



مرکز تحقیقات اسلامی

اصفهان

گامی

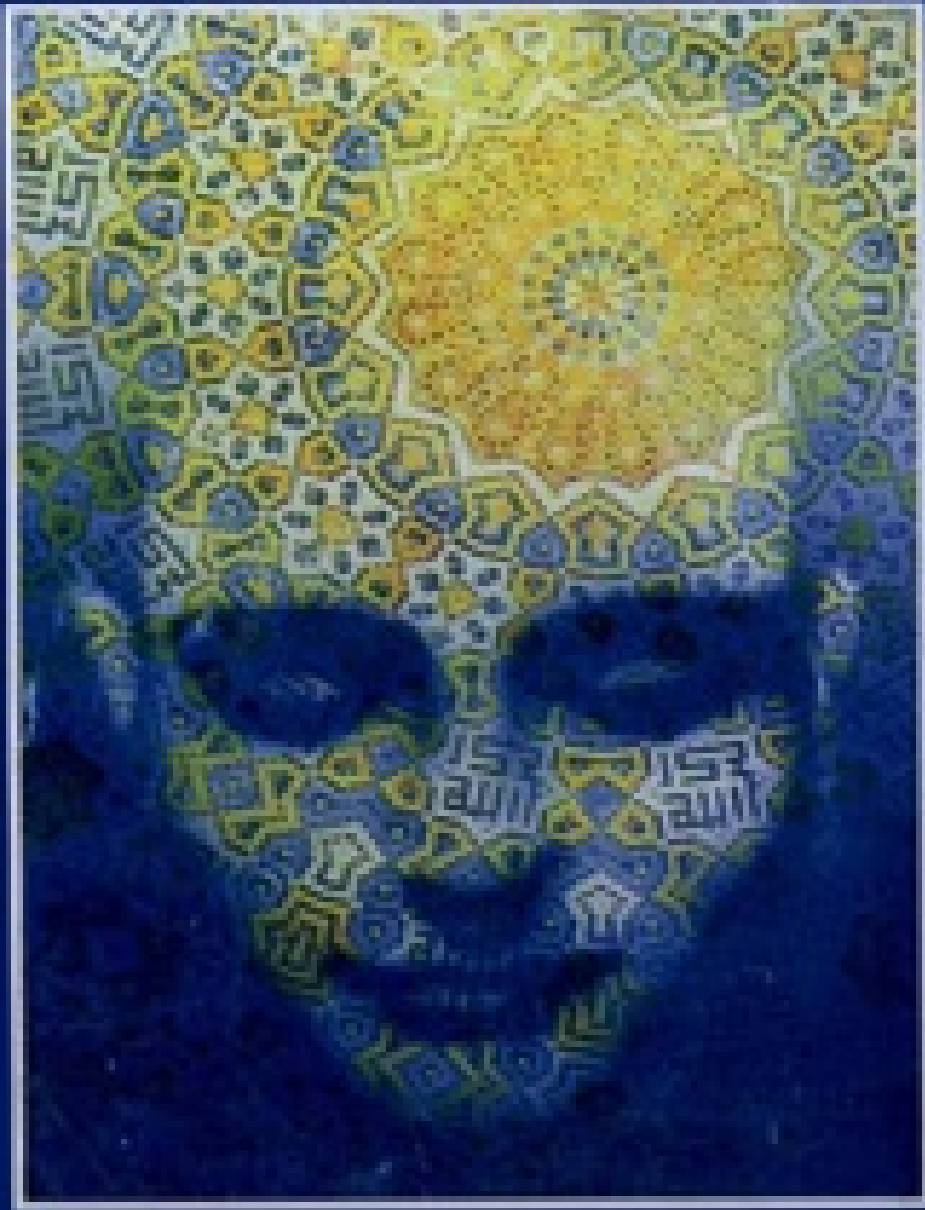


عمران  
علیهما السلام

www. **Ghaemiyeh** .com  
www. **Ghaemiyeh** .org  
www. **Ghaemiyeh** .net  
www. **Ghaemiyeh** .ir

دکتر محمد عثمان نجاتی

# قرآن و روانشناسی



ترجمہ عیاسی کریم

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# قرآن و روان شناسی

نویسنده:

محمد عثمان نجاتی

ناشر چاپی:

بنیاد پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی

ناشر دیجیتال:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

## فهرست

۵	فهرست
۱۳	قرآن و روان‌شناسی
۱۳	مشخصات کتاب
۱۳	فهرست
۱۴	«مقدمه مترجم»
۱۵	مقدمه مترجم بر چاپ چهارم
۱۶	مقدمه مؤلف بر چاپ دوم عربی
۱۷	سرآغاز
۱۸	پیشگفتار
۲۴	فصل اول انگیزه‌های رفتار در قرآن
۲۴	اشاره
۲۴	الف- انگیزه‌های فیزیولوژیک
۲۴	اشاره
۲۶	۱- انگیزه‌های حفظ ذات:
۳۲	۲- انگیزه تنفس
۳۳	۳- دو انگیزه بقای نوع:
۳۳	اشاره
۳۳	۳- ۱- انگیزه جنسی:
۳۵	۳- ۲- انگیزه مادری:
۳۶	ب- انگیزه‌های روانی
۳۶	اشاره
۳۷	۱- انگیزه مالکیت:
۳۸	۲- انگیزه پرخاشگری (تجاوز):

- ۳- انگیزه رقابت ..... ۴۱
- ۴- انگیزه دینداری ..... ۴۲
- ج- انگیزه‌های ناخودآگاه ..... ۴۴
- د- برخورد انگیزه‌ها ..... ۴۵
- ه. غلبه بر انگیزه‌ها ..... ۴۶
- و- انحراف انگیزه‌ها ..... ۵۶
- فصل دوم انفعالها در قرآن ..... ۵۷
- اشاره ..... ۵۷
- الف- ترس ..... ۵۸
- اشاره ..... ۵۸
- انواع ترسها ..... ۶۱
- ب- خشم ..... ۶۴
- ج- محبت ..... ۶۷
- اشاره ..... ۶۷
- ۱- حب ذات ..... ۶۷
- ۲- نوعدوستی ..... ۶۸
- ۳- محبت جنسی ..... ۷۰
- ۴- محبت پدری ..... ۷۱
- ۵- محبت خدا ..... ۷۳
- ۶- محبت پیامبر صلی الله علیه و آله ..... ۷۴
- د- شادی ..... ۷۵
- ه: نفرت ..... ۷۷
- و- غیرت ..... ۷۸
- ز- حسد ..... ۷۹

- ح- اندوه ..... ۸۱
- ط- پشیمانی [ندامت] ..... ۸۳
- ی- انفعالهای دیگر ..... ۸۵
- ک- تغییرات بدنی همراه با انفعال ..... ۸۷
- ل- غلبه بر انفعالها ..... ۹۱
- اشاره ..... ۹۱
- ۱- غلبه بر ترس از مرگ ..... ۹۲
- ۲- غلبه بر ترس از فقر ..... ۹۴
- ۳- غلبه بر غضب ..... ۹۵
- ۴- غلبه بر انفعال محبت ..... ۹۷
- ۵- غلبه بر انفعالهای دیگر ..... ۹۸
- فصل سوم ادراک حسی در قرآن ..... ۹۹
- اشاره ..... ۹۹
- الف- حواس در قرآن ..... ۱۰۱
- اشاره ..... ۱۰۱
- حواس پوستی ..... ۱۰۴
- ب- ادراک حسی خارج از چارچوب حواس (ادراک فوق حسی) ..... ۱۰۴
- ج- خطای چشم ..... ۱۰۶
- د- تأثیر انگیزه‌ها و ارزشها در توجه و ادراک حسی ..... ۱۰۷
- فصل چهارم تفکر از دیدگاه قرآن ..... ۱۰۹
- اشاره ..... ۱۰۹
- الف- مراحل تفکر در حل مشکلات ..... ۱۱۲
- اشاره ..... ۱۱۲
- ۱- احساس وجود مشکل ..... ۱۱۲

- ۱۱۳ ..... ۲- جمع‌آوری مدارک پیرامون موضوع «مشکل»
- ۱۱۳ ..... ۳- فرضیه سازی
- ۱۱۳ ..... ۴- ارزیابی فرضیه‌ها
- ۱۱۳ ..... ۵- اطمینان به صحت فرضیه
- ۱۱۵ ..... ب- خطاهای تفکر
- ۱۱۵ ..... اشاره
- ۱۱۷ ..... ۱- پایبندی به اندیشه‌های کهنه
- ۱۱۹ ..... ۲- کافی نبودن مدرک
- ۱۲۳ ..... ۳- طرفداری انفعالی و عاطفی
- ۱۲۴ ..... فصل پنجم یادگیری در قرآن
- ۱۲۴ ..... اشاره
- ۱۲۴ ..... الف- منابع دانش
- ۱۲۵ ..... ب- یادگیری زبان
- ۱۲۵ ..... ج- حضرت آدم علیه السلام و یادگیری زبان
- ۱۲۷ ..... د- فراگیری قدرت انتخاب و تصمیم‌گیری
- ۱۲۸ ..... ه- راههای یادگیری در قرآن
- ۱۲۸ ..... اشاره
- ۱۲۸ ..... ۱- تقلید
- ۱۳۰ ..... ۲- آزمایش عملی و آزمایش و خطا
- ۱۳۰ ..... ۳- تفکر
- ۱۳۲ ..... و- اصول یادگیری در قرآن
- ۱۳۲ ..... اشاره
- ۱۳۲ ..... ۱- انگیزه
- ۱۳۲ ..... اشاره



- ۱-۱- برانگیختن انگیزه از طریق تشویق و تهدید ..... ۱۳۲
- ۱-۲- تحریک انگیزه از طریق داستان ..... ۱۳۶
- ۱-۳- استمداد از حوادث مهم ..... ۱۳۷
- ۲- تکرار ..... ۱۳۸
- ۳- توجه ..... ۱۴۲
- ۴- مشارکت فعالانه ..... ۱۴۵
- ۵- توزیع یادگیری ..... ۱۴۷
- ۶- تدریج در تعدیل رفتار ..... ۱۴۷
- فصل ششم علم لدنی در قرآن ..... ۱۵۳
- الف- الهام و رؤیا ..... ۱۵۳
- ب- خواب و رؤیا ..... ۱۵۸
- فصل هفتم یادآوری و فراموشی در قرآن ..... ۱۶۱
- اشاره ..... ۱۶۱
- الف- فراموشی ..... ۱۶۳
- ب- رابطه فراموشی و شیطان ..... ۱۶۴
- ج- قرآن و درمان فراموشی ..... ۱۶۶
- فصل هشتم سیستم مغز و اعصاب در قرآن ..... ۱۶۷
- فصل نهم شخصیت در قرآن ..... ۱۷۰
- اشاره ..... ۱۷۰
- الف- آفرینش انسان ..... ۱۷۲
- ب- تضاد روانی ..... ۱۷۳
- ج- تعادل شخصیت ..... ۱۸۰
- د- شخصیت بهنجار ..... ۱۸۱
- ه- انواع شخصیت در قرآن ..... ۱۸۱

- ۱۸۱ ..... اشاره
- ۱۸۲ ..... ۱- مؤمنان:
- ۱۸۲ ..... اشاره
- ۱۸۳ ..... ۱- ۱ خصوصیات عقیدتی
- ۱۸۳ ..... ۱- ۲ خصوصیات عبادی
- ۱۸۳ ..... ۱- ۳ خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی
- ۱۸۳ ..... ۱- ۴ خصوصیات مربوط به روابط خانوادگی
- ۱۸۳ ..... ۱- ۵ خصوصیات اخلاقی
- ۱۸۳ ..... ۱- ۶ خصوصیات انفعالی و عاطفی
- ۱۸۳ ..... ۱- ۷ خصوصیات عقلانی و شناختی
- ۱۸۴ ..... ۱- ۸ خصوصیات مربوط به زندگی عملی و حرفه‌ای
- ۱۸۴ ..... ۱- ۹ خصوصیات بدنی
- ۱۸۵ ..... ۲- کافران:
- ۱۸۵ ..... اشاره
- ۱۸۵ ..... ۲- ۱ خصوصیات عقیدتی
- ۱۸۵ ..... ۲- ۲ خصوصیات عبادی
- ۱۸۶ ..... ۲- ۳ خصوصیات مربوط به روابط خانوادگی
- ۱۸۶ ..... ۲- ۴ خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی
- ۱۸۶ ..... ۲- ۵ خصوصیات اخلاقی
- ۱۸۶ ..... ۲- ۶ خصوصیات انفعالی و عاطفی
- ۱۸۶ ..... ۲- ۷ خصوصیات عقلانی و شناختی
- ۱۸۷ ..... ۳- منافقان:
- ۱۸۷ ..... اشاره
- ۱۸۷ ..... ۳- ۱ خصوصیات عقیدتی

- ۱۸۷ ..... ۲-۳ خصوصیات عبادی
- ۱۸۷ ..... ۳-۳ خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی
- ۱۸۸ ..... ۴-۳ خصوصیات اخلاقی
- ۱۸۸ ..... ۵-۳ خصوصیات انفعالی و عاطفی
- ۱۸۸ ..... ۶-۳ خصوصیات عقلانی و شناختی
- ۱۸۸ ..... و- قرآن و مکانیسمهای دفاعی عقل
- ۱۸۹ ..... اشاره
- ۱۸۹ ..... ۱- فرافکنی
- ۱۹۰ ..... ۲- دلیل تراشی
- ۱۹۰ ..... ۳- واکنش سازی
- ۱۹۱ ..... ز- تفاوت‌های فردی در قرآن
- ۱۹۴ ..... ح- قرآن و مسأله رشد انسان
- ۱۹۴ ..... اشاره
- ۱۹۴ ..... ۱- رشد قبل از تولد
- ۱۹۶ ..... ۲- رشد بعد از تولد
- ۱۹۹ ..... ۳- رشد حسی در نوزاد
- ۲۰۰ ..... فصل دهم روان درمانی در قرآن
- ۲۰۰ ..... اشاره
- ۲۰۴ ..... الف- رابطه ایمان و احساس امنیت
- ۲۱۰ ..... ب- ایمان و احساس وابستگی به گروه
- ۲۱۱ ..... ج- روش قرآن در روان درمانی
- ۲۱۱ ..... اشاره
- ۲۱۳ ..... ۱- ایمان به توحید
- ۲۱۳ ..... ۲- تقوا

- ۲۱۴ ..... ۳- عبادات
- ۲۱۴ ..... اشاره
- ۲۱۵ ..... ۳- ۱ نماز:
- ۲۲۱ ..... ۳- ۲ روزه:
- ۲۲۱ ..... ۳- ۳ زکات:
- ۲۲۲ ..... ۳- ۴ حج:
- ۲۲۳ ..... ۴- صبر
- ۲۲۶ ..... ۵- ذکر
- ۲۲۸ ..... ۶- توبه
- ۲۳۰ ..... درباره مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

## قرآن و روان‌شناسی

### مشخصات کتاب

سرشناسه: نجاتی، محمد عثمان، ۱۹۱۴-م.  
 عنوان و نام پدیدآور: قرآن و روانشناسی / محمد عثمان نجاتی؛ ترجمه عباس عرب.  
 مشخصات نشر: مشهد: آستان قدس رضوی، بنیاد پژوهشهای اسلامی، ۱۳۶۷.  
 مشخصات ظاهری: [۳۸۳] ص.  
 شابک: ۱۱۰۰ ریال؛ ۲۰۰۰ ریال (چاپ سوم)  
 وضعیت فهرست نویسی: برون سپاری  
 یادداشت: چاپ دوم: ۱۳۶۹.  
 یادداشت: چاپ سوم: اردیبهشت ۱۳۷۲.  
 یادداشت: کتابنامه: ص. [۳۸۱ - ۳۸۳]؛ همچنین به صورت زیرنویس.  
 موضوع: قرآن — روانشناسی  
 شناسه افزوده: عرب، عباس، ۱۳۳۳ -، مترجم  
 شناسه افزوده: آستان قدس رضوی. بنیاد پژوهشهای اسلامی  
 رده بندی کنگره: BP۱۰۳/۲۵/ن۳ق۴ ۱۳۶۷  
 رده بندی دیویی: ۲۹۷/۱۵۹  
 شماره کتابشناسی ملی: ۳۱۸-۶۸م

### فهرست

مقدمه مترجم ۱۱ مقدمه مترجم بر چاپ چهارم ۱۳ مقدمه مؤلف بر چاپ دوم عربی ۱۵ سرآغاز ۱۷ پیشگفتار ۱۹ فصل اول  
 انگیزه‌های رفتار در قرآن ۳۱ الف- انگیزه‌های فیزیولوژیک ۳۲ ۱- انگیزه حفظ ذات ۳۴ ۲- انگیزه تنفس ۴۷ ۳- دو انگیزه بقای نوع  
 ۴۹ ۱- انگیزه جنسی ۴۹ ۲- انگیزه مادری ۵۲ ب- انگیزه‌های روانی ۵۴ ۱- انگیزه مالکیت ۵۶ ۲- انگیزه تجاوز ۵۸ ۳- انگیزه  
 رقابت ۶۴ ۴- انگیزه دینداری ۶۵ ج- انگیزه‌های ناخودآگاه ۶۹ د- تعارض انگیزه‌ها ۷۰ ه- غلبه بر انگیزه‌ها ۷۲ و- انحراف انگیزه‌ها  
 ۹۱

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶

فصل دوم انفعالها در قرآن ۹۵ الف- ترس ۹۶ انواع ترس ۱۰۱ ب- خشم ۱۰۸ ج- محبت ۱۱۳ ۱- حب ذات ۱۱۳ ۲- نوع دوستی  
 ۱۱۵ ۳- محبت جنسی ۱۱۹ ۴- محبت پدری ۱۲۱ ۵- محبت خدا ۱۲۵ ۶- محبت پیامبر صلی الله علیه و آله ۱۲۷ د- شادی ۱۲۹ ه-  
 نفرت ۱۳۲ و- غیرت ۱۳۵ ز- حسد ۱۳۶ ح- اندوه ۱۴۰ ط- پشیمانی [ندامت] ۱۴۵ ی- انفعالهای دیگر ۱۴۸ ک- تغییرات بدنی  
 همراه با انفعال ۱۵۲ ل- غلبه بر انفعالها ۱۶۱ ۱- غلبه بر ترس از مرگ ۱۶۱ ۲- غلبه بر ترس از فقر ۱۶۶ ۳- غلبه بر غضب ۱۶۷ ۴-  
 غلبه بر انفعال محبت ۱۷۱ ۵- غلبه بر انفعالهای دیگر ۱۷۳ فصل سوم ادراک حسی در قرآن ۱۷۷ الف- حواس در قرآن ۱۷۹

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷

حواس پوستی ۱۸۵ ب- ادراک حسی خارج از چارچوب حواس (ادراک فوق حسی) ۱۸۶ ج- خطای چشم ۱۸۹ د- تأثیر انگیزه‌ها

و ارزشها در توجه و ادراک حسی ۱۹۰ فصل چهارم تفکر از دیدگاه قرآن ۱۹۵ الف- مراحل تفکر در حل مشکلات ۲۰۱-۱- احساس وجود مشکل ۲۰۱-۲- جمع‌آوری مدارک پیرامون موضوع مشکل ۲۰۱-۳- فرضیه‌سازی ۲۰۲-۴- ارزیابی فرضیه‌ها ۲۰۲-۵- اطمینان به صحت فرضیه ۲۰۲-ب- خطاهای تفکر ۲۰۶-۱- پایبندی به اندیشه‌های کهنه ۲۰۹-۲- کافی نبودن مدرک ۲۱۳-۳- طرفداری انفعالی و عاطفی ۲۱۹ فصل پنجم یادگیری در قرآن ۲۲۳ الف- منابع دانش ۲۲۳-ب- یادگیری زبان ۲۲۴-ج- حضرت آدم علیه السلام و یادگیری زبان ۲۲۵-د- فراگیری قدرت انتخاب و تصمیم‌گیری ۲۲۸-ه- راههای یادگیری در قرآن ۲۲۹-۱- تقلید ۲۲۹-۲- آزمایش عملی و آزمایش و خطا ۲۳۳-۳- تفکر ۲۳۴-و- اصول یادگیری در قرآن ۲۳۶-۱- انگیزه ۲۳۷

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸

۱-۱ برانگیختن انگیزه از طریق تشویق و تهدید ۲۳۷-۱- ۲ تحریک انگیزه از طریق داستان ۲۴۵-۱- ۳ استمداد از حوادث مهم ۲۴۷-۲- تکرار ۲۴۸-۳- توجه ۲۵۵-۴- مشارکت فعالانه ۲۶۱-۵- توزیع یادگیری ۲۶۳-۶- تدریج در تعدیل رفتار ۲۶۵ فصل ششم علم لدنی در قرآن ۲۷۵ الف- الهام و رؤیا ۲۷۵-ب- خواب و رؤیا ۲۸۶ فصل هفتم یادآوری و فراموشی در قرآن ۲۹۱ الف- فراموشی ۲۹۴-ب- رابطه فراموشی و شیطان ۲۹۷-ج- قرآن و درمان فراموشی ۲۹۹ فصل هشتم سیستم مغز و اعصاب در قرآن ۳۰۳ فصل نهم شخصیت در قرآن ۳۱۳ الف- آفرینش انسان ۳۱۴-ب- تضاد روانی ۳۱۶-ج- تعادل شخصیت ۳۲۷-د- شخصیت بهنجار ۳۲۹-ه- انواع شخصیت در قرآن ۳۳۰

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹

۱- مؤمنان ۳۳۱-۱- ۱ خصوصیات عقیدتی ۳۳۲-۱- ۲ خصوصیات عبادی ۳۳۲-۱- ۳ خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی ۳۳۲-۱- ۴ خصوصیات مربوط به روابط خانوادگی ۳۳۲-۱- ۵ خصوصیات اخلاقی ۳۳۳-۱- ۶ خصوصیات انفعالی و عاطفی ۳۳۳-۱- ۷ خصوصیات عقلانی و شناختی ۳۳۳-۱- ۸ خصوصیات مربوط به زندگی عملی و حرفه‌ای ۳۳۳-۱- ۹ خصوصیات بدنی ۳۳۳-۲- کافران ۳۳۶-۲- ۱ خصوصیات عقیدتی ۳۳۶-۲- ۲ خصوصیات عبادی ۳۳۶-۲- ۳ خصوصیات مربوط به روابط خانوادگی ۳۳۶-۲- ۴ خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی ۳۳۶-۲- ۵ خصوصیات اخلاقی ۳۳۶-۲- ۶ خصوصیات انفعالی و عاطفی ۳۳۶-۲- ۷ خصوصیات عقلانی و شناختی ۳۳۶-۳- ۳ منافقان ۳۳۸-۱- ۳ خصوصیات عقیدتی ۳۳۸-۳- ۲ خصوصیات عبادی ۳۳۹-۳- ۳ خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی ۳۳۹-۳- ۴ خصوصیات اخلاقی ۳۳۹-۳- ۵ خصوصیات انفعالی و عاطفی ۳۳۹-۳- ۶ خصوصیات عقلانی و شناختی ۳۳۹-و- قرآن و مکانیسمهای دفاعی عقل ۳۴۰-۱- فرافکنی ۳۴۱-۲- دلیل تراشی ۳۴۲-۳- واکنش‌سازی ۳۴۳-ز- تفاوت‌های فردی در قرآن ۳۴۵

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰

ح- قرآن و مسأله رشد انسان ۳۵۰-۱- رشد قبل از تولد ۳۵۰-۲- رشد بعد از تولد ۳۵۴-۳- رشد حسی در نوزاد ۳۵۸ فصل دهم روان‌درمانی در قرآن ۳۶۱ الف- رابطه ایمان و احساس امتیت ۳۶۷-ب- ایمان و احساس وابستگی به گروه ۳۷۹-ج- روش قرآن در روان‌درمانی ۳۸۲-۱- ایمان به توحید ۳۸۴-۲- تقوا ۳۸۵-۳- عبادات ۳۸۷-۳- نماز ۳۸۸-۲- روزه ۳۹۷-۳- زکات ۳۹۸-۳- حج ۳۹۹-۴- صبر ۴۰۱-۵- ذکر ۴۰۶-۶- توبه ۴۱۱ مراجع ۴۱۷

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱

### «مقدمه مترجم»

انسان تنها موجودی است که از دو بعد مادی و غیر مادی شکل گرفته است. این موجود یگانه، چنان که قرآن کریم به آن اشاره می‌فرماید، رشد خود را از خاک شروع کرده و مراحل مختلف تکامل را پشت سر گذاشته تا آن جا که روح خدایی در درون وی

شکوفای شده و همراه و همگام با جسم به حرکت درآمده و با طی مراحل گوناگون، صفات و ویژگی‌هایی همچون عقل، عشق و عواطف انسانی را از خود به مرحله ظهور و شکوفایی رسانده است.

آنچه همیشه ذهن بشر را متوجه خود کرده و در طول تاریخ او را به تلاش و تفکر واداشته است، معرفت نفس یا خودشناسی است. انسان در پی شناختن خود، گاه به راه درست و گاه به نادرست گام نهاده است. او هنگامی که خویشتن را در خویش جستجو کرده و با نور خدایی همراه با پیامبران هدایتگرش، در این راه گام نهاده، به مقام نفس مطمئن دست یازیده است، اما آن هنگام که غافل از خویشتن خویش بوده و با پیروی از نفس اماره این راه را پیموده است، گمراه و سرگردان شده است.

قرآن کریم به منظور دستیابی به خودشناسی و رشد شخصیت و ارتقای نفس انسان به مدارج کمال انسانی، مناسبترین و بهترین راهی را که بتواند زمینه خوشبختی دنیا و آخرت او را فراهم کند، به وی نشان داده است. در قرآن کریم آیات بسیاری وجود دارد که فطرت وجودی انسان و حالات گوناگون روان او را متذکر شده و علل انحراف و بیماری و همچنین راههای تهذیب و تربیت، و معالجه روان انسان را به طور جامع نشان داده است. ما می‌توانیم به کمک حقایقی که در قرآن، درباره انسان و صفات و حالات گوناگون روانی او آمده است، بخوبی شخصیت انسانی خویش را رشد دهیم و همچنین انگیزه‌های اصلی محرک رفتار انسان و عواملی را که در هماهنگ کردن شخصیت و تکامل و ایجاد بهداشت روانی او تأثیر بسزایی دارند، بشناسیم زیرا قرآن، سخن آفریدگار انسان است و بدیهی است که آفریدگار به طبیعت و اسرار آفرینش مخلوق خود داناتر است. «أَلَا يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ». (۱)

(۱) - آیا آن خدایی که خلق را آفریده، عالم (به اسرار آنها) نیست؟ و حال آن که او به باطن (و ظاهر همه) امور عالم آگاه است. سوره ملک/ ۱۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲

بی‌تردید ما برای احیا و بررسی میراث غنی اسلامی خود، به همت بیشتری نیازمندیم و این کار را باید از قرآن کریم و احادیث شریف معصومان: آغاز کنیم و سپس سیر تکاملی اندیشه در تحقیقات روانی را در میان فلاسفه و اندیشمندان مسلمان دنبال کنیم تا از این طریق به شناخت صحیح مفاهیم روانی اسلام دست یابیم.

مؤلف محترم کوشیده، حقایق و مفاهیم روانی را که در قرآن کریم آمده است، جمع‌آوری کند تا با رهجویی از آیات قرآن - که همه قطعی و یقینی است و باطل در آن راه ندارد - بتوان به تکوین شخصیت راستین و رفتار صحیح انسانی، دست یافت.

در پایان بر خود فرض می‌دانم که از زحمات دوست گرامی آقای عباسعلی سلطانی که زحمت بازمینی این ترجمه را عهده‌دار شدند و نیز از سرور گرامی جناب آقای جعفر شریعتمداری که ویراستاری ادبی آن را به انجام رساندند، کمال تشکر و امتنان خویش را ابراز دارم و از خداوند متعال برای ایشان و همه خوانندگان عزیز، که این ترجمه ناچیز را به دیده نقد مطالعه می‌فرمایند، آرزوی موفقیت، شادکامی و سعادت دارم.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳

### مقدمه مترجم بر چاپ چهارم

بسم الله الرحمن الرحيم روزی که به پیشنهاد بنیاد محترم پژوهشهای اسلامی آستان قدس رضوی، ترجمه کتاب «القرآن و علم النفس» تألیف دکتر محمد عثمان نجاتی استاد دانشگاههای قاهره و کویت در رشته روان‌شناسی را با عنوان فارسی «قرآن و روان‌شناسی» آغاز کردم، اصلاً فکر نمی‌کردم که کتاب با چنین استقبال گرمی از سوی محافل مختلف فرهنگی و دانشگاهی مواجه

شود آن هم در حدی که اینک شما خوانندگان محترم چهارمین چاپ آن را پیش‌رو داشته باشید. البته مترجم، این موفقیت را قبل از هر چیزی، مرهون قرآن و برکت قرآنی و ناشی از گرایش تشنگان معرفت به این سرچشمه جوشان معارف الهی می‌داند و در مرحله بعدی اگر بتوان در صدی از این موفقیت را به پدیدآورنده این اثر نسبت داد، مسلماً افتخار آن به پدیدآورنده اصلی یعنی مؤلف محترم تعلق خواهد گرفت که کتاب را با شیوه‌ای علمی و آکادمیک و بدور از اطاله سخن و در یک کلام، پرمایه و مختصر و مفید تألیف کرد و به همین دلیل چنان که نویسنده در مقدمه چاپ دوم عربی اشاره کرده است، در جهان عرب نیز با استقبال گرم عموم مردم بویژه محافل فرهنگی و دانشگاهی مواجه شده است طوری که پس از چاپ نخست، از مؤلف برای شرکت در سمینارها و میزگردهای مختلف دعوت به عمل آمد و ایشان نیز با حضور در این مجامع برای متخصصان فن و اساتید دانشگاه و دانشجویان و علاقمندان، درباره مطالب کتاب به ایراد سخن پرداخت و متقابلاً از اظهار نظرهای آنها بهره‌مند شد و سعی کرد این نظرات را در چاپ دوم عربی منعکس سازد.

وقتی به علت نایاب شدن کتاب، چاپ چهارم آن در دستور کار ناشر قرار گرفت، به پیشنهاد بنده و موافقت بنیاد محترم پژوهشهای اسلامی، چاپ دوم عربی که در بردارنده اضافات و تجدید نظرهای مؤلف است، مبنای تجدید نظر در متن فارسی قرار گرفت و کلیه افزوده‌ها و تجدید نظرهای مؤلف، بر چاپ چهارم فارسی نیز اضافه شد. این اضافات شامل آیات قرآنی، پاورقیها، تحلیلهای تعلیقات جدید هستند که در بیشتر فصلهای کتاب به چشم می‌خورند. همچنین مترجم، متن فارسی را بطور کامل با متن چاپ دوم عربی تطبیق داد و علاوه بر درج اضافات و تعلیقات، گاهی برخی از واژه‌ها و عبارات را نیز اصلاح کرد. به عبارت قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴

دیگر، چاپ چهارم کتاب «قرآن و روان‌شناسی» با تجدید نظر کامل در ترجمه آن تقدیم شما عزیزان می‌شود. شایسته یادآوری است که آن بخش از پاورقیها که علامت مشخصی ندارند، از مؤلف محترم و آنها که با علامت مترجم «-م.» مشخص شده‌اند، از مترجم هستند.

در پایان از کلیه سروران و ارباب فضل بویژه استادان و متخصصان در زمینه روان‌شناسی اسلامی و قرآنی که بنده را به دلیل انجام این کار، تشویق کردند تشکر می‌کنم و از آنها می‌خواهم مرا از راهنماییهایشان بویژه در زمینه کاربرد اصطلاحات روان‌شناسی محروم نسازند و مطمئن باشند که ان شاء الله در چاپهای بعدی از تذکرات سودمندشان استفاده خواهد شد. خدای بزرگ را سپاس می‌گویم که توفیق این خدمت را به حقیر عطا فرمود و همچون مؤلف از درگاه احدیتش می‌خواهم که این ترجمه را به برکت قرآن، مایه نزدیکی‌ام به خود قرار دهد و کفه ترازوی اعمالم را در روز واپسین با آن سنگین کند.

والله المستعان عباس عرب

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵

### مقدمه مؤلف بر چاپ دوم عربی

چاپ نخست این کتاب با استقبال گرم بسیاری از علاقمندان به میراث اسلامی بطور کلی و روان‌شناسی اسلامی بطور خاص مواجه شده است و من از این بابت خداوند متعال را سپاس می‌گویم. این توجه عمومی و استقبال گرم مرا واداشت تا تحقیق و پژوهش در این زمینه را ادامه دهم و به تکمیل بحث و تحقیق درباره اصول اسلامی روان‌شناسی در قرآن کریم و احادیث شریف نبوی و در میان متفکران مسلمان اهتمام ورزم. از خداوند سبحان می‌خواهم در انجام این وظیفه توفیقم دهد و در ادای این تکلیف یاری‌ام رساند البته اگر به خواست خدا، عمری برایم باقی بماند تا امکان پرداختن به این مهم را بیابم.

در چاپ دوم این کتاب اصلاحات زیادی صورت گرفته و مطالبی فراوان مثل برخی از آیات قرآنی، تعلیقات، پاورقیها، تحلیلهای



مقایسه‌های جدید در بیشتر فصلهای کتاب افزوده شده است.

همچنین نویسنده پس از چاپ نخست، این فرصت را یافت که در سمینارها و میزگردهایی مختلف درباره برخی از موضوعات مورد بررسی در این کتاب سخن بگوید. تفسیرها و اظهار نظرها و گفتگوهایی که پس از این سخنرانیها، از سوی حاضران ارائه می‌شد، برایم بسی سودمند بود. و من در اینجا بسیار خوشحالم که سپاس فراوان خویش را تقدیم آن دسته از سروران و همکاران فاضلم کنم که در این سمینارها حاضر شدند و ملاحظات و نکات سودمندی را ارائه دادند؛ بخصوص از دوست عزیزم جناب استاد دکتر عبد‌العزیز کامل به خاطر ملاحظات ارزشمندی که درباره برخی از نکته‌های موجود در کتاب ابراز کردند، بسیار سپاسگزارم.

همچنین از مؤسسه «التقدم العلمی» کویت کمال تشکر را دارم که این کتاب و کتاب قبلی‌ام «الادراک الحسی عند ابن سینا: بحث فی علم النفس عند العرب» را مورد لطف قرار داده و جایزه ویژه تحقیقات «میراث» در سال ۱۹۸۳ را به این دو کتاب اعطاء کرد. سخن آخر این که امیدوارم در جبران برخی از کوتاهیهای موجود در چاپ نخست این کتاب موفق شده باشم؛ هرچند هنوز هم احساس می‌کنم که کتاب همچنان به مراجعه مستمر و اضافات فراوان نیاز دارد و من امیدوارم بتوانم در چاپهای بعدی بخشی از این نیازها را برآورم.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶

از خداوند متعال این خواهم این کتاب را مایه تقرب من به او قرار دهد و در روز واپسین هنگام دیدار با او کفه ترازویم را با نور آن سنگین کند.

محمد عثمان نجاتی ۱۰ شوال ۱۴۰۴ هجری ۹ ژوئیه ۱۹۸۴ میلادی

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷

## سرآغاز

توجه و اهتمام من به موضوع «قرآن و روان‌شناسی» به حدود چهل سال پیش برمی‌گردد. و آن هنگامی بود که رساله فوق لیسانس خود را درباره «ادراک حسی از دیدگاه ابن سینا» در طول سالهای ۱۹۳۹-۱۹۴۲ آماده می‌کردم. از همان زمان معتقد بودم که برای فهمیدن نظریات ابن سینا در خصوص روان‌شناسی، لازم است ابتدا کلیه مفاهیم و نظریات و تحقیقات گوناگون روان‌شناسی پیش از عصر ابن سینا بررسی شود. به همین دلیل در مقدمه رساله خود، برخی مفاهیم روانی موجود در قرآن کریم و احادیث شریف نبوی را که به عنوان دو منبع از منابعی که در تکوین برخی از اندیشه‌های ابن سینا بویژه در بحثهای «ادراک حسی»، «کسب شناخت» و مسأله «خواب و رؤیا» تأثیر گذاشته‌اند، ذکر کرده‌ام.

مدتی بعد با ایراد سخنرانی در انجمن معلمان قاهره، دوباره این موضوع را مطرح کردم. سخنرانی مزبور را تا آن جا که می‌توانم به یاد آورم- در یکی از شب‌نشستهای ماه رمضان سالهای میانی دهه شصت در انجمن مزبور- پیرامون «قرآن و روان‌شناسی» ایراد کرده بودم.

همچنین در جشنواره فرهنگی دبیرستان «الشویخ» کویت، در سال ۱۹۶۷ م سخنرانی دیگری درباره همین موضوع ایراد کردم که خلاصه آن در کتاب «دانشگاه و جامعه» که دانشگاه کویت در سال تحصیلی ۶۸-۱۹۶۷ م آن را چاپ کرده است، منتشر شد.

در طول این مدت به کار تدریس و بحث و تألیف، و نظارت بر رساله‌های دانشجویانی که برای دریافت مدرک فوق لیسانس و دکترای روان‌شناسی می‌نوشتند، مشغول بودم و به همین دلیل فرصت کافی برای بررسی عمیق و همه جانبه مفاهیم روانی

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸

از دیدگاه قرآن، برایم پیش نمی‌آمد.

هنگامی که قرن چهاردهم هجری رو به پایان بود و جهان اسلام با انجام تحقیقات و بررسیهای اسلامی و برپایی کنگره‌ها و جشنهای متعدد، به پیشواز قرن پانزدهم می‌رفت، احساس کردم زمان آن فرا رسیده است که من هم وقت کافی برای بررسی مفاهیم روانی از دیدگاه قرآن و نیز اوقاتی برای تألیف کتابی پیرامون آن، اختصاص دهم و به این ترتیب به استقبال قرن پانزدهم بروم. به همین منظور، موفق به گرفتن یک مرخصی علمی برای ترم اول سال تحصیلی دانشگاهی ۸۱-۱۹۸۰ م از دانشگاه کویت شدم که ضمن آن توانستم بخش بزرگی از فصلهای این کتاب را جمع‌آوری کنم. همین جا فرصت را غنیمت می‌شمارم و از دانشگاه کویت که چنین فرصتی را در اختیارم نهاده است، صمیمانه تشکر می‌کنم. این فرصت به من امکان داد که سرانجام، بحث و تحقیقی را که در سالهای گذشته همواره به آن اهتمام می‌ورزیدم و آرزوی به پایان بردن آن را داشتم، به اتمام رسانم.

همچنین علاقه‌مندم، از نویسندگان محترمی که کتابهایشان را خوانده‌ام و از اندیشه آنها بهره گرفته‌ام - که البته نامشان در جای خود در پاورقیها و فهرست منابع کتاب در پایان نیز آورده خواهد شد - تشکر و ابراز امتنان کنم.

خداوند پاک و بلندمرتبه را سپاس می‌گویم که سرانجام، به من توانایی عطا فرمود که این کتاب را به پایان رسانم. امیدوارم که در عرصه مفاهیم روانی موجود در قرآن و مقایسه آن با مفاهیم روان‌شناسی جدید، موفق بوده باشم.

محمد عثمان نجاتی ۱۳ رمضان ۱۴۰۱ هـ ۱۴ ژوئیه ۱۹۸۱ م

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹

### پیشگفتار

قرآن کتاب دینی و هدایت است که خداوند پاک و بلندمرتبه برای هدایت همه مردم بر حضرت محمد صلی الله علیه و آله نازل کرده است. خداوند در قرآن، عقل و وجدان انسان را مورد خطاب قرار می‌دهد و به او اعتقاد به توحید و یگانه‌پرستی را می‌آموزد و به وسیله عبادات تزکیه‌اش می‌کند و نیز آنچه خیر و صلاحش در زندگی فردی و اجتماعی است، رهنمون می‌شود. همچنین برای دستیابی به خودشناسی و رشد شخصیت و ارتقای نفسش به مدارج کمال انسانی، مناسبترین راه را نشان می‌دهد تا بتواند زمینه خوشبختی دنیا و آخرت را برای خودش فراهم کند.

هَذَا بَصَائِرُ لِلنَّاسِ وَ هُدًى وَ رَحْمَةٌ لِّقَوْمٍ يُوقِنُونَ «این قرآن برای عموم مردم مایه بصیرت بسیار و برای اهل یقین موجب هدایت و رحمت است.» (۱)

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَ شِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَ هُدًى وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ «ای مردم، نامه‌ای (قرآن) که همه پند و اندرز و شفای دل‌های شما و هدایت و رحمت برای مؤمنان است، از جانب خدا برای نجات شما آمد.» (۲)

(۱) - جایه: ۲۰.

(۲) - یونس: ۵۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰

... وَ نَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تِبْيَانًا لِّكُلِّ شَيْءٍ وَ هُدًى وَ رَحْمَةً وَ بُشْرَى لِّلْمُسْلِمِينَ «... و ما بر تو این قرآن را فرستادیم تا حقیقت هر چیز را روشن کند و برای مسلمانان هدایت و رحمت و مژده باشد.» (۱)

كَمَا أَرْسَلْنَا فِيكُمْ رَسُولًا مِنْكُمْ يَتْلُوا عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَ يُزَكِّيْكُمْ وَ يُعَلِّمُكُمُ الْكِتَابَ وَ الْحِكْمَةَ وَ يُعَلِّمُكُمْ مَا لَمْ تَكُونُوا تَعْلَمُونَ «چنان که رسول گرامی را که از خود شماست فرستادیم که آیات ما را برای شما تلاوت کند و نفوس شما را (از پلیدی و آلودگی) پاک و منزه گرداند و به شما تعلیم شریعت و حکمت دهد و هر چه را نمی‌دانید به شما بیاموزد.» (۲)

هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ «اوست خدایی که در میان مردمی امی (مردمی که خواندن و نوشتن نمی‌دانستند) پیغمبری از همان مردم برانگیخت تا بر آنان آیات وحی خدا را تلاوت کند و آنها را (از لوث جهل و اخلاق زشت) پاک سازد و شریعت کتاب آسمانی و حکمت الهی بیاموزد، با آن که پیش از این همه در جهل و گمراهی آشکار بودند.» (۳)

قرآن کریم مردم را به سیر و گردش در روی زمین و مشاهده آفریده‌های جهان هستی و آسمانها و زمین و مخلوقات خدا که در آسمانها و زمین هستند و همچنین تفکر و تدبیر درباره آنها تشویق می‌کند تا بتوانند از طریق مشاهده شگفتیهای آفرینش، به وجود آفریدگار شگفتی آفرین پی برند.

(۱) - نحل: ۸۹.

(۲) - بقره: ۱۵۱.

(۳) - جمعه: ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱

قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ بَدَأَ الْخَلْقَ ...

«ای رسول، به مردم بگو که در زمین گردش کنید و ببینید که خدا چگونه خلق را ایجاد کرده است ...» (۱)

أَوْ لَمْ يَنْظُرُوا فِي مَلَكُوتِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا خَلَقَ اللَّهُ مِنْ شَيْءٍ ...

«آیا در ملکوت و قوای آسمانها و زمین فکر و نظر نمی‌کنند و در هر چه خدا آفریده است، نمی‌نگرند ...» (۲)

قُلْ انظُرُوا مَا ذَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ...

«ای پیامبر، به مردم بگو بنگرید آنچه را که در آسمانها و زمین است ...» (۳)

قرآن کریم توجه و عنایت بسیاری به تشویق مردم به امر آموزش و فراگیری دانش نشان داده است. در این مورد هیچ دلیلی بالاتر از این نیست که نخستین آیه قرآن مجید، مردم را به خواندن و فراگیری دانش دعوت می‌کند و مقام «قلم» را که خداوند توسط آن به انسان، نوشتن و ندانسته‌های علوم را آموخت، گرامی می‌دارد.

اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ «ای رسول گرامی، (قرآن) را به نام پروردگارت که خدای آفریننده عالم است قرائت کن، آن خدایی که آدمی را از خون بسته آفرید. بخوان و (بدان) که) پروردگارت کریمترین کریمان است آن خدایی که به بشر توسط قلم، علم نوشتن آموخت. و به آدم آنچه را نمی‌دانست تعلیم داد.» (۴)

(۱) - عنکبوت: ۲۰.

(۲) - اعراف: ۱۸۵.

(۳) - یونس: ۱۰۱.

(۴) - علق: ۱-۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲

خداوند در قرآن به قلم سوگند یاد می‌کند و این خود نشان دهنده مقام والای «قلم» و «نوشتن» و اشاره به این است که قلم و نوشتن در کار آموزش و فراگیری دانش تأثیر تعیین کننده‌ای دارند.

ن وَالْقَلَمِ وَمَا يَسْطُرُونَ» (قسم به نون که نام نور و ناصر حق یا لوح خداست) و قسم به قلم و آنچه (تا ابد در لوح محفوظ) خواهد نگاشت. «۱»

«قرآن کریم فضیلت دانش را می‌ستاید، دانشمندان را گرامی می‌دارد و مقامشان را رفعت می‌بخشد و دانش را در مرتبه و مقامی عالی همچون مقام ایمان قرار می‌دهد.»

يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ...

«... خداوند مقام مؤمنان و دانشمندان را به مراتب و درجاتی بالا می‌برد ...» «۲»

وَقَالَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ وَالْإِيمَانَ لَقَدْ لَبِثْتُمْ فِي كِتَابِ اللَّهِ إِلَى يَوْمِ الْبَعْثِ فَهَذَا يَوْمُ الْبَعْثِ وَلَكِنَّكُمْ كُنتُمْ لَا تَعْلَمُونَ «و آنان که به مقام علم و ایمان رسیده‌اند (به آن فرقه بدکار) می‌گویند: شما تا روز قیامت که هم امروز است، در عالم علم خدا مهلت یافتید ولی از جهل بر آن آگاه نبودید.» «۳»

در تمجید قرآن از دانش و دانشمندان چه دلیلی از این بالاتر که در آیه فوق، دانشمندان «الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ» پیش از مؤمنان ذکر شده‌اند و نیز در آیه زیر، قرآن هنگام

(۱) - قلم: ۱.

(۲) - مجادله: ۱۱.

(۳) - روم: ۵۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳

مطرح کردن موضوع اقرار به یگانگی و عدالت و قدرت و حکمت خدا، دانشمندان را پس از فرشتگان ذکر می‌کند. شَهِدَ اللَّهُ أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ وَالْمَلَائِكَةُ وَأُولُوا الْعِلْمِ قَائِمًا بِالْقِسْطِ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ «خدا به یکتایی خود گواهی دهد که جز او خدایی نیست و فرشتگان و دانشمندان نیز به یکتایی او گواهی دهند. او نگهبان عدل و درستی است و خدایی جز او که توانا و داناست، وجود ندارد.» «۱»

دلیل دیگری که نشانگر ارج نهادن خداوند به دانش و تمجید از برتری و فضیلت آن می‌باشد، این است که به پیامبر صلی الله علیه و آله دستور داده است به هنگام دعا از او بخواهد علمش را افزون کند.

... وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا «... و بگو (ای پیامبر): خدایا دانشم را افزون کن.» «۲»

اصولاً علم و حکمت دو نعمت از نعمتهای بزرگ خدا بر انسان هستند و به هر بنده مؤمن و شایسته‌ای که خود بخواهد، عطا می‌فرماید.

يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُؤْتَ الْحِكْمَةَ فَقَدْ أُوتِيَ خَيْرًا كَثِيرًا وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُوا الْأَلْبَابِ

(۱) - آل عمران: ۱۸.

(۲) - طه: ۱۱۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴

«خداوند به هر که بخواهد حکمت عطا خواهد کرد و به کسی که حکمت داده شود در واقع بهره و خیر بسیاری به او عطا شده است و این حقیقت را جز خردمندان عالم متذکر نمی‌شوند.» «۱»

نعمت دانش و حکمت از مهمترین نعمتهایی است که خداوند به پیامبران و فرستادگان برگزیده خود عطا فرموده و در آیات بسیاری

«۲» به این موضوع اشاره شده است. قرآن همچنین انسان را به تفکر و اندیشیدن درباره خویش و شگفتی آفرینش و دقتی که در ایجاد او به کار رفته است، تشویق می‌کند. به این ترتیب قرآن انسان را به بررسی ذات «خود» و شناخت اسرار و رموز آن برمی‌انگیزد چه، خودشناسی سرانجام به خداشناسی منتهی می‌شود.

وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَ فِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ «برای اهل یقین در روی زمین آیات و نشانه‌هایی است. همچنین در وجود خود شما مردم، آیا به چشم بصیرت نمی‌نگرید؟» «۳» أَوْ لَمْ يَتَفَكَّرُوا فِي أَنْفُسِهِمْ مَا خَلَقَ اللَّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ وَأَجَلٍ مُّسَمًّى ...

«آیا در خلقت وجود خویش اندیشه نمی‌کنند. خداوند آسمانها و زمین و موجودات میان آن دو را نیافرید مگر به حق و برای مدتی معین ...» «۴»

سُئِرِهِمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَ فِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ ...

«آیات قدرت و حکمت خود را در آفاق جهان و در وجود خودشان کاملاً هویدا

(۱) - بقره: ۲۶۹.

(۲) - ر. ک به سوره‌های: بقره: ۲۴۷، یوسف: ۲۲ و ۶۸، انبیاء: ۷۴، نمل: ۱۵.

(۳) - ذاریات: ۲۰-۲۱.

(۴) - روم: ۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵

و روشن می‌گردانیم تا برای آنها آشکار شود که خدا (و آیات حکمت و قیامت و رسالتش همه) بر حق است ... «۱»  
فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ خُلِقَ مِنْ مَّاءٍ دَافِقٍ يُخْرَجُ مِنْ بَيْنِ الصُّلْبِ وَ التَّرَائِبِ «پس انسان باید بنگرد که از چه چیز آفریده شده است. او از آب جهنده‌ای که از میان پشت پدر و سینه مادر بیرون می‌آید، آفریده شده است.» «۲»  
پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در همین رابطه چنین فرمود:

«من عرف نفسه فقد عرف ربه» «هر کس خود را بشناسد خدا را هم خواهد شناخت.»

و در جای دیگر می‌فرماید:

«أعرفكم بنفسه أعرافكم بربه» «خودشناسترین شما، خداشناسترین شماست.» «۳»

علاوه بر این، خودشناسی انسان به او کمک می‌کند تا بر هوای نفس خود مسلط شود و از غلتیدن در گمراهی و انحراف مصون ماند. خودشناسی همچنین انسان را به راه

(۱) - فصلت: ۵۳.

(۲) - طارق: ۵-۷.

(۳) - به نقل از: ابو حامد محمد بن محمد غزالی: معارج القدس فی مدارج معرفه النفس، چاپ دوم، بیروت:

دار الآفاق الجديدة، ۱۹۷۵، ص ۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶

ایمان و عمل صالح و رفتار بهنجار راهنمایی می‌کند و اینها نیز برای انسان زمینه یک زندگی آرام و مطمئن و خوشبختی دنیا و آخرت را فراهم می‌سازند.

در قرآن کریم آیات بسیاری وجود دارد که فطرت وجودی انسان و حالات گوناگون روان او را متذکر شده علل و عوامل انحراف و بیماری و همچنین راههای تهذیب و تربیت و تداوی روان انسان را نشان داده است. و البته از کتابی که برای هدایت و راهنمایی و تربیت و آموزش انسان نازل شده است، انتظار پرداختن به چنین مسائلی می‌رود.

آیاتی که در این خصوص (روان انسان) در قرآن کریم وجود دارند، به مثابه نشانه‌هایی هستند که انسان برای شناختن «خود» و خصلتهای گوناگونش می‌تواند از آنها راهنمایی بجوید و برای دستیابی به روشی درست به منظور تهذیب و تربیت نفس خویش، توسط آیات مزبور ارشاد شود. ما کاملاً می‌توانیم به کمک حقایق که در قرآن درباره انسان و صفات و حالات روانی او آمده است، به ترسیم چهره‌ای درست از شخصیت انسان راهنمایی شویم و همچنین انگیزه‌های اصلی محرک رفتار انسان و عواملی را که در هماهنگ کردن شخصیت و تکامل و ایجاد بهداشت روانی او، تأثیر بسزایی دارند، بشناسیم. و این می‌تواند همواره کننده راه پیدایش نوعی علم «روان‌شناسی» باشد که نتایج و حقایق آن با حقایق و دانسته‌های درست ما درباره انسان که از قرآن برگرفته شده‌اند، هماهنگی داشته باشد، قرآنی که سخن خدای آفریدگار انسان است و بدیهی است که آفریدگار، به طبیعت و اسرار آفرینش مخلوق خود داناترست.

أَلَا- يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ «آیا آن خدایی که خلق را آفریده، عالم (به اسرار) آنها نیست؟ حال آن که او بر همه چیز آگاه و داناست.» (۱)

(۱)- ملک: ۱۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷

کتابی که هم اکنون در برابر دیدگان خواننده قرار دارد، کوششی است به منظور گردآوری حقایق و مفاهیم روانی که در قرآن آمده است، بلکه بتوانیم با رهجویی از آیات قرآن، به تکوین شخصیت و رفتار انسان به شکلی واضح و دور از ابهام دست یابیم. این کار در واقع راه رشد و تکامل بررسیها و تحقیقات جدید روان‌شناسی را هموار خواهد کرد، تحقیقاتی که می‌کوشد برای نظریات جدید مطرح شده پیرامون «شخصیت»، قوانینی اساسی وضع کند، قوانینی که حقایق و مفاهیم آن درباره انسان با حقایق و مفاهیم موجود در قرآن هماهنگی داشته باشد.

روان‌شناسان جدید به دلیل این که در تحقیقاتشان روش علوم تجربی را به کار می‌گیرند، خود را تنها در چارچوب بررسی آن بخش از پدیده‌های روانی که امکان مشاهده و بررسی موضوعی آنها وجود دارد، محصور می‌کنند و از تحقیق و کاوش درباره بسیاری از پدیده‌های مهم روانی که در محدوده مشاهده و آزمون تجربی نمی‌گنجند، دوری می‌کنند. از این رو کار بررسی در مورد خود «نفس» را از حوزه تحقیقاتی خود کنار گذاشتند، چون «روان» چیزی نیست که بتوان آن را دید یا به آزمایش گذاشت. به همین دلیل اینها بررسیهای خود را تنها به آن بخش از «رفتار» انسان که قابل مشاهده و ارزیابی است، محدود می‌کنند. حتی برخی از روان‌شناسان معاصر پیشنهاد کرده‌اند که نام این علم از «روان‌شناسی» به «رفتارشناسی» تغییر یابد و دلیلشان هم این است که روان‌شناسی جدید، به مطالعه و تحقیق پیرامون رفتار (و نه روان) انسان می‌پردازد.

یکی از پیامدهای گرایش به تطبیق روشهای علوم تجربی بر تحقیقات روان‌شناسی این بود که در این تحقیقات گرایشهای ماتریالیستی که همه پدیده‌های روانی را ناشی از فعالیتهای فیزیولوژیک می‌دانند، حاکم شود. ماتریالیستها اصولاً به انسان به چشم یک حیوان می‌نگرند و در این روند آن قدر پیش رفته‌اند که حتی تحقیقاتشان را در مورد رفتار حیوان، دروازه طبیعی ورود به حوزه مطالعه و بررسی رفتار انسان می‌دانند و از این واقعیت که میان ذات و حقیقت انسان (بعد معنوی) و حیوان تفاوت اساسی وجود دارد، غافل مانده‌اند و این مسأله مهم را در تحقیقاتشان تقریباً به طور کامل به دست فراموشی سپرده‌اند.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸

این مسأله آن چنان باعث افزایش پژوهش‌های روان‌شناسی شد که این علم، انواع رفتارهای سطحی و غیر مهم انسان را در بر گرفت، ولی از بررسی بسیاری از پدیده‌های رفتاری مهم انسان که شامل جنبه‌های دینی و معنوی و ارزشهای والای انسانی او می‌شود، غفلت ورزید و از تحقیق درباره مسأله عشق، در برترین شکل انسانی‌اش (بدور از جنبه‌های جنسی که اتفاقاً تحقیقات روان‌شناسان جدید اغلب همین جنبه عشق را در برمی‌گیرد) باز ماند و نتوانست تأثیر عبادت در رفتار انسان و یا مسأله درگیری روانی میان انگیزه‌های جسمی و معنوی او را بررسی کند. همچنین بحث در مورد کیفیت هماهنگ کردن شخصیت انسان از طریق ایجاد توازن بین جنبه‌های مادی و معنوی او و موضوعات دیگری را که در این کتاب به بررسی آنها خواهیم پرداخت، کنار گذاشت.

البته بعضی از روان‌شناسان معاصر این مطلب را مورد توجه قرار داده‌اند که دست روان‌شناسی جدید از بررسی و تحقیق در جنبه‌های معنوی انسان کوتاه است. مثلاً روانکاو معروف معاصر اریک فروم «۱»، در این باره چنین می‌گوید: «روان‌شناسی جدید به جای این که روشهای تازه‌ای برای بررسی مشکلات مهم انسان ایجاد کند، غالباً به مسائل ناچیزی که حل آنها با روش علمی موهوم هماهنگی دارد، توجه می‌کند.

بدین ترتیب باز روان‌شناسی به موضوع اصلی خود یعنی «روان» انسان، نیازمند شد.

توجه و اهتمام روان‌شناسی تاکنون به مکانیسمها و عوامل سازنده واکنشها و غرایز انسان بود و به پدیده‌های اصلی روانی مانند محبت، عقل، شعور و آگاهی و ارزشها که انسان را از موجودات دیگر کاملاً متمایز می‌سازند، توجهی نمی‌کرد. «۲» در سالهای اخیر تعداد بسیار کمی از روان‌شناسان به اهمیت بررسی جنبه‌های معنوی انسان توجه، و تلاشی را برای بررسی برخی از پدیده‌های روانی مانند «تله پاتی» «۳» و «توهم» «۴» آغاز کرده‌اند. اما این کوششها همچنان در آغاز راه است و هنوز به نتایج دقیقی

### (۱)- Erich Fromm.

(۲)- اریک فروم: الدین و التحليل النفسی، ترجمه فؤاد کامل، قاهره، مکتبه غریب، ۱۹۷۷، ص ۱۱.

(۳)- تله پاتی، همان تبادل خاطر و یا اندیشه با شخصی دیگر است که گاهی دور از انسان نیز زندگی می‌کند.

(۴)- توهم، ادراک و احساس اشیاء دور و خارج از حوزه حواس انسان است.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹

که بتوان آن را با اطمینان به مجموعه اطلاعات دقیق بشر درباره انسان افزود، نرسیده است.

بی‌تردید ما نیاز به همت و تلاش بیشتری در زمینه بررسی میراث اسلامی خویش داریم و این کار را باید از قرآن کریم و احادیث شریف نبوی بی‌اغاییم و بعد سیر تکامل اندیشه در تحقیقات روانی را در میان فلاسفه و اندیشمندان مسلمان دنبال کنیم و از این طریق به شناخت صحیح مفاهیم روانی اسلام دست یابیم تا در تحقیقات روان‌شناسی و تکوین و پیدایش نظریات ویژه‌مان درباره شخصیت انسان راهنمایی و کمکمان کند. ما باید در این کار به نحوی پیش برویم که هم به عنوان یک تحقیق علمی، دقت کافی در آن مصروف داریم و هم حقایقی را که در قرآن درباره انسان آمده است، بخوبی بیان کنیم؛ چون حقایق قرآنی به دلیل این که از سوی خدای آفریدگار انسان، نازل شده‌اند، همه قطعی و یقینی هستند.

لَا يَأْتِيهِ الْبَاطِلُ مِنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَلَا مِنْ خَلْفِهِ تَنْزِيلٌ مِّنْ حَكِيمٍ حَمِيدٍ «و هرگز از پیش و پس (آینده و گذشته)، این کتاب حق باطل نشود زیرا آن فرستاده خدای حکیم ستوده صفات است.» «۱»



(۱) - فصلت: ۴۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱

## فصل اول انگیزه‌های رفتار در قرآن

### اشاره

انگیزه‌ها نیروهای محرّکی هستند که در موجود زنده حالتی از نشاط و فعالیت برمی‌انگیزند و رفتارشان را آشکار می‌سازند و او را به سوی هدف یا هدفهای مشخصی راهنمایی می‌کنند. انگیزه‌ها وظایف ضروری و مهمی برای موجود زنده انجام می‌دهند. در واقع این انگیزه‌ها هستند که انسان را به برآوردن نیازهای اساسی و ضروری زندگی و ادامه آن وامی‌دارند. و نیز او را به انجام بسیاری از کارهای مهم دیگر که در هماهنگ کردن انسان با محیط زندگی مفید هستند، برمی‌انگیزند.

روان‌شناسان جدید انگیزه‌ها را به دو بخش اصلی تقسیم می‌کنند که عبارتند از:

انگیزه‌های فیزیولوژیک: «۱» این انگیزه‌ها، انگیزه‌هایی فطری هستند که به نیازهای فیزیولوژیک جسم و نقص یا عدم تعادلی که در بافتهای بدن به وجود می‌آیند، مربوط می‌شوند. این انگیزه‌ها رفتار فرد را در جهت اهدافی که نیازهای فیزیولوژیک بدنش را برآورده کنند، راهنمایی می‌کنند و یا نقص و کمبودی را که گاهی در بافتهای بدن به وجود می‌آید جبران می‌کنند و آن را از نظر توازن به وضعیت گذشته برمی‌گردانند.

انگیزه‌های روانی: این انگیزه‌ها در جریان رشد اجتماعی فرد از طریق آموختن قابل حصول هستند. «۲»

(۱) - به این گونه انگیزه‌ها، انگیزه‌های اولیه نیز گفته می‌شود.

(۲) - این دسته از انگیزه‌ها را انگیزه‌های ثانوی یا اکتسابی یا انگیزه‌های قابل فراگیری و یا اجتماعی نیز می‌گویند.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲

## الف - انگیزه‌های فیزیولوژیک

### اشاره

حکمت بالغه خداوند که نعمت وجود را به مخلوقاتش عطا فرمود، چنین اقتضا می‌کند که در آنها ویژگیها و صفات مخصوصی به ودیعه بگذارد و آنها را شایسته انجام وظایفی کند که برای انجام آن آفریده شده‌اند.

... رَبُّنَا الَّذِي أَعْطَى كُلَّ شَيْءٍ خَلْقَهُ ثُمَّ هَدَى «خدای ما آن کسی است که همه موجودات عالم را نعمت وجود بخشیده، سپس به راه کمالش هدایت کرده است.» «۱»

سَبِّحِ اسْمَ رَبِّكَ الْأَعْلَى الَّذِي خَلَقَ فَسَوَّى وَالَّذِي قَدَّرَ فَهَدَى «(ای پیامبر) به نام خدای خود که برتر و بالاتر از همه موجودات است به تسبیح و ستایش مشغول باش. آن خدایی که عالم را آفرید و همه را به حد کمال خود رسانید. و آن خدایی که هر چیز را قدر و اندازه داد و به راه کمالش هدایت نمود.» «۲»

انگیزه‌های فیزیولوژیک از ویژگیهای مهمی است که خداوند در سرشت وجود حیوان و انسان به ودیعه نهاده است. این انگیزه‌ها دو نوع هستند. یکی از آنها برای بقای فرد، و دیگری برای بقای نوع ضروری است.

کارهای فیزیولوژیک در حیوان و انسان، در نهایت، به انجام وظیفه مهم بیولوژیک منجر می‌شود. این فعل و انفعالات فیزیولوژیک



نیازهای بدن را تأمین می‌کند و به جبران عوارضی مانند نقص عضو یا کمبود مواد شیمیایی می‌پردازد که گاهی در بدن به وجود

(۱) - طه: ۵۰.

(۲) - اعلی: ۱-۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳

می‌آید، و در برابر هر نوع اختلال یا اضطراب و عدم تعادل، مقاومت می‌کند. اساساً انگیزه‌های فیزیولوژیک همواره به اندازه‌ای معین، آن توازن حیاتی را که برای حفظ و بقای وجود انسان لازم است، حفظ می‌کنند. مثلاً وقتی در اثر کمبود غذا در خون یا کمبود آب در بافتهای بدن اختلالی در توازن آن به وجود می‌آید و یا، حرارت یا برودت بدن از درجه‌ای معین فراتر می‌رود و یا خستگی، از مقداری معین می‌گذرد، بلافاصله عوامل معینی برای بازگرداندن حالت سابق به بدن به کار می‌افتند و فرد را به انجام فعالیت‌های لازم وامی‌دارند.

تحقیقات جدید فیزیولوژیک روشن کرده است «۱» که در بدن انسان و حیوان نوعی تمایل طبیعی نسبت به حفظ توازن در درجه‌ای ثابت وجود دارد، طوری که اگر این توازن مختل شود عاملی در او برانگیخته می‌شود که به انجام فعالیت هماهنگ سازی برای بازگرداندن بدن به حالت توازن سابق وادارش می‌کند. این فعالیت هماهنگ سازی، گاهی تنها بر اساس یک عمل فیزیولوژیک و بدون دخالت اراده انسان صورت می‌پذیرد. مانند ریزش عرق از بدن به هنگام بالا رفتن درجه حرارت، که این کار خود بخود به دلیل تبخیر عرق، درجه حرارت بدن را پایین می‌آورد یا وقتی که یک شیء خارجی وارد چشم و زیر مژه‌های آن می‌شود، بدون اراده اشک جریان می‌یابد و همین اشک، چشم را از آسیب خارجی حفظ می‌کند. گاهی این فعالیت توافقی با انجام یک کوشش ارادی مشخص توسط فرد انجام می‌گیرد، مانند خوردن غذا هنگام گرسنگی و یا نوشیدن آب در حالت تشنگی.

همین نظریه «توازن» حیاتی را که اخیراً توسط دانشمندان کشف شده قرآن کریم در چهارده قرن پیش بیان کرده است؛ آن جا که می‌فرماید:

وَالْأَرْضَ مَدَدْنَاهَا وَأَلْقَيْنَا فِيهَا رَوَاسِيَ وَأَنْبَتْنَا فِيهَا مِنْ كُلِّ شَيْءٍ مَوْزُونٍ (و زمین را گسترانیدیم و در آن کوه‌های عظیم بر نهادیم و از آن، هر چیز را مناسب

(۱) - این تحقیقات را «والتر کانن» فیزیولوژیست امریکایی انجام داد و در کتابی، زیر عنوان: «حکمت بدن» منتشر کرد. Cannon.

، ۲۳۹۱، Norton، -The Wisdom of the body, New York, W. B.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴

و موافق حکمت و عنایت برویانیدیم. «۱»

... وَ خَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ فَقَدَرَهُ تَقْدِيرًا ... (و خداوند همه چیز را آفرید آن‌گاه آن را در اندازه‌ای معین قرار داد.) «۲»

... وَ كُلُّ شَيْءٍ عِنْدَهُ بِمِقْدَارٍ ... (و هر چیزی در نزد او (خدا) به اندازه است.) «۳»

إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ (ما همه چیز را در اندازه‌ای مشخص آفریدیم.) «۴»

بنابراین انسان- و همچنین حیوان- با روشی مشخص و حساب شده و در اندازه‌ای معین آفریده شده است به طوری که از نظر توازن و هماهنگی در اندازه‌ای مشخص قرار دارد و هرگاه این توازن به هم بخورد یک سری انگیزه فیزیولوژیک به کار می‌افتد و انسان- و نیز حیوان- را به انجام انواع فعالیت‌های هماهنگ کننده- که برای برگرداندن حالت توازنی سابق به بدن لازم است- وادار می‌کند. قرآن به این انگیزه‌های مهم فیزیولوژیک اشاره می‌کند و ما ذیلاً- آیاتی را که مربوط به این انگیزه‌ها هستند مورد بررسی قرار

خواهیم داد.

### ۱- انگیزه‌های حفظ ذات:

خداوند متعال در برخی از آیات قرآن مهمترین انگیزه‌های فیزیولوژیک را که وظیفه

(۱)- حجر: ۱۹.

(۲)- فرقان: ۲.

(۳)- رعد: ۸.

(۴)- قمر: ۴۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵

حفظ نفس و بقای فرد را بر عهده دارند، ذکر کرده است. مانند گرسنگی، تشنگی، خستگی، گرما و سرما، درد و تنفس. پروردگار متعال حضرت آدم علیه السلام را مورد خطاب قرار داد و نعمتهایی را که از آن بهره‌مند بود به او یادآوری کرد و این در زمان سکونت آدم در بهشت بود، بهشتی که در آن احساس گرسنگی یا تشنگی، آزارش نمی‌داد، جایی که برهنه نبود تا آزرش، خدشه‌دار شود و دگرگونیهای جوی به او آسیب رساند و جایی که گرمای سوزان خورشید را احساس نمی‌کرد- چون اصولاً در بهشت خورشیدی وجود ندارد- خداوند همچنین به او هشدار داد که مبادا در دام شیطان- که می‌خواهد او را از بهشت بیرون کند- گرفتار شود و در نتیجه به زندگی زمینی هبوط کند و خود و فرزندانش برای اشباع انگیزه گرسنگی گرفتار مشقت کار و تلاش مداوم شوند. مانند شکار کردن و شخم زدن زمین و کشاورزی. و نیز برای اشباع انگیزه تشنگی و دستیابی به آب و رودخانه، به حفر چاه و جستجو در زمین پردازند و برای مصون ماندن از برهنگی- که آنها را در معرض آسیب دگرگونیهای جوی قرار می‌داد- به بافتن لباس مشغول گردند و برای محافظت از گرمای خورشید و سرمای شب به سایه‌های درختان و درون غارها و یا ساختن مسکن پناه برند.

خداوند در این باره می‌فرماید:

فَقُلْنَا يَا آدَمُ إِنَّ هَذَا عَدُوٌّ لَكَ وَ لَزُوجِكَ فَلَا يُخْرِجَنَّكَ مِنَ الْجَنَّةِ فَتَشْقَى إِنَّ لَكَ أَلَّا تَجُوعَ فِيهَا وَ لَا تَعْرَى وَ أَنْتَ لَا تَطْمَأُنُّ فِيهَا وَ لَا تَصْحَى فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَا آدَمُ هَلْ أَدُلُّكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَ مُلْكٍ لَا يَبْلَى «آن‌گاه گفتیم ای آدم (محققاً بدان) که این شیطان با تو و همسرت دشمن است مبادا شما را از بهشت بیرون کند که در نتیجه به شقاوت و بدبختی گرفتار شوید.

همانا برای تو در بهشت (همه چیز مهیاست) نه هرگز آن‌جا گرسنه شوی و نه عریان مانی. و نه هرگز در آن‌جا به تشنگی و گرمای آفتاب آزار بینی. باز (با این همه سفارش) شیطان در او وسوسه کرد و گفت: ای آدم، آیا تو را به درخت

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶

ابدیت و ملک جاودان راهنمایی کنم؟» «۱» در این آیات به سه انگیزه مهم از انگیزه‌های حفظ ذات اشاره شده است که عبارتند از: انگیزه‌های گرسنگی و تشنگی و پرهیز از گرما- و همچنین سرما-ی سخت.

این آیات همچنین به انگیزه‌های حب بقا و مالکیت نیز اشاره می‌کند. اصولاً انگیزه‌های حفظ ذات در خدمت انگیزه «حب بقای نفس» عمل می‌کنند، زیرا این انگیزه‌ها با برآوردن نیازهای فیزیولوژیک جسم، در واقع برای بقای شخص و ادامه زندگی وی، فعالیت می‌کنند. اما درباره انگیزه مالکیت که از انگیزه‌های روانی محسوب می‌شود در آینده بحث خواهیم کرد. انگیزه‌های «حب بقای نفس» و «مالکیت» در واقع دروازه‌های ورودی شیطان به نفس حضرت آدم بودند. شیطان آدم را وسوسه کرد که:

«آیا تو را به درخت جاویدان و ملکی که کهنه نشود راهنمایی کنم؟» در این جا بود که آدم هشدارهای خداوند متعال را به دست فراموشی سپرد و از دستور او سرپیچی کرد و از میوه آن درخت خورد. در آیات زیر (سوره نحل) می‌بینیم که به بعضی از انگیزه‌های حفظ ذات مانند گرما و سرما و خستگی و درد اشاره شده است. خداوند می‌فرماید:

وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ بُيُوتِكُمْ سَكَنًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ جُلُودِ الْأَنْعَامِ بُيُوتًا تَسْتَخِفُّونَهَا يَوْمَ ظَعْنِكُمْ وَيَوْمَ إِقَامَتِكُمْ وَمِنْ أَصْوَافِهَا وَأَوْبَارِهَا وَأَشْعَارِهَا أَثَاثًا وَمَتَاعًا إِلَى حِينٍ وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ ظِلَالًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنَ الْجِبَالِ أَكْنَانًا وَجَعَلَ لَكُمْ سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ وَسَرَابِيلَ تَقِيكُمُ بَأْسَكُمْ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تُسْلِمُونَ «و خدا برای سکونت دایم شما منزلهایتان را و برای سکونت (موقت سفر) از پوست چهارپایان خیمه‌ها را برای شما قرار داد، تا وقت حرکت و سکون سبک وزن و قابل انتقال باشد و از پشم و کرک و موی (شتر و گوسفند) اثاثیه منزل و اسباب زندگانی برای شما خلق فرمود تا در حیات دنیا از آن استفاده کنید.

(۱) - طه: ۱۱۷ - ۱۲۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷

و خدا برای آسایش شما از گرما سایبانهایی (از درختان و سقف و دیوار و کوهها) مهیا ساخت و از غارهای کوه، برای شما پوشش و اتاقها قرار داد (تا از سرما و گرما پناهی گیرید) و نیز (از نباتات و حیوانات و کرم ابریشم) لباسی که شما را از گرمای آفتاب و سرمای زمستان بپوشاند خلق کرد و نیز برای آن که در جنگ محفوظ مانید لباس آهنی مقرر گردانید، این چنین نعمتهای خود را بر شما تمام و کامل کرد تا مگر مطیع و تسلیم امر او باشید. «۱»

بنابراین، انسان در غارها، در زیر خیمه‌ها و داخل خانه‌ها، نوعی مسکن می‌یابد که او را از آزار حیوانات وحشی و گزند دشمنان و دگرگونیهای جوئی مانند گرما و سرما حفظ می‌کند. همچنین در آنها محل آسایش و جای امن خود را می‌یابد که می‌تواند پس از خستگی کار روزانه، در آن استراحت کند. انسان همچنین در سایه درختان و تپه‌ها و کوهها پناهگاهی می‌یابد که او را از گزند گرمای خورشید مصون می‌دارد. او توسط لباسهایی که تهیه می‌کند نیز خود را از شدت گرما و سرما حفظ می‌کند و با زرهی که از آهن می‌سازد در جنگها، جسم خود را از آسیب دشمنان و درد زخمها محفوظ می‌دارد.

یکی از دلایلی که نشان می‌دهد انگیزه‌های گرسنگی و تشنگی و خستگی از انگیزه‌هایی هستند که معمولاً انسان نمی‌تواند آنها را برای مدتی طولانی - به سبب رنج و درد و وارد آوردن خسارت و زیان - تحمل کند، همین وعده پاداشی است که خداوند برای تحمل رنج گرسنگی و تشنگی و خستگی در راه خدا، به مؤمنان داده است.

مَا كَانَ لِأَهْلِ الْمَدِينَةِ وَمَنْ حَوْلَهُمْ مِنَ الْأَعْرَابِ أَنْ يَتَخَلَّفُوا عَنْ رَسُولِ اللَّهِ وَلَا يَرْغَبُوا بِأَنْفُسِهِمْ عَنْ نَفْسِهِ ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ لَا يُصِيبُهُمْ ظَمَأٌ وَلَا نَصَبٌ وَلَا مَخْمَصَةٌ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا يَطَؤُنْ مَوْطِئًا يَغِيظُ الْكُفَّارَ وَلَا يَنَالُونَ مِنْ عَدُوِّ نَيْلًا إِلَّا كُتِبَ لَهُمْ بِهِ عَمَلٌ صَالِحٌ إِنَّ اللَّهَ لَا يُضَيِّعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ

(۱) - نمل: ۸۰ - ۸۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸

«اهل مدینه و بادیه نشینان اطرافش نباید هرگز از فرمان پیامبر تخلف کنند و نه هرگز بر خلاف میل او میلی از خود اظهار کنند تا آن که به عوض اطاعتشان هیچ رنج تشنگی و گرسنگی و خستگی را در راه خدا نکشند و هیچ قدمی که کفار را خشمگین کند برندارند و هیچ دستبردی به دشمنان دین نرسانند جز این که در مقابل هر یک از این رنج و آلام، عمل صالحی در نامه اعمالشان نوشته شود که خدا هرگز اجر نیکوکاران را ضایع نخواهد کرد.» «۱»

انگیزه‌های حفظ ذات، هم در حیوانات و هم در انسان وجود دارد. آیه زیر از سوره نمل به انگیزه‌های حفظ ذات در مورچه اشاره می‌کند، انگیزه‌هایی که موجب می‌شوند تا مورچه از چیزهایی که او را آزار و زیان می‌رسانند و باعث نابودی او می‌شوند، دوری‌گزیند.

وَ حَشِرٍ لِّسَلِيمَانَ جُنُودَهُ مِنَ الْجِنَّ وَالْإِنْسِ وَالطَّيْرِ فَهُمْ يُوزَعُونَ حَتَّىٰ إِذَا أَتَوْا عَلَىٰ وَادِ النَّمْلِ قَالَتْ نَمْلَةٌ يَا أَيُّهَا النَّمْلُ ادْخُلُوا مَسَاكِنَكُمْ لَا يَحْطُمَنَّكُمْ سَلِيمَانَ وَجُنُودَهُ وَهُمْ لَا يَشْعُرُونَ «سپاهیان سلیمان از گروه جن و انس و مرغان، هر سپاهی تحت فرمان رئیس خود، در رکابش حاضر شدند. تا وقتی که به وادی مورچگان رسید، موری (پیشوای آنها) گفت: ای موران همه به خانه‌های خود اندر روید، مبدا سلیمان و سپاهیانش ندانسته شما را پایمال کنند.» (۲)

می‌بینیم که در این دو آیه آشکارا به انگیزه حفظ ذات در مورچگان اشاره شده است به طوری که، یکی از آنها- شاید رئیس یا نگهبان- را وامی‌دارد که سایر مورچه‌ها را در جریان خطری که آنها را تهدید می‌کرده است، قرار دهد تا برای مصون ماندن از این خطر، به داخل لانه‌های خود بروند.

(۱)- توبه: ۱۲۰.

(۲)- نمل: ۱۸-۱۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹

برخی از آیات قرآن به اهمیت ویژه هر یک از انگیزه‌های گرسنگی و حالت انفعالی ترس در زندگی انسان، اشاراتی می‌کنند. هر یک از حالت‌های گرسنگی و ترس، در زندگی انسان تأثیر بسزایی دارد، زیرا انسان معمولاً برای دستیابی به لقمه‌ای نان برای خود و خانواده‌اش متحمل رنج فراوانی می‌شود، همان‌طور که ترس از مرگ، یا از آینده نامعلوم و یا از دشمنان و دیگر گرفتاری‌های روزگار، اغلب باعث بدبختی انسان می‌شود. به همین دلیل در بعضی از آیات قرآن هر یک از حالت‌های گرسنگی و ترس به عنوان دو عامل، که تأثیر بزرگی در زندگی انسان دارند، ذکر شده‌اند. «۱» خداوند می‌فرماید:

وَ لَتَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ «و البته شما را به سختی‌ها چون ترس و گرسنگی و نقصان اموال و نفوس و آفات زراعت بیازماییم و به صابران (در این گرفتاری‌ها) مژده بده.» (۲)

وَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا قَوْمًا كَانَتْ آمِنَهُمْ مُّطْمَئِنَّةٌ يَأْتِيهِمْ رِزْقُهَا رَغَدًا مِّن كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِأَنْعَمِ اللَّهِ فَأَذَاقَهَا اللَّهُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَالْخَوْفِ بِمَا كَانُوا يَصِفُونَ «و خدا (برای شما) مثل آورد مثل شهری را (چون مکه) که در آن امنیت کامل حکمفرما بود و اهلش در آرامش و اطمینان بودند و از هر جانب روزی فراوان به آنها می‌رسید، تا آن که اهل آن، نعمت خدا را کفران کردند، خدا هم به موجب آن کفران و معصیت، طعم گرسنگی و ترس را به آنها چشانید.» (۳)

(۱)- مسأله ترس را با اندکی تفصیل در فصل دوم که مخصوص حالت‌های انفعالی است، مورد بحث قرار خواهیم داد.

(۲)- بقره: ۱۵۵.

(۳)- نحل: ۱۱۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰

فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَذَا الْبَيْتِ الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَآمَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ «پس باید خدای یگانه کعبه را پرستند. که به آنها هنگام گرسنگی طعام داد و از ترس و خطر، ایمنشان ساخت.» (۱)

مورد دیگری که اهمیت ارضای انگیزه گرسنگی در زندگی انسان، و همچنین اهمیت نگهداری بدنش را از دگرگونی‌های جوی-

مانند گرما و سرما- بیان می‌کند، این است که خداوند متعال کفاره عمل نکردن به سوگند را، غذا دادن به ده فقیر بی‌خانمان و یا پوشانیدن لباس به آنها قرار داده است.

لَا يُؤَاخِذُكُمُ اللَّهُ بِاللَّغْوِ فِي أَيْمَانِكُمْ وَ لَكِنْ يُؤَاخِذُكُمْ بِمَا عَقَّدْتُمُ الْأَيْمَانَ فَكَفَّارَتُهُ إِطْعَامُ عَشْرَةِ مَسَاكِينَ مِنْ أَوْسَطِ مَا تُطْعَمُونَ أَهْلِيكُمْ أَوْ كِسْوَتُهُمْ أَوْ تَحْرِيرُ رَقَبَةٍ فَمَنْ لَمْ يَجِدْ فَصِيَامُ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ ذَلِكَ كَفَّارَةُ أَيْمَانِكُمْ إِذَا حَلَفْتُمْ وَ احْفَظُوا أَيْمَانَكُمْ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ «خدا به سوگندهای لغو و بیهوده، شما را مؤاخذه نخواهد کرد ولی بر آن سوگندی که از روی عقیده قلبی یاد کنید مؤاخذه خواهد کرد و کفاره آن، طعام دادن به ده فقیر است از آن غذای متوسطی که معمولاً برای خانواده خود تهیه می‌کنید یا جامه بر آنها پوشانید یا یک بنده آزاد کنید هر کس توانایی اینها را ندارد سه روز روزه بگیرد و این است کفاره سوگندهایی که یاد می‌کنید و باید حرمت سوگندهای خود را نگه دارید. بدین گونه خدا آیات خود را برای شما بیان می‌کند شاید که شکر او به جای آرید.» (۲)

(۱)- قریش: ۳، ۴.

(۲)- مائده: ۸۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۱

قرآن به انگیزه‌های گرما و سرما نیز چنین اشاره می‌کند:

وَ جَزَاهُمْ بِمَا صَبَرُوا جَنَّةً وَ حَرِيرًا مُتَّكِنِينَ فِيهَا عَلَى الْأُرَائِكِ لَا يَرَوْنَ فِيهَا شَمْسًا وَ لَا زَمْهَرِيرًا «خداوند در پاداش صبر کاملشان باغ بهشت و لباسی از حریر به آنها عطا فرمود.

که در آن بهشت بر تختهای (عزّت) تکیه زنند و در آن جا نه آفتابی سوزان بینند و نه سرمای زمهریر (سخت).» (۱)

اصولاً در بهشت، خورشیدی وجود ندارد که سبب احساس گرما شود، همچنان که سرمای شدید هم وجود ندارد. همچنین قرآن به انگیزه خستگی اشاره می‌کند. خداوند متعال از زبان مؤمنان اهل بهشت می‌فرماید:

وَ قَالُوا الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنَّا الْحَزْنَ إِنَّ رَبَّنَا لَغَفُورٌ شَكُورٌ الَّذِي أَحَلَّنَا دَارَ الْمُقَامَةِ مِنْ فَضْلِهِ لَا يَمَسُّنَا فِيهَا لُغُوبٌ «و گویند حمد خدای را که حزن و اندوه ما را از بین برد، همانا خدای ما بسیار بخشنده و پاداش دهنده است. شکر آن خدایی که ما را به منزل دایمی (بهشت) وارد کرد که در آن جا هیچ رنج و المی به ما نرسد و ابدا رنج ضعف و خستگی نخواهیم یافت.» (۲)

در بهشت جاودان انسان به دلیل نداشتن تکلیف، احساس خستگی و عجز نمی‌کند.

خداوند در توصیف بهشتیان می‌فرماید:

(۱)- انسان: ۱۲-۱۳.

(۲)- فاطر: ۳۴-۳۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۲

لَا يَمَسُّهُمْ فِيهَا نَصَبٌ وَ مَا هُمْ مِنْهَا بِمُخْرَجِينَ «هیچ رنج و زحمتی در آن جا (بهشت) به آنها نرسد و هرگز از آن جا بیرونشان نکنند.» (۱)

اما در زندگی این جهان که انسان برای کسب روزی و انجام وظایف و مسئولیتهای گوناگونش سختی می‌کشد، طبیعی است که احساس خستگی و عجز می‌کند و برای بازیافتن طراوت و شادابی زندگی خود نیاز به استراحت و خواب دارد تا بتواند دوباره برای

ادامه وظایف زندگی توانا شود.

وَمِنْ آيَاتِهِ مَنَامُكُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَابْتِغَاؤُكُمْ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ «و یکی از آیات خدا همین خوابیدن شما در شب و روز و طلب روزی شما از فضل خداست و در این امر نشانه‌های (قدرت) خداست برای مردمی که گوش شنوا دارند.» «۲» بنابراین، یکی از نشانه‌های قدرت خدا این است که انسان چه شب و چه روز برای آسایش جسمش از خستگی کار روزانه می‌خوابد، کار روزانه‌ای که در آن به دنبال طلب روزی از فضل بی‌پایان خدا و انجام مسؤولیتهای گوناگون زندگی می‌رود. خداوند در این باره نیز می‌فرماید:

هُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ اللَّيْلَ لَتَشْكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِرًا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ

(۱) - حجر: ۴۸.

(۲) - روم: ۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۳

«او خداوندی است که شب را برای آسایش و روز روشن را (برای امر معاش) قرار داد و در این گردش روز و شب نشانه‌های قدرت خدا برای مردمی که گوش شنوا دارند، وجود دارد.» «۱»

اللَّهُ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ اللَّيْلَ لَتَشْكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِرًا إِنَّ اللَّهَ لَذُو فَضْلٍ عَلَى النَّاسِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَشْكُرُونَ «خدایی که شب تار را برای آرامش و استراحت و روز را (برای کسب معاش به نور خورشید)، روشن قرار داد. همانا خداوند بر مردم تفضل دارد ولی اکثر مردم شکر گزار نیستند.» «۲»

أَلَمْ يَرَوْا أَنَّا جَعَلْنَا اللَّيْلَ لِيَسْكُنُوا فِيهِ وَالنَّهَارَ مُبْصِرًا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ «آیا نمی‌بینید که ما شب تیره را برای آسایش و روز روشن را (برای امر معاش) آنها قرار دادیم، همانا در این وضع شب و روز، نشانه‌های قدرت خداوند برای مردمی که ایمان دارند، پدیدار است.» «۳»

وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ لِبَاسًا وَجَعَلْنَا النَّهَارَ مَعَاشًا «و خواب را برای شما مایه قوام حیات و استراحت قرار دادیم و پرده سیاه شب را به مثابه لباس، (مایه استراحت) و روز روشن را برای کسب معاش قرار دادیم.» «۴»

(۱) - یونس: ۶۷.

(۲) - غافر: ۶۱.

(۳) - نمل: ۸۶.

(۴) - نبا: ۹-۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۴

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ اللَّيْلَ لِبَاسًا وَالنَّوْمَ سُبَاتًا وَجَعَلَ النَّهَارَ نُشُورًا «و او خدایی است که ظلمت شب را برای شما لباس گردانید و خواب را مایه آرامش و ثبات شما قرار داد و روز روشن را برای جنبش و کار مقرر داشت.» «۱»

آیات فوق به این موضوع اشاره می‌کنند که خداوند متعال پرده سیاه شب را آفرید تا مردم پس از رنج کار و تحرک و فعالیت زیاد روزمره، در پناه آن با آرامش و آسودگی بخوابند، و روز را روشن قرار داد تا مردم بتوانند برای کسب روزی در زمین تلاش کنند و نیازمندیهای زندگی را برآورده سازند. خداوند درباره انگیزه خستگی و طلب آسایش و راحتی نیز چنین می‌فرماید:

وَهُوَ الَّذِي يَتَوَفَّاكُمْ بِاللَّيْلِ وَيَعْلَمُ مَا جَرَحْتُمْ بِالنَّهَارِ ثُمَّ يَبْعَثُكُمْ فِيهِ لِيُقْضَىٰ أَجَلٌ مُّسَمًّى ثُمَّ إِلَيْهِ مَرْجِعُكُمْ ثُمَّ يُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ «و

اوست خدایی که شب هنگام جان شما را نزد خود برده و شما را می‌میراند (حالت خواب) و کردار شما را در روز می‌داند و پس از آن (مرگ موقت یعنی خواب) شما را برمی‌انگیزاند تا به اجلی که در قضا و قدر معین است برسید، سپس هنگام مرگ به سوی او باز می‌گردید تا به نتیجه آنچه کرده‌اید شما را آگاه گرداند.» (۲)

وَمِنْ رَحْمَتِهِ جَعَلَ لَكُمْ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَلِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَلِعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ «یکی از رحمت‌های خدا آن است که شب و روز را برای شما قرار داده است تا در شب آرام گرفته و در روز از فضل خدا روزی طلب کنید، باشد که شکرگزار نعمت‌های خدا شوید.» (۳)

(۱) - فرقان: ۴۷.

(۲) - انعام: ۶۰.

(۳) - قصص: ۷۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۵

خستگی، انگیزه مهمی است که انسان را وامی‌دارد پس از رنج کار روزانه به استراحت و خواب بپردازد تا سلول‌های بدنش شادابی و طراوت زندگی را بازیابد زیرا انسان در حالی که از خواب بیدار شود نیرومند و با نشاط است و نیز قادر است با نشاط به کار خویش ادامه دهد. خواب نیز انسان را از تشنج جسمی ناشی از ترس‌هایی که به او دست می‌دهند و از مشکلات و سختی‌های فراوانی که در خلال زندگی روزانه دچارشان می‌شود، می‌رهاند. این موضوع از توصیف حالت مسلمانان در قرآن در اثنای جنگ بدر، هنگامی که بر بعضی از آنها ترس چیره شده بود، روشن می‌شود. خداوند می‌فرماید:

إِذْ يُغَشِّيكُمُ النُّعَاسَ أَمَنَةً مِنْهُ وَيُنزِلُ عَلَيْكُمْ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً لِيُطَهِّرَكُمْ بِهِ وَيُذْهِبَ عَنْكُمْ رِجْزَ الشَّيْطَانِ وَلِيَرْبِطَ عَلَى قُلُوبِكُمْ وَيُثَبِّتَ بِهِ الْأَقْدَامَ «هنگامی که خواب راحت شما را فرا گرفت در حالی که از جانب خدا ایمن بودید و از آسمان برای شما آبی فرستاد که توسط آن شما را پاک گرداند و پلیدی شیطان را از شما دور گرداند و دل‌های شما را به هم پیوند دهد و گام‌های شما را استوار گرداند.» (۱)

این خواب راحت، باعث از بین بردن ترس آنها و در نتیجه بازگرداندن حالت امنیت و آرامش به آنها شد. خداوند متعال در آیه زیر به اهمیت خواب در زندگی انسان چنین اشاره می‌فرماید:

قُلْ أَرَأَيْتُمْ إِنْ جَعَلَ اللَّهُ عَلَيْكُمُ النَّهَارَ سَرْمَدًا إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ مَنْ إِلَهٌ غَيْرُ اللَّهِ يَأْتِيكُمْ بِاللَّيْلِ تَسْكِينًا فِيهِ أَفَلَا تُبْصِرُونَ «بگو چه تصور می‌کنید اگر خدا برای شما روز را تا قیامت پاینده و ابدی قرار

(۱) - انفال: ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۶

دهد، جز خدا کیست که برای آرامش و استراحت شما شب را پدید گرداند؟ آیا چشم بصیرت نمی‌گشاید؟» (۱) اگر روز، همچنان تا بی‌نهایت ادامه می‌یافت و شبی وجود نمی‌داشت که انسان در پناه آن با آرامش بخوابد و رنج خستگی را از خود دور سازد، آیا می‌توانست دارای یک زندگی آرام و بدون رنج و بدبختی باشد؟ این خود دلیل بر تفضل و نعمت خدا بر انسان است که شب و روز را به طور متوالی و پشت سرهم قرار داد و در انسان انگیزه خستگی را به ودیعه نهاد که او را به خواب و استراحت وادار کند تا نشاط و زندگی تازه را بازیابد.

درد، نیز از انگیزه‌های فطری فیزیولوژیک به حساب می‌آید که انسان را وامی‌دارد، از چیزهایی که باعث آزار و رنج و عذابش



می‌شوند، دوری کند. ما قبلاً در دو آیه‌ای که از سوره نحل (آیه‌های ۸۰-۸۱) آوردیم، به انگیزه درد اشاره کردیم. همچنین از مواردی که نشان می‌دهد درد، انگیزه نیرومندی است که مردم را به دوری و پرهیز از چیزهای آزار دهنده وامی‌دارد، مطالبی است که در بسیاری از آیات قرآن آمده است، از قبیل هشدار به کفار و منافقان که اگر توبه نکنند و به خدا ایمان نیاورند، عذاب دردناکی چه در دنیا و چه در آخرت بر آنها وارد می‌شود. اگر درد انگیزه‌ای نیرومند و فطری و همگانی در میان همه انسانها نبود، خداوند برای ترساندن مردم به علت کفر ورزیدن به خدا و ایمان نیاوردن به رسالت محمد صلی الله علیه و آله که نتیجه آن دچار شدن به عذاب دردناک است، از این شیوه کمک نمی‌گرفت. در قرآن آیات فراوانی وجود دارد که کفار را از عذاب جهنم برحذر می‌دارد که ما ذیلاً نمونه‌هایی را یادآور می‌شویم:

إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا لَوْ أَنَّ لَهُمْ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا وَمِثْلَهُ مَعَهُ لَيَفْتَدُوا بِهِ مِنْ عَذَابِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ مَا تُقْبَلُ مِنْهُمْ وَعَذَابُ أَلِيمٍ يُرِيدُونَ أَنْ يُخْرِجُوا مِنَ النَّارِ وَمَا هُمْ بِخَارِجِينَ مِنْهَا وَلَهُمْ عَذَابٌ مُّقِيمٌ

(۱) - قصص: ۷۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۷

«آنان که کافر شدند اگر دو برابر آنچه در روی زمین است فریاد کنند تا به وسیله آن خود را از عذاب روز قیامت برهانند، هرگز از آنها قبول نشود و برای آنان عذابی دردناک است. آنها می‌خواهند که از آتش دوزخ بیرون روند ولی از آن بیرون نخواهند شد و برای آنان عذابی دایم و پایدار است.» (۱)

... فَإِنْ يَتُوبُوا يَكُ خَيْرًا لَهُمْ وَإِنْ يَتَوَلَّوْا يُعَذِّبُهُمُ اللَّهُ عَذَابًا أَلِيمًا فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَمَا لَهُمْ فِي الْأَرْضِ مِنْ وَلِيٍّ وَلَا نَصِيرٍ «... پس اگر توبه کنند برایشان بهتر است و اگر روی برگردانند خدا آنها را در دنیا و آخرت عذابی دردناک خواهد کرد و دیگر در همه روی زمین دوست و یاری نخواهند داشت.» (۲)

يَا قَوْمَنَا أَجِيبُوا دَعْوَى اللَّهِ وَآمِنُوا بِهِ يَعْفِرْ لَكُمْ مِنْ ذُنُوبِكُمْ وَيَجْزِكُمْ مِنْ عَذَابِ أَلِيمٍ «ای طایفه ما، دعوت خدا را اجابت کنید و به او ایمان بیاورید تا خدا از گناهانتان درگذرد و شما را از عذابی دردناک نگاه دارد.» (۳)

## ۲- انگیزه تنفس

انگیزه تنفس یکی از انگیزه‌های ضروری فیزیولوژیک زندگی است، زیرا انسان- و نیز حیوان- برای زنده ماندن، نیاز به استفاده از اکسیژن دارد و هنگامی که اکسیژن کم شود، انسان در خود انگیزه‌ای احساس می‌کند که او را به استنشاق اکسیژن وامی‌دارد. و اگر بطور کلی اکسیژن یافت نشود، انسان می‌میرد. خداوند در آیه زیر به اهمیت تنفس در زندگی انسان چنین اشاره می‌کند:

(۱) - مائده: ۳۶-۳۷.

(۲) - توبه: ۷۴.

(۳) - احقاف: ۳۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۸

وَأَيُّهُ لَّهُمْ أَنَّا حَمَلْنَا ذُرِّيَّتَهُمْ فِي الْفُلِكِ الْمَشْحُونِ وَخَلَقْنَا لَهُمْ مِنْ مِثْلِهِ مَا يَرْكَبُونَ وَإِنْ نَشَأْ نُغْرِقْهُمْ فَلَا صَرِيحَ لَهُمْ وَلَا هُمْ يُنقَدُونَ «و نشانه دیگر این که ما نژاد بشر را در کشتی پربار سوار گردانیدیم. و برای آنها مانند کشتی چیزی که بر آن سوار شوند خلق کردیم (مرکبهای دیگر). و اگر بخواهیم همه را غرق می‌کنیم که ابدا نه فریادرسی و نه راه نجاتی یابند.» (۱)



... وَ مِنْهُمْ مَنْ خَسَفْنَا بِهِ الْأَرْضَ وَ مِنْهُمْ مَنْ أُغْرِقْنَا ...

«... برخی از آنها را در زمین فرو بردیم (به زلزله) و گروهی را غرق کردیم (در دریا ...)» (۲)

اهمیت انگیزه تنفس، به عنوان یک انگیزه فیزیولوژیک فطری که وظیفه مهمی در حفظ وجود انسان و بقای او دارد، وقتی روشن می‌شود که توجه کنیم. انسان به هنگام خطر غرق شدن، شدیداً احساس ترس می‌کند. خداوند به حالت پریشانی و ترس انسان که به هنگام قرار داشتن در کشتی در پهنه دریا و وزش توفانی شدید و آمدن امواج از هر سو و احساس خطر غرق شدن و به دنبال آن نابدی به انسان دست می‌دهد، چنین اشاره می‌فرماید:

هُوَ الَّذِي يُسَيِّرُكُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ حَتَّىٰ إِذَا كُنْتُمْ فِي الْفُلِكِ وَجَرَيْنَ بِهِمْ بِرِيحٍ طَيِّبَةٍ وَفَرِحُوا بِهَا جَاءَتْهَا رِيحٌ عاصِفٌ وَجَاءَهُمُ الْمَوْجُ مِنْ كُلِّ مَكَانٍ وَظَنُوا أَنَّهُمْ أُحِيطَ بِهِمْ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ لَئِنِ أَنْجَيْتَنَا مِنْ هَذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ

(۱) - یس: ۴۱-۴۳.

(۲) - عنکبوت: ۴۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۹

«اوست آن که شما را در خشکی و دریا سیر می‌دهد تا آن‌گاه که در کشتی نشینید و شادمان و خوشوقت باشید که ناگاه باد تندی بوزد و کشتی از هر جانب به امواج خطرناک درافتد و خود را در ورطه هلاکت ببینید، آن زمان خدا را با اخلاص و دین فطرت بخوانید که: «بار خدایا اگر ما را از این خطر نجات بخشی شکر و سپاس تو خواهیم گفت.» (۱)»

### ۳- دو انگیزه بقای نوع:

#### اشاره

حکمت خداوند متعال اقتضا می‌کند که در سرشت انسان و حیوان انگیزه‌های فیزیولوژیک فطری قرار دهد که آنها را وادار تا رفتارهای ضروری گوناگونی برای صیانت ذات در پیش گیرند. همچنین حکمتش اقتضا می‌کند که در سرشت این دو موجود، دو انگیزه فیزیولوژیک فطری قرار دهد که آنها را به دو نوع رفتار مهم که بقای نوع، وابسته به آنهاست، وادار کند. این دو انگیزه عبارتند از: انگیزه جنسی و انگیزه مادری.

### ۳-۱- انگیزه جنسی:

کار مهم این انگیزه، تولید مثل است که موجب تشکیل خانواده‌ها و جوامع نوع بشر و ملت‌ها می‌شود. عمران و آبادانی کره زمین، شناختن ملت‌ها، گسترش تمدن و پیشرفت دانش و صنعت، محصول این انگیزه است:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ «ای مردم ما همه شما را از مرد و زن آفریدیم و شما را دسته‌ها و قبایل مختلفی قرار دادیم تا همدیگر را بشناسید، همانا گرامی‌ترین شما نزد خدا پرهیزکارترین شماست و خداوند بسیار دانا و آگاه است.» (۲)

(۱) - یونس: ۲۲.

(۲) - حجرات: ۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۰

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا «ای مردم بترسید از پروردگار خود، آن خدایی که همه شما را از یک تن بیافرید و از آن جفتش را خلق کرد و از آن دو تن، خلقی بسیار از مرد و زن برانگیخت و بترسید از آن خدایی که به نام او از یکدیگر مسألت و درخواست می‌کنید، و درباره ارحام (خویشاوندان) کوتاهی نکنید که همانا خدا مراقب اعمال شماست.» (۱)

وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ بَنِينَ وَحَفَدَةً ...

«و خداوند از جنس خودتان برای شما همسرانی آفرید و از همسرانتان فرزندان و نوه‌هایی قرار داد ...» (۲)

فَاطِرُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَمِنَ الْأَنْعَامِ أَزْوَاجًا يَذُرُّكُمْ فِيهِ لَيْسَ كَمِثْلِهِ شَيْءٌ وَهُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ «خدا که آفریننده آسمانها و زمین است برای شما از جنس خودتان همسرانی قرار داد و نیز چهارپایان را جفت (نر و ماده) آفرید تا به این (تدبیر) ازواج شما خلق را زیاد کند، خدا را هیچ مثل و مانندی نیست و او (به کردار بندگان) بسیار شنوا و بیناست.» (۳)

(۱) - نساء: ۱.

(۲) - نحل: ۷۲.

(۳) - شوری: ۱۱. در تفسیر ابن کثیر در ذیل این آیه چنین می‌خوانیم: (يَذُرُّكُمْ فِيهِ) یعنی یخلفکم فيه (می‌آفریند شما را در آن) و ضمیر «آن»، برمی‌گردد به آفرینش در این شکل و با این صفت. یعنی خداوند شما مردان و زنان (نر و ماده) را همچنان پی‌درپی و نسل اندر نسل می‌آفریند. ج ۴، ص ۱۰۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۱

خواست خدا چنین است که وظیفه تولید مثل در نباتات نیز یافت شود، همان طور که خواستش این است که هر چیزی در جهان هستی جفتی داشته باشد.

... وَمِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ جَعَلَ فِيهَا زَوْجَيْنِ اثْنَيْنِ ...

«... و (از درختان) همه گونه میوه پدید آورد، همه چیز را جفت آفرید.» (۱)

وَمِنْ كُلِّ شَيْءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ «و از هر چیز دو جفت آفریدیم شاید شما متذکر شوید.» (۲)

سُبْحَانَ الَّذِي خَلَقَ الْأَزْوَاجَ كُلَّهَا مِمَّا تُنْبِتُ الْأَرْضُ وَمِنْ أَنْفُسِهِمْ وَمِمَّا لَا يَعْلَمُونَ «پاک و منزّه است خدایی که همه ممکنات عالم را جفت آفریده چه از نباتات (و حیوانات) و چه از نفوس بشر و دیگر مخلوقات که شما از آنها آگاه نیستید.» (۳)

انگیزه جنسی در واقع پایه تشکیل خانواده است، زیرا هر یک از زوجین در کنار همسر خود احساس راحتی و امنیت و آرامش می‌کند و بین آنها عاطفه عشق و دوستی و مهربانی به وجود می‌آید که این خود عامل تداوم زندگی زناشویی، در حالتی از هماهنگی و همکاری می‌باشد و این نوع زندگی نیز به نوبه خود فضای سالمی را برای رشد و تربیت کودک و شکل‌گیری صحیح شخصیت آنها، آماده می‌سازد.

(۱) - رعد: ۳.

(۲) - ذاریات: ۴۹.

(۳) - یس: ۳۶. در این مورد رک به: دراسات فی النفس الانسانیة، محمد قطب، بیروت، دار الشروق، ۱۹۷۹، ص ۱۹۵-۱۹۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۲

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ «و یکی دیگر از آیات خدا این است که برای شما از جنس خودتان جفت‌هایی آفرید که مایه آرامش شما باشد و میان شما رأفت و مهربانی قرار داد و در این امر برای مردم با فکر نشانه‌های علم و حکمت خدا آشکار است.» (۱)

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا ...

«اوست خدایی که همه شما را از یک تن آفرید و از او نیز جفتش را مقرر داشت تا به او انس و آرام گیرد.» (۲)

### ۳-۲- انگیزه مادری:

حکمت و مصلحت خداوند متعال چنین است که در سرشت مادر نیز انگیزه‌ای فطری به وجود آورد که او را برای انجام رسالت مهم خویش به منظور بقای نوع، آماده کند. چون مادر، سختی دوران بارداری و زایمان را از روی رغبت تحمل می‌کند و پس از تولد فرزند نیز وظیفه شیر دادن و نگهداری و مهربانی نسبت به او را انجام می‌دهد تا وقتی که کودک رشد کند و خود بتواند کارهایش را انجام دهد. قرآن به تحمل رنج بارداری و زایمان توسط مادر، چنین اشاره می‌فرماید:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا ...

«ما به انسان سفارش کردیم که به پدر و مادر خود احسان کند که مادر، رنج و

(۱)- روم: ۲۱.

(۲)- اعراف: ۱۸۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۳

زحمت بار حمل را متحمل شد و باز با درد و مشقت وضع حمل کرد و سی ماه تمام مدت حمل و شیرخوارگی بود ...» (۱)

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَى وَهْنٍ وَفِصَالُهُ فِي عَامَيْنِ أَنْ اشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَيَّ الْمَصِيرُ «و ما به هر انسان سفارش کردیم که در حق پدر و مادر نیکی کند، خصوصاً مادر که چون بار حمل فرزند برداشته تا مدت دو سال که طفل را از شیر باز گیرد هر روز رنج و ناتوانیش افزوده شده است، نخست شکر من که خالقم آن گاه شکر پدر و مادر را به جای آر که بازگشت خلق به سوی من خواهد بود.» (۲)

قرآن عواطف مادر و عشق و دلسوزی‌اش را نسبت به فرزندان، و ترس و اندوهش را به هنگام دوری از آنها، و شادی‌اش را به هنگام نزدیکی آنان، بیان می‌کند. این توصیف زیبا در جریان نقل داستان موسی علیه السلام آمده است:

وَاصْبِرْ فُؤَادُ أُمَّ مُوسَى فَارِعًا إِنَّ كَادَتْ لِتُبَدِيَ بِهِ لَوْ لَا أَنْ رَبَطْنَا عَلَى قَلْبِهَا لِتَكُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ «صبحگاه مادر موسی دلش (از هر چیز جز یاد موسی) فارغ بود و به حدی غم و اندوه، قلبش را فرا گرفته بود که اگر ما، دلش را محکم و پا بر جای نگه نمی‌داشتیم تا ایمانش برقرار بماند، نزدیک بود که راز درونش را آشکار کند (به نام طفلش موسی فریاد برآورد).» (۳)

(۱)- احقاف: ۱۵. «حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا» یعنی مادر، هم در دوران بارداری و هم به هنگام وضع حمل رنج و سختی دید. «فصال» یعنی گرفتن از شیر.

(۲)- لقمان: ۱۴. و هُنَّ عَلَى وَهْنٍ یعنی ضعف به هنگام بارداری و زایمان.

(۳)- قصص: ۱۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۴

یعنی دل مادر موسی از هر اندیشه‌ای درباره هر چیزی بجز فرزندش کاملاً خالی شد و اگر خداوند قلبش را محکم نمی‌کرد و آرامش و اطمینان را در جانش جایگزین نمی‌فرمود، از کثرت ترس و اندوهی که در اثر فراق فرزندش به او دست داده بود، رازش آشکار می‌شد. اما وقتی پسرش به او بازگردانده شد، اندوه از دلش رخت بریست و خوشبختی، دوباره به او روی آورد.

فَرَدَدْنَاهُ إِلَىٰ أُمِّهِ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلَا تَحْزَنَ ...

«و بدین وسیله ما موسی را به مادرش برگردانیدیم تا دیده‌اش به جمال موسی روشن شود و اندوهش از بین برود...» (۱)

## ب- انگیزه‌های روانی

### اشاره

انگیزه‌های روانی انگیزه‌هایی هستند که مستقیماً نمی‌توان آنها را به حالت‌های فیزیولوژیک بدن که نتیجه نیازهای جسمی هستند برگرداند، اما این مقوله در مورد انگیزه‌های فیزیولوژیک، مانند گرسنگی و تشنگی و خستگی صادق است. اکثر روان‌شناسان معتقدند که بیشتر انگیزه‌های روانی بر پایه انگیزه‌های فیزیولوژیک، قابل اکتساب هستند. به عبارت دیگر، آنها انگیزه‌های روانی را شاخه یا شعبه‌ای از انگیزه‌های فیزیولوژیک می‌دانند که در نتیجه تأثیر و تأثر مهارتها و عوامل رشد اجتماعی فرد به وجود می‌آیند. بنابراین، آنها وجود عناصر فطری در انگیزه‌های روانی را انکار نمی‌کنند، حتی برخی از آنان مانند اریک فروم، معتقدند که بعضی از انگیزه‌های روانی که فروم آنها را «نیازهای روانی» می‌نامد، در واقع نیازهایی فطری و اساسی در سرشت انسان هستند که قابل فراگیری و اکتساب از محیط اجتماعی نمی‌باشند. (۲) مانند نیاز به پیوستگی به دیگران، نیاز به بزرگی و ارجمندی، نیاز به هویت و نیز نیاز به

(۱)- قصص: ۱۳.

(۲)-

Lindzey, G, Hall, C. S. and Thompson, R. F; Psychology. New York: Worth ۶۵

.. ۰۶۳ p. ۷۶۹۱. cnI, srehsilbuP

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۵

چارچوبی جهت هدایت رفتار خویشتن.

ابراهام مازلو A. maslow برای تقسیم بندی انگیزه‌ها پیشنهاد جدیدی کرده است که شامل انگیزه‌های معنوی نیز می‌شود. او به دو نوع انگیزه یا نیاز (به تعبیر خودش) معتقد است: الف: نیازهای اصلی. ب: نیازهای معنوی.

نیازهای اصلی، شامل همان چیزهایی می‌شود که اکثر روان‌شناسان آنها را در تحقیقات خود پیرامون نیازهای اصلی انسان مورد مطالعه قرار می‌دهند، مانند:

گرسنگی، تشنگی، انگیزه جنسی، امتیث، عملکرد و انگیزه‌هایی از این قبیل.

و نیازهای معنوی، در برگیرنده جنبه‌های معنوی نیازهای انسان هستند مانند:

عدالت خواهی، نیکی، زیبایی و نظم و اتحاد. مازلو عقیده دارد که نیازهای معنوی انسان، نوعی نیازهای فطری هستند که تکامل رشد و بالندگی شخصیت فرد به برآوردن آنها بستگی دارد. (۱)

ما در این کتاب مایل هستیم که همه انگیزه‌های روانی و معنوی را که موجب تمایز انسان از حیوان هستند، تحت عنوان «انگیزه‌های

روانی» بیاوریم. ضمناً معتقدیم که بسیاری از این انگیزه‌های روانی، به طور کلی قابل اکتساب در محیط اجتماعی نیستند، بلکه در میان آنها عناصر فطری نیز یافت می‌شود.

