

## شخصیت سالم در اندیشه اسلامی، نگاهی به رابطه آن با نماز در دوران جوانی

سیدرضا موسوی\* / غلامرضا متقی فر\*\*

### چکیده

هدف بعثت انبیای عظام و نزول قرآن کریم، تربیت انسان و ساخت شخصیت سالم و انسانی، با تنظیم رابطه سازنده با خدا، خود، مردم و جهان هستی بوده است. آموزه‌های وحیانی قرآن کریم و روایات معصومان<sup>علیهم‌السلام</sup>، جهت وصول به این هدف مقدس برای بشر نازل شده است. بر اساس آموزه‌های دینی، ادعای سلامت شخصیت، بدون ارتباط به منبع وحی درست نیست. میزان سلامت آدمی به میزان دوری یا نزدیکی او به منبع قدرت مطلق سنجیده می‌شود. این مقاله به تبیین شخصیت سالم در اندیشه اسلامی و آثار آن می‌پردازد. در عین حال، تلاش می‌کند که رابطه شخصیت سالم با نماز و بندگی در برابر خدای متعال شناسایی شود. بررسی مفهوم شخصیت در روان‌شناسی و اشاره به نقش شخصیت سالم در رعایت ارزش‌های اسلامی، از نکات برجسته این مقاله است. کلیدواژه‌ها: انسان، نماز، شخصیت سالم، گرایش به عبودیت، دوران جوانی.

---

\*. عضو هیئت علمی گروه معارف اسلامی دانشگاه آزاد، واحد بافت و دانشجوی دکترای مدرسی معارف اسلامی.

\*\* عضو هیئت علمی دانشگاه پیام نور مرکز سیرجان و دانشجوی دکترای مدرسی معارف اسلامی.

mosavireza313@yahoo.com.

دریافت: ۱۳۹۰/۱/۱۹ - پذیرش: ۱۳۹۰/۶/۱۷

**مقدمه**

از منظر قرآن کریم، انسان بر اساس شاکله خویش عمل می‌کند؛ یعنی انتخاب‌ها، رفتارها، واکنش‌ها، دوستی‌ها و دشمنی‌ها و چگونگی ابراز عواطف، در شخصیت و هویت وی ریشه دارد. شخصیت سالم، منشأ رفتارها و عواطف مثبت و سازنده است؛ شخصیتی که از سلامت برخوردار نیست، منشأ رفتارهای غیرمنطقی و ناشایسته است. برای درک حیات طیبه و احساس امنیت، رضایت و شادکامی، باید ساختار شخصیتی فرد، یعنی نظام باورها، اندیشه‌ها، عادات و ویژگی‌های اخلاقی او سامان یابد؛ زیرا «هر کس از مرد یا زن، که مؤمن باشد و کار شایسته کند، حتماً به زندگی پاک و پسندیده‌ای زنده‌اش می‌داریم و قطعاً مزدشان را نیکوتر از آنچه انجام داده‌اند، خواهیم داد.» (نحل: ۹۷) از سوی دیگر، می‌فرماید: «هر کس بر طبق روش و خلق و خوی خود عمل می‌کند.» (اسراء: ۸۴) یعنی؛

مؤمنانی که از آیات قرآن شفا طلبیده و رحمت کسب می‌کنند، در برابر، ظالمانی که از قرآن، جز خسارت و زیان بهره نمی‌گیرند و انسان‌های کم‌ظرفیتی که در حال نعمت، مغرور و در مشکلات مأیوس می‌شوند، همه اینها، طبق روحیه (و شخصیت) شان عمل می‌کنند؛ روحیاتی که بر اثر عامل وراثت، شخصیت پدر و مادر، نظام تعلیم و تربیت و اعمال مکرر خود انسان شکل گرفته است.<sup>۱</sup>

بر اساس یافته‌های دینی و روان‌شناسی، دو متغیر شخصیت سالم و رفتار شایسته مبتنی بر ایمان، رابطه‌ای ناگسستنی دارند. در این پژوهش تلاش شده است این رابطه به صورتی مستدل و مبتنی بر آیات و روایات نشان داده شود. روش تحقیق، تحلیلی توصیفی است، قرآن کریم و روایات معصومان، همچنین کتاب‌ها و مقالات روان‌شناسی، مهم‌ترین منابع این پژوهش می‌باشد.

**شخصیت در روان‌شناسی معاصر و اسلامی**

شناخت «شخصیت» هدف نهایی علم روان‌شناسی قلمداد شده است. شخصیت به یک معنا، تمام روان‌شناسی را دربر می‌گیرد. در فرهنگ لغات، «شرافت، رفعت، بزرگواری و مرتبه و درجه» را در معنا با شخصیت مترادف دانسته‌اند.<sup>۲</sup> هر کدام از مکاتب روان‌شناسی از قبیل روانکاوی، رفتارگرایی و انسان‌گرایی، از منظر خود، شخصیت را تعریف کرده‌اند. پروین و جان می‌نویسند: «شخصیت، بیانگر آن دسته از ویژگی‌های فرد یا افراد است که شامل الگوهای ثابت فکری، عاطفی و رفتاری آنهاست».<sup>۳</sup> وارن،<sup>۴</sup> شخصیت را مجموعه‌ای از

خصوصیات عاطفی، عقلانی و جسمانی می‌داند که افراد را متمایز می‌کند. شاملو معتقد است: شخصیت «مجموعه‌ای سازمان‌یافته و واحدی متشکل از خصوصیات نسبتاً ثابت و مداوم است که بر روی هم، یک فرد را از افراد دیگر متمایز می‌کند.»<sup>۵</sup> آلپورت<sup>۶</sup> می‌نویسد: «شخصیت عبارت است از سازمان پویای درون فرد، که (این سازمان) مشتمل است بر آن دسته از سیستم‌های روان - تنی که رفتارها و افکار ویژه انسان را معین می‌سازد.» مایلی می‌گوید: «شخصیت یک کلیت روان‌شناختی است که فرد معینی را مشخص می‌کند.»<sup>۷</sup>

شخصیت در نگرش دانشمندان اسلامی، ارتباط مستحکمی با انسان‌شناسی قرآنی، که آدمی را موجودی متشکل از جسم و روح می‌داند، دارد. امام محمد غزالی، شخصیت هر کس را برآیند تعامل رفتار و اندیشه (باطن و ظاهر) وی می‌داند؛ این دو مؤلفه در یکدیگر تأثیر متقابل دارند و تعالی و تدانی هر یک، مسبوق به چگونگی دیگری است.<sup>۸</sup> علامه مجلسی شخصیت آدمی را مشتمل بر نفس و بدن دانسته و اصالت و هویت او را به نفس ناطقه که هر شخص به کلمه «من» از آن تعبیر می‌کند، دانسته است.<sup>۹</sup> علامه مهدی نراقی، ضمن اعتقاد به ترکیب انسان از روح و بدن، تصریح می‌کند: بدن مادی انسان فناپذیر، ولی روح انسان جاودانی است و در این نظریه، تمام اندیشمندان اسلامی اتفاق دارند.<sup>۱۰</sup> علامه جعفری تأکید کرده است: «آنچه در روان‌شناسی اسلامی باید در تعریف انسان اتخاذ شود، بُعد روحانی و ملکوتی اوست.» بدین ترتیب، پی‌بردن به شخصیت و ماهیت واقعی انسان را منوط به شناختن بُعد ماورای طبیعی او دانسته است.<sup>۱۱</sup> برخی نیز با توجه به آیه: «قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَىٰ شَاكِلَتِهِ» (اسراء: ۸۴)، شاکله را معادل مفهوم «شخصیت» در روان‌شناسی می‌دانند و در تعریف آن می‌نویسند: شاکله به مجموعه‌ای از نیات، خلق و خوی، حاجات، طرق و هیئت روانی انسان گفته می‌شود<sup>۱۲</sup> و معتقد است که اصلی‌ترین معنای «شاکله»، هیئت و ساخت روانی انسان است و می‌گوید: «شاکله انسان عبارت است از: ساخت و هیئت واحد روانی انسان، که بر اثر تعامل وراثت، محیط و اختیار شکل گرفته، به گونه‌ای که محرکات محیطی را منطبق با خود تفسیر کرده و در مقابل آنها، به شیوه‌ای خاص پاسخ می‌دهد.»<sup>۱۳</sup>

راغب اصفهانی در باب معنای شاکله می‌نویسد: «شاکله در اصل از ماده «شکل» به معنای مهار کردن حیوان گرفته شده است و «شکال» به لگام حیوان می‌گویند.» از آنجا که روحيات و سجایا و عادات هر انسانی او را مقید به رویه یا رفتاری خاص می‌کند، به آن «شاکله» می‌گویند. به اعتقاد مدرسی:

مردمان از لحاظ مقدار بهره‌مندی‌شان از وحی، با یکدیگر متفاوتند. منشأ این تفاوت‌ها شخصیت‌های درونی آنها، که برخاسته از صفات و عادات مختلف آنهاست، می‌باشد. علی‌رغم اینکه خداوند به آدمی، قدرت و معرفت ویژه‌ای بخشیده است تا انسان بتواند شخصیت خویش را در جهت سازندگی طراحی کند، اما اسیر شخصیت رشدنیافته‌اش می‌شود و موضع‌گیری‌اش در برابر جبهه حق خصمانه است. این نوع رفتارها و مواجهه با معارف الهی، متأثر از شخصیت ناپهنجار و برآمده از صفات، عادات و ملکات اوست. بگو که هر کس بنا بر روش خود عمل می‌کند.<sup>۱۴</sup>

بنابراین، در اندیشه اسلامی، انگیزه اصیل و اساسی شخصیت سالم و ایمن، عشق به کمال مطلق است و تنها مصداق «کمال مطلق» (کمال بی‌نهایت)، وجود خداوند متعال است؛ یعنی ذات مستجمع جمیع کمالات و صفات جلال و جمال به نحو علی‌الاطلاق.<sup>۱۵</sup> به عقیده امام خمینی علیه السلام:

قلب در هیچ مرتبه از مراتب و در هیچ حدی از حدود، رحل اقامت نیندازد. این کمال‌جویی، پیوسته روزافزون است. آن کس که کمال را در سلطنت و قدرت دید، به هر قدرت و سلطنتی که رسید، دل را در گرو سلطنتی بالاتر می‌بیند و آن که فریفته و شیفته جمال زیبا و رخسار دل‌فریبی شد، اگر از جمیل‌تر و دلبری‌دل‌ریاتر، نشانی جست، دل‌سپرده او گشت. از این مجمل، تو خود مفصلش را بخوان. پس همگان با یک دل و یک زبان، گویای این حقیقت‌اند که ما عاشق کمال مطلق هستیم.<sup>۱۶</sup>

بسیاری از دانشمندان اسلامی، شخصیت را با شاکله مساوی دانسته‌اند. مرحوم علامه طباطبایی علیه السلام نیز در تفسیر آیه کریمه «قل کلّ یعمل علی شاکلته» (اسرا: ۸۴) می‌نویسند:

این آیه، رفتار انسان را مترتب بر شاکله او می‌داند، به این معنا که عمل هر چه باشد، مناسب با اخلاق آدمی است. چنانچه گفته‌اند: «از کوزه همان برون تراود که در اوست». پس شاکله نسبت به عمل، نظیر روح در بدن است که بدن با اعضا و اعمال خود، هیئت روح را مجسم نموده و او را نشان می‌دهد. این اصل هم با تجربه و هم در مباحث علمی، به ثبوت رسیده که میان ملکات نفسانی و احوال روح، با اعمال بدنی رابطه ویژه‌ای برقرار است و معلوم شده که هیچ وقت کارهای یک مرد شجاع و باشهامت با کارهای یک مرد ترسو، یکسان نیست. ترسو وقتی با یک صحنه هول‌انگیز برخورد می‌کند، حرکاتی که از خود بروز می‌دهد، غیر از حرکاتی است که یک شخص شجاع از خود بروز می‌دهد. همچنین اعمال یک فرد جواد و کریم با اعمال یک مرد بخیل و لئیم یکسان نیست و نیز ثابت شده که میان صفات درونی و نوع ترکیب بنیه بدنی انسان، رابطه وجود دارد؛ پاره‌ای از مزاج‌ها خیلی زود عصبانی می‌شوند و به خشم در می‌آیند و طبعاً خیلی به انتقام

علاقه‌مندند. برخی در برابر خواسته‌های شکم و غریزه جنسی بسیار آسیب‌پذیرند و آنان را بی‌طاقت می‌سازد. این چنین است در سایر صفات و ملکات.<sup>۱۷</sup>

وجه اشتراک تعریف شخصیت در روان‌شناسی معاصر و اسلامی این است که در هر دو نظریه، رفتار برآیند شخصیت است، و بر این باورند که افکار، عواطف و ویژگی‌های فیزیولوژیکی فرد، در شکل‌گیری رفتار خاص سهمیم هستند.

### نیازها و شخصیت سالم

خودشناسی یکی از اصول مهم موفقیت و شادکامی است. کسی که نمی‌داند از کجا آمده است، به کجا می‌رود و برای چه آمده است؟ در تفسیر زندگی خود دچار سردرگمی می‌شود. امام علی علیه السلام، بدترین جهالت را «جهالت انسان نسبت به خویشتن»<sup>۱۸</sup> می‌داند. بنابراین، می‌توان اساس همه مشکلات اجتماعی، رفتاری، روانی و عاطفی را، عدم شناخت خویش و شأن و کرامت انسانی دانست؛ زیرا اهداف، آرزوها و انتظارات انسان، بر اساس تعریف انسان از خود او، تنظیم می‌شود. از این‌رو، شناخت انسان و نیازهای متعالی او، زمینه درک حیات طیبیه را فراهم می‌آورد. نیازهای متعالی پس از نیازهای اولیه، اساسی‌ترین نیاز آدمی است. در فرهنگ دینی، نیاز معنوی انسان، از مهم‌ترین نیازهای متعالی آدمی محسوب می‌شود که تنها از طریق انس با خدا و ذکر دائم تأمین می‌شود. در سلسله مراتب نیازهای مزلو، «نیازهای سطح بالاتر زمانی ظاهر می‌شوند که نیازهای سطح پایین‌تر، تا حدودی ارضا شده باشند»<sup>۱۹</sup> اما فراموش نکنیم که: «برخی از افرادی که شدیداً به آرمانی متعهدند، ممکن است همه چیز خود را با طیب خاطر برای آن فدا کنند. مانند کسانی که نیازهای فیزیولوژیکی و ایمنی خود را نادیده می‌گیرند و به خاطر آرمانشان، با دشمن جهاد می‌کنند و ساعت‌ها در سخت‌ترین شرایط روزه می‌گیرند»<sup>۲۰</sup> از دیدگاه مزلو،<sup>۲۱</sup> انسان سالم و ایمن، به حد کافی نیازهای اساسی خود را تأمین کرده است و انگیزش اصلی و اساسی او، «خودشکوفایی» است. خودشکوفایی به منزله شکوفایی مداوم توانایی‌ها، استعدادها و ظرفیت‌هاست که در همه اوقات، در طول زندگی ادامه می‌یابد.<sup>۲۲</sup> به عقیده چاهن، پنج الگوی رفتاری نشان از سلامت روان انسان‌ها دارد: ۱. حس مسئولیت‌پذیری، ۲. حس اعتماد به خود، ۳. هدف‌مداری، ۴. ارزش‌های شخصی؛ یعنی فرد از فلسفه‌ای خاص، مبتنی بر اعتقادات، اهداف و باورها برخوردار است که منجر به سعادت و شادکامی خود یا

اطرافیان‌ش می‌شود و ۵. فردیت و یگانگی؛ یعنی خود را متمایز از دیگران می‌شناسد، به گونه‌ای که نه همنوایی ناهشیارانه با خواسته‌های دیگران دارد و نه توسط دیگران مطرود می‌شود.<sup>۲۳</sup>

اما معنای سلامت روان و نیازهای عالی انسانی، در اندیشه اسلامی، با معنای آن در سایر ساحت‌های علمی و فلسفی، مانند اومانیسم بسیار تفاوت دارد؛ زیرا نگاه این دو به خدا، جهان آخرت، جهان آفرینش، انسان، سعادت و شقاوت، شیوه زندگی، اخلاق، اهداف، آرمان‌ها و ارزش‌های زندگی کاملاً متفاوت است. «از نظر قرآن، جهان آفرینش بیهوده خلق نشده، بلکه تمامی اجزا و عناصر تشکیل دهنده آن برای هدف و غرض مشخصی خلق شده‌اند.»<sup>۲۴</sup> و هدف از آفرینش انسان نیز جانشینی خدا (بقره: ۳۰) و به فعلیت رسیدن همه استعدادهای اوست. هدف از خلقت انسان، عبادت و بندگی خداست. به عبارت دیگر، راه رسیدن به کمال مطلوب انسانی، بندگی خدا و عبودیت است. بنابراین، ایدئال سلامت روان در اسلام، رسیدن به کمال مطلوب انسانی، یعنی قرب پروردگار است.<sup>۲۵</sup> «در حقیقت، مقصود از دعوت پیامبران الهی و پذیرش آن توسط مردم، دستیابی به تکامل روانی است. هر کس در این مسیر حرکت کند، از معیار ایدئال سلامت فکر و روان برخوردار خواهد شد.»<sup>۲۶</sup>

شهید مطهری می‌نویسد:

اینکه انسان دنبال چیزی می‌رود و بعد که واجدش شد، شوقش از بین می‌رود، بلکه حالت تنفر و دل‌زدگی پیدا می‌کند، دلیلش این است که آنچه انسان در عمق دلش می‌خواسته، این نبوده و خیال می‌کرده این است. به عبارت دیگر، انسان کمال مطلق را می‌خواهد، انسان از محدودیت - که نقص و عدم است - تنفر دارد؛ چون به هر کمالی که می‌رسد، اول همان بارقه کمال نامحدود، او را به سوی این کمال محدود می‌کشاند. خیال می‌کند مطلوب و گم‌شده‌اش این است. وقتی که می‌رسد، آن را کمتر از آنچه می‌خواست، می‌بیند؛ باز دنبال چیز دیگری می‌رود؛ چون خواسته‌اش از اول کامل‌تر از آن چیزی است که دنبال آن می‌رفته و اگر انسان به کمال مطلق خودش - یعنی به آنکه در نهادش قرار داده شده است - برسد، در آنجا آرام می‌گیرد. دیگر دل‌زدگی و تنفر هم پیدا نمی‌کند؛ چون آنجا دیگر محدودیت و نقص نیست.<sup>۲۷</sup>

قرآن کریم می‌فرماید: «بی‌تردید کسانی که گفتند: پروردگار ما خداست، سپس استقامت ورزیدند، فرشتگان بر آنان نازل می‌شوند [و می‌گویند]: مترسید و اندوهگین نباشید و شما

را به بهشتی که وعده می‌دادند، بشارت باد.» (فصلت: ۳۰) یکی از نیازهای متعالی انسان، نیاز آدمی به عبودیت است. عبودیت ظاهری دارد و باطنی. ظاهر آن همان اعمال مخصوص است، اما باطن آن اخلاص، حضور قلب، ذکر خداوند و تعظیم در مقابل او، امید و دل بستگی به ذات ربوبی، اعتماد و رکون به وجود سرمدی و محو شدن در مقابل ذات یکتای اوست. مثلاً، اگر ظاهر نماز با باطن آن آمیخته شود، نماز حقیقت خود را یافته و تأثیر خود را در ساخت شخصیت سالم و تنظیم رفتارهای درون فردی و میان فردی می‌گذارد. در این صورت، این امر الهی، ستون دین،<sup>۲۸</sup> معراج مؤمنین،<sup>۲۹</sup> روشنگر چهره مسلمین،<sup>۳۰</sup> مقرب متقین،<sup>۳۱</sup> مکمل اخلاص مخلصین،<sup>۳۲</sup> تیره‌کننده چهره شیاطین،<sup>۳۳</sup> و جدا کننده مؤمنین از کافرین<sup>۳۴</sup> خواهد بود. رسول گرامی اسلام ﷺ فرمود: «خداوند متعال به نمازی که قلب آدمی با بدنش همراه نباشد، نظر نمی‌کند.»<sup>۳۵</sup> حقیقت نماز، اعم از صورت ظاهری و باطنی است. تمسک به هر یک از این دو، بدون دیگری نماز نیست.<sup>۳۶</sup>

### شخصیت سالم در اندیشه اسلامی

این پرسش که آیا شخصیت کاملاً سالم وجود دارد یا خیر، قدمت تاریخی دارد که تاکنون در روان‌شناسی بی‌پاسخ مانده است. بر اساس آموزه‌های دینی، ادعای سلامت شخصیت، بدون ارتباط با منبع وحی نادرست است. میزان سلامت آدمی، به میزان دوری یا نزدیکی او به منبع قدرت مطلق وابسته است. در اینجا، برخی ویژگی‌های شخصیت سالم از منظر دین بیان می‌شود:

۱. **هدف‌گرایی:** شخصیت سالم معتقد است که بیهوده آفریده نشده (ذاریات: ۵۶)، زندگی بدون هدف، بی‌معناست، زندگی او، معنا دارد. به اعتقاد او بازگشت همه انسان‌ها به سوی خداست. (بقره: ۱۵۶) مبدا و منتهای هستی برای او روشن است. هدف آفرینش انسان، نیل به مقام خلیفه‌الاهی است. (بقره: ۳۰) منظور از خلیفه‌الاهی، به فعلیت رسیدن صفات انسانی و مورد رضایت خدای متعال در انسان است. این صفات از طریق مجاهدت (بقره: ۲۰۸؛ مائده: ۳۵؛ توبه: ۲۰؛ عنکبوت: ۶۹) تصفیه، تزکیه (شمس، ۹ و ۱۰) و عبودیت (هود: ۲۶) به فعلیت می‌رسد.

۲. **باورداشتن به جاودانگی انسان.** مرگ پایان زندگی نیست، بلکه پلی برای عبور از عالمی به عالم دیگر است. (بقره: ۸۲؛ آل عمران: ۱۰۷؛ هود: ۳۳)

۳. اعتقاد به دو بعدی بودن آدمی. انسان علاوه بر بُعد جسمانی، دارای بُعدی غیرمادی به نام روح است. (حجر: ۲۹؛ ص: ۷۲) اعتقاد داشتن یا نداشتن به روح آدمی، بیان‌گر تفاوت کفر و ایمان است.

۴. شخصیت سالم، حقیقت‌جو و طالب دانستن است. او سرشار از استعداد برای فراگیری است. (بقره: ۳۱؛ علق: ۱-۵؛ طه: ۱۱۴)

۵. خودشناسی: اساس همه مشکلات فردی و اجتماعی، در بی‌توجهی به معرفت خویشتن است. انسانی که خود را نمی‌شناسد، در برقراری روابط با خود و دیگران عاجز است. چون خود را نمی‌شناسد، خدا را نیز نمی‌شناسد. از مراحل خودشناسی این است که بداند تا بی‌نهایت قدرت صعود یا سقوط دارد. او می‌تواند پست‌تر از حیوان، یا برتر از ملک شود. آدمی با کنترل و تعدیل گرایز و بندگی در برابر حق، به مقام انسانیت بار می‌یابد. (تین: ۴-۸) انسان می‌تواند به مقام خلیفه‌الاهی نایل شود. کسی که فقط به ابعاد حیوانی خود بها می‌دهد، به حیوانی تمام‌عیار تبدیل می‌شود؛ یعنی تفکر و رفتار او حیوانی است. به فرموده امیرالمؤمنین علیه السلام: «حیوان پرواری را می‌ماند که تمام همت آن شکم و علف است.»<sup>۳۷</sup> آدمی باید نسبت به تمایلات و گرایش‌های حیوانی خود مانند غریزه حب ذات و غریزه جنسی، همچنین گرایش‌های انسانی خود مانند حقیقت‌جویی، فضیلت‌خواهی، زیبایی‌خواهی، میل به خدا و پرستش، میل به جاودانگی و میل به قدرت‌جویی آگاهی داشته باشد.

۶. اختیار و آزادی: قدرت انتخاب، پایه تکلیف، ثواب و عقاب، زشتی و زیبایی اخلاقی و مسئولیت انسان تلقی می‌شود. (انسان: ۳؛ رعد: ۱۱؛ انفال: ۵۳) بدون اعتقاد به اختیار و آزادی انسان، ارزیابی تفکر و رفتار او بی‌معناست.

۷. پویایی و خودشکوفایی: شخصیت سالم برای رسیدن به بالندگی و شکوفایی استعداد خود، از هیچ تلاشی دریغ نمی‌ورزد. (بقره: ۲۸۶؛ نجم: ۳۹) او پیوسته در حال شکفتن است و به هیچ حدی اکتفا نمی‌کند؛ زیرا می‌داند که آدمی استعدادی بی‌نهایت دارد.

۸. باور دارد که رفتار فرد و جامعه است که سیه‌روزی و بهروزی آدمی را رقم می‌زند؛ زیرا «خداوند سرنوشت هیچ قومی (و ملتی) را تغییر نمی‌دهد، مگر آنکه آنان آنچه را در خودشان است (و در نفس و روان‌شان وجود دارد) تغییر بدهند.» (رعد: ۱۱؛ انفال: ۵۳)



۹. احساس مسئولیت و رنج بردن از جهالت و گمراهی دیگران، ویژگی شخصیت سالم است. از این رو، در برابر فساد و انحراف ساکت نمی ماند. پیامبر اکرم ﷺ مصداق روشن چنین شخصیتی است: «گویی می خواهی به خاطر آنکه مشرکان ایمان نمی آورند، جان خود را از دست بدهی.» (شعراء: ۳)

۱۰. بصیرت، صبوری و دعوت به صبر، نشان دیگری از شخصیت سالم است. انسان بی بصیرت احیاناً، بر موج فتنه دنیاطلبان سوار شده و کمر همت به نابودی عدالت و انسانیت می بندد. او مصداق روشن «لایعقلون»، «لایعلمون» و «لایتفکرون» است. بر ضد موحدان واقعی موضع گیری می کند و آنها را شکنجه و آزار می دهد. همچنان با لجاجت به مخالفت خود با نیکان ادامه می دهد.

۱۱. برای حل مشکلات زندگی، از خلاقیت مرموزی برخوردار است. زمانی که با حادثه ناخوشایندی روبه رو می شود، با تمام قوا برای حل آن تلاش می کند. هرگز از او ناله و شکایت نخواهی شنید. به جای «چرا» از «چگونه» استفاده می کند. پرسش او این است که مشکل چگونه قابل حل است؟ به فرموده امام علی ﷺ «هرگاه مسلمان در تنگنا قرار گرفت، نباید از خداوند شکایت کند، بلکه باید به پروردگارش که زمام امور و تدبیر آنها به دست اوست، شکایت کند.»<sup>۳۸</sup> و نیز فرمود: «کسی که بی تاب می کند، مصیبتش بزرگتر می گردد.»<sup>۳۹</sup>

۱۲. به آنچه خدای متعال تقدیر کرده، راضی است. در نتیجه، به حسرت دچار نمی شود، حسد نمی ورزد و دچار اضطراب نمی شود و به دنیا واقع بینانه می نگرد. دعای او این است که خدایا: «توانم ده تا سخنی نرم و قلبی آرام داشته باشم». کسی که قدرت کنترل عواطف خود را نداشته باشد، نسبت به سیره اهل بیت ﷺ جاهل است.

۱۳. محرک او در اعمال، تأیید و تحسین دیگران نیست. او به وظیفه و به رضا و قرب الاهی می اندیشد. کرامت او چنان است که اگر تمام اهل دنیا او را تحسین یا توبیخ کنند، در او اثر نمی گذارد و دست از وظیفه نمی کشد. امام ﷺ به جابر جعفی می فرماید:

تو ولی ما نیستی مگر آنکه به جایی برسی که اگر تمام اهل شهر جمع شده و بگویند تو انسان بدی هستی، این امر تو را ناراحت نکند. در برابر، اگر همه جمع شده و بگویند تو مرد شایسته ای هستی، گفته آنان شادت نکند، بلکه خود را بر کتاب خدا عرضه کن.<sup>۴۰</sup>

۱۴. برخلاف برخی انسان‌ها که مظاهر مادی دنیا چشم و دلشان را پر کرده و جان و دلشان در اسارت مد و مدل است، شخصیت‌های سالم، توجهی به آن ندارند؛ زیرا عظمت خدای متعال را درک کرده‌اند، تمام دنیا در چشم آنان کوچک است.

۱۵. سرشار از انرژی است و از تنبلی و کسالت بیزار است. شبانه‌روز برای بهتر زیستن می‌کوشد. او را متبسم می‌بینی، و همانند بانوی بزرگوار اسلام حضرت زینب رضی الله عنها در اوج سختی‌ها و بحران‌ها، آرامش خود را از دست نمی‌دهد و تلخ‌ترین حوادث را زیبا می‌بیند.

۱۶. خشوع در برابر خداوند و تواضع و فروتنی در مقابل خدا و مردم، منش همیشگی اوست. (آل عمران: ۱۹۹؛ انبیاء: ۲۰؛ بقره: ۴۵)

۱۷. به جای بدگمانی، خوشبین (ص: ۲۷) و به جای منفی‌نگری مثبت‌نگر است.

۱۸. با همگان، به ویژه نزدیکان خوش‌رفتار است. (بقره: ۸۳ و ۲۶۳؛ طه: ۴۴؛ ماعون:

(۷-۱)

۱۹. دارای چشم بینا و گوش شنوا و دلی روشن‌بین است. از ظرفیت و استعداد خود به بهترین وجه استفاده می‌کند. نیروهای ارزشمند فکری، روحی و جسمانی خود را معطل نمی‌گذارد و خود را در مسیر رشد و رسیدن به کمال نهایی قرار می‌دهد. برای درمان بیماری درون، از قرآن بهره می‌گیرد. «بگو: این (کتاب) برای کسانی که ایمان آورده‌اند هدایت و درمان است.» (فصلت: ۴۴) «هر کس از مرد یا زن، عمل نیک انجام دهد، در حالی که ایمان داشته باشد، پس او را بی‌تردید (در دنیا) به زندگی پاکیزه‌ای زنده خواهیم داشت.» (نحل: ۹۷) «و هر کس از هدایت من روی بگرداند، برای او زندگی تنگ [و سختی] خواهد بود.» (طه: ۱۲۴) پیوسته خود را در محضر خدای رحمان می‌بیند و اهل دعا و به راز نشستن با خدا در خلوت‌گه خویش است. خود را هیچ می‌بیند و برای بالندگی و کمال روحی خود، راهی جز پیوستن به رحمت بی‌کران الاهی و ارتباط دائم با ذات بی‌همتا نمی‌شناسد. با عبودیت، اوج بندگی را به نمایش می‌گذارد. بنابراین، شخصیت سالم زندگی را معنادار می‌بیند و نماز را برای تعالی روح و درک حقایق عالم هستی دوست می‌دارد. از نگاه قرآن کریم، کسانی اهل عبادت و نمازند که از یک باور عمیق به خدا و غیب و قیامت برخوردار باشند. (بقره: ۳-۴ و ۱۱۰) اینان از روان سالم و آرامش حیرت‌انگیزی برخوردارند. (بقره: ۲۷۷) در سخت‌ترین شرایط زندگی، نمازشان را ترک نمی‌کنند و حتی

سخت‌کوشی و جهادشان نیز ثمره ارتباط دائم و معنوی با خداست. زیرا نماز و همه رفتارهای دینی در بستر شناخت و آگاهی عمیق شکل می‌گیرد. (نسا: ۱۶۲؛ اعراف: ۱۷۰) و نمازگزاران راستین به همه وعده‌های الهی باور دارند و قصدشان از انجام فرائض، تنها رضایت‌مندی خداوند و برخورداری از برکات بی‌انتهای الهی است. (مائده: ۱۲)

### دین و شکل‌گیری شخصیت سالم جوان

بی‌شک دوران نوجوانی و جوانی، در شکل‌گیری شخصیت هر فرد، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. به همین دلیل، در روایات بر اهمیت و برتری این مقطع سنی تأکید شده و روان‌شناسان نیز این دوره را تولد تازه انسان نامیده‌اند. پیامبر اکرم ﷺ فرمود: «جوانی‌تان را قبل از فرارسیدن پیری غنیمت و قدر بدانید.»<sup>۴۱</sup> و خطاب به والدین و مربیان می‌فرماید: «به شماها درباره نوجوانان و جوانان به نیکی سفارش می‌کنم که آنها دلی رقیق‌تر و قلبی فضیلت‌پذیرتر دارند. خداوند مرا به پیامبری برانگیخت تا مردم را به رحمت الهی بشارت دهم و از عذابش بترسانم. جوانان، سخنان مرا پذیرفتند و با من پیمان محبت بستند، ولی پیران از قبول دعوتم سرباز زدند و به مخالفت برخاستند.»<sup>۴۲</sup> و نیز فرمود: «فضیلت برتری جوان عابد بر پیر عابد، چون فضیلت پیامبران بر سایر مردم است.»<sup>۴۳</sup> امام صادق علیه السلام فرمود: «قلب جوان رقیق‌تر از قلب پیر است.»<sup>۴۴</sup> از سقراط حکیم پرسیدند: چرا بیشتر با جوانان مجالست می‌کنی؟ پاسخ داد: «شاخه‌های نازک و تر را می‌توان راست کرد، ولی چوب‌های سخت، که طراوت آن رفته باشد، به استقامت نگراید.»<sup>۴۵</sup> نسل جوان روحیه‌ای تأثیرپذیر دارد. از این رو، همه کسانی که در طریق اصلاح یا افساد جامعه تلاش می‌کنند، بیش از همه به جوانان توجه می‌کنند. بی‌تردید دین در شکل‌گیری شخصیت جوانان نقشی بنیادی ایفا می‌کند، و پرسش‌های بی‌پاسخ فراوانی است که فقط دین پاسخ‌گوی آن است. به همین دلیل، زندگی برای جوانان بریده از دین، معنای خود را از دست می‌دهد. به اعتقاد اریکسون: «هویتی را که نوجوان (و یا جوان) درصدد است به طور روشن با آن مواجه شود، این است که «او کیست؟» نقشی را که باید در جامعه ایفا نماید، چیست؟ آیا او کودک است، یا بزرگسال؟»<sup>۴۶</sup> برای جوان، پرسش‌های متعددی در باب چیستی جهان، رابطه او با جهان، هدف از خلقت عالم، هدف از زندگی، بهترین شیوه و زندگی، گزینش ارزش‌ها و باورها مطرح است. تمام این پرسش‌ها، در راستای تعیین هویت است، و نیز در

جست‌وجوی معیارهایی است که بتواند بر اساس آنها در مورد رفتار خود و دیگران قضاوت کند. در صورتی که به پرسش‌های خود به درستی پاسخ نگوید، بحران هویت رخ می‌نماید. دین در این مرحله، نقشی سازنده و مؤثر ایفا می‌کند. دین، آدمی را به سوی خدا و مبدأ کمال دعوت کرده و شخصیت انسانی او را شکل می‌دهد. به قلبش ثبات و آرامش می‌بخشد، و او را از سرگردانی نجات می‌دهد. از سوی دیگر، خانواده از عوامل مهم و تأثیرگذار در شکل‌گیری شخصیت انسان است که از طریق وراثت و انتخاب شیوه‌های تربیتی، تأثیر مهمی در شکل‌گیری هویت جوانان بر عهده دارد.

در دوره نوجوانی و جوانی، افزون بر خانواده، جامعه و اراده فرد، نقش اساسی را در تثبیت هویت ایفا می‌کنند.<sup>۴۷</sup> امیرمؤمنان علیه السلام خطاب به فرزندش امام حسن علیه السلام می‌نویسند:

دل نوجوان همانند زمین خالی است. هر بذری در آن ریخته شود، پذیرد. بنابراین، پیش از آنکه دلت سخت شود و مغزت گرفتار گردد، اقدام به ادب‌آموزی تو کردم، تا با عزمی جدی به امورت روی آوری؛ اموری که اهل تجربه، مشقت تجربه‌کردن آن را کشیده‌اند و تو از تجربه دوباره آسوده گشته‌ای.<sup>۴۸</sup>

بنابراین، تنها عنصری که به آدمی احساس امنیت، اعتماد و اطمینان بخشیده و او را از اضطراب‌های درونی و تشویش‌های ذهنی رها می‌سازد، یاد خداوند و داشتن یک تکیه‌گاه محکم در زندگی است: «آگاه باشید! دل‌ها فقط با یاد خدا آرام می‌گیرد.» (رعد: ۲۸) مقام معظم رهبری فرمودند: «توجه و عشق به خدا، به زندگی معنا می‌بخشد و خلأهای روحی و زندگی بشر را پر می‌کند و موفقیت در همه میدان‌های زندگی بشر را به همراه می‌آورد. علت اینکه در کشورهای نظیر امریکا، هیچ چیز حتی پول، قدرت نظامی و علم، نتوانست خوشبختی و آسودگی روحی - روانی به دنبال بیاورد، همین بیگانگی با خدا و معنویت است.»<sup>۴۹</sup> ویلیام جیمز، فیلسوف و روان‌شناس امریکایی اوایل قرن بیستم، می‌گوید: ایمان مذهبی، قیافه جهان را در نظر انسان تغییر می‌دهد، عناصری علاوه بر عناصر محسوس، در ساختمان جهان ارائه می‌دهد. جهان خشک و سرد مادی را به جهانی جاندار و ذی‌شعور و آگاه تبدیل می‌کند. ایمان مذهبی تلقی انسان را نسبت به جهان و خلقت دگرگون می‌سازد. افزون بر این، گرایش به سوی حقیقت و واقعیت مقدس و قابل پرستش، در سرشت فرد بشر هست. تمایلات انسان منحصر به تمایلات مادی نیست. گرایش‌های معنوی،

صرفاً تلقینی و اکتسابی نیست. این حقیقتی است که علم آن را تأیید می‌کند. همچنین می‌نویسد:

هر قدر انگیزه و محرک میل‌های ما، از عالم مادی سرچشمه گرفته باشد، اما غالب میل‌ها و آرزوهای ما، از عالم ماورا سرچشمه گرفته، چراکه غالب آنها با حساب‌های مادی ما، جور در نمی‌آید.<sup>۵۰</sup>

اما فزونی اضطراب، نگرانی، دلهره، دیوانگی و جنون، دستاورد حیات ملحدان و کافران است. «هر کس از هدایت من روی بگرداند، برای او زندگی تنگ [و سختی] خواهد بود، و روز قیامت او را نابینا محسوس می‌کنیم.» (طه: ۱۲۴) رابرت جی. رینگر می‌نویسد:

بشر امروزی در غرب به این نتیجه رسیده است که زندگی بدون معنویت، رنج و عذاب روانی در پی دارد و به روح انسان، سردی و سستی می‌بخشد. لذت و شادی پایدار را از انسان سلب می‌کند. آمار بالای جرم و جنایت، مفاسد اخلاقی و جنسی، از هم‌پاشیدگی نظام خانوادگی و تعداد فراوان نوجوانان و جوانان خیابانی رانده شده از کانون خانواده و روی آوردن جوامع لیبرال برای تأمین خوشی‌ها و شادی‌های کاذب به مواد مخدر، مشروبات الکلی، قرص‌های اکستازی، خشونت و... همگی بیانگر چنین واقعیتی و حاکی از رنج بی‌امانی است که غرب به آن دچار شده است. تا آنجا که نوجوانان در سرازیری سقوط قرار گرفته‌اند و برخی از آنان خود را با قتل هم‌نوعان‌شان ارضا می‌کنند، و این کارشان را نوعی ورزش و تفریح تلقی می‌کنند.<sup>۵۱</sup>

دکتر نصر در این باره می‌نویسد:

در شیوه زندگی کنونی غرب، کشش و گرایش هست که افراد جامعه را به زیستن در لحظه کنونی، فارغ از همه تاریخ و گذشته و غرق شدن در طلب سرفرازی‌های لحظه‌ای و لذت حسی آنی وا می‌دارد. پرستش قهرمانان ورزشی و میل به رکوردشکنی دائمی و فایق آمدن بی‌وقفه بر طبیعت، نشان‌دهنده یک وجه از این دل‌مشغولی به تن است. در حالی که، جنبه بسیار ویرانگرتر همین گرایش را می‌توان در استفاده از مواد مخدر و طبعاً مشروبات الکلی، و روابط جنسی آزاد دید. علاوه بر اینکه، نقش و اهمیتی که به ورزش داده می‌شود، ابداً بی‌ارتباط با اشتیاق به لذت‌جویی‌های جسمانی نیست که همه این عوامل، متضمن از دست رفتن ایمان و اعتقاد جوانان به معیارهای اخلاقی است.<sup>۵۲</sup>

از این‌رو، همه مکاتب غیرالاهی کوشیده‌اند تا به نحوی این آتش احساسات درونی را خاموش و یا حداقل از شعله‌های آن بکاهند. به همین دلیل، راه‌حلهایی چون آزادی بی‌قید و شرط جوانان در ارضای هواهای نفسانی و غرایز حیوانی و سوق دادن و

جهت‌دهی ایشان به میخانه‌ها و صدها شیوه فرصت‌سوز و انسان‌کش دیگر را به عنوان پناهگاه ارائه دادند. اما پس از رویکرد جوانان به آن مأمّن‌های به ظاهر مستحکم، سقف‌هایشان فرو ریخته و به واهی و خیالی بودن آنها پی برده‌اند؛ زیرا با ارضای نیازها و دفع هواهای نفسانی، اهداف خود را تأمین شده نمی‌یافتند.

یکی از عواملی که امنیت و سلامت خانواده را در معرض نابودی قرار می‌دهد، خشونت و تجاوز جنسی به کودکان است. بدترین نوع تجاوز، تجاوز جنسی توسط محارم خونی همانند پدر، برادر، و... می‌باشد. این نوع تجاوز در کشورهای پیشرفته و مدرن به صورتی فراگیر ظهور کرده و به مرور در آن کشورها به صورت یک هنجار اجتماعی در خواهد آمد. سازمان «بریس» در سوئد طی گزارشی اعلام کرد: حدود شش مورد از ده مورد تجاوز در خانه و معمولاً توسط پدر بیولوژیک دختر صورت می‌گیرد. در ایالات متحده آمریکا نیز پژوهش‌های زیادی که از اواسط دهه ۱۹۷۰ درباره تجاوز جنسی انجام گرفته، فراگیر بودن تجاوز جنسی و زنا با محارم در مورد زنان و کودکان را نیز تأیید کرده است. این امر، به صورت بسیار شایع توسط پدران، برادران، پدران ناتنی یا برادران ناتنی صورت می‌پذیرد. سوءاستفاده جنسی از کودکان در کشور انگلستان نیز، تا ۹۰٪ رشد را نشان می‌دهد.<sup>۵۳</sup> انتشار اخبار مربوط به شیوع انواع فسادهای اخلاقی در بین جوانان امریکایی و غربی هر روز بیشتر می‌شود... .

روند رشد فساد در مدارس آمریکا حالتی تصاعدی داشته است. بر این اساس، با گذشت هر سال بر شدت و میزان انحرافات اخلاقی در این مدارس افزوده می‌شود. فسادهای جنسی و اخلاقی و خشونت‌های ناشی از حمل اسلحه در ایالات متحده، با یکدیگر تلفیق شده‌اند و صحنه‌های غیرقابل تحمل را ایجاد نموده‌اند.<sup>۵۴</sup>

### نماز و شخصیت سالم

روان‌شناسان و فلاسفه تصریح دارند که احساس مذهبی یا عاطفه دینی از خصایص انسانی است.<sup>۵۵</sup> آگوست کنت<sup>۵۶</sup> مذهب را ناشی از نیازی فطری و طبیعی در نوع بشر دانسته و وجود هر فرد را مساوی با وجود دین می‌داند. هانری برگسون<sup>۵۷</sup> بر این اعتقاد است که هیچ اجتماعی بدون دین پیدا نمی‌شود. ارنست رنان<sup>۵۸</sup> می‌گوید: محال است علاقه به دین و خدا نابود شود.<sup>۵۹</sup> پس هیچ تمدن و فرهنگی نزد هیچ قومی، بدون وجود شکلی از مذهب وجود ندارد.<sup>۶۰</sup> بنابراین، اگر «شخصیت» را آن کلیت روان‌شناختی که انسان خاصی را مشخص می‌کند، تعریف کنیم، در این صورت، مطالعه پویایی و بالندگی رفتار دینی، در

چارچوب بررسی «ارتباط دین و شخصیت» قرار می‌گیرد؛ چراکه دینداری، هم ادراک و فرایندهای شناختی، هیجانی، رفتار - حرکتی، و آرمان‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد و هم از آنها تأثیر می‌پذیرد.<sup>۶۱</sup> ولی متأسفانه اغلب با اشخاصی مواجه هستیم که علی‌رغم برخورداری از زمینه‌های مثبت خانوادگی، نظام آموزشی و سایر عوامل تربیتی و اجتماعی،<sup>۶۲</sup> نگرش یا گرایش مثبت به دینداری، در حدی که در رفتار آنان منعکس باشد، ندارند. حتی برخی از شواهد پژوهشی حاکی از افزایش درجه آسیب‌پذیری دینی در بین جوانان می‌باشد.<sup>۶۳</sup> در حالی که، بر اساس آموزه‌های دینی، ایمان به خدای متعال و شریعت اسلامی، تنها وقتی محقق می‌شود که در همه ابعاد وجودی شخص، اعم از اعتقاد قلبی (بُعد شناختی)، اقرار زبانی (بُعد شناختی - رفتاری) و بُعد رفتاری (عمل) رسوخ کرده باشد. امام رضا<sup>ع</sup> به نقل از پیامبر اکرم<sup>ص</sup> فرمود: «ایمان دارای سه بُعد است: شناخت قلبی، و اقرار زبانی و بعد رفتاری.»<sup>۶۴</sup> بر این اساس، می‌توان گفت: «رفتار دینی یا دینداری» در سنجش ایمان، عامل تعیین‌کننده‌ای است، هرچند تمام آن نباشد. بدین ترتیب، به این پرسش اساسی می‌پردازیم که شخصیت آدمی در ایجاد و استمرار رفتارهای دینی و از جمله نماز چه نقشی ایفا می‌کند؟ همان‌گونه که اشاره شد، شخصیت و رفتار، رابطه‌ای متقابل دارند و اساسی‌ترین مؤلفه شخصیت سالم، عبودیت و خداجویی آگاهانه است. این امر با معرفت، محبت، خلوت با حضرت حق و ارتباط مستمر معنوی حاصل می‌شود. به گواه قرآن کریم و روایات معصومان<sup>ع</sup>، نماز، ثمره معرفت و نشانه محبت به خداست و نقش اساسی در بهداشت روان و ساخت شخصیت ایمن ایفا می‌کند. هرچند عبودیت مصادیق متعدد و مظاهر گوناگونی دارد، اما برجسته‌ترین مصادیق عبودیت، نماز است که رفتارهای عبادی فراوانی را در خود جمع کرده است. اکنون به برخی آثار بندگی و نماز در ساخت شخصیت سالم اشاره می‌شود:

۱. نماز داروی غفلت و نسیان، برترین مصداق ذکر خدا، واسطه ارتباط معنوی مخلوق با خالق، تمرین بریدن از جهان ماده و پرواز روح به جانب کمال است.
۲. نماز، در صورت جمع شرایط، بازدارنده انسان از فحشا و منکرات است. (عنکبوت: ۴۵) به عبارت دیگر، نماز همراه با توجه و اخلاص، با رفتارهای منکر، قابل جمع نیست.
۳. نماز با توجه، نقشی بنیادی در تغییر رفتار آدمی دارد: ادب در سخن، تواضع در رفتار، شرم در نگاه، رعایت نظم و ترتیب، هماهنگی در اعمال، جهت‌دهی به تفکر و

تمرین تمرکز از پیامدهای نماز است. راز سقوط انسان و زمینه شکل‌گیری شخصیت ناسالم، غفلت از عبودیت و نماز است. دوزخیان، که فرصت‌های زندگی را خرج هواپرستی کرده‌اند، اعتراف می‌کنند: «اگر فرمان پیامبران را می‌شنیدیم و از عقل و خرد بهره می‌گرفتیم، اهل دوزخ نبودیم.» (ملک: ۱۰) از دوزخیان پرسش می‌شود که چرا وارد جهنم شدید، می‌گویند: ما از نمازگزاران نبودیم. (مدثر: ۴۰ - ۴۳)

۴. نماز، مهم‌ترین عامل پاک زیستن و مقاومت در برابر تمایلات سیر ناشدنی هوای نفس و ارتباط عاشقانه با خدای رحمان است. در مناجات شعبانیه می‌خوانیم: «خداوندا! توانی در من نیست تا بدان از عصیان و سرپیچی تو روی‌گردان شوم، مگر به هنگامی که برای محبت خود، بیدار و هوشیارم کرده باشی.»<sup>۶۵</sup> همان‌گونه که برای انجام نماز، طهارت ظاهری، در قالب وضو و غسل و تیمم شرط است، قبول و پذیرفته شدن نماز نیز طهارت باطنی نیاز دارد. قرآن کریم می‌فرماید: «روزی که هیچ مال و اولادی سود نمی‌دهد، مگر کسی که دلی سالم [از رذایل و خبایث] به پیشگاه خدا بی‌آورد.» (شعراء: ۸۸ و ۸۹) پیامبر خدا ﷺ می‌فرماید: «مثال نماز در میان شما، مثال جوی آبی است که بر خانه یکی از شما روز و شب روان باشد و او پنج بار خود را در آن بشوید. پس هیچ چرکی با پنج بار شستن باقی نمی‌ماند، گناهان نیز با پنج بار نماز خواندن باقی نمی‌مانند.»<sup>۶۶</sup> و نیز فرمود: «خداوند به به جوان عبادت‌پیشه بر فرشتگان مباحثات می‌کند... ای فرشتگان من، بنده‌ام را ببینید، که به خاطر من از شهوتش، چشم پوشیده است.»<sup>۶۷</sup>

۵. نماز مایه امنیت و آرامش است. قرآن کریم از یک سو، می‌فرماید: «نماز را برای یاد من برپا دار.» (طه: ۱۴) و از سوی دیگر، می‌گوید: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ؛ آگاه باشید! دل‌ها فقط با یاد خدا آرام می‌گیرد.» (رعد: ۲۷ - ۲۹)؛ زیرا انسان مؤمن تنها امید و توکلش خداست و در برابر پیشامدهای ناگوار زندگی، به خاطر یقین به پاداش‌های بی‌حساب خداوند و نگاه واقع‌بینانه به زندگی صبر پیشه می‌کند: «خداوند شکیبایان را، بی‌حساب پاداش می‌دهد.» (زمر: ۱۰) دیگر اینکه او این سختی‌ها را زودگذر می‌بیند و در انتظار محبت و سعادت حتمی و ابدی به سر می‌برد: «بی‌تردید کسانی که گفتند: پروردگار ما خداست، سپس [در میدان عمل بر این حقیقت] استقامت ورزیدند، فرشتگان بر آنان نازل می‌شوند [و می‌گویند]: مترسید و اندوهگین نباشید و شما را به بهشتی که وعده می‌دادند،



بشارت باد.» (فصلت: ۳۰) بنابراین، شخص مؤمن در برابر هر پیشامد تلخ و ناگواری، خود را در پناهگاه امن خدا می‌بیند و به جای پناه بردن به انواع اعتیاد و دست زدن به جرم و جنایت و خودکشی و یا دچار شدن به بیماری‌های روانی، به آن نیروی جاودانه و قادر پناه می‌برد و به پیروزی و رستگاری خویش امیدوار می‌گردد: «هر کس تقوا پیشه کند، خداوند راه‌های خروج از مشکلات را به رویش می‌گشاید و از جایی که گمان نمی‌برد، به او روزی می‌رساند، و هر کس به خدا توکل کند، خدا برای او کافی است، که خداوند امرش [بر همه عالم] نافذ است.» (طلاق: ۲ و ۳) ویلیام جیمز، فیلسوف و روان‌شناس امریکایی، می‌گوید: «اگر از من بپرسند که وجود خداوند چگونه ممکن است در حوادث و رویدادهای زندگی تغییری را ایجاد کند، به صراحت جواب می‌دهم: با اتصال بشر به خدا در موقع دعا.»<sup>۶۸</sup> توماس هایسلوپ می‌گوید: «مهم‌ترین عامل آرامش‌بخش که من در طول سال‌های متمادی تجربه کرده‌ام و در مسائل روانی به آن پی برده‌ام، همین نماز است.»<sup>۶۹</sup> دلیل کارنگی می‌نویسد: «اگر مردم از تسکین خاطر و آرامشی که دین و عبادت به آدمی می‌بخشند، نصیبی می‌داشتند، ممکن بود از اغلب این خودکشی‌ها و بسیاری از دیوانگی‌ها جلوگیری کرد.»<sup>۷۰</sup> الکسس کارل می‌نویسد: «دعا و نماز قوی‌ترین نیرویی است که انسان می‌تواند تولید کند؛ نیرویی که چون قوه جاذبه، وجود حقیقی و خارجی دارد.»<sup>۷۱</sup>

۶. مؤمنان به فرمان الهی برای عبور از مشکلات و مسائل زندگی، صبورانه و امیدوار، از نماز یاری می‌جویند. خدای رحمان می‌فرماید: «از صبر و نماز یاری بخواهید، و یقیناً این کار جز برای فروتنان، گران و دشوار است.» (بقره: ۴۵) و نیز فرمود: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید! از صبر و نماز [در همه امور زندگی] یاری جویند؛ زیرا خدا با صابران است.» (بقره: ۱۵۳)؛ زیرا آزمون‌های الهی، خواه‌ناخواه برای مؤمنان وجود دارد و چیزی بهتر از ایمان آگاهانه و بندگی عاشقانه نمی‌تواند پیشامدهای روزگار را برای وی توجیه کند و انسان را از میادین آزمایش موفق بیرون آورد. امام صادق علیه السلام فرمود: «مؤمن از آهن سخت‌تر است. آهن چون در آتش رود نرم می‌شود، ولی مؤمن را اگر بکشند و زنده کنند و بار دیگر بکشند، قلبش تغییر نخواهد کرد.»<sup>۷۲</sup> آری نماز، روح انسان را از ابتلا به تزلزل و بیماری‌های فکری و روانی بیمه می‌کند: «همانا انسان حریص و بی‌تاب آفریده شده است؛

چون آسیبی به او برسد بی‌تاب است و هنگامی که خیر و خوشی [و مال و رفاهی] به او رسد، بسیار بخیل و بازدارنده است، مگر نمازگزاران، آنان که همواره بر نمازشان مداوم و پایدارند. (معارج: ۱۹-۲۲) آری ارتباط دائمی با قدرت بی‌نهایت و رحمت بی‌منتها، به انسان قدرت می‌دهد، روحیهٔ توکل را بالا برده و انسان را موجودی شکست‌ناپذیر می‌سازد.

**شخصیت و تربیت:** از عوامل مهم اختلال در تربیت دینی و ناهماهنگی در رفتار و گفتار، عوامل تأثیرگذار فرهنگی است. اگر مجموعهٔ عوامل تأثیرگذار در ارسال یک پیام ارزشی، از وحدت و هماهنگی لازم برخوردار نباشند، تأثیرگذاری آنها مثبت نخواهد بود، چه‌بسا اثر یکدیگر را خنثا کنند. نهادهای خانواده، مدرسه و جامعه باید در القای ارزش معنوی و ابلاغ پیام مؤید یکدیگر باشند. اگر عملاً یکدیگر را نفی کرده و هر یک هدفی متفاوت و مغایر داشته باشند، در ذهن فرد تناقض به وجود می‌آورند و پیام منجر به ایجاد انگیزه، شوق، اراده و عمل نمی‌شود.<sup>۷۳</sup> بنابراین، اگر پذیرفتیم که رفتارها زائیدهٔ اندیشه‌ها و باورها هستند و تا تحولی در نگرش و بینش انسان رخ ندهد، هیچ تحولی در رفتارهای غیرمنطقی و مجرمانه اتفاق نمی‌افتد، پس باید تربیت دینی فرزندان جدی گرفته شود. از این رو، باید در انتخاب همسر بر اساس معیارهای دینی دقت شود؛ قواعد دوران بارداری رعایت شود و سرانجام، والدین باید با شیوه‌های صحیح فرزندپروری و تربیت دینی فرزندان آشنا شوند.

اگر تربیت را عملی عمدی، آگاهانه و هدف‌دار، به منظور رشد دادن، ساختن، دگرگون کردن و نیز شکفتن استعدادهای مادرزادی بدانیم،<sup>۷۴</sup> تربیت دینی مانند هر تربیت دیگر، فرایندی است دوسویه میان مربی و متربی. مربی با بهره‌گیری از مجموعه‌ای از عقاید، قوانین و مقررات دینی تلاش می‌کند تا شرایطی فراهم آورد که متربی آزادانه در جهت رشد و شکوفایی استعدادهای خود گام برداشته و به سوی هدف‌های مطلوب رهنمون شود. پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: فرزندان تان را با سه ویژگی تربیت کنید: با محبت پیامبر ﷺ، محبت اهل بیت پیامبر ﷺ، و آموزش قرائت قرآن.<sup>۷۵</sup> کودکان به شدت تشنهٔ یادگیری هستند. هستند. آوای ملکوتی قرآن و نوای دلنشین اذکار نماز، حتی در دوران بارداری مادر، گرایش و احساس دینی کودک را رشد می‌دهد. پیامبر اکرم ﷺ می‌فرمایند: «هر نوزادی بر فطرت الاهی و توحیدی متولد می‌شود، ولی پدر و مادر او را یهودی، نصرانی یا مجوسی

می‌کنند.»<sup>۷۶</sup> زمانی که الگوهای کودکان، یعنی پدر و مادر از عمل به دستور شریعت کوتاهی می‌کنند، چه انتظاری می‌توان از کوچک‌ترها داشت؟ امام سجاده علیه السلام فرمود: «اما حق فرزندت، بدان که او از توسل و خیر و شر او، در همین دنیا به تو خواهد رسید. به تو منسوب است و تو نسبت به تربیت شایسته‌اش و راهنمایی او به سوی خدا و کمک به خداپرستی‌اش مسئول هستی و اگر وظایف خود را به خوبی به انجام‌رساندی به تو ثواب می‌رسد. در غیر این صورت، عقاب خواهی شد. پس در امر تربیت فرزند، هیچ گونه کوتاهی روا مدار.»<sup>۷۷</sup> رسول اکرم صلی الله علیه و آله فرمود: «خداوند پیام‌رزد بنده‌ای که فرزندش را با نیک‌رفتاری، مهرورزی و آموزش و پرورش وی، او را به کارهای خوب وادار می‌کند.»<sup>۷۸</sup> امام رضا علیه السلام فرمودند: «پسران را در سنین هفت سالگی به نماز وادار کنید و او را به نماز خواندن تکلیف کنید.»<sup>۷۹</sup> امام صادق علیه السلام فرمودند:

هنگامی که کودک به سه سالگی رسید «لا اله الا الله» را به او بیاموزید و او را رها کنید. وقتی هفت ماه دیگر گذشت، «محمد رسول الله صلی الله علیه و آله» را به او آموزش دهید، و سپس او را رها کنید تا چهار ساله شود. آن‌گاه صلوات فرستادن را به او بیاموزید. در پنج سالگی به او چپ و راست را آموزش دهید و قبله را نشان او داده و بگویید سجده کند. آنگاه او را تا شش سالگی واگذارید. فقط پیش روی او نماز بخوانید و رکوع و سجود را یادش دهید تا هفت سالش هم تمام شود. وقتی هفت سالگی را پشت سر گذاشت، وضو ساختن را به او تعلیم دهید و به او بگویید نماز بخواند. تا هنگامی که نه ساله شد، وضو و نماز را به نیکی آموخته باشد و هنگامی که آن دو را به خوبی یاد گرفت، خدا پدر و مادر او را به خاطر این آموزش خواهد آمرزید.<sup>۸۰</sup>

و نیز فرمودند: «معارف ما را به کودکان‌تان آموزش دهید که برای آنان سودمند است، تا مرجئه (منحرفین) با دیدگاه‌های خود آنان را مغلوب خود نسازند.»<sup>۸۱</sup> رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: «هر کس فرزندش را از کودکی تربیت کند، تا او بتواند «لا اله الا الله» بگوید، خداوند از او حساب نخواهد کشید.»<sup>۸۲</sup> در تربیت دینی، انتخاب نام نیکو و مهرورزی و توجه به عواطف کودکانه، سخت مورد تأکید اسلام می‌باشد.<sup>۸۳</sup>

### نتیجه‌گیری

از منظر اسلامی، انسانی که هدف نهایی‌اش قرب الاهی است، و میان اندیشه، گفتار و رفتارش هماهنگی وجود دارد، از سلامت شخصیت برخوردار است. از این‌رو، تمام

اهداف، رفتارها و گرایش‌های او در جهت تأمین هدف نهایی تنظیم می‌شود. تنها بنده خداست، و از الگوهای ثابت فکری، عاطفی، اخلاقی و رفتاری برخوردار بوده و هیچ‌گاه دچار بحران هویت نمی‌شود. شخصیت سالم و ایمن، برآیند تعامل مثبت و هماهنگی میان عامل وراثت، نظام تربیتی، آموزشی و اجتماعی است. بنابراین، اگر میان عوامل تأثیرگذار تربیتی، وحدت و هماهنگی لازم نباشد، تأثیرگذاری آنها مثبت نخواهد بود. در اندیشه اسلامی، نقش بندگی، به ویژه نماز در سلامت شخصیت بی‌بدیل است. آرامش، نگاه خوشبینانه، خودشناسی، آخرت‌گرایی، احساس مسئولیت، حیا، عفت و پاکدامنی، محبت به اولیای دین و مردم، بصیرت و خضوع در برابر پروردگار و ... همه از آثار نماز و انس با خداوند به شمار می‌آیند، که بدون این مؤلفه‌ها، نمی‌توان از سلامت شخصیت و روان سخن گفت.

توصیه می‌شود: خانواده‌ها تربیت دینی فرزندان‌شان را جدی گرفته و برای آن وقت اختصاص دهند؛ فرزندان را با مراکز دینی، مانند مساجد، حسینیه‌ها و ... آشنا کنند، و آنها را با غذای حلال تغذیه کنند؛ از گوش دادن به موسیقی‌های آلوده و از سستی در انجام فرایض دینی پرهیز نمایند؛ در انتخاب مدرسه و معلم کودک حساس باشند؛ آنان را با هنجارها و ارزشی‌ها و آموزه‌های دینی و معارف اهل بیت علیهم‌السلام آشنا سازند، ایام شهادت و ولادت معصومین را در حضور کودکان گرامی بدارند و به آنان نیز بیاموزند؛ از شرکت در مهمانی‌های مختلط پرهیز نمایند؛ فرزندان را به مطالعه تشویق کنند و کتاب‌های مفید و سودمند در اختیار آنان قرار دهند.

## پی‌نوشت‌ها

۱. ناصر مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۱۲، ص ۲۴۵.
۲. علی‌اکبر دهخدا، لغت‌نامه، و حسن عمید، فرهنگ عمید، ذیل واژه شخصیت.
۳. لورنس ای پروین، و اولیور پی جان، شخصیت (نظریه و پژوهش)، ترجمه محمدجعفر جوادی و پروین کدیور، ص ۳. و نیز ر.ک: یوسف کریمی، روان‌شناسی شخصیت، ص ۱۰.
4. Warren, H.C. 1930.
۵. سعید شاملو، مکتب‌ها و نظریه‌ها در روان‌شناسی شخصیت، ص ۱۰.
6. Allport.
۷. ربرتو مایلی، ساخت، پدیدآیی و تحول شخصیت، ترجمه محمود منصور، ص ۱۷.
۸. بهروز رفیعی، آرای دانشمندان مسلمان در تعلیم و تربیت و مبانی آن، ص ۱۶۵.
۹. همان.
۱۰. همان، ص ۱۶۶.
۱۱. محمدتقی جعفری، روان‌شناسی اسلامی، ص ۳۵.
۱۲. علی‌اصغر احمدی، روان‌شناسی شخصیت از دیدگاه اسلامی، ص ۱۲-۱۴.
۱۳. همان، ص ۲۵.
۱۴. سیدمحمدتقی مدرسی، تفسیر هدایت، ص ۲۹۹.
۱۵. محمدتقی مصباح، پیش‌نیازهای مدیریت اسلامی، ص ۲۰۹؛ ر.ک: محمد دولتخواه، «انگیزش شخصیت ایمن از دیدگاه اسلام»، معرفت، ش ۳۸، ص ۴۰.
۱۶. سید روح‌الله خمینی، چهل حدیث، حدیث ۱۱.
۱۷. سیدمحمدحسین طباطبایی، المیزان، ترجمه سید محمد باقر موسوی همدانی، ج ۱۳، ص ۲۶۳.
۱۸. عبدالواحد تمیمی آمدی، تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، ص ۲۲۳، ح ۲۹۳۶.
۱۹. یوسف کریمی، کریمی، ص ۱۵۱.
۲۰. دوان شولتز و سیدنی اِلن شولتز، نظریه‌های شخصیت، ص ۳۶۴.
- 21 - A.Maslow 1908-1970.
۲۲. محمد دولتخواه، همان.
۲۳. جمشید مطهری، «به سوی سلامت روان»، معرفت، ش ۴۶، ص ۲۲.
۲۴. عبدالله نصری، فلسفه آفرینش، ص ۲۶۸.
۲۵. رحیم میر دریکوندی، «الگوها و نظریه‌های عمده بهداشت روانی»، معرفت، ش ۱۱۲، ص ۶۲.
۲۶. سید ابوالقاسم حسینی، اصول بهداشت روانی، ص ۳۷.
۲۷. مرتضی مطهری، مجموعه آثار، ج ۳، ص ۷۶۱-۷۶۸.
۲۸. ابی جعفر محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۷، ص ۲۵، روایت ۷.
۲۹. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۸۲، ص ۳۰۳، روایت ۲، باب ۴.
۳۰. ابوالقاسم پاینده، نهج الفصاحه، ص ۵۵۱، ح ۱۸۷۴.

۳۱. ابی‌جعفر محمدبن یعقوب کلینی، همان، ج ۳، ص ۲۶۵، روایت ۶. ابوالقاسم پاینده، همان، ح ۱۸۷۸
۳۲. فضل‌بن حسن طبرسی، *مجمع البیان*، ج ۷، ص ۴۴۷، ذیل آیه ۴۵ عنکبوت.
۳۳. ابوالقاسم پاینده، همان، ص ۵۵۱، ح ۱۸۷۷.
۳۴. همان، ص ۶۶۱، ح ۱۰۹۸.
۳۵. ملااحمد نراقی، *معراج السعاده*، ص ۶۳۷.
۳۶. مصطفی خلیلی، *نقش نماز در شخصیت جوان*، ص ۱۰.
۳۷. *نهج البلاغه*، ترجمه محمد دشتی، نامه ۴۵.
۳۸. حسن‌بن علی حرانی، *تحف العقول*، ص ۸۱.
۳۹. عبدالواحد تمیمی آمدی، همان، ح ۵۶۲۵.
۴۰. محمد باقر مجلسی، همان، ج ۷۵، ص ۱۶۳.
۴۱. ابوالقاسم پاینده، همان، ص ۲۲۶، ح ۳۷۲.
۴۲. محمدتقی فلسفی، *الحديث*، ج ۱، ص ۳۵۰. ر.ک: همو، *جوان از نظر عقل و احساسات*، ج ۲، ص ۲۴۸.
۴۳. ابوالقاسم پاینده، همان، ص ۵۸۹، ح ۲۰۵۰.
۴۴. محمد باقر مجلسی، همان، ج ۱۲، ص ۲۸۰.
۴۵. مصطفی خلیلی، همان، ص ۱۵.
۴۶. محمد رضا محمدی، «جنبه‌های مهم شخصیت نوجوان»، *معرفت*، ش ۳۸، ص ۳۹-۲۸.
۴۷. حسین لطف‌آبادی، *روان‌شناسی رشد*، ج ۲، ص ۲۱۴ و ۲۱۵.
۴۸. *نهج البلاغه*، نامه ۳۱.
۴۹. سخنان مقام معظم رهبری، ۷۵/۵/۱۸.
۵۰. محمد نباتی، «تأثیر دین بر کاهش اضطراب»، *روزنامه کیهان* به نقل از: (<http://kortan.wordpress.com>)
۵۱. علی‌رضا محمدی، «شادی در لیبرالیسم»، *پرسمان*، ش ۴۳.
۵۲. عبدالله نصر، *جوان مسلمان و دنیای متجدد*، ص ۳۴۲.
۵۳. «مدرنیسم و تجاوز جنسی به محارم در خانواده»، *حوراء*، ش ۱۷، ص ۲۳.
۵۴. روزنامه رسالت، ش ۶۲۸۶، سال ۸۶/۸/۱۶، ص ۱۸.
۵۵. مجتبی هاشمی، *تربیت و شخصیت انسانی*، ج ۳، ص ۱۸.
56. Conte, A, 1798.
57. Bergson, H, 1859.
58. Rena, E, 1823.
۵۹. محمدعلی فروغی، *سیر حکمت در اروپا*، ص ۱۴۵.
۶۰. ویلیام جیمز، *دین و روان*، ترجمه مهدی قائمی، ص ۱۵.
۶۱. نیما قربانی، «روان‌شناسی دین یک روی‌آورد علمی چند تباری»، *قیسات*، ش ۸ و ۹، ص ۳۴.
۶۲. پریخ دادستان، *نقش تلویزیون در شکل‌گیری و تقویت مفاهیم مذهبی و اخلاقی کودکان دوره ابتدایی*، ص ۱۵.

۶۳. علی سادبی، مجموعه مقالات سمپوزیوم جایگاه تربیت در آموزش و پرورش دوره ابتدایی، وزارت آموزش و پرورش، ص ۱۳۶.
۶۴. تاج‌الدین شعیری، جامع الأخیار، ص ۴۲.
۶۵. شیخ عباس قمی، مفاتیح الجنان، مناجات شعبانیه.
۶۶. ابن باویه صدوق، من لا یحضره الفقیه، ج ۱، ص ۲۱۱.
۶۷. ابوالقاسم پاینده، نهج الفصاحه، ص ۳۰۴.
۶۸. محمد نباتی، همان.
۶۹. همان.
۷۰. همان.
۷۱. همان.
۷۲. محمد باقر مجلسی، همان، ج ۶۷، ص ۱۷۸.
۷۳. رضا فرهادیان، «عوامل مؤثر در گرایش نوجوانان و جوانان به نماز»، ش ۷۹، ص ۴۶.
۷۴. مرتضی مطهری، تعلیم و تربیت در اسلام، ص ۵۶.
۷۵. سیدمرتضی فیروزآبادی، فضائل الخمسة من الصحاح الستة، ج ۲، ص ۷۸.
۷۶. محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۱، ص ۱۸۶.
۷۷. فضل‌بن حسن طبرسی، مکارم الاخلاق، ۴۲۱.
۷۸. شیخ صدوق، ثواب الأعمال و عقاب الأعمال، ص ۱۸۷.
۷۹. همو، من لا یحضره الفقیه، ج ۵، ص ۸۳.
۸۰. محمدبن الحسن حرعاملی، وسائل الشیعه، ج ۱۵، ص ۱۹۳.
۸۱. ابی‌جعفر محمدبن یعقوب کلینی، همان، ج ۶، ص ۴۸.
۸۲. شیخ حسن دیلمی، إرشاد القلوب إلى الصواب، ص ۲۲۵.
۸۳. محمدبن الحسن حرعاملی، همان، ص ۱۲۲؛ و ج ۲۱، ص ۴۸۳.

## منابع

- احمدی، علی اصغر، *روان‌شناسی شخصیت از دیدگاه اسلامی*، چ ششم، تهران، امیر کبیر، ۱۳۸۷
- پروین، لورنس‌ای و جان، اولیور پی، *شخصیت (نظریه و پژوهش)*، ترجمه محمد جعفر جوادی و پروین کدیور، تهران، آبیژ، ۱۳۸۱
- پاینده، ابو القاسم، *نهج الفصاحه*، چ چهارم، تهران، دنیای دانش، ۱۳۸۲
- تمیمی آمدی، عبد الواحد، *تصنیف غرر الحکم و درر الکلم*، قم، دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۶۶
- حجازی و همکاران، سیدمهدی، *درر الأخبار*، قم، دفتر مطالعات تاریخ و معارف اسلامی، ۱۴۱۹.
- جعفری، محمد تقی، *روان‌شناسی اسلامی*، تهران، پیام آزادی، بی‌تا.
- جیمز، ویلیام، *دین و روان*، ترجمه مهدی قائمی، تهران، آموزش انقلاب اسلامی، ۱۳۷۵.
- دهخدا، علی‌اکبر، *لغت‌نامه*، تهران، دانشگاه تهران، بی‌تا.
- عمید، حسن، *فرهنگ فارسی عمید*، تهران، راه رشد، ۱۳۸۹.
- حراغلی، محمدبن‌الحسن، *وسائل الشیعه*، تحقیق عبدالرحیم ربانی شیرازی، بیروت، دارالاحیاء التراث العربی، ۱۹۹۱.
- خلیلی، مصطفی، *نقش نماز در شخصیت جوان*، قم، زائر، ۱۳۷۹.
- امام خمینی (ع) *چهل حدیث*، چ پنجم، تهران، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ع) ۱۳۷۳.
- حسینی خامنه‌ای، سیدعلی، *بیانات رهبر معظم انقلاب (در دیدار گروهی از خواهران پزشک سراسر کشور)*، ۱۳۷۵.
- حسینی، سیدابوالقاسم، *اصول بهداشت روانی*، چ پنجم، مشهد، به نشر، ۱۳۸۵.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد، *المفردات فی غریب القرآن*، تحقیق: صفوان عدنان داودی، دمشق بیروت، دارالعلم الدار الشامیه، ۱۴۱۲
- رفیعی، بهروز، *آرای دانشمندان مسلمان در تعلیم و تربیت و مبانی آن*، تهران، سمت، ۱۳۸۱
- دیلمی، شیخ حسن، *إرشاد القلوب إلى الصواب*، قم، شریف رضی، ۱۴۱۲
- دادستان، پریخ، *نقش تلویزیون در شکل‌گیری و تقویت مفاهیم مذهبی و اخلاقی کودکان دوره ابتدایی*، مرکز تحقیقات، مطالعات و سنجش برنامه‌های صدا و سیما، جمهوری اسلامی ایران، ۱۳۷۷
- دولتخواه، محمد، «انگیزش شخصیت ایمن از دیدگاه اسلام»، *معرفت*، ش ۳۸، بهمن، ۱۳۷۹، ص ۴۰-۴۹.
- سادبی، علی، *مجموعه مقالات سمپوزیوم جایگاه تربیت در آموزش و پرورش دوره ابتدایی*، وزارت آموزش و پرورش، ۱۳۷۱
- شعیری، تاج‌الدین، *جامع الأخبار*، قم، رضی، ۱۳۶۳
- شاملو، سعید، *مکتب‌ها و نظریه‌ها در روان‌شناسی شخصیت*، تهران، چهر، ۱۳۶۳
- شولتز، دوان، شولتز، سیدنی إلن، *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه یحیی سیدمحمدی، چ نهم، تهران، مؤسسه نشر ویرایش، ۱۳۸۵
- صدوق، ابن باویه، *من لا یحضره الفقیه*، چ دوم، قم، جامعه مدرسین، ۱۴۰۴.



- صدوق، ابن بابویه، *ثواب الأعمال و عقاب الأعمال*، قم، دار الرضی، ۱۴۰۶.
- طباطبایی، سیدمحمدحسین، *تفسیر المیزان*، ترجمه سیدمحمدباقر موسوی همدانی، چ پنجم، قم، انتشارات اسلامی، ۱۳۷۴.
- طبرسی، فضل بن حسن، *مجمع البیان فی تفسیر القرآن*، با مقدمه محمدجواد بلاغی، چ سوم، تهران، ناصر خسرو، ۱۳۷۲.
- فلسفی، محمدتقی، *جوان از نظر عقل و احساسات*، تهران، هیئت نشر معارف اسلامی، ۱۳۵۲.
- فلسفی، محمدتقی، *الحدیت - روایات تربیتی*، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۶۸.
- فروغی، محمدعلی، *سیر حکمت در اروپا*، تهران، البرز، ۱۳۷۵.
- فهادیان، رضا، «عوامل مؤثر در گرایش نوجوانان و جوانان به نماز»، *گلستان قرآن*، ش ۷۹، ۱۳۸۰، ص ۴۶-۴۰.
- فیروز آبادی، سیدمرتضی، *فضائل الخمسة من الصحاح الستة*، چ دوم، تهران، اسلامی، ۱۳۹۲.
- قمی، شیخ عباس، *مفاتیح الجنان*، مناجات شعبانیه.
- قربانی، نیما، «روان‌شناسی دین یک روی آورد علمی چند تباری»، *قیسات*، ش ۹ و ۸، ۱۳۷۷، ص ۲۲-۴۵.
- کلینی، ابی جعفر محمدبن یعقوب، *الکافی*، چ دوم، تهران، اسلامی، ۱۳۶۲.
- کریمی، یوسف، *روان‌شناسی شخصیت*، چ نهم، تهران، مؤسسه نشر ویرایش، ۱۳۸۳.
- کیومرثی، محمدرضا، «رابطه جهت‌گیری مذهبی با عوامل شخصیت»، *معرفت*، ش ۷۵، ۱۳۸۲، ص ۷۷-۵۹.
- لطف آبادی، حسین، *روان‌شناسی رشد (۲)*، چ هشتم، تهران، سمت، ۱۳۸۵.
- مجلسی، محمدباقر، *بحار الانوار*، تهران، اسلامی، ۱۳۷۳.
- مدرسی، سیدمحمدتقی، *تفسیر هدایت*، مترجمان، مشهد، بنیاد پژوهش‌های اسلامی آستان قدس رضوی، ۱۳۷۷.
- مکارم شیرازی، ناصر، *تفسیر نمونه*، تهران، دار الکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴.
- مصطفوی، حسن، *التحقیق فی کلمات القرآن الکریم*، تهران، بنگاه ترجمه و نشر کتاب، ۱۳۶۰.
- مایلی، ربرتو، ساخت، *پدیده‌آیی و تحول شخصیت*، ترجمه محمود منصور، تهران، دانشگاه تهران، ۱۳۸۰.
- مطهری، مرتضی، *تعلیم و تربیت در اسلام*، چ نوزدهم، قم، صدرا، ۱۳۷۱.
- محمدی، علی رضا، «شادی در لیبرالیسم»، *پرسمان*، ش ۴۳، ۱۳۸۵، ص ۱۸.
- محمدی، محمدرضا، «جنبه‌های مهم شخصیت نوجوان»، *معرفت*، ش ۳۸، ۱۳۷۹، ص ۲۸-۳۹.
- مطهری، جمشید، «به سوی سلامت روان»، *معرفت*، شماره ۴۶، ۱۳۸۰، ص ۲۰-۲۸.
- میر دریکوندی، رحیم، «الگوها و نظریه‌های عمده بهداشت روانی»، *معرفت*، ش ۱۱۲، ۱۳۸۶، ص ۵۵-۶۸.
- نصر، سید حسین، *جوان مسلمان و دنیای متجدد*، ترجمه مرتضی اسعدی، تهران، طرح نو، ۱۳۸۷.
- نراقی، ملا احمد، *معراج السعاده*، چ چهارم، تهران، کانون انتشارات علمی، ۱۳۶۶.
- نصری، عبدالله، *فلسفه آفرینش*، قم، دفتر نشر معارف، ۱۳۸۲.
- نباتی، محمد، «تأثیر دین بر کاهش اضطراب»، *روزنامه کیهان*: (<http://kortan.wordpress.com>)
- هاشمی، مجتبی، *تربیت و شخصیت انسانی*، قم، دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم، ۱۳۷۲.