



مشاوره از دیدگاه اسلام

زهرا امینی^۱، نازی شیخی

۱- کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهرکرد

چکیده

مشاوره از دیدگاه اسلام دارای اصول و مقرراتی است. محورهای اساسی در فرایند مشاوره اسلامی شامل شناخت خود و جایگاه خویش در نظام هستی، رابطه با دیگران، تغییر و اصلاح تفکرونگرش ها و عملکرد ها و رشد همه جانبه ی افراد، پرورش اعتماد به نفس افراد، مصونیت بخشی از عملکردهای نامطلوب و بازسازی شخصیت و ایجاد آرامش می باشد. پیامبر و ائمه معصومین نیز ضمن پرداختن به مشاوره، مردم را با اصول و اهداف، مشاوره، ویژگی ها و مسئولیت های مشاوره و روش هایی که این امور را تسهیل می کند آشنا کرده اند. این دیدگاه همه مسائل انسان را در همه جنبه های و دوره های رشد دربر میگیرد. در این مقاله به معرفی مشاوره از دیدگاه اسلام، ویژگی های یک مشاور و اهداف مشاوره پرداخته شده است. الگوی درمانی که اکنون در کشور ما رایج است برداشتی از رویکرد های غربی از جمله روان پویایی، رفتاری و شناختی است ولیکن ضرورت تدوین الگوهای متناسب با ساختار فرهنگی کشور ما و هماهنگی با دین مبین اسلام بیشتر به چشم میخورد.

کلید واژه: مشاوره، راهنما، دیدگاه اسلام



مقدمه

مشاوره، تعاملی است بین مراجع و مشاور که بدین وسیله به مراجع کمک می‌شود تا پس از شناختن خویش تصمیمات معقول و مقبولی اتخاذ کند. به بیان دیگر، مشاوره جریان بحث و بررسی مشکلات و مسائلی است که مراجع با آن‌ها روبه‌روست و علاقه‌مند به طرح آن‌ها می‌باشد. مراجع از طریق بحث و گفت‌وگو درباره مشکلش با مشاور در جریان رابطه مشاوره‌ای توأم با درک و تفاهم، به خودشناسی و کشف راه حلی موفق می‌گردد و سرانجام تصمیم معقول و مناسبی اتخاذ می‌کند.

مشاوره در لغت عرب، نظرخواهی از طرف مشورت^۱ است. راغب در مفردات می‌گوید: «الفاظ سه گانه «تشاوری»، «مشاوره» و «مشورت» به معنای استخراج رأی صحیح است؛ یعنی این که آدمی در مواقعی که درباره کاری رأی صحیح از خود ندارد، به دیگری مراجعه کند و از او رأی صحیح بخواهد و این کلمه از ماده (ش، و، ر) گرفته شده و در قرآن کریم نیز سخن از مشاوره رفته، فرمود: «وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ» کلمه شورا به معنای اشاره کردن و یا موضوعی که پیرامون آن به مشاوره می‌نشینند به کار می‌رود.

راهنمایی در قرآن کریم برای نخستین بار در سوره فاتحه‌الکتاب در آیه ششم مطرح شده است: «إِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ» (ما را به راه راست راهنمایی کن). در سوره بقره آیه سه‌الی‌شش در توصیف صفات پرهیزگاران که از طریق قرآن راهنمایی شده‌اند چنین می‌فرماید: «الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ، وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنزِلَ مِنْ قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ. أُولَئِكَ عَلَى هُدًى مِنْ رَبِّهِمْ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ».

پرهیزگاران کسانی هستند که به غیب - یعنی به خدا و آیات او که از دید ظاهری ما پنهان است - ایمان دارند و نماز می‌گذارند و از آنچه ما بدان‌ها روزی دادیم، انفاق می‌کنند و هم‌چنین به قرآن محمد و کتب آسمانی پیش از او و روز قیامت ایمان و یقین دارند. اینها از سوی خدایشان راهنمایی شده و اینها رستگاران هستند.^۲

خداوند هیچ‌گاه بشر را به حال خود رها نساخته است و برای راهنمایی او - در جهت سعادت و نیک‌بختی دنیوی و اخروی - پیامبرانی را مبعوث فرموده است. راهنمایی از جانب معصومین نیز مطرح گردیده است. حضرت علی (ع) درباره ضرورت و شیوه راهنمایی موارد بسیاری را خاطر نشان فرموده‌اند که به برخی از آنها اشاره می‌شود: با دوست دوراندیش و مهربان مشورت کردن پیروزی می‌آورد، بخیل را در مشورت خود راه مده که تو را از راه راست بر می‌گرداند و وعده فقر می‌دهد، شخص ترسو را در مشورت و اندیشه خود شرکت مده که او تو را در کارت سست می‌سازد و چیزی را که بزرگ نیست برایت بزرگ جلوه می‌دهد، هیچ قومی مشورت نکردند مگر اینکه به صلاح و شایستگی هدایت شدند، هیچ پیشتیبانی استوارتر از مشورت کردن نیست، خردمند از مشورت کردن بی‌نیاز نیست، طلب مشورت همچون چشم هدایت است، پیش از تصمیم مشورت کن و قبل از اقدام تفکر نما، و راهنمایی کسی که راه را گم کرده، صدقه است.

