



## نقش ایمان در سلامت روانی و شکل‌گیری شخصیت سالم بر اساس متون دینی و روان‌شناسی

ابوالقاسم بشیری\*

### چکیده

هدف اصلی این پژوهش، تبیین چگونگی تأثیر ایمان در سلامت روانی و شکل‌گیری شخصیت سالم بر اساس متون دینی و روان‌شناختی است. این پژوهش با استفاده از روش تحقیق کیفی از نوع تحقیق توصیفی-تحلیلی-تفسیری انجام گرفت. ابتدا مفاهیم اساسی پژوهش مانند «ایمان»، «شخصیت» و «سلامت روانی» توصیف و تحلیل شد. سپس با مراجعه به متون دینی و روان‌شناسی نحوه تأثیرگذاری ایمان در سلامت روانی و سالم‌سازی شخصیت، بررسی شد. نتایج پژوهش نشان داد که در پرتو ایمان، سازمان روانی فرد مؤمن از نوعی غنای معرفتی برخوردار می‌شود و قدرت بینش او افزایش می‌یابد، به گونه‌ای که تعاملات بین فردی او با دیگران اصلاح می‌شود. همچنین، بُعد گرایش فرد مؤمن، در مسیر شرع و عقل، جهت‌دهی می‌شود و در پی آن، رفتارهای وی نیز، که متأثر از بینش‌ها و گرایش‌های او است، اصلاح می‌شود و بدین طریق نوعی انسجام و یکپارچگی در ابعاد شخصیت فرد مؤمن به وجود می‌آید.

**کلیدواژه‌ها:** ایمان، شخصیت، سلامت روانی، شخصیت سالم، اسلام و روان‌شناسی.

## مقدمه

همان‌طور که سلامت جسمانی یکی از موضوعات محوری در دانش پزشکی است، سلامت روانی نیز یکی از موضوعات جالب و مهم در روان‌شناسی است. این پرسش همواره برای روان‌شناسان مطرح بوده است که انسان سالم کیست و چه خصوصیتی دارد و چه سازوکارهایی باعث می‌شود شخصیت در فرآیند تحول سالم شکل بگیرد. بر همین اساس، موضوع سلامت انسان از دیرباز محل توجه دانشمندان و مکاتب گوناگون فکری و فرهنگی بوده، و هر یک با رویکرد خاص خودشان ابعاد و مؤلفه‌های آن را بررسی کرده و عوامل مؤثر در سلامت انسان را کاویده‌اند. در سال‌های اخیر، مطالعات روان‌شناختی بسیاری برای بررسی رابطه میان جهت‌گیری دینی (ایمان) و سلامت روانی و شخصیت سالم انجام شده است. نتایج این تحقیقات نشان می‌دهد همبستگی معناداری بین آن دو برقرار است (لوین، ۲۰۰۲<sup>۱</sup>، به نقل از: مرعشی، ۱۳۸۳، ص ۷۷). نتایج تحقیقات (آلواردو،<sup>۲</sup> تمپلر،<sup>۳</sup> برس‌لر<sup>۴</sup> و توماس،<sup>۵</sup> ۱۹۹۵؛ ایزایا،<sup>۶</sup> پارکر<sup>۷</sup> و مورو،<sup>۸</sup> ۱۹۹۹؛ میسن‌هلدر<sup>۹</sup> و چاندلر،<sup>۱۰</sup> ۲۰۰۰؛ لارسن<sup>۱۱</sup> و کونینگ،<sup>۱۲</sup> ۲۰۰۰، به نقل از: ساردویی و همکاران، ۱۳۸۲، ص ۲۷) نشان می‌دهد که یکی از شرایط لازم برای دستیابی به سلامت روانی، برخورداری از نظام ارزشی و باور به آن است. همچنین، پژوهش‌هایی نیز با رویکرد اسلامی و با هدف تبیین موضع قرآن راجع به بهداشت روانی و بیان ویژگی‌های شناختی، عاطفی و رفتاری شخصیت سالم و رابطه ایمان با آنها انجام شده است (علوی‌نژاد، ۱۳۷۷؛ مرعشی، ۱۳۸۳ الف؛ سالاری‌فر و همکاران، ۱۳۸۹). این پژوهش‌ها نشان داده‌اند که میان باورهای دینی، نظام ارزشی و سلامت روانی همبستگی بالایی وجود دارد (بوالهری، ۱۳۷۹، ص ۲۵). پژوهش‌هایی نیز به بررسی رابطه ایمان و سلامت روانی پرداخته، و به نتایج مشابهی دست یافته‌اند.

همچنین، بر اساس آموزه‌های دینی، سلامت و تعالی شخصیت افراد انسانی در گرو التزام به

1. Leven, K

2. Alvarado, H

3. Templer, G

4. Bresler, A

5. Thomas, K. W

6. Isaia, M

7. Parker, J

8. Murrow, W

9. Meisenhelder, F

10. Chandler, H

11. Larson, B

12. Koeing, H

ارزش‌های متعالی اسلام است. ایمان یکی از ارزش‌های بسیار مهم و بنیادی است که جا دارد نقش آن در سلامت روانی و یکپارچگی شخصیت مطالعه شود. در قرآن تعبیری همچون «شفاء»، «فلاح»، «حیات طیبه»، «قلب سلیم» و ... وجود دارد که ناظر به سلامت روانی و شخصیت سالم است. قرآن کریم در برخی از آیات، خود را شفابخش و سلامت‌آفرین برای کسانی که از گوهر ایمان برخوردارند، معرفی می‌کند (یونس: ۵۸؛ اسراء: ۸۲). پژوهش‌های مذکور بیشتر رابطه ایمان و سلامت روانی را بررسی کرده‌اند، اما به نحوه تأثیرگذاری ایمان در سلامت روانی و بالمآل بر شخصیت نپرداخته‌اند. هدف اصلی این پژوهش آن است که مشخص کند نحوه تأثیرگذاری ایمان در شکل‌گیری شخصیت سالم چگونه است؛ و این خود ضرورت این پژوهش را نیز نشان می‌دهد. در واقع، این پژوهش درصدد پاسخ‌گویی به این پرسش‌ها است: نحوه تأثیرگذاری ایمان در سالم‌سازی شخصیت چگونه است؟ چه ارتباطی بین مؤلفه‌های ایمان و مؤلفه‌های شخصیت وجود دارد؟

### روش پژوهش

با توجه به اینکه تحقیق حاضر در دو حوزه دین و روان‌شناسی انجام شده، به طور مشخص از روش‌های متناسب با این دو حوزه استفاده شده است؛ در خصوص تبیین مفاهیم روان‌شناختی مانند «شخصیت» و «سلامت روانی» از روش توصیفی تحلیلی و برای تبیین مفاهیم دینی مانند «ایمان»، «حیات طیبه» و سایر مفاهیم دینی از روش نقلی موسوم به «روش اجتهادی و تفسیری» استفاده شده است.

### مفهوم‌شناسی

#### ایمان

«ایمان» مصدر باب افعال، در اصل «اثمان» بوده که اشباع و مبدل به ایمان شده است. ایمان در اصل به معنای «در امن قراردادن» است؛ ولی در کاربردهای مختلف به معنای تصدیق، تسلیم و خضوعی است که موجب امنیت خاطر می‌شود. در میان معانی «ایمان»، «تصدیقی که همراهش آرامش و امنیت خاطر باشد» پذیرفتنی‌تر است؛ زیرا معنای تصدیق برای ایمان، در میان اهل لغت تقریباً اجماعی است (ابن فارس، ۱۳۸۷، ص ۴۹؛ فراهیدی، ۱۴۱۴، ص ۵۶؛ راغب اصفهانی، ۱۴۱۶، ص ۶۰؛ ابن منظور، ۱۳۶۳، ج ۱۳، ص ۲۳؛ فیومی، ۱۴۱۴، ج ۱، ص ۲۴). از سوی دیگر،



در ریشه «ایمان» و مشتقات آن به نوعی «بُعد عاطفی» لحاظ شده است؛ چنان‌که خلیل بن احمد به نقل از لسان العرب، «ایمان» را «طمأنینه» می‌داند و دیگران نیز اشاراتی به آن دارند. راغب اصفهانی نیز در مفردات به این مطلب توجه دارد و می‌گوید: «الایمان هو التصدیق الذی معه امن؛ ایمان تصدیقی است که همراه آن، آرامش و سکونت هم باشد، و صرف تصدیق، کافی نیست». در واقع، جنبه گرایشی و عاطفی آن نیز لحاظ شده است. از این رو، به نظر می‌رسد در میان معادل‌های فارسی «ایمان»، «باورداشتن» برای مصدر آن و «باورداشت» برای اسم مصدری، مهم‌ترین واژه‌هایی است که جنبه عاطفی و شناختی ایمان را به هم منتقل می‌کند (بشیری، ۱۳۸۹، ص ۲۰۴).

در تعریف اصطلاحی «ایمان»، از دیرباز، اختلاف نظر بسیار وجود داشته، اما با توجه به حوزه معنای «ایمان» دو مؤلفه اصلی می‌توان برای آن در نظر گرفت: ۱. مؤلفه شناختی؛ ۲. مؤلفه عاطفی. توضیح اینکه، وقتی گفته می‌شود ایمان مبتنی بر معرفت است، مراد از «معرفت» حوزه شناختی انسان به معنای وسیع کلمه است، که دانش، توانایی‌ها و مهارت‌های ذهنی را در بر می‌گیرد. به تعبیر دیگر، هدف‌های آموزشی در حوزه شناختی به فرآیندهایی چون دانستن، شناختن، فهمیدن، اندیشیدن، و استدلال‌کردن و قضاوت‌کردن مربوط می‌شود (سیف، ۱۳۸۵). همچنین، معرفت دربردارنده علم حضوری نیز هست. آیات قرآن کریم نیز حکایت از آن دارد که ایمان بر پایه معرفت بنا شده است.<sup>۱</sup> از این آیات برمی‌آید که دعوت الاهی بر اساس بصیرت و آگاهی است و ایمانی که نتیجه و غایت این دعوت است نیز باید همراه با بصیرت و آگاهی باشد. این بصیرت در افراد مختلف به صورت‌های گوناگون حاصل می‌شود. ممکن است در سطح عالی، جنبه یقینی همراه با شهود و عرفان یا علم حضوری باشد یا در سطوح پایین‌تر، همراه با علم یا ظن نزدیک به علم باشد.

جنبه عاطفی ایمان؛ در معنای لغوی «ایمان» گفته شد: «تصدیق الذی معه امن» (راغب اصفهانی، بی‌تا). از این معنا می‌توان پی برد که ایمان، صرف تصدیق نیست، بلکه همراه تصدیق، حالت عاطفی، آرامش و سکون نیز هست؛ یعنی گرایش قلب به چیزی که تصدیق شده است تا در

۱. ﴿الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ﴾ (بقره: ۳)؛ ﴿قَالَ الَّذِينَ يُظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلَاقُوا اللَّهَ﴾ (بقره: ۲۴۹)؛ ﴿تَزَيَّ أَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ مِمَّا عَرَفُوا مِنَ الْحَقِّ يَقُولُونَ رَبَّنَا آمَنَّا فَاكْفُبْنَا مَعَ السَّاهِدِينَ﴾ (مانده: ۸۳)؛ ﴿قُلْ هَذِهِ سَبِيلِي أَدْعُو إِلَى اللَّهِ عَلَى بَصِيرَةٍ أَنَا وَمَنِ اتَّبَعَنِي وَسُبْحَانَ اللَّهِ وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ﴾ (يوسف: ۱۰۸).

برابر آن به سکون و تسلیم درآید (بشیری، ۱۳۹۶، ص ۲۰۵ - ۲۰۶).

با توجه به نکات فوق، ایمان مذهبی عبارت است از: تصدیق و تسلیم قلبی به متعلقات ایمان.<sup>۱</sup> یعنی خدا و صفات او، انبیای الهی و جانشینان آنها، کتاب‌های آسمانی، معاد، ملائکه و غیب. چنین تصدیق و تسلیمی اولاً مبتنی بر علم و معرفت است؛ و ثانیاً مقتضی عمل متناسب با آن است.

### شخصیت

معادل انگلیسی واژه «شخصیت»، personality است. این واژه از ریشه لاتین persona گرفته شده است، که به معنای نقاب یا ماسکی است که در یونان و روم قدیم، بازیگران تشاتر بر چهره خود می‌گذاشتند؛ و تلویحاً به این مطلب اشاره می‌کند که شخصیت هر کس، نقابی است که او بر چهره خود می‌زند تا وجه تمیز او از دیگران باشد (کریمی، ۱۳۸۹، ص ۳). در حال حاضر، تعریف واحدی از «شخصیت»، که همگان بر آن اجماع داشته باشند، وجود ندارد. هر روان‌شناس با در نظر گرفتن جنبه یا جنبه‌هایی از انسان، تعریفی از شخصیت مطرح کرده است. آلپورت بعد از جمع‌آوری بیش از پنجاه تعریف، آنها را به دو دسته تقسیم کرده است: دسته اول تعاریفی است که ناظر به جنبه‌های جسمانی و فیزیولوژیکی است؛ یعنی قابلیت مشاهده و اندازه‌گیری دارد؛ دسته دوم تعاریف‌هایی است که به نقش عوامل اجتماعی در شخصیت، اهمیت می‌دهند و به واکنش‌های افراد به مثابه عامل تعیین‌کننده شخصیت اشاره دارند. آلپورت سپس تعریفی را مطرح می‌کند که هر دو جنبه شخصیت را در بر می‌گیرد. به نظر آلپورت، «شخصیت عبارت است از سازمان پویایی از نظام‌های جسمی روانی در درون فرد که رفتار و افکار ویژه او را تعیین می‌کند» (آلپورت، ۱۹۶۱).

### سلامت روانی

سلامت روانی برابر نهاد mental health، برگرفته از دو واژه mental به معنای ذهنی و روانی و health به معنای سلامت و تندرستی است. این واژه در خصوص انسان، دست‌کم در چهار رشته علمی کاربرد دارد. اولین کاربرد آن در رشته پزشکی است. منظور از آن در این کاربرد، عملکرد درست اعضای بدن از نظر بیولوژیکی، عمل مناسب سلول‌ها و اعضای بدن و هماهنگی آنها با هم

۱. متعلقات ایمان بر اساس آیات و روایات عبارت است از: «خدا، غیب، فرشتگان، آیات الهی، انبیا، کتب آسمانی و آخرت». تقریباً همه این موارد در آیه ۱۷۷ سوره بقره آمده است: ﴿لَيْسَ الْبِرُّ أَنْ تُولُوا وُجُوهَكُمْ قَبْلَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ ءَامَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَالْمَلَائِكَةِ وَالْكِتَابِ وَالنَّبِيِّينَ...﴾.

است. در جامعه‌شناسی، منظور از آن، تعامل معقول و منطقی و برقراری ارتباط درست با محیط اجتماعی فرد است (همان). اما کاربرد این اصطلاح در کتاب‌های روان‌شناسی معنای ویژه‌ای دارد و روان‌شناسان این مفهوم را به صورت‌های گوناگونی تعریف کرده‌اند. چاهن (۱۹۹۱) سلامت روانی را وضعیتی از بلوغ روان‌شناختی می‌شمرد که وجود آن موجب احساسات و بازخوردهای مثبت به خود و دیگران و رضایت در روابط بین‌فردی می‌شود.

فرهنگ روان‌پزشکی کمپیل این اصطلاح را «احساس رضایت و بهبود روانی و تطابق کافی اجتماعی با موازین مورد قبول هر جامعه» تعریف کرده است (پورافکاری، ۱۳۸۶، ص ۹۱۳). کرسینی (۱۹۹۹) «سلامت روانی» را وضعیتی روانی با ویژگی‌های بهزیستی عاطفی، رهایی نسبی از اضطراب و علائم بیماری‌های ناتوان‌کننده، و توانایی برقراری ارتباط سازنده و کنار آمدن با مقتضیات و فشارهای معمول زندگی تعریف کرده است. گریگوری (۲۰۰۴) «سلامت روانی» را به معنای داشتن توانایی همکاری و تعاون، صمیمیت، روابط دوستانه با دیگران، ابراز احساسات، آگاهی از خود و جهان اطراف و سازگاری با مشکلات زندگی تعریف کرده است. جاهودا<sup>۱</sup> در بحث از سلامت روانی، شش دسته مفهوم اصلی در نظر گرفته است: ۱. نگرش‌های فرد راجع به خود؛ ۲. میزان رشد، تحول و خودشکوفایی؛ ۳. انسجام شخصیتی؛ ۴. خودفرمانروایی؛ ۵. درک صحیح واقعیت؛ و ۶. تسلط بر محیط (سالاری‌فر و همکاران، ۱۳۹۰، ص ۱۲ - ۱۳).

تقریباً همه این تعاریف به بُعد جسمانی، روانی و اجتماعی شخصیت پرداخته‌اند، اما از جنبه‌های معنوی انسان غفلت کرده‌اند. لذا باید تعریفی از «سلامت روانی» مطرح کرد که همه ابعاد وجودی انسان را شامل شود. از این منظر، سلامتی به سطحی از عملکرد اشاره دارد که در آن فرد با خود و سبک زندگی‌اش آسوده و بی‌مشکل باشد. چنین مفهومی نیازمند رشد بهنجار و متعادل در تمام ابعاد وجودی فرد از نظر جسمانی، روانی، اجتماعی و معنوی است. این ابعاد در ارتباط متقابل با همدیگرند، به گونه‌ای که مشکلات مربوط به یک بُعد، ابعاد دیگر و سلامتی کلی فرد را با خطر مواجه می‌کند. بدین ترتیب سلامت و بهداشت روانی عبارت است از: بهره‌مندی فرد از وضعیت مطلوب جسمانی، روانی، اجتماعی و معنوی به گونه‌ای که برای او امکانی فراهم کند که بتواند به زندگی خلاق، رضایت‌بخش و سعادتمند دست یابد (همان، ص ۱۴).

1. Jahoda, M

در میان مفاهیم دینی، مفهومی که همه ابعاد وجودی انسان را در بر می‌گیرد «حیات طیبه» است. مفهوم «حیات طیبه» در آموزه‌های دینی به سطحی از عملکرد روانی اشاره دارد که در آن فرد با خود و سبک زندگی‌اش آسوده و بی‌مشکل باشد. از نظر قرآن، تحقق حیات طیبه و زندگی با آرامش، امنیت، رفاه، صلح، محبت، دوستی و تعاون، در سایه ایمان و عمل صالح دست‌یافتنی است<sup>۱</sup> (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱، ج ۱۱، ص ۳۸۱ - ۳۹۰).

### سلامت شخصیت

سلامت شخصیت برابر نهاد *personality health* است. اما اینکه شخصیت سالم چیست، چه ویژگی‌هایی دارد و بر چه کسی اطلاق می‌شود، مستلزم مطالعه رویکردهای روان‌شناختی است، چه اینکه هر رویکردی بر اساس مبانی نظری و مفروض‌های پذیرفته‌شده نزد خود مفاهیم اساسی را تعریف کرده است.

شخصیت سالم در رویکردهای اصلی روان‌شناسی: در رویکرد روان‌تحلیل‌گری با توجه به ساختار شخصیت سه مفهوم فرضی «نهاد»، «خود» و «فراخود»، برای تبیین ساخت شخصیت لحاظ شده، و ملاک سلامت شخصیت تعادل میان این سه ساختار، معرفی شده است (میلانی‌فرد، ۱۳۷۲، ص ۲۰). در این رویکرد، سالم‌ترین شخصیت کسی است که در تأثیرات این سه ساختار یا سه پایگاه شخصیت، از تعادل بیشتری برخوردار باشد (کارور و شی‌یر، ۱۳۷۸، ص ۳۴۶). به تعبیر دیگر، «خود»، به عنوان مدیر شخصیت، اگر بتواند تعادل لازم را از طریق به‌کارگیری روش‌های منطقی یا به‌کارگیری سازوکارهای دفاعی در برابر اضطراب‌های ناشی از تعارض نیروها، ایجاد کند به گونه‌ای که فرد بتواند به‌خوبی چهار مرحله از مراحل رشد (دهانی، مقعدی، آلتی، نهفتگی) را با موفقیت طی کند و در مرحله تناسلی رشد، قدم بگذارد، می‌تواند به زندگی‌ای دست یابد که روان‌رنجورانه نباشد (شولتز، ۱۳۸۷، ص ۷۵).

در رویکرد رفتارگرایی، سخن از سلامتی و بیماری انسان، بی‌معنا است؛ آنها اساساً با مفاهیمی چون «ناهمیار» یا «شخصیت بیمار» مخالف‌اند. تنها چیزی که برای آنها مطرح است «رفتارهای» انسان است. لذا رفتار را به دو قسم بهنجار و نابهنجار تقسیم کرده‌اند؛ رفتار بهنجار، رفتار سازگاران با محیط است؛ و رفتار نابهنجار رفتار ناسازگاران با محیط است. بنابراین، ملاک سالم‌بودن یا

۱. «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْتَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً» (نحل: ۹۷).

نبودن شخصیت در رویکرد رفتارگرایی، منطبق‌بودن یا نبودن رفتار اجتماعی با محیط است. رفتارگراها شخصیت سالم را از آن کسی می‌دانند که تأیید اجتماعی بیشتری به سبب رفتارهای سازگارانه، از محیط و اطرافیانش دریافت می‌کند (پروین، ۲۰۰۳ به نقل از: کدیور و جوادی، ۱۳۸۶، ص ۳۱۱).

در رویکرد انسان‌گرایی، «خودشکوفایی» ملاک سلامت شخصیت معرفی شده است. بر اساس این رویکرد، انسان دارای مجموعه‌ای از نیازهای هر می‌شکل تحت عناوین نیازهای فیزیولوژیکی، ایمنی، عشق و تعلق داشتن، احترام و خودشکوفایی است که ظهور نیاز مرتبه بالاتر متوقف بر تأمین نیاز مرتبه پایین است. مازلو معتقد است اگر نیازهای مراتب قبلی ارضا شود و فرد به مرحله خودشکوفایی برسد، سلامت شخصیت تأمین شده است (مازلو، ۱۹۷۰، ص ۱۳۵). از نظر وی، ویژگی‌های مشترک افراد سالم عبارت است از: ادراک صحیح واقعیت، پذیرش خود و دیگران، رعایت هنجارهای اجتماعی، خودانگیختگی، برخورداری از روحیه معنوی، روابط بین‌فردی مناسب توأم با علائق اجتماعی، مقاومت در برابر فرهنگ‌پذیری و گرایش به خلوت‌کردن با خود. راجرز، دیگر متفکر انسان‌گرا، درباره انسان سالم تعبیر «شخص با کارکرد کامل» به کار برده است. در نگاه آلپورت، شخص سالم کسی است که در زندگی احساس مسئولیت کند و به دنبال بسط و توسعه مسئولیت‌پذیری باشد. وی شخصیت سالم را دارای ویژگی‌های زیر می‌داند: گسترش احساس خود به اشخاص و فعالیت‌های فراسوی خود، خودپذیری، درک واقع‌بینانه، مهارت حل مسئله و وظیفه‌گرایی، رابطه صمیمانه، دلسوزانه و مهربانانه با دیگران، توانایی دیدن خود به صورت واقعی و عینی، و داشتن فلسفه وحدت‌بخش زندگی (شولتز، ۱۳۸۷، ص ۲۷۵).

در رویکرد شناختی ملاک برای شناخت انسان سالم، نظام سازه‌ای فرد است. زیرا شخصیت هر فرد از نظام سازه‌ای او تشکیل شده است. کلی معتقد است شخصیت سالم را با توجه به فرایندها و نحوه کارکرد نظام سازه‌ای باید تعریف کرد. وی پس از مطالعات گوناگون سازه‌ها که با استفاده از آزمون REP<sup>۱</sup> انجام داد، توانست به چهار ویژگی برای شخصیت سالم دست پیدا کند:

۱. علاقه مداوم به ارزیابی سازه‌ها؛
۲. توانایی حذف سازه‌های ناکارآمد و جایگزین کردن آن با سازه‌های کارآمد؛



۳. توسعه نظام سازه‌ای خود؛

۴. داشتن خزانه‌ای کاملاً غنی از نقش‌ها (فرس<sup>۱</sup>، ۱۹۹۲، ص ۱۸۱).

چنان‌که گذشت، رویکردهای اصلی در روان‌شناسی در تبیین شخصیت سالم اختلاف نظرهایی با یکدیگر دارند، اما وجه مشترک همه آنها این است که راجع به انسان برداشتی مادی دارند و به جنبه‌های معنوی و ارزشی او توجهی ندارند و با پذیرش نظریه تکامل داروین و قراردادن انسان در چرخه زیستی موجودات زنده عملاً انسان را در حد سایر حیوانات تنزل داده، و بین او و هدف آفرینش فاصله ایجاد کرده‌اند. بنابراین، روان‌شناسی موجود با رویکردهای گوناگون از ترسیم الگوی شخصیت سالم که همه جنبه‌های مادی و معنوی انسان در آن لحاظ شده باشد، ناتوان است. مگر اینکه در مبانی خود تجدیدنظر کند.

الگوی شخصیت سالم از دیدگاه اسلام: بر اساس آموزه‌های دینی، انسان در نظام آفرینش جایگاه ویژه‌ای دارد و از ظرفیت‌های علمی و عملی والایی نسبت به سایر موجودات زنده برخوردار است. برای به فعلیت رساندن این ظرفیت‌ها نیازمند الگویی است که همه نیازهای مادی و معنوی در آن لحاظ شده باشد. این همان چیزی است که ادیان توحیدی، به‌ویژه دین اسلام، در صدد ترسیم آن هستند. بنابراین، ترسیم الگوی شخصیت سالم از دیدگاه اسلام مستلزم آن است که ماهیت انسان به‌خوبی شناخته شود، ویژگی‌ها و جایگاه او در هندسه معرفتی اسلام تبیین گردد، و سپس مؤلفه‌های الگو از متون دینی استخراج و تحلیلی روان‌شناختی از آن داده شود.

تفاوت‌های اساسی الگویی که اسلام برای انسان مطرح می‌کند با آنچه روان‌شناسان در این باره مطرح کرده‌اند، نوع نگاه به انسان است؛ قرآن مجموعه‌ای از اوصاف و ویژگی‌هایی مثبت و منفی را به انسان اختصاص داده است؛ بعضی از آیات وی را با صفاتی مانند خلیفه خدا بر روی زمین، برخوردار از ظرفیت علمی گسترده، امانت‌دار خدا، دارای کرامت، ملهم به فجور و تقوا، واجد فطرت و موجودی جاودانه و دیگر صفات پسندیده ستوده‌اند و دسته‌ای دیگر از آیات با تعبیری همچون «ضعیف»، «عجول»، «فخور»، «هلوع»، «جزوع»، «منوع»، «ظلوم»، «جهول» و دیگر صفات نکوهیده، مذمت کرده‌اند. ویژگی‌هایی که جنبه‌ای مثبت دارد نشان‌دهنده

روانشناسی  
اسلام

۶۷

نقش ایمان در سلامت روانی و شکل‌گیری شخصیت سالم بر اساس...

