

---

## شاخص های سلامت معنوی در بیانیه گام دوم انقلاب از منظر قرآن و حدیث

---

حسن روشن (نویسنده مسئول)<sup>۱</sup>

عباسعلی واشیان<sup>۲</sup>

سیده عفت حسینی<sup>۳</sup>

### چکیده

سلامت معنوی، معنایابی و معنابخشی به روابط چهارگانه انسان با خدا، خود، خلقت و خلق برای رسیدن به نظام باور، گرایش و عمل یکپارچه توحیدی است که زندگی را هدفمند می سازد. بیانیه گام دوم انقلاب با نگاهی ویژه به معنویت و نقش آن در رشد جامعه و تمدن اسلامی، شاخص های سلامت معنوی را در ساحت های بینش، گرایش، و کنش در اختیار قرار می دهد که مستند به آیات و احادیث هستند. نوشتار پیش روی، این شاخص ها را از طریق جمع آوری و دسته بندی تمام آیات و روایات مربوط و استنطاق روشمند آنها و با کمک روش توصیفی - تحلیلی بر اساس آیات و احادیث، مستند سازی و تحلیل نمود. یافته ها

---

۱. دانشجوی دکتری قرآن و بهداشت و سلامت، جامعه المصطفی؛ elmvaamal@yahoo.com

۲. دکتری قرآن و بهداشت و سلامت؛ عضو هیات علمی جامعه المصطفی. sadra251@gmail.com

۳. دانش آموخته سطح سه حوزه علیه قم؛ elmvaakhlaq@yahoo.com

نشان داد شاخص های بینشی شامل باور توحیدی؛ خودآگاهی معنوی؛ شناخت جایگاه و ارزش خانواده؛ دشمن شناسی؛ و باور به هدفمندی و معناداری طبیعت هستند. در بعد شاخص های گرایشی می توان به گرایش به فضائل و دوری از رذائل؛ امیدورزی به خداوند؛ و دیگر دوستی اشاره کرد. شاخص های کنشی عبارتند از دستگیری از نیازمندان، بندگی خداوند، و جلوه های عملی جهاد با نفس.

**کلمات کلیدی:** بیانیه گام دوم، گام دوم انقلاب، سلامت معنوی، معنویت، شاخص

#### مقدمه

در سال های اخیر، توجه به امور معنوی و گرایش به معنویت در میان مردم کشورهای جهان رو به افزایش رفته است و شور و گرایش مردم به معنویت گرایی، افق جدیدی را از سلامت معنوی پیش روی کارشناسان و صاحب نظران امر سلامت در جهان گشوده است به طوری که از تکنیک ها و مهارت های معنوی به عنوان روش درمانی مکمل در کنار متدهای درمانی مدرن بهره می برند. حضور کشیشان مسیحی در لباس مراقبان معنوی در بیمارستان های دنیا خبر از عصری جدید در توسعه درمان و سلامت می دهد و ضرورت بهره گیری صحیح از دین و اصول معنوی برگرفته از آن را بیش از قبل منعکس می کند.

دین پرفروغ اسلام که از ابتدای ظهور خود همواره از شعار تعالی خواهی و کمال انسان دم زده است و معنای حقیقی و هدفمندی زندگی انسان را در پیوند با آهنگ توحید و اتصال به وحی با پرچمداری هدایت رسالت و امامت می بیند، بیش از هر آیین دیگری دغدغه سلامت معنوی انسان را دارد و با جامعیت و غنای معارف معنوی ناب خویش، سلامت معنوی را برتر از سایر ابعاد سلامت و به مثابه چتری فراگیر بر سر آنها می بیند. از این رو شاخص هایی در بعد بینش، گرایش و کنش از طریق آیات و احادیث در اختیار قرار داده است.

در سالهای اخیر رهبر معظم انقلاب در مناسبت های مختلف به مصادیق و مولفه های معنویت و سلامت معنوی اشاره می کردند. بیانیه گام دوم انقلاب که در سال ۱۳۹۷ توسط

ایشان منتشر شد مهمترین و بهترین مجال را برای تبیین دقیق تر سلامت معنوی و شاخص های آن توسط معظم له به خود اختصاص داد.

نظر به اهمیت یافتن جایگاه مفهوم سلامت معنوی در سالهای پس از انقلاب اسلامی، همگام با وقوع تحولات گسترده در جهان و بازتاب آن در زندگی مردم ایران، رهبر معظم انقلاب در این بیانیه، معنویت را «برجسته کردن ارزشهای معنوی از قبیل اخلاص، ایثار، توکل، ایمان در خود و در جامعه» تعریف کردند و همراهی آن با اخلاق را «جهت دهنده‌ی همه‌ی حرکتها و فعالیت‌های فردی و اجتماعی و نیاز اصلی جامعه» بیان کردند. ایشان در این زمینه فرمودند: «بودن آنها، محیط زندگی را حتی با کمبودهای مادی، بهشت میسازد و نبودن آن حتی با برخورداری مادی، جهنم می‌آفریند.»

این بیانات و بیانات مشابه که در مناسبت های دیگر از ایشان شنیده شده است حاکی از آن است که معنویت به منزله بالی برای جامعه است. همانگونه که یک پرنده بدون بال، اساسا کارکرد خود را از دست می دهد و حتی یک بال نیز نمی تواند نیاز و هدف او از حیات را محقق سازد، جامعه اسلامی بدون اخلاق و معنویت در کنار یکدیگر، جامعه ای است که با وجود ثروتهای مادی، باز هم نمی تواند محیط مناسب برای رشد و اعتلای انسان باشد. بنابراین توصیف چنین جامعه ای به «جهنم» زیباترین توصیف و حاکی از سرنوشت ساز بودن وجود معنویت برای حرکت جامعه اسلامی به سمت تمدن اسلامی است.

وجه دیگر اهمیت سلامت معنوی از نگاه بیانیه گام دوم انقلاب، سرعت فزاینده دستگاه های رسانه ای دنیا در اطلاع رسانی و بمباران تبلیغاتی فراگیر آنهاست که دقیقا در جهت خلاف اخلاق و معنویت عمل می کنند و به تعبیر مقام معظم رهبری به «کانون های ضد معنویت و ضد اخلاق» بدل گشته اند. رسانه ها و بنگاه های خبرپراکنی دنیا هم می تواند در جهت معنویت و هم در خلاف جهت معنویت ایفای وظیفه کنند. رهبر انقلاب در بیاناتی دیگر با اشاره به این کارکرد دوجوهی، فرمودند:

«امروز رسانه‌ها در دنیا فکر، فرهنگ، رفتار و در حقیقت هویت فرهنگی انسانها را القاء

میکنند و تعیین‌کننده هستند. رسانه‌ها میتوانند در بهبود وضعیت زندگی انسان مؤثر باشند؛ میتوانند در گسترش صلح و امنیت جهانی مؤثر باشند؛ میتوانند در ارتقای اخلاق و معنویت در میان انسانها مؤثر باشند و میتوانند انسانها را خوشبخت‌تر کنند؛ متقابلاً میتوانند وسیله‌ی برافروختن جنگهای خانمان‌سوز باشند...” (بیانات در دیدار مدیران و برنامه‌سازان رسانه‌ای کشورهای مختلف، ۱۳۸۵/۲/۲۶، <https://farsi.khamenei.ir/speech-content?id=3340>)

نظر به نقش رسانه‌ها در آراستن جامعه به زیور معنویت و یا دور کردن آن از سلامت معنوی، می‌توان وجه دیگری برای اهمیت و ضرورت تبیین شاخص‌های سلامت معنوی در بیانیه گام دوم و مستندسازی آن به آیات و احادیث بیان کرد: از آن جهت که رسانه‌ها با معنا و بازآفرینی و انتقال معانی تصاویر و اخبار در ارتباط اند بهترین کانون برای رشد یا افول سلامت معنوی محسوب می‌شوند رهبر انقلاب با چنین حساسیتی، از وجود این پیوند مهم بین رسانه‌ها و سلامت معنوی خبر داده‌اند.

دست‌یازیدن انسان مدرن به نمادها و معانی مادی و گمراه‌کننده برای یافتن معنا و هدف نه تنها او را به آرامش حقیقی رسانده است بلکه در کوران هجوم معنویت‌های نوظهور و کاذب، او را به سمت نوعی تزلزل هویتی و از خودبیگانگی کشانده است. قرآن کریم خبر از چنین رویدادی داده است آنجا که می‌فرماید: *وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ* (و همانند آنان نباشید که خدا را فراموش کردند و خدا هم آنان را نسبت به خودشان دچار فراموشی کرد) (حشر/۱۹)

مساله سلامت معنوی از آنجا که با ساحت‌های گوناگونی مرتبط بوده و احاطه به همه‌ی ابعاد آن از فهم و درک بشر خارج است، ضرورت رجوع به آموزه‌های اصیل دینی برای یافتن شاخص‌های آن را دوچندان می‌کند. نوشتار پیش روی به مستندسازی دیدگاه‌های مقام معظم رهبری در بیانیه گام دوم پیرامون شاخص‌های سلامت معنوی بر اساس آیات و احادیث می‌پردازد.

## مفهوم شناسی

در این قسمت مفاهیم کلیدی پژوهش شامل بیانیه گام دوم انقلاب، شاخص، و سلامت معنوی از نظر لغوی و اصطلاحی تعریف می‌شوند.

## بیانیه گام دوم

بیانیه معادل واژه انگلیسی statement یا manifestation است که در فرهنگ‌های فارسی با واژه‌های بیان نامه، اطلاعیه، اظهارنامه، آگهی و... مترادف در نظر گرفته شده است. در جایی دیگر برای معنای آن نوشته شده است: اطلاعیه یا نوشته‌ای که از سوی سازمان، حزب یا شخص مسئولی صادر شود. بیانیه گام دوم انقلاب اسلامی در اصطلاح، از جمله اسناد بالا دستی نظام جمهوری اسلامی ایران است که رهبر معظم انقلاب به مناسبت فرارسیدن چهل سالگی انقلاب اسلامی ایران، در سال ۱۳۹۷ خطاب به ملت ایران صادر کردند و در آن دستاوردهای چهل ساله انقلاب اسلامی ایران و نقشه راه حرکت به سمت آینده‌ای روشن و زمینه‌سازی برای تمدن نوین اسلامی را خاطر نشان کردند.

## شاخص

شاخص از ریشه «شَخَص» در زبان فارسی به معانی مختلفی بکار رفته است: برآمده؛ مرتفع؛ چشمگیر؛ برجسته؛ پارامتر؛ خط‌کش مدرج برای نقشه برداری (عمید، ۱۳۸۹: ۱۲۷۳/۲؛ دهخدا، ۱۳۸۱: ۸/۱۲۳۱۱). این واژه معادل واژه انگلیسی index است و یکی از کاربردهای گسترده آن در علم آمار است.

مراد از شاخص، معیاری است که به وسیله آن‌ها می‌توان کمیت، کیفیت و یا سقوط یک موضوع را اندازه‌گیری کرد. از آنجا که بررسی و تجزیه و تحلیل موضوعات نیازمند اطلاعات مناسب است، شاخص‌ها اولین مجموعه اطلاعات در مورد یک موضوع را به دست می‌دهند و در واقع، اولین پل ارتباطی کارشناس با موضوع مورد نظر است. تأثیر گسترده شاخص‌ها در شناخت موضوعات و به تبع آن در ارزیابی و برنامه‌ریزی، ضرورت اهتمام و دقت کافی در

تعیین شاخص‌ها را روشن می‌سازد (صالحی امیری و محمدی، ۱۳۸۹: ۲۲۶).  
 شاخص‌های سلامت معنوی در حقیقت به منزله خط‌کشی هستند که شناخت  
 دقیقی از سلامت معنوی می‌دهند و کمیت و کیفیت سلامت معنوی را با نگاهی و حیانی  
 نشان می‌دهند. با استخراج شاخص‌های سلامت معنوی، وضعیت موجود رصد می‌شود،  
 وضعیت مطلوب طراحی می‌شود و براساس آن فاصله وضعیت موجود از وضعیت مطلوب  
 تخمین و راهبردهایی مشخص و براساس راهکارهایی به مرحله عملیاتی برسد (واشیان، بی  
 تا: ۸۳).

### سلامت معنوی

سلامت معنوی از ترکیب دو مفهوم «سلامت» و «معنوی» بدست آمده است. سلامت،  
 مصدری است فارسی است به معنی سالم بودن، که در فرهنگ‌های لغت فارسی به معانی  
 بی‌گزند شدن، بی‌عیب شدن، تندرستی و عافیت بکار رفته است. این واژه معادل با  
 بهداشت نیز بکار می‌رود زیرا «بهداشت» در لغت به معنای نگه داشتن، تندرستی و  
 پیشگیری آمده است. در زبان عربی، معادل بهداشت و سلامتی، واژگانی نظیر صحت،  
 وقایة الجسم، حفظ الصحة؛ سلامة الجسم، صحة البدن و العافیه آمده است (مجلسی،  
 بحارالانوار، ۷۸/۵۹؛ قطب‌الدین راوندی، الدعوات، ۸۱).

معنوی در زبان عربی، اسم منسوب و از معنا گرفته شده است. معنویت در انگلیسی از  
 ریشه لاتین spiritus به معنای تنفس یا نفس کشیده گرفته شده است. در زبان لاتین از  
 Spiritual به معنی معنوی و روحانی یا غیرمادی تعبیر می‌شود. معنویت از منظر رهبر معظم  
 انقلاب در بیانیه گام دوم، از شعارهای جهانی انقلاب اسلامی و دارای مصادیق متعددی از  
 قبیل ذکر و دعا و روحیه‌ی برادری و ایثار، اعتکاف، و نماز و حج و روزه‌داری و پیاده‌روی  
 زیارت و مراسم گوناگون دینی و انفاقات و صدقات واجب و مستحب و در یک کلام، ایمان  
 دینی است.

بنابراین می‌توان سلامت معنوی را نیز با اتخاذ این نگاه و در ارتباط با خود، خداوند،

خلقت و خلق، تعریف کرد.

### پیشینه تحقیق

بحث از سلامت، تعاریف و رویکردهای آن قدمتی به بلندای چند هزار سال دارد و پیشینه آن را به حدود ۳۹۰۰ سال قبل از میلاد مسیح برگردانده اند. حساسیت و پیگیری جمعی انسان ها نسبت به مقوله سلامت باعث شد بعد از دهها قرن نهایتاً مقارن با پایان یافتن جنگ جهانی دوم، اساسنامه سازمان جهانی بهداشت تصویب شود و این سازمان از ۱۹۴۸ رسماً آغاز به کار کند. در ابتدا سه بعد برای سلامت تصور شده بود: سلامت جسمی، روانی و اجتماعی. اما به تدریج بعد دیگری به نام سلامت معنوی نیز وارد ادبیات پزشکی گردید.

اگر سلامت جسمی از ضرورت توجه به سبک تغذیه، خواب، مراقبت از بدن، ورزش، محیط زیست سالم، شرایط سالم کاری، و امنیت صحبت می کند؛ اگر سلامت روانی از عشق، دوستی، اعتماد به نفس و پرورش حالات مثبت روان شناختی حرف می زند؛ اگر سلامت اجتماعی، از نحوه ارتباط سالم با جامعه، توانایی تعامل مؤثر با افراد دیگر و محیط اجتماعی، رضایتمندی از روابط بین فردی و ایفای نقش دم می زند؛ سلامت معنوی، فراتر از همه اینها، بعد روحانی وجود انسان را هدف گرفته است و در ارتباط با خود، خدا، دیگران و امور مقدس، معنا پیدا می کند.

در سال های اخیر، توجه به امور معنوی و گرایش به معنویت گرایی، افق جدیدی را از سلامت معنوی پیش روی کارشناسان و صاحب نظران امر سلامت در جهان گشوده است به طوری که از تکنیک ها و مهارت های معنوی به عنوان روش درمانی مکمل در کنار متدهای درمانی مدرن بهره می برند. حضور کشیشان مسیحی در لباس مراقبان معنوی در بیمارستان های دنیا خبر از عصری جدید در توسعه درمان و سلامت می دهد و ضرورت بهره گیری صحیح از دین و اصول معنوی برگرفته از آن را بیش از قبل منعکس می کند. در کنار این علاقه فزاینده، پژوهش هایی نیز صورت گرفته است و ارتباط معنویت با

مولفه های روانی، اجتماعی و سایر مولفه ها بررسی شده است. پژوهش هایی در زمینه نقش دین در تعیین حدود و وجوه سلامت معنوی و شاخص های آن صورت گرفته است. برای مثال یافته های پژوهشی نشان می دهد که گزاره های وحیانی و دینی، ضمن بیان شاخص های تجویزی در سلامت معنوی، به شاخص های تحذیری نیز می پردازند.

برخی از شاخص های سلامت معنوی در روابط چهارگانه انسان با خود، خدا، خلق و خلقت عبارتند از: دعا، بندگی، خودشناسی، آداب سخن گفتن، اطاعات و احترام متقابل اعضای خانواده؛ صله رحم، انفاق، ارتباط صحیح با جوانان (واشیان، بی تا: ۸۶).

مرزبند و زکوی (۱۳۹۱: ۶۹) نیز در پژوهشی به شاخص هایی برای سلامت معنوی از آیات و روایات دست یافتند. یافته های آنها نشان داد سلامت معنوی دارای مولفه های شناختی، احساسی، رفتاری و پیامدی می باشد. انسان معنوی برخوردار از اندیشه یا تعقل ویژه نسبت به خدا، انسان و خلقت و رابطه متقابل آنها می باشد. این تعلق، پرده ظواهر را دریده و به حقیقت باطنی دست یافته است. چنین انسانی تمام زندگی اش جهت گیری الهی پیدا می کند و از حالات معنوی ویژه ای چون حب به خداوند، دگردوستی، توکل، و شرح صدر برخوردار است و از سلامت جسمی و روانی بیشتری بهره می برد.

### شاخص های سلامت معنوی در بیانیه گام دوم انقلاب

در این قسمت مهمترین شاخص های سلامت معنوی از منظر بیانیه گام دوم انقلاب که مستندات آن در آیات و روایات وجود دارد بر پایه ارتباطات چهارگانه انسان با خود، خداوند، خلق و خلقت و در سه محور بینش، گرایش و کنش دسته بندی شده اند و عبارتند از:



## شاخص های بینشی

### یک) باور توحیدی

زندگی معنادار، آن است که در آن، هدف واقعی و اصیل زندگی، معین و کشف شده باشد. کسی که هدف واقعی زندگی را تشخیص نداده است و غیرهدف را هدف پنداشته است و همچنین کسی که هدف را شناخته، اما در راستای تحقق آن، زندگی نمیکند، در حقیقت از زندگی معنادار برخوردار نیست، حتی اگر خودش، احساس بی معنایی نداشته باشد.

هدف داشتن و معناداری يك عمل، معنویت را تأمین نمیکند چراکه معنویت به معنای معناداری کل زندگی است و نه تنها بخشی از آن. لذا برای برخورداری از معنویت و زندگی معنادار، اولین شرط آن است که فرد همه اعمالش در زندگی را در راستای هدفی واحد تنظیم کند. رسیدن به این هدف واحد از منظر قرآن کریم و احادیث، جز از طریق باور به توحیدی بودن تمام کائنات و روابط بین آنها میسر نمی شود.

داشتن باور توحیدی نسبت به تمام امور و فعل و انفعالات هستی و افعال خداوند، سرچشمه شکل گیری گرایش توحیدی و به دنبال آن بروز کنش و رفتار توحیدی از انسان می شود. چنین باوری در صورتی حقیقی است که بر محور علم، آگاهی و معرفت باشد، نه بر پایه تقلید. از این رو خداوند دستور می دهد: فاعلم أَنَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ<sup>۱</sup>.

داشتن باور توحیدی باعث ایجاد معنا در حیات و زندگی می شود چون هر جهان بینی، به انسان هدفی می دهد که در پرتو آن آرمان سازی و شوق انگیزی و آرزوسازی می کند و در قبال آن آرمانها، تعهد و مسئولیت سازی می کند و این برهان و استدلال است که افکار باطل از زندگی را دور می سازد و به واقعیت و یقین آشنا می سازد. برخی دیگر از نتایج بینش توحیدی، زدودن بیم و اندوه، طمانینه قلبی، و افزودن شدن ایمان است. برای مثال در دو آیه از قرآن

کریم می توان این واقعیت را دید:

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ.<sup>۱</sup>

این آیه نشان می دهد عامل بارور سازی و تقویت ایمان، مقاومت مستمر و طولانی است. در حقیقت ایمان صرف نمی تواند انسان را به مرحله اطمینان قلبی برساند زیرا چه بسیار مومنانی بوده اند که اگرچه از ایمان برخوردار بودند اما از آن جهت که یارای ایستادگی مداوم و مستمر در مسیر حق نداشتند و عاقبت تسلیم وسوسه های شیطان شدند. از این رو در آیه ای دیگر خداوند ایمان را در کنار اطمینان یافتن قلوب با ذکر خدا، از نشانه های هدایت شدگان معرفی کرده است:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَّا يَذَّكَّرَ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ.<sup>۲</sup>

رهبر معظم انقلاب در فرازی از بیانیه گام دوم انقلاب، نعمت انقلاب اسلامی را برگرفته از ارزش های اصیلی می دانند که با ایمان دینی مردم آمیخته است: «انقلاب اسلامی همچون پدیده ای زنده و بااراده، همواره دارای انعطاف و آماده ی تصحیح خطاهای خویش است، اما تجدیدنظرپذیر و اهل انفعال نیست. به نقدها حساسیت مثبت نشان میدهد و آن را نعمت خدا و هشدار به صاحبان حرفهای بی عمل می شمارد، اما به هیچ بهانه ای از ارزشهایش که بحمدالله با ایمان دینی مردم آمیخته است، فاصله نمیگیرد.»

ایشان در مناسبتی دیگر با اشاره به اصل توحید به عنوان ستون اصلی انقلاب اسلامی، این اصل را حرف نوی انقلاب به جهان خواندند و آن را «حاکمیت ارزش های الهی بر جامعه و نفی حکومت های طاغوتی، استبدادی، فاسد و طغیانگر بر ارزش های انسانی و اصیل» دانستند (بیانات رهبر معظم انقلاب در دیدار اساتید و دانشجویان دانشگاه های استان زنجان، ۱۳۸۲/۷/۲۲، <https://farsi.khamenei.ir/speech-content?id=3199>).

۱. فصلت/۳۰.

۲. رعد/۲۸.

ایشان همین اصل را در استمرار این انقلاب لازم دانستند: «اگر انقلاب متکی به اعتقاد دینی و ایمان اسلامی نبود نمی توانست پیروز شود. ایمان یکایک مردم بود که توانست این حرکت را به وجود آورد و استمرار بخشد.» (همان).

باور به توحید، کارکردهای متعددی در زندگی دارد. یکی از مهمترین کارکردهای آن قرار گرفتن انسان در مسیر تربیت توسط خداوند است. پیامبر اسلام در حدیثی از زبان خداوند چنین می فرماید: «لَا أَطَّلِعُ عَلَى قَلْبٍ عَبْدٍ فَأَعْلَمُ مِنْهُ حُبَّ الْإِخْلَاصِ لِبَطَاعَتِي لَوْجَهِي وَإِيْتِغَاءَ مَرْضَاتِي إِلَّا تَوَلَّيْتُ تَقْوِيمَهُ وَ سِيَاسَتَهُ (مجلسی، ج ۸۲، ۱۳۶)؛ هرگاه دل بنده ام را بنگرم و دریابم که از روی اخلاص و برای خشنودی من طاعتم را به جا می آورد، اصلاح و تربیت او را خود به عهده می گیرم.

رهبر معظم انقلاب مهمترین مشکل دنیای امروز را جدایی از خدا و اعتقاد به خدا و التزام به اعتقاد به خداست. ایشان راهکار حل مشکلات بشریت را حل کردن مساله مبدا می دانند و می فرمایند: «اگر مسئله‌ی مبدأ حل شد، بسیاری از مسائل حل خواهد شد...» «هُوَ اللَّهُ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْمَلِكُ الْقُدُّوسُ السَّلَامُ الْمُؤْمِنُ الْمُهَيْمِنُ الْعَزِيزُ الْجَبَّارُ الْمُتَكَبِّرُ سُبْحَانَ اللَّهِ عَمَّا يُشْرِكُونَ.» وقتی انسان اینجور توحیدی را معتقد بود، وقتی توانستیم این اعتقاد را در بدنه‌ی زندگی خودمان بسط دهیم، این مشکل اساسی بشریت را حل خواهد کرد.» (بیانات در نخستین نشست اندیشه‌های راهبردی، ۱۳۸۹/۹/۱۰، <https://farsi.khamenei.ir/speech-content?id=10664>)

## دو. خودآگاهی معنوی

خودآگاهی معنوی همان باور فرد درباره‌ی خدا و جهان و ارزشها و استانداردهای اخلاقی و مسائل زندگی، مانند بیماری و گرفتاری، براساس الگوهای معنوی دینی است. این خودآگاهی سبب می شود فرد با بقیه افراد در ابعاد و ویژگیهای شخصیتی و رفتاری تفاوت داشته باشد (احمدی فراز، ۱۳۹۵: ۴۷)

ضرورت ارتباط با خود و شناخت نفس، یک قطعه از پازل خداشناسی و سرآغازی بر

درک رابطه خود با هستی محسوب می شود. این مساله تا جایی اهمیت دارد که خودشناسی در احادیث، بر خداشناسی تقدم یافته (فخررازی، ۱۴۲۰: ۹۱/۱) و معرفه النفس در زمره کلید تمامی علوم و دانش ها در نزد فیلسوفان مسلمان جای گرفته است (ر.ک. ملاصدرا، ۱۳۷۱: ۱۷۳/۴) با بررسی آیات و روایات، این چنین بدست آمد که خداوند در برخی آیات، با ذکر نشانه‌هایی در وجود انسان، آنها را از این جهت مهم می داند که شناخت آنها منجر به شناخت خود و در نتیجه پیدا کردن مسیر و راه سعادت است: وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ<sup>۱</sup>.

وجه دیگر اهمیت خودآگاهی معنوی، نقش آن در هدف گذاری صحیح انسان برای خود است. در قرآن کریم به لزوم شناخت خود و به کارگیری قوه عقل و بینایی و شنوایی در تصمیم گیری های زندگی اشاره شده و افراد فاقد هویت انسانی را اینگونه توصیف کرده است: گروهی از انسان ها دل هایی بدون ادراک و گوش های ناشنوا و چشم های نابینا دارند. آنها همچون چهارپایانند، بلکه گمراه تر! اینان همان غافلانند.<sup>۲</sup>

از دیدگاه قرآن، غفلت، عامل اصلی بحران هویت است؛ چرا که غفلت، شخص را از هدف نهایی خلقت خویش باز می دارد و او را به سمت پوچی و بی هدفی یا اهدافی واهی و غیر صحیح سوق می دهد. اصطلاح «خود فراموشی»، به عنوان یکی از عوامل بحران هویت در قرآن آمده است که به دنبال آن، فراموشی خدا می آید: «وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ». و همچون کسانی نباشید که خدا را فراموش کردند و خدا نیز آنها را به «خود فراموشی» گرفتار کرد، آنها فاسقانند.<sup>۳</sup>

غفلت از خویشتن، نتیجه ای جز غفلت از خدا، خروج از مسیر حرکت توحیدی نظام هستی و گرفتار شدن به افات و بلاها ندارد چرا که خداوند وعده داده است عاقبت افرادی که خدا را از یاد برده اند اینگونه است: وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ

۱. ذاریات/ ۲۱.

۲. اعراف/ ۱۷۹.

۳. حشر/ ۱۹.

الْقِيَامَةِ أَعْمَى. و هرکس از یاد من روی گرداند، پس همانا برای او زندگی تنگ و سختی خواهد بود و ما او را در قیامت نابینا محسور می‌کنیم.<sup>۱</sup>

اهمیت دیگر خودآگاهی معنوی برای انسان، خودسازی معنوی است. آدمی با اطلاع از استعدادهای خود می‌تواند به شناسایی مقدمات ضروری تحقق آن استعدادها روی آورد و موانع تحقق آن‌ها را نیز بشناسد. پرورش خود نیز بدون اطلاع از استعدادهای خود و نیازها و موانع فعلیت یافتن استعدادها امکان پذیر نیست. بنابراین خودشناسی منجر به خودسازی و تهذیب نفس می‌شود. از این رو آدمی در فرآیند شناخت خود، به جهاد با آن برمی‌خیزد چنانچه امیرالمومنین علیه السلام فرمودند: مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ جَاهِدَهَا، مَنْ جَهَلَ نَفْسَهُ أَهْمَلَهَا؛ (تمیمی آمدی: ۷۸۵۵-۷۸۵۶). هرکه نفس خود را شناخت، به جهاد با آن برخاست و هرکه آن را نشناخت، به حال خود رهایش ساخت.

کسی که به مقام خودآگاهی معنوی دست پیدا کند در ارتباط با خدا، خود را فرع و خداوند را اصل می‌بیند، خود را مظه‌ری از چشمه حقیقت و صفات الهی می‌داند اما کسی که خود را گم کرد، در حقیقت اصل و مبدا حقیقی خود را گم کرده است.

دوران جوانی، بهترین فرصت برای کسب خودآگاهی معنوی و صیقلی نمودن آئینه قلب از زنگار است. از این رو رهبر انقلاب در سال‌های اخیر ضمن نامه ای خطاب به جوانان اروپا، با اشاره به لزوم کسب خودآگاهی و دعوت به تفکر در خود و گذشته تاریخی کشور خود، دلیل مخاطب قرار دادن جوانان را سرزنده تر بودن حس حقیقت جویی در درون آنان بیان نمودند:

من شما جوانان را مخاطب خود قرار میدهم؛ نه به این علت که پدران و مادران شما را ندیده می‌انگارم، بلکه به این سبب که آینده‌ی ملت و سرزمینتان را در دستان شما می‌بینم و نیز حس حقیقت جویی را در قلبهای شما زنده‌تر و هوشیارتر می‌یابم. همچنین در این نوشته به سیاستمداران و دولتمردان شما خطاب نمی‌کنم، چون معتقدم که آنان آگاهانه راه

سیاست را از مسیر صداقت و درستی جدا کرده‌اند.

### سه. شناخت جایگاه و ارزش خانواده

اولین نهادی که فرد، برقراری ارتباط را در آن می‌آموزد و محل ارتقاء سلامت معنوی افراد محسوب می‌شود خانواده است. خانواده در نظام سلامت معنوی قرآن و حدیث، مامنی برای آرامش اعضاء، تامین نیازهای عاطفی و غریزی و معیشتی و جایگاهی برای رسیدن انسان به رشد مطلوب و آماده سازی برای ورود به عرصه اجتماع است. در قرآن کریم از پیوند زن و مرد و تشکیل خانواده به عنوان یکی از نشانه های خداوند و وسیله ای برای آرامش و مودت یاد شده است. در روایت آمده است که هیچ بنایی نزد خداوند محبوب‌تر از بنای خانواده نیست. (مجلسی، ۲۲۲:۴۰، ح ۱۰۳)

شناخت جایگاه خانواده و ارزش آن به تنهایی در تنظیم روابط انسان با خانواده کفایت نمی‌کند بلکه لازم است معیارهای تشکیل چنین خانواده ای نیز به درستی انتخاب شود. همسری که با خانواده توحیدی مد نظر دین هماهنگ باشد در روایات با اوصافی نظیر دین دار بودن و خوش اخلاق بودن توصیف شده است. رسول خدا ﷺ درباره اهمیت ازدواج با زن دیندار فرمودند:

مَنْ تَزَوَّجَ امْرَأَةً لِمَالِهَا وَكَلَهُ اللَّهُ إِلَيْهِ وَمَنْ تَزَوَّجَهَا لِحَمَالِهَا رَأَى فِيهَا مَا يَكْرَهُ وَمَنْ تَزَوَّجَهَا لِدِينِهَا جَمَعَ اللَّهُ لَهُ ذَلِكَ. (حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۳۱) هر که با زنی به خاطر مالش ازدواج کند، خداوند او را به مال وی واگذار می‌کند، و هر که با او به خاطر جمال و زیبایی اش ازدواج نماید، در او چیزی را که خوشایند او نیست، خواهد دید، و هر که با وی به خاطر دینش ازدواج کند، خداوند تمامی این مزایا را برای او جمع می‌کند.

زمانی نقش کلیدی خانواده را در بیانیه گام دوم انقلاب درک می‌کنیم که به تعبیر مقام معظم رهبری درباره «جوانان» توجه داشته باشیم. مخاطب اصلی این بیانیه جوانان اند و طبعاً برای محقق شدن آرمان بزرگی چون ایجاد تمدن نوین اسلامی، جوانانی می‌خواهیم که «مؤمنانه و متعهدانه» در جهت محقق شدن این تمدن بزرگ حرکت کنند و به تعبیر رهبری

حکیم «نگاه انقلابی و روحیه انقلابی و عمل جهادی را به کار بندند». بدیهی است رشد و بالندگی چنین جوانانی جز در بستری متعالی و بالنده به نام خانواده محقق نمی شود. بنابراین لازم است خانواده ای با چنین نگاهی و متشکل از زن و مردی اخلاقی و متدین تشمیل شود تا زمینه تولد و تربیت چنین افرادی مهیا شود. رهبر معظم انقلاب مسئولیت خطیر ایجاد بینش معنوی در انسان را بر عهده مادران و زنان نهاده اند و در مناسبت های مختلف از نقش انسان سازانه آنان سخن به میان آورده اند: «اگر زن ها با قرآن مانوس بشوند بسیاری از مشکلات جامعه حل خواهد شد...» (بیانات در دیدار جمعی از بانوان قرآن پژوه کشور، ۱۳۸۸/۷/۲۸، <https://farsi.khamenei.ir/speech-content?id=8259>)

#### چهار. دشمن شناسی

بخشی از اعتقادات دین اسلام به ارتباط با غیریت های دینی اشاره می کنند. غیریت های دینی اعم از اهل کتاب، و ملحدان است. ملحدان دو دسته اند: دسته اول کسانی هستند که در عین کفر و شرک کاری به اعتقادات مسلمانان ندارند، نه عداوت می ورزند، و نه با آنها پیکار می کنند. به حکم قرآن کریم، چنانچه در سرزمین های اسلامی زندگی می کنند با این گروه لازم است بنابر شرایط اهل ذمه برخورد شود و چنانچه خارج از قلمرو مرزهای اسلامی هستند بر اساس اصل نیکی و عدالت.

اما گروه دوم کسانی هستند که دشمنان اعتقادات دینی محسوب می شوند، کسانی هستند که از مسیر اعتقادات و باورها نفوذ می کنند و مسیر فکری افراد را تغییر می دهند. در آیه ۱ سوره ممتحنه به جایز نبودن دوستی با این افراد اشاره شده است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّخِذُوا عَدُوِّي وَعَدُوَّكُمْ أَوْلِيَاءَ تُلْقُونَ إِلَيْهِم بِالْمَوَدَّةِ».

بنابراین برای درامان ماندن از آسیب های معنوی این گروه لازم است رویکردی شجاعانه و قدرتمندانه در پیش گرفته شود و از هر گونه دخالت یا مسیر نفوذ دشمنان به درون مرزهای اعتقادی خود و اطرافیان خود جلوگیری به عمل آید.

تحقق این راهکار، قبل از هر چیز نیازمند داشتن شناختی دقیقی و صحیح از دشمن و

راه های نفوذ اوست. شناخت دشمن از ضروریات اولیه هر مبارزه و از محوری ترین مسائل دفاعی جامعه است. با شناخت دشمن می توان بقای خود و جامعه را تضمین کرد، احتمال پیروزی و شکست را تعیین کرد، و به ایجاد زمینه های دفاعی همت گماشت.

در قرآن کریم واژه عدو و اعداء بارها تکرار شده و آیات متعدد، چهره دشمنان اسلام و راه های مقابله با شیوه های نفوذ آنان را به خوبی تبیین نموده است. در روایات نیز دشمن شناسی از نشانه های عاقلان محسوب شده است: «أَلَا وَإِنَّ أَعْقَلَ النَّاسِ عَبْدٌ عَرَفَ رَبَّهُ فَاطَاعَهُ وَعَرَفَ عَدُوَّهُ فَعَصَاهُ.» (بحارالانوار، ج ۷۷، ص ۱۷۹)

بیانیه گام دوم انقلاب نگاه ویژه ای به دشمن شناسی و شناخت استکبار جهانی و شگردهای مبارزه داشته است. رهبر معظم انقلاب در بخشی از این بیانیه فرمودند: «اگر آن روز چالش با آمریکا بر سر کوتاه کردن دست عمال بیگانه یا تعطیلی سفارت رژیم صهیونیستی در تهران یا رسوا کردن لانه ی جاسوسی بود، امروز چالش بر سر حضور ایران مقتدر در مرزهای رژیم صهیونیستی و برچیدن بساط نفوذ نامشروع آمریکا از منطقه ی غرب آسیا و حمایت جمهوری اسلامی از مبارزات مجاهدان فلسطینی در قلب سرزمین های اشغالی و دفاع از پرچم برافراشته ی حزب الله و مقاومت در سراسر این منطقه است.»

ایشان همچنین با بیان تقابل دوگانه ی جدید «اسلام و استکبار» به عنوان پدیده ی برجسته ی جهان معاصر، راهکار غلبه بر این دشمن را قدرت عظیم ایمان و انگیزه ی این ملت و رهبری آسمانی و تأیید شده ی امام عظیم الشان بیان کردند.

در بخشی دیگر از این بیانیه با اشاره به عبرت اندوزی از وقایع گذشته، به انگیزه و فعالیت های دشمن از دشمنی با این انقلاب اشاره کردند: «دشمنان انقلاب با انگیزه ای قوی، تحریف و دروغ پردازی درباره ی گذشته و حتی زمان حال را دنبال میکنند و از پول و همه ی ابزارها برای آن بهره میگیرند. رهنان فکر و عقیده و آگاهی بسیاریند؛ حقیقت را از دشمن و پیاده نظامش نمیتوان شنید.»



### پنج. باور به هدفمندی و معناداری طبیعت

محیط زیست، بستر زندگی آدمی و گهواره حیات و بقای اوست. این کره خاکی گرانقدر که شتابان در حال حرکت است و برای آدمیان، گهواره ای رام و آرام فراهم کرده است بزرگترین نعمت الهی و از آن همه نسل های بشریت است. حال آنکه در معنویت اسلامی، طبیعت به مثابه امری ذی شعور و جلوه ای از قدرت و شکوه پروردگار، همواره به تسبیح خدای متعال مشغول است،<sup>۱</sup> لذا ماهیتی روحانی و مقدس دارد.

در قرآن کریم در بیش از ۷۵ آیه با اشاره به ظواهر طبیعت و ابعاد گوناگون و زیبایی های آن، ما را به مطالعه کتاب طبیعت و پندآموزی از آن راهنمایی می کند. دسته ای از آیات اشاره دارند که هر آن چه در آسمان ها و زمین است به تسبیح خدای متعال مشغولند: *يُسَبِّحُ لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ*<sup>۲</sup> خداوند در برخی آیات انسان را به نظر افکندن به آفرینش آسمان ها و زمین و تفکر در خلقت توصیه می کند و این عمل را از اعمال صاحبان خرد و اندیشه معرفی می کند: *إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ*<sup>۳</sup>.

در دسته ای دیگر از آیات، زنده شدن طبیعت در فصل بهار از آثار رحمت خداوند معرفی شده و با زنده شدن انسان در روز قیامت تشبیه شده است. معرفی طبیعت و تحولات آن به عنوان یکی از آثار رحمت خداوند در حق بندگان خویش، انسان را بر آن می دارد در برابر چنین طبیعتی مسئولانه و قدرشناسانه برخورد کند و اجازه تعدی و تصرف ناروا در آن را به خود و دیگران ندهد. بنابراین رابطه ای معنوی با طبیعت برقرار می شود و اقدامات انسان در خصوص طبیعت، معنادار و هدفمند می گردد.

رهبر معظم انقلاب در مناسبتی، از طبیعت به عنوان پدیده ای محترم یاد کردند و

۱. جمعه ۱/

۲. آل عمران/ ۱۹۰.

۳. آل عمران/ ۱۹۰.

فرمودند: «اینها همه نعمتهای خدائیانند؛ از این نعمتها باید استفاده کرد، ولی درست؛ باید استفاده کرد، ولی با رعایت حریمهای الهی؛ باید استفاده کرد، ولی با احترام به ارزشها و دین و اخلاق این مردم؛ ارزشهایی که آنها را در طول سالیان دراز در میدانهای سخت نگه داشته.» (بیانات در دیدار عمومی مردم چالوس و نوشهر، ۱۳۸۸/۷/۱۵، <https://farsi.khamenei.ir/speech-content?id=8178>)

### شاخص های گرایشی

#### یک. گرایش به فضائل و دوری از رذائل

انسان با مراجعه به خویش درمی یابد که گرایش به صفات اخلاقی نیک دارد و از رذایل اخلاقی گریزان است. جامعه مطلوب انسانی از منظر قرآن کریم و احادیث با فضیلت ها پیوند عمیق و ناگسستنی دارد، نه با رذیلت ها. بنابراین خودسازی حقیقی زمانی محقق می شود که آدمی این گرایشات فطری را در درون خود زنده و بیدار کند و نسبت به آنها ممارست ورزد. اساسا رسالت پیامبران الهی، متخلقی ساختن مردم به اخلاق الهی و بیدار کردن فضایل اخلاقی در نهاد غافل و فراموشکار بشر بوده است همچنانکه حضرت علی علیه السلام در خطبه یک نهج البلاغه به فراموشی در انسان اشاره کردند:

«فَبَعَثَ فِيهِمْ رَسُولَهُ وَوَاتَرَ إِلَيْهِمْ أَنْبِيَاءَهُ لِيَسْتَأْذُوهُمْ مِيثَاقَ فِطْرَتِهِ وَيَذَكِّرُوهُمْ مَنْسِيَةَ نِعْمَتِهِ وَ يَحْتَجُّوا عَلَيْهِمْ بِالتَّبْلِيغِ وَ يُثِيرُوا لَهُمْ دَفَائِنَ الْعُقُولِ... پس خداوند رسولش را در میان آنان برانگیخت و پیامبرانش را پی در پی به سوی آنان روانه ساخت تا وفای به پیمان فطرت را آنها بخواهند و نعمت های فرموش شده او را یادآور شوند و با ابلاغ وحی الهی، حجت را بر آنان تمام کنند و گنجینه های عقول را بر ایشان آشکار سازند...»

«گرایش به فضایل اخلاقی، یکی از گرایشات فطری انسان است که باعث می شود وجدان آدمی، او را به ملامت و سرزنش گری از انجام اعمال زشت وا دارد. انسان به حکم اینکه دارای شرافت و کرامت ذاتی است که همان جنبه ملکوتی و نفخه الهی است،

ناآگاهانه آن کرامت را احساس می کند. بعد در میان کارها و ملکات هر کدام که مناسب با آن جنبه بود، خیر و فضیلت و هر کدام که مناسب نبود، ردیلت می داند. در قرآن کریم نیز از این حقیقت یاد شده است آنجا که برای نفس انسان قابلیت الهام فجور و تقوا بیان کرده است. ” (مطهری، بی تا: ۲۰۵ - ۲۰۸)

رهبر معظم انقلاب در بیانیه گام دوم انقلاب، ترویج فضائل اخلاقی را به عنوان یکی از شعارهای محوری انقلاب اسلامی دانستند و با اشاره به شعارهای جهانی، فطری، درخشان و همیشه زنده‌ی انقلاب اسلامی، از نقش بی نظیر امام خمینی علیه السلام در گسترش اخلاق گرایی در جامعه سخن گفتند:

«این پدیده‌ی مبارک را رفتار و منش حضرت امام خمینی در طول دوران مبارزه و پس از پیروزی انقلاب، بیش از هر چیز رواج داد؛ آن انسان معنوی و عارف و وارسته از پیرایه‌های مادی، در رأس کشوری قرار گرفت که مایه‌های ایمان مردمش بسی ریشه دار و عمیق بود. هرچند دست تطاول تبلیغات مروج فساد و بی بندوباری در طول دوران پهلوی‌ها به آن ضربه‌های سخت زده و لجنزاری از آلودگی اخلاقی غربی را به درون زندگی مردم متوسط و بخصوص جوانان کشانده بود، ولی رویکرد دینی و اخلاقی در جمهوری اسلامی، دل‌های مستعد و نورانی بویژه جوانان را مجذوب کرد و فضا به سود دین و اخلاق دگرگون شد.» (بیانیه «گام دوم انقلاب» خطاب به ملت ایران، خامنه‌ای، ۱۳۹۷/۱۱/۲۲، <https://farsi.khamenei.ir/message-content?id=41673>)

## دو. امیدورزی به خداوند

چنانچه در قسمت قبل گفته شد از جمله شاخص های بینشی در ارتباط با خداوند، باور به توحید است که اساس دین اسلام محسوب می شود. اعتقاد به توحید، زمانی انسان را از وادی شرک نجات می دهد که در مقام عمل قرار گیرد. از این رو لازم است توحید عملی را بشناسیم. در غیر این صورت، ممکن است کسی در مقام نظر و عقیده، موحد باشد، اما در مقام عمل مانند مشرکان و کافران زندگی کند. این تضاد و تعارض میان عقیده و رفتار، در

ابعاد مختلف وجودی انسان تاثیرگذار خواهد شد.

برای آن که انسان در مقام عمل به توحید برسد و موحد شود لازم است از هر چه غیر خداست منقطع شود و فقط متوجه خدا گردد. برای آنکه آدمی از غیر خدا منقطع شود و فقط متوجه او گردد باید از غیر خدا ناامید شود. ناامیدی از غیر خدا، موجب اضطراب انسان می‌شود. وقتی انسان به مقام اضطراب رسید موحد شده و فقط متوجه خدا می‌شود.

رهبر معظم انقلاب امیدورزی را در ارتباط با بهجت معنوی می‌دانند و در مناسبتی فرمودند: «البته یکی از مایه‌های مهم امید عبارت است از توکل به خدای متعال؛ أَلْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ؛ وقتی شما اهل تقوا بودید، پاکدامن بودید، رعایت امر و نهی الهی را کردید، خدا با شما است. وقتی خدا با انسان است یعنی پیروزی با انسان است، موفقیت با انسان است، شادکامی با انسان است، بهجت معنوی با انسان است.» (بیانات در دیدار نخبگان و استعدادهای برتر علمی، ۱۳۹۸/۷/۱۷، <https://farsi.khamenei.ir/speech-content?id=43719>)

### سه. دیگر دوستی

همانطور که انسان با کسب معرفت خداوند به او گرایش پیدا می‌کند و خدادوست می‌شود نسبت به دیگران نیز چنین حسی پیدا می‌کند. از آثار محبت خدا و خدادوستی در ارتباط با دیگران آن است که: *بِهِ يَعْمُرُ اللَّهُ تَعَالَى بِلَادَهُ وَبِكِرَامَتِهِ يُكْرِمُ اللَّهُ عِبَادَهُ*؛ خداوند شهرها و کشورها را به واسطه وجود چنین کسی آباد می‌کند و به واسطه احترام و ارزشی که برای این شخص قائل است به دیگران هم احترام می‌گذارد. *يُعْطِيهِمْ إِذَا سَأَلُوهُ بِحَقِّهِ وَيَدْفَعُ عَنْهُمْ الْبَلَايَا بِرَحْمَتِهِ*؛ اگر مردم از خدا به حق چنین کسی، چیزی بخواهند، خدا خواسته‌شان را ادا می‌کند. و به واسطه رحمتی که خدا به چنین بنده‌ای می‌دهد بلاها را از دیگران دفع می‌کند. *لَوْ عَلِمَ الْخَلْقُ مَا مَحَلُّهُ عِنْدَ اللَّهِ وَمَنْزِلَتُهُ لَدَيْهِ مَا تَقَرَّبُوا إِلَى اللَّهِ إِلَّا بِتُرَابِ قَدَمَيْهِ*؛ اگر مردم می‌دانستند که دوست‌دار خدا چه قرب و منزلتی پیش خدا دارد، به چیزی غیر از خاک پای او، به خدا تقرب نمی‌جستند. (بحار الأنوار، ج ۶۷، ص ۲۳)

در قرآن کریم و روایات، ملاک هایی برای برگزیدن دوست خوب بیان شده است. دوست داشتن دیگران در سطحی عمیق تر باید همراه با احترام به آنان باشد. بر اساس آموزه های قرآنی، انسان از کرامت ذاتی برخوردار است و شایسته احترام. خداوند در قرآن کریم ضمن بیان کلیاتی درباره چگونگی احترام گذاشتن، موارد و مصادیق جزیی را نیز مطرح می کند تا انسان ها بیاموزند که چگونه باید حرمت یکدیگر را نگاه دارند. برای مثال بلند نکردن صدای خود در محضر پیامبر خدا، تقدیم سلام و با خوش رویی با شخص، احسان و کمک به والدین، احترام گذاشتن به قوانین و شعائر الهی. در قرآن کریم آمده است افرادی که در نزد خداوند خوار شدند، فاقد هرگونه احترامی هستند، چرا که خود حرمت خویش را نگه نداشتند و از کرامت الهی سود نبردند پس سزاوار بی حرمتی هستند.<sup>۱</sup>

یکی از جلوه های حقیقی دیگر دوستی به برکت انقلاب اسلامی برای کشور ما پدید آمد و در انواع مشارکت های مردمی جلوه گر شد. رهبر معظم انقلاب در بیانیه گام دوم با اشاره به دستاورد مشارکت مردمی فرمودند: «مشارکت مردمی را در مسائل سیاسی مانند انتخابات، مقابله با فتنه های داخلی، حضور در صحنه های ملی و استکبارستیزی به اوج رسانید و در موضوعات اجتماعی مانند کمک رسانی ها و فعالیت های نیکوکاری که از پیش از انقلاب آغاز شده بود، افزایش چشمگیر داد. پس از انقلاب، مردم در مسابقه ی خدمت رسانی در حوادث طبیعی و کمبودهای اجتماعی مشتاقانه شرکت میکنند.»

## شاخص های کنشی

### یک. جهاد با نفس

انسان معنوی همیشه در صدد شناخت خود است<sup>۲</sup> و به جهاد با نفس میپردازد چنانچه

---

۱. حج/ ۱۸.

۲. مائده/ ۱۰۵.

پیامبر دشمن ترین دشمن انسان را نفس انسان نامیده اند و فرمودند: أَعْدَى عَدُوِّكَ نَفْسُكَ الَّتِي بَيْنَ جَنْبَيْكَ (تنبيه الخواطر: ۲۵۹/۱) دشمن ترین دشمن تو نفس توست که در میان دو پهلوئی توست. از این رو خداوند از همه مومنان خواسته که: «قُوا أَنْفُسَكُمْ...»<sup>۱</sup> یعنی مراقب خودشان باشند. لذا انسانی که از سلامت معنوی برخوردار است همواره مراقب نفس خود است و می کوشد با مشارطه، مراقبه و محاسبه، نفس خود را کنترل و اعمال آن را در راستای هدف واحد یعنی توحید هماهنگ سازد.

از سویی دیگر این دستور صریح روایی است که از پیامبر (صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ) نقل شده است: «حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسِبُوا وَزُنُوهَا قَبْلَ أَنْ تُزُنُوا وَتَجَهَّزُوا لِلْعَرْضِ الْأَكْبَرِ. پیش از آنکه به حساب شما برسند خود به حساب خویش برسید، و قبل از آنکه مورد سنجش قرار گیرید خویشتن را بسنجید، و خود را برای رستاخیز بزرگ آماده کنید.» (حر عاملی، وسایل الشیعه، ج ۱۶، ص ۹۹)

بهترین مدل خودارزیابی در دین مبین اسلام بر مبنای مشارطه، مراقبه، محاسبه، و معاتبه معرفی شده است که نوعی جهاد با مفس محسوب می شود. امام صادق (ع) می فرمایند: خوشا بحال بنده ای که برای خدا با نفس و هوی و هوس خود جهاد کند (نراقی، ۱۳۷۰: ۱۳۱-۱۳۳) چرا که خداوند می فرماید: وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا.<sup>۲</sup>

سالم نگه داشتن قلب به عنوان مرکز ادراکات، از جمله دستوراتی است که طی عمل مراقبه در آیات و روایات وارد شده است. قلب سلیم و پاک، مرکز تولید عمل نیک و قلب ناسالم و تاریک، کانون فساد می باشد. در قرآن کریم ۱۳۲ بار از قلب سخن به میان آمده است و در آیات متعددی از قلب کافران و منافقان و مجرمان به عنوان قلب مهر زده،<sup>۳</sup> قلب

۱. تحریم / ۶.

۲. عنکبوت / ۶۹.

۳. بقره / ۷.

سخت، قلب منحرف، قلب پیچیده به لحاف و حجاب،<sup>۱</sup> قلب مریض،<sup>۲</sup> قلب قفل زده و... یاد شده است (قرائتی، ۱۳۷۰: ۶۰)

خداوند در آیات ۸۹ و ۹۰ سوره شعراء قلب سلیم را به متقین نسبت می دهد که همواره در تقوای فطری و تشریحی هستند و صفت تقوا، حقیقت وجودی آنان شده است: **إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ. وَأُزْلِفَتِ الْجَنَّةُ لِلْمُتَّقِينَ.**

از این رو در روایات راه های متعددی برای حفاظت از این کانون ادراکات بیان شده است که برخی از آنها عبارتند از: پرهیز از پرخوری؛ موعظه؛ پرهیز از کثرت گناه؛ حکمت اندوزی؛ و ترک حب دنیا.

لازم به ذکر است در مسیر خودسازی و تزکیه نفس، از نقش سایر عوامل نیز نباید غافل بود. یکی از مهمترین عوامل، بسترهای فسادزا یا فضیلت زا است. رهبر معظم انقلاب در بیانیه گام دوم، با اشاره به نقش محوری اخلاق در کنار معنویت، از لزوم بسترسازی سالم توسط حکومتها برای رشد اخلاق یاد کردند:

«شعور معنوی و وجدان اخلاقی در جامعه هرچه بیشتر رشد کند برکات بیشتری به بار می آورد؛ این، بی گمان محتاج جهاد و تلاش است و این تلاش و جهاد، بدون همراهی حکومتها توفیق چندانی نخواهد یافت. اخلاق و معنویت، البته با دستور و فرمان به دست نمی آید، پس حکومتها نمیتوانند آن را با قدرت قاهره ایجاد کنند، اما اولاً خود باید منش و رفتار اخلاقی و معنوی داشته باشند، و ثانیاً زمینه را برای رواج آن در جامعه فراهم کنند و به نهادهای اجتماعی در این باره میدان دهند و کمک برسانند؛ با کانونهای ضد معنویت و اخلاق، به شیوهی معقول بستیزند و خلاصه اجازه ندهند که جهتمی ها مردم را با زور و فریب، جهتمی کنند.» (بیانیه «گام دوم انقلاب» خطاب به ملت ایران، خامنه ای، ۱۳۹۷/۱۱/۲۲،

<https://farsi.khamenei.ir/message-content?id=41673>

۱. بقره/ ۸۸.

۲. منافقون/ ۱۰.

## دو. بندگی خداوند

بندگی خداوند محصول کسب بینشی توحیدی و گرایش به سمت خدا و دل بریدن از هر چه غیر خداست. چنین فردی مصداق حقیقی آیه «إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ» است. در قرآن کریم هدف از خلقت جن و انس، عبادت و بندگی خداوند بیان شده است.<sup>۱</sup> امام صادق (ع) در تفسیر این هدف فرمود: آنان را خلق کرد تا امرشان کند که عبادتش کنند. (صدوق، علل الشرایع، ص ۱۳)

انسان از طریق عقل و وحی می تواند چگونه بندگی کردن را بداند و بدان عمل کند. نمودهای عملی بندگی خداوند، انجام واجبات و ترک محرمات است. اعمالی نظیر ذکر، دعا، اعتکاف، سجده، روزه، و... جلوه ظاهری بندگی و دل نبستن به غیر از خدا و کمک خواستن از او در تمام امور از جلوه های باطنی و حقیقی بندگی است.

رهبر معظم انقلاب در بیانیه گام دوم انقلاب با اشاره به ایستادگی در برابر طاغوت به عنوان یکی از ابعاد معنویت در میان مردم ایران فرمودند: «در تمام این چهل سال، تسلیم ناپذیری و صیانت و پاسداری از انقلاب و عظمت و هیبت الهی آن و گردن برافراشته‌ی آن در مقابل دولتهای متکبر و مستکبر، خصوصیت شناخته شده‌ی ایران و ایرانی بویژه جوانان این مرز و بوم به شمار میرفته است.» (بیانیه «گام دوم انقلاب» خطاب به ملت ایران، خامنه‌ای، ۱۳۹۷/۱۱/۲۲، <https://farsi.khamenei.ir/message-content?id=41673>)

یکی از راه های بندگی خداوند، شکرگزاری قولی و فعلی اوست. به تعبیر قرآن کریم، انسان ها در برابر در برابر انتخاب مسیر هدایت الهی دو دسته اند: انسان های شاکر و انسان های کفور.<sup>۲</sup> دسته اول، قدردان نعمات خداوند می شوند و از نعمات او بهترین استفاده را در جهت رشد خویش و جامعه و رسیدن به کمال مطلوب خداوند می کنند و دسته دوم با کفران نعمت، طریق گمراهی را در پیش گرفته و و خود و جماعتی را به ورطه نابودی می

۱. ذاریات/۵۶.

۲. اشاره به آیه انا هدیناه السبیل اما شاکرا و اما کفورا.



کشند. بنابراین شکرگزاری با نعمات الهی ارتباط دارد به این معنا که فرد شاکر در مسیر هدایت الهی قرار دارد و فرد کفور، از مسیر هدایت دور شده است.

بنابر آیات قرآنی، شکر یا ناسپاسی، هیچ نفع یا ضرری برای خداوند ندارد؛ زیرا خدا از انسان و افعال او غنی و بی نیاز است. بر همین اساس، شکر نعمت باعث برکت و افزون شدن آنها می شود: «وَمَنْ يَشْكُرْ فَإِنَّمَا يَشْكُرُ لِنَفْسِهِ وَمَنْ كَفَرَ فَإِنَّ اللَّهَ غَنِيٌّ حَمِيدٌ»<sup>۱</sup> اگرچه طبق فرموده قرآن کریم و روایات، انسان نمی تواند آنگونه که بایسته و شایسته است شکر نعمات خداوند را به جا آورد<sup>۲</sup> ولی از مفاد آیات و روایات چنین برداشت می شود که به کارگیری نعمت های پروردگار در راستای بندگی او بهترین نوع سپاسگزاری می باشد. عبادت و نماز، دعا و روزه و احسان و انفاق در راه خدا از بهترین مصادیق شکر عملی محسوب می شود.

آموختن علم خویش به دیگران و عمل به آن؛ شکر نعمت علمی است که خداوند به عالم عنایت فرموده است. امیرمؤمنان علی علیه السلام در این باره می فرماید: «شکرگزاری عالم در برابر علمی که دارد این است که به آن عمل کند و به نیازمندان بذل نماید (به آنها آموزش دهد): «شُكْرُ الْعَالَمِ عَلَى عِلْمِهِ، عَمَلُهُ بِهِ وَبَدْلُهُ لِمُسْتَحِقِّهِ» (غرر الحکم و درر الکلم، ص ۴۰۷)

### سه. دستگیری از نیازمندان

نمود عملی کسب بینش توحیدی و گرایش به سمت توحید، در نوع تعامل با دیگران مشخص می شود. فردی که از سلامت معنوی برخوردار است در تنظیم روابط خود با دیگران به سمت ایجاد بیشترین منفعت برای دیگران است. چنین فردی آنچه را برای خود می پسندد برای دیگران نیز می پسندد. از این رو روا نمی بیند که خود، سیر باشد در حالی که مسلمان همسایه خود گرسنه است. نمود عملی بندگی خداوند، یعنی انجام کارهای خیر

۱. لقمان/۱۲.

۲. اَعْمَلُوا آلَ دَاوُدَ شُكْرًا وَقَلِيلٌ مِّنْ عِبَادِيَ الشَّكُورُ (سبا/۱۳).

یکی از مأموریت‌های انبیاء الهی است. چنانکه قرآن در هر جا که از عبادات فردی سخن گفته بلافاصله از انفاق و زکات به عنوان یکی از عبادات های جمعی و در ارتباط با دیگران نیز سخن گفته است:

وَجَعَلْنَاهُمْ أُمَّةً يَهْتَدُونَ بِأَمْرِنَا وَأَوْحَيْنَا إِلَيْهِمْ فِعْلَ الْخَيْرَاتِ وَإِقَامَ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءَ الزَّكَاةِ وَكَانُوا لَنَا عَابِدِينَ<sup>۱</sup>. و آنان را پیشوایانی قرار دادیم که به فرمان ما [مردم را] هدایت می‌کردند، و انجام دادن کارهای نیک و برپا داشتن نماز و پرداخت زکات را به آنان وحی کردیم، و آنان فقط پرستش‌کنندگان ما بودند.

در احادیث، ملاک ارزشمندی انسان، در کنار ایمان به خدا سودمندی برای مردم و خدمت به آنان بیان شده است: خَصَلْتَانِ لَيْسَ فَوْقَهُمَا مَنَ الْبِرِّ شَيْءٌ الْإِيمَانُ بِاللَّهِ وَالتَّقِيُّ لِعِبَادِ اللَّهِ. (بحار الأنوار، ج ۲، ص ۱۳۷) امام صادق علیه السلام نیز نیکی به برادران دینی و سعی در رفع حوائج شان را برخاسته از ایمان خالص می‌داند: الايمان البر بالاخوان والسعي في حوائجهم في العسر واليسر (نوری، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۱۲، ص ۴۰۸)

بنابراین شرط پذیرش هر عملی، از جمله خدمت به مردم، اخلاص است و مؤمن باید به انگیزه جلب رضایت الهی خدمتگزار عیال الله باشد و هرچه ناخالصی در عمل بیشتر باشد، درجه مطلوبیت آن هم پایین تر خواهد آمد. علاوه بر دخالت اخلاص در اصل عمل (قال علی علیه السلام: «لا يَسْتَقِيمُ قِضَاءُ الْحَوَائِجِ إِلَّا بِثَلَاثٍ بِاسْتِصْغَارِهَا لِتَعْظُمَ وَبِاسْتِكْتَامِهَا لِتُظَهَرَ وَبِتَعْجِيلِهَا لِتُهْنَأَ.» (نهج البلاغه، فیض الاسلام، ص ۱۱۳۱)، از دیدگاه امام جواد علیه السلام در تداوم اعمال نیز باید اخلاص جاری باشد. چه بسا عملی که انجام آن با خلوص است، ولی عامل به آن بعد از عمل، آن را به ریا و ناخالصی آلوده و از درجه مقبولیت الهی ساقط می‌کند؛ لذا امام جواد علیه السلام فرمود: «الْإِبْقَاءُ عَلَى الْعَمَلِ أَشَدُّ مِنَ الْعَمَلِ (کافی، ج ۲، ص ۲۹۶) بقای بر عمل سخت تر از خود عمل است.»

و آن گاه که پرسیدند بقای بر عمل یعنی چه؟ فرمود: «يَصِلُ الرَّجُلُ بِصَلَاةٍ وَيُنْفِقُ نَفَقَةً لِلَّهِ

وَخَدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ فَكُتِبَ لَهُ سِرًّا ثُمَّ يَذْكُرُهَا وَتُمْحَى فَتُكْتَبُ لَهُ عَلَانِيَةً، ثُمَّ يَذْكُرُهَا فَتُمْحَى وَتُكْتَبُ لَهُ رِيَاءً. مردی هدیه ای می دهد و برای خدای یگانه بی شریک انفاقی می کند، پس برایش به عنوان «عمل پنهانی» نوشته می شود. سپس او کارش را یادآوری می کند، در این وقت عنوان قبلی محو می شود و «عمل آشکار» برایش نوشته می شود. آن مرد دوباره عملش را یادآوری می کند پس عنوان قبلی محو می شود و برایش «عمل ریایی» نوشته می شود.»

### نتیجه گیری

نظربه اهمیت یافتن جایگاه مفهوم سلامت معنوی در سالهای پس از انقلاب اسلامی، از این رو این نوشتار، شاخص های مد نظر رهبر معظم انقلاب در بیانیه گام دوم انقلاب را استخراج و بر اساس آیات و روایات، به مستندسازی آنها پرداخت. یافته ها در سه محور شاخص های بینشی و گرایشی و کنشی بدست آمد:

داشتن باور توحیدی نسبت به تمام امور و فعل و انفعالات هستی و افعال خداوند، سرچشمه شکل گیری گرایش توحیدی و به دنبال آن بروز کنش و رفتار توحیدی از انسان می شود. چنین باوری در صورتی که بر محور علم و عقل باشد باعث ایجاد معنا در زندگی می شود و در قبال آن آرمانها، تعهد و مسئولیت سازی می کند و این برهان و استدلال است که افکار باطل را از زندگی دور می سازد و انسان را به واقعیت و یقین آشنا می سازد.

باور فرد درباره خدا و جهان و ارزشها و استانداردهای اخلاقی و مسائل زندگی، مانند بیماری و گرفتاری، بر اساس الگوهای معنوی دینی سبب می شود انسان در ارتباط با خدا، خود را فرع و خداوند را اصل ببیند، و خود را مظهری از چشمه حقیقت و صفات الهی بداند. بنابراین به راحتی خود را آلوده گناه نمی کند.

شناخت جایگاه و ارزش خانواده، شاخص بینشی دیگری است که موجب می شود انسان به سمت تشکیل خانواده معنوی و توحیدی گام بردارد و بستری معنوی برای تربیت همه جانبه انسان و نسل بعد فراهم شود.

دشمن شناسی، شاخصی است که به انسان کمک می کند از آسیب های معنوی گروه

هایی که در جهت خلاف آهنگ توحید حرکت می کنند و قصد فساد در زمین دارند رهایی یابد.

باور به هدفمندی و معناداری طبیعت ناشی از شناخت طبیعت به مثابه موجودی زنده و ذی شعور است که همواره به تسبیح خدای متعال مشغول است. چنین نگاه قدسی به طبیعت موجب می شود انسان نیز در تعاملش با طبیعت، رویکردی الهی اتخاذ کند و از طبیعت از این جهت که مخلوق خداوند است سپاسگزاری کند. راه سپاسگزاری از طبیعت، استفاده صحیح از مواهب آن در جهت رشد و تعالی کمال انسانی خویش است. بندگی خداوند محصول کسب بینشی توحیدی و گرایش انسان به سمت خدا و دل بردن از هر چه غیر خداست. چنین فردی مصداق حقیقی آیه «يَاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ» است.

شاخص دستگیری از نیازمندان، انسان معنوی را از انسان غیر معنوی متمایز می کند. انسانی که از نظر معنوی در سلامت به سر می برد با دستگیری از نیازمندان، در حقیقت به پرورش ابعاد وجودی خود کمک کرده است چرا که باور دارد با بخشیدن، بخشی از وجود خویش را کامل کرده است.

## منابع

۱. قرآن کریم، ترجمه فولادوند، محمد مهدی، تهران: دارالقرآن الکریم، ۱۴۱۵ ق.
۲. نهج البلاغه، ترجمه سیدعلی نقی فیض الاسلام، بی جا، تهران: موسسه انتشارات، ۱۳۷۸.
۳. ابن منظور، محمد بن مکرم، ۱۴۱۴ ق، لسان العرب، بیروت، دارالصادر.
۴. احمدی فراز، مهدی، بیماری و بیداری، ۱۳۹۵، اصفهان، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی.
۵. امین الاسلام طبرسی، فضل بن حسن، بی تا، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، مصحح: هاشم رسولی، بیروت، دارالمعرفه.
۶. پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحه، تهران: انتشارات دنیای دانش، ۱۳۸۲ ه. ق.
۷. پایگاه اطلاع رسانی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت الله العظمی سیدعلی خامنه ای (مدظله العالی) - مؤسسه پژوهشی فرهنگی انقلاب اسلامی (www.khamenei.ir).
۸. تمیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد، ۱۴۱۰ ق، غرر الحکم و درر الکلم، محقق و مصحح: رجائی، سید مهدی، چ دوم، قم، دارالکتاب الإسلامی.
۹. حرّانی، ابن شعبه، ۱۳۸۲ ش، تحف العقول، ترجمه صادق حسن زاده، قم: انتشارات آل علی.
۱۰. حرعاملی، ۱۴۱۲ ق، وسایل الشیعه، قم، موسسه آل البيت لإحياء التراث.
۱۱. دهخدا، علی اکبر، ۱۳۷۷، لغت نامه دهخدا، چاپ دوم، ج ۸، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
۱۲. شریف الرضی، محمد بن حسین، ترجمه و شرح نهج البلاغه (فیض الإسلام)، ۱۳۷۹ ش، چ پنجم، تهران، مؤسسه چاپ و نشر تألیفات فیض الإسلام.
۱۳. صالحی امیری، رضا و محمدی، سعید، ۱۳۸۹، دیپلماسی فرهنگی، چ اول، تهران، ققنوس.
۱۴. صدرالدین شیرازی (ملاصدرا)، محمد بن ابراهیم، ۱۳۷۱ ش، الحکمه المتعالیه فی الاسفار العقلیه الاربعه، ج ۴، دار إحياء التراث العربي.
۱۵. صدوق، محمد بن علی ابن بابویه، ۱۳۹۰ ق، علل الشرایع، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۱۶. صدوق، محمد بن علی ابن بابویه، ۱۳۹۴ ش، التوحید، نشر دیجیتالی، اصفهان، مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان.
۱۷. عمید، حسن، ۱۳۸۹، فرهنگ عمید، ج ۲، تهران، نشر مجید.

۱۸. فخررازی، محمد بن عمر، ۱۴۲۰ق، تفسیر فخررازی، بیروت: دار احیاء التراث العربی.
۱۹. فراهیدی، خلیل ابن احمد، ۱۴۰۹ق، العین، قم، نشر هجرت.
۲۰. قرائتی، محسن، ۱۳۷۰، گناه شناسی، تنظیم و نگارش محمد محمدی اشتهاردی، چ چهارم، انتشارات پیام آزادی،
۲۱. کلینی، محمد بن یعقوب، ۱۴۰۷ق، کافی (ط اسلامیه)، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
۲۲. مجلسی، محمد باقر، ۱۴۰۳ق، بحار الانوار، بیروت، دار احیاء التراث العربی.
۲۳. مصباح، محمد تقی، ۱۳۹۰، راهیان کوی دوست، شرح حدیث معراج (مشکات)، انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام.
۲۴. مطهری، مرتضی، بی تا، نقدی بر مارکسیسم، تهران: نشر صدرا.
۲۵. معین، محمد، ۱۳۸۶ش، فرهنگ معین، تهران، نشر زرین.
۲۶. نراقی، جامع السعادات، ترجمه سید جلال الدین مجتبیوی، چاپ دوم، تهران، انتشارات حکمت، ۱۳۷۰.
۲۷. نوری طبرسی، حسین، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، بیروت، موسسه آل البيت لاحیاء التراث، ۱۴۰۸ق.
۲۸. واشیان، عباسعلی، ۱۳۹۶، شاخص های سلامت معنوی در سند سلامت، نشریه فرهنگ و ارتقاء سلامت، دوره ۱، ش ۱.
۲۹. ورام، مسعود بن عیسی، ۱۳۸۴ق، تنبیه الخواطر و نزهة النواظر (مجموعه ورام)، عراق / نجف، المكتبة الحیدریة.