

## روان شناسی و گرایشهای متعالی: نقش روح و ابعاد مربوط به آن در رشد شخصیت انسان

دکتر شه‌ریار شهیدی<sup>۱</sup>

دانشیار گروه روان شناسی دانشگاه شهید بهشتی (نویسنده مسئول)

سعیده فرج نیا

کارشناسی ارشد مشاوره

### چکیده

آنچه در زندگی انسان امروز مشهود می باشد این است که با وجود تمام پیشرفت های بدست آمده و کشف بیشتر ناشناخته ها و دست یابی به شیوه زندگی راحت تر، هنوز بشر نتوانسته است از نظر رشد گرایشهای عالی انسانی، تعالی معنوی و رشد روحی به آنچه که ظرفیت آن را دارد، دست یابد. که یکی از دلایل آن می تواند نوع نگرش روانشناسی امروز نسبت به انسان باشد. زیرا مبنای این نگرش، مادی گرا و جزء نگر بوده و برخی از ابعاد اساسی حیات انسان مانند روح را نادیده گرفته است. از این رو در مقاله حاضر، ضمن بیان ضرورت و اهمیت توجه به بعد متعالی وجود انسان که همان روح است و رابطه آن با نفس و روان، به ارائه تعاریف مربوط به روح و معرفی مراتب رشد روحی، سلامت روح، آسیب شناسی روحی و سازه های دفاعی روحی نیز پرداخته شده است.

**کلید واژه ها:** روح، روان، نفس، رشد، آسیب شناسی، سازه های دفاعی.

<sup>۱</sup> - shahriarshahidi@hotmail.com

تاریخ دریافت: بهمن ۹۳ تاریخ پذیرش: اردیبهشت ۹۴

## **Psychology and transcendence: Role of "the soul" and related aspects in human development.**

**Shahriar Shahidi, PhD**

Associate of Psychology of Shahid Beheshti University

**Saeideh Farajnia**

Shahid Beheshti University

### **Abstract**

A salient feature of modern life is that despite all the achievements and discoveries which have inevitably led to a more comfortable life, mankind has not been able to fulfill its full potential as far as developing higher human abilities, spiritual transcendence and growth is concerned. It is argued that one reason for this may be modern psychology's attitude towards human nature which has essentially been set within a materialistic and reductionist framework. Hence, certain potentially significant aspects of human existence such as the concept of "soul" may have been ignored. In this article, while reiterating the importance and necessity of the transcendental dimension of human existence (which is referred to as "soul") and its relationship with the "psyche" and the "spirit", we shall present definitions regarding the soul and discuss issues concerning its development, pathology, health and defense structures.

**Key Words:** Psche, Sprit, Soul, Pathology, defense structures.

## مقدمه

تنها با یاد خدا دلها آرامش پیدا میکند (رعد، ۳۸).

چطور ممکن است با وجود حضور در این دنیا که پر از سرگرمی ها و ابزاری است که ادعای ایجاد شادی و آرامش را برای بشر دارند، تنها یاد خدا منجر به ایجاد آرامش برای انسان شود؟

آیا ایمان به خداوند این توان را به انسان می دهد که با وجود تمام تعلقات، زیباییها و جذابیت های مادی، طوری پرورش یابد که یاد خدا بر آنها غلبه کرده و او را به آرامش برساند؟

آیا همه انسانهایی که به خداوند و حضور او ایمان دارند، به این آرامش حقیقی دست یافته اند؟

واقعیت این است که آنچه جهان امروز به طور برجسته برای زندگی انسان عرضه می کند، حول گرایشهای محدود و لذت هایی است که تنها در خدمت جسم بشر و رساندن او به سطح حداقلی از آرامش می باشند (فرام، ۱۳۸۹؛ مایرز، ۱۹۸۲). این در حالی است که جسم و نیازهای مربوط به آن، تنها در نقش یک وسیله و ابزار هستند. ابزاری که روح متعالی انسان بتواند به وسیله آنها از گذرگاه مادی و موقتی دنیا عبور کرده و به زندگی ابدی دست یابد. ابزاری که به جای هدف قرار گرفتن باید به عنوان وسیله ای برای رسیدن به هدف که همان تقویت و تغذیه روح است، به کار روند. اما درگیری های ایجاد شده برای انسان امروز، باعث شده تا تمام زندگی خود را وقف تغذیه خود این ابزار کند و به جای اینکه جسم در خدمت روح و روان باشد، روح و روان را در خدمت جسم قرار داده است. که این منجر به وابستگی هر چه بیشتر به ابزار محدودی می شود که توان ارضای نیازهای متعالی انسان را نداشته و نه تنها او را به آرامش حقیقی نمی رسانند، بلکه منجر به دور شدن هر چه بیشتر او از حقیقت وجودی اش یعنی خداوند می شوند.

از آنجا که با بالا رفتن آگاهی، نگرش تغییر خواهد کرد و هنگامی که نگرش تغییر کند، گرایشها و امیال و به طبع آن اعمال و رفتار انسان نیز تغییر می کند، هر چه انسان

بعد روحانی و گرایشهای متعالی وجود خویش را بیشتر بشناسد و با اعمال و رفتار خود آنها را تقویت کند و رشد دهد، خدای خود را بهتر خواهد شناخت و به اطمینان قلبی و آرامش بیشتری دست خواهد یافت (پناهیان، ۱۳۹۰). زیرا ایمان و اطمینان قلبی، یاد و ذکر خداوند و توجه خالصانه به حضور و خواست او را در پی دارد. که این همان رسیدن به هماهنگی با گوهر وجودی انسان یعنی روح الهی او می باشد.

در این نوشتار، مخاطب اصلی انسانهایی هستند که به خداوند و حضور او ایمان دارند و در مسیر بهتر شدن، کامل تر شدن و رسیدن به تعالی، گام بر می دارند. زیرا مسیر ایمان به خداوند، مسیر بی انتهایی است که تنها با ایمان قلبی به او شروع شده و لازم است برای هر چه بهتر طی کردن این مسیر، در هر لحظه میزان آگاهی نسبت به خود و آنچه در درون و بیرون از ما رخ می دهد را افزایش دهیم تا هم از طی این مسیر نهایت لذت را ببریم و هم بر ایمان خود که اصلی ترین ره توشه این مسیر می باشد، بیفزاییم.

لازم به ذکر است که ادعای بیان حرفی نو و نایاب وجود ندارد، بلکه سعی بر این بوده تا در حد توان، تمام آنچه را در رابطه با بعد متعالی وجود انسان مطرح شده، با تلفیقی از تفکر دینی، تفکر روان شناسی و تفکر فلسفی، در قالبی جدید و کاربردی بیان شود، تا حداقل تلاشی باشد در راه ارائه مبنایی نظری در رابطه با چرایی و چگونگی توجه به بعد متعالی وجود انسان و ارائه مقدمه ای به منظور تنظیم چهارچوبی مناسب برای درمان معنوی با هدف بهره بردن از آن توسط مشاوران و روان شناسان در جلسات درمان.

### اهمیت و ضرورت طرح مسئله

به خاطر بیاور هنگامی را که پروردگارت به فرشتگان گفت: "من بشری از گل خشکیده ای که از گل بدبویی گرفته شده، می آفرینم. هنگامی که کار آن را به پایان رساندم و در او از روح خود دمیدم، همگی بر او سجده کنید." سوره حجر، آیات

با کمی تأمل در این آیات و آیاتی دیگر در رابطه با خلقت انسان (مانند: آیات ۱۲ تا ۱۴ سوره مومن<sup>۱</sup> و آیات ۷ تا ۹ سوره سجده<sup>۲</sup>) به وجود ظرفیتی ویژه در انسان پی خواهیم برد که اشاره به برتری او بر دیگر موجودات و رسیدن به جایگاهی می کند که شایستگی آن را می یابد تا پاک ترین مخلوقات خداوند، یعنی فرشتگان، به پای او به سجده خواهند افتاد.

آیا به راستی انسان امروز توانسته به آن ظرفیت خاص و جایگاه رفیع مربوط به آن دست یابد؟

در پاسخ به این سؤال می توان گفت: آنچه که از زندگی انسان امروز قابل مشاهده می باشد این است که با وجود تمام پیشرفت های بدست آمده برای بشر و رشد تمدن انسانی و اینکه او روز به روز به کشف بیشتر ناشناخته ها و شیوه زندگی راحت تر دست می یابد، نتوانسته است از نظر رشد گرایشهای عالی انسانی همچون عدالت و رسیدن به کمال و تعالی معنوی و رشد روحی به آنچه که ظرفیت آن را دارد، دست یابد.

همچنان که اریک فرام روانشناس بزرگی که دیدگاههای تاثیر گذاری را در مورد انسان و زندگی او بیان کرده، به تشریح انسان امروز پرداخته و مطرح می کند:

"در حالیکه ما به خلق چیزهای اعجاب آوری دست زده ایم، موفق نگشته ایم خویشتن را به صورت موجودی درآوریم که ارزش این تلاشهای عظیم را داشته باشد. زندگی ما همراه با آشفتگی و سرگردانی روحی است که به طرز خطرناکی به حالت

---

۱. و ما انسان را از عصاره ای از گل آفریدیم، سپس او را نطفه ای در قرارگاه مطمئن (رحم) قرار دادیم، سپس نطفه را به صورت علقه (خون بسته) و علقه را به صورت مضغه (چیزی شبیه به گوشت جویده شده) و مضغه را به صورت استخوانهایی در آوردیم، و بر استخوانها گوشت پوشاندیم، سپس آن را آفرینش تازه ای دادیم؛ پس بزرگ است خدایی که بهترین آفرینندگان است.

۲. او همان کسی است که هر چه را آفرید نیکو آفرید و آفرینش انسان را از گل آغاز کرد. سپس نسل او را از عصاره ای از آب ناچیز و بی قدر آفرید. سپس اندام او را موزون ساخت و از روح خویش در وی دمید؛ و برای شما گوش و چشمها و دلها قرار داد.

دیوانگی نزدیک شده است. و این به نوعی ناشی از این مسئله است که انسان از جستجوی هدف متعالی در زندگی خویشتن دست کشیده و خود را به صورت ابزاری جهت خدمت به ماشین اقتصادی مصنوع خود درآورده است. او بیشتر به کارایی و موفقیت علاقه مند است تا خوشبختی و رشد روحی؛ و طرز فکرش نسبت به خودش به طرز اجتناب ناپذیری تحت تاثیر این معیارهای موفقیت و کامیابی قرار دارد. در واقع ارزیابی او از خویشتن اساسا مبتنی بر ارزش نیروهای او و استفاده ای که در یک جامعه به خصوص ممکن است داشته باشد نیست، بلکه بسته به قابلیت فروش رفتن او در بازار و یا عقیده ای است که دیگران درباره مطلوبیت و جذابیت او دارند. امروزه صداهای بسیاری اعلام می کنند که شیوه زندگی ما موجب خوشحالی ماست. اما به راستی چه تعداد از مردم روزگار ما خوشحال هستند؟ ما به این اعتقاد چسبیده ایم که خوشبخت هستیم، به کودکان خود می آموزیم که از همه نسلهای قبلی پیشرفته تریم و اینکه سرانجام هیچ آرزویی نابرآورده و هیچ چیزی از دسترس ما به دور نخواهد ماند. اما آیا کودکان ما صدایی خواهند شنید که به آنها بگوید کجا می روند و برای چه زندگی می کنند؟" (فرام، ۱۳۸۹، ص ۱۱)

مایرز نیز بیان می کند: هیچ قرنی از چنین وفور نعمت و در مقابل، از قتل عام گسترده و تخریب محیط برخوردار نبوده است. هیچ فرهنگی چنین راحتی و فراغت و در مقابل چنین افسردگی گسترده ای را تجربه نکرده است. هیچ زمانی تکنولوژی این چنین راحتی و آسایش و در مقابل چنین ابزارهای وحشتناکی را برای فساد، انحطاط و ویرانی به ما نبخشیده است. ما هرگز تا به این حد متکی به خود و در مقابل تا به این اندازه بی کس نبوده ایم. ما هرگز تا به این حد در لذت و خوشی غوطه ور نبوده و در مقابل تا به این اندازه به ازدواج های فلاکت بار و یا منجر به طلاق گرفتار نبوده ایم (مایرز، ۱۹۸۲؛ نقل از دلیا، ۱۳۸۳، ص ۵۲).

با بررسی چنین مواردی و با تفکر عمیق در مورد انسان به طور کلی از گذشته تا حال و تعاریف ارائه شده در مورد ماهیت و ابعاد وجودی او، به خصوص از دیدگاه علم روانشناسی که موضوع خود را انسان و شناخت او و بررسی رفتارهای او معرفی

می کند، به یک خلا بزرگ در تعریف از ماهیت انسان پی خواهیم برد و آن نادیده گرفتن بعد روحی در کنار ابعاد جسمی و روانی است.

روان شناسی موجود، روح را که به عقیده دین بخش عظیمی از وجود انسان است، به صورت عمدی و آگاهانه نادیده می گیرد و مباحث مربوط به روح را فرا روانشناسی خوانده و آن را خارج از دایره پژوهشی خود قلمداد می کند (صنیع، ۱۹۹۵؛ نقل از فرقانی و همکاران، ۱۳۹۱، ص ۹۸).

زیرا نگرش مبنایی روان شناسی امروز نسبت به انسان، مادی گرا و جزنگر است و بنابراین برخی از بخش های اساسی حیات انسان و مسائل ارزشی زندگی انسان را نادیده گرفته است (فرقانی و همکاران، ۱۳۹۱، ص ۲۹). تنها چیزی که روان شناسان ممکن است در مورد آن توافق نظر داشته باشند این است که روان شناسی امروز از هر وقت دیگری در طول قرن گذشته، نامتجانس تر است و ضعف اساسی آن با وجود همه پیشرفت ها و کامیابی های نظری و کاربردی آن، کنار نهادن و به حاشیه راندن موضوع اصلی این علم یعنی روح است. روانشناسی امروز با حذف این موضوع از قلمرو مطالعات و تحقیقات خود، گرفتار گونه ای ناتمام نگری و جزء بینی گردیده است (نجاتی، ۱۳۸۸، ص ۲۵).

از آنجا که دیدگاههای فلسفی به صورت غیر مستقیم و از راه سمت و سو دادن به دیدگاههای انسان شناختی بر جریان تولید علم در علوم انسانی موثرند، دیدگاههای نظری مربوط به منشا و غایت نظام هستی و قائل بودن یا نبودن به مبدا وجودی عالم و هدفمندی نظام خلقت و مسائل مهمی از این دست در زمره مسائل فلسفی است که تاثیر نظری و عملی انکارناپذیری بر جهت گیری های علوم انسانی دارد (فرقانی و همکاران، ۱۳۹۱، ص ۳۰).

یک تحلیل روش شناسی نشان می دهد که تحقیقات علمی در یک خلا فلسفی صورت نمی گیرد، بلکه این تحقیقات بر اساس یک زمینه پیچیده فلسفی تحقق می یابد. از این رو فلسفه را می توان منبع الهام روان شناسی دانست؛ زیرا روان شناسی، در هر مقطع از تاریخ خود، حاوی تعدادی از اصول فلسفی بوده و آنچنان به فلسفه نزدیک است که هر روان شناسی، صرف نظر از نگرش مثبت یا منفی اش به

فلسفه، ناگزیر از داشتن نوعی فلسفه راجع به انسان و ویژگی های اوست (حاتمی، ۱۳۸۴، ص ۱۸۲). همچنان که تفکر و دیدگاه نظریه پردازان بزرگ در حیطه علم روانشناسی مانند فروید، یونگ، اریک فرام و... تحت تاثیر دیدگاه های فیلسوفانی چون داروین و گوستاو فخنر (هال، ۱۳۸۹، ص ۱۴)، نیچه و گوته (یونگ، ۱۳۸۷، ص ۱۲) و مارکس و اسپینوزا (سعادت فر، ۱۳۸۷، ص ۴۲) و... قرار داشته است.

بنابراین می توان این نکته را مطرح کرد که دلیل اصلی که باعث شده روانشناسی امروز نه بر یک مکتب فکری واحد، که بر گروهی از مکاتب گوناگون نامتجانس و ناهماهنگ استوار باشد، عدم وجود یک دیدگاه فلسفی واحد و مستحکم و همه جانبه در مورد ماهیت انسان و ابعاد وجودی و گرایشها و سعادت او است.

برای نمونه، رفتارگرایان ماهیت انسان را به لحاظ عملی، واکنشی و از نظر اخلاقی، خنثی می دانند. از سوی دیگر صاحب نظران گشتالت ماهیت انسان را از نظر عملی، تعاملی و از نظر اخلاقی، خنثی تلقی می کنند. و از طرف دیگر دیدگاه رفتارگرایان درباره مجبور یا مختار بودن آدمی، دیدگاهی جبرگرایانه است، در حالیکه پیروان مکتب انسان گرایی در روانشناسی، از قبیل کارل راجرز، آبراهام مزلو و رولومی، معتقدند که ما در تعیین رفتار شخصی خود از اساس آزاد هستیم و آزادی، منبع غرور و مسئولیت بزرگی است. در واقع روانشناسی امروز در مرحله پیش الگویی قرار دارد و وصول به مرحله الگویی در این شاخه از علم همچون هر رشته علمی دیگر، هنگامی حاصل خواهد شد که دیگر از مکاتب فکری و روش شناسی های گوناگون خبری نباشد (نجاتی، ۱۳۸۸، ص ۲۴).

روح کلی روانشناسی که امروز سیطره دارد، موضوع روانشناسی یعنی روح و روان انسان را اساسا به عنوان یک امر عینی انکار و به پوسته ظاهری حقیقت انسان و مجموعه پدیده های ذهنی مشاهده پذیر و کمی آن بسنده کرده و به طور کلی از هر گونه مطالعه ای که جنبه متافیزیکی داشته باشد، تن می زند و به هیچ روی خود را درگیر امری مثل اثبات نفس و روح نمی سازد. از سوی دیگر بیشتر تحقیقات که در



حوزه روانشناسی انجام می شود مبتنی بر روشهای تحقیق کمی است، در حالیکه نگاه کیفی به انسان و تحقیقات کیفی ضرورت اجتناب ناپذیر شناخت انسان است. کم توجهی به روشهای کیفی از خلاهایی است که در روانشناسی با آن روبرو هستیم. اگر قرار است با دیدگاه کامل و جامعی به انسان نگاه کنیم و او را در حد مسائل مادی منحصر نکنیم، ناچار باید به سمت گسترش روشهای تحقیق کیفی پیش برویم و روش شناسی خود را از روشهای تجربی موجود فراتر ببریم (فرقانی و همکاران، ۱۳۹۱، ص ۳۲). علاوه بر این آنچه علم جدید را دچار کمبود می کند و معیوب می سازد (که علم روانشناسی جدا از این امر نیست)، بی توجهی به نظام فاعلی و نظام غایی اشیا و امور است. بریده از مبدا و معاد به پدیده های جهان نظر می شود و در آن باره به پژوهش پرداخته می شود. نکته مهمی که در باب علم جدید گفته می شود، ناتوانی آن در هدایت خویش به سوی اهداف شایسته است. علم جدید در درون خود فاقد عنصری راهنماست که پژوهش های علمی را جهت دهد و بهره گیری از یافته های علم را هدایت و مهار نماید. در واقع اساسی ترین انتقاد مربوط به نگرش بی طرفانه علم جدید، نقش بسیار مهم علم در ایجاد فضایی ذهنی است که در آن خداوند و واقعیت های معادی وجود ندارند و در نتیجه غیر واقعی هستند (بستان و همکاران، ۱۳۸۴، ص ۴).

نکته قابل توجه این است که با وجود کم و کاستی های موجود در این علم، همواره تمام تلاش اندیشمندان فعال در این زمینه، در راه کمک به رشد بشر و شکوفا شدن استعدادها و بالا رفتن سطح آگاهی او نسبت خودش و توانایی هایش برای رسیدن به سعادت و خوشبختی بوده است. ولی مسئله اساسی، مبهم بودن همین سعادت و خوشبختی و تفاوت دیدگاهها در رابطه با آن می باشد که دلیل اصلی این ابهام و تفاوت دیدگاهها به همان موضوع نبودن یک تعریف جامع و کامل در مورد ماهیت انسان بر می گردد؛ حال اگر مسئله حیات و جاودانگی روح و عدم تجربه عقلی نسبت به ماورای طبیعت را هم در نظر بگیریم، به ناتوانی عقل در تبیین بسیاری از مسائل، پی خواهیم برد و نیاز به یک منبع غنی و درست برای پی بردن به تمام ابعاد وجودی

انسان مطرح می شود که در این راستا، هیچ منبعی کاملتر و غنی تر از وحی ( یعنی آنچه آفریننده انسان و تمام هستی بیان کرده) برای یاری عقل در راه رسیدن به یک جهان بینی درست و پی بردن به بسیاری از رموز عالم هستی، در دسترس انسانها وجود ندارد.

در آموزه های دینی، زندگی دنیا تنها بخش بسیار کوچکی از حیات انسان است و مسئله حیات پس از مرگ به عنوان مهمترین بعد حیات که تمام زندگی انسان را تحت تاثیر قرار می دهد، مورد توجه خاص قرار می گیرد. این در حالی است که در روان شناسی موجود، موجودیت انسان تنها از ابتدای تولد یا حداکثر از دوران جنینی، تا لحظه از کار افتادن قوای جسمی در نظر گرفته میشود. برخی پژوهشگران معتقدند دیدگاهی که روان شناسی امروز به انسان دارد به قدری متفاوت از دیدگاه دینی است که می توان گفت اصلا موضوع علم روان شناسی آکادمیک، آن انسانی نیست که دین به ما معرفی می کند. به عبارت دیگر علم روان شناسی به طور قطع در بسیاری از جنبه های مربوط به روان انسان به موفقیت های بسیاری رسیده است، اما آنچه مورد تاکید است عدم توانایی و توجه این علم به بعد متعالی تر وجود انسان، یعنی بعد روحانی و الهی اوست. از این رو یکی از ضعف های عمده ای که ما در جریان علم روانشناسی در کشورمان با آن روبرو هستیم، این است که تا کنون نتوانسته ایم مبانی و پیش فرضهای روان شناسی را با رویکرد دینی تدوین و ترسیم کنیم (فرقانی و همکاران، ۱۳۹۱، ص ۳۵). این امر مطلوب و ممکن است که ما بتوانیم بنابر دیدگاه خود و متناسب با فرهنگ اسلامی و بومی خود، دست به تولید علم در روان شناسی بزنیم که در این راه ما نیازمند به دیدگاه تازه ای در روان شناسی شخصیت هستیم که بتواند عامل تازه ای را درون عوامل تشکیل دهنده شخصیت نشان داده و به بررسی تجربی آن بپردازد (لطف آبادی؛ نقل از سالاری فر و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۳۹۱).

یکی از مهم ترین راهکارها برای جبران این خلا، تکیه بر جهان بینی دینی در مباحث علمی است. یعنی جهان بینی که وحی را به عنوان یکی از منابع مهم معرفتی معرفی کرده و تاکید می کند که بر مبنای استدلال عقلی و با یاری وحی می توان جهان را شناخت (مطهری، ۱۳۸۹، ص ۱۲۰). بر اساس جهان بینی دینی مبتنی بر وحی،

عوالم طبیعی و فراطبیعی یا مشهود و نامشهود هستی، نه تنها از یکدیگر جدا و بی ارتباط نیستند، بلکه شئون و مراتب یک چیز، یعنی هستی می باشند. به همین دلیل است که چگونگی بینش، گرایش و کنش آدمی در پهنه دنیا، پدید آورنده و سازنده نحوه هستی و زندگی انسان در عرصه آخرت خواهد بود. زیرا بر اساس تعالیم دینی، آثار و نشانه های حیات اخروی در جای جای همین زندگانی دنیوی، قابل ملاحظه و شناسایی است. حال با توجه به اینکه نوع انسان و جامعه بشری با گذشت زمان به سوی تکامل در حرکت است، ادیان آسمانی نیز که به طور کلی تمام آنها از ماهیت یکسانی برخوردار بوده و اختلاف آنها در کمال و نقص است، به مقتضای نیازهای بشر و میزان درک او، از شکل ساده و بسیط، مدارج کمال را پیموده اند تا اینکه نبوت و شریعت به جهت کمال اعتقادات و توسعه مقررات عملی (که هم به طور کامل تمام جنبه های زندگی فردی و هم تمام جنبه های زندگی اجتماعی را در بر بگیرد)، به آخرین مرحله خود رسید (سالاری فر و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۴۱۷). بر این اساس اسلام آخرین و کاملترین دین و قرآن تنها کتاب آسمانی است که در آن سخنان خداوند از طریق ابلاغ وحی به خاتم پیامبران، حضرت محمد(ص)، جمع آوری شده است. از سوی دیگر سرو کار اسلام به عنوان آخرین و کامل ترین دین الهی، با تمام ابعاد وجودی انسان بوده که این امر نه تنها سازنده و جهت دهنده به کشش ها و گرایش هاست، که بینش ساز و کنش ساز نیز هست. ممکن است در کنار طرح این مباحث، تناقض آمیز بودن توجه به معرفت علمی در کنار معرفت وحیانی مطرح شود. در صورتیکه معرفت وحیانی نه تنها معارض یا متناقض معرفت علمی نیست، بلکه موید و مدافع معرفت علمی و تجربی نیز هست. برای پی بردن به صحت این مدعا بهترین راه آن است که به کاملترین منبع وحیانی، یعنی قرآن کریم مراجعه شود و آیاتی را که انسانها را به اندیشیدن در پدیده ها و موجودات محسوس و طبیعی فرا می خوانند، را مورد بررسی و مطالعه قرار داد(مانند آیه ۱۶۴ سوره بقره که خداوند در آن می فرماید: در آفرینش آسمانها و زمین، و آمد و شد شب و روز، و آبی که خداوند از آسمان نازل کرده، و با آن زمین را پس از مرگ زنده نموده و انواع جنبندگان را در آن گسترده، و در تغییر مسیر بادها و ابرهایی که میان زمین و آسمان مسخرند، نشانه هایی

است برای مردمی که عقل دارند و می اندیشند و یا آیات ۱۹۰ و ۱۹۱ سوره آل عمران: مسلما در آفرینش آسمانها و زمین، و آمد و رفت شب و روز، نشانه های روشنی برای خردمندان است. همانها که خدا را یاد می کنند و در اسرار آفرینش آسمانها و زمین می اندیشند و می گویند: بار الها! اینها را بیهوده نیافریده ای). بنابراین بدون شک فکر کردن در این پدیده های مشهود طبیعی، به تحصیل و تولید معرفت علمی و تجربی می انجامد و این معرفت نیز به نوبه خود در مسیر خداشناسی به کار می افتد و دارنده آن را به درک و تصدیق آفریدگار هستی رهنمون می سازد (نجاتی، ۱۳۸۸، ص ۲۲).

با توجه به نکات مطرح شده، تلاش نویسندگان در راستای بیان اهمیت توجه به مهم ترین بعد وجودی انسان یعنی روح و بررسی علمی این موضوع بوده تا زمینه استفاده کاربردی از آن برای کمک به رشد همه جانبه بشر و روشن تر کردن مسیر کمال و تعالی او فراهم شود. که برای رسیدن به این مهم از دیدگاه نویسندگان، جامع ترین و قابل اعتمادترین تعریف در رابطه با بعد ماورایی انسان، یعنی روح، و همچنین کمال و سعادت واقعی او، تعریفی است که از طریق توجه به آیات قرآن و تامل و تعقل در آنها بدست می آید. که در این بین می توان از سخنان راه گشای ائمه (ع) و دیدگاههای فیلسوفان مسلمان و همچنین تفسیرهای ارائه شده در مورد آیات مختلف قرآن نیز بهره برد. در ادامه پیش از پرداختن به تعاریف مربوط به روح و جایگاه آن در زندگی انسان، به ارائه برخی مباحث مطرح شده در مورد نفس و رابطه آن با جسم، روح و روان پرداخته شده است.

### نفس و رابطه آن با جسم، روان و روح

در باره نفس و تفاوتش با بدن تعاریف مختلفی وجود دارد که برخی از تعاریف مورد قبول، به شرح زیر می باشد:

۱- جسم آن است که بعد و مکان دارد و می تواند مورد اشاره حسی قرار گیرد و بدن جسمی است که به واسطه نفس، حیات مند گشته است. بدین ترتیب، بدن با جسد تفاوت دارد. زیرا جسد حیات مند نیست و بدن قطع نظر از نفس، لاشه ای است بی

جان و بی اراده. بنابراین نفس و بدن به یکدیگر نیاز داشته و تاثیر و تاثراتی در یکدیگر دارند. بر این اساس، نفس برای تامین ادراکات خویش، محصول حواس پنجگانه را به کار می برد و با استفاده از قوای بدن، مراحل تکامل را پشت سر می گذارد و در مقابل، با تدبیر خویش به محافظت بدن کمک می کند (حاتمی، ۱۳۸۴، ص ۵۰).

۲- غزالی در تفاوت بین جسم و نفس بیان می کند: جسم، بهره خاکی وجود انسان و نفس، بخش افلاکی اوست. جسم از عالم خلق است و به چشم ظاهر می آید و مساحت و مقدار و کمیت دارد اما نفس از عالم امر است و به چشم ظاهر نمی آید و مساحت و مقدار و کمیت ندارد. جسم نابود شدنی و نفس جاودان است. جسم از ماده و نفس از جوهری مجرد و ملکوتی است. غزالی معتقد است که نفس از آن رو که جوهری مجرد و روحانی است، در جایی حلول و سکونت نمی کند. از نظر او نفس ناپیوسته با بدن است و این بدان معناست که میان نفس و بدن پیوند ابزاری حاکم است و نفس، بدن را اداره می کند و البته این پیوند دو سویه است. از دید او نفس اصل آدمی است و تن ابزار نفس است و نفس، تنها در بدن می تواند به کمال برسد (رفیعی، ۱۳۸۸، ص ۶۰).

۳- فارابی در تعریف طبیعت نفس بیان می کند که نفس انسانی، جوهر روحانی قائم به ذات است که در مقام تحقیق همان جوهر انسانی می باشد. بدین ترتیب انسان مرکب از دو عنصر است، نفس جوهری روحانی از عالم الهی و بدن، از عالم مادی. پس انسان مجموعه ای از عالم مادی و عالم الهی است که روحش از امر پروردگار و بدنش از خلقت اوست (نجاتی، ۱۳۸۸، ص ۶۶).

۴- ملاصدرا نیز بیان می دارد که نفس در آغاز پیدایش، در آخرین نقطه مرزی ماده و نخستین نقطه مرزی مفارقات از ماده قرار دارد که به حکم حرکت جوهری، راه رشد و تکامل را پیش گرفته و از مرحله جمادی به مرحله نباتی و سپس حیوانی و پس از آن به مرحله انسانی خواهد رسید و البته در تمام این مراتب، یک پدیده است که صورت های مختلف تکاملی را می پیماید. لذا می توان گفت: نفس حقیقتی مادی است که به سوی ملکوتی شدن می رود (حاتمی، ۱۳۸۴، ص ۱۷۸). از دیدگاه ملاصدرا نفس

انسان ملاک انسان بودن اوست و تشخیص و وحدت انسان به وجود نفس است. نفس همانند حواس پنجگانه ظاهری، دارای حواس پنجگانه باطنی است. یعنی پس از مفارقت، واقعا با آن حواس می بیند، می شنود، می چشد، می بوید و لمس می کند (نیکزاد، ۱۳۸۶، ص ۴۱).

۵- می توان از نفس به حقیقت وجود انسان که حاکی از شخص آدمی است، تعبیر کرد. به این معنا که حتی اگر بدن آدمی متلاشی شود و وحدت ارگانیکی خود را از دست دهد، نفس او از بین نمی رود. به عبارت دیگر نفس به منزله امری است که بدون بدن همچنان به موجودیت خود ادامه می دهد. از اینجا به حقیقت نفس به عنوان مجموعه روان و روح در کالبد بدن می توان اشاره کرد. اینکه نفس در کنار وجودی جدای از جسم تحت تاثیر آن به واسطه روان قرار دارد (فرقانی و همکاران، ۱۳۹۱، ص ۴۲).

با توجه به دیدگاه ها و تعاریف موجود، می توان به این جمع بندی رسید که نفس از جنس ماده یا خاصیت آن نبوده و من غیر جسمانی است که از تجربه آگاهی برخوردار بوده و شکل دهنده اصلی به شخصیت آدمی است. همچنین نفس به واسطه اموری خارج از دنیای مادی دارای توانایی ها و ظرفیت هایی برای رسیدن به رشد و تعالی می باشد که می توان از آنها به عنوان اجزای تشکیل دهنده نفس، یعنی روح و روان نام برد.

در مورد ذهن یا روان نیز عقاید گوناگونی وجود دارد. برخی عقیده دارند روح و روان مشابه هستند و بعضی هم بر این عقیده اند که ذهن بخشی از روح است. گروهی نیز قائلند ذهن و روح به طور کلی متفاوت بوده و آنچه در حقیقت وجود دارد، ذهن است که مشخصه آن اراده و هوش می باشد. سرانجام عده ای نیز گفته اند که ما شرح و توصیف مناسبی از ذهن نداریم که اشاره ای واقعی به آن داشته باشد و به همین دلیل ترجیح داده اند به جای صحبت از چیستی ذهن، از ویژگی ها یا پدیده های روانی گفتگو نمایند. چنانکه شافر بیان می دارد: تنها چیزی که ما از یک شخص می دانیم این است که مجموعه ای از تغییرات روانی، حالت های روانی و فرایندهای روانی است (حاتمی، ۱۳۸۴، ص ۵۴).

اما آنچه مد نظر مولفین می باشد این است که روان و روح دو بعد به وجود آورنده نفس و به عبارتی شخصیت آدمی می باشند که با وجود اشتراکات فراوان و رابطه متقابل و تاثیر و تاثراتی که بر هم دارند، دارای ظرفیت ها و کارکردهای خاص خود می باشند که هر کدام به نوبه خود بر قرار گرفتن نفس در مسیر رشد و تعالی تاثیر گذار می باشند. در رابطه با روان و نقش و جایگاه آن، در علم روانشناسی صحبت بسیار شده است و آنچه مورد غفلت قرار گرفته روح و بعد متعالی وجود انسان می باشد.

همچنان که ویلیام جیمز هم این سیر را چنین توضیح می دهد که آنچه سابق به نام روح مرسوم بوده به مرور زمان مورد تصفیه قرار گرفته تا به مفهوم نفس متعالی رسیده و به حال شبه ماندی مبدل گردیده و از آن جز اسمی باقی نمانده است و وقتی به این حد از دقت و لطافت تنزل کرده و به اصطلاح اینطور تبخیر شده باشد، در شرف آن است که به کل ناپدید گردد (حاتمی، ۱۳۸۴، ص ۵۴).

در باره روان به طور خلاصه می توان بیان کرد که مرتبه ای از نفس و منشا ادراکات حصولی و ضبط و حفظ آنهاست. به عبارت دیگر روان مجموعه ای از توانایی ها و آگاهی ها شامل فهمیدن، استدلال کردن، توانایی های هوشی و ذهنی است که طی دوران زندگی و در اثر تربیت و تجربه های شخصی شکل گرفته و رشد پیدا می کند و شخصیت انسان را تحت تاثیر خود قرار می دهد. بنابراین مراتب مربوط به رشد روانی نیز اصولاً با توجه به سن و میزان رشد عقلی مشخص می شود. اینکه فرد در طول دوران رشد و تحت تاثیر تربیتی که از سوی والدین و محیط دریافت می کند، به توانایی های مربوط به درک و حل مسائل و رفع موانع پیش رویش برای شکوفا کردن تمام استعدادها و توانمندی هایش دست یابد. به این منظور ابتدا به طور خلاصه به برخی از مهم ترین مراتب رشد روانی معرفی شده از سوی نظریه پردازان علم روانشناسی اشاره می شود تا از یک سو نقش و جایگاه این بعد از وجود انسان بهتر مشخص شود و از سوی دیگر خلاء مباحث مربوط به روح و مراتب رشد روحی به صورت واضح تر و قابل درک تر بیان شود.

یکی از نظریات کلیدی مطرح شده در رابطه با ساختار روان و شخصیت انسان، نظریه فروید می باشد که بر این اساس ساختار روان به سه بخش به نامهای نهاد، خود و فراخود تقسیم می شود.

۱- نهاد: مخزن غرایز است و مستقیماً با ارضای نیازهای بدن ارتباط دارد. نهاد طبق اصل لذت عمل می کند و از طریق ارتباطی که با کاهش تنش دارد، در جهت افزایش لذت و اجتناب از درد عمل می کند. نهاد فقط ارضای فوری را می شناسد و از واقعیت آگاه نیست و کارکرد آن تحقق یک اصل آغازین و بنیادی زندگی است که اصل لذت نامیده می شود (شولتز، ۱۳۸۸، ص ۵۸).

۲- خود: ارباب منطقی شخصیت است که توانایی های ادراک، تشخیص، قضاوت و حافظه را پرورش می دهد و هدف آن ممانعت از تکانه های نهاد نیست، بلکه می خواهد به آن کمک کند تا کاهش تنش را با تصمیم گیری در مورد اینکه با در نظر گرفتن واقعیت چگونه و چه وقت غرایز نهاد می توانند بهتر ارضاء شوند، تجربه کند (شولتز، ۱۳۸۸، ص ۵۹).

خود مسئول اجرایی در نظام شخصیت است و نهاد و فراخود را کنترل می کند و هنگامی که کارکرد اجرایی خود را به درستی انجام دهد، هماهنگی و سازگاری در شخصیت فرد ایجاد می شود. خود به جای اصل لذت، تابع اصل واقعیت است. به منظور درک درست تر و دقیق تر از محیط، توانمندی های افتراقی عالی تر در این نظام ادراکی تکامل می یابند و نظام ادراکی می آموزد تا جهان را به سرعت بررسی کند و از میان انبوه در هم و بر هم محرک ها، تنها آنهایی را برگزیند که به حل مشکل مربوط می شوند (هال، ۱۳۸۹، ص ۳۷).

۳- فراخود: عبارت است از احکام و عقاید قدرتمندی که عمدتاً ناهشیار هستند و اخلاقیات درونی ما و عقاید درست و نادرست ما را شامل می شود. هدف آن صرفاً جلوگیری کامل از درخواستهای لذت جویانه نهاد است. تلاش فراخود فقط برای کمال اخلاقی است و در مقابله با خواسته های نهاد به دور از واقعیت عمل می کند (شولتز، ۱۳۸۸، ص ۵۹). اساس این جنبه از شخصیت در ۵ یا ۶ سالگی و توسط



بازخوردهای والدین شکل می گیرد. به این صورت که رفتارهایی که کودک به خاطر آنها تنبیه شده است، وجدان یا یک قسمت از فراخود و رفتارهای خوب یا درستی که کودک به خاطر آنها تحسین شده است، خودآرمانی را تشکیل می دهند (هال، ۱۳۸۹، ص ۴۱).

با در نظر گرفتن این ساختار شخصیت و کارکردهای معرفی شده برای هر کدام، به نبودن بخش مهمی از ساختار شخصیت انسان که مربوط به بعد معنوی وجود انسان و رشد، شکوفایی و رسیدن به تعالی می باشد، پی خواهیم برد.

البته در نظریه های دیگر سعی شده تا به بعد متعالی تر شخصیت بیشتر توجه شود. از آن جمله نظریه یونگ می باشد که در کنار مطرح کردن خود، نگرشها، ناهشیار شخصی، ناهشیار جمعی و کهن الگوها در سیستم شخصیت، به مرحله تفرد در رشد شخصیت توجه کرده و آن را مرحله فرد شدن، تحقق بخشیدن به استعدادها و پرورش دادن خویشتن معرفی می کند. در این مرحله، فرد جنبه تیره ماهیت خود را همراه با تکانه ابتدایی آن مانند خودخواهی می پذیرد و نسبت به تضادهای درونی خویش آگاه می شود. و بعد از آن وارد مرحله تعالی می شود که گرایش ذاتی به سمت وحدت و یکپارچگی در شخصیت و یکی شدن تمامی جنبه های متضاد درون روان می باشد (شولتز، ۱۳۸۸، ص ۱۲۷).

و یا نظریه اریکسون در رابطه با مراحل رشد روانی-اجتماعی که پس از گذر از مراحل کودکی، نوجوانی و جوانی، به مراحل مربوط به دوران بزرگسالی و پیری می رسد. اریکسون بیان می کند که فرد در مرحله بزرگسالی نیاز دارد فعالانه به آموزش دادن و هدایت کردن نسل بعد از خود پردازد و از این طریق به توانایی زایندهی که به صورت اهمیت دادن به دیگران بروز می کند، دست یابد. در مرحله بعد از بزرگسالی نیز که مرحله پختگی نامیده می شود، فرد با توجه به نحوه ای که کل زندگی خود را ارزیابی می کند، پس از پذیرفتن جایگاه و گذشته خود به احساس خشنودی و رضایت خاطر دست می یابد. اریکسون، نیروی بنیادی مربوط به مرحله نهایی رشد را خرد می نامد و بیان می کند که خرد حاصل انسجام خود است و به صورت علاقه به کل زندگی نشان داده می شود (شولتز، ۱۳۸۸، ص ۲۶۰).

و همچنین نظریهٔ مزلو که بر اساس سلسله مراتب نیازها، بالاترین مرتبهٔ نیازها را پس از نیازهای فیزیولوژیکی، امنیت، تعلق پذیری و احترام، نیاز به خودشکوفایی که همان تحقق بخشیدن به استعدادها در عالیترین سطح ممکن است، معرفی کرده و در معرفی افراد خودشکوفا فرا انگیزش و فرا نیازها را بیان می کند. به این معنا که در افراد خودشکوفا، فرا انگیزش باعث می شود که فرد به دنبال کاهش تنش یا ارضاء یک کمبود نباشد، بلکه هدف آنها غنی کردن زندگی با افزایش تنش برای تجربه کردن انواع رویدادهای تحریک کننده و چالش انگیز است. علاوه بر این انسانهایی به خودشکوفایی می رسند که نیازهایشان به توجه مثبت دیگران ارضاء شود و به خودشان توجه مثبت کنند. چنین انسانی می تواند کارایی روانشناختی بهینه داشته باشد (شارف، ۱۳۸۷، ص ۲۱۲).

با در نظر گرفتن این دیدگاهها از نظر توجه به بعد متعالی وجود انسان، به کلی و مبهم بودن مباحث مربوط به سرنوشت و خواست انسان در راستای شناخت خود و توانایی هایش و شکوف کردن تمام استعدادها و حل تعارضات درونی پی خواهیم برد. به عبارت دیگر، نبودن تعریفی روشن در رابطه با منشا و دلیل وجود این توانایی ها و رسیدن به این مراتب، و معنا و هدف غایی در رابطه با شکوف کردن استعدادها و توانایی ها، کاملاً مشهود می باشد.

حتی در دیدگاه ویکتور فرانکل که بیش از نظریه پردازان دیگر به معنویت و داشتن معنا در زندگی توجه داشته است نیز خلاء صحبت از غایت و معنای تعریف شده و مشخص و چرایی وجود این بعد در زندگی انسان کاملاً مشهود است. اینکه انسان از درک معنا در زندگی به چه چیزی می خواهد برسد؟ همچنانکه خود او اشاره می کند: "در جهان کنونی، معناجویی انسان در مقیاسی جهانی ناکام مانده است. احساس بی معنا بودن که اغلب با احساس تهی بودن و یا به بیان من، خلاء وجودی همراه است، هر روز اشخاص بیشتری را تسخیر می کند. بی تردید، جامعهٔ صنعتی ما مهبای ارضای همهٔ نیازهای انسان است و همدم آن یعنی جامعهٔ مصرفی، مهبای ایجاد نیازهای تازه ای است که ارضایشان کند، اما این جامعه، انسانی ترین نیاز انسان یعنی نیاز به یافتن معنا و معنا بخشیدن به زندگی را ناکام می گذارد. حال اگر از خود

بپرسیم که منظورمان از معنا چیست؟ می توان آن را به صورت آگاهی ناگهانی از یک امکان در زمینه واقعیت تعریف کرد."

از نگاه فرانکل برای نیل به معنا سه راه وجود دارد: نخست، انجام عملی یا آفرینش اثری. دوم، تجربه چیزی یا رویارویی با کسی. به سخن دیگر، معنا را نه تنها در کار، بلکه در عشق نیز می توان یافت و سومین راه که از همه مهم تر است نیز: در رویارویی با سرنوشتی که نمی توانیم آن را تغییر بدهیم، تشویق می شویم که اوج بگیریم و با فراتر رفتن از خود و خلاصه با تغییر خود، بهترین کار ممکن را انجام بدهیم. این نکته در هر ۳ جزء مثلث تراژیک (رنج-گناه-مرگ) به یکسان صدق می کند. به میزانی که بتوان رنج را به موفقیت و دستاوردی انسانی تبدیل کرد، از گناه، فرصتی برای بهتر شدن به دست آورد و در گذرا بودن زندگی، انگیزه ای برای اقدام مسئولانه یافت. همچنین به هنگام بحث درباره معنی معنا نمی توان نوعی معنا را که گویی آسمانی است، یعنی نوعی معنای غایی، معنای کل کائنات یا لااقل معنای کل زندگی شخص و خلاصه معنایی گسترده را انکار کرد. که معنای نهایی زندگی هم اصولاً اگر آشکار شود، تنها در پایان و در لحظه مرگ آشکار می شود (فرانکل، ۱۳۹۰، ص ۱۴۳).

## روح و تعاریف مربوط به آن

روح در بیشتر سنت های مذهبی و فلسفی به عنوان بعد غیر مادی و جاودانه زندگی معرفی می شود. اگر چه روح و روان می توانند مترادف هم به کار روند، با این وجود روان بیشتر با مفاهیم روانشناسانه و ذهنی، و روح بیشتر با معنویت و مذهب در ارتباط است. در واقع روح به عنوان بعدی از وجود انسان که یافتن معنا از تجربه ها و حوادث را میسر می سازد و دارای دغدغه و گرایشهای مذهبی بوده و رابطه ویژه ای با مرگ دارد معرفی می شود (هیلمن، ۱۹۸۹، ص ۲۰).

فیلسوفان یونان باستان، لغات زنده و دارای روح را به جای هم به کار می بردند که این نشان دهنده این موضوع است که آنها اعتقاد داشتند، روح آن است که به بدن

زندگی و حیات می بخشد و باعث به حرکت درآمدن موجودات زنده می شود (فرانسیس، ۱۹۵۰، ص ۶۴).

به عبارت بهتر روح منشا حیات در هستی است که بود و نمود از خداوند دارد و به ظهور رسیدن حیات در هر مرتبه ای، از حیات نباتی، حیوانی و انسانی، در گرو تعلق گرفتن روح است. به این معنا که هرگاه مواد تشکیل دهنده یک شیء به درجه معینی از پیچیدگی و پردازش برسند، جلوه ای از روح در آن نمودار می شود و آنگاه بر حسب میزان جلوه ای که روح در آن موجود نشان می دهد، آثار حیاتی با گستردگی معینی در وی آشکار می شود. یعنی به صورت حیات نباتی، حیوانی و انسانی (باقری، ۱۳۸۸، ص ۱۶).

۱- حیات نباتی مربوط به تغذیه و زنده ماندن و شامل رشد، معاش و تولید مثل می شود و با وجود در بر گرفتن تمام موجودات زنده، مختص گیاهان می باشد.  
۲- حیات حیوانی مربوط به حرکت، هیجان و شهوت بوده و شامل اراده و ادراک از طریق حواس پنجگانه می باشد. این سطح مشترک میان حیوان و انسان می باشد.  
۳- حیات انسانی مربوط به عقل و خرد بوده و شامل توانایی فکر کردن و استدلال کردن می باشد. این سطح مختص انسانها و متمایز کننده آنها از دیگر موجودات است (شیلدز، ۲۰۱۱).

در واقع میزان جلوه روح در گرو میزان پیچیدگی و پردازش مواد تشکیل دهنده موجود است. تمام آفریده های عالم به واسطه وجود روح که عامل حیات، پویایی و رشد می باشد، در مسیر حرکت تکاملی و سیر صعودی به سوی کمال مطلق یعنی خداوند متعال و خضوع وجودی در برابر او قرار دارند و تمام موجودات بر اساس هدفی مشخص آفریده شده و ابزار رسیدن به آن هدف در نهاد تک تک آنان قرار داده شده است. همچنان که در آیات بسیاری از قرآن کریم آمده است که همه آنچه در آسمان و زمین است تسبیح گو و ثنا گوی ذات حقند و هیچ موجودی از پرستش گری

و کرنش گری او غافل یا جاهل نیست. مانند: اسراء، ۴۴-حشر، ۱-نور، ۴۱ - مریم، ۹۳ (نیکزاد، ۱۳۸۶، ص ۵۴) و همه آنها به غیر از انسان در راه رسیدن به هدف آفرینش خویش، اراده و اختیار و انتخابی ندارند و تحت اراده تکوینی الهی به سمت سرانجامی که خداوند برای آنان مقدر و مشخص فرموده، حرکت می نمایند که این همان بندگی تکوینی است و برای تمام موجودات از طریق قرآن مطرح می شود. اما نوع دیگری از بندگی، بندگی اختیاری می باشد که مخصوص موجود صاحب شعور و اراده است و بالاترین مرتبه آن را انسان می تواند طی کند. زیرا از ظرفیت بسیار وسیع کمالی برخوردار است که ملائکه الهی نیز به اندازه او نمی توانند نایل شوند و این بندگی در تمام شوون زندگی و وجود انسان سرایت دارد. زیرا انسان به مجموعه ای از توانایی های ادراکی مجهز شده تا با درک از خویشتن و هدفی که می تواند به آن برسد، آگاهانه به سوی سعادت خویش قدم بردارد (تحریری، ۱۳۹۰، ص ۱۸۳).

در واقع تفاوت سیر انسان با دیگر موجودات در آن است که از یک سو، با وجود اینکه مانند جانداران دیگر یک سلسله خواستها و مطلوبها دارد و در پرتو آگاهیها و شناختههای خویش برای رسیدن به آنها در تلاش است اما در شعاع و وسعت و گستردگی آگاهیها و شناختهها و از نظر تعالی سطح خواستها و مطلوبها دارای ظرفیت ویژه ای می باشد (مطهری، ۱۳۸۹، ص ۷) و از سوی دیگر، حرکت تکاملی انسان هنگامی ارزشمند است که با آگاهی و بینش نسبت به معبود خویش و مرتبه وجودی خود و کیفیت رابطه وجودی خود با او همراه باشد و تنها چنین اظهار خضوعی است که انسان را به مراتب عالی بندگی نایل می سازد (تحریری، ۱۳۹۰، ص ۳۱).

<sup>۱</sup> - و هیچ چیز نیست مگر اینکه در حال ستایش، تسبیح او می گوید ولی شما تسبیح آنها را در نمی یابید.

<sup>۲</sup> - آنچه در آسمانها و آنچه در زمین است، برای خدا تسبیح می گویند و او عزیز و حکیم است.

<sup>۳</sup> - آیا ندیدی تمام آنان که در آسمانها و زمینند برای خدا تسبیح می کنند و همچنین پرندگان به هنگامی که بر فراز آسمان بال گسترده اند؟ هر یک از آنها نماز و تسبیح خود را می داند و خداوند به آنچه انجام می دهند، داناست.

<sup>۴</sup> - هر که در آسمانها و زمین است جز بنده وار به سوی خداوند رحمان نمی آید.

با در نظر گرفتن آیات مربوط به آفرینش انسان<sup>۱</sup> نیز می توان به ۲ مرحله تسویه و دمیدن روح در مورد خلقت انسان اشاره کرد.

۱- مرحله تسویه: نخستین مرحله آفرینش انسان است و چند مرحله دارد. در این مرحله خداوند رفته رفته پیکر انسان را سرو سامان می دهد تا به فرجام درستی برسد و زمینه لازم برای دریافت روح حیوانی که همان پدید آمدن حیات است و برای سلامت انسان و استمرار حیات او لازم است را پیدا کند. از دید غزالی روح حیوانی محمل و مرکب روح ملکوتی انسان خواهد بود.

۲- مرحله دمیدن روح ملکوتی: پس از فراهم شدن زمینه برای دمیدن روح ملکوتی، در این مرحله روح الهی در پیکر انسان دمیده می شود که با این دمش، آفرینش به نقطه عطف خود می رسد. بنابراین پیامد هر یک از این دو مرحله پیدایش ۲ گونه روح در انسان می باشد: روح حیوانی و روح ملکوتی. روح ملکوتی فضیلتی است که وجودش به عظمت و یکتایی نوع انسان انجامیده و انسان را از دیگر آفریدگان متمایز کرده است. به اعتبار این روح است که انسان اشرف مخلوقات و خلیفه خداوند بر زمین است. و به یمن وجود روح است که انسان دارای گونه ای خداوندگاری است و در صفات و افعال به خدا می ماند (رفیعی، ۱۳۸۸، ص ۵۶). شرافت آدمی و برتری او بر دیگر آفریدگان از آن روست که می تواند خداوند را بشناسد؛ و این معرفت، سرآمد همه دانشها بوده و رسیدن به آن تنها کار و هنر روح می باشد. زیرا فقط روح است که

۱- ۱۴-۱۲ سوره مومنون: وما انسان را از عصاره ای از گل آفریدیم، سپس او را نطفه ای در قرارگاه مطمئن (رحم) قرار دادیم، سپس نطفه را به صورت علقه (خون بسته) و علقه را به صورت مضغه (چیزی شبیه به گوشت جویده شده) و مضغه را به صورت استخوانهایی در آوردیم، و بر استخوانها گوشت پوشاندیم، سپس آن را آفرینش تازه ای دادیم؛ پس بزرگ است خدایی که بهترین آفرینندگان است. ۲۸-۲۹ سوره حجر: به خاطر بیاور هنگامی را که پروردگارت به فرشتگان گفت: "من بشری از گل خشکیده ای که از گل بدبویی گرفته شده، می آفرینم. هنگامی که کار آن را به پایان رساندم و در او از روح خود دمیدم، همگی بر او سجده کنید."

- سوره سجده: او همان کسی است که هر چه را آفرید نیکو آفرید و آفرینش انسان را از گل آغاز کرد. سپس نسل او را از عصاره ای از آب ناچیز و بی قدر آفرید. سپس اندام او را موزون ساخت و از روح خویش در وی دمید؛ و برای شما گوش و چشمها و دلها قرار داد.

خداوند را می شناسد و به او نزدیک می شود و برای او کار می کند و به سوی او می کوشد و به آنچه نزد اوست، دست می یابد (رفیعی، ۱۳۸۸، ص ۲۳۴).

در سطح انسان شناسی نیز مفهوم روح در پیکر پرداخته شده آدمی، حیات انسانی ایجاد می کند. به این معنا که ظهور آثار حیاتی ویژه آدمی، توسط جلوه معینی از روح فراهم می آید. این جلوه روح، حیاتی را پدید می آورد که میان انسانها مشترک است، اما جلوه دیگری نیز برای انسان ممکن است پیش آید. این جلوه در گرو ایمان آدمی به خدا و نفوذ عمیق آن در دل اوست. با ظهور این جلوه از روح نیز، حیاتی تازه یا مرتبه تازه ای از حیات در انسان نمودار می شود که از آن به حیات پاک (حیات طیبه) تعبیر شده است (نحل، ۱۹۷). آثار حیات در این مرتبه نیز متمایز از آثار حیات در مراتب پایین است. در حیات طیبه، دل آدمی از آلودگی شرک، خیالش از آلودگی وسوسه و اندامش از آلودگی های اشیای پلید پیراسته است (باقری، ۱۳۸۸، ص ۵).

در نتیجه روح بعدی است از وجود تمام موجودات زنده که منجر به بروز آثار حیات و رشد و پویایی در آنها می شود. اما در مورد انسان با توجه به پیچیدگی و ظرفیت بالای او در رسیدن به کمال و تعالی، این بعد از وجود، پس از طی مراتب خاص و رسیدن به آگاهی و شناخت نسبت به خود و خداوند و ایمان به او، به عالی ترین سطح از ظرفیت خود خواهد رسید.

### مراتب رشد و انواع شخصیت روحی

انسان به حسب ساختمان روحی خویش، خداخواه آفریده شده و خداجویی و خداپرستی به صورت غریزه در وجود او نهاده شده است (روم، ۳۰) (عقل و دین ملاصدرا ص ۱۵۴). بنابراین پس از بروز حیات نباتی و حیوانی در انسان و رسیدن به

<sup>۱</sup> - هر کس کار شایسته ای انجام دهد، خواه مرد باشد یا زن، در حالیکه مومن است او را به حیاتی پاک زنده می داریم و پاداش آنها را به بهترین اعمالی که انجام می دهند، خواهیم داد.

<sup>۲</sup> - پس روی خود را متوجه آیین خالص پروردگار کن. این فطرتی است که خداوند، انسانها را بر آن آفریده؛ دگرگونی در آفرینش الهی نیست. این است آیین استوار. ولی اکثر مردم نمی دانند.

سطحی اولیه از حیات انسانی که میان تمام انسانها مشترک می باشد، مهمترین و اصلی ترین گام در مسیر رشد روحی و رسیدن به تعالی، شناخت خداوند و ایمان به اوست. ایمان مولفه مهمی است که در بالاترین نقطه شخصیت انسانی قرار دارد. با ایمان به خداوند و عالم غیب، ابعاد شناختی، عاطفی، اخلاقی و اجتماعی فرد تغییر می کند و در محدوده محاسبات کمی، مادی، عمل گرایانه، سودطلبانه و به طور کلی دنیوی خلاصه نمی شود. این گرایش و جهت گیری کلی، در سبک زندگی، صفات پیرامونی و حتی رفتارهای عادی (افکار، احساسات و اعمال فرد) نمودار می شود (نیکزاد، ۱۳۸۶، ص ۱۳۱).

از این رو با توجه به مراتب ایمان می توان به معرفی مراتب رشد و انواع شخصیت روحی پرداخت. ترتیب درجات ایمان به طور کلی عبارتند از اسلام (اقرار لفظی به ایمان به خدا و یکتایی او)، ایمان (شناخت خدا و اقرار به یکتایی او با اقرار قلبی)، تقوا (عمل به خواسته های الهی) (سالاری فر و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۱۹۳ و ۴۲۰).

که به طور جزئی بر اساس این سه مرتبه و با ترکیب آنها، ۷ مرتبه به منظور معرفی مراتب ایمان و به عبارتی مراتب رشد روحی و به طبع آن، انواع شخصیت مطرح می شود:

۱- مرتبه اول پذیرفتن ظاهر فرمانهای الهی و اقرار لفظی به ایمان به خداوند، هر چند با اعتقاد قلبی همراه نباشد. که چنین شخصیتی را می توان مسلمان لفظی نامید. یعنی کسی که به تسلیم بودن در برابر خدا به صورت لفظی اقرار می کند.

۲- مرتبه دوم، یعنی اعتقاد و اذعان قلبی به طور اجمال به محتوا و مفاد شهادت بر یگانگی خداوند است که لازمه آن عمل به بیشتر احکام و خواسته های الهی می باشد. که چنین شخصیتی را می توان مسلمان عملی نامید. یعنی کسی که در کنار اقرار لفظی به تسلیم بودن در برابر خداوند و فرمانهایش، به صورت عملی نیز در پی عمل به دستورات الهی می باشد.

۳- مرتبه سوم، تسلیم قلبی در برابر همه اعتقاد به حق و انجام اعمال صالحی که به دنبال آن می آید. که چنین شخصیتی را می توان مسلمان قلبی نامید. یعنی کسی که با وجود کامل نشدن بینشش در رابطه با نقش و جایگاه عمل به خواسته های الهی، در



پی مداومت در انجام آنها، به مرتبه ای از تسلیم همراه با محبت و علاقه دست یافته و در کنار انجام واجبات به انجام مستحبات و اعمال نیکو نیز اهتمام می ورزد.

۴- مرتبه چهارم، اعتقاد قلبی به حق و حقایق دینی است. که چنین شخصیتی را می توان مومن نامید. یعنی کسی که پس از مداومت در عمل به خواسته های الهی و تسلیم بودن در برابر آنها، به نقش و تاثیر عمل به این فرامین در رسیدن به تعالی و آرامش روحی و روانی پی برده و اعتقاد قلبی یعنی اعتقاد و بینش همراه با محبت پیدا می کند.

۵- مرتبه پنجم، تسلیم شدن قوای حیوانی و هوسهای دنیا و زینتهای زودگذرش در برابر نفس انسان و قدرت او به واسطه اعتقاد به خدا و تسلیم فرمان او بودن. که چنین شخصیتی را می توان مومن متقی نامید. یعنی کسی که به دلیل همراه بودن عملش با بینش و آگاهی، به مرتبه ای از پرهیزکاری و خویشترن داری می رسد که توانایی کنترل و هدایت تمایلات نفسانی و هوسهایش را پیدا کرده و هر لحظه در پی حفظ و تقویت رابطه خویش با خداوند و جلب رضایت او می باشد.

۶- مرتبه ششم، رضا، صبر، پایداری در راه خدا و تسلیم محض خدا بودن و همه چیز را به حساب او گذاشتن. در این مرتبه زهد کامل و دوستی و دشمنی در راه خدا بروز پیدا می کند. که چنین شخصیتی را می توان مومن زاهد نامید. یعنی کسی که با کنار گذاشتن نفع شخصی و کنترل امیال، تمام انتخاب ها و افکار و اعمالش در جهت خواست خدا و خدمت به او می باشد.

۷- مرتبه هفتم، رسیدن به یقین در رابطه با عدم استقلال غیر خدا و عدم تاثیر اسباب بدون اجازه خداوند می باشد. در این مرتبه انسان از هیچ حادثه نا خوشایندی غمگین نمی گردد و از هیچ حادثه ترسناکی، نمی ترسد. که چنین شخصیتی را می توان مومن مخلص نامید. یعنی کسی که در هر لحظه و کوچکترین رخدادها، حضور خداوند و حکمت و رحمت او را می بیند و با اعتماد کامل به خداوند، پذیرای هر رخدادی می باشد. زیرا برای او هر واقعه ای اگر چه تلخ و ناگوار، همراه با معنا و هدف و فرصتی برای رشد و رسیدن به تعالی می باشد.

## مراتب نفس

از آنجا که نفس متشکل از روح و روان معرفی شد، با توجه به مراتب رشد روحی و روانی، می توان به معرفی مراتب و حالت‌های مختلف نفس پرداخت. از دیدگاه قرآن نفس آدمی، حالت‌های مختلفی پیدا می کند و بر حسب هر حالت، نامی در خور او خواهد بود. یکی از حالت های نفس هنگامی پدیدار می شود که در کوشش به سوی کسب لذت پیدا شود. این کشش هوای نفس نامیده می شود که در درجه اول، مفهومی خستی است و معنای ارزشی منفی یا مثبت ندارد. هنگامی که هوای نفس فعال است، نفس می خواهد به لذت برسد و ممکن است چنان شیفته شود که از شکستن حدود و زیر پا گذاشتن ضوابط نیز پروایی نداشته باشد. نفس در این حالت، نفس اماره (فرمان دهنده به بدی) نامیده می شود (یوسف، ۵۳).<sup>۱</sup> با در نظر گرفتن نقش روح و روان در رسیدن نفس به این مرتبه، می توان بیان کرد که در واقع این حالت نفس زمانی بروز پیدا می کند که از نظر روانی نهاد بر روان فرد غلبه کرده و روح او نیز به دلیل غفلت در عمل به خواسته های الهی، توانایی کنترل هوسها و شهوات را از دست داده باشد. در حالت دیگر هنگامی که نفس اماره به مقصود می رسد و از تب و تاب می افتد، خود را می یابد. و در پی این خودیابی، می تواند خارج از فرمان هوی، ناراستی های عمل خویش را بازیابد و حاصل کار، ملامت خود است. نفس در این حالت نفس لوامه (سرزنشگر) نامیده می شود (قیامت، ۲).<sup>۲</sup> با توجه به نقش روح و روان، این مرتبه از نفس نیز زمانی بروز پیدا می کند که فراخود فرد بر روان او غلبه کند و روح او به واسطه اعتقاد به خدا و عمل به خواسته های او، به دنبال انجام اعمال صالح باشد. سومین حالت نفس، هنگامی ظهور می کند که آدمی به خدا توجه یابد. توجه یافتن به خدا، آرامشی عمیق در نفس پدید می آورد (رعد، ۲۸).<sup>۳</sup> نفس در این حالت

<sup>۱</sup> - من هرگز خودم را تیره نمی کنم، که نفس سرکش بسیار به بدیها امر می کند. مگر آنچه را پروردگارم رحم کند.

<sup>۲</sup> - و سوگند به نفس لوامه و وجدان بیدار و ملامتگر (که رستاخیز حق است).

<sup>۳</sup> - آنها کسانی هستند که ایمان آورده اند و دل‌هایشان به یاد خدا مطمئن و آرام است. آگاه باشید که تنها با یاد خدا دل‌ها آرامش می یابد.

به دلیل رسیدن به آرامش و اطمینان، نفس مطمئنه نامیده می شود (فجر، ۲۷-۲۸<sup>۱</sup>). این مرتبه از نفس نیز با توجه به نقش روح و روان زمانی بروز پیدا می کند که در روان فرد، خود، نقش و جایگاه خود را در کنترل نهاد و هماهنگی با فراخود پیدا کرده و بین آنها سازگاری مطلوبی ایجاد کند و در کنار آن، روح فرد به مرتبه ای از ایمان و اعتقاد به خداوند دست یابد که بتواند تمام افکار، احساسات و اعمال خود را در جهت عمل به خواسته های الهی و انجام اعمال صالح هدایت کند.

باید توجه داشت که هر یک از این ۳ جلوه، حالت هایی گذرا هستند و نفس آدمی هر زمان به یکی از این جامه ها درآمده و این تبدیل نقشها به طور مکرر انجام می شود. با این وجود، در نهایت هر نقشی که بیشتر صورت پذیرد، از شکل گذرا به وضعیت استوار در می آید. بنابراین نفسی که همواره در پی هوی و هوس است و در برابر آن به کرنش افتاده است، به نحو پایداری به بدی فرا می خواند. و نفسی که پیوسته مراقب هواهای خویش است و همواره آنها را در مظان اتهام قرار می دهد، لوامگی در او ریشه گرفته است و سرانجام، نفسی که هواهای خود را چنان در بند کرده که دیگر نگران هجوم های آنها نیست و همواره با یاد خدا همراه است، اطمینان را در خویش استوار کرده است (باقری، ۱۳۸۸، ص ۴۷). چنین مرتبه ای از نفس به مدد دست یافتن به مراتب بالای رشد روحی، نمود پیدا خواهد کرد.

### سلامت نفس

بدون رسیدن به سلامت روان، سلامت روح محقق نمی شود و بدون تحقق یافتن سلامت روح، سلامت نفس بدست نمی آید. بنابراین برای رسیدن به یک جمع بندی درست در رابطه با سلامت نفس که همان سلامت شخصیت می باشد، در ادامه تعاریف مربوط به هر کدام را بیان می کنیم.

---

<sup>۱</sup> - تو، ای روح آرام یافته، به سوی پروردگارت بازگرد در حالیکه هم تو از او خشنودی و هم او از تو خشنود است.

**سلامت روان:** مفهوم سلامت روان شامل احساس درونی خوب بودن و اطمینان از کارآمدی خود، اتکاء به خود، ظرفیت رقابت و شکوفایی توانایی های بالقوه فکری و هیجانی می باشد. (عباسزاده و همکاران، ۱۳۸۲، ص ۷۷)

فرد دارای سلامت روان شخصی است که دارای بهزیستی هیجانی بوده، رها از اضطراب و نشانه های ناتوانی است و دارای قابلیت هایی برای ایجاد روابط موثر با درخواست هایی اجتماعی بوده و انطباق خوبی با فشارهای روانی زندگی دارد که در نتیجه فرد قابلیت های بالایی برای ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران، تغییر و اصلاح محیط، حل تضادها و تمایلات شخصی خود به صورت منطقی و مناسب پیدا می کند (پیرخائفی و برجعلی، ۱۳۹۱، ص ۷۸)

سازمان جهانی بهداشت (world health organization) نیز سلامت را به صورت بهزیستی کامل جسمانی، روانی و اجتماعی، نه صرفاً فقدان بیماری و ناراحتی تعریف می کند. سلامت روان بیانگر حالتی است که در آن افراد به توانایی های خود پی برده و قادر به مقابله با عوامل تنیدگی زای زندگی و همچنین کمک به خود و جامعه هستند (WHO؛ سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۰۴). در مجموع سلامت روانی، یکپارچگی جنبه های شناختی، عاطفی و ارتباطی فرد در تعامل با محیط است که به جهت کسب رشد متوازن و مثبت صورت می گیرد (تام، لی، فو، لیم، ۲۰۱۱، ص ۸۱).

**سلامت روح:** مفهوم سلامت روح شامل کسب شناخت و آگاهی نسبت به خود و خداوند و رسیدن به ایمان قلبی به خدا و به طبع آن هدایت تمام افکار، احساسات و اعمال در جهت عمل به خواسته های الهی با هدف رسیدن به تعالی و آرامش و نزدیک شدن هر چه بیشتر به خداوند، می باشد.

فرد دارای سلامت روح، شخصی است که آفرینش را هدفدار دیده و نسبت به نظام کلی هستی و قوانین حاکم بر آن به دلیل اعتقاد به هدفی خیر و متعالی، خوش بین است. که این خوش بینی به دنبال خود امیدواری، بهجت و شادی ایجاد کرده و باعث می شود جهان در نگاه فرد، روشن و زیبا جلوه کرده و عرصه ای برای رشد به حساب آید. که همین تلاش برای رشد، در او ایجاد آرامش و اطمینان می کند. زیرا به سرانجامی روشن و قطعی ایمان دارد. از سوی دیگر، وجود سلامت روحی به دلیل

طبعات رفتاری که در هر فرد ایجاد می کند، در زندگی اجتماعی افراد نیز منجر به بروز وحدت میان انسانها و دوری از جنگ و توطئه، استقرار عدالت اجتماعی و مقابله با فساد و انحراف، تواضع در برابر دیگران و تلاش برای رفع نیازهای آنها در حد توان، پیشی گرفتن در انجام امور خیر، کوشش در امانت داری و وفای به عهد خواهد شد.

با وجود رابطه متقابل بین روح و روان و نقش تاثیر گذار هر دو آنها در رسیدن به سلامت نفس، جایگاه روح و سلامت روحی به دلیل جامع تر بودن و در بر گرفتن بعد متعالی وجود انسان، از اهمیت خاصی برخوردار می باشد. در واقع سلامت روان زمینه و مقدمه لازم برای رسیدن به سلامت روح و در نهایت سلامت نفس را فراهم می کند. انسان اگر روح را نشناسد، با نفس بیگانه است و آنکه با نفس آشنا نباشد، خدا را چگونه می شناسد؟ زیرا روح تا هنگامی که به غیر خدا می پردازد، نمی تواند جایگاه خداوند باشد و ناگزیر از شناخت او، بی بهره می ماند. همچنین آنکه روح خویش را نشناسد، نمی تواند از آن مراقبت کند و کسی که روح خویش را پاس ندارد، از نفعهای الهی بی نصیب است و از کسانی می شود که پروردگار درباره آنها می گوید: و مانند کسانی نباشید که خدا را از یاد بردند و خدا هم حقیقت خودشان را از یادشان برد تا آنکه ندانستند که کیستند و چه باید بکنند. اینان از مسیر خدا خارج شده اند (حشر، ۱۹). پس شناخت روح و فهم نسبی حقیقت آن، اصل دین است و همه هدفهای تربیتی در نهایت به تربیت روح بازمی گردد و می توان هدفهای تربیتی را گونه های چندگانه تربیت روحی به حساب آورد و هر یک را مربوط به پرورش بعدی از ابعاد روح دانست (رفیعی، ۱۳۸۸، ص ۲۳۴).

لازم به ذکر است که مهم ترین وسیله و موهبتی که در اختیار انسان برای رسیدن به رشد و سلامت روح و روان و به طبع آن سلامت نفس قرار داده شده، عقل می باشد. از نظر اسلام عقل وسیله ای است که می تواند بخش عمده ای از نیاز انسان را به هدایت مرتفع کند و از این حیث در ردیف پیامبر قرار می گیرد. در واقع عقل، نیروی مدرک واقعیات خارجی و تشخیص دهنده حقیقت از خطا و نیروی تمیز دهنده باید از نباید، درست از نادرست و حق از باطل است (ملک اف، ۱۳۸۹، ص ۹۹).

قرآن با مشخص کردن ویژگی های بازداری و سنجیدگی، مفهوم خاصی را برای عقل ورزی در نظر گرفته است. به طور کلی عقل ورزی در مقام شناخت، به معنای ضبط و کنترل حرکت فکر به منظور رسیدن به شناخت یا بازشناسی امور مورد نظر، و در مقام عمل، به معنای ضبط و کنترل عمل توسط مجموعه شناخت های بدست آمده اعم از علم و گمان است. عقل سرمایه اصلی نفس آدمی برای بازشناسی مقصد و مقصود خود و راهیابی به سوی آن است که این بازشناسی تنها مرتبه ای از عقل است، نه تمام آن. در واقع بازشناسی عقل در مقام شناخت، درست و نادرست خوانده شده و عقل نظری نامیده می شود و بازشناسی عقل در مقام عمل، خوب و بد خوانده شده و عقل عملی نامیده می شود. یعنی عقل در بعد بازشناسی، شاخصی است که مانع کج روی در داوری میان حق و باطل است. اما فراتر از بازشناسی، عقل عامل راهیابی نفس آدمی به حق و خیر است که از طریق بازداری از پیروی باطل یا شر، آن را صورت می بخشد. بنابراین همانطور که گفته شد، نفس آدمی هنگامی شایسته صفت عقل ورزی خواهد بود که بازشناسی و راهیابی، هر دو در او جلوه گر شوند (باقری، ۱۳۸۸، ص ۲۴). و هنگامی که این دو بروز و نمود پیدا کنند، عقل در سطح روان، منجر به رسیدن به شناخت و درک حقیقت و در سطح روح منجر به رسیدن به ایمان و اعتقاد قلبی می شود. که این همان رسیدن به سلامت نفس می باشد.

### آسیب شناسی روحی

به طور معمول کتب فلسفی، ایمان را به شناخت تفسیر می کنند. ایمان به خدا، یعنی شناخت خدا. ولی ایمان حقیقتی بیش از شناخت است. در واقع شناخت جزء و رکنی از ایمان به حساب می آید. و ایمان بدون شناخت متزلزل و لغزان است ولی شناخت تنها نیز ایمان نیست. در ایمان بر خلاف شناخت، عناصری چون گرایش، تسلیم، خضوع، علاقه و محبت نیز نهفته است. ایمان مسئله ای است مبتنی بر آگاهی، ولی همراه با گرایش. بنابراین یک فرد از دید جامعه بهنجار و دارای سلامت عقلی و ورانی می تواند انسان عاقلی فاقد ایمان و دارای روح بیمار باشد (ملک اف، ۱۳۸۹، ص ۱۳۸). چنین نیست که هر کس مطلبی را از نظر عقلی بفهمد، لزوما ایمان بیاورد. زیرا

کفر غیر از انکار عقلی بوده و روح کفر عبارت است از عناد ورزیدن در مقابل حقیقت. لذا ممکن است کسی در مقابل یک فکر، حتی از لحاظ عقلی و منطقی تسلیم گردد ولی روحش تسلیم نشود. به همین دلیل فاقد ایمان است زیرا حقیقت ایمان همان تسلیم دل و جان است. اگر بر ما طمع و حرص حکومت کند، اگر اسیر عناد و لجاج و تعصب باشیم، اگر گرفتار عقده حسادت و کینه توزی گردیم و این آتوها در وجود ما شعله ور شود، باید بدانیم که دود تیره آنها فضای روح ما را تیره و تار می کند و وقتی که تیرگی فضای روح را گرفت، چشم عقل نمی تواند ببیند و لذا امیرالمومنین (ع) می فرماید: بیشتر زمین خوردن های عقل، آنجاست که طمع حکومت می کند (ملک اف، ۱۳۸۹، ص ۱۰۵).

برای درک بیشتر مطلب به مثالی که توسط اریک فرام مطرح شده، توجه کنید:

یک فرد بازرگان که شخص فهمیده و پرجنبش و کامکاری است اما با مشکل میخوارگی روبروست. تمام زندگی این بازرگان وقف پول درآوردن و رقابت است و هیچ چیز دیگر مورد توجه او نیست و کلیه روابط شخصی او در خدمت این هدف است. او در کنار اینکه در کار دوست یابی و کسب نفوذ، مهارت دارد، اما از هر کسی که با رقبا، مشتریان و کارمندانش تماس می گیرد، عمیقاً متنفر است. حتی نسبت به کالایی هم که می فروشد نفرت می ورزد و هیچ علاقه ویژه ای به آن جز به عنوان وسیله ای برای کسب پول و ثروت ندارد. در چنین شرایطی فرام معتقد است که مشکل این بازرگان میخوارگی نیست بلکه سقوط اخلاقی اوست و اگر او بدون اینکه تغییری در برنامه زندگی اش بدهد دست از شرابخواری بردارد، آشفتگی و اضطراب او همچنان ادامه خواهد یافت. زیرا هر چه بیشتر در رقابت فعالانه کشانده خواهد شد و احتمالاً باز علائم دیگری که مبین نارضایتی درونی اوست بروز خواهد داد. در واقع آنچه او بدان نیاز دارد کسی است که وی را در کشف علل اتلاف نیروهای متعالی وی یاری نموده و کاربرد مجدد آنها را میسر گرداند. فرام معتقد است آنهایی که علائم آشکاری از خود ظاهر می سازند، نشان می دهند که نیروهای انسانی آنها کاملاً خاموش نشده است، چیزی در آنها زبان به اعتراض گشوده و بدین وسیله وجود کشمکش را نمایان ساخته است. آنها بیمارتر از آن عده ای که همسازی شان کاملاً

موفقیت آمیز بوده، نیستند. به عکس، از نقطه نظر انسانی سالمترند زیرا نشانه بیماری از این نقطه نظر دشمنی نیست که باید مغلوبش نمود، بلکه به عکس دوستی است که به ما می گوید کار ما در جایی نقص پیدا کرده است و بیمار به طور نا خودآگاه برای یک شیوه زندگی انسانی تر تقلا می کند (فرام، ۱۳۸۹، ص ۹۶).

اساسا اگر انسانی تمام طول عمر خود را بخورد و بیاشامد و اسم و رسم معمول انسانی کسب کند و اثر او تنها در این عالم همین باشد، بیمار به حساب می آید و از مسیر رشد و تعالی منحرف گشته است (سالاری فر و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۲۶۵). همچنانکه حضرت علی(ع) می فرماید: از جمله بلاها و شداید، فقر است و از فقر بدتر، مریضی بدن است و از بیماری تن بدتر و شدیدتر، بیماری دل و قلب انسان است (نهج البلاغه، حکمت ۳۸۸).

علامه طباطبائی نیز در تفسیر آیه ۱۲۴ سوره طه<sup>۱</sup> (تفسیر المیزان، ج ۱۴، ص ۲۲۵) بیان می کند:

آشکار است که منظور از سختی زندگی، تنگدستی و فقر مادی نیست، زیرا چنین افرادی ممکن است بسیار ثروتمند باشند، ولی با وجود برخورداری از همه امکانات مادی، احساس آرامش روانی نمی کنند و همواره در اضطراب و نگرانی اند. پس منظور از زندگی سخت و تنگ، نبود اطمینان قلبی و اضطراب دائم در زندگی است. دلیل این امر هم بسیار روشن است. زیرا کسی که خدا را در زندگی فراموش کرده است، چاره ای جز وابستگی به دنیای مادی و بهره گیری هر چه بیشتر از آن ندارد. از سوی دیگر، بهره مادی هر فرد، چه زیاد و چه کم، او را راضی نمی کند. زیرا به آن مقدار که دست یافته است، قانع نیست و دنبال به دست آوردن بهره بیشتری است و در این راه خود را محدود نمی کند. در نتیجه چنین فردی همواره دچار اضطراب، افسردگی، هراس از مرگ، بیماری، حسادت دیگران و فراق عزیزان خواهد بود. این در حالی است که اگر خدا را فراموش نمی کرد، اطمینان می داشت که نزد خداوند زندگی دیگری خواهد داشت که از بین رفتنی نیست و زندگی این جهانی، گذری

<sup>۱</sup> - و هر کس از یاد من روی گردان شود، زندگی سخت و تنگی خواهد داشت.



است و به آنچه در این جهان به او داده اند قضاوت می کرد و از نظر روحی و روانی گرفتار سختی و تنگی زندگی نمی شد ( آذربایجانی و همکاران، ۱۳۸۷، ص ۱۵۲). بنابراین روح انسان نیز همانند جسم و روان وی، در معرض آسیب ها و بیماری ها قرار دارد و در چنین وضعیتی نیازمند درمان و رسیدگی های بالینی می باشد. و از آنجا که اخلاق با ملکات و حالات روح ارتباط دارد (تحریری، ۱۳۹۰، ص ۷۶)، در ادامه به معرفی برخی از بیماریهای روحی می پردازیم: ( اسلامی، ۱۳۸۸؛ نراقی، ۱۳۸۶؛ تحریری، ۱۳۹۰).

**ریا:** ریا عبارت است از نشان دادن و وانمود کردن چیزی از اعمال حسنه یا خصلت های نیکو به مردم، برای منزلت پیدا کردن بین آنها بدون قصد و نیت الهی و با هدف خودنمایی جهت نفوذ در دلها و کسب شهرت.

**عجب یا خود بزرگ بینی:** فرد دارای این خصلت، به خاطر عملی که انجام داده و یا کمالی که خودش را دارای آن می داند، خود را بزرگ می شمارد و در داشتن آن کمالات خود را مرهون خداوند نمی داند. این شخص رفتار و کردار خود را می ستاید و نقصی در خود نمی بیند و شیفته اعمال خود می شود. بنابراین گناهان و خطاهای خود را کوچک شمرده و از اصلاح خود دست بر می دارد.

**تکبر و غرور:** شخص متکبر و مغرور به دلیل داشتن پاره ای از خصوصیات روحی و روانی یا توانایی ها و امکانات، فریب خورده و خود را برتر از دیگران پنداشته و بر آنها بزرگی می فروشد. علت اصلی تکبر این است که انسان خود را دارای کمالی تصور کند و بدین ترتیب شیفته آن گردد و دیگران را از آن محروم دانسته و به طبع آن خود را از دیگران بهتر دانسته و در نتیجه به بندگان خدا با چشم خواری و حقارت بنگرد و بر آنان فخرفروشی کند.

**حسادت:** حسادت به معنی آرزو کردن زوال نعمت از کسی است که آن را به دست آورده است. شخص حسود کسی است که از وجود نعمت، شادکامی، موفقیت و پیشرفت دیگران در حیطه های مختلف مالی، تحصیلی، شغلی، عاطفی ناراضی است و

دوست ندارد که دیگری از نعمت یا آسایش برخوردار باشد. حسادت در نهایت تبدیل به ناتوانی و احساس کمبود در شخص حسود شده و او را دچار حقارت می کند.

**غضب:** غضب به معنای تندخویی و خشم است و نوعی هیجان و حرکت خاصی است به منظور غلبه و شکست دادن و خرد کردن. زمانی که این صفت از حدود عقل خارج شده و بر انسان غلبه کند، همانند یک حالت خارج از اختیار به شخص هجوم آورده و تمام وجود او را گرفته و موجب گناهان و جنایات بزرگ می شود.

**غیبت:** غیبت عبارت است از بیان کاستی ها و نقایص شخص در نبود او به افراد دیگری که از آن بی خبرند، به قصد خرده گیری و به صورتیکه اگر آن شخص آنچه در موردش گفته شده را بشنود، ناراحت شود.

**نفاق:** نفاق و دورویی نمایش دروغین حالتی و پنهان داشتن ضد آن در دل است که موجب فتنه انگیزی، سخن چینی، غیبت، مردم آزاری و راز گشایی می شود. یکی از اقسام نفاق، نفاق با خداوند متعال است که نتیجه جهالت و نادانی آدمی است. در این حالت شخص در تمام عمر مدعی توحید و یکتاپرستی است، اما چشم طلب به سوی جز خدا دارد.

**دنیا پرستی:** کسی که همواره در پی برآوردن نیازهای پایان ناپذیر مادی خود است و هرگز متوجه مقصد خود و مقصود از خلقت خود نمی شود و آن کس که آرزوی دراز دارد، می پندارد که همیشه فرصت هست و هرگز متوجه کمی وقت و راه طولانی آخرت نمی شود و در نتیجه از آمادگی برای پیمودن این مسیر باز می ماند(اسلامی، ۱۳۸۸، ص ۹۵). فرد دنیا پرست به دلیل توجه بیش از حد به نیازها و گرایشهای مادی و ظاهری، از گرایشهای باطنی و حقیقی خود غافل شده و از مسیر رشد و تعالی روحی منحرف می شود.

**حرص و طمع:** شخص حریص و طماع کسی است که به آنچه دارد راضی و قانع نبوده و به دلیل توقعات بیجا و زیاده خواهی و افزون طلبی، از هر راهی برای رسیدن به آرزوهای بلند و دست نیافتنی خود که بر گرفته از هوسها و شهوات او می باشد، استفاده می کند. دامنه خواسته های این افراد نامحدود بوده و شامل موضوعات

مختلفی از جمله: ثروت اندوزی، ریاست و قدرت طلبی، جاه طلبی، کسب مقام، شهوات و ... می شود.

**تهمت و بهتان:** عبارت است از اظهار گمان بد و برداشت منفی از رفتار، گفتار و حالت فرد دیگر بدون آگاهی یا با آگاهی نسبت به صحت آن و در نتیجه متهم معرفی کردن فرد مقابل و نسبت دادن کار ناروا و نادرست به او.

**دروغ:** دروغ هنگامی پدید می آید که انسان سخنی را بر خلاف باور خود اظهار نماید. بنابراین اگر کسی ادعایی را که مطابق واقع است، اما به آن باور ندارد، بر زبان آورد دروغ گفته است. حتی اگر سخن وی حق باشد؛ چون میان سخن و باورش مطابقت و هماهنگی نیست. همچنین دروغ هر گفته یا نوشته و یا به طور کلی هر خبری است که خلاف واقع اظهار شود.

**کینه:** حالت دشمنی داشتن نسبت به دیگری است و معمولاً نتیجه خشم و غضبی است که فرد نتواند آن را اعمال کند. پس در جایی که عفو و گذشت نباشد، آن خشم تبدیل به کینه درونی میشود و شخص کینه توز، دشمنی و خصومت پنهانی از سوء رفتار یا گفتار کسی را در دل نگه داشته و منتظر فرصت و موقعیتی است که بتواند آن را عملی ساخته و انتقام بگیرد.

**عیب جوئی:** شخص عیب جو از یک سو با علم و آگاهی از عیب و گناه دیگران، آن را در میان مردم فاش می کنند، و به این وسیله هم باعث آبروریزی آنها شده و هم ترویج کننده فساد در میان مردم می گردند. و از سوی دیگر از عیب و نقص و لغزش دیگران آگاهی ندارد، اما سعی و تلاش او بر این است که در اطراف آن شخص تجسس کند تا برای آبروریزی، بدنامی و رسوایی او عیب و نقصی را به دست آورد و آن را در میان مردم ترویج نماید.

**بخل:** عبارت است از کوتاهی کردن و خود داری نمودن از بذل و بخشش چیزی در جایی که باید بذل شود. به بیان دیگر بخیل کسی است که حاضر نیست از مال، علم و سایر نعمتهایی که خدا به او عطا کرده، در جایی که عقل و شرع آن را مطلوب می داند، انفاق کند و دیگران را از آن نعمت بهره مند سازد.

## سازه های دفاعی روحی

بر اساس تفکر دینی این دنیا برای انسان تنها محل گذر و آزمایش و به نوعی مسیری است برای رسیدن به آخرت و سرای ابدی. که در طی این مسیر، در کنار آزمایشهای الهی، لغزشهایی برای انسان روی می دهد که برای روبرو شدن با این آزمایشها و لغزشها، نیاز به ابزار و سازه هایی کاربردی و تعالی بخش دارد. بر این اساس دین که تمام هدف خود را رشد و تعالی انسان بیان می کند، ابزار و سازه هایی را در رابطه بین انسان با خدا معرفی می کند که از یک سو قابل استفاده برای در امان ماندن از آسیب ها و لغزشها و از سوی دیگر وسیله ای برای کسب شناخت بیشتر نسبت به خود و خداوند می باشند. که در نهایت قابلیت رشد و بالندگی فردی برای یک زندگی پویا و متعالی را فراهم می کنند.

نکته حائز اهمیت در رابطه با استفاده سالم و کارآمد از این ابزار و سازه های روحی این است که در پی استفاده از آنها باید به فرایند و آنچه در رابطه با طی مراتب ایمانی رخ می دهد توجه شود، نه کسب نتیجه ای خاص و دلخواه. در واقع زمانی این سازه ها کارکرد اصلی خود را خواهند داشت، که به صورت آگاهانه و با هدف کشف حقیقت انتخاب و استفاده شوند و به انسان کمک کنند با کسب شناخت نسبت به خود و ابعاد متعالی وجود خویش و به طبع آن شناخت هر چه بهتر و عمیق تر خداوند، به مراتب بالای ایمانی نیز دست یابد.

در ادامه مهم ترین سازه های روحی به همراه توضیح مختصری در رابطه با معرفی هر کدام از آنها ارائه شده است:

**توکل:** مقصود از توکل این است که شخص همه امور خود را به خداوند بسپارد و به کاردانی او اعتماد داشته باشد و بداند که خداوند در همه چیز خیر او را می خواهد. چنین شخصی جز خدا را مسبب هستی و حافظ منافع خود نمی شناسد و کارهایش را به او می سپارد و به مقام اطمینان می رسد (اسلامی، ۱۳۸۸، ص ۱۱۷).

**توبه:** عبارت است از ترک گناهان و خطاهای انجام شده و اظهار پشیمانی و تصمیم بر انجام ندادن دوباره آنها، به همراه تلاش در جهت تلافی و جبران از طریق

ادای حقوق زایل شده. چه در رابطه با دیگران و چه در رابطه با خود و خداوند (اسلامی، ۱۳۸۸، ص ۱۴۱). که این بازگشت از گناه و حرکت به سوی خدا، وسیله ای است برای تبدیل کردن سیئات به حسنات و رسیدن به تقرب و دوستی با خدا و به طبع آن کسب آرامش (عسگری، ۱۳۸۸).

**ذکر:** ذکر خدا یعنی اینکه انسان همواره با زبان، دل و همه وجود به یاد خدا باشد که این ذکر نتیجه تفکر و تعمق در امور و توجه به حضور در پیشگاه خداوند بوده و باعث رفع پرده ها و گشایش در امور و دوری از رذایل و کاستی های اخلاقی می شود و فرد را به مقام قرب الهی نزدیک می کند (اسلامی، ۱۳۸۸، ص ۱۴۷).

**تقوا:** تقوا و پرهیزکاری یعنی حفظ حدود ربوبیت خدا و بندگی خود در برابر او از طریق تنظیم اعمال طبق فرامین الهی که همان انجام واجبات و ترک محرمات می باشد که در پی استمرار در حفظ و تنظیم اعمال، فرد به کنترل درونی و توانایی حفظ باطن از انگیزه های غیر خدایی و ایمنی از توجه به غیر خدا که عالی ترین درجه تقوا؛ یعنی خضوع و تسلیم کامل در برابر خداوند می باشد، دست می یابد (تحریری، ۱۳۹۰، ص ۳۳۳).

**دعا:** از طریق دعا، روح تسکین می یابد و بی‌قراری‌ها جای خود را به آرامش می‌دهند. زیرا دعا کردن از یک سو یعنی پی بردن انسان به فقر و نیاز به درگاه الهی و درخواست توفیق از خدا در تمام امور زندگی که منجر به گفت و گو و درد دل کردن با حق تعالی و راز و نیاز با او می شود، و از سوی دیگر یعنی مناجات و یاد صفات جلال و جمال خداوند که در نهایت منجر به انس با ذات یگانه او می شود.

**عبادت:** عباداتی همچون نماز، روزه، خمس و زکات، ... که انجام آنها در اوقاتی معین به منظور اطاعت از اوامر الهی برای فرد مومن واجب شده است، باعث می شود که فرد همواره با خضوعی کامل در تمام کارها به خداوند نظر داشته باشد و صبر و تحمل در برابر سختیها، مبارزه با امیال و شهوات و اظهار محبت و نیکی به مردم و تقویت روحیه همبستگی و همکاری را در خود پرورش دهد. که همه اینها موجب کامل شدن شخصیت فرد و در نتیجه دست یافتن به تعادل و آرامش روحی می شود.

زیرا از طریق نماز، فرد با وقوف و خشوع خاضعانه با تمام اعضای بدن و حواس خود در برابر خداوند و توجه به حضور او، از همه اشتغالات و مشکلات دنیا روی برگردانده و به هیچ چیز جز خدا، نمی اندیشد. از طریق روزه نیز فرد با نخوردن و نیاشامیدن در زمانی خاص به دستور خداوند، نوعی تمرین در جهت کنترل شهوات و غرایز را انجام داده و روحیه صبر و تقوا را در خود پرورش می دهد و از طریق خمس و زکات نیز فرد با پرداخت بخشی از اموالش به کسانی که نیازمندند و یا صرف آن برای مصارف و منافع عمومی، روحیه همکاری و همدردی با دیگران و دوری از بخل، مال پرستی و خودخواهی را در خود پرورش می دهد. و همینطور در مورد باقی عبادات (عسگری، ۱۳۸۸).

**توسل:** در حقیقت ابزاری است برای توصل و وصل شدن و نزدیک شدن به ذات الهی از طریق انتخاب انبیا و اولیای الهی به عنوان الگو، و توسل کردن و پیروی از آنها به عنوان نماینده تجلی خداوند روی زمین. که اگر هدف از توسل، فراهم کردن یک سکوی پرش برای رسیدن به خواسته ها باشد، زنجیره ای ناسالم است. اما اگر هدف این باشد که از این طریق درک بیشتر و بهتری از خداوند پیدا کنیم، رشد دهنده و متعالی می باشد. زیرا این توسل و الگو برداری منجر به شناخت خود و در نهایت شناخت خداوند می شود (شهیدی، ۱۳۹۲).

**اصلاح و خودسازی:** اصلاح به معنی شناسایی و بر طرف کردن عیوب می باشد. اینکه انسان بیماریهای روحی و آلودگی های اخلاقی را در خود شناسایی کرده و با تلاش در جهت ایجاد و پرورش نقطه مقابل آن بیماری در درون خود، به خودسازی و پاکسازی روح خویش پردازد. که ثمره این اصلاح و خودسازی، کسب آرامش و سلامت روح می باشد. با توجه به بیماریهای روحی معرفی شده، نقطه مقابل و مثبت هر بیماری را می توان به این صورت معرفی کرد: در برابر ریا پرورش روحیه اخلاص، در برابر عجب و خود بزرگ بینی پرورش تقوا، در برابر تکبر و غرور پرورش تواضع و فروتنی، در برابر حسادت پرورش خیرخواهی، در برابر غضب پرورش صبر و بردباری، در برابر غیبت پرورش یاد نیکو و حفظ الغیبت، در برابر نفاق پرورش تقیه، در برابر دنیا پرستی پرورش توجه به آخرت، در برابر حرص و طمع

پرورش قناعت، در برابر تهمت و بهتان پرورش رحمت و رافت، در برابر دروغ پرورش راستی، در برابر کینه پرورش بخشش، در برابر عیب جویی پرورش عیب پوشی و در برابر بخل پرورش بخشندگی.

### خلاصه و جمع بندی

حقیقت نفس به عنوان مجموعه روان و روح، من غیر جسمانی است که از تجربه آگاهی برخوردار بوده و شکل دهنده اصلی به شخصیت انسان می باشد. در واقع نفس به واسطه روح و روان، دارای توانایی ها و ظرفیت هایی برای رسیدن به رشد و تعالی می باشد که با وجود اشتراکات فراوان و رابطه متقابل و تاثیر و تاثراتی که این دو بر هم دارند، هر کدام از آنها دارای ظرفیت ها و کارکردهای خاص خود بوده و به نوبه خود بر قرار گرفتن نفس در مسیر رشد و تعالی تاثیر گذار می باشند. در رابطه با روان به طور خلاصه می توان بیان کرد که مجموعه ای از توانایی ها و آگاهی ها شامل فهمیدن، استدلال کردن، توانایی های هوشی و ذهنی است که طی دوران زندگی و در اثر تربیت و تجربه های شخصی شکل گرفته و رشد پیدا می کند و شخصیت انسان را تحت تاثیر خود قرار می دهد. بنابراین مراتب مربوط به رشد روانی نیز اصولا با توجه به سن و میزان رشد عقلی مشخص می شود. اینکه فرد در طول دوران رشد و تحت تاثیر تربیتی که از سوی والدین و محیط دریافت می کند، به توانایی های مربوط به درک و حل مسائل و رفع موانع پیش رویش برای شکوفا کردن تمام استعدادها و توانمندی هایش دست یابد. در رابطه با روح نیز می توان بیان کرد که منشا حیات در هستی می باشد که بود و نمود از خداوند داشته و به ظهور رسیدن حیات در هر مرتبه ای، از حیات نباتی، حیوانی و انسانی، در گرو تعلق گرفتن روح می باشد. به این معنا که هرگاه مواد تشکیل دهنده یک شیء به درجه معینی از پیچیدگی و پردازش برسند، جلوه ای از روح در آن نمودار می شود و آنگاه بر حسب میزان جلوه ای که روح در آن موجود نشان می دهد، آثار حیاتی با گستردگی معینی در وی آشکار می شود. از این رو ظهور آثار حیاتی ویژه آدمی نیز، توسط جلوه معینی از روح فراهم می آید. این جلوه روح، در ابتدا حیاتی را پدید می آورد که میان تمام انسانها مشترک می باشد. اما

جلوه دیگری نیز برای انسان ممکن است پیش آید که در گرو ایمان آدمی به خدا و نفوذ عمیق آن در دل اوست. بنابراین پس از بروز حیات نباتی و حیوانی در انسان و رسیدن به سطحی اولیه از حیات انسانی، مهمترین و اصلی ترین گام در مسیر رشد روحی و رسیدن به تعالی، شناخت خداوند و ایمان به اوست. از این رو با توجه به مراتب ایمان می توان مراتب رشد و انواع شخصیت روحی را معرفی کرد. با طی کردن مراتب رشد روحی و رشد روانی، بحث سلامت روح و روان و سلامت نفس مطرح می شود که با وجود رابطه متقابل بین روح و روان و نقش تاثیر گذار هر دو آنها در رسیدن به سلامت نفس، جایگاه روح و سلامت روحی به دلیل جامع تر بودن و در بر گرفتن بعد متعالی وجود انسان، از اهمیت خاصی بر خوردار می باشد. حال علاوه بر توجه به سلامت روح، ضرورت توجه به بیماریها و آسیب های روحی نیز مطرح می شود. زیرا روح انسان نیز همانند جسم و روان وی، در معرض آسیب ها و بیماری ها قرار دارد و در چنین وضعیتی نیازمند درمان و رسیدگی های بالینی می باشد. که وجود این بیماریها و در کنار آن وجود آزمایشهای الهی برای انسان، نیاز به ابزار و سازه هایی کاربردی و تعالی بخش را مطرح می کند. ابزار و سازه هایی که در رابطه بین انسان با خدا معرفی می شود که قابل استفاده برای در امان ماندن از آسیب ها و لغزشها و وسیله ای برای کسب شناخت بیشتر نسبت به خود و خداوند می باشند.

در نهایت با وجود اهداف در نظر گرفته شده برای این پژوهش مبنی بر بیان اهمیت توجه به بعد متعالی وجود انسان یعنی روح و بررسی علمی این موضوع به منظور ایجاد زمینه ای مناسب برای استفاده کاربردی از آن در جهت کمک به رشد همه جانبه بشر و روشن تر کردن مسیر کمال و تعالی، پوهش حاضر تنها به عنوان مقدمه ای برای انجام پژوهشهایی جامع تر، دقیق تر و کاربردی تر به حساب آمده و لزوم انجام پژوهشهایی با هدف سنجش جنبه های مختلف مربوط به روح، الگوهای رشدی و رفتارهای متناسب با آن و طبقات توجه به آنها در زندگی انسان، مطرح می شود.



## منابع

- آذربایجانی، مسعود. (۱۳۹۰). روانشناسی دین از دیدگاه ویلیام جیمز، چاپ دوم، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- آذربایجانی، مسعود و موسوی اصل، سید مهدی. (۱۳۸۷). درآمدی بر روانشناسی دین، چاپ دوم، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- اسلامی، سیدحسن. (۱۳۸۸). برگزیده ای از شرح چهل حدیث امام خمینی، چاپ اول، تهران: انتشارات عروج.
- باقری، خسرو. (۱۳۸۸). نگاهی دوباره به تربیت اسلامی، چاپ بیستم، تهران: انتشارات مدرسه.
- بستان، حسین؛ فتحعلی خانی، محمد و گائینی، ابولفضل. (۱۳۸۴). گامی به سوی علم دینی (۱)، چاپ اول، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- پیرخانفی، علیرضا و برجعلی، احمد. (۱۳۹۱). کاربردهای بالینی الگوی خلاقیت درمانی در بین دانشجویان (دیدگاهی نوین در حوزه درمانگری بالینی سلامت روان)، فصلنامه مطالعات روانشناسی بالینی، ۷(۲)، ص ۷۷-۹۶.
- پناهیان، علیرضا. (۱۳۹۰). نرم افزار انسان شناسی، حوزه علوم اسلامی دانشجویی شهید بهشتی، [www.hdsb.ir](http://www.hdsb.ir)
- تحریری، محمدباقر. (۱۳۹۰). شرح حدیث عنوان بصری، چاپ سوم، قم: نشر حر-نشر سبحان.
- حاتمی، محمدرضا. (۱۳۸۴). معمای روانشناسی، چاپ اول، قم: موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
- دلیا، زینب. (۱۳۸۳). روانشناسی و دین، ضرورت رویکردی جدید، ترجمه مهدی شیر، فصلنامه نقد و نظر، ۹(۳)، ص ۴۷-۶۶.
- رفیعی، بهروز. (۱۳۸۸). آرای دانشمندان مسلمان در تعلیم و تربیت و مبانی آن، جلد سوم، چاپ دوم، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- سالاری فر، محمدرضا؛ آذربایجانی، مسعود و رحیمی نژاد، عباس. (۱۳۹۰). مبانی نظری مقیاسهای دینی، چاپ اول، تهران: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- سعادت فر، انسیه. (۱۳۸۷). انسان شناسی از دیدگاه استاد مطهری و اریک فروم، چاپ اول، تهران: معاونت فرهنگی نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه ها.
- شارف، ریچارد اس. (۱۳۸۷). نظریه های روان درمانی و مشاوره، ترجمه مهرداد فیروز بخت، چاپ چهارم، تهران: انتشارات رسا.
- شهیدی، شهریار. (۱۳۹۲). ناب ترین نیاز برای بالندگی، روزنامه ایران، سال بیستم، شماره ۵۶۰۸.
- شولتز، دوان و شولتز، سیدنی ال. (۱۳۸۸). نظریه های شخصیت، ترجمه یحیی سیدمحمدی، چاپ پانزدهم، تهران: نشر ویرایش.

- عباس زاده و همکاران. (۱۳۸۲). گزارش جهانی سلامت سال ۲۰۰۱. سلامت روان: درکی نو، امیدی نو، تهران: موسسه فرهنگی ابن سینای بزرگ.
- عسگری، حسن. (۱۳۸۸). راههای رسیدن به آرامش روانی از نگاه قرآن، ۱۳۹۳، [www.pajoohe.com](http://www.pajoohe.com)
- فرقانی، مرتضی؛ نوری، نجیب الله و شیخ شعاعی، علیرضا. (۱۳۹۱). نگاهی به روانشناسی اسلامی، چاپ اول، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- فرانکل، ویکتور. (۱۳۹۰). انسان در جستجوی معنای غایی، چاپ اول، تهران: انتشارات آشیان.
- فروم، اریک. (۱۳۸۹). روانکاوی و دین، ترجمه آرسن نظریان، چاپ پنجم، تهران: انتشارات مروارید.
- مطهری، مرتضی. (۱۳۸۹). مقدمه ای بر جهان بینی اسلامی (۱): انسان و ایمان، چاپ سی و هفتم، تهران: انتشارات صدرا.
- ملک اف، علاءالدین. (۱۳۸۹). عقل و ایمان از دیدگاه مرتضی مطهری و آلون پلنتینگا، چاپ اول، تهران: ستاد بزرگداشت سی و یکمین سالگرد شهادت استاد مطهری.
- نجاتی، محمد عثمان. (۱۳۸۸). علم النفس (روانشناسی از دیدگاه دانشمندان مسلمان)، ترجمه سعیدبهشتی، چاپ دوم، تهران: انتشارات رشد.
- نراقی، ملا احمد. (۱۳۸۶). معراج السعاده، تهران: موسسه نشر زهیر.
- نیکزاد، عباس. (۱۳۸۶). عقل و دین از دیدگاه ملاصدرا، چاپ اول، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- هال، کالوین اس. (۱۳۸۹). مقدمات روانشناسی فروید، ترجمه شهریار شهیدی، چاپ اول، تهران: نشر آینده درخشان.
- یونگ، کارل گوستاو. (۱۳۸۷). روانشناسی ضمیر نا خودآگاه، ترجمه محمدعلی امیری، چاپ پنجم، تهران، انتشارات علمی و فرهنگی.
- Francis, M. C. (1950). *Greek Religious Thought*, London: Dent.
- Hillman, J. (1989). *A blue fire: Selected writings by James Hillman*. New York, NY, USA: HarperPerennial. Published January 1st 1989 by Harper & Row Hardcover.
- Shields, C. (2011). "Aristotle's Psychology (supplement: The Active Mind of De Anima iii 5)". The Stanford Encyclopedia of Philosophy. <http://plato.stanford.edu/entries/aristotle-psychology/active-mind.html> "soul." Encyclopædia Britannica. 2010.
- Tam, C. L., Lee, T. H., Foo, Y. C., & Lim, Y. M. (2011). Communication skills, conflict tactics and mental health: A study of married and cohabitating couples in Malaysia. *Asian Social Science*, 7 (6), 79-87.
- WHO (2004). *Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice*. Geneva: World Health Organization.