ویژگی‌های راهنما نیز در اسلام مطرح شده است. رسول اکرم (ص) همچون پیامبران قبل از خود، الگو و اسوه بود و آنچه را که ادعا می‌کرد خود عامل با آن بود. به عنوان نمونه، آن حضرت بسیار خوشخو و خوش‌اخلاق بود به طوری که عده‌ای صرفاً بخاطر خوی خوش و دلچسب او اسلام را پذیرا شدند. در سوره آل‌عمران آیه ۱۵۲ آمده است: ای محمد اگر تو بدخو و درشت و سخت‌دل بودی، مردم از اطراف تو پراکنده می‌شدند. پس برای نگهداری طلب رحمت کن و

^۲ - جعفر سبحانی، شوری در قرآن و نهج البلاغه، ص ۲۳ - ۲۴؛ مفردات راغب؛ اقرب الموارد؛ قاموس؛ لغت نامه دهخدا

^۳ - علامه سیدمحمدحسین طباطبائی، تفسیرالمیزان. ترجمه مکارم شیرازی - انتشارات بنیاد علمی و فرهنگی علامه طباطبائی.



پشیمانان را ببخش و با مطیعان در کارها مشورت کن. صداقت در گفتار و تقوی از دیگر خصایص راهنما از دیدگاه اسلام است که پیامبر اکرم (ص) و ائمه‌طاهرین حائز آن بودند و هر چه می‌گفتند خود بدان عمل می‌کردند. آگاهی همه جانبه از دیگر خصایصی است که راهنما از دیدگاه اسلام باید دارا باشد. راهنما باید بدان چه که دیگران را راهنمایی می‌کند واقف و آگاه و عالم باشد.

اهمیت مشاوره

با توجه به اهمیت مسئله مشاوره، در کتاب آسمانی ما قرآن، چند جا به این موضوع اختصاص یافته است^۳:
ای پیامبر! رحمت خدا تو را با خلق مهربان و خوش خوی گردانید، و اگر تندخو و سخت دل بودی، مردم از گرد تو متفرق می‌شدند پس چون امت به نادانی درباره تو بد کنند، از آنان درگذر و از خدا بر آن‌ها طلب آمرزش کن و در کارها با آنان مشورت کن..

در تفسیر این آیه، ابن عباس گوید:

وقتی این آیه نازل شد، پیامبر (ص) فرمود: «آگاه باشید که خدا و رسولش از مشورت بی‌نیاز هستند، لکن خداوند آن را رحمت برای امت اسلام قرار داد». پس کسی که مشورت نماید از ترقی و به راه راست شدن باز نمی‌ماند و کسی که مشورت نمودن را ترک کند، از گمراهی و ضلالتش کاسته نمی‌شود.

در آیه دیگر خداوند می‌فرماید:

... کسانی که ندای خدا را اجابت نموده و نماز را به پا می‌دارند و کارهای آنان در میان خود براساس مشورت است...
خداوند پس از مسئله ایمان و نماز، شورا را قرار داده است که این خود دلیل بر اهمیت مسئله است که مؤمنان باید در کارهای شان با یک دیگر مشاوره نمایند و این که این آیه در مکه نازل شده، و در مکه حکومت اسلامی تشکیل نشده بود، استفاده می‌شود که لزوم مشاوره مخصوص حکومت و اداره مملکت نیست و همه امور از فردی، اجتماعی، حکومتی و... را در برمی‌گیرد.

و آیه دیگری در این باره است که می‌فرماید: هیچ کس موظف به بیش از مقدار توانایی خود نیست، نه مادر (به خاطر اختلاف با پدر) حق ضرر زدن به کودک را دارد و نه پدر، و بر وارث او نیز لازم است که این کار را انجام دهد (هزینه مادر را در دوران شیرخوارگی تأمین نماید) و اگر آن دو با رضایت یک دیگر و پس از مشورت بخواهند کودک را از شیر باز گیرند، گناهی بر آن‌ها نیست.

در حقیقت می‌توان گفت: پدر و مادر در پرورش، تربیت، تحصیل و... فرزند باید مشورت نمایند، تا مبدا با روش و عمل کج، فرزندان‌شان از راه صحیح منحرف شوند.

