

## جایگاه تعادل جویی و تعالی خواهی در پویایی شخصیت از دیدگاه روان‌شناسی قرآنی

j.houshyari@yahoo.com

smaillrs434@gmail.com

جعفر هوشیاری / دکتری قرآن و روان‌شناسی مجتمع آموزش عالی علوم انسانی جامعه‌المصطفی العالمیه

اسماعیل رادمنش / دانش‌پژوه کارشناسی ارشد روان‌شناسی شخصیت مجتمع آموزش عالی علوم انسانی جامعه‌المصطفی العالمیه

پذیرش: ۹۹/۰۳/۰۴

دریافت: ۹۸/۱۱/۲۹

### چکیده

تعادل و تعالی از موضوعات مهم در روان‌شناسی است. بسیاری از رویکردهای روان‌شناسی معاصر، مانند روانکاوی فروید در سیر رشد شخصیت، اصل تعادل را پذیرفته و برخی دیگر همچون رویکرد انسان‌گرایی مزلو اشاره به اصل تعالی داشته‌اند. پژوهش حاضر با هدف بررسی جایگاه تعادل جویی و تعالی خواهی در پویایی شخصیت از دیدگاه روان‌شناسی قرآنی انجام شد و به دنبال پاسخ‌گویی به این سؤالات بود که اصل تعادل جویی است یا تعالی خواهی؟ اگر تعالی خواهی مقبول باشد در همان سطح مورد پذیرش در روان‌شناسی است یا در مقیاس بزرگتر؟ آیا تعادل جویی بکلی کنار گذاشته می‌شود؟ روش پژوهش توصیفی - تحلیلی به شیوه تحلیل محتوای آیات قرآن بود. ابتدا نظریه‌های مربوط به تعادل یا تعالی در روان‌شناسی بررسی، و سپس جایگاه تعادل و تعالی با نگاه قرآن استخراج شد. یافته‌های تحقیق نشان داد: الف) در روان‌شناسی قرآنی اصل تعالی پذیرفته شده است؛ ب) اصل تعالی در روان‌شناسی قرآنی به مراتب جامع‌تر از روان‌شناسی معاصر است و اهداف بلندمدت مربوط به آخرت، بعد معنوی و متداول و اهداف بلندمدت آخرتی، معنوی و... را پوشش می‌دهد؛ ج) تعادل در برخی امور مقدمه دستیابی به تعالی است؛ لذا بکلی قابل رد نمی‌باشد.

کلیدواژه‌ها: تعادل جویی، تعالی خواهی، پویایی شخصیت، روان‌شناسی قرآنی.

## مقدمه

مواجه می‌شود، مقابله نکند و آنها را کاهش ندهد، عدم تعادلی که از آن رنج می‌برد به تعادل منتهی نمی‌شود؛ یا اینکه انسان در مسیر تعادل و تعالی به نیازهای فیزیولوژیک توجه کند و درصدد ارضای آنها باشد؛ و اینکه انسان همیشه در تکاپو باشد که آنچه در او بالقوه است، بالفعل شود؛ یا اینکه انسان به دنبال معنی و هدف والا باشد؛ که اینها خوب هست؛ اما کافی نیست و در همه امور مطلوب نمی‌باشد. معیار کلی «تحقق خود» یا «فعلیت بخشیدن به استعدادهای درونی» در نظر منزلو که صرف از قوه به فعل درآمدن استعدادهای درونی است، موجب کمال مطلوب و سلامت انسان نیست؛ زیرا افرادی مانند هیتلر و فرعون در تحقق استعدادهای حیوانی بالقوه خود در حد اعلی موفق بوده‌اند. دیگر اینکه مادامی که انسان را هدف و غایت خودش بدانیم در یک مدار ثابت خواهد بود و نتیجه‌اش رکود است، نه تعالی و حرکت (آذربایجانی، ۱۳۷۵). سلسله نیازهای منزلو در اغلب افراد کاربرد دارد؛ ولی موارد مستثنا وجود دارد و افرادی وجود دارند که به خاطر عقایدشان تا حد مرگ نیازهای فیزیولوژیک و ایمنی را نادیده گرفته‌اند (شولتز، ۱۳۸۹، ص ۳۵). مثلاً این گونه نیست که تا نیازهای فیزیولوژیک ارضا نشود انسان نتواند به خودشکوفایی برسد؛ و دیگر اینکه در این نظریات به بُعد معنوی و زندگی آخری، تأثیر آنها در مقابله با تنش، یا رسیدن به خودشکوفایی و... به اندازه کافی نپرداخته‌اند.

رشته علمی روان‌شناسی که در آغاز به جای مطالعه سلامت روان، به بررسی بیماری روانی پرداخت تا مدت‌ها، مطالعه استعداد بالقوه آدمی برای کمال را نادیده گرفت؛ اما در سال‌های اخیر، شمار روزافزونی از روان‌شناسان به قابلیت کمال و دگرگونی در شخصیت آدمی روی آورده‌اند. روان‌شناسان کمال، با نگاهی متفاوت به ماهیت انسان می‌نگرند، و معتقدند نگرش رفتارگرایی و روانکاوی به ماهیت انسان محدود است، و اعتلایی را که آدمی می‌تواند بدان دست یابد، نادیده می‌انگارد. روان‌شناسان کمال در عین آنکه تأثیر محرک‌های بیرونی، غرایز و کشمکش‌های دوران کودکی را بر شخصیت انسانی نفی نمی‌کنند، آدمیان را دستخوش دگرگونی‌ناپذیر این نیروها نمی‌دانند. حامیان جنبش استعداد بشری رهایی از بیماری عاطفی، یا نداشتن رفتار روان‌پریشانه، برای اینکه شخصیتی را سالم بدانیم، کافی ندانسته‌اند. نداشتن بیماری عاطفی نخستین گام ضروری به سوی کمال است و پس از این گام، راهی دراز در پیش است (شولتز،

شناخت انسان اهمیت ویژه‌ای دارد و دانشمندان فراوانی را در رشته‌های علمی مختلف به خود مشغول ساخته است و انسان‌شناسان بسیاری از پرسش‌های مهم ناظر به انسان در زوایای وجودی او ناتوان‌اند و امروز از (انسان موجودی ناشناخته) و (بحران انسان‌شناسی) سخن می‌گویند. ولی انسان‌شناسی دینی در مقایسه با انواع هم‌عرض خود امتیازهایی دارد مثل ۱. جامعیت: که حتی اگر سخن از بعد خاصی بگوید، این با توجه به مجموعه ابعاد وجودی انسان مطرح می‌شود؛ زیرا گوینده سخن از معرفت کامل و جامعی برخوردار است و از ابعاد جسمانی، زیستی، فرهنگی، تاریخی، دنیایی و آخرتی، بالفعل و آرمانی، مادی و معنوی سخن به میان می‌آورد؛ ۲. اتقان و خطاناپذیری؛ ۳. توجه به مبدأ و معاد؛ ۴. بینش ساختاری: که انسان را در یک ساختار کلی که ارتباط ساحت‌های مختلف به خوبی ترسیم می‌شود، در نظر گرفته که در این بینش گذشته، حال و آینده انسان، ساحت‌های جسم و جان، مادی و معنوی، بینش، گرایش و کنش وی و ارتباط آنها و تأثیر و تأثر هریک بر دیگری، مورد توجه اکید قرار می‌گیرد. ولی در انسان‌شناسی تجربی، فلسفی یا از ارتباط این ساحت‌ها با یکدیگر غفلت می‌شود. یا بدین گستردگی مورد توجه قرار نمی‌گیرد و فقط از ارتباط برخی ساحت‌ها با یکدیگر گفت‌وگو می‌شود (مصباح، ۱۳۸۴، ص ۲۲-۲۴). در بحث تعادل جوئی و تعالی‌خواهی مکاتب مختلف در روان‌شناسی معاصر، در مباحث پویایی شخصیت، گویا آن قدر تأکید بر فرایند «تعادل جوئی» دارند که از جایگاه و اهمیت «تعالی‌خواهی» غافل شده‌اند؛ اما در روان‌شناسی قرآنی، باید «تعادل جوئی» را در بافت و زمینه «تعالی‌خواهی» ببینیم؛ لذا شکل‌گیری شخصیت متعالی و متعالی در روان‌شناسی قرآنی با مکاتب و رویکردهای روان‌شناسی معاصر متفاوت است؛ باید بعد جسمی و روحی انسان، ایمان به خداوند، اختیار و اراده، فطرت الهی، نیت و جایگاه ابدی انسان در نظر گرفته شود، تا شخصیت یک انسان متعالی و متعالی شکل بگیرد. روان‌شناسانی همچون فروید و موری که رسیدن به تعادل را مطرح کرده‌اند، یک اصل کلی را در نظر دارند که همواره انسان‌ها از عدم تعادل رنج می‌برند و به دنبال ایجاد تعادل حرکت می‌کنند. منزلو، راجرز و فرانکل پا را هم فراتر گذاشته و فقط به تعادل رسیدن را کافی نمی‌دانند؛ بلکه انسان را در یک مسیر پویایی می‌دانند که می‌تواند بالقوه‌های خودش را شکوفا کند، یا به معنی و هدف غایی مطلوب برسد که تمام این نظریات دارای نقاط قوتی هستند و مثلاً تا انسان با تنش‌هایی که

برای کاهش تنش و نگه داشتن موازنه درونی برانگیخته می‌شوند (هجل و زیگلر، ۱۳۷۹، ص ۳۱).

