

# اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی

سال هفتم، شماره دوم، پیاپی ۱۶، پاییز و زمستان ۱۴۰۰ (ص ۹۳-۱۱۶)

## کارکردهای روان‌شناختی اخلاص بر اساس منابع اسلامی

### Explaining the psychological functions of sincerity based on Islamic sources

محمد حسین رحیمی / کارشناس ارشد روان‌شناسی اسلامی مؤسسه اخلاق و تربیت، قم، ایران.  
محمدصادق شجاعی / دکتری روان‌شناسی، استادیار روان‌شناسی جامعه‌المصطفی‌العالمیه، قم، ایران.  
مه‌دی عباسی / عضو هیئت علمی پژوهشکده اخلاق و روان‌شناسی اسلامی - گروه روان‌شناسی اسلامی، پژوهشگاه قرآن و حدیث، قم، ایران.

**Mohammad Hossein Rahimi** / Master of Islamic Psychology, Institute of Ethics and Education, Qom, Iran.  
Hosein.12777@gmail.com

**Mohammad Sadegh Shojaei** / PhD in Psychology, Assistant Professor of Psychology, Mustafa International University, Qom, Iran.

**Mehdi Abbasi** / Faculty Member of the Institute of Islamic Ethics and Psychology - Department of Islamic Psychology, Quran and Hadith Research Institute, Qom, Iran.

#### Abstract

The present study aims to explain the psychological functions of sincerity based on Islamic sources (Quran and Hadith). The method used in this study was a qualitative analysis of the content of religious texts. To achieve this goal, propositions related to sincerity were first extracted from Islamic sources and the family of texts was formed. Then the collected texts were analyzed and classified. After classifying the functional texts and extracting the main functions of sincerity, the content of each according to the functional aspects of sincerity was examined and finally, using religious and psychological texts, the psychological functions of sincerity were explained. The results of the analysis of the psychological functions of sincerity showed that intrinsic motivation, positive motivation,

#### چکیده

پژوهش حاضر با هدف تبیین کارکردهای روان‌شناختی اخلاص بر اساس منابع اسلامی (قرآن و حدیث) صورت گرفته است. روش به‌کاررفته در این پژوهش، تحلیل محتوای کیفی متون دینی بود. ابتدا گزاره‌های مرتبط با اخلاص از منابع اسلامی استخراج و خانواده متون تشکیل گردید. سپس متون جمع‌آوری شده مورد تحلیل و طبقه‌بندی قرار گرفت. پس از طبقه‌بندی متون کارکردی و استخراج کارکردهای اصلی اخلاص، محتوای هر کدام با توجه به جنبه‌های کارکردی اخلاص مورد بررسی و در نهایت با استفاده از متون دینی و روان‌شناختی، کارکردهای روان‌شناختی اخلاص تبیین گردید. نتایج مربوط به تحلیل و بررسی کارکردهای روان‌شناختی اخلاص نشان داد که انگیزش درونی، انگیزش مثبت، انگیزش

spiritual motivation, friendship, social popularity, psychological security, hope, self-esteem, hardiness, avoidance of procrastination, satisfaction, self-control, and certainty are the most important Psychological functions are sincerity. These functions were then classified into three areas: motivational, social and daily health. The final results of the research showed that by using Islamic sources, the psychological functions of sincerity can be identified and explained.

**Keywords:** sincerity, psychological function, Islamic sources, GOD, faith.

معنوی، دوستی، محبوبیت اجتماعی، امنیت روانی، امیدواری، حرمت خود، سخت‌رویی، دوری از اهمال‌کاری، رضامندی، خودمهارگری، و یقین‌زایی از مهم‌ترین کارکردهای روان‌شناختی اخلاص هستند. سپس این کارکردها در سه حوزه انگیزشی، اجتماعی و بهداشت روانی طبقه‌بندی گردید. نتایج نهایی پژوهش، نشان داد که با استفاده از منابع اسلامی، می‌توان کارکردهای روان‌شناختی اخلاص را شناسایی و تبیین کرد. **کلیدواژه‌ها:** اخلاص، کارکرد روان‌شناختی، منابع اسلامی، خدا، ایمان.

## مقدمه

اخلاص یکی از آموزه‌های دینی است که همواره مورد توجه انبیا و اولیای الهی و مورد تأکید عالمان اخلاق بوده و در دانش‌های اسلامی مانند فقه، اخلاق و عرفان بررسی شده است. یکی از عوامل مؤثر در تحقق سعادت و کمال انسانی و آرامش و آسایش ابدی و جاودانه، در پیش گرفتن یکرنگی و پاک ساختن دل و جان از آلودگی‌های این جهان ناپایدار و گذرا، و رها شدن از تعلقات و متصف شدن به اخلاص است. چنان‌که به بندگان امر شده است که حق تعالی را خالصانه عبادت کنند (بینه، ۵).

هر چیزی ممکن است با غیر خود بیامیزد، و چون از غیر خود صافی و از آن رها شود خالص گفته می‌شود و فعل صافی و از هر شائبه خالی را اخلاص می‌نامند (فیض کاشانی، ۱۳۷۲، ج ۸، ص ۱۵۸). گاهی اخلاص نسبت به دین و گاهی نسبت به عمل و عبادت سنجیده می‌شود؛ اخلاص دین آن است که دین خدا از تثلیث، شرک، تشبیه و هر امر غیر خدایی پاک باشد که همان توحید است (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ج ۱، ص ۲۹۲). درعین حال، وقتی در ارتباط با عمل و مسئله عبادت به کار می‌رود منظور پاک کردن نیت از شرک و ریا است (نراقی، ۱۳۷۸، ص ۶۲۸). خالص کردن و پاکیزه نمودن عمل از غیر خدا مراتبی دارد. هرچه درجه اخلاص بیشتر باشد، عمل ارزش بیشتری نزد خدا پیدا می‌کند، به هدف و مقصد نزدیک‌تر شده و شخص را زودتر به کمال مطلوب خود می‌رساند. چنانچه پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمودند:

درجات مؤمنان به وسیله اخلاص برتری می‌یابد (ورام، ۱۴۱۰ق، ج ۲، ص ۱۱۹). بالاترین مرتبه اخلاص آن است که انسان اعمالش را از هر نوع شائبه‌ای اعم از منافع دنیوی و اخروی پاک گرداند و فقط رضایت خداوند را در نظر داشته باشد. این مرتبه برای کسانی است که غرق در محبت، عظمت و جمال الهی هستند و خدا را سزاوار پرستش یافته، عبادتش می‌کنند (نراقی، ۱۳۷۸، ص ۶۲۹).

اخلاص به عنوان یک ویژگی مثبت در همه شئون زندگی کاربرد دارد (شبر، ۱۳۸۲، ص ۴۴). یک بخش از کارکردهای اخلاص را جنبه‌های روان‌شناختی آن تشکیل می‌دهد. بر طبق روایات، اخلاص باعث بهبود سلامت روانی افراد می‌شود. رسول خدا ﷺ می‌فرماید: علامت فرد با اخلاص چهار چیز است؛ دلش پاک، اعضا و جوارحش سالم، خیرش مبذول و شرفش مأمون است (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱، ص ۱۲۱). این روایت نشان می‌دهد که یکی از کارکردهای اصلی اخلاص بهره‌مندی از سلامت روانی است. رودسری (به نقل از احمدی نوجانی، ۱۳۸۶) بیان می‌دارد که اخلاص به صاحب خود آرامش روانی و اطمینان خاطر می‌بخشد، سینه او را گشاده و قلبش را راحت می‌سازد؛ چرا که قلب او بر یک هدف واحد گرد آمده است و آن هم رضایت خداوند عزوجل است. قرآن کریم در این باره می‌فرماید: «بَلَى مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ» (بقره: ۱۱۲) کسی که خود را تسلیم محض خدا کند از هیچ چیزی نمی‌هراسد و هرگز دچار ترس و اندوه نمی‌شود. اخلاص در انگیزش رفتار نیز کارکرد دارد بر طبق روایات اخلاص موجب استقامت‌ورزی و دوری از اهمال‌کاری می‌شود برای مثال امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرماید: انسان مخلص اگر هوی و هوس نیز از بین برود، از زیر بار عمل شانه خالی نمی‌کند (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۶۵). اخلاص در روابط اجتماعی نیز مهم است. بر طبق روایات، اخلاص یکی از شاخص‌های اصلی روابط مثبت در تعامل اجتماعی است. به همین جهت در روایات به خالص‌سازی دوستی در روابط میان‌فردی توصیه شده است. برای مثال، امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرماید: با دشمنت مدارا کن و برای دوستت خالص شو (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۸۱۸). این نشان می‌دهد که اخلاص در روابط میان‌فردی نیز بسیار مهم است. با توجه به کارکردهای زیادی که اخلاص دارد، خداوند در قرآن بندگان شایسته و صالح خود را به صفت اخلاص ستوده است (مریم: ۵).

با وجود کارکردهای روان‌شناختی مختلفی که برای اخلاص وجود دارد، در پژوهش‌ها کمتر به آن پرداخته شده است. شاید برخی این تصور را داشته باشند که اخلاص صرفاً یک

سازه اخلاقی است. شواهد نشان می‌دهد که در بیشتر منابع از جمله تفسیر المیزان، تفسیر تسنیم، تفسیر نمونه، معراج السعاده، جامع السعادات و محجة البیضا و... تأکید و تمرکز اصلی بر کارکردهای اخلاقی اخلاص بوده و جنبه‌های روان‌شناختی آن کمتر مورد توجه قرار گرفته است. در مجموع با توجه به اهمیت سازه اخلاص، شناسایی و تبیین کارکردهای این مفهوم از نقطه نظر روان‌شناختی مهم به نظر رسیده، که هدف این مقاله نیز، تبیین کارکردهای روان‌شناختی اخلاص می‌باشد.

### روش پژوهش

به منظور شناسایی و تبیین کارکردهای روان‌شناختی اخلاص، در این پژوهش از روش تحلیل کیفی محتوای متون دینی (قرآن و حدیث) استفاده شده است. روش تحلیل محتوای متون دینی روشی است که برای استخراج و استنباط آموزه‌های دینی از آیات و روایات استفاده می‌شود (شجاعی، ۱۳۹۳). تحلیل کیفی محتوای متون دینی از سه مرحله اصلی تشکیل شده است: ۱. جمع‌آوری متون مربوطه ۲. تحلیل و طبقه‌بندی متون مربوطه ۳. تبیین متون بر اساس کارکردها و جنبه‌های روان‌شناختی آنها.

قدم نخست در مرحله اول جمع‌آوری متون مربوطه و تشکیل خانواده متون است. نوع تشکیل خانواده متون به تناسب موضوع و هدف تحقیق، متفاوت خواهد بود. در این مرحله باید خانواده متون با گرایش کارکردهای روان‌شناختی اخلاص تشکیل گردد و منظور از کارکردهای روان‌شناختی طبق نظر آرتور اس (۲۰۱۱، ۳۶۵) اهداف و پیامدها و آثار روان‌شناختی یک وجه وصفی می‌باشد. متونی در این خانواده قرار می‌گیرند که در آثار روان‌شناختی اخلاص مفیدند نه همه متون مربوط به موضوع اخلاص. پس از جمع‌آوری متون مربوطه، نوبت به تحلیل و طبقه‌بندی متون می‌رسد. در این مرحله، چند کار انجام می‌دهیم: نخست باید هر متن به درستی مطالعه شود و نکته کارکردی آن به دست آید. سپس یک یا چند کارکرد اصلی مشخص شوند که نقش اساسی در آثار روان‌شناختی موضوع دارند و بقیه موارد، در دل آنها قرار گیرند و با آنها تفسیر شوند. در مرحله سوم پس از طبقه‌بندی متون کارکردی و استخراج کارکردهای اصلی اخلاص، اطلاعاتی که در تبیین کارکرد روان‌شناختی اخلاص نقش دارند، شناسایی و استخراج شوند و در نهایت با استفاده از متون دینی و روان‌شناختی، کارکرد روان‌شناختی اخلاص تبیین گردد.

## یافته‌های پژوهش

از بررسی منابع اسلامی در باب کارکردهای روان‌شناختی اخلاص در مجموع سیزده کارکرد روان‌شناختی برای اخلاص به دست آمد که در سه حوزه اصلی کارکرد انگیزشی اخلاص، کارکرد اجتماعی اخلاص و کارکرد بهداشت روانی اخلاص، طبقه‌بندی گردید. در حقیقت این سیزده کارکرد به دست آمده، در دل این سه حوزه کارکردی قرار گرفته و با آنها تفسیر می‌شوند. که در این بخش به تبیین و بررسی این کارکردها پرداخته می‌شود:

### اخلاص و انگیزش رفتار

اخلاص صفت نیت است و نیت با انگیزه رفتار ارتباط دارد. از همین رو در تعریف نیت بیان کرده‌اند که نیت عبارت است از قصد و اراده‌ای که انسان را به کاری تحریک می‌کند (مشکینی، ۱۳۷۴، ص ۵۳). در روایات نیز به کارکرد انگیزشی نیت اشاره شده است. هم‌چنان‌که امیرالمؤمنین علی علیه السلام در روایتی می‌فرمایند: اعمال ثمره و نتیجه نیت افراد است (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۶۲). تعبیرهای مربوط به انگیزه و نیت این موضوع را تداعی می‌کند که این دو اصطلاح مترادف هستند (دیلمی، آذربایجانی، ۱۳۸۰، ص ۴۳).

اخلاص در نیت، اساساً یک موضوع انگیزشی است. آیا افراد برای رضای خدا و با نیت تقرب به او رفتارهای خود را به وجود می‌آورند، یا اینکه رفتار آنان واکنشی به خواست‌ها و مقاصد شخصی و محبوب شدن نزد دیگران است؟ (شجاعی، ۱۳۹۵، ص ۱۶۹). روایات زیادی در مورد اهمیت اخلاص و نقش انگیزشی آن در متون اسلامی وارد شده است که به عنوان مثال، رسول خدا صلی الله علیه و آله می‌فرمایند: «ای مردم، هدف و انگیزه‌ای که مردمان را به کاری وا می‌دارد، یکی از این دو است: یا خداست، که در این صورت، آن کار، مصداق حق، هدایت، رشد، عاقبت نیک و حسنه است، یا شیطان است که در این صورت، آن کار، باطل، گمراهی، نادانی، امور دنیایی و گناه محسوب می‌شود (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۶، ص ۲۱۰).

### ۱. اخلاص به عنوان انگیزش درونی

انگیزش درونی به نوعی از انگیزش اشاره دارد که فرد را به انجام فعالیتی در غیاب پاداش و یا کنترل هدایت می‌کند، تنها برای لذت و رضایتی که همراه آن فعالیت است انجام می‌گیرد و شخص از فرایند کار لذت می‌برد (deci & ryan، ۱۹۸۵). اخلاص هم از این جهت که انسان فعالیتش را از هرگونه پاداشی پاک می‌گرداند، و فقط به انگیزه رضای پروردگار انجام می‌دهد

با انگیزش درونی مرتبط است. هم‌چنان‌که در روایتی امام صادق علیه السلام می‌فرماید: اخلاص این است که انسان عملش را از هر پاداشی سوای رضای پروردگار خالص سازد (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۲، ص ۱۶). در مورد اینکه اخلاص با انگیزه رفتن به بهشت و یا ترس از جهنم با انگیزش درونی سازگار است یا نه، در میان علما اختلاف است که بعضی از علما اعتقاد دارند که انگیزه رفتن به بهشت و ترس از جهنم با اخلاص منافات دارد و برخی نیز معتقدند که این دو انگیزه نیز اخلاص محسوب می‌شود لکن از مراتب پایین اخلاص است (بطحایی گلپایگانی، ۱۳۹۲). اما بنابر قول کسانی که معتقدند انگیزه پاداش بهشت و دوری از جهنم نیز اخلاص است این سوال پیش می‌آید که چگونه با انگیزش درونی بودن اخلاص یعنی تحصیل رضای پروردگار، سازگار است؟ مصباح یزدی (۱۳۷۲، ص ۹۶) در پاسخ به این پرسش بیان می‌دارد که: رضایت خداوند مراتبی دارد و انسان‌ها به طرق گوناگون در پی تحصیل آن هستند، و انجام عمل به امید رسیدن به بهشت و دوری از جهنم نیز به رضایت پروردگار بازگشت دارد.

## ۲. اخلاص به عنوان انگیزش مثبت

به‌طورکلی از نظر اسلام انگیزه‌هایی که باید در وجود افراد ایجاد و تقویت و ارضا شوند، مثبت تلقی می‌شوند (کاویانی ارانی، ۱۳۹۲)؛ یکی از آن انگیزه‌ها اخلاص است که در متون دینی به ایجاد این نوع انگیزه در اعمال و رفتار، و تشویق بندگان به انجام کارها برای کسب رضای الهی و رسیدن به لقاءالله، تأکید فراوانی شده و با فضیلت‌ترین عمل، عمل همراه با اخلاص محسوب می‌شود (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۱۱۸). در حقیقت شخص مخلص هدفی جز رضای الهی و لقای پروردگار را ندارد و برای اینکه به این هدف برسد، تمام کارهایش را با اخلاص انجام می‌دهد این اخلاص و انگیزه مثبت، موجب افزایش شوق و ازدیاد ایمان و انرژی روانی او برای رسیدن به هدفش می‌گردد (کاویانی ارانی، ۱۳۹۲). چنان‌که قرآن کریم راه رسیدن به لقای الهی و کسب رضایت خداوند را انجام اعمالی می‌داند که مورد رضایت خداوند باشد به شرط اخلاص و دوری از شرک (کهف: ۱۱۰).

## ۳. اخلاص به عنوان انگیزش معنوی

اخلاص همان‌طور که سابقاً گذشت، این است که رفتار انسان فقط به انگیزه و نیت خدایی انجام گرفته و در نیت او اهداف و مقاصد دیگری لحاظ نشود. از این‌رو که اخلاص جهت‌گیری

معنوی انگیزه‌ها را نشان می‌دهد، انگیزش معنوی محسوب می‌شود. علت اینکه انگیزه یا رفتار انسان به «معنوی» توصیف می‌شود، رابطه آن با خداست. از نظر اسلام یاد خدا و توجه به او اصالت دارد و هر چیز دیگری در ارتباط با او ارزش پیدا می‌کند. از این جهت، انگیزه معنوی در سایه توجه به خدا حاصل می‌شود و اگر این ویژگی در همه اعمال و رفتار انسان نفوذ پیدا کند، آن اعمال ارزش معنوی می‌یابند (شجاعی، ۱۳۹۵، ص ۱۶۵).

از آنجا که اخلاص بالاترین ارزش را بر آنچه که مورد رضایت خداست قرار می‌دهد، می‌تواند به صورت یک فراسیستم عمل نموده و انگیزه‌های سطوح پایین‌تر را تحت پوشش خود قرار دهد. اشخاص با اخلاص به دیگران و اهداف و انگیزه‌های دیگر به عنوان انگیزه‌های فرعی بها می‌دهند. بنابراین یک رفتار ممکن است چند انگیزه طولی داشته باشد؛ در این صورت آنچه به این کار بها می‌دهد و ارزش آن را تعیین می‌کند، همان انگیزه اصلی است. بخش قابل توجهی از آموزه‌های دینی هم مربوط به این است، تا جهت‌گیری رفتارهای عادی افراد از قبیل خوردن، آشامیدن، خواب، تفریح، صحبت کردن و ارتباط و تعامل با دیگران را به سمت خدا توجیه نماید (همان). هم‌چنان که حضرت علی علیه السلام در این باره می‌فرمایند: عمل و علم و حب و بغض و گرفتن و ترک کردن و صحبت کردن و سکوت کردن را برای خداوند متعال انجام دهید (آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۱۴۱). در این صورت همه رفتارها و عملکردهای فرد رنگ و بوی خدا گرفته و تحت تأثیر انگیزه معنوی اخلاص قرار می‌گیرند.

در حقیقت تأکید خداوند بر اخلاص، بدین جهت است که انسان بنده خداست و برای بندگی و عبادت خداوند آفریده شده است. از این رو، باید در هر رفتاری که انجام می‌دهد، رضایت الهی را در نظر داشته باشد. تنها در این صورت، می‌توان گفت انگیزه او انگیزه معنوی است (شجاعی، ۱۳۹۵، ص ۱۶۹).

## اخلاص و کارکرد اجتماعی آن

### دوستی

برقراری ارتباط دوستی با دیگران، یکی از رفتارهای اجتماعی است که اغلب انسان‌ها در دوران زندگی اجتماعی خویش آن را یاد می‌گیرند و تجربه می‌کنند. انسان در ارتباط با خود کاملاً صادق و روراست است؛ انتظاری هم که از رابطه‌های دوستانه با دیگران دارد، همین صداقت و خلوص می‌باشد و از این نظر، دوست را «صدیق» می‌نامند (شکری‌نیا، حسینی‌زاده، ۱۳۹۴).

بر اساس آموزه‌های دینی، در حقیقت، محور اصلی دوستی دو یا چند نفر در جامعه اسلامی، اخلاص است. اگر محور دوستی خدا بود، دوستان با هم متحد می‌شوند و علاوه بر حمایت از یکدیگر در تأمین نیازهای مادی، حرکت یکدیگر در مسیر کمال را موجب می‌شوند، ولی اگر محور دوستی، تنها منافع مادی شد، خودخواهی بروز می‌کند و ریشه اختلاف و سقوط انسانیت در همین خودخواهی است (همان). از دیدگاه قرآن کریم، چنین رفاقت‌هایی در آخرت به دشمنی تبدیل می‌شود (زخرف: ۶۷). امام صادق علیه السلام در روایتی می‌فرماید: آگاه باشید! هر دوستی و رفاقتی که در دنیا بر پایه غیر خدا بنا شود، در قیامت، تبدیل به دشمنی می‌شود (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۶۶، ص ۲۳۷). قیامت تجلی حقیقت امور است و حقیقت رفاقت بر اساس منافع دنیوی، چیزی جز دشمنی و خصومت نیست. آنچه در این نوع رفاقت‌ها مطرح است سودبری است؛ تا وقتی که از رفیق سود برده شود، رفاقت پابرجاست. اما بسیار، اتفاق می‌افتد که در دوستی‌های دنیوی، منافع طرفین در تراحم قرار می‌گیرد؛ زیرا اصولاً دنیا چون محدود است، دار تراحم است. امیرمؤمنان علی علیه السلام در این زمینه می‌فرماید: دوستی برادرانی که به خاطر دنیا دوست شده‌اند با کمترین تعارضی از بین می‌رود؛ ولی دوستی کسانی که به خاطر خدا دوست هستند ادامه پیدا می‌کند (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۷۰۸)؛ چرا که رفاقتی که بر محور اخلاص به وجود آید پس آن رفاقت از بین رفتنی نیست. چون عامل آن دوستی، یعنی خدا، دائمی است.

بر طبق روایات، اخلاص یکی از شاخص‌های اصلی روابط مثبت در تعامل اجتماعی است. به همین جهت در روایات به خالص‌سازی دوستی در روابط میان فردی توصیه شده است. برای مثال، امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرماید: با دشمنت مدارا کن و برای دوستت خالص شو (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰، ص ۸۱۸). مجموعه این روایات بیانگر آن است که اساس رفاقت‌ها باید «لله و فی الله» باشد. اگر دوستی‌ها بر این اساس شکل بگیرد، ضمن آن که تداوم آنها تضمین می‌گردد، در نیل انسان به سوی سعادت ابدی که همان جلب رضایت خداوند و قرب الی الله است، نیز تأثیر قابل توجهی خواهد داشت.

### کارکرد رابطه دوستی مخلصانه

#### اخلاص عامل بروز رفتار حمایتی

یکی از کارکردهای دوستی‌های مخلصانه رفتار حمایتی است. بارون و همکاران (۲۰۰۶) رفتار حمایتی را به رفتاری که به قصد کمک کردن به دیگران، صرفاً به خاطر نوع دوستی و نه



به منظور رسیدن به منفعت خاصی انجام می‌شود، تعریف کرده‌اند (به نقل از آذربایجانی، شجاعی، ۱۳۹۳، ص ۱۹۷).

بر طبق روایات، خیررسانی و کمک به دیگران یکی از شاخص‌های اصلی انسان مخلص در تعامل اجتماعی است. به همین جهت در روایتی از پیامبر ﷺ، یکی از ویژگی‌ها و علامات شخص مخلص خیررسانی او به دیگران معرفی شده است (ابن شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۲۱). این تکلیفی است که تشکیل رابطه دوستانه بر گردن انسان خواهد گذاشت؛ چنان‌که در روایتی امیرمؤمنان علی علیه السلام می‌فرماید: هرگاه بذر دوستی روئید، کمک رساندن به یکدیگر و پشتیبانی از یکدیگر واجب می‌گردد (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۲۹۰).

### اخلاص عامل تقویت و تداوم دوستی

تأمل در روایات، این نکته را روشن می‌سازد که، انگیزه انتخاب دوست، رابطه مستقیمی با تداوم دوستی دارد. شرط اصلی تداوم رابطه دوستی، همان‌گونه که پیش‌تر گفته شد، این است که اساس رابطه بر انگیزه اخلاص و رضایت الهی شکل بگیرد. از این رو، هرگونه روابطی که بر مبنای سود مادی و مطامع دنیوی شکل بگیرد، تعهدی در بقای آن نخواهد بود و چه بسا که به دشمنی‌های ریشه‌دار تبدیل گردد (شکری‌نیا، حسینی زاده، ۱۳۹۴). بدین جهت در روایات یکی از عوامل حفظ دوستی و برادری، اخلاص در دوستی بیان شده است (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰، ص ۸۱۸). و یا آنجایی که در روایت بیان می‌شود که بنای دوستی و برادری در راه خدا بر چند چیز است که یکی از آن‌ها اخلاص در محبت است (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ۱۹۹).

### اخلاص و محبوبیت اجتماعی

نیاز و میل به محبوبیت یک نیاز طبیعی است. چرا که همه ما دوست داریم مورد احترام و علاقه دیگران باشیم (ایمانی، ۱۳۹۲).

از ویژگی‌های بارز افراد مومن و با تقوا این است که خداوند محبت آنها را در دل مردم، به ویژه مؤمنین قرار می‌دهد و آنها را محبوب و دوست داشتنی می‌گرداند. چنان‌که قرآن کریم می‌فرماید: «إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَيَجْعَلُ لَهُمُ الرَّحْمَنُ وُدًّا» (مریم: ۹۶) به یقین کسانی که ایمان آورده و کارهای شایسته انجام داده‌اند به زودی خداوند رحمان محبتی برای آنان [در دل‌ها] قرار می‌دهد. از سوی دیگر ایمان و تقوا میسر نیست مگر به اخلاص یعنی تا وقتی که

اعمال انسان رنگ و بوی خدا را نگیرد تقوا حاصل نمی‌شود؛ چراکه، آنچه قطعاً پسندیده است و آنچه هر خوبی را دربردارد، این است که انسان به واسطه گفتنش، به واسطه عمل نمودنش و به واسطه فکرش خدا را راضی کند. وقتی که خدا از دست کسی راضی شود، همه از دست او راضی می‌شوند (مظاهری، ۱۳۷۷، ص ۱۲۰). در روایتی امام صادق علیه السلام می‌فرماید: اگر در مقابل دوست و دشمن عزت می‌خواهی کاری کن که خدا از تو راضی باشد (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۶، ص ۱۷۸). از سوی دیگر، چنین شخصی که به دنبال رضایت خداوند است خیرخواه دیگران است که در روایات نیز یکی از علامات شخص مخلص، همین خیرخواهی نسبت به دیگران، شمرده شده است. بدیهی است که پس از روشن شدن حقیقت امر چنین خیرخواهی موجبات محبوبیت اجتماعی را فراهم می‌کند (رحیمی، ۱۳۸۷). هم‌چنان که در روایات هم به این مطلب اشاره شده است که کسی که نیتش نیکی و خیرخواهی باشد دوستی با چنین شخصی واجب می‌شود (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۴۶۵).

## اخلاص و بهداشت روانی

### اخلاص و امنیت روانی

یکی از کارکردهای روان‌شناختی اخلاص ایجاد امنیت روانی در انسان است. قرآن کریم در این باره می‌فرماید: «بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ» (بقره: ۱۱۲)، کسی که خود را تسلیم محض خدا می‌کند، از هیچ چیزی نمی‌هراسد و هرگز دچار ترس و اندوه نمی‌گردد». در آیه‌ای دیگر می‌خوانیم: «الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ» (انعام: ۸۲) کسانی که ایمان آوردند، ایمان خود را با ظلم نپوشاندند، برای آنها ایمنی خواهد بود و آنها هدایت یافتگانند». به بیان دیگر ایمان خالص، امنیت می‌آورد و ایمان ناخالص، دلهره و اضطراب در پی دارد.

امنیت روانی عبارت است از احساس اطمینان، پشت‌گرمی، عدم خطر و آزادی از ترس، رعب، وحشت یا اضطراب، همراه با توجه و تأمین نیازهای شخصی (اولیه) حال و آینده (ربر، ۱۹۹۵، به نقل از حسنی، ۱۳۹۰، ص ۱۱).

مهم‌ترین و اصیل‌ترین عامل ایجاد ناامنی روانی از دیدگاه آیات و روایات، از خود بیگانگی و در نتیجه از خدا بیگانگی انسان است که تضاد درونی در انسان ایجاد کرده و اضطراب و نگرانی ره‌آورد تضاد درونی انسان است؛ چراکه انسان به صورت فطری خداجوست. قرآن کریم می‌فرماید: «فَأَقْمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا» (روم: ۳۲) پس

روی خود را متوجه آئین خالص پروردگار کن این فطرتی است که خداوند، انسان‌ها را بر آن آفریده است» فردی که ریاکار است و کارهایش را برای غیر خدا انجام می‌دهد، در حقیقت بر اساس آموزه‌های اسلامی دچار نوعی شرک می‌شود که به تبع آن از فطرت خداجویی فاصله می‌گیرد. چنین شخصی، چون بر خلاف گرایش‌های درونی و فطری خویش رفتار می‌کند در نتیجه مبتلا به تضاد درونی می‌شود. تضاد و کشمکش درونی امنیت روانی فرد را به چالش کشیده و آرامش روانی را از وی سلب می‌کند (حسینی‌زاده، ۱۳۸۲، ص ۱۲۹-۱۲۷). هیچ پدیده روحی‌ای نمی‌تواند مانند اخلاص زندگی پرفراز و نشیب و پراضطراب انسان را تنظیم و تعدیل ساخته، موجب آرامش خاطر شود. علت پیدایی آرامش خاطر از طریق اخلاص این است که روح انسان مخلص هنگامی که به حقیقت والای اخلاص می‌رسد، در واقع گمشده‌اش را باز می‌یابد و خود را در مسیر مقصد متعالی می‌بیند و از آن پس، تاریکی‌ها از فراروی او کنار می‌روند و به هر سوی می‌نگرد روشنایی‌ها را می‌بیند (مصباح یزدی، ۱۳۸۷). شخص با اخلاص چون می‌داند که خداوند امور او را کفایت می‌کند هرگز دچار نگرانی و اضطراب نمی‌گردد هم‌چنان که رسول اکرم صلی الله علیه و آله در روایتی از قول خداوند متعال می‌فرماید هرگاه دل بنده‌ام را بنگرم و دریابم که از روی اخلاص و برای خشنودی من طاعت‌م را به جا می‌آورد، تدبیر او را خود به عهده می‌گیرم (امام جعفر صادق علیه السلام، ۱۴۰۰، ۹۲).

### اخلاص و امیدواری

یکی از کارکردهای روان‌شناختی اخلاص بر اساس آموزه‌های دینی، امیدبخشی است. در روایتی امیرالمؤمنین علی علیه السلام صراحتاً به کارکرد امیدبخشی اخلاص اشاره کرده و بیان می‌دارد، کسی که اخلاص داشته باشد امید داشته شده را از دست ندهد و به امیدش خواهد رسید (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۴۴۳). امید، همان چیزی است که افراد را قادر می‌سازد تا ارزش‌هایشان را تعیین کنند و هدف‌هایشان را بشناسند و خودشان را در جهت رسیدن به هدف‌هایشان سوق دهند (اشنایدر، ۲۰۰۲، به نقل از شریانی، نام‌آور، ۱۳۹۵). امید هنگامی نیرومند است که هدف‌های ارزشمندی را در بر بگیرد و با داشتن موانع چالش‌انگیز ولی نه برطرف نشدنی، احتمال دستیابی به آن‌ها در میان مدت وجود داشته باشد (کار، ۱۳۸۷، ص ۱۸۱).

ازجمله آثار نیک مذهب کاهش بیماری‌ها، افزایش سطح سازگاری و افزایش امیدواری در انسان است (رسولی شریانی، نام‌آور، ۱۳۹۵).

در روایات به نقش اخلاص در ایجاد امید به خداوند و ناامیدی از غیر خدا اشاره شده است. هم‌چنان‌که در روایتی حضرت اولین گام اخلاص را ناامیدی از مردم معرفی می‌کند (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۱۲۴). و در جایی دیگر بیان می‌شود که عمل خالص آن است که انسان در آن جز به پروردگارش امیدوار نباشد (همان، ص ۶۵). شخص مخلص چون هدف با ارزش کسب رضایت خداوند را دنبال می‌کند، لذا از امید نیرومندی برخوردار است چرا که اخلاص و ارتباط با قدرت بیکران به فرد این اطمینان را می‌دهد که نیروی قوی همیشه او را حمایت می‌کند. این افراد حوادث را با تکیه بر ایمان و اعتقاد خود راحت‌تر می‌گذرانند، کمتر دستخوش استرس و اضطراب می‌شوند و در نتیجه تصور این افراد از آینده امیدوارانه‌تر و خوش‌بینانه‌تر است (عسگری و همکاران، ۱۳۹۰، به نقل از شریانی، نام‌آور، ۱۳۹۵).

### اخلاص و حرمت خود

اعتقادات و باورهای دینی با تدارک زمینه‌ای که در آن فرد خودش را هدفمند، با ارزش و شایسته و کارآمد تصور می‌کند «حرمت خود» نسبتاً پایداری را ایجاد می‌نماید (شجاعی، ۱۳۸۲، ص ۸). حرمت خود به منزله مجموعه بازخوردها و عقایدی است که افراد در روابط خویش با دنیای بیرونی ابراز می‌کنند. باور به موفقیت شخصی، بسیج خویشتن با توجه به هدف تعیین‌شده، تأثیر پذیری کم و بیش عمیق از یک شکست، و بهبود بخشیدن به کارآمدی خود با استفاده از تجربیات گذشته، به منزله بازخوردهایی هستند که رابطه مستقیمی با حرمت خود دارند. به عبارت دیگر، حرمت خود، شامل یک حالت روانی است که فرد را آماده می‌سازد تا به انتظار موفقیت، پذیرش آن و تعیین‌کننده‌های شخصی واکنش نشان دهد. در نتیجه، حرمت خود به منزله بیان تأیید یا عدم تأیید فرد از خویش است (شجاع کاظمی، ۱۳۸۳).

بهرامی (۱۳۸۱) در یافته‌های پژوهش خود بیان می‌کند که بین جهت‌گیری مذهبی و حرمت خود رابطه‌ای مثبت برقرار است و مذهب قادر است تا نقشی درون روانی در تأمین سلامتی ایفا کند. میتون (۱۹۸۹، به نقل از بهرامی، ۱۳۸۱) در گزارش پژوهشی خود نشان داده است که حمایت معنوی ناشی از احساس ارتباط با خدا به صورت مثبتی بر حرمت خود اثر می‌گذارد.

در آموزه‌های دینی کسانی که از شهوات و لذات زودگذر دنیا چشم‌پوشی می‌کنند صاحب کرامت نفس هستند و در مقابل کسانی که دچار شهوات و آلودگی‌های دنیایی می‌شوند

از کرامت نفس محرومند (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۴۳۷) و بر طبق روایات کرامت نفس و دوری از آلودگی‌ها کمترین اثر اخلاص در دنیاست (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۶۷، ص ۲۴۵) هم‌چنان‌که در روایتی امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرمایند که شخصی که اخلاص داشته باشد از پستی و ذلت دور می‌ماند (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰، ص ۶۱۶). ورام (۱۳۶۹، ص ۳۵۸) در این زمینه بیان می‌دارد: «پس آن‌که تمام توجّه قلبیش را متوجه خدا می‌کند و اخلاص پیشه می‌کند، در حقیقت خود را از ذلت ریاکاری نجات داده چراکه شخص ریاکار به خاطر ذلتی که از درون احساس می‌کند چشم طمع به مردم دارد و هر کس چشم طمع به مردم بدارد، از خواری و ذلت برکنار نماند، و اگر به مقصود خود نیز برسد از منت و حقارت به دور نخواهد بود، پس چگونه آدم عاقل آنچه را نزد خدا است در برابر امیدی واهی و خیالی فاسد از دست می‌دهد که گاهی ممکن است برسد و یا نرسد! و هنگامی هم که برسد، لذتش به رنج منت و ذلتش نمی‌ارزد».

«در قرآن صدقات و رفتار حمایتی که از سر اخلاص و راستی باشد موجب تقویت جان و استواری روح دانسته شده است، شاید بتوان گفت تمرینی برای اعتماد به نفس و ارتقای حرمت خود است؛ یعنی کار خود را آن قدر ارزشمند می‌بیند که بهای آن را جز از خدا نمی‌خواهد و دانستن دیگران را اهمیتی نمی‌دهد و (تمثیل حال کسانی که اموالشان را به خاطر رضای خدا و تقویت جان و تثبیت ایمان خویش می‌بخشند چنان است که باغی در زمینی بلند باشد و باران تندی بر آن ببارد آن باغ میوه‌های خود را دوچندان عرضه کند یا اگر باران تند نیارد باران لطیف ملایم نیز آن را کافی است و خداوند به آنچه می‌کنید آگاه است)» (آذربایجانی، شجاعی، ۱۳۹۳، ص ۲۰۲).

### اخلاص و سخت‌روی

آموزه‌های دینی اخلاص شامل بیاناتی است که محتوای آنها به شیوه‌های گوناگون، به کارکرد اخلاص برای کنار آمدن با بحران‌ها و مقاومت در برابر استرس‌های زندگی (سخت‌روی) اشاره دارد. به عنوان مثال، امام صادق علیه السلام نقش اخلاص را در سخت‌روی افراد این‌گونه بیان می‌کنند: شخص مخلص کسی است که اعمالش به درگاه الهی قبول واقع شده و خداوند از او راضی باشد، و کسی که اعمالش مورد قبول خدا نبوده، مخلص نیست، گرچه اعمالش زیاد باشد و علامت قبولی عمل (اخلاص) استقامت است (جعفر بن محمد علیه السلام، ۱۴۰۰، ص ۳۶).

سخت‌رویی به‌عنوان مجموعه‌ای متشکل از ویژگی‌های شخصیتی است که در رویارویی با حوادث فشارزای زندگی به‌عنوان منبعی از مقاومت، همانند سپری محافظ عمل می‌کند و افراد واجد آن می‌توانند به‌گونه‌ای کارآمد با مشکلات و فشارهای زندگی مقابله کنند (کوباسا، ۱۹۷۹، به‌نقل از حقیقی، عطاری، رحیمی و سلیمانی‌نیا، ۱۳۷۸) این مفهوم که با واژه‌هایی مانند استقامت، تهور، جسارت، بی‌پروایی و شهامت، وجه مشترک دارد نوعی سبک شخصیتی است که مجموعه‌ای از صفات‌های روانی را در بر می‌گیرد (جمهری، ۱۳۸۰). شخص مخلص، چون به‌دنبال کسب رضایت خداوند است، به‌دنبال هر کاری است که رضایت خدا را در پی داشته باشد، هرچند که سختی و مشقت بیشتری داشته و سخت‌رویی بیشتری را بطلبد، چنان‌که در احوالات امیرالمؤمنین علیه‌السلام وارد شده است که هیچ‌گاه میان دو کار که هر دو موجب رضایت پروردگارانند، قرار نگرفت، مگر آن‌که دشوارترین آن دو بر بدنش را انتخاب نمود (کلینی، ۱۴۰۷، ص ۱۳۰).

انسان با اخلاص در راه رسیدن به خشنودی خدا همه سختی‌ها را تحمل کرده و از هیچ تلاشی فروگذار نیست، تا حدی که حاضر است جانش را هم در راه هدفش فدا کند؛ چنان‌که روایت امام صادق علیه‌السلام به این مطلب این‌گونه اشاره می‌کند: شخص با اخلاص روح و جان خود را در آتش عشق حق ذوب نموده و در طریق معرفت و شناخت حق و پیگرد عملی دل و جان را نثار می‌نماید و اگر انسان به‌چنین مقامی رسید همه چیز را به‌دست آورده ولی اگر این استقامت عملی و این شعور و بینش علمی را به‌دست نیاورد همه چیز را از دست داده و همین است معنای حقیقی توحید کامل که از هر نقصی منزّه و پیراسته است (جعفر بن محمد علیه‌السلام، ۱۴۰۰، ص ۳۶).

### اخلاص و دوری از اهمال‌کاری

یکی از عوامل دوری از تعلل و اهمال‌کاری در کارها، مربوط به نوع انگیزه و هدفی است که فرد در کارهایش انتخاب می‌کند. بدیهی است کسانی که در زندگی خود انگیزه و اهداف مناسبی را در نظر می‌گیرند موفقیت بیشتری را تجربه خواهند کرد (بیابان‌گرد، ۱۹۹۷؛ به‌نقل از لامعی، سپهری، آقا محمدیان شعرباف، ۱۳۹۳). اهمال‌کاری این است که کاری را که تصمیم به اجرای آن داریم به آینده موکول کنیم. در یک کلمه می‌توان گفت: جوهره این آسیب روانی به تعویق انداختن، تعلل ورزیدن، سبک گرفتن و سهل‌انگاری در کار است (آقا تهرانی، ۱۳۸۲).

در نگاه اهل بیت علیهم‌السلام، تنها هدفی که دارای ارزش ذاتی و اصیل است و همه اهداف میانی باید در مسیر رسیدن به آن اتخاذ شوند، اخلاص و جلب رضایت خداوند است که انسان را از تنبلی و اهمال‌کاری دور می‌کند (کریمی، ۱۳۹۳). در آموزه‌های دینی، به‌طور کلی، پذیرفته شده است که اخلاص در دوری از اهمال‌کاری و تنبلی انسان، نقش مهمی دارد. به‌عنوان مثال یکی از علامات کسانی که دچار ریا شده‌اند و اخلاص ندارند این است که، وقتی تنها شد، دچار اهمال‌کاری و تنبلی در کارها می‌شود (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۲، ص ۲۹۵) یا آنجایی که حضرت می‌فرماید: اگر هوی و هوس از بین برود شخص غیر مخلص از عملش باز می‌ماند (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۶۵). بنابراین، شخص مخلص، بدین جهت که کارهایش را فقط به انگیزه رضای الهی انجام می‌دهد و خودش را همیشه در محضر پروردگار می‌بیند، لذا برای او دیدن یا ندیدن مردم فرقی ندارد و حتی در خلوت‌ها نیز در عملش سست نشده و دچار اهمال‌کاری در کارهایش نمی‌شود.

### اخلاص و رضامندی

رضامندی یکی از کارکردهای روان‌شناختی اخلاص است. ارتباط شخص مخلص با خداوند متعال رابطه‌ای بر اساس محبت است و جذب به این عشق و محبت به انسان، رضایت خاطر و ایمنی از حزن و اندوه می‌بخشد تا جایی که مشمول خطاب رضایت‌آمیز الهی می‌گردد: «رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ» (مائده: ۱۱۹)، هم خدا از آن‌ها راضی است و هم آن‌ها از خداوند راضی‌اند. رضامندی به احساس خوشی برآمده از آگاهی به یک وضعیت که با ارضای تمایلات خاص پیوند خورده، تعریف شده است (عادل و همکاران، ۱۳۸۹، به نقل از پسندیده، گلزاری و براتی، ۱۳۹۱). پیکاک و پولوما (۲۰۰۰م) دریافتند که احساس نزدیکی به خدا، بزرگترین و تنها پیش‌بینی‌کننده رضایت از زندگی در همه سنین است (به نقل از پرپوچی، احمدی، سهرابی، ۱۳۹۲).

در آموزه‌های دینی به نقش اخلاص در ایجاد رضامندی اشاره شده است آنجا که در روایتی پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم از جبرئیل در مورد تفسیر اخلاص سوال می‌کند و جبرئیل بیان می‌دارد که: مخلص، کسی است که از مردم چیزی طلب نمی‌کند، تا آنکه خودش آن را بیابد و وقتی که یافت، بدان راضی است و اگر نزدش چیزی اضافه آمد، در راه خدا می‌دهد. درخواست نکردن او از دیگران، خود اقراری است به بندگی خدا و وقتی چیزی یافت، بدان راضی می‌شود [از کم یا زیادش شکایت نمی‌کند]. هم او از خدا راضی است، هم خدا از او (ابن بابویه، ۱۴۰۳ق،

ص ۲۶۱). در حقیقت شخص مخلص با کسب رضایت خداوند، گویا همه چیز را به دست آورده اما اگر عامل اخلاص پیدا نکرد مانند این است که چیزی درک نکرده و همه را از دست داده است (مجلسی، عطاردی قوچانی، ۱۳۷۸، ج ۲، ص ۱۷) و همین امر سبب ایجاد احساسی در انسان می‌شود که همراه با رضایت است و از زندگی‌اش لذت می‌برد چون به مقصد و هدفش رسیده است. رضایت انسان مخلص از خدا در حقیقت همان رضایت داشتن از تقدیرات خداست و کسی که نسبت به تقدیرات باور خیری داشته باشد، از دیدگاه اسلام رضامند است (پسندیده، گلزاری، براتی، ۱۳۹۱).

### اخلاص و خودمهارگری

اخلاص نیروی کنترل‌کننده‌ای است که توان نظم‌دهی و مدیریت خود را به انسان می‌دهد. در آموزه‌های دین اسلام به مسئله اخلاص و خودمهارگری در عرصه‌های مختلف فردی و اجتماعی تأکید شده است. به عنوان مثال پیامبر ﷺ در روایتی تمام اخلاص را به اجتناب از حریم‌های الهی می‌داند (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۵، ص ۹۱). و یا در جایی دیگر پیامبر ﷺ می‌فرماید که از علامت‌های شخص با اخلاص این است که، شرش را از دیگران باز می‌دارد و خیرش را به دیگران می‌رساند (ابن شعبه حرانی، ۱۴۰۴، ص ۲۱). امام صادق علیه السلام می‌فرماید که اخلاص انسان را از ارتکاب به حرام الهی باز می‌دارد (ابن بابویه، ۱۴۰۳، ص ۳۷۰) و در جایی دیگر حضرت علیه السلام اشاره می‌کنند به اینکه اخلاص فضایل اعمال را جمع می‌کند (جعفرین محمد علیه السلام، ۱۴۰۰، ص ۳۷). یا در روایتی حضرت علیه السلام تصریح می‌کنند به اینکه اخلاص انسان را از زشتی‌ها دور می‌کند (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۱۹۸).

جیبر و بامیستر (۲۰۰۵) خود مهارگری را یک توانایی روان‌شناختی جهت رساندن رفتار انسان به مرز قواعد و معیارهای معنادار می‌دانند و معتقدند جوامع بشری، یک سری قواعد اخلاقی دارند که اعمال و رفتار معینی را به عنوان درست یا غلط مشخص می‌نماید (به نقل از رفیعی هنر، ۱۳۹۰، ص ۲ و ۳).

آنچه که در اخلاص سبب کنترل تکانه و تمایلات نفسانی می‌شود توجه به خداست. به این معنی که، هروقت می‌خواهیم سخنی بگوییم و یا دست به کاری بزنیم، اول اندیشه کنیم که آیا خداوندی که همه‌کاره من، مالک هستی و عادل است، از رفتار من راضی است؟ (ایزدی، ۱۳۸۴، ص ۱۴۸) و وقتی که انسان به دنبال کسب رضای الهی حرکت کرد یقیناً از هر چه که مورد رضایت او نیست پرهیز کرده و آنچه که مورد رضای اوست را به دست



می‌آورد. لذا اولاً به عبادت خدا می‌پردازد و ثانیاً از آنچه که می‌کند و آنچه که نمی‌کند جز روی خدا و توجه به او چیز دیگر در نظر ندارد (طباطبایی، ۱۳۷۴)، بدین جهت اخلاص در انسان خودمهارگری ایجاد می‌کند و او را از زشتی‌ها دور و به سمت نیکی سوق می‌دهد.

### اخلاص و یقین‌زایی

عوامل مختلفی در ایجاد یقین در انسان‌ها نقش دارند که طبق آموزه‌های اسلامی، یکی از آن عوامل اخلاص است. در زبان قرآن و روایات، یقین حقیقی، اخلاص است. امام علی علیه السلام در این باره می‌فرماید: اخلاص عمل، همان یقین است (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۴، ص ۲۹۱). یقین علم ثابت و استواری است که هیچ‌گونه شک و شائبه‌ای در آن راه ندارد (حسینی سرشت، ۱۳۸۷). این ویژگی برای مخلصان نیز ثابت است. در روایتی حضرت علیه السلام به همین ویژگی اشاره می‌کند که انسان مخلص به خاطر یقینی که دارد، دچار شک و شبهه نمی‌گردد (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۴۷۶).

و وقتی اخلاص به دست آمد، به تعبیر (جوادی آملی) «هر چه بر اخلاص افزوده شود علم و یقین ویژه بیشتر عطا می‌شود، چنان‌که حضرت ابراهیم علیه السلام در پرتو همین اخلاص، ملکوت آسمان‌ها و زمین را مشاهده کرد و به مقام صاحبان یقین رسید «وَكَذَلِكَ نُرِي اِبْرَاهِيْمَ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ وَ الْاَرْضِ وَ لِيَكُوْنَ مِنَ الْمُتَّقِيْنَ (انعام: ۷۵) و این‌گونه، ملکوت آسمان‌ها و زمین را به ابراهیم نمایانندیم تا از جمله یقین‌کنندگان باشد» (جوادی آملی، ۱۳۸۷، ج ۵، ص ۵۴).

### بحث و نتیجه‌گیری

محور اصلی پژوهش حاضر، شناسایی کارکردهای روان‌شناختی اخلاص بر اساس منابع اسلامی بود. البته نظریات مربوط به کارکردهای روان‌شناختی اخلاص در علوم مختلف از جمله اخلاق و تفسیر و روان‌شناسی نیز مورد توجه قرار گرفت که نتایج بررسی‌ها حاکی از همسویی متون دینی با نظریات علوم مختلف بود.

کارکردهای به‌دست آمده از اخلاص در منابع اسلامی، در سه حوزه کارکردهای انگیزشی، کارکردهای اجتماعی و کارکردهای بهداشت روانی اخلاص قرار گرفت. که در ادامه به بحث و بررسی هر بخش اشاره می‌گردد.

اولین حوزه کارکردی اخلاص مربوط به کارکردهای انگیزشی اخلاص است؛ چراکه اخلاص صفت نیت است و همان‌طور که سابقاً اشاره گردید نیت، انگیزش محسوب می‌شود و در روایات نیز به کارکرد انگیزشی آن اشاره شده است. هم‌چنان‌که امیرالمؤمنین علی علیه السلام در روایتی می‌فرماید: اعمال ثمره و نتیجه نیت افراد است (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۶۲). پژوهش‌های زیادی پیرامون انگیزش‌های مذهبی صورت گرفته که کارکرد انگیزشی اخلاص را تأیید می‌کنند از جمله محمدی و مزروعی (بی‌تا) در مقاله خود این‌گونه بیان می‌دارند: انگیزه انسان بر اساس حوزه شناختی او شکل می‌گیرد. انسان می‌تواند با تبعیت از فطرت الهی‌اش به زندگی خود رنگ الهی دهد و با انگیزه‌های الهی همه تلاش‌ها را به رضای خداوند منتهی کند، به انگیزه‌های الهی که عامل پایداری و بقا عمل آنها می‌باشد وصل نماید از حب به ذات خود مانند حب بقا، حب کمال و... در جهت انگیزه‌های الهی خود و برای جلب رضایت خداوند که منجر به جهان آخرت می‌شود بهره‌برد. انگیزش به دو نوع درونی و بیرونی تقسیم می‌گردد و همان‌طور که گذشت اخلاص از نوع انگیزش درونی مذهبی است و تمام کارکردهای انگیزش درونی را دارد. تحقیقات نیز کارکردهای انگیزش درونی را نسبت به انگیزش بیرونی تأیید می‌کنند. ریان و دسی (۲۰۰۰ م)، به آثار انگیزش درونی اشاره می‌کند که: دارندگان انگیزش درونی در مقایسه با کسانی که انگیزش بیرونی دارند درباره کاری که انجام می‌دهند، توجه، هیجان و اعتماد به نفس بیشتری از خود نشان می‌دهند. آنان همچنین در انجام تکالیف از عملکرد، خلاقیت و پشتکار بهتری برخوردارند و عزت نفس و سلامت ذهنی بالاتری را گزارش می‌دهند (به نقل از آلان کار، ۱۳۸۷، ص ۳۵۴). کارکردهایی که ذکر گردید همچنین شامل انگیزش‌های درونی دینی نیز می‌شود همان‌گونه که آلپورت به این مطلب اشاره می‌کند که انگیزش دینی دارای کارکرد خویش‌نانه است. این انگیزش که در هسته اصلی شخصیت فعال است «سراسر زندگی را پر از معنا می‌کند» و به این ترتیب به فرایند وحدت کمک می‌کند (آلپورت، ۱۹۶۱؛ ۱۹۶۶، ص ۲۳۲).

دومین حوزه کارکردی اخلاص مربوط به کارکردهای اجتماعی اخلاص است، چراکه اخلاص یکی از شاخصه‌های اصلی روابط مثبت در تعاملات اجتماعی است. به همین جهت در روایات به خالص‌سازی دوستی در روابط میان‌فردی توصیه شده است. برای مثال، امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرماید: با دشمنت مدارا کن و برای دوستت خالص شو (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ق، ص ۸۱۸). این نشان می‌دهد که اخلاص در روابط میان‌فردی و اجتماعی نیز بسیار مهم است. از این‌رو از کارکردهای اجتماعی اخلاص نمی‌توان غفلت کرد همان‌طور

که تحقیقات نیز این مطلب را تأیید می‌کنند. حسینی زاده و شکری نیا (۱۳۹۴) در مقاله خود در تأیید کارکرد اجتماعی اخلاص بیان می‌دارند: افرادی که بر اساس انگیزه الهی با یکدیگر ارتباط برقرار می‌کنند و یکدیگر را به عنوان دوست برمی‌گزینند، علاوه بر اینکه در رسیدن به سعادت معنوی و کمال نهایی نسبت به یکدیگر، حمایت‌گری می‌کنند، در برآورده شدن نیازهای جسمی، روانی و اجتماعی و رفع نقایص و معایب یکدیگر نیز مراقبت و همدلی می‌کنند. انگیزه انتخاب دوست، رابطه مستقیمی با تداوم دوستی دارد. شرط اصلی تداوم رابطه دوستی، همان‌گونه که پیش‌تر گفته شد، این است که اساس رابطه بر انگیزه اخلاص و رضایت الهی شکل بگیرد. و یا تحقیقات شکوری (۱۳۸۴) با نقش اخلاص در بروز رفتارهای حمایتی، همسو است و بیان می‌دارد: رفتارهای حمایتی ممکن است ریشه فطری، روانی، اجتماعی یا بیواجتماعی داشته باشند؛ با این وصف، به نظر می‌رسد انگیزه‌های نوع دوستانه با خصایص ایثارگرانه و خالصانه نقش مهمی در بروز این نوع رفتارها دارند. و یا تحقیقات محمودشاهی، شمشیری (۱۳۹۲) نشان می‌دهد که ریشه معضلات اجتماعی جامعه، نبود اخلاص در جامعه است و بیان می‌دارد: «بی‌شک جامعه امروزی گرفتار انحرافات اخلاقی بسیاری است که ریا، تملق، نفاق، دورویی و... از آن جمله می‌باشند، امروزه شاهد این هستیم که بسیاری به دنبال اسم و رسم یافتن و ایجاد محبوبیت در میان مردم هستند تا بتوانند از این طریق هرچه بیشتر و زودتر به خواسته‌های نفسانی خود دست یابند، اگر می‌بینیم که افراد برای دستیابی به موقعیت‌های اجتماعی و یا نگه داشتن مقام و موقعیت خویش جاهلانه در پی تخریب شخصیت یکدیگر هستند و یا... همه و همه ریشه در نبود اخلاص دارد».

سومین حوزه کارکردی اخلاص مربوط به کارکردهای بهداشت روانی اخلاص است. به تعبیر قرآن یکی از کارکردهای روان‌شناختی اخلاص ایجاد احساس امنیت روانی در انسان است. قرآن کریم در این باره می‌فرماید: «بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ» (بقره: ۱۱۲)، کسی که خود را تسلیم محض خدا می‌کند، از هیچ چیزی نمی‌هراسد و هرگز دچار ترس و اندوه نمی‌گردد». تحقیقات اخلاص و یا مفاهیم مرتبط با آن نیز این یافته را تأیید می‌کنند. به عنوان مثال مصباح یزدی (۱۳۸۷) بیان می‌کند: هیچ پدیده روحی‌ای نمی‌تواند مانند اخلاص زندگی پرفراز و نشیب و پراضطراب انسان را تنظیم و تعدیل ساخته، موجب آرامش خاطر شود. علت پیدایی آرامش خاطر از طریق اخلاص این است که روح انسان مخلص هنگامی که به

حقیقت والایی اخلاص می‌ورزد، در واقع گمشده‌اش را باز می‌یابد و خود را در مسیر مقصد متعالی می‌بیند و از آن پس، تاریکی‌ها از فراروی او کنار می‌روند و به هر سوی می‌نگرد روشنایی‌ها را می‌بیند (مصباح یزدی، ۱۳۸۷). در مقابل، حسینی‌زاده (۱۳۸۲، ص ۱۲۹-۱۲۷) نبود آرامش روانی را در ریاکاری می‌داند و بیان می‌کند: فردی که ریاکار است و کارهایش را برای غیر خدا انجام می‌دهد، در حقیقت بر اساس آموزه‌های اسلامی دچار نوعی شرک می‌شود که به تبع آن از فطرت خداجویی فاصله می‌گیرد. چنین شخصی، چون بر خلاف گرایش‌های درونی و فطری خویش رفتار می‌کند در نتیجه مبتلا به تضاد درونی می‌شود. تضاد و کشمکش دورنی امنیت روانی فرد را به چالش کشیده و آرامش روانی را از وی سلب می‌کند. و یا دینر و همکاران (۲۰۰۲م) در تأیید این کارکرد بیان می‌دارند: نتایج در مورد رابطه انگیزش دورنی مذهبی با احساس بهزیستی روان‌شناختی نشان دهنده آن است که افرادی که مذهب در آنها دورنی است در مقایسه با افرادی که مذهب را وسیله‌ای برای دستیابی به اهداف دیگر خود می‌دانند از سلامت روانی بیشتری برخوردارند. مالتبی می‌گوید تحقیقات پژوهشگران نشان می‌دهد که همبستگی‌های مثبتی بین جهت‌گیری دورنی مذهبی و بهزیستی روان‌شناختی وجود دارد (maltby & lewis & day، ۱۹۹۹). همچنین یافته‌های تحقیقات پژوهشگران نشان می‌دهد که جهت‌گیری مذهبی دورنی با رضایت از زندگی، سازگاری روان‌شناختی، خویش‌داری و عملکرد بهتر شخصیتی، عزت نفس، سلامت روحی، کنترل درونی، نمره‌های هدفمندی زندگی، روحیه و سازگاری در کهنسالی، همبستگی دارد (وولف، ۱۳۸۶، ص ۳۵۷).

پژوهش حاضر مانند سایر تحقیقات انجام شده در حوزه علوم انسانی با محدودیت‌ها و پیشنهاداتی مواجه بوده است؛ که لازم است این محدودیت‌ها و پیشنهادات را در غنای پژوهش‌های آتی اخلاص در نظر گرفت. به عنوان مثال، در استفاده از روایات به دلالت آنها بر مفهوم اخلاص، اکتفا شده است و روایات مذکور مورد بررسی سندی و صدوری قرار نگرفته است و بیشترین تمرکز این پژوهش، بر واژه اخلاص در منابع اسلامی بود و از الفاظ مرتبط و مقابل اخلاص در منابع اسلامی کمتر استفاده گردید. بر این اساس پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های بعدی الفاظ مرتبط و متقابل اخلاص نیز با استفاده از روش معناشناسی زبانی مورد بررسی قرار گیرد. در پایان، با توجه به کارکردهای روان‌شناختی اخلاص پیشنهاد می‌گردد که برنامه درمانی مبتنی بر اخلاص تنظیم گردد.

## منابع

- آذربایجانی، مسعود و شجاعی، محمدصادق (۱۳۹۳)، *روان‌شناسی در نهج البلاغه*، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، چاپ اول.
- آقا‌تهرانی، مرتضی (۱۳۸۲)، «اهمال کاری بررسی علل، راهکارها و درمان»، *معرفت*، شماره ۶۴، ص ۳۸-۵۳.
- ابن بابویه، محمدبن علی (۱۴۰۳ ق)، *معانی الاخبار*، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه قم.
- ابن شعبه حرانی، حسن بن علی (۱۴۰۴ ق)، *تحف العقول*، قم: جامعه مدرسین.
- احمدی نوجانی، عطیه؛ دولابی، پرستو (۱۳۸۶)، *اخلاص از دیدگاه قرآن و سنت و پیامدهای فردی و اجتماعی آن*، پایان نامه سطح ۲ حوزه علمیه خواهران.
- ایزدی، عباس (۱۳۸۴)، *اخلاق ایزدی بیست گفتار اخلاقی - عرفانی*، قم: اجر.
- ایمانی، محسن (۱۳۹۲)، «عوامل مؤثر در محبوبیت اخلاقی و تأثیرات تربیتی آن»، *پیوند*، شماره ۴۰۲ و ۴۰۳، ص ۷۵-۷۸.
- بطحایی گلپایگانی، سید حسن (۱۳۹۲)، «جستاری در مفهوم شناسی و گستره اخلاص در قرآن»، *فصلنامه پژوهشنامه معارف قرآنی*، سال سوم، شماره ۱۲، ص ۹۷-۱۱۶.
- بهرامی، احسان (۱۳۸۱)، «رابطه بین جهت‌گیری مذهبی، اضطراب و حرمت خود»، *مجله روان‌شناسی*، شماره ۲۴، ص ۳۳۶-۳۴۷.
- پریوچی، بهجت؛ احمدی، مجید و سهرابی، فرامرز (۱۳۹۲)، «رابطه دین‌داری و حمایت اجتماعی با رضایت از زندگی دانشجویان دانشگاه»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، سال چهاردهم، شماره ۳، ص ۶۸-۶۰.
- پسندیده، عباس؛ گلزاری، محمود و براتی سده، فرید (۱۳۹۱)، «پایه نظری رضامندی از دیدگاه اسلام»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۲۰، ص ۸۷-۱۰۶.
- تمیمی آمدی، عبد الواحد (۱۴۱۰ ق)، *غرر الحکم و درر الکلم*، قم: دارالکتب الاسلامیه، چاپ دوم.
- ----- (۱۳۶۶)، *غرر الحکم و درر الکلم*، قم: دفتر تبلیغات.
- جعفر بن محمد علیه السلام (۱۴۰۰ ق)، *مصباح الشریعه*، بیروت: اعلمی.
- جمهری، فرهاد (۱۳۸۰)، *بررسی رابطه بین سخت‌روی و گرایش به افسردگی و اضطراب در بین زنان و مردان دانشجویی دانشگاه‌های تهران*، پایان نامه دکتری، دانشگاه علامه طباطبائی.
- جوادی آملی، عبدالله (۱۳۸۷)، *ادب فنای مقربان*، قم: چاپ اسراء.

- حسینی زاده، سید مهدی (۱۳۸۲)، *جوان و آرامش روان*، (به کوشش علی نقی فقیهی)، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- حسینی سرشت، سید محمدصادق (۱۳۸۷)، «عوامل کسب یقین از دیدگاه قرآن و سنت»، *مجله اخلاق*، شماره ۱۳ و ۱۴، ص ۴۵-۵.
- حقیقی، ج؛ عطاری، ی؛ رحیمی، س و سلیمانی نیا، ل (۱۳۷۸)، «رابطه سرسختی و مؤلفه‌های آن با سلامت روانی در دانشجویان پسر دوره کارشناسی دانشگاه»، *مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی*، دانشگاه شهید چمران اهواز، ۳(۴)، ص ۱-۱۸.
- دیلمی، احمد؛ آذربایجانی، مسعود (۱۳۸۰)، *اخلاق اسلامی*، قم: دفتر نشر معارف.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۳۷۴)، *ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ القرآن*، (غلامرضا خسروی)، تهران: مرتضوی.
- ریز، آرتور اس (۲۰۱۱)، *فرهنگ روان‌شناسی (توصیفی)*، (یوسف کریمی و همکاران، مترجم کریمی)، تهران: رشد.
- رحیمی، مرتضی (۱۳۸۷)، «نقش و آثار تربیتی دوستی در نهج البلاغه»، *کوثر*، شماره ۲۷، ص ۱۸-۳۲.
- رسولی شریبانی، رضا؛ نام آور، لیلا (۱۳۹۵)، «تأثیر باورهای مذهبی و امیدواری بر رضایت زناشویی در زوج‌های ناباور»، *مطالعات روان‌شناسی و علوم تربیتی*، دوره دوم، شماره ۴، ص ۱۸۹-۲۰۰.
- رفیعی هنر، حمید؛ جان بزرگی، مسعود؛ پسندیده، عباس و رسول زاده طباطبایی، سید کاظم (۱۳۹۰)، *ساخت مقیاس خود مهارگری بر اساس منابع اسلامی*، پایان نامه ارشد روان‌شناسی بالینی، قم: موسسه امام خمینی ره.
- شبر، سید عبدالله (۱۳۸۲)، *اخلاق*، (محمد رضا جباران، مترجم)، قم: انتشارات هجرت.
- شجاعی، محمدصادق (۱۳۹۵)، *انگیزش و هیجان*، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- شجاعی، محمدصادق؛ جان بزرگی، مسعود؛ عسگری، علی؛ غروی، محمد؛ پسندیده، عباس (۱۳۹۳)، *ساختار شخصیت از دیدگاه اسلام در چارچوب رویکرد صفت*، پایان نامه دکتری، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- شجاعی، محمدصادق (۱۳۸۲)، *رابطه میزان توکل به خدا با حرمت خود*، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی بالینی، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ره.
- شکری نیا، محمد علی؛ حسینی زاده، سید علی (۱۳۹۴)، «تحلیل و بررسی مسئله دوستی در روایات»، *معرفت*، سال بیست و چهار، شماره ۲۰۹، ص ۲۹-۴۳.
- شکوری، علی (۱۳۸۴)، «رفتارهای حمایتی و دلالت بروز آن»، *رفاه اجتماعی*، شماره ۱۸، ص ۳۵۷-۳۸۶.

- شعاع کاظمی، مهرانگیز (۱۳۸۳)، «نقش حرمت خود در رفتار کمک‌خواهی دانش‌آموزان»، *معرفت*، ش ۸۴، ص ۱۰۱-۱۰۸.
- فیض کاشانی، محمد بن شاه مرتضی (۱۳۷۲)، *راه روشن: ترجمه کتاب المحجة البيضاء فی تهذیب الإحیاء*، (محمدصادق عارف، مترجم). مشهد: آستان قدس رضوی.
- کار، آلن بی (۱۳۸۷)، *روان‌شناسی مثبت: علم شادمانی و نیرومندی‌های انسان*، (شریفی، حسن پاشا؛ نجفی زند، جعفر و ثنائی، باقر، مترجمان)، تهران: انتشارات سخن.
- کاویانی ارانی، محمد (۱۳۹۲)، «رویکردی جامع به مباحث انگیزش از دیدگاه قرآن»، *اسلام و روان‌شناسی*، شماره ۱۳، سال هفتم، ص ۶۷-۹۴.
- کریمی، مصطفی (۱۳۹۳)، «ویژگی‌های کار و تولید در سیره‌ی امام علی علیه السلام»، *فصلنامه علمی-تخصصی فرهنگ پژوهش*، شماره ۱۹، ص ۹-۴۲.
- کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷ ق)، *کافی*، تهران: دارالکتب الاسلامیه، چاپ چهارم.
- لامعی، بی بی عفت؛ سپهری شاملو، زهره و آقا محمدیان شعریاف، حمیدرضا (۱۳۹۳)، «بررسی ارتباط ساختار انگیزشی و اهمال کاری تحصیلی در دانشجویان کارشناسی شاهد دانشگاه فردوسی مشهد»، *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره*، ۴(۱)، ص ۵۵-۷۰.
- لیثی واسطی، علی بن محمد (۱۳۷۶)، *عیون الحکم و المواعظ*، قم: دارالحدیث، چاپ اول.
- مجلسی، محمد باقر (۱۴۰۳ ق)، *بحار الانوار*، بیروت: داراحیاء التراث العربی.
- مجلسی، محمدباقر؛ عطاردی قوچانی، عزیزالله (۱۳۷۸)، *ایمان و کفر*، تهران: انتشارات عطارد.
- محمودشاهی، زهرا؛ شمشیری، بابک (۱۳۹۲)، *مفهوم اخلاص از منظر آموزه‌های اسلامی و تلویحات تربیتی آن*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته تاریخ و فلسفه آموزش و پرورش، دانشگاه شیراز.
- مشکینی، علی (۱۳۷۴)، *دروس فی الاخلاق*، قم: انتشارات الهادی.
- مصباح یزدی، محمد تقی (۱۳۷۲)، *اخلاق در قرآن*، تهران: امیرکبیر.
- مصباح یزدی، محمد تقی (۱۳۸۷)، «اخلاق و عرفان اسلامی»، *معرفت*، سال هفدهم، شماره ۱۳۴، ص ۵-۱۲.
- مظاهری، حسین (۱۳۷۷)، *در ساحل سپیده اخلاص*، مشهد: دانشگاه علوم اسلامی رضوی.
- موسوی همدانی، سید محمد باقر (۱۳۷۴)، *ترجمه تفسیر المیزان*، قم: دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
- نراقی، احمد (۱۳۷۸)، *معراج السعاده*، قم: انتشارات هجرت.

- ورام بن ابی الفارس (۱۴۱۰ ق)، **مجموعه ورام**، قم: مکتبه فقیه.
- ورام، مسعود بن عیسی (۱۳۶۹)، **مجموعه ورام: آداب و اخلاق در اسلام**، (محمد رضا عطایی، مترجم)، مشهد: آستان قدس رضوی.
- وولف، دیوید ام (۱۳۸۶)، **روان‌شناسی دین**، (محمد دهقانی، مترجم) تهران: رشد.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). ***Intrinsic motivation and self determination in human behavior***. New York: Springer.
- 
- Maltby, J., Lewis, C. A. & Day, L. (1999). Religious orientation and psychological well-being: The role of the frequency of personal prayer. ***British Journal of Health Psychology***, 4, 363-378. 665.
- Diener, E. lucas, R.E.& Oishi, S.(2002). Subjective well-being. In R.C. Snyder, & S. J. Lopez (Ed.), ***Handbook of positive psychology***. Oxford: Oxford University Press.