

Content Analysis of Verses on Taqwā in the Noble Qur'ān with a Focus on Cognitive and Motivational Strategies in the Path of Human Inner Transformation

Masoumeh al-Sadat Saeedi Hosseini¹

,

Maliheh al-Sadat Seyyed-Reza Doulabi²

1. Department of Qur'ānic Sciences and Ḥadīth, 'Allāma 'Askarī International University, Tehran, Iran
(Corresponding Author).

msaeidi.h88@gmail

2. Assistant Professor, Department of Qur'ānic Sciences and Ḥadīth, 'Allāma 'Askarī International University, Tehran, Iran.

seyedreza@aiiu.ac.ir

Received: 2025/08/19; Accepted 2026/01/19

Extended Abstract

Introduction and Objectives: Taqwā is one of the fundamental and frequently recurring concepts of the Noble Qur'ān, introduced not merely as a moral virtue but as an inner force that directs the path of spiritual growth and human self-cultivation. By outlining a constellation of concepts, attitudes, and diverse strategies, the Qur'ān provides a ground whereby taqwā is transformed from an abstract, prescriptive concept into a concrete, dynamic, and realizable process in the individual and social life of the human being. A precise understanding of the conceptual foundations and the behavioral and cognitive contexts of taqwā plays an essential role in realizing a faithful way of life.

In the contemporary world, given the crisis of meaning, the instability of the value system, and the weakness of ethical commitments, revisiting Qur'ānic concepts within an internalized, cognitive, and motivational framework has become a necessity. Taqwā, be-



yond mere abstinence and self-restraint, carries an epistemic and motivational constellation that, by refining the human being's understanding of Allah, the self, and the world, constructs the foundations of inner and spiritual transformation.

This study aimed to analyze the content of the verses on taqwā in the Noble Qur'ān and examine the cognitive and motivational strategies related to human inner transformation. In this study, the structure of the motivational system of the verses, the epistemic and attitudinal foundations of the inclination toward taqwā, the role of knowledge of Allah, the Hereafter (ma'ād), and self-awareness, and the factors that consolidate it as an inner disposition are examined, in order to clarify whether taqwā in the Qur'ān is an instantaneous matter or a gradual process with epistemic, psychological, and behavioral requisites.

Method: This study employed thematic content analysis. Content analysis is an analytical method that, without prior mental assumptions, examines the structure and hidden layers of meaning within a text and, through specific rules, identifies its central message (Barden, 1996: pp. 29, 44). As a research instrument, this method enables the derivation of valid and scholarly inferences from a text (Krippendorff, 2008: p. 25). Content analysis is divided into two approaches—quantitative and qualitative. In the quantitative approach, content units are counted and subjected to statistical analysis (Mohammadi-Mehr, 2010: p. 32), while in the qualitative approach, the analyst interprets a limited but deep body of data (Jani-pour & Shokrani, 2013: p. 5; cf. Etrat-Doost, 2019: pp. 291–320). Holsti likewise emphasizes that the simultaneous use of both approaches deepens and refines the analysis (Holsti, 2012: pp. 14, 25).

In this study, in order to precisely identify the verses related to the concept of taqwā, all verses in which the term “taqwā” occurs, together with their preceding and following verses, were subjected to contextual analysis so that the intra-textual relationship of the concepts might be clarified with greater precision. Then, using the “thematic content analysis” method, the data obtained were categorized, and the main axes of emphasis in the verses were extracted. The theoretical strategies derived from the themes of the verses were grouped, according to their semantic and functional orientations, into two general categories: “cognitive strategies” and “motivational strategies”—two dimensions that the Noble Qur'ān presents as fundamental aspects of the process of human inner transformation.

Findings: The research shows that taqwā in the Qur'ān is a two-dimensional process encompassing both cognitive and motivational aspects. Cognitive strategies, with the

greater share (62%), play a central role in refining the human mind and outlook and include components such as reflection upon creation, taking heed (‘ibra) from the past, and the cultivation of insight. Alongside these, motivational strategies (38%)—such as reverential fear (khashya), sincerity (ikhlās), reliance upon Allah (tawakkul), and seeking recourse (tawassul)—consolidate rational forms of knowledge within the domain of emotion and will, thereby ensuring steadfastness on the path of taqwā. In this manner, the Qur’ān first emphasizes the correction of insight, and subsequently the strengthening of spiritual motivations.

Discussion and Conclusion: This study aims to analyze the content of Qur’ānic verses on taqwā and examine the cognitive and motivational strategies that are effective in the process of human inner transformation, employing thematic content analysis alongside an interpretive approach. The findings show that taqwā in the Qur’ān, as a comprehensive process of self-cultivation, places its greatest emphasis on the correction of rational insight and attitude, manifested in a 62% share of cognitive strategies. These strategies include a wise outlook upon creation, with a frequency of 33% (reasoning [ta‘aqqul], reflection on creation [tafakkur], and remembrance of divine blessings); the correction of one’s life path, with a frequency of 20% (taking heed from the past and foresight regarding the future); and the strengthening of insight together with intellectual flexibility, with a frequency of 13% (baṣīra and acceptance of guidance)—all of which together form the foundation of intellectual and spiritual transformation.

By contrast, motivational strategies, with a 38% share, include spiritual reverential fear (khashya), with a frequency of 56% (a sense of the presence of, and reverence before, Allah); sincerity (ikhlās), with a frequency of 32% (pure intention and inner motivation); and reliance and recourse (tawakkul wa tawassul), with a frequency of 12% (trust in divine providence and spiritual connection)—which play a complementary and reinforcing role in consolidating the path of spiritual growth. This composition and ratio indicate that the Qur’ān begins the process of inner transformation by correcting reason and insight, and ensures its continuity and depth through spiritual motivations. Thus, taqwā is a two-dimensional process that mobilizes reason and heart in a coordinated manner toward sustainable spiritual growth. This research offers a coherent theoretical framework for drawing upon revelatory teachings in religious education and spiritual self-cultivation.

Acknowledgments: The author expresses his gratitude to the professors, colleagues, and all those who cooperated in preparing the sources and providing scholarly support for this study.

Conflict of Interest: The authors declare no conflict of interest regarding the publication of this study.

Keywords: The Qur'ān, Taqwā, Content Analysis, Cognitive Strategies, Motivational Strategies.

Cite this article: Saeedi Hosseini, Masoumeh al-Sadat, and Seyyed-Reza Doulabi, Maliheh al-Sadat (2026). Content Analysis of Verses on Taqwā in the Noble Qur'ān with a Focus on Cognitive and Motivational Strategies in the Path of Human Inner Transformation. *Journal of Islamic Education*, 21(56): 7-47.



تحلیل محتوای آیات تقوادر قرآن کریم با تمرکز بر راهکارهای شناختی و انگیزشی در مسیر تحول درونی انسان

معصومه السادات سعیدی حسینی^{۱*} ، ملیحه السادات سیدرضا دولابی^۲

۱. سایر، دانشکده علوم قرآن و حدیث، دانشگاه بین المللی علامه عسکری، تهران، ایران (نویسنده مسئول).

msaeidi.h88@gmail.com

۲. استادیار، دانشکده علوم قرآن و حدیث، دانشگاه بین المللی علامه عسکری، تهران، ایران.

seyedreza@aaiu.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۵/۲۸؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۰/۲۹

چکیده گسترده

مقدمه و اهداف: تقوا از مفاهیم بنیادین و پرتکرار قرآن کریم است که نه تنها به عنوان فضیلتی اخلاقی، بلکه به مثابه نیروی درونی و جهت دهنده مسیر رشد معنوی و خودسازی انسان معرفی شده است. قرآن با ترسیم منظومه‌ای از مفاهیم، نگرش‌ها و راهکارهای متنوع، زمینه‌ای فراهم می‌آورد تا تقوا از مفهوم انتزاعی و تجویزی، به فرایندی عینی، پویا و قابل تحقق در زندگی فردی و اجتماعی انسان تبدیل شود. فهم دقیق بنیان‌های مفهومی و زمینه‌های رفتاری و شناختی تقوا نقش اساسی در تحقق زیست مؤمنانه دارد.

در جهان معاصر، با وجود بحران معنا، تزلزل نظام ارزشی و ضعف در تعهدات اخلاقی، بازخوانی مفاهیم قرآنی در قالبی درونی‌شده، شناختی و انگیزشی ضرورت دارد. تقوا، فراتر از پرهیز و



خویشتننداری، حامل منظومه‌ای معرفتی و انگیزشی است که با اصلاح درک انسان از خدا، خویشتن و جهان، بنیان‌های تحول درونی و معنوی را می‌سازد.

این پژوهش با هدف تحلیل محتوای آیات تقوا در قرآن کریم و بررسی راهکارهای شناختی و انگیزشی مرتبط با تحول درونی انسان انجام می‌شود. در این مطالعه، ساختار نظام انگیزشی آیات، بنیان‌های معرفتی و نگرشی گرایش به تقوا، نقش شناخت خدا، معاد و خودآگاهی و عوامل تثبیت‌کننده آن به‌عنوان ملکه‌ای درونی بررسی می‌گردد تا روشن شود تقوا در قرآن امری دفعی است یا فرایندی تدریجی با لوازم معرفتی، روانی و رفتاری.

روش: این پژوهش با روش تحلیل محتوای مضمونی انجام شده است. تحلیل محتوا روشی تحلیلی است که بدون پیش‌فرض‌های ذهنی، به بررسی ساختار و لایه‌های پنهان معنا در متن می‌پردازد و از طریق قواعد مشخص، پیام اصلی را بازشناسی می‌کند (باردن، ۱۳۷۵، صص ۲۹ و ۴۴). این روش به‌عنوان ابزاری پژوهشی، امکان استخراج استنتاج‌های معتبر و علمی را از متن فراهم می‌سازد (کرپندورف، ۱۳۸۷، ص ۲۵). تحلیل محتوا به دو شیوه کمی و کیفی تقسیم می‌شود. در تحلیل کمی، واحدهای محتوایی شمارش و تحلیل آماری می‌شوند (محمدی‌مهر، ۱۳۸۹، ص ۳۲) و در روش کیفی، تحلیلگر به تفسیر اطلاعات محدود ولی عمیق می‌پردازد (جانی‌پور و شکرانی، ۱۳۹۲، ص ۵؛ ر.ک: عترت‌دوست، ۱۳۹۸، صص ۲۹۱-۳۲۰). هولستی نیز تأکید دارد که بهره‌گیری هم‌زمان از هر دو شیوه، موجب تعمیق و تکامل تحلیل می‌گردد (هولستی، ۱۳۹۱، صص ۱۴ و ۲۵).

در این پژوهش، به‌منظور شناسایی دقیق آیات مرتبط با مفهوم تقوا، تمامی آیاتی که واژه «تقوا» در آنها به کار رفته است، همراه با آیات قبل و بعدشان، مورد تحلیل سیاقی قرار گرفتند تا ارتباط درون‌متنی مفاهیم با دقت بیشتری روشن شود. سپس بر پایه روش «تحلیل محتوای مضمونی»، داده‌های به‌دست‌آمده مقوله‌بندی و محورهای اصلی تأکید آیات استخراج گردید. راهکارهای نظری استخراج‌شده از مضامین آیات، براساس جهت‌گیری معنایی و کارکردی خود، در دو دسته کلی «راهکارهای شناختی» و «راهکارهای انگیزشی» جای گرفتند؛ دو ساحتی که قرآن کریم آنها را از ابعاد بنیادین در فرایند تحول درونی انسان معرفی می‌کند.

یافته‌ها: پژوهش نشان می‌دهد تقوا در قرآن فرایندی دوساحتی است که هم بعد شناختی و هم انگیزشی را دربر می‌گیرد. راهکارهای شناختی با سهم بیشتر (۶۲٪) نقش محوری در اصلاح ذهن

و بینش انسان دارند و مؤلفه‌هایی چون تأمل در آفرینش، عبرت از گذشته و بصیرت‌افزایی را شامل می‌شوند. در کنار آن، راهکارهای انگیزشی (۳۸٪) مانند خشیت، اخلاص، توکل و توسل، شناخت‌های عقلانی را در ساحت عاطفه و اراده تثبیت کرده و پایداری در مسیر تقوا را تضمین می‌کنند. بدین‌سان قرآن ابتدا بر اصلاح بینش و سپس بر تقویت انگیزه‌های معنوی تأکید می‌ورزد.

بحث و نتیجه‌گیری: این پژوهش با هدف تحلیل محتوای آیات قرآن کریم درباره تقوا و بررسی راهکارهای شناختی و انگیزشی مؤثر در فرایند تحول درونی انسان، با استفاده از روش تحلیل محتوای مضمونی و رویکرد تفسیری انجام شده است. یافته‌ها نشان می‌دهد که تقوا در قرآن به‌عنوان یک فرایند جامع خودسازی، بیشترین تأکید را بر اصلاح بینش و نگرش عقلانی دارد که با سهم ۶۲ درصد در راهکارهای شناختی نمایان شده است. این راهکارها شامل نگاهی خردمندانه به آفرینش با ۳۳٪ فراوانی (تعقل، تفکر در خلقت و یاد نعمت‌های الهی)، اصلاح مسیر زندگی با ۲۰٪ فراوانی (عبرت‌آموزی از گذشته و آینده‌نگری) و تقویت بینش همراه با انعطاف‌پذیری فکری با ۱۳٪ فراوانی (بصیرت و پذیرش هدایت) است که بنیان تحول فکری و معنوی را شکل می‌دهد.

در مقابل، راهکارهای انگیزشی با سهم ۳۸ درصد، شامل خشیت معنوی با ۵۶٪ فراوانی (احساس حضور و وقار در برابر خداوند)، اخلاص با ۳۲٪ فراوانی (نیت خالص و انگیزه درونی) و توکل و توسل با ۱۲٪ فراوانی (اعتماد به تدبیر الهی و پیوند معنوی) است که نقش مکمل و تقویت‌کننده در تثبیت مسیر رشد معنوی دارند. این ترکیب و نسبت بیانگر آن است که قرآن تحول درونی را ابتدا از مسیر اصلاح عقل و بینش آغاز می‌کند و با انگیزش‌های معنوی استمرار و عمق آن را تضمین می‌کند. بدین ترتیب، تقوا فرایندی دوساحتی است که عقل و دل را برای نیل به رشد پایدار معنوی به‌صورت هماهنگ بسیج می‌کند. این پژوهش چارچوب نظری منسجمی برای بهره‌برداری از آموزه‌های وحیانی در تربیت دینی و خودسازی معنوی ارائه می‌دهد.

واژگان کلیدی: قرآن، تقوا، تحلیل محتوا، راهکارهای شناختی، راهکارهای انگیزشی.

