

همایش ملی سلامت از دیدگاه قرآن کریم

رویکردهای نوین در پژوهش‌های میان‌رشته‌ای قرآن و سلامت

تأثیر عوامل درونی به ثمر نرسیدن رنج و تلاش در سلامت روان از دیدگاه آیات و روایات

جعفر بچاری: استادیار، هیئت علمی دانشگاه تفسیر و معارف قرآن کریم

سمیه شهرداری نژاد*، کارشناسی، تربیت معلم قرآن کریم، دانشکده تفسیر و معارف قرآن کریم قم

سیده راضیه پورمحمدی: کارشناسی، تربیت معلم قرآن کریم، دانشکده تفسیر و معارف قرآن کریم قم

چکیده

تمامی انسان‌ها رسیدن به نتیجه مطلوب را ثمره کوشش و تلاش خود می‌دانند و همواره در صدد به دست آوردن آن می‌باشند و ترس از نتیجه نامطلوب و شکست، عنصری است که روح انسان را می‌آزارد، گونه‌ای که امروزه ناکامی و نرسیدن به اهداف یکی از اساسی‌ترین مشکلات روحی افراد را به خود اختصاص داده است. آنچه نیاز به بحث و کنکاش در حوزه معرفت‌شناسی این نوع برخورد انسان‌ها با نتایج حاصل از تلاششان دارد، عامل یا عاملی است که گاهی باعث می‌شود تلاش‌ها و رنج‌ها به نتایج مطلوب و دلخواه خود منتهی نشود. این پژوهش سعی دارد با بهره‌گیری از روش توصیفی - تحلیلی، عوامل و موانع به ثمر نرسیدن رنج و تلاش را بررسی کند و در این راه از قرآن کریم به عنوان سخن پروردگار و هدایت‌گر انسانی استفاده کند؛ چرا که قطعاً این کتاب آسمانی برای این پرسش‌ها پاسخی شایسته و مطابق روح انسان را دارد. قرآن به تاکید درباره جدا بودن مسئولیت انسان از سعی و تلاش او سخن به میان می‌آورد و عوامل و موانع ابر بودن تلاش را بیان می‌کند. علاوه بر قرآن، احادیث ائمه معصومین (ع) که مفسر و مبین قرآن هستند در این زمینه پاسخی قانع‌کننده و راهکاری مناسب را برای ما به ارمغان می‌آورند.

واژگان کلیدی: رنج، سعی، جهد، سلامت روان

Abstract

All human beings consider achieving the desirable outcome as their results of try and effort, and always try to getting it, and fear of undesired result and failure is a factor that annoy human soul, In a way that failure and not reaching to the goals nowadays assigned itself as one of the most basic mental problems. What is need to be discussed and explored in the field of epistemology of this kind of human encountering with the outcome of their efforts is factor, or are factors that sometimes cause efforts and pains not leading in desirable results. This research by the using of descriptive - analytic method, is aimed to survey factors and obstacles of effort and pain that not come to fruition and in this way we are going to use The Holy Quran as the God words and human guidance; because certainly The Holy Quran has suitable answers and according to human soul to these questions. The Holy Quran insistently expresses separation of human responsibilities from try and effort and declares the factors and obstacles of bobtailed. In addition to Quran, the holy Imam's Hadiths those who are commentator and explainer of Quran, gifted us compelling answers and appropriate way.

Keywords: Pain, effort, try, mental health

مقدمه

باید آدمی نیک بیندیشد و به بداند در این عمر محدود دنیا یا آخرت را می‌خواهد! در هر دو صورت سعی و کوشش او بی‌نتیجه نخواهد بود اما پاداش دنیا کجا و پاداش آخرت کجاست؟ چرا که نظم و بهم پیوستگی و ارتباط در میان اجزاء جهان و امور از چیزهای بیست که برای زندگی انسان لازم است، اکثر مردم از استعداد خود در بی‌خبری به سر می‌برند و به بهره‌کشی از فرآورده‌های کوشش دیگران تکیه می‌کنند. به همین جهت آفریدگاری که صنعتش نیکو و شکوهمند است ما را پس از نهی از آرزو و بیهوده اندیشی به اکتساب و کار و کوشش هشدار می‌دهد. زیرا انسان هر تلاشی که در دنیا می‌کند به منظور تأمین سعادت خود می‌کند. با این شناخت آدمی اگر به اهداف نرسد، تلاشش را بیهوده نمی‌پندارد و از سلامت روان نیز برخوردار است.

بحث

اراده سبب تقویت نیروی جسمانی می‌شود، اگر کسی اراده داشته باشد هرگز خسته نمی‌شود و برای هدف خود ارزش قائل می‌شود و رنج و تلاش خود را بی‌ثمر نمی‌گذارد.

اموری که هر چه بیشتر درباره آن‌ها تفکر و تدبیر شود موجب کمال ایمان می‌گردد و هدفی را که مشخص نموده و در برابر آن تلاش کرده بی‌ثمر واقع نخواهد شد، زیرا کارهایش را آگاهانه و همراه با تفکر و تعقل انجام داده است. انسان در همه حال باید به خدا توکل کند و راه تلاشی که در پی می‌گیرد خدایی باشد در غیر این صورت بی‌ثمر است.

وجود ایمان زندگی را هدفمند می‌کند، اگر در زندگی ایمان نداشته باشیم هدفی هم وجود ندارد؛ چرا که در قرآن و روایات اهمیت زیادی به این دو موضوع داده‌اند و هر دو مکمل یکدیگر هستند.

اگر کاری بدون خلوص و توکل بر خدا انجام شود دارای نقص است و چرا که خداوند در همه حال بندگانش را یاد می‌کند، پس انسان در زندگی باید سعی و کوشش خود را با توکل بر خدای متعال انجام دهد تا به هدف برسد. از جمله مواردی که سبب جلوگیری از رشد جامعه می‌شود و سلامت روان شخص را به مخاطره می‌اندازد، نفاق (دورویی) است، در قرآن نیز بزرگ‌ترین عامل تخریب جامعه را نفاق می‌داند، استعدادها همانند نفاق در پشت پرده می‌ماند و شکوفا نمی‌شود.

یکی از عواملی که ریشه‌های نفاق را می‌خشکاند توبه است، یعنی برگشتن به سوی خدای تعالی و این برگشتن وقتی نافع است که شخص تائب آنچه را که تا کنون از خود تباہ ساخته اصلاح کند، اگر جان پاک خدادادی خود را آلوده کرده، باید با رژیم‌هایی که هست آن آلودگی‌ها را پاک کند و این اصلاح نیز نتیجه‌ای نمی‌دهد، مگر آن‌که انسان خود را از خطر لغزش و انحراف به خدا بسپارد و از او عصمت و مصونیت بخواهد یعنی کتاب خدا و سنت پیغمبرش را پیروی کند زیرا راهی به سوی خدا نیست مگر آن راهی که خود او معین فرموده، از آن گذشته هر راهی دیگر راه شیطان است.

یکی از صفات شنیعه و اخلاق قبیحه، صفت نفاق است یعنی دورو بودن سر انجام بدی خواهد داشت. و حضرت پیغمبر (ص) در وصایای به حضرت امیر المؤمنین (ع) می‌فرماید:

«یا علیّ انّ للمؤمن ثلاث علامات: الصّوم و الصلوة و الصدقة و للمنافق ثلاث علامات: ان حدّث کذب و ان وعد خلف و ان ائتمن خان و لا تنفعه الموعظة».

یعنی مؤمن را سه علامت است: روزه و نماز و صدقه، و برای منافق سه علامت است: علامت اول آن که اگر سخن گوید دروغ گوید. این کلام دو قسمت را شامل باشد، یکی سخن گفتن با خلق و دیگر گفتار دینی مانند اسلام دینی و القرآن کتابی که عملیات صادره از منافق تکذیب فعلی باشد نسبت به گفتار او. علامت دوم آنکه اگر وعده کند خلاف نماید. این هم وعده با خلق و خالق را شامل است. علامت سوم آنکه اگر امانت قبول کند خیانت نماید چه امانتی که از مردم به او سپرده شود و چه امانت الهی باشد که مراد دیانت اسلام و احکام قرآن باشد و نسبت به هر دو خیانت نماید. بنابراین نفاق بدتر از کفر است، زیرا شخص منافق در باطن کافر و مخالف حق است، و تظاهر به اسلام و دین هم اثری بجز إغواء و إضرار و منحرف کردن نفوس پاک نخواهد داشت.

نتیجه‌گیری

در این پژوهش عوامل درونی به ثمر نرسیدن رنج و تلاش از دیدگاه آیات و روایات مورد بررسی قرار گرفته که شامل: عدم اراده قوی، بی‌تدبیری (عدم تفکر و تعقل)، تصور تلاش، تکبر، عدم اخلاص و توکل، نفاق، بی‌هدفی می‌باشد، لذا هر کدام از این موارد در نوبه خود عامل به ثمر نرسیدن رنج و تلاش هستند و همچنین تأثیرات مهمی در سلامت روان انسان دارند، زیرا یکی از مهمترین ابعاد سلامت، سلامت روان است. که توجه به آن به عنوان یکی از زمینه‌های رشد فردی و اجتماعی انسان بوده است و تحقق امر سلامت، منوط به عوامل و زمینه‌های مختلفی از جمله داشتن فکر و روان سالم می‌باشد، فردی که به دلایلی گرفتار اختلال فکری و اضطراب‌های روحی و روانی گشته، هرگز قادر به درک درست از واقعیت‌های هستی و جامعه خود نبوده و امکان ترقی و رشد در مسیر تکامل جسمی و روحی نخواهد بود. بنابراین باید با بینش و بصیرت کافی این عوامل را بشناسیم و طرز برخورد با مشکلات را بدانیم و از به ثمر نرسیدن رنج و تلاش در زندگی دنیوی ناامید نباشیم و همواره بر خداوند قادر توکل کنیم.

منابع

- حسینی همدانی، سید محمد حسین (۱۴۰۴ق) انوار درخشان در تفسیر قرآن کریم، تحقیق: محمد باقر بهبودی، تهران: انتشارات کتابفروشی، لطفی.
- داورپناه، ابوالفضل (۱۳۷۵ش). انوار العرفان فی تفسیر القرآن، تهران: انتشارات صدرا.
- طالقانی، سید محمود (۱۳۶۲ش). پرتوی از قرآن، چاپ چهارم، تهران: شرکت سهامی انتشار.
- طباطبایی، محمد حسین (۱۴۱۷ق). المیزان فی تفسیر القرآن. ترجمه محمد باقر موسوی همدانی. قم: دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرسین حوزه علمیه.
- طیب، سید عبدالحسین (۱۳۷۸ش). أطیب البیان فی تفسیر القرآن، دوم، تهران: انتشارات اسلام.
- گنابادی، سلطان محمد (۱۳۷۲ش). بیان السعاده فی مقامات العباد، ترجمه حشمت الله ریاضی خانی رضا، تهران: مرکز چاپ و انتشارات دانشگاه پیام نور.
- مکارم شیرازی، ناصر (۱۳۷۴ش). تفسیر نمونه، تهران: دارالکتب الاسلامیه، اول.

raz_sae@yahoo.com

