

بیم و امید دو شاخص تعادل روانی از دیدگاه اسلام

اثر: علی اصغر احمدی

از: دانشگاه تهران

چکیده:

این مقاله به بررسی یکی از مهمترین ویژگیهای روان شناختی انسان از دیدگاه اسلامی یعنی بیم و امید پرداخته است. روش تحقیق در این مقاله مبتنی است بر استنباط نظری از متون اسلامی. در این مقاله ابتدا به ترسیم ویژگیهای بیم و امید به شکل مطلوب و آرمانی پرداخته و آنرا از دیدگاه اسلامی مورد بحث قرار داده‌ایم. پس از آن وضعیت موجود انسانها یا به عبارت دیگر آنچه هست را در این زمینه، بررسی کرده‌ایم. در ادامه ضرورت و اهمیت تعیین مراحل تحول از وضع موجود به وضع مطلوب را بیان کرده‌ایم. در این قسمت گفته ایم که هنوز در تعیین مراحل راه طولانی را باید طی کنیم. در آخرین قسمت مقاله به روشهایی که دین برای رسیدن از وضع موجود به وضع مطلوب بیان کرده است، پرداخته‌ایم

مقدمه :

ادیان، بویژه ادیان توحیدی، عمیقترین، گسترده ترین و بیشترین نفوذ را بر زندگی انسانها در طول تاریخ، در مقایسه با سایر نظامهای فرهنگی و اجتماعی، از قبیل نظامهای حکومتی، آداب و سنن قومی، نظامهای فلسفی و... داشته‌اند. دین در زندگی انسان چنان اهمیتی دارد که در کنار شاخصهای دیگری چون جنس، نژاد، ملیت و تقسیمات جغرافیایی، وسیله ای است برای طبقه بندی انسانها. چنانکه در طبقه بندی‌ها و گروه بندی‌های فراگیر و فراملی انسانها، پیوسته شاخص دین به کار گرفته می‌شود، که خود گویای نفوذ و گستردگی تاثیر فرهنگ دینی بر زندگی انسانهاست.

ادیان، بدون داشتن یک نظام انسان شناختی در درون خود نمی‌توانسته‌اند چنین نفوذی را بر زندگی انسانها داشته باشند. اگر آداب و سنن و باورهای دینی با ساخت روانی انسان یا به عبارتی با فطرت او تطابق کافی نداشته باشند، نمی‌توانند بر آنها تاثیر گذاشته و آن را در دراز مدت حفظ کنند (احمدی ۱۳۷۳). یکی از وجوه افتراق ادیان در درون خود نیز ناشی از همین ویژگی است. چنانکه ادیان توحیدی، از انسان شناسی واقع‌بینانه تری در مقایسه با ادیان غیر توحیدی برخوردارند، به همین جهت تاثیر گسترده تر و عمیقتر بر زندگی انسانها دارند. روانشناسی، علمی است که از طریق مطالعه رفتارهای انسان در صدد دستیابی به ساختار واقعی شخصیت اوست. این علم در نهایت بخشی از نیاز انسان برای شناخت خود یعنی نیاز انسان شناختی انسان را تامین می‌کند. انسان به کمک علوم مختلف، بالاخص به کمک علوم انسانی در صدد شناخت خویش است.

انسان شناسی فرا علم^(۱) علوم انسانی است. روانشناسی از طریق بررسی

تجربی سؤاها و فرضیه‌های جزئی و عینی، مصالح لازم برای تکمیل ساختار روانی انسان، یعنی شخصیت را تدارک می‌بیند. جستجوی سؤاها و فرضیه‌های جزئی، بدون توجه به یک نظام نظری^(۲)، موجب می‌شود بسیاری از عناصر مورد نیاز برای تشکیل یک نظام جامع و سازمان یافته از شخصیت از نظر دور بماند. دیدگاه رفتاری‌نگرها^(۳) مبنی بر عدم نیاز روان‌شناسی به نظریه در شرایط فعلی و ضرورت گردآوری انبوه یافته‌های تجربی، این خطر را به دنبال دارد که اولاً تعدادی از مهمترین مواد مورد نیاز این علم از نظر دور بماند، (همانگونه که در این مقاله نشان خواهیم داد بیم و امید یا خوف و رجاء و جبن، از همین دسته است) و ثانیاً نظام بخشیدن به یافته‌های انبوه تجربی با مشکلات عدیده‌ای مواجه شود. از اینرو اکثر روان‌شناسان برای داشتن چارچوبی برای تحقیقات تجربی و نیز سازمان بخشیدن به یافته‌های میدانی، از نظامی نظری تبعیت می‌کنند. و از این طریق در تعاملی دو جانبه از نظریه برای "هدایت تحقیقات" سود می‌جویند و از حاصل "تحقیقات" برای غنی ساختن نظریه بهره می‌گیرند.

دیدگاه انسان‌شناسی ادیان می‌تواند به عنوان نظامی نظری در مورد ساختار روانی و رفتاری انسان در نظر گرفته شود. نظامی که موفقیت و نفوذ خود را همراه با زندگی بشر، به اثبات رسانده است. واقعیت‌ناهن بودن و موفقیت نظام انسان شناختی ادیان، پشتوانه‌ای به طول تاریخ بشری دارد. دوام و بقای نظامهای دینی در بین انسانها در طول قرون متمادی نشان می‌دهد که شناخت ادیان از انسان بر واقعیتهای بنیادی او استوار است. از اینرو روان‌شناسان چه از زاویه نیاز به چارچوب نظری برای هدایت تحقیقات خویش و چه از زاویه رسالت دانشمند برای شناخت واقعیت، ناگزیر از پرداختن جدی و نظامدار به دیدگاههای دینی در مورد انسان هستند. چنین ضرورتی باعث شده است روان‌شناسان، چه با نگرش مثبت به دین و چه با نگرش منفی به آن، به تجزیه و تحلیل دیدگاه دینی در مورد رفتار و روان

انسان پردازند (جیمز، ۱۳۴۳، فروید، ۱۳۵۱، فرام، ۱۳۵۴، یونگ، ۱۳۵۲، هال و لیندزی، ۱۹۸۹، احمدی، ۱۳۶۲ و ۱۳۷۴)

یکی از مباحث مهم در انسان شناسی از دیدگاه ادیان، شناخت شاخصهای تعادل روانی است. اگر بخواهیم دیدگاه ادیان در مورد شاخصهای تعادل روانی را مورد بررسی قرار دهیم، باید بدانیم که دین آداب زندگی است. و پیوسته چگونه زیستن را می آموزد. از این رو وقتی با تعالیم دینی در زمینه ویژگیهای روانی مواجه می شویم، به الگویی بر می خوریم که در آن ویژگیهای "انسان مطلوب" ترسیم شده است از سوی دیگر باید توجه داشت که دین تنها به ارائه الگوی مطلوب اکتفا نمی کند. بلکه به آنچه "هست" نیز دقیقاً توجه دارد و این "هست ها" را به سوی الگوی مطلوب رهنمون می شود. به عبارت دیگر می گوید که انسانها "چه هستند" و "چه باید باشند".

دین تحول "هست ها" را به سوی الگوی آرمانی، یک تحول آتی و دفعتی نمی داند، بلکه آنرا تحولی تدریجی به شمار می آورد که می تواند طی "مراحلی" انجام پذیرد. همچنین دین برای رسیدن، به نقطه مطلوب "روشهایی" را ارائه می کند. از اینرو برای شناخت دیدگاه اسلامی در مورد ویژگیهای انسان سالم و کامل می باید:

- ۱- الگوی مطلوب و اید آل اسلام را در مورد انسان ترسیم کرد.
 - ۲- دیدگاه اسلام را در مورد واقعیت وجودی انسانها درک و استنباط نمود.
 - ۳- مراحل رسیدن از وضع موجود به وضع مطلوب را شناخت.
 - ۴- روشهای دین برای رسیدن از وضع موجود به وضع مطلوب را در یافت.
- در این مقاله ما در صدد آنیم که یکی از ویژگیهای مهم انسان مطلوب، یعنی داشتن بیم و امید یا خوف و رجاء را از دیدگاه آخرین دین توحیدی یعنی اسلام مورد بررسی قرار دهیم.

روش بررسی :

روش بررسی ما در این مقاله به شکل بنیادی و اساسی بر استفاده از آیات قرآنی استوار است. تلاش کرده ایم از طریق فهم معانی آیات، دیدگاه دین اسلام در مورد بیم و امید را استنباط کنیم. از سوی دیگر روایات منقول از ائمه دین (ع) را که در متون روایی ضبط است، به عنوان تفسیر و تبیینی بر آیات قرآنی مورد استفاده قرار داده ایم. به این ترتیب روش ما در این مقاله "روش استنباط نظری از مدارک مکتوب دینی" است. و باید توجه داشت که عوامل ذیل اعتبار این بررسی را کاهش می دهد.

- ۱- عدم دسترسی به نظر مستقیم شارع در رابطه با موضوع مورد بررسی
- ۲- استفاده جانبی از آیات و روایاتی که گاه به منظور بیان مطلبی دیگر و متفاوت از موضوع مورد بررسی، نازل و یا اظهار شده اند.
- ۳- تأثیر شیوه درک و نقل راوی بر روایات مورد استفاده.
- ۴- دشوار بودن و یا عدم دسترسی به تمام آیات و روایات مربوط به موضوع
- ۵- تأثیر آشکار و پنهان افکار، تمایلات و محدودیتهای محقق بر استنباط!

مفاهیم و اصطلاحات :

هر چند که در این مقاله در صدد بررسی مفهوم بیم و امید هستیم، لکن برخی از مفاهیم مرتبط با آن دو را نیز مد نظر داریم. مفاهیم و اصطلاحات مورد استفاده در این مقاله به شرح زیر تعریف می شوند :

- ۱- بیم^(۴) یا خوف، که عبارت است از نگرانی از آینده که می تواند ناشی از عوامل واقعی و یا ذهنی واقعی باشد. در این باره آیت الله محمد مهدی نراقی در جلد اول کتاب جامع السعاده می گوید: "خوف عبارت است از ناراحتی و سوزش

دل به سبب انتظار واقعه ناگواری که احتمال وقوع آن در آینده می‌رود. " (نراقی ۱۳۸۳. ه ق)

۲- امید^(۵) یا رجاء و آن عبارت است از انتظار ذهنی و روانی برای بروز واقعه ای مطلوب در آینده.

۳- ترس^(۶) یا رعب که عبارت است از هیجان اجتناب و گریز از محرک بالفعل تهدید کننده واقعی که جنبه عمومی دارد.

۴- هراس^(۷) یا رهب که عبارت است از هیجان اجتناب و گریز از محرک بالفعل تهدید کننده که اکتسابی بوده و جنبه فردی دارد.

۵- وحشت^(۸) که عبارت است از ترس یا هراس شدید.

۶- جبن^(۹) که یک ویژگی شخصیتی و عبارت است از کم جرأتی و یا ویژگی اجتناب و انفعال.

در روان‌شناسی مفاهیم ترس، هراس و تا حدودی وحشت مورد بررسی قرار گرفته‌اند ولی مفاهیم بیم و امید و جبن به حد کافی مورد توجه و بررسی قرار نگرفته‌اند و لازم است این مفاهیم در تحقیقات روان‌شناختی جای خود را بازکنند.

۱- الگوی مطلوب اسلام در مورد بیم و امید

انسانهای متعادل و طبیعی نسبت به چیزهایی امید دارند و از چیزهایی بیمناکند، و به همین دلیل اعمال خویش را در جهت خاصی هدایت می‌کنند تا هر چه بیشتر به امید خویش نایل آمده و از چیزهایی که بیم آنها را در دل دارند، دور شوند. بیم و امید حاصل ذهن آینده‌نگرانسان است. از وقتی که زمان در ذهن کودک شکل می‌گیرد، زمان حال در دو جهت گذشته و آینده نیز گسترش می‌یابد (منصور، دادستان ۱۳۷۴). گسترش ذهن به گذشته و آینده، بیم و امید را حداقل به لحاظ شناختی در ذهن فرد به وجود می‌آورد.

چیزهای مختلفی می‌تواند موضوع بیم و امید انسان باشد. افراد دیگر، امتیازاتی که برای انسان مطرح است، وقایع طبیعی، حیوانات و بسیاری چیزهای دیگر می‌توانند موضوع بیم و امید باشند. امید بستن به کسی یا کسانی و یا بیمناک بودن از آنها، امید بستن به حیوانی و یا بیمناک بودن از آن، همگی مصادیقی از بیم و امید هستند. با همه اینها سؤال این است که کدامیک از آنها مطلوب و کدام نا مطلوبند؟ ادیان الهی و از آنجمله دین اسلام انسانها را بسوی بیم و امیدی مطلوب و آرمانی دعوت می‌کند. ویژگیهای بیم و امید مطلوب از دیدگاه اسلام به این شرح است:

الف - بیم و امید یکسره متوجه خداوند است - اسلام انسان را دعوت می‌کند که یکسره به رحمت خداوند امید داشته باشد و از معاد او بیمناک باشد. قرآن درباره مؤمنان می‌فرماید آنان کسانی هستند که "از بستر خواب بر می‌خیزند و پروردگاشان را با بیم و امید می‌خوانند و از آنچه روزیشان داده‌ایم انفاق می‌کنند"^(۱۰) و یاد در جای دیگر می‌فرماید "آیا آنکس که در دل شب با سجود و قیام خویش عبادت خدا می‌کند و از روز قیامت بیمناک است و به رحمت پروردگار خویش امیدوار، با آن کسی که چنین نیست برابر است؟ بگو آنانکه می‌دانند با آنانکه نمی‌دانند برابرنند؟ تنها خردمندان این نکته را در می‌یابند"^(۱۱)

این آیات نمونه‌هایی از ترسیم چهره یک الگوی مطلوب و ایده‌آل است. آنانکه چنان بیم و امید به خداوند در وجودشان جمع شده که شوق رحمت خداوند و بیم از قیامت، آنان را از خواب بیدار می‌کند و در دل شب به راز و نیاز با خدای خویش می‌کشانند.

