

نقش معناداری زندگی در سلامت روان با تکیه بر دیدگاه‌های امام سجاد علیه السلام

نسرین اشتیاقی راد^۱

زهره اخوان مقدم^۲

معصومه سادات حسینی میرصفی^۳

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۲/۱۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۴/۲۸

چکیده

معنا، مفهوم و هدف از زندگی پرسشی است که از زمان حضور انسان بر روی کره‌ی خاکی در ذهن او تداعی شده و همواره انسان به دنبال یافتن پاسخی مناسب برای این پرسش است. دین اسلام در قرآن کریم حیات حقیقی را از آن خداوند دانسته و هدف زندگی و معنا و مفهوم آن را رسیدن به قرب الهی معرفی کرده است و چنین بیان داشته است که همه موجودات بهره‌ای از آن حیات را دارا می‌باشند. جهان خلقت مظهر رحمت رحمانی پروردگار است و سیر الهی برای رسیدن به حیات طیبه تنها از طریق کمال ممکن می‌گردد و انسان به کمال نمی‌رسد مگر اینکه روح و روان او سالم بوده و زندگی‌اش با ایمان الهی سرشته باشد. امام سجاد علیه السلام به عنوان یکی از رهبران دینی-سیاسی مسلمانان از جمله کسانی است که بهره‌مندی از سلامت روان را مورد تأکید قرار داده و با تأسی به این مورد به سوی بارگاره الهی دست به دعا برداشته و با توجه به نعمت‌های الهی از جمله تندرستی از خداوند متعال سپاسگزاری نموده است. بر این اساس هدف اصلی مقاله حاضر بررسی نقش معناداری زندگی در سلامت روان با تکیه بر دیدگاه‌های امام سجاد علیه السلام است که به روش توصیفی-تحلیلی و به صورت کتابخانه‌ای جمع‌آوری شده است. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد معناداری زندگی بسته به عواملی مثل ایمان و عمل صالح و عوامل اخلاقی چون عفو و گذشت، خدمت و کارگشایی، مشورت کردن در امور، صدق و امانت، مدارا و مردم‌داری، نقدپذیری، مسئولیت و تعهد و غیره بر روی سلامت روان نقش‌آفرینی می‌کند. کرامت انسانی و اعتقاد به معاد و سرای آخرت که از ایمان نشأت می‌گیرند از جمله نقش‌های معناداری زندگی هستند که در سلامت روان انسان اثر گذارند.

کلیدواژه‌ها: امام سجاد علیه السلام، معنویت، سلامت روان، معناداری زندگی.

۱. دانشجوی دکتری علوم قرآن و حدیث، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲. دانشیار گروه علوم قرآن، دانشگاه علوم و معارف قرآن کریم، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

akhavan.mo@quran.ac.ir

۳. استادیار گروه علوم قرآن و حدیث، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

مقدمه

انسان با توجه به باورها، اعتقادات، افکار، اعمال و رفتارهایی که دارد، زندگی اش را در مسیر سعادت یا شقاوت قرار می دهد و به زندگی خود معنا و مفهوم می بخشد. این مفهوم عنوانی شناخته شده در علوم انسانی و دینی است که از زاویه های متعدد مورد بررسی و مطالعه قرار گرفته است. به طریقی که همه ادیان الهی حتی مکتب های زاده تفکر بشر را به خود مشغول کرده است. معناداری زندگی در جامعه ما نیز جایگاه ویژه ای یافته آنجا که در گفتمان ولایت نیز متبلور شده و مقام معظم رهبری بر آن اصرار فراوان داشته اند؛ بنابراین می توان گفت بحث از معناداری زندگی در عرصه ی فردی و اجتماعی، از مباحث بسیار ضروری در هر جامعه ای است. به عبارت دیگر هر جامعه ای زمانی ثمره ی جهان بینی خود را می تواند با دیگران به اشتراک بگذارد که دارای هدف و غایتی در زندگی خود باشد و معنای زندگی اش با باورها و ارزش هایش شکل گرفته باشد.

در بین جامعه شناسان اجتماعی وجود دارد مبنی بر اینکه دین یکی از منابع مهم معنابخشی به زندگی است. به نظر ماکس وبر تمام ادیان در طول تاریخ تلاش کرده اند تا نیاز به «معنی» را رفع کنند. هدف و کارکرد تمام ادیان و پیامبران درک پذیر ساختن جهان و معنا بخشیدن به زندگی از طریق خلق نظام های ارزشی بوده است.

از سوی دیگر معناداری زندگی ارتباط مستقیمی با سلامت روان فرد دارد و موضوع سلامت روان عمری به درازای معناداری زندگی دارد و از زمانی که بشر وجود داشته و به ویژه از زمانی که او زندگی اجتماعی را شروع کرده، مسئله ی سلامت روان نیز مطرح بوده است؛ چرا که انسان همواره سلامت خود را دوست می داشته، تمهیدات فراوانی را در پیش گیری از ابتلا به انواع بیماریها و گرفتاریهای روانی فراهم ساخته و جهت مقابله با فشارهای روانی بسیار تلاش کرده است.

البته چنانکه می دانیم سلامت روان واژه ای است که در بسیاری از موارد بیماری و اختلال را به اذهان نزدیک می سازد ولی در واقع معنای صوری و واقعی آن همان سلامت جسم و روان در ابعاد فردی و اجتماعی است. با این وصف انسان سالم و متعادل، کسی است که بتواند در زندگی خویش بین انتظارات و توان خود، تعادل پایدار و پویایی برقرار نماید چنانکه که در فرازی از صحیفه ی سجاده، امام سجاد علیه السلام چنین توازنی را در هنگام دعا برقرار نموده اند و از خداوند متعال به خاطر نعمت های داده و نداده شکرگزاری کرده و خداوند را صاحب اختیار و آگاه خوانده است:

«فَمَا أَذْرِي، يَا إِلَهِي، أَيُّ الْحَالَيْنِ أَحَقُّ بِالشُّكْرِ لَكَ، وَ أَيُّ الْوَقْتَيْنِ أَوْلَى بِالْحَمْدِ لَكَ؛ أَيُّ خدای من! کدام یک از این دو حال، برای سپاس‌گزاری به درگاهت سزاوارتر و کدام یک از این دو وقت، برای سپاس و ثنا به پیشگاهت شایسته‌تر است؟». (علی بن حسین علیه‌السلام، صحیفه سجادیه، دعای ۱۵، فراز ۱۲).

با توجه به توضیحاتی که داده شده و با توجه به عنوان مقاله سؤالاتی چند ذهن ما را به خود مشغول می‌کند که نیازمند بررسی بیشتری است از قبیل اینکه

- منظور از نقش معناداری زندگی در سلامت روان با تکیه بر دیدگاه‌های امام سجاد علیه‌السلام چیست؟

- منظور از سلامت روان چیست؟

- معناداری زندگی به چه معناست؟

- نقش معناداری زندگی در سلامت روان چیست و چه مواردی را شامل می‌شود؟

عنوان مقاله حاضر به‌روز بوده و پیشینه‌ی چندان درازی ندارد و مقاله‌ای که فقط به بحث در رابطه با معناداری زندگی در سلامت روان از دیدگاه امام سجاد علیه‌السلام پرداخته باشد نوشته نشده است. تنها مقاله‌ی نوشته شده در این راستا مقاله‌ی «نقش معناداری زندگی در بهداشت روان» می‌باشد.

کتاب «معناداری زندگی از دیدگاه ملاصدرا» (شارجیان، هاجر، ارشد ریاحی، علی، جهاد دانشگاهی واحد اصفهانی، ۱۳۹۴). این کتاب معناداری زندگی را در قالب مؤلفه‌های مختلف حیات از دیدگاه ملاصدرا دانشمند و فیلسوف شیعه‌مذهب مورد تحلیل و تبیین قرار می‌دهد.

کتاب «رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان» (مولایی، زینب، نشر فرزنانگان دانشگاه، ۱۳۹۸). با هدف بررسی رابطه سبک زندگی اسلام با سلامت روان نوشته شده که در مقاله‌ی حاضر بخشی از مطالب و مفاهیم آن مورد استفاده قرار گرفته است.

۱. مفهوم‌شناسی

۱-۱. معناداری زندگی

معناداری زندگی از ترکیب دو واژه معنا و زندگی با دو بار معنایی متفاوت تشکیل شده است. معنای لغوی واژه زندگی در لغت‌نامه دهخدا [ز/د/د] (حامص، ا) و به معنای زندگانی در مقابل مردگی آمده است (دهخدا، لغت-نامه دهخدا، ذیل واژه)، و اما واژه «معنا» اسم فارسی مأخوذ از تازی - مضمون و مراد و مقصود و اراده است و در زبان عربی اسم عربی مراد از کلام و مقصود از هر چیزی (نفیسی، فرهنگ نفیسی، ج ۵، ص ۳۱۴۵).

۱-۲. سلامت روان

سلامت روان از دو واژه‌ی سلامت و روان تشکیل یافته که هر یک معنای متفاوت از دیگری دارد سلامت در لغت به معنای، رهایی، خلاصی، آزادی، راستی و صحت و تندرستی و بی‌عیبی، شفا و خلاصی از بیماری آمده است مأخوذ از تازی و به معنای نجات و رستگاری نیز هست (همان، ج ۳، ص ۱۹۲۰) و در اصطلاح مقام امن را گویند که فرمود: «أَدْخُلُوهَا بِسَلَامٍ آمِنِينَ»؛ و «یا نَارُ کُونِي بَرْدًا وَ سَلَامًا» (فرهنگ لغات و اصطلاحات و تعبيرات عرفانی، ص ۴۷۴) و واژه‌ی روان به معنای جاری، رونده، نفس ناطقه، و جان روح حیوانی چنانکه در معراجیه شیخ مذکور است و روان از آن گویند که همیشه در حرکت فکری است، و در تحفه بضم را گفته (رشیدی، فرهنگ رشید، ص ۷۵۱) و به معنای جان و نفس ناطقه و روح باشد و به معنی محل جان که دل باشد هم گفته‌اند و بعضی گویند که مراد از روان نفس ناطقه است و از جان روح حیوانی (برهانف فرهنگ فارسی برهان قاطع، ص ۴۳۲) و در صحاح الفرس به دو معنی که اولی جان و محل جان و دومی به معنای رونده آمده است. (نخجوانی، صحاح الفرس، ص ۲۴۳).

طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی (WHO)، سلامت روانی یعنی حالتی از سلامتی است که فرد متوجه توانایی‌های خود می‌شود. (مولایی، رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان، ص ۲۱).

سلامت عمومی عبارت است از برخورداری از آسایش کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو. سلامت روانی به عنوان بخشی از سلامت عمومی عبارست است از قدرت تطابق با شرایط محیطی، داشتن عکس‌العمل مناسب در برابر مشکلات و حوادث زندگی است. فرد دارای سلامت روان به نظر آدلر روابط خانوادگی صمیمی و مطلوبی دارد و جایگاه خودش را در خانواده و گروه‌های اجتماعی به خوبی می‌شناسد. (همان، ص ۱۸).

۲. نقش معناداری زندگی در سایه‌ی سلامت روان با تکیه بر دیدگاه امام سجاد علیه‌السلام

اگر منظور از معناداری زندگی، هدف یا مجموعه اهدافی باشد که هر انسانی در زندگی دنبال می‌کند، این اهداف باید دارای ارزش ذاتی و شایسته باشند، تا کل زندگی معنادار تلقی شود. به عبارت دیگر، برای یافتن معنای زندگی صرفاً نمی‌توان به سطوح ابتدایی زندگی و اهدافی نظیر برآورده شدن غرایز و نیازهای مادی اکتفا نمود، زیرا اهداف مادی ارزش ذاتی ندارند و پایدار و ماندگار نیستند و تنها درجه‌ای ضعیف از معنا را برای زندگی انسان تأمین می‌کنند که به زندگی روزمره‌ی انسان معطوف است. از منظر الهیون تنها در صورتی اهداف مادی می‌توانند معنای اصیلی را به زندگی ببخشند که هماهنگ با خداوند باشند. (شارجیان و ریاحی، معناداری زندگی از دیدگاه ملاصدرا، ص ۷۸).

به طور کلی می‌توان گفت که مجموعه اهداف (مادی، معنوی و وجودی) و تلاش برای تحقق آن‌ها می‌تواند به زندگی انسان معنا دهد، ولی بر مبنای دیدگاه الهیون و فیلسوفان اسلامی نظیر ملاصدرا معنای اصیل زندگی که دارای ارزش ذاتی و شایسته باشد، عبارت است از مجموعه اهداف معنوی و وجودی که انسان به خاطر آن آفریده شده و به زندگی قدم گذاشته است. تحقیق این اهداف علاوه بر ارتقاء مراتب وجودی انسان، احساس رضایت و آرامش ذاتی، خوشبینی در زندگی و توجیه عقلانی صحیح برای تحمل دردها و رنج‌های زندگی دنیوی را به همراه خواهد داشت که مجموع این موارد سلامت روان فرد را به همراه خواهد داشت اما اگر زندگی فاقد معناداری، هدف و غایتی متعالی باشد هستی و زندگی انسان دچار پوچی شده و افسردگی و ناامیدی را با خود به همراه خواهد داشت. (همان، ص ۷۷؛ ر.ک به زرشناس، روان‌شناسی مدرن و حقیقت فراموش شده‌ی انسان، ص ۷۸).

این مهم را می‌توان از سیره و روش ائمه‌ی معصومین علیهم‌السلام درک کرد از جمله امام سجاد علیه‌السلام که با توجه به سختی‌هایی که در طول حیات مبارک‌شان متحمل شدند ولی با این حال هیچگاه در برابر ظالمان زمانه تسلیم نشدند و با وجود بیماری سختی که داشتند همواره روح و روان ایشان سلامت بوده و با دعاهای و نیایش‌های خویشتن راهنمای راه حق بوده‌اند. ایشان در دعاهای پانزده و بیست و سوم صحیفه‌ی سجادیه به مسئله‌ی سلامتی و تندرستی به طور خاص و سراسر صحیفه‌ی سجادیه به طور عام و همچنین سراسر روش زندگی ایشان در زندگی شخصی و اجتماعی‌شان بیانگر روح بلند و سلامت روان ایشان است.

در ادامه به برخی از نقش‌های مهم معناداری زندگی در سلامت روان از جمله ایمان، اخلاق، اعتقاد به معاد، کرامت انسانی از بُعد معنوی مورد تحلیل و بررسی قرار خواهد گرفت.

۱-۲. معناداری زندگی بر اساس ایمان به خدا و اثر آن در سلامت روان

خداوند سبحان انسان را از کمترین موجود آفرید و به سوی ملکوت اعلی سیر داد. از فرشتگانی سراپا مطیع محض، بالاتر برد و به خود نزدیک‌تر کرد و برای خلقتی این چنین، خود را ستود که: «فتبارک الله احسن الخالقین؛ آفرین باد بر خدا که بهترین آفرینندگان است». (مؤمنون: ۱۴). بنابراین ایمان به خدا و حس پرستش‌گری در همه دوران عمر انسان وجود داشته و دارد، زیرا «حس مذهبی» در نهاد و سرشت انسان جای دارد و از فطریات یا به تعبیری از تمایلات عالی انسان به حساب می‌آید. (عزیزی، انسان‌شناسی، ص ۲۰۶). پرستش‌خدای یگانه و ایمان قلبی نسبت به خدا از سلامت روان انسان نشأت گرفته و ارزش بسیار دارد و به زندگی انسان معنا و مفهوم می‌بخشد و بالعکس.

ایمان آن چیزی است که ثابت و استوار در قلب باشد (مجلسی، بحارالانوار، ج ۵۰، ص ۲۰۸) و آن، چیزی جز اعتقاد و باور بر توحید و یگانگی خدا نیست و اگر قلب انسان قلب سلیم باشد نور الهی در آن جای می‌گیرد. ایمان به معنای تصدیق (فراهیدی، العین، ج ۸، ص ۳۸۹)، جای گرفتن اعتقاد در قلب (طباطبائی، المیزان، ج ۱، ص ۴۵) و به معنای آرامش و اطمینان قلب و نبود ترس و تصدیق کردن آمده است. (فراهیدی، العین، ص ۵۶؛ جمعی از نویسندگان، دانشنامه کلام اسلامی، ص ۹۸) اهل نظر برای ایمان، تعاریفی ذکر کرده‌اند که میان آنها وجوه مشترکی هست؛ مانند «حالتی قلبی و روانی که در اثر دانستن یک مفهوم و گرایش به آن حاصل می‌شود و با شدت و ضعف هر یک از این دو عامل، کمال و نقص می‌پذیرد». (مصباح یزدی، آموزش عقاید، ج ۳، ص ۱۲۷) ایمان در اصطلاح، علمی است که به مرتبه قلب و وجدان رسیده و همراه با اطمینان، انقیاد و خضوع باشد. (خیمینی، شرح حدیث جنود عقل و جهل، ص ۸۸).

ایمان به عنوان هدف تمامی ادیان آسمانی، رکن اساسی در رساندن انسان به سعادت است. بنابراین، یکی از مهم‌ترین مسائل در معناداری زندگی مسئله ایمان است. گرچه نهال ایمان به زندگی رنگ و رویی زیبا می‌بخشد، آفت‌های روزگار مانع رشد آن می‌شود و تنها، حقیقت ایمان است که می‌تواند آن را از آسیب‌ها دور نگه دارد. در آیات فراوانی خداوند از آدمی خواسته که خود را به زیور ایمان بیاراید تا به وادی نور و سرور درآید. «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا آمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ...؛ ای کسانی که ایمان آورده اید، به خدا و پیامبر او بگروید...» (نساء: ۱۳۶). امام سجاد علیه‌السلام در دعای مکارم‌الاخلاق اولین چیزی که از خداوند درخواست کرد، کمال ایمان است: «ایمانم را به درجه کامل‌ترین ایمان برسان».

و امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: برای ابوذر دعائی بود که در آسمان معروف بود: «اللَّهُمَّ أَنِّي أَسْأَلُكَ الْإِيمَانَ بِكَ، وَ التَّصَدِيقَ بِبَيْتِكَ، وَ الْعَاقِبَةَ مِنْ جَمِيعِ الْبَلَاءِ، وَ الشُّكْرَ عَلَى الْعَاقِبَةِ، وَ الْغِنَى عَنْ شِرَارِ النَّاسِ؛ الهی از تو طلب ایمان به تو، و تصدیق به پیغمبرت، و عاقبت از تمام بلاها، و شکر بر عاقبت، و بی‌نیازی از شرار خلق، می‌کنم» (مجلسی، بحارالانوار، ج ۲۲، ص ۴۰۷، باب ۱۲، ح ۲۳).

۲-۱-۲. عامل تهدیدکننده‌ی ایمان در جوامع کنونی

الف) رسانه

دشمن با استفاده از وسایل ارتباط جمعی، رسانه‌ها و شگردهای تبلیغاتی به جنگ دین آمده است. شاید بتوان گفت یکی از مهم‌ترین عوامل ضعف ایمان جوانان امروز به دلیل تبلیغات گسترده‌ای است که در شبکه‌های ماهواره‌ای و یا شبکه‌های مجازی صورت می‌گیرد. در این شیوه اول سعی می‌شود تا ارزش‌های بومی و مذهبی

کم اهمیت جلوه داده شود «مغالطه‌ی کوچک‌نمایی» و از سوی دیگر مظاهر تمدن غرب ستوده شود و به عنوان الگوهای جذاب و متناسب با احساسات جوانان و مناسب جهت پیشرفت و توسعه معرفی شود «مغالطه‌ی بزرگ-نمایی» و همچنین رواج افراطی فرهنگ غربی در جوامع اسلامی به ویژه در میان نسل جوان همواره پیامدها و خطراتی داشته است و می‌تواند همه چیز را نابود کند و یکی از خطرناک‌ترین پیامدهای آن تضعیف عقاید و فرهنگ دینی و ایمان جوانان است. به طوری که آداب و سنن اصیل مذهبی به عنوان خرافات از جامعه حذف می‌شوند و باورهای دینی کم کم به فراموشی سپرده می‌شوند که کمترین پیامدش ترک نماز و روی آوردن به عقاید توخالی و رواج مذهب‌های نوظهور می‌باشد.

قرآن کریم بیان نموده است: «إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقِعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةَ وَالْبَغْضَاءَ فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدَّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ؟ مسلماً شیطان می‌خواهد با شراب و قمار، میان شما دشمنی و کینه [سخت] اندازد، و از یاد خدا و نماز بازتان دارد؛ آیا شما [از این امور با همه زیان‌ها و خطراتی که دارد] خودداری خواهید کرد؟» (مائده: ۹۱).

با توجه به آیه مطرح شده می‌توان گفت که امروز شیطان از طریق رسانه‌های غربی به دل و جان افراد و بخصوص نسل جوان نفوذ نموده و باعث تضعیف ایمان و سرگشتگی جوانان شده و سلامت روانی آن را به مخاطره انداخته است. (جمعی از نویسندگان، کتاب تبلیغ ۳ مدیریت سیاسی، ج ۲، ص ۵۴).

ب) فقر و محرومیت حاکم بر جامعه (فرجاد، آسیب‌شناسی اجتماعی و اقتصادی، ص ۱۱۲ - ۱۳۹؛ شیخاوند، آسیب‌شناسی اجتماعی، ص ۷۹-۸۶).

فقر و محرومیت بلا و آفتی است که بر عقیده و ایمان، اخلاق و رفتار، فکر و اندیشه فرد و خانواده و اجتماع تأثیر منفی می‌گذارد، سلامت روان او را دچار پریشانی کرده و مسیر حرکت جامعه را از اعتدال خارج می‌کند و منجر به پیدایش تبعیض طبقاتی می‌شود. انسان فقیر به دلیل فقر و محرومیت خصوصاً اگر در اطراف او افراد ثروتمند بی‌درد باشند به عدالت الهی شک می‌کند و به تدریج پایه‌های اعتقادی و اخلاقی او سست می‌شود. آنچنان که حضرت رسول صلی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرماید: «كاد الفقر أنْ يَكُونُ كُفْرًا؛ نزدیک است انسان فقیر کافر شود» (قمی، سفینه‌البحار، ماده فقر).

بسیاری از آسیب‌های اجتماعی، مفاسد و ناامنی نتیجه فقری است که نهان یا آشکار در جوامع وجود دارد. البته فقر و تنگدستی مجوزی برای روی آوردن به فساد و فحشا و کارهای زشت نیست، اما اثر قهری فقر آن چنان زیاد است که ابتدا عقیده انسان را سست و سلامت روان او را دچار دگرگونی می‌کند تا زمینه برای اقدام مجرمانه

فراهم شود. «زمانی که در اثر فقر پایه‌های ایمانی سست می‌شود و کمالات معنوی در انسان افول می‌کند، ارزش‌های انسانی و اصول اخلاقی در او کمرنگ می‌شود و انحراف، کج‌روی و کج‌اندیشی در او راه می‌یابد. با عقل مدهوش و سرگردان و احساس خود کوچک‌بینی چگونه می‌توان دارای ثبات شخصیت بود و بر مشکلات و مسائل فردی و اجتماعی فائق آمد و راه رشد و توسعه را پیمود. آثار فقر سبب می‌شود، آسایش و امنیت از جامعه رخت بر بندد و رفته رفته جامعه در جهل و عقب‌ماندگی غوطه‌ور گردد و عزت و مناعت طبع خود را از دست بدهد. در نتیجه زمینه برای استعمار، استضعاف و بردگی افراد جامعه فراهم می‌شود.» (علیخانی، آسیب‌شناسی جامعه و حکومت اسلامی در نهج‌البلاغه، شماره ۱۷، ص ۱۸۷).

امام سجاد علیه‌السلام در دعای سی‌ام صحیفه‌ی سجادیه در مورد رفع فقر چنین دعا می‌کند: «اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَآلِهِ، وَهَبْ لِي الْعَاقِبَةَ مِنْ دَيْنٍ تُخْلِقُ بِهِ وَجْهِي، وَيَحَارُ فِيهِ ذَهْنِي، وَيَشْعَبُ لَهُ فِكْرِي، وَيَطُولُ بِمُمَارَسَتِهِ شُغْلِي؛ خدایا! بر محمد و آلش درود فرست و مرا از وامی که به خاطر آن آبرویم را بریزی به سلامت دار؛ وامی که ذهنم را پریشان می‌کند و فکرم را پراکنده می‌سازد و کارم را در چاره کردن آن طولانی می‌کند.»

۲-۲. معناداری زندگی بر اساس اخلاق و اثر آن در سلامت روان

عنوان اخلاق، به حالات و کیفیات حاصله در نفس گفته می‌شود که به نوعی عادت و ملکه در روح و روان آدمی و در رفتارش ظهور نموده و بدون مشقت و رنج، آن حالت در مقام عمل تظاهر می‌نماید و سیمای خاصی را به جامعه یا فرد می‌دهد. (نوایی، «اخلاق اجتماعی، سرمایه‌ی معنویت دین»، ش ۹۵، ص ۶۹).

عامل اخلاقی، عملی است که در آن اگر ملاحظات سوداندیشانه، راه نداشته باشد و انسان تنها به سبب حکم وجدان الهی و فطری خویش، به آن متمایل شود در این حال، حتی از منافع و مطامع مادی خویش نیز درگذرد. به این ترتیب، خیر اخلاقی، واقعیتی از سنخ ارزش است که در برابر منفعت قرار می‌گیرد: «الَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا أُوتُوا وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقِ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ؛ کسانی که قبل از [مهاجران]، در [مدینه] جای گرفته و ایمان آورده‌اند، هر کس را که به سوی آنان کوچ کرده، دوست دارند، و نسبت به آنچه به ایشان داده شده است، در دل‌هایشان حسدی نمی‌یابند، و هر چند در خودشان احتیاجی [مبرم] باشد، آنها را بر خودشان، مقدم می‌دارند و هر کس از خست نفس خود، مصون ماند، ایشانند که رستگارانند» (حشر: ۹).

سبک زندگی مادی‌اندیشانه و دنیامدارانه، خواه‌ناخواه، وجدان اخلاقی انسان را رو به ضعف می‌برد و انسان به حیوانی درنده و خودخواه تبدیل می‌کند که از طریق دست‌اندازی به حقوق دیگران، منافع بیشتری را برای خود

طلب می‌کند. از این رو، جامعه‌ای که در آن اخلاق، حاکم نباشد، و با نظم اخلاقی، بیگانه باشد، ماهیت جنگل‌وار و حیوانی خواهد داشت. (جمشیدی، «شرح بند اخلاق و معنویت در بیانیه گام دوم/جهت‌بخش جهان انسان»، خبرگزاری مهر، ۱۳۹۸/۵/۱۶)

نقش معناداری زندگی در سلامت با تکیه بر اخلاق معنوی نمایان می‌شود، این مهم را می‌توان در سیره‌ی نبوی و ائمه‌ی اطهار علیهم‌السلام و در رأس آنها امام سجاد علیه‌السلام مشاهده کرد که در صحیفه‌ی سجاده‌ی اصل اخلاق را مورد تأکید قرار داده و می‌فرمایند: «اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ، وَبَلِّغْ يَأِيمَانِي أَكْمَلَ الْإِيمَانِ، وَاجْعَلْ يَقِينِي أَفْضَلَ الْيَقِينِ، وَآنتَهَ بَيْتِي إِلَى أَحْسَنِ النَّيَّاتِ، وَبِعَمَلِي إِلَى أَحْسَنِ الْأَعْمَالِ؛ خدایا! بر محمد و آلش درود فرست و ایمانم را به کامل‌ترین ایمان رسان و یقینم را برترین یقین قرار ده و نیتم را به بهترین نیت‌ها و عملم را به بهترین اعمال پایان بخش». (دعای بیستم، فراز اول، صحیفه سجاده‌ی، ترجمه انصاریان)

برخی از ویژگی‌های اخلاقی مؤثر در سلامت روان عبارتند از:

۲-۲-۱. عفو و گذشت

در روابط اجتماعی، گاهی برخوردهای تند یا ظلم و جفاهایی از سوی دیگران پیش می‌آید؛ چه به صورت عمد، یا خطا. برخورد کینه‌توزانه و انتقام‌جویانه، وضعیت ملتهب پیش می‌آورد و بذر دشمنی و نزاع می‌افشانند و قلب انسان را کِدر می‌سازد. اما گذشت کردن و عفو، آب سردی بر روی شعله‌های دشمنی و کینه‌توزی است و مایه الفت و دوستی می‌گردد و دشمنی‌های دیرینه را از بین می‌برد. عفو، خصلتی ارزنده است و از روحیه‌های بالا و بزرگ‌سرمی‌زند. قرآن کریم از ویژگی مؤمنان راستین، «کظم غیظ» و فرو خوردن خشم و گذشت از مردم یاد می‌کند: «وَالكَاطِمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ» (آل عمران: ۱۳۴) و به مؤمنان دستور می‌دهد که عفو کنند: «وَلْيَعْفُوا وَلْيَصْفَحُوا، أَلَا تُحِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ؛ باید عفو کنند و بگذرند. آیا دوست ندارید که خداوند هم شما را ببخشد» (نور: ۲۲). کسی که انتظار عفو و بخشایش از خداوند دارد، خودش هم باید اهل گذشت باشد. گرچه انسانی که مورد بدی و ستم قرار گرفته است، حق مقابله به مثل دارد، ولی گذشت بهتر است. (محدثی، اخلاق (متن آموزش اخلاق فردی و اجتماع)، ص ۱۲۵)

۲-۲-۲. خدمت و کارگشایی

در زندگی اجتماعی، کمک به هم‌نوعان و خدمت به محرومان، نشانه وجود «روح انسانیت» و «سلامت روان» در آن جامعه و افراد است. بعضی تنها «خود» را می‌خواهند و دوست دارند فقط برای رفاه و آسایش خود کار کنند. بعضی هم لذتشان در خدمت به هم‌نوعان است.

فرهنگ «اهتمام به امور مسلمین» که در روایات ما مطرح است تشویق به همین خدمت و کارگشایی است. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود: «مَنْ أَصْبَحَ لَا يَهْتَمُّ بِأُمُورِ الْمُسْلِمِينَ فَلَيْسَ مِنَ الْإِسْلَامِ فِي شَيْءٍ وَ مَنْ شَهِدَ رَجُلًا يُنَادِي يَا لَلْمُسْلِمِينَ فَلَمْ يُجِبْهُ فَلَيْسَ مِنَ الْمُسْلِمِينَ؛ هر کس صبح کند، در حالی که به امور مسلمانان بی اعتنا و بی اهتمام باشد، بهره‌ای از اسلام نبرده است و هر کس شاهد باشد که کسی مسلمانان را به کمک فرا می خواند، اما پاسخی به او ندهد، از مسلمانان نیست». (محدثی، اخلاق (متن آموزش اخلاق فردی و اجتماع)، ص ۱۳۳؛ مجلسی، بحار الانوار، ج ۷۲، ص ۲۱؛ کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۱۶۳)

۲-۲-۳. صدق و امانت

برای داشتن جامعه‌ای رو به رشد و روابطی سالم و اطمینان بخش، مهم ترین مسأله «صدق» و «امانت» است. راستگویی، درست کرداری و امین بودن، جوی از اعتماد را ایجاد می کند که به رشد اجتماعی کمک می نماید و بدون آن، کارها سست و قراردادهای نامطمئن و قول و قرارها متزلزل خواهد بود. (محدثی، اخلاق (متن آموزش اخلاق فردی و اجتماع)، ص ۱۴۹).

جایگاه ارزشی این دو صفت، آن قدر والا و حساس است که در روایات آمده است معیار مسلمانی و ایمان شخص، صدق و امانت اوست، نه نماز و رکوع و سجودش! امام صادق علیه السلام می فرماید: «لَا تَعْتَرُوا بِصَلَاتِهِمْ وَ لَا بِصِيَامِهِمْ فَإِنَّ الرَّجُلَ رَبَّمَا لَهَجَ بِالصَّلَاةِ وَ الصَّوْمِ حَتَّى لَوْ تَرَكَهُ اسْتَوْحَشَ وَ لَكِنْ اخْتَبَرُوهُمْ عِنْدَ صِدْقِ الْحَدِيثِ وَ آدَاءِ الْأَمَانَةِ؛ فریب نماز و روزه آنان را نخورید، چرا که شخص چه بسا به نماز و روزه عادت کرده باشد که اگر ترک کند دچار وحشت شود، لیکن آنان را با راستگویی و امانت داری امتحان کنید». (کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۱۰۴ و ۱۰۵).

۲-۲-۴. مشورت و رایزنی

مشورت، بهره گیری از علم و فهم و تجربه دیگران است که دانایند و نظر مشورتی آنان می تواند ما را در تصمیم گیری بهتر و دقیق تر، یاری کند و از خطاهای ما بکاهد. «استبداد به رأی» ناپسند است. افراد خودرأی می پندارند آنچه را خودشان می فهمند و تصمیم می گیرند، درست ترین فهم و تصمیم است و به خاطر غروری که دارند، خود را بی نیاز از نظر و تجربه و راهنمایی دیگران می بینند و مستبدانه عمل می کنند. قرآن کریم از مسلمانانی به نیکی یاد می کند که کارشان شورایی است: «وَ أَمْرُهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ؛ امورشان در بینشان به مشورت نهاده می شود» (شوری: ۳۸) و از پیامبر خدا صلی الله علیه و آله می خواهد که با مردم در کار مشورت کند و چون تصمیم گرفت، بر خدا توکل کند: «وَ شَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ...؛ در کارها با آنان مشورت کن» (آل عمران: ۱۵۹).

هیچ کس از مشورت ضرر نمی‌کند، در کارهای بدون مشورت، خطا و بیراهه و نقص بسیار است که این از توصیه‌های پیامبر خدا صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ به امیر مؤمنان علیه‌السلام است زمانی که وی را به یمن اعزام کردند.

۲-۲-۵. مدارا و مردم‌داری

مردم‌داری و مدارا از جلوه‌های حسن خلق و رفتار شایسته با دیگران است. برخی از اخلاق‌های تند و بدگویی و تند زبانی و انتقاد و پرخاش، مردم را از دور انسان فراری می‌دهد. صفاتی مانند گذشت، ایثار، بخشش، نرمش، و زبان خوش و اخلاق کریمانه، مردم را جذب و جلب می‌کند. مدارا خودش نمونه‌ای از مردم‌داری در رفتار است و خصمت گذشت و بزرگواری را نشان می‌دهد. کسانی که در ارتباط با مردم اند و کارشان مردمی است، بیش از دیگران باید اهل مدارا و صلح و مردم‌داری و گذشت باشند. خداوند درباره رفتار پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ با مردم می‌فرماید: «فِيمَا رَحِمَهُ مِنَ اللَّهِ لَئِن لَّهُمْ، وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ؛ به سبب رحمتی از جانب خدا بود که برای مردم نرم خوش‌شده‌ی و اگر خشن و سنگدل بودی از دور و بر تو پراکنده می‌شدند» (آل‌عمران، ۱۵۹). این اخلاق نیک و نرم و متواضعانه، جلوه‌ای از مداراست. مدارا به عنوان یک تکلیف اخلاقی است. (محدثی، اخلاق (متن آموزش اخلاق فردی و اجتماع)، ص ۱۶۵).

۲-۲-۶. نقدپذیری

هیچ کس بی‌عیب نیست. گاهی حرف‌ها و عمل‌های انسان خطا و ضعف دارد. اگر کسی از روی خیرخواهی عیوب و کاستی‌های او را بگوید و او هم منصفانه بپذیرد و درصدد رفع عیوب و جبران خطاها باشد، گامی به جلو برداشته است، چرا که مقدمه کمال، اصلاح عیوب و جبران ضعف‌هاست. پذیرش پند و موعظه و انتقاد دیگران نیاز به «تواضع» دارد. افراد مغرور و متکبر و خودخواه، حاضر نیستند هیچ انتقادی را بپذیرند و همیشه همراه با عیوب و نقایص خویش به سر می‌برند، چنین افرادی هیچ‌گاه به سرمنزل مقصود نمی‌رسند و از سلامت روان سودی ندارند، امام صادق علیه‌السلام فرمود: «أَحَبُّ إِخْوَانِي إِلَيَّ مَنْ أَهْدَى إِلَيَّ عُيُوبِي؛ محبوب‌ترین برادرانم نزد من کسی است که عیب‌های مرا به من اهدا کند» (حرانی، تحف‌العقول، ص ۳۶۶).

۲-۲-۷. مسئولیت و تعهد

یکی از نقش‌های معناداری زندگی مسئولیت و تعهد است که در سلامت روان فرد مؤثر است. در تعالیم اجتماعی اسلام «مسئولیت‌شناسی» جایگاه مهمی دارد. انسان نسبت به نیک و بد جامعه و آنچه در اطراف او می‌گذرد مسئول است. مردم و حکومت، وظیفه متقابل نسبت به هم دارند. آحاد جامعه نسبت به عملکرد هم حق نظارت و راهنمایی دارند. این مسئولیت گاهی به صورت «امر به معروف و نهی از منکر» مطرح است، یا به شکل‌های دیگر.

در روایات است که: هر کس صبح کند، در حالی که به امور مسلمانان اهمیت ندهد و به فکر نباشد، مسلمان نیست. (کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۱۶۳).

از آنجا که صلاح و فساد جامعه، بر فرد و خانواده او هم اثر مثبت یا منفی دارد، نمی‌تواند نسبت به آن بی‌تفاوت باشد و بگوید: «به من چه». دعوت به نیکی و بازداشتن و نهی از بدی، جزء واجبات دینی است. دو فریضه امر به معروف و نهی از منکر از فروع دین است و در ردیف نماز و روزه و جهاد بر هر مسلمان واجب است، لیکن به صورت «واجب کفایی». این تکلیف، حسّ مسئولیت و تعهد اجتماعی را نشان می‌دهد. قرآن کریم در آیات مختلف بر آن تأکید دارد. (محدثی، اخلاق (متن آموزش اخلاق فردی و اجتماع)، ص ۱۱۰).

۲-۳. معناداری زندگی بر اساس اعتقاد به معاد و اثر آن در سلامت روان

«معاد» یک واژه‌ی عربی و دارای معانی مختلفی از جمله بازگشتن، زمان برگشت و مکان بازگشت می‌باشد (راغب اصفهانی، مفردات، ج ۱، ص ۸۹۷)، درباره معنای لغوی معاد ملا عبدالرزاق لاهیجی چنین بیان می‌کند: «بدان که لفظ معاد در لغت به معنی رجوع و بازگشتن انسان است و مراد از معاد در شرع بازگشتن انسان است، بعد از موت به حیات، و به جهت یافتن جزاء عملی که پیش از موت از او صادر شده باشد از نیک و بد». (لاهیجی، گوهر مراد، ص ۵۹۵).

ایمان به حیات پس از مرگ یکی از اصول اعتقادی اسلام می‌باشد که هر مسلمانی به آن معتقد می‌باشد و از سویی دیگر حکمت و عدل خداوند و خلقت جهان، تنها با وجود معاد معنا می‌یابد و اثبات می‌شود و از آنجایی که آیین مقدس اسلام دعوت خود را روی سه اصل گذاشته که اعتقاد به معاد، سومی آن‌هاست. چنانکه اگر کسی در معاد تردید داشته باشد مانند کسی است که توحید و نبوت را نپذیرد و داخل در حریم دین نشده است و از جرگه مسلمین بیرون است. (طباطبایی، تفسیرالمیزان، ص ۵۸).

اعتقاد به معاد در زندگی بشری، از مسائل بنیادی در انتخاب و شیوه زیستن به حساب می‌آید و به عبارتی به زندگی انسان معنا و مفهوم می‌بخشد، زیرا تعیین کننده نوع رفتار و کردار انسان است و قسمت اعظم رفتار انسان به نوع نگاه او نسبت به این مسئله سامان می‌یابد (محمدی و رمضان، «تأثیر معادباوری در شخصیت انسان از دیدگاه قرآن و روایات»، ص ۳۳؛ محمدی، «پایان‌نامه سبک زندگی در حوزه تعاملات اجتماعی از دیدگاه قرآن و حدیث»، ص ۱۵۶)، و شخص معتقد به معاد از لحاظ دینی از سلامت روان برخوردار است چون به دنیای پس از مرگ اعتقاد دارد و بسیاری از اصول و مقررات دینی و انسانی خود را با هدف رسیدن به آخرتی مطلوب تنظیم می‌کند.

امام سجاد علیه السلام لایه لای دعاهای خود به این اصل نیز پرداخته است که باور به آن یکی از راه‌های رسیدن انسان به فلاح و رستگاری است. «آنچه را از متاع نابود شدنی دنیا از من گرفتی همان را در خزانه‌های پایداریت برایم ذخیره کن و آنچه از توشه ناچیز دنیا به من داده‌ای و هر متاعی از آن که در همین دنیا به من عطا فرموده‌ای وسیله رسیدن به جوار خود و پیوستن به مقام قرب و سبب رسیدن به بهشت قرار ده» (دعای ۳۰، صحیفه سجادیه).

۲-۳-۱. رسیدن به آرامش روحی و روانی

اعتقاد به معاد و روز رستاخیز و زندگی ابدی نه تنها در تهذیب نفس و اخلاص قلوب و پرورش اخلاق و پاک‌ی اعمال مؤثر می‌باشد بلکه در بهبود حال انسان در همین زندگی دنیایی نیز اثرگذار است و سلامت روان او را به دنبال دارد. مهم‌ترین چیزی که انسان از آن رنج می‌برد نگرانی‌هایی است که در اثر از دست رفتن فرصت‌ها حاصل می‌شود اغلب این نگرانی‌ها عمدتاً از احساس پوچی و بی‌هدف بودن زندگی و احساس نداشتن پناهگاه در هنگام بروز مشکلات طاقت‌فرسا می‌باشد که تصویر وحشتناک مرگ و ترس از آینده جهان و آینده زندگی فردی را در فرد بوجود می‌آورد اما انسانی که به زندگی پس از مرگ ایمان دارد کمتر دچار این اضطراب و پریشانی احوال می‌شود و امید به آینده و زندگی جاویدان در آن جهان که توأم با آرامش و عدالت می‌باشد به این نگرانی‌های شخص پایان می‌دهد. (مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ص ۴۱۱).

قرآن کریم درباره شادابی شخص معتقد به معاد چنین می‌فرماید: «وَجُوهٌ يَوْمَئِذٍ نَّاصِرَةٌ * إِلَىٰ رَبِّهَا نَاظِرَةٌ؛ در آن روز (قیامت) چهره‌هایی شاداب هستند که امید و انتظار رحمت پروردگارشان را دارند.» (قیامت ۲۲-۲۳).

بنابراین انسان معتقد به معاد، همیشه در جهان هستی خوش‌بین است نه بدبین؛ و از آینده نگرانی و اضطراب و تشویش خاطر ندارد، بلکه همیشه مبتهج است و روحش مملو و سرشار از شادمانی است.

قرآن کریم در آیه‌ای دیگر اشاره‌ی لطیفی در این زمینه دارد، آن‌جا که می‌فرماید: «أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ * لَهُمُ الْبُشْرَىٰ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ؛ آگاه باشید! [دوستان و] اولیای خدا، نه ترسی دارند و نه غمگین می‌شوند... در زندگی دنیا و در آخرت، شاد [و مسرور] اند...» (یونس: ۶۲ تا ۶۴).

ایمان به معاد تقوای الهی را یادآور می‌شود و در نتیجه محاسبه و مراقبه را در پی دارد. مراقبه این است که انسان بداند کسی هست که همواره مراقب اوست و از احوال درون و بیرون او آگاه است و توجه به این مهم سبب می‌شود که انسان در یک حالت بیدار باش قرار بگیرد و بداند که هر کاری که در این دنیا انجام می‌دهد روزی با عدل الهی محاسبه خواهد شد بنابراین در انجام کارهای نیک و بد خود بیشتر توجه کرده و در نتیجه خود را آزاد

مطلق تلقی نداند و به سرای آخرت ایمان بیاورد. (اوسطی، سیمای تقوا پیشگان، ص ۲۳؛ راغب اصفهانی، المفردات، ص ۲۲۵).

وقتی اجتماعی از ارزش‌های خود فاصله بگیرد و زندگی‌اش چیزی جز تکرار مکررات نباشد نمی‌تواند از تمایلات جنسی و کشمکش‌های درونی و عوامل مهیج بیرونی که وسوسه‌های شیطانی را به همراه دارد و زمینه‌ساز آسیب‌پذیری است جلوگیری نماید، معناداری زندگی با اعتقاد به معاد که یکی از اصول اساسی دین است تضمین‌کننده‌ی سلامت روان افراد می‌باشد و از جمله نقش معناداری زندگی در سلامت روان با اعتقاد بر معاد در زندگی اشخاص موارد زیر را در برمی‌گیرد:

۲-۳-۲. رشد و پرورش فضائل اخلاقی در جامعه

از آثار مهم اجتماعی ایمان به معاد این است که فضائل اخلاقی در جامعه‌ی انسان‌های معتقد به معاد به خوبی رشد می‌کند و به بالاترین کمال خود می‌رسد. انسان یک موجود مرکبی است از فرشته‌خویی و حیوانیت، که اگر به غرائز و امیال سرکش حیوانی میدان بدهد از چهارپایان هم پست‌تر و فروتر خواهد شد: «أَوْلَيْكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أَوْلَيْكَ هُمُ الْغَافِلُونَ؛ آنان همانند چهارپایان بلکه گمراه‌ترند. [آری]، آنها همان غافل‌ماندگانند.» (اعراف: ۱۷۹).

و اگر فرشته‌خویی و مایه‌های انسانی و فضائل اخلاقی را در وجود خود تقویت و نیرومند کند آنها را تربیت نماید از ملک و فرشته هم برتر و بالاتر می‌شود. بنابراین معتقدین به معاد، این حقیقت را درک می‌کنند که روزی فرا می‌رسد که برای اعمالشان حساب و کتابی است که برای اعمال نیکشان جزای نیک و رضوان الهی است. انسان‌هایی که دارای چنین نگرشی باشند، جامعه‌ای سرشار از فضائل اخلاقی و معنویت را برای خود به ارمغان می‌آورند، روح و روانی سالم و امیدوار خواهند داشت؛ زیرا اعتقاد به یوم‌الحساب می‌تواند امیال غرائز انسان را مهار و تعدیل کند؛ به گونه‌ای که انسان در آن خلوت‌گاهی که هیچ موجود زنده‌ای حضور ندارد هم دست به جنایت و معصیت و خیانت نمی‌زند. و شاید از همین روست که خداوند در آیه دوم سوره قیامت به نفس لوامه (قیامت: ۲) اشاره کرده است و به گفته‌ی برخی از مفسرین مراد از آن وجدان اخلاقی می‌باشد (قرآنی، تفسیر نور، ج ۱۰، ص ۳۰۴) که انسان را در رسیدن به فضایل اخلاقی یاری می‌رساند و باعث رشد و پرورش فضایل اخلاقی در او می‌شود.

اعتقاد به معاد، نگرش انسان را به دنیا تغییر می‌دهد و شخص معتقد به معاد دنیا را به عنوان وسیله‌ای برای رسیدن به اهداف والای انسانی و حیات جاویدان اخروی می‌داند. اما کسی که هدف اصلی و نهایی‌اش در زندگی، دنیا و

رسیدن به مادیات دنیوی باشد و روحش با زیبایی‌های دنیا مأنوس شده باشد چنین شخصی حاضر نیست مطامع دنیوی را رها کرده و به دنبال اعمال ابدی باشد طبق آیه قرآنی که می‌فرماید: «نه این چنین نیست که شما کفار می‌پندارند که قیامت نیست و انکار قیامت به خاطر آن است که شما این دنیای زودگذر را بسیار دوست می‌دارید و آخرت را رها کرده‌اید.» (قیامت: ۲۰-۲۱).

۲-۴. معناداری زندگی بر اساس کرامت انسانی و اثر آن در سلامت روان

کرامت و مردانگی صفت برجسته و ارزشمندی است که به یک اجتماع زنده آبرو می‌بخشد. بزرگواری و کرامت نفس در برخورد با دیگران خصیصه آزاد مردانی است که از روی فتوت و جوانمردی اندیشه محرومان را در سر می‌پروراند و مهرشان را در دل، زندگی بدون حضور چنین فرزانه‌گانی نه لذت دارد نه زیبایی. جامعه‌ای که از جوانمردی خالی باشد غبار مرگ بر چهره‌اش نشسته است. این سجه و خصلت عملی ریشه در درون و اندیشه دارد و از آنجا به رفتار و معاشرت و برخوردها سرایت می‌کند (محدثی، اخلاق معاشرت، ص ۱۴۷).

کرامت انسانی یعنی ایثار و گذشت، عفو و مدارا، بخشندگی و نوازش، صبوری و تحمل، همت بلند و حسن خلق، یکرنگی و وفاداری، صداقت و دلجویی است که رابطه‌ی معناداری با سلامت روان دارد (همان، ص ۱۴۹).

کرامت انسانی یکی از نقش‌های معناداری زندگی را جلوه‌گر می‌کند که هم در زندگی شخصی و هم در زندگی اجتماعی سلامت روان فرد و جامعه اثرگذار است و لذا نیازمند تبیین و تحلیل است بر این اساس ابتدا کرامت انسانی را با توجه به مسائل دینی و از نگاه قرآن و ائمه‌ی معصومین علیهم‌السلام مورد بررسی قرار داده و سپس به تبیین رابطه‌ی معناداری زندگی در سلامت روان پرداخته خواهد شد.

معنای مشترک کرامت در میان همه‌ی ادیان و در سطح بین‌الملل عبارت است از پاک بودن از آلودگیها و عزت و شرف و کمال مخصوص به آن موجود که کرامت به آن نسبت داده می‌شود (راعی، «معنا و مبناشناسی کرامت انسانی؛ با نگاهی بر کرامت سیاسی در آموزه‌های قرآنی»، ص ۵). در دین اسلام دو نوع کرامت برای انسان‌ها بیان شده است که عبارتند از: کرامت ذاتی و کرامت اکتسابی؛ کرامت ذاتی همه‌ی انسانها مادامیکه با اختیار خود به جهت ارتکاب خیانت و جنایت بر خویشان و بر دیگران آن کرامت را از خود سلب نکنند از این صفت شریف برخوردارند؛ کرامت ارزشی است که از بکار انداختن استعدادها و نیروهای مثبت در وجود آدمی و تکاپو در مسیر رشد و کمال و خیرات ناشی می‌گردد. این کرامت اکتسابی و اختیاری است که ارزش نهایی و عالی انسانی مربوط به همین کرامت است (همان، ص ۷) به طوری که امروزه با عنوان یکی از اهداف اصلی در سبک زندگی در جامعه‌ی روانشناسی مطرح شده است و در بسیاری موارد حفظ کرامت به عنوان ارزشمندترین روش

زندگی محسوب گردیده که در مواردی افراد را از بسیاری گناهان و انحطاط اخلاقی باز داشته است و روح و روان او را پاک ساخته و سلامت روانش را تضمین می کند و در سیره نبوی و زندگی بزرگان دین به آن تأکید فراوان شده است.

۲-۴-۱. نقش معناداری زندگی و آزادی اجتماعی افراد جامعه با تکیه بر سلامت روان در اثبات نقش تحقق معناداری زندگی اسلامی و آزادی اجتماعی که در جهت حفظ کرامت انسانی افراد جامعه صورت می گیرد و در نهایت منجر به سلامت روان می شود، می توان از نظرات استاد مطهری بهره گرفت. استاد مطهری درباره آزادی چنین بیان می کند:

«یکی از اقسام آزادی، آزادی اجتماعی می باشد. آزادی اجتماعی یعنی بشر باید در اجتماع از ناحیه سایر افراد اجتماع، آزادی داشته باشد، دیگران مانعی در راه رشد و تکامل او نباشند، او را محبوس نکنند به حالت یک زندانی در نیاورند که جلو فعالیتش گرفته شود، دیگران او را استثمار نکنند، استخدام نکنند، استبعاد نکنند یعنی تمام قوای فکری و جسمی خود او را در جهت منافع خودشان به کار نگیرند؛ این را می گویند آزادی اجتماعی و به عبارت دیگر آزادی اجتماعی انسان است از قید و اسارت افراد دیگر (خسروپناه، روزنامه - اعتماد ملی - به نقل از سایت باشگاه اندیشه «www.bashgah.net») استاد این نوع از آزادی را یکی از اهداف انبیا معرفی می کند و در این باره می فرماید: یکی از هدف هایی که انبیا داشته اند این بوده است که به بشر آزادی اجتماعی بدهند یعنی افراد را از اسارت و بندگی و بردگی نجات بدهند» (همان).

در واقع کلمه آزادی به تنهایی نشان از سلامت روان انسان دارد در این باره می توان به بحث آزادی جنسی در جامعه اشاره نمود که ارتباط مستقیم با حفظ سلامت روانی افراد جامعه دارد و با توجه به معناداری زندگی در جامعه اسلامی و حفظ سلامت روان می توان به این نوع از آزادی به صورت مثبت پاسخگو بود.

به عبارتی دیگر می توان گفت آزادی جنسی یکی از زیرمجموعه های آزادی اجتماعی به حساب می آید که غربی ها با این وسیله به بی بند و باری مردم آن سرزمین رونق دادند و برای عقلانیت آن به توجیحات فلسفی و روانشناختی تمسک جستند ولی این اشتباهی بود که منشا چنین خطا و اشتباه، بی توجهی به پیامدهای آن بود. استاد مطهری در این باره چنین بیان می کند که:

«اشتباه فریود و امثال او در این است که پنداشته اند تنها راه آرام کردن غرایز، ارضا و اشباع بی حد و حصر آنها است. اینها فقط متوجه محدودیت ها و ممنوعیت ها و عواقب سوء آنها شده اند و مدعی هستند که قید و ممنوعیت، غریزه را عاصی و منحرف و سرکش و ناآرام می سازد، طرحشان این است که برای ایجاد آرامش این غریزه، باید

به آن آزادی مطلق داد... اینها توجه نکرده‌اند که همانطور که محدودیت و ممنوعیت گزینه را سرکوب و تولید عقده می‌کند، رها کردن و تسلیم شدن و در معرض تحریکات و تهیجات درآوردن آن را دیوانه می‌سازد و چون امکان ندارد همه خواسته‌های بی‌پایان یک فرد برآورده شود گزینه بدتر سرکوب می‌شود و عقده روحی به وجود می‌آید به عقیده ما برای آرامش گزینه دو چیز لازم است یکی ارضای گزینه در حد حاجت طبیعی و دیگری جلوگیری از تهییج و تحریک آن.» (مطهری، مساله حجاب، ص ۱۲۰-۱۱۹).

مثال فوق یقیناً پیامدهای منفی فراوانی دارد که باعث نزول سلامت روان افراد جامعه خواهد شد و فراد را دچار بحران روحی خواهد نمود لذا در جهت بهبود شرایط موجود می‌توان به جنبه‌ی معنوی و نقش سازنده‌ی معنابخشی زندگی اسلامی در گسترش و بسط این مقوله توجه نمود.

۲-۴-۲. تحقق معناداری زندگی و برخورداری از امتیازات اجتماعی به طور عادلانه

یکی از لوازم معناداری زندگی مبتنی بر سلامت روان این است که همه انسان‌ها از حقوق عادلانه و مساوی در حیات اجتماعی برخوردار باشند و افراد جامعه با حفظ کرامت انسانی در کنار هم زندگی کنند و به شهروند درجه یک و درجه دو در جامعه تبدیل نشوند و گروه‌بندی بین آنها ایجاد نگردد و همه در برخورداری از حقوق اجتماعی یکسان شمرده شوند و تبعیض و طبقات اجتماعی و برتری دادن گروهی بر گروه دیگر وجود نداشته باشد از دیدگاه تفکر قرآنی خداوند پیامبران را مأمور ساخت تا قوانین عادلانه‌ای برای تنظیم روابط انسان‌ها وضع نمایند (بقره: ۱۹۹). هرگونه صفت ناروا، چون عصبیت غیرمنطقی و خشونت‌طلبی درباره متولیان دین و مسلمانان راستین مخالف صریح آیات قرآن و سیره مسلمین است؛ زیرا اسلام تأکید دارد مسلمانان در زندگی اجتماعی با کفار و اهل کتاب تا زمانی که دست به سلاح نبرند، تعامل سالم داشته باشند و با آنان براساس قسط و عدل رفتار نمایند (ممتحنه: ۹؛ یدالله‌پور، «مرگ ترحم‌آمیز (اتانازی ارادی فعال) از دیدگاه قرآن»، ش ۱، ص ۶۵-۵۶؛ جوادی آملی، حق و تکلیف در اسلام، ۲۹۵).

پیامبر از ناحیه خداوند سبحان که به مصالح فردی و اجتماعی بشر آگاه است قوانین و سنن عادلانه‌ای وضع و تشریح می‌نماید و آن را با اعتقاد به خدا و معاد و فضائل اخلاقی محکم می‌گرداند، تا انسان‌ها بدانند افزون بر وجدان که قاضی و حاکم درونی است حاکم قاهر دیگری نیز اعمال آنان را شاهد و ناظر است و حیات انسان به زندگی دنیا محدود نمی‌شود، بلکه حیات واقعی او در زندگی اخروی است. به هر حال یکی از حقوق اساسی انسان‌ها که لازمه حفظ سلامت روان است برخورداری از امتیازات اجتماعی به‌طور مساوی و عادلانه است (حجرات: ۱۳). و به تعبیری «اسلام دینی است که همه مردم را مانند برادرانی پشتیبان یکدیگر قرار داده است و

کسی را برده دیگری یا گروهی را برتر از گروهی دیگر قرار نداده است و همه انسان‌ها از هر جنس و نژاد را برابر و مساوی یکدیگر قرار داده است» (یدالله‌پور، «مرگ ترحم‌آمیز (اتانازی ارادی فعال) از دیدگاه قرآن»، ش ۱، ص ۵۰؛ زحیلی، القیم الانسانیة فی القرآن‌الکریم، ص ۸) و این تساوی انسان‌ها در گوهر انسانیت و کرامت ذاتی، تساوی انسان‌ها در قابلیت نیل به سعادت جاوید و کسب ارزش‌ها و کرامت اکتسابی است. در نظام حقوقی اسلام اصل تساوی حقوقی و قانونی افراد، صرف‌نظر از هر نوع تبعیض نژادی، زبانی، قومی، ملی، تاریخی پذیرفته شده است و تنها دو استثنا بر آن مشاهده می‌شود که هر دو، از توجه به واقعیت و اصل عدالت ناشی می‌گردد. اولین استثنا که از واقع‌نگری ناشی می‌شود مربوط به حقوق ذاتی، اولیه و تغییرناپذیر انسان‌ها؛ یعنی برخی تفاوت‌های حقوقی بین زن و مرد است و دومین استثنا که از اصل عدالت‌خواهی سرچشمه می‌گیرد مربوط به حقوق اکتسابی، ثانویه و تحول‌پذیر انسان‌هاست. (همان). همان‌گونه که گفته شد انسان‌ها در دیدگاه اسلام صاحب کرامت‌اند و همه در برابر قانون مساوی‌اند و قانون نسبت به حقوق و تکالیف آنها بی‌هیچ امتیاز و تبعیضی اجرا می‌گردد و نیز همه انسان‌ها فارغ از ویژگی‌های شخصی، فردی، ملی، تاریخی و نژادی دارای حقوقی یکسانند و چنین منش، روش و تفکری موجبات سلامت روان جامعه را فراهم می‌سازد.

در زندگی اسلامی هرگونه عملی که به شخصیت افراد لطمه وارد کند ممنوع است. غیبت، تجسس، عیب‌جویی، مسخره کردن، طعنه زدن، سخن‌چینی کردن، تهمت از مواردی است که به آبروی انسان محترم زیان می‌رساند و به باور بسیاری از فقها، حتی نمی‌توان نسبت به کافران غیر محارب این‌گونه رفتار نمود؛ یعنی کفار ذمی، معاهد و مهادن، مال و جان و آبرویشان محترم است (مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ۸-۳)، چه رسد به مسلمان و مؤمنی که در جوار هم‌زندگی می‌کنند.

۲-۴-۳. نقش معناداری زندگی در سلامت روان با توجه آزادی اراده

اراده واژه‌ی عربی است که از لفظ «رود» گرفته شده، (جوهری، صحاح اللغة، ج ۱، ص ۴۷۸) برخی اربابان لغت اراده را به طلب و اختیار معنا کرده‌اند و برخی اراده را با مشیت مترادف دانسته‌اند. (همان) دهخدا نیز معادل اراده در زبان فارسی را خواستن، خواسته، میل و قصد کردن دانسته است (دهخدا، لغت‌نامه، ج ۱، ص ۱۶۰۵). به طور کلی می‌توان گفت لغت‌شناسان اراده را طلب، اختیار و مشیت معنا کرده‌اند.

در اهمیت واژه‌ی اراده همین بس که در قرآن کریم چند مرتبه به آن قسم خورده است: «وَنَفْسٍ وَ مَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَ تَقْوَاهَا قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا؛ سوگند به نفس و آن کس که آن را درست

کرد، سپس پلیدکاری و پرهیزگاری اش را به آن الهام کرد، که هر کس آن را پاک گردانید، قطعاً رستگار شد و هر که آلوده اش ساخت، قطعاً در باخت» (شمس: ۷-۱۱).

با توجه به تفاسیر صورت گرفته از این آیه چنین بر می آید که خداوند ارزش و عظمت تزکیه نفس را با عظمت خورشید و ماه برابر دانسته و شاید این آیه نشان دهنده آن است که رستگاری در سایه ی تهذیب ممکن می شود (قرائتی، تفسیر نور، ج ۱۰، ص ۴۹۸).

بنابراین اراده انسان هر چقدر هم آزاد باشد باز هم باید با عمل شخص همراه باشد و یکی از نشانه های عمل با اراده این است که جسم و روح با هم هماهنگ باشند. عملی که انسان انجام می دهد اگر از روی اراده و شوق باشد و مبنای آن هم درست باشد، جسم نسبت به آن عمل پایبند و استوار است. زیرا کار با شوق و علاقه و از روی اراده با این شوق و علاقه بر مبنای ارکان وجودی انسان است. آنچه شرع حکم می کند، حکم عقل نیز هست؛ و بالعکس هر چه عقل حکم کند، حکم شرع هم هست.

وقتی انسان بر مبنای اراده حقیقی، عملی انجام دهد، جسم ثبات دارد و از این روست که گاهی افراد حرفه ای می زنند و چون دل با زبان یکی نیست، این حرفها ثبات هم ندارد. چنانچه دروغ، اهانت و یاوه گویی و غیره چون همگونی معنوی بین جسم و روح نیست، لذا حرفه ایی از این قبیل قابل توجه هم نیستند.

۲-۴-۴. نقش معناداری زندگی در سلامت روان و تأثیر فرهنگ بر افراد جامعه

جامعه ی اسلامی به مثابه ی یک گفتمان در حوزه ی فرهنگی بر اساس موازین شرعی نازل شده از سوی دین و کتاب آسمانی هیچ وقت در صدد از بین بردن فرهنگ های دیگر نبوده است به طوری که برای سایر اقوام جهت الهی را نشان می دهد و وجود تنوع و تکثر را یکی از نشانه های الهی برمی شمارد که انسان ها را در گروه ها و قبایل گوناگون خلق کرده است (حجرات: ۱۳). خداوند متعال با فرستادن پیامبران و ائمه ی اطهار علیهم السلام و تشریح ادیان، نخستین کسی است که اقدام به فرهنگ سازی و نهادینه سازی باورها و ارزش های صحیح در انسان ها نموده است. هدف قرآن و دیگر کتاب های آسمانی نیز، هدایت مردم به حق و سعادت و دور کردن آنان از خرافه ها و جهالت هاست. در نخستین آیات نازل شده بر پیامبر نیز به مسئله فرهنگ سازی و تعلیم و تربیت ربوبی اشاره شده است. (علق: ۱ تا ۵؛ رضازاده جویباری، «راهبردها و روش های نهادینه سازی فرهنگ قرآن بر پایه گرایش فطری انسان به کمال و زیبایی»، ص ۴۲) و حفظ کرامت انسانی جزء فرهنگ اسلامی محسوب می گردد و همانطور که بیان شد کرامت به دو صورت ذاتی و اکتسابی می باشد و فرهنگ هر جامعه ای نشان دهنده ی ارزش اجتماعی و معنوی کرامت در آن جامعه می باشد. بنابراین از جمله مواردی که سبب حفظ کرامت انسانی در افراد جامعه می -

شود عوامل فرهنگی می‌باشد که بر اساس معناداری زندگی ایجاد می‌شود مانند کمک کردن به هم‌نوعان، احترام به هم‌نوع، قدردانی از زحمات یکدیگر، گذشت، فداکاری و غیره که سلامت روان فرد و جامعه‌ی صاحب کرامت را با خود به همراه می‌آورد (مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی (ره)، «ویژگیهای فقه اهل بیت علیهم‌السلام و نقش آن در حمایت از حقوق شهروندی»، ش ۱۵۴، ص ۳۰-۱۵؛ جعفری، حقوق و علوم سیاسی، ش ۲۷، ص ۹۸-۷۶).

نتیجه‌گیری

با توجه به مطالب گفته شده چنین نتیجه می‌گیریم که منظور از معناداری زندگی، هدف و غایتی است که انسان به سوی آن هدف حرکت می‌کند و نوع هدف و راهی که انسان برای رسیدن به هدفش انتخاب می‌کند رابطه‌ی مستقیمی با سلامت روان او دارد در اسلام و قرآن و همچنین در دیدگاه ائمه‌ی معصومین علیهم‌السلام هدف از زندگی رسیدن به قرب الهی است که با ایمان و عمل صالح ممکن می‌شود و همچنین نیازمند عوامل اخلاقی چون عفو و گذشت، خدمت و کارگشایی، مشورت کردن در امور، صدق و امانت، مدارا و مردم‌داری، نقدپذیری، مسئولیت و تعهد و غیره است.

یکی دیگر از نقش‌های معناداری زندگی را در صفات اخلاقی چون کرامت انسانی مشاهده می‌کنیم که معنایی در سطح بین‌الملل دارد و عزت و شرافت انسانی را در برمی‌گیرد، کسانی که از کرامت انسانی برخوردارند اغلب افراد با روح و روان سالم هستند که در راه انسانیت قدم برمی‌دارند.

از دیگر نقش‌های معناداری زندگی به مسئله‌ی معاد و آخرت که یکی از ارکان اصلی دین است اشاره شد، اعتقاد به معاد و روز رستاخیز اعتقادی است که از ایمان نشأت گرفته. شخص مؤمن به معاد اغلب عدالت‌خواه و آینده‌نگر است، سعی در رسیدن به آرامش روحی و روانی خود دارد و همواره تلاش می‌کند که فضایل اخلاقی را در جامعه گسترش دهد و همین امر هم به مرور باعث ایجاد سلامت روانی در جامعه می‌شود.

لازم به توضیح است که هر چند تلاش کردیم مقاله‌ی حاضر را در راستای سرفصل اصلی موضوع پیش ببریم اما متأسفانه به دلیل کمبود منابع در راستای موضوع اصلی چندان موفقیتی حاصل نشد اما باینحال به تطبیق موضوع پرداخته و سعی کردیم با ارتباط دادن موضوعات مختلف در راستای سلامت روان و معناداری زندگی با بهره‌گیری از منابع دینی از جمله قرآن کریم و صحیفه‌ی سجادیه به هدف مقاله برسیم

در نهایت امید داریم که در آینده مقالات و کتاب‌های بیشتری در راستای موضوع معناداری زندگی در سلامت روان از دیدگاه ائمه‌ی معصومین علیهم‌السلام نگاشته شود و در اختیار علاقمندان قرار گیرد و این مقاله نیز مورد توجه و استفاده‌ی خوانندگان عزیز قرار بگیرد.

منابع

علاوه بر قرآن و صحیفه سجادیه (ترجمه انصاریان)

الف) کتب فارسی

۱. اوسطی، حسین، سیمای تقوا پیشگان، تهران: نشر مشعر، ۱۳۸۳.
۲. خسرو پناه، عبدالحسین، آسیب‌شناسی جامعه دینی، تهران: پژوهشگاه فرهنگ و معارف، ۱۳۸۴.
۳. جوادی آملی، عبدالله؛ خلیلی، مصطفی، حق و تکلیف در اسلام، قم: اسراء، ۱۳۸۴.
۴. برهان، محمدحسین، فرهنگ فارسی برهان قاطع، ج ۱، تهران: نیما، ۱۳۸۰.
۵. دهخدا، علی‌اکبر، لغت‌نامه دهخدا، مؤسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، ۱۳۷۷.
۶. خمینی، روح‌الله، شرح حدیث جنود عقل و جهل، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی، ۱۳۸۲.
۷. رشیدی، عبدالرشید بن عبدالغفور و عباسی، محمد. فرهنگ رشیدی، ۲، بدون تاریخ، تهران: کتابفروشی بارانی.
۸. زرشناس، شهریار، روان‌شناسی مدرن و حقیقت فراموش شده‌ی انسان، نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها، دفتر نشر معارف، ۱۳۹۲ هـ.ش.
۹. شارجیبیان، هاجر، ارشد ریاحی، علی، معناداری زندگی از دیدگاه ملاصدرا، جهاد دانشگاهی اصفهان، ۱۳۹۵.
۱۰. عزیزی، مصطفی، انسان‌شناسی، تهران: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها، معارف، ۱۳۹۸.
۱۱. فرجاد، محمد حسین، آسیب‌شناسی اجتماعی و اقتصادی، نشر علم، ۱۳۷۸.
۱۲. قرائتی، محسن، تفسیر نور، بی‌نا، موسسه در راه حق وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۳۷۴ ش
۱۳. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، تهران: دارالکتب الاسلامیه، چاپ چهاردهم، ج ۱۷، ۱۳۷۴.
۱۴. مولایی، زینب، رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان، نشر فرزندگان دانشگاه، ۱۳۹۸.
۱۵. محدثی، جواد، اخلاق (آموزش اخلاق فردی و اجتماعی)، قم: نورالسجاد، ۱۳۹۲.
۱۶. _____، اخلاق معاشرت، قم: بوستان کتاب، چاپ: ۲۱، ۱۳۸۸.
۱۷. مطهری، مرتضی، مسأله حجاب، تهران: صدرا، ۱۳۹۶.

۱۸. معروف، یحیی، فرهنگ لغات و اصطلاحات معروف، تهران: یادواره کتاب، ۱۳۸۶.
 ۱۹. مصباح، یزدی، محمدتقی، آموزش عقاید، قم: نشر بین الملل سازمان تبلیغات اسلامی، چ هفدهم، ج ۳، ۱۳۷۹.
 ۲۰. نخجوانی، محمد بن هندوشاه، صحاح الفرس، به کوشش دکتر عبدالعلی طاعتی، تهران: بنگاه ترجمه و نشر کتاب، خ [ج].
 ۲۱. نفیسی، علی اکبر، فرهنگ نفیسی، ج ۵، تهران: خیام، بی تا.
- ب) کتب عربی
۱. حرانی، ابن شعبه، تحف العقول عن آل رسول الله، تهران: قم، ۱۳۶۲ ش.
 ۲. راغب اصفهانی، حسین ابن محمد، المفردات فی الفاظ قرآن، ترجمه غلامرضا خسروی، تهران: انتشارات مرتضوی، ۱۳۶۲.
 ۳. طباطبایی، محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن، ترجمه سید محمد باقر موسوی همدانی، ج ۱، ۱۳۶۱.
 ۴. فراهیدی، خلیل بن احمد، العین، قم: هجرت، ۱۴۰۹ ق.
 ۵. قمی، شیخ عباس، سفینه البحار مدینه الحکم والآثار، قم: اسوه، ۱۳۵۹ ق.
 ۶. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، تهران، دارالکتب الإسلامیه، ۱۴۰۷ ق.
 ۷. مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، جلد ۹۷، نشر اسلامی، ۱۳۸۶.
 ۸. محمدی - ولایتی، سجاد - علی اکبر، ملا عبدالرزاق فیاض لاهیجی، نشر امیر کبیر. کتابهای جیبی، ۱۳۹۳.
 ۹. (ج) مقالات و فصلنامهها
 ۱۰. جمعی از نویسندگان، «مجموعه مقالات دومین همایش مردم سالاری دینی»، قم: دفتر نشر معارف، ۱۳۸۸.
 ۱۱. جمعی از نویسندگان، «تبلیغ ۳ مدیریت سیاسی»، جامعه مدرسین حوزه علمیه قم: رمضان، ۱۴۲۴ هـ.ق.
 ۱۲. جمشیدی، مهدی، «شرح بند اخلاق و معنویت در بیانیه گام دوم/جهت بخش جهان انسان»، خبرگزاری مهر، ۱۶ مرداد ۱۳۹۸.
 ۱۳. جوهری، اسماعیل بن حماد، صحاح اللغة، ج ۴، بیروت - لبنان: دارالعلم للملایین، ۱۴۰۴/۱۹۸۴ م.
 ۱۴. رضازاده جویباری، علی، «راهبردها و روش های نهاده سازی فرهنگ قرآن بر پایه گرایش فطری انسان به کمال و زیبایی»، فصلنامه پژوهشی قرآن شناخت، سال یازدهم، شماره دوم، پیاپی ۲۱، ۱۳۹۷.

۱۵. راعی، مسعود، «معنا و میناشناسی کرامت انسانی؛ با نگاهی بر کرامت سیاسی در آموزه‌های قرآنی»، اصفهان: واحد نجف آباد دانشگاه آزاد اسلامی، شماره دوم، پاییز و زمستان ۱۳۹۳.
۱۶. زحیلی، وهبه بن مصطفی، القیم الانسانیه فی القرآن الکریم، دمشق: دارالمکتبی، ۱۴۲۰ق.
۱۷. شیخاوند، «آسیب‌شناسی اجتماعی»، تهران، ۱۳۵۰.
۱۸. علیخانی، علی اکبر، «آسیب‌شناسی جامعه و حکومت اسلامی در نهج البلاغه»، فصلنامه علوم سیاسی، سال پنجم، شماره ۱۷، بهار ۱۳۸۱.
۱۹. محمدی، روح‌الله، رضانی، زهرا، «تأثیر معادباوری در شخصیت انسان از دیدگاه قرآن و روایات»، نشریه قرآنی کوثر، شماره ۶۴، بهار و تابستان ۱۳۹۸.
۲۰. محمدی، روح‌الله، «پایان‌نامه سبک زندگی در حوزه تعاملات اجتماعی از دیدگاه قرآن و حدیث»، ۱۳۹۵.
۲۱. مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی (ره)، «ویژگیهای فقه اهل بیت علیهم السلام و نقش آن در حمایت از حقوق شهروندی»، نشریه معرفت: قاسم علی صداقت، شماره ۱۵۴، ۱۳۸۹.
۲۲. محمدتقی جعفری، «حق کرامت انسانی» حقوق و علوم سیاسی، ش ۲۷، ص ۹۸-۷۶.
۲۳. نوایی، علی اکبر، «اخلاق اجتماعی، سرمایه‌ی معنویت دین»، نشریه پژوهش‌های اجتماعی اسلامی، مرداد و شهریور ۱۳۹۱، شماره ۹۵.
۲۴. یدالله پور، محمدهادی، «مرگ ترحم‌آمیز (اتانازی ارادی فعال) از دیدگاه قرآن»، فصلنامه علمی وکیل-زاده، رحیم، «کرامت انسان در حقوق اسلام»، فصلنامه علمی-ترویجی علوم اسلامی، سال دوم، شماره پنجم، بهار ۱۳۸۶.