تعادل برتر: یک مفروضه اساسی دال بر اینکه افراد اساساً به سوی رشد، جست‌وجوی محرک و خودشکوفایی برانگیخته می‌شوند (همان). انسان متعادل: کسی که همه قوای او در حالت تعادل و به دوراز افراط و تفریط باشد (شجاعی، ۱۳۹۶، ص ۱۹۰).

تعالی: قابلیت‌های هیجانی است که به بیرون از شما و فراتر از شما و برای پیوند دادنتان با چیزی بزرگ‌تر و جاودان‌تر، مانند مردم، آینده، تکامل، ذات الهی یا کائنات بسط پیدا می‌کنند (سلیگمن، ۱۳۸۸، ص ۲۰۰).

رشد تعالی: فرایندی ارادی و هدفمند است که در آن همه ابعاد وجودی انسان به‌صورت هماهنگ و متناسب در جهت کمال در حال حرکت‌اند (کاویانی، ۱۳۹۷، ص ۱۲۷).

با توجه به نوع و موضوع تحقیق، روش به کاررفته در این تحقیق، توصیفی - تحلیلی است. به این صورت که ابتدا با مراجعه به کتاب‌های نظریه‌های شخصیت، شخصیت متعال و تعالی از نظر روان‌شناسان استخراج شد و با مراجعه به قرآن کریم، عوامل مؤثر بر شخصیت و پویایی آن استخراج و سپس مورد تحلیل و بررسی قرار گرفت.

## ۲. تعادل و تعالی در نظر روان‌شناسان

با توجه به متفاوت بودن تعاریف شخصیت که نشئت گرفته از رویکردهای متفاوت شخصیت و دیدگاه‌های متفاوت است، به تبع، نظر روان‌شناسان هم درباره اینکه ساختار شخصیت سیر به سمت تعادل است، که از ناهنجاری به سمت تعادل سیر کند و حالت تعادل را حفظ کند؛ یا اینکه از حالت تعادل فراتر رفته و یک حالت پویا و دائماً در حال رشد داشته باشد، متفاوت است. در ذیل به بررسی تعادل و تعالی از نظر رویکردهای مختلف روان‌شناسی پرداخته می‌شود.

### ۲-۱. رویکرد روانکاوی

فریود معتقد بود که تمام رفتارهای انسان با تمایل به کاهش برانگیختگی که از طریق تنش‌های ناخوشایند جسمانی ایجاد شده، تنظیم می‌گردد. غرایز نهاد دائماً برای نمود خود فریاد سر می‌دهند و افراد برای کاهش تنش‌هایی که توسط این منبع انرژی غریزی به وجود می‌آید، رفتار می‌کنند. از این رو آنان به جای رشد و خودشکوفایی،

با توجه به مباحث مطرح‌شده، ضرورت بحث روشن می‌شود که در روان‌شناسی معاصر به انسان متعالی به صورت محدود نگاه شده و معمولاً طبق رویکردهای مختلف بیشتر به جنبه‌های جسمانی و متعلق به بعد جسمانی توجه شده است؛ مثلاً رفتارها و نقش یادگیری یا جنبه روانی - جنسی، یا خودشکوفایی و تحقق خود، و ابعاد مختلف انسان و نقش سه زمان گذشته، حال و آینده با هم را در شکل‌گیری شخصیت در نظر نگرفته‌اند؛ لذا در این تحقیق به جنبه‌های تعادل و تعالی در سطح وسیع‌تر پرداخته می‌شود، که انسان متعالی با نگاه قرآنی، در جنبه‌های جسمانی و روحانی، دارای زندگی پیوسته دنیا و آخرت، توجه اساسی به ایمان و عمل و... بررسی می‌شود. براساس تصویری که ارائه شد، اکنون با صراحت این سؤالات اصلی مطرح است که: الف) براساس روان‌شناسی قرآن بنیان، در فرایند رشد انسان، اصل تعادل قابل پذیرش است یا اصل تعالی؟ آیا «تعادل جوئی» در روان‌شناسی قرآنی همان جایگاه را دارد که در روان‌شناسی معاصر دارد؟

سؤالات فرعی بدین قرارند: تعالی خواهی مبتنی بر چه پیش فرض‌هایی است؟ آیا راه کارها و آثار و پیامدهایی برای تعالی خواهی در روان‌شناسی قرآنی مطرح است؟ در این پژوهش تلاش شده که پاسخ این سؤالات را از متون دینی و روان‌شناختی به دست آید.

در برخی پژوهش‌ها به بررسی انسان متعالی از منظر قرآن کریم پرداخته شده؛ مانند: *روان‌شناسی در قرآن* (کاویانی، ۱۳۹۷)؛ *انگیزه‌های رشد و تعالی انسان از دیدگاه قرآن و روان‌شناسی* (موحدین، ۱۳۹۶)؛ «بررسی و تبیین مفهوم انسان متعالی از منظر قرآن کریم» (کوهی اصفهانی، ۱۳۹۲).

### ۱. مفهوم‌شناسی

روان‌شناسی در رهیافت قرآنی: شاخه‌ای معرفتی است که به توصیف، تبیین، پیش‌بینی و کنترل رفتار و فرایندهای ذهنی انسان به عنوان مخلوق الهی در ابعاد جسمانی، روانی، اجتماعی، اخلاقی و معنوی با استفاده از منابع و روش‌های تجربی عقلی و وحیانی می‌پردازد (کاویانی، ۱۳۹۷).

واژه‌های «تعادل» و «تعالی» به صورت «تعادل حیاتی» و «تعادل برتر» هم به کار رفته، که منظور از تعادل برتر همان «تعالی» موردنظر ماست.

تعادل حیاتی: یک مفروضه اساسی دال بر اینکه افراد اساساً

کامل بودن تلاش می کنیم، عقاید خیالی، رفتار ما را هدایت می کنند. هدف نهایی و اساسی هریک از ما برتری یا کمال است. ما الگوی منحصر به فردی از خصوصیات، رفتارها، و عادت‌ها را پرورش می دهیم، که *آدلر* آن را «سبک زندگی» نامید. سبک زندگی از تعامل‌های اجتماعی سال‌های اوایل زندگی آموخته می شود. *آدلر* معتقد بود که سبک زندگی در ۴ یا ۵ سالگی آنچنان محکم شکل می گیرد، که بعداً تغییر دادن آن مشکل است. سبک زندگی چارچوب هدایت کننده‌ای برای تمام رفتارهای بعدی می شود که ماهیت آن به تعامل‌های اجتماعی، مخصوصاً به ترتیب تولد فرد در خانواده و ماهیت رابطهٔ والد - فرزند بستگی دارد (شولتز، ۱۳۸۹، ص ۱۴۷-۱۵۰).

*موری* (Murray) به شدت از مفهوم «تبادل حیاتی» در رفتار انسان جانبداری می کند. او معتقد است که نیازها منجر به تنش می شود و این فرایند نیز به نوبه خود، به کاهش تنش می انجامد. به باور *موری* کاهش یافتن تنش یک نیاز، بیشترین نزدیکی را با اصل همه‌جانبه شخصیت دارد. اما این مدل ساده کاهش نیاز در نظریه *موری*، تنها برای نیازهای منفی، مانند نیاز به اجتناب از محرک آزاردهنده به کار می رود. درحالی که *موری* تأکید می کند در مورد نظام نیازهای مثبت، حالت بی‌تنشی آن گونه که فریود فرض می کرد، خدیه خود ارضاکننده نیست. بلکه این فرایند کاهش تنش است که ایجاد ارضاء می کند. ما تا آن اندازه ارضاء می شویم که بتوانیم تنشی را که تجربه کرده‌ایم، کاهش دهیم. از این رو، نظر *موری* در مورد تبادل حیاتی انگیزش، محدود به کاهش ساده تنش نیست؛ بلکه تا فراگیری ایجاد تنش نیز گسترش می یابد. (هجل و زیگلر، ۱۳۷۹، به نقل از: *موری* و کلاک اهوون، ۱۹۵۳). افراد در ابتدا تنش نظام نیازهای مثبت را به وجود می آورند، به گونه‌ای که بتوانند بعداً از فرایند کاهش آنها لذت ببرند. این ماهیت انسان است که دائماً تنش‌های گوناگون مرتبط با نیاز را به وجود آورده و کاهش می دهد. نظر انگیزشی *موری* با آنکه تغییر معناداری در موضوع تبادل حیاتی به حساب می آید، اما در عین حال، مفروضه تبادل حیاتی را در اساس خود آشکار می کند (هجل و زیگلر، ۱۳۷۹، ص ۲۲۳).

