



Analyzing the Ontological Foundations of Spiritual Health in The Holy Quran

Seyed Mohammad Kazem Alavi ^{1*} | Farzad Dehghani² | Rezvaneh Dastjani Farahani³

1. Associate Professor, Department of Islamic Philosophy and Wisdom, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran.
2. Assistant Professor, Department of Quran and Hadith Sciences, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran.
3. Postdoctoral Researcher, Department of Quran and Hadith Sciences, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran.

DOI: 10.22034/NRR.2024.59533.1255

URI: https://nrr.tabrizu.ac.ir/article_17583.html

Corresponding Author:

Seyed Mohammad
Kazem Alavi

Email:

Smk.alavi@hsu.ac.ir

Received: 2023/09/13

Accepted: 2024/10/05

Available: 2023/12/11

Open Access



Keywords:

Spiritual Health,
Ontological Foundations,
Holy Quran, Islam

ABSTRACT

Spiritual health as one of the aspects of health and perhaps the most important of them, along with the physical, social and psychological aspects, is defined by the World Health Organization and is connected with spirituality, and its purpose is to achieve a pure life (Hayate-Tayebah) and to explain and resolve Life issues. Any field of health studies, such as spiritual health, which seeks to be involved in the experimental field for the purpose of making changes, is rooted in the worldview dominating it and cannot be designed and implemented without considering its paradigmatic foundations. The difference between current spiritual health theory and spiritual health derived from Quranic verses is in regard to these basics. The most important Quranic foundations of spiritual health are the ontological, anthropological, etc. foundations that lay the foundation for the design of health theory and the transition to the Quranic formation of spiritual health.

The current research, with descriptive-analytical method, seeks to answer the question that what are the foundations of the ontology of spiritual health from the perspective of the Holy Quran and how does it lead into spiritual health? The findings of the research indicate that attitude toward being, God-centered components, materiality and immateriality of being, consistency and systematicity of being, purposefulness, believing in the invisible world and the hereafter, death and resurrection, and meaningfulness of suffering and life are effective in realizing spiritual health.



فصلنامه دین پژوهی و کارآمدی



تحلیل مبانی هستی شناختی سلامت معنوی در قرآن کریم

سید محمدکاظم علوی*^۱، فرزاد دهقانی^۲، رضوانه دستجانی فراهانی^۳

۱. دانشیار فلسفه و حکمت اسلامی دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران.

۲. استادیار گروه علوم قرآن و حدیث دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران.

۳. پژوهشگر پسا دکتری دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران.

DOI: 10.22034/NRR.2024.59533.1255

URI: https://nrr.tabrizu.ac.ir/article_17583.html

چکیده

سلامت معنوی به عنوان یکی از ابعاد سلامت و شاید مهم ترین آن‌ها، در کنار بعد جسمی، اجتماعی و روانی توسط سازمان بهداشت جهانی تعریف شده و در ارتباط با معنویت تعریف می‌شود و هدف از آن، دستیابی به حیات طیبه و تبیین و حل مسائل زندگی است. هر حوزه‌ای از علم سلامت مانند سلامت معنوی که در پی ورود به واقعیت تجربی به هدف ایجاد تغییر است، در جهان بینی حاکم بر آن ریشه دارد و نمی‌تواند بدون توجه به مبانی پارادایمی خود، طراحی و اجرا شود. مرز فارق نظریه سلامت معنوی مرسوم با سلامت معنوی برآمده از آیات قرآنی در توجه به این مبانی است. مهم ترین مبانی قرآنی سلامت معنوی مبانی هستی شناسی، انسان شناختی و ... است که زمینه ساز طراحی نظریه سلامت و گذار به مدل سلامت معنوی قرآنی است.

پژوهش حاضر با روش توصیفی - تحلیلی به دنبال پاسخ به این سؤال است که مبانی هستی شناسی سلامت معنوی از منظر قرآن کریم چیست و چگونه در متن سلامت معنوی جریان می‌یابد؟ یافته‌های پژوهش حاکی از این است که نوع تلقی از هستی، مؤلفه‌های خدامحوری، مادی و فرامادی بودن موجودات هستی، هماهنگی و نظام مندی هستی، هدف داری، باور به جهان غیب و عالم آخرت، مرگ و معاد و معنی داری رنج و زندگی از جمله مواردی است که در تحقق سلامت معنوی تأثیرگذار است.

نویسنده مسئول:

سید محمدکاظم علوی

ایمیل:

Smk.alavi@hsu.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۶/۲۲

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۷/۱۳

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۹/۲۰



دسترسی آزاد

کلیدواژه‌ها:

سلامت معنوی، مبانی هستی شناختی، قرآن کریم، اسلام

۱- بیان مسأله

سلامت معنوی به عنوان یکی از ابعاد سلامت و شاید مهم‌ترین آن‌ها در کنار بعد جسمی، اجتماعی و روانی توسط سازمان بهداشت جهانی تعریف شده و در ارتباط با معنویت تعریف می‌شود. معنویت از عناصر اصلی بعد روحانی انسان است که باعث هدفمندی زندگی شده و بر سلامت دیگر ابعاد نیز تأثیر مستقیم می‌گذارد.

هر حوزه‌ای از علم سلامت مانند سلامت معنوی که در پی ورود به واقعیت به هدف ایجاد تغییر است، در جهان‌بینی حاکم بر آن ریشه دارد و نمی‌تواند بدون توجه به مبانی پارادایمی خود، طراحی و اجرا شود. بر این اساس هر گونه سلامت معنوی در هر نظام اجتماعی همانند نظام اسلامی، تحت پارادایم‌های غالب بر آن صورت می‌پذیرد. مبانی پارادایمی متفاوت مانند پارادایم تفسیری، اثبات‌انگار، قرآنی و ... می‌تواند به مسیرهای متفاوت ورود به واقعیت منجر شود. پردازش بنیان پارادایمی سلامت معنوی از منظر قرآن کریم باید در برابر مبانی پارادایمی سلامت معنوی در جهان معاصر، نظر ممتاز خویش را به عنوان سرمشق غالب ایجاد گفتمان سلامت معنوی در میان بیاورد.

اولین مرتبه از بررسی پارادایم غالب در یک جامعه، مبانی هستی‌شناسی است. هستی‌شناسی، شاخه‌ای از فلسفه است که معطوف به مسئله وجود یا هستی است. (ایمان و کلاته ساداتی، ۱۳۹۹، صص ۴۷-۴۸ و نک. به: ایمان، ۱۳۹۳، ۵۳). مقوله معنای زندگی و معنویت و در راستای آن سلامت معنوی، مسئله‌ای در مرز میان هستی‌شناسی و انسان‌شناسی است و از زمره مسائل حوزه فلسفه مضاف است. نوع تلقی از هستی، خداوند و ... از جمله مواردی است که در تحقق سلامت معنوی تأثیرگذار است.

در این پژوهش مبانی هستی‌شناخت سلامت معنوی از دیدگاه قرآن کریم مورد بررسی قرار می‌گیرد. در این راستا پژوهش حاضر بر آن است تا با روش تحلیل محتوا و به مدد آموزه‌های قرآن کریم، به بازخوانی مبانی هستی‌شناسی سلامت معنوی بپردازد و به این سؤال کانونی پاسخ دهد که مبانی هستی‌شناسی سلامت معنوی از منظر قرآن کریم چیست و چگونه در متن سلامت معنوی جریان می‌یابد؟

۲. پیشینه

مطالعات سلامت و پژوهش‌های انجام شده در موضوع این پژوهش، بیشتر مطالعات موردی و شواهدی بوده و نظام‌شناسی و نظام‌سازی منسجم در این حوزه به چشم نمی‌خورد. به این قرار توجه به نظام اولویت‌ها در ارتقای نظام ملی سلامت، مخاطب را به ضرورت بازخوانی مبانی پارادایمی سلامت از نگاه دین فرامی‌خواند. از جمله می‌توان به مقالات زیر اشاره کرد:

۱. «نگاهی به مبانی دین‌شناختی و انسان‌شناختی و برخی شاخص‌های سلامت معنوی» نوشته علی‌اکبر رشاد و مهدی عباس‌زاده که در نشریه فرهنگ و ارتقای سلامت به چاپ رسیده است. در این مقاله به مبانی به طور کلی پرداخته شده است.

