



Human Personality and Its Integrity Centered on Monotheism Based on Qur'anic and Narrative Teachings

Bibi Zahra Hosseini (PhD)^{1*}, Abolghasem Aasi Mozneb (PhD)¹, Mohammad Hossein Fallah (PhD)²
Nemat Firoozi (PhD)³

1. Department of Quranic and Hadith Sciences, Faculty of Humanities, Yazd Branch, Islamic Azad University, Yazd, Iran.
2. Department of Psychology Sciences, Faculty of Humanities, Yazd Branch, Islamic Azad University, Yazd, Iran.
3. Department of Theology and Islamic Studies, Imam Reza International University, Mashhad, Iran.

ABSTRACT

Article Type:
Research Paper

Background and aim: Understanding personality and explaining it scientifically describes human behaviors, helps people to prevent and treat many abnormal behaviors and mental disorders and leads people to mental health, which psychologists' opinion is the pursuit of achieving a high level of perfection. The aim of this study was to investigate the Qur'anic and narrative teachings and documents on the integrated monotheistic personality.

Materials and methods: This descriptive and qualitative study was documentary type based on library resources.

Findings: According to the holy Qur'an, man has two spiritual and material (soul and body) dimensions. The Holy Qur'an sees the perfection of man in the cultivation of both dimensions in a balanced manner that truly and completely satisfies man's nature by establishing the balance between body and soul. In this regard, a person who makes God the center of his life and has a monotheistic personality will achieve the balance of body and soul and integrity more quickly.

Conclusion: The present study has shown that faith in Almighty God creates peace in man and brings about a new understanding of the universe. This belief changes the perspective of man and turns him from a weak to a strong being. As a result, peace of mind reigns over human existence and he stands firmly against psychological problems and various injuries.

Keywords: Qur'an, Narratives, Personality, Integrated personality, Monotheism

Received:

7 Aug. 2021

Revised:

11 Oct. 2022

Accepted:

15 Oct. 2022

Pub. Online:

29 Oct. 2022

Cite this article: Hosseini BZ, Aasi Mozneb A, Fallah MH, Firoozi N. Human Personality and Its Integrity Centered on Monotheism Based on Qur'anic and Narrative Teachings. *Islam and Health Journal*. 2021; 6(2): 99-107.



© The Author(s).

Publisher: Babol University of Medical Sciences

*Corresponding Author: Bibi Zahra Hosseini

Address: Yazd Branch, Azad Islamic University, Yazd, Iran.

E-mail: bzh60@yahoo.com

شخصیت انسان و یکپارچگی آن بر مدار توحید یافتگی مبتنی بر معارف قرآنی و روایی

بی‌بی زهرا حسینی (PhD)^{۱*}، ابوالقاسم عاصی مذنّب (PhD)^۱، محمد حسین فلاح (PhD)^۲،
 نعمت‌الله فیروزی (PhD)^۳

۱. گروه علوم قرآن و حدیث، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران.

۲. گروه روانشناسی، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران.

۳. گروه الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه بین‌المللی امام رضا (ع)، مشهد، ایران.

چکیده

نوع مقاله:
 مقاله پژوهشی

سابقه و هدف: شناخت شخصیت و تبیین آن به صورت علمی، رفتارهای انسان را توصیف و در پیشگیری و درمان بسیاری از رفتارهای ناهنجار و اختلالات روانی به افراد کمک می‌کند و افراد را به سمت سلامت روانی که به عقیده روانشناسان تلاش برای رسیدن به سطح پیشرفته کمال است سوق می‌دهد. هدف تحقیق بررسی معارف و مستندات قرآنی و روایی شخصیت یکپارچه توحیدی می‌باشد.

دریافت:

مواد و روش‌ها: روش بکار رفته در این مقاله، توصیفی و کیفی و از گونه اسنادی با منابع کتابخانه‌ای است.

۱۴۰۰/۵/۱۶

یافته‌ها: قرآن کریم انسان را دارای دو بعد معنوی و مادی یا روح و جسم می‌داند و کمال وی را در پرورش هر دو بعد به صورت متعادل می‌داند که با برقراری تعادل میان جسم و روح، ماهیت انسان به طور حقیقی و کامل منطبق می‌شود. در این راستا شخصی که خداوند را محور زندگی خود قرار دهد و شخصیت توحید یافته داشته باشد، زودتر به تعادل جسم و روح و یکپارچگی می‌رسد.

ویرایش:

۱۴۰۱/۷/۱۹

نتیجه‌گیری: مطالعه حاضر نشان داد که ایمان به خداوند متعال باعث ایجاد آرامش در انسان می‌شود. این اعتقاد، سبب درک تازه‌ای از عالم هستی می‌شود. افق دید آن‌ها را تغییر داده و او را از موجودی ضعیف به انسانی نیرومند تبدیل می‌کند؛ در نتیجه آرامش خاطر بر وجودش حاکم گشته و در برابر مشکلات روانی و آسیب‌های مختلف محکم ایستادگی می‌کند.

پذیرش:

۱۴۰۱/۷/۲۳

انتشار:

۱۴۰۱/۸/۷

واژگان کلیدی: قرآن، روایات، شخصیت، شخصیت یکپارچه، توحید یافتگی

استناد: بی‌بی زهرا حسینی، ابوالقاسم عاصی مذنّب، محمد حسین فلاح، نعمت‌الله فیروزی. شخصیت انسان و یکپارچگی آن بر مدار توحید یافتگی مبتنی بر معارف قرآنی و روایی.

نشریه اسلام و سلامت. ۱۴۰۰؛ ۶(۲): ۹۹-۱۰۷.



© The Author(s)

Publisher: Babol University of Medical Sciences

مقدمه

شخصیت «personality» از ریشه لاتین «persona» به معنی نقاب یا ماسکی که در یونان و روم قدیم بازیگران بر چهره می‌گذاشتند، اشاره به این مطلب است که شخصیت هر کسی ماسکی است که او بر چهره خود می‌زند تا وجه تمیز او از دیگران باشد. در یک تعریف جامع از شخصیت می‌توان گفت: شخصیت عبارت است از «مجموعه سازمان‌یافته و واحدی متشکل از خصوصیات نسبتاً ثابت و پایدار که بر روی هم، یک فرد را از افراد دیگر متمایز می‌سازد» (۱).

