

## تکامل و توسعه فردی از منظر قرآن کریم

سید حمیدالله هاشمی<sup>۱</sup>

### چکیده

هدف اصلی قرآن، توسعه فردی و تعالی انسان است. گرچه اصطلاح توسعه، در یک قرن اخیر مورد استفاده قرار گرفته و بیشتر در توسعه اقتصادی، سیاسی، اجتماعی و فرهنگی به کار می‌رود؛ اما فرضیه تحقیق حاضر بر این است که می‌توان با رویکرد اخلاقی، اعتقادی و تربیتی، برداشتهایی از قرآن درباره مؤلفه‌های توسعه فردی، عوامل و موانع آن و ویژگی‌های انسان توسعه‌یافته و الگوی قرآنی توسعه فردی، مطالب ارزنده‌ای را از قرآن استخراج و تبیین نمود و هدف این مقاله هم بررسی و برجسته‌سازی همین مؤلفه‌های توسعه فردی از منظر قرآن کریم است که با روش تحلیلی و توصیفی شکل تدوین شده است. محور اصلی توسعه، انسان است و تا فرد در بیشتر ابعاد به توسعه نرسد، توسعه همه‌جانبه سیاسی، فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی تحقق‌ناپذیر است. طبق یافته‌های این تحقیق، توسعه فردی یک حرکت تکاملی بوده و با تغییر و تحول فرد و تکامل معنوی همراه است و از نقص به کمال پیش می‌رود که دو هدف دنیوی و اخروی دارد. هدف اصلی، هدف اخروی است که تعالی و تکامل انسان را به همراه دارد و مراحل چون یقظه و بیداری، شناخت هدف، شناخت راه و راهنما، پالایش روح و حرکت مستمر که در قالب عمل صالح باشد را طی می‌کند و سرانجام به قرب ربوبی ختم می‌شود که مقصد نهایی این حرکت است.

**کلیدواژه‌ها:** تکامل، توسعه فردی، انسان توسعه‌یافته، مقصد نهایی، قرب ربوبی

---

۱. دانش آموخته حوزه علمیه مشهد، پژوهشگر و مشاور خانواده.

## مقدمه

خداوند ابتدا انسان را با هدف خلافت آفرید و چون لازمه خلافت دانایی و حسن تدبیر است، به او علم و عقل بخشید تا با کسب دانش، عقلش را شکوفا سازد و به توسعه فردی برسد. توسعه در ابعاد مختلف آن اعم از سیاسی، اقتصادی، علمی، فرهنگی و غیره به توسعه فردی گره خورده است و تا زمانی که فرد به توسعه همه‌جانبه نرسد و از نظر علمی، فکری، فرهنگی، اخلاقی، توانمند نشده و توسعه نیابد و به رشد و شکوفایی مطلوب نرسد، جامعه به توسعه نخواهد رسید. حتی اگر بهترین امکانات و سرمایه‌های طبیعی و خدادادی را در اختیار داشته باشد، باز هم نمی‌تواند بدون توسعه فردی به توسعه همه‌جانبه دست پیدا کند. کشورها و جوامع نیز این‌گونه هستند. نمونه آن، کشور افغانستان است که با وجود سرمایه‌های عظیم و کم‌نظیر خدادادی و ذخایر زمینی و معادن گوناگون و کوه‌های مملو از ارزشمندترین منابع جهان، باز هم در عقب‌ماندگی و فقر مطلق به سر می‌برد و فرسنگ‌ها با توسعه اقتصادی، سیاسی، علمی و فرهنگی فاصله دارد. علت‌العلل و عامل کلیدی آن توسعه‌نیافتگی افراد جامعه است. هرگاه افراد جامعه به توسعه همه‌جانبه برسند، قطعاً بستر توسعه کشور در ابعاد مختلف آن فراهم خواهد شد.

توسعه فردی و تعالی انسان، به‌عنوان هدف اصلی زندگی و مطلوب ذاتی انسان، در طول تاریخ همواره مورد توجه اندیشمندان، فلاسفه، روانشناسان به‌ویژه ادیان الهی بوده و از مهم‌ترین مقوله‌های انسانی به‌شمار می‌رود. قرآن کریم، به موضوع توسعه فردی، تعالی و تکامل انسان در آیات متعددی پرداخته است. لذا با اطمینان می‌توان ادعا کرد که هدف اصلی پیام قرآن، توسعه فردی و رساندن انسان به تعالی و کمال نهایی است.

در متون اسلامی آنچه درباره تربیت و تعلیم انسان آمده و متفکرین اسلامی و عالمان دین به آن اهتمام ورزیده‌اند، توسعه فردی و رسیدن انسان به جایگاه حقیقی خود است. در دنیای امروز هم متفکرین و اندیشمندان، به‌ویژه پژوهشگران توسعه، به این نتیجه رسیده‌اند که توسعه اقتصادی، سیاسی، فرهنگی و اجتماعی، بدون توسعه



فردی امکان‌پذیر نخواهد بود. از این رو گفته‌اند که توسعه همه‌جانبه زندگی انسان درگرو توسعه فردی است.

توسعه فردی، بدون تغییر امکان‌پذیر نیست و سؤال اساسی این است که آیا انسان قابل تغییر است تا فرد توسعه پیدا کند یا خیر؟ آیا برخی از ویژگی‌های فردی که ناشی از وراثت یا عامل بیولوژیکی است و در واقع با سرشت و طبیعت افراد عجین شده، قابلیت تغییر دارند یا ثابتند؟ پاسخ مثبت است و نه تنها امکان تغییر در انسان وجود دارد، بلکه تغییر، یک اصل از اصول انسانی است. به دلیل این که انسان، بودنِ صرف نیست، بلکه همواره در حال شدن است. فلسفه علوم تربیتی، روانشناسی و اخلاق نیز حکایت از تغییرپذیری انسان دارد و چون آدمی همواره در حال شدن و تغییر است، توسعه فردی امکان‌پذیر است. طبق این اصل، انسان می‌تواند همواره در حال تغییر و توسعه فردی باشد و در ابعاد مختلف وجودی توسعه پیدا کند. توصیه‌های فراوان اخلاقی در آیات و روایات، یکی از نشانه‌ها و مؤیداتی است که به تغییرپذیری انسان اشاره دارد. دانشمندان مسلمان نیز بر اساس همین اصل باور دارند که انسان، خود می‌تواند سرشت و خلق و خویش را که امروزه از آن به ویژگی‌های ژنتیکی تعبیر می‌شود، با اراده خود تغییر دهد و از خود، انسان دیگری بسازد.

ارسطو نیز طبیعت ثانوی را برای هر فرد ممکن می‌داند و بر این باور است که هر فرد می‌تواند متربی باشد و تغییراتی در ضمیر و نهادش شکل گیرد. این تغییر را ممکن است شخص دیگری در جایگاه مربی یا خود او که وحدت مربی و متربی را شکل می‌دهد، ایجاد کند. (کاردان، ۱۳۷۳: ۳۶۹) فارابی به این عقیده است که استعدادهای طبیعی از قبیل فضائل و رذائل اخلاقی، چند دسته‌اند. برخی از آن‌ها ممکن است از نفس زایل شوند یا بر اثر عادت دگرگون گردند و هیئت متضاد به جای آنان قرار گیرد و برخی از آن‌ها رو به ضعف و نقصان می‌آورند؛ اما یکسره زایل نمی‌شوند. برخی دیگر نه زوالشان ممکن است و نه ضعفشان؛ اما علی‌رغم بقای آن‌ها، مخالفت و مقاومت در برابر آن‌ها با صبر و ضبط نفس ممکن است. (دائرةالمعارف بزرگ اسلامی، بی‌تا،

ملاصدرا نیز معتقد است انسان با رفتار و اعمالش می‌تواند ماهیت خود را شکل دهد و مستحق پاداش و عذاب خدا در قیامت شود. او بر این باور است که ثواب و عقاب خداوند، مترتب بر مراتب وجودی ماهیتی است که انسان برای خود در دنیا شکل می‌دهد. (سبحانی نیا، بی‌تا: ۶۴) تمام این نظریات بر اصل «تغییرپذیری» انسان تأکید دارند.

## ۱. مفاهیم

### ۱-۱. توسعه

توسعه در لغت به معنای رشد تدریجی در جهت پیشرفته‌تر شدن، بهتر شدن، قدرتمندتر شدن و حتی بزرگ شدن است؛ (فرهنگ لغات آکسفورد، ۲۰۰۱، به نقل از مجله صیانت شماره ۹۸) اما در اصطلاح امروزی، به معنای بازسازی جامعه بر اساس اندیشه‌ها و بصیرت‌های تازه است. این اندیشه‌ها و بصیرت‌های تازه در دوران مدرن، شامل سه اندیشه می‌شود که عبارت است از علم باوری، انسان‌باوری و آینده باوری. به همین منظور برای نیل به توسعه، سه اقدام اساسی لازم است که عبارت است از درک و هضم اندیشه‌های جدید، تشریح و تفصیل این اندیشه‌ها و ایجاد نهادهای جدید برای تحقق عملی اندیشه‌ها. (سایت خبرگزاری جمهوری اسلامی، تاریخ مراجعه ۱۴۰۲/۰۷/۳۰)

### ۱-۲. تکامل

تکامل به معنای روبه‌کمال رفتن، به تدریج کامل شدن و به کمال رسیدن است. معانی مرتبط آن، عبارتند از تحول، سیر تکاملی، تکامل تدریجی، چرخش، پیشرفت، ترقی، جریان، حرکت، پیشروی، بهبود، بهسازی، بهتر شدن، تکمیل، تبدیل، استحاله، تغییر شکل، قلب ماهیت، تبدیل شدن عنصری به عنصر دیگری. (عمید، ۱۳۷۴: ذیل واژه تکامل)

توسعه فردی، همان تکامل فردی و به کمال رسیدن انسان است که به تدریج و با گذشت زمان حاصل می‌شود و آدمی به کمال می‌رسد. این توسعه در تمام ابعاد

شخصیت انسان ساری و جاری می‌گردد.

### ۱-۳. توسعه فردی

چنانکه گفته شد توسعه به معنای رشد تدریجی در جهت پیشرفته‌تر شدن است. بر این اساس، مفهوم توسعه فردی نیز به معنای رشد همه‌جانبه فرد و وسعت و فراخی شخصیت انسان در ابعاد گوناگون، قدرتمندتر شدن و بزرگ‌تر شدن انسان به لحاظ توانایی‌های درونی و معنوی است. توسعه فردی یعنی خودسازی و بهبود بخشیدن شخصیت خود در زمینه‌های فکر و اندیشه، رفتار، گفتار و روابط بین فردی و آگاهی و معلومات و حتی شغل و کار است. رشد معنوی و توسعه فردی به هر فعالیتی اشاره دارد که برای بهبود خود انجام می‌دهیم و به مغز، ذهن و قلب مربوط می‌شود.

توسعه فردی، شامل یادگیری، خودآگاهی و شناخت استعدادهای خود، شناخت نقاط قوت و نقاط ضعف و اصلاح آن، بهبود مدیریت زمان، رشد فکر و اندیشه، ارتقای سلامت جسم و روان، بالا بردن جایگاه اجتماعی، بهتر شدن وضعیت اقتصادی، بالا رفتن هوش هیجانی و موارد دیگر می‌شود.

آغاز توسعه فردی زمان خاصی ندارد و در هر زمان و هر سنی می‌توان توسعه فردی را آغاز کرد؛ اما مؤثرترین زمان آن، وقتی است که انسان به خودآگاهی برسد و خودش را در حد لازم و ضروری بشناسد و نقطه‌های ضعف و قوت خود را به طور کامل شناسایی کند. آن زمان برای توسعه فردی یک آغاز مؤثر و مبارکی خواهد بود؛ زیرا توسعه فردی، یعنی از بین بردن نقاط ضعف و تقویت نقاط قوت و به فعلیت رساندن استعدادهای درونی و نیروهای بالقوه انسانی و ایجاد صفات و ویژگی‌های مثبت انسانی که بالفعل وجود ندارد و کسب فضائل اخلاقی که آدمی فاقد آن فضایل است.

### ۲. قرآن و توسعه انسانی

تتبع در آیات قرآن نشان می‌دهد که از مهم‌ترین اهداف قرآن کریم رشد معنوی و توسعه فردی انسان است. از نگاه قرآن، تمام زمین و امکانات آن برای انسان و در





خدمت او آفریده شده است. «خَلَقَ لَكُمْ مَافِي الْأَرْضِ جَمِيعًا؛ او خدایی است که همه آنچه را (از نعمت‌ها) در زمین وجود دارد، برای شما آفرید». (بقره: ۲۹) اما هدف از زندگی انسان، توسعه مادی و معنوی فرد و رسیدن به کمال لایق انسانی است که سرانجام انسان را به قرب ربوبی می‌رساند.

گرچه اصطلاح توسعه، بیشتر در توسعه اقتصادی، سیاسی، اجتماعی و حتی اداری مورد استفاده است. از این رو نمی‌توان انتظار داشت که در متون دینی به‌ویژه در قرآن و احادیث، بحث مستقلی تحت همین عنوان یا درباره آن صورت گرفته باشد؛ اما می‌توان با رویکرد اخلاقی، تربیتی و اعتقادی برداشت‌هایی از قرآن و حدیث درباره مؤلفه‌های توسعه فردی، عوامل و موانع آن و ویژگی‌های انسان توسعه‌یافته و الگوی قرآنی توسعه فردی، مطالب ارزنده‌ای را از قرآن استخراج و تبیین کرد.

از منظر قرآن کریم، محور اصلی توسعه بشری در تمام ابعاد، انسان است. تا انسان به توسعه نرسد، اقتصاد، فرهنگ، اجتماع، سیاست، صنعت و غیره به توسعه نخواهد رسید. قرآن کریم صراحت دارد که خالق هستی انسان را به احسن تقویم آفریده است. «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ؛ ما انسان را در نیکوترین صورت (در مراتب وجود و اعتدال) آفریدیم» (تین: ۴) و او را بر بیشتری از موجودات برتری بخشیدیم «وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا؛ و آن‌ها را بر بسیاری از موجوداتی که خلق کرده‌ایم، برتری بخشیده‌ایم». (اسراء: ۷۰) حتی او را خلیفه و جانشین خود در زمین قرار خواهیم داد. «إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً؛ من در زمین خلیفه‌ای خواهم گماشت»، (بقره: ۳۱) تا خلاقیت و ابتکار به خرج داده در خود و جهان پیرامونش، همواره تغییراتی ایجاد نماید. زمین را به تسخیر او درآورده و به او علم و دانش بخشیدیم «وَعَلَّمْ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا؛ و خدا همه اسماء را به آدم یاد داد» (بقره: ۳۱) تا به وسیله آن بتواند خود را تزکیه و تربیت نماید و به توسعه فردی و کمال لایق انسانی خود برسد و هم بتواند جهانش را تغییر دهد و به ترقی برساند و زمین را آباد کند. «هُوَ أَنْشَأَكُمْ مِنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَكُمْ فِيهَا؛ او خدایی است که شما را از زمین آفرید و برای آباد ساختن آن شما را برگماشت». (هود: ۶۱)



### ۳. اهداف توسعه فردی

توسعه فردی دو هدف ذیل را دنبال می‌کند:

#### ۱-۳. هدف ابتدایی و دنیوی

ما برای اینکه در این جهان به کمالات و توانمندی‌های روحی و روانی والاتری برسیم و زندگی برتر و بهتری برای خود بسازیم، با عزت و سربلندی زندگی کنیم و به آسایش و آرامش برسیم. زیست اخلاقی و رابطه مسالمت‌آمیز با هم‌نوعان خود را تجربه کنیم و زمین را آباد نماییم، همان‌گونه که خداوند خواسته است، (ر.ک. هود: ۶۱) بر طبیعت تسلط یابیم و قوانین کارآمدی را برای بهبود زندگی مادی، انسانی و معنوی خود وضع نماییم و مشکلات اندکی را ببینیم و آسیب‌های کمتری را متحمل شویم و یک زندگی انسانی که در شأن انسان است را سپری نماییم، نیاز به توسعه فردی داریم.

#### ۲-۳. هدف نهایی و اخروی

هدف دوم و هدف اصلی از توسعه فردی، تقرب به خداوند متعال است. در توسعه فردی از نگاه قرآن کریم، روح آدمی کمال می‌یابد و حقیقت انسان به تعالی می‌رسد و آدمی به رستگاری جاودانگی می‌رسد و به ابدیت می‌پیوندد.

### ۴. موانع تکامل و توسعه فردی در قرآن

در کنار عوامل کمال و توسعه در قرآن، موانعی نیز بیان شده که شناسایی و رفع آن‌ها، برای انسان سالک لازم و ضروری است. گرچه موانع تکامل بسیار است؛ اما برای اختصار به چند نمونه اشاره می‌گردد.