شایسته یادآوری است که روان‌شناسان جدید به بحث و تحقیق درباره نیازهای فیزیولوژیک انسان توجه زیادی مبذول داشته‌اند، چنان‌که تحقیقاتشان در مورد انگیزه‌های روانی، بیشتر، در برگیرنده آن دسته از نیازهای گوناگون انسان است که به هماهنگی فردی و اجتماعی او با خواسته‌های فرهنگی و اجتماعی ویژه محیط تربیت و رشدش، مربوط می‌شوند. روان‌شناسان جدید، به بررسی جنبه معنوی انسان و نیازهای اصیل و والای انسانی که از آن نشأت می‌گیرد، توجهی نکرده‌اند، در حالی که حقیقه همین معنویت، مهمترین و والاترین نیاز انسان و نیز مهمترین فرق او با سایر حیوانات است.

(۱) - همان مأخذ، ص ۳۶۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۶

پایبندی روان‌شناسان جدید به پیاده کردن روش علمی معمول علوم طبیعی، در مطالعات تحقیقاتی پیرامون انسان، آنها را به این گرایش واداشت که منحصر به آن جنبه از رفتارهای انسان که فقط در آزمایشگاهها و تحقیقات تجربی قابل مطالعه هستند، توجه کنند و از تحقیق درباره بسیاری از جنبه‌های مهم رفتاری انسان که به مسائل معنوی مربوط می‌شوند، سرباز زنند. آنها به جای سعی در ابداع روشهای تازه‌ای که شایستگی تحقیق و مطالعه در جنبه‌های معنوی انسان را دارا باشد، اصولاً تحقیق و بررسی را در این مورد کنار گذاشتند.

البته اخیراً به گرایشهای مادی که بر تحقیقات روان‌شناسی انسانی حاکم است و همچنین به کنار گذاشتن بررسی جنبه‌های معنوی رفتار انسان، انتقاداتی صورت گرفته است. مثلاً اریک فروم از روان‌شناسی جدید به دلیل این که اغلب به بررسی جنبه‌های ناچیز و سطحی رفتار انسان می‌پردازد و مشکلات مهم و ارزشهای والا و جنبه‌های معنوی او را مورد مطالعه قرار نمی‌دهد، انتقاد کرده است. در صورتی که به نظر او همین ویژگیها، مهمترین ممیزه‌های انسان هستند. «۱» نظیر همین انتقادات بود که «مازلو» را بر آن داشت تا نیازهای انسان را به نیازهای اصلی و نیازهای معنوی تقسیم کند که ما به آن اشاره کردیم.

### ۱- انگیزه مالکیت:

انگیزه مالکیت، از آن گروه انگیزه‌های روانی است که انسان آن را در جریان رشد اجتماعی خود می‌آموزد. زیرا، انسان از طریق فرهنگ محیط خود که در آن پرورش می‌یابد، و همچنین از طریق مهارتها و آگاهیهای شخصی، عشق به تصاحب پول و مستغلات و اراضی و اموال گوناگون دیگر را می‌آموزد. به نظر او، این عوامل باعث می‌شوند تا در برابر فقر احساس امتیاز کند. چرا که در به دست آوردن نفوذ و مقام و قدرت اجتماعی به او کمک می‌کنند. قرآن کریم در بسیاری از آیات، به انگیزه مالکیت اشاراتی دارد.

(۱) - اریک فروم: همان مأخذ، ص ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۷

زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبَّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَ النَّبِيِّنَ وَ الْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَ الْفِضَّةِ وَ الْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَ الْأَنْعَامِ وَ الْحَرْثِ ذَلِكُمْ مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ اللَّهُ عِنْدَهُ حَسْبُ الْمَأْتَبِ «در نظر مردم (ظاهریین دنیاپرست کوتاه نظر) حب شهوات نفسانی که عبارتند از میل به زنان و فرزندان و همیانهای زر و سیم و اسبهای نشاندار نیکو و چهارپایان و مزارع و املاک، زیبا و دلفریب آید، اما اینها همه متاع زندگانی دنیاست و سرانجام و بازگشت نیکو، در نزد خداست.» (۱)

وَتَجْتَوْنَ الْمَالَ حُبًّا جَمًّا «و شما مال و ثروت را بسیار دوست می‌دارید.» (۲)  
الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ...

«مال و ثروت و فرزندان، زیب و زینت زندگانی دنیاست ...» (۳)

اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهُمْ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ ...

«بدانید که زندگانی دنیا در حقیقت بازیچه‌ای است و لهو و عیاشی و آرایش و تفاخر و خودستایی با یکدیگر و حرص زیاد کردن مال و فرزندان ...» (۴)

همین انگیزه مالکیت، یکی از دو انگیزه مهمی بود که شیطان آن را در نفس آدم علیه السلام برانگیخت و باعث شد او با خوردن میوه درختی که خداوند از نزدیک شدن به آن منعش کرده بود، از فرمان خدا سرپیچی کند.

(۱) - آل عمران: ۱۴.

(۲) - فجر: ۲۰.

(۳) - کهف: ۴۶.

(۴) - حدید: ۲۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۸

فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ قَالَ يَا آدَمُ هَلْ أَدُلُّكَ عَلَى شَجَرَةِ الْخُلْدِ وَمُلْكٍ لَّا يَبُلَى «پس شیطان او را وسوسه کرد و گفت: ای آدم! آیا میل داری تو را به درخت ابدیت و ملک جاودانی راهنمایی کنم؟» (۱) برخی از روان‌شناسان مانند «مک دوگال» مالکیت را نوعی غریزه می‌دانند. اما بررسیهای انجام شده در انسان‌شناسی و روان‌شناسی جدید نظریه غریزی بودن مالکیت را تأیید نمی‌کند و آن را یک انگیزه قابل اکتساب روانی می‌داند. (۲) بنابراین، ضرورتی ندارد که از وسوسه شدن توسط شیطان که او را به «ملکی پایدار» راهنمایی می‌کند، چنین نتیجه‌گیری شود که انگیزه مالکیت در آدم و فرزندانش فطری یا غریزی است.

زیرا، امکان دارد از مطلب فوق این موضوع را استنباط کنیم که شیطان سعی کرد در نفس آدم انگیزه‌ای بیافریند که در آن زمان بالفعل در او وجود نداشت. به این ترتیب می‌توانیم بگوییم که آدم انگیزه مالکیت را با اشاره شیطان و تحت تأثیر او، آموخت.

## ۲- انگیزه پرخاشگری (تجاوز)

انگیزه پرخاشگری در رفتار تجاوزگرانه انسان در برابر دیگران با هدف آزار دادن آنها، چه به صورت تجاوز فیزیکی و چه تجاوز لفظی، ظاهر می‌شود. قرآن کریم در جریان نقل داستان آدم و حوا و فریب خوردن آنها توسط شیطان و اخراجشان از بهشت، به انگیزه تجاوز چنین اشاره می‌کند.

فَأَزَلَّهُمَا الشَّيْطَانُ عَنْهَا فَأَخْرَجَهُمَا مِمَّا كَانَا فِيهِ وَقُلْنَا اهْبِطُوا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ وَلَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَمَتَاعٌ إِلَىٰ حِينٍ

(۱) - طه: ۱۲۰.

(۲) - برای استفاده بیشتر، رک به: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، محمد عثمان نجاتی، چاپ ۱۱، کویت:

دار القلم، ۱۹۸۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۵۹

«پس شیطان آدم و حوا را به لغزش افکند تا از آن درخت خوردند و بدین عصیان آنان را از آن مقام بیرون آورد، پس گفتیم که از

بهشت فرود آید که برخی از شما برخی را دشمنید و شما را در زمین تا روز مرگ قرار و آرامگاه خواهد بود.» (۱)  
 قَالَ أَهْبِطْ مِنْهَا جَمِيعاً بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ ...

«آن‌گاه خدا به آدم و حوا و شیطان فرمود همه شما از آن جا (بهشت برین) فرود آید که برخی از شما با برخی دیگر دشمنید.» (۲)  
 دو آیه فوق به ظلم و تجاوزی اشاره می‌کند که برخی از مردم نسبت به برخی دیگر، به دلیل رقابت و پیروی از خواسته‌های نفس و همچنین در اثر فریب خوردن از شیطان، روا می‌دارند. قرآن همچنین در آیه زیر از سوره بقره به انگیزه تجاوز چنین اشاره می‌کند:  
 وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ «به یاد آور هنگامی را که پروردگارت به فرشتگان فرمود من در زمین خلیفه خواهم گماشت. آنها گفتند: آیا می‌خواهی کسانی را بگماری که در زمین فساد می‌کنند و خونها می‌ریزند و حال آن که ما خود تو را تسبیح و تقدیس می‌کنیم.

خداوند فرمود: من چیزهایی از اسرار آفرینش بشر می‌دانم که شما نمی‌دانید؟» (۳) امام فخر رازی در تفسیر این آیه چنین می‌گوید:  
 «وقتی خداوند به فرشتگان وحی کرد که: «من در زمین خلیفه خواهم گماشت» آنها گفتند: «آیا کسی را جانشین می‌کنی که در آن فساد می‌کند.» توضیح مطلب این است که هرگاه شهوت و غضب از یک سوی و عقل از سوی دیگر در کنار هم قرار گیرند، در

(۱) - بقره: ۳۶.

(۲) - طه: ۱۲۳.

(۳) - بقره: ۳۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۰

چنین حالتی شهوت حاکم و غضب مجری خواهد بود و این باعث بروز فساد از سوی شهوت خواهد شد. گفته خدا به نقل از فرشتگان که (يَسْفِكُ الدِّمَاءَ، یعنی چنین جانشینی در زمین خونریزی می‌کند) معنایش این است که او (خلیفه) در اثر به کارگیری نیروی غضب این کار را انجام می‌دهد. اما خداوند به فرشتگان فرمود: «إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ، یعنی من آنچه را که شما نمی‌دانید می‌دانم.» (۱)

نخستین تجاوزی که در تاریخ بشری صورت گرفت همان تجاوز قابیل فرزند آدم نسبت به برادرش هابیل بود؛ آن‌گاه که خداوند قربانی برادرش را پذیرفت و قربانی او را رد کرد در نتیجه، حسد بر او چیره شد و برادرش را کشت.

وَأْتَلُ عَلَيْهِمْ نَبِيًّا ابْنِي آدَمَ بِالْحَقِّ إِذْ قَرَّبَا قُرْبَانًا فَتُقُبِّلَ مِنْ أَحَدِهِمَا وَلَمْ يُتَقَبَّلْ مِنَ الْآخَرِ قَالَ لَأَقْتُلَنَّكَ قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ لَئِن بَسَيْتَ إِلَيَّ يَدَكَ لِتَقْتُلَنِي مَا أَنَا بِبَاسِطِ يَدِي إِلَيْكَ لِأَقْتُلَنَّكَ إِنِّي أَخَافُ اللَّهَ رَبَّ الْعَالَمِينَ إِنِّي أُرِيدُ أَنْ تَبُوءَ بِإِثْمِي وَإِثْمِكَ فَتَكُونَ مِنْ أَصْحَابِ النَّارِ وَذَلِكَ جَزَاءُ الظَّالِمِينَ فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ «و بخوان بر آنها به حقیقت و راستی حکایت دو پسر آدم (هابیل و قابیل) را که تقرب به قربانی جستند، از یکی پذیرفته شد و از آن دیگری پذیرفته نشد، (قابیل به برادرش هابیل که قربانیش قبول شد) گفت من تو را البته خواهم کشت.

(هابیل) گفت (مرا گناهی نیست) که خدا قربانی متقیان را خواهد پذیرفت. اگر تو به کشتن من دست برآوری من هرگز به کشتن تو دست دراز نخواهم کرد که من از خدای جهانیان می‌ترسم. من می‌خواهم که گناه کشتن من و گناه مخالفت تو هر دو به تو باز گردد تا تو اهل آتش جهنم شوی که آن آتش جزای ستمکاران است.

آن‌گاه (پس از گفتگو) هوای نفس او را بر کشتن برادرش ترغیب کرد تا او را به



(۱) - امام فخر الدین عمر الرازی: النفس و الروح و شرح قواهما با تحقیق محمد صغیر الحسن المعصومی، از انتشارات «معهد الأبحاث الاسلامیه»، کراچی، بدون تاریخ، ص ۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۱

قتل رساند و بدین سبب از زیانکاران عالم گردید. «۱»

قرآن همچنین به رفتار پرخاشگرانه‌ای که گاهی در تعبیرات کلامی از قبیل غیبت و تهمت و یا ناسزاگویی و مسخره کردن دیگران ظاهر می‌شود، اشاره می‌کند. آیات زیر نمونه‌های خوبی برای این مسأله هستند.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحْذُوا بِطَانَةٍ مِّنْ دُونِكُمْ لَا يَأْلُونَكُمْ خَبَالًا وَدُّوا مَا عَتَتْكُمْ قَدِّبَتِ الْبُغْضَاءُ مِنْ أَفْوَاهِهِمْ وَمَا تُخْفِي صُدُورُهُمْ أَكْبَرُ قَدْ بَيَّنَّا لَكُمُ الْآيَاتِ إِن كُنْتُمْ تَعْقِلُونَ «ای اهل ایمان از غیر همدینان خود دوست صمیمی همراز نگیرید چه آن که آنها که به غیر دین اسلامند از خلل و فساد در کار شما ذره‌ای کوتاهی نکنند، آنها همیشه مایلند که شما در رنج و سختی باشید، دشمنی شما را بر زبان هم آشکار سازند در صورتی که محققا آنچه در دل پنهان می‌دارند بیش از آن است که بر زبانشان آشکار می‌شود، ما آیات خود را برای شما بخوبی بیان کردیم اگر عقل و اندیشه به کار بندید.» «۲»

إِن يَثْقَفُوكُمْ يَكُونُوا لَكُمْ أَعْدَاءً وَيَبْسُطُوا إِلَيْكُمْ أَيْدِيَهُمْ وَأَلْسِنَتَهُم بِالسُّوءِ وَوَدُّوا لَوْ تَكْفُرُونَ «هرگاه آنها بر شما تسلط یابند باز همان دشمن دیرینند (اینک هم) هرچه بتوانند به دست و زبان بر عداوت شما می‌کوشند و چقدر دوست می‌دارند که شما باز کافر شوید.» «۳»

(۱) - مائده: ۲۷ - ۳۰.

(۲) - آل عمران: ۱۱۸.

(۳) - ممتحنه: ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۲

زَيْنَ لِلَّذِينَ كَفَرُوا الْحَيَاةَ الدُّنْيَا وَيَسْخَرُونَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا ...

«حیات عاریت و متاع دنیوی در نظر کافران جلوه کرد که اهل ایمان را فسوس و مسخره می‌کنند ...» «۱»

الَّذِينَ يَلْمِزُونَ الْمُطَّوِّعِينَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ فِي الصَّدَقَاتِ وَالَّذِينَ لَا يَجِدُونَ إِلَّا جُهْدَهُمْ فَيَسْخَرُونَ مِنْهُمْ ...

«آن کسانی که از فرط بخل و بدنفسی عیبجویی می‌کنند از آن مؤمنانی که از فرط سخاوت علاوه بر واجبات به صدقات مستحب نیز فقیران را دستگیری می‌کنند، همچنین مسخره می‌کنند مؤمنانی را که از اندک چیزی که مقدر آنهاست در راه خدا مضایقه نمی‌کنند ...» «۲»

روان‌شناسان و روان‌کاوان در خصوص مسأله «پرخاش» که آیا انگیزه‌ای فطری است یا اکتسابی؟، اختلاف نظر دارند، برخی از آنها مانند «فروید» Freud و «لورنز» Lorenz معتقدند که تجاوز، یک انگیزه فطری است. اما، بسیاری از روان‌شناسان دیگر، این موضوع را قبول ندارند، زیرا به نظر آنها قبول این مسأله به معنای داشتن نگرشی منفی و اندیشه‌ای بدبینانه نسبت به سرشت و ذات انسان است. در این بینش، انسان ذاتا و فطره متمایل به زشتی و تجاوزگری و آزار دادن دیگران معرفی می‌شود. به همین دلیل برخی از روان‌شناسان دیگر مانند «فروم» و «مازلو» بر جنبه‌های مثبت و همدلی نیکخواهی موجود در سرشت انسان تأکید می‌کنند.

تحقیقات جدید تجربی این موضوع را روشن کرده است که رفتار پرخاشگرانه در کودکان خردسال از وقتی بروز می‌کند که حرکات جسمی آنان مقید و محدود شود این



(۱) - بقره: ۲۱۲.

(۲) - توبه: ۷۹. یلمزون یعنی عیبجویی می‌کنند.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۳

محدودیت حرکات، باعث پیدایش حالت ناکامی و احساس محرومیت در آنها شده و در نتیجه رفتار تجاوزگرانه‌شان ظاهر می‌شود. بعدها در جریان رشد کودک انواع موانع باز دارنده از قبیل موانع اجتماعی و قانونی و اقتصادی و سیاسی و روانی که مسبب ایجاد حالت ناکامی هستند، افزایش می‌یابند. نتیجه برخی از تحقیقات دیگر، این مسأله را ثابت کرده است که حالت ناکامی لزوماً به رفتار پرخاشگرانه نمی‌انجامد، بلکه گاهی باعث بروز انواع دیگر رفتار مانند: درخواست کمک و یاری از دیگران، منزوی شدن و پناه بردن به شرب خمر و استعمال مواد مخدر، نیز می‌شود. در این جا می‌توان از عوامل بسیاری یاد کرد که مربوط به تربیت کودک و رابطه‌اش با والدین و مهارت‌های شخصی گذشته وی هستند و به او می‌آموزند که با رفتاری تجاوزگرانه در مقابل ناکامیها واکنش نشان دهد. به همین دلیل بسیاری از روان‌شناسان جدید، رفتار پرخاشگرانه را - حداقل در بخشی از آن - رفتاری اکتسابی به شمار می‌آورند. (۱)

این نظریه که بسیاری از روان‌شناسان جدید به آن معتقدند، با آنچه که در قرآن درباره وجود آمادگی و استعداد پذیرش خیر و شر در انسان، آمده است، هماهنگی دارد.

وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ «آیا ما راه خیر و شر (حق و باطل) را به او نمودیم؟» (۲) عوامل بسیاری مانند نحوه تربیت و شرایط رشد اجتماعی و فرهنگی و همچنین یادگیریها و تجارب شخصی انسان باعث می‌شود که او، از دو راه خیر و نیکی و خوشرفتاری با مردم و یا شر و ظلم و تجاوز یکی را انتخاب کند. مثلاً گاهی انسان می‌آموزد که ناکامی را با رفتاری پرخاشگرانه نسبت به دیگران یا با انزوا و فرو رفتن در

(۱)

Morris, Gharles, G.: Psychology, An introduction, ۳ rd- ed. Englewood Cliffs, New Jersey, - ۰۷۳- ۸۶۳, pp. ۹۷۹۱.

(۲) - بلد: ۱۰. یعنی ما راه خیر و شر را به او نشان دادیم و برایش اختیار قایل شدیم: برای اطلاع بیشتر ر. ک.

به: المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم، ص ۹۰۸، و تفسیر الجلالین، ص ۵۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۴

خود جبران کند و گاهی هم یاد می‌گیرد که با اندیشه و تفکر درباره حل مشکلاتی که برایش پیش می‌آید، در برابر ناکامیها بایستد و بکوشد راه حل‌های جدیدی که بیشتر به کار غلبه بر مشکلات می‌آیند برای جبران ناکامیها پیدا کند.

### ۳- انگیزه رقابت

رقابت از آن دسته انگیزه‌های روانی است که انسان آن را از محیط رشد فرهنگی خود فرا می‌گیرد و تربیت فرد او را به جنبه‌های مثبت و خوب رقابت در جهت ارتقا و پیشرفتش بر اساس ارزشهایی که جامعه به آن پایبند است، هدایت می‌کند. مثلاً گاهی فرد از فرهنگ جامعه خویش رقابت اقتصادی، سیاسی، علمی و یا انواع دیگر رقابت را که در میان مردم در فرهنگهای مختلف بشری رواج دارد، می‌آموزد.

قرآن مردم را به رقابت در تقوای خدا و کار نیک و پایبندی به ارزشهای والای انسانی و پیروی از روش الهی در زندگی، چه در

رابطه با خداوند متعال یا خانواده و یا جامعه‌شان، تشویق می‌کند، تا از آموزش و خشنودی او بهره‌مند، و سرانجام به بهشت برین رهسپار شوند و نیز از نعمتهای الهی بهره جویند. خداوند می‌فرماید:

إِنَّ الْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ عَلَى الْأَرَائِكِ يُنْظَرُونَ تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ يُشْفَوْنَ مِنْ رَحِيْقٍ مَخْتُومٍ خِتَامُهُ مِسْكٌ وَ فِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ «محققاً نیکوکاران در بهشت ابد متنعمنند. آن جا بر تخت عزت (تکیه زنند و) نعمتهای خدا را بنگرند. و در رخسارشان نشاط و شادمانی نعیم بهشتی پدیدار است. و (ساقیان حور و غلمان) به آنها شراب ناب سر به مهر بنوشانند. که به مشکش مهر کرده‌اند و عاقلان بر این نعمت و شادمانی ابدی باید به شوق و رغبت بکوشند (نه بر نعمت فانی دنیا).» (۱)

(۱) - مطففین: ۲۲-۲۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۵

وَلِكُلِّ وِجْهَةٌ هُوَ مُوَلِّئُهَا فَاسْتَثْبِقُوا الْخَيْرَاتِ ...

«هر کسی را راهی است به سوی حق (یا قبله‌ای است در دین خود) که بدان راه یابد و به آن قبله روی نماید پس بشتابید به خیرات ...» (۱)

سَابِقُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَ جَنَّةٍ عَرْضُهَا كَعَرْضِ السَّمَاءِ وَ الْأَرْضِ أَعَدَّتْ لِلَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَ رُسُلِهِ ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ يَشَاءُ وَ اللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ «(ای بندگان) به سوی آموزش پروردگارتان بشتابید و به راه بهشتی که عرض آن به قدر پهنای آسمان و زمین است، آن بهشت (بدین وسعت) برای اهل ایمان به خدا و پیغمبرانش مهیا گردید، این فضل خداست که به هر کس خواهد عطا می‌کند و فضل و کرم خدا بسیار عظیم است.» (۲)

... فَاسْتَثْبِقُوا الْخَيْرَاتِ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعاً فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ فِيهِ تَخْتَلِفُونَ ...

«... پس به کارهای نیک سبقت گیرید که بازگشت همه شما به سوی خداست و در آنچه اختلاف می‌کنید شما را به جزای آن آگاه خواهد ساخت.» (۳)

#### ۴- انگیزه دینداری

انگیزه دینداری یک انگیزه روانی است که ریشه فطری در سرشت انسان دارد، زیرا انسان در اعماق وجود خود انگیزه‌ای را احساس می‌کند که او را به تحقیق و تفکر درباره آفریدگار خویش و جهان هستی و عبادت و چاره‌جویی از او و پناه بردن به او و او می‌دارد و به هنگام فشار مشکلات و گرفتاریهای زندگی، از او کمک می‌خواهد. اصولاً-انسان امنیت و آرامش خویش را در حمایت و سرپرستی خداوند از خود می‌یابد، و اگر به رفتار

(۱) - بقره: ۱۴۸.

(۲) - حدید: ۲۱.

(۳) - مائده: ۴۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۶

انسان در همه ادوار تاریخ و در جوامع گوناگون بشری بنگریم این موضوع را به طور آشکار در خواهیم یافت. هر چند تصور انسانها در جوامع گوناگون و در طول قرنهای مختلف تاریخ، درباره ذات خدا و روشی که برای عبادتش داشتند، از نظر سطح اندیشه و درجه تکامل فرهنگی، تفاوتهایی با هم دارد اما تمام این تفاوتها که در تصور انسانها از ذات خدا و روش عبادت او

مشاهده می‌شود، تنها تفاوت در روش تعبیر و تبیین همان انگیزه فطری دینداری است که در اعماق نفس بشر وجود دارد. برخی از آیات قرآن کریم این موضوع را که انگیزه دینداری، یک انگیزه فطری است روشن می‌کنند. خداوند می‌فرماید:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَٰلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ «پس تو ای رسول (با همه پیروانت) مستقیم روی به جانب آیین پاک اسلام آور و پیوسته از طریق دین خدا که فطرت خلق را بر آن آفریده است پیروی کن که هیچ تغییری در خلقت خدا نباید داد، این است آیین استوار حق و لیکن اکثر مردم از این حقیقت آگاه نیستند.» (۱)

خداوند در این آیه یادآوری می‌کند که در فطرت یعنی در آفرینش و سرشت انسان نوعی استعداد فطری وجود دارد که می‌تواند شگفتیهای مخلوقات خدا را درک، و از طریق آنها بر وجود و یگانگی خدا استدلال کند. (۲) خداوند همچنین می‌فرماید:

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَنْ تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ

(۱) - روم: ۳۰.

(۲) - تفسیر قرطبی: ج ۱۴، ص ۲۹، تفسیر الجلالین، ص ۳۴۰، ۳۴۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۷

«و (ای رسول ما) به یاد آور (و خلق را متذکر ساز) هنگامی که خدای تو از پشت فرزندان آدم، ذریه آنها را بر گرفت و آنها را بر خود گواه ساخت که من پروردگار شما نیستم؟ همه گفتند: بلی ما به خدایی تو گواهی دهیم که دیگر در روز قیامت نگویید ما از این واقعه (قیامت و یا از معرفت و یکتایی خدا) غافل بودیم.» (۱)

خداوند در این آیه بیان می‌کند که از پشت آدم و فرزندان او را به طور متوالی و پی‌درپی در عالم «ذر» به شکل ذره آفریده است و این خلقت قبل از آفرینش آنها در این دنیا بود. و از آنها با این جمله «آیا من پروردگار شما نیستم؟» شهادت خواست و آنها هم پاسخ دادند که: «آری، به این امر گواهی می‌دهیم». خداوند می‌فرماید، به این دلیل از آنها درباره ربوبیت خود گواهی مزبور را طلب کرد که شما در روز قیامت نگویید ما از توحید غافل بودیم یا از آن آگاهی نداشتیم. (۲)

مطلب فوق این موضوع را روشن می‌کند که در سرشت آفرینش انسان، استعداد فطری خداشناسی و یکتاپرستی وجود دارد. بنابراین اعتراف به خداوندی خدا ریشه در فطرت انسان دارد و از ازل در اعماق روحش وجود داشته است. اما، آمیخته شدن روح با جسم و سرگرم شدن انسان به خواسته‌های جسمی و خواسته‌های مختلف دیگر که لازمه زندگی دنیوی و زمینی است، باعث شد که این شناخت و آگاهی نسبت به خدا و استعداد فطری یکتاگرایی انسان، در معرض غفلت قرار گیرد و به دست فراموشی سپرده، و نیز توسط احساس ناخودآگاه انسان، به کناری نهاده شود. بنابراین، انسان نیاز به چیزی دارد که این استعداد فطری را در او بیدار کند و غبار فراموشی از چهره‌اش بزدايد و آن را در اعماق ناخودآگاهش برانگیزاند تا به طور واضح و آشکار ادراک و احساس شود. و این امر از طریق تعامل انسان با هستی و نگرش او به شگفتیهایی که خدا در وجود خود وی و سایر مخلوقات و کل هستی آفریده است، صورت می‌گیرد.

از جمله عواملی که به بیداری و فعال شدن انگیزه دینداری در انسان کمک می‌کند،

(۱) - اعراف: ۱۷۲.

(۲) - تفسیر ابن کثیر: ج ۲، ص ۲۶۲؛ تفسیر الجلالین، ص ۱۱۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۸

وجود خطرهایی است که در برخی اوقات زندگی، او را تهدید می‌کنند و تمام راههای نجات را در برابرش می‌بندند بطوری که هیچ گریزگاهی جز پناه بردن به خدا ندارد. در این جاست که انسان با همان انگیزه فطری به سوی خدا کشیده می‌شود و از او برای برطرف کردن خطر، کمک و یاری می‌جوید. «۱» خداوند در این مورد می‌فرماید:

هُوَ الَّذِي يُسَيِّرُكُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ حَتَّىٰ إِذَا كُنْتُمْ فِي الْفُلِكِ وَجَرَيْنَ بِهِمْ بِرِيحٍ طَيِّبَةٍ وَفَرِحُوا بِهَا جَاءَتْهَا رِيحٌ عَاصِفٌ وَجَاءَهُمُ الْمَوْجُ مِنْ كُلِّ مَكَانٍ وَظَنُّوا أَنَّهُمْ أُحِيطَ بِهِمْ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ لَئِنِ أَنْجَيْتَنَا مِنْ هَذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ «اوست آن که شما را در خشکی و دریا سیر می‌دهد تا آنگاه که در کشتی نشینید و باد ملایمی کشتی را به حرکت آورد و شما شادمان و خوشوقت باشید که ناگاه باد تندی بوزد و کشتی از هر جانب به امواج خطر افتد و خود را در ورطه هلاکت بینید، آن زمان خدا را به اخلاص و دین فطرت بخوانید که بار خدایا اگر ما را از این خطر نجات بخشی دیگر همیشه (از کفر و عصیان دست کشیده) شکر و سپاس تو خواهیم کرد.» «۲»

قُلْ مَنْ يُنَجِّكُمْ مِنْ ظُلُمَاتِ الْبَرِّ وَالْبَحْرِ تَدْعُونَهُ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً لَئِنِ أَنْجَانَا مِنْ هَذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ «بگو (ای پیامبر) آن کیست که شما را از تاریکیها و سختیهای بیابان و دریا نجات می‌دهد که او را به تضرع و زاری و از باطن قلب می‌خوانید که اگر ما را از این مهلکه نجات داد پیوسته شکر گزار او هستیم.» «۳»

(۱) - البهی الخولی: آدم علیه السلام. فلسفه تقویم الانسان و خلافت، چاپ سوم، قاهره: کتابخانه وهبه، ۱۹۷۴، ص ۱۷۶.

(۲) - یونس: ۲۲.

(۳) - انعام: ۶۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۶۹

### ج- انگیزه‌های ناخودآگاه

گاهی انسان تمایلات و انگیزه‌هایی نامطلوب و یا نگران‌کننده در خود احساس می‌کند و می‌کوشد آنها را از حوزه شعور و احساس خود دور سازد و این در نهایت، منجر به نابودی و بایگانی آنها در ضمیر ناخودآگاه وی می‌شود. اما بسیار اتفاق می‌افتد که انسان همین تمایلات و انگیزه‌ها را به طور ناخودآگاه و در شکل لغزشهای زبانی و اشتباهات کلامی آشکار سازد.

قرآن به برخی از انگیزه‌های ناخودآگاه که در درون انسان وجود دارند و او می‌کوشد آنها را کتمان و پنهان کند، اما به هر حال از طریق لغزشهای زبانی آنها را بروز می‌دهد چنین اشاره می‌فرماید:

أَمْ حَسِبَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ أَنْ لَنْ يُخْرِجَ اللَّهُ أَضْغَانَهُمْ وَ لَوْ نَشَاءُ لَأَرَيْنَاكَهُمْ فَ لَعَرَفْتَهُمْ بِسَمَائِهِمْ وَ لَتَعْرِفَنَّهُمْ فِي لَحْنِ الْقَوْلِ وَ اللَّهُ يَعْلَمُ أَعْمَالَكُمْ «آیا آنان که در دل، مرض (نفاق پنهان) دارند، پندارند که خدا کینه درونی آنها را بر اهل ایمان آشکار نمی‌سازد؟ و اگر ما می‌خواستیم حقیقت را به وحی بر تو آشکار می‌ساختیم تا به باطن آنها از سیمای ظاهرشان پی برده و در طی سخن، آنها را کاملاً بشناسی و خدا به همه کارهای شما بندگان آگاه است.» «۱»

در این زمینه از عثمان بن عفان سخنی به این مضمون نقل می‌کنند: «هیچ کس رازی را پنهان نمی‌کند مگر این که خداوند آن را در چهره و در لغزش زبانش آشکار می‌سازد.» «۲»

همچنین در حدیث نبوی چنین آمده است:

«ما أَسْرَ أَحَدٌ سِرِيرَةً إِلَّا كَسَاهُ اللَّهُ جَلْبَابَهَا إِنْ خَيْرًا فَخَيْرٍ، وَ إِنْ شَرًّا فَشَرٍّ»

(۱) - محمد: ۲۹ - ۳۰.

(۲) - تفسیر ابن کثیر: ج ۴، ص ۱۸۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۰

«هیچ کس رازی را پنهان نمی‌کند مگر این که خدا لباس آن را بر او می‌پوشاند (آشکارش می‌کند) که اگر آن راز خیر باشد لباس خیر و اگر شر باشد لباس شر بر آن می‌پوشاند.» (۱)

ما در فصل نهم، در جریان بحث درباره «شخصیت» خواهیم دید که قرآن به برخی از ترفندهای ناخودآگاه عقل مانند توجیه، فرافکنی، و ابراز واکنش، اشاراتی دارد. این موضوع روشن می‌کند که قرآن حتی چهارده قرن پیش از تحقیقات فروید، بنیانگذار نظریه روان‌کاوی، جنبه‌های ناخودآگاه رفتار انسان را مطرح کرده است.

### د- برخورد انگیزه‌ها

هرگاه در انسان برخی از انگیزه‌ها با هم درگیر شوند، مثلاً انگیزه‌ای انسان را به یک سو و انگیزه‌ای دیگر به سوی مقابل بکشاند در این صورت به انسان حالتی دست می‌دهد که احساس سرگردانی و تردید می‌کند و از تصمیم‌گیری درباره تعیین سمت حرکت و شیوه عمل خود ناتوان می‌شود. چنین حالتی را «درگیری روانی» می‌گویند.

قرآن این درگیری روانی را که اشخاصی که در برابر ایمان موضعی مشکوک و تردید آمیز دارند از آن رنج می‌برند، بخوبی تصویر می‌کند. این گونه افراد کسانی هستند که نه کاملاً به سوی ایمان می‌آیند و نه به طور کامل به طرف کفر می‌روند بلکه در انتخاب ایمان و کفر مرددند و نمی‌توانند در این باره تصمیم نهایی را اتخاذ کنند.

قُلْ أَدْعُوا مِنْ دُونِ اللَّهِ مَا لَا يَنْفَعُنَا وَلَا يَضُرُّنَا وَتُرْجَىٰ عَلَىٰ أَعْقَابِنَا بَعِيدٍ إِذْ هَبْنَا اللَّهُ كَالَّذِي اسْتَهْوَتْهُ الشَّيَاطِينُ فِي الْأَرْضِ حَيْرَانَ لَهُ أَصْحَابٌ يَدْعُوْنَهُ إِلَى الْهُدَىٰ اهْتِنَا ...

«ای پیامبر! بگو که ما چرا خدا را رها کرده و چیزی را مانند بتان که هیچ‌کدام بر نفع و ضرر ما نباشند به خدایی بخوانیم و باز به خوی جاهلیت بعد از آن که خدا

(۱) - مأخذ فوق، ص ۱۸۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۱

ما را هدایت کرد، برگردیم، همانند کسی که بر اثر وسوسه‌های شیاطین راه را گم کرده و سرگردان مانده، در حالی که یارانی هم دارد که او را به هدایت دعوت می‌کنند که به سوی ما بیا ...» (۱)

در این آیه حالت درگیری روانی و سرگردانی و تردید ناشی از آن، بدقت توصیف شده است. از یک طرف شیاطین انسان را وسوسه می‌کنند و به سوی گمراهی و کفر می‌کشانند و از سوی دیگر دوستان مؤمنش او را به هدایت و ایمان می‌خوانند و او در میان این دو کشش و جاذبه در حالتی از سرگردانی و پریشانی فکر و تردید قرار دارد.

قرآن همچنین حالت شک و سرگردانی و دودلی و اضطراب را که از درگیری روانی میان کفر و ایمان ناشی می‌شود، چنین توصیف می‌کند:

إِنَّمَا يَسْتَأْذِنُكَ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَارْتَابَتْ قُلُوبُهُمْ فَهُمْ فِي رَيْبِهِمْ يَتَرَدَّدُونَ «تنها آنهایی که ایمان به خدا و روز قیامت نیاورده و دل‌هایشان در شک و ریب است از تو اجازه معافی از جهاد می‌خواهند و آن منافقان پیوسته در تیرگی شک و تردید

خواهند ماند.» (۲)

إِنَّ الْمُنَافِقِينَ يُخَادِعُونَ اللَّهَ وَهُوَ خَادِعُهُمْ وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كَسَالَى يُرَاؤُونَ النَّاسَ وَلَا يَذْكُرُونَ اللَّهَ إِلَّا قَلِيلًا مُدْبِرِينَ بَيْنَ ذَلِكَ لَا إِلَى هَؤُلَاءِ وَلَا إِلَى هَؤُلَاءِ وَمَنْ يُضْلِلِ اللَّهُ فَلَنْ تَجِدَ لَهُ سَبِيلًا «همانا منافقان با خدا مکر و حيله می‌کنند و خدا نیز با آنها مکر می‌کند (یعنی مکرشان را باطل می‌سازد) و چون به نماز آیند با حال بی‌میلی و کسالت و برای

(۱) - انعام: ۷۱.

(۲) - توبه: ۴۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۲

ریاکاری آیند و ذکر خدا را جز اندک (آن هم به قصد ریا) نکنند. دودل و مردد باشند نه به سوی مؤمنان یکدل می‌روند و نه به جانب کافران و هر که را خدا گمراه کند (یعنی به اختیار خود راه ضلالت را بگزیند خدا او را به خود واگذارد تا گمراه شود) پس هرگز او را به راه راست نخواهی یافت.» (۱)

قرآن همچنین حالت درگیری روانی افراد سرگردان و مردد را که نمی‌دانستند آیا با مسلمانان بجنگند و یا با اقوام و خویشاوندان مشرک خود، و این درگیری روانی در آنها حالتی از سرگردانی و حیرت و مشکل ایجاد کرده بود، چنین توصیف می‌کند:

إِلَّا الَّذِينَ يَصِلُونَ إِلَى قَوْمٍ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَهُمْ مِيثَاقٌ أَوْ جَاؤُكُمْ حَضِرَتْ صُدُورُهُمْ أَنْ يُقَاتِلُوكُمْ أَوْ يُقَاتِلُوا قَوْمَهُمْ ...

«مگر آنان که به قومی که میان شما و آنها عهد و پیمانی است در پیوسته باشند یا بر این عهد نزد شما آیند که از جنگ با شما و یا قوم خودشان که دشمنان شما هستند هر دو خودداری کنند و از جنگ دلتنگ باشند (با این دو طایفه از کافران که در حقیقت به شما پناهنده شده‌اند نباید قتال کنید) ...» (۲)

## ه. غلبه بر انگیزه‌ها

از مجموع مطالب گذشته این مسأله روشن می‌شود که خواست خداوند متعال چنین است که در فطرت و سرشت انسان و حیوان یک سری انگیزه‌های فیزیولوژیک قرار دهد تا اهداف خداوندی، که همان حفظ وجود و بقای نوع است، تحقق یابد. بنابراین، بدیهی است که اشباع این انگیزه‌ها امری طبیعی باشد که فطرت و سرشت وجودی انسان و حیوان آن را می‌طلبد و لازم دارد، چون به طور کلی ادامه زندگی و بقای نوع، به اشباع آنها وابسته است. به همین دلیل احکام و فرامین قرآن در خصوص این انگیزه‌ها با فطرت انسان هماهنگی دارد زیرا، قرآن این انگیزه‌ها را می‌پذیرد و به آنها اقرار می‌کند و

(۱) - نساء: ۱۴۲، ۱۴۳.

(۲) - نساء: ۹۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۳

در حدودی که شرع مقدس اجازه می‌دهد، خواهان اشباع آنهاست. نه در قرآن و نه در سنت مطلبی که نشان دهنده پست شمردن یا انکار و یا دعوت به سرکوبی این انگیزه‌ها باشد، وجود ندارد. قرآن و همچنین سنت، انسانها را تنها به تسلط و حکومت کردن بر انگیزه‌ها دعوت می‌کند و از آنها می‌خواهد که فقط در حدودی که دین اجازه می‌دهد- بدون زیاده‌روی و تجاوز از این حدود- انگیزه‌های خود را اشباع کنند و این موضوع، هم به سود فرد و هم به سود جامعه است.

در این جا لازم است، فرق میان دو واژه کنترل و سرکوبی را در ارتباط با انگیزه‌ها بیان کنیم. کنترل، به معنای بازداشتن ارادی یک انگیزه، یا تمایل و مقاومت در برابر اشباع آن، در شرایط نامناسب است. اما، بطور کلی به معنای قبول نداشتن و نپذیرفتن آن نمی‌باشد زیرا ممکن است در مواقع مناسب دیگر، به آن اجازه فعالیت داد و اشباعش کرد. اما سرکوبی یک انگیزه، به معنای انکار و نپذیرفتن و پست شمردن و یا ترس از آن است و انسان می‌کوشد بطور کلی آن را از حوزه آگاهی و شعور خود دور سازد، تا از احساس گناه و نگرانی - که از آن انگیزه ناشی می‌شود - رهایی یابد به نحوی که این مسأله منجر به سرکوب آن در ضمیر ناخودآگاه انسان می‌شود. بنابراین، مفهوم سرکوبی یک انگیزه این است که فعلا از دایره آگاهی و شعور، دور شده و در اعماق ضمیر ناخودآگاه انسان مدفون گشته اما در آن جا بطور کلی نابود نشده است، بلکه با روشها و حیل‌های ناخودآگاهانه می‌کوشد همواره خود را به صورتی مطرح کند و همین مسأله موجب پیدایش عوارض گوناگونی می‌شود که ناشی از اضطراب و تزلزل در رفتار انسان هستند.

قرآن نمی‌گوید انگیزه‌های فطری را به آن معنایی که در بالا - گفتیم سرکوب کنیم، بلکه از ما می‌خواهد آنها را کنترل کنیم و بر آنها تسلط یابیم و طوری هدایتشان کنیم که هم منافع فرد و هم منافع جامعه به شایستگی، حفظ و رعایت شود؛ یعنی طوری باشد که فرد بر انگیزه‌های خود مسلط شود و آنها را ارشاد و هدایت کند نه این که انگیزه‌ها بر او غلبه کنند و راهنمای کارهایش باشند. نظر قرآن را - آن جا که به مشروعیت اشباع انگیزه‌های فیزیولوژیک اعتراف می‌کند - می‌توان بروشنی در آیات زیر مشاهده کرد:

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۴

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ «ای مردم، از آنچه در زمین است حلال و پاکیزه را تناول کنید و از وسوسه‌های شیطان پیروی نکنید که محققا او برای شما دشمن آشکاری است.» (۱)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ «ای اهل ایمان از روزی حلال و پاکیزه که ما نصیب شما کرده‌ایم بخورید و شکر خدا را به جای آورید اگر تنها او را می‌پرستید.» (۲)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُحَرِّمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي أَنْتُمْ بِهِ مُؤْمِنُونَ «ای اهل ایمان حرام مکنید طعامهای پاکیزه‌ای که خدا برای شما حلال کرده است و ستم مکنید که خدا ستمکاران را دوست نمی‌دارد. و از هر چیز حلال و پاکیزه‌ای که خدا روزی شما کرده است بخورید و بپرهیزید از آن خدایی که به او گرویده‌اید.» (۳)

... كُلُوا وَاشْرَبُوا مِنْ رِزْقِ اللَّهِ ...

«... از روزی خدا بخورید و بیاشامید ...» (۴)

(۱) - بقره: ۱۶۸.

(۲) - بقره: ۱۷۲.

(۳) - مائده: ۸۷، ۸۸.

(۴) - بقره: ۶۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۵

يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَ الطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ «ای فرزندان آدم، زیورهای خود در مقام عبادت برگیرید و هم از نعمتهای خدا بخورید و بیاشامید و اسراف مکنید که خدا مسرفان را دوست



نمی‌دارد. بگو (ای پیامبر) چه کسی زینتهای خدا را که برای بندگان خود آفریده، حرام کرده و از صرف رزق حلال و پاکیزه منع کرده است؟ بگو این نعمتها در دنیا برای اهل ایمان است و خالص اینها (یعنی لذت کامل بدون رنج) و نیکوتر از اینها در آخرت برای آنان خواهد بود. ما آیات خود را برای اهل دانش چنین بیان می‌کنیم.» (۱)

وَ أَنْكِحُوا الْأَيَامَى مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ وَإِمَائِكُمْ إِنْ يَكُونُوا فُقَرَاءَ يُعْزِمَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ «و البته باید مردان بی‌زن و زنان بی‌شوهر و کنیزان و بندگان خود را به نکاح یکدیگر درآورد (تا میان مؤمنین مرد بی‌زن و زن بی‌شوهر باقی نماند و از فقر مترسید که) اگر مرد و زنی فقیرند خدا به لطف خود آنان را بی‌نیاز و مستغنی خواهد فرمود و خدا به احوال بندگان آگاه و رحمتش وسیع است.» (۲)

وَ إِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تُقْسِطُوا فِي الْيَتَامَى فَانكحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مَثْنَى وَ ثَلَاثَ وَ رُبَاعَ فَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِشَةً أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ذَلِكَ أَدْنَى أَلَّا تَعُولُوا «و اگر بترسید که مبادا درباره یتیمان مراعات عدل و داد نکنید، پس آن کس از زنان را به نکاح خود درآورد که برای شما نیکو و مناسب با عدالت است: دو یا

(۱) - اعراف: ۳۱، ۳۲.

(۲) - نور: ۳۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۶

سه یا چهار. و اگر بترسید که چون آنان زنان گیرید راه عدالت نپیموده و به آنها ستم کنید پس تنها یک زن اختیار کرده و یا چنانچه کنیزی دارید به آن اکتفا کنید که این نزدیکتر به عدالت و ترک ستمکاری است.» (۱)

نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَكُمْ فَأَتُوا حَرْثَكُمْ أَنْتُمْ ...

«زنان شما کشتزار شمايند، پس برای کشت به آنها نزدیک شوید هرگاه که می‌خواهید ...» (۲)

آیات فوق این موضع را روشن می‌کنند که قرآن نه تنها انسان را به نپذیرفتن و سرکوب کردن انگیزه‌های فطریش دعوت نمی‌کند، بلکه او را از درگیری روانی - که نتیجه عدم قبول انگیزه جنسی و سرکوب آن است - برحذر می‌دارد، درگیری که مسبب بروز عوارض اضطراب‌آمیز در رفتار انسان می‌شود. ولی با این حال قرآن انسان را افسار گسیخته رها نمی‌سازد که انگیزه‌های فطریش را بی‌حساب و افراطی، اشباع کند بلکه او را به سازماندهی اشباع انگیزه‌ها و در دست گرفتن زمان آنها دعوت می‌کند. (۳)

اصولاً - هیچ اشکالی ندارد که انسان از طریق ارضای انگیزه‌های خود از راه حلال و مشروع لذت برد. قرآن در مسائل مربوط به ارضای انگیزه‌های فطری، انسان را به دو نوع سازماندهی دعوت می‌کند:

اول ارضای انگیزه‌ها از طریق حلال، که شرع مقدس تشریح و تجویز کرده است و دوم عدم اسراف در ارضای آنها.

درباره نخستین سازماندهی برای ارضای انگیزه‌های فیزیولوژیک، که همان اشباع از

(۱) - نساء: ۳.

(۲) - بقره: ۲۲۳.

(۳) - ر. ک، به: الانسان بين المادية و الاسلام، محمد قطب، چاپ سوم، قاهره: عیسی البابی الحلبي و شرکا، ۱۹۶۰، ص ۸۴-۹۱ و محمد قطب: منهج التربية الاسلامية، چاپ دوم، بیروت: دار الشروق (بدون تاریخ)، ص ۱۲۸، ۱۲۹، ۱۴۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۷

راه حلال باشد، قرآن ما را از اشباع انگیزه گرسنگی از طریق حرام، و همچنین از خوردن انواعی از خوردنیها - به دلیل ضرری که



برای تندرستی انسان دارند- و یا از نوشیدن شراب- که برای سلامت جسم و عقل مضر است- باز می‌دارد. قرآن همچنین انسان را از اشباع انگیزه جنسی از طریق نامشروع- به دلیل ضررهای فراوان بهداشتی و اجتماعی- نهی می‌کند. خداوند با آفریدن جنس نر و ماده، برنامه ارضای انگیزه جنسی را برای انسان منظم کرده است و زندگی مشترک زن و شوهر در خانواده را وسیله‌ای قرار داده است برای ارضای انگیزه جنسی و تحقق امنیت و آرامش برای آنها، چرا که زندگی خانوادگی توأم با محبت و عشق و همکاری و فداکاری است.

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْتَكِرُونَ «و باز یکی از آیات لطف الهی آن است که برای شما از جنس خودتان جفتی بیافرید که در کنار او آرامش یافته و با هم انس بگیرید و میان شما رأفت و مهربانی برقرار فرمود، و در این امر نیز برای مردم با فکرت، ادله علم و حکمت حق آشکار است.» (۱)

... هُنَّ لِيَاسٍ لَكُمْ وَ أَنْتُمْ لِيَاسٍ لَهُنَّ ...

«... آنها (زنان) جامه ستر و عفاف شما و شما نیز لباس عفت آنها هستید ...» (۲)

اما اگر شرایط مساعد برای ازدواج انسان فراهم نباشد باید در حفظ عفاف و پاکدامنی و تسلط بر غریزه جنسی و سرکوبی آن، تا حصول شرایط مقتضی

(۱)- روم: ۲۱.

(۲)- بقره: ۱۸۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۸

بکوشد. (۱)

و لِيُسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لَا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ ...

«و آنان که وسیله نکاح نیابند باید عفت نفس پیشه کنند تا خدا آنها را به لطف خود بی‌نیاز گرداند ...» (۲)

قرآن، جوانان مسلمان را به زندگی در جامعه و محیطی تشویق می‌کند که در غلبه بر انگیزه جنسی به آنها کمک کند و آنها را در معرض چیزهایی قرار ندهد که سبب برانگیختن و تحریک غریزه جنسی شوند. از این رو قرآن از مردان مسلمان می‌خواهد که از نگاه نامشروع، خودداری کنند، چنان که از زنان نیز می‌خواهد زینت و آرایش و

(۱)- شایسته یادآوری است که اغلب بیماران روانی (پسیکونورزها) که زیگموند فروید به درمان آنها می‌پرداخت در جوامع مسیحی اروپا زندگی می‌کردند و در آن زمان در جوامع مزبور، غریزه جنسی به عنوان یک انگیزه ناپسند که باید نابود شود، تلقی می‌شد. از این رو تعجبی نداشت که فروید بین سرکوبی انگیزه جنسی و بروز بیماریهای روانی رابطه برقرار کند با این که بعضی از شاگردان فروید مانند آدلر و یونگ و روان‌کاوان دیگری چون کارن هورنای و اریک فروم با او در توجه زاید الوصفش به غریزه جنسی و پافشاری فراوانش روی این موضوع که امراض روانی در واقع از سرکوب غریزه جنسی ناشی می‌شوند، موافق نیستند. اما این نکته نیز شایان توجه است که حتی اگر برخی از نتایج به دست آمده توسط فروید در مورد برخی از حالتها در جامعه خودش درست باشد، لازمه‌اش این نیست که نتایج مزبور در جوامع دیگری که از نظر فرهنگی با جامعه فروید متفاوت هستند، نیز صحیح باشد. از مطالبی که ما درباره دیدگاه اسلام پیرامون انگیزه جنسی و پذیرش آن و عدم تلقی‌اش به عنوان پدیده‌ای ناخوشایند که باید از بین برود، گفتیم، روشن می‌شود که ما از یک جامعه اسلامی که فرزندان را بر اساس معیارهای درست اسلامی تربیت می‌کند و جوانانش را به ازدواج زود هنگام تشویق می‌نماید و خود را از قید آداب و رسومی که مانع تحقق این اهداف هستند، رها

می‌کند، توقع و انتظار نداریم که لزوماً غریزه جنسی را سرکوب و نابود کند. همچنان که فکر نمی‌کنیم اگر جوانان را طوری تربیت کنیم که بر انگیزه جنسی خود مسلط شوند و آن را تا فرا رسیدن زمان مناسب برای ازدواج از اشباع باز دارند، ضرری متوجه سلامت روانی آنها شود. البته این موضوع تا وقتی درست است که جوانان به مسائل عبادی، بویژه روزه به عنوان وسیله‌ای که به آنها کمک می‌کند تا بر نیروی غریزی تسلط یابند و آن را وادارند، روی بیاورند. همچنین امکانات دیگر و الایش انگیزه‌ها مانند ورزشهای بدنی، مشارکت در انواع فعالیتهای اجتماعی و اشتغال به تحصیل علم و ادب و هنر، نیز باید برایشان فراهم شود. (۲) - نور: ۳۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۷۹

زیباییهای جسمی خویش را - مانند مو و گردن و سینه که ممکن است سبب فریفتن مردان شود - بپوشانند.

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَعْضُوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَعْضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلَا يَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَى جُيُوبِهِنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ آبَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنَاءِ بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُنَّ أَوْ التَّابِعِينَ غَيْرِ أُولِي الْإِزْبَةِ مِنَ الرِّجَالِ أَوِ الطِّفْلِ الَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا عَلَى عَوْرَاتِ النِّسَاءِ وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِنْ زِينَتِهِنَّ وَتَوْبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعاً أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ «ای رسول ما، مردان مؤمن را بگو تا چشمها (از نگاه ناروا) بپوشند و فروج و اندامشان را (از کار زشت) محفوظ دارند که این برای پاکیزگی (جسم و جان) شما اصلح است و البته خدا به هر چه می‌کنید کاملاً آگاه است. (ای پیامبر) به زنان مؤمن بگو تا چشمها (از نگاه ناروا) بپوشند و فروج و اندامشان را (از عمل زشت) محفوظ دارند و زینت و آرایش خود جز آنچه قهراً ظاهر می‌شود بر بیگانه آشکار نسازند و باید سینه (و بر و دوش) خود را به مقنعه بپوشانند و زینت و جمال خود را آشکار نسازند جز برای شوهران خود و پدران شوهر و پسران خود و پسران شوهر و برادران خود و پسران برادر و پسران خواهران خود و زنان (یعنی زنان مسلمان دیگر) و کنیزان ملکی خویش و اتباع خانواده که رغبت به زنان ندارند از زن و مرد یا کودکی که هنوز بر عورت و محارم زنان آگاه نیستند (و از غیر این اشخاص مذکور خود را بپوشانند) و آن طور پای به زمین نزنند که خلخال و زیور پنهان پاهایشان معلوم شود، و ای اهل ایمان همه به درگاه خدا توبه کنید باشد که رستگار شوید.» (۱)

(۱) - نور: ۳۰، ۳۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۰

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله، خلوت کردن زن و مرد (اجنبی) را نهی فرموده است زیرا، تنها بودن آنها خودبخود فضای مناسبی برای برانگیختن انگیزه جنسی ایجاد می‌کند و امکان لغزش و خطا را افزایش می‌دهد. همچنین قرآن به نکته‌ای اشاره می‌کند، که باید به خدمه منزل و کودکانی که به سن بلوغ نرسیده‌اند گوشزد کرد که در سه هنگام از شبانه روز بدون اجازه وارد اتاقی که زن و شوهر در آن هستند، نشوند. این سه وقت عبارتند از:

پیش از نماز صبح، هنگام قیلوله در ظهر، و پس از نماز عشا، وقتی که انسان برای استراحت و خواب، آماده می‌شود.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لِيَسْتَأْذِنَكُمْ الَّذِينَ مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ وَالَّذِينَ لَمْ يَبْلُغُوا الْحُلُمَ مِنْكُمْ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ مِنْ قَبْلِ صَلَاةِ الْفَجْرِ وَحِينَ تَضَعُونَ ثِيَابَكُمْ مِنَ الظَّهِيرَةِ وَمِنْ بَعْدِ صَلَاةِ الْعِشَاءِ ثَلَاثُ عَوْرَاتٍ لَكُمْ لَيْسَ عَلَيْكُمْ وَلَا عَلَيْهِمْ جُنَاحٌ بَعْدَهُنَّ طَوَّافُونَ عَلَيْكُمْ بَعْضُكُمْ عَلَى بَعْضٍ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ لَكُمْ آيَاتِهِ وَاللَّهُ عَلِيمٌ حَكِيمٌ «ای کسانی که به خدا ایمان آورده‌اید (بدانید که) باید بندگان ملکی شما و کودکانی که هنوز به وقت احتلام و زمان بلوغ نرسیده‌اند، شبانه‌روزی سه مرتبه از شما اجازه بخواهند، یکبار پیش از نماز صبح، دیگر هنگام ظهر که جامه‌ها را

از تن برمی‌گیرید و سوم پس از نماز خفتن، که این سه وقت هنگام عورت و خلوت شماست (اغلب برهنه یا در لباس کوتاه‌اید) و بعد از این سه بار اجازه، دیگر باکی بر شما و آنها نیست که بی‌دستور با بندگان و اطفال خود گرد هم جمع شوید و هر ساعت در کارها به شما مراجعه کنند، خدا آیاتش را بر شما چنین روشن بیان می‌کند و او به کار خلق دانا (و به مصالح خلق کاملاً آگاه) و محکم کار است.» (۱)

(۱) - نور: ۵۸، ۵۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۱

چون در اوقات سه گانه مذکور، انسان غالباً لباسهایی را که معمولاً با آنها در اجتماع ظاهر می‌شود از تن خارج می‌کند و لباس خواب و استراحت می‌پوشد و در چنین لباسهایی احتمال ظاهر شدن قسمتهایی از بدن - که شایسته مشاهده نیست - می‌رود. دلیل این که قرآن ورود بدون اجازه خدمه و اطفال را به اتاق مردان و زنان - در این اوقات - ممنوع کرده، این است که، از آگاهی آنها نسبت به آنچه نباید آگاه شوند، جلوگیری کند چه، این امر - علاوه بر خدشه‌دار کردن حیای مرد و زن - گاهی منجر به تحریک انگیزه جنسی خدمه می‌شود و همچنین احتمال دارد کودکان، چیزهایی را که لزوماً نباید ببینند، از والدین مشاهده کنند و برخی از اعضای بدن آنها را که مستقیماً به امور جنسی مربوط می‌شود ببینند. تحقیقات روان‌کاوی، اثرات سوئی را که دیدن این گونه امور در روان کودکان به جای می‌گذارد، ثابت و روشن کرده است. (۱) علاوه بر این، گاهی در روزنامه‌ها، اخبار ناگواری را می‌خوانیم که در اثر معاشرت و ارتباط بدون قید و شرط خدمه با دختران و زنان جوان خانواده و عدم کنترل آنها اتفاق می‌افتد و خانواده‌ای را دچار فاجعه می‌کند.

اما در زمینه سازماندهی دوم انگیزه‌های فیزیولوژیک، یعنی زیاده‌روی نکردن در ارضای آنها باید گفت که از طریق تجربیات شخصی و نیز بررسی‌های پزشکی این مطلب روشن شده است که اسراف در خوردن برای سلامت انسان ضرر دارد چون او را به ناراحتی معده و دیگر بیماری‌های دستگاه هاضمه دچار می‌کند و در نتیجه باعث فربهی شخص می‌شود که به نوبه خود برای تندرستی ضررهای فراوانی در بردارد. همچنین اسراف در نوشیدن و زیاده‌روی در استراحت و خوابیدن، همه برای سلامت انسان مضر است، به همین دلیل خداوند متعال از اسراف در خوردن و آشامیدن نهی فرموده است.

يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ «ای فرزندان آدم، زیورهای خود را در مقام عبادت بگیرید و هم از نعمتهای خدا بخورید و بیاشامید و اسراف نکنید که خدا مسرفان را (که اندازه نگه ندارند)

(۱) - احمد محمد جمال: نحو تریبیه اسلامیة، جدة: تهامة، ۱۹۸۰، ص ۷۸، ۷۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۲

دوست نمی‌دارد.» (۱)

بدیهی است که نهی از اسراف در آیه فوق، تنها متوجه دو انگیزه گرسنگی و تشنگی نیست بلکه، سایر انگیزه‌های فیزیولوژیک را نیز در بر می‌گیرد و هدف قرآن، به نهی از این دو انگیزه، خلاصه نمی‌شود بلکه غرضش تنها ارائه نمونه، و اشاره به ضرری است که بطور کلی از طریق زیاده‌روی در ارضای انگیزه‌های فطری انسان بر او وارد می‌شود.

اساساً یکی از ویژگی‌های قرآن در بسیاری از آیات، بیان مطالب به ایجاز و اشاره و کنایه است. علاوه بر این، شاید دلیل دیگر نام بردن انحصاری گرسنگی و تشنگی در آیه و جریان نهی از اسراف در ارضای انگیزه‌های فطری، این باشد که، دو انگیزه مزبور در حفظ نسل و بقای انسان، اهمیت بسزایی دارند و انسان در ارضای این انگیزه‌ها معمولاً تمایل به زیاده‌روی دارد.

قرآن نه تنها انسان را در جهت تسلط بر انگیزه‌های فیزیولوژیک راهنمایی می‌کند بلکه، همچنین به حاکمیت و غلبه بر انگیزه‌های روانی توجه می‌دهد. و نیز در بسیاری از موارد، انسان را به غلبه بر انگیزه‌های تجاوز و مالکیت تشویق می‌کند. مثلاً از نظر قرآن، خصلت خویشنداری و حاکمیت بر خواسته‌ها و تمایلات نفس، اعم از جسمی و روانی، از خصلتهایی است که هر فرد مؤمن دارای شخصیتی ثابت و بهنجار باید بدان خصایل آراسته شود.

درباره انگیزه تجاوز باید گفت که قرآن مردم را از ستم و تجاوز به دیگران - چه از طریق بدن و چه لفظ - نهی می‌کند و به آنها دستور می‌دهد که با دیگران رفتاری نیک و ملایم داشته باشند.

وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بَغَيْرِ مَا اكْتَسَبُوا فَقَدِ احْتَمَلُوا بُهْتَانًا وَإِثْمًا مُّبِينًا «و آنان که مردان و زنان با ایمان را بی تقصیر و گناه بیازارند (بترسند) که دانسته گناه و تهمت بزرگی را مرتکب شده‌اند.» (۲)

(۱) - اعراف: ۳۱.

(۲) - احزاب: ۵۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۳

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا تَنَاجَيْتُمْ فَلَا تَنَاجُوا بِالْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَمَعْصِيَةِ الرَّسُولِ وَتَنَاجُوا بِالْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي إِلَيْهِ تُحْشَرُونَ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید شما هر گاه با هم سخنی به راز گوئید هرگز بر بزهکاری و دشمنی و مخالفت رسول نگویید بلکه بر نیکویی و تقوی راز به میان آورید و از خدا که (پس از مرگ) به سوی او محشور خواهید شد بترسید و پرهیز کار شوید.» (۱)

... وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَا نَقَوْمٍ أَنْ صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَنْ تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ... «... و عداوت گروهی که از مسجد الحرام منتان کردند شما را بر ظلم و بی‌عدالتی و اداری نکند و باید شما به یکدیگر در نیکوکاری و تقوی کمک کنید نه بر گناه و ستمکاری ...» (۲)

... وَلَا تَقْتُلُوا النَّفْسَ الَّتِي حَرَّمَ اللَّهُ إِلَّا بِالْحَقِّ ...

«... و نفسی را که خداوند قتلش را حرام کرده است جز به حق (یعنی به حکم حق و قصاص) نکشید ...» (۳)

وَإِنْ طَائِفَتَانِ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ فَاصِلِحَا بَيْنَهُمَا فَإِنْ بَعَثَ إِحْدَاهُمَا عَلَى الْأُخْرَى فَقَاتِلُوا الَّتِي تَبْغِي حَتَّى تَفِيءَ إِلَى أَمْرِ اللَّهِ فَإِنَّ فَاءَ تِ فَاصِلِحَا بَيْنَهُمَا بِالْعَدْلِ وَأَقْسَطُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَاصِلِحُوا بَيْنَ أَخْوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

(۱) - مجادله: ۹.

(۲) - مائده: ۲. قرآن و روان‌شناسی ۸۳. ه. غلبه بر انگیزه‌ها ..... ص: ۷۲

(۳) - انعام: ۱۵۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۴

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرَكُم مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءً مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَرُوا بِاللِّقَابِ بِنِسِ الْإِسْمِ الْفُسُوقِ بَعِيدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ «و اگر دو طایفه از اهل ایمان با هم به قتال و دشمنی برخیزند البته شما مؤمنان بین آنها صلح برقرار کنید و اگر یک قوم بر دیگری ظلم کرد با آن طایفه ظالم قتال کنید تا به فرمان خدا باز آید (و ترک ظلم کند) پس هر گاه به حکم حق برگشت با حفظ عدالت میان آنها را صلح دهید و همیشه به عدالت رفتار کنید که خدا اهل عدل و داد را بسیار دوست می‌دارد. به حقیقت مؤمنان برادر یکدیگرند، پس همیشه بین برادران (ایمانی) خود (چون نزاعی شود) صلح دهید و خدا ترس و پرهیز کار باشید، شاید که مورد لطف و رحمت الهی قرار گیرید. ای اهل ایمان

هرگز نباید قومی قوم دیگر را مسخره و استهزا کند (شما چه می‌دانید) شاید آن قوم که مسخره‌اش می‌کنید بهترین مؤمنان باشند و نیز بین زنان با ایمان گروهی گروه دیگری را مسخره نکنند که بسا آن گروه بهترین زنان باشند و هرگز عیبجویی (از همدینان) خود مکنید و به نام و لقبهای زشت یکدیگر را بخوانید که پس از ایمان به خدا، نام فسق (اگر بر مؤمن نهند) بسیار زشت است و هر که از فسق و گناه به درگاه خدا توبه نکند بسیار ظالم و ستمکار است.» (۱)

قرآن، همچنین مردم را به مهار کردن انگیزه مالکیت فرا می‌خواند و آنها را از بخل ورزیدن، مال اندوزی، ربا خواری، خوردن اموال مردم و دزدی نهی می‌کند. و در مقابل، به انفاق در راه خدا و دادن صدقه به فقرا و بیچارگان و پرداخت زکات، امر می‌فرماید.

... وَالَّذِينَ يَكْتُمُونَ الذَّهَبَ وَالْفِضَّةَ وَلَا يُنْفِقُونَهَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَبَشِّرْهُمْ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ

(۱) - حجرات: ۹-۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۵

يَوْمَ يُحْمَى عَلَيْهَا فِي نَارِ جَهَنَّمَ فَتُكْوَى بِهَا جِبَاهُهُمْ وَجُنُوبُهُمْ وَظُهُورُهُمْ هَذَا مَا كَنَزْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ فَذُوقُوا مَا كُنْتُمْ تَكْتُمُونَ «... و کسانی که طلا و نقره را گنجینه و ذخیره می‌کنند و در راه خدا انفاق نمی‌کنند آنها را به عذابی دردناک بشارت بده. روزی که (آن طلا و نقره ذخیره‌شان) در آتش دوزخ گداخته شود و پیشانی و پشت و پهلوهای آنها را به آن داغ کنند و (فرشتگان عذاب به آنها گویند) این است نتیجه آنچه از زر و سیم (که در دنیا) برای خود ذخیره کردید، اکنون بچشید عذاب سیم و زری را که اندوخته می‌کردید.» (۱)

وَلَا يَحْسَبَنَّ الَّذِينَ يَبْخُلُونَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ هُوَ خَيْرًا لَّهُمْ بَلْ هُوَ شَرٌّ لَّهُمْ سَيُطَوَّقُونَ مَا بَخُلُوا بِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَلِلَّهِ مِيرَاثُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ «آنان که بخل ورزیده و حقوق فقیران را از مالی که خدا به فضل خویش به آنها داده نمی‌پردازند، گمان نکنند که این بخل به نفع آنها خواهد بود بلکه به ضرر آنها است چه آن که آن مالی که در آن بخل ورزیده‌اند در روز قیامت زنجیرگران آنها شود (که آن روز هیچ کس مالک چیزی نیست) و تنها خدا وارث آسمانها و زمین خواهد بود و خدا به کردار شما آگاه است.» (۲)

فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ وَاسْمَعُوا وَأَطِيعُوا وَأَنْفِقُوا خَيْرًا لِأَنْفُسِكُمْ وَمَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ «پس تا می‌توانید خداترس و پرهیزکار باشید و سخن حق بشنوید و از او اطاعت کنید و از مال خود برای (ذخیره آخرت) خویش به فقیران انفاق کنید و کسانی که از خوی لثامت و بخل نفس خود محفوظ مانند آنها رستگاران عالمند.» (۳)

(۱) - توبه: ۳۴، ۳۵.

(۲) - آل عمران: ۱۸۰.

(۳) - تغابن: ۱۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۶

وَأَنْفِقُوا مِنْ مَا رَزَقْنَاكُمْ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَ أَحَدَكُمُ الْمَوْتُ فَيَقُولَ رَبِّ لَوْلَا أَخَّرْتَنِي إِلَىٰ أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصَّدَّقَ وَ أَكُنْ مِنَ الصَّالِحِينَ «و از آنچه روزی شما کردیم در راه خدا انفاق کنید. پیش از آن که مرگ بر یکی از شما فرا رسد، در آن حال (به حسرت) بگوید: پروردگارا اجل مرا اندکی تأخیر انداز تا صدقه و احسان بسیار کنم و از نکوکاران شوم.» (۱)

آمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَأَنْفِقُوا مِمَّا جَعَلَكُمْ مُسْتَحْلِفِينَ فِيهِ فَالَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَأَنْفَقُوا لَهُمْ أَجْرٌ كَبِيرٌ «به خدا و رسول او ایمان آورید و از

آنچه شما را در آن وارث گذشتگان گردانید (در راه خدا) انفاق کنید، پس برای کسانی که ایمان آورده و انفاق کردند پاداش بزرگ (بهشت ابد) خواهد بود.» (۲)

إِنَّ الْمُصَدِّقِينَ وَالْمُصَدِّقَاتِ وَأَقْرَضُوا اللَّهَ قَرْضًا حَسَنًا يُضَاعَفُ لَهُمْ وَلَهُمْ أَجْرٌ كَرِيمٌ «همانا مردان و زنانی که در راه خدا به فقیران صدقه و احسان کنند و به خدا قرض نیکو دهند (یعنی به محتاجان قرض الحسنه دهند) خدا احسان آنها را چندین برابر سازد و پاداش با لطف و کرامت نیز عطا فرماید.» (۳)

قُلْ لِعِبَادِيَ الَّذِينَ آمَنُوا يُقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيُنْفِقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَ يَوْمٌ لَا يَبِيعُ فِيهِ وَلَا خِلَالٌ «(ای رسول ما) به آن بندگان من که ایمان آورده‌اند بگو نماز به پا دارند و از آنچه روزی آنها کردیم در نهان و آشکار انفاق کنند پیش از آن که روزی بیاید که نه

(۱) - منافقون: ۱۰.

(۲) - حدید: ۷.

(۳) - حدید: ۱۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۷

چیزی توان خرید و نه دوستی کسی (بجز خدا) به کار آید.» (۱)

قرآن، بطور کلی انسان را به مهار کردن انگیزه‌ها و تسلط بر آنها دعوت می‌کند و از او می‌خواهد که آنها را در چارچوب حدود و مقررات دینی و بدون اسراف و زیاده‌روی، نگه دارد و برده خواسته‌ها و تمایلات خویش نشود بلکه، به عکس بر آنها مسلط و حاکم شود و به هر سو که خود می‌خواهد راهنمایی‌شان کند.

فَأَمَّا مَنْ طَغَىٰ وَآثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَىٰ وَ أَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ «پس هر کس از حکم خدا سرکشی کرد. و زندگی دنیا را برگزید. دوزخ جایگاه اوست. و هر کس از حضور در پیشگاه عز ربوبیت بترسید و از هوای نفس دوری جست. همانا بهشت منزلگاه اوست.» (۲)

مفهوم پیروی نکردن از هوای نفس، در واقع همان مهار کردن انگیزه‌ها و جلوگیری از خواسته‌ها و بازداشتن آنها از تمایلات غیر منطقی و به عبارت دیگر تسلط بر آنهاست.

قرآن، از انسان می‌خواهد، میان خواسته‌های روزمره جسمی که مصرانه ارضای خود را از او می‌خواهند و خواسته‌های معنوی و روانی که رو به سوی خدا دارند و به نعمتهای زندگی اخروی نظر دارند، هماهنگی و توازن ایجاد کند. بنابراین، انسان باید به ندای نیازهای جسمی خود پاسخ مثبت دهد و انگیزه‌های فطری‌اش را در چارچوب مقررات ارضا کند تا بتواند به زندگی ادامه دهد و به آبادانی و عمران پردازد و رسالتی را که از سوی خدا بر عهده دارد، به پایان برساند. اما در عین حال باید نیازهای روانی خود را نیز برآورده سازد، نیازهایی چون، اعتراف به ربوبیت و عبادت خدا و پیروی از راه و روشی که خداوند در زندگی او معین کرده است، تا از آمرزش و رضایت خدا، در آخرت

(۱) - ابراهیم: ۳۱.

(۲) - نازعات: ۳۷ - ۴۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۸

بهره‌مند شود. از انسان خواسته شده است که برای ایجاد هماهنگی میان خواسته‌های جسمی و روحی و خواسته‌های زندگی دنیوی و



اخروی تلاش کند، زیرا این تلاش باعث می‌شود، انسان از کشمکشهای روانی که او را دچار اضطراب و نگرانی می‌کند و نیز از نعمت امنیت و احساس آرامش و خوشبختی محروم می‌سازد، رها شود.

وَ ابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا ...

«و به هر چیزی که خدا به تو عطا کرده (از قوای ظاهری و باطنی و مال و سایر نعمتهای دنیا) بکوش تا ثواب و سعادت در آخرت تحصیل کنی و (لیکن) بهره‌ات را از (لذات و نعمتهای حلال) دنیا فراموش مکن ...» (۱)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ «ای اهل ایمان مبادا هرگز مال و فرزندانتان شما را از یاد خدا غافل سازد و کسانی که به امور دنیا از یاد خدا غافل شوند آنها به حقیقت زیانکاران عالمند.» (۲)

موضوع دعوت قرآن از انسان، برای مهار کردن انگیزه‌ها و حاکمیت بر آنها و فعالیت به منظور والایش و رشد و راهنمایی آنها در جهت خشنودی خدا و خیر و نیکی فرد و جامعه و انسانیت، وقتی بیشتر روشن می‌شود که توجه کنیم قرآن در سوره آل عمران، پس از ذکر برخی از انگیزه‌ها که مردم معمولاً تلاش می‌کنند در زندگی دنیوی خود، آنها را ارضا کنند، مستقیماً و بلافاصله یادآور می‌شود که تقوای خدا برای انسان بهتر از تأمین و ارضای این انگیزه‌ها در زندگی دنیوی است، چون تقوا، لذت بهره‌مندی از بهشت و نعمتهای امروزی را برای انسانها متحقق خواهد ساخت.

(۱) - قصص: ۷۷.

(۲) - منافقون: ۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۸۹

زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتَاعَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَآبِ قُلْ أَأُنَبِّئُكُمْ بِخَيْرٍ مِنْ ذَلِكَُمْ لِلَّذِينَ اتَّقَوْا عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَأَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَرِضْوَانٌ مِنَ اللَّهِ وَاللَّهُ بَصِيرٌ بِالْعِبَادِ «مردم (ظاهرین دنیاپرست کوه نظر) را آرایش حب شهوات نفسانی که عبارت از میل به زنها و فرزندان و همیانهای زر و سیم و اسبهای نشاندار نیکو و چهارپایان و مزارع و املاک است در نظر زیبا و دلفریب است لیکن اینها همه متاع زندگانی فانی دنیاست و نزد خدا همان منزل بازگشت نیکوست (که بهشت لقای الهی و نعمت باقی ابدی است). بگو ای پیامبر می‌خواهید شما را آگاه گردانم به بهتر از اینها که محبوب شما مردم دنیاست، برای آنان که تقوا پیشه کنند نزد خدا باغهای بهشتی است که در زیر درختان آن نهرها جاری است و در آن جاوید هستند، همچنین در آن زنانی پاکیزه و (از همه خوشتر) خشنودی خدا وجود دارد و خداوند به حال بندگان بیناست.» (۱)

در این دو آیه صریحاً از مردم خواسته شده است که انگیزه‌های خود را مهار کنند و آنها را از طریق تقوا و طلب رضایت خدا، رشد و تعالی بخشند. و نیز در این باره در قرآن چنین آمده است:

الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا «مال و فرزندان زینت زندگی دنیا هستند (و لیکن) اعمال صالح که تا قیامت باقی است نزد پروردگار بسی بهتر و عاقبت آن نیکوتر است.» (۲)

(۱) - آل عمران: ۱۴، ۱۵.

(۲) - کهف: ۴۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۰

اعْلَمُوا أَنَّهَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهُوَ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيحُ فَتَرَاهُ مُضِيًّا فَمَا تَكُونُ إِلَّا هُطَامًا وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ «بدانید که زندگی دنیا به حقیقت بازیچه‌ای است کودکانه و لهو و عیاشی و آرایش و تفاخر و خودستایی با یکدیگر و حرص افزودن مال و فرزندان است و در مثل مانند بارانی است (که به موقع بارد و گیاهی در پی آن برآید) که گیاهش برزگر یا کفار دنیاپرست را به شگفت آورد سپس بنگری که زرد و خشک شود و بیوسد و در عالم آخرت (دنیا طلبان را) عذاب سخت جهنم و (مؤمنان را) آمرزش و خشنودی حق نصیب است (و بدانید) که دنیا جز متاع فریب و غرور چیزی نیست.» (۱)

آیات فوق به انسان هشدار می‌دهد که سرنوشت آنچه در دنیا از لهو و لعب و زینت، و افتخار به زیادی اموال و اولاد وجود دارد، رو به نابودی است، درست مانند گیاهان سبز و با طراوتی که پژمرده و خشک می‌شوند و وزش باد آنها را پراکنده می‌سازد و آنچه باقی می‌ماند تنها عمل انسان است. کسانی که زندگی این جهان را بر آخرت ترجیح می‌دهند و تمام هم‌تشان در این دنیا متوجه ارضای انگیزه‌ها و تمایلات شخصی و دستیابی به لذتهای زودگذر می‌باشد و از اطاعت و عبادت خدا سرپیچی می‌کنند، در آخرت گرفتار عذابی سخت خواهند شد. اما پاداش کسانی که در زندگی دنیوی از اطاعت و عبادت خدا و عمل صالح غافل نیستند و بر هواها و تمایلات نفسانی خویش تسلط دارند، آمرزش و خشنودی خداوند است. در این خصوص در قرآن چنین آمده است:

وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَلَهُوَ وَلِلْآخِرَةِ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ

(۱) - حدید: ۲۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۱

«زندگی دنیا جز بازیچه (کودکان) و هوسرانی (بی‌خردان) هیچ نیست و همانا سرای دیگر، اهل تقوا را نیکوتر است آیا تعقل و اندیشه (در این گفتار) نمی‌کنند.» (۱)

## و- انحراف انگیزه‌ها

اگر انسان در مهار کردن انگیزه‌های خود و حاکمیت بر آنها دچار شکست شود و در ارضای آنها زیاده‌روی کند و غرق در لذت و بهره‌مندی از آنها شود و اصولاً هدفش لذت جویی و کامروایی از طریق اشباع انگیزه‌ها باشد، در این صورت انگیزه‌ها از اهداف اصلی خویش منحرف می‌شوند و دیگر وسیله‌ای برای ادامه زندگی فرد و بقای نوع، به شمار نمی‌آید و خودشان فی نفسه به هدف تبدیل می‌شوند و نه تنها از حیطه تسلط و حکومت انسان خارج می‌شوند بلکه بر انسان حاکمیت و تسلط خواهند یافت.

مسئله انحراف انگیزه‌ها و تسلط آنها بر انسان گاهی در همه انگیزه‌ها اعم از فیزیولوژیک و روانی به طور مساوی پیش می‌آید. یکی از مهمترین انگیزه‌های فیزیولوژیک که در معرض انحراف قرار دارد انگیزه جنسی است. در قرآن یکی از شیوه‌های رایج انحراف جنسی، که همجنس‌گرایی است و قوم لوط به آن مبادرت می‌ورزیدند، ذکر شده است. از بیان قرآن درباره این انحراف جنسی استنباط می‌شود که این عمل برای نخستین بار، در تاریخ بشری در میان قوم لوط پدید آمد.

وَلُوطًا إِذْ قَالَ لِقَوْمِهِ أَتَأْتُونَ الْفَاحِشَةَ مَا سَبَقَكُمْ بِهَا مِنْ أَحَدٍ مِنَ الْعَالَمِينَ إِنَّكُمْ لَتَأْتُونَ الرِّجَالَ شَهْوَةً مِنْ دُونِ النِّسَاءِ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ مُشْرِقُونَ «و لوط را فرستادیم که به قوم خود گفت آیا عمل زشتی که پیش از شما هیچ کس بدان مبادرت نکرده بجای می‌آورید؟ شما زنان را ترک کرده و با مردان سخت شهوت می‌رانید، آری که شما قومی فاسد و نابکارید.» (۲)

(۱) - انعام: ۳۲.



(۲) - اعراف: ۸۰، ۸۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۲

أَتَأْتُونَ الذُّكْرَانَ مِنَ الْعَالَمِينَ وَتَذَرُونَ مَا خَلَقَ لَكُمْ رَبُّكُمْ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ عَادُونَ «آیا عمل زشت منکر را با مردان انجام می‌دهید. و زنان را که خدا همسر شما (برای تمتع) آفرید رها می‌کنید؟ آری شما بسیار مردم متجاوز نابکاری هستید.» (۱)

یکی از انحرافات رایج در انگیزه‌های روانی انسان، عشق شدید و اشتیاق زاید الوصفی است که در برخی از مردم نسبت به پول و جمع‌آوری مال و ثروت دیده می‌شود، در حالی که دارایی و مال در اصل از آن خداست و او ما را نماینده خویش قرار داده است تا اموالش را در راه رضا و خشنودی وی و نیز آباد کردن زمین و پیشرفت نوع بشر، مصرف کنیم اما برخی از مردم، تصاحب پول و ثروت را فی نفسه هدف قرار می‌دهند و به اندوختن و ذخیره کردن آن می‌پردازند و آن را در راه خدا و منافع مردم و کمک به پیشرفت بشریت هزینه نمی‌کنند.

بطور کلی، اسراف یا زیاده‌روی در ارضای انگیزه‌ها و ناتوانی انسان در مهار کردن و حاکمیت بر آنها، به انحراف آنها از اهداف حقیقی‌شان یعنی تداوم بخشیدن به زندگی فرد و بقای نوع و تحقق هماهنگی انسان با محیط، منجر می‌شود. مثلاً افراط در دشمنی با افراد به نحوی که انسان در روابطش با مردم همواره تمایل به دشمنی و تجاوز داشته باشد، نوعی انحراف محسوب می‌شود یا زیاده‌روی در رقابت، به طوری که هدف اصلی انسان در زندگی تفوق و تسلط جسمی یا اقتصادی یا سیاسی یا نظامی بر دیگران باشد، نیز نوعی انحراف به شمار می‌رود. همچنین، زیاده‌روی در استراحت و تنبلی و بهره‌وری از نعمتها و لذتهای زندگی به نحوی که هدف اساسی انسان نوعی زندگی توأم با رفاه و نازپروردگی و راحت طلبی باشد و هیچ‌گونه احساس مسؤولیتی در قبال افراد جامعه نکند و با آنان به همکاری نپردازد و دست کمک و یاری به سویشان دراز نکند، نیز نوعی انحراف به شمار می‌آید. اما میانه‌روی در ارضای انگیزه‌ها، انسان را از فرو رفتن در

(۱) - شعراء: ۱۶۵-۱۶۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۳

گرداب انحراف باز می‌دارد. بنابراین می‌توان گفت بهترین کار، همان میانه‌روی است.

«خیر الامور اوسطها».

وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا «و (بندگان خاص خدا) آنان هستند که هنگام انفاق به مسکینان اسراف نکرده و بخل هم نوزند بلکه در احسان میانه‌رو و معتدل باشند.» (۱)

وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا «نه هرگز دست خود را (در احسان به خلق) بسته دار و نه بسیار باز و گشاده‌دار که هر کدام را انجام دهی به نکوهش و حسرت خواهی نشست.» (۲)

(۱) - فرقان: ۶۷.

(۲) - اسراء: ۲۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۵

## فصل دوم انفعالها در قرآن

مشیت حکیمانه خداوند چنین اقتضا می‌کند که یک سلسله حالت‌های انفعالی در انسان و نیز حیوان قرار دهد. این عواطف (علاوه بر انگیزه‌ها) در حفظ و بقای نسل انسان و حیوان به آنها کمک می‌کنند. مثلاً- ترس که حالتی انفعالی است، باعث می‌شود، از خطرهایی که تهدیدمان می‌کنند، دوری کنیم. و حالت انفعالی خشم، ما را به دفاع از خود و مبارزه برای بقا و می‌دارد و یا حالت انفعالی محبت، اساس و پایه پیوند دو جنس نر و ماده (در انسان و حیوان) و جذب هر کدام به دیگری، برای بقای نوع، می‌باشد. میان انگیزه‌ها (عواطف فعال) و انفعالها رابطه مستحکمی وجود دارد، چون هر انگیزه‌ای معمولاً همراه یک حالت انفعالی است. مثلاً هرگاه انگیزه‌ای در انسان به اوج خود برسد و برای مدتی از ارضای آن جلوگیری به عمل آید، به انسان حالتی از تنش دست می‌دهد و این حالت معمولاً- با حالت وجدانی و انفعالی اندوه و گرفتگی همراه است، اما ارضای انگیزه مزبور، حالت شادی و خوشحالی به همراه دارد. علاوه بر این، عواطف انفعالی درست مانند انگیزه‌ها، وظیفه هدایت رفتار انسان را نیز انجام می‌دهند به عنوان مثال، حالت انفعالی ترس، انسان را به فرار و دور شدن از خطر وامی‌دارد و حالت انفعالی خشم شخص را به دفاع از خود و گاه حتی به تجاوز وادار می‌کند و یا حالت انفعالی محبت باعث نزدیکی انسان به محبوبش می‌شود.

در قرآن کریم بسیاری از عواطف انفعالی مانند ترس، خشم، محبت، شادی، نفرت، غیرت، حسد، پشیمانی، شرم و خواری که انسان آنها را احساس می‌کند، بدقت توصیف قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۶

شده‌اند و ما در این فصل به بحث درباره حالت‌های انفعالی مزبور که در قرآن آمده‌اند خواهیم پرداخت.

## الف- ترس

### اشاره

ترس یکی از عواطف مهم انفعالی در زندگی انسان به شمار می‌آید، زیرا این حالت همان‌طور که قبلاً گفتیم او را به دور شدن از خطراتی که تهدیدش می‌کنند، کمک می‌کند و این نیز به نوبه خود انسان را در حفظ زندگی و بقای نسل یاری می‌دهد. ما در فصل پیش به هنگام سخن درباره انگیزه گرسنگی اشاره کردیم که قرآن در ضمن برخی آیات، مسأله امیّت در برابر ترس را همراه با ارضای انگیزه گرسنگی ذکر کرده است و این نشان می‌دهد که انگیزه گرسنگی و حالت انفعالی ترس در زندگی انسان اهمیت ویژه‌ای دارند.

ما نص آیات مزبور را ضمن بحث درباره انگیزه گرسنگی نقل کردیم. «۱»

فایده ترس، تنها در حفظ انسان از خطراتی که او را در زندگی دنیوی تهدید می‌کنند، خلاصه نمی‌شود، بلکه علاوه بر این، یکی از مهمترین فوایدش این است که مؤمن را به حفظ خود در برابر عذاب الهی در آخرت نیز وامی‌دارد؛ زیرا ترس از کیفر خدا، مؤمن را به اجتناب از گناهان و تمسک به تقوا و پایبندی به عبادت و کار برای خشنودی خدا وادار می‌کند.

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ «مؤمنان آنها هستند که چون ذکری از خدا شود (از عظمت و جلال خدا) دل‌هاشان ترسان و لرزان شود و چون آیات خدا را بر آنها تلاوت کنند بر مقام ایمانشان بیفزاید و به خدای خود (در هر کار) توکل می‌کنند.» «۲»

(۱)- ر. ک، به آیه‌های (نحل: ۱۱۲ و قریش: ۳، ۴) بحث انگیزه‌ها.

(۲)- انفال: ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۷

تَتَجَافَى جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَ طَمَعًا وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ « (شبها) پهلو از بستر خواب حرکت دهند و (در دل شب) با بیم و امید خدای خود را بخوانند و از آنچه روزی آنها کردیم به مسکینان انفاق کنند. «۱»  
 يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ إِنَّ زَلْزَلَةَ السَّاعَةِ شَيْءٌ عَظِيمٌ يَوْمَ تَرَوُنَّهَا تُذْهِلُ كُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَ تَضَعُ كُلُّ ذَاتِ حَمْلٍ حَمْلَهَا وَ تَرَى النَّاسَ سُكَارَى وَ مَا هُمْ بِسُكَارَى وَ لَكِنَّ عَذَابَ اللَّهِ شَدِيدٌ «ای مردم، خداترس و پرهیزکار باشید که زلزله روز قیامت بسیار حادثه بزرگ و واقعه سختی خواهد بود. چون هنگامه آن روز بزرگ را مشاهده کنید هر زن شیرده طفل خود را از ترس فراموش کند و هر آبتن بار رحم را بیفکند و مردم را در آن روز بی‌خود و مست نگری، در صورتی که مست نیستند و لیکن عذاب خدا سخت است. «۲»

حالت انفعالی ترس، نوعی اضطراب حاد است که تمام وجود شخص را فرا می‌گیرد.

قرآن این اضطراب را با عنوان زلزله سختی که انسان را شدیداً تکان می‌دهد و نیروی تفکر و تسلط بر نفس را از او سلب می‌کند، توصیف کرده است.

إِذْ جَاءُوكُم مِّنْ فَوْقِكُمْ وَمِنْ أَسْفَلَ مِنْكُمْ وَإِذْ زَاغَتِ الْأَبْصَارُ وَ بَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ وَ تَظُنُّونَ بِاللَّهِ الظُّنُونَا هُنَالِكَ ابْتُلِيَ الْمُؤْمِنُونَ وَ زُلْزِلُوا زَلْزَالًا شَدِيدًا «یاد آرید وقتی را که (در جنگ احزاب) لشکر کفار از بالا و زیر بر شما حمله‌ور شدند و چشمها حیران شد و جانها به گلو رسید و به وعده خدا گمانهای مختلف کردید (مؤمنان حقیقی به وعده حق و فتح اسلام خوش گمان و دیگران بدگمان

(۱) - سجده: ۱۶.

(۲) - حج: ۱، ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۸

بودند). در آن جا مؤمنان امتحان شدند و (ضعیفان در ایمان) سخت متزلزل گردیدند. «۱»

اگر ترس، ناگهانی و شدید باشد، برای مدتی به انسان حالتی از بهت و سرگردانی دست می‌دهد و توانایی حرکت یا تفکر از او سلب می‌شود. قرآن ضمن توصیف روز قیامت، به چنین حالتی که از ترس شدید و ناگهانی ناشی می‌شود، اشاره می‌کند.

بَلْ تَأْتِيهِمْ بَغْتَةً فَتَبْهَتُهُمْ فَلَا يَسْتَطِيعُونَ رَدَّهَا وَ لَا هُمْ يُنظَرُونَ «بلکه واقعه مرگ و قیامت، ناگهانی فرا رسد و آنها را مبهوت و حیران کند که نه قدرت بر رد آن داشته و نه بر تأخیر آن مهلتی توانند یافت. «۲»

وقتی خطری شدید انسان را احاطه کند و ترس بر او چیره شود، تمام سعی و تلاشش را متمرکز می‌کند تا خود را از آن ورطه خطرناک نجات بخشد؛ در این حالت او به هیچ چیز دیگری توجه ندارد.

فَإِذَا جَاءَتِ الصَّاعَةُ يَوْمَ يَفِرُّ الْمَرْءُ مِنْ أَخِيهِ وَ أُمِّهِ وَ أَبِيهِ وَ صَاحِبَتِهِ وَ بَيْنِهِ لِكُلِّ امْرِئٍ مِنْهُمْ يَوْمَئِذٍ شَأْنٌ يُغْنِيهِ «آن گاه که آن صدای بلند (و ندای قیامت به گوش همه خلق برسد. آن روز که (از وحشت و هولناکی آن) هر کس از برادرش می‌گریزد. (بلکه) از مادر و پدرش و زن و فرزندش می‌گریزد. در آن روز هر کس چنان گرفتار کار خود است که به هیچ کس نتواند پرداخت. «۳»

(۱) - احزاب: ۱۰، ۱۱، این آیات به هنگام جنگ خندق (احزاب) نازل شده است.

(۲) - انبیاء: ۴۰.

(۳) - عبس: ۳۳ - ۳۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۹۹

همراه حالت انفعالی ترس، تغییرات زیادی در وظایف فیزیولوژیک اعضای داخلی بدن انسان و خطوط چهره و تارهای صوتی و شکل بدن ایجاد می‌شود و ما در فصل آینده، دگرگونیهای فیزیکی بدن را که همراه حالت‌های انفعالی رخ می‌دهند، مورد بحث قرار خواهیم داد.

انسان معمولاً با دور شدن و فرار از مواضع و موقعیتهای خطرناکی که تهدیدش می‌کنند و حالت انفعالی ترس را در او برمی‌انگیزانند با این حالت به مبارزه و مقابله برمی‌خیزد. قرآن مقابله انسان را در برابر ترس که با فرار از جاهای تهدیدآمیز و خطرناک و ترس برانگیز صورت می‌گیرد، در جریان توصیف ترس کافران اقوام گذشته- که عذاب الهی به سبب تکذیب پیامبران و پافشاری بر کفر، بر آنها فرود آمد، به طوری که ترس شدیدی آنها را فرا گرفت و برای فرار از این عذاب از همدیگر پیشی می‌گرفتند- چنین توصیف می‌کند:

وَ كَمْ قَصِیْةٍ مِنَّا مِنْ قَوْمٍ كَانَتْ ظَالِمَةً وَ اَنْشَأْنَا بَعْدَهَا قَوْمًا آخَرِیْنَ فَلَمَّا اَحْسَوْا بِاَسِنَا اِذَا هُمْ مِنْهَا یُرْكُضُونَ «و چه بسیار مردم مقتدری در شهرها و دیارها بودند که ما به جرم ظلم و ستمکاری، آنها را در هم شکستیم و هلاک ساختیم و قومی دیگر به جای آنها بیافریدیم. پس هنگامی که آن ستمکاران عذاب ما را به چشم مشاهده کردند از آن دیار رو به فرار نهادند.» (۱)

قرآن ترس منافقان و تمایلشان را به فرار از مؤمنان، چنین ذکر می‌کند:

وَ یَخْلِفُونَ بِاللَّهِ اِنْهُمْ لَمِنْكُمْ وَ مَا هُمْ مِنْكُمْ وَ لَكِنَّهُمْ قَوْمٌ یَفْرُقُونَ لَوْ یَجِدُونَ مَلْجَاً اَوْ مَغَارَاتٍ اَوْ مُدْخَلًا لَوَلَّوْا اِلَیْهِ وَ هُمْ یَجْمَعُونَ

(۱)- انبیاء: ۱۱، ۱۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۰

«و آنها (برای آن که نفاق خود را پنهان کنند) به خدا قسم یاد می‌کنند که ما هم به راستی از شما مؤمنانیم (یعنی هم عقیده و آیین شمایم) و حال آن که باطنا از شما و هم عقیده شما نیستند و لیکن این قوم (از قدرت اسلام) می‌ترسند (لذا ظاهراً اظهار مسلمانی می‌کنند). اگر پناهگاهی یا سنگری در غار کوهها یا هر گریزگاهی بیابند (که از تسلط مسلمانان در امان باشند) البته با کمال تعجیل به آن جا می‌روند.» (۱)

و در بیان ترس موسی علیه السلام و فرارش از فرعون چنین می‌فرماید:

فَفَرَرْتُ مِنْكُمْ لَمَّا خِفْتُكُمْ ...

«آن گاه از ترس شما گریختم ...» (۲)

فَخَرَجَ مِنْهَا خَائِفًا یَتَرَقَّبُ قَالَ رَبِّ نَجِّنِي مِنَ الْقَوْمِ الظَّالِمِیْنَ «پس موسی از آن جا (مصر) با حال ترس و نگرانی از دشمن، بیرون رفت و گفت: بار خدایا مرا از شر این قوم ستمکار نجات ده.» (۳)

قرآن همچنین ترس موسی علیه السلام را که مشاهده کرد عصایش به مار تبدیل شد و به عقب برگشت و فرار کرد، این گونه توصیف می‌کند:

وَ اَلْقِ عَصَاكَ فَلَمَّا رَاَهَا تَهْتَزُّ كَأَنَّهَا جَانٌّ وَلَّى مُدْبِرًا وَ لَمْ یُعَقِّبْ یَا مُوسَى لَا تَخَفْ اِنِّیْ لَا یَخَافُ لَدَیَّ الْمُرْسَلُونَ

(۱)- توبه: ۵۶، ۵۷.

(۲)- شعراء: ۲۱.

(۳)- قصص: ۲۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۱

«و تو عصای خود بیفکن (چون عصا افکند) ناگاه موسی به آن نگریست به جنبش و هیجان درآمد چنان که گویی ازدهایی (مهیّب) گردید، موسی چنان بترسید که رو به فرار نهاد و دیگر واپس نگردید (در آن حال بدو خطاب شد) ای موسی مترس که پیغمبران در حضور من (از غیر من) هرگز نمی‌ترسند.» (۱)

### انواع ترسها

چیزهایی که باعث ترس انسان می‌شوند، فراوانند. قرآن برخی از ترسهای مهم انسان مانند ترس از خدا، ترس از مرگ و ترس از فقر را ذکر کرده است.

ترس از خدا در زندگی مؤمن اهمیت بسزایی دارد زیرا همواره او را به تقوا و جلب رضامندی خدا و پیروی از راه و رسم او و ترک محرمات و انجام اوامر الهی وامی‌دارد.

ترس از خدا در واقع یکی از ارکان ایمان و پایه‌های مهم شکل‌گیری شخصیت مؤمن به شمار می‌آید. (۲)

إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَٰئِكَ هُمْ خَيْرُ الْبَرِيَّةِ جَزَاؤُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ عَدْنٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَيْدًا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ لِمَنْ خَشِيَ رَبَّهُ «آنان که به خدای یکتا ایمان آوردند و نیکوکار شدند آنها به حقیقت بهترین اهل عالمند. پاداش آنها نزد خدا باغهای بهشت عدن است که نهرها زیر درختانش جاری است و در آن بهشت به طور جاودان متنعمنند و خدا از آنها خشنود و آنها هم از خدا راضی هستند و این بهشت، مخصوص کسی است که از خدا بترسد.» (۳)

(۱) - نمل: ۱۰.

(۲) - محمد الغزالی: الجانب العاطفی من الاسلام، بحث فی الخلق و السلوک و التصوف، القاهرة: دار الکتب الحدیثه (بدون تاریخ)، ص ۲۵۲ - ۲۵۹.

(۳) - بینه: ۷، ۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۲

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا ...

«مؤمنان آنها هستند که چون ذکری از خدا شود (از عظمت و جلال خدا) دلهاشان ترسان و لرزان شود و چون آیات خدا را بر آنها تلاوت کنند بر مقام ایمانشان بیفزاید.» (۱)

قُلْ إِنِّي أَخَافُ إِنْ عَصَيْتُ رَبِّي عَذَابَ يَوْمٍ عَظِيمٍ «بگو که من اگر خدای خود را نافرمانی کنم البته از عذاب روز بزرگ (قیامت) می‌ترسم.» (۲)

... يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ «... و از روزی که دلها و دیده‌ها در آن روز حیران و مضطرب است ترسان و هراسانند.» (۳)

إِنَّا نَخَافُ مِنْ رَبَّنَا يَوْمًا غَاسًا قَمَطِرًا « (گویند) ما از قهر پروردگار خود در روزی که از رنج و سختی آن، رخسار خلق درهم و غمگین است می‌ترسیم.» (۴)

یکی از انواع ترسها که در میان مردم فراوان دیده می‌شود، ترس از مرگ است. قرآن به ترس مردم از مرگ چنین اشاره می‌کند:

(۱) - انفال: ۲.

(۲) - زمر: ۱۳.

(۳) - نور: ۳۷.

(۴) - انسان: ۱۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۳

قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلَاقِيكُمْ ...

«ای رسول ما (با جهودان) بگو عاقبت مرگی که از آن می‌گریزید شما را البته ملاقات خواهد کرد...» (۱)

این نوع ترس به هنگام جنگ بویژه در میان سربازانی که به صحنه نبرد فرستاده می‌شوند آشکارا مشاهده می‌شود. در زمینه ترس منافقان از جنگ در قرآن چنین آمده است:

... فَلَمَّا كَتَبَ عَلَيْهِمُ الْقِتَالُ إِذَا فَرِيقٌ مِنْهُمْ يَخْشَوْنَ النَّاسَ كَخَشْيَةِ اللَّهِ أَوْ أَشَدَّ خَشْيَةً وَقَالُوا رَبَّنَا لِمَ كَتَبْتَ عَلَيْنَا الْقِتَالَ لَوْلَا أَخَّرْتَنَا إِلَىٰ أَجَلٍ قَرِيبٍ قُلْ مَتَاعُ الدُّنْيَا قَلِيلٌ وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّمَنِ اتَّقَىٰ وَلَا تُظْلَمُونَ فَتِيلًا « (دیدنی) آن‌گاه که بر آنها (در جنگ بدر) حکم جهاد آمد در آن هنگام گروهی از ایشان بیش از آن اندازه که باید از خدا بترسند از مردم (دشمنان خود) ترسیدند و گفتند ای خدا چرا بر ما حکم جنگ را واجب کردی که عمر ما را تا هنگام اجل و مرگ طبیعی به تأخیر نیفکنی (ای رسول ما به آنان که این اعتراض کنند) بگو زندگی دنیا متاعی اندک است و جهان آخرت برای هر که خداترس باشد بسیار بهتر از دنیاست و آن جا کمترین ستم درباره کسی نخواهد شد.» (۲)

و يَقُولُ الَّذِينَ آمَنُوا لَوْلَا نَزَّلَتْ سُورَةٌ فَإِذَا أُنزِلَتْ سُورَةٌ مُحْكَمَةٌ وَذُكِرَ فِيهَا الْقِتَالُ رَأَيْتَ الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ يَنْظُرُونَ إِلَيْكَ نَظَرَ الْمَغْشَىٰ عَلَيْهِ مِنَ الْمَوْتِ فَأُولَئِكَ لَهُمْ «و مؤمنان می‌گویند چه شده که سوره‌ای (در حکم جهاد کفار) نازل نشد؟ در صورتی که چون سوره‌ای محکم و صریح آمد و در آن ذکر جنگ شد حال آنان را

(۱) - جمعه: ۸.

(۲) - نساء: ۷۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۴

که دلهاشان مریض است بنگری که مانند کسی که از ترس مرگ، حال بی‌هوشی به او دست می‌دهد در تو نگاه می‌کنند (آری مرگ و نابودی) برای آنها سزاوارتر است.» (۱)

ترس از مرگ در میان مردم چنان رواج دارد که حتی پیامبری همچون موسی علیه السلام نیز از آن مصون نمانده است. حضرت موسی آن‌طور که قرآن از زبان خودش نقل می‌کند می‌ترسید که فرعون او را بکشد.

و لَهُمْ عَلَيَّ ذَنْبٌ فَأَخَافُ أَنْ يَقْتُلُونِ «و بر من از این قوم (قبطی) گناهی است که می‌ترسم بدان گناه مرا به قتل رسانند.» (۲)

قَالَ رَبِّ إِنِّي قَتَلْتُ مِنْهُمْ نَفْسًا فَأَخَافُ أَنْ يَقْتُلُونِ «(موسی) گفت ای خدای من، من از فرعونیان یک نفر را کشته‌ام و می‌ترسم که (به خونخواهی و کینه دیرینه) مرا به قتل رسانند.» (۳)

تنها راه نجات از این نوع ترس، ایمان واقعی به خداست. چون مؤمن می‌داند با مردن، به یک زندگی جاویدان اخروی منتقل می‌شود و از رحمت و رضایت خدا بهره‌مند خواهد شد و اگر احساس ترس از مرگ می‌کند در حقیقت به علت آن است که می‌ترسد از آمرزش خدا بهره‌مند نشود و به رحمت و رضایت او دست نیابد. شکی نیست که ترس از مرگ، برای گناهکارانی که می‌ترسند مرگشان پیش از توبه فرا برسد، سخت

(۱) - محمد: ۲۰.

(۲) - شعراء: ۱۴.

(۳) - قصص: ۳۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۵

است. بنابراین، ترس از مرگ در واقع به این موضوع برمی‌گردد که مرگ مانع توبه است. «۱»

به همین دلیل ترس از مرگ در رابطه‌ای بسیار نزدیک با ترس از خدا قرار دارد که ما قبلاً درباره‌اش سخن گفتیم.

وَ أَنْفِقُوا مِنْ مَا رَزَقْنَاكُمْ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَكُمْ الْمَوْتُ فَيَقُولَ رَبِّ لَوْلَا أَخَّرْتَنِي إِلَىٰ أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصَّدَّقَ وَ أَكُنُ مِنَ الصَّالِحِينَ «و از آنچه روزی شما کردیم در راه خدا انفاق کنید پیش از آن که مرگ بر یکی از شما فرا رسد در آن حال (به حسرت) بگویند

پروردگارا اجل مرا اندکی تأخیر انداز تا صدقه و احسان بسیار کنم و از نیکوکاران شوم.» «۲»

قُلْ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ هَادُوا إِنْ زَعَمْتُمْ أَنَّكُمْ أَوْلِيَاءُ لِلَّهِ مِنْ دُونِ النَّاسِ فَتَمَنَّوْا الْمَوْتَ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ وَ لَا يَتَمَنَّوْنَهُ أَبَدًا بِمَا قَدَّمْتُمْ أَيْدِيَهُمْ وَ اللَّهُ عَلِيمٌ بِالظَّالِمِينَ «(ای رسول ما به یهودیان) بگو، ای جماعت یهود اگر پندارید که شما به حقیقت دوستداران خدایید نه مردم دیگر، پس آرزوی مرگ کنید اگر راست می‌گویید. و حال آن که در اثر آن کردار بدی که به دست خود (برای آخرت خویش)

پیش فرستاده‌اند ابد آرزوی مرگ نمی‌کنند و خدا از کردار ستمکاران آگاه است.» «۳»

ملحدانی که به رستاخیز و زندگی اخروی ایمان ندارند به این دلیل از مرگ می‌هراسند که معتقدند مرگ به معنای از بین رفتن و

نیستی و نابودی است. از این رو آنها نسبت به سرنوشتی که در پایان زندگی به آن می‌رسند، بیمناکند. «۴» برخی هم چون

(۱) - محمد علی التسخیری: التوازن فی الاسلام، بیروت، الدار الاسلامیه، ۱۹۷۹، ص ۵۹، ۶۰.

(۲) - منافقون: ۱۰.

(۳) - جمعه: ۶، ۷.

(۴) - یوسف القرضاوی: الايمان والحياة، چاپ ۶، قاهره، مکتبه وهبه، ۱۹۷۸، ص ۱۴۶، ۱۶۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۶

نمی‌دانند مرگ، آنها را به چه سرنوشت نامعلومی دچار می‌کند، از آن می‌ترسند یعنی در واقع جهلشان نسبت به سرنوشت و پایان کار، باعث ترس و هراسشان می‌شود.

ترس از فقر نیز از ترسهای رایج در میان مردم است. انسان در زندگی برای کسب روزی و فراهم آوردن وسایل یک زندگی آرام و گوارا برای خود و خانواده‌اش همواره تلاش می‌کند. او معمولاً برای کسب معاش، رنج و زحمت و خستگی فراوانی را تحمل می‌کند و هر خطری که احتمالاً منبع درآمدش را تهدید کند باعث ترس و هراسش می‌شود. عربها، پیش از اسلام فرزندان را از ترس فقر می‌کشتند ولی قرآن، این کار را منع، و آنگاه را آگاه کرد که روزی خود آنها و فرزندان آنها در دست خداست.

وَ لَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ خَشْيَةً إِمْلَاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَإِيَّاكُمْ إِنَّ قَتْلَهُمْ كَانَ خِطْأً كَبِيراً «و فرزندان خود را از ترس فقر به قتل نرسانید که ما رازق شما و آنها هستیم زیرا قتل فرزندان گناه بسیار بزرگی است.» «۱»

... وَ لَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ مِنْ إِمْلَاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُكُمْ وَإِيَّاهُمْ ...

«... فرزندان خود را از بیم فقر نکشید، ما شما و آنها را روزی می‌دهیم...» «۲»

یکی از ویژگیهای ایمان به خدا این است که ترس از فقر را در انسان از بین می‌برد چون فرد مؤمنی که برآستی به خدا معتقد است، یقین دارد که روزی در دست خداست و به همین دلیل دیگر انگیزه‌ای برای ترس از فقر ندارد.



إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ «همانا روزی بخشنده خلق تنها خداست که صاحب قوت و اقتدار است.» (۳)

(۱) - اسراء: ۳۱.

(۲) - انعام: ۱۵۱.

(۳) - ذاریات: ۵۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۷

وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ «و روزی شما با همه وعده‌هایی که به شما داده شد در آسمان (به امر خدا مقدر) است.» (۱)  
بنابراین، آن ترس واقعی که مؤمن احساسش می‌کند در حقیقت، همان ترس از خداست (۲) چه، ایمان به خدا باعث می‌شود که مؤمن از مرگ یا فقر یا از مردم و یا از هر چیز دیگری در این دنیا نترسد و تنها از خشم و غضب و عذاب خدا بیمناک باشد.  
ترس از خدا، وظیفه‌ای مهم و مفید در زندگی مؤمن انجام می‌دهد یعنی او را از ارتکاب گناه دور می‌سازد و در نتیجه از دچار شدن به خشم و عذاب الهی حفظ می‌کند.

علاوه بر این، او را به انجام عبادت و کارهای شایسته برای کسب رضای خدا تشویق می‌کند. زیرا ترس از خدا سرانجام به این موضوع منتهی می‌شود که مؤمن در خود نوعی امنیت روانی احساس کند چرا که در چنین حالتی وجودش را هاله‌ای از امیدواری نسبت به عفو و رضای خداوند فرا می‌گیرد.

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ «آنان که گفتند محققا پروردگار ما خدای (یکتا) است و بر این ایمان پایدار ماندند فرشتگان (رحمت) بر آنها نازل شوند (و مژده دهند) که دیگر هیچ ترسی (از وقایع آینده) و حزن و اندوهی (از گذشته خود) ندارید و شما را به همان بهشتی که (انبیاء) وعده دادند بشارت باد.» (۳)

(۱) - ذاریات: ۲۲.

(۲) - محمد علی السخیری، التوازن فی الاسلام، ص ۶۱.

(۳) - فصلت: ۳۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۸

## ب- خشم

خشم، یکی از عواطف مهم انفعالی است که کار با اهمیتی برای انسان انجام می‌دهد یعنی به او در حفظ و نگهداری خویش کمک می‌کند، زیرا وقتی انسان خشمگین می‌شود نیرویش برای انجام کارهای سخت عضلانی افزایش می‌یابد (۱) و این حالت، او را برای دفاع از خود یا غلبه بر مشکلاتی که مانع تحقق اهداف مهمش می‌شوند، قادر می‌سازد.

قرآن متذکر می‌شود با کفاری که در برابر گسترش اسلام ایستادگی می‌کنند با خشونت و شدت رفتار شود و این همان سختگیری است که از نیروی خشم در راه خدا و گسترش دعوت الهی، سرچشمه می‌گیرد. قرآن در توصیف پیامبر صلی الله علیه و آله و مؤمنان همراهش چنین می‌فرماید:

... مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ ...