شخصیت از دیدگاه افراد مختلف تعاریف متفاوتی دارد و روانشناسان هر کدام یک تعریف از شخصیت ارائه داده‌اند؛ زیرا برخی جهان درون انسان را اصل می‌دانند و رفتارهای او را در سایه این بینش تفسیر می‌کنند و برخی بر خلاف این دیدگاه، عالم درون انسان را جدای از رفتارهای او مطالعه‌پذیر نمی‌دانند و همه چیز را در کنش‌ها و واکنش‌های او تفسیر می‌کنند (۲)؛ لذا مفهوم شخصیت با توجه به دیدگاه‌های روان‌شناسان در مورد انسان و رفتار او تغییر کرده و هر کدام از آن‌ها تعریفی به شکل خاص خود ارائه داده‌اند. با توجه به بررسی تعاریف روانشناسان از شخصیت، در این میان قرآن کریم با اطلاع کامل و جامع به تمام ابعاد وجودی انسان، روش‌های مطمئنی را برای شناختن شخصیت افراد بیان کرده است، تا با اطلاع از این روش‌ها پی به ابعاد شخصیت خود ببرند و اگر نواقصی در وجود خود می‌بینند در صدد رفع آن بر آیند. شخصیت در نگرش دانشمندان اسلامی، ارتباط مستحکمی با انسان‌شناسی قرآنی، که آدمی را موجودی متشکل از جسم و روح می‌داند، دارد. (۳).

شخصیت توحید یافته شخصیتی می‌باشد که بر اساس انسان‌شناسی اسلام بنا شده است. مطابق دیدگاه اسلامی، انسان سرشتی تعالی‌بخش «مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعًا اِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ وَالْعَمَلُ الصَّالِحُ يَرْفَعُهُ...» (۴) و فطرتی الهی «فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ...» (۵) دارد و از روح الهی در او دمیده شده است (۶). «فَإِذَا سُوِّتَهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ» (۷). این شخصیت، خدا را محور زندگی خویش قرار داده و با اعتقاد و ایمان به خداوند که سرچشمه وحدت و یکپارچگی است، صفات و ابعاد شخصیت خود را هماهنگ و یکپارچه می‌کند تا به وسیله این یکپارچگی، به آرامش روحی دست یافته و مشکلات روحی- روانی و ناملایمات زندگی نتواند آرامش او را برهم زند.

امروزه روانشناسان، هنجار بودن و فاقد علائم بیماری بودن را برای داشتن زندگی سالم کافی نمی‌دانند. چه بسا افرادی که علائم بیماری ندارند و در شرایطی به ظاهر مطلوب و آرمانی زندگی می‌کنند، اما احساس رضایت از زندگی نداشته و احساس پوچی و بیهودگی می‌کنند. پس سلامت، مفهومی فراتر از بهنجاری و به معنای تلاش برای رسیدن به سطح پیشرفته کمال است. با توجه به پژوهش‌هایی که در مورد شخصیت سالم انجام شده بود که حدود ۳۱ مقاله در این زمینه بررسی گردید، مشخص شد بیشتر بر منابع دینی تکیه دارد و کمتر مقاله‌ای بود که هم کیفی باشد و به بحث‌های قرآنی و روایی پرداخته باشد و هم در هر دو زمینه (روانشناسی و مطالعات دینی) باشد در واقع می‌توان گفت در ترسیم الگوی شخصیت یکپارچه توحیدی آن هم با محوریت آیات قرآن و روایات در حد جستجوی پژوهشگر، پژوهشی یافت نشد. هدف اصلی پژوهش این است که مستندات قرآنی و روایی شخصیت یکپارچه و توحید یافته را در منابع دینی بررسی کند.

بشیری (۱۳۹۱) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافت که شخصیت انسان یک کل منسجم و تجزیه‌ناپذیر است، سلامت روانی وی هنگامی محقق می‌شود که وحدت و انسجام این سیستم حفظ و همه اجزای آن، یعنی ابعاد زیستی، عاطفی، هیجانی، شناختی، رفتاری، معنوی و اجتماعی آن، هماهنگ با یکدیگر عمل کنند (۸).

جان بزرگی (۱۳۹۵) در مقاله خود با عنوان «درمان چندبعدی معنوی: امکان تبیین پدیده‌های روانی (سلامتی و اختلال) با سازه‌های معنوی شخصیت بر اساس منابع دینی» بیان نمود که مکانیزم‌های شناختی و عقلمانی، مهم‌ترین مکانیزم شکل‌دهی به شخصیت سالم و سلامت روانی هستند؛ این مکانیزم‌ها در منابع دینی نیز به عنوان مهم‌ترین نیروی سلامت بخش مطرح است (۹).

آگاه و همکاران (۱۳۹۴) در مقاله خود با عنوان «نقش سوره حمد در ایجاد شخصیت سالم» بیان نمودند که پایه‌های اصلی ساختار شخصیت که شامل نگرش و بینش، گرایش قلبی، شیوه منش و رفتار با تربیتی علمی است در سوره حمد جا گرفته و تکرار روزانه این سوره، می‌تواند تاثیر بسزایی در کاهش اضطراب فرد و برقراری شخصیت سالم داشته باشد (۱۰).

اکبری (۱۳۹۳) ویژگی‌های مومن را در مقاله خود تحت عنوان «تحلیل روانی شخصیت مومن از بعد رفتاری در قرآن و روایات» بیان و به این نتیجه رسید که مومن واقعی با عمل به دستورات الهی به شخصیت سالم می‌رسد (۱۱).

یدالله‌پور و همکاران (۱۳۹۰) در مقاله خود تحت عنوان «روانشناسی شخصیت سالم از منظر قرآن» به این نتیجه رسیدند که همان‌طور که جسم سالم در حوزه پزشکی از ویژگی‌هایی برخوردار است که در سراسر گیتی سالم محسوب می‌شود، شخصیت سالم از منظر قرآن نیز برای همه انسان‌ها و در همه مکان‌های جغرافیایی، ویژگی‌های یکسانی دارد (۱۲).

از نظر قرآن کریم، آنچه انسان را به حیات طیبه می‌رساند، ایمان به خدا، و انجام عمل صالح است (۱۳). رسیدن به حیات طیبه یا زندگی معنوی، جز با اجابت دعوت پیامبران ممکن نیست. افزون بر این، کسی که به حیات طیبه یا زندگی معنوی دست یابد، کمتر دچار آسیب‌های روانی و آشفتگی‌های

جسمانی می‌شود؛ زیرا یکی از آثار دستیابی به حیات طیبه یا سبک زندگی معنوی و الهی آن است که به انسان ثبات و استواری شخصیت می‌بخشد: «يُثَبِّتُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ» (۱۴).

بنابراین، کسی شخصیت سالم دارد که علاوه بر هماهنگی بین مولفه‌های شخصیت او، همه این مولفه‌ها، صبغه الهی و رنگ توحیدی داشته باشند؛ «صِبْغَةَ اللَّهِ وَمَنْ أَحْسَنُ مِنَ اللَّهِ صِبْغَةً وَنَحْنُ لَهُ عَابِدُونَ» (۱۵) یعنی شناخت او از عالم هستی، توحیدی باشد، همه کائنات را صنع خدا و خدا را موثر حقیقی در این عالم بداند، نیت و انگیزه او الهی باشد، قلب را از رذایل اخلاقی که به بیماری آن منجر می‌شود، بزدايد، و صفات انسانی را در خود ایجاد و تقویت و رفتار خود را هماهنگ با انگیزه‌ها و باورهایش کرده، و هر عملی را با قصد قربت و به انگیزه امتثال امر الهی انجام دهد. چنین انسانی نه تنها شخصیت او سالم شکل می‌گیرد؛ بلکه همه حرکات و سکنات او جنبه قربی پیدا می‌کند؛ یعنی با هر عملی که انجام می‌دهد، به خدا نزدیکتر می‌شود و مقام و منزلت بهتری نزد باری تعالی دارد. «... إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاهُمْ...» (۱۶).

چنین انسانی علاوه برداشتن جهان‌بینی توحیدی، درک صحیحی از واقعیت داشته، احساس خودارزشمندی کرده، رفتار خود را در شرایط گوناگون زندگی کنترل نموده، با پذیرفتن یک نظام ارزشی صحیح در پی زندگی هدفمندی بوده «وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ» (۱۷) و زندگی فعال، با اندیشه و با نشاطی دارد و ضمن بهره‌مندی از نعمت‌های الهی، هیچ‌گونه وابستگی به دنیا نداشته، تعامل او با دیگران سالم و سازنده بوده، در ابراز عواطف و احساسات خود در خصوص دیگران مشکلی نداشته و به هموعان خود عشق ورزیده و در خدمت به آنان هیچ مضایقه‌ای نمی‌کند (۱۸).

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر از نوع توصیفی-تحلیلی می‌باشد که با استفاده از منابع کتابخانه‌ای و کتب روانشناسی، قرآن کریم و کتب تفسیری و حدیثی و جستجو در پایگاه‌های اطلاعاتی با کلیدواژه‌های شخصیت یکپارچه، سلامت روان، شخصیت، روانشناسی شخصیت و سلامت معنوی به بررسی مقالات و کتب مرتبط پرداخته شد و به تحلیل شخصیت یکپارچه و توحیدی و مستندات قرآنی و روایی آن پرداخته شد. در این میان گویاترین و کوتاه‌ترین تعبیر قرآنی از شخصیت سالم و توحید یافته، تعبیر «رشد یافتنی» است. کلمه «رشد» و مشتقات آن نوزده بار در قرآن آمده که تمامی آن‌ها به رشد و بلوغ معنوی دلالت دارند. به جز یک آیه که به رشد و بلوغ جسمانی اشاره می‌کند. از جمله واژه‌های دیگری که در قرآن و تفاسیر و نرم‌افزارهای روایی و حدیثی مورد بررسی قرار گرفت، واژه‌های «مومن» و مشتقات آن، «اولوالالباب»، «محسنین»، «صابرین» و «ایمان» بود که بیش از دو هزار مورد از کلمه‌ی مومن در نرم‌افزارهای حدیثی پیدا شد و همچنین در قرآن نیز ۲۳۰ مورد کلمه مومن، ۳۹ مورد کلمه محسنین، ۱۶ مورد کلمه اولوالالباب، ۲۳ مورد کلمه صابر، ۱۰۶ مورد کلمه ایمان و مشتقات آن‌ها ذکر شده است که موارد قرآنی همه بررسی شد؛ ولی موارد حدیثی به صورت رندوم بررسی شد. در انجام این پژوهش تمام ملاحظات اخلاقی رعایت شده است.

یافته‌ها

از آنجا که شخصیت انسان یک کل منسجم و تجزیه‌ناپذیر است، سلامت روانی کامل وی هنگامی محقق می‌شود که وحدت و انسجام این سیستم حفظ و اجزای آن، یعنی ابعاد زیستی، عاطفی، هیجانی، شناختی، رفتاری، معنوی و اجتماعی آن، هماهنگ با یکدیگر عمل کنند. در رویکرد دینی این وحدت و انسجام با آگاهی و جهت‌گیری به سمت منبع وحدت‌بخش و یکپارچه، یعنی ایمان به خداوند متعال تحقق می‌یابد. به عبارت دیگر، خدا آگاهی یک ساختار نهفته در درون است که به شخصیت و سیستم روانی، توحید یافتگی و انسجام می‌بخشد. این روند در جهت توحید، به عنوان یک اصل حاکم در عالم می‌باشد و انسان نیز از این قاعده کلی مستثنی نیست.

انسان سرور زمین و عهده‌دار نقش اول در قرآن است و همه‌اشیایی که در زمین وجود دارد برای او و هر گونه تغییر و تبدیلی به دست اوست. چنین برجستگی باعث می‌شود که انسان، گرمی‌تر و عزیزتر از همه‌اشیاء مادی باشد. قرآن کریم ساختار وجودی او را بهترین ساختار وجودی دستگاه آفرینش می‌داند و می‌فرماید: «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ» (۱۹) و خداوند همه مواهب زمین را برای او آفریده است و او را به عنوان نماینده و جانشین خود در زمین قرار داده است. «إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً...» (۲۰) و از همین روی، در بین تمام آفریده‌های جهان، او را با کرامت خاص، مقام ویژه‌ای بخشیده و فرمود: «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ...» (۲۱) آدمی خلیفه خدا در زمین و عهده‌دار شکوفاسازی امانت‌هایی است که در نهان خانه ضمیرش جای دارد. انسان دارای ظرفیت بی‌حد و استعداد بی‌نهایت و خواهان رسیدن به نامحدود است. از دیدگاه اسلام، وجود روحی الهی در سرشت انسان از ویژگی‌های آفرینش این مخلوق است. انسان ترکیبی از طبیعت همان جسم و بدن مادی او و ماورای طبیعت همان روح و جان الهی اوست: «الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ ثُمَّ جَعَلَ نَسْلَهُ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ مَاءٍ مَهِينٍ ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوْحِهِ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ»؛ او همان کسی است که هر چه را آفرید، نیکو آفرید و آفرینش انسان را از گل آغاز کرد. سپس نسل او را از عصاره‌ای از آب ناچیز و بی‌قدر آفرید. سپس (اندام) او را موزون ساخت و از روح خویش در وی دمید و برای شما گوش و چشم‌ها و دل‌ها قرار داد، اما کمتر شکر نعمت‌های او را بجا می‌آورید. (۲۲).

وجود روح الهی است که به وجود آدمی ارزش و اصالت می‌بخشد و تفاوت او را با موجودات دیگر آشکار می‌سازد. در واقع، عظمتی که هر انسان می‌تواند به آن دست یابد، به علت وجود روح الهی است نه جنبه مادی وی، و دارا بودن روح الهی سبب تعالی انسان و رسیدن او به مقام قرب الهی می‌شود. انسان از نظر ساختمان جسمی، تمایلات غریزی، شهوات و خواسته‌هایش به سایر حیوانات شباهت دارد؛ ولی از سه بعد با آن‌ها تمایز عمیقی دارد که عبارتند از:

الف- داشتن ادراک، کشف خود و جهان خود و داشتن جهان بینی

ب- وجود عوامل و جاذبه‌هایی که بر انسان احاطه دارند

ج- آزادی انتخاب، تحت تأثیر محیط و جاذبه‌های آن قرار گرفتن و تسلط بر آن‌ها (۲۳).

خصوصیات حیوانی انسان، در نیازهای جسمانی او متبلور هستند و این نیازها به خاطر حفظ ذات و بقای نوع، باید ارضا شوند و صفات ملکوتی در اشتیاق روحی، نسبت به شناخت خداوند متعال و ایمان به او و عبادت و تقدیس او متبلور هستند. گاهی میان این دو نوع خصوصیات شخصیتی انسان، تعارض پیش می‌آید و خود انسان نیز این نزاع درونی بین این دو جنبه شخصیتی را احساس می‌کند. شهید مطهری، انسان فاقد ایمان و جدا از خدا را انسان واقعی نمی‌داند. انسان اگر به یگانه حقیقتی که با ایمان به او و به یاد او آرام می‌گیرد بپیوندد، دارای همه کمالات است و اگر از آن حقیقت یعنی خدا جدا بماند، درختی را ماند که از ریشه‌اش جدا شده است (۲۴).

شاید مشیت الهی بر این، قرار گرفته باشد که روش انسان در حل این مشکل، همان آزمایش حقیقی و اساسی باشد که خداوند در این دنیا برای انسان مقرر فرموده است. کسانی که بتوانند جنبه‌های معنوی و مادی شخصیت را در خود جمع کنند و حتی‌الامکان بیشترین هماهنگی و تعادل را میان آن‌ها برقرار سازند، از این آزمایش، موفق و سربلند بیرون می‌آیند و شایسته پاداش خوشبختی دنیا و آخرت می‌شوند. «إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ». به حقیقت، اموال و فرزندان شما اسباب فتنه و امتحان شما هستند (چندان به آنها دل نبندید) و (بدانید) که نزد خدا اجر عظیم (بهشت ابد) خواهد بود» (۲۵). مقتضای حکمت و رحمت خداوند متعال، این است که انسان را با کلیه امکانات لازم، برای حل این تضاد و عبور از مرحله این آزمایش مشکل، کمک کند. از این رو برای تمیز و تشخیص خیر و شر و حق و باطل، به انسان، عقل عطا فرموده است. همچنین به او آزادی اراده و انتخاب داده است تا بتواند در این درگیری تصمیم بگیرد و هر راهی که خود برای حل این تضاد می‌پسندد، انتخاب کند. «إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا» (۲۶). اصولاً پایه و زیربنای مسئولیت و حساسی انسان را همین آزادی اراده و انتخاب راه حل این تضاد، تشکیل می‌دهد: «وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ». راه خیر و شر (حق و باطل، بهشت و دوزخ) را به او نمودیم؟» (۲۷). بنابراین، ساختمان وجودی انسان (فطرت) هم استعداد انجام کارهای زشت و پیروی از هوای نفس و شهوات جسمانی و غرق شدن در لذت‌های ملموس و تمایلات دنیوی را دارد و هم آمادگی ارتقا به اوج فضیلت و تقوا و اخلاقیات عالی انسان و عمل صالح و پیامدهای آن راه، یعنی رسیدن به آرامش روانی و خوشبختی معنوی.

آیت‌الله جوادی آملی در این باره به تفصیل سخن گفته است. از نگاه ایشان، قرآن، از انسان دو تصویر نشان می‌دهد: تصویری از طبیعت انسان و تصویری از حقیقت او؛ به لحاظ طبیعت، ترسیم می‌نماید که با در نظر گرفتن آن بخش مادی و طبیعی، آدمی را همواره در پی اسراف و اتراف و لذت‌جویی و رفاه‌طلبی و تن‌پروری می‌داند و بیش از پنجاه آیه مشتمل بر نکوهش انسان در همین زمینه طبیعی ارائه می‌فرماید؛ اما جنبه دیگری نیز برای انسان در قرآن کریم بیان شده که همه ملکات و فضیلت‌های بلند انسانی- الهی چون کرامت، خلافت، حمل امانت، شرافت و... را دربر می‌گیرد و آن، همان حقیقت روح‌اللهی و اصل و اساس انسانی است که طبیعت را به عنوان فرع و تابع، زیر پوشش خود گرفته است. با توجه به این سخن، پاسخ این پرسش که «سرشت انسان چگونه است؟» آشکار می‌شود؛ زیرا از یک‌سو وجود دو جنبه مذکور در انسان نشان می‌دهد که آدمی، هرگز با سرشتی بی‌تفاوت نسبت به خیر و شر آفریده نشده و از سوی دیگر، به جهت اصالت جنبه ملکوتی با آن همه فضایل الهی و فرع بودن طبیعت رفاه‌طلب آدمی، روشن می‌شود که گرایش انسان به لحاظ اصل حقیقت خود به سوی فضایل و ملکات الهی- انسانی است و سمت و سوی وجود و چهره جان او همواره با ایمان و خیر و مسائل ارزشی رو به رو است (۲۸).

توحید به معنای یکتا و بی‌مانند دانستن خداوند، و خداگرایی بعنوان یک شعور باطنی و کشش درونی که آدمی را به سوی خدا رهبری می‌کند مستلزم وجود یک نظام ارزشی وحدت‌بخش مبتنی بر جهت‌گیری اصیل دینی یا معنوی است (۲۹).

از نظر قرآن دوری از منبع هستی‌بخش و غفلت از یاد خدا و توحید، باعث زندگی پرآسترس و اضطراب زایی می‌شود که در آن آرامش و خوشی زندگی به تنگی زندگی تبدیل می‌شود «وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا...؛ هر کس از یاد من روی گردان شود زندگی سخت (وتنگی) خواهد داشت.» (۳۰). درمقابل، ایمان به خدا و یاد او دل‌ها را آرام می‌کند و آرامش روانی به ارمان می‌آورد. «... أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ؛ آگاه باشید که دل‌ها تنها با یاد خدا آرام می‌گیرد» (۳۱). قرآن امنیت و آرامش در نفس مؤمن را مرهون ایمان می‌داند؛ بر اساس تعالیم قرآن تنها آنهایی که ایمان به خدا آورده و آن را به عبادت هیچ معبودی نیامیخته‌اند سزاوار آرامش، امنیت و طمأنینه هستند.

پژوهش‌های صورت گرفته مرتبط با بررسی رابطه دینداری و سلامت عمومی فرد و جامعه، حدوداً عمری بیست ساله دارد. روانشناسان معاصر معتقدند که ناراحتی‌های روانی موجب بیماری می‌شود؛ زیرا زندگی روزمره کنونی با نگرانی و اضطراب همراه است و داشتن ایمان به خدا و اعتقاد به مبدا حقیقی می‌تواند تحمل افراد را در برابر مشکلات بیشتر کند. مشاوره و روان‌درمانی با دین و معنویت یکسان نیستند، اما این دو در کنار هم بهتر می‌توانند مشکلات روانی و رفتاری نوع بشر را برطرف کنند (۳۲).

ایمان انسان به خداوند، او را نسبت به کمک، حمایت و لطف خداوند امیدوار می‌سازد و هرگونه شک و وحشت را از او دور می‌کند. قرآن می‌فرماید: «هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لَيَزِدَّهُمْ إِيْمَانًا مَعَ إِيْمَانِهِمْ؛ هم اوست که در دل‌های مؤمنان آرامش را فرو فرستاد، تا ایمانی بر ایمان خود بیفزایند» (۳۳).

با توجه به آیه ۲۸ سوره رعد «أَلَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ...» میزان آرامش روحی هر کس، بستگی به ایمان او دارد. انسان در پرتو بندگی خداوند از قید بندگی غیر او آزاد می‌شود و هرچه فرد ایمانش قوی‌تر باشد، آرامش روحی او نیز افزایش می‌یابد. کسانی که ایمان ناپایدار و ضعیفی دارند، احساس آرامش کمتری دارند. به همین دلیل، کافران هیچ بهره‌ای از آرامش و اطمینان ندارند.

در دین اسلام و ادیان الهی، بنای سعادت و رضایتمندی انسان در فطرت الهی و توحیدی وی نهفته است؛ اما در زندگی غیردینی، فطرت به صورت یک نظام معرفتی و هستی‌شناختی وجود ندارد، به همین سبب در زندگی غیردینی، انسان خودمحور و تنها است و همین تنهایی موجب ناامنی روانی و نابسامانی زندگی می‌شود (۳۴). انسان توحید یافته، جهان را دارای منشأ واحدی می‌داند که ذات قدس الهی سرمنشأ آن است (۳۵)؛ اما در برخی آیین‌های دارای نگاه مادی، به اندازه‌ای که در ادیان به وجود ذات مقدس توجه می‌شود، به این مسئله‌ی مهم توجه نمی‌شود (۳۶).

توصیف ایمان و مومن در قرآن و روایات، دامنه وسیعی دارد. در بعضی روایات، ده صفت که هر کدام ده رفتار فرعی دارند و جمعا صد ویژگی می‌شود. گاهی صفات ایمانی بر چهار پایه و هر پایه نیز چهار شعبه جمعا ۱۶ صفت بیان شده است (۳۷).

در یک طبقه‌بندی دیگر از امام صادق (ع) ۷۵ صفت درباره ایمان در مقابل کفر بیان شده است. در روایتی از امام علی (ع) ۲۰۰ ویژگی برای مومن ذکر شده است (۳۸). در کتاب شعب الایمان بیهقی ۷۷ باب آورده شده و در هر باب یک شعبه از ایمان بیان شده است. احادیث در باب ایمان و مومن و صفات مومنان راستین که نمونه شخصیت کامل و توحید یافته می‌باشند بسیار زیاد و هزاران حدیث می‌باشد که بیان آن‌ها در این مقال نمی‌گنجد.

در واقع انسان سالم، ادراکی صحیح نسبت به امور مختلف و رفتاری سازگارانه در برخورد با محیط اطراف دارد. چنین انسانی از نظر علامه طباطبایی نگرش توحیدی، خدا محور و زندگی موحدانه دارد و از خودآگاهی ایمانی و نظام ارزشی متقن برخوردار است. او خودشناسی، نیایش، غایت‌مندی، کمال‌طلبی و هدایت‌طلبی، فطرت توحیدی، عمل‌گرایی، تفکر و اندیشمندی، تعلق اجتماعی و شهروندی، انسانیت و وحدت قوای باطنی دارد.

در جای دیگر عوامل شکل‌دهنده شخصیت سالم و توحید یافته را این‌گونه بیان می‌کنند: برخورداری از عقل و بینش صحیح، ایمان به خدا و عبادت و بندگی او، حسن خلق و نیکویی به دیگران و خدمت به ایشان. قرآن کریم ویژگی‌های شخصیت سالم و توحید یافته را در سه حوزه «عقل، قلب و رفتار» مورد ژرف‌کاوی قرار داده است (۱۲).

در حوزه عقل که شامل شناخت مبدا، شناخت جهان هستی و شناخت خود می‌شود بیان می‌کند شخصیت توحیدی ایمان دارد که نظام هستی، خداوند قادر و حکیم و توانایی دارد که این جهان را با حکمت آفریده و به تمام پدیده‌های این جهان علم و احاطه کامل دارد و این جهان محضر خداوند است، ملک و پادشاهی او نامحدود است و رحمتش بر جهانیان پایدار است و هرگز خلف وعده نمی‌کند. می‌داند که خداوند به بندگانش بسیار نزدیک است و فریادشان را می‌شنود و اجابت می‌کند. تسلیم قضای الهی است، استعداد‌های خود را می‌شناسد، به خلیفه بودن خود و ملاقات الهی و مرگ ایمان دارد و جهان هستی را هدفدار می‌داند که از روی حکمت جریان دارد.

در حوزه قلب و بعد عاطفی، انسان توحید یافته و سالم در تمام کارها و امور زندگی اعتدال دارد. آرامش روانی که در پرتو توحیدگرایی برای او پدید می‌آید دوری از گناه و توبه از دیگر ویژگی‌های شخصیت سالم توحیدی می‌باشد. این شخصیت دچار ترس، افسردگی، حقارت، خشم، برتری‌طلبی، حسادت، تملق و اضطراب نمی‌شود. انگیزه‌های خود را مهار و در مسیر درست هدایت می‌کند و نسبت به خدا و خود و دیگران محبت و دوستی دارد.

در حوزه رفتاری ویژگی‌های صاحبان شخصیت سالم در نگاه قرآن چنان زیباست که الگوی رفتاری برای همه انسان‌ها در همه زمان‌ها و مکان‌ها هستند و از این حیث می‌توان ادعا کرد که انسان سالم در نگاه قرآن، محدود به زمان و مکانی خاص نیست. صبر و بردباری، عمل به گفته‌ها، عدالت اجتماعی، رعایت قانون، حقیقت‌جویی و دوری از پیش‌داوری، عدم تعصب و مردم‌آزاری، آرامش در رفتار و گفتار، سخاوتمندی، دفاع از حق، ترجیح آسایش دیگران بر آسایش خود، پرهیز از کم‌فروشی، غیبت، تهمت، دخالت، عیب‌جویی، تجسس توجه به دنیا همراه آخرت، امانتداری، غضب‌بصر، وفای به عهد، عفت، شب‌زنده‌داری، حفظ کرامت اجتماعی، یاد خدا، همکاری، نیکی به پدر و مادر، حسن معاشرت، خوف خدا، درک عظمت خدا، میانه‌روی، تواضع و فروتنی از ویژگی‌های شخصیت سالم از دیدگاه قرآن و روایات در حوزه رفتار می‌باشد.

فردی که دارای سلامت روان است به دلیل وجود انگیزه‌های فراوان قابلیت تاثیرگذاری بر خویش و محیط پیرامون خویش را دارد و به راحتی می‌تواند در هر مقام و جایگاهی تاثیرگذار باشد. وقتی بعد معنوی فعال می‌شود، عقل یا نیروی شناختی انسان از پردازش‌های معمول فراتر رفته و ویژگی‌های انسانی خاصی که تنها در این شرایط بروز می‌کنند، مبنای تصمیم‌گیری‌های فرد قرار گرفته و عمل انسان به رغم اینکه گاهی غیرمعمول است، واجد احساس مطلوبی برای فرد می‌گردد. هر چه این اعمال و استفاده از عقل در انسان عمیق‌تر و بیشتر باشد شخصیت سالم و توحید یافته پرنگ‌تر شکل می‌گیرد و به سوی تعالی حرکت می‌کند و در نتیجه به سلامت روان و آرامش بیشتر خواهد رسید (۳۹). انسان نمی‌تواند بدون داشتن ایده و آرمان و ایمان، یا به صورت موجودی غرق در خودخواهی در می‌آید که هیچ‌وقت از درک منافع فردی خارج نمی‌شود، و به صورت موجودی مردود و سرگردان که تکلیف خویش را در زندگی و در مسائل اخلاقی و اجتماعی نمی‌داند. در واقع، ایمان به خدای متعال و شریعت اسلامی بنا بر حدیث پیامبر (ص) که می‌فرماید: «الایمان معرفه

بالقلب و اقرار باللسان و عمل بالارکان» (۳۹) تنها وقتی محقق می‌شود که در همه ابعاد اعتقاد قلبی (بعد شناختی)، اقرار زبانی (بعد شناختی رفتاری) و عمل (بعد رفتاری) رسوخ کرده باشد روانشناسان ویژگی‌های این شخصیت را این‌گونه بیان می‌کنند: بخشندگی و دست و دلباز بودن؛ داشتن هوش اجتماعی؛ قدرت حل مساله؛ گذشت، بخشندگی و مروت؛ قدرت مقابله با استرس؛ قدرت مدیریت؛ در نظر گرفتن جوانب احتیاط؛ کنجکاوی و علاقه‌مندی؛ آینده‌نگر بودن؛ خلاقیت و نوآوری و شور و هیجان می‌باشد که با توجه به بیان ویژگی‌های شخصیت توحید یافته و سالم از نظر اسلام می‌بینیم که بیشتر این ویژگی‌ها منطبق بر یکدیگر می‌باشند یعنی روانشناسان اگر چه که به دین اسلام اعتقاد نداشته باشند اما بیشتر آن‌ها اصل توحید و دین را عامل اصلی وحدت شخصیت فرد و رسیدن به آرامش کامل روانی وی می‌دانند.

بحث و نتیجه‌گیری

ایمان به خداوند متعال باعث ایجاد آرامش در انسان می‌شود. افرادی که به خداوند ایمان ندارند همواره در حال اضطراب و نگرانی دائم هستند برخلاف افراد با ایمان که هرگز از کسی جز خدا نمی‌ترسند، و ملامت و سرزنش این و آن در اراده آهنین‌شان اثر نمی‌گذارد، هرگز به خاطر آنچه از دست داده‌اند غمگین نمی‌شوند و به آنچه دارند دل بستگی شدید ندارند. این دو اصل سبب می‌شود که آرامش روحی آن‌ها به خاطر گذشته و آینده متزلزل نشود. و بلاخره هرگز در برابر حوادث سخت، سست نمی‌شوند و اندوهی به خود راه نمی‌دهند. در میان حوادث خود را تنها نمی‌بینند، دست لطف و حمایت خدا را دائم بر سر خویش احساس می‌کنند؛ در حالی که اضطراب حاکم بر افراد بی‌ایمان، از خلال رفتار و گفتارشان مخصوصاً به هنگام وزش طوفان‌های حوادث کاملاً محسوس است.

اگر انسان، در زندگی به میانه‌روی و اعتدال و دوری از زیاده‌روی و افراط در ارضای انگیزه‌های جسمی و روانی ملتزم باشد، ایجاد هماهنگی میان نیازهای جسم و روح، کاملاً امکان‌پذیر است. با برقراری تعادل میان جسم و روح، ماهیت انسان به طور حقیقی و کامل منطبق می‌شود. این ماهیت کمال یافته را می‌توان در شخصیت پیامبر اسلام (ص) که هم نیروی شاداب روحی و هم طراوت فزاینده جسمانی، هر دو را دارا بود، متبلور دید، به طوری که آن حضرت، هم به صفا و خشوع کامل به عبادت حق می‌پرداخت و هم مانند دیگران، به زندگی بشری خود ادامه می‌داد و در حدود شرع از لذت‌های دنیوی نیز بهره می‌جست. تعادل جسم و روح در شخصیت انسان، نمایانگر توازن موجود در کل هستی است؛ زیرا خداوند متعال هر چیزی را در اندازه و میزان مشخص آفرید. انسان سالم و توحید یافته تلاشش با نیت خالص برای قرب الهی است. در واقع این شخصیت ادراکی صحیح نسبت به امور مختلف و رفتاری سازگارانه در برخورد با محیط اطراف دارد. قرآن انسان را داری دو بعد معنوی و مادی یا روح و جسم می‌داند و کمال وی را در پرورش هر دو بعد به صورت متعادل می‌داند.

شخصیت بهنجار از نظر اسلام شخصیتی است که جسم و روح در آن متعادل باشد و نیازهای هر کدام ارضا شود و گرایش‌های افراطی و تفریطی با طبیعت و فطرت انسان مخالف و متضاد است و توجه کردن به تنهایی به هر کدام از نیازهای جسم و یا روح به تحقق ماهیت حقیقی انسان نمی‌انجامد و فرد را به کمال حقیقی شخصیتی نمی‌رساند. مومن چون بر این باور است که خداوند بر دل او آرامش نازل می‌کند. «اوست که بر دل‌های مومنان آرامش فرستاد تا بر ایمانشان پیوسته بيفزاید و ...». همین امر موجب تقویت روانی او می‌شود و این چنین فردی هیچ‌گاه گرفتاری‌ها او را از پا در نمی‌آورد، دچار اضطراب و اندوه نمی‌شود و در نتیجه کمتر مبتلا به آسیب‌های جسمی ناشی از فشارها خواهد شد. یاد خدا و به تعبیر بهتر، توجه به خداوند متعال یکی از بهترین و موثرترین روش‌ها برای رهایی از ترس و نگرانی و دغدغه و اضطراب و متقابلاً کسب طمانینه و آرامش روحی و حتی جسمی است. فردی که خدا را محور اصلی زندگی و عشق به او را هدف و غایت خویش قرار دهد خلاهای زندگی خود را پر نموده و دیگر به سمت رفتارهای پرخطر و ناهنجاری‌های روانی نخواهد رفت. چنین فردی آرامش واقعی را در سراسر زندگی خود خواهد یافت.

از جمله محدودیت‌های پژوهش می‌توان به کمبود منابع در این مورد اشاره کرد. پیشنهاد می‌گردد از الگوی درمان یکپارچه توحیدی که باعث بوجود آمدن شخصیت توحید یافته می‌شود در مراکز درمانی و مشاوره استفاده گردد.

تضاد منافع: نویسندگان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی در مورد این پژوهش ندارند.

ملاحظات اخلاقی: در انجام این پژوهش تمام ملاحظات اخلاقی رعایت شده است.

حامی مالی: این پژوهش حامی مالی نداشته است.

تقدیر و تشکر

این مقاله برگرفته از طرح پژوهشی ثبت شده در سامانه پژوهش‌یار دانشگاه آزاد اسلامی واحد یزد با کد ۱۶۲۲۸۶۱۰۷ می‌باشد. بدین وسیله از زحمات تمام کسانی که در نوشتن این مقاله نقش داشته‌اند قدردانی می‌شود.

References

1. Shamloo S. Schools and Theories in Personality Psychology. Tehran: Roshd Publications; 2011. p.17. [In Persian]
2. Ahmadi AA. Psychology of Personality from the Perspective of Islam. Tehran: Amirkabir; 1989. p.9-10. [In Persian]
3. Rafiei B. Opinions of Muslim Scientists in Education and its Foundations. Vol 3. Tehran: Research Institute and University; 2013. p.165. [In Persian]
4. Holey Quran; Surah Fater, Verse 10.
5. Holey Quran; Surah Rome, Verse 30.
6. Sharifinia MH. Integrated Psychotherapy Patterns, Second Edition. Tehran: Research Institute and University; 2013. [In Persian]
7. Holey Quran; Surah Sad, Verse 72.
8. Bashiri A. An Introduction to Personality Theory Based on Religious Thought. Journal of Psychology and Religion. 2012; 5(1); 5-36. [In Persian]
9. Jan Bozorgi M. Multidimensional Spiritual Therapy: the Possibility of Explaining Psychological Phenomena (Health and Disorder) With the Spiritual Structures of Personality Based on Religious sources. Bi-Quarterly Journal of Clinical Psychology and Personality. 2016; 14(2): 173-89. [In Persian]
10. Agah J, Mahdavinasan J, Agah S. The role of Hamd sura in establishment of healthy personality. Teb va Tazkiye. 2016; 24(1): 69-80. [In Persian]
11. Akbari AR. Psychological Analysis of the Believer's Personality from a Behavioral Perspective in the Qur'an and hadiths. Journal of Quranic Sciences and Hadith. 2014; 1(1): 77-98. [In Persian]
12. Yadollahpour B, Fazeli Kebria M. Psychology of Healthy Personality from the Perspective of the Qur'an. Journal of Quran and Science. 2012; 6(10): 11-40. [In Persian]
13. Holey Quran; Surah An-Nahl, Verse 97.
14. Holey Quran; Surah Ibrahim, Verse 27.
15. Holey Quran; Surah Al-Baqarah, Verse 138.
16. Holey Quran; Surah Al-Hujurat, Verse 13.
17. Holey Quran; Surah Az-Zariyat, Verse 56.
18. Bashiri AA. An Introduction to Personality Theory Based on Religious Thought. Journal of Psychology and Religion. 2012; 5(1): 28. [In Persian]
19. Holey Quran; Surah At-Tin, Verse 4-5.
20. Holey Quran; Surah Al- Baqarah, Verse 30.
21. Holey Quran; Surah Al-Isra, Verse 70.
22. Holey Quran; Surah As-Sajdah, Verse 7-9.
23. Shamloo S. Schools and Theories in Personality Psychology. Tehran: Roshd Publications; 2011. p.161. [In Persian]
24. Motahhari M. Collection of works by Shahid Motahari vol 2. Tehran; Sadra Publications; 1999. p.274. [In Persian]
25. Holey Quran; Surah At-Taghabun, Verse 15.
26. Holey Quran; Surah Al-Insan, Verse 3.
27. Holey Quran; Surah Al-Balad, Verse 10.
28. Javadi Amoli A. The Real Life of Man in the Quran. Qom; Esra: 2003. p.292. [In Persian]
29. Cressini R. Handbook of Innovative Therapies. Translation by Ardakani E, Ardakani E. Tehran; Giova Publications: 2012. p.322.
30. Holey Quran; Surah Taha, Verse 124.

31. Holey Quran; Surah Ar-Ra'd, Verse 28.
32. Safara M, Balali Dehkordi N, Sadidpour SS. Meta-analysis of the Effectiveness of Religion and Spirituality in the Treatment of Psycho-Clinical Disorders During 2003-2013. *Journal of Research in Religion and Health*. 2019; 5(3): 124-36. [In Persian]
33. Holey Quran; Surah Al-Fath, Verse 4.
34. Mousavi Moghadam SR. Healthy Human (Normal, Soft) and its Role in Spiritual Health and Mental Health, from the Perspective of René Descartes and Allameh Tabatabai Based on the Interpretive Attitude of Al-Mizan. *Scientific Journal of Zanzan University of Medical Sciences*. 2014; 22(90): 33-44. [In Persian]
35. Marzband R, Zakavi AA. Indicators of Spiritual Health Based on Quran Perspective. *Journal of Medical Ethics*. 2012; 6(20): 69-99. [In Persian]
36. Atashzadeh-Shoorideh F, Karamkhani M, Shokri Khubestani M, Fani M, Abdoljabbari M. Searching the concept of spiritual well-being and the indices of healthy individuals in different religions and creeds. *Journal of Research on Religion & Health*. 2016; 2(4): 63-71. [In Persian]
37. Harani Am H I SH. *Tahf al-Aqool*, Seventh Edition, Translation by Mohammad Baqir Kamraei. Tehran; Ketabchi Publications: 2000. p.16-111. [Arabic]
38. Faiz Kashani MM. *Al-Muhajjah al-Bayda fi Tahzib al-Ahya*. Vol1. Qom: Society of Teachers; 2004. p.358-63. [Arabic]
39. Shaeire T D M. *Jame al-Akhbar*, Researcher: Ala al-jafar. Beirut: Al-Bayt Institute; 1992. p.42. [Arabic]