۲. «مبانی سلامت معنوی در قرآن» نوشته حبیب‌الله یوسفی و دیگران که در نشریه دوماهنامه فیض به چاپ رسیده است. در این مقاله مباحثی چون حقیقت انسان و راهکارهای تکامل او (انسان‌شناسی)، شناخت خدا و صفات او (خداشناسی) و سرانجام زندگی انسان (معادشناسی) به عنوان مبانی سلامت معنوی مورد بحث قرار گرفته است.

۳. «مبانی عرفانی سلامت معنوی» نوشته علی اصغر یزدانی و همکاران که در نشریه اخلاق پزشکی چاپ شده است. در این مقاله مبانی آموزه‌های عرفان اسلامی در عرصه سلامت معنوی ارائه می‌شود.

۴. «بررسی مبانی انسان‌شناختی سلامت معنوی در قرآن» نوشته علی اصغر زکوی و همکاران که در پژوهشنامه معارف اسلامی به چاپ رسیده است. در این مقاله به مبانی انسان‌شناسی سلامت معنوی پرداخته شده و مبانی دیگر مورد بررسی قرار نگرفته است.

همانگونه که مشاهده می‌شود در هیچ کدام از مقالات مبانی هستی‌شناسی به صورت مستقل مورد بحث قرار نگرفته و به مباحث به طور کلی پرداخته‌اند.

۳. مفهوم‌شناسی

در هر پژوهشی ابتدا باید مفاهیم اصلی مورد تبیین قرار گیرند. از جمله مفاهیم اصلی در این پژوهش، می‌توان به مفاهیم زیر اشاره نمود.

۳.۱. مبانی هستی‌شناسی

هستی‌شناسی، شاخه‌ای از فلسفه است که به مسئله وجود یا هستی معطوف است. «هستی‌شناسی، یعنی نگاه محقق یا مجموعه‌ای از محققان نسبت به امر واقع که دربرگیرنده ماهیت آن و نیز چگونگی ارزیابی و دخل و تصرف در آن است. هستی‌شناسی نظریه‌ای است در باب وجود یا به‌طور دقیق‌تر، آنچه واقعاً وجود دارد، در مقابل آنچه به نظر می‌رسد وجود داشته باشد یا بهتر بگوییم فقط چیزی را می‌توان قابل تحقیق دانست که اجزاء واقعی داشته باشد» (ایمان و کلاته ساداتی، ۱۳۹۹: ۴۷-۴۸). پرسش‌های هستی‌شناختی دربرگیرنده سؤال‌هایی است که به حوزه واقعیت، جهان و هستی معطوف هستند (محمدپور، ۱۳۹۷: ۷). در هستی‌شناسی، ذات پدیده‌ها، موضوع اصلی تأمل است. ماهیت واقعیت آیا چیزی خارج از فرد است یا ساخته ذهن او؟ به عبارت دیگر، آیا واقعیت، ماهیتی عینی دارد یا محصول شناخت انسان است؟ دیدگاه انسان در رابطه با جهان پیرامونی در برگزینی شیوه زندگی او نقش دارد. هر انسانی در گزینش نحوه زندگی، دیدگاه خود را درباره جهان بروز می‌دهد؛ هر چند ممکن است به صورت ناخودآگاه باشد

از نظر بلیکی، هستی‌شناسی به پیش‌فرض‌هایی درباره واقعیت اجتماعی مربوط است؛ درباره آنچه موجود است، وجود به چه چیزی شبیه بوده، و از چه اجزایی تشکیل یافته و این اجزا چگونه با یکدیگر در ارتباط هستند

(بلیکی، ۱۹۹۳: ۶). در واقع، هستی‌شناسی به مطالعه و بررسی وجود و طبیعت انسان و دنیای اطراف او می‌پردازد. در دیدگاه هستی‌شناسی، انسان به عنوان یک موجود دوگانه از بدن و روح تشکیل شده است. بدن به عنوان بخش فیزیکی انسان و روح به عنوان بخش معنوی و احساسی او تلقی می‌شود. در این دیدگاه، سلامت تعادل دوگانه بدن و روح است. در حوزه سلامت معنوی، هستی‌شناسی به شناخت و درک عمیق‌تر از وجود و هویت انسان و نقش او در دنیا و معناپردازی زندگی او کمک می‌کند. برای مثال، بهبود سلامت معنوی می‌تواند بهبود سلامت روانی و جسمی را به دنبال داشته باشد. در دیدگاه هستی‌شناسی، سلامت معنوی به معنای دستیابی به هدف‌های معنوی و رضایت از وجود و نقش خود در دنیا است.

۳. ۲. سلامت معنوی

سلامت در لغت به معنای صحت و عافیت است (نک: ابن فارس، ۱۴۱۰: ۹۰/۳). داشتن سلامت یعنی عاری بودن از بیماری ظاهری و باطنی (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲: ۲۴۷/۲). «سلام» یکی از اسامی خداوند در معنای بخشنده سلامت و عافیت است (فراهیدی، ۱۴۱۰: ۲۶۵/۷). خداوند خود را به «السَّلَامُ الْمُؤْمِنُ» وصف می‌کند؛ یعنی عاری از هر نقص و عیب و آفت (طریحی، ۱۳۷۵: ۸۴/۶). در فرهنگ فارسی نیز سلامت در معنای زیر به کار برده شده است: بی‌گزند شدن، بی‌عیب شدن، رهایی‌یافتن، امنیت و آرامش، تندرستی، رستگاری، خلاص از بیماری، آرامش، صلح (معین، ۱۳۷۱: ۱۹۱۳/۲).

در قرآن کریم و روایات، سلامت در معنای نبود مرض به کار رفته شده و عمدتاً سلامتی و مرض به روح انسان نسبت داده می‌شود و در نسبت با سایر ابعاد سلامت، واژه صحت به کار رفته است. این قسم از سلامت در قرآن کریم اغلب به «قلب» که شأنی از شئون روح و نفس است، نسبت داده می‌شود: «فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ» (بقره/۱۰)، «اذِ جَاءَ رَبَّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» (صافات/۸۴)، «الَّا مَنْ آتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» (شعرا/۸۹) و «انزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ» (فتح/۴).

در روایات نیز این معنای مدنظر بوده است و واژه سلامت در ارتباط با روح انسان به کار رفته است؛ مانند: «فَمَنْ أَرَادَ مِنْكُمْ النَّجَاءَ بَعْدِي وَ السَّلَامَةَ مِنَ الْفِتَنِ الْمُرْدِيَةِ فَلْيَتَمَسَّكْ بَوْلَايَةِ عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ ع...» (ابن شاذان، ۱۴۰۷: ۴۵)؛ «و سَلَامَةَ النَّفْسِ وَ سَبَبُ الْإِخْلَاصِ فِي الطَّاعَاتِ التَّوْفِيقُ وَ...» (منسوب به امام صادق (ع)، ۱۴۰۰: ۲۳). هم‌چنین منظور از واژه صحت در روایات بعد جسمی انسان است: «... الْبَلَاءُ فِي طَاعَةِ اللَّهِ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنَ الصَّحَّةِ فِي مَعْصِيَةِ اللَّهِ» (کلینی، ۱۳۸۷: ۵۰۹/۱۵)؛ «مَنْ زَارَ أَخَاهُ فِي اللَّهِ فِي مَرَضٍ أَوْ صِحَّةٍ لَا يَأْتِيهِ خِدَاعًا وَ لَا اسْتِبْدَالًا» (کلینی، ۱۳۸۷: ۴۵۳/۳).

