

## Re-examination of the active interaction between God and man in the face of disasters and its role in spiritual health

### ARTICLE INFO

#### Article Type

Analytical Review

#### Authors

Farzad Dehghani<sup>1\*</sup>,  
Muhammad Mustafaei<sup>2</sup>

#### How to cite this article

Farzad Dehghani, Muhammad Mustafaei, Study of Wife and Fetus Alimony with Emphasis on the Nature of Medicine and its Rules in the Holy Quran And Imami Jurisprudence, Journal of Quran and Medicine. 2020;5(1):128-137.

1. Assistant Professor, Department of Quran and Hadith, Faculty of Theology, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran. (Corresponding Author)
2. Assistant Professor, Department of Quran and Hadith, Faculty of Theology, Hakim Sabzevari University, Sabzevar, Iran.

#### \* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: f.dehghani@hsu.ac.ir

#### Article History

Received: 2020/02/29

Accepted: 2020/06/05

ePublished: 2020/06/20

### ABSTRACT

**Purpose:** Suffering and critical situations are an integral part of human life and the type of dealing with it and its management, has a direct impact on spiritual health and other aspects of human health. The present study seeks to find out what active interaction one should have with God in the face of suffering. And what is the relationship between each of these interactions and spiritual health?

**Materials and Methods:** The present research has been done in a descriptive-analytical manner that data collection was done by documentary method and using library resources and data analysis was performed by qualitative method (interpretive and logical analysis).

**Findings:** Findings indicate that the type of exposure to critical situations plays an important role in weakening and strengthening spiritual health. people who have spiritual health and, consequently, mental, social, and physical health, not only maintain their relationship with God in crises but also deepen this relationship by establishing constructive interaction with Him. Some of the most important active interactions in the face of suffering are patience, perseverance with asking for forgiveness, supplication, prayer, striving for the meaning of suffering, believing in the sufficiency of God in crises, believing in the necessity of testing with suffering, having a sense hope and give alms.

**Conclusion:** Maintaining the principle of relationship with God and deepening it in the light of active interaction with Him in crises is the best way to get out of critical situations by maintaining and promoting spiritual health. The use of constructive interactions strengthens the spiritual health of the suffering person to attain the “good life” (ḥayātan ṭayībah) in the Qur'an, and the good life is the same as complete health with the rule of spiritual health.

**Keywords:** God, Active interaction, Suffering, Critical situations, Spiritual health.

## باز کاوی تعامل فعال بین خدا و انسان در مواجهه با بلایا و نقش آن در سلامت معنوی

فرزاد دهمقانی<sup>\*۱</sup>

استادیار، گروه علوم قرآن و حدیث، دانشکده الهیات، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران. (نویسنده مسؤل)

محمد مصطفایی<sup>۲</sup>

استادیار، گروه علوم قرآن و حدیث، دانشکده الهیات، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران.

### چکیده

**هدف:** رنج و شرایط بحرانی جزو لاینفک زندگی انسان است و نوع مواجهه با آن و مدیریتش، تأثیر مستقیمی بر سلامت معنوی و دیگر ابعاد سلامت انسان دارد. پژوهش حاضر به دنبال این است که در مواجهه با رنج چه تعامل فعالی باید با خداوند داشت؟ و رابطه هر یک از این تعامل‌ها با سلامت معنوی چگونه است؟

**مواد و روش‌ها:** تحقیق حاضر به صورت توصیفی - تحلیلی انجام شده است که گردآوری داده‌ها با روش اسنادی و استفاده از منابع کتابخانه‌ای و تحلیل داده‌ها، با روش کیفی (تحلیل تفسیری و منطقی) انجام گرفت.

**یافته‌ها:** یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که نوع مواجهه با شرایط بحرانی در تضعیف و تقویت سلامت معنوی نقش به سزایی دارد. افرادی که از سلامت معنوی و به تبع آن، سلامت روانی، اجتماعی و جسمانی برخوردارند، نه تنها در بحران‌ها ارتباط خود با خداوند را حفظ کنند بلکه ضمن برقراری تعاملی سازنده با او، این ارتباط را تعمیق می‌بخشند؛ برخی از مهمترین تعامل‌های فعال در مواجهه با رنج عبارتند از: صبر، استقامت توأم با طلب آموزش، تضرع، دعا، تلاش برای معناداری رنج، اعتقاد به کفایت خداوند در بحران‌ها، اعتقاد به وجوب امتحان توأم با رنج، داشتن حس امیدواری و صدقه دادن.

**نتیجه‌گیری:** حفظ اصل ارتباط با خداوند و تعمیق آن در پرتو تعامل فعال با او در بحران‌ها، بهترین نسخه برای برون رفت از شرایط بحرانی با حفظ و ارتقای سلامت معنوی است. کاربری انواع تعامل سازنده، سلامت معنوی شخص مبتلا به رنج را برای وصول به حیات طیبه قرآنی تقویت می‌کند و حیات طیبه همان سلامت کامل با حاکمیت و محوریت سلامت معنوی است.

**واژه‌های کلیدی:** خداوند، تعامل فعال، رنج، شرایط بحرانی، سلامت معنوی.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۱۲/۱۰

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۳/۱۶

\*نویسنده مسؤل: f.dehghani@hsu.ac.ir

### مقدمه

ماهیت زندگی و لازمه آن با رنج و سختی عجین شده است، به گونه‌ای که انسان از بدو تولد تا وفات با انواع بلاها و دردها مواجهه می‌شود. از آنجایی که انسان دارای ابعاد چهارگانه سلامت جسمانی، روانی، اجتماعی و معنوی است، نوع مواجهه با بلاها، بر ابعاد چهارگانه سلامت با محوریت سلامت معنوی تأثیر می‌گذارد. اگر سلامت معنوی در یک فرد کامل باشد باتباع ابعاد دیگر سلامت او تقویت می‌شود و بالعکس در صورت ضعف سلامت معنوی، سلامت روانی، اجتماعی و در نهایت به سبب تأثیر مستقیم بعد روانی بر سلامت جسمانی، بعد جسمانی نیز با آسیب همراه می‌شود. در شرایط رنج و بحرانی تعامل سازنده و حفظ اصل ارتباط و تعمیق راه‌های ارتباطی با خداوند، می‌تواند پناهگاه امن، برای فرد مبتلا به رنج باشد، به گونه‌ای که با تأمین و تقویت سلامت معنوی، سلامت ابعاد دیگر را تأمین کند، از طرفی مواجهه مخرب نیز به همان میزان می‌تواند با تضعیف سلامت معنوی، ابعاد دیگر سلامت فرد را با آسیب‌های جدی مواجهه کند. از آنجایی که ذات رنج و مؤلفه‌های شرایط بحرانی به طور مستقیم و در وهله اول بر سلامت معنوی فرد مبتلا تأثیر می‌گذارد، به گونه‌ای که یا باعث نابودی کامل بعد معنوی می‌شود و فرد مبتلا به سبب شدت رنج، معنا و معنویت را انکار می‌کند یا تضعیف سلامت معنوی و یا تقویت می‌شود، همچنین شرایط بحرانی می‌تواند معنویت را برای افراد فاقد این بعد سلامت، روش سازد، همان‌طور که می‌فرماید: «فَإِذَا رَكِبُوا فِي الْفَلَكِ دَعَاؤُ اللَّهِ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ فَلَمَّا نَجَّاهُمْ إِلَى الْبَرِّ إِذَا هُمْ يُشْرِكُونَ» (عنکبوت ۵۶/۵)؛ و هنگامی که بر کشتی سوار می‌شوند، خدا را پاکدلانه می‌خوانند، و [لی] چون به سوی خشکی رساند و نجاتشان داد، بناگاه شرک می‌ورزند. بر این اساس پژوهش حاضر با ابزار گردآوری کتابخانه‌ای - اسنادی و روش تجزیه و تحلیل، تحلیل محتوایی کیفی (توصیفی - تحلیلی) به دنبال پاسخ به این سؤالات است که در مواجهه با رنج چه تعامل فعالی باید با خداوند داشت؟ رابطه هر یک از این تعامل‌ها با سلامت معنوی چگونه است؟

در مورد ادبیات پیشینه باید افزود که آثار گوناگونی با کلید واژه سلامت معنوی وجود دارد و هر کدام از زاویه‌ای به پژوهش پرداخته‌اند، از جمله مقاله «نقش سلامت معنوی بر بهداشت روانی انسان» از؛ موسوی لطفی، سیده مریم و همکاران، چاپ شده در مجله: دانش و تندرستی، تابستان ۱۳۸۹ش، دوره ۵، شماره ویژه نامه ششمین کنگره اپیدمیولوژی ایران؛ از صفحه ۲۰۴ تا صفحه ۲۰۴ که یافته‌های پژوهش حاکی از آن است، نیايش با خدا یکی از حقایق بسیار پر معنا و سازنده جنبه‌های مثبت انسانی و از اساسی - ترین عوامل رشد و تعالی انسان است، ولی از این منظر که به مؤلفه - های تعامل فعال بین خدا و انسان در مواجهه با بلایا و نقش آن در سلامت معنوی پرداخته شود، نوشتار حاضر دارای نوآوری بوده و بی‌پیشینه است.

پژوهش حاضر با روش کتابخانه‌ای - اسنادی و تجزیه و تحلیل به صورت تحلیل محتوایی کیفی (توصیفی - تحلیلی) به سرانجام رسیده است.

### سلامت معنوی

طی چند دهه‌ی اخیر توجه چشمگیری به موضوع معنویت در مراکز علمی معتبر دنیا شده است و مقالات زیادی در این زمینه به چاپ رسیده است. تعداد مقالات چاپ شده با عنوان معنویت در سالهای ۱۹۰۰ تا ۱۹۵۹ از سه هزار و هشتصد و سه مقاله، به هشت هزار و صد و نود و سه مقاله فقط طی سالهای ۲۰۰۰ تا ۲۰۰۶ رسیده است که این نشان از یک جهش سریع در چاپ مقالاتی با این عنوان می‌باشد (۱). سلامت معنوی به عنوان یکی از ابعاد سلامت و شاید مهم‌ترین آن‌ها، در کنار بعد جسمی، اجتماعی و روانی توسط سازمان بهداشت جهانی تعریف شده است (۲). «سلامت معنوی» به عنوان یکی از ابعاد سلامتی در کنار یا پیوند؛ سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی مطرح شده است (۳). مهم‌ترین بعد انسان بعد معنوی اوست

مانند کبد گردد (۱۱). براساس آیه فوق‌الذکر انسان در مشقت و سختی آفریده شده است (۱۲)؛ هر چند شأن نزولی برای انسان مذکور بیان شده است (۱۳)؛ ولی قول صحیح متناسب با سیاق، جنس بودن انسان است (۱۴).

بنابراین «کبد» در معنای درد و رنج پر فشار و محرک به سوی کوشش و استقامت است. ظرف «فی کبد» بیانگر این نکته است که انسان در ظرف و متن درد و رنج شدید آفریده شده است و نباید چنین برداشت شود که دردها و رنج‌ها فقط از عوارض وجود انسان باشد، چون ساختمان بدنی و معنوی انسان از ترکیب تضادها و کشمکش‌ها برآمده و مانند کفی است که در میان امواج و عوامل مختلف و تهدید کننده نمایان گشته باشد. اگر در میان انگیزه بقا و تضاد قوای درونی و فشارهای احتیاج و نگرانی، استعدادها خود را به فعلیت رسانید، می‌تواند از رنجها و نگرانی‌ها برهد و شخصیت خود را احراز نماید (۱۵). باید توجه داشت که انسان از آغاز زندگی حتی از آن لحظه‌ای که نطفه او در قرارگاه رحم واقع می‌شود، مراحل زیادی از مشکلات و درد و رنج‌ها را طی می‌کند تا متولد شود و بعد از تولد در دوران طفولیت، سپس جوانی و از همه مشکلات دوران پیری، مواجه به انواع مشقت‌ها و رنج‌ها می‌شود (۱۶).

مسیر عبودیت و معنویت نیز دارای سختی و رنج است، طوری که خداوند جنس انسان را مورد خطاب قرار می‌دهد و گوشزد می‌کند که انسان برای رسیدن به خداوند همواره به حالت تلاش توأم با سختی و رنج خواهد بود و سرانجام خداوند را ملاقات خواهد کرد: «یا ایها الانسان انک کادح الی ربک کدحاً فملاقیه» (انشقاق/۶)؛ نکته مهم در آیه، تعبیر «فملاقیه» است که به رنج و تلاش انسان معنا می‌بخشد و سلامت معنوی او را تقویت می‌کند، به گونه‌ای که شوق ملاقات و پاداش تلاش، رنج را در چشم کوچک جلوه می‌دهد. بنابر آنچه گذشت و با اذعان به وجود رنج و سختی در زندگی انسان‌ها، به طریقه تعامل فعال بین خداوند و انسان در رنج‌ها و تأثیر آن در سلامت معنوی پرداخته می‌شود.

#### صبر؛ تعامل سازنده و مورد تأیید خداوند

خداوند بیان می‌کند که جهان هستی برای انسان، صحنه آزمایش الهی است و تعامل انسان با آزمایش‌ها که توأم با رنج و سختی است، زمانی می‌تواند منجر به سلامت معنوی وی شود که «صبر» پیشه کند: «و لنبولکم بشیء من الخوف و الجوع و نقص من الاموال و النفوس و الثمرات و بشر الصابرين» (بقره/۱۵۵)؛ باید توجه داشت آیه مذکور با سیاق خود، بسته کاملی برای بهبود سلامت معنوی ارائه می‌دهد. علامه طباطبایی معتقد است از آیه ۱۵۳ تا ۱۵۷ دارای محور موضوعی واحد و در نتیجه سیاق یکسان است و جملاتش از نظر لفظ و معنا با یکدیگر در ارتباط هستند، ابتدای سیاق با انتها و انتها به ابتدا نظر دارد به همین سبب این ۵ آیه به صورت دفعی نازل شده است (۱۷). واژه کلیدی در این سیاق یکپارچه «صبر» است که سه مرتبه به صورت‌های مختلف تکرار شده است. صبر به معنای خویشتن‌داری در سختی و تنگی است. اگر شکیبایی نفس برای مصیبتی باشد واژه «صبر» به کار می‌رود و ضدش جزع و بی‌تابی است (۱۸). صبر از بزرگ‌ترین ملکات و احوالی است که قرآن آن را ستوده و مکرر امر بدان نموده است، حدود ۷۰ مرتبه در قرآن تکرار شده است، خداوند صبر را از کارهای مهم می‌داند (نک: لقمان/۱۷) (۱۷).

در این سیاق خداوند به مؤمنان سفارش می‌کند که از صبر و نماز استمداد جویند و خداوند با شکیباییان است. در مورد همنشینی «صبر» و «نماز» و اینکه اصولاً رابطه این واژه‌ها که به هم عطف شده‌اند چیست؟ می‌توان گفت هنگامی که انسان در برابر حوادث سخت و مشکلات طاقت‌فرسا قرار می‌گیرد و نیروی خود را برای مقابله با آن‌ها ناچیز می‌بیند، در این شرایط نیاز به تکیه‌گاهی دارد که از هر جهت نامحدود و بی‌انتهاست، اما چگونه باید با این تکیه‌گاه ارتباط گرفت؟ نماز چنین خاصیتی دارد که شخص را با این مبدأ و تکیه‌گاه اصلی مربوط می‌سازد و با اتکا بر او می‌تواند با

که باعث هدفمندی زندگی شده و بر سلامت دیگر ابعاد نیز تأثیر مستقیم می‌گذارد. سلامت معنوی در رأس ابعاد دیگر سلامت انسان قرار دارد، وقتی سلامت معنوی فرد بالاتر باشد به خداوند نزدیک‌تر است (۴) و ابعاد جسمانی، روانی و اجتماعی فرد در این حالت نرم‌ا- ل‌تر است. پژوهش‌ها و یافته‌های منتشر شده که مبتنی بر معنویت و کل‌نگری است بسیاری از منابع علمی جدید اتفاق نظر دارند که سبب‌شناسی اختلالات روانی و مشکلات روانی- اجتماعی در یک یا چند گروه گنجانده می‌شوند: عوامل جسمانی (ارگانیک)، عوامل روان‌شناختی (روانی)، عوامل اجتماعی (محیطی) و عوامل معنوی (۵). با توصیف چهار بعدی از انسان، مفهوم ساده قدیمی جسم و روان به رابطه پویا، نزدیک و جداناپذیری در ابعاد جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی تبدیل می‌شود. این چهار بعد و به ویژه پیوند جسم و روان پیوندی نزدیک و درهم تنیده و جداناپذیر از هم است. پویایی تعامل متقابل آن‌ها به گونه‌ای است که هر خلل و آسیب در یک بعد موجب اثر و آسیب در بعد دیگر می‌شود. همچنین آسیب در یک بعد می‌تواند ناشی از آسیب در ابعاد دیگر باشد که در این میان بعدمعنوی خیلی تعیین کننده و اساسی است (۳).

یکی از زمینه‌های عمده بیماری‌ها و مشکلات روانی، احساس پوچی، بیهودگی و تزلزل روحی ناشی از فقدان سلامت در بعد معنوی افراد است. ایمان، هدف‌دار بودن زندگی، پای‌بندی به مسائل معنوی زندگی باعث کاهش تزلزل و اضطراب می‌شود (۶). از منظر روان‌شناسان در ایمان به خدا، نیروی خارق‌العاده وجود دارد که نوعی قدرت معنوی به انسان متدین می‌بخشد و در شرایط بحرانی او را نجات می‌دهد (۷). مفهوم «معنویت» و «سلامت معنوی» هر چند در نگاه اول بی‌ارتباط با علوم پزشکی است اما در عمل از جهات مختلف با آن‌ها در ارتباط است (۸) و باید به این نکته توجه کرد که مقوله مراقبت و سلامت معنوی مفاهیمی جدید در نهاد پزشکی و درمانی کشور هستند، ورود و پذیرش آن از سوی تیم مراقبت و بیماران نیازمند، توجه به بسترهای فرهنگی- اجتماعی موجود و زمینه‌سازی فرهنگی می‌باشد که با تکیه بر پیش زمینه‌های اعتقادی در جامعه اسلامی می‌تواند بستر مناسبی برای ورود تدریجی مفاهیم مورد نظر به حوزه درمان و نظام سلامت باشد (۹).

براساس مبانی دینی نیز مفهوم سلامت در چهار بعد جسمانی، روانی، اجتماعی و معنوی قابل مطالعه است. از این منظر سلامتی به سطحی از عملکرد اشاره دارد که در آن فرد با خود و سبک زندگی‌اش آسوده و بی‌مشکل باشد. به عبارت دیگر سلامت آن ظرفیت آدمی است که به شکوفایی فطرت توحیدی از طریق برقراری روابط مستحکم با خدا، ایجاد نظام ارزشی شخصی قدرتمند، داشتن هدف متعالی در زندگی، روابط سالم و سازنده با خود و دیگران و حس عمیق عرفان به طبیعت و نظام هستی، به دست می‌آید. مفهوم قرآنی «حیات طیبه» معادل «سلامت در همه ابعاد آن» است زیرا انسان برخوردار از سلامت در بعد جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی، انسان سعادتمندی است که در سایه ایمان و عمل صالح (نک: نحل/۷۲) به چنین حیاتی می‌رسد (۶). یافته‌های پژوهش خراشادی زاده و همکاران حاکی از آن است که مشخصات تعیین کننده سلامت معنوی شامل ۴ طبقه خالق‌گرایی عاشقانه، عقلانیت دینی، وظیفه‌گرایی و آخرت‌نگری می‌باشد، پیش‌آیندهای سلامت معنوی ۳ طبقه درک نظام دو بعدی، درک کرامت روحانی، درک مختار بودن و پیامدهای سلامت معنوی به ۵ طبقه، «خلیفه‌گری، طهارت دائمی فراگیر، تعادل روحی- روانی و رفتاری، جاودانگی و معنی‌گرایی دائم» می‌باشد (۱۰).

#### رنج همزاد انسان

مشقت و سختی لازمه زندگی دنیوی است. چنانکه می‌فرماید: «لقد خلقنا الانسان فی کبد» (بلد/۴)؛ کلید واژه اصلی آیه «کبد» است که در لغت در معنای شدت و سختی امر است، تعبیر «تکبد اللین» هر گاه غلیظ و سخت شود و از به همین سبب است «کبد» برای اینکه آن خون غلیظ است که بسته می‌شود و «تکبد الدم» هر گاه

روحي مطمئن و آرام مشکلات و رنج‌ها را پشت سر بگذارد (۱۶). در واقع «نماز» در این شرایط بحرانی باعث تقویت سلامت معنوی می‌شود و نبود آن باعث ایجاد یأس و مشکلات روحی و نهایتاً وادادگی در برابر مشکلات می‌شود. معمولاً انسان در شرایط بحرانی باید در وهله اول شکیبایی پیشه کند تا جلوی آسیب‌ها و رفتارهای مخرب آنی را بگیرد، سپس برای تقویت روان و سلامت معنوی خود، باید از نماز کمک بگیرد، در انتهای آیه ۱۵۳ باز اضافه می‌کند که خداوند با شکیبایان است، نکته‌ای که در آیه، حائز اهمیت است این است که نماز هم در راستای صبر است.

در ادامه سیاق به بحث حیات شهدا می‌پردازد (بقره/۱۵۴). دوباره بحث به سمت آزمایش‌های الهی و شرایط بحرانی انسان برمی‌گردد و پیشگویی می‌کند که انسان را با ترس، گرسنگی، کاهش مالها، جان‌ها و میوه‌ها در بوته آزمایش قرار می‌دهیم (بقره/۱۵۵)، سپس حول محور کلید واژه اصلی برمی‌گردد با این تعبیر که ای رسول ما شکیبایان را بشارت بده (نک: بقره/۱۵۵). اشاره به صبر بعد از ذکر آزمایش‌های سخت، بیانگر تعامل فعال و سازنده انسان در این شرایط بحرانی با خداوند است به گونه‌ای که طاقت از دست نداده و کم نمی‌آورند و صبر پیشه می‌کنند. سپس در ادامه سیاق، ویژگی این شکیبایان را در شرایط بحرانی اینگونه ذکر می‌کند، آن‌ها کسانی هستند که هرگاه مصیبتی متوجه‌شان می‌شود، می‌گویند همه از خدایم و به سوی او بازمی‌گردیم و بدین ترتیب با این سخنانشان هیچ وقت از زوال نعمت‌ها ناراحت نمی‌شوند، چون اعتقاد دارند این مواهب و خودشان به خداوند تعلق دارد، که یک روز می‌بخشد و یک روز براساس مصلحت باز پس می‌گیرد و در هر دو صلاح انسان مد نظر است (۱۶). بنابراین اصلی‌ترین عامل سلامت معنوی انسان براساس سیاق مذکور، صبر در برابر ناملازمات است و اعتقاد به این است که بالاخره این رنج و تلخی به پایان می‌رسد و اگر به خداوند تکیه کند، پاداش آن خواهد دید.

#### تعامل سازنده استقامت توأم با طلب آموزش

در رنج و سختی، اولین تعامل سازنده صبر است به گونه‌ای که شخص به خود مسلط شده و هیچ سستی را در خود راه نمی‌دهد، اما باید توجه داشت که صبر بدون هیچ عمل دیگر نمی‌تواند سلامت معنوی شخص را تضمین کند بلکه اگر شخص در حین استقامت، ارتباط خود را با مبدأ هستی برقرار کرده و از وی طلب آموزش کند تا با بخشش گناهان او را مشمول رحمت و لطف گرداند. طلب آموزش در شرایط بحرانی علی‌رغم اینکه شخص را از سستی و ناامیدی و آسیب‌های آن نجات می‌دهد، برای ایمان و استقامت او می‌افزاید با این تعبیر که شاید این مصیبت و رنج به خاطر گناهان من باشد پس خدا یا بر من ببخش، در این حالت استقامت توأم با آموزش سلامت معنوی شخصی مبتلا به رنج را تقویت و تضمین می‌کند. چنانکه می‌فرماید: «و کاین من نبی قاتل معه ربیون کثیر، فما وهنوا لما أصابهم فی سبیل الله و ما ضعفوا و ما استکانوا، و الله یحب الضَّالِّینَ و ما کان قولهم إلا أن قالوا ربنا اغفر لنا ذنوبنا و اِسْرَافنا فی اَمْرنا و ثبت اَقدامنا و انصُرنا علی القوم الکافرین» (ال عمران / ۱۴۶-۱۴۷)؛

هر چند آیات مذکور درباره حوادث جنگ احد است (۱۹)؛ ولی الگویی به مسلمانان ارائه می‌دهد که در مواجهه با رنج‌ها و مواقع بحرانی چنین تعاملی داشته باشند. آیات مذکور اشاره به پیامبران گذشته دارد تا به مسلمانان گوشزد کند تا گمان نکنند اولین گروهی هستند که با پیامبرشان همراهی کردند و گرفتار رنج و مصیبت شدند بلکه چه بسیار بودند پیامبرانی که با یاران خود ایستادگی کردند و در مواجهه با سختی‌های که در راه خداوند می‌رسید نه سست شدند و نه خود را در برابر دشمنان خوار و ذلیل کردند (۱۵). غرض از «وهن» در آیه ۱۴۶، باختن روحیه و از «ضعف» عاجز شدن و دست کشیدن از جهاد و از «استکانت» تذلل در مقابل دشمن است یعنی در برابر صدمه‌ای که در راه خدا دیدند سست نشدند، از جهاد دست نکشیدند و به دشمن التماس نکردند (۲۰).

نکته حائز اهمیت که از لحن و سیاق آیات برداشت می‌شود این است که اشاره به یک سنت الهی در تمام امت‌ها می‌کند، به گونه‌ای که اگر شخص مبتلا به رنج و مصیبت به این نکته توجه کند که او نه اولین شخص است و نه آخرین شخص خواهد بود که با رنج و سختی مواجه شده است، خود این تلقین تأثیر به سزایی در تقویت سلامت معنوی خواهد گذاشت و مقدمه‌ای می‌شود تا الگو برداری کند. به همین سبب لحن آیات دارای موعظه و طلب عبرت آمیخته با عتاب و نیز تشویقی به مؤمنان است تا به این ربیون اقتدا کنند تا در نتیجه خداوند ثواب دنیا و حسن ثواب آخرت را همان‌گونه که به ربیون داد شامل مؤمنان هم کند (۱۷). وعده پاداش دنیوی و اخروی نیز می‌تواند انگیزه‌ای کافی برای حفظ سلامت معنوی باشد.

#### تضرع؛ تعامل سازنده در مواجهه با رنج

«تضرع» مصدر باب تفعّل از ریشه «ض رع» است که در معنای میل کردن از روی ذلت به سوی چیزی و نزدیک شدن به آن است (۲۱). باید به این نکته توجه داشت که رنج و شرایط بحرانی همیشه بار معنایی منفی ندارد بلکه برخی اوقات تلنگری است برای نزدیک شدن به خداوند و تقویت سلامت معنوی، به گونه‌ای که این شرایط بحرانی زمینه‌ساز «تضرع» می‌شود و نهایتاً کاربست «تضرع» سلامت معنوی را به حد اعلی خود می‌رساند. چنانکه می‌فرماید: «و لقد اِرسَلنا اِلی اُمَمٍ مِنْ قَبْلِكَ فَآخَذْنَاهُمْ بِالْأَسْأِءِ وَ الضَّرَّاءِ لَعَلَّهُمْ یَتَضَرَّعونَ. فَلَوْ لا اِذْ جَاءَهُمْ بَأْسُنَا تَضَرَّعُوا وَ لَکِن قَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَ زَیَّنَ لَهُمُ الشَّیْطَانُ مَا کَانُوا یَعْمَلُونَ. فَلَمَّا نَسُوا مَا ذُکِّرُوا بِهِ فَتَحْنَا عَلَيْهِمُ ابْوَابَ کُلِّ شَیْءٍ حَتّٰی اِذَا فَرِحُوا بِمَا أُوتُوا أَخَذْنَاهُمْ بَغْتَةً فَاِذَا هُمْ مَبْسُورُونَ» (انعام/ ۴۲-۴۴).

در این سیاق «بأساء» و «الضراء» همنشین «یتضرعون» شده است و حد فاصل این همنشین‌ها «لعلهم» است که بیانگر این نکته است تضرع باید نتیجه باسء و الضراء باشد. باسء در معنای ترس و شر و شدت (۲۲) و قحطی و گرسنگی (۲۳) است. الضراء در معنای بیماری و کاستن از مالها و جان‌ها است (۲۳). علامه طباطبایی می‌نویسد: «باساء» و «یؤس» و «باس» هر سه به معنای شدت گرفتاری است، با این تفاوت که «یؤس» بیشتر در جنگ و امثال آن استعمال می‌شود، و «باس» و «باساء» بیشتر در فقر و قحطی و ... به کار می‌رود. و «ضر» و «ضراء» به معنای بد حالی است، چه بد حالی روحی، مانند اندوه و نادانی، یا بد حالی جسمی، مانند مرض و نقص‌های بدنی و یا بد حالی‌های خارجی، مانند سقوط از ریاست و جاه و از بین رفتن مال و امثال آن. محتمل است علت ذکر هر دو را ذکر کرد این باشد که دلالت کند بر شادایی که در خارج واقع شده، نظیر قحطی و سیل و زلزله، و همچنین خوف و فقر و بد حالی مردم (۱۷).

مفاد آیات مذکور این است که بعد از آمدن پیامبران، گروه‌هایی که با آن‌ها مبارزه می‌کنند از طرف خدا به بلاهای گوناگون گرفتار می‌شوند تا شاید به ضعف و زبونی خود پی برده دعوت پیغمبر را اجابت کنند، اگر در برابر این بلاها و امتحان‌ها بیدار نشدند و گفتند: این‌ها جریانهای طبیعی است که پدران ما نیز دیده‌اند، در اینصورت خدا باز مدتی به آن‌ها مهلت می‌دهد که شاید برگردند ولی آن‌ها به طغیان ادامه می‌دهند، آن وقت ناگهان به بالای امان گرفتار می‌شوند (۲۰). باید توجه داشت اینکه بیان شد تمام این رنج‌ها و بحران‌ها بدین سبب است که شاید به تضرع و استغاثه در آیند، از زجاج منقول است که «لعل» برای امیدواری است اما امیدواری در مورد خداوند مفهومی ندارد بنابراین منظور این است که ما برای آنها فقر و بیماری فرستادیم. تا آمیدی که بندگان ما به تضرع و استغاثه آن‌ها داشتند، تحقق پیدا کند (۱۱). «ضراء» به معنای ذلت و خواری و «تضرع» به معنای تذلل است و مراد از آن در این سیاق، ذلیل شدن در برابر خدای سبحان است به این منظور که شاید گرفتاری‌ها را رفع نماید (۱۷).

در مورد رابطه رنج‌ها و تضرع باید گفت که فطرت توحیدی در روحیه انسانی نهفته است، تمام رنج‌ها و بلاها باعث می‌شود انسان براساس این فطرت به خود آید و برای نجات خود از همان منشأ

باشد و امیدی به جایی نداشته باشد مثل مریضی که از معالجه مایوس شود (۲۹).

سؤال مذکور مجموعه‌ای از یک بازپرسی و محاکمه معنوی را تشکیل می‌دهد، سخن از حل مشکلات، و شکستن بن‌بستها و اجابت دعاها است، که «آیا معبودهای بی ارزش شما بهترند یا کسی که دعای مضطر و درمانده را به اجابت می‌رساند و گرفتاری و بلا را بر طرف می‌کند؟» در آن هنگام که تمام درهای عالم اسباب به روی انسان بسته می‌شود کارد به استخوانش می‌رسد و از هر نظر درمانده و مضطر می‌گردد، تنها کسی که می‌تواند قفل مشکلات را بگشاید و بن‌بست‌ها را بر طرف سازد، و نور امید در دل‌ها بپاشد و درهای رحمت به روی انسان‌ها درمانده بگشاید، تنها مبدأ هستی است و لاغیر. با این تعبیر که واقعیت مذکور به عنوان یک احساس فطری در درون جان همه انسان‌ها است، بت پرستان نیز به هنگامی که در میان امواج خروشان دریا گرفتار می‌شوند تمام معبودهای خود را فراموش کرده، دست به دامن لطف «الله» می‌زنند (۱۶).

در مورد تعبیر «اجابت مضطر وقتی که او را بخواند» باید گفت که خدا دعای دعا کنندگان را مستجاب و حوائجشان را بر می‌آورد و اگر قید اضطراب را در بین آورد برای این است که در حال اضطراب، دعای داعی از حقیقت برخوردار است و دیگر گزاف و بیهوده نیست، چون تا آدمی بیچاره و درمانده نشود، دعاهايش آن واقعیت و حقیقت را که در حال اضطراب واجد است ندارد و قید دیگری برای دعا آورده و آن این است که فرموده: «اذا دعاه- وقتی او را بخواند»، و این برای آن است که بفهماند خدا وقتی دعا را مستجاب می‌کند که داعی، به راستی او را بخواند، نه اینکه در دعا رو به خدا کند و دل به اسباب ظاهری داشته باشد و این وقتی صورت می‌گیرد که امید داعی از همه اسباب ظاهری قطع شده باشد (۱۷).

بنابراین شخص مبتلا به رنج و درگیر در بحران حاد حتی اگر در زمان غیر بحرانی دارای سلامت معنوی ضعیف باشد، ناخودآگاه در زمان اضطراب متوجه یگانه ملجأ هستی می‌شود و غیر از او را نمی‌بیند پس در این حالت اگر خالصانه و با قطع امید از غیر خدا، او را با تمام وجود بخواند، سلامت معنوی وی به طرز فوق‌العاده‌ای تقویت می‌شود و هم از این وضعیت سخت و رنج‌رهایی می‌یابد. باید توجه داشت که شخص مبتلا به رنج و بحران اگر تجربه اولیاء و رهایی ایشان را براساس آموزه‌های قرآنی در نظر آورد از جمله دعای حضرت یونس (ع) در شکم نهنگ و نجات ایشان، که خداوند چنین تعبیر می‌کند، دعای ایشان را اجابت کرده و او را از اندوه نجات دادیم و مؤمنان را چنین نجات می‌دهیم (نک: انبیاء / ۸۷-۸۸) پراین اساس وعده‌ای که خداوند در انتهای آیه داده است «و كَذَلِكَ نَجِي الْمُؤْمِنِينَ» (انبیاء / ۸۸) بهترین دلگرمی برای فرد بحران زده و دچار رنج است تا امید خود را از دست نداده و با دعای خالص نجات خود را از بحران بخواهد و سلامت معنوی خود را تقویت کند.

**تلاش برای معناداری رنج؛ تعامل سازنده در مواجهه با شرایط بحرانی**

در شرایط بحرانی غم و غصه و اندوه شدید دامن‌گیر فرد شده و این مسئله طبیعی است ولی باید این حالت مدیریت شود تا باعث تضعیف سلامت معنوی نگردد و تلاش فرد در این اوضاع باید در جهت معناداری رنج باشد. چنانکه حضرت یعقوب (ع) با مدیریت رنج خود آن را در جهت تقویت سلامت معنوی معنادار کرد. «قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَثِّي وَ حَزَنِي إِلَى اللَّهِ وَ أَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ» (یوسف / ۸۶). گفته شده که هر گاه مصیبت و غم و اندوهی دچار انسان شود که بتواند آنرا پنهان و مکتوم نماید آنرا «حزن و غم»

استمداد کند که این استمداد طلبی به شکل تضرع خودش را نشان می‌دهد (۲۴).

براساس سیاق آیات، مواجهه با ناملائمات و شرایط بحرانی در اغلب موارد به نفع انسان شده و موجب می‌شود او حالت تنبه و تفکر پیدا کرده، و از خواب غفلت و از فرو رفتن در شهوات و لذائذ دنیوی و طلب زندگی مادی به خود آمده و به حق و واقعیت و سعادت و حقیقت انسانیت توجه داشته باشد. باید توجه داشت تا انسان در حال وسعت و نعمت و گشایش است، هرگز نمی‌تواند در فکر پیشرفت و تکمیل خود باشد، مخصوصاً در جهت معنوی و کمال روحی، زیرا آخرین مرتبه کمال معرفت انسان در رسیدن به مقام لقاء و فنا و محو شدن در نور نامحدود پروردگار متعال است و این مقام هرگز با خودبینی و تکبر حاصل نمی‌شود (۲۵). در خاتمه باید افزود شاید برای شخص مبتلا به رنج این اشکال پیش بیاید که چرا خداوند باید با رنج و بحران باید تلنگر ایجاد کند تا شخص به تقویت سلامت معنوی با تضرع بپردازد؟ در پاسخ گفته می‌شود در ادامه سیاق (نک: انعام / ۴۴) اضافه می‌کند هنگامی که سختگیری‌ها و گوشمالی‌ها در آن‌ها مؤثر نیفتاد از راه لطف و محبت وارد شدیم و به هنگامی که درس‌های نخست را فراموش کردند درس دوم را برای آن‌ها آغاز کردیم و درهای انواع نعمت‌ها را بر آن‌ها گشودیم، شاید بیدار شوند و به آفریننده و بخشنده آن نعمت‌ها توجه کنند، و راه راست را باز یابند (۱۶). براین اساس شخص مبتلا به رنج در گام اول می‌تواند این رنج را به عنوان هشدار دریافت کرده و از گناهان توبه کرده و خود را خالصانه به سمت درگاه الهی بکشاند و از طرف دیگر مطمئن باشد همیشه رنج باقی نخواهد ماند بلکه به زودی نوبت لطف ویژه و نعمت نیز خواهد شد، که باور به این مسئله هم سختی رنج را کاهش می‌دهد و هم سلامت معنوی را تقویت می‌کند.

**دعا؛ تعامل سازنده در مواجهه با رنج**

اصل واژه از «دعوا» در معنای متمایل شدن به چیزی با صوت و کلام است (۲۶). راغب اصفهانی می‌نویسد: دعا مانند نداء در معنای کسی را بانگ زدن است با این تفاوت که نداء در بانگ زدن بدون اضافه کردن اسم آن شخص بکار می‌رود ولی دعا بانگ زدن و خواندنی است که پیوسته با اسم طرف همراه است (۱۸). بنابراین دعا به معنی خواندن و حاجت خواستن و استمداد است (۲۰). در معنای مصطلح متمایل شدن به سوی خداوند است (۲۷).

یکی از نعمت‌های خداوند این است که وقتی انسان در اثر بلا، بیماری‌ها و مصیبت‌های گوناگون گرفتار می‌شود به سبب فطرت توحیدی که در خلقت او قرار داده، پناهنده مبدأ متعال می‌شود و به زبان حال و قال از او رفع اضطراب خود را می‌طلبد، خداوند هم به حسب وعده‌ای که داده است و نیز متناسب با مصلحت، گرفتاری را از او رفع می‌کند (۲۴). باید توجه داشت انسان ذاتاً و براساس فطرت در شرایط بحرانی اساس هستی را صدا می‌زند و این حالت ارتباطی به مؤمنان ندارد حتی بت‌پرستان نیز این خصلت را دارند. چنانکه در احتجاج به بت پرستان می‌فرماید: «أَمِنْ يَجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَا وَ يَكْشِفُ السُّوءَ ...» (نمل / ۶۲)؛ کلید واژه اصلی آیه «الْمُضْطَرُّ» است که کلمه «اضطرار» مصدر باب افتعال و از ماده ضرورت است و «مضطر» کسی است که مرض یا فقر و بیچارگی یا یکی از پیش آمده‌های ناگوار روزگار، او را نیازمند به تضرع و زاری پیش خداوند کند. تعبیر «اضطره الی کذا»؛ یعنی او را در این کار به تضرع و زاری وادار کرد (۲۸). بنابراین مضطر کسی را گویند که در شکنجه و بلائی گرفتار شود و دستش از همه جا کوتاه گردد و مایوس از کلیه اسباب

۱. «فَإِذَا رَكِبُوا فِي الْفُلِكِ دَعَوْا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ»

(عنکبوت / ۶۵)؛ هنگامی که سوار کشتی می‌شوند خدا را می‌خوانند در حالی که پرستش را مخصوص او می‌دانند.

هر چه بیشتر مورد ملامت و منع مانعین قرار می‌گرفتند ایمانشان قوی‌تر و در تصمیم خود محکم‌تر و در نبرد شجاع‌تر می‌شدند (۱۷) و در چرایی این خصلت باید به تقویت سلامت معنوی اشاره کرد. همچنین باید افزود که این خاصیت ایمان به هدف است که هر قدر انسان مشکلات و مصائب را بیشتر و نزدیک‌تر ببیند، پایمردی و استقامت او بیشتر می‌شود و در حقیقت تمام نیروهای معنوی و مادی او برای مقابله با خطر، بسیج می‌گردد (۱۶).

در مورد تعامل اعتماد به کفایت خداوند باید افزود کسانی که با این مؤلفه دارای سلامت معنوی هستند، اعتقاد به کفایت خدا در بحران‌ها برایشان عمیق بوده و درونی شده است. این گروه قبلاً با ایمان به خداوند، معاد و تقوا سلامت معنوی خود را به کمال رسانده و در ایمان دارند که در شرایط بحرانی راه برون رفتی برایشان خواهد بود، چون معتقدند خداوند وعده داده است از جایی که حتی گمان نمی‌کنند خداوند به آن‌ها روزی می‌رساند و به همین سبب اعتماد کامل به خدا دارند و وخیم بودن اوضاع بحرانی باعث پریشانی و بی‌تابی‌شان نمی‌شود؛ «... مِنْ كَانِ يَوْمِنِ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ مِنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا. وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمِنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا» (طلاق/۲-۳)؛ اثر ایمان و تقوی و توکل چنین است که هر کس دارای این سه فضیلت که بنیان فضائل نفسانی و باعث صعود به درجات عالی‌ه انسانی است که پاداش آن درجات بهشتی و مرات روحانی در آخرت و تسهیل شرایط بحرانی زندگی در دنیا است (۲۴).

باید توجه داشت که آیات مربوطه هر چند در سیاق آیات طلاق است ولی در تمام مراحل زندگی به طور حکم کلی جریان دارند، اول «و من يتق الله يجعل له مخرجاً» نشان می‌دهد که اگر در هر پیشامدی انسان تقوای خدا را عملی کند و از حدود خدایی تجاوز ننماید بی‌شک راه فرجی برای او پیش خواهد آمد و این وعده غیر قابل تخلف است (۲۰).

#### اعتقاد قلبی به وجوب امتحان توأم با رنج و نقش آن در سلامت معنوی

اعتقاد به اینکه کل زندگی انسان و مرگ او یک آزمون الهی است و تمام بلاها و رنج‌ها از تولد تا مرگ داخل در این امتحان است، باعث می‌شود شخص با اطمینان در مواجهه با رنج‌ها باشد و توجه به فلسفه این رنج‌ها سبب تسکین روحی فرد شده به گونه‌ای که از تضعیف سلامت معنوی جلوگیری می‌کند، چرا که می‌فرماید: «الذی خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيُبْلِغَكُمْ إِلَيْكُمْ أَحْسَنَ عَمَلًا»، (ملک/۲). جمله «لِيُبْلِغَكُمْ إِلَيْكُمْ أَحْسَنَ عَمَلًا» بیانگر هدف از خلقت موت و حیات است و با در نظر گرفتن اینکه کلمه «بلاء» به معنای امتحان است، معنای آیه چنین می‌شود: خدای تعالی شما را اینطور آفریده که نخست موجودی زنده باشید و سپس بمیرید و این نوع از خلقت مقدمی و امتحانی است و برای این است که به این وسیله خوب شما از بدتان متمایز شود، معلوم شود کدامتان از دیگران بهتر عمل می‌کنید و معلوم است که این امتحان و این تمایز برای هدفی دیگر است، برای پاداش و کیفری است که بشر با آن مواجه خواهد شد (۱۷). توجه به این نکته که در سرتاسر زندگی رنج و بلاهای خواهد بود که این رنج‌ها مصداقی از امتحان الهی هستند، شخص این رنج‌ها را بزنگاهی می‌داند که می‌تواند به پاداش رسیده و سربلند از آزمون الهی بیرون بیاید. از آنجایی که مؤلفه‌های ایمان در شرایط بحرانی بهتر به کمال می‌رسد فلذا باعث تقویت سلامت معنوی مبتلا به رنج می‌شود. همچنین وعده پاداش به نیکوکارانی که در آزمون موفق شده‌اند به عنوان عاملی است که جلوی تضعیف سلامت معنوی فرد را می‌گیرد. باید توجه داشت، از آنجا که در این میدان آزمایش بزرگ انسان گرفتار لغزش‌های فراوانی می‌شود، نباید این لغزش‌ها او را مایوس کند و از تلاش و کوشش برای اصلاح خویش بازدارد، به همین سبب در پایان آیه به بندگان وعده یاری و آمرزش داده می‌گوید: و او شکست ناپذیر و بخشنده است «و هو الْعَزِيزُ الْغَفُورُ»

می‌گویند. ولی اگر قدرت کتمان و پوشیدن آنرا نداشته باشد و آنرا برای دیگران ذکر نماید آن را «بث» می‌نامند. براین اساس «بث» از «حزن» بزرگتر و سخت‌تر می‌باشد، به همین سبب کلمه «حزنی» را به کلمه «بثی» عطف نموده است (۳۰). یعقوب (ع) بعد از اعتراض فرزندان خود به بی‌تابی، به رنج خود اینگونه معنا می‌بخشد که من اندوه فراوان و حزن خود را به شما و فرزندان و خانواده‌ام شکایت نمی‌کنم و اگر شکایت کنم در اندک زمانی تمام می‌شود و بیش از یک یا دو بار نمی‌شود تکرار کرد هم چنان که عادت مردم در شکایت از مصائب و اندوه‌هاشان چنین است، بلکه من تنها و تنها اندوه و حزنم را به خدای سبحان شکایت می‌کنم، که از شنیدن ناله و شکایتم هرگز خسته و ناتوان نمی‌شود، نه شکایت من او را خسته می‌کند و نه شکایت و اصرار نیازمندان از بندگانش، «و من از خداوند چیزهایی سراغ دارم که شما نمی‌دانید»، و بهمین جهت به هیچ وجه از روح او مایوس و از رحمتش ناامید نمی‌شوم (۱۷). جمله «اعلم..» حاکی از فرج آینده است (۲۰). در واقع سخن یعقوب (ع) اشعار به توحید ناب دارد که تنها یاور و پناهگاه و رهاننده از این رنج اوست (۲۶).

براین اساس اصلی‌ترین عامل در معناداری رنج، شناخت شخص مبتلا نسبت به خداوند است به طوری که هر چقدر علم او نسبت به خداوند بیشتر باشد، اندوه و اشک و بی‌تابی در جهت نزدیک شدن به خداوند، اخلاص و تقویت سلامت معنوی خواهد بود و در صورت شناخت کمتر، اندوه و بی‌تابی شخص را دچار بیماری‌های جسمی و روحی و نهایتاً تضعیف و زایل شدن سلامت معنوی را در پی خواهد داشت.

#### اعتقاد به کفایت خداوند در بحران‌ها

یکی از اصلی‌ترین مؤلفه شرایط بحرانی پریشانی و فقدان تمرکز برای تصمیم‌گیری منطقی و صحیح است که مدیریت و تسلط فرد نسبت به موقعیت تضعیف می‌شود. به همین سبب افراد دیگر که در شرایط بحرانی نیستند، می‌توانند دیدگاه‌های توصیه‌ای برای شخص مد نظر داشته باشند، از آنجا دیگران از وضعیت بحرانی شخص اطلاع و درک دقیقی ندارند، چه بسا کاربست دیدگاه‌های آن‌ها صدمات جبران‌ناپذیری به همراه داشته باشد، بهترین حالت در این اوضاع تعامل سازنده با خداوند برای بازیابی سلامت معنوی و تمرکز به جای تعامل با دیگران است، همان‌طور که در قرآن وضعیتی ترسیم می‌شود که مؤمنان در وضعیت بحرانی جنگ قرار گرفته و در این وضعیت منافقان با دیدگاه‌هایشان می‌خواستند ایشان را از طریق تحذیر از جنگ بترسانند ولی مؤمنان بجای فقدان تمرکز و تحت تأثیر قرار گرفتن، سلامت معنوی خود را حفظ کردند، به گونه‌ای که بر ایمانشان افزود شد و با قاطعیت از کفایت خداوند سخن گفتند: «الذین قال لهم الناس إن الناس قد جمعوا لكم فاخشوهم فزادهم إيماناً وقالوا حسبنا الله ونعم الوكيل» (آل عمران/۱۷۳)؛ تعبیر «فزادهم إيماناً»، به جای «فزاد ایمانهم» افزایش شخصیت مؤمنان می‌رساند، زمانی که منافقان در جهت تضعیف روحیه آنان تلاش می‌کردند به زعم اینکه مؤمنان بترسند در این حالت مؤمنان از جهت ایمان افزایش یافتند یعنی در آن شرایط همین خود را به خدا پیوسته ساختند و به نیروی او اتکا کردند «وقالوا حسبنا الله ونعم الوكيل» در واقع نمودار افزایش شخصیت ایمانی آنان می‌باشد (۱۵). علامه طباطبایی در مورد «فزادهم إيماناً» می‌نویسد، طبیعت آدم چنین است که وقتی از ناحیه کسی و یا کسانی نهی می‌شود از اینکه تصمیمی را که گرفته عملی سازد، در صورتی که به آن اشخاص حسن ظن نداشته باشد نسبت به تصمیم خود حریص‌تر می‌شود و همین حریص‌تر شدن باعث می‌شود که نیروهای خفته‌اش بیدار و تصمیمش قویتر شود، و هر چه آنان بیشتر منعش کنند و در منع اصرار بورزند او حریص‌تر و در عملی کردن تصمیم خود جزم‌تر بیشتر می‌شود و این در مورد کسی که خود را محق و سزاوار دانسته و در کارهایش خود را معذور بداند، تأثیر بیشتری دارد تا در مورد دیگران، به همین سبب مؤمنان صدر اسلام در اطاعت از امر خدا

(ملک/۲) آری او قادر بر هر چیز، و آمرزنده هر انسان توبه‌کاری است (۱۶).

### داشتن حسن امیدواری و تأثیر آن در سلامت معنوی

خاصیت شرایط بحرانی، درگیری شخص مبتلا به رنج و گرفتاری است و برخی اوقات شدت بحران باعث می‌شود شخص امیدی به رهایی از رنج نداشته باشد و به گونه‌ای رنج بر شخص مسلط می‌شود که نقش و حضور خداوند نادیده انگاشته می‌شود. برخی اوقات نیز شخص در تحلیلی، رنج را محصول گناهان خود می‌داند و در این وضعیت خود را خسران زده می‌داند. باید توجه داشت عاملی که در این وضعیت باعث حفظ و تقویت سلامت معنوی فرد می‌شود، یاد خداوند و دیدن او به عنوان مسلط بر اوضاع بحرانی است و در عین حال با درک حضور خداوند در وضعیت بحرانی، باید امید به بهبود وضعیت و نجات خود داشته باشد همانطور که می‌فرماید: «أ و لِمَ يَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنِ يَشَاءُ وَيَقْدِرُ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِّقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ. قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ» (زمر/۵۲-۵۳)؛ آیا ندانسته‌اند که خداست که روزی را برای هر کس که بخواهد، گشاده یا تنگ می‌گرداند؛ قطعاً در این [اندازه‌گیری] برای مردمی که ایمان دارند نشانه‌هایی [از حکمت] است. بگو: «ای بندگان من- که بر خویشتن زیاده‌روی روا داشته‌اید- از رحمت خدا نومید مشوید. در حقیقت، خدا همه گناهان را می‌آمرزد، که او خود آمرزنده مهربان است. باید توجه داشت که مراد از تنگ گرفتن روزی گرسنه ماندن نیست بلکه مراد گرفتاری‌های دنیاست که سبب تنگی معیشت و زندگی می‌شود چنان که آیه «إِذَا مَا ابْتَلَاهُ فَقَدَرَ عَلَيْهِ رِزْقَهُ...» (فجر/ ۱) به آن اشاره می‌کند (۲۰). آیات مذکور در سیاق تهدیدهای مکرری در مورد مشرکان و ظالمان است در این آیات، راه بازگشت را توأم با امیدواری به روی همه گناهکاران می‌گشاید زیرا هدف اصلی از همه این امور تربیت و هدایت است نه انتقام جویی و خشونت، با لحنی آکنده از نهایت لطف و محبت آغوش رحمتش را به روی همگان باز کرده و فرمان عفو آن‌ها را صادر نموده، می‌فرماید: به آنها بگو ای بندگان من که بر خودتان اسراف و ستم کرده‌اید از رحمت خداوند نومید نشوید که خدا همه گناهان را می‌بخشد، که او بخشنده و مهربان است. با تأمل در این وعده که به مشرکان و ظالمان داده است شخص مبتلا می‌تواند اطمینان و امیدوار بوده و در جهت تقویت سلامت معنوی خود گام بردارد، چرا که در عین حضور همه جانبه خداوند در بحران، گناهان او هم بخشیده می‌شود چون لحن و سیاق این آیه نشان می‌دهد که از امیدبخش‌ترین آیات قرآن مجید نسبت به همه گناهکاران است (۱۶). به گونه‌ای که براساس سیاق ناامیدی از رحمت خداوند در هر شرایطی از جمله شرایط بحرانی حرام است (۲۰). همان‌طور که می‌فرماید: «... وَ لَا تَيَاسُوا مِن رَّوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يِيَّاسُ مَن رَّوْحَ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ» (یوسف/۸۷)؛ هیچ صاحب‌ایمانی نمی‌تواند و نباید از روح خدا مایوس و از رحمتش ناامید شود زیرا یاس از روح خدا و نومیدی از رحمتش در حقیقت محدود کردن قدرت او، در معنا کفر به احاطه و سعه رحمت اوست (۱۷).

### صدقه در شرایط بحرانی و تأثیر آن در سلامت معنوی

یکی از عناوین تعامل سازنده در شرایط بحرانی صدقه دادن است. همان‌طور که از امام صادق (ع) روایت شده که با صدقه دادن بیماران خود را مداوا کنید، «داووا مرضاکم بالصدقه» (۳۱). بحث بخشش مالی اندازه‌ای حائز اهمیت است که خداوند می‌فرماید: «و از آنچه روزی شما گردانیده‌ام، انفاق کنید، پیش از آنکه یکی از شما را

مرگ فرا رسد و بگوید: «پروردگارا، چرا تا مدتی بیشتر [اجل] مرا به تأخیر نینداختی تا صدقه دهم و از نیکوکاران باشم» (منافقون/۱۰)؛ همنشینی «فأصدق» و «و اکن من الصالحین» بیانگر این نکته است که صدقه دادن یکی از مؤلفه‌های سلامت معنوی ایده آل و در زمره صالح شدن است، به گونه‌ای که در زمان ملاقات مرگ یکی از حسرت‌ها، داشتن فرصت براب صدقه دادن است. براین اساس اگر در شرایط بحرانی و رنج‌ها صدقه داده شود علی‌رغم حس حضور خداوند و اتصال، امید فرد با صدقه برای گشایش بیشتر شده و مانع بروز تعامل مخرب می‌شود و در نهایت سلامت معنوی فرد مبتلا را تقویت خواهد کرد. گرچه بعضی امر به انفاق را در اینجا به معنی وجوب تعجیل در ادای زکات تفسیر کرده‌اند (۳۲)؛ ولی روشن است که منظور آیه هر گونه انفاق واجب و مستحب را که وسیله نجات انسان در آخرت است، شامل می‌شود. نکته قابل تأمل تعبیر «من انفاق کنم و از صالحان شوم» همان‌طور که گذشت، بیانگر تأثیر عمیق انفاق در صالح بودن انسان است، گرچه بعضی، صالح بودن را در اینجا به معنی انجام مراسم «حج» تفسیر کرده‌اند (۳۳) و در بعضی از روایات نیز، صریحاً آمده ولی اینها نیز از قبیل ذکر مصداق روشن است (۱۶).

### حیات طیبه؛ ثمره تعامل سازنده

در نهایتا کاربست همه این انواع تعامل سازنده با خداوند در بحران-ها، باعث تقویت سلامت معنوی شخص شده و سلامت معنوی او را برای وصول به حیات طیبه قرآنی تقویت می‌کنند. چون تعامل‌های مذکور مصداق کاملی از ایمان و عمل صالح است که خداوند به آن وعده داده است «مِنَ عَمَلٍ صَالِحٍ مَّن ذَكَرُوا أَنَّهُمْ مُؤْمِنُونَ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَ لَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ» (نحل/۹۷)، آیه شریفه یک قاعده کلی را اعلام کرده است، عمل صالح که از نیروی ایمان و تقوا صادر می‌شود، ظهور حیات معنوی، روانی است و زندگی طیب و پاکیزه است، یعنی بینش حقیقت و معرفت پروردگار و اعتقاد به ارکان توحید و نیز قیام به اداء وظایف دینی است و ظهور ایمان در خارج می‌باشد، آیه صراحتاً بیان می‌کند هر گونه عمل صالح و شایسته از مرد و زن اهل ایمان صادر شود، بی‌نتیجه نخواهد بود، به سبب اینکه هر کدام مستقل در اراده‌اند و عمل هر یک مورد تقدیر پروردگار و حیات روانی آن‌ها است و کرامت برای مرد و زن، ایمان، تقوا، اخلاق فاضله، علم نافع و صبر است. ایمان به ارکان توحید و معرفت صفات پروردگار صورت علمی و اعتقادی و حیات روانی است که به وی افزوده می‌شود و این حیات معنوی غیر از حیات مادی و جسمانی است. حیات طیب و پاکیزه یعنی حیات معنوی که در اثر معرفت به صفات خداوند حقایق را یافته و اعتقاد پیدا کرده است. لازمه ایمان و علم به صفات خداوند، اعتقاد به قدرت و احاطه و اعتماد به پشتیبانی خدا است و با این اعتقاد ثابت در بحران‌های زندگی متزلزل نشده و سلامت معنوی خود را حفظ می‌کند (۳۴).

بنابراین اگر فرد مبتلا به رنج در تمام شئون تعامل، خدا را در نظر داشته باشد، سلامت معنوی نائل می‌شود، چون آیه حکمی است نظیر تأسیس قاعده‌ای برای هر کس که عمل صالح انجام دهد و هر یک از عنوان تعامل سازنده را شامل می‌شود. باید توجه داشت که در جمله «فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً» حیات به معنای جان انداختن در چیزی و افزوده حیات به آن است، این جمله با صراحت لفظش دلالت می‌کند که خداوند به مؤمنی که عمل صالح انجام دهد حیات جدیدی غیر از آن حیاتی که به دیگران داده زنده می‌کند و مقصود این نیست که حیاتش را تغییر می‌دهد. کسانی که دل‌هایشان متعلق و مربوط

۲. هر کس- از مرد یا زن- کار شایسته کند و مؤمن باشد، قطعاً او را با زندگی پاکیزه‌ای، حیات [حقیقی] بخشیم، و مسلماً به آنان بهتر از آنچه انجام می‌دادند پاداش خواهیم داد.

۱. «وَأَنْفَعُوا مَن مَّا رَزَقْنَاهُمْ مِّن قَبْلِ أَنْ يَأْتِيَ أَحَدَكُمُ الْمَوْتُ فَيَقُولُ رَبِّ لَوْلَا أَخَّرْتَنِي إِلَىٰ أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصْدَقَ وَ أَكُن مِّنَ الصَّالِحِينَ» (منافقون /۱۰).

مدیریت رنج خود آن را در جهت تقویت سلامت معنوی معنادار کرد. اصلی‌ترین عامل در معناداری رنج، شناخت شخص مبتلا نسبت به خداوند است به طوری که هر چقدر علم او نسبت به خداوند بیشتر باشد، اندوه و اشک و بی‌تابی در جهت نزدیک شدن به خداوند، اخلاص و تقویت سلامت معنوی خواهد بود و در صورت شناخت کمتر، اندوه و بی‌تابی شخص را دچار بیماری‌های جسمی و روحی و نهایتاً تضعیف و زایل شدن سلامت معنوی را در پی خواهد داشت.

**اعتقاد به کفایت خداوند در بحران‌ها؛** در مورد تعامل اعتماد به کفایت خداوند باید افزود کسانی که با این مؤلفه دارای سلامت معنوی هستند، اعتقاد به کفایت خدا در بحران‌ها برایشان عمیق بوده و درونی شده است. این گروه قبلاً با ایمان به خداوند، معاد و تقوا سلامت معنوی خود را به کمال رسانده و در ایمان دارند که در شرایط بحرانی راه برون رفتی برایشان خواهد بود، چون معتقدند خداوند وعده داده است از جایی که حتی گمان نمی‌کنند خداوند به آن‌ها روزی می‌رساند و به همین سبب اعتماد کامل به خدا دارند و وخیم بودن اوضاع بحرانی باعث پریشانی و بی‌تابی‌شان نمی‌شود.

**اعتقاد قلبی به وجوب امتحان توأم با رنج و نقش آن در سلامت معنوی؛** اعتقاد به اینکه کل زندگی انسان و مرگ او یک آزمون الهی است و تمام بلاها و رنج‌ها از تولد تا مرگ داخل در این امتحان است، باعث می‌شود شخص با اطمینان در مواجهه با رنج‌ها باشد و توجه به فلسفه این رنج‌ها سبب تسکین روحی فرد شده به گونه‌ای که از تضعیف سلامت معنوی جلوگیری می‌کند.

**داشتن حس امیدواری و تأثیر آن در سلامت معنوی؛** خاصیت شرایط بحرانی، درگیری شخص مبتلا به رنج و گرفتاری است و برخی اوقات شدت بحران باعث می‌شود شخص امید به رهایی از رنج نداشته باشد و به گونه‌ای رنج بر شخص مسلط می‌شود که نقش و حضور خداوند نادیده انگاشته می‌شود. برخی اوقات نیز شخص در تحلیل، رنج را محصول گناهان خود می‌داند و در این وضعیت خود را خسران زده می‌داند. باید توجه داشت عاملی که در این وضعیت باعث حفظ و تقویت سلامت معنوی فرد می‌شود، یاد خداوند و دیدن او به عنوان مسلط بر اوضاع بحرانی است و در عین حال با درک حضور خداوند در وضعیت بحرانی، باید امید به بهبود وضعیت و نجات خود داشته باشد.

**صدقه در شرایط بحرانی و تأثیر آن در سلامت معنوی؛** اگر در شرایط بحرانی و رنج‌ها صدقه داده شود علی‌رغم حس حضور خداوند و اتصال، امید فرد با صدقه برای گشایش بیشتر شده و مانع بروز تعامل مخرب می‌شود و در نهایت سلامت معنوی فرد مبتلا را تقویت خواهد کرد.

در نهایتاً کاربست همه این انواع تعامل سازنده با خداوند در بحران-ها، باعث حفظ و تقویت سلامت معنوی شخص شده و سلامت معنوی او را برای وصول به حیات طیبه قرآنی تقویت می‌کنند و این همان رسیدن به سلامت کامل با حاکمیت و محوریت سلامت معنوی است.

به پروردگار حقیقی‌شان است در نفس خود نور، کمال، قوت، عزت، لذت و سروری را درک می‌کند که این امور در حد توصیف کم و کیف نیست. خداوند این آثار را بر حیاتی مترتب کرده که آن را مختص به مردم با ایمان و دارای اعمال صالح دانسته، که این حیات قوی‌تر، روشن‌تر و واجد آثاری بیشتر است (۱۷)؛ و این همان رسیدن به سلامت کامل با حاکمیت و محوریت سلامت معنوی است.

نتیجه‌گیری: با اذعان به وجود رنج و سختی در زندگی انسان‌ها، طریقه تعامل فعال بین خداوند و انسان در رنج‌ها، عبارتند از: **صبر؛ تعامل سازنده و مورد تأیید خداوند؛** اصلی‌ترین عامل سلامت معنوی انسان، صبر در برابر ناملایمات است و اعتقاد به این است که بالاخره این رنج و تلخی به پایان می‌رسد و اگر به خداوند تکیه کند، پاداش آن خواهد دید.

**تعامل سازنده استقامت توأم با طلب آموزش؛** در رنج و سختی، اولین تعامل سازنده صبر است به گونه‌ای که شخص به خود مسلط شده و هیچ سستی را در خود راه نمی‌دهد، اما باید توجه داشت که صبر بدون هیچ عمل دیگر نمی‌تواند سلامت معنوی شخص را تضمین کند بلکه اگر شخص در حین استقامت، ارتباط خود را با مبدأ هستی برقرار کرده و از وی طلب آموزش کند تا با بخشش گناهان او را مشمول رحمت و لطف گرداند. طلب آموزش در شرایط بحرانی علی‌رغم اینکه شخص را از سستی و ناامیدی و آسیب‌های آن نجات می‌دهد، بر ایمان و استقامت او می‌افزاید با این تعبیر که شاید این مصیبت و رنج به خاطر گناهان من باشد پس خدایا بر من ببخش، در این حالت استقامت توأم با آموزش سلامت معنوی شخص مبتلا به رنج را تقویت و تضمین می‌کند.

**تضرع؛ تعامل سازنده در مواجهه با رنج؛** شخص مبتلا به رنج در گام اول می‌تواند این رنج را به عنوان هشدار در یافت کرده و از گناهان توبه کرده و خود را خالصانه به سمت درگاه الهی بکشد و از طرف دیگر مطمئن باشد همیشه رنج باقی نخواهد ماند بلکه به زودی نوبت لطف ویژه و نعمت نیز خواهد شد، که باور به این مسئله هم سختی رنج را کاهش می‌دهد و هم سلامت معنوی را تقویت می‌کند.

**دعا؛ تعامل سازنده در مواجهه با رنج؛** انسان ذاتاً و براساس فطرت در شرایط بحرانی اساس هستی را صدا می‌زند و این حالت ارتباطی به مؤمنان ندارد حتی بت‌پرستان نیز این خصلت را دارند. شخص مبتلا به رنج و درگیر در بحران حتی اگر در زمان غیر بحرانی دارای سلامت معنوی ضعیف باشد، ناخودآگاه در زمان اضطرار متوجه یگانه ملجأ هستی می‌شود و غیر از او را نمی‌بیند پس در این حالت اگر خالصانه و با قطع امید از غیر خدا، او را با تمام وجود بخواند، سلامت معنوی وی به طرز فوق‌العاده‌ای تقویت می‌شود و هم از این وضعیت سخت و رنج‌رهایی می‌یابد.

**تلاش برای معناداری رنج؛** تعامل سازنده در مواجهه با شرایط بحرانی؛ در شرایط بحرانی غم و غصه و اندوه شدید دامن گیر فرد شده و این مسئله طبیعی است ولی باید این حالت مدیریت شود تا باعث تضعیف سلامت معنوی نگردد و تلاش فرد در این اوضاع باید در جهت معناداری رنج باشد. چنانکه حضرت یعقوب (ع) با

## References

1. Johannes, Thor, (2012), Religion and Spirituality in Psychotherapy and Counseling Adler's Approach with Emphasis on Psychotherapy and Counseling with Muslims, Translated by Farideh Barati Sedeh, Roshd, p15
2. Forootan, Seyed Mohsen, (2017), Islamic spiritual health from the perspective of the late Professor Dr. Mohammad Mehdi Isfahani, Journal of Health Promotion, p22
3. Boalhari, Jafar et al., (2012), Teaching Spiritual Skills: A Special Book for Instructors, Ministry of Science, Research and Fatwa: Central Counseling Office, Tehran University of Medical Sciences: Tehran Institute of Psychiatry and Mental Health Research Center, Student Counseling Center, University of Tehran, p 41, 44
4. Sayeh Miri, Kourosch et al., (2016), The validity of the Spiritual Health Questionnaire from the perspective of Islam, Journal of Medical Sciences, Islamic Azad University, Volume 26, Number 2, Page 109
5. Academy of Medical Sciences, 2009
6. Atai, Samira, (2013), The Relationship between Purposefulness and Value of Life with Human Health from the Perspective of the Quran, Master Thesis, Faculty of Theology and Islamic Studies, Qom University, p.60, 61
7. Khaksari, Zahra and Zohreh Khosravi, (2012), God And positive and negative perception of him and its relationship with students' self-esteem and mental health, Psychology of Religion, Volume 5, Number 2, P 84
8. Abbasian, Laden et al, (2010), A Study of the Scientific Status of Spiritual Health and Its Role in Disease Prevention: A Preliminary Study, Quarterly Journal of Medical Ethics, Volume 4, Number 14, p 84
9. Abbasi, Mahmoud et al., (2014), Spiritual health in end-of-life maintenance care in the health system, Quarterly Journal of Medical Ethics, Volume 8, Number 30, Page 118
10. Kharashadizadeh, Fatemeh et al., (2015), Analysis of the concept of spiritual health in Islamic teachings, Nursing Care Research Center of Iran University of Medical Sciences (Iranian Journal of Nursing), Volume 28, Number 97, Page 44
11. Tabarsi, Fadl Ibn Hassan, (1993), Majma' al-Bayan, Tehran: Nasser Khosrow Publications, II, vol. 10: 746, 4: 467
12. Samarkandi, Nasr ibn Muhammad ibn Ahmad, (Bita), Bahr al-'Ulüm, Bija, Bina, J 3: 582; Neyshabouri, Mahmoud Ibn Abul Hassan (1415 AH), Ijaz al-Bayan 'an ma'ani l-Qur'an, Beirut: Dar al-Gharb al-Islami, 2: 877
13. Balkhi, Muqatil Ibn Sulayman, (1423), Tafsir Muqatil Ibn Sulayman, Beirut: Dar Al-Haya Al-Tarath, J 4: 701; Abolfotuh Razi, Hussein Ibn Ali, (1408), Rawd al-Jinan and Ruh al- Jinan in the Interpretation of the Qur'an, Mashhad: Astan Quds Razavi Research Foundation, vol. 20: 282; Baghawi, Hussein Ibn Massoud, (1420), Ma'älím al-Tanzîl, Beirut: Darahiyah al-Tarath al-Arabi, vol. 5: 255
14. Ibn Jawzi, Abu al-Faraj Abd al-Rahman ibn Ali, (1422), Zad al-Masir fi elm al-Tafsir, Beirut: Dar al-Kitab al-Arabi, vol. 4: 447; Tha'labi, Abdul Rahman bin Muhammad, (1418 AH), Jawahar al-Hasan fi Tafsir al-Quran, Beirut: Darhiyah al-Tarath al-Arabi, vol. 5: 590
15. Taleghani, Seyed Mahmoud, (1983), Partovi az Quran, Tehran: Anteshar Co., 4th, Vol. 4: 89, 5: 368, 5: 428
16. Makarem Shirazi, Nasser, (1995), Tafsir Nemooneh, Tehran: Islamic Library, Vol. 27: 10, 1: 520, 1: 526, 5: 236, 15: 517, 3: 178, 24: 318, 19: 499, 24: 173-174
17. Tabatabai, Seyyed Mohammad Hussein, (1417 AH), Tafsir al-Mizan, Qom: Islamic Publications Office of Qom Seminary Teachers Association, Vol. 1: 343, 1: 344, 4: 41, 7: 89, 15: 381, 11: 232, 4: 64, 19: 349, 11: 235, 12: 341-342
18. Ragheb Esfahani, Hussein Ibn Mohammad, (1374), Translation and Research of Quranic Words, Translator: Gholam Reza Khosravi Hosseini, Tehran: Mortazavi, Second Edition, Vol. 2: 371
19. Thalabi Neyshabouri, Abu Ishaq Ahmad Ibn Ibrahim, (1422), Al-Kashf Al-Bayyan on the interpretation of the Qur'an, Beirut: Dar Al-Hayya Al-Tarath Al-Arabi, vol. 3: 183; Rashid-ud-Din Meybodi, Ahmad Ibn Abi Saad, (1992), Kashf al-Asrar and Ada al-Abrar, Tehran: Amir Kabir Publications, Fifth, Vol. 2: 302
20. Ghorashi, Seyyed Ali Akbar, (1998), Tafsir Ahsan Al-Hadith, Tehran:

- Besat Foundation, third edition, vol. 2: 202, 3: 218, 2: 344, 5: 172, 11: 209, 9: 307, 9: 310
21. Ibn Manzoor, Muhammad ibn Makram, (Bita), *Lesan Al-Arab*, Beirut: third edition, vol. 8: 222; Tabarsi, Fadl Ibn Hassan, (Bita), translation of Tafsir Majma 'al-Bayan, translated by Nouri Hamedani, Hussein et al., Tehran: Farahani, vol. 4: 661; Firuz Abadi, Muhammad ibn Ya'qub, (Bita), *Al-Qamoos Al-Muhit*, Beirut: Dar Al-Kitab Al-Alamiyah, J 3: 73
- 22.
23. Abu Ubaydah, Mu'ammam ibn Muthanna, (Bita), *Majaz al-Quran*, Cairo: Al-Khanji School, vol. 1: 191; Samarkandi, Nasr ibn Muhammad ibn Ahmad, (Bita), *Bahr al-'Ulum*, Bija, Bina, 1: 448; Khatib, Abd al-Karim, (Bita), *Altfisyralqrany Li-qran*, Bija, Bina, vol. 4: 179
24. Zamakhshari, Mahmoud, (1407), *Al-Kashaf An Haqa'eq Ghavamd Al-Tanzil*, Beirut: Dar Al-Kitab Al-Arabi, III, vol. 2: 23; Neyshabouri, Nizamuddin Hassan Ibn Muhammad, (1416), *Tafsir Gharaib Al-Quran wa Raghaib Al-Furqan*, Beirut: Dar Al-Kitab Al-Almiyah, vol. 3: 79; Hosseini Shah Abdul Azimi, Hossein Ibn Ahmad, (1363), *Tafsir Asnaashari*, Tehran: Miqat Publications, vol. 3: 268; Gonabadi, Sultan Mohammad, (1408 AH), *bayan al-sa'adah fi magha,at al-ebadah*, Beirut: Scientific Institute for Publications, second edition, vol. 2: 130
25. Amin Isfahani, Seyedeh Nosrat Amin, (1982), *Makhzan al-erfan*, Tehran: Muslim Women Movement, Vol. 5:41, 9: 356, 12: 362
26. Mostafavi, Hassan, (2001), *Tafsir Roshan*, Tehran: Book Publishing Center, Vol. 7: 371
27. Mustafawi, Hassan, (Bita), *Research in the Words of the Holy Quran*, Beirut: Dar al-Kitab al-Almiya, vol. 3: 216, 12: 84
28. Ibn Sayyidah, Ali ibn Isma'il, (Bita), *Al-Mahkam wa Al-Muhit Al-Azam*, Beirut: Dar Al-Kitab Al-Almiyah, vol. 2: 325; Ibn Manzoor, Muhammad ibn Makram, (Bita), *Arabic language*, Beirut, third edition, vol. 14: 257;
29. Tabarsi, Fazl Ibn Hassan, (1999), *Javami' al-jami'*, Tehran: University of Tehran and Qom Seminary Management, Vol. 3: 197
30. Tayyib, Sayyid Abdul Hussein, (1378 AH), *Atiab al-Bayan fi Tafsir al-Quran*, second edition, vol. 10: 167
31. Najafi Khomeini, Mohammad Javad, (1398), *tafsir asan*, Tehran: Islamic Publications, Vol. 8: 180; Balkhi, Muqatil ibn Sulayman, (1423), *Tafsir Muqatil ibn Sulayman*, Beirut: Dar al-Haya al-Tarath, vol. 2: 348; Ibn Qutaybah, Abdullah Ibn Muslim, (Bita), *Ta'wil Mushkil al-Qur'an*, Bija, 190; Ibn Jawzi, the former, 2: 465 ; Alusi, Sayyid Mahmud, (1415), *Ruh al-Ma'ani fi Tafsir al-Quran al-Azeem*, Beirut: Dar al-Kitab al-Almiyah, vol. 7:42
32. Ibn Babawiyah, Muhammad ibn Ali, (1413), *Man La Yahduruhu al-Faqih*, Qom: Islamic Publications Office affiliated with the Society of Teachers of the Seminary of Qom, vol. 2: 66
33. Kashani, Mullah Fathullah, (1336), *Menhaj Al-Sadeghin*, Tehran: Mohammad Hassan Elmi Bookstore, vol. 9: 295
34. Faiz Kashani, Mullah Mohsen, (1418), *Al-Asfa Fi Tafsir Al-Quran*, Qom: Islamic Propagation Office Publishing Center, 11: 182
35. Hosseini Hamedani, Seyed Mohammad Hossein, (1404), *Anvar Derakhshan*, Tehran: Lotfi Bookstore, Vol. 9: 536