

## A Study of the Principles of Spiritual Therapy in the Holy Quran

### ARTICLE INFO

#### Article Type

Analytical Review

#### Authors

Sedigheh Soleimani<sup>1</sup>,  
Mansour Pahlavan<sup>2\*</sup>,  
Mohsen Imani<sup>3</sup>,  
Mahmoud Abai Koopai<sup>4</sup>

#### How to cite this article

Sedigheh Soleimani, Mansour Pahlavan, Mohsen Imani, Mahmoud Abai Koopai, A Study of the Principles of Spiritual Therapy in the Holy Quran, *Journal of Quran and Medicine*. 2020;5(2):77-85.

1. PhD Student, Department of Quranic and Hadith Sciences, Tehran-South Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
2. Professor, Department of Quranic and Hadith Sciences, Faculty of Theology and Islamic Studies, University of Tehran, Tehran, Iran. (Author)
3. Associate Professor, Department of Educational Sciences, Faculty of Humanities, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran.
4. Assistant Professor, Department of Islamic Philosophy and Theology, Faculty of Law and Political Science, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

\* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: pahlavan@ut.ac.ir

#### Article History

Received: 2020/06/23

Accepted: 2020/09/12

ePublished: 2020/09/21

### ABSTRACT

The purpose of this article is to find the main characteristics of spiritual health and the principles of psychotherapy based on spirituality in the Holy Quran. The research method is descriptive-analytical by inductive method and based on Klanger's view by compiling a library and using three hundred Quranic verses. According to the findings of this study, faith in four areas of identity, cognitive, emotional and behavioral as a basic pillar of mental health and the main foundation of spiritual therapy can play a constructive role in spiritual growth and excellence and as a great spiritual force in man, type Correct his perception of God, himself, people, life and the whole universe. According to the results, some of the principles of spiritual therapy based on the verses of the Holy Quran are: "nature", "human dignity", "rationality", "piety", "love" and "determination" which is necessary in The treatment process should be considered and become a model for mental balance, spiritual well-being (prevention) and coping with stress (treatment). In the shadow of spirituality, faith is created, grows and nurtures, and becomes a model that provides the grounds for spiritual well-being and ways of coping with stress in life.

**Keywords:** Spirituality, spiritual therapy, faith, the Holy Quran

## بررسی اصول معنویت درمانی در قرآن کریم

صدیقه سلیمانی<sup>۱</sup>

دانشجو دکتری، گروه علوم قرآن و حدیث، واحد تهران-جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

منصور پهلوان<sup>۲\*</sup>

استاد، گروه علوم قرآن و حدیث، دانشکده الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه تهران، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)

محسن ایمانی<sup>۳</sup>

دانشیار، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران.

محمود عبائی کوپایی<sup>۴</sup>

استادیار، گروه فلسفه و کلام اسلامی، دانشکده حقوق و علوم سیاسی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

### چکیده

هدف این مقاله، یافتن شاخصه‌ی اصلی سلامت معنوی و اصول روان درمانی مبتنی بر معنویت در قرآن مجید است. روش پژوهش توصیفی-تحلیلی به روش استقرائی و بر اساس دیدگاه کل‌نگر با گردآوری کتابخانه‌ای و استفاده از سیصد آیه قرآنی می‌باشد. بر اساس یافته‌های این پژوهش ایمان در چهار ساحت هویتی، شناختی، عاطفی و رفتاری به عنوان رکن اساسی سلامت روان و شالوده اصلی معنویت درمانی می‌تواند نقش سازنده در رشد و تعالی روحی و روانی انسان ایفا کند و به عنوان نیروی عظیم معنوی در انسان، نوع برداشت وی را از خدا، خود، مردم، زندگی و کل هستی تصحیح کند. بر اساس نتایج به دست آمده برخی از اصول معنویت درمانی مبتنی بر آیات قرآن کریم عبارت‌اند از: «فطرت»، «کرامت انسانی»، «عقلانیت»، «تقوا»، «محبت» و «عزم و نظم» که لازم است در فرآیند درمان مورد توجه قرار گیرند و الگویی برای ایجاد تعادل روانی، به‌زیستی معنوی (پیشگیری) و مقابله با تنیدگی (درمان) گردند. در سایه‌سار معنویت ایمان ایجاد می‌شود، رشد می‌کند و پرورش می‌یابد و الگویی می‌شود که زمینه‌های به‌زیستی معنوی و روش‌های مقابله با تنیدگی‌ها را در زندگی فراهم آورد.

واژه‌های کلیدی: معنویت، معنویت درمانی، ایمان، قرآن کریم

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۴/۰۳

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۶/۲۲

\*نویسنده مسئول: pahlevan@ut.ac.ir

### مقدمه

معنویت، بخش ویژه از زندگی معمولی انسان‌هاست که از لحظه تولد تا مرگ در نقاط عطف زندگی انسان‌ها متجلی می‌شود. رموز و حکمت‌های وقایع زندگی در طی چنین موقعیت‌های اساسی، آشکار می‌شود. در زمان بحران، مصیبت، رنج و درد، معنویت در تلاش برای درک و مدیریت وقایع به‌ظاهر غیرقابل درک و مدیریت، درهم‌تنیده می‌شود. "افرادی که معنویت را از سایر جنبه‌های زندگی‌شان تفکیک می‌کنند نسبت به مشکلات روان‌شناختی آسیب‌پذیرتر هستند." (۱). بنابراین معنویت نوعی توانایی است که در اثر تمرین و تجربه ایجاد می‌شود، رشد می‌کند و پرورش می‌یابد. در این تجربه اشرافی رازی نهفته است که هر کس بدان دست یابد آرامشی وصف‌ناپذیر، روح و جسمش را فرامی‌گیرد و او را از فشار آلام و رنج‌ها دور می‌سازد.

منابع اسلامی در قرآن و حدیث برای به‌زیستی روانی که مبتنی بر نوع نگرش و برداشت از زندگی به همراه روش‌های تاب‌آوری است، الگویی را ارائه می‌دهد که از یک‌سو زمینه‌های به‌زیستی معنوی را فراهم می‌کند و از سوی دیگر روش‌های مقابله با تنیدگی در زندگی را متذکر می‌شود و تنها گزینه قابل‌اعتنا و ادعا برای انسان را رجوع به تقلین معرفی می‌کند، چراکه دانش مبتنی بر وحی می‌باشد که قادر است انسان را با تمام زوایایش تفسیر کند و به کنه وجودیش اشراف پیدا کند. بر اساس اصول نظری که در رویکرد معنویت درمانی مبتنی بر ایمان در نظر گرفته‌شده، ایمان به‌عنوان رکن اساسی و اصلی سلامت روان در چهار ساحت هویتی، شناختی، عاطفی و رفتاری مورد مطالعه قرار گرفته و در این سبک درمانی، وجود روان‌درمانگر مؤمن آشنا و مسلط به آموزه‌های انسان‌شناسانه قرآن، رکن مهم است که با شناسایی نوع مشکل، علت، یافتن نوع نیازهای ارضاء نشده و سبک دل‌بستگی و موارد دیگر به اصلاح و ارتقاء معنویت فرد پرداخته و با بررسی علل انحراف برای کاهش و اتمام این خطا با مراجع خود همراه شده و با عامل دوسویه به تصحیح و تقویت روح و روان بیمارش کمک می‌کند.