### ۲-۳. رویکرد گستردهٔ عمر

در نظریه *اریکسون* انسان‌ها در چالشی پیوسته با بحران‌های روانی، اجتماعی ترسیم می شوند. هریک از این بحران‌ها به گونه بالقوه

در واقع به جست‌وجوی حالت بدون تنش یا خشنودی مطلق سوق داده می شوند. این در واقع یک رویکرد انگیزشی است که به روشنی موضع «تبادل حیاتی» را منعکس می کند. در نظریهٔ روان‌تحلیلگری، شخص اساساً ارضاکننده غرایز نهاد است، که هرگز به دنبال شرایطی نمی رود تا توازن تبادل حیاتی را برهم زند (هجل و زیگلر، ۱۳۷۹، ص ۶۸). از منظر فریود نهاد، خود و فراخود سه ساختار شخصیت هستند، که نهاد، عنصر زیستی شخصیت، مخزن غرایز و لیبیدو است و طبق اصل لذت عمل می کند. خود، طبق اصل واقعیت عمل می کند و عنصر منطقی شخصیت است. فراخود، جنبه اخلاقی شخصیت است که از خود آرمانی و وجدان تشکیل می شود. خود، از سه طرف تحت فشار است، نهاد، فراخود و واقعیت که بین اینها میانجی‌گری می کند (شولتز، ۱۳۸۹، ص ۵۹-۶۲). در سیستم فریود فقط یک هدف اصلی و ضروری در زندگی وجود دارد: کاهش دادن تنش (همان، ص ۷۶).

### ۲-۲. رویکرد نوروانکاوای

پایندی شدید *آدلر* به مفروضه «تبادل برتر» را می توان در مفهوم انگیزه بنیادی زندگی یعنی تلاش برای برتری جویی و کمال به روشنی مشاهده کرد. انسان‌ها با تلاشی که در طول عمر می کنند، تنش‌های خود را کاهش نمی دهند؛ بلکه با این تلاش پیش‌رونده که به منظور دستیابی به هدف‌های خیالی خویش انجام می دهند، ایجاد تنش نیز می کنند. در روان‌شناسی *آدلر*، انسان‌ها در تلاش دائمی برای برتری جویی، کمال و نیز هدف خیالی نهایی هستند. در واقع می توان گفت که در روان‌شناسی *آدلر* انسان‌ها برخلاف تمایلات و بالقوه‌های اصلی خود رشد می کنند؛ زیرا تلاش برای برتری جویی، سبک زندگی و هدف‌های خیالی ریشه در احساس حقارت‌های اولیه دارد (هجل و زیگلر، ۱۳۷۹، ص ۱۲۴). *آدلر* عقیدهٔ تلاش برای برتری را به عنوان واقعیت اساسی زندگی توصیف کرد (شولتز، ۱۳۸۹، ص ۱۴۸، به نقل از: *آدلر*، ۱۹۳۰). «برتری» هدفی اساسی است که برای رسیدن به آن تلاش می کنیم و اصل برتری خواهی نوعی انگیزه برای رفتارهای کمال‌زا و به سمت تعالی است. بنابراین نظر *آدلر* این بود که ما برای برتری تلاش می کنیم، تا خود را کامل کنیم و خودمان را به صورت کامل و یکپارچه درآوریم. *آدلر* معتقد بود که هدف‌های ما آرمان‌های تخیلی هستند که نمی توان آنها را در برابر واقعیت آزمود. او به این مفهوم با عنوان «غایت‌نگری خیالی» وسعت بخشید، دیدگاهی که اعلام می دارد زمانی که ما به سمت حالت

## ۲-۵. رویکرد انسان‌گرایی

مزلو گرایش به مفروضه «تعادل برتر» دارد. تصور فردی که هرچه بیشتر و بیشتر به بلندی‌های رشد روانی می‌تازد، جزء لازم نظریه اوست. با وجود این، مزلو دو طبقه از انگیزش انسان را مشخص می‌کند: انگیزش نوع D و نوع B. بررسی این انگیزه‌ها به روشنی مشخص می‌کند که نیازهای D (کمبودی) بر پایه تعادل حیاتی است؛ درحالی‌که انگیزه‌های B (رشد) مشخصاً مربوط به تعادل برتر است. بنابراین انسان نمی‌تواند تمام مدت برای رشد خود تلاش کند؛ چراکه بخشی از زندگی او ضرورتاً درگیر کاهش تنش است. چگونه یک نفر به طور کامل انسان می‌شود؟ پاسخ آن است که با فائق آمدن بر کارکرد سطح D و تلاش برای رشد و تحقق خود. تأکید اصلی نظریه او اشاره به فردی دارد که بر انگیزه‌هایی چیره می‌شود که آخرین حلقه زنجیر پادشاهی حیوانی را شکل داده و در جست‌وجوی رشد و تحقق شخصی است. چنین مفهومی از شخصیت نمی‌تواند بدون داشتن پایه محکمی در مفروضه تعادل برتر به دست آید (هجل و زیگلر، ۱۳۷۹، ص ۴۸۹).

بالاترین نیاز در سلسله‌مراتب مزلو، یعنی خودشکوفایی، بستگی دارد به اینکه استعدادها و توانایی‌های ما حداکثر تحقق یافته باشند. اگر کسی تمام نیازهای دیگر در سلسله‌مراتب را ارضا کرده باشد، ولی خودشکوفایی نداشته باشد، بی‌قرار، ناکام و ناخشنود خواهد بود. به نظر مزلو دو نیاز دانستن و فهمیدن با سلسله‌مراتب پنج نیاز اصلی مزلو همپوشی دارند. اگر نتوانیم نیاز به دانستن و فهمیدن را ارضا کنیم، غیرممکن است خودشکوفایی شویم. به عبارت دیگر، افراد خودشکوفایی به تحقق بخشیدن استعداد و دانستن و شناختن محیط خود می‌پردازند (شولتز، ۱۳۸۹، ص ۳۵۰-۳۵۳).

اعتقاد راجرز بر این است که نهایتاً هدف هر کاری که انسان انجام می‌دهد، افزایش کفایت یا شکوفایی خود است، و گرایش به شکوفایی با افزایش تنش برآورده می‌شود، نه کاهش تنش. انسان‌ها به‌گونه طبیعی در جست‌وجوی تحرک، چالش و امکانات تازه برای رشد شخصی هستند و تمام اینها در نظر راجرز در مفهوم زندگی خوب به اوج می‌رسد و شخص این مفهوم را به عنوان یک مسیر و نه یک مقصد توصیف می‌کند. از این رو انسان راجرزی با عملکرد کامل، همیشه در حال گسترش یافتن و نیز به دنبال شکوفایی بالقوه خود است (ر.ک: هجل و زیگلر، ۱۳۷۹، ص ۵۲۰-۵۲۲). راجرز معتقد بود

موجب رشد و تسلط بر دنیا می‌گردد. همچنان که اشخاص یک بحران را به‌گونه موفقیت آمیز حل می‌کنند، به سوی بحران بعدی حرکت می‌کنند. در تصور /ریکسون از رشد انسان، بی‌تردید احساسی از حرکت به سوی جلو وجود دارد که به روشنی نظر انگیزشی تعادل برتر در اساس خود مطرح می‌کند. این ماهیت انسان است که رشد می‌کند و تلاش می‌کند تا با چالش‌های مختلف هریک از مراحل رشد روبه‌رو شود. اشاره بعدی پابندی /ریکسون به تعادل برتر این حقیقت است که حل موفقیت‌آمیز هریک از بحران‌های روانی، اجتماعی فرصت بیشتری برای رشد و خودبرآوری در اختیار فرد قرار می‌دهد. انسان اریکسونی در جست‌وجوی رشد است؛ اما صرفاً در درون محدودیت‌هایی که توسط ریشه‌های غریزی رشد وی اعمال می‌گردد (هجل و زیگلر، ۱۳۷۹، ص ۱۷۲). ما در طول زندگی می‌توانیم رشد خود را آگاهانه هدایت کنیم. ما صرفاً ثمره تجربیات کودکی نیستیم. تأثیرات کودکی اهمیت دارند، ولی وقایعی که در مراحل بعدی روی می‌دهند، می‌توانند تجربیات ناخوشایند اولیه را بی‌اثر کنند (شولتز، ۱۳۸۹، ص ۲۶۱).

