

أثر الأمل على الصحة المعنوية من منظور القرآن الكريم والروايات

السيد غدير هاشمي كاشاني ^{id}

قسم التربية الإسلامية، جامعة شهيد بهشتي للعلوم الطبية، طهران، إيران.

المراسلات الموجهة إلى السيد غدير هاشمي كاشاني؛ البريد الإلكتروني: gh_hashemy@sbmu.ac.ir

معلومات المادة

الوصول: ٦ جمادى الثاني ١٤٤٣

وصول النص النهائي: ٥ جمادى الثاني ١٤٤٣

القبول: ٣ رجب ١٤٤٣

النشر الإلكتروني: ١٨ شعبان ١٤٤٣

الكلمات الرئيسية:

الأمل

الصحة المعنوية

القرآن

الروايات

الأمل في اللغة بمعنى الأمنية والرجاء (١) وفي الاصطلاح هو الاعتقاد بالنتائج الإيجابية للاحداث والظروف والتفاؤل بالحصول على نتيجة مرضية في المستقبل (٢). السلامة هي كلمة عربية مصدرها «سلم» وبمعنى سليم من العيوب والآفات: برئ، ولم يُصَبْ بأذى (٣) وتأتي أيضا بمعنى الشجرة الكبيرة التي لا يصيبها خطر أو صخرة صلبة لا تتشقق أو تنكسر (٤). وبشكل عام تطلق كلمة السلامة على الصيانة من الآفات والمخاطر (٥). فيمكن تصور الفهم الصحيح لسلامة الإنسان من خلال فهم الآفات التي تصيب الانسان. هناك انواع مختلفة لسلامة البشر وفقا لنقاط ضعفه بما في ذلك السلامة الجسمية والروحية والعاطفية والمعنوية والاجتماعية وسلامة بيئة الحياة والسلامة المهنية.

فالسلامة المعنوية تشمل سلامة كل شيء غير مادي يتعلق بالروح أو معتقدات البشر التي تكمن في الروح (الامور التي لا ترى بعين ظاهرة). المعنوية تسبب الراحة الذهنية من خلال القاء نظرة اصولية وصحيحة للعالم وتؤدي الى القناعة والرضا من الحياة (٦). فضرورة وجود المعنوية لدى الانسان كضرورة وجود التنفس للكائن البشري (٧).

الرجاء من المؤلفات التي تعتبر في غاية الأهمية للوصول الى الراحة والرضا وبالتالي لكسب الصحة المعنوية. هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين الرجاء والرضا من الحياة (٨). ففي المصادر الدينية كل من الكلمات التالية «الأمل»، «الرجاء»، «الطمع»، «عسى»، «لعل» و «التمنى» تحمل معنى الأمل واطافة الى ذلك فإن الصفات المختلفة ك«الرحيم»، «الغفور» و «التواب» تبعث الأمل في النفوس. فبالأمل توجد الإرادة والدافع والعزم الراسخ للنيل الى الأهداف. فالأمل هو في الواقع شعور يقود البشر الى المعرفة ويحثه على كسب المهارات المختلفة للحصول الى الأهداف كما انه رادع قوي لعدم الاستسلام امام المشاكل والحواجز.

وفي هذه العملية، تتحقق الطمأنينة والشعور بالرضا مما تشير الى الصحة المعنوية. اذاً الأمل يمنع من الآفات والبلايا التي تهدد الصحة المعنوية كعدم انتهاز الفرص والتسليم امام التحديات وهبوط المعنويات بعد الهزائم وكذلك العيش دون هدف. ففي هذا المجال يقول الرسول الأعظم (ص) «الأمل رحمة لأمتي» (٩) كما قال الامام علي (ع) «اعظم البلاء انقطاع الرجاء» (١٠).

ان الله قادر مطلق وهو ارحم الراحمين وهو الخبير الحكيم وخير معتمدٍ وملجأ. فالرجاء يرحمته يجعل الانسان لا يشعر باليأس في الوصول الى اهدافه ولا يتوقف عن سعيه ودأبه عند مواجهته للمشاكل. لأنه يعلم ان الله سبحانه بصير بجميع اعماله وقادر على اعانته.

ففي هذه الحالة تسكن الطمأنينة في قلبه والتي تدل على صحته المعنوية. وبناء على هذا فإن الرجاء بالله اعظم من جميع الآمال والأرجاء. قال امير المؤمنين (ع) الرجاء لرحمة الله أنجح (١١). كما يأمر

السلام: إنكم إن رجتم الله بلغتم آمالكم، و إن رجتم غير الله خابت أمانيكم و آمالكم.

٤) الثقة بالحصول على الفرص المبتكرة والنعم الجديدة والتي تؤدي الى المرونة الكثيرة «عسى ربنا ان يبدلنا خيرا منها» (القلم/٣٢) (١٢).

٥) ومن آثار رجاء برحمة الله، التحمل والصبر: «فصبر جميل عسى الله ان ياتيني بهم جميعا» (يوسف/٨٣) (١٢).

٦) الإبتعاد عن الفساد والتمرد: «و قال الذين لا يرجون لقاءنا لولا انزل علينا الملكة او نرى ربنا لقد استكبروا في انفسهم وعتوا عتوا كبيرا» (الفرقان/٢١)؛ «وارجوا اليوم الاخر ولا تعثوا في الارض مفسدين» (العنكبوت/٣٦) (١٢).

وفي النهاية يمكن القول بأن الأمل يؤدي الى النجاة والتخلص من الآفات والبلايا والمصائب التي تحدد السلامة المعنوية للبشر. كما انه لا تتحقق الطمأنينة والرضا دون الأمل والرجاء، فمن أهم اسباب الصحة المعنوية وأكثرها تأثيرا هو رجاء رحمة الله القدير الرحيم.

الله المؤمنين بأن يجعلوا هذه الآية نصب أعينهم حتى يعملوا بها «حسبنا الله وَ نِعْمَ الْوَكِيلُ» (آل عمران/١٧٣) (١٢). ويذكرهم بهذه الآية الكريمة «اغْلُمُوا أَنَّ اللَّهَ مَوْلَاكُمْ نِعْمَ الْمَوْلَى وَ نِعْمَ النَّصِيرُ» (الانفال/٤٠) (١٢). فلقد يتحقق الرجاء بالله بعد الايمان به ولا ييأس من رحمة الله الا الكفار، حسب هذه الآية الكريمة «وَلَا تَيْأَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْأَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ» (يوسف/٨٧) (١٢).

نظراً للتعاليم الدينية فيما يلي بعض فوائد الرجاء بالله للوصول الى الصحة المعنوية:

١) الأمل بالانتصار على العدو والذي يسبب الطمأنينة «ترجون من الله ما لا يرجون» (النساء/١٠٤) (١٢) و «عسى الله ان يكف باس الذين كفروا» (نساء/٨٤) (١٢).


٢) الحد من تأنيب ولوم النفس بسبب الأخطاء الماضية والصعوبات والمشاكل التي يواجهها الانسان، مما يزيل الكثير من هموم الإنسان؛ «لاتقنطوا من رحمة الله ان الله يغفر الذنوب جميعا» (الزمر/٥٣) (١٢).

٣) التفاؤل في تحقيق الرغبات التي تحافظ على الاطمئنان والسكينة في الإنسان: «يدعوننا رغبا» (الانبيا/٩٠) (١٢). قال امام المتقين علي عليه

بسم استناد المقالة على الترتيب التالي:

Hashemy-Kashani SGh. The Effects of Hope on Spiritual Health from the Perspective of the Quran and the Narrations. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2022;8(1):1-7. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i1.37328>

تأثیر امید در سلامت معنوی از منظر قرآن و روایات

سید غدیر هاشمی کاشانی 

گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران.

*مکاتبات خطاب به آقای سید غدیر هاشمی کاشانی؛ رایانامه: gh_hashemy@sbmu.ac.ir

اطلاعات مقاله

دریافت: ۱۹ دی ۱۴۰۰
 دریافت متن نهایی: ۳ بهمن ۱۴۰۰
 پذیرش: ۱۶ بهمن ۱۴۰۰
 نشر الکترونیکی: ۱ فروردین ۱۴۰۱

واژگان کلیدی:

امید
 روایات
 سلامت معنوی
 قرآن

امید در لغت به معنای آرزو و چشمداشت (۱) و در اصطلاح به معنای باور داشتن به نتیجه مثبت اتفاقات و شرایط و یا تعلق دل به حصول محبوبی در آینده است (۲). سلامتی واژه‌ای عربی و از ریشه سلم و در اصل به معنای کسی است که از نیش مار در امان باشد (۳) و یا درخت تنومندی که آفت‌پذیر نیست و یا سنگ محکمی که ترک و شکستگی ندارد (۴). به طور کلی به در امان بودن از آفات سلامتی گفته می‌شود (۵) و پارسی‌زبانان نیز به آن تندرستی می‌گویند (۱). بی‌گزند و بی‌عیب بودن معنای دقیق سلامتی است. بنابراین، درک درست از سلامتی انسان با آفات و گزندهایش متصور است. برای سلامتی بشر با توجه به حوزه‌های آسیب‌پذیری‌اش، انواع مختلفی را می‌توان مطرح نمود؛ مانند سلامت جسمی، روحی، عاطفی، معنوی، اجتماعی، سلامت محیط زندگی و سلامت شغلی.