استناد: سعیدی حسینی، معصومه السادات، و سیدرضا دولابی، ملیحه السادات (۱۴۰۵). تحلیل محتوای آیات تقوا در قرآن کریم با تمرکز بر راهکارهای شناختی و انگیزشی در مسیر تحول درونی انسان. مجله تربیت اسلامی ۲۱(۵۶): ۷-۴۷.

مقدمه و طرح مسئله

تقوا از مفاهیم بنیادین و پرتکرار قرآن کریم است که نه تنها به عنوان یک فضیلت اخلاقی، بلکه به مثابه یک نیروی درونی و جهت دهنده در مسیر رشد معنوی، خودسازی و کمال انسان معرفی شده است. قرآن با ترسیم منظومه‌ای از مفاهیم، نگرش‌ها و راهکارهای متنوع، بستری فراهم می‌کند تا تقوا از یک مفهوم انتزاعی و تجویزی، به فرایندی عینی، پویا و قابل تحقق در حیات فردی و اجتماعی انسان تبدیل شود. به همین دلیل، فهم دقیق بنیان‌های مفهومی و زمینه‌های رفتاری و شناختی تقوا در قرآن، نقشی اساسی در تحقق زیست مؤمنانه دارد. در جهان معاصر، که انسان با بحران معنا، تزلزل در نظام ارزشی، ضعف در تعهدات اخلاقی و از خود بیگانگی روبه‌روست، بازخوانی مفاهیم قرآنی در قالبی درونی شده، شناختی و انگیزشی، ضرورتی انکارناپذیر است. تقوا اگرچه در ظاهر به عنوان نوعی پرهیز و خویش‌تنداری معرفی می‌شود، اما در عمق خود حامل منظومه‌ای معرفتی و انگیزشی است که با اصلاح درک انسان از خدا، خویش‌تن و جهان، بنیان‌های تحول درونی و معنوی را بنیان می‌گذارد. اینجاست که پرسش‌هایی چند به مثابه محورهای مسئله پژوهی این تحقیق مطرح می‌شوند:

آیا تقوا صرفاً یک فضیلت اخلاقی و توصیه‌ای دینی است یا نظامی منسجم و شناختی-انگیزشی برای جهت‌دهی به زندگی انسان؟ چگونه قرآن، تقوا را از یک امر انتزاعی به مفهومی زیسته و نهادینه شده در زندگی روزمره تبدیل می‌کند؟ چه بنیان‌های معرفتی و نگرشی‌ای در شکل‌گیری گرایش درونی به تقوا نقش دارند؟ نظام انگیزشی‌ای که در قرآن پیرامون تقوا ترسیم شده است، چه ساختاری دارد و چه مؤلفه‌هایی را شامل می‌شود؟ جایگاه شناخت خدا، معاد، و خودآگاهی در فرایند نهادینه‌سازی تقوا چیست؟ چه عواملی در تثبیت تقوا به عنوان یک ملکه درونی نقش دارند و قرآن چگونه این عوامل را در سیاق آیات خود برجسته کرده است؟ آیا تقوا در قرآن امری دفعی و لحظه‌ای است یا فرایندی تدریجی با لوازم معرفتی، روانی و رفتاری؟

پیشینه تحقیق

مطالعات متعددی به تحلیل اخلاقی و مفهومی تقوا در قرآن پرداخته‌اند. از جمله، شجاعی و ابوالحسنی نیارکی (۱۳۹۰) تقوا را عامل حساس‌سازی در برابر رفتارهای اخلاقی و زمینه‌ساز ملکات نفسانی

دانسته‌اند. حسینی (۱۴۰۲) با تأکید بر نقش خودشناسی و جهان‌بینی صحیح، فرایند تحقق ملکه تقوا را از مسیر تکرار رفتار تقوایی تبیین کرده است. همچنین رام، مهرمحمدی، صادق‌زاده قمصری و طلایی (۱۳۹۶) در چارچوب انسان‌شناختی، بر غایت‌مداری تقوا و نقش تشخیص، ترجیح و التزام در انتخاب‌های برتر تأکید نموده‌اند. نمازی خیرآبادی و سلطانی بیرامی (۱۴۰۱) به نقش تقوا در عمق‌بخشی به بینش هستی‌پرداخته و حسینی سرشت (۱۳۸۸) ابعاد فردی، اجتماعی، عبادی و قانونی آن را بررسی کرده است. با وجود این، بیشتر پژوهش‌های پیشین با رویکردی نظری یا تجویزی به موضوع نگریسته و کمتر به تحلیل سیاقی آیات و استخراج نظام معنایی و انگیزشی تقوا در بستر متن قرآن توجه کرده‌اند. از این‌رو، در القای حس التزام درونی و گرایش قلبی به تقوا با نوعی ایستایی مفهومی مواجه‌اند.

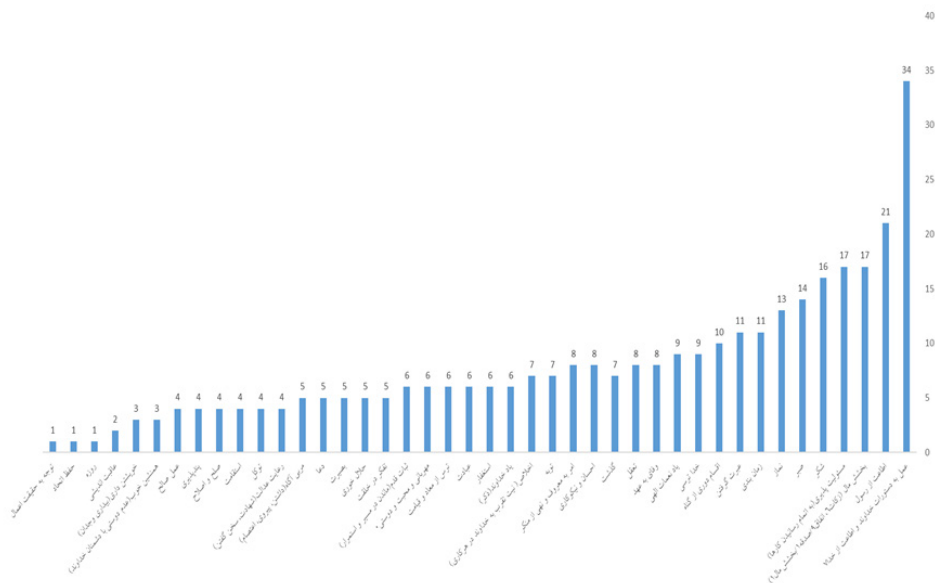
روش تحقیق

این پژوهش با روش تحلیل محتوای مضمونی انجام شده است. تحلیل محتوا روشی تحلیلی است که بدون پیش‌فرض‌های ذهنی، به بررسی ساختار و لایه‌های پنهان معنا در متن می‌پردازد و از طریق قواعد مشخص، پیام اصلی را بازشناسی می‌کند (باردن، ۱۳۷۵، صص ۲۹ و ۴۴). این روش به‌عنوان ابزاری پژوهشی، امکان استخراج استنتاج‌های معتبر و علمی را از متن فراهم می‌سازد (کرپیندورف، ۱۳۸۷، ص ۲۵). تحلیل محتوا به دو شیوه کمی و کیفی تقسیم می‌شود. در تحلیل کمی، واحدهای محتوایی شمارش و تحلیل آماری می‌شوند (محمدی‌مهر، ۱۳۸۹، ص ۳۲) و در روش کیفی، تحلیل‌گر به تفسیر اطلاعات محدود ولی عمیق می‌پردازد (جانی‌پور و شکرانی، ۱۳۹۲، ص ۵؛ ر.ک: عترت‌دوست، ۱۳۹۸، صص ۲۹۱-۳۲۰). هولستی نیز تأکید دارد که بهره‌گیری هم‌زمان از هر دو شیوه، موجب تعمیق و تکامل تحلیل می‌گردد (هولستی، ۱۳۹۱، صص ۱۴ و ۲۵).

در این پژوهش، به‌منظور شناسایی دقیق آیات مرتبط با مفهوم تقوا، تمامی آیاتی که واژه «تقوا» در آنها به‌کار رفته است، همراه با آیات قبل و بعدشان، مورد تحلیل سیاقی قرار گرفتند تا ارتباط درون‌متنی مفاهیم با دقت بیشتری روشن شود. سپس بر پایه روش «تحلیل محتوای مضمونی»، داده‌های به‌دست‌آمده مقوله‌بندی و محورهای اصلی تأکید آیات استخراج گردید. براساس این تحلیل، راهکارهای نیل به تقوا در سه ساحت ارتباطی انسان - ارتباط با خداوند، ارتباط با خود و ارتباط با اجتماع - از سیاق‌های قرآنی به‌دست آمد.

در نمودار زیر، فراوانی و نقاط تمرکز آیات تقوا و آیات هم‌سیاق نشان داده شده است. این نمودار مبنای ورود به بخش بعدی پژوهش، یعنی تحلیل راهکارهای نظری تقوا در ساحت «ارتباط با خود»، محسوب می‌شود:

راهکار



نمودار ۱. راهکارهای نیل به تقوا در سه ساحت ارتباطی

در ادامه، راهکارهای نظری استخراج شده از مضامین آیات، براساس جهت‌گیری معنایی و کارکردی خود، در دو دسته کلی «راهکارهای شناختی» و «راهکارهای انگیزشی» جای گرفتند؛ دو ساحتی که قرآن کریم آنها را از ابعاد بنیادین در فرایند تحول درونی انسان معرفی می‌کند. مبنای تفسیری پژوهش، المیزان علامه طباطبایی بوده و هدف، دستیابی به ساختار درونی و محورهای محتوایی آیات از طریق تحلیل مضمونی هم‌سیاق بوده است.

غایت این تحقیق، استخراج و بازسازی ساختار درونی، کارکردی و معنایی تقوا براساس سیاق‌های قرآنی است؛ ساختاری که فراتر از رفتار اخلاقی، شامل نظام انگیزشی، اصلاح نگرش‌ها و تقویت احساس معنوی انسان می‌شود. محدوده پژوهش نیز به بررسی «تقوا در بعد نظری» و در «ساحت ارتباط انسان با خود و مدیریت درونی» محدود شده است.

تحلیل مضمونی آیات نشان داد که سازوکار تحقق تقوا در قرآن بر دو بنیاد درونی استوار است: سازوکار شناختی و سازوکار انگیزشی. سازوکار شناختی به حوزه آگاهی، ادراک و بینش انسان بازمی‌گردد و هدف آن اصلاح نگرش و نظام معرفتی فرد است. این سازوکار از رهگذر ایمان، تعقل و تفکر، اصلاح مسیر بندگی و تقویت شناخت نسبت انسان با خداوند، زمینه شکل‌گیری بصیرت توحیدی و آگاهی اخلاقی را فراهم می‌آورد. در پرتو چنین معرفتی، انسان خدا را ناظر و حاضر در همه عرصه‌های زندگی می‌بیند و تقوا در او به صورت «مراقبت معرفتی» و «خودآگاهی الهی» ظهور می‌یابد.

راهکارهای نظری یا بنیان‌های شناختی و انگیزشی تقوا

بررسی آیات مرتبط با تقوا نشان می‌دهد که قرآن فراتر از توصیه یا توصیف این مفهوم، الگوهای ذهنی و انگیزشی متعددی را برای شکل‌گیری و پایداری آن در وجود انسان ارائه می‌کند. با تأمل در این آیات، سازوکارهایی آشکار می‌شود که به درونی‌سازی تقوا یاری می‌رسانند. این سازوکارها به دو دسته اصلی تقسیم می‌شوند: راهکارهای شناختی، که به نحوه ادراک و تفسیر انسان از خدا، خود و هستی مربوط است؛ و راهکارهای انگیزشی، که بر نیروهای درونی همچون خشیت، اخلاص، امید و توکل به خدا تمرکز دارند. در ادامه، تحلیل این دو دسته براساس محتوای آیات منتخب ارائه می‌شود.

۱. راهکارهای شناختی (تقویت بینش و درک عمیق)

یکی از ارکان اساسی در شکل‌گیری تقوا، دگرگونی و تعمیق شیوه تفکر انسان است. قرآن با دگرگون‌سازی نگرش فرد نسبت به هستی، مرگ، معاد و رابطه با خدا، زمینه پرورش تقوا را در درون انسان فراهم می‌آورد. مقصود این آیات صرفاً انتقال اطلاعات نیست، بلکه دستیابی به ادراکی عمیق و اثرگذار است که ذهن را بیدار ساخته و به راهنمایی عملی در زندگی تبدیل می‌شود. این بُعد شناختی در آیاتی که به تدبر، تفکر و تعقل دعوت می‌کنند، به روشنی نمود یافته است. در این بخش بررسی می‌شود که قرآن چگونه از ابزارهای شناختی برای گسترش بینش، وسعت نگاه و تعمیق درک واقعیت‌های هستی بهره می‌گیرد.

۱-۱. نگاهی خردمندانه به آفرینش

نگاه شناختی به آفرینش بر سه مؤلفه اساسی استوار است: به‌کارگیری استدلال منطقی، تأمل در پدیده‌ها و یادآوری نعمت‌های الهی. استدلال منطقی توانایی تحلیلی نظم و قوانین جهان را فراهم می‌کند و پایه تفکر واقع‌بینانه و ساختارهای فکری درست را می‌سازد. تأمل در پدیده‌ها انسان را به درک عمیق جزئیات و معانی پدیده‌های طبیعی سوق می‌دهد و زمینه تحلیل علمی و تفسیر معنوی آنها را فراهم می‌آورد. یادآوری نعمت‌های الهی نیز حس شکرگزاری را تقویت کرده و توجه به رحمت الهی را افزایش می‌دهد. این سه عامل، شناخت فرد نسبت به خود، جهان و خدا را تعمیق بخشیده و مسیر دستیابی به تقوا را -که نتیجه درک صحیح و ژرف از آفرینش است- هموار می‌سازد.

