

عوامل مؤثر بر سلامت معنوی در معارف علوی

چکیده:

یکی از موضوعات با اهمیت در زندگی انسان برخورداری وی از سلامتی در تمام ابعاد است، بُعد چهارم که اثر مراقبتی در ارتقاء سلامت و پیشگیری از بیماری‌ها دارد از آن به عنوان سلامت معنوی یاد می‌شود که از اعتقاد، اعتماد و ارتباط با یک سرچشمه و قدرت برتر نشأت می‌گیرد و طی فرآیند پویا و هماهنگ شناختی، عاطفی و کنشی حاصل می‌شود که با ایجاد روحیه امید، نشاط و حس رضایتمندی در شخص سبب پیدایش وضعیتی هدفمند و معنادار در حیات وی می‌گردد و سرانجام سلامت و تعالی همه جانبه فرد را برآورده می‌کند، از جمله مسائل مورد توجه در آموزه‌های علوی و مطرح نزد دانشمندان و روانشناسان است. در این نگارش با روش توصیفی-تحلیلی به بررسی عوامل تاثیرگذار بر پایه‌ی فرآیند اجرایی در سلامت معنوی پرداخته که دوری کردن از نشست-های گناه‌آلود، معاشرت با نیکان، یاری رساندن به دیگران، بخشش و گذشت، یاد الهی، اعتدال‌گرایی، ازدواج، یادآوری نعمت‌ها و عقل‌گرایی از موارد آن می‌باشد.

کلید واژه: سلامت، سلامت معنوی، معارف علوی

مقدمه:

یکی از موضوعات مهم در زندگی انسان بهره‌مندی او از سلامت در ابعاد گوناگون آن می‌باشد. سلامت معنوی به عنوان بعد چهارم سلامت، تقریباً نیم قرن است که مورد توجه دانشمندان و روانشناسان قرار گرفته. نخستین بار در سال ۱۹۷۱ میلادی توسط «موبرگ» مطرح شد و از مهمترین ابعاد سلامتی انسان می‌باشد، انسان ترکیبی از جسم و روح است و توجه به سلامت هر دو بعد مطرح است. همانگونه که جسم بیمار می‌شود؛ روح هم دچار بیماری می‌گردد که باید در علاج آن کوشید، فرد با دستیابی به آن، جایگاه خود را در عالم هستی به دست می‌آورد، نسبت خود را با خالق و پروردگار خویش می‌شناسد و نگرش صحیح به حیات دنیوی پیدا می‌کند و رابطه آن را با حیات جاوید به درستی درک می‌کند و نگاهی معطوف به آخرت نیز خواهد داشت، زیرا چنین سلامتی به واسطه ارتباط با یک قدرت حاکم و برتر قدسی به دست می‌آید که آرامش، اطمینان و امنیت را به همراه دارد که ارتباط هماهنگ و یکپارچه را بین قوای انسان و تعادل وی با محیط بیرون را فراهم می‌کند و ویژگی‌های مثبتی همچون؛ ثبات، احساس ارتباط با خویشتن، خدا، جامعه و محیط را به همراه دارد، سلامتی که در متون و آموزه‌های علوی نیز بر آن تاکید شده است. در کلام حضرت علی (علیه السلام) ظرفیت‌هایی برای یافتن عوامل دسترسی و تعمیق سلامت معنوی وجود دارد که باعث امنیت، آرامش روحی و روانی و سبب قرب انسان به خداوند می‌شود.

عوامل موثر بر سلامت معنوی در معارف علوی:

در این نوشتار با توجه به تعریف سلامت معنوی که عبارت است از؛ حالت اطمینان، امنیت، آرامش و ثبات قلبی و روحی که از اعتقاد و اعتماد به منبع و قدرتی برتر و متفاوت از عوامل مادی و پیرامونی ناشی می‌شود و باعث افزایش امید، رضایتمندی و نشاط درونی می‌گردد و در نهایت به سلامت و تعالی همه جانبه انسان و انسانیت کمک می‌کند (بو الهری، ۱۳۸۹، ۱۱۲-۱۰۵) و برخورداری از حس پذیرش، احساسات مثبت، اخلاق و حس ارتباط با یک قدرت حاکم و برتر قدسی که طی فرایند پویا و هماهنگ شناختی، عاطفی و کنشی حاصل می‌شود. (ابوالقاسمی، ۱۳۹۱، ۵۷-۴۶) سلامتی که قابلیت ارتباط موزون و هماهنگ با خدا، خویش و دیگران، تغییر اصلاح محیط فردی و اجتماعی و حل تفاوت‌ها و تمایلات فردی و گروهی را به طور عادلانه در یک وضع متعادل و متوازن دارد. (عباسی و همکاران، ۱۳۹۳، ۸۶) و وضعیتی هدفمند و معنادار از حیات انسانی است که حاصل ایمان، اعتقاد و ارتباط فرد با قدرت و کمال بی‌نهایت الهی و زندگی پس از مرگ است. (عزیزی و همکاران، ۱۳۹۳، ۳۱-۲۹). به نظر نگارندگان با توجه به معارف علوی کارآمدترین عوامل موثر بر این سلامت بر اساس تاثیر و فرایند اجرایی آن نه مراتب ارزشی به ترتیب شامل؛ دوری کردن از نشست‌های گناه‌آلود، همنشینی با نیکان، کمک و یاری رسانی به دیگران، عفو و گذشت، یاد خدا، اعتدال‌گرایی، ازدواج، یادآوری نعمت‌ها و عقل‌گرایی می‌باشد که در ادامه مورد بررسی قرار می‌گیرد.

۱- دوری کردن از نشست‌های گناه‌آلود:

انسان باید از همنشینی و مصاحبت با افرادی که در پی انحراف هستند و به نوعی دشمنان دوست‌نما می‌باشند، پرهیز کند، از به وجود آمدن بستر و فضایی که در آن با دوستان بد معاشرت و رفاقت شود، جلوگیری به عمل آورد و در تعامل با دیگران نهایت دقت و مراقبت را داشته باشد که هلاکت و نابودی را برایش به ارمغان نیاورد. نشست و مجالست با دوستان ناباب که در مجالس گناه‌آلود شکل می‌گیرد، طبق آیات قرآن باعث ورود افراد به دوزخ می‌شود «يَا وَيْلَتَى لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلَانًا خَلِيلًا * لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلْإِنْسَانِ خَذُولًا». (فرقان/ ۲۸ و ۲۹).

حضرت علی (علیه السلام) در نامه ۶۹ «وَإِيَّاكَ وَمُصَاحَبَةَ الْفُسَّاقِ فَإِنَّ الشَّرَّ بِالشَّرِّ مُلْحَقٌ» افراد را از همنشینی با خلافکاران و فاسقان منع می‌نماید و در اندرزی دیگر «يَا بُنَيَّ إِيَّاكَ وَمُصَادَقَةَ الْأَحْمَقِ فَإِنَّهُ يُرِيدُ أَنْ يَنْفَعَكَ فَيَضُرُّكَ وَإِيَّاكَ وَمُصَادَقَةَ الْبَخِيلِ فَإِنَّهُ يَقْعُدُ غَنَكَ أَخْوَجَ مَا تَكُونُ إِلَيْهِ وَإِيَّاكَ وَمُصَادَقَةَ الْفَاجِرِ فَإِنَّهُ يَبِيعُكَ بِالتَّافِهِ وَإِيَّاكَ وَمُصَادَقَةَ الْكَذَّابِ فَإِنَّهُ كَالسَّرَابِ يُقَرِّبُ عَلَيْكَ الْبَعِيدَ وَ يُبَعِّدُ عَلَيْكَ الْقَرِيبَ» (حکمت ۳۸) از مصاحبت با احمق، بخیل، بدکار و دروغگو بازمی‌دارد. به طور کلی انسان از حضور در مجلسی که در آن نافرمانی خدا آشکارا و بدون واهمه انجام می‌شود و شرکت در آن باعث تباهی ایمان، سستی و تزلزل در اراده و تصمیم می‌گردد و بنا بر کلام حضرت «مُجَالَسَةُ أَهْلِ الْهَوَى مَنَسَاءٌ لِلْإِيمَانِ وَ مَحْضَرَةٌ لِلشَّيْطَانِ» (خطبه ۸۶) سبب حضور شیطان است، باید دوری گزیند، جلسه گناه‌آلودی که حاضر نشدن در آن از صفات مومنان و بندگان الهی است، شرکت در آن موجب خسران می‌شود، حضرت در این زمینه می‌فرماید: «إِحْذَرِ مَجَالَسَةَ قَرِينِ السَّوِّ فَإِنَّهُ يَهْلِكُ مِقَارَنَهُ وَ يَرْدِي مُصَاحِبَهُ» از همنشینی با دوست بد دوری کن که همدمش را تباه و همراهش را خوار می‌کند. (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ق، ص ۱۶۱) از نظر نیازهای روانشناختی که یکی از آنها نیاز به تعلق و ارتباط است، پرهیز از همنشینی با بدان را سفارش و آن را از عوامل آسیب‌زا در سلامت روان. به شمار می‌آورد. (کاوایی، ۱۳۹۹، ص ۲۲۱)

۲- همنشینی با نیکان

همنشینی با نیکان از توصیه‌های تاکید شده است، چون انسان از هر گروه و صاحب ایده‌ای که باشد به واسطه دوستی و معاشرت با همنشین شبیه آن شده و رنگ و بوی مصاحب را به خود می‌گیرد زیرا نفس، اثرپذیر است و به نوعی خلق و خوی افراد و روحیات آنها به طور مستقیم تحت تاثیر اعمال، حرکات و افعال همنشین قرار خواهد گرفت. بنابراین چنین مقوله‌ای نقش بسزا در شخصیت انسان و سلامت معنوی وی دارد و به همین دلیل در آموزه‌های علوی به دقت در انتخاب همنشین توصیه و تاکید فراوان شده است و نیک بودن آن را مایه رستگاری و نجات آدمی می‌داند.

حضرت علی(علیه السلام) به همنشینی با راستگویان و پرهیزکاران سفارش نموده است. «الْصَّقُّ بِالْهَلِّ الْوَرَعِ وَ الصَّدَقِ» (نامه ۵۳) اهمیت مصاحبت با نیکان علاوه بر آموزه‌های دینی، توجه روانشناسان را نیز به خود جلب کرده و آن را به عنوان یکی از نیازهای روانشناختی و عاملی در جهت کاهش حزن و اندوه قلمداد می‌کنند. (کاوایی، ۱۳۹۹، ص ۲۲۶)

۳- کمک و یاری رساندن به دیگران:

از دیگر عواملی که در سلامت معنوی نقش ایفا می‌کند، کمک و یاری رسانی به دیگران است که در آموزه‌های علوی بر آن تاکید شده است. خدمت‌رسانی به عنوان یک صفت عالی نفسانی، نقش هدایتگر در حیات انسان ایفا می‌کند و با ایجاد انگیزه و به عنوان هدفی والا و ارزشی است که فرد را به سوی پاکی ها سوق می‌دهد و آثار و برکات فراوان به ارمغان می‌آورد.

در حکمت ۴۱۷ نهج البلاغه آمده است: «إِنَّ لِلَّهِ عِبَادًا يَخْتَصُّهُمْ اللَّهُ بِالنَّعْمِ لِمَنَافِعِ الْعِبَادِ فَيَقْرَهُهَا فِي أَيْدِيهِمْ مَا بَدَّلُوهَا فَإِذَا مَنَعُوهَا نَزَعَهَا مِنْهُمْ ثُمَّ حَوَّلَهَا إِلَى غَيْرِهِمْ» خدا را بندگان است که برای سود رساندن به دیگران، نعمت‌هایی به آنها بخشیده شده است تا آنگاه که دست بخشنده دارند، نعمت‌ها را در دستشان باقی می‌گذارد و هرگاه از بخشش دریغ کنند نعمت‌ها از دستشان گرفته و به دیگران می‌دهد.