## ۲-۴. رویکرد صفات

آلپورت در اصل «خودپیروی عملکردی» اشاره به این دارد که انگیزه‌های بزرگسالی با تجربه‌های اولیه‌ای که این انگیزه در اصل از آنها پدید آمده، ارتباط ندارد. گذشته، گذشته است. انگیزه‌های کنونی شخص از نظر عملکرد، خودپیرو بوده و از هرچیزی که امکان دارد آنها را به وجود آورده باشد، مستقل است. خودپیروی عملکردی راهی است برای بیان اینکه انگیزه‌های انسان در جریان زندگی تغییر یافته و رشد می‌کنند (ر.ک: هجل و زیگلر، ۱۳۷۹، ص ۳۸۲-۳۸۴). برداشت آلپورت از خودمختاری کارکردی و رشد شخصیت این است که بزرگسالان سالم به تعارض‌های کودکی وابسته نیستند، یا به وسیله آنها برانگیخته نمی‌شوند. بزرگسالان بر زندگی خود کنترل هشیار دارند، در موقعیت‌های جاری به‌طور منطقی حضور می‌یابند، برای آینده برنامه‌ریزی می‌کنند و به‌طور فعال هویتی را تشکیل می‌دهند. ما همواره در فرایند شدن هستیم و سبک زندگی مناسبی را طرح‌ریزی کرده و به اجرا می‌گذاریم؛ بیشتر از گذشته خود تأثیر وقایع زمان حال قرار داریم و برای آینده برنامه‌ریزی می‌کنیم (شولتز، ۱۳۸۹، ص ۲۹۳-۲۹۴).

که افراد با گرایش فطری به شکوفا کردن، حفظ کردن و بهبود بخشیدن به خود برانگیخته می‌شوند. گرایش شکوفایی با پرداختن به مقتضیات اساسی، مانند نیاز به غذا، آب، و ایمنی، به حفظ کردن ارگانیزم و زنده نگهداشتن آن خدمت می‌کند (شولتز، ۱۳۸۹، ص ۳۷۲). از نظر راجرز، فرد کامل نتیجه مطلوب رشد روان‌شناختی و تکامل اجتماعی است (شولتز، ۱۳۸۹، ص ۳۷۷، به نقل از: راجرز، ۱۹۶۱).

## ۲-۶. رویکرد انسان‌گرایی معاصر

فرانکل می‌نویسد: باید در نظر داشت که تلاش انسان در راه جستن معنا و ارزش وجودی او در زندگی همیشه موجب تعادل نیست و ممکن است تنش‌زا باشد. اما همین «تنش» لازمه بهداشت روان است. تنش بین آنچه که بدان دست‌یافته، و آنچه باید بدان تحقق بخشد. این «تنش» لازمه زندگی انسان است. آنچه انسان لازم دارد، تعادل و بی‌تنشی نیست؛ بلکه کوششی است که در راه رسیدن به هدفی شایسته درگیر آن می‌شود. آنچه بشر نیاز دارد «تعادل حیاتی» نیست؛ بلکه چیزی است که آن را پویایی اندیشه‌ای نام نهاده‌ام. نیروی محرکه روحانی میان میدانی از «تنش» که در یک قطب آن معنی، و در قطب دیگر فردی که باید بدان معنی تحقق بخشد، وجود دارد (فرانکل، ۱۳۸۹، ص ۱۵۹-۱۶۱).

جست‌وجوی معنا می‌تواند وظیفه‌ای آشوبنده و مبارزه‌جویانه باشد و تنش درونی را افزایش دهد، نه کاهش. در واقع، فرانکل این افزایش تنش را شرط لازم سلامت روان می‌داند. زندگی خالی از تنش، زندگی بی‌معناست (شولتز، ۱۳۸۶، ص ۱۶۰-۱۶۱). کسانی که در زندگی معنا می‌یابند، به حالت فرارفتن از خود می‌رسند که برای شخصیت سالم، واپسین حالت هستی است. به نظر فرانکل، انگیزه اصلی ما در زندگی، جست‌وجوی معنا نه برای خودمان، بلکه برای معناست؛ و این، مستلزم فراموش کردن خویشتن است. شخص سالم از مرز توجه به خود گذشته و فرارفته است. انسان کامل بودن یعنی با کسی یا چیزی فراسوی خود پیوستن (همان، ص ۱۶۳-۱۶۴).

پرلز (Laura Perls) معتقد است انسان ذاتاً تمایل دارد در جهت تشکیل کل‌ها حرکت کند، تا از تنش‌های خود بکاهد و کلیتش را به ظهور برساند. بنابراین تمایل اساسی هر ارگانیزم، تلاش برای نیل به تعادل است و حصول تعادل، معادل سلامت روان انسان است (شجاعی، ۱۳۸۹، ص ۳۳۷). پرلز واژه «گشتالت» را برای دلالت

به‌تنها قانون پایدار و مشترک کنش بشر به کار برده است: هر موجود زنده‌ای به تمامیت و کمال گرایش دارد. هرچه این گشتالت (به کمال گراییدن) را بازدارد یا بگسلد، برای موجود زنده زیان‌آور است و به وضعیت ناتمام می‌انجامد که بی‌تردید محتاج به پایان رسیدن (تمام و کامل شدن) است. یک جنبه مهم مقابله با وضعیت‌های ناتمام، تنظیم خود در برابر تنظیم بیرون از خود است. اشخاص سالم بدون مداخله نیروهای بیرونی - خواه نیازها و توقعات دیگران و خواه محدودیت‌های یک آیین اجتماعی - قادر به تنظیم خود هستند. به اعتقاد پرلز فقط آگاهی از خود می‌تواند به رشد و کمال شخصیت بینجامد. جنبه دیگر نگرش پرلز به شخصیت انسان، تأکید بر حال به‌عنوان تنها واقعیت موجود است. به اعتقاد پرلز، کسانی که چنان می‌زیبند که گویی گذشته همچنان با آنهاست؛ یا آنهایی که به نحوی زندگی می‌کنند که انگار آینده امروز است؛ شخصیتی نامتعادل دارند (شولتز، ۱۳۸۹، ص ۱۷۸-۱۸۹).

## ۳. نظریه رشد شناختی پیازه

از نظر پیازه می‌توان جریان تعادل‌جویی را به‌صورت یک نیروی پویا دانست که تعارض میان درون‌سازی و برون‌سازی را برطرف و ذهن را برای پذیرش و درونی کردن و شناخت‌های جدید مهیا می‌کند (سیف و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۷۷). سازگاری با واقعیت دو جنبه دارد؛ این دو عبارتند از: «درون‌سازی» و «برون‌سازی» که در تمام سال‌ها و در همه مراحل رشد شناختی وجود دارد. درون‌سازی و برون‌سازی هر دو مکمل یکدیگرند و شخص به کمک آنها می‌تواند، طرح‌های ذهنی خود را ایجاد، ادغام و دست‌کاری کند و سپس این طرح‌ها را به‌صورت ساخت‌های ذهنی خویش درآورد. منظور از درون‌سازی این است که آگاهی‌های دریافتی از محیط، به‌صورتی در شخص وارد و بازسازی و سازماندهی می‌شود که با شناخت‌ها و تجربه‌های قبلی او مناسب داشته باشد. کار دیگری که همزمان با درون‌سازی در ذهن کودک انجام می‌شود، هماهنگ کردن ساخت شناختی با واقعیتی است که با آن برخورد کرده که این عمل را برون‌سازی می‌نامند. درون‌سازی‌ها و برون‌سازی‌های جدید، پیوسته باعث ایجاد تعادل‌های شناختی در ذهن فرد می‌شود. نتیجه درون‌سازی و برون‌سازی، رسیدن به تعادل‌های جدید و تغییر مفاهیم و ساخت‌های ذهنی و رشد شناختی است (سیف و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۷۴-۷۷).

همان‌گونه که ملاحظه شد روان‌شناسان در بحث تعادل و تعالی به جنبه مادی انسان و مواجهه با تنش‌ها و ارضای نیازهای مربوط به آن پرداخته‌اند؛ اما به بُعد روحانی انسان و نیازهای آن و تأثیر آن در شکل‌گیری شخصیت متعال و متعالی، ایمان به خدا و توجه به دستورات او به عنوان آفریننده و کسی که عالم به تمام نیازهای انسان است، نیت و حیات بعد از مرگ در شکل‌گیری بعد متعال و متعالی انسان پرداخته نشده، ولی در روان‌شناسی قرآنی به این مباحث پرداخته می‌شود.

#### ۴. چرایی رجوع به قرآن در بحث تعادل و تعالی

قرآن به دلیل جامعیت و جاودانگی ضروری است که پایه و اساس در استنباط، استخراج و شکل‌گیری علوم انسانی قرار گیرد. از این‌رو برای استخراج دیدگاه قرآن، که آیا به دنبال شکل‌گیری شخصیت صرفاً متعالی و بدون توجه به تعادل است؛ یا اینکه به هر دو جنبه تعادل و تعالی توجه فرموده؛ به جمع‌آوری و تحلیل آیات قرآن کریم می‌پردازیم. از نگاه امام خمینی<sup>ع</sup> و بسیاری از اندیشمندان (طباطبائی، ۱۴۱۷ق، ج ۱، ص ۶۰؛ معرفت، ۱۴۱۷ق، ج ۶، ص ۲۱۱-۳۳۰) قرآن دارای جامعیت تبیینی است. بدین معنا که بیان‌کننده تمام سؤالات و نیازهای بشری برای رسیدن به سعادت و کمال حقیقی است، که احکام و دستورات هریک در قرآن به روشنی انعکاس یافته است. یکی دیگر از ابعاد جامعیت قرآن کریم حوزه تقنین و تشریح است. قرآن در باب قانون‌گذاری و قوانین موضوعه نیز از چنان جامعیت و شمولی برخوردار است که می‌تواند در سایه تبیین قوانین الهی، سعادت و زندگی انسان را در تمام مراحل حرکت وی تأمین کند؛ بدون اینکه از مأموریت هدایتی و تربیتی خویش خارج شود. قرآن دربردارنده تمام مصالح بشری و ضامن سعادت انسان در دنیا و آخرت است (ر.ک: اکبری دستک، ۱۳۹۴، ص ۷). بنابراین، در حوزه تبیین مفاهیم و طرح سؤالات علمی قرآن کریم می‌تواند به عنوان سخن خالق آگاه به تمام ابعاد وجودی انسان، منبع اصیل پژوهشی و فصل‌الخطاب باشد.

#### ۵. تعادل و تعالی در قرآن کریم

پژوهش حاضر در بررسی جایگاه تعادل و تعالی در پویایی شخصیت براساس روان‌شناسی قرآنی دارای مشی ایدئولوژیک است. بدین معنا

که تحلیل‌ها نشئت‌گرفته از باورها و اعتقادات وحیانی است، که تفاوت اساسی با رویکردها و نظریات روان‌شناسی متداول دارد، که اسیر اثبات‌گرایی و تجربه‌گرایی است. در قرآن کریم که نازل شده از جانب خداوند متعال است، هدف از خلقت انسان رسیدن به بالاترین درجات قرب و کمال است؛ بدین معنا که انسان طالب متعالی شدن، همیشه در حال رشد متعالی و پویایی همه‌جانبه است. رشد متعالی، یک مسیر یا فرایند است؛ راهی است برای طی کردن، نه مقصدی برای رسیدن. این راه و مسیر همیشگی است و باید همواره آن را طی کنیم (کاوایانی، ۱۳۹۷، ص ۱۲۸). آنچه در این پژوهش مبتنی بر روان‌شناسی قرآنی برای یافتن جایگاه تعادل و تعالی در پویایی شخصیت فرضیه ما را تشکیل می‌دهد و به آن می‌پردازیم، این است که از نظر قرآن، «تعالی» اصالت دارد و «تعادل‌یابی» در مسیر «تعالی‌جوئی» تعریف می‌شود و «تعادل» فی‌نفسه ارزش اولی ندارد. برای یافتن جایگاه تعالی‌جوئی در روان‌شناسی قرآنی، باید مقدماً دو ساحتی بودن انسان یعنی ساحت جسمانی و روحانی، و اینکه اصالت با روح است یا جسم، و اینکه روح جاودانه است یا جسم، و تأثیر اقدامات اختیاری انسان در جایگاه دنیوی و اخروی در نظر گرفته شود. براین‌اساس به برخی آیات قرآن پیرامون این مباحث اشاره می‌کنیم: الف. در برخی آیات مانند (سجده: ۹۷؛ حجر: ۲۸-۲۹) به دو ساحتی بودن انسان اشاره می‌فرماید که مراحل آفرینش انسان شامل خلقت جسمانی و دمیده شدن روح در انسان است. ب. اما اینکه آیا در روان‌شناسی قرآنی اصالت با روح است یا جسم؛ اصالت را با روح دانسته و اساس شخصیت انسان را روح می‌داند (اسراء: ۸۵) که روح را از سخن امر پروردگار می‌داند (سجده: ۱۱)، هنگام مردن روح به‌طور کامل جدا می‌شود و به سوی پروردگار می‌رود. ج. روحی که از منظر قرآن اصالت دارد جاودانه است (آل‌عمران: ۱۶۹) که می‌فرماید کسانی که در راه خداوند کشته شده‌اند، زنده‌اند و نزد خداوند روزی می‌خورند (هود: ۱۰۶-۱۰۸)، انسان‌های شقاوت‌مند در جهنم می‌مانند و انسان‌های سعادت‌مند در بهشت می‌مانند. د. رسیدن به تعالی در دنیا و آخرت در روان‌شناسی قرآنی کاملاً اختیاری است؛ جایگاه انسان‌ها در قیامت از اعلی‌علیین تا اسفل‌السافلین براساس اقدامات اختیاری انسان‌ها در دنیا است (مطففین: ۱۸-۱۵؛ هود: ۱۰۶-۱۰۸)؛ ه. جایگاه انسان‌ها در دنیا از اعلی‌علیین تا اسفل‌السافلین توسط اقدامات اختیاری انسان‌هاست (اسراء: ۷)، اگر نیکی کنید به خودتان نیکی کرده‌اید و اگر بدی کنید به

خودتان بدی کرده‌اید (شمس: ۹-۱۰)، کسی که تزکیه نفس کند سعادتمند می‌شود و کسی که نفس خودش را آلوده به نافرمانی کند، رستگار نمی‌شود. در منظر دین و به تبع آن روان‌شناسی قرآنی با توجه به اینکه انسان بعد مادی یا جسمانی و بعد مجرد یا روحانی دارد، جایگاه تعادل جوئی و تعالی‌خواهی با روان‌شناسی موجود متفاوت است، که اشاره‌ای به آن می‌شود.

### ۶. آیات دال بر تعالی‌خواهی

در قرآن کریم آیات زیادی اشاره بر تعالی‌خواهی انسان در زمینه‌های ۱. فردی، اعم از امور قلبی و رفتاری؛ ۲. اجتماعی، اعم از خانواده، جامعه، نظامی می‌کند. یکی از اموری که زمینه میل و گرایش به سمت متعالی شدن را فراهم می‌کند سرشت و فطرت انسان است، که البته فطرت، خداگرا و حق‌گراست (روم: ۳۰). خاصیت امور فطری این است که اولاً اکتسابی نیست؛ ثانیاً در عموم افراد وجود دارد؛ هرچند ممکن است شدت و ضعف داشته باشد. فطری را در دو مورد به کار می‌بریم: یکی ادراک و آگاهی و بینش، و دیگری در مورد میل و خواهش و گرایش. (مصباح، ۱۳۸۴، ص ۸۴). البته این فطرت گاهی در اثر غرق شدن در لذت‌ها و شهوات پوشیده می‌شود؛ ولی هنگام رنج و زبان بروز پیدا می‌کند (روم: ۳۳) که این آیه استدلال و تأکیدی است بر فطری بودن توحید و شکوفا شدنش در سختی‌ها (ر.ک: بابایی، ۱۳۸۲، ج ۳، ص ۵۳۷).

از دیگر اموری که تعالی‌خواهی انسان را در قرآن مطرح می‌کند، داشتن خصلت‌ها، گرایش‌ها (همان) و رفتارها و اعتقاداتی است که جهت‌گیری متعالی دارند، چه در بعد فردی یا اجتماعی که به نمونه‌های متفاوت و از زوایای مختلف اشاره می‌کنیم: در باب اعتقادی که یک امر قلبی است و ظهور و بروز رفتاری دارد، می‌فرماید: فقط خدا را بپرستیم و فقط از خدا طلب یاری کنیم (حمد: ۵) که در اینجا سخن از توحید عبادت، و توحید افعال است (بابایی، ۱۳۸۲، ج ۱، ص ۳۲)؛ رنگ الهی بگیری (بقره: ۱۳۸) که همان رنگ ایمان و توحید خالص است (ر.ک: طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱، ص ۴۷۲)؛ تصدیق روز جزا و باور و یقین داشتن به عالمی ماورای این عالم مادی که می‌فرماید: مؤمنان روز جزا را تصدیق می‌کنند و سیره زندگی‌شان سیره کسانی است که معتقدند هر عملی که انجام دهند به زودی در مورد آن بازخواست می‌شوند (معارج: ۲۶؛ طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۲۰، ص ۲۲).

در باب اعتقادی، رفتاری (اعم از فردی و اجتماعی و تعامل با دیگران)، در سوره «عصر» برنامه چهار ماده‌ای که چهار اصل را برای خوشبختی انسان‌ها بیان فرموده: ایمان، عمل صالح، دعوت همگانی به سوی حق، صبر و استقامت و توصیه دیگران به آن: اصل اول «ایمان» است که زیربنای همه فعالیت‌های انسان را تشکیل می‌دهد؛ چراکه تلاش‌های عملی انسان از مبانی فکری و اعتقادی او سرچشمه می‌گیرد، اصل دوم «اعمال صالح» که میوه درخت بارور و پرثمره ایمان است. «صالحات» هر کار شایسته‌ای که وسیله تکامل نفوس و پرورش اخلاق و قرب الی‌الله و پیشرفت جامعه انسانی در تمام زمینه‌هاست. اصل سوم «تواضع به حق» یعنی دعوت همگانی و عمومی به سوی حق. اصل چهارم مسئله شکیبایی و «صبر» و استقامت و سفارش کردن یکدیگر به آن است (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴، ج ۲۷، ص ۲۹۹). با توجه به این آیه و آیات مشابه دیگر، نکته مهمی که در روان‌شناسی قرآنی باید در نظر گرفت این است که تعالی‌خواهی بدون پذیرش ایمان محقق نمی‌شود و ایمان اعم از ایمان به خدا، پیامبران، امامان، غیب، آخرت، آیات الهی، کتب آسمانی و فرشتگان است.

انسانی که در مسیر تعالی‌خواهی گام برمی‌دارد برای اینکه مبتلا به ناامیدی و سستی در عمل نشود و مسیر را با آرامش و اطمینان سپری کند، بایستی همواره به یاد خدا باشد. خداوند می‌فرماید: اطمینان و آرامش یافتن با یاد خدا حاصل می‌شود (هود: ۲۳) و در آیات دیگر می‌فرماید: از رحمت خدا ناامید نشوید؛ زیرا رحمت الهی در مسیر تعالی‌خواهی لحظه به لحظه شامل انسان می‌شود (یوسف: ۸۷).

در قرآن در آیات زیادی و از جنبه‌های متفاوت به خصلت‌ها و رفتارهای کمال‌خواهانه انسانی که به دنبال تعالی‌خواهی است، اشاره می‌کند اوصافی مانند: صابرين، قانتين، صادقين، قانتين، مخبتين که همه این اوصاف نشئت گرفته از ایمان است و در وجود شخص به صورت صفات پایدار درآمده‌اند؛ ولی در مکان‌ها و زمان‌های مختلف ظهور و بروز پیدا می‌کنند؛ مثلاً انسان مؤمن در زمانی که با حوادث سخت در مسیر کمال‌خواهی مواجه می‌شود، صبر می‌کند و این خصلت صبر در او به صورت یک صفت که پایدار و همیشگی است، با تمرین و خودسازی نهاده می‌شود که به مواردی در روان‌شناسی قرآنی اشاره می‌کنیم: در آیه ۱۷ سوره «أل عمران» به پنج صفت از اوصاف پرهیزکاران اشاره شده است؛ صابرين کسانی هستند که صبر و استقامت دارند در برابر حوادث



۳۲: طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱۴، ص ۵۲۸؛ اطاعت از خدا و رسولش (نور: ۵۲)؛ پرهیز از شنیدن سخنان بی‌پهلو (قصص: ۵۵)؛ ثبات قدم در ایمان به یگانگی خداوند (فصلت: ۳۰)؛ از بخل و حرص (شُح) دوری می‌کنند (حشر: ۹)، کلمه شُح به معنای بخل توأم با حرص است، در صورتی که عادت شده باشد (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۴۴۶)؛ استعانت به صبر و نماز: صبر به معنی پایداری در برابر هر حادثه و مشکلی است نه به معنای تن دادن به ذلت و شکست (بقره: ۱۵۳؛ مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴، ج ۱، ص ۵۱۹).

#### ۷. راه‌کارهای قرآنی دستیابی به شخصیت متعالی

یکی از مسائل بسیار مهم در روان‌شناسی قرآنی که نقش کلیدی در ارضای حس تعالی خواهی و رسیدن واقعی و تضمینی به مقصد دارد التزام به توصیه‌های الهی است که صادر شده از خالق است که الف. آگاه و عالم به همه مصالح و مفاسد بندگانش است. ب. هدفش از خلقت بندگانش رسیدن به بالاترین درجات انسانیت و تعالی است. ج. توصیه‌های او کاملاً مطابق ظرفیت انسان هاست. د. این توصیه‌ها تمام جنبه‌های فردی و اجتماعی را شامل می‌شود، که به تعدادی از آنها اشاره می‌کنیم. خداوند در سوره (مائده: ۳۵)، سه دستور اساسی را برای رستگاری می‌فرماید: ۱. تقوا داشتن که این یک نوع رعایت حد و مرز است. ۲. انتخاب وسیله‌ای برای تقرب به خدا؛ وسیله هر کار و هر چیزی را که باعث تقرب به پروردگار می‌شود. ۳. جهاد در راه خدا که جهاد با مال و جان و جهاد با دشمن در میدان جنگ و جهاد علمی، فرهنگی را شامل می‌شود؛ در برخی آیات خداوند برای پیروان مسیری کمال و تعالی توصیه می‌فرماید به الگوبرداری و معاشرت با انسان‌های کامل و کسانی که در بالاترین مرتبه کمالات انسانی می‌باشند تا در پیچ و خم‌های مسیر دچار انحراف نشوند. در سوره (ممتحنه: ۶) خداوند توصیه به الگوبرداری از حضرت ابراهیم و پیروانش می‌کند و در سوره (توبه: ۱۱۹) توصیه به معاشرت با صادقین می‌فرماید که در ایمان، گفتار و رفتار صداقت دارند (شبر، ۱۴۲۹ق، ص ۳۱۸) و از پیروی از کسانی که سبب انحراف از مسیر کمال هستند، نهی می‌کند. مثلاً در سوره (نور: ۲۱) از گام‌های شیطان تبعیت نکنید، چون سبب انحراف و گمراهی و فحشا و منکر می‌شود؛ در باب تعامل مثبت و متعالی با دیگران می‌فرماید: شهادت به حق بدهید (نساء: ۱۳۵)، در شهادت باید همه ملاحظات را کنار

سخت که در مسیر اطاعت پروردگار پیش می‌آید، و همچنین در برابر گناهان و به هنگام پیش آمدن شدائد و گرفتاری‌های فردی و اجتماعی، شکیبایی و ایستادگی به خرج می‌دهند. صادقین آنهایی که راستگو می‌باشند و از نفاق و دروغ و تقلب و خیانت دورند. قانتین کسانی هستند که فروتن بوده و در طریق بندگی خدا مداومت دارند. منفقین آنها که در راه خدا اتفاق می‌کنند و استغفارکنندگان در سحر می‌باشند (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴، ج ۳، ص ۹۶).

در آیه ۱۳۴-۱۳۵ سوره «آل عمران»، پرهیزگاران افرادی معرفی شده‌اند که در همه حال اتفاق می‌کنند، بر خشم خود مسلط‌اند، از خطای مردم می‌گذرند، با نیکی کردن در برابر بدی (آنجا که شایسته است) ریشه دشمنی را در دل طرف نیز می‌سوزانند و قلب او را نسبت به خویش مهربان می‌گردانند و بر گناه اصرار نمی‌کنند (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴، ج ۳، ص ۹).

مخبتین کسانی هستند که چون نام خدا برده می‌شود، دل‌هایشان پر از خوف (پروردگار) می‌گردد و این ترس به خاطر مسئولیت‌هایی است که بر دوش دارند و شاید در انجام آن کوتاهی کرده‌اند (حج: ۳۵؛ طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱۴، ص ۵۲۹). در آیه ۲-۴ سوره «انفال» مؤمنان حقیقی با پنج صفت معرفی شده‌اند که عبارتند از: ترسیدن و تکان خوردن دل در هنگام ذکر خدا، زیاد شدن ایمان در اثر استماع آیات خدا، توکل، بپا داشتن نماز و انفاق؛ سه نشانه مؤمن حقیقی عبارت است از: عدم تردید و دو دلی در مسیر اسلام، جهاد با اموال، و سومی که از همه برتر است جهاد با جان هاست (حجرات: ۱۵؛ بابایی، ۱۳۸۲، ج ۴، ص ۵۱)؛ توبه‌کننده‌اند، عبادت‌کننده‌اند، سپاسگذارند، در برابر عظمت خدا رکوع و سجده می‌کنند، به نیکی‌ها دعوت می‌کنند، با فساد و منکر مقابله می‌کنند، رعایت حدود الهی، اجرای قوانین الهی، و اقامه حق و عدالت می‌کنند (توبه: ۱۱۲)؛ نماز خاشعانه به پا می‌دارند، از لغو و بیهودگی روی گردانند، پاکدامنی به خرج می‌دهند، پایبند به عهد و امانت‌اند (مؤمنون: ۸۲)؛ باوقار و فروتنند، بردباری و تاب‌آوری دارند؛ هنگامی که جاهلان آنها را مورد خطاب قرار می‌دهند و به جهل و جدال و سخنان زشت می‌پردازند در پاسخ آنها «سلام» می‌گویند که نشانه بی‌اعتنایی توأم با بزرگواری است، نه ضعف (فرقان: ۶۳؛ طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱۵، ص ۳۳۱)؛ اهل مهاجرت و جهاد در راه خداوند (توبه: ۲۰)؛ در جهت تعظیم شعائر الهی قیام می‌کنند؛ تمام آنچه در برنامه‌های دینی وارد شده و انسان را به یاد خدا و عظمت آئین او می‌اندازد، شعائر الهی است (حج:

همکاران، ۱۳۷۴، ج ۶، ص ۲۶؛ جلب رزق لایحتساب برای کسی که تقوای الهی را رعایت کند (طلاق: ۳)؛ ثبات قدم برای کسی که دین خدا را یاری کند (محمد: ۷).

#### ۹. تعادل، مقدمه تعالی

در برخی از آیات تعادل جویی و تعالی خواهی با هم مطرح شده و تعادل شرط دستیابی به تعالی قرار داده شده است. مثلاً منافق بودن ناهنجاری و عدم تعادل است، در سوره (نساء: ۱۴۳) در وصف منافقان فرموده که مذبذبند که این کلمه برای افراد سرگردان، بی‌هدف و فاقد برنامه و مسیر مشخص به کار می‌رود. خداوند در سوره (نساء: ۱۴۶) می‌فرماید: منافقانی که توبه کنند، و راه جبران و اصلاح را پیش بگیرند و به خدا تمسک کنند، و دین خود را برای خدا خالص کنند، آنها با مؤمنان خواهند بود. از جمله امور دیگر که به‌عنوان عدم تعادل است و چه‌بسا مانع رسیدن به تعالی باشد، فقر است که امیرمؤمنان علی علیه السلام در حکمت ۳۱۹ *نهج البلاغه* خطاب به فرزندش می‌فرماید: ای فرزند من از تهی‌دستی بر تو هراسناکم، از فقر به خدا پناه ببر، که همانا فقر، دین انسان را ناقص، و عقل را سرگردان و عامل دشمنی است. در حکمت ۱۶۳ آمده است: «فقر، مرگ بزرگ است. مورد دیگر قتل است که شخص با ارتکاب قتل سبب ناهنجاری و عدم تعادل، در جامعه، خانواده و وابستگان مقتول می‌شود که جهت حفظ تعادل برای اولیای مقتول حق قصاص، عفو و دیه قرار داده شده که این حکم علاوه بر تعادل، سبب تعالی جامعه و پیش‌گیری از قتل‌های بعدی می‌شود. در سوره (بقره: ۱۷۹) خداوند می‌فرماید: قصاص ضامن حیات جامعه است که البته قصاص اسلامی به‌هیچ‌وجه جنبه انتقام‌جویی ندارد (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴، ج ۱، ص ۶۰۹)؛ حتی در امور پسندیده مثل انفاق کردن هم باید تعادل را رعایت کرد، یکی از ویژگی‌های بندگان خداوند این است که هنگام انفاق، نه ولخرجی می‌کنند و نه تنگ می‌گیرند، بلکه حد وسط را برمی‌گزینند (فرقان: ۶۷؛ طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱۵، ص ۳۳۳).

#### ۱۰. نادیده گرفتن موقت تعادل زیستی برای رسیدن

##### به تعالی

در روان‌شناسی قرآنی همیشه ارضای نیازها و برقراری تعادل زیستی، مقدمه تعالی خواهی محسوب نمی‌شود؛ بلکه در بعض امور نادیده گرفتن تعادل زیستی مقدمه رسیدن به تعالی است؛ مثلاً شخصی که

بگذارد و فقط به خاطر خدا شهادت به حق دهد (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴، ج ۴، ص ۱۶)، حرف حق بزنید (احزاب: ۷۰)، حق را به باطل نیامیزید (بقره: ۴۲)، عدالت پیشه باشید (ممتحنه: ۸)، از گفتار بدون عمل و شنیدن بدون ترتیب اثر نهی می‌کند (صف: ۳-۲)، این‌گونه نباشید که مردم را به نیکی دعوت کنید، اما خودتان را فراموش کنید (بقره: ۴۴)، بدون اذن به خانه دیگران وارد نشوید (نور: ۲۷)؛ در سوره (حجرات: ۱۱-۱۲) خداوند به دستورات شش‌گانه برای ساخت جامعه تعالی اشاره می‌فرماید: ۱. یکدیگر را مسخره نکنید؛ ۲. عیب‌جویی نکنید؛ ۳. یکدیگر را با القاب ناپسند یاد نکنید؛ ۴. گمان بد نداشته باشید؛ ۵. در امور یکدیگر تجسس نکنید؛ ۶. غیبت نکنید. در سوره (نساء: ۱۳۵) توصیه به اقامه عدالت اجتماعی می‌فرماید.

#### ۸. آثار و پیامدهای پایبندی به امور تعالی

امیدواری و بشارت برای رسیدن به مطلوب از جمله هیجان‌های مثبت کلیدی‌اند و باعث می‌شوند انسان با آرامش و اطمینان و شوق، در مسیر تعالی خواهی حرکت کند. در قرآن کریم بشارت‌ها و پاداش‌های زیادی برای کسانی که به دنبال تعالی خواهی هستند، آمده که شعله امید برای رسیدن به مطلوب را در وجود انسان روشن نگه می‌دارد و ناامیدی را دفع می‌کند که نمونه‌هایی را اشاره می‌کنیم: بشارت به پاداش مداوم برای کسانی که ایمان آورده و عمل صالح انجام دهند (فصلت: ۸)؛ وعده به زندگی جاویدان در باغ‌هایی از بهشت و مسکن‌های پاکیزه در آن و خشنودی (رضوان) خداوند که حقیقت رستگاری است (توبه: ۷۲)؛ مشمول هدایت الهی شدن (یونس: ۹)؛ بخشش گناهان و اصلاح کار دنیا و آخرت به خاطر ایمان و عمل صالح، و ایمان آوردن به آنچه بر پیامبر نازل شده (محمد: ۲)؛ بشارت به مؤمنان که آن قدر از فضل خود به آنها می‌بخشد که موازنه میان عمل و پاداش را بکلی برهم می‌زند (احزاب: ۴۷)؛ مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴، ج ۱۷، ص ۳۶۶). خداوند ایمان را سرچشمه محبوبیت قرار داده و کسانی که ایمان آورند و کارهای شایسته انجام دهند، خداوند محبتی برای آنان در دل‌ها قرار می‌دهد (مریم: ۹۶؛ بابایی، ۱۳۸۲، ج ۳، ص ۱۰۸). وعده بخشش و فضل الهی برای انفاق‌کنندگان (بقره: ۲۶۸)؛ جامعه‌ای که تقوا داشته باشند این تقوای دست‌جمعی، سبب برکات می‌شود. برکات به معنای هر چیز کثیری از قبیل امنیت، آسایش، سلامتی، مال و اولاد است (اعراف: ۹۶)؛ مکارم شیرازی و

در روان‌شناسی قرآنی، تعالی خواهی است و فطرت، انسان را به سمت تعالی شدن سوق می‌دهد و هدف از خلقت انسان هم تعالی شدن است و آیات زیادی به تعالی خواهی انسان اشاره می‌کند. حتی در آیات زیادی راه‌کارهای رسیدن به شخصیت تعالی مطرح شده است. البته در بعض امور هم رسیدن به تعادل جوئی مقدمه تعالی شدن است و بدون اینکه تعادل حاصل شود و ناهنجاری اصلاح شود در مسیر تعالی شدن قرار نمی‌گیرد و در روان‌شناسی قرآنی همیشه ارضای نیازها و ایجاد تعادل زیستی مطلوب نیست؛ بلکه گاهی برای رسیدن به اهداف تعالی باید موقتاً تعادل زیستی نادیده گرفته شود.

### نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تبیین جایگاه «تعادل جوئی» و «تعالی خواهی» در پویایی شخصیت از دیدگاه روان‌شناسی قرآنی سامان گرفت و مبتنی بر پیش‌فرض‌هایی بود از جمله: ۱. دوساحتی بودن انسان (جسم و روح)؛ ۲. اصالت با روح است و روح جاودانه است؛ ۳. افعال اختیاری انسان جایگاه دنیوی و آخروی انسان را تعیین می‌کند؛ و یافته‌ها حاکی از آن است که در روان‌شناسی قرآنی سیر انسان، تعالی شدن در همه ابعاد وجودی است، که با رسیدن به تعادل برتر یا تکامل یا تعالی در نظر روان‌شناسان تفاوت‌های اساسی دارد که بسیار فراتر از خودشکوفایی و رسیدن به معناست و در مقیاس بزرگ‌تر، اهداف بلندمدت دنیا و آخرت، مادی و معنوی را شامل می‌شود. رسیدن به تعالی در روان‌شناسی قرآنی بر پایه‌های اعتقادی و عملی استوار است که تمام جنبه‌های شناختی، رفتاری، انگیزشی و... را دربر می‌گیرد، و انسانی که در مسیر تعالی شدن سیر می‌کند، خصلت‌ها و رفتارها و شناخت‌ها و باورهای او سوق به اموری بسیار وسیع‌تر از یافته‌های روان‌شناسی موجود پیدا می‌کند که این ناشی از شناخت است که انسان از خودش در پرتو تعالیم قرآن که نازل شده از جانب خالق انسان پیدا می‌کند. در روان‌شناسی قرآنی راه‌کارها و تشویق‌ها و آثار دنیوی و آخروی برای قرار گرفتن در مسیر تعادل و تعالی بیان شده و راه تعالی شدن را برای کسی مسدود نمی‌داند و ناامیدی را جز بالاترین گناهان می‌داند و همه انسان‌ها را شایسته برای رسیدن به بالاترین سطح تعالی و خودسازی جهت حذف و کم‌رنگ کردن خصلت‌ها و رفتارها و شناخت‌های ناپسند می‌داند و در بعض امور هم شرط تعالی خواهی را نادیده

روزه می‌گیرد با اینکه نیاز به غذا دارد، ولی موقتاً اجازه ندارد غذا مصرف کند، که این نادیده گرفتن موقت تعادل زیستی مقدمه رسیدن به تعالی‌ای است که خداوند در نظر گرفته اعم از تمرین صبر و تزکیه نفس یا کسی که نیاز جنسی دارد، ولی شرایط ازدواج و ارضای میل جنسی از طریقی که دین فرموده را ندارد، باید تا مهیا شدن شرایط، پاکدامنی پیشه کند و ریاضت جنسی را تحمل کند که به چند نمونه قرآنی اشاره می‌کنیم: ۱. امر به جهاد در راه خدا (حج: ۷۸؛ توبه: ۱۲۳). در این آیات امر به جهاد شده، با اینکه جنگ خطرات فراوانی دارد و باید ارضای خیلی از نیازها را که سبب تعادل زیستی می‌شود، موقتاً نادیده گرفت؛ ۲. روزه گرفتن در یک ظرف زمانی خاص که ممنوعیت خوردن، آشامیدن و... را در پی دارد (بقره: ۱۸۳-۱۸۴)؛ ۳. امر به پاکدامنی و ریاضت جنسی برای کسانی که شرایط ازدواج کردن را ندارند (نور: ۳۳).

### ۱۱. دعاهای قرآنی

دعا یک نوع خودآگاهی و بیداری دل و اندیشه، و پیوند باطنی با مبدأ همه نیکی‌ها و خوبی‌هاست (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴، ج ۱، ص ۶۴۳). یکی از امور بیان‌کننده تعالی خواهی انسان، دعاها در قرآن است که تعالی را هدف قرار می‌دهد و در بعض آیات قرآن (بقره: ۲۰۰-۲۰۲) کسانی که فقط نعمت‌های دنیایی را طلب می‌کنند، ولی نعمت‌ها و حسنه‌هایی که در آخرت هست را طلب نمی‌کنند و به دنبال رسیدن به کمال نیستند، مذمت شده‌اند و در مقابل کسانی که نیکی‌ها در دنیا و آخرت را طلب می‌کنند و به دنبال تعالی خواهی‌اند مورد توجه خداوند قرار می‌گیرند. بعضی از دعاهای قرآنی که تعالی خواهی را بیان می‌فرماید، اشاره می‌کنیم: طلب هدایت (حمد: ۷۶) که هدایت به معنی پیمودن طریق تکامل است، که انسان تدریجاً مراحل نقصان را پشت سر بگذارد و به مراحل بالاتر برسد (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴، ج ۱، ص ۴۶)؛ دعای راسخون در علم که از خداوند طلب استمرار هدایتشان و طلب رحمت الهی می‌کنند (آل عمران: ۸)؛ طلب سینه گشاده، حوصله فراوان، استقامت و شهامت و تحمل بار مشکلات (طه: ۲۵-۲۹)؛ دعاهای حضرت ابراهیم علیه السلام که از خداوند طلب علم و دانش و حق‌بینی، ملحق شدن به صالحان می‌کند (شعرا: ۸۳-۸۷). آنچه از مجموعه آیات قرآن برداشت می‌شود این است که اصل

گرفتن موقت تعادل زیستی می‌داند و ارضای نیازها را برای زمانی محدود به تأخیر می‌اندازد.

در روان‌شناسی قرآن بنیان اصل تعالی پذیرفته شده و تعادل در روان‌شناسی قرآنی در برخی امور مقدمه دستیابی به تعالی است. اصل تعالی خواهی پیش‌فرض‌هایی دارد از جمله: ۱. دوساحتی بودن انسان (جسم و روح)؛ ۲. اصالت با روح است و روح جاودانه است؛ ۳. افعال اختیاری انسان جایگاه دنیوی و اخروی انسان را تعیین می‌کند. روان‌شناسی قرآنی برای دستیابی به تعالی راه‌کارهایی مانند الگوبرداری، تقوا، عدالت‌پیشه بودن و همچنین آثار و پیامدهایی را بیان می‌کند مانند پاداش مداوم، هدایت الهی، بخشش و فضل الهی و ...

## منابع.....

- نهج‌البلاغه، ۱۳۸۳، ترجمه محمد دشتی، چ پنجم، قم، پارسایان.
- اکبری دستک، فیض‌الله، ۱۳۹۴، «جامعیت قرآن کریم از دیدگاه امام خمینی»، پژوهشنامه متین، ش ۱۷، ص ۱-۲۲.
- آذربایجانی مسعود، ۱۳۷۵، «انسان کامل (مطلوب) از دیدگاه اسلام و روان‌شناسی»، حوزه و دانشگاه، ش ۹، ص ۶-۲۲.
- بابایی، احمدعلی، ۱۳۸۲، برگزیده تفسیر نمونه، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
- راغب اصفهانی حسین بن محمد، ۱۴۱۲ق، مفردات فی غریب القرآن، بیروت، دارالعلم.
- سلیگمن، مارتین، ۱۳۸۸، ثنادهای درونی، ترجمه مصطفی تبریزی، رامین کریمی و علی نیلوفری، تهران، دانژه.
- سیف، سوسن و همکاران، ۱۳۹۳، روان‌شناسی رشد (۱)، چ بیست و پنجم، تهران، سمت.
- شیر، عبدالله، ۱۴۲۹ق، تفسیر قرآن، تهران، اسوه.
- شجاعی محمدصادق، ۱۳۸۸، نظریه‌های انسان سالم با نگرش به منابع اسلامی، قم مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- \_\_\_\_\_، ۱۳۸۹، نظریه‌های انسان سالم با نگرش به منابع اسلامی، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- \_\_\_\_\_، ۱۳۹۶، شخصیت از دیدگاه صفات، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- شولتز، دوان، ۱۳۸۶، روان‌شناسی کمال، ترجمه گیتی خوشدل، چ چهاردهم، تهران، پیکان.
- \_\_\_\_\_، ۱۳۸۹، نظریه‌های شخصیت، چ هفدهم، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران، ویرایش.
- طباطبائی، سیدمحمدحسین، ۱۳۷۴، تفسیر المیزان، ترجمه سیدمحمدباقر موسوی همدانی، قم، جامعه مدرسین.
- \_\_\_\_\_، ۱۴۱۷ق، المیزان فی تفسیر القرآن، قم، جامعه مدرسین.
- فرانکل، ویکتور، ۱۳۸۹، انسان در جستجوی معنا، ترجمه مهین میلانی و نهضت صالحیان، تهران، نیکا.
- کاویانی محمد، ۱۳۹۷، روان‌شناسی در قرآن، چ دوازدهم، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- کوهی اصفهانی، هاجر، ۱۳۹۲، «بررسی و تبیین مفهوم «انسان متعالی» از منظر قرآن کریم»، پژوهشنامه معارف قرآنی، ش ۱۴، ص ۱۰۱-۱۳۰.
- مصباح، محمدتقی، ۱۳۸۴، خداتشناسی در قرآن، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- معرفت، محمدهادی، ۱۴۱۷ق، التمهید فی علوم القرآن، قم، انتشارات اسلامی.
- مکارم شیرازی، ناصر و همکاران، ۱۳۷۴، تفسیر نمونه، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
- موحدین، زهرا، ۱۳۹۶، انگیزه‌های رشد و تعالی انسان از دیدگاه قرآن و روان‌شناسی، تهران، دانشگاه پیام نور.
- هجل، لاری، ای و دانیل، جی زیگلر، ۱۳۷۹، نظریه‌های شخصیت، ترجمه علی عسگری، ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی.