
وظایف جوانان در گام دوم از دیدگاه رهبر انقلاب (دام ظلّه) با تأکید بر سه اصل تحصیل، تهذیب، ورزش

سیده زینب السادات حسینی^۱ - مرتضی فیروزجاهی^۲ (نویسنده مسئول)

چکیده

بیانیه گام دوم در یک تقسیم کلی شامل نگاهی به گذشته، حال و آینده انقلاب اسلامی است و از این منظر، سیاست ها و راهبردهای آینده را مشخص نموده است. آرمان ترسیم شده در بیانیه، ایجاد تمدن نوین اسلامی و آمادگی برای قیام مهدوی است. در پژوهش حاضر برای پیگیری و بررسی نظرات و راهکارهای رهبر انقلاب برای جوانان در شکل دهی و ایفای نقش و زمینه سازی برای جامعه بزرگ جهانی حضرت مهدی عجل الله تعالی فرجه الشریف که در این پروژه مربوط به سه محور علم و پژوهش، معرفت و اخلاق و سبک زندگی ایرانی - اسلامی می باشد، با توجه و تأکید بر فرمایشات ایشان در سال ۸۲ در جمع انجمن اسلامی دانش آموزی که سفارش به تحصیل و تهذیب و ورزش نمودند، با روش توصیفی - تحلیلی پرداخته می شود، با تطبیق فرمایشات مقام معظم رهبری در این جلسه و سایر جلسات در راستای بیانیه گام دوم انقلاب مطالبی به دست آمد که از جمله راهکارهایی خطاب به جوانان است.

۱. دانشیار گروه علوم قرآن و حدیث دانشگاه مازندران z.hosseini@umz.ac.ir

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد علوم قرآن و حدیث دانشگاه مازندران m.firuzjahi@gmail.com

همچنین نتایج حاصل از این پژوهش عبارتند از اینکه رهبر انقلاب؛ تحصیل و دانش را مقدمه توانمندی کشور و محقق کننده آرمان های انقلاب می دانند و هدف از آن را خدمت، سعادت بشر، استقرار عدالت، رشد فضایل انسانی و دفاع از حقوق انسان ها می داند. هر فرد باید ابتدا خودسازی را از خود شروع نموده و اخلاق را رعایت نماید سپس دستگاه ها، نهادها و مردم باید معنویات و اخلاق را در جامعه رواج داده و با کانون های ضد آن با روشی معقولانه برخورد کنند. ورزش نیز یکی از محورهای مهم سبک زندگی است، چون در مکتب اسلامی سلامت جسمی زمینه ساز سلامت روح است و قوت مادی را به قوت معنوی تبدیل نموده و تقویت جسم، تقویت عقل و اعتدال نفس را به دنبال دارد. مطلبی که از این نتایج یافت می شود، این نکته است که نقش اصلی و اساسی در زمینه سازی و تحقق گام دوم انقلاب و شکل گیری تمدن نوین اسلامی بر دوش جوانان است که این نقش کلیدی را باید با کسب علم و اشاعه اخلاق و سلامت جسم و روح در خود و دیگران ایفا نمایند که در واقع این امر با جهاد عظیم در این عرصه ها دست یافتنی است.

کلید واژه ها: وظایف جوانان، گام دوم انقلاب، رهبر انقلاب، تحصیل، تهذیب، ورزش..

۱. مقدمه

در جامعه ای که برای رسیدن به تمدن نوین اسلامی و برای محقق شدن حکومت جهانی حضرت ولی عصر عجل الله تعالی فرجه الشریف تلاش می کند باید برنامه ریزی دقیق، با نگاهی گسترده و فرا ملی در جهت زمینه سازی ولایت آن موعود حقیقی داشت.

انقلاب اسلامی به عنوان تنها حکومت شیعی پرچمدار و زمینه ساز آن حکومت عدل الهی است که خداوند منان آن را در آیات قرآن کریم بشارت داده است. با گذشت چهل سال از رویش نهال انقلاب اسلامی ایران و برداشتن نخستین گام، وارد گام دوم انقلاب شدیم که با خون شهیدان گلگون کفن به درختی تنومند تبدیل شده است و برای تحقق ثمره این انقلاب و تبدیل شدن آن به یک تمدن جهانی نیاز به نقشه راهی است که تهدیدها و فرصت ها را به ما نشان دهد.

رهبر انقلاب به عنوان سکان دار این کشتی در حال حرکت، برنامه ای را تدوین نموده اند و روی صحبت و خطابه خود را غالباً جوانان این مرز و بوم قرار داده اند و از آنها به عنوان سرمایه های انسانی این تمدن، انتظاراتی دارند که باید محقق شود.

ایشان در این بیانیه که به منزله سند چشم انداز جمهوری اسلامی ایران در گام دوم انقلاب است، هفت محور را به جوانان توصیه نمودند که در این پژوهش می خواهیم به سه محور علم و پژوهش، معرفت و اخلاق و سبک زندگی ایرانی - اسلامی با توجه و تاکید بر فرمایشات ایشان در سال ۸۲ در جمع انجمن اسلامی دانش آموزی که سفارش به تحصیل و تهذیب و ورزش نمودند، پرداخته شود.

مقام معظم رهبری هم در بیاناتی در اهمیت علم و پژوهش، معنویت و اخلاق و ورزش و سبک زندگی می فرمایند: «امروز جوان های ما بایستی، هم سلامت جسمی و هم سلامت معنوی و هم سلامت فکری را با هم داشته باشند و برای خودشان نگه دارند. سلامت جسمی را با ورزش و با تغذیه ی مناسب، سلامت معنوی و قلبی را هم با توجه به خدا، با نماز، با دعا، با توسل، با یاد شهدا، سلامت فکری را هم با کتاب خوانی تأمین کنید.» (امام خامنه ای،

بیانات رهبری در مراسم جشن تکلیف دانش‌آموزان-۱۳۹۵/۰۹/۲۳، <https://khl.ink/f/35137>

تا کنون تحقیقاتی در این زمینه صورت نگرفته و بر این اساس پژوهش حاضر برای نخستین مرتبه، با روش توصیفی-تحلیلی به دنبال پاسخ برای سؤالات زیر خواهد بود:

نظرات و راه کار های مقام معظم رهبری برای جوانان در زمینه تحصیل، علم و پژوهش چیست؟

نظرات و راه کار های مقام معظم رهبری برای جوانان در زمینه تهذیب، معنویت و اخلاق چیست؟

نظرات و راه کار های مقام معظم رهبری برای جوانان در زمینه ورزش و سبک زندگی چیست؟

۲. ابعاد تمدن سازی در بُعد فردی

در بیانیه گام دوم انقلاب، ابعاد تمدن سازی در بُعد فردی متعدد بیان شده است اما در اینجا به ابعادی پرداخته می شود که در بُعد فردی قابل پیگیری است و اتکای قابل ملاحظه ای به ابعاد اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و... جامعه ندارد و هر انسان وارسته ای با همت و عزم راسخ خود می تواند به این اهداف نیک نایل گردد.

۱.۲. تحصیل:

تحصیل در لغت به معنای به دست آوردن، دانش آموختن، کسب کردن است. (فرهنگ معین، ذیل واژه تحصیل) و در اصطلاح عرف عام مطلقاً گردآوردن دانش ها است. (فرهنگ دهخدا، ذیل واژه تحصیل) از نظر اسلام علم آموزی و تعلیم نه تنها امری پسندیده است، بلکه از واجبات این دین به شمار می رود و آیات و روایات زیادی بر آن دلالت دارند. از جمله اینکه رسول گرامی اسلام فرموده اند: «طلب العلم فریضه علی کلّ مسلم»؛ فراگیری دانش بر هر مسلمانی واجب است. (کلینی، ۱۳۹۰ش، ج ۱، ص ۳۱) از طرف دیگر بر دانشمندان هم واجب است که به امر آموزش اهتمام ورزند، چنانچه در بیان دیگری از پیامبر

اکرم رَضِيَ اللهُ عَنْهُ نقل شده که فرمودند: «مَا أَخَذَ اللهُ المِيثَاقَ عَلَى الخَلْقِ أَنْ يَتَعَلَّمُوا حَتَّى أَخَذَ عَلَى العُلَمَاءِ أَنْ يَعَلِّمُوا»؛ خداوند از مردم برای یادگیری عهد و پیمان نگرفت مگر اینکه از دانشمندان برای یاد دادن پیمان گرفت. (محمدی ری شهری، ۱۳۸۵ش، ج ۳، ص ۲۱۸) نبی مکرم اسلام به مسلمین توصیه می نمودند به دنبال دانش بروید و در فراگیری دانش هیچ گونه محدودیت زمانی و مکانی نداشته، از ابتدای کودکی تا آخر عمر در پی آموختن باشید؛ «أَطْلُبُوا العِلْمَ مِنَ المَهْدِ إِلَى اللَّحْدِ» و حتی اگر تنها راه دستیابی به علم و دانش سفر به دوردست ترین نقاط جهان همچون چین باشد که در آن زمان مسافرت به آنجا به آسانی ممکن نبود، از هیچ کوششی دریغ ننمایید. «أَطْلُبُوا العِلْمَ وَ لَوْ بِالصَّيْنِ». (مجلسی، ۱۳۱۵ق، ج ۱، ص ۱۷۷ و ۱۸۰)

طلب علم آن چنان مهم است که در دین اسلام، طلب آن از طلب مال واجب تر و ارزش آن از عبادت بالاتر شمرده شده است، در بیانات گهربار امیرالمؤمنین عَلَيْهِ السَّلَامُ می خوانیم: «أُتِيهَا النَّاسُ إِعْلَمُوا أَنَّ كَمَالَ الدِّينِ طَلَبُ العِلْمِ وَ العَمَلُ بِهِ أَلَا وَ إِنَّ طَلَبَ العِلْمِ أَوْجِبُ عَلَيْكُمْ مِنْ طَلَبِ المَالِ»؛ ای مردم کمال دین در جستجوی دانش و عمل به آن است و آگاه باشید که تحصیل علم از طلب مال واجب تر است. (شعبه حرانی، ۱۴۱۶ق، ص ۱۹۹) در بیان دیگری فرمودند: «جستجوی دانش برتر از عبادت است». (مجلسی، ۱۳۱۵ق، ج ۶۹، ص ۸۰، ح ۲۹) چراکه تنها عبادتی ارزش دارد که از روی معرفت باشد و تنها عالم است که در دام شبهات و وسوس گرفتار نمی شود. در میان همه معارف بر تعلیم و تعلم احکام و معارف دین تأکید بیشتری شده است. به حدی که بر مسلمین واجب گردیده که از هر قومی افرادی برای فراگیری علوم دین هجرت کنند و بعد از تحصیل به میان قوم خود برگشته و آن ها را آموزش دهند؛ «فَلَوْ لَا نَفَرَ مِنْ كُلِّ فِرْقَةٍ مِنْهُمْ طَائِفَةٌ لِيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ وَ لِيُنذِرُوا قَوْمَهُمْ إِذَا رَجَعُوا إِلَيْهِمْ؛ پس چرا از هر طایفه ای گروهی هجرت نمی کنند تا علم دین بیاموزند و وقتی برگشتند به سوی قوم خود، آن ها را انداز کنند.» (توبه / ۱۲۲)

امام صادق عَلَيْهِ السَّلَامُ آن چنان در امر آموزش دین اهتمام داشتند که می فرمودند: «لَوْ أُتِيْتُ بِشَابِّ

مِنْ شِبَابِ الشَّيْعَةِ لَا يَتَفَقَّهُ لَأَدَّبَتُهُ؛ اگر ببینم جوانی از میان جوانان شیعه به فراگیری احکام دین نپرداخته است او را تأدیب می‌کنم. (کلینی، ۱۳۹۰ش، ج ۱، ص ۳۶)

خداوند رحمان در آیات و در سوره های مختلف قرآن کریم مکرراً از ارزشمندی علم صحبت به میان می آورد همچون آیه؛ (هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ) (زمر/۹): «آیا کسانی که عالم هستند و کسانی که عالم نیستند، در مرتبه با یکدیگر مساوی هستند؟» این جمله جزء شعارهای اساسی اسلام است که عظمت مقام علم و عالمان را در برابر جاهلان روشن می سازد و معلوم می شود این دو گروه، نه در پیشگاه خدا یکسانند و نه در نظر خلق آگاه، نه در دنیا در يك صف قرار دارند و نه در آخرت، نه در ظاهر یکسانند و نه در باطن، همچنین علم در این آیه و آیات دیگر قرآن به معنی دانستن يك مشت اصطلاحات یا روابط مادی در میان اشیاء و به اصطلاح «علوم رسمی» نیست، بلکه منظور از آن معرفت و آگاهی خاصی است که انسان را به «قنوت» یعنی اطاعت پروردگار و ترس از دادگاه او و امید به رحمت خدا دعوت می کند، این است حقیقت علم و علوم رسمی نیز اگر در خدمت چنین معرفتی باشد، علم است و اگر مایه غرور و غفلت و ظلم و فساد در ارض شود «قیل و قالی» بیش نیست (بابایی، ۱۳۸۲ش، ج ۴، ص ۲۱۴) و نیز در آیه ای دیگر می فرماید: (وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا) (بقره/۲۶۹): «هر که را به او علم و دانشمندی عطا کرده باشد، به یقین که خیر بسیار به او اعطا شده است.» برترین نعمت الهی، با توجه به آنچه که در سیاق آیه قبل گذشت که به هنگام انفاق، وسوسه های شیطانی دایر به فقر و جذبه های رحمانی درباره مغفرت و فضل الهی، آدمی را به این سو و آن سو می کشد، در آیه مورد بحث سخن از حکمت و معرفت و دانش می گوید، چرا که تنها حکمت است که می تواند بین این دو کشش الهی و شیطانی فرق بگذارد و انسان را به وادی مغفرت و فضل بکشاند و از وسوسه های گمراه کننده ترس از فقر برهاند، می فرماید: «خداوند دانش را به هر کس بخواهد و شایسته بداند، می دهد» «حکمت» معنی وسیعی دارد که «معرفت و شناخت اسرار جهان هستی» و «آگاهی از حقایق قرآن» و «رسیدن به حق از نظر گفتار و عمل» حتی

نبوت را شامل می شود. سپس می فرماید: «و هر کس که به او دانش داده شده است، خیر فراوانی داده شده است». (بابایی، ۱۳۸۲ش، ج ۱، ص ۲۴۳)

از حضرت امام رضا علیه السلام روایت شده است: آن حضرت از پدران خود روایت فرمودند که: «حضرت رسول صلی الله علیه و آله فرمودند که: بر هر مسلمی واجب است طلب علم، پس بطلبید علم را از جایی که مظنه آن را دارید و کسب کنید آن را از اهلش، به درستی که تعلیم گرفتن علم از برای خدا حسنه است و طلب آن عبادت است و ذکر کردن آن با یکدیگر تسبیح پروردگار است و عمل کردن به آن جهاد در راه خداست و یاد دادن آن به کسی که نمی داند تصدق کردن است و رسانیدن به اهلش تقرب به خداست». (مجلسی، بحار الانوار، ج ۱، ص ۱۷۱، ح ۲۴)

اینجاست که ارزش علم در اسلام مشخص می گردد و عبادت را صرفاً در انجام برخی اعمال همچون نماز و روزه و... مقید نمی کند بلکه دامنه نگرش اسلام به اندازه ای بسیط و گسترده است که طلب علم را هم جزو اعمال عبادی محسوب می کند البته یقیناً با توجه به اینکه علم و حکمت در این آیات و روایاتی که ذکر شد به صورت مطلق آمده است و شامل هر علم رسمی در این عالم می باشد اما هر علمی که بر غرور و تکبر و سرکشی بشریت بیفزاید، مدنظر آن نیست و علمی که در جهت شناخت و معرفت الهی بوده و در زندگانی بشریت نافع و مفید است مدنظر می باشد.

مقام معظم رهبری نیز در بیانات و سخنان خود به اهمیت علم و پژوهش می پردازند و ارزش علم را والاتر و به مثابه مجاهدت نام می برند، همانطور که فرمودند: «من جوانان عزیز را به يك مجاهدت حقیقی دعوت می کنم. مجاهدت فقط جنگیدن و به میدان جنگ رفتن نیست. کوشش در میدان علم، اخلاق، همکاری های سیاسی و تحقیق نیز برای مردم، جهاد محسوب می شود.» (امام خامنه ای، بیانات رهبری در دیدار جوانان و دانشجویان

سیستان و بلوچستان-۱۳۸۱/۱۲/۰۶، <https://khl.ink/f/8798>

ایشان اولین و مهم ترین وظیفه جوانان در جهت تحقق یک انسان، جامعه و کشور متمدن و

قوی را دانایی می دانند و می فرمایند: «اولین کار شما جوانان، فراگیری آموزش ها و بالا بردن سطح دانایی هاست. با دانایی است که یک انسان، یک جامعه و یک کشور توانایی به دست می آورد.» (امام خامنه ای، بیانات رهبری در دانشگاه افسری امام علی علیه السلام - ۱۳۸۳/۱۰/۰۲، <https://khl.ink/f/3265>) ایشان معتقدند که جامعه، بدون علم نخواهد توانست آرمان های خودش را بالا بیاورد. (امام خامنه ای، بیانات رهبری در دیدار رئیس جمهور و اعضای هیأت دولت - ۱۳۸۵/۰۶/۰۶، <https://khl.ink/f/3349>)

حضرت آیت الله خامنه ای مد ظلّه العالی در بیانات متعددی هدف و مقصود از آموختن علم و رسیدن به قله دانایی را چنین بیان فرمودند: «علم را برای خدمت، برای معنویت، برای پیشرفت فضائل انسانی، برای دفاع حقیقی از حقوق انسان باید فرا بگیریم.» (امام خامنه ای، بیانات رهبری در دیدار نخبگان جوان - ۱۳۸۹/۰۷/۱۴، <https://khl.ink/f/10233>) و نیز در جایی دیگر فرمودند: «ما علم را برای سعادت بشر، برای رشد و شکوفایی بشر، برای استقرار عدالت و آرزوهای قدیمی بشر می خواهیم.» (امام خامنه ای، بیانات رهبری در دیدار وزیر علوم و استادان دانشگاه تهران - ۱۳۸۸/۱۱/۱۳، <https://khl.ink/f/8824>)

ایشان در دیداری با مسئولان علت عقب افتادگی و کم ارزش بودن علم و عدم شکوفایی علمی را در قرن ها و دوره های گذشته قبل از انقلاب اسلامی چنین بیان می کنند: «در تاریخ کشور ما - اقلأ در این هفت، هشت، ده قرن - برای جوان هوشمند و فرزانه، هیچ فرصتی مثل امروز وجود نداشته است. اگر از حدود دوره ی حمله ی مغول به این طرف، مروری در تاریخ بکنید (که البته باید تاریخ را یاد بگیرید، چون چیز مهمی است. اگر بخواهید وضع و موقعیت امروز را درست تشخیص بدهید و بفهمید که در کجا قرار گرفته اید، باید تاریخ را بدانید. تسلط به تاریخ، چیز خیلی مفیدی است)، خواهید فهمید که در تمام این دوران هفتصد، هشتصد سال - از قبل از حمله ی مغول تا حالا - هیچ وقت نبوده که به قدر امروز در این کشور، برای انسان فرزانه ی مستعد، امکان رشد وجود داشته باشد. البته در قرن های چهارم و پنجم، در زمان رژیم های دیکتاتوری غزنوی و سلجوقی و امثال اینها

که مجال نفس کشیدن به کسی نمی‌دادند - آن طور که در تاریخ‌ها نوشته‌اند و این تاریخ‌ها هم خیلی حجت نیست - نظامیه ای هم می‌ساختند اما این طور نبوده که راه معلومات و تحصیل، برای همه باز باشد. حالا نسبت به آن وقت قضاوت نمی‌کنیم اما اگر از حدود حمله‌ی مغول به این طرف را ملاحظه کنید، خواهید دید که دوران، دوران جهالت و بی‌اعتنایی به معلومات و دوران پادشاهان مستبدِ خونخوارِ بدون یک ذره اعتنای به مردم بود، بعد هم که مسائل فرهنگ جدید و دانشگاه‌ها و امثال اینها به وجود آمد، هدف اول، با سواد کردن جوانان نبود. هدف اول، ساختن و پرداختن جوانان به شکلی بود که در جهت پیوستن هرچه سریعتر به قطب‌های استعمار و استکبار جهانی - یعنی در جهت نوکری - به دستگاه‌ها کمک کنند. در این دستگاه‌ها، آن کسی عزیزتر بود که نوکرت‌تر باشد. فکر مستقل و آزاد و انسان سازنده مطلوب نبود، چون دولت‌ها، دولت‌هایی بودند که اساس کارشان بر وابستگی به بیگانه‌ها بود. رژیم پهلوی را کدام قدرت سرکار آورده بود؟ رضاخان را چه کسی سرکار آورده بود؟ محمدرضا را چه کسی سرکار آورده بود؟ اینها در تمام دوران سلطنتشان، در جهت منافع همان کسانی کار می‌کردند که اینها را سرکار آورده و قدرت بخشیده بودند. می‌دانستند که اگر از آنها قطع بکنند، امکان ماندن برایشان نیست.» (امام خامنه‌ای، بیانات در دیدار اعضای شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی و مسئولان ستاد برگزاری دهه‌ی فجر - ۱۳۶۹/۱۰/۱۱، <https://khl.ink/f/2401>) سپس ایشان علت شکوفایی و توجه به علم در تمدن اسلامی را چنین بیان می‌کنند: «علت این‌که مسلمانان توانستند برای مدت چند قرن، مشعل علم را در دنیا به دست بگیرند، همین توجه اسلام به علم و دانش بود.» (امام خامنه‌ای، بیانات رهبری در دیدار اعضای گروه دانش صدای جمهوری اسلامی ایران - ۱۳۷۰/۱۱/۱۵، <https://khl.ink/f/2575>)