#### ۱-۴. غفلت

در نظام اخلاقی قرآن، غفلت یکی از مهم‌ترین آسیب‌های تربیت اخلاقی به شمار می‌رود. از آثار غفلت می‌توان به بازدارندگی آن از اهداف اصلی انسان، مشغول کردن به کارهای بیهوده و غیرضروری اشاره کرد. غفلت در زبان فارسی به معانی مختلفی همچون فراموش کردن، سهو، بی‌خبری، نادانی، بی‌توجهی، بی‌پروایی، سهل‌انگاری و بی‌اعتنایی آمده است. (دهخدا، بی‌تا، ۱۰: ۱۴۷۷۴)



قرآن کریم نه تنها غفلت را عامل بازدارنده آدمی از کمال یادآور می‌شود و به عنوان یک مانع جدی کمال قلمداد می‌کند، بلکه آن را موجب هلاکت و جهنم رفتن کثیری از اجنه و انسان می‌داند و در سوره اعراف آیه ۱۷۹ به این مطلب تصریح می‌کند. «وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِنَ الْجِنَّ وَالْإِنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ؛ به یقین، گروه بسیاری از انس و جن را برای دوزخ آفریدیم؛ زیرا آن‌ها عقل‌هایی دارند که با آن اندیشه نمی‌کنند و نمی‌فهمند، گوش‌هایی دارند که با آن نمی‌شنوند، چشم‌هایی دارند که با آن نمی‌بینند. آن‌ها همچون چهارپایان هستند، بلکه گمراه‌تر! اینان همان غافلان هستند». در این آیه، عامل اصلی سقوط انسان به وادیت بهمیت، «غفلت» معرفی شده است.

#### ۴-۲. دنیاگرایی

دل‌باختگی به دنیا و دنیا محوری نه تنها عامل بازدارنده انسان از تعالی و کمال است، بلکه در متون روایی ما به عنوان ریشه تمام خطاهای آدمی قلمداد شده است. «حب الدنيا رأس كل خطيئة». (کلینی، ۱۴۰۷، ۲: ۱۳۱) دنیاگرایی به این معنا که ما آن را هدف اعلای زندگی دانسته و نقش مزرعه آخرت بودن آن را فراموش کنیم، یکی از خطرناک‌ترین چالش‌های تکامل آدمی است. در بین موانعی که بر سر راه تکامل و توسعه وجودی انسان قرار دارد، دنیاگرایی مانعی بسیار قوی و خطرآفرین است. جهانی که ما در آن زندگی می‌کنیم، بستر توسعه و تکامل انسان است و امکاناتی که در این جهان و دنیای ما قرار دارد و برای خدمت به انسان آفریده شده است، همگی می‌توانند امکانات و ابزاری برای رشد و توسعه انسان باشد، ولی آنچه انسان سالک را از تعالی و تکامل باز می‌دارد، دنیاگرایی و دنیازدگی است.

محبت افراطی دنیا است که دنیا و امکانات موجود در آن، هدف اصلی زندگی و خلقت انسان پنداشته شود و آدمی تمام اهداف متعالی را فدای دنیا کند و برای رسیدن به آن، هر قیمتی را بپردازد. هرگاه انسان دنیا را بر آخرت ترجیح دهد، دنیاگرایی محسوب می‌شود که مانع تکامل انسان است؛ زیرا چنین افرادی به تصریح



قرآن، در گمراهی بسیار دوری قرار دارند: «الَّذِينَ يَسْتَحِبُّونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا عَلَى الْآخِرَةِ وَيَصُدُّونَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ وَيَبْغُونَهَا عِوَجًا أُولَئِكَ فِي ضَلَالٍ بَعِيدٍ؛ آن‌ها که زندگی دنیا را بر آخرت ترجیح می‌دهند و [مردم‌ها] از راه خدا بازمی‌دارند و می‌خواهند راه حق را منحرف سازند، آن‌ها در گمراهی دوری هستند». (ابراهیم: ۳)

#### ۳-۴. وسوسه‌های شیطان

در مسیر تکامل و تعالی، دشمنی به نام شیطان در کمین انسان نشسته است که مانع تعالی و شکوفایی و رستگاری انسان است. قرآن کریم از این دشمن به‌وضوح معرفی کرده است: «إِنَّ الشَّيْطَانَ كَانَ لِإِنْسَانٍ عَدُوًّا مُّبِينًا؛ به درستی که شیطان دشمن آشکار انسان است». (اسراء: ۵۳) این دشمن همواره مانع تکامل و توسعه وجودی انسان می‌شود، چنانکه خودش تهدید کرده است: «فَبِعِزَّتِكَ لَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ إِلَّا عِبَادَكَ مِنْهُمْ الْمُخْلِصِينَ؛ قسم به عزتت که تمام بندگان را فریب می‌دهم تا از تعالی و تکامل بازدارم، مگر بندگان را که اهل اخلاص هستند». (ص: ۸۲-۸۳) شناخت چنین دشمنی و شناخت وسوسه‌های او برای انسان سالک و دفع آن وسوسه‌ها از مسیر تکامل ضروری است. یکی از راه‌های در امان ماندن از آسیب‌های شیطان و وسوسه‌های او، پناه بردن به خدای متعال است که از آن به استعاذه تعبیر می‌شود.

#### ۴-۴. هواهای نفسانی

یکی از موانع جدی در مسیر تعالی انسان، هوای نفس است. نفس اماره که آدمی را به سمت بدی‌ها می‌کشاند و به رذالت‌ها فرمان می‌دهد. اگر اطاعت شود بازدارنده قوی از تکامل و توسعه انسان خواهد بود. واژه «نفس» در اصطلاح قرآن و روایات به معانی متعددی به کار رفته است. «صاحب مجمع البیان»، نفس را به سه معنا دانسته است: «روح، خویشتن و ذات». (طبرسی، بی‌تا، ۱: ۱۱۲) در این مقاله مراد از نفس، همان تمایلات و خواهش‌های درونی انسان است که از آن به نفس تعبیر شده است. خواهش‌های درونی انسان، گاه بسیار ناعادلانه و خطرناک است که اگر از آن‌ها پیروی شود، آدمی را به پرتگاه سقوط نزدیک می‌کند. از این رو برای سالک



الی‌الله لازم است که از این مانع خطر ساز و مهلك به سلامتی عبور نماید و همواره آن را تحت کنترل و مهار عقل درآورد و مراقب خواسته‌های ناروای آن باشد. گذر از این مانع سقوط دهنده، نیاز به مجاهدت دارد تا جلو سرکشی و طغیان آن گرفته شود و خواسته‌های آن تعدیل گردد.

پیامبر رحمت<sup>(ص)</sup>، هوای نفس و خواسته‌های مهلك درونی را بزرگ‌ترین دشمن آدمی می‌داند و می‌فرماید: «أَعْدَىٰ عَدُوِّكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنَيْبِكَ؛ دشمن‌ترین دشمن تو نفس توست که در کنارت قرار دارد». (احسائی، ۱۳۶۱، ۴: ۱۱۸) در قرآن کریم از زبان حضرت یوسف<sup>(ع)</sup> آمده که فرمود: «وَمَا أُبْرِي نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي؛ من خود را از گناه تبرئه نمی‌کنم؛ زیرا نفس طغیانگر، بسیار به بدی فرمان می‌دهد مگر زمانی که پروردگارم رحم کند». (یوسف: ۵۳) از این رو است که امام باقر<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «لَا فَضِيلَةَ كَالْجِهَادِ وَلَا جِهَادَ كَمُجَاهِدَةِ الْهُوَى؛ هیچ فضیلتی مانند جهاد نیست و هیچ جهادی مانند مبارزه با هوای نفس با فضیلت نیست». (ابن شعبه حرانی، ۱۳۶۳: ۲۸۷)

#### ۴-۵. تکبر و خودبزرگ‌بینی

تکبر در لغت به معنای خودبزرگ‌بینی و بزرگی فروختن به دیگران است (عمید، ۱۳۷۴: ذیل واژه تکبر) و در اصطلاح اخلاق، تکبر به این معنا است که آدمی خود را بالاتر از دیگری ببیند و معتقد شود که بر غیر، برتری و رجحان دارد و دیگری را کوچک شمارد. (نراقی، بی‌تا، ۱: ۳۸۰) تکبر یکی از موانع جدی در میسر کمال آدمی است. اگر این صفت در وجود فردی پدید بیاید، جلورشد و تعالی او را می‌گیرد. تکبر به‌عنوان یکی از مخرب‌ترین رذایل اخلاقی نزد علمای اخلاق است و صفتی است که موجب بدی‌های زیادی می‌شود.

