی مرتبط با دوران جوانی؛
۲	آشنایی با فضیلت عفت مرتبط با دوران جوانی؛
۳	توانمندسازی جوان برای بهره‌روی زیاد از دوران جوانی و مجردی.

الف. نمونه‌ای قرآنی از زندگی مجردی

قرآن کریم زندگی جوانان موفق را مرور کرده‌است که هرکدام با رعایت اصول و قواعدی در دوران زندگی مجردی، توانسته‌اند به اهداف خود برسند. داشتن خانواده خوب، نسل پاک و همسر پاک، مدیریت موفق، خوشنامی در تاریخ، جریان‌سازی اجتماعی، راهبری گروه‌های اجتماعی و شادکامی در آخرت از نتایجی هستند که این افراد در زندگی خود کسب کرده‌اند. بزرگانی چون یوسف پیامبر، یحیی نبی‌الله، جوانان معروف به «اصحاب کهف»، حضرت مریم و پیامبر گرامی اسلام از جمله انسان‌هایی هستند که قرآن کریم به برخی از رفتارهای آن‌ها در دوران جوانی و مجردی اشاره کرده‌است. برای نمونه، احساسات یوسف به خداوند که بستر آن در دوران کودکی و جوانی، آن‌هم در محیطی ناموزون با این احساسات (قصر عزیز مصر همراه با همه لوازم عیاشی و بت پرستی)، فراهم شده‌است مانع از انجام رفتار جنسی غیرعفیانه شد؛ یا یکی از صفات بارز حضرت یحیی در دوران مجردی در قرآن کریم «حصور» نام گرفته‌است به معنای «شدت حصر نفس از لذات نامتعارف جنسی و غیرجنسی».

مروری بر آیات قرآن کریم درباره زندگی این انسان‌های پاک و سالم ما را به یک الگوی مدیریت دوران مجردی هدایت می‌کند. این الگوی رفتاری چند ضلع دارد. با دسته‌بندی آیات مرتبط با الگوهای رفتاری دوران مجردی ذیل این الگوی بینش و احساس و رفتار، می‌توان به الگوی رفتاری مناسب در دوران مجردی دست یافت.

فرض کنید پسری در راهرو دانشگاه چشمش به دخترخانمی می‌افتد. نخست تصویری از وی در ذهن او شکل می‌گیرد. سپس این جمله که «این دختر دختر رؤیاهای من است»

در ذهن او نقش می‌بندد. احساسات، عواطف، هیجانات و گاهی ابعاد انگیزشی (مانند غریزه جنسی) در او به غلیان می‌افتند و به اصطلاح فلسفی، شوقی در وی درباره آن دختر ایجاد می‌شود. این میل و شوق به حدی می‌رسد که پسر را به تصمیم‌گیری برای ارتباط با آن دختر وادار می‌کند. در اینجا، فرد، وارد مرحله اراده می‌شود و اینجا است که اندام‌های ارتباطی او (مانند چشم یا زبان) به حرکت درمی‌آیند و او می‌گوید «بخشید، می‌توانم چند دقیقه‌ای مزاحم شما بشوم؟».

در زبان قرآن، برخی از جوانان مخلص هستند، به این معنا که در هنگام تصور، تصدیق به فایده، شوق و میل، شدت شوق و میل، و اراده و انتخاب، خالص‌اند. آن‌ها در همه این مراحل، خود را به خدا می‌سپارند و غل و غش ندارند. مثلاً در ارتباط با دختر، تصور غیراخلاقی ندارند، تصدیق به امری غیراخلاقی ندارند، احساسات و انگیزش‌های غیراخلاقی ندارند (مثلاً به طمع لذت جنسی یا ثروت یا موقعیت اجتماعی یا...). آن‌ها انتخاب و اراده‌ای غیر از اراده الهی ندارند، یعنی آنچه را که فرمان الهی است اراده می‌کنند.

با بررسی آیات مربوط به دوره جوانی، ویژگی‌های زیر در رشد و موفقیت انسان‌های الهی اهمیت زیادی دارند:

۱. رفتار شایسته و بدون فساد (اعم از فساد خویش و فساد دیگران)؛^۱
۲. بخشش (بخشیدن به دیگران بیش از آنچه مستحق آن هستند)؛^۲
۳. کنترل هیجانات نفسانی و انگیزش‌ها؛^۳
۴. فضایل عقلانی و اخلاقی (عدالت، حکمت، شجاعت و عفت)؛^۴

۱. گزارش قرآن از حضرت یحیی: «فَنَادَتْهُ الْمَلَائِكَةُ وَهُوَ قَائِمٌ يُصَلِّي فِي الْمِحْرَابِ أَنَّ اللَّهَ يُبَشِّرُكَ بِيَحْيَى مُصَدِّقًا بِكَلِمَةٍ مِنَ اللَّهِ - وَنَسِيْدًا وَحَصُوْرًا وَنَبِيًّا مِنَ الصَّالِحِيْنَ» (سوره آل عمران، آیه ۳۹).

۲. گزارش قرآن از حضرت موسی در دوران بلوغ و جوانی: «وَلَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَاسْتَوَى ءَاتَيْنَاهُ حُكْمًا وَعِلْمًا وَكَذَٰلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِيْنَ» (سوره قصص، آیه ۱۴).

۳. گزارش قرآن از حضرت یحیی: «فَنَادَتْهُ الْمَلَائِكَةُ وَهُوَ قَائِمٌ يُصَلِّي فِي الْمِحْرَابِ أَنَّ اللَّهَ يُبَشِّرُكَ بِيَحْيَى مُصَدِّقًا بِكَلِمَةٍ مِنَ اللَّهِ وَنَسِيْدًا وَحَصُوْرًا وَنَبِيًّا مِنَ الصَّالِحِيْنَ» (سوره آل عمران، آیه ۳۹). «حصور» فردی است که به شدت نفسانیات را در خویش کنترل می‌کند.

۴. گزارش قرآن از حضرت یحیی: «فَنَادَتْهُ الْمَلَائِكَةُ وَهُوَ قَائِمٌ يُصَلِّي فِي الْمِحْرَابِ أَنَّ اللَّهَ يُبَشِّرُكَ بِيَحْيَى مُصَدِّقًا بِكَلِمَةٍ مِنَ اللَّهِ وَنَسِيْدًا وَحَصُوْرًا وَنَبِيًّا مِنَ الصَّالِحِيْنَ» (سوره آل عمران، آیه ۳۹). در **مفردات** راغب چنین آمده است: «وَلَمَّا كَانَ مِنْ شَرَطِ الْمَتَوَلَّى لِلْجَمَاعَةِ أَنْ يَكُونَ مَهْدَبَ النَّفْسِ قِيلَ لِكُلِّ مَنْ كَانَ فَاضِلًا فِي نَفْسِهِ: سَيِّدٌ» (راغب، **المفردات لألفاظ القرآن**، ج ۱، ص ۴۳۲). «و علی ذلک قوله: وَ نَسِيْدًا وَ حَصُوْرًا؛ کسی که از لحاظ شخصیت بافضیلت باشد "سید" نام دارد.»

۵. خلوص و صافی در مبادی رفتار (تصور، تصدیق، میل، شدت میل، و اراده)؛^۱

۶. باور قلبی یقینی؛^۲

۷. شناخت درست روش زندگی سالم، عشق به خوبی‌ها و تسلیم در برابر ارزش‌ها.^۳

ب. اخلاق دوران جوانی و مجردی

مدیریت دوران جوانی شکوفایی و موفقیت در مراحل بعدی زندگی را تضمین می‌کند. هنر زندگی سالم به این است که جوان براساس الگوهای رفتاری درست، زندگی خویش را سامان دهد و سلامت و موفقیت را در زندگی خویش تضمین کند. رفتارهای اخلاقی در این دوره از زندگی در سه عرصه غریزه جنسی، ارتباط‌گیری و مدیریت زمان موجب می‌گردند که ارزش افزوده زیادی در فرد ایجاد شود، به گونه‌ای که تا پایان زندگی تأثیر خود را بگذارد. افرادی که چنین تجربه‌ای داشته‌اند از جمله‌های زیر در دوره‌های بعدی زندگی کمتر استفاده کرده‌اند:

- اگر من را هم یک نفر راهنمایی می‌کرد، الآن ...

- کاش آن موقع که جوان بودم، روی مهارت زبان دوم کار می‌کردم.

- خیلی زودتر از این‌ها باید این کار را می‌کردم، نه الآن.

علاوه بر آنچه در رفتارهای اخلاقی ناظر به خود در درس چهارم بیان شد، دو فضیلت خودنظم‌بخشی و عفت برای دوره جوانی و مجردی می‌توانند ما را به هدف بالا برسانند.

یک. خودنظم‌جویی

خودنظم‌جویی^۴ - که سازه خودمهارگری را نیز دربر می‌گیرد - به عنوان استعداد عالی انسانی، برای زندگی ارزشمند امری حتمی و اجتناب‌ناپذیر است، ویژگی مهمی که وجود

۱. گزارش قرآن از حضرت یوسف: «وَلَقَدْ هَمَّتْ بِهٖ وَهَمَّ بِهَا لَوْلَا اَنْ رَّاۤی بُرْهَانَ رَبِّهٖ كَذٰلِكَ لِنُصْرِفَ عَنْهُ السُّوءَ وَالْفَحْشَاءَ اِنَّهٗ مِنْ عِبَادِنَا الْمُخْلَصِيْنَ» (سوره یوسف، آیه ۲۴).

۲. گزارش قرآن از حضرت ابراهیم: «وَكَذٰلِكَ نُرِیْ اِبْرٰهیمَ مَلٰكُوتَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَلَیَكُوْنَ مِنَ الْمُؤْمِنِيْنَ» (سوره انعام، آیه ۷۵). در زبان قرآن کریم، «موقن» کسی است که به ملکوت و خداوند باوری صددرد داشته باشد و در حالت یقین باشد.

۳. گزارش قرآن از اصحاب کهف: «نَحْنُ نَقُصُّ عَلَیْكَ نَبَأَهُم بِالْعَقِّ اِنَّهُمْ فِتْنَةٌ اَعْمٰنُوا بِرَبِّهِمْ وَرِذَّاهُمْ هُدٰی» (سوره کهف، آیه ۱۳). ایمان حقیقی دارای دو بُعد شناختی و عاطفی است، زیرا ایمان به معنای مجذوب شدن به یک فکر و اندیشه است؛ جذب بُعد عاطفی ایمان را نشان می‌دهد و فکر و اندیشه بُعد شناختی آن را روشن می‌کند.

4. Self-Regulation

آدمی را از دیگر موجودات متمایز می‌کند. درواقع، خودنظم‌جویی افراد را قادر می‌سازد تا بر زندگی خود مهار ارادی داشته باشند. گذران زندگی در اجتماع نیز اغلب نیازمند اعمال خودنظم‌جویی است.

مسئله خودنظم‌جویی از زمان فیلسوفان یونان و نیز در تاریخ ادیان مورد توجه و بحث بوده است. بیشتر افراد هنگامی که درمورد توانایی انسان در مهار رفتار خویش می‌اندیشند، درواقع به مفهوم «قدرت اراده» فکر می‌کنند. می‌توان ادعا کرد که «قدرت اراده» اصطلاح باستانی مفهوم «خودنظم‌جویی و خودمهارگری» است. این مطلب را می‌توان از آثار مرتبط با موضوع مهار خویشتن به دست آورد. کراس و میشل (۲۰۱۰) قدرت اراده را توانایی فرد در اعمال مهار تعمقی بر افکار، احساسات و کنش‌ها می‌دانند. برخی محققان جلوگیری از غلبه یافتن یک میل در مقام عمل را قدرت اراده معرفی می‌کنند و از نگاه دیگر مؤلفان، قدرت اراده باعث می‌شود که فرد به‌رغم مقاومت درونی یا موانع بیرونی، توان پایداری را برای عمل کردن به دست آورد.

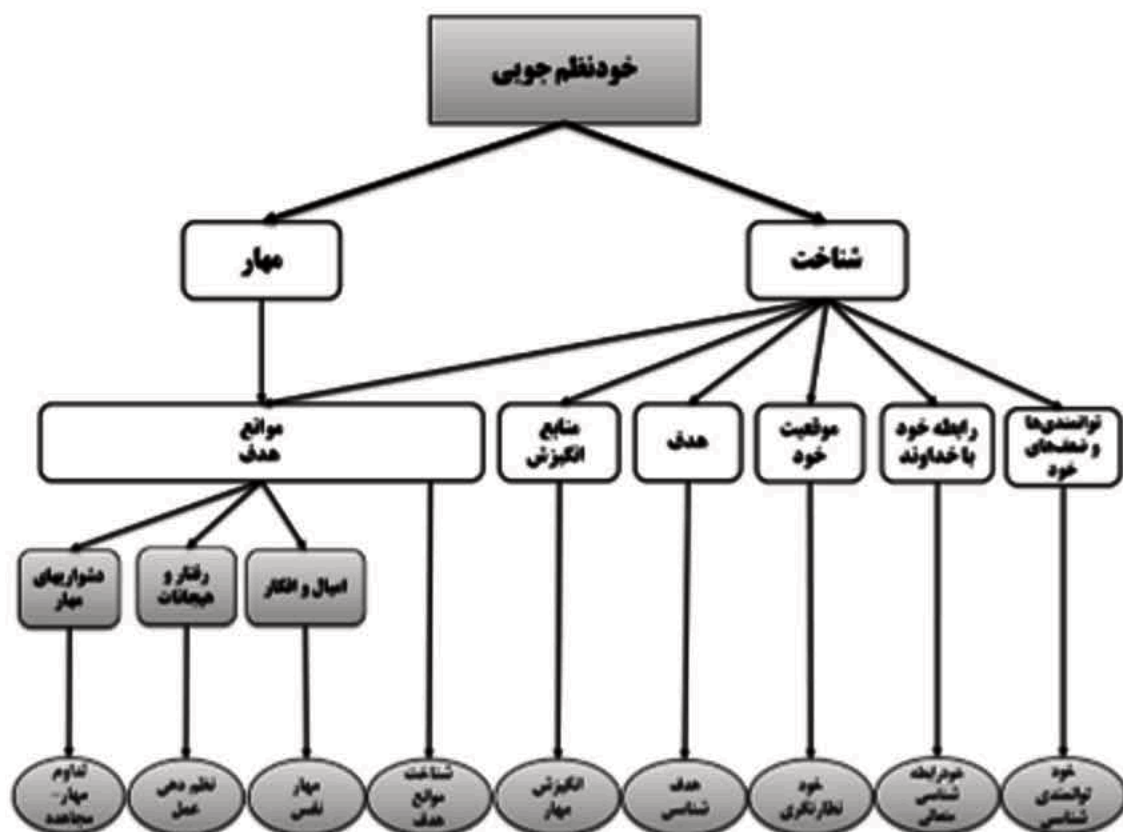
در روان‌شناسی نوین، خودنظم‌جویی و مفاهیم مرتبط با آن از مدت‌ها پیش توجه نظریه‌پردازان عرصه روان‌شناسی را به خود جلب کرده‌اند. با این حال، به اعتقاد پژوهشگران، ما هنوز نیازمند مباحث فراگیری هستیم که دانش ما را درباره پدیده خودنظم‌جویی ارتقا بخشند.

سازه خودنظم‌جویی بر ایده «خودتأملی» استوار است. خودنظم‌جویی را می‌توان توانایی خودتأملی^۱ درباره رفتار و حالات درونی و تغییر دادن رفتار به سمت اهداف و ایده‌های جامعه‌پسند تلقی کرد. وسعت این سازه به‌اندازه‌ای است که خودنظم‌جویی هیجانی و رفتاری و دیگر سازه‌های مرتبط، همچون خودنظارت‌گری^۲، خودمهارگری^۳ و خودآرام‌بخشی^۴ را با هم ترکیب کرده و در خود جای داده است.

براساس یکی از تحقیقات معاصر، خودنظم‌جویی بر مبنای منابع اسلامی، از نه مؤلفه تشکیل شده است که عبارت‌اند از: خودتوانمندی‌شناسی، خودرابطه‌شناسی متعالی، خودنظارت‌گری، هدف‌شناسی، مانع‌شناسی اهداف، انگیزش مهار، مهار در مقام نفس،

1. Self-Reflection
2. Self- Monitoring
3. Self-Control
4. Self-Soothing

نظم‌دهی در مقام عمل، و تداوم مهار. نمودار ۱-۴ مؤلفه‌های خودنظم‌جویی اسلامی را نمایش می‌دهد:^۱



نمودار ۱-۴: مؤلفه‌های خودنظم‌جویی براساس منابع اسلامی^۲

خودتوانمندشناسی به شناخت توانایی‌های خود اشاره دارد. یکی از توانمندی‌های اصلی افراد، توانمندی در تغییر دادن خود به سمت اهداف متعالی است. خودرابطه‌شناسی به شناخت ارتباط خود با موجودی متعالی، یعنی خداوند متعال، اشاره دارد که می‌تواند به شناخت بیشتر موجود متعالی منجر شود. خودنظارت‌گری به آگاهی از موقعیت‌های فعلی و قبلی فرد براساس میزان هماهنگی بودن آن‌ها با اهداف و معیارهای متعالی می‌پردازد. منظور از هدف‌شناسی شناخت اهداف خلقت و آگاهی از همسو بودن اهداف کوتاه‌مدت، میان‌مدت و بلندمدت فرد با اهداف خلقت است.

۱. حمید رفیعی هنر، الگوی درمانی خودنظم‌جویی برای افسردگی.

۲. همان.

منظور از مانع‌شناسی اهداف شناخت عوامل بازدارنده در دستیابی به اهداف است که به دو صورت درون‌روانی (امیال و خودگویی‌های منفی) و برون‌روانی (رفتارهای معارض با اهداف) نمایان می‌شود.

انگیزش مهار به انگیزه‌مندی فرد در مهار خود اشاره دارد که براساس شناخت خاستگاه‌های عینی یا انتزاعی درباره خود (مانند شناخت ارزشمندی خود)، دنیا (مانند شناخت مشابهت رویدادها و شناخت خیرباورانه رویدادها)، آینده (مانند شناخت پیامدهای رفتار و آگاهی از پاداش‌ها و عذاب‌ها)، و خداوند (مانند آگاهی از احسان منعم و ادراک حضور ناظر محترم) شکل می‌گیرد.

منظور از مهار در مقام نفس، مهار و مدیریت تکانه‌ها، افکار و کشش‌های درون‌فردی است و منظور از نظم‌دهی در مقام عمل، مهار رفتارها و هیجان‌های ناهمسو با اهداف متعالی و واداشتن خود به رفتارهای همسو با اهداف است.

درنهایت، مؤلفه تداوم مهار به مهار ثانوی خود در مواجهه با دشواری‌های مهارگری اشاره دارد که به صورت مداوم است و به ابقای نظم‌دهی و مهار خود منجر می‌شود.

حال با توجه به ساختار مؤلفه‌های نظری (نمودار ۱-۴) و مدل مفهومی، می‌توان تعریفی از سازه خودنظم‌جویی براساس منابع اسلامی ارائه داد. در این تعریف تلاش شده است تمام عناصر دخیل در این سازه گنجانده شوند: «مهار آگاهانه تمایلات نفس و تنظیم مداوم آن در حوزه عمل براساس انگیزه‌های الهی با هدف رسیدن به کمال، از طریق شناخت خود و نظارت بر خویشتن، شناخت هدف نهایی، و شناخت عوامل سوق‌دهنده و آسیب‌رسان به هدف.»^۱

مدل خودنظم‌جویی اسلامی نه مؤلفه دارد که یکی از آن‌ها «خودتوانمندی‌شناسی» است. یکی از تکنیک‌های مهم در شناخت توانمندی‌های خود، استفاده از «کاربرگ تحلیل موفقیت‌های خود» است.

۱. براساس مدل خودنظم‌جویی اسلامی، تا به حال حداقل پنج دستورالعمل درمانی یا آموزشی - روان‌شناختی برای درمان افسردگی (رفیعی هنر، ۱۳۹۷)، مهار خودارضایی (آذربادکان، «تدوین پروتکل کنترل خودارضایی با تأکید بر رویکرد اسلامی و امکان‌سنجی آن»، خودکنترلی در فضای مجازی (راهی، ۱۳۹۹)، کاهش ناسازگاری همسران (صالحی، ۱۴۰۰)، و مهار پرخاشگری نوجوانان (یوسفی، ۱۴۰۰) تدوین و اجرا شده و نتایج آن در قالب رساله‌های دکتری، پایان‌نامه‌های ارشد و مقاله‌های علمی منتشر شده است.

۱. تکنیک هوشیاری درباره توانمندی خود

«کاربرگ تحلیل موفقیت‌های من» را جلو خودتان بگذارید.

مرحله اول: یادآوری یک تجربه

- می‌خواهیم به کمک هم یکی از تجربه‌های موفق شما را یادآوری کنیم و اطلاعات آن را در کاربرگ بنویسیم.
- یک اتفاق یا موضوع یا مشکلی را که در زندگی‌تان پیش آمده‌است به یاد بیاورید که توانسته‌اید از عهده آن برآیید یا آن را حل کنید یا به موفقیت برسید.
- بزرگی یا کوچکی آن تجربه مهم نیست.
- اولویت در تجربه‌های شخصی شماست. حتی حضور در این جلسه درسی برای فهم بهتر توانایی‌های خود، تجربه‌ای موفق است.
- چنانچه تجربه خاصی به یادتان نیامد، از تجربه‌های موفق اطرافیان خود یا از تجربه موفق فرضی استفاده کنید.

مرحله دوم: تعیین سهم خود در موفقیت

- حال می‌خواهیم ببینیم شما چقدر خودتان را (یا در صورت انتخاب تجربه دیگران، خود آن‌ها را) در این موفقیت دخیل می‌دانید و چقدر دیگران و امور دیگری مثل شانس و سرنوشت و مانند این‌ها را.
- بین صفر تا صد، چه درصدی را برای نقش خودتان قائلید؟
 - دیگران چند درصد در این موفقیت نقش داشته‌اند؟ امور دیگر چقدر نقش داشته‌اند؟
 - نکته: جمع نمرات دوگانه (خود و دیگران یا امور دیگر) نباید از ۱۰۰ تجاوز کند.
 - اگر شما بیش از ۵۰ درصد به خودتان سهم می‌دهید، این معنای خوبی دارد؛ یعنی شما می‌خواهید بگویید که «خود من توان تغییر را دارم».
 - از این‌که خودتان را در انجام دادن این کار موفق می‌بینید، چه احساسی دارید؟
 - فکر می‌کنید چند مورد دیگر از این موفقیت‌ها در زندگی شما باشند؟
 - فکر می‌کنید به چند بار تمرین نیاز داشته باشید؟
 - اما اگر بیش از ۵۰ درصد را به دیگران یا به امور دیگر اسناد می‌دهید، درباره این سؤال‌ها با دیگران در کلاس گفت‌وگو کنید:

- شما چقدر در جذب یاری دیگران نقش داشته‌اید؟
 - چقدر خودتان شایستگی ایجاد کرده‌اید تا امور دیگر در موفقیت شما دخالت کنند؟
 - این موضوع چه معنایی برای شما دارد؟
 - آیا به این معنا نیست که به مقداری که نقش داشته‌اید، «خودتان توان تغییر دارید»؟
- حالا احساس خودتان از این که به هر حال در موفقیت‌های خودتان نقش داشته‌اید را بگویید.

چند نکته

- اگر خود را کاملاً بی نقش می‌دانید، درباره برداشتی که از شخصی بودن یک تجربه دارید تجدید نظر کنید. شاید معنای شخصی بودن یک تجربه برایتان روشن نشده است.
- در صورتی که موفقیت را به خداوند اسناد می‌دهید، یعنی به «نقش مثبت خداوند در زندگی افراد» معتقدید و این حرف قابل قبولی است، اما اجازه بدهید این موضوع فعلاً معلق باشد.
- در صورتی که تحلیل تجربه برایتان مشکل است و نمی‌توانید موضوع را خوب تصور کنید، این تجربه را با استفاده از نگاه یک مشاهده‌گر (سوم شخص) ترسیم کنید و کار را پیش ببرید.

مرحله سوم: تبدیل سهم خود از موفقیت به جملات مثبت

- حالا می‌خواهیم نتیجه سهمتان از موفقیت‌ها را به جمله‌های مثبت تبدیل کنیم:
- با کمک استاد تلاش کنید جمله‌هایی را از نتیجه تحلیل اسنادها استخراج کنید که نشان می‌دهند «شما توانایی لازم را برای موفقیت دارید» یا «از توانایی جلب حمایت دیگران برخوردارید» یا «توانایی ایجاد شایستگی برای دخالت امور دیگر را دارا هستید».
 - برای سهولت کار می‌توانید تجربه موفقیت‌آمیز خود را با استفاده از جمله «من توانستم...» در قالب یکی از سه حالت زیر بیان کنید:
۱. در صورتی که نقش خودتان را بیشتر می‌دانید، یکی از جمله‌های زیر را انتخاب کنید:
 - من توانستم در ... موفق شوم.
 - من توانستم مشکل ... را حل کنم.

• من توانستم رویداد ... را کنترل کنم.

• من توانستم موضوع ... را تغییر دهم.

۲. در صورتی که نقش خودتان را کمتر و نقش دیگران را بیشتر می‌دانید، یکی از جمله‌های زیر را انتخاب کنید:

• من توانستم یاری دیگران را در موفقیت ... به طرف خودم جلب کنم.

• من توانستم یاری دیگران را در کنترل رویداد ... به طرف خودم جلب کنم.

• من توانستم یاری دیگران را در حل موضوع ... به طرف خودم جلب کنم.

۳. در صورتی که نقش خودتان را کمتر، و نقش امور دیگر را بیشتر می‌دانید، یکی از جمله‌های زیر را انتخاب کنید:

• من توانستم شایسته دریافت موفقیت ... شوم.

• من توانستم شایسته دریافت حل مشکل ... شوم.

• من توانستم شایسته دریافت کنترل رویداد ... شوم.

• من توانستم شایسته تغییر موضوع ... شوم.

- حالا جمله‌ها را سه بار با خود تکرار کنید و به معنای آن‌ها توجه داشته باشید.

o این جمله‌ها چه معنایی برای شما دارند؟

o این جمله‌ها چه احساسی را در شما ایجاد می‌کنند؟

احساس خود را گزارش کنید.

کاربرگ «موفقیت‌های من» را می‌توانید در خانه نیز با کمک اعضای خانواده یا در خوابگاه با کمک هم‌خوابگاهی‌ها یا به تنهایی تمرین کنید. این تمرین «خودتوانمندشناسی» شما را ارتقا می‌دهد.

دو. عفت

شاه‌کلید همه نگرش‌ها، عواطف و رفتارها در منطق دینی، رعایت اعتدال و پرهیز از زیاده‌روی و کم‌روی است. «عفت» در معنای عام خود عبارت است از «خویش‌داری در برابر هرگونه تمایل بیش‌ازحد نفسانی» و در معنای خاص عبارت است از «خویش‌داری در برابر تمایل بیش‌ازحد نیاز جنسی». عفت جنسی یکی از فضایل اخلاقی است که آثارش

نظارت و مدیریت غرایز و تمایلات جنسی است. از منظر دینی، یکی از شرایط مهم رسیدن به کمال و رستگاری نهایی، عفت جنسی است. پیامبر گرامی اسلام می‌فرماید: «سَبْعَةٌ يَظِلُّهُمُ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ فِي ظِلِّهِ يَوْمَ لَا ظِلَّ إِلَّا ظِلُّهُ ... وَ رَجُلٌ دَعَتْهُ امْرَأَةٌ ذَاتُ حَسَبٍ وَ جَمَالٍ فَقَالَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ وَ رَجُلٌ تَصَدَّقَ بِصَدَقَةٍ فَأَخْفَاهَا حَتَّى لَا يَعْلَمَ شِمَالُهُ مَا يَتَصَدَّقُ بِمِمينه؛ روزی که هیچ سایه‌ای جز سایه رحمت الهی نیست، هفت گروه در سایه رحمت خداوند عزوجل هستند: ... مردی که زنی دارای مقام و زیبایی او را (به کار خلاف عفت) دعوت کند، پس (جواب او را یوسف‌گونه) بگوید: من از پروردگار جهانیان (که در همه جا حضور دارد) می‌ترسم. و مردی که صدقه‌ای داده، پس (آن چنان) آن را مخفی کرده‌است که (گویا) حتی دست چپ نفهمیده آنچه را که دست راستش انفاق کرده‌است.»

خویشتن‌داری جنسی تا آستانه ازدواج دستور عملیاتی دین درباره نیاز جنسی است. عفت با حذف عوامل تهدیدکننده بیرونی و درونی، زمینه پرورش فضیلت و معنویت را در انسان به وجود می‌آورد. امام باقر (ع) می‌فرماید: «مَا عُبدَ اللَّهُ بِشَيْءٍ أَفْضَلَ مِنْ عِفَّةٍ بَظَنٍ وَ فَرْجٍ؛ خداوند به چیزی برتر از عفت شکم و عفت اندام جنسی عبادت نشده‌است.»

ازجمله مشکلاتی که در مراعات نکردن مسائل جنسی و عفت جنسی ممکن است دامن بسیاری از افراد را بگیرد نداشتن مهارگری جنسی است. در این صورت، انسان همواره درصدد برآوردن نیازهای جنسی خویش است و هرگاه به نیاز خود دامن می‌زند، بیشتر اسیر این نیاز می‌شود. برای نمونه، تجربه‌های مکرر و بدون ضابطه در ارضای جنسی زمینه افتادن به دام تنوع و تکرار را در افراد فراهم می‌کند. در این صورت، شخص همواره مایل است به حالتی دست یابد که در آن، روی آرامش و راحتی را نخواهد دید. مردی جوان از نوع فعالیت جنسی خویش مانند اعتیاد یاد می‌کند و کنترل نفس خود را زیر سؤال می‌برد: «برای من رابطه جنسی مثل ماده مخدر شده بود؛ هرچه بیشتر انجام می‌دادم، بیشتر می‌خواستم. اصلاً نمی‌توانستم خودم را کنترل کنم و هیچ وقت هم راضی نمی‌شدم.»

این مسئله با به وجود آمدن اینترنت و شیوع پدیده پورنوگرافی، از مسائل و چالش‌های روزانه مراکز درمانی و مشاوره‌های خانواده شده‌است. از این رو، خویشتن‌داری جنسی بسیار مهم است. شناخت روش‌ها و مهارت‌های لازم برای خویشتن‌داری جنسی به شکل‌گیری و

۱. علامه مجلسی، بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۳۷۷.

۲. شیخ کلینی، اصول کافی، ج ۲، ص ۷۹.

اصلاح رفتارهای جنسی فرد کمک می‌کند. نقطه شکل‌گیری و رشد خویشتن‌داری جنسی محیط خانواده است. محیط‌های دیگری مانند فضای مجازی، محیط دوستان، مدرسه و جامعه نیز در رشد و تعالی رفتارهای عقیفانه نقش بسزایی دارند. در اینجا برخی از تکنیک‌های مؤثر در رشد عفت جنسی بیان می‌شود:

الف. کنترل مجاری دریافتی، به‌ویژه نگاه

بسیاری از مشکلات افراد در مسائل جنسی که به گونه‌های مختلف ظهور و بروز می‌یابند از یک نگاه یا احساس یا تصور آغاز می‌شوند. این نگاه که ذهن و قوه خیال انسان را درگیر می‌کند، در کنار قوایی مثل قوه واهمه، زمینه ایجاد حس و میل خواستن را در انسان ایجاد می‌کند. این حالت کم‌کم اختیار و اراده انسان را در کنترل خود می‌گیرد و قدرت تصمیم‌گیری عاقلانه و اخلاقی را از انسان می‌ستاند و انسان را از حالت مهارگری درونی و خویشتن‌داری خارج می‌کند و به تصمیمات غیراخلاقی و ناهنجاری‌های جنسی منجر می‌شود.

این‌که در تعالیم معارفی به نقل از معصوم علیه السلام آمده است «النَّظَرُ سَهْمٌ مَسْمُومٌ مِنْ سِهَامِ إِبْلِيسَ فَمَنْ تَرَكَهَا خَوْفًا مِنْ اللَّهِ أَغْطَاهُ إِيْمَانًا يَجِدُ خَلَاقَتَهُ فِي قَلْبِهِ» نگاه آلوده تیری است از تیرهای مسموم شیطان، گویای چنین حقیقتی است، چراکه این نگاه که نه گذرا و بدون قصد و غرض، بلکه همراه با تخیل و تحلیل ذهنی و فکری است کم‌کم آتشی را در قلب و دل و فکر انسان برپا می‌کند که زبانه‌هایش تمام مجاری عقلی و اخلاقی او را می‌سوزاند و او را در مقام تصمیم‌گیری اخلاقی دچار خطا می‌کند. در این حالت است که به‌ناگاه انسان درمی‌یابد که در دام هوس افتاده و اسیر و مجروح جنگ یک‌طرفه نفس شده است. از این‌رو، کنترل نگاه و آلوده نکردن آن به صحنه‌های تحریک‌آمیز هنر مدیریتی مطلوبی است که انسان را در برابر خواهش‌های نامطلوب ایمن می‌سازد.

باباطاهر عریان در دوبیتی معروفش از دست دیده و دل گله دارد و از حال خود به خدا شکایت می‌کند. او در این دوبیتی آورده است:

ز دست دیده و دل، هردو، فریاد که هرچه دیده بیند دل کند یاد
بسازم خنجری نیشش ز فولاد زخم بر دیده تا دل گردد آزاد

در مصرع دوم، پیشنهاد باباطاهر برای مشکل دیده و مشکلاتی که باعث شده‌اند فریاد

او به گله و شکایت برآید کور کردن دیده با خنجر است تا دل از قیدوبند چشمان گناهکار بیرون آید و آزاد گردد. آیا چنین امری اخلاقی و درست است؟ آیا کور کردن چشم و پاک کردن مسئله‌ای به نام «نگاه» می‌تواند برای انسان کمال اخلاقی محسوب شود؟ آنچه در منابع دینی به آن توصیه شده فروانداختن چشم است که هم به مردان و هم به زنان توصیه شده است. در قرآن این توصیه به این صورت آمده است: «قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ»^۱ به مردان با ایمان بگو دیده فرونهند و پاکدامنی ورزند، که این برای آنان پاکیزه‌تر است، زیرا خدا به آنچه می‌کنند آگاه است.

چند نکته در این آیه آمده است:

فروانداختن چشم یک مهارت عملی و تصمیم‌آنی است. در کنار چشم‌پوشی، حفظ فَرْج آمده و این دو را به هم وابسته و درکنار هم آورده است. این مسئله نشانگر تأثیر نگاه بر بی‌عفتی در مسائل جنسی است. تعبیر «یصنعون» نشان می‌دهد که نگاه آلوده و عمل ناشایست موجب ساختن حقایقی واقعی می‌شود که خود مخرب ایمان و زندگی انسان‌اند. لذا انسان با غَضِّ بَصَر باید از ساختن امور باطل بپرهیزد. بر این اساس در تعالیم دینی نه به کور کردن و از بین بردن مجاری حسی، که به فروانداختن و مهار چشم و دیدگان به عنوان مهارتی عملی توصیه شده است.

ب. کنترل خیال و تصویرسازی ذهنی

رفتار با دیگران هنگامی آغاز می‌شود که شخص بتواند به پیامدهای رفتارش بر پیرامون خویش توجه کند و چون این پیامدها هنوز فعلیت نیافته‌اند، باید بتواند آن‌ها را تخیل کند و در ذهن خود بیافریند. تصویرسازی ذهنی نقش مهمی در رفتارهای انسان دارد. تصویرسازی ذهنی می‌تواند هیجان‌های انسان را به غلیان درآورد و او را در انجام دادن یک رفتار متقاعد کند. وقتی جوان کنترلی بر خیال خویش نداشته باشد و ذهن خویش را در داستانی جنسی غوطه‌ور کند، زمینه‌های بروز رفتارهای ناشایست جنسی در او ایجاد می‌شوند. مدیریت زمان‌های خلوت خویش، مشغول شدن به سرگرمی‌های سالم،

تصویرسازی‌های مثبت، و جهت‌دهی خیال خویش به سمت هنر و ورزش روش‌هایی هستند که به کنترل خیال و تصویرسازی ذهنی کمک می‌کنند.

ج. سالم‌سازی محیط

امروزه مهم‌ترین آسیب‌ها از گوشی‌های تلفن همراه که همیشه در کنار افراد جا خوش کرده‌اند صورت می‌گیرند. پایگاه‌های اینترنتی، شبکه‌های اجتماعی، فیلم‌ها و سی‌دی‌های مستهجن و همه این موارد می‌توانند بستری باشند برای نابودی روحی و معنوی و درنهایت مشکلات عدیده جنسی و افتادن در دام‌های مختلف. خانواده نیز می‌تواند زمینه‌ای برای چنین مشکلاتی باشد. استفاده از ماهواره به شکل بی‌ضابطه‌اش و نداشتن مهارت‌های درست در روابط خانوادگی می‌تواند مشکلاتی را برای افراد در این زمینه شکل دهد. مدیریت درست به کارگیری ابزارهای هوشمند، مانند تلفن همراه، مدیریت بهره‌برداری از رسانه‌ها در هنگام فراغت، فعالیت‌های فراغتی سالم و... پیشنهادهایی برای سالم‌سازی محیط‌اند.

د. بهره‌مندی از مکانیسم «تصعید»

«تصعید» به معنای «جابه‌جا کردن نیروی درونی به سوی یک هدف اجتماعی سطح بالا» است. تبدیل نیرو و انرژی جنسی به فعالیت‌های اجتماعی، به‌ویژه در دوره نوجوانی که نیازهای لطیف و هنری و قدرت‌نمایی اوج می‌گیرند، موجب کنترل غریزه جنسی می‌شود. بر این اساس، والدین با تشویق به علم‌آموزی، کلاس‌های هنری و ورزشی، شرکت در امور عبادی و دینی، می‌توانند تا اندازه زیادی، توجه را از امیال جنسی به امیال هنری و... جلب کنند.^۱

حل چالش‌های دوران مجردی

دو چالش اخلاقی در اینجا بررسی می‌شوند:

۱. عشق و دل‌بستگی به دیگری

گاه غلبه امواج احساسات و هیجان دل‌باختگی، بستر اندیشه و تعقل را متلاطم می‌کند. در دوره مجردی و آستانه ازدواج، گاهی اصرار فوق‌العاده و گاهی تهدیدآمیز پسر یا دختر

۱. علی نقی فقیهی، تربیت جنسی، ص ۱۵۰.

داوطلب ازدواج یا هر دو طرف، فرصت بررسی و تحقیق و ارزیابی و سنجش معیارهای تناسب و کفویت را از خانواده‌های پسر و دختر سلب می‌کند. چه بسیار دخترها و پسرهایی که در پی کشش فوق‌العاده علاقه و عشق و نادیده انگاشتن بسیاری از معیارهای انتخاب، چند صباحی پس از آغاز زندگی مشترک، با طغیان نفرت و خشم، در پی جدایی و طلاق برمی‌آیند.^۱ نمونه بالا عشق منجر به ازدواج است و همین فرایند را می‌توان به دل‌بستگی‌های خارج از چارچوب ازدواج نیز تسری داد.

سؤال: هنگام مواجهه با این وضعیت چه باید کرد؟

پاسخ به این سؤال را می‌توان در گفت‌وگوی زیر میان مادر و دختر و مشاور خانواده یافت: مادر: آقای دکتر، دخترم خواستگاری دارد که جوانی است مؤمن، خوش‌اخلاق، خانواده‌دوست و تحصیل‌کرده. من خانواده او را می‌شناسم. این جوان صفات اخلاقی جالبی هم دارد؛ بسیار صبور و خلاق است و در حرفه خویش بسیار موفق عمل کرده‌است، اما دخترم با اذعان به خوب بودن این جوان، حاضر به ازدواج با او نیست. او می‌گوید منتظر فرد دیگری است که من او را می‌شناسم. این پسر معتاد است و شایسته دختر من نیست. مشاور: دخترم، نظرت درباره شخصیت و ویژگی‌های خواستگار موردتأیید خانواده‌ات چیست؟

دختر: او عیبی ندارد. انسان شریف و خوبی است، اما من دوستش ندارم. نظر من این است که آدم باید اول عاشق شود و بعد ازدواج کند تا زندگی لذت‌بخشی داشته باشد. به فرد دیگری دل بسته‌ام که قرار شده به خواستگاری‌ام بیاید. درضمن، قول داده که اعتیادش را ترک می‌کند.

مشاور: دخترم، احساس و کشش درونی انسان به چیزی متأخر از شناخت انسان از آن پدیده یا فرد است. ما انسان‌ها ابتدا درباره پدیده‌های مختلف شناخت پیدا می‌کنیم و سپس به موازات این شناخت، هیجان‌های درونی‌مان برانگیخته می‌شوند و احساس و کششی درونی به آن‌ها پیدا می‌کنیم. از این رو، هر قدر شناخت ما درباره شیء جامع‌تر و عمیق‌تر باشد، احساس ما نیز قوی‌تر و جامع‌تر خواهد بود. دخترم، تو باید میان شناخت و کشش درونی خود توازن و تعادل برقرار کنی. لازمه این کار عجله نکردن و قدری تأمل و تأنی است. صرف یک شناخت محدود و سطحی، یک نگاه خریدارانه، شنیدن یک کلام جذاب یا یک

۱. غلام علی افروز، *مبانی روان‌شناختی ازدواج*، ص ۶۰.

عکس آتلیه‌ای روی پروفایل یا نامه عاشقانه، نمی‌تواند عشقی آتشین و پایدار را به همراه آورد. دختر عزیزم، تو باید با واقع‌بینی و آینده‌نگری، صلاحیت‌ها و قابلیت‌های همسری، مسئولیت‌پذیری و تعهدات اخلاقی و باورهای ارزشی خواستگارها را ارزیابی کنی و درباره ویژگی‌های هر کدام بیندیشی. قطعاً پس از این سیر اندیشه‌ای، صاحب احساسات تازه‌ای خواهی شد که به تو در انتخاب بهتر کمک خواهد کرد. عشق و علاقه برآمده از این مکانیسم شناختی موجب پایداری حیات زناشویی می‌شود و روزبه‌روز هم افزون‌تر خواهد شد.

اگر در دوره مجردی، وارد رابطه عاشقانه یا دلدادگی یا وابستگی عاطفی شدید، سعی کنید مکانیسم شناختی خود را درباره فردی که به او وابسته شده‌اید تقویت کنید. آن‌گاه، هم درست تصمیم می‌گیرید و هم احیاناً فریب نخواهید خورد.

۲. ناامیدی از آینده

- دانشجویی هشتم ۲۱ ساله و مشغول درس خواندن. در دانشگاه معتبری قبول شده‌ام، ولی با وضعیت فعلی جامعه، امید چندانی به آینده شغلی و تحصیلی خود ندارم. گاهی استادان سر کلاس بحث‌هایی را طرح می‌کنند که به ناامیدی ما از آینده دامن می‌زند. شاید خود شما مصداق دانشجوی ۲۱ ساله باشید یا این که در کنار خویش کسی را بشناسید که این‌گونه فکر می‌کند. این فکر آن قدر مؤثر است که می‌تواند عملکرد، تفکر و احساس انسان را مختل کند. فرد ناامید اغلب لذت بردن از زندگی را دشوار می‌داند و حتی برای انجام دادن فعالیت‌های روزانه خود انگیزه ندارد.

ناامیدی به عنوان یک هیجان منفی، در مرحله اول، از فعالیت‌های مثبت انسان در زندگی می‌کاهد و در مراحل بعدی، بر جنبه‌های دیگر زندگی تأثیر منفی می‌گذارد. حال فرض کنید این وضعیت در اوج قدرت جوانی اتفاق افتد. چه می‌شود؟ سستی، کاهلی، تنبلی و بی‌انگیزگی کمترین آثار آن خواهند بود.

در این شرایط چه باید کرد؟

پاسخ اصلی ما در درس‌های گذشته داده شده‌است. فردی که در رابطه خود با خدای خویش، براساس اصل اخلاقی توکل حرکت و فعالیت می‌کند یا براساس اصول اخلاقی ارتباط با خود، اعتماد به نفس دارد و دارای طرح‌واره خودنظم‌بخشی در زندگی است، اساساً

به این هیجان منفی مبتلا نمی‌شود. کسی که خودپنداره مثبتی به خویش دارد و برای خود ارزش ذاتی قائل است ناامیدی در او راه ندارد.

زیست اخلاقی متناسب با آنچه در اخلاق بندگی و اخلاق فردی بیان شد، مکانیسمی دفاعی در برابر هیجان منفی ناامیدی خواهد بود.

به هر حال، ممکن است موقعیت‌های فرهنگی و اقتصادی در برهه‌ای از زندگی، حس ناامیدی را در فرد تقویت کنند، فرکانس‌های ناامیدی از فضای جامعه زیاد به ذهن او وارد شوند و ناخودآگاه درگیر این مسئله گردد. در این وضعیت، درمان چیست؟ وضعیت‌های حاد قطعاً نیازمند مشاوره و راهنمایی‌اند، اما در وضعیت‌های اولیه این حس و هیجان منفی، روش‌های زیر می‌توانند مؤثر باشند:

تصحیح خطاهای شناختی

این خطاها هنگام تحلیل و تفسیر و قضاوت درباره رویدادها، ما را به دام خود گرفتار می‌کنند و باعث می‌شوند که نتوانیم شرایط موجود را به درستی ارزیابی کنیم و دچار هیجان‌هایی منفی چون ناامیدی، افسردگی، بی‌قراری، رقابت‌های نادرست، خشونت، پرخاشگری و بسیاری از رفتارهای غیرعادی شویم. برخی از پژوهشگران حوزه رفتاردرمانی شناختی، ده خطای شناختی را تشخیص داده‌اند:

خطای اول: تفکر همه یا هیچ

خانمی که رژیم لاغری گرفته بود، پس از خوردن یک قاشق بستنی، گفت: «برنامه لاغری من دود شد و به هوا رفت.» با این طرز تلقی، به قدری ناراحت شد که یک ظرف بزرگ بستنی را تا به آخر نوش جان کرد. منشأ بسیاری از ناامیدی‌ها همین صفروصدی نگاه کردن است.

خطای دوم: تعمیم مبالغه‌آمیز

برخی حقایق زندگی را پررنگ‌تر از مقدار واقعی آن می‌بینند. برای مثال، یک ناکامی شغلی را شکستی تمام عیار و تمام‌نشدنی تلقی می‌کند و آن را با واژه‌هایی چون «هرگز» و «همیشه» توصیف می‌کنند و ناامید می‌شوند.

خطای سوم: فیلتر ذهنی

برخی تحت تأثیر یک حادثه منفی، همه‌ی واقعیت را تار می‌بینند. هنگام دریافت جایزه دانشجوی برتر، یکی از دانشجویان به شما می‌گوید «اگر من هم پولدار بودم، راحت درس می‌خواندم». روزهای طولانی، درحالی که همه گفته‌های مثبت و مراسم باارزش تشویق را فراموش می‌کنید، تحت تأثیر این حرف، رنج می‌برید.

خطای چهارم: بی‌توجهی به امر مثبت

بی‌توجهی به جنبه‌های مثبت در زندگی خویش و توجه بیش از اندازه به داشته‌های دیگران یکی از مهم‌ترین خطاهای شناختی در زندگی است. فردی که از لحاظ خانوادگی دارای سلامت در ارتباطات میان فردی است خود را پایین‌تر از رفیقی می‌داند که فرزند طلاق است ولی آزادانه هر رفتاری را انجام می‌دهد. این خطا به این مسئله برمی‌گردد که به یک امر مثبت در زندگی خویش، یعنی داشتن خانواده سالم، بی‌توجه است.

خطای پنجم: نتیجه‌گیری شتاب‌زده

شتاب‌زده و بدون فکر و اندیشه، در مواجهه با هر معضلی، خود را مقصر می‌داند و می‌گوید «من از پس این کار بر نمی‌آیم».

خطای ششم: درشت‌نمایی

از یک سو، فرد درباره اهمیت مسائل و شدت اشتباهات خود مبالغه می‌کند و از سوی دیگر، اهمیت جنبه‌های مثبت زندگی را کمتر از آنچه هست برآورد می‌کند. برای مثال، شخصی دوست قدیمی خود را می‌بیند و به او سلام می‌گوید. دوست قدیمی مانند همیشه سلام او را به گرمی جواب نمی‌دهد. او از این مسئله ناراحت می‌شود و این واقعه را برای خود فاجعه تلقی می‌کند.

خطای هفتم: استدلال احساسی

برخی فکر می‌کنند که احساسات منفی ما لزوماً منعکس‌کننده واقعیت‌ها هستند. برای نمونه، من «احساس گناه می‌کنم. پس باید آدم بدی باشم» یا «خشمگین هستم. پس معلوم می‌شود با من منصفانه برخورد نشده است» یا «چون احساس حقارت می‌کنم، معنایش این است که فرد درجه دومی هستم» یا «احساس نومیدی می‌کنم. پس حتماً باید نومید باشم».

خطای هشتم: باید‌ها

انتظار دارید اوضاع به گونه‌ای باشد که شما می‌خواهید و انتظار دارید. همیشه این انتظار محقق نمی‌شود یا با درصد کمتری محقق می‌شود. خیلی‌ها می‌خواهند با «باید»ها و «نباید»ها به خود انگیزه بدهند. برای مثال، نباید آن شیرینی را بخورم. این نوع فکر اغلب بی‌تأثیر است، زیرا این گونه «باید»های غیرمنطقی موجب تمرّد (مخالفت) می‌شوند و اشخاص تشویق می‌گردند که درست برعکس آن را انجام دهند.

خطای نهم: برچسب زدن

برچسب زدن شکل حاد تفکر همه یا هیچ چیز است. در این صورت، به جای این که بگویید «اشتباه کردم»، به خود برچسب منفی می‌زنید و می‌گویید «من بازنده‌ام». گاهی هم اشخاص به خود برچسب «احمق» یا «شکست خورده» و امثال آن را می‌زنند. برچسب زدن غیرمنطقی است، زیرا شما با کاری که می‌کنید تفاوت دارید.

خطای دهم: شخصی‌سازی و سرزنش

در این خطا، فرد خود را بی‌دلیل مسئول حادثه‌ای قلمداد می‌کند که به هیچ وجه امکان کنترل آن را نداشته است. وقتی دانشجویی از استادش شنید که در جلسه گروه، به دلیل مخالفت استاد فلانی، با طرح او موافقت نشد، خود را سرزنش کرد، در صورتی که امکان دارد آن استاد اشتباه کرده باشد.

تکنیک فعال‌سازی رفتار

در این تکنیک، فرد میزان انجام دادن رفتارهایی (مانند گفت‌وگو با دیگران یا فعالیت‌های اجتماعی) را که موجب دریافت تقویت‌کننده‌های محیطی می‌گردند افزایش می‌دهد و در مقابل انجام دادن برخی از رفتارها (مانند نشستن در خانه یا انجام فعالیت‌های انفرادی) را که موجب ظاهر شدن یا افزایش شدت علائم ناامیدی می‌گردند کاهش می‌دهد.

پرسش‌های درس

۱. با بررسی آیات مربوط به دوره جوانی، چه ویژگی‌هایی در موفقیت انسان‌های الهی نقش مهمی دارند؟
۲. مراحل سه‌گانه هوشیاری درباره توانمندی خود را نام ببرید.

۳. بهره‌مندی از مکانیسم تصعید به عنوان یکی از راهکارهای مدیریت نیاز جنسی را تبیین کنید.

۴. عفت را تبیین کنید.

۵. خطاهای شناختی زیر را که موجب نومیدی می‌شوند توضیح دهید:

- تفکر همه یا هیچ:

- فیلتر ذهنی:

- بی‌توجهی به امر مثبت:

۶. تکنیک فعال‌سازی رفتار چه نقشی در درمان ناامیدی دارد؟

♦ پژوهش و تمرین

فعالیت‌های فردی

۱. براساس سه مرحله مذکور در «کاربرگ موفقیت‌های من»، با استفاده از کاربرگ زیر، پنج تجربه موفق را تحلیل کنید:

۲. سهم «خود» را در موفقیت مشخص کنید.

۳. میزان نقش دیگران یا امور دیگر را در موفقیت خودتان مشخص کنید.

۴. میزان نقش خود در جلب یاری دیگران یا ایجاد شایستگی برای دخالت امور دیگر را مشخص کنید.

۵. جمله‌هایی را از نتیجه این تحلیل استخراج کنید که نشان می‌دهند شما توانایی لازم را در موفقیت دارید یا توانایی جلب حمایت دیگران یا ایجاد شایستگی برای دخالت امور دیگر را دارید.

۶. جمله‌ها را سه بار با خود تکرار کنید و به معنای آن‌ها توجه داشته باشید.

۷. احساس خود را در ستون مخصوص یادداشت کنید.

تجربه موفقیت آمیز	نقش خودتان	نقش دیگران یا امور دیگر	در صورتی که نقش دیگران یا امور دیگر را بیش از ۵۰ درصد ارزیابی می‌کنید:	بیان تجربه موفق با استفاده از «من توانستم...»	احساس مثبت شما
۱۰۰-۰ درصد	در موفقیت	امور دیگر	ارزیابی می‌کنید:	به صورت یکی از سه جمله زیر:	۱۰۰-۰ درصد
۰-۱۰۰ درصد	در موفقیت	امور دیگر	نقش خودتان در فراخواندن یاری دیگران/	۱. (در صورتی که نقش خودتان را بیشتر می‌دانید): من توانستم در... موفق شوم.	۱۰۰-۰ درصد

					۲. (در صورتی که نقش خودتان را کمتر می‌دانید و نقش افراد دیگر را بیشتر می‌دانید): من توانستم یاری دیگران را در موفقیت... به سمت خود جلب کنم.
					۳. (در صورتی که نقش خودتان را کمتر، و نقش امور دیگر را بیشتر می‌دانید): من توانستم شایسته دریافت موفقیت... شوم.
۱.					
۲.					
۳.					
۴.					
۵.					

♦ منابعی برای مطالعه بیشتر^۱

۱. آذربادکان، فاطمه. (۱۳۹۹). «تدوین پروتکل کنترل خودارضایی با تأکید بر رویکرد اسلامی و امکان سنجی آن: (تک‌آزمودنی)». روان‌شناسی و دین، ش ۵۲.
۲. رفیعی هنر، حمید. (۱۳۹۷). «تبیین سازه خودمهارگری براساس اندیشه اسلامی». روان‌شناسی و دین، ش ۲۷.
۳. _____. (۱۳۹۷). الگوی درمانی خودنظم‌جویی برای افسردگی براساس منابع اسلامی: تدوین مدل مفهومی و طرح‌نمای درمان و امکان‌سنجی و نتایج اولیه آن. رساله دکتری روان‌شناسی. قم: مؤسسه امام.

۱. در این درس، از کمک فکری و قلمی دکتر حمید رفیعی هنر برخوردار بوده‌ایم که از ایشان قدردانی می‌کنیم.

اهداف درس

۱	آشنایی با کارکردهای خانواده؛
۲	آشنایی با شاخص‌های اخلاقی در خانواده؛
۳	توانمندسازی فضایل اخلاقی در خانواده، از جمله محبت، احترام، مسئولیت‌پذیری، صداقت و همدلی.

خانه، صمیمانه‌ترین فضای زندگی

هیچ احساس آرامشی قابل مقایسه نیست با آرامش دیدن صحنه‌ای که در آن متولد شده بودیم، جایی که چیزها - قبل از آن که زحمت انتخاب را کشیده باشیم - برایمان عزیز می‌شدند، جایی که گویی جهان خارج یگانه امتداد زندگی شخصی ما بود و ما آن را پذیرفته بودیم و به آن عشق می‌ورزیدیم، همان‌گونه که احساس وجود را پذیرفته بودیم.^۱

محیط خانوادگی‌ای که در نخستین زمان‌های حیاتمان تجربه می‌کنیم مرکز احساسی، معنوی و جغرافیایی عالم فردی ما و سدی در مقابل همه چیزهای خارج از این عالم است. اینجا زادگاه تمام تجربیات نفسانی سازنده، و مکانی است که به پرسش‌های بی‌پایان ما درباره جهان برای نخستین بار پاسخ داده می‌شود.^۲

تحقیق

درباره «نیاز به خانواده و محیط خانوادگی»، فهم فردی را که بعد از تولد در محیط خانواده رشد یافته است با فردی که بعد از تولد در شیرخوارگاه یا یتیم‌خانه بزرگ شده است مقایسه کنید.

۱. جرج الیوت، آسیاب کنار فلوس، به نقل از: گاردنر، جنگ علیه خانواده، ص ۸۲.
۲. همان.

خانواده نخستین هسته زندگی اجتماعی انسان است که بنیان آن صرفاً قرارداد اجتماعی نیست، بلکه مبتنی بر نیازی فطری و برخاسته از عمق روح انسان است. نیاز به سکونت و آرامش روحی بین دو جنس، متفاوت با طریق عقد و قراردادی خاص، نخستین حلقه زندگی اجتماعی را شکل می‌دهد و وظایف و نقش‌های ویژه‌ای را برای طرفین به‌ارمغان می‌آورد. این هسته اجتماعی با هسته‌های مشابه مربوط به خود (والدین و فرزندان و دیگر اقوام نسبی و سببی) پیوندی انسانی، عاطفی و حقوقی دارد.