سازمان بهداشت جهانی سلامت را برخورداری از آسایش کامل جسمی، روانی و اجتماعی تعریف می‌کند و صرفاً به معنای نداشتن بیماری یا نقص عضو نمی‌داند (اداره اطلاعات سازمان ملل متحد، ۱۳۵۴: ۸۹۶).

«معنویت» نیز از ریشه «عَنَى» و در معنای قصد و اراده به کار رفته است. در کاربرد مشتقات این ریشه معنای رنج و سختی نهفته است (فراهیدی، ۱۴۱۰: ۲/ ۲۵۲؛ راغب اصفهانی، ۱۴۱۲: ۵۹۱/۱؛ ابن‌منظور، ۱۴۱۴: ۱۵: ۱۰۱).

در زندگی انسان عنصری به نام معنویت خفته است؛ یعنی انسان تنها در پی لذت‌های مادی نیست، بلکه موجودی ارزش‌جو است که در پی کمال است. گرایش‌های معنوی انسان، ریشه در اعتقادات او دارد. «معنویت» در واقع میزان شناخت انسان از ماهیت غیرمادی و معنوی خویش است. مهم‌ترین بُعدی که باعث هدفمندی زندگی شده و بر سلامت دیگر ابعاد نیز تأثیر مستقیم می‌گذارد، بُعد معنوی است. وقتی سلامت معنوی فرد بالاتر باشد به خداوند نزدیک‌تر است، به همین سبب سلامت معنوی در رأس ابعاد دیگر سلامت انسان قرار دارد و ابعاد جسمانی، روانی و اجتماعی فرد در این حالت نرمال‌تر است.

معنویت در حقیقت کوشش برای پاسخ به پرسش‌های مرتبط با اساس وجودی است. احساس پوچی و بیهودگی ناشی از نبود سلامت در بعد معنوی، یکی از زمینه‌های اصلی مشکلات روانی است. داشتن ایمان و توجه به مسائل معنوی و نیز هدف داشتن در زندگی سبب می‌شود اضطراب و عوارض ناشی از آن کاهش یابد. در سلامت معنوی به قابلیت کمال و دگرگونی در شخصیت آدمی توجه می‌شود. کانون توجه این بعد از سلامت این است که آدمی چه می‌تواند باشد، نه اینکه چه بوده یا اکنون چه هست. در این نگرش به ماهیت انسان با دیدی نو‌نگریسته می‌شود. در سلامت روانی، اعتلایی که آدمی می‌تواند بدان دست یابد، نادیده گرفته می‌شود (شولتس، ۱۳۶۹: ۸۵).

سلامت معنوی به بعدی از سلامت ناظر است که می‌توان از آن با عنوان سلامت وجودی نیز یاد کرد و به معنی دور بودن از مرض و ایمنی وجودی است و در ارتباط با معنویت تعریف می‌شود. این قسم از سلامت با در اختیار داشتن پاسخ‌هایی در ناخودآگاه و خودآگاه آدمی برای برخی پرسش‌های بنیادین است که همهٔ آدمیان به نحوی در طول عمر مطرح کرده‌اند. در واقع اعتماد بنیادین است که سلامت را پدید می‌آورد.

سلامت معنوی به معنای آرامش و رضایت داشتن از وجود و محیط اطراف، احساس قرار و تعادل درونی، روابط خوب با خداوند و افراد، ایمان، تقوا و عمل صالح است. در قرآن کریم به مفهوم سلامت معنوی اشاره شده است: «الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ» (بقره/۱۵۶)

در یک جمع‌بندی می‌توان گفت سلامت هستی‌شناخت یعنی حس حضور هدفدار در هستی هدفدار و هماهنگ با آن جاری در همهٔ سطوح زندگی.

۴. ماهیت واقعیت‌های هستی در حوزه سلامت معنوی

مهم‌ترین خصیصه هستی‌شناسی اسلامی آن است که ماهیت واقعیت در آن، به گونه‌ای تعریف شده که غایت و وحدانیت الهی در آن لحاظ شده است (ایمان و کلاته‌ساداتی، ۱۳۹۹: ۳۲۹). این رویکرد خاص دربرگیرنده چشم‌اندازهای مبنایی به خداوند و ماهیت انسان و جهان است. در حقیقت مفاهیم بنیادی موجود در سطح جهان‌بینی از یک سو ابلاغ‌کننده مفاهیمی در رابطه با هستی و انسان است و از سوی دیگر، تعیین‌کننده رفتار انسانی است (ایمان و کلاته‌ساداتی، ۱۳۹۹: ۴۴۶-۴۴۳)

از دیدگاه قرآن کریم، حقیقت خارج از آگاهی انسان وجود دارد. بر اساس، واقعیت در ذات خداوند تجلی کرده و همه پدیده‌ها، اصالت خود را از خداوند که ذات ازلی و ابدی است، دریافت می‌کنند؛ بنابراین واقعیت همه امور در واقعیت خداوند نهفته است: «يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ وَإِلَى اللَّهِ تُرْجَعُ الْأُمُورُ» (حج/۷۶). هم‌چنین باید توجه نمود که در این نوع نگاه، واقعیت دوجبه‌ای است؛ یعنی بخشی از آن محسوس و بخشی دیگر واقعیت غیب. به طور کلی می‌توان برخی ویژگی‌های هستی‌شناخت واقعیت را اینگونه برشمرد:

- واقعیت، وحدت دارد؛ اما شکل آن دوگانه است؛ قسمی محسوس و قسم دیگر، غیب.
- واقعیت محسوس نه تنها زیرمجموعه وجه غیبی است؛ بلکه تالی بوده و همه محسوسات در عالم، تحت فرمان فرآیندهایی است که در حوزه غیبی در حال انجام است؛ این فرآیندهای غیبی، سنن الهی هستند؛
- اصل واقعیت را نمی‌توان مشاهده کرد و انسان از طریق رجوع به محسوسات می‌تواند به وجود واقعیت پی برد؛

- تمامی هستی و واقعیت، شناخت‌ها، فرآیندها و... از وجودی الهی سرچشمه می‌گیرد و ذات خداوند، پیش‌نیاز همه هستی است؛

- برای فهم واقعیت، باید خصوصیات خداوند را شناخت (ایمان و کلاته‌ساداتی، ۱۳۹۹: ۵۳۵-۵۳۴).
توجه به این امور و این مقوله که واقعیت غیبی به غیر از این واقعیت محسوس وجود دارد، سبب می‌شود انسان زندگی را منحصر به این دنیا نداند. در آموزه‌های قرآنی، مبنا و سرچشمه اصلی سلامت، ایمان الهی است که همه ابعاد وجودی انسان را پوشش می‌دهد و دنیا و آخرت را شامل می‌شود.

۵. مؤلفه‌های هستی‌شناخت سلامت معنوی

نگاه دقیق و عمیق به هستی و عالم پیرامونی در سبک زندگی و سلامت معنوی انسان‌ها تأثیرگذار است؛ هر انسانی به صورت آگاهانه یا غیرآگاهانه به عالم و هستی نگاهی دارد که بر آن اساس، مسیر و اهداف زندگی خود را طراحی می‌کند. پرسش از کیستی انسان نیز در حقیقت در گرو پاسخ به پرسش از هستی و جهت‌داری هستی، خداوند و نوع نگاه به هستی است.

با توجه به اینکه سلامت معنوی در پی ورود به واقعیت تجربی است و نیز با توجه به عینی و ذهنی بودن واقعیت، مؤلفه‌های هستی‌شناسی که در این مدل مرور می‌شود، در دو سطح واقعیت عینی و واقعیت ذهنی مورد تحلیل قرار می‌گیرد. واقعیت عینی به واقعیتی اشاره دارد که مستقل از تفسیر و دیدگاه شخصی است. به عبارت دیگر، چیزی که در جهان مادی واقعی وجود دارد و با عملکرد قوانین طبیعت قابل مشاهده و قابل اندازه‌گیری است. از سوی دیگر، واقعیت ذهنی بیانگر دیدگاه و تفسیر شخصی است که در ذهن فرد شکل می‌گیرد و به تجربه واقعیات جهانی او تأثیر می‌گذارد. هم‌چنین می‌توان واقعیت سلامت معنوی را با توجه به متشکل بودن انسان از دو بعد بدن و روح، هم عینی دانست و هم ذهنی. در سلامت معنوی که به عنوان یکی از جنبه‌های سلامت بشری تلقی می‌شود، واقعیت عینی مرتبط با جنبه‌های مادی و فیزیکی سلامت است؛ از سوی دیگر، واقعیت ذهنی در این حوزه به معنای دیدگاه و تفسیر فرد از معنای زندگی، ارزش‌ها، هدف‌ها و روابط انسانی است. به عبارت دیگر، سلامت معنوی مستلزم تعادل میان واقعیت عینی و واقعیت ذهنی است. تعادل بین این دو واقعیت می‌تواند در بهبود شرایط سلامت معنوی کمک کند. توجه به پارادایم قرآنی درباره واقعیت این جهان، اعتقاد به توحید به عنوان زیربنای اندیشه و باورها، با اعتقاد و باورهای غیر مسلمانان در برگزینی نوع زندگی متفاوت است و مبتنی بر همین تفاوت، الگو و شاخص‌های سلامت معنوی آنان نیز متفاوت خواهد بود.

۵. ۱. واقعیت‌های عینی در سلامت معنوی

۱. خدامحوری

هستی‌شناسی سلامت معنوی بر اساس واقعیت خداوند به عنوان تنها واقعیت غایی و ازلی و ابدی شناخته می‌شود. از آن‌جا که ذات اقدس الهی شکل‌دهنده و در حقیقت، همه واقعیت را شکل داده سات، بر همین اساس همه امور که بر اساس اراده او انجام شده، به همان واقعیت ذاتی و ازلی برمی‌گردد؛ بنابراین با پذیرش این گزاره که در جهان‌بینی اسلامی «خداوند» همه واقعیت را شکل می‌دهد و اساس هستی‌شناسی سلامت معنوی در اسلام است، باید پذیرفت که تبیین بخش محسوس واقعیت و قسمتی از بخش غیبی آن، بر اساس شناخت این واقعیت ذاتی و ازلی استوار است (ایمان و کلامه ساداتی، ۱۳۹۹: ۵۳۱-۵۳۳).

در هستی‌شناسی اسلامی، وجود، مفروض و واقعی است و هیچ شک و تردیدی در آن راه ندارد. این واقعیت نهایی، «الله» است. ذات او تنها برای خود او شناخته است. با آن‌که وجود مطلق، از همه چیز و هر نوع تعینی، بی‌نیاز است، اما صفات و ویژگی‌های آن به سمت واقعیت و ظهور و تجلی در واقعیت رو دارند. هر چه این صفات الهی به واقعیت نزدیک‌تر شوند، درک و فهم آن برای انسان‌های شایسته آسان‌تر است (عطّاس، ۱۳۷۵: ۲۲-۳۲). براساس آیات قرآنی، خداوند مبدأ و منشأ هستی بوده و تنها مالک و رب حقیقی است (نک: انبیاء/۲؛ حجر/۸۶؛ زمر/۶۲؛ فاطر/۳).

همه واقعیت و هستی از اراده خداوند نشأت گرفته است: «بَدِيعُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَإِذَا قَضَىٰ أَمْرًا فَإِنَّمَا يَقُولُ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ» (بقره/۱۱۷)؛ بنابراین نمی‌توان واقعیت و هستی را بدون در نظر گرفتن خالق آن تعریف کرد. با توجه به اینکه این واقعیت نامتناهی است، انسان نمی‌تواند تمامی این واقعیت را بشناسد و بخشی از آن نیز برای انسان ناشناخته بوده و متعلق به عالم غیب است: «وَعِنْدَهُ مَفَاتِحُ الْغَيْبِ لَا يَعْلَمُهَا إِلَّا هُوَ...» (انعام/۵۹). بر این اساس شناخت خداوند، مرکز تمامی اندیشه‌هاست. خداوند مالک هستی بوده: «وَلِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ وَإِلَى اللَّهِ تُرْجَعُ الْأُمُورُ» (آل عمران/۱۰۹) و همه پدیدارهای هستی از او سرچشمه گرفته‌اند و به سوی او بازمی‌گردند.

باور به این مبنا، سبب دستیابی انسان به درجه‌ای از سلامت معنوی می‌شود. شناخت خداوند در جایگاه کامل‌ترین ذات، نگرشی عمیق یعنی ایمان را در انسان به وجود می‌آورد که سبب می‌شود انسان به پرستش خداوند بپردازد (مطهری، ۱۳۵۸: ۹۶/۲). ایمان رکن اساسی در سلامت معنوی است.

مهم‌ترین مسئله در مکتب اسلام که به همه چیز روح می‌بخشد، حضور خداوند است. قرآن درصدد این است که از انسان، موجودی متکی به خدا بسازد و نه متکی به خود: «إِنِ الْحُكْمُ إِلَّا لِلَّهِ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَعَلَيْهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُتَوَكِّلُونَ» (یوسف/۶۷). کسی که به ولایت و سرپرستی خداوند اعتقاد دارد: «بَلِ اللَّهُ مَوْلَاكُمْ وَهُوَ خَيْرُ النَّاصِرِينَ» (آل عمران/۱۵۰)؛ «وَكَفَىٰ بِاللَّهِ وَلِيًّا وَكَفَىٰ بِاللَّهِ نَصِيرًا» (نساء/۴۵)، آرامش عمیقی بر جان او مستولی می‌شود؛ زیرا اعتقاد دارد که خالق هستی که به تمام امور عالم اشراف دارد، پشتیبان اوست و نتیجه این اعتقاد، توکل به او و رسیدن به آرامش و سلامت معنوی است.

۲. مادی و فرامادی بودن موجودات

هستی دارای واقعیت است و در ورای هستی مادی، مراتب و عوالم دیگری وجود دارد. از نظر قرآن کریم، هستی مجموعه‌ای از عالم غیب و عالم شهادت است (رک: بقره/۳؛ انعام/۲۹؛ توبه/۱۱ و ۹۴ و ۱۰۵؛ مؤمنون/۹۲؛ حشر/۲۲؛ سجده/۶؛ رعد/۹؛ جمعه/۸؛ روم/۷؛ عنکبوت/۱۰؛ انعام/۷۳) و جهان شهود، نازل‌ترین مرتبه واقعیت عالم غیب است؛ بر این اساس، هر گونه تصویر مادی صرف از هستی، مردود خواهد بود. به عبارت دیگر، جهان هستی، شامل جهان مادی و فرامادی است. تأمل در این ابعاد سبب می‌شود تا انسان دریابد حقیقت او ترکیبی از این دو بعد مادی (جسم) و فرامادی (روح) است (جوادی آملی، ۱۳۹۰: ۲۴) که به سبب زندگی متناسب با آن نیازمند است. انسان به دلیل ترکیب این دو جنبه مادی و فرامادی، به عنوان یک موجود بسیار پیچیده و خاص شناخته می‌شود که فراتر از مجموع جنبه‌های مادی و فرامادی خود، مسئولیت‌ها، ارزش‌ها و اهدافی خاص دارد. با توجه به تعریف از سلامت معنوی می‌توان گفت بدن انسان و روح او به عنوان دو جنبه مادی و فرامادی، جزء اصلی و قابل توجه در سلامت معنوی انسان هستند. در حقیقت روح انسان، بعدی است که با خداوند ارتباط

می‌گیرد.

۳. هماهنگی و قانون‌مندی هستی

یکی دیگر از اصولی که در دستیابی به سلامت معنوی تأثیرگذار است، توجه به یکپارچگی جهان هستی و این‌که هستی ترکیبی از واحدهای مستقل و بدون ارتباط با یکدیگر نیست؛ به عبارت دیگر تأکید بر ارتباط متقابل همه چیز از جمله انسان در جهان. در این بینش، انسان مانند تمامی موجودات، بخشی از هستی را تشکیل می‌دهد و نمی‌تواند از آن جدا باشد. در این دیدگاه، همه موجودات هستی با یک نظام هماهنگ به سمت یک مرکز و به یک سو حرکت کرده و تکامل می‌یابند (مطهری، ۱۳۵۸: ۵۸/۲). در سراسر جهان یک اراده و نظم واحد «إِنَّا كُلُّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ وَمَا أَمْرُنَا إِلَّا وَاحِدَةٌ كَلِمَةً بِلَيْسٍ» (قمر / ۴۹-۵۰) مشاهده می‌شود که نشان‌گر «تک‌کانونی» بودن جهان است «لَوْ كَانَ فِيهِمَا آلِهَةٌ إِلَّا اللَّهُ لَفَسَدَتَا» (انبیاء/ ۲۲) نه «دوکانونی» و «چندکانونی» (مطهری، ۱۳۸۷: ۹۶/۲). نظام آفرینش یک قانون معین دارد؛ بر این اساس قاعده علت و معلول به وجود آمده است؛ به این معنا که هر معلول، علت خاص و هر علت، معلول مخصوص خود را دارد (قمر / ۴۹).

وجه معنوی نیز مانند وجه مادی، تابع نظام علت و معلول است؛ همان‌گونه که در همه مناسبات مادی و از جمله پزشکی، ما در یک نظام علت و معلولی زندگی می‌کنیم، در وادی معنا نیز، امورات آدمی تحت اشراف این نظام است. این نکته قابل توجه است که یک عالم بر عالم دیگر برتری دارد و عالم برتر می‌تواند بر عالم فروتر تأثیر بگذارد. برای مثال دعا و نذر می‌تواند علت یا مسئله مادی را خنثی نماید؛ گرچه این امر به معنای برهم زدن نظام علی و معلولی نیست؛ بلکه از یک موضع بالاتر در چارچوب نظام علی این امر اتفاق افتاده و علت معنوی، علت مادی را خنثی کرده است (رشاد و عباس‌زاده، ۱۳۹۹: ۲۴۲).

منظور از وحدت هستی، برقرار شدن رابطه علت و معلولی میان تمام پدیده‌ها در تمامی عوالم است. نظام کلی جهان، حرکت تدریجی همگانی به سوی خداوند دارد (نک: هود/ ۱۲۳؛ شوری/ ۵۳؛ نجم/ ۴۲). با توجه به این‌که «صیوروت» به معنای تغییر تدریجی است، پدیده‌ها در نهایت تغییر و حرکت، به سوی خداوند باز می‌گردند. در هر نقطه از عالم، وجود خداوند تجلی دارد. روح همه انسان‌ها از «عالم امر» نشأت می‌گیرد «إِلَّا لَهُ الْخَلْقُ وَالْأَمْرُ» (اعراف / ۵۴) + «قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي» (اسراء/ ۸۵) و در نقطه‌ای به دنیا وارد شده و به بدنی تعلق گرفته و در محیط مادی قرار می‌گیرد. با هستی ارتباط گرفته و در نهایت از نقطه‌ای از دنیا خارج شده و به سوی خداوند برمی‌گردد.

روابط علی و معلولی میان پدیده‌های هستی، موجب نظم و انسجام جهان شده است (نک: سجده/ ۷)؛ بنابراین جهان از اراده‌ای حکیمانه به وجود آمده و نظام جهان بر اساس خیر و رحمت و به کمال رساندن موجودات استوار است (مطهری، ۱۳۵۸: ۸۵/۲).

انسان‌ها با قدرت اراده و اختیار می‌توانند هر فعالیتی را در دنیا انجام دهند؛ اما نمی‌توانند خارج از ساختار

هستی و قوانین آن حرکت کنند. نوعی تأثیر و تأثر بین انسان و پدیده‌های هستی وجود دارد که سبب حرکت انسان به سوی هدف می‌شود. حال اگر انسان بخواهد به سلامت معنوی دست یابد، باید جهت حرکت خود را به سوی خداوند تنظیم کند که جهت مطلوب است. این حرکت، نیازمند تنظیم ارتباطات و برنامه برای تمامی جوانب زندگی است (حسینی طهرانی، ۱۳۶۱: ۶/۲۰۰). با توجه به اینکه هیچ حرکتی در جهان بدون تعامل با دیگر اجزا انجام نمی‌شود؛ رفتارهای فردی و اجتماعی انسان نیز به منظور هماهنگی بین زندگی فردی و جهانی، باید از یک الگوی نظام‌مند برخوردار باشد. حرکت انسان در راستای نظام هستی، سبب بهره‌گیری از قوای هستی و دستیابی به سعادت ابدی است؛ بر این مبنا نوع سبک زندگی انتخابی انسان، اثراتی را در ساختار هستی و بهره‌گیری از آن به دنبال دارد؛ از این رو خداوند در قرآن می‌فرماید: «وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَىٰ آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ وَلَكِن كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُم بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ» (اعراف / ۹۶).

۴. هدف‌داری

در اسلام، مفهوم هدف در زندگی انسان و همچنین در جهان، به عنوان یک واقعیت عینی مطرح است. اسلام به انسان‌ها می‌آموزد که در زندگی خود، هدف داشته و برای رسیدن به خداوند، او را اطاعت کنند. بسیاری از آیات قرآن کریم به مفهوم هدف‌داری انسان و هستی اشاره کرده‌اند: «وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ» (ذاریات / ۵۶).

قرآن کریم هستی را دارای هدف می‌داند: «رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا» (آل عمران / ۱۹۱) و هدف خلقت را نیز عبادت و بندگی خداوند معرفی می‌کند: «إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي...» (طه / ۱۴). آیات فراوانی بیان‌گر هدفمندی جهان و انسان است (نک: اعلیٰ / ۱-۳؛ ص / ۲۷؛ یونس / ۵-۹؛ حجر / ۲۱-۲۲؛ روم / ۸؛ قیامت / ۳۹؛ جاثیه / ۲۶-۲۹؛ عنکبوت / ۲-۳؛ زمر / ۵؛ طه / ۵۰-۶۹ و...). تمامی هستی بی‌واسطه یا باواسطه معلول خداوند است و بر اساس حکمت الهی، هدفمند هستند.

تمام موجودات عالم برای حرکت به سوی مقصد نهایی از هدایت الهی برخوردار هستند و خداوند به هر موجودی، هر آنچه نیاز و شایسته بوده، عطا کرده و آن را برای رسیدن به مقصد خلقت، تجهیز نموده است (نک: انعام / ۳۸؛ روم / ۳۰؛ طه / ۵۰، ۸۲؛ اعلیٰ / ۲-۳؛ نور / ۶۳؛ فصلت / ۱-۱۲؛ نحل / ۶۸-۶۹ و ۷۹؛ شمس / ۷ و ۸؛ حدید / ۲۵؛ یس / ۳۸ و ۴۰).

تمامی موجودات برای انسان خلق شده و برای رسیدن انسان به کمال در خدمت او هستند: «اللَّهُ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَأَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجَ بِهِ مِنَ الثَّمَرَاتِ رِزْقًا لَّكُمْ وَسَخَّرَ لَكُمُ الْفُلْكَ لِتَجْرِيَ فِي الْبَحْرِ بِأَمْرِهِ وَسَخَّرَ لَكُمُ الْأَنْهَارَ» (ابراهیم / ۳۲ و نیز نک: بقره / ۲۵). این نوع نگرش، ایمان و زندگی را در راستای هدف حرکت هستی قرار داده و به اهداف و رفتارهای فردی و اجتماعی انسان ارزش می‌دهد. اگر این نگرش و بینش به درستی شکل گرفته باشد، باور و انگیزش و ارزش نیز منجر به رفتار و عمل در همان راستا می‌شود و رفتارهای نظام‌مندی

را شکل می‌دهد. این سیر بینش تا کنش، همان مؤلفه‌های سلامت معنوی است؛ زیرا ایمان به خداوند و هدف‌داری هستی، نتایجی مانند ایجادکننده رابطه میان انسان و خدا، بهبود روابط اجتماعی، امید به آینده، ایجاد مسئولیت و تعهد در انسان، لذت بردن از زندگی در تمامی شرایط و... را دارد (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱: ۲۱۷/۱). انسان مدرن بدون تبیین معقول از هستی نمی‌تواند به آرامش و سلم دست یابد. افرادی که به زندگی بدبین هستند و هدفی برای آن ندارند، در نهایت دچار پوچی می‌شوند. در حقیقت پوچی نتیجه ناتوانی در پاسخ به چرایی و چگونگی‌های زندگی است و در صورت پاسخ به این سؤالات، او به آرامش می‌رسد (موفق، ۱۳۸۸: ۹۱).

۵. باور به جهان غیب و عالم آخرت

وجه غیبی واقعیت، قسمت عمده‌ای از واقعیت را شکل می‌دهد که انسان‌ها نیز مانند دیگر موجودات به آن دسترسی ندارند؛ با این وجود از طریق وحی، یک رابطه روشن و شفاف بین عالم غیب و واقعیت انسانی برقرار شده است. نکته قابل توجه این است که پیامبران الهی به منبع غیب متصل هستند، اما از اسرار عالم غیب آگاه نیستند (رک: هود، ۳۱، انعام، ۵۹). بنابراین قسمت عمده‌ای از واقعیت به عالم غیب تعلق دارد. باور به این بخش از واقعیت یعنی باور به جهان غیب و آخرت با توجه به دو بعدی بودن انسان در دستیابی وی به آرامش و سلم تأثیرگذار است. درحقیقت با توجه به دو وجهی بودن واقعیت یعنی واقعیت محسوس و واقعیت غیب، پذیرفتن یا پذیرش ناقص هر کدام در اسلام، باعث می‌شود شناخت انسانی از تعادل خود خارج شود (ایمان و کلاته‌ساداتی، ۱۳۹۹: ۵۳۵-۵۳۶). با در نظر گرفتن تعریف واقعیت، وجود عالم غیب، به عنوان یک واقعیت عینی مطرح است. از دیدگاه اسلام، عالم غیب شامل موجودات و اتفاقاتی است که از دیدگاه ما، غیب و پنهان هستند و قابل رؤیت و شناسایی نیستند. این عالم شامل موضوعاتی مانند ملکوت، جن، شیاطین، عالم برزخ، قیامت، حساب‌کتاب و ... است.

هستی و جهان دارای مراتب است و در ماورای عالم مادی، عالم معنا قرار دارد. ماهیت هستی به سوی اویی است که از این بازگشت، به معاد تعبیر می‌شود. دو مرحله زندگی پیش روی انسان قرار دارد: مرحله دنیا که محدود و موقت است و مرحله آخرت که محصول دنیاست و یک مرحله جدید و جاویدان است: «قَالَ اهْبِطُوا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ وَلَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَمَتَاعٌ إِلَىٰ حِينٍ» * قَالَ فِيهَا تَحْيَوْنَ وَفِيهَا تَمُوتُونَ وَمِنْهَا تُخْرَجُونَ» (اعراف/۲۴-۲۵). در مقابل دنیا، زندگی اخروی قرار دارد که زندگی دنیا در برابر آن فریب و غرور است: «كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّوْنَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَمَنْ زُحِرَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ» (آل عمران/۱۸۵) و زندگی جاویدان و حقیقی، زندگی اخروی است که اگر انسان‌ها فرق بین زندگی موقت و زندگی جاویدان را درک کنند، از این زندگی موقت چشم پوشیده و به زندگی جاویدان دلبستگی پیدا می‌کنند: «وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهُوٌّ وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِيَ الْحَيَوَانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ» (عنکبوت/۶۴). همان‌گونه که از این آیات به دست می‌آید می‌توان گفت قیامت در حقیقت بستر تجسم نوع آینده آدمی است؛ اگر کسی فریفته زندگی فریب دنیایی شود و از زندگی جاویدان غافل باشد، در آن دنیا زندگی خوبی نخواهد داشت؛

اما اگر کسی زندگی مؤمنانه داشته باشد و دنیا را محل گذر ببیند و به آن دل نبندد، در آخرت در بهشت برین خواهد بود.

فرجام‌اندیشی سبب می‌شود انسان با نگرشی جدید به هستی، خود و رابطه خود با خدا و دیگر موجودات اندیشه کند. این اندیشه انسان را به خودآگاهی رهنمون می‌شود و سبب می‌شود او، خود را بیافریند و از دلهره و اضطراب به دور باشد. باور آخرت به زندگی انسان هدف و پویایی داده و درجه‌ای از سلامت معنوی را برای او به ارمغان می‌آورد.

۶. مرگ

مرگ یکی دیگر از ابعاد هستی‌شناخت است که نوع مواجهه با آن، در تأمین سلامت معنوی نقش بسزایی دارد. گروهی مرگ را نیستی می‌دانند و اعتقادی به معاد و بازگشت ندارند. مرگ نماد جدایی از خویش و دیگران بوده و ناآگاهی یا آگاهی از آن، انسان را به دلهره می‌کشاند (علیزمانی، ۱۳۸۳: ۴۵) برای مثال تصور اشتباهی که فیلسوفان اگزیستانسیالیست از مرگ دارند، سبب شده تا کل طول زندگی خود را در ترس و دلهره سپری کنند؛ زیرا مرگ از نگاه آنان نیستی است و زندگی انسانی با گذشت هر ثانیه، به نیستی نزدیک‌تر می‌شود. ناتوانی انسان در مواجهه با مرگ او را به تنهایی و دلهره دچار می‌کند و از این رو هستی‌برایش معنا ندارد (د. یالوم، ۱۳۹۱: ۵۸-۵۹) برخی از مکاتب، مرگ را نابودی کلی می‌دانند و مرگ مقوله‌ای است که در هر لحظه می‌تواند به زندگی انسان پایان بخشد و معنای زندگی را از بین ببرد (د. یالوم، ۱۳۹۱: ۵۹۳). با توجه بی‌نهایت‌طلبی انسان، اگر مرگ را نیستی و پایان این جهان بدانیم، آرامش انسان را از بین برده و موجب دلهره و اضطراب او می‌شود.

تصور مرگ، هیچ بودن را در قالب یک واقعیت غیرقابل انکار در زندگی انسانی مجسم می‌کند. تجربه نیستی به معنای در تاریکی فرورفتن جهان معقول است. اگر مرگ ممکن است، پس نیازی نبود به وجود بیایم. در این حالت، وجود شخص در میان دو نیستی قرار می‌گیرد و در حقیقت این نیستی است که واقعیت دارد. وقتی وجود انسان با واقعیت هستی تمایز یابد، مسأله مرگ دلهره‌آور می‌گردد و اضطراب دلهره‌انگیزی به همراه دارد (بلاکهام، ۱۳۶۸: ۱۴۷-۱۴۶). به دلیل ناآگاهی انسان از آینده، هر نوع پیش‌آمدی، خواه یا ناخواه انسان را مضطرب می‌سازد و حس مرگ، هول‌انگیزترین رخدادی است که انسان‌های گذشته و فردا را هدف گرفته است و به ابهام هول‌آور آینده دامن می‌زند (سارتر، بی‌تا، ۵۲-۶۲). اما اگر آدمی توانایی مواجهه با باور مرگ را داشته باشد، می‌تواند به انتخاب دست بزند و معنایی را برای زندگی خود بیافریند. سلامت معنوی انسان در گرو این باور است.

اگر انسان در این دنیا به سلامت معنوی که مبتنی بر قلب سلیم است، برسد، مرگ او نیز همراه با نشاط و سلامت بوده و ترسی نخواهد داشت و می‌داند مرگ نه تنها پایان آدمی نیست، بلکه پلی برای رسیدن به عالم آخرت و بهره‌مندی از نعمات یا برخورداری از عذاب جهنم است؛ به همین دلیل سبک زندگی خود را در جهت

رسیدن به قلب سلیم و قرار گرفتن در دارالسلام تنظیم می‌کند و از کاری که سبب عقوبت الهی شود، پرهیز می‌کند. یکی از وجوه بیهوده نبودن خلقت انسان، جهت‌گیری آن به سوی آخرت و سرای جاودان است؛ بر این اساس اگر کسی به مرگ معتقد نباشد و آن را حساب نکند، نسبت به این جهت‌گیری غافل بوده و زندگی دنیایی او پوچ و بی‌معنا خواهد بود (مکارم شیرازی، ۱۳۸۰: ۳: ۵۱۲). توجه زیاد به دنیای بیرونی و غافل بودن از آخرت، سبب غفلت از مرگ می‌شود. به همین دلیل در قرآن کریم تأکید فراوانی بر پرهیز از دنیازدگی به منظور توجه به مرگ و ترسیم و روشن ساختن مراحل تعالی زندگی پیش روی انسان است: «كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّوْنَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَمَنْ زُحْزِحَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ»؛ «با قوم اینما هذه الحیاء الدنیا متاع و این الآخرة هی دار القرار» (آل عمران/۱۸۵، غافر/۳۹). در آیه ۳۹ غافر مؤمن آل فرعون، سلوک سبیل رشاد و تدین به دین حق را به این عقیده که انسان بعد از زندگی ناپایدار دنیا، زندگی ابدی و جاودانی آخرت را در پیش دارد، مستند می‌کند (طباطبایی، ۱۳۷۴: ۵۰۴/۱۷). در حقیقت، اعتقاد به معاد و جاودانگی در آخرت و حساب و جزا (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱: ۱۰۲/۲)، نگاه به زندگی این دنیا را تغییر داده و آرزوی وصال خداوند و خود را مسافر دیدن در این دنیا، زندگی و مصائب زندگی دنیایی را تحمل‌پذیر نموده و برای انسان آرامش و سلم را به ارمغان می‌آورند.

۵. ۲. معنی داری زندگی، واقعیت ذهنی در سلامت معنوی

یکی دیگر از مؤلفه‌های هستی‌شناسی، پرسش از معنای زندگی است. معناداری زندگی با توجه به اینکه برای هر فرد به شکلی خاص و منحصر به فرد تفسیر می‌شود، به واقعیت ذهنی مرتبط است. شاید بتوان گفت در بحث سلامت معنوی، سرجمع مبانی هستی‌شناسانه خود را در معناداری زندگی نشان می‌دهد و به میزان جایگاه آن مؤلفه‌ها در زندگی انسانی، سطحی از معناداری زندگی در ذهن انسان شکل می‌گیرد. در حقیقت خصیصه اصلی سلامت معنوی، احساس معنادار شدن در زندگی و تحمل رنج‌ها و حس رضایت از زندگی است.

معنا به وجود می‌آید تا اضطراب ناشی از مواجهه با زندگی دنیایی را تسکین دهد و در حقیقت، التیام‌بخش اضطراب است. انسان به معنا نیاز دارد و زیست بدون معنا و هدف و آرمان، سبب رنج انسان است (د. یالوم، ۱۳۹۱: ۶۴۰) آیه «يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهِ» (انشقاق / ۶) به این نکته اشاره دارد که رنج امری گریزناپذیر بوده و از مهمترین مسائل و دغدغه‌های آدمی است.

اگر انسان چرایی و دلیل رنج خود را بداند و بتواند به شرایط موجود خود، پاسخی مناسب دهد، به سمت ژرف‌ترین معنا و برتری ارزش‌های زندگی خود رهنمون می‌شود. برخی مکاتب مانند آگزیستانسیالیسم معتقدند به دلیل تصادفی بودن دنیا، انسان‌ها خود باید خود و دنیا و موقعیت خویش را بسازند (کونگ، ۱۳۹۱: ۲۳۰-۲۲۹) و چون جهان بدون نقشه است، پس معنایی در کار نیست و هیچ خط مشی‌ای جز آنچه خود انسان خلق می‌کند،

وجود ندارد (سارتر، ۱۳۵۸: ۷۷) و در این حال، وقتی انسان نیازمند معناست، چگونه باید آن را در جهان بی معنا به دست آورد؟

بر اساس آموزه‌های قرآن کریم، انسان می‌تواند هم زندگی تهی از یاد خدا داشته باشد و هم زندگی متکی بر خدا: «أَوَمَنْ كَانَ مَيْتًا فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَنْ مَثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِنْهَا كَذَلِكَ زُيِّنَ لِلْكَافِرِينَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ» (انعام/۱۲۲). زندگی انسان در نسبت با خداوند، معنادار می‌شود و رنج‌ها نیز، تمرینی در سمت مدیریت زندگی است. باور داشتن به این امر که هستی بهترین مدیریت و برنامه با خداوند دارد، سلامت معنوی را برای انسان به ارمغان می‌آورد. حقیقت آن‌چه مهم است، روش و نگرش انسان به رنج است؛ زیرا رنج و درد بهترین جلوه‌گاه ارزش وجودی انسان است.

از دیدگاه قرآن کریم، تنها در متصل شدن به خداوند است که انسان می‌تواند بار هستی را تحمل کرده و مسیر عالم پر از رنج را برای رسیدن به سعادت ابدی بپیماید. مهم‌ترین کارکرد نگاه معنوی به هستی و جهان، معنادار نمودن زندگی است. انسان در این جهان به میهمانی آمده و خلیفه الهی است و تمامی امکانات برای رشد و تعالی و در اختیار او قرار داده شده و موجودی رانده و پرتاب شده نیست. همه‌چیز در این عالم حساب‌شده است (نک: صدر، ۱۳۹۵: ۱۲۶-۱۲۹).

انسان‌ها در این جهان و در زندگی روزمره در جستجوی مطلوبیت‌هایی مانند ثروت، قدرت و لذت هستند و در جهت رسیدن به آن‌ها تلاش طاقت‌فرسا دارند؛ اما همواره با سه مشکل که مایه رنج هستند، روبرویند: رنج ناشی از نرسیدن؛ رنج ناشی از ترس از دست دادن؛ رنج ناشی از تکرار و خستگی و دلزدگی. در مواجهه با این رنج‌ها، برخی تنها راه نجات را در خودکشی دیده‌اند که در حقیقت، پاک کردن صورت مسئله است و نه راه حل (علیزمانی، ۱۳۸۳: ۴۲). هر آن‌چه در این جهان اعم از درد و رنج یا رفاه و شادمانی که به انسان می‌رسد، چیزی جز وسیله ابتلا و آزمایش نیست: «إِنَّا جَعَلْنَا مَا عَلَى الْأَرْضِ زِينَةً لَهَا لِنَبْلُوَهُمْ أَيُّهُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا» (کهف/۷) تا میزان صبر و شکر او مشخص شود. در آموزه‌های اسلام اصل بر تغییر خود بوده و زمینه را برای تعالی انسان و بازگشت به خویشتن فراهم می‌سازند. آموزه‌های قرآنی نحوه نگاه انسان را به هستی، مرگ، و درد و رنج در این عالم تصحیح می‌کنند. همان‌گونه که گذشت، نحوه نگاه انسان به هستی، نوع زندگی او را تعیین می‌کند. برخی کل نظام هستی را آشفته و بدون محتوا دانسته و با این نگرش به عالم نگاه می‌کنند. در این صورت فرد با ناامیدی و یأس این زندگی را تحمل کرده و در نهایت به خودکشی می‌رسد. اما اگر فردی با دید قرآنی به هستی نظر کند، تمام این صحنه هستی برای او معنادار شده و مرگ و درد و رنج برای او معنا و مفهوم پیدا می‌کند و در زندگی به سلم و آرامش می‌رسد.

سلامت معنوی به عنوان یک امر انسانی، یک واقعیت اجتماعی است. در هستی‌شناسی اسلامی، واقعیت و انسان، متفاوت از دیگر جهان‌بینی‌ها یا پارادایم‌ها تعریف می‌شوند. بر اساس نگاه اسلام، مبانی هستی‌شناسی سلامت معنوی بر پایه دو مفهوم اصلی واقعیت عینی و واقعیت ذهنی ساخته شده است. در سلامت معنوی که به عنوان یکی از جنبه‌های سلامت بشری تلقی می‌شود، واقعیت عینی مرتبط با جنبه‌های مادی و فیزیکی سلامت است، از سوی دیگر، واقعیت ذهنی در این حوزه به معنای دیدگاه و تفسیر فرد از معنای زندگی، ارزش‌ها، هدف‌ها و روابط انسانی است. به عبارت دیگر، سلامت معنوی مستلزم تعادل میان واقعیت عینی و واقعیت ذهنی است. از آنجا که بر خلاف اندیشه غربی، انسان در اسلام ماهیتی هر دو جهانی دارد، نسخه‌های آن نیز برای سلامت معنوی هر دو جهانی است. بر این اساس می‌توان گفت هستی‌شناسی اسلامی به ما می‌آموزد هستی و جهانی که در آن زندگی می‌کنیم، به «خداوند» تعریف می‌شود و اصل حضور خداوند در آن بدیهی فرض شده است. خداوند شیوه تبدیل و تغییر را آموخته و انسان می‌تواند بپذیرد یا نپذیرد. آیات قرآنی می‌آموزند که خداوند محور نظام‌های توحیدی است: «قَالَ رَبُّ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا» (شعرا / ۲۴)، «إِنَّمَا إِلَهُكُمُ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ» (طه / ۹۸) و مقوله سلامت معنوی در این چشم‌انداز تبیین می‌شود. هم‌چنین جهانی که در آن زندگی می‌کنیم، جهانی حساب شده و به این قرار، قابل محاسبه است. این آموزه‌ها از جمله می‌آموزد که دستیابی به سلامت معنوی و زندگی هدف‌دار، یک نمای برآیندی از این بینش محاسبه‌پذیری جهان است. از دیگر اصول هستی‌شناخت می‌توان به اعتقاد به جهان غیب و آخرت، مادی و فرامادی بودن موجودات، اعتقاد به مرگ و معاد و در برآیند این‌ها به معنی داری زندگی اشاره نمود.

منابع

قرآن کریم

- ابن ساذان، محمدبن احمد، ۱۴۰۷ق، مائه منقبة من مناقب أمير المؤمنين علي بن ابي طالب و الأئمة من ولده عليهم السلام من طريق العامة، به اهتمام مدرسه الامام المهدي(عج)، قم، مدرسه الامام المهدي(عج).
- ابن فارس، احمد، ۱۴۱۰ق، معجم مقاييس اللغة، ج ۳، بيروت، الدارالاسلاميه.
- ابن منظور، محمدبن مكرم، ۱۴۱۴ق، لسان العرب، ج ۱۵، بيروت، دارصادر.
- اداره اطلاعات سازمان ملل متحد، ۱۳۵۴ش، راهنمای سازمان ملل، ترجمه منصور فراسیون، تهران، وزارت علم و آموزش عالی.
- ایمان، محمدتقی، ۱۳۹۳ش، فلسفه روش تحقیق در علوم انسانی، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- ایمان، محمدتقی، کلاته ساداتی، احمد، ۱۳۹۹ش، فلسفه تحقیق در علوم اجتماعی، تهران، سمت و پژوهشکده تحقیق و توسعه علوم انسانی.
- بلاکهام، ه. ج، ۱۳۶۸ش، شش متفکر اگزیستانسیالیسم، ترجمه محسن حکیمی، تهران، نشر مرکز.
- جوادی آملی، عبدالله، ۱۳۹۰ش، تفسیر انسان به انسان، قم، اسراء.
- حسینی طهرانی، سیدمحمدحسین، ۱۳۶۱ش، معادشناسی، ج ۶، تهران، حکمت.

- د. یالوم، اروین، ۱۳۹۱ش، روان‌درمانی آگریستانسیال، ترجمه سپیده حبیب، تهران، نشر نی.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ۱۴۱۲ق، مفردات فی غریب القرآن، ج ۱ و ۲، به کوشش صفوان عدنان داودی، بیروت: دارالعلم الدارالشامیه.
- رشاد، علی اکبر؛ عباس‌زاده، مهدی، ۱۳۹۹، «نگاهی به مبانی دین‌شناختی و انسان‌شناختی و برخی شاخص‌های سلامت معنوی»، نشریه فرهنگ و ارتقای سلامت فرهنگستان علوم پزشکی، سال چهارم، ش سوم، صص ۲۴۰-۲۴۶، تهران، فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران.
- سارتر، ژان پل، ۱۳۵۸ش، آگریستانسیالیسم و اصالت بشر، تهران، نشر مروارید.
- سارتر، ژان پل، بی‌تا، هستی و نیستی، ترجمه عنایت الله شکیباپور، تهران، دنیای کتاب.
- صدر، سیدمحمدباقر، ۱۳۹۵ش، پژوهش‌های قرآنی، ترجمه سیدجلال میرآقایی، قم، دارالصدر.
- طباطبایی، سیدمحمدحسین، ۱۳۷ش، تفسیر المیزان، ج ۱۷، ترجمه سیدمحمدباقر موسوی، قم، دفتر انتشارات اسلامی.
- طریحی، فخرالدین، ۱۳۷۵ش، مجمع‌البحرین، ج ۶، تحقیق احمد حسینی، تهران، کتابفروشی مرتضوی.
- عطاس، سیدمحمدنقیب، ۱۳۷۵ش، مراتب و درجات وجود، ترجمه سد جلال‌الدین مجتبی، تهران، مؤسسه مطالعات اسلامی دانشگاه تهران با همکاری مؤسسه بین‌المللی اندیشه و تمدن اسلامی.
- علیزمانی، امیرعباس، ۱۳۸۳ش، «ایمان دینی و رنج‌های وجودی»، فصلنامه پژوهش‌های فلسفی و کلامی، سال ۵، ش ۲۰، صص ۴۹-۲۶، قم، دانشگاه قم.
- موفق، علیرضا، ۱۳۸۸ش، معنای زندگی، تهران، کانون اندیشه جوان.
- فراهیدی، خلیل‌بن‌احمد، ۱۴۱۰ق، العین، ج ۷، قم، هجرت.
- کلینی، محمدبن یعقوب، ۱۳۸۷ش، الکافی، ج ۳ و ۱۵، ایران، مؤسسه دارالحدیث.
- کونگ، هانس، ۱۳۹۱ش، هنر زیستن، ترجمه حسن قتیبری، قم، نشر دانشگاه ادیان و مذاهب.
- محمدپور، احمد، ۱۳۹۷ش، روش در روش: درباره ساخت معرفت در علوم انسانی. تهران، لوگوس.
- مطهری، مرتضی، ۱۳۵۸ش، بیست گفتار، ج ۲، تهران، صدرا.
- مطهری، مرتضی، ۱۳۸۷ش، مجموعه آثار، ج ۲، قم، نشر صدرا.
- معین، محمد، ۱۳۷۱ش، فرهنگ فارسی، ج ۲، تهران، سپهر.
- مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۸۰ش، پیام امام، ج ۳، قم، انتشارات علی بن ابیطالب.
- مکارم شیرازی، ناصر و همکاران، ۱۳۷۱ش، تفسیر نمونه، ج ۱ و ۲ و ۳، تهران، دارالکتب الإسلامیه.
- منسوب به امام صادق (ع)، ۱۴۰۰ق، مصباح الشریعه، بیروت، مؤسسه الاعلمی للمطبوعات.