تکبر می‌تواند عوامل زیادی داشته باشد که ریشه اکثر آن‌ها در سه چیز است؛ قدرت، ثروت و علم. پس حاکمان، ثروتمندان و عالمان جامعه بیشتر از دیگران در معرض گرفتار شدن به رذیلت تکبر هستند.

#### ۴-۶. افراط و تفریط

مسیر تکامل از مبدأ تا مقصد با فکر و عمل طی می‌شود و این فکر و عمل باید خالی از افراط و تفریط باشد و در کمال اعتدال و میانه‌روی صورت بگیرد. دین اسلام، دین وسط و اعتدال است و قرآن امت اسلامی را امت وسط معرفی کرده است. «وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا». (بقره: ۱۴۳) وسط یعنی اعتدال و اعتدال، یعنی دوری از افراط و تفریط. علی<sup>(ع)</sup> کسانی را که از راه اعتدال به افراط و تفریط گرایش دارند، جاهل نامیده است. «لَا تَرَى الْجَاهِلَ إِلَّا مُفْرَطًا أَوْ مُفْرَطًا؛ جاهل را نمی‌بینی مگر اینکه یا در حال افراط و زیاده‌روی است و یا در حال تفریط و اهمال‌کاری». (نهج البلاغه، ح ۷۰) یعنی افراط و تفریط از نشانه‌های جاهل است که از اعتدال خارج می‌شود و به بی‌راهه می‌رود و این بی‌راهه روی، مانع رسیدن او به مقصد نهایی که قرب پروردگار و تعالی است، می‌گردد.

#### ۴-۷. ناامیدی

یکی از عوامل بازدارنده فرد از تکامل و توسعه فردی، ناامیدی است. یأس و ناامیدی از بلاهای بزرگ زندگی و مانع رشد، ترقی و تعالی انسان است. ناامیدی قوای درونی انسان را تحلیل می‌برد، اراده او را در پیمودن راه کمال سست می‌سازد و مانع از رسیدن انسان به هدف نهایی می‌شود.

امیر مؤمنان<sup>(ع)</sup> ناامیدی را بزرگ‌ترین بلای حیات انسانی دانسته و می‌فرماید: «اعظم البلاء انقطاع الرجاء؛ ناامیدی بزرگترین بلا است». (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰: ۱۸۶) و در روایت دیگری ناامیدی را عامل خودکشی انسان می‌داند: «قتل القنوط صاحبه: ناامیدی صاحب خود را می‌کشد». (همان: ۴۸۹) به‌راستی ناامیدی مانع قوی بر سر راه تکامل انسان و توسعه فردی است و انسان سالک را از صعود در مسیر کمال باز می‌دارد. قرآن کریم، ناامیدی از رحمت پروردگار را صفت انسان‌های کفرپیشه می‌داند و از آن نهی می‌کند: «لَا يَأْسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ؛ از رحمت خدا ناامید نمی‌شوند مگر گروه کافران». (یوسف: ۸۷) انسان سالک هم به پیمودن راه کمال امیدوار است و هم به عبور از موانع و هم به رحمت و لطف بی‌پایان



الهی و باور دارد که با امید به رحمت پروردگار، تمام مشکلات را پشت سر می‌گذارد و تا رسیدن به مقصد نهایی پیش خواهد رفت.

## ۵. عوامل و راه‌های رسیدن به کمال و توسعه فردی

رسیدن به توسعه فردی، تعالی و کمال انسانی، عوامل مختلف و راه‌های گوناگونی دارد که به برخی از این عوامل و راه‌ها، اشاره می‌گردد:

### ۵-۱. علم‌آموزی

اولین عامل در رسیدن به توسعه فردی، علم‌آموزی است؛ زیرا از طریق علم و دانش است که بذر توسعه در وجود و اندیشه آدمی پاشیده می‌شود و فکر و اندیشه انسان به سوی رشد و شکوفایی حرکت می‌کند. هدف اصلی قرآن کریم، هدایت انسان و توسعه فردی او است و اولین پیام آن نیز، علم‌آموزی، خواندن، تعلیم و تعلم است که قرآن به سوی آن فرامی‌خواند: «أَفْرَأُ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ أَمْ أَرَأُ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ؛ بخوان به نام پروردگارت که آفرید، انسان را از علق آفرید، بخوان و پروردگارتو کریم‌ترین [کریمان] است، همان کس که به وسیله قلم، آنچه را که انسان نمی‌دانست [به تدریج به او] آموخت».

(علق: ۱ - ۵)

### ۵-۲. کسب حکمت

یکی دیگر از عوامل مهم توسعه فردی، حکمت است. قرآن کریم از حکمت به عنوان خیر کثیر یاد می‌کند که به هر کس داده شود، در واقع به خیر فراوان دست یافته است. «وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا؛ و به هر کس دانش داده شود، خیر فراوانی داده شده است».

(بقره: ۲۶۹)

برای حکمت معانی مختلفی ذکر شده است. از قبیل دانش و خرد، معرفت حقیقی، سخن موافق با حق، لفظ اندک و معنای بسیار، علوم عقلی و فلسفی، اخلاق حسنه که به حکمت عملی و حکمت نظری تعبیر می‌شود. (پایگاه اینترنتی ضیاء الصحاحین: ۱۴۰۲/۱۰/۱۲)



در جمله معروفی از امیرالمؤمنین علی علیه السلام، حکمت، گمشده مؤمن معرفی شده است؛ یعنی انسان مؤمن گمشده‌ای دارد که همواره باید به دنبال آن بگردد تا آن را به دست آورد: «خُذِ الْحِكْمَةَ أَنْتَى كَانَتْ فَإِنَّ الْحِكْمَةَ ضَالَّةٌ كُلُّ مُؤْمِنٍ؛ حکمت را هر کجا یافتی فراگیر زیرا حکمت گمشده هر مؤمن است». (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰: ۳۶۰)

از کنار هم قرار دادن دو آیه قرآن نتیجه می‌گیریم که هیچ سرمایه‌ای به ارزشمندی و منزلت حکمت نیست، بلکه تمام دنیا در مقایسه با آن ناچیز است. خداوند در آیه ۷۷ سوره نساء از دنیا به متاع قلیل تعبیر کرده و این در حالی است که در آیه ۲۶۹ سورره بقره، حکمت را به‌عنوان خیر کثیر معرفی می‌کند. این یعنی اگر انسان به تمام مقامات دنیوی و ثروت‌ها دست پیدا کند، ولی از دست‌یابی به حکمت محروم باشد، خسارت کرده است؛ چون دنیا و مافیها، متاع قلیل است و حکمت خیر کثیر.

### ۳-۵. تفکر و خردورزی

یکی دیگر از راه‌های رسیدن به توسعه فردی، اندیشیدن و تفکر است. انسان‌هایی که برنامه تفکر و اندیشیدن دارند، درباره مسائل و موضوعات مهم جهان هستی، پروردگار عالم و زندگی می‌اندیشند، به توسعه فکری می‌رسند. از آثار و فواید تفکر این است که فرد به خوبی می‌تواند راه‌های جدیدی را برای زندگی بهتر و حل مسائل پیش آمده کشف نماید. «اندیشه‌ای که نیندیشد، مرده است. حیات اندیشه، در اندیشیدن است. اندیشه برحسب ذات و گوهر خود فعال است و ذات فعال اگر فعالیت نکند، خود را از دست می‌دهد و در این صورت چیزی نیست که باید باشد». (ابراهیمی دینانی، ۱۴۰۱: ۱۰)

لازمه زندگی انسانی، تفکر است؛ چون تفکر از ویژگی‌های مخصوص به انسان است. انسان اگر در طول زندگی و در بستر تاریخ این جهان نمی‌اندیشید، هرگز موفق به ایجاد چنین تمدن‌هایی نمی‌شد و به پیشرفت تکنولوژی جدید امروزی نمی‌رسید و چنین رفاهی را برای خود ایجاد نمی‌کرد. به همین دلیل است که تفکر در نگاه اسلامی عبادت به حساب می‌آید و یک ساعت تفکر از ۷۰ سال عبادت برتر شمرده شده است.



