

بررسی کیفی تجربه ندامت و بازگشت اخلاقی در نظام توبه در فقه اسلامی

۱. مجتبی نیکخو: گروه فلسفه و کلام اسلامی، دانشگاه قم، قم، ایران
۲. زهرا موسوی زاده: گروه فقه سیاسی، دانشگاه ادیان و مذاهب، قم، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول: Drmosavizadeh.z@yahoo.com

چکیده

هدف این پژوهش، واکاوی کیفی تجربه ندامت و بازگشت اخلاقی در نظام توبه از منظر فقه اسلامی و کشف مؤلفه‌های معنوی، اخلاقی و فقهی مؤثر بر این فرایند است. این مطالعه با روش کیفی و رویکرد تحلیل مضمون انجام شد. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با ۲۲ مشارکت‌کننده دارای تجربه توبه واقعی از میان ساکنان شهر تهران گردآوری شد. نمونه‌گیری به صورت هدفمند و تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. مصاحبه‌ها ضبط، پیاده‌سازی، کدگذاری و با استفاده از نرم‌افزار NVivo تحلیل شدند. تحلیل داده‌ها منجر به شناسایی سه مقوله اصلی شامل «تجربه زیسته ندامت»، «مسیر بازگشت اخلاقی» و «زمینه‌های فقهی و معنوی توبه» شد. هر مقوله دارای چندین زیرمقوله از جمله احساس شرم و گناه، بازاندیشی اخلاقی، تلاش برای جبران، تولد معنوی، مناسک دینی، و درک فقهی از توبه بود. مشارکت‌کنندگان توبه را به عنوان یک بازسازی هویتی، اخلاقی و معنوی در ارتباط با خدا و جامعه درک کرده بودند. توبه در فقه اسلامی نه تنها سازوکاری حقوقی و عبادی، بلکه فرآیندی چندوجهی در بازسازی هویت اخلاقی و معنوی فرد است. یافته‌ها نشان دادند که توبه صادقانه، منجر به تحول در رفتار، روابط اجتماعی و معنویت فرد می‌شود و می‌تواند به عنوان ابزاری کارآمد در اصلاح اخلاقی، بازگشت اجتماعی و سلامت روانی مورد توجه قرار گیرد.

کلیدواژه‌گان: توبه، ندامت، بازگشت اخلاقی، فقه اسلامی، تجربه زیسته، هویت معنوی، اصلاح اخلاقی

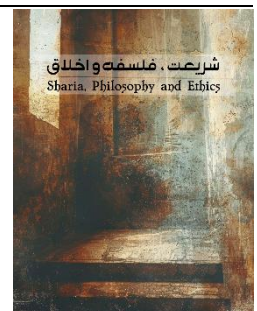
شیوه استناددهی: نیکخو، مجتبی، و موسوی‌زاده، زهرا. (۱۴۰۳). بررسی کیفی تجربه ندامت و بازگشت اخلاقی در نظام توبه در فقه اسلامی. *شریعت، فلسفه و اخلاق*، ۲(۳)، ۹-۱.

تاریخ ارسال: ۲ مرداد ۱۴۰۳

تاریخ بازنگری: ۶ شهریور ۱۴۰۳

تاریخ پذیرش: ۳۰ شهریور ۱۴۰۳

تاریخ چاپ: ۱۲ مهر ۱۴۰۳



© ۱۴۰۳ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.



A Qualitative Study of the Experience of Regret and Moral Return in the System of Repentance in Islamic Jurisprudence

1. Mojtaba Nikkho: Department of Islamic Philosophy and Theology, University of Qom, Qom, Iran

2. Zahra Mosavizadeh*: Department of Political Jurisprudence, University of Religions and Denominations, Qom, Iran

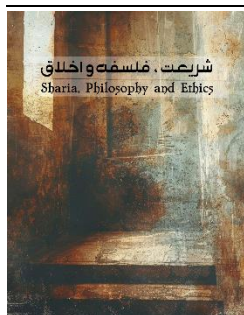
*Corresponding Author's Email: Drmosavizadeh.z@yahoo.com

Abstract

This study aims to qualitatively explore the lived experience of remorse and moral return in the Islamic jurisprudential framework of repentance. A qualitative content analysis approach was employed. Data were collected through semi-structured interviews with 22 participants who had personally experienced repentance, selected purposively from Tehran. Interviews continued until theoretical saturation was achieved. Data were transcribed, coded, and analyzed using NVivo software. Analysis revealed three main categories: "lived experience of remorse," "moral return pathway," and "jurisprudential and spiritual contexts of repentance." These included subthemes such as shame and guilt, ethical reconsideration, attempts to make amends, spiritual rebirth, religious rituals, and legal-religious understanding of repentance. Participants described repentance as a holistic process of identity, ethical, and spiritual reconstruction in relation to God and society. Repentance in Islamic jurisprudence functions not only as a legal or ritual mechanism but also as a multidimensional transformative process that fosters ethical reform and spiritual realignment. Genuine repentance leads to behavioral change, renewed social relationships, and enhanced spiritual awareness, positioning it as a valuable tool for moral rehabilitation and psychological well-being.

Keywords: *Repentance, Remorse, Moral Return, Islamic Jurisprudence, Lived Experience, Spiritual Identity, Ethical Reform*

How to cite: Nikkho, M., & Mosavizadeh, Z. (2024). A Qualitative Study of the Experience of Regret and Moral Return in the System of Repentance in Islamic Jurisprudence. *Sharia, Philosophy and Ethics*, 2(3), 1-9.

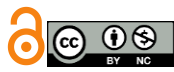


Submit Date: 23 July 2024

Revise Date: 27 August 2024

Accept Date: 20 September 2024

Publish Date: 3 October 2024



© 2024 the authors. This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

توبه به عنوان یکی از اساسی ترین مفاهیم در اخلاق و فقه اسلامی، بازنمایی گر یک بازگشت آگاهانه و اخلاقی به مسیر الهی است؛ مسیری که در آن فرد، پس از ارتکاب گناه، از طریق ندامت، اصلاح رفتاری و بازسازی ارتباط با خداوند، به تطهیر نفس و تجدید حیات معنوی دست می یابد. توبه نه صرفاً کنشی فردی و روان شناختی، بلکه ساختاری فقهی و اخلاقی است که در بستر شریعت اسلامی شکل گرفته و واجد ابعاد عمیق معنوی، اجتماعی و رفتاری است (Nasr, 2006). از منظر اسلامی، توبه نه تنها راه نجات از عذاب اخروی است، بلکه زمینه ساز رشد اخلاقی، خودشناسی و تعالی روح نیز محسوب می شود.

در متون اسلامی، توبه به عنوان یکی از صفات بندگان شایسته معرفی شده است؛ چنانکه در قرآن کریم آمده است: «إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ» (سوره بقره، آیه ۲۲۲). این آیه بر رابطه محبت آمیز خداوند با توبه کنندگان تأکید دارد و نشان می دهد که توبه نه تنها ابزاری برای جبران گذشته، بلکه وسیله ای برای جلب رحمت الهی و بازسازی معنوی فرد است. بر اساس روایات اسلامی نیز، توبه صادقانه همراه با ندامت، ترک گناه و تصمیم بر عدم بازگشت، مورد پذیرش الهی قرار می گیرد و گذشته تاریک فرد را به گونه ای پاک می کند که گویی گناهی مرتکب نشده است (Khan, 2010).

از دیدگاه فقه اسلامی، توبه شامل سه رکن اساسی است: ندامت قلبی، ترک فوری گناه، و تصمیم قاطع بر عدم بازگشت به آن عمل (Kamali, 2008). در مواردی که حق الناس نیز مطرح باشد، شرط چهارمی نیز اضافه می شود و آن جبران حق ضایع شده است. این ابعاد نشان می دهد که توبه در فقه اسلامی، صرفاً جنبه نظری یا درونی ندارد، بلکه واجد الزامات عملی و اخلاقی است که به تغییر رفتار و بازسازی هویت اخلاقی فرد منجر می شود (Rahman, 2013).

ابعاد اخلاقی توبه در سنت اسلامی، در تعامل با مفاهیمی چون ندامت، خودپالایی، مسئولیت پذیری، و اصلاح پذیری معنا می یابد. ندامت، به عنوان نخستین گام در مسیر توبه، حالتی از آگاهی اخلاقی عمیق نسبت به خطاهای گذشته است که فرد را از حالت غفلت بیرون آورده و به بازنگری در اعمالش وامی دارد (Murata & Chittick, 1994). این ندامت، اغلب با تجربه هیجاناتی نظیر شرم، پشیمانی، ترس از مجازات الهی و احساس دوری از خداوند همراه است. در مطالعات روان شناسی دین نیز تأکید شده است که ندامت صادقانه می تواند موجب بهبود سلامت روان و افزایش تاب آوری اخلاقی فرد گردد (Exline et al., 2000).

همچنین، فرآیند توبه با بازسازی هویت اخلاقی فرد همراه است. فرد گناهکار با طی مسیر توبه، هویتی نوین برای خود تعریف می کند که مبتنی بر تعالی، آشتی با خدا، و بازگشت به ارزش های دینی است. این بازتعریف هویت، در چارچوب فقه اسلامی، واجد مشروعیت است و از سوی جامعه دینی نیز به رسمیت شناخته می شود. به همین دلیل است که توبه، به مثابه یک «تولد دوباره اخلاقی» قابل توصیف است (Sells, 1996). چنین نگاهی از منظر تربیتی نیز اهمیت دارد؛ چراکه بازگشت اخلاقی افراد به جامعه، علاوه بر ترمیم روابط فردی، در انسجام اجتماعی و ارتقاء اعتماد نیز مؤثر است (Abou El Fadl, 2004).

مطالعات انجام شده در حوزه اخلاق اسلامی و معنویت درمانی، نشان داده اند که تجربه توبه، علاوه بر تغییر رفتار، منجر به تحولی بنیادین در نظام اعتقادی و ارزشی فرد می شود (Pargament, 2007). فرد توبه کننده، با باور به رحمت الهی، نوعی امیدواری معنوی را تجربه می کند که به وی توانایی مقابله با گذشته، اصلاح حال و ساختن آینده ای اخلاقی تر را می دهد. همچنین، مناسک دینی مرتبط با توبه — نظیر نماز توبه، استغفار، خلوت با خدا و شب زنده داری — بسترهای روان شناختی لازم برای تحکیم این بازگشت اخلاقی را فراهم می آورند (Schimmel, 1975).

با وجود غنای مفهومی توبه در منابع اسلامی، کمتر پژوهشی به صورت میدانی به واکاوی تجربه زیسته افراد از ندامت و بازگشت اخلاقی پرداخته است. بیشتر آثار موجود در این حوزه، به بررسی فقهی، کلامی یا تفسیری موضوع توبه پرداخته‌اند، و کمتر از منظر انسان‌شناختی، روان‌شناختی یا جامعه‌شناختی، به تحلیل تجربه توبه در زمینه اجتماعی معاصر روی آورده‌اند (Cook, 2000). از سوی دیگر، با توجه به تحولات اخلاقی در جامعه و چالش‌های نوظهور در سبک زندگی دینی، ضرورت دارد تا تجربه توبه و بازسازی معنوی، نه تنها در متون، بلکه در زندگی واقعی افراد نیز مورد بررسی قرار گیرد.

در همین راستا، پژوهش حاضر با رویکرد کیفی و با استفاده از مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته، در پی کشف و تبیین تجربه زیسته ندامت و بازگشت اخلاقی افراد مسلمان در بستر فقه اسلامی است. هدف اصلی این تحقیق، فهم عمیق از چگونگی ادراک افراد از مفاهیم دینی مرتبط با توبه، تجربه درونی ندامت، فرایند اصلاح اخلاقی، و چگونگی تعامل آن‌ها با آموزه‌های فقهی و مناسک دینی در مسیر بازگشت به خداوند است. این پژوهش می‌کوشد تا با ارائه تصویری روشن از ابعاد روان‌شناختی، معنوی و فقهی توبه، زمینه را برای تحلیل دقیق‌تر کارکردهای اخلاقی آن در زندگی فردی و اجتماعی فراهم سازد.

از منظر روش‌شناسی، استفاده از رویکرد کیفی در این مطالعه، امکان درک عمیق‌تر و زمینه‌مندتر تجربه انسانی را فراهم می‌آورد. با تمرکز بر روایت‌های شخصی و تحلیل مضمون آن‌ها، پژوهش می‌تواند پیچیدگی‌های معنایی، عاطفی و اخلاقی توبه را که در قالب تعاریف انتزاعی قابل شناسایی نیستند، آشکار سازد. علاوه بر این، بهره‌گیری از نرم‌افزار NVivo در کدگذاری و تحلیل داده‌ها، اعتبار تحلیلی یافته‌ها را افزایش داده و امکان بازنمایی دقیق‌تر از الگوهای معنایی موجود در مصاحبه‌ها را مهیا می‌سازد.

در مجموع، با توجه به اهمیت روزافزون مفاهیم معنوی در روان‌شناسی معاصر، مطالعات میان‌رشته‌ای در حوزه توبه می‌توانند سهم مؤثری در بازاندیشی نسبت به ظرفیت‌های اخلاقی و دینی در فرآیند اصلاح فردی ایفا نمایند. پژوهش حاضر نیز با تمرکز بر تجربه زیسته ندامت و بازگشت اخلاقی، در پی آن است که پیوند میان فقه، اخلاق و تجربه انسانی را در نظام اسلامی توبه بازخوانی کند.

روش‌شناسی

این پژوهش به منظور واکاوی تجربه ندامت و بازگشت اخلاقی در نظام توبه در فقه اسلامی، با بهره‌گیری از رویکرد کیفی و با استفاده از روش تحلیل محتوای کیفی انجام شده است. هدف اصلی، درک عمیق از تجربه زیسته افراد درباره احساس ندامت، تحول اخلاقی و مفاهیم مرتبط با توبه در بستر فقه اسلامی بوده است.

مطالعه حاضر از نوع پژوهش کیفی با طراحی پدیدارشناسانه است که به منظور فهم تجربه زیسته افراد در زمینه ندامت و بازگشت اخلاقی طراحی شده است. مشارکت‌کنندگان شامل ۲۲ نفر از افراد بزرگسال (زن و مرد) با سابقه تجربه توبه و بازگشت اخلاقی بودند که به صورت هدفمند از میان ساکنان شهر تهران انتخاب شدند. ملاک انتخاب مشارکت‌کنندگان، تجربه عملی توبه و آمادگی برای بازگو کردن روایت زندگی اخلاقی خود در پرتو تعالیم اسلامی بود.

جمع‌آوری داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته انجام شد. سؤالات مصاحبه با محورهایی چون: احساس ندامت، تحول اخلاقی پس از توبه، نقش باورهای دینی، و تأثیر آموزه‌های فقهی بر تصمیم به توبه طراحی شدند. مدت هر مصاحبه بین ۴۵ تا ۷۵ دقیقه بود. روند مصاحبه‌ها تا زمان اشباع نظری ادامه یافت؛ به گونه‌ای که پس از مصاحبه با نفر بیست‌ودوم، داده‌های جدیدی در مضامین اصلی ظاهر نشد.

برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل مضمون با استفاده از نرم‌افزار NVivo بهره گرفته شد. ابتدا مصاحبه‌ها به صورت کامل پیاده‌سازی شدند و سپس واحدهای معنایی استخراج شده، کدگذاری اولیه شدند. در ادامه، کدهای مشابه در قالب مضامین فرعی و اصلی گروه‌بندی شدند. به منظور افزایش اعتبار یافته‌ها، از تکنیک بازبینی توسط مشارکت‌کنندگان و بررسی همکار پژوهشی استفاده گردید. همچنین، رعایت ملاحظات اخلاقی از جمله رضایت آگاهانه، محرمانگی اطلاعات و اختیار در ترک مصاحبه، به دقت مورد توجه قرار گرفت.

یافته‌ها

مقوله اول: تجربه زیسته ندامت

درک هیجانی از گناه:

اغلب مشارکت‌کنندگان تجربه ندامت را با هیجاناتی چون شرم، ترس، اندوه و حس سرافکنندگی توصیف کردند. بسیاری از آن‌ها اشاره داشتند که گناه، بار روانی سنگینی بر دوش آنان گذاشته است. یکی از مشارکت‌کنندگان بیان کرد: «وقتی به گناهم فکر می‌کردم، حس می‌کردم همه دنیا دارن قضاوت می‌کنن، حتی وقتی تنها بودم.» این احساسات معمولاً نخستین مرحله در حرکت به سمت توبه تلقی می‌شدند و افراد را به درون‌نگری سوق می‌دادند.

بازاندیشی نسبت به رفتار گذشته:

بازبینی گذشته در قالب بازاندیشی اخلاقی یکی از محورهای مهم تجربه ندامت بود. مشارکت‌کنندگان اظهار داشتند که پس از گناه، به بازخوانی اعمال خود و تأمل در معنای آن‌ها در چارچوب باورهای دینی پرداختند. «تا اون موقع فکر می‌کردم اشتباهام طبیعی‌ان، ولی یه جایی ایستادم و گفتم این واقعاً اون چیزیه که خدا ازم می‌خواد؟» این فرآیند معمولاً با تردید اخلاقی و بازشناسی هویت اخلاقی همراه بود. نیاز به جبران گذشته:

ندامت تنها به احساس پشیمانی محدود نبود، بلکه با خواست جدی برای جبران خطا نیز همراه بود. بسیاری از مشارکت‌کنندگان به اعمالی چون عذرخواهی از دیگران، جبران مالی، یا انجام اعمال صالح اشاره کردند. یکی از آن‌ها گفت: «تا وقتی از دل کسی که ازم رنجیده بود، درنیاوردم، حس نکردم توبه‌م تموم شده.» این بعد عملی از ندامت، انگیزه فرد برای بازسازی رابطه با خود و دیگران را نشان می‌داد. بحران هویتی ناشی از گناه:

برخی افراد تجربه گناه را به عنوان تهدیدی بر هویت شخصی و معنوی خود می‌دیدند. آن‌ها از احساس گسست درونی، دوری از خدا و گم‌گشتگی در مسیر زندگی سخن گفتند. «بعد از اون اشتباه، دیگه نمی‌دونستم کی‌ام؛ حتی تو آینه نمی‌تونستم خودم رو نگاه کنم.» این بحران هویتی نقطه عطفی برای برخی مشارکت‌کنندگان بود که آن‌ها را به بازتعریف هویت اخلاقی خود سوق داد. مواجهه درونی با وجدان:

کشاکش با وجدان و صدای درونی هشداردهنده از دیگر عناصر پررنگ در تجربه ندامت بود. افراد از تجربه‌ی بیداری وجدان، نشخوار ذهنی و پشیمانی مکرر صحبت کردند. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: «وقتی شب می‌خوابم، صدایی تو ذهنم مدام می‌گفت اشتباه کردی... نمی‌تونستم خاموشش کنم.» این مواجهه، بسیاری را به سوی اصلاح و توبه سوق داده بود.

مقوله دوم: مسیر بازگشت اخلاقی

انگیزش درونی برای توبه:

توبه برای مشارکت کنندگان بیشتر از یک تکلیف شرعی، یک خواست درونی برای پاک‌سازی روحی بود. میل به تطهیر، امید به بخشش و بازگشت به حالت خالص، از انگیزه‌های درونی آنان بود. «یه‌جوری حس کردم دلم می‌خواد از نو شروع کنم؛ سبک شم، سبک سبک.» این انگیزش درونی، موتور حرکت به سوی بازگشت اخلاقی محسوب می‌شد.

نقش توبه در بازسازی رابطه با خدا:

اکثر مشارکت کنندگان توبه را راهی برای ترمیم رابطه معنوی خود با خدا می‌دانستند. آن‌ها تجربه توبه را با احساس نزدیکی دوباره به خدا، بازگشت به عبادات و درک رحمت الهی توصیف کردند. یکی گفت: «وقتی برای اولین بار بعد از گناه‌ام نماز خوندم، انگار خدا بغلم کرد.» این تجربه روحانی، بنیانی برای تقویت معنویت در زندگی آنان بود.

تغییر رفتار و اصلاح شخصی:

تجربه توبه با تغییرات رفتاری محسوس همراه بود. مشارکت کنندگان اشاره کردند که بعد از توبه، تلاش کرده‌اند عادات ناپسند را کنار بگذارند، روابط مضر را قطع کنند و در رفتار روزمره خود دقت بیشتری داشته باشند. «دیگه سعی می‌کنم قبل از هر حرفی یا کاری، به لحظه مکث کنم.» این اصلاحات، بخشی از مسیر عملی بازگشت اخلاقی بود.

توبه به مثابه تولد دوباره:

برخی توبه را همچون تولدی نو در زندگی توصیف کردند؛ نقطه‌ای برای شروع دوباره و بازتعریف خود. «انگار به صفحه‌ی سفید جلوم باز شد؛ همه چی از نو شروع شد، حتی نگاه خودم به خودم.» این نگاه، نه تنها امیدبخش بلکه سازنده‌ی هویتی تازه برای فرد بود. پیوند توبه با اخلاق عملی:

توبه نزد مشارکت کنندگان به ارزش‌های اخلاقی پیوند خورده بود. آن‌ها پس از توبه، بیشتر به انصاف، گذشت، احترام به حقوق دیگران و پرهیز از خودمحوری توجه نشان می‌دادند. «قبلاً خیلی راحت بقیه رو قضاوت می‌کردم، ولی الان اول سعی می‌کنم بفهمم.» این تغییرات نشان می‌دهد که توبه نه تنها بازسازی رابطه با خدا، بلکه بازسازی اخلاق اجتماعی را نیز در پی داشته است.

استمرار در مسیر اصلاح:

پایداری در مسیر توبه و اصلاح، یکی از دغدغه‌های جدی مشارکت کنندگان بود. آنان به اعمالی چون عبادت مستمر، دعا، استفاده از مربیان اخلاقی و حضور در مجالس دینی برای حفظ این مسیر اشاره کردند. «هر وقت حس می‌کنم دارم سُر می‌خورم، به دعای ساده می‌خونم، انگار برمی‌گردم به مسیر.»

مقوله سوم: زمینه‌های فقهی و معنوی توبه

فهم فقهی از مفهوم توبه:

مشارکت کنندگان با شناخت نسبی از مفاهیم فقهی مرتبط با توبه (ندامت، ترک گناه، تصمیم به بازنگشتن) به سراغ توبه آمده بودند. «من شنیده بودم آگه سه شرط توبه باشه، خدا می‌بخشه، همین سه تا شد چراغ راه من.» این چارچوب فقهی نقش مهمی در مشروعیت‌بخشی به فرایند بازگشت آن‌ها داشت.

تأثیر باورهای مذهبی بر رفتار بازگشتی:

باور به رحمت خدا، ترس از عذاب، امید به قبول شدن توبه و فهم عدالت الهی از جمله باورهایی بود که رفتار توبه‌کننده را شکل می‌داد. «می‌دونستم خدا قهار هم هست، ولی بیشتر دلم به غفار بودنش خوش بود.» این تعادل میان خوف و رجا عامل حرکت آنان به سمت اصلاح بود.

توبه در بستر مناسک دینی:

توبه در میان مشارکت کنندگان اغلب در قالب اعمال و مناسک دینی همچون نماز توبه، شب زنده داری، تلاوت قرآن و استغفار تجلی پیدا کرده بود. یکی گفت: «اون شبی که با وضو نشستم و توبه کردم، انگار آسمون بهم نزدیک شد.» این اعمال سبب تقویت پیوند عاطفی و معنوی با توبه شده بود.

نقش مشاوران دینی و علما:

افرادی که با علما یا مشاوران دینی ارتباط داشتند، از تأثیر راهنمایی های آن ها در روشن شدن مسیر توبه سخن گفتند. «رفتم پیش حاج آقا، وقتی توضیح داد که هنوز فرصت برگشت هست، امیدوار شدم.» این ارتباطات حمایتی، نقش مهمی در تثبیت باور و اقدام اخلاقی ایفا می کردند. تعامل فقه و اخلاق در فرایند بازگشت:

مشارکت کنندگان توبه را پلی میان آموزه های فقهی و فضایل اخلاقی می دانستند. «فقه بهم گفت چی کار کنم، اخلاق کمک کرد چرا این کار رو بکنم.» این تلفیق باعث می شد که توبه صرفاً عملی شکلی نباشد، بلکه به یک تحول درونی و عمیق اخلاقی بینجامد.

بحث و نتیجه گیری

یافته های این پژوهش نشان داد که تجربه ندامت و توبه در بافت اسلامی، فراتر از یک تصمیم فردی برای ترک گناه است و بیشتر به مثابه یک فرایند چندبُعدی روان شناختی، اخلاقی و معنوی شناخته می شود که از طریق آن، فرد نه تنها به اصلاح رفتار خود می پردازد، بلکه هویت اخلاقی خود را بازسازی کرده و ارتباط خود با خداوند، جامعه و خود را بازتعریف می کند. در این مسیر، پنج بُعد عمده قابل تمایز است: تجربه هیجانی ندامت، بازاندیشی اخلاقی، تلاش برای جبران گذشته، بازگشت معنوی به خدا و پیوند فقهی-اخلاقی در فرایند اصلاح.

در تحلیل داده های مصاحبه، مشخص شد که تجربه ندامت با احساساتی نظیر شرم، اندوه، ترس از عذاب الهی و سرافکنندگی اجتماعی همراه است. این نتایج با یافته های Exline و همکاران (۲۰۰۰) هم راستا است که نشان دادند ندامت دینی اغلب با فشار روان شناختی بالا، اما هم زمان با انگیزه قوی برای اصلاح همراه است. این هیجانات درونی در مصاحبه شوندگان نه تنها مانعی برای بازگشت نبود، بلکه به عنوان محرک اصلی در تصمیم گیری برای توبه عمل می کرد. بدین معنا که ندامت، نه یک وضعیت صرفاً منفی، بلکه یک فرصت شناختی-اخلاقی برای بازاندیشی به گذشته و آغاز مسیری نو تلقی می شد.

زیرمقوله «بازاندیشی نسبت به رفتار گذشته» نشان داد که بسیاری از مشارکت کنندگان، پس از ندامت، به تحلیل مجدد کنش های گذشته خود و تطبیق آن ها با ارزش های اسلامی پرداختند. این فرایند بازشناسی اخلاقی با آنچه Pargament (۲۰۰۷) از آن به عنوان "جستجوی معنای اخلاقی" یاد می کند، هم راستا است؛ فرآیندی که در آن فرد تلاش می کند خطای گذشته را نه فقط رفتاری خلاف قانون، بلکه به عنوان نقصی در هماهنگی وجودی و دینی خویش درک کند. این سطح از بازاندیشی اخلاقی باعث شد که مشارکت کنندگان تصمیم به جبران گذشته و اصلاح مستمر بگیرند. همچنین نتایج نشان داد که بسیاری از افراد پس از ندامت، تمایل عمیقی برای جبران گذشته و اصلاح خسارات ناشی از خطاهای خود داشتند. این گرایش به جبران، دقیقاً با بعد چهارم توبه که در فقه اسلامی به عنوان بازگرداندن حقوق تضییع شده مطرح می شود، انطباق دارد (Kamali, 2008). در این زمینه، افراد نه تنها تلاش کردند که با دیگران آشتی کنند، بلکه درونی ترین ابعاد خود را نیز با معیارهای اخلاقی دین بازسازی نمایند. این موضوع با یافته های Schimmel (۱۹۷۵) نیز هماهنگ است که بر توبه به عنوان پالایش معنوی و بازگشت به تعادل درونی تأکید دارد.

از منظر معنوی، توبه برای مشارکت کنندگان مفهومی فراتر از "پذیرش خطا" داشت. آنان توبه را فرآیندی مقدس و حاوی نوعی «تولد دوباره معنوی» می‌دانستند. این نگاه با آنچه Nasr (۲۰۰۶) در زمینه عرفان اسلامی بیان می‌کند که بازگشت به خدا نوعی بازسازی وجودی و تجربه وحدت مجدد با منبع هستی است، مطابقت دارد. برخی مشارکت کنندگان اشاره کردند که توبه به آنان حس پاکی، سبکی و امید داده است، که نشان از پیوند توبه با سلامت روان و احیای معنوی دارد.

یکی از یافته‌های چشم‌گیر این پژوهش، نقش توبه در بازسازی رابطه فرد با خداوند و با جامعه بود. افراد پس از توبه احساس نزدیکی بیشتری با خداوند تجربه کرده بودند و همین امر سبب تقویت ایمان و تعهد دینی آن‌ها شده بود. این یافته با مطالعات Sells (۱۹۹۶) و Murata & Chittick (۱۹۹۴) هم‌خوانی دارد که تأکید می‌کنند توبه نه تنها فرایندی فردی بلکه یک رابطه مجدد با خالق و ورود به مرحله‌ای نوین از دینداری است. به علاوه، مشارکت کنندگان اشاره داشتند که پس از توبه، تعاملات اخلاقی‌شان در جامعه نیز دگرگون شده و به سوی احترام بیشتر به حقوق دیگران، پرهیز از قضاوت، و مسئولیت‌پذیری اجتماعی میل کرده‌اند.

نکته مهم دیگر که از یافته‌ها استخراج شد، پیوند میان فقه و اخلاق در تجربه زیسته توبه بود. برخلاف تصور رایج که توبه را بیشتر به احکام فقهی محدود می‌داند، مشارکت کنندگان نشان دادند که توبه در عمل، فرآیندی ترکیبی است که هم فقه و هم اخلاق را در بر می‌گیرد. شروط فقهی توبه برای آنان به مثابه چهارچوبی راهنما عمل می‌کرد، درحالی که ابعاد اخلاقی، آنان را در سطح روانی و معنوی به درک عمیق‌تری از خطا و اصلاح سوق می‌داد. این هم‌افزایی، با نظریات Rahman (۲۰۱۳) در خصوص پیوند میان شریعت و اخلاق اسلامی هم‌راستا است.

از سوی دیگر، مناسک دینی مانند نماز توبه، دعا، شب‌زنده‌داری و استغفار نقش پررنگی در تثبیت معنوی توبه داشتند. مشارکت کنندگان این اعمال را راهی برای «زیستن توبه» می‌دانستند، نه فقط ابزارهای فرمی. یافته‌های حاضر در این زمینه با تأکید Cook (۲۰۰۰) بر نقش عبادات در بازسازی اخلاقی و روانی فرد گناهکار هم‌خوانی دارد.

نهایتاً، یافته‌ها نشان داد که تداوم در مسیر اصلاح، دغدغه‌ای جدی برای افراد بود. بسیاری از آن‌ها به ابزارهایی چون مراقبه معنوی، شرکت در مجالس دینی و استفاده از راهنمایی مشاوران دینی برای حفظ استقامت اخلاقی اشاره کردند. این نکته با مطالعات Abou El Fadl (۲۰۰۴) در باب نقش رهبری معنوی در پایداری اخلاق دینی مطابقت دارد. همچنین، افراد تأکید داشتند که تعامل با افراد دارای تجربه مشابه یا مشاوران دینی، نه تنها راهنمایی فقهی بلکه نوعی حمایت روانی نیز به آنان ارائه داده است.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ گونه تضاد منافی وجود ندارد.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

References

- Abou El Fadl, K. (2004). *The Place of Tolerance in Islam*. Beacon Press.
- Cook, M. (2000). *Commanding Right and Forbidding Wrong in Islamic Thought*. Cambridge University Press.
- Exline, J. J., Yali, A. M., & Sanderson, W. C. (2000). Guilt, discord, and alienation: The role of religious strain in depression and suicidality. *Journal of Clinical Psychology*, 56(12), 1481–1496.
- Kamali, M. H. (2008). *Shari'ah Law: An Introduction*. Oneworld Publications.
- Khan, M. A. (2010). *The Concept of Repentance in Islamic Theology and Jurisprudence*. International Islamic University.
- Murata, S., & Chittick, W. C. (1994). *The Vision of Islam*. Paragon House.
- Nasr, S. H. (2006). *The Garden of Truth: The Vision and Promise of Sufism, Islam's Mystical Tradition*. HarperOne.
- Pargament, K. I. (2007). *Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred*. Guilford Press.
- Rahman, F. (2013). *Major Themes of the Qur'an* (2nd ed.). University of Chicago Press.
- Schimmel, A. (1975). *Mystical Dimensions of Islam*. University of North Carolina Press.
- Sells, M. (1996). *Approaching the Qur'an: The Early Revelations*. White Cloud Press.