ب - بیم و امید در اصل متوجه حیات جاودان است - آنچه که مؤمن را در اصل بیمناک و امیدوار می‌سازد صحنه قیامت و زندگی جاودان است. انسان مطلوب از دیدگاه دین کسی است که می‌ترسد در روز جزا از رحمت خداوند دور بماند و الا مشکلات و مصایب این جهان او را بیمناک و یا امیدوار نمی‌کند. در این باره

خداوند در قرآن کریم پس از آنکه بیان می‌کند که مصائب دنیوی اموری مقرر و تعیین شده از جانب پروردگار هستند می‌فرماید " تا بر آنچه از دست می‌دهید اندوهگین نگشته و به آنچه بدست می‌آورد شادمان نگردید و خداوند هیچ متکبر خود ستاینده ای را دوست نمی‌دارد (۱۲) " و از سوی دیگر خداوند شادمانی برای متاع این جهان را منع می‌کند و می‌فرماید " خداوند برای آنکه بخواهد، روزی را گشایش داده و یا تنگ می‌نماید و مردم به زندگی دنیا شادمان می‌گردند در حالیکه زندگی دنیا در آخرت جز متاعی اندک چیزی نیست (۱۳). "

خلاصه آنکه بیم و امیدی که برای الگوی مطلوب از دیدگاه اسلام مطرح می‌شود، بیم و امید انسان مؤمن در این دنیا برای آخرت است، نه در این دنیا برای این دنیا و یا در آخرت، زیرا در آن جهان دیگر بیم و حزنی برای مؤمن وجود ندارد. ج - بیم و امید می‌باید با یکدیگر متعادل باشد - از دیدگاه اسلامی می‌باید بام و امید تو اما " وجود داشته باشند. در سوره زمر (۳۹) آیه ۹ دیدیم که خداوند از جمله صفات مؤمن را پرهیز از عذاب آخرت و امیدواری به رحمت خداوند می‌داند.

امام صادق (ع) می‌فرماید: " پدرم (ع) می‌گفت: نیست بنده مؤمنی مگر آنکه در قلب او دو نور باشد، نور بیم و امید اگر آندو وزن شوند هیچکدام بر دیگری فزونی نگیرد (۱۴) " در این باره امام علی (ع) می‌فرماید: بهترین اعمال اعتدال بین امید و بیم است. (۱۵)

د - در مسایل و مشکلات زندگی نیز باید فرد مؤمن امید به خداوند داشته باشد - در این باره آیات و روایات بسیاری وارد شده است که پیوسته انسان را به سمت اتکال به خداوند سوق می‌دهد. برخی از آیات و روایات مربوطه را در بخشهای بعدی مقاله مورد توجه قرار خواهیم داد، لکن در اینجا به این نکته تاکید می‌کنیم که توحید عملاً انسان را از تشمت در شناخت، عاطفه و عمل دور می‌دارد. اعتقاد به توحید موجب می‌شود به جای آنکه انسان پیوسته به عوامل متعدد مؤثر در زندگی

خویش بیندیشد، و از آنها بیم به دل راه داده و یا به آنها امید ببندد، به مرجع و ملجائی واحد چشم بدوزد.

کمترین تاثیر چنین نگرشی انسجام و تعادل بین شناختها، عواطف و اعمال در بسیاری از بخشهای زندگی است. چنانکه در تعریف بیم و امید گفتیم ایندو متوجه وقایع محتمل الوقوع در آینده هستند. بیم از بیماری، بیم از انسانها، بیم از وقایع طبیعی و... و یا امید به زندگی و زنده بودن، امید به سلامت زیستن و حتی امید به مرگ کسی و رسیدن به راحتی و خوشبختی از این طریق، می تواند یک ذهن متشتت را به دنبال داشته باشد. توحید می تواند انسان را از این تشتت دور نگه دارد.

۲- وضعیت موجود انسانها در مورد بیم و امید

آنچه که تاکنون بیان کردیم ارائه یک الگوی مطلوب در مورد بیم و امید است. مسلم است این الگوی مطلوب به عنوان یک هدف غایی می تواند در نظر گرفته شود تا انسانهای متکامل به سوی آن هدف رفته و عمل خود را جهت ببخشند. آنچه واقعیت دارد این است که انسانها اغلب بیم و امید به غیر خدا دارند، و اینکه از چه چیزی بیمناکند و به چه چیزی امیدوار، می باید از طرق گوناگون مورد بررسی قرار گیرد. یکی از روشهای بررسی این پدیده، انجام پژوهشهای میدانی و سنجش نگرش انسانها در این باره است. یکی دیگر از روشهایی که می تواند به عنوان مبنای نظری روش بالا نیز به شمار آید استقراء در متون مختلف از جمله متون اسلامی است. ما در این بخش از مقاله چنین هدفی را دنبال می کنیم و می خواهیم ببینیم دین کدامیک از انواع بیمها و امیدها را در بین انسانها به عنوان واقعیت موجود، مورد تاکید قرار داده است.

الف - بیم و امید به انسانها - در فرازهای گوناگونی از آیات و احادیث به شکل تلویحی یا تصریحی به چنین پدیده ای اشاره شده است. یکی از روایاتی که چنین

پدیده ای را توضیح می دهد روایتی است از رسول اکرم (ص). ایشان می فرمایند: "خداوند کسی را بر فرزند آدم مسلط نکرد مگر آنکه را که فرزند آدم از او بیمناک بود و اگر فرزند آدم به جزاز خدا بیم نداشت خداوند نیز کسی را بر او مسلط نمی ساخت. خداوند فرزند آدم را به کسی واگذار نکرد مگر آنکه فرزند آدم بدو امیدوار بود و اگر فرزند آدم امیدی جز خدا نداشت، خداوند نیز او را به کسی واگذار نمی کرد (۱۶).