تاکنون در این زمینه تحقیقات مختلفی صورت گرفته است به‌عنوان نمونه، مسعود جان بزرگی (۲) در تحقیقی تحت عنوان «اصول روان‌درمانگری چندبعدی معنوی» که با تحلیل از متون دینی، متون و یافته‌های روان‌شناختی و تجربه بالینی انجام داده است، به این نتیجه رسیده که انسان دارای دو بعد معنوی و طبیعی، اما متعادل و توحیدی است. حوزه ادراکی انسان دارای چهار موضوع اصلی است: مبدأ، معاد، هستی و خود. محور این چهار موضوع، خداپنداشت است و لذا روان‌درمانگری چندبعدی معنوی نیز اصول اساسی خود را بر مبنای این حوزه ادراکی تنظیم کرده است. با فعال‌سازی بعد معنوی درمان، مراجعات با سرعت بیشتر و به دلیل پیوند تغییرات با نظام اعتقادی فرد، با عود کمتری صورت می‌گیرد. رحمت اله مرزبند و علی اصغر زکوی (۳) در تحقیقی تحت عنوان «شاخص‌های سلامت معنوی از منظر آموزه‌های و حیانی» به این نتیجه رسیدند که شاخص‌های سلامت معنوی، تنها سخن از رفتارها و یا احساسات روان‌شناختی از قبیل رضایت باطنی

با توجه به این خلاء در این جستار سعی شده است که به این سؤال اساسی پاسخ داده شود که شاخص معنویت درمانی مبتنی بر قرآن کریم چیست؟ این پژوهش از حیث ماهیت کیفی است از حیث هدف، کاربردی و بنیادی به منظور ایجاد روشن نمودن پیچیدگی‌های یک پدیده است. از نظر روش توصیفی، تحلیلی به روش استقرائی و بر اساس دیدگاه کل‌نگر بوده است. از حیث گردآوری داده‌های تحقیقی، کتابخانه‌ای با استفاده از ابزار فیش و کارت، جهت دسته‌بندی گزاره‌ها از سنجه‌های غیر واکنشی و گردآوری اسناد و مدارک می‌باشد. جامعه این پژوهش نظری و در حدود ۳۰۰ آیه از قرآن کریم بوده است.

#### مفهوم شناسی معنویت

معنویت در لغت فارسی مصدر جعلی معنوی و به معنای معنوی بودن است و معنوی، منسوب به «معنی» مقابل «لفظی» و به معنای حقیق، اصلی، ذاتی، مطلق، باطنی و روحانیست. این اصطلاح همچنین مقابل مادی، صوری، شکل ظاهری و معنایی که فقط در قلب شناخته می‌شود و زبان را در آن بهره‌ای نیست می‌باشد (۹).

واژه *spirituality* (معنویت) از کلمه لاتین *spiritus* به معنای «نفس» مشتق شده که آن نیز خود از *spirare* به معنای «دمیدن» یا نفس کشیدن مشتق می‌شود. در ترجمه‌های لاتین عهد جدید *spirituality* یا شخص معنوی به کسی گفته می‌شود که زندگی او را روح‌القدس نظم می‌بخشد یا تحت تأثیر قرار می‌دهد. واژه *spirituality* (معنویت) حداقل از اوایل قرن پنجم به کار رفته و مدت طولانی همین معنای ناشی از کتاب مقدس را حفظ نموده است. از آغاز قرن دوازدهم این واژه به تدریج معانی ضمنی با کارکرد واقعی روانی به خود گرفت که در مقابل جسمانیت و مادیت قرار داشت (۱۰).

معنویت گاه در مقابل امور مادی، گاهی به معنای ارزش اخلاقی، دین، حقیقت اسلام، غیب ملکوت، سیر و سلوک، حالات عرفانی، صفای درون و ... بکار برده شده است (۱۱). معنویت، بعدی از انسان است که ارتباط و یکپارچگی او را با عالم هستی نشان می‌دهد. ارتباط و یکپارچگی به انسان امید و معنا می‌دهد و او را از محدوده‌ی زمان و مکان و علایق مادی فراتر می‌برد (۱۲). از نظر شولز معنویت عبارت است از تجربه ارتباط با خود، دیگران، جهان و قدرت برتر که به صورت عکس‌العمل‌ها، روایت و اعمال بیان می‌شود (۱۳).

#### مفهوم شناسی معنویت درمانی

معنویت، یکی از ابعاد زندگی انسان است و هنگامی که افراد به اتاق مشاوره و درمان وارد می‌شوند، بعد معنوی خود را پشت در نمی‌گذارند، بلکه باورهای معنوی، اعمال، تجارب، ارزش‌ها، ارتباطات و چالش‌های معنوی خود را به اتاق مشاوره و درمان می‌آورند و درمانگر با توجه به این بعد انسان به درمان او می‌پردازد (۱).

رویکردهای معنویت درمانی، درمانگران را تشویق می‌کند که در درمان مسائل مهم معنوی، درمان‌جویان را در زمان مناسب مورد خطاب قرار دهند و در راستای استفاده از قدرت بالقوه ایمان و معنویت درمان‌جویان در درمان و بهبودی، از مداخله‌هایی استفاده

و یا آرامش درونی نیست، بلکه سلامت معنی به همه زندگی معنوی انسان معطوف می‌گردد. ارائه چنین تصویری از معنویت مبتنی بر معرفت‌شناسی، انسان‌شناسی و جهان‌شناسی قرآنی می‌باشد. بوالهروی (۴) در پژوهش خود با عنوان «نهاده‌سازی معنویت در مفهوم سلامت معنوی»، به این نتیجه دست یافت که معنویت در جوامع به عنوان یک حریم امن و قابل اعتماد بوده است که در بین انسان‌ها ارتباط معنوی با قدرت بیکران ایجاد می‌کند و به فرد این اطمینان را می‌دهد که نیروئی قوی همیشه او را حمایت می‌کند. در سال‌های اخیر، معنویت به عنوان بعد انسانی فرد و با درک نقشی که در بهبودی سلامت روح و جسم انسان دارد، توجه فزاینده‌ای را به دست آورده است. محمد جواد رودگر (۵) در پژوهشی درباره «معنویت‌گرایی در قرآن» به اثبات این امر پرداخته است که معنویت پایه و تکامل و دارای جامعیت است تا همه ساحت‌های زندگی انسان را پوشش دهد و معنویت قرآنی قلمرو گسترده‌ای دارد که روح حاکم بر زندگی مبتنی بر عقل و اراده و عشق و ایمان است.

تحقیق و پژوهش در حوزه معنویت، دین و مذهب در کل دنیا رو به افزایش است. سازمان بهداشت جهانی و چهارمین ویرایش راهنمای تشخیصی - آماری اختلال‌های روانی (DSM-IV-TR ۲۰۰۰) معنویت را به عنوان بعد چهارم سلامت انسانی معرفی کرده‌اند. تا چندی پیش به معنویت تنها به عنوان یکی از جنبه‌های دینی توجه می‌شد؛ اما در ۲۰ سال گذشته مفهوم معنویت از مذهب فراتر رفته و امروزه این مفهوم بیانگر مفاهیم چندی از جمله مذهبی بودن نیز هست (۶).

کتاب "راهنمای انجمن روان‌شناسی آمریکا در روان‌شناسی دین و معنویت" در دو جلد و ۱۵۰۰ صفحه با ویراستاری پارگامنت به نظریه‌ها و پژوهش‌های به روز شده در روان‌شناسی معاصر دین و معنویت پرداخته و بر کاربرد دین در روان‌درمانگری متمرکز شده است (۷). ویلیام وست در کتاب "روان‌درمانی و معنویت" با بررسی بین رابطه معنویت و مکاتب اصلی درمانگری، به روشنی بین هدایت معنوی و درمان‌های ویژه تفاوت قائل می‌شود و در صدد آن است که دنیای درمانگری را به جایی برساند که از طریق معنویت به مسئله کلیدی "شفای زمین" پرداخته شود (۸).

چالشی که در این حوزه در ایران مطرح است اینست که تنها دانش‌آموختگان در رشته‌های مرتبط روان‌شناسی، می‌توانند نسبت به اخذ مجوز امور روان‌درمانی اقدام کنند. در این دوره‌های تحصیلی و دانشگاهی به جز چند واحد و به طور بسیار محدود، در حوزه انسان‌شناسی و حیانی دینی وجود ندارد؛ بنابراین دانشجویان تا زمان فارغ‌التحصیلی حتی در مقطع دکتری، اطلاعات و دانش مکفی از روش درمان‌های معنوی مبتنی بر وحی را به دست نخواهند آورد و با دانش‌ها، تجربیات و علاقمندی‌های ضمنی به معنویت، روان‌درمانگری را آغاز می‌کنند. از سوی دیگر مراجعان، در ایران به عنوان کشور مسلمان با اکثریت مذهب تشیع که همواره اعتقادشان را با خود به اتاق مشاوره می‌آورند، نیازمند آن هستند که با روان‌درمانگر متخصص با این مبانی اسلامی روبرو شوند که متأسفانه این ضرورت محقق نمی‌شود.

دیگر، هر عمل ارزشمندی از ایمان سرچشمه می‌گیرد و هر کردار ناشایستی در کفر و حق‌پوشی ریشه دارد (۲۳). تکیه‌گاه دین چه به عنوان شریعت و یک نظام الهیاتی و چه به عنوان نهادهای اجتماعی، ایمان است. دین همواره در پی آن بوده که متدینان پالتوی گرم ایمان بر تن کنند تا از مخاطرات دنیوی مصون بمانند (۲۴).

ساحات ایمان

می‌توان ایمان و مکانیسم رشد ایمان دینی را اینگونه برداشت کرد که فطرت، قلب، عقل و عمل طرف‌های وجودی انسان است که ایمان در آنها تجلی پیدا می‌کند و متباین نیستند بلکه دارای تأثیر متقابل هستند. «فطرت» متغیر اصلی و محوری و هویت وجودی انسان می‌باشد، «گرایش‌ها» متغیر اصلی تربیتی و صبرورث انسان بوده و «معرفت» عامل رشددهنده و تکامل‌بخش و «رفتار» شاخص تعیین‌بخش و تثبیت‌کننده ایمان است؛ بنابراین با توجه به فهم ما، تعریف ایمان در قرآن نوعی دل سپردن و تعلق خاطر پیدا کردن است که در پاسخ به ندای فطرت و اقتضای آن پدید می‌آید. تحلیل‌گری و بصیرت عقلانی، نقش هدایتگری و کنترل امیال و نوع عمل از شاخصه‌های شناختی ایمان می‌باشد.

بنابراین مبدأ ایمان، فطرت، مبنای ایمان، علم و معرفت، گوهر ایمان، گرایش و تمایل قلب و آثار عملی و اطاعت، نتیجه ایمان می‌باشد. ایمان هویتی است که وجوه آن بُعد معرفتی، عاطفی و عملی می‌باشد. در این مقاله برای ایمان چهار ساحت (فطری - هویتی) (معرفتی - عقلی) (عاطفی - هیجانی) و (رفتاری - عملی) در نظر گرفته شده است که قابلیت تصحیح و تقویت بُعد معنوی انسان را دارد و بالطبع امکان بهره‌برداری نسبی در روان‌درمانگری معنوی از این ساحات جهت تقویت بُعد روحانی انسان و تقرب به حیات طیبه (النحل، ۹۷) که آثار دنیوی و اخروی دارد مهیا می‌باشد.

حقیقت ایمان بنابر روایات جمع‌آوری شده (۲۵) ماهیتی سه‌گانه دارد که در قلب، زبان و ارکان به حسب مراتبی ظهور می‌کند که البته اگر کسی ایمان فطری را در حیطه‌های مذکور در خود تقویت کند آثار ارزشمند و زیبایی آن در سه بعد شناختی، عاطفی و رفتاری هویدا می‌گردد. بر اساس آیات قرآن کریم ایمان دارای ابعاد مختلفی است که در ذیل مختصری به آن اشاره می‌شود.

الف) بعد فطری

هویت فطری ایمان به گونه‌ای است که از طریق شعور باطنی و کشش درونی به سوی خدا رهبری می‌شود. "فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَیْمُ وَلَكِنْ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ" (الروم، ۳۰) و خدا باوری در وجودش نهادینه شده است "أَلَمْ تَرَ أَنَّ الْفُلْكَ تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِنِعْمَتِ اللَّهِ لِيُرِيَكُمْ مِنْ آيَاتِهِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَاتٍ لِكُلِّ صَبَّارٍ شَكُورٍ" (لقمان، ۳۱) گرچه ممکن است بر اثر غفلت فطرت ایمانی خاموش شود ولی در حالت قطع اسباب مادی بیدار می‌شود. "فَإِذَا رَكبُوا فِي الْفُلْكَ دَعَاؤُا اللَّهِ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ فَلَمَّا نَجَّاهُمْ إِلَى الْبَرِّ إِذَا هُمْ يُشْرِكُونَ" (العنكبوت، ۶۵)

کنند که احترام و ارزش قائل شدن درمانگر را نسبت به مسائل معنوی درمان‌جو نشان دهد (۱۴).

معنویت درمانی بر این باور است که غالباً معنویت با مشکلاتی که مراجعان با خود به اتاق روان‌درمانگری می‌آورند، راه حل مشکلات‌شان و محتوای اجتماعی و فرهنگی مراجع در هم تنیده است. معنویت‌درمانی بیانگر تأثیر معنویت و شکرگزاری و عشق الهی روی بیماری‌های جسمی و روحی است. همچنین تحقیقات علمی انجام شده در دنیا حاکی از درمان‌های مؤثر و موفق جسمانی و روانی انسان توسط معنویت‌درمانی است (۱۵). برای اینکه درمانگر بتواند بر سلامت جسمی و روانی مراجع تأثیر مثبت و قاطعی داشته باشد، باید در روند درمان به مسائل معنوی و مذهبی مراجع نیز بپردازد (۱۶).

درمان مذهبی (معنوی) به معنای در نظر گرفتن باورهای مذهبی و معنوی مردم و لحاظ بُعد متعالی افراد در فرایند درمانگری است. (۱۷). معنویت‌درمانی یکی از راه‌های اساسی و پراهمیت و یک روش درمانی است که بشر می‌تواند به کمک آن از ابتلا به بیماری‌های جسمی، روانی و اجتماعی پیشگیری کند و با کمک گرفتن از معنویت و مذهب احساس امید و آرامش داشته باشد (۱). در اکثر پژوهش‌ها معنویت درمانی بر ایمان فرد تأکید دارد که می‌تواند بر مسائل خلقی، روحی و روانی خویش سلطه یافته و در بحران‌های زندگی دچار تزلزل و اضطراب روحی نشده و یا در صورت ایجاد تنش درونی قدرت بازیابی خویش را داشته باشد. در این مقاله این رویکرد مد نظر است.

مفهوم شناسی ایمان

ایمان در لغت به معنای امنیت و رفع خوف است. (۱۸) البته به معنای تصدیق هم به کار رفته است (۱۹). در لسان العرب، ایمان را به ضد کفر و تصدیق را ضد تکذیب بکار برده است. کلمه «ایمان» از ماده «امن» مشتق شده است و مصدر باب افعال است. «امن» در اصل لغت به معنای «طمأنینه و زوال خوف» است. این ماده وقتی به باب افعال می‌رود به معنای «در امن قرار دادن کسی یا چیزی و دارای امن شدن و در امن قرار گرفتن» است (۲۰).

ایمان در سیر تاریخی، تعاریف متفاوت و گاه کاملاً متضاد را در اندیشه‌های متفکران مسلمان و غیرمسلمان به خود دیده است تا جایی که برخی ایمان را تنها دل‌بستگی قلبی و بدون هیچگونه دخالت عمل در آن تلقی می‌کنند و در مقابل، برخی معتقدند ایمان چیزی جز عمل محض نیست. گروهی نیز برآنند که ایمان و عمل، قرین با یکدیگرند، یعنی اگرچه ایمان یک عقد و تعلق قلبی است، عمل نیز به عنوان رکن ضروری در مسئله ایمان و تحقق آن لازم است. امیرالمؤمنین علیه السلام، سه رکن برای ایمان قائل هستند و فرمودند: «ایمان عبارت است از اقرار به زبان، اعتقاد به قلب و عمل به ارکان» (۲۱). ایمان به هر چیز عبارت است از علم به آن با التزام عملی به آن. پس صرف علم و یقین به وجود چیزی بدون التزام عملی، ایمان به آن چیز نیست (۲۲).

از نظر کلامی، مهم‌ترین مرزبندی اعتقادی بر اساس ایمان و کفر است. همچنین اساس ساختمان معنایی مفاهیم اخلاقی، به ویژه اخلاق دینی در کتب مقدسی چون قرآن، ایمان است؛ به عبارت

ب) بعد شناختی

ویژگی ایمان این است که مبتنی بر معرفت است. از آنجا که دعوت الهی بر اساس بصیرت و آگاهی است و ایمانی که از نتایج و غایات این دعوت است نیز باید همراه بصیرت باشد.

"قُلْ هَذِهِ سَبِيلِي أَدْعُو إِلَى اللَّهِ عَلَى بَصِيرَةٍ أَنَا وَمَنِ اتَّبَعِيَ وَ سُبْحَانَ اللَّهِ وَ مَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ" (یوسف، ۱۰۸)

دریافت حقیقت و شناخت می‌تواند منجر به تقویت ایمان شود. "وَ إِذَا سَمِعُوا مَا أَنْزَلَ إِلَى الرَّسُولِ تَرَى أَعْيُنُهُمْ تَفِيضُ مِنَ الدَّمْعِ مِمَّا عَرَفُوا مِنَ الْحَقِّ يَقُولُونَ رَبَّنَا آمَنَّا فَاكْتُبْنَا مَعَ الشَّاهِدِينَ" (المائدة، ۸۳)

ج) بعد عاطفی

ایمان دارای مؤلفه عاطفی است. جایگاهش قلب بوده و می‌تواند انسان را از تنش‌ها و تنیدگی‌ها رها ساخته با تمسک و اتصال به متعلق ایمان، وی را در جایگاه امنی قرار دهد. "الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ" (الرعد، ۲۸)

ایمان یک عمل اختیاری مربوط به قلب است و با علم و معرفت صرف متفاوت است. پس عنصر دیگری که می‌تواند در ایمان مدخلیت داشته باشد، مؤلفه عاطفی یعنی گرایش و تمایل قلب به سمت آن است تا به سکون در مقابل آن در آید. "إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَ صَدُّوا عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ وَ شَاقُّوا الرَّسُولَ مِنْ بَعْدِ مَا تَبَيَّنَ لَهُمُ الْهُدَىٰ لَنْ يَضُرُّوا اللَّهَ شَيْئًا وَ سَيَحِطُّ أَعْمَالَهُمْ" (محمد، ۳۲)

د) بعد رفتاری

ماهیت ایمان از نظر علمای شیعه، همان "تصدیق قلبی و اقرار زبانی" است و عمل صالح و اطاعت جزء آن به حساب نمی‌آید، زیرا اگر اطاعت جزء ایمان باشد لازم می‌آید در بسیاری از آیات که عمل صالح را به ایمان عطف کرده است مانند: "إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ... (البقره، ۲۷۷)" "کسانی که ایمان آوردند و اعمال صالح انجام دادند... تکرار بدون فایده صورت گرفته باشد. بنابراین در ایمان، التزام عملی شرط است و مؤمنانی که در مواردی به مقتضای ایمان خود عمل نمی‌کنند و یا مرتکب گناه می‌شوند، از دایره ایمان خارج نمی‌گردند، بلکه فاسق قلمداد می‌شوند (۲۶). بر این اساس گرچه عمل از ماهیت ایمان جدا است، اما بی‌شک در قوت و ضعف ایمان تأثیر بسزایی دارد. ایمان در اثر مداومت در اطاعت، قوی و در اثر ارتکاب گناه ضعیف می‌شود. بنابراین ثمره درخت ایمان، عمل شایسته است که اگر ایمانی این ثمره را به بار نیاورد، معلوم می‌شود که ضعیف است و یا بر اثر تکرار گناهان، نابود شده است.

رویکرد معنویت درمانی با تکیه بر ساحات ایمان (معنویت درمانی مؤمنانه)

معنویت درمانی بر ایمان فرد در همه ساحاتش تأکید دارد که می‌تواند بر مسائل خلقی، روحی و روانی خویش سلطه یافته و در بحران‌های زندگی دچار تزلزل و اضطراب روحی نشده و یا در صورت ایجاد تنش درونی قدرت بازیابی خویش را داشته باشد.

در اکثر پژوهش‌ها عنصر کلیدی معنویت‌درمانی "درک امر مقدس" و در نگاه قرآن کریم "ایمان" شاخص اصلی می‌باشد. ایمان در

چهار ساحت فطری، معرفتی، قلبی و عاطفی نیاز به تصحیح و تقویت دارد تا منجر به تعادل و تعالی وجود انسان و روح آدمی شود. طبق این رویکرد که ما آن را معنویت‌درمانی مؤمنانه می‌نامیم، لازم است تا روان‌درمانگر با الگوی چهارگانه زیر، ساحات ایمانی فرد را بررسی کرده ضعف و خطا را در هر یک از ساحات یافته و با حفظ اولویت، شرایط فرد و اتاق درمان برای هراسختی از روشها و مداخلات درمانی متناسب استفاده کند.

۱) معنویت‌درمانی مؤمنانه مبتنی بر تعادل و تعالی‌جویی ساحت فطری - هویتی ایمان

در بینش قرآنی خدا و انسان هرگز از هم جدا نیستند. انسان خدامحور و خداپاوار به واسطه نعمات و کرامات الهی که به طور خاص نصیبش شده و مورد تکریم در جهان هستی واقع شده است، اشرف مخلوقات الهی نامیده شده است و این هویت واقعی انسان است که اگر آن را فراموش کند به نوعی خودباختگی دچار می‌شود و خیلی زود متوجه می‌شود که خانه خود را در زمین دیگری ساخته است و زمینه سرگردانی‌اش فراهم می‌شود. امیرالمؤمنین می‌فرماید: "من شغل نفسه بغير نفسه تحير في الظلمات و ارتبك في الهلكات" "هر کس خویش را به غیر از خویشتن سرگرم سازد، در تاریکی‌ها سرگردان می‌ماند (۲۱). و نیز در مورد رابطه‌ی خود و خدا می‌فرماید: "من نسي الله سبحانه انساه الله نفسه و اعمى قلبه" "کسی که خدا را فراموش کند خدا هم او را دچار خودفراموشی می‌کند و چشم بصیرتش را نابینا می‌سازد (۲۱).

مهم‌ترین عنصر خودشناسی، ارزشمند دانستن خود است که با کرامت انسان سازگار است. خداوند متعال کرامت ذاتی را به انسان هدیه داده است و شرایط برای کرامت اکتسابی را برایش فراهم نموده است. امیرمؤمنان (ع) می‌فرماید: "كفى بالمرء جهلا ان لا يعرف قدره" "جهل انسان همین بس است که قدر و منزلت خودش را نشناسد (۲۷). انسان حقیقی که خلیفه‌الله و دارنده همه کمالات است، انسان به علاوه ایمان است نه منهای آن، چراکه گرایش به حق هویت انسان است و ریشه فطری دارد. خداوند در قرآن کریم از طریق پیامبران و راهنمایان الهی خود به انسان هشدار داده است که به هوش باشد و ضمن شناخت هویت فطری خودش از اتصال قطره وجودش به دریای بیکران الهی غافل نگردد. به کرامت الهی که در او به ودیعه گذاشته شده واقف باشد و بداند که از روح خدا در او دمیده شده و او تنها موجودی است که لایق جانشینی خدا در زمین است. "با اثبات تمایل فطری به توحید و ایمان تنفر فطری که از شرک و کفر نیز به تبع آن ثابت می‌شود" (۲۸). پس معلوم می‌گردد که یکی از عوامل مهم مشکلات انسان انحراف از ایمان فطری است و حرکت در مسیر صحیح آن باعث هدایت می‌گردد. "يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسِكُمْ لَا يَضُرُّكُمْ مَنْ ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا فَبِئْسَ كُفُّوا تَعْمَلُونَ" (المائدة، ۱۰۵)

بنابراین روان‌درمانگر معنوی لازم است تا این بعد وجودی فرد را بررسی کرده و با تصحیح خودپنداره کریمانه که از فهم درست جایگاه انسان کریم حکایت می‌کند، خداپنداره مؤمنانه‌اش را

گذشتگان می‌باشد، تا جایی که فرد بدون اندیشیدن صرفاً به این دلیل که دیگران این کار را انجام می‌دادند از آنها پیروی می‌کند و بر این مسیر هم اصرار می‌ورزد (یونس، ۷۸). اوهام و خرافات عامل دیگری است که باعث جمود فکر می‌شود و جریان تفکر را از کار می‌اندازد و مانع شناخت حقیقت می‌شوند (المائدة، ۱۰۳).

دنباله روی بدون علم باعث می‌شود گاهی مردم درباره مسائل مختلف بدون توجه به ادله و مدارک کافی و در قضاوت، بدون جمع‌آوری دلایلی روشن که مؤید صحت قضاوت‌شان باشد، شتاب می‌ورزند. این در حالی است که قرآن کریم همواره اظهار نظر بدون علم و دلیل را نهی کرده است (الاسراء، ۳۶).

برای اصلاح شناخت باید منشأ انحراف فکری را در حیات ایمانی فرد جستجو کرد. سپس نوع تحریف و خطای شناختی را استخراج کرده و از طریق روشهای یاددهی تا مرحله پذیرش و تصحیح خطا در تحلیل و اندیشه مراجع با وی همراه بود.

۳) معنویت‌درمانی مؤمنانه مبتنی بر تصحیح و تحول ساحت عاطفی — هیجانی ایمان

عاطفه یکی از مؤلفه‌های شخصیت انسان است که همه مراحل رشد فرد در حیطه رفتار فردی و اجتماعی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و سلامت روانی و رفتاری انسان نیز به آن وابسته است. عاطفه یکی از مهم‌ترین ساحت‌های ایمان می‌باشد چراکه حقیقت ایمان تسلیم قلب، دل و جان است و اگر تسلیم زبان با قلب همراه نباشد ایمان نیست.

رابطه شناخت و عاطفه به این صورت است که هیجان‌ات بر شناخت‌اثر می‌گذارد و این یکی از دلایل اختلاف انسان‌هاست که با وجود کسب شناخت واحد، دریافت‌های متفاوتی از یک موضوع می‌کنند چراکه به مدل عاطفی و احساسی هر فرد بستگی دارد. زیرا ادراک، فرایندی است که افراد به وسیله آن پنداشت‌ها و برداشت‌هایی که از محیط خود دارند تنظیم و تفسیر می‌کنند که با واقعیت عینی می‌تواند خیلی فرق داشته باشد. می‌توان گفت رفتار مردم به نوع ادراک، پنداشت یا برداشت آنها و نه لزوماً واقعیت بستگی دارد (۳۰). قلب که مرکز ادراک و عواطف است نقش تعیین‌کننده‌ای در سعادت و شقاوت انسان ایفا می‌کند و اگر نتواند مسئولیت خود را به درستی انجام دهد، سعادت دنیوی و اخروی تحت الشعاع این خطا قرار می‌گیرد. چرا که جهت عواطف را مکانیزم‌های شناختی مشخص می‌کند. سوگیری‌های غلط عاطفی می‌تواند منشأ انکارهای اساسی و رفتارهای غلط شود.

دل‌بستگی معنوی ناایمن، بی‌ثباتی هیجانی و تعارض عاطفی از عوامل اختلال بعد عاطفی انسان می‌باشد. روان‌درمانگر لازم است با تمرکز بر این ساحت ایمانی با تصحیح و تحول دل‌بستگی ناایمن، سطح دل‌بستگی معنوی ایمن را مبتنی بر محبت تقویت کند. قرآن کریم نمونه‌هایی ارائه نموده است که از طریق ایجاد چهار ادراک حسی (پایگاه ایمن، منبع آرامش، جوارجویی، رشد فضائل انسانی) محبت و امنیت در وجود آدمی محقق می‌شود.

تقویت نموده و اتکاء و اتصال به خداوند را در همه لحظات زندگی‌اش مد نظر قرار دهد وی در نقش یک هادی است که این انحراف را نمایان ساخته و به فرد کمک می‌کند تا با تصحیح فطرت در هویتش به خود بازگردد. و درگیر طبیعت مادی‌اش نماند. از آنچه گفته شد چنین بر می‌آید که انسان هر قدر در خودارزشمندی و کرامت الهی خویش بیشتر ورود کند و آن را باور کند، بیشتر می‌تواند به خداارزشی و خداباوری مؤمنانه نائل گردد.

۲) معنویت‌درمانی مؤمنانه مبتنی بر اصلاح و ارتقاء ساحت معرفتی — شناختی ایمان

به نظر علامه جعفری حیات معقول، حیات آگاهانه‌ای است که حیات طبیعی را در مسیر تکامل نسبی و تحول تنظیم می‌کند و شخصیت انسان را به تدریج وارد حیات طیبه می‌نماید (۲۹). و مسیر دستیابی انسان به این زندگی اعلا جز با تحصیل ایمان عمل‌زا محقق نمی‌شود. "مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَثَىٰ وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَ لَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ" (النحل، ۹۷)

متفکران اسلامی بر این باورند که هر چند قرآن کریم، بشر را به اطاعت مطلقه از خدا و رسول دعوت می‌کند، اما به این هم رضایت نمی‌دهد که مردم احکام و معارف قرآنی را با تقلید کورکورانه بدون هیچ تفکر و تعقلی بپذیرند. بلکه باید فکر و عقل خود را بکار بگیرند، تا در هر مسئله، حقیقت امر کشف گردد و با نور عقل راهشان در این سیر و سلوک روشن گردد.

البته در فرهنگ قرآنی و شیعه حقانیت احکام قطعی عقل، مبنای حقانیت دین است و به عنوان یک منبع مستقل در عرض کتاب و سنت کاشف از اراده تشریحی الهی در برخی احکام فرعی می‌باشد. با این وجود عقل در عرصه‌هایی ناتوان است، همچون ادراک در ذات الهی، صفات الهی، حقایق پس از مرگ انسان و ... برای کسب معرفت لازم است علاوه بر علم حصولی که از برکات عقل می‌باشد از علم حضوری که از منبع ایمان سرچشمه می‌گیرد بهره‌مند گردد.

عواملی که عقل از مدار سلامت خارج می‌شود عناد و تعصب و جمود فکری است که انسان را به سمت تقلیدی کورکورانه می‌کشاند. قرآن کریم در آیات فراوانی به حیات فکری بشر تصریح نموده و تفکر، تذکر، تدبیر و تعقل را نیاز اصلی انسان به‌نچار می‌داند و یکی از هدف‌های رسالت انبیاء شکوفایی عقل است.

اقدام درمانی مهم در بعد شناختی یافتن مدل تحریف‌های شناختی در لایه‌های عمیق سطح شناخت حاصل از تجربیات هر فرد و تصحیح افکار خودآیند منفی می‌باشد. در این گام باید به سبک شناختی و مدل نگرش و فکر مراجع توجه داشت، چراکه بسیاری از مشکلاتی که در زندگی رخ می‌دهد، حاصل کژاندیشی انسان است. عوامل انحرافی همواره متعرض جریان تفکر می‌شوند و آن را در مسیر باطل می‌اندازند. "أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلًا" (الفرقان، ۴۴)

از عوامل مهم که باعث جمود فکری و عدم پذیرش افکار حقه می‌گردد، پایبندی به افکار قدیمی، عرف و عادت، آداب و رسوم

<sup>1</sup> Perception

کرداری نیکو بوده و منافع دنیوی برای خود و دیگران داشته باشد. چراکه آنچه به خداوند می‌رسد، روح عمل و شکل بیرونی آن است. ایمان و عمل، دو برادر بسته به یک ریسمانند.

قرآن کریم و روایات بعضی از رفتارها را درونی می‌داند مانند حسد، نیت، قصد و اراده، ریا، نفاق که عملی ظاهری نیست، برخی رفتارها را نیز درونی و بیرونی می‌داند مانند عمل صالح، نماز، روزه، پرخاشگری، غیبت و ... که علاوه بر اجزاء و ابعاد درونی چون ایمان و نگرش، ابعاد ظاهری و بیرونی در قالب اعمال و مناسک دارد. بنابراین رفتارها یا پنداری یا گفتاری و یا کرداری و عملی است. " قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِ فَرَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَىٰ سَبِيلًا " (الإسراء، ۸۴)

در این رویکرد درمانی اصل بر این است که با تحریک انگیزه و اراده فرد عزم بر انجام کاری ارزشمند را داشته باشد تا به صورت یک ملکه محقق شود. خداوند در آیات بسیاری از توصیه و دستور در به انجام یک فعل شروع کرده است چرا که با تکرار آن می‌تواند به یک صفت درونی تبدیل شود. اما اگر همین رفتار، مناسک و عمل بدون یک پشتوانه قوی از باور قلبی باشد به زودی ناتوان شده و خیلی ادامه‌دار نخواهد بود.

درمانگر ساحت رفتاری مراجع خود را در دو جا مورد کاوش قرار می‌دهد. اول: مهارت خودکنترلی دوم: خودنظم جویی متعالی خودکنترلی: سه قلمرو شخصیتی، مدیریتی فردی و اعتقادی در صورت عدم تعادل، فرد را دچار انحرافات رفتاری می‌کند. بنابراین لازم است به دنبال اصلاح بی‌تعدالی در این حوزه‌ها بود. بهترین مفهومی که بر اساس آیات قرآن کریم قابلیت تنظیم رفتار انسان را دارد تقوا می‌باشد و منظور از تقوا وجود پتانسیلی است که سبب مدیریت رفتار درونی متکی به نیروی عقل می‌باشد. به گونه‌ای که عملکردهای انسان را بر اساس هنجارها و ارزش‌های درونی شده منطبق بر دین و موازین اسلامی به فعلیت برساند.

خودنظم جویی متعالی: مفهوم عملکردهای " خود " در رفتارشناسی مورد اهمیت می‌باشد که با خودمدیریتی آغاز و با اصرار و مداومت از طریق تأخیر ارضاء، توان مقابله با خواست، استناد به تجربه (خود، دیگران، تاریخ و ...) و پیش‌بینی پیامد به خودنظم جویی در جهت رشد و تعالی منتهی می‌شود.

اصول حاکم بر معنویت درمانی مؤمنانه

معنویت درمانی مؤمنانه مانند هیچ یک از روش‌های درمانی تحلیلی، رفتاری، شناختی، گشتالتی، وجودی و دیگر روش‌ها نیست. سطحی و کوتاه مدت نیست، قابل پیشگویی و ارائه نتیجه درمان نمی‌باشد، در عوض به شدت ابتکاریست. در ارتباط با علم و اثبات نیست بلکه مرتبط با اعتقاد و ایمان است اما می‌توان محتویات دایره درمان را تا حدی که به ساحات ایمان مربوط می‌گردد ارائه کرد. البته اولویت برای بهره‌مندی از هر یک از ساحات ایمان به حال مراجع و شرایط اتاق درمان بستگی دارد اما به هر حال باید چند گام برای اصلاح و ارتقاء، تعادل و تعالی شخصیت برداشته شود که به شرح ذیل است:

• پرورش، درک ضرورت شناخت صحیح نسبت به خود، خداوند، انسان‌ها و عالم هستی بر اساس اصل " فطرت "

پایگاه امن: آنچه که در نظریه دل‌بستگی کمتر به آن توجه شده است، وجود رابطه فراتر از دل‌بستگی است که یک رابطه عاشقانه است که فرد وجودش از حس خود با خدا بودن و اعتمادش لبریز می‌شود و وجودش به عالم بالا متصل می‌شود. بنده آنچنان خود را در پایگاه امن الهی می‌بیند که می‌تواند تجربیات خاصی را داشته باشد و در حضور مراقبش خودش از خودش مراقبت کند. مانند موسی علیه السلام که در قبال فرعون تحت حمایت الهی از خود مراقبت می‌کند (طه، ۲۵-۲۸). وقتی دل‌بستگی ایمن باشد شدت اعتماد بسیار بالا خواهد بود تا جایی که ابراهیم با دل آرام در آتش قرار می‌گیرد و بر او گلستان می‌شود (الانبیاء، ۶۹).

منبع آرامش: ابراهیم خلیل الرحمان از خداوند سوالاتی می‌کند تا به کشف جدید و مطمئن‌تری برسد و خداوند پاسخ او را می‌دهد (البقره، ۲۶۰).

جوارجویی: گرایشی است که وقتی فرد مشکلی پیدا می‌کند می‌خواهد به دنبال موضوع دل‌بستگی برود حتی از لحاظ فیزیکی وقتی جوارجویی وجود دارد یعنی دل‌بستگی ایمن وجود دارد. رنج جدایی بنده از خداوند در دل‌بستگی ایمن بسیار سخت است. مادر موسی به واسطه توکلی که به خداوند داشت موجب دریافت وحی الهی شد (القصص، ۷).

رشد فضائل انسانی: هر چقدر سطح دل‌بستگی به خداوند بیشتر باشد، فضائل در انسان قوت می‌گیرد. حضرت ابراهیم به واسطه حب شدید و درک صحیح از حنفاء بود (الانعام، ۷۹).

۴) معنویت درمانی مؤمنانه مبتنی بر خودکنترلی و خودنظم جویی متعالی ساحت عملی - رفتاری ایمان

انسان در طول زندگی‌اش پیوسته اعمالی را از خود بروز می‌دهد که توسط اندام‌های او به دیگران مخابره می‌شود تا حدی که اگر یک ابراز عمل درست کار نکند فرد را دچار ضعف در عمل می‌کند. ساحت رفتار و عمل آشکار کننده ساحت درون است و تا حدی می‌توان از رفتار هرکس به ساحت درونی او پی برد که با چه ادراک و باور عملی دارد.

اعمال و رفتار فرد تا حد زیادی در درون و بیرون افراد مؤثر است تا جایی که علاوه بر آثار جدی بر ساختار وجودی انسان، حیات دنیوی و حیات جاودان انسان به این اعمال وابسته می‌باشد. بنابراین اعمال و مناسکی که در قرآن کریم برای مؤمنان طراحی شده است می‌تواند در ساحت درونی افراد اثرگذار بوده و به مرور زمان به تعالی درونی انسان نیز منجر شود (البقره، ۱۷۷).

از دیدگاه اسلام، هر عملی در سایه ایمان به خدا ارزش دارد و کاری ارزشمند است که ناشی از نیت الهی باشد و چنین نیتی که ارتباط با خدا را محقق می‌کند، از کسانی سر می‌زند که برای خداوند و یا ترس از عذاب و یا امید به پاداش وی کاری را انجام دهند. بین ایمان و عمل ارتباط ضروری وجود دارد، عمل مقوم ایمان نیست بلکه ایمان مقتضی عمل است و عین آن نیست و در واقع عمل از لوازم خارجی و مکمل ایمان است و ریشه و جهت‌دهنده به آن است و صلاح و شایستگی و حسن فاعلی، بستگی به ایمان دارد. اگر عملی از ایمان به خداوند سرچشمه نگیرد در سعادت حقیقی انسان تأثیرگذار نخواهد بود گرچه

2. Marzband, Rahmatollah, Zakavi, Ali Asfar (2012), Indicators of spiritual health from the perspective of revelatory teachings, *Journal of Medical Ethics*, No. 20, pp. 69-99.
3. Boalhari, Jafar (2010), Institutionalization of spirituality in the concept of spiritual health, *Journal of Medical Ethics*, No. 14, pp. 105-112.
4. Rudgar, Mohammad Javad (2009), Spirituality in the Qur'an, *Journal of Theological Belief Research*, No. 14, pp. 15-32.
5. Dekhoda, Ali Akbar (1998), *Dekhoda Dictionary*, under the supervision of Mohammad Moin and Seyed Jafar Shahidi, Tehran, University of Tehran Press
6. Tahari, Morteza (1997), *Spiritual Discourses*, Qom, Sadra Publishing, pp. 70, 196.
7. Ghobari Bonab, Baqer, Haddadi Kouhsar, Ali Akbar (2012), The relationship between anxiety and depression with the mental image of God in students. *Journal of Islamic Studies and Psychology*, No. 11, pp. 59-74.
8. Dehshiri, Gholamreza, Sohrabi, Faramarz, Jafari, Issa and Najafi, Mahmoud (2008), Psychometric properties of the Spiritual Welfare Scale among students, *Psychological Studies*, No. 16, p. 130.
9. Ghobari Bonab, Baqer, (2009), *Counseling and psychotherapy with a spiritual approach*, Tehran, Arun. P 14
10. Mustafavi, Hassan (1374), *Research in the words of the Holy Quran*, Tehran, published by the Ministry of Culture and Islamic Guidance, vol. 1, p. 150.
11. Ragheb Isfahani, Hussein Ibn Muhammad (1412 AH), *Al-Mufradat Fi Gharib Al-Quran*, Damascus, Dar Al-Alam Publishing, p. 91
12. Ibn Manzoor, Muhammad ibn Mukarram (1405 AH), Arabic language,

- تقویت هویت خودارزشمند و دیگرارزشمند منطبق بر اصل "کرامت انسانی"
- تصحیح ادراکات و شناخت از طریق متوقف کردن تحریف‌های هویتی، شناختی و هیجانی با رویکرد اصل "عقلانیت"
- تقویت منبع کنترل درونی بر اساس اصل "تقوا"
- تعادل سطح دل‌بستگی و ایمن کردن آن و تقویت گستره دل‌بستگی الهی بر طبق اصل "محبت"
- نظم‌جویی رفتاری به منظور تقویت رفتار بهنجار و تصحیح رفتار نابهنجار مبتنی بر اصل "عزم و نظم"

#### نتیجه‌گیری

رویکرد معنویت در قرآن کریم، ایمانی است که دارای ساحت‌های هویتی، شناختی، عاطفی و رفتاریست و شامل برون و درون انسان می‌گردد تا بتواند نظام روحی، فکری، اخلاقی و معنوی خود و نیز نظام اجتماعی و روابط بیرونی خود را اصلاح نماید. بنابراین مهم‌ترین و اصلی‌ترین گام در مسیر رشد روحی انسان و رسیدن به تعالی، شناخت خداوند و ایمان به اوست. ایمان مؤلفه مهمی است که در بالاترین نقطه شخصیت انسانی قرار داشته و همراه متعلقاش باعث می‌شود ابعاد شناختی، عاطفی و رفتاریکیارچه با فطرت انسان مؤمن رشد یافته و بینش و نگرش او در محاسبات کمی، مادی و دنیاطلبانه خلاصه نشود و در نهایت این جهت‌گیری در سبک زندگی، صفات شخصیتی، روانی، هنجارها، عواطف و عملکرد فرد نمودار شود.

پرورش، درک ضرورت شناخت صحیح نسبت به خود، خداوند، انسان‌ها و عالم هستی بر اساس اصل "فطرت"، تقویت هویت خودارزشمند و دیگرارزشمند منطبق بر اصل "کرامت انسانی"، تصحیح ادراکات و شناخت از طریق متوقف کردن تحریف‌های هویتی، شناختی و هیجانی با رویکرد اصل "عقلانیت"، تقویت منبع کنترل درونی بر اساس اصل "تقوا"، تعادل سطح دل‌بستگی و ایمن کردن آن و تقویت گستره دل‌بستگی الهی بر طبق اصل "محبت"، نظم‌جویی رفتاری به منظور تقویت رفتار بهنجار و تصحیح رفتار نابهنجار مبتنی بر اصل "عزم و نظم"، از اصولی هستند که در سایه معنویت ایمان ایجاد می‌شود، رشد می‌کند و پرورش می‌یابد و الگویی را ارائه می‌دهد که از یک سوزمینه‌های به‌زیستی معنوی را فراهم می‌کند و از سوی دیگر روش‌های مقابله با تنیدگی در زندگی را متذکر می‌شود چرا که این دانش مبتنی بر وحی می‌باشد که قادر است انسان را با تمام زوایایش تفسیر کند و به کنه وجودیش اشراف پیدا کند و در این تجربه اشرافی رازی نهفته است که هر کس بدان دست یابد آرامشی وصف‌ناپذیر، روح و جسمش را فرا می‌گیرد و او را از فشار آلام و رنج‌ها دور می‌سازد.

#### References

1. Jan Bozorgi, Massoud (2015), Principles of Multidimensional Spiritual Psychotherapy, *Journal of Islamic Psychology*, No. 1, pp. 9-45



23. Pargament KI. Spirituality Integrated Psychotherapy, understanding and addressing The Sacred. Guilford press; 2011: p. 6, 31, 37.
24. Flannelly KJ. A systematic review of religion and spirituality in three palliative care journals/1990-1999. Journal of Palliative Care 2004; 20: 50-56.
25. Pargament KI. APA Handbook of psychology, Religion and spirituality. Washington DC.: American psychology Association; 2013.
26. West W. Psychotherapy and Spirituality, crossing the line between therapy and religion. US: Thousand Oaks; 2000.
27. Wulff DM. Psychology of Religion: classic and contemporary. New York; 1997: p. 29.
28. Richard PS, Hardman RK, Berrett ME. Spiritual approaches in the treatment of woman with eating disorders. Washington. DC.: American Psychological Association; 2007: p. 25.
29. Larson CAD. Spiritual, psychosocial and physical correlates of well-being across the breast cancer experience [PHD Thesis]. Tucson AZ: The University of Arizona; 2004: p. 43.
30. Miller G. Incorporating Spirituality in Counseling and Psychotherapy: Theory and Technique. New Jersey: Willy & Sons; 2004: p. 28.
31. The Holy Quran  
Qom, Al-Hawza literature publication, vol. 1, pp. 223-227.
13. Amadi, Abdul Wahed bin Mohammad (1373), Gharr al-Hakam and Dar al-Kalam, translator: Mohammad Ali Ansari, Qom, Dar al-Kitab al-Islami Publishing, p.
14. Tabatabai, Mohammad Hussein (1367), Tafsir Al-Mizan, Translator: Seyyed Mohammad Baqer Mousavi Hamedani, Qom Seminary Teachers Association, Islamic Publications Office, vol.
15. Izutsu, Toshi Heiko (1396), The Concept of Faith in Islamic Theology, translated by Zahra Poursina, Tehran, Soroush Publishing, p. 190.
16. Mai Lee, Soft (1989), The Emergence and Transformation of Personality, Translated by Mahmoud Mansour, Tehran, University of Tehran Press, p.60.
17. Mohammadi Rey Shahri, Mohammad (1371), Mizan al-Hikma, Qom, Publication of the Islamic Media School, Vol. 2, pp. 136-138
18. Hali, Jamal al-Din Hassan ibn Yusuf Ali ibn Motahar (1363), Anwar al-Malakut fi Sharh al-Yaqut, researcher: Mohammad Mehdi Najmi, Qom, Bidar Publishing, vol. 1, p. 180
19. Seyyed Razi, Mohammad Ibn Hussein Sharif (1385), Nahj al-Balaghah, Translator: Dashti, famous publication, 103rd Street.
20. Javadi Amoli, Abdullah (2015), Interpretation of man to man, a new theory on human epistemology, Qom, Esra Publishing, p.68.
21. Jafari, Mohammad Taghi (2013), Reasonable Life, Tehran, Institute for Compiling and Publishing the Works of Allameh Jafari, p.56.
22. Yarvani, Mahmoud, Khoda Panahi, Mohammad Karim (2011), Psychology of Emotion and Perception, Tehran, Samat Publishing, p.18