1. Ferris, G. R

ظرفیت‌های انسان در میان سایر مخلوقات است و در عین حال جایگاه او را در نظام هستی نیز نشان می‌دهد. همچنین ویژگی‌هایی که جنبه سلبی و منفی دارد، حکایت از کاستی‌ها و محدودیت‌های وی دارد. با توجه به این خصوصیات مثبت و منفی تا حد بسیاری ماهیت انسان مشخص می‌شود. در عین حال، توجه به مبانی نظری الگوی شخصیت سالم اهمیت خاصی دارد که در ادامه به آن می‌پردازیم.

مبانی نظری الگوی شخصیت سالم: منظور از مبانی نظری مفروضه‌های اساسی مربوط به ماهیت انسان است که در علوم دیگر به اثبات رسیده است. این مبانی، در واقع، چارچوبی را تشکیل می‌دهد که می‌توان بر اساس آن رویکرد اسلام راجع به انسان را به دست آورد و با سایر رویکردها مقایسه کرد (بشیری و حیدری، ۱۳۹۶، ص ۱۳۱). مبانی نظری انسان‌شناختی که قرابت بیشتری با الگوی مدنظر دارد، عبارت‌اند از:

۱. انسان موجودی دوساحتی است؛ یعنی افزون بر بُعد مادی، بُعدی غیر مادی دارد، که عنصری ملکوتی و الهی است و در فرهنگ قرآنی از آن به «روح» تعبیر می‌شود و حقیقت واقعی‌اش را همین «روح مجرد» تشکیل می‌دهد (حجر: ۲۸ و ۲۹؛ مؤمنون: ۱۲ - ۱۴؛ سجده: ۷ - ۸)؛
۲. انسان خلیفه خدا بر روی زمین است (مؤمنون: ۱۴) و خداوند او را برای این مسئولیت برگزیده است (بقره: ۳۰). البته در میان انسان‌ها فقط بعضی که ظرفیت‌ها و استعداد‌های انسانی خود را شکوفا کرده‌اند، شایستگی این مقام را دارند (آل عمران: ۳۳).
۳. انسان ظرفیت علمی چشمگیری دارد که هیچ یک از مخلوقات ندارند (بقره: ۳۱ - ۳۳).
۴. انسان فطرتی خدا آشنا دارد و در عمق جان و وجدانش، از خدای خود آگاه است (روم: ۳۳ - ۴۳).
۵. انسان موجودی است دارای اراده آزاد و مختار (دهر: ۳)، امانت‌دار خدا (احزاب: ۷۲) و در عین حال مسئول (اسراء: ۳۶)؛
۶. انسان تأثیرپذیر است؛ یعنی هم از عوامل درونی و تجربه‌های شخصی، و هم از عوامل محیطی تأثیر می‌پذیرد. نیز ظاهر انسان بر باطن، و باطنش بر ظاهرش تأثیر می‌گذارد (نساء: ۴۳؛ مائده: ۸۳)؛
۷. انسان موجودی تأثیرگذار است و می‌تواند در دیگران و عوامل محیطی تأثیر بگذارد؛
۸. انسان علی‌رغم پیچیدگی‌هایی که دارد، شناخت‌پذیر است. این همه تأکید قرآن درباره انسان

برای این است که او خویشتن را آنچنان که هست بشناسد، و این تأکیدها فرع بر شناخت‌پذیر بودن او است (قیامت: ۱۴)؛

۹. انسان موجودی تغییر‌پذیر است؛ یعنی در فرآیند رشد و گستره زندگی، تغییرهای اساسی در او به وجود می‌آید (روم: ۵۴؛ نساء: ۶؛ غافر: ۶۷؛ مریم: ۴؛ یس: ۶۸). به تعبیر دیگر، انسان سعه وجودی دارد؛ یعنی در عین حال که مادی است، می‌تواند با ماورای طبیعت ارتباط برقرار کند، و این نیز مستلزم ظرفیت چشمگیر، انعطاف‌پذیری و تغییر‌پذیری او است؛

۱۰. انسان موجودی کمال‌طلب و رو به تکامل است و رشدش به این دنیا محدود نمی‌شود، بلکه پس از مرگ نیز ادامه دارد. افزون بر این، صرفاً برای مسائل مادی نمی‌کوشد، بلکه اهدافی بسیار عالی و آرمانی دارد و فقط با رسیدن به ذات بی‌نهایت آرام می‌گیرد (رعد: ۲۸؛ انشقاق: ۶؛ عنکبوت: ۴۳)؛

۱۱. انسان موجودی منطقی و اندیشه‌ورز است (بقره: ۲۴۲؛ عنکبوت: ۴۳)؛

۱۲. انسان وجدان اخلاقی دارد و به حکم الهام فطری، زشتی و زیبایی امور را درک می‌کند (شمس: ۸ - ۹)؛

۱۳. انسان کرامت ذاتی دارد (اسراء: ۷۰)؛ خداوند آدمی را بر بسیاری از مخلوقاتش برتری داده است؛

۱۴. انسان ماهیت از اوایی و به سوی اوایی دارد (بقره: ۱۵۶)؛

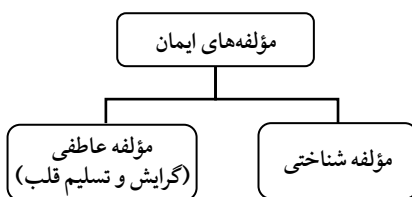
۱۵. خداوند همه نعمت‌ها را برای انسان خلق کرد و انسان را برای خودش، یعنی برای عبودیت و پرستش خویش (بقره: ۵؛ جاثیه: ۱۳؛ ذاریات: ۵۶)؛

۱۶. انسان ظرفیت‌هایی دارد که می‌تواند با همه موجودات مادی و غیرمادی، در سطوح مختلف، ارتباط مؤثر برقرار کند.

با بیان مبانی نظری در واقع چارچوب نظری الگوی شخصیت سالم فراهم شد. اینک وقت آن رسیده است که مؤلفه‌های شخصیت و مؤلفه‌های ایمان نیز مشخص شود تا زمینه برای تبیین سازوکار تأثیرگذاری ایمان در سالم‌سازی شخصیت فراهم شود.

مؤلفه‌های ایمان: ایمان نوعی «سازه» است نه مفهومی بسیط. مفاهیم سازه‌ای از مجموعه‌ای از مؤلفه‌ها تشکیل شده است. بنابراین، نخست باید عناصر تشکیل‌دهنده این سازه مشخص شود. با توجه به حوزه معنایی و تعریفی که قبلاً از ایمان مطرح شد، می‌توان دو مؤلفه اصلی برای ایمان در

نظر گرفت: ۱. مؤلفه شناختی؛ ۲. مؤلفه عاطفی. رابطه ایمان با رفتار یا عمل نیز مشخص شد؛ ایمان نسبت به عمل جنبه اقتضایی دارد، یعنی، شخص آنجا که هیچ مانعی نیست و همه شرایط لازم فراهم است و تکلیف نیز متوجه او است، باید به مقتضای ایمان عمل کند. در غیر این صورت، هنوز ایمان در فرد تحقق پیدا نکرده است. نمودار زیر مؤلفه‌های ایمان را نشان می‌دهد.



**مؤلفه‌های شخصیت:** شخصیت نیز مانند ایمان، نوعی سازه است. هر سازه‌ای از مؤلفه‌هایی تشکیل شده است. در اینجا منظور از مؤلفه‌های شخصیت واحدهای ساختاری یا عامل‌های اصلی و زیربنایی شخصیت است. با توجه به پیچیدگی شخصیت و تکرر نظریه‌های شخصیت، هنوز بین مؤلفان در تعداد مؤلفه‌های شخصیت اتفاق نظر وجود ندارد. اما به طور کلی مؤلفه‌های شخصیت را با توجه به ابعاد شخصیت می‌توان به چهار دسته شناختی، انگیزشی، زیستی و رفتاری تقسیم کرد. نمودار زیر مؤلفه‌های شخصیت را نشان می‌دهد.



### چگونگی تأثیر ایمان در تکوین شخصیت سالم

با تعیین مؤلفه‌های شخصیت و مؤلفه‌های ایمان معلوم شد هر دو سازه دارای مؤلفه شناختی، انگیزشی و رفتاری هستند، اما اینکه چگونه این مؤلفه‌ها با یکدیگر ارتباط برقرار می‌کنند تا تأثیرگذاری رخ دهد، نیاز به تبیین روان‌شناختی دارد. نظریه پردازان صفات، شخصیت انسان را دارای سازمانی با سلسله‌مراتب می‌دانند. یعنی، سطوحی را برای شخصیت در نظر می‌گیرند و آن را طبقه‌بندی می‌کنند. در این طبقه‌بندی چهار سطح برای شخصیت در نظر گرفته می‌شود؛ سطح

شناخت‌ها و گرایش‌های هسته‌ای، سطح مربوط به خصلت‌های پایدار، سطح شکل‌گیری عادات و صفات رفتاری و نهایتاً سطح مربوط به رفتارهای روزمره، افکار و احساسات (نک: پروین و جان، ۱۳۹۵، ص ۱۸۸).