ب - بیم و امید به وقایع و حوادث طبیعی - در این باره آیاتی از قرآن را می یابیم که اشاره به برخی نشانه های الهی از آنجمله "برق" (منظور رعد و برق یا صاعقه است) دارد که انسانها به آن امید بسته و یا بیمناک می شوند. خداوند در جایی می فرماید: "او کسی است که «برق» را که موجب بیم و امید شماسست به شما می نمایاند و ابرهای سنگین را بر می آورد (۱۷)" و یا در جای دیگر می فرماید "از نشانه های او نمایاندن «برق» است که از آن بیمناک و بدان امیدوارید و او از آسمان آب را فرو می فرستد (۱۸)".

ج - بیم از سرزنش - قرآن صفات مؤمنین را بیمناک نبودن از سرزنش دیگران می داند به قرینه چنین تعبیری می توان دریافت که بیم از سرزنش یکی از بیم های رایج بین انسانهاست. خداوند در آیه ای که در آن نشانه های قومی را بر می شمرد که حضرت رسول "ص" در تاویل آن اشاره به ایرانیان دارد، چنین می فرماید "ای کسانی که ایمان آورده اید، هر کس از شما از دین خود بازگردد، خداوند به زودی قومی را به میدان می آورد که او آنها را دوست می دارد و آنها او را. نسبت به مؤمنین خاضعند و نسبت به کافران سرکش. این قوم در راه خدا مبارزه می کنند و از سرزنش هیچ سرزنش کننده ای نیز نمی هراسند. این فضل خداست که به هر که بخواهد می دهد و خداوند گشایش دهنده و علیم است (۱۹)".

د - بیم از یاران شیطان - دیگر از مصادیق بیم که در قرآن به آن اشاره شده است بیم از یاران شیطان است. قرآن عده ای را به عنوان یاران شیطان معرفی می کند که

در عین حال شیطان آنان را بیمناک می‌سازد. این افراد نیز به نوبه خود انسانها را بیمناک می‌کنند. و این خود قاعده‌ای است بر تسری بیم. وقتی انسان از چیزی بیمناک است بیم خود را به طرقی به دیگران تسری می‌بخشد. در قرآن می‌خوانیم: "همانا این است شیطان، دوستان خود را بیمناک می‌کند. از آنها بیم به دل راه ندهید و بیم من به دل داشته باشید اگر مؤمن هستید (۲۰)".

علاوه بر این انواع از بیم و امید، قرآن و متون اسلامی بر وجود انواعی دیگر از آنجمله بیم از مرگ، امید به حساب ناری (سوره نباء (۷۸) آیه ۲۷) امید به محشور ناشدن (سوره فرقان (۲۵) آیه ۴۰) و نیز انواع دیگری از اینگونه بیم‌ها و امیدها اشاره دارد.

۳- مراحل رسیدن از وضع موجود به وضع مطلوب

مفهوم مراحل برای تعیین آنچه که بهنجار می‌نامیم، ضروری است. به عبارت دیگر تا وقتی ندانیم هر رفتار و حالتی از چه مرحله‌ای می‌گذرد و به چه مرحله‌ای ختم می‌شود، نه می‌توانیم در مورد بهنجار بودن و نا بهنجار بودن آن قضاوت روشنی داشته باشیم و نه اینکه می‌توانیم برنامه تربیتی خاصی را برای آن در نظر بگیریم. روشن است که هر کسی را در هر مرحله‌ای نمی‌توان به عالیترین مراحل رشد و تحول رهنمون شد.

از آنجائیکه اسلام دینی است که می‌خواهد انسانها را به طرف الگوی آرمانی خود رهنمون شود، لذا می‌باید مراحل مختلف این تحول را مد نظر قرار دهد. گواه چنین نکته‌ای عبارت مشهور حضرت رسول "ص" است که فرمود: "ما انبیاء دستور داریم که با مردم به اندازه عقل‌های آنان سخن بگوئیم (۲۱)". و این نشانگر آن است که دین اسلام و شارع مقدس، مساله مراحل رشد و تکامل افراد را پیوسته مد نظر داشته است.

علیرغم این نکته، متأسفانه این مراحل به شکل مدون در اختیار ما نیست.