۱-۱-۱. به‌کارگیری استدلال منطقی در تحلیل و تصمیم‌گیری زندگی (تعقل)

قرآن کریم تعقل را یکی از مهم‌ترین ابزارهای شناخت معرفی کرده و افراد خردمند را ستوده است (عنکبوت، ۴۳؛ بقره، ۱۶۴؛ رعد، ۴؛ نحل، ۱۲ و ۶۷). در مقابل، کسانی که از تعقل بی‌بهره‌اند، نکوهش شده‌اند (بقره، ۱۷۰ و ۱۷۱؛ مانده، ۵۳؛ عنکبوت، ۶۳؛ انفال، ۲۲؛ یونس، ۴۲). همچنین، دعوت به خردورزی در آیات متعددی مطرح شده است (حج، ۴۶؛ بقره، ۴۴ و ۷۶؛ یوسف، ۱۰۹؛ حدید، ۱۷). براساس آموزه‌های قرآنی، تعقل در سه سطح بررسی می‌شود: ۱. نوری درونی که انسان را به سمت معنویت سوق می‌دهد؛ ۲. ابزاری برای فهم حقیقت اشیا و نشانه‌های الهی؛ و ۳. آینه‌ای که حقیقت را منعکس می‌کند و ارتباط انسان را با جهان تقویت می‌کند (اخلاقی و حسین‌نژاد کریمی، ۱۴۰۱). در احادیث اسلامی، جایگاه عقل بسیار والا شمرده شده است. در حدیث آفرینش عقل به برتری آن اشاره شده (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۱، ص ۲۶)، و پیامبر ﷺ فرموده‌اند: "خداوند هیچ مخلوقی را گرمی‌تر از عقل نیافریده است" (راغب، ۱۴۱۲، ص ۵۷۸). همچنین، امام علی (علیه السلام) عقل را نخستین مخلوق الهی معرفی کرده‌اند (صدوق، ۱۴۱۳، ج ۴، ص ۳۶۹). در هشت آیه، تعقل و تقوا در کنار هم آمده‌اند که نشان‌دهنده ارتباط عمیق این دو مفهوم است. (... یا عِبَادِ فَاتَّقُونَ * وَالَّذِينَ اجْتَنَبُوا الطَّاغُوتَ أَنْ يَعْبُدُوهَا وَأَنَابُوا إِلَى اللَّهِ لَهُمُ الْبُشْرَىٰ فَبَشِّرْ عِبَادِ * الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ وَفِيَّيْنَهُمْ أَحْسَنُ أَوْلِيكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْأُولَاءُ) (الزمر، ۱۶-۱۸)، در این آیات نیز خداوند، افراد پرهیزکار را کسانی می‌داند که سخنان مختلف

را شنیده و بهترین آن را انتخاب می‌کنند (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۷، صص ۳۸۰-۳۸۱). این افراد با تعقل به حقیقت دست می‌یابند و از تعصب و تقلید کورکورانه دوری می‌کنند (مکارم شیرازی و جمعی از نویسندگان، ۱۳۷۱، ج ۱۹، ص ۴۱۲).

درسوره بقره نیز آمده است: (وَلِلْمُطَلِّقَتِ مَتَّعٌ بِالْمَعْرُوفِ حَقًّا عَلَى الْمُتَّقِينَ * كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ) (البقره، ۲۴۱-۲۴۲).

تعقل به عنوان ادراکی بر پایه فطرت سالم معرفی شده که انسان را از انحراف‌های نفسانی حفظ می‌کند. عقل واقعی آن است که انسان را به سوی حقیقت و اعمال صالح هدایت کند، وگرنه تعقل تحت تأثیر امیال، حقیقت را تحریف می‌کند (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۲، ص ۳۷۵). با توجه به این معنا، تعقل می‌تواند به عنوان یک راهکار شناختی برای تقوا مطرح شود، زیرا: ۱. انسان را قادر می‌سازد تا قوانین هستی و رابطه خود با خدا و جهان را درست درک کند؛ ۲. زمینه اصلاح بینش و نگرش‌های ذهنی او را فراهم می‌آورد، به طوری که تصمیم‌ها و رفتارها مطابق با ارزش‌های الهی شکل می‌گیرند؛ ۳. از انحرافات نفسانی و گرایش‌های شتاب‌زده که مانع دستیابی به تقوا می‌شوند، پیشگیری می‌کند. بدین ترتیب، تعقل نه صرفاً یک توانایی فکری، بلکه یک ابزار برای تحقق بعد شناختی تقوا در وجود انسان است و مسیر رشد اخلاقی و معنوی او را هموار می‌سازد.

(... أَنْ لَا يَقُولُوا عَلَى اللَّهِ إِلَّا الْحَقَّ وَ دَرَسُوا مَا فِيهِ وَ الدَّارُ الْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَ فَلَآ تَعْقِلُونَ) (الاعراف، ۱۶۹).

آیه مورد نظر اشاره به گروهی از یهود دارد که با وجود دسترسی کامل به محتوای تورات، تحریف احکام الهی و پیگیری منافع دنیوی خود را انجام دادند. تفسیر نمونه توضیح می‌دهد که مشکل آنها نه ناآگاهی، بلکه نادیده گرفتن و سوءاستفاده از آیات و احکام الهی بوده است و تأکید می‌کند که آنها «کرارا محتویات تورات را دیده و فهمیده بودند» سپس خداوند می‌پرسد: «أَفَلَآ تَعْقِلُونَ»، یعنی «پس آیا نمی‌اندیشید؟» (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۶، ص ۴۳۴). آیه مذکور نشان می‌دهد که انسان با استفاده از ظرفیت تعقل می‌تواند راه شناخت حقایق الهی و رعایت احکام آن را هموار سازد. فراخوان قرآن به تعقل، نه تنها توانایی فکری بلکه ابزاری عملی برای اصلاح نگرش‌ها و مدیریت انگیزه‌هاست که زمینه تحقق تقوا را فراهم می‌آورد. تعقل باعث می‌شود انسان از پیروی کورکورانه امیال نفسانی و گرایش‌های

دنیاپرستانه بازایستد و تصمیم‌ها و رفتارهایش مطابق ارزش‌های الهی شکل گیرد. همچنین با بهره‌گیری از این ظرفیت، فرد می‌تواند تفاوت میان منفعت کوتاه‌مدت و سعادت پایدار را دریابد و مسیر حرکت خود را به سوی عمل صالح و رعایت تقوا هدایت کند. بدین ترتیب، تعقل به‌عنوان یک راهکار شناختی، ستونی بنیادین در تحقق تقوا و رشد اخلاقی و معنوی انسان محسوب می‌شود.

آیه ۳۲ سوره انعام نیز با عبارتی مشابه می‌فرماید: «وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ». تفسیر نمونه توضیح می‌دهد که زندگی دنیوی با تمام سرگرمی‌ها و بازی‌های آن، گذرا و فریبنده است، و سرای آخرت برای پرهیزکاران بهتر است (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۵، ص ۲۰۸). از آنجا که درک این واقعیت‌ها برای غیراندیشمندان ممکن نیست، خداوند در پایان آیه انسان‌ها را به تفکر و تعقل فراخوانده است. این فراخوان، هشدار نسبت به دلبستگی به مظاهر دنیوی و یادآوری اهمیت توجه به آخرت است. فراخوان قرآن به تعقل در این آیه نشان می‌دهد که انسان برای تشخیص راه درست و پیروی از تقوا، نیازمند بهره‌گیری از ظرفیت اندیشه و تدبیر است. تعقل، فرد را قادر می‌سازد تا تفاوت میان لذات گذرا و سعادت پایدار را درک کند، نگرش‌های خود را اصلاح نماید و رفتارهایش را در چارچوب ارزش‌های الهی شکل دهد. بدین ترتیب، تعقل به‌عنوان یک راهکار شناختی برای تحقق تقوا عمل می‌کند.

در نهایت، تعقل در قرآن عاملی کلیدی برای نیل به تقوا دانسته شده است، چرا که انسان را به تشخیص صحیح، انتخاب آگاهانه، و دوری از انحرافات هدایت می‌کند.

۱-۲. اندیشه در شگفتی‌های آفرینش برای تقویت باورهای ایمانی و جهان‌بینی (تفکر در خلقت)

تفکر، از ریشه «ف.ک.ر»، نیرویی است که انسان را به شناخت و معرفت می‌رساند و فعالیت ذهن در پرتو عقل محسوب می‌شود (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۳۴۵). طبرسی (۱۴۳۱ق، ص ۱۴۱) آن را تأمل در مقدمات و نشانه‌ها برای دستیابی به مطلوب دانسته است. قرآن کریم طبیعت را مهم‌ترین منبع تفکر معرفی کرده و با اشاره به نشانه‌های آن، فطرت حقیقت‌جوی انسان را به اندیشیدن فرامی‌خواند (شرفی، ۱۳۸۱، ص ۱۲۲-۱۲۳). این شناخت، افزون بر معرفت الهی، نیازمند نگرشی کل‌نگر است که رابطه پدیده‌ها را با خالق آشکار سازد (کشاوری و سرتیپ‌زاده، ۱۳۹۸، ص ۷۰).

بررسی آیات نشان می‌دهد تفکر و تقوا پیوندی متقابل دارند: تفکر، موجب تعمیق و ارتقای مراتب

تقوا می‌شود و قرآن اندیشه‌ای را ارزشمند می‌داند که به عمل و سعادت بینجامد. در مقابل، تفکر بی‌تقوا نکوهش شده و تقوای بی‌تأمل که به جمود فکری می‌انجامد، مردود شمرده شده است (نبی‌لو، ۱۳۹۵، ص ۱۸).

در سوره مبارکه یونس خداوند تفکر و تقوا را در کنار هم آورده است:

﴿هُوَ الَّذِي جَعَلَ الشَّمْسُ ضِيَاءً وَالْقَمَرَ نُورًا... لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ﴾ * إِنَّ فِي اخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَمَا خَلَقَ اللَّهُ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَّقُونَ (یونس، ۵-۶)

در آیات ۵ و ۶ سوره یونس، پیوندی دقیق میان معرفت، تفکر و تقوا ترسیم شده است. خداوند پس از بیان نظم شگرف نظام آفرینش -از جمله تابش خورشید و نور ماه و گردش حساب‌شده آنها- این حقایق را نشانه‌هایی برای «قوم یعلمون» و «قوم یتقون» معرفی می‌کند. تعبیر نخست، اهل دانش و آگاهی را مخاطب قرار می‌دهد و تعبیر دوم، اهل تقوا و پرهیزکاری را؛ بدین معنا که در پرتو معرفت و تقواست که انسان می‌تواند از نشانه‌های هستی، راه عبودیت را بیابد و از سطح مشاهده ظاهری طبیعت فراتر رود (قرآنتی، ۱۳۸۸، ج ۳، ص ۵۴۱). اشاره به «اختلاف لیل و نهار» و تنظیم دقیق منازل قمر برای شمارش ایام و سال‌ها، نشانه‌ای از حکمت الهی است که هدف آن تذکر و هدایت انسان به سوی خالق یگانه است؛ و تنها کسانی می‌توانند حقیقت این نظام را درک کنند که در پرتو تقوا، روحی پاک و بینشی روشن داشته باشند (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۰، ص ۱۵). همچنین تمام ذرات هستی آیت و نشانه‌ای از خداوندند، اما دیدن این آیات و فهم پیام آنها، جز برای کسانی که در پرتو تقوا از آلودگی گناه رسته‌اند، ممکن نیست؛ زیرا صفای باطن، شرط دیدن حقیقت است (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۸، ص ۲۲۶).

در سوره نحل، پس از دعوت به تقوا در آغاز سوره (نحل، ۲)، آیات متعددی به بیان نشانه‌های آفرینش و نعمت‌های الهی پرداخته و در پایان هر دسته از این آیات، انسان را به یکی از مراتب اندیشه دعوت می‌کند: «تذکر»، «تفکر» و «تعقل». قرآن می‌فرماید: «وَهُوَ الَّذِي أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ نَبَاتَ كُلِّ شَيْءٍ... إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَذَكَّرُونَ» (نحل، ۱۱)، «وَهُوَ الَّذِي سَخَّرَ الْبَحْرَ... إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ» (نحل، ۱۲)، و «وَسَخَّرَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ... إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ» (نحل، ۱۳). تفاوت این تعابیر -همان‌گونه که در تفاسیر آمده- بیانگر مراتب تدبیر و آگاهی است، نه صرف تنوع لفظی. در مواردی که نشانه‌های الهی به‌گونه‌ای آشکار است (مانند نعمت‌های

زمین و رویش گیاهان)، تنها تذکر و یادآوری حقیقت کافی است؛ اما در مواردی که نیاز به توجه بیشتر به روابط و اسرار پنهان آفرینش است (مانند کارکرد خورشید، ماه و نظام شب و روز)، قرآن از تعبیر تفکر و سپس تعقل استفاده می‌کند که درجاتی عمیق‌تر از اندیشه را می‌رسانند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴، ج ۱۱، ص ۱۷۷).

از این ساختار روشن می‌شود که تقوا مقدمه اندیشه سالم است؛ زیرا تنها دل پاک و پرهیزکار است که از آیات الهی «تذکر» می‌یابد و این تذکر او را به تفکر و سپس به تعقل می‌رساند. در مقابل، غفلت از خدا و بی‌تقوایی، انسان را از سیر در این مراتب باز می‌دارد.

تقوای اصیل همواره با اندیشه، تأمل و تعقل همراه است و هر تقوایی که از اندیشه تهی گردد، به جمود فکری می‌انجامد (نبی‌لو، ۱۳۹۵، ص ۱۸).

در تأملی دقیق‌تر، گرچه در آغاز سوره نحل فرمان «... فَاتَّقُوا» (نحل، ۲) پیش از دعوت به تفکر آمده است، اما ترتیب بیان آیات در سیاق سوره نشان می‌دهد که تفکر در شگفتی‌های آفرینش خود یکی از راهکارهای پیشینی نیل به تقواست. بدین معنا که قرآن نخست هدف نهایی یعنی «تقوا» را یادآور می‌شود، سپس مسیر تحقق آن را از طریق مشاهده آیات آفاقی و انفسی تبیین می‌نماید. دعوت پیاپی به تذکر، تفکر و تعقل در آیات بعد، در واقع مسیر سیر در مراتب معرفتی تقوا را ترسیم می‌کند: آغاز با یادآوری (تذکر)، سپس اندیشه در روابط و نشانه‌ها (تفکر)، و در نهایت رسیدن به درک عقلانی و یقین‌مدار (تعقل). این همان مسیر رشد معرفت توحیدی است که انسان را از سطح مشاهده ظاهری نعمت‌ها به عمق بینش الهی رهنمون می‌سازد. به بیان دیگر، قرآن در سوره نحل نشان می‌دهد که تقوا تنها با فرمان اخلاقی حاصل نمی‌شود، بلکه از بیداری عقل و تأمل در نظام آفرینش سرچشمه می‌گیرد. بدین ترتیب، قرآن میان معرفت و تقوا پیوندی دوسویه برقرار می‌کند: علم بدون تقوا، به درک از حقیقت نمی‌انجامد، و تقوا بدون معرفت نیز از عمق و بصیرت تهی است. از این منظر، تفکر در نظام آفرینش نه یک فعالیت صرفاً ذهنی، بلکه ابزاری برای تهذیب و تربیت درونی انسان است که به تعمیق ایمان و استقرار تقوا می‌انجامد. بنابراین، ارتباط میان تفکر و تقوا در این آیات، ناظر به رابطه‌ای وجودی و تربیتی است که از رهگذر تدبیر در آیات آفاقی و انفسی، روح انسان را به مقام پرهیزکاری و بندگی الهی سوق می‌دهد.

۱-۳. یاد نعمات الهی

از اهداف مهم تربیتی قرآن، رساندن انسان به تقواست. برای تحقق این هدف، قرآن از روش‌های متنوعی استفاده می‌کند؛ یکی از آنها یادآوری نعمت‌های الهی است. این یادآوری صرفاً توصیف نعمت‌ها نیست، بلکه راهبردی نظری و انگیزشی برای بیدارسازی فطرت و جهت‌دهی به رفتار انسان است. تأمل در نعمت‌های خداوند، انسان را به درک ربوبیت و حکمت الهی می‌رساند و حس شکر و خضوع را در دل او برمی‌انگیزد؛ امری که زمینه‌ساز گرایش به تقواست. از این‌رو، قرآن با بیان نعمت‌ها، هم عقل انسان را متوجه نظام آفرینش می‌کند و هم دل او را به سمت عبودیت و پرهیزکاری سوق می‌دهد؛ چنان‌که در آیه «لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاتَّقُونِ» (النحل، ۲) این پیوند میان توحید، نعمت و تقوا به روشنی دیده می‌شود. ارتباط میان توحید، نعمت و تقوا در این سوره تدریجی و تربیتی است: آیه دوم با فرمان «فَاتَّقُونِ» غایت را بیان می‌کند، و آیات بعد با تبیین نعمت‌ها و نشانه‌های آفرینش، مقدمات معرفتی و بینشی تحقق آن را فراهم می‌آورند. در واقع، ایمان به خدا پس از شناخت ربوبیت و تجربه نعمت‌های او شکل می‌گیرد، و تقوا نتیجه طبیعی این ایمان آگاهانه است:

(...) لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاتَّقُونِ * خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ بِالْحَقِّ تَعَالَى عَمَّا يُشْرِكُونَ * خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ فَإِذَا هُوَ خَصِيمٌ مُبِينٌ * وَالْأَنْعَامَ خَلَقَهَا لَكُمْ فِيهَا دِفْءٌ وَمَنَافِعُ وَمِنْهَا تَأْكُلُونَ * وَلَكُمْ فِيهَا جَمَالٌ حِينَ تُرِيحُونَ وَحِينَ تَسْرَحُونَ * وَتَحْمِلُ أَثْقَالَكُمْ إِلَىٰ بَلَدٍ لَّمْ تَكُونُوا بِالْغِيَةِ إِلَّا يَشِقُّ الْإِنْسُ إِنَّ رَبَّكُمْ لَرَّؤُفٌ رَّحِيمٌ * وَالْحَيْلَ وَالْبِغَالَ وَالْحَمِيرَ لِتَرْكَبُوهَا وَزِينَةً وَيَخْلُقُ مَا لَا تَعْلَمُونَ * وَ عَلَى اللَّهِ قَصْدُ السَّبِيلِ وَمِنْهَا جَائِرٌ وَلَوْ شَاءَ لَهَدَاكُمْ أَجْمَعِينَ * ... وَإِنْ تَعُدُّوا نِعْمَةَ اللَّهِ لَا تُحْصُوهَا إِنَّ اللَّهَ لَغَفُورٌ رَّحِيمٌ (النحل، ۲-۱۸)

در آغاز، خداوند با فرمان «أَنْ أَذَرُوكَ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاتَّقُونِ» پیامبران را مأمور می‌سازد تا مردم را به دو حقیقت بنیادین فراخوانند: نخست، توحید نظری و معرفتی («لا إله إلا أنا») و دوم، توحید عملی و رفتاری («فاتقون»). از دیدگاه المیزان، فاء تفریع در «فاتقون» نشان می‌دهد که تقوا ثمره و نتیجه منطقی ایمان به توحید است؛ یعنی پرهیز از گناه و انحراف تنها زمانی ممکن است که انسان خدای یگانه را در مقام ربّ مدبّر و معبود حقیقی بشناسد (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۲، ص ۳۰۹). بدین ترتیب، آیه دوم مبنای عقیدتی و اخلاقی کلّ آیات بعدی را می‌ریزد.

در ادامه، آیات ۳ تا ۱۸ سوره نحل به تبیین نشانه‌های قدرت، ربوبیت و نعمت‌های الهی می‌پردازند:

آفرینش آسمان‌ها و زمین، خلقت انسان از نطفه، تدبیر در وجود حیوانات، و تسخیر خورشید، ماه، باران و گیاهان. این بیان گسترده، همان‌گونه که تفسیر نمونه توضیح داده، صرفاً گزارش طبیعی نیست، بلکه روش تربیتی قرآن برای بیدارسازی عقل و عاطفه انسان است؛ به‌گونه‌ای که از مشاهده نظم و رحمت در هستی، معرفتی توحیدی حاصل شود و این معرفت، زمینه‌ساز خضوع و تقوا گردد (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۱۱، صص ۱۵۶ و ۱۷۲). قرآن در این آیات، نعمت‌های مادی و معنوی را در هم می‌آمیزد و با بیانی هدفمند، از طریق برانگیختن حس شکرگزاری و مسئولیت، انسان را به خودشناسی و خداشناسی سوق می‌دهد. از این منظر، بیان نعمت‌ها صرفاً مقدمه‌ای برای معرفت خدا نیست، بلکه خود بخشی از تربیت تقوایی انسان است؛ زیرا انسان در پرتو شناخت عطای الهی، به تواضع، سپاس و پرهیز از عصیان می‌رسد. همچنین، قرآن در پایان این بخش با طرح پرسش «أَفَمَنْ يَخْلُقُ كَمَنْ لَا يَخْلُقُ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ» وجدان انسان را مخاطب قرار می‌دهد تا در پرتو تفکر، به وحدت خالق و بطلان شرک پی ببرد. این نوع استفهام تربیتی، چنان‌که در تفسیر نمونه آمده، یکی از روش‌های بنیادین قرآن برای تبدیل معرفت به باور درونی و سپس رفتار تقوایی است؛ زیرا انسان زمانی متقی می‌شود که ایمان او حاصل اندیشه و انتخاب باشد، نه تقلید بیرونی.

در نتیجه، فاصله میان آیه دوم (دعوت به تقوا) و آیات بعدی (توصیف نعمت‌ها) نه نشانه گسست، بلکه بیانگر ترتیب طبیعی سیر تربیتی قرآن است: از توحید به تفکر در آیات الهی تا تحقق تقوا. بدین سان، تقوا نه صرفاً نتیجه ایمان، بلکه محصول تأمل، شکر و درک حضوری از ربوبیت خداوند است. این ارتباط پیوسته نشان می‌دهد که تفکر در نظام آفرینش، راه شناخت خدا و در نهایت، زمینه‌ساز تقوای آگاهانه است.

۱-۲. اصلاح مسیر با نگاه به گذشته و آینده

کریم بارها انسان را به تأمل در گذشته و آینده فرا می‌خواند. بازنگری در گذشته فرصتی برای توبه و اصلاح فراهم می‌کند و تأمل در آینده، فرد را به سوی اهداف بلندمدت و معنوی هدایت می‌نماید. گذشته نه تنها شامل تجربیات تلخ و شیرین، بلکه منبعی برای یادگیری و رشد است و آینده، افقی برای تغییر و تحول درونی انسان محسوب می‌شود. این دو بعد زمانی به فرد کمک می‌کنند تا درک بهتری از تقوا و مسیر تحول خود پیدا کند و آن را در زندگی روزمره نهادینه سازد.

همچنین، همان‌طور که جوادی آملی بیان می‌کند، انسانی که از تعلق به گذشته و نگرانی از آینده آزاد شده، از سطح زمان فراتر رفته و دیگر نه از دست دادن گذشته اندوهگین و نه از دست دادن آینده بیمناک است (جوادی آملی، ۱۳۹۱، ص ۳۷).

۱-۲-۱. توجه به حقیقت اعمال: شناخت و درک ماهیت و پیامدهای اخروی اعمال، و تطابق آن با

ارزش‌های الهی

هر آنچه در عالم وجود دارد، باطنی دارد؛ زیرا دنیا تنزل یافته عوالم بالاست و هر پدیده دنیوی نمونه‌ای از عالم معناست. احکام و دستورات الهی نیز در ظاهر دین و عبادات جلوه کرده و اسرار و باطن دارند (جوادی آملی، ۱۳۹۱، ص ۳۴). تقوا عبارت است از آگاهی مداوم از حضور خداوند و توجه به نیت‌ها و انگیزه‌های درونی. غفلت از حقیقت باطنی اعمال و تمرکز صرف بر ظاهر، می‌تواند موجب تضاد میان ظاهر و باطن شده و رشد معنوی و کمال اخلاقی را مختل کند. شناخت حقیقت درونی اعمال، دل را پالایش کرده و نیت‌ها را اصلاح می‌کند، که اساس تقواست (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۵، ص ۵۶۶). برای دستیابی به تقوا، لازم است فرد به عمق و حقیقت اعمال توجه کند، زیرا ظاهر هر عمل تنها بازتابی از حقیقت درونی آن است. درک انگیزه‌ها و نیت‌های خالص، رفتار را اصلاح کرده و انسان را به ارزش‌های الهی نزدیک می‌سازد. این رویکرد، پیوند زندگی دنیوی با حکمت‌های عالم بالا و جوهره تقوا را نمایان می‌سازد.

خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ بَعْضُكُم بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ) (حجرات، ۱۲) این آیه نشان می‌دهد که اعمال ظاهری انسان تأثیر مستقیمی بر باطن و روح او دارند. غیبت، که در نگاه اول تنها یک گفتار ساده به نظر می‌رسد، در حقیقت اثرات عمیقی بر روابط اجتماعی و معنویت فرد می‌گذارد. براساس تفسیر مجمع‌البیان، غیبت نه تنها موجب از بین رفتن اعتماد در جامعه می‌شود، بلکه باعث آلودگی روح و سقوط اخلاقی فرد نیز خواهد شد (طبرسی، ۱۴۳۱، ج ۱۰، ص ۴۳۵). تشبیه غیبت به خوردن گوشت مردار، تأکید بر این حقیقت است که همان‌گونه که خوردن مردار از نظر طبیعی و اخلاقی ناپسند است، غیبت نیز موجب تخریب روح و معنویت انسان می‌شود (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۹، ص ۴۲۲).

این آیه از جلوه‌های بارز تقوای نظری و اخلاقی است و ناظر به پالایش درونی انسان از آلودگی‌های فکری و گفتاری است. در حقیقت، پرهیز از بدگمانی، تجسس و غیبت، صرفاً به اصلاح روابط اجتماعی محدود نمی‌شود، بلکه زمینه‌ساز صیانت از روح و بازسازی بینش ایمانی در انسان است. قرآن کریم با تشبیه غیبت به خوردن گوشت مردارِ برادرِ مؤمن، چهره پنهان این رفتار را آشکار می‌سازد تا انسان دریابد که هر عمل ظاهری، انعکاسی در جان و سرنوشت او دارد و آلودگی زبان در حقیقت، آلودگی روح است. بر پایه تحلیل تفسیری، نخستین گام در مسیر اصلاح گفتار و اندیشه، زنده کردن روح تقوا و خدا ترسی است؛ زیرا تا تقوا در دل انسان شعله‌ور نشود، اراده ترک گناه و بازگشت از خطا نیز پدید نمی‌آید. در پرتو این بیداری درونی، انسان به توبه و بازسازی درون فراخوانده می‌شود تا مشمول رحمت الهی گردد (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴، ج ۲۲، ص ۱۸۵). از نگاه دیگر، غیبت همچون بسیاری از رذایل اخلاقی، به تدریج به صورت بیماری روانی و درونی درمی‌آید؛ به گونه‌ای که غیبت‌کننده از فرو ریختن آبروی دیگران احساس لذت می‌کند و این خود نشانه خطرناک‌ترین مرحله سقوط اخلاقی است. از همین رو، درمان حقیقی این آسیب در گرو اصلاح انگیزه‌های درونی چون بخل، حسد، کینه، عداوت و خودبرتربینی است، و تنها از رهگذر خودسازی، تفکر در عواقب گناه و ریاضت نفس می‌توان این آلودگی‌ها را زدود (همان، ص ۱۹۳).

در تبیین دقیق‌تر، تفسیر المیزان بیان می‌کند که امر به «اتقوا الله» در این آیه، هم می‌تواند به معنای اجتناب از گناهان گذشته و دعوت به توبه و بازگشت به خداوندِ تَوَّاب باشد، و هم به معنای مراقبت مستمر از نفس برای پرهیز از لغزش‌های آینده (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۸، ص ۴۸۶). یعنی خداوند نسبت به بندگان باتقوا عنایت ویژه‌ای دارد و آنان را در مسیر هدایت و رحمت خود نگاه می‌دارد.

بر این اساس، این آیات به‌روشنی نشان می‌دهند که تقوا نه تنها یک حالت پرهیز رفتاری، بلکه فرایندی از آگاهی، مراقبه و توبه درونی است. مؤمن باتقوا با نگاهی آگاهانه به حقیقت اعمال خویش می‌نگرد، لغزش‌های فکری و اخلاقی را نشانه نیاز به اصلاح می‌داند، و از رهگذر توبه و مراقبت در گفتار و اندیشه، مسیر تزکیه و طهارت قلب را می‌پیماید. چنین نگرشی، تجلی کامل پیوند میان تقوای نظری و تقوای عملی است که در نهایت به پاکی جان و استواری در روابط اجتماعی می‌انجامد.

۱-۲-۲. عبرت گرفتن: یادگیری از وقایع گذشته برای اجتناب از اشتباهات و تقویت تجربه

در قرآن کریم، عبرت از گذشته یکی از مهم‌ترین راه‌های هدایت انسان معرفی شده و مردم به تفکر درباره سرگذشت نیکوکاران و بدکاران فراخوانده شده‌اند. تأمل در تاریخ و زندگی پیشینیان به انسان امکان می‌دهد از اشتباهات آنها درس گرفته و مسیر درست را برگزید. روش عبرت، از کارآمدترین روش‌های تربیتی قرآن و سیره پیشوایان دینی است و مشاهده حوادث ظاهری را وسیله‌ای برای درک حقایق عمیق‌تر قرار می‌دهد (قایمی‌مقدم، ۱۳۸۰). در این نگاه شناختی، تجربیات گذشته نه تنها نشانه‌های موفقیت یا شکست، بلکه ابزارهایی برای تحلیل و ارتقای رفتار و تصمیم‌گیری‌های آینده محسوب می‌شوند.

در آیه‌ای از سوره یوسف، خداوند انسان را به سیر در زمین و تأمل در سرنوشت گذشتگان دعوت می‌کند: (... أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَيَنْظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ وَ لَدَارُ الْآخِرَةِ خَيْرٌ لِلَّذِينَ اتَّقَوْا أَفَلَا تَعْقِلُونَ) (یوسف، ۱۰۹) این آیه نشان می‌دهد که مطالعه تاریخ، راهی برای شناخت سنت‌های الهی و قوانین حاکم بر زندگی است. اقوامی مانند عاد، ثمود و فرعونیان به دلیل نافرمانی از پیامبران و تکذیب حق، دچار عذاب شدند و این سرنوشت، هشداری برای آیندگان است تا از مسیر اشتباه آنها پرهیز کنند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۱۰، ص ۴۰۸).

یکی از نمونه‌های مهم عبرت در قرآن، داستان فرزندان آدم (هابیل و قابیل) است. قرآن می‌فرماید: (وَ اتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ ابْنَيْ آدَمَ بِالْحَقِّ إِذْ قَرَّبَا قُرْبَانًا فَتَقَبَّلَ مِنْ أَحَدِهِمَا وَلَمْ يُتَقَبَّلْ مِنَ الْآخَرِ قَالَ لَأَقْتُلَنَّكَ قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ) (المائدة، ۲۷) این داستان نشان می‌دهد که حسادت چگونه می‌تواند فرد را به گمراهی و حتی جنایت بکشانند. حسد قابیل نسبت به هابیل، او را به قتل برادرش سوق داد، اما این کار تنها موجب پشیمانی بی‌ثمر او شد (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۵، ص ۴۸۵). قرآن با بیان این ماجرا، هشدار می‌دهد که اهل ایمان باید از حسادت پرهیز کرده و به جای رقابت ناسالم، بر تقوا و اخلاص تمرکز کنند. در نهایت، عبرت‌آموزی تنها به شناخت تاریخ محدود نمی‌شود، بلکه انسان را به ارزیابی اعمال خود و اصلاح رفتارهایش تشویق می‌کند. خداوند در آیه‌ای از سوره حشر می‌فرماید: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ لْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَ اتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ) (الحشر، ۱۸) این آیه تأکید می‌کند که تفکر در اعمال گذشته و بررسی پیامدهای آنها، انسان را به سوی تصمیم‌گیری‌های آگاهانه و انتخاب‌های

صحیح هدایت می‌کند. عبرت گرفتن از تاریخ و سرنوشت دیگران، راهی برای رشد معنوی، کاهش خطاها و استفاده بهتر از عمر است (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۹، ص ۵۶۰).

در قرآن کریم، عبرت از گذشته و زندگی گذشتگان یکی از مهم‌ترین منابع هدایت انسان معرفی شده است. خداوند مردم را به دقت و تأمل در زندگی نیکوکاران و بدان فرا می‌خواند و سفارش می‌کند که در آیات آفاقی و انفسی بیندیشند و عاقبت محسنین و مفسدین را بررسی کنند.

۱-۲-۳. عاقبت‌اندیشی: ارزیابی پیامدهای اعمال و تصمیمات برای هدایت به سوی اهداف پایدار عاقبت‌اندیشی، یعنی ارزیابی پیامدهای اعمال و نگاه بلندمدت به اهداف پایدار، نقش اساسی در نیل به تقوا دارد. فردی که به سرانجام رفتارهای خود می‌اندیشد، از لغزش‌های موقتی در امان مانده و تصمیم‌هایی می‌گیرد که هم در دنیا و هم در آخرت سودمند باشند. این نگرش، انسان را از غفلت بازمی‌دارد و به رشد معنوی و کمال اخلاقی هدایت می‌کند (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۱، ص ۲۹۵؛ قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۵، ص ۵۶۶).

خداوند در سوره حشر بر ضرورت محاسبه اعمال تأکید کرده و می‌فرماید: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ لْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَ اتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ) (الحشر، ۱۸) این آیه مؤمنان را به نظارت بر رفتار خود دعوت می‌کند و هشدار می‌دهد که کردار امروز، سرنوشت فردا را رقم می‌زند. در تفسیر این آیه آمده است که انسان باید همچون صنعتگری که آثار خود را بررسی می‌کند، رفتارهایش را مورد ارزیابی قرار داده و در صورت لزوم، اصلاح و توبه نماید (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۹، ص ۳۷۴؛ قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۹، ص ۵۶۰). عاقبت‌اندیشی، از ویژگی‌های بارز متقین است که با ایجاد دیدگاهی مبتنی بر ارزش‌های الهی، فرد را به مسئولیت‌پذیری و تقوا سوق داده و او را در مسیر رشد معنوی و اخلاقی ثابت‌قدم نگه می‌دارد.

۱-۳. تقویت بینش و انعطاف‌پذیری فکری

تقویت بینش و انعطاف‌پذیری فکری به معنای پرورش توانایی تفکر عمیق و سازگار با تغییرات و چالش‌های زندگی است. انسان با تأمل در آیات الهی و نشانه‌های آفرینش، بینش خود را توسعه داده و

حکمت‌های الهی را بهتر درک می‌کند. این بینش، ابزاری برای یافتن دیدگاه‌های نو و هماهنگ با اصول دینی فراهم می‌آورد و انعطاف‌پذیری شناختی فرد را تقویت می‌کند (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۹، ص ۵۶۰). به این ترتیب، انسان قادر می‌شود مسائل زندگی را به شیوه‌ای خلاقانه و سازنده پاسخ دهد و در مسیر رشد معنوی و تصمیم‌گیری‌های اخلاقی، با ارزش‌های الهی هماهنگ عمل کند.

۱-۳-۱. بصیرت: درک عمیق از حقایق و دوراندیشی برای شناخت مسیر صحیح

بصیرت به معنای درک عمیق و روشن از حقیقت‌ها و توانایی تشخیص دقیق واقعیت‌ها از ظواهر است. این ویژگی به فرد کمک می‌کند تا نه تنها به امور سطحی و ظاهری توجه نکند، بلکه به عمق مسائل نگاهی دقیق داشته باشد. بصیرت به معنای دوراندیشی و آگاهی از پیامدهای انتخاب‌ها و تصمیم‌ها نیز می‌تواند باشد، به‌طوری‌که فرد با این دیدگاه به شناخت مسیر صحیح زندگی و انجام اقدامات درست نائل می‌شود.

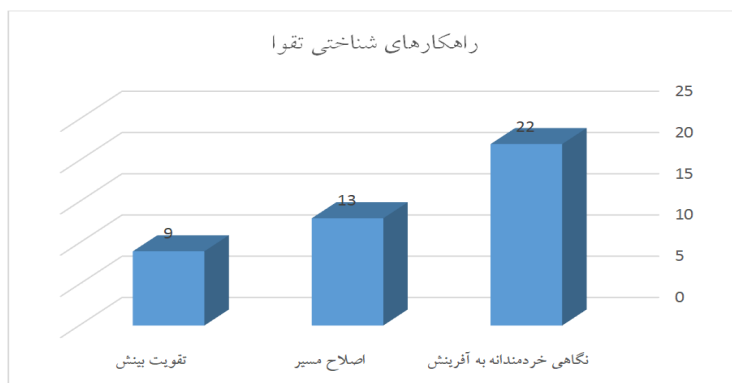
قرآن کریم، تقوا و صبر را عامل ایمنی در برابر توطئه‌های دشمنان معرفی کرده و بر اهمیت هوشیاری تأکید دارد. آیه (إِنَّ تَمَسَّسَكُمْ حَسَنَةً تَسْؤُهُمْ وَإِنْ تُصِبْكُمْ سَيِّئَةٌ يَفْرَحُوا بِهَا وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا لَا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطٌ) (آل عمران، ۱۲۰) نشان می‌دهد که مسلمانان در صورت صبر و تقوا از کید دشمنان در امان خواهند بود، زیرا بصیرت، قدرت تشخیص نیت پنهان و اهداف واقعی آنان را فراهم می‌آورد (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۳، ص ۶۰۰؛ قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۱، ص ۵۹۳). امنیت و پایداری جامعه اسلامی در گرو هوشیاری و ثبات قدم در مسیر حق است (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۳، ص ۶۶). در آیه (إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ) (الاعراف، ۲۰۱)، تقوا و یاد خدا عامل بصیرت دانسته شده که انسان را از وسوسه‌های شیطان مصون می‌دارد. متقین با توجه به خداوند، قدرت تشخیص حقایق را یافته و در برابر فریب‌ها ایمن می‌شوند، درحالی‌که گناهکاران در تاریکی غفلت گرفتارند (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۳، ص ۲۵۴). جمله "فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ" بیانگر این است که وسوسه‌های شیطانی دید باطنی را می‌پوشاند، اما یاد خدا نور بصیرت را در دل انسان روشن کرده و راه نجات را نشان می‌دهد (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۷، ص ۶۷). بنابراین، بصیرت یکی از راهکارهای کلیدی تقواست که انسان را در شناخت حقیقت، تشخیص دشمن و ثبات در مسیر هدایت یاری می‌دهد.

۱-۳-۲. پندپذیری: پذیرش انتقادات و توصیه‌ها برای رشد فردی و اجتماعی

پندپذیری یعنی پذیرش انتقادات و توصیه‌ها به منظور رشد فردی و اجتماعی. این ویژگی شامل شنیدن نظرات دیگران، ارزیابی دقیق آنها و به‌کارگیری انتقادات سازنده برای بهبود خود و رفتارهای فردی است. پندپذیری نه تنها به فرد کمک می‌کند از اشتباهات خود درس بگیرد، بلکه روابط سالم و تعامل مؤثر با دیگران را نیز تقویت می‌کند. پذیرش انتقاد، توانایی فرد را در درک موقعیت‌های مختلف و اصلاح رفتارهای خود براساس تجربه‌های دیگران افزایش می‌دهد و در نتیجه، کیفیت تعاملات اجتماعی و رشد فردی را ارتقا می‌بخشد.

(فَجَعَلْنَاهَا نَكَالًا لِّمَا بَيْنَ يَدَيْهَا وَ مَا خَلْفَهَا وَ مَوْعِظَةً لِّلْمُتَّقِينَ) (البقره، ۶۶) این آیه به ماجرای مجازات بنی اسرائیل اشاره دارد که هم برای خودشان و هم برای اقوام دیگر، هشدار الهی بود. تأکید بر "و مَوْعِظَةً لِّلْمُتَّقِينَ" نشان می‌دهد که تنها اهل تقوا از این حوادث درس گرفته و مسیر خود را اصلاح می‌کنند، زیرا پندپذیری از ویژگی‌های اصلی متقین است که آنان را از تکرار اشتباهات بازمی‌دارد (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱، ص ۳۷۶). این آیه بر نقش عبرت در تربیت الهی تأکید دارد و بیان می‌کند که تنها افراد باتقوا این هشدارها را درک کرده و آنها را سرلوحه زندگی خود قرار می‌دهند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۱، ص ۳۵۲؛ طبرسی، ۱۴۳۱، ج ۱، ص ۲۴۷).

همان‌گونه که عبرت‌گیری از مجازات‌های الهی نشانه تقواست، پذیرش مواعظ و احکام الهی نیز لازمه پرهیزگاری و عامل رشد و هدایت انسان است. در سوره طلاق: (فَإِذَا بَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَأَمْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ فَارِقُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ وَأَشْهِدُوا ذَوَى عَدْلٍ مِنْكُمْ وَأَقِيمُوا الشَّهَادَةَ لِلَّهِ ذَلِكَ يُوعِظُ بِهِ مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَ مَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا) (طلاق، ۲)، موعظه تنها به توصیه‌های اخلاقی محدود نمی‌شود، بلکه شامل دستورات فقهی نیز هست که زمینه رشد فردی و اجتماعی را فراهم می‌کند. پذیرش این آموزه‌ها نشانه ایمان و تقواست و مؤمنان واقعی از این مواعظ برای هدایت و تنظیم مسیر زندگی خود بهره می‌برند (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۳، ص ۲۷۴). عمل به احکام الهی، بهترین موعظه برای اصلاح فرد و جامعه است و کسانی که اهل پندپذیری‌اند، مسیر درست را انتخاب می‌کنند (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۱۰، ص ۱۰۵). این آیات نشان می‌دهند که پندپذیری یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های افراد باتقواست. متقین کسانی هستند که از گذشته عبرت می‌گیرند، نسبت به هشدارهای الهی هوشیارند و مسیر خود را براساس آن اصلاح می‌کنند. این ویژگی، آنها را از تکرار اشتباهات و گرفتار شدن در عواقب گناه دور نگه می‌دارد.



نمودار ۲. راهکارهای شناختی تقوا

تحلیل کیفی نمودار راهکارهای شناختی تقوا:

در این بخش، به تحلیل کیفی نموداری می‌پردازیم که راهکارهای شناختی نیل به تقوا را بر پایه مضامین قرآنی دسته‌بندی کرده و میزان تمرکز آیات بر هر محور را به صورت نسبی نشان می‌دهد:

• نگاهی خردمندانه به آفرینش (۳۳٪ فراوانی)

این مؤلفه بیشترین بسامد را در میان راهکارهای بینشی دارد و نشان‌دهنده تأکید قرآن بر جایگاه معرفت‌شناسی هستی در فرایند تزکیه و نیل به تقواست. این راهکار شامل سه بعد اصلی است: تعقل، تفکر در خلقت، یاد نعمت‌های الهی؛ این راهکار با تلفیق عقلانیت، تفکر و شکرگزاری، بنیانی جامع برای ایجاد نوعی بینش الهی در فرد فراهم می‌آورد که او را از سطح دانستن به مرحله دیدن و زیستن در مدار ایمان و تقوا می‌کشاند.

• اصلاح مسیر با نگاه به گذشته و آینده (۲۰٪ فراوانی)

این مؤلفه به بازنگری در مسیر زندگی از طریق تجربه و آینده‌نگری اشاره دارد. زیرعنوان‌های آن عبارت‌اند از:

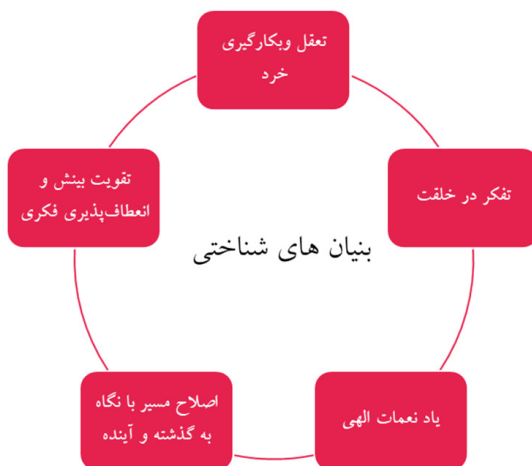
توجه به حقیقت اعمال، عبرت‌گرفتن از تاریخ، عاقبت‌اندیشی؛ : این راهکار با ایجاد پیوستگی میان گذشته، حال و آینده، بینش دین‌مدارانه‌ای برای حرکت آگاهانه در مسیر زندگی ارائه می‌دهد. این نگاه، فرد را از غفلت و روزمرگی بیرون می‌آورد و به انتخاب‌های مسئولانه سوق می‌دهد.

• تقویت بینش و انعطاف‌پذیری فکری (۱۳٪ فراوانی)

این محور بر توانایی بازنگری در افکار و پذیرش هدایت تأکید دارد و شامل این عناصر است: بصیرت، پندپذیری؛

این راهکار، بر آمادگی روانی برای اصلاح و تحول فکری تأکید دارد. انسان متقی، فردی است که نه تنها از خطا نمی‌هراسد، بلکه آمادگی پذیرش اصلاح و ارتقاء فکری را دارد. این انعطاف درونی، مانع تعصب و انجماد فکری شده و راه را برای پذیرش حق هموار می‌کند.

این نمودار نشان می‌دهد که تحقق تقوا، پیش از آن‌که یک رفتار بیرونی باشد، مستلزم یک تحول شناختی و درونی عمیق است. این تحول از مسیر تأمل، تعقل و اصلاح مستمر بینش انسان نسبت به خود، جهان و سرنوشت حاصل می‌شود.



نمودار ۳. بنیان‌های شناختی تقوا

۲. راهکارهای انگیزشی (تحریک احساس و اراده برای عمل)

در فرایند تحصیل تقوا، انگیزه‌های درونی انسان نقش محوری در هدایت او به سوی کمال اخلاقی و معنوی دارند. قرآن کریم با ارائه راهکارهای دقیق انگیزشی، نه تنها احساسات معنوی فرد را بیدار می‌کند، بلکه اراده او را برای رفتارهای صحیح و ترک گناهان تقویت می‌نماید. این راهکارها به فرد امکان می‌دهند

تا با انگیزه‌ای مستمر و اراده‌ای استوار، در مواجهه با چالش‌های فردی و اجتماعی، به رشد معنوی و اخلاقی دست یابد. قرآن با بهره‌گیری از اصول روان‌شناختی و معنوی، تغییر درونی انسان را تسهیل کرده و انگیزش را هم محرکی برای عمل و هم ابزاری برای نهاده‌سازی تقوا در فرد می‌داند.

۲-۱. خشیت معنوی

خشیت، حالتی درونی و قلبی است که در برابر جلال و جبروت خداوند به انسان دست می‌دهد و با شرم، حیا، تعظیم و خشوع همراه است. این حالت، ترس ساده نیست بلکه با تکریم و صفای درونی همراه است و برای دستیابی به آن، خلوص قلبی ضروری است (آرام، ۱۳۹۰). خشیت معنوی به ترس و احترام نسبت به خدا یا قدرت متعالی اشاره دارد و تنها ناشی از ترس از مجازات نیست، بلکه به درک عظمت و بی‌پایانی خداوند و احساس مسئولیت‌های اخلاقی و معنوی مرتبط است. در این چارچوب، خدا ترسی و ترس از قیامت دو مولفه اصلی خشیت معنوی محسوب می‌شوند.

به‌عنوان مثال در آیه (یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ لْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَ اتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ) (الحشر، ۱۸) به‌طور شفاف به اهمیت تقوی و محاسبه نفس اشاره دارد. این آیه به مؤمنین یادآوری می‌کند که علاوه بر دوری از گناه و انجام واجبات، باید به اعمال خود توجه کنند و برای روز قیامت توشه‌ای صالح بفرستند. نگاه به اعمال و محاسبه آنها پیش از روز قیامت، انسان را از غفلت باز می‌دارد و رابطه او با خداوند را تقویت می‌کند. در این زمینه، تقوا به معنای دقت در انجام واجبات و اجتناب از محرمات است و فرد را از فساد اخلاقی و معنوی دور نگه می‌دارد و به رشد معنوی و تکامل هدایت می‌کند. بررسی اعمال گذشته، ابزاری اصلاحی برای شناسایی و اصلاح نقص‌های رفتاری و نگرشی است (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۹، ص ۳۷۴). خشیت معنوی، که شامل ترس از عواقب اعمال در قیامت و آگاهی از عظمت خداوند است، انگیزه‌ای قوی برای اصلاح نفس و انجام اعمال صالح فراهم می‌آورد. توجه به محاسبه اعمال پیش از قیامت، فرد را از غفلت دور کرده و مسیر درست زندگی را هموار می‌کند. بدین ترتیب، کسی که با خشیت معنوی و تقوا زندگی می‌کند، می‌تواند در دنیا و آخرت موفق باشد و از عذاب الهی در امان بماند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۲۲، ص ۱۸۰؛ طبرسی، ۱۴۳۱، ج ۵، ص ۳۴۱؛ قرآنی، ۱۳۸۸، ج ۹، ص ۵۶۱).

آیه شریفه (وَمَنْ يُطِيعِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَيَخْشَ اللَّهَ وَيَتَّقْهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْفَائِزُونَ) (النور، ۵۲) در ادامه آیات پیشین خود به تشریح ویژگی‌های رستگاران و نجات‌یافتگان پرداخته است. این آیه، به‌طور ضمنی تأکید می‌کند که هر کس خدا و رسول را اطاعت کند و در درون خود خشیت و در عمل تقوا داشته باشد، از رستگاران خواهد بود. خشیت درونی و تقوای بیرونی دو جنبه از یک حقیقت‌اند که با اطاعت تحقق می‌یابند و انسان را از غرور و اعمال ناشایست باز می‌دارند (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۵، ص ۲۰۶). برخی مفسران «فوز» و «فلاح» را به معنای کامیابی در زندگی دنیوی و اخروی می‌دانند که با اطاعت، خشیت و تقوا حاصل می‌شود (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۶، ص ۲۰۳؛ مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۱۴، ص ۵۲۳). خشیت معنوی، ترس آگاهانه و عمیق از خدا و عظمت اوست که در رفتار و اعمال انسان نیز نمود می‌یابد، و او را به رعایت تقوا، اجتناب از گناه و یاد خدا و قیامت هدایت می‌کند. این خشیت به‌عنوان نیروی محرکه، ایمان، رشد اخلاقی و فلاح انسان را تقویت می‌کند...

۲-۲. اخلاص

اخلاص به معنای انجام اعمال و عبادات به‌طور خالص و صرفاً برای خداوند است، بدون هیچ انگیزه یا قصد غیرالهی. در قرآن کریم، اخلاص به‌عنوان یکی از ویژگی‌های اصلی مؤمنان مطرح شده و بارها همراه با تقوا ذکر می‌شود. این ویژگی ایجاب می‌کند که فرد در تمام اعمال خود، چه فردی و چه اجتماعی، تنها برای خداوند عمل کند و هیچ نفع شخصی یا اجتماعی در آن دخیل نباشد. اخلاص نه‌تنها ایمان را تقویت می‌کند، بلکه رشد اخلاقی و معنوی انسان را نیز فراهم می‌سازد. در آیه (لَنْ يَنَالَ اللَّهُ لُحُومُهَا وَلَا دِمَاؤها وَلَكِنْ يَنَالُهُ التَّقْوَى مِنْكُمْ كَذَلِكَ سَخَّرَهَا لَكُمْ لِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَى مَا هَدَاكُمْ وَبَشِّرِ الْمُحْسِنِينَ) (الحج، ۳۷) اخلاص به‌عنوان روح عبادیات و قربانی‌ها مطرح شده است. قربانی‌ها نه‌تنها یک عمل ظاهری هستند، بلکه هدف از آنها دستیابی به تقوا و نزدیکی به خداوند است. این عمل باید با اخلاص همراه باشد تا اثر معنوی آن بر انسان نمایان شود. قربانی، به معنای از خودگذشتگی و آمادگی برای فدای جان در راه خداست، و این نشان می‌دهد که در کنار عمل ظاهری، درون‌مایه و انگیزه‌ای روحی باید وجود داشته باشد که انسان را به خدا نزدیک کند، به‌طوری‌که هیچ حجاب و فاصله‌ای میان او و خداوند باقی نماند (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۴، ص ۵۳۰). همچنین در این زمینه ذکر شده است که اهداف دین تنها

به اعمال ظاهری محدود نمی‌شود، بلکه باطن آنها که شامل اخلاص و تسلیم در برابر خداوند است، اهمیت بیشتری دارد (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۶، ص ۴۶).

۲-۳. توکل بر خداوند و بهره‌گیری از وساطت معنوی

توکل بر خداوند و بهره‌گیری از وساطت معنوی در قرآن، از طریق مفاهیم توکل و توسل مطرح می‌شوند و به‌عنوان راهکارهای انگیزشی فرد را به تقویت ایمان و دستیابی به تقوا هدایت می‌کنند. توکل به معنای اعتماد کامل به خداوند پس از انجام همه اقدامات لازم است تا او را به بهترین نتیجه رهنمون سازد (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۵، ص ۲۳۹). توسل نیز به معنای جلب رحمت و کمک خداوند از طریق وساطت افراد یا امور مقدس است (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۵، ص ۲۵۰). این دو مفهوم، فرد را از وابستگی به غیر خداوند رها کرده و به اعتماد مطلق و ارتباط مستقیم با خداوند هدایت می‌کنند و موجب تقویت انگیزه‌های درونی و رشد معنوی او می‌شوند.

۲-۳-۱. توکل

توکل به معنای اعتماد قلبی بر خداوند در جمیع امور و بیزاری از هر حول و قوه و تکیه برحول و قوه الهی است (نراقی، ۱۳۸۳، ج ۳، ص ۲۱۸). توکل یکی از منازل دین و مقامی از مقامات اهل یقین، بلکه یکی از معانی درجات مقربان است (شبر، ۱۳۷۸، ص ۴۲۴). توکل که یکی از مراحل سیرسالکان الی الله است، همان "گزینش و پذیرش وکیل" است و وکیل کسی است که از سوی موکل خود تدبیر و سرپرستی کاری را به عهده بگیرد. توکل آن است که انسان خود را جاهل و عاجز بداند و کار خود را به خدای علیم قدیر واگذار کند (جوادی آملی، ۱۳۸۷، ص ۳۶۳).

(... فَاتَّقُوا اللَّهَ وَ أَطِيعُوا أَوَّلَ مَا يُبَيِّنُكُمْ وَ أَطِيعُوا اللَّهَ وَ رَسُولَهُ إِنَّ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ * إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَ جِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَ إِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَ عَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ * الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَ مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ) (الانفال، ۳) طبق این آیات، نشانه ایمان کامل آن است که دل مؤمن با یاد خدا خشیت پیدا کند، با تلاوت و یادآوری آیات الهی بر ایمانش افزوده شود، بر خدا توکل کند، نماز را برپا دارد و به دیگران کمک رساند (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۳، ص ۲۶۸). هنگامی که ایمان فرد رشد کند و به کمال برسد، جایگاه

خداوند و نقش خود را درک می‌کند و می‌فهمد که تمامی امور به دست خداست. در این مرحله، بر خود واجب می‌داند که بر خدا توکل کند، تابع اراده او باشد، او را در تمامی امور زندگی وکیل گیرد، به تقدیر الهی رضا دهد و مطابق شریعت و احکام الهی عمل کند (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۹، ص ۱۱).

در این آیات (وَ أَطِيعُوا اللَّهَ وَ أَطِيعُوا الرَّسُولَ فَإِنْ تَوَلَّيْتُمْ فَإِنَّمَا عَلَى رَسُولِنَا الْبَلَاغُ الْمُبِينُ * اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ وَ عَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ * ... فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَ أَسْمِعُوا وَ أَطِيعُوا وَ أَنْفِقُوا خَيْرًا لِّأَنْفُسِكُمْ ...) (التغابن، ۱۶-۱۲) نیز به مؤمنین دستور اطاعت از خداوند و حضرت رسول ﷺ داده شده و سپس به آنان فرمان توکل به خداوند داده شده است. از ارتباط این دستورات می‌توان این‌گونه دریافت که متوکلان باید مؤمن و پیرو دستورات خداوند و پیامبر ﷺ باشند.

اطاعت خدای تعالی در آنچه برای بندگانش تشریع کرده، و در متعلقات آن، خود نوعی از توکل بر خدا است. چون اطاعت خدا برای هر خداشناس و مؤمن به خدا واجب است، پس توکل بر او نیز بر مؤمنان لازم است، و مؤمنان هم باید بر او توکل کنند و هم اطاعتش را گردن نهند. اما کسی که او را نمی‌شناسد، و به او ایمان ندارد، اطاعت هم ندارد. پس از آنچه گذشت روشن شد که ایمان و عمل صالح، نوعی از توکل بر خدا است (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۹، ص ۵۱۵). از طرفی عبارت "اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ" عبارتی توحیدی است که فرد متوکل باید بدان معتقد بوده و موحد باشد. این عبارت، به مساله توحید در عبودیت اشاره می‌کند که به منزله دلیلی برای وجوب اطاعت است؛ می‌فرماید: "خداوند کسی است که هیچ معبودی جز او نیست" و چون چنین است، مؤمنان باید فقط بر او تکیه کنند. در ادامه آیات، دستور به تقوا و انفاق در راه خدا نیز به مؤمنان متوکل داده می‌شود؛ نخست دستور به اجتناب از گناهان می‌دهد (چراکه تقوا بیشتر ناظر به پرهیز از گناه است) و سپس دستور به اطاعت فرمان و شنیدن که مقدمه این اطاعت است. از میان طاعات به خصوص روی مسئله انفاق که از مهم‌ترین آزمایش‌های الهی است تکیه می‌کند و سرانجام هم می‌گوید: سود تمام اینها عائد خود شما می‌شود (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۲۴، ص ۲۰۹).

با توجه به مجموعه این دستورات، می‌توان دریافت که توکل و تقوا در یک شبکه معنایی قرآنی با یکدیگر پیوند دارند. توکل، به‌عنوان اعتماد قلبی به خداوند، زمینه‌ای برای پابندی به اطاعت و اجتناب از گناه فراهم می‌کند و انگیزه عملی مؤمن را در اجرای تکالیف الهی تقویت می‌نماید. در مقابل، تقوا نیز

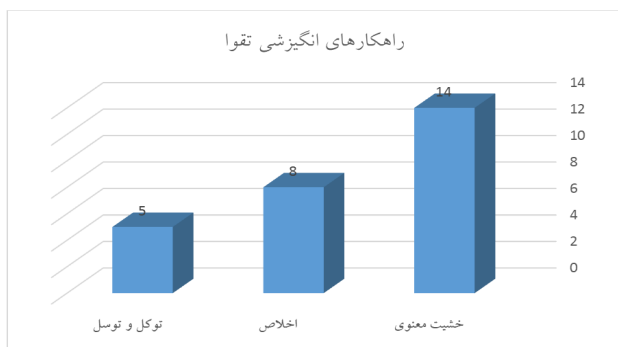
بستری برای تحقق توکل است؛ زیرا پرهیز از گناه و التزام به فرمان الهی، انسان را در مقام تسلیم و اعتماد بیشتر به خدا قرار می‌دهد. بنابراین، هر چند آیات به‌طور مستقیم رابطه توکل و تقوا را بیان نمی‌کنند، ترکیب دستورات اطاعت، توحید، توکل، تقوا و انفاق، نشان‌دهنده تکمیل و تقویت متقابل این مفاهیم در ساختار بندگی قرآنی است.

۲-۳-۲. توسل

توسل در میان مسلمانان امری پذیرفته است و اختلافات موجود بیشتر درباره مصداق وسیله است، نه اصل آن. قرآن مجید به‌طور مطلق توسل را توصیه کرده است و به همین دلیل، علما درباره مصادیق آن دیدگاه‌های متفاوتی دارند؛ برخی اعمال صالح و ایمان را تنها وسیله مشروع می‌دانند و برخی دیگر، هر آنچه انسان را به خدا نزدیک کند، از جمله اولیای الهی، جایز می‌شمارند. روایات اهل بیت و سیره صحابه نیز نشان می‌دهد که پیامبر و اهل بیت علیهم‌السلام بهترین وسایل قرب به خداوند هستند و صحابه حتی پس از وفات پیامبر نیز به ایشان توسل می‌جستند (عابدی، ۱۳۸۳).

خداوند در سوره مائده می‌فرماید: (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَابْتَغُوا إِلَيْهِ الْوَسِيلَةَ وَجَاهِدُوا فِي سَبِيلِهِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ) (المائده، ۳۵) این آیه مؤمنان را به سه عنصر اساسی در سلوک ایمانی فرامی‌خواند: تقوا، ابتغای وسیله و جهاد در راه خدا. در این میان، تعبیر «وَابْتَغُوا إِلَيْهِ الْوَسِيلَةَ» ناظر به یکی از مهم‌ترین راهبردهای معرفتی و انگیزشی در تربیت قرآنی است؛ زیرا توسل به مثابه وسیله، نقش میانجی میان ایمان نظری و رفتار عملی متقیانه را ایفا می‌کند. براساس تفسیر المیزان، «وسيله» در این آیه به معنای یک رابطه معنوی میان بنده و پروردگار است که براساس حقیقت عبودیت شکل می‌گیرد. انسان با تحقق عبودیت، خود را در موضع فقر و مسکنت قرار می‌دهد و از این طریق، به درگاه خداوند توسل می‌جوید. در این نگاه، علم و عمل از لوازم رسیدن به مقام عبودیت‌اند، نه خود وسیله به معنای اصیل آن (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۵، ص ۵۳۶). همچنین، عبارت «وَجَاهِدُوا فِي سَبِيلِهِ» در ادامه آیه، مکمل معنای توسل است و به قرینه ساختار آیه، جهاد را در معنای عام آن شامل می‌شود؛ از جهاد با نفس تا جهاد در میدان‌های اجتماعی و نظامی. این گسترش مفهومی، نشانگر آن است که توسل و جهاد، هر دو از ابزارهای نیل به فلاح و تقوا هستند و در یک دستگاه معرفتی واحد قابل تحلیل‌اند (همان). براساس دیدگاه مفسرانی چون

قرائتی، «تقوا» در این آیه بیشتر جنبه ترک گناه دارد و «وسیله» ناظر به انجام طاعات و برقراری ارتباط فعال با خداوند است. بنابراین، تقوا شرط لازم و توسل شرط کافی برای فلاح شمرده شده است؛ و این خود دلالت دارد بر پیوند وثیق توسل با رشد معرفتی و اخلاقی انسان (قرائتی، ۱۳۸۸، ج ۲، ص ۲۸۸). توسل نه تنها به عنوان ابزاری برای جلب رحمت الهی عمل می کند، بلکه به عنوان راهکاری مؤثر در تقویت بینش توحیدی و ایجاد احساس وابستگی مستمر به خداوند متعال نیز نقش دارد. در این راستا، طلب وسیله در کنار مفاهیمی چون تقوا و جهاد، به عنوان اجزای مهم در فرایند انگیزش و رشد معنوی فرد، بخشی از ساختار قرآنی است که هدف نهایی آن، رسیدن به فلاح و کمال انسانی در تمام ابعاد زندگی است.



نمودار ۴. راهکارهای انگیزشی تقوا

تحلیل نمودار راهکارهای انگیزشی تقوا:

در این بخش، تحلیل کیفی نمودار راهکارهای انگیزشی تقوا براساس فراوانی و درصد حضور هر مؤلفه در آیات قرآن کریم ارائه می گردد:

• خشیت معنوی (۵۶٪ فراوانی)

بیشترین فراوانی مربوط به خشیت معنوی است. این فراوانی بالا نشان می دهد که قرآن بیشترین تأکید را بر برانگیختن تقوا از طریق «آگاهی ژرف از عظمت و جلال الهی» دارد. خشیت در اینجا صرفاً ترس نیست، بلکه حالتی از وقار و حضور قلب در برابر پروردگار است که فرد را از ارتکاب گناه باز می دارد و او را به مراقبت دائمی در اعمال سوق می دهد. فراوانی بالای این مؤلفه بیانگر آن است که اساس شکل گیری انگیزش برای تقوا، درک عمیق از جایگاه خداوند و انسان در نظام هستی است.

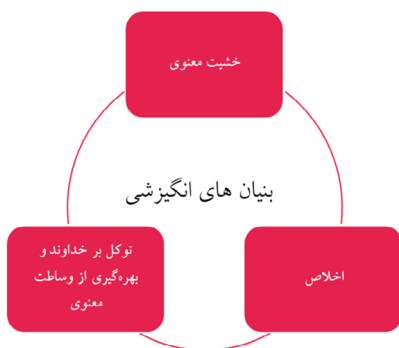
• اخلاص (۳۲٪ فراوانی)

اخلاص دومین مؤلفه پرتکرار در میان راهکارهای انگیزشی تقواست. این درصد قابل توجه نشان می‌دهد که تقوا در قرآن صرفاً رفتاری بیرونی نیست، بلکه مستلزم نیت پاک و انگیزه درونی صادقانه است. اخلاص موجب می‌شود فرد در مسیر الهی از ریا، خودنمایی، و انگیزه‌های نفسانی فاصله بگیرد و تنها برای رضای خدا عمل کند. این عامل به‌طور مستقیم بر خلوص اخلاقی و پایداری در مسیر تقوا اثرگذار است.

• توکل و توسل (۱۲٪ فراوانی)

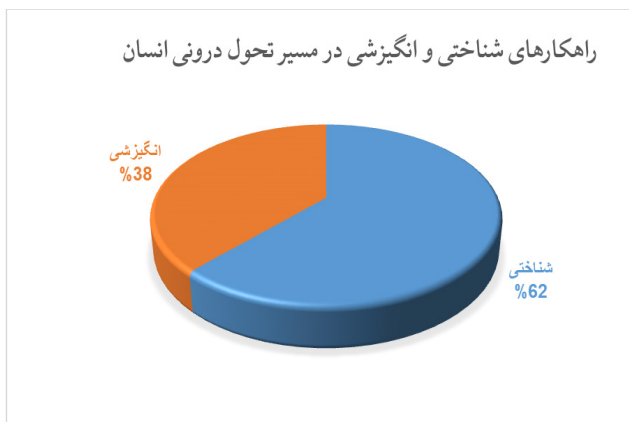
کمترین سهم مربوط به توکل و توسل است. گرچه از نظر فراوانی کمتر مورد تأکید قرار گرفته، اما نقش آن در حمایت روانی و تقویت اعتماد فرد به راه الهی بسیار کلیدی است. توکل، اعتماد عملی به مشیت و تدبیر الهی است که فرد را از اضطراب‌های بیرونی رها کرده و به آرامش درونی می‌رساند. توسل نیز نشان‌دهنده پیوند معنوی با اولیای الهی و اتصال مستمر با منابع هدایت است که تقوا را از سطح فردی فراتر برده و به پیوندی عمیق با جریان هدایت الهی تبدیل می‌کند.

نسبت فراوانی این سه عامل نشان می‌دهد که قرآن در تقویت انگیزش برای تقوا، ابتدا از طریق «ایجاد نگاه عظمت‌محور به خداوند» (خشیت)، سپس با «اصلاح انگیزه‌های نیت‌محور» (اخلاص)، و در نهایت با «اعتماد قلبی و پیوند معنوی» (توکل و توسل)، ساختاری انگیزشی و منسجم فراهم کرده که فرد را در مسیر خودسازی الهی تثبیت می‌کند.



نمودار ۵. بنیان‌های انگیزشی تقوا

تحلیل کیفی جامع راهکارهای شناختی و انگیزشی در مسیر تحول درونی انسان:
با بهره‌گیری از نمودار دایره‌ای راهکارهای شناختی و انگیزشی در مسیر تحول درونی انسان، می‌توان
تحلیل نهایی را چنین تفصیل داد:



نمودار ۶. راهکارهای شناختی و انگیزشی در مسیر تحول درونی انسان

پژوهش نشان می‌دهد تقوا در قرآن فرایندی دوساحتی است که هم بُعد شناختی و هم انگیزشی را دربر می‌گیرد. راهکارهای شناختی با سهم بیشتر (۶۲٪) نقش محوری در اصلاح ذهن و بینش انسان دارند و مؤلفه‌هایی چون تأمل در آفرینش، عبرت از گذشته و بصیرت‌افزایی را شامل می‌شوند. در کنار آن، راهکارهای انگیزشی (۳۸٪) مانند خشیت، اخلاص، توکل و توسل، شناخت‌های عقلانی را در ساحت عاطفه و اراده تثبیت کرده و پایداری در مسیر تقوا را تضمین می‌کنند. بدین‌سان قرآن ابتدا بر اصلاح بینش و سپس بر تقویت انگیزه‌های معنوی تأکید می‌ورزد.

نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تحلیل محتوای آیات قرآن کریم درباره تقوا و بررسی راهکارهای شناختی و انگیزشی مؤثر در فرایند تحول درونی انسان، با استفاده از روش تحلیل محتوای مضمونی و رویکرد تفسیری انجام شده است. یافته‌ها نشان می‌دهد که تقوا در قرآن به‌عنوان یک فرایند جامع خودسازی، بیشترین تأکید را

بر اصلاح بینش و نگرش عقلانی دارد که با سهم ۶۲ درصد در راهکارهای شناختی نمایان شده است. این راهکارها شامل نگاهی خردمندانه به آفرینش با ۳۳٪ فراوانی (تعقل، تفکر در خلقت و یاد نعمت‌های الهی)، اصلاح مسیر زندگی با ۲۰٪ فراوانی (عبرت‌آموزی از گذشته و آینده‌نگری) و تقویت بینش همراه با انعطاف‌پذیری فکری با ۱۳٪ فراوانی (بصیرت و پذیرش هدایت) است که بنیان تحول فکری و معنوی را شکل می‌دهد.

در مقابل، راهکارهای انگیزشی با سهم ۳۸ درصد، شامل خشیت معنوی با ۵۶٪ فراوانی (احساس حضور و وقار در برابر خداوند)، اخلاص با ۳۲٪ فراوانی (نیت خالص و انگیزه درونی) و توکل و توسل با ۱۲٪ فراوانی (اعتماد به تدبیر الهی و پیوند معنوی) است که نقش مکمل و تقویت‌کننده در تثبیت مسیر رشد معنوی دارند. این ترکیب و نسبت بیانگر آن است که قرآن تحول درونی را ابتدا از مسیر اصلاح عقل و بینش آغاز می‌کند و با انگیزش‌های معنوی استمرار و عمق آن را تضمین می‌کند. بدین ترتیب، تقوا فرایندی دوساحتی است که عقل و دل را برای نیل به رشد پایدار معنوی به‌صورت هماهنگ بسیج می‌کند. این پژوهش چارچوب نظری منسجمی برای بهره‌برداری از آموزه‌های وحیانی در تربیت دینی و خودسازی معنوی ارائه می‌دهد.

منابع

* قرآن کریم

- آرام، محمدرضا. (۱۳۹۰). معناشناسی خشیت در قرآن کریم. پژوهش‌های اعتقادی کلامی، ۱ (بهار)، ۳۵-۵۲. <http://noo.rs/ntgoX>
- اخلاقی، مسعود، و حسین‌نژاد کریمی، سیدمجتبی. (۱۴۰۱). تبیین چیستی تعقل براساس آیات قرآن. دین‌پژوهی و کارآمدی، ۴، ۲-۱۸. nrr.2022.49324.1122/10.22034
- امین اصفهانی، سیده نصرت‌بیگم. (۱۳۶۱). مخزن العرفان در تفسیر قرآن. تهران: نهضت زنان مسلمان.
- باردن، لورنس. (۱۳۷۵). تحلیل محتوا (ملیحه آشتیانی و محمد یمنی‌دوزی، مترجمان). تهران: دانشگاه شهید بهشتی.
- بناری، علی‌همت. (۱۳۷۹). بررسی اولویت‌های تربیت اخلاقی از دیدگاه امام علی (علیه السلام) در نهج البلاغه. تربیت اسلامی، ۴، ۵۳۹-۵۶۸. <http://noo.rs/fyesH>
- جانی‌پور، محمد، و شکرانی، رضا. (۱۳۹۲). رهاوردهای استفاده از روش تحلیل محتوا در فهم احادیث. پژوهش‌های قرآن و حدیث، ۴۶ (۲)، ۲۷-۵۸. <http://noo.rs/T1loP>
- جوادی آملی، عبدالله. (۱۳۸۸). تسنیم (چاپ هشتم). قم: اسراء.
- جوادی آملی، عبدالله. (۱۳۸۷). مراحل اخلاق (چاپ هفتم). قم: اسراء.
- جوادی آملی، عبدالله. (۱۳۹۱). حکمت عبادت (چاپ نوزدهم). قم: اسراء.
- حسینی سرشت، سیدمحمدصادق. (۱۳۸۸). مقتضیات اخلاقی تقوا در آینه قرآن و سنت. مطالعات اخلاق کاربردی، ۱۷ (پاییز)، ۵-۵۵. http://akhlagh.morsalat.ir/article_21187.html
- حسینی، سیدمه‌دی. (۱۴۰۲). چیستی تقوا و بنیان‌های معرفتی صدور فعل تقوا و فرایند تحقق ملکه آن. معرفت، ۳۱۲، ۳۷-۴۶. marifat.2023.2019992/10.22034
- خدادوست، مریم. (۱۳۹۸). نقش تقوا در تربیت فکری انسان از منظر قرآن. مطالعات تفسیری آلاء الرحمن، ۸، ۱۲۳-۱۴۱. <http://noo.rs/fQSXP>
- فراهیدی، خلیل بن احمد. (۱۴۱۰ق). کتاب العین. قم: هجرت.

- راغب اصفهانی، حسین بن محمد. (۱۴۱۲ق). مفردات الفاظ القرآن. بیروت: دارالقلم.
- رام، سمیه، مهر محمدی، محمود، صادق‌زاده قمصری، علیرضا، و طلالی، ابراهیم. (۱۳۹۶). تقوا در تعلیم و تربیت اسلامی. پژوهش‌نامه مبانی تعلیم و تربیت، ۷(۱)، ۱۰۳-۱۲۵. <https://www.fedu.v7i1.62192/10.22067.125-103>
- سعیدی حسینی، معصومه‌السادات. (۱۳۹۸). تحلیل محتوای مفهوم توکل در قرآن کریم (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). تهران: دانشگاه الزهراء (ع).
- سیمپاری، شهین، قائمی امیری، علی، و آرمند، محمد. (۱۳۹۷). بررسی رابطه تقوا و هدایت و تأثیر آن بر سلامت اجتماعی از منظر قرآن. قرآن و طب، ۳(۳)، ۱۴۵-۱۵۳. https://www.quraniimed.com/article_192948.htm
- شبّر، سید عبد الله، الاخلاق، مترجم: محمد رضا جباران، بی جا، هجرت چهارم، ۱۳۷۸ش.
- شجاعی، امیراحمد، و ابوالحسنی نیارکی، فرشته. (۱۳۹۰). تحلیل اخلاق: تقوا، ملکات، رفتار. مجله ایرانی اخلاق و تاریخ پزشکی، ۴(۴)، ۶۷-۷۴. <http://ijme.tums.ac.ir/article-1-168-fa.html>
- شرفی، محمدرضا. (۱۳۸۱). تفکر برتر. تهران: سروش.
- شیرافکن، محمدحسین. (۱۳۹۴). تحلیل میدان معنایی تقوا در قرآن کریم (پایان‌نامه کارشناسی ارشد). دانشگاه قرآن و حدیث.
- صدوق، محمد بن علی بن بابویه. (۱۴۱۳ق). من لا یحضره الفقیه (علی اکبر غفاری، مصحح). قم: دفتر انتشارات اسلامی.
- طباطبایی، سیدمحمدحسین. (۱۳۷۴). المیزان فی تفسیر القرآن (محمدباقر موسوی، مترجم؛ چاپ پنجم). قم: دفتر انتشارات اسلامی.
- طبرسی، فضل بن حسن. (۱۴۳۱ق). مجمع البیان. بیروت: دارالمعرفه.
- طوسی، محمد بن حسن. (بی تا). التبیان فی تفسیر القرآن. بیروت: دار احیاء التراث العربی.
- عابدی، فداحسین. (۱۳۸۳). توسل از نگاه فریقین. پژوهش‌نامه حکمت و فلسفه اسلامی، ۱۰-۱۱. <http://noo.rs/FzaVx>
- عترت‌دوست، محمد. (۱۳۹۸). روش‌شناسی فهم حدیث در فرایند سه‌گانه تحلیل متن، تحلیل محتوا و تحلیل گفتمان. حدیث‌پژوهی، ۱۱(۲۱)، ۲۹۱-۲۱۰. [10.22052/0.21.291](https://www.10.22052/0.21.291)

- فلسفی، محمدتقی. (۱۳۹۵). کودک. تهران: هیئت نشر معارف اسلامی.
 - قایمی مقدم، محمدرضا. (۱۳۸۰). روش عبرت در تربیت دینی. تهران: حوزه و دانشگاه.
 - قرآنی، محسن. (۱۳۸۸). تفسیر نور. تهران: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن.
 - کرپندورف، کلاوس. (۱۳۸۷). مبانی روش‌شناسی تحلیل محتوا (هوشنگ نائینی، مترجم). تهران: روش.
 - کشاورز، سوسن، و سرتیپ‌زاده، لیلا. (۱۳۹۸). ابعاد تفکر از منظر قرآن کریم و دلالت‌های تربیتی آن در تربیت فکری کودکان و نوجوانان. تربیت اسلامی، ۲۸ (الف)، ۷-۵۳. edu.2019.1521/10.30471
 - کلینی، محمد بن یعقوب. (۱۴۰۷ق). الکافی. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
 - مجلسی، محمدباقر. (۱۴۰۳ق). بحارالأنوار (چاپ دوم). بیروت: دار احیاء التراث العربی.
 - محمدی مهر، غلامرضا. (۱۳۸۹). روش تحلیل محتوا: راهنمای عملی تحقیق (چاپ دوم). تهران: گنجینه علوم انسانی.
 - مصباح یزدی، محمدتقی. (۱۳۹۰). آیین پرواز (چاپ هفتم). قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
 - مصباح یزدی، محمدتقی. (۱۳۹۴). اخلاق در قرآن (چاپ هشتم). قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
 - مطهری، مرتضی. (۱۳۷۷). مجموعه آثار (چاپ ششم). تهران: صدرا.
 - مکارم شیرازی، ناصر، و جمعی از نویسندگان. (۱۳۷۱). تفسیر نمونه (چاپ دهم). تهران: دارالکتب الاسلامیه.
 - موسوی خمینی، روح‌الله. (۱۳۷۸). شرح چهل حدیث (چاپ بیستم). تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی.
 - نبی‌لو، عظیم‌الله. (۱۳۹۵). بررسی رابطه متقابل تفکر و تقوا در قرآن کریم. کتاب و سنت، ۹، ۲-۵.
- https://ksem.qhu.ac.ir/article_12842
- نراقی، محمد مهدی (۱۳۸۳ق). جامع السعادات، چاپ چهارم، بیروت: اعلمی.
 - نصری، عبدالله. (۱۳۷۱). سیمای انسان کامل از دیدگاه مکاتب (چاپ سوم). تهران: انتشارات علامه طباطبائی.

- نمازی خیرآبادی، سید محمد، و سلطانی بیرامی، اسماعیل. (۱۴۰۱). نقش تقوا در بعد بینشی کمال انسان از دیدگاه قرآن کریم. معرفت، ۳۱(۲)، ۴۱-۵۰. <https://marifat.nashriyat.ir/node/4161>
- هولستی، اولی زَندولف. (۱۳۹۱). تحلیل محتوا در علوم اجتماعی و انسانی (نادر سالارزاده امیری، مترجم). تهران: دانشگاه علامه طباطبایی.

References

- * Qur'an. (n.d.). The Holy Qur'an [In Arabic]. Retrieved from <https://quran.com>
- Abedi, Fadahosseini. (2004). Tawassul from the Perspective of the Two Schools. *Hikmat and Islamic Philosophy Research Journal*, 10-11. <http://noo.rs/FzaVx> [In Persian]
- Amin Esfahani, Seyedeh Nosrat-Beygom. (1982). Makhzan al-'Erfan fi Tafsir al-Qur'an. Tehran: Nahzat-e Zanan-e Mosalman. [In Persian]
- Aram, Mohammadreza. (2011). Semantic Analysis of Khashyah in the Holy Qur'an. *Theological and Creedal Studies*, 1(Spring), 35-52. <http://noo.rs/ntgoX> [In Persian]
- Bardin, Laurence. (1996). Content Analysis (Malihah Ashtiani & Mohammad Yamani-Douzi, Trans.). Tehran: Shahid Beheshti University. [In Persian translation]
- Banari, Ali-Hemmat. (2000). A Study of Moral Education Priorities from the Perspective of Imam Ali (a) in Nahj al-Balaghah. *Islamic Education*, 4, 539-568. <http://noo.rs/fyesH> [In Persian]
- Falsafi, Mohammad-Taghi. (2016). The Child. Tehran: Islamic Knowledge Publishing Board. [In Persian]
- Farahidi, Khalil ibn Ahmad. (1989). Kitab al-'Ayn. Qom: Hijrat. [In Arabic]
- Ghanimi-Moghaddam, Mohammadreza. (2001). The Method of Moral Lesson in Religious Education. Tehran: Hawzah and University. [In Persian]
- Hawlsti, Ole R. (2012). Content Analysis for the Social Sciences and Humanities (Nader Salarzadeh Amiri, Trans.). Tehran: Allameh Tabataba'i University Press. [In Persian translation]
- Hosseini, Seyyed Mehdi. (2023). The Nature of Piety and the Epistemological Foundations of Pious Action and the Process of Its Moral Internalization. *Ma'rifat*, 312, 37-46. <https://doi.org/10.22034/marifat.2023.2019992> [In Persian]
- Hosseini-Sersht, Seyyed Mohammad Sadegh. (2009). Ethical Requirements of Piety in the Mirror of the Qur'an and Sunnah. *Applied Ethics Studies*, 17(Fall), 5-55. http://akhlagh.morsalat.ir/article_21187.html [In Persian]

- Jani-Pour, Mohammad, & Shekarani, Reza. (2013). Achievements of Using Content Analysis Method in Understanding Hadiths. *Qur'an and Hadith Studies*, 46(2), 27-58. <http://noo.rs/T1loP> [In Persian]
- Javadi Amoli, Abdollah. (2009). Tafsir Tasnim (8th ed.). Qom: Esra. [In Persian]
- Javadi Amoli, Abdollah. (2012). The Wisdom of Worship (19th ed.). Qom: Esra. [In Persian]
- Karipendorff, Klaus. (2008). Content Analysis: An Introduction to Its Methodology (Hooshang Naeini, Trans.). Tehran: Ravesh. [In Persian translation]
- Kashavarz, Sousan, & Sartip-Zadeh, Leila. (2019). Dimensions of Thinking from the Perspective of the Qur'an and Its Educational Implications for Children and Adolescents. *Islamic Education*, 28(A), 7-53. <https://doi.org/10.30471/edu.2019.1521> [In Persian]
- Kolehini, Mohammad ibn Ya'qub. (1986). Al-Kafi. Tehran: Dar al-Kutub al-Islamiyyah. [In Arabic]
- Majlesi, Mohammad-Baqer. (1984). Bihar al-Anwar (2nd ed.). Beirut: Dar Ihya al-Turath al-Arabi. [In Arabic]
- Mesbah Yazdi, Mohammad-Taghi. (2011). The Path of Ascension (7th ed.). Qom: Imam Khomeini Educational and Research Institute. [In Persian]
- Mesbah Yazdi, Mohammad-Taghi. (2015). Ethics in the Qur'an (8th ed.). Qom: Imam Khomeini Educational and Research Institute. [In Persian]
- Mohammadi Mehr, Gholamreza. (2010). Content Analysis Method: A Practical Research Guide (2nd ed.). Tehran: Ganjineh-ye Olum-e Ensani. [In Persian]
- Motahhari, Morteza. (1998). Collected Works (6th ed.). Tehran: Sadra. [In Persian]
- Nabi-Lou, Azimollah. (2016). The Reciprocal Relationship between Thinking and Piety in the Qur'an. *Book and Sunnah*, 9, 2-5. https://ksem.qhu.ac.ir/article_12842 [In Persian]
- Namazi-Kheirabadi, Seyyed Mohammad, & Soltani-Beirami, Esmaeil. (2022). The Role of Piety in the Cognitive Dimension of Human Perfection from the Perspective of the Qur'an. *Ma'rifat*, 31(2), 41-50. <https://marifat.nashriyat.ir/node/4161> [In Persian]
- Qara'ati, Mohsen. (2009). Tafsir Noor. Tehran: Dars-ha-ye Qur'an Cultural Center. [In Persian]

- Ragheb Esfahani, Hossein ibn Mohammad. (1992). *Al-Mufradat fi Gharib al-Qur'an*. Beirut: Dar al-Qalam. [In Arabic]
- Ram, Somayeh, Mehrmohammadi, Mahmoud, Sadeghzadeh Ghomsari, Alireza, & Taleai, Ebrahim. (2017). Piety in Islamic Education. *Foundations of Education Research Journal*, 7(1), 103–125. <https://doi.org/10.22067/fedu.v7i1.62192> [In Persian]
- Saeedi Hosseini, Masoumeh-Sadat. (2019). Content Analysis of the Concept of Tawakkul in the Holy Qur'an (Master's thesis). Alzahra University, Tehran. [In Persian]
- Sharafi, Mohammadreza. (2002). Superior Thinking. Tehran: Soroush. [In Persian]
- Shirafkan, Mohammad-Hossein. (2015). Semantic Field Analysis of Piety in the Holy Qur'an (Master's thesis). University of Qur'an and Hadith. [In Persian]
- Simiari, Shahin, Ghaemi Amiri, Ali, & Armand, Mohammad. (2018). Investigating the Relationship between Piety and Guidance and Its Impact on Social Health from the Perspective of the Qur'an. *Qur'an and Medicine*, 3(3), 145–153. https://www.quraniimed.com/article_192948.htm [In Persian]
- Saduq, Mohammad ibn Ali ibn Babawayh. (1994). *Man La Yahduruhu al-Faqih* (Ali-Akbar Ghaffari, Ed.). Qom: Islamic Publications Office. [In Arabic]
- Tabataba'i, Seyyed Mohammad Hossein. (1995). *Al-Mizan fi Tafsir al-Qur'an* (Mohammad-Baqer Mousavi, Trans.; 5th ed.). Qom: Islamic Publications Office. [In Persian translation]
- Tabarsi, Fazl ibn Hasan. (2010). *Majma' al-Bayan fi Tafsir al-Qur'an*. Beirut: Dar al-Ma'rifah. [In Arabic]
- Tusi, Mohammad ibn Hasan. (n.d.). *Al-Tibyan fi Tafsir al-Qur'an*. Beirut: Dar Ihya al-Turath al-Arabi. [In Arabic]