همان‌طور که شخصیت سطوحی دارد برای سازه «ایمان» نیز می‌توان سطوحی را لحاظ کرد و برای تبیین ارتباط این سطوح با یکدیگر، از طبقه‌بندی مذکور استفاده کرد. در این طبقه‌بندی «ایمان» به عنوان گرایش هسته‌ای و عمیق‌ترین سطح شخصیت در نظر گرفته می‌شود که سایر سطوح شخصیت را تحت تأثیر قرار می‌دهد؛ زیرا شناخت‌ها و گرایش‌ها منجر به نوعی باور قلبی در انسان می‌شوند که به این باور قلبی اصطلاحاً در ادبیات قرآنی «ایمان» اطلاق می‌شود، مانند ایمان به خدا، معاد و کتاب‌های آسمانی (بقره: ۱۷۷). لایه بعدی شخصیت خصلت‌های پایدار و اساسی است که از تعامل ایمان (گرایش‌ها و بینش‌ها) با جهان خارج به وجود می‌آید و از آن می‌توان به صفات پایدار ایمانی تعبیر کرد. صفاتی که به تدریج در پرتو ایمان برای فرد مؤمن به وجود می‌آید، مانند توکل، رضا، اخلاص و ... این صفات جنبه پایدار دارد. سطح سوم شخصیت صفات رفتاری است که تحت تأثیر گرایش‌های هسته‌ای و خصلت‌های پایدار به وجود می‌آید، مانند تواضع، سعه صدر، حسن خلق و ... و بالاخره آخرین مرتبه، که سطح ظاهری و رویه شخصیت را تشکیل می‌دهد، صفاتی است که در رفتارهای روزمره، افکار و احساسات انسان در صحنه‌های گوناگون زندگی، تجلی پیدا می‌کند، مانند احترام به دیگران، وفای به عهد، مهربانی، عفو و بخشش (بشیری، ۱۳۹۶، ص ۲۶۲ - ۲۶۳).

الف. نحوه تأثیرگذاری بُعد شناختی: در توضیح مفهوم «ایمان» گذشت که ایمان دو مؤلفه شناختی و عاطفی دارد. یعنی جنس ایمان از شناخت و گرایش است. به تعبیر دیگر، شرط تحقق ایمان در گام نخست، معرفت به متعلقات ایمان است؛ و گام بعدی گرایش به آن متعلقات و تسلیم شدن. از آنجا که شناخت، حقیقتی مدرّج و تشکیکی است، مراتب دارد. هر چه شناخت به متعلقات ایمان عمیق‌تر شود درجه ایمان نیز افزایش و اشتداد بیشتری پیدا می‌کند و در سازمان روانی انسان اثر بیشتری می‌گذارد. در روایات اسلامی نیز به اثرگذاری ایمان بر روح و روان آدمی تصریح شده است، آنجا که می‌فرماید: «ایمان به منزله نقطه سفیدی است که در دل آشکار می‌شود، هر اندازه که ایمان افزایش یابد، سفیدی آن نقطه گسترش می‌یابد» (مجلسی، ۱۴۰۳،



ج ۱، ص ۱۱۸). طبق این روایت و روایات دیگر، یکی از آثار وضعی ایمان روشن‌بینی و بصیرت‌افزایی است. البته معلوم است که در اینجا هر نوع شناخت و آگاهی مقصود نیست، بلکه شناختی که در جهت خوش‌بختی و سعادت انسان و برای بهبود وضع زندگی دنیایی و اخروی فرد مفید باشد، مد نظر اسلام است.

در روایتی، شناخت‌های ضروری انسان در چهار محور طبقه‌بندی شده است: ۱. پروردگار خودت را بشناسی؛ ۲. بدانی با تو چه خوبی‌ها کرده و به تو چه نعمت‌ها داده است؛ ۳. بدانی از تو چه خواسته است؛ ۴. بدانی چه چیزی تو را از دین بیرون می‌برد و گمراه می‌کند، تا از آنها دوری کنی (همان، ص ۲۱۲). در روایت دیگری تأکید شده است که هر عملی باید مبتنی بر شناخت و آگاهی باشد. «هیچ حرکتی و کاری نیست جز اینکه انسان در آن نیازمند به شناخت است» (ابن‌شعبه حرانی، ۱۳۶۳، ص ۱۷۱). برای اهمیت بُعد شناختی ایمان همین بس که قوام حرکت منطقی انسان در گرو فهم درست از آن چیزی است که به آن باور دارد و این در فطرت حقیقت‌جوی آدمی ریشه دارد. بنابراین، شناخت صحیح در واقع مظهر تجلی چنین فطرتی است. چنانچه ابن‌سینا می‌نویسد، اگر کسی به هر چیزی هر چه با دبا اعتقاد ورزد، از فطرت انسانی تهی و از آدمیت منسلخ شده است (ابن‌سینا، ۱۳۶۴، ص ۹۱ - ۹۲)،<sup>۱</sup> چراکه فطرت انسانی طالب کمال است و شناخت صحیح به باورهای ایمانی نیز کمال است (عارفی، ۱۳۸۸، ص ۳۱). از این رو می‌توان این‌گونه نتیجه گرفت که بُعد شناختی ایمان، باعث فهم درست واقعیت می‌شود و قوام حرکت منطقی حیات بشر نیز در گرو باورهای صحیح است. بُعد شناختی ایمان دقیقاً ساحت شناختی شخصیت را تحت تأثیر قرار می‌دهد و سلامت آن را تضمین می‌کند. به تعبیر دیگر، اگر از منظر آسیب‌شناسی روح و روان به مسئله نگریسته شود، از جمله بیماری‌های روح، جهل و نادانی و نداشتن باورهای صحیح است. بنابراین، نقش شناختی ایمان برای روح انسان به منزله پالایش روح و روان از بیماری جهل و باورهای نادرست است و این یعنی همان سلامت شخصیت، که تحقیقات روان‌شناختی نیز مؤید این ادعا است.

تحقیقات آلپورت و راس، لیکلی و بونر (۱۹۸۵) و تهرانی (۱۳۹۰) نیز نشان داده است که بُعد بینشی شخصیت اهمیت ویژه‌ای دارد و نقش تعیین‌کننده‌ای در جهت سلامت یا ناسالم بودن

۱. «من بلغ الی ان ینصدق بای شیء اتفق بلا سبب، فقد انخلعت عنه الغریزة البشرية».

شخصیت ایفا می‌کند. روان‌شناسان در تحقیقات خود به این نتیجه رسیده‌اند که بخش مهمی از اختلالات و بیماری‌ها ناشی از بینش‌ها و باورهای غلط و ارضانشدن نیازهای شناختی است (پروچاسکا و همکاران، ۱۳۸۱، ص ۴۳۴ - ۴۰۸). مزلودر تحقیقات بالینی خود افرادی را توصیف می‌کند که از هر جهت سالم‌اند، اما گرفتار کسالت و فقدان شور هیجان در زندگی هستند. وی دریافت که علت اصلی مشکلات آنان، فقدان فعالیت‌های فکری است. از این‌رو، این افراد وقتی خود را درگیر فعالیت‌های فکری تأمل‌برانگیز کنند، از نظر روانی بهبود می‌یابند (مازلو، ۱۹۷۰، ص ۸۸). هولون و کریس (۱۹۸۴) فرآیندهای شناختی را مشابه نرم‌افزارهای کامپیوتر می‌دانند. اختلال‌ها یا اشتباهاتی که در پردازش شناختی رخ می‌دهد، در محتوای افکار به صورت سوگیری‌های منفی و اضطرابی باقی می‌ماند. نتیجه‌ای که روان‌شناسان به دست آوردند این است که محرومیت شناختی و شناخت‌های غلط هر دو باعث اضطراب، افسردگی، احساس ناامیدی، روان‌رنجوری، خشم و پرخاشگری، ناسازگاری در روابط بین‌فردی، احساس پوچی و بی‌معنادانستن زندگی می‌شود. لذا این دو محقق می‌گویند: «نیاز به دانستن و فهمیدن به عنوان بخشی از نیازهای فطری انسان مطرح‌اند که ما را به ارضا سوق می‌دهند» (همان، ص ۸۹).

در آموزه‌های دین، مهم‌ترین و ارزشمندترین شناخت که در جهت سالم‌سازی بُعد شناختی شخصیت کارآیی دارد، معرفت به خداوند متعال است. یعنی معرفت به ذات، صفات و افعال او. سازنده‌ترین نقش ایمان هم مربوط به همین بخش می‌شود. اساسی‌ترین معرفت در ارتباط با خدا، مربوط به توحید است. دانشمندان اسلامی فرموده‌اند برای تحقق حداقل مرتبه ایمان، شناخت و اعتقاد به توحید لازم است. یعنی انسان باید موحد باشد تا مؤمن شمرده شود (مصباح یزدی، ۱۳۹۱، ص ۶۴). اثر شناخت خداوند متعال یا خداآگاهی این است که ساختار وجودی آدمی در پرتو توحید منسجم و یکپارچه می‌شود و این یکپارچگی درونی که در پرتو ایمان به خدا به وجود می‌آید،<sup>۱</sup> اساس سلامت روانی و عامل اصلی سالم‌سازی شخصیت او محسوب می‌شود (بشیری، ۱۳۹۶، ص ۱۴۵).

ب. نحوه تأثیرگذاری بُعد گرایشی: سالم بودن ساحت گرایشی شخصیت اهمیت بسیار دارد؛ زیرا

۱. «صَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا زَحْلًا فِيهِ شُرَكَاءُ مُتَشَاكِسُونَ وَرَجُلًا سَلَمًا لِرَجُلٍ هَلْ يَسْتَوِيَانِ مَثَلًا أَلْحَمْدُ لِلَّهِ بَلْ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْلَمُونَ» (زمر: ۲۹). از این آیه می‌توان استفاده کرد که خاصیت باور توحیدی و ایمان به خدا انسجام درونی و سلامت روان است و متقابلاً فقدان ایمان توحیدی، فقدان انسجام درونی و فقدان سلامت روان را در پی دارد.

اگر انسان به ماشین تشبیه شود، ساحت گرایشی، در ساختار شخصیت وی به منزله موتور محرک به حساب می‌آید که خمیرمایه حرکت و ایجاد تلاش در انسان است. روان‌شناسان در یکی از تقسیم‌بندی‌ها، گرایش‌های انسان را به چهار دسته غرایز، عواطف، انفعالات و احساسات تقسیم کرده‌اند (مصباح یزدی، ۱۳۹۱، ص ۴۱۴).

برخی از اندیشمندان مسلمان گرایش‌ها را دارای سه شعبه اصلی می‌دانند که عبارت‌اند از: میل به جاودانگی، کمال‌خواهی و لذت‌خواهی. کمال‌خواهی دارای دو زیرمجموعه تحت عناوین «قدرت‌طلبی» و «حقیقت‌جویی» است؛ لذت‌جویی گستره وسیع و فروع بسیار گوناگونی دارد و در کل می‌توان همه آنها را به سه بخش تقسیم کرد: یک بخش به بدن انسانی مربوط می‌شود، مثل غریزه گرسنگی، تشنگی و جنسی؛ بخش دوم به رابطه روح با بدن مربوط می‌شود، مثل زیبایی‌دوستی و جمال‌طلبی مادی و معنوی؛ بخش سوم مخصوص روح و روان است، مانند عواطف، احساسات و انفعالات (همان، ص ۱۷۶ - ۱۸۹).

نقش ایمان در سالم‌سازی ساحت گرایشی شخصیت، در چند زمینه امکان‌پذیر است: ۱. شکوفاسازی گرایش‌ها؛ ۲. کنترل، تعدیل و جهت‌دهی گرایش‌ها؛ ۳. تشدید یا تضعیف گرایش‌ها؛ ۴. ترجیح برخی از گرایش‌ها بر برخی دیگر، در مقام تراحم و تعارض.

ایمان به خدا، در واقع گرایش توحیدی را در انسان فعال می‌کند. به دنبال فعال‌شدن گرایش توحیدی، سایر گرایش‌های فطری انسان مانند میل به جاودانگی، کمال‌خواهی و لذت‌جویی نیز که از اصلی‌ترین گرایش‌های انسان است، فعال می‌شود. علاوه بر این، ایمان به خدا گرایش‌های فطری انسان را جهت‌دهی می‌کند، چه اینکه انسان ارضای همه این میل‌های فطری خود را در گرایش به توحید می‌بیند. همچنین، افزایش ایمان باعث تشدید گرایش‌های فطری انسان، که همان گرایش‌های توحیدی است، می‌شود. در ادامه به نقش ایمان در گرایش‌های فطری می‌پردازیم.

الف. میل به جاودانگی: در قرآن آیاتی وجود دارد که دلالت می‌کند بر اینکه میل به جاودانگی در انسان وجود دارد. <sup>۱</sup> بر همین اساس شیطان به دلیل وجود این میل، سعی دارد با دادن اطلاعات نادرست انسان را فریب دهد. متقابلاً خداوند متعال نیز با توجه به همین میل فطری، به انسان

۱. ﴿فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَا آدَمُ هَلْ أَدُلُّكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَمُلْكٍ لَّا يَبُوتُ﴾ (طه: ۱۲۰)؛ ﴿فَوَسْوَسَ لَهُمَا الشَّيْطَانُ لِيُبْدِيَ لَهُمَا مَا وُورِيَ عَنْهُمَا مِنْ سَوْآتِهِمَا وَقَالَ مَا نَهَاكُمَا رَبُّكُمَا عَنْ هَذِهِ الشَّجَرَةِ إِلَّا أَن تَكُونَا مَلَكَينَ أَوْ تَكُونَا مِنَ الْخَالِدِينَ﴾ (اعراف: ۲۰).



خطاب می‌کند که ای انسان! تو که در پی چیزی جاودانه می‌گردی، آن چیز نزد خدا است و در سایه ایمان به خدا و توکل بر او به دست می‌آید.<sup>۱</sup> خداوند در واقع می‌خواهد با جمله «ما عند الله باق» مصداق آن شیء جاودانه را به انسان نشان دهد تا کشش درونی و میل فطری وی را به طرف آن جذب کند. ایمان به خدا در واقع نقش جهت‌دهی و هدایت این میل را در مسیر صحیح دارد. لذا قرآن با برانگیختن عقل و اندیشه انسان می‌فرماید: «آنچه نزد خدا است، اگر بدانید، برای شما بهتر و پایدارتر است» (قصص: ۶۰)؛ «آنچه نزد شما است دوامی ندارد، اما آنچه نزد خدا است باقی است و دوام دارد» (نحل: ۹۵ و ۹۶).

ب. قدرت طلبی: میل به قدرت به صورت طبیعی در درون انسان وجود دارد و قرآن نیز وجود چنین گرایشی را در انسان تأیید می‌کند. زیرا شیطان با مفروض گرفتن میل به قدرت در انسان می‌کوشد انسان را فریب دهد (طه: ۱۲۰؛ اعراف: ۲۰). اما همان‌طور که حب ذات و سایر گرایش‌های فطری، به خودی خود منشأ هیچ فعلی در انسان نمی‌شود، قدرت‌طلبی نیز منشأ فعالیتی در انسان نمی‌شود؛ بلکه برای فعال‌شدن نیازمند شرایط است؛ این شرایط عبارت‌اند از: ۱. شناخت نوعی از قدرت خارجی؛ ۲. شناخت عجز و ناتوانی خود و فقدان آن قدرت؛ ۳. احساس نیازمندی به آن قدرت (نک.: مصباح یزدی، ۱۳۸۸، ص ۱۱۴ - ۱۱۵).

قرآن در آیات متعددی به این میل اشاره دارد و در مرحله اول می‌خواهد این میل را در انسان فعال کند (طه: ۱۲۰). سپس در مقام تحصیل قدرت، می‌فرماید: «همه قدرت و عزت فقط از آن خدا است» (نساء: ۱۳۹؛ بقره: ۱۶۵؛ حج: ۴۰). سپس معرفت‌هایی را که برای کسب قدرت مفید است عرضه می‌کند؛ نخست شناخت راجع به اینکه انسان از ظرفیت‌های چشمگیری برای کسب قدرت برخوردار است. دانستن این معنا باعث می‌شود انگیزه کسب قدرت در انسان تقویت شود، به گونه‌ای که به هر مرحله‌ای از قدرت رسید، توقف نکند و همواره در صدد کسب قدرت بیشتر باشد. دومین نوع معرفت که برای انسان مفید است، شناخت این حقیقت است که قدرت‌های انسان در این جهان مادی همگی جنبه ابزاری دارد. هدف از کسب قدرت این است که زمینه برای کسب کمالات بیشتر فراهم شود و سومین معرفت کارساز در زمینه قدرت، فهم این حقیقت است که انسان بداند همه چیزهایی که به دست آورده، از جمله قدرت، در حقیقت مال خودش نیست

۱. «فَمَا أُوتِيَهُمْ مِنْ شَيْءٍ فَمَتَاعُ الْآخِرَةِ الدُّنْيَا وَمَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ وَأَتَىٰ لِلَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ» (سوری: ۳۶).

بلکه مالک اصلی اش خدا است و به صورت عاریه‌ای در اختیار انسان قرار داده شده تا از این قدرت برای کسب کمال حقیقی خود استفاده کند. بنابراین، اگر کسی به دنبال قدرت و عزت است باید بداند که هر عزتی از آن خدا است (فاطر: ۱۰).

قدرت در مراحل مختلف در رفتار انسان، ظهور و بروزهای گوناگونی دارد و گاه منشأ انحراف‌های بزرگی می‌شود. از این رو قرآن کریم از همان ابتدا قدرت و مفسد آن را زیر ذره‌بین می‌گذارد و درباره پیامدها و آثار سوء آن هشدار می‌دهد (یونس: ۸۳؛ قصص: ۸۳). قرآن به انسان آموزش می‌دهد که در مسیر این گرایش، اگر درست قدم بردارد و در جهت صحیح حرکت کند چنان اوج می‌گیرد که در جوار خدای عزیز و مقتدر مطلق قرار می‌گیرد (قمر: ۵۵). نقش ایمان در ارتباط با این گرایش آن است که فرد مؤمن با شناخت صحیحی که از آموزه‌های قرآنی دریافت می‌کند این گرایش را در راستای اهداف الاهی و کسب کمال خود جهت‌دهی و هدایت می‌کند.

ج. حقیقت‌جویی یا حس کنجکاوی: این گرایش نیز مانند قدرت‌طلبی در انسان فطری است و از گرایش اصیل‌تری به نام کمال‌طلبی منشعب می‌شود. این گرایش، در گام نخست انسان را وادار به مطالعه نفس خود می‌کند و در نتیجه انسان پی می‌برد که: نفس چه وابستگی‌هایی به دنیای بیرون از خود دارد؟ چه جایگاهی در نظام هستی دارد؟ مستقل است یا وابسته؟ و در صورت وابسته‌بودن چه وابستگی‌هایی دارد؟ در گام بعدی، غریزه حقیقت‌جویی انسان را تحریک می‌کند که همه چیز را بداند. اما آیا این خواست فطری، با توجه به محدودیت زمانی و سایر محدودیت‌ها، امکان وقوعی دارد یا خیر؟ در صورت امکان داشتن، آیا دانستن هر چیزی برای انسان مفید است؟ اینجا است که نگرش ایمانی می‌تواند نقش‌آفرینی کند. به عبارت دیگر، نقش ایمان در این گرایش فطری، تعیین مسیر حقیقت‌جویی، نوع حقیقتی که باید دانسته شود و بالأخره درجه واقع‌نمایی آن دانش است. ایمان، انسان را به دانستن چیزی هدایت می‌کند که به نفع زندگی دنیوی و اخروی او است و فواید آن را منع می‌کند. چنانچه قرآن در این باره می‌فرماید: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید! از چیزهایی که هر گاه برایتان آشکار شود شما را محزون و ناراحت می‌کند پرس‌وجو نکنید» (مائده: ۱۰۱). همچنین، ایمان انسان را به اموری هدایت می‌کند که مطابق با واقع و در جهت رسیدن به یقین باشد و او را از جهل، شک و وهم دور کند. چنانچه قرآن از پیروی از ظن و گمان و تجسس در امور دیگران نهی کرده است (حجرات: ۱۲). زیرا درجه واقع‌نمایی علم اگر در حد یقین نباشد، نه تنها مفید واقع نمی‌شود، موجب گمراهی انسان و سوء‌ظن به دیگران نیز می‌شود. همچنین، تجسس در

امور دیگران نیز امنیت روانی آحاد جامعه را تهدید می‌کند. علاوه بر این، تهدیدی جدی برای سلامت روان خود فرد محسوب می‌شود و در صورت تبدیل شدن آن به رویه و سبک زندگی، موجب اختلال شخصیت فرد می‌شود. لذا ایمان به خدا و عمل به مقتضیات ایمان [اوامر و نواهی شرعی] نقش بسیار مؤثری در سلامت روانی، شکل‌گیری شخصیت سالم و تأثیر بازدارنده‌ای در خصوص آسیب‌های احتمالی دارد.

د. لذت‌طلبی: یکی دیگر از گرایش‌های فطری انسان، گرایش به لذت و گریز از درد و ناراحتی است. قرآن کریم ضمن پذیرش این گرایش ذاتی در انسان، سعی در هدایت و ارضای صحیح آن دارد. به همین دلیل برخی از آموزه‌های قرآن ناظر به این میل فطری است. از آنجا که انسان ترکیبی از دو جوهر مادی و غیرمادی است، لذت‌های او نیز جنبه مادی و معنوی دارد. قرآن برای هر دو نوع لذت برنامه دارد. این کتاب آسمانی به انسان وعده می‌دهد که اگر در زندگی راه الهی را بپیماید، به لذت و سعادت می‌رسد، و اگر از این راه منحرف شود و از دستورهای الهی سرپیچی کند، آینده‌ای تلخ و شقاوت‌بار در انتظارش خواهد بود. در همه آیاتی که تعبیر «سعادت»، «فلاح»، «فوز» و امثال آنها در قرآن به کار رفته، معنایش همین است که چون انسان فطرتاً طالب لذت، سعادت، خوش‌بختی و کامیابی است، باید به دستورهای دینی عمل کند تا بتواند مطلوب و گم‌شده خود را باز یابد و به هدفش برسد (هود: ۱۰۶).

یکی دیگر از تعبیر قرآنی که در ارتباط با این میل فطری به کار رفته است، تعبیر «حیات طیبه» است (نحل: ۹۷)؛ قرآن می‌فرماید: «هر کس از مرد و زن که رفتار شایسته انجام دهد و مؤمن باشد زندگی خوشی [زندگی لذت‌بخشی] به او می‌دهیم». خداوند در این آیه به نقش ایمان و عمل صالح در دستیابی به سعادت و زندگی لذت‌بخش تصریح می‌کند و می‌فرماید در سایه ایمان این میل فطری ارضا می‌شود.

۵. احساسات و انفعالات: اگر برای نفس انسان سطوح و لایه‌هایی در نظر گرفته شود یکی از وسیع‌ترین و در عین حال، سطحی‌ترین این سطوح، احساسات و انفعالات است. احساسات و انفعالات شاخه‌های گوناگون و آثار متنوعی دارند که در همه رفتارهای انسان بروز و ظهور پیدا می‌کنند؛ حالاتی نظیر غم، شادی، پشیمانی، خشم، خشنودی، ترس، امنیت، یأس و امید. در اینجا این پرسش مطرح می‌شود که: نقش ایمان در سالم‌سازی این لایه از شخصیت چیست؟ ایمان از چند جهت این سطح از شخصیت را تحت تأثیر قرار می‌دهد. ایمان در نحوه بروز و شدت و

ضعف این حالات روانی، و نیز در جهت‌دهی این حالات، نقش‌آفرینی می‌کند. قرآن کریم اثر ایمان به خدا را از یک سو عاملی برای ایجاد سکینه و آرامش قلب (فتح: ۴)، امیدواری (بقره: ۲۱۹) و امنیت (نور: ۵۵؛ انعام: ۸۲) می‌داند و از سوی دیگر، آن را عامل نجات از غم (انبیاء: ۸۸)، مانع ترس و اندوه (بقره: ۶۲، ۲۷۷؛ مانده: ۶۹) و نگرانی (آل عمران: ۱۳۹) معرفی می‌کند. وقتی نعمتی به مؤمن می‌رسد طبعاً خوشحال می‌شود ولی این خوشحالی بستری را فراهم می‌کند که این نعمت را در راه صحیح هزینه کند. مؤمن اگر از کسی خشمگین شد خشمش را مهار می‌کند و از ظلم کردن به دیگران می‌پرهیزد. همچنین، اگر نعمتی را از دست داد، دچار جزع و فزع یا یأس و ناامیدی نمی‌شود، به گونه‌ای که از انجام‌دادن وظایف واجب باز بماند. بنابراین، ایمان نقش تعیین‌کننده‌ای در مهار احساسات و انفعالات انسان، و تعدیل و جهت‌دهی به آن دارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

ابتدا، با بررسی مفاهیم کلیدی پژوهش در منابع دینی و روان‌شناختی مشخص شد که مفهوم «ایمان» دارای دو مؤلفه شناختی و عاطفی است و رابطه آن با رفتار جنبه اقتضایی دارد. مفهوم «شخصیت» نیز دارای مؤلفه شناختی، انگیزشی و رفتاری است. در گام بعدی، سلامت روانی در رویکردهای پنج‌گانه روان‌شناسی بررسی شد و این نتیجه به دست آمد که در روان‌شناسی به برخی از ابعاد سلامت روانی پرداخته شده اما جنبه‌هایی از آن، مانند سلامت معنوی، مغفول مانده است. در گام سوم، مسئله اصلی پژوهش، یعنی «چگونگی و سازوکار تأثیرگذاری ایمان در تکوین شخصیت سالم» بررسی شد. حاصل آن دست‌یابی به چند نکته مهم و اساسی بود:

۱. با تحلیل مفاهیم اصلی معلوم شد که واژه «ایمان» و «شخصیت» دو مفهوم بسیط نیستند، بلکه دو سازه‌اند و هر کدام دارای مؤلفه شناختی، انگیزشی و رفتاری هستند. اما اینکه چگونه این مؤلفه‌ها با یکدیگر ارتباط برقرار می‌کنند تا تأثیرگذاری رخ دهد، نیاز به تبیین داشت. برای تبیین روان‌شناختی، از رویکرد صفات که تا حدودی می‌توانست به تبیین روان‌شناختی کمک کند، استفاده شد؛

۲. در رویکرد صفات، شخصیت انسان دارای سازمانی پویا و سلسله مراتب است. یعنی سطوحی را برای شخصیت در نظر می‌گیرند و آن را طبقه‌بندی می‌کنند. در این طبقه‌بندی چهار سطح برای شخصیت در نظر گرفته شده است؛ سطح شناخت‌ها و گرایش‌های هسته‌ای، سطح

مربوط به خصلت‌های پایدار، سطح شکل‌گیری عادات و صفات رفتاری و نهایتاً سطح مربوط به رفتارهای روزمره، افکار و احساسات؛

۳. همان‌طور که شخصیت سطوحی دارد «ایمان» نیز سطوحی دارد که با سطوح شخصیت ارتباط دارد و قابل طبقه‌بندی است؛ در این طبقه‌بندی «ایمان» به عنوان گرایش هسته‌ای و عمیق‌ترین سطح شخصیت در نظر گرفته شده که سایر سطوح شخصیت را تحت تأثیر قرار می‌دهد. زیرا شناخت‌ها و گرایش‌ها منجر به نوعی باور قلبی در انسان می‌شود. به این باور قلبی اصطلاحاً در ادبیات قرآنی «ایمان» اطلاق می‌شود. از تعامل ایمان (گرایش‌ها و بینش‌ها) با جهان خارج، لایه بعدی شخصیت، یعنی خصلت‌های پایدار، به وجود می‌آید که از آن می‌توان به صفات پایدار ایمانی تعبیر کرد؛ این صفات عبارت‌اند از: توکل، رضا، اخلاص و... سطح سوم شخصیت، صفات رفتاری است که تحت تأثیر گرایش‌های هسته‌ای و خصلت‌های پایدار به وجود می‌آید، مانند تواضع، سعه صدر و حسن خلق. لایه بعدی که سطح ظاهری و رویه شخصیت را تشکیل می‌دهد صفاتی است که در رفتارهای روزمره، افکار و احساسات انسان در صحنه‌های گوناگون زندگی تجلی پیدا می‌کند، مانند احترام به دیگران، وفای به عهد، مهربانی، عفو و بخشش؛

۴. سطوح شخصیت، در پرتو ایمان به خدا، با خدای متعال مرتبط می‌شود و چون خداوند آفریدگار انسان و کل هستی است و به تمام ابعاد، ویژگی‌ها و نیازهای انسان اشراف کامل دارد، در پرتو این ارتباط ایمانی، منبع جامع و کامل معرفتی برای انسان گشوده می‌شود که از این رهگذر، انسان می‌تواند در مقام تعامل، با درک و فهم درست ارتباطی واقع بینانه و سالم با دیگران برقرار کند؛

۵. نقش ایمان در سالم‌سازی ساحت گرایشی شخصیت، در چند زمینه امکان‌پذیر است:

۱. فعال‌سازی گرایش‌ها؛ ۲. مهار، تعدیل و جهت‌دهی گرایش‌ها؛ ۳. تشدید یا تضعیف گرایش‌ها؛ ۴. ترجیح برخی از گرایش‌ها بر برخی دیگر، در مقام تزاحم و تعارض. ایمان به خدا، در واقع اصلی‌ترین گرایش را در انسان فعال می‌کند. به دنبال آن سایر گرایش‌های فطری انسان، مانند میل به جاودانگی، کمال‌خواهی و لذت‌جویی نیز فعال می‌شود. علاوه بر این، ایمان به خدا گرایش‌های فطری انسان را جهت‌دهی می‌کند. زیرا ارضای همه گرایش‌های فطری در گرایش به توحید تحقق می‌یابد. همچنین، با افزایش درجات ایمان، گرایش‌ها و انگیزه‌های فطری انسان نیز ارتقا پیدا می‌کند؛



۶. سلامتی دو ساحت بینشی و گرایشی شخصیت، تا حد بسیاری، سالم بودن ساحت رفتاری را به دنبال دارد. زیرا انسان با شناخت درست از طرف‌های ارتباط خویش، به این درک و فهم می‌رسد که وظیفه رفتاری او در قبال آنها چیست؛ و با هدایت شدن و قرارگرفتن ساحت گرایشی در مسیر شرع و عقل، انگیزه رفتار سالم در مقام ارتباط رفتاری با آنها فراهم می‌شود. در واقع، در پرتو ایمان، نوعی انسجام وحدت‌بخش درونی در سازمان روانی آدمی شکل می‌گیرد، به گونه‌ای که بین همه جنبه‌های شخصیت نوعی همگرایی به وجود می‌آید و سلامتی شخصیت تأمین می‌شود.

## منابع

قرآن کریم.

- ابن شعبه حرانی، حسن بن علی (۱۳۶۳). تحف العقول، تحقیق: علی اکبر غفاری، قم: جامعه مدرسین.
- ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۳۶۴). النجاة، تهران: المكتبة المرتضوية، الطبعة الثانية.
- ابن منظور، جمال الدین محمد (۱۳۶۳). لسان العرب، قم: نشر ادب الحوزة.
- ابن فارس، احمد (۱۳۸۷). ترتیب مقایس اللغة، تحقیق: عبد السلام محمد هارون، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- بشیری، ابوالقاسم (۱۳۹۶). الگوی انسان کامل بارویکرد روان‌شناختی، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی رحمته.
- بشیری، ابوالقاسم؛ حیدری، مجتبی (۱۳۹۶). روان‌شناسی شخصیت، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی رحمته.
- بوالهیری، جعفر (۱۳۷۹). «بررسی رابطه بین عوامل تنش‌زا، میزان توکل به خدا و نشانگان استرس در دانشجویان پزشکی»، در: اندیشه و رفتار، ش ۲۱، ص ۲۵ - ۳۴.
- پروچاسکا، جیمز؛ و همکاران (۱۳۸۱). نظریه‌های روان‌درمانی، ترجمه: یحیی سیدمحمدی، تهران: رشد.
- پروین، لارنس؛ جان، الیور (۱۳۸۶). شخصیت: نظریه و پژوهش، ترجمه: محمدجعفر جوادی، پروین کدیور، تهران: آبیژ.
- پورافکاری، نصرت‌الله (۱۳۸۶). فرهنگ جامع روان‌شناسی - روان‌پزشکی، تهران: فرهنگ معاصر، چاپ ششم.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۴۱۶). مفردات الفاظ القرآن، تحقیق: صفوان عدنان داوودی، دمشق: دار القلم.
- ربر، آرتور اس. (۱۳۹۰). فرهنگ روان‌شناسی (توصیفی)، ترجمه: یوسف کریمی و همکاران، تهران: رشد.
- ساردویی، غلام‌رضا؛ و همکاران (۱۳۸۲). «بررسی تأثیر ارزش‌های مذهبی در طول مدت درمان بیماران مبتلا به افسردگی اساسی»، در: اسلام و بهداشت روان ۱: مجموعه مقالات اولین همایش بین‌المللی نقش دین در بهداشت روان، قم: دفتر نشر معارف.



- سالاری فر و همکاران (۱۳۹۰). بهداشت روانی با نگرش به منابع اسلامی، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- شولتز، دوان (۱۳۸۷). نظریه‌های شخصیت، ترجمه: یحیی سیدمحمدی، تهران: ویرایش.
- عارفی، عباس (۱۳۸۸). مطابقت صور ذهنی با خارج، تهران: پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه.
- علوی‌نژاد، سید حیدر (۱۳۷۷). «انسان سالم از دیدگاه قرآن»، در: پژوهش‌های قرآنی، ش ۱۵ و ۱۶، ص ۱۷۲ - ۲۰۷.
- الفراهیدی، خلیل بن احمد (۱۴۱۴). ترتیب کتاب العین، تحقیق: مهدی المخزومی، قم: مؤسسه نشر اسلامی.
- فیومی، أحمد بن محمد (۱۴۱۴). المصباح المنیر فی غریب الشرح الکبیر، قم: مؤسسه دار الهجرة، الطبعة الثانية.
- کارور، چارلز اس.؛ شی، یر، مایکل اف. (۱۳۷۸). نظریه‌های شخصیت، ترجمه: احمد رضوانی، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی، چاپ دوم.
- کریمی، یوسف (۱۳۸۹). روان‌شناسی شخصیت، تهران: نشر ویرایش، چاپ چهارم.
- گروهی از نویسندگان (زیر نظر: محمدتقی مصباح یزدی) (۱۳۹۱). فلسفه تعلیم و تربیت اسلامی، تهران: انتشارات مدرسه.
- مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی (۱۴۰۳). بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار، بیروت: دار إحياء التراث العربی، الطبعة الثانية.
- مرعشی، سید علی (۱۳۸۳ الف). «بهداشت روانی در قرآن»، در: نقد و نظر، ش ۳۵ و ۳۶، ص ۲ - ۱۶.
- مرعشی، سید علی (۱۳۸۳ ب). «دین، سلامتی عمومی و طول عمر»، در: نقد و نظر، ش ۳۵ و ۳۶، ص ۷۵ - ۸۳.
- مصباح یزدی، محمدتقی (۱۳۸۸). اخلاق در قرآن، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام، چاپ دوم، ج ۲.
- مصباح یزدی، محمدتقی (۱۳۹۱). معارف قرآن: خداشناسی، کیهان‌شناسی، انسان‌شناسی، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام.
- مکارم شیرازی، ناصر (۱۳۷۱). تفسیر نمونه، قم: دار الکتاب الاسلامیة، ج ۱۱.
- میلانی فرد، بهروز (۱۳۷۲). بهداشت روان، تهران: قومس.
- Allport, G. (1961). *Pattern and Growth in Personality*, New York: Holt.
- Ferris, G. R. (1992). "Perception of Organizational Politics", in: *Journal of Management*, 18: 93-116.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality*, 2<sup>nd</sup> Ed, New York: Harper & Row.