متفکران و محققان اسلامی لازم است مراحل تحول روانی و تربیتی انسان از دیدگاه اسلام را مدون کرده و ویژگیهای آنرا بدقت استخراج نمایند. ما نیز به تبع وجود این خلاء نمی توانیم مراحل دقیقی از تحول وضعیت موجود در مورد بیم و امید را به طرف الگوی آرمانی ترسیم کنیم. لیکن با استناد به یکی از حکمت‌های علی (ع) در نهج البلاغه، یک الگوی ابتدائی و بخشی از این مراحل را بیان می‌کنیم. با توجه به اینکه بیم و امید وابستگی به علم و یقین انسان دارد، در مورد تحول این ویژگی حضرت علی (ع) می‌فرماید: کسی که پند بگیرد بصیرت می‌یابد و هر که بصیرت یافت می‌فهمد و هر که فهمید دانا می‌شود (۲۲).

به این ترتیب می‌توانیم چهار مرحله ۱- پندگیری ۲- بصیرت ۳- فهم ۴- علم را در این کلام به عنوان ۴ مرحله متوالی تحول تربیتی در نظر بگیریم. اگر دقت کنیم می‌توانیم بخشی از تحول بیم و امید را از وضعیت موجود به وضعیت مطلوب بر اساس این الگو تبیین کنیم.

۴- روشهای دین برای رسیدن از وضع موجود به وضع مطلوب

از بررسی آنچه در متون اسلامی به خصوص قرآن مجید می‌توان استنباط کرد این است که انسان می‌تواند با استفاده از دستور العمل‌هایی خود را از وضعیت موجود رها کرده و به سمت وضعیت مطلوب در زمینه بیم امید سوق دهد. بر اساس شواهد موجود مهمترین نکات و روشها در این باره عبارتند از:

۱- توحید و توکل: اولین و مهمترین روش این است که انسان به خدای یگانه ایمان داشته و به او توکل کند. در این باره در قرآن می‌خوانیم که: "آری، هر کس که از روی اخلاص رو به خدا کند و نیکوکار باشد، پاداشش را از پروردگارش خواهد گرفت و دستخوش بیم و اندوه نمی‌شود (۲۳)".

این نکته بر روح توحیدی اسلام حاکم است که ایمان و توکل به خداوند انسان را

از بسیاری از مشکلات مصون می‌دارد، از آنجمله مبتلا شدن به بیم و امید به مظاهر ناپایدار عالم. عبارت "و من يتوكل على الله فهو حسبه" این نکته را به طور کامل نشان می‌دهد.

در سوره طه (۲۰) آیه ۴۶ خداوند خطاب به موسی و هارون در جواب اظهار بیم آن دو از فرعون، می‌فرماید :

قال لاتخافا اننى معكما اسمع و ارى

۲- عمل صالح : آیات قرآنی علاوه بر ایمان و توکل، عمل صالح را نیز روشی برای غلبه بر خوف و رجاء نامطلوب می‌داند. این نکته نه تنها در آیه ۱۱۲ سوره بقره به چشم می‌خورد، بلکه در آیات دیگری نیز به آن اشاره می‌شود. از آنجمله در سوره کهف می‌خوانیم :

" هر کس به دیدار پروردگارش امید دارد باید که عمل صالح پیشه کند و کسی را شریک عبادت او قرار ندهد (۲۴) "

۳- استقامت : استقامت نیز موجب سیر انسان از بیم و امید موجود به سوی بیم و امید مطلوب خواهد شد. در این باره در قرآن می‌خوانیم :

" آنان که گفتند خدای ما الله است و بر این گفتار استقامت ورزیدند، ملائکه الهی بر آنان نازل شده و به آنان القاء می‌کنند که بیمناک و اندوهگین نباشید (۲۵) "

۴- علم : از عوامل دیگری که موجب می‌شود انسان به سمت بیم مطلوب کشیده شود علم است. در قرآن می‌خوانیم که :

" همانا عالمان از خداوند می‌ترسند (۲۶) "

این مطلب وقتی با نکته‌ای که در مورد مراحل تحول از وضعیت موجود به طرف وضعیت مطلوب و مراحل لازم برای رسیدن به علم، از قول حضرت علی (ع) بیان کردیم، آمیخته شود، می‌تواند نتایج بهتری را به دست دهد.

۵- جایگزینی : خداوند یکی دیگر از راههای غلبه بر خوف نامطلوب را

جایگزین ساختن آن با بیم مطلوب بیان می‌کند. در جایی که می‌فرماید: "از یاران شیطان نترسید، بلکه اگر ایمان دارید، از من بیمناک باشید" (۲۷).

۶- اعتماد به نفس: خداوند یکی دیگر از راههای تغییر وضعیت از شکل موجود به وضع مطلوب را از طریق القاء احساس برتری و اعتماد به نفس ذکر می‌کند. در واقعه مربوط به حضرت موسی (ع) و فرعون، وقتی سحره ریسمانها و عصاهای خود را می‌افکنند، و آنها در نظر بینندگان مار جلوه می‌کند، و موسی (ع) می‌ترسد. قرآن در این باره در سوره طه (۲۰) چنین می‌فرماید:

"گفت شما بیفکنید. ناگهان از جادویی که کردند چنان در نظرش آمد که آن ریسمانها و عصاهابه هر سو می‌دوند (۶۶) موسی خویش را ترسان یافت (۶۷) گفتیم مترس که تو برتر هستی (۲۸) (۶۸)"

در این آیات خداوند برای غلبه یافتن حضرت موسی بر ترسش او را اعتماد به نفس می‌دهد و به او می‌فرماید که برتر است.

۷- قطع امید از مردم: یکی دیگر از راههای رسیدن به وضع مطلوب قطع امید از مردم و امیدوار بودن به خداوند است. چنانکه امام باقر (ع) می‌فرماید:

"نامیدی از آنچه در دست مردم است موجب عزت مومنین می‌شود، در حالیکه طمع فقر حاضر (بالفعل) است (۲۹)." و نیز امام علی (ع) می‌فرماید:

"نزدیک شدن به خداوند از طریق درخواست از او ممکن است ولی نزدیک شدن به مردم از طریق ترک درخواست از آنان ممکن می‌گردد (۳۰)"

جمع‌بندی و نتیجه‌گیری:

از آنچه گفتیم می‌توانیم به این نتیجه برسیم که بیم امید از دیدگاه اسلامی یکی از ویژگی‌های واقعی و آرمانی انسان است. شناخت واقعیت انسان در این مورد از طرق گوناگون ممکن است. یکی از راههای آن مراجعه به متون اسلامی و یافتن

دیدگاه دین در این باره است. ما مهمترین محورهای بیم و امید در مورد انسان را در زمینه‌های بیم و امید به انسانها، به عوامل طبیعی، سرزنش، یاران شیطان یافتیم. وضعیت آرمانی بیم و امید نیز به شکل بیم و امید نسبت به خداوند، و حیات آخرت با وضعیتی متعادل و متوازن ترسیم شده است. در این الگو بیم و امید در مورد پدیده‌های دنیایی نیز به خداوند ارجاع می‌شود.

در مورد مراحل به طور اجمال می‌دانیم که دین برای تحول انسان مراحلی را قائل است، ولی این مراحل را با دقت کافی نمی‌توانیم استنباط کنیم. روشهایی را که دین برای رسیدن از وضعیت موجود به وضعیت آرمانی ارائه کرده است به طور اجمال می‌توان با تاکید بر ایمان و توکل به خداوند، انجام اعمال درست، و استقامت خلاصه کرد. سایر روشها که در متن مقاله به آنها اشاره شده است، فرع بر این قواعد کلی است.

پیشنهادها:

بر اساس مباحث طرح شده در این مقاله پیشنهادهای ذیل برای فعالیتهای تحقیقی آتی ارائه می‌کنیم: ۱- بیم و امید حاصل ذهن آینده نگر انسان است و از آنجاییکه نشانه‌های اندکی از آینده نگری در مورد حیوانات دیده می‌شود، و یا دست کم بیم و امیدی که در مورد انسان دیده می‌شود، در مورد حیوان به چشم نمی‌خورد، لذا می‌باید این پدیده به عنوان یک پدیده خاص انسانی مورد توجه قرار گرفته و سهم آن در زندگی انسان مشخص شود. روان شناسی می‌باید ضمن تعیین سهم بیم و امید در شکل گیری رفتارهای بشر، به بررسی تاثیر انواع آنها بر سلامت و بیماری انسان نیز بپردازد.

۲- باید به بررسی این نکته پرداخت که انسانها معمولا و علی القاعده به چه چیزهایی امید دارند و از چه چیزهایی بی‌مناکند. چنین پژوهشی با استفاده از

روشهای موجود در زمینه نگرش سنجی و سایر روشهای متداول پژوهش امکان پذیر است.

۳- مراحل تحول روان شناختی و تربیتی انسان از دیدگاه اسلامی هنوز تدوین نشده است. لذا یکی از کارهای مهمی که در زمینه دیدگاههای اسلام در مورد روان شناسی و تعلیم و تربیت می باید انجام گیرد، استخراج این مراحل است.

پانوشتها

۱- Metascience

۲- Theoric System

۳- Behaviorists

۴- Apprehension - Afraid

۵- Hope

۶- Fear

۷- Phobia

۸- Dread

۹- Timidity

۱۰- تتجافی جنوبهم عن المضاجع يدعون ربهم خوفاً "و طمعاً" و ممارزقناهم
ینفقون. سوره سجده (۳۲) آیه (۱۶)

۱۱- امن هو قانت آناء الليل ساجدا و قائما يحذر الاخره و يرجوا رحمة ربه، قل
هل يستوی الذین یعلمون و الذین لا یعلمون انما يتذكر اولو الالباب سوره زمر (۳۹)
آیه (۹).

۱۲- لكيلا تأسوا على ما فاتكم و لا تفرحوا بما آتاكم و الله لا يحب كل مختال
فخور. سوره حدید (۵۷) آیه (۲۳).

۱۳- الله يبسط الرزق لمن يشاء و يقدر و فرحوا بالحيوه الدنيا و ما الحيوه الدنيا

فی الاخره الامتاع. سوره رعد (۱۳) آیه (۲۶).

۱۴- الامام الصادق (ع) : كان ابی علیه السلام یقول : انه لیس من عبد مؤمن الا فی قلبه نوران : نور خیفه و نور رجاء، لو وزن هذا لم یزد علی هذا و لو وزن هذا لم یزد علی هذا. بحار الانوار جلد ۷۸ ص ۲۵۹. به نقل از میزان الحکمه

۱۵- الامام علی (ع) : خیر الاعمال اعتدال الرجاء و الخوف. غرر الحکم و در الکلم.

۱۶- رسول الله صلی علیه و آله وسلم : ما سلط الله علی بن آدم الامن خافه ابن آدم و لو ان ابن آدم لم یخف الا الله ما سلط علیه غیره و لا وکل ابن آدم الامن رجاء و لو ان ابن آدم لم یرج الا الله ما وکل الی غیره. کنز العمال خ ۵۹۰۹، به نقل از میزان الحکمه.

۱۷- هو الذی یریکم البرق خوفا و طمعا و ینشی السحاب الثقال. سوره رعد (۱۳) آیه ۱۲

۱۸- و من آیاته یریکم البرق خوفا و طمعا و ینزل من السماء ماء. سوره روم (۳۰) آیه ۲۴

۱۹- یا ایها الذین آمنوا من یرتد منکم عن دینه فسوف یاتی الله بقوم یحبهم و یحبونه اذله علی المؤمنین اعزه علی الکافرین یجاهدون فی سبیل الله و لا یخافون لومه لائم ذلك فضل الله یوتیه من یشاء و الله واسع علیم سوره مائده (۵) آیه ۵۴
۲۰- انما ذلکم الشیطان یخوف اولیائه فلا تخافوهم و خافون ان کنتم مؤمنین سوره آل عمران (۳) آیه ۱۷۵

۲۱- رسول الله (ص) : انما معاشر الانبیاء امرنا ان نکلّم الناس علی قدر عقولهم. بحار الانوار جلد ۷۷ ص ۱۴۰، به نقل از میزان الحکمه.

۲۲- علی (ع) : و من اعتبر ابصرو و من ابصر فهم و من فهم علم. نهج البلاغه حکمة ۱۹۹

۲۳- بلی من اسلم وجهه لله و هو محسن فله اجره عند ربه و لا خوف علیهم و لاهم یحزنون. بقره (۲) آیه ۱۱۲

- ۲۴- فمن كان يرجوا لقاء ربه فليعمل عملا صالحا ولا يشرك بعباده ربه احدا
كهف (۱۸) آیه ۱۱۰
- ۲۵- ان الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا تتنزل الملائكة اليه الا تخافوا ولا تحزنوا.
احقاف (۴۶) آیه ۱۳
- ۲۶- انما يخشى الله من عباده العلماء. سوره فاطر (۳۵) آیه ۲۸
- ۲۷- فلا تخافوهم و خافون ان كنتم مومنين، آل عمران (۳) آیه ۱۷۵
- ۲۸- قال بل القوا فاذا حبالهم و عصيهم يخيل اليه من سحرهم انها تسعى (۶۶)
فاوجس في نفسه خيفه موسى (۶۷) قلنا لا تخف انك انت الاعلى (۶۸)
- ۲۹- الامام الباقر (ع): الياس ممافي ايدي الناس عز المومنين و الطمع هو الفقر
الحاضر. بحار الانوار جلد ۹۶ ص ۲۵۸، به نقل از ميزان الحكمه
- ۳۰- الامام على (ع): التقرب الى الله تعالى بمساله و الى الناس بتركها غرر
الحكم و درر الكلم

فهرست منابع و ماخذ

- قران كريم
- نهج البلاغه
- احدی، حسين. كتابنامه توصيفی روان شناسی، معاونت فرهنگي آستان قدس رضوی،
مشهد، ۱۳۶۶
- احمدی، علی اصغر. فطرت بنیان روانشناسی اسلامی، انتشارات امیرکبیر، تهران، ۱۳۶۲
- احمدی، علی اصغر. روانشناسی شخصیت از دیدگاه اسلامی، انتشارات امیرکبیر، تهران،
۱۳۷۴
- جیمز، ویلیام. دین و روان، ترجمه مهدی قاینی، تهران، بنگاه ترجمه و نشر کتاب، ۱۳۷۴
- حسینی، ابوالقاسم. بررسی مقدماتی اصول روان شناسی اسلامی، مشهد آستان قدس
رضوی، ۱۳۶۴
- دفتر همکاری حوزه و دانشگاه. مکتبهای روان شناسی و نقد آن، سازمان مطالعه و تدوین
کتاب علوم انسانی دانشگاهها "سمت"، تهران ۱۳۶۹
- سیاسی، علی اکبر. نظریه‌های شخصیت یا مکاتب روان‌شناسی، تهران، دانشگاه تهران،