در ارتباط با کمک رسانی چند نکته حائز اهمیت است؛

الف- خدمت به دیگران تنها از راه مال و رفع مشکلات معیشتی امکان پذیر نمی‌باشد بلکه حتی با برخورد شایسته، شاد کردن دل دیگران و می‌توان این وظیفه انسانی را به جا آورد.

ب- همه مخلوقات؛ انسان، حیوان، نبات و جماد، شامل کمک رسانی می‌شوند و در مورد انسان مذهب، قوم، جنس، زبان و نژاد مطرح نمی‌باشد زیرا هر انسانی شایسته یاری شدن است. روانشناسان بر یاری نمودن دیگران تاکید و اثراتی همچون؛ کاهش استرس، ایجاد انگیزه، قوی تر شدن، مثبت اندیشی، حس رضایت و ... بر آن مترتب دانسته‌اند، به نظر می‌رسد پیامدهای فعالیت های نوع دوستانه باعث می‌شود فرد در حال و هوای بهتری به سر برد.. (سلیگمن، ۱۳۸۹، ص ۱۸) و بهترین راه برای کسب شادمانی و شادکامی حقیقی است. (هدفیلد، ۱۳۷۲، ص ۳۶۸)

۴- عفو و گذشت:

از جمله عوامل دیگری که در سلامت معنوی نقش ایفا می‌کند، عفو و گذشت است که مربوط به نوع تعامل خداپسندانه و صحیح با دیگران می‌باشد. حضرت علی(علیه السلام) در خطبه ۱۹۳ «يَغْفُو عَمَّنْ ظَلَمَهُ وَ يُعْطِي مَنْ حَرَمَهُ» آن را یکی از نشانه‌های

پرهیزکاران به شمار می‌آورد. با بخشش و گذشت است که بدی و کینه توزی که منشاء بسیاری از ناآرامی‌های روانی است رواج پیدا نمی‌کند. از بین بردن کینه و عداوت و اصلاح رفتار سلامت معنوی را فرد تضمین کرده و نگرش مثبت در او ایجاد می‌نماید.

زندگی اجتماعی همواره با ناملایماتی آمیخته است که از تزامم منافع افراد با یکدیگر منشاء می‌گیرد. حال اگر افراد در این حالت خشم و پرخاشگری و نزاع را سرلوحه عمل خود قرار دهند، آرامش روحی و روانی خود و دیگران را برهم می‌زنند اما عفو و گذشت علاوه بر تضمین سلامت معنوی کاهش بسیاری از اختلال‌های عاطفی و رفتاری در پی خواهد داشت. (ایروانی، ۱۳۸۴)

۵- یاد خدا:

از عوامل تاثیرگذار دیگر در سلامت معنوی یاد خدا است، درک خاصی که در پی شناخت معبود حاصل می‌شود، باعث صیقل دل گشته و انسان خاکی را به مبدأ هستی متصل می‌کند. انسانی که یاد خدا باشد، نفسش حالت رضا پیدا می‌کند و به جای سرگرم شدن به هوس‌های دنیوی، خداوند را به عنوان پناهگاهی برای خود احساس می‌کند. «ذِكْرُ اللَّهِ رَأْسُ مَالِ كُلِّ مُؤْمِنٍ وَ رِيحُهُ السَّلَامَةُ مِنَ الشَّيْطَانِ» تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ق، ص ۳۷۰) یاد خدا سرمایه هر مؤمنی است که سود آن سلامتی از شیطان است، معرفت، محبت و خوشبختی انسان را در هر دو جهان به دنبال دارد. حیات انسان، حیات ادراکی-الهی خواهد شد. وجه مشترک یاد خدا در آموزه‌های علوی و روانشناسی احساس امنیت و آرامش است که در انسان به وجود می‌آید. در تزامم زندگی، انبوه کارها و تنگناهای موجود و اضطرابی که بسیاری از مردم را به خود مشغول کرده، این یاد معبود است که دل را آرام و سختی‌ها و دشواری‌ها را چاره می‌سازد. (صانعی، ۱۳۸۲، ص ۴۷) «ذکر الله دواء أَعْلَالِ النَّفْسِ» یاد او داروی بیماری‌های روانی است. (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ق، ص ۳۶۹)

۶- اعتدال‌گرایی:

اعتدال مصدر باب افتعال از ریشه (ع د ل) به معنای رعایت حد وسط و میانه در بین دو حال است. از جانب کمیت و مقدار و از جهت کیفیت و چگونگی (ابن منظور، ۱۴۱۴ ق، ۴۳۳/۱۱) اعتدال و میانه روی در همه چیز از جمله مطالبی است که بر آن تاکید و توصیه می‌شود، زیرا اصلی فراگیر، حاکم بر کل نظام هستی است که در ایجاد سلامت معنوی نقش به سزایی دارد، در قرآن آیه ۸ سوره مائده آمده است: «...اغْدِلُوا هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى...» با اعتدال و میانه روی است که شخص از ریاضت به جسم خود پرهیز می‌کند و از طرفی هم از کم کاری‌هایی که با روح معنویت در تضاد است، دوری می‌گزیند. حضرت علی (علیه السلام) می‌فرماید: «الْمُؤْمِنُ سِيرَتُهُ الْقَصْدُ وَ سُنَّتُهُ الرَّشْدُ» مؤمن شیوه‌اش میانه رویست و طریقه او رشدست (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ق، ص ۳۵۳)

در علم روانشناسی نیز برای شخصیت سالم، نرمال و فردی که دارای بهداشت روان است، واژه معتدل به کار می‌رود. از نظر آنها انسان سالم دارای کنشهای موزون و متعادلی است که از سوی محیط و افراد دریافت می‌کند که نتیجه آن واکنشهای احساسی و رفتارهایی است که از فرد سر می‌زند. (پارسا، ۱۳۹۲، ص ۱۲) شخص معتدل احساس ارزشمندی و عزت نفس می‌کند که ثمره آن استقامت و پایداری در عمل است. (دزیز و لامارش، ۱۳۸۴)

۷- ازدواج:

ازدواج در آموزه‌های علوی پیوندی مقدس است که باعث حفظ دین، پذیرش عبادت و پیدایش مودت و رحمت می‌شود، علاوه بر آنکه در حفظ پاکدامنی و طهارت دل انسان‌ها نقش ایفا می‌کند، به عنوان یکی از مهمترین رفتار اجتماعی برای دستیابی به نیازهای

عاطفی و کسب امنیت و آرامش شناخته می‌شود. «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ» (روم ۲۱) فرد با انتخاب درست در زندگی مانند انتخاب دوست، همنشین، همسر ضمن برقراری یک ارتباط اجتماعی مناسب به آرامش می‌رسد و سلامت معنوی پیدا می‌کند. در اهمیت ازدواج می‌توان به روایتی اشاره نمود که آن را موجب کمال ایمان می‌داند، حضرت علی (علیه السلام) می‌فرماید؛ «لَمْ يَكُنْ أَحَدٌ مِنْ أَصْحَابِ رَسُولِ اللَّهِ (صلی الله علیه و آله) [يَتَزَوَّجُ] إِلَّا قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (صلی الله علیه و آله) كَمَلْ دِينَهُ» هیچ یک از یاران رسول خدا (صلی الله علیه و آله) ازدواج نکرد مگر اینکه ایشان پس از ازدواج آنان فرمود: ایمانش کامل شد. (نوری، ۱۴۰۸ق، ۱۵۰/۱۴) ایمانی که با اعتقاد قلبی به خدا باعث قدرت و نیرو در انسان و جلوگیری از ترس و واهمه در او می‌شود تا جائیکه محققان آن را رکن اصلی سلامت معنوی معرفی می‌کنند که می‌تواند باعث رضایت از زندگی و احساس خوشبختی گردد. (کوئینگ، ۱۳۸۶، ص ۱۲۶) ازدواج علاوه بر ایجاد آرامش از پوچ‌گرایی، بیهودگی و احساس تنهایی جلوگیری می‌کند و پناهگاه عاطفی و روانی خاصی را برای فرد فراهم می‌سازد و همچنین در کنار آنها شادی آفرین است. (کاویانی، ۱۳۹۹، ص ۲۶۷)

۸- یادآوری نعمت‌ها:

یادآوری نعمت‌ها با ایجاد روحیه شکر و سپاسگزاری در انسان باعث تلاش در جهت استفاده بهینه از آنها می‌شود که از سویی رابطه فرد با اعطا کننده نعمت را افزایش می‌دهد و از طرفی محبت و علاقه را در او به وجود می‌آورد که ارتقاء سلامت معنوی را در پی دارد و مسیر اطاعت از خالق را در فرد هموار می‌کند که موجب استحکام رابطه مخلوق با خالق می‌گردد.

حضرت علی (علیه السلام) در جهت سلامت معنوی و ارتقاء آن در برخی از خطبه‌ها و سخنانش از یادآوری نعمت‌ها و توجه دادن مردم به آنها بهره می‌برد. (خطبه ۲۳- ۸۱- ۱۱۴- ۱۸۵- ۲۱۵ و ..) حضرت در نامه ۶۹ به نکوداری نعمت‌هایی که به انسان بخشیده شده است، تاکید می‌کند. «وَاسْتَصْلِحْ كُلَّ نِعْمَةٍ أَنْعَمَهَا اللَّهُ عَلَيْكَ وَ لَا تُضَيِّعَنَّ نِعْمَةً مِنْ نِعَمِ اللَّهِ عِنْدَكَ وَ لِيُرْ عَلَيْكَ أَثَرُ مَا أَنْعَمَ اللَّهُ بِهِ عَلَيْكَ» از هر نعمتی که خداوند در اختیارت گذاشته به راه صلاح مصرف کن و هیچ نعمت خداداده را به تباهی نبر، باید نشانه نعمت‌هایی که خداوند به تو داده در تو دیده شود. نتیجه یادآوری نعمت‌ها از نظر روانشناسان کسب انرژی، چندین برابر شدن انگیزه و ایجاد تمرکز حواس است که از نظر روانی خود یکی از عوامل سلامت معنوی می‌باشد. (کاویانی، ۱۳۹۹، ص ۲۲۶)

۹- عقل‌گرایی:

عقل در لغت به معنای فهمیدن، دریافت کردن و بند پای بستن است. (معین، ۱۳۸۶، ۱۶۰۷/۲) عقل در تعبیری از آن به حجت درونی یاد می‌شود، یکی از عوامل سلامت معنوی می‌باشد زیرا به واسطه آن ادراک بهتر و صحیح تر انجام می‌پذیرد و به عنوان بازدارنده‌ای از آلودگی به افکار بیهوده و پلید عمل می‌کند. به موجب عقل و خردورزی انسان از سردرگمی نجات پیدا کرده و سیر دست‌یابی به سلامت معنوی قرار می‌گیرد.

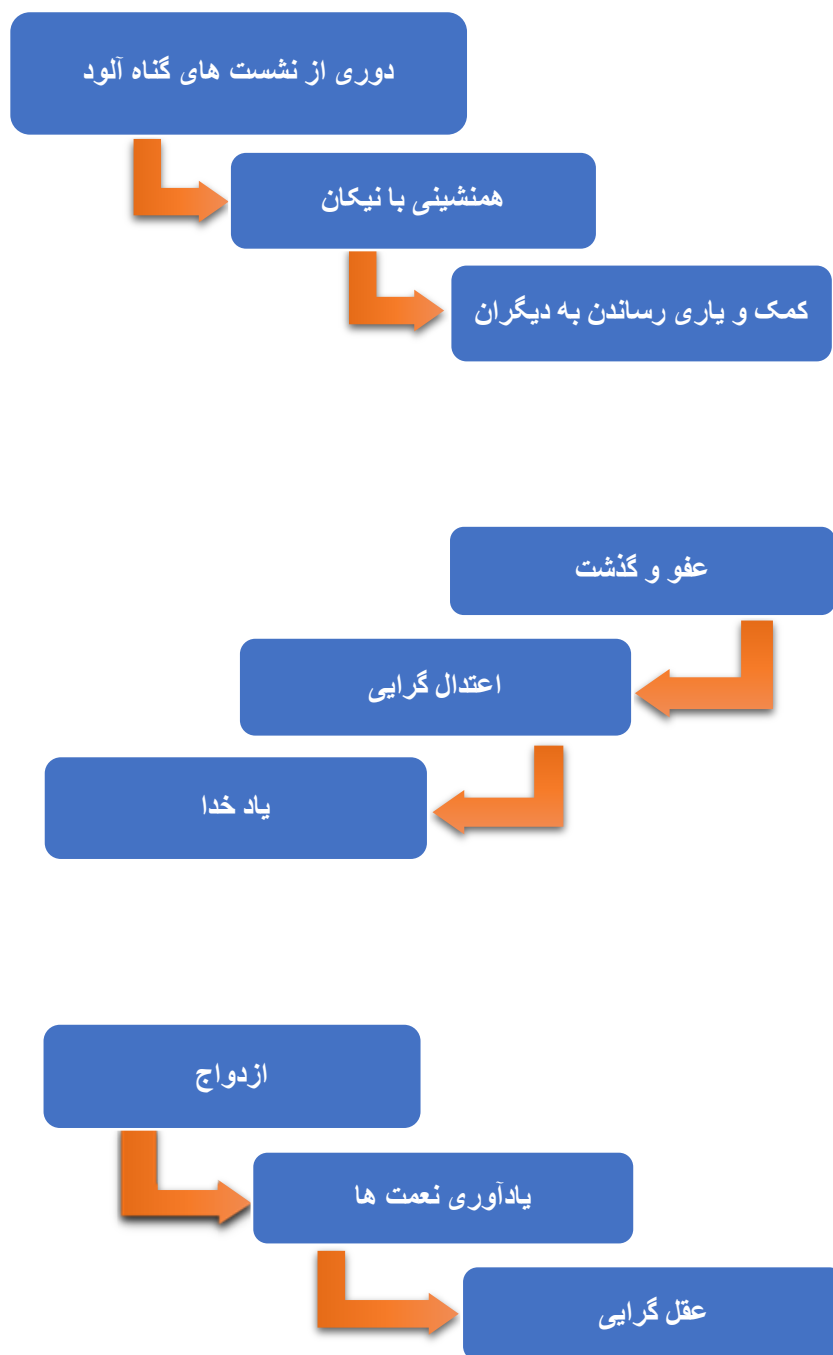
در اهمیت تفکر و تعقل حکمت ۱۳ نهج البلاغه اشاره دارد که «لَا مَالَ أَعُوذُ مِنَ الْعَقْلِ ... وَ لَا عَقْلَ كَالْتَدْبِيرِ ..» ثروتی سودمندتر از عقل ... و عقلی چون تدبیر نیست... در بیان دیگری از حضرت آمده است؛ «أَصْلُ الْعَقْلِ الْفِكْرُ وَ تَمَرُّهُ السَّلَامَةُ» (لیثی واسطی، ۱۳۷۶ش، ص ۱۲۱) اصل عقل فکر کردن و میوه آن سلامتی است.

تعقل به عنوان نقطه آغازین تکامل انسان و سیر به سوی معبود است. در علم روانشناسی عقل موجب بینش صحیح و واقع‌بینانه نسبت به وضعیت خود و دیگران شده که شخص به وسیله آن بین دنیای درون و بیرون تفاوت قائل می‌شود، استفاده از قدرت عقل سبب پختگی و به دنبال آن رسیدن به رضایتمندی درونی است. (موسوی و همکاران، ۱۳۹۶ش، ص ۲۶۱ و ۲۶۸)

نتیجه:

سلامت معنوی از موضوعات اساسی در سلامتی زندگی انسان است که در آن ارتباط و اعتماد او با یک منبع لایزال و قدرت بی‌نهایت مطرح است که حالت اطمینان، امنیت، آرامش و وضعیتی هدفمند و معنادار را به انسان می‌بخشد. سلامتی که همواره مورد تاکید و سفارش در معارف علوی و مورد توجه دانشمندان و روانشناسان قرار گرفته است، چون انسان موجودی دو بعدی است که توجه به سلامت روح و جسم وی هر دو حائز اهمیت می‌باشد. عوامل گوناگونی از منظرهای مختلف بر آن تاثیرگذار است. در این نوشتار با بهره‌مندی از منابع علوی و کتب روانشناسی مهمترین عواملی که بر اساس فرآیند اجرایی نقش ایفا می‌کنند مورد بررسی و تحلیل قرار گرفت.

عوامل موثر بر سلامت معنوی بر اساس فرآیند اجرایی در معارف علوی



منابع:

فرآن کریم

نهج البلاغه، شریف الرضی، محمد بن حسین، محقق / مصحح: صبحی صالح

ابن منظور، محمد بن مکرم، ۱۴۱۴ق، لسان العرب، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع - دار صادر - بیروت، چاپ: سوم

پارسا، محمد، ۱۳۹۲ش، روان‌شناسی یادگیری، تهران، نشر سخن

تمیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد، ۱۴۱۰ق، غرر الحکم و درر الکلم (مجموعه من کلمات و حکم الإمام علی علیه السلام)، دار الکتاب الاسلامی، قم، چاپ دوم

دزیزل، بدار و لامارش، لوک، ۱۳۸۴ش، روانشناسی اجتماعی و ترجمه حمزه گنجی، تهران، نشرساولان

سلیگمن، مارتین، ۱۳۸۹ش، شادمانی درونی، ترجمه مصطفی تبریزی و همکاران، تهران، دانژه

صانعی، مهدی؛ ۱۳۸۲ش، بهداشت روان در اسلام، بوستان کتاب، قم، چاپ اول

عباسی، محمود و همکاران، ۱۳۹۳ش، درآمدی بر سلامت معنوی، تهران، حقوقی، چاپ دوم

عزیزی، فریدون و همکاران، ۱۳۹۳ش، سلامت معنوی، چیستی، چرایی و چگونگی، تهران، حقوقی

کاویانی، محمد، ۱۳۹۹ش، روانشناسی در قرآن، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، قم، چاپ هفدهم

کوئینگ، هارولد جورج، ۱۳۸۶ش، آیا دین برای سلامتی شما سودمند است؟، مترجم بتول نجفی، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، چاپ دوم

لیثی واسطی، علی بن محمد، ۱۳۷۶ش، عیون الحکم و المواعظ، محقق / مصحح: حسین حسینی بیرجندی، قم، دار الحدیث

معین، محمد، ۱۳۸۶ش، لغت نامه معین، تهران، انتشارات ثامن، چاپ دوم

نوری، حسین بن محمد تقی، ۱۴۰۸ق، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ۲۸جلد، مؤسسه آل البيت علیهم السلام - قم، چاپ اول

هدفیلد، ژ. آ، ۱۳۷۴ش، اخلاق و روانشناسی، ترجمه علی پریور، تهران، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، چاپ سوم

ابوالقاسمی، محمدجواد، ۱۳۹۱ش، مفهوم شناسی سلامت معنوی و گستره آن در نگرش دینی، مجله اخلاق پزشکی، شماره؛ ۲۰، ۱۳۹۱ش، ص ۴۶-۵۷

ایروانی، جواد، ۱۳۸۴، خاستگاه مدارا و عفو از دیدگاه قرآن و حدیث، مجله الهیات و حقوق دانشگاه رضوی (آموزه های قرآنی)، شماره ۱۷

بو الهری، جعفر، ۱۳۸۹ش، ضرورت نهاده سازی مفهوم معنویت در سلامت، مجله اخلاق پزشکی، سال سوم، شماره ۱۴، ص ۱۱۲-۱۰۵

موسوی، سید غفور و همکاران، ۱۳۹۶ش، بررسی تطبیقی مفهوم عقل در منابع اسلامی، روان پزشکی و روان شناسی، مجله تحقیقات علوم رفتاری، شماره ۲، دوره ۱۵، ص ۲۶۱-۲۶۸