از حضرت موسی بن جعفر<sup>(ع)</sup> نقل شده که فرمود: «یا هِشَامُ إِنَّ لِلَّهِ عَلَى النَّاسِ حُجَّتَيْنِ حُجَّةَ ظَاهِرَةٍ وَ حُجَّةَ بَاطِنَةٍ فَأَمَّا الظَّاهِرَةُ فَالرُّسُلُ وَ الْأَنْبِيَاءُ وَ الْأَيْمَةُ عَ وَ أَمَّا الْبَاطِنَةُ فَالْعُقُولُ؛ ای هشام، خداوند بر مردم دو حجت قرار داده است: یک حجت، حجت ظاهری است که رُسل، انبیاء و ائمه هستند و حجت باطنی که عقل‌ها است» (کلینی، ۱۴۰۷، ۱: ۱۶) روشن است که لازمه تدبیر و اندیشیدن در قرآن کریم و سیره انبیا و ائمه<sup>(ع)</sup>، تعقل کردن است؛ یعنی با پیامبر باطن که عقل است در قرآن ژرف‌اندیشی کنید. پس تعقل، خردورزی و تفکر، یکی از راه‌های رسیدن به توسعه فردی و تعالی انسان است.

#### ۴-۵. کسب نیروی خویشتن‌بان

اگر انسان به صفت و نیرویی که موجب خویشتن‌داری و خویشتن‌بانی وی می‌گردد، متصف شود و ملکه تقوا را در وجود خود ایجاد کند، این حالت در توسعه فردی در بعد اخروی و دنیوی نقش مؤثری دارد. کلمه تقوا در لغت به معنای سپر آمده است؛ یعنی وسیله‌ای که انسان خود را به واسطه آن از گزند آسیب دشمن مصون و محفوظ می‌دارد و در اصطلاح، به صفت و حالتی گفته می‌شود که موجب دوری و پرهیز انسان از آسیب‌گناه و بدی‌ها می‌شود. پس تقوا یک وسیله‌ای محافظ و یک صفت و حالتی است که انسان را از آسیب‌ها، زشتی‌ها و نابهنجاری‌ها حفظ می‌کند و روح آدمی مورد آسیب و تخریب قرار نمی‌گیرد. بنابراین اگر انسان چنین صفت و حالتی را به دست آورده و با خود داشته باشد، از آسیب‌هایی که مانع توسعه فردی او می‌شود جلوگیری می‌کند و آدمی را در رسیدن به تعالی و کمال و توسعه فردی، هم در بعد دنیوی و هم در بعد اخروی یاری می‌رساند.

#### ۵-۵. صبر و شکیبایی

زندگی همواره با مشکلات، رنج‌ها و مصائب همراه و پیچیده است و پیمودن راه کمال و رسیدن به توسعه فردی و تعالی نیز دشوار و طاقت‌فرسا است. در چنین شرایطی، انسان سالک نیازمند یک نیروی درونی به نام صبر است تا بتواند مسیر



تعالی و کمال را بپیماید و به مقصد نهایی برسد. صبر به معنای خویشترداری و شکیبایی و استقامت در برابر ناملازمات و مصائب زندگی اعم از ترس، گرسنگی، از دست دادن مال و ثروت و از دست دادن عزیزان و دستاورهای زندگی، مریضی و بیماری است. اگر انسان در برابر رنج‌ها و مشکلات شکیبا و خویشتردار باشد و پایدار بماند، خداوند بر او درود فرستاده و به در مسیر هدایت و توسعه فردی را او بشارت می‌دهد. «و بشر الصابرين الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ»؛ به صابران بشارت بده؛ همانان که چون پیشامد ناگواری به آنان برسد، می‌گویند ما از آن خداییم و به سوی او بازمی‌گردیم. اینانند که الطافی از جانب پروردگارشان شامل حالشان خواهد شد و در پی آن، رحمتی آنان را فرا خواهد گرفت و در نتیجه به سوی حق هدایت خواهند یافت». (بقره: ۱۵۵ - ۱۵۷)

### ۵-۶. شرح صدر

شرح صدر یکی از مفاهیم اخلاقی است که در قرآن و تعالیم اهل بیت بر آن تأکید شده است و دارنده آن می‌تواند در پیمودن راه کمال، از آن بهره بگیرد و پله‌های تعالی و تکامل را با آن طی کند. از آیات قرآن برمی‌آید که شرح صدر ویژگی است که پیامبران الهی، در مسیر رسالت خویش از آن بهره گرفته‌اند و در پرتو این موهبت الهی، به تبلیغ دین و ارشاد مردم پرداخته و توفیقاتی به دست آورده‌اند. مقصود از شرح صدر، گشادی سینه یا ازدیاد ظرفیت روح و جان با نور رحمت الهی است. شرح صدر معنای کنایی دارد و بیشتر به نوعی تحمل و مدارای بالا و قوی در مسئولیت‌های سنگین و دشوار، به کار می‌روند. (وبسایت دانشنامه اسلامی، ۱۴۰۲/۱۰/۳)

خداوند در قرآن کریم، شرح صدر را به عنوان یک موهبت الهی برای پیامبر رحمت یاد می‌کند: «أَلَمْ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ؟ أَيَا مَا سِينُهُ تَوْرًا وَسِيعِ نَسَاجَتِنَا؟» (انشریح: ۱) حضرت موسی<sup>(ع)</sup> وقت رفتن به نزد فرعون و گفتگو با او، از خداوند طلب شرح صدر می‌کند تا خداوند ظرفیت روحی او را افزایش دهد و وسعت نظر و سینه گشاده عنایتش کند: «قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي؛ موسی گفت: پروردگارا! به من شرح صدر



و ظرفیت وسیع عنایت فرما». (طه: ۲۵) در جای دیگر از قرآن کریم آمده است: «أَفَمَنْ شَرَحَ اللَّهُ صَدْرَهُ لِإِسْلَامٍ فَهُوَ عَلَىٰ نُورٍ مِّن رَّبِّهِ فَوَيْلٌ لِلْقَاسِيَةِ قُلُوبُهُمْ مِّنْ ذِكْرِ اللَّهِ أُولَٰئِكَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ؛ آیا کسی که خداوند سینه‌اش را برای اسلام گشوده است و بر فرازی از نور الهی قرار گرفته، همچون کوردلان گمراه است؟». (زمر: ۲۲) از این آیه نتیجه می‌گیریم افرادی که دارای شرح صدر هستند، مانند کسانی هستند که بر مرکبی از نور سوار بوده و مسیر تعالی و تکامل را با سرعت نور طی می‌کنند.

بنابراین شرح صدر یعنی توسعه و جود که همان توسعه فردی انسان است و در بالا رفتن آستانه تحمل، دیگرپذیری، مدارا با مردم و... بسیار مؤثر است. هرکدام از این موارد، هم مسیر کمال معنوی را هموار می‌سازد و هم زندگی دنیوی و اجتماعی را برای انسان آسان و شیرین می‌گرداند.

#### ۵-۷. قانون توبه و توسعه فردی

قانون قرآنی توبه، برای افرادی که مدت‌ها در مسیر انحراف بوده و خیال می‌کنند راه بازگشت به صراط مستقیم وجود ندارد، یک قانون بسیار امیدبخش است. قرآن کریم با طرح این قانون، نه تنها راه بازگشت به خیر و صلاح را باز اعلام می‌کند، بلکه توبه را موجب رشد معنوی، فلاح و رستگاری انسان می‌داند که نتیجتاً سبب توسعه فردی می‌شود. قرآن می‌فرماید: «فَأَمَّا مَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَعَسَىٰ أَنْ يَكُونَ مِنَ الْمُفْلِحِينَ؛ کسی که توبه کند و ایمان بیاورد و عمل صالح انجام دهد، امید است که از جمله رستگاران باشد». (قصص: ۶۷) رستگاری همان توسعه فردی است.

توبه قانونی است که به انسان‌های گنه‌کار، امید می‌بخشد و گوشزد می‌کند که راه صعود به سمت کمال همواره باز است و آدمی می‌تواند در هر شرایطی خود را از آلودگی‌ها پاک و از بند شیطان رها کند و در مسیر رحمانی قرار گیرد. قرآن می‌فرماید: «وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهُ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ؛ ای مؤمنان همگی به سوی خدا بازگردید، شاید به رستگاری برسید». (نور: ۳۱) براساس منطق قرآن کریم، توبه یا بازگشت به سوی خداوند، یعنی بازگشت به سوی کمال مطلق که موجب رستگاری می‌شود و رستگاری همان توسعه فردی و تعالی انسان است.

## ۵-۸. شکرگزاری

یکی از راه‌های دستیابی به تعالی و توسعه فردی، داشتن روحیه شکرگزاری است. انسان شاکر همواره نعمت‌های بی‌بدیل الهی را در زندگی خود می‌بیند و لمس می‌کند و از درک آن‌ها غافل نمی‌شود. درک نعمت‌های مادی و معنوی خداوند و شکرگزاری آن‌ها، به انسان روحیه شاد و رضایت‌مند از زندگی می‌دهد. قرآن می‌فرماید: «لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ؛ اگر شکرگزاری کنید، بر شما خواهم افزود». (ابراهیم: ۷) این شکر علاوه بر اینکه موجب انبساط خاطر می‌شود، موجب زیادی و توسعه خود انسان نیز می‌گردد؛ زیرا قرآن نفرمود، لئن شکرتم لأزیدنَّ نعماتِکم، بلکه فرمود لأزیدنَّکم؛ یعنی به خودتان سعه و جودی می‌بخشم.

شکر زبانی همان سپاسگزاری از منعم است؛ اما شکر عملی، استفاده نعمت در مسیر و راهی است که برای آن هدف اعطا شده است. مثلاً شکر نعمت عقل، به‌کارگیری آن و تعقل و تفکر و اندیشیدن است و شکر مقام و موقعیت اجتماعی، استفاده از آن برای خدمت‌رسانی به مردم و آحاد جامعه و شکر علم، نشر آن برای استفاده دیگران است. نتیجه چنین شکری، قطعاً تعالی و تکامل انسان را در پی دارد.

## ۵-۹. عبادت

یکی از مطمئن‌ترین راه برای رسیدن به توسعه فردی و تعالی انسان، عبادت و ارتباط داشتن با خداوند است. اگر انسان سالک برای توسعه و جودی خود، در راهی حرکت کند که او را به مقصد نهایی برساند، آن راه مستقیم و بی‌خطر عبادت خدای یکتا است که همان راه راست و کوتاه کمال است: «وَأَنْ اعْبُدُونِي هَذَا صِرَاطٌ مُسْتَقِيمٌ؛ مرا و اینکه مرا بپرستید که راه مستقیم این است». (یس: ۶۱)

در عبادت خدا خلوص شرط کلیدی است و عبادت وقتی بندگان سالک را به مقصد نهایی می‌رساند که از ریا و تظاهر پاک بوده و فقط برای معبود انجام شود و فقط در این صورت آثار و برکات زیادی خواهد داشت. حضرت فاطمه زهرا(س) در این باره فرموده: «مَنْ أَصْعَدَ إِلَى اللَّهِ خَالِصَ عِبَادَتِهِ، أَهْبَطَ اللَّهُ أَفْضَلَ مَصْلَحَتِهِ؛ هرکسی که خداوند را خالصانه عبادت کند، خداوند برترین مصلحتش را نثار او





می‌کند». (ورام، ۱۴۰۵، ۲: ۱۰۸) عبادت به‌ویژه نماز اگر خالصانه و آگاهانه باشد، سکوی پرش انسان برای صعود الی الله است و موجب پرواز روح و عروج او به سوی قرب پروردگار است. «فلسفه عبادت‌های دینی، پرورش بُعد اخلاقی وجود آدمی است. همه عبادت‌ها به‌نوعی در خدمت اخلاقی شدن و اخلاقی ماندن انسان است». (فناویی، ۱۴۰۰: ۱۷۵)

### ۵-۱۰. توکل و توسعه فردی

توکل به معنای اعتماد و تکیه کردن بر کسی است، ولی در اصطلاح قرآنی، اعتماد و تکیه کردن به خداوند توانا و حکیم است. وقتی توکل به معنای تکیه کردن به خداوند و تفویض امور زندگی به قدرت لایتناهی او باشد؛ یعنی انسان خود را به علم و قدرتی متصل کرده که بی‌نهایت است.

خداوند دستور می‌دهد که به او توکل کنید و اگر خداوند وکیل کسی باشد، کفایت می‌کند. «وَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ وَكَفَى بِاللَّهِ وَكِيلًا؛ و بر خدا توکل کن، و همین بس که خداوند حافظ و مدافع (انسان) باشد». (احزاب: ۳) معنای این دستور این است که توکل انسان به خداوند، سبب جلب حمایت خداوند و مدرسانی او نسبت به فرد موکل می‌شود. در نتیجه موکل از وکیلش کسب قدرت، توانایی و تدبیر کرده است. چنانکه گفته شد توسعه فردی نیز به معنای توانمند شدن و قدرتمندتر شدن فرد است. پس توکل می‌تواند به موکل سعه و جود بیخشد، توانایی او را گسترش دهد و به توسعه فردی اش کمک کند.

### ۶. مراحل توسعه فردی

توسعه فردی مرحله‌ای دارد که مختصراً به برخی از آن‌ها اشاره می‌شود:

#### ۶-۱. بیداری

اولین مرحله در سیر صعودی انسان و توسعه فردی، بیداری یا یقظه است. تا انسان از خواب غفلت بیدار نشود و چشمان بصیرتش را باز نکند، نمی‌تواند به توسعه فردی برسد. حرکت به سوی تعالی و پیمودن راه کمال و رسیدن به مقصد نهایی، نیازمند بیداری است.



قرآن ویژگی‌های انسان غفلت زده را این گوه برمی‌شمارد: «لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ؛ غافلان با اینکه قلب دارند ولی نمی‌فهمند، چشم دارند ولی نمی‌بینند، گوش دارند ولی نمی‌شنوند، عقل دارند ولی نمی‌اندیشند» (اعراف: ۱۷۹)

نتیجه چنین زندگانی بازماندن از کمال و سقوط در جهنم است. از این رو خداوند با صراحت از غفلت نهی کرده می‌فرماید: «وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ؛ و هرگز از غافلان و خواب‌رفتگان مباش». (اعراف: ۲۰۵) بر این اساس انسان غافل، تنها به دلیل غافل بودن، نمی‌تواند از نعمت‌های وجودی خود استفاده کند. از این رو بیداری، اولین گام در توسعه فردی است.

## ۲-۶. شناخت هدف

انسان پس از بیداری، به شناخت هدف و مقصد نهایی نیازمند است تا حرکت و تلاش او به همان سمت، صورت بگیرد. از این رو گام دوم برای راه‌یابی به توسعه فردی و کمال لایق انسانی، شناخت هدف است. سالک ساعی پس از بیداری لازم است از خود بپرسد که حرکت به سوی کدام هدف؟ مقصد نهایی کجاست؟ این حرکت به کجا باید منتهی شود؟ شناخت هدف در توسعه فردی از مهم‌ترین فاکتورها به شمار می‌رود و از عناصر تشکیل دهنده مراحل توسعه فردی است.

خداوند متعال انسان را مورد خطاب قرار داده می‌فرماید: ای انسان! تو همواره در حال حرکت هستی. مقصد و هدف نهایی تو در این حرکت «پروردگارت» است و سرانجام او را ملاقات خواهی کرد. «يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهِ؛ ای انسان تو با تلاش و زحمت به سوی پروردگارت پیش می‌روی و سرانجام او را ملاقات خواهی کرد». (انشقاق: ۶) در این آیه هدف نهایی سالک، به‌طور روشن معرفی شده که پروردگار عالم است.

## ۳-۶. شناخت راه

لازمه رسیدن به هدف آن است که سالک ساعی از راه راست و درست حرکت کند تا



به مقصد نهایی برسد؛ زیرا تا راه شناخته نشود حرکت بی‌فایده است. قرآن کریم راه را نشان داده است. فرموده: «وَأَنْ اَعْبُدُونِي هَذَا صِرَاطٌ مُسْتَقِيمٌ؛ و اینکه مرا بپرستید که راه مستقیم این است». (یس: ۶۱) عبودیت و بندگی حضرت حق، راه راستی است که بنده را به مقصد نهایی می‌رساند. یا می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسَكُمْ لَا يَضُرُّكُمْ مَنْ ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، مراقب خود باشید! اگر شما هدایت یافته‌اید، گمراهی کسانی که گمراه شده‌اند، به شما زیانی نمی‌رساند». (مائده: ۱۰۵) یعنی گمراهی دیگران، جلو تعالی و تکامل انسان را نمی‌گیرد.

#### ۴-۶. شناخت راهنما

حرکت در مسیر صحیح و صراط مستقیم و دوری از خطرات راه و نجات از پرتگاه‌های مهلک، نیازمند راهنمایی است که راه را می‌شناسد و سالک را به صراط مستقیم راهنمایی کرده، به مقصد نهایی می‌رساند. در حرکت تکاملی، انسان به راهنمای شایسته و خبره نیازمند است تا راه را به‌سلامتی و بی‌خطر پیماید و به هدف نهایی برسد. انبیای الهی به‌عنوان راه‌شناسان و راهنمایان شایسته، برای این امر مهم آمده‌اند. شناخت راهنمایان راستین و استفاده از راهنمایی و هدایت آنان، شرط لازم کمال و توسعه فردی است.

قرآن و اهل‌بیت<sup>(ع)</sup> راهنمایان راستین راه تعالی و کمال هستند. چنانکه پیامبر رحمت<sup>(ص)</sup> در حدیث ثقلین فرمود: «إِنِّي تَارِكٌ فِيكُمْ الثَّقَلَيْنِ كِتَابَ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَ عِتْرَتِي كِتَابُ اللَّهِ حَبْلٌ مَمْدُودٌ بَيْنَ السَّمَاءِ وَ الْأَرْضِ وَ عِتْرَتِي أَهْلُ بَيْتِي وَ إِنَّ اللَّطِيفَ الْخَبِيرَ أَخْبَرَنِي أَنَّهُمَا لَنْ يَفْتَرِقَا حَتَّى يَرِدَا عَلَيَّ الْحَوْضَ فَأَنْظَرُوا بِمَاذَا تَخْلُقُونِي فِيهِمَا؛ من در میان شما دو امانت نفیس می‌گذارم؛ یکی کتاب خدا (قرآن) که آسمان را به زمین وصل کرده است و دیگری عترتم. خداوند به من خبر داده که این دو یادگار من هیچ‌گاه از هم جدا نمی‌شوند. پس مراقب باشید که پس از من چگونه با آن دو امانت من برخورد می‌کنید». (ابن بابویه، ۱۳۹۵، ۱: ۲۳۵)



## ۵-۶. پالایش روح

انسان سالک در مسیر حرکت به یک عمل مهم دیگری هم نیاز دارد و آن پالایش روح است. از آنجایی که در پیچ و خم این راه دراز دشوار و در فراز و فرود زندگی دنیوی، آسیب‌هایی به روح انسان می‌رسد و او را آلوده می‌سازد. سالک ساعی، به پالایش روح و تزکیه و نفس احتیاج پیدا می‌کند؛ زیرا رشد معنوی و رستن و رویش و رستگاری او به تهذیب نفس و پاک‌سازی روح گره خورده است. از این رو، خداوند متعال این تهذیب و پالایش را برای روح و جان انسان ضروری می‌داند و می‌فرماید: «قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا؛ قطعاً رستگار شد کسی که خود را تزکیه و پالایش نمود». (شمس: ۹)

## ۶-۶. حرکت به سوی مقصد

سالک، ساکن و بی حرکت نیست، بلکه باید تلاش کند و تلاشش باید در قالب عمل صالح باشد. «يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهٍ؛ ای انسان! تو همواره به سوی پروردگارت به سختی در حرکت هستی و او را ملاقات خواهی کرد». (انشقاق: ۶)

برای توسعه وجودی و تعالی، حرکت و عمل لازم است، آن هم حرکت صحیح و عمل صالح. در سراسر قرآن کریم، عمل صالح همراه با ایمان ذکر شده است؛ یعنی این دو، به منزله دو بال برای صعود و تعالی انسان است. لذا باید توجه داشت که مراحل فوق‌الذکر، پس از در نظر گرفتن مراحل چهارگانه تکامل معنوی، یعنی اسلام، ایمان، عمل صالح و تقوا لحاظ شده است.

## ۷. ویژگی‌های انسان توسعه‌یافته از نگاه قرآن

وقتی انسان مراحل توسعه فردی و کمال را طی کند و به سعه وجودی برسد، آثار آن در سه ساحت وجودی انسان یعنی افکار، رفتار و گفتار وی تجلی می‌یابد و ویژگی‌های شخصیتی فرد دگرگون می‌شود. انسان توسعه‌یافته قرآنی، ویژگی‌های زیادی دارد که به جهت اختصار، به چند نمونه از آن‌ها اشاره می‌شود:

## ۱-۷. خدامحوری

از آثار کامل شدن انسان و توسعه‌یافتگی او، خدامحوری است؛ یعنی تمام ارزش‌های



انسان بر همین محور سنجیده می‌شود. میزان سنجش فقط خدا است و تمام اعمال برای او انجام می‌شود. «قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ». (انعام: ۱۶۳)

وقتی فرد خدامحور شد، تمام ملاک‌های دیگر را نادیده می‌گیرد و در تمام رفتارها و گفتارهایش، خدا را محور قرار می‌دهد. در ساحت اندیشه نیز فقط به رضا و فرمان خدا می‌اندیشد و تن می‌دهد. قطعاً چنین انسانی به کمال لایق انسانی و قرب ربوی نزدیک شده است. چنین فردی علاوه بر آن که برای خود مفید است، برای خانواده و جامعه و نیز مفید خواهد بود.

### ۲-۷. خویشنیان

خویشتن‌داری و تسلط بر رفتار، گفتار و افکار از نتایج بارز توسعه‌یافتگی است. تقوا به معنای حفظ کردن خود از آسیب‌ها است و متقی کسی است که به مرحله‌ای از رشد و تعالی رسیده که افکار، رفتار و گفتارش را کنترل می‌کند تا او را از آسیب‌های اخلاقی و رفتاری حفظ نماید. اگر انسان به این مرحله از خویشتن‌بانی می‌رسد، معنایش این است که او از نظر عقلی و فکری و رفتاری، رشد یافته و از سعه و جودی قابل قبولی برخوردار شده است.

### ۳-۷. خردورزی

عقل اصلی‌ترین سرمایه انسانیت انسان و نیرویی است که او را از تمام حیوانات متمایز می‌سازد. نتیجه رسیدن به توسعه فردی و تعالی، پیروی از عقلی است؛ زیرا در متون روایی ما، عقل پیامبر باطن معرفی شده است<sup>۱</sup> که ما را به سوی کمال هدایت می‌کند. امام صادق می‌فرماید: «کسی که نمی‌اندیشد، رستگار نمی‌شود». (کلینی، ۱۴۰۷، ۱: ۲۶) امروزه، پیشرفت و ترقی جوامع عقل‌گرا و خردورز بر کسی پوشیده نیست؛ همان‌گونه که خردگرایی جمعی از ویژگی‌های جوامع توسعه‌یافته به شمار

۱. قال الإمام الكاظم (ع): إِنَّ لِلَّهِ عَلَى النَّاسِ حُجَّتَيْنِ: حُجَّةَ ظَاهِرَةٍ وَحُجَّةَ بَاطِنَةٍ، فَأَمَّا الظَّاهِرَةُ فَالرُّسُلُ وَالْأَنْبِيَاءُ وَالْأُمَّةُ عَلَيْهِمُ السَّلَامُ وَ أَمَّا الْبَاطِنَةُ فَالْعُقُولُ؛ خداوند را بر مردمان دو حجت است: حجتی بیرونی و حجتی درونی. حجت بیرونی همان فرستادگان و پیامبران و امامان علیهم السلام هستند و حجت درونی همان خردها. (کلینی، ۱۴۰۷، ۱: ۱۶)



می‌رود، خردورزی فردی نیز از نشانه‌ها و ویژگی‌های فرد توسعه‌یافته است.

#### ۴-۷. اعتدال و میانه‌رو

وقتی انسان به توسعه فردی می‌رسد، معتدل و میانه‌رو می‌شود و این اعتدال در رفتار و گفتار فرد قابل مشاهده است. قطعاً کسی که در گفتار و عملکردش معتدل است، در ساحت فکر و اندیشه نیز معتدل؛ زیرا اعمال زائده افکار است و ما آن‌گونه عمل می‌کنیم و سخن می‌گوییم که می‌اندیشیم.

اعتدال یعنی رفتاری مطابق با عقل و منطق و دوری از افراد و تقریبات و این اعتدال در ابعاد مختلف زندگی نشانه کمال‌یافتگی و توسعه فردی است. قرآن در تمام زمینه‌ها اعتدال و میانه‌روی را توصیه می‌کند و فرد را از افراط و تقریبات که نشانه جهالت است، پرهیز می‌دهد. در قرآن کریم امت اسلامی، امت معتدل معرفی شده است: «وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِتَكُونُوا شُهَدَاءَ عَلَى النَّاسِ؛ و همان‌گونه که شما را به راه راست هدایت کردیم، شما را امتی میانه و معتدل و پیراسته از افراط و تقریبات قرار دادیم تا در ایمان، عمل، درستی و راستی بر مردم گواه باشید». (بقره: ۱۴۳) پس فردی که با تعالیم اسلامی به سعه وجودی می‌رسد، معتدل و میانه‌رو می‌شود.

#### ۵-۷. صبوری و شکیبایی

از ویژگی‌های افراد توسعه‌یافته، صبوری و شکیبایی است. این صفت برخلاف صفت شجاعت، ذاتی انسان نیست، بلکه اکتسابی است و با تمرین و ممارست به دست می‌آید. هرگاه فرد، توسعه وجودی پیدا کند و به کمال مطلوب انسانی نزدیک شود، صفت صبوری در او ایجاد می‌شود.

صبوری زمانی معنا پیدا می‌کند که فرد تحت فشار شرایط دشوار زندگی قرار بگیرد، خویشتن‌داری و بردبار زندگی را پیش ببرد. قرآن در آیات متعددی از صبر سخن می‌گوید و درجایی، خداوند را یار و همراه صابران معرفی می‌کند: «إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ؛ خداوند، یعنی قدرت مطلق، همراه و یاور صابران است». (بقره: ۱۵۳)



## ۶-۷. صالح بودن

واژه صالح به معنای شایستگی و کلمه صالح به معنای شایسته است. از آثار توسعه‌یافتگی و تکامل، صالح شدن انسان است. انسان توسعه‌یافته و متعالی مورد نظر قرآن، انسان صالح است و صالح بودن، چنان جایگاه ویژه و رفیعی است که برخی از انبیای الهی ورود به زمره صالحین را از خداوند درخواست کرده‌اند. حضرت ابراهیم<sup>(ع)</sup> در مناجاتش به درگاه حضرت حق دعا می‌کند که «رَبِّ هَبْ لِي حُكْمًا وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ؛ پروردگارا به من دانش و حکمت عطا کن و مرا به صالحین ملحق فرما». (شعراء: ۸۳)

## ۷-۷. نرم‌خویی و خوش اخلاقی

یکی از ارزنده‌ترین صفات و ویژگی‌های انسانی، نرم‌خویی و خوش اخلاقی است. اگر انسان به کمال لایقش برسد و توسعه و جود پیدا کند، یکی از آثار آن نرم‌خویی و خوش اخلاقی خواهد بود که در گفتار و رفتار فرد توسعه‌یافته، تجلی پیدا می‌کند. وقتی از امام صادق<sup>(ع)</sup> پرسیده می‌شود: «مَا حَدُّ حُسْنِ الْخُلُقِ»، حضرت در تر تعریف آن می‌فرماید: «تَلِينُ جَانِبِكَ وَ تَطْيِيبُ كَلَامِكَ وَ تَلْقَى أَخَاكَ بِبِشْرِ حَسَنٍ؛ حسن خلق آن است که برخوردت را نرم کنی، سخنت را پاکیزه گردانی و برادرت را با خوش‌رویی دیدار نمایی». (ابن بابویه، ۱۴۱۳، ۴: ۴۱۲) انسان‌های توسعه‌یافته و به کمال رسیده به چنین جایگاه اخلاقی و رفتاری می‌رسند که نرم‌خویی و خوش اخلاقی در سراسر زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی آن‌ها تجلی می‌کند و این صفت و حالت جزء شخصیت آن‌ها می‌گردد.

## ۸. کامل‌ترین الگوی توسعه فردی در قرآن

هدف اصلی قرآن، توسعه فردی، تعالی و کمال انسان است که نتیجه آن تقرب به ذات خداوند و کمال مطلق است. برای رسیدن به چنین هدفی، قرآن کریم الگوی کاملی را معرفی می‌کند که در اندیشه، گفتار و رفتار کامل‌ترین الگوی توسعه فردی و کمال انسان است. می‌فرماید: «لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ



وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهُ كَثِيرًا؛ قطعاً در وجود فرستاده خداوند (پیامبر رحمت) برای شما الگویی نیکو است برای هرکس که به خدا و روز آخرت امید دارد و خداوند را بسیار یاد می‌کند.» (احزاب: ۲۱) یعنی پیامبر رحمت برای کسانی الگوی نیکو و کامل است که درصدد رسیدن به تعالی و کمال هستند و برای رسیدن به این هدف، تلاش می‌کنند.

این الگو ویژگی‌های زیادی دارد؛ مانند رحمت و مهربانی، (انبیاء: ۱۰۷) خلق و خوی عظیم و پسندیده، (قلم: ۴) نرم‌خویی و جذابت، (آل عمران: ۱۵۹) رئوف بر مؤمنان، (توبه: ۱۲۸) دارای شرح صدر، (انشراح: ۱) و دلسوز و دغدغه‌مند هدایت انسان، (شعراء: ۳) قاطع و سختگیر در برابر ظالمان و کافران، (فتح: ۲۹) ساده زیست و کم‌هزینه، اهل تهجد و عبادت (اسراء: ۷۹) و خدا محور. (انعام: ۱۶۲)

الگویی که چنین ویژگی‌هایی دارد، بدون تردید می‌تواند مدل انسان‌سازی، تکامل و توسعه فردی قرار بگیرد و قطعاً سالک را در راه رسیدن به کمال و مقصد نهایی یاری می‌کند و می‌تواند سر مشق انسانیت و کمال باشد. به همین دلیل قرآن فرموده: «وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ وَمَا نَهَاكُمْ عَنْهُ فَانْتَهُوا؛ آنچه را رسول خدا برای شما آورده، بگیرید و اجرا کنید و از آنچه شما را نهی کرده، خودداری نمایید.» (حشر: ۷)

پیامبر رحمت حتی قبل از بعثت نیز انسان کمال یافته‌ای بوده و در فضائل اخلاقی و انسانی مانند امانت‌داری، نیکوکاری، وفا به عهد و پیمان، معاشرت نیکو با مردم شهرت داشت و ایام زیادی را در عبادت و اندیشیدن در غار حرا و تعقل و تفکر درباره جهان هستی و آفریننده جهان و مخلوقات عالم، سپری نمود. قرآن چنین انسان متعالی را که کامل‌ترین انسان است، به‌عنوان الگوی کمال و توسعه فردی معرفی می‌کند.

## فهرست منابع

### قرآن کریم

### نهج البلاغه

۱. ابراهیمی دینانی، غلام حسین، (۱۴۰۱)، اندیشه می‌اندیشد، تهران: نور الاشراف.
۲. ابن بابویه، محمد بن علی، (۱۳۹۵ق)، کمال الدین و تمام النعمة، تهران: نشر اسلامی.
۳. ابن بابویه، محمد بن علی، (۱۴۱۳ق)، من لا یحضره الفقیه، قم: دفتر انتشارات اسلامی.
۴. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، (۱۳۹۳)، تحف العقول عن آل الرسول، قم: موسسه علمی فرهنگی دار الحدیث.
۵. احسائی، ابن ابی جمهور، (۱۳۶۱)، عوالی الثالی، (تحقیق: مجتبی عراقی)، قم: مطبعه سید الشهداء.
۶. دهخدا، علی اکبر، لغتنامه دهخدا، واژه غفلت، آنلاین، ۱۴۰۲/۰۹/۲۲
۷. سبحانی نیا، محمدتقی، (۱۳۹۲)، رفتار اخلاقی انسان با خود، قم: انتشارات دار الحدیث.
۸. طبرسی، فضل ابن حسن، (۱۳۹۹)، تفسیر مجمع البیان، ترجمه علی کرمی، تهران: انتشارات فراهانی.
۹. عمید، حسن، (۱۳۷۴)، فرهنگ فارسی، تهران: انتشارات امیرکبیر
۱۰. فنایی، ابوالقاسم، (۱۴۰۰)، دین در ترازوی اخلاقی، تهران: موسسه فرهنگی صراط.
۱۱. کاردان، علی محمد، (۱۳۷۳)، فلسفه تعلیم و تربیت، تهران: انتشارات سمت
۱۲. کلینی، محمد بن یعقوب، (۱۴۰۷ق)، الکافی، (تحقیق: علی اکبر غفاری)، تهران: دار الکتب الاسلامیه.
۱۳. نراقی، ملامحمد مهدی، (بی‌تا)، جامع السعادات، بیروت: نشر اعلمی.
۱۴. ورام، مسعود بن عیسی، (۱۴۰۵ق)، مجموعه ورام، قم: مکتبه فقیه.



## سایت‌ها

۱۵. پایگاه اینترنتی ضیاء‌الصالحین، مقاله تعریف حکمت و راه‌های به دست آوردن آن،

۱۴۰۲/۱۰/۲

۱۶. سایت خبرگزاری جمهوری اسلامی، تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۰

۱۷. سایت دانشنامه اسلامی، تاریخ ۱۴۰۲/۱۰/۱۱