براساس تعریف پیش‌گفته، خانواده دارای ویژگی‌های زیر است:

۱. براساس نیاز فطری و نه صرفاً جنسی تشکیل می‌شود؛
۲. تشکیل آن نیازمند عقد و قرارداد اجتماعی خاص است؛
۳. بین دو جنس متفاوت (زن و مرد) به وجود می‌آید؛
۴. طرفین این قرارداد وظایف و نقش‌های خاصی دارند؛
۵. هسته زندگی زناشویی در درون شبکه خویشاوندی دارای جایگاه و نقش‌های خاصی است.^۱

دستورات قرآنی ناظر به مسئولیت‌های دینی افراد خانواده در برابر یکدیگر^۲، امر خانواده و اهل منزل به رفتارهای عبادی^۳، توجه به سلامت مادی و معنوی اهل و عیال^۴، همه بیانگر این مطلب‌اند که از منظر دینی، خانواده فقط تجمع افراد نیست. از منظر دینی، خانواده براساس ازدواج بین یک مرد و دست‌کم یک زن شکل می‌گیرد و براساس مناسبات خونی یا اسنادیافته (فرزندخواندگی)، از لحاظ کمی گسترش می‌یابد. خانواده دینی نوعی اشتراک مکانی دارد و افراد این مجموعه اجتماعی کوچک، متناسب با نوع نسبت و ارتباط، مسئولیت‌هایی اجتماعی، حقوقی، تربیتی، رفتاری، اقتصادی و دینی دارند.^۵

بنابراین می‌توان خانواده را از منظر دینی این‌گونه تعریف کرد: «خانواده مجموعه‌ای

۱. آقاجانی، «مشارکت‌پذیری اعضای خانواده»، مجله مطالعات راهبردی زنان (کتاب زنان)، ش ۱۶، ص ۵۲.
 ۲. مانند سوره بقره، آیات ۱۰۲، ۱۸۷، ۲۲۲، ۲۲۳، ۲۲۸، ۲۲۹ و ۲۳۱؛ سوره آل عمران، آیه ۱۴؛ سوره نساء، آیات ۳، ۲۱، ۳۴، ۳۵، ۱۲۸ و ۱۲۹؛ سوره نور، آیه ۳۲؛ سوره روم، آیه ۲۱؛ سوره مجادله، آیات ۱-۴؛ سوره تحریم، آیات ۱ و ۵؛ سوره تغابن، آیه ۱۴؛ سوره فرقان، آیه ۷۴.
 ۳. سوره مریم، آیه ۵۵.
 ۴. سوره ص، آیات ۴۴-۴۷.
 ۵. ر.ک: محمدرضا سالاری فر، خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی، ص ۱۲-۱۶.

است از افراد با رابطه‌های سببی (عقد ازدواج) و نسبی (والدینی، فرزندنی، خواهربرادری) که این افراد در برابر هم و متناسب با نوع نسبت و ارتباط، مسئولیت‌هایی اجتماعی، حقوقی، تربیتی، رفتاری، اقتصادی و دینی دارند.^۱

بُزوهش

در تعریفی از خانواده چنین می‌خوانیم: «یک مرد و زن ازدواج می‌کنند تا با فرزندان خود زندگی می‌کنند.»
این تعریف را با تعریف ارائه شده براساس دیدگاه اسلام مقایسه کنید و در قالب یک گزارش دوصفحه‌ای، در کلاس ارائه دهید.

﴿وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ بَنِينَ وَحَفَدَةً وَرَزَقَكُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ أَفَبِالْبَاطِلِ يُؤْمِنُونَ وَبِنِعْمَتِ اللَّهِ هُمْ يَكْفُرُونَ﴾

«و خدا برای شما از خودتان همسرانی قرار داد و از همسرانتان برای شما پسران و نوادگانی نهاد و از چیزهای پاکیزه به شما روزی بخشید. آیا بازهم به باطل ایمان می‌آورند و به نعمت خدا کفر می‌ورزند؟»^۲

در منطق قرآن کریم، خانواده نعمت است، چراکه بستر رشد اجتماعی و اخلاقی انسان است. بسیاری از رفتارهای انسان در ژن‌های خانوادگی و عادات و سنی ریشه دارند که او در سالیان شروع زندگی در بستر خانواده، با روش تقلید و الگوبرداری، از افراد دیگر خانواده یاد گرفته است. این که در این آیه کریمه، زوج و فرزندان و نوه‌ها (مجموعه خانواده) نعمت الهی شمرده می‌شوند دلالت بر این دارد که اهمیت و ضرورت خانواده به قدری است که بی‌توجهی به آن کفر به نعمت الهی به‌شمار می‌رود.

ب. کارکردهای خانواده

خانواده بنیادی‌ترین نهاد اجتماعی در تاریخ بشر به‌شمار می‌رود و کارکردهای زیادی برای آن شمرده شده است. این کارکردها را به گونه‌های مختلفی تقسیم کرده‌اند. برای نمونه، ویلیام آگبرن و کلارک تبیتیس در سال ۱۹۳۴ به شش کارکرد اساسی خانواده تأکید کردند. این شش کارکرد عبارت‌اند از: تولیدمثل، حمایت و مراقبت، جامعه‌پذیری، تنظیم رفتار

۱. همان، ص ۱۳.

۲. سوره نحل، آیه ۷۲.

جنسی، عاطفه و همراهی، و تأمین پایگاه اجتماعی. فراتر از این کارکردها باید به آموزش، تربیت دینی، کنترل اجتماعی، تأمین نیازهای اقتصادی، انتقال کالاهای مادی، گذراندن اوقات فراغت، رشد و تثبیت شخصیت، استمرار فاصله طبقاتی، استمرار تضادهای اجتماعی و ایجاد تغییرات اجتماعی اشاره کرد.^۱

همچنین آستین هاور و همکارانش کارکرد خانواده را در پنج بعد بیان کرده‌اند که عبارت‌اند از: ۱. انجام وظیفه؛ ۲. ایفای نقش؛ ۳. ارتباط (از جمله ابراز عاطفی)؛ ۴. دخالت عاطفی؛ ۵. کنترل.^۲

چنان‌که مشخص است، این کارکردها به شکل مستقیم یا غیرمستقیم در رشد فردی و اجتماعی اعضای خانواده اثر بسزایی دارند.

ج. اخلاق خانواده

خانواده را چه چیزی نگه می‌دارد؟

بعد از شام، پدرم گفت: «امروز به سمیناری رفته بودم. سخنران سمینار درباره استحکام خانواده ایرانی صحبت می‌کرد.» چند دقیقه‌ای به حرف‌های پدرم گوش دادم. این سؤال پدر ذهنم را مشغول کرد که خانواده را چه چیزی نگه می‌دارد. هرکداممان جوابی دادیم؛ مادرم می‌گفت خانواده را حوصله و صبر نگه می‌دارد و نگاهی معنادار به ما می‌کرد، خواهرم نظر دیگری داشت و می‌گفت مسائل مالی برای حفظ خانواده بسیار مهم‌اند، و نظر من هم این بود که رابطه عاطفی و عشق به یکدیگر است که اعضای خانواده را دور هم نگه می‌دارد، مثل همان زمانی که دور هم نشسته بودیم. اگر عشق نبود، اصلاً نمی‌توانستیم این‌طور کنار هم بنشینیم و حرف بزنیم. این سؤال مرا به کلاس درس اخلاق در دانشگاه کشاند که استادم در پاسخ به این سؤال می‌گفت «هیچ چیز مثل اخلاق نمی‌تواند ستون‌های خانواده را محکم نگه دارد».

تصور کنید خانواده‌ای که در آن شاخص‌های اخلاقی‌ای مانند احترام، محبت، همدلی، صداقت و مسئولیت‌پذیری از طرف همه اعضای خانواده رعایت می‌شود در موقعیت‌های زیر چگونه تصمیم می‌گیرد:

۱. حسین بستان و دیگران، اسلام و جامعه‌شناسی خانواده، ص ۶۷.

۲. داود حسینی، «کارکرد خانواده از دیدگاه روان‌شناسی با نگرش به منابع اسلامی»، ص ۳.

موقعیت اول: دخترم برای ادامه تحصیل و با توجه به شرایط موجود اقتصادی و معیشتی، قصد مهاجرت دارد؛ از یک طرف، آینده تحصیلی و زندگی اش را می بیند و از طرف دیگر، تنهایی من و مادرش را. آخر ما خانواده ای تک هسته ای هستیم و یک فرزند بیشتر نداریم. شرایط سختی شده است. مانده ایم چه کنیم.

پاسخ شما:

موقعیت دوم: برادرم مهندس است و برای یک پروژه راه سازی کار می کند. به دلیل تخریب مسیر، دادگاه او را به پرداخت صد میلیون تومان محاکمه کرده است. او کارفرمای پروژه بوده. اکنون مستأجر است و شرایط سختی را می گذراند. جلسه ای با حضور پدر و برادر دیگرم گرفته ایم تا ببینیم چه کاری برای کمک به او می شود انجام داد.

پاسخ شما:

حال همین دو موقعیت را در خانواده ای در نظر بگیرید که اعضای آن فردمحور، خودخواه و کاملاً منفعت طلبانه زندگی می کنند و برایشان درد دیگران، حتی برادر یا خواهر یا مادرشان، مهم نیست.

در نگاه دینی، خانواده اخلاقی حداقل چهار ویژگی دارد:

۱. روابط میان اعضا - هم رابطه والدین با هم و هم رابطه والدین با بچه ها - براساس کشش درونی و محبت به یکدیگر است.
۲. معیار ارتباط با هم احترام متقابل است، نه نگاه از بالا به پایین و خودخواهانه.
۳. هر شخصی در خانواده اخلاقی مسئولیت های اجتماعی اش را رعایت می کند.
۴. اعضای خانواده با یکدیگر صادقانه رفتار می کنند.

یک. محبت

محبت عبارت است از «احساس میل به چیزی که برای انسان لذت بخش است»^۱. لذت و

۱. محمدی ری شهری و دیگران، دوستی در قرآن و حدیث، ص ۲۳.

به تبع آن میل به متعلقات لذت، زندگی خانوادگی فرد را جهت دار می‌کند. انسان با توجه به احساسی که به مادر و پدر دارد، به ارتباط با آن‌ها میل و شوق دارد، هرچند در راه این ارتباط سختی و مشقت بکشد.

♦ برای مطالعه بیشتر

حداقل شش دلیل برای پیدایش محبت در انسان در منابع اخلاقی بیان شده است:

۱. آنچه سبب بقا و کمال می‌شود: هرآنچه موجب ماندگاری و کمال شود محبوب آدمی است. به همین سبب، انسان وجود نفس خود را دوست دارد و به دوام و بقای آن علاقه مند است و هرآنچه به این امر کمک کند مورد محبت اوست و از مرگ و موجبات آن کراهت و نفرت دارد.^۱

۲. لذت: لذت، اعم از مادی و معنوی، موجب محبت می‌شود؛ یعنی انسان آنچه را که موجب لذت گردد به دلیل لذت آور بودن دوست دارد، نه برای ذات آن. لذت مادی، مانند محبت انسان به خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها و آنچه موجب ارضای دیگر غریزه‌های او می‌شود، به آسانی به دست می‌آید و به سرعت نیز از میان می‌رود. همچنین این قبیل محبت‌ها، به دلیل پست و مادی بودن سبب خود و سرعت زوال آن‌ها، پایین‌ترین درجات محبت‌اند.^۲ لذت معنوی که عمر آن طولانی است مانند محبت انسان به یک هنرمند و ورزشکار است (به دلیل لذتی که وی از صحنه‌های هنرنمایی آن‌ها می‌چشد) و به امانت و پاکدامنی (به دلیل لذتی که آدمی از احساس پاکی و امانت می‌برد) و به یاد خداوند و مناجات با او (به دلیل لذت سرشاری که از این امر به او دست می‌دهد).
۳. احسان: انسان بنده و اسیر نیکی و احسان است و به طور طبیعی، هرکه را به او احسان کند دوست دارد و از کسی که به او بدی کند می‌رنجد. بنابراین منفعت و نیکی سبب محبت آدمی به عامل آن می‌شود.^۳

۴. شباهت در اوصاف ظاهری: اشتراک در یک یا چند ویژگی ظاهری باعث پیدایش محبت می‌شود. علاقه کودکان به یکدیگر و پیران به همدیگر و افراد هم‌شغل و همکار به یکدیگر از همین قبیل است.

۵. حسن و جمال ظاهری و باطنی: درک زیبایی و جمال موجب محبت می‌شود؛ یعنی انسان زیبایی‌ها را - اعم از مادی و معنوی - دوست دارد و این محبت به ذات زیبایی تعلق می‌گیرد و منشأ درونی و فطری دارد.

۶. تناسب باطنی و روحی: گاهی انسان به دیگری محبت می‌ورزد، ولی نه به دلیل حسن

۱. فیض کاشانی، المحجة البیضاء، ج ۸، ص ۹-۱۱.

۲. مهدی نراقی، جامع السعادات، ج ۲، ص ۱۳۶.

۳. فیض کاشانی، اخلاق حسنه، ص ۲۱۶ و ۲۱۷.

و جمال او و نه به سبب چشم داشت و طمع در مقام و مال او، بلکه به صرف مجانست و تناسب باطنی و معنوی‌ای که با روح و جان او دارد.^۱

سه راهکار برای تقویت رفتارهای محبت‌آمیز در خانواده عبارت‌اند از:

۱. تقویت رفتارهای خیرخواهانه

محبت نیروی عظیمی است که بدون هیچ سرمایه مالی و انسانی، کشش و میل شدیدی را در فرد نسبت به طرف دیگر (در اینجا اعضای خانواده) ایجاد می‌کند. خیرخواهی از مواردی است که سبب ایجاد محبت در دیگری می‌شود. این امر به اندازه‌ای مؤثر است که رسول مکرم اسلام ﷺ نیز به این موضوع اشاره کرده‌اند: «جِبِلَّتِ الْقُلُوبُ عَلَى حُبِّ مَنْ أَحْسَنَ إِلَيْهَا»^۲ قلب‌ها فطرتاً این‌گونه آفریده شده‌اند که محسن را محبوب خود بدانند. در جای دیگر آمده است: «اللَّهُمَّ لَا تَجْعَلْ لِفَاجِرٍ عَلَى يَدَا فَيُجِبُّهُ قَلْبِي»^۳ خداوندا، هرگز زمینه احسان انسان فاجر به من پیش نیاید، زیرا قلب من (فطرتاً) او را دوست خواهد داشت.

دادن یک هدیه به خواهرم در روز تولد (مصدق خیرخواهی)

تقویت کشش درونی (رشد محبت)

کاهش تنش و افزایش تعامل دوسویه

تمرین کلاسی

پاسخ خود درباره موقعیت رفتاری زیر را در کلاس به گفت‌وگو بگذارید:

«بالاخره تصمیم بر این شده که جلسه جذب بنده به عنوان عضو هیئت علمی دانشگاه تهران برگزار شود. از آن طرف هم در شهر خودم که حدود ۶۰۰ کیلومتر با تهران فاصله دارد، زمینه فعالیت‌های آموزشی و فرهنگی برایم فراهم است. پدر و مادر پیرم هم در شهرستان تنها هستند. بقیه خواهرها و برادرانم هرکدام در یک جای کشور مشغول کار دولتی یا خصوصی هستند. نمی‌دانم چه کار کنم؛ در تهران بمانم و به عنوان عضو هیئت علمی دانشگاه تهران مشغول شوم یا برگردم شهرم تا هم پدر و مادرم تنها نباشند و هم قدری وضعیت آموزشی دانشگاه شهرم را سروسامان بدهم. چه کنم؟»

۱. به نقل از: جوادی زائویه، مدخل «حب و محبت»، دانشنامه اخلاق اسلامی، وبگاه پژوه. ۲. ابن شعبه حرانی، تحف العقول، ص ۳۷.

۳. فیض کاشانی، محجة البیضاء، ج ۸، ص ۱۱.

۲. نگاه مثبت به اعضای خانواده

پدری که شب خسته به خانه می‌آید و تصویر ذهنی‌اش از پسر یا دختر کوچکش این است که حتماً مزاحم استراحتش می‌شود، قطعاً ارتباطی محبت‌آمیز با او برقرار نمی‌کند. ولی پدری که نقاشی ذهنی وی از فرزندش در همه موقعیت‌ها همراهی باشد با فرزند خویش بسیار مهربانانه رفتار می‌کند، او را در آغوش می‌گیرد و به‌رغم همه خستگی‌اش، با او بازی می‌کند.

تصویر ذهنی من درباره دیگری شیوه ارتباط من با او را جهت می‌دهد. وقتی من خواهر یا برادر خویش را با نگاهی حمایت‌گرایانه بنگرم و او را همراه خویش در مسیر موفقیت بدانم، عشق به دیگری را تجربه می‌کنم.

۳. تقویت انگیزه اخلاقی

انگیزه‌ها نیروهایی هستند که موجب بروز فعالیت یا رفتار خاص یا تداوم آن می‌شوند و به سوی هدف‌هایی پیش می‌روند که ممکن است از روی شعور آگاه یا نیمه‌آگاه باشند. انگیزه اخلاقی نیز فرایندی است که با آن، فرد برای عمل اخلاقی ارزشی بالاتر از دیگر اعمال قائل می‌شود و به آن جامعه عمل می‌پوشاند.^۱ دو گونه انگیزه بیرونی و درونی در اخلاق تصویر می‌شود. هرچه انگیزه عالی‌تر باشد، رفتارهای اخلاقی متعالی‌تر می‌شوند و به اهداف اخلاقی نزدیک‌تر خواهند بود و قطعاً محبتی پایدارتر و خالصانه‌تر ایجاد می‌کنند. راهکارهایی که برای تقویت انگیزه‌های مثبت ارائه می‌شوند عبارت‌اند از: مقایسه، ایجاد محبت و رضایت، وعده حمایت و همراهی مؤثر، دادن اجرت و پاداش کامل، ارائه مسیر رستگاری و موفقیت.

۱. انگیزه خود ممکن است از عامل یا محرکی خارجی متأثر باشد. برای مثال، فرد با دیدن غذا، به آن میل پیدا کند یا با شنیدن فریاد کسی، در پی صدا برود. عامل خارجی برانگیخته شدن فرد برای خوردن غذا یا حرکت کردن، دیدن غذا یا شنیدن فریاد بوده‌است. همچنین انگیزه ممکن است برخاسته از نیازها، شناخت‌ها و هیجان‌ها باشد. نیازهایی مانند گرسنگی و تشنگی موقعیت‌های درونی فردند که برای ادامه زندگی ضروری‌اند. شناخت‌ها به رویدادهای ذهنی ویژه‌ای مانند عقیده‌ها و انتظارات اشاره دارند و هیجان‌ها نیز احساس و آمادگی فیزیولوژیکی و مانند آن را تجربه و سازمان‌دهی می‌کنند (ریو، انگیزش و هیجان، ص ۱۰).



در نهاد خانواده، وجود نظام پاداش از سوی والدین در برابر شیوه ارتباط فرزندان با یکدیگر، عشق و رضایت نسبت به یکدیگر، مقایسه مثبت، راهنمایی اعضا و حمایتگری از یکدیگر، موجب تقویت محبت در خانواده خواهد شد.

♦ تمرین کلاسی

با توجه به این که یکی از کارکردهای خانواده حمایت و مراقبت است، در دو نمونه زیر، روش شما در حمایتگری و مقایسه مثبتی که موجب مراقبت شود چگونه خواهد بود:

۱. حمایتگری از مادر در خانه:

.....

.....

.....

۲. مقایسه مثبت اعضای خانواده با یکدیگر یا دیگران:

.....

.....

.....

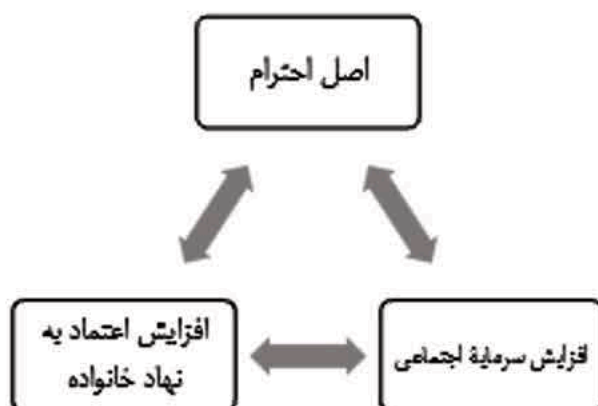
.....

دو. احترام

احترام در خانواده را می توان این گونه تعریف کرد: عضو a در خانواده با توجه به ارزش ذاتی و انسانی ای که در عضو دیگر خانواده (مثلاً x) می یابد، این گونه داوری می کند که x سزاوار توجه، پاسخ و ارزش گذاری است. لذا متناسب با آن ارزش ذاتی و انسانی، احساسی مثبت از

ارج نهادن و اعتنا به x در a ایجاد می‌شود و a موظف است براساس این احساس رفتار کند. احترام در خانواده از والدین آغاز می‌شود و در دیگر اعضای خانواده شکل می‌گیرد. فرزندان در خانه مصادیق احترام را براساس یادگیری مشاهده‌ای می‌آموزند و بدون این‌که تعریفی از احترام بدانند، با والدین خویش و اعضای دیگر خانواده محترمانه رفتار می‌کنند. احترام گذاشتن پدر به دیدگاه اعضای خانواده، تشویق انتخاب یا ابتکار عمل عضو، برقراری ارتباط به شیوه‌ای غیرکنترلی، نشان دادن واکنش مثبت، اختصاص دادن «فضا» یا وقت خود به تنهایی برای دل‌بستگی‌های شخصی و سرگرمی‌های خود عزت نفس را افزایش می‌دهد.^۱

احترام متقابل موجب افزایش اعتماد در محیط خانواده می‌شود و آسیب‌های برآمده از بی‌اعتمادی را کاهش می‌دهد.



سه. مسئولیت‌پذیری

مسئولیت‌های اجتماعی ما چند حالت دارند:

۱. مسئولیت در مقام اختیار و تسلط: مانند مسئولیت شرکت X نسبت به پروژه؛
۲. مسئولیت در مقام وظیفه: مانند مسئولیت پدر در برابر فرزند و برعکس؛
۳. مسئولیت در مقام علت: مانند مسئولیت ناشی از سخنرانی در ناآرامی‌های اجتماعی (هرگاه سخنرانی علت ناآرامی باشد)؛
۴. مسئولیت مبتنی بر الزام اخلاقی: مانند مسئولیت رهگذر درباره نجات مرد نابینا از سقوط در چاه.^۲

۱. پاتریشیا کووال، آنچه زوج‌های زیرک می‌دانند، ص ۱۶۴ و ۱۶۵.

۲. برای مطالعه بیشتر، رک: جواد دانش، مسئولیت اخلاقی، ص ۴۹-۷۰ (با اندکی تصرف).

مسئولیت‌پذیری در نهاد خانواده حکایت از آن دارد که هر عضو خانواده به دلیل نقش خاصی که در محیط خانواده دارد (برادر، خواهر، مادر، پدر، همسر و فرزند)، متناسب با نقش خود و وظایفی که بر عهده اوست، متضمن رفاه، تعالی و موفقیت اهداف نهاد خانواده است (مسئولیت در مقام وظیفه).

۱. قلمرو مسئولیت‌پذیری در خانواده

از منظر اخلاقی، فرد نه تنها در برابر اعمال مستقیم، بلکه در برابر نتایج و پیامدهایی که به طور غیرمستقیم معلول خواست و اراده اوست نیز مسئول شمرده می‌شود. قلمرو مسئولیت اخلاقی فرد در خانواده افزون بر فعل‌های اختیاری عامل اخلاقی، ترک فعل‌های او را هم دربر می‌گیرد. بنابراین:

- همان‌طور که فرزند خانواده را به سبب رفتارهایی مانند دروغ، فحاشی و زورگویی به اعضای دیگر خانواده مسئول می‌دانیم، فردی را که از کمک مالی به خواهر نیازمند خود امتناع می‌ورزد و به راحتی از کنار آن می‌گذرد و می‌گوید «دنده‌ش نرم، می‌خواست با فلانی ازدواج نکند»، به دلیل ترک فعل‌هایش مسئول می‌دانیم.

قلمرو مسئولیت‌پذیری در خانواده اعم از فعل و ترک فعل است.

گاه یک فرد خود را مسئولیت‌پذیر می‌شمرد و در موقعیتی مشابه موقعیت بالا اعتراض می‌کند که چرا فلانی به من نگفت یا چرا مرا در جریان نگذاشت. این‌ها از منظر اخلاقی، بهانه‌هایی هستند برای فرار از مسئولیت اخلاقی در برابر وضعیت معیشتی خواهر یا برادر خویش.

از منظر فقه اسلامی، مسئولیت‌های مالی در نهاد خانواده تعریف شده‌اند. پدر اخلاقاً و شرعاً موظف است وضعیت معیشتی همسر و فرزندان خویش را تأمین کند. این مسئله در قواعد فقهی، مانند نفقه، به حد وجوب شرعی نیز رسیده است.

جمله‌ای از رسول خدا ﷺ:

«هرکس وارد بازار شود و هدیه‌ای بخرد و آن را برای خانواده ببرد همانند کسی است که برای عده‌ای نیازمند صدقه می‌برد.»^۱

۱. حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۱۵، ص ۲۲۷.

♦ تمرین

با توجه به نقش‌های زیر در خانواده، برخی از مسئولیت‌های مرتبط با فعل و ترک فعل را نام ببرید (برای این کار از اصول اخلاقی بیان شده در این درس و نیز بحث‌هایی که در کتاب دانش خانواده و جمعیت در بحث حقوق، مسئولیت و تعالی آمده است استفاده کنید).
نقش خواهر در برابر خواهر خویش:
الف. مسئولیت‌های مستقیم:

.....

.....

.....

ب. مسئولیت‌های غیرمستقیم:

.....

.....

.....

نقش فرزند در برابر مادر خویش
الف. مسئولیت‌های مستقیم:

.....

.....

.....

ب. مسئولیت‌های غیرمستقیم:

.....

.....

.....

۲. تمرین مسئولیت‌پذیرسازی خود

چند روش برای تمرین مسئولیت‌پذیرسازی خویش

تقویت مستقیم رفتار

ضمن شناخت مسئولیت‌های خویش در برابر والدین و اعضای دیگر خانواده، سعی کنیم رفتارهای مسئولانه را با تقویت بُعد انگیزشی تکرار کنیم. مثلاً وظیفه من در برابر مادرم این است که وقتی از دانشگاه یا بیرون به خانه می‌روم، در نظافت منزل به او کمک کنم. در این روش، با مطالعه روایاتی که درباره کمک به مادر و رضایت مادر وارد شده‌اند، می‌توانم انگیزه‌ای چندبرابر بیابم و رفتارهای مسئولانه در برابر ایشان را تکرار کنم.

یکی از روش‌هایی که به اخلاقی‌تر شدن ما کمک می‌کند قاعده زرین (طلایی) اخلاق است. این قاعده در نظام اخلاقی اسلام نیز جایگاه ویژه‌ای دارد. برای نمونه، در صدر اسلام، اعرابی‌ای نزد رسول خدا ﷺ مرکب ایشان را گرفت و گفت: «ای رسول خدا، به من عملی بیاموز تا بدان وارد بهشت شوم.» این فرد در پی یک چیز بود: معیاری روشن برای قضاوت رفتارهای ارتباطی خویش و به تعبیری دیگر، خواستار قاعده‌ای اخلاقی. پاسخ حضرت رسول نیز چنین بود: «آن کاری را که دوست داری مردم درباره تو انجام دهند نسبت به آنان انجام بده و آن کاری را نمی‌پسندی مردم درباره ات انجام دهند درباره آنان انجام مده. شترم را رها کن.»^۱ قاعده زرین اخلاق توصیه به قاعده‌ای عام برای قضاوت عادلانه است. مفاد قاعده زرین و نقره‌ای اخلاق چنین است:

۱. با دیگران به گونه‌ای رفتار کن که دوست داری دیگران در شرایط مشابه، با تو آن گونه رفتار کنند (شکل مثبت قاعده (طلایی)).
 ۲. شخص نباید به گونه‌ای با دیگران رفتار کند که دوست ندارد آن گونه با او رفتار کنند (شکل منفی قاعده (نقره‌ای)).
- این روش کارآمد و ساده است، به این معنا که هر عضوی از خانواده جای خودش را با طرف مقابل عوض کند و دوباره قضاوت اخلاقی کند.

تمرین

- در موقعیت‌های زیر، براساس روش جایگزینی تصمیم بگیرید:
۱. «همیشه در خانه بحث داریم. پدرم مدام به من و خواهرم گیر می‌دهد که نباید دیروقت به خانه برگردید. شبی نیست که با او به مشاجره نپردازم. در چنین وضعیتی چه کنم؟»
 ۲. «خواهرم یک دل نه، صد دل، عاشق این پسر شده و من می‌دانم که به دردش نمی‌خورد. آخر من کامل می‌شناسمش. دلم می‌خواهد به گونه‌ای منصرفش کنم.»

چهار. صداقت

- کلید سعادت در صداقت است. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «لَا تَغْتَرُّوا بِصَلَاتِهِمْ وَلَا بِصِيَامِهِمْ فَإِنَّ الرَّجُلَ رَبَّمَا لَهَجَ بِالصَّلَاةِ وَالصَّوْمِ حَتَّى لَوْ تَرَكَهُ اسْتَوْحَشَ وَلَكِنْ اخْتَبَرُوهُمْ عِنْدَ صِدْقٍ»^۱
۱. «ما أَخْبِثَ أَنْ يَأْتِيَهُ النَّاسُ إِلَيْكَ، فَأَتِيَهُ إِلَيْهِمْ؛ وَ مَا كَرِهْتَ أَنْ يَأْتِيَهُ النَّاسُ إِلَيْكَ، فَلَا تَأْتِهِ إِلَيْهِمْ. خَلَّ سَبِيلَ الرَّاجِلَةِ» (شیخ کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۱۴۶).

الْحَدِيثِ وَ أَذَاءِ الْأَمَانَةِ؛^۱ فریب نماز و روزه مردم را نخورید، زیرا آدمی گاه چنان به نماز و روزه خو می‌کند که اگر آن‌ها را ترک گوید، احساس ترس می‌کند، بلکه آن‌ها را به راست‌گویی و امانت‌داری بیازماید.»

در این روایت و موارد مشابه دیگر، معیار آزمایش و اعتماد به دیگران دو چیز است: صداقت و امانت‌داری. در اینجا دو سؤال را با توجه به نهاد خانواده پی می‌گیریم:

۱. ملاک صداقت در گفتار و رفتار در خانواده چیست؟
۲. آیا دروغ مصلحت‌آمیز به والدین و اعضای خانواده اخلاقاً درست است؟

۱. معیار راست‌گویی

در دیدگاه‌های محققان سه تعریف درباره راست‌گویی به چشم می‌خورد:

اول. صداقت در گفتار و رفتار یعنی مطابق بودن گفتار و رفتار با واقع (نظر مشهور)؛

دوم. صداقت در گفتار و رفتار یعنی مطابقت گفتار و رفتار با اعتقاد گوینده؛

سوم. صداقت در گفتار و رفتار یعنی مطابق گفتار و رفتار با واقع و اعتقاد گوینده.

دیدگاه مختار ما در اینجا تعریف سوم است و بر این اساس، بی‌شک دروغ عبارت است از توافق نداشتن زبان با ضمیر و ناهماهنگی گفتار و اعتقاد. اما تماماً این نیست، بلکه عنصر دیگری نیز در دروغ باید اضافه شود و آن قصد گمراهی مخاطب است. مهم‌ترین ویژگی دروغ وجود همین عنصر است و اساساً ماهیت دروغ فریفتن است و هیچ دروغی نمی‌توان یافت که از این عنصر خالی باشد.^۲ بر این اساس، تعریف برگزیده دروغ چنین است: «دروغ عبارت از گفتار یا نوشتار یا هرنوع سیستم دلالتی جایگزین است که اولاً اظهارکننده بدان اعتقاد ندارد و ثانیاً آن را برای فریفتن مخاطب یا دیگری اظهار می‌کند.»^۳

به عبارت دیگر، «گزاره A از نظر اخلاقی دروغ است. اگر و فقط اگر x (گوینده)، هم مفاده گزاره A را باور نداشته باشد و هم قصد فریب عمدی y (مخاطب) را داشته باشد» (گزاره ۱). براساس آنچه گفته شد، «راست‌گویی در خانواده» عبارت است از «عضو A در خانواده در ارتباطات کلامی و غیرکلامی خود با اعضای دیگر خانواده، به گونه‌ای رفتار کند که موجب تحقق گزاره ۱ نشود».

۱. شیخ کلینی، اصول کافی، ج ۲، ص ۱۰۴.

۲. برای توضیح بیشتر، رک: حسن اسلامی، دروغ مصلحت‌آمیز، ص ۸۸-۹۳.

۳. همان، ص ۹۱.

پدر و مادر باید به گونه‌ای با فرزندان خود رفتار کنند که در آن سخن یا رفتار یا هرآنچه جایگزین سخن یا رفتار است، اولاً خود به آن باور داشته باشند و ثانیاً قصد فریب فرزند خود را نداشته باشند.

♦ تمرین گروهی

با توجه به تعریف راست‌گویی، موقعیت زیر را از نظر مصداق دروغ بودن بررسی کنید:

«در درونم تلاطم عجیبی به پااست. هرچه زنگ می‌زنم، گوشی را بر نمی‌دارد. از آن طرف، دختر و پسر هم مدام می‌پرسند پس بابا کو، کی می‌آید، قرار بود امشب با هم به رستوران برویم. نزدیک دو ساعت است که هیچ خبری از او ندارم، درحالی‌که همین دو ساعت پیش زنگ زد و گفت نزدیک خانه هستم. به بچه‌ها با حالتی آرام و بدون استرس می‌گویم بابا گفت «کاری برایم پیش آمده و ان شاء الله تا دقایقی دیگر می‌رسم».

۲. دروغ مصلحت‌آمیز

برخی از مکاتب اخلاقی دروغ برای اصلاح میان مردم (مثلاً آشتی میان زن و شوهر) و مصلحت عمومی اجتماع (مثلاً دروغ مدیر کارخانه برای حفظ آرامش در وضعیت x که وضعیتی بحرانی است و باعث آشوب و درگیری و ریختن خون کارگران بی‌گناه می‌شود و ضرورت حفظ جان فرد یا گروهی از اذیت دیگران) را جایز شمرده‌اند. بررسی تفصیلی در این باره را به مطالعه آثاری که در پایان درس معرفی شده‌اند می‌سپاریم و در اینجا فقط یک موضوع سؤال برانگیز را بررسی می‌کنیم: دروغ به فرزندان در نهاد خانواده.

آیا مربی یا والدین می‌توانند از دروغ‌های پدرا نه^۱ هنگام یادگیری و ارتباط‌گیری برای کودکان استفاده کنند؟ برخی عالمان اخلاق دروغ به کودکان را جایز شمرده‌اند.^۲ برای نمونه، غزالی دروغ به کودکان را جایز می‌داند: «اگر کودک - جز از راه وعده و وعید و ترساندن دروغین - به مکتب‌خانه راغب نشود، این کار (دروغ) مباح خواهد بود».^۳ از سوی دیگر، در روایات ما به صراحت با عدم جواز دروغ به کودکان مواجهیم. البته این

1. Paternalistic Lies

۲. توجه به این نکته ضروری است که دروغ‌های پدرا نه ناظر به دروغ‌های مبتنی بر یادگیری‌اند.
۳. محمد غزالی، *احیاء علوم الدین*، ج ۳، ص ۱۴۷؛ مهدی نراقی، *جامع السعادات*، ج ۲، ص ۳۲۵؛ مهدوی کنی، *نقطه‌های آغاز در اخلاق عملی*، ص ۲۷۰؛ خوئی، *مصباح الفقاهه*، ج ۲، ص ۱۲۷، به نقل از: حسن اسلامی، *دروغ مصلحت‌آمیز*، ص ۲۸۲-۲۸۵.
۴. محمد غزالی، *احیاء علوم الدین*، ج ۳، ص ۱۴۸.

روایت‌ها ناظر به وعده دروغ به کودکان هستند. برای نمونه، به یک روایت اشاره می‌شود: «جاء رسول الله يبتنا وأنا صبي صغير، فذهبتُ ألعب. فقالت لي أُمِّي: يا عبد الله! تعال أعطيك. فقال رسول الله: ما أردت أن تُعطيَه؟ قالت: أردت أن أُعطيَه تمرًا. قال: أما أنكَ لو لم تفعلِي، لكتبتُ عليكِ كَذِبَةً!»

عبدالله بن عامر می‌گوید: کودکی خردسال بودم که رسول خدا ﷺ به خانه ما آمد. رفتم بازی کنم که مادرم به من گفت: عبدالله، بیا تا به تو چیزی بدهم. رسول خدا ﷺ فرمود: چه می‌خواستی به او بدهی؟ مادرم گفت: می‌خواستم به او خرما بدهم. ایشان فرمود: آگاه باش که اگر قصدت آن نبود که به او چیزی بدهی، دروغی به پایت نوشته می‌شد.

ملاک جواز دروغ به کودکان، در صورتی که ناظر به ضرورت باشد، محل بحث ما نیست و در استدلال مبتنی بر ضرورت درخور توجه است (مانند دروغ در مصائب سنگینی که کودک را دچار شوک شدید روانی و روان‌پریشی می‌کند)، بلکه بحث ما این است که آیا جایگاه کودک و ویژگی‌ها و محدودیت‌های ادراکی و فیزیولوژیکی وی می‌توانند ملاک بهره‌برداری ابزاری از دروغ و در نتیجه جواز دروغ گفتن به وی شوند،^۱ زیرا مثلاً پدر یا مادر یا مربی‌ای که در جایگاه هدایت کودک از دروغ استفاده می‌کند، قصد تفهیم یا اصلاح رفتاری در کودک را دارد و از آنجا که کودک به مربی یا والدین خویش اعتماد کامل دارد و درضمن، قدرت تشخیص دقیق مسئله برایش امکان ندارد، می‌تواند با استفاده از دروغ، ذهن او را به موضوع مدنظر جهت‌دهی کند.

قبول چنین استدلالی با توجه به ملاحظات زیر موجه نیست:

- روایتی صریح در جواز دروغ به کودکان در منابع دینی موجود نیست، بلکه درعوض، روایاتی درباره جایز نبودن وعده‌های دروغ به کودکان - مانند روایت مذکور از رسول گرامی اسلام - استدلال فوق را به چالش می‌کشد.
- توسعه روایات جواز دروغ به زنان برای دروغ‌گویی به کودکان هیچ مستند شرعی و اخلاقی‌ای ندارد و صرفاً استحسان یا قیاس ناقص است.

۱. ابوبکر بیهقی، السنن الکبری، ج ۱۰، ص ۱۹۸.

۲. در اینجا باید دو مسئله را تفکیک کرد: اول جواز دروغ به کودک در مقام ضرورت، و دوم جواز دروغ به کودک در صورت یک قاعده عام. مراد ما در اینجا مورد دوم است.

• از منظر تربیتی، یکی از عوامل دروغ‌گویی فرزندان، مشاهده این رفتار در والدین و مربی خویش است. فرض کنید والدین در قصه روابط اجتماعی، آموزش رفتار درستی مانند احترام به بزرگ‌تر را مدنظر قرار داده‌اند. حال اگر ایشان از دروغ در آموزش این رفتار استفاده کنند، مطلب دیگری را نیز به صورت ناخودآگاه به فرزند خود یاد داده‌اند و آن جواز دروغ‌گویی است.

• پیامدهای تربیتی و روان‌شناختی دروغ در کودکان توجیه جواز دروغ به آن‌ها را در همه موقعیت‌های گفتاری - مانند امور جدی، هزل و شوخی - منتفی می‌کنند. برخی پژوهش‌های علمی نشان می‌دهند که توسل والدین به دروغ می‌تواند به مرور زمان و هنگامی که کودک به فردی بزرگ‌سال تبدیل می‌شود، بر روابط خانوادگی وی تأثیر بگذارد. کارشناسان تربیتی می‌گویند والدین به دو دلیل اصلی دروغ می‌گویند؛ یا قصد دارند بر رفتار فرزند تأثیر بگذارند یا از دروغ گفتن به عنوان راهکاری برای خشنود کردن وی استفاده می‌کنند. برخی والدین اگر کاری را از کودک خواسته باشند و انجام ندهد، به دروغ به او می‌گویند برایش اتفاقات بدی رخ می‌دهد. بیشتر کودکان مورد مطالعه در تحقیقات گوناگون از دوگانگی رفتار والدین خود رنج می‌بردند. آنچه آن‌ها را به حقیقت نزدیک می‌کند کردار است، نه گفتار.

ملاک سنجش دروغ

با توجه به تعریفی که از دروغ بیان شد، در روابط اجتماعی، هر گفتار یا نوشتاری که دارای دو مؤلفه ذیل باشد از مصادیق دروغ به شمار می‌رود: اعتقاد نداشتن اظهارکننده سخن، قصد فریب مخاطب. لذا دروغ صرفاً در صورتی تحقق می‌یابد که اولاً آن سخن خلاف اعتقاد گوینده باشد و ثانیاً گوینده قصد فریب مخاطب را داشته باشد. بنابراین هرگاه گوینده مطلب خلاف واقعی را بازگو کند، ولی شواهد و قرائنی در ظاهر سخن یا احوال و شرایط، به حد کافی و روشن، موجود باشد که بر مخالفت آن با واقع دلالت کند، به این معنا که گوینده قصد فریب مخاطب را ندارد و مخاطب آن مطلب را واقعی نمی‌شمرد، کذب نخواهد بود. نمونه‌های متعددی از این دست سخنان در نوشته‌ها و نیز زندگی روزمره وجود دارد، از جمله داستان‌های ساختگی و تخیلی، رمان‌ها و تمثیل‌ها که شخصیت‌های داستان سخنانی را ردوبدل می‌کنند و از وقایعی خبر می‌دهند که هرگز روی نداده‌است. روشن است که این اخبار کذب به شمار نمی‌روند، با

این که ارائه مطالب خلاف واقع است. دلیل مطلب نیز همین نکته است. سخن غیرمطابق با واقع صرفاً زمانی کذب اخلاقی به شمار می‌رود که گوینده اولاً به سخن خویش باور نداشته باشد و ثانیاً قصد فریب مخاطب را داشته باشد؛ یعنی سخن بدون قرینه باشد و مخاطب آن را واقعی پندارد.

♦ پرسش‌های درس

۱. کارکردهای خانواده را نام ببرید.
۲. ویژگی‌های اخلاقی‌ای که می‌توانند نهاد خانواده را حفظ کنند کدام‌اند؟
۳. الگوی اخلاقی محبت در نهاد خانواده چگونه تقویت می‌شود؟ یک نمونه ارائه دهید.
۴. ضمن تعریف اصل اخلاقی احترام در خانواده، فرایند اعتمادسازی از طریق احترام در خانواده را تبیین کنید.
۵. تکنیک جایگزینی در تمرین مسئولیت‌سازی خویش را در قالب یک مثال تبیین کنید.
۶. جواز دروغ به همسر و فرزند را از منظر اخلاقی تبیین کنید.

♦ پژوهش

با رجوع به کتاب دروغ مصلحت‌آمیز، نوشته دکتر سید حسن اسلامی، به این سؤال پاسخ دهید که آیا دروغ مصلحت‌آمیز مصداق تعریف دروغ است و استثنا شده یا این که اساساً دیگر مصداق دروغ نیست.

♦ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱. اسلامی، حسن. (۱۳۸۲). دروغ مصلحت‌آمیز. قم: بوستان کتاب.
۲. جمعی از نویسندگان. (۱۳۸۹). اخلاق خانواده. قم: معارف.
۳. سالاری فر، محمدرضا. (۱۳۹۲). خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۴. مظاهری، حسین. (بی‌تا). اخلاق در خانواده. قم: معارف.

درس هفتم:

اخلاق دانشوری

اهداف درس

۱	آشنایی با راهبردهای کلان در دانشوری؛
۲	آشنایی با کدهای اخلاقی در فرایندهای آموزشی - پژوهشی و ارتباط های علمی؛
۳	توانمندسازی دانشجو در عبور از چالش های اخلاقی در فعالیت های علمی و
	فکری، مانند سرقت علمی.

مقدمه: آگاهی و دانش در نگاه دینی

آگاهی قدرت عمل و انتخاب فرد را افزایش می دهد. آگاهی این هنر را دارد که انسان را در بین انتخاب a و b جهت دهی کند. جهل و نادانی از یک انتخاب می تواند عاقبت انسان را ختم به شر کند. در نگاه دینی، ارزش هر فرد به میزان عقل و آگاهی اوست. وقتی در محضر امام صادق علیه السلام سخن از عبادت فراوان عابدی شد، حضرت فرمود: «عقل او چگونه است؟» گفتند: «نمی دانیم.» فرمود: «همانا ارزش و ثواب به قدر عقل فرد است.»^۱ حضرت ارزش عبادت و ثمره کوشش هرکس را به اندازه عقل او دانسته و ثواب را بر کیفیت و نه کمیت مترتب دانسته و برتری انسان را نه معلول عوامل اعتباری ناپایدار، بلکه به عقل دانسته است. عقل نیازمند نوری است که میدان دید آدمی را وسعت بخشد و دقت انتخاب های او را افزایش دهد و از خطا در قضاوت های او را بکاهد. این نور همان علم است. از این رو، امیرالمؤمنین علیه السلام می فرماید: «علم چراغ عقل است»^۲ و «برتری انسان ها به دانش و عقل است، نه مال و نسب»^۳.

کسی که می خواهد انتخاب های درستی در مسیر زندگی داشته باشد و بهترین بهره را از دوره های زندگی (مثلاً دوره دانشجویی) ببرد باید براساس آگاهی و علم حرکت کند. روایات زیادی به اهمیت و جایگاه مهم و نقش حساس علم اشاره کرده اند:

۱. «كَيْفَ عَقْلُهُ؟ قُلْتُ: لَا أَدْرِي، فَقَالَ: إِنَّ الثَّوَابَ عَلَى قَدْرِ الْعَقْلِ» (شیخ کلینی، اصول کافی، ج ۱، ص ۱۲).

۲. «الْعِلْمُ مِصْبَاحُ الْعَقْلِ» (تمیمی آمدی و جلال الدین محدث، شرح غررالحکم خوانساری، ج ۱، ص ۱۴۴).

۳. «يَفْضَلُ النَّاسُ بِالْعُلُومِ وَالْعُقُولِ لَا بِالْأَمْوَالِ وَالْأَصُولِ» (همان، ج ۶، ص ۴۷۲).

«الْعِلْمُ دَلِيلٌ»^۱ علم راهنماست.

«الْعِلْمُ أَضَلُّ كُلِّ خَيْرٍ»^۲ علم ریشه هر خیری است.

«الْعِلْمُ يَهْدِي إِلَى الْحَقِّ»^۳ علم به حقیقت رهنمون می‌شود.

همچنین گفته شده است که علم زندگی می‌بخشد و انسان در پرتو دانش، به شکوه و بزرگی می‌رسد:

«الْعِلْمُ حَيَاةٌ»^۴ علم حیات‌بخش (و بلکه خود زندگی) است.

«الْعِلْمُ جَلَالَةٌ»^۵ علم موجب جلالت است.

«الْعِلْمُ مَجَلَّةٌ»^۶ علم بزرگی می‌آورد.

جهت‌دهی علم به انتخاب‌های انسان مؤمن سبب می‌شود هزینه‌های انتخاب کاهش یابد و اشتباهات در زیست فردی و اجتماعی انسان کمتر شود و بخش زیادی از مسیر موفقیت طی گردد. روشن است که در این دنیا هر چیز پربها و ارزشمندی به آسانی به دست نمی‌آید و به چنگ آوردن آن نیازمند تلاش و مراقبت‌های خاص است. علم هم فرشته‌ای زیباروی و زیباخوی، اما لطیف و زودرنج است که به چنگ آوردن و نگه‌داشت آن نیازمند مراقبت‌های فکری و رعایت آداب رفتاری خاصی است که اگر به آن‌ها توجه نشود، روی زیبای خود را نهان می‌کند. این مراقبت‌ها و آداب همان اخلاق علمی و آداب دانشوری‌اند. از سوی دیگر، موفقیت در هر اجتماعی در گرو احترام گذاشتن به ارزش‌های آن اجتماع و برقراری ارتباط مثبت، سازنده و پایدار با اعضای آن است. دانشگاه هم اجتماعی خاص و تخصصی و متشکل از انسان‌های با ظرافت و حساسیت‌های زیاد و فرهیخته است. در چنین اجتماعی لازم است فرد به ارزش‌های حرفه‌ای بیشتر توجه کند و ظرافت‌های رفتاری را بیشتر رعایت کند تا امکان ارتباط مؤثر و سازنده فراهم گردد. این روابط مثبت و سازنده در همه فعالیت‌های صنفی و حرفه‌ای از فرد دانشگاهی و به‌ویژه شخص دانشجو حمایت خواهد کرد.

۱. همان، ج ۱، ص ۴۱.

۲. همان، ص ۲۰۵.

۳. همان، ج ۲، ص ۷.

۴. همان، ص ۵۱.

۵. همان، ص ۴۸.

۶. همان، ص ۵۵.

موفقیت در دستیابی به اهداف زندگی دانشجویی مشروط به دو چیز است: حرکت براساس اصول هدایت‌گر کلی (راهبردهای کلان در دانشوری) و رعایت دستورالعمل‌های جزئی (کدهای اخلاق دانشوری).

۱. راهبردهای کلان در دانشوری

ده راهبرد کلان در دانشوری عبارت‌اند از:

۱-۱. سخت‌کوشی و همت بلند و هدف عالی

درک لذت علم‌آموزی مشروط به جدیت در این امر است. یافتن راه‌های جدید در دانش‌ها نیز مشروط به جدیت است. گاه لذتی که یک دانشمند از یافتن راه‌حلی جدید برای مسئله علمی می‌برد بالاتر از لذتی است که یک حاکم از قدرت بلامنازع خویش می‌برد، و این مسئله تجربه‌کردنی است، نه شنیدنی و حفظ‌کردنی.

۱-۲. نظم فکری و آرامش ذهن

یکی از عوامل موفقیت انسان‌ها نظم فکری است. تاریخ علم پر است از دانشمندانی که نبوغ فکری نداشتند، ولی نظم فکری داشتند و موفق شدند. نظم فکری، ضمن سامان‌دهی به ذهن و روان انسان، حرکت علمی فرد را مدیریت می‌کند. چنین فردی مدام از این شاخه علمی به آن شاخه نمی‌پرد و سیر حرکت علمی او کاملاً منطقی و قابل دفاع خواهد بود. یکی از پیامدهای نظم فکری، آرامش درون است. فردی که دارای نظم فکری است از لحاظ ذهنی و روانی دارای آرامش است. این آرامش زمینه رشد و خلاقیت را در تولید علم فراهم می‌کند.

۱-۳. تواضع و احترام و ادب

اصل انصاف اقتضا می‌کند فرد به‌رغم امتیازهای ظاهری، مانند رتبه بالا در کنکور، بهره‌مندی مالی، انتساب به خانواده‌های سرشناس، و بهره‌هوشی بالا نسبت به دانشجویان دیگر، باوری متواضعانه داشته باشد و در تعامل با دیگران، نگاهی از بالا و تبخترآمیز نداشته باشد. رشد علمی مستلزم نگاه متواضعانه به دیگران است. غرور تلاطمی را در انسان ایجاد می‌کند که ناخواسته جلو خیر را می‌گیرد. فرض کنید در موقعیتی هستید که در فهم درس X خود را برتر از دیگران می‌دانید. اتفاقاً یکی از دانشجویان سال پایین‌تر، درباره مسئله‌ای

که شما خود را در آن متبحر می‌دانید، کنفرانسی برگزار می‌کند. غرور شما اجازه حضور در این کنفرانس را نمی‌دهد، چراکه حضور در این کنفرانس را کسرشان می‌دانید. اتفاقاً در این کنفرانس، روش جدیدی در حل مسئله مطرح می‌شود و مورد تشویق همه قرار می‌گیرد. آنچه مانع از این خیر (فهم روش جدید در حل مسئله) شده تکبر بی‌جاست.

امام کاظم علیه السلام چه تمثیل زیبایی درباره رشد علمی و تواضع بیان داشته‌اند: «يَا هِشَامُ إِنَّ الرِّزْقَ يَنْبُثُ فِي السَّهْلِ وَلَا يَنْبُثُ فِي الصَّفَا فَكَذَلِكَ الْحِكْمَةُ تَغْمَرُ فِي قَلْبِ الْمُتَوَاضِعِ وَلَا تَغْمَرُ فِي قَلْبِ الْمُتَكَبِّرِ الْجَبَّارِ لِأَنَّ اللَّهَ جَعَلَ التَّوَّاضِعَ آلَةَ الْعَقْلِ وَجَعَلَ التَّكَبُّرَ مِنْ آلَةِ الْجَهْلِ»^۱ محصول کاشتنی در دشت هموار می‌روید، نه در سنگ سخت. حکمت نیز در درون انسان متواضع رشد می‌کند، نه قلب متکبر سرکش. (در سنت الهی) تواضع ابزار عقل است و تکبر ابزار جهل.

♦ تمرین

«همسان‌انگاری با دانشجویان دیگر موجب رسیدن خیر به فرد می‌گردد.» دو مورد از مصادیق خیر در ادامه نوشته شده‌است. شما نیز سه مورد دیگر اضافه کنید:

۱. زمینه ارتباط علمی بیشتر و شناخت روش‌های جدید را برای انسان باز می‌کند.
۲. قدرت سازگاری فرد را در کارهای گروهی افزایش می‌دهد.
۳. ...
۴. ...
۵. ...

۱-۲. انگیزه جدی خدمت

دانش‌اندوزی به چه هدفی صورت می‌گیرد؟

پاسخ به این سؤال نقش مؤثری در مواجهه‌های اخلاقی با موقعیت‌های علمی در عرصه دانشگاه دارد. مثلاً موقعیتی را فرض کنید که استاد دانشگاه از دانشجوی خود انتظار دارد در تألیف یک مقاله علمی به وی کمک کند. در فرایند تحقیق، دانشجو متوجه می‌شود استاد مربوطه هیچ الزامی به اصول و کدهای اخلاقی در پژوهش ندارد و گاهی آنچه انجام می‌دهد آشکارا مصداق سرقت علمی است. این دانشجو، اگر هدفش از دانش‌اندوزی صرف گرفتن نمره و پاس کردن درس باشد، حساسیتی به این رفتارها نشان نخواهد داد و

۱. مجلسی، بحارالانوار، ج ۱، ص ۱۵۳.

شاید به دلیل شخصیت مقتدر استاد، خودش نیز دست به سرقت علمی بزند تا سریع‌تر به خواسته خویش برسد. اما دانشجوی دیگری هدف ترسیم‌شده خود از دانش‌اندوزی را نه کسب نمره، که خدمت صادقانه به عرصه علم می‌داند و به‌رغم همه فشارهای محیطی، انتخاب غیراخلاقی نمی‌کند.

اگر دانشوری را ابزاری برای کسب قدرت یا ثروت بدانیم، چه می‌شود؟ به نظر می‌رسد در این صورت نیز ممکن است رفتارهای اخلاقی بهتری از ما سر بزند، ولی در برخی از وضعیت‌ها باز انتخاب منفعت‌طلبانه در اولویت خواهد بود. موقعیتی را مبتنی بر تعارض منافع در نظر بگیرید که دانشجویی برای دریافت کد فعالیت پژوهشی نیازمند کنار زدن رقیب علمی خود باشد. در این وضعیت، فردی که تحصیل و آموزش را وسیله‌ای برای کسب درآمد به هر نحو می‌داند، انتخابی متفاوت با کسی خواهد داشت که تحصیل و آموزش را وسیله‌ای برای رشد و خدمت‌رسانی به دیگران می‌داند و کسب درآمد در پله‌های بعدی انتخاب اوست.

انتخاب وابسته به هدف است. هدف ما از دانشوری هرچه باشد، انتخاب ما در هنگام کپی‌برداری از آثار دیگران، تقلب در جلسه آزمون، خیرخواهی نسبت به هم‌کلاسی، ارزشیابی استاد مدعو و... متفاوت خواهد بود.

۵-۱. رقابت اخلاقی

ساحت علم و تولید علم، بدون رقابت، معنا ندارد. رقابت انگیزه و خلاقیت افراد را در عرصه تولید علم تقویت می‌کند. رقابت روی دیگری نیز دارد؛ بدگویی، حسادت، زیرآب‌زنی، تهمت و رذایل اخلاقی‌ای از این دست، در رقابت‌های ناسالم بروز می‌یابند. نظام آموزشی و کنشگران عرصه علم (استاد، دانشجو و کادر اداری) برای محافظت از فضای اخلاقی دانشگاه موظف‌اند رقابت را در فضایی سالم هدایت کنند. استادی که سر کلاس دانشجویان نخبه را با نگاه و چشم دیگری می‌نگرد زمینه را برای حسادت دیگر دانشجویان فراهم می‌آورد و فضای رقابت را ناسالم می‌کند. نظام آموزشی‌ای که قوانین و قواعدی تبعیض‌آمیز در دانشکده تعریف می‌کند زمینه بروز رقابت‌های ناسالم را فراهم می‌آورد.

به تعبیر امیرالمؤمنین (علیه السلام)، فرصت زندگی انسان همچون ابرهای بهاری سریع و بی سروصدا می‌گذرد: «وَالْفُرْصَةُ تَمْرٌ مَرَّ السَّحَابِ فَأَنْتَ تَهْرُؤُا فُرْصَ الْخَيْرِ»^۱ دوره دانشجویی دوره‌ای است که همچون ابرهای بهاری با سرعت می‌گذرد و اگر این فرصت‌های کسب خیر را در این دوره غنیمت شمريم، آینده علمی و معیشتی ما تأمین خواهد شد.

❁ ۱-۷. عشق ورزیدن به فعالیت علمی و لذت بردن از کار علمی

عشق اکسیری است که انسان را به سمت معشوق می‌کشانند. خستگی، بی‌حوصلگی، تنبلی، فرار از وظیفه و... زمانی پیش می‌آید که انسان به آن فعالیت علمی و غیرعلمی عشق نورزد. مطالعه کتاب با عشق و کشش درونی موجب می‌شود مدت‌ها زمان را احساس نکنیم. در سیره اندیشمندان و بزرگان علمی آمده است که ساعت‌ها مشغول مطالعه و تحقیق بوده و حتی شب را صبح کرده‌اند، ولی خستگی و گذر زمان را متوجه نشده‌اند.

❁ ۱-۸. برنامه‌ریزی مناسب

یکی از لوازم ضروری موفقیت در دانشوری برنامه‌ریزی است. در مفهوم برنامه پنج عنصر و رکن اساسی نهفته است: هدف، روش، وسایل، عمل و ارزشیابی.^۲ برنامه‌ریزی مناسب برنامه‌ای است که متناسب با اهداف، امکانات، افراد، زمان و مکان موردنیاز باشد؛ یعنی برنامه‌ریزی درست دانشجو را برای دستیابی به مقصد و هدف مدنظر هدایت می‌کند و نیز اقداماتی را که برای رسیدن به هدف در آینده لازم است مشخص می‌سازد. برنامه‌ریزی مناسب دو خصوصیت اصلی دارد:

ویژگی اول انطباق برنامه با واقعیت‌هاست. برنامه‌ریزی‌ای که با واقعیت موجود در محیط آموزشی (مثلاً کیفیت استادان یا محتوای درس‌ها) منطبق نباشد برنامه مناسبی نیست. ویژگی دوم انعطاف‌پذیری برنامه است. در برنامه‌ریزی منعطف باید اهداف و چگونگی دستیابی به آن اهداف در طول دوره‌های معین مدنظر باشد و براساس برنامه‌ریزی انجام شده مشخص شود. اهداف مطرح شده نیز باید از دایره شعار خارج گردند و حقیقی، عینی و در دسترس باشند.

۱. نهج البلاغه، حکمت ۲۱.

۲. ناصر باهنر، «سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی ارتباطی برای توسعه»، ص ۳۶-۴۵.

باید بدانیم حتی در برابر جامعه‌ای که در آن بالیده‌ایم و با امکانات آن رشد یافته‌ایم مسئولیت داریم. اگر در محیط خانواده هستیم، نسبت به اعضای خانواده، و اگر در محیط دانشگاهیم، نسبت به کنشگران این محیط مسئولیت و حقوقی داریم. در قسمت دوم درس، برخی از این مسئولیت‌ها در قالب کدهای اخلاقی دانشوری ارائه خواهند شد، اما آنچه در اینجا به عنوان راهبردی کلان مدنظر است این است که در انتخاب‌هایمان به حقوق دیگران نیز توجه کنیم.

مبنای مسئولیت‌پذیری در برابر دیگران

هدف‌داری خلقت انسان^۱ از یک سو، و اراده آزاد وی از سوی دیگر، مسئولیت‌پذیری انسان را در برابر خدا، دیگران و محیط خویش توجیه می‌کند.^۲ مسئولیت‌پذیری چنان اهمیت دارد که در تفسیر امانت در آیه ۷۲ سوره احزاب، از تعهد و قبول مسئولیت یاد شده است:

«إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا»^۳ ما امانت را بر آسمان‌ها و زمین و کوه‌ها عرضه داشتیم. آن‌ها از حمل آن ابا کردند و از آن هراس داشتند، اما انسان آن را بر دوش کشید. او بسیار ظالم و جاهل بود.

مسئولیت‌پذیری امری است که در تمام زمینه‌های زندگی جاری است و نقش مهم و تعیین‌کننده‌ای در اصلاح روابط اجتماعی دارد.^۴

۱. آیات بسیاری از قرآن به شیوه عام یا خاص، به این مسئله اشاره دارند: «إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ • الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ» مسلماً در آفرینش آسمان‌ها و زمین و در پی یکدیگر آمدن شب و روز، برای خردمندان نشانه‌هایی قانع‌کننده وجود دارد، همانان که خدا را در همه احوال، ایستاده و نشسته و به پهلو آرمیده، یاد می‌کنند و در آفرینش آسمان‌ها و زمین می‌اندیشند که «پروردگارا، این‌ها را بیهوده نیافریده‌ای. منزهی تو. پس ما را از عذاب آتش دوزخ در امان بدار!» (سوره آل عمران، آیات ۱۹۰ و ۱۹۱): «وَالْحَسْبُ لَنَا خَلْقُكَ عِبَادًا وَأَنْكُرُ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ» آیا پنداشتید که شما را بیهوده آفریده‌ایم و شما به سوی ما بازگردانیده نمی‌شوید؟ (سوره مؤمنون، آیه ۱۱۵): «أَيَحْسَبُ الْإِنْسَانُ أَنْ يُتْرَكَ سُدًى» آیا انسان گمان می‌کند بی‌هدف رها می‌شود؟ (سوره قیامت، آیه ۳۶): «وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ» و جن و انس را نیافریدم، جز برای آن‌که مرا بپرستند» (سوره ذاریات، آیه ۵۶).

۲. بحث ما در اینجا درباره اصل مسئولیت‌پذیری در ارتباطات میان‌فردی نیست، بلکه سخن برسر هستی‌شناسی مسئولیت‌پذیری است. بحث درباره اثبات مسئولیت انسان در قبال خود و خارج از خود است. آن‌گاه می‌توان درباره حدود و ثغور این مسئولیت سخن گفت.

۳. سوره حجرات، آیه ۷۲.

۴. محمدتقی فیاضی، بخشش، ص ۳۴۸.

دانشجویی که در محیط خوابگاه با مسئله فقر هم خوابگاهی، علاقه شدید به یک دختر، اختلاف با خانواده و تنبلی دیگران در تحصیل مواجهه است می‌تواند دو گونه برخورد کند: الف) به من ربطی ندارد، من خودم هزار درد و مشکل دارم. پول ندارد که ندارد، به من چه؟ چشمش کور، می‌خواست عاشق نشود. آخر آدم با یک جزوه دادن و یک سلام و علیک عاشق می‌شود؟ و از این نمونه‌ها....

ب) باید کاری کنم تا دوستم هم بتواند در آرامش درس بخواند. بهتر است قدری از هزینه زندگی‌ام را کم کنم و به او بدهم یا خیری بیابم برای کمک به دوستم. مشاوره را می‌شناسم که می‌تواند به دوستم برای رهایی از این حالت عشق ناپخته کمک کند و....

♦ تمرین

نمونه‌هایی از خودخواهی و دیگرخواهی اخلاقی را درباره دانشجویان دیگر بنویسید.

- ۱....
- ۲....
- ۳....
- ۴....

۱۰-۱. درست‌کاری، صداقت و امانت‌داری علمی

یکی از راهبردهای کلان در عرصه دانشوری، اهتمام به درست‌کاری است. در فرایندهای آموزشی و پژوهشی، درگیر مسائل و چالش‌هایی مانند سرقت علمی، نقض امانت در انتقال پیام و مواردی از این قبیل خواهیم شد. باید این اهتمام در ما باشد که درست‌کار باشیم تا بتوانیم در این موقعیت‌ها بهترین انتخاب اخلاقی را داشته باشیم.

۲. کدهای اخلاقی در دانشوری (ناظر به دانشجویان)

ازجمله مهم‌ترین بخش‌های اخلاق کاربردی در عرصه‌های گوناگون، کدهای اخلاقی^۱ است که در زبان فارسی با واژگانی چون «آیین‌نامه اخلاقی»، «منشور اخلاقی» و «دستورالعمل اخلاقی» از آن‌ها یاد شده‌است و در سندهای اخلاقی، مانند منشور اخلاقی سازمان و عهدنامه اخلاقی کارکنان، منعکس می‌شوند. به‌طور کلی، دستورالعمل یا کد اخلاقی به مجموعه‌ای از راهنمایی‌های اخلاقی و به تعبیر دقیق‌تر احکام جزئی اخلاقی گفته می‌شود

که از اصول کلی اخلاقی منشعب می‌شوند و اندیشمندان اخلاق کاربردی برای بسط و تعمیق اخلاق در عرصه‌ای خاص مانند محیط‌زیست یا خانواده تدوین می‌کنند. همچنین صاحبان و متولیان مشاغل گوناگون برای بسط جایگاه اخلاق در میان کارکنان و شاغلان یک حرفه خاص، مجموعه‌ای از دستورالعمل‌های اخلاقی را تهیه می‌کنند. تهیه و تدوین چنین سندی از مهم‌ترین بخش‌های اخلاق حرفه‌ای در مشاغل گوناگون به‌شمار می‌رود.^۱ در عرصه دانشوری، شناخت این کدهای اخلاقی می‌تواند ضمن فراهم آوردن محیط سالم برای علم‌ورزی، میزان درگیری با چالش‌های اخلاقی را در دانشجویان و استادان دانشگاه کاهش می‌دهد. با توجه به مخاطب این کتاب (دانشجو)، این کدهای اخلاقی را در سه دسته «وظایف اخلاقی در برابر استادان»، «وظایف اخلاقی در برابر هم‌کلاسان» و «کدهای اخلاقی در پژوهش» بررسی می‌کنیم.

۲-۱. وظایف اخلاقی در برابر استادان

در سرنوشت هر فردی، برخی اتفاق‌ها، بعضی از اوقات و برخی افراد و شخصیت‌ها تأثیر عمیق و تعیین‌کننده‌ای دارند و مسیر زندگی خانوادگی، حرفه‌ای و شغلی و اجتماعی و مدنی او را مشخص می‌کنند. از آنجا که عنصر بینش و آگاهی مهم‌ترین مؤلفه تصمیم‌گیری درست و نتیجه‌بخش است، پس استاد و مربی در زمره مهم‌ترین افراد زندگی هر فرد به‌شمار می‌روند. بدین سبب، جایگاه استاد در آموزه‌های اسلامی و فرهنگ ایرانی بس رفیع و ممتاز است. درباره مقام بلند معلم و استاد و حقوقی که بر گردن شاگردان و متربیان دارند، عبارت درخور توجه و قابل تأملی در کتاب‌های اخلاقی بیان شده است: «انسان سه پدر دارد: ۱. پدری که باعث به وجود آمدن او می‌شود؛ ۲. پدری که دخترش را به عقد او درمی‌آورد؛ ۳. پدری که به او علم می‌آموزد.»^۲

فرزانگان و هوشمندان در پاسداشت مقام استاد رنج‌ها می‌کشند و ارادت می‌نمایند و سعادت‌ها می‌برند. علامه حسن زاده رحمته‌الله نقل می‌کند که «من در درس استادی حاضر شدم و بیان و روش تدریس ایشان قوی و جذاب نبود و از این رو همه شاگردان درس را ترک کردند، اما من به احترام استادم یک سال به تنهایی در این درس حاضر شدم».

1. Adam Hayes, Code of Ethics: investopedia.com.

۲. مهدی نراقی، جامع السعادات، ج ۳، ص ۱۴۰ و ۱۴۱.

بزرگان نزد استاد خود به دیوار تکیه نمی‌دادند و دوزانو می‌نشستند و اگر پاسخ سؤال خود را از مباحثه علمی دریافت نمی‌کردند، با استاد جروب‌بحث نمی‌کردند. بزرگان علم و ادب و فرهنگ براساس شواهد زیاد و به تجربه دریافته بودند که احترام به استاد سبب عاقبت به خیری و برکت عمر و ثمردهی علم و سواد می‌گردد. اکنون به صورت جزئی و مشخص، به تعدادی از کدهای اخلاق دانشجویی در مواجهه با استاد می‌پردازیم.

دانشجو اخلاقاً باید:

۱. احترام استاد را در هر حالی با گفتار و نوشتار و رفتار حفظ کند.
۲. برای برقراری رابطه سازنده و محترمانه با استاد بکوشد.
۳. افزون بر سپاس‌گزاری زبانی، با جدیت در کار علمی و درسی، عملاً قدردان زحمات وی باشد.
۴. به او به چشم پدر، مادر، برادر یا خواهر بزرگ‌تر دلسوز بنگرد و تذکرها و توبیخ‌های رشد‌آور و دلسوزانه او را برای رشد خود به جان و دل پذیرا باشد.
۵. در ارزشیابی استادان، با نگاه منصفانه و با هدف رشد و تعالی دانشگاه ورشته تخصصی برخورد کند.
۶. اجازه ندهد پشت سر استاد بدگویی و سعایت شود یا قیافه، تکه‌کلام، عادات یا رفتارهای خاص وی دستمایه شوخی و طنز قرار گیرد.
۷. با رعایت نظم و آرامش، او را در مدیریت بهتر کلاس یاری دهد.
۸. در صورتی که استاد درباره دانشجو دچار قضاوت خطا شود، مثلاً در ارزشیابی تحقیق یا کنفرانس یا تصحیح ورقه امتحانی و دادن نمره به او دچار اشتباهی شود، در کمال ادب و فروتنی، به او خاطرنشان کند.
۹. ضعف‌های روشی، مهارتی یا دیگر کاستی‌های او را در کمال احترام و تواضع و متناسب با جایگاه او، در تنهایی و مشفقانه تذکر دهد.
۱۰. خطاهای فکری و رفتاری غیرقابل چشم‌پوشی بسیار معدود استادنمایان کج‌اندیش اصلاح‌ناپذیر را با حفظ آرامش محیط دانشگاهی، به آرامی و متانت، به مقامات دانشگاه منتقل کند.

هم‌دوره‌ای‌ها و به‌ویژه هم‌کلاسی‌ها نقش مهمی در رشد علمی و مهارتی و رشد اجتماعی و تعالی شخصیت هر دانشجو دارند، اما شخصیت و روش و منش هریک از آن‌ها می‌تواند برای ما فرصت یا تهدید باشد. بخشی از این فرصت/تهدید به شخصیت و رفتار آن‌ها بازمی‌گردد، اما بخش مهم دیگر به نوع نگاه و تلقی ما از آن‌ها و نوع برخورد و رفتار ما با آن‌ها بازمی‌گردد. ممکن است به چشم همسفر، یاور، دشمن یا رقیب به آن‌ها نگاه کنیم. نوع برخورد و شیوه مواجهه دانشجویان با یکدیگر می‌تواند زمینه بهره‌گیری و دوستی سازنده و همکاری رشدآور را فراهم کند و برعکس می‌تواند زمینه ستیز و چالش و نگرانی و حواس‌پرتی و آشفتگی و نگرانی را مهیا سازد. کدهای اخلاقی زمینه این دوستی و همراهی سازنده و رشدآور و پیشگیری از تنش‌ها و چالش‌های مخرب و بازدارنده را فراهم می‌کنند. حال اگر این هم‌دوره‌ای‌ها یا هم‌کلاسی‌ها در خوابگاه با دانشجوی مدنظر هم‌اتاقی هم باشند، باز این نقش اهمیت بیشتری می‌یابد.

اکنون به برخی وظایف اخلاقی جزئی و دستورالعمل‌ها اشاره می‌کنیم. دانشجو اخلاقاً باید:

۱. هم‌کلاسی‌ها/هم‌دوره‌ای‌ها را به مثابه یارانی هم‌گروه به‌شمار آورد که پیروزی و موفقیت آن‌ها پیروزی و موفقیت او را به دنبال می‌آورد.

۲. هویت و جایگاه پراج دانشجویی را پاس بدارد و مدافع حقوق و مصالح جامعه دانشجویی کشور باشد.

۳. به دیگر دانشجویان سوءظن نداشته باشد و بدبینی به ایشان را کنار بگذارد.

۴. تا جایی که می‌تواند، از یاری و کمک رساندن به ایشان دریغ نکند.

۵. ضمن صمیمیت، از شوخی و هجو و تمسخر ایشان پرهیزد.

۶. برای استفاده حداکثری از کلاس و استاد، به حفظ نظم و آرامش سر کلاس اهتمام ورزد و از هر کاری که موجب حواس‌پرتی هم‌کلاسی شود اجتناب کند.

۷. از غیبت و حسادت و سخن‌چینی و زیرآب‌زنی نسبت به هم‌کلاسی‌ها پرهیز کند.

۸. در برابر دانشجویان کج‌رفتار، با هماهنگی دیگر دانشجویان و استادان و مدیران، در مرحله اول با نصیحت مشفقانه و در مرحله بعد با درایت و قاطعیت برخورد کند.

۹. در برابر انتقادهای سازنده و مشفقانه دیگر دانشجویان نقدپذیر باشد.

۱۰. خوابگاه را خانه خود بداند و بهداشت و نظم و سکوت آنجا را بستر آرامش روحی

و تمرکز فکری و سلامتی جسمی خود و دیگران بشمارد و ضمن تلاش برای حفظ اموال عمومی، در رعایت حقوق هم‌اتاقی‌ها و هم‌خوابگاهی‌ها کوتاهی و غفلت نورزد.

وزارت علوم، تحقیقات، فناوری سندی را با عنوان «نظام‌نامه اخلاق آموزش» مصوب کرده‌است. در این نظام‌نامه، مسئولیت‌های اخلاقی و کدهای اخلاقی کنشگران عرصه آموزش عالی تدوین شده‌است.^۱ برخی از کدهای اخلاق دانشجویی مذکور در نظام‌نامه را که فکر می‌کنید در اینجا نیامده‌اند گزارش کنید و مورد بحث قرار دهید.

۲-۳. کدهای اخلاقی در فرایند پژوهشی

اخلاق مربوط به پژوهش در پی آن است که فهم و کاربرست حقیقت و رعایت انصاف نسبت به دیگران پایه‌پای یکدیگر پیش ببرند و خصلت آسان‌خواهی ما بر عدالت‌خواهی و رعایت حق دیگران غلبه نکند.^۲

اخلاقیات در پژوهش‌ها را می‌توان در پنج حوزه اصلی بررسی کرد:

۱. خودفریبی پژوهشگران؛
۲. دست‌کاری داده‌ها و نتایج؛
۳. سوءاستفاده از آزمودنی‌های انسانی؛
۴. سرقت یافته‌های دیگران؛
۵. سوءاستفاده سازمان‌ها و مقامات از نتایج تحقیق.

تذکر مهم

تمرکز این درس بر رویکرد فردگرایانه از پژوهش است، نه رویکرد سازمانی، به این معنا که کدهای اخلاقی ناظر بر پژوهشگران بررسی می‌شوند و کدهای اخلاقی ناظر به سازمان‌های پژوهشی خود مجال دیگری می‌طلبند.

برخی از کدهای اخلاقی را ذیل اجرای پژوهش بررسی می‌کنیم.

۱. برای مطالعه نظام‌نامه، رک: وبگاه معاونت آموزشی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری: edu.msrt.ir

۲. جمعی از نویسندگان، **اخلاق پژوهش**، ص ۵۷۷.

❧ ۲-۳-۱. انتخاب موضوع پژوهش

۱. پژوهشگر باید براساس چهار مؤلفه کارآمدی، علاقه‌مندی، توانایی و نوآوری، دست به انتخاب موضوع پژوهش بزند.

❧ ۲-۳-۲. توجه به پیشینه تحقیق

۱. پژوهشگر اخلاقاً موظف است پژوهش‌های علمی معاصر مسئله را ملاحظه کند.
۲. پژوهشگر اخلاقاً موظف است حقوق نویسندگان دیگر را در استناد و ارجاع به پژوهش‌هایشان رعایت کند. این کار چهار نتیجه دارد:
 - اعتباربخشی به آثار دیگران؛
 - اطمینان‌بخشی به خواننده درباره اطلاعات و داده‌های گردآوری شده؛
 - مطلع کردن خواننده از آثاری که الهام‌بخش این پژوهش بوده‌اند؛
 - کمک به خوانندگان در گسترش دامنه تحقیق.

❧ ۲-۳-۳. گردآوری و تحلیل داده‌ها

۱. پژوهشگر شواهد مسئله را به دقت و با رعایت اصول اخلاقی انصاف، تناسب، صداقت و حقیقت‌طلبی برگزیند.
۲. پژوهشگر داده‌ها را صبورانه، صادقانه و شجاعانه تحلیل کند.
۳. پژوهشگر خود را موظف بداند که در داده‌ها و اطلاعات دست‌کاری نکند.

❧ ۲-۳-۴. مقام ارائه گزارش پژوهش

۱. پژوهشگر باید در معرفی درست شخصیت خود دقت کند و از هرگونه اقدامی که تصویر نادرستی به دست دهد پرهیزد.
۲. محققان در نگارش گزارش نهایی تحقیق، شش موضوع زیر را رعایت کنند:
 - سپاس‌گزاری از یاوران و مشوقان تحقیق؛
 - وضوح در نوشتار؛
 - اختصار در نگارش؛
 - تواضع علمی؛
 - اعتراف به خطا؛

• رعایت ادب کلام و دوری از مناقشه‌های شخصی.^۱

۳. بررسی یک مسئله: سرقت علمی

سخن گفتن از اخلاق علمی پای یک شاخص را به میان می‌کشد و آن امانت‌داری علمی است. یکی از آسیب‌های امانت‌داری علمی، سرقت علمی است. گروه گسترده‌ای از دانشوران خود را ملزم به رعایت استانداردهای امانت‌داری علمی می‌دانند، ولی بعضاً به دلیل ناآگاهی از مصادیق و نمونه‌های عینی سرقت علمی که در قوانین آموزشی کشورها نیز به آن‌ها اشاره شده است، ناخودآگاه خویش را در معرض اتهام سرقت علمی می‌دانند. در اسفندماه ۱۳۹۳، وزیر علوم، تحقیقات و فناوری وقت مصادیق تخلفات پژوهشی و سرقت علمی را در قالب ۱۲ حوزه اصلی و ۵۷ مصداق تعیین کرد و به دانشگاه‌ها و مراکز آموزشی پژوهشی ابلاغ کرد. به دلیل آشنا نبودن حتی برخی از استادان دانشگاه با این حوزه‌ها و مصادیق، در ادامه برخی از مهم‌ترین موارد بیان می‌شوند. تفصیل آن‌ها را می‌توان در قوانین مربوط به «دستورالعمل نحوه بررسی تخلفات پژوهشی و مصادیق تخلفات پژوهشی» از وبگاه وزارت علوم دانلود و مطالعه کرد.^۲ اکنون به برخی حوزه‌های مهم و اصلی و مصادیق آن‌ها که با فضای کاری دانشجویان تناسب بیشتری دارند می‌پردازیم:

۳-۱. مصادیق جعل داده‌ها

بند ۳۱: ساخت، ثبت و انتشار داده‌ها یا نتایج پژوهش یا محصول علمی، به صورتی که تمام یا بخشی از داده‌ها یا نتایج مذکور اصلاً وجود نداشته یا غیرواقعی باشند (با ذکر پنج مصداق).

۳-۲. مصادیق تحریف داده‌ها

بند ۳۲: دست‌کاری یا حذف عمدی کامل یا بخشی از داده‌ها، مراحل، روش‌ها، تجهیزات و مواد مورد استفاده در مطالعه و پژوهش، به صورتی که با داده یا یافته‌های واقعی متفاوت باشد (با ذکر نه مصداق).

۱. اقتباس از همان، ص ۵۷۹-۵۸۱.

۲. برای دانلود این دستورالعمل به وبگاه دفتر برنامه‌ریزی و سیاست‌گذاری پژوهشی وزارت علوم مراجعه کنید:
rppc.msrt.ir/fa

بند ۳۳: کپی‌برداری کامل یا بخشی از یافته‌های پژوهشی یا محصولات علمی، بدون استناد و ارجاع مناسب به صاحب اثر (با اندکی تلخیص) شامل:

- تناظر یک‌به‌یک در بیان اندیشه‌ها و شباهت‌های ساختاری در نوشتار؛
- انتساب ایده‌ها، نظریه‌ها، فرایندها، نتیجه‌ها یا کلمه‌های دیگران به خود، بدون ارجاع مناسب و با نیت ارائه به عنوان کار خویش؛
- استفاده کردن از دیدگاه یا کارکرد افراد دیگر و ارائه آن به عنوان کار خود، بدون ذکر نام یا دادن اعتبار به آن‌ها؛
- استفاده یا تقلید از زبان، فکر یا نوشته نویسنده دیگر و ارائه آن به نام خویش؛
- استفاده از کار شخص دیگر به شکل کلمات، فراورده‌ها یا نظریه‌ها برای نفع شخصی، بدون ارجاع به کار اولیه؛
- ترجمه کل یا بخشی از آثار دیگران، بدون کسب اجازه از مبادی ذی‌ربط، و معرفی آن به عنوان پژوهش اصیل علمی؛
- برداشتن اصل یک مقاله و ثبت آن به نام خود در محل دیگر، مانند ترجمه یک مقاله ISI و چاپ آن در مجله‌های علمی داخلی؛
- ارائه مقاله چاپ‌شده دیگران در سمینارهای داخل یا خارج کشور؛
- استفاده کامل یا بخشی از مقاله‌ها، پایان‌نامه و کتاب‌های چاپ‌شده دیگران، بدون ارجاع به نویسندگان مقاله، پایان‌نامه، کتاب یا اثر؛
- رعایت نکردن همه موازین اخلاقی مرتبط با منابع و آثار چاپی در هنگام استفاده از منابع و آثار الکترونیکی؛
- رعایت نکردن ارجاع‌دهی طبق نظام‌های ارجاع‌دهی مرسوم؛
- کپی‌برداری غیرقانونی از نتایج مقاله‌ها: استفاده از اصل جمله و آوردن آن در مقاله دیگر، بدون ارجاع به متن اصلی و اجازه کتبی از مالک معنوی آن در صورت استفاده از شکل‌ها، نمودارها، جدول‌ها، منحنی، عکس، روش‌های اجرای فرایند، پرسش‌نامه تدوین‌شده و هر چیز دیگری که مستقیماً به دست مؤلف حاصل نشده باشد.
- کپی کلمه‌به‌کلمه جمله‌ها با مونتاژ کردن پاراگراف‌ها، و کپی جمله‌به‌جمله از منابع گوناگون، به رغم اشاره به مأخذ آن‌ها در انتهای هر جمله یا پاراگراف.

بند ۳۴: منظور این است که پژوهشگری به جای آن که خود به انجام پژوهش بپردازد، افرادی را برای این منظور به کار گیرد و خودش در فعالیت پژوهشی چندان تلاش نکند و بعد از تحویل کار، با دخل و تصرف اندکی در پژوهش صورت گرفته، آن را به نام خود منتشر کند.

۳-۵. مصادیق رعایت نکردن حقوق مالکیت معنوی و مسئولیت پژوهش انجام شده

بند ۳۵: چاپ مقاله به دست دانشجو (پس از فارغ التحصیلی)، به طوری که استادان راهنما و همکاران فعالیت علمی از مفاد آن مطلع نباشند.

بند ۳۶: نپذیرفتن مسئولیت محتوای مقاله (درستی مطالب مندرج در مقاله) از سوی نویسندگان آن.

بند ۴۱: رعایت نکردن ترتیب درج اسامی در مقاله‌های مستخرج از پایان نامه به ترتیب اسم دانشجو، استادان راهنما و استادان مشاور.

بند ۴۱: پاسخگو نبودن استاد راهنما درباره محتوای پایان نامه (درستی/ نادرستی) به عنوان شخص مسئول.

۴۲. اضافه کردن اسم افراد در مقاله برای ارتقای اعتبار مقاله، بدون اطلاع آن‌ها.
۴۳. دادن اطلاعات پایان نامه دانشجویی در حال دفاع یا فارغ التحصیل از سوی استادان راهنما یا مشاور به دیگران و چاپ آن در قالب مقاله، حتی در صورت ذکر نام دانشجو یا انتشار آن به صورت پایان نامه افراد دیگر.

بند ۴۵: انتشار نتایج طرح‌های پژوهشی، پایان نامه‌ها و رساله‌ها از سوی دانشجویان و اعضای هیئت علمی در قالب کتاب، مقاله و... بدون هماهنگی و گرفتن مجوز از معاونت پژوهشی دانشگاه به عنوان مالک حقوق مادی و معنوی این گونه پژوهش‌ها.

بند ۴۶: چاپ مقاله‌ها با استفاده از پایان نامه دانشجویی از سوی استاد راهنما یا مشاور، بدون درج نام دانشجو یا همکار پایان نامه و رساله.

بند ۴۹: ترجمه متون علمی و ادبی، بدون گرفتن مجوز از نویسنده اصلی اثر.

۳-۶. مصادیق انتشار مجدد

بند ۵۰: چاپ مجدد یک کتاب، مقاله و اثر ادبی و علمی یا بخش‌هایی از آن‌ها که قبلاً در یک نشریه چاپی یا الکترونیکی به چاپ رسیده باشد.

بند ۵۱: پژوهشگر داده‌های مقاله پیشین خود را با کمی تغییر در متن، در مقاله‌ای با عنوان جدید چاپ کند.

بند ۵۲: چاپ کامل مقاله یا مقاله‌ای با شباهت بسیار در یک مجله دیگر.

بند ۵۳: خرید و فروش آثار پژوهشی (مقاله، پایان‌نامه و...) به گونه‌ای که خریدار از تحقیق به نام خود به عنوان پژوهشگر یا پدیدآورنده و صاحب اثر استفاده کند.

بند ۵۴: ضبط خرید و فروش و سوءاستفاده از سخنرانی‌های افراد بدون اجازه.

♦ پرسش‌های درس

۱. دو مورد از راهبردهای کلان در دانشوری را نام ببرید و تبیین کنید.
۲. وظایف اخلاقی دانشجو در برابر استادان کدام‌اند؟ چهار مورد را بنویسید.
۳. کدهای اخلاقی در فرایند پژوهش را ذکر کنید (چهار مورد).
۴. کدهای اخلاقی در فرایند پژوهش را در اجرای پژوهش در مقام انتخاب موضوع و ارائه گزارش تحقیق بنویسید.
۵. مصادیق سرقت علمی را ذیل این موارد بنویسید: جعل داده‌ها، رعایت نکردن حقوق مالکیت معنوی.

♦ پژوهش

۱. تصمیم‌گیری شما در موقعیت زیر چگونه خواهد بود؟ استدلال خود را در کلاس به اشتراک بگذارید:
الف. روش استاد درس «الف» مناسب نیست. درس «الف» هم از درس‌های اصلی و حساس رشته ماست. بیشتر دانشجویان دچار خطا در فهم درس شده‌اند. از سوی دیگر، استاد مربوطه بسیار خوش‌اخلاق است. مانده‌ایم چه کنیم، خصوصاً این‌که معروف است خوب نمره می‌دهد.
۲. برخی از چالش‌های اخلاقی در بحث ارزشیابی استادان را سر کلاس مطرح کنید و راه حل خود در حل آن را به اشتراک بگذارید.

♦ منابع برای مطالعه بیشتر

۱. جوادی، محسن و دیگران. (۱۳۸۹). اخلاق پژوهش مبانی و مسائل. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.

۲. فلاح، رستم. (بی‌تا). جستارهایی در اخلاق پژوهش. تهران: پژوهشکده مطالعات فرهنگی و اجتماعی.
۳. محمدی ری‌شهری، محمد. (۱۳۷۹). علم و حکمت در قرآن و حدیث. ترجمه عبدالهادی مسعودی، قم: دارالحدیث.
۴. وزارت علوم، تحقیقات و فناوری. نظام‌نامه اخلاق آموزش.

درس هشتم:

اخلاق معیشت

اهداف درس

۱	آشنایی با نگرش درست درباره پول و ثروت؛
۲	آشنایی با قواعد اخلاقی مرتبط با معیشت؛
۳	توانمندسازی دانشجو در مدیریت سرمایه، مصرف و پس انداز.

نمایش نامه آرتور میلر

«سال‌ها پیش، کسی که حالش بد بود و نمی‌دانست با خود چه کند، می‌رفت کلیسا، انقلاب می‌کرد، و از این قبیل. امروز تو حالت بد است؟ نمی‌توانی سردرپیوری رستگاری چیست؟ برو خرید.»^۱

شاید کمی تعجب‌آور باشد که ببینیم در این نقل قول از نمایش نامه میلر، خرید کردن به عنوان پادزهر بد حالی تجویز شده است. با این همه، در قرن بیست و یکم، خرید کردن، البته بعد از فضای مجازی، به عنوان سرگرمی مطلوب، در بسیاری از کشورهای سرمایه‌داری کار بسیار رایجی شده است. «خرید کردن» شاید برای توصیف آنچه آدم‌ها هنگام رفتن به مراکز خرید انجام می‌دهند عبارت دقیقی نباشد؛ آن‌ها می‌خورند، می‌نوشند، می‌گردند، چیزی می‌خرند، اما به کالای توی ویتترین مغازه‌ها و به همدیگر هم نگاه می‌کنند. زدن، نگاه کردن، تماشا کردن (چه به صفحه تلویزیون و چه در اماکن خرید یا ورزشگاه‌ها) به فعالیت مهم اجتماعی بدل شده است. پژوهشگران مطالعات سبک زندگی مسئله «مصرف» را هویت‌بخش نگرش‌ها و رفتارهای انسان مدرن می‌شمارند.^۲ تأثیر مصرف در هویت و منزلت اجتماعی انسان مدرن تعیین‌کننده رفتارهای اقتصادی در سبک زندگی است. بنابراین مدیریت رفتارهای اقتصادی (معیشت) امری ضروری است.

۱. استوارت، درآمدی بر فهم جامعه مدرن: اشکال اجتماعی و فرهنگی مدرنیته، ص ۱۷۱.

۲. همان.

فهم‌های عامیانه و نادرست از باورهای دینی، مانند برداشت نادرست از زهد، توکل و تدبیر الهی، نگرش منفی و غلطی را دربارهٔ ثروت و پول در جامعهٔ دینی ایجاد می‌کنند. یکی از دلایل برخی رفتارهای اجتماعی در جامعهٔ ایران، مثل تنبلی، بی‌حرکتی، توقع نابجا از خدا و اهل بیت و...، برآمده از رسوخ تلقی‌های نادرست دربارهٔ مفاهیم ناب دینی مذکور است.

در آیات و احادیث اسلامی، ویژگی‌هایی برای ثروت و پول بیان شده‌است: «مال خیر است»^۱، «ثروت وسیلهٔ امداد مؤمنان است»^۲، «مال رحمت خداست»^۳، «با ثروت می‌توان در راه خدا جهاد کرد»^۴، «خداوند بهشت را به‌ازای خرید مال، به بنده می‌دهد»^۵، «ثروت رزق خداست»^۶، «ثروت فضل الهی است»^۷، «حب جمع مال از امور حلال برای اهداف درست مطلوب است»^۸، «ثروت برکت می‌آورد»^۹، «مال یاور تقواست»^{۱۰}، «ثروت نعمت الهی محسوب می‌شود» و... آیا با این اوصاف می‌توان در ارزشمند بودن پول و ثروت و مال شک کرد؟

به یک مثال توجه کنیم: اگر همسایهٔ ما قصد سفر داشت و از ما خواست تا از منزل و فرزندش نگهداری کنیم، ما طبق برنامه، به غذا و بهداشت کودکش رسیدگی می‌کنیم، گل‌ها را آب می‌دهیم، از بسته بودن درهای منزل اطمینان حاصل می‌کنیم، از امکانات داخل منزل به حد ضرورت بهره می‌بریم، از وسایل منزل فقط با رضایت صاحب‌خانه استفاده می‌کنیم و در یک کلام، خانه و فرزند را همان‌گونه که تحویل گرفته‌ایم، به صاحبش برمی‌گردانیم. مهم این است که نسبت به خانه و فرزند همسایه «احساس امانت» داریم، نه «مالکیت»، و با احساس امانت‌داری سعی می‌کنیم امانت‌دار خوبی باشیم و امانت را همان‌گونه که دریافت کرده‌ایم، بازگردانیم. حال احساس فرد به داشته‌های خود (مال و ثروت) باید همانند احساسی باشد که به خانه و فرزند همسایه دارد. او از این امکانات

۱. سورهٔ بقره، آیه ۱۸۰.

۲. سورهٔ نوح، آیه ۱۲.

۳. سورهٔ کهف، آیه ۸۲.

۴. سورهٔ صف، آیه ۱۱.

۵. سورهٔ توبه، آیه ۱۱۱.

۶. سورهٔ بقره، آیه ۳.

۷. سورهٔ اسراء، آیه ۱۲.

۸. امام صادق (علیه السلام): «لَا خَيْرَ فِيمَنْ لَا يُحِبُّ جَمْعَ الْمَالِ مِنْ خَلَالٍ فَيَكْفُ بِهِ وَجْهَهُ وَ يَقْضِي بِهِ ذَنْبَهُ؛ خیری نیست در کسی که دوست نداشته باشد از راه حلال مال به دست آورد تا به وسیلهٔ آن آبرویش را حفظ کند و بدهکاری‌اش را بپردازد» (شیخ کلینی، فروع کافی، ج ۵، ص ۷۲).

سودجویی و منفعت‌طلبی نمی‌کند، بلکه آن را برای رضای مالک اصلی و خالق هستی مصرف خواهد کرد.^۱ این مال و ثروت اولاً ارزشمند است و ثانیاً کسب آن مطلوب است.

قانون قرآنی درباره ثروت

ثروت وسیله خوبی است، اگر در راه رضای خدا و حیات طیبه استفاده شود، و وسیله بدی است، اگر برای سودجویی و منفعت‌طلبی باشد. ثروت بد نیست، انباشت و دل‌بستگی به ثروت (تکاثر) بد است. به تعبیر آشنای فارسی، زردوستی و مال‌پرستی نکوهیده است، نه تولید ثروت.

دو. مدیریت معیشت

مصرف ثروت در مسیر درست نیازمند مدیریت معیشت و اقتصاد در زندگی است. اساساً در نگاه دینی سه خصلت و ویژگی موجب شکل‌گیری زندگی مؤمنانه است:

۱. فهم درست از مفاهیم و آموزه‌های دینی؛

۲. مدیریت درست معیشت در زندگی؛

۳. صبر در برابر مشکلات و حوادث زندگی.

امام صادق علیه السلام: «لَا يَسْتَكْمِلُ عَبْدٌ حَقِيقَةَ الْإِيمَانِ حَتَّى تَكُونَ فِيهِ خِصَالٌ ثَلَاثٌ الْفَقْهُ فِي الدِّينِ وَحُسْنُ التَّقْدِيرِ فِي الْمَعِيشَةِ وَالصَّبْرُ عَلَى الرِّزَايَا»^۲ انسان حقیقت ایمان را به کمال نمی‌رساند، مگر آن‌که سه خصلت در او باشد: فهم عمیق در دین، برنامه‌ریزی درست در امر معاش، و شکیبایی در برابر گرفتاری‌ها.

درهم‌تنیدگی معیشت و ایمان، هم به‌خوبی نگرش درست دین به ثروت را نشان می‌دهد و هم اهمیت مدیریت ثروت و پول را در طول زندگی مشخص می‌کند. با این نگاه، گزاره‌های زیر در نگاه دینی و قرآنی نادرست‌اند:

۱. این قدر زحمت نکش؛ اگر خدا بخواهد، پولدار خواهی شد. اصلاً این تلاشت یعنی خدا را قبول نداری.

۲. زندگی مگر چقدر است که من بخواهم به فکر آینده فرزندانم باشم؟ الان را بچسب، فردا هم خدا بزرگ است.

۱. محمدتقی فعالی، *راز ثروت*، ج ۱، ص ۴۱.

۲. ابن‌همام اسکافی، *تکامل و طهارت روح*.

۳. برنامه‌ریزی مالی به معنای ضعف در توکل به خداست.

همان‌طور که در درس اول کتاب تبیین گردید، موفقیت و رفتار درست مشروط به زیست اخلاقی است. لذا موفقیت در معیشت درست زندگی نیز نیازمند رعایت اصول اخلاقی است. ازاین‌رو، در ادامه این درس، قواعد اخلاقی در معیشت را ضمن سه مسئله درآمد، مصرف و پس‌انداز بررسی می‌کنیم.

سه. قواعد اخلاقی در معیشت

رفتارهای اقتصادی هر انسان مؤمن مانند هر رفتار اختیاری دیگری نیازمند سلوک اخلاقی است تا انسان را به هدف دنیوی (مثل موفقیت و آرامش) و اهداف اخروی (مثل سعادت و پاداش) برساند. کسب درآمد و به‌دنبال آن مصرف و پس‌انداز باید مبتنی بر یک‌سری دستورات اخلاقی باشد، چراکه رفتارهای غیراخلاقی، مانند طمع، حرص و زیاده‌روی و بی‌نظمی، مانع رسیدن به اهداف مذکور می‌شوند. برای نمونه، طمع می‌تواند تمام درآمد انسان یا پس‌انداز انسان را صفر کند. جمله معروفی در بازارهای مالی (مثل بورس و فارکس) هست که «۲۰ درصد آموزش و ۸۰ درصد روان‌شناسی بازار». عمده روان‌شناسی بازار نیز معطوف به مدیریت طمع به عنوان یک رذیله اخلاقی است.

چگونه طمع خودم و هوس خام زود پولدار شدن ناشی از آن را مدیریت کنم تا ضمن ریسک‌پذیری در کسب‌وکار، بتوانم سرمایه‌ام و مهم‌تر از آن انرژی روانی و استحکام شخصیت‌م را حفظ کنم؟

۱. درآمد

درآمد عبارت است از همه وجوه و ارزش کالاهایی که در دوره زمانی معینی به یک فرد، گروه، بنگاه اقتصادی یا دولت تعلق می‌گیرند.^۱ رفتارهای اقتصادی در حوزه درآمد بایستی همراه با انضباط مالی، مسئولیت‌پذیری و قاطعیت باشند. در ادامه، این سه مولفه اخلاقی در بخش درآمد تبیین می‌شوند.

۱-۱. انضباط مالی

انضباط مالی مستلزم برنامه‌ریزی مالی است. مشغول شدن به برنامه‌های کوچک موجب

۱. سیاوش مریدی و علیرضا نوروزی، فرهنگ اقتصادی، ص ۳۴۳.

فراموش کردن اصول اساسی برنامه‌ریزی مالی در زندگی می‌شود و عامل از دست رفتن فرصت مناسب در کسب درآمد درست است. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «مَنْ أَخَّرَ الْفُرْصَةَ عَنْ وَقْتِهَا فَلَيْكُنْ عَلَى ثِقَةٍ مِنْ فَوْتِهَا»^۱ هرکس در فرصت معین و مناسب، به وظیفه واقعی خویش عمل نکرد مطمئن باشد فرصت را از دست داده است (و به هدف نخواهد رسید).

برنامه‌ریزی مالی عبارت از ایجاد، تخصیص یا کاربرد بهینه منابع موجود در زندگی (اعم از وقت، تجربه، سرمایه مالی، دانش و...) برای رسیدن به اهداف ارزشمندی در بخش‌های زیر است:

- برنامه‌ریزی سرمایه‌گذاری؛^۲
- برنامه‌ریزی بازنشستگی؛^۳
- برنامه‌ریزی تحصیلی؛^۴
- برنامه‌ریزی دارایی‌ها؛^۵
- برنامه‌ریزی بیمه؛^۶
- برنامه‌ریزی مالیاتی؛^۷
- مدیریت نقدینگی؛^۸
- مدیریت بدهی‌ها.^۹

انضباط کاری در مدیریت هریک از بخش‌های برنامه‌ریزی مالی نیازمند دانش تخصصی است، اما آنچه از منظر اخلاقی می‌توان گفت این است که برنامه‌ریزی مالی مناسب و خوب دارای دو خصوصیت است:

اول، انطباق با واقعیت‌ها؛

دوم، انعطاف‌پذیری.

۱. تمیمی آمدی و جلال‌الدین محدث، شرح غررالحکم خوانساری، ج ۵، ص ۳۷۰.

2. Investment Planning
3. Retirement Planning
4. Educational Planning
5. Estate Planning
6. Insurance Planning
7. Tax Planning
8. Cash Management
9. Debt Management

انطباق با واقعیت فرد را از رذایل اخلاقی، مانند طمع و حرص، دور می‌کند. وقتی من با ملاحظه موقعیت شغلی، توانایی و تلاش خود، یک مسیر مالی را انتخاب می‌کنم، باید بدانم که قانون این است که بهره‌برداری من به میزان تلاشم خواهد بود. لذا حرص و طمع من کمتر می‌شود.

یک چالش اخلاقی

به اقتضای قانون الهی «وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى»^۱، هرکس براساس سعی و تلاش خود بهره می‌برد، اما برخی از تجربه‌های زیسته ما نشان می‌دهند افرادی وجود دارند که بدون سعی و تلاش، ظاهراً به بهره‌های زیادی از دنیا رسیده‌اند. آیا کلیت این قانون زیر سؤال می‌رود یا باید تحلیل دیگری ارائه داد؟

برنامه‌ریزی مالی به شرایط بیرونی زیادی بستگی دارد که در اختیار ما نیستند. از این رو، برنامه‌ریزی باید انعطاف‌پذیر هم باشد تا بتوان در شرایط پیش‌بینی‌ناپذیر، مدیریت درستی داشت. رذایل اخلاقی، مانند لجاجت و یک‌دندگی، تعصب، عجب و خودستایی، باعث می‌شوند که فرد فاقد انعطاف‌پذیری فکری لازم باشد و در نتیجه، برنامه خود را در بستر شرایط سیال و متغیر بازار منعطف نسازد و زمام کار را از دست بدهد و زیان کند.

♦ تمرین

براساس روش‌های خودنظم‌بخشی انسان، تکنیک‌هایی را برای بحث انضباط مالی بنویسید.

۱-۲. مسئولیت‌پذیری

انسان اخلاقی در برابر همه شئون ارتباطی و زندگی، خویش را مسئول می‌داند. مسئولیت‌پذیری در بحث کسب درآمد مانع از کسب درآمد انسان از هر منبعی است. کسی که خود را مسلمان می‌داند، براساس اصل مسئولیت‌پذیری اخلاقی، رفتارهای اقتصادی‌اش را در حوزه درآمد منطبق بر دیدگاه‌های شریعت اسلامی می‌داند. در ادامه، برخی از قواعد فقهی در حوزه درآمدزایی گزارش می‌شود:

۱. در سال باید بخشی از اضافه درآمد خود را برای کمک به زندگی نیازمندان مصرف کنیم (مصادیقی مانند خمس، زکات، صدقه مستحبی و کفاره از این قبیل‌اند).

۱. سوره نجم، آیه ۳۹.

۲. در بازار کار، اگر عامل عین مال صاحب کار را از بین ببرد، ضامن است. اگر صاحب کار قدرت کار و منافع عامل را از بین ببرد، ضامن خواهد بود (معروف به قاعده اتلاف).
۳. هرگونه وضعیت حاکم بر بازار کار که اجرای آن برای نیروی کار مشقت فوق العاده داشته باشد، مثل زیاد بودن ساعت کار، نامناسب بودن وضعیت کار و رعایت نکردن مسائل بهداشتی و امنیتی و دستمزد کم، باید لغو شود و در بازاری که افراد متدین هستند، چنین وضعی هرگز تحقق نمی یابد (معروف به قاعده نفی عسر و حرج).
۴. در بازار کار، به جز مشاغل محدودی که برای جامعه ضرر دارند و در شرع حرام شده اند، مسلمان می تواند از میان هزارها نوع شغل، هرکدام را که مایل است برگزیند. وجود آزادی در انتخاب مشاغل باعث شکوفایی خلاقیت و استعدادهای فراوان می شود (معروف به قاعده آزادی و عدم اکراه).

شاخص های کلان شریعت اسلامی درباره منبع درآمد

۱. براساس تعالیم اسلام، خرید و فروش محرّمات (اموری که از نظر شرع و دین حرام است) و مواد مضر و غیر قابل استفاده عقلایی ممنوع است.
۲. رباخواری و غصب حق و مال دیگران ممنوع است.
۳. اجحاف و فریب دادن دیگران در معاملات خلاف است.
۴. کم کاری و کم فروشی و کمک به ستمکاران و اهداف ویرانگر آنان و در خدمت آنان بودن ممنوع است.

۱-۳. قاطعیت

در حوزه کسب و کار و درآمد، پس از تصمیم بر ورود به یک عرصه مالی، با توجه به احراز شرایطی همچون تخصص، مشورت و بررسی جوانب کار، تزلزل و ترس و لرز معنایی ندارد و نیازمند قاطعیت در تصمیم گیری هستیم. در ریسک پذیری در مسائل مالی، ضمن ملاحظه قواعد خاص خود، نیازمند قاطعیت در تصمیم نیز هستیم. ثبات قدم و عزم راسخ پیش نیاز پدیده مهم دیگری نیز هست که جوامع امروزی به شدت بدان نیازمندند و آن خلاقیت و نوآوری است. امروزه ایده های خلاق از مهم ترین پیشران های اقتصادهای پویا و مولد و شکوفا به شمار می روند. روشن است که نوآوری و خلاقیت نیازمند جسارت عبور از روزمرگی و تکرارها و عادت ها و بسته اندیشی ها است.

آنچه مانع از تصمیم‌گیری و قاطعیت می‌شود سستی و تنبلی و عادات بد است. افراد بی‌اراده خود را به پیشامدهای زندگی عادت می‌دهند و خود را موظف به انجام کارهای تکراری می‌دانند. این‌گونه افراد از ظرفیت‌های بزرگ عقل خویش برای بهره‌گیری بهتر از زندگی استفاده نمی‌کنند. ترس نیز از جمله موارد مهمی است که مانع تصمیم‌گیری می‌شود. به جرئت می‌توان گفت ترس، قوی‌ترین انگیزه منفی و بزرگ‌ترین مانع پیشرفت زندگی است. ترس مانع فعالیت، وحشت‌آفرین و سدکننده راه است. ترس طرح‌ها را ویران می‌سازد و رسیدن به هدف را با شکست مواجه می‌کند.^۱

تمرین قاطعیت

۱. قاطعیت مانند هر مهارت دیگر به تمرین و تکرار نیاز دارد. پس بهتر است تصمیماتی ساده را انتخاب کنید که ممکن است نتایج اندک و ساده‌ای نیز به دنبال داشته باشند. آن قدر این تمرین را تکرار کنید تا بتوانید در کمترین زمان ممکن، تصمیم بگیرید.

۲. تأیید منفی: برای نشان دادن قاطعیت بیشتر در زندگی با دیگران باید بتوانیم با انتقاد دیگران روبه‌رو شویم. گاهی ممکن است اشتباهاتی از ما سر بزنند. برای برخورد درست با اشتباهاتی که می‌کنید، باید به روشی تجهیز شوید و بدانید که اشتباه تقصیر نیست. اگر در مواجهه با اشتباه، به شیوه قاطعیت مجهز نباشید، تحت تأثیر احساس تقصیر و اضطراب از ناحیه دیگران، زیر سلطه می‌روید یا حالت تدافعی می‌گیرید و منکر اشتباه خود می‌شوید و به اصطلاح، برای عقب نماندن، شما هم از انتقادکننده انتقاد می‌کنید و در هر حال، حال و روزتان از آنچه هست، بدتر می‌شود.

واکنش درست در برابر اشتباه چیست؟ خیلی ساده است: اشتباه. جز اشتباه، چیز دیگری نیست و باید آن را به همین شکل بپذیرید. نام این روش «تأیید منفی» است. برای مواجهه حساب شده با اشتباه، می‌توان از آن استفاده کرد. اگر اشتباهی را مرتکب شدید یا با واکنش منتقدانه‌ای روبه‌رو شدید، خیلی ساده آن را بپذیرید و انتقادکننده را تأیید کنید. مثلاً اگر کسی گفت «خوب پیشرفت نمی‌کنی»، در پاسخ بگویید «بله، حق با شماست، جدیت لازم را به خرج ندادم» (تأیید منفی).^۲

۱. دنیس ویلتی، روان‌شناسی پیروزی، ص ۱۱۷.

۲. نامعلوم، «روی حرف خود بایستید: آشنایی با مهارت‌های ابراز قاطعیت و جرئت‌مندی»، مجله پرسمان، ش ۵۸.

ثروت منبع درآمد است و درآمد خالص (درآمد منهای استهلاک) به دو منظور استفاده می‌شود؛ بخشی از آن به انباشتن ثروت و پس‌انداز اختصاص می‌یابد و بخش دیگر صرف کسب رفاه یا لذت یا اهداف دیگری مثل کسب منزلت اجتماعی یا جبران خلأهای عاطفی می‌شود. برخی آن قسمت از درآمد را که صرف به دست آوردن لذت می‌گردد «مصرف» نامیده‌اند.^۱

پیشنهاد ارائه شده در نمایش‌نامه آرتور میلر (اول درس) بیانگر یک واقعیت در عصر جدید است و آن هویت‌یابی انسان مدرن با استفاده از رفتارهای اقتصادی‌ای مثل خرید و مصرف است. کسب منزلت اجتماعی، پر کردن خلأهای عاطفی، کسب رفاه، و لذت‌خواهی در زندگی شخصی، از جمله اهدافی هستند که مصرف را در زندگی فردی انسان امروز مهم جلوه می‌دهند. این سطح از اهمیت، بروز رفتارهای افراطی و تجملی در مصرف را به دنبال خواهد داشت.

فضیلت‌های اخلاقی می‌توانند افراط و تجمل‌گرایی در مصرف را مدیریت کنند. سه فضیلت اعتدال، بخشش و اولویت‌بندی در مصرف، ضمن تقویت این نگرش که «مصرف نباید هویت‌بخش باشد، بلکه باید تابع هویت اصیل فرد باشد»، موجب مدیریت الگوی مصرف نیز می‌شوند.

با توجه به دستورها و تعالیم اسلامی درباره چگونگی مصرف، می‌توان نتیجه گرفت که میان مصرف و مصرف‌گرایی در جامعه تفاوت وجود دارد، چون اقتصاددانان معتقدند مصرف عاملی مؤثر در تولید و رشد و توسعه اقتصادی است، اما مصرف‌گرایی باعث هدر رفتن منابع ملی می‌شود.

۲-۱. اعتدال (دوری از مصرف افراطی)

دوری از مصرف افراطی به مسئله‌ای جهانی بدل شده است. نگرش‌های پیامدگرایانه و وظیفه‌گرایانه در اخلاق مصرف، مسئولیت‌های افراد در برابر دیگر موجودات را گوشزد می‌کنند و اصولی پیشگیرانه را در حوزه مصرف مدنظر قرار می‌دهند:

۱. قدیری اصل، *کلیات علم اقتصاد*، ص ۲۷۴.

۱. الگوهای فعلی مصرف انرژی، با عواقبی ناشناخته اما بالقوه فاجعه بار برای حیات بشر، در حال گرم کردن زمین هستند.

۲. انسان‌ها موظف‌اند منابع حیاتی (نظیر آب، هوا و غذا) را بی‌کم‌وکاست به نسل‌های آینده بسپارند.

۳. بشر امروزی وظیفه دارد به میزان قابل‌توجهی مصرف انرژی را کاهش دهد.^۱ در نگاه دینی، قناعت در کنار غنا و ثروت، از عواملی است که زندگی را گوارا می‌سازد. باوجود این، ثروت بدون قناعت گوارایی زندگی را نخواهد چشاند. جامعه مصرف‌گرایی که قناعت‌پیشه نیست رضایت خاطر شهروندان خود را برآورده نمی‌کند. از همین روست که از منظر آموزه‌های اسلامی، زندگی پاک و حیات طیبه بشری حیاتی است که روح قناعت در آن دمیده شده باشد. قناعت از مفاسد ناشی از حرص و آز ثروت‌اندوزی می‌کاهد و از زیان‌های اقتصادی جلوگیری می‌کند و مخارج مازاد را در مشارکت‌های اجتماعی - اقتصادی به‌کار می‌بندد.

حد مطلوب بهره‌مندی و استفاده از نعمت‌های الهی آن است که همراه با رعایت اعتدال و به‌قدر کفاف باشد. اعتدال و قناعت در مصرف موجب بقای نعمت و پدیدآورنده می‌شود و زمینه مناسبی برای رشد صفات و کمالات معنوی در انسان است. ازجمله آموزه‌های سیره معصومین (ع) این است که انسان تولید و انفاق زیاد داشته باشد، ولی در مصرف شخصی به حداقل قناعت کند. هدف از تلاش برای تولید در سیره آن بزرگواران ارتقای سطح معیشت مردم بود. آنان با تولید بیشتر، کمترین بهره‌برداری و استفاده شخصی را داشتند. امام کاظم (ع) درباره اعتدال در مصرف می‌فرماید: «وَمَنْ اقْتَصَدَ وَ قَبِعَ بَقِيَّتَ عَلَيْهِ النِّعْمَةُ وَ مَنْ بَذَرَ وَ اَسْرَفَ زَالَتْ عَنْهُ النِّعْمَةُ»^۲ هرکس میانه‌روی و اعتدال را رعایت کند و قانع باشد، نعمت برای او باقی خواهد ماند، و هرکس اسراف کند، نعمت از دستش خواهد رفت.»

مصرف اخلاقی

بحران مصرف‌گرایی به مثابه یکی از لوازم فرهنگ سرمایه‌داری مدرن، اکنون جهان را در حالت بحرانی قرار داده و اندیشمندان غربی را نیز به هراس انداخته است، تا جایی که برخی بدان واکنش نشان داده‌اند. فیلسوف اخلاق

۱. به نقل از: علی‌اصغر هاشم‌زاده، «مصرف به مثابه فعل اخلاقی»، ص ۸۳.

۲. علامه مجلسی، بحارالانوار، ج ۸۷، ص ۳۲۷.

معاصر، پیتیر سینگر، در کتاب چگونه زندگی کنیم؟ اخلاق در عصر منفعت شخصی، چنین می نویسد:

«ثروتمندان غربی باید در خودداری از مصرف بیهوده و سبکسرانه، پیش قدم باشند و منابع ذخیره شده از محل مصرف بهینه را برای رهایی از فقر جهانی اختصاص دهند. میزان بالای مصرف (معضل بزرگ جوامع امروزی) به تخصیص نادرست و کاهش منابع و نابودی جهان منجر خواهد شد.»^۱

بخشش ۲-۲

یکی از راهکارهای جلوگیری از وسوسه پذیری برای مصرف زدگی و جلوه های آن، مانند تجمل گرایی، چشم و هم چشمی در مدگرایی، ریخت و پاش و اسراف و...، انفاق و بخشش مال است. خداوند در قرآن کریم انسان را به دو چیز امر کرده است: عدل و احسان.

﴿إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَاءِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَيَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ﴾^۲

«همانا خدا (خلق را) به عدل و احسان فرمان می دهد و به بذل و عطای خویشاوندان امر می کند و از افعال زشت و منکر و ظلم نهی می کند و به شما پند می دهد، باشد که موعظه خدا را بپذیرید.»

بخشش و انفاق آرامش و شادی را به انسان هدیه می کند. انسانی که دارایی ها و اموال خویش را مخفیانه و آشکارا در راه خدا می بخشد و در این مسیر منت و آزاری نمی رساند خداوند برای وی پاداشی بزرگ در نظر گرفته است؛ بیم و اندوه را از دل او برمی کند و در عوض، آرامش و شادی را جایگزین می کند: «الَّذِينَ يُتَّقُونَ أَمْوَالَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ثُمَّ لَا يَتَّبِعُونَ مَا أَنْفَقُوا مَنًّا وَلَا أَذًى لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ»^۳ کسانی که اموال خویش را در راه خدا انفاق می کنند و بعد این انفاق خود را با منت یا اذیتی همراه نمی کنند، پاداش آنان نزد پروردگارشان است و نه ترسی دارند و نه غمی.»

آرامش و شادی اثری درونی است که برای خود فرد ایجاد می شود، ولی بخشش از آنجا که در ارتباط با دیگران انجام می شود و نیازهای دیگران مدنظر قرار می گیرد، آثار

1. Singer, *How are We to Live? Ethics in the Age of Self-Interest*, p.45-64.

۲. سوره نحل، آیه ۹۰.

۳. سوره بقره، آیه ۲۶۲.

شفابخشی در حوزه روابط انسانی دارد. نزدیک کردن دل‌ها به یکدیگر (به تعبیر قرآنی: تألیف قلوب) و سلامت اجتماعی و پر کردن بخشی از شکاف طبقاتی و تسهیل زندگی برای محرومان از جمله آثار جمعی و مؤثر در بخشش است که در نهایت رفتارهای اقتصادی فرد در حوزه مصرف را نیز کنترل و هدایت می‌کند. درواقع، یکی از پیامدهای بخشش در روابط اجتماعی، رشد و به دنبال آن سلامت اجتماعی است. در قرآن کریم، تطهیر و تزکیه دو پیامد انفاق و بخشش به شمار رفته‌اند: «خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ وَاللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ»^۱ از اموالشان زکات بگیر تا به این وسیله پاکشان کنی و (اموالشان را) رشد دهی، و درباره آنان دعای خیر کن که دعای تو مایه آرامش آنان است و خدا شنوا و داناست.»

«تزکیه» به معانی «برکت در مال»، «رشد اجتماعی انسان»، «رشد فکری» و «رشد اخلاق زیبا» به کار رفته است.^۲ در تبیین تأثیر بخشش بر سلامت و رشد اجتماع باید گفت بخشش رفتاری بیرونی است که بیانگر صفتی درونی است و این صفت درونی مقدماتی دارد. توجه به نیازهای دیگران، دغدغه نسبت به دیگران و وضعیت اجتماعی و اقتصادی آن‌ها، از جمله نگرش‌هایی است که رفتار بیرونی بخشش را شکل می‌دهد. خروج از خود و توجه به دیگران به معنای خروج از خودخواهی و قدم گذاشتن به مسیر انسانیت است. تکرار این عمل (بخشش) دیگرگرایی را در انسان نهادینه می‌کند و اینجاست که رفتارهای اقتصادی فرد براساس خودخواهی پایه‌ریزی نمی‌شود و این به معنای رشد و سلامت اجتماعی در فرد و دوری از مصرف افراطی و مسرفانه است.

۳-۲. اولویت‌بندی در مصرف

محدودیت درآمد و امکانات موجود از یک سو و مخارج و هزینه‌های سنگین و نیازهای گوناگون زندگی از سوی دیگر موجب می‌شود که پاسخ‌گویی به همه آن‌ها مقدور نباشد. از همین رو، تدبیر معیشت اقتضا می‌کند که هزینه‌های زندگی اولویت‌گذاری و طبقه‌بندی شوند و براساس آن، هزینه‌ها برای تأمین نیازهای ضروری و محوری تمرکز یابند و اهداف فرعی و کم‌اهمیت در ردیف‌های بعدی قرار گیرند. این مسئله وقتی خود را نشان می‌دهد

۱. سوره توبه، آیه ۱۰۳.

۲. علامه طباطبایی، تفسیر المیزان، ج ۹، ص ۳۷۷؛ ابن عجبیه، البحر المدید، ج ۲، ص ۴۲۵؛ حقی بروسوی، روح البیان، ج ۳، ص ۴۹۶.

که فرد با تنوع زیاد مصارف مادی و فرهنگی مواجه است. مثلاً در خرید گوشی تلفن، انتخابی باید داشته باشد تا بتواند نیاز ضروری دیگری را نیز برآورده کند. اینجاست که از خرید گوشی برند اول دست برمی‌دارد و به مدل پایین‌تری با همان امکانات بسنده می‌کند.

برندپوشی وسیله‌ای برای خودنمایی و جلوه‌فروشی و پرکردن جیب شرکت‌های تجاری بزرگ است.

در اولویت‌بندی و طبقه‌بندی هزینه‌ها، دو چیز امکان تصمیم‌گیری خردمندانه را فراهم می‌کند:

۱. عمل آگاهانه و شناخت ضروریات زندگی؛

۲. داشتن اطلاعات کافی دربارهٔ قیمت کالا و خدمات.

مدیریت خردمندانهٔ هزینه‌ها در خانواده‌های کم‌درآمد با توجه به تورم موجود دشوار است و نداشتن آگاهی و دانش کافی زیان وارد می‌کند. این موضوع در خانواده‌های پردرآمد در کوتاه‌مدت زیان هنگفتی وارد نمی‌کند، ولی در درازمدت پیامدهای شکنندهٔ آن برای اقتصاد خانوار آشکار خواهد شد.

۳. پس‌انداز

پس‌انداز به عنوان یک رفتار اقتصادی، از منظر اخلاقی باید هدفمند و پیش‌بینی‌پذیر باشد.

۳-۱. پس‌انداز هدفمند

با توجه به اهدافی که دربارهٔ امر پس‌انداز مطرح است، دو گونه پس‌انداز قابل‌تصویر است: الف. پس‌انداز خوب: اگر به هدف منطقی و عقلایی برای حفظ عزت نفس و آبروی مؤمن نزد دیگران، پیشگیری از ابتلا به فقر، توسعهٔ امکانات برای اهل و عیال در آینده، انجام واجبات و امور خیر (از قبیل وقف، انفاق، راه‌سازی، آب‌رسانی، احداث پل، مدرسه، بیمارستان و...) باشد، پس‌انداز خوب و اخلاقی است.

ب. پس‌انداز بد: اگر هدف از پس‌انداز و جمع‌آوری اموال ثروت‌اندوزی، احتکار و پرداخت نکردن حقوق واجب مالی و رقابت برای مولتی‌میلیاردر شدن و ثبت در فلان فهرست منطقه‌ای یا جهانی و درنهایت مباحثات و فخرفروشی و... باشد، پس‌انداز غیراخلاقی و بد

خواهد بود، چراکه این امر سبب می‌شود سرمایه‌ها در راه‌های مورد رضایت الهی به جریان نیفتند و هرگاه بندگان خدا به او نیازمند شدند، به آن‌ها دسترسی نداشته باشند. این شیوه از پس انداز در روش اقتصادی گروهی از متولیان دین یهود از زبان قرآن گزارش شده است: «الَّذِينَ يَكْنِزُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلَا يَنْفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ - فَبَشِّرْهُمْ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ؛^۱ کسانی که طلا و نقره را گنجینه و ذخیره می‌کنند و در راه خدا انفاق نمی‌کنند، آن‌ها را به عذابی دردناک بشارت ده.»

البته این امر به زراندوزان قوم یهود اختصاص ندارد، بلکه هر انسانی که ذخیره‌سازی ثروت را به گونه‌ای انجام دهد که مانع از انفاق و بخشش شود در این دنیا از وجدان آسوده و آرامش روحی عمیق و لذت زندگی باشرافت و معنوی محروم می‌گردد و در آخرت از رضایت خداوند دور خواهد ماند و سزای دردناکی خواهد دید.

۳-۲. پیش‌بینی‌پذیری

رفتارهای اقتصادی فرد باید به گونه‌ای باشد که از نظر دیگران، مثلاً اعضای خانواده، پیش‌بینی‌پذیر باشد و بتوانند به وی اعتماد کنند. منشأ این اصل مسئولیت‌پذیری اخلاقی در فرد است. روحیه ذخیره ثروت و پول باید به گونه‌ای باشد که دیگران بتوانند پیش‌بینی کنند که آیا پدر خانه یا سرپرست خانواده هزینه‌های زندگی شخصی او را پرداخت خواهد کرد یا نه.

فردی جمله جالبی می‌گفت: «بعضی از ما یک عمر گدا زندگی می‌کنیم که خدای ناکرده گدا نشویم.» رفتارهای نامتوازن و غیرمنطقی در دخل و خرج زندگی، پس‌اندازهای غیرمتعارف و... مانع از مدیریت درست معیشت خواهند شد و بروز رفتارهای غیراخلاقی را به دنبال خواهند داشت.

♦ پرسش‌های درس

۱. نگرش دین درباره پول و ثروت را تبیین کنید.
۲. قواعد اخلاقی در معیشت ناظر به درآمد و کسب و کار را بنویسید.
۳. قواعد اخلاقی در معیشت ناظر به مصرف را بنویسید.
۴. قواعد اخلاقی در معیشت ناظر به پس‌انداز را بنویسید.
۵. چگونگی دلالت بخشش بر مدیریت مصرف را تبیین کنید.

۱. سوره توبه، آیه ۳۴.

♦ پژوهش

براساس قواعد اخلاقی مذکور در درس و تکنیک‌های مدیریت مالی در زندگی خود، یک الگوواره مالی برای خود ترسیم کنید و در کلاس با الگوواره مالی دیگران مقایسه کنید.

♦ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱. داگلاس، مارک. (بی‌تا). معامله‌گر منضبط. تهران: چالش.
۲. فاضلی، محمد. (۱۳۸۲). مصرف و سبک زندگی. تهران: علمی و فرهنگی.
۳. فعالی، محمدتقی. (بی‌تا). راز ثروت. قم: تیماس.
۴. مقدسی، یدالله. (بی‌تا). سبک معیشت معصومان علیهم‌السلام. قم: بوستان کتاب.

درس نهم:

اخلاق معاشرت (۱)

اهداف درس

۱	آشنایی با سبک‌ها، پیش‌نیازها و مهارت‌های معاشرت؛
۲	آشنایی با اصول اخلاقی در معاشرت با دیگران؛
۳	توانمندسازی در آغاز، ادامه و پایان ارتباط کلامی اخلاق مدار.

چگونه به او بگوییم؟

به این داستان توجه کنید: فرض کنید زن جوانی که شوهرش را از دست داده و یگانه امید و پناهگاه عاطفی‌اش فرزند ده‌ساله اوست یک‌باره با بی‌قراری و درد شدید فرزند مواجه شود و او را به درمانگاه برساند. این فرزند در شرایطی که مادر در اتاق انتظار نگران نتیجه معاینه اوست فوت شود. تجسم کنید جسد فرزند روی تخت معاینه است و مادر پشت در چشم‌انتظار است، اما مطلقاً تصور چنین چیزی را ندارد.^۱

پزشک چگونه باید موضوع را به مادر بگوید؟

ایجاد ارتباط کلامی در این موقعیت برای پزشک و نزدیکان آن زن بسیار دشوار خواهد بود. این نمونه و مثال‌های زیادی از این دست نشان می‌دهند که ارتباط از آنچه فکر می‌کنیم بسیار سخت‌تر است و تحلیل ارتباط به انتقال پیام، ساده‌انگاری در تعریف است. در ارتباط و معاشرت با شخص دیگر، نیازمند شناخت وضعیت شخص برای انتقال مناسب و مفید هستیم. اخلاق می‌تواند ما را در این امر یاری رساند. از این رو، نخست هدف از ایجاد ارتباط را بررسی می‌کنیم و سپس به سبک‌ها، پیش‌نیازها و اخلاق و مهارت‌های معاشرت می‌پردازیم.

۱. هدف از معاشرت چیست؟

برخی از اهدافی که می‌توان برای برقراری معاشرت متصور شد عبارت‌اند از:

- برقراری ارتباط برای شناخت و کشف خویش؛

۱. مهدی محسنیان، وره چهارم، شلزام، راد، ارتباط‌شناسی، ص ۴۰.

- ایجاد ارتباط برای شناخت دیگران از خود و کم کردن ابهام و تردید آن‌ها؛
- برقراری رابطه برای استفاده از دانش یا مهارت یا تجربه دیگری؛
- ایجاد ارتباط برای سهیم کردن دیگران در موفقیت‌ها و کمک به آن‌ها؛
- برقراری ارتباط برای تأثیر گذاشتن بر دیگران؛
- ایجاد ارتباط برای فراغت، تفریح و لذت.

توجه به هدف در برقراری ارتباط میزان ارتباط مؤثر و سالم را افزایش می‌دهد.

۲. سبک‌های ارتباطی معاشرتی

خداوند در آیه ۸۳ سوره بقره می‌فرماید: «وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا»^۱ با مردم به زبان خوش سخن بگویید.

تعبیر «حسن» در این آیه شریفه می‌تواند مستلزم این باشد که ارتباط مبتنی بر حسن نیازمند شناختی درست و کافی از طرف ارتباط است. تأثیرگذاری بر او نیازمند ایجاد ارتباطی منطقی و درست است. شناخت سبک معاشرت فرد دقت در تصمیم‌گیری را افزایش می‌دهد و رفتارهای ما نسبت به او را پیش‌بینی‌پذیر می‌کند. در ادامه، نمونه‌هایی از این سبک‌ها را بررسی می‌کنیم.

۲-۱. سودجویانه و فریب‌کارانه

برخی از افراد فقط یک اصل را در زندگی خود قبول دارند: «اصل سود»، آن‌هم نه سود و منفعت عمومی، بلکه سود و منفعت شخصی. برخی از انگاره‌ها و پندواره‌های برآمده از این اصل که در ادبیات متعارف کف خیابانی شنیده می‌شوند برآمده از همین اصل بنیادین این افراد هستند:

- کلاه خودت رو بچسب که باد نبره.

- خودت رو بچسب، بقیه رو رها کن.

- این کار رو بکنم، چی برام داره؟

تعامل براساس سود و منفعت شخصی، راه را برای فریب‌کاری و دروغ باز می‌کند. توجه به

۱. سوره بقره، آیه ۸۳.

این مسئله واضح است که سخن برسر حاکمیت این اصل در ارتباط فرد است، نه این که اصلاً با محاسبه سود در ارتباط نباشد. حاکمیت این اصل خود را در موارد تعارض منافع نشان می‌دهد. فرض کنید دوست شما قرارداد پروژه‌ای را بسته و شما را به عنوان همکار پروژه به همکاری دعوت کرده است. از بقیه شنیده‌اید که فلانی در مسائل مالی، منافع خودش را می‌بیند و توجهی به حقوق دیگران ندارد. هنگام تسویه حساب، این رفتار را تجربه می‌کنید. در چنین وضعیتی، شناخت سبک تعاملی فرد می‌تواند به شما در پیش‌بینی این رفتار و محکم‌کاری‌هایی مانند قرارداد مکتوب یا گرفتن شاهد و... کمک کند.

پیش‌نیازهای معاشرت مطلوب به همراه مهارت‌های ارتباطی، موجب مواجهه درست با افرادی می‌شود که این سبک تعاملی را دارند.

۲-۲. صادقانه و محترمانه

افرادی در زندگی خویش براساس صداقت و احترام با دیگران ارتباط برقرار می‌کنند. منشأ این اساس می‌تواند مذهب یا چیز دیگری باشد. در سنت دینی ما، رهبران دینی برای افراد سخی احترام زیادی قائل می‌شدند. نمونه بارز و بارها شنیده شده آن حاتم طائی است. از منظر دینی، کارکرد صداقت در ارتباط به مثابه شالوده روابط است و وقتی نمایان می‌شود که به مسئله اعتماد اجتماعی بیندیشیم. به طیف گوناگونی از اعتمادهای من دقت کنید: - اعتماد به این که شما با من منصفانه رفتار می‌کنید و به منافع من علاقه‌مندید و به من آسیبی نمی‌رسانید.

- اگر به حرف شما اعتماد نکنم، آیا می‌توانم اعتمادی خالصانه به سه اعتماد مندرج در گزاره بالا داشته باشم (منصفانه، علاقه‌مند و فاقد آسیب)؟

- اگر به راست‌گویی دیگران اعتماد نداشته باشیم، آیا هیچ راهی هست که انصاف و نیات آن‌ها را برای یاری دادن یا آسیب رساندن ارزیابی کنیم؟

اعتماد فضایی است که این امور در آن شکوفایی شوند و این ارتباط صادقانه است که این اعتماد را می‌سازد. شاید بارها در محیط اطراف خویش شنیده باشیم که «دروغ می‌گویند» و این یعنی از بین رفتن اعتماد در تعاملات اجتماعی و احساس ناامنی روانی. در متون دینی ما، ارتباط انسان با انسان با احترام و صداقت عجین شده است. در روایات اهل بیت (علیهم السلام)

به قدری بر صداقت تأکید شده است که می شود گفت کلید سعادت در صداقت است. امام صادق علیه السلام می فرماید: «لَا تَغْتَرُّوا بِصَلَاتِهِمْ وَلَا بِصِيَامِهِمْ؛ فَإِنَّ الرَّجُلَ زُبْمًا لِهَجٍّ بِالصَّلَاةِ وَالصَّوْمِ حَتَّى لَوْ تَرَكَهُ اسْتَوْحَشَ، وَلَكِنْ اخْتَبِرُوهُمْ عِنْدَ صَدَقِ الْحَدِيثِ وَأَدَاءِ الْأَمَانَةِ؛ فَرِيبَ نَمَازٍ وَرُوزَةٍ» مردم را نخورید، زیرا آدمی گاه چنان به نماز و روزه خو می کند که اگر آن ها را ترک گوید، احساس ترس می کند، بلکه آن ها را به راست گویی و امانت داری بیازماید.»

❁ ۲-۳. خیرخواهانه و سازنده

قطعا آدم هایی را در طول زندگی دیده اید که خیرخواه دیگران هستند، بخشش و خیرخواهی اصل بنیادین در زندگی آن ها است و به دنبال حل درد دیگران اند، حتی اگر خود دردی به مراتب بزرگ تر داشته باشند. در این سبک ارتباطی معاشرتی، فرد نه براساس عدالت، که براساس احسان، با دیگران ارتباط برقرار می کند. رفتار عادلانه به ما می گوید این فرد به دلیل انجام ندادن وظایفش مستحق فلان هدیه نیست، ولی رفتار محسانانه به ما می گوید به چنین فردی نیز هدیه بده تا او رفتارش را تغییر دهد.

وقتی در خوابگاه بیش از آنچه انتظار می رود، برای رفیقت وقت می گذاری تا مطلب درس دیروز را بفهمد یا به دنبال حل مشکل خانوادگی اش می روی، رفتاری خیرخواهانه انجام داده ای و اینجاست که خداوند در قرآن می فرماید: «وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ»^۱ و نیکویی کنید که خدا نیکوکاران را دوست می دارد.»

❁ ۲-۴. فداکارانه و ایثارگرانه

شدت خیرخواهی در ارتباط با دیگران سمت و سوی فداکاری و ایثار را پیدا می کند. یکی از ادله مهم جایگاه بلند و بی نظیر پدر و مادر، همین رفتارهای فداکارانه آن ها برای فرزندان است. مصداق بارز و تجربه شده این سبک تعاملی «مادر» است. مادر بدون ملاحظه کوچک ترین نفع شخصی، همه هستی خویش را در مسیر رشد و تعالی فرزندش قرار می دهد. در فرهنگ دینی، ارزشمندی مقام شهید به همین دلیل است، چراکه شهید از بالاترین مرتبه خودخواهی - یعنی لذت در حیات دنیوی - می گذرد تا دیگران در این دنیا، هم بهتر زندگی کنند و هم مسیر خوشبختی را بیابند.

۱. شیخ کلینی، اصول کافی، ج ۲، ص ۱۰۴.

۲. سوره بقره، آیه ۱۹۵.

در این سبک از معاشرت، فرد حتی بدون ملاحظه کوچک‌ترین نفع شخصی، بالاترین عنصر حیاتی خویش - یعنی آبرو و حیات - خود را برای رفع نیاز دیگری در معرض خطر قرار می‌دهد. این سبک معاشرتی بیشتر در انسان‌های الهی با انگیزه‌های الهی یافت می‌شود. دوستی‌هایی که با انگیزه الهی شکل گرفته‌اند تجربه رفتارهای فداکارانه و ایثارگرانه را خواهند داشت. نمونه‌هایی از این سبک‌های معاشرتی در تجربه‌های رزمندگان هشت سال دفاع مقدس در لابه‌لای خاطرات آدم‌های آن روزگار نقل شده‌است.

دو رفتار زیر را براساس هریک از سبک‌های معاشرتی خواسته شده تحلیل کنید:
رفتار اول: راننده اتوبوس واحدی را تصور کنید که بعد از پیچیدن ماشینی در جلو آن، سر را از شیشه بیرون آورده و آماده است تا چند فحش رکیک و آبدار را نثار راننده ماشین کند. در این هنگام، ناگهان با برخوردی کاملاً محترمانه و از سر قبول اشتباه خویش، روبه‌رو می‌شود. در این هنگام، راننده اتوبوس... (تحلیل براساس سبک خیرخواهانه و سازنده).

رفتار دوم: عاشقش شده‌ای، ولی ناگهان با این مسئله روبه‌رو می‌شوی که دوستت از تو درخواست می‌کند که «اگر امکان دارد، با ریحانه صحبت کن تا من با خانواده‌ام به خواستگاری‌اش بروم، چون خودم خجالت می‌کشم مستقیم صحبت کنم» (تحلیل براساس سبک سودجویانه و سبک فداکارانه).

۳. پیش‌نیاز معاشرت مطلوب: مدیریت خود در میدان معاشرت

هر معاشرتی دو سویه اصلی دارد: من و دیگری. پس من یک طرف اصلی ارتباط هستم. آمادگی‌ها و توانمندی‌های من برای ورود به ارتباط و شکل دادن به معاشرت، و پیش از این‌ها تلقی من از خود، تأثیر بزرگی در چرایی و چگونگی ارتباط و معاشرت من دارند. مفهوم «خود» مجموعه‌ای از ادراکات نسبتاً پایداری است که هرکدام از ما درباره خود داریم. تصویر از خود تقریباً شبیه آینه‌ای ذهنی است که دید ما را به خودمان بازتاب می‌دهد. پس قبل از ورود به معاشرت، باید اموری را که به خود مربوط می‌شوند به عنوان پیش‌نیازهای رابطه و معاشرت موفق مرور کنیم. این پیش‌نیازها که در درس «ارتباط با خود» به آن‌ها پرداخته‌ایم عبارت‌اند از خودآگاهی و خودیابی، و در گام بعد، خودباوری و اعتماد به نفس و خودمدیریتی (اعم از مدیریت هیجانات، خودکنترلی، مسئولیت‌پذیری، جدیت، انطباق و نوآوری).

در اینجا فقط به عنصر مهم «خودباوری» یا به تعبیر دیگر «عزت نفس» می‌پردازیم. مؤلفه مؤثر در شناخت ما از خود، عزت نفس و خودباوری است. خودباوری نقش زیادی در شیوه ارتباطی ما دارد. خودباوری مطلوب و عزت نفس بالا این است که فرد ویژگی‌های جسمانی، حالات روحی، استعدادها، توانمندی‌ها و مهارت‌های خود را مثبت ارزیابی کند و در این امور نمره خوبی به خود بدهد.

- افراد با عزت نفس بالا از واکنش دیگران نمی‌ترسند، در پیش دیگران عملکرد خوبی دارند، سخت کار می‌کنند، با دیگرانی که از جهاتی به چشم برتر به آن‌ها می‌نگرند راحت‌اند، و وقتی با نظرات انتقادی مواجه می‌شوند، به سادگی از خود دفاع می‌کنند.
- افراد با عزت نفس پایین بیشتر منتقد دیگران‌اند و انتظار طرد شدن دارند. آن‌ها دائماً منتقد عملکرد خود هستند، نسبت به رد احتمالی از سوی دیگران حساس‌اند و وقتی زیر نظرند، ضعیف عمل می‌کنند.^۱

۴. اخلاق معاشرت

رفتار ارتباطی با خانواده، دوست، همسر، همکار و شهروند زمانی اخلاقی است که حداقل مبتنی بر احترام، تناسب، میانه‌روی، خیرخواهی و چشم‌پوشی و فرصت دادن (تغافل) باشد. هریک از سازه‌های ارتباط فضیلت‌مند در ادامه بررسی می‌شود.

۴-۱. احترام

تعریف ارائه شده در درس ششم را می‌توان به حوزه معاشرت نیز سرایت داد. براساس تعریف مذکور، فرد اول با توجه به ارزش ذاتی و انسانی‌ای که در فرد دوم می‌یابد، این‌گونه داوری می‌کند که او سزاوار توجه، پاسخ و ارزش‌گذاری است. از این رو، متناسب با آن ارزش ذاتی و انسانی، احساسی مثبت از ارج نهادن و اعتنا به طرف مقابل در فرد ایجاد می‌شود و فرد موظف است براساس این احساس، با طرف مقابل رفتار کند. افزون بر این ارزش ذاتی، جایگاه اجتماعی فرد یا خدماتی که به من ارائه می‌دهد و زحماتی که به طور عمومی برای جامعه متحمل می‌شود سبب می‌شود شخصیت و جایگاه او را ارزشمند تلقی کنیم و در معاشرت با او، رابطه‌ای محترمانه و برخوردی اخلاقی از خود بروز دهیم.

۱. مهدی محسنیان راد، ارتباطات انسانی، ص ۸۴ و ۸۵.

اشاره به چند روایت از بزرگان دین در این زمینه، اهمیت و مصادیق احترام به دیگران را نشان می‌دهد:

۱. امام علی علیه السلام: «اگر کسی را گرمی بداری، درحقیقت خود را گرمی داشته‌ای و حیثیت خویش را با آن آراسته‌ای. بنابراین به خاطر خوبی و احترامی که به خود کرده‌ای، انتظار سپاس‌گزاری نداشته باش.»^۱

۲. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله وقتی به کسی رو می‌کرد، نیم‌رخ بر نمی‌گشت و با تمام بدن با او روبه‌رو می‌شد. حضرت به کسی جفا نمی‌کرد و عذر طرف را زود می‌پذیرفت.^۲

۳. پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله: «التَّقْوَى إِجْلَالُ اللَّهِ وَ تَوْقِيرُ الْمُؤْمِنِينَ؛ تقوا احترام گذاشتن به خداوند و احترام گذاشتن به مؤمنان است.»^۳ اکنون با این تحلیل، به دو نمونه معاشرت اخلاقی زیر توجه کنید:

نمونه اول: ارتباط دانشجو با استاد خویش در کلاس

درس عمومی است و بیشتر به درد بالا بردن معدل نهایی من می‌خورد، ولی استادی به شدت منضبط و جدی دارد. خیلی برایم جالب است که میزان تلاش و فعالیت استاد در کلاس و تسلط وی بر مباحث حتی از استادان دروس تخصصی بیشتر است. واقعاً این استاد قابل احترام است. این رفتار حرفه‌ای او مرا به این درس علاقه‌مند کرده است.

دانشجو با توجه به ارزش ذاتی و انسانی‌ای که در استاد خویش می‌یابد، این‌گونه داوری می‌کند که استاد سزاوار توجه، پاسخ و ارزش‌گذاری است. لذا متناسب با آن ارزش ذاتی و انسانی، احساس مثبتی از ارج نهادن و اعتنا به استاد در دانشجو ایجاد می‌شود.

نمونه دوم: ارتباط ارباب رجوع با منشی شرکت

اگر منشی با تلفن حرف می‌زند، صبر کنید و به چیز دیگری نگاه کنید تا او کارش را تمام کند. از ضرب گرفتن روی میز یا از هر حرکتی که بی‌صبری شما را نشان دهد پرهیز کنید. هرچه باشد، او هم انسان است و سزاوار احترام شماست. درضمن، شاید چند هفته دیگر مجبور شوید دوباره به این اداره بیایید و نباید قبل از آن به شما لقب گنه بدهند. ممکن است سر

۱. محمدی ری شهری، میزان الحکمه، ج ۱۰، ص ۱۰۳.

۲. علامه مجلسی، بحارالأنوار، ج ۱۶، ص ۲۲۸.

۳. حسین نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۱، ص ۲۶۷.

منشی شلوغ باشد و نتواند فوراً به شما پاسخ بدهد. فکر کنید که باید زودتر می‌رسیدید. دفعه بعد زودتر بیایید تا به چنین مشکلی برنخورید.^۱

۲-۳. تناسب

تناسب در علوم مختلف، همچون ریاضی، معماری، قضایی و قرآنی، مورد توجه است و در هرکدام معنایی همگون با آن علم دارد. اصل تناسب ریشه‌ای زیبایی‌شناختی دارد. وقتی تناسب طرح می‌شود، مراد این است که ابعاد مختلف رفتار خاص با یکدیگر هماهنگ و همگون هستند، برای نمونه، شیوه تحقق رفتار با هدف آن رفتار متناسب است. بر این اساس، تناسب در بحث ارتباط‌گیری را این‌گونه می‌توان تعریف کرد: «فرد A در موقعیت رفتاری x به‌گونه‌ای رفتار کند که آن رفتار متناسب با ابعاد مختلف باشد، برای نمونه، تناسب رفتار x با هدف آن، تناسب رفتار x با مخاطب آن، تناسب رفتار x با محیط، تناسب رفتار x با کارکرد و...»

بی‌تردید یکی از انواع مهم و مؤثر رابطه و معاشرت درازمدت، ارتباط زوجیت است. در اسلام، به تناسب میان زن و مرد تأکید زیادی شده و از آن به‌عنوان «کفویت» نام برده شده است. رسول خدا ﷺ یکی از مهم‌ترین ملاک‌های تناسب را ایمان شمرده است. ایشان می‌فرماید: «الْمُؤْمِنُ كُفُوُ الْمُؤْمِنَةِ؛ مرد مؤمن همتای زن مؤمن است.»^۲

در روایتی از امام رضا (ع) آمده است: «مَنْ طَلَبَ الْأَمْرَ مِنْ وَجْهِهِ لَمْ يَزَلْ فَإِنْ زَلَّ لَمْ تَخْذُلْهُ الْحِيلَةُ؛^۳ هرکس کاری را از راه مناسبتش بخواهد، دچار شکست نخواهد شد و اگر شکست خورد، قابل چاره‌اندیشی خواهد بود.»

ارتباط سالم مشروط به آگاهی از زمان و مکان ارتباط است. تعدادی از دانشجویان دختر یا پسر هم‌دوره در ترم‌های آخر لیسانس یا دوره فوق لیسانس ازدواج می‌کنند. در گروه‌هایی که اکثریت با متأهلان است، نکات و شوخی‌هایی به‌میان می‌آید که به درد دانشجوی مجرد نمی‌خورد. پس بهتر است معاشرت مجردها در گروه‌های مجردی باشد و عضو گروه‌های خودمانی با اکثریت متأهل نشوند تا آن‌ها راحت‌تر باشند.

از سوی دیگر، ارتباطی که از راه مناسب شکل نگرفته و تناسب در آن رعایت نشده باشد،

۱. سو فاکس، آداب معاشرت در محیط کار، ص ۴۸ (با اندکی تغییر).

۲. شیخ کلینی، الکافی، ج ۵، ص ۳۴۱.

۳. علامه مجلسی، بحارالأنوار، ج ۶۸، ص ۳۴۰.

افزون بر ناکارآمدی، ممکن است زمینه انحطاط دین و بُعد آخرتی فرد را هم فراهم کند. برای فهم بهتر اصل تناسب به نمونه‌های زیر توجه کنید:

نمونه اول: ارتباط رئیس شرکت در محیط سازمان

رئیس شرکت اخلاقاً وظیفه دارد در محیط سازمان به گونه‌ای رفتار کند که متناسب با هدف (خدمات اقتصادی به ارباب رجوع)، مخاطب (ارباب رجوع) و محیط (سازمان) باشد. فرض کنید مدیری شوخ طبع است و برای نشان دادن حماقت گروهی از مراجعه‌کنندگان به سازمان و بلد نبودن فرایندهای اداری، از طنزهای نژادپرستانه علیه ارباب رجوع استفاده می‌کند. در این موقعیت، مدیر سازمان برخلاف اصل تناسب عمل کرده است و رفتار وی متناسب با محیط سازمان نیست.

نمونه دوم: ارتباط پدر با فرزند در محیط خانواده

وقتی پدر به خانه می‌آید و به شدت خسته و نیازمند استراحت است، زمان مناسبی برای نقد خودمانی و صمیمانه نیست. باید اول اجازه داد که استراحت کند و سپس با او ارتباط برقرار کرد. برخی افراد به دلیل تیپ‌های شخصیتی‌ای که دارند، زمان برقراری ارتباط با آن‌ها مهم است. مثلاً فردی که در زمان‌های خاصی از نظر روحی نشاط (بسط) یا گرفتگی (قبض) دارد ملاحظه این قبض و بسط مؤلفه مهمی در برقراری ارتباط با اوست.

براساس اصل تناسب، برقراری ارتباط با دیگری نیازمند ملاحظه زمان مناسب، مکان مناسب، روحیه او و شیوه مناسب است.

۳-۴. میانه‌روی

در حدیث مشهور و مورد توافق شیعه و اهل سنت آمده است که امام حسین علیه السلام فرمود: «از پدرم، امیرمؤمنان، درباره سیره رسول خدا در خارج از منزل پرسیدم، فرمود: **كَانَ رَسُولُ اللَّهِ مُعْتَدِلَ الْأَمْرِ غَيْرَ مُخْتَلِفٍ**؛ رسول خدا در همه امور معتدل و میانه‌رو بود؛ گاهی افراط و گاهی تفریط نمی‌کرد.»

میان‌رو بودن در رفتارهای ارتباطی به معنای رعایت کردن دو معیار است:

۱. رابطه براساس نیازی معقول و مشروع و برای پاسخ به آن نیاز شکل گرفته باشد؛
۲. رابطه بیشتر یا کمتر از حد نیاز نباشد و به تعبیر دیگر، به معاشرت افراطی یا تفریطی تبدیل نشود.

به شهادت تاریخ، پیامبر ما براساس همین الگوی میان‌روی زیست می‌کرده‌است. مواردی که می‌توانند در تحقق اصل میان‌روی تسهیل‌گر باشند عبارت‌اند از: جنسیت، سن، قدرت فهم، و ملاحظه مشاغل خاص و حساسیت‌برانگیز. مردی که در ارتباط با همسرش خصوصیات جنسیت زنانه را نداند در تعامل با همسرش از مرز اعتدال خارج می‌گردد و به افراط یا تفریط در عشق‌ورزی مبتلا می‌شود. بی‌توجهی به اقتضائات سنی گروه سالمندان، ما را از رفتارهای معتدل با ایشان باز می‌دارد و گاه موجب بروز رفتارهای ترحم‌آمیز به جای احترام می‌شود.

۴-۴. خیرخواهی

از منظر دینی باید ارتباط انسان با دیگران براساس خیرخواهی باشد. خیرخواهی یعنی خواستن خیر و نیکی برای دیگران. خیرخواهی ضد بدخواهی و نفرت و حسادت است و از برترین صفات و فضایل انسانی است که در فرهنگ اسلام از منزلتی بس والا برخوردار است.^۱ امام صادق (ع) بهترین حالت ملاقات انسان مؤمن با خداوند را حالت خیرخواهی می‌داند: «عَلَيْكَ بِالنُّصْحِ لِلَّهِ فِي خَلْقِهِ فَلَنْ تَلْقَاهُ بِعَمَلٍ أَفْضَلَ مِنْهُ»^۲ بر تو باد که به خاطر خدا در میان خلق او خیرخواهی کنی (یا خیرخواه خلق خدا باشی) که او را با کرداری بهتر از نصیحت، ملاقات نخواهی کرد.

یکی از مصادیق خیرخواهی، نصیحت دیگران است که بعضاً در وقت نامناسبش کارایی ندارد. مصادیق مهم‌تر خیرخواهی در ارتباط با دیگران عبارت‌اند از: هم‌دردی، غذا دادن به یتیمان و محرومان، مساعدت در مداوای بیماران نیازمند، حل مشکل مسکن فرد، کمک به افراد بدهکار، کمک به پرداخت وام افراد گرفتار، و....

۱. نراقی، معراج السعاده، ص ۱۶۴.

۲. شیخ کلینی، اصول کافی، ج ۲، ص ۱۶۴.

از منظر اخلاقی، تغافل به این معناست که فرد در برابر اشتباهاتی که از دیگران می‌بیند - این اشتباهات سهوی اند یا از نوع خطاهایی هستند که هنوز به مرز جرم و گناه سنگین نرسیده‌اند - تغافل و چشم‌پوشی کند و خود را به غفلت بزند.^۱ این یک سازوکار تربیتی و شیوه‌ای برای برقراری ارتباط سالم و پرهیز از تنش است. اگر طرف مقابل اصل تغافل را مدنظر قرار ندهد، نه تنها چنین فضایی صمیمیت و سلامت را نمی‌آفریند، بلکه خرده‌گیری و فشارهای گاه‌وبی‌گاه سبب بروز مشکلات جدید نیز خواهد شد. امیرمؤمنان (ع) در این باره می‌فرماید: «مَنْ لَمْ يَتَغَافَلْ وَ لَا يَغْضُ [لَا يَتَقَاض] عَنْ كَثِيرٍ مِنَ الْأُمُورِ تَنَغَّصَتْ عَيْشَتُهُ»^۲ آن‌کس که در بسیاری از امور تغافل و چشم‌پوشی نکند، زندگی‌اش ناگوار می‌شود.

تغافل بستری است که انسان در ارتباط دوسویه به صورت دودوتاچهارتا عمل نمی‌کند، بلکه ایثار و فداکاری می‌کند و برخورد کریمانه دارد. تغافل بستری است برای این که مخاطب شما فرصتی برای بازبایی اشتباه خود داشته باشد. در روایات اسلامی، از تغافل گاه به عقل و حلم تعبیر شده که هر دو در مدیریت ارتباط نقش کلیدی دارند و نشان‌دهنده ارزش تغافل هستند. امیرمؤمنان (ع) می‌فرماید: «لَا عَقْلَ كَالْتَّجَاهِلِ»^۳ هیچ خردی چون خود را به نادانی زدن نیست. همچنین می‌فرماید: «لَا حِلْمَ كَالْتَّغَافُلِ»^۴ هیچ بردباری‌ای چون تغافل نیست. بر این اساس، فردی که در برابر لغزش‌های طرف ارتباط، اصل تغافل را درپیش گیرد درواقع خرد و بردباری را توأمان ساخته و به شریف‌ترین خلق دست یافته‌است، چنان‌که امیرالمؤمنین (ع) فرمود: «أَشْرَفُ أَخْلَاقِ الْكَرِيمِ [كَثْرَةُ] تَغَافُلُهُ عَمَّا يَعْلَمُ»^۵ شریف‌ترین خوی انسان کریم چشم‌پوشی از خطاهایی است که می‌داند.

تغافل منحصر در خطاهای دیدنی نیست، بلکه خطاهای شنیدنی، گزارشی و مانند آن را نیز دربر دارد. تغافل نقش اصلی را در مدیریت روابط میان فردی دارد؛ هرکس آن را به‌کار گیرد، موفقیت بیشتری در ارتباطات خویش به دست می‌آورد و هرکس از آن فاصله بگیرد، به همان اندازه، از موفقیت در ارتباط فاصله گرفته‌است.

۱. مکارم شیرازی، *الأخلاق في القرآن*، ج ۲، ص ۳۳۲.

۲. تمیمی آمدی، *غررالحکم*، ص ۶۶۴.

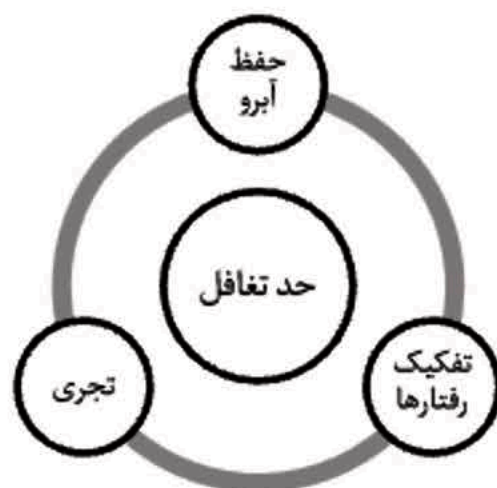
۳. همان، ص ۷۶۹.

۴. همان.

۵. لیثی واسطی، *عیون الحکم و المواعظ*، ص ۱۱۵.

سؤالی که در اینجا مطرح می‌شود این است که محدودهٔ تغافل کجاست و تا چه وقت و چه اندازه نسبت به خطای دیگران چشم‌پوشی کنیم. براساس منابع دینی، حد تغافل مشروط به چند عنصر مهم است:

اول، تفکیک میان رفتارهای کوچک و بزرگ: ملاک بزرگ و کوچک اهمیت رفتارهاست. دوم، ملاحظهٔ حفظ آبروی دیگران: مهم‌ترین مؤلفه در ارتباط با دیگران از منظر دینی، رعایت آبروی افراد مؤمن و مسلمان است. حفظ آبروی مؤمن از حفظ حرمت کعبه مهم‌تر است.^۱ سوم، ملاحظهٔ نرسیدن طرف تجاهل به مرحلهٔ تجری:^۲ مقام تجری به این معناست که نادیده گرفتن، فرد را در تکرار آن عمل تحریک کند، به گونه‌ای که او بدون هیچ ملاحظه و رودربایستی، دوباره آن رفتار غیراخلاقی را تکرار کند.



۵. مهارت‌های معاشرت کلامی

برقراری ارتباط کلامی با دیگری در سه مرحلهٔ آغاز، ادامه و پایان، نیازمند به کارگیری روش‌هایی است تا بتوان اولاً ارتباطی اخلاقی برقرار کرد و ثانیاً به اهداف مطلوب ارتباطی نائل شد.

۵-۱. شروع

در شروع ارتباط با شخص دیگر، متخصصان مهارت‌های ارتباطی شگردهای زیر را توصیه می‌کنند:

الف. گشاده رویی با طرف ارتباط؛

۱. علامه مجلسی، بحارالانوار، ج ۶۴، ص ۷۱.

۲. محمدتقی فعالی و مهدی فدایی، سبک زندگی اجتماعی در اسلام، ص ۲۶۶-۲۶۸.

ب. سلام همراه با لبخند؛

ج. هنر سخن گفتن. در سخن گفتن این موارد رعایت شود:

اول. پرسش؛

دوم. توجه به علاقه‌مندی‌های طرف مقابل؛

سوم. تعریف در حد متعارف از شخص مقابل؛

چهارم. صحبت کردن در زمان و موقعیت مناسب؛

پنجم. نحوه جمله‌بندی؛

ششم. صدای جذاب.

برای نمونه به موقعیت زیر توجه کنید:

استاد در حال تبیین نظریه کوانتوم در فیزیک است. شاید پنجمین استاد است که این بحث را در کلاس ارائه می‌دهد. هر استادی که می‌آید در جلسه‌های اول شروع می‌کند به بررسی نظریه‌ها در فیزیک نظری، از جمله مکانیک کوانتوم. سعی کردم با چهره خندان و لبخندی که بر لب دارم، پرسشی را مطرح کنم تا استاد متوجه این مسئله شود که ضمن علاقه‌مندی به طرح بحث از سوی ایشان، میزان درک خود را به ایشان منتقل کنم و این انگاره را به ایشان انتقال دهم که این بحث را همه دوستان حفظ هستند، و اینجا بود که با جمله‌بندی مناسب و مؤدبانه‌ای این بحث را مطرح کردم که «... الحمدلله موفق شدم به استاد برسانم که این بحث نیازی به تبیین تفصیلی ندارد».

آیا به نظر شما روش بالا بهتر است یا بیان محترمانه اما صریح؟
نوشتن یادداشت روی کاغذی کوچک و بیان متواضعانه تکراری بودن بحث و
رساندن یادداشت به دست استاد.

۵-۲. ادامه ارتباط

ارتباط یک‌سویه امکان ندارد. هر فردی (چه استاد، چه شاگرد، چه کارفرما، چه کارگر، چه ...) پس از شروع ارتباط باید موارد زیر را رعایت کند:

۵-۲-۱. هنر گوش دادن

هر گوینده‌ای باید شنونده خوبی نیز باشد، چراکه نیمی از فرایند اقناع در ارتباط از طریق

گوش دادن حاصل می‌شود. گاه اعتراض یک دانشجو به وضعیت تحصیلی‌اش در برابر کارکنان دانشگاه، برای یافتن پناهگاه و تخلیه درونی اوست، نه این‌که به دنبال مقصر جلوه دادن کارمندان باشد. خوب شنیدن هم مانند خوب سخن گفتن نیازمند مهارت است. برخی از این مهارت‌ها عبارت‌اند از:

۵-۲-۱-۱. توجه غیرکلامی

یعنی توجه جسمی و غیرکلامی به طرف مقابل تا به او نشان دهید دقیقاً به صحبت‌های او گوش می‌دهید. توجه غیرکلامی رساتر از توجه کلامی است.^۱ شنونده خوب در هنگام گوش دادن، با بدنی مایل به جلو، در فاصله مناسب و رودرروی گوینده قرار می‌گیرد و نگاهش تا شعاع نیم‌متری صورت گوینده است. او هنگام گوش دادن باید به گوینده نگاه کند. حرکت لب‌ها و تماس چشم و چگونگی تغییر وضع صورت و دست‌های گوینده در ایجاد ارتباط تأثیر بسزایی دارد. ضمن پرهیز از رفتارهای حواس‌پرت‌کن (بازی با کلید و موبایل و...)، شخص باید سعی کند شنونده‌ای خشک و بی‌حرکت نباشد و محیط گفت‌وگو را از عوامل مزاحم و ترس‌آور دور کند، به‌ویژه در مواردی که فرد به دلایلی، از این ارتباط ترس دارد.

۵-۲-۱-۲. بازخورد دادن

گوش دادن، مانند بسیاری از مهارت‌های ارتباطی، فرایندی دوطرفه است؛ یعنی کافی نیست که شنونده فقط سراپا گوش باشد و تمام حواس خود را به سخنان گوینده معطوف دارد، بلکه برای اطمینان از درک مطلب باید استنباط خود را نیز به‌طور خلاصه به او منتقل کند. این مهارت اساس ارتباطات بین‌فردی است و اگر به‌درستی صورت نگیرد، می‌توان گفت که ارتباط ناقص است و با دشواری مواجه خواهد شد.^۲ تکان دادن سر به معنای تأیید، توجه چشمی به گوینده و... از نمونه‌های بازخورد دادن است.

۵-۲-۱-۳. از بین بردن عوامل مزاحم

گاهی بعضی از عوامل، مانند سروصدا، گرما، نور، بلند صحبت کردن، خیلی آهسته حرف زدن، صداهای مزاحم، تداخل‌های گفتاری و شنیداری، آشفتگی، درک نکردن زبان گوینده، ناراحتی،

۱. علی حسین زاده، *مهارت‌های سازگاری*، ص ۵۲.

۲. علی اکبر فرهنگی، *ارتباطات انسانی*، ج ۱، ص ۲۱۰.

انقطاع، هیجان‌های شدید، محیط، تهویه و درجه حرارت، و نوع نشستن باعث می‌شوند که ارتباط با مخاطب قطع، و حواس شنونده پرت شود. می‌توان با شناسایی این عوامل و از بین بردن آن‌ها باعث ایجاد تمرکز شد. البته گاهی اتفاق می‌افتد که نمی‌توان این عوامل را از بین برد. در این صورت، باید با یک سری فعالیت‌ها باعث کم شدن این‌گونه مزاحمت‌ها شد.

در ارتباط علمی در کلاس، تمام تلاش خود را برای از بین بردن موانع مزاحم در فهم به‌کار گیرید. از همین رو، می‌توان پوشش‌های زننده و نامناسب را در محیط‌های علمی تخطئه کرد.

۵-۳. پایان

- الف. سعی کنید با احساس خوشایند دوطرفه، به گفت‌وگوی خود پایان دهید.
- ب. به رفتارهای غیرکلامی طرف مقابل توجه کنید.
- ج. دقت کنید که نقش فعال‌تری را در پایان‌دهی به عهده بگیرید.
- د. قبل از شروع موضوع جدید، به گفت‌وگو خاتمه دهید.
- ه. لبخند پایانی فراموش نشود (این لبخند تا همیشه در ذهن مخاطب می‌ماند).

♦ پرسش‌های درس

۱. هدف از معاشرت چیست؟
۲. سبک‌های ارتباطی معاشرتی را نام ببرید و یک مورد را در قالب مثالی غیر از مثال کتاب تبیین کنید.
۳. اصول اخلاقی در معاشرت کدام‌اند؟
۴. اصل احترام را تعریف کنید و یک نمونه دربارهٔ ارتباط مادر با فرزند ارائه دهید.
۵. اصل تغافل را تعریف کنید و یک نمونه دربارهٔ ارتباط دوستانه میان دو دانشجو ارائه دهید.
۶. روش‌های برقراری ارتباط کلامی در سه مرحلهٔ شروع، ادامه و پایان را بنویسید (از هر کدام دو مورد کافی است).

♦ پژوهش

ارتباط اخلاقی در موارد زیر چگونه خواهد بود؟ پاسخ خود را در کلاس تحلیل کنید.

۱. احسان می‌خواهد پس‌اندازش را برای خرید یک لپ‌تاپ خرج کند، اما دوستش نیازمند هزینه درمان است. احسان می‌داند که او توانایی پس دادن پول را ندارد.

۲. او به‌تازگی فهمیده است همسرش ملیکا درگیر مسئله خیانت زناشویی شده است. آن‌ها دو فرزند کوچک، یکی دختر و دیگری پسر، شده‌اند. آیا باید به خاطر بچه‌ها هم که شده، تغافل کند؟

♦ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱. داور، زهرا. (بی‌تا). حسن معاشرت از دیدگاه قانون مدنی و جامعه. تهران: سفیر صبح.
۲. سو فاکس. (۱۳۹۲). آداب معاشرت در محیط کار به زبان آدمیزاد. ترجمه آریتا زمانی. تهران: هیرمند.
۳. شیخ حر عاملی. (بی‌تا). آداب معاشرت از دیدگاه معصومین علیهم‌السلام. مشهد: آستان قدس رضوی.
۴. فعالی، محمدتقی و مهدی فدایی. (۱۳۹۷). سبک زندگی اجتماعی در اسلام. قم: مؤسسه آل‌یاسین.
۵. محدثی، جواد. (بی‌تا). اخلاق معاشرت. قم: بوستان کتاب.
۶. محسنیان راد، مهدی. (۱۳۹۲). ارتباطات انسانی. تهران: سمت.

درس دهم:

اخلاق معاشرت (۲)

اهداف درس

- | | |
|---|--|
| ۱ | آشنایی با برخی از مسائل اخلاقی در گونه‌های مختلف معاشرت و ارتباط؛ |
| ۲ | آشنایی با برخی از کدهای اخلاقی رفتاری در مواجهه با خویشان، دوستان، |
| ۳ | همسایگان، اقلیت‌های مذهبی، سالمندان و معلولان. |

تعارض در معاشرت

از سوی مدیر سازمان به دلیل ناسازگاری با همکارم توبیخ شده‌ام. به دلیل مشکلات خانوادگی با همسر، مجبورم مدام، یا با تلفن صحبت کنم یا از محل کار خارج شوم. از سوی دیگر، کثرت مراجعه ارباب رجوع به همکارم و پرسش از حضور یا غیبت بنده و درگیری ارباب رجوع با ایشان، روان همکارم را آزرده‌است. در چنین وضعیتی، نه می‌توانم کار را رها کنم و نه می‌توانم به تلفن پاسخ ندهم.

تنوع و تکرار ارتباطات انسان، پیچیدگی روابط و مسئولیت‌پذیری درباره هر یک از این گونه‌های ارتباطی، گاه موجب ایجاد مسائل اخلاقی بغرنج می‌شود. نمونه بالا یکی از این موارد است. مدیریت تعارض^۱ و توانایی حل مسئله از جمله مؤلفه‌های مؤثر در نشان دادن سطح بالای رشد اخلاقی در فرد است. در این درس، با توجه به اولویت برخی از گونه‌های ارتباطی انسان، مثل ارتباط فامیلی، ارتباط همسایگی، ارتباط با غیرهم‌کیش و ارتباط با سالمندان و معلولان، برخی مهارت‌های اخلاقی را بررسی می‌کنیم.

۱. معاشرت با خویشاوندان

«خویشاوندی» رابطه‌ای است میان افراد که از طریق هم‌خونی (نسب)، ازدواج (سبب) و فرزندخواندگی شکل می‌گیرد.^۲ در ادبیات قرآنی، واژه «ذی‌القربی» یکی از واژگان دلالت‌کننده بر خویشاوندی است. در سوره روم این‌گونه آمده‌است: «فَآتِ ذَا الْقُرْبَى حَقَّهُ وَ

1. Conflict

۲. شایان مهر، ج ۱، ص ۲۵۲.

الْمَسْكِينِ وَابْنِ السَّبِيلِ ذَلِكَ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يُرِيدُونَ وَجْهَ اللَّهِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ^۱ پس حقوق ارحام و خویشان و مسکینان و درراه ماندگان را ادا کن که این برای آنان که مشتاق لقای خدا هستند بهترین کار است و اینان (که نیکی کنند) رستگاران عالم اند.»

در نگاه دینی، فامیل و خویشاوندان دارای حق هستند و هر فرد موظف است براساس این حقوق، با ایشان برخورد کند و رفتارهای اخلاقی داشته باشد. چهار حق برای خویشاوندان در قرآن بیان شده است:

۱. احسان و نیکی: یکی از حقوقی که خداوند مسلمانان را به رعایت آن فرمان داده احسان و نیکی به خویشان است: «هنگامی که از بنی اسرائیل پیمان گرفتیم که هرگز جز خدا را نپرستید و به پدر و مادر و خویشان و یتیمان و مسکینان نیکی کنید.»^۲

۲. صلۀ رحم: صلۀ رحم که همان ارتباطات فامیلی است مورد اهتمام ویژه قرآن و احادیث است.^۳

۳. رفع نیاز مالی و معیشتی فامیل^۴

۴. ارث: از دیگر حقوق خویشاوندان نسبی ارث بردن از یکدیگر است که براساس طبقات وارثان اختصاص می یابد.^۵

۱-۱. خویشان و همسایگان حق مالی و عاطفی دارند

کمک مالی: مساعدت به هنگام تنگ دستی و گرفتاری، از قبیل قرض دادن یا انفاق کردن، از وظایف اخلاقی خویشاوندان در حق همدیگر است. از منظر فقه اسلامی، صدقه و انفاق به غریبه تا زمانی که درمیان فامیل شخص مستحق وجود داشته باشد، جایز نیست. تا وقتی عموی من، دایی من، خاله من، دچار مشکلات معیشتی یا مالی جدی هستند، کمک به خیریه ها و افراد دیگر منطقی و شرعی نیست.

۱. سوره روم، آیه ۲۸.

۲. «وَإِذْ أَخَذْنَا مِيثَاقَ بَنِي إِسْرَائِيلَ لَا تَعْبُدُونَ إِلَّا اللَّهَ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسَاكِينِ» (سوره بقره، آیه ۸۳).

۳. «وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ» (سوره نساء، آیه ۱).

۴. امام علی (ع) فرمود: «أَلَا لَا يَغْدِلَنَّ أَحَدُكُمْ عَنِ الْقَرَابَةِ يَرَىٰ بِهَا الْخَصَاصَةَ أَنْ يَشُدَّهَا بِالَّذِي لَا يَزِيدُهُ إِلَّا أَمْسَكَةً وَلَا يَنْقُصُهُ إِلَّا أَهْلَكَةً؛ آگاه باشید که هیچ یک از شما نباید از بستگان نیازمند خود روی گردان شود و از آنان چیزی را دریغ دارد که نگاه داشتنش مایه فزونی نیست و از بین رفتنش کمبودی برای او نمی آورد» (نهج البلاغه، خطبه ۲۳).

۵. «لِلرِّجَالِ نَصِيبٌ مِّمَّا تَرَكَ الْوَالِدَانِ وَالْأَقْرَبُونَ وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِّمَّا تَرَكَ الْوَالِدَانِ وَالْأَقْرَبُونَ مِمَّا قَلَّ مِنْهُ أَوْ كَثُرَ نَصِيبًا مَّفْرُوضًا؛ برای فرزندان پسر سهمی از تركه ابویان و خویشان است و برای فرزندان دختر نیز سهمی از تركه ابویان و خویشان است. چه مال اندک باشد یا بسیار، نصیب هرکس از آن معین گردیده است» (سوره نساء، آیه ۷).

همدلی و هم‌فکری و مهرورزی: گاهی افراد فامیل با توجه به تخصص و کاربلدی یک فرد یا جایگاه او در میان فامیل، نیازمند مشورت و راهنمایی او هستند تا از مشکلی که گرفتارش شده‌اند رها شوند. گاه بر اثر حوادث یا مصیبت‌ها، به بیماری سخت یا از دست دادن عزیزان یا بحران‌هایی مانند طلاق و جدایی گرفتار شده‌اند و عمیقاً نیازمند انس و همدلی هستند و در سکوت به دنبال غمخواری آشنا می‌گردند. گاهی انسان نیازمند کسی است که سنگ صبورش باشد و با او درد دل کند. در این شرایط، خویشان، به خصوص فامیل نزدیک‌تر، به سبب قرابت‌های خونی و اشتراکات زیاد، می‌توانند نقش مؤثر و کم‌نظیری را در التیام دردها و رفع کمبودها و خلأهای عاطفی ایفا کنند. تأکید فراوان تعالیم اسلامی بر صلهٔ رحم به دلیل فواید زیادی است که دربر دارد. برخی از این فواید عبارت‌اند از:

۱. افزایش محبت: امام علی (ع): «صَلَّةُ الرَّجِمِ تَوْجِبُ الْمَحَبَّةَ وَ تَكْبِتُ الْعَدُوَّ؛ صِلَةُ رَحِمٍ مَحَبَّتْ أَوْرَاسَتْ وَ دَشْمَنِي رَا مِنْ بَيْنِ مِی بَرْد.»^۱

۲. آمرزش گناهان: پیامبر (ص): «الضَّيْفُ يَنْزِلُ بِرِزْقِهِ وَ يَزْتَجِلُ بِذُنُوبِ أَهْلِ الْبَيْتِ؛ مهمان روزی خود را می‌آورد و گناهان اهل خانه را می‌برد.»^۲

البته این فواید مهم زمانی نصیب همهٔ افراد فامیل می‌گردند که پایهٔ روابط بر اخلاق گذارده شود و همگی دقت کنند که اگر اندکی از مراقبت‌های اخلاقی فاصله بگیرند، به زودی دل‌ها از یکدیگر فاصله می‌گیرند و اعتمادها سست می‌شوند و همدلی و شفقت آرام‌آرام رنگ می‌بازد و جای خود را به سوءظن و دل‌خوری می‌دهد. سرمایهٔ مهم خویشاوندی را با اخلاق می‌توانیم حفظ کنیم و بدون مراقبت‌های اخلاقی، این سرمایهٔ ارزشمند را به سادگی از کف خواهیم داد.

مصدق بارز مراقبت‌های اخلاقی، سلامت فامیل از زبان و قضاوت ماست.
سلامت از زبان به معنای دوری از دروغ، تهمت، غیبت، بدگویی و بددهانی است.

۱-۲. رازدار خویشان باشید

یکی از اقتضائات اصل احترام به خویشاوندان مسئلهٔ رازداری است. طبیعی است که

۱. تمیمی آمدی، غررالحکم، حدیث ۵۸۵۲.

۲. علامه مجلسی، بحارالأنوار، ج ۷۵، ص ۴۶۱، ح ۱۴.

هرکسی برای خود اسراری دارد و ابعاد یا لایه‌هایی از زندگی خود را از تیررس دید و آگاهی دیگران دور می‌کند. درواقع، ابعاد و لایه‌ها حریم خصوصی فرد به‌شمار می‌روند. حال چنانچه او تشخیص دهد که فردی از افراد فامیل می‌تواند محرم اسرار او باشد و بخشی از این حقایق را به وی بگوید، درواقع به وی اعتماد کرده و او را به حریم خصوصی خود راه داده‌است. به تعبیری، حقایق زندگی و حرف‌های خود را نزد او به امانت سپرده‌است. در این شرایط، هرگز نباید با سهل‌انگاری و بدتر، از روی عمد و قصد، راز او را با دیگران بازگفت. این کار خلاف آیین همدلی و صمیمیت و نقض امانت‌داری است. پیامد مهم و تلخ و زیانبار این عمل، از بین بردن اعتماد است، آن‌هم نه فقط اعتماد به خود، بلکه اعتماد به افرادی که صمیمی به‌شمار می‌روند و به این ترتیب، سرمایه اجتماعی شبکه فامیلی، یعنی اعتماد متقابل و هم‌بستگی، از بین می‌رود. البته اینجا استثنایی وجود دارد و آن بازگو کردن راز با دو شرط است: اول کسب اجازه از خود فرد، و دوم با قصد خیرخواهی واقعی و کمک مؤثر به حل مشکل فامیل.

فرض کنید خاله شما در شرایط اقتصادی دوران تحریم، به دلیل ورشکستی شوهرش (شوهرخاله شما)، در فشار شدید معیشتی است، اما این مسئله را به احدی جز شما بازگو نکرده‌است. فرض کنید عموی شما فردی پولدار و خیرخواه است و درمیان گذاشتن این مسئله با ایشان، زمینه را برای کمک به شوهرخاله‌تان فراهم می‌آورد. اینجا پس از درمیان گذاشتن با خاله و همسرش، اخلاق به شما مجوز بر ملا کردن راز را به‌عمو صادر کرده‌است. در معاشرت‌های حرفه‌ای، مثل پزشکی، مشاوره و روان‌شناسی، به‌صورت تفصیلی به موارد جواز آشکارسازی رازداری پرداخته شده‌است.^۱

جمع‌بندی: در تحلیل مسئله رازداری در حوزه ارتباطی خویشان، چند نکته قابل بیان است:

۱. راز از جنس آگاهی و خبر است.
۲. جای راز در ذهن و ضمیر رازدار است و او کسی است که از راز آگاه می‌شود.
۳. مالکیت راز متعلق به صاحب راز است.
۴. راز آگاهی و خبری است که باید بر فامیلی که نباید بدانند پوشیده بماند.
۵. رازدان کسی است که به راز واقف می‌شود، خواه صاحب راز به او بگوید و خواه به طریق دیگری از آن آگاه شود.

۱. برای مطالعه بیشتر، ر.ک: امیراحمد شجاعی، *آیین زندگی*، ص ۱۵۳-۱۷۴.

۶. رازدان باید در حفظ راز بکوشد و آن را افشا نکند، مگر آن‌که:
 - صاحب راز (فامیل و خویشاوند) رضایت داشته باشد؛
 - مصلحت خانوادگی حکم کند (مانند نمونه بالا)؛
 - به حکم قانون انجام شود؛

- ماهیت راز به‌گونه‌ای باشد که افشای آن برای برخی افراد ضروری باشد، مانند بیان خصوصیات دختر یا پسر فامیل در بحث ازدواج در مقام مشاوره.

۱-۳. تحقیر خویشان ممنوع

ارزش ذاتی هر انسانی راه را برای تحقیر وی می‌بندد. اقتضای اصل احترام، ممنوعیت تحقیر دیگران است. این ممنوعیت در روابط نسبی و سببی دوچندان می‌شود. سکونت در منطقه بالای شهر، تفاوت سطح زندگی مادی و سطح سواد شما یا نقص عضو و دیگر مشکلات اقوام و خویشان نباید بهانه‌ای برای تحقیر آن‌ها شود. قرآن کریم در توصیه‌ای صریح، تمسخر و تحقیر دیگران را مصداق ظلم معرفی می‌کند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَسْخَرُوا قَوْمًا مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءً مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ»^۱ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، نباید گروهی از مردان شما گروه دیگر را مسخره کنند، شاید آن‌ها از این‌ها بهتر باشند، و نه زنانی زنان دیگر را، شاید آنان بهتر از اینان باشند. و یکدیگر را مورد طعن و عیب‌جویی قرار ندهید و با القاب زشت و ناپسند، یکدیگر را یاد نکنید. بسیار بد است که بر کسی پس از ایمان، نام کفرآمیز بگذارید و آن‌ها که توبه نکنند ظالم و ستمگرند.» به دو نکته ظریف هم توجه کنید:

۱. در نگرش قرآنی، حق تحقیر هیچ‌کس را نداریم، حتی اگر گناهکار باشد. ممکن است همان لحظه‌ای که تحقیرش کرده‌ایم، توبه کرده باشد.
۲. انزجار از رفتار بد آری، ولی تحقیر شخصیت فرد هرگز.

۱-۴. خطای اهل فامیل را نادیده بگیرید

تغافل سازوکاری رفتاری برای کاهش تنش در روابط خانوادگی است. فرض کنید شب

۱. سوره حجرات، آیه ۱۱.

جمعه‌ای در منزل دایی خود، در دورهمی فامیلی، سخن از دایی کوچک می‌شود. اختلاف مالی مربوط به ارث میان دایی بزرگ و دایی کوچک موجب می‌شود تنش بین آن‌ها پیش آید و دایی کوچک از کوره دربرود و حرف‌های تندی بزند. در عین حال، همه می‌دانند که وی ماه سختی را پشت سر گذاشته و چندین مشکل پیاپی و باهم او را زیر منگنه گذاشته است. این شب می‌گذرد. طبق برنامه، مهمانی هفته آینده در خانه دایی کوچک شماس است. نادیده گرفتن این خطا که قطعاً تحت تأثیر وضعیت نامناسب روحی وی هم بوده، ممکن است باعث گذشت شود و دوباره همه را دور هم جمع کند، و الا نقطه شروعی خواهد شد بر تیرگی روابط و دور شدن آدم‌ها از یکدیگر.

۱. چشم‌پوشی از خطا هنر انسان‌های بزرگ و دریادل است.
۲. کینه‌ها را کنار بگذارید و از خطای دیگران چشم‌پوشید تا خدا هم از خطاهای شما چشم‌پوشد.
۳. معصومین علیهم‌السلام به رغم دانستن خطای دیگران، با آن‌ها ارتباط داشتند و هرگز آبروی دیگران را نمی‌بردند.

۲. معاشرت با دوستان

ابان بن تغلب، از یاران امام صادق علیه‌السلام، می‌گوید: «با امام صادق علیه‌السلام مشغول طواف بودم که یکی از دوستانم مرا دید و خواست تا نزد او بروم، اما من اعتنایی نکردم. امام صادق علیه‌السلام متوجه این حالت من شد و فرمود: ای ابان، او تو را صدا می‌زند؟ عرض کردم: آری. فرمود: طواف را رها کن و نزد او برو. من هم این کار را کردم و...»^۱

ارتباط مؤثر با دیگران در قالب دوستی بر مبنای نیاز شکل می‌گیرد. از این رو، توجه به رفع نیاز دوست در این ارتباط مهم است. براساس این مؤلفه مهم، انتخاب دوست اهمیت زیادی دارد، به‌ویژه این که ممکن است تمایلات خودخواهانه دیگران انسان را در مسیرهای ارتباطی یک‌طرفه قرار دهد. پس معیارهای انتخاب رفیق و دوست اهمیت زیادی خواهد داشت. در روایتی از امام صادق علیه‌السلام می‌توان نکات ارزنده‌ای را در انتخاب دوست برداشت کرد. دوست و رفیقی را انتخاب کنید که این معیارها را داشته باشد:

۱. علامه مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۱، ص ۲۴۸.

- رفاقت او از دل برخیزد (ظاهر و باطنش یکی باشد)؛
- خیرخواهی برای تو را خیرخواهی برای خودش بداند و عیب تو را عیب خودش؛
- تغییرات معیشتی او را تغییر ندهد (پولدار شدن نقطه خوبی برای راستی آزمایی این مؤلفه است)؛
- اگر می‌تواند کاری برای تو انجام دهد، از آن دریغ نورزد.
- در سختی‌ها و مشکلات تو را رها نکند.^۱

۳. معاشرت با همسایگان

در جامعه سنتی حوزه‌های شهری و روستایی، حجم زیادی از ارتباطات انسان‌ها در مواجهه با همسایگان شکل می‌گرفت. در نگاه دینی نیز همسایه از اهمیت بسزایی برخوردار است، به گونه‌ای که در سیره اهل بیت، یکی از شاخص‌های اصلی در خرید خانه بررسی همسایگان است^۲ یا در تعبیری از پیامبر گرامی اسلام نقل شده است که «هرکس شب را با شکم سیر بخوابد، درحالی که همسایه مسلمانش گرسنه سر به بالش بگذارد، به من ایمان نیاورده است». همچنین فرموده است: «جبرئیل پیوسته مرا درباره همسایگان توصیه می‌کرد، به طوری که گمان بردم برای آن‌ها ارث مقرر خواهد کرد».^۳

با رشد فناوری و تغییرات در سبک زندگی انسان، مفهومی مدرن از شهرنشینی شکل گرفت. شهرنشینی فرایندی است که طی آن، تغییراتی در سازمان اجتماعی - سکونتگاهی انسانی به وجود می‌آید که حاصل افزایش تمرکز و تراکم جمعیت است. از نظر سازمانی، شهرنشینی دگرگونی‌هایی در ساخت اجتماعی - اقتصادی و نظام آموزشی و هنجاری ایجاد می‌کند.^۴ تغییر محیط زندگی و رشد بی‌وقفه زندگی شهری قطعاً لوازم و بایدهایی را به دنبال خواهد داشت. از سوی دیگر، محیط زندگی انسان در شهرهای مدرن و به ویژه در شرایط آپارتمان نشینی دگرگون می‌شود و تغییراتی را نیز به دنبال دارد. برخی از این تغییرات عبارت‌اند از:

۱. از دست رفتن هویت محله‌ای و اشتراکات و خاطرات زیست در محله بین افراد؛

۱. محمدی ری شهری، میزان الحکمه، ج ۵، ص ۲۱۰.

۲. فضل بن حسن طبرسی، مکارم الأخلاق، ج ۱، ص ۲۲۴، ح ۸۳۴.

۳. علامه مجلسی، بحارالأنوار، ج ۷۴، ص ۱۵۱.

۴. ناصر مشهدی زاده، تحلیلی از ویژگی‌های برنامه‌ریزی شهری در ایران، ص ۲۲.

۲. کم شدن رفت‌وآمد و شناخت از همسایگان بر اثر زندگی فشرده ماشینی و اشتغالات زندگی مدرن؛

۳. نابودی خرده‌فروشی و کسبه محله با ظهور مراکز عظیم خرید، همچون مال‌ها؛

۴. به وجود آمدن و انباشتگی زباله‌ها؛

۵. گرم شدن محیط بر اثر فشرده‌گی و ازدحام و اثر منفی بلندمرتبه‌سازی بر سرعت و مسیر حرکت هوا؛

۶. به هم ریختگی و درهم‌شدگی بافت جمعیتی بر اثر پدیده‌هایی مانند مهاجرت، انبوه‌سازی، اقتصاد مسکن و نبود برنامه‌ریزی در شهرسازی؛

۷. افزایش انواع مختلف آلودگی‌های صوتی و بصری، افزون بر آلودگی هوا؛

۸. نبود طراحی لازم برای سرانه مورد نیاز فضای سبز و ورزشگاه؛

۹. افزایش طول مسیرهای ارتباطی و در دسره‌های ترافیکی در کنار فقدان پارکینگ‌های عمومی و رایگان در دسترس.

همه این تغییرات و مخاطرات شرایط زندگی انسان‌ها در کنار یکدیگر را خصوصاً در قالب‌های جدید همسایگی، یعنی آپارتمان‌نشینی، دچار تنش می‌کند. تنش در پارک خودرو، سروصدای داخل آپارتمان، حد حریم خصوصی در منزل، استفاده بهینه و غیرمصرفانه از مشاعات مجتمع، پرداخت حق شارژ، مهمانی‌های شبانه تا نیمه‌شب و... از تنش‌هایی هستند که برآمده از سبک زندگی مدرن‌اند و در جامعه سنتی معنایی ندارند.

چند جمله را مرور کنید:

- آیا همسایه خود را می‌شناسید؟
- آیا به همسایه کمک می‌کنید؟
- آیا نیازهای همسایه‌تان برایتان مهم است؟
- آیا همسایه شما چقدر به فکر شماست؟

فرض کنید مستأجر آپارتمان طبقه چهارم امروز برخلاف معمول دو ساعت زودتر به منزل برمی‌گردد. به هنگام ورود به پارکینگ متوجه می‌شود که جای پارک اتومبیل او ماشین دیگری پارک شده است. پس از مدتی صرف وقت، متوجه می‌شود که برای دومین بار مستأجر طبقه سوم اجازه داده است که مهمانش اتومبیل خود را در آنجا پارک کند. این مثال تجاوز به حقوق دیگران است. وقتی مستأجر طبقه سوم همراه مهمانش به پارکینگ

می‌آید، بحث درمی‌گیرد و پس از دقایقی بگووومگو، راننده از عملش عذرخواهی می‌کند و اتومبیل را از آنجا خارج می‌کند.^۱

این تعارض شایع در معاشرت‌های همسایگی، گاه به دلیل تکرار، به مشاجره‌های طولانی و حتی ضرب و شتم کشیده می‌شود. سؤالی که در اینجا مطرح می‌شود این است که دلیل این تجاوز به حریم خصوصی ناآگاهی از حقوق همسایه است یا دلیل دیگری دارد.

ایجاد تنش اخلاقی عوامل مختلفی دارد که مجال پرداختن به همه این‌ها در اینجا نیست. برخی از عوامل، درونی و ناظر به ابعاد روان‌شناختی و شخصیتی طرف‌های دعوا هستند. مثلاً همسایه طبقه چهارم به دلیلی در محل کار به شدت عصبانی و خسته است و هنگام مواجهه با صحنه پارک ماشین دیگری در پارکینگش، عصبانی‌تر می‌شود. گاهی ناآگاهی از مسئولیت‌های اخلاقی در برابر همسایگان دلیل این تنش‌هاست. مدیریت خویش و آموزش درست حقوق همسایه و شیوه ارتباط با او می‌تواند سطح تنش‌ها را کاهش دهد و بر امنیت روانی در محیط زندگی شخصی بیفزاید. روش‌ها و مهارت‌های درس چهارم می‌توانند ما را در مدیریت خویش در موقع تنش‌های زیست شهری یاری رسانند. درباره آموزش حقوق شهروندان و همسایگان، به فراخور حجم درس، به برخی از کدهای رفتاری و اخلاقی همسایگی و آپارتمان‌نشینی که برآمده از اصول اخلاقی در معاشرت‌اند اشاره می‌کنیم:

- از کمک‌های کوچک و ساده به همسایگان، در شرایطی که نیازمند آن هستند، دریغ نکنید.
- از خود بیش از دیگران انتظار برخورد اخلاقی داشته باشید.

- اشتباهات ساده و کوچک همسایگان را برای بار نخست نادیده بگیرید و برای بار دوم در کمال مهربانی و به نرمی تذکر دهید. به ویژه در مواردی که به ناآگاهی یا غیرعمدی بودن خطای همسایه پی می‌برید، جای گذشت بیشتری وجود دارد.

- قبل از این که در آپارتمان ساکن شوید، درمورد حق استفاده از پارکینگ و انباری مطلع شوید و جای دیگران را نگیرید. خاطرتان باشد از شروط ابتدایی داشتن رابطه سالم با همسایه‌ها این است که محدوده حقوق و وظایف خود را به دقت بشناسید تا به حق دیگران تجاوز نکنید و اجازه ندهید کسی عامدانه و جسورانه به حق قانونی شما تجاوز کند.

- کفش، گلدان و... را در راه‌پله که بین ساکنان مشترک است نگذارید. درمورد اجسامی

- که برای تزئین و زیبایی ظاهر آپارتمان در فضای مشاع آپارتمان قرار می‌گیرند، همه اعضا در جلسات ساختمان تصمیم می‌گیرند.
- در مکان‌های مشترک، مانند حیاط، راهرو و آسانسور، آشغال نریزید.
- اگر مراسمی دارید که تا دیروقت طول می‌کشد (مراسم یا دورهمی‌های خاص مانند تولد و...)، سعی کنید همه همسایه‌ها را در جریان بگذارید و در ساعات بعد از ۱۰ شب تلاش بیشتری برای برهم نخوردن آرامش همسایه‌ها به‌کار ببندید.
- اگر می‌خواهید به دلایلی، از آب یا برق یا گاز به مقدار زیادی استفاده کنید، مثلاً می‌خواهید غذای نذری بپزید، از بقیه همسایه‌ها اجازه بگیرید. این عمل به خصوص زمانی اهمیت پیدا می‌کند که برای هر واحد قبض جدا وجود نداشته باشد. در نتیجه سهم هر واحد بدون توجه به مقدار مصرف محاسبه شود.
- در ساعاتی که دیگران در حال استراحت هستند، مثل شب‌ها، ظهرها و روزهای تعطیل، سروصدا تولید نکنید.
- موسیقی نیز فقط باید در واحد خودتان شنیده شود. دلیلی وجود ندارد که همسایه مجبور به گوش دادن به موسیقی موردعلاقه شما باشد.
- نگهداری حیوانات خانگی در قسمت‌های مشترک مجاز نیست. همچنین درمورد نگهداری از حیوانات خانگی در واحد خودتان قوانینی وجود دارد. فقط زمانی مجاز به این کار هستید که نه تنها با قوانین آن آپارتمان تناقضی نداشته باشد، بلکه بو، صدا و حضور حیوان خانگی در واحد شما به هیچ وجه مزاحمتی برای دیگران ایجاد نکند.
- وقتی می‌خواهید میزها و وسایل را جابه‌جا کنید، طوری به کف و دیوارها ضربه نزنید که صدای آن به طبقات دیگر منتقل شود. سعی کنید این کارها را در زمان مناسب انجام دهید و زیرشان را با قالی یا موکت بپوشانید که صدای کمتری تولید شود.
- شارژ و هزینه‌های آپارتمان را به موقع بپردازید و قوانین آپارتمان‌نشینی را رعایت کنید.
- اطلاعات شخصی همسایگان را به غریبه‌ها نگوئید.
- در قوانین آپارتمان‌نشینی، استعمال دخانیات در مکان‌ها ن سربسته مشترک، مانند آسانسور و راهرو، مجاز نیست.
- ساکن هر واحد مسئول پرداخت خسارت واردشده به همان واحد، مانند گرفتن لوله‌های فاضلاب، صدمه به دیوارها و... است.

انگاره قرآنی اخوت و برادری مسلمین با یکدیگر و همجنس و همنوع بودن همه انسان‌ها با یکدیگر، چگونگی معاشرت با اقلیت‌های مذهبی را به سمت هم‌زیستی مسالمت‌آمیز هدایت می‌کند. این هم‌زیستی در جامعه‌های متکثر فرهنگی نمود و ضرورت بیشتری دارد. نمونه بارز این هم‌زیستی مسالمت‌آمیز و بلکه محترمانه و عاطفی در دوران معاصر، رفتارهای اخلاقی امام موسی صدر، رهبر شیعیان لبنان، با مسیحیان و اهل سنت لبنان است. به نمونه‌ای از رفتار محترمانه و اخلاق‌مدار ایشان اشاره می‌شود:

امام موسی صدر در تاریخ ۱۹ فوریه ۱۹۷۵ (۳۰ بهمن ۱۳۵۳) برای خواندن خطبه موعظه آغاز روزه، در کلیسای کبوشیین بیروت حضور یافت. در این مراسم که بزرگان مسیحیت لبنان در آن شرکت جستند، در بالاترین سطوح سیاسی و دینی فرقه‌های مسیحی، و به عنوان نماد «گفت‌وگو و هم‌زیستی»، از امام صدر تجلیل شد. شارل حلو، رئیس‌جمهور سابق لبنان، در این باره می‌گوید: «برای نخستین بار در تاریخ مسیحیت یک روحانی غیرکاتولیک در کلیسایی کاتولیک و برای جمعی از مؤمنان در جایگاه موعظه سخن می‌راند. این اتفاق نه تنها اعجاب‌انگیز، بلکه موجب تأمل و تفکر عمیق و درازمدت است.» سید موسی صدر برای موعظه آماده شد و این‌گونه آغاز کرد: «خدایا، تو را سپاس می‌گوییم. پروردگارا، ای خدای ابراهیم و اسماعیل، خدای موسی و عیسی و محمد، خدای مستضعفان و همه آفریدگان...، ما هم‌اینک در پیشگاه تو و در خانه‌ای از خانه‌های تو، در ایام روزه، به خاطر تو گرد آمده‌ایم. دل‌های ما به سوی تو پر می‌کشند و خردهای ما نور و هدایت را از تو می‌گیرند. تو ما را فراخوانده‌ای تا در کنار یکدیگر در خدمت به خلق گام برداریم و بر کلمه سواء (پیام مشترک) برای خوشبختی بندگان اتفاق کنیم. به سوی درگاهت روی آورده‌ایم و در محراب تو نماز گزارده‌ایم. برای انسان گرد آمده‌ایم، انسانی که ادیان برای او آمده‌اند، ادیانی که یکی بوده‌اند و هرکدام ظهور دیگری را بشارت می‌داده‌اند و یکدیگر را تصدیق می‌کرده‌اند. خداوند به واسطه این ادیان، مردم را از تاریکی‌ها به سوی نور بیرون کشید و آنان را از اختلافات ویرانگر نجات داد و پیمودن راه صلح و مسالمت آموخت...»^۱

آنچه از متون دینی ما و نیز سیره اهل بیت و علمای سابق و معاصر شیعی فهمیده می‌شود

ارتباط مبتنی بر احترام و عطاوفت با صاحبان فکر و اندیشه غیرشیعی است، نه قطع ارتباط یا ارتباط مبتنی بر بی ادبی، فحاشی و تنش زایی. در اینجا به روایتی از سیره امام صادق در انگاره درست درباره کسانی که اندیشه مذهبی ما را قبول ندارند اشاره می شود.

مردی از خدمت گزاران امام صادق علیه السلام می گوید: «زمانی که امام صادق علیه السلام در حیره بود، مرا با جماعتی از دوستانش پی کاری فرستاد. ما رفتیم. سپس وقت نماز عشا، اندوهگین مراجعت کردیم. در آن میان، امام صادق علیه السلام آمد و از کاری که مرا دنبالش فرستاده بود پرسید. من هم گزارش دادم. حضرت حمد خدا کرد. سپس از گروهی سخن به میان آمد که من عرض کردم: قربانت گردم، ما از آن ها بیزاری می جوییم، زیرا آن ها به آنچه ما عقیده داریم عقیده ندارند. حضرت فرمود: آن ها ما را دوست دارند و چون عقیده شما را ندارند، از آن ها بیزاری می جویید؟ گفتم: آری. فرمود: ما هم عقایدی داریم که شما ندارید. پس سزاوار است که ما هم از شما بیزاری جوییم؟ عرض کردم: نه، قربانت گردم. فرمود: نزد خدا هم حقایقی هست که نزد ما نیست. گمان داری خدا ما را دور می اندازد؟ عرض کردم: نه به خدا. قربانت گردم، از آن ها بیزاری نمی جوییم. حضرت فرمود: آن ها را دوست بدارید و از آن ها بیزاری مجوید. بعد حضرت توضیحی فرمودند که خلاصه آن این است که زیرا در میان مسلمانان، برخی از افراد یک سهم، برخی دو سهم و برخی تا هفت سهم (از ایمان را) دارند و روشن است که برخی فاقد مراتب والاتری از ایمان هستند که نزد سایر مسلمین است...»^۱

۵. معاشرت با سالمندان و معلولان

نخست به قدری پیش آگاهی درباره این دو وضعیت سالمندی و معلولیت نیاز است:

سالمندی: مطالعات گوناگون حاکی از این اند که جمعیت جهان در حال سالمند شدن است. پیش بینی ها بیانگر این اند که تعداد جمعیت ۶۰ ساله و بالاتر، طی ۵۰ سال آینده، دو برابر می شود و رشد جمعیت سالمندان برای سال های ۲۰۲۵-۲۰۳۰ به حدود ۳/۵ برابر رشد جمعیت کل می رسد.^۲ در این بین، کشورهای روبه توسعه ای همچون ایران که تاکنون جمعیتی جوان داشته اند، نسبت به کشورهای توسعه یافته، به طور جدی تری با افزایش

۱. شیخ کلینی، **الکافی**، ج ۳، ص ۱۱۰ (چاپ دارالحديث).

2. United Nations Population Division.un.org.

جمعیت سالمندان روبه‌رو خواهند بود و به‌منظور برنامه‌ریزی برای سالمندی جمعیت خود زمان کمتری دارند.

تعداد افراد ۶۰ ساله و بیشتر کشور، به‌ازای هر صد نفر جمعیت زیر ۱۵ سال، از ۱۳۷۵ تا ۱۳۹۰ دو برابر شده و از ۱۷ نفر در سال ۱۳۷۵ به ۳۵ نفر در سال ۱۳۹۰ رسیده است.^۱ علاوه بر آن، توجه به این نکته نیز بسیار حائز اهمیت است که از سال ۱۴۲۰ شمسی، متولدان دهه ۶۰ ایران به سنین سالمندی خواهند رسید و درواقع با انفجار جمعیت سالمند مواجه خواهیم شد. بنابراین در فرصت حدوداً بیست سال، سیاست‌گذاری در کشور باید برای مواجهه با پدیده سالمندی آماده شود. حاکمیت با سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی‌های عملیاتی، مانند راه‌اندازی مدل بومی دانشگاه سومین نسل سنی (U3A) در ایران، توانمندسازی سالمندان در مواجهه با مسائلی مانند تنهایی، بیماری و... می‌تواند این انفجار جمعیت را مدیریت کند. از سوی دیگر، همه ما نیز به‌عنوان فاعل‌های اخلاق‌مدار، نیازمند توانمندی در برقراری ارتباط بهینه با سالمندان هستیم.

معلولیت: براساس تعریف سازمان بهداشت جهانی (WHO)، معلولیت عبارت است از ایجاد اختلال در رابطه بین فرد و محیط. به عبارت دیگر، معلولیت مجموعه‌ای از عوامل جسمی، ذهنی، اجتماعی یا ترکیبی از آن‌هاست که به‌نحوی در زندگی شخص اثر سوء برجای می‌گذارند و مانع زندگی وی به‌صورت طبیعی می‌گردند. چنین فردی اصطلاحاً «معلول» نامیده می‌شود و غالباً به‌دلیل نبود امکان زندگی مستقل، از نظر شخصی و اجتماعی نیازمند توانبخشی است. معلولیت و ناتوانی پدیده‌ای است که در تمامی جوامع انسانی وجود داشته‌است و هیچ اجتماعی عاری از وجود معلول نیست.

در مواجهه با هریک از این دو گونه معاشرت با سالمندان و معاشرت با معلولان، ضمن پذیرش تفاوت‌ها و تنوع‌ها، حداقل سه مهارت اخلاقی مهم بایستی رعایت شود:

۵-۱. ارتباط محترمانه، نه ترحم‌آمیز

انسان‌ها در هر وضعیتی که باشند، تفاوت میان نگاه محترمانه و ترحم‌آمیز را درک می‌کنند. در نگاه ترحم‌آمیز، نوعی دلسوزی متکبرانه حس ضعف و ناتوانی را به طرف مقابل القا

1. Mirfallahnasiri SN. The demographic characteristics of the Iranian elderly and related indicators 2007. src.ac.ir.

می‌کند. معلول یا سالمندی که نیازمند همراهی من است، در صورتی که در این همراهی احساس کند من به او ترحم می‌کنم، از لحاظ روانی دچار سرخوردگی و احساس ناخوشایند خواهد شد.

ارتباط ترحم‌آمیز مساوی است با ارتباط مبتنی بر احساس دلسوزی ناسالم (مختل‌کننده استقلال یا عزت نفس معلول و سالمند). فرد معلول یا سالمند به دلیل مشکلات و اختلالات در جسم، در معرض کاهش عزت نفس است. یکی از اصول اساسی در مداخلات منطقی در این افراد عبارت است از کاهش وابستگی بیمار به دیگران. باید مطمئن شوید در این افراد وابستگی افزایش نیابد و او مسئولیت رفتار خود را قبول کند. نگاه ترحم‌آمیز این مداخله را مختل می‌کند. فرض کنید شما در مواجهه فرد معلول یا سالمند، به دلیل احساس ترحم و دلسوزی‌ای که دارید، با انجام کارهای نابه‌جا، در استقلال فرد خلل ایجاد می‌کنید. القای احساس وابستگی در معلول یا سالمند موجب کاهش عزت نفس در وی خواهد شد.^۱

در مواجهه با معلول و سالمند

براساس اصل احترام، باید اجازه داد فرد در حل مشکلات خود فعال باشد. احساس کنترل و قدرت را از طریق تشویق تصمیم‌گیری‌های او درباره حل مشکل و مراقبت‌های درمانی و فعالیت‌های مربوط به مراقبت از خود تقویت کنید (ارتباط سالم).

۵-۲. همدلی با سالمند

همدلی مهارت رفتار کردن به گونه‌ای است که طرف مقابل احساس کند ما پیام و احساس واقعی او را درک کرده‌ایم. در همدلی، ما خویش را به جای دیگری می‌گذاریم و از زاویه دید او به مسائلی که مدنظر است نگاه می‌کنیم و احساسی را که در آن وضعیت دارد درمی‌یابیم.^۲ تحقق اصلی همدلی منوط به دو رکن است: اول، درک مسائل دیگران در هر شرایطی، و درک آنان همان گونه که هستند، نه آن گونه که ما دوست داریم، و دوم، رفتاری متناسب با مسئله درک شده.

به این مثال توجه کنید: فرض کنید شما عضو یک شرکت خدماتی هستید که با مردم

۱. علی اسلامی‌نسب، روان‌شناسی جانبازی و معلولیت، ص ۳۲۳.

۲. مارتی برونستاین، ارتباط مؤثر به زبان آدمیزاد، ص ۱۰۳ و ۱۰۴.

سروکار دارد. بخش بزرگی از این نقش کار کردن به عنوان رابط میان مشتری و گروه‌های اجرایی است. همکاران، آقای «الف» که مدیر مالی است، نگرانی خود را درباره یک مشتری سالمند با شما درمیان می‌گذارد. او می‌گوید: «جدیداً با یک مشتری سالمند در ارتباط هستیم که کار با او چندان آسان نیست. تقریباً هر روز از کار من شکایت دارد و راضی نیست. جواب تلفن‌های من را نمی‌دهد و هروقت هم که تلفن را جواب می‌دهد، با ادبیاتی تند و طلب‌کارانه سخن می‌گوید و تلفن را هم سریع قطع می‌کند. چند هفته پیش که حضوری ملاقات داشتیم، درباره این مسائل صحبت کردیم. با این حال، همچنان از همه چیز شکایت می‌کند. خسته شده‌ام و قصد دارم قرارداد این مشتری را - ولو با پرداخت خسارت - منتفی کنم.»

پاسخ ما به رفتار آقای «الف»:

این وضعیت را «فرار از محل حادثه» می‌نامیم. شکایتش را ابراز می‌کند و پیش از این که تو بتوانی آن را بررسی کنی، ناپدید می‌شود. شاید دلیل این مسئله به وضعیت روحی این فرد بازگردد. به نظر ما، با نگاهی همدلانه، خودت را به جای او بگذار، زود قضاوت نکن و سعی کن در یک جلسه حضوری، با مشارکت مدیران دیگر مجموعه، مسئله را حل کنی. در این پاسخ، با توجه به دور رکن همدلی، پاسخی همدلانه ارائه شده و ضمن درک احساس مشتری سالمند، رفتاری متناسب با این احساس پیشنهاد شده است.^۱

۳-۵. گوش دادن فعال

برخی از فعالیت‌هایی که باید هنگام گوش دادن به سخنان یک معلول یا سالمند انجام دهیم:

۱. عواملی را که به حواس پرتی می‌انجامد در نظر بگیرید تا از آن‌ها پرهیزید، از جمله:
 - بازی کردن با کلید و سکه و...؛
 - تکان خوردن با حالت عصبی؛
 - ضرب گرفتن روی میز با انگشتان؛
 - جابه‌جا شدن مکرر؛
 - تماشای تلویزیون یا توجه به تلفن همراه؛

۱. همان، ص ۱۱۶ و ۱۱۷.

- نگاه کردن به ساعت یا موقعیت دیگر و....
- ۲. زمان و مکان مناسبی را برای گفت‌وگو با معلول یا سالمند انتخاب کنید. حتی الامکان در زمان‌های خستگی یا بیماری با آن‌ها گفت‌وگوی درازمدت نداشته باشید.
- ۳. به اشاره‌های غیرکلامی شخص مقابل هنگام صحبت کردن توجه کنید. مثلاً نفس نفس زدن سالمند نشان خستگی اوست یا افتادن پلک‌ها و....
- ۴. تا آنجا که می‌توانید، به حرف‌های سالمند یا معلول علاقه نشان دهید.
- ۵. در موقعیت‌های مناسب، با سالمند یا معلول ابراز همدلی کنید.
- ۶. در صورت نیاز، سکوت کنید. گاه می‌توان با سکوت، حالت احساسی را بهتر بیان کرد.
- ۷. اگر مطلب را متوجه نشدید، پرسش‌های ساده و صریح بپرسید، خصوصاً این که ممکن است وضعیت جسمی معلول یا سالمند توان ذهنی وی را کاهش داده باشد.
- ۸. ارتباط جسمی مناسب برقرار کنید؛ نه آن قدر خیره شوید که معلول یا سالمند را معذب کنید و نه آن قدر به او نگاه نکنید که تصور کند به ارتباط با او علاقه‌ای ندارید. بهتر است به گونه‌ای بنشینید که بدنتان کمی متمایل به جلو و به طرف آن‌ها باشد.
- ۹. با بیان عباراتی، معلول یا سالمند را به ادامه صحبت تشویق کنید، مثلاً «بعد چی شد؟»، «جدی؟!»، «واقعاً؟» و....
- ۱۰. درک خود را از احساسات گوینده بیان کنید، مثلاً به نظرم این موضوع شما را ناراحت کرده.
- ۱۱. منظور معلول یا سالمند را با کلمات خودش به او انعکاس دهید.
- ۱۲. تا وقتی که آن‌ها مطلب خود را تمام نکرده‌اند یا منتظر پاسخ نیستند، سخنان را قطع نکنید.
- ۱۳. موقع شنیدن سخنانی که خوشایند شما نیست یا مخالف خواسته‌ها و تمایلات و افکار شماست، از خود صبر و شکیبایی نشان دهید و با علائم کلامی و غیرکلامی نامناسب، از خود واکنش نشان ندهید.^۱

♦ پرسش‌های درس

۱. دو مهارت اخلاقی در مواجهه با خویشاوندان را در قالب یک نمونه تبیین کنید.
۲. معیار انتخاب دوست خوب چیست؟

۱. رک: علی، صادقی سرشت، این هوش دست‌یافتنی (با اندکی تصرف و افزوده).

۳. قاعده اخلاقی در مواجهه با پیروان ادیان دیگر چیست؟
۴. دو نمونه از حقوق همسایگی را بنویسید و برای هرکدام یک مثال نقض بزنید.
۵. چهار مورد از تکنیک‌های مرتبط با گوش دادن فعال در ارتباط با سالمندان را به همراه یک مثال بنویسید.

♦ پژوهش

با توجه به بسته شدن پنجره جمعیتی و پیر شدن جمعیت کشور در دهه‌های آینده، چه راهکارهایی را در معاشرت مطلوب با سالمندان، مضاف بر آنچه در متن آمده است، پیشنهاد می‌کنید؟ در کلاس گفت‌وگو کنید.

♦ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱. باستانی، (بی‌تا). اصول تکنیک‌های ارتباط مؤثر با دیگران. تهران: ققنوس.
۲. برونستاین، مارتی. (۱۳۹۳). ارتباط مؤثر به زبان آدمیزاد. ترجمه نرگس یزدی. تهران: هیرمند.
۳. صادقی سرشت، علی. (۱۳۹۱). این هوش دست‌یافتنی: راهکارهای تقویت هوش هیجانی. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
۴. قربانی، (بی‌تا). سبک‌ها و مهارت‌های ارتباطی. تهران: بینش نو.
۵. محسنیان راد، مهدی. (۱۳۹۲). ارتباطات انسانی. تهران: سمت.

اخلاق فضای مجازی (۱)

اهداف درس

- ۱ آشنایی با هویت مجازی در فضای مجازی و کارکردهای آن در زیست انسانی؛
- ۲ شناخت ظرفیت‌ها و آسیب‌های فضای مجازی؛
- ۳ آگاهی از اصول اخلاقی برای کنشگری در فضای مجازی.

تصویر کوه یخ

ماکس فریش^۱، نویسنده و ادیب آلمانی قرن بیستم، در یکی از داستان‌هایش با عنوان «ایزیدور»^۲، واقعیت دنیای مجازی را به شیوه‌ای جالب بیان می‌کند. فریش در بخشی از این داستان، زن و مردی را تصویر می‌کند که برای سفر به اقیانوس و تماشای دیدنی‌های آن، به یک مؤسسه توریستی مراجعه می‌کنند. کارمند مؤسسه توریستی از روی عکس و تصاویر، جاذبه‌های توریستی سفر دریایی را برای آن‌ها شرح می‌دهد و تصویر زیبایی یک کوه یخی را به آن‌ها نشان می‌دهد. چند روز بعد، وقتی زن و مرد با کشتی دریایی به دوردست‌ترین نقاط اقیانوس سفر می‌کنند، ناگاه چشمشان به کوه یخی می‌افتد و زن هیجان‌زده فریاد می‌زند: «نگاه کن، درست مانند عکس!» زن کوه یخی را در عکس دیده‌است و از این‌رو بی‌اختیار فکر می‌کند کوه یخی مانند عکس است و نه عکس مانند کوه یخی.^۳

تجربه بسیاری از ما در فضای مجازی و واقعی شبیه تجربه آن زن است. واقعیت بیرونی شبیه آن چیزی است که در اینستاگرام و واتساپ دیده‌ایم، دقیقاً به همان رنگ یا همان لوکیشن. این یعنی برعکس شدن معادله اصل و فرع در واقعیت.

۱. تعریف فضای مجازی

فضای مجازی را می‌توان برای توصیف تمام انواع منابع اطلاعاتی ایجادشده از طریق

1. Max Frish
2. Isidor

۳. علی اصغر حداد، مجموعه نامرئی، ص ۴۷۵-۴۷۹.

شبکه‌های رایانه‌ای به کار برد. فضای مجازی فضایی فناوری پایه مبتنی بر فناوری ICT است که در آن تولید محتوا، پالایش داده، ذخیره‌سازی داده، پردازش داده و توزیع داده صورت می‌گیرد و در تعامل با انسان، فضایی شبکه‌ای را می‌سازد که دارای خصوصیات مختلف و حتی منحصربه‌فردی است که آن را از فضاهای پیشین مجزا و متفاوت می‌کند. فضای مجازی تغییرات مهمی را در پی آورد که به موجب آن‌ها، تمامی حوزه‌های شش‌گانه^۱ سیاسی، اقتصادی، اجتماعی، فناورانه، زیست‌محیطی و قانونی تحت تأثیر عمیق قرار گرفتند.^۲

فضای مجازی، تهدید یا فرصت؟

تهدیدانگاری محض و فرصت‌انگاری محض غلط است؛ بستگی دارد به این‌که چه کسی چه استفاده‌ای از آن می‌کند، همانند تیغ در کف طیب حاذق یا زنگی مست.

۲. ظرفیت‌های انسان‌شناختی فضای مجازی

خود انسان^۳ مجموعه‌ای از محتواهایی است که به یک شخص بازمی‌گردند. البته «خود» با توجه به فرایندها و محتواهای مختلف چند مرتبه دارد:

۱. من کیستم؟ یعنی آنچه خودم از خودم می‌دانم.
۲. من چه کاری را می‌توانم؟ یعنی آگاهی من از توانمندی‌های خودم.
۳. من در نظر دیگران چگونه‌ام؟ یعنی آگاهی از خودم در اجتماع.

این مفاهیم در حوزه فضای مجازی تغییر می‌کنند. در اینترنت هویت انسان‌ها به صورت ناشناخته و غیرقابل رؤیت است، به گونه‌ای که هر فرد می‌تواند نقش‌های موردپسند خودش را بازی کند، نقش‌هایی که شاید در زندگی روزمره خود هیچ سنخیتی با آن‌ها ندارد.^۴ از این رو، پاسخ به هریک از سؤال‌های بالا متفاوت خواهد شد. علاوه بر این، این فضا قابلیت‌هایی دارد که می‌تواند موجب انعطاف هویتی، برابرسازی پایگاه اجتماعی، تجربه آزادی و افزایش قدرت انتخاب شود. اکنون این سه ویژگی را توضیح می‌دهیم.

1. Pestel

۲. ابوالحسن فیروزآبادی، فضای مجازی و تحولات آن، ص ۱۳.

3. Self

۴. محمد اخگری، هویت انسانی در رسانه‌های مجازی، ص ۲۸ و ۲۹.

در دنیای واقعی، کنشگران با همان هویت شناخته شده و تثبیت شده خود، مانند مرد بودن، میان سال بودن، ایرانی بودن، قد کوتاه و لاغر بودن و...، با دیگران ارتباط می گیرند و به ایفای نقش می پردازند و تغییر این ویژگی های هویتی با توجه به هنجارهای عرفی و قوانین اجتماعی کاری بس مشکل و پرهزینه و در بیشتر حالات، ناممکن است، اما فرد در فضای مجازی می تواند سبک بودن خود را از نظر سن، جنس، ویژگی های فیزیولوژیکی، شخصیت و امثال آن تغییر دهد و خود را به گونه ای دیگر در معرض نمایش دیگران بگذارد و بدین شکل، هویت های متعدد به خود بگیرد و نقش آن ها را بازی کند.

نحوه کنشگری و تعامل ما با هویت مجازی امکان به هم ریختن هویت واقعی یا رشد و تقویت هویتی را فراهم می کند.

۲-۲. برابری پایگاه اجتماعی انسان

یکی دیگر از ویژگی ها و ظرفیت های فضای مجازی، برابری پایگاه اجتماعی یا به تعبیری ایجاد و گسترش مساوات شبکه^۱ است. در دنیای واقعی، جایگاه، ثروت، سن و مدرک افراد در جامعه برای آن ها جایگاه های نابرابری ایجاد می کند که بر نوع ارتباط گیری آن ها با دیگران و نوع برخورد دیگران با سخنان و آرای ایشان تأثیر می گذارد، اما در فضای مجازی، تمام کاربران، فارغ از ویژگی های ظاهری و اجتماعی خویش، از فرصت برابری برای ابراز نظر برخوردارند. همه افراد، بدون توجه به سن، جنس، طبقه، تحصیلات و...، از شرایطی نسبتاً یکسان شروع می کنند. گرچه موقعیت فرد در دنیای خارج در نهایت بر چگونگی حضور او در فضای مجازی تأثیر می گذارد، جایگاه اصلی فرد در واقعیت مجازی تابع عواملی چون میزان مهارت در برقراری ارتباط، پشتکار، جذابیت ایده ها، عمق محتوا و مهارت در بهره گیری مطلوب تر از ابزارهای تکنیکی (مانند گرافیک و افکت و...) است. به بیان دیگر، توانمندی و مهارت کاربران تعیین کننده جایگاه آن ها در شبکه است.^۲

۱. از این خصوصیت با عنوان «دموکراسی شبکه» یاد می شود.

۲. همان، ص ۱۶۷ و ۱۶۸.

۳-۲. تجربه آزادی و افزایش قدرت انتخاب

یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های فضای مجازی، تجربه آزادی گسترده است. در فضای مجازی، اولاً فاصله از معنای واقعی خویش تهی می‌شود و کاربران می‌توانند فارغ از فاصله‌ها، با یکدیگر تعامل کنند؛ ثانیاً فضای مجازی قدرت انتخابگری انسان را افزایش می‌دهد. دسترسی به یک کتاب کمیاب در فلان کتابخانه مهم جهان، آشنایی با یک تکنیک به‌روز در حیطه تخصصی خود، شناخت کامل جغرافیای مکانی که برای سفر انتخاب شده است، انتخاب غذای بهتر با قیمت کمتر و هزاران انتخاب دیگر، احساس و تجربه توسعه یافتن قدرت انتخاب را به انسان می‌دهد. این تجربه زیسته انسان را شکوفاتر می‌سازد.

۳. آسیب‌شناسی اخلاقی فضای مجازی

آسیب‌شناسی اخلاقی عبارت است از شناسایی آن دسته از رذایل یا انحرافات اخلاقی که به وجود آمدن و تداوم آن‌ها می‌تواند فرایند تحقق اهداف کنشگری در فضای مجازی را متوقف سازد یا به صورت نامحسوس مختل کند. در فضای مجازی، وجود ظرفیتی عمیق و ژرف، آن‌گونه که در بالا اشاره شد، احتمال بروز آسیب‌های فردی و اجتماعی را نیز به همان اندازه گسترش می‌دهد. سرقت اطلاعات، استفاده از اطلاعات دیگران، ایجاد ویروس در سیستم دیگر کاربران، ورود غیرمجاز به حریم خصوصی دیگران، انتشار مطالب منجر به ایجاد و گسترش نفرت عمومی، پورنوگرافی، شهرت در فضای مجازی (سلبریتی - فالوور)، بازی‌های مجازی، و اعتیاد اینترنتی ازجمله مسائل و چالش‌های موجود در فضای سایبری هستند. در درس دوازدهم، برخی از مسائل و چالش‌های فضای مجازی بررسی می‌شوند و راه‌حل‌هایی برای آن‌ها ارائه می‌گردد. در ادامه این درس، برخی از مهم‌ترین عوامل مؤثر در شکل‌گیری این آسیب‌ها بررسی می‌شوند، چراکه درمان آسیب مشروط به فهم عامل شکل‌گیری آسیب است. حداقل شش عامل را می‌توان به عنوان منشأ آسیب اخلاقی در فضای مجازی برشمرد:

۳-۱. تشخیص ندادن وظیفه اخلاقی

یکی از مهم‌ترین عوامل ایجاد آسیب یا انحراف اخلاقی در فضای مجازی، تشخیص ندادن وظیفه اخلاقی است. فرض کنید در موقعیتی در فضای مجازی هستید که پنهان کردن

اطلاعات شخصی‌تان (مثل جنسیت یا سن) موجب ورود به گروهی در تلگرام یا وبگاه است. آیا اطلاعات غلط دادن مصداق دروغ اخلاقی نیست؟ آیا احساس ناامنی می‌تواند مجوز ارائه اطلاعات غلط در فضای مجازی باشد؟ و...؟

بررسی اخلاقی احراز هویت در فضای مجازی

عدم احراز هویت و انتخابِ اختیاریِ گمنامی در فضای مجازی می‌تواند با یکی از سه هدف زیر باشد:

الف. گمنامی با هدف پیشبرد فعالیت یک کنشگر؛

ب. گمنامی با هدف محافظت از شخص ناشناس (گمنامی دریافت‌کننده)؛

ج. گمنامی فرایند: این نوع گمنامی را می‌توان به فرایندی خاص احاله داد. گمنامی به منظور رعایت بی‌طرفی در آزمون‌ها، پژوهش‌ها و... از مصادیق این گمنامی است.

پاسخ خودتان را برای سؤال زیر دربارهٔ هریک از گزینه‌های «الف»، «ب» و «ج» بنویسید. بعد از بحث احراز هویت در درس دوازدهم، پاسختان را ارزیابی کنید. «انتخاب گمنامی به صورت اختیاری و عدم احراز هویت در چه مواردی غیراخلاقی است؟»

.....

.....

.....

.....

.....

۲-۳. رعایت نکردن اصول اخلاقی

اصول اخلاقی همانند سپری در مقابل آسیب‌های اخلاقی، کنشگر فضای مجازی را در مقابل خطاهای اخلاقی حفظ می‌کنند. به طور کلی، کنشگری که براساس اصل احترام، ناقض حریم خصوصی کاربران دیگر نیست به مراتب کمتر دچار خطا و آسیب اخلاقی می‌شود (هرچند در برخی موارد معدود و حساس، او نیز وظیفه خود را نداند).

۳-۳. قرار گرفتن در معرض دوراهی‌های اخلاقی

مراد از دوراهی یا تعارض اخلاقی موقعیتی است که در آن خود را بر سر دوراهی می‌یابیم؛ از

طرفی گویی راه سومی وجود ندارد و از طرف دیگر انتخاب هریک از آن دو به نوعی خلاف اخلاق می‌نماید.^۱

فرض کنید کنشگری در فضای مجازی باید از فیلترشکن استفاده کند. برای مثال، محققى برای ارتقای سطح دانش خود، که ثمره‌اش منفعت رساندن به جامعه است، اخلاقاً خود را موظف می‌بیند به وبگاه‌هایی مراجعه کند که برخی از آن‌ها فیلتر شده‌اند و چاره‌ای جز استفاده از فیلترشکن ندارد، ولی این کار نادیده گرفتن قوانین کشور است^۲ و کاری غیراخلاقی محسوب می‌شود، چراکه این کار از یک سو نوعی نقض پیمانی است که بین او به عنوان یک شهروند و حکومت منعقد شده است و از سوی دیگر، دست‌کم در نگاه فایده‌گرایانه، مراعات قانون منفعت بیشتری دارد تا مراعات نکردن آن و «احتمال این‌که در جامعه‌ای تابع قانون، خوشحالی به حداکثر برسد و رنج به حداقل، بیشتر است از جامعه‌ای که بی‌قانون است»^۳.

♦ تمرین

پاسخ خود را به تعارض اخلاقی میان استفاده از فیلترشکن و نقض پیمان ملت/ حاکمیت (نقض قانون) در کلاس به گفت‌وگو بگذارید.

نکته مهم

انتخاب کردن و موجه ساختن یکی از راه‌حل‌های ممکن مسئله اخلاقی را «تصمیم اخلاقی» گویند. انتخاب به این معناست که نباید در میان ارائه راه‌حل‌های موجود سردرگم بمانیم. مثلاً از بین چند راه‌حل موجود، نباید دو راه‌حل آخر را انتخاب کنیم، بلکه باید مهم‌ترین راه‌حل را برگزینیم. موجه بودن یعنی این‌که ما توضیح معقولی برای این کارمان داشته باشیم، و الا دچار خطای اخلاقی خواهیم شد.

شناخت اصول اخلاقی برای کنشگری اخلاقی در فضای مجازی و پایبندی به آن‌ها می‌تواند اولاً در بروز نیافتن و ثانیاً در حل تعارض اخلاقی مؤثر باشد.

۱. فرامرز قراملکی، *اخلاق حرفه‌ای*، ص ۲۹۵.

۲. ماده یک قانون جرائم رایانه‌ای به این مسئله اشاره دارد: «هرکس به‌طور غیرمجاز به داده‌ها یا سامانه‌های رایانه‌ای یا مخابراتی‌ای که به وسیله تدابیر امنیتی حفاظت شده است دسترسی یابد، به حبس از نود و یک روز تا یک سال یا جزای نقدی از پنج میلیون ریال تا بیست میلیون ریال یا هر دو مجازات محکوم خواهد شد.»

۳. با اندکی تغییر، برگرفته از: حسین علی رحمتی و حمید شهریاری، «فیلترینگ و دشواره تراحم اخلاقی»، ص ۱۲.

فقدان تخصص لازم و کافی در میان کنشگر فضای مجازی، احتمال خطای اخلاقی را افزایش می‌دهد. فرض کنید یک تولیدکننده محتوا در فضای مجازی، به دلیل ناآشنایی با سبک‌های تولید محتوا، در معرض ورود به حریم خصوصی دیگران قرار بگیرد. نمونه این مورد را می‌توان در کاربران غیرحرفه‌ای اینستاگرام و شبکه‌های اجتماعی دیگر دید.

۳-۵. بی‌مبالاتی اخلاقی دعوت‌کننده به اخلاق

شکی نیست که یکی از زنده‌ترین موارد بی‌اخلاقی جایی است که کسی دیگران را از برخی رذایل یا نقض اخلاقیات پرهیز دهد و خود مرتکب آن‌ها شود؛ این یعنی متعهد نبودن فاعل اخلاقی به محتوای پیام‌های اخلاقی خود. این پدیده زشت، طبق تصریح قرآن کریم، خداوند را به غضب می‌آورد.^۱

۳-۶. تضاد منافع^۲ (منفعت عمومی / منفعت حرفه‌ای یا شخصی)

تعریف متداول «تعارض منافع» عبارت است از تعارض مجموعه‌ای از عوامل محیطی که ممکن است موجب قضاوت حرفه‌ای یا عملکردی گردد که منافع اولیه بی‌جهت و ناروا تحت تأثیر منافع ثانویه قرار گیرند.

بحث اخلاقی

یکی از مدیران صنعت برای اصلاح فرایندهای اداری، به قسمت IT سازمان دستور داده‌است تا امکان دسترسی غیرحضوری ارباب‌رجوع به خدمات را فراهم کنند. این مسئله از یک سو اتلاف زمان و انرژی ارباب‌رجوع را کاهش می‌دهد، ولی از سوی دیگر موجب تعدیل نیرو در سازمان خواهد شد. مدیر سازمان در قبال بیکار شدن افراد با توسعه فناوری و فضای مجازی در سازمان خود، مسئولیت اخلاقی دارد یا نه؟

۱. «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِمَ تَقُولُونَ مَا لَا تَفْعَلُونَ كَبُرَ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ» ای کسانی که ایمان آورده‌اید، چرا سخنی می‌گویید که عمل نمی‌کنید؟ خداوند سخت به خشم می‌آید که چیزی بگویید و به جای نیاورید» (سوره صف، آیات ۲ و ۳).

کنشگری اخلاقی در فضای مجازی منوط به رعایت اصول اخلاقی در این گونه ارتباطی است. اصول اخلاقی، هم می‌تواند عامل پیشگیرانه در آسیب‌های اخلاقی در فضای مجازی باشد و هم درمانی برای آسیب‌های اخلاقی. اصولی که به بهبود کنشگری ما در فضای مجازی کمک می‌کنند در ادامه بررسی می‌شوند.

۱-۴. صداقت

همان‌طور که در درس ششم بیان شد، دروغ اخلاقی عبارت از گفتار یا نوشتار یا هر نوع سیستم دلالتی جایگزین است که اولاً اظهارکننده بدان باور ندارد و ثانیاً آن را برای فریفتن مخاطب یا دیگری اظهار می‌کند.^۱ از این رو، صداقت در فضای مجازی به این معناست که در محتوای تولیدشده، اولاً کنشگر فضای مجازی بدان اعتقاد داشته باشد و ثانیاً آن را برای فریب کاربران دیگر نشر ندهد. توجه به این نکته ضروری است که در صورتی رفتار کنشگر فضای مجازی مصداق دروغ اخلاقی خواهد بود که هر دو شرط در آن مفقود باشند و بدین ترتیب، هم با فقدان باور مواجه باشیم و هم با قصد فریب روبه‌رو شویم. هرگونه فعالیت طراحان و متصدیان و کاربران در فضای مجازی باید به‌گونه‌ای باشد که به صداقت تأکید داشته باشد و از ارائه هرگونه اطلاعات خلاف واقع و فریب یا اطلاعاتی که موجب برداشت خلاف واقع می‌گردند جلوگیری کند.

♦ موردپژوهی

براساس آنچه درباره تعریف دروغ اخلاقی بیان شد، نمونه زیر را از منظر مصداق دروغ بودن تحلیل کنید:

۱. کنشگر فضای مجازی در صفحه خود در اینستاگرام برای همدلی با بیماران خاص، ویدئویی را می‌سازد و منتشر می‌کند. در این ویدئو، او خود را به عنوان بیمار دارای بیماری «ام‌اس» معرفی می‌کند. او پس از این معرفی و درخواست کمک، پول‌های دریافتی از دنبال‌کننده‌هایش را به یک خیریه مربوط به بیماری‌های خاص اهدا می‌کند.
۲. او همیشه در تبلیغات فضای مجازی، از تکنیک‌های «اغراق» و «بزرگ‌نمایی» استفاده می‌کند. مدتی است به این می‌اندیشد که نکند این کار او مصداق دروغ‌گویی باشد و رزقش را از طریق رفتارهای دروغ‌تأمین کند. در اندیشه‌های خویش این استدلال

را می‌آورد که «هرگاه گوینده مطلب خلاف واقعی را بازگو کند، ولی شواهد و قرآنی در ظاهر سخن وجود داشته باشد یا احوال و شرایط به حد کافی روشن باشند که بر مخالفت آن با واقع دلالت کنند، به این معنا که او قصد فریب مخاطب را ندارد و مخاطب آن را واقعی نمی‌شمرد، کذب نخواهد بود» و بر این اساس، کار خود را مصداق دروغ نمی‌داند. نظر شما چیست؟

۲-۴. رعایت حریم خصوصی

حریم خصوصی قلمرویی از زندگی هر فرد است و او انتظار دارد که دیگران، بدون رضایت وی، به اطلاعات درباره آن قلمرو دسترسی نداشته باشند، به آن قلمرو وارد نشوند، به آن قلمرو نگاه نکنند یا به هر صورت دیگری، در آن قلمرو به او تعرض نکنند.^۱ با توجه به تعریف حریم خصوصی، تعریف اصل اخلاقی رعایت حریم خصوصی این است: «فاعل اخلاقی الف موظف است قلمرو خصوصی ب (فرد انسانی حقیقی/ فرد انسانی حقوقی) را محترم بشمارد و بدون رضایت ب، دسترسی، ورود، نگاه، نظارت یا هر کاری که تعرض به شمار آید به آن قلمرو نداشته باشد.»

همان‌طور که از تعریف این اصل اخلاقی فهمیده می‌شود، وارد نشدن به حریم خصوصی افراد مستلزم شناخت قلمرو و مصادیق حریم خصوصی است. در منابع حقوقی (به‌ویژه قانون جرائم رایانه‌ای)، مصادیق نقض حریم خصوصی در فضای مجازی برشمرده شده‌اند. برخی از این مصادیق به قرار زیرند:

۱. دسترسی غیرمجاز به داده‌های رایانه‌ای یا مخابراتی، نظیر هک ایمیل یا حساب کاربری اشخاص؛
۲. شنود غیرمجاز محتوای درحال انتقال در سیستم‌های رایانه‌ای یا مخابراتی، نظیر استفاده از نرم‌افزارهای شنود چت‌های اینترنتی؛
۳. دسترسی غیرمجاز به داده‌های سرّی درحال انتقال در سیستم‌های رایانه‌ای یا مخابراتی یا حامل‌های داده یا تحصیل و شنود آن‌ها؛
۴. حذف یا تخریب یا مختل یا غیرقابل‌پردازش کردن داده‌های دیگری از سیستم‌های رایانه‌ای یا مخابراتی یا حامل‌های داده به‌طور غیرمجاز؛
۵. از کار انداختن یا مختل کردن سیستم‌های رایانه‌ای یا مخابراتی به‌طور غیرمجاز، نظیر

۱. باقر انصاری، حقوق حریم خصوصی، ص ۳۸.

غیرفعال سازی پایگاه های داده و تارنماها و ممانعت از دسترسی اشخاص به پایگاه های اینترنتی شخصی؛

۶. ربودن داده های متعلق به دیگری به طور غیرمجاز؛

۷. هتک حیثیت از طریق انتشار دادن صوت و فیلم تحریف شده دیگری به وسیله سیستم های رایانه ای یا مخابراتی؛

۸. نشر اکاذیب از طریق سیستم های رایانه ای یا مخابراتی با قصد اضرار به غیر یا تشویش اذهان عمومی؛

۹. فروش یا انتشار یا در دسترس قرار دادن گذرواژه یا هر داده ای که امکان دسترسی غیرمجاز به داده ها یا سیستم های رایانه ای یا مخابراتی متعلق به دیگری را فراهم می کند؛

۱۰. آموزش نحوه ارتکاب جرائم دسترسی غیرمجاز، شنود غیرمجاز، جاسوسی رایانه ای و تخریب و اخلاف در داده ها یا سیستم های رایانه ای و مخابراتی.^۱

۳-۴. اصل سودرسانی و بی ضرری

سودرسانی اصل اخلاقی پرکاربردی در اخلاق زیستی است. تأکید این اصل بر این است که فناوری و فضای مجازی باید رفاه و آسایش دیگران را بهبود بخشد و به آنان سود برساند. زیان نرساندن، به معنای زیانبار نبودن، از اصول شناخته شده و پرکاربرد در حوزه اخلاق زیستی است که برپایه آن توصیه می شود کنشگر فضای مجازی جنبه های بی ضرری را در کنار جنبه های سودمند بررسی کند و هر اقدامی که موجب وارد آمدن آسیب یا ضرر گردد ترک شود. البته به سبب دشواری یا نبود امکان حذف کلی زیان، برخی به بیشینه بودن سود از ضرر اقدامات انسان ها نسبت به محیط واقعی بسنده کرده اند.^۲ نکته درخور توجه این است که بر این اساس، اقداماتی که تأثیری در بهبود رفاه یا آسایش دیگران ندارند و سود نمی رسانند نیز نباید انجام شوند. براساس این دو اصل، انتظار می رود که در تصمیم گیری ها و اقدامات در حوزه زیست فناوری، منفعت و رفاه فرد و جامعه در نظر گرفته شود.

یک مسئله اخلاقی

براساس اصل سودرسانی و بی ضرری، توسعه پهنای باند اینترنت در سراسر

۱. قانون جرائم رایانه ای، مصوب مجلس شورای اسلامی، ۱۳۸۸/۳/۵.

۲. مصطفی السان، «اصول اخلاق زیستی»، ص ۱۵۳-۱۸۳.

کشور، تأثیر زیادی در بهبود رفاه و آسایش دیگران دارد. بنابراین، این توسعه امری اخلاقی است. ممکن است کسی این‌گونه استدلال کند که توسعه پهنای باند دسترسی افراد را به محتواهای مستهجن و جنسی راحت‌تر و آسان‌تر می‌کند. لذا این توسعه غیراخلاقی است، چراکه موجب زیان‌رسانی بیشتر خواهد شد. براساس الگوی پیشینه سود بر زیان، این استدلال را تحلیل کنید.

براساس این دو اصل، کنشگر فضای مجازی باید ضمن محاسبه سود و زیان اجتماعی رفتارهای خود، انتخاب‌های خویش در فضای مجازی، اعم از برقراری ارتباط، تولید محتوا، مدیریت گروه و کانال، ارائه نظر و... را براساس این دو اصل سامان‌دهی کند.

نکته مهم

انسان اخلاق‌مدار در هنگام محاسبه سود، سود جمعی را بر سود فردی ترجیح می‌دهد و بر همین اساس، رفتارهای دیگرگرایانه تقویت می‌شود. برای مثال، فردی که در فضای مجازی به تولید محتوا در حوزه آموزش شهروندی مشغول است، در هنگام مواجهه با موقعیت‌های تعارض منافع، محتوایی را تولید می‌کند و آموزش می‌دهد که سود اجتماعی داشته باشد، حتی اگر آموزش آن مسئله به دیگران سود شخصی نداشته باشد، چراکه از جهل دیگران سوءاستفاده نکرده و آن را منبعی برای کسب ثروت نکرده‌است. چنین رفتارهایی در فروش بسته‌های آموزش بازارهای مالی، فروش سیگنال‌های خرید و فروش ارز و سهام و... در فضای مجازی به‌وفور دیده می‌شوند. کم نیستند انسان‌هایی که فقط از روی خیرخواهی و نوع‌دوستی، آموزش‌هایی را به‌صورت رایگان در اختیار دیگران قرار می‌دهند تا آن‌ها مسیر درست معامله‌گری، آشپزی، خیاطی و انواع مهارت‌های دیگر را یاد بگیرند. این افراد مصداق محسنین در قرآن هستند، یعنی کسی که خیرخواه دیگران است: «وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ»^۱ و نیکویی کنید که خدا نیکوکاران را دوست می‌دارد.»

۴-۲. حفظ حریم هنجارهای عرفی و دینی

هر جامعه‌ای متناسب با شرایط خود، دارای هنجارها و ارزش‌هایی فرهنگی است که فعالیت‌های فضای مجازی نباید باعث خدشه‌دار شدن این هنجارها گردند (در صورتی که

۱. سوره بقره، آیه ۱۹۵.

با دستورات دینی مغایر نباشند). همچنین حریم‌های دینی هر جامعه باید محترم شمرده شوند و هرگونه رفتاری که این هنجارها را خدشه‌دار کند غیراخلاقی است.

تفکیک میان هنجار و خرافه: اقتضای این اصل نفی نقد و ارزیابی هنجارهای اجتماعی نیست. هر هنجار و ارزشی در جوامع در معرض انحراف و آمیختگی با خرافه است. کنشگران فضای مجازی، ضمن احترام به هنجارهای عرفی و دینی، باید به خرافه‌زدایی از هنجارها اهتمام ورزند. بسترهایی مانند کلاب‌هاوس، گروه‌های تلگرامی و واتس‌آپی، و اسکایپ موانع برقراری ارتباط را از بین برده‌اند و زمینه را برای تضارب آرا و خرافه‌زدایی فراهم کرده‌اند.

یک قاعده رفتاری

هر فاعل اخلاقی باید نسبت به انحراف ارزش‌های اجتماعی جامعه خود حساس باشد و به میزان شعاع اثرگذاری‌اش، روشنگری در فضای مجازی را جدی بگیرد.

۴-۵. انضباط و نظم و مصرف بهینه

از آسیب‌های اخلاقی‌ای که کاربران حوزوی در معرض آن قرار دارند مصرف افراطی و وب‌گردی بدون هدف و نامتعارف در رسانه‌های اجتماعی است که موجب اتلاف وقت و تضییع عمر می‌شود و زمینه ایجاد اختلال در وظایف و مسئولیت‌های اخلاقی کاربر را فراهم می‌کند. در عصر حاضر که دسترسی به اینترنت بسیار آسان است و کاربران در هر زمان و مکانی به راحتی به اینترنت وصل می‌شوند، از طرفی می‌توانند از مزایای بی‌شمار اینترنت بهره‌کافی ببرند، اما از طرفی نیز در معرض آسیب‌های زیادی مانند اعتیاد مجازی هستند. اعتیاد مجازی نوعی اختلال روان‌شناختی است که بر اثر مصرف افراطی اینترنت و رسانه‌های اجتماعی به وجود می‌آید. بی‌توجهی به زندگی شخصی، اشتغالات منفی ذهنی، انزوای اجتماعی، نوسانات خلقی و...، از جمله علائمی هستند که در افرادی که دچار اعتیاد مجازی هستند بروز می‌کنند.

کم‌هزینه‌ترین و آسان‌ترین راه برای جلوگیری از این آسیب‌ها، انضباط و نظم در بهره‌وری از فضای مجازی است. تکنیک‌های درس خودنظم‌جویی می‌تواند در تعامل ما با فضای مجازی مؤثر باشد.

یکی از اصول اخلاقی مؤثر در فضای مجازی، خویشتن‌داری در برابر کنجکاوی‌های غیراخلاقی (فضولی) و در برابر اصرار بر قضاوت کردن دربارهٔ دیگران است. خویشتن‌داری و صبر در برابر حس کنجکاوی، ما را از قرار گرفتن در معرض خطاهای اخلاقی زیادی بازمی‌دارد، مثلاً از دروغ گفتن، تهمت زدن، خلق منفی و....

هر کاربر فضای مجازی اخلاقاً موظف است در بیان دیدگاه دیگران، در نقل مطالب، در هرنوع آمار دادن، در شمارش و بازتاب نظرهای مثبت و منفی و...، براساس اصل امانت‌داری رفتار کند، به این معنا که تحریف و تغییری ایجاد نکند و صادقانه رفتار کند.

یک بحث اخلاقی

به اقتضای اصل امانت‌داری، نقل قولی از یک دوست در صفحهٔ اینستاگرامی آبرو یا حق دیگری را ضایع می‌کند. آیا باید به اقتضای امانت‌داری، نقل قول صادقانه به دیگران منتقل شود؟

در عکس گذاشتن از خود، سرک کشیدن به حریم دیگران، نشر مطالبی که آبروی دیگران را می‌برد، و در نوع ادبیات به کارگیری کلمات و تعابیر در گروه‌های مختلط با جنس مخالف و گروه‌هایی که کودکان هستند، به اقتضای اصل حیا و عفاف عمل کنیم.^۱

با گسترش رسانه‌های اجتماعی و تبدیل شدن این رسانه‌ها به الگوی رفتاری و سبک زندگی، شاهد این هستیم که زندگی افراد آن قدر تحت تأثیر ابزارهای ارتباطی و شبکه‌های اجتماعی قرار گرفته است و فضاهای عمومی و خصوصی به قدری به هم آمیخته شده‌اند که مرز آن‌ها محو شده است، به طوری که دیگر پنهان نگه داشتن زندگی خصوصی تا اندازه‌ای دشوار و گاهی ناممکن به نظر می‌رسد. در این میان، آن‌ها که هویت خود را از

۱. دربارهٔ اصل عفت، رک: درس «اخلاق دوران مجردی».

فضای مجازی می‌گیرند می‌کوشند در رسانه‌های اجتماعی به عنوان «چهره» معرفی شوند و برخی آن قدر در تسخیر جادوی فضای مجازی گرفتار شده‌اند که حاضرند برای چهره شدن یا به اصطلاح «سلبریتی» یا «شاخ» شدن، خود را در معرض اقداماتی عجیب و غریب قرار دهند و در بسیاری از اوقات، از انتشار مطالب مخالف حیا و عفت برای دیده شدن استفاده می‌کنند. بسیاری از این‌ها برای در اوج ماندن، فالو شدن و لایک گرفتن، هزینه‌های گزافی می‌پردازند که نه تنها برایشان موجه جلوه می‌کند، بلکه از آن‌ها الگوبرداری هم می‌شود.^۱

اکنون اینستاگرام به محور تبرّج و خودنمایی تبدیل شده است و رسانه‌های اجتماعی علاوه بر این که زمینه خودنمایی در افراد را فراهم می‌کنند، میل به خودنمایی در کاربران را نیز گسترش می‌دهند.^۲ کاربر اخلاق‌مدار در فضای مجازی می‌کوشد با پرهیز از خودنمایی افراطی، موجب شکستن دل فقرا و ایتام، سوزاندن دل بی‌سرپرستان، بینوایان، ورشکستگان، مصیبت‌دیدگان، داغ‌داران و... نشود (مسئله خودنمایی در درس دوازدهم بررسی شده است).

۱۰-۴. تحقیق در معتبر بودن منبع و مطلب

استناد کردن کاربر فضای مجازی در محتوای خود به برخی خبرها در گروه‌ها، شبکه‌ها و صفحه‌های اینستاگرامی، بدون این که درستی و نادرستی آن اخبار مشخص شود، از نظر اخلاقی درست نیست. گاه مخاطبان نیز براساس استناد آن کاربر، درباره شخص یا موضوعی قضاوت اشتباه می‌کنند.

۱۱-۴. وحدت شخصیت و یکرنگی

به اقتضای انعطاف هویتی در فضای مجازی، زمینه بازیگری‌های منفعت‌طلبانه و مصلحت‌جویانه در این فضا برای همه فراهم است. خود را در قالب فرد دیگری جازدن برای رسیدن به مطامع جنسی یا سودهای مالی یا لذت‌های نامتعارف، از آسیب‌های این فضا است. رنگ عوض کردن مصداق دورویی و نفاق است. از منظر دینی، نفاق بسیار بدتر از کفر است، چرا که نفاق نشانه‌ای از شرک در وجود انسان است. انسان دورو به تدبیر الهی در این عالم باور ندارد و مشرک است. لذا به هر کاری دست می‌زند.

۱. عاطفه عباسی و علی جعفری، «تأثیر کنش‌های اینستاگرامی سلبریتی‌ها بر سبک زندگی کاربران ایرانی»، ص ۳۴.

۲. محمدجواد نوروزی و دیگران، سایه‌روشن‌های تقوا در فضای مجازی، ص ۱۰۳.

کاربر اخلاق مدار در فضای مجازی تلاش می‌کند بین قومیت‌ها، ادیان، پیروان مذاهب اسلامی، طرفداران احزاب یا چهره‌های سیاسی یا حتی تیم‌ها و باشگاه‌های ورزشی، نفرت پراکنی نکند.

کاربر فضای مجازی در اظهارنظر، تأیید یا رد دیگران، موضع‌گیری‌ها، انتشار محتوای مجازی، مناظره‌ها، کامنت گذاشتن و پست گذاشتن، درباره اقوام و زبان‌ها و لهجه‌ها و...، ادب و نزاکت را رعایت می‌کند.

او محترمانه در کامنت صفحه فلان بازیگر یا سیاست‌مدار می‌نویسد:
عرض سلام خدمت جناب آقای ... یا سرکار خانم بنده به سه دلیل این سخن شما را قبول ندارم:

۱. ...

۲. ...

۳. ...

با تشکر، خداحافظ.

♦ پرسش‌های درس

۱. ظرفیت‌های انسان‌شناختی فضای مجازی کدام‌اند؟ تبیین کنید انعطاف هویتی چگونه می‌تواند به تعالی معنوی کمک کند.
۲. اصل صداقت در فضای مجازی را به همراه مثالی، غیر از مثال ذکر شده در متن، تبیین کنید.
۳. اصل سودرسانی و زیان‌رسانی در فضای مجازی را توضیح دهید.
۴. مصادیقی از امانت‌داری در فضای مجازی را بنویسید.
۵. دورویی در فضای مجازی را تعریف کنید و یک نمونه بنویسید.

♦ پژوهش

با رجوع به منابع در حوزه فناوری و فضای مجازی، برخی از کدهای اخلاقی رفتاری ناظر به کنشگری در این حوزه را بنویسید.

♦ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱. اسلامی، محمدتقی، احمد دبیری و مهدی علیزاده. (۱۳۸۸). اخلاق کاربردی چالش‌ها و کاوش‌های نوین در اخلاق عملی. قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی.
۲. امامی. (بی‌تا). اخلاق در فضای مجازی: بایسته‌ها و نبایسته‌های اخلاقی در فضای مجازی سبک اخلاق اسلامی. اصفهان: داخوین.
۳. خندان. (بی‌تا). مجموعه مقالات اخلاق اطلاعات و فضای مجازی. تهران: سورهُ مهر.
۴. سیدسعادت. (بی‌تا). هنجارهای اخلاق اسلامی در حریم خصوصی فضای مجازی. تبریز: فروغ آزادی.
۵. کرم‌اللهی، نعمت‌الله. (۱۳۹۰). اینترنت و دین‌داری. قم: بوستان کتاب.

درس دوازدهم:

اخلاق فضای مجازی (۲): مسائل و چالش‌ها

اهداف درس

- ۱ آشنایی با مسائل و چالش‌های اخلاقی فضای مجازی: رهاشدگی، خودنمایی، پورنوگرافی و فیلترینگ؛
- ۲ شناخت برخی از راهکارهای حل مسائل اخلاقی در فضای مجازی؛
- ۳ کمک به توانمند شدن کنشگران فضای مجازی برای پیشگیری از آسیب‌های اخلاقی.

۱. گونه‌های سبک زندگی مجازی

بسیار شنیده‌ایم که از حضور در فضای مجازی با عنوان «زندگی دوم» یاد می‌کنند. واقعیت این است که برای بیشتر ما امروز این حضور به نوعی زندگی کردن تبدیل شده است. نکته مهم این است که اگر واقعاً آن را زندگی دوم بدانیم، باید برای آن به وسعت یک زندگی، ابعاد و لایه‌ها و عرصه‌هایی قائل باشیم و آن را در سرنوشتمان مؤثر بدانیم و مهم‌تر این که برای این زندگی دوم یک نقشه راه و دفترچه راهنما برای چگونه زیستن و سبک زندگی مجازی درست و مطلوب در دست داشته باشیم.

اگر نوع حضور افراد در فضای مجازی و نوع انتخاب‌ها و طیف تصمیم‌گیری‌ها و طرز اقدامات و کنشگری‌های آن‌ها را بررسی کنیم، می‌بینیم با طیفی از سبک‌های زندگی دوم روبه‌رویم:

۱-۱. زندگی مجازی جدی - سرسری

کاربری در این فضا برنامه‌ای جدی دارد و از تمام ظرفیت‌های فضای مجازی برای رشد و تعالی مادی و معنوی خود استفاده می‌کند، اما کاربری هم هست که در این فضا، به صورت سرسری و باری به هر جهت، فقط می‌چرخد و می‌چرخد.

۱-۲. زندگی مجازی حرفه‌ای - آماتور

کنشگری با صرف هزینه و وقت، کنشگری حرفه‌ای در فضای مجازی را یاد می‌گیرد و حتی یاد می‌دهد، و دیگری نیز این صرف هزینه و وقت را بیهوده می‌داند و به صورت فردی ناآشنا، از فضای مجازی استفاده می‌کند و قطعاً در این بهره‌وری ضرر هم می‌کند.

❀ ۱-۳. زندگی مجازی حساب شده و رشدآور - بی تدبیر و آسیب‌زا

زیست مجازی جدی حساب شده و رشدآور است، ولی زیست مجازی سرسری بی تدبیر و آسیب‌زا است.

❀ ۱-۴. زندگی مجازی شرافتمندانه - رذیلانه

کاربری برای شخصیت و هویت خویش احترام قائل است و شرافتمندانه روی هر کلیپی کلیک نمی‌کند و انبار ذهن خویش را برای هر بی‌سروپایی باز نمی‌کند، اما دیگری کاملاً رذیلانه، همه‌کس و همه‌چیز را به ذهن خویش راه می‌دهد و حتی باور و عواطف و رفتار خویش را به آن‌ها می‌سپرد.

❀ ۱-۵. زندگی مجازی فقیرانه - آبرومندانه و خوب - لاکچری و عقده‌ای

گاه زندگی خوب و سالم برای یک فرد با ارزش است. لذا سلامت و خوبی را به پولدار شدن ترجیح می‌دهد و در زیست مجازی خویش نیز عفت و صداقت و امانت‌داری را به باد نمی‌دهد. اما هستند کسانی که تنها معیارشان صفرهای دلار یا ریال حسابشان است. لذا رفتارهای دیگری از خود در فضای مجازی بروز می‌دهند که بعضاً خارج از ضوابط اخلاقی است.

❀ ۱-۶. زندگی مجازی فعالانه و مولدانه - منفعلانه و مصرفی محض

زیست مجازی جدی و حرفه‌ای زیستی فعال و مولد است، اما زیست مجازی سرسری و آماتور یک زیست منفعلانه و مصرفی محض است.

❀ ۱-۷. زندگی مجازی هوشمندانه و با آگاهی - گیج و پرت

کنشگر جدی و حرفه‌ای در فضای مجازی انتخابی هوشمند و آگاهانه دارد، اما کنشگر بی‌هدف و آماتور وب‌گردی‌های پرت و شوت دارد.

❀ ۱-۸. زندگی مجازی کاملاً اخلاقی - کمی اخلاقی - کاملاً ضد اخلاقی

کاربر اخلاق‌مدار دچار آسیب‌هایی مانند اباحه‌گری، خودنمایی و هرزه‌نگاری نمی‌شود. برخی نیز گاه این‌گونه‌اند و گاه دامان خویش را به عکس و فیلمی مستهجن آلوده می‌کنند. برخی نیز زیست مجازی‌شان خیلی بازتر از زیست واقعی‌شان است، چراکه هویتشان قابل تشخیص نیست. پس می‌چرخند، آن‌گونه که می‌خواهند.

فضیلت‌مند بودن نقشی ضروری در زندگی روزمره بازی می‌کند. خیلی ساده است؛ ما به چیزهای خاصی مثل رد کردن چراغ قرمز، کش رفتن کیف دستی رفیقمان و گفتن جوک‌های توهین‌آمیز فکر نمی‌کنیم، صرفاً به این دلیل که چنین آدمی نیستیم و این‌گونه امور در ذهنمان تصویب‌ناپذیرند. اما فضای مجازی همه چیز را در ذهن ما تصویب‌پذیر می‌کند. هرگز کسی در تخیلش نمی‌گنجد که از روی بازی و تماشا خودکشی کند، ولی بازی «نهنگ آبی» در اینترنت نوجوانان بسیاری را به کام مرگ کشاند، چراکه مرگ خودخواسته را تصویب‌پذیر کرد. یا در مرگ غم‌انگیز نوجوان بریتانیایی، مانی راسل، در سال ۲۰۱۷ هم قصه از این قرار بود. این دختر ابتدا در معرض تصاویر اینستاگرامی خودزنی قرار گرفت و سپس واقعاً خودزنی کرد.

تصویرهای ذهنی ما از افکار و اندیشه‌ها و امور پیرامونی تأثیر می‌پذیرند. درباره هرچه فکر کنیم، دیر یا زود، تغییرمان می‌دهد. فضای مجازی برای ما «تصویب‌ناپذیرها» را «تصویب‌پذیر» می‌کند؛

مثبت

- مطالبه‌گری در احقاق حق مظلوم را پررنگ می‌کند؛
- بی‌خانمانی، فقر، فلاکت و نداری یک منطقه را به رخ جامعه می‌کشد؛
- مبارزه با تبعیض قومی، حزبی، جناحی، ملی و فراملی را فریاد می‌زند.

منفی

- خودکشی را هیجان‌انگیز جلوه می‌دهد؛
- معنویت بدون شریعت را تأیید می‌کند؛
- گاهی پورنوگرافی رفتارهای جنسی پرخطر را لذت‌بخش جلوه می‌دهد؛
- مقوله احترام و خانواده را در جامعه عقب‌ماندگی، سنتی، دُم‌ده و بی‌معنا جلوه می‌دهد؛
- جایگاه مادر در خانواده را عامل بدبختی زن امروزی نشان می‌دهد و برهنگی روی استیج‌های آواز و موسیقی را عامل خوشبختی زن امروزی نشان می‌دهد.

۲-۱. مسئله رهاشدگی در فضای مجازی

یکی از چالش‌های اصلی در فضای مجازی، رهاشدگی کاربر در این فضا است. خصوصیات ذاتی این فضا، مثل گمنامی و توسعه در آزادی، رهاشدگی کاربران را راحت‌تر و آن‌ها را

مسئولیت ناپذیرتر می‌کند. در برخی از پژوهش‌های میدانی اثبات شده‌است که «بین احساس گمنامی کاربر در اینترنت و نوع استفاده اینترنتی رابطه وجود دارد».

احساس گمنامی یا ناشناختگی به این معناست که کاربر تصور کند در فضای مجازی کسی او را نمی‌شناسد یا حتی اگر او را بشناسند، اهمیت چندانی ندارد. وجود این نوع تصور نیز کاربر را به انجام دادن برخی فعالیت‌های اینترنتی، به‌ویژه در حوزه سرگرمی و ارتباط، سوق می‌دهد که در وضعیت شناخته‌شدگی، از انجام دادن آن‌ها پرهیز می‌کند.^۱ فرض کنید از دانشجویی که از لحاظ شأن اجتماعی جزو طبقات متدین شناخته می‌شود هرگز توقع نمی‌رود که در پارتی‌های شبانه حضور داشته باشد، ولی تصادفاً متوجه می‌شوید در یکی از گروه‌های تلگرامی حضور دارد که مناسب این شأن اجتماعی نیست یا حداقل شما انتظار ندارید یا برعکس، دختری که از لحاظ پوشش ظاهری متفاوت با شماست، ولی در فضای مجازی مثلاً در کلاب‌هاوس یا در تلگرام در یک گروه مذهبی عضو است و حضور فعال هم دارد. حضور بی‌هدف در فضای مجازی، به دلیل جذابیت‌های منحصر به فرد این فضا، نتایج مثبتی به دنبال نخواهد داشت. اباحه‌گری و عادت به گناه از جمله نتایج رهاشدگی و حضور بی‌هدف در فضای مجازی است.

۱-۱-۲. اباحه‌گری

اباحه‌گری به معنای بی‌توجهی به فضایل اخلاقی و دستورات شریعت اسلامی یا ادیان دیگر است. اباحه‌گری را می‌توان با شاخص‌های زیر سنجش کرد:

- بی‌توجهی به عباداتی که در شریعت اسلامی دستور داده شده‌اند، مانند نماز، روزه، بخشش‌های مالی مثل زکات، صدقه و خمس؛
 - بی‌توجهی به ارزش‌های والای انسانی، مانند احترام، صداقت، مسئولیت‌پذیری و عفت؛
 - شنیدن انواع موسیقی‌های غیرمجاز از لحاظ شریعت اسلامی؛
 - اختلاط زن و مرد در مجالس مختلف؛
 - رعایت نکردن پوشش مناسب شرعی و عرفی.
- رهاشدگی در فضای اینترنت، به مرور زمان و به صورت پنهان، افکار و اندیشه‌هایی را برای

۱. نعمت‌الله کرم‌اللهی، اینترنت و دین‌داری، ص ۲۸۸.

کاربر تصورپذیر می‌کند که قبلاً اعتقاد یا توجهی به آن‌ها نداشت. از آنجا که در این نوع از کنشگری، یعنی حضور مستمر بی‌هدف در این فضا، سمت و سوی استفاده و مصرف به طرف محتواهای سرگرم‌کننده، جذاب و بعضاً هنجارشکن است، غالباً ارزش‌های اجتماعی و مذهبی تحت الشعاع قرار می‌گیرند و میزان باور به آن‌ها کاهش می‌یابد. کاهش باور در رفتارهایی مثل بی‌نمازی، بی‌توجهی به دیگران، پوشش‌های زننده و... مشخص می‌شود.

فضای مجازی با تصویرپذیر کردن بسیاری از باورها می‌تواند هویتی ضد دینی را برای انسان مذهبی فراهم کند.

۲-۱-۲. عادت به گناه (حساسیت‌زدایی)

حساسیت اخلاقی ویژگی‌ای است که شخص را به تشخیص کشمکش‌های اخلاقی، برداشت حسی و فکری از موقعیت‌های آسیب‌پذیر، و آگاهی از نتایج اخلاقی در تصمیم‌گیری درباره دیگران قادر می‌سازد. این حساسیت که ترکیبی از آگاهی فرد از ابعاد اخلاقی (نظیر تحمل، آرامش، مسئولیت‌پذیری و اهمیت دادن به مسائل اخلاقی) است در نگرانی‌های فرد درباره عمل برای دیگران منعکس می‌شود و به افراد کمک می‌کند عمل درست و غلط را تشخیص بدهند.^۱ یکی از عوامل رشد اخلاقی فرد، حساسیت اخلاقی و دغدغه‌های اخلاقی در امور مختلف است و در صورتی که شخص طوری برخورد کند که باعث ایجاد اختلال در حساسیت نسبت به امور اخلاقی شود، موجب بروز آسیب اخلاقی می‌شود.

برخی در فضای مجازی با فعالیت‌های تبلیغی وسیعی در صدد حساسیت‌زدایی و دست برداشتن جوامع اسلامی از اصولی‌ترین اعتقادات دینی خود هستند، فعالیت‌هایی مانند عادی‌سازی گناهان و منکرات مسلم دینی، مثل عادی‌سازی ارتباط زن و مرد نامحرم با یکدیگر، عادی‌سازی نوع پوشش غیرشرعی زن برای مرد نامحرم و برعکس، عادی‌سازی آرایش مردان به سبک زنان، عادی‌سازی توهین به مقدسات دینی، و بی‌هوده و خرافی و استبدادی و ضدپیشرفت نشان دادن دین.^۲

در رسانه‌های اجتماعی، وقتی ویدئویی منتشر می‌شود که محتوای آن غیراخلاقی است

۱. بهاره نصیری و دیگران، سواد اخلاقی به عنوان یکی از رهیافت‌های سواد رسانه‌ای و مسئولیت اجتماعی، ص ۲۴.

۲. روح‌الله آهنگران، آداب اسلامی در شبکه‌های اجتماعی، ص ۲۸۲.

اما در قالب طنز ساخته شده است و مخاطبان نیز از این گونه کلیپ‌ها استقبال می‌کنند، این امر موجب ریخته شدن قبح محتواهای غیراخلاقی می‌شود و متأسفانه بازدید زیادی هم از این مدل کلیپ‌ها می‌شود. هنجارشکنی درباره انتشار این پیام‌های غیراخلاقی موجب می‌شود که بقیه کاربران نیز از این مدل کلیپ‌ها با محتواهای غیراخلاقی تولید کنند. انتشار انحرافات اخلاقی و ترویج سریع یک معضل اخلاقی در رسانه‌های اجتماعی به مرور بر نگرش کاربران تأثیر می‌گذارد و می‌تواند حساسیت مخاطب را درباره امور دینی و اخلاقی کم کند و به تدریج از بین ببرد.

۲-۲. مسئله خودنمایی در فضای مجازی^۱

در طبقه‌بندی نیازهای انسان، یکی از نیازها عبارت است از نیاز به خودنمایی، یعنی خود را طرف توجه قرار دادن و بر دیگران تأثیر گذاشتن.^۲

خودنمایی در دین

در نگاه دینی، هر خودنمایی‌ای غیراخلاقی به شمار نمی‌رود، بلکه خودنمایی‌ای که از نوع «تبرج جاهلی» باشد مذموم است: «وَلَا تَبْرَجْنَ تَبْرُجُ الْجَاهِلِيَّةُ الْأُولَى»^۳ مانند دوره جاهلیت پیشین، با آرایش و خودآرایی بیرون نیایید. «تبرج» در لغت عرب به معنای «آشکار کردن زیبایی‌های زن توسط او» است. جاهلیت اولی همان فرهنگی است که مردم صدر اسلام با آن آشنایی داشتند، یعنی همان جاهلیت متصل به ظهور اسلام که فرهنگ مخاطبان را می‌ساخت. با توجه به معنای جاهلیت و تبرج، به خوبی معلوم می‌شود که منظور از تبرج جاهلی این است که زنان خود را با آرایش‌های عصر خویش می‌آراستند و قسمت‌هایی از مو و گردن و سینه خویش را برای خودنمایی و نشان دادن به دیگران برهنه می‌گذاشتند. نمونه‌ای از تبرج جاهلیت اول: برخی از زنان مکه ضمن خودآرایی و آرایش‌های خاص، بر سر در خانه خویش پرچمی بلند می‌کردند به معنای آمادگی برای پذیرش مشتری.

خودنمایی بدون خودآرایی معنا ندارد. از نظر روان‌شناختی، خودآرایی یکی از نیازهای روانی به شمار می‌رود و به اقتضای اعتدال در انسان، باید به آن توجه شود. در صورت

۱. این بحث از منبع ذیل بهره گرفته است: علی کیادربندسری، مدیریت بدن با تأکید بر نگرش اسلامی.

۲. اعظم رحیمی نیک، تئوری‌های نیاز و انگیزش، ص ۱۶.

۳. سوره احزاب، آیه ۳۳.

بی‌توجهی به این نیاز، آسیب‌های روحی و روانی زیادی به افراد، به‌ویژه زنان، وارد خواهد شد. بیشتر زنان از نظر شخصیتی کمابیش دارای خصلت خودنمایی و جلوه‌گری هستند. این امر موجب خودآرایی آنان می‌شود. درواقع، زنان به ارائه زیبایی خود نزد دیگران بیش از خود زیبایی علاقه نشان می‌دهند.^۱

بی‌توجهی به این نیاز دو سویه دارد: سویه اول (حد تفریط) بی‌توجهی به این نیاز و برآورده نکردن آن از سوی فرد، خانواده و محیط، و سویه دوم (حد افراط) توجه بیش از اندازه تا سرحد تغییرات بدنی مضر و حتی بیمارگونه.

فضای مجازی نقش بسزایی در سویه دوم دارد. وقتی در شبکه‌های اجتماعی، مانند اینستاگرام، زیبایی و تلاش برای زیباتر شدن، آن هم به هر نحوی، به عنوان «ارزش» معرفی و تصویرسازی شود، کاربران سعی می‌کنند با اقدام به آن، پذیرش و تأیید دیگران (لایک) را داشته باشند و کاری کنند تا با جلب توجه دیگران، گوی سبقت در رقابت زیبایی را از دیگران ببرایند. تا پیش از این، شکل ظاهری افراد ثابت، و خارج از حیطه کنترل فرد بود و افراد در تمام طول زندگی خود، شکل چهره و اندام خود را پذیرفته بودند و با آن زندگی می‌کردند، اما امروزه که امکان تغییرات مختلف در آن به وجود آمده، سعی می‌کنند در رقابتی که برای زیبایی در حال انجام است، از قافله عقب نمانند و برای جذب لایک‌های بیشتر، هرچه زیباتر به نظر آیند.

آمار از دست‌کاری‌های بدنی

براساس گزارش انجمن بین‌المللی جراحی پلاستیک^۲ که در ژوئن ۲۰۱۷ منتشر شد، کشورهای آمریکا، برزیل، ژاپن، ایتالیا و مکزیک در رتبه‌های اول تا پنجم عمل‌های جراحی زیبایی تهاجمی و کم‌تهاجمی در سال ۲۰۱۶ قرار داشتند و ۴۱٫۱ درصد کل این عمل‌ها را به خود اختصاص داده بودند. روسیه، هند، ترکیه، آلمان و فرانسه در رتبه‌های ششم تا دهم این جدول جای داشتند.

محبوب‌ترین عمل‌های جراحی زیبایی در سال ۲۰۱۶

- افزایش حجم (۱۵٫۸ درصد کل جراحی‌های زیبایی)
- لیپوساکشن (۱۴ درصد کل جراحی‌های زیبایی)
- جراحی پلک (۱۲٫۹ درصد کل جراحی‌های زیبایی)

۱. محمد بابامیری و دیگران، «عوامل اجتماعی و روان‌شناختی مؤثر بر میزان مصرف مواد آرایشی»، ص ۱۹۳.

- رینوپلاستی (۷.۶ درصد کل جراحی‌های زیبایی)
- ابدومینوپلاستی (۷.۴ درصد کل جراحی‌های زیبایی)
- گزارش ISAPS در سال ۲۰۱۶ نشان می‌دهد ۸۶.۲ درصد کل عمل‌های جراحی زیبایی در جهان (۲۰,۳۶۲,۶۵۵ عمل جراحی) مربوط به زنان بوده است:
- لیپوساکشن
- بلفاروپلاستی (جراحی پلک)
- ابدومینوپلاستی (حذف چربی اضافی شکم)
- ماستوپکسی
- اما مردان نیز از قافله جراحی‌های زیبایی عقب نمانده‌اند و ۱۳,۸ درصد (۳,۲۶۴,۲۵۴ عمل جراحی) به این گروه اختصاص داشته است:
- بلفاروپلاستی (جراحی پلک)
- ژنیکوماستی (بزرگی سینه مردان)
- رینوپلاستی (جراحی بینی)
- لیپوساکشن
- کاشت مو
- شاید نکته جالب این باشد که بیشتر این جراحی‌های تهاجمی و کم‌تهاجمی بر روی صورت متمرکز هستند و دلیل اصلی اهمیت عکس افراد در شبکه‌های اجتماعی است.

از سوی دیگر، یافته‌های تحقیقات نشان داده است که رسانه‌ها و فضای مجازی در نوع انتخاب زیبایی نیز مؤثرند. رسانه و فضای مجازی در ارتباط بین ویژگی‌های بدنی و ویژگی‌های شخصیتی افراد نیز نقش دارند، به طوری که شخصیت‌های خوب در فیلم‌ها همیشه از زیبایی خاصی برخوردارند و شخصیت‌های باهوش و دارای نقش مثبت اغلب خوش‌اندام و خوش‌سیمایند. افراد بدجنس، ضعیف و اعتمادناپذیر چهره‌ای زشت و هیکلی چاق، قدکوتاه و موهای سفید دارند. بدین شکل، رسانه‌ها در شکل‌دهی به تصاویر بدنی افراد نقش مهمی ایفا می‌کنند.^۱

در مواجهه با این مسئله، دو عامل شناختی می‌تواند نیاز به خودنمایی را در حد اعتدال مدیریت کند و سطح درگیری در سویه افراط و تفریط را کاهش دهد: انگاره درست به مقوله «زیبایی» و تقویت خودباوری.

۱. سوده مقصودی و دیگران، «بررسی عوامل مؤثر بر گرایش زنان و دختران دانشجو به آرایش»، ص ۱۳۱.

از منظر قرآن کریم، زیبایی درونی است که جایگاه انسان را نزد خداوند بالا می‌برد. از این رو، هرچه انسان از جنبه ظاهری زیبا باشد، بدون زیبایی معنوی ارزشی نزد پروردگار نخواهد داشت. خلاصه کردن و معنا کردن زیبایی به زیبایی ظاهری و بیرونی، نگاه مکتب‌های غیرالهی به انسان و فلسفه زندگی اوست. از منظر مکتب‌های الهی، به‌ویژه مکتب اسلامی، اصالت با پوشش درونی تقوا و زیبایی درونی ایمان است، هرچند در اسلام بر اهمیت پوشش و آراستگی بیرونی نیز تأکید می‌شود (اعتدال در رفع نیاز خودنمایی).

خداوند در عالم دو زیبایی خلق کرده است: زیبایی ظاهری و زیبایی باطنی. زیبایی درونی از زیبایی ظاهری زیباتر است و اصالت با آن است.^۱ آنان که سویه افراطی خودنمایی و خودآرایی را با جمله‌هایی چون «می‌خواهم زیبا باشم» توجیه می‌کنند نیز باید دقت داشته باشند که اولاً همه دوست دارند زیبا باشند؛ ثانیاً زیبایی فقط به چشم و ابرو و مو و لب و دهان نیست، بلکه وزانت هم زیباست، عقل هم زیباست، عفاف هم زیباست و آن زیبایی‌ای که حرمت، حیا، عقل، وزانت، عفت و هنجارهای اخلاقی و رفتاری فرد و جامعه را ضایع کند و به هم بریزد نه تنها زیبا نیست، بلکه بسیار هم زشت است؛ ثالثاً «می‌خواهم زیبا باشم» با «می‌خواهم زیبا جلوه کنم» بسیار متفاوت است و البته میل به جلوه نیکو نیز فطری است، اما انسان عاقل باید دقت کند که چگونه، در کجا و برای چه کسی جلوه می‌کند؛ رابعاً این دسته از افراد دقت کنند که آیا طرف‌های مقابل نیز آنان را زیبا می‌بینند. برای مثال، اگر زنی خود را آرایش کرد و با لباس‌های بدن‌نما در انظار عمومی ظاهر شد، ره‌گذرانی که او را می‌بینند و برخی نیز هیزی می‌کنند او را زیبا می‌بینند یا آن که طعمه‌ای پست و ارزان، لقمه‌ای خوشمزه و رایگان و وسیله‌ای عمومی برای لذت‌های شهوانی خود می‌بینند.

انگاره ما از زیبایی، رفتارهای ما درباره رفع نیاز به خودنمایی را جهت‌دهی می‌کند. کسی که قائل به زیبایی‌هایی مثل خوش خلقی، گذشت، بخشش و احترام باشد سعی می‌کند خودنمایی‌اش مخلوطی از زیبایی صورت و سیرت (زیبایی اخلاقی) باشد.

خودنمایی در فضای مجازی دلیلی بر کمبود اعتماد به نفس و جبران این مسئله با دستکاری بدنی و بدن‌نمایی در فضای مجازی است. براساس آنچه در درس چهارم درباره اعتماد به نفس و خودباوری بیان شد، تکنیک‌های تقویت خودباوری می‌توانند عزت نفس را در کاربر فضای مجازی افزایش دهند.

فردی که از ویژگی‌های درونی خویش آگاه است و آن را بیان می‌کند به خود اجازه نمی‌دهد که شخصیتش را براساس بدن‌نمایی به دیگران معرفی کند، بلکه براساس ارزش‌های والای شخصیتی رشد یافته و به‌ویژه آگاهی و دارایی‌های دانشی خود، هویت و شخصیت خود را در معرض دید و ارزیابی دیگران قرار می‌دهد.

۲-۳. پورنوگرافی

پورنوگرافی عبارت است از موضوع قرار دادن نمایش عریان بدن انسان و حیوان یا عمل جنسی که با هدف تحریک جنسی از سوی رسانه و فضای مجازی صورت می‌گیرد. آثار هرزه‌نگاری نیز بر همین اساس، نمایش عریان بدن انسان و حیوان یا عمل جنسی در قالب فیلم، تصویر و... است که با هدف تحریک جنسی تولید شده باشد. مهم‌ترین ابزار برای ترویج پورنوگرافی در عصر حاضر، فضای مجازی است، به‌گونه‌ای که هم‌اکنون نمی‌توان پورنوگرافی را بدون فضای مجازی تصویر کرد.

آمار و گزارش

- در پژوهشی بر روی ۹۱ زن که شوهرانشان وقت زیادی را برای استفاده از وبگاه‌های مستهجن اختصاص می‌دادند، معلوم شد که همه آن‌ها احساس می‌کنند به آن‌ها خیانت شده است و آن‌ها آسیب دیده و طرد شده‌اند. ۶۸ درصد آنان اعلام کردند که شوهرانشان به آن‌ها بی‌علاقه شده‌اند و ۳۲/۲ درصد آن‌ها علت جدا شدن از همسرانشان را اینترنت می‌دانستند.^۱

- همچنین در پژوهشی که برسون و دیگران^۲ انجام دادند، دختر نوجوانی اظهار داشت که ارتباط از طریق اینترنت مانند نقابی در برابر دنیاست؛ می‌توانید هر چیزی را که می‌خواهید بگویید و هر کاری را که می‌خواهید انجام دهید و هرگز

۱. محمدصادق شجاعی، «روان‌شناسی و آسیب‌شناسی اینترنت»، ص ۱۱۵-۱۴۲.

2. Berson, Ferron and Aftab.

هم کسی شما را نمی‌شناسد و از کار شما آگاهی نمی‌یابد.^۱ این اظهار نظر هرچند سخن یکی از پاسخ‌دهندگان به پژوهشی درباره گمنامی اینترنتی است، یکی از مسائل مهم روان‌شناسی اینترنت، یعنی تأثیر گمنامی بر بروز اعمال غیراخلاقی از سوی کاربران اینترنت را اثبات می‌کند. ویژگی امکان گمنام ماندن اینترنت می‌تواند سبب شود افراد کارهایی بکنند و چیزهایی بگویند که محال است در بیرون انجام دهند یا بگویند. در پژوهش برسون و دیگران، هنگامی که از دختران نوجوان مورد پژوهش پرسیده شد که آیا هرگز در اینترنت کاری انجام داده‌اند که در زندگی واقعی از آنان سر نمی‌زند، ۶۰ درصد آن‌ها گزارش دادند که در برخی از انواع رفتارهای جنسی مجازی شرکت داشته‌اند^۲ (پژوهش برسون مربوط به سال ۱۹۹۹ و کشور ایالات متحده آمریکا است).

یکی از روان‌درمانگران که خود طی سال‌های متمادی در یک درمانگاه ترک اعتیاد جنسی مشغول به فعالیت بوده و بیش از ۳۰۰ تن از معتادان جنسی را درمان کرده درباره هرزه‌نگاری و عواقب آن، چهار مرحله را از هم تفکیک کرده است:

مرحله اول: اعتیاد

نخستین مرحله اعتیاد است. اولین تغییری که رخ می‌دهد اثر اعتیادی است. مصرف‌کننده هرزه‌نگاری به آن معتاد می‌شود. وقتی او یک بار از مطالب هرزه استفاده کند، دوباره به آن رجوع می‌کند و این روند بارها و بارها تکرار می‌شود.^۳

مرحله دوم: تشدید

دومین مرحله تأثیر تشدید است. با گذشت زمان، افراد معتاد نیازمند انواع شدیدتر، آشکارتر، منحرف‌تر و عجیب‌تر می‌شوند. این فرایند یادآور اعتیاد به مواد مخدر است. اگر همسران آن‌ها هم با آنان همراه شود، درنهایت آن‌ها را مجبور می‌کنند تا فعالیت‌های عجیب و غریب و رو به افزایش جنسی انجام دهند. در بسیاری موارد، این روند موجب قطع روابط - هنگامی که زن از فعالیت بیشتر امتناع می‌کند - می‌شود که اغلب نتیجه آن دعوا یا جدایی است.

1. The Internet: Its Effects on Safety and Behavior.

۲. به نقل از: محمدصادق شجاعی، «روان‌شناسی و آسیب‌شناسی اینترنت»، ص ۱۱۵-۱۴۲.

۳. ر.ک: حکیمه ملک‌احمدی و دیگران، «آسیب‌شناسی آثار هرزه‌نگاری اینترنتی بر روابط جنسی زوج‌ها»، ص ۲۹-۵۰.

ازدواج کردن مشکل آن‌ها را حل نمی‌کند. اعتیاد آن‌ها و تشدید این اعتیاد عمدتاً به علت تخیلات قدرتمند جنسی در اذهان آنان است که با هرزه‌نگاری‌ها کاشته شده‌است. این خیال‌پردازی بسیار قوی است و موجب آزرده‌گی خاطر همسران آن‌ها خواهد شد. محرک جنسی آن‌ها چیزی غیر از همسرانشان است و همسران آن‌ها به سادگی می‌توانند این امر را حس کنند و در نتیجه، اغلب احساس تنهایی و رانده شدن می‌کنند. آن‌ها اغلب ترجیح می‌دهند تا به دیدن هرزه‌نگاری‌ها و خودارضایی بپردازند تا این‌که به همسرانشان اظهار عشق کنند.

🔗 مرحله سوم: حساسیت‌زدایی

سومین مرحله‌ای که رخ می‌دهد حساسیت‌زدایی است. محتویات کتاب‌ها، مجله‌ها و فیلم‌هایی که ذاتاً شوک‌برانگیز، شکننده، تابوها، نامشروع، کریه و غیراخلاقی هستند اما از لحاظ جنسی تحریک‌کننده‌اند، به هنگام اعتیاد به هرزه‌نگاری، قابل قبول و عادی می‌شوند (عادت به گناه). آن‌گاه فعالیت‌های جنسی تشریح شده در هرزه‌نگاری‌ها مشروع تلقی می‌شوند. در این مواقع، حس روبه‌رشد «همه این کار را انجام می‌دهند» به آن‌ها اجازه می‌دهد کارهایی را انجام دهند که قبلاً برای آن‌ها نامشروع بود و با عقاید اخلاقی و معیارهای شخصی سابق آن‌ها در تضاد قرار داشت.

در این مرحله، فیلم‌های مستهجن در فضای مجازی «تصویرناپذیرها» را «تصویرپذیر» می‌کنند.

🔗 مرحله چهارم: فعالیت جنسی

چهارمین مرحله افزایش تمایل برای انجام اعمال جنسی‌ای است که فرد در هرزه‌نگاری‌ها مشاهده کرده‌است. این رفتار دائماً در آن‌ها رشد می‌کند و به اعتیاد جنسی می‌انجامد، به طوری که آن‌ها خود را در آن محصور می‌بینند و دیگر قادر نیستند آن را تغییر دهند یا با آن مقابله کنند. به علاوه، عواقب منفی این اعتیاد در زندگی آن‌ها بسیار بدتر است.^۱ بدین ترتیب، پیامدهای دهشتناک صنعت ویرانگر و شیطانی پورنوگرافی برای سلامت

روان و سلامت اخلاقی جامعه مشخص می‌شود. بنابراین باید توجه داشت که حتی کوچک‌ترین کمک - ولو غیرمستقیم - به این صنعت کثیف گناهی نابخشودنی است، خواه تولید، خواه توزیع، خواه معرفی، خواه دفاع از آن و خواه مصرف آن. شایان ذکر است که مصرف فراورده‌های پورن در عمل، هم باعث چرخیدن چرخ این صنعت و هم تشویق صاحبان و عاملان آن می‌شود. اینجاست که می‌توان شاه‌کلید حل مسئله پورنوگرافی از منظر دین را بهتر فهمید. عفت جنسی فضیلت اخلاقی عامی است که برای پیشگیری و درمان پورنوگرافی مهم است.^۱

۲-۴. فیلترینگ

یکی از مسائل اخلاقی در حوزه فضای مجازی، محدودیت در دسترسی به اطلاعات از سوی مراجع بالادستی است. فیلتر کردن وبگاه‌ها و اپلیکیشن‌ها از سوی برخی رفتاری غیراخلاقی شمرده شده است. برخی از استدلال‌های این گروه عبارت‌اند از:

۱. حفظ حقوق شهروندی در مقوله آزادی بیان و دسترسی به اطلاعات مستلزم فیلتر نکردن فضای مجازی است.

۲. فیلتر کردن یک شبکه اجتماعی مانند تلگرام که اغلب کاربران از آن به صورت درست استفاده می‌کنند و منفعت عام دارد، به خاطر خطای عده‌ای اندک، موجب متضرر شدن بیشتر کاربران می‌شود و این امری غیراخلاقی است.

۳. استفاده از فیلتر شکن مستلزم نقض حریم خصوصی افراد است، چراکه فیلتر شکن می‌تواند اطلاعات شخصی کاربران را در اختیار دیگران بگذارد. لذا اصل فیلتر کردن امری غیراخلاقی است.

با وجود این ادله، برخی از ملاحظات را نمی‌توان نادیده گرفت، از جمله این که مدیریت فضای مجازی از طریق ماشین‌های هوشمند، جاسوسی از اطلاعات جامعه هدف، مدیریت دسترسی گروه‌های در معرض خطر مثل کودکان و نوجوانان، بی‌مبالاتی کنشگران فضای مجازی و...، مدیریت کلان فضای مجازی از طرق مختلف، از جمله فیلترینگ را موجه می‌سازد. همه کشورهای پیشرفته حدی از فیلترینگ را اجرا می‌کنند. برای نمونه، قانون حمایت اینترنتی کودکان در ۲۱ دسامبر ۲۰۰۰ در ایالات متحده آمریکا به امضا رسید و در

۱. رک: درس «اخلاق مجردی».

۲۳ ژوئن ۲۰۰۳ دادگاه عالی ایالات متحده آن را منطبق با قانون اساسی اعلام کرد. این قانون مدارس و کتابخانه‌های عمومی را مجبور به استفاده از فناوری‌های فیلترینگ اینترنت به عنوان یکی از شرایط دریافت کمک‌های مالی فدرال کرد. مدرسه یا کتابخانه‌ای که می‌خواهد کمک‌های مالی فدرال را برای دسترسی به اینترنت دریافت کند باید به کمیسیون ارتباطات فدرال اطمینان دهد که فناوری‌هایی را در همه رایانه‌های متصل به اینترنت نصب کرده است یا خواهد کرد که مطالب مستهجن، پورنوگرافی کودکان یا دیگر مطالب آسیب‌زننده به کودکان را فیلتر یا مسدود می‌کنند.^۱

تجربه همه دولت‌ها به مرور زمان آن‌ها را وادار به پذیرش فیلترینگ کرده است. از منظر اخلاقی، ملاحظات مذکور، به علاوه سالم‌سازی محیط تربیت اخلاقی کودکان و نوجوانان، اصل فیلترینگ را حداقل درباره کودکان و نوجوانان امری اخلاقی می‌داند. سطوح و شیوه فیلتر نیز بسته به سیاست‌گذاری دولت‌ها و فرهنگ‌های گوناگون در جامعه، متغیر است. برای مثال، یک پزشک یا استاد دانشگاه یا آسیب‌شناس شبکه‌های اجتماعی لازم است به محتوایی دسترسی پیدا کند که دسترسی افراد عادی جامعه به آن‌ها ضرورت ندارد. از این رو، با تفکیک کاربران از نظر سطح دسترسی و اعمال فیلترینگ، می‌توان تا اندازه زیادی مانع از تنش‌های اخلاقی، مثلاً بین خیر رساندن متخصصان به جامعه و نقض تعهد اجتماعی خود با استفاده از فیلتر شکن شد.^۲ (پاسخ به چالش طرح شده در درس یازدهم).

♦ پرسش‌های درس

۱. مقوله تصویرپذیر کردن از طریق فضای مجازی را در قالب یک نمونه تبیین کنید.
۲. مسئله خودنمایی در فضای مجازی را چگونه می‌توان مدیریت کرد؟
۳. سه روش درمان پورنوگرافی را بنویسید.
۴. بهره‌مندی از مکانیسم تصعید در پیشگیری از ابتلا به پورنوگرافی را بنویسید.
۵. فیلتر کردن فضای مجازی اخلاقی است یا نه؟ با استدلال توضیح دهید.

♦ پژوهش

بر اساس اصول اخلاقی مطرح شده در درس یازدهم، چگونه می‌توان از رهاشدگی در فضای مجازی پیشگیری کرد؟ در کلاس گفت‌وگو کنید.

1. Rodden, "The Childrens Internet Protection Act in Public Schools: The Government Stepping on Parents Toes?", p. 2150 & 2151.

۲. حسین علی رحمتی و حمید شهریاری، «فیلترینگ و دشواره تراحم اخلاقی»، ص ۱۶.

♦ منابعی برای مطالعه بیشتر

۱. رحمتی، حسین علی. (بی تا). مآخذشناسی اخلاق فناوری اطلاعات و ارتباطات. قم: دانشگاه قم به سفارش شورای عالی اطلاع رسانی.
۲. شهریار، حمید. (بی تا). جستاری در فضای مجازی. قم: مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی.
۳. فیروزآبادی، ابوالحسن. (۱۳۹۸). فضای مجازی و تحولات آن. مشهد: آستان قدس رضوی.

اخلاق اوقات فراغت

اهداف درس

۱	آشنایی با مفهوم اوقات فراغت و کارکردها و شیوه‌های گذران آن در جامعه ایران؛
۲	آشنایی با اصول اخلاقی در حوزه اوقات فراغت؛
۳	توانمندسازی برای برنامه‌ریزی درست درباره سبک‌های سالم فراغتی.

فرازی از وصیت پیامبر ﷺ: «ای اباذر، بسیاری از مردم درباره دو نعمت زیان‌کارند و از آن قدردانی نمی‌کنند: تندرستی و فراغت.»^۱

سبک‌های زندگی و اوقات فراغت

اوقات فراغت و استفاده از آن از نشانه‌های روشن سطح و طبقه اجتماعی افراد است. از نظر وبلن (جامعه‌شناس)، چگونگی مصرف مادی و فرهنگی، به‌ویژه مصرف متظاهران و فراغتی، نشان‌دهنده سبک زندگی و منزلت اجتماعی افراد در جامعه است.^۲

اوقات فراغت حتی قدرت تغییر سبک زندگی را دارد. از همین رو، یکی از شاخص‌های سبک زندگی عبارت است از فعالیت‌هایی که افراد در زمان فراغت انجام می‌دهند. انتخاب شیوه خاصی از فراغت نشانه‌ای از ارزش‌های فرهنگی و قریحه فرد است. برای مثال، در دوره‌های قبل از مشروطه، به گزارش سفرنامه‌ها و اسناد تاریخی، شیوه تفریح و گردش در میان ایرانیان همراه بوده با تأمل، خلوت و بازان‌دیشی که غالباً به شکل لم دادن، قلیان کشیدن و گفت‌وگوهای چند نفری، ظهور می‌یافته است. از سوی دیگر، گردشگران خارجی که نگرش دیگری به گردش و تفریح داشته و غالباً گردش را توأم با تحرک و ورزش می‌دانسته‌اند برداشت متفاوتی از این نوع تفریح داشته و گزارش‌های جالبی در سفرنامه‌های خود ارائه داده‌اند. برای نمونه، در سفرنامه شاردن (قرن

۱. «یا اباذر، بُعِثَتَانِ مَعْبُودٌ فِیْهِمَا کَثِیرٌ مِنَ النَّاسِ الضَّحَّةُ وَ الْفَرَّاغُ» (علامه مجلسی، بحارالانوار، ج ۶۳، ص ۳۱۵).

۲. رک: تورستاین وبلن، نظریه طبقه تن‌آسا، ص ۱۰ به بعد.

هفدهم میلادی، هم عصر دوره صفویه) او گردش ایرانیان را این گونه گزارش کرده است: «نه ایرانیان و نه هیچ کدام از مردم ممالک شرق نمی دانند که گردش چیست و بسیار متعجب می شوند که ببینند ما در خیابان های باغ هایمان قدم زنان می رویم و بعد برمی گردیم و به همین گونه، دو سه ساعت ادامه می دهیم. آن ها برعکس، یک قالی در زیباترین محل باغ پهن می کنند تا بر آن بنشینند و به تماشای سبزه پردازند؛ اگر هم برخیزند، جز برای چیدن و خوردن میوه نیست.»^۱

شیوه گذران اوقات فراغت متأثر از ارزش های فرهنگی و قریحه فرد است.

برخی از فعالیت های فراغت که به منزله شاخص سبک زندگی از آن ها استفاده می شود عبارت اند از: استراحت کردن، ورزش و بازی، برخی از فعالیت های دینی مانند زیارت های مستحبی، مشارکت در فعالیت های سیاسی، گردش و تفریح در فضاهای بیرون از خانه، سفر کردن، رفت و آمد با دوستان، مشارکت در اعمال داوطلبانه اجتماعی نظیر خیریه ها، تماشای برنامه های تفریحی تلویزیون، حضور در رخداد های ورزشی، و بازدید از نمایشگاه ها.^۲

الف. مفهوم شناسی اوقات فراغت

فراغت بخشی از زندگی است که شخص می تواند آن را مطابق دلخواه خود صرف کند یا به فعالیت های مورد علاقه خود پردازد. اندیشمندان تعاریف گوناگونی از اوقات فراغت ارائه داده اند، ولی در یک تعریف عملیاتی (تعریف انجمن بین المللی جامعه شناسی) می توان فراغت را این گونه تعریف کرد: «مجموعه ای از اشتغالات فرد که کاملاً به رضایت خاطر خود، برای استراحت، تفریح یا به منظور توسعه اطلاعات یا آموزش غیرانتفاعی، مشارکت اجتماعی و داوطلبانه، بعد از آزاد شدن از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی، بدان می پردازد.»^۳

براساس این تعریف و تعاریف دیگر، اوقات فراغت دارای مؤلفه های زیر است:

۱. شاردن، سفرنامه شاردن، ص ۲۹۸.

۲. محمد فاضلی، مصرف و سبک زندگی، ص ۱۲۸.

۳. منصور ساعی و دیگران، بررسی اثر مصرف فرهنگی فراغت جوانان بر سبک زندگی و ارزش های اجتماعی آنان، ص ۱۰۱.



در عصر حاضر، اندیشه درباره فراغت کم‌وبیش با پیدایش جامعه‌شناسی فراغت، یعنی دانشی که درنظر دارد با روش‌های علمی به بررسی این مسائل پردازد و تفکری سازمان‌یافته ایجاد کند مرتبط است. از منظر جامعه‌شناختی، برای فراغت دو شرط قابل‌تصور است؛ شرط نخست این‌که فعالیتی باشد فارغ از اجبارهای اجتماعی، مذهبی و عمومی که در آن نوعی گزینش یا انتخاب آزاد مطرح است، و شرط دوم این‌که کاری که فرد از طریق آن معیشت خود را تأمین می‌کند از دیگر فعالیت‌ها جدا باشد.^۱ چنین فعالیت‌هایی که کاملاً مبتنی بر گزینش و انتخاب آزادانه فرد است ممکن است در معرض خطا در انتخاب قرار گیرد و آسیب‌هایی جدی را به فرد وارد آورد، به‌گونه‌ای که حتی بر فعالیت‌های جدی او نیز تأثیر بگذارد. اخلاق می‌تواند میزان در معرض خطا قرار گرفتن انتخاب‌های آزادانه در فعالیت‌های فراغتی را کاهش دهد. در ادامه، پس از تبیین کارکردها و شیوه‌های گذران اوقات فراغت، برخی از مهارت‌های اخلاقی در اوقات فراغت را بررسی می‌کنیم.

ب. کارکردهای اوقات فراغت

گذراندن اوقات فراغت و امور و فعالیت‌های تفریحی و سرگرم‌کننده دارای کارکردها و آثاری است که مهم‌ترین آن‌ها را می‌توان به شرح زیر خلاصه کرد:

۱. نیاز به استراحت و رفع خستگی

اشتغال دائمی و بدون وقفه سبب خستگی جسمی و روانی می‌شود و به تدریج نشاط و شادمانی را از افراد سلب می‌کند. بنابراین یکی از آثار و نتایج اوقات فراغت جبران آسیب‌های

۱. سازمان ملی جوانان، *بررسی وضعیت اوقات فراغت جوانان*، ص ۴۹.

جسمی و روانی ناشی از هیجانات کاری و رهایی از کسالت ناشی از یکنواختی انجام وظایف روزانه است. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «هریک از اعضای بدن به استراحت احتیاج دارد.»^۱ همچنین می‌فرماید: «إِنَّ هَذِهِ الْقُلُوبَ تَمَلُّ كَمَا تَمَلُّ الْأَبْدَانُ فَأَبْتَغُوا لَهَا ظَرَائِفَ الْحِكْمِ»^۲ این دل‌ها همانند تن‌ها خسته می‌شوند. برای نشاط آن‌ها به سخنان تازه حکیمانه روی آورید.»

۲. نیاز به تفریح و سرگرمی

تفریح و سرگرمی‌های لذت‌بخش شما را در اداره زندگی یاری می‌کنند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله درباره اهمیت فراغت برای روح و روان آدمی می‌فرماید: «دل‌ها را ساعت به ساعت استراحت دهید.»^۳ همچنین امام رضا علیه السلام می‌فرماید: «از لذت‌های دنیوی نصیبی برای کامیابی خویش قرار دهید و خواهش‌های دل را از راه‌های مشروع به دست آورید.»^۴

۳. پرورش و شکوفایی استعدادها و خلاقیت‌ها

درگیری‌های روزمره فرصت کشف ابعاد وجودی و توانمندی‌ها و استعدادهای ناشناخته را از انسان می‌گیرند. زمان فراغت فرصت گرانبیهایی است که انسان می‌تواند با ورود تفننی به عرصه‌های جدید و تجربه کردن آن‌ها، ابعاد دیگر وجود خویش و استعدادهای خاص و علاقه‌مندی‌های ویژه خود را کشف کند و پرورش دهد.

۴. کسب اطلاع و تکمیل معلومات

در جامعه امروز که هم زمان فراغت طولانی‌تر شده و هم امکانات کسب اطلاع و آموزش بیشتر گردیده و هم نیاز به معلومات بیشتر فزونی یافته، این کارکرد اهمیت بیشتری پیدا کرده است.

۵. مشارکت اجتماعی

فراغت با فراهم کردن امکانات و فرصت برقراری روابط خانوادگی، دوستانه، گروهی و حرفه‌ای به تقویت انسجام اجتماعی کمک می‌کند و زمینه را برای انجام فعالیت‌های

۱. فلسفی، *الحديث*، ج ۲، ص ۱۳۴.

۲. *نهج البلاغه*، حکمت ۹۱، ص ۴۸۳.

۳. ابوالقاسم پاینده، *نهج الفصاحه*، حدیث ۱۶۷۷.

۴. علامه مجلسی، *بحار الأنوار*، ج ۵، ص ۳۴۶.

مشارکتی فراهم می‌سازد. به عبارت دیگر، فراغت گروهی فرصتی برای تمرین مشارکت اجتماعی است و مسئولیت‌پذیری و احساس تعهد اجتماعی را افزایش می‌دهد. با توجه به این کارکردهای مهم، به‌طور کلی باید گفت اوقات فراغت معیار مناسبی برای تشخیص سلامت و استحکام ساختار تربیتی فرد و جامعه است. از این‌رو، بهره‌برداری شایسته از زمان‌های فراغت جامعه را به‌سوی سازندگی اخلاقی و شکوفایی اقتصادی هدایت می‌کند و در مقابل، استفاده نامناسب از این فرصت‌ها ناهنجاری‌های اجتماعی را بیشتر خواهد کرد. پس اوقات فراغت در تکامل بخشی انسان نقش بسزایی ایفا می‌کند. در تفکر و اندیشه دینی، فراغت سکوی پرتاب مناسبی برای رشد انسان است. در اوقات فراغت می‌توان با برنامه‌ریزی درست و همت بلند، اقداماتی انجام داد که انسان را هدایت می‌کنند و به سرمنزل مقصود می‌رسانند.^۱

ج. شیوه‌های گذران اوقات فراغت

امروزه گذران اوقات فراغت به شیوه‌های گوناگونی صورت می‌گیرد. افراد گاهی ترجیح می‌دهند اوقات بیکاری خود را به استراحت در محیط خانه و تماشای تلویزیون یا استفاده از اینترنت و گشت‌وگذار در شبکه‌های اجتماعی بپردازند و گاهی نیز برای گذران این اوقات به فعالیت‌هایی همچون ورزش، سفر، مطالعه و بازی روی می‌آورند. تنوع گونه‌های گذران اوقات فراغت مسئله مهم چگونگی استفاده از آن را مطرح می‌کند. در یک نگاه کلی می‌توان گونه‌های زیر را برای گذران اوقات فراغت در جامعه ایران برشمرد:

- استراحت؛
- فعالیت فرهنگی - هنری؛
- فعالیت‌های ورزشی؛
- پرسه‌زنی؛
- گردش در پارک و فضای سبز؛
- مطالعه و کتاب‌خوانی؛
- سیروسفر؛
- تماشای نمایش، تلویزیون و سینما؛

۱. نقی سنایی، اخلاق اوقات فراغت، ص ۷۹.

- فراغت مجازی؛
- بازی (رایانه‌ای)؛
- دیدوبازدید.

آمار گذران وقت ایرانیان

۱. بررسی نتایج نشان می‌دهد که میانگین بیشترین زمان صرف‌شده در شبانه‌روز به‌ترتیب مربوط به گروه فعالیت «رسیدگی و خودمراقبتی (شامل خوابیدن، خوردن و آشامیدن، مراقبت‌های بهداشتی، پزشکی، سفر مرتبط با فعالیت‌های رسیدگی و خودمراقبتی و...)» با ۱۱ ساعت و ۴۲ دقیقه است (ص ۵).

۲. مقایسه الگوی گذران وقت دو گروه سنی ۱۵ تا ۲۴ و ۲۹ تا ۱۵ ساله نشان می‌دهد که در فعالیت «یادگیری»، ۱۵ تا ۲۴ ساله‌ها ۲۰ دقیقه در فعالیت «فرهنگ، فراغت، رسانه‌های گروهی، تمرین‌های ورزشی»، ۳۶ دقیقه زمان بیشتری نسبت به ۱۵ تا ۲۹ ساله‌ها در یک شبانه‌روز صرف می‌کنند. درمقابل، ۱۵ تا ۲۹ ساله‌ها در فعالیت «اشتغال و فعالیت مرتبط برای مزد» ۴۵ دقیقه و «خدمات خانگی بدون مزد برای اعضای خانوار و خانواده» ۲۰ دقیقه زمان بیشتری نسبت به ۱۵ تا ۲۴ ساله در یک شبانه‌روز اختصاص می‌دهند (ص ۸).

۳. مقایسه الگوی گذران وقت بین شاغلان و بیکاران گویای این مطلب است که بیکاران نسبت به شاغلان در یک شبانه‌روز وقت بیشتری به فعالیت «فرهنگ، فراغت، رسانه‌های گروهی و تمرین‌های ورزشی»، «خدمات خانگی بدون مزد برای اعضای خانوار و خانواده»، «رسیدگی و خودمراقبتی»، «معاشرت، ارتباط، مشارکت اجتماعی و آداب و رسوم دینی» و «یادگیری» اختصاص می‌دهند (ص ۹).

۴. بررسی الگوی گذران وقت افراد باسواد ۱۵ ساله و بیشتر گویای آن است که بیشترین زمان صرف‌شده در شبانه‌روز بعد از گروه فعالیت «رسیدگی و خودمراقبتی» به گروه فعالیت «فرهنگ، فراغت، رسانه‌های گروهی، تمرین‌های ورزشی» با ۴ ساعت و ۱۲ دقیقه فعالیت «اشتغال و فعالیت‌های مرتبط برای مزد» با ۳ ساعت و ۱۲ دقیقه و «خدمات خانگی بدون مزد» با ۲ ساعت و ۴۷ دقیقه بوده است (ص ۱۰).

۵. شیوه فعالیت‌های گذران وقت افراد در روزهای تعطیل و غیرتعطیل نشان می‌دهد که در روزهای تعطیل، جمعیت ۱۵ ساله و بیشتر ساکن در مناطق شهری ۱ ساعت و ۲۲ دقیقه نسبت به روزهای غیرتعطیل زمان کمتری را به «اشتغال و فعالیت‌های مرتبط برای مزد» اختصاص می‌دهند، ولی برای سایر فعالیت‌ها،

از جمله «رسیدگی و خودمراقبتی» ۳۷ دقیقه، «فرهنگ، فراغت، رسانه‌های گروهی، تمرین‌های ورزشی» ۲۳ دقیقه، «معاشرت، ارتباط، مشارکت اجتماعی و آداب و رسوم دینی» ۲۵ دقیقه، زمان بیشتری را نسبت به روزهای غیرتعطیل اختصاص می‌دهند (ص ۱۱).

۶. الگوی فعالیت‌های گذران وقت برحسب وضع فعالیت اقتصادی: درین شاغلان، بعد از فعالیت نگهداری و مراقبت شخصی با ۱۲ ساعت و ۲۵ دقیقه، میانگین بیشترین زمان صرف‌شده در شبانه‌روز مربوط به کار و فعالیت‌های شغلی با ۷ ساعت و ۱۷ دقیقه، و کمترین زمان صرف‌شده مربوط به فعالیت‌های داوطلبانه و خیریه ۱ دقیقه بوده‌است. برای جمعیت بیکار نیز بعد از فعالیت نگهداری و مراقبت شخصی با ۱۴ ساعت و ۱۵ دقیقه، استفاده از رسانه‌های جمعی با ۳ ساعت و ۳۱ دقیقه و فعالیت‌های خانه‌داری با ۲ ساعت و ۱۱ دقیقه بیشترین و فعالیت‌های داوطلبانه با ۲ دقیقه کمترین زمان صرف‌شده را به خود اختصاص داده‌است (مرکز آمار ایران، نتایج طرح آمارگیری گذران وقت نقاط شهری کشور ۱۳۹۳-۱۳۹۴، ص ۲۸-۷۴).

د. اخلاق اوقات فراغت

اوقات فراغت برای تبدیل شدن به فرصت یا تهدید ظرفیت زیادی دارد. بسیاری از افراد نقطه آغاز کج‌راهه زندگی خود را از اوقات فراغت شروع کرده‌اند، یعنی اوقات فراغت برای زندگی آن‌ها به کانون بحران تبدیل شده‌است. این بخش از زندگی، با این سطح از آزادی عمل و تأثیرگذاری، نیازمند قواعدی اخلاقی است تا بتوان به اهداف آن، یعنی بازآفرینی نیرو، شکوفایی استعدادها و...، نائل آمد و از تبدیل شدن آن به تهدید برای زندگی جلوگیری کرد. اکنون به چهار اصل اخلاقی در حوزه فراغت می‌پردازیم.

۱. اصل هدف‌داری

فعالیت‌های فراغتی انسان مانند هر فعالیت اختیاری دیگری باید دارای هدف منطقی و سازگار باشند. موفقیت در فعالیت‌های جدی تا حد زیادی تحت تأثیر فعالیت‌های فراغتی است. انتخاب یک بازی مجازی که پر از تصاویر ترسناک است برای کسی که در فعالیت‌های جدی خود ساعات زیادی را در شب یا در خلوت سپری می‌کند ممکن است اختلال ایجاد کند یا کسی که در مقطع تحصیلات تکمیلی مشغول آموزش است و در هنگام

فراغت غالباً تا نیمه شب مشغول پرسه زنی یا مهمانی است. هرکدام از این دو کنشگر در عرصه فراغتی باید مبتنی بر فعالیت های جدی خود، شیوه هایی از گذران اوقات فراغت را انتخاب کنند که با فعالیت های جدی شان سازگار باشد، مضافاً این که از منظر دینی، انتخاب فعالیت های فراغتی غیرشرعی اخلاقاً درست نیست. برخی اهداف منطقی و سازگار در فعالیت های فراغتی عبارت اند از:

۱-۱. رفع نواقص و کمبودهای گذشته

اولین و اساسی ترین هدف رفع کاستی های قبلی است. این کاستی ها و کمبودها ممکن است نارسایی های روحی، روانی، عاطفی، شناختی، حسی - حرکتی، انگیزشی، ذهنی، اخلاقی و حتی شغلی باشند. لازم نیست این کمبودها از پیش بینی ناپذیری در برنامه همیشگی ناشی شده باشند، بلکه چه بسا به رغم پیش بینی لازم، این نواقص و کاستی ها بروز می کنند. برای مثال، یک دانشجو به رغم پیش بینی لازم برای درس تخصصی اش، در یادگیری بخش عملی این درس احساس کمبود و نقص می کند یا استاد مدیریت صنعتی برخی مواقع به خاطر کار فشرده، قسمتی از کارهای مربوط به مسئولیتش ناتمام می ماند. از این رو، ضروری است که در فرصت فراغت، این نقص را جبران کند تا از این ناحیه دچار آسیب بزرگ تر نشود.

فعالیت فراغتی با برنامه ریزی درست می تواند به رفع نقص و کاستی فعالیت های جدی فرد منتهی شود.

۱-۲. برآوردن نیازهای آینده یا زمینه سازی برای آینده

یکی دیگر از اهداف فعالیت های فراغتی هموار ساختن راه آینده یا تأمین آینده است، بدین معنا که با پیش بینی لازم، مقدمات کارهای اساسی و همیشگی را از میان اوقات فراغت فراهم کند. برای نمونه، دختری که از سال آینده می خواهد وارد دوران نامزدی شود باید زمینه آشنایی خود از این دوران را در فرصت آزاد تأمین کند (کتاب خوانی در وقت فراغت درباره ارتباط دوران نامزدی).

این هدف در زمینه امور روحی، ذهنی، اخلاقی، گسترش روابط اجتماعی، تقویت توان حسی - حرکتی و... مؤثر است. همچنین فرد برای ورود به کاری سخت و طولانی، از مدتی قبل باید نشاط روحی لازم را با سیر و سیاحت و تفریح و... فراهم آورد و اگر درصدد ورود به مجمعی بزرگ (علمی، تفریحی و...) است، باید در فرصت مناسب، با آداب و رسوم و مقررات چنین جلساتی آشنا گردد و به نوع روابط اجتماعی آن گروه و کیفیت آن آگاه شود.

۱-۳. انسان‌سازی و پرورش افراد با اندیشه دینی

هدف از برنامه‌های اوقات فراغت، انسان‌سازی و پرورش افرادی با اندیشه دینی است. اگر انسان برای همه ساعات شبانه‌روز برنامه مدون، ولو ذهنی، داشته باشد، باید مطابق برنامه عمل کند. بنابراین ضروری است که در وقت فراغت و آسایش، به استراحت پردازد و زمینه مناسبی را برای برنامه‌های جدی بعدی برای خود مهیا کند، چراکه وقت فراغت و تفریح کمکی است برای ساعت‌های دیگر برنامه‌ها، و آرامش و آسایشی است برای قلب‌ها، چنان‌که پیامبر اسلام ﷺ می‌فرماید: «خردمند مادام که خردش از او گرفته نشده، باید ساعاتی را برای خود در نظر بگیرد، زمانی برای مناجات با پروردگارش، زمانی برای محاسبه نفس، زمانی برای اندیشیدن در آنچه خدای عزوجل به وی ارزانی داشته و زمانی برای کام‌جویی خود از راه حلال، زیرا این زمان کمکی است به آن سه زمان دیگر و مایه آسودگی و رفع خستگی دل‌ها می‌گردد.»^۱ با عمل به محتوای چنین روایاتی است که انسان پرورش می‌یابد و می‌تواند خود را به کمال نهایی سوق دهد.

۱-۴. اصل میانه‌روی

براساس تعریفی که از میانه‌روی در درس نهم شد، فعالیت فراغتی اخلاقاً باید دارای ویژگی‌های زیر باشد:

- الف. مانع کار مهمی نشود که باید در آن فرصت انجام گیرد (معیار ۱)؛
- ب. نیاز معقول^۲ فرد را ارضا کند (معیار ۲)؛
- ج. بیشتر یا کمتر از حد نیاز یا توان فرد نباشد (معیار ۳)؛

۱. حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۱۶، ص ۹۹۶ و ۹۹۷.

۲. منظور از «نیاز معقول» نیازهای واقعی و مورد تأیید عقلای جامعه است، نه نیازهای موهوم و ساختگی یا بزرگ‌نمایی شده یا تحت تأثیر افکار و تبلیغات خاص.

د. چگونگی ارضای نیاز با ارزش‌های دینی و اخلاقی جامعه مخالف نباشد (معیار ۴). رعایت معیار ۱ از آن جهت مهم است که معمولاً می‌توان زمان تفریح را کمی جلو یا عقب انداخت، درحالی که کارهای مهم و جدی زندگی در موارد زیادی دارای زمان معین و فرصت محدود هستند و انجام ندادن آن‌ها در زمان خودشان، ضررها و مشکلاتی را برای زندگی فرد به دنبال می‌آورد. نکته مهم این است که فعالیت فراغت با هدف لذت، آرامش و رفع خستگی صورت می‌گیرد. هنگامی که یک کار مهم در همان فرصت انجام نشود، مشکلات و آسیب‌های ناشی از آن این لذت و آرامش را از بین می‌برد. پس با هدف و فلسفه سپری کردن اوقات فراغت ناسازگار است.

رعایت معیار ۲ هم برای مدیریت درست اوقات فراغت از این رو اهمیت دارد که ممکن است فرد با تراشیدن نیازهای غیرواقعی و نامعقول برای خود، به احساس احتیاج به اوقات فراغت و استراحت و تفریح و خوش‌گذرانی دامن بزند و با فهم نادرست یا عادت نادرست، خواهان لذتی باشد که انسان سالم و متعادل اصلاً به آن نیاز فکر نمی‌کند، چه رسد به این‌که برای آن التذاذ دست‌وپا بزند و هزینه کند و خود را به دردسر بیندازد. اعتیادها معمولاً از جنس نیازهای خودساخته و نامعقول هستند که معتادان (اعم از معتادان به مواد مخدر یا روان‌گردان‌ها یا پورن یا...) با فهم غلط یا عادت نادرست، خود را در چنبره آن‌ها گرفتار کرده‌اند و برای ارضای آن‌ها به دنبال ایجاد حیات خلوت و فراغت در زندگی خود هستند تا بدان بپردازند.

معیار ۳ هم برای برنامه‌ریزی اوقات فراغت سالم و مفید در زندگی مطلوب اهمیت ویژه‌ای دارد. اساساً و به‌طور کلی، میانه‌روی و اعتدال در همه ابعاد زندگی شرط بزرگ موفقیت است. امیرالمؤمنین امام علی علیه السلام می‌فرماید: «لَا تَرَى الْجَاهِلَ إِلَّا مُفْرِطاً أَوْ مُفْرِطاً» انسان جاهل را یا در حال افراط (تندروری) یا تفریط (کندروری) می‌یابی. به تعبیر دیگر می‌توان گفت فرد نادان، یا از حد و اندازه خود و نیازهای خود می‌گذرد یا به حد و اندازه خود و نیازهای خود نمی‌رسد. امام علی علیه السلام در جای دیگر می‌فرماید: «هر تفریطی زیانبار و هر افراطی تباه‌کننده است».^۲

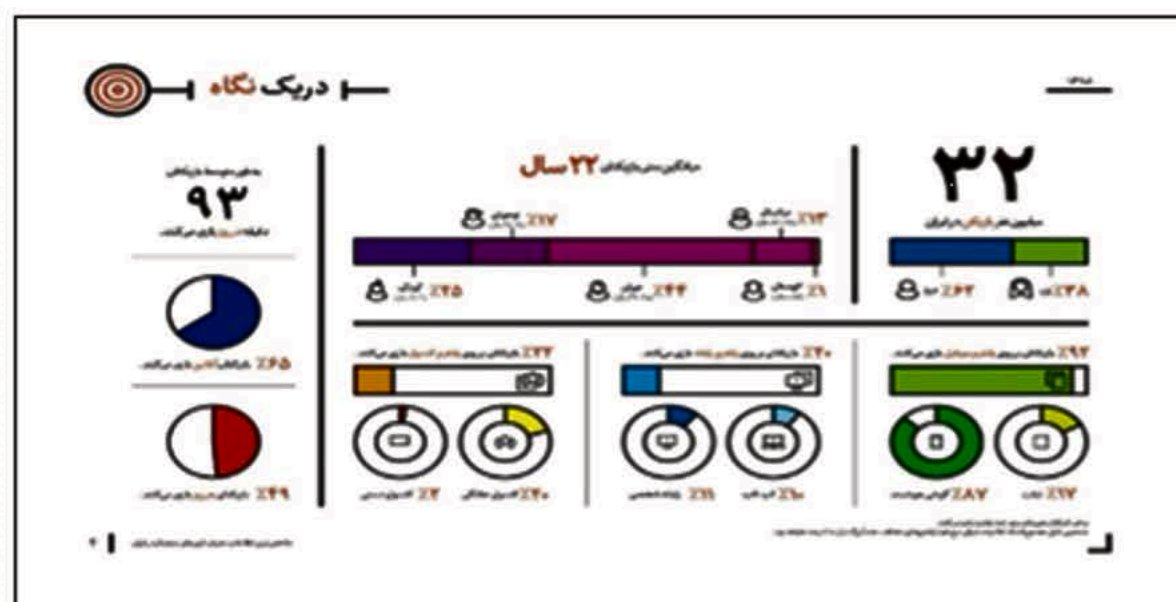
فرض کنید در طول یک پروژه تحقیقاتی روی واکسن کرونا، برای رفع خستگی نیازمند

۱. نهج البلاغه، حکمت ۲۹۸.

۲. همان، حکمت ۱۰۸.

یک فعالیت فراغتی مناسب هستید. به اقتضای زمان داده شده از سوی فلان شرکت، ده ساعت فرصت انجام یک فعالیت فراغتی را دارید. در این زمان، انتخاب سفر یا یک فعالیت سنگین فراغتی، مثل کوهنوردی، فاقد معیار ۳ است، چون زمان و حجم فعالیت و انرژی و توانی که باید صرف کرد با نشاط برای ادامه کار سازگار نیست یا برعکس درمورد اعتیاد به بازی های رایانه ای معمولاً فعالیت فراغتی گیمرها بسیار بیش از حد نیاز است. همین طور، اگر کسی ورزشی مانند وزنه برداری یا دو استقامت را برای فعالیت فراغتی خود انتخاب کند که متناسب با توان او نباشد، بازهم به هدف فعالیت درست فراغتی دست نخواهد یافت. رعایت میانه روی در برخی از فعالیت های فراغتی بسیار اهمیت دارد، چراکه زیاده روی در این فعالیت ها آثار جبران ناپذیر جسمی و روانی به دنبال دارد. نمونه بارز این فعالیت های فراغتی بازی های برخط و غیربرخط در گوشی های همراه است.

در پیمایشی در سال ۱۳۹۸ از سوی ستاد هماهنگی و راهبری اجرای نقشه مهندسی فرهنگی کشور، آماری از بازی های دیجیتال در کشور به دست آمده که در اینفوگرافی زیر قابل مشاهده است:



این آمار روزبه روز در حال افزایش است. جذابیت های هیجانی و انگیزه های مالی حجم کمی و کیفی این فعالیت فراغتی را به شدت افزایش داده است. مدیریت نادرست این فضا از سوی شخص در دوره هایی از زندگی، ضربه های جبران ناپذیری را به او وارد می کند. اصل چهارم مهم است، چون رعایت نکردن آن افزون بر دردسرهای اجتماعی ای که

برای فرد ایجاد می‌کند، سلامت فکری و روحی و اخلاقی وی را هم در معرض خطر یا نابودی قرار می‌دهد. شادی و لذت بردن برخلاف موازین دین و اخلاق یعنی فرد عملی غیراخلاقی یا ضددینی را مرتکب شود که تا چند دقیقه یا چند ساعت خوش باشد. امیرالمؤمنین علی علیه السلام فرمود: «كَمْ مِنْ شَهْوَةٍ سَاعَةٍ أَوْزَتْ حُزْنَ طَوِيلًا؛ چه بسا یک ساعت هوس رانی که اندوهی طولانی به جای می‌گذارد.»

۲. اصل تعیین اولویت

فرایند فعالیت فراغتی یکی از اهداف و کارکردهای پنج‌گانه را دنبال می‌کند؛ یعنی تجربه استراحت، رفع خستگی، تفریح، مشارکت، خلاقیت یا فراگیری. در این میان، آنچه حائز اهمیت است کیفیت این تجربه است؛ یعنی فعالیت فراغتی زمانی رضایت بخش خواهد بود و فرد به هدفش خواهد رسید که استراحتی خوب، تفریحی لذت بخش، مشارکتی خوب و... را از سر بگذرانند. این که صبح جمعه همراه با خانواده طبیعت گردی را انتخاب کنیم یا بازارگردی را، منوط به این مسئله است که کدامشان مثلاً تجربه لذت بیشتری به خانواده ما می‌دهد. براساس اصل تعیین اولویت، فراهم کردن تجربه لذت کیفی نیازمند ملاحظه سه وضعیت است و سپس تعیین اولویت فعالیت براساس این سه وضعیت برای تجربه لذت بیشتر: یک. شرایط مناسب: باید هریک از این عناصر به حد معقول و کافی وجود داشته باشد: آزادی، انتخاب، خودانگیختگی و خودجوشی.

دو. رضایت: برای ایجاد رضایت باید این تجربیات تا حدی در زندگی فرد وجود داشته باشند: ابراز وجود، هیجان، انگیزه، نشاط و لحظات بازآفرینی انرژی و نیرو. سه. نتایج مثبت: برای کارآمد بودن فعالیت فراغتی x یا y باید نتایجی مثبت، ازجمله تجربه لحظات احساسی، نشاط روانی و دستیابی به هدف تفریح، وجود داشته باشد.

♦ تمرین

گروه چهارنفره‌ای از دانشجویان دانشگاه برای تعطیلات نوروزی تصمیم به سفر گرفته‌اند. هریک از این چهار نفر مکانی را برای سفر پیشنهاد داده‌اند. هم‌اکنون در کافی شاپ دانشگاه مشغول گفت‌وگو و انتخاب بهترین گزینه برای تجربه لذت بیشتر و بهتر هستند. اکنون براساس سه مؤلفه شرایط مناسب، رضایت و نتایج مثبت، به انتخابشان کمک کنید.

یکی از مهم‌ترین مهارت‌های اخلاقی در انتخاب فعالیت‌های فراغتی، رعایت تناسب است. براساس تعریف ارائه‌شده از تناسب در درس ۹، فاعل اخلاقی در فعالیت فراغتی خود باید به‌گونه‌ای عمل کند که آن فعالیت عمل فراغتی متناسبی به‌شمار رود. به این منظور، در گذران اوقات فراغت باید به زمان مناسب، مکان مناسب، محیط مناسب، شرایط مناسب، و تناسب عمل فراغتی با مسئولیت‌هایمان توجه داشته باشیم و متناسب با این متغیرها، برنامه‌ریزی و اقدام کنیم. از سوی دیگر، گذران اوقات فراغت باید با خطوط اصلی سبک زندگی ما هماهنگی (هارمونی) داشته باشد.

موارد زیر نمونه‌های فعالیت‌های فراغتی نامناسب هستند:

- تماشای فیلم ترسناک از سوی کودک یا نوجوان؛
- بازی آنلاین اکشن از سوی کودک؛
- بازی‌های پرهیجان وقتی نیازمند فعالیت فراغتی آرام‌بخش برای مدیریت استرس در خود هستید؛
- بازی با گوشی یا خواندن کتاب در زمانی که به‌شدت خوابتان می‌آید یا هنگام فعالیت‌های نیازمند تمرکز، مثلاً هنگام رانندگی؛
- سفر رفتن زمانی که مشغول فعالیت جدی پراسترسی هستید و مدام باید به پروژه سرکشی کنید؛
- مطالعه کتاب در زمانی که هیچ تمرکزی بر متن ندارید، چراکه درگیر مسئله‌ای خانوادگی شده‌اید؛
- ورزش سنگین، مثل کوهنوردی یا بدنسازی، زمانی که توان جسمی شما به‌دلیل گذراندن دوره بیماری، ضعیف شده‌است.

♦ تمرین کلاسی

موارد متعدد دیگری از فعالیت‌های فراغتی نامناسب با هریک از موارد زیر را در کلاس مطرح کنید:

۱. نامتناسب با هدف رفع نواقص و کمبودها:

.....

.....

۲. نامتناسب با کارکرد رفع خستگی:

۳. نامتناسب با کارکرد مشارکت اجتماعی:

۴. نامتناسب با کارکرد شکوفایی استعداد:

۵. نامتناسب با محیط خانه آپارتمانی:

۶. نامتناسب با زمان آخر شب:

۷. نامتناسب با دوستی که درباره او مسئولیت داریم:

۴. اصل شوخ طبعی

درباره فعالیت های فراغتی جمعی، شوخ طبعی و خنده شرط لازم این فعالیت هاست. یکی از روش های القای خلق مثبت و رفع خلق منفی، شوخی است. تحقیقات نشان داده اند شوخی تأثیری روشن بر خوش خلقی و شادی دارد. شوخی ضمن القای خلق مثبت به فاعل و مخاطب در فعالیت های فراغتی، رویدادهای استرس زا را کم خطر می سازد.^۱ درواقع، یکی از کارکردهای شوخی در فعالیت های اجتماعی، رفع هم و غم از خویش و دیگران است. در سیره پیامبر گرامی اسلام ﷺ نقل شده است: «یک نفر اعرابی هدیه ای برای ایشان آورد و پس از دادن هدیه به پیامبر اسلام، بابت آن تقاضای پرداخت پول کرد که موجب خنده پیامبر شد. ایشان هرگاه خسته می شدند، می فرمودند: آن اعرابی را خبر کنید. کاش می آمد و ما را می خنداند!»^۲

۱. مایکل آرگایل، روان شناسی شادی، ص ۱۱۷.

۲. راوی می گوید: «به امام رضا علیه السلام گفتم: جانم به قربانت، انسان در اجتماعی می نشیند و بعد سخنی به میان می آید که

در سنت معصومان علیهم السلام، یکی از آداب سفرهای تفریحی شوخی با همسفران است.^۱ هم‌وغم انسان در سفر، به دلیل غربت و دوری از وطن، بیشتر است. از این رو، یکی از دستورات آن بزرگواران توجه به شوخی و طنز در طول سفر است تا به این وسیله، مقداری از آن هم‌وغم کاسته شود. البته این نکته هم درخور توجه است که پیشوایان معصوم طنز و لطیفه و شوخی را در چارچوب مطالبی که رضایت خدا در آن باشد، حلال و مطلوب می‌شمردند. این مسئله در تعامل پیامبر گرامی صلی الله علیه و آله نیز قابل مشاهده است.

نقل شده است که روزی پیامبر صلی الله علیه و آله به شدت ناراحت بود. عربی از راه رسید که می‌خواست سؤالی از حضرت بپرسد. اصحاب گفتند رسول اکرم امروز خیلی ناراحت است. مرد عرب گفت: «به خدا قسم تا او تبسم نکند، رهایش نمی‌کنم.» نزد حضرت آمد و گفت: «شنیده‌ام که دجال هنگام ظهور، مقداری آبگوشت برای مردم می‌آورد و مردم از گرسنگی در معرض هلاکت هستند. آیا اگر او را دیدم، از آن غذا نخورم تا بمیرم یا آن قدر بخورم که خوب سیر شوم، بعد، هم به خدا ایمان آورم و هم از دجال بیزاری جویم؟» پیامبر صلی الله علیه و آله چندان خندید که دندان‌های مبارکش نمایان شد و فرمود: «خداوند مؤمنان را از دجال بی‌نیاز می‌کند.»^۲ در این موارد ذکر شده، شوخ‌طبعی از لحاظ روانی و درونی نیرویی را در گوینده و مخاطب ایجاد می‌کند که با القای خفیات مثبت و زدودن غبار منفی باقی ذهنی و روانی و حتی خفیات منفی، احساس سبکی و رهایی از غم و رنج و دل‌گرفتگی و نشاط و ذوق و وجد درونی را برای افراد مقابل ایجاد می‌کند و موجب نشاط و شادمانی می‌گردد.

دو مسئله اخلاقی درباره طنز و لطیفه‌گویی (جوک)

۱. تقلید صدا و لهجه از منظر اخلاقی

از منظر اخلاقی، تقلید صدا و استفاده از لهجه‌های قومی تا زمانی که پیامدهای غیراخلاقی - مانند توهین و استهزا - نداشته باشد، جزو فعالیت‌های فراغتی

مزاح می‌کنند و می‌خندند. ابوالحسن (امام رضا) گفت: مانعی ندارد، اگر چیز بدی نباشد. من تصور کردم که منظور آن حضرت فحش و متلک بود. بعد از این سخن، امام گفت: یک نفر اعرابی از صحرا می‌آمد و برای رسول خدا هدیه می‌آورد و هنوز از جایش برنخاسته بود که می‌گفت: ای رسول خدا، پول هدیه را لطفاً بپردازید. رسول خدا از سخن او می‌خندید. بعدها هرگاه که رسول خدا غمناک بود، می‌گفت: آن مرد اعرابی چه شد؟ کاش می‌آمد و ما را می‌خنداند (شیخ کلینی، اصول کافی، ج ۲، ص ۶۶۳).

۱. «وَقَالَ جَعْفَرُ بْنُ مُحَمَّدٍ عليه السلام الْمَرْؤَةُ مَرْوَتَانِ مَرْوَةُ الْخَصْرِ وَ مَرْوَةُ السَّفَرِ... أَمَّا مَرْوَةُ السَّفَرِ فَبَدَلُ الزَّادِ وَ الْمَزَاحُ فِي غَيْرِ مَا يُشْغِلُ اللَّهَ...» (ابن شعبه حرانی، تحف العقول، ص ۳۷۴).

۲. علامه مجلسی، بحارالأنوار، ج ۱۶، ص ۲۹۵.

مثبت به شمار می‌آید. از بُعد فقهی نیز فقهای عظام عدم جواز تقلید صدا و گوش دادن به آن را منوط به همین مسئله دانسته‌اند. نمونه آن استفتای آیت‌الله مکارم شیرازی است: «هرگونه طنز و تقلید صدا و حرکاتی که موجب آزار یا اهانت به افراد شود شرعاً جایز نیست و نگاه کردن به آن نیز اشکال دارد (به دلالت التزامی، طنزی که موجب آزار یا اهانت نشود منعی ندارد)».

«طنز» بیان لطیف، هوشمندانه، شیرین و خنده‌آور است که گاه جدی‌ترین و حزن‌انگیزترین پیام‌ها را شنیدنی و قابل تحمل می‌کند. اما نکته اساسی این است که طنز برای بروز یافتن به قالب نیاز دارد و این قالب‌ها گاهی عادات و آداب اقوام، لهجه‌ها و شغل‌ها هستند. ایران سرزمین وسیع و پهناوری است که دارای اقوام مختلف با لهجه‌ها و گویش‌های گوناگون و به‌طور طبیعی مشاغل مختلف است و گویش‌های ایرانی هرکدام شیرینی و لطافت خود را دارند. گاه جمله و نکته‌ای با لهجه شمالی، اصفهانی، لری، شیرازی، آذری یا کرمانی چنان شیرین و گیراست که همه از آن لذت می‌برند و باید در طنز به این اصل قائل باشیم که گویش‌های مختلف ایرانی در خدمت لذت بردن و شادمانی همه ایرانیان باشند، نه آن‌که ناخواسته ابزار تحقیر و تمسخر یک قومیت خاص گردند.

۲. طنزهای قومیتی

هر ملیت یا قوم و نژادی به آداب و رسوم و عادات و روش زندگی کردن و حرف زدن و... خود عادت دارد. به همین ترتیب، عادات و آداب دیگر ملل یا اقوام و نژادها برایشان کمابیش عجیب و غریب به نظر می‌رسد و این نامأنوس بودن ابتدا مایه تعجب و بعد گاهی موجب سؤال و گاهی هم دستمایه انتقاد یا تمسخر آنان می‌شود. گاهی هم رقابت‌های محلی یا برخی ریشه‌های تاریخی باعث تکه انداختن یا لطیفه‌سازی می‌شود، چنان‌که انگلیسی‌ها درباره اسکاتلندی‌ها و ایرلندی‌ها جوک می‌سازند. این‌گونه طنزها که به‌نوعی دربردارنده رگه‌هایی از تمسخر دیگر ملل یا اقوام هستند نه تنها سازنده نیستند، بلکه مخرب‌اند. طنزهای مذهبی یا جنسیتی مردان درباره زنان یا زنان مردان نیز تا حدودی همین‌گونه‌اند. در طنزهای تهاجمی، دو حالت خنده و خشم به‌صورت هم‌زمان ایجاد می‌شوند. مهاجم می‌خندد و لذت می‌برد و تهاجم دیده رنج می‌برد و خشمگین می‌شود. این نوع طنز با رفتارهایی مانند تحقیر، کودن‌نمایی، ویران کردن نمادها، ستایش اغراق‌آمیز و نامعقول، بزرگ کردن معایب، نقیضه‌گویی و... روح، ماهیت، توانایی و هویت افراد را آزار می‌دهد. طنزهای قومیتی به دو دلیل غیراخلاقی‌اند:

۱) تقویت تبعیض: تحلیل بسیاری از طنزهای قومیتی، آن‌ها را دربردارنده یا تقویت‌کننده باورهای تبعیض‌آمیز (و حتی گاهی نژادپرستانه) در ذهن مخاطب می‌داند. از این منظر، غیراخلاقی بودن طنزهای قومیتی به دلیل باورهای نژادپرستانه‌ای است که در این طنزها نهفته است.

۲) مسئولیت‌ناپذیری: آنچه ما را متقاعد می‌کند که غیراخلاقی بودن طنزهای قومیتی را بپذیریم این مسئله است که چنین طنزهایی گویندگان خویش را در روندی قرار می‌دهند که بتوانند مسئولیت اخلاقی‌شان را فراموش کنند. یکی از نقدهای جدی‌ای که به طنز و خصوصاً طنزهای قومیتی وارد است این است که این طنزها فرد را در قبال مسئولیت‌هایی که در برابر دیگران (مثلاً ملیت یا قوم موردنظر) دارد، رها می‌کنند و اساساً فرد با قرار گرفتن در مکانیسم لودگی و شوخی و خنده، مسئولیت خویش در برابر آن‌ها را فراموش می‌کند.

خودکامی: سبک‌های فراغتی جوانان ایرانی

پس از خواندن متن درون کادر، مشخص کنید که اوقات فراغت و فعالیت‌های فراغتی شما چه سهمی از چهار سبک زیر را به خود اختصاص می‌دهند:

براساس سه مؤلفه میزان آزادی، میزان برخورداری مالی و نوع انگیزش فردی، حداقل چهار الگوی فراغتی را می‌توان در جوانان ایرانی تصویر کرد:

۱. فراغت ناب: الگویی است که در آن انتخاب و آزادی عمل زیاد با احساس تعلق و جذب فعالیت فراغتی شدن تلاقی دارد، مانند سرگرمی‌های موردعلاقه تعطیلات نوروزی یا تابستانی؛

۲. فراغت بی‌برنامه (آنومیک): تجربه فراغتی برآمده از فقدان محدودیت سازمانی و ساختاری، به همراه علاقه و ارتباط ضعیف با میدان فراغتی، مانند دوران انتظار برای رفتن به سربازی یا دوره پس از قبولی در کنکور تا آغاز دانشگاه؛

۳. فراغت نهادین: فراغت‌هایی که در پیوند با نقش‌های کاری، خانوادگی و دینی ایجاد می‌شوند، مانند حضور در کانون‌های فرهنگی، مساجد و تشکلهای سیاسی؛

۴. فراغت ییگانه: فراغت برآمده از آزادی عمل محدود و لذت محدود، مانند جوانی که به دلیل خشونت و استبداد در خانه، از دنبال کردن علایق فراغتی خود محروم است و فراغت‌های محدودی دارد.^۱

۱. محمدسعید ذکایی و دیگران، سبک‌های فراغتی جوانان، ص ۵۵-۵۷.

♦ پرسش‌های درس

۱. کارکردهای اوقات فراغت را نام ببرید.
۲. مؤلفه‌های اصلی اوقات فراغت براساس تعریف انجمن بین‌المللی جامعه‌شناسی کدام‌اند؟
۳. اصل هدف‌داری در فعالیت‌های فراغتی با توجه به رفع نواقص را در قالب یک مثال تبیین کنید.
۴. میانه‌روی در فعالیت‌های فراغتی دارای چهار مؤلفه است. این مؤلفه‌ها را بر دو نمونه فراغت مثبت و فراغت منفی تطبیق دهید.
۵. براساس سه مؤلفه شرایط مناسب، رضایت و نتایج مثبت، تعیین اولویت فعالیت‌های فراغتی دوره جوانی را در دو نمونه تحلیل کنید.

♦ پژوهش

- پژوهش اول: با مراجعه به کتاب **سبک‌های فراغتی جوانان**، به دو پرسش زیر پاسخ دهید:
۱. ویژگی‌های فراغتی جوانان ایرانی در عصر حاضر کدام‌اند؟
 ۲. ده تغییر در فرهنگ فراغتی را نام ببرید.
- پژوهش دوم: اصول اخلاقی فعالیت‌های فراغتی را در مثال‌های زیر در حالت‌های فراغت مثبت و فراغت منفی بررسی کنید:
- انجام بازی‌های آنلاین در دوره تعطیلات نوروز (هم حالت مثبت هم حالت منفی)؛
 - پرسه‌زنی در خیابان در شب چهارشنبه‌سوری (حالت منفی)؛
 - مشارکت در فعالیت‌های خیریه (هم حالت مثبت هم حالت منفی).

♦ منابع برای مطالعه بیشتر

۱. ابراهیمی، قربان‌علی و عباس بهنویی. (بی‌تا). **جامعه‌شناسی سبک زندگی جوانان**. (بی‌جا): (بی‌نا).
۲. ذکایی. (بی‌تا). **فراغت، مصرف و جامعه: گفتارهایی انتقادی**. (بی‌جا): (بی‌نا).
۳. ذکایی، محمدسعید و دیگران. (۱۳۹۱). **سبک‌های فراغتی جوانان**. تهران: تیسرا.
۴. سنایی، نقی. (۱۳۹۸). **اخلاق اوقات فراغت با رویکرد اسلامی**. قم: معارف.
۵. فعالی، محمدتقی و عبدالرضا آتشین‌صدف. (بی‌تا). **شیوه‌های گذران اوقات فراغت با نگرشی به منابع اسلامی**. (بی‌جا): (بی‌نا).

درس چهاردهم:

اخلاق سیاسی اجتماعی

اهداف درس

۱	واکاوی ارتباط اخلاق و سیاست؛
۲	شناخت کدهای اخلاقی در کنشگری سیاسی. اجتماعی؛
۳	توانمندسازی شناختی در حوزه حل یک مسئله اخلاقی در عرصه سیاسی- اجتماعی.

۱. حق پذیری و تعصب در اخلاق سیاسی

انسان موجودی اجتماعی است که به تنهایی نمی تواند زندگی کند و برای این که احتیاجات گوناگون خود را برآورده سازد، نیازمند تقسیم کار و همکاری با دیگران است و این اساس شکل گیری جوامع کوچک و بزرگ انسانی است. پس از شکل گیری اجتماع، برسر استفاده از فرصت ها و امکانات و کالاهای ضروری و کنترل مخاطرات و برقراری رفاه و امنیت یا به دست آوردن موقعیت ها و زمین ها، ابزارها، فراورده ها و محصولات مهم تر و ارزشمندتر رقابت پیش می آید و به خاطر کثرت افراد و گروه ها و جمعیت های انسانی (از دو روستا یا قبیله هم جوار تا دو کشور همسایه، از دو باشگاه ورزشی رقیب تا دو حزب سیاسی ائتلاف کرده یا رقیب، از دو شرکت اقتصادی تا حتی دو مؤسسه خیریه یا دو هیئت مذهبی) و کمبود منابع، زمینه ایجاد درگیری و نزاع شکل می گیرد. در این میان، آنچه می تواند رقابت های مخرب و نزاع و ستیزه جویی را کنترل کند حرکت در چارچوب اخلاق است.

محوری ترین شاخص رفتار اخلاقی در سطح جامعه عنصر حق است که به شکل گیری اخلاق عدالت^۱ ختم می شود. تعیین حق و تمکین به حق، به تعبیر دیگر، روشن ساختن

۱. اخلاق دارای دو سطح است: الف) به دیگری آسیبی نرزی؛ ب) به دیگری کمک کنی. سطح اول را «اخلاق عدالت» و سطح دوم را «اخلاق احسان» می نامند. اخلاق احسان در سطح فردی به صورت جدی قابل پیگیری و توصیه پذیر است، اما در سطح نهادها و اصناف و احزاب و اقوام و ملت ها، آنچه راهگشا و کارساز است همان اخلاق عدالت است و اخلاق احسان چندان قابل پیگیری نیست. کلام امام علی که بر عدالت تأکید می کند در پاسخ سؤال از این که «جود بهتر است یا عدالت»، ناظر به این سطح اخلاقی کلان اجتماعی - سیاسی است که در مقام حاکم اسلامی بیان شده، زیرا از منظر جامعه، عالی ترین آرمان اخلاقی عدالت است (نهج البلاغه، حکمت ۴۳۷): «و سِئِلُ اللَّهِ أَيُّهُمَا أَفْضَلُ، الْعَدْلُ أَوْ الْجُودُ؟ فَقَالَ اللَّهُ: الْعَدْلُ يَضَعُ الْأُمُورَ مَوَاضِعَهَا وَ الْجُودُ يُخْرِجُهَا مِنْ جِهَتِهَا وَ الْعَدْلُ سَائِسٌ عَامٌّ وَ الْجُودُ عَارِضٌ خَاصٌّ فَالْعَدْلُ أَشْرَفُهُمَا وَ أَفْضَلُهُمَا؛ از آن حضرت پرسیدند که کدام یک از این دو برترند: عدالت یا بخشندگی؟ فرمود:

حق و گردن نهادن به حق است. حق باید در دو سطح فردی و جمعی مشخص شود. سپس افراد و گروه‌ها و اقوام و احزاب و ملت‌ها پذیرای آن باشند و بدان گردن بنهند. بنابراین مهم‌ترین شاخص اخلاق سیاسی - اجتماعی، حق‌جویی و حق‌پذیری است. حق‌گرایی اعضای جامعه و به خصوص گروه‌ها و اصناف و احزاب، متوقف بر سه عنصر است: اندیشه حق‌شناس، اراده حق‌طلب و شخصیت حق‌پذیر. در این میان، هم‌شناسایی و هم‌پذیرش حق در سطح فردی، آسان‌تر از شناسایی و به‌ویژه پذیرش حق در سطح جمعی است.

اولاً افراد متواضع آمادگی بیشتری برای ازخودگذشتگی و اجتناب از زیاده‌خواهی دارند. وقتی پای منافع یا اهداف گروه پیش می‌آید، احتمال وفاداری به گروه/ حزب/ ملت و ازخودگذشتگی برای آرمان‌های آن بیشتر می‌شود. ثانیاً نداشتن شناخت کافی از طرف مقابل و وجود پیش‌فرض‌های نادرست درمورد گروه دیگر، به حس بدبینی و منفی‌بافی نسبت به آن‌ها دامن می‌زند. ثالثاً در زمان ما، بیش از ادوار دیگر، علم و فناوری سرعت شکاف طبقاتی میان اقشار یک جامعه و نیز کشورهای توسعه‌یافته و درحال توسعه را افزایش داده است. محرومیت دهک‌های پایین‌تر و قدرت یافتن دهک‌های بالاتر توزیع نابرابر مواهب و امکانات و ثروت را شدت بخشیده است.

به هم تافتن منفعت‌طلبی جمعی، خودبرتربینی و جاه‌طلبی گروهی و پافشاری بر اهداف و آرزوهای جمعی، به علاوه بدبینی به گروه‌های دیگر، به شکل‌گیری عنصر بسیار خطرناکی به نام «تعصب» ختم می‌شود. اگر این عنصر از حدی عبور کند، اخلاق‌مداری گروه‌ها بسیار سخت می‌شود و انواع رفتارهای غیراخلاقی به صورت مستمر از آن‌ها سر خواهد زد تا جایی که چه بسا بازگشت به مسیر اخلاق برایشان بسیار سخت یا ناممکن گردد. امام علی (ع) در خطبه معروف قاصعه (بلندترین خطبه نهج البلاغه)، این تعصبات گروهی و فرقه‌ای و قبیله‌ای را به صورت عمیق تحلیل فرموده و خطرهای مهیب آن را گوشزد کرده است.

حضرت تعصب و فخرفروشی و تکبر را کاری شیطانی و اهریمنی می‌داند و می‌فرماید: «همانا ابلیس دشمن خدا، پیشوای متعصبان و سرسلسله مستکبران شد که اساس تعصب را بنا نهاد.»

تعصب عنصر ویرانگری است که سبب می‌شود چشم حق‌بین انسان کور شود و گوش

عدالت هرچیز را به جای خود می‌نهد و بخشندگی آن را از جای خود بیرون می‌نهد. عدل نگاه‌دارنده همگان است و بخشندگی فقط کسی را دربر می‌گیرد که بخشش نصیب او شده. پس عدالت از بخشندگی شریف‌تر و برتر است.»

شنوای حق کر گردد. تعصب لجاجت به بار می آورد و در چنین حالتی، فرد انگیزه برای پذیرش حق را از دست می دهد، چون گروه، حزب یا قوم و قبیله یا فرقه خود را مساوی حق می شمارد. خطر این حالت آن قدر جدی و بزرگ است که ممکن است باعث گمراهی و شقاوت ابدی گردد.^۱ تعصب که با خود لجاجت در برابر حق شنوی و حق پذیری را به دنبال می آورد، ویژگی مهمی را بروز می دهد و آن گردن کشی در برابر همه منابع و مراجع حق است. گروه یا قوم یا ملت یا حکومت مستکبر در برابر حق خضوع نمی کند و در برابر منبع و معیار حق گردن کشی و نافرمانی می کند. قرآن کریم این ویژگی را «استکبار» نامیده است. قرآن به روشنی می گوید متعصبان و مستکبران، با وجود شناخت از حق، از پذیرش آن سر باز می زنند: «وَجَعَدُوا بِهَا وَاسْتَيْقَنَتْهَا أَنْفُسُهُمْ ظُلْمًا وَعُلُوًّا فَانْظُرْ كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُفْسِدِينَ»^۲ آیات الهی را از روی ستمگری و کبر و سرکشی انکار کردند، درحالی که در دل به آن یقین داشتند. ریشه آشوب ها و تفرقه ها، دسیسه ها و سرکوب ها، جنایت ها و خون ریزی ها، محرومیت ها و ستمگری ها و در یک کلمه، بحران ها و تراژدی های اجتماعی - سیاسی، عصبیت، جاهلیت و تکبر است. امام علی (علیه السلام) خطرهای ویرانگر تعصب، نخوت و استکبار را برای شکوفایی و سلامت جامعه و خوشبختی و رستگاری اعضای جامعه، با تحلیلی عمیق و سخت تأمل برانگیز، تبیین می فرماید. امام (علیه السلام) خصوصیات این افراد اهریمنی را با سه عنصر بیان می فرماید: «فَقَالَ رَبِّ بِمَا أَغْوَيْتَنِي لَأُزَيِّنَنَّ لَهُمْ فِي الْأَرْضِ وَلَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ قَدْ فُتِنَ الْغَيْبِ بَعِيدٍ وَ رَجُمًا بِظَنِّ ۱۳۷ غَيْرِ مُصِيبٍ صَدَقَهُ بِهِ أَنْبَاءُ الْحَمِيَّةِ وَإِخْوَانُ الْعَصِيَّةِ وَ فُرْسَانُ الْكِبَرِ وَ الْجَاهِلِيَّةِ»^۳ به جانم سوگند شیطان تیر خطرناکی برای شکار شما بر چله کمان گذاشته و تا حد توان کشیده و از نزدیک ترین مکان، شما را هدف قرار داده، و خطاب به خدا گفته است: پروردگارا، به سبب آن که مرا دور کردی، دنیا را در چشم هایشان جلوه می دهم و همه را

۱. ملی گرایی/ ناسیونالیسم افراطی و باندبازی/ تعصب حزبی دو جلوه مهم از تعصبات جمعی مدرن اند. نیبور درباره ملی گرایی افراطی مدرن می نویسد: «این گفته جرج واشنگتن که ملت ها افزون تر از منافعشان مورد اعتماد نیستند یا گفته نویسنده آلمانی، یوهانس هالر، که هیچ ملتی، جز به خاطر منافع خودش، وارد هیچ مذاکره ای نشده، بیانگر همین خودخواهی است. وطن پرستی خودگذشتگی فردی را به خودپرستی ملی تبدیل می کند. این نوع طرفداری ناشایست، اساس قدرت ملی و جواز آزادی استفاده از قدرت بدون ملاحظات اخلاقی می شود، به این صورت که ناخودخواهی فردی در خدمت خودخواهی ملت ها قرار می گیرد. در نتیجه، بیشتر افراد جامعه، به ویژه در مواقع بحرانی، دچار حس وطن پرستی افراطی می شوند و به نفع خودشان حکم می کنند (ر.ک: رینهولد نیبور، انسان اخلاقی و جامعه غیر اخلاقی).

۲. سوره نمل، آیه ۱۴.

۳. نهج البلاغه، خطبه ۱۹۲ (معروف به «خطبه قاصعه».

گمراه خواهم کرد. اما تیری در تاریکی‌ها، و سنگی بدون نشانه‌روی، رها ساخت، گرچه فرزندان خودپسندی و برادران تعصب و خودخواهی و سواران مرکب جهالت و خودپرستی او را تصدیق کردند.»

- تعبیر به «أَبْنَاءُ الْحَمِيَّة» کنایه از این است که آن‌ها به قدری آلوده به تکبر هستند که گویی فرزندان تکبرند.

- تعبیر «برادران عصبیت» کنایه از ارتباط تنگاتنگ آن‌ها با تعصبات قومی و قبیله‌ای و مانند آن است.

- «وَفُزَّانُ الْكِبَرِ وَ الْبَاهِلِيَّة» کنایه از آن است که آن‌ها آن قدر گرفتار کبر و جهل و غرورند که گویی بر مرکبی از جهل و کبر سوار شده‌اند و به پیش می‌تازند.

شخصیت مقابل انسان متعصب در قرآن کریم انسان حنیف است، فردی که دلی نرم و فکری آماده برای پذیرش حق دارد، فردی حق طلب و حقیقت‌جو^۱. از منظر قرآن کریم، چنین فردی به نجات و رستگاری دست می‌یابد و به بالاترین مراتب توحید صعود می‌کند و به اوج سعادت ابدی می‌رسد. جالب است که خداوند سبحان همین حق خواهی و حق‌پذیری را در آیه سی‌ام از سوره سی‌ام، اصل فطرت و سرشت کمال طلب انسان معرفی می‌فرماید: «فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفاً فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا»^۲ پس روی خود را با حق‌گروی تمام، به سوی این دین کن، با همان سرشتی که خدا مردم را بر آن سرشته است. اخلاق و معنویت دینی با معرفی تقوا به عنوان تنها ملاک برتری و شرافت و نیز یادآوری این‌که اصل همه انسان‌ها از یک گوهر است و ترسیم کوچکی و فانی بودن انسان در برابر عظمت و جاودانگی حق تعالی، خودخواهی‌های فردی و تعصبات گروهی (نژادی، منطقه‌ای، جنسیتی، موقعیتی و تباری) را تعدیل می‌کند. ارزشی متعالی که اسلام برای انسان‌ها قائل است موجب می‌گردد رفتارهای درستی در جامعه شکل بگیرد و به مرور زمان اخلاقیات متعصبانه و قبیله‌محور، جای خود را به اخلاقیات مبتنی بر مساوات، برادری و هم‌گرایی بدهد.

فلسفه نماز و رکوع و سجود در شریعت اسلامی تمرین همین خاکساری و فروتنی است.

۱. قرآن پژوه پرآوازه، راغب اصفهانی، می‌نویسد: «حنیف از ماده حنف و به معنای تمایل و گرایش از گمراهی به راه راست است، در مقابل جنف که به معنای تمایل و گرایش از راه راست به گمراهی است» (ر.ک: راغب اصفهانی، المفردات، ماده «حنف»).

۲. سوره روم، آیه ۳۰.

فلسفه انفاق‌ها و صدقه‌های واجب و مستحب در شریعت اسلامی، کنترل آزمندی، حرص و مال‌پرستی است و نیز فلسفه روزه توجه به نیازمندان و ایجاد روح برادری و همدلی با آنان است. توجه مکرر به نفس اماره و مکائد آن و لزوم کنترل هوای نفس و اصرار بر توبه و تطهیر در اخلاق اسلامی، انسان‌ها را متوجه شر و بدی‌هایی در درون خود می‌کند که در دشمنش می‌بیند.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود: «أَعْدَى عَدُوِّكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنْبَيْكَ» دشمن‌تر از همه دشمنان، نفس اماره‌توست که در کالبد خودت قرار دارد.^۱
از این رو، جامی نیز در هفت اورنگ سروده:

نفس تو دشمن درونی تو	باقی دشمن برونی تو
گر شود دشمن درونی نیست	باکی از دشمن برونی نیست
نفس اگر نیست در درون باقی	چه غم از دشمنان آفاقی

از امام رضا علیه السلام نقل شده است که پیامبر خدا صلی الله علیه و آله یکی از اصحاب خود را دید که از مأموریتی جنگی که او را فرستاده بود برگشته است و با موهای ژولیده و غبار سفر بر سروصورت و جنگ‌افزار در میان، به سوی منزل خود می‌رود. حضرت صلی الله علیه و آله فرمود: «از جهاد اصغر برای جهاد اکبر برگشتی.» عرض کرد: «آیا جهادی بالاتر از جهاد با شمشیر هم هست؟» فرمود: «آری، جهاد انسان با نفس خود.»^۲

دشمن و رقیب و حریف بیرونی را می‌توان با اخلاق ملکوتی و برخورد عالی انسانی، از دشمنی منصرف کرد؛ نه تنها این کار ممکن است، بلکه حتی می‌توان او را به دوستی یکدل و صمیمی مبدل کرد. قرآن کریم می‌فرماید: «وَلَا تَسْتَوِي الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ قَالِ الْحَسَنَةُ الْبَقِيَّةُ وَالسَّيِّئَةُ الْإِذَاعَةُ أَذْفَعُ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ»^۳ هرگز نیکی و بدی یکسان نیست. بدی را با نیکی دفع کن. ناگاه خواهی دید همان کس که میان تو و او دشمنی است گویی دوستی گرم و صمیمی است. نمونه بسیار زیبای این اخلاق را می‌توان در سیره پیشوایان معصوم جست‌وجو کرد. در این زمینه، قصه مرد شامی و برخورد دگرگون‌کننده امام حسن مجتبی علیه السلام معروف و بسیار درس‌آموز است.

۱. وزام بن ابی فراس، *مجموعه وزام*، ج ۱، ص ۵۹.

۲. *الفقه المنسوب للإمام الرضا* علیه السلام، ص ۳۸۰.

۳. سوره فصلت، آیه ۳۴.

♦ کار کلاسی / تفکر و بررسی

- سه نمونه از تعارض منافع دانشجویی - دانشجویی و دانشجویی - استادی را همراه با پیش داوری‌های نادرست احتمالی ناشی از آن بیان کنید و راه حل اخلاقی آن را بنویسید.
- به نظر شما، زمینه‌ها و راهکارهای مقابله با هرگونه تبعیض جنسیتی، طبقاتی و منطقه‌ای در عدالت آموزشی کدام‌اند؟
- سه نمونه از تعصبات دانشجویی در رشته یا دانشگاه خودتان همراه با راه برون رفت از آن‌ها را نام ببرید.
- سه نمونه از تعصبات سیاسی تشکلات دانشجویی همراه با راه برون رفت از آن‌ها را بیان کنید.
- سه نمونه از برخورد سازنده اخلاقی را که رابطه دشمنی را تغییر داده است بیان کنید.
- جنبش عدالت خواهی دانشجویی مطلوب باید چه ویژگی‌هایی داشته باشد؟
- زمینه‌ها و علل ناکارآمدی یا انحراف جنبش عدالت خواهی دانشجویی چه چیزهایی می‌تواند باشد؟
- جامعه و حاکمیت چگونه می‌توانند به بهترین شکل، از آرمان خواهی اجتماعی - سیاسی دانشجویان بهره‌برداری کنند؟

۲. کدهای اخلاقی در کنشگری سیاسی - اجتماعی

یکی از بحث‌های مهم در حوزه اخلاق و سیاست، کنشگری اخلاقی سیاسیون در این عرصه است. با توجه به مخاطب کتاب (دانشجویان)، ورود به فعالیت‌های سیاسی اجتماعی را مدنظر قرار می‌دهیم و مهارت‌های اخلاقی را در قالب کدهای اخلاقی کنشگری سیاسی - اجتماعی دانشجویی ایجاد می‌کنیم. کنشگری دانشجویان در عرصه‌های سیاسی - اجتماعی با ملاحظات اخلاقی، سطح چالش‌ها و درگیری‌های ذهنی - روانی و ناکامی‌ها را کاهش می‌دهد. در ادامه، کدهای اخلاقی در سه عنوان تحلیل سیاسی، آداب نقد و پاسخ‌گویی و انتخابات، به عنوان رئوس اصلی کنشگری سیاسی - اجتماعی تحلیل می‌شوند.

۲-۱. تحلیل سیاسی

۱. اطلاعات کافی، انصاف، قدرت نقد و تحلیل، چارچوب ارزشی، بصیرت و هوشمندی از لوازم اخلاقی تحلیل سیاسی است. تلاش کنید بدون مقدمات لازم، به سراغ تحلیل، نتیجه‌گیری و موضع‌گیری نروید.

۲. در فضای سیاسی دانشگاه و مراکز دیگر، سعه صدر خود را در تحمل دیدگاه‌های رقیب تقویت کنید.

۳. استقلال در تحلیل را حفظ کنید. شأن دانشجو والاتر از آن است که پیاده نظام این حزب/ جناح و آن حزب/ جناح شود.

۴. رهیافت درست به اختلاف میان احزاب و سیاسیون: اختلاف مادامی که معطوف به یافتن بهترین راه حل‌ها برای مشکلات جامعه باشد می‌تواند منشأ شکل‌گیری راه‌های نو و راهکارهای مؤثرتر باشد. بنابراین از صرف اختلاف نگران نشوید.

۵. جرئت بیان داشته باشید. ممکن است آنچه گفته می‌شود دارای خطای منطقی و روان‌شناختی باشد، ولی اصل حساسیت اجتماعی و اتخاذ موضع سیاسی در اخلاق مدنی امری مطلوب و بایسته است.

۶. اخلاق باور اقتضا می‌کند شیوه‌های استدلال را بشناسید و مبانی تحلیل سیاسی خود را قوی کنید.

۷. انصاف در تحلیل اقتضا می‌کند سخن هر دو سوی مسئله را بشنوید و سپس تحلیل کنید.

۸. در صورت عضویت در تشکل‌های سیاسی، هدف‌تان در دوره دانشجویی در درجه اول الهی، و در درجه دوم هدایت فکری مردم باشد و از آلودگی به بازی قدرت بپرهیزید.

۲-۲. ادب نقد و پاسخ‌گویی

۱. در نقد دیدگاه دیگری، شرط اول فهم درست و دقیق دیدگاه اوست. مراقب باشید دچار مغالطه پهلوان پنبه نشوید. در این مغالطه، ناقد مدعایی را که قدرت نقدش را ندارد کنار می‌گذارد و مدعای سست و ضعیفی را که توانایی نقدش را دارد به طرف مقابل خود نسبت می‌دهد و به جای رد کردن مدعای اصلی، به رد کردن این مدعای ضعیف می‌پردازد.^۱

۲. تفکیک انگیزه و انگیزه‌ناهی: کسی که مورد نقد قرار می‌گیرد به جای پرداختن به پاسخ‌های ناقد، به کالبدشکافی نیت و انگیزه او اقدام می‌کند. انگیزه‌خوانی یکی از مغالطاتی است که در بسیاری از گفت‌وگوها و مشاجرات سیاسی و اجتماعی و حتی علمی رواج دارد و زمینه فاصله گرفتن از بی‌طرفی را ایجاد می‌کند. می‌توان منشأ این مغالطه را

۱. خندان، مغالطات، ص ۲۰۳ و ۲۰۴.

این تصور خطا دانست که امکان ندارد یک عقیده درست و مستدل از سوی شخصی ارائه شود که دارای موقعیت مناسب علمی، اجتماعی و... نیست یا انگیزه‌های نامقبولی دارد.

۳. کنار نهادن حب و بغض در نقادی: حب و بغض نظام تصمیم‌گیری فاعل اخلاقی را جهت‌دار می‌کند. پیش‌فرض تحقق اصلی بی‌طرفی در قضاوت‌های اخلاقی، دخالت ندادن حب و بغض در قضاوت است. حب و بغض، میل، انگیزه و اراده فاعل اخلاقی را به جهت خاصی متمایل می‌کند و موجب می‌شود فرد شناخت و نقد درستی از موقعیت نداشته باشد.^۱

۴. استعمال واژه‌های مناسب در نقد: واضح است که استعمال عباراتی مانند «این طرح مزخرف»، «این قانون ضایع»، «فلان سخن دری‌وری» و... خلاف اخلاق گفت‌وگو و ادب کلامی است.

۵. پرهیز از نقد متقابل: یکی دیگر از آفت‌های اخلاقی بزرگ در عرصه نقد و نقادی این است که بسیاری از افراد در پاسخ نقدهای ناقدان، بدون آن‌که به پاسخ‌گویی نقدها بپردازند، به بررسی آثار ناقد و مطالعه سرگذشت و تاریخ زندگی ناقد می‌پردازند و می‌کوشند به‌گونه‌ای از لابه‌لای اندیشه‌ها و اعمال وی، بی‌عملی‌ها و نادرستی‌هایی را استخراج کنند و آن‌ها را به رخ ناقد بکشند.^۲

۶. همدلی: لازم نیست دیدگاه فرد را بپذیریم، اما باید او را بشناسیم و از منظر او به مسئله نگاه کنیم.

۷. پاسخ‌گو بودن: کنشگر سیاسی باید در مقابل آنچه می‌گوید یا انجام می‌دهد، خود را پاسخ‌گو بداند، چراکه پاسخ‌گویی اعتماد عمومی را افزایش می‌دهد.

۲-۳. انتخابات

وزارت کشور جمهوری اسلامی ایران منشور اخلاق انتخابات را در بیست محور مصوب کرده‌است. برخی از مواردی که با مخاطب این کتاب مرتبط‌اند عبارت‌اند از:

۱. اهتمام مردم برای تعیین نماینده اصلح و پرهیز از تبعیضات قومی و فامیلی؛
۲. اجتناب از تخریب، تهمت، تحقیر، افشای اسرار مخفی نامزدهای انتخاباتی در رسانه‌های گروهی، وبگاه‌های اینترنتی و مجالس؛

۱. فرامرز قراملکی، *روش‌شناسی مطالعات دینی*، ص ۲۱۳.

۲. حسن اسلامی، *اخلاق نقد*، ص ۴۸.

۳. پرهیز از تبلیغات رنگین و پرهزینه، انتشار تصاویر فریبنده، برگزاری مراسم و مهمانی‌های پرخرج، توزیع هدایا، خرید و فروش آرا و...؛
۴. خودداری از مصرف بیت‌المال و امکانات و فرصت‌های اداری برای تبلیغات انتخاباتی نامزدها؛
۵. پرهیز از شایعه‌پراکنی و مسموم کردن فضای انتخابات و تشویش اذهان عمومی و تقویت سلامت روانی و سیاسی جامعه؛
۶. کنترل احساسات و رفتار هواداران و اعضای ستاد و دفاتر انتخاباتی نامزدها در چارچوب منشور؛
۷. احترام به نتایج انتخابات و طرح شکایات در مراجع قانونی و اجتناب از تحریک افکار عمومی و زیر سؤال بردن نتایج انتخابات؛
۸. پرهیز از تضعیف نظام و ترجیح منافع شخصی و گروهی بر مصالح و منافع ملی؛
۹. پرهیز از نقض اسلامیت و جمهوریت و هویت مردم‌سالاری دینی نظام جمهوری اسلامی.

شاخص علوی در ارزیابی و نقد کارگزاران جمهوری اسلامی ایران

امام علی علیه السلام: «إِنِّي وَاللَّهِ مَا أَحْكُمُ عَلَى طَاعَةٍ إِلَّا وَ أَسِيقُكُمْ عَلَيْهَا وَ لَا أَنْهَأُكُمْ عَنْ مَعْصِيَةٍ إِلَّا وَ أَتَنَاهَى قَبْلَكُمْ عَنْهَا؛ ای مردم، سوگند به خدا من شما را به هیچ طاعتی فرامی‌خوانم، مگر این‌که خودم در آن طاعت بر همه شما سبقت می‌گیرم، و شما را از هیچ معصیتی نهی نمی‌کنم، مگر این‌که خود پیش از شما از ارتکاب آن گناه امتناع می‌ورزم.»^۱

۳. واکاوی یک مسئله در اخلاق سیاسی - اجتماعی

در ادامه یک مسئله اخلاقی بررسی می‌شود: شیوه مواجهه با مخالف و رقیب از منظر اخلاقی. با رقیب و مخالف سیاسی چگونه باید رفتار کرد؟

۳-۱. شیوه مواجهه با رقبای مخالفان: الگوی مدارای سیاسی - اجتماعی

با رجوع به سیره اهل بیت می‌توان این‌گونه برداشت کرد که راهبرد کلان در مواجهه با

۱. نهج البلاغه، خطبه ۱۷۵.

رقبا و مخالفان سیاسی مبتنی بر مداراست. در تعبیری از پیامبر گرامی اسلام، رفیق و مدارا سرسلسله رفتار حکیمانه شمرده شده است:

«الرِّفْقُ رَأْسُ الْحِكْمَةِ اللَّهُمَّ مَنْ وَلِيَ شَيْئًا مِنْ أُمُورِ أُمَّتِي فَرَفَّقَ بِهِمْ فَارْفُقْ بِهِ وَ مَنْ شَقَّ عَلَيْهِمْ فَاشْقُقْ عَلَيْهِ»^۱

«ملایمت و مدارا رأس حکمت (به منزله سر پیکره حکمت) است. خدایا، هرکه کارگزار امری از امور امت من شود و با آنان ملایمت و مدارا کند، تو با او ملایمت و مدارا کن، و هرکه بر آنان سخت گیرد، تو بر او سخت بگیر.»

واقعیت این است که انسان‌ها متفاوت خلق شده‌اند و اندیشه‌ها، افکار، عقاید و حتی برداشت‌های مختلف دارند. بنابراین حکمت اقتضا می‌کند که این تکثر بینش‌ها و عملکردها به رسمیت شناخته شود و علایق و سلیق مردم محترم شمرده شود. لازمه تحقق چنین امری به رسمیت شناختن یکدیگر، آسان‌گیری و سعه صدر، تحمل عقاید مخالف و هم‌زیستی مسالمت‌آمیز برای تحقق و گسترش انسانیت، آزادی، عدالت اجتماعی، مدنیت و سیالیت روابط بشری و سازمانی است.

در جامعه‌ای که تحمل و مدارا در سطح بالاتری باشد، جذب افراد با استعداد و نخبه بیشتر خواهد بود و می‌توان اذعان کرد که سرمایه اجتماعی در چنین جامعه‌ای بیشتر از دیگر جوامع است.



دانشجویی که در تشکل دانشجویی مشغول است و در جلسه تربیون آزاد در مقابل دانشجویان پسر و دختری قرار می‌گیرد که یا جزو تشکلی نیستند یا در تشکل‌های به ظاهر مخالف قرار دارند ممکن است تعاملش به دو گونه باشد:

- الف. نگاه از بالا، حق به جانب، پرخاشگرانه، تند، و دستوری؛
- ب. نگاه هم‌سطح، حق طلب، خوش برخورد، خندان، و ادبیات تبیینی نه دستوری.

۱. علامه مجلسی، بحارالانوار، ج ۷۲، ص ۳۵۲.

این نگاه دوم است که بوی الگوی راهبردی دین را می‌دهد و بزرگان انقلاب با عنوان جذب حداکثری بدان سفارش کرده‌اند. این برخورد مبتنی بر مدارای اجتماعی، بدون کنار گذاشتن اصول انقلاب و مذهب است و فرد به گفت‌وگوی صریح و دوستانه با دگراندیشان می‌پردازد.

۲-۳. یک نکته راهبردی از اخلاق سیاسی

در فضای فسیلت‌پرور دانش و درمیان فرهیختگان دانشگاهی که باید الگوی مشارکت سیاسی مطلوب برای جامعه را ارائه دهند، اختلافات سیاسی نباید موجب کدورت‌ها و کینه‌توزی و از بین رفتن دوستی‌ها و معاشرت سازنده شود.

♦ پرسش‌های درس

۱. دیدگاه جدایی اخلاق از سیاست را تبیین کنید.
۲. مدعای تبعیت اخلاق از سیاست را در قالب یک مثال تبیین کنید.
۳. دوسطحی بودن اخلاق و سیاست چه لوازمی دارد؟ بررسی کنید.
۴. یگانگی و عینیت اخلاق و سیاست در سیره امام علی علیه السلام را بررسی کنید.
۵. چهارکد اخلاقی در کنشگری سیاسی - اجتماعی در عرصه نقد و انتخابات را بنویسید و برای آن نمونه ذکر کنید.
۶. الگوی مدارای سیاسی در مواجهه با رقبای انتخاباتی را بررسی، و مواردی را ذکر کنید.

♦ پژوهش

انواع ارتباط اخلاق با سیاست را بررسی کنید و درباره برخی چالش‌های میان اخلاق و سیاست در کلاس گفت‌وگو کنید.

♦ منابع برای مطالعه بیشتر

۱. اسلامی، حسن. (بی‌تا). امام، اخلاق، سیاست. تهران: عروج.
۲. بابایی، احسان. (بی‌تا). اخلاق سیاسی از منظر مقام معظم رهبری. قم: معارف.
۳. بوک، سیسلا. (۱۳۹۵). دروغ‌گویی، انتخاب اخلاقی در زندگی اجتماعی و فردی. ترجمه احد علی‌قلیان. تهران: نشر نو.
۴. سندل، مایکل. (۱۳۹۸). اخلاق در سیاست. ترجمه افشین خاکباز. تهران: نشر نو.
۵. نهج البلاغه، شروح خطبه قاصعه.
۶. ورعی، جواد. (بی‌تا). بررسی فقهی فرمان‌برداری و نافرمانی مدنی. تهران: سمت با مشارکت پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.

قرآن کریم.

۱. آذربادکان، فاطمه. (۱۳۹۹). «تدوین پروتکل کنترل خودارضایی با تأکید بر رویکرد اسلامی و امکان‌سنجی آن: (تک‌آزمودنی)». **روان‌شناسی و دین**، ش ۵۲.
۲. آذربایجانی، مسعود و دیگران. (۱۳۸۲). **روان‌شناسی اجتماعی با نگرش به منابع اسلامی**. قم: پژوهشکده حوزه و دانشگاه.
۳. آرگایل، مایکل. (۱۳۸۲). **روان‌شناسی شادی**. ترجمه فاطمه بهرامی. اصفهان: جهاد دانشگاهی.
۴. آقاجانی، نصرالله. (۱۳۸۱). «مشارکت‌پذیری اعضای خانواده». **مطالعات راهبردی زنان**، ش ۱۶، ص ۵۲-۶۴.
۵. ابراهیم‌زاده، حسن. (۱۳۹۰). **مسئله پوشش**. تهران: کانون اندیشه جوان و پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی.
۶. ابن شعبه، حسن بن علی حرانی. (۱۳۶۳). **تحف العقول**. ج ۲. قم: (بی‌نا).
۷. —. (۱۳۸۳). **تحف العقول**. قم: دار الحديث.
۸. ابن عجبیه، احمد و عمر احمد راوی و عبد السلام عمرانی الخالیدی العرائشی. (۱۴۲۴). **البحر المديد فی تفسير القرآن المجید**. ویراست دوم. بیروت: دار الکتب العلمیه.
۹. ابن هشام و دیگران. (۱۴۲۴). **السيرة النبوية المعروفة بسيرة ابن هشام**. قاهره: دار الحديث.
۱۰. احمدی فراز، مهدی. (۱۳۹۲). **صحیفه سجادیه با اشاراتی به بهداشت روانی**. قم: معارف.
۱۱. احمدی، علی اکبر و علی صالحی و هادی شریف مقدم. (۱۳۹۱). **مدیریت دانش**. تهران: دانشگاه پیام‌نور.
۱۲. احمدی نسب، شهرام و محسن جوادی. (۱۳۹۱). **اخلاق پژوهش مبانی و مسائل**. ویراست دوم. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
۱۳. اخگری، محمد. (بی‌تا). **هویت انسانی در رسانه‌های مجازی، فلسفه رسانه‌ای اینترنت**. (بی‌جا): (بی‌نا).
۱۴. اسکافی، محمد بن همام. (۱۳۸۸). **تکامل و طهارت روح** (ترجمه کتاب التمهیص). ترجمه عبدالله صالحی نجف‌آبادی. قم: سازمان تبلیغات اسلامی، پژوهشکده باقرالعلوم، نورالسجاده.
۱۵. اسلامی اردکانی، حسن. (۱۳۹۴). «چرا باید اخلاقی زیست؟». پژوهش‌نامه **اخلاق**، ش ۸، ص ۷-۲۶.
۱۶. اسلامی، حسن. (۱۳۸۲). **دروغ مصلحت‌آمیز: بحثی در مفهوم و گستره آن**. قم: بوستان کتاب.
۱۷. —. (۱۳۸۳). **اخلاق نقد**. قم: معارف.
۱۸. اسلامی، محمدتقی و احمد دبیری و مهدی علیزاده. (۱۳۸۸). **اخلاق کاربردی: چالش‌ها و کاوش‌های نوین در اخلاق عملی**. قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی.

۱۹. اسلامی، محمدتقی. (۱۳۹۳). «شناسنامه علمی اخلاق کاربردی». پژوهش‌نامه اخلاق، ش ۷، ص ۷-۲۲.
۲۰. —. (۱۳۹۶). **روش‌شناسی پژوهش در اخلاق کاربردی** (با تأکید بر موردپژوهی‌های اخلاق زیستی)، نقد و بررسی و ارائه الگوی اسلامی. رساله دکتری، دانشگاه معارف اسلامی.
۲۱. اسلامی نسب، علی. (۱۳۷۲). **روان‌شناسی جانبازی و معلولیت**. تهران: صفی‌علی‌شاه.
۲۲. افروز، غلام‌علی. (۱۳۸۰). **مبانی روان‌شناختی ازدواج در بستر فرهنگ و ارزش‌های اسلامی**. تهران: دانشگاه تهران.
۲۳. السان، مصطفی. (۱۳۸۶). «اصول اخلاق زیستی». **تحقیقات حقوقی**، ش ۱۰، ص ۸۴-۱۵۳.
۲۴. امام رضا (منسوب به ایشان). (۱۴۴۲). **فقه‌الرضا**. قم: جماعة المدرسين في الحوزة العلمية.
۲۵. انصاری، باقر. (۱۳۹۰). **حقوق حریم خصوصی**. تهران: سمت.
۲۶. آهنگران، روح‌الله. (۱۳۹۵). **آداب اسلامی در شبکه‌های اجتماعی**. قم: ابتکار دانش.
۲۷. اینشتین، آلبرت. (۱۳۹۷). **جهانی که من می‌بینم**. ترجمه امیر مسیب نژاد. قم: هنارس.
۲۸. باهنر، ناصر. (۱۳۸۰). «ارتباطات بین‌الملل، سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی ارتباطی برای توسعه». **رسانه**، ش ۱، ص ۳۶-۴۵.
۲۹. باومیستر، روی. (۱۳۹۵). **عزت نفس و سلامت: آیا عزت نفس بالا باعث عملکرد بهتر است؟**. ترجمه فاطمه شهبازی. اردبیل: نگین سبلان.
۳۰. برونستاین، مارتی. (۱۳۹۳). **ارتباط مؤثر به زبان آدمیزاد**. ترجمه نرگس یزدی. تهران: هیرمند.
۳۱. بستان، حسین و محمدعزیز بختیاری و حسین شرف‌الدین. (۱۳۸۵). **اسلام و جامعه‌شناسی خانواده**. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۳۲. بوک، سیسلا. (۱۳۹۵). **دروغ‌گویی، انتخاب اخلاقی در زندگی اجتماعی و فردی**. ترجمه احد علی‌قلیان. تهران: فرهنگ نشر نو.
۳۳. پالمر، مایکل. (۱۳۸۵). **مسائل اخلاقی متن آموزشی فلسفه اخلاق**. قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی.
۳۴. —. (۱۳۸۸). **مسائل اخلاقی در متن آموزشی فلسفه اخلاق**. ترجمه علیرضا آل‌بویه. تهران: سمت.
۳۵. پاینده، ابوالقاسم. (۱۳۸۵). **نهج‌الفصاحة**. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
۳۶. پسندیده، عباس. (۱۳۹۲). **الگوی اسلامی شادکامی با رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا**. قم: دارالحديث.
۳۷. پینکافس، ادموند ال و دیگران. (۱۳۸۲). **از مسئله‌محوری تا فضیلت‌گرایی**. قم: معارف.
۳۸. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد و جلال‌الدین محدث. (۱۳۴۲). **شرح محقق بارع، جمال‌الدین محمد خوانساری، برغررالحکم و درر الکلم**. تهران: دانشگاه تهران.

۳۹. توزنده جانی، حسن. (۱۳۹۰). آموزش مهارت‌های زندگی، ارتباط مؤثر، سازگاری اجتماعی، عزت نفس و خودآگاهی، نیشابور: دانشگاه آزاد اسلامی.
۴۰. جوادی آملی، عبدالله. (۱۴۱۰). اسرار عبادات. تهران: الزهرا.
۴۱. جوادی، زاویه. (بی‌تا). مدخل «حب و محبت». دانشنامه اخلاق اسلامی، وبگاه پژوه.ه.
۴۲. جوادی، محسن. (۱۳۹۰). اخلاق پژوهش: مبانی و مسائل. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
۴۳. حداد، علی‌اصغر. (۱۳۸۵). مجموعه نامرئی: داستان‌های کوتاه از نویسندگان آلمانی‌زبان. تهران: ماهی.
۴۴. حر عاملی، محمد بن حسن. (بی‌تا). وسائل الشیعة إلى تحصیل مسائل الشریعة. تهران: (بی‌نا).
۴۵. حسین‌زاده، علی. (۱۳۸۹). مهارت‌های سازگاری. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
۴۶. حسینی، داود. (۱۳۸۸). «کارکرد خانواده از دیدگاه روان‌شناسی با نگرش به منابع اسلامی». معرفت، ش ۱۸، ص ۱۲-۱۰۱.
۴۷. حقی، اسماعیل بن مصطفی. (۲۰۰۳). تفسیر روح البیان. بیروت: دار الفکر.
۴۸. حمیری، عبد الله بن جعفر. (۱۴۱۳). قرب الإنسان. قم: مؤسسة آل البيت لإحياء التراث.
۴۹. خلف، نجم عبد الرحمن و الإمام البيهقي. (۱۴۱۴). شیخ الفقه والحديث و صاحب السنن الكبرى. دمشق: دار القلم.
۵۰. خمینی، روح‌الله. (۱۳۹۴). آداب نماز. تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی.
۵۱. —. (۱۳۸۸). تهذیب نفس و سیروسولوک از دیدگاه امام خمینی. تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی.
۵۲. —. (۱۴۱۹). آداب الصلاة. تهران، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی.
۵۳. خندان، علی‌اصغر. (۱۳۸۶). مغالطات. قم: بوستان کتاب.
۵۴. دانش، جواد. (۱۳۹۷). مسئولیت اخلاقی. قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی.
۵۵. دیلمی، حسن بن محمد. (۱۴۲۷). إرشاد القلوب. قم: ذوی القربی.
۵۶. ذکایی، محمدسعید و دیگران. (۱۳۹۱). سبک‌های فراغتی جوانان. تهران: تیسار.
۵۷. راشد، حسین علی. (بی‌تا). سخنرانی‌های راشد در رادیو تهران. تهران: (بی‌نا).
۵۸. راغب اصفهانی، حسین بن محمد. (۱۴۱۲). المفردات فی غریب القرآن، بیروت: دار العلم.
۵۹. رحمتی، حسین علی و حمید شهریاری. (۱۳۹۶). «فیلترینگ و دشواره تزام اخلاقی». فصلنامه علمی پژوهش‌نامه اخلاق، ش ۳۷، ص ۷-۲۲.
۶۰. رحیمی‌نیک، اعظم. (۱۳۷۴). تئوری‌های نیاز و انگیزش. تهران: دانشگاه آزاد اسلامی.
۶۱. رفیعی هنر، حمید. (۱۳۹۷). تبیین سازه خودمهارگری براساس اندیشه اسلامی. روان‌شناسی و دین، ش ۲۷.

۶۲. ____ (۱۳۹۷). **الگوی درمانی خودنظم‌جویی برای افسردگی براساس منابع اسلامی**: تدوین مدل مفهومی و طرح‌نمای درمان و امکان‌سنجی و نتایج اولیه آن. رساله دکتری روان‌شناسی. قم: مؤسسه امام.
۶۳. ریو، جان مارشال. (۱۳۷۶). **انگیزش و هیجان**. ترجمه یحیی سیدمحمدی. تهران: ویرایش.
۶۴. سازمان ملی جوانان. (۱۳۸۱). **بررسی وضعیت اوقات فراغت جوانان**. تهران: اهل قلم.
۶۵. ساعی، منصور و حسین حیدری و احمد ساعی. (۱۳۹۲). «بررسی اثر فرهنگی فراغتی جوانان بر سبک زندگی و ارزش‌های اجتماعی آنان». **کنگره ملی اوقات فراغت و سبک زندگی جوانان**.
۶۶. سالاری‌فر، محمدرضا. (۱۳۹۲). **خانواده در نگرش اسلام و روان‌شناسی**. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۶۷. سبحانی‌نیا، محمدتقی. (۱۳۹۲). **رفتار اخلاقی انسان با خود**. قم: دارالحديث.
۶۸. سروش، محمدعلی. (۱۳۸۶). **آه سرد**. قم: دارالحديث.
۶۹. سنایی، نقی. (۱۳۹۸). **اخلاق اوقات فراغت با رویکرد اسلامی**. قم: معارف.
۷۰. سندل، مایکل. (۱۳۹۸). **اخلاق در سیاست**. تهران: فرهنگ نشر نو.
۷۱. شایان‌مهر، علیرضا. (۱۳۹۷). **مبانی تأمین اجتماعی در ایران**. تهران: علمی و فرهنگی.
۷۲. شائی، احمد بن علی. (بی‌تا). **السنن الکبری**. (بی‌جا): (بی‌نا).
۷۳. شجاعی، امیراحمد. (۱۳۹۲). **آیین زندگی (اخلاق کاربردی ویژه رشته‌های علوم پزشکی)**. قم: معارف.
۷۴. شجاعی، محمدصادق. (۱۳۸۷). «روان‌شناسی و آسیب‌شناسی اینترنت». **روان‌شناسی و دین**، ش ۱، ص ۴۲-۱۱۵.
۷۵. شریفی، عنایت‌الله. (۱۳۹۳). **درسنامه اخلاق اسلامی (مبانی و مفاهیم)**. قم: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها، دفتر نشر معارف.
۷۶. شیخ صدوق. (بی‌تا). **علل الشرائع**. ترجمه حسین قاسمی. قم: امین الله.
۷۷. شیرالدی، گلن آر. (۱۳۹۱). **عزت نفس**. ترجمه حسین مطیع. قم: فراگفت.
۷۸. صادقی‌سرشت، علی. (۱۳۹۱). **این هوش دست‌یافتنی: راهکارهای تقویت هوش هیجانی**. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی رحمته‌الله علیه.
۷۹. **صحیفه سجادیه**.
۸۰. طباطبایی، محمدحسین. (بی‌تا). **تفسیر المیزان**. ترجمه محمدباقر موسوی همدانی. قم: بنیاد علمی و فرهنگی علامه طباطبایی.
۸۱. طبرسی، حسن بن فضل. (۱۳۹۰). **مکارم الأخلاق**. ترجمه احمد احمدزاده. قم: نور الزهرا.
۸۲. طبرسی، علی بن حسن. (۱۴۲۳). **مشکاة الأنوار فی غرر الأخبار**. قم: مؤسسه آل البيت لإحياء التراث.

۸۳. طبری، محمد بن جریر. (۱۴۱۵). **المستترشد فی إمامة أمير المؤمنين علی بن أبی طالب علیه السلام**. تحقیق احمد محمودی. تهران: مؤسسه الثقافة الإسلامية لکوشانپور.
۸۴. عباسی، عاطفه و علی جعفری. (۱۳۹۹). «تأثیر کنش‌های اینستاگرامی سلبریتی‌ها بر سبک زندگی کاربران ایرانی». **پژوهش‌های ارتباطی**، ش ۲۷، ص ۳۳-۵۴.
۸۵. علوی، سعیده. (۱۳۸۳). **دعا و نیایش: پژوهشی پیرامون مسئله دعا و معرفی دعا‌های مثنوی مولوی**. مشهد: آستان قدس رضوی، شرکت به‌نشر.
۸۶. عزیزاده، مهدی و همکاران. (۱۳۹۹). **اخلاق اسلامی: مبانی و مفاهیم**. قم: معارف.
۸۷. غزالی، محمد. (بی‌تا). **إحياء علوم الدين**. ترجمه محمد خوارزمی. به اهتمام حسین خدیوچم. تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.
۸۸. فاضل لنکرانی، محمدجواد. (۱۳۹۲). **اسرار و آداب نماز**. قم: مرکز فقهی ائمه اطهار.
۸۹. فاضلی، محمد. (۱۳۸۲). **مصرف و سبک زندگی**. قم: صبح صادق.
۹۰. فاکس، سو. (۱۳۹۲). **آداب معاشرت در محیط کار به زبان آدمیزاد**. ترجمه آریتا زمانی. تهران: هیرمند.
۹۱. فرامرز قراملکی، احد و علی اکبر ناسخیان. (۱۳۹۵). **قدرت انگاره**. قم: مجنون.
۹۲. فرامرز قراملکی، احد. (۱۳۹۳). **اخلاق حرفه‌ای**. قم: مجنون.
۹۳. فرانکنا، ویلیام. (۱۳۸۳). **فلسفه اخلاق**. ترجمه هادی صادقی. قم: کتاب طه.
۹۴. فرهنگی، علی اکبر. (۱۳۷۴). **ارتباطات انسانی**. (بی‌جا): (بی‌نا).
۹۵. فرید، مرتضی. (۱۳۶۹). **الحديث: روایات تربیتی از مکتب اهل بیت (علیهم‌السلام)**. (بی‌جا): دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۹۶. فصیحی، امان‌الله. (۱۳۹۴). **شاخص‌های سبک زندگی اسلامی**. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
۹۷. فضلی، علی. (۱۳۹۱). **درآمدی بر عرفان عملی در اسلام**. قم: معارف.
۹۸. فعالی، محمدتقی و مهدی فدایی. (۱۳۹۷). **سبک زندگی اجتماعی از دیدگاه اسلام**. ویراستار: محمد مرادی حسین‌آباد. تهران: مؤسسه فرهنگی - هنری دین و معنویت آل یاسین.
۹۹. فعالی، محمدتقی. (۱۳۹۲). **بخشش**. تهران: دارالصادقین.
۱۰۰. —. (۱۳۹۲). **خودباوری**. تهران: دارالصادقین.
۱۰۱. فقیهی، علی نقی. (۱۳۸۷). **تربیت جنسی: مبانی، اصول و روش‌ها از منظر قرآن و حدیث**. قم: دارالحدیث.
۱۰۲. فیروزآبادی، ابوالحسن. (۱۳۹۸). **فضای مجازی و تحولات آن**. مشهد: آستان قدس رضوی، شرکت به‌نشر.
۱۰۳. فیض کاشانی، محسن. (۱۳۳۹). **المحجة البيضاء فی تهذیب الإحياء**. تهران: مکتب الصدوق.

۱۰۴. — (بی‌تا). **المحجة البيضاء في تهذيب الإحياء**. قم: مؤسسة الأعلمی للمطبوعات.
۱۰۵. قدیری اصلی، باقر. (۱۳۷۹). **کلیات علم اقتصاد: فشرده تحلیل‌هایی از اقتصاد خرد و کلان**. تهران: سپهر.
۱۰۶. قرائتی، محسن. (۱۳۸۳). **تفسیر نور**. تهران: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن.
۱۰۷. قمی، عباس. (بی‌تا). **سفینه البحار و مدینه الحکم والآثار**. بیروت: دار المرتضی.
۱۰۸. کرم‌اللهی، نعمت‌الله. (۱۳۹۰). **اینترنت و دین‌داری**. قم: بوستان کتاب.
۱۰۹. کرین، ویلیام کریستوفر. (۱۳۸۴). **نظریه‌های رشد مفاهیم و کاربردها**. ترجمه غلامرضا خوی‌نژاد و علیرضا رجایی. تهران: رشد.
۱۱۰. کلمز، هریس و دیگران. (۱۳۷۳). **روش‌های تقویت عزت نفس در نوجوانان**. مشهد: آستان قدس رضوی.
۱۱۱. کمپانی زارع، مهدی. (۱۳۹۵). **خدا به روایت مولانا**. تهران: نگاه معاصر.
۱۱۲. کنت اسپونویل، آندره. (۱۳۸۵). **رساله‌ای کوچک درباره فضیلت‌های بزرگ**. تهران: آگه.
۱۱۳. کووالت، پاتریشیا. (۱۳۹۰). **آنچه زوج‌های زیرک می‌دانند: رموز ارتباط شادی‌بخش**. ترجمه اصغر اندرودی. تهران: دایره.
۱۱۴. کیادربندسری، علی. (۱۳۹۴). **مدیریت بدن با تأکید بر نگرش اسلامی**. تهران: مؤسسه فرهنگی - هنری دین و معنویت آل یاسین.
۱۱۵. گاردنر، ویلیام. (۱۳۸۷). **جنگ علیه خانواده**. ترجمه معصومه محمدی. قم: حوزه علمیه، مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خاوران، دفتر مطالعات و تحقیقات زنان.
۱۱۶. لیثی واسطی، علی بن محمد. (۱۳۸۷). **عیون الحکم و المواعظ و ذخیره المتعظ و الواعظ**. تهران: بنیاد بعثت.
۱۱۷. مجلسی، محمدباقر. (۱۴۰۳). **بحار الأنوار**. تهران: المکتبه الإسلامیه.
۱۱۸. محسنیان راد، مهدی. (۱۳۸۹). **ارتباط‌شناسی**. تهران: سروش.
۱۱۹. — (۱۳۹۲). **ارتباطات انسانی**. تهران: سمت.
۱۲۰. محمد بابامیری و دیگران. (بی‌تا). «عوامل اجتماعی و روان‌شناختی مؤثر بر میزان مصرف مواد آرایشی توسط دانشجویان دختر». **فصلنامه پوست و زیبایی**، ش ۴، ص ۱۹۳-۲۰۲.
۱۲۱. محمدی ری‌شهری، محمد و دیگران. (۱۳۹۱). **الگوی شادی از نگاه قرآن و حدیث** (فارسی - عربی). قم: دارالحدیث.
۱۲۲. محمدی ری‌شهری، محمد و محمد تقدیری. (۱۳۸۳). **دوستی در قرآن و حدیث**. ترجمه حسن اسلامی. ویراست دوم. قم: دارالحدیث.
۱۲۳. محمدی ری‌شهری، محمد. (بی‌تا). **دانشنامه میزان الحکمه**. ترجمه حمیدرضا شیخی. قم: دارالحدیث.

۱۲۴. —. (بی‌تا). **میزان الحکمة**. قم: مرکز الثقافة و المعارف القرآنية.
۱۲۵. مرتضی، فرید. (۱۳۶۹). **الحديث: روایات تربیتی از مکتب اهل بیت (علیهم السلام)**. (بی‌جا): دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۱۲۶. مریدی، سیاوش و علیرضا نوروزی. (۱۳۷۳). **فرهنگ اقتصادی**. تهران: پیشبرد.
۱۲۷. مشهدی‌زاده دهاقانی، ناصر. (۱۳۷۴). **تحلیلی از ویژگی‌های برنامه‌ریزی شهری در ایران**. ویراست دوم. تهران: دانشگاه علم و صنعت ایران.
۱۲۸. مصباح، محمدتقی. (۱۳۸۴). **نقد و بررسی مکاتب اخلاقی**. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
۱۲۹. —. (۱۳۸۶). **فلسفه اخلاق**. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
۱۳۰. مطهری، مرتضی. (۱۳۶۸). **مجموعه آثار**. تهران: صدرا.
۱۳۱. مقصودی، سوده و مؤده آراسته و سمیرا تندولی. (بی‌تا). «بررسی عوامل مؤثر بر گرایش زنان و دختران دانشجو به آرایش چهره (مطالعه موردی: دانشگاه‌های شهر کرمان)». مؤسسه مطالعات و تحقیقات اجتماعی، ش ۲، ص ۲۹۵-۳۱۴، شناسه دیجیتال: jstir. ۱۰.۲۲۰۵۹/۲۰۱۳.۵۰۴۲۰
۱۳۲. مکارم شیرازی، ناصر. (۱۴۴۱). **الأخلاق فی القرآن**. قم: مؤسسه تنظیم و نشر آثار حضرت آیت‌الله العظمی مکارم شیرازی.
۱۳۳. ملک‌احمدی، حکیمه و صمد عدلی‌پور، و زهرا پیرنیا. (۱۳۹۳). «آسیب‌شناسی آثار هرزه‌نگاری اینترنتی بر روابط جنسی زوج‌ها». **رسانه و خانواده**، ش ۳، ص ۲۹-۵۰.
۱۳۴. مهدوی‌کنی، محمدرضا. (۱۳۹۰). **نقطه‌های آغاز در اخلاق عملی**. تهران: دانشگاه امام صادق.
۱۳۵. مولوی، جلال‌الدین محمدبن محمد. (۱۳۸۴). **مثنوی معنوی**. تهران: درس‌نگار.
۱۳۶. نراقی، احمدبن محمد مهدی. (۱۳۸۵). **معراج السعادة**. قم: طوبای محبت.
۱۳۷. —. (۱۳۸۱). **مثنوی طاق‌دیس**. قم: نه‌اوندی.
۱۳۸. نراقی، مهدی بن ابی‌ذر. (۱۴۲۴). **جامع السعادات**. قم: اسماعیلیان.
۱۳۹. نصیری، بهاره و دیگران. (۱۳۹۶). **سواد اخلاقی به عنوان یکی از رهیافت‌های سواد رسانه‌ای و مسئولیت اجتماعی**. همایش ملی سواد رسانه‌ای و مسئولیت اجتماعی. تهران: پشتیبان.
۱۴۰. **نهج البلاغة**.
۱۴۱. نوروزی اقبالی، محمدجواد و محمدرضا برزویی و محمدجواد رضائی. (۱۴۰۰). **سایه‌روشن‌های تقوادر فضای مجازی**. تهران: دانشگاه امام صادق (علیه السلام).
۱۴۲. نوری‌خواجوی، مرتضی. (۱۳۸۷). **عزت نفس چیست؟**. تهران: مؤسسه مهارت‌های زندگی رویش.
۱۴۳. نوری، حسین بن محمد تقی. (بی‌تا). **مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل**. قم: مؤسسه آل‌البیت (علیهم السلام).

۱۴۴. نیبور، راینهولد. (۱۳۸۵). **انسان اخلاقی و جامعه غیراخلاقی**. ترجمه رستم فلاح. تهران: مرکز ملی مطالعات جهانی شدن.
۱۴۵. هاشم‌زاده، علی‌اصغر. (۱۳۹۳). «مصرف به مثابه فعل اخلاقی؛ خوانش انتقادی رویکردهای فلسفی به مصرف». **اخلاق و حیانی**، ش ۳، ص ۲۱-۱۰۲.
۱۴۶. هال، استوارت. (۱۳۹۰). **درآمدی بر فهم جامعه مدرن**. ترجمه محمود متحد. تهران: آگه.
۱۴۷. ویلن، تورستاین. (۱۳۹۲). **نظریه طبقه تن‌آسا**. ترجمه فرهنگ ارشاد. تهران: نشر نی.
۱۴۸. وود، جولیا. (۱۳۸۴). **ارتباطات میان فردی: روان‌شناسی تعامل اجتماعی**. ترجمه مهرداد فیروزبخت. تهران: شهر کتاب.
۱۴۹. ویتلی، دنیس. (۱۳۸۴). **روان‌شناسی پیروزی: رموز ده‌گانه موفقیت**. ترجمه علی شایق. تهران: کویر.
۱۵۰. یعقوبی، احمد بن اسحاق. (بی‌تا). **تاریخ یعقوبی**. ترجمه محمد ابراهیم آیتی. (بی‌جا): (بی‌نا).
151. Adam Hayes. (2020). "Code of Ethics". Investopedia, available at investopedia.com/terms/c/code-of-ethics Singer, How are We to Live? Ethics in the Age of Self-Interest, p.45-64.
152. Mirfallahnasiri SN. (2007). "The demographic characteristics of the Iranian elderly and related indicators". [cited 2012 08/30]. Available from: src.ac.ir/josi/v18n2/v18n-2nasiri.pdf; statistical Centre of Iran. Selected Findings of the 2011 National Population and Housing Census. Tehran: statistical Centre of Iran, 2012.
153. United Nations Population Division. (2012). **World Population Prospects**. The 2002 Revision Available from: un.org/esa/population/publications/wpp2002/wpp2002-highlightsrev1.pdf.