

بحران اراده

نگاهی به هیجان شادی از
عینکی اسلامی

نگاهی نو به شخصیت و
دینداری از دریچه
مدل فرضی مثلث ایمان

پیشینه علم دینی

مبانی دینی و تحلیل روان
شناختی «صبر» با تکیه
بر آیات قرآن کریم ۲

معرفی حلقه
روان‌شناسی اسلامی
دانشگاه تهران

کاوشی در عالم نشر
معناشناسی افسردگی از
منظر قرآن





آرمانخواهی اولین فریضه دانشجویی

اولین فریضه‌ی دانشجویی عبارت است از آرمانخواهی. آرمانخواهی مخالف محافظه‌کاری است، نه مخالف واقع‌گرایی. محافظه‌کاری یعنی شما تسلیم هر واقعیتی - هر چه تلخ، هر چه بد - باشید و هیچ حرکتی از خودتان نشان ندهید؛ این محافظه‌کاری است. معنای آرمانگرایی این است که نگاه کنید به واقعیت‌ها و آن‌ها را درست بشناسید؛ از واقعیت‌های مثبت استفاده کنید، با واقعیت‌های سلبی و منفی مبارزه کنید. چشمتان به آرمان‌ها باشد. ۱۳۹۴/۴/۲۰



KHAMENEI.IR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



سال اول، شماره چهارم بهار ۱۳۹۶

صاحب امتیاز و مدیر مسئول:

مطهره کوچه میر

سر دبیر:

نرگس نظرپور

ف

هیئت تحریریه: نرگس نظرپور، زهرا جعفری بهمن آبادی، فاطمه عبداللهی، مطهره کوچه میر، ریحانه خرازی، طیبه سادات خدابخشی، مریم روزبه و...
ویراستار: طیبه سادات خدابخشی
مدیر توزیع و اشتراک: ریحانه خرازی
مدیر مالی: زهرا جعفری بهمن آبادی
طراحی لوگو: مریم برم (قاصدک)
گرافیک و صفحه آرایی: گروه گرافیکی خیمه

سخن سردبیر

بحران اراده

نگاهی به هیجان شادی از عینکی اسلامی

نگاهی نو به شخصیت و دینداری از دریچه
مدل فرضی مثلث ایمان

رو به راه
پای صحبت حکیم

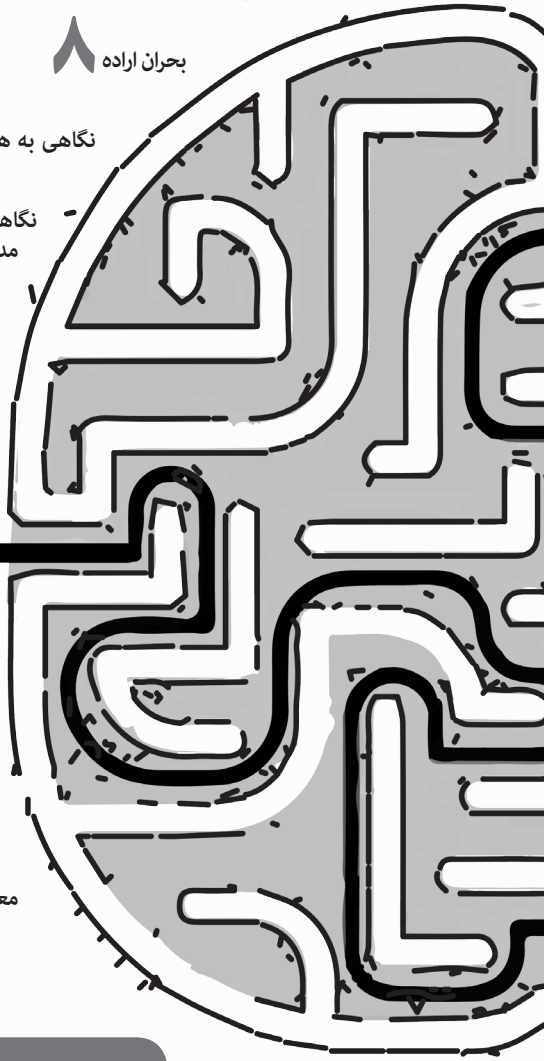
پیشینه علم دینی

را

مبانی دینی و تحلیل روان شناختی «صبر» با
تکیه بر آیات قرآن کریم ۲

معرفی حلقه روان‌شناسی اسلامی دانشگاه تهران

کاوشی در عالم نشر
معناشناسی افسردگی از منظر قرآن



پست الکترونیکی: fara.mag.95@gmail.com

آدرس کانال تلگرام: @faramagazine

شماره تلفن و شناسه تلگرام جهت پاسخگویی به سوالات، دریافت پیشنهادات

و انتقادات و اعلام همکاری با نشریه: ۰۹۱۰۶۷۴۰۹۷۵

@Fara_magazine

التقاط و اسلام مالی!!

سخن سردیبر

بسم الله...

وقتی صدای ما را از سرایشی سختی ها می شنوید! وقتی گذر از بی مسئولیتی های عده ای و بی انگیزه گی های عده ای دیگر انقدر سخت می شود که گاهی فکر می کنی خیلی تنهایی... و اینها به کنار... گاهی به ژست های روشنفکری بر می خوری که بیشتر خنده ات می گیرد! و اینها به کنار تر... عده ای که با قیافه های ظاهر صلاح و با اندیشه های غربی اسلامیزه (بخوانید اسلام مالی شده)،

می شوند مدعی روان شناسی اسلامی مظلوم! همان هایی که از زبان دین بالا می روند! ولی اساسا در همین ظواهر هم خودی ها را به باد سخره (البته در قالب انتقاد کارشناسانه!!) می گیرند و غربی ها را تظهير می نمایند...

رویکرد التقاطی به روان شناسی اسلامی یکی از رویکرد های خطرناک در این حوزه است، البته باید قبلش تعریف درستی از التقاط داشته باشیم. در واقع اینکه روان شناسی را از کدام زاویه با دین مخلوط کنی! اصلا با کدام دین (به معنای مسلک) مخلوطش کنی! با چه ابزاری و به چه میزان هم بزنی مهم است!! باید بدانیم که کدام را اصل قرار می دهیم و از کدامشان در کدام حوزه انتظار استخراج اصول و مبانی داریم. خطرناک ترین نحوه التقاط، التقاط دین تحقیق نشده ی شناسنامه ای عوامانه با روان شناسی است. عده ای اینگونه اصرار دارند دین عوامانه و برگرفته از تلگرام خود را با روان شناسی مخلوط



کنند که وقتی پای صحبتشان می‌نشینم عمق بی‌سوادۃ دینی‌شان آشکار می‌شود. و از این جهت خطرناک‌اند چون دین‌هایشان، برداشت‌هایی بی‌پایه و اساس و اشتباه می‌خواهد با روان‌شناسی مخلوط شود... خانه‌ای که از پای بست ویران است...

این افراد (اگر نگاه خوشبینانه داشته باشیم) عموماً افرادی هستند که عمر خود را در مطالعه روان‌شناسی گذرانده‌اند از طرفی یک دین‌درونی شده از دوران کودکی هم در نهاد دارند و لذا مجبورند برای آرامش روحی خودشان این دو را به نحوی صحیح قاطعی کنند که نه سیخ بسوزد و نه کباب! و در نگاه بدبینانه باید بگوییم پای نوعی نان به نرخ روز خوری در میان است! بالاخره در مملکت اسلامی و با وجود شورای تحول در علوم انسانی و... باید علاوه بر مطالعات به روز روان‌شناسی چند کلمه‌ای هم قال‌الصادق علیه‌السلام بلد باشی تا نان‌ات آجر نشود... و من الله التوفیق...

خب دیگر تا در نشریه تخته نشده است باید بروم!

نرگس نظرپور - سردبیر فصلنامه

روان‌شناسی اسلامی «فرا»

بهار ۱۳۹۶





بحران اراده

آمنه بابائی*

بالا و پایین کردن صفحات فضای مجازی آن هم بدون هدف و ساعت ها وقت صرف کردن برای پیام هایی که نه تنها فایده ای ندارند، حجم اطلاعات گسترده و گهگاه غلط و بی فایده ای را راهی ذهن کرده و زمان و انرژی مفید فرد را تلف می کنند.

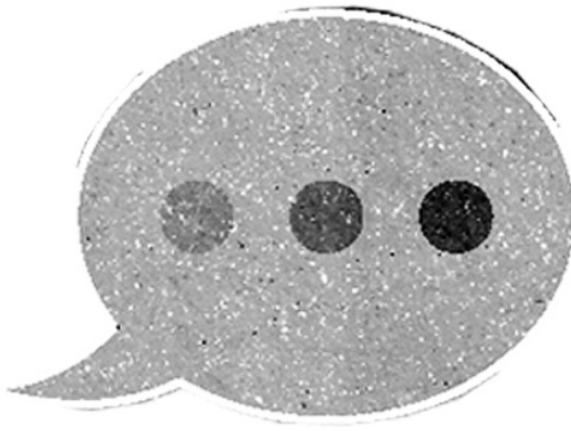
احتمالا این اتفاق برای شما نیز پدیده آشنایی است. این روزها هر یک از ما به نوعی درگیر تلگرام و اینستاگرام و سایر فضاهای مجازی هستیم. در واقع فضای مجازی به عنوان حقیقتی غیرقابل انکار با زندگی ما آمیخته شده است و انسان امروز را نمی توان از این تکنولوژی ها جدا نمود.

نوع طراحی فضای مجازی کنونی به گونه ای است که زمینه از مسیر اصلی منحرف شدن زیاد است. شبیه زمانی که انسان از یک اتوبان در حال حرکت به سمت یک مقصد است اما آن قدر جاذبه های کنار مسیر زیاد است و هزینه منحرف شدن از مسیر اصلی کم است و امکان پرداختن طولانی مدت به این جاذبه ها وجود دارد که شخص مشغول همین ها می شود و به هدف اصلی نمی رسد. وقتی به کرات و به صورت متعدد اراده انسان نتواند به آنچه واقعا می خواسته بپردازد، اراده ضعیف می شود. شبیه فرد معتادی که آن قدر تصمیم به ترک گرفته و نتوانسته، که احتمال ترک اعتیاد برایش بسیار کم شده (کدخداپور).

*

کارشناسی ارشد

مشاوره خانواده دانشگاه علامه طباطبائی
Aminebabaee@gmail.com



امروزه صحبت پیرامون مشکلات فضای مجازی بسیار گسترده است، اما آیا مشکل انفعال در برابر محیط و اتفاقات پیرامون منحصر به این حوزه می باشد؟ پاسخ منفی است. اگر نگاهی به زندگی روزمره خودمان و یا زندگی کاری مان به عنوان افرادی فعال در رشته های باورانه، نظر بیفکنیم، خواهیم دید که جملاتی از این

دست که «می دانم ولی نمی توانم» را بسیار شنیده ایم. انجام کارهای بی هدف مشابه فضای مجازی، در سایر موضوعات زندگی نیز قابل مشاهده است، از زمان هایی که صرف مشاهده تلویزیون و ماهواره می کنیم تا مخارج غیرضروری زندگی و به طور کلی سبک زندگی امروزین، رد پای موضوعات این چنین در جای جای زندگی نسل امروز مشاهده می شود.

این گونه انفعال ها نه تنها در نسل امروز مشاهده می شود، بلکه با تربیت ناصحیح به نسل آینده نیز انتقال داده می شود. از جمله مهم ترین دغدغه های های والدین در گذشته و امروز، عدم کنترل بر فرزندان در خارج از منزل و هراس از کج روی آنان می باشد. فقدان یک هویت شکل گرفته در افراد و با ایجاد هویت های پوچ و تهی، که اغلب ناشی از عدم تفکر و گاهی ناآگاهی است می تواند مهم ترین دلیل کج روی باشد؛ هرچند آگاهی

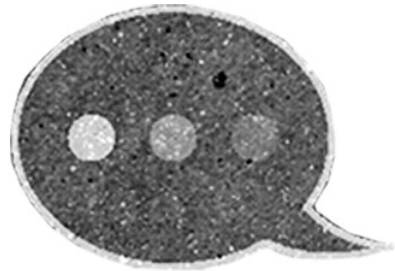
به تنهایی کافی نیست. اینجاست که سخن از نیرو و قدرت اراده مطرح می شود. در سیر حرکت انسان به سوی کمال، عوامل مختلفی تربیت وی را جهت دهی می نمایند، یکی از این عوامل اراده است که به صورت مستقیم بر تربیت انسان ایفای نقش می نماید. زیرا به سبب وجود اراده، نفس آدمی در عین آنکه تحت تاثیر نیروهای مختلف قرار دارد، مقهور آن ها نخواهد بود (سلجوقی، ۱۳۸۴).

با تقویت اراده، عزت نفس و ایجاد هویت مناسب در فرزندان می توان آنان را در مقابل آسیب های درون و بیرون واکسینه نمود. در این صورت این هویت با اراده، با پشتوانه تفکر صحیح، نجات بخش آینده و حرکت دهنده انسان به سمت کمال خواهد بود. بنابراین نسل امروز می باید به تقویت نیروی اراده در خود و ایجاد و رشد آن در نسل های بعد بپردازد.

در نگاهی وسیع تر انفعال منحصر به افراد نیست بلکه مجامع، ملت ها و حتی

می شود به رغم خواستن، نتواند، «بحران اراده» نام نهاد. «اراده» همان شاه کلیدی است که هم حلال مشکلات فعلی است و هم پیشگیری کننده از خطرات آینده. از این رو به جایگاه این مفهوم در دین پرداخته و اهمیت آن را مورد بررسی قرار می دهیم.

انسان، موجودی تربیت پذیر است و بر اثر تربیت درست می تواند به عالی ترین مدارج روحی، معنوی و علمی دست یابد. برای رسیدن به چنین هدفی، عواملی لازم است که از جمله آنها، تقویت اراده و به کار گرفتن آن است. شهید مطهری (۱۳۸۲) در این باره می گوید: هر مقدار که اراده قوی تر باشد، بر اختیار انسان افزوده می شود و انسان، بیشتر مالک خود و کار خود و سرنوشت خود می گردد. مثلاً اگر انسان می خواهد بچه را تربیت کند، باید کاری بکند که اراده در وجودش تقویت شود. راجع به مسئله اراده و به تعبیر دیگر، تسلط بر نفس، دستورهای فراوانی با عنوان تقوا و تزکیه نفس آمده است. امیرالمؤمنین علی علیه السلام تعبیری دارند بسیار عالی، اول درباره خطا و گناه می فرماید: «لَا وَ إِنَّ الْخَطَايَا خَيْلٌ شُمْسٌ، حُمَلٌ عَلَيْهَا أَهْلُهَا: مَثَلُ گناهان، مَثَلُ اسب های چموش است که اختیار را از کف سوار می گیرند.» سپس درباره تقوا که نقطه مقابل آن است، می فرماید: «لَا وَ إِنَّ التَّقْوَى مَطَايَا دُلٌّ: همانا مثل تقوا، مَثَلُ مرکب های رام است که اختیار سوار دست مرکب در دست سوار است، نه اختیار سوار دست مرکب.»



دولت ها را نیز شامل می شود. نبود عزم در دولت ها برای اصلاح امور و حتی نبود عزم ملی افراد در جهت رفع مشکلات پیرامونی، از این دست موضوعات اجتماعی است. این روزها هر چند کمپین های فضای مجازی تبدیل به نُقل و نبات محافل مجازی شده است، اما آن چه در واقعیت دیده می شود این است که این کمپین ها تا وقتی اراده و عزم بر انجام عمل نباشد، کلماتی بیش نبوده و نیستند. برای مثال کمپین نخرییدن خودرو که چندی پیش و با ورود دولت به موضوع، کارگر نیفتاده و بی اثر گردید.

از جمله موارد نگران کننده اجتماعی در کشور ما که دارای یک هویت اسلامی است، کمرنگ شدن امور عبادی در آن می باشد، این امر می تواند هشداری باشد که از رشد بی مسئولیتی در جامعه و کمرنگ شدن نقش اراده در جامعه خبر دهد؛ زیرا هویت جامعه دینی با انجام امور عبادی پیوند دارد.

شاید بتوان این باتلاق فردی و اجتماعی که انسان را با فرض آگاهی، ناتوان کرده و سبب

عبادی و اراده با یکدیگر رابطه دوسویه داشته و یکی موجب تقویت دیگری می‌گردد. اراده در لغت نامه دهخدا، «خواست»، «خواست» و «میل»، معنا شده است. واژه اراده دست کم به دو معنی استعمال می‌شود یکی خواستن و دوست داشتن و دیگری تصمیم گرفتن بر انجام کار. در واقع چیزهایی که متعلق خواست و محبت شخص قرار می‌گیرد. البته در تفاوت میل و اراده باید گفت: «اراده بیشتر جنبه درونی دارد و برعکس میل است، انسان را از کشش امیال آزاد می‌کند یعنی امیال را در اختیار انسان قرار می‌دهد. هرطور که اراده می‌کند، کار می‌کند نه هرطور که میلش بکشد. تابع تصمیم و فکر بودن غیر از تابع میل بودن است (مطهری، ۱۳۷۸).

در فرهنگ‌های قرآنی، اراده بر گرفته از «راد»، «برود» است، آن گاه که در طلب چیزی تلاش شود. اراده در اصل قوه‌ای مرکب از میل شدید و نیاز و آرزو است (راغب اصفهانی به نقل از پژوهشکده باقرالعلوم).

از نظر فلاسفه اسلامی، تحقق وجود اراده مبتنی بر دو پایه است ۱. آگاهی به مصالح عمل؛ ۲. آگاهی به مفاسد عمل (سلیمانی، ۱۳۸۴).

همچنین مرحوم صدرالمتألهین بر این باور است که مرز جدایی انسان از حیوان، اراده و میل است، زیرا انسان متحرک به اراده، ولی حیوان، متحرک به میل است (جوادی آملی، ۱۳۷۸).

در اینجا سخن از تقویت اراده به میان می‌آید و اینکه به سبب تقواء انسان، صاحب اراده شده و بر نفس خود مسلط می‌شود و در نتیجه، به سوی تربیتی درست گام برمی‌دارد. عبادت، همانگونه که در ادامه ذکر خواهد شد، یکی از مهم‌ترین عوامل تقویت اراده است و اعمال



و روان‌شناسی که در موضوع اراده انسان مطرح است، به طور کلی - همان‌طور که در اصول عقائد شیعه عنوان شده است - انسان موجودی دارای اراده و در نتیجه دارای مسئولیت می‌باشد که در برابر آن چه انجام می‌دهد، می‌باید پاسخ گو بوده و به حکم عقل اراده نماید.

هرچند در درون روان‌شناسی غرب تعاریف متعددی از اراده ارائه شده است و اختلاف نظر پیرامون این موضوع بسیار است، لکن اراده مفهومی است که امروزه مورد توجه و بررسی بسیاری از نظریه‌های مشاوره و روانشناسی غربی است.*

اراده انسان به عنوان عامل تاثیرگذار در سرنوشت، همواره مورد بحث ادیان الهی بوده است. در دین مبین اسلام انسان نه تنها به عنوان موجودی مختار و دارای نیروی اراده معرفی شده بلکه می‌باید در مورد اعمال خود پاسخگو و در واقع مسئولیت‌پذیر باشد. از نظر قرآن، انسان موجودی است که می‌تواند به اعلی‌علیین برسد و یا در اسفل سافلین فرو برود.

با بررسی ساحت‌های وجودی انسان در قلمرو عقلی، عاطفی و ارادی، می‌توان دریافت که اراده در ساختار منش و رفتار وی که به شکل‌گیری شخصیت او می‌انجامد، نقش اساسی و مهمی ایفا می‌کند. اراده، عامل توانمندی انسان در گزینش و انتخاب است. اراده، برخلاف میل که از طبیعت انسان ناشی

اراده از نظر فلسفی و روان‌شناسی، نیرویی است درونی که آگاهانه آدمی را به اعمالی هدفمند وامی‌دارد. در عرفان عملی نیز یکی از حالت‌های زمان سلوک را ارادت دانسته‌اند. خواجه نصیرالدین طوسی در اوصاف الاشراف، اراده را مشروط به سه چیز می‌داند: ۱. شعور و آگاهی از آنچه فرد می‌طلبد. ۲. آگاهی درباره کمالی که به وسیله اراده می‌توان به آن رسید. ۳. فقدان و نبود آن کمال در حال حاضر (بی‌نا، اراده و تحول آفرینی).

در این پژوهش اراده به معنای «اتحاد همه گرایش‌های فطری و اکتسابی شخص بر انجام دادن هر کار» و قصد محکم انسان برای انجام کاری در نظر گرفته شده است. پژوهنده معتقد است همه انسان‌ها از نیروی اراده برخوردارند و کسانی که ادعا می‌کنند اراده‌ای ضعیف دارند، باید علت ضعف اراده خود را جستجو کنند. این افراد سعی نمی‌کنند خود را بشناسند و بر نیروی درونی خود آگاهی یابند (حق جو).

در بررسی مفهوم اراده باید اشاره شود که برخی دیدگاه‌ها منکر اراده انسان هستند و این انکار اراده هم شامل رویکردهای دینی و معنوی است و هم شامل رویکردهای مادی. اما آنچه واضح و مبرهن است، آن است که موفقیت‌های مادی و دنیایی و موفقیت‌های معنوی، مرمون نیروی اراده و خواستن است؛ تا گامی برداشته شود، تغییری ایجاد شود و رشدی صورت گیرد. فارق از اختلافات فلسفی، کلامی

براین اساس، انسان باید هنگام انجام دادن هر کار، همه جنبه‌های آن را در نظر بگیرد و با این توجه، به عمل یا ترک آن تصمیم بگیرد. حضرت رسول اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «هنگامی که تصمیم به انجام دادن کاری می‌گیری، در عاقبت آن بیندیش» (اراده و تحول آفرینی).

اهمیت اراده در مکتب تشیع به اندازه‌ای است که آنگونه که از آیات و روایات برمی‌آید، آن دسته از اعمال و رفتار انسانی که ارادی بوده و با اختیار انسان همراه باشد، ارزش و جایگاه بیش‌تری داشته و به رشد او بیش‌تر کمک می‌نماید. به گفته آیت الله سبحانی «اسلامی که ما می‌آوریم باید بر اساس تحقیق و اراده باشد و اگر براساس ترس الفاظی را بیان کنیم ارزشی نخواهد داشت.» (خبرگزاری شبستان)

امام خمینی (ره) در حدیث اول از کتاب چهل حدیث (۱۳۷۱) در باب جهاد نفس، پس از بیان شرط اول مجاهده نفس یعنی «تفکر» به بیان اهمیت «عزم» می‌پردازند و می‌فرمایند: «ای عزیز، بکوش تا صاحب عزم و دارای اراده شوی، که خدای نخواستہ اگر بی‌عزم از این دنیا هجرت کنی، انسان صوری بی‌مغزی هستی که در آن عالم به صورت انسان محشور نشوی، زیرا که آن عالم محل کشف باطن و ظهور سریره است. و جرأت بر معاصی کم‌کم انسان را از بی‌عزم می‌کند و این جوهر شریف را از انسان می‌رباید.»

می‌شود، نیرویی قوی است که به عقل آدمی بستگی دارد. اراده و اختیار اگر به خدا پیوند بخورد، با نوعی دل‌بستگی به منبع قدرت و توانایی همراه می‌شود و اگر آدمی به حقیقت و فیض بخشی این سرچشمه رحمت اطمینان یابد، در زمینه سازندگی شخصیت فردی و اجتماعی با توان بیش‌تری به سوی موفقیت پیش می‌رود (راه‌های پرورش اراده در زندگی).

فعل ارادی در حقیقت مظهر شخصیت آدمی است. یکی از ویژگی‌های ذاتی انسان، آزادی خواهی اوست. او آزاد آفریده شده است و می‌خواهد آزاد باشد. آدمی با اختیار و اراده است. زندگانی و تکاپوی او، تابع صرف عوامل جبری و پدیده‌های محیطی و قوانین طبیعی نیست. او خلاق است و در بیشتر موارد هر چه را بخواهد، انجام می‌دهد. نیروی انتخاب و استخدامش بسیار قوی است و سرنوشتش را خود رقم می‌زند. اراده، از قوای خاص انسان است و موجودات دیگر از این نیرو به صورت آگاهانه و هدف‌مند بی‌بهره‌اند. این نیروی محرکه، شکل‌دهنده شخصیت آدمی است. اراده قدرتی روحی است که باید با برانگیختن امیال موافق و پیروز شدن در برابر امیال معارض، آن را به عرصه ظهور رسانید. این ویژگی به علت معیار ارزش‌سنجی و اختصاص داشتن به انسان و نیز این که راه صلاح انسان و شرط سیر و سلوک و صحت عبادات می‌باشد، دارای اهمیت بوده و عنصری مؤثر در رسیدن به کمال است.



در مسائل عملی نیز گفته شده که ای برادر! تو همان اراده و نیتی. در واقع یک انسان باید خوب بفهمد و فهمیده ها را خوب عمل کند. لذا امام ششم هم ستون اندیشه را عقل می داند و هم ستون عمل را عقل می داند که عقل چیزی است که «به یبعد الرحمن و یکتسب الجنان».* (جوادی آملی)

تاکید دین بر تفکر و سپس اراده، نشانگر اهمیت عمل بعد از علم می باشد که می تواند راه صلاح و رشد باشد. پرورش اراده و کسب مالکیت بر نفس و آزادی معنوی از حکومت مطلقه میل ها مبنای بسیاری از عبادات اسلامی و سایر تعلیمات اسلامی است (مطهری، ۱۳۷۵).

از سوی دیگر، روح حاکم بر عقل و اراده، در جهت دهی به آن ها بسیار موثر است؛ متأسفانه باید گفت عقل و اراده به رغم نقش مهم و متعالی در بیشتر انسان ها تحت تأثیر خواسته ها و کشش های حیوانی قرار می گیرد و نمی تواند آن چنان که باید ایفای نقش کند (مطهری، بی تا).

ارتباط با پروردگار، مهم ترین عامل تقویت اراده است و عبادت ها، جلوه های زیبای این ارتباط، آدمی را در مسیر تقویت اراده درونی قرار می دهد. انسان سالک با بهره گیری از

مفهوم اراده به زیبایی در اعمال عبادی نمایان بوده و با این اعمال رابطه متقابل دارد؛ اعمال عبادی* در کنار اثر وضعی که برای انسان دارند، موجب تقویت اراده می شوند و از طرفی مقید بودن به انجام آن ها مستلزم اراده می باشد. اعمال عبادی در کنار تفکر، معنا و تاثیر می یابند. این اعمال در کنار روح عبودیت که حاکم بر آن ها می باشد، آموزه هایی جهت زندگی روزانه برای انسان دارا هستند.

در اسلام یک خصوصیتی هست و آن این است که با این که روح عبادت ارتباط و پیوند بنده با خدا و شکستن دیوار غفلت و توجه به خداست، اما نکته جالب این است که اسلام، به عبادت شکل داده و به شکل هم نهایت اهمیت را داده و در آن شکل نیز یک سلسله برنامه های تربیتی را در لباس عبادت وارد کرده است. یکی از مهم ترین خصوصیات شکلی که اسلام به عبادت داده، مسئله تمرین ضبط نفس است (مطهری، ۱۳۸۲).

لازمه اراده بر اعمال صحیح، تفکر است. امام صادق (ع) راه تقویت اراده را که همان اصالت عقل است در میدان عبادت خلاصه کرده و به ما فرموده است: تنها راه قدرت اراده، عبادت است. راهی برای نیرومند کردن نیت جز عبادت نیست. ایشان فرموده اند: «دعامة الانسان العقل».* زیر بنای حیات انسان، اندیشه است. همانگونه که در مسائل نظری گفته شده است که ای برادر! تو همان اندیشه ای،

* احکام متفاوت و مختص خود را داشته و در این پژوهش مورد بحث نیستند.

کافی، ج ۱، ص ۲۵؛ کتاب العقل والجهل.

کافی، ج ۱، ص ۱۱؛ کتاب العقل والجهل.

البته درک ناصحیح از اعمال عبادی، آسیب‌هایی را نیز به دنبال دارد که نباید از آن‌ها غافل بود. از جمله این آسیب‌ها می‌توان به عادت، عدم تفکر، وسواس، ربا و عجب اشاره نمود. عادت، آفت اعمال عبادی بوده و سبب ایجاد روزمرگی در اعمال عبادی می‌شود و ممکن است به جای رشد، منجر به سقوط و هلاکت انسان گردد. در بسیاری از مواقع نیز این اعمال بدون تفکر و همراه با ناآگاهی انجام می‌گیرد و هرچند ممکن است اثر وضعی در فرد ایجاد نماید اما ممکن است برای او رشد به همراه نداشته و حتی فرد را از هدف حق دور و در مسیر، متوقف نماید. وسواس در امور دینی نیز نه تنها موجب آرامش و کاهش اضطراب نمی‌گردد، بلکه سبب مضطرب شدن فرد، آشفتگی و حتی مختل شدن زندگی روزانه او گردد.

تا به اینجا به اهمیت و جایگاه اراده پرداختیم، اما در رابطه با چگونگی تقویت اراده باید بگوییم، تقویت اراده می‌تواند توسط خود فرد صورت گرفته و یا اینکه بالاتر از آن، خانواده به شکل گیری آن کمک کند و یا در مفهوم آرمانی آن، جامعه اراده‌گرا، افراد خود را به سمت تعالی سوق دهد.

اراده فردی، به تک تک افراد در پیشبرد اهدافشان یاری می‌رساند و افراد را مجهز به قدرت خواستن می‌نماید. به همین صورت، اراده جمعی نیز در یک جامعه اسلامی به

این ابزار، روگردان از زشتی‌ها و رو به زیبایی‌ها، رشد معنوی را تجربه می‌کند. پای بندی در به جای آوردن درست و مرتب عبادت‌های مختلفی چون نماز، روزه، زکات، حج و غیره به پرورش شخصیت متعادل و مثبت کمک می‌کند، آدمی را در بلاها و ناگواری‌ها پابرجا و شکست‌ناپذیر می‌سازد و او را بر خواهش‌ها و هواهای نفسانی و زیاده‌طلبی‌ها مسلط می‌کند (اراده و تحول آفرینی)

عبادت و اراده رابطه‌ای دو جانبه با یکدیگر دارند. از طرفی در شرع مقدس اسلام برای هر گونه عبادتی نیت یا اراده لازم و ضروری است. یکی از شرایط صحت عبادات، اراده‌خالص و تقرب به خداوند است. اگر فردی عبادتی را بدون اراده انجام دهد، هر چند سال‌ها بر آن مداومت داشته باشد، عمل او باطل است (حق جو، بی‌تا) انجام دادن اعمال عبادی به شیوه خاص در زمان‌های خاص سبب می‌شود که عزم و اراده انسان قوی گردد. از طرفی، اعمال عبادی بین انسان و خداوند پیوندی برقرار می‌کند که انسان با تفکر به اتصال به این منبع قدرت، دارای قدرت در انجام امور می‌گردد. اما اگر در نهایت بخواهیم بین این امور سلسله مراتبی قائل شویم، می‌توانیم بگوییم در مرحله اول عبادت قرار دارد. عبادت باعث تقویت اراده می‌شود و اراده قوی قدرت مقابله با موانع مسیر کمال را در اختیار انسان می‌گذارد و به این ترتیب عبادت وسیله‌ای برای تهذیب نفس و واسطه اراده می‌شود (نقش اراده در کمال).

خود را نسبت به آن تغییر دهد تا در نهایت به ترک آن موفق شود، روزها و ماه‌ها باید با خودش کلنجار برود. بنابراین کارهای روحی با جهت‌گیری روح و اراده‌های مستمر عملی می‌شود (طاهرزاده، ۱۳۸۸).

در شماره‌های بعد به راه‌های تقویت اراده فردی، روش‌های افزایش اراده در خانواده و تقویت اراده اجتماعی خواهیم پرداخت.

پیشبرد اهداف اسلامی منجر شده و انسان را گامی به هدف متعالی انسانیت نزدیک می‌نماید. البته نباید فراموش کرد که این دو مفهوم با یکدیگر مرتبط بوده و یکدیگر را تقویت می‌نمایند. برای مثال اگر در جامعه‌ای روح جمعی اراده و توانستن حاکم باشد، نه تنها جامعه تلاش خود را در راه رسیدن به آرمان‌های خود، انجام می‌دهد بلکه افراد را نیز تشویق به تلاش در راه تعالی می‌نماید. از طرف دیگر اجتماع از تک‌تک افراد آن تشکیل می‌شود و بنابراین وجود افراد با انگیزه و با اراده در آن، موتور محرکی می‌شود برای حرکت به سمت رشد. در این میان نباید از نقش پررنگ و همیشگی خانواده‌ها در تقویت اراده اعضای خود، به خصوص فرزندان، غافل شد؛ بلکه شایسته است که راهکارهای عملی و موثر تقویت اراده توسط خانواده، مورد بحث و بررسی عمیق‌تر قرار گیرد، چرا که این خانواده است که به عنوان کوچکترین واحد اجتماعی، فرد و جامعه را به یکدیگر پیوند می‌دهد.

البته باید در نظر داشت که کار روی روح، غیر از کار روی جسم است. کار بر روی روح، نیازمند کار بسیار و تلاش در جهت خودسازی است، برای مثال، من اگر بخواهم این لیوان را بردارم یا یک اراده دستم را دراز می‌کنم و برمی‌دارم، اما اگر کسی که معتاد به سیگار است بخواهد میل خود را به سیگار از بین ببرد و سیگار نکشد نمی‌تواند با یک اراده آن کار را تمام کند؛ باید مدت‌ها جهت میل و ذهن

منابع:

قرآن کریم

لغت نامه دهخدا.

شهیدزاده ماهانی، الهه (۱۳۹۰). هنر به منزله رهایی موقت از اراده نزد شوپنهاور. پایان‌نامه کارشناسی ارشد فلسفه هنر، دانشگاه علامه، چاپ نشده.
خمینی، روح‌الله (۱۳۷۱). چهل حدیث. تهران: موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (س).

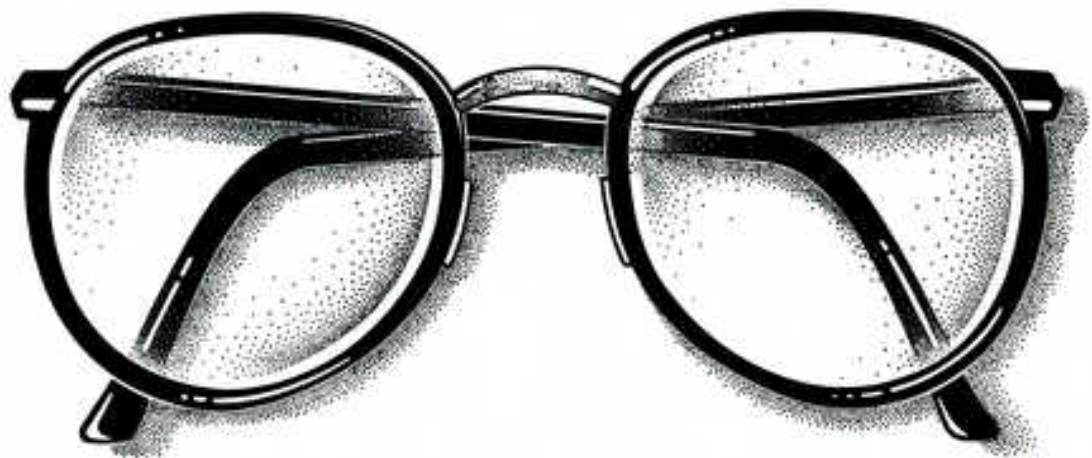
سیحانی، جعفر (۱۳۸۹). منشور عقاید امامیه. تهران: موسسه امام صادق (ع).
نراقی، احمد (۱۳۸۷). معراج السعاده. قم: آیین دانش.
جوادی آملی، عبدالله (۱۳۷۸). مبانی اخلاق در قرآن. قم: نشر اسراء.
شهید دستغیب (۱۳۶۸). قلب سلیم. قم: دارالکتب.
بی‌نا (۱۳۸۵). فرآیند اراده در فرهنگ دینی. مجله معارف، شماره ۴۰. ص ۲۹-۲۶.

بی‌نا (۱۳۸۵). اراده و تحول آفرینی. طوبی، شماره ۴. ص ۷۱-۷۹.
بی‌نا (۱۳۸۸). نقش اراده در کمال. نامه جامعه، شماره ۶۰. ص ۷۹-۸۵.
دوان بی، شولتز و سیدنی آلن شولتز. (۲۰۱۳). نظریه‌های شخصیت. ترجمه: سید محمدی. تهران: نشر ویرایش.

مطهری، مرتضی (۱۳۸۲). تعلیم و تربیت در اسلام. تهران: صدرا.
مطهری، مرتضی (۱۳۷۸). آزادی معنوی. تهران: صدرا.
مطهری، مرتضی (۱۳۷۵). انسان در قرآن. تهران: صدرا.
مطهری، مرتضی (۱۳۶۷). انسان کامل. تهران: صدرا.
طاهرزاده، علی اصغر (۱۳۸۸). ادب خیال، عقل و قلب. اصفهان: لب‌المیزان.
سلجوقی، قدرت‌الله (۱۳۸۴). اراده در قرآن و روش‌های مختلف تربیت آن. پایان‌نامه کارشناسی ارشد تاریخ و فلسفه آموزش و پرورش، دانشگاه علامه، چاپ نشده.
سلیمانی، فاطمه (۱۳۸۴). بررسی اراده انسان از دیدگاه متکلمین و فلاسفه اسلامی.



نگاهی به هیجا از عینکی اسلام



ن شادی

* ◎ الهام اخلاقی

«اسلام دین اندوه و اشک است و با شادی مخالف است.» این جمله ی نادرستی است که در پس ذهن بسیاری از افراد واقع شده و نهایتاً منجر به برداشتی نادرست از اسلام گشته است. این در حالی است که این دین مبین نه تنها با شادی مخالف نیست بلکه با رعایت قیود مناسب بر روی آن تأکید میکند. نکته حائز اهمیت این است که بدانیم نگاه ما به شادی و تعریفی که از آن در ذهن داریم چیست و چه ملاکی برای اطلاق مفهوم شادی بر یک موضوع داریم؟

شادی، از مهم ترین احساسات و نیازهای بشر به شمار می رود. هر ملتی با توجه به باورهایش به گونه ای ابراز غم و شادی می کند. از آنجا که شادی یکی از هیجانات اساسی بشر است، هر کس به فراخور خود آن را تجربه میکند. اما تعریف شادی به سادگی تجربه آن نیست. در فرهنگ و ادب فارسی برای شادی مفاهیمی نظیر خوش و خرم، سرور، سرزندگی، زنده دلی، خرسندی، و نظیر آن در نظر گرفته شده است. (معین، ۱۳۸۱) در تعریف اصطلاحی شادی، فیلسوف مسلمان، شهید مطهری (ره) فرمودند: سرور، حالت خوش و لذت بخشی است که از علم و اطلاع بر اینکه یکی از هدف ها و آرزوها انجام یافته است یا انجام خواهد یافت، به انسان دست می دهد.

یا جنبه روانی داشته و با روح مرتبط است و اصلاً محرک آن امور دنیایی است یا ماورا طبیعی مقوله‌ای قابل بررسی است، ولی در این زمینه می‌توان گفت که خود "شادی" را نمی‌توان امری مادی برشمرد. به عبارت دیگر؛ امور شادی آور می‌توانند هم مادی و هم معنوی باشند، اما خود "شادی" همواره امری معنوی و واکنش توأم با رضایت انسان در مقابل اتفاقات پیرامونی است. مشابه همین موضوع در ارتباط با مفهوم "غم" نیز وجود دارد و در نهایت این انسان‌ها هستند که بسته به نوع نگرش خود از برخی امور شاد شده و از مسائل دیگری غمگین می‌شوند؛ و به همین دلیل است که یک اتفاق می‌تواند برای فردی شادی آور و برای دیگری غمناک باشد. به عنوان نمونه اگر به مراسم خرافی "چهارشنبه سوری" در کشور خودمان توجه کنیم، درمی‌یابیم که صدای انفجارها و شعله‌ور شدن آتش در کوچه و خیابان‌ها شاید برای بسیاری شادی آور باشد، اما مطمئناً در مقابل، افراد بیمار و ضعیفی نیز وجود دارند که این رفتارها آنان را آزرده خاطر می‌کند. در واقع ملاک افراد برای اطلاق این مفهوم متفاوت و به عوامل متعددی مثل جهان بینی، سن و سطح تحصیلات و... بستگی دارد. از جمله عوامل بسیار مهم نوع نگاه و جهان بینی هر فرد است که این جهان بینی‌های مختلف به طور معمول، در مکاتب فکری و ادیان و

در گذشته‌های دور، برداشت افراد از شادی، مترادف با مفهوم شانس بود؛ بدین معنی که نیروهای خارجی، شخص را تحت تأثیر قرار داده، او را به انجام کاری وادار می‌کنند. اما امروزه این باور تا حدود زیادی تغییر کرده و جای خود را به مسئولیت و تعقل شخصی داده است. McMahon (۲۰۰۶). به اعتقاد فیلسوفانی چون جان لاک و جرمی بنتام، شادی مبتنی بر وقایع لذتبخش است (Eysenck, ۱۹۹۰). بعضی معتقدند: «شادی، عبارت است از مجموع لذت‌های بدون درد.» ولی به طور کلی می‌توان گفت: سرور، حالت خاصی از لذت است که این لذت موجب جلای درون از غم و ناراحتی می‌شود. این امر درونی گاهی نشانه‌هایی نیز در بیرون از خود دارد؛ مانند خنده یا گریه شوق، از جمله گریه مادری که طفل گم شده خود را می‌یابد. البته اگر مسائلی همچون مال و ثروت و شهرت، تنها لذت و سروری این چنین را به دنبال داشته باشند، مایه ناخرسندی است. و به گفته ادیب:

تا درون از هر ملالی شویدت

شادی آن شادی است که از جان رویدت

آتشی دان کاخرش خاکستر است

ور نه آن شادی که از سیم و زر است

اینکه شادی اتفاقی صرفاً فیزیکی است و ناشی از فعل و انفعالات شیمیایی مغز است

مقدس نسبت به شادی پرداخته و آن را در سه رده (شادی‌های واقعی، شادی‌های حلال و شادی‌های حرام) دسته بندی می‌کنیم:

۱. شادی واقعی: از آن جایی که یکی از میان‌اصولی دین اسلام، اعتقاد به معاد و زندگی جاوید است و مرگ در این دیدگاه، نیستی و نابودی نبوده، بلکه پلی برای عبور از دنیایی کوچک و محدود به جهانی بی‌نهایت است، شادی زمانی مفهوم واقعی خود را می‌یابد که انسان آن را در زندگی جاوید خویش نیز تأثیرگذار بداند. به همین دلیل انجام هر کردار نیکی - بدون آن که انسان با ایمان را به عجب و خودپسندی وادارد - بر شادی درونی او خواهد افزود. احساس شادی و لذتی که یک مؤمن از انفاق، روزه، نماز، حج و ... در خود می‌یابد به هیچ وجه قابل مقایسه با شادی‌های زودگذر مادی نیست و به تعبیری، شیرینی ارتباط با خدا به گونه‌ای است که هر شادی و لذت دیگری را تحت‌الشعاع خود قرار می‌دهد، تا جایی که

مذاهب ظهور بیشتری دارد و هریک نگاه ویژه‌ای به این مفهوم داشته که خارج از حوصله این مقاله است. ولی این واقعیت که یکی از عوامل مؤثر در ایجاد شادمانی، ایمان مذهبی است، اصلی پذیرفته شده در دنیاست. از آنجا که فرد با ایمان دارای ارتباط و اعتقادات معنوی است، لذا کمتر احساس رهاشدگی، پوچی و تنهایی میکند. روانشناسان معروفی از جمله: جیمز (۱۹۸۵)، آلپورت (۱۹۵۰) و یونگ (۱۹۶۹) به نقش و تأثیر مذهب بر زندگی افراد پرداخته‌اند و آن را مهم میدانند (رجایی و همکاران، ۱۳۸۸). پارگامنت و ماهونی (۲۰۰۲) مهمترین عامل در شادمانی روان‌شناختی را انتخاب داوطلبانه مذهب میدانند.

در میان تمامی ادیان و مذاهب، دین مبین اسلام دستورات برجسته‌ای در شاد زیستن دارد و از نگاه فقه شیعی، هرگونه شادی که در آن حرامی رخ ندهد، از دیدگاه اسلام مجاز است. حال به بررسی موضع‌گیری این دین



اندوه فراق دوست نیز خود شادیا فرین است و به گفته حافظ شیرازی:

چون غمت را نتوان یافت مگر در دل شاد
ما به امید غمت خاطر شادی طلبیم

قرآن در این ارتباط می‌فرماید: «قُلْ يَفْضَلُ اللَّهُ وَبِرَحْمَتِهِ فَيَدْلِكُ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ»؛ (یونس ۵۸) ای پیامبر! به مؤمنان بگو که به دلیل قرار گرفتن در دایره فضل و رحمت پروردگار شاد باشند و چنین توفیقی از هر آنچه تا کنون به دست آورده‌اند بهتر است.

و به همین دلیل است که در مناجات زیبایی از امام سجاد (ع) می‌خوانیم: «اللّٰهِي مِنْ ذَا الَّذِي ذَاقَ حَلَاوَةَ مَحَبَّتِكَ فَرَامَ مَنْكَ بَدَلًا»؛ (بحار النوار، ج ۹۱، ص ۱۴۸) چه کسی شیرینی محبت تو را چشیده و با این حال به دنبال جایگزین دیگری است؟!

۲. شادی دنیایی حلال: با تمام آنچه گفته شد و با آن که شیرینی ارتباط با خدا را نمی‌توان با هیچ شادی دیگری مقایسه کرد، اما روح تنوع طلب انسان علاقه مند است که شادی‌های دیگری را نیز - نه به عنوان جایگزین - تجربه کند و نمی‌توان او را از این بابت مورد سرزنش قرار داد.

این حس تنوع طلبی نیز از ویژگی‌های انسان به عنوان اشرف مخلوقات است و به

خودی خود نمی‌تواند نقطه قوت و یا ضعفی برای او به شمار آید. آنچه این تنوع طلبی را به نکته‌ای مثبت و یا منفی در زندگی انسان تبدیل می‌کند، برگرفته از چگونگی مدیریت او بر این حس خدادادی است.

اسلام، مؤمنان زیرک و باهوش را افرادی می‌داند که حتی در صورت اندوهناک بودن نیز با گشاده رویی و چهره‌ای متبسم با دیگران برخورد کرده و از این راه انرژی مثبت و شادی آفرین را به جامعه تزریق میکنند (اصول کافی، ج ۲، ص ۲۲۶).

حافظا چون غم و شادی جهان در گذر است
بهرتر آنست که من خاطر خود خوش دارم

با این وجود چگونه می‌توان یک جامعه دینی را جامعه‌ای غم‌زده و اندوهناک برشمرد؟ شادی‌های حلال بسیاری وجود دارند که اسلام نه تنها با آنها به مبارزه برنخاسته، بلکه در بسیاری موارد، آنها را مورد تأیید خویش نیز قرار داده است، از جمله شادی‌های ناشی از پیشرفت تحصیلی و اجتماعی خود و دیگر افراد وابسته، کشف یک پدیده علمی جدید، سیر و سفر و بهره برداری از مناظر زیبای طبیعی، ورزش و هنری که علاوه بر سرگرمی، جسم و روان انسان را پرورش می‌دهد، بهره برداری از انواع خوراک‌ها و پوشاک‌ها و صدها مورد دیگر

۳. شادی حرام: در آیاتی از قرآن می‌خوانیم: «إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ» (قصص، ۷۶) پروردگار افراد شاد را دوست ندارد! «و لَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ» (حدید، ۲۳) و تا بدانچه خدا به شما داده شاد نشوید.

آیا این آیات را می‌توان به معنای نفی هرگونه شادی از دیدگاه اسلام دانست؟ با توجه به آنچه گذشت میتوان با قطعیت جواب منفی به این پرسش داد؛ زیرا تنها شادیهایی از دیدگاه اسلام غیر مجازند که آثار سوء فردی و اجتماعی را به دنبال داشته باشند.

به این نکته باید توجه داشت که این اصلی منطقی و پذیرفته شده در تمام نظامهای متمدن است که نباید به بهانه شاد بودن هر رفتار غیر مجازی را مرتکب شد، با این تفاوت که شاید محدوده رفتارهای مجاز و غیر مجاز دارای برخی تفاوتها باشد.

شادیهایی برگرفته از انواع ارتباطات جنسی نبود کننده بنیاد خانواده و اجتماع، شادیهایی ناشی از فقدان بخش‌هایی از سیستم هوشیاری بدن به دلیل مصرف مشروبات الکلی و مواد مخدر، شادی ناشی از اذیت و آزار دیگران در روابط اجتماعی (رانندگی نامناسب، تجاوز به حریم خصوصی دیگران، تخریب اموال عمومی و ...)، شادی ناشی

روایتی از امام صادق (ع) بر این نکته تأکید دارد که شادی‌های حلال دنیایی می‌تواند کمکی برای رسیدن به شادی‌های معنوی باشد. ایشان به نقل از اندرزه‌های حکیمانه آل داوود می‌فرماید: یک مسلمان اندیشمند سزاوار است که در حال انجام یکی از این سه کار مشا هده شود: یا در حال فعالیت اقتصادی و تأمین معاش بوده، یا برای آخرت خویش توشه برداشته و یا به شادی‌هایی که حرام نیستند پردازد و نیز هر مسلمان سزاوار است که بخشی از فرصت‌های خود را با پروردگار خویش خلوت کند و بخشی دیگر را با دوستانی بگذراند که او را به یاد آخرتش بیاندازند و باقی مانده فرصت خویش را نیز به شادی‌های حلال پردازد که این شادی‌ها کمکی برای او در انجام دو فعالیت قبلی خواهند بود. (کافی، ج ۵، ص ۸۷)

البته این نکته را نیز نباید دور از نظر داشت که برخی افرادی که در درجات بالای ارتباط معنوی با پروردگار هستند، ممکن است در دوره‌های زمانی خاصی برخی شادی و لذت‌های حلال را نیز برای خود روا ندانند، اما این به معنای حرمت عمومی چنین مواردی نخواهد بود، بلکه برای دسته‌ای از افراد، شاید با کمی چشم پوشی و اگر یاد خدا به همراه آن باشد، بتوان این دسته از شادی‌ها را نیز از گروه اول دانست.

متعادل را مورد پذیرش قرار داده است، چنین افرادی برای کسب شادی دست به انجام اعمال نامتعارف زده و به جای آن که واقعا شاد باشند، به عبارت عامیانه الکی خوش هستند و هنگام غم‌ها نیز به دلیل باور نداشتن به معاد دچار افسردگی‌های شدید شده و به رفتارهای نامتعالی دیگری چون خودکشی می‌زنند! عملی که از نظر اسلام در هر شرایطی حرام است؛ چون از دیدگاه اسلام، غم‌ها نیز چون شادی‌ها نباید انسان را از خدا و عمل به دستورات او باز دارند.

اکنون شادی مؤمنان واقعی را با این افراد مقایسه کرده و بگویید این کجا و آن کجا؟! اگر کمی واقع نگر باشیم به راحتی در خواهیم یافت که تنها شادی‌های غیر اخلاقی از طرف اسلام ممنوع شده و انواع شادی‌های معنوی و طبیعی نه تنها رواست، بلکه در بسیاری موارد لازم و واجب است و آن جا که سخن از بازخواست انسان‌ها به دلیل شاد بودن است، جایی است که این شادی به ناحق باشد: «ذَلِكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَفْرَحُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَ بِمَا كُنْتُمْ تَمْرُحُونَ» (غافر، ۷۵) گرفتاری شما به کیفر الهی بدان دلیل است که شما به ناحق در زمین به شادی و گردنکشی میپرداختید.

یک انسان با ایمان می‌تواند شادی دنیا و آخرت را با هم داشته باشد، چنانچه در روایت آمده که فرد روزه دار دو شادی دارد، یکی

از اسراف و تبذیر و استفاده نادرست از نعمت‌های خدادادی، شادی ناشی از تکبر و فخر فروشی به دیگران از بابت ثروت یا مقام اجتماعی، شادی فرار از جهاد (توبه، ۸۱) و شادی منافقانه ناشی از شکست ظاهری افراد با ایمان (توبه، ۵۰) و... از جمله مواردی هستند که مورد تأیید اسلام نبوده و بسیاری از آنها از سوی دیگر جوامع بشری نیز امری ناپسند به شمار می‌آیند.

انسان بی رحمی که کودکی بی گناه را مورد ضرب و جرح قرار داده و با شنیدن هر ناله‌ای از کودک، فریاد قهقهه سر داده و به شادی میپردازد، در وجدان تمام ما محکوم است؛ چون زشتی کردار او را به راحتی درک می‌کنیم، اما در بسیاری از موارد که زشتی گناهان دیگر مانند نمونه اشاره شده برای همگان واضح نیست، پذیرش ممنوعیت شادی ناشی از آنها شاید کمی دشوار به نظر آید، اما باید دانست که در ورای ممنوعیت هر لذت و شادی حرام، منطقی قوی نهفته است که با تدبر کافی می‌توان بدان دست یافت.

برخی از میان انواع شادی‌ها، تنها آن بخش از شادی مقطعی که حتی در میان نخبگان موجود در جوامع غیر دینی نیز از ارزش چندانی برخوردار نیست را برجسته کرده و به غلط می‌خواهند این باور را به جامعه القا کنند که اسلام با هر گونه شادی مخالف است. بر خلاف ایده اسلامی که شادی و غم

هنگام افطار که از خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها استفاده می‌کند و دیگری هنگام ملاقات با پروردگار که از پاداش روزه بهره‌مند می‌شود (صدوق، ۱۴۱۲، ج ۱، ص ۱۳۴).

امید است همه بشریت با جهان بینی درست زندگی سرشار از شادی واقعی را تجربه کنند.

منابع:

قرآن کریم

کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۱۳ ق)؛ اصول کافی، تهران، مکتبه اسلامیة

مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ ق)؛ بحار الانوار، بیروت، مؤسسه الوفا

شیخ صدوق (۱۴۱۲ ق)؛ فضائل الأشهر الثلاثة، تحقیق غلامرضا عرفانیان (۱۳۷۱)، نشر دارالرسول الاکرم (ص) عابدینی، احمد (۱۳۹۰). شادی در اسلام، بینات، تابستان ۱۳۹۰، شماره ۷۰، ص

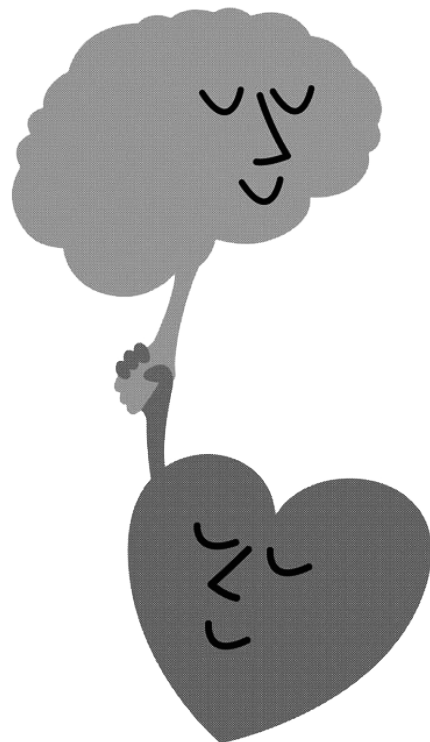
شمس الدینی، خداداد (۱۳۸۸)؛ «معیارها و شرایط شادی در اسلام»، فرهنگ کوثر (مجله قرآن و حدیث)، ش ۷۷، ص ۳۲-۳۸

آرین، خدیجه (۱۳۸۰)؛ «رابطه دینداری و رواندستی»، اولین همایش نقش دین در بهداشت روان، تهران، آیینا. کتاب زنان (۱۳۸۰ الف)؛ «دین، خاستگاه شادیهای پایدار»، فصلنامه کتاب زنان، ش ۱۳، ص ۴۳-۲۴

رجایی، علیرضا؛ محمدحسین بیاضی و حمید حبیبیپور (۱۳۸۸)؛ «باورهای مذهبی، بحران هویت و سلامت عمومی جوانان»، مجله روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، ش ۲۲، ص ۹۷-۱۰۷

حر عاملی، محمدحسین (۱۴۰۳ ق)؛ وسائل الشیعه، بیروت، دار احیاء التراث العربی. خوانساری، جمال الدین محمد (۱۳۷۳)؛ شرح غرالحکم و درالکلم، تهران، دانشگاه تهران

Happiness: a". (۲۰۰۶). McMahon, D.M. History", New York, Atlantic Monthly Happiness, Fact and (۱۹۹۰). Eysenck, H.J. Myths, London, Lawrence Erlbaum





نگاهی نو به شخصیت و دینداری
از دریچه مدل فرضی مثلث ایمان



* ‡ ‡ ملیحه رحیمی جعفر آبادی ‡ ‡

تاکنون پژوهش‌های بسیاری در حیطه تصور از خدا، دین و دین‌گرایی انجام گرفته است که بیشتر درصدد کشف ماهیت این مولفه یعنی شناخت دیگر مولفه‌های مرتبط یا عوامل موثر بر شکل‌گیری آن بوده‌اند. برای مثال پژوهش‌هایی که بیشتر روی نحوه رابطه والد-کودک طبق نظریه روابط ابژه و به عبارتی تأثیر نوع سبک دلبستگی کودک بر تصور او از خدا و حتی در بزرگسالی او تأکید کرده‌اند. اما با این وجود، همین تحقیقات اذعان کرده‌اند که عوامل دیگری از جمله شخصیت و خلق و خو نیز می‌توانند با دین و دینداری آدمیان در رابطه باشند. نظریه‌های شخصیت تاکنون دین و دین‌داری را موضوعاتی سودمند برای تحقیق و نظریه‌پردازی قلمداد کرده‌اند تا آنجا که مطرح کرده‌اند دین و ارتباط با خدا، یکی از ابعاد مهم شخصیت است که در مدل پنج‌عاملی شخصیت نادیده گرفته شده است (ارلینگ-بونتکو، هکمن-ون استیگ و ورچار، ۲۰۰۲، ۵).

*

کارشناسی روانشناسی بالینی دانشگاه شهیدبهشتی
malihrahimi71@yahoo.com

اما حجم وسیعی از پژوهش‌ها مربوط به حوزه خصوصیات شخصیتی به پیامدهای دین و دینداری محدود شده است. در دهه‌های اخیر تحقیقات گسترده‌ای پیرامون بررسی رابطه خصوصیات شخصیتی با دین، با استفاده از مدل سه عاملی شخصیت آیزنک شامل برون‌گرایی، روان‌گسسته‌واری و روان‌آزرده‌خویی و مدل پنج عاملی شخصیت شامل تجربه‌پذیری، برون‌گرایی، روان‌آزرده‌خویی، توافق‌جویی و وظیفه‌شناسی (مک‌کرا و کاستا، ۲۰۰۴) انجام گرفته‌اند. نتایج تحقیقات انجام شده بر اساس مدل سه عاملی نشان دهنده اینست که از بین عوامل شخصیت، تنها عامل گرایش به روان‌گسسته‌واری با دینداری رابطه منفی دارد و دو عامل دیگر با دینداری رابطه‌ای ندارند.

ابدل‌سید، باستروم، تیزدل، ریمر و کمپ (۲۰۱۲) گزارش دادند که ویژگی‌های شخصیتی همچون خودکنترلی، اضطراب و استقلال بر روی تصور افراد از خدا و دینداری آن‌ها تاثیر گذار است. برام، موی، اسکاپ و ون تیلبرگ (۲۰۰۸) و شاپ-جانکر، یورلینگر-بونتکو، زاک و جانکر (۲۰۰۸) نشان دادند افرادی که روان‌رنجور هستند، ترس و اضطراب بیشتری از خداوند و احساس نارضایتی نسبت به خداوند دارند. ویلیامز و سیاروچی (۱۹۹۷) گزارش داده‌اند که ویژگی‌های شخصیتی (انعطاف‌ناپذیری، منفی‌گرایی و مشکلات هیجانی) رابطه تنگاتنگی با تصور ذهنی منفی افراد از خدا دارد.

همچنین تاکنون در پژوهش‌های مختلف صرفاً رابطه متغیرهای مذکور (دینداری و شخصیت‌نا بهنجار) بررسی شده و جهت‌سنجش ویژگی‌های شخصیتی و رابطه با خدا مقیاس‌های متفاوتی مربوط به ادیانی غیر از دین

اسلام استفاده شده است.

اکنون می خواهیم به رابطه دینداری و شخصیت برگرفته از مقیاس ارتباط با خدا (مبتنی بر دین اسلام) و پرسشنامه پنج عاملی شخصیت (شخصیت بهنجار) اشاره کنیم:

آیا افراد با بعد های مختلف روان آزرده خوبی، وجدان گرایی (وظیفه شناسی)، توافق جویی، برون گرایی و گشودگی به تجربه نوع خاصی از ارتباط با خدا دارند؟

بر اساس مقیاس ارتباط با خدا، می توان الگوی فرضی ارتباط با خدا را درسه بعد "ترس از خدا"، "نیاز به خدا" و "محبت به خدا" متصور شد.

ترس از خدا: فرد به منظور اجتناب از پیامدهای منفی و غیرقابل قبول، رفتارهای خود را مطابق نظر و دستور خداوند (عامل قدرت) انجام می دهد.

نیاز به خدا: فرد با هدف به دست آوردن چیزی یا نیل به موقعیت خوشایندی یا پیامد مثبت و انتظار رفته ای از دستورات خداوند تبعیت می کند.

محبت به خدا: تنظیم رفتار در چارچوب نظر و خواسته های موضوع محبت، به منظور به دست آوردن رضایت خداوند و نزدیک شدن به پروردگار انجام می شود.

بررسی و تحلیل آموزه های دینی و اعتقادی ادیان توحیدی (و حتی غیر توحیدی) و نیز تحلیل رفتارهای معتقدان به ادیان مختلف نشان می دهد که یک یا ترکیبی از مولفه های سه گانه ترس از خدا، نیاز به خدا و محبت به خدا محور و بنیاد اصلی رفتارهای دینی راتشکیل می دهد. در الگوی مثلث ایمان از ترکیب "ترس از خدا" و "محبت به خدا"، مولفه ای به نام "احترام به خدا" بوجود می آید. (پیازه نیز در بحث از تحول اخلاقی



و خصومت نسبت به خدا نشان می دهند. این افراد با تجاربی از قبیل دلشوره، نگرانی، غمگینی، تجربه هیجان های مزمن، فقدان اطمینان و تحریک پذیری نمی توانند ویژگی های مثبتی چون توکل، صبر و شکرگزاری را داشته باشند. این افراد باور "هرچه خدا راصدا می زخم، جوابم را نمی دهد" را به تدریج در ذهن خود می پروراند. و احساس می کنند از رحمت واسعه الهی به دور هستند، کم کم فقدان خودارزشی و عدم کفایت برای پذیرش مهربانی از سوی خدا را نیز پیدا می کنند. لذا احتمال عدم کنترل امیال و خواسته های نفسانی یا عدم اطاعت از خداوند در اینگونه افراد دور از ذهن نیست.

۲. افراد برون گرا رابطه با خدا را براساس امید و محبت به خدا شکل می دهند و در نتیجه دچار یاس و خصومت نسبت به خدا نمی شوند. چرا که این افراد ویژگی هایی دارند از جمله: هیجان خواهی مثبت، فعال و پرنرژی بودن، صمیمی بودن، شادی و خوش بینی، مهربان بودن، جرات مندی و مثبت بودن. این افراد با اعتماد زیاد به خدا می توانند در امور زندگی خود به او توکل کنند.

۳. گشودگی به تجربه با ملغمه ای از ابعاد سه گانه محبت، امید و ترس رابطه دارد. به عبارتی دیگر افراد به میزانی که این بعد شخصیتشان برجسته تر باشد، به دلیل ویژگی

کودکان تاکید می کند که احترام احساس مختلطی از محبت و ترس می باشد). همچنین "اعتماد به خدا"، ترکیبی از مولفه های "محبت به خدا" و "نیاز به خدا" هست. اما نکته مهم این است که حالت های افراطی در بعد "ترس از خدا" و "امید به خدا"، مطلوب نیستند و اگر قابل کنترل توسط فرد نباشند نه تنها می توانند آسیب زا باشند بلکه می توانند نقشی معکوس را در ارتباط فرد با خدا ایفا کنند. بدین صورت که:

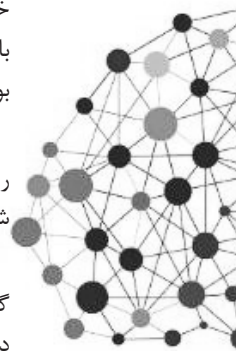
۱. حالت افراطی ترس به یاس از خداوند منجر می شود تا جایی که انگیزه های عمل را در فرد کاهش و یا حتی از بین می برد.

۲. حالت افراطی امید به گستاخی و بی باکی منجر می شود تا جایی که فرد ممکن است به راحتی به ارتکاب گناه دست بزند.

و اما نکته جالب تر این که بعد "محبت به خدا" حالت افراط ندارد. یعنی هرچه بیشتر باشد ارتباط فرد با خدا مطلوب تر نیز خواهد بود.

حال بر اساس این مدل فرضی، می خواهیم رابطه افراد با خدا را براساس مدل پنج عاملی شخصیت تحلیل و بررسی نماییم.

۱. افراد روان آزاده خو، ارتباط با خدا را به گونه ای شکل می دهند که دچار یاس شده و در نتیجه محبتشان نسبت به خدا کمتر شده





و لیاقت در این افراد شده و در نهایت احساس اینکس می توانم مورد پذیرش خداوند متعال قرار گیرم را در وجودشان افزایش می دهد. به تبع، احتمال افزایش و پایدار ماندن ویژگی های مثبت در طول زندگیشان بیشتر شده و در کل چرخه ای مثبت را رهنمون می شود.

۵. ویژگی وظیفه شناسی نیز همچون توافق جویی می تواند با بعد محبت به خدا رابطه مثبتی داشته باشد. افراد با این ویژگی با تمایلات کارآمدی، قابلیت اتکا، خودنظم بخشی، منطقی و آرام بودن، پیروی از هنجارها و حس کفایت به راهبردهای انطباقی نظم بخشی هیجانی و عاطفی دست یافته اند؛ که این راهبردها منجر به تصور کارآمد فرد از خود و در نتیجه از یک سو منجر به احساس تعلق پذیری، حضور و ادراک حمایت خداوند و توکل بر خداوند می شود و از سوی دیگر باعث افزایش احساس نقش کنترل کنندگی خدا (ترس از خدا) و احساس پذیرفته شدن از سوی خدا (محبت به خدا) می شود و فرد احساس می کند تنها نیست و خداوند در سرنوشت او دخیل است.

*** پژوهش فراتحلیل سارگلو (۲۰۱۰) نشان می دهد در تمام جهان تمام ابعاد دینداری به طور مثبتی با دو بعد توافق جویی و وظیفه شناسی رابطه دارد. این دو عامل می توانند به عنوان عوامل تغییر پذیری فردی در دینداری در نظر گرفته شوند.

خاص گشودگی یعنی تنوع طلبی و انعطاف پذیری و حتی پذیرش عقاید و تجارب جدید، به احتمال زیاد در زمینه دینداری خود نیز جویای تجربه کردن های گوناگون هستند و شاید بتوان گفت احتمال تضعیف یا بالعکس تقویت ایمان یا کسب تجاربی که دیگر افراد ممکن است بدان دست نیابند در آن ها بیشتر است. اگر چه این افراد با ابعاد مطلوب ارتباط با خدا رابطه مثبتی ندارند، اما این بدان معنی نیست که این افراد ارتباط نامطلوبی با خدا دارند. نیز جستجو گر بودن این افراد را می توان در تطابق با آیات بسیاری در قرآن مبنی بر تاکید شناخت به عنوان عنصری مهم در ایمان افراد قرار داد. چراکه معرفت و شناخت پایه و محور کلی ابعاد سه گانه الگوی مثلث ایمان می باشد و بر آن ها سایه افکنده است.

۴. افرادی که در بعد توافق جویی نمرات بالایی کسب می کنند رابطه خود را با خداوند بر اساس محبت به خدا شکل می دهند و سعی می کنند از یاس و تجری و خصومت به دور باشند. چرا که اینگونه افراد با ویژگی هایی چون: خوش خلقی، خوش قلبی، گذشت، بخشش و دلسوزی، ادب و تواضع، سخاوتمندی، احسان و مدارا، همدلی، نوع دوستی و اعتماددوری می توانند با خداوند نیز رابطه ای اعتماد گونه و متوکلانه را تجربه کنند. به نظر می رسد داشتن چنین خصوصیتی منجر به ایجاد حس ارزشمندی

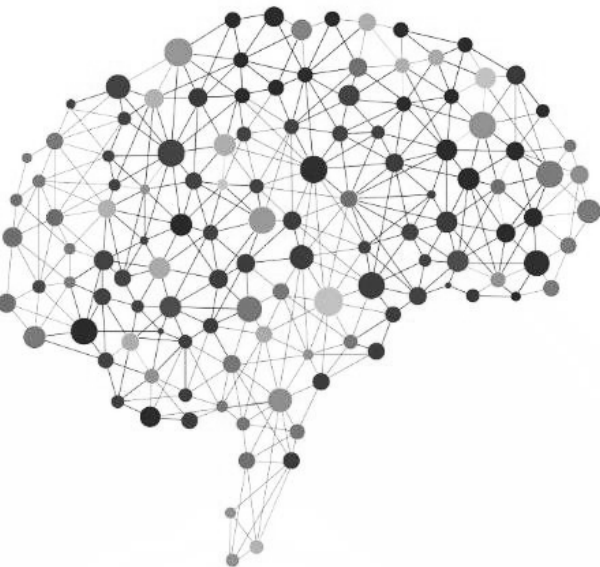
رابطه بین این دو متغیر نیز می‌تواند نتایج شگفت‌انگیزی را پیش روی روان‌شناسان و متخصصان سلامت روانی قرار دهد. آلپورت کسی بود که با الهام از مدل فکری ویلیامز جیمز یعنی بررسی جهت‌گیری دینی افراد، به گردآوری اطلاعات پیرامون دو نوع جهت‌گیری دینی اقدام نمود. او اذعان داشت که افراد دارای دینداری درونی، با ویژگی‌هایی چون پرهیزکار، ناخودخواه، نوع‌دوست و دارای تعهد قوی فردی می‌باشند که این دسته بیشتر سازگاری و کارکرد های مثبت اجتماعی و روانی نشان می‌دهند. اما افرادی که دارای دینداری بیرونی هستند بیشتر به دین به مثابه ابزاری در جهت رسیدن به خواسته‌های خود می‌نگرند و از این رو سلامت روانی کمتری را تجربه می‌نمایند. از سویی، در پژوهش‌هایی چند، برون‌گرایی به عنوان نیرومندترین همبسته و پیش‌بینی‌کننده بهزیستی فاعلی است. حال سوال اینست که آیا میتوان گفت دینداری به ویژه دینداری درونی از طریق شخصیت افراد می‌تواند موجبات بهزیستی هر چه بیشتر آن‌ها را فراهم گرداند؟

همبسته‌های شخصیتی دینداری دو جنبه از کارکرد های دین را برجسته می‌کند: (۱) ثبات شخصی (۲) رفاه دیگران و انسجام اجتماعی (ساراگلو، ۲۰۱۰). نخستین کارکرد مربوط به وظیفه‌شناسی است و کارکرد

به نظر می‌رسد باید به عوامل موثری از جمله نوع ارتباط والد-کودک، سبک دلبستگی کودک و شیوه‌های فرزندپروری موجود در ایجاد، شکل‌گیری و پایدارشدن چنین ویژگی‌های شخصیتی توجه ویژه‌ای نمود تا بتوان دینداری فرزندان به ویژه دو عامل توافق‌جویی و وظیفه‌شناسی را بالا برد و ارتباط و تصویری مثبت از خداوند را در اذهانشان پرورش داد.

مدل شخصیتی هگزاگو، گامی فراتر جهت تبیین سازه دینداری در راستای بهزیستی روانی:

مهمترین نقطه ضعف رویکرد پنج‌عاملی شخصیت، عدم جامعیت آن بود که باعث پدید آمدن رویکرد شش‌عاملی منشعب از آن تحت عنوان مدل هگزاگو شد. این عوامل عبارتند از: صداقت-فروتنی، تهییج‌پذیری، برون‌گرایی، همسازی، همبستگی و تجربه‌پذیری. در توضیح عامل تهییج‌پذیری باید بیان کرد که برخلاف پایداری هیجانی و نورزگرایی (معکوس آن) در مدل پنج‌عاملی، هم‌دالت دارد بر ویژگی‌هایی که از نظر اجتماعی پسندیده‌اند (مانند احساساتی بودن) هم ویژگی‌هایی که پسند جامعه نیستند (اضطراب) (اشتن و لی، ۲۰۰۷). در پژوهش‌های مختلفی تاکنون رابطه دینداری و بهزیستی گزارش شده است. اما تبیین نقش سازه شخصیت در چگونگی



دوم با صداقت-فروتنی و همسازی رابطه دارد. همچنین در پژوهشی که در میان دانشجویان ایرانی و لهستانی، پیرامون تبیین نقش مدل شخصیتی هگزاکو در رابطه بین دینداری و بهزیستی انجام گرفته، یافته‌ها حاکی از رابطه مثبت عوامل صداقت-فروتنی، همسازی و وظیفه‌شناسی با دینداری درونی بوده است که این نتیجه در تطابق با یافته‌های برگرفته از پرسشنامه نئو می باشد. این عوامل با بهزیستی نیز رابطه دارند. همچنین برون‌گرایی نیز می‌تواند با دینداری درونی همسو باشد؛ بالاخص هنگامیکه آن را همراه با تجلی عاطفه مثبت در افراد بنگریم. چراکه یکی از عناصر ایمان فعال هم می باشد. یعنی افرادی که به خاطر این ویژگی نوع دوست هستند و این کار را نه به خاطر رسیدن به منفعت، بلکه از روی نیت قلبی انجام می‌دهند. از طرفی، می‌توان رابطه دینداری-شخصیت را تا حدودی فرهنگ بسته دانست. این مهم بیشتر از آنجایی استنباط می‌شود که در جوامع غیر دینی، روی آوردن به دین، مستلزم غیر عرفی بودن، روشنفکری و پذیرا بودن ایده‌ها، افکار و تجربه‌های نوست در حالیکه در دانشجویان ایرانی تجربه‌پذیری با هیچ یک از متغیرهای دینداری رابطه‌ای نداشته است (مغایر با پژوهش‌های مبتنی بر نتایج حاصل از پرسشنامه نئو).

منابع:

۱. صادقی، منصوره سادات؛ عصار، مریم؛ پیمان پاک، فائزة؛ ابراهیمی، سید محسن؛ نقش ابعاد اصلی شخصیت در نوع ارتباط با خدا. دوفصلنامه علمی _ پژوهشی، مطالعات اسلام و روانشناسی، سال هشتم، شماره پانزدهم، پاییز وزمستان ۱۳۹۳، ص ۱۰۳_۲۶.
۲. علیا نسب، سیدحسین. تصویر ذهنی از خدا و خاستگاه آن. فصلنامه روانشناسی دین، سال چهارم، شماره دوم، تابستان ۱۳۹۰، ص ۷۷_۶۳.
۳. آقا بابائی، ناصر؛ بلجنیو، آگاتا (۱۳۹۳). رابطه میان مدل شخصیتی هگزاکو، دینداری و بهزیستی فاعلی در دانشجویان ایرانی و لهستانی. مجله روانشناسی معاصر، سال نهم، شماره اول، ص ۲۸_۱۷.
۴. مظاهری، محمدعلی؛ پسندیده، عباس و صادقی، منصوره سادات (۱۳۹۰). مثلث ایمان: الگوی ابعادی رابطه انسان با خدا. قم: انتشارات دارالحديث.
۵. صادقی، منصوره سادات؛ مظاهری، محمدعلی و ملک عسگر، سعاده (۱۳۸۷). والدین، خود و دیگران مهم: منابع تصور از خدا. مجله علوم رفتاری، سال دوم، شماره اول، ص ۹۶_۸۳.



روبه راه... پای صحبت حکیم





گزیده‌ای از بیانات رهبر حکیم انقلاب اسلامی

۱۳۹۰/۷/۳۱

علوم انسانی روح دانش است. حقیقتاً همه‌ی دانشها، همه‌ی تحرکات برتر در یک جامعه، مثل یک کالبد است که روح آن، علوم انسانی است. علوم انسانی جهت میدهد، مشخص میکند که ما کدام طرف داریم میرویم، دانش ما دنبال چیست، وقتی علوم انسانی منحرف شد و بر پایه‌های غلط و جهان‌بینی‌های غلط استوار شد، نتیجه این میشود که همه‌ی تحرکات جامعه به سمت یک گرایش انحرافی پیش می‌رود. امروز دانشی که غرب دارد، شوخی نیست؛ چیز کوچکی نیست. دانش غرب یک پدیده‌ی بی‌نظیر تاریخی است؛ اما این دانش در طول سالهای متمادی در راه استعمار به کار رفته، در راه برده‌داری و برده‌گیری به کار رفته، در راه ظلم به کار رفته، در راه بالاکشیدن ثروت ملتها به کار رفته؛ امروز هم که می‌بینید چه کار دارند میکنند. این بر اثر همان فکر غلط، نگاه غلط، بینش غلط و جهت‌گیری غلط است که این علم با این عظمت - که خود علم یک چیز شریفی است، یک پدیده‌ی عزیز و کریمی است - در این جهت‌ها به کار می‌افتد.



بیانات رهبر حکیم انقلاب اسلامی در دیدار اساتید دانشگاه‌ها

۱۳۹۴/۴/۳۱

تحول در علوم انسانی که به دلایل بسیار یک امر لازم و ضروری است؛ نیاز دارد به جوششی از درون و حمایتی از بیرون. خوشبختانه جوشش از درون هست من می‌بینم (گزارش کارها) هم در شورای عالی انقلاب فرهنگی - همین شورای تحول و دوستانی که در آنجا مشغول به کارند... حمایت از بیرون هم باید وجود داشته باشد، که یکی از مصادیق این حمایت، تبعیت دانشگاه و وزارت علوم از مصوبات شورای تحول است.

پیشینه علم دین

برگرفته از کتاب «در جستجوی علوم انسانی اسلامی» دکتر عبدالحسین خسروپناه

فاطمه عبداللهی*

در رابطه با علم دینی مباحث مختلفی تا به حال مطرح بوده است؛ از تعریف علم، دین و "علم دینی" گرفته تا نظریات و ضرورت و کاربرد آن. اما چیزی که در این میان از اهمیت بسزایی برخوردار است، این است که ببینیم این بحث از چه زمانی مطرح بوده و پیشینه آن چیست.

علم دینی در آثار گذشتگان به ویژه متکلمان مسلمان مطرح بوده است. این مسأله با ورود اندیشه های یونانیان به جهان اسلام جدی تر شد و اندیشمندانی همچون کندی، فارابی، غزالی، فخر رازی، ملاصدرا، فیض کاشانی و دیگران درباره چالش فلسفه و آموزه های اسلام اظهار نظر کردند. بسیاری از متفکران اسلامی با رویکرد گزینشی و انتقادی و تلفیقی و تولیدی به اندیشه های یونانیان پرداختند. برخی از اندیشه های باطل یونانیان را مطرح نکردند و دسته دیگر را نقد کردند و گروه دیگری را با اندیشه های اسلامی تلفیق نمودند و با تلاش فراوان توانستند به تولید علم جدیدی با رویکرد اسلامی دست یابند.

*

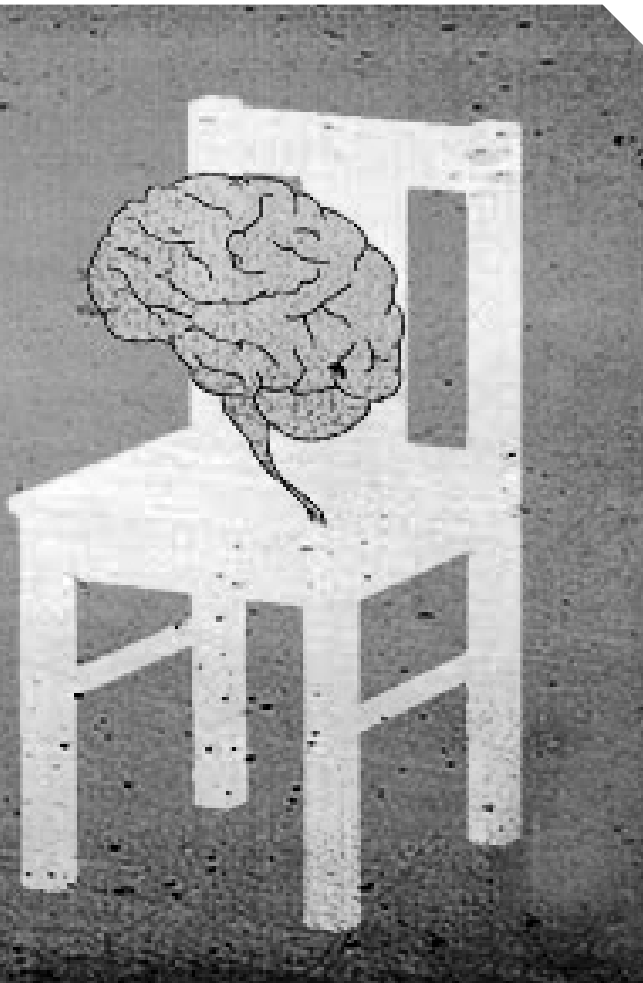
کارشناسی روان شناسی بالینی دانشگاه علامه و کارشناسی ارشد
روان شناسی اسلامی دانشگاه قرآن و حدیث .
abdollahi0135@gmail.com

استکباری و استعماری، اولین جرقه ای بود که مسلمانان را متوجه عقب ماندگی جوامع اسلامی و پیامدهای سکولاریسم و سکولاریزاسیون در کشورهای اسلامی ساخت. این مسأله، منشأ پیدایش مسأله دیگری به نام رابطه یا تعارض علم و دین مشاهده شد و دیدگاه‌های متعددی را به ارمغان آورد.

فلاسفه اسلامی همچون فارابی، بوعلی و خواجه نصیرالدین طوسی با رویکرد تهذیب اندیشه یونانیان و تولید اندیشه نوین اسلامی، منشأ تحول در علوم شدند.

جریان مقابله با سکولاریسم در دوران معاصر و حضور دین در عرصه‌های مختلف زندگی سیاسی، اقتصادی و اجتماعی و تولید و تحقق علوم اخلاقی و اجتماعی اسلام در

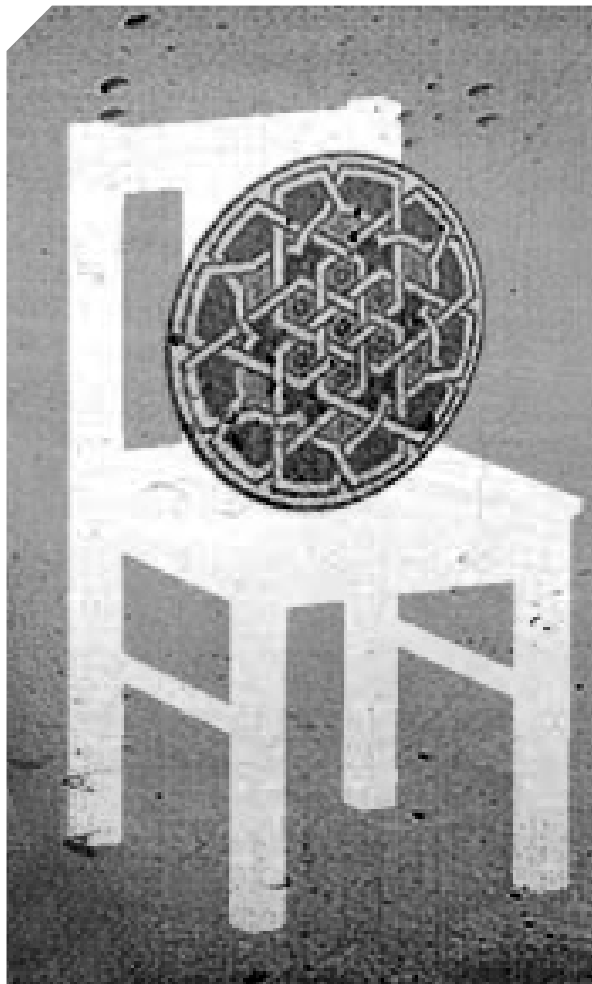
جوامع اسلامی، پدیده ای است که روشنفکران مسلمان همچون سید جمال الدین اسدآبادی و شیخ محمد عبده در جهان عرب و ایران و اقبال لاهوری در شبه قاره مطرح کردند. جریان‌های نوظهور اجتماعی، مانند اخوان المسلمین، نوسلفی‌گری، روشن فکری و نومعتزلی نیز با رویکرد خاصی به این مسأله پرداختند و نظرات موافق و مخالف خود را مطرح ساختند. شاید بتوان ادعا کرد مسأله انحطاط مسلمین با شکست مسلمانان در مقابل جنگ‌های



ادامه دادند، این بود که بارویکرد تلفیقی، میان دین و علم مدرن پیوندی برقرار کنند. تحول سوم در مقابله با علم مدرن، و مسأله اسلامی سازی معرفت است که برخی از محققان عربی، ایرانی و اندونزیایی آن را مطرح کردند. کشورهای اسلامی همچون کشورهای شبه قاره، ایران، عربستان، لبنان، سوریه، مصر و مسلمانان کشورهای غربی، در برابر حوادث جدید آرام ننشستند و همایش ها، نشست ها و جمعیت هایی تشکیل دادند.

ابوالاعلی مودودی، از علمای پاکستان، در سال ۱۹۳۰ دغدغه اسلامی شدن علوم و دانشگاه ها را مطرح کرد؛ ولی بحث اسلامی سازی از حدود سال ۱۹۶۰ میلادی جایگاه ویژه ای یافت. گستردگی سکولاریسم و نمونه هایی از تعارض علم و دیدن و گرایش دانشجویان مسلمان به غرب سکولار در اثر ورود به دانشگاه و فراگیری علوم دانشگاهی، سبب شد مسأله اسلامی سازی علوم و دانشگاه، به صورت ابتدایی و خام مطرح شود. پس از مودودی، دکتر نقیب العطاس، رئیس مؤسسه بین المللی تمدن و تفکر اسلامی مالزی، در این باره بحث جدی

متفکران مسلمان در این دوره به تصمیم کلان دست یافتند. تصمیم نخست این بود که فرهنگ غربی را کنار بگذارند و از دانش غربی بهره ببرند. این تصمیم از سوی سید جمال الدین اسدآبادی و به صورت اجرایی در مدیریت امیر کبیر و دارالفنون ظاهر گشت. تصمیم دوم که میر سید احمد خان هندی آن را شروع کرد و دیگران در مصر و ایران



اسلام در برابر علوم اجتماعی مارکسیستی از سوی بزرگان جهان اسلام به ویژه حوزه های علمیه نجف و قم، همچون علامه طباطبایی، آیت الله شهید سید محمد باقر صدر، علامه جعفری، آیت الله مصباح یزدی و از سوی دانشمندان دانشگاهی، مانند: دکتر یدالله سبحانی و مهندس بازرگان و دکتر شریعتی با شدت بیشتری مطرح شد. دکتر سید حسین نصر، دکتر مهدی گلشنی، دکتر خسرو باقری و آیت الله جوادی آملی بعد از پیروزی انقلاب اسلامی ایران، تئوری های کاربردی تری درباره علم مقدس و دینی ارائه نمودند. به هر حال، ممکن است که اصطلاح اسلامی سازی معرفت، ابداع دکتر العطاس باشد، ولی بحث علم دینی، بحث کهن تری است و خود غربی ها مدت ها پیش، این بحث را مطرح نموده اند؛ مثلاً اتین ژیلسون در قرن هجده فلسفه مسیحی را طرح کرد، یا برخی دیگر به بحث سیاست دینی پرداختند. شاید العطاس اولین کسی باشد که عنوان عام علم دینی را به صورت خاص تر اسلامی کردن معرفت طرح نموده است، ولی از همه مهم تر، تبیین این مسأله است؛ در حالی که برخی بحث ها ضعیف و سطحی است. گفتنی است این بحث در واقع فلسفه علم دینی است و اظهار نظر دقیق درباره آن، آگاهی از فلسفه دین و فلسفه علم نیاز دارد.

ابوسلیمان، یکی از شخصیت های علمی



تری کرد. وی مدعی است مبدع بحث علم دینی بوده است و دیگران این عنوان را از وی سرقت کرده اند.

بعد از ایشان اسماعیل فاروقی یکی از استادان دانشگاه آمریکا، این بحث را مطرح کرد. فاروقی راه علاج بیماری امت را اسلامی کردن رشته های علمی و کتاب های درسی دانشگاهی می دانست که به تأسیس مؤسسه بین المللی اندیشه اسلامی انجامید.

پس از فاروقی، شخصیت های دیگری در این عرصه وارد شدند. بحث از علوم اجتماعی

تأسیس بنیاد باقر العلوم (ع) و سپس مؤسسه امام خمینی (ره) پرداخت.

یکی از نقدهای مخالفان علم دینی، آن است که اگر علم دینی، ممکن و مطلوب است، این مراکز با بیش از بیست سال فعالیت چه دستاوردی داشته اند؟ این پرسش جدی به نظر می رسد و باید اعتراف کرد هنوز کار بنیادینی در این زمینه انجام نشده است؛ ولی نباید از داوری عادلانه دست شست و موفقیت های نسبی این مجموعه های آموزشی و پژوهشی را نادیده گرفت. مؤسسه امام خمینی (ره) و پژوهشگاه حوزه و دانشگاه و پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی به صورت نسبی موفق شدند تا حدودی به درک درستی از علوم انسانی دینی برسند و در تولید پاره ای از نظریه های علمی در عرصه اقتصاد و تربیت اسلامی، به تجربه نسبتاً موفقی دست یابند.

المعهد است که در توسعه علم دینی در مالزی نقش مؤثری داشته است. وی بر این باور است که کم کاری، بیماری خطرناکی است که ریشه در ضعف انگیزه های درونی دارد و اصلاح آموزش و تعلیم و تربیت، یکی از مهم ترین ارکان اصلاح است و نقطه آغاز اصلاح اسلامی، در خودسازی فرد مسلمان نهفته است. پس از آن، باید آفت های آموزش عالی در جهان اسلام، یعنی آفت تقلید، آفت آشفتگی جهان بینی اسلامی و آمیختگی آفات و خرافات زده شوند و در مرحله دیگر باید به سراغ اسلامی سازی معرفت به عنوان تجربه ای زنده و در کارآمدسازی آموزش عالی رفت.

بحث دانش دینی، پیش از پیروزی انقلاب اسلامی و حتی پیش از ایدئولوژی مارکسیستی، در میان اندیشمندان مطرح بوده است؛ اما پس از پیروزی انقلاب اسلامی ایران و تعطیلی دانشگاه ها و تشکیل ستاد انقلاب فرهنگی، عده ای بحث علم دینی و اسلامی کردن دانشگاه ها را مطرح نمودند که منجر به تشکیل دفتر همکاری حوزه و دانشگاه شد که در حال حاضر به پژوهشگاه حوزه و دانشگاه تبدیل شده است. آیت الله مصباح یزدی نیز در این دفتر، مسئولیت اسلامی سازی علوم انسانی را به عهده داشت؛ ولی به دلایلی از آنجا فاصله گرفت و با انگیزه تعلیم علوم انسانی با رویکرد اسلامی، به



**مبانی دینی
و تحلیل روان
شناختی «صبر»
با تکیه بر آیات
قرآن کریم ۲**

* دکتر فریده حسین ثابت

در این مقاله سعی بر آن شده است که ابتدا شیوه های آموزش صبر در قرآن کریم و نیز روان شناسی و سپس پیامد ها و فرایند روان شناختی صبر مورد بررسی قرار بگیرد. در شماره قبلی مجله شیوه های آموزش صبر در قرآن کریم و روان شناسی ارائه شد در این شماره به بررسی پیامدها و فرایندهای روان شناختی صبر خواهیم پرداخت.

پیامدهای صبر

۱- ایجاد تعادل روانی

فرایند صبر منجر به پیامدهای روانشناختی متعددی می شود که در زیر با استفاده از احادیث به آن اشاره می شود. امام علی (ع) می فرماید: «شانه های صابر سه تا است: اول

صورت و سینه زدن و کندن موی سر است. هر کس در مصیبت داد و فریاد و بی تابی به راه اندازد، علامت بی صبری است و هر کس صبر پیشه کند و استرجاع نماید و خدا را حمد و ثنا گوید، علامت رضایت او از کار خداوند است» (کَلینی، ۱۳۸۲، ج ۲: ۲۲).

۲- آسان شدن سختی‌ها

امام علی (ع) می‌فرماید: «کسی که صبر کند، رنج و محنت او سبک شود» (آمدی، ۱۳۷۷: ۶۰۶، ۶۱۶ و ۶۱۸).

۳- مِه‌روزی

آیات زیر در ارتباط با تعاملات اجتماعی صابران است که به طور خلاصه می‌توان آن را مِه‌روزی نام نهاد.

- آیه ۳۴ و ۳۵ سوره فصلت: «و هرگز نیکی و بدی در جهان یکسان نیست، همیشه بدی را به بهترین شیوه دور کن تا همان کس که گویی با تو بر سر دشمنی است، دوست و خویش تو گردد. این حالت را عطا نمی‌کنند مگر به کسانی که صابر باشند و عطا نمی‌کنند این خصلت را مگر به کسی که صاحب بهره بزرگی (از رأی و عقل و فضائل نفسانی و قوای روحانی) باشد.» خداوند در سوره فرقان از آیه ۶۳ تا ۷۵، دوازده ویژگی بندگان ممتاز خدا را بیان فرموده است که بعضی از آنها عبارت هستند از: «و بندگان خاص خدا آنان هستند که بر روی زمین با تواضع راه می‌روند و هرگاه مردم

آنکه کسالت (افسردگی) نداشته باشد، دوم آنکه بی‌قرار و دل‌تنگ نباشد و سوم اینکه از پروردگار با عزت و جلال خود شکایت نکند؛ زیرا هنگامی که کسالت و سُستی داشته باشد، حق را ضایع می‌کند و وقتی که دل‌تنگ و بی‌قرار باشد، شُکر نمی‌کند و هنگامی که از پروردگار با عزت و جلال خود شکایت کند، به تحقیق او را معصیت کرده است» (مجلسی، ۱۴۰۲، ج ۷۱: ۸۶). یا در جای دیگر از آن حضرت نقل شده که می‌فرماید: «هر کس که صبر او را نجات ندهد، اضطراب او را نابود کند» (نهج البلاغه/ح ۱۸۹). نیز می‌فرماید: «ملازم صبر باش که برآستی صبر سرانجامی شیرین و عاقبت فرخنده دارد» (آمدی، ۱۳۷۷: ۶۱۰).

امام صادق (ع) می‌فرماید: «صبر به معنی چیز تلخ‌مزهای است که توأم با اضطراب نباشد، چون هر چه تلخ باشد و توأم با اضطراب باشد، آن را صبر نمی‌نامند و معنی جَزَع (بی‌تابی)، اضطراب دل است با اظهار حُزن و تغییر حالت و تغییر رنگ» (عزیزی، ۱۳۸۱: ۲۰۲). همچنین از آن حضرت منقول است که می‌فرماید: «بسیار اتفاق افتاده که یک ساعت صبر سبب شادی طولانی شده است و چه بسیار لذت کوتاهی در یک ساعت که غم و اندوه طولانی به بار آورده است» (مجلسی، ۱۴۰۲، ج ۶۸: ۹۱).

امام باقر (ع) می‌فرماید: «بدترین بی‌تابی، فریاد و خروش به ویل و عویل گفتن و لطمه به

خداوند صبر در پیش می‌گیرند و نماز به پا می‌دارند و از آنچه نصیب آنان کردیم، پنهان و آشکار انفاق می‌کنند و در عوض بدیهای مردم نیکی می‌کنند. اینان هستند که عاقبت منزل‌گاه نیکو یابند.»

آیه ۱۲۶ سوره نحل: «و اگر مجازات کردید، به مانند آنچه با شما کرده‌اند، مجازات کنید و اگر صبر پیشه کنید برای صابران بهتر است.»

۴- صبر و سخت‌رویی

سخت‌رویی (Hardiness) مفهومی روانشناختی است که با مفهوم صبر شباهت دارد، اما در عین حال تفاوت‌هایی نیز دارند. در شرایط پُر تنش، افراد بیشتری به بیماری مبتلا می‌شوند، اما گروهی از افراد وجود دارند که با وجود مواجهه طولانی با موقعیت‌های استرس‌زای زندگی، دچار بیماری نمی‌شوند. این افراد دارای توانایی‌ها و ویژگی‌های شخصیتی ویژه‌ای هستند که باعث افزایش مقاومت آنها در مواجهه با رویدادهای استرس‌زای زندگی می‌شود. این ویژگی

جاهل آنها را خطاب نمایند، با زبان خوش پاسخ دهند» (الفرقان/۶۳)؛ «و کسانی که چون خرج می‌کنند، اسراف نکنند و بخل نوزند و میان این دو معتدل باشند» (همان/۶۷)؛ «و کسانی که گواهی به ناحق ندهند، چون بر ناپسندی بگذرند با بزرگواری گذرند» (همان/۷۲) و «آنها به پاداش صبری که کرده‌اند، غرفه بهشت پاداش یابند و در آنجا درود و سلام شنوند» (همان/۷۵).

نکته بسیار قابل توجه اینکه خداوند با صراحت می‌فرماید این دوازده ویژگی در پرتو صبر به دست می‌آید؛ یعنی اگر انسان دارای نیروی صبر نباشد، نمی‌تواند به تحصیل ویژگی‌های برجسته‌ی بندگان ممتاز الهی دست یابد. پس، این صفات ذکر شده از جمله صفات صابران است.

آیه ۴۳ سوره شوری: «البته اگر کسی صبر کند و ببخشاید، این دو خصلت از خصال بس بزرگ است.»

آیه ۲۲ سوره رعد: «و هم در طلب رضای



افراد سخت‌رو مشکلات را چالش می‌دانند و تجربه‌های زندگی را سرشار از معنا می‌دانند و برخورد با آنها را آموزنده تلقی می‌کنند. این اشخاص معتقد هستند که رضایت خاطر در سایه رشد مداوم به دست می‌آید نه در راحتی و آسایش و امنیت و زندگی روزمره، از این روی، برای رسیدن به کمال مبارزه می‌کنند (Kobasa, ۱۹۸۲). البته سخت‌رویی چیزی فراتر از جمع سه مؤلفه تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی است. انعطاف‌پذیری افراد سخت‌رو ناشی از شیوه‌های مقابله‌ای خاص است که با ترکیب پویای این سه مؤلفه همخوان است (ر.ک؛ قربانی، ۱۳۷۳: ۱۲۶).

تفاوت مفهوم صبر با سخت‌رویی در آن است که علاوه بر اینکه صبر سه مورد بالا را در بر می‌گیرد، بسیار گسترده‌تر از مفهوم سخت‌رویی می‌باشد. انسان سخت‌رو فردی است که به هنگام روبرو شدن با سختی‌ها از حمایت و کمک دیگران برای مقابله استفاده می‌کند. اما در بعضی شرایط یا در برخی حوادث، انسان دسترسی به حامی ندارد، حتی ممکن است در حین دست و پنجه نرم کردن با حوادث مسؤول حمایت از افراد دیگر نیز باشد. برای روشن‌تر شدن مطلب نمونه‌ای واقعی از تاریخ اسلام بیان می‌شود:

حضرت زینب (س) که یکی از والاترین اُسوه‌های صبر در واقعه عاشورا است، در

شخصیتی، سخت‌رویی است (Kobasa, ۱۹۸۲).

سخت‌رویی به عنوان یک سازه شخصیتی چندبُعدی، از سه مؤلفه کنترل، تعهد و چالش تشکیل شده است. منظور از کنترل این است که افراد سخت‌رو فعال هستند و رویکرد آنها به زندگی با علاقه و هیجان است. این عقیده را دارند که عوامل تنش‌زا قابل تغییر هستند و آنها می‌توانند بر وقایع اثر گذارند (Kobasa, ۱۹۹۹).

افراد با کنترل بالا، پافشاری زیادی بر مسؤلیت خود نسبت به زندگی دارند. آنان احساس می‌کنند قادرند بدون راهنمایی دیگران فعالیت کنند و معتقدند که با استفاده از دانش، مهارت و قدرت انتخاب می‌توانند رویدادهای زندگی را پیش‌بینی و کنترل کرد. افراد با کنترل پایین احساس عجز می‌کنند و بر این باورند که خواست دیگران و جامعه تعیین‌کننده اکثر فعالیت‌های آنهاست. آنها معتقد هستند که اقبال و بخت بر سرنوشت آنها مسلط است (Kobasa, ۱۹۸۲).

منظور از تعهد در زندگی، داشتن نقش فعال در زندگی است و چیره شدن بر پیچیدگی‌های زندگی می‌باشد؛ یعنی وقتی افراد متعهد هستند، زندگیشان را هدفمند می‌دانند و تماشاگر منفعلی نیستند و برای معنادار کردن زندگیشان مسؤلیت می‌پذیرند (کلینکه، ۱۳۸۱، ج ۱: ۲۴۳).

که ستارگان پنهان می‌شوند» (الطور/ ۴۸) و (۴۹).

در مفهوم سخت‌رویی، تأکید بر کنترل شخصی رویدادهای زندگی می‌شود، اما واقعیت آن است که انسان گاه در شرایطی قرار می‌گیرد که امکانات یا اطلاعات لازم برای تغییر یا کنترل حوادث را ندارد و تا فراهم شدن امکانات یا به دست آوردن اطلاعات هر گونه تلاشی بی‌فایده است. به نظر می‌رسد انسان صابر در این مدت زمان که شاید طولانی هم باشد، چاره‌ای جز تحمل و توکل بر خدا ندارد، البته این توکل می‌تواند مقدمه‌ای برای رسیدن به هدف باشد.

قرآن کریم این مسأله را به زیبایی در آیه ۱۸ از سوره یوسف بیان می‌دارد: «وَجَاؤُوا عَلٰی قَمِيصِهٖ بِدَمٍ كَذِبٍ قَالَ لَوْلَا اَنَّكُمْ اَنْفُسُكُمْ اَمْرًا فَصَبْرٌ جَمِيْلٌ وَاللّٰهُ الْمُسْتَعٰنُ عَلٰی مَا تَصِفُوْنَ: و پیراهن او را با خونی دروغین (آغشته ساخته، نزد پدر) آوردند. گفت: هوسهای نفسانی شما این کار را برایتان آراسته. من صبر جمیل (و شکیبایی خالی از ناسپاسی) خواهم داشت، و در برابر آنچه می‌گویید، از خداوند یاری می‌طلبم».

حضرت یعقوب (ع) به فرزندان‌ش می‌فرماید: نَفْسُ شِمَا اَمْرِي رَا بَرَايَ شِمَا تَسْوِيْل (وسوسه) نموده است و «فَصَبْرٌ جَمِيْلٌ»، که صبر را مدح کرده، و این از قبیل به کار بردن سبب در جای مسبب است؛ یعنی در جایی که باید بفرماید:

حوادث رویارویی و جنگ با سپاه دشمن، با از دست دادن یکی پس از دیگری بهترین عزیزان و نزدیکان خویش و در نهایت، از دست دادن برادرش امام حسین (ع) مواجه می‌شود و بعد از آن مسؤولیت سرپرستی و حمایت از زنان و فرزندان و خاندان پیامبر (ص) را بر عهده می‌گیرد و مسؤولیت ادامهٔ رسالت برادر را که رسوا کردن دشمنان اهل بیت است، بر دوش می‌کشد. بنابراین ویژگی صبر، توان روانی فرد را تا آن حد افزایش می‌دهد که در برابر سختی‌ها و رنج‌های جانگداز دوام آورد، حتی اگر بدون حامی باشد، اسیر شود و در عین حال رسالت عظیم به عهده داشته باشد.

تفاوت دیگر صبر با سخت‌رویی آن است که فرد صابر برای غلبه بر مشکلات از معنویت کمک می‌گیرد. به نماز و ذکر و تسبیح خدای بزرگ پناه می‌برد و توان خویش را افزایش می‌دهد، چنان‌که می‌فرماید: «از صبر و نماز کمک بجویید و آن بسی سنگین است مگر برای خشوع پیشگان» (البقره/ ۴۵)؛ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید! از صبر و نماز استعانت جویید که خدا با صابران است» (همان/ ۱۵۳)؛ «کسان خویش را به نماز خواندن وادار کن و به کار نماز شکیبایی به خرج ده ...» (طه/ ۱۳۲)؛ «و در برابر حکم پروردگارت صبر کن که تو در تحت نظر مایی و پروردگارت را هنگامی که بر می‌خیزی با حمد او تسبیح گوی و همچنین پاره‌ای از شب و هنگام صبح

داده است و از اختلال یا متلاشی شدن قُوا و مشاعر او جلوگیری می‌کند و آنگاه بر پروردگار خود که فوق همهٔ سبب‌هاست، توکل جُسته، امید دارد که او را حفظ کند و همهٔ اسباب را به سوی صلاح حال او متوجه سازد که در این صورت کار او، کار خدای تعالی شد و خدا هم که بر کار او مسلط است، اسباب را به سوی سعادت و پیروزی او جریان می‌دهد. به خاطر همهٔ این جهات بود که یعقوب (ع) بعد از آنکه فرمود: «فَصَبِّرْ جَمِيلًا»، دنبال آن گفت: «وَاللَّهِ الْمُسْتَعَانُ عَلَيَّ مَا تَصِفُونَ» و کلمهٔ «صبر» را با حکم توکل تمام کرد (همان).

چنانچه ملاحظه می‌شود گاه انسان بر حسب شرایط توان تغییر موقعیت‌ها را ندارد. اما در عین حال با بهره‌گیری از قدرت صبر می‌تواند کنترل نظام روانی خود را در دست گرفته است و از اشتباه در فکر و چندگانگی در تدبیر و اندیشه جلوگیری نماید و در عین حال، برای رسیدن به هدف و رفع مشکل به قدرت پروردگار نظر داشته و به او توکل می‌جوید. اما این معنای پُربار از سخت‌روی استنباط نمی‌شود.

فرایند روانشناختی صبر

بنابر نظریه‌شناختی اجتماعی اضطراب، علت اصلی اضطراب، ناکارآمدی ادراک شده می‌باشد. افرادی که دارای برداشت ضعیفی از کارآمدی خویش هستند، در مواجهه با خطرات بالقوهٔ اضطراب زبیدی را تجربه

«من بر آنچه بر سرم آمده، صبر می‌کنم»، به سبب اینکه صبر خوب است، تنها سبب را آورده است و اینکه کلمهٔ «صبر» را نکره (بدون الف و لام) آورده، آن را توصیف نکرده، به این جهت است که اسباب و آن جهات که دست به دست هم داده است و این مصیبت را به بار آورده، وضع آن به گونه‌ای است که در برابر آن جز صبر هیچ چاره دیگری نیست، (پس صبر بهتر است)، برای اینکه اولاً یوسف محبوب‌ترین مردم در دل او بود، و اینک دارند خبر می‌دهند که چنین محبوبی طعمهٔ گرگ شد، و برای گواهی خود پیراهن خون‌آلودش را آورده‌اند. ثانیاً او خود یقیناً می‌داند که آنان دروغ می‌گویند و در نابود کردن یوسف دست داشته‌اند و ثالثاً راهی برای تحقیق مطلب و به دست آوردن اینکه بر سر یوسف چه آمده است و او فعلاً کجاست و در چه حالی است، در دست نیست. او برای چنین پیشامد ناگواری جز فرزندش چه کسی را دارد که برای دفع آن به این سو و آن سو روانه کند و فعلاً این مصیبت به دست همین فرزندان رخ داده، نزدیکتر از ایشان چه کسی را دارد که به معاونت وی از ایشان انتقام بگیرد؟ و به فرضی هم که داشته باشد، چگونه می‌تواند فرزندان خود را طرد نماید (پس، باز صبر بهتر است) (موسوی همدانی، ۱۳۶۴، ج ۱: ۱۴۳-۱۴۰).

فرد موحد وقتی ناملایمت‌ها را می‌بیند، نخست خود را در پناه دژ محکم صبر قرار

دشواری‌ها مثبت ارزیابی می‌شود:

- «اگر صبر پیشه کنید و پرهیزکار شوید، این از امور اساسی است» (آل عمران/۱۸۶).

- «و در برابر آن مصائب که به تو می‌رسد، شکبیا باش که این از کارهای اساسی است» (لقمان/۷۲).

- «چه بسیار پیامبرانی که مردان الهی فراوانی به همراه آنها جنگ کردند، آنها هیچ‌گاه در برابر آنچه که در راه خدا به آنها می‌رسید، سُست نشدند و ناتوان نگردیدند و تن به تسلیم ندادند و خداوند صابران را دوست دارد» (آل عمران/۱۴۶).

منظور از درماندگی آموخته شده این است که انسان می‌آموزد که رویدادها از کنترل وی خارج است. این باور که رویدادها از واکنش انسان مستقل است پیامدهای عاطفی، شناختی و هیجانی به شرح زیر به همراه خواهد داشت:

۱- رویدادهای غیر قابل کنترل، انگیزه آرگانیزم را برای بروز پاسخ‌هایی که ممکن است موقعیت را تحت کنترل درآورد، تضعیف می‌کند.

۲- انسان به دلیل غیر قابل کنترل بودن رویداد قبلی به سختی یسادی می‌گیرد که واکنش او می‌تواند بر رویدادهای دیگر تأثیر داشته باشد.

۳- تکرار تجارب از نوع رویدادهای غیر قابل

می‌نمایند (پروین و جان، ۱۳۸۱: ۴۰۰). اما صبر در طول حرکت انسان از مبدأ به مقصد توجّه وی را به تمام رویدادهای مثبت و منفی که در یک فرایند اتفاق می‌افتد، جلب می‌کند. با این نگاه، فرد در می‌یابد که صرف‌نظر از پیامد، علی‌رغم شکست‌ها، موفقیت‌هایی نیز بدست آورده است و این باعث می‌شود که ادراک ناکارآمدی کاهش پیدا کند و در نتیجه، فرد اضطراب کمتری را تجربه نماید. صبر در طول حرکت انسان از مبدأ به سمت مقصد به سبب توجّه دادن انسان به تغییرات که در طول مسیر اتفاق می‌افتد، مانع ایجاد ادراک ناکارآمدی می‌شود، به این صورت که اگر فرد اُفت و شکستی داشته باشد، خیزش‌ها و موفقیت‌هایی نیز به دست آورده است و نتیجه تنها ملاک پیروزی نیست. بنابراین، ادراک کارآمدی مانع بروز اضطراب در انسان می‌شود، همچنان که امام علی (ع) می‌فرماید: «صبر در برابر رنج به دستیابی به فرصت می‌انجامد» (آمدی، ۱۳۷۷: ۶۰۹، ۶۱۵ و ۶۱۸). این نگاه فرایندی به صبر یعنی این دید که سختی‌ها و آسانی‌ها ملازم یکدیگر می‌باشند: «فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا» *
إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا: به یقین با (هر) سختی آسانی است * (آری) مسلماً با (هر) سختی آسانی است» (ان‌شراح/ ۵ و ۶). پس، این نگاه در کاهش درماندگی مؤثر است؛ زیرا در راه رسیدن به هدف نهایی، چالش با موانع و

بر هر کار» (آمدی، ۱۳۷۷: ۶۰۶) و «صبر نخستین وسیله برای محکم کردن کارهاست» (ر.ک؛ همان: ۶۰۸).

این تلاش احتمال مواجهه فرد با تقویت‌کننده‌های مثبت را زیاده‌تر می‌کند و باعث کاهش افسردگی می‌شود؛ زیرا افسرده کسی است که از تقویت‌کننده‌های مثبت به واسطه اجتناب از موقعیت‌ها و کم‌تحرکی محروم می‌شود. دیدگاه شناختی بک (Beck) سبب‌شناسی افسردگی را عوامل شناختی سه‌گانه معرفی می‌کند که عبارت هستند از: دید منفی نسبت به خود، دنیا و آینده (ر.ک؛ پروین و جان، ۱۳۸۱: ۴۴۲). صبر مانع از ارزیابی منفی و شتابزده می‌شود و کمک می‌کند تا ارزیابی‌های درست و مثبت از رویدادهای زندگی صورت گیرد. به عبارتی، طرح‌واره شناختی فرد نسبت به دشواری را تغییر می‌دهد؛ مانند توجه به فواید دشواری‌ها برای انسان و یادآوری نعمت‌ها به هنگام سختی‌ها. در این مورد امام صادق (ع) می‌فرماید: «بلا زیور مؤمن و کرامت الهی است برای کسی که تعقل کند؛ زیرا صبوری و ثبات قدم در هنگام رسیدن بلا ایمان را درست کند و کمال بخشد، هر بنده‌ای در محنتی شکایت نماید که هزاران نعمت بر آن مقدم بوده است و هزاران آسایش در پی دارد، حق صبر در بلا را ادا نکرده است و شکر نعمت را ضایع کند، خیری نباش» (عزیزی، ۱۳۸۱:

کنترل سرانجام به افسردگی منجر می‌شود (پروین و جان، ۱۳۸۱: ۳۶).

دیدگاه انسان‌گرایسی معتقد است محیطی که تمایلات انسان را برای گام برداشتن به سوی تحقق خود یا خودشکوفایی سد می‌کند، موجب گسترش اضطراب در فرد می‌شود (آزاد، ۱۳۷۴: ۱۷۰). همچنان‌که پیشتر ذکر شد، فرد شکیبیا در فرایند صبر تلاش می‌کند تا بر موانع غلبه نماید. برطرف نمودن موانع انسان را به رشد و شکوفایی سوق می‌دهد که کاهش اضطراب را به دنبال دارد.

بر اساس دیدگاه رفتارگرایی، لوینسون (Lewinson)، جوینر (Joiner) و راد (Rohde) معتقد هستند که فشارهای زندگی یا کم شدن تقویت‌کننده‌های مثبت زندگی منجر به افسردگی می‌شود، به طوری که فشار روانی شدید باعث می‌شود مردم از آن فشار دوری گزینند. دوری‌گزینی تقویت‌کننده‌های مثبت را کمتر کرده، دوری‌گزینی بیشتری را به ارمغان می‌آورد که خود مجدداً موجب کمتر شدن تقویت‌کننده‌های مثبت می‌شود (ر.ک. Lewinson, ۲۰۰۱). از نتایج مهم صبر، افزایش تلاش برای رفع موانع است، چنان‌که امام علی (ع) سخنان ارزشمندی در این باب دارند؛ از آن جمله است موارد زیر: «با صبر و حُسن یقین پیشامدهای سخت را از خودت دفع کن» (محمدی‌ری‌شهری، ۱۳۷۷: ج ۶: ۱۲۶)؛ «صبر کمک و یآوری است

انفاق اسراف نکنند و بخل نوزند، بلکه احسان آنها در حدّ میانه و اعتدال است» (الفرقان/۶۷). پیامبر گرامی اسلام (ص) نیز می‌فرماید: «شکیبایان کسانی هستند که بر طاعت خدا و ترک معصیت او صبر می‌کنند. کسانی که مال حلال و پاکیزه به دست می‌آورند و به اعتدال خرج می‌کنند و اضافه آن را در راه خدا می‌بخشند و بدین سبب، رستگار و کامیاب می‌شوند» (محمّدی ری شهری، ۱۳۷۷، ج ۶: ۱۳۶). از سویی، شادکامی رضایت از زندگی، هیجان مثبت و سطح پایینی از هیجانات منفی همچون افسردگی و اضطراب را شامل می‌شود (Diner، ۱۹۹۷). بهره‌مندی دیگران از این امکانات موجب تقویت مهرورزی بین انسانها و افزایش هیجانات مثبت در فرد می‌شود. این موضوع احساس شادکامی و خرسندی از زندگی را به همراه دارد، چون انسان را از خودخواهی و حسّ لذتطلبی به دگرخواهی سوق می‌دهد. حمایت‌های فکری اجتماعی و مالی نمونه‌هایی از رفتارهای مهرورزانه است. پروردگار متعال در آیه ۱۷ از سوره بلد بلافاصله بعد از توصیه به صبر توصیه به مهرورزی (مرحمت) را یادآوری می‌کند.

کنترل خود در برابر گناهان شنیداری، دیداری و گفتاری یکی دیگر از نتایج صبر است که باعث بهبود روابط اجتماعی می‌شود؛ زیرا بدگویی، افشای اسرار دیگران، تهمت و ... منجر

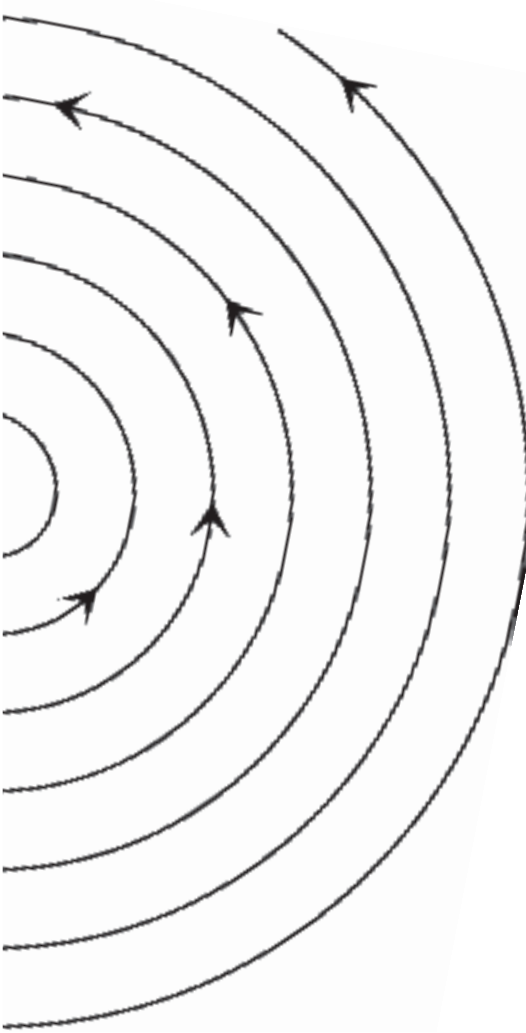
در جای دیگر می‌فرماید: «سپاس خدایی را که سزاست که مصیبت من را در دینم ننهد. سپاس خدایی را سزاست که اگر می‌خواست، مصیبت من بزرگتر از آنچه است می‌بود، سپاس از آن‌خدا است بر امری که خواست باشد و بود» (حرّانی، ۱۴۰۰، ق: ۴۰۳). واضح است که چنین تفسیرهای مثبتی از رویدادهای زندگی، افسردگی را کاهش می‌دهد.

بخشش انسان را از زیر بار فشار روانی حاصل از انتقام رها می‌کند (ر.ک؛ کار، ۱۳۸۵: ۱۷۶). از سوی دیگر، افسردگی حاصل به درون منعطف شدن غرایز پرخاشگری است (ر.ک؛ آزاد، ۱۳۷۴: ۱۱۴). هم‌چنان که پیشتر به بعضی از صفات صابران اشاره شد، صبر فرد را قادر می‌سازد تا از افراط در ابراز احساسات منفی بپرهیزد، به طوری که در هنگام خشم انتقام یا رفتار تلافی‌جویانه به وقوع نپیوندد تا فرصت عفو و بخشش فراهم شود. پس، عفو و گذشت نیز یکی از ثمرات صبر است که در سایه آن فرد خود را از زیر بار فشار روانی حاصل از انتقام رها می‌کند. بنابراین، اگر عفو‌جانشین خشم شود، امکانی برای درون‌ریزی خشم فراهم نمی‌شود و احتمال بروز افسردگی نیز کاهش می‌یابد.

صبر به هنگام نعمت و خوشی‌ها موجب می‌شود تا فرد دیگران را نیز از این مواهب بهره‌مند سازد: «و آنان هستند که هنگام

به کینه‌ورزی می‌شود و مهرورزی میان افراد را کمتر می‌کند. با صبر در برابر این گناهان، مهرورزی بین افراد نیز افزایش می‌یابد.

همچنان‌که پیشتر ذکر شد، صبر باعث می‌شود انسان به هنگام مشکلات و استرس‌های زندگی، نعمت‌های پروردگار را به یاد آورد. احساس شادکامی و رضایت از زندگی با وجود دست و پنجه نرم کردن با فشارهای روانی از طریق یادآوری نعمت‌ها و شکرگزاری برای آنها به دست می‌آید. انسان‌های صبور همیشه از مقایسه فرآوانی داشته‌های خویش با مشکلات معدود، با احساس یأس و اندوه مقابله می‌کنند.



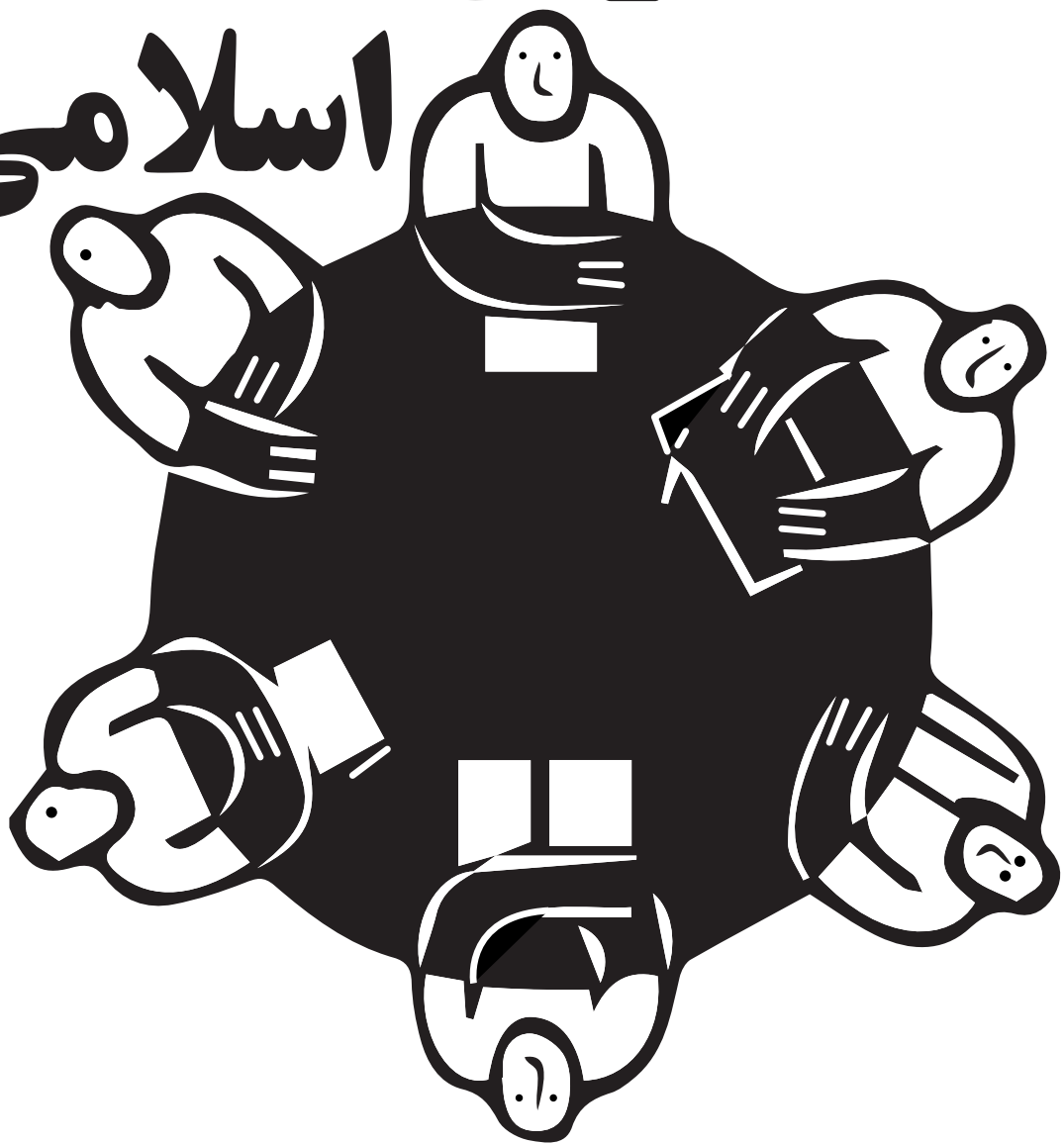
منابع و مآخذ

قرآن کریم.

- آزاد، حسین. (۱۳۷۴). آسیب‌شناسی روانی. تهران: انتشارات بعثت.
- آمدی، عبدالواحد بن محمد. (۱۳۷۷). غُرُورِ الْحِکْمِ و دُرُورُ الْکَلِمِ. ترجمه هاشم رسولی محلاتی. تهران: دفتر پروین، لارنس و اولیور جان. (۱۳۸۱). شخصیت، نظریه و پژوهش. ترجمه محمدجعفر جوادی و پروین کدیور. ویرایش هشتم. چاپ اول. تهران: آبیژ.
- حزائی، أبومحمدحسن بن علی الحسین بن شعبه. (۱۴۰۰ق). تَحْفُ الْعُقُول. به تصحیح علی‌اکبر غفاری. تهران: انتشارات اسلامیه.
- شریف‌الرضی، محمد بن حسین. (۱۳۷۹). نهج‌البلاغه. ترجمه محمد دشتی. قم: انتشارات ائمه. صدر، رضا. (۱۳۷۷). استقامت. قم: مرکز انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی.
- غیاری یناب، باقر. (۱۳۸۰). صبر به عنوان روش خودسازی و مقابله. اولین همایش بین‌المللی نقش دین در بهداشت روانی. معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی ایران.
- قربانی، نیما. (۱۳۷۲). ارتباط سخت‌رویی با الگوی تیپ رفتاری A و رفتار مستعد بیماری کرونری. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت مدرس.
- کار، آلن. (۱۳۸۵). روانشناسی مثبت. ترجمه حسن پاشا شریفی و جعفر نجفی زند. (۱۳۸۵). تهران: انتشارات سخن.
- کلینیکه، کریس، ال. (۱۳۸۱). مهارت‌های زندگی. ترجمه شهرام محمدخانی. (۱۳۸۱). جلد اول. انتشارات اسپند هنر.
- کلینی، ابی جعفر بن یعقوب. (۱۳۸۲). اصول کافی. ترجمه و شرح جواد مصطفوی. جلد دوم. تهران: انتشارات وفا.
- مجلسی، محمدباقر. (۱۴۰۲ق). بحارالانوار. جلد‌های ۶۷، ۶۸ و ۷۱. چاپ دوم. بیروت: مؤسسه الوفاء.
- محمدی‌ری‌شهری، محمد. (۱۳۷۷). میزان الحکمه. ترجمه حمیدرضا شیخی. جلد ششم. تهران: مؤسسه فرهنگی دارالحدیث.
- مطهری، مرتضی. (۱۳۸۶). «حکمت‌ها و اندرزها». روزنامه اطلاعات. شماره ۲۳۹۰۴ و ۲۳۹۰۵. ۱۸ و ۱۹ اردیبهشت. ص ۳ و ۱۴.
- مکارم شیرازی، ناصر و دیگران. (۱۳۷۰). تفسیر نمونه. جلد ۷ و ۱۱. تهران: مروی.
- _____ . (۱۳۷۷). پیام قرآن؛ اخلاق در قرآن. قم: مؤسسه تفسیر قرآن کریم.
- موسوی همدانی، محمدباقر. (۱۳۶۴). ترجمه المیزان فی تفسیر القرآن. جلد‌های ۴، ۱۱ و ۲۰. قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
- Diner, E., E. Suh & S. Oishi. (۱۹۹۷). «Recent finding on subjective well-being». Journal of clinical psychology. NO ۴۱-۲۵ P. ۲۴
- Hardiness and health a «. (۱۹۸۲). Kobasa, S.C., S.R. Maddi, & S. Kahn P. ۴۲ prospective study». Journal of Personality and Social Psychology. No ۱۳۷۷-۱۶۸.
- Early experience in hardiness «. (۱۹۹۹). Kobasa, S.C. & S.R. Maddi ۵۱ development: Consulting psychology». Journal practice and Research. NO ۱۱۶-۱۰۶ P
- Evaluation of «. (۲۰۰۱). Lewinson, PM., TE. Joiner & P. Rohde cognitive diathesis-Stress models in predicting major depression disorder in ۲۱۵ - ۲۰۲ P. ۱۱۰ adolescence». Journal of abnormal psychology. NO

معرفی حلقه

اسلامی



روان‌شناسی دانشگاه تهران

* دکتر فاطمه فیاض

حلقه روان‌شناسی اسلامی دانشگاه تهران گروهی مطالعاتی متشکل از اساتید و دانشجویان تحصیلات تکمیلی از دانشگاه‌های مختلف است که جلسات آن به صورت هفتگی در روزهای یکشنبه در اتاق شورای دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران برگزار می‌شود. دکتر هادی بهرامی احسان، دانشیار روان‌شناسی و استاد احمدرضا اخوت، مدیر، موسس و مدرس مجمع دانشجویی مدارس قرآنی دانشگاه تهران دو محور اصلی شکل‌گیری این حلقه از سال ۱۳۹۰ بوده‌اند. این گروه از مهر ۹۰ به بهانه پژوهش افسردگی در دانشکده روان‌شناسی با سه نفر شکل گرفت و برای آن جلسات هفتگی برگزار شد. هم‌اکنون تعداد اعضای حضوری این گروه، به بیش از ۲۰ نفر می‌رسد. هرچند گاهی برخی از اساتید دیگر در این جلسات شرکت می‌کنند اما محتوای به دست آمده از قرآن در اثر تعامل، پرسش و پاسخ و بحث و چالش بین این دو استاد بزرگوار و دانشجویان شرکت‌کننده در بحث شکل می‌گیرد. حضور دانشجویان و یا فارغ‌التحصیلان علاقمند در رشته‌های روان‌شناسی در این حلقه بلامانع و مایه امتنان است.

پایان‌نامه‌های دکتری، تاکنون پروژه‌ها و طرح‌های دانشگاهی و غیر دانشگاهی دیگری مانند استرس رزم، نقشه روان‌شناسی اسلامی و مانند آن نیز در این حلقه به انجام رسیده و یا در حال انجام است.

مهمترین عاملی که این جمع را در کنار یکدیگر قرار می‌دهد، قرآن کریم است. تمام تلاش اساتید بر این بوده تا با گزینش روشهای تدبری متناسب برای هر یک از موضوعات، مباحث را از خود آیات قرآن استخراج کنند و سپس از روایات برای تفصیل بیشتر آن استفاده کنند. به این ترتیب بخش احکامی مربوط به قرآن و بخش تفصیلی از روایات به دست می‌آید. از آنجا که انس با قرآن و یادگیری روش‌های تدبیر، در کنار طهارتی که باید به دست آید از اصلی‌ترین شروط فهم قرآن است، به دانشجویان علاقمند توصیه می‌شود پیش از آغاز به کار پایان‌نامه در کلاسهای آموزش روشهای تدبیر در قرآن شرکت کنند و سپس به پژوهش مشغول شوند. روش‌های تدبیر در قرآن کریم با توجه به محتوای کلام خداوند که در قالب الفاظ است انواع متعددی دارد. شاخه‌های اصلی این روش‌ها شامل روش‌های تفکر در قرآن، تدبیر کلمه‌ای، تدبیر سوره‌ای، تدبیر قرآن به قرآن، تدبیر مکی، تدبیر در سوره‌های مدنی، تدبیر روایی، تدبیر ادبی، برهان و سلطان است. هر یک از این انواع نیز، دارای شاخه‌های

تاکنون دو پایان‌نامه دکتری در مقطع روان‌شناسی سلامت با موضوعات افسردگی از منظر قرآن (تیز خانم فاطمه فیاض) و اضطراب در قرآن (تیز خانم سارا صنعت نگار) بحث و بررسی شده و به نتیجه رسیده است و در حال حاضر سه رساله دیگر در مقطع دکتری روان‌شناسی مربوط به کار خانم‌ها منصوره ابوالحسنی با موضوع صفات، خانم حمیده عسکری با موضوع شخصیت و خانم ریحانه فیاض با موضوع آسیب‌شناسی روانی در قرآن کریم در این حلقه در جریان است. همچنین چهار پایان‌نامه فرعی برگرفته از نتایج کار افسردگی توسط دانشجویان کارشناسی ارشد به اتمام رسیده است. چندین پایان‌نامه دیگر در مقطع ارشد که با موضوعات بنیادین دیگری مانند ویژگیهای روان‌درمانگر، اضطراب زیر آستانه و مانند آن هستند، در جریان است. به این ترتیب یکی از توفیقات ارزنده این حلقه، گردهم آوردن دانشجویان رشته‌های روان‌شناسی از دانشگاه‌های نه فقط تهران بلکه ایران از اصفهان و مشهد گرفته تا استان مازندران است و این اتفاق مبارک بدون هرگونه تبلیغات و یا اطلاع‌رسانی بوده است. این حلقه تنها یک گروه تلگرامی با ۵۰ عضو دارد که اطلاعات مربوط به جلسات حلقه و همچنین روان‌شناسی اسلامی را در آن قرار می‌دهد و به بحث می‌گذارد. علاوه بر

ماحصل مجموعه این تلاشها تاکنون، چندین کتاب ارزشمند، مقالات متعدد و کارگاهها و سخنرانیها و همچنین طرحهای رواندرمانی اجرا شدهای است که به عنوان خروجی میتوان آنها را معرفی کرد.

امید است با استعانت از الطاف الهی تلاش های این جمع مورد رضایت صاحب الزمان عجل الله تعالی فرجه الشریف باشد و زمینه ای برای گسترش و شکوفایی روان شناسی اسلامی باشد.



فرعیت و روشهای جزئیتری هستند.

در همه جلسات حلقه سعی بر این است که با دقت و موشکافی خاصی موضوعات و مسائلی که از بیرون به قرآن عرضه می شوند، بحث و بررسی شوند به همین دلیل ممکن است پژوهشی دو سال مداوم یا حتی بیشتر را به خود اختصاص دهد. این حلقه رابطه تبادلی خوبی با بیرون دارد و تاکنون تلاش کرده است با صاحب نظران و اساتید در موضوعات پژوهشی خود جلسات نقد و نظر برگزار کند. نمونه این جلسات، جلسه با آیت الله حائری شیرازی و حجت الاسلام لواسانی بوده است. برخی از پژوهش ها به عنوان طرح تصویب شده و موفق به کسب جایزه نیز شدهاند. در سال گذشته (۱۳۹۵) پژوهش افسردگی به عنوان طرح بنیادی برگزیده دانشگاه تهران شناخته شد و مورد تقدیر قرار گرفت.



کاوشی در عالم نشر

معناشناسی افسردگی از منظر قرآن



* ◎ مطهره کوچه میر

این اثر به قلم هادی بهرامی احسان، احمدرضا اخوت و فاطمه فیاض در ۲۸۷ صفحه تالیف و به همت موسسه انتشارات دانشگاه تهران به چاپ رسیده است.

در تمامی فصول کتاب ابتدا آیات آن سوره درباب افسردگی و ارتباط آیات و بررسی واژگانی آیات و تحلیل واژگان درباره افسردگی اشاره شده است و در انتها خلاصه فصل مورد توجه قرار گرفته است.

درابتدا نویسنده دیدگاهی را معرفی می کند که در این دیدگاه اتکا به منابع دینی، پذیرش چارچوب های از پیش تعیین شده تلقی می شود که جز ایجاد موانع و محدودیت در ادراک و اندیشه های علمی کاری از پیش نمی برند و در ادامه در تلاش است تا اندکی از مهجوریت معرفتی حاکم بر علوم انسانی فاصله گرفته و با فراهم ساختن بستری برای اندیشیدن در خارج از شرایط موجود فرصتی برای یافتن دانشی متفاوت درباره انسان با استناد به آیات قرآن کریم ایجاد شود.



*

کارشناسی روان شناسی دانشگاه علامه
Mina.kochemir@gmail.com

عمل، احساس حقارت و بی‌ارزشی است که در نتیجه خود‌جانبداری و عدم توجه به دیگران روی داده و فقدان لذت ایجاد می‌کند.

فصل سوم به بررسی سوره غاشیه می‌پردازد که افسردگی سرشکستگی را حول واژه‌های غاشیه، خاشعه و عامله ناصبه بررسی می‌کند. نشانه‌های بارز این افسردگی احساس شکست و بیهودگی است.

این افسردگی احساس فراگیر شکست نسبت به بی‌نتیجه بودن عمل است که به دلیل وجود کار بیهوده، ضعف تفکر، ولایت ناپذیری و... منجر به ایجاد احساس نارضایتی سرشکستگی و ناامیدی از تغییر می‌شود.

فصل چهارم افسردگی در سوره مبارکه عبس را بررسی می‌کند که در نتیجه به افسردگی مقایسه‌ای - انزوا گرایانه می‌رسد. این افسردگی به احساس غم و اندوه فراگیر همراه با ناتوانی و ناکامی در فرد اطلاق می‌شود که در نتیجه عواملی مثل اتخاذ ملاک توانگری و ثروت در رفتارهای بین فردی به وجود می‌آید.

در فصل پنجم افسردگی ولایت ستیز در سوره محمد (ص) بررسی می‌شود که این نوع افسردگی نوع منحصر به فردی از افسردگی است که مبنای غیر قابل‌اتکای عمل در زندگی اجتماعی را نشان می‌دهد و نفاق را مهم‌ترین ریشه‌های افسردگی معرفی می‌کند.

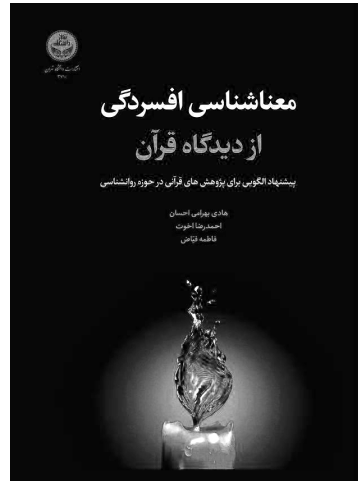
فصل ششم افسردگی معنوی در سوره طه

در مقدمه کتاب مفهوم افسردگی از نگاه روان‌شناسی و ضرورت پژوهش درباره افسردگی از منظرهای مختلف مورد توجه قرار گرفته است و در این بخش بیان می‌کند ضرورت مطالعه افسردگی از منظر قرآن به دو دلیل است اول قرآن کتاب دین، زندگی و هدایت انسان هاست و برای کمال انسان طرح ریزی شده است و راه

علاج معضلات را در اختیار انسان می‌گذارد و از سوی دیگر چون انسان را به تعمق و بازنگری در اعمال خویش و امی دارد راه علاج مشکلات را از درون به او می‌دهد.

در فصل اول پس از پرداختن به ضرورت روشمندی و ضرورت رجوع به منابع متقن و روش پژوهش، موضوع افسردگی را مبنای پرسش خود قرار میدهد و پس از شناخت کافی از آن به بررسی آن در قرآن می‌پردازد و سپس به مراحل مختلف پژوهش و چگونگی انجام پژوهش اشاره شده است.

در فصل دوم معنا و مفهوم افسردگی در سوره مبارکه مطففین که حول واژه سجین قرار می‌گیرد بیان می‌شود و افسردگی تطفیفی بیان میشود. این نوع افسردگی حالتی از سختی در



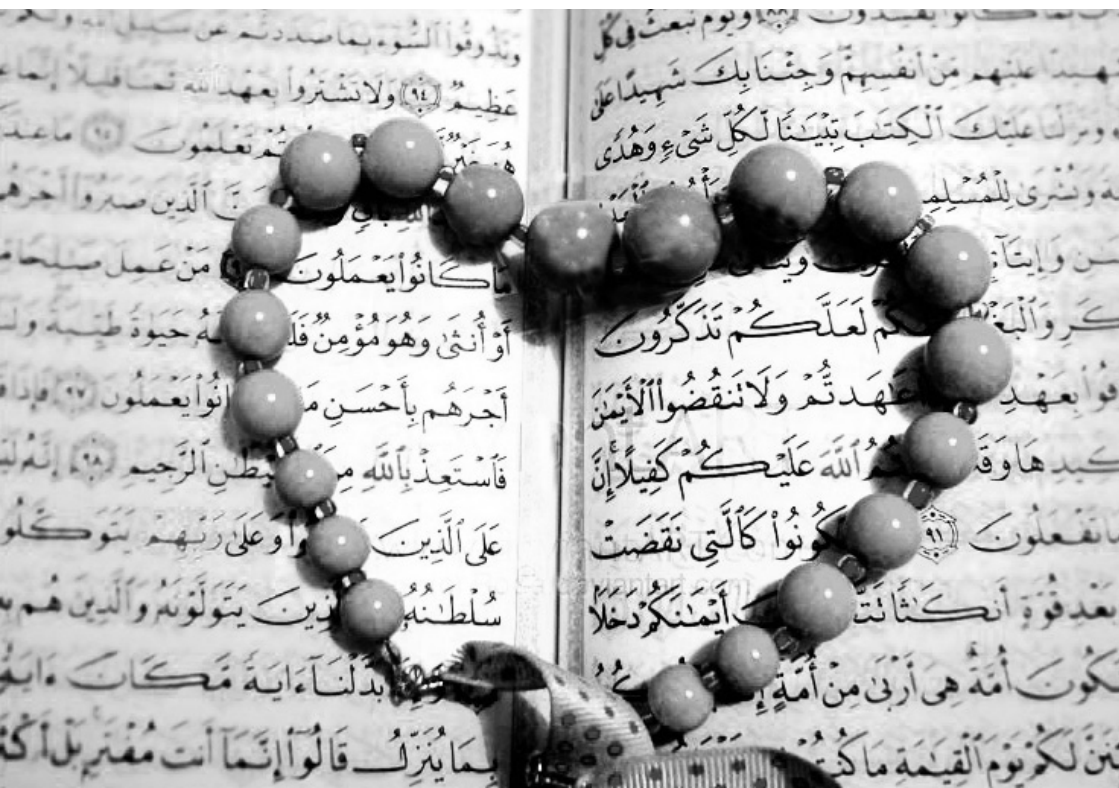
معناشناسی افسردگی از منظر قرآن می‌رسد و انواع افسردگی از دیدگاه قرآن را بیان می‌کند در فصل نهم ساخت مقدماتی پرسشنامه افسردگی را به عنوان راهبردی برای عملیاتی کردن مفاهیم نظری در پیش می‌گیرد که این کار برنامه‌ریزی برای تدوین راهکارهای درمانی در جامعه است.

در آخر این اثر الگوی جالب و جدیدی را برای انجام پژوهش‌های قرآنی در حوزه روان‌شناسی ارائه می‌دهد، پیشنهاد می‌کنیم علاقمندان به پژوهش‌های قرآنی در حوزه روان‌شناسی این کتاب را مطالعه بفرمایند.

را بیان می‌کند که به دلیل اینکه ریشه‌های اصلی این نوع افسردگی با ایمان و باورمندی مرتبط است این اختلال افسردگی معنوی نامگذاری شده است.

در فصل هفتم افسردگی ناشی از حقارت را در سوره مبارکه فجر که با واژه اهانت مشخص می‌شود مورد بررسی قرار می‌دهد؛ ویژگی بارز افراد مبتلا به این افسردگی، اثرپذیری شدید از رویدادهای بیرونی و تحریک‌پذیری نسبت به منفعت‌ها و ضررهای ظاهری دنیایی است این نوع از سبک زندگی هیچ‌گاه منجر به رضایت و ادراک خوشی دائمی در فرد نمی‌شود.

در فصل هشتم نویسنده به جمع‌بندی درباره



نحوه اشتراک نشریه "فرا"

با توجه به درخواست های مکرر خوانندگان محترم مبنی بر ایجاد امکان اشتراک نشریه، به اطلاع می رساند که این امکان از شماره دوم نشریه (پاییز ۱۳۹۵) برای شما فراهم شده است و بنابراین می توانید این نشریه را در پایان هر فصل درب منزل یا محل کار خود با پرداخت هزینه ارسال بسیار جزئی دریافت نمایید.

به خاطر داشته باشید که این نشریه یک نشریه با اهداف متعالی گفتمان سازی روان شناسی اسلامی است و در این راه نیازمند همکاری و همپاری همه عزیزان هستیم. یکی از زمینه های یاری ما همین اشتراک نشریه است که بسیاری از مشکلات مالی نشریه را حل خواهد کرد.

* اشتراک نشریه به دو صورت ۶ ماهه (برای ۲ شماره) و ۱۲ ماهه (برای ۴ شماره) می باشد.

* زمان انتشار هر شماره نشریه هفته آخر هر فصل می باشد و به دلیل ارسال نشریه توسط پست سفارشی بعد از حدود یک هفته از انتشار نشریه می توانید آن را درب منزل خود تحویل بگیرید.

* شما می توانید درخواست دریافت کلیه شماره های قبلی را در زمان اولین ارسال داشته باشید.

* برای درخواست اشتراک با این شماره تماس بگیرید: ۰۹۱۹۸۸۹۷۰۲۴

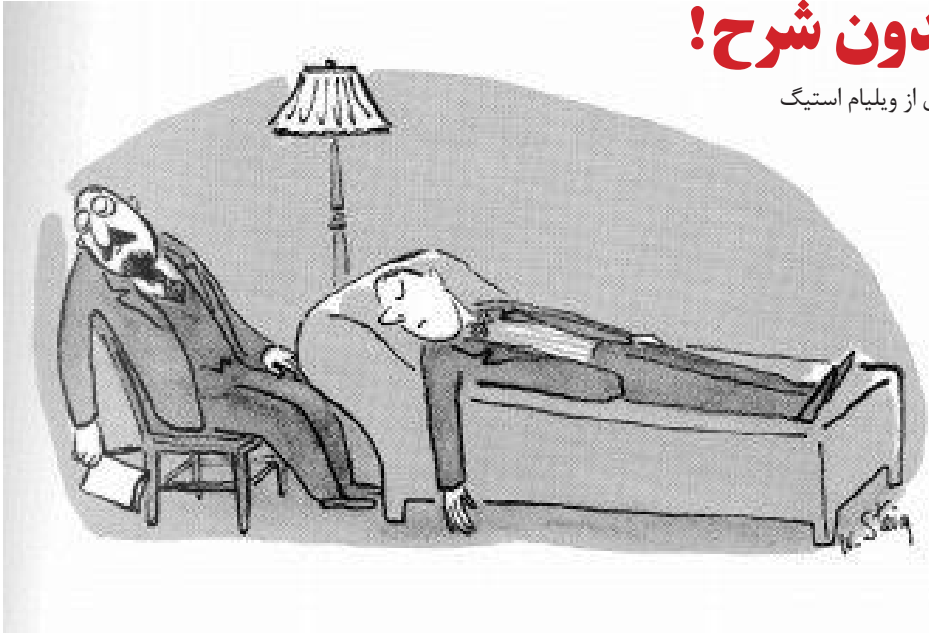
و یا به اکانت تلگرام @Fara_Eshterak پیام بدهید.

مدت زمان اشتراک ۱۲ ماهه (شماره ۴)	مدت زمان اشتراک ۶ ماهه (شماره ۲)	مدت زمان اشتراک ۱۲ ماهه (شماره ۴)	مدت زمان اشتراک ۶ ماهه (شماره ۲)
۱۸۵۰۰	۹۵۰۰	۱۸۰۰۰	۹۰۰۰
			
ارسال شهرستان	ارسال شهرستان	ارسال تهران	ارسال تهران

- قیمت ها به تومان می باشد.
- جهت درخواست بیش از یک نسخه در هر بار ارسال، بابت هر نسخه اضافی مبلغ ۴۴۰۰ تومان به هزینه شما افزوده خواهد شد.

بدون شرح!

کاری از ویلیام استیگ



FARA mag



دانشگاه علامه طباطبائی
معاونت فرهنگی و اجتماعی