«محمد صلی الله علیه و آله فرستاده خداست و یاران و همراهانش بر کافران، بسیار سختگیر و با یکدیگر بسیار مشفق و مهربانند ...»



(۲)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قَاتِلُوا الَّذِينَ يَلُونَكُمْ مِنَ الْكُفَّارِ وَلِيَجِدُوا فِيكُمْ غِلْظَةً وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ مَعَ الْمُتَّقِينَ «ای اهل ایمان با کافران از هر که با شما نزدیکتر است شروع به جهاد کنید و باید کفار در شما درشتی و نیرومندی و پایداری حس کنند و بدانید که خدا همیشه با

(۱) - هنگامی که به انسان حالت انفعالی خشم، یا بطور کلی عواطف انفعالی دیگر دست می‌دهد، تغییرات فیزیولوژیک زیادی در بدن ایجاد می‌شود که یکی از آنها آزاد شدن هورمون آدرنالین است که بر کبد اثر می‌گذارد و باعث می‌شود کبد مقدار زیادی مواد قندی ترشح کند و این به نوبه خود موجب افزایش نیروی بدنی می‌شود و انسان را آماده فعالیت‌های شدیدی می‌کند که هنگام دفاع از خود در حالت خشم و یا فرار در مواقع ترس به آن نیاز دارد.

(۲) - فتح: ۲۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۰۹

پرهیزکاران است. «۱»

يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ جَاهِدِ الْكُفَّارَ وَالْمُنَافِقِينَ وَاغْلُظْ عَلَيْهِمْ وَأَغْلُظْ عَلَيْهِمْ وَمَا لَهُمْ جَهَنَّمَ وَبِئْسَ الْمَصِيرُ «الا ای رسول (گرامی) اینک با کفار و منافقان به جهاد و کارزار پرداز و بر آنها (تا ایمان نیاورده‌اند) سخت گیر (و بدان که) مأوای آنها دوزخ است و بسیار بد منزلگاهی است.» (۲)

در قرآن حالت انفعالی خشم و تأثیرش بر رفتار انسان توصیف شده است. این موضوع را آن جا که قرآن درباره موسی علیه السلام سخن می‌گوید، می‌یابیم. موسی، وقتی از طور برمی‌گردد و می‌بیند که بنی اسرائیل گوساله طلایی ساخته دست سامری را می‌پرستند، الواح را به زمین می‌اندازد، سر برادرش را می‌گیرد و به طرف خود می‌کشد و او را مورد سرزنش و عتاب قرار می‌دهد. وَ لَمَّا رَجَعَ مُوسَى إِلَى قَوْمِهِ غَضْبَانَ أَسِفًا قَالَ بِئْسَمَا خَلَفْتُمُونِي مِنْ بَعْدِي أَعَجِلْتُمْ أَمْرَ رَبِّكُمْ وَأَلْقَى الْأَلْوَحَ وَأَخَذَ بِرَأْسِ أَخِيهِ يَجُرُّهُ إِلَيْهِ قَالَ ابْنُ أُمَّ إِنْ الْقَوْمَ اسْتَضَّ عُفُونِي وَكَادُوا يَقْتُلُونَنِي فَلَا تُشِمْتِ بَنِي الْأَعْدَاءِ وَلَا تَجْعَلْنِي مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ «و چون موسی به سوی قوم خود بازگشت به حال خشم و تأسف به قوم خود گفت شما پس از من بسیار بد حفظ الغیب من کردید، آیا در امر خدای خود شتاب کردید؟ و الواح را به زمین انداخت و از فرط غضب سر برادرش (هارون) را به سوی خود کشید، (هارون) گفت ای فرزند مادرم (ای جان برادر) بر من خشمگین مباش که (من با نهایت کوشش و فداکاری هدایت قوم کردم) آنها مرا

(۱) - توبه: ۱۲۳.

(۲) - تحریم: ۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۰

خوار و زبون داشتند تا آن جا که نزدیک بود مرا بکشند پس تو (به خشم خود) دشمنان را بر من شاد مگردان و مرا در عداد مردم ستمکار مشمار.» (۱)

قَالَ يَا هَارُونُ مَا مَنَعَكَ إِذْ رَأَيْتَهُمْ ضَلُّوا أَلَّا تَتَّبِعَنِ أَفَعَصَيْتَ أَمْرِي قَالَ يَا بُنَّ أُمَّ لَا تَأْخُذْ بِلِحْيَتِي وَلَا بِرَأْسِي إِنِّي خَشِيتُ أَنْ تَقُولَ فَرَّقْتَ بَيْنَ بَنِي إِسْرَائِيلَ وَ لَمْ تَرْقُبْ قَوْلِي «موسی (چون بازگشت، با عتاب) به هارون گفت مانع تو چه بود که وقتی قوم گمراه شدند از پی من نیامدی؟ چرا نافرمانی امر من کردی. (هارون) گفت ای برادر مهربان (بر من قهر و عتاب مکن و) سر و ریش من مگیر، عذر من این بود که ترسیدم (اگر در پی تو آیم) بگویی تو میان بنی اسرائیل تفرقه انداختی و به سختم وقعی ننهادی.» (۲)

انسان میل دارد با یورش به موانعی که مانع ارضای انگیزه‌ها و یا تحقق اهدافش هستند در برابر حالت انفعالی خشم واکنش نشان دهد اعم از این که موانع مزبور اشخاص و افراد باشند یا موانع مادی و یا محدودیتهای اجتماعی. اما اغلب اتفاق می‌افتد که انسان

خشم خود را به اشخاص دیگری منتقل می‌کند که در واقع آنها مانع تحقق اهداف او و یا علت واقعی برانگیختن حالت انفعالی خشم در وی نبودند. مثلاً- گاهی کودکی از پدرش خشمگین می‌شود ولی عکس‌العمل خشمش را به برادر کوچکترش منتقل می‌کند و او را به بهانه‌های ناچیزی کتک می‌زند. این کار «جابجایی» (۳) نام دارد. در قرآن نیز نمونه‌ای از انتقال خشم در رفتار حضرت موسی علیه السلام آمده است، آن جا که از قومش به سبب گوساله پرستی آنها خشمگین می‌شود اما در آغاز، خشمش را متوجه برادرش هارون علیه السلام می‌کند و سر و ریشش را می‌گیرد و خشمگینانه به طرف خود می‌کشد.

(۱)- اعراف: ۱۵۰.

(۲)- طه: ۹۲-۹۴.

(۳)- Displacement.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۱

گاهی اتفاق می‌افتد که انسان از دست کسی خشمگین می‌شود، ولی در عین حال به سبب این که احتمال می‌دهد اظهار خشم نسبت به آن شخص عواقب ناپسندی داشته باشد، خشمش را آشکارا متوجه او نمی‌کند، در چنین موقعیتهایی هم انسان خشمش را متوجه افراد دیگر می‌کند یا به شکستن و خورد کردن چیزهای مادی دیگری می‌پردازد و یا حتی گاهی خشم را متوجه خودش می‌کند و رفتاری ظالمانه نسبت به خود انجام می‌دهد.

قرآن، یک نمونه واقعی می‌آورد که ضمن آن، مسأله انتقال رفتار پرخاشگرانه را نسبت به خود از کسانی که در حقیقت باعث برانگیختگی خشم انسان می‌شوند، توضیح می‌دهد. قرآن، آن جا که به توصیف منافقان می‌پردازد، متذکر می‌شود که آنها از شدت خشم نسبت به مؤمنان انگشتانشان را گاز می‌گیرند و بدیهی است وقتی انسان از شدت خشم انگشتانش را گاز می‌گیرد در واقع به جای این که رفتاری پرخاشگرانه با دیگران داشته باشد، این عمل را نسبت به خود انجام می‌دهد و به خودآزاری ولو به صورت سمبلیک، می‌پردازد.

ها أَنْتُمْ أَوْلَاءِ تُحِبُّونَهُمْ وَلَا يُحِبُّونَكُمْ وَتُؤْمِنُونَ بِالْكِتَابِ كُلِّهِ وَإِذَا لَقُوكُمْ قَالُوا آمَنَّا وَإِذَا خَلَوْا عَصَوْا عَلَيْكُمْ الْأَنَامِلَ مِنَ الْغَيْظِ قُلْ مُؤْتُوا بَعْضُكُمْ إِنْ أَلَّ اللَّهُ عَلَيْهِم بِذَاتِ الضُّدِّ «آگاه باشید چنان که شما آنها را (یعنی کافران را) دوست می‌دارید آنان شما را دوست نمی‌دارند شما چون به همه کتب آسمانی ایمان دارید به آنها محبت می‌کنید اما آنها در مجامع شما اظهار ایمان می‌کنند و چون تنها شوند از شدت کینه سرانگشت خشم به دندان گیرند، بگو بدین خشم بمیرید، خدا از درون دلها کاملاً آگاه است.» (۱)

(۱)- آل عمران: ۱۱۹. در المعجم الوسيط آمده است که «غاضه غيظاً» یعنی او را بشدت به خشم آورده است، ج ۲، ص ۶۶۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۲

هنگامی که نیروی غضب بر انسان چیره می‌شود، قدرت درست اندیشیدن از کار می‌افتد و گاهی رفتارهای نابهنجار از انسان سر می‌زند، یا سخنانی می‌گوید که پس از فرو نشستن خشمش، پشیمان می‌شود. در آیاتی که خشم حضرت موسی بازگو شده است و قبلاً- به ذکر آنها پرداختیم، دیدیم که موسی الواح را بر زمین انداخت و سرو و ریش برادرش را گرفت و با خشم به طرف خود کشید و به گمان این که هارون در کارش یعنی نهی بنی اسرائیل از گوساله پرستی کوتاهی کرده است، او را مورد سرزنش قرار داد. اما، زمانی که خشمش برطرف شد و آرامش خود را بازیافت و متوجه شد که هارون آنها را از این کار بازداشته بود و آنان بودند که او را ناتوان و ضعیف شمردند و نزدیک بود به قتلش برسانند، از خدا نسبت به آنچه که در مورد برادرش پیش از شناختن حقیقت ماجرا انجام داده بود، آمرزش خواست.

قَالَ رَبِّ اغْفِرْ لِي وَ لِأَخِي وَ أَدْخِلْنَا فِي رَحْمَتِكَ وَ أَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ « (موسی) گفت پروردگارا من و برادرم را ببامرز و در رحمت خود داخل گردان که تو مهربانترین مهربانانی.» «۱»

از آن جا که به هنگام برانگیخته شدن خشم و بطور کلی عواطف شدید انفعالی، انسان قدر تفکر درست را از دست می‌دهد. شایسته است که در چنین حالتی از دست زدن به کارهایی که بعداً از انجام آنها پشیمان خواهد شد، بپرهیزد. علاوه بر این، لازم است چگونگی تسلط بر نیروی غضب را نیز بیاموزد. از همین جا علت این که خداوند مردم را به حاکم شدن و تسلط بر انفعال خشم و فروخوردن آن سفارش می‌کند، روشن می‌شود و ما به هنگام بحث درباره «مهار کردن عواطف انفعالی» این مسأله را مورد بحث قرار خواهیم داد.

(۱) - اعراف: ۱۵۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۳

### ج- محبت

#### اشاره

محبت اهمیت زیادی در زندگی انسان دارد، زیرا پایه زندگی زناشویی و تشکیل خانواده و سرپرستی فرزندان و ریشه پیوند و همبستگی میان مردم و تشکیل روابط گرم انسانی است. دوستی و محبت، ریسمان محکمی است که انسان را به خدا پیوند می‌دهد و باعث اخلاص در عبادت و پیروی از راه و روش الهی و تمسک و پایبندی به دین و شریعت می‌شود. عشق و محبت به اشکال گوناگون در زندگی انسان بروز می‌کند. انسان گاهی خودش، زمانی مردم، گاهی زن و فرزند، هنگامی پول و ثروت و زمانی نیز خدا و پیامبر را دوست می‌دارد. ما نمونه‌هایی از این محبتها را می‌توانیم در قرآن بیابیم. «۱»

#### ۱- حب ذات

حب ذات در رابطه‌ای بسیار نزدیک با انگیزه حفظ ذات، قرار دارد. انسان علاقه‌مند است زنده بماند و امکانات زندگی را توسعه دهد و هویت ذاتی خود را تحقق بخشد و بطور کلی هر چه را که برایش خیر و امنیت و خوشبختی می‌آورد، دوست دارد و از هر چه که مانع زندگی و رشد و تحقق شخصیت اوست و همچنین چیزهایی که برایش رنج آور و آزار دهنده و زیانبخش است، متنفر است. قرآن از این حب ذات فطری در انسان، و تمایلش برای رسیدن به چیزهای سودمند (جلب منافع) و دوری از چیزهای بد (دفع مضرات) که برایش ضرر دارد، سخن به میان آورده است؛ آن جا که از زبان پیامبر صلی الله علیه و آله نقل می‌کند که:

... وَ لَوْ كُنْتُ أَعْلَمُ الْغَيْبِ لَأَسْتَكْتَرْتُ مِنَ الْخَيْرِ وَ مَا مَسَّنِيَ الشُّوْءُ ...

(۱) - محبت دنیا برای خود دنیا منشأ همه گونه فتنه و فساد است، اما برای رضای خدا و تحصیل آخرت، سرچشمه همه خوبیهاست. ر، ک: توبه: ۳۸، فاطر: ۵، حدید: ۲۰، قیامت: ۲۰، ۲۱، همزه: ۱ تا ۴، نازعات: ۳۷ تا ۳۹- م.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۴

«... و اگر من از غیب (جز آنچه که به وحی می‌دانم) آگاه بودم بر خیر و نفع خود همیشه می‌افزودم و هیچ گاه زیان و رنج نمی‌دیدم...» «۱»

یکی از مظاهر حب ذات در انسان، عشق شدید به جمع آوری مال است که به واسطه آن می‌تواند به همه خواسته‌هایش دست یابد و تمام وسایل آسایش و رفاه زندگی را مهیا کند. قرآن، عشق شدید انسان به مال را چنین بیان می‌کند:

وَإِنَّهُ لِحُبِّ الْخَيْرِ لَشَدِيدٌ « (و او (انسان) بر حب مال دنیا سخت فریفته و بخیل است. » (۲)

یکی دیگر از مظاهر حب ذات در انسان، این است که او همیشه خیر و خوبی از قبیل مال و تندرستی و چیزهای خوب و نعمتهای دیگر را برای خود می‌خواهد و اگر شری یا بلایی و یا فقری به او برسد ناامیدی شدیدی او را در بر خواهد گرفت و گمان می‌کند بعد از آن دیگر هرگز روی خوشی نخواهد دید.

لَا يَسْأَلُ الْإِنْسَانَ مِنْ دُعَاءِ الْخَيْرِ وَإِنْ مَسَّهُ الشَّرُّ فَيُوسُّ قَنُوطٌ «انسان حریص، از خدا به دعا تمنای خیر می‌کند و هرگز خسته نمی‌شود ولی اگر شر و آسیبی به او رسد، مأیوس و ناامید می‌گردد.» (۳)

همچنین، یکی دیگر از نمادهای حب ذات در انسان این است که، هرگاه گرفتار بلایی شود، یا آزاری به او رسد، حالت ترس و بی‌تابی از آن گرفتاری به او دست می‌دهد. از سوی دیگر اگر مالی به چنگ آورد، حرص شدیدی نسبت به آن نشان می‌دهد و حتی از صدقه دادن بخشی از مال خویش به نیازمندان، امتناع می‌ورزد.

(۱) - اعراف: ۱۸۸.

(۲) - عادیات: ۸.

(۳) - فصلت: ۴۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۵

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا «انسان طبعاً حریص و بی‌صبر آفریده شده است. چون شری به او رسد سخت جزع و بی‌قراری کند. و چون مال و دولتی به او رو کند (بخل ورزد و) منع (احسان) کند.» (۱)

شایان ذکر است که حب ذات در انسان تا آن جا که از چارچوبی مشخص تجاوز نکند قابل قبول است، اما ضروره می‌بایست با دوست داشتن و خیرخواهی مردم توأم باشد تا تعدیل برقرار شود.

## ۲- نوع دوستی

انسان برای این که بتواند خود را با دیگران هماهنگ کند و در حال مسالمت به سر برد، شایسته است که، دامنه حب ذات و خودخواهی را محدود کند و در ایجاد موازنه میان خوددوستی و نوعدوستی و همکاری با مردم و دراز کردن دست یاری به سوی آنان، بکوشد. از این رو خداوند متعال به هنگام اشاره به حب ذات در انسان - که در شکل ترس و بی‌تابی به هنگام گرفتاری و حرص و آز در به دست آوردن چیزهای خوب و خست و بخل و نبخشیدن آنها به مردم، بروز می‌یابد - مستقیماً از کسانی که در برابر زیاده‌روی در حب ذات می‌ایستند ستایش می‌کند. افراد اخیر به هنگام گرفتار شدن به بلایا، اظهار ترس و بی‌تابی نمی‌کنند و هنگام دستیابی به نعمتها بخل نمی‌ورزند و به ایمان تمسک می‌جویند، نماز به پا می‌دارند و زکات پرداخت می‌کنند، به فقرا و بی‌خانمانها و محرومان صدقه می‌دهند و از کارهایی که موجب خشم خدا می‌شود، پرهیز می‌کنند. بدین ترتیب، ویژگی چنین ایمانی، ایجاد توازن میان خوددوستی و نوعدوستی است به طوری که هم منافع فرد و هم جامعه را حفظ می‌کند.

(۱) - معارج: ۱۹-۲۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۶

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا إِلَّا الْمُصَلِّينَ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ وَالَّذِينَ فِي أَمْوَالِهِمْ حَقٌّ مَّعْلُومٌ لِلسَّائِلِ وَالْمَحْرُومِ وَالَّذِينَ يُصَدِّقُونَ بَيْنَ الدِّينِ وَالَّذِينَ هُمْ مِنْ عَذَابِ رَبِّهِمْ مُشْفِقُونَ «انسان طبعاً حریص و بی‌صبر آفریده شده است. چون شری به او رسد سخت جزع و بی‌قراری کند. و چون مال و دولتی به او رو کند منع (احسان) کند. مگر نماز گزاران (حقیقی). آنان که دایم در نماز و طاعت الهی عمر گذرانند. و آنان که در مال و دارایی خود حقی معین و معلوم گردانند. تا به سائل آبرومند و محروم برسانند. و آنان که روز قیامت و جزا را تصدیق کنند. و آنان که از قهر و عذاب خدای خویش سخت ترسانند.» (۱)

قرآن مردم را به محبت و همبستگی میان خود و همکاری و نگهداری همدیگر و برادری تشویق می‌کند.  
وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا وَاذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ كُنْتُمْ أَعْدَاءً فَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِكُمْ فَأَصْبَحْتُمْ بِنِعْمَتِهِ إِخْوَانًا ...  
«و همگی به رشته دین خدا چنگ زده و به راههای متفرق نروید و به یاد آورید این نعمت بزرگ خدا را که شما با هم دشمن بودید و خدا در دل‌های شما الفت و مهربانی انداخت و به لطف خداوند همه برادر دینی یکدیگر شدید ...» (۲)

(۱) - معارج: ۱۹-۲۷.

(۲) - آل عمران: ۱۰۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۷

... هُوَ الَّذِي أَيْدَكَ بِنَصْرِهِ وَبِالْمُؤْمِنِينَ وَ أَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ لَوْ أَنْفَقْتَ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مَا أَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ وَ لَكِنَّ اللَّهَ أَلَّفَ بَيْنَهُمْ إِنَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ «... اوست که به نصرت خود و یاری مؤمنان تو را منصور و مؤید گردانید. و الفت داد دل‌های مؤمنان را، دل‌هایی که اگر تو با تمام ثروت روی زمین می‌خواستی بینشان الفت دهی نمی‌توانستی، لیکن خدا بین آنها الفت ایجاد کرد و او (بر هر کار) مقتدر و (به اسرار و مصالح امور) داناست.» (۱)

قرآن از انصار به دلیل اظهار محبت صادقانه نسبت به مسلمانان مهاجر و کمک به آنان، تمجید و ستایش کرده است چون انصار به مهاجرین پناه دادند و در خانه و اموال خود شریکشان کردند و آنها را حتی بر خودشان ترجیح دادند.  
وَالَّذِينَ تَبَوَّأُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا أُوتُوا وَيُؤِثِّرُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ وَ لَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَ مَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ «و آنان (انصار) که پیش از (هجرت) مهاجران مدینه را خانه ایمان گرداندند و مهاجرین را که به سوی آنها آمدند دوست می‌دارند و در دل خود هیچ حاجتی (و حسد و بخلی) نسبت به آنها نمی‌یابند و هر چند به چیزی نیازمند باشند باز مهاجران را بر خویش در آن چیز مقدم می‌دارند و کسانی که از خوی بخل و حرص دنیا محفوظ نگاه داشته شوند به حقیقت رستگاران عالمند.» (۲)

قرآن از مؤمنان می‌خواهد که همدیگر را آن چنان دوست بدانند که برادری، برادرش را دوست می‌دارد و این خود انسان را راهنمایی می‌کند که در حبّ ذات زیاده‌روی نکند

(۱) - انفال: ۶۲، ۶۳.

(۲) - حشر: ۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۸

و برادر مؤمنش را نیز دوست بدارد چون محبت دیگران، موجب تعدیل خود دوستی و مانع گسترش دامنه آن می‌شود.  
إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَ اتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ «به حقیقت مؤمنان همه برادر یکدیگرند پس همیشه بین

برادران ایمانی خود صلح دهید و خداترس و پرهیزکار باشید، باشد که مورد لطف و مرحمت الهی واقع گردید.» (۱)

وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ ...

«مردان و زنان مؤمن دوستان یکدیگرند ...» (۲)

از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله منقول است که فرمود:

«لا تدخلون الجنة حتى تؤمنوا، ولا تؤمنوا حتى تحابوا. أولا أدلكم على شيء إذا فعلتموه تحاببتم؟ أفشوا السلام بينكم» «وارد بهشت

نمی‌شوید مگر این که ایمان بیاورید و ایمان نمی‌آورید مگر این که همدیگر را دوست بدارید. آیا شما را راهنمایی نکنم به کاری

که اگر آن را انجام دهید همدیگر را دوست خواهید داشت؟ سلام را میان خود آشکار کنید (به همدیگر سلام کنید).» (۳)

(۱) - حجرات: ۱۰.

(۲) - توبه: ۷۱.

(۳) - حدیث شماره ۴۲ از مختصر صحیح مسلم، حافظ المنذری، به کوشش و تحقیق: ناصرالدین الالبانی، چاپ سوم، بیروت،

المکتب الاسلامی، ۱۹۷۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۱۹

و در جایی دیگر می‌فرماید:

«وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ، لَا يُؤْمِنُ عَبْدٌ حَتَّىٰ يُحِبَّ لِجَارِهِ أَوْ قَالَ لِأَخِيهِ مَا يُحِبُّ لِنَفْسِهِ» «سوگند به کسی که جانم در قبضه قدرت اوست

ایمان نمی‌آورد بنده‌ای مگر این که دوست بدارد برای همسایه‌اش (و یا برادرش) آنچه را که برای خودش دوست می‌دارد.» (۱)

### ۳- محبت جنسی

مسأله محبت رابطه‌ای عمیق با انگیزه جنسی دارد. چون محبت در واقع باعث ادامه پیوند و هماهنگی و همکاری زن و شوهر می‌شود

و به همین دلیل برای تداوم زندگی خانوادگی، کاملاً ضرورت دارد.

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ «و باز یکی

از آیات لطف الهی آن است که برای شما از جنس خودتان جفتی بیافرید که به او آرامش یافته و با هم انس گیرید و میان شما

رأفت و مهربانی برقرار فرمود و در این امر نیز برای مردم با فکرت ادله علم و حکمت حق آشکار است.» (۲)

زَيْنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ ...

(۱) - حدیث شماره ۲۴. مأخذ فوق.

(۲) - روم: ۲۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۰

«مردم (ظاهربین دنیاپرست کوته‌نظر) را آرایش حب شهوات نفسانی که عبارتند از میل به زنان و ... در نظر زیبا و دلفریب است.»

(۱)

قرآن در جریان داستان یوسف علیه السلام و زن عزیز مصر به محبت جنسی چنین اشاره می‌کند:

وَقَالَ نِسْوَةٌ فِي الْمَدِينَةِ امْرَأَتُ الْعَزِيزِ تُرَاوِدُ فَتَاهَا عَنْ نَفْسِهِ قَدْ شَغَفَهَا حُبًّا إِنَّا لَنَرَاهَا فِي ضَلَالٍ مُبِينٍ «و زنان شهر (مصر) زبان به ملامت

گشودند که زن عزیز (خاطر خواه یوسف شده است) و قصد مراوده با غلام خویش دارد و عشق یوسف او را شیفته و فریفته ساخته

است و ما او را از فرط محبت کاملاً در ضلالت می‌بینیم.» (۲)

قَالَتْ فَذَلِكُنَّ الَّذِي لُمْتُنَنِي فِيهِ وَ لَقَدْ رَاوَدْتُهُ عَنْ نَفْسِهِ فَاسْتَعْصَمَ وَ لَئِن لَّمْ يَفْعَلْ مَا آمُرُهُ لَيَسْجَنَنَّ وَ لَيَكُونًا مِنَ الصَّاغِرِينَ قَالَ رَبِّ السُّجُنُ أَحَبُّ إِلَيَّ مِمَّا يَدْعُونَنِي إِلَيْهِ وَ إِلَّا تَصْرِفْ عَنِّي كَيْدَهُنَّ أَصْبُ إِلَيْهِنَّ وَ أَكُنَّ مِنَ الْجَاهِلِينَ « (زلیخا) گفت این است آن غلامی که مرا در محبتش ملامت می‌کردید، آری من خود از وی تقاضای مراوده کردم و او عفت ورزید و اگر از این پس هم خواهش مرا رد کند البته زندانی شود و ذلیل و خوار گردد. یوسف گفت ای خدا مرا رنج زندان خوشتر از این کار زشتی است که زنان از من تقاضا دارند، بار الها اگر تو حيله اينان به لطف و عنایت خود از من دفع نفرمایی به آنها میل کرده و از اهل جهالت و شقاوت گردم.» (۳)

(۱) - آل عمران: ۱۴.

(۲) - یوسف: ۳۰.

(۳) - یوسف: ۳۲، ۳۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۱

ما در فصل گذشته که به بررسی انگیزه‌های رفتار در قرآن اختصاص داشت، در جریان بحث درباره انگیزه جنسی توضیح دادیم که اسلام به وجود انگیزه جنسی معترف است و منکر آن نیست و طبیعتاً عشق جنسی را که همراه انگیزه جنسی است، قبول دارد زیرا محبت جنسی یک حالت انفعالی فطری در وجود انسان است که از نظر اسلام قابل انکار نمی‌باشد و در برابر آن از خود مقاومتی نشان نمی‌دهد و نیز آن را سرکوب نمی‌کند و تنها مردم را به غلبه و حاکمیت بر آن فرا می‌خواند. ارضای این انگیزه از نظر اسلام، از طریق مشروع که همان ازدواج است، امکان‌پذیر می‌باشد.

#### ۴- محبت پدری

ما در فصل اول این کتاب درباره انگیزه مادری به عنوان یکی از انگیزه‌های فیزیولوژیک سخن گفتیم، زیرا انگیزه مادری بر پایه تغییرات فیزیولوژیک استوار است یعنی همان تغییرات بدنی که در طول حاملگی و زایمان و شیردهی در مادر ایجاد می‌شود. این تغییرات بدنی (فیزیولوژیک)، مادر را آن چنان محکم و قوی به کودک پیوند می‌دهد که اثرات آن در انگیزه مادری، که عشق به فرزندان و مهربانی نسبت به آنان و سرپرستی آنها از نمونه‌های مشخص آن هستند، تبلور می‌یابد و ما قبلاً در مبحث انگیزه مادری به این مسائل اشاره کردیم.

از آن جا که پدر با فرزندان خود آن روابط فیزیولوژیک که مادر را به فرزندان پیوند می‌دهد، ندارد، روان‌شناسان جدید انگیزه پدری را مانند انگیزه مادری، انگیزه‌ای فیزیولوژیک به شمار نمی‌آورند، بلکه آن را انگیزه‌ای روانی می‌دانند و انگیزه پدری در ابراز محبت او نسبت به فرزندان تجلی می‌یابد زیرا فرزندان برای پدران مایه لذت و شادی و منشأ قدرت و مقام و عامل مهمی در ادامه نقش آنها در زندگی و نیز یادگار آنها پس از مرگشان هستند. این موضوع از دعای حضرت زکریا علیه السلام که از پروردگارش می‌خواهد به او پسری عطا کند که وارث او و خاندان یعقوب باشد، روشن می‌شود.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۲

قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَ اشْتَعَلَ الرَّأْسُ شَيْبًا وَ لَمْ أَكُنْ بِدُعَائِكَ رَبِّ شَقِيًّا وَ إِنِّي خِفْتُ الْمَوَالِيَ مِنْ وَرَائِي وَ كَانَتِ امْرَأَتِي عَاقِرًا فَهَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ وَلِيًّا يَرْثَنِي وَ يَرِثْ مِنْ آلِ يَعْقُوبَ وَ اجْعَلْهُ رَبِّ رَضِيًّا «عرض کرد پروردگارا استخوان (و ارکان حیات من) سست شد و فروغ پیری بر سرم بتافت و با وجود این من از دعایی به درگاه کرم تو (چشم امید دارم و) خود را هرگز از عطای تو محروم



ندانسته‌ام. بار الها من از این وارثان کنونی (که پسر عموهایم هستند) بیمناکم و زوجه من هم نازا و عقیم است، خدایا از لطف خاص خود فرزندی صالح و جانشینی شایسته به من عطا فرما. که وارث من و همه خاندان یعقوب باشد و او را وارثی پسندیده و صالح قرار ده.» (۱)

با دقت در آیات قرآن ملاحظه خواهیم کرد که در بسیاری از آیات، حبّ فرزندان، همراه حبّ مال آمده است.  
الْمَالُ وَالْبُنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا ...

«مال و فرزندان زینت و آرایش زندگی دنیا هستند.» (۲)

ثُمَّ رَدَدْنَا لَكُمُ الْكَرَّةَ عَلَيْهِمْ وَأَمْدَدْنَاكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَيْنَ وَجَعَلْنَاكُمْ أَكْثَرَ نَفِيرًا «آنگاه شما را برگردانیم و بر آنها غلبه دهیم و به مال و فرزندان نیرومند مدد بخشیم و عده (جنگجویان) شما را بسیار گردانیم.» (۳)

(۱) - مریم: ۴-۶.

(۲) - کهف: ۴۶.

(۳) - اسراء: ۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۳

وَيُؤَدِّدُكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَيْنَ وَيَجْعَلُ لَكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَلُ لَكُمْ أَنْهَارًا «و شما را به مال بسیار و فرزندان متعدد مدد فرماید و باغهای خرم و نهرهای جاری به شما عطا کند.» (۱)

ذَرْنِي وَمَنْ خَلَقْتُ وَحِيدًا وَجَعَلْتُ لَهُ مَالًا مَمْدُودًا وَبَنِينَ شُهُودًا «ای رسول به من واگذار انتقام آن کس را که من او را به تنهایی آفریدم (مراد ولید بن مغیره دشمن بزرگ پیامبر است). و به او مال و ثروت فراوان دادم. و پسران بسیار حاضر به خدمت نصیبش گردانیدم.» (۲)

قرآن در جریان بازگو کردن داستان حضرت نوح علیه السلام به حب پدری و محبتی که نوح علیه السلام نسبت به پسرش در دل پنهان داشت، اشاره می‌کند. این محبت هنگامی که نوح علیه السلام با مهربانی و محبت و دلسوزی او را صدا زد و از او خواست که برای رهایی از غرق شدن سوار کشتی شود، ظاهر شد.

... وَ نَادَى نُوحٌ ابْنَهُ وَ كَانَ فِي مَعْزِلٍ يَا بُنَيَّ ارْكَبْ مَعَنَا وَ لَا تَكُنْ مَعَ الْكَافِرِينَ «... و نوح فرزندش را در حالی که در گوشه‌ای بود ندا کرد که ای پسر تو هم با ما سوار کشتی شو و با کافران همراه مباش.» (۳)

این محبت همچنین آن‌جا که نوح علیه السلام از خدا می‌خواهد پسرش را نجات دهد، بروز می‌کند.

(۱) - نوح: ۱۲.

(۲) - مدثر: ۱۱-۱۳.

(۳) - هود: ۴۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۴

وَ نَادَى نُوحٌ رَبَّهُ فَقَالَ رَبِّ إِنَّ ابْنِي مِنْ أَهْلِي وَإِنَّ وَعْدَكَ الْحَقُّ وَأَنْتَ أَحْكَمُ الْحَاكِمِينَ «و نوح به درگاه خدا عرض کرد بار پروردگارا فرزند من اهل بیت من است و وعده عذاب تو هم حتمی و تو تواناترین حکمفرمایانی (پس به لطف خود فرزندم را نجات بخش).» (۱)

همچنین محبت پدری در حبّ حضرت یعقوب نسبت به یوسف و برادر کوچکتریش بروز می‌کند و همین محبت باعث می‌شود که



برادران یوسف بر او رشک بیرند و کینه‌اش را به دل بگیرند.

إِذْ قَالُوا لِيُوسُفُ وَأَخُوهُ أَحَبُّ إِلَيْنَا مِمَّا نَحْنُ عُصْبَةٌ إِنَّ أَبَانَا لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ «هنگامی که برادران یوسف گفتند: یوسف و برادرش در نزد پدر از ما محبوب‌ترند در حالی که ما قوی و نیرومند هستیم، همانا پدر ما در گمراهی آشکاری است.» «۲»  
 محبت پدران یعقوب و ترس و نگرانی او درباره یوسف، هنگامی آشکار می‌شود که پدر، هنگام رفتن یوسف همراه برادرانش، از خود مخالفت نشان می‌دهد.

قَالَ إِنِّي لَيَحْزُنُنِي أَنْ تَذْهَبُوا بِهِ وَأَخَافُ أَنْ يَأْكُلَهُ الذُّبُّ وَأَنْتُمْ عَنْهُ غَافِلُونَ «یعقوب گفت من از آن ترسان و پریشان خاطریم که از او غفلت کنید و گرگ او را بخورد.» «۳»

(۱) - هود: ۴۵.

(۲) - یوسف: ۸.

(۳) - یوسف: ۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۵

همچنین محبت پدری در گریه غم آلود و اسفبار یعقوب بر فراق فرزندش یوسف، که تا از دست دادن بینایی ادامه داشت، متبلور است.

وَتَوَلَّى عَنْهُمْ وَقَالَ يَا أَسِيفِي عَلَى يُوسُفَ وَإِیَضْتُ عَيْنَاهُ مِنَ الْحُزَنِ فَهُوَ كَظِيمٍ «آن‌گاه یعقوب (از شدت حزن) روی از آنها بگردانید و گفت: وا اسفا بر فراق یوسف عزیزم و از گریه غم چشمانش (در انتظار یوسف) سفید شد و سوز هجران و داغ دل بنهفت.» «۱»  
 محبت پدری، معمولاً در شکل اهتمام پدر نسبت به فرزندان و سرپرستی و نصیحت و راهنمایی آنها به کارهایی که خیر و مصلحتشان در آن است، بروز می‌کند. قرآن از زبان لقمان و نصایح پدران‌اش به پسر، نمونه‌ای از یک پدر حکیم که فرزندان را نصیحت و راهنمایی می‌کند، ارائه می‌دهد. «۲»

## ۵- محبت خدا

اوج محبت و والاترین نوع آن از حیث صفا و معنویت در انسان، عشق به خدای متعال و اشتیاق شدید او به قرب الهی است. این محبت، نه تنها در نماز و دعا و ذکر خدا، بلکه در هر کاری که انسان انجام می‌دهد و هر رفتاری که از او سر می‌زند، تجلی می‌یابد. زیرا در این حالت انسان در کلیه اعمال و رفتارهایش به خدا توجه دارد و امیدوار است که خدا اعمالش را بپذیرد و از او راضی باشد.

قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ «بگو ای پیامبر اگر خدا را دوست می‌دارید از من پیروی کنید تا خدا شما را

(۱) - یوسف: ۸۴.

(۲) - ر. ک به: سوره لقمان: آیات: ۱۳-۱۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۶

دوست بدارد و گناه شما را ببخشد که خداوند آمرزنده و مهربان است.» «۱»

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا مَنْ يَرْتَدَّ مِنْكُمْ عَنْ دِينِهِ فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهَ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ أَذِلَّةٌ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ أَعِزَّةٌ عَلَى الْكَافِرِينَ يُجَاهِدُونَ فِي

سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لَائِمٍ ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ «ای گروهی که ایمان آورده‌اید هر که از شما از دین خود مرتد شود بزودی خدا قومی را که دوست دارد و آنها نیز خدا را دوست دارند و نسبت به مؤمنان فروتن و به کافران سرفراز و مقتدرند، در راه خدا جهاد می‌کنند و در راه دین از نکوهش و ملامت احدی باک ندارند، این است فضل خدا، هر که را بخواهد عطا کند و خدا را رحمت وسیع و نامتناهست و به احوال هر که استحقاق آنها را دارد، داناست.» (۲)

عشق به خدا در زندگی مؤمن از هر محبتی، از حبّ ذات گرفته تا محبت فرزند و زن و پدر و مادر و خانواده و مال بالاتر و والاتر است.

قُلْ إِنْ كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِينُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ «(ای رسول ما) بگو امت را که ای مردم اگر شما، پدران و پسران و برادران و زنان و خویشاوندان خود را و اموالی که جمع آورده‌اید و مال التجاره‌ای که از کسادی آن بیمناکید و منازلی که به آن دل‌خوش داشته‌اید، بیش از خدا و رسول و جهاد

(۱) - آل عمران: ۳۱.

(۲) - مائده: ۵۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۷

در راه او دوست می‌دارید، پس منتظر باشید تا امر نافذ (و قضای حتمی) خدا جاری شود و خدا فاسقان و بدکاران را هدایت نخواهد کرد.» (۱)

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَتَّخِذُ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَندَادًا يُحِبُّونَهُمْ كَحُبِّ اللَّهِ وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ ...

«برخی از مردم (نادان) غیر خدا را همانند خدا گیرند و چنان که خدا را بایست دوست داشت به آن بتان دوستی ورزند، اما آنها که اهل ایمانند محبت و دوستی را فقط به خدا مخصوص دارند ...» (۲)

وقتی انسان در محبت نسبت به خدا اخلاص داشته باشد خود این محبت در زندگی وی نیرویی پیش برنده و راهنما خواهد شد و تمام محبت‌های دیگر در برابر این عشق الهی سر تسلیم فرود خواهند آورد. به این ترتیب وجود انسان سرشار از عشق به مردم و حتی حیوانات و کلیه مخلوقات خداوند و سراسر هستی خواهد شد، چون در موجودات اطرافش آثار قدرت خدا را که با شوق معنوی و اشراق قلبی با او پیوند دارد، مشاهده می‌کند. (۳)

## ۶- محبت پیامبر صلی الله علیه و آله

پس از عشق به خدای متعال از نظر والایی و پاکیزگی و معنویت، محبت پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله قرار دارد که خدا او را به عنوان رحمتی برای جهانیان مبعوث کرد تا آنها را هدایت و تزکیه کند و کتاب و حکمت، تعلیمشان دهد، همان پیامبری که خدایش برگزید تا خاتم پیامبران و فرستاده او به سوی همه مردم باشد و قرآن کریم این کتاب ابدی را که

(۱) - توبه: ۲۴.

(۲) - بقره: ۱۶۵.

(۳) - روان‌شناسان جدید در تحقیقاتشان در خصوص محبت تنها به ذکر حبّ ذات و عشق جنسی و محبت خانوادگی بسنده می‌کنند و متعرض عشق خدایی انسان و محبتش به پیامبران و همچنین عشق به نمونه‌های عالی اخلاقی در انسان مانند عدالت،

راستگویی و غیره نمی‌شوند، در حالی که این گونه محبتها از والاترین انواع محبت‌های انسانی هستند و تنها به واسطه همینها، انسان از حیوان متمایز می‌شود.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۸

توسط کتابهای آسمانی پیشین تصدیق شده، و از همه آنها بالاتر است، بر او نازل فرمود.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله از نظر اخلاق و رفتار و داشتن صفات و خصلتهای پسندیده، نمونه‌ای از یک انسان کامل بود. در این خصوص چه دلیلی بالاتر از خود قرآن که او را به داشتن اخلاقی عظیم توصیف کرده است.

وَإِنَّكَ لَعَلَىٰ خُلُقٍ عَظِيمٍ «و در حقیقت تو بر نیکو خلقی عظیم (و آیین و شرعی بزرگ) آراسته‌ای.» (۱)

و فرد مؤمنی که برآستی به خدا ایمان دارد، به پیامبر صلی الله علیه و آله که سخنیهای دعوت اسلامی را متحمل شد و قهرمانانه برای گسترش اسلام در چهار گوشه جهان، جهاد کرد و بشریت را از تاریکی گمراهی به نور هدایت راهنمایی نمود، نیز شدیداً عشق می‌ورزد.

قرآن ما را به دوست داشتن پیامبر صلی الله علیه و آله، سفارش می‌کند. در آیه بیست و چهارم از سوره توبه که ما قبلاً آن را در جریان بحث از «حب الله» ذکر کردیم، محبت پیامبر صلی الله علیه و آله را همراه محبت خدا آورده است.

مؤمن واقعی پیامبر صلی الله علیه و آله را نمونه عالی عمل قرار می‌دهد و در اخلاق و رفتار از او پیروی می‌کند و پا جای پای او می‌گذارد و در زندگی خود از سیره و روش پاک و مطهر او هدایت می‌جوید.

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَ الْيَوْمَ الْآخِرَ وَ ذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا «البته شما را در اقتدای به رسول خدا چه در صبر و مقاومت با دشمن و چه دیگر اوصاف و افعال نیکو، خیر و سعادت بسیار است برای آن کس که به ثواب خدا و

(۱) - قلم: ۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۲۹

روز قیامت امیدوار باشد و یاد خدا بسیار کند.» (۱)

## د- شادی

انسان هرگاه به خواسته خود برسد و به چیزهای مورد علاقه خویش مانند، مال، قدرت و نفوذ، موفقیت، علم و یا ایمان و تقوا، نایل آید، در خود حالتی از شادی و سرور احساس می‌کند. بنابراین، شادی امری نسبی و مبتنی بر اهداف انسان در زندگی است.

مثلاً اگر هدف کسی در زندگی جمع آوری مال و دستیابی به قدرت و نفوذ و مقامات دنیوی دیگر باشد، موفقیتش در تحقق این اهداف، سبب شادی و سرور او خواهد شد.

اما کسی که هدف زندگی‌اش تمسک و پایبندی به ایمان و پرهیزکاری و عمل صالح برای دستیابی به خوشبختی اخروی باشد، همین مسائل مایه و منشأ آرامش و احساس امنیت و شادی وی خواهد شد. قرآن هر دو نوع این شادی را ذکر کرده است. مثلاً

شادی کفار به هنگام دستیابی به متاع زندگی دنیا را چنین توصیف می‌کند:

... وَفَرِحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ «... و (این مردم کافر) به زندگانی و متاع دنیا دلشادند در صورتی که دنیا در قبال آخرت متاع ناقابل‌ی بیش نیست.» (۲)

همچنین شادی مؤمنان را آن گاه که آیات قرآن بر آنها خوانده می‌شود، ذکر کرده است، قرآنی که آنها را به حق راهنمایی می‌کند و در آن شفای درد آنان و هدایت و رحمت است.

(۱) - احزاب: ۲۱.

(۲) - رعد: ۲۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۰

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَ شِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَ هُدًى وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَ بِرَحْمَتِهِ فَبَدَلِكُمْ فَلْيَنْفِرُوا هُوَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ «ای مردم عالم نامه‌ای که همه پند و اندرز و شفای دل‌های شما و هدایت و رحمت بر مؤمنان است از جانب خدا برای نجات شما آمد. ای رسول به خلق بگو که شما باید منحصرًا به فضل و رحمت خدا شادمان شوید که آن بهتر و مفیدتر از ثروتی است که برای خود اندوخته می‌کنید.» (۱)

در صورتی که منشأ شادی و خوشحالی کسی متاع دنیا باشد، که اکثر مردم نیز چنین هستند، این شخص در حقیقت از یک زندگی آرام و با ثباتی بهره‌مند نیست. زیرا، وقتی خداوند به او نعمت تندرستی و وسعت روزی و مال بسیار عطا کند، احساس شادی و خوشبختی می‌کند و این نعمتها و متاعهای دنیا او را از یاد و شکر خدا باز می‌دارد، و هر گاه ضرر یا بلایی به او برسد و برخی از نعمتهایی را که از آن بهره‌مند بوده از دست بدهد، یأس و ناامیدی بر او چیره می‌شود و نعمتهای دیگری را نیز که هنوز از آن بهره‌مند است انکار می‌کند. به این ترتیب، چنین انسانی همواره در اضطراب و نوسان، میان احساس خوشبختی و احساس ناامیدی، به سر می‌برد.

وَ لَئِنْ أَذَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنَّا رَحْمَةً ثُمَّ نَزَعْنَاهَا مِنْهُ إِنَّهُ لَيُؤْسُ كَفُورٌ وَ لَئِنْ أَذَقْنَاهُ نِعْمَاءَ بَعِيدَ صَرَآءٍ مَسَّتُهُ لَيَقُولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي إِنَّهُ لَفَرِحٌ فَخُورٌ «و اگر ما بشر را (در دنیا) از نعمت و رحمتی برخوردار کردیم (تا شکر کند) سپس (چون کفران کرد) آن نعمت از او باز گرفتیم، سخت به خوی نومیدی و کفران

(۱) - یونس: ۵۷، ۵۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۱

درافتند. و اگر آدمی را به نعمتی پس از محنتی رسانیم مغرور و غافل شود که دیگر روزگار زحمت و رنج من سر آمده است و سرگرم شادمانی و مفاخرت شود.» (۱)

اما اگر منشأ شادی و خوشحالی کسی، ایمان به خدا و تقوا و عمل صالح و پیروی از روش الهی در زندگی باشد، چنین شخصی در واقع احساس خوشبختی حقیقی و همیشگی می‌کند و این کلام خدای متعال در موردش، صادق است:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَ لَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ «هرکس از مرد و زن کار نیکی به شرط ایمان به خطا به جای آرد ما او را در زندگانی خوش و با سعادت زنده (ابد) می‌گردانیم و اجری بسیار بهتر از عمل نیکی که کرده است به او عطا می‌کنیم.» (۲)

قرآن همچنین خوشحالی مؤمن را در روز قیامت، آن‌گاه که خدای متعال او را از شرّ آن روز نجات می‌دهد و از روی لطف و مرحمت، داخل بهشت نعیم می‌کند، چنین توصیف می‌فرماید:

فَوَقَّاهُمُ اللَّهُ شَرَّ ذَٰلِكَ الْيَوْمِ وَ لَقَّاهُمْ نَضْرَةً وَ سُرُورًا «خدا هم از شرّ و فتنه آن روز آنان را محفوظ داشت و به آنها روی خندان و دل شادمان عطا کرد.» (۳)

(۱) - هود: ۹، ۱۰.

(۲) - نحل: ۹۷.

(۳) - انسان: ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۲

**ه: نفرت**

نفرت که نوعی حالت انفعالی ضد محبت می‌باشد، عبارت است از: احساس عدم تمایل و پذیرش، یا احساس تنفر و اشمئزاز و تمایل به دوری از عواملی که این احساس را برمی‌انگیزاند اعم از آن که این عوامل اشخاص یا اشیاء یا اعمال و رفتار، باشند. گرچه محبت، پایه زندگی زناشویی است اما، گاهی میان زن و شوهر سوء تفاهم و اختلاف و نزاعی رخ می‌دهد که احیاناً منجر به پیدایش حالت نفرت از یکدیگر می‌شود.

قرآن به مسایل ناخوشایندی که گاهی برای همسران پیش می‌آید اشاره می‌کند و از ما می‌خواهد برای غلبه بر این گونه مسایل تلاش کنیم و بدین وسیله امکان استمرار زندگی زناشویی را فراهم آوریم.

... وَ عَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَ يَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا «... و در زندگی با آنها (زنان) با انصاف و خوشرفتار باشید و چنان که دلپسند شما نباشند (اظهار کراهت نکنید که) بسا چیزها ناپسند شماست در حالی که خدا در آن خیر بسیار برای شما مقرر فرموده است.» (۱)

انسان گاهی از شخص یا اشخاص به علت اختلاف فکری متنفر می‌شود. این تنفر یا به سبب تحریک حس حسادت و رشکی که ناشی از برتری دیگران نسبت به اوست، پدید می‌آید، و یا این که آنها موجبات محرومیت او را فراهم کرده‌اند و یا عوامل دیگری که نوعی نفرت را در او برمی‌انگیزند ... مثلاً کفار و منافقان از مؤمنان بدشان می‌آمد و کینه آنها را در دل داشتند.

(۱) - نساء: ۱۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۳

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحْذَرُوا بَطَانَةً مِنْ دُونِكُمْ لَا يَأْلُونَكُمْ خَبَالًا وَدُؤَا مَا عَنْتُمْ قَدْ بَدَتِ الْبَغْضَاءُ مِنْ أَقْوَاهِمُ وَمَا تُخْفِي صُدُورُهُمْ أَكْبَرُ قَدْ بَيَّنَّا لَكُمْ الْآيَاتِ إِنْ كُنْتُمْ تَعْقِلُونَ هَا أَنْتُمْ أَوْلَاءُ تُحِبُّونَهُمْ وَلَا يُحِبُّونَكُمْ وَتُؤْمِنُونَ بِالْكِتَابِ كُلِّهِ وَإِذَا لَقُوكُمْ قَالُوا آمَنَّا وَإِذَا خَلَوْا عَضُّوا عَلَيْكُمُ الْأَنَامِلَ مِنَ الْغَيْظِ قُلْ مُؤْتَاوَا بَعِيْظِكُمْ إِنْ اللَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ إِنْ تَمَسَسْتُمْ بِهِمْ كَتَبَ اللَّهُ بَيْنَهُمْ سِيئَةً يَفْرَحُوا بِهَا وَإِنْ تَصَبَّرُوا وَتَتَّقُوا لَا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا إِنْ اللَّهُ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطٌ «ای اهل ایمان از غیر همدینان خود دوست صمیمی همراز نگیرید چه، آنها که به غیر دین اسلامند از خلل و فساد در کار شما ذره‌ای کوتاهی نکنند، آنها همیشه مایلند که شما در رنج و سختی باشید، دشمنی شما را بر زبان هم آشکار سازند در صورتی که محققاً آن چه در دل پنهان می‌دارند بیش از آن است که بر زبانشان آشکار می‌شود، ما آیات خود را برای شما به خوبی بیان کردیم اگر عقل و اندیشه به کار بندید. آگاه باشید چنان که شما آنها را (یعنی کافران را) دوست می‌دارید آنان شما را دوست نخواهند داشت شما چون به همه کتب آسمانی ایمان دارید با آنها محبت می‌کنید اما آنها در مجامع شما اظهار ایمان کنند و چون تنها شوند از شدت کینه سرانگشت خشم به دندان گیرند، بگو بدین خشم بمیرید، که خدا از درون دلها کاملاً آگاه است. اگر شما مسلمانان را خوشحالی پیش آید، از آن بدحال و غمگین شوند و اگر به شما حادثه ناگواری رسد بدان خوشحال شوند اما اگر شما صبر پیشه کنید و پرهیزکار باشید از مکر و عداوت آنان به شما هیچ آسیبی نخواهد رسید که همانا خداوند بر آن چه می‌کنند آگاه و محیط است.» (۱)

همان طور که قبلاً در مبحث حب ذات اشاره کردیم، انسان خود را دوست می‌دارد و خیر و خوبی را برای خود می‌خواهد. مثلاً از

مرگ و یا چیزهایی که او را بیازارد و رنج

(۱) - آل عمران: ۱۱۸ - ۱۲۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۴

دهد، متنفر است و به همین دلیل از جنگ بدش می‌آید زیرا، احتمال مرگ یا وارد آمدن آسیب و آزار بر او وجود دارد. قرآن نفرت انسان از جنگ را چنین توصیف می‌فرماید:

كُنِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَ هُوَ كُرْهُ لَكُمْ ...

«حکم جهاد برای شما مقرر گردید و حال آن که بر شما ناگوار و مکروه است...» (۱)

اقدام انسان به فداکاری و جانفشانی در راه عقیده‌اش، دلیل بر این است که نیروی عقیده در او واقعا به آن درجه از والایی رسیده که حتی از جاننش ارزشمندتر و از حب ذات نیز نیرومندتر است. به همین دلیل بود که مؤمنان برای شهادت در راه خدا از همدیگر پیشی می‌گرفتند اما منافقانی که ایمان در دلهاشان مستقر نشده بود از این که مالشان را انفاق کنند و یا جانشان را در جهاد فی سبیل الله فدا سازند، نفرت داشتند و ترجیح می‌دادند که برای جهاد همراه پیامبر از مدینه خارج نشوند، چنان که دیگران را نیز از این کار باز می‌داشتند و آنها را به بهانه گرمای شدید تشویق می‌کردند از مدینه خارج نشوند.

فَرِحَ الْمُخَلَّفُونَ بِمَقْعِدِهِمْ خِلَافَ رَسُولِ اللَّهِ وَ كَرِهُوا أَنْ يُجَاهِدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَ قَالُوا لَا تَنْفِرُوا فِي الْحَرِّ قُلْ نَارُ جَهَنَّمَ أَشَدُّ حَرًّا لَوْ كَانُوا يَفْقَهُونَ «آنهايي که خوشحالند از حکم جهاد در رکاب رسول خدا تخلف ورزیدند و مجاهده به مال و جانشان در راه خدا بر آنان سخت ناگوار بود و مؤمنان را هم از جهاد منع کرده و به آنها می‌گفتند شما در این هوای سوزان از وطن خود بیرون نروید، آنان را بگو آتش دوزخ بسیار سوزانتر از این هواست اگر می‌فهمیدند.» (۲)

(۱) - بقره: ۲۱۶.

(۲) - توبه: ۸۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۵

... وَ لَا يُنْفِقُونَ إِلَّا وَ هُمْ كَارِهُونَ «... و انفاق نمی‌کنند جز آن که سخت کراهت دارند.» (۱)

ایمان، در نفس مؤمن تأثیر می‌گذارد و او را می‌دارد که از برادران مؤمن خود نفرت نداشته باشد. قرآن از مؤمنانی که پس از انصار و مهاجران آمدند (یعنی تابعین) به خاطر این که از خدا می‌خواستند تا گناه مؤمنان پیش از آنها را بیامرزد و در دلشان کینه و نفرتی از آنها قرار ندهد، ستایش و تمجید کرده است.

وَ الَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَ لَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَؤُفٌ رَحِيمٌ «و آنان که پس از مهاجران و انصار آمدند، و هم در دعا به درگاه خدا عرض می‌کنند؛ پروردگارا بر ما و برادران دینی ما که در ایمان پیش از ما شتافتند ببخش و در دل ما هیچ کینه و حسد مؤمنان قرار مده، پروردگارا تویی که (در حق بندگان) بسیار رؤوف و مهربانی.» (۲)

## و- غیرت

غیرت، انفعالی است همراه با بغض و کینه و تیرگی دل که انسان معمولاً زمانی احساسش می‌کند که احساس کند فرد محبوب وی، توجه یا محبتش را معطوف شخص دیگری کرده است. یکی از انواع رایج غیرت و رشک بردن، همان است که در میان برادران

رخ می‌دهد زمانی که یکی از آنها احساس کند پدر و مادر یا یکی از آن دو، یکی از برادران را بیش از او دوست دارند. قرآن این حالت انفعالی میان برادران را هنگام نقل

(۱) - توبه: ۵۴.

(۲) - حشر: ۱۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۶

ماجرای برادران یوسف علیه السلام توصیف کرده است، چه آنها به دلیل محبت حضرت یعقوب علیه السلام نسبت به یوسف و برادرش کوچکترش و ترجیح آن دو بر آنها، نسبت به یوسف غیرت و رشک ورزیدند.

إِذْ قَالُوا لِيُوسُفُ وَأَخُوهُ أَحَبُّ إِلَيْنَا مِنََّا وَنَحْنُ عُصْبَةٌ إِنَّ أَبَانَا لَفِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ اقْتُلُوا يُوسُفَ أَوْ اطْرَحُوهُ أَرْضًا يَخْلُ لَكُمْ وَجْهُ أَبِيكُمْ وَتَكُونُوا مِنْ بَعِيدِهِ قَوْمًا صَالِحِينَ «هنگامی که (برادران) گفتند یوسف و برادرش (بنیامین) نزد پدر از ما محبوبترند در حالی که ما نیرومندتریم، مسلماً پدر ما در گمراهی آشکار است. یوسف را بکشید یا او را به سرزمین دوردستی بیفکنید تا توجه پدر فقط با شما باشد و بعد از آن (از گناه خود توبه می‌کنید و) افراد صالحی خواهید بود.» (۱)

البته انفعال غیرت و رشک‌ورزی، انفعالی مرکب است که عناصری از چند انفعال دیگر بویژه انفعال نفرت در آن یافت می‌شود. از این رو این حالت غالباً همراه با نفرت و کینه و تمایل نسبت به ایدای فردی است که آن را برمی‌انگیزد. قرآن همچنین در جریان نقل داستان یوسف علیه السلام، تمایل برادران یوسف را به کشتن وی و در نتیجه رها شدن از او را توصیف کرده است و نیز اقدام عملی آنان را در افکندن یوسف به قعر چاه متذکر شده است.

## ز - حسد

حسد نوعی حالت انفعالی است که انسان در آن حالت احساس می‌کند سخت مایل است در جای شخص دیگری که دارای نعمتی است قرار گیرد و آرزو می‌کند که آن نعمت از او؟ زوال یابد تا خود صاحب آن شود. مثلاً گاهی انسان به کسی که صاحب

(۱) - یوسف: ۹، ۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۷

ثروتی فراوان است حسد می‌ورزد و آرزو می‌کند چنین ثروتی از آن او باشد. قرآن در نقل ماجرای قارون، این نوع حسادت را توصیف کرده است؛ آنگاه که قارون با زینت و تجمل بسیار در میان قومش ظاهر شد و عده‌ای از مردم به او حسادت ورزیدند و آرزو کردند ای کاش آنها نیز مانند قارون دارای اموال فراوان و طلا می‌بودند. می‌فرماید:

فَخَرَجَ عَلَى قَوْمِهِ فِي زِينَتِهِ قَالَ الَّذِينَ يُرِيدُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا يَا لَيْتَ لَنَا مِثْلَ مَا أُوتِيَ قَارُونُ إِنَّهُ لَكُنُوزٌ عَظِيمٌ «آنگاه قارون (روزی) با زیور و تجمل بسیار بر قومش درآمد، مردم دنیا طلب (که او را دیدند) گفتند ای کاش همان قدر که به قارون از مال دنیا دادند به ما هم عطا می‌شد که وی بهره‌ای بزرگ و حظ وافری را داراست.» (۱)

این نوع حسادت در میان بسیاری از مردم رواج دارد و خیلی از آنها دوست دارند که به مال و فرزند و سلامت جسمی و موفقیت اشخاص در زندگی، که خداوند به آنها عطا فرموده است، حسد بورزند. قرآن حسادت یهود و مشرکان را نسبت به پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در فضیلت نبوت، که خداوند آن را ویژه پیامبر صلی الله علیه و آله قرار داده و همچنین حسادتشان را نسبت به مؤمنانی که دارای فضیلت ایمان و هدایت هستند که آن نیز از سوی پروردگار به آنها اختصاص یافته، توصیف کرده است.



ما يُوَدُّ الَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ وَلَا الْمُشْرِكِينَ أَنْ يُنَزَّلَ عَلَيْكُمْ مِنْ خَيْرٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَاللَّهُ يَخْتَصُّ بِرَحْمَتِهِ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ «هرگز کافران اهل کتاب و مشرکان مایل نیستند که بر شما (مسلمانان) چیزی از جانب خدا نازل شود (لیکن خدا به فضل و رحمت خویش هر که را بخواهد

(۱) - قصص: ۷۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۸

مخصوص گرداند) و خدا صاحب فضل عظیم است.» (۱)

أَمْ يَحْسِبُونَ أَنَّ اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ فَقَدْ آتَيْنَا آلَ إِبْرَاهِيمَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَآتَيْنَاهُمْ مُلْكًا عَظِيمًا «آیا حسد می‌ورزند (یهود) با مردم (یعنی با مسلمانان) چون آنها را خدا به فضل خود برخوردار فرمود که البته ما بر آل ابراهیم علیه السّلام (حضرت محمد صلی الله علیه و آله) کتاب و حکمت فرستادیم و به آنها ملک و سلطنتی بزرگ عطا کردیم.» (۲)

وَدَّ كَثِيرٌ مِنْ أَهْلِ الْكِتَابِ لَوْ يَرُدُّونَكُمْ مِنْ بَعْدِ إِيمَانِكُمْ كُفَّارًا حَسَدًا مِنْ عِنْدِ أَنْفُسِهِمْ مِنْ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ الْحَقُّ فَأَعْفُوا وَاصْفَحُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ إِنَّ اللَّهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ «بسیاری از اهل کتاب آرزو و میل آن دارند که شما را از ایمانتان به کفر برگردانند به سبب حسدی که بر ایمان شما برند بعد از آن که حق بر آنها آشکار شد پس اگر از آنها به شما مسلمانان ستمی رسید درگذرید و مدارا کنید تا هنگامی که فرمان خدا (به جنگ یا صلح) برسد که البته خدا بر هر چیز قادر و تواناست.» (۳)

گاه در میان برادران نیز موضوع حسادت پیش می‌آید، مثلاً یک برادر نسبت به مواهب گوناگونی که خدا به برادرش عطا کرده است حسادت می‌ورزد. به همین دلیل یعقوب علیه السّلام به یوسف علیه السّلام هشدار داد که ماجرای خواب خود را برای برادرانش بازگو نکنند، زیرا از حسادت آنها نسبت به یوسف بیمناک بود که مبادا او را مورد اذیت و آزار قرار دهند.

(۱) - بقره: ۱۰۵.

(۲) - نساء: ۵۴.

(۳) - بقره: ۱۰۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۳۹

قَالَ يَا بُنَيَّ لَا تَقْصُصْ رُؤْيَاكَ عَلَى إِخْوَتِكَ فَيَكِيدُوا لَكَ كَيْدًا إِنَّ الشَّيْطَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوٌّ مُبِينٌ «يعقوب گفت که فرزند عزیز زنه‌ار خواب خود را بر برادران حکایت مکن که (به اغوای شیطان) به تو مکر و حسد خواهند برد زیرا دشمنی شیطان بر آدمیان بسیار آشکار است.» (۱)

نخستین حسدی که در روی زمین به وقوع پیوست حسادت قاییل نسبت به برادرش هابیل بود، آن‌گاه خداوند قربانی هابیل را پذیرفت ولی قربانی قاییل را نپذیرفت و این موضوع برای قاییل انگیزه‌ای شد که برادرش را بکشد.

وَآتَىٰ عَلَيْهِمْ نَبِيًّا ابْنِي آدَمَ بِالْحَقِّ إِذْ قَرَّبَا قُرْبَانًا فَتَقَبَّلَ مِنْ أَحَدِهِمَا وَلَمْ يُتَقَبَّلْ مِنَ الْآخَرِ قَالَ لَأَقْتُلَنَّكَ قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ «و بخوان بر آنها به حقیقت و راستی حکایت دو پسر آدم (قاییل و هابیل) را که تقرّب به قربانی جستند از یکی پذیرفته شد و از دیگری پذیرفته نشد (قاییل که قربانش قبول نشد به برادرش هابیل) گفت من تو را البته خواهم کشت (هابیل) گفت (مرا گناهی نیست) که خدا قربانی پرهیزکاران را خواهد پذیرفت.» (۲)

حسادت مانند غیرت در انسان کینه و نفرت برمی‌انگیزد و او را وامی‌دارد که آرزو کند شخص محسود دچار آزار و اذیت شود و گاهی نیز انسان را به تجاوز و آزار وی وامی‌دارد، همان‌طور که قاییل برادرش هابیل را کشت و یا برادران یوسف علیه السّلام او را



به درون چاه افکندند. «۳» از آن جا که حالت حسادت، منجر به تنفر از شخص محسود و

(۱) - یوسف: ۵.

(۲) - مائده: ۲۷.

(۳) - همچنین کینه شیطان به آدم علیه السلام، در نتیجه حسادت او به آن حضرت بود که باعث اخراج او از بهشت شد.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۰

آزردن او و نیز تجاوز به وی می‌شود، خداوند از ما می‌خواهد که از شرّ افراد حسود به او پناه ببریم.

وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ «و از شرّ حسود بدخواه چون آتش رشک و حسد برافروزد (به خدا پناه می‌برم).» (۱)

### ج- اندوه

اندوه حالت انفعالی ضد شادی و سرور است و وقتی پیش می‌آید که انسان شخص عزیز یا چیز گرانبهایی را از دست بدهد، یا حادثه‌ای برایش رخ دهد و یا این که در انجام کاری مهم دچار شکست شود. پدران و مادران معمولاً وقتی که فرزندان نزد آنها نباشند یا آزاری به آنها برسد و یا مسأله ناخوشایندی برایشان پیش آید، احساس اندوه می‌کنند.

قرآن به اندوه مادر موسی علیه السلام پس از آن که او را در صندوقی گذاشت و به رودخانه افکند و موج آب، موسی را از او دور کرد، چنین اشاره می‌فرماید:

فَرَدَدْنَاهُ إِلَىٰ أُمِّهِ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلَا تَحْزَنَ ...

«و (بدین وسیله) ما موسی را به مادرش برگردانیدیم تا دیده‌اش به جمال موسی روشن شود و حزن و اندوهش به کلی برطرف گردد.» (۲)

... فَرَجَعْنَاكَ إِلَىٰ أُمِّكَ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلَا تَحْزَنَ ...

«... و ما (بدین وسیله) تو را به مادرت برگردانیدیم تا به دیدار تو دیده‌اش روشن گردد و اندوهش برطرف شود...» (۳)

(۱) - فلق: ۵.

(۲) - قصص: ۱۳.

(۳) - طه: ۴۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۱

قرآن اندوه یعقوب علیه السلام را در فقدان فرزندش یوسف علیه السلام چنین توصیف کرده است.

وَتَوَلَّىٰ عَنْهُمْ وَقَالَ يَا أَسِيفِي عَلَىٰ يُوسُفَ وَإِیْضَتَّ عَيْنَاهُ مِنَ الْحُزْنِ فَهُوَ كَظِيمٌ قَالُوا تَاللَّهِ تَفْتُونَ تَدْكُرُ يُوسُفَ حَتَّىٰ تَكُونَ حَرَضًا أَوْ تَكُونَ مِنَ الْهَالِكِينَ قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَثِّي وَحُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ «آن‌گاه یعقوب (از شدت حزن) روی از آنها بگردانید و گفت و اسفا بر فراق یوسف عزیزم و از گریه غم چشمانش (در انتظار یوسف) سفید شد و سوز هجران و داغ دل بنهفت. فرزندان او به ملامت گفتند که خدا سوگند که تو آن قدر دایم یوسف یوسف کنی تا از غصه فراقش مریض شوی و یا خود را به دست هلاک سپاری. یعقوب (به فرزندان) گفت من غم و درد دل خود با خدا گویم و از لطف بی‌حساب خدا چیزی دانم که

شما نمی‌دانید.» (۱)

قرآن همچنین حالت اندوه مؤمنان فقیری را که نزد پیامبر صلی الله علیه و آله آمدند و درخواست کردند همراه آن حضرت برای

جهاد از مدینه بیرون بروند- اما، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به آنها فرمود که چیزی ندارد به آنها بدهد و در نتیجه آنها گریان و اندوهگین از نزد پیامبر بازگشتند- چنین توصیف کرده است:

«وَلَا عَلَى الَّذِينَ إِذَا مَا أَتَوْكَ لِتَحْمِلَهُمْ قُلْتَ لَا أَجِدُ مَا أَحْمِلُكُمْ عَلَيْهِ تَوَلَّوْا وَأَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ حَزَنًا أَلَّا يَجِدُوا مَا يُنْفِقُونَ»  
 «همچنین بر آن مؤمنانی که مهتای جهاد شده و نزد تو آیند که زاد و لوازم سفر آنها را مهتای سازی و تو پاسخ دهی که من مالی که به شما مساعدت کنم ندارم و آنها برمی گردند در حالی که از شدت حزن اشک از چشمانشان جاری است که

(۱)- یوسف: ۸۴-۸۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۲

چرا نمی‌توانند مخارج سفر خود را فراهم سازند بر آنها هم حرج و گناهی بر ترک جهاد نیست.» (۱)

قرآن احساس اندوه ابو بکر را هنگامی که همراه پیامبر صلی الله علیه و آله در غار بود و کفار قریش برای کشتن حضرتش تعقیبشان می‌کردند، نیز ذکر کرده است.

... إِذ يَقُولُ لِصَاحِبِهِ لَا تَحْزَنْ إِنَّ اللَّهَ مَعَنَا ...

«... آنگاه که یکی از آن دو تن که در غار بودند (یعنی رسول اکرم صلی الله علیه و آله به رفیق و همسفر خود (ابو بکر که پریشان و مضطرب بود) گفت مترس که خدا با ماست ...» (۲)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله وقتی می‌دید، کفار مکه، دعوتش را برای ایمان به خدا و قرآنی که بر او نازل شده است، اجابت نمی‌کنند، احساس غم و اندوه می‌کرد.

وَلَا يَحْزُنُكَ الَّذِينَ يُسَارِعُونَ فِي الْكُفْرِ إِنَّهُمْ لَن يَضُرُّوهُ اللَّهُ شَيْئًا يُرِيدُ اللَّهُ أَلَّا يَجْعَلَ لَهُمْ حِزَابًا فِي الْآخِرَةِ وَلَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ «ای پیغمبر تو اندوهناک مباش که گروهی به راه کفر می‌شتابند کفر آنها به خداوند هرگز زیان نرساند (بلکه خود را در دو عالم زیانکار کنند) و خدا می‌خواهد که آنان را هیچ نصیبی در عالم آخرت نباشد و نصیبشان عذاب سخت دوزخ خواهد بود.» (۳)

(۱)- توبه: ۹۲.

(۲)- توبه: ۴۰.

(۳)- آل عمران: ۱۷۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۳

وَمَنْ كَفَرَ فَلَا يَحْزُنُكَ كُفْرُهُ إِلَيْنَا مَرْجِعُهُمْ فَنُنَبِّئُهُمْ بِمَا عَمِلُوا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ «ای رسول ما تو از کفر هر که کافر می‌شود محزون مباش که رجوعشان به سوی ماست و ما آنان را سخت از کیفر کردارشان آگه می‌سازیم که همانا خدا از اسرار دلهای خلق هم آگاه است.» (۱)

آن حضرت همچنین وقتی سخنان کافران را درباره خدا و تکذیب خود می‌شنید اندوهگین می‌شد.

فَلَا يَحْزُنُكَ قَوْلُهُمْ إِنَّا نَعْلَمُ مَا يُسْتَرُونَ وَ مَا يُعْلِنُونَ «وای رسول سخن این مشرکان تو را محزون نکند ما هر آن چه پنهان و آشکار گویند همه را می‌دانیم (و به کیفر کفرشان می‌رسانیم).» (۲)

قَدْ نَعْلَمُ إِنَّهُ لَيَحْزُنُكَ الَّذِي يَقُولُونَ فَإِنَّهُمْ لَا يَكَدُونَ لَكِنَّ الظَّالِمِينَ بِآيَاتِ اللَّهِ يَجْحَدُونَ «ما می‌دانیم که کافران در تکذیب تو سخنانی می‌گویند که تو را افسرده و غمگین می‌سازد (دل شاد دار) که آن ستمکاران نه تنها تو را بلکه، همه آیات (و رسولان) خدا را انکار می‌کنند.» (۳)

قرآن در بسیاری از آیات، اندوه را در کنار ترس ذکر کرده است و این نشان می‌دهد که اندوه و ترس دو حالت انفعالی تیره‌ای هستند که اگر بر انسان عارض شوند صفای

(۱) - لقمان: ۲۳.

(۲) - یس: ۷۶.

(۳) - انعام: ۳۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۴

زندگی‌اش را تیره می‌سازند، آیات مزبور همچنین نشان دهنده این موضوع هستند که در ایمان به خدا و پرهیزکاری و عمل صالح، نیرویی وجود دارد که انسان را از ترس و اندوه مصون می‌دارد و در صورت وجود آنها به درماتشان می‌پردازد. آیات زیر نمونه‌ای از این نوع آیات هستند:

قُلْنَا اهْبِطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَإِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ «گفتیم همه از بهشت فرود آید تا آن‌گاه که از جانب من رهنمایی برای شما آید پس هر کس پیروی او کند هرگز (در دنیا و آخرت) بیمناک و اندوهگین نخواهد گشت.» (۱)

يَا بَنِي آدَمَ إِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ رُسُلٌ مِنْكُمْ يَقُصُّونَ عَلَيْكُمْ آيَاتِي فَمَنْ اتَّقَى وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ «ای فرزندان آدم چون پیغمبرانی از جنس شما بیایند و آیات مرا برای شما بیان کنند پس هر که تقوا پیشه کرد و به کار شایسته شتافت هیچ ترس و اندوهی (از گذشته و آینده در دنیا و عقبی) بر آنها نخواهد بود.» (۲)

وَمَا نُؤْتِلُ الْمُؤْسَلِينَ إِلَّا مُبَشِّرِينَ وَ مُنذِرِينَ فَمَنْ آمَنَ وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ «ما پیغمبران را جز برای آن که (خوبان را) مژده دهند و (بدان را) بترسانند نفرستادیم سپس هر کس ایمان آورد و کار شایسته کرد هرگز بر او بیمی نیست و ابداً اندوهگین نخواهد بود.» (۳)

(۱) - بقره: ۳۸.

(۲) - اعراف: ۳۵.

(۳) - انعام: ۴۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۵

بَلَى مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ «آری کسی که از هر جهت تسلیم حکم خدا گردید و نیکوکار شد مسلم اجرش نزد خدا بزرگ خواهد بود و او را هیچ خوف و اندیشه و هیچ حزن و اندوهی در دنیا و آخرت نخواهد بود.» (۱)

### ط - پشیمانی [ندامت]

ندامت حالتی انفعالی است که از احساس گناه و تأسف از ارتکاب آن و ملامت نفس بر آنچه که انسان انجام داده و آرزو بر این که ای کاش آن کار را انجام نمی‌داد، ناشی می‌شود.

سرزنش نفس توسط خود انسان و پشیمانی از انجام کار زشت، از عوامل مهم استوای شخصیت انسان و تشویق او به دوری از اعمال ناشایست و ارتکاب گناهانی است که باعث پشیمانی و سرزنش نفس می‌شود. از این روست که خداوند به اهمیت نفس ملامتگر

(لؤامه) در ارشاد و هدایت رفتار انسان به دوری از گناهانی که سبب پشیمانی و ملامتش می‌شوند، سوگند یاد کرده است. لا- أَقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ وَلَا- أَقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَامِيَةِ «چنین نیست (که کافران پنداشتند) قسم به روز (بزرگ) قیامت. و قسم به نفس پر حسرت و ملامت (یعنی نفس انسان که در قیامت خود را بر تقصیر و گناه بسیار ملامت کند و حسرت خورد.» (۲)

(۱)- بقره: ۱۱۲.

(۲)- قیامت: ۱، ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۶

نفس «لؤامه» همان چیزی است که ما آن را وجدان می‌نامیم و فروید و روان‌کاوان، آن را «من برتر» یا «من ایده‌آل» می‌نامند و آن بخشی از نفس است که انسان را در کارهایش به محاسبه می‌کشد و نسبت به ارتکاب خطاها ملامتش می‌کند و او را وامی‌دارد تا نسبت به ارتکاب گناه احساس پشیمانی کند.

نخستین باری که بشر احساس پشیمانی کرد همان جریانی است که برای پدر و مادر ما آدم و حوا علیهما السلام پیش از هبوطشان به زمین و هنگامی که در بهشت بودند، اتفاق افتاد. آنها از دستور پروردگار خود سرپیچی کردند و از میوه درختی که خداوند آنها را از نزدیکی به آن منع کرده بود، خوردند در نتیجه عورتشان آشکار شد و آنها پشیمان شدند و به خدا روی آوردند و از او طلب آمرزش و توبه کردند.

وَقُلْنَا يَا آدَمُ اسْكُنْ أَنْتَ وَزَوْجُكَ الْجَنَّةَ وَكُلَا مِنْهَا رَغَدًا حَيْثُ شِئْتُمَا وَلَا تَقْرَبَا هَذِهِ الشَّجَرَةَ فَتَكُونَا مِنَ الظَّالِمِينَ فَأَزَلَّهُمَا الشَّيْطَانُ عَنْهَا فَأَخْرَجَهُمَا مِمَّا كَانَا فِيهِ وَقُلْنَا اهْبِطُوا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ وَلَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَمَتَاعٌ إِلَىٰ حِينٍ فَتَلَقَىٰ آدَمُ مِنْ رَبِّهِ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ إِنَّهُ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ «و گفتیم ای آدم تو با جفت خود در بهشت جای گزین و در آن جا از هر نعمت که بخواهید بی‌هیچ زحمت برخوردار شوید ولی به این درخت (گندم یا سیب) نزدیک نشوید که از ستمکاران خواهید بود. پس شیطان آدم و حوا را به لغزش افکند تا از آن درخت خوردند و بدین عصیان آنان را از آن مقام بیرون آورد. پس گفتیم که از بهشت فرود آید که برخی از شما برخی را دشمنید و شما را در زمین تا روز مرگ قرار و آرامگاه خواهد بود. پس آدم از خدای خود کلماتی آموخت که موجب پذیرفتن توبه او گردید زیرا خدا مهربان و توبه‌پذیر است.» (۱)

(۱)- بقره: ۳۵-۳۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۷

پس از جریان آدم علیه السلام، دومین باری که بشر در دنیا احساس پشیمانی کرد وقتی بود که هابیل به دست برادرش قابیل کشته شد، و بعد قابیل از این عمل پشیمان شد. (۱)

فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ فَبَعَثَ اللَّهُ غُرَابًا يَبْحَثُ فِي الْأَرْضِ لِيُرِيَهُ كَيْفَ يُوَارِي سَوْأَةَ أَخِيهِ قَالَ يَا وَيْلَتَىٰ أَعَجَزْتُ أَنْ أَكُونَ مِثْلَ هَذَا الْغُرَابِ فَأُوَارِيَ سَوْأَةَ أَخِي فَأَصْبَحَ مِنَ النَّادِمِينَ «آن گاه (پس از این گفتگو) هوای نفس، او را بر کشتن برادرش ترغیب کرد تا او را کشت و بدین سبب از زیانکاران عالم شد. آن گاه خدا کلاغی را برانگیخت که زمین را به چنگال گود کند تا به او بنماید که چگونه جسد برادر را زیر خاک پنهان سازد (قابیل) با خود گفت ای وای بر من آیا من از آن عاجزترم که مانند این کلاغ باشم تا جسد برادر را زیر خاک پنهان کنم پس (برادر را به خاک سپرد) و از این کار سخت پشیمان گردید.» (۲)

قرآن جریان پشیمانی برخی از کفار را در روز قیامت که از عدم ایمان به خدا و تصدیق پیامبر صلی الله علیه و آله نادم خواهند شد، چنین توصیف می‌کند.

و يَوْمَ يَعَضُّ الظَّالِمُ عَلَى يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلًا يَا وَيْلَتَى لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلَانًا خَلِيلًا «و روزی که ظالم پشت دست حسرت را به دندان گرفته و گوید ای کاش من (در دنیا) با رسول حق راه دوستی و طاعت پیش می‌گرفتم. وای بر من ای کاش که فلان (مرد کافر و دقیق فاسق) را دوست نمی‌گرفتم.» (۳)

(۱) - محمود شبلی، حیاة آدم، چاپ دوم، بیروت: دار الجیل (بدون تاریخ)، ص ۱۰۱.

(۲) - مائده: ۳۰، ۳۱.

(۳) - فرقان: ۲۷، ۲۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۸

### ی- انفعالات دیگر

قرآن به برخی از حالات انفعالی دیگر غیر از آنچه ما تاکنون ذکر کرده‌ایم، مثل شرم، ننگ و غرور یا تکبر نیز اشاره می‌کند. حیا، انفعالی مرکب است که عناصری از شرم و ترس در آن یافت می‌شود و زمانی به انسان دست می‌دهد که بترسد مردم رفتارهایی را از او مشاهده کنند که قابل عیب‌گیری یا نکوهش هستند. این حالت از ویژگیها و خصائل پسندیده انسانی است، چرا که انسان را به پرهیز کردن از اعمال زشت و پلید وامی‌دارد.

قرآن در جریان داستان فرار موسی علیه السلام از چنگ فرعون و پناهنده شدن به سرزمین مدین و آب دادنش به گوسفندان دخترانی که در کنار چاه ایستاده بودند، به حالت انفعالی شرم اشاره می‌کند؛ آن جا که یکی از آن دو دختر پس از آب دادن به گوسفندان نزد موسی برگشت و در حالی که با شرم به سویش گام برمی‌داشت او را به دیدار پدر خود دعوت کرد تا مزد آب دادن به گوسفندهای آنان را به او بدهد.

فَجَاءَتْهُ إِحْدَاهُمَا تَمْشِي عَلَى اسْتِحْيَاءٍ قَالَتْ إِنَّ أَبِي يَدْعُوكَ لِيَجْزِيَكَ أَجْرَ مَا سَقَيْتَ لَنَا ...

«موسی (هنوز لب از دعا نبسته بود) دید که یکی از آن دو دختر با کمال (وقار و) حیا باز آمده و گفت پدرم از تو دعوت می‌کند تا (به منزل ما آیی و) در عوض سقاییت گوسفندان ما، به تو پاداشی دهد ...» (۱)

احساس ننگ در واقع همان شرم همراه با احساس خواری و ذلت و رسوایی و عار است. در قرآن آیات بسیاری وجود دارد که حالت ننگی را که مشرکان و منافقان در دنیا و آخرت احساس می‌کنند، توصیف می‌نماید.

(۱) - قصص: ۲۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۴۹

وَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّنْ مَنَعَ مَسَاجِدَ اللَّهِ أَنْ يُذَكَّرَ فِيهَا اسْمُهُ وَ سَعَى فِي خَرَابِهَا أُولَئِكَ مَا كَانَ لَهُمْ أَنْ يَدْخُلُوهَا إِلَّا خَائِفِينَ لَهُمْ فِي الدُّنْيَا خِزْيٌ وَ لَهُمْ فِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ عَظِيمٌ «و کیست ستمکارتر از آن که مردم را از ذکر نام خدا در مساجد منع کند و در خرابی آن بکوشد چنین گروه در مساجد مسلمانان در نیایند جز آن که بر خود (از اعمال زشت خویش) ترسان باشند، این گروه را در دنیا ذلت و خواری نصیب است و در آخرت عذابی بسیار سخت.» (۱)

إِنَّمَا جَزَاءُ الَّذِينَ يُحَارِبُونَ اللَّهَ وَ رَسُولَهُ وَ يَشِيعُونَ فِي الْأَرْضِ فَسَادًا أَنْ يُقَتَّلُوا أَوْ يُصَلَّبُوا أَوْ تُقَطَّعَ أَيْدِيهِمْ وَ أَرْجُلُهُمْ مِنْ خِلَافٍ أَوْ يُنْفَوْا مِنَ الْأَرْضِ ذَلِكَ لَهُمْ خِزْيٌ فِي الدُّنْيَا وَ لَهُمْ فِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ عَظِيمٌ «همانا کیفر آنان که با خدا و رسول او به جنگ برخیزند و در زمین به فساد کوشند جز این نباشد که آنها را به قتل رسانیده یا به دار کشند و یا دست و پایشان را به خلاف ببرند (یعنی دست

راست را با پای چپ و یا بالعکس) یا با نفی بلد و تبعید از سرزمین صالحان دور کنند این ذلت و خواری عذاب دنیوی آنهاست و اما در آخرت باز (در دوزخ) به عذابی بزرگ معذب خواهند بود.» (۲)

فَأَرْسَلْنَا عَلَيْهِمْ رِيحًا صَرْصَرًا فِي أَيَّامٍ نَحْسَاتٍ لِنَدِيقَهُمْ عَذَابَ الْخِزْيِ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلَعَذَابُ الْآخِرَةِ أَخْزَىٰ وَهُمْ لَا يُنصَرُونَ «ما هم بر هلاک آن قوم عاد، باد تندی در ایام نحس شوم فرستادیم تا به آنها عذاب و ذلت و خذلان را در دنیا بچشانیم در صورتی که خواری عذاب آخرت بیش از دنیاست و آن جا هیچ کس یاری آنها نخواهد کرد.» (۳)

(۱) - بقره: ۱۱۴.

(۲) - مائده: ۱۳.

(۳) - فصلت: ۱۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۰

خودپسندی، حالت انفعالی پیچیده‌ای است که در بعضی از مردم مشاهده می‌شود، این حالت همان خودخواهی و غرور و خود بزرگی بینی و تکبر است. گاهی خودپسندی در برخی از مردم به نوعی نشانه رفتاری مبدل می‌گردد که شخصیتشان با آن مشخص می‌شود. قرآن حالت خودپسندی و کبر و برتری جویی بر مردم را زشت شمرده از آن به بدی یاد کرده است.

وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّكَ لَنْ تَخْرِقَ الْأَرْضَ وَلَنْ تَبْلُغَ الْجِبَالَ طُولًا «و هرگز در زمین به کبر و ناز مرو (و غرور و نخوت مفروش) که به نیرو زمین را نتوانی شکافت و به کوه در سربلندی نخواهی رسید.» (۱)

وَلَا تُصَيِّرْ عَوْ حَمْدَكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ «و هرگز به تکبر و ناز از مردم (نیازمند) رخ متاب و در زمین با غرور و تبختر قدم بر مدار که خدا هرگز مردم متکبر خودستا را دوست نمی‌دارد.» (۲)

عجب و خودخواهی، سرانجام به خود بزرگی بینی و برتری جویی بر مردم و رفتار تحقیر آمیز و متفرعانه نسبت به آنها منتهی خواهد شد. قرآن در بسیاری از آیات، حالت برتری جویی مشرکان و منافقان و لجاجت تکبر آمیز آنها را در پذیرش حق مذمت کرده است. آیات زیر نمونه‌هایی از این آیات هستند:

وَإِذَا قِيلَ لَهُمْ تَعَالَوْا يَسْتَغْفِرْ لَكُمْ رَسُولُ اللَّهِ لَوَّوْا رُؤُسُهُمْ وَرَأَيْتُهُمْ يَصُدُّونَ وَهُمْ مُسْتَكْبِرُونَ

(۱) - اسراء: ۳۷.

(۲) - لقمان: ۱۸. لا تصغر خدك للناس. یعنی: چهره‌ات را از روی تکبر از مردم برمگردان.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۱

«و هرگاه به آنها گویند بیایید تا رسول خدا برای شما از حق آموزش طلبد سربپیچند و بنگری که با تکبر و نخوت روی می‌گردانند.» (۱)

وَيْلٌ لِّكُلِّ أَفَّاكٍ أَثِيمٍ يَسْمَعُ آيَاتِ اللَّهِ تُتْلَىٰ عَلَيْهِ ثُمَّ يُصِرُّ مُسْتَكْبِرًا كَأَن لَّمْ يَسْمَعْهَا فَبَشْرَهُ بِعَذَابٍ أَلِيمٍ «وای بر مردم دروغگوی بدکار. آن که آیات خدا را که بر او تلاوت می‌شود شنیده و بر تکبر و طغیان اصرار می‌کند چنان که گویی هیچ آن آیات را نشنیده است (ای رسول) چنین کس را به عذاب دردناک بشارت ده.» (۲)

قرآن در نقل داستان فرعون، نمونه‌ای از شخصیت‌های افراطی - در خودپسندی و برتری جویی و استکبار - را به ما ارائه می‌دهد. فَحَشَرَ فَنَادَى فَقَالَ أَنَا رَبُّكُمُ الْأَعْلَى «پس (فرعون) با رجال بزرگ دربار خود انجمن کرد. (و از غرور و تکبر) گفت منم خدای بزرگ شما.» (۳)

وَقَالَ فِرْعَوْنُ يَا أَيُّهَا الْمَلَأُ مَا عَلِمْتُ لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرِي ...

«و فرعون باز (به دعوی باطل خود ادامه داد و) با بزرگان قوم خود چنین گفت که من هیچ کس را غیر خودم خدای شما نمی‌دانم ...» (۴)

(۱) - منافقون: ۵.

(۲) - جاثیه: ۷، ۸.

(۳) - نازعات: ۲۳، ۲۴.

(۴) - قصص: ۳۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۲

و نادی فِرْعَوْنُ فِي قَوْمِهِ قَالَ يَا قَوْمِ أَلَيْسَ لِي مُلْكُ مِصْرَ وَ هَذِهِ الْأَنْهَارُ تَجْرِي مِنْ تَحْتِي أَ فَلَآ تُبْصِرُونَ أَمْ أَنَا خَيْرٌ مِنْ هَذَا الَّذِي هُوَ مَهِينٌ وَلَا يَكَادُ يُبِينُ «و فرعون در میان قومش آوازه بلند کرد که ای مردم آیا کشور با عظمت مصر از من نیست؟ و چنین نهرها از زیر قصر من جاری نیست؟ آیا (عزت و جلال مرا در عالم به چشم) مشاهده نمی‌کنید؟ آیا من (به ریاست و سلطنت) بهترم یا این چنین مرد فقیر خواری که هیچ منطقی و بیان روشنی ندارد.» (۱)

### ک- تغییرات بدنی همراه با انفعال

وقتی انسان دچار حالت انفعالی می‌شود، از نظر فیزیولوژیک تغییرات زیادی در بدنش رخ می‌دهد، چنان که در شکل ظاهری بدن و خطوط چهره‌اش نیز دگرگونی‌هایی نمایان می‌شود. در میان این تغییرات که به هنگام انفعال رخ می‌دهد، می‌توان از شدت ضربان قلب و انقباض مویرگهای خونی در امعا و احشا و گسترده شدن این مویرگها در سطح بدن، نام برد و این گسترده‌گی مویرگها خود باعث ورود مقدار زیادی خون به قلب می‌شود. پر شدن قلب از خون، موجب افزایش حجم آن و در نتیجه اتصالش به نای می‌شود، زیرا از نظر فیزیولوژی تشریحی قلب در حدود یک و نیم سانتیمتر زیر یکی از نایچه‌ها قرار دارد. «۲» قرآن، اضطراب و تپش شدید قلب را در حالت انفعالی ترس که به سبب شدت خفقان و افزایش ورود خون به قلب، صورت می‌گیرد و باعث افزایش حجم آن و در نتیجه، نزدیک شدنش به نای می‌شود، چنین توصیف کرده است:

إِذْ جَاؤُكُمْ مِنْ قَوْفِكُمْ وَ مِنْ أَسْفَلِ مِنْكُمْ وَ إِذْ زَاغَتِ الْأَبْصَارُ وَ بَلَغَتِ الْقُلُوبُ الْحَنَاجِرَ

(۱) - زخرف: ۵۱، ۵۲.

(۲) - جمال ماضی ابو العزائم: القرآن و علم النفس، ندوة علم النفس و الاسلام، جلد اول. از انتشارات دانشکده علوم تربیتی دانشگاه ریاض (به صورت پلی‌کپی)، ۱۹۷۸ میلادی، ص ۲۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۳

وَ تَطَّوَّنَ بِاللَّهِ الطُّنُونَ هُنَالِكَ ابْتُلِيَ الْمُؤْمِنُونَ وَ زُلْزِلُوا زِلْزَالًا شَدِيدًا «یاد آرید وقتی را که (در جنگ احزاب) لشکر کفار از بالا و زیر بر شما حمله‌ور شدند و چشمها حیران شد و جانها به گلو رسید و به وعده خدا گمانهای مختلف کردید (مؤمنان حقیقی به وعده حق و فتح اسلام خوش گمان و دیگران بد گمان بودند). در آن جا مؤمنان امتحان شدند و (ضعیفان در ایمان) سخت متزلزل گردیدند.» (۱)

قرآن همچنین حالت ترس شدیدی را که در روز قیامت به مردم دست می‌دهد، چنین بیان می‌دارد.



وَ أَنْذِرْهُمْ يَوْمَ الْأَزْفَةِ إِذِ الْقُلُوبُ لَدَى الْحَنَاجِرِ كَازِمِينَ مَا لِلظَّالِمِينَ مِنْ حَمِيمٍ وَلَا شَفِيعٍ يُطَاعُ «و ای رسول، امت را از روز قیامت بترسان که از هول و ترس آن روز جانها به گلو می‌رسد و از بیم آن حزن و خشم خود فرو می‌برند و ستمکاران را هیچ خویشی که حمایت کند و یآوری که شفاعتش پذیرفته شود، نخواهد بود.» (۲)

یکی از نمونه‌های تغییرات جسمی که همراه انفعال رخ می‌دهد، تغییر خطوط چهره است به طوری که انسان می‌تواند حالت انفعال را از تغییراتی که در خطوط چهره شخص منفعل رخ می‌دهد، ملاحظه کند، قرآن در بسیاری از آیات به این پدیده اشاره می‌کند، آیات زیر نمونه‌هایی از این گونه هستند.

(۱) - احزاب: ۱۰، ۱۱. این دو آیه حالت ترسی را که در جریان جنگ خندق (احزاب) بر مسلمانان چیره شده بود، وصف می‌کند.

(۲) - غافر: ۱۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۴

وَ إِذَا تُتْلَىٰ عَلَيْهِمْ آيَاتُنَا بَيِّنَاتٍ تَعْرِفُ فِي وُجُوهِ الَّذِينَ كَفَرُوا الْمُنْكَرَ يَكَادُونَ يَسْطُونَ بِالَّذِينَ يَتْلُونَ عَلَيْهِمْ آيَاتِنَا ...

«و هرگاه بر این کافران معاند آیات روشن ما تلاوت شود در چهره آنها به حدی اثر مخالفت و انکار مشاهده کنی که نزدیک است از فرط غضب بر مؤمنانی که آن آیات را قرائت می‌کنند حمله‌ور شوند ...» (۱)

وَ إِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُمْ بِمَا ضَرَبَ لِلرَّحْمَنِ مَثَلًا ظَلَّ وَجْهُهُ مُسْوَدًّا وَ هُوَ كَظِيمٌ «و هرگاه هر کدام از مشرکان را به دختری - که به خدا نسبت دادند - مژده دهند رویش (از غم) سیاه می‌شود و (به ناچار) خشم فرو می‌برد.» (۲)

در قرآن آیات فراوانی وجود دارد که حالت‌های انفعالی غم و افسردگی و شادی و خوشبختی را که مردم در روز قیامت احساس می‌کنند، و همچنین تغییراتی را که بر چهره‌هاشان نمایان می‌شود و منعکس کننده حالت انفعالی آنهاست، توصیف می‌کند.

خداوند متعال در وصف حالت افسردگی و اندوهی که در روز قیامت، کافران را به دلیل این که منتظر فرا رسیدن عذاب الهی هستند و در اثر غم و اندوه چهره‌هاشان اخم آلود و سیاه می‌نماید، چنین می‌فرماید:

وَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ تَرَى الَّذِينَ كَذَبُوا عَلَى اللَّهِ وُجُوهُهُم مُّسْوَدَّةٌ ...

«و روز قیامت کسانی را که بر خدا دروغ بستند بنگری که همه رویشان سیاه شده است ...» (۳)

(۱) - حج: ۷۲.

(۲) - زخرف: ۱۷.

(۳) - زمر: ۶۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۵

وَ وُجُوهُ يَوْمَئِذٍ بِاسْرَةٍ تَنْظُرُونَ أَنْ يُفْعَلَ بِهَا فَاقِرَةٌ «و رخسار گروهی دیگر عبوس و غمگین است. که می‌دانند حادثه ناگواری در پیش است که پشت آنها را می‌شکند.» (۱)

وَ وُجُوهُ يَوْمَئِذٍ عَلَيْهَا غَبَرَةٌ تَرْهَقُهَا قَتَرَةٌ أُولَئِكَ هُمُ الْكَافِرَةُ الْفَجِرَةُ «و رخسار گروهی گردآلود (غم و اندوه) است. و به رویشان خاک (ذلت و خجلت) نشسته. آنها کافران و بدکاران عالمند.» (۲)

قرآن، حالت خوشحالی و خوشبختی را که در روز قیامت بر چهره مؤمنان نمایان است و با رخساری خندان و شاداب در انتظار ورود به بهشت هستند، چنین توصیف می‌کند:

وَ وُجُوهُ يَوْمَئِذٍ مُّسْفِرَةٌ صَاحِكَةٌ مُّسْتَبْشِرَةٌ «آن روز طایفه‌ای (که اهل ایمانند) رخسارشان (چون صبح) فروزان است. و خندان و



شادمانند. «(۳)»

إِنَّ الْأُبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ عَلَى الْأَرَائِكِ يَنْظُرُونَ تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ

(۱) - قیامت: ۲۴، ۱۴. «باسره» یعنی عبوس و بسیار اخمو. و «یعفعل بها فاقره» یعنی مصیبتی بر او وارد می‌شود که ستون فقراتش را می‌شکند.

(۲) - عبس: ۴۰-۴۲. «غبره» یعنی غبار. «قتره» یعنی تیرگی و کدری، معنایش این است که چهره‌هایشان را پرده‌ای سیاه از ننگ و ذلت و خواری می‌پوشاند.

(۳) - عبس: ۳۸، ۳۹. «مسفرة» یعنی تابناک و درخشان.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۶

«محققان نیکوکاران در بهشت ابد منتعمند. آن جا بر تختهای (عزت تکیه زنند و) نعمتهای خدا را بنگرند. و در رخسارشان نشاط و شادمانی نعیم بهشتی پدیدار است.» (۱)

وَجُوهٌ يَوْمَئِذٍ نَاعِمَةٌ لِّسَعِيهَا رَاضِيَةٌ فِي جَنَّاتٍ عَالِيَةٍ «جمعی دیگر به نعمتهای بهشتی رخسارشان شادمان و خندان است. و از سعی و کوشش خود (در طاعت خدا) خشنودند. که در بهشت بلند مرتبت، مقام عالی یافته‌اند.» (۲)

وَجُوهٌ يَوْمَئِذٍ نَاضِرَةٌ إِلَى رَبِّهَا نَاطِرَةٌ «آن روز رخسار طایفه‌ای از شادی برافروخته و نورانی است. و به چشم دل جمال حق را مشاهده می‌کنند (و در بهشت رضوان به دیدار دوست متعمند).» (۳)

یکی از تغییرات بدنی که با حالت انفعال، بویژه انفعال ترس همراه می‌باشد، بزرگ شدن کاسه چشم و از کار افتادن اندیشه و تفکر است. قرآن و روان‌شناسی ۱۵۶ ک - تغییرات بدنی همراه با انفعال .... ص: ۱۵۲

وَلَا تَحْسَبَنَّ اللَّهَ غَافِلًا عَمَّا يَعْمَلُ الظَّالِمُونَ إِنَّمَا يُؤَخِّرُهُمْ لِيَوْمٍ تَشْخَصُ فِيهِ الْأَبْصَارُ مُهْطِعِينَ مُقْنِعِي رُؤْسِهِمْ لَا يَزِيدُ إِلَيْهِمْ طَرْفُهُمْ وَأَفْزَدَتْ لَهُمْ هَيَؤَاءً «و هرگز مپندار که خدا از کردار ستمکاران غافل است بلکه، کیفر ظالمان را به تأخیر می‌افکند تا آن روزی که چشم‌هایشان در آن روز خیره و حیران است. در آن روز سخت آن ستمکاران همه شتابان (و هراسان) سر به بالا کرده و چشمها و اله مانده و دل‌هایشان از شدت عذاب به دهشت و اضطراب است.» (۴)

(۱) - مطففین: ۲۲-۲۴.

(۲) - غاشیه: ۸-۱۰.

(۳) - قیامت: ۲۲، ۲۳.

(۴) - ابراهیم: ۴۲، ۴۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۷

وَاقْتَرَبَ الْوَعْدُ الْحَقُّ فَإِذَا هِيَ شَاخِصَةٌ أَبْصَارُ الَّذِينَ كَفَرُوا يَا وَيْلَنَا قَدْ كُنَّا فِي غَفْلَةٍ مِنْ هَذَا بَلْ كُنَّا ظَالِمِينَ «آن‌گاه وعده (ثواب و عقاب) حق بسیار نزدیک شود و ناگهان چشم کافران از حیرت فرو مانده، فریاد کنند: ای وای بر ما که از این روز غافل بودیم و سخت به راه ستمکاری شتافتیم.» (۱)

این سخن خداوند متعال «تَشْخَصُ فِيهِ الْأَبْصَارُ» و «لَا يَزِيدُ إِلَيْهِمْ طَرْفُهُمْ» توصیف دقیقی است از افزایش حجم کاسه چشم و شدت خیره ماندن و باز و بسته نکردن آن به سبب ترس شدید از چیزهایی که می‌بیند.

هنگام دچار شدن به حالت انفعالی، تمام شکل بدن بطور کلی تغییر می‌کند. مثلاً انسان در حالت سرور و شادی، با نشاط، راست

قامت، سربلند و فراخ سینه به نظر می‌رسد، و در حالت ننگ و احساس گناه و پشیمانی، خوار، سرافکنده و فرو رفته در خود، دیده می‌شود گویی، می‌خواهد خود را از دید مردم بپوشاند. ما می‌توانیم وصف و شرح این گونه تغییرات بدنی را که همراه حالت انفعال به وجود می‌آیند، در قرآن بیابیم.

وَلَوْ تَرَىٰ إِذِ الْمُجْرِمُونَ نَاكِسُوا رُءُوسِهِمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ رَبَّنَا أَبْصَرْنَا وَسَمِعْنَا فَارْجِعْنَا نَعْمَلْ صَالِحًا إِنَّا مُوقِنُونَ «ای رسول، اگر تو حال مجرمان را (در قیامت) ببینی که چگونه در حضور خدای خود سر به زیر و ذلیلند و (با آه و ناله و حسرت) گویند: پروردگارا اینک عذاب تو را به چشم دیدیم و (سخن رسولانت را) به گوش گرفتیم ما را به دنیا باز گردان تا صالح و نیکوکار شویم که اکنون (وعده تو را) به چشم یقین مشاهده کردیم.» (۲)

(۱) - انبیا: ۹۷.

(۲) - سجده: ۱۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۸

و تَرَاهُمْ يُعْرَضُونَ عَلَيْهَا خَاشِعِينَ مِنَ الذُّلِّ يَنْظُرُونَ مِنْ طَرْفٍ خَفِيٍّ ...

«و آن ظالمان را بنگری که به دوزخشان متوجه گردانند و آنها با ترس و ذلت، از گوشه چشم بر آتش دوزخ می‌نگرند...» (۱)

خَاشِعَةً أَبْصَارُهُمْ تَرْهَقُهُمْ ذِلَّةٌ ...

«چشمانشان ذلیل و ترسان است و ذلت و حسرت، آنها را فرا گرفته است...» (۲)

یکی دیگر از تغییرات جسمی که هنگام بروز حالت انفعالی ترس، حادث می‌شود، راست شدن موی سر و تمام موی بدن بر سطح پوست است. این مسأله در بعضی از حیوانات مثل گربه‌ها که در حالت انفعالی ترس مو بر تنشان راست می‌ایستد، آشکارا دیده می‌شود. همین حالت برای انسان نیز به وجود می‌آید، اما، نه به آن آشکاری که در حیوانات دیده می‌شود. همین راست شدن مو بر سطح پوست بدن، به هنگام بروز حالت انفعالی ترس، باعث می‌شود که در وقت ترسیدن نوعی لرزش در بدن احساس شود.

قرآن احساس لرزش بدن را که همراه حالت انفعالی ترس است، چنین ذکر کرده است.

اللَّهُ نَزَلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَابِهًا مَثَانِيَ تَفْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ ذَلِكَ هُدَىٰ اللَّهِ يَهْدِي بِهِ مَنْ يَشَاءُ وَمَنْ يُضْلِلِ اللَّهُ فَمَا لَهُ، مِنْ هَادٍ «خدا قرآن را فرستاد که بهترین حدیث است، کتابی است که آیاتش همه (در کمال فصاحت و اعجاز) با هم مشابه است (و در آن ثنای خدا و خاصان خدا)

(۱) - شوری: ۴۵.

(۲) - زمر: ۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۵۹

مکرر می‌شود که از تلاوت (آیات قهر آن)، خدا ترسان را لرزه بر اندام افتد و (به آیات رحمت) باز آرام و سکونت بخشد و دل‌هایشان را به ذکر خدا مشغول سازد این (کتاب) همان (رحمت و) هدایت خداست که هر که را خواهد به آن رهبری فرماید و هر کس را خدا گمراه کند دیگر هیچ هدایت کننده‌ای نخواهد یافت.» (۱)

این گفته خداوند متعال در آیه فوق، «ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ» اشاره است به حالت آسایش و آرامشی که ذکر خدا و توجه به او، در نفس انسان ایجاد می‌کند، که آن هم با عبادت و تنزیه خداوند، قابل حصول است.

انسان گاهی با حرکت دست، حالات انفعالی خود را بروز می‌دهد. قرآن، دست روی دست زدن انسان را در حالت پشیمانی، چنین

ذکر کرده است.

وَ أُحِيطَ بِثَمَرِهِ فَأَصْبَحَ يُقَلِّبُ كَفَّيْهِ عَلَىٰ مَا أَنْفَقَ فِيهَا وَ هِيَ خَاوِيَةٌ عَلَىٰ عُرْوَتِهَا وَ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي لَمْ أُشْرِكْ بِرَبِّي أَحَدًا «یا آن که ثمره و میوه‌هایش همه نابود شود تا صبحدمی از شدت حزن و اندوه بر آن چه در باغ خرج کرد دست بر دست زند که بنا و اشجارش همه ویران و خشک شده است آن گاه گوید: ای کاش من به خدای خود مشرک نمی‌شدم (و به خودپرستی و غرور و معصیت نمی‌پرداختم).» (۲)

انسان گاهی دست خود را بر دهان می‌گذارد تا حیرت و نفرتش را ابراز کند. خداوند می‌فرماید:

أَلَمْ يَأْنِكُمْ نَبُؤُا الَّذِينَ مِنْ قَبْلِكُمْ قَوْمِ نُوحٍ وَ عَادٍ وَ ثَمُودَ وَ الَّذِينَ لَا يَعْلَمُهُمْ إِلَّا اللَّهُ جَاءَتْهُمْ رُسُلُهُمْ بِالْبَيِّنَاتِ فَرَدُّوا أَيْدِيَهُمْ فِي أَفْوَاهِهِمْ وَ قَالُوا إِنَّا كَفَرْنَا بِمَا

(۱) - قلم: ۴۳.

(۲) - کهف: ۴۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۰

أَرْسَلْتُمْ بِهِ وَ إِنَّا لَفِي شَكٍّ مِمَّا تَدْعُونَنَا إِلَيْهِ مُرِيبٍ «آیا اخبار پیشینیان شما مانند قوم نوح و عاد و ثمود و قوم بعد از اینها که همه در گذشتند و جز خدا کسی بر احوالشان آگاه نیست به شما نرسیده که پیغمبرانشان آیات و معجزات روشن بر آنها آوردند و آنها (از تعجب و خشم) دست به دهان فرو برده و می‌گفتند که ما به هر چه شما پیغمبران مأمور آن هستید کافریم و هم به آنچه شما دعوت می‌کنید (از خدا و قیامت و بهشت و دوزخ و سایر گفتارتان) در همه شک داریم.» (۱)

همچنین در هنگام انفعال، گاهی فرایند تفکر متوقف می‌شود و انسان نمی‌تواند به مشکلاتی که با آنها مواجه می‌شود به شکل درست آن گونه معمولاً در اوقات و حالت‌های غیر انفعالی می‌اندیشد، بیندیشد. قرآن در آیه ۴۳ سوره ابراهیم که پیشتر ذکر کرده‌ایم، به متوقف شدن فرایند تفکر در هنگام انفعال چنین اشاره می‌کند:

... لَا يَزِدُّهُمْ إِلَيْهِمْ طَرْفُهُمْ وَ أَفْتَدَتْهُمْ هَوَاءٌ «... و چشمها و اله مانده و دلهاشان از شدت عذاب به دهشت و اضطراب است.» (۲)

عبارت «أَفْتَدَتْهُمْ هَوَاءٌ» اشاره دارد به از کار افتادن جریان تفکر در هنگام ترس، چه در این صورت، مغز ستمکاران از عقل و تفکر خالی می‌شود. (۳)

(۱) - ابراهیم: ۹.

(۲) - ابراهیم: ۴۳.

(۳) - تفسیر قرطبی، ج ۹، ص ۳۷۷، ۳۷۸؛ تفسیر الجلالین، ص ۲۱۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۱

## ل - غلبه بر انفعالات

### اشاره

عواطف انفعالی گرچه وظایف مهمی در زندگی انسان بر عهده دارند، و همان طور که قبلاً اشاره کردیم انسان را در حفظ و بقای ذات یاری می‌کنند، اما با این حال، زیاده‌روی در آنها برای سلامت جسم و روان ضرر دارد. مثلاً انفعال ترس برای انسان مفید

است، زیرا او را به پرهیز و دوری جستن از خطراتی که زندگی‌اش را تهدید می‌کنند باز می‌دارد، اما اگر انسان در ترس زیاده‌روی کند و از خیلی چیزهایی که برایش ظاهراً تهدید آمیزند ولی، در واقع خطرناک نیستند، بترسد، در این صورت ترس برای انسان زیان‌آور است.

این گونه ترسهای فراوان، معمولاً- دلیل بر اضطراب و تزلزل شخصیت انسان هستند و تحقیقات جدید در طب «روان تنی» (سیکو سوماتی) این موضوع را روشن کرده است که، اضطراب در جنبه‌های انفعالی انسان، یکی از عوامل رشد بسیاری از عوارض بیماریهای جسمی است. برخی از آمارها نشان می‌دهد که درصد زیادی از بیمارانی که اغلب به مطب پزشکان مراجعه می‌کنند، اساساً از اضطرابهای ناشی از مشکلات روانی شکایت دارند این بیماران اصولاً نیازمند مداوای پزشکی نیستند بلکه، در واقع به معالجه روانی نیاز دارند. اکنون در محافل پزشکی، معروف است که بهترین توصیه به این گونه بیماران این است که، خود را از حالت نگرانی و تشویش رها سازند. قرآن با توجه و اهتمام به راهنمایی مردم در امر مهار کردن حالات روانی و غلبه بر آنها، از علوم جدید پزشکی و روانی، پیشی گرفته است، چرا که در این کار فوائد بهداشتی فراوانی وجود دارد که تاکنون به طور دقیق و علمی ناشناخته بوده، ولی در عصر حاضر به فواید آنها پی برده شده است.

### ۱- غلبه بر ترس از مرگ

قرآن اصرار دارد مردم را به نترسیدن از اموری تشویق کند که معمولاً در آنها حالت ترس برمی‌انگیزند، مانند مرگ و فقر. درباره ترس از مرگ، قرآن، برای ما بیان کرده است که حیات دنیا یک زندگی گذرا و فانی و نعمتهای آن نابود شدنی است، و تنها زندگی اخروی است که همیشگی و نعمتهایش ابدی و ماندگار است و مرگ چیزی نیست مگر قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۲

مرحله‌ای که ما را از این زندگی فانی به یک زندگی باقی و جاودانه منتقل می‌کند. به همین دلیل مؤمن واقعی از مرگ نمی‌هراسد، چون یقین دارد که مرگ، او را به نعمتهای حیات باقی و جاویدان منتقل خواهد کرد که خداوند به بندگان پرهیزکارش وعده فرموده است.

وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهْوٌ وَ لَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِيَ الْحَيَوَانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ «این زندگانی چند روزه دنیا فسوس و بازیچه‌ای بیش نیست و زندگانی اگر مردم بدانند به حقیقت در آخرت است.» (۱)

وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَ لَهْوٌ وَ لَلدَّارِ الْآخِرَةُ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ «دنیا جز بازیچه کودکانه و هوسرانی بی‌خردان هیچ نیست و همانا سرای دیگر، اهل تقوا را نیکوتر است آیا تعقل و اندیشه در این گفتار به کار نمی‌بندید!» (۲) «یا قَوْمِ إِنَّمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا مَتَاعٌ وَإِنَّ الْآخِرَةَ هِيَ دَارُ الْقَرَارِ «ای قوم، این زندگانی (فانی) دنیا، متاع ناچیزی بیش نیست و سرای آخرت منزلگاه ابدی (و حیات جاودانی) است.» (۳)

همین ایمان به زندگی باقی آخرت و نیز ایمان به نعمتهای جاودانه‌ای که خداوند به مؤمنان وعده داده است، از عوامل مهمی بودند که باعث شدند، مسلمانان صدر اسلام شجاعانه و بدون ترس از مرگ، به جنگ و جهاد در راه خدا اقدام کنند و با شهامت و جرأت فراوان، در حالی که آرزوی شهادت در راه خدا و رسیدن به نعمتهای بهشتی داشتند، به صفوف کفار بتازند.

(۱)- عنکبوت: ۶۴.

(۲)- انعام: ۳۲.

(۳)- غافر: ۳۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۳

وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْواتًا بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَيَسْتَبْشِرُونَ بِالَّذِينَ لَمْ يَلْحَقُوا بِهِمْ مِنْ خَلْفِهِمْ أَلَّا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ «البته نپندارید که شهیدان راه خدا مرده‌اند بلکه زنده به حیات ابدی هستند و در نزد خدا متنعم خواهند بود. آنان به فضل و رحمتی که از خداوند نصیبشان گردیده شادمانند و به آن مؤمنان که هنوز به آنها نپیوسته‌اند و بعدا در پی آنها به راه آخرت خواهند شتافت مژده دهند، که از مردن هیچ نترسید و از فوت متاع دنیا هیچ غم مخورید.» (۱)

وَلَكِنَّ قُتِلْتُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَوْ مِتُّمْ لَمَغْفِرَةً مِنَ اللَّهِ وَرَحْمَةً خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ وَلَكِنَّ مَتَّكُمْ أَوْ قُتِلْتُمْ لِلَّهِ تَحْشَرُونَ «اگر در راه خدا کشته شده یا بمیرید در آن جهان به آمرزش و رحمت خدا نایل شوید و آن بهتر از هر چیزی است که در حیات دنیا برای خود فراهم توان آورد.»

اگر در راه خدا بمیرید یا کشته شوید (غم مدارید) که به رحمت ایزدی در پیوسته و به سوی خدا محشور خواهید شد.» (۲)

فَلْيُقَاتِلْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ الَّذِينَ يَشْرُونَ الدُّنْيَا بِالْآخِرَةِ وَمَنْ يُقَاتِلْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَيَقْتُلْ أَوْ يُغْلَبْ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا «مؤمنان باید در راه خدا با آنان که حیات مادی دنیا را بر آخرت گزیدند جهاد کنند و هر کس در جهاد به راه خدا کشته شد یا فاتح گردید زود باشد که او را (در بهشت ابدی) اجر عظیم دهیم.» (۳)

(۱) - آل عمران: ۱۶۹، ۱۷۰.

(۲) - آل عمران: ۱۵۷، ۱۵۸.

(۳) - نساء: ۷۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۴

إِنَّ اللَّهَ اشْتَرَى مِنَ الْمُؤْمِنِينَ أَنْفُسَهُمْ وَأَمْوَالَهُمْ بِأَنْ لَهُمُ الْجَنَّةَ يُقَاتِلُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَيَقْتُلُونَ وَيُقْتَلُونَ وَعِندَهُمْ أَجْرٌ فِي التَّوْرَةِ وَالْإِنْجِيلِ وَالْقُرْآنِ وَمَنْ أَوْفَى بِعَهْدِهِ مِنَ اللَّهِ فَاسْتَبْشِرُوا بِنِعْمَةِ اللَّهِ الَّتِي بَايَعْتُمْ بِهِ وَذَلِكَ هُوَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ «خدا جان و مال اهل ایمان را به بهای بهشت خریداری کرده، آنها که در راه خدا جهاد می‌کنند که دشمنان دین را به قتل رسانند و یا خود کشته شوند این وعده قطعی است بر خدا و عهدی است که در تورات و انجیل و قرآن یاد فرموده است و از خدا با وفاتر به عهد کیست؟ ای اهل ایمان شما به خود در این معامله بشارت دهید که این معاهده با خدا به حقیقت سعادت و فیروزی بزرگی است.» (۱)

مؤمنان راستین به طور یقین می‌دانستند که مرگ، حق است و هیچ گریزی از آن نیست. بنابراین آن را به عنوان یک واقعیت محتوم، بدون ترس و اظهار ناراحتی می‌پذیرفتند و می‌دانستند که هر چه هم عمرشان در دنیا طولانی شود باز هم رو به نابودی است و سرانجام مرگ آنها را به حیات باقی و جاودانه منتقل خواهد کرد.

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّوْنَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَمَنْ زُحْزِحَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَمَتَاعٌ الْعُرُورِ «هر نفسی شربت مرگ را خواهد چشید و محققا روز قیامت همه شما به مزد اعمال خود کاملاً خواهید رسید پس هر کس خود را از آتش جهنم دور داشت و به بهشت ابدی درآمد، چنین کسی فیروزی و سعادت ابد یافت و (بدانید) که زندگانی دنیا جز متاعی فریبنده نخواهد بود.» (۲)

(۱) - توبه: ۱۱۱.

(۲) - آل عمران: ۱۸۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۵

كُلِّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَ نَبَلُوكُمْ بِالشَّرِّ وَ الْخَيْرِ فِتْنَةً وَ اِلَيْنَا تُرْجَعُونَ «هر نفسی در عالم رنج و سختی مرگ را می‌چشد و ما شما را به بد و نیک مبتلا کرده تا بیازماییم و (هنگام مرگ) به سوی ما باز می‌گردید.» (۱)

كُلِّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ ثُمَّ اِلَيْنَا تُرْجَعُونَ «هر نفسی شاهد ناگوار مرگ را خواهد چشید و پس از مرگ همه به ما رجوع خواهند کرد.» (۲)

اَيْنَمَا تَكُونُوا يُدْرِكُكُمُ الْمَوْتُ وَ لَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُّسَيَّدَةٍ ...

«هر کجا باشید اگر چه در کاخهای محکم، مرگ شما را فرا رسد (و از چنگ مرگ به هیچ چاره‌ای رهایی نیابید).» (۳)

قُلْ لَنْ يَنْفَعَكُمُ الْفِرَارُ اِنْ فَرَرْتُمْ مِنَ الْمَوْتِ اَوْ الْقَتْلِ وَ اِذَا لَمْ تَمْتَعُونَ اِلَّا قَلِيلًا «ای رسول ما، منافقان را بگو اگر از مرگ یا قتل فرار می‌کنید آن فرار هرگز به نفع شما نیست چه آن که اندک زمانی بیش، از زندگی کامیاب نخواهید شد.» (۴)

همین نترسیدن مؤمنان از مرگ و اشتیاق شدیدشان به شهادت در جریان جهاد در راه خدا، یکی از مهمترین عوامل یاری کننده آنها برای پیروزی در جنگها و در نتیجه، گسترش سریع اسلام در جهان بود.

(۱) - انبیاء: ۳۵.

(۲) - عنکبوت: ۵۷.

(۳) - نساء: ۷۸.

(۴) - احزاب: ۱۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۶

## ۲- غلبه بر ترس از فقر

قرآن همچنین به ما سفارش کرده است که از فقر نهراسیم، زیرا روزی در دست خداوند متعال می‌باشد و تنها اوست که روزی دهنده و صاحب قدرت و اقتدار است.

اِنَّ اللّٰهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ «همانا روزی دهنده خلق تنها خداست که صاحب قوت و اقتدار ابدی است.» (۱)

وَ فِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَ مَا تُوَعَّدُونَ «و روزی شما با همه وعده‌ها که به شما دادند در آسمان (به امر خدا مقدر) است.» (۲)

وَ مَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْاَرْضِ اِلَّا عَلَى اللّٰهِ رِزْقُهَا وَ يَعْلَمُ مُسْتَقَرَّهَا وَ مُسْتَوْدَعَهَا كُلُّ فِي كِتَابٍ مُّبِينٍ «هیچ جنبنده در زمین نیست جز آن که روزیش بر خداست و خدا قرارگاه (منزل دائمی) و آرامگاه (جای موقت) او را می‌داند و همه احوال خلق در دفتر علم ازلی خدا ثبت است.» (۳)

وَ كَايِّنٌ مِنْ دَابَّةٍ لَا تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللّٰهُ يَرْزُقُهَا وَ اِيَّاكُمْ وَ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ «و چه بسیار حیوانات که خود بار روزی خود را نکشند و خدا به آنها و هم به شما روزی می‌رساند و او شنوا و داناست.» (۴)

(۱) - ذاریات: ۵۸.

(۲) - ذاریات: ۲۲.

(۳) - هود: ۶.

(۴) - عنکبوت: ۶۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۷

اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَيَقْدِرُ لَهُ إِنَّ اللَّهَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ «خدا هر کس از بندگان که بخواهد وسیع روزی و یا تنگ روزی می‌گرداند. همانا او به صلاح حال کلیه خلائق آگاه است.» (۱)

ما يَفْتَحِ اللَّهُ لِلنَّاسِ مِنْ رَحْمَتِهِ فَلَا مُمْسِكَ لَهَا وَ مَا يُمْسِكُ فَلَا مُرْسِلَ لَهُ مِنْ بَعْدِهِ وَ هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ يَا أَيُّهَا النَّاسُ اذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ هَلْ مِنْ خَالِقٍ غَيْرِ اللَّهِ يَرْزُقُكُمْ مِنَ السَّمَاءِ وَ الْأَرْضِ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ فَأَنْتُمْ تُؤْفِكُونَ «دری که او از رحمت به روی مردم می‌گشاید هیچ کس نتواند بست و آن را که او بندد هیچ کس جز او نتواند رها کند و اوست خدای بی‌همتای با حکمت و اقتدار. ای مردم متذکر شوید که چه نعمتها خدا به شما عطا فرمود آیا جز خدا آفریننده‌ای هست که از آسمان و زمین به شما روزی دهد؟ هرگز جز آن خدای یکتا خدایی نیست پس ای مشرکان چگونه از درگاه حق رو به بت‌های باطل می‌آورید.» (۲)

### ۳- غلبه بر غضب

قرآن ما را به کنترل انفعال خشم سفارش کرده است، زیرا انسان وقتی خشمگین می‌شود فکرش از کار باز می‌ماند و قدرت صدور احکام و دستورهای صحیح را از دست می‌دهد. و نیز در اثنای خشم- و بطور کلی، همان‌طور که قبلاً نیز گفتیم به هنگام ترس و انفعالات دیگر- غده‌های چربی روی کلیه، هورمون آدرنالین ترشح می‌کنند، این هورمون بر کبد اثر می‌گذارد و باعث می‌شود کبد مقدار زیادی مواد قندی ترشح کند. این عمل باعث افزایش نیروی بدنی انسان می‌شود و او را قادر می‌سازد که برای دفاع از خود، نیروی عضلانی لازم را به کار گیرد و افزایش نیروی بدنی به هنگام انفعال خشم،

(۱)- عنکبوت: ۶۲.

(۲)- فاطر: ۲، ۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۸

باعث آمادگی بیشتر انسان جهت تجاوز فیزیکی به کسی که موجب برانگیختن خشمش شده است، می‌شود. از این رو به چند دلیل، حکومت بر نفس در حالت خشم مفید خواهد بود:

۱- انسان قدرت خویش را، بر تفکر سالم و صدور احکام و دستورهای صحیح، حفظ می‌کند و کاری انجام نمی‌دهد، یا سخنی نمی‌گوید که بعداً پشیمان شود.

۲- انسان تعادل جسمی خود را حفظ می‌کند بنابراین، تشنج جسمی ناشی از افزایش نیرو که آن هم نتیجه افزایش ترشح مواد قندی توسط کبد است، به او دست نمی‌دهد و به این ترتیب از دست زدن به اعمال خشونت‌آمیز مانند تجاوز فیزیکی به دشمن که اغلب در هنگام خشم اتفاق می‌افتد، دوری می‌کند.

۳- در دست داشتن کنترل حالت انفعالی خشم و عدم تجاوز، اعم از جسمی یا لفظی به دیگران و تداوم رفتار نیک و توأم با آرامش نسبت به مردم، قاعده باعث ایجاد آرامش در طرف مقابل می‌شود و خود او را نیز وامی‌دارد که به خود بیاید و آرامش خود را باز یابد و این مسأله بدون شک منجر به جلب دوستی و محبت مردم می‌شود و به طور کلی به حسن روابط انسانی کمک می‌کند.

... اَدْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَ بَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ... (ای رسول، تو و امتت در امور شخصی) همیشه بدی خلق را به بهترین عمل (که نیکی است) پاداش ده تا همان کس که گویی با تو بر سر دشمنی است، دوست و خویش تو گردد.» (۱)

۴- کنترل خشم از نظر بهداشتی نیز سودمند است، زیرا این کار همان‌طور که قبلاً اشاره کردیم، انسان را از بسیاری امراض جسمی که معمولاً در نتیجه انفعالات شدید به وجود می‌آیند، دور می‌سازد.



(۱) - فصلت: ۳۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۶۹

از مطالب فوق این موضوع روشن می‌شود که، چرا خداوند متعال از مردم می‌خواهد بر نیروی خشم خویش حاکم باشند و از تقصیر دیگران در گذرند. خداوند به افرادی که بر خشم خود غالب می‌شوند، وعده ثوابی عظیم داده است.

و سَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَ جَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَ الْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَ الضَّرَّاءِ وَ الْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَ الْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَ اللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ «بشتابید به سوی مغفرت پروردگار خود و به سوی بهشتی که پهنای آن آسمانها و زمین را فرا گرفته و برای پرهیزکاران مهیاست. آنهایی که از مال خود به فقرا در حال وسعت و تنگدستی انفاق کنند و خشم و غضب فرو نشانند و از بدی مردم در گذرند (چنین مردمی نیکوکارند) و خدا دوستدار نیکوکاران است.» (۱)

فَمَا أُوتِيتُمْ مِنْ شَيْءٍ فَمَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ مَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ وَ أَلْبَسُوا لِ الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ وَ الَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَبَائِرَ الْإِثْمِ وَ الْفَوَاحِشِ إِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ «(باز ای مردم دنیا طلب بدانید که) چیزی که از نعمتهای دنیا نصیب شما گردیده متاع (فانی) زندگی دنیاست و آن چه نزد خداست بسیار بهتر و باقی‌تر است اما مخصوص است به آنان که به خدا ایمان آورده‌اند و در امورشان به پروردگار توکل می‌کنند. و آنان که از زشتکاری و گناهان بزرگ می‌پرهیزند و چون بر کسی خشم و غضب کنند بر او می‌بخشند.» (۲)

وَ لَمَنْ صَبَرَ وَ غَفَرَ إِنَّ ذَلِكَ لَمِنَ عَظْمِ الْأُمُورِ

(۱) - آل عمران: ۱۳۳، ۱۳۴.

(۲) - شوری: ۳۶، ۳۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۰

«و هر که (بر ظلم کسی) صبر کند و (با قدرت انتقام) ببخشد این مقام حلم و بردباری است که عزم در امور الهی (و تسلط بر نفس و قوت عقل و اراده) است.» (۱)

وَ جَزَاءُ سَيِّئَةٍ سَيِّئَةٌ مِّثْلُهَا فَمَنْ عَفَا وَ أَصْلَحَ فَأَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ «و انتقام بدی مردم به مانند آن بد، رواست (نه بیشتر) و باز اگر کسی عفو کرد و بین خود و خصم اصلاح نمود اجر او بر خداست و خدا ستمکاران را دوست نمی‌دارد.» (۲)

... فَاَصْفَحِ الصَّفْحَ الْجَمِيلَ «... اکنون تو ای رسول ما از این منکران، نیکو در گذر (یعنی با خلق خوش آنها را به حق دعوت کن و اگر نپذیرند دلتنگ مباش).» (۳)

... وَ لِيُغْفِرُوا وَ لِيُغْفَرُوا أَوْ لَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَ اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ «... باید مؤمنان همیشه بلند همت بوده و با مردم عفو و صفا پیشه کنند و از بدیها در گذرند آیا دوست نمی‌دارید که خدا هم در حق شما مغفرت و احسان فرماید؟ که خدا بسیار آمرزنده و مهربان است.» (۴)

... فَاعْفُ عَنْهُمْ وَ اصْفَحْ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ «... پس تو از آنها در گذر و کار بدشان را عفو کن که همانا خدا نیکوکاران را دوست می‌دارد.» (۵)

(۱) - شوری: ۴۳.

(۲) - شوری: ۴۰.

(۳) - حجر: ۸۵.



(۴) - نور: ۲۲.

(۵) - مائده: ۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۱

دعوت قرآن به فرو خوردن خشم و بخشیدن مردم، در مسلمانان تأثیری بسزا بر جای نهاد و روحیه گذشت و عفو را در میانشان گسترش داد. در اینجا به عنوان نمونه ماجرای از عمر بن خطاب را نقل می‌کنیم که مردی به او گفت: «تو به عدالت حکم نمی‌کنی و زیاد نمی‌بخشی»، عمر با شنیدن این سخن متغیر شد و این دگرگونی در چهره‌اش کاملاً نمایان گردید. یکی از حاضران به او گفت: «ای امیر المؤمنین، مگر سخن خداوند سبحان را نشنیده‌ای که می‌فرماید: «خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ» [طریقه عفو و بخشش پیش گیر و به نیکوکاری امر کن و از مردم نادان روی بگردان. اعراف: ۱۹۹]. عمر گفت: راست گفתי، این بر آشفته‌گی همچون آتشی بود که اینک خاموش شده است. (۱)»

#### ۴ - غلبه بر انفعال محبت

قرآن به ما توصیه می‌کند که بر محبت خود نسبت به افراد خانواده، مانند پدر و همسر و فرزند و یا محبت دوستان و اقوام و میهن و مال و دارایی، تسلط و حکومت داشته باشیم تا محبت خدا را از یادمان نبرند و ما را از اطاعت خدا و جهاد در راه او باز ندارند. **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن مِّنْ أَرْوَاحِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ يَعِدُونَ لَكُمْ فَاحِذَرُوهُمْ وَإِن تَعَفُوا وَتَصِفُّوهَا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ** «(الا ای اهل ایمان (بدانید که) زنان و فرزندان شما هم برخی (که شما را از اطاعت و جهاد و هجرت در دین باز دارند) دشمن شما هستند، از آنان حذر کنید و (دل از محبتشان برکنید) و اگر از (عقاب آنها پس از توبه) آنان عفو و آمرزش و چشم‌پوشی کنید خدا هم (در حق شما) بسیار آمرزنده و مهربان است. به حقیقت اموال و فرزندان شما اسباب فتنه و امتحان شما هستند (چندان به آنها دل

(۱) - محمد الصادق عقیفی: الفکر الاسلامی، مبادئه، مناہجه، قیمه، اخلاقیات، قاهره: مکتبه الخانجی، بدون تاریخ، ص ۲۵۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۲

نبندید) و (بدانید که) نزد خدا اجر عظیم خواهد بود. (۱)»

**قُلْ إِن كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِينُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ** «(ای رسول ما) بگو امت را که ای مردم اگر شما پدران و پسران و برادران و زنان و خویشاوندان خود را و اموالی را که جمع آورده‌اید و مال التجاره که از کسادی آن بیمناکید و منازل که به آن دل خوش داشته‌اید بیش از خدا و رسول و جهاد در راه او دوست می‌دارید منتظر باشید تا امر نافذ (و قضای حتمی) خدا جاری گردد و خدا فاسقان و بدکاران را هدایت نخواهد کرد. (۲)»

قرآن تأکید می‌کند که محبت مؤمن نسبت به خداوند متعال، بالاتر از محبتش نسبت به مردم، حتی نزدیکترین افراد به او مانند پدر و فرزند و خویشاوندان و دوستان است، و هرگاه حب الهی مؤمن با محبتش نسبت به همگی این افراد در تضاد قرار گیرد، مؤمن بی‌درنگ حب خدا را بر خواهد گزید.

**لَا تَجِدُ قَوْمًا يُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ يُوَادُّونَ مَنْ حَادَّ اللَّهَ وَرَسُولَهُ وَلَوْ كَانُوا آبَاءَهُمْ أَوْ أَبْنَاءَهُمْ أَوْ إِخْوَانَهُمْ أَوْ عَشِيرَتَهُمْ أُولَئِكَ كَتَبَ فِي قُلُوبِهِمُ الْإِيمَانَ وَأَيَّدَهُم بِرُوحٍ مِنْهُ وَيُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ أُولَئِكَ حِزْبُ اللَّهِ**

(۱) - تغابن: ۱۴، ۱۵. معنای «إِنَّ مِنْ أَرْوَاجِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عِدْوًا لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ» این است که شما آنها را دوست می‌دارید و برای برآوردن خواسته‌ها و تمایلاتشان تلاش می‌کنید و این ممکن است شما را از اطاعت خدا باز دارد، بنابراین در رفتارشان با آنها محتاط باشید.

(۲) - توبه: ۲۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۳

أَلَا إِنَّ حِزْبَ اللَّهِ هُمُ الْمُفْلِحُونَ «(ای رسول) هرگز مردمی را که ایمان به خدا و روز قیامت آورده‌اند چنین نخواهی یافت که دوستی با دشمنان خدا و رسول کنند و هر چند آن دشمنان، پدران یا فرزندان یا برادران یا خویشان آنها باشند این مردم پایدارند که خدا بر دلهاشان نور ایمان نگاشته و به روح قدس الهی آنها را مؤید و منصور گردانیده و در قیامت به بهشتی داخل کند که نهرهای (مصفا) زیر درختانش جاری است و جاودان در آن جا متعینند و این (بهشت نعیم و بالا-تر از آن بهشت رضوان است که) خدا از آنها خشنود و آنها هم از خدا خشنودند اینان به حقیقت حزب خدا هستند، الا (ای اهل ایمان بدانید که) حزب خدا رستگاران عالمند.» (۱)

قرآن در خصوص غلبه انسان بر محبت نسبت به خانواده و ترجیح کفه ترازوی حب خدا بر محبت خانواده، جریان حضرت ابراهیم علیه السلام و اطرافیان مؤمنش را مثال زده است.

فَدَكَانَتْ لَكُمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ فِي إِبْرَاهِيمَ وَالَّذِينَ مَعَهُ إِذْ قَالُوا لَقَوْمِهِمْ إِنَّا بُرَآءُ مِنْكُمْ وَمِمَّا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ كَفَرْنَا بِكُمْ وَبَدَا بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةُ وَالْبَغْضَاءُ أَبَدًا حَتَّى تُؤْمِنُوا بِاللَّهِ وَحَدَهُ ...

«برای شما مؤمنان بسیار پسندیده و نیکوست که به ابراهیم و اصحابش اقتدا کنید که آنها به قوم مشرک خود (صریح) گفتند ما از شما و بت‌های شما که به جای خدا می‌پرستید به کلی بیزاریم، ما مخالف و منکر شمایم و همیشه میان ما و شما کینه و دشمنی خواهد بود تا وقتی که تنها به خدای یگانه ایمان آورید...» (۲)

## ۵- غلبه بر انفعالات دیگر

قرآن به ما سفارش کرده است که خودپسند و متکبر نباشیم و ما قبلاً، هنگام بحث

(۱) - مجادله: ۲۲.

(۲) - ممتحنه: ۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۴

درباره حالت انفعالی کبر و خودپسندی، برخی از آیاتی که ما را از خودپسندی و تکبر و برتری جویی بر مردم منع کرده‌اند، ذکر کردیم.

همچنین قرآن به ما توصیه کرده است که بر هر یک از انفعالات غم و شادی، مسلط باشیم، ما نباید نسبت به مصائب و حوادث غم انگیزی که در زندگی برای خود ما یا فرزندان و یا مملکات و اموالمان پیش می‌آید، بیش از اندازه اظهار اندوه کنیم، همان طور که نباید در ابراز شادی از نیکی و خیری که به ما می‌رسد و یا موفقیت و برتری و شهرت و مقامی که به دست می‌آوریم، زیاده‌روی کنیم و به خود پسندی و تکبر و فخرفروشی کشانده شویم. زیرا هر اذیت و مصیبت و یا نیکی و خیری که به ما می‌رسد در لوح محفوظ نوشته شده، و پیش از حدوث آن، برای ما در علم خدا ثابت بوده است و اندوه ما هیچ فایده و تأثیری در تغییر حادثه یا

تغییر نتایج آن ندارد، همان‌طور که خوشحالی و افتخار ما نیز خیر و خوبی را افزایش نمی‌دهد و یا آن را از زوال و نابودی حفظ نمی‌کند.

زیرا چیزهایی از این قبیل، تنها در علم خداوند متعال و در گروهی مشیت و خواست الهی است.

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ «هر رنج و مصیبتی در زمین (از قحطی و آفت و فقر و ستم) یا از نفس خویش (چون ترس و غم و درد) به شما رسد همه در کتاب (لوح محفوظ ما) پیش از آن که در دنیا ایجاد کنیم ثبت است و خلق آن بر خدا آسان است. (این را بدانید) تا هرگز بر آن چه از دست شما رود دل‌تنگ نشوید و به آنچه به شما رسد (مغرور و) دلشاد نگردید و خدا دوستدار هیچ متکبر خودستایی نیست.» (۱)

(۱) - حدید: ۲۲، ۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۵

بطور کلی خداوند سبحان، ما را به کنترل حالات انفعالی خود و حکومت و تسلط بر آنها سفارش می‌کند. ایمان راستین به خدا و پیروی از سنت او که در قرآن ترسیم فرموده و پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله آن را بر ایمان بیان کرده است، آن چنان اراده و عزم نیرومندی به ما می‌دهد که، بتوانیم بر انفعالات خود حکومت و سیطره داشته باشیم. اصولاً مؤمن واقعی، بجز خدا از هیچ موجود دیگری از قبیل مرگ، فقر، مردم و یا هر چیز دیگری در جهان هستی، نمی‌هراسد. او خشمش را فرو می‌برد و برای مسائل ناچیزی برافروخته و خشمگین نمی‌شود. غضب او در راستای خشم خداست. مؤمن، بر اندوهش نیز مسلط است زیرا می‌داند هیچ‌گاه مصیبتی به او نمی‌رسد مگر آنچه را که خدا برایش مقرر فرموده است. او متواضع و فروتن است زیرا میزان ارزش واقعی خود را می‌داند و به همین دلیل به خود نمی‌بالد و افتخار و تکبر نمی‌ورزد.

در قرآن آیات بسیاری آمده است که، روشن می‌کند ایمان به خدا همچون سپری در مقابل ترس است و بیماری ترس را درمان می‌کند. ما در فصل دهم که به بحث «روان‌درمانی از نظر قرآن» اختصاص دارد، به این مسأله باز خواهیم گشت و آن را مورد بحث قرار خواهیم داد.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۷

## فصل سوم ادراک حسی در قرآن

### اشاره

خداوند متعال اراده کرده است که کلیه امکانات و وسایل ضروری زندگی و بقا را در اختیار انسان و حیوان قرار دهد، از این رو علاوه بر انگیزه‌ها و انفعالات، آنها را به وسایلی مجهز کرد که با آن، جهان خارج و حوادث و وقایع اطراف و همچنین جهان درونی خود و تغییرات حاصل در آن را ادراک کنند. ادراک حسی وظیفه مهمی در زندگی انجام می‌دهد، زیرا موجود زنده توسط آن، چیزهایی را که مایه آزارش هستند می‌شناسد و از آنها دوری می‌کند و برای دستیابی به آنچه سودمند تشخیص می‌دهد تلاش می‌نماید.

ما جهان خارج را با حواس ظاهری که عبارتند از شنوایی، بینایی، بویایی، چشایی و بساوی، درک می‌کنیم و از طریق احساس درونی اختلالهایی را که در توازن عضوی و شیمیایی بدن رخ می‌دهد، مانند گرسنگی و تشنگی در می‌یابیم. این ادراکها باعث

می‌شود که ما رفتاری متناسب با شرایط جهان خارج از خود، و یا برای جلوگیری از نقص در بافتهای بدن و بازگرداندن آنها به حالت توازن عضوی و شیمیایی سابق، در پیش بگیریم.

ادراک حسی در حیوان و انسان مشترک است، اما خداوند متعال یک نیروی ادراکی مهم دیگری به انسان اختصاص داده است که به واسطه آن از سایر حیوانات متمایز می‌شود، این نیرو همان عقل است که انسان به وسیله آن می‌تواند از حد ادراک اشیای محسوس فراتر رود و در مفاهیم مجرد مانند خیر و شر و فضیلت و رذیلت و حق و باطل تفکر کند و از مشاهدات و تجربه‌های خود برای اثبات اصولی کلی، استدلال کند. مثلاً

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۸

انسان به کمک عقل می‌تواند از آفرینش شگفت‌انگیز تمام هستی و یا آفرینش شخص خود، بر وجود آفریدگار متعال و قدرتش استدلال کند.

سُرِّيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَ فِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ ...

«ما آیات قدرت و حکمت خود را در آفاق جهان و نفوس بندگان کاملاً هویدا و روشن می‌گردانیم تا (در خلقت آفاق و انفس نظر کنند و خداشناس شوند و) ظاهر و آشکار شود که (خدا و آیات حکمت و قیامت و رسالتش همه) بر حق است...» (۱)

اما با این همه، قدرت عقل انسان در زمینه ادراک و شناخت، محدود است و از سوی دیگر اندیشه او همواره در معرض اشتباه قرار دارد، زیرا گاهی شرایط ویژه‌ای پیش می‌آید که انسان را از تفکر درست باز می‌دارد. در این حالت نیازمند است که کسی او را پیام‌رسان و ارشاد و راهنمایی کند. از این رو خداوند متعال، رسولان و پیامبران را به سوی مردم فرستاد و کتابهای مقدس آسمانی را نازل فرمود تا آنها را به آنچه خیر و مصلحتشان در آن است، راهنمایی کنند.

وَ لَقَدْ بَعَثْنَا فِي كُلِّ أُمَّةٍ رَسُولًا أَنِ اعْبُدُوا اللَّهَ وَ اجْتَنِبُوا الطَّاغُوتَ ...

«و همانا ما در میان هر امتی پیغمبری فرستادیم تا به خلق ابلاغ کند که خدای یکتا را پرستید و از بتها و فرعونها دوری کنید...» (۲)

إِنَّا أَرْسَلْنَاكَ بِالْحَقِّ بَشِيرًا وَ نَذِيرًا وَ إِنَّ مِنْ أُمَّةٍ إِلَّا خَلَا فِيهَا نَذِيرٌ «ما تو را بحق و راستی به سوی مردم فرستادیم تا (خوبان را به بهشت ابد)

(۱) - فصلت: ۵۳.

(۲) - نحل: ۳۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۷۹

بشارت دهی و (بدان را از قاهر حق) بترسانی و هیچ امتی نبوده جز آن که در میانشان ترساننده و راهنمایی بوده است.» (۱)

كَمَا أَرْسَلْنَا فِيكُمْ رَسُولًا مِنْكُمْ يَتْلُوا عَلَيْكُمْ آيَاتِنَا وَ يَزَكِّيْكُمْ وَ يُعَلِّمُكُمُ الْكِتَابَ وَ الْحِكْمَةَ وَ يُعَلِّمُكُم مَّا لَمْ تَكُونُوا تَعْلَمُونَ «چنان که رسول گرامی خود را فرستادیم که آیات ما را برای شما تلاوت کند و نفوس شما را از پلیدی و آلودگی جهل و شرک پاک و منزه گرداند و به شما تعلیم شریعت و حکمت دهد و از او هر چه را نمی‌دانید بیاموزید.» (۲)

بنابراین، حواس پنجگانه و عقل وسایلی هستند که انسان در زمینه ادراک و شناخت، از آنها کمک می‌گیرد، ولی در بسیاری از مسائل برای رسیدن به شناخت واقعی، به تنهایی کافی نیستند. مثلاً آنها به شناخت مسائل غیبی که انسان با حس و عقل نمی‌تواند درک کند، قادر نمی‌باشند. به همین دلیل، ضرورت دارد که انسان، شناخت را از خداوند دریافت کند تا زندگی زمینی خود را آن چنان تنظیم نماید که تضمین کننده تحقق خوشبختی دنیا و آخرتش باشد. و انسان این شناخت الهی را از طریق رسولان و پیامبران و یا به واسطه الهام و افاضه ربانی که خداوند به بعضی از اولیایش اختصاص داده است، به دست می‌آورد.

ما در این فصل سعی خواهیم کرد که موضوع «ادراک حسی در قرآن» را مورد بحث قرار دهیم، و سخن درباره تفکر و شناخت ربّانی را که انسان از طریق وحی و الهام از خداوند دریافت می‌کند، به فصلهای آینده موکول می‌کنیم.

## الف- حواس در قرآن

### اشاره

کودک در هنگام تولد هیچ چیز نمی‌داند اما، دیری نمی‌پایید که حواسش شروع به

(۱)- فاطر: ۲۴.

(۲)- بقره: ۱۵۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۰

انجام وظیفه می‌کنند، چون کودک از عوامل تأثیر گذارنده خارجی که بر او وارد می‌شوند، تأثیر می‌پذیرد. این عوامل در وی احساسات مختلفی ایجاد می‌کند که بعدها اساس و پایه ادراک و شناختش از جهان خارج را تشکیل می‌دهد. قرآن کریم در بسیاری از آیات به این حقیقت اشاره کرده است که، ما به عنوان نمونه آیات زیر را ذکر می‌کنیم.

وَاللّٰهُ اَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ اُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْاَبْصَارَ وَالْاَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ «و خدا شما را از شکم مادران بیرون آورد در حالی که هیچ نمی‌دانستید و به شما چشم و گوش و قلب عطا کرد تا مگر شکر (این نعمتها) به جای آرید.»

«۱»

وَهُوَ الَّذِي اَنْشَأَ لَكُمْ السَّمْعَ وَالْاَبْصَارَ وَالْاَفْئِدَةَ قَلِيْلًا مَّا تَشْكُرُونَ «و اوست خدایی که برای شما بندگان گوش و چشم و قلب آفرید (ولی) عده بسیار کمی، از شما شکر او به جای می‌آورید.» «۲»

قُلْ هُوَ الَّذِي اَنْشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْاَبْصَارَ وَالْاَفْئِدَةَ قَلِيْلًا مَّا تَشْكُرُونَ «ای رسول ما بگو اوست خدایی که شما را از نیستی به هستی آورد و گوش و چشم (شنوا و بینا) و دل (هوشیار) به شما عطا کرد (تا شکر نعمتش گویند) و حال آن که بسیار کم از او شکر گذاری می‌کنید.» «۳»

ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيْهِ مِنْ رُوْحِهِ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْاَبْصَارَ وَالْاَفْئِدَةَ قَلِيْلًا مَّا تَشْكُرُونَ

(۱)- نحل: ۷۸.

(۲)- مؤمنون: ۷۸.

(۳)- ملک: ۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۱

«سپس (آن نطفه بی‌جان) را نیکو بیاراست و از روح خود در آن بدمید و شما را دارای گوش و چشم و قلب با حس و هوشی گردانید (با وجود این همه احسان) باز بسیار اندک شکر می‌کنید.» «۱»

قرآن، به ذکر گوش و چشم به عنوان دو ابزار از ابزارهای احساس، اکتفا کرده است زیرا، اولاً این دو حس اهمیت زیادی در جریان کار ادراک حسی دارند و ثانیاً در ذکر این دو، مسائلی وجود دارد که برای نشان دادن اهمیت همه حواس در کار ادراک حسی کافی می‌باشد و این از ویژگیهای روش قرآن است و مشخصه‌اش نوعی ایجاز بلیغ است که ضمن آن، قرآن با اشاره و تلمیح به

حقایق کلی اساسی، اکتفا می‌کند و از ذکر جزئیات چشم می‌پوشد. چون قرآن یک کتاب علمی نیست بلکه، کتابی برای هدایت مردم است، از این رو برای این که ثابت شود خداوند با اعطای ابزارهای ادراک حسی به انسان، به او انعام فرموده است، در این جا کافی است تنها به گوش و چشم اشاره کند.

در بسیاری از آیات قرآن، گوش پیش از چشم، ذکر شده است و این ظاهراً دلایلی دارد:

۱- گوش در کار ادراک حسی و امر یادگیری و تحصیل علوم از چشم مهمتر است زیرا، یادگیری زبان و تحصیل علوم در صورت از دست دادن بینایی برای انسان، امکان پذیر است ولی، اگر شنوایی را از دست بدهد یادگیری زبان و تحصیل دانش برایش امری مشکل خواهد بود. یکی از دلایلی که نشان دهنده اهمیت تأثیر گوش در ادراک و آموزش زبان- که زبان هم یکی از مهمترین ابزارهای تفکر و فراگیری دانش است- می‌باشد این است که قرآن آن را به تنهایی در کنار عقل ذکر کرده است، تا بفهماند میان گوش و عقل رابطه محکمی وجود دارد.

وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ

(۱)- سجده: ۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۲

«و آنگاه (اهل دوزخ با تأسف و حیرت با هم) گویند که اگر ما (در دنیا) سخن انبیا را می‌شنیدیم یا به دستور عقل رفتار می‌کردیم امروز از دوزخیان نبودیم.» (۱)

همچنین در بسیاری از آیات قرآن «سمع» (شنیدن) به معنای فهم و تدبّر و تعقل به کار رفته است.

رَبَّنَا إِنَّا سَمِعْنَا مُنَادِيًا يُنَادِي لِلْإِيمَانِ أَنْ آمِنُوا بِرَبِّكُمْ فَآمَنَّا «پروردگارا ما چون صدای منادیی که خلق را به ایمان می‌خواند شنیدیم، اجابت کردیم و ایمان آوردیم...» (۲)

إِنَّمَا كَانَ قَوْلَ الْمُؤْمِنِينَ إِذَا دُعُوا إِلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ لِيَحْكُمَ بَيْنَهُمْ أَنْ يَقُولُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ «آن مؤمنانند که چون به سوی حکم خدا و رسولشان بخوانند تا خدا میان آنها حکم کند (از دل و جان) خواهند گفت که حکم خدا را (هر چند بر ضرر ما باشد) شنیده و اطاعت می‌کنیم و رستگاران عالم به حقیقت آنها هستند.» (۳)

وَأَنَّا لَمَّا سَمِعْنَا الْهُدَى آمَنَّا بِهِ ...

«و ما چون (ندای) هدایت را شنیدیم (به آیات قرآن گوش فرا دادیم) به آن ایمان آوردیم...» (۴)

(۱)- ملک: ۱۰.

(۲)- آل عمران: ۱۹۳.

(۳)- نور: ۵۱.

(۴)- جن: ۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۳

وَإِذَا سَمِعُوا مَا أُنزِلَ إِلَى الرَّسُولِ تَرَى أَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ مِمَّا عَرَفُوا مِنَ الْحَقِّ يَقُولُونَ رَبَّنَا آمَنَّا فَاكْتُبْنَا مَعَ الشَّاهِدِينَ «و چون آياتی را که به رسول فرستاده شد بشنوند اشک از دیده آنها جاری می‌شود زیرا حقایق آن را شناخته و گویند بار الها ما (به رسول تو محمد صلی الله علیه و آله و کتاب آسمانی او قرآن) ایمان آوردیم، ما را در زمره گواهان صدیق او بنویس.» (۱)

... وَنَطْبَعُ عَلَى قُلُوبِهِمْ فَهُمْ لَا يَشْعُرُونَ «... و بر دل‌هایشان مهر می‌نهم (که فهم حقایق نکنند) و به گوش دل چیزی (از آیات خدا)

نشنوند (و از آن پند نگیرند).» (۲)

۲- حس شنوایی مستقیماً و بلافاصله پس از تولد به کار می‌افتد زیرا، نوزاد به محض تولد می‌تواند صداها را بشنود، در حالی که برای دیدن اشیا به طور واضح نیاز به مدتی زمان دارد. (۳)

۳- حس شنوایی وظیفه خود را همیشه و بدون توقف انجام می‌دهد، در حالی که حس باصره گاهی از انجام وظیفه باز می‌ایستد مثل وقتی که انسان چشمش را می‌بندد و یا می‌خوابد. اما یک صدای شدید می‌تواند انسان را از خواب بیدار کند. به همین دلیل خداوند متعال، در داستان اصحاب کهف ذکر کرده است که بر گوشهای آنان مهر زده شد تا در خواب عمیق فرو روند و هیچ صدایی نتواند بیدارشان کند.

(۱) - مائده: ۸۳.

(۲) - اعراف: ۱۰۰.

(۳) - تحقیقات جدید فیزیولوژیک ثابت کرده است که کودک نوزاد در برابر صداهای بلند عکس العمل نشان می‌دهد، ولی در مقابل صداهای کوتاه و ضعیف بی تفاوت است. این تحقیقات همچنین روشن کرده است که تا ماه ششم ولادت شکل اشیا در چشم کودک نوزاد به صورت واضح ظاهر نمی‌شود، زیرا رشد ساختمان شبکیه چشم، تنها در پایان شش ماهه اول تولد کامل می‌شود. ما در آینده به هنگام بحث درباره «رشد در قرآن» در فصل نهم که به بحث «شخصیت» اختصاص دارد، در خصوص این مسأله سخن خواهیم گفت.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۴

فَضْرَبْنَا عَلَىٰ آذَانِهِمْ فِي الْكَهْفِ سِنِينَ عَدَدًا «پس ما (در آن غار) بر گوش (و هوش) آنها تا چند سالی پرده بیهوشی زدیم.» (۱)

۴- حس شنوایی (گوش) همه وقت و همه جا چه در روشنائی و چه در تاریکی می‌شنود اما حس بینایی (چشم) تنها در روشنائی می‌بیند. (۲)

در این جا ذکر یک نکته بی‌مناسبت نیست و آن این که، قرآن گوش را به صورت مفرد ذکر می‌کند ولی، چشم (بصر) را در اکثر آیات به صورت صیغه جمع (ابصار) می‌آورد این خود یکی از نشانه‌های اعجاز در روش قرآن است، به این دلیل که حس سامعه صداهایی را که از تمام جهات می‌رسد، دریافت می‌کند در حالی که چشم، فقط وقتی می‌تواند ببیند که انسان خواسته باشد چشم را به طرف چیزی که می‌خواهد به آن بنگرد، برگرداند. (۳) و اگر در مکانی، افرادی جمع باشند و صدایی به وجود آید، همگی تقریباً همان صدا را به طور یکسان می‌شنوند در صورتی که، همین عده یک چیز را از زوایای مختلف می‌بینند. و به همین دلیل، دیدشان نسبت به آن (شیء) کاملاً یکسان و شبیه هم نخواهد بود، کما این که ممکن است آنها در همان لحظه به تبع سمتی که به آن می‌نگرند، اشیای مختلف دیگر را نیز ببینند علاوه بر این، هر گاه صدایی که مستقیماً از جایی به سمت ما می‌آید، امواج صوتی آن در یک زمان به هر دو گوش می‌رسد و شدت تأثیرش بر پرده هر دو گوش یکسان است. اما اگر به چیزی که در برابر ما قرار دارد، بنگریم صورتی که از آن بر شبکیه چشم راست نقش می‌بندد با شکل همان چیزی که در شبکیه چشم چپ نقش می‌بندد فرق دارد، چون چشم راست، اشیاء را از طرف راستشان می‌بیند در حالی که چشم چپ، آنها را از طرف چپشان می‌نگرد. (۴)

(۱) - کهف: ۱۱.

(۲) - محمد متولی الشعراوی: معجزه القرآن، ج ۱، قاهره: کتاب الیوم، ۱۹۸۰، ص ۹۵-۹۸.

(۳) - محمد اسماعیل ابراهیم: القرآن و اعجازه العلمی. قاهره: دار الفکر العربی، ۱۹۷۷، ص ۱۰۹-۱۱۱، محمد متولی الشعراوی:



معجزه القرآن، ص ۹۵-۹۸.

(۴) - محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ۳۰۰-۳۰۲. شما هر گاه به چیزی که در برابرتان قرار دارد مستقیماً نگاه کنید می‌توانید تفاوت میان «دید» دو چشمتان را ملاحظه کنید. ابتدا دستتان را بر روی قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۵

### حواس پوستی

تحقیقات جدید فیزیولوژیک ثابت کرده است که در پوست انسان، سلولهای حسی زیادی به اشکال گوناگون وجود دارد که هر دسته از آنها مخصوص انواع مشخصی از احساسها هستند. مثلاً برخی از آنها گرما و بعضی سرما را حس می‌کنند، بخشی از آنها مخصوص لمس اشیاء و احساس فشار وارد بر پوست هستند و بعضی هم درد را حس می‌کنند.

قرآن در آیه زیر به وجود اعضای حسی که مخصوص احساس درد در پوست بدن هستند، چنین اشاره می‌کند:

إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا بِآيَاتِنَا سَوْفَ نُصِيلِهِمْ نَارًا كَلَّمًا تَضِجَتْ جُلُودُهُمْ بَدَلْنَاهُمْ جُلُودًا غَيْرَهَا لِيَذُوقُوا الْعَذَابَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَزِيزًا حَكِيمًا «آنان که به آیات ما کافر شدند بزودی به آتش دوزخشان در افکنیم که هر چه پوست تن آنها بسوزد به پوست دیگر مبدلش سازیم تا سختی عذاب را بچشند که همانا خدا مقتدر و کارش از روی حکمت است.» (۱)

این آیه، همان‌طور که بررسیهای جدید فیزیولوژیک نیز ثابت کرده است، به وجود سلولهای حسی در پوست که مخصوص احساس درد هستند، اشاره می‌کند و اگر پوست

چشم راست و سپس چشم چپ بگذارید؛ در این صورت ملاحظه خواهید کرد که شیء پیش روی شما به طرف راست و چپ حرکت می‌کند. چون وقتی دستتان را بر روی چشم راستتان می‌گذارید، تنها سمت چپ آن شیء را می‌بینید و بعد وقتی دستتان را بر روی چشم چپ می‌نهد، سمت چپ آن شیء پنهان می‌شود و شما سمت راست آن را می‌بینید. از این رو به نظر می‌رسد که آن شیء به طرف چپ و راست حرکت می‌کند. اما صدایی که مستقیماً از روبروی شما می‌آید، همزمان بطور برابر بر هر دو گوشتان تأثیر می‌گذارد. البته اگر صدا از سمت راست یا چپ شما بیاید، امواج صوتی به گوشه‌ای که در ناحیه منبع صدا قرار دارد زودتر از گوش دیگر می‌رسد اما این تفاوت زمانی، بسیار اندک و غیرقابل ملاحظه است.

(۱) - نساء: ۵۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۶

بدن بسوزد و این سلولها از بین بروند دیگر انسان احساس درد نمی‌کند، به همین دلیل خداوند سلولهای حسی جدیدی در پوست سوخته شده کافران می‌آفریند تا همواره در آتش جهنم احساس درد کنند.

قرآن به حس لامسه نیز به عنوان ابزاری که انسان برای احساس و شناخت اشیاء، از آن کمک می‌گیرد، اشاره کرده است.

وَلَوْ نَزَّلْنَا عَلَيْكَ كِتَابًا فِي قِرْطَاسٍ فَلَمَسُوهُ بِأَيْدِيهِمْ لَقَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا إِنَّ هَذَا إِلَّا سِحْرٌ مُّبِينٌ «و اگر ما کتابی بر تو فرستیم در کاغذی که آن را به دست خود لمس کنند (چنان که در خود آنهاست) باز کافران گویند که این نیست مگر سحری آشکار.» (۱)

### ب- ادراک حسی خارج از چارچوب حواس (ادراک فوق حسی)

نوع دیگری از ادراک حسی غیر معمولی نیز وجود دارد که روان‌شناسان آن را «ادراک فوق حسی» (۲) نامیده‌اند مانند «کشف و شهود» که عبارت است از دیدن اشیاء یا حوادث دوری که خارج از محدوده حس باصره قرار دارند و تله پاتی که عبارت است از



درک کردن افکار ذهنی فرد دیگری که اغلب در مکانی دور می‌باشد و یا احساس شنوایی، که عبارت است از شنیدن صدا، یا سخنی از مکانی دور که خارج از محدوده حس سامعه است. برخی از روان‌شناسان معاصر، به بررسی این پدیده‌ها همت گماشته آزمایش‌های فراوانی روی آنها انجام داده‌اند اما، به نتایجی که آن قدر دقیق و استوار باشد که بتواند در فهم بدون ابهام آنها، به ما کمک کند، نرسیده‌اند.

این نوع ادراک فوق حسی را همه مردم ندارند و تنها برای بعضی افراد که از استعداد

(۱) - انعام: ۷.

## (۲) - Extrasensory Perception

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۷

ویژه‌ای برخوردار هستند، امکانپذیر است. این استعداد، عبارت از نوعی شفافیت و صفای روحی است و به نیروی ادراک خارق العاده‌ای بستگی دارد که انسان می‌تواند از مرزهای مکان فراتر رود و اشیا و حوادث دور از خود و یا حادثی را که به علت وجود موانع، از او پوشیده است، درک کند. قرآن برای این نوع ادراک حسی غیر طبیعی، ماجرای حضرت یعقوب علیه السلام را به عنوان مثال ذکر کرده است. آن حضرت، بوی فرزندش یوسف علیه السلام را هنگامی که کاروان حامل پیراهن یوسف از سرزمین مصر به راه افتاده بود و چند روز راه از محل اقامتش فاصله داشت، استشمام کرد.

وَلَمَّا فَصَلَتِ الْعِيرُ قَالَ أَبُوهُمْ إِنِّي لَأَجِدُ رِيحَ يُوسُفَ لَوْلَا أَنْ تُفَنِّدُونِ «و چون کاروان از مصر بیرون آمد، یعقوب گفت اگر مرا تخطئه نکنید، من بوی یوسف را می‌شنوم.» (۱)

استشمام بوی یوسف علیه السلام توسط یعقوب علیه السلام، از چنین مسافت دوری به طور آشکار به پدیده ادراک حسی خارج از چارچوب حواس، اشاره دارد.

یکی از معجزات حضرت عیسی علیه السلام که قرآن از آن خبر داده است، این بود که آن حضرت به مردم می‌گفت که در خانه‌هایشان چه نوع غذایی می‌خورند و چه چیزهایی ذخیره می‌کنند:

... وَ أُتْبِئُكُمْ بِمَا تَأْكُلُونَ وَ مَا تَدْخِرُونَ فِي بُيُوتِكُمْ ...

«... و به شما از غیب خبر دهم که در خانه‌هایتان چه می‌خورید و چه ذخیره می‌کنید...» (۲)

(۱) - یوسف: ۹۴.

(۲) - آل عمران: ۴۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۸

احتمال دارد این معجزه نوعی کشف و شهود باشد که خداوند به پیامبرش عیسی علیه السلام اختصاص داده و به او قدرت ادراک چیزهای ندیدنی و خارج از محدوده حس باصره را، عطا کرده بود. البته احتمال نیز دارد که این مسأله نوعی الهام الهی باشد. در کتب حدیث و تاریخ زندگی صحابه پیامبر صلی الله علیه و آله و همچنین تاریخ تصوف، نمونه‌هایی از ادراک حسی خارج از محدوده حواس، که صوفیان آن را «مکاشفه» می‌نامند، یافت می‌شود. «مسلم» از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله روایت می‌کند که فرمود:

«رکوع و سجود را به طور کامل انجام دهید، سوگند به خدا، هنگامی که به رکوع و سجود می‌روید من شما را از پشت سرم می‌بینم.» (۱) «بخاری» نیز روایت می‌کند که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود:

«آیا می‌بینید که من در این جا چگونه رو به قبله ایستاده‌ام (شما هم، چنین کنید) چون، سوگند به خدا که نه خشوع و حضور قلب شما، و نه رکوع شما در نماز بر من مخفی نمی‌ماند، زیرا من از پشت سرم شما را می‌بینم.» (۲)

این که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله صحابه را از پشت سرش در حال رکوع و سجود می‌بیند، خود نمونه‌ای از حالت کشف و شهود است، زیرا پیامبر صلی الله علیه و آله به سبب صفای قلب و شفافیت روح خود می‌توانست چیزهایی را که در محدوده حس باصره نیستند، مشاهده کند. در حدیث آمده است که:

روزی رسول اکرم صلی الله علیه و آله با تعدادی از اصحاب از کنار دو قبر در قبرستان بقیع عبور کرد که بتازگی دو نفر در آن دفن شده بودند. آن حضرت ایستاد و فرمود:

«امروز چه کسانی را در این جا دفن کردید؟» عرض کردند: «فلانی و فلانی را» و بعد گفتند: «یا رسول الله منظورتان از این سؤال چیست؟» پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«یکی از آن دو، کسی بود که خود را از بول پاک نمی‌کرد، و دیگری در میان مردم سخن چینی می‌کرد» آن‌گاه شاخه‌ای از درخت خرما برگرفت و آن را دو نیمه کرد و هر

(۱) - کتاب الصلاة، جلد چهارم، ص ۱۵۰. صحیح مسلم با شرح نووی، قاهره، المطبعة المصرية و مکتبها، بدون تاریخ.

(۲) - کتاب الصلاة، حدیث شماره ۴۱۸. فتح الباری بشرح صحیح البخاری، جلد ۳، ص ۷۴. قاهره، مکتبه الکلیات الازهریه، ۱۹۷۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۸۹

نیمه را بر یکی از آن قبرها نهاد. عرض کردند: «ای پیامبر خدا، چرا این کار را کردی؟» فرمود: «تا عذابشان تخفیف یابد» عرض کردند: «یا رسول الله، آنها تا کی معذب خواهند بود؟» فرمود: «این یک مسأله غیبی است که تنها خدا می‌داند و اگر هوا و هوس دل شما، و پرحرفی در سخن گفتنتان نبود، شما هم آنچه را که من می‌شنوم، می‌شنیدید.» (۱)

همین جمله آخر نشان می‌دهد که پیامبر صلی الله علیه و آله چیزهایی را شنید که صحابه اطراف او نتوانستند، بشنوند و این موضوع دلیل بر این است که امکان دارد، اگر انسان دلش را از اشتغالها و آلودگیهای دنیا صاف کند و از بیهوده گوییها امتناع ورزد، نیرویی کسب کند که نشنیده‌ها را بشنود. و نیز در حدیثی دیگر آمده است که حنظله بن الربیع الاسیدی، یکی از کاتبان پیامبر صلی الله علیه و آله به آن حضرت عرض کرد: «ما وقتی در حضور تو هستیم طوری ما را به یاد دوزخ و بهشت می‌اندازی که گویا آن را می‌بینیم، اما وقتی از حضورت خارج می‌شویم فکر زن و فرزند و مال دنیا ما را مشغول می‌سازد و بسیاری از آن مسائل را فراموش می‌کنیم.» پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود:

«سوگند به آن کس که جانم در قبضه قدرت اوست، اگر به همان حالت که در نزد من هستید و همچنین در حال ذکر و یاد خدا زندگیتان را ادامه دهید، فرشتگان حتی در بستر و سر راهتان به دیدار شما خواهند آمد. اما ای حنظله، انسان ساعت بساعت سه بار تغییر می‌کند.» مسلم و ترمذی این روایت را در باب «رقائق» نقل کرده‌اند. (۲)

این حدیث دلالت می‌کند که اگر صحابه، همان حالت صفای قلب و شفافیت روح و یاد خدا، یعنی همان روشی را که در حضور پیامبر داشتند ادامه می‌دادند، امکان داشت فرشتگان را ببینند.

### ج- خطای چشم

خطای چشم نوعی ادراک غلط بینایی است که با حقیقت شیء دیده شده، مطابقت ندارد. برخی از انواع خطاهای چشمی، بین عموم مردم وجود دارد و همه، آنها را با

(۱) - به نقل از: سعید حوی، تربیتنا الروحیه، چاپ دوم، قاهره: مکتبه و هبه، ۱۹۷۹، ص ۱۵۱.

(۲) - تربیتنا الروحیه، ص ۱۵۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۰

روشی مشابه درک می‌کنند. «۱» یکی از نمونه‌های این گونه خطاها، دیدن سراب است که گاهی برای مردم پیش می‌آید یعنی، از دور سرابی می‌بینند و گمان می‌کنند آب است.

قرآن سراب را ذکر کرده است، آن جا که با بلاغت کامل، بیهودگی کارهای خوب کفار را به تصویر می‌کشد و متذکر می‌شود که این اعمال در روز قیامت همچون غباری پراکنده در هوا بی‌ثمر است، درست مانند سرابی که انسان تشنه، گمان می‌برد آب است اما، وقتی به آن می‌رسد، اثری از آب نمی‌بیند.

وَالَّذِينَ كَفَرُوا أَعْمَالُهُمْ كَسَرَابٍ بِقِيَعِهِ يُخْشَبُ بِالظَّلْمَانِ مَاءً حَتَّى إِذَا جَاءَهُ لَمْ يَجِدْهُ شَيْئًا وَوَجَدَ اللَّهَ عِنْدَهُ فَوَفَّاهُ حِسَابَهُ، وَاللَّهُ سَرِيعُ الْحِسَابِ «و آنان که کافرند اعمالشان در مثل به سرابی ماند در بیابان هموار بی‌آب، که شخص تشنه آن را آب پندارد و به جانب آن شتابد اما، وقتی بدان جا رسد، هیچ آب نیابد و آن کافر خدا را حاضر و ناظر اعمال خویش بیند که به حساب کارش تمام و کامل برسد و (کیفر کفرش بدهد).» (۲)

### د- تأثیر انگیزه‌ها و ارزشها در توجه و ادراک حسی

انگیزه‌ها و ارزشهای فرد در آگاهی و ادراکش تأثیر می‌گذارد. نتیجه بسیاری از بررسیهای تجربی جدید، این موضوع را به اثبات رسانیده «۳» و قرآن در مواردی به این حقیقت اشاره کرده است؛ آن جا که یادآوری می‌کند که چگونه ایمان باعث می‌شود مؤمنان در حالت آمادگی و توجه، به آیات قرآن که از طرف خدا نازل می‌شوند، گوش فرا دهند و آنها را آگاهانه درک کنند و به طور دقیق بفهمند. در حالی که، همین آیات در مشرکان چنین تأثیری ندارد و آنها از گوش فرادادن و ادراک و فهم آنها غافلند. ما ذیلا

(۱) - محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ص ۲۸۶، ۲۸۷.

(۲) - نور: ۳۹.

(۳) - محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ۲۸۹-۲۹۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۱

نمونه‌هایی از آیات قرآنی را که توصیف کننده غفلت مشرکان از ادراک است، متذکر می‌شویم. در این آیات، شرک و نداشتن ایمان به خدا دلیل این غفلت ذکر شده است که مایه باز ماندن حواس مشرکان، از انجام وظیفه می‌باشد.

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالْإِنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْإِنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ «و محققا بسیاری از جن و انس را برای جهنم واگذاریم، چه آن که آنها را دل‌هایی است بی‌ادراک و معرفت و دیده‌هایی است بی‌نور بصیرت و گوش‌هایی است ناشنوی حقیقت آنها مانند چهارپایانند بلکه بسی گمراهترند زیرا قوه ادراک مصلحت و مفسده داشتند و باز عمل نکردند آنها همان مردمی هستند که (از خدا و قیامت و عاقبت کار خود به بازیچه دنیا) غافل شدند.» (۱)

قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشَفَاءً وَالَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ فِي آذَانِهِمْ وَقْرٌ وَهُوَ عَلَيْهِمْ عَمًى أُولَئِكَ يُنَادُونَ مِن مَّكَانٍ بَعِيدٍ ... به آنها بگو این قرآن برای اهل ایمان، هدایت و شفاست و اما آنان که ایمان نمی‌آورند گوش‌هایشان (از شنیدن کلام حق) گران است و بر آنها

موجب کوری جهل و ضلالت است و آن مردم (نادان) از مکانی بسیار دور (از سعادت و ایمان) به این کتاب حق دعوت می‌شوند.»  
 «۲»

(۱) - اعراف: ۱۷۹.

(۲) - فصلت: ۴۴. ابن کثیر در تفسیر «يُنَادُونَ مِنْ مَّكَانٍ بَعِيدٍ» (از مکانی دور ندا داده می‌شوند) می‌گوید:

مجاهد گفته است: مکان دور یعنی دور از دلهاشان. ابن جریر نیز می‌گوید: «معنای مکان بعید این است که، گویا کسی که آنها را مورد خطاب قرار می‌دهد، از مکان دوری آنها را صدا می‌زند که گفته‌هایش را نمی‌فهمند» تفسیر ابن کثیر، ج ۴، ص ۱۰۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۲

أُولَئِكَ الَّذِينَ لَعَنَهُمُ اللَّهُ فَأَصَمَّهُمْ وَأَعَمَّى أَبْصَارَهُمْ «همین منافقانند که خدا آنها را لعن کرده و گوش و چشمشان را کر و کور گردانید.» «۱»

أَفَأَنْتَ تُسْمِعُ الصُّمَّ أَوْ تَهْدِي الْعُمْىَ وَمَنْ كَانَ فِي ضَلَالٍ مُبِينٍ «ای رسول ما، آیا تو این کرها را چیزی توانی آموخت یا این کوران باطن و آن را که دانسته به گمراهی می‌رود، هدایت توانی کرد؟» «۲» مَثَلُهُمْ كَمَثَلِ الَّذِينَ اسْتَوْقَدُوا نَارًا فَلَمَّا أَضَاءَتْ مَا حَوْلَهُ ذَهَبَ اللَّهُ بِنُورِهِمْ وَتَرَكَهُمْ فِي ظُلُمَاتٍ لَا يُبْصِرُونَ صُمٌّ بُكْمٌ عُمْىٌ فَهُمْ لَا يَرْجِعُونَ «مثل ایشان مثل کسی است که آتش بیفروزد پس تا روشن کند اطراف خود را، خدا آن روشنی ببرد و ایشان را در تاریکی رها کند (که راه حق و طریق سعادت را) هیچ نبینند. آنها کر و گنگ و کورند و از ضلالت خود بر نمی‌گردند.» «۳»

وَالَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا صُمٌّ وَبُكْمٌ فِي الظُّلُمَاتِ ...

«و آنان که آیات خدا را تکذیب کردند کر و گنگ در ظلمات به سر می‌برند...» «۴»

أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَى سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَى بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ

(۱) - محمد: ۲۳.

(۲) - زخرف: ۴۰.

(۳) - بقره: ۱۷، ۱۸.

(۴) - انعام: ۳۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۳

«ای رسول ما می‌نگری آن را که هوای نفسش را خدای خود قرار داده، خدا او را دانسته (و پس از اتمام حجت) گمراه ساخته و مهر (قهر) بر گوش و دل او نهاده و بر چشم وی پرده ظلمت کشیده است، پس او را بعد از خدا دیگر که هدایتش خواهد کرد.» «۱»  
 إِنَّكَ لَا تُسْمِعُ الْمَوْتَى وَلَا تُسْمِعُ الدُّعَاءَ إِذَا وَلَّوْا مُدْبِرِينَ وَمَا أَنْتَ بِهَادِي الْعُمْىَ عَنْ ضَلَالَتِهِمْ إِنْ تُسْمِعُ إِلَّا مَنْ يُؤْمِنُ بِآيَاتِنَا فَهُمْ مُسْلِمُونَ «همانا تو نتوانی که مردگان (و مرده دلان کفر) را سخنی بشنوانی و یا کرهای (باطن) را که از گفتارت روی می‌گردانند به حقیقت شنوا کنی. و تو هرگز نتوانی این کوران (باطن) را از گمراهی هدایت کنی تنها آنان که به آیات ما ایمان می‌آورند، تو آنها را می‌توانی سخن بشنوانی و به راه حق هدایت کنی و ایشانند که تسلیم امر خدا هستند.» «۲»

و نیز یکی از نمودهای تأثیر انگیزه‌ها بر ادراک، تحریف و مسخ حقیقت چیزهاست، که گاهی در ادراک پیش می‌آید. از این رو انسان گاهی یک چیز خوب را زشت و یک شیء زشت را زیبا می‌بیند. قرآن به تحریفی که انگیزه‌ها و خواسته‌ها و هواهای نفس

در ادراک به وجود می‌آورند اشاره کرده است.

أَفَمَنْ زُيِّنَ لَهُ، سُوءُ عَمَلِهِ فَرَآهُ حَسَنًا ...

«آیا آن کس که کردار زشتش به چشم، زیبا جلوه گر شده تا از (خودپسندی) هر کردار بد در نظرش نیکو آمده است...» (۳)

(۱) - جایه: ۲۳.

(۲) - نمل: ۸۰، ۸۱.

(۳) - فاطر: ۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۴

أَفَمَنْ كَانَ عَلَىٰ بَيِّنَةٍ مِنْ رَبِّهِ كَمَنْ زُيِّنَ لَهُ، سُوءُ عَمَلِهِ وَاتَّبَعُوا أَهْوَاءَهُمْ «آیا آن کس که از خدای خود حجت و برهانی (مانند قرآن) در دست دارد مانند کسانی است که (از جهل و نادانی) عمل زشتشان در نظر زیبا جلوه کرده و پیرو هوای نفسانی خود شدند؟» (۱)

تحقیقات روان‌کاوی ثابت کرده است که انسان به عدم ادراک چیزهایی علاقه دارد که او را نگران و ناراحت می‌کند و یا با تمایلات و خواسته‌هایش در تضاد است. شکی نیست که مشرکان قریش و بسیاری از یهودیان و مسیحیان از دین جدیدی که پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله آورده بود، راضی نبودند. زیرا، گسترش آن تهدیدی علیه سلطه و نفوذ آنان بود. همین نفرت از دین جدید، باعث شد که آنها از نظر روانی آمادگی نداشته باشند، به آیات قرآن از روی تدبر و تفکر گوش فرا دهند، همان‌طور که درست به همین دلیل آنها از نظر عقلی، آماده نبودند معانی قرآن را درک و مسائل حقی را که قرآن آورده است تصدیق کنند.

(۱) - محمد: ۱۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۵

## فصل چهارم تفکر از دیدگاه قرآن

### اشاره

انسان، در وظیفه ادراک حسی با حیوان اشتراک دارد اما، از نظر داشتن عقل که خدا به او عطا کرده است و قدرت اندیشیدن، که او را بر نگرش و تحقیق در اشیا و حوادث توانا می‌کند و از جزئیات به کلیات می‌رساند و قدرت استنباط نتایج از مقدمات را به او می‌دهد، از حیوان متمایز می‌شود. همین قدرت تفکر است که انسان را شایسته مکلف شدن به انجام عبادتها و تحمل مسؤولیت انتخاب و اراده و در نتیجه سزاوار احراز مقام جانشینی خدا در روی زمین قرار داده است.

اطلاعاتی که کودک، در نخستین مرحله زندگی از طریق ادراک حسی کسب می‌کند، ماده اولیه‌ای را تشکیل می‌دهد که بعدها در جریان تفکرش از آن کمک می‌گیرد. زیرا او در آینده آن اطلاعات را به ذهنش باز می‌گرداند و در تصور می‌آورد و برخی را در کنار برخی دیگر قرار می‌دهد و با روشی جدید، طوری تنظیمشان می‌کند که، در اکتشاف اطلاعات تازه، به او کمک نماید و این اطلاعات تازه را که انسان در جریان تفکر و اندیشیدن به دست می‌آورد، به بایگانی اطلاعات سابقش می‌افزاید. انسان، همواره به کار تنظیم اطلاعات قدیمی و اکتشاف اطلاعات و حقایق تازه می‌پردازد و این در واقع پایه و اساس رشد تحقیق علمی در خلال قرون مختلف تاریخ و همچنین علت پیشرفت مداومی است که در علوم نظری و تطبیقی به وجود می‌آید.

خداوند متعال انسان را به تفکر در هستی و نگرش در پدیده‌های مختلف آن و دقت و تأمل در شگفتیهای آفرینش و استحکام نظام

هستی، و نیز به تحصیل علم و شناخت

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۶

سنتها و قوانین الهی در تمام صحنه‌های مختلف علوم ترغیب و تشویق کرده است و ما این دعوت به مشاهده و تفکر و بررسی و تحصیل علم را، در آیات متعددی از قرآن کریم، می‌بینیم:

قُلْ سِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ بَدَأَ الْخَلْقَ ...

«ای رسول، بگو به مردم که در زمین سیر کنید و ببینید که خدا چگونه نخست، خلق را ایجاد کرده است ...» (۱)

أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَ لَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ  
«آیا این کافران در روی زمین به سیر نمی‌روند؟ تا دل‌هاشان بینش و هوش یابد و یا گوش‌شان به حقیقت شنوا گردد که این کافران را

چشم سرگرچه کور نیست لیکن، چشم دل و دیده دلها کور است.» (۲)

أَوْ لَمْ يَنْظُرُوا فِي مَلَكُوتِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا خَلَقَ اللَّهُ مِنْ شَيْءٍ ...

«آیا فکر و نظر در ملکوت و قوای آسمانها و زمین نمی‌کنند و در هر چه خدا آفریده است نمی‌نگرند ...» (۳)

قُلْ انظُرُوا مَاذَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ...

«ای رسول ما به امت بگو در آسمانها و زمین به چشم عقل نظر کنید.» (۴)

(۱) - عنكبوت: ۲۰.

(۲) - حج: ۴۶.

(۳) - اعراف: ۱۸۵.

(۴) - یونس: ۱۰۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۷

أَفَلَا يَنْظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ وَإِلَى السَّمَاءِ كَيْفَ رُفِعَتْ وَإِلَى الْجِبَالِ كَيْفَ نُصِبَتْ وَإِلَى الْأَرْضِ كَيْفَ سُطِحَتْ فَذَكَرُوا أَنَّهَا  
أَنْتَ مُبْدِكُورٌ «آیا در خلقت شتر نمی‌نگرند که چگونه خلق شده است. و در خلقت آسمان فکر نمی‌کنند که چگونه بلند گردانیده  
شده است. و کوهها را نمی‌بینند که چگونه (در زمین) افراشته شده است. و به زمین نظر نمی‌کنند که چگونه گسترانیده شده است.

ای رسول، تو مردم را متذکر ساز که وظیفه پیغمبری تو غیر از این نیست.» (۱)

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَ اخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفُلُوكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ  
مَاءٍ فَأَخْبَا بِهِ الْأَرْضَ بَعِيدَ مَوْتِهَا وَ بَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ وَ تَضْرِيحِ الرِّيحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ  
«محققا در خلقت آسمانها و زمین و رفت و آمد شب و روز و کشتیها که بر روی آب برای انتفاع خلق در حرکت است و بارانی که  
خدا از بالا فرو فرستاد تا به آن آب، زمین را بعد از مردن (و نابود شدن گیاه آن) زنده کرد و سبز و خرم گردانید و در برانگیختن  
انواع حیوانها در زمین و در وزیدن بادها به هر طرف و در خلقت ابر که میان زمین و آسمان مسخر است، در همه این امور برای

عاقلان ادله‌ای واضح بر علم و قدرت آفریننده است.» (۲)

وَ هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ نَبَاتَ كُلِّ شَيْءٍ فَأَخْرَجْنَا مِنْهُ خَضِرًا نُخْرَجُ مِنْهُ حَبًّا مُتَرَاكِبًا وَمِنَ النَّخْلِ مِنْ طَلْعِهَا قِنْوَانٌ دَانِيَةٌ  
وَ جَنَّاتٍ مِنْ أَغْنَابٍ وَ الرِّثْيُونِ

(۱) - غاشیه: ۱۷-۲۱.

(۲) - بقره: ۱۶۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۸

وَالرُّمَّانَ مُشْتَبِهًا وَغَيْرَ مُتَشَابِهٍ انظُرُوا إِلَى ثَمَرِهِ إِذَا أَثْمَرَ وَيَنْعِهِ إِنَّ فِي ذَلِكُمْ لآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ «و هموست خدایی که از آسمان باران فرو بارد تا هر نبات بدان برویانیم و سبزه‌ها را از زمین برون آریم و در آن سبزه‌ها دانه‌هایی که به روی هم چیده شده پدید آریم و از نخل خرما خوشه‌های پیوسته به هم برانگیزیم و باغهای انگور و زیتون و انار که برخی شبیه و برخی نامشابه است خلق کنیم، شما در آن باغها هنگامی که میوه آن پدید آید و برسد به چشم تعقل بنگرید که در آن آیات و نشانه‌های قدرت خدا برای اهل ایمان هویدا است.» (۱)

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ أَنَا صَبَبْنَا الْمَاءَ صَبًّا ثُمَّ شَقَقْنَا الْأَرْضَ شَقًّا فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا وَعِنَبًا وَقَضْبًا وَزَيْتُونًا وَنَخْلًا وَحَدائقَ غُلْبًا وَفَاكِهَةً وَأَبًّا مَتَاعًا لَكُمْ وَلِأَنْعَامِكُمْ «آدمی به قوت و غذای خود به چشم خرد بنگرد. که ما آب باران را فرو ریختیم. آن‌گاه خاک زمین را بشکافتیم. و حبوبات برای غذا برویانیدیم. و باغ انگور و نباتات که همی بدروند باز بروید. و درخت زیتون و نخل خرما. و باغهای پر از درختان کهن. و انواع میوه‌ها و علفها و مرتعها برویانیدیم. تا شما آدمیان و حیوانات شما از آن بهره‌مند شوید.» (۲)

در آیات فوق و امثال آن، از انسان آشکارا دعوت شده است که به نگرش و مشاهده و تفکر و کاوش علمی در آسمانها و زمین و همه مخلوقات و تمام پدیده‌های هستی پردازد. قرآن انسان را تنها به تفکر و تحقیق علمی در پدیده‌های طبیعی دعوت نمی‌کند بلکه، به تفکر در نفس و اسرار بیولوژیک و روانی خلقت خود نیز تشویق می‌کند و به این

(۱) - انعام: ۹۹.

(۲) - عبس: ۲۴ - ۳۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۱۹۹

ترتیب او را به ورود در میادین علوم بیولوژیک و فیزیولوژیک و پزشکی و روانی فرا می‌خواند. أَوَلَمْ يَتَفَكَّرُوا فِي أَنفُسِهِمْ مَا خَلَقَ اللَّهُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ وَأَجَلٍ مُّسَمًّى ... «آیا در پیش نفوس خود تفکر نکردند (تا بدین حکمت پی‌برند) که خدا آسمانها و زمین و هر چه در بین آنهاست همه را جز بحق (و برای حکمت و مصلحت) و به وقت و حد معین نیافریده است ...» (۱)

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ خُلِقَ مِنْ مَّاءٍ دَافِقٍ يُخْرَجُ مِنْ بَيْنِ الصُّلْبِ وَالتَّرَائِبِ «انسان (مغرور در بدو خلقت خود) بنگرد که از چه آفریده شده است؟ از آب نطفه جهنده‌ای آفریده شده است که از میان پشت پدر و سینه مادر بیرون آمده است.» (۲)

سُرِّيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ ...

«ما آیات قدرت و حکمت خود را در آفاق جهان و نفوس مردم کاملا هویدا و روشن می‌گردانیم تا ظاهر و آشکار شود که (خدا و آیات حکمت و قیامت و رسالتش همه) بر حق است ...» (۳)

اصرار قرآن کریم در دعوت مردم به تفکر را می‌توان از آیات زیادی که در آنها عبارتهایی همچون عبارتهای ذیل دیده می‌شود، دریافت: «أَفَلَا يَعْقِلُونَ» (آیا تعقل

(۱) - روم: ۸.

(۲) - طارق: ۵ - ۷.



(۳) - فصلت: ۵۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۰

نمی‌کنند)، «ا فلا یَتَفَكَّرُونَ» (آیا اندیشه نمی‌کنند)، «لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ» (شاید تعقل کنید)، «لَعَلَّكُمْ تَتَفَكَّرُونَ» (شاید به تفکر پردازید)، «إِنْ كُنْتُمْ تَعْقِلُونَ» (اگر تعقل می‌کردید)، «لَعَلَّهَمْ يَتَفَكَّرُونَ» (شاید آنان بیندیشند)، «أَفَلَا يَتَذَكَّرُونَ» (آیا تدبّر نمی‌کنند)، «ا فلا یَتَذَكَّرُونَ» (آیا متذکر نمی‌شوند)، «لَقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ» (برای مردمی که می‌اندیشند)، «لَقَوْمٍ يَعْقِلُونَ» (برای گروهی که تعقل می‌کنند).  
قرآن اهمیت تفکر در زندگی انسان را بیان کرده و ارزش فردی را که عقل و تفکرش را به خدمت می‌گیرد، بالا برده است.  
... قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ ...

«... بگو ای رسول آیا آنان که اهل علم و دانشند با مردم جاهل یکسانند؟» «۱» مقام کسی را که از عقل و تفکر خویش استفاده نمی‌کند، پایین آورده، و درجه‌اش را پایینتر از حیوان قرار داده است.

إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الصُّمُّ الْبُكْمُ الَّذِينَ لَا يَعْقِلُونَ «بدترین جانوران (و شقی‌ترین اشخاص) نزد خدا کسانی هستند که از شنیدن و گفتن (حرف حق) کر و لالند و اصلا (در آیات خدا) تعقل نمی‌کنند.» «۲»  
أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلًا «یا پنداری که اکثر این کافران حرفی می‌شنوند یا فکر و تعقلی دارند، اینان در بی‌عقلی درست مانند چهارپایانند، بلکه نادانتر و گمراهتر.» «۳»

(۱) - زمر: ۹.

(۲) - انفال: ۲۲.

(۳) - فرقان: ۴۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۱

## الف - مراحل تفکر در حل مشکلات

### اشاره

انسان، در زندگی به مشکلات زیادی برمی‌خورد که نیاز به حل آنها دارد و اصولاً هر سؤالی که انسان با خود مطرح می‌کند و جوابش را نمی‌داند خود، مشکلی به شمار می‌رود. معمولاً انسان، در زندگی با موضع‌گیریهای زیادی مواجه می‌شود که مشکل به حساب می‌آیند و این در وقتی است که او هدفی مشخص دارد و برای تحقق آن تلاش می‌کند اما، راهی را که به هدفش منتهی می‌شود نمی‌شناسد یا موانعی وجود دارد که او را از رسیدن به هدف باز می‌دارد. وقتی انسان درباره راه حل مشکلی که برایش پیش می‌آید، می‌اندیشد معمولاً همان مراحل مشخص را پشت سر می‌گذارد که روان‌شناسان به بررسی و تحلیل آن پرداخته‌اند. ما می‌توانیم مراحل تفکر را جهت حل مشکلات، در موضوعات زیر خلاصه کنیم: «۱»

### ۱- احساس وجود مشکل

سیر تفکر، با احساس وجود مشکلی که برای انسان اهمیت دارد، آغاز می‌شود. انسان در این مرحله نوعی انگیزه قوی احساس می‌کند که او را به حل مشکل تشویق می‌نماید تا به هدفی که برای تحقق آن تلاش می‌کند، دست یابد. اصولاً احساس وجود مشکل، نخستین مرحله سیر تفکر را تشکیل می‌دهد.



## ۲- جمع‌آوری مدارک پیرامون موضوع «مشکل»

وقتی انسان وجود یک مشکل را حس می‌کند معمولاً به جستجوی موضوع آن از تمام جنبه‌ها می‌پردازد تا آن را بخوبی درک کند. و بعد به جمع‌آوری کلیه اطلاعات و مدارک متعلق به آن و بررسی آنها، به منظور شناختن درجه تناسب یا عدم تناسبشان با موضوع «مشکل» می‌پردازد و اطلاعاتی را که مناسب حل مشکل هستند، حفظ می‌کند و

(۱) - محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ۳۱۶ - ۳۱۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۲

آنها را که نامناسب هستند، کنار می‌گذارد. جمع‌آوری اطلاعات و اسناد متناسب با موضوع «مشکل»، به روشن شدن و فهمیدن و مشخص کردن دقیق آن کمک می‌کند و این خود، راه را برای ارائه فرضیه‌های راه حل، هموار می‌سازد.

## ۳- فرضیه سازی

در جریان گردآوری اطلاعات و مدارک مربوط به موضوع «مشکل»، برخی از راه‌حلهای احتمالی آن و یا برخی فرضیه‌ها به ذهن انسان وارد می‌شود. فرضیه، در واقع راه حل پیشنهادی مشکل است.

## ۴- ارزیابی فرضیه‌ها

وقتی محقق برای حل یک مشکل، فرضیه‌ای می‌سازد معمولاً به بررسی عمیق و بحث پیرامون آن فرضیه در چارچوب اطلاعات و مدارک که در اختیار دارد، می‌پردازد تا از تناسب آنها با مسأله «مشکل» و صلاحیتشان برای حل آن، مطمئن شود. گاهی محقق در می‌یابد فرضیه‌ای که ارائه داده است با برخی از اطلاعات و حقایق درباره آن مشکل، هماهنگ و متناسب نمی‌باشد، از این رو فرضیه مزبور را به دلیل عدم شایستگی در حل مشکل، کنار می‌گذارد و به ساختن فرضیه‌ای دیگر می‌پردازد و همان‌طور که در مورد فرضیه اول عمل کرده بود به بررسی عمیق و بحث پیرامون فرضیه دوم می‌پردازد و گاهی کار به کنار گذاشتن فرضیه دوم نیز می‌انجامد و این کار آن قدر تکرار می‌شود تا سرانجام به ارائه یک فرضیه پذیرفته شده و متناسب با اطلاعات و حقایق موجود درباره آن مشکل، برسد و تشخیص دهد که همین فرضیه، صلاحیت حل مشکل مزبور را دارد.

## ۵- اطمینان به صحت فرضیه

پس از کنار گذاشتن فرضیه‌های نامناسب و رسیدن به یک فرضیه متناسب برای حل مشکل، محقق معمولاً به گردآوری مدارک و اسناد دیگری نیز می‌پردازد و به نکات تازه‌ای می‌رسد و یا برای اطمینان از صحت این فرضیه آزمایشهایی انجام می‌دهد.

اینها مراحل حل مشکل است که تفکر، معمولاً در جریان حل مشکلات، پشت سر می‌گذارد و

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۳

ما نیز برای حل کلیه مشکلاتی که در زندگی روزمره دامنگیرمان می‌شود، همین مراحل را طی می‌کنیم و نیز دانشمندانی که به انجام آزمایشهای علمی در آزمایشگاه‌هایشان می‌پردازند، تنها همین مراحل را طی می‌کنند، با این تفاوت که آنها از وسایلی که بیشتر با موضوع در ارتباط است و دارای دقت و کنترل بیشتری در انجام تحقیقات و جمع‌آوری مدارک و ثبت و تجزیه و تحلیل آنها می‌باشد، استفاده می‌کنند.

قرآن برای مراحل سیر تفکر در جریان حل مشکلات، نمونه‌ای به ما ارائه می‌کند. این نمونه را در داستان ابراهیم علیه السلام و روشی که او در سیر تفکر برای رسیدن به معرفت پروردگار بزرگ و قادر هستی آفرین، در پیش گرفت، می‌یابیم. «۱»

وَ إِذْ قَالَ إِبْرَاهِيمُ لِأَبِيهِ أَرَزَرُ أَتَّخِذُ أَصْنَامًا آلِهَةً إِنِّي أَرَاكَ وَ قَوْمَكَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ وَ كَذَلِكَ نُرِي إِبْرَاهِيمَ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ وَ الْأَرْضِ وَ لِيَكُونَ مِنَ الْمُوقِنِينَ فَلَمَّا جَنَّ عَلَيْهِ اللَّيْلُ رَأَى كَوْكَبًا قَالَ هَذَا رَبِّي فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لَأِن لَّيْنُ لَمْ يَهْدِنِي رَبِّي لَأَكُونَنَّ مِنَ الْقَوْمِ الضَّالِّينَ فَلَمَّا رَأَى الشَّمْسَ بَازِغَةً قَالَ هَذَا رَبِّي هَذَا أَكْبَرُ فَلَمَّا أَفَلَتْ قَالَ يَا قَوْمِ إِنِّي بَرِيءٌ مِّمَّا تُشْرِكُونَ إِنِّي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَ الْأَرْضِ حَنِيفًا وَ مَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ «و یاد کن وقتی را که ابراهیم به پدرش آزر (عمو و مریش که عرب بر آن پدر اطلاق کند) گفت، آیا بتها را به خدایی اختیار کرده‌ای و من برستی، تو و پیروانت را در گمراهی آشکار می‌بینم. و همچنین ما به ابراهیم ملکوت و باطن آسمانها و زمین را ارائه دادیم تا به مقام اهل یقین رسد. پس چون شب تاریک نمودار شد ستاره درخشانی را دید (برای هدایت مشرکان) گفت این پروردگار من است پس چون آن ستاره غروب کرد گفت من چیزی را که نابود شود به خدایی نخواهم

(۱) - علی عبدالعظیم: فلسفه المعرفة فی القرآن الکریم. قاهره: مرکز تحقیقات اسلامی، ۱۹۷۳، ص ۲۴۴ - ۲۵۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۴

گرفت. پس چون (شب شد و) ماه تابان را دید باز گفت این خدای من است، وقتی که آن هم نابود شد گفت اگر خدای من مرا هدایت نکند همانا که من از گروه گمراهان عالم خواهم بود. پس چون (صبح) خورشید درخشان را دید باز گفت این است خدای من، این بزرگتر است، چون آن نیز نابود شد گفت ای گروه مشرکان من از آنچه شما شریک خدا قرار می‌دهید بیزارم. من با ایمان خالص روی به سوی خدایی آوردم که آفریننده آسمانها و زمین است و من هرگز با (عقیده جاهلان) مشرکان موافق نخواهم بود. «۱»

ابراهیم علیه السلام نادرستی عبادت بتها را توسط قوم خود احساس کرده بود، چون فکر می‌کرد که انسان سازنده این بتهاست و چیزی که با دست ساخته شود چگونه قابل پرستش است؟

قَالَ أَتَعْبُدُونَ مَا تَنْحِتُونَ «ابراهیم (زبان به نصیحت گشود و گفت آیا (رواست که) شما چیزی به دست خود بتراشید و آن را پرستش کنید؟» (۲) از سوی دیگر، این بتها هیچ قدرت و توانی ندارند پس ممکن نیست که به صفت الوهیت متصف شوند. چون خدا، قوی و توانا و حاکم بر هستی و بخشنده نعمتها و تقسیم کننده روزیهاست.

قَالَ أَفَتَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ مَا لَا يَنْفَعُكُمْ شَيْئًا وَ لَا يَضُرُّكُمْ «ابراهیم گفت آیا خدا را که هر نفعی به دست اوست رها کرده و بتهایی را می‌پرستید که هیچ نفع و ضرری برای شما ندارند. اف بر شما و بر آنچه بجز خدای یکتا می‌پرستید، آیا شما عقل خود را هیچ به کار نمی‌بندید؟» (۳)

(۱) - انعام: ۷۴ - ۷۹.

(۲) - صافات: ۹۵.

(۳) - انبیاء: ۶۶، ۶۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۵

همین احساس ابراهیم علیه السلام نسبت به نادرستی عبادت بتها و عدم شایستگی آنها برای خدا شدن، مشکلی در نفسش برانگیخت که بر او فشار می‌آورد و بر تفکرش چیره می‌شد و آن مشکل این بود که «خدای این هستی کیست؟».

همزمان با احساس این مشکل، ابراهیم علیه السّلام نوعی انگیزه قوی در خود حس کرد که او را برای رسیدن به شناخت آفریدگار هستی، به تفکر درباره این مشکل واداشت. البته در ایجاد این انگیزه، علاوه بر هدایت و توفیق الهی، فطرت سالم و روح صاف و زلال و عقل برتر ابراهیم علیه السّلام نیز به او کمک کرد.

ابراهیم علیه السّلام سپس به مرحله مشاهده و جمع‌آوری اطلاعات و مدارک رسید.

پدیده‌های گوناگون هستی در آسمان و زمین را مشاهده کرد تا شاید از طریق آنها به شناخت خداوند برسد. در همین زمینه، به ستاره و ماه و خورشید و دیگر پدیده‌های هستی، چه در آسمان و چه در زمین نظر می‌انداخت. این موضوع را می‌توان از این آیه: «وَكَذَلِكَ نُرِي إِبْرَاهِيمَ مَلَكُوتَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَلَيَكُونُ مِنَ الْمُوقِنِينَ.» فهمید. (۱)

در جریان مرحله مشاهده و گردآوری اطلاعات درباره پدیده‌های مختلف هستی، حضرت ابراهیم علیه السّلام در ذهن خود فرضیه‌هایی ساخت، مثلاً وقتی تاریکی شب همه جا را فرا گرفت و او ستاره‌ای دید که در آسمان تاریک می‌درخشد، فرضیه‌ای ساخت که نتیجه‌اش اعتقاد به خدا بودن ستاره بود، ولی وقتی برایش آشکار شد که ستاره مزبور دچار تغییر شده است یعنی، غروب کرد و دیگر ظاهر نشد، فرضیه مزبور را کنار گذاشت- زیرا فرضیه‌ای غیر مناسب با حل مشکل بود- چرا که، خدا باید ثابت و لا یتغیر و همواره موجود باشد و هرگز غایب نشود.

و وقتی ماه را دید که در تاریکی می‌درخشد، فرضیه دیگری ساخت که نتیجه‌اش این بود که ماه خدا می‌باشد. ولی وقتی مشاهده کرد ماه نیز غایب می‌شود این فرضیه را هم به دلیل عدم تناسبش با صفات خداوندی کنار گذاشت. و چون خورشید را دید که می‌درخشد و دنیا را پر از روشنایی و گرما می‌کند و حشمش نیز از ستارگان دیگر بزرگتر است، فرضیه‌ای دیگر ساخت و گفت خورشید خداست، اما وقتی دید آن نیز غروب

(۱)- ترجمه آیه فوق قبلاً آمده است.- م.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۶

می‌کند، این فرضیه را هم به علت عدم تناسبش با صفات خداوندی، کنار گذاشت.

ابراهیم علیه السّلام پس از این که همه این فرضیه‌ها را به سبب عدم تناسبشان با حل مشکل، کنار گذاشت، سرانجام فرضیه‌ای ساخت که او را به خدا معتقد کرد، «۱» همان خدایی که همه ستارگان و آسمانها و زمین و مخلوقات میان آسمان و زمین را آفرید. او گفت: «إِنِّي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفًا وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ». بدون شک او قبلاً- به این فرضیه که سرانجام به آن رسید فکر کرده و اطلاعات زیادی درباره دیگر پدیده‌های هستی نیز گرد آورده بود و نه تنها چیزی که فرضیه‌اش را نقض کند در آنها ندیده بود، بلکه، بر عکس دریافته بود که هر چه را مشاهده کرده است از شگفتیهای آفرینش و خلقت خداست و این نظم استوار که در نظام هستی وجود دارد، بر وجود یک خدای قوی و توانا و حکیم دلالت می‌کند که همو این هستی و آفریده‌های موجود در آن را با چنین نظمی استوار و دقیق، آفریده است.

به این ترتیب در این آیات که داستان راهیابی ابراهیم علیه السّلام به توحید را به یادمان می‌آورد، می‌بینیم که چگونه قرآن مراحل سیر تفکر در حل مشکلات را به طور دقیق و روشن، توصیف کرده است.

## ب- خطاهای تفکر

تفکر همواره در معرض اشتباه قرار دارد. چون گاهی، عوامل بازدارنده‌ای متعرض جریان تفکر می‌شوند و آن را از راه راست منحرف می‌سازند و میان تفکر و وصول انسان به حقیقت، مانع ایجاد می‌کنند و هرگاه موانع و بازدارنده‌های تفکر به طور متراکم بر انسان فشار آورند اندیشه انسان دچار جمود می‌شود، به طوری که قادر به پذیرش نظریه‌ها و افکار تازه نمی‌باشد و انسان وقتی به این حالت برسد، دیگر، تفکر، ارزش عظیم خود را در زندگی از دست می‌دهد و وظیفه طبیعی خود را در کار تشخیص حق و باطل و نیکی و بدی و کشف حقایق و کسب دانش و بالا بردن انسان در مدارج ترقی و

(۱) - به عقیده ما ابراهیم علیه السلام قبلاً معتقد بوده است و این فرضیه‌ها را برای هدایت مشرکان طرح کرده است، نه برای خودش که معتقد به وجود خدا شود. - م.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۷

کمال، انجام نمی‌دهد. و وقتی نیروی تفکر انسان، از کار باز ماند، و دچار جمود شود، در واقع انسان امتیاز اساسی خود را که از حیوان جدایش می‌سازد، از دست می‌دهد و مانند حیوان یا حتی گمراهتر از آن، خواهد شد.

أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلًا «یا پنداری که اکثر این کافران حرفی می‌شنوند یا فکر و تعقلی دارند؟ (حاشا) اینان در بی‌عقلی بس مانند چهارپایانند بلکه، نادانتر و گمراهترند.» (۱)

قرآن این حالت جمود فکری را به عنوان «مهر زدن بر دلها» یا «قرار گرفتن دلها در پوششی» و یا «قفل نهادن بر آنها» توصیف کرده است.

أُولَئِكَ الَّذِينَ طَبَعَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَ سَمِعِهِمْ وَ أَبْصَارِهِمْ وَ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ «همینها هستند که خدا بر دلها و گوش و چشمهایشان مهر قهر زده است. و اینها همان مردم (از خدا و قیامت) غافلند.» (۲)

خَتَمَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَ عَلَى سَمْعِهِمْ وَ عَلَى أَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةً وَ لَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ «قهر خدا، مهر بر دلهاشان و پرده بر گوش آنها و بر چشمهای ایشان نهاد که فهم حقایق و معارف الهی را نمی‌کنند و ایشان را عذابی سخت است.» (۳)

كَذَلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِ الَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ «این چنین خدا بر دلهای اهل جهل (پس از اتمام حجت) مهر (شقاوت) نهاد (که هیچ سخن حق را نپذیرند)». (۴)

(۱) - فرقان: ۴۴.

(۲) - نحل: ۱۰۸.

(۳) - بقره: ۷.

(۴) - روم: ۵۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۸

أَوْ لَمْ يَهْدِ لِلَّذِينَ يَرْتُونَ الْأَرْضَ مِنْ بَعْدِ أَهْلِهَا أَنْ لَوْ نَشَاءُ أَصِيبْنَاهُمْ بِعَذُوبِهِمْ وَ نَطْبَعُ عَلَى قُلُوبِهِمْ فَهُمْ لَا يَسْمَعُونَ تِلْكَ الْقُرَى نَقُصُّ عَلَيْكَ مِنْ أَنْبَاءِهَا وَ لَقَدْ جَاءَتْهُمْ رُسُلُهُمْ بِالْبَيِّنَاتِ فَمَا كَانُوا لِيُؤْمِنُوا بِمَا كَذَّبُوا مِنْ قَبْلُ كَذَلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِ الْكَافِرِينَ «آیا این مردمی را که بعد از اقوامی که همه مردند وارث زمین شدند خدا آگاه نفرموده است که اگر ما بخواهیم به کیفر گناهانشان می‌رسانیم و بر دلهاشان مهر می‌نهم (که فهم حقایق نکنند) و به گوش دل چیزی (از آیات خدا) نشنوند و از آنان پند نگیرند. این است شهرهایی که ما بر تو اخبار اهلش را بیان کردیم همه را رسولانی با ادله روشن آمد چون از پیش آنها را تکذیب کرده بودند به آنان ایمان نیاوردند همچین خدا هم (به شقاوت کفر) دلهای کافران را مهر خواهد کرد.» (۱)

وَجَعَلْنَا عَلَى قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَنْ يَفْقَهُوهُ ...

«و ما بر دل‌های (تیره) آن کافران پرده‌ای افکندیم که قرآن را فهم نکنند ...» (۲)  
وَقَالُوا قُلُوبُنَا فِي أَكِنَّةٍ مِمَّا تَدْعُونَا إِلَيْهِ وَفِي آذَانِنَا وَقْرٌ وَمِنْ بَيْنِنَا وَبَيْنِكَ حِجَابٌ فَأَعْمَلْنَا إِنَّنَا عَامِلُونَ «و مشرکان گفتند (تو با ما چه می‌گویی که) دل‌های ما از قبول دعوت سخت محجوب و گوش ما از شنیدن سخت سنگین و میان ما و تو حجاب (ضخیم و فاصله بسیار) است تو به کار دین خود پرداز، ما هم البته به کیش خود عمل می‌کنیم.» (۳)

(۱) - اعراف: ۱۰۰، ۱۰۱.

(۲) - اسراء: ۴۶. یکی از بیماری‌های قلب که در قرآن ذکر می‌کند «کنان» به معنی پوشش است که در قرآن به صورت جمع «اکنه» آمده است و آن یک نوع پوششی است که بر قلب ایجاد می‌شود. این واژه در آیات بعد هم آمده است - م.  
(۳) - فصلت: ۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۰۹

وَمِنْهُمْ مَنْ يَسْتَمِعُ إِلَيْكَ وَجَعَلْنَا عَلَى قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَنْ يَفْقَهُوهُ وَفِي آذَانِهِمْ وَقْرًا وَإِنْ يَرَوْا كُفْرًا لَا يُؤْمِنُوا بِهَا ...  
«بعضی از آنان (مشرکان و کافران) به سخن تو گوش فرا دارند ولی پرده بر دل‌هایشان نهاده‌ایم که فهم آن نتوانند کرد و گوش‌های آنها از شنیدن حق سنگین است که اگر همه آیات الهی را مشاهده کنند باز بدان ایمان نمی‌آورند ...» (۱)  
أَفَلَا يَتَذَكَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا «آیا منافقان در آیات قرآن تدبر نمی‌کنند یا بر دل‌هایشان خود قفلها (ی جهل و نفاق) زده‌اند.» (۲)

قرآن مهمترین عواملی را که مانع اندیشیدن و مایه جمود فکری می‌شوند و در نتیجه میان تفکر و شناخت حقیقت و اظهار نظر درست در مسائل مختلف، ایجاد سد می‌کنند، ذکر کرده است. این عوامل عبارتند از: پابندی به اندیشه‌های کهنه، کافی نبودن اسناد و مدارک و موضعگیری طرفدارانه انفعالی و عاطفی.

### ۱- پابندی به اندیشه‌های کهنه

پابندی به افکار قدیمی و چیزهایی که عرف و عادت و سنت‌های مردم بر اساس آن جریان دارد، از عوامل مهمی است که مایه جمود تفکر و عدم پذیرش افکار جدیدی که به اندیشه عرضه می‌شوند، می‌گردد. انسان معمولاً تمایل دارد به چیزهایی که با آنها مأنوس است و از پیش به آنها عادت کرده و با آنها پرورش یافته است، پابند باشد. به طوری که رها شدن از آداب و رسوم و اندیشه‌های کهنه، برایش مسأله‌ای می‌شود که

(۱) - انعام: ۲۵.

(۲) - محمد: ۲۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۰

برای تطبیق و هماهنگی خود با آنها نیاز به کوشش و مدیریت و اراده دارد، همان‌طور که توانایش را بر نگرش تحلیلی و بی‌طرفانه نسبت به مسائل مختلف، که به او امکان تشخیص حق از باطل را می‌دهد، نیز می‌طلبد و این کار برای بسیاری از مردم کار ساده‌ای نیست. قرآن پابندی بسیاری از مردم را، در کلیه قرون گذشته تاریخ، به عقاید پدران‌شان و عبادت‌های آنها، توصیف کرده است و متذکر شده است که، آنها با اندیشه‌ای آزاد از قید و بندهای آداب و رسوم و سنتها و اندیشه‌های کهنه، قدرت نگرش به عقیده

توحید را که انبیا و پیامبران اعم از مرسل و نامرسل به آن دعوت می‌کردند، نداشتند. چون تقلید از پدران و پابندی به اندیشه‌ها و آداب و رسوم آنها، از عوامل مهم جمود فکری در بسیاری از مردم بود، از این رو دست شستن از این گونه افکار و پذیرش دین توحید که پیامبران مردم را به آن دعوت می‌کردند، برایشان آسان نبود.

قَالُوا أَجِئْنَا لِنَتْلِفَتْنَا عَمَّا وَجَدْنَا عَلَيْهِ آبَاءَنَا ...

«آنها (به موسی) گفتند، آیا تو آمده‌ای که ما را از عقاید و آدابی که پدران ما بر آن بودند باز داری ...» (۱)  
 بَلْ قَالُوا إِنَّا وَجَدْنَا آبَاءَنَا عَلَىٰ أُمَّةٍ وَإِنَّا عَلَىٰ آثَارِهِم مُّهْتَدُونَ وَكَذَلِكَ مَا أَرْسَلْنَا مِنْ قَبْلِكَ فِي قَوْمِهِ مِنْ نَذِيرٍ إِلَّا قَالَ مُتْرَفُوهَا إِنَّا وَجَدْنَا آبَاءَنَا عَلَىٰ أُمَّةٍ وَإِنَّا عَلَىٰ آثَارِهِم مُّقْتَدُونَ «بلکه گفتند ما پدران خود را به عقاید و آیینی یافتیم و البته ما هم در پی آنها بر هدایت هستیم. و همچنین ما هیچ رسولی پیش از تو در هیچ شهر و دیاری نفرستادیم جز آن که اهل ثروت و مال آن دیار به رسولان گفتند که ما پدران خود را بر آیین و عقایدی یافتیم و از آنها البته پیروی خواهیم کرد.» (۲)

(۱) - یونس: ۷۸.

(۲) - زخرف: ۲۲، ۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۱

وَ إِذَا قِيلَ لَهُمْ تَعَالَوْا إِلَىٰ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ وَإِلَى الرَّسُولِ قَالُوا حَسْبُنَا مَا وَجَدْنَا عَلَيْهِ آبَاءَنَا أَوْ لَوْ كَانَ آبَاؤُهُمْ لَا يَعْلَمُونَ شَيْئًا وَلَا يَهْتَدُونَ «و چون به آنها گفته شد بیایید از حکم کتابی که خدا فرستاد و از دستور رسول او پیروی کنید گفتند آن دینی که پدران خود را بر آن یافتیم ما را کفایت است، آیا باید از پدران خود در صورتی که آنها مردم جاهلی بوده و به حق راه نیافته باشند باز پیروی کنند؟» (۱)  
 «وَ إِذَا قِيلَ لَهُمْ اتَّبِعُوا مَا أَنْزَلَ اللَّهُ قَالُوا بَلْ نَتَّبِعُ مَا أَلْفَيْنَا عَلَيْهِ آبَاءَنَا أَوْ لَوْ كَانَ آبَاؤُهُمْ لَا يَعْقِلُونَ شَيْئًا وَلَا يَهْتَدُونَ «و چون کفار را گویند پیروی از شریعت و کتابی که خدا فرستاده است، کنید پاسخ دهند که ما پیرو کیش پدران خود خواهیم بود، آیا بایست آنها تابع پدران باشند در صورتی که آنها بی‌عقل و نادان بوده و هرگز به حق و راستی راه نیافته‌اند.» (۲)  
 قَالُوا أَجِئْنَا لِنُعْبَدَ اللَّهَ وَحْدَهُ وَ نَدَّرَ مَا كَانَ يَعْبُدُ آبَاؤُنَا ...

«(قوم یهود) گفتند آیا تو برای آن به سوی ما آمده‌ای که خدا را به یکتایی پرستیم و از بت‌هایی که پدران ما می‌پرستیدند اعراض کنیم؟ ...» (۳)

وَ إِذَا تُتْلَىٰ عَلَيْهِمْ آيَاتُنَا بَيِّنَاتٍ قَالُوا مَا هَذَا إِلَّا رَجُلٌ يُرِيدُ أَنْ يَصُدَّكُمْ عَمَّا كَانَ يَعْبُدُ آبَاؤَكُمْ ...

«و چون توسط رسول برای کافران آیات روشن ما تلاوت شد گفتند این شخص (که دعوی رسالت می‌کند) جز آن که مردی است که می‌خواهد شما را از دین

(۱) - مائده: ۱۰۴.

(۲) - بقره: ۱۷۰.

(۳) - اعراف: ۷۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۲

پدرانتان برگرداند هیچ مزیت دیگری ندارد ...» (۱)

از آن جا که جمود فکری برای انسان بسیار مضر است و او را از بهره‌جویی از آن ویژگی اساسی که خداوند مخصوص انسان قرار داده و به واسطه آن از حیوان متمایزش کرده، محروم می‌سازد و سبب سقوط او به سطح حیوان بلکه پایینتر از آن می‌شود، لذا

قرآن، مصرانه مردم را به آزاد شدن از قید و بندهایی که اندیشه آنها را به زنجیر می‌کشد و عقلشان را از کار می‌اندازد، تشویق می‌کند.

قرآن از مشرکانی که در افکار و عقاید، از پدران خود تقلید می‌کنند و عقل خویش را به هیچ می‌گیرند و نیروی تفکر خود را از کار می‌اندازند و در نتیجه هر اندیشه تازه‌ای را بدون این که آزادانه و دور از قید و بندهای تقلید، به آن بیندیشند، رد می‌کنند، بسختی انتقاد کرده است. ما قبلاً نیز اشاره کردیم که قرآن، مردم را به گردش در روی زمین و مشاهده آفریده‌های جهان و دقت و تفکر در پدیده‌های گوناگون هستی، فرا می‌خواند.

این دعوت در واقع همان فراخوانی قرآن به آزاد شدن تفکر از قید و بندهایی است که به زنجیر کشیده شده، و تشویقی به آغاز ره سپردن در افقهای معرفت و کاوش علمی است.

قرآن همچنین بر دعوت مردم، به آزاد شدن از اوهام و خرافات که جریان تفکر را از کار می‌اندازند و مانع شناخت حقیقت می‌شوند، اصرار می‌ورزد، زیرا، عربها در زمان جاهلیت درباره نوع و تعداد نسل شتر و گوسفند، به خرافاتی معتقد بودند مثلاً اگر شتر یا گوسفندی به تعداد مشخص می‌زاید یا فقط ماده می‌زاید یا نر و ماده با هم می‌زایند، آنها بر همین اساس او را رها می‌کردند و یا از نوشیدن شیرش امتناع می‌ورزیدند. قرآن از اعتقاد به این گونه خرافات نهی کرده است. «۲»

مَا جَعَلَ اللَّهُ مِنْ بَحِيرَةٍ وَلَا سَائِبَةٍ وَلَا وَصِيلَةٍ وَلَا حَامٍ وَلَكِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا يَفْتَرُونَ

(۱) - سبأ: ۴۳.

(۲) - محمد البهی: الاسلام فی حیاة المسلم، چاپ دوم، قاهره: مکتبه و هبه، ۱۹۷۳، ص ۱۶۷ - ۱۶۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۳

عَلَى اللَّهِ الْكَدِبُ وَأَكْثَرُهُمْ لَا يَعْقِلُونَ «خدا برای بحیره و سائبه و وصیله و حام، حکمی مقرر نفرمود و لیکن کافران (در جهل احکام) بر خدا دروغ بستند چه آن که بیشتر آنان عقل را به کار نمی‌بندند.» «۱»

## ۲- کافی نبودن مدرک

برای انسان آسان نیست، بدون این که مدارک کافی و اطلاعات ضروری، پیرامون موضوعی در اختیار داشته باشد بتواند به طور درست و سالم درباره آن تفکر کند.

همچنین بدون گردآوری دلایل و براهین کافی که مؤید درستی نتیجه‌ای باشند که به آن رسیده است، نمی‌تواند در جریان تفکر به نتیجه درستی برسد. مردم در مقدار و اندازه پیروی از قوانین درست و منطقی، در جریان تفکر و مباحثات و در اظهار نظر و قضاوت فکری، با همدیگر فرق دارند. اصولاً دانشمندان و حکما و اشخاصی که دارای هوشی سالم هستند، شدیداً از اظهار نظر و قضاوت و صدور حکم، بدون داشتن دلایل روشن و

(۱) - مائده: ۱۰۳. در تفسیر ابن کثیر، آمده است که:

بحیره: شتری است که از دوشیدن شیر آن به خاطر بتها جلوگیری می‌شد و هیچ کس آن را نمی‌دوشید.

سائبه: شتری است که برای خدایانشان رها می‌کردند و چیزی بر پشت آن حمل نمی‌کردند ...

وصیله: شتر بکری است که در نخستین زایمان، نر می‌زاید، سپس در مرحله دوم ماده می‌زاید. حال اگر شتری پشت سر هم دو شکم ماده می‌زاید آن را برای بتها آزاد می‌کردند.



حام: شتر نری است که به تعداد مشخصی با شتر ماده جفت می‌شود و وقتی آن تعداد جفتگیری تمام می‌شد آن را برای بتها رها می‌کردند و از حمل بار معافش می‌داشتند و بر پشتش چیزی حمل نمی‌کردند و آن را «حامی» می‌نامیدند. تفسیر ابن کثیر، ج ۲، ص ۱۰۷.

در مورد معانی کلمات بحیره و سائبه و وصیله و حام، علاوه بر آنچه مؤلف محترم از تفسیر ابن کثیر نقل کرده است، در قرآن «ترجمه الهی قمشه‌ای» نیز چنین می‌خوانیم: «بحیره شتری بوده در جاهلیت بعد از پنج شکم که در شکم پنجمین نر می‌آورده گوشش را می‌شکافته‌اند و به چرا سر می‌داده، دیگر از آن سود نمی‌جسته‌اند، سائبه شتری بوده است که از طریق نذر انتفاعش را بر خود حرام می‌دانسته‌اند مثل آن که اگر فلان بیمار شفا یابد ناقه من سائبه باشد و امثال آن. وصیله، شکم هفتم گوسفند را که نر باشد نذر بتها می‌کردند. حام، شتری که ده شکم می‌زاید، بر آن سوار نمی‌شدند.» - م.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۴

واضحی که به آنها استناد کنند، پرهیز می‌کنند. اما، بسیاری از مردم در جریان تفکر، از قوانین درست منطقی پیروی نمی‌کنند. آنها اغلب در اظهار نظر درباره مسائل مختلف، بدون داشتن مدارک کافی و همچنین در صدور حکم و قضاوت، بدون جمع‌آوری دلایلی روشن که مؤید صحت قضاوتشان باشد، شتاب می‌ورزند. اصولاً نبودن مدارک و اطلاعات و دلایل کافی، از عوامل مهم بسیاری از خطاهای رایج تفکر، در میان مردم می‌باشد. قرآن برای رسیدن به حق در مورد یک موضوع، به اهمیت شناخت آن اشاره کرده و ما را از سخن گفتن و اظهار نظر درباره چیزهایی که نسبت به آنها عالم نیستیم و دلایل و مدارکی نیز بر صحت آنها نداریم، نهی کرده است.

وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصِيرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا «و هرگز بر آنچه علم و اطمینان نداری دنبال مکن که (در پیشگاه حکم خدا) چشم و گوش و دل همه مسؤولند.» (۱)

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يُجَادِلُ فِي اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَ يَتَّبِعُ كُلَّ شَيْطَانٍ مَرِيدٍ «برخی مردم از جهل و نادانی در کار خدا جدال کنند و از پی هر شیطان گمراه کننده‌ای روند.» (۲)

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يُجَادِلُ فِي اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَلَا هُدًى وَلَا كِتَابٍ مُنِيرٍ «و برخی از مردم از روی جهل و گمراهی و بی‌هیچ کتاب و حجت روشن، در کار خدا جدل می‌کنند.» (۳)

(۱) - اسراء: ۳۶.

(۲) - حج: ۳.

(۳) - حج: ۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۵

الَّذِينَ يُجَادِلُونَ فِي آيَاتِ اللَّهِ بِغَيْرِ سُلْطَانٍ أَتَاهُمْ كَبِيرٌ مَقْتًا عِنْدَ اللَّهِ وَعِنْدَ الَّذِينَ آمَنُوا كَذَلِكَ يَطْبَعُ اللَّهُ عَلَى كُلِّ قَلْبٍ مُتَكَبِّرٍ جَبَّارٍ «آنان که در آیات خدا بی‌هیچ حجت و برهان به جدال و انکار برخیزند این کار، سخت خدا (و رسول) و اهل ایمان را به خشم و غضب آرد (بلی) این گونه خدا بر دل هر منکر ستمکاری مهر شقاوت می‌زند.» (۱)

إِنَّ الَّذِينَ يُجَادِلُونَ فِي آيَاتِ اللَّهِ بِغَيْرِ سُلْطَانٍ أَتَاهُمْ إِنَّ فِي صُدُورِهِمْ إِلَّا كِبْرٌ مَا هُمْ بِبَالِغِيهِ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْبَصِيرُ «آنان که در آیات خدا بی‌هیچ حجت و برهان راه انکار و جدل پیمودند جز تکبر و نخوت، چیزی در دل ندارند که به آرزوی دل هم آخر نخواهند رسید، پس تو (از شر آنها) پناه به درگاه خدا بر، که خدا شنوا و بیناست.» (۲)

وقتی همه مدارک مهم مربوط به موضوعی که انسان درباره آن می‌اندیشد، به اندازه کافی در اختیارش نباشد، به گمان و فرض



کردن راه‌های که احتمال درستی و نادرستی هر دو را می‌دهد، پناه می‌برد. انسان بیشتر اوقات در قضاوتش نسبت به چیزهای مختلف، به گمان رو می‌آورد در صورتی که دلیل روشنی بر درستی گمان خود ندارد و گاهی در آینده، نادرستی گمانش برای وی آشکار می‌شود. از این رو گمان، راه درست وصول به حقیقت نیست بلکه، انسان باید بکوشد که گمانش را در پرتو مدارک و دلایل جدید، به یقین مبدل سازد تا نسبت به صحت و یا عدم صحت آن، مطمئن شود. بنابراین، گمان عبارت است از، فرضیه‌ای که احتمال درستی و نادرستی، هر دو را دارد.

(۱) - غافر (مؤمن): ۳۵. «بَعَثَ سُلْطَانَ أَتَاهُمْ»: یعنی بدون این که هیچ دلیل و برهانی از جانب خدا داشته باشند. تفسیر ابن کثیر، ج ۴، ص ۷۹.

(۲) - غافر (مؤمن): ۵۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۶

وَمَا يَتَّبِعْ أَكْثَرُهُمْ إِلَّا ظَنًّا إِنَّ الظَّنَّ لَا يُغْنِي مِنَ الْحَقِّ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِمَا يَفْعَلُونَ «و اکثر مردم الا از خیال و گمان باطل خود از چیزی پیروی نمی‌کنند. در صورتی که گمان و خیال موهوم، کسی را بی‌نیاز از حق نمی‌گرداند و به علم یقین نمی‌رساند و خدا به هر چه (این کافران) می‌کنند آگاه است.» (۱)

وَإِذَا قِيلَ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ وَالسَّاعِيَةُ لَا رَيْبَ فِيهَا قُلْتُمْ مَا نَدْرِي مَا السَّاعِيَةُ إِنَّ نَظْنَ إِلَّا ظَنًّا وَمَا نَحْنُ بِمُستَيَقِنِينَ «و چون (به شما) گفته شد که وعده خدا حق است و در قیامت هیچ شک و ریب نیست شما گفتید قیامت چیست نمی‌فهمیم پس خیالی پیش خود می‌کنیم و به آن هیچ یقین نداریم.» (۲)

به همین دلیل انسان نباید در جریان تفکر دنباله‌رو گمان خود باشد، چون گمان، غالبا به اشتباه منجر می‌شود و اصولا شک و گمان، راه امنی برای وصول به حقیقت نیست و معنای سخن خداوند متعال در آیه‌ای که قبلا ذکر کردیم، نیز همین است: «... إِنَّ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَ إِنَّ الظَّنَّ لَا يُغْنِي مِنَ الْحَقِّ شَيْئًا.» (۳)

(۱) - یونس: ۳۶.

(۲) - جاثیه: ۳۲.

(۳) - نجم: ۲۸.

کلمه «ظن» در قرآن به سه معنی آمده است: معنی اول همان علم غیر یقینی است که کفه صدقش سنگینی نمی‌کند. آیات زیر نمونه‌هایی از این معنی هستند:

وَإِنْ تُطِغْ أَكْثَرُ مَنْ فِي الْأَرْضِ يَضْلُوكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ إِنَّ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَ إِنَّ هُمْ إِلَّا يَخْرُصُونَ (انعام: ۱۱۶).

«و اگر پیروی کنی از اکثر مردم زمین، تو را از راه خدا گمراه خواهند کرد که اینان جز از پی گمانی نمی‌روند و جز اندیشه باطل و دروغ چیزی در دست ندارند.»

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۷

أَلَا- إِنَّ لِلَّهِ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَ مَنْ فِي الْأَرْضِ وَ مَا يَتَّبِعُ الَّذِينَ يَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ شُرَكَاءَ إِنَّ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَ إِنَّ هُمْ إِلَّا يَخْرُصُونَ (یونس: ۶۶).

«آگاه باش که هر چه در آسمانها و زمین است ملک خداست و آنچه را مشرکان از غیر خدا پیروی می‌کنند گمان باطلی بیش

نیست و جز آن که دروغی بافند کاری ندارند».

وَقَوْلِهِمْ إِنَّا قَتَلْنَا الْمَسِيحَ عِيسَى ابْنَ مَرْيَمَ رَسُولَ اللَّهِ وَمَا قَتَلُوهُ وَمَا صَلَبُوهُ وَلَكِنْ شُبِّهَ لَهُمْ وَإِنَّ الَّذِينَ اخْتَلَفُوا فِيهِ لَفِي شَكٍّ مِنْهُ مَا لَهُمْ بِهِ مِنْ عِلْمٍ إِلَّا اتِّبَاعَ الظَّنِّ وَمَا قَتَلُوهُ يَقِينًا (نساء: ۱۵۷).

«و هم از این رو که (به دروغ) گفتند ما مسیح بن مریم عیسی رسول خدا را کشتیم در صورتی که او را نکشتند و نه به دار کشیدند لکن، امر بر آنها مشتبه شد و همانا آنان که درباره او عقاید مختلف اظهار داشتند از روی شک و تردید سخنی گفتند و عالم به آن نبودند جز آن که از پی گمان خود می‌رفتند و به طور یقین (شما مؤمنان بدانید که) مسیح را نکشتند».

فَقَالَ لَهُ فِرْعَوْنُ إِنِّي لَأَظُنُّكَ يَا مُوسَى مَسْحُورًا (اسراء: ۱۰۱).

«... پس فرعون به او گفت ای موسی من تو را (ساحر و) سحرآموز می‌پندارم.» لَعَلِّي أَطَّلِعُ إِلَى إِلِهِ مُوسَى وَإِنِّي لَأَظُنُّهُ، مِنَ الْكَاذِبِينَ (قصص: ۳۸).

«... تا من بر خدای موسی (اگر راست می‌گویند) مطلع شوم هر چند او را (در ادعای رسالت) دروغگو می‌پندارم.» معنای دوم ظن، همان علم غیر یقینی است که احتمال درستی و خطا، هر دو را می‌دهد. ظن در این معنا نوعی فرضیه است که برای تأیید یا نفی، نیاز به دلیل دارد. ظن به این معنا نظیر «فرضیه» علمی است که ما قبلاً در جریان بحث درباره مراحل سیر تفکر از آن سخن گفتیم. از نمونه‌های ظن به این معنا، می‌توان از آیات سه‌گانه‌ای که در متن همین کتاب ذکر کرده‌ایم نام برد.

معنای سوم ظن، علمی است که درست بودنش، می‌چربد، یا علم با یقین به درستی است. از نمونه‌های این مورد، آیات زیر هستند:

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۸

انسان برای این که در موضوعی دارای تفکری سالم که منجر به شناخت حقیقت شود، باشد، می‌بایست به گردآوری مقدار زیادی سند و مدرک مربوط به همان موضوع پردازد و این عمل از طریق مشاهده دقیق و کاوش منظم علم، صورت می‌پذیرد. «۱» ما قبلاً اشاره کردیم که قرآن چه اندازه به مسأله تشویق انسان به مشاهده و تفکر و کاوش علمی،

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلَاقُوا رَبِّهِمْ وَأَنَّهُمْ إِلَيْهِ رَاجِعُونَ (بقره: ۴۵، ۴۶).

«و از خدا به صبر و نماز یاری جویند که نماز در دین امری بزرگ و دشوار است مگر بر خدا پرستان، آنان که می‌دانند، در پیشگاه خدا حاضر خواهند شد و بازگشتشان به سوی او خواهد بود».

قَالَ الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلَاقُوا اللَّهِ كَمْ مِنْ فِتْنَةٍ قَلِيلَةً غَلَبَتْ فِتْنَةُ كَثِيرَةٍ يَأْذِنُ اللَّهُ وَاللَّهُ مَعَ الصَّابِرِينَ (بقره: ۲۴۹).

«... آنان که به لقای رحمت خدا و ثواب آخرت معتقد بودند ثابت قدم مانده و گفتند چه بسیار باشد که به یاری خدا گروهی اندک بر سپاهی بسیار غلبه یافته، و خدا یار و معین صابران است.» وَرَأَى الْمُجْرِمُونَ النَّارَ فَظَنُّوا أَنَّهُمْ مُوَاقِعُوهَا وَلَمْ يَجِدُوا عَنْهَا مَصْرِفًا (کهف: ۵۳).

«و آن‌گاه مردم بدکار آتش دوزخ را به چشم مشاهده کنند تا بدانند که در آن خواهند افتاد و از آن مفزری ندارند.» وَصَلَّ عَنْهُمْ مَا كَانُوا يَدْعُونَ مِنْ قَبْلُ وَظُنُّوا مَا لَهُمْ مِنْ مَحِيصٍ (فصلت: ۴۸).

«و معبودان باطلی که در دنیا عبادت می‌کردند همه از نظرشان محو و نابود شود و آن زمان بدانند که از آتش قهر خدا هیچ مفز و نجاتی بر آنها نیست».

(۱) - اهتمام قرآن نسبت به تشویق مردم به مشاهده و دقت و استقراء و کاوش علمی، از مهمترین عواملی بود که اندیشمندان مسلمان را به تحصیل فعالانه و مجدانه دانش، با عقلی باز و آزاد از قید و بندهایی که در آن زمان عقول اندیشمندان اروپایی را به بند کشیده بود، وادار کرد و این خود به شتابگیری پیشرفت علمی در میان مسلمانان کمک کرد. این نهضت علمی مسلمانان، در آینده

بزرگترین اثر را در بیداری اندیشه اروپایی در طول مدت رنسانس اروپایی، داشته است. چون اندیشمندان اروپایی از تحقیقات مسلمانان و تألیفات علمی آنان، در زمینه‌های مختلف علوم، کمک گرفتند، چنان که از روش آنها در تحقیق نیز بهره جستند. کتب دانشمندان مسلمان در خلال قرون وسطی و حتی، اندکی پیش از رنسانس جدید اروپا، در دانشگاه‌های آن‌جا تدریس می‌شد.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۱۹

اهمیت می‌دهد.

### ۳- طرفداری انفعالی و عاطفی

خواسته‌ها و انگیزه‌ها و انفعالات و عواطف انسان در تفکر او تأثیر می‌گذارند و باعث می‌شوند که انسان در دام خطاهای ناشی از هواداری بیجا بیفتد. برخی از بررسی‌های تجربی جدید در روان‌شناسی، بروز خطا در تفکر در نتیجه هواداری انفعالی و عاطفی را ثابت کرده است. در یکی از این آزمایش‌ها به گروهی از دانشجویان، تعدادی برهان قیاسی داده شد و از آنها خواسته شد که روشن کنند، آیا نتیجه حاصله (استنتاج) از دو مقدمه به کار گرفته شده در قیاس، منطقی است؟ شایسته یادآوری است که نصف این برهان‌های قیاسی، مربوط به مسایل عادی زندگی بود و نصف دیگر آن، به اموری مربوط می‌شد که، ذاتا انفعال برانگیزند. از نتایج این آزمایش روشن شد که تعداد خطاهایی که تمام دانشجویان در برهان‌های انفعال برانگیز دچار آن شدند، بیشتر از تعداد خطاهایی بود که در برهان‌های معمولی و غیر انفعال برانگیز، پیش آمد. نتیجه این آزمایش روشن می‌کند که حالت انفعالی و عاطفی ما، در تفکر ما، تأثیر دارد و آن را به طرف «هواداری» و وقوع در خطا در جریان قضاوت و صدور حکم منحرف می‌سازد. «۱»

قرآن به تأثیر هوای نفس در انسان و انحراف تفکر او از گرایش درست که در نتیجه آن، انسان راهش را گم می‌کند و از فرق گذاشتن میان حق و باطل، نیکی و بدی و هدایت و گمراهی عاجز می‌شود، اشاره کرده است.

فَإِنْ لَمْ يَسْتَجِيبُوا لَكَ فَاعْلَمْ أَنَّمَا يَتَّبِعُونَ أَهْوَاءَهُمْ وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنِ اتَّبَعَ هَوَاهُ بَغَيْرِ هُدًى مِنَ اللَّهِ ...

«پس هرگاه به تقاضای تو جواب نتواند داد در این صورت بدان که این مردم تنها پیرو هوای نفسند و کیست (ستمگرتر و) گمراهتر از آن کسی که راه هدایت خدا را رها کرده و از هوای نفس خود پیروی کند ...» «۲»

(۱) - محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ۳۲۳، ۳۲۴.

(۲) - قصص: ۵۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۰

یا داوُدُ إِنَّا جَعَلْنَاكَ خَلِيفَةً فِي الْأَرْضِ فَاحْكُم بَيْنَ النَّاسِ بِالْحَقِّ وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوَى فَيُضِلَّكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ ...

«ای داود ما تو را در روی زمین مقام خلافت دادیم تا میان خلق خدا به حق حکم کنی و هرگز هوای نفس را پیروی نکنی که تو را از راه خدا گمراه سازد ...» «۱»

... فَلَا تَتَّبِعُوا الْهَوَى أَنْ تَعْدِلُوا ...

«... پس در حکم و شهادت پیروی هوای نفس مکنید تا عدالت نگاه دارید ...» «۲»

أَفَرَأَيْتَ مَنْ اتَّخَذَ إِلَهَهُ، هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَى عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَى سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَى بَصِيرَتِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ «ای رسول ما می‌نگری آن را که هوای نفسش را خدای خود قرار داده و خدا او را دانسته (و پس از اتمام حجت) گمراه ساخته و مهر (قهر) بر گوش و دل او نهاده و بر چشم وی پرده ظلمت کشیده است، پس او را بعد از خدا دیگر که هدایت خواهد کرد؟ آیا متذکر این معنی نمی‌شوید.» «۳»

إِنْ هِيَ إِلَّا أَسْمَاءٌ سَمَّيْتُمُوهَا أَنْتُمْ وَآبَاؤُكُمْ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ بِهَا مِنْ سُلْطَانٍ إِنْ يَتَّبِعُونَ إِلَّا الظَّنَّ وَ مَا تَهْوَى الْأَنْفُسُ وَ لَقَدْ جَاءَهُمْ مِنْ رَبِّهِمْ الْهُدَى «ای مشرکان این بتها جز نامهایی که شما و پدرانتان بر آنها نهاده‌اید چیز دیگری نیست و خدا هیچ دلیلی بر معبودیت آنها نازل نفرموده است و مشرکان چیزی

(۱) - ص: ۲۶.

(۲) - نساء: ۱۳۵.

(۳) - جاثیه: ۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۱

غیر گمان باطل و هوای نفس فاسد خود را در بت پرستی پیروی نمی‌کنند و از جانب خدایشان هدایت بر آنها آمد.» «۱»  
 بَلِ اتَّبَعَ الَّذِينَ ظَلَمُوا أَهْوَاءَهُمْ بِغَيْرِ عِلْمٍ ...  
 «آری مردم ستمکار (مشرک) هوای نفس خود را، از جهل و نادانی پیروی کردند ...» «۲»

(۱) - نجم: ۲۳.

(۲) - روم: ۲۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۳

## فصل پنجم یادگیری در قرآن

### اشاره

یکی از موهبت‌های خداوند متعال بر انسان - علاوه بر اعطای نعمت ادراک حسی و تفکر - این است که به او نوعی استعداد فطری، برای یادگیری و کسب معارف و علوم و مهارتها و صنایع مختلف، عطا کرده است که مایه افزایش توان انسان در تحمل بار مسؤولیت زندگی در این جهان و در نتیجه سبب عمران و آبادانی آن می‌شود و به او امکان می‌دهد که تواناییها و مهارتهای خویش را افزایش دهد تا به آنچه که خداوند بنا به خواست خود برایش تضمین کرده است به مراحل از رشد و کمال انسان برسد.

### الف - منابع دانش

انسان، علم یا معرفت را از دو منبع اصلی فرا می‌گیرد: منبع الهی و منبع بشری. این دو نوع علم مکمل یکدیگرند و اساسا بازگشتشان به خداوند متعال است که انسان را آفرید و به او دستگاہها و وسایلی برای ادراک و کسب دانش عطا کرد. «۱» منظور ما از علمی که از منبع الهی صادر می‌شود، همان علمی است که مستقیما از جانب خدا و از طریق وحی یا الهام یا رؤیای صادق به ما می‌رسد. مقصود از علمی که دارای منشأ بشری است، همان علمی است که انسان آن را از طریق مهارتهای شخصی، و تلاش مخصوصی که در

(۱) - عبدالفتاح جلال: من الاصول التربویة فی الاسلام، مرکز بین المللی آموزش اجباری بزرگسالان در جهان عرب، جمهوری عربی مصر، ۱۹۷۷، ص ۹۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۴

زندگی، ضمن کسب اطلاعات و مشاهدات و نیز کوششی که برای حل مشکلات خویش می‌کند، از طریق آزمایش و خطا، یا از راه تربیت و آموزش والدین و مؤسسات آموزشی و یا از طریق بحث علمی، فرا می‌گیرد. ما در این فصل، علمی را که انسان، از منبع بشری فرا می‌گیرد مورد بررسی قرار خواهیم داد و سخن درباره علمی که انسان آن را از خداوند به طریق وحی یا الهام و یا رؤیای صادق فرا می‌گیرد، به فصل آینده موکول می‌کنیم.

### ب- یادگیری زبان

یکی از بزرگترین نعمتهایی که خداوند به انسان اختصاص داده و به سبب آن او را بر حیوان برتری بخشیده است، توانایی انسان در یادگیری زبان است. زبان در واقع وسیله و ابزار اصلی انسان برای تفکر و کسب معرفت و تحصیل دانش است، زیرا، زبان به اعتبار این که سمبل مفاهیم است، انسان را قادر ساخته است که در جریان تفکر، کلیه مفاهیم را به طریق سمبلیک دریابد و این امر به او کمک کرد تا به چنین پیشرفت عظیمی یعنی، کسب معارف و فراگیری علوم و صنایع مختلف، که تاکنون بشر به آن رسیده است، دست یابد.

حیوانات پستاندار نیز می‌توانند مفاهیم را بسازند. تحقیقات روان‌شناسان جدید ثابت کرده است که حیوانات پستاندار می‌توانند به نحو مخصوصی از میان تمام شکل‌های هندسی دیگر، فقط شکل «مثلث» را تشخیص داده و در برابرش عکس العمل نشان دهند و این دلالت می‌کند که حیوان می‌تواند مفهوم «مثلث» را در ذهن خود بسازد، اما نمی‌تواند «واژه‌ای» بیاموزد که نشان دهنده مفهوم «مثلث» باشد. کودکان خردسال نیز پیش از یادگیری زبان، یعنی پیش از آن که واژه‌هایی بیاموزند که نشان دهنده مفاهیم باشند، می‌توانند مانند حیوان مفاهیمی در ذهن خود بسازند، «۱» اما وقتی کودک شروع به یادگیری زبان می‌کند، به سرعت نوعی «خزانه لغت» برای خود تشکیل می‌دهد که او را قادر می‌سازد در جریان تفکر به مفاهیم مختلف، حتی خارج از مرز زمان و مکان دست

(۱) - محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ۳۱۰-۳۱۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۵

یابد. بنابراین، می‌تواند به گذشته و آینده بیندیشد و چیزهایی تازه یاد بگیرد و روابط بین اشیا را کشف و اصول و قوانینی را استنباط کند و نیز با به کار انداختن قوه ابتکارش، به اختراع چیزهایی نایل شود.

### ج- حضرت آدم علیه السلام و یادگیری زبان

از آن جا که زبان، اهمیتی عظیم در زندگی انسان دارد و او را قادر به پیشرفت دائمی در یادگیری و تفکر می‌سازد، نخستین چیزی که خداوند متعال به حضرت آدم علیه السلام تعلیم داد، اسامی تمام چیزها بود:

وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنْبِئُونِي بِأَسْمَاءِ هَؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ قَالَ يَا آدَمُ أَنْبِئْهُمْ بِأَسْمَائِهِمْ فَلَمَّا أَنْبَأَهُمْ بِأَسْمَائِهِمْ قَالَ أَلَمْ أَقُلْ لَكُمْ إِنِّي أَعْلَمُ غَيْبَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَ أَعْلَمُ مَا تُبْدُونَ وَمَا كُنْتُمْ تَكْتُمُونَ «و خدای عالم همه اسماء را به آدم تعلیم داد آن گاه حقایق آن اسماء را در نظر فرشتگان پدید آورد و فرمود اگر شما در ادعای خود صادقید اسماء اینان را بیان کنید. فرشتگان عرض کردند، ای خدای پاک و منزّه ما نمی‌دانیم جز آنچه تو خود به ما تعلیم فرمودی تویی دانا و حکیم. خداوند فرمود ای آدم، ملائکه را به حقایق این اسماء آگاه ساز، چون آنان را آگاه ساخت خدا فرمود: ای فرشتگان اکنون دانستید که من بر غیب آسمانها و زمین دانا و بر آنچه آشکار و پنهان دارید،

آگاهم.» (۱)

یادگیری نامهای اشیا به معنای یادگیری «واژه‌ها» می‌است که سمبل مفاهیم یا معانی کلی هستند. زیرا وقتی مثلاً نام «اسب» را بر گروهی مشخص از حیوانات اطلاق می‌کنیم،

(۱) - بقره: ۳۱-۳۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۶

در واقع نوعی نشانه‌زبانی به کار می‌گیریم که بر مفهوم یا معنایی کلی دلالت می‌کند و بر تمام اسبها منطبق است. به همین دلیل ما از این سخن خداوند: «وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا» می‌فهمیم که خداوند متعال به آدم علیه السلام زبانی یاد داد که همه اشیا را با آن نامگذاری کند یعنی، در واقع به او اسامی و نامهایی تعلیم داد که سمبل مفاهیم هستند.

یادگیری یک «اسم» که به مفهوم معینی اشاره دارد، متضمن شناخت صفتها و ویژگیهایی نیز می‌شود که همه افراد همان نوعی که این مفهوم آنها را در بر می‌گیرد، در آنها مشترک هستند. مثلاً وقتی ما به کارگیری واژه «اسب» را می‌آموزیم تا بدین وسیله به کلیه اسبهایی که می‌بینیم اشاره کنیم، این موضوع خود متضمن این فرض نیز هست که ما قبلاً می‌دانیم که تمام اسبهای مورد مشاهده ما در صفتهای مشخص با هم وجه اشتراک دارند. به همین دلیل ما از این سخن خداوند متعال «وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا» این موضوع را نیز می‌فهمیم که حق تعالی به آدم علیه السلام علاوه بر اسامی، صفتها و ویژگیها و کردارهای این اشیا را نیز تعلیم داده است. (۱)

پس از حضرت آدم ابو البشر که تجربه این کار آموزشی را گذرانند، همه افراد ذریه‌اش نیز آن را تجربه خواهند کرد. زیرا انسان از زمان کودکی مشاهده می‌کند که برخی چیزها در بعضی خصایص، مشابه یکدیگرند و در پاره‌ای از خصایص دیگر با هم اختلاف دارند. انسان نمی‌تواند همه چیزهای زیادی را که در اطرافش وجود دارد ادراک کند و از آنها به دلیل این که هر کدامشان از دیگری مستقل و جداست، تأثیر پذیرد بلکه، علاقه دارد کار ادراک این چیزهای فراوانی را که در اطرافش وجود دارد، تعمیم دهد و این عمل از طریق گردآوری و قرار دادن چیزهایی که در برخی از خصایص شبیه همدیگرند، در یک گروه یا نوعی مشخص صورت می‌گیرد و برایشان مفهومی معین تشکیل داده و نام مشخصی بر آنها می‌نهد و در برابر همه آنها یک نوع عکس العمل انجام می‌دهد. به این ترتیب، انسان به طبقه‌بندی اشیا می‌پردازد تا از کثرت و پیچیدگی چیزهای اطراف خود کم کند و این کار، با گسترش و تعمیم آنها از طریق ساختن «مفهومی» که موارد زیاد و

(۱) - ابن کثیر در تفسیر این آیه می‌گوید: «... خداوند به آدم علیه السلام اسامی همه چیزها را یاد داده است، یعنی ذات چیزها و صفتها و کردارهای آنها را به آدم تعلیم داده است.» تفسیر ابن کثیر، ج ۱، ص ۷۲-۷۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۷

گوناگونی را شامل شود و ساختن «اسمی» که نشانه آن مفهوم باشد، انجام می‌پذیرد.

مسئله قدرت و توانایی انسان در یادگیری زبان، به سرعت تشکیل مفاهیم و به کارگیری آنها در کار تفکر و یادگیری اطلاعات تازه، کمک کرده است. (۱) چون انسان با بهره‌گیری از مفاهیم در جریان تفکر و با به کارگیری واژه‌ها به عنوان سمبلهایی از این مفاهیم، توانست به طور سمبلیک در خلال تفکر خود به تمام چیزها دست یابد. او همچنین توانست در سیر تفکر، به کار تجزیه و ترکیب و مقایسه و تشخیص و کشف روابط و استنباط اصول و قوانین بپردازد که این خود به کار پیشرفت تکامل کاوشهای علمی، سرعت بخشیده است.

قرآن کریم، مبین اهمیت آموزش زبان در زندگی انسان است و به همین دلیل در نخستین سوره‌ای که نازل شده، انسانها را به

«خواندن» تشویق کرده است. این سوره به موهبت خداوند متعال نسبت به انسان، اشاره دارد. زیرا، خداوند در طبیعت انسان، توانایی یادگیری زبان و خواندن و نوشتن و فراگیری دانش و صنایع مختلف و هدایت و ایمان را، ایجاد کرده است. همچنین در او چیزهایی آفریده است که پیش از هدایت خدا، به آنها علم نداشت و چیزی درباره‌شان نمی‌دانست. خدای عزّ و جلّ در این خصوص می‌فرماید:

اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ «(ای رسول گرامی برخیز و) قرآن را به نام پروردگارت که خدای آفریننده عالم است بر خلق قراءت کن. آن خدایی که آدمی را از خون بسته بیافرید. بخوان قرآن را و (بدان که) پروردگار تو کریمترین کریمان است. آن خدایی که بشر را علم نوشتن با قلم آموخت و به آدم آنچه را که نمی‌دانست به الهام خود تعلیم داد.» (۲)

(۱) - محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ۳۱۰-۳۱۲.

(۲) - علق: ۱-۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۸

قرآن وجه تمایز انسان را از دیگر آفریده‌ها، یادآوری کرده و این وجه تمایز، همان توانایی او در یادگیری و به کار بستن زبان به منظور اظهار فضیلت وجودی خویش است.

خَلَقَ الْإِنْسَانَ عَلَّمَهُ الْبَيَانَ «(خدا) انسان را آفرید. و به او تعلیم نطق و بیان فرمود.» (۱)

## د- فراگیری قدرت انتخاب و تصمیم‌گیری

قرآن و روان‌شناسی ۲۲۸ د - فراگیری قدرت انتخاب و تصمیم‌گیری ..... ص: ۲۲۸

اوند، اراده فرمود که به والدین ما، حضرت آدم و حوا علیهما السلام برخی عاداتهای مفید رفتاری را بیاموزد، رفتارهایی که با طبیعت مادی و روحی ساختار بشری آن دو، و برخوردی که میان خواسته‌های جسمی و روحی آنها بروز می‌کند، سازگاری دارند. خواست خدا چنین بود که به آنها قدرت انتخاب و تصمیم‌گیری و تحمل مسؤلیت کارهای اختیاری را که انجام می‌دهند و تصمیماتی را که اتخاذ می‌کنند، تعلیم دهد. به این ترتیب که آنها را از نزدیک شدن به آنها «درخت» نهی کرد.

وَقُلْنَا يَا آدَمُ اسْكُنْ أَنْتَ وَزَوْجُكَ الْجَنَّةَ وَكُلَا مِنْهَا رَغَدًا حَيْثُ شِئْتُمَا وَلَا تَقْرَبَا هَذِهِ الشَّجَرَةَ فَتَكُونَا مِنَ الظَّالِمِينَ فَأَزَلَّهُمَا الشَّيْطَانُ عَنْهَا فَأَخْرَجَهُمَا مِمَّا كَانَا فِيهِ وَقُلْنَا اهْبِطُوا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ وَلَكُمْ فِي الْأَرْضِ مُسْتَقَرٌّ وَمَتَاعٌ إِلَىٰ حِينٍ فَتَلَقَىٰ آدَمُ مِنْ رَبِّهِ كَلِمَاتٍ فَتَابَ عَلَيْهِ إِنَّهُ، هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ «و گفتیم ای آدم تو با جفت خود در بهشت جای گزین و در آن جا از هر نعمت که بخواهید بی‌هیچ زحمت برخوردار شوید ولی به این درخت (گندم یا سیب) نزدیک نشوید که از ستمکاران خواهید بود. پس شیطان آدم و حوا را به لغزش

(۱) - رحمن: ۲، ۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۲۹

افکند تا از آن درخت خوردند و بدین عصیان آنان را از آن مقام بیرون آورد، پس گفتیم که از بهشت فرود آید که برخی از شما برخی را دشمنید و شما را در زمین تا روز مرگ قرار و آرامگاه خواهد بود. پس آدم از خدای خود کلماتی آموخت که موجب پذیرفتن توبه او گردید زیرا خدا مهربان و توبه‌پذیر است.» (۱)



بدیهی است که چنین آموزشی به منظور تمرین والدین ما، آدم و حوا علیهما السلام و آمادگی آنها برای زندگی آینده‌شان در روی زمین - که از طرف خداوند برای آنها مقدر شده بود - ضرورت داشت و این بدان سبب بود که آنها بزودی در روی زمین با مسائل بسیاری روبرو می‌شدند که می‌بایست در قبال آنها موضعگیری کنند و یا در مورد آنها حکم صادر و از میان آنها انتخاب کنند. آنها همچنین می‌بایست مسؤلیت گزینشها و تصمیم‌گیریهای خود را نیز به عهده بگیرند.

## ه- راههای یادگیری در قرآن

### اشاره

انسان از راههای گوناگون به یادگیری می‌پردازد. مثلاً گاهی از طریق تقلید، چیزهایی می‌آموزد. به عنوان مثال، کودک معمولاً از پدر و مادر خود تقلید می‌کند و بسیاری از عادات و رفتارها را از آنها فرا می‌گیرد. همچنین انسان، از طریق آزمایش عملی یا روش آزمایش و خطا، بسیاری از راه‌حلهای مفید مشکلات زندگی خود را می‌آموزد و همین موضوع در گذران زندگی برایش سودمند است. گاهی هم انسان از طریق تفکر و استدلال عقلی چیزهایی می‌آموزد.

### ۱- تقلید

انسان، بسیاری از رفتارها و عاداتهای خود را در مرحله آغازین زندگی، از طریق تقلید از والدین و برادران و خواهران خود یاد می‌گیرد. مثلاً سعی می‌کند زبان را با تقلید از والدین و برادران و خواهران خویش در تلفظ برخی از مقاطع صوتی که آنها در برابرش

(۱) - بقره: ۳۵-۳۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۰

بارها تکرار می‌کنند، یاد بگیرد. همان‌طور که تلاش می‌کند راه رفتن و حفظ تعادل بدن و حرکت دادن پاها را نیز از والدین و برادران و خواهران خود بیاموزد. به این ترتیب انسان بسیاری از عاداتها و رفتارها را از طریق تقلید از افراد خانواده خود می‌آموزد. قرآن نمونه‌ای ذکر کرده است که در آن چگونگی فراگیری انسان از طریق تقلید را بیان می‌کند، آن‌جا که داستان قایل را نقل می‌کند که برادرش هابیل را کشت، اما نمی‌دانست با جسد برادر چه کند؟ در این‌جا خداوند کلاغی فرستاد که مشغول کندن زمین شد تا کلاغ مرده‌ای را دفن کند. قایل از کلاغ آموخت که چگونه جسد برادرش را پنهان سازد.

فَبَعَثَ اللَّهُ غُرَابًا يَبْحَثُ فِي الْأَرْضِ لِيُرِيَهُ، كَيْفَ يُوَارِي سَوْأَةَ أَخِيهِ قَالَ يَا وَيْلَتَى أَعَجَزْتُ أَنْ أَكُونَ مِثْلَ هَذَا الْغُرَابِ فَأُوَارِيَ سَوْأَةَ أَخِي فَأَصْرَحَ مِنَ النَّادِمِينَ «آن‌گاه خدا کلاغی را برانگیخت که زمین را با چنگال گود کند تا به او بنماید که چگونه جسد برادر را زیر خاک پنهان سازد (قایل) با خود گفت ای وای بر من، آیا من از آن عاجزترم که مانند این کلاغ باشم تا جسد برادر را زیر خاک پنهان کنم پس (برادر را به خاک سپرد) و از این کار سخت پشیمان گردید.» (۱)

از آن‌جا که انسان طبیعتاً به تقلید علاقه دارد و بسیاری از رفتارهای خود را از طریق آن یاد می‌گیرد، در تعلیم و تربیت، وجود یک الگوی نیک و شایسته، اهمیت زیادی دارد.

پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله خود الگویی شایسته برای اصحاب بود که چگونگی انجام عبادتها را از آن بزرگوار می‌آموختند، مثلاً آن حضرت را در حال وضو، نماز و انجام مناسک حج می‌دیدند و چگونگی انجام آنها را از طریق تقلید و اقتدای به آن



بزرگوار، یاد می‌گرفتند.

از ابی حازم روایت شده است که یک بار پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله بر روی منبر نماز خواند، وقتی نمازش تمام شد رو به مردم کرد و فرمود: «یا ایها الناس انی انما صنعت هذا لتأتموا بی و

(۱) - مائده: ۳۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۱

لتعلموا صلاتی» «۱» «ای مردم، من این کار را بدین خاطر انجام دادم که شما از من پیروی کنید و کیفیت خواندن نماز را از من یاد بگیرید.» در واقع پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله برای اصحاب، سرمشقی نیکو بود و نه تنها چگونگی انجام عبادتها را از آن بزرگوار می‌آموختند، بلکه حسن رفتار و اخلاق پسندیده و بطور کلی آداب برخورد و رفتار انسانی را نیز یاد می‌گرفتند. قرآن ما را به پیروی از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و فراگیری از آن حضرت، سفارش کرده است.

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا «البتة شما را در اقتدای به رسول خدا چه در صبر و مقاومت با دشمن و چه دیگر اوصاف و افعال نیکو، خیر و سعادت بسیار است برای آن کس که به ثواب خدا و روز قیامت امیدوار باشد و یاد خدا بسیار کند.» «۲»

قرآن، از مسلمانان خواسته است که در بیزاری از قوم مشرک خود، از ابراهیم علیه السلام و مؤمنان همراهش پیروی کنند و از آنها دعوت کرده است که مانند حضرت ابراهیم علیه السلام از دوستی با خویشاوندان مشرک، پرهیز کنند.

قَدْ كَانَتْ لَكُمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ فِي إِبْرَاهِيمَ وَالَّذِينَ مَعَهُ إِذْ قَالُوا لِقَوْمِهِمْ إِنَّا بُرَآءُ مِنْكُمْ وَمِمَّا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ كَفَرْنَا بِكُمْ وَبَدَا بَيْنَنَا وَبَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةُ وَالْبَغْضَاءُ أَبَدًا حَتَّى تُؤْمِنُوا بِاللَّهِ وَحَدَهُ ...

«برای شما مؤمنان بسیار پسندیده و نیکوست که به ابراهیم و اصحابش اقتدا

(۱) - حدیث شماره ۴۰۸. مختصر صحیح مسلم، حافظ المنذری.

(۲) - احزاب: ۲۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۲

کنید که آنها به قوم (مشرک) خود گفتند ما از شما و بتهای شما که به جای خدا می‌پرستید بکلی بیزاریم، ما مخالف و منکر شمایم و همیشه میان ما و شما کینه و دشمنی خواهد بود تا وقتی که تنها به خدای یگانه ایمان آورید ...» «۱»

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِيهِمْ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَ مَنْ يَتَوَلَّ فَإِنَّ اللَّهَ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ «البتة برای شما مؤمنان هر که به خدا و ثواب عالم آخرت امیدوار است اقتدا به ابراهیم و یارانش نیکوست و هر که روی از خدا بگرداند خدا (از اطاعت خلق) کاملاً بی‌نیاز و به ذات خود ستوده است.» «۲»

قرآن از پیامبر صلی الله علیه و آله اسلام خواسته است که به پیامبران و رسولان گذشته، در عقیده توحید و کارهای با فضیلت که خدا آنها را به سوی آن هدایت کرده است، اقتدا کند.

أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَى اللَّهُ فَبِهِدَاهُمْ أَقْتَدَهُ ...

«آنها (پیامبران) کسانی بودند که خدا خود، آنان را هدایت کرد تو نیز از راه آنها پیروی کن ...» «۳»

انسان از طریق یک الگوی خوب، عادات نیکو و اخلاق شایسته را می‌آموزد، همان‌طور که از طریق الگوی بد و نااهل، عاداتهای بد و اخلاق زشت را یاد می‌گیرد. ما قبلاً هنگام بحث درباره جمود تفکر، در فصل چهارم که به موضوع «تفکر در قرآن» اختصاص

داشت، به این مسأله اشاره کردیم، که اقتدا به پدران در عبادتها و پایبندی به

(۱) - ممتحنه: ۴.

(۲) - ممتحنه: ۶.

(۳) - انعام: ۹۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۳

افکار و سنتهای آنان، از مشکلاتی بود که پیامبران اعم از مرسل و غیرمرسل، در طول قرون از آن رنج می‌بردند و همین مشکلات، در واقع مانع پذیرش دعوت توحیدی از سوی مشرکان بود.

## ۲- آزمایش عملی و آزمایش و خطا

انسان، از طریق تجربه عملی در رویارویی با مشکلات گوناگون زندگی و تلاش برای حل و غلبه بر آنها، به فراگیری می‌پردازد. او، در زندگی خود، همواره با مسائل تازه‌ای روبرو می‌شود که از قبل نیاموخته است که چگونه در برابر آنها عکس‌العمل نشان دهد و چه رفتاری داشته باشد. او، همواره در چنین مواردی خود را طوری وفق می‌دهد که در شرایط مختلف، رفتارهای گوناگون داشته باشد که البته گاهی اشتباه و گاهی نیز درست عمل می‌کند. به این ترتیب، انسان همواره از طریق آنچه که روان‌شناسان آن را «آزمایش و خطا» می‌نامند چگونگی برخورد با مسائل جدید و راه‌حلهای مشکلاتی را که عملاً در زندگی با آنها مواجه می‌شود، می‌آموزد.

قرآن در بسیاری از آیات، مردم را به سیر و گردش در روی زمین و مشاهده نشانه‌های خدا در هستی، و تفکر درباره آنها، تشویق کرده است. ما در فصل گذشته که به موضوع «تفکر در قرآن» اختصاص داشت، بسیاری از این آیات را ذکر کردیم. شکی نیست که اهتمام قرآن به فراخوانی مردم برای مشاهده هستی و تفکر در آن و در آفریده‌های آن بروشنی نشان می‌دهد که قرآن به مسأله دعوت از مردم برای فراگیری از طریق مشاهده دقیق اشیاء و آزمایش عملی در زندگی، و همچنین از طریق تأثیر و تأثر در هستی و مخلوقات و وقایع آن، - چه از طریق تجربه عملی و آزمایش و خطا، و چه از طریق تفکر، که ما در آینده آن را مورد بحث قرار خواهیم داد- اهمیت زیادی قایل است.

قرآن به این نوع فراگیری که از طریق تجربه عملی یا به روش «آزمایش و خطا» صورت می‌گیرد، چنین اشاره می‌کند:

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۴

يَعْلَمُونَ ظَاهِرًا مِّنَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ عَنِ الْآخِرَةِ هُمْ غَافِلُونَ «اکثر به امور ظاهری زندگی دنیا آگاهند و از عالم آخرت (و وعده ثواب و عقاب حق) بکلی بی‌خبرند.» (۱)

قرطبی در تفسیر آیه: «يَعْلَمُونَ ظَاهِرًا مِّنَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا» چنین می‌گوید: «یعنی آنها امور معیشتی و دنیوی خود را می‌دانند، مثلاً می‌دانند چه وقت زراعت، و چه وقت درو کنند، چگونه درخت بکارند و چگونه خانه و ساختمان بسازند.» (۲) ابن کثیر هم در تفسیر همین آیه چنین می‌گوید: «یعنی بیشتر مردم تنها به دنیا و منافع و شؤون دنیوی و چیزهای موجود در آن، علم و آگاهی دارند، آنها در به دست آوردن دنیا و راههای کسب درآمد، بسیار ماهر و باهوش هستند.» (۳)

## ۳- تفکر

انسان از طریق تفکر نیز به یادگیری می‌پردازد، زیرا وقتی درباره حل مشکل مشخصی فکر می‌کند در واقع به نوعی آزمایش و

خطای ذهنی دست می‌زند، او با این کار در ذهن خود راه‌حلهای گوناگون آن مشکل را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و راه‌حلهای اشتباه یا غیرمناسب را رد می‌کند، سپس به انتخاب راه‌حلی که مناسب و درست تشخیص داده است، می‌پردازد. بنابراین انسان از طریق تفکر برای حل مشکلات خود راه‌حلهای اشتباه یا غیر مناسب را رد می‌کند، سپس به انتخاب راه‌حلی که مناسب و درست تشخیص داده است، می‌پردازد. بنابراین انسان از طریق تفکر برای حل مشکلات خود راه‌حلهای جدیدی یاد می‌گیرد و روابط میان اشیاء و رویدادها را کشف و نیز اصول و نظریه‌های جدیدی را استنباط می‌کند و به نوآوریها و ابداعاتی تازه‌ای راهنمایی می‌شود. به همین دلیل روان‌شناسان جدید، این نوع یادگیری را «فرایند عالی یادگیری»

(۱) - روم: ۷.

(۲) - تفسیر قرطبی، جلد ۱۴، ص ۷.

(۳) - تفسیر ابن کثیر، جلد ۳، ص ۴۲۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۵

می‌نامند.

بحث و گفتگو و رایزنی با صاحب‌نظران از جمله عواملی هستند که به روشن شدن تفکر کمک می‌کنند و خود این روشن‌اندیشی مایه راهنمایی انسان به حقیقت و رسیدن به راه‌حلهای صحیح مشکلاتی است که به وجود می‌آیند. قرآن مردم را به مشورت ترغیب می‌کند و برتری مؤمنانی را که برای رسیدن به حقیقت و تحقق عدالت در جامعه، در کارهای خود با دیگران مشورت می‌کنند، یادآوری کرده است.

وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ «و آنان که امر خدا را اجابت و اطاعت کردند و نماز به پا داشتند و کارشان را با مشورت یکدیگر انجام دهند و از آنچه روزی آنها کردیم به فقیران انفاق می‌کنند.» (۱)

خداوند عز و جل از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله خواسته است که با اصحاب صاحب‌نظر خویش به مشورت بپردازد.

... وَ شَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ ...

«... و در کارها با آنها مشورت کن ...» (۲)

قرآن روش بحث و گفتگو را با مشرکان به کار برده و برای آنها دلایل عقلی - که بطلان بت‌پرستی را ثابت می‌کنند - آورده است تا نیروی تفکر آنان درباره خدایانشان را برانگیزاند و آنها را در خصوص پستی و حقارت و ناتوانی بتها قانع سازد تا برایشان روشن شود که بتها سزاوار خداوندی نیستند. آیات زیر نمونه‌هایی از این مقوله هستند.

(۱) - شوری: ۳۸.

(۲) - آل عمران: ۱۵۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۶

أَيُّشْرِكُونَ مَا لَا يَخْلُقُ شَيْئًا وَ هُمْ يُخْلَقُونَ وَ لَا يَسْتَطِيعُونَ لَهُمْ نَصِيرًا وَ لَا أَنْفُسَهُمْ يَنْصُرُونَ وَ إِنْ تَدْعُوهُمْ إِلَى الْهُدَى لَا يَتَّبِعُكُمْ سَوَاءٌ عَلَيْكُمْ أَدَعَوْتُمُوهُمْ أَمْ أَنْتُمْ صَامِتُونَ إِنْ الَّذِينَ تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ عِبَادٌ أَمْثَلُكُمْ فَادْعُوهُمْ فَلْيَسْتَجِيبُوا لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ أَلَهُمْ أَرْجُلٌ يَمْشُونَ بِهَا أَمْ لَهُمْ أَيْدٍ يَبْطِشُونَ بِهَا أَمْ لَهُمْ أَعْيُنٌ يُبْصِرُونَ بِهَا أَمْ لَهُمْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا قُلِ ادْعُوا شُرَكَاءَكُمْ ثُمَّ كِيدُوا فَلَا تُنظِرُونِ «آیا موجوداتی را شریک خدا قرار می‌دهند که چیزی را نمی‌آفرینند و خودشان مخلوقند؟ و نمی‌توانند آنها را یاری کنند، و نه خودشان را یاری دهند. و هرگاه آنها را به سوی هدایت دعوت کنید، از شما پیروی نمی‌کنند، برای آنان تفاوت نمی‌کند چه

آنها را دعوت کنید و چه خاموش باشید. آنهايي را که غير از خدا می‌خوانید (و پرستش می‌کنید) بندگانی همچون شما هستند، آنها را بخوانید و اگر راست می‌گویید باید به شما پاسخ دهند (و تقاضایان را برآورند). آیا آنها (لا اقل همانند خود شما) پاهایی دارند که با آن راه بروند؟ یا دستهایی دارند که با آن چیزی را بگیرند (و کاری انجام دهند؟) یا چشمانی دارند که با آن ببینند؟ یا گوشهایی دارند که با آن بشنوند (نه، هرگز، هیچ کدام) بگو (اکنون که چنین است) این بتهایی را که شریک خدا قرار داده‌اید (بر ضد من) بخوانید و برای من نقشه بکشید و لحظه‌ای مهلت ندهید (تا بدانید کاری از آنها ساخته نیست)». «۱»

## و- اصول یادگیری در قرآن

### اشاره

اگر اصول مشخصی وجود داشته باشد کار یادگیری باسانی و موفقیت انجام می‌پذیرد. ولی در صورت نبودن این اصول، عمل یادگیری گاه بسیار مشکل خواهد شد و حتی به شکست می‌انجامد. ما اگر روشی را که قرآن برای دعوت به عقیده یکتاپرستی و تربیت مؤمنان و افشاندن بذر اصول و ارزشهای اسلامی در جان آنان در پیش گرفته

(۱)- اعراف: ۱۹۱-۱۹۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۷

است، بررسی کنیم، می‌توانیم برخی از اصول مهم یادگیری را که قرآن برای تغییر رفتار مؤمنان و آموزش عقاید و ارزشهای اسلامی به آنان، به کار برده است، از همین روش استنتاج کنیم. بزودی خواهیم دید که روان‌شناسان در مسأله یادگیری، اهمیت اصولی را که قرآن برای تربیت معنوی مؤمنان به کار گرفته است، تا همین اواخر یعنی اوایل قرن بیستم کشف نکرده بودند. ما می‌کوشیم در سطور آینده اصول یادگیری در قرآن را عرضه کنیم و مورد بررسی قرار دهیم.

### ۱- انگیزه

#### اشاره

انگیزه، در کار یادگیری اهمیت زیادی دارد. اگر برای دستیابی به هدفی مشخص، انگیزه‌ای نیرومند وجود داشته باشد، شرایطی مناسب نیز به وجود می‌آید تا انسان در تلاش به دست آوردن راههای درستی برای یادگیری و وصول به آن هدف باشد. انسان اگر با مشکلی روبرو شود و شدیداً احساس کند که به حل آن نیازمند است، معمولاً به تلاشهای زیادی برای حل آن مشکل می‌پردازد تا سرانجام راه حل درست آن را یاد بگیرد.

بسیاری از آزمایشهای تجربی که بتازگی بر روی حیوان و انسان انجام شده، اهمیت انگیزه را در حصول یادگیری ثابت کرده است. قرآن به منظور تربیت معنوی مسلمانان، روشهای گوناگونی را برای تحریک انگیزه‌های آنان جهت یادگیری به کار برده است، مثلاً از روش تشویق و تهدید و روش داستان‌گویی، استفاده کرده است، و نیز با بیان رویدادهای مهمی که انگیزه‌ها و انفعالیهای مردم را برمی‌انگیزاند، آنها را برای عبرت گرفتن از این وقایع تشویق می‌کند.

### ۱-۱- برانگیختن انگیزه از طریق تشویق و تهدید

انسان وقتی انگیزه‌ای قوی برای دستیابی به هدفی مشخص داشته باشد، رسیدن به آن هدف که خود باعث ارضای انگیزه‌اش می‌شود، ثواب یا پاداشی به حساب می‌آید که مایه احساس لذت یا خوشحالی و خوشنودی وی می‌شود و شکست در رسیدن به هدف مزبور نوعی کیفر است که باعث احساس رنج یا دلتنگی و کدورت وی می‌شود.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۸

انسان- و همچنین حیوان- بالطبع به چیزی که مایه لذت باشد تمایل دارد و از چیزی که سبب رنج و درد است، پرهیز می‌کند. به همین دلیل انسان فطرهً به یادگیری رفتارها و کارهایی تمایل دارد که سرانجام به تحصیل ثواب منتهی می‌شوند و از اعمال و رفتارهایی که منجر به شکست یا کیفر می‌شود، دوری می‌کند. این حقیقت را آزمایش‌های زیادی که روان‌شناسان جدید انجام داده‌اند، به اثبات رسانیده است.

قرآن در جریان فراخوانی مردم به سوی یگانه پرستی، به موضوع بیدار کردن انگیزه‌ها از طریق تشویق آنان به ثوابی که مؤمنان در بهشت نعیم از آن بهره خواهند برد و همچنین ترساندن آنان از کیفر یا عذابی که دامنگیر کافران در آتش دوزخ خواهد شد، اهمیت داده است.

آیات تشویق که نعمتهای بهشتی را توصیف می‌کند، امید دستیابی به این نعمتها را در مسلمانان بر می‌انگیزد و آنها را به تقوا و اخلاص در انجام عبادتها و عمل صالح و جهاد در راه خدا و انجام کارهایی که موجب خوشنودی خدا و پیامبرش می‌شود، و امید دارد بدان امید که در زمره بهشتیان قرار گیرند. آیاتی که عذاب دوزخ را توصیف می‌کند، ترس از این عذاب دردناک را، که در انتظار کافران و منافقان و متمردان از اوامر خداوند متعال است، در آنان برمی‌انگیزد و همین مسأله آنها را به پرهیز از ارتکاب گناهان و معاصی و هر آنچه که موجب خشم خدا و رسول خدا می‌شود، وامی‌دارد بدان امید که خداوند ایشان را از عذاب دوزخ رهایی بخشد. به این ترتیب مسلمانان از دو انگیزه نیرومند متأثر هستند. یکی ایشان را به انجام عبادتها و وظایف و هر آنچه که شرع به انجام آن امر کرده است، و دیگری به پرهیز از ارتکاب گناهان و معاصی و هر آنچه که شرع آنها را از انجام آن نهی کرده است، و می‌دارد. احساس این دو انگیزه نیرومند که مکمل یکدیگرند و در هدف نیز هماهنگ با هم هستند، انسان را در آمادگی کامل برای اطاعت همه جانبه از خداوند متعال و پیامبر و دادن پاسخ مثبت به همه تکالیف و مسؤولیتهایی که از او خواسته شده است، نگه می‌دارد. همچنین او را برای نظامی جدید در زندگی که اسلام بدان راهنمایی می‌کند و روش تازه‌ای در زمینه اندیشه و رفتار و نیز دوری جستن از آنچه که خداوند متعال و پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نهی کرده‌اند کاملاً آماده می‌سازد.

اگر به آیات قرآن در این زمینه توجه کنیم، ملاحظه خواهیم کرد که قرآن در امر

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۳۹

برانگیختن انگیزه برای پذیرش اسلام نه تنها بر ترساندن مردم از عذاب دردناک آتش دوزخ تکیه نمی‌کند، بلکه همزمان با آن بر امر تشویق آنان به بهره بردن از نعمتهای بهشتی نیز تکیه می‌کند و این بدان سبب است که به کارگیری ترس تنها یا تشویق تنها، ممکن است آن فایده‌ای را که برای تعدیل رفتار و جهت دادن به آن، مورد نظر است، به بار نیاورد مثلاً- به کارگیری ترس تنها، گاهی به تسلط حالت ترس بر نفس انسان منجر می‌شود و در نتیجه مایه یأس از رحمت خدا خواهد شد. از سوی دیگر استفاده از تشویق تنها گاهی منجر به حاکمیت مطلق «امید» به رحمت خداوند، بر نفس انسان می‌شود که ممکن است او را به تنبلی و سستی و غفلت بکشاند و در نتیجه آنچه را که مال او نیست از خدا بخواهد. «۱» در این خصوص پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «ایمان به آرزو نیست، بلکه ایمان آن چیزی است که در قلب جای گرفته و عمل شخص آن را تصدیق کرده باشد. مردمی که امید آمرزش، آنها را مشغول بدارد تا این که از دنیا بروند در حالی که کار نیکی انجام نداده باشند و بگویند که ما به خدا حسن ظن داریم، دروغ می‌گویند، چون اگر به خدا حسن ظن می‌داشتند هر آینه کار نیک را به خاطر او انجام می‌دادند.» «۲»

به همین دلیل قرآن تنها بر ترساندن یا تشویق کردن تکیه نمی‌کند، بلکه بر آمیزه‌ای از این دو، یعنی ترس از عذاب و امیدواری به رحمت و ثواب خداوند تکیه می‌کند. قرآن در جریان توصیف برگزیدگان خداوند [پیامبران و بندگانی صالح او] این مسأله را بیان کرده است و درباره آنها می‌فرماید:

... إِنَّهُمْ كَانُوا يُسَارِعُونَ فِي الْخَيْرَاتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا وَكَانُوا لَنَا خَاشِعِينَ «... آنها در نیکیها سرعت می‌کردند و به خاطر عشق (به رحمت) و ترس (از عذاب) ما را می‌خواندند، و برای ما خاشع بودند (خشوعی توأم با ادب و ترس از مسؤولیت)». «۳»

(۱) - محمد سعید رمضان البوطی: منهج تربوی فرید فی القرآن، منتشره در مجله «الوعی الاسلامی»، کویت، سال هفتم، شماره ۸۱ اکتبر ۱۹۷۱، ص ۷۴، ۷۵.

(۲) - البهی الخولی: آدم علیه السلام، فلسفه تقویم الانسان، ص ۱۸۵.

(۳) - انبیاء: ۹۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۰

تَتَجَافَى جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ «پهلوهایشان از بسترها در دل شب دور می‌شود (پیا می‌خیزند و رو به درگاه خدا می‌آورند)، پروردگار خود را با بیم و امید می‌خوانند و از آنچه به آنها روزی داده‌ایم انفاق می‌کنند». «۱»

این آمیزه ترس و امید، خود ضامن بیدار کردن انگیزه‌های نیرومند در مسلمانان است تا نظام جدید زندگی را که اسلام ارائه کرده است و همچنین روشهای تازه اندیشه و رفتاری را که این نظام در بردارنده آن است، یاد بگیرند. آیات زیر از جمله آیات تشویق و تهدیدی هستند که در آنها نعمتی که مؤمنان در روز قیامت به آن دست خواهند یافت و نیز عذابی که دامنگیر کافران خواهد شد، ذکر شده است.

بَلَى مَنْ كَسَبَ سَيِّئَةً وَأَحَاطَتْ بِهِ خَطِيئَتُهُ فَأُولَئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَئِكَ أَصْحَابُ الْجَنَّةِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ «آری کسانی که تحصیل گناه کنند و آثار گناه سراسر وجودشان را بپوشاند آنها اهل آتشند و جاودانه در آن خواهند بود. و آنها که ایمان آورده‌اند و اعمال صالح انجام داده‌اند اهل بهشتند و همیشه در آن خواهند ماند». «۲»

لَا يُعْرَضُونَ تَقْلُبُ الَّذِينَ كَفَرُوا فِي الْبِلَادِ مَتَاعٌ قَلِيلٌ ثُمَّ مَأْوَاهُمْ جَهَنَّمُ وَبِئْسَ الْمِهَادُ لِكِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا رَبَّهُمْ لَهُمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا نُزُلًا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ وَمَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ لِلْأَبْرَارِ

(۱) - سجده: ۱۶.

(۲) - بقره: ۸۱، ۸۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۱

«رفت و آمد (پیروزمندانه) کافران در شهرها تو را فریب ندهد. این متاع ناچیزی است و سپس جایگاهشان دوزخ، و چه بد جایگاهی است. ولی آنها که (ایمان آوردند و) از پروردگارشان می‌پرهیزند، برای آنها باغهایی از بهشت است که از زیر درختان آن نهرها جریان دارد و همیشه در آن خواهند بود، این نخستین پذیرایی است که از خداوند به آنها می‌رسد و آنچه در نزد خداست برای نیکان بهتر است». «۱»

إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا بِآيَاتِنَا سَوْفَ نُصَلِّيهِمْ نَارًا كَلَّمًا نَضِجَتْ جُلُودُهُمْ يَدْلُنَاهُمْ جُلُودًا غَيْرَهَا لِيَذُوقُوا الْعَذَابَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَزِيزًا حَكِيمًا وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَنُدْخِلُهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَيْدَا لَهُمْ فِيهَا أَزْوَاجٌ مُطَهَّرَةٌ وَنُدْخِلُهُمْ ظِلًّا ظَلِيلًا

«کسانی که به آیات ما کافر شدند بزودی آنها را در آتشی وارد می‌کنیم که هرگاه پوستهای تن آنها (در آن) بریان گردد (و بسوزد) پوستهای دیگری به جای آن قرار می‌دهیم تا کيفر را بچشند، خداوند توانا و حکیم است (و روی حساب کيفر می‌دهد). و آنها که ایمان آوردند و عمل صالح انجام دادند بزودی آنها را در باغهایی از بهشت وارد می‌کنیم که نهرها از زیر درختان آن جاری است و همیشه در آن خواهند ماند و همسرانی پاکیزه برای آنها خواهد بود، و آنها را در سایه‌هایی که قطع نمی‌شود داخل می‌کنیم.» (۲)

وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ عَظِيمٌ وَالَّذِينَ كَفَرُوا وَكَذَّبُوا بِآيَاتِنَا أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ الْجَحِيمِ

(۱) - آل عمران: ۱۹۶ - ۱۹۸.

(۲) - نساء: ۵۶، ۵۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۲

إِنَّهُ، مَنْ يَأْتِ رَبَّهُ مُجْرِمًا فَإِنَّ لَهُ، جَهَنَّمَ لَا- يَمُوتُ فِيهَا وَلَا- يَحْيَىٰ وَمَنْ يَأْتِهِ مُؤْمِنًا قَدْ عَمِلَ الصَّالِحَاتِ فَأُولَٰئِكَ لَهُمُ الدَّرَجَاتُ الْعُلَىٰ «خداوند به آنها که ایمان آورده‌اند و عمل صالح انجام داده‌اند وعده آمرزش و پاداش عظیمی داده است و کسانی که کافر شدند و آیات ما را تکذیب کردند اهل دوزخند.» (۱)

إِنَّهُ، مَنْ يَأْتِ رَبَّهُ مُجْرِمًا فَإِنَّ لَهُ، جَهَنَّمَ لَا- يَمُوتُ فِيهَا وَلَا- يَحْيَىٰ وَمَنْ يَأْتِهِ مُؤْمِنًا قَدْ عَمِلَ الصَّالِحَاتِ فَأُولَٰئِكَ لَهُمُ الدَّرَجَاتُ الْعُلَىٰ «هرکس مجرم در محضر پروردگارش حاضر شود آتش دوزخ برای اوست، که نه در آن می‌میرد و نه زنده می‌شود و هر کس مؤمن باشد و عمل صالح انجام داده باشد در محضر او حاضر شود درجات عالی برای اوست.» (۲)

فَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَرِزْقٌ كَرِيمٌ وَالَّذِينَ سَعَوْا فِي آيَاتِنَا مُعَاجِزِينَ أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ الْجَحِيمِ «آنها که ایمان آوردند و عمل صالح انجام دادند آمرزش و روزی پرارزشی برای آنها است و آنها که (برای تخریب و محو) آیات ما تلاش کردند و چنین پنداشتند که می‌توانند بر اراده حتمی ما غالب شوند اصحاب دوزخند.» (۳)

الْمُلْكُ يَوْمَئِذٍ لِلَّهِ يَحْكُمُ بَيْنَهُمْ فَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فِي جَنَّاتِ النَّعِيمِ

(۱) - مائده: ۹، ۱۰.

(۲) - طه: ۷۴، ۷۵.

(۳) - حج: ۵۰، ۵۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۳

وَالَّذِينَ كَفَرُوا وَكَذَّبُوا بِآيَاتِنَا فَأُولَٰئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ مُهِينٌ «حکومت و فرمانروایی در آن روز از آن خداست و بین آنها حکم می‌فرماید، کسانی که ایمان آورده‌اند و عمل صالح انجام داده‌اند در باغهای پر نعمت بهشتند و کسانی که کافر شدند و آیات ما را تکذیب کردند عذاب خوار کننده‌ای برای آنهاست.» (۱)

وَيَوْمَ تَقُومُ السَّاعَةُ يُنْفِقُونَ فَمَا لِلَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَرْحٌ فِي رَوْضَةٍ يُحْبَرُونَ وَأَمَّا الَّذِينَ كَفَرُوا وَكَذَّبُوا بِآيَاتِنَا وَلِقَاءِ الْأَخِرَةِ فَأُولَٰئِكَ فِي الْعَذَابِ مُحْضَرُونَ «آن روز که قیامت برپا می‌شود (مردم) از هم جدا می‌شوند اما آنها که ایمان آوردند و عمل صالح انجام دادند در باغی از بهشت شاد و مسرور خواهند بود و آنها که به آیات ما و لقای آخرت کافر شدند در عذاب الهی احضار می‌شوند.» (۲)

آیات تشویق و تهدید در قرآن تنها به ذکر نعمتهایی که مؤمنان از آن بهره‌مند خواهند شد یا عذابی که در آخرت بر کافران وارد



خواهد آمد، اکتفا نمی‌کند، بلکه آن خیری را که مؤمنان دنیا به آن دست می‌یابند و رنج و عذابی را که در همین دنیا کافران را فرا می‌گیرد، ذکر می‌کند، آیات زیر نمونه‌هایی هستند که خیر و سعادت را که در دنیا به مؤمنان می‌رسد، یادآور می‌شود:

وَاِذَا قَامُوا رَبُّكُمْ تَبَّخُّوا إِلَيْهِ يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا وَيَزِدْكُمْ قُوَّةً إِلَى قُوَّتِكُمْ وَلَا تَتَوَلَّوْا مُجْرِمِينَ

(۱) - حج: ۵۶، ۵۷.

(۲) - روم: ۱۴-۱۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۴

«وای قوم من! از پروردگارتان طلب آموزش کنید سپس به سوی او باز گردید تا (باران) آسمانی را پی‌درپی بر شما بفرستد و نیرویی بر نیروی شما بیفزاید و روی (از حق) برنتابید و گناه نکنید.» (۱)

فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ، كَانَ غَفَّارًا يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا وَيُمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ وَبَيْنَ وَيَجْعَلْ لَكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَلْ لَكُمْ أَنْهَارًا «باز گفتیم ای مردم به درگاه خدای خود (توبه کنید و) آموزش طلبید که او بسیار خدای آمرزنده‌ای است تا باران آسمان را بر شما (پس از خشکسالی فراوان) نازل کند و شما را به مال بسیار و پسران متعدد مدد فرماید و باغهای خرم و نهرهای جاری به شما عطا کند.» (۲)

آیات زیر نمونه‌هایی هستند از یادآوری عذابی که در زندگی دنیا بر کفار نازل می‌شود:

وَلَا يَزَالُ الَّذِينَ كَفَرُوا تُصِيبُهُمْ بِمَا صَبَّحُوا قَارِعَةً أَوْ تَحُلُّ قَرِيبًا مِنْ دَارِهِمْ حَتَّى يَأْتِيَ وَعْدُ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُخْلِفُ الْمِيعَادَ... و پیوسته مصائب کوبنده‌ای بر کافران- به خاطر اعمالشان- وارد می‌شود و یا به نزدیکی خانه آنها فرود می‌آید تا وعده (نهایی) خدا فرا رسد، خداوند در وعده خود تخلف نمی‌کند.» (۳)

(۱) - هود: ۵۲.

(۲) - نوح: ۱۰-۱۲.

(۳) - رعد: ۳۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۵

وَلَمَّا جَاءَ أَمْرُنَا نَجَّيْنَا شُعَيْبًا وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ، بِرَحْمَةٍ مِنَّا وَأَخَذَتِ الَّذِينَ ظَلَمُوا الصَّيْحَةَ فَأَصَابَهُمْ فِي دِيَارِهِمْ جَائِمِينَ «و هنگامی که فرمان ما فرا رسید شعیب و آنها را که با او ایمان آورده بودند، به رحمت خود نجات دادیم و آنها را که ستم کردند صیحه (آسمانی) فرو گرفت و در دیار خود به رو افتادند (و مردند).» (۱)

برخی از آیات دیگر، حصول ثواب برای مؤمنان و وقوع عذاب برای کافران را در هر یک از زندگهای دنیا و آخرت ذکر کرده است که آیات زیر نمونه‌هایی از آن هستند:

فَاتَاهُمُ اللَّهُ ثَوَابَ الدُّنْيَا وَحَسَنَ ثَوَابِ الْآخِرَةِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ «لذا خداوند پاداش این جهان و پاداش نیک آن جهان را به آنها داد و خداوند نیکوکاران را دوست می‌دارد.» (۲)

لَهُمْ عَذَابٌ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْعَذَابُ الْآخِرَةُ أَشَقُّ وَ مَا لَهُمْ مِنَ اللَّهِ مِنْ وَاقٍ «برای آنها عذاب (دردناکی) در دنیاست و عذاب آخرت سخت‌تر است و در برابر خدا هیچ کس نمی‌تواند آنها را نگه دارد.» (۳)

یکی از وسایل مهمی که قرآن آن را به منظور ایجاد انگیزه یادگیری، به کار گرفته است، داستان می‌باشد. چون در روش داستان‌گویی، شوق شنوندگان برانگیخته می‌شود تا حوادثی را که در داستان بازگو می‌شوند، با توجه کامل دنبال کنند. قرآن در ضمن

(۱) - هود: ۹۴.

(۲) - آل عمران: ۱۴۸.

(۳) - رعد: ۳۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۶

داستان، آن اهداف دینی مربوط به عقاید، یا عبرت آموزیها و حکمت‌هایی را که در نظر دارد به مردم بیاموزد، عرضه و تبلیغ می‌کند. لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ عِبْرَةٌ لِأُولِي الْأَلْبَابِ ... «در سرگذشت‌های آنها درس عبرتی برای صاحبان اندیشه است ...» (۱)

از این گذشته، در داستان‌های قرآن زیبایی‌های هنری خاصی وجود دارد که آنها را از داستان‌های دیگر متمایز می‌سازد و راهیابی اهداف دینی به نفس انسان را آسانتر و تأثیرشان را در وجدان عمیقتر می‌کند. (۲)

در برخی از داستانها ملاحظه می‌شود که قرآن در آغاز، خلاصه داستان را نقل می‌کند، سپس وارد جزئیات آن از آغاز تا انجام می‌شود. چنان که مثلا در داستان اصحاب کهف این مسأله را بروشنی می‌بینیم. اصولا نقل فشرده داستان، پیش از نقل جزئیات آن، باعث تشویق شنوندگان و جلب توجهشان به دنبال کردن جزئیات داستان می‌شود. (۳)

در بعضی داستان‌های قرآن ملاحظه می‌شود که داستان، با ذکر عاقبت و محتوای عبرت‌آموز آن آغاز می‌شود و سپس جزئیات آن نقل می‌گردد، چنان که در قصه حضرت موسی علیه السلام که در سوره قصص آمده است می‌بینیم. ذکر محتوا و بار آموزشی داستان در آغاز، باعث تشویق شنوندگان و توجه آنان به پی‌گیری حوادث داستان به منظور شناخت چگونگی تحقق آن نتیجه‌ای که در آغاز داستان خواننده بودند، می‌شود. (۴)

(۱) - یوسف: ۱۱۱.

(۲) - سید قطب: التصوير الفنی فی القرآن، چاپ سوم، قاهره: دار المعارف، ۱۹۷۵، ص ۱۴۸.

(۳) - همان مأخذ، ص ۱۴۸، ۱۴۹.

(۴) - همان مأخذ، ص ۱۴۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۷

### ۱-۳- استمداد از حوادث مهم

یکی از عواملی که به تحریک انگیزه و جلب توجه انسان کمک می‌کند، رخداد‌های بعضی حوادث یا مشکلات مهمی است که وجدان مردم را تکان می‌دهد و توجهشان را برمی‌انگیزد و خاطرشان را مشغول می‌دارد. مردم معمولا- در اثر این گونه حوادث مهمی که برایشان پیش می‌آید، آمادگی دارند تا آن‌ها را پند و عبرتی را که در این حوادث وجود دارد، بیاموزند. قرآن از حوادث مهمی که برای مسلمانان اتفاق می‌افتد کمک گرفته است تا برخی از عبرت‌های سودمند در زندگی را به آنان بیاموزد. طبیعی است که مسلمانان در هنگام وقوع این گونه حوادث که وجدانشان را برمی‌انگیزد، دارای آمادگی بیشتر و حالتی پذیراتر برای پندآموزی

و عبرت گرفتن همه جانبه هستند. «۱» یکی از نمونه‌های این موضوع، حادثه‌ای بود که در جنگ حنین اتفاق افتاد، آن جا که مسلمانان به کثرت و قدرت خود غرّه شدند و مطمئن بودند که بر کفار پیروز خواهند شد و فراموش کردند که پیروزی تنها با یاری و خواست خدا میسر است. خداوند متعال نیز چنین اراده کرد که به مسلمانان پیامورد که زیادی نیرو، لزوماً به پیروزی نمی‌انجامد و خداوند تنها آن دسته از بندگان را که ایمان و تقوا، دل‌هایشان را آباد و سرزنده دارد، یاری می‌کند، اگرچه تعدادشان اندک باشد. «۲»

لَقَدْ نَصَرَكُمُ اللَّهُ فِي مَوَاطِنَ كَثِيرَةٍ وَيَوْمَ حُنَيْنٍ إِذْ أَعْجَبَتْكُمْ كَثْرَتُكُمْ فَلَمْ تُغْنِ عَنْكُمْ شَيْئًا وَضَاقَتْ عَلَيْكُمُ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ ثُمَّ وَلَّيْتُم مُّدْبِرِينَ ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى الْمُؤْمِنِينَ وَأَنْزَلَ حُنُودًا لَمْ تَرَوْهَا وَعَذَّبَ الَّذِينَ كَفَرُوا وَذَلِكَ جِزَاءَ الْكَافِرِينَ

(۱) - محمد شدید: منهج القرآن فی التریبه. بیروت، مؤسسه الرساله، ۱۹۷۹، ص ۲۷۷.

(۲) - عبد الفتاح جلال: من الاصول التربویه فی الاسلام، ص ۱۱۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۸

«خداوند شما را در میدانهای زیادی یاری کرد (و بر دشمن پیروز شدید) و در روز حنین (نیز یاری نمود)، در آن هنگام که فزونی جمعیتتان شما را به اعجاب آورده بود، ولی هیچ مشکلی را برای شما حل نکرد و زمین با همه وسعتش بر شما تنگ شد، سپس پشت (به دشمن) کرده فرار نمودید آنگاه خداوند وقار و سکینه خود را (یعنی شکوه و سطوت و جلال ربّانی را) بر پیامبر خود و بر مؤمنان نازل فرمود و لشگرهایی از فرشتگان که شما نمی‌دیدید به مدد شما فرستاد و کافران را (پس از آن که غالب و قاهر بودند) به عذاب و ذلت افکند و این است کیفر کافران.» «۱»

## ۲- تکرار

مسأله تکرار در عرضه اندیشه‌ها و آرای مشخص به مردم، معمولاً به استقرار این اندیشه‌ها و نظریات و تثبیت آنها در اذهان مردم می‌انجامد. تحقیقات روان‌شناسان جدید، اهمیت «تکرار» در عمل «یادگیری» را ثابت کرده است. حتی شرکتهای بازرگانی و صنعتی نیز به اهمیت تکرار در تثبیت و جایگزینی یک ایده در اذهان مردم پی‌برده‌اند و به همین دلیل پوله‌های زیادی برای تبلیغات بازرگانی خرج می‌کنند، تبلیغاتی که ایده‌ها و افکار مشخصی را به صورت تکراری به مردم عرضه می‌کنند تا در گرایشها و الگوهای مصرفی آنان تأثیر گذارد و از کالاهای تجاری آنها تبلیغ شود.

ما می‌بینیم که در قرآن در خصوص برخی از حقایق مربوط به عقیده و مسائل غیبی که قرآن می‌خواهد آنها را در اذهان مردم جا بیندازد، مانند توحید و این که تنها خداوند منشأ همه ادیان است و ایمان به رستاخیز و روز قیامت و حساب و ثواب و عقاب در زندگی اخروی، تکرار صورت گرفته است. بسیاری از آیات قرآن برای تثبیت و جا انداختن این مفاهیم در اذهان مردم، آنها را تکرار می‌کنند. یکی از نمونه‌های تکرار در مورد عقیده یگانه پرستی، همان است که در سوره نمل، [سوره مکی] آمده است. در این سوره عبارت «أَلِلَّهِ مَعَ اللَّهِ» پنج بار تکرار شده است تا این عقیده (توحید) را در اذهان تثبیت کند.

(۱) - توبه: ۲۵، ۲۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۴۹

أَمَّنْ خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَأَنْزَلَ لَكُمْ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَنْبَتْنَا بِهِ حِبْدَاتٍ ذَاتَ بَهْجَةٍ مَا كَانَ لَكُمْ أَنْ تُنْبِتُوا شَجَرَهَا أَلِلَّهِ مَعَ اللَّهِ بَلْ هُمْ قَوْمٌ يَعِدُلُونَ أَمَّنْ جَعَلَ الْبَارِضَ قَرَارًا وَجَعَلَ خِلَالَهَا أَنْهَارًا وَجَعَلَ لَهَا رَوَاسِيَ وَجَعَلَ بَيْنَ الْبَحْرَيْنِ حَاجِزًا أَلِلَّهِ مَعَ اللَّهِ بَلْ أَكْثَرُهُمْ لَا

يَعْلَمُونَ أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُ لَكُم خُلَفَاءَ الْأَرْضِ أَلِلَّهِ مَعَ اللَّهِ قَلِيلًا مَا تَذَكَّرُونَ أَمَّنْ يَهْدِيكُمْ فِي ظُلُمَاتٍ الْبُرِّ وَالْبَحْرِ وَمَنْ يُزِيلُ الرِّيحَ بُشْرًا بَيْنَ يَدَيْ رَحْمَتِهِ أَلِلَّهِ مَعَ اللَّهِ تَعَالَى اللَّهُ عَمَّا يُشْرِكُونَ أَمَّنْ يَبْدَأُ الْخَلْقَ ثُمَّ يُعِيدُهُ، وَمَنْ يَرْزُقُكُمْ مِنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ أَلِلَّهِ مَعَ اللَّهِ قُلْ هَاتُوا بُرْهَانَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ «آیا بتهایی که معبود شما هستند بهترند یا کسی که آسمان و زمین را آفرید؟ و برای شما از آسمان، آبی فرستاد که با آن باغهایی زیبا و سرور انگیز رویانندیم، و شما قدرت نداشتید درختان آن را برویانید، آیا معبود دیگری با خداست؟ نه، آنها گروهی هستند که (از روی نادانی) مخلوقات خدا را در ردیف او قرار می‌دهند یا کسی که زمین را مستقر و آرام قرار داد و در میان آن نهرهایی روان ساخت و برای زمین کوههای ثابت و پابرجا ایجاد کرد و میان دو دریا مانعی قرار داد (تا با هم مخلوط نشوند، با این حال) آیا معبودی با خداست؟ نه، بلکه اکثر آنها نمی‌دانند (و جاهلند) یا کسی که دعای مضطر را اجابت می‌کند و گرفتاری را برطرف می‌سازد و شما را در تاریکیهای صحرا و دریا هدایت می‌کند و کسی که باها را بشارت دهندگان پیش از نزول رحمتش می‌فرستد، آیا معبودی با خداست؟ خداوند برتر است از این که شریک برای او قرار دهید یا کسی که آفرینش را آغاز کرد و سپس آن را تجدید می‌کند و کسی که شما را از آسمان و زمین روزی می‌دهد، آیا معبودی با خداست؟ بگو دلیلتان را بیاورید اگر راست می‌گویید.» (۱)

(۱) - نمل: ۶۰-۶۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۰

در سوره هود [سوره مکی] نیز دعوت به یکتاپرستی و عبادت خداوند یگانه، چهار بار تکرار شده است. در این سوره، قرآن، سخن بعضی از پیامبران گذشته به ملت‌هایشان را که به هنگام دعوت آنان به توحید بر زبان می‌آوردند، ذکر کرده است. مثلاً در مورد آنچه که نوح علیه السلام به قومش گفت چنین می‌فرماید:

وَلَقَدْ أَرْسَلْنَا نُوحًا إِلَىٰ قَوْمِهِ إِنِّي لَكُمْ نَذِيرٌ مُّبِينٌ أَنْ لَا تَعْبُدُوا إِلَّا اللَّهَ ...

«ما نوح را به سوی قومش فرستادیم (نخستین بار به آنها گفت:) من برای شما بیم دهنده‌ای آشکارم (دعوت من این است که) جز الله (خدای واحد یکتا) را نپرستید ...» (۱)

قرآن سپس در همین سوره سخنان هود و صالح و شعیب علیهم السلام به ملت‌هایشان را متذکر می‌شود و آن را با یک عبارت سه بار تکرار می‌کند:

وَإِلَىٰ عَادٍ أَخَاهُمْ هُودًا قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ، ...

«(ما) به سوی (قوم عاد)، برادرشان هود را فرستادیم (به آنها) گفت ای قوم من! الله را پرستش کنید که معبودی جز او برای شما نیست ...» (۲)

وَإِلَىٰ ثَمُودَ أَخَاهُمْ صَالِحًا قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ، ...

«(ما) به سوی (قوم) ثمود، برادرشان صالح را فرستادیم، (به آنها) گفت ای قوم من! الله را پرستش کنید که معبودی جز او برای شما نیست ...» (۳)

(۱) - هود: ۲۵، ۲۶.

(۲) - هود: ۵۰.

(۳) - هود: ۶۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۱

وَإِلَىٰ مَدْيَنَ أَخَاهُمْ شُعَيْبًا قَالَ يَا قَوْمِ اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ، ...

«(ما) به سوی (مردم) مدین، برادرشان شعیب را فرستادیم، (به آنها) گفت ای قوم من! الله را پرستش کنید که معبودی جز او برای شما نیست...» (۱)

همچنین عبارت (اعْبُدُوا اللَّهَ مَا لَكُمْ مِنْ إِلَهٍ غَيْرُهُ) در آیه‌های ۲۳ و ۳۲ سوره مؤمنون که سوره‌ای مکی است دو بار تکرار شده است. داستان پیامبران نیز در قرآن به صورت تکراری آمده است، تا این حقیقت که همه ادیان از طرف خداوند است، در اذهان تثبیت شود، «۲» چون این خداوند متعال است که همه پیامبران را در ادوار مختلف تاریخ به سوی مردم فرستاد تا آنها را راهنمایی و به یگانه‌پرستی و شرک نوزیدن به خدا دعوت کنند. دلیل دیگر تکرار داستان پیامبران این است که سرنوشتی که تکذیب‌کنندگان پیامبران گذشته دچارش شدند، برای کفار قریش آشکار و واضح شود تا آنان را از سرنوشت مشابهی که در صورت تکذیب پیامبر اسلام صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ در انتظارشان خواهد بود، برحذر دارد. به همین دلیل در سوره قمر [سوره مکی] می‌بینیم که در خصوص ذکر عذابی که کافران را در بر خواهد گرفت و نیز در هشدار خداوند به آنان در مورد این عذاب، تکرار صورت گرفته است. و این تکرار به منظور جلب توجه کفار قریش و یادآوری سرنوشت کسانی است که پیامبران گذشته را تکذیب کرده‌اند. تا به آنان هشدار دهد، در صورتی که همچنان به تکذیب پیامبر اسلام صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ ادامه دهند، به همان سرنوشت دچار خواهند شد. «۳» در این سوره (قمر) آیه زیر سه بار تکرار شده است:

فَكَيْفَ كَانَ عَذَابِي وَنُذْرٍ

(۱) - هود: ۸۴.

(۲) - سید قطب: التصوير الفنی فی القرآن، ص ۱۰۹.

(۳) - رک به: القرآن و علم النفس، عبد الوهاب حموده، قاهره: دار القلم، ۱۹۶۲، ص ۹۵، ۹۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۲

«پس (بنگرید) که سختی تنبیه و عذاب ما چگونه بود؟» (۱) چنان که آیه زیر نیز چهار بار در همین سوره تکرار شده است. وَ لَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدْرِكٍ «و ما قرآن را برای وعظ و اندرز به فهم آسان کردیم، آیا هیچ پندگیرنده‌ای هست؟» (۲) در سوره مرسلات [سوره مکی] عبارت «وَيْلٌ يَوْمَئِذٍ لِلْمُكَذِّبِينَ» ده بار تکرار شده است. این سوره بسیاری از نعمتهایی را که خداوند به مردم عطا فرموده و همچنین بسیاری از بلاهایی را که بر آنها فرو فرستاده است، ذکر می‌کند و عبارت فوق پس از هر نعمتی که خداوند به یاد مردم می‌آورد و هر بلایی که آنان را از آن می‌ترساند، آمده است. و این بدان سبب است که توجهشان را به این نعمتها و بلاها جلب کند تا با یادآوری آنها از ادامه تکذیب پیامبران و استمرار در کفر، پرهیز کنند. علاوه بر این، اصولاً در تکرار یک جمله در طول سخن، نوعی تأثیر خطابی وجود دارد که عربها با آن آشنا هستند و این کار «در جریان ایراد خطبه و سرودن شعر در میان عربها مرسوم است.» (۳)

در قرآن آیات زیادی وجود دارد که درباره رستاخیز، روز قیامت، روز حسابرسی، نعمتهای بهشت، عذاب جهنم، خلقت آدم و حوا و دشمنی شیطان با آنها، سخن می‌گوید. هدف قرآن از تکرار این گونه مسائل غیبی، استقرار و جایگزین کردن ایمان در جانهای مردم و تثبیت عقاید و عبرتها و پند و اندرزهایی است که در جریان نقل این گونه مسائل مطرح می‌کند.

(۱) - قمر: ۱۶، ۲۱، ۳۰.

(۲) - قمر: ۱۷، ۲۲، ۳۲، ۴۰.

(۳) - عبد الوهاب حموده، همان مأخذ، ص ۹۶، ۹۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۳

باید توجه داشت که تکرار داستانها در قرآن، تکراری کامل و یکنواخت نیست، بلکه قرآن تنها حوادثی از داستان را که با روند مفاهیم موجود در سوره هماهنگی دارد، ذکر می‌کند. مثلاً- قرآن هرگاه بخشی از یک داستان را تکرار می‌کند، معمولاً مفهوم جدیدی را که قبلاً ذکر نکرده است وارد آن می‌کند و در الفاظ و کلمات داستان، متناسب با عبرتی که هدف داستان است، اندکی تعدیل و تقدم و تأخر به وجود می‌آورد. چون قرآن داستانهای پیامبران را به عنوان سرگذشتهایی تاریخی که ترتیب زمانی حوادث بایستی در آن رعایت شود، بازگو نمی‌کند، بلکه به خاطر عبرتها و اندرزهایی که در رویدادهای آنها وجود دارد، نقل می‌کند. از این رو، قرآن، آن دسته از حوادث را که متناسب با عبرتی است که می‌خواهد آن را در میان مردم رواج دهد، بازگو می‌کند. «۱» در این مسأله نیز شکی نیست که عرضه برخی حوادث یا ایده‌ها به اشکال و عبارتهای گوناگون، باعث جلب توجه می‌شود و از خسته شدن انسان- که ممکن است در صورت عرضه کردن ایده‌ای معین به صورت ثابت و یکنواخت، به او دست دهد- جلوگیری می‌کند. تحقیقات روان‌شناسان معاصر و متخصصان تبلیغات، این موضوع را ثابت کرده است که برای اجتناب از خستگی و جلب توجه مردم، تغییر دادن فرم عبارتهایی که بیان‌کننده ایده‌ای مشخص هستند، اهمیت زیادی دارد. امروزه دست اندرکاران تبلیغات تجارتي این موضوع را کاملاً رعایت می‌کنند.

اصولاً تکرار، مسأله «یادگیری» را اعم از این که آموخته انسان یک عادت و سلوک نیک باشد یا بد، جا می‌اندازد. مثلاً تکرار یک رفتار زشت توسط مردم، باعث تثبیت آن می‌شود و آن را به عادت تبدیل می‌کند که رهایی از آن تنها با کوششی فراوان و اراده‌ای نیرومند میسر خواهد بود. به همین دلیل می‌توان گفت که تکرار عقاید و عبادتهای قدیمی که مشرکان از پدران خود آموخته بودند، یکی از عوامل جایگزینی این عقاید و بروز آن در رفتار مشرکان بود، به طوری که رهایی از آن برایشان آسان نبود. قرآن در بسیاری از آیات، به مشکلاتی که پیامبران در همه ادوار تاریخ برای اقناع مشرکان در مورد پذیرش عقیده یگانه‌پرستی با آنها برخورد می‌کردند، اشاره کرده است. علت

(۱) - عبد الوهاب حموده، همان مأخذ، ص ۱۰۳-۱۰۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۴

وجود این مشکلات برای پیامبران این بود که مشرکان پایبند همان عبادتهای قدیمی بودند که بر اساس آن رشد یافته بودند. قبلاً درباره خطاها و جمود تفکر [در فصل چهارم] که به بحث «تفکر در قرآن» اختصاص داشت، به این موضوع اشاره کرده‌ایم. قرآن به تأثیر تکرار ارتکاب گناه نیز اشاره دارد، زیرا تکرار گناه باعث می‌شود انسان به آسانی برای پذیرش دعوت به یگانه‌پرستی، آمادگی نداشته باشد. این همان چیزی است که در بسیاری از آیات از آن، به عنوان «مهر زدن بر دلها» یاد شده است.

قرآن همچنین از استقرار عادات زشت و گناهایی که در اثر تکرار حاصل می‌شود، یاد کرده است. این عادات تا آن جا در انسان مستقر می‌شوند که گویا بر عقلش پرده‌ای از زنگار آویخته شده است به نحوی که از نیروی تشخیص آن جلوگیری می‌کند و دیگر برای انسان مشکل است که بتواند خود را از گناهایی که به آنها عادت کرده است رها سازد. این مسأله در آیه زیر آمده است:

كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ «چنین نیست، بلکه (اعمال زشت آنها) زنگار و لایه بر قلبهای آنها افکنده است.» «۱»

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در این باره می‌فرماید: «هرگاه کسی مرتکب گناهی شود، نقطه‌ای سیاه در دلش به وجود می‌آید و اگر دوباره گناه کند نقطه دیگری ایجاد می‌شود و این روند همچنان ادامه می‌یابد تا این که دلش مانند رنگ گوسفندی سیاه، تیره می‌شود.» و در روایتی دیگر آمده است که: «ارتکاب مکرر گناه قلب را آن چنان سیاه می‌کند که دیگر

(۱) - مظفین: ۱۴.

کلمه «ران» در آیه مذکور، نوعی بیماری است که قرآن ذکر می‌کند و «رین» به معنی زنگار یا غبار با لایه کثیفی است که بر اشیای گرانقیمت می‌نشیند. این تعبیر در قرآن برای کسانی به کار رفته که بر اثر خیره‌سری و گناه زیاد، قلبشان نفوذ ناپذیر شده است. «به نقل از تفسیر نمونه، ج ۱، ص ۸۶-م.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۵

امید توبه بدان نمی‌رود. «۱»

### ۳- توجه

مسأله توجه، در یادگیری عامل مهمی محسوب می‌شود. مثلاً اگر انسان به یک سخنرانی توجه نکند، نمی‌تواند آن اطلاعات لازم را درک کند، در نتیجه قادر به یادگیری نیست و نمی‌تواند آن مطالب را در آینده به یاد آورد. به همین دلیل معلّمان و مربیان، همواره اصرار دارند که در شاگردان خود حالت توجه به وجود بیاورند تا آنها بتوانند درس را کاملاً جذب کنند و یاد بگیرند. همان طور که قبلاً گفتیم استفاده قرآن از داستان، عامل مهمی در ایجاد و برانگیختن حالت توجه و حاوی مواعظ و عبرتها و دعوت به یگانه پرستی است. قرآن اهمیت توجه و التفات را در جذب و ادراک اطلاعات و معلومات، یادآوری کرده چنین می‌فرماید:

إِنَّ فِي ذَلِكَ لَمَذْكُرَى لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ «در این تذکری است برای آن کس که عقل دارد، یا گوش فرا دهد و حضور یابد.» «۲»

این آیه بعد از آیه دیگری آمده است که خداوند در آن یادآور می‌شود که پیش از قریش اقوام زیادی از کافران را که سرسخت‌تر و قویتر از قریش بودند، نابود کرد. و در این آیه اشاره می‌کند که در این جریان برای عاقلان یا کسانی که با آمادگی و حضور ذهن و توجه کامل این سخن را بشنوند و بفهمند، پند و اندرزی نهفته است.

قرآن همچنین در سوره مزمل، آن جا که متذکر می‌شود که بلند شدن از خواب در نیمه شب باعث توجه بیشتر انسان به معانی قرآن و در نتیجه درک بهتر آن می‌شود، در واقع می‌خواهد به اهمیت مسأله «توجه» اشاره کند. این موضوع شاید از یک سو به

(۱) - به نقل از: ابی القاسم الحسن بن محمد بن المفضل الراغب الاصفهانی: کتاب تفصیل النشأتین و تحصیل السعادتین، بیروت، ۱۳۱۹، ص ۹۷.

(۲) - ق: ۳۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۶

استراحت ذهن در هنگام خواب و آرامش آن پس از خواب برگردد و از سوی دیگر مربوط به آن آرامشی باشد که هنگام شب همه جا را فرا می‌گیرد و ذهن انسان در آن هنگام به امور روزمره زندگی که معمولاً در طول روز خاطرش را مشغول می‌دارند، نمی‌پردازد. قرآن در این باره می‌فرماید:

إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلًا «البته نماز شب (و دعا و ناله سحر) بهترین شاهد اخلاص و (صفای) قلب و دعوی صدق ایمان است.» «۱»

در مسأله «ادراک و یادگیری» نیز قرآن به اهمیت «توجه» چنین اشاره می‌کند:

وَ إِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ، وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ «هنگامی که قرآن خوانده شود گوش فرا دهید و خاموش باشید تا مشمول



رحمت خدا شوید.» (۲)

گوش فرا دادن به قرآن و سکوت به هنگام قراءت آیات، در واقع به معنای همان توجه به آیات آن است که خوانده می‌شوند تا برای درک معنای آنها تدبّر و تفکر شود و عقاید و تعلیمات و اوامر و نواهی و عبرتها و حکمت‌هایی که در آنها وجود دارد، آموخته شوند.

بدیهی است که این موضوع نشان دهنده اهمیت «توجه» در ادراک و یادگیری می‌باشد.

(۱) - مزمل: ۶. ابن کثیر در تفسیر این آیه می‌گوید: «مقصود این است که بیدار ماندن (و عبادت) در شب بهترین تناسب را میان دل و زبان ایجاد می‌کند و مناسبترین وقت برای تلاوت (قرآن) است. به همین دلیل خداوند می‌فرماید: «هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلًا» یعنی «انسان در شب با خاطری جمعتر از روز به قراءت قرآن و فهم آن می‌پردازد، چون روز هنگام رفت و آمد مردم و سخن گفتن و کسب معاش آنهاست». تفسیر ابن کثیر، ج ۴، ص ۴۳۵.

(۲) - اعراف: ۲۰۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۷

یکی از چیزهایی که به تمرکز دقت و توجه کمک می‌کند و کار یادگیری را آسان می‌سازد، عرضه مفاهیم مجرد و انتزاعی با روشی ساده و بیانی روشن است و این امر البته با تمثیل و تشبیه مفاهیم مزبور به چیزهای واقعی و ملموس انجام می‌گیرد تا ادراک و فهم آنها امکان پذیر شود. به همین دلیل امروزه معلمان برای توضیح قوانین و نظریات علمی بیشتر از وسایل سمعی و بصری و تجربیات عملی استفاده می‌کنند و این باعث جلب توجه دانش آموزان می‌شود و به آنان کمک می‌کند تا نظریات مزبور را درک کنند.

داستانها و مثلهایی که در قرآن وجود دارند، در واقع روشهایی هستند که قرآن آنها را به منظور عینی کردن مفاهیم عقیدتی اسلام و نزدیک کردن آنها به اذهان، به کار برده است.

بنابراین شنونده داستانهای قرآن به تماشاگر حوادث و رویدادهایی بدل می‌شود که مفاهیم داستانها در آن حوادث متبلور است. (۱) این موضوع بدون شک توجهش را به منظره‌هایی که یکی پس از دیگری از ذهنش می‌گذرد جلب می‌کند. مثلها نیز در قرآن همین نقش را ایفا می‌کنند. چون امثال، با ایجاد مشابهت و همگونی میان معانی و اشیای محسوس، معانی را به صورت عینی درمی‌آورند و این خود مایه نزدیکی هر چه بیشتر این مفاهیم به فهم و ادراک مردم می‌باشد. (۲) یکی از نمونه‌های امثال، همان مثلی است که در سوره ابراهیم آمده است و خداوند متعال ضمن آن، عدم انتفاع کافران از کارهای خودشان در دنیا را به دلیل این که بر اساس ایمان نیست، به خاکستری تشبیه می‌کند که در روزی توفانی باد شدیدی آن را به هوا بلند می‌کند و انسان نمی‌تواند آن را نگه دارد:

مَثَلُ الَّذِينَ كَفَرُوا بِرَبِّهِمْ أَعْمَالُهُمْ كَرَمَادٍ اشْتَدَّتْ بِهِ الرِّيحُ فِي يَوْمٍ عَاصِفٍ لَا يَقْدِرُونَ مِمَّا كَسَبُوا عَلَى شَيْءٍ ذَلِكَ هُوَ الضَّلَالُ البُعِيدُ  
«اعمال کسانی که به پروردگارشان کافر شدند همچون خاکستری است در برابر تندباد در یک روز توفانی. آنها توانایی ندارند کمترین چیزی از آنچه انجام

(۱) - محمد علی التسخیری: التوازن فی الاسلام، ص ۱۴۱، ۱۴۲؛ سید قطب: همان مأخذ، ص ۶۲-۷۳.

(۲) - محمد علی التسخیری، همان مأخذ، ص ۱۴۲، ۱۴۳.

داده‌اند، به دست آورند و این گمراهی دور و درازی است.» (۱)

نمونه دیگر به کارگیری مثل در قرآن، مثلی است که خداوند کلمه طیبه (سخن پاکیزه) را به درختی پاکیزه تشبیه می‌کند که مردم از میوه‌اش استفاده می‌کنند و خود ریشه در اعماق زمین دارد و تنه و شاخه‌هایش سر بر آسمان می‌سایند و هر زمان که خدا معین کند و به اذن او، میوه می‌دهد. همچنین کلمه توحید در دل مؤمن ثابت و ریشه‌دار است و کار پاک و پاکیزه او به سوی خدا بالا می‌رود و همه وقت برکت و پاداش آن به مؤمن می‌رسد.

خداوند همچنین کلمه «ناپاک» را به درختی ناپاک تشبیه کرده است که ریشه‌اش از زمین کنده شده است و به همین دلیل ثابت و دوامی ندارد. همچنین عقیده باطل نیز بی‌ثبات و از بین رفتنی است. (۲)

أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَضْمِلُهَا ثَابِتٌ وَفَرْعُهَا فِي السَّمَاءِ تُؤْتِي أُكْلَهَا كُلَّ حِينٍ بِإِذْنِ رَبِّهَا وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ وَمَثَلُ كَلِمَةٍ خَبِيثَةٍ كَشَجَرَةٍ خَبِيثَةٍ اجْتُثَّتْ مِنْ فَوْقِ الْأَرْضِ مَا لَهَا مِنْ قَرَارٍ «آیا ندیدی چگونه خداوند کلمه طیبه (و گفتار پاکیزه) را به درخت پاکیزه‌ای تشبیه کرده که ریشه آن (در زمین) ثابت و شاخه آن در آسمان است؟ میوه‌های خود را هر زمان به اذن پروردگارش می‌دهد و خداوند برای مردم مثله می‌زند شاید متذکر شوند (پند گیرند) و (همچنین) کلمه خبیثه را به درخت ناپاکی تشبیه کرده که از زمین برکنده شده و قرار و ثباتی ندارد.» (۳)

نمونه دیگر، مثالی است که در سوره رعد آمده است که خداوند در خلال آن بیان

(۱) - ابراهیم: ۱۸.

(۲) - المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم، ص ۳۶۸.

(۳) - ابراهیم: ۲۴ - ۲۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۵۹

می‌کند که حق ماندنی و باطل نابود شدنی است. بقای حق و نابودی باطل را به چیزهایی که نهرها در مسیر جریان خود، آنها را حمل می‌کنند، تشبیه کرده است. در این حرکت چیزهایی که برای مردم نافع باشند باقی می‌مانند و آنچه که مانند «کف» برای آنها سودی نداشته باشند به سطح آب می‌آیند و نابود می‌شوند. خداوند متعال بقای حق و زوال باطل را نیز به فلزات به هنگام دمیدن آتش در آنها تشبیه کرده است. آن دسته از فلزات که برای مردم منفعت دارند، دوام می‌آورند و از بین نمی‌روند، مانند طلا و نقره که از آنها زیور و اشیای قیمتی می‌سازند و یا آهن و مس که از آنها وسایل و ابزار سودمند ساخته می‌شود و اما آنچه که نفعی برای مردم ندارد، در جریان جوشیدن در سطح قرار می‌گیرد و به کناری نهاده و سپس بیرون انداخته می‌شود.

أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَسَالَتْ أَوْدِيَةٌ بِقَدَرِهَا فَاحْتَمَلَ السَّيْلُ زَبَدًا رَابِيًا وَمِمَّا يُوقِدُونَ عَلَيْهِ فِي النَّارِ ابْتِغَاءَ حِلْيَةٍ أَوْ مَتَاعٍ زَبَدٌ مِثْلَهُ، كَذَلِكَ يَضْرِبُ اللَّهُ الْحَقَّ وَالْبَاطِلَ فَأَمَّا الزَّبَدُ فَيَذْهَبُ جُفَاءً وَأَمَّا مَا يَنْفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُثُ فِي الْأَرْضِ كَذَلِكَ يَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ «خداوند از آسمان، آبی فرستاد و از هر دره و رودخانه‌ای به اندازه آنها سیلابی جاری شد، سپس سیل بر روی خود کفی حمل کرد و از آنچه (در کوره‌ها) برای به دست آوردن زینت آلات یا وسایل زندگی آتش روی آن روشن می‌کنند نیز کفهایی مانند آن به وجود می‌آید، اما کفها به بیرون پرتاب می‌شوند، ولی آنچه به مردم سود می‌رساند (آب یا فلز خالص) در زمین می‌ماند، خداوند این چنین مثال می‌زند.» (۱)

بعضی از سوره‌های قرآن با حروفی مانند: «الم، الر، المص، المر، کهيعص، طسم»

(۱) - رعد: ۱۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۰

شروع می‌شوند. مفسران تفسیرهای مختلفی درباره این حروف مقطعه ذکر کرده‌اند.

یکی از اقوال درباره تفسیر حروف مزبور این است که چون در این حروف آهنگ خاصی وجود دارد، منظور از آوردن آنها جلب توجه مشرکان برای گوش فرا دادن به قرآن است، زیرا مشرکان قبلاً به همدیگر سفارش کرده بودند که به آیات قرآن گوش فرا ندهند، اما شروع قرآن با حروف مزبور، گوش مشرکان را برای شنیدن آیات باز می‌کرد تا وقتی گوش فرا دهند همان قرآنی را بشنوند که کلمات آن از همین حروف تألیف شده است. «۱»

مورد دیگری نیز که باعث جلب توجه می‌شود، به کار بردن سوگند در آغاز برخی از سوره‌های مکی است - پانزده سوره قرآن با سوگند آغاز شده است - از قبیل:

«وَالصَّافَّاتِ، وَالذَّارِيَاتِ، وَالطُّورِ، وَالنَّجْمِ، وَالسَّمَاءِ ذَاتِ الْبُرُوجِ، وَالسَّمَاءِ وَالطَّارِقِ، وَالْفَجْرِ، وَالْعَصْرِ». و این امر باعث جلب توجه برای گوش فرا دادن به قرآن بوده است، زیرا آغاز سوره با سوگند توجه شنونده را جلب می‌کند چرا که با نوعی ترس و هراس به گوش شنونده می‌رسد، که در این صورت برای دریافت گفته‌ها و سخنان، نوعی آمادگی روانی در انسان به وجود می‌آید، زیرا سوگند امری هراس‌انگیز است و انسان در چنین حالتی بیشتر تحت تأثیر شنیده‌ها قرار می‌گیرد تا وقتی که مثلاً با مجادله و بحث سخنان خود را شروع کند. «۲»

علاوه بر این، سبک قرآن دارای ویژگی «اعجاز بلاغی» و آهنگ موسیقی خاصی است که وجدان را تکان می‌دهد و توجه را به سوی خود جلب می‌کند. روش قرآن این ویژگی را داراست که آهنگ واژه‌های آن، عالیتین و زیباترین هماهنگی را با معانی و مفاهیم آن دارد. این ویژگی «بعد دیگری، غیر از بعد معمولی دلالتی» به واژه‌ها می‌بخشد، به طوری که انسان معنی کلمه را ضمن شنیدن صدا و کیفیت تلفظ آن، در ذهن خود مجسم می‌کند. «۳» این مسأله بدون شک باعث جلب توجه انسان می‌شود و در او

(۱) - تفسیر ابن کثیر، ج ۱، ص ۳۷؛ تفسیر «المنار»، ج ۱، ص ۱۲۲. «منظور نویسنده این است که نوعی آشتی میان مشرکان و قرآن از طریق استماع همین حروف مقطعه ایجاد می‌شود. چون قرآن هم در واقع از همین حروف مقطعه که دارای آهنگی خاص هستند و توجه مشرکان را جلب می‌کنند، تألیف شده است. بنابراین دلیلی وجود ندارد که آنها از گوش فرا دادن به آن پرهیز کنند.» - م.

(۲) - عبد الوهاب حموده: القرآن و علم النفس، ص ۱۶، ۱۷.

(۳) - محمد علی التسخیری، التوازن فی الاسلام، ص ۱۴۳، ۱۴۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۱

حالتی ایجاد می‌کند تا موقعیتی را که قرآن تصویر می‌کند احساس کند و این به نوبه خود، به دقت جذب مفاهیم و ادراک همه جانبه آنها می‌انجامد.

#### ۴- مشارکت فعالانه

برای یادگیری مهارت‌های حرکتی لازم است یادگیرنده به انجام عملی این مهارت‌ها و تمرین آنها تا یادگیری کامل پردازد. تمرین عملی، نه تنها در یادگیری مهارت‌های حرکتی مهم است، بلکه در یادگیری علوم نظری و رفتارهای اخلاقی و فضایل و ارزشها و آداب رفتار اجتماعی نیز اهمیت دارد. زیرا اگر انسان کاری را که می‌خواهد یاد بگیرد خودش انجام دهد به سرعت و دقت یادگیری خود کمک می‌کند. نتایج یکی از تحقیقات تجربی، این مسأله را روشن کرده است: افرادی که برخی از کلمات مقابل خود را خود می‌خواندند در حفظ آنها سریعتر و موفقتر از کسانی بودند که تنها معلم یا مسؤول آزمایشگاه آن کلمات را برایشان

می‌خواند و آنها گوش می‌دادند و نیز آنها موفقتر از کسانی بودند که معلم ضمن خواندن کلمات، تصویر همان کلمات را برای آنها روی پرده به نمایش می‌گذاشت. «۱» نتیجه این آزمایش، اهمیت مشارکت فعالانه را در کار «یادگیری» نشان می‌دهد. در قرآن می‌بینیم که به اصل «مشارکت فعال» عمل شده است. این مسأله از روشی که قرآن در خصوص تعلیم خصلتهای نفسانی پسندیده و اخلاق و عاداتهای رفتاری برتر در پیش گرفته است، روشن می‌شود. این روش در واقع همان آموزش مسلمانان از طریق تمرین عملی در انجام عبادتهای مختلفی است که قرآن آنها را به ادای آن مکلف کرده است. مثلاً گرفتن وضو و خواندن نماز در اوقات معین در هر روز، نظافت و اطاعت و نظم و صبر و استقامت را به مسلمانان می‌آموزند و روزه به آنان روحیه اطاعت و پایداری در تحمل سختیها، و مهربانی نسبت به فقرا را یاد می‌دهد و حج، اطاعت و صبر در تحمل مشکلات را می‌آموزد. در فصل دهم که به موضوع «روان درمانی در قرآن» اختصاص دارد، فواید عبادتها را با اندکی تفصیل بیان خواهیم کرد.

(۱) - محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ص ۱۹۶-۱۹۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۲

قرآن در کنار تعلیم ایمان و عقاید دینی به مسلمانان، به تشویق و راهنمایی آنها در انجام عمل صالح، توجه زیادی کرده است. زیرا ایمان راستین بایستی در رفتار و عمل مؤمن تبلور یابد و چنین ایمانی تنها با آراسته شدن مؤمن به اخلاق نیکو و دوست داشتن خیر و خوبی برای مردم و پیشی گرفتن در انجام کارهایی که موجب رضای خداوند متعال و پیامبر بزرگوار صلی الله علیه و آله است، امکان پذیر می‌باشد. به همین دلیل، ایمان در بسیاری از آیات قرآن همراه عمل صالح آمده است. آیات زیر نمونه‌هایی از این مقوله هستند:

وَبَشِّرِ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ ...

«به کسانی که ایمان آورده‌اند و عمل صالح دارند، بشارت ده که باغهایی از بهشت برای آنهاست که نهرها از زیر درختانش جاری است...» (۱)

وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ الْجَنَّةِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ «و آنها که ایمان آورده‌اند و اعمال صالح انجام داده‌اند اهل بهشتند و همیشه در آن خواهند ماند.» (۲)

إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ «کسانی که ایمان آورده‌اند و عمل صالح انجام دادند و نماز را برپا داشتند و زکات را پرداختند، مزدشان نزد پروردگارشان است و نه ترسی بر آنهاست و نه غمگین می‌شوند.» (۳)

(۱) - بقره: ۲۵.

(۲) - بقره: ۸۲.

(۳) - بقره: ۲۷۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۳

وَأَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَيُوَفِّيهِمْ أُجُورَهُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ «و اما آنها که ایمان آوردند و عمل صالح انجام دادند خداوند پاداش آنها را به طور کامل خواهد داد و خداوند ستمکاران را دوست نمی‌دارد.» (۱)

وَعِدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ عَظِيمٌ «خداوند به آنها که ایمان آورده‌اند و عمل صالح انجام داده‌اند وعده آمرزش و پاداش عظیمی داده است.» (۲)

وَأَمَّا مَنْ آمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا فَلَهُ جِزَاءُ الْحُسْنَىٰ وَ سَنَقُولُ لَهُ مِنْ أَمْرِنَا يُسْرًا «و اما کسی که ایمان بیاورد و عمل صالح انجام دهد پاداش نیکو خواهد داشت، و ما دستور آسانی به او خواهیم داد.» (۳)

وَإِنِّي لَعَفَّارٌ لِمَنْ تَابَ وَ آمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا ثُمَّ اهْتَدَى «و من کسانی را که توبه کنند و ایمان آورند و عمل صالح انجام دهند و سپس هدایت شوند، می‌آمرزم.» (۴)

## ۵- توزیع یادگیری

تحقیقات تجربی که روان‌شناسان معاصر انجام داده‌اند ثابت کرده است که توزیع یادگیری یا تمرین آن در فاصله‌های زمانی دور از هم که در خلال آن فرصتهایی برای استراحت فراهم شود، به سرعت یادگیری و تثبیت آن در حافظه کمک می‌کند. این

(۱) - آل عمران: ۵۷.

(۲) - مائده: ۹.

(۳) - کهف: ۸۸.

(۴) - طه: ۸۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۴

تحقیقات همچنین روشن کرده است که یادگیری با استفاده از روش توزیع، بسیار بهتر از یادگیری به روش تمرکز می‌باشد. روش تمرکز، روشی است که طی آن یادگیری در طول مدت زمانی پیوسته و بدون فاصله‌های استراحت، صورت می‌گیرد. «۱» در قرآن هم به این اصل توجه شده است، زیرا قرآن در فواصل زمانی دور از هم و در طول مدت ۲۳ سال نازل شد تا مردم بتوانند آن را بتدریج یاد بگیرند و معانی و مفاهیم آن را کاملاً جذب کنند و این موضوع به خوب یادگیری و فهم و حفظ قرآن نیز کمک کرده است. زیرا اگر همه قرآن دفعه و یکجا نازل می‌شد یادگیری و فهم معانی و اهداف آن مشکل بود.

وَقُرْآنًا فَرَقْنَاهُ لِتَقْرَأَهُ، عَلَى النَّاسِ عَلَى مُكْثٍ وَ نَزَّلْنَاهُ تَنْزِيلًا «ما قرآنی بر تو نازل کردیم که به صورت آیات جدا از هم می‌باشد، تا آن را تدریجاً و با آرامش بر مردم بخوانی (و جذب دلها شود) و به طور قطع این قرآن را ما نازل کردیم.» (۲)

وَ قَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا لَوْ لَا نُزِّلَ عَلَيْهِ الْقُرْآنُ جُمْلَةً وَاحِدَةً كَذَلِكَ لِنُثَبِّتَ بِهِ فُؤَادَكَ وَ رَتَّلْنَاهُ تَرْتِيلًا «و کافران گفتند: چرا قرآن یکجا بر او نازل نمی‌شود؟ این به خاطر آن است که قلب تو را محکم داریم، و آن را تدریجاً بر تو خواندیم.» (۳)

(۱) - محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ص ۱۹۰-۱۹۴.

(۲) - اسراء: ۱۰۶. در تفسیر این آیه در کتاب المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم چنین آمده است: «و قد فرقنا هذا القرآن، یعنی این قرآن را به صورت تدریجی در مدتی طولانی نازل کردیم تا آن را سر فرصت برای فهمیدن مردم بخوانی.»

(۳) - فرقان: ۳۲. کذلک یعنی ما قرآن را این چنین پراکنده نازل کرده‌ایم تا بدین وسیله دلت را از طریق انس با قرآن و حفظ آن، محکم داریم. رتلتناه: یعنی آن را جدا جدا کردیم یا آن را از زبان جبرئیل بتدریج و با درنگ و مهلت خواندیم. رک به: المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۵

## ۶- تدریج در تعدیل رفتار

رهایی از برخی عاداتهای قوی و زشت که مدت زمانی دراز آنها را انجام داده‌ایم طوری که به بخشی از رفتار ثابت و جا افتاده ما تبدیل شده‌اند، برای بسیاری از مردم کار ساده‌ای نیست، زیرا این کار به اراده‌ای قوی و تلاشی فراوان و تمرینی مداوم نیاز دارد و این امر از عهده بسیاری از مردم خارج است. از این رو، بهترین روشی که ما می‌توانیم برای رهایی از عادات زشت خود در پیش گیریم، اقدام و عمل به طریق «تدریج» است.

بهترین راه برای رهایی از هرگونه انفعالی، مثلاً انفعال ترس، این است که بتدریج به جای آن، انفعالی مخالف آن- مانند شادمانی یا محبت- را جایگزین کنیم تا سرانجام به رهایی کامل از انفعال ترس موفق شویم. برخی از آزمایشهای انجام شده توسط عده‌ای از روان‌شناسان معاصر ثابت کرده است که با این روش می‌توان کودک را از ترسیدن [از حیوانی مشخص]، رهایی بخشید و به جای ترس از حیوان مزبور محبت آن را به او آموزش داد. «۱»

با این روش می‌توانیم خود را از عادات زشت برهانیم، به این ترتیب که به جای عادات زشت، عادات مخالف آنها را قرار دهیم. برخی از روان‌شناسان معاصر در «روان‌درمانی» از همین روش پیروی می‌کنند.

پیش از اسلام در رفتار عربها یک سلسله عادات زشت ثابت شده‌ای وجود داشت که در نخستین مرحله دعوت اسلامی آسان نبود از مسلمانان خواسته شود از این عادات زشت، که زمانی دراز با آنها مأنوس بودند، دست بردارند. به همین دلیل اسلام برای درمان این گونه عادات از دو روش استفاده کرد. روش اول به تأخیر انداختن درمان آنها تا استقرار ایمان در قلبهایشان بود به طوری که بتوان از نیروی ایمان به عنوان انگیزه‌ای قوی کمک گرفت تا کار رهایی از عادات زشت تثبیت شده را آسان سازد و به جای آنها عادات نوینی بیاموزد. به همین دلیل اکثر آیات قرآن که در ابتدای دعوت اسلامی در مکه نازل شده‌اند، اساساً مربوط به فراخوانی مردم به سوی یگانه پرستی است. و پیامبر

(۱)- محمد عثمان نجاتی: همان مأخذ، ص ۱۳۷، ۱۳۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۶

اسلام صلی الله علیه و آله برای جایگزین کردن ایمان و تقوا در نفس کسانی که به دعوت او گرویده بودند، نسبت به تربیت روانی آنها احساس تعهد می‌کرد. این امر در آماده سازی روانی مسلمانان آن قدر مهم و ضروری بود که آنها پیوسته در حالت آمادگی کامل- برای تغییر دادن رفتار و عادات و افکار و سیستم زندگی خود- به سر می‌بردند. و نیز آماده پذیرش آیاتی شدند که بعدها درباره نهبی از آن عادات رایج، نازل می‌شد، عاداتی مانند شرب خمر و رباخواری که مسلمانان در ابتدای اسلام، به آسانی آماده ترک آنها نبودند، اما پس از آن که ایمان، عمیقاً به دل مسلمانان راه یافت، خود انگیزه‌ای قوی شد که از خداوند متعال و پیامبر صلی الله علیه و آله اطاعت کنند و داوطلبانه چیزهایی را که به انجام دادن آن امر شده بودند بپذیرند، اگر چه این امور باعث امتناع آنها از عادات گذشته‌ای می‌شد که قبلاً سالهای طولانی در رفتار آنها تثبیت شده بود. مثلاً وقتی آیه تحریم شرب خمر نازل شد همه مسلمانان از نوشیدن شراب سرباز زدند و شرابهای موجود را در خیابانهای مدینه روی زمین ریختند.

اما دومین روشی که قرآن برای درمان عادات قوی و زشت و جایگزین شده در مسلمانان به کار برد، آماده سازی تدریجی روانی آنها برای رهایی از این عادات بود و این کار از طریق ایجاد نوعی واکنش مخالف تدریجی در قبال عادتی که می‌بایست از آنها رها شوند، صورت می‌گرفت. قرآن در خصوص درمان «بیماری» شرابخواری از همین روش استفاده کرد، یعنی ابتدا بدون این که به تحریم کامل شراب پردازد به ایجاد نفرت و انزجار از آن پرداخت. آنگاه بتدریج مسلمانان را به سوی تحریم کامل سوق داد. نخستین آیه‌ای که درباره شراب نازل شد به این موضوع اشاره می‌کرد که زیانهای شراب از منافعش بیشتر است. این مسأله باعث شد که مسلمانان نسبت به شراب نوعی نفرت احساس کنند و تشویق شوند که آن را نیشامند به طوری که برخی از صحابه پس از

نزول این آیه عملاً شرب خمر را کنار گذاشتند، در حالی که مسلمانان بکلی آن را ترک نکرده بودند، خداوند می‌فرماید:

يَسْأَلُونَكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنَافِعُ لِلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا ...

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۷

«درباره شراب و قمار از تو سؤال می‌کنند، بگو در آنها گناه بزرگی است و منافعی (از نظر مادی) برای مردم دارند (ولی) گناه آنها از نفع آنها بیشتر است...» (۱)

پس از نزول آیه فوق، قرآن بتدریج، به صورت قاطع‌تر به ایجاد نفرت از شرب خمر پرداخت و مسلمانان را به پرهیز و نیشامیدن آن تشویق کرد. این کار وقتی صورت گرفت که برخی از صحابه در حالت مستی نماز می‌خواندند در نتیجه در قراءت قرآن (در نماز) دچار اشتباه می‌شدند. قرآن نیز خواندن نماز را در حال مستی بر آنان حرام کرد و به این ترتیب شراب در واقع در بیشتر اوقات روز تحریم شد.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَقْرَبُوا الصَّلَاةَ وَأَنْتُمْ سُكَارَى حَتَّى تَعْلَمُوا مَا تَقُولُونَ ...

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید در حالی که مست هستید به نماز نزدیک نشوید تا بدانید چه می‌گویید...» (۲)

اصولاً- پنج بار امتناع ورزیدن از شرب خمر در روز، که تقریباً اکثر ساعات روز را در برمی‌گیرد، نوعی تمرین و دل‌کندن از شرابخواری برای مسلمانان محسوب می‌شد، همین تمرین آنان را از نظر روانی آماده انتقال به مرحله بعدی یعنی امتناع کامل از شرابخواری کرد که این مرحله نیز با نزول آیه‌ای که شراب را به طور کامل و قطعی تحریم کرد، تکمیل شد.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ

(۱)- بقره: ۲۱۹.

(۲)- نساء: ۴۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۸

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید شراب و قمار و بتها و ازلام (که یک نوع بخت‌آزمایی بود) پلیدند و از عمل شیطانند، از آنها دوری کنید تا رستگار شوید شیطان می‌خواهد در میان شما به وسیله شراب و قمار عداوت ایجاد کند و شما را از ذکر خدا و از نماز بازدارد آیا (با این همه زیان و فساد و با این نهی اکید) خودداری خواهید کرد؟!» (۱) این روش تدریجی که برای تحریم شراب به کار رفت، کم‌کم علاقه مسلمانان را به شراب کاهش داد و نوعی واکنش مخالف، یعنی نفرت و ناخشنودی را جایگزین آن کرد و این کار تا رسیدن به هدف مطلوب بتدریج انجام گرفت. چون پس از این مقدمات همین که آیه تحریم شراب نازل شد، تمام مسلمانان مدینه شرابه‌های موجود در منازل خود را به خیابانهای مدینه ریختند و از شر آن رها شدند. حال اگر آیه تحریم شراب در مکه و در اثنای نخستین مراحل دعوت به اسلام نازل می‌شد، انتظار نمی‌رفت آن تأثیری را در مسلمانان برجای نهد که به هنگام نزول آیه در مدینه- یعنی وقتی که ایمان در دلهاشان قویا مستقر شده بود- برجای گذاشت. زیرا تحریم تدریجی خمر قبلاً آنها را از نظر روانی آماده کرده بود که به مجرد نزول آیه تحریم از شرابخواری دل‌بکنند. از عایشه روایت شده است که گفت: «اولین سوره‌ای که نازل شد سوره‌ای از سوره‌های کوتاه بود که در آن ذکر بهشت و جهنم آمده است و این روند همچنان ادامه داشت تا وقتی که مردم به اسلام تمایل پیدا کردند، آن وقت اوامر حلال و حرام نازل شد. اگر در آغاز اسلام چیزی مثل لا تشرَبوا الخمر «شراب ننوشید» نازل می‌شد، می‌گفتند: ما هرگز شراب را رها نخواهیم کرد. و یا اگر حکم تحریم زنا «لا تزنوا» نازل می‌شد، می‌گفتند: ما زنا را ابدا رها نمی‌کنیم.» (۲)



همچنین قرآن در خصوص تحریم ربا که در میان اعراب جاهلی رواج داشت از همین روش پیروی کرد و به تحریم تدریجی آن پرداخت. در مسأله تحریم ربا، می‌توان به چهار

(۱) - مائده: ۹۰، ۹۱.

(۲) - فتح الباری بشرح صحیح البخاری، ج ۱۹، ص ۴۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۶۹

مرحله اشاره کرد. «۱»

در مرحله اول خداوند متعال در آیه زیر از رباخواری اظهار عدم رضایت می‌کند:

وَمَا آتَيْتُم مِّن رَّبًّا لِّيُرَبُّوا فِي أَمْوَالِ النَّاسِ فَلَا يَزُبُّوا عِنْدَ اللَّهِ ...

«آنچه را به عنوان ربا می‌پردازید تا در اموال مردم فزونی یابد، نزد خدا فزونی نخواهد یافت.» «۲»

در مرحله دوم آیه‌ای نازل شد که در آن یهودیان به سبب رباخواری تهدید شده بودند، و این خود نوعی اشاره به تحریم ربا می‌باشد گرچه تصریحی به تحریم آن ندارد:

فَبَطَلُمْ مِّنَ الَّذِينَ هَادُوا حَرَّمْنَا عَلَيْهِمْ طَيِّبَاتٍ أُحِلَّت لَّهُمْ وَبَصَدْنَاهُمْ عَنِ سَبِيلِ اللَّهِ كَثِيرًا وَأَخَذْنَاهُمُ الرِّبَا وَقَدْ نُهُوا عَنْهُ وَأَكَلْهُمْ أَمْوَالِ النَّاسِ بِالْبَاطِلِ وَأَعْتَدْنَا لِلْكَافِرِينَ مِنْهُمْ عَذَابًا أَلِيمًا «به خاطر ظلمی که از یهود صادر شد و (نیز) به خاطر جلوگیری کردن بسیار از راه خدا قسمتی از چیزهای پاکیزه را که بر آنها حلال بود تحریم کردیم و (همچنین) به خاطر رباخواری در حالی که از آن نهی شده بودند و خوردن اموال مردم به باطل و برای کافران آنها، عذاب دردناکی آماده کرده‌ایم.» «۳»

در مرحله سوم خداوند متعال آن ربای فاحش با سودهای چند برابر را که در میان اعراب جاهلی مرسوم بود، حرام کرد. می‌فرماید:

(۱) - مصطفی‌الرافعی: الاسلام و مشکلات العصر، بیروت: دار الکتب اللبنانی، ۱۹۷۲، ص ۲۰۰، ۲۰۱.

(۲) - روم: ۳۹.

(۳) - نساء: ۱۶۰، ۱۶۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۰

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا الرِّبَا أَضْعَافًا مُّضَاعَفَةً وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید ربا (و سود پول) را چند برابر نخورید، از خدا بپرهیزید تا رستگار شوید.» «۱»

و در مرحله چهارم، خداوند متعال در آیه‌های زیر ربا را قاطعانه تحریم کرد:

الَّذِينَ يَأْكُلُونَ الرِّبَا لَا يَقُومُونَ إِلَّا كَمَا يَقُومُ الَّذِي يَتَخَبَّطُهُ الشَّيْطَانُ مِنَ الْمَسِّ ذَلِكِ بَأْتَنَّهُمْ قَالُوا إِنَّمَا الْبَيْعُ مِثْلَ الرِّبَا وَأَحَلَّ اللَّهُ الْبَيْعَ وَحَرَّمَ الرِّبَا فَمَنْ جَاءَهُ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّهِ فَانْتَهَى فَلَهُ مَا سَلَفَ وَأَمْرُهُ إِلَى اللَّهِ وَمَنْ عَادَ فَأُولَئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ يَمْحَقُ اللَّهُ الرِّبَا وَيُزِيلُ الصَّدَقَاتِ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ كَفَّارٍ أَثِيمٍ «کسانی که ربا می‌خورند بر نمی‌خیزند مگر مانند کسی که بر اثر تماس شیطان، دیوانه شده و نمی‌تواند تعادل خود را حفظ کند (گاهی زمین می‌خورد گاهی بپا می‌خیزد) این به خاطر آن است که گفتند بیع هم مانند ربا است (و تفاوتی میان آن دو نیست) در حالی که خدا بیع را حلال کرده و ربا را حرام (زیرا فرق میان این دو بسیار است) و اگر کسی اندرز الهی به او برسد و (از رباخواری) خودداری کند سودهایی که در سابق (قبل از نزول حکم تحریم) به دست آورده مال او است (و این حکم، گذشته را شامل نمی‌شود) و کار او به خدا واگذار می‌شود (و گذشته او را خواهد بخشید) اما کسانی که بازگردند (و مجدداً مرتکب این گناه بشوند) اهل آتش خواهند بود و همیشه در آن می‌مانند خداوند ربا را نابود می‌کند و صدقات

را افزایش می‌دهد، و خداوند هیچ انسان ناسپاس گنهکار را دوست نمی‌دارد.» (۲)

(۱) - آل عمران: ۱۳۰.

(۲) - بقره: ۲۷۵، ۲۷۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۱

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَذَرُوا مَا بَقِيَ مِنَ الرِّبَا إِن كُنتُمْ مُؤْمِنِينَ فَإِن لَّمْ تَفْعَلُوا فَأْذَنُوا بِحَرْبٍ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَإِن تُبْتُمْ فَلَكُمْ رُؤُوسُ أَمْوَالِكُمْ لَا تَظْلُمُونَ وَلَا تُظْلَمُونَ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید از خدا بپرهیزید و آنچه از (مطالبات) ربا باقی مانده رها کنید؛ اگر ایمان دارید اگر (چنین) نمی‌کنید بدانید با جنگ با خدا و رسول او روبرو خواهید بود و اگر توبه کنید سرمایه‌های شما از آن شماست (اصل سرمایه بدون سود)، نه ستم می‌کنید و نه بر شما ستم وارد می‌شود.» (۱)

نخستین آیه‌ای که درباره ربا نازل شد، یعنی همان آیه‌ای که اشاره به عدم رضایت خداوند متعال از رباخواری دارد، مکی است. اما آیات دیگری که بعداً نازل شدند بخصوص آیاتی که قاطعانه ربا را تحریم کردند مدنی هستند. از این جا روشن می‌شود که تحریم قاطع ربا نیز پس از جایگزینی و استقرار ایمان در دل‌های مسلمانان، صورت گرفته است.

روشی که قرآن برای درمان «بیماری» شرابخواری و رباخواری در پیش گرفت همان روش ایجاد تدریجی واکنش نفرت‌آمیز و ناخوشایند نسبت به شراب و ربا در مسلمانان بود و این نفرت باید آن قدر نیرومند می‌شد که می‌توانست بر علاقه و تمایل مسلمانان نسبت به شراب و ربا غلبه یابد. به این ترتیب قرآن توانست این دو عادت قوی تثبیت شده در رفتار عربها را با موفقیت درمان کند و با روشی حساب شده و در کمال دقت و حکمت نابودشان سازد.

برخی از روان‌درمانگران به کمک تحقیقات اسکینر B.F. Skinner، جدیداً به روشی در روان-درمانی دست یافتند که تا حد زیادی شبیه همان روشی است که قرآن در مسأله تحریم شراب و ربا به کار برده است. این روش در اصطلاح روان-درمانی به نام «تشکیل» معروف است.

یکی از نمونه‌های تعدیل رفتار از طریق «تشکیل»، حالت یک بیمار روانی بود که در

(۱) - بقره: ۲۷۸، ۲۷۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۲

یکی از تیمارستانها تحت درمان قرار داشت. او از رفتن به یک اتاق خاص که برای انجام برخی از آزمایشها روی بیماران آماده شده بود و در طبقه همکف تیمارستان قرار داشت، امتناع می‌ورزید. روش به کار گرفته شده با این بیمار برای تشویقش به ورود به اتاق مزبور چنین بود که برای انجام کارهایی که او را به تدریج به هدف مطلوب نهایی (ورود به اتاق) نزدیک می‌کردند، پاداش دریافت می‌نمود. مثلاً وقتی بیمار برای اولین بار سرش را به طرف دری که به پلکان منتهی به طبقه همکف باز می‌شد، برگرداند، پزشک معالج به سرعت یک قطعه شیرینی مورد علاقه بیمار را به وی پاداش داد. این کار سبب شد، بیمار با شتاب نگاه کردن به آن «در» را تکرار کند و برای هر نگاه نیز یک عدد شیرینی پاداش بگیرد. پس از تکرار چندین باره این کار، بیمار چند گامی برداشت و در مقابل «در» ایستاد. در پایان این مرحله از تمرین، پزشک معالج پاداش را قطع کرد مگر این که بیمار یک گام به طرف در برمی‌داشت. این مرحله نیز پس از دریافت چند پاداش توسط بیمار پایان یافت و مرحله بعدی یعنی گام برداشتن بیمار به طرف پلکان منتهی به طبقه همکف به همان ترتیب یعنی با دادن پاداش شروع شد و درمان چندین روز به همین شکل ادامه یافت تا وقتی که بیمار خود از پله‌ها پایین آمد و وارد اتاق مخصوص آزمایش شد. (۱)

همچنین اگر بخواهیم به کودکی نوعی واکنش مشکل را یاد بدهیم، می‌توانیم از طریق ایجاد و تشکیل تدریجی واکنش مزبور در کودک، به این کار موفق شویم مثلاً- نسبت به کودکی که قبلاً نظافت و حمام رفتن در وقت مناسب را نیاموخته و سنش نیز از آن حدی که اکثر کودکان این گونه مسائل را در آن سن یاد می‌گیرند، گذشته است، این چنین عمل می‌کنیم که در مرحله اول همین که او نسبت به حمام رفتن واکنش مثبت نشان داد، او را با دادن پاداش [شیرینی] تشویق می‌کنیم. پس از طی این مرحله، مرحله دوم درمان را آغاز می‌کنیم، یعنی از او می‌خواهیم که به هنگام نیاز، کودک، خود به طور غیر ارادی به حمام برود و وقتی این کار را کرد پاداش بیشتری [شیرینی بزرگتری] به او می‌دهیم و تقدیر زیادتری از او به عمل می‌آوریم تا این که خود کودک پیش از رفتن غیر ارادی به حمام، به

(۱) - سارنرف ا. مونیک، هواردر. ژولای، و الیزابت ف. لوفاتز: التعلیم [یادگیری]، ترجمه محمد عماد الدین اسماعیل، ویرایش محمد عثمان نجاتی. بیروت: دار الشروق، ۱۹۸۱، ص ۲۱، ۲۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۳

والدین بگوید که نیاز به استحمام دارد و می‌خواهد به حمام برود. «۱»

این روش در روان-درمانی اساساً بر ایجاد تدریجی واکنشی تکیه دارد که منظور اصلی، یادگیری آن از طریق یادگیری تدریجی انواعی از واکنشهای متوسط می‌باشد، واکنشهای متوسطی که بتدریج به سوی ایجاد واکنش مطلوب پیش می‌رود. این نوع درمان، شبیه همان روشی است که قرآن قبلاً برای درمان بیماری شرابخواری و رباخواری در پیش گرفته بود.

«ژوزف ولپه Joseph Wolpe نیز برای درمان حالت ترسی که مربوط به اشیای معینی می‌باشد، روش «تدریج» را به کار برده است. این نوع درمان، از طریق ایجاد واکنش مخالف ترس، صورت می‌گیرد، مانند «آرام سازی» در برابر یک سلسله تدریجی از اشیایی که شبیه همان شیء اصلی برانگیزنده ترس هستند. ولی این ترتیب باید در یک سیستم تدریجی از کوچکترین چیز ترس برانگیز، تا بزرگترین آن شروع شود، به طوری که آن شیء اصلی ترسناک که درمان حالت ترس فرد از آن شیء مورد نظر می‌باشد، باید آخرین حلقه این زنجیره را تشکیل دهد. در این روش، درمان به این ترتیب شروع می‌شود، که به مریض تعلیم می‌دهند، آن شیء ترس برانگیز موجود در نخستین حلقه این زنجیره را با اعصابی آرام و در حالت آرامش کامل در ذهن خود مجسم کند تا ترس مربوط به آن از بین برود. سپس درمان به مرحله دوم منتقل می‌شود. در این مرحله باز به بیمار گفته می‌شود که شیء دوم موجود در سلسله مزبور را که بیشتر از اولی ترس برانگیز است، در حالت آرامش و استراحت کامل تخیل کند. در این مرحله نیز درمان تا از بین رفتن ترس مربوط به آن شیء ادامه می‌یابد. به این ترتیب درمان با رهایی تدریجی از ترسی که مربوط به این سلسله تدریجی از اشیای ترس برانگیز است. ادامه می‌یابد تا وقتی که سرانجام به رهایی از آن ترسی بینجامد که مربوط به همان چیزی بود که در رأس این زنجیره قرار داشت یعنی همان چیزی که اساساً درمان به خاطر رهایی از آن آغاز

(۱) - گولیان روتر: علم النفس الإ-کلینیکی (روانشناسی بالینی)، ترجمه عطیه محمود هنا، ویرایش محمد عثمان نجاتی، چاپ دوم، بیروت: دار الشروق، ۱۹۸۴، ص ۱۵۹، ۱۶۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۴

شده بود. «۱»

استفاده از روش تدریج یا گام به گام را در یاد دادن واکنشهای سخت یا در روان-درمانی با هدف رهانیدن انسان از برخی عاداتها یا انفعالات ناخوشایند که روان‌شناسان معاصر اخیراً به آن رسیده‌اند، قرآن از چهارده قرن پیش در خصوص درمان بیماری

شرابخواری و رباخواری به کار برده است.

(۱) - ریچارد. م. شواین: علم الامراض النفسیة و العقلیة، ترجمه احمد عبد العزیز سلامه، قاهره، دار النهضة العربیة، ۱۹۷۹، ص ۸۴۶-۸۵۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۵

## فصل ششم علم لدنی در قرآن

### الف- الهام و رؤیا

توانایی عقل انسان در شناخت حقایق و کسب علوم محدود است. زیرا انسان نمی‌تواند به همه حقایق هستی احاطه داشته باشد، چنان که با کوشش فردی نیز از رسیدن به شناخت حقایق غیبی عاجز است.

... وَ مَا أُوتِیْتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِیْلًا «... و جز اندکی از دانش به شما داده نشده است.» (۱)

عقل انسان علاوه بر محدودیت، در معرض خطاهای تفکر که ما در فصل چهارم یعنی فصل مربوط به «تفکر در قرآن» به آنها اشاره کردیم، و نیز در معرض غفلت و فراموشی قرار دارد. به همین دلیل، انسان همواره به هدایت و راهنمایی خداوند چه از طریق پیامبران و فرستادگان الهی و چه از طریق الهام و رؤیا برای رسیدن به خیر و مصلحت خویش، نیازمند است. اصولاً وظیفه پیامبرانی که خداوند در طول قرون مختلف تاریخ مبعوث کرده است، تنها هدایت مردم و تعلیم شعائر دینی و خیر و مصلحت نوع بشر بوده است.

(۱) - اسراء: ۸۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۶

كَانَ النَّاسُ أُمَّةً وَاحِدَةً فَبَعَثَ اللَّهُ النَّبِیِّنَ مُبَشِّرِیْنَ وَ مُنذِرِیْنَ وَ أَنْزَلَ مَعَهُمُ الْكِتَابَ بِالْحَقِّ لِيُحْكَمَ بَيْنَ النَّاسِ فِيمَا اخْتَلَفُوا فِيهِ ...

«مردم (در آغاز) یک دسته بیشتر نبودند، سپس در میان آنها اختلاف (و تضادهایی) به وجود آمد، خداوند پیامبران را برانگیخت تا مردم را بشارت دهند و انداز کنند و کتاب آسمانی که به سوی حق دعوت می‌کرد بر آنها نازل نمود، تا در میان مردم در آنچه اختلاف داشتند حکومت کند...» (۱)

وَ لَقَدْ بَعَثْنَا فِي كُلِّ أُمَّةٍ رَسُوْلًا أَنْ اَعْبُدُوا اللَّهَ وَ اجْتَنِبُوا الطَّاغُوْتَ ...

«ما در هر امتی رسولی فرستادیم که خدای یکتا را پرستید و از طاغوت اجتناب کنید...» (۲)

لَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلَنَا بِالْبَيِّنَاتِ وَ أَنْزَلْنَا مَعَهُمُ الْكِتَابَ وَ الْمِيزَانَ لِيُقَومَ النَّاسُ بِالْقِسْطِ ...

«همانا ما پیامبران خود را با ادله و معجزات فرستادیم و با ایشان کتاب و میزان عدل نازل کردیم تا مردم به راستی و عدالت گریند...» (۳)

علم لدنی (۴) که از طریق الهام و رؤیا حاصل می‌شود، تنها مخصوص پیامبران نیست،

(۱) - بقره: ۲۱۳.

(۲) - نحل: ۳۶.

(۳) - حدید: ۲۵.

(۴) - علم لدنی، همان علم ربانی است که از طریق الهام به کسی که شایستگی آن را وادارد، و اصل می‌شود (رک به: المعجم الوسیط).

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۷

بلکه بجز آنان افراد دیگری که دارای شرایطی ویژه، [صلاحیت و تقوا و صفای دل و شفافیت روح] باشند، ممکن است آن را تحصیل کنند.

الهام، نوعی علم و آگاهی است که خداوند به انسان افاضه می‌فرماید و در دلش می‌افکند، در نتیجه برخی از اسرار بر او آشکار و برخی از حقایق برایش روشن می‌شوند. در قرآن آیات فراوانی وجود دارد که به علم لدنی که خداوند به پیامبران و فرستادگانش افاضه فرموده است، اشاره می‌کند. یک نمونه از این موارد ماجرای قضاوت و داوری داود و سلیمان علیهما السلام است که قرآن در سوره انبیاء نقل می‌کند:

«آنها به داوری میان دو مردی پرداختند که یکی از آنان مزرعه‌دار بود و شکایت به نزد داود آورد که گوسفندان مرد دیگر، در مزرعه‌اش چریده و آن را فاسد و تباه کرده‌اند.

داود علیه السلام حکم داد که گوسفندان می‌بایست به تملک مزرعه‌دار درآید، اما خداوند به سلیمان علیه السلام الهام کرد که مزرعه‌دار می‌بایست تنها از شیر و بَرّه و پشم گوسفندان استفاده کند تا وقتی که صاحب گوسفندان، مزرعه خراب شده را اصلاح کند و به حالت سابق برگرداند و تنها در این صورت گوسفندانش به او برگردانده خواهد شد. داود علیه السلام نیز وقتی برتری و رجحان قضاوت سلیمان را مشاهده کرد، آن را پذیرفت. خداوند متعال در این باره چنین می‌فرماید:

و داوود و سلیمان إذ یحکمان فی الحؤث إذ نفثت فیہ غنم القوم و کنا لِحکمہم شہدین ففہمناہا سلیمان و کلا آتینا حکماً و علماً ... «و داود و سلیمان را (به خاطر آور)، هنگامی که درباره کشتزاری که گوسفندان قوم آن را شبانه چریده (و خراب کرده) بودند، داوری می‌کردند و ما شاهد قضاوت آنها بودیم ما (حکم واقعی) آن را به سلیمان تفهیم کردیم و به هر یک از آنها (شایستگی) داوری و علم دادیم ...» (۱)

(۱) - انبیاء: ۷۸، ۷۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۸

و نیز نمونه دیگر الهام در قرآن، مسأله تعلیم زره‌سازی به داود علیه السلام از سوی خداوند متعال است که قرآن آن را ذکر کرده است. [ضمناً قابل ذکر است که داود علیه السلام نخستین زره‌ساز دنیا بود].

وَعَلَّمْنَاهُ صِنْعَهُ لِيُوسِّعَ لَكُمْ لِيُخَصِّصَ نَكْمًا مِنْ بَاسِكُمْ فَهَلْ أَنْتُمْ شَاكِرُونَ «و ساختن زره را به او تعلیم دادیم تا شما را در جنگ‌هایتان حفظ کند آیا شکر (این نعمتهای خدا را) می‌گذارید؟» (۱) در مورد داود علیه السلام همچنین می‌فرماید:

... وَآتَاهُ اللَّهُ الْمُلْكَ وَالْحِكْمَةَ وَعَلَّمَهُ مِمَّا يَشَاءُ ...

«... و خداوند حکومت و دانش را به او (داود) بخشید و از آنچه می‌خواست به او تعلیم داد ...» (۲)

خداوند همچنین از طریق الهام به یوسف علیه السلام علم تعبیر خواب را یاد داد.

وَكَذَلِكَ يَجْتَبِيكَ رُبُّكَ وَيُعَلِّمُكَ مِنْ تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ ...

«و این گونه پروردگارت تو را برمی‌گزیند و از تعبیر خوابها به تو می‌آموزد ...» (۳)

... وَكَذَلِكَ مَكَّنَّا لِيُوسُفَ فِي الْأَرْضِ وَلِنُعَلِّمَهُ مِنْ تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ وَاللَّهُ غَالِبٌ عَلَى أَمْرِهِ

(۱) - انبیاء: ۸۰.

(۲) - بقره: ۲۵۱.

(۳) - یوسف: ۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۷۹

و لَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ وَ لَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ آتَيْنَاهُ حُكْمًا وَ عِلْمًا وَ كَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ «... و این چنین یوسف را در آن سرزمین متمکن ساختیم (ما این کار را کردیم) تا تعبیر خواب را بیاموزد و خداوند بر کار خود پیروز است ولی اکثر مردم نمی‌دانند و هنگامی که به مرحله بلوغ و قوت رسید ما «حکم» و «علم» به او دادیم» و این چنین نیکوکاران را پاداش می‌دهیم.» (۱)

و وقتی یوسف علیه السلام از برادرانش خواست که پیراهنش را ببرند و بر چهره پدر بیندازند تا دوباره بینا شود، در واقع قبلاً از طریق الهام الهی دریافته بود که همزمان با انداختن پیراهن بر چهره پدر، او بینایی خود را باز خواهد یافت.

اذْهَبُوا بِقَمِيصِي هَذَا فَأَلْقُوهُ عَلَى وَجْهِ أَبِي يَأْتِ بَصِيرًا ...

«این پیراهن مرا ببرید و به صورت پدرم بیندازید، بینا می‌شود...» (۲)

و نیز یعقوب علیه السلام از طریق الهام الهی درباره یوسف چیزهایی می‌دانست که فرزندانش از آنها آگاهی نداشتند.

قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَثِّي وَ حُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَ أَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ «گفت من غم و اندوهم را تنها به خدا می‌گویم (و شکایت نزد او می‌برم) و از خدا چیزهایی می‌دانم که شما نمی‌دانید.» (۳)

(۱) - یوسف: ۲۱، ۲۲.

(۲) - یوسف: ۹۳.

(۳) - یوسف: ۸۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۰

فَلَمَّا أَنْ جَاءَ الْبَشِيرُ أَلْفَاهُ عَلَى وَجْهِهِ فَارْتَدَّ بَصِيرًا قَالَ أَلَمْ أَقُلْ لَكُمْ إِنِّي أَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ «اما هنگامی که بشارت دهنده آمد، آن (پیراهن) را به صورت او افکند، ناگهان بینا شد، گفت آیا به شما نگفتم من از خدا چیزهایی سراغ دارم که شما نمی‌دانید.» (۱)

و باز درباره یعقوب علیه السلام می‌فرماید:

... وَ إِنَّهُ، لَدُو عِلْمٍ لِمَا عَلَّمْنَاهُ ...

«... و او از برکت تعلیمی که ما به او داده‌ایم علم فراوانی دارد...» (۲)

در قرآن آیات بسیاری وجود دارد که به مسأله الهام علم و حکمت توسط خداوند متعال به پیامبران و فرستادگان الهی اشاره می‌کند.

یکی از نمونه‌های بارز مطرح شدن علم لدنی در قرآن همان چیزی است که در سوره کهف درباره «عبد صالح» یعنی همان فردی که موسی علیه السلام از او تقاضا کرد که به منظور یادگیری همراهش باشد، آمده است.

فَوَجَدَا عَبْدًا مِنْ عِبَادِنَا آتَيْنَاهُ رَحْمَةً مِنْ عِنْدِنَا وَ عَلَّمْنَاهُ مِنْ لَدُنَّا عِلْمًا قَالَ لَهُ، مُوسَى هَلْ أَتَّبِعُكَ عَلَى أَنْ تُعَلِّمَنِي مِمَّا عَلَّمْتَ رُشْدًا «(در آن جا) بنده‌ای از بندگان ما را یافتند که او را مشمول رحمت خود ساخته و از سوی خود علم فراوانی به او تعلیم داده بودیم. موسی به او گفت آیا من از تو

(۱) - یوسف: ۹۶.

(۲) - یوسف: ۶۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۱

پیروی کنم تا از آنچه به تو تعلیم داده شده است و مایه رشد و صلاح می‌باشد به من بیاموزی.» (۱)

با این که موسی علیه السّلام پیامبر و فرستاده خدا بود، علم لدنی را که خداوند، ویژه آن «عبد صالح» قرار داده بود نمی‌دانست، علمی که به واسطه آن اسرار پنهانی که حتی پیامبر خدا، [موسی علیه السّلام] نیز از آنها آگاهی نداشت، بر «عبد صالح» آشکار بود. مثلاً آن عبد صالح (حضرت خضر علیه السّلام) به اذن خدا می‌دانست پادشاهی وجود دارد که کشتیهای سالم را به زور تصاحب می‌کند. او به همین دلیل یک کشتی را که صاحبانش چند تن از فقرا و بینوایان بودند سوراخ کرد تا آن را از کار بیندازد و در نتیجه از غضب شدن کشتی توسط شاه ستمکار جلوگیری کند. و نیز می‌دانست بچه‌ای که به دست او کشته شده [اگر زنده می‌ماند، در آینده] به والدین صالح خود ستم می‌کرد و خواست خدا این بود که به جای او فرزندی بهتر به آنها عطا کند. او همچنین می‌دانست که زیر دیواری که بزودی فرو خواهد ریخت گنجی متعلق به دو کودک یتیم آن شهر که پدری صالح داشتند، نهفته است. لذا به منظور حفظ گنج برای آن دو کودک، دیوار مزبور را تعمیر و دوباره برپا کرد تا کودکان بزرگ شوند و گنج خود را از زیر دیوار بیرون آورند. «عبد صالح» بعداً به موسی گفت: آنچه را که او انجام داده است نه از پیش خود، بلکه به دستور خداوند متعال بوده است.

... وَ مَا فَعَلْتُهُ، عَنْ أَمْرِي ...

«... من از پیش خود این کارها را نکردم...» (۲)

در قرآن آیات زیادی آمده است که نشان می‌دهد وحی یا الهام الهی ممکن است

(۱) - کهف: ۶۵، ۶۶.

(۲) - کهف: ۸۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۲

برای غیر انبیا و فرستادگان خداوند نیز پیش آید. مثلاً برای مادر موسی علیه السّلام این حالت پیش آمد.

إِذْ أَوْحَيْنَا إِلَىٰ أُمِّكَ مَا يُوحَىٰ أَنْ اقْدِفِي فِي التَّابُوتِ فَاقْدِفِي فِي الْيَمِّ ...

«آن هنگام که (برای حفظ جان تو از بلای فرعونیان) به مادرت وحی کردیم که کودک خود را در صندوقی گذار و به دریا افکن

...» (۱)

وَ أَوْحَيْنَا إِلَىٰ أُمِّ مُوسَىٰ أَنْ أَرْضِعِيهِ فَإِذَا خَفْتِ عَلَيْهِ فَأَلْقِيهِ فِي الْيَمِّ وَلَا تَخَافِي وَلَا تَحْزَنِي إِنَّا رَادُّوهُ إِلَيْكَ وَ جَاعِلُوهُ مِنَ الْمُرْسَلِينَ «و به مادر موسی وحی کردیم که طفلت را شیر ده و چون از آسیب فرعونیان بر او ترسان شوی به دریا افکن و دیگر بر او هرگز مترس و

محزون مباش که ما او را به تو باز آوریم و هم از پیغمبران مرسلش گردانیم.» (۲)

و نیز خداوند متعال به حواریون الهام کرد که به عیسی علیه السّلام ایمان بیاورند.

وَ إِذْ أَوْحَيْتُ إِلَىٰ الْحَوَارِيِّينَ أَنْ آمِنُوا بِي وَ بِرَسُولِي قَالُوا آمَنَّا وَ أَشْهَدُ بِأَنَّا مُسْلِمُونَ «و یاد کن هنگامی که به حواریین وحی کردیم که

به من و رسول من ایمان آرید، گفتند: ایمان آوردیم، خدایا گواه باش که ما تسلیم امر تو هستیم.» (۳)

قرآن همچنین، به این موضوع اشاره می‌کند که ایمان و تقوا و اخلاص در پرستش خداوند و دارا بودن چیزهایی که مایه صفای دل

و شفافیت روح هستند، انسان را آماده



(۱) - طه: ۳۸، ۳۹.

(۲) - قصص: ۷.

(۳) - مائده: ۱۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۳

دریافت یک سری وحی‌ها و الهامات از سوی خداوند می‌کند تا او را به راه حق و خیر و فضیلت و هدایت، ارشاد و راهنمایی کند. وَالَّذِينَ اهْتَدَوْا زَادَهُمْ هُدًى وَآتَاهُمْ تَقْوَاهُمْ «و آنان که (به گفتارت) هدایت یافتند (لطف) خدا بر هدایت و ایمانشان بیفزود و پاداش تقوای آنها عطا فرمود.» (۱)

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ «و آنان که در راه ما به جان و مال جهد و کوشش کردند محققا آنها را به راه (معرفت و لطف) خویش هدایت می‌کنیم و خدا همیشه با نیکوکاران است.» (۲) ... وَ اتَّقُوا اللَّهَ وَ يُعَلِّمَكُمُ اللَّهُ ...

«... و از خدا بترسید (نافرمانی حکم او نکنید) خداوند به شما تعلیم مصالح امور کند ...» (۳)

گاهی توسط فرشتگان نیز به برخی از مردم الهام می‌شود. این نوع الهام همان است که صوفیان آن را «خواطر ملکوتی» می‌نامند. در حدیث آمده است که: «دو نوع ارتباط در دل وجود دارد، یکی ارتباط با فرشته که امر به خیر و تصدیق حق می‌کند و کسی که این حالت در او پیدا شود بداند که از جانب خداست و خدا را سپاس گوید، و دیگری ارتباط با دشمن (شیطان) که امر به شرّ و تکذیب حق و نهی از معروف می‌کند و کسی که این حالت در او پیدا شود، از شرّ شیطان رجیم به خدا پناه ببرد.» (۴)

(۱) - محمد: ۱۷.

(۲) - عنکبوت: ۶۹.

(۳) - بقره: ۲۸۲.

(۴) - به نقل از، سعید حوی، تربیتنا الروحیة، ص ۱۵۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۴

روان‌شناسان معاصر درباره موضوع «الهام الهی» به تحقیق و بررسی نمی‌پردازند اما وقتی مسأله «تفکر خلاق» را مورد بررسی قرار می‌دهند بر پیدایش اندیشه‌های نویی که ظاهرا به طور ناگهانی در جریان تفکر درباره برخی از مشکلات علمی برای پاره‌ای از دانشمندان پیش می‌آید، اصطلاح «الهام» یا «شهود» را اطلاق می‌کنند. آنها این نوع الهام را منبعث از عقل و اندیشه شخص اندیشمند، و نه افزه شده از یک منبع خارجی می‌دانند. مثلا انسان وقتی برای مدتی طولانی درباره یک مشکل می‌اندیشد، و موفق نمی‌شود راه حلی برایش پیدا کند، معمولا- برای مدتی آن را رها می‌کند و ذهنش را در آن مدت استراحت می‌دهد، اما پس از استراحت فکری، دوباره به اندیشیدن درباره آن می‌پردازد. روان‌شناسان می‌گویند در همین فاصله استراحت که خود آن را دوره حضانت فکری می‌نامند، تغییرات مهمی در کار تفکر رخ می‌دهد. چون اولاً اندیشه از برخی از ناخالصیها که مانع رسیدن به راه‌حل مطلوب بودند، رها می‌شود. ثانيا ذهن در فاصله استراحت از خستگی زیادی که نتیجه تداوم تفکر درباره مشکل می‌باشد، راحت می‌شود و سپس هنگامی که بعد از استراحت دوباره به مشکل مزبور بیندیشد دارای شادابی و آمادگی و صفای بیشتری خواهد شد. ثالثا نوعی سازماندهی و نظم در اطلاعات انسان پیرامون مشکل مزبور ایجاد می‌شود که باعث روشن شدن برخی از روابطی که قبلا آشکار نبودند و همچنین موجب پیدایش افکاری تازه و در نتیجه راهیابی به حل مشکل می‌شود. حتی برخی از روان‌شناسان

معتقدند که نوعی تفکر ناخودآگاه نسبت به مشکل به وجود می‌آید و ظاهراً پاره‌ای از تلاش‌های مغزی نیز به نحوی ادامه می‌یابد. (۱)

در واقع میان تبیین علمی الهام که روان‌شناسان معاصر در جریان تبیین و تفسیر «تفکر خلاق» آن را ارائه می‌کنند و تبیین دینی آن، تضادی وجود ندارد. روان‌شناسان معاصر در مسأله تبیین الهام، تنها در محدوده عملیات فیزیولوژیک انجام شده در مغز و عملیات روان‌شناختی همراه آن، متوقف می‌شوند. اما یک فرد متدین، گرچه نظر روان‌شناسان را درباره عملیات فیزیولوژیک مغز و روان‌شناختی همراه آن، قبول دارد ولی از سطح این

(۱) - محمد عثمان نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ص ۳۲۸ - ۳۳۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۵

تفسیر فراتر می‌رود و معتقد است که گاهی خواست خداوند متعال که صاحب و مدبّر تمام چیزها در عالم هستی است، اقتضا می‌کند که عملیات تفکر را در برخی از مردم طوری تنظیم کند که آنها را به کشف و شناسایی پاره‌ای از حقایق که خداوند می‌خواهد به آنها الهام کند، راهنمایی نماید. در نتیجه به نظر می‌رسد که حقایق مزبور به طور ناگهانی به صورت «شهود» به ذهنشان راه می‌یابد. گاهی خواست خدا اقتضا می‌کند که در غیر اوقات «تفکر خلاق» برای برخی از افراد، حالت الهام پیش آید؛ به این ترتیب که هر وقت خداوند اراده کند به انبیا و فرستادگان و دیگر بندگان خود الهام می‌کند.

روان‌شناسان پیشین مسلمان، الهام را طوری تفسیر کرده‌اند که به مفهوم دینی آن با آنچه در قرآن آمده است هماهنگی دارد. مثلاً ابن سینا، الهام را که برای برخی از مردم در بیداری یا در خواب به صورت رؤیا، رخ می‌دهد، ناشی از ارتباط نفس با ملکوت یا ملاّ اعلی می‌داند. (۱)

همانطور که گاهی خواست خداوند سبحان اقتضاء می‌کند که تفکر برخی از مردم را از طریق الهام و وحی به سمت حق هدایت کند، همچنین همین مشیت الهی گاهی چنین ایجاب می‌کند که تفکر برخی دیگر از مردم را به دلیل استکبار و لجاجت و غفلتشان، از حق دور نگه دارد.

سَأَصْرِفُ عَنْ آيَاتِيَ الَّذِينَ يَتَكَبَّرُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَإِنْ يَرَوْا كُلَّ آيَةٍ لَا يُؤْمِنُوا بِهَا وَإِنْ يَرَوْا سَبِيلَ الرُّشْدِ لَا يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا وَإِنْ يَرَوْا سَبِيلَ الْعِزِّ يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا وَكَانُوا عَنْهَا غَافِلِينَ «به زودی کسانی را که در روی زمین به ناحق تکبر می‌ورزند از ایمان به آیات خود منصرف می‌سازیم (بطوری که) اگر هر آیه و نشانه‌ای را ببینند به آن ایمان نمی‌آورند و اگر راه هدایت را ببینند راه خود را انتخاب نمی‌کنند و اگر طریق

(۱) - محمد عثمان نجاتی: الادراک الحسی عند ابن سینا، بحثی پیرامون روان‌شناسی از دیدگاه عرب، چاپ سوم، بیروت: دار الشروق، ۱۶۸۰، ص ۲۱۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۶

گمراهی را ببینند راه خود را انتخاب می‌کنند (همه اینها) به خاطر آن است که آیات ما را تکذیب کردند و از آن غافل بودند.» (۱)

## ب- خواب و رؤیا

مسأله خواب دیدن، یکی از پدیده‌های روانی معمولی و رایج در میان مردم است و دانشمندان در ادوار مختلف تاریخ کوشیده‌اند آن را تفسیر کنند و عواملش را بشناسند.

آنها این مسأله را به صورت‌های مختلفی توجیه و تفسیر کرده‌اند. به نظر آنان برخی از خوابها نتیجه احساساتی هستند که انسان در حین خواب آنها را حس می‌کند، اعم از این که احساسات مزبور ناشی از تأثیر عوامل خارجی در حواس باشند و یا نتیجه احساسات ناشی از عوامل مؤثر درونی که در خود بدن به وجود می‌آیند. برخی دیگر از خوابها در نتیجه ادامه اشتغال فکر به کارهایی است که در بیداری شخص را مشغول داشته است و پاره‌ای از آنها عبارت از یادآوری برخی از حوادث گذشته می‌باشد. در میان روان‌شناسان، رایجترین نظریه درباره تعبیر خواب نظریه فروید است. بر اساس این نظریه، رؤیا روش سمبلیک بیان انگیزه‌های ناخودآگاه انسان می‌باشد.

تحقیقات روان‌شناسان معاصر درباره «خواب» تنها شامل انواع خوابهایی که ما در بالا به آنها اشاره کرده‌ایم می‌شود، بویژه آن خوابهایی که طبق نظریه فروید بیان‌کننده انگیزه‌های ناخودآگاه هستند. آنها متعرض خوابهای راست و رؤیاهای صادق که پرده از کارهایی که در آینده رخ می‌دهد برمی‌دارد، نشده‌اند. در صورتی که این نوع خواب‌گاه برای برخی از مردم اتفاق می‌افتد، چنان که در ادیان نیز ذکر شده است.

قرآن «اضغاث احلام» و «رؤیا» را ذکر می‌کند. اضغاث احلام، خوابهای درهم و برهم و پریشان و مبهم است. «۲» قرآن وقتی از اضغاث احلام نام می‌برد شاید به آن خوابهایی اشاره می‌کند که مورد بحث و تفسیر روان‌شناسان قرار گرفته، و ما قبلاً به آنها اشاره

(۱) - اعراف: ۱۴۶.

(۲) - در المعجم الوسیط آمده است که: «اضغاث احلام» به خوابهای مشوش و پریشانی گفته می‌شود که تعبیرشان مشکل است.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۷

کرده‌ایم. اما رؤیا در قرآن تنها به معنای همان رؤیای صادق است که خداوند در جریان آن، نوعی وحی یا الهام مشخصی را به انبیا و فرستادگان خود و دیگر مردم، القا می‌کند و یا حوادث آینده را به آنها خبر می‌دهد. یکی از نمونه‌ها، همان است که درباره رؤیای ابراهیم علیه السلام آمده است. او خواب می‌بیند که مشغول ذبح فرزندش اسماعیل علیه السلام است.

فَلَمَّا بَلَغَ مَعَهُ السَّعْيَ قَالَ يَا بُنَيَّ إِنِّي أَرَى فِي الْمَنَامِ أَنِّي أَذْبَحُكَ فَانظُرْ مَاذَا تَرَى قَالَ يَا أَبَتِ افْعَلْ مَا تُؤْمَرُ سَتَجِدُنِي إِن شَاءَ اللَّهُ مِنَ الصَّابِرِينَ فَلَمَّا أَسْلَمَا وَتَلَّهُ، لِلْجَبِينِ وَنَادَيْنَاهُ أَنْ يَا إِبْرَاهِيمُ قَدْ صَدَّقْتَ الرُّؤْيَا إِنَّا كَذَلِكُمْ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ «آنگاه که (آن پسر) رشدی یافت و با او به سعی و عمل شتافت ابراهیم گفت:

فرزندم! من در خواب دیدم که باید تو را ذبح کنم، بنگر نظر تو چیست؟ گفت:

پدرم، هر چه دستور داری اجرا کن، به خواست خدا مرا از صابران خواهی یافت.

هنگامی که هر دو تسلیم و آماده شدند و ابراهیم جبین او را بر خاک نهاد، او را ندا دادیم که ای ابراهیم، آنچه را در خواب مأموریت یافتی انجام دادی، ما این گونه، نیکوکاران را جزا می‌دهیم.» «۱»

نمونه دیگر رؤیای صادق که در قرآن آمده است خواب حضرت یوسف علیه السلام می‌باشد.

إِذْ قَالَ يُوسُفُ لِأَبِيهِ يَا أَبَتِ إِنِّي رَأَيْتُ أَحَدَ عَشَرَ كَوْكَبًا وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ رَأَيْتُهُمْ لِي سَاجِدِينَ قَالَ يَا بُنَيَّ لَا تَقْصِبْ رُؤْيَاكَ عَلَىٰ إِخْوَتِكَ فَيَكِيدُوا لَكَ كَيْدًا إِنَّ الشَّيْطَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوٌّ مُّبِينٌ

(۱) - صافات: ۱۰۲-۱۰۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۸

«(به خاطر آر) هنگامی را که یوسف به پدرش گفت: پدرم! من در عالم رؤیا دیدم که یازده ستاره و خورشید و ماه در برابرم

سجده می‌کنند. یعقوب گفت: ای فرزند عزیز! خواب خود را با برادرانت بازگو مکن که برای تو نقشه خطرناک می‌کشند، چرا که شیطان دشمن آشکار انسان است.» (۱)

این رؤیای یوسف وقتی به تحقق پیوست که وی برادران و والدین خود را نزد خویش خواند و آنها وقتی بر او وارد شدند به احترام و در تجلیل از مقامش به سجده افتادند.

وَرَفَعَ أَبَوَيْهِ عَلَى الْعَرْشِ وَخَرُّوا لَهُ سُجَّدًا وَقَالَ يَا أَبَتِ هَذَا تَأْوِيلُ رُؤْيَايَ مِنْ قَبْلُ قَدْ جَعَلَهَا رَبِّي حَقًّا ...

«و پدر و مادر خود را بر تخت نشانند و همگی به شکرانه (دیدار او) خدا را سجده کردند و یوسف گفت: پدر! این تعبیر خوابی بود که از پیش دیدم که خدای من آن خواب را واقع و محقق گردانید ...» (۲)

قرآن همچنین، جریان خواب پیامبر صلی الله علیه و آله را در همان سالی که به حدیبیه رفت، ذکر کرده است که آن حضرت در خواب دیده بود که به مکه وارد شده است و خانه خدا را طواف می‌کند.

لَقَدْ صَدَقَ اللَّهُ رَسُولَهُ الرُّؤْيَا بِالْحَقِّ لَتَدْخُلَنَّ الْمَسْجِدَ الْحَرَامَ إِنْ شَاءَ اللَّهُ آمِنِينَ مُحَلِّقِينَ رُؤُوسَكُمْ وَمُقَصِّرِينَ لَا تَخَافُونَ ...

«البته خدا صدق و حقیقت خواب رسولش را آشکار و محقق ساخت که در عالم رؤیا دید و شما مؤمنان البته به مسجد الحرام با دل ایمن وارد شوید و سرها

(۱) - یوسف: ۴، ۵.

(۲) - یوسف: ۱۰۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۸۹

بتراشید و اعمال تقصیر احرام بی‌ترس و هراس بجای آرید ...» (۱)

و نیز قرآن، جریان خواب دیدن آن دو جوان همزندان یوسف علیه السلام و تعبیر خوابشان توسط یوسف (۲) و نیز ماجرای خواب پادشاه مصر را ذکر کرده است. پادشاه مصر در خواب دیده بود که «هفت گاو لا-غر هفت گاو چاق را خوردند و هفت خوشه خشک، هفت خوشه سبز را نابود کردند» (۳) و یوسف علیه السلام این خواب را برایش تعبیر کرد. (۴)

در روایت آمده است که پیامبر صلی الله علیه و آله فرمود: «رؤیای صادق از جانب خدا، و خواب آشفته از شیطان است» و نیز فرمود: «رؤیای صادق فرد صالح، یک جزء از ۴۶ جزء نبوت است.» (۵)

تعبیرات قرآن درباره «خواب راستین» در شکل‌گیری نظریه‌های اندیشمندان مسلمان تأثیر زیادی داشته است. آنها خواب را به آنچه که در قرآن درباره آن آمده است، تفسیر و تبیین می‌کنند. مثلاً آلوسی در تفسیر خود چنین نقل می‌کند: «ابی حاتم و ابن مردویه به اسناد خود از سلیم بن عامر روایت کرده‌اند که عمر بن خطاب گفت: در شگفتم از رؤیای کسی که می‌خوابد و در خواب چیزی می‌بیند که اصلاً به ذهنش خطور نکرده بود، ولی رؤیایش مانند گرفتن و لمس کردن با دست است (ماجرای خواب در بیداری دقیقاً رخ می‌دهد) اما گاهی هم انسان خواب می‌بیند و هیچ اتفاقی نمی‌افتد. علی علیه السلام به عمر فرمود: می‌خواهی سر آن را برایت بگویم (و این آیه را خواند):

اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَىٰ عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأُخْرَىٰ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ...

«خداست که وقت مرگ ارواح خلق را می‌گیرد و آن را که هنوز مرگش فرا نرسیده نیز در حال خواب روحش را قبض می‌کند، سپس آن را که حکم به مرگش کرده

(۲) - یوسف: ۳۶، ۴۱.

(۳) - یوسف: ۴۳.

(۴) - یوسف: ۴۷-۴۹.

(۵) - محمد بن سیرین: منتخب الکلام فی تفسیر الاحلام، چاپ شده در حاشیه کتاب تعطیر الانام فی تعبیر المنام، نوشته عبد الغنی

الناپلسی، مصر، ۱۳۴۷ هـ، ص ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۰

جانش را نگاه می‌دارد و آن را که نکرده به بدنش می‌فرستد تا وقت معین مرگ... «۱»

بنابراین، خداوند ارواح همه را نزد خود می‌برد، آنچه را که روح هنگامی که نزد خداست در آسمان می‌بیند رؤیای صادقه، و آنچه

را که به هنگام بازگشت به بدن می‌بیند، خواب دروغین (رؤیای کاذبه) است. «۲»

ما بخوبی و آشکارا می‌بینیم که فلاسفه مسلمان در تفسیر و تعبیر خواب، تحت تأثیر قرآن قرار گرفته‌اند. مثلاً ابن سینا، رؤیای صادقه

را نتیجه ارتباط روح با ملکوت یا ملاء اعلا به هنگام خواب و دریافت وحی یا الهام از خداوند می‌داند، و خوابهای آشفته و دروغین

را ناشی از تأثیر احساسات جسمی در روح انسان. «۳»

جدیدا برخی از پژوهشگران اسرار قوای روحی انسان، معتقدند که روح انسان هنگام خواب از بدن جدا می‌شود و در اماکن

مختلفی به سیر و سیاحت می‌پردازد. آنها هر آنچه را که انسان در خواب می‌بیند همانهایی می‌دانند که روح به هنگام گردش

مشاهده می‌کند. «۴»

این نظریه با نظریه اندیشمندان مسلمان که قبلاً نقل کردیم، در این نقطه که روح به هنگام خواب از بدن جدا می‌شود، مشترک

است. ولی از یک نظر با آن تفاوت دارد و آن این که متفکران مسلمان معتقدند وقتی روح از بدن جدا می‌شود ممکن است به ملاء

اعلا برسد و از آن جا وحی و الهام را به صورت رؤیای صادقه دریافت کند و ممکن است به ملاء اعلا نرسد و چون در این حالت

مخصوصاً تحت تأثیر احساسات جسمی قرار دارد، آنچه می‌بیند تنها خوابهای آشفته است. اما روان کاوان معاصر مانند اندیشمندان

مسلمان توجهی به فرق میان خوابهای آشفته (اضغاث احلام) و رؤیاهای صادقه نمی‌کنند.

(۱) - زمر: ۴۲.

(۲) - ابو الفضل شهاب الدین السید محمود الألوسی البغدادی: روح المعانی فی تفسیر القرآن، قاهره، چاپخانه امیریه بولاق، ۱۳۰۱،

ج ۲، ص ۴۰۹.

(۳) - محمد عثمان نجاتی: الادراک الحسی عند ابن سینا، ص ۲۱۷.

(۴) - عبد الرزاق نوفل: القرآن و العلم الحدیث، بیروت: دار الکتب العربی، ۱۹۷۳، ص ۹۶-۹۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۱

## فصل هفتم یادآوری و فراموشی در قرآن

### اشاره

مسأله تذکر و یادآوری در زندگی انسان اهمیت بسیار زیادی دارد چرا که یادآوری معلومات و مهارتهای گذشته، ما را برای مقابله

با مشکلات آینده توانا می‌سازد، و در ادامه پیشرفت به منظور کسب اطلاعات جدید و کشف حقایق تازه به ما کمک می‌کند و این

خود مسأله‌ای مهم در تکامل پیشرفت علمی و تمدن بشری محسوب می‌شود.

«یادآوری» علاوه بر اهمیتی که در زندگی علمی و عملی انسان دارد، از نظر دینی نیز حایز اهمیت فراوانی است. به طور مثال، دائماً به یاد خدا بودن، و یادآوری تفضّلات و نعمتهای فراوانی که خداوند عطا فرموده است و نیز یادآوری آخرت و روز جزا و پاداش و کیفری که در انتظار انسان است، دارای اهمیت فراوانی است، زیرا انسان را به تقوا و عمل صالح و آراسته شدن به فضایل اخلاقی وامی‌دارد. بنابراین، تذکر و یادآوری، هم در دنیا و هم در آخرت برای انسان و برای تحقق یافتن خیر و نیکی، سودمند است. قرآن کریم در بسیاری از آیات، مردم را به یاد خدا تشویق کرده است. و نظیر عبارات زیر، در قرآن بسیار تکرار شده است:

«أَفَلَا تَتَذَكَّرُونَ» (پس آیا متذکر نمی‌شوید)، «قَلِيلًا مَّا تَذَكَّرُونَ» (کمتر متذکر می‌شوید)، «لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ» (شاید متذکر شوند)، «أَفَلَا يَذَكَّرُونَ» (پس آیا متذکر نمی‌شوند؟)، «لَعَلَّهُمْ يَذَكَّرُونَ» (شاید متذکر شوند)، «وَلَيَتَذَكَّرَ أُولُو الْأَلْبَابِ» (تا صاحبان خرد و اندیشه پند گیرند)، «إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ» (تنها صاحبان خرد متذکر می‌شوند)، «وَمَا يَذَكَّرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ» (بجز خردمندان کسی متذکر نمی‌شود).

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۲

در قرآن آیات زیادی وجود دارد که خداوند متعال پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله را مبعوث فرموده و قرآن را بر او نازل کرده است تا مردم را به یاد یکتاپرستی و روز رستاخیز و حساب آخرت، و همچنین به یاد تعالیم انبیا و فرستادگان گذشته - که از آنها غافل مانده و فراموششان کرده بودند، - بیندازد و اینک نمونه‌هایی از این آیات:

كِتَابٌ أَنْزَلْنَا إِلَيْكَ فَلَا يَكُنْ فِي صِدْرِكَ حَرْجٌ مِنْهُ لِيَتَذَكَّرَ بِهِ وَذِكْرٍ لِلْمُؤْمِنِينَ اتَّبِعُوا مَا أَنْزَلَ إِلَيْكُمْ مِنْ رَبِّكُمْ وَلَا تَتَّبِعُوا مِنْ دُونِهِ أَوْلِيَاءَ قَلِيلًا مَّا تَذَكَّرُونَ «این کتابی است که بر تو نازل شده و نباید از ناحیه آن ناراحتی در سینه داشته باشی و هدف آن است که به وسیله آن (همگان را از عواقب بد عقاید و اعمال نادرستشان) بیم دهی و تذکری است برای مؤمنان. (بنابراین) از چیزی که از طرف پروردگارتان بر شما نازل شده پیروی کنید و از سرپرستان و معبودهای دیگری جز او پیروی نکنید، اما کمتر متذکر می‌شوید.» (۱)

هَذَا بَلَاغٌ لِلنَّاسِ وَلِيُنذَرُوا بِهِ وَيَعْلَمُوا أَنَّمَا هُوَ إِلَهُ وَاحِدٌ وَلِيَذَكَّرَ أُولُو الْأَلْبَابِ «این (قرآن) ابلاغی است برای (عموم) مردم، تا همه انداز شوند و بدانند او معبود واحد است و تا صاحبان مغز (و اندیشه) پند گیرند.» (۲)

وَمَا كُنْتَ بِجَانِبِ الطُّورِ إِذْ نَادَيْنَا وَلَكِنْ رَحِمَهُ مِنْ رَبِّكَ لِيُنذِرَ قَوْمًا مَّا أَتَاهُمْ مِنْ نَذِيرٍ مِنْ قَبْلِكَ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ

(۱) - اعراف: ۲، ۳.

(۲) - ابراهیم: ۵۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۳

«تو در طرف کوه طور نبودی زمانی که (به موسی) ما ندا دادیم، ولی این رحمتی از سوی پروردگار تو بود (که این اخبار را در اختیارت نهاد) تا به وسیله آن قومی را انداز کنی که قبل از تو هیچ انداز کننده‌ای برای آنها نیامد، شاید متذکر گردند.» (۱)

كِتَابٌ أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُو الْأَلْبَابِ «این کتابی است پربرکت که بر تو نازل کرده‌ایم تا در آیات آن تدبّر کنند و صاحبان مغز (و اندیشه) متذکر شوند.» (۲)

فَإِنَّمَا يَسَّرْنَاهُ بِلِسَانِكَ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ «ما آن (قرآن) را بر زبان تو آسان ساختیم تا متذکر شوند.» (۳)

... فَذَكَّرْ بِالْقُرْآنِ مَنْ يَخَافُ وَعَبِيدٍ «... پس آن کس را که از وعده عذاب قیامت ترسان است به آیات قرآن متذکر ساز.» (۴)

وَذَكَّرْ فَإِنَّ الذِّكْرَى تَنْفَعُ الْمُؤْمِنِينَ «و پیوسته تذکر ده، زیرا تذکر برای مؤمنان سودمند است.» (۵)

فَذَكَّرْ إِنَّمَا أَنْتَ مُذَكَّرٌ «ای رسول، تو خلق را (به حکمتهای الهی) متذکر ساز که وظیفه پیامبری تو غیر

(۱) - قصص: ۴۶.

(۲) - ص: ۲۹.

(۳) - دخان: ۵۸.

(۴) - ق: ۴۵.

(۵) - ذاریات: ۵۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۴

از این نیست. «۱»

**الف - فراموشی**

یکی از مشکلات انسان این است که همواره در معرض فراموشی قرار دارد و این البته برایش زیان آور است و در بسیاری موارد مانع غلبه او بر مشکلات زندگی می‌شود.

قرآن در بسیاری از آیات مسأله فراموشی را ذکر کرده است. ما اگر به این آیات مراجعه کنیم و مفاهیم آن را مورد بررسی قرار دهیم، در می‌یابیم که مسأله فراموشی در آیات، به چند معنی آمده است که می‌توان آنها را در موارد زیر خلاصه کرد: «۲» ۱- نسیانی که در مورد حوادث و اسامی اشخاص و اطلاعات به دست آمده قبلی انسان، بر ذهن عارض می‌شود، این همان فراموشی معمولی است که در نتیجه تزاحم و تداخل معلومات، به مردم دست می‌دهد. روان‌شناسان این نوع فراموشی را مورد بررسی قرار داده‌اند و آن را ناشی از تداخل معلومات می‌دانند. آنها میان دو نوع تداخل یعنی «تداخل سابق» و «تداخل لاحق» فرق قایل شده‌اند. تداخل سابق هنگامی پدید می‌آید که یادگیری مواد جدید، به تضعیف مواد آموخته شده قبلی، انجامیده باشد.

تداخل لاحق نیز به سبب تأثیر عادات و فعالیتها و معلومات سابق بر یادآوری موادی که جدیداً یاد گرفته‌ایم صورت می‌پذیرد. هر چه اطلاعات و فعالیتهای گذشته ما کمتر باشد یادآوری مواد جدید بهتر و آسانتر خواهد بود. به همین دلیل است که قدرت کودکان در یادآوری جزئیات حوادث گذشته بیشتر از بزرگترها می‌باشد. «۳» قرآن به این نوع فراموشی چنین اشاره می‌فرماید:

سُنْفِرُكَ فَلَا تَنْسِي

(۱) - غاشیه: ۲۱.

(۲) - البهی الخولی: آدم علیه السلام، فلسفه تقویم الانسان و خلافته، ص ۱۸۲-۱۸۴.

(۳) - سارنرف ا. مدنیك، هواردر، ژولای، الیازبت ف. لوفاتز: التعلّم، ترجمه محمد عماد الدین اسماعیل، ویرایش محمد عثمان نجاتی، بیروت: دار الشروق، ۱۹۸۱، ص ۱۵۲-۱۵۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۵

«و ما آیات قرآن را بر تو (مکرر) قراءت می‌کنیم تا هیچ فراموش نکنی.» «۱»

۲- نسیانی که حاوی معنای سهو است. چنان که انسان چیزی را در جایی فراموش می‌کند، یا مثلاً می‌خواهد درباره چند موضوع با کسی گفتگو کند اما درباره بعضی از آنها صحبت می‌کند و بعضی را هم فراموش می‌کند و پس از مدتی به یاد می‌آورد. نمونه آن جریانی است که قرآن درباره همسفر جوان موسی علیه السلام نقل می‌کند:

قَالَ أَرَأَيْتَ إِذْ أَوَيْنَا إِلَى الصَّخْرَةِ فَإِنِّي نَسِيتُ الْحُوتَ وَمَا أَنْسَانِيهِ إِلَّا الشَّيْطَانُ أَنْ أَذْكُرَهُ وَاتَّخَذَ سَبِيلَهُ فِي الْبَحْرِ عَجَبًا «او (یوشع) گفت



به خاطر داری هنگامی که ما به کنار آن صخره پناه بردیم (و استراحت کردیم) من در آن جا فراموش کردم جریان ماهی را بازگو کنم، این شیطان بود که یاد آن را از خاطر من برد و ماهی به طرز شگفت‌انگیزی راه خود را در دریا پیش گرفت.» (۲) و نمونه دیگر، سخن حضرت موسی به آن «عبد صالح» است:

... لَا تُؤَاخِذْنِي بِمَا نَسِيتُ ...

«موسی گفت مرا به خاطر این فراموشکاری مؤاخذه مکن ...» (۳)

این نوع فراموشی را می‌توان از نوع «تداخل لا حق»- که قبلاً به آن اشاره کردیم- نیز دانست.

(۱)- اعلی: ۶.

(۲)- کهف: ۶۳.

(۳)- کهف: ۷۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۶

۳- فراموشی به معنای عدم توجه به موضوع. یکی از نمونه‌های این نوع فراموشی آیه زیر است:

... نَسُوا اللَّهَ فَنَسِيَهُمْ ...

«... خدا را فراموش کردند و خدا نیز آنها را فراموش کرد. (رحمتش را از آنها قطع کرد).» (۱)

معنای «نَسُوا اللَّهَ» این است که آنها به علت بی‌توجهی به اوامر خداوند از اطاعت باری تعالی سرپیچی کردند و «نسیهم» یعنی خداوند نیز فضل خود را از آنها بازداشت و آنها را به خودشان وا گذاشت. و نیز نمونه دیگر این نوع فراموشی آیه زیر است:

وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ ...

«و همچون کسانی که خدا را فراموش کردند و خدا نیز آنها را به (خود فراموشی) گرفتار کرد، نباشید ...» (۲)

نسیانی که در آیه زیر به آدم علیه السلام نسبت داده شده است، نیز از همین نوع فراموشی است:

وَلَقَدْ عَاهَدْنَا إِلَىٰ آدَمَ مِنْ قَبْلِ فَنَسَىٰ وَكَمْ نَجِدُ لَهُ، عَزْمًا «ما از آدم از قبل پیمان گرفته بودیم، اما او فراموش کرد، عزم استواری برای او نیافتیم.» (۳)

(۱)- توبه: ۶۷.

(۲)- حشر: ۱۹. معنای «فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ» این است که: خدا از یادشان برد که با انجام عمل صالح در دنیا، از پیش برای آخرت خویش، خیری ذخیره کنند.

(۳)- طه: ۱۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۷

معنای آیه این است که قلب آدم «برای لحظه‌ای، از عهدی که با خدا بسته بود سست شد.» (۱) در نتیجه نهی خدا را فراموش کرد و در اثر وسوسه و اغوای شیطان، فریب خورد و در دام خطا افتاد.

## ب- رابطه فراموشی و شیطان

برخی از آیات قرآن این مطلب را روشن کرده است که شیطان از طریق فراموشکاری که به انسان دست می‌دهد، در او نفوذ می‌کند و او را می‌دارد که احیاناً از انجام برخی از کارهای مهم که مصلحتش در آن است، غفلت ورزد. چنان که گاهی نیز باعث غفلت

انسان از یاد خداوند سبحان و سهل انگاری او در اطاعت از اوامر الهی می‌شود. ما قبلاً هنگام بحث درباره فراموشی ناشی از سهو، آیه‌ای ذکر کردیم که سخن همسفر جوان موسی علیه السلام را در مورد فراموش کردن ماهی نقل می‌کند. او گفت: «تنها شیطان یاد آن (ماهی) را از خاطر من برد». آیات زیر نمونه‌های دیگری از دخالت شیطان در فراموشی انسان را ارائه می‌دهد:

وَ إِذَا رَأَيْتَ الَّذِينَ يَخُوضُونَ فِي آيَاتِنَا فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ حَتَّى يَخُوضُوا فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِ وَ إِمَّا يُنسِيَنَّكَ الشَّيْطَانُ فَلَا تَقْعُدْ بَعْدَ الذِّكْرِى مَعَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ «هر وقت کسانی را که آیات ما را استهزا می‌کنند مشاهده نمایی از آنها روی بگردان تا به سخن دیگری پردازند و اگر شیطان از یاد تو ببرد، بعد از آن متذکر کلام خدا شدی دیگر با این گروه ستمگر منشین.» «۲»  
اسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنسَاهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ أُولَئِكَ حِزْبُ الشَّيْطَانِ أَلَا إِنَّ حِزْبَ الشَّيْطَانِ هُمُ الْخَاسِرُونَ

(۱) - البهی الخولی: آدم علیه السلام، فلسفه تقویم الانسان و خلافته، ص ۱۸۳.

(۲) - انعام: ۶۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۸

«شیطان بر آنها چیره شده و یاد خدا را از خاطر آنها برده است، آنها حزب شیطانند، بدانید حزب شیطان زیانکارانند.» «۱»  
وَ قَالَ لِلَّذِي ظَنَّ أَنَّهُ نَاجٍ مِنْهُمَا اذْكُرْنِي عِنْدَ رَبِّكَ فَأَنسَاهُ الشَّيْطَانُ ذِكْرَ رَبِّهِ فَلَبِثَ فِي السَّجْنِ بِضْعَ سِنِينَ «و به آن یکی از آن دو که می‌دانست رهایی می‌یابد گفت: مرا نزد صاحب (سلطان مصر) یادآوری کن، ولی شیطان یادآوری او را نزد صاحبش از خاطر وی برد و به دنبال آن چند سال در زندان باقی ماند.» «۲»

سلاح شیطان برای گمراه کردن و وادار کردن مردم به فراموشی از یاد خدا و به طور کلی فراموش کردن خیر و مصلحت خودشان، همان نفوذ و تأثیر او در آنان از طریق انگیزه و شهوات خودشان است، و اساساً این یک نقطه ضعف در سرشت بشر است و آن هم ناشی از علاقه طبیعی انسان به اشباع انگیزه‌ها و لذت و بهره‌مندی می‌باشد.

دروازه ورود شیطان به نفس آدم علیه السلام نیز از همین طریق بود، «۳» چون شیطان به او وعده داده بود در صورتی که از میوه آن درخت ممنوعه بخورد او را جاودانگی و ملکی پایدار خواهد بخشید. در اثر این وسوسه، آدم، نهی خدا را فراموش کرد و به دام شیطان افتاد.

شیطان اصولاً از همین طریق بر همه انسانها مسلط می‌شود، یعنی ابتدا هواها و خواسته‌های مختلفی در آنها برمی‌انگیزد و بعد به دنبال آن می‌کشانند و در نتیجه از یاد خدا بازشان می‌دارد.

وَ اَتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ الَّذِي آتَيْنَاهُ آيَاتِنَا فَانْسَلَخَ مِنْهَا فَاتَّبَعَهُ الشَّيْطَانُ فَكَانَ مِنَ

(۱) - مجادله: ۱۹.

(۲) - یوسف: ۴۲.

(۳) - البهی الخولی: آدم علیه السلام، فلسفه تقویم الانسان و خلافته، ص ۱۸۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۲۹۹

الْغَاوِينَ وَ لَوْ شِئْنَا لَرَفَعْنَاهُ بِهَا وَ لَكِنَّهُ أَخْلَدَ إِلَى الْأَرْضِ وَ اتَّبَعَ هَوَاهُ فَمَثَلُهُ، كَمَثَلِ الْكَلْبِ إِنْ تَحْمِلَ عَلَيْهِ يَلْهَثُ أَوْ تَتْرَكُهُ يَلْهَثُ ...  
«و برای آنها بخوان سرگذشت آن کس را که آیات خود را به او دادیم ولی (سرانجام) از (دستور) آنها خارج گشت و شیطان به او دست یافت و از گمراهان شد. و اگر می‌خواستیم (مقام) او را با این آیات (و علوم و دانشها) بالا می‌بردیم (اما اجبار بر خلاف سنت ماست لذا او را به حال خود رها ساختیم) ولی او به پستی گرایید و از هوای نفس خویش پیروی کرد. او همچون سگی (هار) است

که اگر به او حمله کنی دهانش را باز و زبانش را برون خواهد کرد و اگر او را به حال خود واگذاری باز همین کار را می‌کند...»  
«۱»

### ج- قرآن و درمان فراموشی

درمان فراموشی ناشی از غفلت دل از خداوند متعال، تنها با یاد مستمر خداوند و ذکر نعمتها و تفضلات او و یادآوری آیات الهی و به خاطر آوردن آخرت و روز حساب میسر است. قرآن در آیه زیر اهمیت ذکر خدا را به عنوان درمان این نوع فراموشی، بیان داشته است:

... وَ اذْكُرْ رَبَّكَ إِذَا نَسِيتَ ... قرآن و روان‌شناسی ۲۹۹ ج - قرآن و درمان فراموشی ..... ص: ۲۹۹

... و یاد کن پروردگارت را هرگاه فراموش کردی ... «۲»

قرآن مؤمنانی را که به یاد خدا هستند می‌ستاید و آنان را با عنوان «صاحبان خرد» توصیف می‌کند.

(۱) - اعراف: ۱۷۵-۱۷۶.

(۲) - کهف: ۲۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۰

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَ اخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَ يَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا شَيْبِحَانِكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ «مسلمانان در آفرینش آسمانها و زمین و آمد و رفت شب و روز، نشانه‌های (روشنی) برای صاحبان خرد و عقل است. همانا که خدا را در حال ایستادن و نشستن و آنگاه که بر پهلو خوابیده‌اند یاد می‌کنند و در اسرار آفرینش آسمانها و زمین می‌اندیشند، (و می‌گویند) بار الها این را بیهوده نیافریده‌ای، منزهی تو، ما را از عذاب آتش نگاه دار.» «۱»

از آن جا که یاد خدای متعال درمانگر فراموشی و غفلت دل است، خداوند به ما امر فرموده است که شب و روز و صبح و شام، همواره به یاد او باشیم.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا وَ سَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا «ای کسانی که ایمان آورده‌اید خدا را بسیار یاد کنید. و صبح و شام او را تسبیح نمایید.» «۲»

فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ ...

«و هنگامی که نماز را به پایان رسانیدید خدا را یاد کنید در حال ایستادن و نشستن و به هنگامی که به پهلو خوابیده‌اید ...» «۳»

(۱) - آل عمران: ۱۹۰، ۱۹۱.

(۲) - احزاب: ۴۱، ۴۲.

(۳) - نساء: ۱۰۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۱

فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَ ابْتَغُوا مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَ اذْكُرُوا اللَّهَ كَثِيرًا لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ «پس آنگاه که نماز پایان یافت باز در پی کسب و کار خود روی زمین منتشر شوید و از فضل و کرم خدا روزی طلبید و یاد خدا بسیار کنید تا مگر رستگار و سعادتمند گردید.» «۱»

تنها از راه ذکر مستمر خداوند است که انسان می‌تواند فراموشی خدا و غفلت از آخرت را درمان کند. زیرا ذکر خدا باعث حضور دائمی باری تعالی در دل است به طوری که انسان حتی یک لحظه هم از یاد خدا غافل نمی‌ماند. این مسأله ما را به یاد یکی از اصول یادگیری یعنی «تکرار» می‌اندازد که قبلاً درباره آن بحث کردیم. چون تکرار ذکر خدا، در انسان به صورت عادت در می‌آید، به طوری که در رفتار او تثبیت می‌شود و بدون تلاش و تحمل رنجی در هر لحظه از لحظات زندگی از او صادر می‌شود. نتیجه این که یاد خدا همواره در قلب انسان حضور دارد و این همان حالتی است که بسیاری از صوفیان از طریق تکرار تمرینات و ریاضت‌های روحی در صدد به دست آوردن آن هستند.

از آن جا که قرآن کتابی اعتقادی است طبیعی است که مسأله فراموشی و غفلت انسان را از آخرت، مورد توجه قرار می‌دهد، و درمان این نوع فراموشی را که دارای اهمیت زیادی در تأمین سعادت دنیوی و اخروی انسان است، مد نظر دارد. اگر بپذیریم که اساس و پایه درمان این نوع فراموشی، تکرار ذکر خدا برای تثبیت این عادت و استقرار آن در رفتار انسان است، این مسأله را نیز می‌توانیم استنتاج کنیم که درمان فراموشی معمولی اطلاعات و معلومات، یعنی فراموشی نوع اول و دوم که قبلاً درباره آن سخن گفتیم، با تکرار اطلاعات مزبور، یعنی با مرور و یادآوری چند باره آن نیز امکانپذیر است و این همان چیزی است که روان‌شناسان معاصر در پژوهش‌های خود بدان رسیده‌اند و

(۱) - جمعه: ۱۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۲

روان‌شناسان که توجهشان را در مسأله فراموشی غالباً به نوع اول و دوم منحصر کرده‌اند متعرض نوع سوم فراموشی که در قرآن آمده است - و ما قبلاً درباره آن سخن گفتیم - نشده‌اند.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۳

## فصل هشتم سیستم مغز و اعصاب در قرآن

بررسی‌های تشریحی و فیزیولوژیک جدید توانسته است در بافتهای مغز، مناطق معینی را مشخص کند که کارهای روان‌شناختی مخصوصی انجام می‌دهند. از جمله مهمترین آنها یکی مرکز حرکت است که بر حرکت تمام قسمت‌های بدن تسلط دارد. دیگری مرکز احساس است که حس لامسه و برخی از عوامل درونی احساس درد، احساس تغییر درجه حرارت و حس ذائقه به آن منتهی می‌شود، (اصولاً - هر بخشی از اجزای بدن در این دو مرکز، یعنی مرکز حرکت و مرکز احساس نمایندند دارد). «۱» منطقه دیگر، مرکز بینایی است که ارتعاشات عصبی چشم به آن منتهی می‌شود و نیز مرکز شنوایی، که ارتعاشات عصبی گوش به آن وارد می‌شود. یکی دیگر از این مراکز، مرکز ارتباط است که در قسمت اعظم بخش جلویی دو طرف مغز قرار دارد و محل تجمع پیام‌های با معنایی است که از بخش‌های مختلف جسم به مغز وارد می‌شود و نیز هماهنگ کننده پیام‌های حرکتی است که از مغز به بخش‌های مختلف بدن صادر می‌شود. این مرکز، همچنین در کلیه فعالیت‌های تحت حاکمیت مغز دخالت می‌کند و اصولاً - مرکز عملیات عالی عقل، همچون یادگیری، تفکر، سخن گفتن، نوشتن و خواندن محسوب می‌شود. «۲»

مغز انسان بر تمام فعالیت‌های او تسلط و حاکمیت دارد و هر فعالیتی که انسان انجام

(۱) - ترتیب قرار داشتن مراکز مربوط به اجزای بدن در مرکز حرکت و حس مغز، معکوس است. مثلاً مرکز مربوط به پاها و زانو در قسمت بالا و مرکز مربوط به دستها و دهان و سر در قسمت پایین مغز قرار دارد.

(۲) - محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ص ۵۳ - ۵۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۴

می‌دهد بر سلولهای مغزی اثر می‌گذارد. این تأثیر به شکلی که هنوز علم به ماهیت آن پی نبرده است، در سلولهای مغز باقی می‌ماند. همین آثار باقی مانده در سلولهای بافتهای مغزی، اساس عملیات عالی عقلی انسان مانند یادگیری، یادآوری، تخیل و تفکر را تشکیل می‌دهد. در پرتو همین بینش شاید بتوان بعضی از آیات را که حاکی از گواهی دادن گوش و چشم و پوست بر ضد خود انسان در روز قیامت است، تفسیر کرد. البته کیفیت این گواهی را فقط خدا می‌داند، اما از آن جا که کلیه فعالیت‌های انسان در سلولهای مغزی ثبت می‌شود، احتمال دارد که خداوند سبحان این سلولها را به حرف آورد، در نتیجه آنها درست مثل نوار ضبط صوت چیزهایی را که در آنها ضبط شده است تکرار کنند. دانشمندان معاصر به تحقیق درباره چیستانها و معمأهای حافظه و ضبط مهارت‌های انسان در سلولهای مغز همت گماشته‌اند. در جریان یکی از این آزمایشها یکی از مراکز مغز یک فرد با جریان الکتریسیته تحریک شد. نتیجه آن که فرد مزبور یکی از آهنگهای موسیقی را که قبلا شنیده بود، شنید و وقتی نقطه دیگری از مغزش تحریک شد، منظره‌ای مشخص را که قبلا دیده بود، دید. «۱» چنین آزمایشهایی ثابت می‌کنند که اطلاعات انسان در سلولهای مغزش ضبط و ثبت می‌شود طوری که اگر این سلولها با روشی خاص تحریک شوند، انسان می‌تواند اطلاعات گذشته‌اش را به یاد آورد. بنابراین احتمال دارد (البته خدا بهتر می‌داند) که خداوند متعال در روز قیامت سلولهای مغز انسان را به سخن آورد و آنها را وادارد که تمام کرده‌ها و گفته‌ها را که ضبط کرده‌اند، تکرار کنند، در نتیجه انسان، تمام اعمال و سخنانش را آنسان به یاد می‌آورد که گویی آنها را همچون مناظری زنده می‌بیند و می‌شنود. شاید وسایل دیگری نیز وجود داشته باشد که خداوند متعال کردار و گفتار مردم را در آن ضبط می‌کند و سلولهای مغز یکی از آنها باشد. و نیز ممکن است ثبت و ضبط کردار و گفتار مردم، در سلولهای دیگر بافتهای بدن به روشی که برایمان ناشناخته است، صورت پذیرد. (و الله اعلم).

(۱) - روزنامه السیاسة، چاپ کویت، ۱۲/۳/۱۹۸۲، ص ۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۵

و یَوْمَ يُحْشَرُ أَعْدَاءُ اللَّهِ إِلَى النَّارِ فَهُمْ يُوزَعُونَ حَتَّىٰ إِذَا مَا جَاؤُهَا شَهِدَ عَلَيْهِمْ سَمْعُهُمْ وَأَبْصَارُهُمْ وَجُلُودُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ وَقَالُوا لِمَ جُلِدْنَا لِمَ شَهِدْنَا عَلَيْنَا قَالُوا أَنْطَقْنَا اللَّهُ الَّذِي أَنْطَقَ كُلَّ شَيْءٍ وَهُوَ خَلَقَكُمْ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَإِلَيْهِ تُرْجَعُونَ «به خاطر بیاورید روزی را که دشمنان خدا را جمع کرده به سوی دوزخ می‌برند و صفوف پیشین را ننگه می‌دارند تا صفهای بعد به آنها ملحق بشوند. وقتی به آن می‌رسند گوشها و چشمها و پوستهای نشان به اعمال آنها گواهی می‌دهد. آنها به پوستهای تن خود می‌گویند: چرا بر ضد ما گواهی دادید؟ آنها جواب می‌دهند.

همان خدایی که هر موجودی را به نطق آورده ما را گویا ساخته و او شما را در آغاز آفرید و باز گشتتان به سوی اوست.» «۱»  
 یَوْمَ تَشْهَدُ عَلَيْهِمْ أَلْسِنَتُهُمْ وَأَيْدِيهِمْ وَأَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ «در آن روز زبانها و دستها و پاهایشان بر ضد آنها به اعمالی که مرتکب شدند گواهی می‌دهد.» «۲»

الْيَوْمَ نَخِمْ عَلَىٰ أَفْوَاهِهِمْ وَتُكَلِّمُنَا أَيْدِيهِمْ وَتَشْهَدُ أَرْجُلُهُمْ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ «امروز بر دهان آنها مهر می‌نهم و دستهایشان با ما سخن می‌گویند و پاهایشان کارهایی را که انجام می‌دادند شهادت می‌دهند.» «۳»

بافتهای مغز از میلیاردها سلول عصبی که در جایی نسبتاً تنگ یعنی جمجمه قرار دارند، تشکیل شده است. به همین دلیل این بافتها از شیارها و بلندیهای زیادی تشکیل شده است. در واقع سطح بافتهای مغز، آنقدر بزرگ است که اگر آن را به صورت مسطح

(۱) - فصلت: ۱۹-۲۱.

(۲) - نور: ۲۴.

(۳) - یس: ۶۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۶

بگسترانیم، مساحتش به ۱۶ فوت مربع می‌رسد. حجم بزرگ این بافتها که از میلیاردها سلول عصبی تشکیل شده است آن را قادر می‌سازد تا کلیه مهارتها و فعالیت‌های انسان را ثبت و ضبط کند. بافت‌های مغز انسان در واقع کارنامه بزرگ و قطور تمام فعالیت‌های انسان است و چنان که قبلاً نیز اشاره کردیم، شاید یکی از وسایل ضبط و ثبت اعمال انسان، طبق مشیت خداوندی، همین سلول‌های مغز باشد، تا در قیامت به عنوان حجتی غیرقابل انکار بر ضد انسان به کار رود.

وَ كُلِّ إِنْسَانٍ أَلْزَمْنَاهُ طَائِرَهُ، فِي عُنُقِهِ وَ نُخْرِجُ لَهُ، يَوْمَ الْقِيَامَةِ كِتَابًا يَلْقَاهُ مَشْهُورًا أَفْرَأُ كِتَابَكَ كَفَىٰ بِنَفْسِكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا «اعمال هر انسانی را به گردنش قرار داده‌ایم، و روز قیامت کتابی برای او بیرون می‌آوریم که آن را در برابر خود گشوده می‌بیند. (این همان نامه اعمال اوست، به او می‌گوییم) کتابت را بخوان! کافی است که امروز خود حسابگر خود باشی.» «۱»

يُنَبِّئُ الْإِنْسَانَ يَوْمَ قَدَمٍ بِمَا قَدَّمَ وَ أَخَّرَ بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَىٰ نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ وَ لَوْ أَلْقَىٰ مَعَاذِيرَهُ «آن روز آدمی به هر نیک و بدی که در مقدم و مؤخر عمر کرده از نتیجه همه آگاه خواهد شد. بلکه انسان خود بر نیک و بد خویش بخوبی آگاه است و هر چند پرده‌های عذر (بر چشم بصیرت) خود بیفکند.» «۲»

البته ضبط اعمال انسان در سلول‌های مغز، احتمال وجود وسیله دیگری برای ثبت اعمال همه مردم در یک پرونده عمومی دیگر را رد نمی‌کند. این وسیله دیگر، همان «کتاب» است که در برخی از آیات قرآن به آن اشاره شده است.

(۱) - اسراء: ۱۳، ۱۴.

(۲) - قیامت: ۱۳-۱۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۷

وَ أَشْرَقَتِ الْأَرْضُ بِنُورِ رَبِّهَا وَ وَضِعَ الْكِتَابُ وَ جِئَءَ بِالْبَشِيرِ وَ الشُّهَدَاءِ وَ قُضِيَٰ بَيْنَهُم بِالْحَقِّ وَ هُمْ لَا يُظْلَمُونَ «در آن روز) به نور پروردگارت روشن شود و نامه‌های اعمال را پیش نهند و پیامبران و گواهان را حاضر سازند و در میان آنها به حق داوری شود و به کسی ستم نخواهد شد.» «۱»

وَ وَضِعَ الْكِتَابُ فَتَرَى الْمُجْرِمِينَ مُشْفَقِينَ مِمَّا فِيهِ وَ يَقُولُونَ يَا وَيْلَتَنَا مَا لِهَذَا الْكِتَابِ لَا يُغَادِرُ صَیْغِرَةً وَ لَا كَبِيرَةً إِلَّا أَحْصَاهَا وَ وَجَدُوا مَا عَمِلُوا حَاضِرًا وَ لَا يَظْلَمُ رُبُّكَ أَحَدًا «و در آن روز اعمال نیک و بد خلق را پیش نهند و اهل عصیان را می‌بینی که از آنچه در آن است ترسان و متوحشند، می‌گویند: ای وای بر ما! این چه کتابی است که هیچ عمل کوچک و بزرگی نیست مگر این که آن را شماره کرده است؟ و همه اعمال خود را حاضر می‌بینند و پروردگارت به احدی ظلم نمی‌کند.» «۲»

... وَ لَدَيْنَا كِتَابٌ يَنْطِقُ بِالْحَقِّ وَ هُمْ لَا يَظْلَمُونَ «... و نزد ما کتابی است (که تمام اعمال بندگان را ثبت کرده) و به حق سخن می‌گوید، لذا به آنان هیچ ظلم و ستمی نمی‌شود.» «۳»

حواس انسان همچنین از هشدارهای حسی که از محسوسات مختلف دریافت می‌کند، تأثیر می‌پذیرد به این ترتیب که حواس مزبور تحت تأثیر آن هشداردهنده‌ها، موجب یک سری تحریکات عصبی می‌شود؛ این تحریکات از رگها و اعصاب عبور

(۱) - زمر: ۶۹.

(۲) - کهف: ۴۹.

(۳) - مؤمنون: ۶۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۸

می‌کند و در نهایت به مراکز احساس در مغز می‌رسند و در آنجاست که ادراک حسی رخ می‌دهد. قرآن در بسیاری از آیات که ما قبلاً در فصل سوم که به بحث ادراک حسی اختصاص داشت به آنها اشاره کرده‌ایم، به برخی از اعضای مهم حس اشاره کرده است.

اینک چند نمونه دیگر از این آیات را در اینجا می‌آوریم:

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ «و خداوند شما را از شکم مادران خارج نمود در حالی که هیچ نمی‌دانستید، اما برای شما گوش و چشم و عقل قرار داد تا شکر نعمت او را بجا آورید.» (۱)  
 وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ «او کسی است که برای شما گوش و چشم و قلب (عقل) ایجاد کرد، اما کمتر شکر او را به جای می‌آورید.» (۲)

همچنین در فصل سوم هنگام بحث درباره ادراک حسی این نکته را یادآور شدیم که قرآن به وجود حس مخصوص احساس درد در پوست انسان اشاره کرده است؛ همچنین وجود حس لامسه را در پوست انسان بویژه در انگشتان دست یادآور شده است.  
 إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُوا بِآيَاتِنَا سَوْفَ نُصَلِّيهِمْ نَارًا كُلَّمَا نَضِجَتْ جُلُودُهُمْ بَدَّلْنَاهُمْ جُلُودًا غَيْرَهَا لِيَذُوقُوا الْعَذَابَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَزِيزًا حَكِيمًا

(۱) - نحل: ۷۸.

(۲) - مؤمنون: ۷۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۰۹

«کسانی که به آیات ما کافر شدند بزودی آنها را در آتشی وارد کنیم که هرگاه پوستهای تن آنها (در آن) بریان گردد (و بسوزد) پوستهای دیگری به جای آن قرار می‌دهیم تا کيفر را بچشند، خداوند توانا و حکیم است.» (۱)  
 وَلَوْ نَزَّلْنَا عَلَيْكَ كِتَابًا فِي قِرْطَاسٍ فَلَمَسُوهُ بِأَيْدِيهِمْ لَقَالَ الَّذِينَ كَفَرُوا إِنَّ هَذَا إِلَّا سِحْرٌ مُّبِينٌ «و اگر نامه‌ای بر روی صفحه‌ای بر آنها نازل کنیم و (علاوه بر دیدن) آن را با دستهای خود لمس کنند باز کافران می‌گویند این چیزی جز یک سحر آشکار نیست.» (۲)

(۱) - نساء: ۵۶.

(۲) - انعام: ۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۱

## فصل نهم شخصیت در قرآن

### اشاره

مردم معمولاً به شخصیت از جهت تأثیری که فرد در دیگران ایجاد می‌کند و یا مهمترین تأثیراتی که در دیگران باقی می‌گذارد، می‌نگرند و مثلاً او را شخصی پرخاشگر یا مسالمت جو می‌دانند. اما روان‌شناسان به هنگام بررسی «شخصیت» به آن، به عنوان مرکز ساختمانها و عملیات روانی ثابت می‌نگرند که سازمان دهنده مهارتهای فرد و موجب کنشها و واکنشهای او در محیط زندگی که



مایه تمایزش از دیگران است، می‌باشد. به عبارت دیگر، شخصیت نوعی سازماندهی دینامیکی دستگاهها و سیستمهای بدنی و روانی فرد است که سرشت و فطرت ویژه او را در سازگاری با محیط، مشخص می‌سازد. بنابراین، روان‌شناسان وقتی شخصیت را مورد مطالعه قرار می‌دهند، به فرد به عنوان مجموعه‌ای که دارای کنش و واکنش است می‌نگرند درست مانند یک مجموعه به هم پیوسته که کلیه دستگاههای جسمی و روانی آن در یکدیگر تأثیر و تأثیر متقابل دارند و رفتارها و واکنشهای فرد را طوری مشخص می‌کند که او را از دیگران متمایز سازد. «۱»

در قرآن توصیف شخصیت انسان و خصوصیات عمومی آن که باعث تمایز انسان از دیگر مخلوقات خداوند است، آمده است چنان که برخی از مدلها و نمونه‌های عمومی

(۱) - برای اطلاع بیشتر درباره شخصیت رک به: «الشخصیه»، نوشته ریچارد. س، لازاروس، ترجمه سید محمد غنیم، ویرایش تطبیقی محمد عثمانی نجاتی: بیروت، دار الشروق، ۱۹۸۱، ص ۱۹-۲۲؛ محمد عثمانی نجاتی: علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ص ۳۹۲، ۳۹۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۲

شخصیت انسان که با برخی از ویژگیهای اساسی مشخص هستند، نیز وصف شده است.

این نمونه‌ها چنان عمومی و رایج هستند که امروزه در جامعه ما و بطور کلی در جوامع بشری دیده می‌شوند.

در قرآن، همچنین شخصیت بهنجار و نابهنجار و نیز عوامل سازنده بهنجاری و نابهنجاری شخصیت توصیف شده است.

برای درک دقیق و درست شخصیت انسان، لازم است عوامل مختلف مشخص کننده شخصیت بدقت مورد مطالعه قرار گیرد. روان‌شناسان معاصر به هنگام تحقیق پیرامون عوامل شخصیت ساز، معمولاً عوامل بیولوژیک، اجتماعی و فرهنگی را مورد بررسی قرار می‌دهند و در بررسی عوامل بیولوژیک، به مسأله تأثیر وراثت و ساختمان بدنی و ماهیت ساختاری سیستم مغز و اعصاب و دستگاه غدیدی اهمیت می‌دهند. و در تحقیق پیرامون تأثیر عوامل اجتماعی بر روی شخصیت به مطالعه مهارتهای دوره کودکی بویژه در خانواده و روش رفتار والدین و نیز تأثیر فرهنگهای جنبی و طبقات مختلف مردم و مؤسسات گوناگون اجتماعی و گروههای رفیق و دوست بر شخصیت فرد، می‌پردازند.

بنابراین، عوامل مشخص کننده شخصیت را می‌توان به دو گروه اصلی تقسیم کرد: عوامل وراثتی یعنی عواملی که از ساختمان طبیعی خود فرد منبث می‌شود و عوامل محیطی، یعنی عواملی که از محیط اجتماعی - فرهنگی خارج از وجود انسان، نشأت می‌گیرد.

روان‌شناسان هنگام بحث درباره خصوصیات شخصیت منبث از طبیعت ساختمان خود فرد، تنها به مطالعه عوامل جسمی - بیولوژیک توجه می‌کنند و جنبه روانی انسان را به فراموشی می‌سپارند و از آن غافل می‌مانند و این البته موافق روش آنها در پژوهشهای علمی است، روشهایی که تنها موضوعاتی را که مشاهده و کاوش آن در آزمایشگاههای علمی، امکان پذیر است، مورد تحقیق قرار می‌دهد. به همین دلیل است که روان‌شناسان جدید، جنبه معنوی و تأثیر آن را بر روی شخصیت انسان مورد بررسی قرار نمی‌دهند.

البته عذر روان‌شناسانی که در پژوهشهای خود، از روش تجربی پیروی می‌کنند و متعرض جنبه معنوی انسان نمی‌شوند تا اندازه‌ای پذیرفته است، زیرا نمی‌دانند چگونه از راه پژوهش علمی به روان انسان دست یابند، اما ناتوانی آنان در رسیدن به جنبه معنوی انسان از طریق کاوش علمی نباید باعث شود که به هنگام کوشش برای درک

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۳

شخصیت و علل رفتار او اعم از بهنجار و نابهنجار، از این جنبه معنوی به طور کامل غفلت ورزند. همین غفلت روان‌شناسان از جنبه روحی در بررسی شخصیت انسان، بوضوح منجر به قصور درک آنها از انسان و کوتاهی در کوشش برای شناخت خصوصیات شخصیت بهنجار و نابهنجار و عدم دستیابی به روش ایده‌آل در روان‌درمانی اضطراب‌های شخصیت، شده است. اریک فروم، روانکاو معروف، قصور و عجز روان‌شناسی جدید را در خصوص شناخت صحیح انسان که ناشی از عدم توجه به بررسی جنبه روانی انسان است، مشاهده کرده است. او چنین می‌گوید: «... سستی که روان‌شناسی را علم بررسی روح انسان، آن هم با توجه به فضایل و خوشبختی او، می‌شمرده اکنون کاملاً به کناری گذاشته شده است و روان‌شناسی آکادمیک به تقلید از علوم تجربی و روش‌های آزمایشگاهی در ارائه آمار و ارقام، اینک مبدل به علمی شده است که درباره همه چیز، بجز روان انسان! بحث می‌کند و می‌کوشد جنبه‌هایی از انسان را که امکان آزمایش آن در آزمایشگاه وجود دارد، بشناسد و می‌پندارد که احساس و معیارهای ارزش و شناخت خیر و شر، صرفاً تصوراتی متافیزیک هستند و ربطی به مسائل روان‌شناسی ندارند. امروزه، روان‌شناسی به جای این که پدید آورنده روش‌هایی جدید برای بررسی مسائل مهم انسان باشد، غالباً تمام هم خود را مصروف مسائل ناچیزی می‌کند که به گمان روان‌شناسان با روش علمی قابل بررسی است. به این ترتیب علم روان‌شناسی به موضوع اصلی خود یعنی روح انسان نیازمند شد، حال آن که پیشتر، به بررسی مکانیسمها و واکنش‌سازیه‌ها و غرایز می‌پرداخت و از مطالعه پدیده‌های انسانی که او را از موجودات دیگر کاملاً متمایز می‌سازد، مانند محبت، عقل، احساس و ارزشها، غافل بود.» (۱)

بدون شناخت ماهیت و حقیقت عوامل تعیین‌کننده شخصیت، اعم از عوامل مادی و معنوی، درک روشن و کامل شخصیت انسان، امکان‌پذیر نیست. اصولاً اکتفا کردن به بررسی عوامل جسمی - بیولوژیک و نادیده گرفتن جنبه روانی انسان، طبیعتاً تصویری مبهم و غیر دقیق از شخصیت به دست می‌دهد.

(۱) - اریک فروم: الدین و التحليل النفسی، ترجمه فؤاد کامل، ص ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۴

## الف - آفرینش انسان

قرآن کیفیت خلقت انسان از ماده و روح را بیان کرده است. بر اساس بیان قرآن، خداوند از روح خود در خاک، البته پس از طی مراحل مختلف تکوین آن و تبدیلیش به گل، گل سیاه‌گندیده و گل کوزه‌گری، (۱) «دمید و آدم را آفرید».

إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِنْ طِينٍ فَإِذَا سَوَّيْتُهُ، وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ، سَاجِدِينَ «به خاطر بیاور هنگامی را که پروردگارت به ملائکه گفت: من بشری را از گل می‌آفرینم هنگامی که آن را نظام بخشیدم و از روح خودم در آن دمیدم، برای او سجده کنید.» (۲)

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِنْ صَلْصَالٍ مِنْ حَمَإٍ مَسْنُونٍ فَإِذَا سَوَّيْتُهُ، وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ، سَاجِدِينَ «به خاطر بیاور هنگامی که پروردگارت به فرشتگان گفت من بشر را از گل خشکیده‌ای که از گل بدبویی گرفته شده بود خلق می‌کنم. هنگامی که کار آن را به

(۱) - خداوند متعال در چند جای قرآن به مراحل مختلف خلقت آدم اشاره کرده است. در جایی می‌فرماید او را از خاک (تراب) آفریدیم و در جایی دیگر از گل (طین) که مخلوطی از خاک و آب است. و در جای دیگر از «حَمَإٍ مَسْنُونٍ» یعنی گلی که در اثر ماندن در هوای آزاد تغییر شکل داده است و در جای دیگر از «طِينٍ لَازِبٍ» یعنی گل چسبنده که شکل پذیر است. و نیز در جای

دیگر از «صَلِّصَالٍ مِنْ حَمًا مَسِينُونَ» یعنی گل خشک شده‌ای که وقتی به آن ضربه نواخته می‌شود صدا می‌دهد (گل کوزه‌گری)، و در جای دیگر از «صَلِّصَالٍ كَالْفَخَّارِ» یعنی گلی که کاملاً خشک شده باشد، مثل وقتی که گل، در آتش پخته شود و به سفال تبدیل شود. رک به: المفردات، ابو القاسم الحسن بن محمد المفضل الراغب الاصفهانی، ص ۱۷، ۱۸. و محمد متولی الشعراوی: معجزة القرآن، ص ۱۱۷.

(۲) - ص: ۷۱، ۷۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۵

پایان رسانیدم و در او از روح خود (یک روح شایسته و بزرگ) دمیدم همگی برای او سجده کنید. «۱»

کلمه «روح» در قرآن به چند معنی آمده است. «۲» روحی که در آیات مربوط به خلقت آدم علیه السلام آمده است به معنای «روحی از خداوند است که انسان را آماده دریافت صفات عالی و عشق ورزیدن نسبت به حق می‌کند.» «۳» و نیز روح به معنای «عنصری علوی» است که انسان را آماده تحقق اموری والا و کسب صفاتی مقدس و ... می‌سازد، و او را برای ارتقا به مقامی بالاتر از حیوان، شایسته می‌گرداند و هدف و غایت والا و خطوط اصلی زندگی و روش آن را برایش مشخص و ترسیم می‌کند. علاوه بر این، بر گرایش او به منشأ ارزشها و معارفی که حقیقت وجود انسان برای تحقق آنهاست، نیز می‌افزاید. «۴»

به دلیل همین ساختار وجودی است که انسان با سایر مخلوقات، تفاوت دارد زیرا او در اکثر خصوصیات جسمانی و انگیزه‌ها و انفعالات حفظ ذات و بقای نوع و نیز قدرت درک و یادگیری، با حیوان شریک است و تنها خصوصیات روحی، او را از حیوان جدا می‌سازد، خصوصیتی که موجب گرایش و توجه انسان به شناخت و عبادت خداوند متعال و تشویق او به کسب فضایل و اخلاقیات والایی است که او را به سطوح بالای کمال انسانی می‌رساند و شایسته جانشینی خدا در روی زمین می‌کند. اجمالا می‌توان گفت که وجه تمایز انسان از حیوان، در واقع وجود همین بارقه روح خداوندی در انسان است که فقط او (و نه موجودی دیگر) را آماده شناخت خداوند و ایمان به او و عبادت ذات حق و کسب علوم و بهره‌گیری از آن به منظور ایجاد تمدن در روی زمین و پایبندی به ارزشها و اخلاقیات والا در رفتارهای فردی و اجتماعی کرده است.

(۱) - حجر: ۲۸، ۲۹.

(۲) - روح در قرآن به چند معنی آمده است که ابن قیم، آنها را در کتاب خود «الروح» شرح داده است. و البهی الخولی همین معانی را به نقل از کتاب مزبور و با تغییرات و تصرفاتی در کتاب خود «آدم علیه السلام» که ما قبلاً نیز از آن مطالبی نقل کردیم، آورده است. ص ۲۱-۲۴.

(۳) - البهی الخولی، همان مأخذ، ص ۲۲.

(۴) - همان مأخذ، ص ۳۲، ۳۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۶

باید دانست که روح و ماده در انسان، دو چیز جدا و مستقل از هم نیستند بلکه در یک کل متکامل و هماهنگ، به هم آمیخته‌اند و هویت و شخصیت انسان، از این امتزاج و آمیزش متکامل و هماهنگ تشکیل می‌یابد. اصولاً بدون دقت و توجه همه جانبه به این حقیقت که تشکیل شخصیت نتیجه امتزاج ماده و روح است، شناخت دقیق شخصیت انسان امکان پذیر نیست.

## ب- تضاد روانی

انسان از نظر شخصیت دارای یک سلسله خصوصیات حیوانی است، که در نیازهای جسمانی متبلور هستند و این نیازها به خاطر

حفظ ذات و بقای نوع باید ارضا شوند. او همچنین، دارای صفاتی ملکوتی است که در اشتیاق روحی نسبت به شناخت خداوند متعال و ایمان به او و عبادت و تقدیس و تنزیه باری تعالی متبلور هستند. گاهی میان این دو نوع خصوصیات شخصیتی انسان، تعارض پیش می‌آید که گاهی نیازها و خواسته‌های جسمانی و زمانی نیازها و اشتیاقات روحی، او را به طرف خود جذب می‌کنند و خود انسان نیز این نزاع درونی بین این دو جنبه شخصیتی را احساس می‌کند، قرآن به حالت نزاع میان جنبه‌های جسمانی و روانی انسان چنین اشاره می‌فرماید:

فَأَمَّا مَنْ طَغَىٰ وَ آثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَىٰ وَ أَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَ نَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ «پس هر کس از حکم خدا سرکشی و طاغی شد و زندگی دنیا را برگزید دوزخ جایگاه اوست. و هر کس از حضور در پیشگاه عز ربوبیت بترسید و از هوای نفس دوری جست، همانا بهشت منزلگاه اوست.» (۱)

(۱) - نازعات: ۳۷-۴۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۷

قرآن، همچنین آن جا که بیرون آمدن قارون را با آن دبدبه و کبکبه و همراه زیور آلات وصف می‌کند، نیز به نزاع درونی جسم و روح اشاره می‌فرماید، چون بعضی از مردم با دیدن وضع قارون آرزو کردند که کاش آنها هم مثل او ثروتمند بودند، ولی برخی دیگر به آنان گفتند که آنچه نزد خداست بهتر و پایدارتر است.

فَخَرَجَ عَلَى قَوْمِهِ فِي زِينَتِهِ قَالَ الَّذِينَ يُرِيدُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا يَا لَيْتَ لَنَا مِثْلَ مَا أُوتِيَ قَارُونُ إِنَّهُ لَكُنُوزٌ عَظِيمٌ وَ قَالَ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ وَيَلَكُمْ ثَوَابُ اللَّهِ خَيْرٌ لِمَنْ آمَنَ وَ عَمِلَ صَالِحًا وَ لَا يُلْقَاهَا إِلَّا الصَّابِرُونَ «(قارون) با تمام زینت خود در برابر قومش ظاهر شد، آنها که طالب حیات دنیا بودند گفتند: ای کاش همانند آنچه به قارون داده شده است، ما نیز داشتیم! برآستی که او بهره عظیمی دارد کسانی که علم و دانش به آنها داده شده بود گفتند وای بر شما! ثواب الهی بهتر است برای کسانی که ایمان آورده‌اند و عمل صالح انجام می‌دهند، اما جز صابران آن را دریافت نمی‌کنند.» (۱)

برخی از مسلمانان وقتی شنیدند کاروان خواروبار به مدینه رسید، از اطراف پیامبر صلی الله علیه و آله پراکنده شدند. قرآن ضمن نقل این ماجرا، به مسأله تضاد میان جنبه‌های مادی و معنوی انسان نیز اشاره می‌فرماید:

وَ إِذَا رَأَوْا تِجَارَةً أَوْ لَهْوًا انفَضُوا إِلَيْهَا وَ تَرَكُوكَ قَائِمًا قُلْ مَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ مِنَ اللَّهْوِ وَ مِنَ التِّجَارَةِ وَ اللَّهُ خَيْرُ الرَّازِقِينَ «و این مردم (ضعیف‌الایمان) چون تجارتی یا لهو و بازیچه‌ای بینند بدان شتابند و تو را در نماز تنها گذارند، ای رسول بگو به خلق که آنچه نزد خداست

(۱) - قصص: ۷۹، ۸۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۸

(یعنی ثواب آخرت و بهشت ابد) بسیار برای شما از لهو و لعب و تجارت‌های دنیا بهتر است و خدا بهترین روزی دهنده خلایق است.» (۱)

شاید مشیت خداوندی چنین اقتضا داشته باشد که انسان در میان سختیهای دیگر زندگی، از تضاد درونی خواسته‌های جسمانی و روانی نیز رنج ببرد.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ «ما نوع انسان را به حقیقت در رنج و مشقت آفریدیم.» (۲)

و نیز شاید مشیت الهی بر این قرار گرفته باشد که روش انسان در حل این مشکل، همان آزمایش حقیقی و اساسی باشد که خداوند

در این دنیا برای انسان مقرر فرموده است. کسانی که بتوانند جنبه‌های مادی و معنوی شخصیت را در خود جمع کنند و حتی الامکان بیشترین هماهنگی و تعادل را میان آنها برقرار سازند، از این آزمایش موفق و سربلند بیرون می‌آیند و شایسته پاداش خوشبختی دنیا و آخرت می‌شوند. اما آنهایی که به دنبال شهوات جسمانی می‌روند و از خواسته‌های معنوی غافل می‌مانند، در این آزمایش شکست می‌خورند و سزاوار بدبختی و شقاوت دنیا و آخرت می‌شوند.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ «الا ای اهل ایمان مبادا هرگز مال و فرزندان شما را از یاد خدا غافل سازد و کسانی که به امور دنیا از یاد خدا غافل شوند آنها به حقیقت زیانکاران عالمند.» (۳)

(۱) - جمعه: ۱۱.

(۲) - بلد: ۴.

(۳) - منافقون: ۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۱۹

إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ «به حقیقت اموال و فرزندان شما اسباب فتنه و امتحان شما هستند (چندان به آنها دل نبندید) و (بدانید) که نزد خدا اجر عظیم (بهشت ابد) خواهد بود.» (۱)

فَذَكِّرْهُمْ إِنْ نَفَعَتِ الذُّكْرَى سَيَذَكِّرْهُمْ مَنْ يَخْشَى وَيَتَجَبَّبْهَا الْأَشْقَى الَّذِي يَصْلَى النَّارَ الْكُبْرَى ثُمَّ لَا يَمُوتُ فِيهَا وَلَا يَحْيَى قَدْ أَفْلَحَ مَنْ تَزَكَّى وَذَكَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّى بَلْ تُؤْثِرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةَ خَيْرٌ وَأَبْقَى «پس به آیات الهی خلق را اگر سودمند افتد متذکر ساز. البته هر که خدا ترس باشد به این تذکر پند گیرد و آن که شقی تر نفس (و بدبخت‌ترین مردم) است از آن پند و موعظه الهی دوری گزیند آن کس (عاقبت) به آتش بسیار سخت دوزخ درافتد و در آن دوزخ نه بمیرد (تا راحت شود) و نه زنده برخوردار از زندگانی باشد حقا که فلاح و رستگاری یافت آن کسی که تزکیه نفس کرد و به ذکر نام خدا به نماز (و طاعت) پرداخت (اما مردم از جهل و غفلت از پی این سعادت نروند) بلکه زندگانی دنیا را برگزینند و عزیز دارند در صورتی که منزل آخرت بسی بهتر و پاینده‌تر (از دنیای چند روزه) است.» (۲)

الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيُبْلُوَكُمْ أَنُكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا ...

«خدایی که مرگ و زندگانی را آفرید که شما بندگان را بیازماید تا کدام نیکوکارتر (و خلوص اعمالش بیشتر) است ...» (۳)

شاید مقتضای حکمت و رحمت خداوند متعال این است که انسان را با کلیه امکانات

(۱) - تغابن: ۱۵.

(۲) - اعلی: ۹-۱۷.

(۳) - ملک: ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۰

لازم، برای حل این تضاد و عبور از مرحله این آزمایش مشکل، کمک کند. از این رو برای تمیز و تشخیص خیر و شر و حق و باطل، به انسان عقل عطا فرموده است. همچنین به او آزادی اراده و انتخاب داده است تا بتواند در این درگیری تصمیم بگیرد و هر راهی را که خود برای حل این تضاد می‌پسندد، انتخاب کند. اصولاً پایه و زیربنای مسؤلیت و حسابرسی انسان را همین آزادی اراده و انتخاب راه حل این تضاد، تشکیل می‌دهد.

وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ «و راه خیر و شر (حق و باطل، بهشت و دوزخ) را به او نمودیم؟» «۱» إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا «ما، به حقیقت راه (حق و باطل) را به انسان نمودیم (و با تمام حجت بر او رسول فرستادیم) حال خواهد هدایت پذیرد و شکر این نعمت گوید و خواهد آن نعمت را کفران کند.» «۲»

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا «و قسم به نفس و آن که او را نیکو (به حد کمال) بیافرید و به او شر و خیر او را الهام کرد. (قسم به این آیات الهی) که هر کس نفس (ناطقه) خود را از گناه و بدکاری پاک و منزّه سازد به یقین رستگار خواهد بود. و هر که او را به کفر و گناه و بدکاری و گناه، پلید گرداند البته زیانکار خواهد شد.» «۳»

(۱) - بلد: ۱۰.

(۲) - انسان: ۳.

(۳) - شمس: ۷-۱۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۱

قَدْ جَاءَكُمْ بَصَائِرٌ مِنْ رَبِّكُمْ فَمَنْ أَبْصَرَ فَلِنَفْسِهِ وَمَنْ عَمِيَ فَعَلَيْهَا ...

«دلایل روشن از طرف پروردگارتان برای شما آمده است کسی که (به وسیله آن حق را) ببیند به سود خود اوست و کسی که از دیدن آن چشم پبوشد به زیان خود اوست ...» «۱»

وَقُلِ الْحَقُّ مِنْ رَبِّكُمْ فَمَنْ شَاءَ فَلْيُؤْمِنْ وَمَنْ شَاءَ فَلْيُكْفُرْ ...

«بگو این حق است از سوی پروردگارتان هر کس می‌خواهد ایمان بیاورد (و این حقیقت را پذیرا شود) و هر کس می‌خواهد کافر گردد ...» «۲»

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا فَلِنَفْسِهِ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهَا وَمَا رَبُّكَ بِظَلَّامٍ لِلْعَبِيدِ «کسی که عمل صالحی بجا آورد نفعش برای خود اوست و هر کس بدی کند به خویشتن بدی کرده است و پروردگارت هرگز به بندگان ستم نمی‌کند.» «۳»

كَلَّا وَالْقَمَرَ وَاللَّيْلَ إِذْ أَدْبَرَ وَالصُّبْحَ إِذَا أَسْفَرَ إِنَّهَا لَأُخِيدَى الْكُبْرِ نَذِيرًا لِلْبَشَرِ لِمَنْ شَاءَ مِنْكُمْ أَنْ يَتَقَدَّمَ أَوْ يَتَأَخَّرَ كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ رَهِينَةٌ إِلَّا أَصْحَابَ الْيَمِينِ فِي جَنَّاتٍ يَتَسَاءَلُونَ عَنِ الْمُجْرِمِينَ مَا سَلَكَكُمْ فِي سَقَرٍ قَالُوا لَمْ نَكُ مِنَ الْمُصَلِّينَ وَ لَمْ نَكُ نُطْعِمِ الْمَسْكِينِ وَ كُنَّا نَحْوُضُ مَعَ الْخَائِضِينَ وَ كُنَّا نَكْذِبُ بِيَوْمِ الدِّينِ حَتَّى آتَانَا الْيَقِينَ

(۱) - انعام: ۱۰۴.

(۲) - كهف: ۲۹.

(۳) - فصلت: ۴۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۲

«چنین نیست قسم به ماه تابان و قسم به شب تار چون (به سحر که وقت راز و نماز مشتاقان خداست) باز گردد و قسم به صبح (نبوت) چون جهان را (به نور علم) روشن سازد که این قرآن یکی از بزرگترین آیت‌های (خدا) است پند و اندرز آدمیان است تا از شما آدمیان هر که بخواهد (در مقام ایمان و طاعت و سعادت) پیش افتد یا بازماند. هر نفسی در گرو عملی است که انجام داده است مگر اهل یمین (که به یمین و سعادت نیکوکار شدند) آنها در باغ‌های بهشت متنعمند (سؤال می‌کنند) از احوال دوزخیان گنهکار که شما را چه عمل به عذاب دوزخ درافکند؟ آنان جواب دهند که ما از نماز گزاران نبودیم و مسکینی را طعام (و صدقه‌ای ندادیم و ما با اهل باطل به بطالت پرداختیم و ما روز جزا را تکذیب کردیم تا آن که (به مرگ) یقین به قیامت یافتیم.» «۱»

بنابراین، ساختمان وجودی انسان، فطره هم استعداد انجام کارهای زشت، پیروی از هوای نفس و شهوات جسمانی، غرق شدن در لذت‌های ملموس و تمایلات دنیوی را دارد و هم آمادگی ارتقا به اوج فضیلت و تقوا و اخلاقیات عالی انسان و عمل صالح و پیامدهای آن، یعنی رسیدن به آرامش روانی و خوشبختی معنوی. به همین دلیل طبیعی است که فطرت انسان بالقوه متضمن تضاد میان خیر و شر، فضیلت و رذیلت و اطاعت و معصیت خداست، و آزمایش واقعی انسان در این دنیا نیز همین سمت و سوی گرایش اراده و موضوع انتخاب او است. آیا راه خیر و اطاعت از خدا را انتخاب خواهد کرد و یا راه شر و نافرمانی را؟ آیا از هواها و شهوات نفس و مسائل دنیوی پیروی می‌کند و از یاد خدا غافل می‌ماند و روز قیامت را فراموش خواهد کرد یا بر هواها و شهوات نفس حاکم شده میان خواسته‌های جسمانی و روحانی خویش تعادل ایجاد خواهد کرد؟

اگر انسان در زندگی خود، لذت‌های دنیوی را انتخاب کند و پیرو هوای نفس و شهوات جسم باشد و خدا و روز جزا را فراموش کند، درست مانند حیوان، و حتی بدتر از آن می‌شود زیرا از عقل خود که خداوند او را به واسطه آن بر حیوان برتری بخشیده، استفاده نکرده است.

(۱) - مدثر: ۳۲-۴۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۳

أَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَهَهُ، هَوَاهُ أَفَأَنْتَ تَكُونُ عَلَيْهِ وَكِيلًا أَمْ تَحْسَبُ أَنْ أَكْثَرُهُمْ يَشْعُرُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلًا «آیا دیدی کسی را که هوای نفس خویش را معبود خویش ساخت؟ آیا تو حافظ و نگهبان او توانستی شد؟ (یا به دفاع از او برخیزی) آیا گمان می‌بری که اکثر این کافران می‌شنوند یا فکر و تعقلی دارند؟ آنها (در بی‌عقلی) همچون چهارپایانند، بلکه گمراهتر.» (۱)

انسانی که این گونه زندگی می‌کند فاقد شخصیتی رشد یافته است. چنین شخصی درست مانند کودکی است که بجز نیازها و تمایلات خود، هیچ چیز برایش اهمیتی ندارد و در واقع هنوز اراده‌اش قوی نشده و کیفیت حاکمیت بر هوای نفس و خواسته دل را نیاموخته است. از این رو همواره دنباله‌رو خواسته‌ها و تسلیم و سوسه‌های «نفس اماره به سوء» است.

وَمَا أُبْرِيْ نَفْسِيْ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّيْ إِنَّ رَبِّيْ غَفُورٌ رَّحِيمٌ «من هرگز نفس خویش را تبرئه نمی‌کنم که نفس (سرکش)، بسیار به بدیها امر می‌کند مگر آنچه را پروردگارم رحم کند، پروردگارم غفور و رحیم است.» (۲)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز در این خصوص چنین می‌فرماید:

«أعدى عدوك نفسك التي بين جنبيك، فمن أدبها أو قمعها آمن ظلمها» «دشمنترین دشمنانت همان نفس تو است که در درونت قرار دارد، هر کس آن را

(۱) - فرقان: ۴۳، ۴۴.

(۲) - یوسف: ۵۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۴

ادب یا سرکوب کند از ظلمش در امان خواهد ماند.» (۱)

وقتی انسان به درجه بالا-تری از رشد و کمال برسد، وجدانش بیدار می‌شود و سستی اراده و پیروی از هواها و شهوات نفس و لذت‌های دنیا را که موجب لغزش و گناهِش هستند محکوم می‌کند و ضمن احساس گناه، نفس خود را به سبب افراط در گناه، سرزنش می‌کند و با طلب بخشش و توبه، به سوی خدا رو می‌آورد. در این حالت، او تحت تأثیر نفس «لؤامه» قرار دارد.



لَا أَقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ وَلَا أَقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَامَةِ «قسم به روز (بزرگ) قیامت. و قسم به نفس پرحسرت و ملامت (یعنی نفس انسان که در قیامت خود را بر تقصیر و گناه بسیار ملامت می‌کند)». (۲)

اگر انسان در توبه و تقرب به خداوند متعال از طریق انجام عمل صالح و دوری از موجبات خشم خدا، اخلاص داشته باشد و به طور کامل بر هوای نفس و خواسته‌های جسمانی خود حاکم باشد و آن را فقط از همان طریقی که شرع مقدس اجازه داده است ارضا کند، نوعی تعادل همه جانبه میان خواسته‌های جسمانی و روحانی خویش به وجود آورده است. در این صورت می‌توان گفت فرد به بالاترین مرحله رشد و تکامل بشری نایل آمده است، یعنی مرحله‌ای که نفس انسان در آرامش و اطمینان و وقار به سر می‌برد، آنگاه صفت «مطمئن» کاملاً بر آن منطبق خواهد شد.

يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً فَادْخُلِي فِي عِبَادِي وَادْخُلِي جَنَّاتِي

(۱) - به نقل از: ابو القاسم حسن بن محمد المفضل الراغب الاصفهانی: المفردات، ص ۸۸، ۸۹.

(۲) - قیامت: ۱، ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۵

« آن هنگام به اهل ایمان خطاب لطف رسد که) ای نفس قدسی مطمئن و دل آرام (به یاد خدا). امروز به حضور پروردگار باز آی که تو خوشنود (به نعمتهای ابدی او) و او راضی (از اعمال نیک) تو است. باز آی و در صف بندگان خاص من در آی. و در بهشت من داخل شوی.» (۱)

این مفاهیم سه گانه نفس، یعنی نفس اماره به سوء، نفس لوّامه و نفس مطمئنّه را می‌توان حالت‌هایی تصور کرد که شخصیت انسان در سطوح مختلف رشد، به آن متّصف می‌شود و شخصیت انسان در جریان تضاد درونی میان جنبه‌های مادی و معنوی ماهیت ساختاری خویش، آنها را پشت سر می‌گذارد. زمانی که شخصیت انسان در پایین‌ترین سطح قرار دارد به طوری که هواها و شهوات و لذت‌های جسمانی و دنیوی بر او مسلط اند، در واقع تحت حاکمیت «نفس اماره» می‌باشد. و هنگامی که به بالاترین درجه رشد و کمال بشری می‌رسد تا آن جا که تعادل کامل میان خواسته‌های جسمانی و روانی او برقرار می‌شود، آنگاه به مرحله‌ای رسیده است که صفت نفس مطمئنّه بر آن تطبیق می‌کند. حد وسط میان این دو مرحله، مرحله‌ای است که انسان نفس خود را نسبت به خطاهایی که مرتکب شده است به محاسبه می‌کشد و از ارتکاب کارهایی که موجب خشم خدا و سرزنش وجدان می‌شوند مجدانه امتناع می‌ورزد. اما انسان همیشه در این تلاش موفق نیست و گاهی به علت ضعف، دچار اشتباه می‌شود و به خطا می‌افتد. در این حالت به شخصیت انسان «نفس لوّامه» اطلاق می‌شود.

شایسته ذکر است که پس از گذشت چهارده قرن از نزول قرآن، زیگموند فروید مؤسس روانکاوی، در خصوص شخصیت، نظریه‌ای ارائه داد و بر اساس آن نفس را به سه بخش متمایز تقسیم کرد که شباهتهایی با مفاهیم نفس اماره و لوّامه و مطمئنّه در قرآن، دارد. فروید معتقد است که نفس انسان دارای سه بخش «او»، «من» و «من برتر» است. «۲» «او» به نظر فروید حاوی غرایز منبعث از جسم است و نفس در این مرحله از

(۱) - فجر: ۲۷-۳۰.

(۲) - زیگموند فروید، الأنا و الهو: ترجمه محمد عثمان نجاتی، چاپ چهارم، بیروت: دار الشروق، ۱۹۸۲، ص ۱۴-۱۷؛ زیگموند فروید: معالم التحليل النفسي، ترجمه محمد عثمان نجاتی، چاپ پنجم، بیروت:

دار الشروق، ۱۹۸۳، ص ۴۶-۴۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۶

اصل «لذت» پیروی می‌کند و هدفش دائماً ارضای غرایز بدون رعایت منطق، اخلاق و واقعیت است. «او» به این معنی تا حدودی شبیه «نفس اماره به سوء» در قرآن است.

«من برتر» آن بخش از نفس است که از آموزش‌های فرد از طریق والدین و اساتید و نیز از ارزش‌های فرهنگی محیط تشکیل می‌شود و کم‌کم به یک نیروی نفسانی درونی مبدل می‌شود و به محاسبه و مراقبت و انتقاد از فرد می‌پردازد و نیز گاهی او را به مکافات تهدید می‌کند. این نفس را معمولاً به نام وجدان می‌شناسند. به عقیده فروید «من برتر» نشان دهنده ماهیت رشد‌یابنده انسان است. من برتر به این معنی تا حدودی شبیه مفهوم «نفس لؤامه» است.

و بالاخره «من» آن بخش از نفس است که زمام تمایلات غریزی ناشی از «او» را در دست دارد و بر آنها مسلط است. در نتیجه به آنچه که خود می‌خواهد اجازه ارضا می‌دهد و انجام آنچه را که نمی‌خواهد، به تعویض می‌اندازد و نیز تمایلاتی که نابودی آنها را ضروری می‌داند سرکوب می‌کند و در این کارها اصل «واقعیت» یا توجه به «جهان بیرون از خود» را - با تمام قوانین و ارزش‌ها و اخلاقیات و دستوره‌های دینی آن - مراعات می‌کند. به عقیده فروید کار «من» ایجاد هماهنگی بین «او» و واقعیت، یا جهان خارج و بین «من برتر» است به طوری که تنها در حدود واقعیت، به «او» اجازه ارضا می‌دهد و همچنین از افراط و زیاده‌روی «من برتر» جلوگیری می‌کند و مانع افراط در انتقاد و تهدید به مجازات بدون دلیل منطقی می‌شود. اگر «من» در وظیفه ایجاد هماهنگی بین «او» و «من برتر» موفق شود، امکان تعادل و هنجار و سلامت روانی انسان متحقق خواهد شد.

با توجه به مطالب فوق ما می‌توانیم میان نتیجه‌ای که موفقیت «من» در انجام وظیفه به آن منتهی می‌شود و نیز تحقق تعادل شخصیت و خوشبختی انسان از یک طرف، و میان حالت «نفس مطمئه» که انسان با غلبه بر هوای نفس و ایجاد تعادل بین خواسته‌های جسمانی و روانی خود به آن می‌رسد از طرف دیگر شباهتهایی بیابیم. البته انسان در این میان «اصل واقعیت» را که نظام زندگی در یک جامعه اسلامی بر او تحمیل می‌کند مراعات می‌نماید، یعنی عبادتهای واجب را انجام می‌دهد و به امر به معروف و نهی از منکر و عمل صالح می‌پردازد و از مقررات اخلاق اسلامی پیروی می‌کند.

البته در این جا لازم است به وجود اختلاف موجود میان مفاهیم سه گانه نفس آن طور

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۷

که در قرآن آمده است و انواع سه گانه نفس از دیدگاه فروید، نیز اشاره کنیم. مفاهیم نفس «اماره به سوء» و نفس «لؤامه» و نفس «مطمئه»، حالت‌های مختلفی هستند که در جریان نزاع درونی بعد مادی و بعد معنوی شخصیت انسان، نفس او به آنها متصف می‌شود؛ بنابراین نمی‌توان آنها را بخش‌های مختلفی از نفس دانست چنان که در اثنای مراحل مشخص رشد که انسان آنها را پشت سر می‌گذارد، به وجود نمی‌آیند. اما مفاهیم «او» و «من» و «من برتر» از دیدگاه فروید، هم انواع مختلف نفس هستند و هم در مراحل مختلف رشد کودک به وجود می‌آیند. زیرا «او» در واقع همان نفس کودک است بلافاصله پس از تولدش؛ چه، کودک در این مرحله بطور کلی تحت تأثیر خواسته‌های غریزی‌اش قرار دارد. سپس به تدریج و تحت تأثیر جهان خارج، بخش «من» کودک به وجود می‌آید و این همان است که با رعایت مقتضیات و نیازهای «واقعیت» و جهان خارج، بر غرایز برخاسته از «او» حکومت می‌کند. و «من برتر» کودک نیز از امرها و نهی‌هایی که او از والدین و فرهنگ محیط خود دریافت می‌کند، ساخته می‌شود و این همان وجدان است که انسان را به محاسبه می‌کشد و بر اشتباهات و گناهانی که مرتکب می‌شود، سرزنش و توبیخ می‌کند. از دیدگاه فروید میان این سه بخش نفس بدون شک برخوردهایی به وجود می‌آید که در جریان آن «من» می‌کوشد میان خواسته‌های «او» و «من برتر» و جهان خارج، هماهنگی ایجاد کند و اگر در این کار موفق شود، آنگاه انسان، انسانی بهنجار و برخوردار از بهداشت روانی خواهد شد.

در حالی که از دیدگاه فروید، برخورد روانی میان این سه بخش نفس رخ می‌دهد، بر اساس تصویری که قرآن از طبیعت و سرشت آفرینش انسان، ترسیم می‌کند، این برخورد میان بعد مادی و بعد روحی و روانی شخصیت انسان به وقوع می‌پیوندد و در نتیجه این برخورد، حالت‌های سه‌گانه نفس به وجود می‌آید: نفس اماره به سوء، نفس لوامه و نفس مطمئنه.

### ج- تعادل شخصیت

قبلا گفتیم که مناسبترین راه حل مشکل تضاد میان جنبه‌های جسمانی و روانی انسان، در واقع ایجاد هماهنگی میان آن دو است. به این معنی که انسان در حدود شرع، نیازهای قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۸

جسمانی خود را ارضا کند و همزمان با آن به ارضای نیازهای روانی نیز پردازد. اگر انسان در زندگی به میانه‌روی و اعتدال و دوری از زیاده‌روی و افراط در ارضای انگیزه‌های جسمانی و روانی ملتزم باشد، ایجاد هماهنگی میان نیازهای جسم و روح کاملاً امکان‌پذیر است. زیرا در اسلام نه رهبانیتی وجود دارد که با ارضای انگیزه‌های جسمانی مخالف باشد و در جهت سرکوب آن عمل کند و نه نوعی اباحه مطلق که انگیزه‌های جسمانی را به طور کامل ارضا کند. اسلام خواهان هماهنگی انگیزه‌های جسم و روح، و در پیش گرفتن راه میانه‌ای است که به ایجاد تعادل میان جنبه‌های مادی و معنوی انسان بینجامد. ما قبلاً هنگام بحث درباره تعارض روانی، در فصل اول همین کتاب (فصل مربوط به انگیزه‌ها در قرآن) نیز به این موضوع اشاره کرده‌ایم. قرآن به ضرورت تحقق این تعادل در شخصیت انسان، چنین اشاره می‌فرماید:

وَ ابْنِعْ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَفْسِيكَ مِنَ الدُّنْيَا ...

«و در آنچه خدا به تو داده سرای آخرت را جستجو کن و بهره‌ات را از دنیا فراموش مکن ...» (۱)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز در این باره چنین می‌فرماید:

«لیس خیرکم من عمل لدنیاہ دون آخرتہ، و لا من عمل لآخرتہ، و ترک دنیاہ و إنما خیرکم من عمل لہذہ» «بهترین شما کسی نیست که فقط برای دنیای خود بدون در نظر گرفتن آخرت، کار کند و نه کسی که فقط برای آخرتش کار کند و دنیا را رها سازد، بلکه بهترین فرد در میان شما کسی است که هم برای دنیا و هم برای آخرت کار کند.» (۲)

(۱) - قصص: ۷۷.

(۲) - محمد جواد مغنیه، فلسفه الأخلاق فی الاسلام، بیروت، دار العلم للملایین، ۱۹۷۷، ص ۱۹۴، ۱۹۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۲۹

با برقراری تعادل میان جسم و روح، ماهیت انسان به طور حقیقی و کامل شکل می‌گیرد. این ماهیت کمال یافته را می‌توان در شخصیت پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله که هم نیروی شاداب روحی و هم طراوت فزاینده جسمانی هر دو را دارا بود، متبلور دید، به طوری که آن حضرت، هم با صفا و خشوع کامل به عبادت حق می‌پرداخت و هم مانند دیگران به زندگی بشری خود ادامه می‌داد و در حدود شرع از لذت‌های دنیوی نیز بهره می‌جست. به همین دلیل وجود مقدس آن حضرت، نماینده یک انسان کامل و یک شخصیت نمونه بود که کلیه قوای جسمانی و روانی انسانی در او متعادل شده بود. (۱)

تعادل جسم و روح در شخصیت انسان، نمایانگر توازن موجود در کل هستی است.

زیرا خداوند متعال هر چیزی را در اندازه و میزان مشخصی آفرید. ما در فصل اول آن جا که درباره انگیزه‌های فطری بحث می‌کردیم، به ایده تعادل حیاتی در بدن و نیز به وظیفه انگیزه‌های فطری در نگه داشتن بدن در حالتی ثابت از تعادل که برای حفظ

ذات و بقای نوع امری ضروری است، اشاره کردیم. اما باید توجه داشت که مسأله تعادل در انسان منحصر به تعادل بیولوژیک نیست، بلکه کل شخصیت انسان و نیز تعادل جسم و روح را هم در بر می‌گیرد.

#### د- شخصیت بهنجار

از مطالب گذشته این مسأله روشن می‌شود که شخصیت بهنجار از نظر اسلام، شخصیتی است که جسم و روح در آن متعادل باشد و نیازهای هر کدام ارضا شود.

انسانی که دارای شخصیت بهنجار است، به جسم و سلامت و نیرومندی آن اهمیت می‌دهد و نیازهای آن را در حدودی که شرع مقدس روا می‌داند برآورده می‌سازد و همزمان با آن به خدا ایمان می‌آورد. عبادات و اموری را که موجب رضایت خدا هستند انجام می‌دهد و از اعمالی که موجب خشم خدا می‌شود اجتناب می‌کند. بنابراین از نظر اسلام فردی که پیرو هوای نفس خویش باشد، فردی نابهنجار است و نیز کسی که

(۱) - محمد قطب: فی النفس و المجتمع، چاپ دوم، قاهره، مکتبه وهبه، ۱۹۶۲، ص ۶۲، ۶۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۰

خواسته‌های جسمانی خود را سرکوب و مقهور می‌کند و با رهبانیتی افراطی، و ریاضتی شدید باعث ضعف جسمی خود می‌شود و تنها به ارضای نیازها و تمایلات معنوی می‌پردازد، شخصی نابهنجار است. زیرا این گونه گرایشهای افراطی و تفریطی با طبیعت و فطرت انسان مخالف و متضاد است. به همین دلیل هیچ کدام از این دو گرایش، به شکل‌گیری و تحقق ماهیت حقیقی انسان نمی‌انجامد، چنان که او را به کمال حقیقی شخصیتی نیز نمی‌رساند.

#### ه- انواع شخصیت در قرآن

##### اشاره

اندیشمندان در طول تاریخ، و روان‌شناسان در قرن حاضر کوشیده‌اند، وجود تشابه و تفاوت شخصیت‌های مردم را بررسی کنند. آنان مردم را از نظر شخصیت به چند نوع تقسیم کرده‌اند که هر نوع، گروه مشخصی از خصوصیات یا نشانه‌های متمایز کننده‌ای در بر دارد. برخی، مردم را بر اساس خصوصیات جسمانی آنها، به انواع مختلفی تقسیم کرده‌اند و معتقدند کسانی که زیر گروه یکی از انواع جسمانی شخصیت قرار می‌گیرند، در خصوصیات روانی نیز شبیه یکدیگرند. گروهی دیگر، مردم را بر اساس تشابه خصوصیات روانی آنان به انواع روانی تقسیم کرده‌اند. «۱»

تقسیم مردم از نظر شخصیت به انواع مختلف، که هر نوع آن شامل افراد دارنده خصوصیات مشابه باشد، در واقع کوششی است برای توصیف مردم و تفسیر رفتار آنها.

مثلاً وقتی قابل به انتساب فلان فرد به فلان نوع شخصیت شویم، خواهیم توانست خود او را توصیف و رفتارش را تفسیر کنیم، چنان که نوع رفتاری نیز که احتمالاً در موارد مشخصی در آینده از او سر خواهد زد قابل پیش‌بینی خواهد بود.

قرآن مردم را بر اساس عقیده، به سه نوع تقسیم کرده است: مؤمنان، کافران و منافقان. هر یک از این انواع سه گانه، خصوصیات اصلی و عمومی ویژه خود را دارد که از دو نوع دیگر جدایش می‌سازد. از آن جا که قرآن کتاب عقیده و هدایت است، این گونه

(۱) - برای اطلاع بیشتر از نظریه‌های ارائه شده در خصوص انواع شخصیت، رک به: «الشخصیة»؛ ریچارد س. لازاروس، ص ۶۲-۶۷ و علم النفس فی حیاتنا الیومیة: محمد عثمان نجاتی، ص ۳۹۸-۴۰۵.  
قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۱

تقسیم بندی مردم، با اهداف آن نیز هماهنگی دارد. از طرف دیگر، این تقسیم بندی نشان دهنده اهمیت عقیده در ساختار شخصیت انسان و تشخیص خصوصیات متمایز کننده او است و نیز رفتار انسان را به شکلی خاص و مشخص که موجب تمایز او از دیگران شود، جهت می‌دهد. این تقسیم بندی همچنین نشان می‌دهد که عامل اصلی ارزشیابی شخصیت از نظر قرآن، عقیده است. قرآن در بسیاری از موارد به مردم دارای این سه نوع شخصیت، یعنی مؤمنان، کافران و منافقان اشاره می‌کند. مثلاً در آغاز سوره بقره، مؤمنان را در چهار آیه (۲-۵)، کافران را در دو آیه (۶، ۷) و منافقان را در ۱۳ آیه (۸-۲۰) ذکر می‌کند. در سوره‌های دیگری نیز به آنها اشاره می‌کند. علاوه بر این، برای هر یک نیز سوره‌ای اختصاص داده و نام آنها را بر آن سوره نهاده است. سوره‌های «مؤمنون» «کافرون» و «منافقون». (۱)

قرآن برای هر یک از این شخصیت‌های سه‌گانه، خصوصیات و علایم ویژه‌ای ذکر می‌کند که به واسطه آن از دو نوع دیگر متمایز می‌شود. ما ذیلاً سعی خواهیم کرد مهمترین نشانه‌هایی را که موجب تمایز هر نوع از انواع دیگر می‌شود همان‌طور که در قرآن آمده است، ذکر کنیم.

## ۱- مؤمنان:

### اشاره

خداوند متعال در بسیاری از آیات و اکثر سوره‌های قرآن، مؤمنان و رفتارشان را در زمینه‌های مختلف زندگی از قبیل: عقیده، عبادت، اخلاق، رابطه با دیگران، روابط خانوادگی، عشق به شناخت، زندگی عملی و تلاش برای کسب روزی و خصوصیات جسمی ذکر کرده است.

اگر به جمع‌آوری خصوصیات مؤمنان - که در قرآن آمده است - بپردازیم، می‌توانیم آنها را به ۹ زمینه اصلی و عمومی از زمینه‌های رفتاری تقسیم کنیم:

(۱) - در این موضوع همچنین رک به: النماذج الانسانیة فی القرآن الکریم، احمد محمد فارس، بیروت.

دار الفکر (بدون تاریخ)، ص ۶۱-۸۵؛ و الانسان فی الاسلام و الانسان المعاصر، عبدالغنی عبود، قاهره: دار الفکر العربی، ۱۹۷۸، ص ۱۵۲-۱۵۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۲

۱- خصوصیات عقیدتی.

۲- خصوصیات عبادی.

۳- خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی.

۴- خصوصیات مربوط به روابط خانوادگی.

۵- خصوصیات اخلاقی.

۶- خصوصیات انفعالی و عاطفی.

۷- خصوصیات عقلانی و شناختی.

۸- خصوصیات مربوط به زندگی عملی و حرفه‌ای.

۹- خصوصیات جسمانی.

هر یک از این زمینه‌ها، شامل گروه دیگری از خصوصیات فرعی می‌شود که هر کدام مربوط به جنبه خاص و معینی از رفتار است. عنوانهای زیر نشان دهنده گروههای فرعی است که در زمینه‌های عمومی و اصلی خصوصیات مؤمنان، قرار دارند.

### ۱- ۱ خصوصیات عقیدتی

ایمان به خدا، پیامبران، کتب آسمانی، فرشتگان، روز قیامت، روز رستاخیز و حساب، بهشت و دوزخ، غیب و قضا و قدر.

### ۱- ۲ خصوصیات عبادی

عبادات خدا و انجام فرایض از قبیل: نماز، روزه، زکات، حج، جهاد در راه خدا با مال و جان، تقوای خدا، ذکر دائم خدا، طلب بخشش از خدا، توکل بر خدا و قراءت قرآن.

### ۱- ۳ خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی

رفتار خوب با مردم، جود و احسان، تعاون و همکاری، اتحاد و همبستگی، امر به معروف و نهی از منکر، عفو، ایثار، اجتناب از کارهای بیهوده.

### ۱- ۴ خصوصیات مربوط به روابط خانوادگی

نیکی به والدین و خویشاوندان، حسن معاشرت همسران نسبت به یکدیگر، سرپرستی خانواده و پرداخت نفقه به آنها. قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۳

### ۱- ۵ خصوصیات اخلاقی

صبر، بردباری، صداقت، عدالت، امانتداری، وفای به عهد خدا و مردم، پاکدامنی، فروتنی، سخت کوشی در گرفتن حق و در راه خدا، عزت نفس، قدرت اراده، حاکمیت بر هوا و شهوت نفس.

### ۱- ۶ خصوصیات انفعالی و عاطفی

خدادوستی، ترس از عذاب خدا، امید به رحمت خدا، مردم دوستی و خیرخواهی نسبت به آنان، فرو خوردن خشم و کنترل انفعال غضب، تجاوز نکردن به دیگران، عدم حسادت به دیگران، تواضع، مهربانی و سرزنش کردن نفس و احساس پشیمانی در صورت ارتکاب گناه.

### ۱- ۷ خصوصیات عقلانی و شناختی

تفکر در هستی و آفرینش خدا، طلب شناخت و دانش، عدم پیروی از گمان، جستجوی حقیقت، آزادی فکر و عقیده.

## ۸-۱ خصوصیات مربوط به زندگی عملی و حرفه‌ای

اخلاص در عمل و خوب کار کردن، تلاش فعالانه و مجدانه برای کسب روزی.

## ۹-۱ خصوصیات بدنی

نیرومندی، سلامت، پاکیزگی و طهارت.

اگر به مجموعه این خصوصیات که قرآن مؤمنان را به آن توصیف کرده است بیندیشم، می‌توانیم تصویر دقیق و پر از نشاط زندگی مؤمن را در ذهن خود مجسم کنیم، مؤمنی که صادقانه به پروردگارش ایمان آورده است و تنها او را عبادت می‌کند و در زندگی شخصی، خانوادگی، اجتماعی و شغلی خود به ارزشهای والای انسانی و اخلاق پسندیده پایبند و در اخلاص و امانتداری و دقت در کارها نمونه است. تصویری که قرآن از مؤمن ارائه می‌دهد تصویر انسان کامل در حدود امکانات بشری است و آنچه که خدا از ما می‌خواهد تلاش همه جانبه برای وصول به این کمال است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نخستین

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۴

گروه مسلمانان را بر اساس همین خصوصیات تربیت، و در نتیجه شخصیت آنان را کاملاً دگرگون کرد و از آنان، اشخاص مؤمنی ساخت که توانستند با نیروی شخصیت، شرف اخلاقی، علو همت، خصایل پسندیده و ارزشهای والایی که از قرآن و سنت فرا گرفته بودند، چهره تاریخ را تغییر دهند.

تصویری که قرآن راجع به مؤمنان، در ذهنمان ترسیم می‌کند، در واقع الگویی از یک انسان مؤمن است که باید برای تحقق یافتن واقعی آن تلاش کنیم. و نیز باید تربیت کودکان بر اساس همین خصوصیات باشد تا به خصوصیات اصلی و ریشه‌دار تبدیل شود و تشکیل یک جامعه سالم اسلامی تنها از این طریق امکان پذیر است.

خصوصیات مزبور در شخصیت مؤمن مستقل از هم نیستند، بلکه در همدیگر تأثیر و تأثر دارند و مکمل یکدیگرند و نیز مشترکاً رفتار مؤمن را در کلیه زمینه‌های زندگی جهت می‌دهند. به همین دلیل رفتار مؤمن چه در ارتباط با پروردگار، یا ارتباط با مردم و یا با خود، هماهنگ است.

خصوصیات عقیدتی، نقش اساسی و تعیین کننده‌ای در جهت دادن به رفتار انسان در کلیه زمینه‌های زندگی ایفا می‌کنند، به طوری که ایمان به توحید و روز رستاخیز و حساب، از خصوصیات اصلی حاکم بر شخصیت انسان می‌شوند و در کلیه خصوصیات دیگر شخصیتی، مؤثر هستند و آنها را راهنمایی می‌کنند. بنابراین مؤمنی که نسبت به پروردگار، امین و درستکار است، در کارهای خود و دیگران نیز امین و مورد اعتماد خواهد بود و همچنین مؤمنی که از پروردگار خود می‌ترسد و خالصانه او را عبادت می‌کند، در برخورد با خواسته‌های نفسانی خود و نیز در روابط با مردم، طالب رضایت و پاداش خداوندی است و از خشم و کيفر او بیمناک است. به این ترتیب ایمان به خداوند و عبادت او، موجب ادامه زمینه‌های رفتاری مؤمن در زندگی می‌شود. از همین دیدگاه است که راهنمایی نفس به راه درست، خوشرفتاری با مردم و اظهار محبت و خلوص و انجام کار نیک برای آنان، نوعی عبادت محسوب می‌شود.

بدیهی است که همه مؤمنان از نظر تقوا در یک سطح نیستند در درجات و مراحل، با هم فرق دارند. قرآن سه درجه یا سه گروه برای مؤمنان ذکر کرده است: مؤمنانی که به خود ظلم می‌کنند، میانه‌روها و پیشتازان خیر.



قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۵

ثُمَّ أَوْرَثْنَا الْكِتَابَ الَّذِينَ أَصَابْنَا مِنْ عِبَادِنَا فَمِنْهُمْ ظَالِمٌ لِنَفْسِهِ وَمِنْهُمْ مُقْتَصِدٌ وَمِنْهُمْ سَابِقٌ بِالْخَيْرَاتِ يُأْتِنُ اللَّهُ ذَلِكَ هُوَ الْفَضْلُ الْكَبِيرُ  
«سپس این کتاب آسمانی را به گروهی از بندگان برگزیده خود به میراث دادیم، (اما) از میان آنها عده‌ای بر خود ستم کردند، و عده‌ای میانه‌رو بودند، و عده‌ای به اذن خدا در نیکیها از همه (پیشی) گرفتند و این فضیلتی بزرگ است.» (۱)

ابن کثیر در تفسیر این آیه می‌گوید: «ظالم به نفس، یعنی کسی که در انجام برخی از واجبات کوتاهی می‌کند و مرتکب برخی از محرمات می‌شود و مقتصد، کسی است که واجبات را انجام می‌دهد و محرمات را ترک می‌گوید؛ اما گاهی هم برخی از اعمال مستحب را انجام نمی‌دهد و یا مرتکب برخی از مکروهات می‌شود و پیشتاز در امور خیر کسی است که واجبات و مستحبات را انجام می‌دهد و محرمات و مکروهات و حتی برخی از اعمال مباح را ترک می‌کند.» (۲)

و قرطبی در این مورد چنین می‌گوید: «ظالم به نفس، یعنی کسی که مرتکب گناهان صغیره می‌شود. و مقتصد، یعنی کسی که کارهای دنیا و آخرت را در حد لازم انجام می‌دهد. و پیشتازان خیر، کسانی هستند که از همه مردم جلوترند.» (۳)  
در تفسیر جلالین آمده است که ظالم به نفس، یعنی کسی که در عمل کوتاهی می‌کند.

و مقتصد، یعنی کسی که در اغلب اوقات وظیفه‌اش را انجام می‌دهد. و «سَابِقٌ بِالْخَيْرَاتِ» تعلیم و ارشاد را نیز ضمیمه عملش می‌کند.  
(۴)

(۱) - فاطر: ۳۲.

(۲) - تفسیر ابن کثیر، ج ۳، ص ۵۵۴، ۵۵۵.

(۳) - تفسیر قرطبی، ج ۴، ص ۳۴۶. قرطبی همچنین می‌گوید: این آیه نظیر آیه: «وَكُنْتُمْ أَزْوَاجًا ثَلَاثَةً» در سوره واقعه است ... ظالمان به نفس در این جا، همان اصحاب مشأمة و مقتصدان، اصحاب میمنه و پیشتازان خیر همان «سابقون» هستند.

(۴) - تفسیر جلالین، ص ۳۶۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۶

## ۲- کافران:

### اشاره

قرآن در آیات زیادی به کافران اشاره می‌کند و پاره‌ای از خصوصیات ویژه و اصلی برای آنها نام می‌برد. این خصوصیات را می‌توان به صورت زیر خلاصه کرد:

## ۲- ۱ خصوصیات عقیدتی

عدم ایمان به یگانگی خدا، پیامبران، روز قیامت و رستاخیز و حساب.

## ۲- ۲ خصوصیات عبادی

بجز خدا چیزهایی را می‌پرستند که نه سودی برای آنان دارد و نه زیانی.

## ۲-۳ خصوصیات مربوط به روابط خانوادگی

ظلم: کافران، در رفتارشان با مؤمنان متجاوز هستند، آنها را مورد تمسخر قرار می‌دهند و به حقوقشان تجاوز می‌کنند و نیز امر به منکر و نهی از معروف می‌نمایند.

## ۲-۴ خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی

قطع رابطه با خویشاوندان.

## ۲-۵ خصوصیات اخلاقی

پیمان‌شکنی، فسق و فجور و پیروی از هوای نفس و شهوات، غرور و تکبر.

## ۲-۶ خصوصیات انفعالی و عاطفی

نفرت و کینه نسبت به مؤمنان، حسادتشان به مؤمنان در نعمتهایی که خداوند به آنها عطا فرموده است.

## ۲-۷ خصوصیات عقلانی و شناختی

جمود فکری و ناتوانی در ادراک و تعقل، مهر زدگی بر دل‌های آنها، تقلید کورکورانه از عقاید و سنت‌های پدران و فریب دادن خود. تصویری که قرآن از شخصیت کافران ترسیم می‌کند این است که آنها به توحید، پیامبران، کتب آسمانی، روز قیامت و رستاخیز و حساب و بهشت و دوزخ ایمان ندارند.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۷

آنها به تقلید از پدران خود به پرستش بت‌هایی می‌پردازند که نه نفعی دارند و نه ضرری، نه می‌شنوند، نه سخن می‌گویند و نه تعقل می‌کنند. آنها دچار جمود فکری‌اند و از ادراک حقیقت توحید که اسلام مردم را به آن فرامی‌خواند، عاجز هستند. به همین دلیل قرآن آنها را این گونه توصیف می‌کند:

خَتَمَ اللَّهُ عَلَىٰ قُلُوبِهِمْ وَعَلَىٰ سَمْعِهِمْ وَعَلَىٰ أَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةٌ وَلَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ «خدا بر دل‌ها و گوش‌های آنان مهر زده و بر چشم‌های آنها پرده افکنده شده...» (۱)

آنها به مؤمنان به خاطر نعمتهایی که خداوند به آنها عطا فرموده است حسد می‌ورزند، و آنها را مورد نفرت و کینه و نیز تمسخر و آزار قرار می‌دهند و برای ایجاد مانع در راه پیشرفت اسلام پول خرج می‌کنند و در خصوص نفرت و ایذای مؤمنان، حتی پیوندهای خویشاوندی و قرابت را مراعات نمی‌کنند. آنها پیمان‌شکن، مغرور و مستکبر، و نیز انسان‌های مادی و سودجویی هستند که تنها به متاع و لذت‌های دنیا می‌اندیشند از این رو، زندگی‌شان با فسق و فجور همراه است و در ارضای هوای نفس و شهوترانی غوطه‌ورند.

قبلا- درباره مؤمنان دیدیم که ایمان به توحید و روز رستاخیز و حساب، از خصوصیات اصلی شخصیت مؤمنان است که در تمام خصوصیات دیگر تأثیری بسزا برجای می‌نهد. ایمان به مقوله‌های فوق در واقع نیروی محرکه و راهنمای مؤمنان در روند مشخصی از رفتار است که آنها را از دیگران جدا می‌سازد اما ایمان نداشتن کافران به توحید و روز قیامت سبب می‌شود که آنها این نیروی تنظیم‌کننده و هماهنگ‌کننده خصوصیات شخصیتی دیگر را از دست بدهند، نیرویی که خصوصیات شخصیت را به سوی هدفی

مشخص و روشن - که همان عبادت خدا و در نظر داشتن رضایت او در کلیه اعمالی که به امید مغفرت و رضایت پروردگار به طمع دریافت پاداش دنیوی و اخروی

(۱) - بقره: ۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۸

توسط انسان انجام می‌گیرد - راهنمایی می‌کند. فقدان این هدف انگیزاننده و راهنمای رفتار، توازن را از شخصیت کافران سلب، و به مسیر ارضای شهوات و لذات جسمانی و دنیوی منحرف می‌کند، چنان که توازن انفعالی آنان را طوری به هم می‌زند که از مسلمانان، متنفر و به آنان کینه و حسد می‌ورزیدند و رفتاری تجاوزگرانه با آنها در پیش می‌گرفتند و موجبات آزار ایشان را فراهم می‌آوردند. همین عدم تعادل در شخصیت کفار، باعث جمود فکری و عدم آمادگی آنان برای پذیرش دعوت الهی، یعنی توحید و درک و جذب آن بود.

### ۳ - منافقان:

#### اشاره

منافقان، مردمی بودند با شخصیتی ضعیف و متزلزل که نمی‌توانستند موضع آشکاری در برابر ایمان اتخاذ کنند. قرآن خصوصیات مشخص کننده آنها را یادآور شده و آنها را به شدیدترین عذاب تهدید کرده است.

إِنَّ الْمُنَافِقِينَ فِي الدَّرَكِ الْأَسْفَلِ مِنَ النَّارِ وَ لَنْ تَجِدَ لَهُمْ نَصِيْرًا « (زیرا) منافقان در پایین‌ترین مرحله دوزخ قرار دارند و هرگز یابری برای آنها نخواهی یافت (بنابراین از طرح دوستی با دشمنان خدا که نشانه نفاق است پرهیزید). « (۱)»  
مهمترین خصوصیات منافقان را - که در قرآن آمده است - می‌توان به شرح زیر خلاصه کرد:

### ۳ - ۱ خصوصیات عقیدتی

عدم اتخاذ موضعی مشخص در برابر توحید، اظهار ایمان در میان مسلمانان و اظهار شرک در میان مشرکان.

(۱) - نساء: ۱۴۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۳۹

### ۳ - ۲ خصوصیات عبادی

عبادات را از روی ریا و بدون اعتقاد انجام می‌دهند و با تبلی و بی‌حالی به نماز می‌ایستند.

### ۳ - ۳ خصوصیات مربوط به روابط اجتماعی

امر به منکر و نهی از معروف می‌کنند و در میان مسلمانان از طریق پخش شایعات، فتنه برمی‌انگیزند. تمایل به فریب مردم دارند و برای تحت تأثیر قرار دادن شنوندگان، خوب حرف می‌زنند، و نیز برای باوراندن سخنان خود بسیار سوگند می‌خورند و از نظر ظاهر

و قیافه و لباس، در میان مردم، آراسته‌اند تا جلب توجه کنند و در نتیجه آنها را تحت تأثیر قرار دهند.

### ۳-۴ خصوصیات اخلاقی

عدم اعتماد به نفس، پیمان شکنی، ریا، ترس، دروغ، بخل، سودجویی، فرصت طلبی و پیروی از هوای نفس، از خصوصیات اخلاقی آنها است.

### ۳-۵ خصوصیات انفعالی و عاطفی

ترس: منافقان، هم از مؤمنان و هم از مشرکان، و همچنین از مرگ هراس دارند و همین باعث تخلف آنها از رفتن به جنگ همراه دیگر مسلمانان می‌شود. از مسلمانان نفرت دارند و به آنان کینه می‌ورزند.

### ۳-۶ خصوصیات عقلانی و شناختی

تردید و شک و عدم توانایی در قضاوت، تصمیم‌گیری و تفکر درست. به همین دلیل قرآن، منافقان را به عنوان کسانی که بر دل‌هایشان مهر نهاده شده، توصیف کرده است.

منافقان با توجیه کارهای خود می‌کوشند از خود دفاع کنند.

این خصوصیات متعدد که قرآن، منافقان را بدانها توصیف می‌کند، تصویر روشنی را از شخصیت منافق ارائه می‌دهد. اصولاً خصوصیت اصلی شخصیت منافق همان تردید در انتخاب ایمان و کفر، و ناتوانی در اتخاذ موضعی روشن و صریح در برابر توحید است.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۰

این خصیصه شاید منبعث از ترسو بودن و عدم اعتماد به نفس منافق باشد، چرا که او، هم از مؤمنان و هم از مشرکان می‌ترسد. بنابراین، موضعی بینابین اتخاذ می‌کند و نمی‌تواند حکمی آشکار و صریح نسبت به گروهی که واقعا به آن گرایش دارد، صادر کند. اتخاذ چنین موضعی، منافق را به دروغ، ریا، فریب‌کاری و پنهان کردن احساس واقعی خود، که همان نفرت و کینه و حسد نسبت به مسلمانان است، وادار می‌دارد و این عمل به نوبه خود باعث می‌شود که او به طور پنهانی و با استفاده از سلاح شایعه پراکنی، علیه مسلمانان فتنه‌انگیزی کند.

منافق اصولاً سودجو و فرصت طلب است. اگر به مسلمان خیری برسد خود را با آنان هماهنگ می‌کند تا در منافع آنها شریک شود و با مشرکان نیز همین رفتار را در پیش می‌گیرد. او انسانی ترسو است و وقتی به همکاری در جنگ فرا خوانده می‌شود ترس بر او غلبه می‌کند و به بهانه‌های گوناگون از رفتن به جنگ سرباز می‌زند. منافق همواره در فریب دادن مردم می‌کوشد و سعی می‌کند با سخنان شیوا و آراستگی ظاهری، آنان را تحت تأثیر قرار دهد. او در ژرفای نفس خود احساس ناتوانی می‌کند، از این رو سعی دارد با توجیه کارهایش، از خود دفاع کند.

تصویری که قرآن از شخصیت منافق ترسیم می‌کند تصویر دقیق و زنده‌ای است که دقیقا بر نوع خاصی از مردم، که در کلیه جوامع بشری وجود دارند، منطبق می‌باشد و ما از طریق همین خصوصیات ویژه، می‌توانیم بوضوح و بدون ابهام منافقان را شناسایی کنیم.

### و- قرآن و مکانیسمهای دفاعی عقل

## اشاره

مکانیسم‌های عقلی، عبارت از یک سلسله رفتارهای دفاعی است که انسان برای حفظ خود از احساس نگرانی و اضطراب، که در صورت شناخته شدن انگیزه‌های واقعی مستتر در نفس، به او دست می‌دهد، به آنها پناه می‌برد، یعنی می‌کوشد این گونه انگیزه‌ها را با توسل به مکانیسم‌های عقلی مخفی کند.

ویژگی شخصیت منافقان، همان‌طور که قبلاً بیان کردیم شک و تردید، عدم اعتماد به نفس و ترس از افشای هویت واقعی آنها بود. آنان می‌ترسیدند که توسط مسلمانان

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۱

شناخته شوند و مورد هجوم آنها قرار گیرند. وجود چنین ماهیتی در شخصیت منافقان، آنان را وامی‌داشت که به یک سری حيله‌های عقلی به عنوان مکانیسم دفاعی پناه ببرند.

قرآن، به سه نوع مکانیسم رفتاری عقل که منافقان به کار می‌بردند اشاره کرده است:

فرافکنی، دلیل تراشی یا توجیه، و واکنش سازی.

## ۱- فرافکنی

فرافکنی نوعی حيله عقلی است که فرد با نسبت دادن حالتهای نفسانی و انگیزه‌ها و عیوب و اشتباهات خود به دیگران از آن استفاده می‌کند، یعنی او این مقوله‌ها را به جای خود در دیگران احساس می‌کند، مثلاً کسی که در درون خود نسبت به کسی دشمنی دارد، این دشمنی را به او نسبت می‌دهد و چنین احساس می‌کند که این آن فرد است که با او رفتاری خصمانه دارد. و یا منافقان نسبت به مسلمانان به طور پنهانی دشمنی داشتند و کینه و نفرت خود را پنهان می‌کردند، اما این احساس دشمنی را به مسلمانان نسبت می‌دادند و گمان می‌کردند که مسلمانان قصد نابودی آنان را دارند. قرآن، آن‌جا که منافقان را وصف می‌کند این مطلب را به گویاترین شکل ترسیم کرده است، می‌فرماید آنها هر صدایی را که از مسلمانان می‌شنوند بر ضد خود می‌پندارند:

وَ إِذَا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسَامُهُمْ وَ إِن يَقُولُوا تَسْمِعَ لِقَوْلِهِمْ كَأَنَّهُمْ خُشْبٌ مِّنْ دَعْدٍ يَّحْسَبُونَ كُلَّ صَيْحَةٍ عَلَيْهِمْ هُمُ الْعَدُوُّ فَاحْذَرْهُمْ قَاتَلَهُمُ اللَّهُ أَنَّى يُؤْفَكُونَ «ای رسول، تو چون (از برون) کالبد جسمانی آن منافقان را مشاهده کنی (به آراستگی ظاهر) تو را به شگفت آرند و اگر سخن گویند (بس خوش گفتار و چرب زبانند) به سخنهايشان گوش فرا خواهی داد (ولی از درون) گویی که چوبی خشک بر دیوارند و هر صدایی بشنوند بر زیان خویش پندارند، ای رسول (بدان که) دشمنان (خدا) به حقیقت اینان هستند از آنان برحذر باش، خدایشان بکشد، چقدر از حق باز می‌گردند.» (۱)

(۱) - منافقون: ۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۲

منافقان هر صدایی را که می‌شنوند بر ضد خود می‌پندارند و گمان می‌کنند که مسلمانان قصد حمله به آنان را دارند و این ناشی از احساس دشمنی آنها نسبت به مسلمانان است که آن را به مسلمانان نسبت می‌دهند. ملاحظه می‌فرمایید که پس از عبارت «هر صدایی را علیه خود می‌پندارند» آیه مستقیماً می‌فرماید: «آنها دشمنند، از ایشان دوری کن» و این نشان می‌دهد که در حقیقت منافقان با مسلمانان دشمن هستند و این که صداهای شنیده شده را علیه خود احساس می‌کنند، چیزی جز توهمشان نیست که ناشی از همان خصیصه «فرافکنی» آنها است.

## ۲- دلیل تراشی

توجیه و دلیل تراشی، نوعی رفتار دفاعی عقل است که انسان می‌کوشد با استفاده از آن، انگیزه‌ها و اعمال ناپسند خود را توجیه کند یعنی تفسیر قابل قبولی از آنها ارائه دهد.

منافقان و نیز کفار در بسیاری از اوقات به توجیه پناه می‌بردند تا رفتارشان را به نحو قابل قبولی تفسیر کنند. مثلاً با این که در روی زمین فساد می‌کردند، می‌گفتند قصدشان اصلاح است و به این ترتیب به توجیه [به اصطلاح] معقول و مقبولی از کارهای خود دست می‌زدند. قرآن دلیل تراشی منافقان را چنین توصیف می‌کند:

وَ إِذَا قِيلَ لَهُمْ لَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ قَالُوا إِنَّمَا نَحْنُ مُصْلِحُونَ أَلَا إِنَّهُمْ هُمُ الْمُفْسِدُونَ وَلَكِنْ لَا يَشْعُرُونَ «و هنگامی که به آنها گفته شود در زمین فساد نکنید، می‌گویند ما فقط اصلاح کننده‌ایم. آگاه باشید اینها همان مفسدانند ولی نمی‌فهمند.» (۱)

وَ إِذَا قِيلَ لَهُمْ تَعَالَوْا إِلَىٰ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ وَإِلَى الرَّسُولِ رَأَيْتَ الْمُنَافِقِينَ يَصُدُّونَ عَنْكَ

(۱)- بقره: ۱۱، ۱۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۳

صُرِدُوا فَكَيْفَ إِذَا أَصَابَتْهُمْ مُصِيبَةٌ بِمَا قَدَّمَتْ أَيْدِيهِمْ ثُمَّ جَاءُوكَ يَخْلِفُونَ بِاللَّهِ إِنْ أَرَدْنَا إِلَّا إِحْسَانًا وَ تَوْفِيقًا أُولَٰئِكَ الَّذِينَ يَعْلَمُ اللَّهُ مَا فِي قُلُوبِهِمْ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَ عَظْمُهُمْ وَ قُلُوبُهُمْ فِي أَنْفُسِهِمْ قَوْلًا بَلِيغًا «و هنگامی که به آنها گفته شود به سوی آنچه نازل کرده و به سوی پیامبر بیاوید، منافقان را می‌بینی که از قبول دعوت تو اعراض می‌کنند. پس چگونه موقعی که بر اثر اعمالشان گرفتار مصیبتی می‌شوند به سراغ تو می‌آیند و سوگند یاد می‌کنند که منظور ما (از بردن داوری به نزد دیگران) جز نیکی کردن و توافق (میان طرفین نزاع) نبوده است. آنها کسانی هستند که خدا آنچه را در دل دارند می‌داند، از (مجازات) آنها صرف نظر کن و آنها را اندرز بده و با بیانی رسا نتایج اعمالشان را به آنها گوشزد نما.» (۱)

حیله‌های عقلی، رفتاریهایی هستند که انسان به طور ناخودآگاه، به آنها دست می‌زند.

زیرا وقتی انسان احساس دشمنی خویش را به دیگری نسبت می‌دهد، در واقع اعتقاد دارد که شخص مزبور پنهانی با او دشمن است و بدون این که خود اطلاع داشته باشد به عمل فرافکنی دست زده است. همچنین فرد وقتی به توجیه کارهایش می‌پردازد خود نمی‌داند که مشغول دلیل تراشی است، بلکه بر عکس عملاً اعتقاد دارد که کارهای زشتش، مفید و خوب و یا حداقل قصد وی خیر و اصلاح است. قرآن در آیه فوق به جنبه ناخودآگاهانه حیله‌های عقلی با جمله «أَلَا إِنَّهُمْ هُمُ الْمُفْسِدُونَ وَ لَكِنْ لَا يَشْعُرُونَ» اشاره می‌کند. این سخن «آنها احساس نمی‌کنند» اشاره به عدم آگاهی آنان از این مطلب است که کارهایشان جنبه فساد دارد، نه اصلاح.

## ۳- واکنش سازی

واکنش سازی، نوعی رفتار دفاعی عقل است که فرد در جریان آن رفتاری در پیش

(۱)- نساء: ۶۱-۶۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۴

می‌گیرد که دقیقاً متضاد رفتاری است که قصد پنهان کردن آن را دارد. مثلاً انسان گاهی در برخورد با فرد معینی، با احترام زیاد تعارف و ادب- به عنوان وسیله‌ای دفاعی که نفرت و احساس خصمانه خود را به این وسیله از او پنهان سازد- رفتار می‌کند. منافقان نیز به این حیله دفاعی عقل، برای پنهان کردن احساس نفرت و دشمنی خود نسبت به مسلمانان، متوسل می‌شدند و به همین دلیل،

هنگام سخن گفتن با آنها خوب حرف می‌زدند و با پوشاندن نفرت و دشمنی خود، به مسلمانان اظهار محبت می‌کردند و کارهایشان را مورد تحسین و تقدیر قرار می‌دادند.

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يُعْجِبُكَ قَوْلُهُ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَيُشْهَدُ اللَّهُ عَلَى مَا فِي قَلْبِهِ وَهُوَ أَلَدُّ الْخِصَامِ وَإِذَا تَوَلَّى سَعَى فِي الْأَرْضِ لِيُفْسِدَ فِيهَا وَيُهْلِكَ الْحَرْثَ وَالنَّسْلَ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الْفُسَادَ «و بعضی از مردم کسانی هستند که گفتار آنها در زندگی دنیا مایه اعجاب تو می‌شود و خداوند بر آنچه در دل (پنهان می‌دارند) گواه است (در حالی که) آنان سرسخت‌ترین دشمنانند (نشانه آن این است که) هنگامی که روی برمی‌گردانند (و از نزد تو خارج می‌شوند) کوشش در راه فساد در زمین می‌کنند و زراعتها و چهارپایان را نابود می‌سازند (با این که می‌دانند) خدا فساد را دوست نمی‌دارد.» (۱)

وَإِذَا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسَامُهُمْ وَإِنْ يَقُولُوا تَسْمَعُ لِقَوْلِهِمْ ...  
«ای رسول، تو چون (از برون) کالبد جسمانی آن منافقان را مشاهده کنی (به آراستگی ظاهر) تو را به شگفت آرند و اگر سخن گویند (بس خوش گفتار و چرب زبانند) به سخنهاشان گوش فرا خواهی داد ...» (۲)

(۱) - بقره: ۲۰۴، ۲۰۵. این آیه درباره «اخنس بن شریق» است. او منافقی شیرین سخن با پیامبر صلی الله علیه و آله بود، سوگند یاد می‌کرد که به پیامبر ایمان دارد و دوست پیامبر است و به این ترتیب به آن حضرت نزدیک می‌شد، اما خداوند او را تکذیب کرد ... تفسیر جلالین، ص ۲۸.

(۲) - منافقون: ۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۵

به این ترتیب می‌بینیم که قرآن در توصیف رفتار منافقان عصر پیامبر صلی الله علیه و آله به برخی از مکانیسمهای دفاعی عقل که آنها به کار می‌برده‌اند، اشاره کرده است و این درست چهارده قرن پیش از زمانی است که زیگموند فروید موفق به کشف این حیل‌های عقلانی در رفتار بیمارانی شود که به درمان آنها می‌پرداخت.

## ز- تفاوت‌های فردی در قرآن

مردم از لحاظ استعداد و تواناییهای جسمانی و روانی و عقلانی تفاوت‌های زیاد با یکدیگر دارند که منشأ آنها به تأثیر و تأثر عوامل وراثتی و محیطی برمی‌گردد. قرآن در موردهای زیادی به تفاوت‌های موجود در مردم اشاره کرده است.

وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ لَكُمْ خَلَائِفَ الْأَرْضِ وَرَفَعَ بَعْضَكُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيُبْلُوَكُمْ فِي مَا آتَاكُمْ ...

«و او کسی است که شما را جانشینان (و نمایندگان خود) در زمین قرار داد و بعضی را بر بعضی دیگر، درجاتی، برتری داد تا شما را در آنچه در اختیارتان قرار داده، بیازماید ...» (۱)

أَهُمْ يُقْسِمُونَ رَحْمَتَ رَبِّكَ نَحْنُ قَسَمْنَا بَيْنَهُمْ مَعِيشَتَهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَرَفَعْنَا بَعْضَهُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيَتَّخِذَ بَعْضُهُمْ بَعْضًا سُخْرِيًّا ...

«آیا آنها رحمت پروردگارت را تقسیم می‌کنند؟ ما معیشت آنها را در حیات دنیا، در میان آنان تقسیم کردیم و بعضی را بر بعضی برتری دادیم تا یکدیگر را تسخیر و با هم تعاون کنند ...» (۲)

(۱) - انعام: ۱۶۵.

(۲) - زخرف: ۳۲.



قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۶

وَمِنْ آيَاتِهِ خَلْقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافُ أَلْوَانِ بَنَاتِكُمْ وَأَلْوَانِكُمْ إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِّلْعَالَمِينَ «و از آیات او، آفرینش آسمانها و زمین و تفاوت زبانها و رنگهای شماست، در این نشانه‌هایی است برای عالمان.» (۱)  
انظُرْ كَيْفَ فَضَّلْنَا بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ ...

«بین چگونه بعضی را (در دنیا به خاطر تلاششان) بر بعضی دیگر برتری بخشیده‌ایم ...» (۲)  
وَمِنَ النَّاسِ وَالدَّوَابِّ وَالْأَنْعَامِ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ، كَذَلِكَ ...

«و از انسانها و جنندگان و چهارپایان انواعی با الوان مختلف، (آری) حقیقت چنین است ...» (۳)

در این آیات به وجود تفاوت‌های فردی در مردم، اشارات واضحی وجود دارد. آیات فوق، گویای این مسأله است که تفاوت‌های فردی، ناشی از عوامل وراثتی و محیطی هستند. این قسمت از سخن خداوند که می‌فرماید: «برخی از شما را بر بعضی دیگر، درجاتی برتری داد» شامل همه انواع تفاوت‌های فردی، اعم از ارثی، اکتسابی، جسمانی، روانی و عقلانی و همچنین تفاوت در داشتن ثروت و مایملک و نفوذ اجتماعی می‌شود.

و آن قسمت از سخن خداوند که می‌فرماید: «تا یکدیگر را تسخیر و با هم تعاون کنند»، در واقع به تفاوت مردم از نظر ثروت و علم و شغل اشاره می‌کند. مثلاً فقیر برای دریافت

(۱) - روم: ۲۲.

(۲) - اسراء: ۲۱.

(۳) - فاطر: ۲۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۷

مزد، برای ثروتمند کار می‌کند و نیز برخی از صاحبان حرف و مشاغل خاص، برای دریافت مزد، در خدمت دیگران به کار اشتغال دارند و به این ترتیب، همکاری و تعاون و تقسیم کار در میان آحاد جامعه برقرار می‌شود که به نوبه خود باعث رفع نیازمندیهای مردم و فراهم آمدن کلیه خدمات لازم برای ادامه زندگی است. و این سخن خداوند متعال، که اختلاف زبان و رنگ مردم یکی از آیات الهی است، به تأثیر هر یک از عوامل وراثتی و محیطی در تفاوت‌های فردی اشاره دارد. بدیهی است که اختلاف رنگ، مربوط به عوامل ارثی و اختلاف زبان و گویش، ناشی از عوامل محیطی و اجتماعی و فرهنگی است.

همچنین، مردم از نظر علم و حکمت با هم تفاوت‌هایی دارند و این شامل تفاوت‌هایی در تواناییهای عقلانی و هوشی آنها می‌شود. این موضوع از مضمون آیات قبل فهمیده می‌شود، و در آیه زیر هم به طور صریح و قابل فهمی بدان اشاره شده است:

... نَرْفَعُ دَرَجَاتٍ مَّنْ نَّشَاءُ وَفَوْقَ كُلِّ ذِي عِلْمٍ عَلِيمٌ «... ما که خدای جهانیم هر کس را بخواهیم به مراتب بلند می‌رسانیم (تا مردم بدانند) فوق هر دانشمندی، دانشمندتری وجود دارد (تا به خدا منتهی شود و تنها خدا در همه اوصاف و کمالات فوق همه موجودات است).» (۱)

ابن کثیر در تفسیر این آیه می‌گوید: «حسن بصری چنین می‌گوید: هیچ دانشمندی وجود ندارد مگر این که بالاتر از او دانشمندی است و این سلسله همچنان ادامه دارد تا به خداوند منتهی شود. از سعید بن جبیر منقول است که گفت: نزد ابن عباس بودیم، او سخن جالبی گفت، مردی از این سخن متعجب شد و گفت: الحمد لله، دست بالای دست بسیار است. ابن عباس گفت: خطا گفتم، خداوند، بالاتر از تمام عالمان است، گاهی فردی از دیگری عالتر و این یکی از آن یکی عالتر است، اما خداوند از همه عالمان برتر است.» (۲)

(۱) - یوسف: ۷۶.

(۲) - مختصر تفسیر ابن کثیر، ج ۲، ص ۲۵۷، ۲۵۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۸

از آن جا که مردم از نظر استعدادها، تواناییها، شرایط اجتماعی و فرهنگی و مهارتهای شخصی با هم فرق دارند، طبیعتاً وجود تفاوت‌های فردی، در رفتارهایشان قابل انتظار خواهد بود.

قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِ ...

«بگو هر کس بر طبق روش (و خلق و خوی) خود عمل می‌کند ...» (۱)

تفاوت مردم در استعداد و تواناییهای جسمانی و عقلانی، طبیعتاً منجر به تفاوت در کار و کسب و تحصیل علم و حق طلبی و عدالت خواهی آنان می‌شود که نتیجه آن تفاوت وظایف و مسؤولیت‌های آنها خواهد بود.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ...

«خداوند هیچ کس را جز به اندازه توانایی‌اش تکلیف نمی‌کند (به همین جهت انسان) هر کار (نیکی) انجام دهد برای خود انجام می‌دهد و هر کار (بدی) کند به زیان خود کرده است ...» (۲)

وَلَا نُكَلِّفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا وَلَمَدِينَا كِتَابٌ يَنْطِقُ بِالْحَقِّ وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ «و ما هیچ کس را جز به اندازه توانایی‌اش تکلیف نمی‌کنیم و نزد ما کتابی است (که تمام اعمال بندگان را ثبت می‌کند) و به حق سخن می‌گوید، لذا به آنان هیچ ظلم و ستمی نمی‌شود.» (۳)

(۱) - اسراء: ۸۴. ر ک به: تفسیر ابن کثیر و تفسیر جلالین.

(۲) - بقره: ۲۸۶.

(۳) - مؤمنون: ۶۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۴۹

... لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا مَا آتَاهَا ...

«... خدا هیچ کس را جز آنچه توانایی داده است تکلیف نمی‌کند ...» (۱)

بدیهی است که اشاره قرآن به وجود تفاوت‌های فردی و این که وظیفه فرد، تنها انجام اعمالی است که توانایی و امکان آن را دارد، ایده اصلی موضوعی است که روان‌شناسی جدید به آن رسیده است و آن توجه به ملاک تفاوت‌های فردی در استعدادها و تواناییهای انسان برای تنظیم مسائل آموزشی است به نحوی که هر فرد به نوع آموزشی که متناسب با استعداد و توانایی‌اش می‌باشد، راهنمایی و ارشاد می‌شود و اصولاً هدف ارشادهای آموزشی در تعلیم و تربیت جدید نیز همین است. روان‌شناسان جدید همچنین از ملاک تفاوت‌های فردی برای بهبود بخشیدن به انتخاب‌های حرفه‌ای و شغلی نیز استفاده می‌کنند، به طوری که با انجام این عمل، گماردن هر فرد به شغلی متناسب با استعداد و توانایی‌اش، امکان پذیر خواهد بود.

در احادیث نبوی به تأثیر عوامل وراثتی در تفاوت‌های فردی اشاره شده است، آن جا که می‌فرماید: «تَزَوَّجُوا فِي الْحَجَرِ» (۲) الصَّالِحِ فَإِنَّ الْعِرْقَ دَسَّاسٌ یعنی: «از خانواده صالح زن بگیرید، چرا که نسب (در اولاد) بسیار مؤثر است» و نیز می‌فرماید: «تَخَيَّرُوا لِنُطْفِكُمْ فَإِنَّ النِّسَاءَ يَلِدْنَ أَشْبَاهَ أَوْحَالِهِنَّ وَأَخَوَاتِهِنَّ» (۳) یعنی: برای نطفه‌های خود انتخاب کنید (زنان شایسته را) چون زنان، فرزندان شبیه دایی و خواهران خود می‌زایند. همچنین، در احادیث نبوی به تأثیر عوامل محیطی نیز اشاره شده است. می‌فرماید: «مَا مِنْ مَوْلُودٍ إِلَّا وَهُوَ يُولَدُ عَلَىٰ الْفِطْرَةِ فَبُؤَاهُ يَهُودًا أَوْ نَصْرَانًا أَوْ مَجْسَانًا» (۴) یعنی: هیچ مولودی جز بر فطرت زاده نمی‌شود و این والدین هستند که

او را یهودی یا نصرانی یا مجوسی می‌کنند.

(۱) - طلاق: ۷.

(۲) - حجر صالح یعنی خانواده (دامن) صالح.

(۳) - به نقل از: الطفولة فی الاسلام، ابراهیم دسوفی مرعی، قاهره: دار الاعتصام، ۱۹۷۹، ص ۲۰.

(۴) - مأخذ پیشین، ص ۳۹، ۴۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۰

## ح- قرآن و مسأله رشد انسان

### اشاره

روان‌شناسی، به بررسی مراحل مختلف رشد کودک و خصیصه‌های عمومی که آنها را از هم جدا می‌کند و نیز عوامل مختلف مؤثر در آنها توجه دارد و این البته باعث شناخت بیشتر ما از شخصیت کودک و در نتیجه کسب توانایی بیشتر برای راهنمایی و تربیت او می‌شود. روان‌شناسی، نه تنها مراحل رشد کودک را از لحظه تولد مورد توجه قرار می‌دهد، بلکه حتی مراحل قبل از تولد و دوران جنینی و عوامل مختلف وراثتی و محیطی را که احتمالاً در تشکیل جنین و رشد او مؤثر هستند، نیز از نظر دور نمی‌دارد. البته روان‌شناسی در بررسی مرحله رشد پیش از تولد، از نتایج تحقیقات علم «جنین‌شناسی» استفاده زیادی کرده است.

### ۱- رشد قبل از تولد

قرآن کریم با روشی معجزه آسا از نظر ایجاز و دلالت، به مراحل رشد جنین از آغاز بارداری تا تولد اشاره فرموده است. به آیات زیر توجه کنید:

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ «ما انسان را از عصاره‌ای از گل آفریدیم. سپس آن را نطفه‌ای در قرارگاه مطمئن (رحم) قرار دادیم. سپس نطفه را به صورت علقه (خون بسته) و علقه را به صورت مضغه (چیزی شبیه گوشت جویده) و مضغه را به صورت استخوانهایی درآوردیم، و سپس بر استخوانها گوشت پوشانیدیم (و پیکری کامل کردیم) پس از آن (به دمیدن روح پاک مجرد) خلقتی دیگر انشاء نمودیم، آفرین بر قدرت کامل بهترین آفریننده.» (۱)

(۱) - مؤمنون: ۱۲-۱۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۱

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِنَ الْبُعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِنْ مُضْغَةٍ مُخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِنُبَيِّنَ لَكُمْ وَنُقَرِّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ أَحْسَنِ مَقَامٍ ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّىٰ وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْذَلِ الْعُمُرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا ...

«ای مردم اگر در رستاخیز شک دارید (به این نکته توجه کنید که) ما شما را از خاک آفریدیم، سپس از نطفه و بعد از خون بسته شده، سپس از مضغه (چیزی شبیه گوشت جویده) که بعضی دارای شکل و خلقت است و بعضی بدون شکل، هدف این است که

ما برای شما روشن سازیم (که بر هر چیز قادریم) و جنینهایی را که بخواهیم تا مدت معینی در رحم مادران قرار می‌دهیم «۱» (و آنچه را بخواهیم ساقط می‌کنیم) بعد شما را به صورت طفلی بیرون می‌فرستیم، سپس هدف این است که به حد رشد و بلوغ برسید، در این میان بعضی از شما می‌میرند و بعضی آن قدر عمر می‌کنند که به بدترین مرحله زندگی و پیری می‌رسند آن چنان که چیزی از علوم خود را به خاطر نخواهند داشت... «۲»

... يَخْلُقُكُمْ فِي بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ خَلْقًا مِّنْ بَعْدِ خَلْقٍ فِي ظُلُمَاتٍ ثَلَاثٍ ...

«... شما را در باطن رحم مادران در سه تاریکی (مشیمه و رحم و بطن) با تحولات گوناگون بدین خلقت زیبا بیافرید...» «۳» این آیات، به مراحل رشد جنین در رحم از آغاز بارداری اشاره می‌کند، یعنی از همان وقتی که یکی از اسپرمهای پدر، تخمک مادر را بارور می‌کند و به این ترتیب «زیگوت» که

(۱) - «و تُوَفِّرُ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ» یعنی آن جنینهایی را که ما بخواهیم، در رحمها قرار می‌دهیم تا رشدشان کامل شود و زنده متولد شوند؛ برخی از آنها نیز به کمال رشد نمی‌رسند و سقط می‌گردند.

(۲) - حج: ۵.

(۳) - زمر: ۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۲

قرآن به عنوان «نطفه» از آن نام می‌برد، تشکیل می‌شود. سپس تخمک بارور شده از طریق تقسیم بتدریج شروع به تکثیر می‌کند و تعداد سلولهایش افزایش می‌یابد، اما از نظر حجم در طول دو هفته اول تغییری محسوس نمی‌کند. «۱» در این مدت همان چیزی را می‌سازد که قرآن به عنوان «علقه» «۲» از آن نام برده است.

تخمک بارور شده، سپس از تخمدان به رحم می‌رود و به دیواره آن می‌چسبد. در این مرحله غشاهای جنینی بتدریج تشکیل می‌شوند و نیز بند ناف که تخمک بارور شده (جنین) را برای دریافت غذا از خون مادر به جسم مادر متصل می‌کند به وجود می‌آید.

همین جاست که علقه به مضغه تبدیل می‌شود. «۳» از این مرحله به بعد دستگاههای مختلف بدن بتدریج به وجود می‌آیند که قرآن با این تعبیر از آن یاد کرده است: «... مِنْ مَّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ» «۴». این دوره از زندگی جنین از پایان هفته دوم تا پایان ماه دوم طول می‌کشد. در پایان ماه دوم مرحله‌ای آغاز می‌شود که دانشمندان جنین‌شناس آن را

(۱) - استناد ما در شرح مراحل رشد جنین به کتابهای زیر است: الالسس النفسیة للنمو، فؤاد البهی السید، چاپ چهارم، قاهره، دار الفکر العربی، ۱۹۷۵، ص ۹۰-۱۰۰؛ و دراسات فی سیکولوجیة النمو، حامد عبد العزیز الفقی، کویت، ۱۹۷۷، ص ۴۱-۶۸.

(۲) - مفسران گذشته معتقد بودند که علقه همان خون بسته است، اما تحقیقات جدید در علم جنین‌شناسی ثابت کرده است که در «تخمک تازه بارور شده» سلولهای خونی وجود ندارد. وقتی تخمک بارور شده در مرحله‌ای که «علقه» نامیده می‌شود در پایان هفته دوم به رحم انتقال می‌یابد و به دیواره آن می‌چسبد، غشاهای جنینی بتدریج تشکیل می‌شوند که از آن بند ناف کشیده می‌شود و تخمک بارور شده (جنین) را به جسم مادر متصل می‌کند و عمل تغذیه از خون مادر آغاز می‌شود. رک به: الالسس النفسیة للنمو، فؤاد البهی السید، ص ۹۱؛ و محمد اسماعیل ابراهیم، القرآن و اعجازه العلمی، ص ۱۰۷.

(۳) - در تفسیر قرطبی آمده است که: مضغه، قطعه گوشت کوچکی است به اندازه لقمه‌ای که انسان می‌جود (مضغ جویدن) و در «المعجم الوسیط» آمده است که: مضغه قطعه‌ای از گوشت یا چیزی دیگر است که جویده می‌شود.

(۴) - فَرَأَ می‌گوید: مَخْلَقَه، یعنی آفریده شده کامل و بدون نقص، و غیر مَخْلَقَه، یعنی جنین سقط شده، و ابن اعرابی می‌گوید: مَخْلَقَه، یعنی خلقتش آغاز شده و غیر مَخْلَقَه یعنی هنوز به صورت و فرم، در نیامده است. و ابن زید می‌گوید: مَخْلَقَه یعنی جنینی که خداوند، سر و دو دست و دو پایش را خلق کرد. و غیر مَخْلَقَه، یعنی جنینی که هنوز چیزی در او آفریده نشده است (شکل نگرفته است) ... و ابن عباس می‌گوید: مَخْلَقَه، یعنی روح در او دمیده شده و زنده است و غیر مَخْلَقَه، یعنی جنین سقط شده ... تفسیر قرطبی، ج ۱۱، ص ۶-۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۳

مرحله «جنین» (۱) می‌نامند تا آن را از مرحله قبل، یعنی مرحله «مضغه» (۲) جدا کنند. مرحله جنینی مرحله رشد سریع است که حجم جنین بسرعت افزایش می‌یابد و اعضای آن به نسبت حجم تغییراتی پیدا می‌کند. این تغییرات تا رشد کامل جنین در پایان بارداری همچنان ادامه دارد. (۳) در آغاز مرحله «جنینی» سلولهای استخوانی تشکیل می‌شوند و جای سلولهای غضروفی را که در مرحله قبلی رشد (مضغه) وجود داشتند، می‌گیرند.

وقتی جنین در رحم مادر قرار دارد، دورش را غشایی معروف به «کیسه آمیونی» (۴) احاطه می‌کند. این کیسه پر از مایع آمونتییک است. و وظایف مهمی از جمله حفظ جنین را- در برابر تکانهای شدید و تأثیرات جاذبه- به عهده دارد. (۵) قرآن کریم در آیاتی که قبلا- از سوره مؤمنون نقل کردیم به این موضوع اشاره کرده است: «ثُمَّ جَعَلْنَا نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ» یعنی سپس او را نطفه‌ای در قرارگاهی مطمئن قرار دادیم. و نیز در سوره مرسلات می‌فرماید:

أَلَمْ نَخْلُقْكُمْ مِنْ مَّاءٍ مَّهِينٍ فَجَعَلْنَاهُ فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ إِلَى قَدَرٍ مَّعْلُومٍ فَقَدَرْنَا فَنِعْمَ الْقَادِرُونَ «آیا ما شما آدمیان را از آب بی‌قدر بدین زیبایی نیافریدم؟ و آن نطفه را (از صلب پدر) به قرارگاه رحم منتقل ساختیم. تا مدتی معین و معلوم (در رحم بماند). و ما تقدیر مدت رحم (و تعیین سرنوشت او تا ابد) کردیم که نیکو مقدر حکیمی هستیم.» (۶)

(۱)- Fetus Stage

(۲)- Embryonic Stage

(۳)- فؤاد البهی السید: الأسس النفسیة للنمو، ص ۹۱-۹۳.

(۴)- Amnion Stage

(۵)- حامد عبد العزیزی الفقی: دراسات فی سیکولوجیة النمو، ص ۵۱.

(۶)- مرسلات: ۲۱-۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۴

مفسران درباره معنای تاریکیهای سه گانه که در سوره زمر آمده است معتقدند که این ظلمات اشاره به تاریکی شکم، تاریکی رحم و تاریکی بچه‌دان (مشیمه) است. (۱)

در یکی از تفسیرهای جدید آمده است که ظلمات سه گانه اشاره به تخمدان، لوله فالوپ و رحم است. (۲)

## ۲- رشد بعد از تولد

نظر به این که کودک ضعیف زاده می‌شود، برای رشد و پرورش، نیاز به کسی دارد که او را تحت سرپرستی و مراقبت قرار دهد. اصولاً رشد نوزاد در روزهای اولیه زندگی به سرعت ادامه می‌یابد، اما با افزایش سن، از سرعت رشد کاسته می‌شود و قبل از دوره نوجوانی، زندگی او به حالتی آرام و با ثبات در می‌آید. با شروع دوره نوجوانی تغییرات شدید و سریع عضوی، ارگانوسی و روانی

پشت سر هم بروز می‌کند، لکن در پایان دوره نوجوانی و آغاز دوره بزرگسالی که در جریان آن، عمل رشد، کامل می‌شود، سرعت این تغییرات رو به کاهش می‌رود و زندگی بار دیگر به مرحله آرامش و استقرار برمی‌گردد. شخص بزرگسال گرچه از نظر رشد جسمانی و تواناییهای عقلانی به کمال رسیده است، اما تا رسیدن به دوره پیری همچنان به کسب اطلاعات تازه، معارف، حکمت و مهارت ادامه می‌دهد. در دوران پیری، نیروی جسمانی وی رو به اضمحلال می‌رود و تواناییهای عقلانی اش ضعیف می‌شود.

قرآن به مراحل رشد که انسان پس از تولد، از آغاز کودکی تا پیری پشت سر می‌گذارد، چنین اشاره کرده است:

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لِتَكُونُوا شُيُوخًا وَمِنْكُمْ مَنْ يَتَوَفَّى مِنْ قَبْلُ وَ لِتَبْلُغُوا أَجَلًا مُّسَمًّى وَ لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ

(۱) - تفسیر قرطبی: ج ۱۵، ص ۲۳۵، ۲۳۶.

(۲) - محمد اسماعیل ابراهیم: القرآن و اعجازه العلمی، ص ۱۰۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۵

«او کسی است که شما را از خاک آفرید سپس از نطفه، بعد از علقه (خون منعقد) سپس شما را به صورت طفلی بیرون می‌فرستد، بعد به مرحله کمال قوت می‌رسید، بعد از آن پیر می‌شوید و (در این میان) گروهی از شما پیش از رسیدن به این مرحله می‌میرند و هدف این است که به سرآمد عمر خود برسید و شاید تعقل کنید.» (۱)

اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعِيدٍ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعِيدٍ قُوَّةً ضَعْفًا وَ شَيْئَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَ هُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ «خدا همان کسی است که شما را آفرید در حالی که ضعیف بودید سپس بعد از این ضعف و ناتوانی قوت بخشید و باز بعد از قوت، ضعف و پیری قرار داد، او هر چه بخواهد می‌آفریند و اوست عالم و قادر.» (۲)

در بعضی از افراد کهنسال، در حدود هفتاد سالگی، نوعی اضطراب رفتاری و عقلانی ظاهر می‌شود که ضعف حافظه و عدم توانایی در تمرکز ذهنی و ایجاد پیوند میان گذشته و حال و واقعیت و تخیل و نیز ناتوانی در صدور احکام عقلانی و فقدان تسلط کافی بر انفعالها و انگیزشها، از مشخصه‌های آن است، در نتیجه رفتار آنها غالباً کود کانه می‌نماید.

به این حالت از اضطراب رفتاری و عقلانی «اختلالات پیری» گفته می‌شود. تحقیقات جدید ثابت کرده است که در بافتهای مغزی انسان در این سن نوعی ضعف و انحطاط رخ می‌دهد. یکی از عواملی که به سرعت این ضعف و انحطاط کمک می‌کند، تصلب شرایین است که باعث کاهش اکسیژن در بافتهای عصبی مغز می‌شود و این به نوبه خود توانایی مغز را در انجام وظایفش به حداقل می‌رساند.

اصولاً- همین تفاوت‌های فردی در مردم باعث می‌شود که آنها به اندازه هم، تحت تأثیر ضعف و اختلال پیری قرار نگیرند. برخی از کهنسالان تا حد زیادی نیروی عقلانی خود

(۱) - غافر (مؤمن): ۶۷.

(۲) - روم: ۵۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۶

را حفظ می‌کنند، اما در بعضی این نیرو بسیار ضعیف، و عوارض اختلال پیری در آنها آشکار می‌شود. ظاهراً برخی از عوامل وراثتی و عوامل مربوط به وضع رگهای خونی و غده‌های بسته، در ایجاد «اختلالات پیری» مؤثرند. برخی از تحقیقات، روشن کرده

است که بعضی افراد مسن، از نابودی تعدادی بافتهای مغزی رنج می‌برند، اما قدرتشان را بر تفکر منطقی و صحیح از دست نمی‌دهند. نتیجه این تحقیقات، عده‌ای از روان‌شناسان را به این موضوع معتقد کرد که ظاهراً پیری بر توانایی فرد در قبول فقدان لیاقت عقلانی و مهارتش در سازش و انطباق با مواقع سخت زندگی متکی است. بنابراین، شخصی که عوارض پیری را قبول می‌کند در سازش با تغییرات حاصله در این سن و مقابله با آنها نیرومندتر خواهد بود و اصولاً کسی که ضعف لیاقت عقلانی و عدم توانایی در یادآوری مطالب، او را خشمگین کند، فردی متزلزل و نامتعادل است. (۱)

قرآن به این حالت اضطراب رفتاری و عقلانی که به برخی از افراد در دوران پیری دست می‌دهد، در آیه‌ای که قبلاً از سوره حج نقل کردیم، اشاره فرموده است:

... ثُمَّ نُخْرِجُكُمْ طِفْلاً ثُمَّ لِتَبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُتَوَفَّى وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمْرِ لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا ...

«... بعد شما را به صورت طفل بیرون می‌فرستیم، سپس هدف این است که به حد رشد و بلوغ برسید، در این میان بعضی از شما می‌میرند و بعضی آن قدر عمر می‌کنند که به بدترین مرحله زندگی و پیری می‌رسند آن چنان که چیزی از علوم خود را به خاطر نخواهند داشت ...» (۲)

(۱) - محمد عثمان نجاتی، علم النفس فی حیاتنا الیومیة، ص ۵۱۷.

(۲) - حج: ۵. «أَرَدَلِ الْعُمْرِ» همان شدت پیری و فوتوتی و عوارض آن، از قبیل نقص قدرت جسمانی و عقلانی است. و «لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا» یعنی اضمحلال قدرت عقلانی و بازگشت به حالت دوران کودکی.

به این ترتیب انسان چیزهایی را که قبلاً می‌دانست دیگر نمی‌داند. رک: به: تفسیر قرطبی، ج ۹، ص ۱۴۰، ۱۴۱، و ج ۱۱ ص ۶-۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۷

در این آیه، قرآن پس از آن که مراحل رشد قبل از تولد، از نطفه تا علقه و تا مضغه را ذکر می‌کند، به ذکر مراحل رشد پس از تولد، از کودکی تا دوران رشد کامل و رسیدن به کمال و اوج رشد و سپس رسیدن به پیری که قوای جسمانی و عقلانی انسان رو به ضعف می‌رود، می‌پردازد. در این آیه، قرآن به اضمحلال تواناییهای عقلانی و بروز عوارض «اختلالات پیری» که در دوران کهنسالی به گروهی دست می‌دهد، اشاره کرده است.

قرآن، علاوه بر آیه فوق، در موارد دیگری هم به این حالت اضطراب رفتاری و عقلانی عده‌ای از کهنسالان، اشاره فرموده است: وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّاكُمْ وَمِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمْرِ لِكَيْ لَا يَعْلَمَ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ قَدِيرٌ «خداوند شما را آفرید، سپس شما را می‌میراند، بعضی از شما به سنین بالای عمر می‌رسند بطوری که بعد از علم و آگاهی چیزی نخواهند داشت (که هر چه دانسته‌اند همه را فراموش می‌کنند) خداوند عالم و قادر است.» (۱)

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَلَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ «ما انسان را در (مقام) احسن تقویم (و نیکوترین صورت در مراتب وجود) بیافریدیم. سپس (به کیفر کفر و گناهش) به اسفل سافلین (جهنم و پست‌ترین رتبه امکان) برگردانیدیم. مگر آنان که به خدا ایمان آورده و نیکوکار شدند که آنها را پاداش دائمی (بهشت ابد) عطا کردیم.» (۲)

(۱) - نحل: ۷۰.

(۲) - تین: ۴-۶. در تفسیر جلالین ص ۵۱۴ آمده است که: «در مورد بعضی انسانها «ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ» کنایه از شدت پیری و ضعف است. در این سن گرچه عمل مؤمنان نسبت به زمان جوانی کمتر است؛ اما اجرش برابر با آن خواهد بود. چون خداوند



می‌فرماید: «إِلَّا (یعنی لکن) الَّذِينَ آمَنُوا .. فَلَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ» ممنون، یعنی مقطوع. و در حدیث آمده است که: هرگاه عمر مؤمن آن قدر طولانی شود که نتواند عملی انجام دهد، اجر

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۸

وَمَنْ نُعَمِّرْهُ نُنَكِّسْهُ فِي الْخَلْقِ أَفَلَا يَعْقِلُونَ «هر کس را که طول عمر دهیم در آفرینش واژگونه می‌کنیم (و به ناتوانی کودک باز می‌گردانیم) آیا اندیشه نمی‌کنید؟» (۱)

### ۳- رشد حسی در نوزاد

تحقیقات جدید فیزیولوژیکی ثابت کرده است که حساسیت شبکیه چشم در مقابل نور به هنگام تولد ضعیف است، اما تقریباً در پایان سال اول عمر کودک، به کمال رشد وظیفه‌ای خود می‌رسد. کودک بلافاصله پس از تولد در مقابل نورهای شدید واکنش نشان نمی‌دهد، اما از روز دوم با بستن چشمها و بردن سر به عقب به طور مکانیکی برای اجتناب از نورهای شدید، کم‌کم ایجاد واکنش در مقابل نورهای مختلف را یاد می‌گیرد.

اصولاً نوزاد به دلیل نقص ساختمان شبکیه چشم تا ماه ششم عمر خود، یعنی تا زمانی که رشد ساختمان شبکیه چشم وی کامل می‌شود، شکل اشیاء را نمی‌تواند به طور واضح ببیند. «۲» چشمهای نوزاد در آغاز تولد، به هنگام نگاه کردن اشیای ساکن یا متحرک، حرکتی ناهماهنگ دارند، مثلاً در حالی که چشم راست به چیزی نگاه می‌کند، در همان زمان چشم چپ چیز دیگری را می‌نگرد به طوری که انسان فکر می‌کند نوزاد دو بین است. اما توانایی کودک در حرکت دادن هماهنگ چشم، کم‌کم افزایش می‌یابد تا جایی که وقتی به چیزی نگاه می‌کند هر دو چشم را با هم در یک سمت حرکت می‌دهد. «۳»

در حالی که نوزاد تنها در نیمه دوم سال اول عمر خود می‌تواند اشیاء را بوضوح ببیند ملاحظه می‌کنیم که همین نوزاد، گرچه در برابر صداهای ضعیف و کوتاه قادر به ابراز واکنش نیست، اما در برابر صداهای بلند و تند می‌تواند واکنش نشان دهد. ادراک

اعمالی که قبلاً انجام می‌داده است برایش نوشته خواهد شد.

(۱) - یس: ۶۸.

(۲) - فؤاد البهی السید: الاسس النفسیة للنمو، ص ۱۲۲.

(۳) - مأخذ پیشین: ص ۱۲۱-۱۲۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۵۹

شنوایی نوزاد نیز مراحل مختلف رشد را پشت سر می‌گذارد و بتدریج بین درجات مختلف صداهای متفاوت فرق می‌نهد و از ابتدای سال سوم تولد، قدرتش در تشخیص شنوایی بسرعت تکامل می‌یابد و اندکی پس از سیزده سالگی به کمال رشد خود می‌رسد. «۱»

در پرتو همین اطلاعات به دست آمده از طریق تحقیقات جدید فیزیولوژیکی که نشان دهنده عدم توانایی نوزاد بر دیدن واضح اشیاء در مرحله آغازین عمر و توانایی اش بر شنیدن صداهای شدید در همین مرحله است که می‌توانیم علت و فلسفه تقدم کلمه «سمع» را بر کلمه «ابصار» در قرآن بفهمیم:

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ «و خداوند شما را از شکم مادرانتان خارج نمود در حالی که هیچ نمی‌دانستید، و به شما گوش و چشم و قلب عطا کرد، تا شکر نعمت او را بجا آورید.» «۲»

شاید بتوانیم با توجه به نتایج تحقیقات فیزیولوژیکی مربوط به ناهماهنگی حرکت دو چشم نوزاد، هنگام نگاه کردن به اشیاء که قبلاً

آن را ذکر کردیم، اشاره قرآن به حس سامعه با صیغه مفرد «سمع» و حس باصره با صیغه جمع «ابصار» را تفسیر کنیم. علاوه بر این، ذکر «ابصار» به صیغه جمع و ذکر «سمع» به صیغه مفرد به حقایق دیگری نیز اشاره دارد که ما قبلاً در بحث «حواس در قرآن» در فصل مربوط به «ادراک حسی در قرآن» به آنها اشاره کرده‌ایم.

همچنین ملاحظه می‌شود که «افئدة» (دلها) در آیه فوق پس از حس سامعه و باصره ذکر شده است و این شاید به این دلیل باشد که توانایی کودک در ادراک عقلی و قدرت

(۱) - مأخذ پیشین، ص ۱۲۴.

(۲) - نحل: ۷۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۰

تشخیص در مرحله بعدی رشد، یعنی پس از آن که حسهای سامعه و باصره و نیز حواس دیگر از قبل شروع به رشد کرده باشند، بروز می‌کند.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۱

## فصل دهم روان‌درمانی در قرآن

### اشاره

قرآن کریم اساساً برای هدایت و دعوت مردم به یگانه پرستی و آموزش ارزشهای تازه و روشهای جدید تفکر و زندگی به آنان و ارشاد رفتارهای بهنجاری که صلاح فرد و خیر جامعه در آن باشد و نیز راهنمایی آنها به راههای درست تربیت و پرورش نفس به نحوی که منجر به کمال انسانی - که متضمن سعادت انسان در دنیا و آخرت است - شود، نازل شده است.

إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمٌ وَيُنَشِّرُ الْمُؤْمِنِينَ الَّذِينَ يَعْمَلُونَ الصَّالِحَاتِ أَنَّ لَهُمْ أَجْرًا كَبِيرًا «این قرآن به راهی هدایت می‌کند که مستقیمترین راههاست و به مؤمنانی که عمل صالح انجام می‌دهند بشارت می‌دهد که برای آنها پاداش بزرگی است.» (۱)

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَ شِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَ هُدًى وَ رَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ

(۱) - اسراء: ۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۲

«ای مردم، اندرزی از سوی پروردگارتان برای شما آمده و درمان آنچه در سینه‌هاست و هدایت و رحمت برای مؤمنان.» (۱)

وَ نُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَ رَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَ لَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا «قرآن را نازل می‌کنیم که شفا و رحمت برای مؤمنان است و ستمگران را جز خسران (و زیان) نمی‌افزاید.» (۲)

قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَ شِفَاءٌ ...

«... بگو: این برای کسانی که ایمان آورده‌اند هدایت و درمان است ...» (۳)

هَذَا بَصَائِرُ لِلنَّاسِ وَ هُدًى وَ رَحْمَةٌ لِقَوْمٍ يُوقِنُونَ «این (قرآن و شریعت آسمانی) وسایل بینایی و مایه هدایت و رحمت است برای مردمی که به آن یقین دارند.» (۴)

قرآن کریم تأثیر بسزایی در نفوس اعراب برجای گذاشت، و شخصیت و اخلاق و رفتار و روش زندگی آنها را بکلی تغییر داد و از

آنان افرادی صاحب عقیده که دارای ارزشهای شریف انسانی بودند تربیت کرد و جامعه‌ای متحد و منظم به وجود آورد به طوری که توانستند روم و ایران را که بزرگترین دولتهای جهان آن زمان بودند، شکست دهند و در اکثر سرزمینهای جهان منتشر شوند و به گسترش اسلام پردازند. این تغییر بنیادی که قرآن در نفوس عربها و مؤمنان از اقوام مختلف به وجود آورد، در میان تمام

(۱) - یونس: ۵۷.

(۲) - اسراء: ۸۲.

(۳) - فصلت: ۴۴.

(۴) - جاثیه: ۲۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۳

مکتبهای اعتقادی که در قرون مختلف تاریخ ظاهر شدند، نظیری ندارد.

بدون شک در قرآن نیروی معنوی عظیمی وجود دارد که در نفس انسان تأثیری شگرف بر جای می‌گذارد، این نیرو باعث بیداری وجدان و تیزی احساس و شعور و صیقل روح انسان می‌شود و ادراک و تفکرش را بیدار و بصیرتش را جلا می‌بخشد. به همین دلیل است که انسان پس از این که در معرض تأثیر قرآن قرار می‌گیرد، ناگهان تبدیل به انسانی می‌شود که گویا تازه آفریده شده است. کسانی که تاریخ اسلام را مطالعه و مراحل مختلف دعوت اسلامی را از روزهای آغازین دنبال می‌کنند و کیفیت تغییر شخصیت افرادی را که در مکتب پیامبر صلی الله علیه و آله احکام اسلامی را فرا می‌گرفتند و می‌بینند، می‌توانند مقدار تأثیر عظیمی را که قرآن و دعوت اسلامی در نفوس پیروان پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله برجای گذاشته است بوضوح مشاهده کنند.

علی‌رغم کوششهای فراوانی که جوامع جدید در زمینه‌های تعلیم و تربیت و ارشاد جوانان به عمل می‌آورند تا از آنها افرادی شایسته و مفید بسازند، اما این کوششها نتیجه مطلوب و مورد انتظار را بار نمی‌آورد و همین جرایم و انحرافهای روزافزونی که در همه جوامع وجود دارد دلیل روشنی بر شکست روشهای تربیتی جدید و عجز آنها در پرورش افرادی شایسته برای خدمت به کشور و جامعه خود می‌باشد.

اخیرا کوششهای زیادی در زمینه روان‌درمانی افرادی که دچار اضطرابهای شخصیتی و بیماریهای روانی هستند انجام شده است. در این زمینه روشهای مختلفی برای روان‌درمانی به وجود آمده است، اما هیچ کدام موفقیت مورد انتظار را درباره از بین بردن و یا پیشگیری از بیماریهای روانی کسب نکرده است. برخی از تحقیقات نشان می‌دهد که میانگین درمان در مورد بیمارانی که با روش روانکاوی معالجه می‌شوند بین ۶۰٪ تا ۶۴٪ در نوسان است و اگر توجه کنیم که میانگین بیمارانی که بدون مراجعه به روان‌درمانگران از عوارض این گونه بیماریها نجات می‌یابند، بین ۴۴٪ تا ۶۶٪ در نوسان است متوجه می‌شویم که میانگین فوق درصد رضایتبخشی را تشکیل نمی‌دهد؛ وانگهی، حال عده‌ای از بیماران، پس از معالجات روان‌درمانگران بدتر هم شده است. در تحقیق دیگری روشن شده است که تعداد بیماران درمان یافته از یک گروه مورد مطالعه که تحت مداوای روان‌درمانگران قرار نداشتند با تعداد بیمارانی که از طریق روان‌درمانی معالجه شدند

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۴

مساوی بوده است. این تحقیق نشان داده است که حال برخی از این بیماران معالجه شده توسط روان‌درمانگران وخیمتر هم شده است. «۱» این گونه تحقیقات نشان می‌دهد که میانگین درمان ناشی از روان‌درمانی هنوز به میزان رضایتبخشی نرسیده است.

علاوه بر این، پرداختن به درمان بیماریهای روانی چندان مهم نیست، بلکه مهمتر این است که از بروز آنها پیشگیری، و یا حتی الامکان از افزایش آنها کاسته شود. اخیرا برخی از محققان به موضوع پیشگیری از رفتارهای انحرافی توجه و سعی کرده‌اند در

مشکلاتی که در جوامع مختلف در روابط انسانی پیش می‌آید مداخله کنند و هدفشان پیدا کردن راه‌حلهایی برای جلوگیری از بروز عوارض رفتارهای انحرافی است. اما این تلاشها اندک است و در زمینه‌های بسیار محدودی مانند دخالت پلیس در مشکلات خانوادگی که در برخی از محلات شهرهای بزرگ در جامعه امریکا رخ می‌دهد، «۲» انجام می‌شود. اصولاً موضوع پیشگیری از رفتارهای انحرافی، یکی از مسائل مهمی است که روان‌شناسان و جامعه‌شناسان درگیر آن هستند، اگرچه تلاشهایشان در این زمینه بسیار اندک و محدود است.

از این گذشته، امروزه اختلافات زیادی میان مکاتب مختلف روان‌درمانی در نوع نگرش آنها به ماهیت انگیزه‌های اساسی محرک رفتار و ماهیت تهدیدهای اضطراب‌انگیز و مسبب ایجاد عوارض بیماریهای روانی و عقلانی وجود دارد که وصول به یک توافق کلی در میان این مکاتب، پیرامون یک نظریه تکامل یافته درباره شخصیت و سازگاری آن و عوامل مسبب ناسازگاری و روشهای روان‌درمانی را مشکل می‌کند.

اصولاً هر یک از این مکاتب از زاویه معین و محدودی به انسان می‌نگرند. بنابراین، نمی‌توانند با دیدی کلی و همه‌جانبه به انسان نگاه کنند و همین موضوع موجب ناتوانی این مکاتب در فهم درست و دقیق انسان است، اما ظاهراً بتازگی گرایش جدیدی در میان روان‌شناسان و روان‌درمانگران به وجود آمده است که تأثیر عوامل اجتماعی و فرهنگی

(۱) - ریچارد. ام. شواین: علم الامراض النفسیة و العقلیة، ص ۸۶۴.

(۲) - شلدون کاشدان: علم نفس الشواة (روان‌شناسی منحرفان)، ترجمه احمد عبد العزیزی سلامه و تصحیح محمد عثمان نجاتی. بیروت: دار الشروق، ۱۹۸۴، ص ۲۲۱ - ۲۲۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۵

در شخصیت و طبیعت اجتماعی و نیاز انسان به وابستگی را بیشتر مورد توجه قرار می‌دهد. این گرایش باعث شده است که آنها بر اهمیت روابط انسانی در سازگاری یا ناسازگاری شخصیت تأکید بیشتری کنند. شلدون کاشدان Sheldon Cashdan در این خصوص می‌گوید:

«گاهی الگوی آینده بر اعتماد مردم به همدیگر که موجب رابطه آنان است تأکید می‌کند و به همین دلیل است که می‌گوییم گاهی برخی از مفاهیم مانند رابطه مستحکم، تبادل افکار و احساس تعهد، در نهایت جایگزین مفاهیمی همچون «من برتر»، دگماتیسم، و نورز، و اختلال عقلی می‌شود. الگوی آینده، گاهی حتی متضمن مفهومی جدید همچون مفهوم محبت است.» «۱» این گونه گرایشها نهایتاً روان‌شناسان و روان‌درمانگران را به قبول و به کارگیری دیدگاههای مذهب یا حداقل نزدیک به مذهب درباره ماهیت، علل انحراف و روشهای درمان انسان می‌رساند.

همچنین بتازگی در میان روان‌شناسان، گرایشهایی پیدا شده است که طرفدار توجه بیشتر به دین برای سلامت روان و درمان بیماریهای روانی است. آنها معتقدند، در ایمان به خدا نیروی خارق العاده‌ای وجود دارد که نوعی قدرت معنوی به انسان متدین می‌بخشد و در تحمل سختیهای زندگی او را کمک می‌کند و از نگرانی و اضطرابی که بسیاری از مردم قرن ما در معرض ابتلای آن هستند دور می‌سازد، قری که توجه فراوان به زندگی مادی بر آن سیطره دارد و رقابت شدیدی برای به دست آوردن مادیات، بر مردم حکومت می‌کند؛ در صورتی که نیاز به غذای روحی در همین زمان بسیار محسوستر است. همین گرایش به مادیات و رقابت در تملک آنها، باعث فشار روحی بر انسان معاصر و سردرگمی او شده و او را در معرض تهاجم اضطرابها و بیماریهای مختلف روانی قرار داده است. یکی از نخستین کسانی که این مسأله را مطرح کرد ویلیام جیمز William James فیلسوف و روان‌شناس امریکایی بود. او می‌گوید: «ایمان، بدون شک مؤثرترین درمان اضطراب است» و اضافه می‌کند: «ایمان نیرویی است که

باید برای کمک به انسان در زندگی وجود داشته باشد، فقدان ایمان، زنگ خطر است که ناتوانی

(۱) - مأخذ پیشین، ص ۲۶۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۶

انسان را در برابر سختیهای زندگی اعلام می‌دارد» و در جایی دیگر می‌گوید: «میان ما و خداوند رابطه‌ای ناگسستنی وجود دارد، اگر ما خود را تحت اشراف خداوند متعال درآوریم و تسلیم او شویم، تمام آمال و آرزوهایمان متحقق خواهد شد» و در جایی دیگر بیان می‌دارد: «همان طور که امواج خروشان و غلطان اقیانوس نمی‌تواند آرامش ژرفای آن را بر هم زند و امنیت آن را پریشان سازد، شایسته است که دگرگونیهای سطحی و موقت زندگی، آرامش درونی انسانی را که عمیقاً به خداوند ایمان دارد، بر هم نزند چرا که انسان متدین واقعی، تسلیم اضطراب نمی‌شود و توازن شخصیت خویش را حفظ می‌کند و همواره آماده مقابله با مسائل ناخوشایندی است که احتمالاً روزگار برایش پیش می‌آورد.» (۱)

کارل یونگ Carl G. Jung، روانکاو می‌گوید:

«در طول سی سال گذشته افراد زیادی از ملیتهای مختلف جهان متمدن، با من مشورت کردند و من صدها تن از بیماران را معالجه و درمان کرده‌ام، اما از میان بیمارانی که در نیمه دوم عمر خود به سر می‌بردند (یعنی از ۳۵ سالگی به بعد) حتی یک بیمار را نیز ندیدم که اساساً مشکلش نیاز به یک گرایش دینی در زندگی نباشد. به جرأت می‌توانم بگویم که تک‌تک آنها به این دلیل قربانی بیماری روانی شده بودند که آن چیزی را که ادیان موجود در هر زمانی به پیروان خود می‌دهند، فاقد بودند و فرد آنها تنها وقتی که به دین و دیدگاههای دینی بازگشته بودند به طور کامل درمان شدند.» (۲) روانکاو دیگری به نام ا. ا. بریل A. A. Brill معتقد است: «انسان متدین واقعی هرگز دچار بیماری روانی نخواهد شد.» (۳) هنری لینک Henry Link روان‌شناس امریکایی در کتاب «بازگشت به ایمان» می‌گوید: «در نتیجه تجربه طولانی خود در اجرای آزمایشهای روانی بر روی کارگران - در خصوص انتخاباتها و ارشادهای شغلی - به این موضوع پی برده‌ام که افراد

(۱) - دیل کارنگی: دع القلق و ابدأ الحیاء (نگرانی را رها کن و زندگی را آغاز کن)، ترجمه عبدالمنعم الزیادی، چاپ ۵، قاهره: کتابخانه «خانجی» ۱۹۵۶، ص ۲۸۲، ۲۹۲، ۲۹۸، ۳۰۱.

(۲)

Carl. G. Jung; modern man in search of a soul. London: Routledge Kegan paul, Ltd -

p. ۶۶۹۱، ۴۶۲.

(۳) - دیل کارنگی: همان مأخذ، ص ۲۸۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۷

متدین و کسانی که به معابد رفت و آمد می‌کنند دارای شخصیتی قویتر و بهتر از بی‌دینان و یا کسانی هستند که هیچ وقت به عبادت خداوند نمی‌پردازند.» (۱)

علاوه بر روان‌شناسان و روانکاوان، بسیاری از اندیشمندان معاصر غربی این مسأله را گوشزد می‌کنند که مشکل انسان معاصر، اساساً به نیاز وی به دین و ارزشهای معنوی برمی‌گردد. مثلاً مورخ معروف، آرنولتوین بی A. Toyndee می‌گوید، بحرانی که اروپاییان در قرن حاضر دچار آن شده‌اند، اساساً به فقر معنوی آنها باز می‌گردد. او معتقد است که تنها راه درمان این فروپاشیدگی اخلاقی که غرب از آن رنج می‌برد، بازگشت به دین است. (۲)

اصولا-ایمان، تأثیر بسزایی در نفس انسان دارد چرا که اعتماد به نفس و قدرت او را بر صبر و تحمل سختیهای زندگی افزایش می‌دهد و احساس امنیت و آرامش را در نفس او مستقر می‌سازد و در درونش آسودگی خاطر به وجود می‌آورد و انسان به این ترتیب غرق در احساس خوشبختی می‌شود. حال این سؤال پیش می‌آید که ایمان چگونه انسان را به این مرحله از آرامش روانی می‌رساند؟

### الف- رابطه ایمان و احساس امنیت

کلیه مکاتب روان‌درمانی در این که دلیل اصلی بروز عوارض بیماریهای روانی اضطراب است، متفق القولند ولی در تعیین عوامل اضطراب برانگیز، اختلاف نظرهایی با هم دارند. این مکاتب متفقا هدف اصلی روان‌درمانی را، رهایی از اضطراب و به وجود آوردن احساس امنیت در نفس انسان می‌دانند، اما برای تحقق این هدف از روشهای مختلف درمانی پیروی می‌کنند و همان‌طور که قبلا یادآور شدیم، این روشها همیشه در درمان کامل بیماریهای روانی موفق نیستند.

بررسی تاریخ ادیان بویژه دین اسلام، نشان می‌دهد که ایمان به خدا، در درمان

(۱)- یوسف القرضاوی: الایمان و الحیاء، چاپ ۶، قاهره: کتابخانه وهبه، ۱۹۷۸، ص ۳۴۲.

(۲)- انور الجندی: مفاهیم العلوم الاجتماعیة و النفس و الاخلاق فی ضوء الاسلام، قاهره: دار الاعتصام، ۱۹۷۷، ص ۱۹۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۸

این گونه بیماریها و تحقق احساس امنیت و آرامش و پیشگیری از اضطراب و بیماریهای روانی ناشی از آن، کاملا موفق بوده است. این مسأله شایان توجه است که درمان، معمولا- پس از ابتلای شخص به بیماری روانی شروع می‌شود، اما ایمان به خدا اگر از کودکی در نفس انسان استقرار یابد نوعی مصونیت و پیشگیری از آسیب بیماریهای روانی به شخص می‌بخشد. قرآن، امنیت و آرامشی را که ایمان، در نفس مؤمن ایجاد می‌کند. چنین توصیف می‌فرماید:

الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ «آری، آنها که ایمان آوردند و ایمان خود را با شرک نیامیختند امنیت، مال آنها است و آنها هدایت یافتگانند.» (۱)

الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ «آنها کسانی هستند که ایمان آورده‌اند و دل‌هایشان به یاد خدا مطمئن (و آرام) است، آنگاه باشید با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد.» (۲)

ما أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ «هیچ رنج و مصیبتی به شما نرسد مگر به فرمان خدا (و به خیر بندگان) و هر که به خدا ایمان آرد خدا دلش را (به مقام عالی رضا و تسلیم) هدایت کند و خدا بر

(۱)- انعام: ۸۲. یعنی: «تنها آنهایی که ایمان به خدا آورده و آن را به عبادت هیچ معبود دیگری بجز خدا مخلوط نکرده‌اند (شرک) سزاوار آرامش و طمأنینه هستند و تنها آنها به راه حق و خیر هدایت شدگانند.»

المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم، ص ۱۸۵.

(۲)- رعد: ۲۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۶۹

همه امور عالم آگاه است.» (۱)

اصولا آرامش و استقرار و امنیت نفس برای مؤمن متحقق می‌شود، زیرا ایمان راستینش به خداوند، او را نسبت به کمک و حمایت و

نظر لطف خداوندی امیدوار می‌سازد. مؤمن در عبادت و کارهایی که برای رضای خدا انجام می‌دهد، همواره به خداوند نظر دارد و به همین دلیل احساس می‌کند که خداوند همواره با اوست و به او کمک می‌کند. همین احساس مؤمن که خدا یاور اوست، ضامن استقرار احساس امنیت و آرامش در نفس وی می‌باشد. «۲»

مؤمنی که حقیقه به خدا ایمان دارد از هیچ چیز در این دنیا نمی‌هراسد چون می‌داند تا خدا نخواهد هیچ شرّ و آزاری به او نمی‌رسد و تا خدا نخواهد هیچ انسان و یا قدرتی در دنیا قادر نیست به او ضرری رساند یا خیری را از او منع کند. به همین دلیل مؤمن واقعی، انسانی است که امکان ندارد ترس یا اضطراب بر او چیره شود.

بلی مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ «آری کسی که در برابر خداوند تسلیم شود و نیکوکار باشد، پاداش او نزد پروردگارش ثابت است، نه ترسی بر آنهاست و نه غمگین خواهند شد (بنابراین بهشت خداوند در انحصار هیچ طایفه‌ای نیست)». «۳»

(۱) - تغابن: ۱۱. «(وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ) یعنی مصیبتی که به شخص می‌رسد آن را تقدیر الهی می‌داند، و در مقابل آن صبر می‌کند و هدایت قلبی و یقین راستین را به جای چیزهایی که در دنیا از دست می‌دهد، به حساب می‌آورد. ابن عباس می‌گوید: آیه فوق یعنی: خداوند قلب مؤمن را به یقین هدایت می‌کند، در نتیجه او می‌داند هر مصیبتی که به او می‌رسد به تقدیر الهی می‌بایست حتما گرفتار آن می‌شد. به همین دلیل راضی و تسلیم است...» مختصر تفسیر ابن کثیر، ج ۳، ص ۵۱۰.

(۲) - یوسف القرضاوی: الايمان والحياة، چاپ ششم، قاهره: کتابخانه وهبه، ۱۹۷۸، ص ۱۱۳-۱۱۵.

(۳) - بقره: ۱۱۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۰

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ نَحْنُ أَوْلِيَاؤُكُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَشْتَهَى أَنْفُسُكُمْ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَدَّعُونَ «کسانی که گفتند پروردگار ما خداوند یگانه است سپس استقامت کردند، فرشتگان بر آنها نازل می‌شوند که ترسید و غمگین مباشید و بشارت باد بر شما بهشتی که به شما وعده داده شده است. ما یاران و مددکاران شما در زندگی دنیا و در آخرت هستیم و برای شما هر چه بخواهید در بهشت فراهم است و هر چه طلب کنید به شما داده می‌شود.» «۱»

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ «کسانی که گفتند پروردگار ما الله است، سپس استقامت به خرج دادند نه ترسی برای آنهاست و نه غمی دارند.» «۲»

مؤمن واقعی می‌داند که روزی‌اش در دست خداست و هموست که ارزاق را بین مردم به اندازه تقسیم می‌کند. بنابراین، از فقر و تنگدستی نمی‌ترسد. اگر تقدیر خدا بر این تعلق گرفته باشد که روزی‌اش کم باشد به خواست خدا درباره خود راضی است و به همان اندک قناعت می‌کند و شکر و سپاس خدای را به خاطر نعمتهای فراوان دیگرش همچون نعمت زندگی، ایمان، تندرستی و آسودگی خاطر، به جای می‌آورد. مؤمن واقعی درباره رزق و روزی اصلا ترس را نمی‌شناسد، زیرا عقیده دارد که تنها خداوند متعال، روزی دهنده و صاحب قوت و قدرت است.

(۱) - فصلت: ۳۰، ۳۱.

(۲) - احقاف: ۱۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۱



إِنَّ اللَّهَ هُوَ الرَّزَّاقُ ذُو الْقُوَّةِ الْمَتِينُ «خداوند روزی دهنده و صاحب قوت و قدرت است.» (۱)  
وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ «روزی شما در آسمان است و آنچه به شما وعده داده می‌شود.» (۲)  
وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الْأَرْضِ إِلَّا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا ...

«هیچ جنبنده‌ای در زمین نیست مگر این که روزی او بر خداست ...» (۳)  
وَكَأَيِّنْ مِنْ دَابَّةٍ لَا تَحْمِلُ رِزْقَهَا اللَّهُ يَرْزُقُهَا وَإِيَّاكُمْ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ «چه بسیار جنبندگان که قدرت ندارند روزی خود را حمل کنند، خداوند آنها را و شما را روزی می‌دهد و اوست شنوا و دانا.» (۴)  
اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَيَقْدِرُ ...

«خدا روزی را برای هر کس بخواهد (و شایسته بداند) وسیع و برای هر کس بخواهد (و مستحق بداند) تنگ قرار می‌دهد ...» (۵)  
مؤمن واقعی از مرگ نمی‌هراسد و به آن با دیدی واقع بینانه می‌نگرد، زیرا می‌داند که هیچ گریزی از آن نیست و هر انسانی دارای اجلی معین است و آنگاه که اجلش فرا رسد

(۱) - ذاریات: ۵۸.

(۲) - ذاریات: ۲۲. قرآن و روان‌شناسی ۳۷۱ الف - رابطه ایمان و احساس امنیت ..... ص: ۳۶۷

(۳) - هود: ۶.

(۴) - عنکبوت: ۶۰.

(۵) - رعد: ۲۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۲

یارای به تأخیر انداختن آن را ندارد.

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ ...

«هر کس مرگ را می‌چشد ...» (۱)

أَيْنَمَا تَكُونُوا يُدْرِكُكُمُ الْمَوْتُ وَلَوْ كُنْتُمْ فِي بُرُوجٍ مُشِيدَةٍ ...

«هر کجا باشید مرگ شما را می‌گیرد اگر چه در برجهای محکم باشید ...» (۲)

إِنَّكَ مَيِّتٌ وَإِنَّهُمْ مَيِّتُونَ «تو می‌میری، آنها نیز خواهند مرد.» (۳)

وَلِكُلِّ أُمَّةٍ أَجَلٌ فَإِذَا جَاءَ أَجْلُهُمْ لَا يَسْتَأْخِرُونَ سَاعَةً وَلَا يَسْتَقْدِمُونَ «برای هر قوم و جمعیتی زمان و مدت (معینی) است و به هنگامی

که مدت آنها فرا رسد نه ساعتی از آن تأخیر می‌کنند و نه بر آن پیشی می‌گیرند.» (۴)

وَلَنْ يُؤَخِّرَ اللَّهُ نَفْسًا إِذَا جَاءَ أَجْلُهَا ...

«و خدا هرگز اجل هیچ کس را از وقتش که فرا رسد مؤخر نیفکند ...» (۵)

... وَمَا يُعَمَّرُ مِنْ مُعَمَّرٍ وَلَا يُنْقَصُ مِنْ عُمُرِهِ إِلَّا فِي كِتَابٍ ...

(۱) - آل عمران: ۱۸۵.

(۲) - نساء: ۷۸.

(۳) - زمر: ۳۰.

(۴) - اعراف: ۳۴.

(۵) - منافقون: ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۳

«... و هیچ انسانی عمر طولانی نمی‌کند و هیچ کس از عمرش کاسته نمی‌شود مگر اینکه در کتاب (علم خداوند) ثبت است...» (۱)  
 قُلْ لَنْ يَنْفَعَكُمْ الْفِرَارُ إِنْ فَرَرْتُمْ مِنَ الْمَوْتِ أَوِ الْقَتْلِ وَإِذْ لَا تُمْتَعُونَ إِلَّا قَلِيلًا «بگو: اگر از مرگ یا کشته شدن فرار کنید سودی به حال شما نخواهد داشت و در آن هنگام جز بهره کمی از زندگانی نخواهید گرفت.» (۲)

قُلْ إِنَّ الْمَوْتَ الَّذِي تَفِرُّونَ مِنْهُ فَإِنَّهُ مُلَاقِيكُمْ ثُمَّ تُرَدُّونَ إِلَىٰ عَالِمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ «(ای رسول ما به جهودان) بگو عاقبت مرگی که از آن می‌گریزید شما را البته ملاقات خواهد کرد و پس (از مرگ) به سوی خدایی که دانای پیدای و پنهان است باز می‌گردید و او شما را به آنچه (نیک و بد) کرده‌اید، آگاه می‌سازد.» (۳)

مؤمن واقعی بخوبی می‌داند که در این جهان، تنها یک رهگذر است که بسرعت به جهان آخرت منتقل می‌شود. بنابراین، در دنیا کارهای خود را بر این اساس انجام می‌دهد که با ایمان به خدا و عبادت و عمل صالح، آماده زندگی آن جهان شود. مؤمن واقعی آن طور که اکثر مردم از مرگ می‌ترسند، از آن نمی‌هراسد، زیرا می‌داند که مرگ، او را به سوی قرب الهی منتقل می‌کند، آن جا که از رضوان الهی متنعم و به دیدار انبیا و صدیقین، خوشبخت و از نعمتهای بهشتی که خداوند وعده آن را داده است، بهره‌مند می‌شود.

مؤمن واقعی از مصائب روزگار و حوادث دهر نمی‌هراسد. او از گرفتار شدن به امراض یا پیش آمدن حوادث ناگوار و وقوع فاجعه باکی ندارد زیرا عقیده دارد که حوادث خوب یا بدی که برای مردم روی می‌دهد، آزمایشی از طرف خداوند است تا

(۱) - فاطر: ۱۱.

(۲) - احزاب: ۱۶.

(۳) - جمعه: ۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۴

معلوم شود چه کسانی در هنگام شادی و گشایش سپاس می‌گویند و یا به وقت گرفتاری، صبر پیشه می‌کنند. به همین دلیل است که مؤمن، هنگام گرفتار شدن به بلا و شر، شکوه و زاری نمی‌کند، بلکه راه صبر و بردباری را پیش می‌گیرد و خدا را شکر می‌کند و از او می‌خواهد که شر و گرفتاری را از او دور سازد.

... وَ تَبَلَّوْا كُمْ بِالْأَشْرِّ وَالْخَيْرِ فَتَنَّهُ وَ إِيَّا نَا تُرْجَعُونَ «... و ما شما را با بدیها و نیکیها آزمایش می‌کنیم و سرانجام به سوی ما باز می‌گردید.» (۱)

مؤمن واقعی غم و اندوه خود را آشکار نمی‌سازد و در خاطرات اندوهناک گذشته، زندگی نمی‌کند و برای چیزهای از دست رفته افسوس نمی‌خورد. به همین دلیل، علی‌رغم بسیاری از مردم که اندوه ناشی از غم و درد ایام گذشته را بر دوش می‌کشند، وی هیچ گونه احساس اندوه نمی‌کند (۲) چنان که به هنگام رسیدن به خیر و خوبی نیز راه فساد و تباهی در پیش نمی‌گیرد و استکبار و طغیان نمی‌ورزد، بلکه خدا را به خاطر خیری که به او عطا فرموده است سپاس می‌گوید.

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ لَكَيْلًا تَأْسُوا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ «هیچ مصیبتی در زمین و نه در وجود شما روی نمی‌دهد مگر این که همه آنها قبل از آن که زمین را بیافرینیم در لوح محفوظ ثبت است و این امر برای خداوند

(۱) - انبیاء: ۳۵.

(۲) - یوسف القرضاوی: الایمان و الحیاة، ص ۱۱۹ - ۱۲۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۵

آسان است. این به خاطر آن است که برای آنچه از شما فوت شده تأسف نخورید و به آنچه به شما داده است دل‌بسته و شادمان نباشید و خداوند هیچ متکبر فخرفروشی را دوست ندارد.» (۱)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ كَفَرُوا وَقَالُوا لِإِخْوَانِهِمْ إِذَا ضَرَبُوا فِي الْأَرْضِ أَوْ كَانُوا غُزًى لَوْ كَانُوا عِنْدَنَا مَا مَاتُوا وَمَا قُتِلُوا لِيَجْعَلَ اللَّهُ ذَلِكُمْ حَسْرَةً فِي قُلُوبِهِمْ وَاللَّهُ يُحْيِي وَيُمِيتُ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید شما همانند کافران نباشید هنگامی که برادرانشان به مسافرتی می‌روند یا در جنگ شرکت می‌کنند (و از دنیا می‌روند و یا کشته می‌شوند) می‌گویند اگر آنها نزد ما بودند نمی‌مردند و کشته نمی‌شدند (شما این گونه سخنان نگویید) تا خدا این حسرت را بر دل آنها بگذارد و خداوند زنده می‌کند و می‌میراند (و حیات و مرگ به دست اوست) و خدا به آنچه انجام می‌دهید بینا است.» (۲)

مؤمن واقعی هیچگاه دچار اضطراب ناشی از احساس ناخودآگاه گناه نمی‌شود. این احساس گناه همان چیزی است که اکثر بیماران روانی از آن رنج می‌برند. عدم اضطراب مؤمن خود معلول چند علت است:

۱- مؤمنی که از دوران کودکی بر اساس تربیت صحیح اسلامی رشد کرده است، به آسانی در معرض فریب قرار نمی‌گیرد و به ارتکاب معاصی و گناهانی وادار نمی‌شود که باعث عذاب وجدان و احساس پستی و حقارت نفس، و قربانی احساس گناه و سرزنش وجدان شود.

۲- بدیهی است که هر انسانی در معرض ارتکاب اشتباه قرار دارد و مؤمن نیز از این

(۱) - حدید: ۲۲، ۲۳.

(۲) - آل عمران: ۱۵۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۶

قانون مستثنا نیست، اما او به هنگام ارتکاب خطا، در یادآوری گناه و اعتراف به آن تردیدی به خود راه نمی‌دهد و در پیشگاه خداوند متعال به خاطر ارتکاب خطا، استغفار و توبه می‌کند زیرا می‌داند که خداوند سبحان توبه پذیر و بخشاینده گناهان است.

وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا «کسی که کار بدی انجام دهد یا به خود ستم کند سپس از خداوند طلب آمرزش نماید خدا را آمرزنده و مهربان خواهد یافت.» (۱)

وَإِنِّي لَغَفَّارٌ لِمَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا ثُمَّ اهْتَدَى «من کسانی را که توبه کنند و ایمان آورند و عمل صالح انجام دهند و سپس هدایت شوند می‌آمرزم.» (۲)

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ «بگو: ای بندگان من که بر خود اسراف و ستم کرده‌اید از رحمت خداوند نومید نشوید که خدا همه گناهان را می‌آمرزد که او خدایی بسیار آمرزنده و مهربان است.» (۳)

اعتراف مؤمن به گناه و توبه به درگاه خداوندی، او را از کوشش برای دور نگه داشتن فکر گناه از ذهن - به منظور رهایی از ناراحتی روانی ناشی از احساس گناه - باز می‌دارد.

(۱) - نساء: ۱۱۰.

(۲) - طه: ۸۲.

(۳) - زمر: ۵۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۷

توضیح این که کوشش برای دور نگه داشتن فکر گناه از ذهن نهاییه به سرکوب ناخودآگاه آن منجر می‌شود، اما باید توجه داشته باشیم که سرکوب فکر گناه باعث نمی‌شود که آن نیروی انفعالی احساس پستی و حقارتی که همراه فکر گناه وجود داشته است نیز از بین برود. بنابراین، نیروی انفعالی مزبور به شکل اضطرابی مبهم و پیچیده در انسان بروز می‌کند که باعث رنج و ایجاد تشنج روانی در شخص می‌شود، در نتیجه انسان سعی می‌کند با پناه بردن به عوارض برخی از بیماریهای روانی، از شدت آن بکاهد. اصولاً قسمت اعظم تلاش روانکاو در چنین حالاتی مصروف کاوش درباره این مهارتهای دردآور، کهنه و سرکوب شده در ضمیر ناخودآگاه انسان می‌شود. روانکاو سعی می‌کند بیمار را به یادآوری مجدد آن کارها و مقابله با آنها وادارد تا به جای این که آنها را انکار کرده و با سرکوبشان از رودرویی با آنها فرار کند، نوعی قضاوت عقلانی درباره آنها پیدا کند یعنی به صدور حکم درباره‌شان پردازد. به همین دلیل است که یادآوری گناهان توسط مؤمن و اعتراف به آنها و استغفار و توبه، باعث جلوگیری از سرکوب ناخودآگاه احساس گناه می‌شود، زیرا این گونه سرکوب کردن باعث ایجاد اضطراب و بروز عوارض بیماریهای روانی می‌گردد.

از مطالب فوق این موضوع روشن می‌شود که مؤمن واقعی از چیزهایی که اکثر مردم از آنها می‌ترسند، مانند مرگ، فقر و بیماری و گرفتاریهای روزگار، نمی‌ترسد و از آن جا که مصائب روزگار را آزمایشی الهی می‌داند و معتقد است که باید در برابرشان صبر کند دارای توانایی زیادی در تحمل گرفتاریها است. او احساس گناه خود را سرکوب نمی‌کند، بلکه به آن اعتراف می‌کند و از خداوند آمرزش می‌طلبد. با توجه به این مسائل تعجبی ندارد که یک مؤمن واقعی همواره دارای امنیت خاطر روانی و آرامش قلبی و وجودش لبریز از احساس رضایت و آرامش خاطر باشد.

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَ لَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ «هر کس عمل صالح کند در حالی که مؤمن است خواه مرد باشد یا زن، به او

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۸

حیات پاکیزه می‌بخشیم و پاداش آنها را به بهترین اعمالی که انجام دادند خواهیم داد.» (۱)

فقدان ایمان به خدا، زندگی را از مفاهیم عالی و ارزشهای شریف انسانی تهی می‌کند و باعث می‌شود که انسان، احساس رسالت بزرگ خود را در زندگی به عنوان جانشین خدا در زمین از دست بدهد و بینش روشنی درباره اهداف بزرگ زندگی خود- یعنی عبادت خدا و قرب به او و جهاد با نفس برای رسیدن به تکامل انسانی که موجب سعادت دنیا و آخرت اوست- نداشته باشد. قرآن حالت تعارض و اضطراب و سرگردانی و خودباختگی را که به انسان فاقد ایمان دست می‌دهد، به حالت انسانی تشبیه می‌کند که حس می‌نماید از آسمان فرو افتاده است و پرندگان او را در میان آسمان و زمین می‌ربایند، یا تندباد به مکانی دور پرتابش می‌کند. ... وَ مَنْ يُشْرِكْ بِاللَّهِ فَكَأَنَّمَا خَرَّ مِنَ السَّمَاءِ فَتَخْطَفُهُ الطَّيْرُ أَوْ تَهْوِي بِهِ الرِّيحُ فِي مَكَانٍ سَحِيقٍ «... و هر کس شریکی برای خدا قرار دهد گویی از آسمان سقوط کرده و پرندگان (در وسط هوا) او را می‌ربایند و یا تندباد او را به مکانی دور پرتاب می‌کند.» (۲)

قرآن بر حالت خودباختگی و خسروانی که کافران از آن رنج می‌برند، با سوگند تأکید می‌ورزد.  
وَ الْعَصْرِ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَ تَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَ تَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ

(۱) - نحل: ۹۷.

(۲) - حج: ۳۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۷۹

«قسم به عصر. که انسان همه در خسارت و زیان است. مگر آنان که به خدا ایمان آورده و نیکوکار شدند و به درستی و راستی و پایداری در دین یکدیگر را سفارش کردند.» (۱)

ایمان به خداوند متعال و پیروی از روشی که در قرآن برای انسان ترسیم شده و تبعیت از سنت و سیره پیامبر صلی الله علیه و آله، تنها راه رهایی انسان از اندوه و اضطراب است (۲) و منتهی به امنیت و سعادت انسان می‌شود. همچنان که فقدان ایمان و عدم پیروی از روش الهی، سرانجام به اندوه و اضطراب و بدبختی منجر خواهد شد.

قَالَ اهْبِطَا مِنْهَا جَمِيعًا بَعْضُكُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ فَاِمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَىٰ وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَىٰ (خداوند) فرمود: هر دو (همچنین شیطان) از آن (بهشت) فرود آید، در حالی که دشمن یکدیگر خواهید بود، ولی هرگاه هدایت من به سراغ شما آید هر کس از هدایت من پیروی کند نه گمراه می‌شود و نه در رنج خواهد بود. و هر کس از یاد من روی گردان شود زندگی تنگ (و سختی) خواهد داشت، و روز قیامت او را نابینا محسوس کنیم.» (۳)

### ب- ایمان و احساس وابستگی به گروه

قرآن، مؤمن را تشویق می‌کند که برادران ایمانی خود را دوست بدارد و به آنان نیکویی و مساعدت کند.

(۱) - سوره عصر.

(۲) - الاخلاق و السیر فی مداواة النفوس، ابو محمد علی بن سعید بن حزم بن غالب، بیروت: دار الآفاق الجدیدة، ۱۹۷۸، ص ۱۵، ۱۶.

(۳) - طه: ۱۲۳، ۱۲۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۰

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ «مؤمنان برادر یکدیگرند، بنابراین میان دو برادر خود صلح برقرار سازید و تقوای الهی پیشه کنید تا مشمول رحمت او شوید.» (۱)

وَالَّذِينَ تَبَوَّأُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِّمَّا أُوتُوا وَيُؤِثِّرُونَ عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ «و برای کسانی که در دار الهجرة (سرزمین مدینه) و در خانه ایمان، قبل از مهاجران مسکن گزیدند، آنها کسانی را که به سویشان هجرت کنند دوست می‌دارند و در دل خود نیازی به آنچه به مهاجران داده شده احساس نمی‌کنند و آنها را بر خود مقدم می‌دارند هر چند شدیداً فقیر باشند، کسانی که خداوند آنها را از بخل و حرص نفس خویش بازداشته رستگارند.» (۲)

فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ الَّذِينَ هُمْ يُرَاؤُونَ وَيَمْنَعُونَ الْمَاعُونَ «پس وای بر نمازگزاران که دل از یاد خدا غافل دارند. همانان که (اگر طاعتی کنند) به ریا و خودنمایی کنند. و زکات و احسان را از فقیران منع کنند.» (۳)

قرآن مسلمانان را به تعاون و همکاری و ایجاد جامعه‌ای متحد تشویق می‌کند، جامعه‌ای که مؤمن، خود را جزئی از بنای رفیع تکامل یافته آن حس کند.

(۱) - حجرات: ۱۰.

(۲) - حشر: ۹.

(۳) - ماعون: ۴-۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۱

... وَ تَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَ التَّقْوَى وَ لَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَ الْعُدْوَانِ ...

«... و همواره) در راه نیکی و پرهیزگاری با هم تعاون کنید و (هرگز) در راه گناه و تعدی همکاری ننمایید...» (۱)

قرآن با تأکید بر نماز جماعت در روز جمعه که مسلمانان برای آشنا شدن با یکدیگر و نماز عبادت در مساجد اجتماع می‌کنند، بر ایجاد روحیه گروهی در نفس مسلمانان تأکید کرده است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله ضمن تشویق مسلمانان به برگزاری نماز جماعت، به آنها گوشزد فرموده است که این نماز، بر نماز فرادی برتری و فضیلت دارد.

تأکید قرآن درباره اظهار محبت مسلمانان به یکدیگر و گردهمایی و اتحاد صفوف از یک سو باعث رشد عاطفه نوع دوستی در نفس، و تقویت آنان به ایثار و رعایت منافع مردم و بطور کلی جامعه می‌شود و از سوی دیگر موجبات تضعیف حالت‌های انفعالی نفرت و کینه توزی و انگیزه‌های ظلم، تجاوز و تمایل به حب ذات و خودخواهی را فراهم می‌آورد. شکی نیست که توانایی در دوست داشتن مردم و انجام کار نیک و مفید برای جامعه، سبب تقویت احساس وابستگی به گروه و از بین رفتن احساس انزوا و تنهایی - که بیماران روانی از آن رنج می‌برند - می‌شود. اصولاً احساس وابستگی فرد به گروه و توجه به نقش فعال خود در جامعه، دارای اهمیتی زیاد در سلامت روانی انسان است. بسیاری از روان‌درمانگران به اهمیت روابط انسانی به منظور تأمین سلامت روانی توجه کرده‌اند مثلاً آلفرد آدلر Alfred Adler کوشیده است بیماران روانی خود را راهنمایی کند که به دیگران توجه کنند و برای تأمین امکانات رفاهی و کمک به نیازمندان بکوشند. او معتقد بود که بیمار روانی هر چه در درون جامعه بیشتر و رابطه‌اش با مردم بهتر باشد بیماریش زودتر درمان خواهد شد. آدلر در این خصوص می‌گوید: «... هدف من از تمام این تلاشها جلب توجه بیماران خود نسبت به دیگران است، زیرا وقتی بیمار، درون گروه خویش جای گرفت و با افراد گروه به طور مساوی همکاری و مساعدت کرد، در واقع سلامت

(۱) - مائده: ۲.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۲

خود را باز یافته است. به نظر من مهمترین موضوعی که دین و مذاهب به آن سفارش کرده است، دوست داشتن همسایه و کمک کردن به اوست. فردی که از مساعدت دیگران سرباز می‌زند، شایسته است که سختیها و مشکلات بر او فرو بارد. تمام آنچه که زندگی از فرد می‌خواهد این است که کارگری تولید کننده و دوستدار مردم باشد و در محبت بکوشد.» (۱)

آدلر عقیده دارد که انسان می‌تواند با تقویت روابط خود با مردم و بطور کلی با جامعه بشری از طریق کارهای سودمند اجتماعی و اظهار محبت و دوستی، از احساس اضطراب رهایی یابد. به عبارت دیگر اضطراب انسان وقتی پایان می‌پذیرد که او بتواند وابستگی خود به بشریت را تحقق بخشد. (۲)

وابستگی فرد به گروه و دوستی گروه نسبت به فرد و ارتباط انسانی بین آنها، از عوامل مهمی است که به تشکیل شخصیتی سالم و تحقق امنیت خاطر و آرامش انسان کمکی شایان می‌کند.

ج- روش قرآن در روان‌درمانی

اشاره

برای ایجاد تعدیل یا تغییر شخصیت و رفتار افراد، ضرورت دارد که ابتدا درباره تعدیل یا تغییر افکار و گرایشهای فکری آنها اقدام شود چرا که رفتار انسان به مقدار زیادی تحت تأثیر افکار و گرایشهای او قرار دارد. به همین دلیل هدف اساسی روان‌درمانی، تغییر نوع تفکرات بیماران روانی درباره خودشان و مردم و زندگی و مشکلاتی است که قبلاً از مقابله با آنها عاجز بودند و همین موجب اضطرابشان می‌شده است. اما بیمار روانی، با تغییر افکاری که در اثر درمان حاصل می‌کند، در برابر مشکلات و حل آنها توانا می‌شود و غالباً پس از درمان درک می‌کند، مشکلاتی که در گذشته سبب

(۱) - به نقل از: دیل کارنگی: دع القلق و ابداء الحیاء، ترجمه عبد المنعم الزیادی، چاپ پنجم، قاهره: کتابخانه خانجی، ۱۹۵۶، ص ۲۶۲-۲۶۴.

(۲)

Alfred Adler. Understanding Human Nature. New York: Greeberg Publishers, inc., ۱۹۲۷, p. -  
۲۳۹; Rollo may: The Meaning of Anxiety. New York: The Ronaldpress Co., ۱۹۵۰. pp  
۱۳۰-۱۲۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۳

اضطراب و بیماری‌اش می‌شدند، به آن اندازه‌ای که او تصور می‌کرد حایز اهمیت نبوده و در واقع دلیل موجهی برای اضطراب شدیدش به خاطر آنها وجود نداشته است.

اساساً یادگیری عملی است که در جریان آن، افکار، گرایشها، عادت‌ها و رفتارهای انسان تعدیل می‌شود و تغییر می‌یابد. کار روان‌درمانی در اصل، تصحیح یادگیریهای نادرست گذشته است که بیمار در جریان آن با افکاری اشتباه، یا اوامی درباره خود و دیگران و زندگی و مشکلات اضطراب‌انگیزی مواجه بوده است. بیمار روشهای مشخصی از رفتار دفاعی را- که به واسطه آنها از روبرو شدن با مشکلات فرار می‌کرده است می‌آموزد و از شدت اضطرابش کم می‌کند. روان‌درمانگر می‌کوشد افکار بیمار را تصحیح کند و او را وادارد که به خود و مردم و مشکلات خویش با دیدی واقع‌بینانه و درست بنگرد و به جای فرار از مشکلات، با آنها مقابله کند و همچنین، به جای ادامه دادن حالت درگیری روانی- که ناشی از عجز در حل مشکلات است-، در جهت حل آنها بکوشد. این تغییر نگرش، نسبت به خود و مردم و زندگی، بیمار را در مقابله با مشکلات و حل آنها توانا می‌سازد و به این ترتیب از درگیری روانی و اضطراب، رهایی می‌بخشد و این موضوع معمولاً- باعث نشاط و طراوت زندگی بیمار و آغاز فعالیت نوینی در زندگی‌اش می‌شود، به طوری که انسان، لذت زندگی، رضایت روحی، آسودگی خاطر و خوشبختی را احساس می‌کند.

... إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ...

«... خداوند سرنوشت هیچ قوم (و ملتی) را تغییر نمی‌دهد مگر آن که خود را تغییر دهند...» (۱)

قرآن، به منظور تغییر افکار و گرایشها و رفتارهای مردم و هدایت آنها به صلاح و خیر، و نجات از گمراهی و جهل و ایجاد افکاری تازه درباره ماهیت و رسالت انسان و

(۱) - رعد: ۱۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۴

ارزشهای اخلاقی و الگوهای والای زندگی، نازل شد. قرآن در مردم تغییراتی شگرف- که در پایه‌ریزی نظام جدید زندگی شخصی انسان و نظام روابط انسانی او در خانواده، یا بطور کلی، در جامعه، مؤثر بوده است-، ایجاد کرده و موفقیت‌های بزرگی برای



تحت تأثیر قرار دادن شخصیت‌های مردم به دست آورده است. به طور خلاصه می‌توان گفت، در میان تمام کتب آسمانی که در طول تاریخ نازل شده‌اند، قرآن به نحوی مطلوب و بی‌نظیر موفق شد، تغییراتی بسیار مؤثر در شخصیت مسلمانان و جامعه اسلامی به وجود آورد و در مدتی کوتاه، از مسلمانان، افرادی با شخصیتی انسانی کامل و متعادل و آرام و مطمئن بسازد که آنها توانستند با نیروی خارق‌العاده این تغییر، دنیا را تکان دهند و مسیر تاریخ را دگرگون سازند. حال این سؤال پیش می‌آید که قرآن چگونه توانست روان‌عربها را درمان کند و شخصیت آنها را تغییر دهد؟ این همان سؤالی است که می‌کوشیم به پاسخ آن در ذیل دست یابیم.

## ۱- ایمان به توحید

تغییر عقیده (از شرک به توحید) در واقع نخستین چیزی بود که قرآن می‌خواست آن را در نفوس عربها ایجاد کند. از این رو، هدف آیاتی که در مرحله نخست دعوت اسلامی در مکه نازل شد، اساساً تأکید بر عقیده توحیدی بود. روش برتر قرآن در بلاغت، که عربها قبلاً نظیر آن را ندیده بودند و نیز استدلال‌های عقلی مقنع آن در عرضه موضوعات و احکام و ذکر داستانها و ضرب‌المثلهای که برای توضیح و باز شدن مفاهیم و تقریب آنها به اذهان و جلب توجه شنوندگان آورده شده‌اند، و به کار بردن روشهای تشویق و تهدید برای ایجاد انگیزه یادگیری و تکرار برخی مفاهیم به منظور تثبیت آنها در اذهان و دیگر اصول یادگیری که ما قبلاً در بحث یادگیری در قرآن (در فصل پنجم) آنها را ذکر کردیم، همه اینها در روی آوری مردم به دین جدید و ایمانشان به توحید، تأثیر فراوانی داشته است. ایمان به توحید، نخستین گام برای ایجاد تغییرات بزرگ در شخصیت بود، زیرا ایمان، نیرویی عظیم و معنوی در انسان به وجود می‌آورد که نوع برداشت وی را از مفهوم ذات خود، مردم، زندگی و کل هستی تغییر می‌دهد و او را به مفهومی جدید از زندگی و رسالت و مسؤولیتش در آن، معتقد می‌سازد و قلبش را از محبت خداوند متعال و رسول

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۵

اکرم صلی الله علیه و آله و مردم اطرافش و بطور کلی بشریت مالا مال می‌کند و چنان که قبلاً- درباره «ایمان و احساس امنیت» متذکر شدیم، نوعی احساس امنیت و آرامش در او برمی‌انگیزد.

## ۲- تقوا

تقوای الهی همراه و پیرو ایمان است و به این معناست که انسان با دوری از ارتکاب گناهان و التزام به روش الهی در زندگی، که قرآن بر ایمان ترسیم فرموده و رسول خدا صلی الله علیه و آله بیان کرده است، خود را از غضب خداوندی حفظ کند. بنابراین انجام اوامر و ترک نواهی الهی همان تقواست.

مفهوم تقوا در بردارنده این معناست که انسان، بر انگیزه‌ها و انفعالات و تمایلات و خواسته‌های خود حاکمیت و تسلط دارد و تنها در حدودی که شرع مقدس اجازه می‌دهد به ارضای آنها می‌پردازد. مفهوم تقوا به معنای سرکوب کردن انگیزه‌های فطری نیست، بلکه تنها به معنای مهار کردن و تسلط یافتن بر آنها و ارضای‌شان در حدود اجازه شرع است. ما قبلاً در بحث مهار کردن انگیزه‌ها در فصل اول که به موضوع «انگیزه‌ها در قرآن» اختصاص داشت، به این موضوع اشاره کردیم، مفهوم تقوا، در بردارنده این مطلب نیز هست که انسان در کارهای خود همواره باید در جستجوی حق، عدالت، امانت و راستی باشد و با مردم به خوبی رفتار کند و از تجاوز و ستم بپرهیزد. تقوا به این معناست که انسان تمام کارهایی را که به او محول شده است به نحو احسن انجام دهد زیرا او در اعمال خود به خاطر کسب رضایت و ثواب الهی همواره به خداوند متعال نظر دارد و این موجب می‌شود انسان برای این که کارهای خود را همیشه به نحوی مطلوب انجام دهد، به بهبود ذات و رشد تواناییها و اطلاعات خود بپردازد. تقوا به این معنا نیرویی است که انسان را به سوی رفتار بهتر و برتر و رشد و ارتقای نفس، و اجتناب از رفتار زشت و انحرافی و غیر انسانی راهنمایی می‌کند

و رسیدن به این مرحله مستلزم جهاد با نفس و سیطره برخواسته‌ها و تمایلات آن است. به این ترتیب، این انسان است که بر نفس خود مسلط می‌شود. بنابراین تقوا، یکی از عوامل اصلی رشد، تکامل و توازن شخصیت است و انسان را وامی‌دارد که نفس خود را رشد دهد و به عالیترین مراحل کمال انسانی

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۶

برساند.

یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ آمِنُوا بِرَسُولِهِ يُؤْتِكُمْ كِفْلَيْنِ مِنْ رَحْمَتِهِ وَ يَجْعَلْ لَكُمْ نُورًا تَمْشُونَ بِهِ وَ يَغْفِرْ لَكُمْ وَ اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید از خدا بپرهیزید، و به رسولش ایمان بیاورید، تا دو سهم از رحمتش به شما ببخشد و برای شما نوری قرار دهد که با آن (در میان مردم و در مسیر زندگی خود) راه بروید، و گناهان شما را ببخشد، و خداوند غفور و رحیم است.» (۱)

یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن تَتَّقُوا اللَّهَ يَجْعَلْ لَكُمْ فُرْقَانًا وَ يُكَفِّرْ عَنْكُمْ سَيِّئَاتِكُمْ وَ يَغْفِرْ لَكُمْ وَ اللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید اگر از (مخالفت فرمان) خدا بپرهیزید برای شما وسیله‌ای برای جدایی حق از باطل قرار می‌دهد (و روشن‌بینی خاصی که در پرتو آن حق را از باطل خواهید شناخت) و گناهان شما را می‌پوشاند و شما را می‌آمرد و خداوند فضل و بخشش عظیم دارد.» (۲)

یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ قُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَالَكُمْ وَ يَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَ مَنْ يُطِعِ اللَّهَ وَ رَسُولَهُ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا

(۱) - حدید: ۲۸. «يُؤْتِكُمْ كِفْلَيْنِ مِنْ رَحْمَتِهِ» یعنی دو برابر از رحمتش به شما می‌دهد. «وَ يَجْعَلْ لَكُمْ نُورًا تَمْشُونَ بِهِ» یعنی برای شما هدایتی قرار می‌دهد که موجب بینایی شما در کوری و جهالت است. مختصر تفسیر ابن کثیر، ج ۳، ص ۴۵۶.

(۲) - انفال: ۲۹. «فرقانا» یعنی قدرتی که به واسطه آن می‌توانید حق را از باطل تشخیص دهید. المنتخب فی تفسیر القرآن الکریم، ص ۲۴۷، المختصر فی تفسیر ابن کثیر، ج ۲، ص ۹۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۷

«ای کسانی که ایمان آورده‌اید از خدا بپرهیزید و سخن حق و درست بگویید. تا خدا اعمال شما را اصلاح کند و گناهانتان را بپامرد و هر کس اطاعت خدا و رسولش کند به رستگاری (و پیروزی) عظیمی نایل شده است.» (۱)

... وَ مَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا... و هر کس متقی و خدا ترس باشد خدا (مشکلات) کار او را در (دو عالم) آسان می‌گرداند.» (۲)

### ۳- عبادات

#### اشاره

گرچه تغییر افکار، گام نخست و ضروری برای تغییر شخصیت و رفتار فرد است، اما یادگیری رفتارهای جدید نیز مستلزم ممارست طولانی است، یعنی برای تثبیت و استقرار در نفس نیاز به تمرین دارد. ما قبلاً در فصل پنجم، فصل «یادگیری در قرآن» به اهمیت مشارکت فعال یادگیرنده در عمل یادگیری اشاره کرده‌ایم. در آن جا، تجربه‌ای را یادآور شدیم که روشن می‌کرد افرادی که کلمات را برای یادگیری بر زبان می‌آورند و تکرار می‌کنند آنها را سریعتر از افرادی یاد می‌گیرند که تنها به شنیدن و دیدن و نمایش کلمات در برابر خود (از طریق فیلم) اکتفا می‌کنند ولی به زبان نمی‌آورند. در زمینه‌های یادگیری مهارت‌های حرکتی و حرفه‌های فنی و شغلی مختلف، اهمیت مشارکت فعال امری بدیهی است، زیرا فرد بدون ممارست عملی و تمرین این گونه مهارت‌ها

و حرفه‌ها نمی‌تواند آنها را یاد بگیرد.

در روان‌درمانی، برای درمان بیمار تنها کافی نیست که او به شناخت ماهیت مشکلات و تغییر فکر خود نسبت به آنها و نیز تغییر بینش نسبت به خود و زندگی دست یابد، بلکه علاوه بر این کسب مهارت‌های جدید در زندگی توسط بیمار روانی و پیاده کردن افکار

(۱) - احزاب: ۷۰، ۷۱.

(۲) - طلاق: ۴.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۸

جدید درباره خود و مردم در زمینه‌های تازه ضرورت دارد. به این ترتیب، او خود می‌بیند که رفتار جدیدش سبب موفقیت‌هایی در روابط انسانی وی شده، و تغییراتی روشن در رفتار دیگران نسبت به او به وجود آمده است. بیمار می‌بیند که مردم نسبت به او به میزان زیادی اظهار عواطف مثبت مانند صداقت و محبت و قدردانی می‌کنند. به این ترتیب، با ممارست عملی رفتارهای تازه ناشی از افکار جدید در زندگی و نتایج رضایتبخشی که این ممارست در بردارد، تغییر زیادی در شخصیت بیمار ایجاد می‌شود و او را با گام‌هایی سریع به سوی درمان پیش می‌برد. قرآن برای پرورش شخصیت مردم و ایجاد تغییر در رفتار آنان، روش کار و ممارست عملی در زمینه افکار و عادات جدید رفتاری را که در نظر دارد در نفوس آنان تحکیم بخشد، به کار گرفته است. و خداوند متعال به همین منظور عبادات مختلفی همچون نماز، روزه، زکات و حج را واجب کرده است. انجام منظم و مرتب این عبادات در اوقاتی معین، اطاعت از خداوند و امتثال اوامر الهی را به مؤمن یاد می‌دهد و باعث می‌شود که او همواره با خضوعی کامل در تمام کارها به خداوند نظر داشته باشد. همچنین، صبر و تحمل سختیها و جهاد با نفس و تسلط بر خواسته‌ها و خواهشها و اظهار محبت و نیکی به مردم را به او می‌آموزد و روحیه همکاری و همبستگی اجتماعی او را رشد می‌دهد. اینها همه خصلت‌های پسندیده‌ای است که یک شخصیت بهنجار و رشد یافته و متکامل را از دیگران جدا می‌سازد. شکی نیست که انجام مخلصانه و منظم این عبادتها باعث می‌شود که مؤمن بتواند چنین خصوصیتی را تحصیل کند، خصوصیتی که پایه‌های درست سلامت روانی او را تشکیل می‌دهد و او را از ابتلا به بیماری روانی حفظ می‌کند، چنان که توضیحات ذیل روشنگر تأثیر عبادات بر شخصیت مسلمان است.

### ۳- ۱ نماز:

کلمه «نماز» نشان می‌دهد که رابطه‌ای بین انسان و پروردگارش وجود دارد. «۱» زیرا انسان در نماز با خضوع و خشوع در برابر پروردگار و آفریدگار تمام هستی می‌ایستد، او با جسم نحیف و ضعیف خود در برابر خدای بزرگ قادر و توانا قرار می‌گیرد، خدایی که بر

(۱) - نماز [صلوة در عربی] از ریشه صلوة (وصل) به معنای پیوند و رابطه است. - م.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۸۹

تمام ذرات هستی حاکم، و مدبّر امور در آسمانها و زمین است، خدایی که مرگ و زندگی در ید قدرت اوست و رزق و روزی را بین مردم تقسیم می‌کند و قضا و قدر و هر خیر و شری که به ما می‌رسد، به امر او انجام می‌پذیرد. وقوف خاشعانه و خاضعانه انسان در نماز در برابر خداوند متعال، به او نیرویی معنوی می‌بخشد که حسن صفای روحی و آرامش قلبی و امنیت روانی را در او برمی‌انگیزد، چون انسان در نماز- البته در صورتی که به طور صحیح و شایسته برگزار شود- با تمام اعضای بدن و حواس خود

متوجه خدا می‌شود و از همه اشتغالات و مشکلات دنیا روی برمی‌گرداند و به هیچ چیز، جز خدا و آیات قرآن که در نماز بر زبان می‌آورد، فکر نمی‌کند. همین روی گردانی کامل از مشکلات و هموم زندگی و نیندیشیدن به آنها در اثنای نماز، باعث ایجاد حالتی از آرامسازی «۱» کامل و آرامش روان و آسودگی عقل در انسان می‌شود. این حالت آرامسازی و آرامش روانی ناشی از نماز، از نظر درمانی تأثیر بسزایی در کاهش شدت تشنجات عصبی-ناشی از فشار زندگی روزانه و پایین آوردن حالت اضطرابی که برخی از مردم دچار آن هستند- دارد. دکتر «توماس هایسلوپ» می‌گوید: مهمترین عامل خواب آرامبخش که من در طول سالهای متمادی تجربه و مهارتم در مسائل روانی به آن پی بردم، همین نماز است، من به عنوان یک پزشک می‌گویم مهمترین وسیله ایجاد آرامش در روان و اعصاب انسان که من تاکنون شناخته‌ام، نماز است. «۲»

«آرامسازی»، یکی از وسایل مورد استفاده برخی از روان‌درمانگران جدید برای درمان بیماریهای روانی است و انسان می‌تواند آن را از طریق تمرین بیاموزد. خواندن نماز، آن هم پنج بار در روز، خود بهترین برنامه تمرین آرامسازی و فراگیری آن می‌تواند باشد و معمولاً-وقتی انسان کیفیت آرامسازی را یاد بگیرد می‌تواند از تشنجات عصبی ناشی از فشارها و گرفتاریهای زندگی رها شود. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به هنگام فرا رسیدن اوقات نماز می‌فرمود: «ای بلال، ما را با نماز به آرامش وادار» و در حدیث آمده است که:

(۱)- جمال ماضی ابو العزائم: القرآن و علم النفس. و اسامه محمد الراضی: الاسلام و امراض العصر. ندوة علم النفس و الاسلام، دانشکده علوم تربیتی دانشگاه ریاض (به صورت پلی کپی) جلد اول، ۱۹۷۸.

(۲)- دیل کارنگی، دع القلق و ابدأ الحیاء، ص ۳۵۹، ۳۶۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۰

«هرگاه امری بر رسول خدا سخت می‌آمد به نماز می‌ایستاد». «۱» و نیز رسول اکرم صلی الله علیه و آله فرمودند: «روشنایی چشم من در نماز است.» «۲»

حالت تمدد اعصاب و آرامش روانی ناشی از نماز، انسان را از اضطرابی که بیماران روانی همواره از آن رنج می‌برند، می‌رهاند. چون این حالتها معمولاً- تا مدتی پس از نماز نیز در انسان باقی می‌مانند و ادامه می‌یابند. انسان گاهی در حالت تمدد اعصاب و آرامش روانی پس از نماز، با امور یا مواردی اضطراب‌انگیز روبرو می‌شود یا آنها را به یاد می‌آورد. تکرار حدوث این موارد یا یادآوری آنها در حالت تمدد اعصاب و آرامش نفسانی پس از نماز، به «خاموش شدن» تدریجی اضطراب در انسان منجر می‌شود و اصولاً- این امور یا موارد اضطراب‌انگیز به حالت آرامش روانی پس از نماز ارتباط می‌یابد و به این ترتیب، فرد از اضطراب و نگرانی ناشی از این امور یا موارد، رها می‌گردد.

این تأثیر مهم که نماز در درمان اضطراب دارد، شبیه تأثیر روشن روان درمانی برخی از روان‌درمانگران رفتار‌گرای معاصر برای درمان اضطراب بیماران روانی است. این روان‌درمانگران مانند «جوزف ولپه» از روشی پیروی می‌کنند که به «منع متقابل» «۳» معروف است و نام «درمان از طریق آرامسازی» یا «درمان از طریق کاهش حساسیت انفعالی» بدان اطلاق می‌شود. در این روش، درمانگر، ابتدا بیمار روانی را برای ایجاد تمدد اعصاب عمیق، تمرین می‌دهد. هنگامی که مریض در حالت تمدد اعصاب قرار دارد درمانگر از او می‌خواهد که یکی از اشیای اضطراب‌انگیز را در ذهن خود تصور کند. البته درمانگر در این مورد کار را با برنامه‌ای مشخص دنبال می‌کند، یعنی از اشیای برانگیزنده اضطرابهای خفیف شروع می‌کند تا بتدریج به موارد اضطراب‌انگیزتر منتهی شود. وقتی به هنگام تصور امر اضطراب‌برانگیز، حالت اضطراب به بیمار دست می‌دهد، درمانگر از او می‌خواهد که آن تصور را از ذهن خود دور سازد و بار دیگر به حالت تمدد اعصاب باز گردد. پس از این که بیمار آرام می‌گیرد و به حالت تمدد اعصاب

برمی‌گردد، باز از او خواسته می‌شود که همان امر اضطراب‌انگیز را دوباره تصور کند و

(۱) - مختصر تفسیر ابن کثیر، ج ۱، ص ۱۴۲.

(۲) - این حدیث را طبری در «الاوسط» روایت کرده است. به نقل از سعید حوی: تربیتنا الروحیه، ص ۲۳۱.

### (۳) - Reciprocal Inhibition

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۱

درمان با این روش همچنان ادامه می‌یابد تا هنگامی که بیمار بتواند آن عامل اضطراب‌برانگیز را در حالت تمدد اعصاب بدون احساس اضطراب تصور کند. پس از این مرحله، بیمار به تصور کردن امری اضطراب‌برانگیزتر- البته در همان حالت تمدد اعصاب- رهنمون می‌شود و به این ترتیب درمان همچنان ادامه می‌یابد تا این که بیمار بطور کلی از اضطراب‌رهایی یابد. روش ولپه و روان‌درمانگران رفتارگرایی دیگر اساساً بر اصول «شرطی کردن» (۱) استوار است. در این روش درمانگر می‌کوشد میان موارد اضطراب‌انگیز و واکنش مخالف اضطراب، یعنی همان حالت تمدد اعصاب (۲) رابطه ایجاد کند.

می‌بینیم که وجه تشابه میان روش روان‌درمانی که روان‌درمانگران رفتارگرا استفاده می‌کنند و اثر درمانی منتج از نماز، بسیار مشهود است. زیرا اقتران حالت تمدد اعصاب و آرامش روانی ناشی از نماز- که معمولاً برای مدتی پس از نماز ادامه می‌یابد- با موارد اضطراب‌برانگیزی که در اثر مواجهه عملی با آنها در زندگی، و یا در اثر یادآوری آنها به وجود می‌آیند، در نهایت باعث ایجاد رابطه‌های شرطی تازه، میان عوامل اضطراب‌برانگیز و واکنش تمدد اعصاب و آرامش روانی ناشی از نماز می‌گردد و می‌دانیم که واکنش حالت آرامش پس از نماز در واقع واکنشی مخالف با اضطراب است.

بنابراین، انسان از اضطراب رها می‌شود و این همان روشی است که روان‌درمانگران رفتارگرا- چنان که قبلاً هم اشاره کردیم- برای درمان اضطراب به کار می‌گیرند.

انسان پس از نماز، بلافاصله به ذکر و دعا و تسبیح می‌پردازد و این خود به تداوم حالت تمدد اعصاب و آرامش روانی- برای مدتی پس از نماز- کمک می‌کند. اصولاً انسان در دعا، با خدای خود به مناجات می‌پردازد و از مشکلاتی که او را در زندگی ناراحت و مضطرب ساخته است، به درگاهش پناه می‌برد و با بازگو کردن رنج و اندوه خود از خدا می‌خواهد که در حل مشکلات و برآوردن نیازها به او کمک کند. همین بازگو

### (۱) - Conditioning

(۲) - ریچارد م. شواین: علم الامراض النفسیه و العقلیه، ص ۸۴۶-۸۵۴؛ رابرت هاربر: التحلیل النفسی و العلاج النفسی. ترجمه سعد جلال. قاهره: الهیئة المصریة العامة للکتاب، ۱۹۷۴، ص ۱۶۷-۱۶۹؛ شلدون کاشدان:

علم نفس الشواذ، ص ۲۳۲-۲۳۵؛ جولیان روتر: علم النفس الاکلینیک، ص ۱۸۴، ۱۸۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۲

کردن مشکلات اضطراب‌انگیز در چنین حالتی از آرامش روانی، منجر به رهایی از اضطراب- به همان روشی که قبلاً شرح دادیم، یعنی از طریق ایجاد ارتباط شرطی جدید میان مشکلات و حالت تمدد اعصاب و آرامش روانی می‌شود. بدین ترتیب مشکلات به تدریج قدرت اضطراب‌زایی خود را از دست می‌دهد و با حالت تمدد اعصاب و آرامش روانی که حالتی مخالف اضطراب است، به صورت رابطه‌ای شرطی شده، پیوند می‌یابد.

علاوه بر این، آشکار کردن مشکلات و مسائل و بیان آنها برای شخصی دیگر، موجب آرامش روانی انسان خواهد شد. در میان

روان درمانگران، معروف است که یادآوری مشکلات و بازگویی آنها توسط بیمار، خود باعث کاهش شدت اضطراب می‌شود. حال که حالت روانی انسان با آشکار کردن مشکلات در حضور یک دوست صمیمی و یا روان درمانگر رو به بهبود می‌رود، تصور کنید که همین انسان اگر مشکلات خود را برای خدا بازگو کند و پس از هر نماز به مناجات با پروردگار و دعا و استغاثه به درگاه او و طلب یاری از او پردازد، حالت روانی‌اش چقدر بهبود خواهد یافت.

افزون بر این، باید توجه داشته باشیم که صرف دعا و تضرع به درگاه خداوند، باعث کاهش شدت اضطراب می‌شود، زیرا مؤمن می‌داند که خداوند متعال در قرآن کریم فرموده است:

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ ...

«پروردگار شما فرمود مرا بخوانید تا (دعای) شما را مستجاب کنم ...» (۱)

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ ...

«و هنگامی که بندگان من از تو درباره من سؤال کنند (بگو) من نزدیکم!، دعای دعا کننده را به هنگامی که مرا می‌خواند پاسخ می‌گویم ...» (۲)

(۱) - غافر: ۶۰.

(۲) - بقره: ۱۸۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۳

به همین دلیل است که دعا به درگاه خداوند از شدت اضطراب انسان می‌کاهد. زیرا مؤمن امیدوار است که خداوند دعایش را مستجاب، مشکلاتش را حل و حاجتش را برآورده و اندوه و اضطرابش را رفع سازد. با قطع نظر از این که آیا خداوند متعال عملاً دعای انسان را مستجاب می‌کند یا نه، اصولاً صرف روی آوردن به خدا از طریق دعا و امیدواری انسان به استجاب خداوند متعال، از طریق تلقین این مطالب که احتمال استجاب دعا توسط خداوند وجود دارد، منجر به کاهش شدت اضطراب وی خواهد شد.

روشن است که اضطراب، از عجز انسان در برابر حل تضادهای روانی وی ناشی می‌شود و اصولاً بخش بزرگی از نیروی روانی انسان برای حل تضادهای روانی مصرف می‌شود. به همین دلیل است که بیماران روانی نمی‌توانند به طور صحیح، تواناییها و امکاناتشان را بروز دهند، چون تضادهای روانی آنها، نیروی‌شان را مصرف می‌کند و باعث تعطیل شدن تواناییها و امکاناتشان می‌شود. اما همین بیماران روانی، وقتی درمان می‌شوند و نیروهای روانی آنان از قید و بند تضادهای روانی آزاد می‌شود، معمولاً اظهار شادابی و نشاط می‌کنند و نیروی‌شان برای کار و تولید افزایش می‌یابد.

ملاحظه می‌شود، همان نتیجه‌ای که از یک روان‌درمانی موفق حاصل می‌شود، از نماز استنتاج می‌گردد. زیرا آن احساس امنیت و رهایی از اضطراب را که نماز در انسان ایجاد می‌کند، باعث آزاد شدن نیروی روانی او می‌شود، نیرویی که قبلاً در زنجیرهای اضطراب و نگرانی مقید و زندانی بود. در نتیجه انسان، حالت نشاط و طراوت را در تمام وجودش احساس می‌کند.

البته باید توجه داشته باشیم که تأثیر نماز از جنبه دیگر، بسیار بیشتر از تأثیر روان‌درمانی آن است. زیرا علاوه بر آزاد شدن نیروی روانی انسان از زنجیر اضطراب، اصولاً رابطه معنوی میان انسان و خداوند در اثنای نماز، به او آن چنان نیروی معنوی می‌بخشد که مایه تجدید امید، تقویت اراده و آزاد شدن تواناییهای عظیم وی می‌شود، تواناییهایی که او را بر تحمل سختیها و انجام کارهای بسیار بزرگ قادر می‌سازد. در واقع تواناییها و نیروهای عظیمی در وجود انسان نهفته است که معمولاً بخش کوچکی از آنها را به کار می‌گیرد. ویلیام جیمز در این خصوص می‌گوید:

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۴



«اگر ما خود را در مقایسه با آنچه که باید باشیم بسنجیم، می‌فهمیم که موجودی نیمه زنده هستیم، زیرا ما تنها گوشه کوچکی از نیروهای بدنی و ذهنی خود را به کار می‌گیریم، یا به عبارت دیگر، هر فرد از ما، در محدوده‌های تنگی که در درون مرزهای حقیقی خود می‌سازد زندگی می‌کند. انسان دارای نیروهای گوناگون و فراوان است، اما معمولاً به آنها توجه ندارد، یا نمی‌تواند آنها را به کار گیرد.» (۱)

همین رابطه معنوی انسان با پروردگار در طول نماز و دریافت نوعی فیض الهی، یا بارقه روحانی از خداوند متعال، باعث رها شدن نیروهای معنوی مستتر در انسان می‌شود و عزمش را جزم، اراده‌اش را قوی و همتش را بلند می‌گرداند. در نتیجه، برای پذیرش علم و معرفت آماده‌تر، و برای انجام کارهای بزرگ، تواناتر می‌شود. پزشک فرانسوی «الکسیس کارل» ثابت کرد که نماز سبب ایجاد نشاط معنوی مشخصی در انسان می‌گردد و همین حالت است که احتمالاً منجر به شفای سریع برخی از بیماران در زیارتگاهها و معابد می‌شود. (۲)

سیرل برت، روان‌شناس انگلیسی بعدها نظریه ویلیام جیمز را درباره تأثیر نماز مورد تأکید قرار داده و گفته است: «ما به واسطه نماز می‌توانیم وارد انبار بزرگی از نشاط عقلانی شویم که در شرایط عادی یا رأی وصول بدان را نداریم. این مطلب مأخوذ از تفکر یکی از مشهورترین روان‌شناسان، ویلیام جیمز، است.» (۳)

علامه بر مسائل فوق، اصولاً نماز جماعت تأثیر درمانی مهمی دارد زیرا رفت و آمد فرد به مسجد برای ادای نماز جماعت به او فرصت می‌دهد که همسایگان و بسیاری دیگر از افراد ساکن محله خود را بشناسد و همین آشنایی موجب همکاری او با دیگران و ایجاد روابط سالم اجتماعی و برقراری دوستی و مودت با مردم می‌شود. اصولاً این گونه روابط اجتماعی دوستانه و مودت آمیز با دیگران، نه تنها به رشد شخصیت و

(۱) - دیل کارنگی، دع القلق و ابدأ الحیاة، ص ۲۳۹.

(۲) - الکسیس کارل: الانسان ذالک المجهول، چاپ سوم، ترجمه شفیق اسعد فرید، بیروت: مکتبه المعارف، ۱۹۸۰، ص ۱۷۰، ۱۷۱.

(۳) - سیرل برت: علم النفس الدینی، ترجمه سمیر عبده، دمشق: دار دمشق للطباعة و النشر، ص ۲۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۵

رشد انفعالی فرد کمک می‌کند، بلکه نیاز تعلق او را به گروه و پذیرش او را از سوی گروه، تأمین و اشباع می‌نماید. این خود عامل پیشگیری از اضطرابی می‌شود که برخی از مردم در اثر احساس تنهایی و انزوا و عدم تعلق به گروه و یا احساس عدم پذیرش توسط گروه، از آن رنج می‌برند.

همچنین نماز جمعه نقش درمانی مهمی را ایفا می‌کند. زیرا نمازگزاران جمعه به خطبه‌های نماز گوش فرا می‌دهند که امام جمعه در جریان آن معمولاً برخی از مشکلات اجتماعی و حیاتی را که مردم درگیر آنها هستند، مطرح می‌کند و به تشریح علل پیدایش، و راه درمان آنها می‌پردازد. امام جمعه برخی از رفتارهای انحرافی و نابهنجار را مورد بحث قرار می‌دهد و به تشریح علل پیدایش و بیان راههای غلبه بر آنها می‌پردازد.

بی‌شک نمازگزاران، با استماع چنین خطبه‌هایی که مشکلات اجتماعی و فردی آنها را تشریح می‌کند، استفاده می‌برند. نصایح و راهنمایی‌های ارزنده‌ای که از سوی امام جمعه، در خصوص چگونگی مقابله با مشکلات و غلبه بر آنها و نیز روشهای رفتار بهنجار و سالمی که موجب تحقق امتیّت روانی و جمعیت خاطر فرد، به آنها ارائه می‌شود، بهره می‌گیرند.

نماز جمعه، آثار پیشگیرانه و درمانی دارد: اثر پیشگیرانه نماز جمعه به این صورت است که به فرد شرکت کننده از کودکی کمک می‌کند تا به انواع معلومات دینی و ارشادهای عملی که جهت رفتارش را در زندگی به نحو صحیحی مشخص و قدرتش را در



مواجهه با مشکلات افزون می‌کند، دست یابد. اما اثر درمانی آن، مربوط می‌شود به تأثیری که خطبه‌ها در بالا بردن سطح بینش فرد- و مشکلاتی که از آن رنج می‌برد و نیز تقویت اراده‌اش در برابر سختیها و غلبه بر آنها- دارد. برخی افراد پس از نماز، درباره مشکلات خود با امام به مذاکره می‌نشینند و با راهنماییهای او از اضطراب خود می‌کاهند. بطور کلی نماز جماعت و بویژه نماز جمعه، به همان اندازه در تکوین و استحکام شخصیت افراد و درمان آن مؤثر است که روان درمانی گروهی.

کلاپمان Klapman و دیگران، به نوعی «روان درمانی تربیتی گروهی» پرداخته‌اند «۱» و

(۱)- رابرت هاربر: التحليل النفسي و العلاج النفسي، ترجمه سعد جلال، ص ۲۰۹، ۲۱۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۶

برای افزایش بینش بیماران درباره مشکلات و انواع تضادهای روانی که دچار آن هستند و نیز مکانیسمهای دفاعی که از آنها استفاده می‌کنند و اطلاعات و مهارتهای دیگری که بیماران روانی به کمک آنها برای غلبه بر مشکلات نیاز دارند، سخنرانیهای ارشادی ایراد کرده‌اند. بدیهی است که این نوع روان درمانی تربیتی گروهی، اساساً شبیه اثری است که خطبه‌های نماز جمعه برای درمان یا پیشگیری برخی مشکلات خفیف روانی ناشی از فشار زندگی، از خود باقی می‌گذارد. «۱»

در این جا نکته‌ای قابل توجه است و آن این که روان درمانی معمولاً- پس از بروز بیماری روانی، انجام می‌شود. اما نماز، و بویژه نماز جمعه از دچار شدن فرد به بیماری روانی پیشگیری می‌کند و بدون شک پیشگیری از درمان بهتر است. از این رو، نماز، با روان درمانی قابل مقایسه نیست. اخیراً بعضی از روان شناسان به موضوع پیشگیری از بیماری روانی- چنان که قبلاً نیز اشاره شد- توجه نشان داده‌اند.

مطلب دیگر این که «وضو» به عنوان مقدمه نماز، نه تنها موجب تطهیر جسم از آلودگیها می‌شود، بلکه تطهیر روح را در بر می‌گیرد. با گرفتن وضو- در صورتی که به طور صحیح انجام شود- مؤمن احساس می‌کند جسم و روحش از آلودگی گناهان و لغزشها پاک شده است. این احساس پاکی و طهارت جسمی و روحی انسان را برای ارتباط معنوی با خداوند و ورود به حالت آرامسازی جسمی و روحی در نماز، آماده می‌سازد.

وضو علاوه بر این تأثیر روانی، تأثیر فیزیولوژیک نیز دارد که برخی از نویسندگان و پزشکان به آن اشاره کرده‌اند. «۲» زیرا ثابت شده است که شستن قسمتهایی از بدن، آن هم روزانه پنج بار و در فاصله‌های مشخصی از کار روزانه، باعث استراحت و آرامسازی

(۱)- اما امروزه مشاهده می‌شود که نماز جمعه غالباً اثر پیشگیری از اضطرابهای رفتاری یا درمان تنها را به ترتیبی که ما وصف کردیم، ایفا نمی‌کند. علت این است که بسیاری از ائمه جمعه، آمادگی کافی برای انجام این وظیفه را ندارند. ضرورت دارد که در آماده سازی ائمه جمعه طوری تجدیدنظر شود که جنبه‌های فرهنگ عمومی و روانی کافی برای ایفای نقششان به عنوان راهنمایان مردم آن هم نه تنها در جنبه‌های دینی، بلکه در بسیاری از جنبه‌های زندگی اجتماعی و شخصی در نظر گرفته شود.

(۲)- جمال ماضی ابو العزائم: القرآن و علم النفس، کنفرانس «روان‌شناسی و اسلام» دانشکده علوم تربیتی دانشگاه ریاض (به صورت پلی کپی) جلد اول، ۱۹۷۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۷

عضلات و تخفیف شدت تشنج جسمی و روانی انسان می‌شود. از این رو، می‌بینیم پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله سفارش فرموده است: که انسان هنگام خشم وضو بگیرد: «اذا غضبت فتوضأ». «۱»

## ۳-۲ روزه:

روزه از نظر روان انسان دارای فوایدی بسیار، و موجب پرورش و تهذیب نفس و درمان بسیاری از بیماریهای روانی و جسمی است. خودداری از خوردن و آشامیدن [پیش از فجر تا غروب آفتاب] نوعی تمرین و مقاومت در برابر شهوات و تسلط بر آنهاست و بدین ترتیب، روح تقوا در انسان دمیده می‌شود:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ «ای افرادی که ایمان آورده‌اید، روزه بر شما نوشته شد همان گونه که بر کسانی که قبل از شما بودند نوشته شده، تا پرهیزکار شوید.» (۲)

یعنی «شاید از ارتکاب گناهان پرهیز کنید چرا که روزه، شهوات را که منبع و مبدأ گناهان هستند می‌شکند.» (۳) در حدیث شریف نبوی، که بخاری و ابو داود روایت کرده‌اند، چنین آمده است: «روزه همچون سپری (۴) است، هر گاه فردی از شما روزه باشد، باید بدزبانی و بی‌خردی و سبکسری را کنار بگذارد و اگر کسی با او نزاع و یا فحاشی کند، باید بگوید: من دوبار روزه هستم (روزه از غذا و روزه از ناسزاگویی)، سوگند به کسی که جان محمد صلی الله علیه و آله در قبضه قدرت اوست هر آینه بوی دهان روزه‌دار از بوی مشک پیش خدا خوشبوتر است، روزه‌داری که غذا و آب و شهوات را به خاطر من ترک

(۱) - اسامه محمد الراضی: الاسلام و امراض العصر. کنفرانس «روان‌شناسی و اسلام» دانشکده علوم تربیتی دانشگاه ریاض، (به صورت پلی کپی)، جلد اول، ۱۹۷۸.

(۲) - بقره: ۱۸۳.

(۳) - تفسیر جلالین، ص ۲۵.

(۴) - یعنی مانعی در برابر گناهان است.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۸

می‌کند، من خود پاداش روزه را می‌دهم و هر حسنه ده برابر پاداش دارد.» (۱)

تداوم تمرین مهار کردن شهوات و تسلط بر آنها به مدت یکماه، سبب تقویت اراده انسان می‌شود و می‌تواند رفتارهای صحیح زندگانی را بیاموزد و مسؤولیتها و وظایف خود را بخوبی انجام دهد. با انگیزه‌ای برخاسته از ضمیر خود همواره به انجام رفتارهای نیکو ملتزم و متعهد باشد.

روزه انسان را در برابر گرسنگی و تشنگی و شهوات، مقاوم و صبور می‌کند و خصلت صبر را که در جریان روزه می‌آموزد به جنبه‌های دیگر زندگی خود تعمیم می‌دهد. اصولاً صبر از خصلتهای پسندیده است و خداوند سفارش می‌کند که انسان خود را به آن آراسته سازد، چرا که بهترین یار انسان در تحمل سختیهای زندگی و جهاد با نفس و مقاومت در برابر هواها و شهوات نفسانی صبر است. در آینده پیرامون صبر، توضیح خواهیم داد.

از فواید روانی روزه برانگیخته شدن عواطف اغنیا و مهربانی آنها نسبت به فقراست زیرا خود رنج گرسنگی را احساس می‌کنند و به نیکی و احسان بینوایان می‌پردازند و همین مسائل، روح تعاون و همکاری و همیاری اجتماعی را تقویت می‌کند.

بعلاوه، روزه دارای فواید طبی و موجب درمان برخی از بیماریهای جسمی است.

معروف است که سلامت جسم انسان تأثیر بسزایی در سلامت روان او دارد.

## ۳-۳ زکات:

در مکتب اسلام، یکی از فرایض «زکات» است و بر مسلمانان واجب است که هر سال مقدار مشخصی از مال خود را به فقرا و نیازمندان انفاق کند. زکات احساس مشارکت وجدانی مسلمانان را با فقرا و مساکین تقویت می‌کند و باعث می‌شود که در قبال مسؤولیت، در جهت خوشبختی و رفاه آنان تلاش کنند. فریضه زکات، نوع دوستی را به مسلمانان می‌آموزد و انسان را از خودمحوری و خودخواهی و بخل و آز نجات می‌دهد.

قبلاً گفتیم که توانایی فرد در محبت و نیکی کردن به مردم و تلاش برای خوشبختی آنها،

(۱) - السید سابق: فقه السنه، جلد اول. بیروت: دار الکتب العربی، بدون تاریخ، ص ۴۳۱.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۳۹۹

موجب تقویت احساس تعلق به گروه، و سبب ایجاد احساس رضایت از خود [فرد] می‌شود و داشتن چنین احساسی برای سلامت روانی دارای اهمیت فراوانی است. قرآن درباره صدقه، چه از طریق زکات یا غیر آن می‌فرماید صدقه دادن موجب تطهیر و تزکیه نفس است:

خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِمْ بِهَا ...

«از اموال آنها صدقه‌ای (زکات) بگیر تا به وسیله آن آنها را پاک سازی و پرورش دهی ...» (۱)

بنابراین زکات، نفس انسان را از پلیدی بخل و آز و خودخواهی و قساوت نسبت به فقرا پاک و تزکیه می‌کند، یعنی نفس انسانی را رشد می‌دهد و با خیرات و برکات اخلاقی و عملی اعتلا می‌بخشد تا جایی که شایسته خوشبختی دنیا و آخرت می‌شود. «۲» «احمد بن حنبل» از «انس بن مالک» روایت می‌کند که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به مردی از قبیله تمیم که کیفیت خرج کردن مالش را از آن حضرت پرسیده بود، فرمود: «زکات مالت را پرداز زیرا زکات باعث پاکیزگی تو است و نزدیکانت را به تو وصل می‌کند و باعث می‌شود که حق مسکین و همسایه و نیازمند را بشناسی.» (۳)

### ۳-۴ حج:

«حج» از نظر روانی دارای فواید مهمی است، زیرا زیارت خانه خدا در مکه مکرمه و زیارت مسجد و قبر رسول خدا صلی الله علیه و آله در مدینه منوره و نیز زیارت منازل وحی و اماکنی که یادآور فداکاریهای مسلمانان صدر اسلام است، به مسلمانان آن چنان نیروی روحی عظیمی می‌بخشد که گرفتاریها و هموم زندگی را از او زایل می‌کند و او را در احساس خوشبختی و آرامش و امنیت فرو می‌سازد.

(۱) - توبه: ۱۰۳.

(۲) - السید سابق: فقه السنه، ص ۳۲۸.

(۳) - همان مأخذ.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۰

علاوه بر این، انجام مناسک حج، نوعی تمرین برای تحمل سختیها و گرفتاریها، و نوعی ممارست در فروتنی است. تمام لباسهای فاخر از تن درآورده می‌شود و از لباس ساده حج (احرام)، چه ثروتمند یا فقیر، به طور یکسان استفاده می‌کنند، این خود باعث تقویت روابط برادرانه میان همه مسلمانان، از نژادها و ملتها و طبقات اجتماعی مختلف می‌شود، همه در مکانی واحد اجتماع می‌کنند و به پرستش خداوند متعال و دعا و تضرع به درگاه او می‌پردازند. این گردهمایی بزرگ مسلمانان از ملت‌های مختلف،

فرصتی فراهم می‌آورد تا با هم مانوس شوند و یکدیگر را بشناسند و روابط دوستانه برقرار کنند.

انجام مناسک حج، تمرینی برای مهار کردن نفس و حکومت بر شهوات و انگیزه‌های نفسانی است، زیرا شخص محرم از انجام کارهایی از جمله، نزدیکی با زنان، مجادله، اظهار دشمنی، ناسزاگویی و بطور کلی ارتکاب گناهان و منهیات خداوندی ممنوع است و همین به انسان می‌آموزد که در معاشرت با مردم و انجام کارهای نیک و برخوردهای انسانی، موفق باشد.

الْحَجُّ أَشْهَرُ مَعْلُومَاتٍ فَمَنْ فَرَضَ فِيهِنَّ الْحَجَّ فَلَا رَفَثَ وَلَا فُسُوقَ وَلَا جِدَالَ فِي الْحَجِّ وَمَا تَفَعَّلُوا مِنْ خَيْرٍ يَعْلَمُهُ اللَّهُ وَتَزُودُوا فَإِنَّ خَيْرَ الزَّادِ التَّقْوَى وَاتَّقُوا يَا أُولِي الْأَلْبَابِ «حج در ماههای معینی است، و کسانی که (با احرام و شروع مناسک حج) حج را بر خود فرض کرده‌اند (باید توجه داشته باشند که) در حج آمیزش جنسی با زنان و گناه و جدال نیست و آنچه از کارهای خیر انجام دهید خدا می‌داند و زاد و توشه تهیه کنید که بهترین زاد و توشه پرهیزگاری است و از من پرهیزید ای صاحبان عقل.» (۱)

بنابراین، حج از این دیدگاه، جهاد با نفس است، جهادی که انسان در جریان آن می‌کوشد نفس خود را ترکیه کند و در برابر خواسته‌ها و انگیزه‌های نفسانی بایستد و

(۱) - بقره: ۱۹۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۱

خود را در تحمل سختیها و انجام کارهای خیر و محبت به دیگران تمرین دهد. از حسن بن علی علیه السلام منقول است، مردی نزد پیامبر صلی الله علیه و آله آمد و عرض کرد:

«من انسانی ترسو و ضعیف هستم» پیامبر فرمود: «به جهادی برو که سختی ندارد و آن حج است.» (۱)

اصولاً - بر مسلمانان پوشیده نیست که حج مبرور گناهان را می‌آمرزد و وقتی مسلمان از حج بر می‌گردد مثل این است که تازه از مادر متولد شده باشد. در حدیثی که بخاری و مسلم نقل کرده‌اند آمده است:

«کسی که حج بگذارد و فساد و فسق انجام ندهد، چون از حج باز می‌گردد مانند روزی است که از مادر متولد شده باشد.» از عبد الله بن مسعود (رض) منقول است که رسول خدا صلی الله علیه و آله چنین فرمود:

«حج و عمره را پشت سر هم انجام دهید، زیرا حج و عمره، فسق و گناه را از بین می‌برد چنان که دم آهنگری ناخالصیهای آهن و طلا و نقره را از بین می‌برد و پاداش حج مبرور چیزی جز بهشت نیست.» این حدیث را نسائی و ترمذی نقل کرده‌اند. (۲)

بدون شک، حج مبرور و پذیرفته شده، موجب آموزش گناهان است، و گزارنده حج، با دلی شاد و لبریز از احساس امنیت و آرامش و جمعیت خاطر از حج برمی‌گردد و همین احساس خوشبختی و امنیت، چنان نیروی عظیمی به او می‌بخشد که تمام گرفتاریها و سختیهای زندگی و آنچه را که موجب تشنجات عصبی و اضطراب او شده است، نادیده می‌گیرد و فراموش می‌کند.

#### ۴- صبر

قرآن مؤمنان را به صبر دعوت می‌کند، زیرا در صبر فوایدی برای تربیت نفس و تقویت شخصیت و افزایش توانایی انسان در برابر سختیها و بارهای سنگین زندگی و

(۱) - السید سابق: فقه السنه، ص ۶۲۶. «مقصود از سختی نداشتن جهاد در حج، شاید در مقایسه با جهاد در برابر دشمن باشد که توأم با سختیها و دشواریهای فراوان است.» - م.

(۲) - همان مأخذ، ص ۶۲۶، ۶۲۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۲

حوادث و مصائب روزگار و نیز بسیج نیرو برای ادامه جهاد در راه اعتلای دین خدا، نهفته است.

وَ اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ «از صبر و نماز یاری جویید (و با استقامت و کنترل هوسهای درونی و توجه به پروردگار نیرو بگیرید) و این کار جز برای خاشعان گران است.» (۱)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ «ای افراد با ایمان از صبر (و استقامت) و نماز (در برابر حوادث سخت زندگی) کمک بگیرید (زیرا) خداوند با صابران است.» (۲)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید (در برابر مشکلات و هوسها) استقامت کنید و در برابر دشمنان (نیز) استقامت بخرج دهید و از مرزهای خود مراقبت به عمل آورید و از خدا بپرهیزید شاید رستگار شوید.» (۳)

اصولاً- مؤمن صابر، از مشکلات و آزاری که متوجه او می‌شود، یا مصائب و حوادث ناگوار روزگار که بر او وارد می‌آید، اظهار شکوه و ناتوانی نمی‌کند، زیرا خداوند او را به صبر سفارش فرموده است و مصائب دنیا، آزمایش الهی برای شناخت مؤمنان صابر است.

(۱)- بقره: ۴۵.

(۲)- بقره: ۱۵۳.

(۳)- آل عمران: ۲۰۰.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۳

وَ لَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّى نَعْلَمَ الْمُجَاهِدِينَ مِنْكُمْ وَ الصَّابِرِينَ وَ نَبْلُوَنَّكُمْ أَخْبَارَكُمْ «ما همه شما را قطعاً آزمایش می‌کنیم تا معلوم شود مجاهدان واقعی و صابران از میان شما کیانند؟ و اخبار شما را بیازماییم.» (۱)

وَ لَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَ الْجُوعِ وَ نَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَ الْأَنْفُسِ وَ الثَّمَرَاتِ وَ بَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَ إِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَ رَحْمَةٌ وَ أُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ «قطعاً همه شما را با چیزی از ترس، گرسنگی، زیان مالی و جانی و کمبود میوه‌ها آزمایش می‌کنیم و بشارت ده به استقامت‌کنندگان. آنها که هرگاه مصیبتی به آنها رسد می‌گویند: ما از آن خدا هستیم و به سوی او باز می‌گردیم. اینها همانها هستند که الطاف و رحمت خدا شامل حالشان شده و آنها هستند هدایت‌یافتگان.» (۲)

لَتَبْلُوَنَّ فِي أَمْوَالِكُمْ وَ أَنْفُسِكُمْ وَ لَتَشِيعَنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَ مِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَدَى كَثِيرًا وَ إِنْ تَصْبِرُوا وَ تَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ «به طور مسلم در اموال و نفوس خود آزمایش می‌شوید و از آنها که پیش از شما کتاب (آسمانی) داده شدند (یعنی یهود و همچنین) از آنها که راه شرک پیش گرفتند سخنان آزار دهنده فراوان خواهید شنید و اگر استقامت کنید و تقوا پیشه سازید (شایسته‌تر است) زیرا اینها از کارهای محکم و قابل اطمینان است.» (۳)

(۱)- محمد: ۳۱.

(۲)- بقره: ۱۵۵-۱۵۷.

(۳)- آل عمران: ۱۸۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۴

بطور کلی صبر یکی از خصایل پسندیده مؤمنان است که خداوند در موارد مختلفی در قرآن، از آن تمجید کرده است. وَ مَا أَدْرَاكَ مَا الْعَقَبَةُ فَكُّ رَقَبَةٍ أَوْ إِطْعَامٌ فِي يَوْمٍ ذِي مَسْئَعَةٍ يَتِيمًا ذَا مَقْرَبَةٍ أَوْ مَسْكِينًا ذَا مَتْرَبَةٍ ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَ تَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ أُولَئِكَ أَصْحَابُ الْمَيْمَنَةِ ... و چگونه توانی دانست که آن عقبه چیست؟ آن بنده (در راه خدا) آزاد کردن است. و طعام دادن در روز قحطی و گرسنگی است. یا به یتیم خویشاوند خود (احسان کردن). یا به فقیر و مضطر و خاک‌نشین (دستگیری کردن). و آنگاه هم از آنان باشد که به خدا ایمان آورده و یکدیگر را به اهمیت صبر و مهربانی با خلق سفارش می‌کنند. که آنها اهل یمن و سعادتند (و نامه عمل به دست راست گیرند).» (۱)

وَ الْعَصِيرُ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَ تَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَ تَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ «قسم به عصر. که انسان همه در خسارت است. مگر آنان که به خدا ایمان آورده و نیکوکار شدند و به درستی و راستی و پایداری در دین یکدیگر را سفارش کردند.» (۲)

لَيْسَ الْبِرَّ أَنْ تُولُوا وَجُوهَكُمْ قِبَلَ الْمَشْرِقِ وَ الْمَغْرِبِ وَ لَكِنَّ الْبِرَّ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَ الْيَوْمِ الْآخِرِ وَ الْمَلَائِكَةِ وَ الْكِتَابِ وَ النَّبِيِّنَ وَ آتَى الْمَالَ عَلَى حُبِّهِ ذَوِي الْقُرْبَى وَ الْيَتَامَى وَ الْمَسَاكِينَ وَ ابْنَ السَّبِيلِ وَ السَّائِلِينَ

(۱) - بلد: ۱۲-۱۸.

(۲) - سوره عصر.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۵

وَ فِي الرِّقَابِ وَ أَقَامَ الصَّلَاةَ وَ آتَى الزَّكَاةَ وَ الْمُؤْفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَاهَدُوا وَ الصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَ الضَّرَّاءِ وَ حِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَ أُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ «نیکی (تنها) این نیست (که به هنگام نماز) صورت خود را به سوی مشرق و مغرب کنید (و تمام گفتگوی شما از مسأله قبله و تغییر قبله باشد و همه وقت خود را مصروف آن سازید) بلکه نیکی (و نیکوکار) کسانی هستند که به خدا و روز رستاخیز و فرشتگان و کتاب آسمانی و پیامبران ایمان آورده‌اند، و مال (خود) را با علاقه‌ای که به آن دارند به خویشاوندان و یتیمان و مسکینان و واماندگان در راه و سائلان و بردگان انفاق می‌کنند، نماز را برپا می‌دارند و زکات را می‌پردازند. و به عهد خود- به هنگامی که عهد بستند- وفا می‌کنند و در برابر محرومیتها و بیماریها و در میدان جنگ استقامت به خرج می‌دهند، اینها کسانی هستند که راست می‌گویند (و گفتار و رفتار و اعتقادشان هماهنگ است) و اینها هستند پرهیزکاران.» (۱)

صبر به انسان می‌آموزد که در کار و بذل جهد برای تحقق اهداف عملی و علمی، مداومت ورزد. زیرا انسان برای دستیابی و تحقق بخشیدن به اکثر اهداف خود، چه در زمینه‌های زندگی عملی اجرائی اجتماعی و اقتصادی و سیاسی و چه در زمینه‌های علمی، نیاز به صرف وقت و کوشش زیاد دارد. به همین دلیل ضرورت تلاشهای پی‌گیر و مداوم و صبر در برابر رنج کار و تحقیق به عنوان یک خصلت مهم و لازم برای رسیدن به موفقیت و تحقق اهداف، چهره می‌نماید.

میزان صبر و پشتکار در واقع به میزان نیروی اراده انسان بستگی دارد. بنابراین، انسان صابر، فردی است برخوردار از اراده‌ای نیرومند که هر چند با مشکلات و موانع برخورد کند، عزمش سست نمی‌شود و همتش کاستی نمی‌پذیرد. انسان، با نیروی اراده می‌تواند کارهای بزرگی انجام دهد و به اهداف والایی، جامه تحقق ببوشاند.

(۱) - بقره: ۱۷۷.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۶

... إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ عَشْرُونَ صَابِرُونَ يَغْلِبُوا مِائَتِينَ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ يَغْلِبُوا أَلْفًا مِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَا يَفْقَهُونَ «... هرگاه بیست نفر با استقامت از شما باشند بر دویست نفر غلبه می‌کنند و اگر صد نفر باشند بر هزار نفر از کسانی که کافر شدند پیروز می‌گردند چرا که آنها گروهی هستند که نمی‌فهمند.» (۱)

هرگاه انسان، صبر در برابر مشکلات زندگی و مصائب روزگار و اذیت و دشمنی مردم و نیز صبر و پشتکار در عبادت و طاعت خداوند و مقاومت در برابر شهوات و انفعالیهای نفسانی خود و پشتکار در کار و تولید را بیاموزد، انسانی با شخصیت رشد یافته، متعادل، کمال یافته و تولید کننده و فعال خواهد بود، و چنین انسانی از نگرانی بدور است و در برابر اضطرابهای روانی مصونیت خواهد داشت.

## ۵- ذکر

مداومت مؤمن بر ذکر خدا از طریق تسبیح و تکبیر گفتن (ذکر سبحان الله و الله اکبر) و استغفار و دعا و تلاوت قرآن، در واقع موجب تزکیه و صفای نفس و احساس امنیت و آرامش روانی وی می‌شود:

الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ «آنها کسانی هستند که ایمان آورده‌اند و دلهایشان به یاد خدا مطمئن (و آرام) است، آگاه باشید با یاد خدا دلها آرامش می‌یابد.» (۲)

(۱) - انفال: ۶۵.

(۲) - رعد: ۲۸.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۷

فَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَ سَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَقَبْلَ غُرُوبِهَا وَمِنْ آنَاءِ اللَّيْلِ فَسَبِّحْ وَأَطْرَافَ النَّهَارِ لَعَلَّكَ تَرْضَى «بنابراین در برابر آنچه آنها می‌گویند صبر کن و قبل از طلوع آفتاب و پیش از غروب آن و همچنین در اثنای شب و اطراف روز، تسبیح و حمد پروردگارت را بجا آور تا خشنود شوی.» (۱)

وَ نَزَّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ... «و قرآن را نازل می‌کنیم که شفا و رحمت برای مؤمنان است ...» (۲)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «ذکر خدا موجب شفای دلها است» (۳) و نیز می‌فرماید:

«گروهی دور هم جمع نمی‌شوند در حالی که مشغول ذکر خدا باشند مگر این که فرشتگان آنها را احاطه می‌کنند و رحمت خداوندی، آنها را در بر می‌گیرد و آرامش الهی بر آنها نازل می‌شود و خداوند به یادشان خواهد بود.» (۴)

اصولاً- مسلمان، هنگام ذکر خدا احساس می‌کند که به خداوند نزدیک است و تحت حمایت و سرپرستی او قرار دارد و همین موجب برانگیخته شدن حس اعتماد به نفس، قدرت، امنیت، آرامش و خوشبختی در او می‌شود. خداوند می‌فرماید:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ ...

(۱) - طه: ۱۳۰.

(۲) - اسراء: ۸۲.

(۳) - این روایت را دیلمی از انس نقل کرده است. به نقل از: حسن محمد الشرقاوی: نحو علم نفس اسلامی، اسکندریه: الهیئة المصریة للكتاب، ص ۳۰۰.



(۴) - این روایت را ابن ماجه از ابن سعید نقل کرده است. نقل از حسن محمد الشرقاوی: همان مأخذ، ص ۲۹۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۸

«به یاد من باشید تا به یاد شما باشم ...» (۱)

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمود:

خداوند می‌فرماید: «مادام که بنده من ذکر مرا بگوید و لبهائش به ذکر من حرکت کند، من با او هستم» (۲) و نیز آن حضرت

فرمود: «به یاد خدا باش و کتاب خدا را تلاوت کن، زیرا ذکر خدا نوری در زمین و یادی در آسمان برای تو است.» (۳)

از آن جا که ذکر خدا، در نفس انسان، امنیت و آرامش به وجود می‌آورد، بدون شک موجب درمان اضطرابی که هنگام احساس

عجز و تنهایی در برابر فشارها و خطرهای زندگی به انسان دست می‌دهد، خواهد بود.

وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ، مَعِيشَةً ضَنْكًا ...

«و هر کس از یاد من روی گردان شود زندگی تنگ (و سختی) خواهد داشت ...» (۴)

ذکر خدا، یکی از برترین عبادتهاست. خداوند در فضیلت ذکر می‌فرماید:

... إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ...

«... نماز (انسان را) از زشتیها و منکرات باز می‌دارد و همانا ذکر خدا بزرگتر (و برتر از حد اندیشه خلق) است ...» (۵)

(۱) - بقره: ۱۵۲.

(۲) - این روایت را امام شعرانی در «کشف الغم» نقل کرده است. نقل از حسن محمد الشرقاوی: همان مأخذ، ص ۲۹۹.

(۳) - این حدیث را ابویعلی از ابو سعید نقل کرده است. نقل از محمد حسن الشرقاوی. همان مأخذ، ص ۳۳.

(۴) - طه: ۱۲۴.

(۵) - عنکبوت: ۴۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۰۹

و نیز پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید:

«مثل خانه‌ای که در آن ذکر خدا می‌شود و خانه‌ای که در آن ذکر خدا نمی‌شود، مثل آدم زنده و مرده است.» (۱)

همه عبادات نوعی ذکر یا مددکار ذکر هستند. مثلاً نماز گزار در نماز به گفتن الله اکبر و تلاوت قرآن، گفتن تسبیحات در رکوع و

سجود و حمد و ثنای خداوند و فرستادن درود بر پیامبر صلی الله علیه و آله می‌پردازد و در پایان نماز به استغفار و تسبیح و حمد و

تکبیر خدا و دعا مشغول می‌شود و اینها همه ذکر هستند. (۲) خداوند درباره نماز می‌فرماید:

إِنِّي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي «من الله هستم، معبودی جز من نیست، مرا پرستش کن و نماز را برای یاد من

پا دار.» (۳)

روزه هم در واقع طاعت خدا و دوری از موجبات خشم الهی و تعظیم او و شکر به خاطر هدایت انسان است و اینها همه ذکر هستند.

خداوند درباره روزه می‌فرماید:

... وَ لِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَ لِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَى مَا هَدَاكُمْ وَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ... و هدف این است که این روزها را تکمیل کنید و خدا را بر

این که شما را هدایت کرده بزرگ بشمرید و شاید شکرگزاری کنید.» (۴)

(۱) - این روایت را مسلم و بخاری از ابو موسی اشعری نقل کرده‌اند. به نقل از حسن محمد الشرقاوی: همان مأخذ، ص ۳۰۰.

(۲) - سعید حوی: تربیتنا الروحیة، ص ۲۲۸ - ۲۳۱.

(۳) - طه: ۱۴.

(۴) - بقره: ۱۸۵.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۱۰

در حج نیز، انسان مسلمان خود را وقف نماز، دعا، مناجات با خدا و انجام مناسک حج می‌کند و معنای ذکر نیز همین است. درباره حج می‌فرماید:

وَ أَدْنَىٰ فِي النَّاسِ بِالْحَجِّ يَأْتُوكَ رِجَالًا وَعَلَىٰ كُلِّ ضَامِرٍ يَأْتِينَ مِنْ كُلِّ فَجٍّ عَمِيقٍ لِيَشْهَدُوا مَنَافِعَ لَهُمْ وَيَذْكُرُوا اسْمَ اللَّهِ فِي أَيَّامٍ مَّعْلُومَاتٍ عَلَىٰ مَا رَزَقَهُمْ مِنْ بَهِيمَةِ الْأَنْعَامِ ...

«و مردم را دعوت عمومی به حج کن تا پیاده و سواره بر مرکبهای لاغر از هر راه دور (به سوی خانه خدا) بیایند. تا شاهد منافع گوناگون خویش (در این برنامه حیات بخش) باشند و نام خدا را در ایام معینی بر چهارپایان که به آنها روزی داده است (هنگام قربانی کردن) ببرند ...» (۱)

و درباره رمی جمرات می‌فرماید: «۲» وَ أذْكُرُوا اللَّهَ فِي أَيَّامٍ مَّعْدُودَاتٍ ...

«و خدا را در روزهای معینی یاد کنید (روزهای ۱۱، ۱۲ و ۱۳ ماه ذی‌الحجه)». «۳»

مؤمنی که می‌خواهد در طریق تقرب خدا گام بردارد، تنها هنگام نمازهای روزانه به ذکر خدا اکتفا نمی‌کند، بلکه خارج از نماز نیز با تسبیح و تکبیر و دعا و تضرع به درگاه او به ذکر می‌پردازد. اصولاً- تقرب جستن به پروردگار از طریق عبادت، تلاوت قرآن و اوراد و ادعیه، باعث تعمیق ایمان و تثبیت امنیت و آرامش روح انسان می‌شود.

(۱) - حج: ۲۷، ۲۸.

(۲) - سعید حوی: همان مأخذ، ص ۲۲۸، ۲۲۹.

(۳) - بقره: ۲۰۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۱۱

## ۶- توبه

احساس گناه، سبب احساس کمبود و اضطراب در انسان می‌شود و این احساس به بروز عوارض بیماریهای روانی منجر می‌گردد. روان‌درمانی- در چنین مواردی- به موضوع تغییر دیدگاههای بیمار درباره اعمال گذشته وی که مسبب احساس گناه هستند، توجه می‌کند. بیمار در این حالت از دیدگاه جدیدی به اعمال خود می‌نگرد، به طوری که دیگر دلیلی برای احساس گناه و نقص خود نمی‌بیند. در نتیجه سرزنش وجدانش تخفیف می‌یابد و برای پذیرش «خود» آماده‌تر می‌شود و سرانجام، اضطراب و عوارض بیماری روانی‌اش از بین می‌رود.

قرآن روش «توبه» را که روشی بی‌ظنیر و موفق برای درمان احساس گناه است، به ما ارائه می‌دهد. زیرا توبه یا بازگشت به سوی خداوند متعال، سبب آرمزش گناهان و تقویت امید انسان به جلب رضایت الهی است و به همین دلیل موجب کاهش شدت اضطراب انسان می‌شود. علاوه بر این، توبه غالباً انسان را به اصلاح و خودسازی وامی‌دارد و شخصیت او را طوری آماده می‌کند که بار دیگر در دام خطاها و گناهان گرفتار نشود و همین امر به انسان کمک می‌کند که ارزش خود را بیشتر بشناسد و اعتماد به نفس و رضایت، در وی افزایش یابد و این مسائل به توبه خود به تثبیت احساس امنیت و آرامش روانی انسان منجر خواهد شد.

قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ «بگو: ای بندگان من که بر خود اسراف و ستم کرده‌اید، از رحمت خداوند نومید نشوید که خدا همه گناهان را می‌آمرزد، خداوند آمرزنده و مهربان است.» (۱)

(۱) - زمر: ۵۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۱۲

وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ، ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا «کسی که کار بدی انجام دهد یا به خود ستم کند سپس از خداوند طلب آمرزش نماید، خدا را آمرزنده و مهربان خواهد یافت.» (۱)

إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْفِرُ أَنْ يُشْرَكَ بِهِ وَيَغْفِرُ مَا دُونَ ذَلِكَ لِمَنْ يَشَاءُ ...

«خداوند (هرگز) شرک را نمی‌بخشد و پایین‌تر از آن را برای هر کس بخواهد (و شایستگی داشته باشد) می‌بخشد...» (۲)

إِنَّمَا التَّوْبَةُ عَلَى اللَّهِ لِلَّذِينَ يَعْمَلُونَ السُّوءَ بِجَهَالَةٍ ثُمَّ يَتُوبُونَ مِنْ قَرِيبٍ فَأُولَٰئِكَ يَتُوبُ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا «توبه تنها برای کسانی است که کار بدی را از روی جهالت انجام می‌دهند و سپس به زودی توبه می‌کنند، خداوند توبه‌چین اشخاصی را می‌پذیرد و خدا دانا و حکیم است.» (۳)

فَمَنْ تَابَ مِنْ بَعْدِ ظُلْمِهِ وَأَصْلَحَ فَإِنَّ اللَّهَ يَتُوبُ عَلَيْهِ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ «اما آن کسی که پس از ستم کردن، توبه و جبران نماید خداوند توبه او را می‌پذیرد زیرا خداوند آمرزنده و مهربان است.» (۴)

وَإِذَا جَاءَكَ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِنَا فَقُلْ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَىٰ نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ

(۱) - نساء: ۱۱۰.

(۲) - نساء: ۴۸.

(۳) - نساء: ۱۷.

(۴) - مائده: ۳۹.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۱۳

أَنَّهُ، مَنْ عَمِلَ مِنْكُمْ سُوءًا بِجَهَالَةٍ ثُمَّ تَابَ مِنْ بَعْدِهِ وَأَصْلَحَ فَأَنَّهُ، غَفُورٌ رَحِيمٌ «هرگاه کسانی که به آیات ما ایمان دارند نزد تو آیند به آنها بگو: سلام بر شما، پروردگارتان رحمت را بر خود فرض کرده، هر کس از شما کار بدی از روی نادانی کند سپس توبه و اصلاح (و جبران) نماید، او آمرزنده مهربان است.» (۱)

وَالَّذِينَ عَمِلُوا السَّيِّئَاتِ ثُمَّ تَابُوا مِنْ بَعْدِهَا وَآمَنُوا إِنَّ رَبَّكَ مِنْ بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَحِيمٌ «و آنها که گناه کنند و بعد از آن توبه نمایند و ایمان آورند (امید عفو او دارند زیرا) پروردگار تو در پس آن آمرزنده و مهربان است.» (۲)

وَإِنِّي لَغَفَّارٌ لِمَنْ تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا ثُمَّ اهْتَدَى «من کسانی را که توبه کنند و ایمان آورند و عمل صالح انجام دهند و سپس هدایت شوند، می‌آمرزم.» (۳)

وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرِ اللَّهُ لَهُ وَ لَمْ يُصِرُّوا عَلَىٰ مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ أُولَٰئِكَ جَزَاؤُهُمْ مَغْفِرَةٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَجَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَنِعْمَ أَجْرُ الْعَامِلِينَ «و آنها که هنگامی که مرتکب عمل زشتی شوند یا به خود ستم کنند به یاد خدا می‌افتند و برای گناهان خود طلب آمرزش می‌کنند- و کیست جز خدا که گناهان را ببخشد- و اصرار بر گناه نمی‌کنند با این که می‌دانند. آنها پاداششان آمرزش پروردگار و بهشتی است که از زیر

(درختان) آنها نهرها جاری است، جاودانه

(۱) - انعام: ۵۴.

(۲) - طه: ۸۲.

(۳) - اعراف: ۱۵۳.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۱۴

در آن می‌مانند و این چه پاداش نیکی است برای آنها که اهل عمل هستند.» (۱)

اعتقاد به این که خداوند متعال توبه‌پذیر و آمرزنده گناهان است و هرگز خلف وعده نمی‌کند، مسلمان را به توبه و استغفار و پرهیز از گناه و امیدوار و او را به مغفرت و رضایت الهی امیدوار و تشویق می‌کند. هنگامی که مسلمان، خالصانه توبه کند و به طاعت و عبادت خداوند و عمل صالح ملتزم شود، خاطرش آسوده می‌شود و نفسش آرام می‌گیرد و در نتیجه، احساس گناهی که سبب نگرانی و اضطراب او شده است، از بین می‌رود.

به این ترتیب، قرآن توانست به درمان روان اعراب پردازد و با کمک روشهای مختلف تغییرات شگفتی در شخصیت آنان به وجود آورد. روشهایی که قرآن به کار گرفت عبارتند از:

۱- تثبیت عقیده به توحید در جان آنها و کاشتن درخت تقوا در دلهاشان. و می‌دانیم که این عمل چه نتایج بسیار مهمی در تکوین شخصیت و رفتار آنان در برداشت.

۲- واجب کردن عبادات مختلف، که موجب تخلیه آنها از بسیاری عادات زشت گذشته، و آراستن آنان به عادات و خصلتهای پسندیده، خصلتهایی که به تعادل و رشد شخصیت آنها کمک کرد.

۳- تشویق آنان به آموزش صبر که انسان را در تحمل سختیهای زندگی کمک می‌کند و از احتمال بروز تشنج و تنگدلی و احساس اندوه و اضطراب می‌کاهد.

۴- تشویق به مداومت ذکر خدا. این امر باعث می‌شود، انسان احساس نزدیکی به خدا کند و خود را تحت حمایت و سرپرستی او قرار دهد و نتیجه این کار سرشار شدن انسان از احساس امنیت و آرامش است.

۵- تشویق مسلمانان به استغفار و توبه. این به نوبه خود به انسان کمک می‌کند تا از نگرانی و اضطراب ناشی از احساس گناه رهایی یابد.

(۱) - آل عمران: ۱۳۵، ۱۳۶.

قرآن و روان‌شناسی، ص: ۴۱۵

قرآن با استفاده از این روشها موفق شد جنبه‌های ضعف در شخصیت مسلمانان را درمان، و خصلتهای پسندیده‌ای در نفس آنان غرس کند، خصلتهایی که در تکوین شخصیت بهنجار و متعادل و رشد یافته آنان تأثیر بسزایی داشته است. اصولاً قرآن بیشترین تأثیر را در ایجاد تغییرات بسیار مهم در کلیه جنبه‌های زندگی جامعه عرب در شبه جزیره عربستان و بطور کلی در جوامع اسلامی در سراسر جهان، بر جای نهاد.

**درباره مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان**

بسم الله الرحمن الرحيم

جاهِدُوا بِأَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ (سوره توبه آیه ۴۱)

با اموال و جانهای خود، در راه خدا جهاد نمایید؛ این برای شما بهتر است اگر بدانید حضرت رضا (علیه السلام): خدا رحم نماید بنده‌ای که امر ما را زنده (و برپا) دارد ... علوم و دانشهای ما را یاد گیرد و به مردم یاد دهد، زیرا مردم اگر سخنان نیکوی ما را (بی آنکه چیزی از آن کاسته و یا بر آن بیافزایند) بدانند هر آینه از ما پیروی (و طبق آن عمل) می کنند

بنادر البحار- ترجمه و شرح خلاصه دو جلد بحار الانوار ص ۱۵۹

بنیانگذار مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان شهید آیت الله شمس آبادی (ره) یکی از علمای برجسته شهر اصفهان بودند که در دلدادگی به اهل بیت (علیهم السلام) بخصوص حضرت علی بن موسی الرضا (علیه السلام) و امام عصر (عجل الله تعالی فرجه الشریف) شهره بوده و لذا با نظر و درایت خود در سال ۱۳۴۰ هجری شمسی بنیانگذار مرکز و راهی شد که هیچ وقت چراغ آن خاموش نشد و هر روز قوی تر و بهتر راهش را ادامه می دهند.

مرکز تحقیقات قائمیه اصفهان از سال ۱۳۸۵ هجری شمسی تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن امامی (قدس سره الشریف) و با فعالیت خالصانه و شبانه روزی تیمی مرکب از فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مختلف مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

اهداف: دفاع از حریم شیعه و بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل بیت علیهم السلام) تقویت انگیزه جوانان و عامه مردم نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی، جایگزین کردن مطالب سودمند به جای بلوتوث های بی محتوا در تلفن های همراه و رایانه ها ایجاد بستر جامع مطالعاتی بر اساس معارف قرآن کریم و اهل بیت علیهم السلام با انگیزه نشر معارف، سرویس دهی به محققین و طلاب، گسترش فرهنگ مطالعه و غنی کردن اوقات فراغت علاقمندان به نرم افزار های علوم اسلامی، در دسترس بودن منابع لازم جهت سهولت رفع ابهام و شبهات منتشره در جامعه عدالت اجتماعی: با استفاده از ابزار نو می توان بصورت تصاعدی در نشر و پخش آن همت گمارد و از طرفی عدالت اجتماعی در تزریق امکانات را در سطح کشور و باز از جهتی نشر فرهنگ اسلامی ایرانی را در سطح جهان سرعت بخشید.

از جمله فعالیتهای گسترده مرکز:

الف) چاپ و نشر ده ها عنوان کتاب، جزوه و ماهنامه همراه با برگزاری مسابقه کتابخوانی

ب) تولید صدها نرم افزار تحقیقاتی و کتابخانه ای قابل اجرا در رایانه و گوشی تلفن همراه

ج) تولید نمایشگاه های سه بعدی، پانوراما، انیمیشن، بازیهای رایانه ای و ... اماکن مذهبی، گردشگری و ...

د) ایجاد سایت اینترنتی قائمیه [www.ghaemiyeh.com](http://www.ghaemiyeh.com) جهت دانلود رایگان نرم افزار های تلفن همراه و چندین سایت مذهبی

دیگر

ه) تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و ... جهت نمایش در شبکه های ماهواره ای

و) راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی (خط ۲۳۵۰۵۲۴)

ز) طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و ...

ح) همکاری افتخاری با دهها مرکز حقیقی و حقوقی از جمله بیوت آیات عظام، حوزه های علمیه، دانشگاهها، اماکن مذهبی مانند مسجد جمکران و ...

ط) برگزاری همایش ها، و اجرای طرح مهد، ویژه کودکان و نوجوانان شرکت کننده در جلسه

ی) برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم و دوره های تربیت مربی (حضور و مجازی) در طول سال

دفتر مرکزی: اصفهان/خ مسجد سید/ حد فاصل خیابان پنج رمضان و چهارراه وفائی / مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان

تاریخ تأسیس: ۱۳۸۵ شماره ثبت: ۲۳۷۳ شناسه ملی: ۱۰۸۶۰۱۵۲۰۲۶

وب سایت: [www.ghaemiyeh.com](http://www.ghaemiyeh.com) ایمیل: [Info@ghaemiyeh.com](mailto:Info@ghaemiyeh.com) فروشگاه اینترنتی: [www.eslamshop.com](http://www.eslamshop.com)

تلفن ۲۵-۲۳۵۷۰۲۳-۲۳۱۱) فکس ۲۳۵۷۰۲۲ (۰۳۱۱) دفتر تهران ۸۸۳۱۸۷۲۲ (۰۲۱) بازرگانی و فروش ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹ امور کاربران ۲۳۳۳۰۴۵ (۰۳۱۱)

نکته قابل توجه اینکه بودجه این مرکز؛ مردمی، غیر دولتی و غیر انتفاعی با همت عده ای خیر اندیش اداره و تامین گردیده و لی جوابگوی حجم رو به رشد و وسیع فعالیت مذهبی و علمی حاضر و طرح های توسعه ای فرهنگی نیست، از اینرو این مرکز به فضل و کرم صاحب اصلی این خانه (قائمیه) امید داشته و امیدواریم حضرت بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف توفیق روزافزونی را شامل همگان بنماید تا در صورت امکان در این امر مهم ما را یاری نمایند انشاءالله.

شماره حساب ۶۲۱۰۶۰۹۵۳، شماره کارت: ۶۲۷۳-۵۳۳۱-۳۰۴۵-۱۹۷۳ و شماره حساب شبا: IR۹۰-۰۱۸۰-۰۰۰۰-۰۰۰۰-۰۶۲۱-۰۶۰۹-۵۳ به نام مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان نزد بانک تجارت شعبه اصفهان - خیابان مسجد سید ارزش کار فکری و عقیدتی

الاحتجاج - به سندش، از امام حسین علیه السلام: - هر کس عهده دار یتیمی از ما شود که محنت غیبت ما، او را از ما جدا کرده است و از علوم ما که به دستش رسیده، به او سهمی دهد تا ارشاد و هدایتش کند، خداوند به او می فرماید: «ای بنده بزرگوار شریک کننده برادرش! من در کرم کردن، از تو سزاوارترم. فرشتگان من! برای او در بهشت، به عدد هر حرفی که یاد داده است، هزار هزار، کاخ قرار دهید و از دیگر نعمت‌ها، آنچه را که لایق اوست، به آنها ضمیمه کنید».

التفسیر المنسوب إلى الإمام العسکری علیه السلام: امام حسین علیه السلام به مردی فرمود: «کدام یک را دوست تر می داری: مردی اراده کشتن بینوایی ضعیف را دارد و تو او را از دستش می رَهانی، یا مردی ناصبی اراده گمراه کردن مؤمنی بینوا و ضعیف از پیروان ما را دارد، اما تو دریچه‌ای [از علم] را بر او می گشایی که آن بینوا، خود را بدان، نگاه می دارد و با حجت‌های خدای متعال، خصم خویش را ساکت می سازد و او را می شکند؟».

[سپس] فرمود: «حتماً رهاندن این مؤمن بینوا از دست آن ناصبی. بی گمان، خدای متعال می فرماید: «و هر که او را زنده کند، گویی همه مردم را زنده کرده است»؛ یعنی هر که او را زنده کند و از کفر به ایمان، ارشاد کند، گویی همه مردم را زنده کرده است، پیش از آن که آنان را با شمشیرهای تیز بکشد».

مسند زید: امام حسین علیه السلام فرمود: «هر کس انسانی را از گمراهی به معرفت حق، فرا بخواند و او اجابت کند، اجری مانند آزاد کردن بنده دارد».

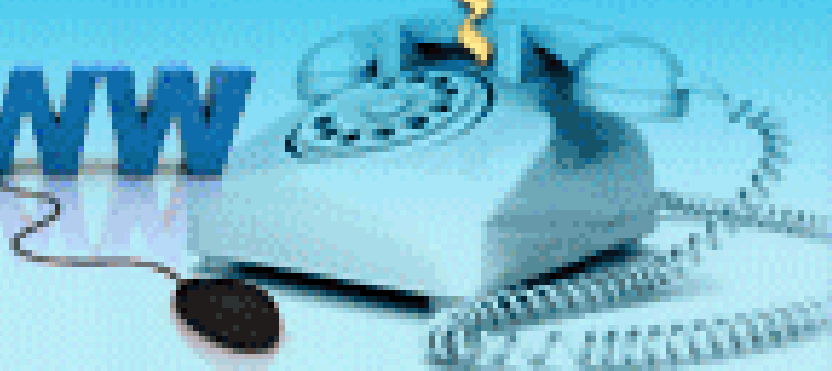


مرکز تحقیقات و ترجمه

اصفهان

گامگاه

WWW



برای داشتن کتابخانه های تخصصی  
دیگر به سایت این مرکز به نشانی

[www.Ghaemiyeh.com](http://www.Ghaemiyeh.com)

[www.Ghaemiyeh.net](http://www.Ghaemiyeh.net)

[www.Ghaemiyeh.org](http://www.Ghaemiyeh.org)

[www.Ghaemiyeh.ir](http://www.Ghaemiyeh.ir)

مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.

۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹

