

Explaining the Monotheistic Personality in Monotheistic Integrated Therapy from the Perspective of Islam

Bibi Zahra Hosseini¹ , Abolghasem Aasi-Mozneb^{1*} , Mohammad Hossein Fallah²

1- Quran and Hadith Department, Faculty of Humanity, Yazd Branch, Islamic Azad University, Yazd, Iran.

2- Department of Psychology, Faculty of Humanity, Yazd Branch, Islamic Azad University, Yazd, Iran.

*Correspondence should be addressed to Dr. Abolghasem Aasi-Mozneb; Email: mozneb1@iauyazd.ac.ir

Article Info

Received: May 4, 2020

Received in revised form:

Aug 12, 2020

Accepted: Sep 9, 2020

Available Online: Mar 21, 2022

Keywords:

Mental health

Narrations

Personality

Qur'an

Spiritual-religious treatment

Abstract

Background and Objective: Due to the existence of psychological and behavioral disorders in societies, psychologists have resorted to various therapies to solve these problems; one of these therapies is monotheistic integrated therapy in which a person achieves a personality that can correct their abnormal behavior and prevent the recurrence of this behavior. In this review article, we examine the characteristics of this God-centered personality that is developed by the therapy in individuals, in psychological and religious texts.

Methods: This research is based on descriptive and qualitative research and is a documentary based on library resources. The information collected was from books on hadith, psychology, and the Qur'an, as well as Qur'anic, hadith, and commentary software, which was analyzed by content analysis of the texts. The authors did not report any conflict of interest.

Results: The findings indicate that this treatment was stated in the Qur'an 1400 years ago and the way to deal with mental problems is to achieve a monotheistic personality, in which the individual obtains complete mental peace by putting God at the center of life and can also solve his/her psychological and behavioral problems.

Conclusion: The results show that people who have a God-centered personality, in addition to being balanced, seek excellence and strive with pure intention for closeness to God and have a correct understanding of various matters and an adaptive behavior in dealing with the environment. In fact, the more prominent the role played by religion in people's lives, the fewer physical and psychological problems and social ills will be.



 <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i1.31287>

Please cite this article as: Hosseini BZ, Aasi-Mozneb A, Fallah MH. Explaining the Monotheistic Personality in Monotheistic Integrated Therapy from the Perspective of Islam. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2022;8(1):147-159. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i1.31287>

Summary

Background and Objective

Personality is among the most complicated and important issues in psychology. This is important because through understanding personality and its explanation, much of human behavior can be described and analyzed. It thus helps to prevent and treat many of the abnormal behaviors and mental disorders, leading to individuals' mental peace. Different schools of thoughts in

psychology have given definitions about a healthy personality from their own perspective; yet, investigation of the common points among these schools defines the most common criteria in healthy personality. They define the criteria for healthy personalities as being robust in friendly relations with others, emotional security, realistic understanding of skills and duties, and the realization of self and philosophy of life (1). A healthy person is flourishing and integrating himself/herself, as an integrated personality which deserves being and becoming (2). Mental health

has a direct relationship with monotheistic personality. Bashiri concluded that human personality is an integrated and inseparable whole. His/her mental health is realized when this unity and integrity is preserved and all the elements operate together (3). In religious approach, this unity and integrity is realized with awareness of and directing oneself toward the main source of unity and integrity, i.e. faith in God. In Qur'an, Yunes Chapter, verse 62, it is mentioned that the connection of any believer with the unique God, is the connection with the permanent origin, which treats the fundamental fears and panics and the feeling of separation. Also, in Rume Chapter, verse 30, meaningfulness in life has been introduced as an element of human structure and nature, and his integrated personality. In other words, awareness of God is a hidden structure within human, which helps personality and mental system become united and integrated (4).

Methods

The present study uses a descriptive and qualitative research design and is a library-based study. The data gathered from books of statements from Imams and the Prophet (Hadith), psychology, Qur'an and also Qur'anic Hadith and interpretation apps were used to explain a monotheistic personality both in integrated therapy and in Qur'an and Hadith.

Results

Although various forms of therapies were undeniably effective given the fact that they pay attention to one or more aspects of human existence, they have not been very successful in solving comprehensive human problems (5). Since human is a single and inseparable unity, his/her mental health is only realized when this integrity and unity is maintained (6). Psychologists' increasing attention to this fact has caused many therapists to pay considerable attention to integrated therapy in recent years. One of these holistic and combined methods is monotheistic integrated therapy, which is a collection of principles and techniques in psychotherapy. Regarding the multidimensional nature of human, this method has been developed by combining humanistic, cognitive, and existential approaches and divine teachings in order to be used to decrease delinquent behaviors and change in behavior and personality (7).

In monotheistic integrated therapy, personality is the same personality defined based on anthropology of Islam (8). Islam has emphasized the principle of unity, as the dominant principle in

the universe and the integrity of human various dimensions. In addition to Islam, most contemporary psychologists recognize integrity and unity as the main factor of personality development and health. They believe that religious values have more potential in integrating personality, since they give life meaning and direction (7).

Among the words analyzed in the Qur'an, interpretations, and Hadith software programs are "Olol-albab" meaning "the wise", "Mohsenin" meaning "the kind", "Saberin" meaning "the patient", and "Iman" meaning "faith". More than two thousand cases of the word "Momen" meaning "the believer" in God in Hadith software programs and 230 cases of "Momen", 39 cases of "Mohsenin", 16 cases of "Olol-albab", 23 cases of "Saber", and 106 cases of "Iman" and its derivations have been mentioned in the Qur'an. They were all analyzed, according to which the characteristics of healthy personality is as follows: A faithful human believes that he/she has not been created in vain, he/she has a monotheistic view of the universe, and believes in an omniscient, omnipotent, wise and trustworthy creator; therefore, he/she has an inner peace and knows that all affairs are within the divine power. He/she recognizes the universe meaningful (10) and based on wisdom, and surrenders to God's will, is aware of his/her self and talents, believes in his responsibility as a representative on Earth and in divine visit, and reflects on death (7). He/she has insightful eyes, and hearing ears, and a clear heart. He/she makes the best use of the gifts and capacity given by God. He/she never wastes the valuable mental, spiritual and physical forces, and tries to use them to grow, and to reach his/her final perfection (7). He/she sees the monotheistic personality as meaningful in life (7). Therefore, he/she is amazingly healthy and in peace; and in the most difficult conditions of life, he/she as an eternal relation with God (11).

Conclusion

Having reviewed over 50 articles on monotheistic integrated therapy and healthy personality, we found that no special research had been done to define a pattern for such a therapy, especially with a central focus on Qur'anic verses and Imams' Hadiths. Khodarahimi and Jafari believe that in monotheistic therapy, a person tries to understand himself, and thereby achieve self-purification through introspection and pondering over nature and universe and also through insightful and mere silence and thought.

The results show that faith in God gives human a new understanding of universe, and changes his/her worldview, and restores the human values in him/her, flourishes the talents, and make him/her a strong and effective being. He/she finds out that God is always watching over him/her and knows all the needs, problems, efforts, and obedience in his/her life; thus he/she has inner peace running in mind and can withstand the mental problems and different harms.

If human follows moderation and avoids extremism in meeting his/her physical and mental needs, the coordination between mental and physical needs is possible. A healthy human does everything for the sake of God. In fact, this person has a correct understanding of different issues and has an adaptive behavior in his/her environment (12). He/she believes that God endows peace, which makes him/her mentally strong. S/he never gives up in case of difficulty and never suffers from distress leading to a tenacious body standing against physical harms caused by the pressures.

Acknowledgements

This article has been obtained from a research proposal registered in research site of Islamic Azad University, Yazd branch, no. 162286107. Hereby, I express my gratitude to all the ones who helped me throughout the path.

Ethical considerations

In this study, all the ethical considerations were observed.

Funding

According to the authors, the present study was not sponsored and was done at the personal expense of the authors.

Conflict of interest

The authors declared no conflict of interests in this study.

Authors' contribution

Method of compiling, collecting materials, concluding and writing the article: first author; counseling and guidance in the field of Qur'anic sciences and hadiths: second author; and counseling and guidance in the psychological dimension: third author.

References

1. Soleimani M. The role of patterns human education. Mashhad: Zarih-e Aftab; 2011. (Full Text in Persian)
2. Afrooz GA. An abstract of applied educational psychology Tehran: Parents and Teachers Association

2007. (Full Text in Persian)

3. Bashiri A. A Prelude to the Theory of Personality Based on Religious Thought. Ravanshenasi Va Din. 2012;5(1):5-36. (Full Text in Persian)
4. Sharifinia MH. Comparison of the effectiveness of integrated monotheistic treatment and cognitive therapy in reducing criminal behaviors and substance abuse in addicted prisoners in Qom prison 2008. (Full Text in Persian)
5. Jalali Tehrani SMM. Tovhid Darmani. Naqd Va Nazar. 2004;9(35-36):17-46. (Full Text in Persian)
6. Sharifinia MH. Arzyabi-e Tasir-e Ravesh-e Darman-e Yekparch-e Tovhidi dar Kahesh-e Masraf-e Mavad-e Mokhader va Raftarhay-e Por-Khatar-e Zendanian-e Zendan-e Markazi-e Qom. Qom: Organization of prisons and security measures of the country; 2007. (Full Text in Persian)
7. The Holy Quran. Translated by Naser Makarem Shirazi. Tehran: Dar Al-Quran Publication; 2017.
8. Sharifinia MH. Olgoohay-e Ravan-Darmani Yek-Parche ba Moarefi Darman-e Yekparch-e Tovhidi. Tehran: Pazhuheshgah-e Hovzeh va Daneshgah; 2013. (Full Text in Persian)
9. Safara M, Balali-Dehkordi N, Sadidpour SS. A Meta-analysis of the Effect of Religiosity and Spirituality on Treatment of Psychotic-clinical Disorders. *Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat*. 2019;5(3):124-36. (Full Text in Persian)
10. Khoda-Rahimi S, Jafari SGA. Naghsh-e Mazhab bar Farayandhay-e Behdasht-e Ravani va Ravan-Darmani dar Ravanshenasi-e Balini. *Tazehay-e Ravan Darmani*. 1998;2(7,8). (Full Text in Persian)
11. Nejati MO. Quran va Ravanshenasi. Mashhad: Bonyad-e Pazuheshhay-e Eslami Astan-e Ghods-e Razavi; 1988. (Full Text in Persian)
12. Fani M, Abdoljabbari M, Atashzadeh-Shoorideh F, Karamkhani M. A study of the criteria for identifying healthy humans and healthy relationships from the perspective of religious texts. *J Res Relig Health*. 2018;4(1):104-17. (Full Text in Persian)

تعريف عن عنصر الشخصية الموحدة في العلاج التوحيدى المتكامل من منظور الإسلام

بي بي زهراء الحسيني^١، ابوالقاسم العاصي المذنب^٢، محمدحسين الفلاح^٣

١- قسم علوم القرآن والحديث، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، فرع يزد، جامعة آزاد الإسلامية، يزد، إيران.

٢- قسم علم النفس، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، فرع يزد، جامعة آزاد الإسلامية، يزد، إيران.

* المراسلات الموجهة إلى الدكتور ابوالقاسم العاصي المذنب؛ البريد الإلكتروني: moznebi@iauyazd.ac.ir

الملخص

خلفية البحث وأهدافه: نظرا لوجود المشاكل النفسية والسلوكية في المجتمعات البشرية قام علماء النفس بالبحث عن علاجات مختلفة لهذه المشاكل؛ و من ضمن هذه العلاجات، العلاج التوحيدي المتكامل وهو علاج يمنح المريض شخصية يستطيع من خلالها ان يقوم بتصحيح سلوكه الغير طبيعي وتمنعه من تكرار ذلك السلوك. في هذا البحث ومن خلال مراجعة النصوص في مجال علم النفس والنصوص الدينية، تمت دراسة خصائص هذه الشخصية المتمحورة بالله والتي تتكون في المريض من خلال العلاج التوحيدي المتكامل.

منهجية البحث: يعتمد هذا البحث على الدراسات الوصفية والنوعية من نوع الوثائقي معتمداً على مصادر المكتبات. تم تحليل محتوى النصوص التي قد جمعت من كتب الحديث وعلم النفس والقرآن وكذلك البرامج القرآنية والحديثية والتفسيرية. لم يشر مؤلفو البحث الى التضارب في المصالح.

المعطيات: اظهرت الدراسات ان القرآن الكريم قد نصّ على هذا النوع من العلاج قبل اكثر من ١٤٠٠ سنة حيث يبين ان الحصول على شخصية توحيدية هي طريقة مواجهة المشاكل النفسية، وبامكان الانسان ان يجعل الله محورا في حياته كي ينال راحة نفسية كاملة تمكّنه من حل مشاكل نفسية وسلوكية بنفسه.

الاستنتاج: بناء على معطيات البحث يمكن القول بان الاشخاص الذين لديهم شخصية متمحورة بالله بالاضافة الى امتلاكهم شخصية متوازنة، فانهم يسعون الى التفوق وسعيهم بنية صادقة ومن أجل التقرب الى الله عزوجل كما ان لديهم تصوراً صحيحاً لمختلف الأمور ويتمتعون بالسلوك التكيفي في مواجهة ماحولهم. في الحقيقة كلما يزداد دور الدين في حياة الناس، تقلّ المشاكل الجسدية والنفسية والعلل الاجتماعية.

معلومات المادة

الوصول: ٢٠ ذى القعدة ١٤٤١

وصول النص النهائي: ٢٢ ذى الحجة ١٤٤١

القبول: ٢٠ محرم ١٤٤٢

النشر الإلكتروني: ١٨ شعبان ١٤٤٣

الكلمات الرئيسية:

الروايات

الشخصية

الصحة النفسية

العلاج الديني

القرآن

يتم استناد المقالة على الترتيب التالي:

Hosseini BZ, Aasi-Mozneb A, Fallah MH. Explaining the Monotheistic Personality in Monotheistic Integrated Therapy from the Perspective of Islam. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2022;8(1):147-159. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i1.31287>

تبیین شخصیت توحید یافته در درمان یکپارچه توحیدی از دیدگاه اسلام

بی بی زهرا حسینی^۱، ابوالقاسم عاصی مذنب^{۱*}، محمدحسین فلاح^۲

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

۲- گروه روان شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران.

* مکاتبات خطاب به دکتر ابوالقاسم عاصی مذنب؛ رایانامه: mozneb1@iauyazd.ac.ir

اطلاعات مقاله

دریافت: ۲۲ تیر ۱۳۹۹

دریافت متن نهایی: ۲۲ آرمرداد ۱۳۹۹

پذیرش: ۱۹ شهریور ۱۳۹۹

نشر الکترونیکی: ۱ فروردین ۱۴۰۱

واژگان کلیدی:

درمان معنوی-مذهبی

روایات

سلامت روانی

شخصیت

قرآن

چکیده

سابقه و هدف: به دلیل وجود ناهنجاری‌ها و مشکلات روانی و رفتاری در جوامع، روان‌شناسان به سمت درمان‌های مختلف برای حل این مشکلات رفته‌اند؛ از جمله این درمان‌ها درمان یکپارچه توحیدی است که در آن فرد به شخصیتی دست می‌یابد که می‌تواند رفتار ناهنجار خود را اصلاح و از بازگشت مجدد آن جلوگیری کند. در مقاله حاضر به بررسی ویژگی‌های این شخصیت خدامحور که با درمان یکپارچه توحیدی در فرد ایجاد می‌شود، در متون روان‌شناسی و دینی پرداخته شده است.

روش کار: این پژوهش بر پایه تحقیقات توصیفی و کیفی و از گونه اسنادی با تکیه بر منابع کتابخانه‌ای است. اطلاعات جمع‌آوری شده از کتب حدیثی، روان‌شناسی و قرآن و نیز نرم‌افزارهای قرآنی و حدیثی و تفسیری بود که با تحلیل محتوا به بررسی متون پرداخته شد. مؤلفان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی گزارش نکرده‌اند.

یافته‌ها: نتایج به دست آمده نشان می‌دهد که قرآن این درمان را در ۱۴۰۰ سال قبل بیان کرده است و راه مقابله با مشکلات روانی را دست یافتن به شخصیت توحید یافته‌ای می‌داند که فرد با محور قراردادن خدا در زندگی به آرامش کامل روانی می‌رسد و می‌تواند مشکلات روانی و رفتاری خود را حل نماید.

نتیجه‌گیری: بر اساس یافته‌های پژوهش می‌توان گفت افرادی که شخصیت خدامحور دارند علاوه بر متعادل بودن، در صدد تعالی هستند و تلاششان با نیت خالص برای قرب الهی است و ادراکی صحیح نسبت به امور مختلف و رفتاری سازگاران در برخورد با محیط اطراف دارند. در واقع، هر اندازه دین در زندگی افراد نقش بیشتری ایفا کند، شاهد کاهش مشکلات جسمی و روانی و آسیب‌های اجتماعی هستیم.

استناد مقاله به این صورت است:

Hosseini BZ, Aasi-Mozneb A, Fallah MH. Explaining the Monotheistic Personality in Monotheistic Integrated Therapy from the Perspective of Islam. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2022;8(1):147-159. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i1.31287>

مقدمه

شخصیت است. این موضوع از آن جهت حائز اهمیت است که از طریق شناخت شخصیت و تبیین آن می‌توان به صورت علمی رفتارهای انسان را توصیف و تبیین کرد و در پیشگیری

از جمله مباحث مهم و پیچیده در روان‌شناسی موضوع

و درمان بسیاری از رفتارهای ناهنجار و اختلالات روانی به افراد کمک کرد تا به آرامش روحی برسند. با توجه به اینکه هر کدام از مکاتب روان‌شناسی با رویکرد خاص خود تعریفی از شخصیت سالم ارائه کرده‌اند، اما بررسی نقاط مشترک این مکاتب، جامع‌ترین مصداق‌های شخصیت سالم را این‌گونه معرفی می‌کند که شخصیت‌های سالم در گسترش مفهوم خود، ارتباط صمیمانه با دیگران، امنیت عاطفی، ادراک واقع‌بینانه، مهارت‌ها و وظایف، عینیت‌بخشیدن به خود و فلسفه یگانه‌سازی افراد قدرتمندی هستند (۱). شخص سالم در حال خودشکوفایی یا تحقیق ذات و یکپارچه‌کردن خویش است؛ شخصیت یکپارچه‌ای که شایستگی بودن و شدن را دارد (۲).

سلامت روان رابطه مستقیم با شخصیت خدامحور و سالم دارد. بشیری در پژوهش خود به این نتیجه دست یافته که شخصیت انسان یک کل منسجم و تجزیه‌ناپذیر است و سلامت روانی وی هنگامی محقق می‌شود که وحدت و انسجام این نظام حفظ شود و همه اجزای آن یعنی ابعاد زیستی، عاطفی، هیجانی، شناختی، رفتاری، معنوی و اجتماعی آن هماهنگ با یکدیگر عمل کند. در رویکرد دینی این وحدت و انسجام با آگاهی و جهت‌گیری به سمت منبع وحدت‌بخش و یکپارچه یعنی ایمان به خداوند متعال تحقق می‌یابد (۳). قرآن کریم در آیه ۶۲ سوره یونس (۴) اتصال مؤمن به وجود یگانه پروردگار را پیوند با اصل جاودانه می‌داند که خوف و ترس بنیادی و احساس جدایی و رهاشدگی را التیام می‌بخشد. همچنین در آیه ۳۰ سوره روم (۴) معناداری در وقایع زندگی را جزئی از ساختار و فطرت وجود انسانی و شخصیت یکپارچه‌شده آدمی معرفی می‌کند. به عبارت دیگر، خداآگاهی ساختاری نهفته در درون است که به شخصیت و نظام روانی، توحید یافتگی و انسجام می‌بخشد. این روند در جهت توحید به‌عنوان یک اصل حاکم در عالم است و انسان نیز از این قاعده کلی مستثنا نیست. تحقیقات آلپورت و راس^۱ نیز نشان داده که جهان‌بینی توحیدی و ایمان به خدا اساس سلامت روان و عامل اصلی شخصیت سالم است (۵). آلپورت بر این باور است که میل و گرایش دینی عاملی مستقل و خودمختار در شخصیت است و تمام اجزای دیگر شخصیت را در یک نظام واحد و کلی وحدت می‌بخشد. وی در بررسی شخصیت انسان متوجه شده است که کل زندگی انسان وابستگی اساسی به دین دارد (۶) مطالعات

دلخوش و احمدی بیانگر تأثیر عوامل شخصیت بر دین‌داری است (۷). همچنین در پژوهش تبیک ضراب رگرسیون نشان داده است که ابعاد شخصیتی برون‌گرایی و توافق می‌توانند اعتبار افزایشی فرایندهای خودشناختی را در پیش‌بینی دین‌داری تأیید کنند (۸). پژوهش کیومرثی نیز حاکی از آن است که مقدار زیادی از واریانس مؤلفه‌های جهت‌گیری مذهبی به عوامل شخصیت ارتباط دارد. اگرچه اثبات اینکه دین‌داری مساوی با توحیدمحوری است نیاز به بررسی‌های گستره‌تری در همه ادیان و مذاهب دارد، ولی پژوهش‌های متعددی نشان می‌دهد هر چه میزان دین‌داری افراد زیادتر باشد، مصونیت بیشتری نسبت به بیماری‌های روانی و اختلالات شخصیتی پیدا می‌کنند (۹). الیسون^۲ بین بهزیستی روانی و مذهبی بودن همبستگی مثبتی گزارش کرده است. وی دریافته است که افراد با ایمان مذهبی بالا بهزیستی روانی بالا و پیامدهای منفی کمتری درباره اتفاقات ضربه‌آمیز زندگی گزارش می‌کنند. علاوه بر این، در پژوهش‌های جان‌بزرگی (۱۰)، غرابی احمدوند، اکبری دهقی و زوزیان (۱۱)، جعفری (۱۲) و لهسایی و آذرگون (۱۳) رابطه مستقیمی بین مذهبی بودن و سلامت روانی گزارش شده است. این پژوهش‌ها نشان می‌دهد که هر چه جهت‌گیری دینی فرد درونی‌تر و شخصیت او توحید یافته و خدامحور می‌شود، سلامت روانی وی ارتقا می‌یابد (۱۱-۱۴).

افزایش و شیوع مشکلات روحی و روانی سبب به‌چالش کشیده شدن آرامش انسان با وجود پیشرفت‌های عظیم فناوری که زمینه راحتی انسان را فراهم نموده، شده است و این حاکی از آن است که دیدگاه‌ها و نظریه‌های زیربنایی در روان‌شناسی شخصیت، مبنای روش‌های درمانی را شکل می‌دهد و طبیعی است تا شناخت دقیق و درست نباشد، استفاده از راهکارهای درمانی به بیراهه رفتن است. روان‌شناسان برای حل این مشکلات روش‌های اصلاحی و درمانی متنوعی پیشنهاد داده‌اند؛ به‌گونه‌ای که تا صد سال اخیر به گفته کازدین^۳ بیش از ۴۰۰ روش درمانی متفاوت پیشنهاد شده است (۱۵).

با وجود تأثیرهای درمانی غیرقابل‌انکار این فنون درمانی، چون بیشتر آنها تحت تأثیر یکی از مکاتب روان‌شناختی معاصر بوده‌اند به یک یا چند بخش از ابعاد وجودی انسان توجه

^۲ Ellison

^۳ Kazdin

^۱ Allport & Ross

حاضر به بررسی شخصیتی پرداخته است که از این درمان به وجود می‌آید و این شخصیت خدامحور با تغییر ارزش‌های درونی فرد، عاملی مهارکننده در او ایجاد می‌کند که از انجام ناهنجاری‌های روانی و رفتاری جلوگیری می‌کند و امکان بازگشت مجدد به رفتار سوء قبل را از بین می‌برد.

روش کار

پژوهش حاضر از نوع توصیفی است که در ابتدا با استفاده از منابع کتابخانه‌ای و کتب روان‌شناسی، قرآن کریم و کتب تفسیری و حدیثی و جست‌وجو در پایگاه‌های اطلاعاتی با کلیدواژه‌های درمان توحیدی، شخصیت یکپارچه، سلامت روان، شخصیت، روان‌شناسی شخصیت، روان‌درمانی قرآنی و سلامت معنوی به بررسی مقالات و کتب مرتبط پرداخته و درمان توحیدی و ویژگی‌های آن بیان شد و سپس شخصیتی که به وسیله این درمان در فرد به وجود می‌آید تحلیل و ویژگی‌های این شخصیت و درمان توحیدی در قرآن و نرم‌افزارهای تفسیری بررسی شد.

یافته‌ها

در اندیشه و تفکر الهی بدیهی است که نگرش یکپارچه به درمان با توجه به حاکمیت تفکر توحیدی به درمان یکپارچه توحیدی منجر می‌شود. درمان یکپارچه توحیدی درمان جامع و چندوجهی است که با ادغام چندین روش درمانی و درون‌مایه‌های معنوی-توحیدی می‌کوشد ارزش‌هایی را در فرد احیا کند که توان یکپارچه‌سازی و انسجام‌بخشیدن به کل شخصیت فرد را داشته باشد. به گفته کرسینی، توحیددرمانی که از ادغام و یکپارچه‌سازی نگرش اسلام نسبت به سرشت انسان و نظریه و روش درمان انسان‌گرا به وجود آمده، برای اولین بار اسلام را به منزله یک شیوه درمانی مطرح کرده است (۱۹). در این روش ارزش‌های دینی به منزله مهم‌ترین نیروی وحدت‌بخش در شخصیت انسانی و رشد همه ابعاد وجودی در مقابل رشد ناقص و تأکید بر ارزش‌ها و رابطه انسان با خداوند درباره اثرات مثبت باور به وجود خداوند و انجام اعمال دینی در سلامت روانی و درمان اختلالات هیجانی استوار است (۲۰). بر اساس این روش، درمان پنج مرحله دارد: پذیرش، مشاهده بالینی، آموزش مهارت‌های زندگی، گروه‌درمانی و پیگیری درمان. در هر یک از این مراحل با مداخلات و اقدامات درمانی تلاش می‌شود که فرد دارای معیارهایی از پیشرفت در درمان

کرده‌اند و در حل معضلات گسترده و فراگیر شخصیتی بزهکاران که همه ابعاد وجودی آنان از فلسفه، هدف و معنای زندگی گرفته تا روابط اجتماعی، ارتباطات میان‌فردی و الگوهای رفتاری‌شان را دربرمی‌گیرد، توفیق چندانی نداشته‌اند (۱۶).

یکی از مهم‌ترین دلایل توفیق نداشتن شیوه‌های تک‌مکتبی در درمان کامل و پایدار اختلالات روانی ناتوانی آنها در توجه هماهنگ و یکپارچه به ابعاد چندگانه زیستی، روانی، اجتماعی و معنوی انسان در مواجهه با مشکلات روانی و ناهنجاری‌های رفتاری است (۱۶)؛ اما از آنجا که انسان یک کل واحد و تجزیه‌ناپذیر است، سلامت روانی کامل وی هنگامی تحقق می‌یابد که وحدت و انسجام این نظام حفظ شود و اجزای آن با یکدیگر هماهنگ عمل کنند (۱۷). بی‌توجهی روان‌درمانی سنتی به عنصر معنویت و ارزش‌های دینی در فرایند درمان، ناپایداری تغییرهای رفتاری ایجادشده در درازمدت و درصد بالای بازگشت به رفتارهای ناهنجار را به دنبال داشته است. توجه روزافزون روان‌شناسان و درمانگران به این حقیقت موجب شده است که در دهه‌های اخیر درمانگران به روش‌های درمان یکپارچه توجه جدی داشته باشند. یکی از این روش‌های کل‌نگر و تلفیقی روش درمان یکپارچه توحیدی است (۱۸). محمدمحسن جلالی تهرانی در کتابنامه روان‌درمانی‌های نوین به ویراستاری ریموند کرسینی^۱ این روش را که تلفیقی از آخرین یافته‌های روان‌درمانی در حوزه‌های مختلف به‌ویژه فنون انسانی‌نگر و وجودی از یک سو و آموزه‌های توحیدی و عرفانی اسلام از سوی دیگر است، با عنوان «روش توحیددرمانی»^۲ در سال ۲۰۰۱ معرفی کرده است. این روش با تأکید بر ارتقای رشد و تحول انسانی به فرد امکان می‌دهد تا با جست‌وجوی معنای متعالی برای زندگی و تلاش برای درک خویشتن خویش، به توسعه روشی برای زندگی خود بپردازد که به دستیابی مراحل بالاتر رشد و کمال منجر گردد. در این روش اعتقاد بر این است که اگر آموزه‌های الهی و معنوی به‌ویژه مؤلفه اساسی توحید و ارتباط عمیق و صمیمانه با خداوند متعال با یافته‌های روان‌درمانی ادغام گردد، کارآمدی و پایداری درمان به‌صورت چشمگیری افزایش می‌یابد؛ زیرا عنصر توحید بیش از هر عامل دیگری توان انسجام‌بخشی و یکپارچه‌سازی شخصیت را دارد (۱۷). پژوهش

^۱ Raymond Corsini
^۲ integration therapy

شود و از یک مرحله به مرحله بعد انتقال یابد (۲۱).
توحید به معنای یکتا و بی‌مانددانستن خداوند و خداگرایی به‌عنوان شعوری باطنی و کششی درونی که آدمی را به سوی خدا رهبری می‌کند مستلزم وجود نظام ارزشی وحدت‌بخش مبتنی بر جهت‌گیری اصیل دینی یا معنوی است؛ نظام ارزشی‌ای که ویکتور فرانکل^۱ و هوبارت مورر^۲ نیز به آن اشاره کرده‌اند (۱۹). این روش درمانی بر اساس آرا و نظریه‌هایی درباره آثار مثبت دین و باورها و مناسک دینی در سلامت روانی و درمان اختلالات هیجانی درصدد است با ادغام اعتقاد به خداوند و برقراری رابطه عمیق عاطفی-هیجانی با او در نظریه‌ها و فنون مختلف روان‌درمانی، اختلالات روانی و انحراف رفتاری مجرمان و بزهکاران را درمان کند (۱۷)؛ نظریه‌هایی مانند نظریه آلپورت که قبلاً بیان شد. از آنجاکه انسان در مفاهیم و متون دینی اشرف مخلوقات عالم است و کمال و قرب آدمی غایت هدف خلقت است، مکاتب روان‌شناسی انسان‌گرایی بیشترین قرابت را در تعاریف و مفاهیم با مکتب اسلام دارند؛ مانند کنکاش گسترده مزلو^۳ درباره شخص بافضیلت در جامعه سالم و نظریه وی درباره رشد همه ابعاد وجودی در مقابل رشد ناقص، تأکید مارسل^۴ بر ارزش‌ها و دیدگاه او درباره رابطه انسان با خداوند به منزله بخش اساسی تجربه کامل انسانی، پژوهش‌های جلالی تهرانی درباره نقش تلفیق آموزه‌های روان‌شناسی و باورهای دینی در معنابخشی به زندگی و ده‌ها پژوهش دیگر مانند پژوهش‌های پارگامنت و اولسون^۵، پارگامنت و همکاران، پولنر، پیکوک پولوما و دماریا و کاسینو^۶ (۲۱).

درمان یکپارچه توحیدی مجموعه اصول و فنون روان‌درمانی است که با توجه به چندبُعدی بودن انسان بر اساس تلفیق دیدگاه‌های انسان‌گرایی، شناختی، وجودی و آموزه‌های الهی-معنوی تدوین گردیده است تا از آن به‌صورت فردی و گروهی برای کاهش رفتار بزهکارانه یا تغییر عادات رفتاری استفاده شود.

پژوهش‌های صورت‌گرفته مرتبط با بررسی رابطه دین‌داری و سلامت عمومی فرد و جامعه حدوداً عمری بیست‌ساله دارد.

روان‌شناسان معاصر معتقدند که ناراحتی‌های روانی موجب بیماری می‌شود؛ زیرا زندگی روزمره کنونی با نگرانی و اضطراب همراه است و داشتن ایمان به خدا و اعتقاد به مبدأ حقیقی می‌تواند تحمل افراد را در برابر مشکلات بیشتر کند (۲۲). مشاوره و روان‌درمانی با دین و معنویت یکسان نیستند، اما این دو در کنار هم بهتر می‌توانند مشکلات روانی و رفتاری نوع بشر را برطرف کنند. بی‌تردید برخی از جنبه‌های اختلالات روانی و مشکلات رشدی با فنون روان‌شناختی و فنون درمانگری حل و فصل می‌شوند و در برخی دیگر، از طریق راهنمایی معنوی و انجام مناسک مذهبی می‌توان به نتیجه رسید. باوجوداین، امروزه طیف وسیعی از درمانگران بر این باورند که برای بارورکردن روان‌درمانی و افزایش اثربخشی آن باید راهکارهای دینی و معنوی با نظریه‌ها و روش‌های علمی روان‌درمانی در چارچوب مذهب قرار گیرد؛ زیرا مفاهیمی مانند وجدان، آگاهی، عهد و پیمان، مثبت‌اندیشی، نوع‌دوستی، عشق، اعتراف و تنویر افکار که در ادیان اهمیت بسزایی دارند، عمیقاً در روان‌درمانی تأثیرگذارند. از سوی دیگر، اگر ارزش‌های دینی و معنویت مراجعان نادیده گرفته شود، احتمالاً آنان دچار آسیب و ناراحتی خواهند شد که در این صورت چنین کاری غیراخلاقی است (۱۸). علاوه‌براین، یکی از آثار نگرش‌های مذهبی، افزایش تحمل و مقاومت انسان در مقابل مشکلات زندگی است. انسان معتقد می‌داند که یکی از سنت‌های خداوند امتحان است که همه انسان‌ها با آن روبه‌رو می‌شوند. در آیه ۱۵۴ سوره آل عمران آمده است که «این (سختی‌ها و مشکلات) برای آن است که خداوند آنچه در سینه‌هایتان پنهان دارید بیازماید و آنچه در دل‌های شما است خالص گرداند» (۲۳). این مطلب را این‌گونه می‌توان تبیین کرد که چون آگاهی از مفاهیم بنیادی رویکرد یکپارچه‌نگر است و توانایی آگاهی، بازآفرینی‌ها، یکپارچه‌سازی‌ها و شناسایی اعمال و احساسات، نیازمند استفاده از معیارهای عملکرد است که می‌تواند از منبع رفتار، شخص (و باورهایش) و محیط مایه بگیرد و بر اساس قوانین یادگیری، پایدار یا نسبتاً پایدار شود و در نتیجه فرد از تدابیری استفاده کند که پیامد آن احساس راحتی و برحذر داشتن فرد از درد و رنج و سرزنش است.

از جمله مؤلفه‌هایی که به آثار درمانی‌شان بیشتر توجه می‌شود و در درمان یکپارچه توحیدی از آن استفاده می‌شود، ایجاد فضای حمایتی، آیین‌ها و نمادهای مذهبی مانند نماز، دعا و مناجات، اعتراف و توبه، تقوا و خودمهارگری، مراقبه و هشیاری‌افزایی، ذکر و احساس حضور است. درمان یکپارچه

^۱) Frankl

^۲) Hobart Mowrer

^۳) Maslow

^۴) Marcel

^۵) Pargament & Olson

^۶) Pollner, Peacock, Poloma, Demavia & Kassonov

واژه شخصیت در لغت عبارت است از: شرافت، رفعت، بزرگواری، نجابت، مرتبه و درجه، منش، صاحب وجودی و ملاطفت (۲۴). قرآن کریم نیز واژه شخصیت را با الفاظی مانند شاکله، قلب، صدر، نفس، عقل و روح به کار می‌برد (۲۵). شخصیت در اصطلاح به معنای ذات هر شخص و خلق و خوی مخصوص هر کس است. به عبارت دیگر، شخصیت عبارت است از مجموع نفسانیات هر فرد (۲۶).

شخصیت در روان‌شناسی

روان‌شناسان از شخصیت تعاریف مختلفی ارائه کرده‌اند که هر یک بر وجهی از شخصیت تأکید می‌کند. برای مثال آلپورت ۵۰ تعریف از شخصیت بیان کرده است. هیلگارد^۱ شخصیت را «الگوهای رفتار و شیوه‌های تفکر که نحوه سازگاری شخص را با محیط تعیین می‌کند» تعریف کرده است (۲۷). در حالی که برخی دیگر شخصیت را به ویژگی‌های پایدار فرد نسبت داده و آن را به صورت «مجموعه ویژگی‌هایی که با ثبات و پایداری داشتن مشخص است و موجب پیش‌بینی رفتار فرد می‌شود» تعریف کرده‌اند. هنوز روان‌شناسان به تعریف واحدی از شخصیت نرسیده‌اند؛ اگرچه در دهه‌های اخیر و با گرایش به سمت درمان‌های یکپارچه، مفهوم شخصیت به تعریف شخصیت یکپارچه نزدیک می‌شود. گیلفورد^۲ شخصیت را «الگوی ویژه‌ای از خصلت‌های فرد» تعریف می‌کند (۲۸). عده‌ای دیگر از روان‌شناسان می‌گویند: «شخصیت شامل تمامی رفتارهایی است که فرد در جهت انطباق و سازش خود با محیط انجام می‌دهد» (۲۹). بسیاری از روان‌شناسان تعریف آلپورت را پذیرفته‌اند که بیان می‌کند: «شخصیت سازمان پویا و قوام‌یافته‌ای است که از ترکیب نظام‌های روانی و جسمی فرد که رفتار ویژه و بی‌همتای او را در جهت سازش با محیط تعیین می‌کند، تشکیل شده است» (۳۰).

شخصیت در قرآن

در قرآن واژه شاکله مشخص‌ترین واژه‌ای است که آن را معادل شخصیت در نظر گرفته‌اند. با توجه به آیه ۸۴ سوره اسرا «قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِ...» (۴)؛ «بگو: هر کس بر حسب ساختار [روانی و بدنی] خود عمل می‌کند...» در تعریف آن می‌نویسند: شاکله به مجموعه‌ای از نیات، خلق و خوی، حاجات، طرق و هیئت روانی انسان گفته می‌شود. احمدی معتقد است که اصلی‌ترین معنای «شاکله» هیئت و ساختار روانی انسان است

توحیدی موجب افزایش توان خودمهارگری به وسیله اعمالی همچون ایمان، عمل صالح، تقوا، تفکر، بشارت، انداز، دعا و... می‌شود و انسان‌ها را به مهار نفس و تکامل شخصیت انسانی‌شان فرامی‌خواند تا به وسیله فراهم آوردن حیات طیبه یا زندگی معنوی که پیامد تلاش انسان‌هایی است که در فرایند خودمهارگری موفق هستند، به سوی کمال و سعادت حرکت کنند (۱۶).

از نظر قرآن کریم آنچه انسان را به حیات طیبه می‌رساند، ایمان به خدا و انجام عمل صالح است (سوره نحل، آیه ۹۷) (۴) و رسیدن به حیات طیبه یا زندگی معنوی جز با اجابت دعوت پیامبران ممکن نیست. افزون‌براین، کسی که به حیات طیبه یا زندگی معنوی دست یابد، کمتر دچار آسیب‌های روانی و آشفتگی‌های جسمانی می‌شود؛ زیرا یکی از آثار دستیابی به حیات طیبه یا سبک زندگی معنوی و الهی آن است که به انسان ثبات و استواری شخصیت می‌بخشد: «يُثَبِّتُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا بِالْقَوْلِ الثَّابِتِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ فِي الْآخِرَةِ» (سوره ابراهیم، آیه ۲۷) (۴).

در زمینه روان‌شناختی اهداف رویکرد درمان یکپارچه عبارت است از: خودآگاه‌کردن ناخودآگاه، بازسازی اساسی شخصیت، کمک به مراجع برای بازیابی تجارب اولیه و حل تعارض‌های سرکوب‌شده و کسب آگاهی عقلانی، به‌چالش‌طلبیدن مفروضات و اهداف اساسی مراجع، ایجاد امید و دلگرمی به‌گونه‌ای که بتواند اهداف اجتماعی را گسترش دهد، تغییر انگیزه‌های معیوب و کمک به مراجع برای اینکه دریابد که آزاد است، با دیگران احساس برابری کند و از توانایی‌ها و امکاناتش آگاه شود (۱۶)، همچنین موجب فراهم آوردن جوی امن و آرام که موجب خودکاوی مراجع و تشخیص موانع رشد آن گردد و بتواند جنبه‌هایی از خود را که قبلاً نادیده انگاشته یا تحریف شده بود، تجربه نماید، توانانمودن آنان برای حرکت به سوی خودپذیری، کاهش عادات و تعصب‌های غیرمنطقی، اعتماد بیشتر به خود، تمایل به خودشکوفایی، افزایش خودانگیزگی و سرزندگی به قبول مسئولیت برای حمایت درونی به‌جای وابسته‌بودن به حمایت خارجی و کمک‌کردن به افراد برای مؤثرتر شدن در رویارویی با نیازهایشان، دعوت از آنان برای ارزشیابی آنچه که در حال انجام هستند و سنجش اینکه چقدر این رفتار برای آنان نتیجه‌بخش است (۱۸).

بررسی عنصر شخصیت

^۱ Hilgard
^۲ Guilford

و می‌گوید: «شاکله انسان عبارت است از: ساخت و هیئت واحد روانی انسان که بر اثر تعامل وراثت، محیط و اختیار شکل گرفته است؛ به گونه‌ای که محرکات محیطی را منطبق با خود تفسیر کرده و در مقابل آنها به شیوه‌ای خاص پاسخ می‌دهد» (۳۱).

شخصیت در درمان یکپارچه توحیدی

در درمان یکپارچه توحیدی شخصیت همان است که بر اساس انسان‌شناسی اسلام بنا شده است. مطابق دیدگاه اسلامی، انسان سرشتی تعالی‌بخش (فاطر/۱۰) (۴) و فطرتی الهی (۲۸) (روم/۳۰) (۴) دارد و از روح الهی در او دمیده شده است (ص/۷۲) (۴). علاوه بر این، اسلام بر وحدت به عنوان اصل حاکم بر عالم هستی و یکپارچگی ابعاد گوناگون شخصیت انسان تأکید دارد. این اصل که با الگوهای انسان‌گرایی-وجودی هماهنگ است، عامل اصلی سلامتی و رشد شخصیت را انسجام و توحید یافتگی آن می‌داند و معتقد است که ارزش‌های دینی بیش از دیگر ارزش‌ها، توانایی یکپارچه‌سازی شخصیت را دارد؛ زیرا این ارزش‌ها بیش از هر نوع ارزش دیگری به زندگی انسان معنا و جهت می‌بخشد (۲۰).

بشر الهام یا وحی را با قوه عقل درک و دریافت می‌کند. واکنش انسان به این وحی الهی عشق و کشتی است که در رفتارهای فضیلت‌آمیز تجلی می‌کند. هر چه شخص رفتارهای فضیلت‌آمیز بیشتری داشته باشد، به منبع فضیلت نزدیک‌تر می‌شود و با منشأ وحدت و یگانگی هماهنگی بیشتری می‌یابد و در نتیجه، به سطح بالاتری از سلامتی، آرامش و سعادت می‌رسد.

شخصیت کامل در قرآن و روایات

شخصیتی که در درمان یکپارچه توحیدی در فرد ایجاد می‌شود همان شخصیت انسان کاملی است که قرآن حدود ۱۴۰۰ سال قبل بیان نموده و به عنوان مؤمن ویژگی‌های آن را ذکر کرده است. گویاترین و کوتاه‌ترین تعبیر قرآنی از شخصیت سالم و توحید یافته تعبیر «رشدیافتنی» است. کلمه «رشد» و مشتقات آن ۱۳ بار در قرآن آمده است (انبیا/۵۱، نساء/۶، بقره/۱۸۶ و ۲۵۶، جن/۲، ۱۰، ۲۱، اعراف/۱۴۶، کهف/۱۰، ۱۷ و ۲۴) (۴) که تمامی آنها به رشد و بلوغ معنوی و هدایت دلالت دارد به جز یک آیه که هم به رشد و بلوغ جسمانی هم رشد فکری اشاره می‌کند (نساء/۶) (۴). از واژه‌های دیگری که در قرآن و تفاسیر و نرم‌افزارهای روایی و حدیثی بررسی شده، واژه‌های «مؤمن» و مشتقات آن «اولوالالباب»، «محسنین»، «صابرین» و «ایمان» بود که بیش از دو هزار نمونه از کلمه مؤمن در

آرامش روحی آنان برای گذشته و آینده متزلزل نشود (مائده/۵۴) (۴) و بالاخره هرگز در برابر حوادث سخت سست نمی‌شوند و اندوهی به خود راه نمی‌دهند (آل عمران/۱۳۹) (۴). در میان حوادث خود را تنها نمی‌بینند، دست لطف و حمایت خدا را دائم بر سر خویش احساس می‌کنند؛ درحالی‌که اضطراب حاکم بر افراد بی‌ایمان از خلال رفتار و گفتارشان به‌ویژه به هنگام وزش طوفان‌های حوادث کاملاً محسوس است. اگر انسان در زندگی به میانه‌روی و اعتدال و دوری از زیاده‌روی و افراط در ارضای انگیزه‌های جسمی و روانی ملتزم باشد، ایجاد هماهنگی بین نیازهای جسم و روح کاملاً امکان‌پذیر است. با برقراری تعادل بین جسم و روح، ماهیت انسان به‌طور حقیقی و کامل منطبق می‌شود. این ماهیت کمال یافته را می‌توان در شخصیت پیامبر اسلام (ص) متبلور دید که هم نیروی شاداب روحی هم طراوت چشمگیر جسمانی داشتند؛ به‌طوری‌که آن حضرت هم به صفا و خشوع کامل به عبادت حق می‌پرداختند هم مانند دیگران به زندگی بشری خود ادامه می‌دادند و در حدود شرع از لذت‌های دنیوی نیز بهره می‌جستند. تعادل جسم و روح در شخصیت انسان نشان‌دهنده توازن موجود در کل هستی است؛ زیرا خداوند متعال هر چیزی را در اندازه و میزان مشخص آفریده است. انسان سالم و توحید یافته تلاشش با نیت خالص برای قرب الهی است. درواقع این شخصیت ادراکی صحیح نسبت به امور مختلف و رفتاری سازگارانه در برخورد با محیط اطراف دارد (۳۴).

با توجه به مرور بیش از ۵۱ مقاله در زمینه درمان یکپارچه توحیدی و شخصیت سالم مشخص شد که پژوهش‌های صورت گرفته در این زمینه (حدود بیست مقاله بررسی شد) بیشتر کمی بوده و با روان‌درمانی به‌صورت میدانی و در گروه‌های کنترل و آزمایش یا به‌صورت پرسش‌نامه‌ای صورت گرفته است و نیز پژوهش‌هایی که درباره شخصیت سالم انجام شده است (حدود ۳۱ مقاله بررسی شد)، بیشتر بر منابع دینی تکیه داشته و کمتر مقاله‌ای بوده است که هم کیفی باشد و به بحث‌های قرآنی و روایی پرداخته باشد هم در هر دو زمینه (روان‌شناسی و مطالعات دینی) باشد. درواقع، می‌توان گفت در ترسیم الگوی درمان یکپارچه آن هم با محوریت آیات قرآن و روایات معصومان پژوهشی صورت نگرفته است. خداحیمی و جعفری معتقدند در درمان توحیدی فرد از طریق خودشناسی و درونگری و با استفاده از خویش‌نگری و سیر در طبیعت و آفاق و نیز با استفاده از سکوت و اندیشیدن محض و عالمانه به

(شعرا/۳) (۴)، دوربودن از تنبلی و کسالت، پویایی و خودشکوفایی (بقره/۲۸۶ و نجم/۳۶) (۴)، بی‌توجهی به مظاهر مادی دنیا، صلاح و پاک‌ی باطن، انفاق، آزارنرساندن به دیگران، کسب حلال که موجب استجاب دعا می‌شود، صبوری، خلاقیت، راضی به رضای خدا بودن که نتیجه‌اش دوری از حسرت و اضطراب است (بینه/۸) (۴) و زهد و واقع‌بینی از دیگر ویژگی‌های این شخصیت است. چنین فردی چشم‌بینا و گوش‌شنوا و دلی روشن‌بین دارد. از ظرفیت و استعداد خود به بهترین وجه استفاده می‌کند. نیروهای ارزشمند فکری، روحی و جسمانی خود را معطل نمی‌گذارد و خود را در مسیر رشد و رسیدن به کمال نهایی قرار می‌دهد. برای درمان بیماری درون از قرآن بهره می‌گیرد؛ «بگو: این (کتاب) برای کسانی که ایمان آورده‌اند هدایت و درمان است» (فصلت/۴۴، نحل/۹۷ و طه/۱۲۴) (۴). پیوسته خود را در محضر خدای رحمان می‌بیند و اهل دعا و به‌رازنشستن با خدا در خلوت‌گه خویش است. خود را هیچ می‌بیند و برای بالندگی و کمال روحی خود راهی جز پیوستن به رحمت بی‌کران الهی و ارتباط دائم با ذات بی‌همتا نمی‌شناسد. با عبودیت اوج بندگی را به نمایش می‌گذارد. بنابراین، شخصیت توحید یافته زندگی را معنادار می‌بیند و نماز را برای تعالی روح و درک حقایق عالم هستی دوست می‌دارد. از نگاه قرآن کریم، کسانی اهل عبادت و نمازند که از باوری عمیق به خدا و غیب و قیامت برخوردار باشند (بقره/۳، ۴ و ۱۱۰) (۴). اینان از روان سالم و آرامش حیرت‌انگیزی برخوردارند (بقره/۲۷۷) (۴)، در سخت‌ترین شرایط زندگی نمازشان را ترک نمی‌کنند و حتی سخت‌کوشی و جهادشان نیز ثمره ارتباط دائم و معنوی با خدا است؛ زیرا نماز و همه رفتارهای دینی در بستر شناخت و آگاهی عمیق شکل می‌گیرد (نساء/۱۶۲) و اعراف/۱۷۰) (۴) و نمازگزاران راستین به همه وعده‌های الهی باور دارند و قصدشان از انجام فرائض، تنها رضایتمندی خداوند و برخورداری از برکات بی‌انتهای الهی است (مائده/۱۲) (۴).

بحث و نتیجه‌گیری

ایمان به خداوند متعال موجب ایجاد آرامش در انسان می‌شود. افرادی که به خداوند ایمان ندارند همواره در حال اضطراب و نگرانی دائم هستند؛ برخلاف افراد باایمان که هرگز از کسی جز خدا نمی‌ترسند (احزاب/۲۹) (۴) و ملامت و سرزنش این و آن در اراده آهنینشان اثر نمی‌گذارد (حدید/۲۳) (۴). هرگز به‌سبب آنچه از دست داده‌اند غمگین نمی‌شوند و به آنچه دارند دل بستگی شدید ندارند؛ این دو اصل سبب می‌شود که

حامی مالی

بنا بر اظهار مؤلفان مقاله، این پژوهش حامی مالی نداشته و با هزینه شخصی مؤلفان نگاشته شده است.

تضاد منافع

مؤلفان مقاله هیچ گونه تضاد منافی درباره این پژوهش گزارش نکرده اند.

مشارکت مؤلفان

شیوه تدوین، جمع آوری مطالب، نتیجه گیری و نگارش: مؤلف اول؛ راهنمایی در بُعد علوم قرآن و احادیث: مؤلف دوم و راهنمایی در بُعد روان شناسی: مؤلف سوم

References

1. Soleimani M. The role of patterns human education. Mashhad: Zarih-e Aftab; 2011. (Full Text in Persian)
2. Afrooz GA. An abstract of applied educational psychology Tehran: Parents and Teachers Association 2007. (Full Text in Persian)
3. Bashiri A. A Prelude to the Theory of PersonalityBased on Religious Thought. Ravanshenasi Va Din. 2012;5(1):5-36. (Full Text in Persian)
4. The Holy Quran. Translated by Naser Makarem Shirazi. Tehran: Dar Al-Quran Publication; 2017.
5. Noor-Alizadeh M. Rabeteh Khod-Agahi ba Khod-Agahi va Tasir-e an bar Salamat-e Ravan. 2012. (Full Text in Persian)
6. Dalia ZPartnoana, translated by Mehdi Shiri, Journal of Criticism and Opinion, 2000. Ravanshenasi va Din; Zaroorat-e Roykardi Jadid. Translated by Mehdi Shiri. Journal of Criticism and Opinion. 2000(35-36):47-66. (Full Text in Persian)
7. Delkhamoush MT, Ahmadi- Mobarakeh M. Content and structure of values among iranian adolescents. Journal of Development Psychology. 2011;8(29):5-28. (Full Text in Persian)
8. Tabik MT. The relationship between the five major factors of personality and self-cognitive processes with the classification of temperament capabilities in positive psychology, . Tehran: University of Tehran; 2010. (Full Text in Persian)
9. Kiomarsi MR. The Relationship between Religious Orientation and Personality Factors, Master Thesis.

خودنگری می پردازد تا موفق به تزکیه نفس گردد (۳۵). قرآن انسان را داری دو بُعد معنوی و مادی یا روح و جسم می داند و کمال وی را در پرورش هر دو بُعد به صورت متعادل می داند. نجاتی نیز این مطلب را چنین بیان می کند «شخصیت بهنجار از نظر اسلام شخصیتی است که جسم و روح در آن متعادل باشد و نیازهای هر کدام ارضا شود و گرایش های افراطی و تفریطی با طبیعت و فطرت انسان مخالف و متضاد است و توجه کردن به تنهایی به هر کدام از نیازهای جسم یا روح به تحقق ماهیت حقیقی انسان نمی انجامد و فرد را به کمال حقیقی شخصیتی نمی رساند» (۳۶). مؤمن چون بر این باور است که خداوند بر دل او آرامش نازل می کند: «اوست که بر دل های مؤمنان آرامش فرستاد تا بر ایمانشان پیوسته بیفزاید و...» (۴)؛ همین امر موجب تقویت روانی او می شود و هیچ گاه گرفتاری ها او را از پا در نمی آورد، دچار اضطراب و اندوه نمی شود و در نتیجه کمتر به آسیب های جسمی ناشی از فشارها مبتلا خواهد شد. یاد خدا و به تعبیر بهتر توجه به خداوند متعال یکی از بهترین و مؤثرترین روش ها برای رهایی از ترس و نگرانی و دغدغه و اضطراب و متقابلاً کسب طمأنینه و آرامش روحی و حتی جسمی است. فردی که خدا را محور اصلی زندگی و عشق به او را هدف و غایت خویش قرار دهد، خلأهای زندگی خود را پرمی کند و دیگر به سمت رفتارهای پرخطر و ناهنجاری های روانی نخواهد رفت. چنین فردی آرامش واقعی را در سراسر زندگی خود خواهد یافت.

محدودیت های پژوهش

از محدودیت های پژوهش حاضر می توان به کمبود منابع در این زمینه اشاره کرد.

پیشنهاد های پژوهش

پیشنهاد می شود از الگوی درمانی یاد شده در پژوهش در مراکز درمانی و مشاوره استفاده گردد.

قدردانی

بنا بر اظهار مؤلفان، این مقاله برگرفته از طرح پژوهشی ثبت شده در سامانه پژوهش یار دانشگاه آزاد اسلامی واحد یزد با کد ۱۶۲۲۸۶۱۰۷ است. بدین وسیله از زحمات تمامی کسانی که در به ثمر رسیدن این مقاله نقش داشته اند، قدردانی می شود.

Qom: Imam Khomeini Institute of Education and Research; 2003. (Full Text in Persian)

10. Janbozorgi M. Religious orientation and mental health. *Journal of Research In Medical Sciences*. 2008;31(4):345-50. (Full Text in Persian)

11. Gharraee B, Ahmadvand A, Aakbari A, Zenoziyan S. Relationship Between Mental Health and Intrinsic-Extrinsic Religion in Kashan. *Journal of Modern Psychological Researches*. 2008;3(10):61-84. (Full Text in Persian)

12. Jafari AR. Barresi-e Rabeteh Jahatgiri-e Mazhabi(Darooni-Borooni) ba Shivehaye Moghabeleh ba Esteres-e Daneshjooyan. *Behavioral Sciences Quarterly*. 2005;1(1):91-114. (Full Text in Persian)

13. Lahsayeezadeh A, Azargoon Z, Moradi G. The relationship between immigrants' Religious orientation and mental health, The case study of Ghasr Shirin. *Journal Of Social Sciences*. 2007;1(2):149-69. (Full Text in Persian)

14. Khatib SM, Janbozorgi M, Tabatabaie R-z. The Role of Personality Factors and Religious Lifestyle in Mental Health. *Islam and Psychological Research*. 2016;1(3):85-98. (Full Text in Persian)

15. Kazdin AE. Treatment of antisocial behavior in children: current status and future directions. *Psychological bulletin*. 1987;102(2):187. (Full Text in Persian)

16. Sharifinia MH. Comparison of the effectiveness of integrated monotheistic treatment and cognitive therapy in reducing criminal behaviors and substance abuse in addicted prisoners in Qom prison 2008. (Full Text in Persian)

17. Jalali Tehrani SMM. Tovhid Darmani. *Naqd Va Nazar*. 2004;9(35-36):17-46. (Full Text in Persian)

18. Sharifinia MH. Arzyabi-e Tasir-e Ravesh-e Darman-e Yekparch-e Tovhidi dar Kahesh-e Masraf-e Mavad-e Mokhader va Raftarhay-e Por-Khatar-e Zendanian-e Zendan-e Markazi-e Qom. Qom: Organization of prisons and security measures of the country; 2007. (Full Text in Persian)

19. Cresini R. *Rahnemay-e Darman-e Nov-Avarane* translated by Goddess Ardakani, ElhamArdakani. Tehran: Giva; 2012. (Full Text in Persian)

20. Sharifinia MH. Olgoohay-e Ravan-Darmani Yek-Parche ba Moarefi Darman-e Yekparch-e Tovhidi. Tehran: Pazhuheshgah-e Hovzeh va Daneshgah; 2013. (Full Text in Persian)

21. Hadi M, Jan Bozorgi M. The effectiveness of integrated monotheistic treatment on personality and clinical components. *Journal of Psychology and Religion*. 2009;2(6):71-104. (Full Text in Persian)

22. Safara M, Balali-Dehkordi N, Sadidpour SS. A Meta-analysis of the Effect of Religiosity and Spirituality on Treatment of Psychotic-clinical

Disorders. *Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat*. 2019;5(3):124-36. (Full Text in Persian)

23. Rahimi-Pordanjani T, Mohamadzade-Ebrahimi A, Doostkam Z. Religious attitudes and psychological hardiness as predictors of stress in students' life. *J Res Relig Health*. 2018;4(4):21-32. (Full Text in Persian)

24. Moein M. *Moein Dictionary*. Tehran: Amir Kabir; 1972. (Full Text in Persian)

25. Salarifar MR, Mousavi Asl SM, Dolatkah M, Shojaei MS. *Behdasht-e Ravani ba Negaresh be Manabe-e Eslami*. 2 ed. Tehran: Samat, Research Center and University; 2011. (Full Text in Persian)

26. Dehkhoda AA. *Dehkhoda Dictionary*. 2ed. Tehran: Tehran University Press; 1998. (Full Text in Persian)

27. Atkinson R, Nolen Hooksma S, Bam D, Smith E, Atkinson R. *Hilgard Psychology translated by Reza Zamani, Mehrdad Beyk, Behrouz Birshak, Mohammad Naghi Braheni, Mehrnaz Shahrari* Tehran: Roshd; 2019. (Full Text in Persian)

28. Ross A. *Ravanshenasi Shakhsiat (Nazariyeha va Farayandha)*, translated by Siavash Jamalfar. Tehran: Arasbaran; 2007. (Full Text in Persian)

29. Karimi Y. *Ravanshenasi Shakhsiat (Nazariyeha va Farayandha)*, translated by Siavash Jamalfar. Tehran: Arasbaran; 2007. Tehran: Payam Noor university; 2007. (Full Text in Persian)

30. Ahadi H, Jamhari F. *Ravanshenasi Roshd*. Tehran: Ayandeh Derakhshan; 2019. (Full Text in Persian)

31. Ahmadi AA. *Ravanshenasi Shakhsiat az Didgah-e Eslam*. Tehran: Amirkabir; 1989. (Full Text in Persian)

32. Safara M, Salmabadi M. Examining Normal Personality from the Perspective of Psychology and the Qur'an. *Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat*. 2019;5(2):115-26. (Full Text in Persian)

33. Sharif Razi M. *Nahj-o-al-Balagheh*. Nameh 35.

34. Fani M, Abdoljabbari M, Atashzadeh-Shoorideh F, Karamkhani M. A study of the criteria for identifying healthy humans and healthy relationships from the perspective of religious texts. *J Res Relig Health*. 2018;4(1):104-17. (Full Text in Persian)

35. Khoda-Rahimi S, Jafari SGA. *Naghsh-e Mazhab bar Farayandhay-e Behdasht-e Ravani va Ravan-Darmani dar Ravanshenasi-e Balini*. Tazehay-e Ravan Darmani. 1998;2(7,8). (Full Text in Persian)

36. Nejati MO. *Quran va Ravanshenasi*. Mashhad: Bonyad-e Pazuheshhay-e Eslami Astan-e Ghods-e Razavi; 1988. (Full Text in Persian)