سلامت معنوی شامل سلامت هر چیز غیرمادی است که مصداق بارز آن روح و همچنین باورها و اعتقادات بشر است که در روح جای دارد (اموری که در ظاهر دنیا دیده نمی‌شود). معنویت از طریق نگرشی مناسب و ایدئال به جهان زمینه را برای آرامش روان فراهم می‌سازد و خشنودی و رضایت از زندگی را به دنبال دارد (۶). ضرورت وجود معنویت در انسان مانند ضرورت وجود تنفس برای زنده‌بودن آدمی است (۷).

امیدواری یکی از مؤلفه‌های بسیار تأثیرگذار برای رسیدن به آرامش و رضایتمندی و در نهایت سلامت معنوی است. بین امیدواری با رضایت از زندگی رابطه مثبت معناداری وجود دارد (۸). در منابع دینی واژه‌های «امل»، «رجا»، «طمع»، «عسی»، «لعل» و «تمنی» معنای امید را در خود جای داده است. علاوه بر این، صفاتی مانند «رحیم»، «غفور» و «تواب» نیز معانی امیدبخشی دارد. به سبب امید است که انگیزه، اراده و عزم جدی برای رسیدن به اهداف ایجاد می‌گردد. امید احساسی است که بشر را به سوی شناخت حرکت می‌دهد و مشوق بزرگی برای کسب مهارت‌های رسیدن به هدف و همچنین مانعی بزرگ برای توقف انسان در مقابل مشکلات و موانع است. در این فرایند است که آرامش و رضایتمندی حاصل می‌شود که حاکی از سلامت معنوی است. بنابراین امید از بروز آفات و بلایایی که سلامت معنوی را تهدید می‌کند مانند نداشتن هدف، استفاده نکردن از فرصت‌ها، توقف در مقابل چالش‌ها و ناراحتی از شکست‌ها جلوگیری می‌کند. از این رو، پیامبر اکرم (ص) فرمودند: «الأمل رحمة لأمتی»؛

«از رحمت خداوند نومید نشوید که خدا همه گناهان را می‌آمرزد» (زمر/۵۳) (۱۲).

۳) خوش‌بین‌بودن در رسیدن به آرزوها که آرامش را در وجود آدمی حفظ می‌کند؛ «امیدوارانه ما را می‌خواندند» (انبیاء/۹۰) (۱۲). مولای متقیان علی (ع) می‌فرماید: «به‌راستی اگر شما امید به خدا داشته باشید به آرزوهای خود خواهید رسید و اگر به غیر خدا امیدوار گردید، آرزوها و امیدهای شما شکست می‌خورد» (۱۰).

۴) اطمینان به حصول فرصت‌های نو و اعتماد به وصول نعمت‌های جدید که سبب تاب‌آوری فراوانی می‌گردد؛ «امید است پروردگاران بهتر از آن به ما عوض دهد» (قلم/۳۲) (۱۲).

۵) شکیبایی و صبوری که نتیجه امید به رحمت الهی است؛ «صبر می‌کنم، صبری زیبا. امیدوارم خداوند همه آنها را به من بازگرداند» (یوسف/۸۳) (۱۲).

۶) دوری از فسادگری و طغیانگری؛ «زیرا این‌گونه کارها آرامش درونی انسان را از بین می‌برد؛ و کسانی که به دیدار ما امید ندارند گفتند: چرا فرشتگان بر ما نازل نشدند و یا پروردگاران را با چشم خود نمی‌بینیم. آنها در وجود خود تکبر ورزیدند و طغیانی سرکشانه کردند» (فرقان/۲۱). «به روز بازپسین امیدوار باشید و در زمین فساد نکنید» (عنکبوت/۳۶) (۱۲).

درنهایت، می‌توان گفت امیدواری سبب نجات و رهایی از آفات و بلاها و گرفتاری‌هایی خواهد بود که می‌تواند سلامت معنوی بشر را تهدید کند. همچنین بدون امیدواری امکان وصول به آرامش و رضایتمندی در زندگی فراهم نمی‌گردد و امیدواری مؤمنانه به خداوند قادر مهربان از مهم‌ترین و مؤثرترین عوامل سلامت معنوی است.

«امید رحمت خدا بر اتم است» (۹) و امام علی (ع) نیز فرمودند: «اعظم البلاء انقطاع الرجاء»؛ «بزرگ‌ترین بلاها، از دست رفتن امید است» (۱۰). بی‌شک خدا به‌عنوان قدرت مطلق جهان هستی، مهربان‌ترین مهربانان و سرمنشأ تمام حکمت‌های متعالی، بهترین تکیه‌گاه و معتمدترین پناهگاه بشر است و امید به او سبب می‌شود که آدمی هیچ‌گاه از رسیدن به اهداف خسته نگردد و مشکلات فراروی او مانع تلاشش نشود؛ زیرا خدای مهربان را در همه حال ناظر بر خود و قادر بر کمک می‌بیند. در این صورت قرار و آرامشی در وجود آدمی ایجاد می‌شود که از سلامت معنوی‌اش حکایت دارد. به همین جهت است که در میان امیدواری‌ها، امید به خدا از همه امیدها موفقیت‌آمیزتر است. امیرمؤمنان (ع) فرمودند: «الرجاء لرحمة الله أنجح»؛ «امید به رحمت خدا موفقیت‌آمیزترین امیدها است» (۱۱). خداوند متعال نیز به مؤمنان توصیه می‌کند که این عبارت را سرلوحه اندیشه و رفتار و گفتار خود گردانند: «خدا ما را کفایت می‌کند و بهترین حامی ما است» (آل عمران/۱۷۳) (۱۲) و متذکر می‌شود: «بدانید که خداوند سرپرست و یار شما است که او نیکوترین سرپرست و بهترین یاور است» (الانفال/۴۰) (۱۲) و قطعاً لازمه امید به خدا، ایمان به او است و فقط کافران از خدا مأیوس می‌شوند: «از رحمت خدا مأیوس نباشید، زیرا جز مردم کافر از رحمت خدا نومید نمی‌شوند» (یوسف/۸۷) (۱۲).

با توجه به آموزه‌های دینی برخی از کارکردهای امید به خدا جهت رسیدن به سلامت معنوی بدین شرح است:

۱) امید به پیروشدن بر دشمنان که اطمینان خاطر فراوانی ایجاد می‌کند؛ «شما امیدی از خدا دارید که آنها ندارند (نساء/۱۰۴) (۱۲) و امید است که خداوند از قدرت کافران جلوگیری کند» (نساء/۸۴) (۱۲).

۲) از بین رفتن بازتاب اشتباه‌های گذشته و سختی‌ها و مشکلات فرارو که دغدغه‌های فراوانی را از انسان دور می‌کند؛

استناد مقاله به این صورت است:

Hashemy-Kashani SGH. The Effects of Hope on Spiritual Health from the Perspective of the Quran and the Narrations. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2022;8(1):1-7. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v8i1.37328>

References

1. Moein M. Farhang Moein. 3 ed. Tehran: Zarin; 2007. (Full Text in Persian)
2. Jorjani A. Al-Tarif. Beirut: al-Tarif; 1985. (Full Text in Arabic)

3. Farahidi K. al-Ein. 3 ed. Qom: Hejrat; 1989. (Full Text in Arabic)
4. Azhari M. Tahzib al-loghat. Beirut: Dar Ehya al-Toras al Arabi; 1989. (Full Text in Arabic)
5. Johari E. Taj al-loghat va Sehah al-arabiyah. Beirut: Dar o-al-Elm Lelmalaein; 1998. (Full Text in Arabic)

6. Fathi A, Amrani E. The Role of Religion and Spirituality in Employee's Mental Health. Office of Islamic Studies and Research. 2016;13(37):45-66. (Full Text in Persian)
7. Omidvari S. Spiritual health; concepts and challenges. Interdisciplinary Quaranic Studies. 2008;1(1):1-15. (Full Text in Persian)
8. Najafi M, Dabiri S, Dehshiri GR, Jafari N. The role of hope, loneliness feeling and their components in prediction of elders' life satisfaction. Journal of counseling research. 2013;12(47):99-114. (Full Text in Arabic)
9. Halvani H. Nozhat al-Nazer va Tanbih al-Khater. Qom: Madreseh al-Imam al-Mahdi; 1988. (Full Text in Arabic)
10. Leysi Vaseti A. Oyoon al-Hikam va al-Mavaez. Qom: al-Hadith; 1957. (Full Text in Arabic)
11. Tamimi Amedi A. Ghorar al-Hikam va dorar al-kalim. Qom: Dar al-Ketab al-islami; 1989. (Full Text in Arabic)
12. The Holy Quran. Translated by Naser Makarem Shirazi, Tehran: Payam-e Edalat; 2021. (Full Text in Arabic)