

## مقاله مروری

## پرورش فطرت زمینه‌ساز سلامت روانی منتهی به سعادت،

### برگرفته از قرآن کریم و روایات اهل‌البیت علیهم‌السلام

علی نقی فقیهی<sup>۱</sup>

تاریخ پذیرش: [۱۴۰۱/۹/۱۸]

تاریخ دریافت: [۱۴۰۱/۷/۳]

#### چکیده

در نگاه اسلامی تربیت صحیح توانمندی‌های شناختی، گرایشی و عملکردی موجب سلامت روان می‌شود که برترین نعمت الهی است و از مهم‌ترین ثمرات آن، خوشبختی همیشگی انسان در زندگی است. هدف پژوهش تبیین چگونگی رابطه تربیت با سلامت روانی منتهی به سعادت در نگرش اسلامی است که با روش توصیفی-تحلیلی، از آیات و روایات اهل‌بیت علیهم‌السلام استنباط شده است. یافته‌های پژوهش عبارت‌اند از: الف- گسترده‌ترین آموزه‌های تربیتی در اسلام در ارتباط با شکوفاسازی فطرت در جهت ارتقای شخصیت و تأمین سلامت روان انسانی در ابعاد شناختی، عاطفی و رفتاری و هدایت وی به کمال مطلوب و قرب الی الله، است. ب- پرورش همه توانمندی‌های فطری هماهنگ با اهداف تربیتی منتهی به سلامت روان و سعادت‌مندی انسان می‌شود. ج- از نظر اسلامی، همیشه سلامت روانی با سلامت معنوی همراه است و نمی‌توان کسی را که سلامت معنوی در ابعاد مختلف بر روانش حاکم نیست، کاملاً سالم دانست. د- در آموزه‌های اسلامی، ویژگی‌های سلامت روانی معنوی پرورش‌یافتگان فطرت در ابعاد شناختی، عاطفی و عملکردی و در قلمرو فرد با خدا، خود، دیگر انسان‌ها و طبیعت، تبیین شده است.

**واژگان کلیدی:** تربیت، فطرت، سلامت روان، سلامت معنوی، سعادت.

۱. دانشیار گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی، دانشگاه قم. قم، ایران. an-faghihi@qom.ac.ir

## ۱- مقدمه

از دیدگاه اسلام، اهمیت سلامت روانی در ابعاد گوناگون شناختی، عاطفی، معنوی و رفتاری بسیار زیاد است و رابطه مستقیم با سعادت آدمی دارد. از این رو، آموزه‌ها در حوزه سلامت روان، بخش اعظم تعلیمات قرآن و احادیث معصومان را تشکیل می‌دهد. فقط در بحارالانوار ۲۲۶ بار سلامت و السلامه آورده شده است و این به‌غیراز مشتقات دیگر و واژه‌های مرتبط با سلامت روان است (مجلسی، ۱۴۰۳).

در روایات در اهمیت سلامتی مطرح شده که در دنیا چیزی بهتر از سلامتی به مردم داده نشده و آدمی همیشه باید این نعمت را از خداوند مسألت نماید<sup>۱</sup> (حرانی، ۱۴۰۴). سلامتی، بهترین نعمت خدادادی است<sup>۲</sup> (مجلسی، ۱۴۰۳) که انسان از ادای شکر آن عاجز و ناتوان است<sup>۳</sup> (قمی، ۱۴۱۴). برای انسان، در زندگی، چیزی گوارتر از عافیت و سلامتی نیست<sup>۴</sup> (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰) و معمولاً تا کسی آن را از دست ندهد و بیمار نشود، قدر آن را نمی‌داند<sup>۵</sup> (مشکینی، ۱۴۲۴). آنقدر باارزش است که با هیچ قیمت مادی قابل ارزیابی نیست<sup>۶</sup> (مجلسی، ۱۴۰۳). با نعمت عافیت و سلامتی است که انسان لذت (واقعی) زندگی را می‌فهمد<sup>۷</sup> (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰) نعمتی که اگر غنیمت شمرده شود، نه تنها خوشبختی آدمی را در زندگی دنیوی تأمین می‌کند؛ بلکه عامل سعادت‌مندی انسان در زندگی اخروی است<sup>۸</sup> (حرانی، ۱۴۰۴)، زیرا سلامتی، انسان را به علم و دانش و توانگری‌ها و جذب توفیقات الهی رهنمون ساخته، زمینه را برای کارکرد خوب و شایسته فراهم می‌آورد<sup>۹</sup> (اربلی، ۱۳۸۱) و از هرگونه آفت و عارضه نگهداری می‌نماید<sup>۱۰</sup> (حرانی، ۱۴۰۴). سلامتی که منتهی به سعادت می‌شود، جامه گرانقدری است که با روند تربیت صحیح توانمندی‌های خدادادی، زینت‌بخش انسان می‌گردد<sup>۱۱</sup> (همان).

منظور از تربیت صحیح توانمندی‌های خدادادی، پرورش و ارتقای ابعاد شناختی، گرایشی و عملکردی است که خدای متعال، به‌صورت توانمندی‌های فطری در انسان سرشته است. این نوع تربیت، فرآیند رشد شخصیتی سالم و مطلوب انسان را فراهم می‌کند و به افراد انسانی این امکان را می‌دهد که مسیر زندگی را به‌سوی سعادت، درست انتخاب کنند و با مسائل و مشکلات زندگی به‌طور منطقی و واقع‌بینانه برخورد کنند (فقیهی، ۱۳۹۸). این نوع تربیت را می‌توان پرورش فطرت، شکوفایی فطرت و بازسازی

۱. «يَا أَيُّهَا النَّاسُ سَلُوا اللَّهَ الْبَقِيْنَ وَارْغَبُوا إِلَيْهِ فِي الْعَافِيَةِ فَإِنَّ أَجَلَ النَّعْمِ الْعَافِيَةِ وَخَيْرَ مَا دَامَ فِي الْقَلْبِ الْبَقِيْنَ وَالْمَغْبُونُ مَنْ غَبِنَ دِينَهُ وَالْمَغْبُوطُ مَنْ حَسَنَ يَقِينَهُ»؛ «لَا لِبَاسِ أَجَلٍ مِنَ الْعَافِيَةِ».
۲. «وَالْعَافِيَةُ أَحْسَنُ عَطَاءٍ».
۳. «الْعَافِيَةُ نِعْمَةٌ يُعْجِزُ الشُّكْرُ عَنْهَا».
۴. «لَا عَيْشَ أَهْنًا مِنَ الْعَافِيَةِ».
۵. «الصَّحَّةُ لَا يَعْرِفُ قَدْرَهَا إِلَّا الْمَرْضَى».
۶. «وَالْعَافِيَةُ لَا تَمُنُّ لَهَا».
۷. «بِالْعَافِيَةِ تَوْجَدُ لَذَّةَ الْحَيَاةِ».
۸. «فَإِنَّ أَعْظَمَ النِّعْمَةِ الْعَافِيَةُ فَارْتَمِمْوْهَا لِلدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ».
۹. «رَبْعُ خِصَالٍ تُعِينُ الْمَرْءَ عَلَى الْعَمَلِ: الصَّحَّةُ وَالْغِنَى وَالْعِلْمُ وَالتَّوْفِيقُ».
۱۰. «لَا وَقَايَةَ أَمْنَعُ مِنَ السَّلَامَةِ».
۱۱. «لَا لِبَاسِ أَجَلٍ مِنَ الْعَافِيَةِ».

فطرت نامید. از دیدگاه اسلامی محور سلامت روان، معنویت است که آن با ایمان و عمل صالح مشخص گردیده؛ یعنی بدون آن، فرد به زیان و آسیب‌های روانی شخصیتی مبتلا است<sup>۱</sup> (العصر، ۲-۳). در حقیقت شخصیت سالم در جنبه‌های روانی-شناختی، اخلاقی، عاطفی و اجتماعی، همه در پرتو معنویت و رابطه با پروردگار، معنا پیدا می‌کنند، زیرا دلبستگی‌ها به غیر خدا، افراد را به رفتارهای ناسالم می‌کشاند. به همین جهت است که در متون روایی فراوان، افراد از دلبستگی به غیر خدا، مانند حب دنیا، برحذر داشته شده‌اند و شخصیت سالم معرفی شده به فردی که نفس وجودش که از آن به قلب سالم تعبیر می‌شود، از وابستگی عاطفی و محبتی به مظاهر دنیوی سالم بوده باشد<sup>۲</sup> (مجلسی، ۱۴۰۳) و هیچ رفتاری که به دیگری آسیب بزند از وی صادر نشود<sup>۳</sup> (همان) و به‌طور کلی خود را از آلودگی به گناه حفاظت می‌کنند<sup>۴</sup> (همان) همان‌طور که اهل عصمت و دست‌پرورده آنان به دلیل اینکه از سلامت روانی برخوردارند، افراد گناهکار را زیر چتر مراقبت و رحمت خود قرار می‌دهند و با آنان سالم برخورد می‌کنند و به‌خوبی تربیتشان می‌کنند تا از گناه دست‌بردارند<sup>۵</sup> (همان).

## ۲- روش‌شناسی

مسئله موردپژوهش بررسی رابطه تربیتی میان سلامت و سعادت انسان با توانمندی‌های فطری - شناختی، عاطفی، معنوی، از منظر قرآن کریم و روایات اهل‌بیت علیهم‌السلام است. این پژوهش از نوع پژوهش‌های اسنادی است که به روش مروری، از آیات و روایات معصومان<sup>۶</sup> جمع‌آوری شده است.

در این پژوهش آموزه‌های تربیتی قرآن کریم و روایات اهل‌بیت علیهم‌السلام در حوزه فطرت و توانمندی‌های شناختی، گرایشی و عملکردی که زمینه‌ساز سلامت روان است، به همراه توجه به شواهد و قرینه‌های متنی، مبانی انسان‌شناختی، اهداف تعلیم و تربیت و هماهنگی آموزه‌های تربیتی معصومان<sup>۷</sup> با اصول حاکم بر نظام خلقت انسان و روابط چهارگانه فرد با خدا، خود، دیگر انسان‌ها و نظام هستی، توصیف می‌شود و رابطه آن با پیشگیری از ابتلا به انواع بیماری‌های روانی، ارتقای سطح سلامت روانی و سعادت‌مندی همیشگی تبیین شده است.

## ۳- چارچوب نظری تحقیق

### ۳-۱- مفهوم شناسی

#### ۳-۱-۱- مفهوم تعلیم و تربیت

واژه تعلیم و تربیت یا آموزش و پرورش معادل واژه‌ی education است. در لغت‌نامه دهخدا آموزش اسم مصدر از آموختن، عمل آموختن است. آموزش<sup>۸</sup> در حقیقت کوششی است که معلم برای انتقال معلوماتی خاص به شاگردان خود به کار می‌برد (نقیب‌زاده جلالی، ۱۳۹۱).

۱. «إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ \* إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصُوا بِالحَقِّ وَتَوَّصُوا بِالصَّبْرِ».

۲. «الْقَلْبُ الَّذِي سَلِمَ مِنْ حُبِّ الدُّنْيَا».

۳. «طُوبَى لِمَنْ ... سَلِمَ النَّاسُ مِنْ يَدِهِ وَ لِسَانِهِ».

۴. «وَالسَّلَامَةُ مِنْ كُلِّ إِثْمٍ».

۵. «فَإِنَّمَا يَنْبَغِي لِأَهْلِ الْعِصْمَةِ وَالْمَصْنُوعِ إِلَيْهِمْ فِي السَّلَامَةِ أَنْ يَرْحَمُوا أَهْلَ الذُّنُوبِ وَالْمَعْصِيَةِ...».

تربیت در لغت از ماده «ربب» یا «ربو» گرفته شده و به معنای پروردن، پروراندن، یا پروراندن (دهخدا، ۱۳۷۷). در سند تحول بنیادین آموزش و پرورش، تربیت به معنای «فرایند تعاملی زمینه‌ساز تکوین و تعالی پیوسته هویت متربیان، به صورتی یکپارچه و مبتنی بر نظام معیار اسلامی، به منظور هدایت ایشان در مسیر آماده شدن جهت تحقق آگاهانه و اختیاری مراتب حیات طیبه در همه ابعاد» (سند تحول بنیادین آموزش و پرورش، ۱۳۹۰) تعریف شده است؛ بنابراین آموزش و پرورش، به معنی education در حقیقت یک معنی دارد. در این معنا انسان از طرق آموزش آگاهی کسب می‌کند و این آگاهی در شخصیت او تأثیر گذاشته و او را به سمت کمال هدایت می‌کند.

### ۳-۱-۲- فطرت

کلمه «فَطْرَةٌ» بر وزن «فَعْلَةٌ»، مفعول مطلق نوعی است؛ یعنی کلمه‌ای که به این صورت استعمال می‌شود بر یک نوع عمل یا حالت خاصی دلالت می‌کند. مثلاً جلوس مصدر و به معنای نشستن است. جلسه - به کسر جیم - اسم نوع و به معنای یک نوع نشستن است. نوع خاصی که یک شخص می‌نشیند را «جلسه» می‌گویند. کلمه «فطره» هم همین‌گونه است. فعل ماضی آن «فَطَرَ» به معنای «خَلَقَ» است، اما فطرت بر نوع خاصی از خلقت دلالت می‌کند (مصباح یزدی، ۱۳۸۴). این بدین معنی است که استعدادها و توانمندی‌های خاصی در اصل وجود آدمی است که با بارورسازی آن‌ها، پرورش شخصیت سالم و شکوفاسازی سلامت روانی به گونه ای است که بستر را برای نیل به سعادت همیشگی، یعنی همان خواستگاه فطرت، هموار می‌سازد.

### ۳-۱-۳- سلامت روانی

مفهوم سلامت در عربی به مفهوم صحت و عافیت و سلامتی است و در مورد انسانی کاربرد دارد که از بیماری، عیب و نقص عقلی سالم است و اذیت و آزاری به کسی نمی‌رساند<sup>۱</sup> (ابن فارس، ۱۴۰۴). در فرهنگ نوین (طباطبایی، ۱۳۵۴) نیز واژه سَلَم و سلام، به معنای سکینه، صلح و آسودگی آمده است. در قاموس قرآن هم سلامت به معنای کناربودن از آفات ظاهری و باطنی است (قرشی، ۱۳۷۱). در مفردات راغب سالم بودن را عاری بودن از آفات ظاهری و باطنی و پیراسته از دغل کاری معرفی می‌کند<sup>۲</sup> (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲).

محقق مصطفوی ریشه سلامت را هماهنگی ظاهر و باطن مطرح کرده و رها بودن از آفات و ناخوشی‌ها و منزه بودن از عیب و نقص را از لوازم آن دانسته است و منظور از قلب سلیم در قرآن<sup>۳</sup> (صافات، ۸۴) را قلب و روان سالم از عیوب و نقایص به‌ویژه هیجانات منفی معرفی می‌نماید<sup>۴</sup> (مصطفوی، ۱۳۶۸).

۱. «سلم: معظم بابه من الصحّة والعافية، ... فَالسَّلَامَةُ: أَنْ يَسْلَمَ الْإِنْسَانُ مِنَ الْعَاهَةِ وَالْأَذَى ... لِسَلَامَتِهِ مِمَّا يَلْحَقُ الْمَخْلُوقِينَ مِنَ الْعَيْبِ وَالنَّقْصِ وَالْفَنَاءِ».

۲. «السلامة التعری من الآفات الظاهرة و الباطنه».

۳. «وَإِنَّ مِنْ شِيعَتِهِ لِإِبْرَاهِيمَ إِذْ جَاءَ رَبَّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ».

۴. أَنَّ الْأَصْلَ الْوَاحِدَ فِي هَذِهِ الْمَادَّةِ: هُوَ مَا يُقَابَلُ الْخُصُومَةَ وَهُوَ الْمَوَافَقَةُ الشَّدِيدَةُ فِي الظَّاهِرِ وَالبَاطِنِ بَحَيْثُ لَا يَبْقَى خِلَافٌ فِي الْبَيْنِ وَ مِنْ لَوَازِمِ هَذَا الْمَعْنَى: مَفَاهِيمُ التَّخَلُّصِ مِنَ الْآفَاتِ وَ النِّجَاةِ مِنَ الْعَاهَاتِ وَ الصَّحَّةِ وَ الْعَافِيَةِ مِنَ النَّقْصِ وَ الْعَيْبِ ... «وَإِنَّ مِنْ شِيعَتِهِ لِإِبْرَاهِيمَ إِذْ جَاءَ رَبَّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» يَرَادُ قَلْبَ ظَاهِرٍ مِنَ الْعَيْبِ وَ النَّقْصِ وَ حَقِيقَتَهُ السَّلْمِيَّةَ وَ تَحْصُلَ مَفْهُومِ الْوِفَاقِ وَ الصَّلْحِ وَ الرِّفْقِ فِي الْقَلْبِ وَ هَذِهِ الْحَقِيقَةُ إِنَّمَا تَتَحَقَّقُ بِالنِّزْوَةِ عَنِ الْعَيْبِ.

سازمان بهداشت جهانی در سال ۱۹۴۷ سلامتی را حالتی از رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط فقدان بیماری یا ناتوانی تعریف کرده است؛ و به عبارت دیگر سازمان بهداشت جهانی سلامت روان را به عنوان حالتی از بهزیستی که در آن فرد توانمندی خود را شناخته، از آن‌ها به نحو مؤثر و مولد استفاده کرده و برای اجتماع خویش مفید باشد، تعریف می‌کند (احمدوند، ۱۳۸۳).

البته باید توجه داشت که بهزیستی و سلامتی، ابعادی دارد. گوداستات، سیمپسون و لوانگر (۱۹۸۷) با اشاره به گستره ابعاد سلامتی، سلامت جسمانی را فقدان بیماری و ناتوانی و عملکرد مناسب جسمی و فیزیولوژیک بیان کردند و سلامت روانی که معادل با «mental health» در انگلیسی است (هورن بی، ۱۳۶۸) و در عربی از آن به «الصحة العقلیه» و «الصحة النفسیه» (حجازی، بی تا) تعبیر می‌شود؛ را سلامت روان‌شناسانه نامیده‌اند که شامل عواطف و منبعی برای قابلیت‌های عقلانی و درک ذهنی است، همچنین سلامت اجتماعی را توانایی تعامل مؤثر با افراد دیگر و محیط اجتماعی، رضایتمندی از روابط بین فردی و ایفای نقش می‌دانند. آنان بعد سلامت روحی یا سلامت معنوی را سلامت شخصی می‌نامند و آن را با مفهوم تعالی نفس مرتبط می‌دانند که منعکس‌کننده سیستم ارزشی فرد است و ممکن است مربوط به عقیده‌ای در مورد پدیده‌ای ماورایی یا طبیعی باشد و یا قانون عملی و منبع مذهبی. البته برخی سلامت عاطفی را هم به این ابعاد می‌افزایند، هرچند که در تعریف سازمان جهانی بهداشت نیامده است (صفاری و شجاعی‌زاده، ۱۳۹۳).

گلدشتاین<sup>۱</sup> سلامت روانی را تعادل بین ارگانیزم و محیط در رسیدن به خودشکوفایی می‌داند (کاپلان و سادوک، ۱۳۷۹). چاهن<sup>۲</sup> (۱۹۹۱) نیز سلامت روانی را وضعیتی از بلوغ روان‌شناسی عنوان می‌کند که عبارت است از حداکثر اثربخشی در رضایت به دست آمده از کنش فردی و اجتماعی که شامل احساسات و بازخوردهای مثبت نسبت به خود و دیگران است. کارل میننجر<sup>۳</sup> می‌نویسد: سلامت روانی عبارت است از سازش فرد با جهان اطرافش تا حداکثر امکان به طوری که باعث شادی و برداشت مفید و مؤثر او به طور کامل شود (احمدوند، ۱۳۸۳).

واتسون<sup>۴</sup> بنیان‌گذار مکتب رفتارگرایی، معتقد است که رفتار عادی نمودار شخصیت انسان سالم عادی است که موجب سازگاری او با محیط و در نتیجه رفع نیازهای اصلی و ضروری او می‌شود، چنین رفتاری نشانه بهداشت روانی است (همان). برای آشنایی دقیق‌تر با مفهوم سلامت روان در ادامه این مفهوم با توجه به رویکردهای گوناگون روانشناسی مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

### ۳-۱-۴- سعادت

سعادت به مفهوم خوشبختی و بهروزی (طباطبایی، ۱۳۵۴) و حالت خیر و ارزشمند و شایسته آدمی است (مصطفوی، ۱۳۶۸). سرور و خوشبختی همیشگی که هیچ ناراحتی‌ای در آن نیست و خدا به بشر اعطا می‌کند<sup>۵</sup> (طوسی، ۱۴۰۷). بزرگ‌ترین خوشبختی و خیر الهی در آخرت انسان از آن بهره‌مند می‌شود، بهشت است (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲). در حقیقت سعادت حالت شوق و علاقه به رسیدن به پروردگار و مستقر شدن در بهشت رضوان الهی است که مطلوب آدمی و باعث آرامش و لذت است. بستر سازی، توفیق و تأیید الهی برای نیل انسان به این سعادت در سه مرحله تحقق می‌یابد: اول- خداوند میل به سعادت جاوید را، در فطرت آدمی سرشته است. دوم- خدا بشر را راهنمایی کرده است که با کردارهای شایسته و برقراری رابطه عبودیتی با پروردگار و تحصیل قرب الهی به

1. Goldstenin
2. Chahan
3. Karl Menninger
4. Watson

۵. روی عن النبی ﷺ: إِنَّهُ كَانَ يَقُولُ فِي افْتِتَاحِ الصَّلَاةِ «لَبَّيْكَ وَ سَعْدَيْكَ وَ الْخَيْرُ فِي يَدَيْكَ وَ الشَّرُّ لَيْسَ إِلَيْكَ».

خوشبختی‌ها و خیرهای اکتسابی برسند. سوم- خداوند، خوشبختی جاوید بهشتی در زندگی اخروی را از نتایج دو مرحله پیشین دانسته است (مصطفوی، ۱۳۶۸).

قرآن سعادت را در مقابل شقاوت دانسته و نتیجه سعادت را بهره‌مندی همیشگی از بهشت الهی و نتیجه شقاوت را جهنم مطرح کرده است<sup>۱</sup> (هود، ۱۰۸-۱۰۵). قرآن بروز سعادت و خوشبختی واقعی را در زندگی اخروی دانسته که در مقایسه با خوشبختی در زندگی دنیا، خوشبختی در زندگی آخرت، بهتر و بادوام‌تر است<sup>۲</sup> (اعلی، ۱۷)؛ و انسان مؤمن که سعادت‌مند می‌شود، از هرگونه گرفتاری و رنج رسته و در فلاح<sup>۳</sup> (مؤمنون، ۱)، کامیابی بزرگ<sup>۴</sup> (مائده، ۱۱۹) و باشکوه<sup>۵</sup> (بروج، ۱۱) به سر می‌برد.

### ۲-۳- سلامت روان در ادبیات قرآن و روایات

اسلام دینی جامع و کامل است و برای ارتقای شخصیت و تأمین سلامت روان انسانی در ابعاد شناختی، عاطفی و رفتاری و هدایت وی به کمال مطلوب و قرب الی الله، آموزه‌های تربیتی بسیار گسترده ارائه می‌دهد. از این رو است که آموزه‌ها در حوزه سلامت روان، بخش اعظم تعلیمات قرآن و احادیث معصومان<sup>۶</sup> را تشکیل داده است و دانش سلامت روان، برترین دانش معرفی شده است که هیچ دانشی به پایه آن نمی‌رسد<sup>۶</sup> (مجلسی، ۱۴۰۳) و به مؤمن تعلیم داده‌شده تا در راه سلامتی تمام تلاش خود را به کار گیرد و آن را با هیچ چیز عوض نکند<sup>۷</sup> (همان).

در متون اسلامی از روان سالم و شخصیت سازمان‌یافته در ابعاد شناختی، عاطفی و عملکردی، هماهنگ با فطرت اصیل آدمی اولاً- به «سلامه النفس» (مجلسی، ۱۴۰۳)، «سلامه القلب» (همان)، «القلب السليم» (همان)، «قلب سليم» (شعراء، ۸۹؛ صفات، ۸۴) و «سلامه الصدر» (مجلسی، ۱۴۰۳)، یاد می‌شود.

ثانیاً- با تعابیر: «صحه العقل» (همان)، «صحه التمييز و العقل» (همان)، «صحه الفکره» (مجلسی، ۱۴۰۳)، «صحه اليقين» (همان) و «صحه التدبير»<sup>۸</sup> (همان)؛ جنبه شناختی انسان را که اساس برای جنبه‌های دیگر است، برجسته می‌سازد و بر سلامتی در اندیشه، افکار و ادراک، تمییز و تشخیص و نیل به معرفت‌های یقینی و تدبیر صحیح عواطف و رفتارها بر اساس آن، تأکید می‌شود.

۱. «فَمَنْهُمْ شَقِيٌّ وَسَعِيدٌ \* فَأَمَّا الَّذِينَ شَقُوا فَمِنَ النَّارِ لَهُمْ فِيهَا زَفِيرٌ وَشَهِيقٌ \* خَالِدِينَ فِيهَا مَا دَامَتِ السَّمَاوَاتُ وَالأَرْضُ إِلاَّ مَا شَاءَ رَبُّكَ إِنَّ رَبَّكَ فَعَّالٌ لِّمَا يُرِيدُ \* وَأَمَّا الَّذِينَ سَعِدُوا فَمِنَ الْجَنَّةِ خَالِدِينَ فِيهَا مَا دَامَتِ السَّمَاوَاتُ وَالأَرْضُ إِلاَّ مَا شَاءَ رَبُّكَ عَطَاءٌ غَيْرَ مَجْدُودٍ».
۲. «وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ وَأَبْقَى».
۳. «قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ».
۴. «رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ».
۵. «لَهُمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الأنْهَارُ ذَلِكَ الْفَوْزُ الْكَبِيرُ».
۶. «وَأَعْلَمُ أَنَّهُ لَأَعْلَمُ كَطَلَبِ السَّلَامَةِ» و نیز: «أَطْلَبُ السَّلَامَةَ أَيْنَمَا كُنْتُ وَفِي أَيِّ حَالٍ كُنْتُ».
۷. «الْمُؤْمِنُ ... قَلْبُهُ خَاشِعٌ وَ لَأَ يَعْدِلُ بِالسَّلَامَةِ شَيْئًا».
۸. «فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ يُحْيِي الْقُلُوبَ بِنُورِ الْحِكْمَةِ كَمَا يُحْيِي الأَرْضَ بِوَابِلِ السَّمَاءِ».

ثالثاً- عقل در زبان الهی به‌عنوان با کرامت‌ترین<sup>۱</sup> (ابن ابی‌جمهور، ۱۴۰۵)، نیکوترین، شریف‌ترین، عزیزترین<sup>۲</sup>، (حر عاملی، ۱۳۸۰) باعظمت‌ترین<sup>۳</sup> (حر عاملی، ۱۴۱۸) و محبوب‌ترین مخلوق پیش خدا<sup>۴</sup> معرفی شده است (برقی، ۱۳۷۱).

رابعاً- در معرفی عقل به‌عنوان مابه‌التمایز انسان از حیوانات، منشأ عواطف و امیال انسانی را عقل دانسته و عقل را دارای عاطفه معرفی می‌کند<sup>۵</sup> (کلینی، ۱۴۰۷) و یا به تعبیر امام علی<sup>۷</sup>: عقل هرکجا باشد، انس‌گیرنده و الفت‌پذیر است<sup>۶</sup> (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰)؛ بنابراین هرچه عقل شکوفاتر شود و فرد عاقل‌تر گردد، بروز عواطف از قبیل خوش‌رفتاری و مدارا کردن با دیگران در او بیشتر خواهد بود<sup>۸</sup> (ابن بابویه، ۱۴۱۳) و از این رو است که پیامبر اسلام ﷺ که عاقل‌ترین مردم است<sup>۹</sup> (فندوزی، بی‌تا) کسی معرفی شده که شدیدترین لطف را به مردم دارد و مهربان‌ترین فرد نسبت به مردم است<sup>۹</sup> (الأصبهانی، ۱۳۹۴).

خامساً- شکوفایی عقل به شخصیت و به تعبیر قرآن «شاکله» می‌انجامد: «قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِ» (اسراء، ۸۴)

راغب در مفردات می‌نویسد: «شاکله» در اصل، از «شکل» است و به روحیات، سجایا و عادات و انگیزه‌های انسان که او را مقید به رویه‌ای می‌کند و به رفتار وی شکل خاصی می‌دهد، «شاکله» گفته می‌شود (راغب، اصفهانی، ۱۴۱۲).

شاکله‌ای که هماهنگ با طبیعت و فطرت خدادادی باشد و در حقیقت همان استعدادهای طبیعی با هدایت‌های الهی، در جهت اهداف مطلوب پرورش یافته باشد، شاکله سالم در فرد شکل می‌گیرد و رفتار به مقتضای فطرت و هماهنگ با احکام شرعی انجام می‌شود. مرحوم «طبرسی» در «مجمع‌البیان» در تبیین شاکله هم بر «طبیعت و خلقت» و هم بر «طریقه و مذهب و سنت» تأکید می‌کند (طبرسی، ۱۳۷۲) زیرا که اگر فطرت به دلیل عوامل آسیب‌زا، شکوفا نشده، راهنمایی الهی توسط انبیا و دین، وی را به بازسازی فطرت بکشانند. همان‌طور که امیرالمؤمنین امام علی<sup>۱۰</sup> فرمود: خداوند سبحان از میان فرزندان آدم، پیامبرانی برگزید و از آنان پیمان گرفت که هر چه را که به آن‌ها وحی می‌شود، به مردم برسانند و در امر رسالت او امانت نگه دارند، به هنگامی که مردم، پیمانی را که با خدا بسته بودند، شکسته بودند و حق پرستش او ادا نکرده بودند و برای او در عبادت شریکانی قرار داده بودند و شیطان‌ها از شناخت خداوند، منحرفشان کرده بودند و پیوندشان را از پرستش خداوندی بریده بودند. پس پیامبران را به میانشان فرستاد. پیامبران از پی

۱. «و رُوِيَ بِطَرِيقٍ آخَرَ: أَنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ لَمَّا خَلَقَ الْعَقْلَ قَالَ لَهُ أَقْبِلْ فَأَقْبَلَ ثُمَّ قَالَ لَهُ أَدْبِرْ فَأَدْبَرَ فَقَالَ تَعَالَىٰ وَعِزَّتِي وَجَلَالِي مَا خَلَقْتُ خَلْقًا هُوَ أَكْرَمُ عَلَيَّ مِنْكَ بَكَ أُثِيبُ وَبِكَ أَعَاقِبُ وَبِكَ أَخْذُ وَبِكَ أُعْطِي.»

۲. «قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: إِنَّ اللَّهَ تَعَالَىٰ خَلَقَ الْعَقْلَ - إِيَّيَّيَّ أَنْ قَالَ: - ثُمَّ قَالَ لَهُ: أَدْبِرْ فَأَدْبَرَ، ثُمَّ قَالَ لَهُ أَقْبِلْ فَأَقْبَلَ. فَقَالَ الرَّبُّ: وَعِزَّتِي وَجَلَالِي مَا خَلَقْتُ خَلْقًا أَحْسَنَ مِنْكَ وَلَا أَشْرَفَ مِنْكَ وَلَا أَعَزَّ مِنْكَ، بَكَ أَوْحَدٌ...»

۳. عَنِ النَّبِيِّ ﷺ فِي حَدِيثٍ قَالَ: «إِنَّ اللَّهَ خَلَقَ الْعَقْلَ، ثُمَّ قَالَ لَهُ: أَقْبِلْ فَأَقْبَلَ وَقَالَ لَهُ: أَدْبِرْ فَأَدْبَرَ، فَقَالَ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَىٰ: وَعِزَّتِي وَجَلَالِي مَا خَلَقْتُ خَلْقًا أَعْظَمَ مِنْكَ، وَلَا أَطْوَعَ لِي مِنْكَ لَكَ الثَّوَابُ وَعَلَيْكَ الْعِقَابُ.»

۴. ... بِنِ حَفْصِ بْنِ أَبِي بَصِيرٍ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ<sup>۷</sup> قَالَ: إِنَّ اللَّهَ خَلَقَ الْعَقْلَ فَقَالَ لَهُ أَقْبِلْ فَأَقْبَلَ ثُمَّ قَالَ لَهُ أَدْبِرْ فَأَدْبَرَ ثُمَّ قَالَ لَهُ وَعِزَّتِي وَجَلَالِي مَا خَلَقْتُ شَيْئًا أَحَبَّ إِلَيَّ مِنْكَ لَكَ الثَّوَابُ وَعَلَيْكَ الْعِقَابُ.

۵. «مِمَّا أُعْطِيَ الْعَقْلُ ... التَّعَطُّفُ.»

۶. «الْعَقْلُ حَيْثُ كَانَ أَلْفَ مَآلُوفٍ.»

۷. قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: «أَعْقَلُ النَّاسِ أَشَدُّهُمْ مُدَارَاةً لِلنَّاسِ...»

۸. «أَوَّلُ مَا خَلَقَ اللَّهُ رُوحِي وَأَوَّلُ مَا خَلَقَ اللَّهُ نُورِي وَأَوَّلُ مَا خَلَقَ اللَّهُ الْعَقْلَ وَأَوَّلُ مَا خَلَقَ اللَّهُ الْقَلَمَ وَأَوَّلُ مَا خَلَقَ اللَّهُ نُورَ نَبِيِّكَ.»

۹. «كَانَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: مِنْ أَشَدِّ النَّاسِ لُطْفًا بِالنَّاسِ.»

یکدیگر بیامدند تا از مردم بخواهند که آن عهد را که خلقت و فطرتشان بر آن سرشته شده، به‌جای آورند و نعمت او را که از یاد برده‌اند، به‌یاد آورند و از آنان حجّت گیرند که رسالت حق به آنان رسیده است و خرده‌هایشان را که در پرده غفلت، مستور شده، برانگیزند<sup>۱</sup> (رضی، ۱۴۱۴).

این بیان امام علیه السلام تصریح دارد که انبیا برای بازگشت مردم به عهد فطری به آموزش و پرورش مردم همت گماردند و این مطلب حاکی از آن است که امور فطری تعبیه‌شده در سرشت انسان، نعمت‌های الهی هستند و باید از آن‌ها به‌خوبی بهره برد و مسیر سعادت خود را بر پایه آن توانمندی‌ها یعنی شناخت‌ها و عواطف فطری بنا نهاد. از جمله این توانمندی‌های فطری، عقل خدادادی است که باید آن را بارور ساخت و از مدفون‌شدن آن تحت سیطره عوامل جهالتی پیشگیری کرد. امام ۷ نقش اساسی انبیا را، آشکار ساختن گنجینه‌های گران‌بهایی دانسته که در درون عقل آدمی نهاده شده است و در حقیقت بازشناسی و بازسازی عقل، روش تربیتی انبیا است. آنان با این روش از افراد بشر می‌خواهند، با استفاده از آموزش‌های دینی، به شاکله و بهسازی شخصیت هم‌شکل و هماهنگ با فطرت دست یازند و مرحله‌به‌مرحله، جنبه‌های وجودی خویش را بسازند و از خود، خدا، هستی و دیگر انسان‌ها، شناخت واقع‌بینانه داشته و میل و انگیزه کافی برای تلاش مطلوب برای انجام اعمال ارزشمند و نیل به سعادت پیدا کنند.

### ۳-۳- نگرش اسلامی در زمینه معیار سلامت روانی

ابوعلی سینا معتقد است: «روان‌هایی سالم هستند که بر فطرت اصلی خویشان باقی بمانند و در این عالم در اثر برخورد با امور زندگی از لطافتشان خارج نشده و غلیظ و خشن نشده باشند» (ابن‌سینا، ۱۳۷۵). با توجه به کاربرد سلامت نفس در متون قرآنی و روایات و آیه‌های دیگر که از سلامت روان در این متون حکایت دارند می‌توان معیار سلامت روان در بینش اسلامی را حفظ طبیعی بودن جنبه‌های شناختی عاطفی و رفتاری فرد و ارتقابخشی آن در مسیر زندگی جاوید و برقراری تعادل و هماهنگی ابعاد گوناگون خود در جهت اهداف عالی آفرینش بیان کرد (پرچم، قره‌عود، ۱۳۸۹)؛ بنابراین فردی که در یکی از جنبه‌های فوق از حالت طبیعی بیرون برود و یا در مسیر حرکت به‌سوی هدف‌های ارزشمند الهی، متوقف شود یا انحراف پیدا کند و جنبه‌ای از جنبه‌های جسمی، معنوی، نگرش و باورهای معقول و دینی، تمایلات و رفتارهای طبیعی او، آسیب ببیند، از سلامت روان برخوردار نیست. هرچند متون حدیثی تعبیری چون سلامت النفس و سلامت القلب را به مفهوم عاری‌بودن از بیماری روانی شناختی، اخلاقی، عاطفی و دوربودن از نابهنجاری‌ها مطرح کرده‌اند. ولی صرف عاری‌بودن سلامت کافی نیست، بلکه تأمین و ارتقای سلامت و بهزیستی کامل آدمی در جنبه‌های شناختی، گرایش فردی و اجتماعی و شایسته عمل‌کردن، نیز هست. در این دیدگاه انسان سالم کسی است که علاوه بر این‌که بیماری روانی ندارد، در مسیر تعالی روانی و تحقق اهداف عالی معنوی و بهره‌وری صحیح از همه استعدادهای خدادادی در جنبه‌های فردی، اجتماعی و الهی و حتی در ارتباط با طبیعت از رشد و تحول اندیشه و تدبیر بالا و گرایش و باورهای متکامل برخوردار است و دارای حالات مطلوب روانی و عملکردهای شایسته در زندگی (دنیوی و اخروی) است (فقیهی، شریفی و پناهی تلخسنانی، ۱۳۹۳).

۱. «وَ اصْطَفَى سُبْحَانَہٗ مِنْ وُلْدِہٖ اَنْبِیَاءَ، اَخَذَ عَلٰی الْوَحٰی مِیثَاقَهُمْ وَ عَلٰی تَبْلِیغِ الرِّسَالَةِ اَمَانَتَهُمْ لَمَّا بَدَّلَ اَكْثَرَ خَلْقِہٖ عَہْدَ اللّٰہِ اِلَيْهِمْ فَجَہَلُوا حَقَّہٗ وَ اتَّخَذُوا الْاِنَادَءَ مَعَهُ وَ اجْتَالَتْہُمُ الشَّیَاطِیْنُ عَنْ مَعْرِفَتِہٖ وَ اَقْتَطَعَتْہُمْ عَنْ عِبَادَتِہٖ؛ فَبَعَثَ فِیْہِم رَسُلَہٗ وَ وَاْتَرَ اِلَيْهِمْ اَنْبِیَاءَہٗ لِيَسْتَاذِرُوْہِم مِّمَّا قَظَرْتَهُ وَ يَذْكُرُوْہِم مِّنْ سِيِّئَاتِہٖ وَ يَحْتَجُوْا عَلَيْهِمْ بِالتَّبْلِیغِ وَ يَنْبِرُوْا لَہُمْ دَفَاتِنَ الْعُقُوْلِ».



### ۳-۴- علائم تشخیصی بهنجار از نابهنجار

با توجه به اینکه فطرت که همان طبیعت اولیه آدمی است، معیار سلامت روانی مطرح شد می‌توان بهنجار و نابهنجار را از دیدگاه اسلامی، به‌صورت زیر تعریف کرد:

الف- بهنجار عبارت است از تمایل و رفتاری که با طبیعت آدمی ملایمت دارد و بدون هر عامل بیرونی و عارضی، فرد خواهان آن است و آن را انجام می‌دهد. علائم تشخیصی بهنجار چند چیز است: ۱- تمایل و رفتاری که از طبیعت و فطرت آدمی سرچشمه گرفته است. ۲- نوع انسان‌ها در تمام اعصار و قرون و در اکثریت جوامع آن را پذیرفته‌اند. ۳- با بدیهیات اخلاقی و ادراکات بدیهی عقل عملی هماهنگ است و منافاتی با آن‌ها ندارد. ۴- خداوند حکیم و آگاه به سرشت مخلوق خویش آن را خوب، خیر و سازگار با فطرت انسانی دانسته و به آن توصیه کرده است. ۵- به زیان جسمی، روانی، معنوی و یادگیری عمل‌کننده منتهی نشود.

ب- نابهنجاری عبارت است از هر تمایل و رفتاری که با طبیعت و فطرت اولیه آدمی هماهنگی ندارد. علائم تشخیصی نابهنجاری این است که با مسائل اخلاقی که در سرشت انسان به ودیعت گذاشته شده، منافات دارد و نوع انسان‌ها در همه جوامع و در همه زمان‌ها آن را نمی‌پذیرند و خداوند حکیم از آن نهی کرده باشد و خواهناخواه برای دیگری و حداقل برای خود در یکی از جنبه‌های روانی شخصیتی و عاطفی و معنوی زیانمند است، زیرا اگر چنین نبود شرع از آن نهی نمی‌کرد و آن را گناه نمی‌شمرد.

با توجه به آنچه گفته شد ملاک‌های آماری و اجتماعی که در DSM مطرح شده را نباید ملاک مستقلی برای بهنجار و نابهنجار دانست بلکه آن‌ها را نشانگان ملاک اصلی که همان ملایمت با طبیعت آدمی است؛ در نظر گرفت (فقیهی و همکاران، ۱۳۹۳).

### ۳-۵- توانمندی‌های فطری هماهنگ با اهداف تربیتی

در نگرش اسلامی، انسان‌ها اعم از زن و مرد با استعدادها و توانمندی‌هایی آفریده شده‌اند که بتوانند رشد یابند و شخصیت بهینه کمالی برای خود بسازند و زمینه نیل به سعادت خویش را فراهم سازند. به تعبیر دیگر آفرینش زن و مرد آدمی با توجه به اهداف تربیتی که خدا برای آنان در نظر داشته، شکل گرفته است. بر این اساس، همه توانمندی‌های لازم را در وجودشان تعبیه کرده است. این توانمندی‌ها به اندازه کفایت در وجود هر یک از آدمیان خلق شده است تا در زندگی و فرآیند پرورش و تحول به‌سوی سعادت از آن‌ها بهره‌مند گردند. امام سجاد علیه السلام در دعای پنجاهم صحیفه به توانمندی‌های تکوینی و همه‌جانبه آدمی به‌قدر کفایت اشاره کرده که برای رفع نیازها و رشد تربیتی آن‌ها، خداوند در وجودشان خلق کرده است<sup>۱</sup> و آن را صنعت‌های کریمانه و شرافتمندانه و باارزش بی شماری دانسته که خداوند در آفرینش آدمی به‌کار گرفته است.<sup>۲</sup>

باید توجه داشت از دیدگاه اسلامی، نحوه آفرینش آدمی، در تمام نظام تربیتی نقش ایفا می‌کند. به‌گونه‌ای که ویژگی‌های وجود آدمی و توانمندی‌هایش، به‌عنوان مبانی تعلیم و تربیت و هدف خلقت، غایت تعلیم و تربیت در نظر گرفته می‌شود و قواعد کلی و اصول تعلیم و تربیت از همان ویژگی‌های سرشتی و توانمندی‌های خدادادی کشف می‌گردد و روش‌های تعلیم و تربیت که از اصول سرچشمه می‌گیرند، نوع فعالیت‌های کاربردی در مسیر هدایت، برای نیل به هدف غائی آفرینش را تعیین می‌نمایند (فقیهی، ۱۳۸۵). این هماهنگی و پیوند، در نظام تربیتی اسلامی مشهود است، زیرا در قرآن و روایات قواعد و اصول زندگی و مسیر سعادت منطبق با

۱. «و رَزَقْتَنِي فِي امْرِئِ كُلِّهَا الْكَفَايَةَ».

۲. «... و كم من صنيعه كريمه لك عندى».

ظرفیت‌های فطری آدمی، آموزش داده می‌شود و به تنظیم روابط آدمی با خدا، خود، دیگران و جهان هستی، پرداخته و وظایف و فعالیت‌های هدایت‌کننده که زمینه نیل به هدف غایی و قرب الهی را تسهیل می‌کند، تعیین می‌نماید. اصولاً همه آموزه‌های اسلامی برای تربیت انسان‌ها است. چون هدف محوری بعثت پیامبران و ازجمله پیامبر اسلام، تربیت و تعلیم است<sup>۱</sup> (بقره، ۱۲۹ و ۱۵۱؛ آل عمران، ۱۶۴؛ جمعه، ۲). آموزه‌های دینی به دو دسته کلی تقسیم می‌شوند؛ یک دسته آموزش حقایق هستی و معارف مربوط به ایمان و اعتقادات است و دسته دیگر راهنمایی‌های تربیتی شناختی، عاطفی و عملکردی در راستای سعادت آدمیان است. هر دو دسته در دین آموزش داده شده است تا استعداد‌های افراد بشر پرورش‌یافته، به کمالات شایسته انسانی آراسته شوند.

بنابراین، هرگونه فعالیتی که انبیا، معلمان، والدین و یا هر شخص دیگری به‌منظور شکوفاسازی استعداد‌های فطری از طریق اثرگذاری بر شناخت، نگرش، اخلاق و رفتار یک فرد دیگر انجام می‌دهند و اهداف از پیش معین‌شده الهی را از خلقت انسان تحقق می‌بخشند، کار تربیتی انجام می‌دهند (حسینی زاده، ۱۳۸۶، ص ۱۲).

### ۳-۶- نگاه اسلام به رابطه تربیت با سلامت روانی و سعادت

از آنجاکه در نگاه اسلامی، افراد جبراً سعادتمند نخواهند شد، بلکه باید تربیت شوند تا با انتخاب آزاد و انجام فعالیت‌های ارزشمند، خود، گام‌های مؤثری را در کمال و سعادت خویش بردارند، بنابراین، تعلیم و تربیت اسلامی همه‌جانبه است و همه ابعاد روانی شناختی، عاطفی و عملکردی را دربرمی‌گیرد و بستر را برای رشد سلامت روانی همه‌جانبه فراهم می‌سازد و از طریق ارتقای سلامت روانی و رشد شخصیت سالم افراد زمینه انتخاب‌های بهینه و تعالی کمالی و نیل به سعادت را پدید می‌آورد. از این‌رو در نگرش اسلامی، سلامت روانی با سعادت انسانی رابطه دارد، زیرا تأمین سلامت روان با هدایت آدمی به کمال مطلوب و قرب الی‌الله رابطه دارد و باید برای رسیدن به سعادت، سلامت روانی را در ابعاد گوناگون شناختی عاطفی، معنوی و رفتاری ارتقا بخشید از این‌رو، دانش سلامت روان از دیدگاه اسلام، نسبت به دانش‌های دیگر، برترین دانش‌ها مطرح شده است<sup>۲</sup> (مجلسی، ۱۴۰۳) و یا گفته شده است که

۱. «رَبَّنَا وَابْعَثْ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِكَ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُزَكِّيهِمْ إِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ» پروردگارا، در میان آنان رسولی از خودشان برانگیز که بر آنان تلاوت آیات تو کند و به آنان علم کتاب و حکمت بیاموزد و روانشان را (از هر زشتی) پاک و منزه سازد که تو بر هر کار که خواهی قدرت و علم کامل داری» (بقره، ۱۲۹)، «كَمَا أَرْسَلْنَا فِيكُمْ رَسُولًا مِنْكُمْ يَتْلُو عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَيُزَكِّيكُمْ وَيُعَلِّمُكُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُعَلِّمُكُم مَّا لَمْ تَكُونُوا تَعْلَمُونَ» چنانکه در میان شما رسولی از خودتان فرستادیم که آیات ما را برای شما تلاوت می‌کند و نفوس شما را (از پلیدی جهل) پاک و منزه می‌گرداند و به شما تعلیم کتاب و حکمت می‌دهد و آنچه را نمی‌دانید به شما می‌آموزد» (بقره، ۱۵۱)، «لَقَدْ مَنَّ اللَّهُ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْ أَنْفُسِهِمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ» خدا بر اهل ایمان منت گذاشت که رسولی از خودشان در میان آنان برانگیخت که بر آنها آیات او را تلاوت می‌کند و آنان را پاک می‌گرداند و به آنها علم کتاب (احکام شریعت) و حقایق حکمت می‌آموزد و همانا پیش از آن در گمراهی آشکار بودند» (آل عمران، ۱۶۴)، «هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ» اوست خدایی که میان عرب امی (قومی که خواندن و نوشتن نمی‌دانستند) پیغمبری بزرگوار از همان مردم برانگیخت که بر آنان آیات وحی خدا تلاوت می‌کند و آنها را (از لوث جهل و اخلاق زشت) پاک می‌سازد و شریعت و احکام کتاب سماوی و حکمت الهی می‌آموزد و همانا پیش از این همه در ورطه جهالت و گمراهی آشکار بودند» (جمعه، ۲).

۲. «وَأَعْلَمُ أَنَّهُ لَا عِلْمَ كَطَلَبِ السَّلَامَةِ».

هیچ‌چیزی از نظر ارزش معادل سلامتی نیست<sup>۱</sup> (همان)، همچنین خواسته شده در هر شرایط و موقعیتی باید برای سلامتی (در افکار، گرایش‌ها و رفتارها) کوشش نمود<sup>۲</sup> (همان). به‌عنوان نمونه قرآن در آیه «یا ایُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَکُمْ وَ أَهْلِیکُمْ نَاراً...» (تحریم، ۶)، هر مؤمنی اعم از زن و مرد را موظف کرده است که اهل خود را از انحراف از فطرت انسانی و آلودگی به بی‌دینی، بی‌اخلاقی و رفتار خلاف ادب که انجام آن آتش است، مصون نگه دارد. در احادیث وارده در تفسیر این آیه، به ابعاد مختلف نقش تربیتی<sup>۳</sup> همسران (محمدی ری‌شهری، ۱۳۸۹) و مسئولیت آنان برای تحقق این حصن و پیشگیری از انحراف از مسیر فطرت و ارتقای سلامت روانی، پرداخته شده است. آنان موظف شدند تا به اهل خود دین بیاموزند و آن‌ها را به آداب دینی تربیت کنند.<sup>۴</sup> (دیلمی، ۱۳۷۶ الف) خیر و خوبی‌ها را به آنان آموزش دهند<sup>۵</sup> (محمدی ری‌شهری، ۱۳۸۹)، با امر به نماز آنان را در حصن ویژه قرار دهند<sup>۶</sup> (رضی، ۱۴۱۴)، زمینه هدایت و ارشاد برای اطاعت از اوامر و نواهی خدا برایشان فراهم سازند که اگر آنان مطیع دستورات خدا شدند، آنان را در حفاظت و وقایه قرار داده است و اگر مؤدب به آداب الهی نشوند هم آن همسر، به مسئولیتش عمل کرده است<sup>۷</sup> (مجلسی، ۱۴۰۳)، با آموزش محتوای قرآن، به‌ویژه سوره نور<sup>۸</sup> (ابن بابویه، ۱۴۰۶) و سوره فتح، زنان را در حصن قرار دهند<sup>۹</sup> (همان) و حتی در این احادیث به تهیه لباسی که پوشش مناسب برایشان به‌خصوص برای زنان باشد، توجه شده تا باعث محافظت بدن آنان شود<sup>۱۰</sup> (ورام بن ابی فراس، ۱۴۱۰).

مکارم شیرازی (۱۳۶۶) حتی بدون توجه به این‌گونه احادیث، با اشاره به صراحت دلالت آیه، می‌نویسد: از آیه به‌خوبی استفاده می‌شود که انسان در قبال همسر و فرزندان خویش مسئولیت سنگین دارد و موظف است در تعلیم و تربیت آن‌ها به‌گونه‌ای بکوشد و شخصیت سالم را در آنان پرورش دهد که آن‌ها از گناه بازداشته شوند و به نیکی روی آورند.

### ۳-۷- اشراف معنویت و رابطه با خدا بر ابعاد دیگر سلامت روانی

در نگاه اسلامی، معنویت، در سلامت روان محوریت دارد، زیرا معنویت شاخصه فطری وجود آدمی است و جنبه‌های دیگر وجود وی از جمله جنبه‌های روانی، عاطفی، شناختی و اجتماعی همه در پرتو معنویت معنا پیدا می‌کنند و این از انتساب مستقیم وی به پروردگار نشأت می‌گیرد. به همین جهت در متون روایی فراوان به سلامت معنوی و اخلاقی پرداخته شده است؛ مانند: «الْقَلْبُ الَّذِی سَلِمَ مِنْ حُبِّ الدُّنْیَا» (مجلسی، ۱۴۰۳) و «طُوبَى لِمَنْ ... سَلِمَ النَّاسُ مِنْ يَدِهِ وَ لِسَانِهِ» (همان) و یا حفاظت فرد از گناه نشانه سلامت روانی دانسته شده است<sup>۱۱</sup> (همان)، همچنین گفته شده است اهل عصمت و دست‌پرورده آنان از سلامت برخوردارند و این سلامتی آنان باعث می‌شود که

۱. «الْمُؤْمِنُ ... قَلْبُهُ خَاشِعٌ وَ لَا يَعْدِلُ بِالسَّلَامَةِ شَيْئاً».

۲. «اطْلُبِ السَّلَامَةَ أَيْنَمَا كُنْتَ وَ فِي أَىِّ حَالٍ كُنْتَ».

۳. امام علی علیه السلام درباره آیه: «قُوا أَنْفُسَکُمْ وَ أَهْلِیکُمْ نَاراً» فرمود: «علموهم و ادبوهم».

۴. «تفقههم بالدين و تاديبهم بالاداب الشرعيه».

۵. امام علی علیه السلام درباره آیه: «قُوا أَنْفُسَکُمْ وَ أَهْلِیکُمْ نَاراً» فرمود: «علموا انفسکم و اهلیکم الخیر».

۶. امام باقر علیه السلام در بیان یکی از مصادیق حفظ اهل آیه «وَ أَمْرُ أَهْلِکَ بِالصَّلَاةِ وَ اصْطِبْرُ عَلَیْهَا» (طه، ۱۳۲) را قرائت کرد.

۷. «يَأْمُرُهُمْ بِمَا أَمَرَهُمُ اللَّهُ وَ يَنْهَاهُمْ عَمَّا نَهَاهُمْ فَإِنْ أَطَاعُوا كَانَ قَدْ وَقَاهُمْ وَ إِنْ عَصَوْهُ كَانَ قَدْ قَضَى مَا عَلَيْهِ».

۸. امام صادق علیه السلام: «حَصَّنُوا بِهَا نِسَاءَكُمْ».

۹. امام صادق علیه السلام: «حَصَّنُوا ... نِسَاءَكُمْ وَ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ مِنَ التَّلَفِ».

۱۰. امام علی علیه السلام: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّخَذُوا السَّرَاوِيلَاتِ فَإِنَّهَا مِنْ أَسْتَرِ نِيَابِكُمْ وَ حَصَّنُوا بِهَا نِسَاءَكُمْ إِذَا خَرَجْنَ».

۱۱. «وَ السَّلَامَةُ مِنْ كُلِّ إِثْمٍ».

با دیگران با مهربانی رفتار می‌کنند<sup>۱</sup> (همان). همین محوریت معنویت باعث شده که منظور از تعبیر سلامت النفس و سلامت القلب در بسیاری از روایات، سلامت معنوی متبادر باشد (فقیهی، ۱۳۸۴). از مجموع آموزه‌های دینی و کاربردهای سلامت در روایات می‌توان این نتایج را گرفت: سلامت معنوی مربوط به بعد روحی و روانی انسان است و در بسیاری از موارد منظور از سلامت معنوی یعنی سلامت روحی و روانی همه‌جانبه و به مفهوم شخصیت سالم است که به قلب و نفس و روح نسبت داده می‌شود لذا تعبیری چون قلب سلیم یا سلامت نفس حکایت از سلامت معنوی است که از دیدگاه اسلامی بسیار گسترده است و بر همه ویژگی‌های روانی سایه افکنده و آن‌ها را در مسیر صحیح کمال و نیل به سعادت قرار می‌دهد از این رو در روایات، بیماری قلبی را هم در برابر بیماری جسمی ذکر می‌کنند (رضی، ۱۴۱۴)؛ بنابراین آنچه در برابر سلامت جسمی، اعم از سلامت روانی و معنوی، قرار دارد در روایات، سلامت قلبی نامیده می‌شود و این بدین معنی است که از نظر اسلامی، همیشه سلامت روانی با سلامت معنوی همراه است. پس نمی‌توان کسی را که سلامت معنوی در ابعاد مختلف بر روانش حاکم نیست کاملاً سالم دانست.

### ۳-۸- ویژگی‌های سلامت روانی معنوی پرورش‌یافتگان فطرت

از دیدگاه اسلامی پرورش درست شناختی، عاطفی و عملکردی فطرت در رابطه فرد با خدا، خود، دیگر انسان‌ها و طبیعت، منجر به سلامت روانی معنوی با شاخص‌های زیر است:

الف- در رابطه با خدا در جنبه شناختی: معرفت عمیق نسبت به خدا، شناخت و باور به توحید الهی، درک خالقیت خدا، درک ربوبیت الهی، شناخت مقام الوهیت پروردگار، شناخت و باور به عدل الهی در نظام خلقت، شناخت رحمت نامحدود الهی، درک زندگی سعادت‌مندانه، شناخت جاویدبودن زندگی انسان، درک زیبایی‌های افعال الهی، درک وابستگی خود به وجود برتر و شناخت هدایت‌های الهی بر اساس آموزش قرآنی.

در جنبه عاطفی: داشتن قلب سلیم و اشتیاق به پذیرش احکام الهی، رضایت‌مندی از کارهای الهی، خشوع قلبی در برابر عظمت الهی، باور و اعتقاد ایمانی به خدا، علاقه‌مندی به رحمت و عنایت الهی، تولی الهی و آنچه مرتبط با اوست، دلبستگی و عشق به خدا، توکل و اعتماد به خداوند، التزام قلبی به احکام الهی.

در جنبه عملکردی: بندگی، دعا، شکر نعمت، عمل تقوایی، اخلاص، توبه و بازگشت، اطاعت از خدا و مبارزه با طاغوت، پایبندی عملی به احکام الهی و احیای دین.

ب- در رابطه با خود فرد در جنبه شناختی: خودشناسی، شناخت توانمندی‌ها، درک کرامت و عزت خود، درک معنا و هدف زندگی، شناخت ویژگی‌های انسانی خود، شناخت مسیر کلی حرکت انسان در زندگی به سوی رستگاری، شناخت ارزش‌های انسانی، شناخت چیستی عقلانیت و خردورزی، پذیرش اعتبار و حجیت در کنار وحی.

در جنبه عاطفی: تمایل به علم و دانش، تمایل به عزت و ارزشمندی، تمایل باطنی به سعادت‌مندی، هدایت‌خواهی، اعتماد به نفس و خودباوری، باور مثبت و امید به آینده، میل به توانمندی، آرامش‌خواهی، میل به لذت معنوی، تمایل به ارزش‌های انسانی، مسئولیت‌پذیری، علاقه‌مندی به زندگی جاوید اخروی، میل به دفاع از حق، تمایل به خردمندی.

۱. «فَإِنَّمَا يَنْبَغِي لِأَهْلِ الْعِصْمَةِ وَالْمَصْنُوعِ إِلَيْهِمْ فِي السَّلَامَةِ أَنْ يَرْحَمُوا أَهْلَ الذُّنُوبِ وَالْمَعْصِيَةِ...».

در جنبه عملکردی: جستجوگری دانش، محاسبه نفس، اصلاح نفس، خویشتن‌داری در برابر زشتی‌ها، رعایت نظم، پرورش توانمندی‌های خویش، پاکی و پاکدامنی در پرتو عفت، پاکیزگی و آراستگی، اعتدال و میانه‌روی در خواسته‌ها، تلاش برای کسب حقیقت، کوشش برای تحقق آرمان‌های دینی، حرکت در راستای هدف و مقصد زندگی، برنامه‌ریزی جهت فعالیت‌های تحصیلی، تفریحی و معنوی، سامان‌دهی عملکردها بر اساس خواسته‌های فطری - انسانی خود، پرورش عقلانیت در وجود خویش.

ج- در رابطه با بعد اجتماعی در جنبه شناختی: شناخت جامعه و فرهنگ آن، شناخت حقوق انسان‌ها، شناخت قوانین اجتماعی، درک وظایف خود نسبت به دیگران، آشنایی با وظایف مسلمانان نسبت به معصومین علیهم‌السلام درک هدفمندی زندگی اجتماعی، آشنایی با صاحبان کمالات معنوی، شناخت ویژگی‌های همسر.

در جنبه عاطفی: محبت‌ورزی، همدلی، ارج‌نهادن به صلح‌رحم، احترام به انسان‌ها، تمایل به وحدت جامعه، ولایت‌پذیری الهی - اجتماعی، تمایل به الگوپذیری از اولیای دین، توجه به بردباری، نگرش مثبت و حسن ظن به دیگران، ارزش‌گذاری به تولی نسبت به مؤمنین و تبری نسبت به استکبار و ترفندهای فرق منحرف، تمایل به اصلاح میان دیگران، علاقه به رازداری، احترام به ارزش‌ها و شعائر الهی، احساس تعهد نسبت به سرنوشت جامعه اسلامی، میل به جهاد در راه خدا، نوع‌دوستی، تمایل به ازدواج.

در جنبه عملکردی: رعایت عدالت در رفتار اجتماعی، احسان، صداقت، وفای به عهد، مهرورزی، معاشرت نیکو، سلام‌کردن، امر به معروف و نهی از منکر، یاری مستضعفان، پرهیز از غیبت و تهمت، پرهیز از نجوا، انتظار فرج، موضع‌گیری در برابر بدعت‌ها، بخشش مال و انفاق در راه خدا، تعامل و همکاری با مؤمنین، هم‌نشینی با فقرا، مدارا کردن با مردم، تواضع و فروتنی، فداکاری، مشورت با اهل نظر، پایبندی به اخلاق همسررداری، کوشش برای الگوی حسنه‌بودن، رعایت حجاب اسلامی.

د- در رابطه با بعد زیست‌محیطی در جنبه شناختی: شناخت هستی، شناخت هدفمندی هستی، درک نعمت‌بودن طبیعت برای انسان، آگاهی از ضرورت تعامل انسان با محیط‌زیست طبیعی خویش و آثار متقابل آن، آگاهی از عوامل مؤثر بر تداوم حیات موجودات زنده، شناخت زیست‌دنیایی به‌عنوان مقدمه‌ای برای زندگی جاوید.

در جنبه عاطفی: توجه به زیبایی‌های خلقت پروردگار، پذیرش ارزشمندی مخلوقات خدا و قدردانی آن، پذیرش طبیعت به‌عنوان منبع روزی انسان، توجه به حفظ و بهبود محیط‌زیست، توجه به اشکال زندگی موجودات غیرانسانی و حقوق آن‌ها، ترجیح خواسته‌های معنوی نسبت به خواسته‌های دنیوی.

در جنبه عملکردی: بهره‌مندی صحیح از طبیعت، اجرای عدالت در بهره‌برداری از طبیعت، کمک به آبادانی طبیعت و محیط زندگی، دیدن زیبایی‌های طبیعت و بهره‌مندی از آن، رعایت بهداشت محیط و مبارزه با آلوده‌کننده‌های محیطی (فقیهی و نجفی، ۱۳۹۹).

### ۳-۹- ذومراتب‌بودن سلامت روانی معنوی در پرورش یافتگان فطرت

در دیدگاه قرآن و پیامبر اسلام صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم و اهل‌بیت علیهم‌السلام سلامت روان دارای مراتبی است. نخستین مرتبه آن طبیعی‌بودن فرد در تمام ابعاد روانی و عدم ایجاد اختلال در سیستم روانی او است. در مرتبه بعد، بهیستی و ارتقابخشی به شناخت و بینش، اعتقاد و ایمان، عواطف و گرایش‌های فطری و معنوی و رشد شخصیتی همه‌جانبه و حرکت و تلاش در مسیر سعادت و کمال جاودانه است که زندگی دنیا و آخرت را یکپارچه می‌بیند و با افزایش توانمندی‌ها و تدابیر بهینه، عملکردهای باارزش و متعادل به‌صورت نسبی در

ارتباط با خدا، خود، دیگران و طبیعت خواهد داشت. از این‌رو به هر میزان که سلامت روان فرد افزایش یابد به کمال متعالی انسانی بالاتری دست می‌یابد، همچنین هر کس دارای کمال انسانی بیشتری است، از سلامت روانی بیشتری برخوردار است. سلامت روانی انسان زمینه‌ساز سعادت آدمی است و بدون آن نمی‌توان به سعادت و خوشبختی اخروی نائل آمد و اصولاً ایجاد، رشد و ارتقا در مجموعه ابعاد روانی آدمی و پرورش شخصیت سالم در مراتب بالا، همان کمالی است که هدف آفرینش است و خوشبختی و سعادت بهشتی و اخروی نتیجه آن است. تأثیر رشد سلامت معنوی بر سلامت روانی و جسمی حقیقتی است که دانشمندان هم در تحقیقات خود به آن رسیده‌اند و معتقدند به هر میزان که فرد در مراتب بالاتری از سلامت معنوی باشد از سلامت روانی و جسمی بهتری برخوردار است. کوئینگ (۲۰۰۷) به نقل از عسگری، حیدری و عسگری (۱۳۹۴) در تحقیقی نشان داده است که سلامت روانی و جسمانی انسان با زندگی معنوی او رابطه مثبت دارد و افرادی که در زندگی از معنویت بیشتری برخوردار باشند سازگاری بهتری با موقعیت‌های استرس‌زا دارند.

### ۱۰-۳- سلامت روان و سعادت در گرو بازشناسی و بازسازی فطرت

در دیدگاه اسلامی، ارتقای سلامت روانی و نیل به سعادت واقعی، در گرو بازشناسی و بازسازی فطرت است که با شکوفاسازی گرایش‌های فطری در ابعاد گسترده آن در روابط چهارگانه فرد با خدا، خود، دیگران و طبیعت، تحقق می‌یابد، زیرا در آموزه‌های دینی شناخت کامل از توانمندی‌های فطری و چگونگی شکوفایی و ارتقا و به‌فعلیت‌رساندن آن استعدادها مشخص می‌شود و هم موانع نیل به سلامت روانی و سعادت، شناسایی و راه‌های پیشگیری از آن‌ها و روش‌های کارآمد در ایجاد تحول فرد از اختلال به سلامتی، آموزش داده می‌شود.

همه آموزه‌های اسلامی برای زمینه‌سازی سلامت روان و سعادت آدمی است. در این آموزه‌ها اولاً- با آگاهی‌بخشی‌ها و راهنمایی‌های واقعی در مورد خدا، انسان و طبیعت، افکار و اعتقادهای افراد، درست، بارور می‌شوند و نسبت به موانع شناختی و باورهایی که سلامت روان را دچار خدشه می‌کنند و انسان را در مسیر بیماری و هلاکت قرار می‌دهند، بصیرت می‌یابند.

ثانیاً- عواطف و گرایش‌های طبیعی، هماهنگ با شناخت واقع‌بینانه و رابطه آنها با سلامت و سعادت مکشوف شده و هیجانات عارضی و ناهماهنگ با فطرت و عوامل آسیب‌زا بازشناسی می‌شوند و توجه داده می‌شود که افراد، خود و خدا را فراموش نکنند<sup>۱</sup> (حشر، ۱۹) توانمندی‌های اندیشه عقلانی را از دست ندهند<sup>۲</sup> (اعراف، ۱۷۹) از گمان پیروی نکنند<sup>۳</sup> (یونس، ۳۶) خودشان را به جهالت و نادانی<sup>۴</sup> (احزاب، ۷۲) نزنند، مرء و جدال نمایند<sup>۵</sup> (کهف، ۵۴) و تحت تأثیر اماره بالسوء قرار نگیرند<sup>۶</sup> (یوسف، ۵۳)، بی‌صبری و شتابزدگی و رفتار عجولانه نداشته باشند<sup>۷</sup> (اسراء، ۱۱)؛ طغیانگری و ستمگری نداشته باشند<sup>۱</sup> (علق، ۷-۶) و تحت تأثیر عوامل اجتماعی و روانی،

۱. «نَسُوا اللَّهَ فَنَسَاهُمْ أَنفُسَهُمْ».

۲. «لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَ لَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَ لَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ».

۳. «وَمَا يَتَّبِعْ أَكْثَرُهُمْ إِلَّا ظَنًّا إِنَّ الظَّنَّ لَا يُغْنِي مِنَ الْحَقِّ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِمَا يَفْعَلُونَ».

۴. «إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا».

۵. «وَلَقَدْ صَرَّفْنَا فِي هَذَا الْقُرْآنِ لِلنَّاسِ مِنْ كُلِّ مَثَلٍ وَ كَانَ الْإِنْسَانُ أَكْثَرَ شَيْءٍ جَدَلًا».

۶. «إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي».

۷. «وَ كَانَ الْإِنْسَانُ عَجُولًا».

شر و بدی را انتخاب نکنند<sup>۲</sup> (اسراء، ۱۱) که این نوع عوامل آدمی را به سوء تدبیر و بدتدبیری در عمل می‌کشاند و بدین‌وسیله سلامت روانی وی در جنبه شناختی و عواطف با مشکل روبرو می‌شود و به رفتارهای غیرسالم روی می‌آورد و خویش و حتی دیگران را به‌سوی شقاوت‌مندی سوق می‌دهد. این همان موقعیت روانی است که از این ناحیه رسول اکرم ﷺ برای مردم احساس خطر شده است<sup>۳</sup> (ابن ابی‌جمهور، ۱۴۰۵)، همچنین امام علی علیه السلام به نقش سوء تدبیر در اختلال روانی و بدبختی آدمی اشاره می‌کند و می‌فرماید: هر کس سوء تدبیر داشته باشد، نابودی و هلاکت خود را در تدبیرهای نادرست رقم می‌زند<sup>۴</sup> (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰).

#### ۴- بحث و نتیجه‌گیری

برترین دانش بشر، دانش سلامت روان معرفی شده است<sup>۵</sup> (حرانی، ۱۴۰۴) و سلامت روان، دانشی است که از نظر ارزشی معادلی برای آن نیست<sup>۶</sup> (مجلسی، ۱۴۰۳). امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرماید: صحت و سلامتی نعمتی است الهی که نباید فراموش شود بلکه باید آن را حفظ کرد<sup>۷</sup> (ابن بابویه، ۱۳۷۶). در تفسیر آیه «ثُمَّ لَتَسْأَلُنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ» (تکواثر، ۸) امام علی علیه السلام می‌فرماید: «نعمتی که از آن پرسیده می‌شود سلامتی است<sup>۸</sup> (دیلمی، ۱۳۷۶ب) و امام صادق علیه السلام فرمود: سلامتی نعمتی پنهانی و پوشیده است<sup>۹</sup> (ابن بابویه، ۱۴۱۳). تعبیرهای «صحة الفکر»، «صحة العقل»، «صحة التمييز و العقل» «صحة اليقين» (بهداشت معرفتی یقینی) و «صحة التدبیر» در روایات از سلامت روان، حاکی از آن است که اساس سلامت روان، اندیشه عقلانی و ادراک، معرفت یقینی و تشخیص واقعیات هستی و مدیریت عقلانی در برقراری شناختی عاطفی با خدا، خود، انسان‌ها و طبیعت و تدبیر عملکردی صحیح، در این روابط است. در دیدگاه اسلام، سلامت روان دارای مراتب است. نخستین مرتبه آن طبیعی‌بودن فرد در تمام ابعاد روانی و عدم ایجاد اختلال در سیستم روانی او است. مراتب بعدی، رشد تدریجی شناختی و بینشی، اعتقادی و ایمانی، عاطفی و معنوی و عملکردی در قلمروهای چهارگانه مرتبط با خدا، خود، دیگران و طبیعت است که سلامت همه‌جانبه را در زندگی دارا می‌شود و خوشبختی جاوید را در درجات کمالی از آن خود می‌سازد؛ و این بدین‌جهت است که تعابیر «سلامة النفس»، «سلامة القلب»، «القلب السليم»، «قلب سليم» و «سلامة الصدر» در متون حدیثی، تنها به معنای عاری‌بودن از بیماری، اختلال و آفات نیست، بلکه از ارتقا در مراتب و درجات سلامت روانی در ابعاد گوناگون، به‌ویژه معنویت را حکایت دارند.

در آموزه‌های تربیتی و تعیین تکلیف‌های نگرشی، عاطفی و عملکردی بر ساماندهی روانی شخصیتی آدمی در راستای خواسته‌های فطری مرتبط با خدا، خود، دیگر انسان‌ها و نظام هستی و ارتقای سطح سلامت روانی در این ابعاد چهارگانه و پیشگیری از ابتلا به انواع بیماری‌های روانی تأکید شده است.

۱. «كَلَّا إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُفٍ ﴿۱﴾ إِنَّ رَأهٗ اسْتَغْنَىٰ.»

۲. «وَيَدْعُ الْإِنْسَانُ بِالشَّرِّ دُعَاءَهُ بِالْخَيْرِ.»

۳. «مَا أَخَافُ عَلَىٰ أُمَّتِي الْفَقْرَ وَ لَكِنِّ أَخَافُ عَلَيْهِمْ سُوءَ التَّدْبِيرِ.»

۴. «مَنْ سَاءَ تَدْبِيرُهُ كَانَ هَلَاكُهُ فِي تَدْبِيرِهِ.»

۵. امام باقر علیه السلام: «اعلم انه لا علم كَطَلَبِ السَّلَامَةِ وَلَا سَلَامَةَ كَسَلَامَةِ الْقَلْبِ.»

۶. «الْمُؤْمِنُ ... قَلْبُهُ خَاشِعٌ وَلَا يَعْدِلُ السَّلَامَةَ شَيْئًا.»

۷. «لَا تُنْسَ صِحَّتَكَ.»

۸. «الصحة...»

۹. «الْعَافِيَةُ نِعْمَةٌ خَفِيَّةٌ...»

راه رسیدن به سلامت روان، شناخت فطرت انسانی است مانند انسان‌شناسی برترین و بزرگ‌ترین رستگاری و سودمندترین دانش‌ها است «مَعْرِفَةُ النَّفْسِ أَنْفَعُ الْمَعَارِفِ» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰). اگر فردی همه چیزها را بشناسد ولی از انسان‌شناسی بهره‌مند نباشد از سلامت روانی برخوردار نیست و در مسیر گمراهی‌ها و نادانی‌ها حرکت می‌کند و از زندگی سالم و سعادت‌مند دور می‌ماند.

رویکرد اسلامی به سلامت روان رویکرد فطری است و با شناخت فطرت و شکوفاسازی توانمندی‌های آن می‌توان سلامتی را حفظ کرد و آن را ارتقا داد؛ بنابراین سلامت روانی به این است که فرد بتواند، در ابعاد وجودی و روانی اعم از ابعاد شناختی، عاطفی، معنوی، اخلاقی و اجتماعی، هماهنگ با فطرت خدادادی‌اش و به صورت متعادل در جهت اهداف زندگی، به ایفای نقش بپردازد.

همچنین فردی که در یکی از جنبه‌های فوق از حالت طبیعی بیرون برود و یا در مسیر حرکت به سوی هدف‌های ارزشمند الهی، متوقف و یا انحراف پیدا کند و جنبه‌ای از جنبه‌های روانی، معنوی نگرشی، تمایلات و رفتارهای طبیعی او آسیب ببیند، در سیستم سلامت روانی وی اختلال پدید می‌آید؛ اما کسی که امیال و توانمندی‌های فطری‌اش به نحو شایسته پرورش یابد و توانایی کامل برای ایفای نقش در رابطه با خود، خدا، دیگران و نظام هستی، پیدا کرده باشد و هماهنگی در مجموعه خواسته‌ها و ادراکات فطری داشته باشد و از حالت رشد طبیعی در مسائل روانی نه تنها انحراف پیدا نکرده باشد بلکه ارتقاء یافته باشد از سلامت روانی برخوردار است که در قرآن از آن به قلب سلیم یاد شده است.

## ۵- تقدیر و تشکر

با تشکر از تمام کسانی که ما را در انجام این پژوهش یاری رساندند.

## ۶- منابع

- ۱- قرآن کریم. (۱۳۸۶). ترجمه مهدی الهی قمشه‌ای. قم: سپهر نوین.
- ۲- ابن ابی جمهور، محمد بن زین‌الدین. (۱۴۰۵). عوالی اللئالی العزیزیه فی الأحادیث الدینیة. قم: دار سید الشهداء للنشر.
- ۳- ابن فارس، أحمد بن فارس. (۱۴۰۴). معجم مقاییس اللغة. قم: مکتب الاعلام الاسلامی.
- ۴- ابن بابویه، محمد بن علی. (۱۳۷۶). الأمالی (للسدوق). تهران: کتابچی.
- ۵- ابن بابویه، محمد بن علی. (۱۴۰۶). ثواب الأعمال و عقاب الأعمال. قم: دار الشریف الرضی للنشر.
- ۶- ابن بابویه، محمد بن علی. (۱۴۱۳). من لا یحضره الفقیه. قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
- ۷- ابن سینا، حسین بن عبدالله. (۱۳۷۵). الاشارات و التنبیها. قم: نشر البلاغه.
- ۸- احمدوند، محمدعلی. (۱۳۸۳). بهداشت روانی. قم: انتشارات دانشگاه پیام نور.
- ۹- اربلی، علی بن عیسی. (۱۳۸۱ ق). کشف الغمة فی معرفة الأئمة (ط - القديمة). تبریز: انتشارات بنی‌هاشمی.
- ۱۰- الأصبهانی، أبونعیم. (۱۳۹۴). حلیة الأولیاء و طبقات الأصفیاء. السعادة - بجوار محافظة مصر.
- ۱۱- برقی، احمد بن محمد بن خالد. (۱۳۷۱). المحاسن. قم: دار الکتب الإسلامیة.
- ۱۲- پرچم، اعظم، و قره‌عود، منصوره. (۱۳۸۹). سلامت روان از منظر مکتب اسلام و روانشناسی. دوفصلنامه منہاج، ۱۱، ۷۷-۴۹.



- ۱۳- تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد. (۱۴۱۰). *غررالحکم و درر الکلم*. قم: دارالکتاب الإسلامی.
- ۱۴- حجازی، مصطفی. (بی‌تا). *الصحة النفسية*. مغرب: المركز الثقافی العربی دار البیضاء.
- ۱۵- حر عاملی، محمد بن حسن. (۱۳۸۰ ش). *الجواهر السنیة فی الأحادیث القدسیة* (کلیات حدیث قدسی). ترجمه زین‌العابدین کاظمی خلخالی. تهران: انتشارات دهقان.
- ۱۶- حر عاملی، محمد بن حسن. (۱۴۱۸). *الفصول المهمة فی أصول الأئمة* (تکملة الوسائل). قم: موسسه معارف اسلامی امام رضا علیه السلام.
- ۱۷- حرانی، ابن شعبه. (۱۴۰۴). *تحف العقول*. قم: جامعه مدرسین.
- ۱۸- دهخدا، علی‌اکبر. (۱۳۷۷). *لغتنامه دهخدا*. تهران: دانشگاه تهران.
- ۱۹- دیلمی، حسن بن محمد. (۱۳۷۶ الف). *إرشاد القلوب*. ترجمه علی سلگی. قم: ناصر.
- ۲۰- دیلمی، حسن بن محمد. (۱۳۷۶ ب). *إرشاد القلوب*. ترجمه سید عباس طباطبایی. قم: جامعه مدرسین.
- ۲۱- راغب اصفهانی، حسین بن محمد. (۱۴۱۲). *مفردات الفاظ قرآن*. بیروت: دارالقلم.
- ۲۲- رضی، محمد بن حسین. (۱۴۱۴). *نهج البلاغه*. قم: هجرت.
- ۲۳- سند مبانی نظری تحول بنیادین در نظام تعلیم و تربیت رسمی و عمومی جمهوری اسلامی ایران. (۱۳۹۰). تهران: وزارت آموزش و پرورش.
- ۲۴- صفاری، محسن. و شجاعی زاده، داود. (۱۳۹۳). *اصول و مبانی آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت*. تهران: نشر سماط.
- ۲۵- طباطبایی، مصطفی. (۱۳۵۴). *فرهنگ نوین، عربی - فارسی*. تهران: کتاب‌فروشی اسلامیة.
- ۲۶- طبرسی، فضل بن حسن. (۱۳۷۲). *مجمع‌البیان فی تفسیر القرآن*. تهران: انتشارات ناصرخسرو.
- ۲۷- طوسی، محمد بن الحسن. (۱۴۰۷). *تهذیب الأحکام* (تحقیق خراسان). تهران: دارالکتب الإسلامیة.
- ۲۸- عسگری، مه‌رانا؛ حیدری، علیرضا؛ عسگری، پرویز، (۱۳۹۴) *رابطه هوش معنوی و جهت‌گیری مذهبی با بهزیستی روان‌شناختی و اضطراب وجودی در دانشجویان، پژوهش در نظام آموزشی، دوره ۹، شماره ۳۱، ص ۱۶۳-۱۹۰.*
- ۲۹- فقیهی، علی‌نقی. (۱۳۸۴). *بهداشت و سلامت روان در آینه علم و دین*. قم: حیات سبز.
- ۳۰- فقیهی، علی‌نقی. (۱۳۸۵). *مبانی و اصول تربیتی در روابط زن و شوهر از منظر قرآن و حدیث*. دو فصلنامه تربیت اسلامی، ۱۳.
- ۳۱- فقیهی، علی‌نقی. (۱۳۹۸). *ویژگی‌های زیربنایی روان‌شناختی فطری انسانی برای تربیت مطلوب در دوره پژوهشنامه اسلامی زنان و خانواده، ۱۷، ۱۰۵-۷۹.*
- ۳۲- فقیهی، علی‌نقی، شریفی، فاطمه، پناهی تلخسنانی، سعیده. (۱۳۹۳). *بررسی نارسایی‌های دیدگاه‌های روانشناسی معاصر پیرامون ملاک‌های بهنجاری و نابهنجاری و تبیین این موضوع از دیدگاه اسلام*. فصلنامه اسلام و مطالعات روانشناسی، ۱۴، ۱۰۵-۱۲۸.
- ۳۳- فقیهی، علی‌نقی، و نجفی، حسن. (۱۳۹۹). *شاخص‌های سلامت معنوی از منظر قرآن و حدیث*. قم: انوار طه.
- ۳۴- قرشی، علی‌اکبر. (۱۳۷۱). *قاموس قرآن*. تهران: دارالکتب الاسلامیة.
- ۳۵- قمی، عباس. (۱۴۱۴). *سفینه البحار*. قم: انتشارات اسوه.
- ۳۶- قندوزی، سلیمان بن ابراهیم. (بی‌تا). *ینابیع المودة لذو القربی*. اسوه: دار الاسوة للطباعة والنشر المطبعة.
- ۳۷- کاپلان، هارولد، و سادوک، بنیامین. (۱۳۷۹). *خلاصه روانپزشکی (علوم رفتاری - روانپزشکی بالینی)*. ترجمه نصرت‌الله پورافکاری. تهران: انتشارات شهر آب.
- ۳۸- کلینی، محمد بن یعقوب. (۱۴۰۷). *الکافی*. تهران: دارالکتب الاسلامیة.
- ۳۹- مجلسی، محمدباقر. (۱۴۰۳). *بحار الأنوار*. بیروت: دارالاحیاء التراث العربی.

- ۴۰- محمدی ری شهری، محمد. (۱۳۸۹). تحکیم خانواده از نگاه قرآن و حدیث. ترجمه حمیدرضا شیخی. قم: دار الحدیث.
- ۴۱- مشکینی، الشیخ علی. (۱۴۲۴). تحریر المواعظ العددیه. قم: انتشارات الهادی.
- ۴۲- مصباح یزدی، محمد تقی. (۱۳۸۴). به سوی خودسازی. قم: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام.
- ۴۳- مصطفوی، حسن. (۱۳۶۸). التحقیق فی کلمات القرآن الکریم. تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- ۴۴- مکارم شیرازی، ناصر. (۱۳۶۶). تفسیر نمونه. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- ۴۵- نقیب‌زاده جلالی، میر عبدالحسین. (۱۳۹۱). گفتارهایی در فلسفه و فلسفه تربیت. تهران: طهوری.
- ۴۶- ورام بن ابی فراس، مسعود بن عیسی. (۱۴۱۰). مجموعه ورام. قم: مکتبه فقیه.
- ۴۷- هورن، آلبرت سیدنی. (۱۳۶۸). فرهنگ آکسفورد ادونس لرنر. تهران: نشر محمد-یاسر.

## Cultivating the nature of mental health that leads to happiness taken from the Holy Qur'an and the hadiths of Ahl al-Bayt

Ali Naghi faghihi<sup>1\*</sup>

### Abstract

In the Islamic view, the correct nurture of cognitive, behavioral, and functional abilities leads to mental health, which is the highest blessing of God, and one of its most important results is the eternal happiness of man in life. According to an Islamic perspective, the research aims to explain the relationship between nurture and mental health, leading to happiness. This aim has been deduced from the verses and hadiths of Ahl al-Bayt by the descriptive-analytical method. According to the findings, A. Effective Islamic educational training is related to nature flourishing to improve the personality and provision for mental health in diagnosis, emotional, behavioral, and guiding to perfection and closeness to God. B. Cultivating all-natural abilities with the purpose of education leads to mental health and happiness among humans. C. In Islam, mental health is always linked to spiritual health, so someone without spiritual health within his psyche cannot be considered totally healthy. D. In Islamic teachings, the spiritual and mental health of those who are nurtured by nature is described in cognitive, emotional, and functional terms and in terms of God, human beings, and nature.

**Keywords:** Nurture, Nature, Mental Health, Spiritual Health, Happiness.



This Journal is an open access Journal Licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International License

(CC BY 4.0)

---

1. Associate Professor, Department of Educational Sciences, University of Qom. an-faghihi@qom.ac.ir.