ایشان با تاکید بر فراگیری علم و جبران عقب ماندگی علمی (رک: امام خامنه‌ای، بیانات رهبری در دیدار جوانان استان اصفهان - ۱۳۸۰/۰۸/۱۲، <https://khl.ink/f/3092>) آن را جهاد فی سبیل الله (رک: امام خامنه‌ای، بیانات در دیدار زائرین و مجاورین حرم مطهر

رضوی-۱۳۸۵/۰۱/۰۱، <https://khl.ink/f/3332>) دانسته البته علمی که توأم با دین و اخلاق باشد (رک: امام خامنه ای، بیانات رهبری در دیدار نخبگان جوان-۱۳۸۵/۰۶/۲۵، <https://khl.ink/f/3351>) که در این صورت فراگیری و علم آموزی چون نماز و خواندن قرآن، عبادت است. (رک: امام خامنه ای، بیانات رهبری در دیدار جمعی از کارگران و معلمان-۱۳۷۴/۰۲/۱۳، <https://khl.ink/f/2748>) و در فراگیری علم فرقی بین زن و مرد نیست؛ «این مسأله که زن به سمت معرفت، علم، مطالعه، آگاهی، کسب معلومات و معارف حرکت کند، باید در میان خود بانوان خیلی جدی گرفته شود و به آن اهمیت بدهند. «امام خامنه ای، بیانات در دیدار جمعی از زنان، ۳۰/۷/۱۳۷۶، <https://khl.ink/f/2859>

باید کوشید تا همانطور که مقام معظم رهبری ^{مد ظلّه العالی} اشاره فرمودند: «علم شکوفا و پیشرفته اگر در اختیار يك ملت سالم و کامل باشد، مایه‌ی خیر و برکت است.» (امام خامنه ای، بیانات در دیدار زائرین و مجاورین حرم مطهر رضوی-۱۳۷۱/۰۱/۱۵، <https://khl.ink/f/2609>

رهبر معظم انقلاب یکی از محورهای اصلی و اساسی را در گام دوم انقلاب به موضوع علم و پژوهش اختصاص داده و در این باره فرمودند: «دانش، آشکارترین وسیله‌ی عزّت و قدرت یک کشور است. روی دیگر دانایی، توانایی است. دنیای غرب به برکت دانش خود بود که توانست برای خود ثروت و نفوذ و قدرت دوپست ساله فراهم کند و با وجود تهیدستی در بنیان‌های اخلاقی و اعتقادی، با تحمیل سبک زندگی غربی به جوامع عقب مانده از کاروان علم، اختیار سیاست و اقتصاد آنها را به دست گیرد. ما به سوءاستفاده از دانش مانند آنچه غرب کرد، توصیه نمی‌کنیم، اما مؤکداً به نیاز کشور به جوشاندن چشمه‌ی دانش در میان خود اصرار می‌ورزیم. بحمدالله استعداد علم و تحقیق در ملت ما از متوسط جهان بالاتر است. اکنون نزدیک به دو دهه است که رستاخیز علمی در کشور آغاز شده و با سرعتی که برای ناظران جهانی غافلگیر کننده بود - یعنی یازده برابر شتاب رشد متوسط علم در جهان -

به پیش رفته است. دستاوردهای دانش و فناوری ما در این مدّت که ما را به رتبه‌ی شانزدهم در میان بیش از دویست کشور جهان رسانید و مایه‌ی شگفتی ناظران جهانی شد و در برخی از رشته‌های حسّاس و نوپدید به رتبه‌های نخستین ارتقاء داد، همه و همه در حالی اتفاق افتاده که کشور دچار تحریم مالی و تحریم علمی بوده است. ما با وجود شنا در جهت مخالف جریان دشمن ساز، به رکوردهای بزرگ دست یافته‌ایم و این نعمت بزرگی است که به خاطر آن باید روز و شب خدا را سپاس گفت. اما آنچه من می‌خواهم بگویم این است که این راه طی شده، با همه‌ی اهمّیتش فقط یک آغاز بوده است و نه بیشتر. ما هنوز از قلّه‌های دانش جهان بسیار عقبیم، باید به قلّه‌ها دست یابیم. باید از مرزهای کنونی دانش در مهم‌ترین رشته‌ها عبور کنیم. ما از این مرحله هنوز بسیار عقبیم، ما از صفر شروع کرده‌ایم. عقب ماندگی شرم آور علمی در دوران پهلوی‌ها و قاجارها در هنگامی که مسابقه‌ی علمی دنیا تازه شروع شده بود، ضربه‌ی سختی بر ما وارد کرده و ما را از این کاروان شتابان، فرسنگ‌ها عقب نگه داشته بود. ما اکنون حرکت را آغاز کرده و با شتاب پیش می‌رویم ولی این شتاب باید سالها با شدّت بالا ادامه یابد تا آن عقب افتادگی جبران شود. اینجانب همواره به دانشگاه‌ها و دانشگاهیان و مراکز پژوهش و پژوهندگان، گرم و قاطع و جدّی در این باره تذکر و هشدار و فراخوان داده‌ام، ولی اینک مطالبه‌ی عمومی من از شما جوانان آن است که این راه را با احساس مسئولیت بیشتر و همچون یک جهاد در پیش گیرید. سنگ بنای یک انقلاب علمی در کشور گذاشته شده و این انقلاب، شهیدانی از قبیل شهدای هسته‌ای نیز داده است. به پا خیزید و دشمن بدخواه و کینه توز را که از جهاد علمی شما به شدّت بیمناک است ناکام سازید.» (بخشی از بیانیه گام دوم انقلاب)

بر این اساس باید با تلاش و مجاهدت جوانانه و غیورانه در گام دوم انقلاب به این اهداف نیک و برکات آن نایل گردیم و شاهد رشد و پیشرفت روزافزون تمدن نوین اسلامی باشیم تا از تمامی جهات به خصوص در زمینه علم و دانش در جهت خدمت به جامعه بشری و انسانی پیشرو باشیم.

۲.۲. تهذیب:

تهذیب در لغت به معنای پاکیزه کردن، اصلاح کردن، خالص کردن و شتاب کردن است و مُهذَّب کسی است که پیراسته از عیوب اخلاقی و آراسته به اوصاف نیکو باشد. (فراهیدی، ابن منظور، شرتونی، ذیل «هذَّب») تهذیب در عرفان، از مقامات سلوک و به معنای تبدیل اخلاق مذموم به محمود یا جدا شدن از نفس اماره و شیطان است. از این رو، عبودیت جز با تهذیب به دست نمی آید. (انصاری، ۱۹۷۳م، صص ۲۵ و ۷۱)

تهذیب در متون عرفانی به استقلال، کم به کار رفته و معمولاً نتیجه مقام مجاهدت یا ریاضت دانسته شده است. (قشیری، ۱۳۶۱ش، ص ۱۷۹) از این اصطلاح گاه به تصفیه و تنقیه نفس تعبیر کرده اند. (خوارزمی، ج ۱، ص ۴۰۶) در برخی منابع تهذیب در کنار تزکیه به کار رفته (غزالی، ج ۳، ص ۶۰ / فیض کاشانی، ص ۶۴.۶۱) و گاه در تعریف تزکیه معنایی نزدیک به تهذیب آورده شده است. (ر.ک: به نجم الدین کبری، ص ۳۴ / نجم رازی، ص ۱۷۸.۱۷۹ / باخرزی، ج ۲، ص ۷۹)

علمای اخلاق به جای تهذیب، بیشتر از اضافه تهذیب نفس یا تهذیب اخلاق استفاده کرده و کتاب های بسیاری نیز با عنوان تهذیب الاخلاق نوشته اند. (ر.ک: به حاجی خلیفه، ج ۱، ستون ۵۱۴؛ آقابزرگ طهرانی، ج ۴، ص ۵۰۷) در کتب اخلاقی، علم تهذیب اخلاق، قسم اول از حکمت عملی (نصیرالدین طوسی، ص ۴۰) و درباره تعدیل قوای غضبیه و شهویه به کمک نفس ناطقه (قوة عاقله) و شرع است. (یحیی بن عدی، ص ۲۴، ۳۰ / مسکویه، ص ۳۷.۳۸ / غزالی، ج ۳، ص ۶۳) از نظر علمای اخلاق، این علم شریف ترین علم است، زیرا ثمره آن کمال اشرف مخلوقات یعنی انسان است. (نصیرالدین طوسی، ص ۱۰۷.۱۰۶؛ نراقی، ص ۱۷.۱۶) به نظر علمای اخلاق، در تهذیب نفس باید از طبیعت پیروی کرد، یعنی تهذیب را به همان ترتیبی که قوا در بدو خلقت یا تولد در انسان فعال می شوند، باید به تدریج شروع کرد، بنابراین اول باید قوه شهویه، بعد قوه غضبیه و سپس قوه ناطقه تعدیل شود. (نصیرالدین طوسی، ص ۱۵۴.۱۵۰ / مسکویه، ص ۶۹.۶۸ / نراقی، ص ۳۶ / غزالی، ج ۳،

ص ۵۸، ۶۰)

در نظر علمای اخلاق و همچنین عرفا، اصلی ترین راه تهذیب، مجاهدت و صبر است اما قبل از آن انسان باید رذائل و فضائل را به خوبی بشناسد تا فضیلتی با رذیلت یا رذیلتی با فضیلت مشتبه نگردد، آنگاه به طور مداوم و شدید بر ضد آن رذیلت عمل کند و اگر موفق نشد، باید نفس را با توبیخ و ملامت و مرارت تأدیب کند. (غزالی، ج ۳، ص ۶۶ / نصیرالدین طوسی، ص ۱۷۱۱۷۰ / نراقی، ص ۳۱، ۴۲، ۴۳) البته راه های دیگری نیز در کنار راه اصلی ذکر کرده اند، از جمله همنشینی با صالحان، دوری از اشرار، تفکر در تمام اعمال، خوراک حلال، احتراز از هر آنچه موجب تحریک قوای غضبیه و شهویه می شود و حتی پرهیز از مباحات تا نفس به محرّمات طمع نکند، دقت نظر در حرکات و سکنتات و اقوال و افعال، خلوت، عبادت مدام، دوام ذکر و مناجات، شناختن عیوب خود از طریق شنیدن آن از دشمنان و دوستان. (نصیرالدین طوسی، ص ۱۶۶، ۱۶۳ / نراقی، ص ۳۸، ۴۰ / ورام، ج ۱، ص ۹۴، ۹۶) تهذیب از نظر عرفا و علمای اخلاق مقدمه سعادت است. (نصیرالدین طوسی،

ص ۱۵۴)

خودسازی و تهذیب نفس از جمله مسائل مهمی است که فراوان مورد تأکید و توجه آیین مقدس اسلام قرار گرفته است و نقش محوری و اساسی در رسیدن انسان به مدارج عالی انسانی و کمالات اخلاق را دارد. قرآن کریم تزکیه و تهذیب نفس را عامل رستگاری و راه وصول به سعادت معرفی کرده است و فساد اخلاق را منشأ رذالت ها و بدبختی ها و مایه زیان می شناسد. (قَدْ أَفْلَحَ مَنْ رَزَّاهَا * وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا) (شمس/ ۹ و ۱۰)؛ «به حقیقت که رستگار شد آن کس که خود را از هر ناروا و پلیدی پیراست و زیان کار شد آن که به زشتی و ناروایی آلوده گشت.» از این آیه می توان استفاده کرد که نفس انسان قابلیت تزکیه و نیز آلودگی را دارد و این دو با انتخاب و اختیار انسان انجام می پذیرد. او اگر خواست نفس خویش را پاکیزه قرار می دهد و اگر نخواهد آن را آلوده می سازد.

در روایات فراوانی به طور مکرر دعوت به پیکار با تمایلات نفسانی شده و از این عمل به

عنوان جهاد اکبر یاد شده است. پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمود: «المجاهدُ مَنْ جَاهَدَ نَفْسَهُ فِي اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ» (وَرَام، ۱۳۰۱ق، ج ۱، ص ۹۶)؛ «مجاهد کسی است که در راه خدا با نفس خویش پیکار نماید.» همچنین امام علی عَلَيْهِ السَّلَام در این خصوص می فرماید: «غَايَةُ الْمَجَاهِدِ أَنْ يُجَاهِدَ الْمَرْءُ نَفْسَهُ»؛ «منتهای مجاهدت این است که انسان با نفس خویش مبارزه کند.» (عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، ۱۳۸۱ش، ص ۲۴۱)

رسول گرامی اسلام صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ همچنین در باب اهمیت تزکیه نفس فرمودند: «آن کس که خود را رهبر مردم می داند بر او است که پیش از تعلیم دیگران به آموزش خویش پردازد و بایستی پیش از آنکه به زبان تعلیم دهد عملاً مردم را با پروردگار آشنا سازد و آن کسی که به ادب و آموزش خویش پرداخته و به خود سازی کمر همت بسته است، به احترام سزاوارتر است از آن کسی است که دیگران را تعلیم و تربیت کند.» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۹۵، ص ۸۳)

رهبر انقلاب نیز با تأکید بر لزوم تقویت معنویات و اخلاقیات در جامعه، این چنین به برکات انقلاب در این زمینه در بیانیه گام دوم اشاره نمودند: عیار معنویّت و اخلاق را در فضای عمومی جامعه به گونه‌ای چشمگیر افزایش داد. این پدیده‌ی مبارک را رفتار و منش حضرت امام خمینی رَحِمَهُ اللهُ تَعَالَى در طول دوران مبارزه و پس از پیروزی انقلاب، بیش از هر چیز رواج داد، آن انسان معنوی و عارف و وارسته از پیرایه‌های مادی، در رأس کشوری قرار گرفت که مایه‌های ایمان مردمش بسی ریشه دار و عمیق بود. هرچند دست تطاول تبلیغات مروج فساد و بی بند و باری در طول دوران پهلوی ها به آن ضربه‌های سخت زده و لجنزاری از آلودگی اخلاقی غربی را به درون زندگی مردم متوسط و به خصوص جوانان کشانده بود، ولی رویکرد دینی و اخلاقی در جمهوری اسلامی، دل‌های مستعد و نورانی به ویژه جوانان را مجذوب کرد و فضا به سود دین و اخلاق دگرگون شد. مجاهدت‌های جوانان در میدان‌های سخت از جمله دفاع مقدّس، با ذکر و دعا و روحیه‌ی برادری و ایثار همراه شد و ماجراهای صدر اسلام را زنده و نمایان در برابر چشم همه نهاد. پدران و مادران و همسران با احساس وظیفه‌ی دینی از عزیزان خود که به جبهه‌های گوناگون جهاد می شتافتند دل

کنندند و سپس، آنگاه که با پیکر خون آلود یا جسم آسیب دیده‌ی آنان رو به رو شدند، مصیبت را با شکر همراه کردند. مساجد و فضاهای دینی رونقی بی سابقه گرفت. صف نوبت برای اعتکاف از هزاران جوان و استاد و دانشجو و زن و مرد و صف نوبت برای اردوهای جهادی و جهاد سازندگی و بسیج سازندگی از هزاران جوان داوطلب و فداکار آکنده شد. نماز و حج و روزه داری و پیاده روی زیارت و مراسم گوناگون دینی و انفاقات و صدقات واجب و مستحب در همه جا به ویژه میان جوانان رونق یافت و تا امروز، روز به روز بیشتر و با کیفیت تر شده است. و اینها همه در دورانی اتفاق افتاده که سقوط اخلاقی روزافزون غرب و پیروانش و تبلیغات پُر حجم آنان برای کشاندن مرد و زن به لجنزارهای فساد، اخلاق و معنویت را در بخش های عمده‌ی عالم منزوی کرده است و این معجزه‌ای دیگر از انقلاب و نظام اسلامی فعال و پیشرو است. معنویت به معنی برجسته کردن ارزش های معنوی از قبیل: اخلاص، ایثار، توکل، ایمان در خود و در جامعه است، و اخلاق به معنی رعایت فضیلت هایی چون خیرخواهی، گذشت، کمک به نیازمند، راستگویی، شجاعت، تواضع، اعتماد به نفس و دیگر خلقیات نیکو است. معنویت و اخلاق، جهت دهنده‌ی همه‌ی حرکت ها و فعالیت های فردی و اجتماعی و نیاز اصلی جامعه است، بودن آنها محیط زندگی را حتی با کمبودهای مادی، بهشت می سازد و نبودن آن حتی با برخورداری مادی، جهنم می آفریند. شعور معنوی و وجدان اخلاقی در جامعه هرچه بیشتر رشد کند، برکات بیشتری به بار می‌آورد. این، بی گمان محتاج جهاد و تلاش است و این تلاش و جهاد، بدون همراهی حکومت ها توفیق چندانی نخواهد یافت. اخلاق و معنویت، البته با دستور و فرمان به دست نمی آید، پس حکومت ها نمی توانند آن را با قدرت قاهره ایجاد کنند، اما اولاً خود باید منش و رفتار اخلاقی و معنوی داشته باشند و ثانیاً زمینه را برای رواج آن در جامعه فراهم کنند و به نهادهای اجتماعی در این باره میدان دهند و کمک برسانند، با کانون های ضد معنویت و اخلاق، به شیوه‌ی معقول بستیزند و خلاصه اجازه ندهند که جهنمی‌ها مردم را با زور و فریب، جهنمی کنند. ابزارهای رسانه‌ای پیشرفته و

فراگیر، امکان بسیار خطرناکی در اختیار کانون های ضدّ معنویّت و ضدّ اخلاق نهاده است و هم اکنون تهاجم روزافزون دشمنان به دل های پاک جوانان و نوجوانان و حتّی نونهالان با بهره گیری از این ابزارها را به چشم خود می بینیم. دستگاہ های مسئول حکومتی در این باره وظایفی سنگین بر عهده دارند که باید هوشمندان و کاملاً مسئولانه صورت گیرد و این البتّه به معنی رفع مسئولیت از اشخاص و نهادهای غیر حکومتی نیست. در دوره پیش رو باید در این باره ها برنامه های کوتاه مدّت و میان مدّت جامعی تنظیم و اجرا شود، ان شاء الله.» (بخشی از بیانیه گام دوم انقلاب)

۲.۱-۲. خودشناسی مقدمه تهذیب نفس

با خودشناسی انسان می تواند به ارزیابی و تحلیل درستی از صفات و استعدادهای خود دست یابد و در نتیجه آن، خصلت های ناروا را از خود دور کرده و درصدد تقویت جنبه های مثبت خود باشد. در نتیجه می توان گفت از توجه انسان به خود، برای خودسازی انگیزه ایجاد می شود، همچنان که در روایتی آمده است: «مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ جَاهَدَهَا وَ مَنْ جَهَلَ نَفْسَهُ أَهْمَلَهَا»؛ «کسی که نفس خود را شناخت با آن جهاد می کند و کسی که آن را نشناخت از خودسازی کوتاهی می کند.» (خوانساری، ۱۳۸۱ش، ج ۵، ص ۱۷۷-۱۷۸)

مقصود از خودشناسی آن است که انسان با درون نگری و خودکاوی و تأمل در وجود خویش و ابعاد آن و کشف استعدادها و نیروهای درونی و تمایلات و کشش های باطنی، هدف واقعی آفرینش و کمال نهایی و راه رسیدن به آن را بشناسد. این مسئله از جمله دستورات حکیمانه ای است که هم انبیاء و ائمه معصومین علیهم السلام به بشر ابلاغ کرده اند و هم عرفا و حکمای بزرگ جهان آن را به زبان آورده اند. بی جهت نیست که امام علی علیه السلام خودشناسی را برترین علوم معرفی کرده و فرموده اند: «أَفْضَلُ الْمَعْرِفَةِ مَعْرِفَةُ الْإِنْسَانِ نَفْسِهِ»؛ «برترین شناخت، خودشناسی است.» (محمدی ری شهری، ۱۳۸۴ش، جلد ۷، ص ۱۶۲، ح ۲۹۳۵)

۲.۲-۲. راهکارهای عملی تهذیب نفس:

کارهایی که به واسطه آنها می توان به تهذیب نفس پرداخت و در امر خود سازی به کار می

آیند متعدد می باشد که در این تحقیق به چند عوامل اشاره می کنیم؛

۲.۲- ۱- تبعیت از شریعت الهی:

از جمله اقدامات اولیه جهت خود سازی قرار دادن وجه کلی قلب به سمت خدا و دین و شریعتی آسمانی وی است. خداوند در قرآن می فرماید: (فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا) (روم/۳۰).

خداوند با فرستادن خاتم انبیا و قرار دادن کتاب آسمانی و شریعت در دست آنها بر بشریت ممت نهاد تا ایشان آیات خدا را برای آنان بخواند و از این طریق آنها را پاکیزه و تهذیب کنند، ایمان و دوستی خدا را در دلها زنده سازند و امانت و صداقت را به آنها بیاموزند. مقصود از آیین حنیف در این آیه که آفرینش انسان بر روی آن استوار شده همان «آیین توحید» و خداجویی است. این آیه با صراحت کامل هر نوع انحراف از جاده توحید را مخالف فطرت انسانی دانسته است. امام صادق علیه السلام آیه را چنین تفسیر می فرماید: «فَطَرَهُمْ عَلَى التَّوْحِيدِ». (کلینی، ۱۳۶۵ش، ج ۲، ص ۱۲)

رهبر انقلاب رفتار امام خمینی رحمته الله علیه را به عنوان الگو و اسوه معرفی می کنند: «به اعتقاد من بایستی مهم ترین امر در ذهنتان این باشد که به خدا توکل کنید و حقیقتاً به معنای واقعی کلمه از او کمک بخواهید و از او استغاثه کنید. عجزمان را بایستی به قدرت بی نهایت پروردگار وصل کنیم، تا به کلی آسیب ناپذیر شویم من در زندگی امام بزرگوارمان رحمته الله علیه این را یافتیم که وقتی بار عظیمی بدون سابقه بر دوش او قرار می گرفت، با اتصال و ارتباط معنوی و قلبی، خودش را تقویت می کرد..» (امام خامنه ای، بیانات رهبری در دیدار اعضای کادر

مرکزی حزب الله لبنان- ۱۳۷۰/۱۲/۱۳، <https://khl.ink/f/2601>)

لذا هر آنکه به دنبال تهذیب نفس و خود سازی است، باید بداند که اولین قدم در این مسیر گردن نهادن به شریعت و احکام الهی و داخل شدن در جرگه مؤمنان است. مادامی که انسان فرمان و دستورات حق را به گردن نگیرد و در مقابل آن خاضع نگردد، مخالف فطرت خویش گام نهاده است و به تهذیب صحیح نفس نایل نمی گردد.

۲.۲-۲-۲. ذکر:

یکی دیگر از راه های رسیدن به قرب الهی ذکر و یاد خداست که انسان با ذکر از افق ماده اوج گرفته و به عالم معنا و معنویت قدم می گذارد و کامل می شود. ذکر نقطه شروع حرکت به سوی تکامل و تقرب الی الله است، انسان سالک با ذکر، خود را به مبدأ اعلی نزدیک می نماید. البته باید این ذکر دائمی باشد و هم به زبان خدا را یاد نماید و هم با قلب و دل توجه تام به خداوند داشته باشد. قرآن مجید در مورد کسانی که صاحبان خرد و اندیشه هستند، می فرماید: (الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ)؛ «اینها کسانی هستند که هیچ موقع خداوند را فراموش نمی کنند و در تمام حالات یاد خدا هستند.» (آل عمران/۱۹۱) پس معلوم می شود که ذکر حق دل را صفا و روشنی می بخشد و محبوب خدا می گرداند و از اسارت نفس می رهاند و حب دنیا را از دل می راند و خانه را برای ورود صاحب خانه آماده می سازد و بهتر از ذکر دوام برای رفع معایب نفس و راهبری نیکوتر در معارف الهی پیدا نمی شود.

مقام معظم رهبری نیز قدم اول در راه خدا را، شکستن خویشتن و خود را فقیر و تهیدست مطلق دیدن است. یعنی انسان در عین قدرت و ثروت و علم و برخوردار از مزایا و محاسن و خصوصیات مثبت و در اوج دارایی و توانایی، واقعاً خود را در مقابل خدا، نیازمند و تهی دست و محتاج و کوچک و حقیر ببیند. این، آن روحیه‌ی کمال انسانی است که البته باید با تمرین به اینجاها رسید. (امام خامنه ای، سخنرانی در دیدار اقشار مختلف مردم در روز بیست و سوم ماه مبارک رمضان-۱۳۶۹/۰۱/۳۰، <https://khl.ink/f/2296>)

۲.۲-۲-۳. روزه:

یکی از عبادت های بسیار بزرگی که در تزکیه و تهذیب نفس و خودسازی آثار فراوانی دارد روزه است. در روزه دو مؤلفه مهم برای خودسازی از ناحیه شارع مقدس لحاظ شده است که یکی از سنخ ترک و دیگری از سنخ انجام است. آن دو عبارتند از؛ اول: خودداری از مبطلات روزه از جمله خوردن و آشامیدن و دوری از عمل جنسی و هم

چنین دروغ بستن به خدا و رسول او.

دوم: خلوص نیت و قصد قربت که به منزله روح این عبادت است. روزه دار با ترک گناهان، نفس اماره را مهار کرده و به اختیار خود در می‌آورد. لذا ماه رمضان دوران جهاد و تمرین و کفّ نفس از بسیاری اعمال و رفتار ناپسند و خلاف شرع و عرف و دوران جهاد با نفس و مبارزه با هواهای شیطانی است.

در بحث اخلاق، تهذیب نفس و ارزش و فضیلت روزه و ماه مبارک رمضان، مقام معظم رهبری نیز افاضاتی دارند از جمله اینکه: «همه‌ی این دردهای بزرگ، بیماری‌های مهلك و خطرناك، یعنی منیت‌ها، کبرها، حسدها، تعدی‌ها، خیانت‌ها، لابلالی‌گری‌ها - که اینها بیماری‌های بزرگ ما هستند - در ماه رمضان فرصت علاج پیدا می‌کنند، قابل درمان می‌شوند.» (امام خامنه‌ای، خطبه‌های نماز عید سعید فطر-۱۳۸۸/۰۶/۲۹، <https://khl.ink/f/8070>) و نیز «ما همان ماده‌ی خام هستیم که اگر روی خودمان کار کردیم و توانستیم این ماده‌ی خام را به شکل‌های برتر تبدیل کنیم، آن کار لازم در زندگی را انجام داده‌ایم.» (امام خامنه‌ای، بیانات رهبری در اوّلین روز ماه مبارک رمضان-۱۳۷۱/۱۲/۰۴، <https://khl.ink/f/2656>)

بنابراین مهم‌ترین راه کار برای تهذیب نفس همان ارتباط قلبی با خدای متعال و توکل بر اوست. با ذکر و یاد خدا دل‌ها آرام می‌گیرد و ذهن‌ها از فکر گناه و آلوده‌رهایی می‌یابند. این ذکر و یاد خداوند است که بزرگترین تهذیب برای انسان هاست و آنها را از خطا و اشتباه مصون می‌دارد.

۳.۲. ورزش و سبک زندگی

ورزش از نظر لغوی اسم مصدر است. به معنای «ورزیدن» و برزیدن مصدر آن، یعنی کارکردن، عمل کردن، کوشیدن، پیایی انجام دادن و ریاضت کشیدن است که به هر نوع فعالیت بدنی و بازی که منجر به انجام مسابقه و نمایش مهارت بین دو فرد یا دو گروه شود، ملزم به انجام تمرین‌های مداوم و فراگرفتن مهارت در یک حرکت یا رشته ورزشی باشد،

اطلاق می‌شود.

عبارت سبک زندگی را باید اخصّص از زندگی دید. با دقت در معنای واژه‌ی «سبک»، می‌توان مراد از سبک زندگی را دقیق‌تر یافت. سبک مترادف واژه‌ی «سیره» بر وزن «فعلّه» در زبان عرب است. در این وزن، واژه نه بر نفس عمل که بر نوع عمل دلالت دارد و اهل لغت آن را همان طریقه، هیئت، رفتار و روش و حالتی دانسته‌اند که انسان و غیر انسان بر آن حالت باشند. (طریحی، ۱۳۷۵ ش، ج ۳، ص ۳۴۰ / راغب اصفهانی، ۱۳۶۲ ش، ص ۲۴۷) شهید مطهری نیز «سیره» را نوع و سبک رفتار دانسته است. (مطهری، ۱۳۸۹ ش، صص ۴۵ و ۴۶)

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای در بیانیه گام دوم در مورد محور سبک زندگی اینگونه بیان نمودند: «سخن لازم در این باره بسیار است. آن را به فرصتی دیگر وا می‌گذارم و به همین جمله اکتفا می‌کنم که تلاش غرب در ترویج سبک زندگی غربی در ایران، زیان‌های بی‌جبران اخلاقی و اقتصادی و دینی و سیاسی به کشور و ملت ما زده است. مقابله با آن، جهادی همه‌جانبه و هوشمندانه می‌طلبد که باز چشم امید در آن به شما جوان‌ها است.» (بیانیه گام دوم انقلاب خطاب به مردم ایران، ۱۳۹۷/۷/۲۲، <https://khl.ink/f/41673>)

ایشان آنجایی که سخن از سبک زندگی به میان آورده‌اند، هم ردیف آن عبارات «روش زندگی» و «عادات زندگی» را نیز به کار برده‌اند (امام خامنه‌ای، بیانات در دیدار ائمه جمعه سراسر کشور، ۱۳۹۴/۱۰/۱۴، <https://khl.ink/f/31847>)، بیانات در دیدار جوانان استان خراسان شمالی، ۱۳۹۱/۷/۲۳، <https://khl.ink/f/21252>) که می‌تواند حکایت از دلالت سبک زندگی بر رفتارهایی داشته باشد که به عادت یک فرد یا جامعه تبدیل شده‌اند و از آنجا که در توضیح سبک زندگی، از عبارت «چگونگی مشی زندگی» (امام خامنه‌ای، بیانات در دیدار اعضای ستادهای برگزاری کنگره شهدای استان کهگیلویه و بویراحمد و خراسان شمالی، ۱۳۹۵/۷/۵، <https://khl.ink/f/34514>) استفاده نموده‌اند، استفاده می‌شود که اساساً سبک زندگی، نه بر نفس عمل و رفتار، بلکه بر کیفیت، شیوه و چگونگی رفتارها دلالت دارد. بر این اساس در سبک زندگی، چگونگی آن دسته از رفتارهای فردی و

اجتماعی مورد نظر است که برای انسان به یک عادت یا حالت پایا تبدیل شده باشند و از نوعی تداوم برخوردار باشند.

یکی از اصول تربیتی در نظام فکری آیت الله خامنه‌ای، اصل تأثیر متقابل رفتارها، باورها و گرایش‌ها است. بر این اساس، تعلقات و تلقی‌ات انسان از رفتارهای خوب و بد او اثر می‌پذیرد. کار اگر بد باشد، «... روی دل ما اثر می‌گذارد، روی اخلاق ما اثر می‌گذارد، گاهی روی برداشت‌ها و تلقی‌های ما اثر می‌گذارد. دلبستگی که پیدا می‌کنیم، این دلبستگی روی ذهنیات ما اثر می‌گذارد». (امام خامنه‌ای، بیانات در دیدار نمایندگان مجلس شورای اسلامی، ۱۳۸۸/۴/۳، <https://khl.ink/f/8472>) در باب عمل خوب هم همین اصل وجود دارد. چنانکه ایمان «انسان را می‌کشاند و به عمل صالح دلالت می‌کند... عمل صالح هم انسان را به ایمان دلالت می‌کند. یعنی یک تأثیر و تأثر متقابل وجود دارد». (امام خامنه‌ای، بیانات در دیدار رئیس جمهور و اعضای هیات دولت، ۱۳۸۳/۸/۲۰، <https://khl.ink/f/3259>) این اصل ما را به یک راهبرد مهم می‌رساند و آن اینکه اصلاح و تغییر تمایلات و اندیشه‌ها می‌تواند به واسطه‌ی همین رفتارهای ظاهری صورت بگیرد، پس باید مراقب عمل جامعه و سبک زندگی جامعه بود. تأثیر عمل بر باور، قطعی و اجتناب‌ناپذیر است: «عمل بد، به تغییر باورها منتهی می‌شود». (امام خامنه‌ای، بیانات در دیدار اعضای شورای عالی انقلاب فرهنگی، ۱۳۹۱/۳/۲۳، <https://khl.ink/f/18292>) البته در منظومه‌ی فکری معظم‌له، آنچه می‌تواند «ماده‌ی خام» وجود انسان را به «شکل‌های برتر» تبدیل کند، استمرار عمل است (خسروپناه، ۱۳۹۶ش، ص ۳۸۳) و همین استمرار عمل است که می‌تواند ادراک و آگاهی را به ایمان که همان باور قلبی است تبدیل کند. (امام خمینی رحمته‌الله علیه، ۱۳۹۱ش، ص ۸۷ و ۸۸ / آیت الله خامنه‌ای، ۱۳۹۳ش، ص ۱۰۳) در منطق قرآن نیز عمل بد می‌تواند باور را ایجاد، متأثر و حتی متحول نماید: (ثُمَّ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ أَصَابُوا السُّوْأَىٰ أَنْ كَذَّبُوا بِآيَاتِ اللَّهِ وَكَانُوا بِهَا يَسْتَهْزِئُونَ) (روم/۱۰): «آن گاه فرجام کسانی که بدی کردند بسی بدتر بود، چرا که آیات خدا را تکذیب کردند و آنها را به ریشخند می‌

گرفتند». همین اصل در سبک زندگی نیز جاری است. در سبک زندگی دینی، تداوم عمل با معرفت دینی توأم است: (مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعًا إِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ وَ الْعَمَلُ الصَّالِحُ يَرْفَعُهُ...) (فاطر/ ۱۰): «هر کس سربلندی می‌خواهد، سربلندی یکسره از آن خداست. سخنان پاکیزه به سوی او بالا می‌رود و کار شایسته به آن رفعت می‌بخشد...») در این آیه، منظور از کلام طیب همان عقاید حقّ است. علامه طباطبایی با عنایت به عبارت «الْعَمَلُ الصَّالِحُ يَرْفَعُهُ»، مرجع ضمیر در «يَرْفَعُهُ» را عقاید حقّ می‌داند و معتقد است به میزانی که عمل مکرر شود، اعتقاد راسخ‌تر، روشن‌تر و در تاثیرش قوی‌تر می‌گردد. (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۷، ص ۲۳) بر این اساس، سبک زندگی به عنوان راهبردی برای تغییر نگرش‌ها و باورها مطرح است.

خطر ترویج سبک زندگی غربی در توصیه‌ی هفتم از بیانیه‌ی گام دوم انقلاب گوشزد شد. آیت‌الله خامنه‌ای قبلاً تصریح کرده بودند که عده‌ای در داخل کشور درصدد ترویج اخلاق و سبک زندگی غربی با هدف به انحراف کشاندن انقلاب اسلامی هستند. (امام خامنه‌ای، بیانات در دیدار جمعی از دانشجویان، ۱۳۹۶/۳/۱۷، <https://khl.ink/f/36775>)، مروّجان سبک زندگی غربی تحت عناوینی چون «تحول شخصیت ایرانی»، به هدف خود تصریح کرده‌اند. آنها با هدف پیوستن به جهانی شدن به عنوان یک فرآیند غربی-آمریکایی، درصدد اصلاح حاکمیت ایران و تغییر مسیر انقلاب هستند. معتقدند راه اصلاح حاکمیت از تغییر باورها و تغییر باورها از طریق تغییر سبک زندگی و مطابقت نظم رفتاری مردم با نظم غربی می‌گذرد. در این صورت خواست مردم با خواست انقلاب متفاوت می‌شود و در نتیجه انقلاب اسلامی تابع خواست جامعه تغییر مسیر خواهد داد. واقعیت این است که دشمن فهمیده که راه اثرگذاری بر باورهای مردم، تغییر نظم رفتاری ظاهری و به اصطلاح تغییر سبک زندگی است. تدوین اسناد بین‌المللی همچون سند آموزش ۲۰۳۰ و تولیدات و تبلیغات بیشمار رسانه‌ای را می‌توان در همین چهارچوب تحلیل کرد.

همچنان که در سطور پیشین بیان شد، دشمن راهبرد خود را بر تغییر سبک زندگی با هدف

تغییر باورها متمرکز کرده است. این راهبرد البته از پشتوانه‌ی نظری برخوردار است و آن اینکه «واقعیت‌های زندگی، در فکر انسان اثر می‌گذارد. رفتار روزانه در دل و روح انسان اثر می‌گذارد - هم روح خود انسان، هم روح مخاطبان و معاشران انسان - اینها می‌خواهند این [سبک زندگی] را تغییر بدهند». (امام خامنه‌ای، بیانات در دیدار ائمه جمعه سراسر کشور، ۱۳۹۴/۱۰/۱۴، <https://khl.ink/f/31847>) راه مقابله با این تهاجم نیز از ترویج سبک زندگی دینی و تعمیق و گسترش آن در متن جامعه می‌گذرد. علمای دینی در حوزه‌ی تربیت نیز بر همین شیوه تأکید دارند. انسان موجودی است که نیازمند تربیت عقل، نفس، قلب و آداب ظاهری خود است. در این میان انسان اگر بخواهد عقل و نفس خود را تربیت کند، ابتدا باید از ادب ظاهری شروع کند. ادب ظاهری، اثر تربیتی خود را در نفس و قلب انسان خواهد گذاشت. (تهرانی، ۱۳۹۵ش، ص ۷۷) همچنانکه رهبر انقلاب در توصیه‌ی هفتم بیانیه هم تأکید کردند و قبلاً در دیدار دانشجویان هم خطاب به جوانان دانشجو گفته بودند (امام خامنه‌ای، بیانات در دیدار جمعی از دانشجویان، ۱۳۹۶/۳/۱۷، <https://khl.ink/f/36775>)، مسئولیت اصلی این جهاد، برعهده‌ی جوانان است. جوانان به مثابه پیشران حرکت انقلاب، اگر خود به رعایت سبک زندگی دینی ملتزم باشند، جامعه را هم دنبال خود حرکت خواهند داد. تأکید حضرت آیت‌الله خامنه‌ای بر مظاهر دینی در میان جوانان همچون اعتکاف، رونق‌یافتن فضاهای دینی، اردوهای جهادی، صحنه‌های عبادت، پیاده روی‌های زیارت اربعین و... اهمیت همین مطلب را می‌رساند.

در جهان معاصر پیشرفت انسان در ابعاد جسمانی، روانی و اجتماعی از اهداف تربیت بدنی و ورزش است. با توجه به تغییرات جهانی، توسعه سریع علوم و تاثیر آنها بر زندگی افراد جامعه، ماشینی شدن کارها و زندگی، افزایش اوقات فراغت، کم‌تحرکی مشاغل و افراد، شیوع بیماری‌های مرتبط با بی‌تحرکی ارزش‌حیاتی و کاربردی تربیت بدنی را بیشتر آشکار می‌شود. ورزش پدیده‌ای به عنوان نوعی تربیت و به عنوان بخشی از تربیت کلی مکتب اسلامی نگریسته شده است که فرد را از سلامت جسمانی به سلامت روحانی و از قوت مادی

به سوی قوت معنوی و از تقویت جسم به سوی تقویت عقل و اعتدال نفسانی سوق می دهد. پس از این مقدمه، با استعانت از گزیده هایی از فرمایشات رهبر انقلاب در خصوص تربیت بدنی و ورزش، سعی می شود در حد امکان، جهت گیری های اساسی در این مقوله مورد بررسی قرار گیرد.

حضرت آیت الله خامنه ای، رهبر معظم انقلاب در این زمینه به سه محور اساسی که جهت گیری های عمده در ورزش را روشن می نماید، اشاره نموده اند که در ادامه، این محورها مورد بررسی قرار می گیرند.

ایشان به سه محور به قرار زیر اشاره فرمودند:

۱. زنده کردن اشتیاق به ورزش و روح ورزشکاری و ورزش خواهی در مردم؛

۲. زنده کردن ورزش های بومی و محلی؛

۳. ورزش های همگانی.

جهت گیری نخست که زنده کردن اشتیاق به ورزش به همراه روح ورزشکاری و ورزش خواهی می باشد، همراهی اشتیاق به ورزش، با توسعه روح ورزشکاری و ورزش خواهی در مردم، ناظر بر بعد تربیتی و اخلاقی و آمیختگی مفاهیم دینی در این توسعه است. در واقع روح ورزشکاری، به معنای رعایت مسائل انسانی و انسانی در عرصه ورزش و حضور آن ها در این فعالیت ها و عدم فراموشی و ترویج و توسعه جدی بر مبنای پژوهش و برنامه ریزی است.

وجود روحیه ورزشکاری در حقیقت همان عنصر اساسی و فراموش شده در دنیای معاصر است و همان است که اساساً هدف از ورزش و ورزشکاری را آن طور که از فرمایشات امام علیه السلام برمی آید، تشکیل می دهد. آن جا که امام رحمته الله علیه متذکر می شوند تهذیب نفس باید به دنبال ورزش حاصل شود، به همین امر اشاره دارند، لذا اشاعه روح ورزشکاری و قصد اشاعه آن در جامعه توسط مسئولان فرهنگی، علمی و اجرایی نشان از عدم فراموشی و گم کردن راه اصلی در ورزش و تربیت بدنی در جامعه دارد.

اما چگونه باید به مقابله با این مشکل پرداخت و دسیسه حذف ترویجی عناصر ارزشی و تهی نمودن آن در ورزش و منحرف نمودن ورزش از مسیر صحیح را خنثی کرد. گرچه پاسخ به این سؤال خود به بحث مستقلی نیاز دارد، اما از بعد فرهنگی و علمی باید از واژه ها و اصطلاحات رایج در امر ورزش آغاز نمود و محتوا، اهداف، برنامه ها و سیاست ها را مورد تأمل و پژوهش قرار داد.

یعنی به همان ترتیب که رفته رفته این پدیده را از متن جامعه خارج نمودند و به عنوان امر مستقلی جدای از وظایف فردی و اجتماعی مطرح کردند، باید مجدداً فعالیت های جسمانی و ورزشی به عنوان زمینه های مناسب پرورش صفات عالی انسانی، فعالیت های شغلی، آمادگی های نظامی و روابط انسانی و اجتماعی مورد بازنگری قرارگیرند و این از مسئولیت های مسلم دانشگاه ها و مراکز پژوهشی است. (امام خامنه ای، بیانات در دیدار جمعی از ورزشکاران-۱۳۸۳/۰۷/۱۴، <https://khl.ink/f/3252>)

پس در واقع اشاعه روح ورزشکاری و اشتیاق ورزش در جامعه، با بازنگری عمیق فرهنگ ورزش میسر است. بدیهی است تحقق این جهت گیری اساسی در ورزش همان گونه که بیان شد نخست به عهده دانشگاه ها به عنوان مراکز علم و فکر می باشد. تحقیقات در دانشگاه های ما باید در راستای این جهت گیری اساسی در ورزش و در واقع برای اصلاح آن باشد و به طور جدی عمل نمایند.

تحقیقات مستقل و پایان نامه ها و رساله های متعددی در این خصوص باید تدوین شود، تا هم ریشه های انحراف که قطعاً جزئی از برنامه های وسیع استکباری در بیگانه نمودن کشور از خویشتن فرهنگی خویش و پذیرش بی قید و شرط تفکر بیگانگان بوده است، مورد بازشناسی عمیق قرار گیرد و از سویی نیز شیوه های بازگشت به فرهنگ اصیل دینی و ملی متناسب با مقتضیات عصر حاضر بررسی و شناسایی شود تا راهکارهای اجرایی مطلوب تعیین گردد.

برنامه ریزان آموزشی نیز با بازنگری در برنامه های کنونی در مقاطع مختلف و با ایجاد گرایش

های متناسب با این نیازها، نیروی انسانی توانا و مورد نیاز جامعه را تأمین نمایند.

وزارت آموزش و پرورش نیز با درک عمیق تر نقش تربیتی ورزش و آگاهی بیشتر از این که ورزش، تنها وسیله ای است که تلفیق وجه درونی انسان با وجه بیرونی را به عهده دارد، عنایت بیشتری به ایجاد ساختار مناسب سازمانی داشته باشد و به امر ضرورت وجود معلم ورزش در مقاطع مختلف تحصیلی اهتمام بیشتری داشته باشد.

برنامه های بازآموزی معلمان و یا تربیت معلمان به خصوص در مقاطع تحصیلی پایین باید متناسب با نیازهای اساسی دانش آموزان و همگام با جهت گیری های اساسی در ورزش، از جمله ایجاد روح ورزشکاری در آنان باشد.

سازمان تربیت بدنی نیز به عنوان مهم ترین سازمان اجرایی در امر ورزش و تربیت بدنی باید با درک این اهداف و جهت گیری های منبعث از آن، استراتژی مشخص خود را در چگونگی ایجاد اشتیاق ورزش در مردم و ترویج روح ورزشکاری تدوین و ارائه نماید. این سازمان به عنوان نظام اجرایی باید رابطه تنگاتنگی را با نظام دانشگاهی برقرار نماید و بدون آن که بخواهد خود وظایف آن ها را نیز بر عهده گیرد، نیازهای کارشناسانه خود را طبقه بندی کند و به بخش های آموزشی و پژوهشی دانشگاهی واگذارد.

این رابطه نظام آموزشی و پژوهشی دانشگاهی و نظام اجرایی، می تواند تضمینی در بهره وری بهتر منابع انسانی، انطباق فعالیت های علمی و پژوهشی دانشگاه ها با نیازهای نظام اجرایی و در نتیجه، برآوردن این نیازها در کوتاه مدت و دراز مدت باشد.

مسئله رواج ورزش های بومی و محلی که جزء ملیت و فرهنگ ایران محسوب می شود، دومین محور در جهت گیری اساسی در ورزش کشور است. توجه به چنین امری خود می تواند به عنوان شیوه ای مطلوب و مناسب در همگانی کردن ورزش نیز محسوب گردد.

اساساً ورزش هایی که در گذشته این کشور رواج داشت، عموماً دور از تربیت باطنی نبود، در واقع بررسی ورزش های بومی و محلی نشان می دهد این ورزش ها گرچه با هدف اولیه بهداشت، نیرومندی و رشد جسمی شروع می شدند، اما در عین حال آماده نمودن جهت

تحمل مشقت کار و برای رفع خستگی های روانی و ایجاد استقامت هم بوده اند و از آن برتر تربیت انسانی سالم و با نشاط و واجد مفاهیم عالی انسانی را در هدف داشته است. ورزش های بومی و محلی ورزش هایی در خدمت زندگی هستند و به واسطه همین، احساس نیاز به آن وجود داشته است و به جهت این که در متن زندگی جای داشتند مورد استقبال اقشار مختلف جامعه واقع می گردیدند.

ورزش هایی که در عمق فرهنگ اصیل ما ریشه دارند فقط ظاهر انسان ها را درست نمی کردند، بلکه از درون سازنده انسان بودند. چون این ورزش ها همراه با توانایی کاربردی آن، تحت نظام عقلی و انسانی بود، لذا خود در تهذیب جامعه و تذکر مسائل انسانی نقش ایفا می نمودند. نمونه ای گروهی از چنین جهت گیری ای پیدایش گروه حلف الفضول بود که پیامبر اسلام نیز به ایشان پیوست، اهل فتوت یا فتيان، عیاران، شطاران و نظایر آن نمونه هایی از تبلور اندیشه اصیل فرهنگ دینی و ملی در ورزش می باشند. پاسداری از زندگی خانوادگی و قومی و ملی در برابر تجاوزات بیگانگان، بدن نیرومند و چابک و مقاوم را ایجاد می کرده و این امر بدون درک مسئولیت اخلاقی به خاطر دفاع از مقدسات و نوامیس انسانی نمی توانست میسر باشد. لذا ورزش در ایران دیرین و باستان هم در کسب فضایل اخلاقی و هم در هدف های نظامی و جنگی شکل گرفته است.

رهبر معظم انقلاب در ارائه رهنمود در این باره می فرمایند: «زنده کردن ورزش های بومی نیازمند تلاش، ابتکار و فکر کردن است و با اجرای برنامه های بلندمدت، می توان ورزش بومی را به فراتر از مرزها نیز منتقل کرد. در واقع در امر گفتگوی تمدن ها که به ابتکار ریاست محترم جمهور مطرح شده، ورزش های بومی و محلی می توانند بهترین عناصر مطرح در این زمینه باشند.» (امام خامنه ای، بیانات در دیدار جمعی از جوانان-۱۳۷۷/۰۲/۰۷، <https://khl.ink/f/2884>)

در ورزش های بومی و محلی باید به عناصر سازنده و روابط حرکات ورزشی با عوامل مورد اعتنا و نظر مکتب درباره تربیت انسان و آمادگی های آینده او واقف شد.

در این راه پس از نقش دانشگاه‌ها، سازمان‌های اجرایی و رسانه‌های گروهی هم متناسب با این جهت‌گیری باید عمل نمایند و این ورزش‌ها را از شکل نمایشی خارج نموده و به جد برای رواج و بهره‌مندی جامعه اندیشه نمایند.

سومین جهت‌گیری، ترویج ورزش‌های همگانی است که دلیل تأخیر آن در دو جهت‌گیری دیگر این است که باید دانست که چه ورزشی برای همگانی نمودن مناسب است، چرا که در دو جهت‌گیری نخست به خوبی خطوط راهنمایی اصلی در توسعه و تعمیم ورزش را معین می‌نماید و حداقل آن‌چه در آینده باید بدان دست یافت را مشخص می‌کند.

از طرفی نیز در ورزش‌های کنونی می‌باید غور و تأمل نمود و برای توسعه آن‌ها راهبردهای مشخصی را تدوین کرد، اساس امر آن است که مسئولین و برنامه‌ریزان نظام اجرایی ورزش کشور با درک عمیقی که از ورزش و توانمندی آن در تربیت و اصلاح جامعه دارند به امر همگانی نمودن ورزش همت گمارند. درک عمیقی که به ورزش به عنوان یک علم و از نوع علوم تربیتی بنگرند که با آن مجموعه وجودی انسان مورد توجه قرار می‌گیرد.

لذا مشخص می‌شود در امر همگانی نمودن ورزش نیز نقش مربی و معلم دارای اولویت نخست است. اساساً نقش نیروی انسانی کارآمد در ایجاد حرکت و جهش علمی و اجرایی، نقش تعیین‌کننده‌ای است. مهم آن است که در وهله نخست محل تأمین این نیروی انسانی درست انتخاب شود و دیگر این که متناسب با نیاز و خواست نظام اجرایی، برنامه‌های تأمین و تربیت نیروی انسانی تدوین گردد. چنین امری در تربیت نیروی انسانی به عنوان معلم و مربی ورزش به طور کلی و مربی ورزش‌های همگانی به طور خاص نیز صادق است. تعدد مراکز تربیت نیروی انسانی و انجام آن توسط نظام اجرایی که مأموریت سازمانی مشخصی دارند، قطعاً به تربیت نیروی انسانی کارآمد منجر نمی‌شود. از سوی دیگر عدم ارتباط دانشگاه‌ها و سازمان‌های اجرایی نیز نمی‌تواند برنامه‌های مورد نیاز این سازمان‌ها را برآورده نماید.

بنابراین در همگانی کردن ورزش به عنوان یکی دیگر از جهت‌گیری‌های لایق در ورزش

کشور، هم توجه به نقش تحقیقات در تعیین نوع ورزش ها، سیاست ها و خط مشی های توسعه آن ها لازم است و هم بازنگری به ورزش های موجود برای شناسایی و انطباق با پسندهای مکتب و حذف یا کمزنگ کردن جنبه های مغایر ضروری است و بالاخره با توجه به نقش مهم معلمین و مربیانی که توانایی ابلاغ پیام مهم ورزش در نظام اسلامی را به نسل جوان داشته باشد و مکان تربیت آنان هم ضروری است. بالاخره با بازنگری در محتوا و برنامه و علمی تر کردن ساختار و نظام آموزشی و سپردن این امر مهم به دانشگاه ها، همگانی کردن ورزش را در درازمدت می بایست دنبال نمود.

مقام معظم رهبری نیز ترویج ورزش همگانی را به مردم و جوانان توصیه می کنند و می فرمایند: «ورزش همگانی را ترویج کنید، ورزش همگانی، سلامت همگانی است. من البته از سابق که بعضی ها نسبت به ورزش قهرمانی ان قُلت داشتند، همیشه دفاع کردم از ورزش قهرمانی - به دلایل متعددی که حالا بعضی از آنها را عرض کرده ایم و روشن است - لکن ورزش همگانی، یعنی سلامت جسمانی عمومی ملت، که این متأسفانه امروز آن چنان که باید، نیست. خب، زندگی شهری را ملاحظه می کنید، عدم تحرک، غذاهای نامناسب، غذاهای تقلیدی که در بعضی از این فروشگاه ها در اختیار می گذارند و مردم هم به اینها اقبال می کنند و عمدتاً عدم تحرک، اینها جسم ملت را ضعیف می کند، جسم ها باید قوی باشد، باید سالم باشد، این با ورزش همگانی به دست می آید، به آن حتماً توجه کنید. روی آوردن مردم به ورزش، بسیاری از مشکلات و معضلات اجتماعی و اخلاقی را حل می کند، مثل مسئله اعتیاد، مسئله تنازعات خانوادگی، داخلی، مشکلات کسبی، اعصاب، چه و چه. اگر ورزش به صورت همگانی در کشور حقیقتاً باب شود. یکی از مهم ترین دستاوردهای ورزش این است که دایم میدان های تازه و افق های تازه ای را باز می کند و قابلیت های جسم انسان و قدرت پروردگار را در به وجود آوردن این جسم، در خلق این شیء بدیع که نامش انسان است، نشان می دهد. این جسم با این همه دارای تحرک، با یک عامل معنوی همراه است و آن عامل، خرد و اراده ی انسان است، که انسان می تواند این دو

را به کار بگیرد و جسم را هدایت کند و در جهت های گوناگون آن را حرکت بدهد. آن اراده هم خودش یک چیز فوق العاده ای است. ورزشکار اگر دارای اراده ی قوی و عزم راسخ نباشد، قطعاً به مرحله ی قهرمانی نمی رسد، اگر اراده نباشد حتی ورزش هم نمی کند. با اینکه این همه راجع به ورزش گفته می شود - ورزش معمولی، نرمش صبحگاهی - اما بعضی ها حاضر نیستند ده دقیقه، یک ربع وقتشان را به این کار مصروف کنند، این کم ارادگی است. حالا وقتی یک جوانی ورزش می کند و سختی های جسمانی ورزش را تحمل می کند، و با شوق و ذوق به سمت پرورش استعداد های جسمانی و بدنی خودش حرکت می کند، این عزم راسخ را نشان می دهد، این یک نقطه ی خصوصیت شخصی است.» (امام خامنه ای، بیانات در دیدار مدال آوران المپیک و پارالمپیک - ۱۳۹۱/۱۲/۲۱، <https://khl.ink/f/22168>)

لزوم پرهیز از اختلاف و کوشش در ایجاد تفاهم و همدلی بین نظام های دانشگاهی و اجرایی در ورزش کشور که برخاسته از اعتقاد و باور به حل مشکلات و نارسایی های موجود از طریق علم و پژوهش است، از امور مهم می باشد، تا ورزش کشور در راه صحیح و اصولی خود گام نهد و نقش بارز خود را به عنوان وسیله ای مفید در تهذیب سلامت و تأمین مهارت های مورد نیاز جامعه اسلامی ایفا نماید.

نتیجه گیری

مؤلفه های مطرح شده برای علم و پژوهش، معنویت و اخلاق و سبک زندگی اسلامی، هر کدام زیرمجموعه های بی شماری دارند که بسیار گسترده می باشند. آنچه در این تحقیق مورد نظر بوده است، تبیین این مؤلفه ها و شاخص ها در قالب تحلیل گفتمانی مقام معظم رهبری و ارائه بخش هایی از آنها به منظور توجه بیشتر جوانان می باشد.

تحصیل به معنی کسب علم و آموختن دانش است که با محور علم و پژوهش در بیانیه گام دوم انقلاب تناسب و ارتباط دارد، آنچه که مسلم است، اهمیت و ارزش علم و پژوهش در اسلام حائز جایگاه بسیار والایی است که رهبر انقلاب نیز از کوشش و تلاش در مسیر آن به

جهاد و مجاهدت تعبیر می کنند. دانش را مقدمه توانمندی کشور و محقق کننده آرمان های انقلاب می دانند و هدف از آن را خدمت، معنویت، سعادت بشر، استقرار عدالت، رشد فضایل انسانی و دفاع از حقوق انسان هاست که باید توأم با اخلاق و دین و مایه خیر و برکت باشد.

تهذیب نیز به معنی پاکیزه کردن و در اصطلاح به معنای رفع عیوب اخلاقی و آراستگی به اوصاف نیکوست که با محور معنویت و اخلاق در بیانیه گام دوم مرتبط است. مقدمه تهذیب خودسازی است و راهکارهای عملی همچون تبعیت از دین، ذکر، نماز و روزه برای این منظور معرفی شده است. رهبر انقلاب نیز دو توصیه مهم در این رابطه در بیانیه گام دوم بیان نمودند: از جمله اینکه هر فرد باید ابتدا خودسازی را از خود شروع نموده و اخلاق را رعایت نماید سپس دستگاه ها، نهادها و مردم باید معنویات و اخلاق را در جامعه رواج داده و با کانون های ضد آن با روشی معقولانه برخورد کنند.

ورزش نیز اسم مصدری به معنی ورزیدن و کوشیدن است که در اصطلاح به هر نوع فعالیت بدنی یا مهارت تمرینی گفته می شود که مرتبط با یکی از وجوه سبک زندگی و از محورهای بیانیه گام دوم انقلاب است که به حالات و رفتار انسان ها و غیر انسان ها اطلاق می شود. رفتارهای افراد چه خوب باشد و چه بد، بر روی یکدیگر اثر می گذارد که ابتدا عمل و سپس باور و عقیده فرد را تغییر می دهد. دشمن با ترویج سبک زندگی غربی به دنبال منحرف نمودن انقلاب اسلامی و سایر کشورهاست تا آنها را با نظم جهانی غربی - آمریکایی هماهنگ سازد. آنها از طریق تغییر رفتارهای ظاهری در صدد این هستند تا به این هدف نایل شوند که به عنوان نمونه سنده ۲۰۳ و تبلیغات و محتواهای سوء رسانه ای نمایان گر این رویه است. بنابر بیانات مقام معظم رهبری راه مقابله با این رویکرد ها و تهاجمات فرهنگی و اجتماعی، ترویج سبک زندگی ایرانی - اسلامی است که باید در متن جامعه اشاعه و اجرا شود، همانگونه که اعتکاف، اردوهای جهادی، پیاده روی اربعین و... نمونه هایی بسیار خوبی از تقابل با سبک غربی و ترویج سبک ایرانی و اسلامی است. ورزش نیز یکی از همین

محورهای سبک زندگی است که با توجه به توسعه علوم و ارتباطات و ماشینی شدن کارها نیاز بیشتری برای ورزش نمودن است چون در مکتب اسلامی سلامت جسمی زمینه ساز سلامت روح است و قوت مادی را به قوت معنوی تبدیل نموده و تقویت جسم، تقویت عقل و اعتدال نفس را به دنبال دارد. توصیه های رهبری نیز تشویق و ترغیب به ورزش، بازی های بومی محلی و به خصوص ورزش های همگانی است. اشاعه روح ورزش و اخلاق ورزشی و مقابله با حذف ترویجی عناصر ارزشی در ورزش و منحرف نمودن آن از نکات مهم در تذکرات رهبر انقلاب در این زمینه است.

وظیفه جوانان بنابر مطالب اشاره شده از سوی رهبری در بیانیه گام دوم و سایر فرمایشات ایشان، رعایت و تلاش در جهت کسب این اصول سه گانه تحصیل، تهذیب و ورزش با کیفیتی که بیان شده می باشد تا با این اصول و مبانی زمینه ساز تمدن عظیم و نوین اسلامی حضرت حجت بن الحسن عَلَيْهِ السَّلَام و برقراری حکومت گسترده اسلامی به دست مبارک ایشان باشیم.

پیشنهاداتی نیز برای محققانی که تمایل به پژوهش و تحقیق در این زمینه دارند ارائه می شود:

وظایف دستگاه ها، نهادها و مردم در برخورد با کانون های ضد اخلاق در گام دوم انقلاب و شیوه صحیح مقابله با آن از نگاه رهبر معظم انقلاب چیست؟

پیروی از اسناد و شیوه نامه های غربی همچون سند ۲۰۳ از دیدگاه رهبری چه تبعاتی را در گام دوم انقلاب به دنبال دارد؟

راه کار های مقابله با حذف ترویجی عناصر ارزشی و انحراف در ورزش در گام دوم انقلاب از دیدگاه رهبری چیست؟

از دیدگاه رهبری، اشکالات ساختاری نظام آموزشی و تربیتی فعلی کشور در محقق نمودن سبک زندگی ایرانی - اسلامی در گام دوم انقلاب چیست؟

منابع و مأخذ

الف) کتب:

- قرآن کریم، ترجمه انصاریان، (۱۳۹۳ش)، سازمان دارالقرآن کریم، تهران، نشر تلاوت.
- نهج البلاغه، ترجمه دشتی، (۱۳۷۹ش)، محمد، قم، نشر مؤسسه اسلام.
- تمیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد، (۱۴۱۰ق)، غرر الحکم و درر الکلم، قم، دار الکتب الاسلامی.
- چانی، دیوید، (۱۳۷۸ش)، سبک زندگی، ترجمه حسن چاوشیان، تهران، انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- خلیل بن احمد فراهیدی، (۱۴۰۹ق)، العین، قم، مؤسسه دار الهجرة.
- فاضلی، محمد، (۱۳۸۲ش)، مصرف و سبک زندگی، قم، انتشارات صبح صادق.
- کاویانی، محمد، (۱۳۹۱ش)، سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن، تهران، انتشارات پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- مهدوی کنی، محمد سعید، (۱۳۸۷ش) دین و سبک زندگی، تهران، انتشارات دانشگاه امام صادق علیه السلام.
- مجلسی، محمد باقر، (۱۳۱۵ق)، بحارالانوار الجامعة لدرر اخبار الأئمة الأطهار، قم، دارالکتب الاسلامیه.

ب) مقالات:

- اصمی اصطهباناتی، مریم و گروسی، سعیده، (۱۳۹۳ش)، سبک زندگی دینی و عوامل موثر بر آن در بین دانشجویان دانشگاه شهید باهنر کرمان، مجله فرهنگ در دانشگاه اسلامی ۱۳، سال چهارم، شماره ۴، صفحه ۵۱۵ - ۵۳۸.
- پورکریمی، اسلام، (۱۳۸۳ش)، اعتدال و میانه روی در اسلام، ماهنامه شمیم یاس، سال چهارم، شماره ۱۴، صفحه ۶ - ۸.
- خواجه نوری، بیژن و دیگران، (۱۳۹۰ش)، سبک زندگی و مدیریت بدن، فصلنامه علمی

- پژوهشی جامعه شناسی زنان، سال دوم، شماره ۴، صفحه ۲۱ - ۴۷.
- خوشنویس، ناهید، (۱۳۸۹ش)، رسانه و سبک زندگی، ماهنامه علمی تخصصی انجمن روابط عمومی ایران، شماره ۷۳، صفحه ۹ - ۱۷.
- ربانی خوراسگانی، رسول و رستگار، یاسر، (۱۳۸۷ش)، جوان، سبک زندگی و مصرفی، ماهنامه مهندسی فرهنگی، سال سوم، شماره ۲۳ و ۲۴، صفحه ۴۴ - ۵۳.
- رجب نژاد، محمدرضا و دیگران، (۱۳۹۲ش)، بررسی سبک زندگی اسلامی از منظر حیات طیبه در قرآن (سبک زندگی با محوریت سلامت)، سال اول، شماره ۱، صفحه ۹ - ۲۶.
- رستمی، احسان و اردشیرزاده، مرجان، (۱۳۹۲ش)، نگاهی به نظریه های سبک زندگی، فصلنامه مطالعات سبک زندگی، سال دوم، شماره ۳، صفحه ۹ - ۳۱.
- شریفی، احمد حسین، (۱۳۹۱ش)، سبک زندگی به عنوان شاخصی برای ارزیابی سطح ایمان، مجله معرفت فرهنگی اجتماعی، سال سوم، شماره ۳، صفحه ۴۹ - ۶۲.
- فتحی، سروش و مختارپور، مهدی، (۱۳۹۳ش)، بررسی نقش و تاثیر رسانه های نوین تصویری در تغییر سبک زندگی (مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات تهران)، مجله مطالعات توسعه اجتماعی ایران، سال ششم، شماره ۲، صفحه ۱۰۱ - ۱۱۸.
- فیضی، مجتبی، (۱۳۹۲ش)، درآمدی بر سبک زندگی اسلامی، ماهنامه علمی ترویجی معرفت، سال بیست و دوم، شماره ۱۸، صفحه ۲۷ - ۴۲.
- کاویانی، محمد، (۱۳۹۰ش)، کمی سازی و سنجش سبک زندگی اسلامی، مجله روان شناسی دین، سال چهارم، شماره ۲، صفحه ۲۷ - ۴۱.

فصل سوم

آسیب شناسی سبک زندگی مادی