اهمیت مشورت به قدری است که پیامبر (ص) می‌فرماید^۴:

اگر فرمان روایان شما از نیکان و ثروتمندان بخشنده باشند و کارهای تان با مشورت انجام گیرد، پس روی زمین زیستن برای شما بهتر از درون آن است و هرگاه فرمان روایان تان اشراف شما و ثروتمندان تان بخیل بوده، امورتان با شورا انجام

^۴-سوره آل عمران

^۵- طباطبایی، سید محمد حسین (۱۳۷۵). ترجمه تفسیر المیزان. ترجمه سید محمد باقر موسوی همدانی. قم: دفتر انتشارات اسلامی



نگیرد، در چنین وضعی، درون خاک و مردن برای شما برتر از زندگی روی خاک است. و در سخنی دیگر می فرماید: هیچ پشتوانه ای با وثوق تر و استوارتر از مشورت کردن نیست. ما در ادبیات ملی کشورمان به اهمیت مشاوره و ارزش شورا از نظر مولوی برمی خوریم که می گوید:

مشورت ادراک و هشیاری دهد عقل ها مر عقل را یاری دهد گفت پیغمبر بکن ای رایزن مشورت، کالمُسْتَشَارُ مُؤْتَمَن مشورت در کارها واجب بود تا پشیمانی در آخر کم شود مشورت کن با گروه صالحان بر پیمبر، امر شاورهم بخوان (امرهم شوری) برای این بود کز تشاور سهو و کز کمتر شود کاین خردها چون مصایح انوراست بیست مصباح از یکی روشن تر است

هدف های مشاوره

درباره اهداف مشاوره بین متخصصان این رشته، اتفاق نظر وجود ندارد و هر متخصص با توجه به اعتقادات و ارزش ها و آموزش های پیشین خویش، و نگرش نسبت به ماهیت انسان، اهداف معینی را پیشنهاد می کند. در عین حال تقریباً تمام مشاوران متعقدند که: مشاوره باید به تغییر مناسب در رفتار مراجع به منظور ایجاد زندگی مفیدتر و رضایت‌بخش‌تری بینجامد.

افزایش خودشناسی و رشد همه جانبه، آموزش شیوه های صحیح تصمیم گیری و ارضای نیازها و حل مسئله از اهداف مشاوره در آموزش به شمار می آیند. راجرز خودشناسی و درک عمیق خویشتن و سازگاری واقع بینانه با زندگی را از اهداف مهم مشاوره تلقی می کند.

معمولاً هدف از مشاوره به دست آوردن نظریه صحیح یا نظریه بهتر و یا بهترین نظریه هاست. واضح است که این گونه مشورت در مورد رسول خدا(ص) و امامان معصوم(ع) معنا ندارد؛ زیرا آنان در اثر کمال عقل و درایت و علم و ارتباط روحی و تأیید الهی و عصمت و مصونیت از خطا و اشتباه همواره بهترین نظریه ها و طرح ها را در اختیار دارند و هیچ نیازی به استفاده از نظریه و فکر و علم دیگران نخواهند داشت. بنابراین، مشورت کردن همیشه دلیل بر ناآگاهی نیست و در بسیاری از موارد، مشورت به منظور غیر از کسب آگاهی بیش تر و یا به دست آوردن نظریه بهتر انجام می شود و مشاوره پیامبر(ص) و سایر معصومان(ع) به خاطر هدف یا هدف های دیگری صورت می گرفت که مهم ترین این هدف ها به شرح زیر است: ۱. مشاوره برای شخصیت دادن به امت؛ ۲. مشورت برای آزمایش؛ ۳. مشورت برای آگاه شدن مشورت کنندگان؛ ۴. مشاوره برای استفاده از تأیید مردم؛ ۵. مشورت برای رشد فکری مردم؛ ۶. مشورت برای این که بدانند حکومت استبدادی نیست و به نظریات مردم احترام گذاشته می شود؛ ۷. مشاوره برای این که در صورت شکست انتقاد نکنند؛ ۸. دانستن این که نظرخواهی از دیگران عیب و عار نیست.

در رابطه با هدف های مشاوره به ذکر چند حدیث از نبی اکرم(ص) و ائمه اطهار(ع) می پردازیم^۵:

نبی اکرم(ص) می فرماید: به راستی خدا و پیامبرش از مشورت نمودن بی نیازند؛ و لیکن خدا آن را وسیله رحمت برای امت من قرار داد؛ زیرا کسی که به شور بنشیند، به رشد و سعادت رسد و هر که آن را ترک کند، گمراه گردد. و در حدیثی دیگر می فرماید:

^۵ - طباطبایی، سید محمد حسین(۱۳۷۵). ترجمه تفسیر المیزان. ترجمه سید محمد باقر موسوی همدانی. قم. دفتر انتشارات اسلامی



کسی نیست که با دیگران مشورت کند و به سوی رشد و کمال هدایت نشود. حضرت علی(ع) می فرماید: مشورت عین راه یابی است؛ آن کس که به فکر خود متکی گردد، خود را به مخاطره انداخته است. و در سخنی دیگر می فرماید: هر که با خردمندان مشورت کند با انوار خرده‌های آنان روشنی یابد و به راه راست و رستگاری فایز گردد. از جمله اهداف و ثمرات دیگر مشاوره می توان موارد زیر را نام برد: نیروی فکر و اندیشه را در افراد پرورش می دهد؛ آسایش و راحت شدن کارها، پشیمان نگشتن، عدم هلاکت و عجز، کسب تجربه، تشخیص راه های خطا، روشن شدن رأی و تدبیر، نزدیک شدن راه دشوار.

خصوصیات راهنما و مشاور

خصوصیات راهنما یا مشاور در موفقیت کارش تأثیر به سزایی دارد. راهنما یا مشاور باید ویژگی هایی داشته باشد از جمله این که:

از سلامت روانی و جسمانی برخوردار باشد و از بخل و حسد و دروغ بپرهیزد؛ با هوش باشد و به راحتی و صراحت و فصاحت صحبت کند و توانایی لازم برای استدلال و درک و فهم مطالب را داشته باشد؛

به انسان ها و حل مسائل و مشکلات آنان علاقه مند باشد؛

در روابطش با دیگران انعطاف پذیر و جسور باشد و کسی را به بحث و تبعیت از خویش مجبور نکند؛

صمیمی، مهربان و رازدار باشد و به دیگران احترام بگذارد؛

از توانایی ها و محدودیت های خود آگاه باشد؛

در زمینه مشاوره، روان شناسی، تعلیم و تربیت، جامعه شناسی و نیز امکانات شغلی، تحصیلی و بهداشتی جامعه آگاهی داشته باشد؛

متقی و خوش نام باشد و خدمت صادقانه و خالصانه به هم نوع را مدنظر داشته باشد؛

حضور ذهن داشته باشد و بتواند سؤالات دقیق و مناسب را به موقع مطرح سازد؛

به مطالعه و افزایش دانش خود علاقه مند باشد و بکوشد در جریان جدیدترین مطالب علمی درباره رشته اش قرار گیرد؛

در برقراری رابطه با انسان ها مجرب باشد و تحمل شنیدن مطالبی را که خود به آنان معتقد نیست داشته باشد.

خصوصیات راهنما و مشاور از دیدگاه اسلام

از آن جا که «مشورت» اصطکاک دو فکر است که از «القای» آن دو، فکر «مشورت گر» «نیرو می گیرد و قدرت درخشندگی خاصی پیدا می کند، از این رو نباید با هر فردی مشورت کرد و با بررسی احادیث منقوله از نبی اکرم(ص) و ائمه اطهار(ع) خصوصیات مشاور یا راهنما را می توان به شرح زیر بیان کرد:^۶

^۶ جعفر سبحانی، شوری در قرآن و نهج البلاغه، ص ۲۳ - ۲۴؛ مفردات راغب؛ اقرب الموارد؛ قاموس؛ لغت نامه دهخدا

^۷ عبدالله شفیع آبادی، مقدمات راهنمایی و مشاوره، مفاهیم و کاربردها، ص ۳۷



- عاقل باشد: طبق فرموده بزرگان دین، بهترین راهنمای ما، عقل ماست و باید با کسانی مشورت کرد که از این نعمت به نحو احسن برخوردار باشند. نبی اکرم(ص) می فرماید: از عاقل رهبری جوئید تا به راه راست برسید و وی را نافرمانی نکنید که پشیمان می شوید.

حضرت علی(ع) در این باره می فرماید: بهترین اشخاص برای مشورت، افراد عاقل، دانشمند، محتاط و با تجربه هستند. -آزاد و متدین و خداترس باشد: نبی اکرم(ص) می فرماید: مشورت خویش را با کسی که از خداوند متعال خوف دارد قرارده.

حضرت علی(ع) می فرماید: با افرادی که از خدا می ترسند، مشورت کن تا به حقیقت برسی. امام صادق(ع) می فرماید: در آن چه آیینت اقتضا می کند، با کسانی که دارای پنج خصلت باشند، مشورت کن: آنان که دارای عقل، حلم، تجربه، نصیح و تقوا هستند.

- رازدار و امانت دار باشد: اصولاً از وظایف اخلاقی و دینی هر مسلمانی است که راز برادر و خواهر مسلمان خود را حفظ نماید. در شریعت مطهر اسلام کتمان سرّ مؤمن مورد تأکید قرار گرفته و خداوند وعده داده است کسی که راز برادر مؤمن خود را کتمان نماید، در روز قیامت روزی که سایه ای جز سایه رحمت الهی وجود ندارد، در سایه عرش خود پناه دهد و این رازداری در مورد مشاور به اقتضای شغلی، از اهمیت بیش تری برخوردار است؛ زیرا اولاً، اگر فرد اطمینان پیدا کند که اسرارش نزد مشاور محفوظ می ماند، با جرأت و اطمینان کامل همه آن چه را که در مداوای وی تأثیر داشته باشد، بی مهابا اظهار می کند و اثر مثبت این کار نیز در تشخیص بیماری بر کسی پوشیده نیست. در این مورد علی(ع) می فرماید: کسی که زوایای پنهان بیماری اش را کتمان نماید، طبیبش از معالجه وی عاجز می ماند.

- عالم و با تجربه و دوراندیش باشد: می توان در کارهای مهم زندگی با افرادی که بینش عمیق و دوراندیشی ندارند مشورت کرد، حضرت علی(ع) در این باره می فرماید: دوست مهربان دوراندیش مشورت کن، پیروزی می آورد. و در حدیثی دیگر می فرماید:

بهترین انسان ها برای مشورت، افراد عاقل، دانشمند، محتاط و باتجربه هستند.

برخی دیگر از صفات مشاور از دیدگاه اسلام: اهل مطالعه و صاحب رأی و کوشا در نظردادن باشد، عفیفت و پاک دامن باشد، با صراحت و فصاحت صحبت کند و از توانایی لازم برای درک و فهم مطالب برخوردار باشد، مهربان و صمیمی باشد، از توانایی ها و محدودیت های خود آگاه باشد و در مسیر تکامل روانی و اخلاقی خود حرکت کند: باید نفس و روان خود او از بیماری های روانی، سالم و مصون بوده و یا لااقل گام های بلندی در مسیر تکامل روانی و اخلاقی خود برداشته باشد تا از توانایی های لازم برای پیشرفت و موفقیت در جهت درمان بیماران، در سایه آگاهی های جوشیده از تجارب شخصی خویش برخوردار باشد، و با تصمیم و قاطعیت لازم دست مساعدت و هم یاری را به طرف بیماران خود برای رهایی آن ها از آفات و انحراف ها و بیماری های شان بگشاید، و یا دست کم به تزکیه نفوس بیماران از طریق ایجاد حس امنیّت خاطر، آنان را یاری دهد. و وظیفه مهم و اساسی یک مشاور این است که باید دائماً در حال صعود بر نردبان ترقی اخلاقی باشد و آگاهی های خود را از قانون الهی به دست آورد و خود نیز فردی با فضیلت و پای بند به مکارم اخلاق و حریص و کوشا در ایثار و فداکاری و به دور از منافع مادی باشد.



روش های راهنمایی و مشاوره در اسلام

برای موفقیت در هر کاری، آگاهی به اسباب و وسایلی که بتواند سریع و آسان ما را در رسیدن به هدف یاری دهد، لازم است. به عبارت دیگر، اتخاذ روش هایی که بتواند ما را به سادگی و آسانی در پیمودن جاده موفقیت یار و مددکار باشد از شرایط توفیق در انجام هر کاری است. اسلام پیروانش را به اتخاذ روش ها و شیوه های درست در انجام کارها توصیه کرده است. امام صادق (ع) می فرماید:^۸ عمل کننده بی بصیرت به رهنوردی ماند که بیراهه رود، سرعت حرکت او را به هدف نمی رساند جز آن که دورش کند. در راهنمایی و مشاوره اسلامی با توجه به تفاوت های فردی و مقتضیات زمان از هر سه روش (مستقیم، غیر مستقیم و انتخابی) استفاده شده است. روش هایی که از منابع و متون اسلامی در راهنمایی و مشاوره برداشت می شود به شرح زیر است: موعظه و نصیحت، تلقین به نفس، اعطای بینش، محاسبه نفس، اسوه حسنه، تزکیه، عبرت های تاریخی قصص، ضرب المثل ها، تبشیر و انذار و سایر روش های دیگری که ممکن است به کار رفته باشد؛ اما پژوهش گر از آن بی اطلاع باشد که از بین این ها به توضیح چند روش می پردازیم: ۱. موعظه حسنه؛ ۲. روش الگویی؛ ۳. قصص و ضرب المثل ها.

موعظه حسنه موعظه در جایی گفته می شود که کلمات و جملاتی به منظور بازداشتن و یا تسکین شهوت، غضب و... ضروری است. راغب اصفهانی می گوید: موعظه منعی است که مقرون به بیم دادن (از عواقب کار) باشد. وی هم چنین از خلیل بن احمد، لغوی معروف نقل می کند که: موعظه یادآوری قلب است نسبت به خوبی ها در اموری که موجب رقت قلب گردد.

موعظه، کلامی است که به دل نرمی و رقت می دهد، قساوت را از دل می برد، خشم و شهوت را فرو می نشاند، هواهای نفسانی را تسکین و به دل صفا و جلا می دهد. هیچ کس از موعظه بی نیاز نیست، ممکن است فردی از تعلیم شخصی دیگری بی نیاز باشد، اما از موعظه او بی نیاز نخواهد بود؛ زیرا دانستن، یک مطلب است و تحت تأثیر تلقین یک نفر واعظ مؤمن متقی قرار گرفتن، مطلبی دیگر. می گویند: حضرت علی (ع) به یکی از اصحابش فرمود: عظمی؛ مرا موعظه کن. و می فرمود: در شنیدن اثری هست که در دانستن نیست.

به عنوان مثال، در قرآن می خوانیم:^۹ خداوند به شما دستور می دهد که امانت های مردم را به صاحبانشان بازگردانید و زمانی که بین مردم به قضاوت می پردازید، به عدالت دآوری کنید. خداوند به بهترین وجهی شما را «موعظه» می کند که خداوند شنونده بیناست و در جای دیگر پند و اندرز لقمان را در قرآن کریم چنین بازگو می نماید: ای رسول ما! یاد کن وقتی را که لقمان در مقام پند و موعظه به فرزندش گفت: ای پسر عزیزم! (نخست پند من به تو این است که) هرگز شرک به خدا نیاور که شرک، ظلم بزرگی است. آیات فوق نمونه ای از پند و اندرزهای قرآن کریم بود و گرنه همه قرآن برای اهل تقوا، پند و موعظه است؛ چرا که قرآن می گوید: این کتاب بیان برای مردم و هدایت و موعظه برای پرهیزگاران است.

روش الگویی یا الگوی حسنه^{۱۰} در روش اسوه سازی، راهنما می کوشد نمونه رفتار و کردار مطلوب را عملاً در معرض دید مراجع قرار دهد و بدین گونه، موقعیت اجتماعی او را دگرگون کند تا او به پیروی بپردازد و حالت نیکویی، مطابق

^۹ - رضا استادی، ده رساله، ص ۱۲۴ - ۱۲۹؛ سیدمهدی حسینی، مشاوره و راهنمایی در تعلیم و تربیت اسلامی، ص ۲۸ - ۲۹.

^۹ تفسیرالمیزان، ج ۱۸، ص ۱۰۰

^{۱۰} تفسیر درالمنثور، ج ۲، ص ۹۰



به آن عمل نمونه در خویش پدید آورد. این حالت راهنما اسوه نام دارد و در گرو پیروی از عمل مزبور است و در این صورت می توان گفت که، در این عمل، اسوه خوبی برای فرد وجود دارد. بدین جهت خداوند تبارک و تعالی رسول اکرم(ص) را به عنوان بهترین سرمشق برای جهانیان معرفی می کند: لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ...؛ همانا رسول خدا برای شما سرمشق نیکویی است.

بلی پیامبر بزرگوار اسلام، در همه چیز برای ما پیشوا و امام و سرمشق است. همه حرف ها و حرکات و سکنتات و تمام بیانات آن حضرت برای ما حجت است. این که آن حضرت چگونه می نشست، برای ما بهترین نمونه و الگوست، زیرا آن گونه نشستن در طریق کمال است. این که چگونه آب می نوشیده، چگونه به خواب می رفته، چگونه حرکت می فرموده و گام برمی داشته، چگونه با دوست ملاقات و معاشرت می کرده، ملاقاتش با دشمن چگونه بوده، همه و همه در اوج کمال بوده است و باید برای ما بهترین الگو شمرده شود. در یک کلام باید گفت: قرآن کریم، یعنی رسول الله مدون، که حقیقت و واقعیت آن همیشه در دست رس بشر و راهنمای اوست. و چه زیبا و جامع و کامل و عالی گفته است عایشه در این باره؛ زیرا وقتی از او پرسیدند: خلق و خوی رسول الله چگونه بود؟ پاسخ داد: «خلقت قرآن»، یعنی اخلاق رسول الله همان قرآن مجید بوده است.

با نگاه گذرایی به قرآن می بینیم این روش به کار گرفته شده و به اسوه های متعددی برمی خوریم. گاه در آیات مستقیماً به پیروی از کسی تصریح می شود «قد كانت لكم اسوة حسنة في ابراهيم والذين معه...» و گاه بدون چنین تصریحی، اسوه ها در معرض دید گذاشته می شود قسم اخیر در قرآن، فراوان یافت می شود و از اهمیت به سزایی برخوردار است. ذیلاً نمونه هایی را ذکر می کنیم:

و یاد کن حال ایوب را وقتی که دعا کرد ای پروردگار! مرا بیماری سخت رسید و تو از همه مهربان تری.

قصص و ضرب المثل ها قصص و ضرب المثل ها استفاده از روش های غیرمستقیم بسیار مفید و نافذتر از روش های مستقیم است. در روش غیرمستقیم، مشاور بی آن که مراجع را مستقیماً مخاطب قرار دهد و به او امرونهی کند، یا حتی در مقام توصیه برآید یا مستقیماً وارد بحث در یک موضوع خاص شود، به طور غیرمستقیم به حل مشکلش می پردازد. تمثیل از نظر لغوی به معنای مثال آوردن، صورت چیزی را مصور ساختن و حدیث یا داستانی را به عنوان مثل بیان کرده است.

بیان مسائل به صورت تمثیل و امثال، پرده از روی معانی مخفی برمی دارد و نکات مبهم را روشن می کند. مثل از تلخی پند می کاهد و مسرت خاطر به انسان می بخشد و با الفاظ کم، معانی بسیاری را می رساند و با سخنان کوتاه، اندیشه های ژرف از آن حاصل می گردد و در پرده کنایه، مطالب را تعلیم می دهد. مثل زدن در فهماندن مطلب نقش مؤثری دارد. هم سطح فکر شنونده را مقداری بالا می آورد و هم دامنه مطلب را مقداری پایین می آورد، در نتیجه فکر شنونده، هم سطح با دامنه مطلب می شود و او را درک می کند. مثل زدن پرده های ابهام را کنار می زند و معقولات را هم چون محسوسات جلوی چشم آدمی ترسیم می نماید. آوردن مثل، برای بیان حقایق و رفع ابهام و تکمیل و تحریک اندیشه است. قرآن، ذکر مثال و آوردن آن ها را وسیله ای برای تفکر و تذکر می داند و می فرماید: ما در این قرآن از هر چیزی برای مردم مثلی زده ایم، شاید متذکر شوند و یادآوری باشد. آن گاه به لانه عنکبوت مثال زد تا بفهماند که سست ترین ولایت غیر خداست. تشبیهات و مثال های زیاد دیگری در قرآن به کار رفته که به ذکر چند مورد فهرست



وار می پردازیم: تشبیه زن و شوهر به لباس یک دیگر، تشبیه غافلان بی خبر به چارپایان، تشبیه دنیا و آخرت به مزرعه، تشبیه مردم در قیامت به پروانه های پراکنده، تشبیه قرآن به نسخه شفابخش و...^{۱۱}

روش های روان درمانی و مشاوره در اسلام

ذکر درمانی: یکی از عوامل برقراری تعامل روانی، ذکر و یاد خداوند است. چنانچه فرد مومن دچار گرفتاری گردد بهترین چاره آن است که دو رکعت نماز بخواند و به یاد خدا مشغول شود. برای این که به اثرات شفابخشی ذکر پی ببریم به چند حدیث و آیه اشاره می کنیم: آگاه باشید که دلها با ذکر خدا آرامش می یابد (سوره رعد، آیه ۱۸) رسول خدا می فرماید: ذکر و یاد خدا شفابخش دلهاست.

دعادرمانی: خداوند در قرآن می فرماید: «همه انسان ها برحسب نیاز وجودی، به خدا نیازمندند تنها خداوند است که بی نیاز و شایسته هرگونه حمد و ستایش است» (سوره فاطر، آیه ۱۵). انسان در طول حیات محتاج درگاه خداوند است و همین احتیاج او را وادار به دعا میکند و نیایش او را آرامش می بخشد. در این روش اصل آن است که بیان مشکلات، ناراحتی را تخفیف می دهد و طلب رفع آن از خداوند، آرام را تسکین می دهد. در قرآن یعقوب (ع) در فراق یوسف (ع) می گوید: شکایت و درد دل و اندوه خود را به خداوند میگویم و از جانب خداوند آنچه را شما نمی دانید انتظار دارم (سوره یوسف، آیه ۸۶).

توبه درمانی: کسانی که مرتکب گناه می شوند به خصوص گناه کبیره، آرامش خاطر از آنان سلب می شود و بر اساس شماتت وجدان اخلاقی یا نفس لوامه دچار تشویش درونی می شوند در این موارد تنها عامل تسکین دهنده و آرام بخش توبه است. در توبه درمانی مراجع را باید متوجه ساخت که راه بازگشت و پاک کردن گناه یاز است و او میتواند با توسل به توبه به جبران معاصی اقدام کند

توسل درمانی: قطعا به کسانی برخورده اید که زمانی در برابر بیماری و مشکل از همه متخصصان مایوس و به ائمه متوسل می شوند. باید گفت اصولا توسل به عواملی که فرد به آن معتقد است ناراحتی های او را تخفیف می دهد و مشاور و پزشک و ... وسیله هایی هستند که خداوند تبارک و تعالی برای کمک به دیگران قرارداده است و درمان از سوی خداست. (بیرجندی، ۱۳۸۱)

فنون مشاوره^{۱۲}

۱- هنگام ورود مراجع به جلسه مشاوره، مشاور باید به او سلام کرده و او را به گرمی بپذیرد

^{۱۱}. تفسیر المیزان، جلد ۱۸، ص ۱۰۱

^{۱۲} عبدالله شفیع آبادی، فنون و روشهای مشاوره، ص ۳۰ - ۳۲.



- ۲- احترام گذاشتن به مراجع از اموری است که باید در مشاوره مورد توجه خاص قرار گیرد. رسول اکرم (ص) فرمود: کسی که برادر مسلمان خود را با کلمات مودت امیز خویش احترام نماید و غم او را بزدايد پیوسته در سایه رحمت خداست.
- ۳- مشاور باید نقش خود را برای مراجع بیان کند و خاطر نشان سازد که او در به کار بستن نظر مشاور آزاد است و تصمیم‌گیری با خودش است.
- ۴- اسرار مراجع را مگر در مواردی که خطری در میان باشد نمی‌توان افشا کرد لذا یکی از شرایط مشاور رازداری است.
- ۵- مشار باید در جریان مشاوره خود را با مراجع هماهنگ کند و رفتار و گفتارش رادر حد درک وی تنزل دهد... پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «ما موظفیم که با مردم با توانایی عقل و استعداد آنها گفتگو کنیم».
- ۶- مشاور باید مراجع را تشویق کند تا با تفکر لازم نفس خود را بشناسد و معایب و نقایص خود را درک کند و در جهت رفع آن اقدام کند.
- ۷- ارائه اطلاعات ضروری درباره مشکل به مراجع بصیرت داده و او را قادر به حل مشکل می‌کند.
- ۸- مشاور باید مراجع را متوجه میزان قدرت و امکاناتش نموده و سطح توقع آنان را با مقدوراتشان هماهنگ سازد.
- ۹- مشاور نباید مراجع را سرزنش کند و بالعکس باید احساس حقارت رادر وی از بین برده و قدرت ذهنی اش را ارتقاء دهد...
- ۱۰- مشاوره باید به طریقی خاتمه یابد که مراجع یا رضایت خاطر، جلسه مشاوره را ترک کند. این وضعیت موجب می‌گردد تا او در صورت نیاز، دفعات دیگر نیز به مشاور مراجعه کند. حضرت علی (ع) می‌فرماید: برای این که مصاحبت در رفاقت به خوبی پایان پذیرد، لازم است آدمی در هنگام جدا شدن از دوست خود چند قدم لو را بدرقه کند. این کار در خاتمه هر جلسه مشاوره به جلب رضایت مراجع کمک می‌کند.
- از دیدگاه اسلام عوامل درونی زیر می‌تواند باعث بروز اشکالات رفتاری در آدمیان شود.
- ۱- غفلت از یاد خداوند: انسان با یاد خداوند آرامش می‌یابد و دوری از خدا او را به سختی می‌اندازد.
- ۲- بصیرت نداشتن: آگاهی پیش درآمد عمل و نا آگاهی مشکل آفرین است. قرآن درباره اهل دوزخ در سوره اعراف می‌فرماید: «آنان قلب دارند ولی نمی‌فهمند، چشم دارند ولی نمی‌بینند، گوش دارند ولی نمی‌شنوند، آنان مانند چهارپایان گمراهند و آگاهی ندارند».
- ۳- کفر: ناسپاسی و کفر زمینه ساز مشکل است. قرآن در این باره در سوره نور آیه ۲۹ می‌فرماید: «آنان که ناسپاس شدند کار هایشان مانند سرابی در دشت است که فرد تشنه آن را آب پندارد ولی وقتی به آن رسید آبی نمی‌بیند و میبیند خیالی بیش نبوده است». کفر حقایق را می‌پوشاند و کنار میزند و وقتی حقیقت روشن شود سرزنش و ملامت کافر را فرا میگیرد.
- ۴- نیندیشیدن: خداوند در سوره یونس آیه ۱۰۰ می‌فرماید: خداوند برای کسانی که نمی‌اندیشند پلیدی را مقرر داشته است. این پلیدی باعث بروز مشکلات رفتاری میشود و به تبع آن مشکلات فردی و اجتماعی به وجود می‌آید (بیرجندی، ۱۳۷۵).



وظایف و دستور العمل مشاوران

- ۱- اگر مشاور، عمداً مراجع را به راهی دیگر هدایت کند به او خیانت کرده است. چنین مشاورى به وظیفه خود عمل نکرده و گناه می‌کند. مشاور باید نظری را ارائه دهد که اگر خود به جای مراجع بود همان نظر را در حل مشکلش انجام می‌داد. خیانت کسی که مردم کارشان را به او واگذار می‌کنند و از او نظر خواهی می‌کنند از شنیع‌ترین کارها و یزرگترین شرها و پدید آورنده عذاب آتش سوزان است (غرر الحکم ۳، ۴۵۴)
- ۲- در مشاوره ولو با دشمن باید بی‌طرفی و امانت رعایت شود. بدان اگر ضارب علی (ع) و قاتل او مرا امین شمارد و از من پند خیر خواهانه و نظریه طلب کند در صورتی که این درخواست را بپذیرم حتماً امانت را نسبت به او رعایت خواهم کرد (تحف العقول ص ۲۷۴)
- ۳- مشاور در مشاوره باید کمال سعی خود را به خرج دهد و زمان رای خود به مراجع کوشش فکری فراوان کرده باشد کسی که خیر خواهی و نصیحت خالص و بی‌شائبه نکرده باشد خداوند رای خود را از او سلب می‌کند و امانت خویش را از او پس می‌گیرد.
- ۴- مشاور نباید خود را در رای و تدبیر از همه بالاتر بداند، از اظهار نظر بی‌موقع خودداری کند و مصلحت مراجع را در نظر داشته باشد.
- ۵- مشاور باید مراجع را در صورتی که خود از حل مشکل وی عاجز است به فرد صاحب نظر مربوط ارجاع دهد و این از حقوق مراجع است (خدایاری، ۱۳۸۱)

منابع

- خدایاری فرد، محمد (۱۳۸۱). مشاوره (مبانی روان‌شناختی). انتشارات یسپرون. تهران
- حسینی بیرجندی، سید مهدی (۱۳۸۱). اصول و روش‌های راهنمایی و مشاوره، انتشارات علمی دانشگاه آزاد اسلامی چاپ دوازدهم
- طباطبایی، سید محمد حسین (۱۳۷۵). ترجمه تفسیر المیزان. ترجمه سید محمد باقر موسوی همدانی. قم. دفتر انتشارات اسلامی
- مطهری، مرتضی. راهنمایی و مشاوره از دیدگاه اسلام. انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم.