

مصباح تابو مباله لوبانگی^۱

چکیده:

روانشناسی معاصر در چارچوب اثبات‌گرایی و تجربه‌گرایی شکل گرفته و به صورت نوشته و نانوشته، هشیار و ناهشیار، تحت تأثیر مبانی انسان‌شناختی، معرفت‌شناختی، هستی‌شناختی و روش‌شناختی اثبات‌گرایی است. «روانشناسی در رهیافت قرآنی» اقتضا می‌کند که همه این مبانی، بر اساس قرآن باشد؛ این روان‌شناسی، اگرچه از یک‌سو وامدار یافته‌های علمی مسلم روان‌شناسی معاصر است، لکن از سوی دیگر باید ذیل هندسه معرفتی اسلام باشد و با دیگر شاخه‌های علوم اسلامی انسجام و هماهنگی کافی داشته باشد. اکنون به پاس چندین دهه تلاش روان‌شناسان مسلمان در جهان، این رهیافت، از مقیاس فردی به مقیاس دانشگاهی و پژوهشگاهی ارتقا یافته است. این کتاب به واسطه محدودیت‌هایی که وجود داشته، توانسته است فقط به تعدادی از مفاهیم روان‌شناختی از دیدگاه قرآن بپردازد؛ در ابتدا رهیافت قرآنی معرفی و سپس به مبانی ذکر شده و کیفیت حضور آن در روان‌شناسی اشاره‌ای شده است؛ آنگاه طی چند فصل به تفصیل دیدگاه قرآن در باب مباحثی همچون «مفهوم شخصیت»، «مراحل رشد شخصیت»، «نقش وراثت و محیط در دیدگاه اسلام»، «اصل تضاد روانی در شخصیت»، «تعادل شخصیت» و «انواع تیپ‌های شخصیتی در قرآن» بررسی شده است.

کلید واژه: قرآن، روانشناسی، شخصیت، تعامل.

^۱ دانش پژوه مقطع کارشناسی ارشد تفسیر و علوم قرآن، مجتمع آموزش عالی اصفهان

مقدمه :

از جمله مباحث جالب، مهم و پیچیده در روان شناسی موضوع شخصیت می باشد. از آنجا مهم است که از طریق شناخت شخصیت و تبیین آن می توان به صورت علمی رفتارهای انسان را توصیف و تبیین و به آنان کمک کرد از بسیاری رفتارهای ناسازگار، کجروانه و اختلالات روانی پیشگیری و البته درمان کرد و همچنین انسان را بیشتر شناخت و در واقع خود را بیشتر شناخت تا به فلسفه مهم شناخت خود، سپس شناخت خدا و در نهایت سعادت و آرامش روحی که هدف آرمانی بشر است برسیم، و از آنجا پیچیده است که با همه کوششهای علمی و تجربی روان شناسان تاکنون علیرغم پیشرفت های فزاینده، به جمع بندی کلی و تعریف جامعی از آن نرسیده و هرکسی به تناسب دیدگاهش به ماهیت انسان، تناسب تربیت و طبیعت، جبرگرایی و اراده آزاد، تاثیر تجربیات و زندگی حال گذشته و آینده، هدف نهایی انسان تعادل یا رشد و... نظریه ای در شخصیت ارائه داده که علیرغم جالب بودن و قابل تحسین بودن تلاش همه آنها، اما نواقص و ابهامات زیادی به جهت تعریف دقیق و تبیین شخصیت دارند.

شخصیت در قرآن:

نگرش قرآن کریم به موضوع شخصیت را می توان در نکات زیر معرفی کرد:

- ۱- از دیدگاه قرآن، سه نوع شخصیت اساسی وجود دارد؛ مؤمن، کافر و منافق؛ (آیات ۲ تا ۲۰ سوره بقره)
- ۲- شخصیت های مؤمن، خود دارای سه درجه شخصیتی می باشند؛ آنان که به خود ظلم می کنند، آنانکه میانه رو هستند و آنان که پیشتانزانند؛ (فاطر / ۳۲)
- ۳- مشخصه بارز شخصیت کافر آن است که دل و اندیشه اش را قفل کرده است و راهی برای نفوذ هیچ حرف تازه و اندیشه متفاوتی نگذاشته است و به همین دلیل، از درک حقایق عاجز است.
- ۴- خصوصیت بارز شخصیت منافق از دیدگاه قرآن، دوگانگی ریشه ای در ظاهر و باطن است؛ به همین دلیل، مبتلا به شک و تردید و عدم قدرت تصمیم گیری و ناتوانی در قضاوت می شود؛ (بقره و ۸ تا ۲۰ منافقون)
- ۵- در قرآن کریم، در آیات فراوانی از اندوه، علل ایجاد کننده آن و راه های برطرف ساختن آن سخن رفته است. گاهی اندوه فراق را با دیدار و گاهی اندوه فقر را با بشارت و گاهی اندوه رسول خدا (ص) را به دلداری حضرت حق، درمان نموده است.

۶- در دیدگاه قرآن، ترس دو نوع است؛ ترس پسندیده و ترس ناپسند؛ ترس پسندیده، همان ترس از خداوند و عدالت اوست که منجر به اصلاح رفتار می‌شود؛ (انفال/۲) و ترس ناپسند، اضطرابی شدید با علت مشخصی است که تسلط بر نفس را از بین می‌برد و باید با آن مبارزه شود؛ (احزاب/۱۰ و ۱۱) ۷- از نظر قرآن دو نوع خشم وجود دارد؛ خشم مفید و متعادل و خشم مخرب و ناپه‌نجان؛ خشم متعادل، راهی برای رسیدن به هدف در مواقع لزوم است و خشم مخرب را باید درمان کرد. قرآن کریم با توصیه به صبر و پاسخ‌گویی با عمل نیک و با وعده بهشت و پاداش اخروی، به وسیله سفارش به بخشش و عفو، یادآوری قدرت و خشم خداوند و ... به درمان بیماری سلامتی سوز خشم و عصبانیت پرداخته است که به ترتیب در سوره شوری آیه ۴۳، فصلت آیه ۳۴، آل عمران آیات ۱۳۳ و ۱۴۳، شوری آیات ۳۶ و ۳۷، و نور آیه ۲۲ بیان شده است.

۸- در قرآن به سه نوع از مکانیسم‌های دفاعی - روانی اشاره شده است که عبارتند از: فرافکنی (منافقون/۴)، دلیل تراشی (بقره/۱۱ و ۱۲) و واکنش‌سازی (بقره/۲۰۴ و ۲۰۵ و منافقون/۴) ۹- در فرهنگ قرآن یکی از راه‌های مؤثر و اساسی روان‌درمانی، استفاده از مواظ و اندرزهای قرآنی است (یونس/۵۷)

۱۰- در روش روان‌درمانی قرآنی، ایمان، تولید امنیت درونی و آرامش می‌نماید؛ (انعام/۸۲ و رعد/۲۸) ۱۱- یاد خدا، آرام بخش دلهاست؛ (رعد/۲۸)

در تحقیق حاضر فقط درباره آیات مربوط به شخصیت انسان در قرآن بحث می‌کنیم.

مفهوم شخصیت :

یکی از مهم‌ترین عناصر شخصیت که در قرآن وجود دارد مفهوم شاکله است در سوره اسری آیه ۸۴ آمده است : بگو هر کسی بر شاکله (ساختار روانی و بدنی) خویش عمل می‌کند و خدای شما به کسی که راهش از هدایت بیشتری برخوردار است داناتر است . استنباطی که از این آیه می‌شود این است که منشا اعمال آدمی شاکله اوست که معادل شخصیت در روان‌شناسی است . به طور کلی شاکله دارای معانی زیر است :

۱- نیت ۲- خلق و خوی ۳- حاجت و نیاز ۴- مذهب و طریق و ۵- هیئت و ساخت . این موارد به عنوان زیر بنای رفتارهای انسان محسوب می‌گردند :



۱. نیت :

نیت به معنای قصد و عزم قلب است . از دیدگاه اسلامی بین نیت و عمل تفاوت وجود دارد . نیت امری درونی است و عمل ثمره و حاصل نیت است . امام علی (ع) می فرماید : نیت زیربنای عمل است و اعمال ثمره نیت هستند و امام صادق (ع) می فرماید : همانا نیت همان عمل است که این مورد اشاره به اصالت نیت در مقابل عمل دارد و منشا و مبدا عمل نیت است . تصحیح نیت از سخت ترین اعمال است و آن تابعی است از حالتی که نفس به آن حالت متصف است و از طریق ریاضت های سخت ، تفکرات عمیق و مجاهدت های شدید به دست می آید .

۲. خلق و خوی :

مجموعه صفات انسان است که در ارتباطات او با اشیاء و افراد بروز می کند و حکمای اسلامی آنرا محصول مزاج ، ترکیب بدنی ، مسائل محیطی ، تجربیات فرد و البته اختیار می دانند . این مجموعه نیز دست به دست هم داده هیئت و حالات نفسانی انسان را می سازد .

۳. **حاجت و نیاز :** یکی دیگر از معانی شاکله ، حاجت و نیاز است . نیازها از زیر بناهای رفتاری انسان هستند . نیازها دو دسته اند : نیازهای فیزیولوژیکی مثل گرسنگی ، تشنگی و میل جنسی که نحوه ارضا و برخورد با آنها آموختنی و بستگی به نوع شخصیت و شاکله فرد دارد . دوم نیازهای روانی مثل نیاز به تعلق داشتن ، نیاز به امنیت از جمله نیازهایی هستند که در نوع بشر دیده می شوند . میزان بروز هر یک از این نیازها و نحوه ارضا و طرز تلقی آنها از فردی به فرد دیگر و به تناسب ساخت روانی آنها فرق دارد .

۴. **مذهب و طریق :** مذهب ، روش و برنامه ای است که فرد در زندگی خود پیشه کرده و جهان ، آینده و گذشته را بر اساس آن تفسیر می کند . دین بر اساس هیئت و ساخت اولیه روانی انسان (فطرت) شکل گرفته و موجب پیدایش ساخت و هیئت روانی خاصی می شود که انسان را وادار به اعمال خاصی می کند .

۵. **هیئت و ساخت :** اصلی ترین معنای شاکله هیئت و ساخت روانی است . هیئت روانی انسان مجموعه واحدی است که نیت از آن بر می خیزد . خلق و خوی حاصل آن است ، مذهب بر اساس آن پذیرفته شده و خرد موجد شکل گیری آن می شود و بالاخره نیازها در بروز و ظهور خود متأثر از آن هستند .

در واقع شاکله عبارت است از ساخت و هیئت روانی انسان که در اثر تعامل وراثت، محیط و اختیار شکل گرفته به گونه ای که محرکات محیطی را منطبق با خود تفسیر کرده و در مقابل آنها به شیوه ای خاص پاسخ می دهد. همانطوری که در سوره اسری آیه ۸۲-۸۴ آمده است: و ما آنچه را برای مؤمنان مایه درمان و رحمت است از قرآن نازل می کنیم و کافران را جز زیان چیزی نخواهد افزود و ما هرگاه به انسان نعمتی عطاء کردیم رو بگردانید و دوری جست و هرگاه شر و بلایی به او روی آورد، به کلی مایوس و نا امید شد. بگو هر کسی بر شاکله خود عمل می کند خدای شما به کسی که راهش از هدایت بیشتری برخوردار است، داناتر است. پیام این آیه این است که مردم به اقتضای شاکله خود عمل می کنند و رسول گرامی (ص) می فرماید: این خود مردم هستند که اعمالشان بر طبق شاکله و فعالیت‌های موجودشان صادر می شود، آن کسی که دارای شاکله معتدل است راه یافتنش به سوی کلمه حق و عمل صالح قدری آسان تر است و آن کسی که شاکله ظلم و سرکشی دارد او هم می تواند به سوی کلمه حق راه یابد اما برای او قدری دشوارتر است.

مراحل رشد شخصیت:

برای تعیین مراحل رشد شخصیت دو ملاک بنیادی را باید مد نظر قرار دهیم: عقل و نفس (یا هوای نفس) که اینها دو محرک اصلی و اساسی افعال انسان به شمار می آیند. مجموعه گرایشهای انسان نسبت به محرکهای خوشایند و دافعه های او نسبت به محرکهای ناخوشایند که ماهیتاً بر فرایندهای ناخودآگاه متکی هستند، نفس می گویند. عقل نیز عبارتست از توانایی انسان بر تشخیص و استدلال. اصل لذت طلبی و گریز از الم، اصل بسیار مهم و بنیادی موجودات است، از این رو انسان بدون تجزیه و تحلیل عقلی و استدلالی و فارغ از خود آگاهی می تواند به طرف محرکهای خوشایند جذب و از طرف محرکهای ناخوشایند دفع شوند. عقل در ورای این اصل می تواند نسبت به محرکهای مختلف آگاهی یافته و آنها را تجزیه و تحلیل و در مورد آنها قضاوت کند. به این ترتیب بین رشد عقلانی و گسترش تمایلات نفسانی نسبتی معکوس وجود دارد. یعنی هر قدر خود آگاهی و قضاوت عقلانی گسترش یابد دامنه اصل فوق محدود می شود. مراحل رشد شخصیت بر اساس تعابیر قرآنی چنین است: ۱- نفس اماره ۲- نفس لوامه و ۳- نفس مطمئنه.

هر یک از این نفوس، تعبیری از شاکله و شخصیت انسان در مرحله ای خاص هستند. به این معنا که کسی که صاحب نفس اماره است، دارای شاکله و شخصیتی است که در آن هوای نفس حاکم بوده و محرک اعمال و رفتار فرد در این مرحله محرکهای نفسانی به شمار می آید. کسی که در مرحله نفس لوامه است هر چند که محرک بسیاری از رفتارهای او نفس است ولی عقل در اینجا نقش خاصی یافته و با آگاهی و استدلال و قضاوت

برخی از اعمال این نوع شخصیت را زیر سؤال می برد و او را مورد سرزنش قرار می دهد. شخصیت انسان در مرحله نفس مطمئنه تحت سیطره کامل عقل در آمده و عقل است که مسیر اعمال و رفتار انسان را تعیین می کند

ساختمان وجودی انسان فطرتاً هم استعداد انجام کارهای زشت، پیروی از هوای نفس و شهوات جسمانی، غرق شدن در لذت های ملموس و تمایلات دنیوی را دارد و هم آمادگی ارتقاء به اوج فضیلت تقوا، اخلاقیات عالی انسانی و عمل صالح و پیامدهای آن یعنی رسیدن به آرامش روانی و خوشبختی معنوی، به همین دلیل طبیعی است که فطرت انسان بالقوه متضمن تضاد بین خیر و شر، فضیلت و رذیلت و اطاعت و معصیت خداست و آزمایش واقعی انسان در این دنیا نیز همین سمت و سوی گرایش اراده و موضوع انتخاب او است.

در سوره فرقان آیه ۴۳-۴۴ آمده است: آیا دیدی کسی را که هوی نفس را معبود خویش ساخت آیا (می توانی) ضامن او باشی یا گمان داری بیشترشان می شنوند یا می اندیشند آنان جز مانند ستوران نیستند بلکه گمراه ترند و در سوره یوسف ۵۳: من هرگز نفس خویش را تبرئه نمی کنم که نفس بسیار به بدی ها امر می کند، مگر آنچه را پروردگارم رحم کند، پروردگارم غفور و رحیم است. پیامبر اکرم می فرماید: دشمن ترین دشمنان همان نفس توست که در درونت قرار دارد هر کس آنرا ادب یا سرکوب کند از ظلمش در امان خواهد بود. همچنین در سوره فجر آیه ۲۷-۳۰ (آن هنگام به اهل ایمان خطاب رسد) ای نفس قدسی، مطمئن و دل آرام، امروز به حضور پروردگارت باز آی که تو خشنود و او راضی از توست. باز آی در صف بندگان خاص من در آی و در آن بهشت من داخل شو.

این مفاهیم سه گانه نفس (اماره، لوامه و مطمئنه) را می توان حالاتی تصور کرد که شخصیت انسان در سطوح مختلف رشد به آن متصف می شود و شخصیت انسان در جریان تضاد درونی میان جنبه های مادی و معنوی ماهیت ساختاری خویش آنها را پشت سر می گذارد. زمانی که شخصی انسان در پایین ترین سطح قرار دارد به طوری که هوی و هوس و شهوات بر او مسلط اند در واقع تحت تاثیر و حاکمیت نفس اماره است و هنگامی که در بالاترین درجه رشد و کمال بشری می رسد تا آنجا که تعادل کامل بین خواسته های جسمی و روانی او برقرار می شود و آنگاه به مرحله ای رسیده که صفت نفس مطمئنه بر آن تطبیق می کند. حد وسط این دو مرحله، مرحله ای است که که انسان نفس خود را به محاسبه می کشاند و البته انسان گاهی به علت ضعف دچار اشتباه گردیده و در این حالت به شخصیت انسان نفس لوامه اطلاق می شود. این مفاهیم با عناصر شخصیت در دیدگاه روان کاوی مشابهت های فراوانی دارند و ایجاد هماهنگی بین آن سه ساختار شخصیت (نهاد، من و فرامن) و ایجاد تعادل بین آنها به سلامت نفس و روان خواهد انجامید که همواره بین خواسته های

جسمانی و روانی در دیدگاه اسلام، تعارض وجود دارد و در نتیجه این برخورد بین بعد مادی و معنوی حالات سه گانه نفس به وجود می آید. نظریه تعارض در روانکاوی مشابه این برخورد حالات سه گانه نفس است.

نقش وراثت و محیط در دیدگاه اسلام:

احادیث و روایات فراوانی وجود دارند که مبین این امر هستند حالات روانی جسمی والدین در بچه ها و فرزندان مؤثر است. در حدیثی از پیامبر اکرم (ص) آمده است: فضایل اخلاقی و سجایای انسانی ریشه اش از پاکی خانواده ها و وراثت سرچشمه می گیرد همچنین درتاثیر نقش محیط بر شخصیت، قرآن و پیشوایان به نقش محیط زندگی و دوستان نزدیک در انسانها اشاره نموده اند و به پیروان خود دستور داده اند از آثار سوء آنها دوری کنند و از مصاحبت با اشخاص ناصالح دوری گزینند. در سوره نوح آیه ۲۶-۲۷ حضرت نوح به خداوند عرض کرد: خداوندا هیچ یک از کافرین را در روی زمین باقی مگذار و الا بندگان تو را گمراه می کنند و از خود جز افراد فاسد، تبهکار و ناسپاس به جای نمی گذارند. در این آیات هم اثر محیط و هم اثر وراثت پذیرفته شده است زیرا گمراه کردن دیگران اثر محیط و به وجود آوردن افراد ناسپاس و مفسد اثر وراثت است. در نامه شماره ۶۹ نهج البلاغه امام علی (ع) می فرماید: مبدا با افراد ناصالح دوستی نزدیک داشته باشید که فساد و تباهی آنها در شما اثرات سوء خواهد گذاشت. همچنین می فرمایند: اگر کسی را از جهت معنوی خوب نشناختید و مذهب و اعتقادات او برای شما معلوم نشد، رفقای نزدیک وی را ملاحظه نمایید، چنانچه اهل تقوا باشند او هم اهل با تقواست و اگر دوستانش فاسد بودند بدانید او نیز بهره ای از دین ندارد.

با توجه به مسائل مطروحه فوق در اسلام به نقش هر دو عامل تاکید شده است و رای به برتری و تقدم هیچکدام از آنها به دیگری داده نشده است بلکه هر دو بر شخصیت و رفتار انسان مؤثرند و در نهایت خود فرد است که دست به انتخاب و گزینش از بین دو مطلوب و یا نامطلوب می زند. جای تعجب نیست که در اسلام که تا چه حد بر اراده آزاد و اختیار انسان تاکید و به آن اعتقاد وجود دارد.

اصل تضاد روانی در شخصیت:

در نظام روانشناسی کارل یونگ اصلی به نام اصل اضداد وجود دارد. او به وجود اضداد و قطبیتها در انرژی فیزیکی اشاره نمود، مثل گرما در برابر سرما، ارتفاع در برابر عمق، آفرینش در برابر زوال، که معتقد است همین امر در مورد انرژی روانی نیز صدق می کند به این معنی هر میل و هر احساسی ضد خود را دارد. این

تضاد و آنتی تز و این تعارض بین قطبیت ها ، برانگیزنده اصلی کل رفتار و تولید کننده کل انرژی است . در واقع هر چه تعارض بین قطبیت ها آشکارتر باشد ، انرژی تولید شده بیشتر خواهد بود .

از آیات و احادیث چنین بر می آید که انسان از نظر شخصیت دارای سلسله خصوصیات حیوانی است که در نیازهای جسمانی متبلور هستند و این نیازها به خاطر حفظ ذات و بقای نوع باید ارضاء شوند ، او همچنین دارای صفات ملکوتی است که در اشتیاق روحی نسبت به خداوند و عبادت متبلور هستند . گاهی میان این دو نوع خصوصیات شخصیتی انسان تعارض پیش می آید که گاهی نیازها و خواسته های جسمانی و زمانی نیازها و اشتیاقات روحی او را به طرف خود جذب می کنند و خود انسان نیز این نزاع و کشمکش درونی و شخصیتی بین این دو جنبه شخصیتی را احساس می کند قرآن به حالت نزاع میان جنبه های جسمانی و روانی انسان چنین اشاره می کند :

پس هر کس از حکم خدا سرکش و طاعی شد و زندگی دنیا را برگزید جایگاه او همان آتش است و هر کس از حضور در پیشگاه ربوبیت بترسید و از هوای نفس دوری جست همانا بهشت منزلگاه اوست (سوره نازعات آیه ۳۷-۴۱) . همچنین بعضی از مسلمانان زمانی که شنیدند کاروان خواربار به مدینه رسیده از اطراف پیامبر پراکنده شدند . قرآن ضمن نقل ماجرا به مساله تضاد میان جنبه های مادی و معنوی انسان نیز اشاره می کند ، در سوره جمعه آیه ۱۱ : و این مردم (ضعیف الایمان) چون تجارتی یا لهو و بازیچه ای بینند بدان شتابند و تو را در نماز تنها گذارند ای رسول بگو به خلق که آنچه نزد خداست بسیار برای شما از لهو و لعب و تجارت های دنیا بهتر است و خداوند بهترین روزی دهنده خلایق است . روش انسان در حل این مشکل همان آزمایش حقیقی است و کسانی که بیشترین هماهنگی و تعادل را در میان آنها برقرار کنند از این آزمایش موفق و سربلند بیرون آمده اند . همچنین در سوره منافقون آیه ۹ : الا ای اهل ایمان مبدا هرگز مال و فرزندانان شما را از یاد خدا غافل سازد و کسانی که به امور دنیا از یاد خدا غافل شوند آنها به حقیقت زیان کاران عالمند و در سوره تغابن آیه ۱۵ : به حقیقت اموال و فرزندان شما اسباب فتنه و امتحان شما هستند (چندان به آنها دل میندید) و (بدانید) که نزد خدا اجر عظیم (بهشت) خواهد بود . انسان با کلیه امکانات برای حل این تعارض و تضاد برای عبور از مرحله آزمایش دارای اراده و اختیار آزاد بوده تا بتواند در این درگیری ها تصمیم بگیرد و هر راهی را که خود برای این تضاد می پسندد انتخاب کند . اصول پایه و اساسی زیربنای مسؤلیت و حسابرسی انسان همین اراده و انتخاب راه حل این تضاد را تشکیل می دهد .

تعادل شخصیت :

مناسب ترین راه حل مشکل تضاد بین جنبه جسمانی و روانی انسان در واقع ایجاد هماهنگی میان آن دو است به این معنا که انسان در حدود شرع نیازهای جسمانی خود را ارضا و همزمان با آن به ارضای نیازهای روانی نیز بپردازد. اسلام خواهان هماهنگی انگیزه های جسم و روح و در پیش گرفتن راه میانه ای است که به ایجاد تعادل میان جنبه های مادی و معنوی انسان منتهی شود. ضرورت تحقق این تعادل در شخصیت انسان در سوره قصص آیه ۷۷ آمده است: و در آنچه خداوند به تو داده است سرای آخرت را جستجو کن و بهره ات را از دنیا فراموش مکن. تعادل جسم و روح در شخصیت انسان نمایانگر توازن در کل هستی است زیرا خداوند هر چیز را در اندازه و به میزان مشخص آفرید. مساله تعادل در انسان منحصر به تعادل بیولوژیک نیست بلکه کل شخصیت انسان و نیز تعادل جسم و روح را در بر می گیرد و در حدیثی از پیامبر اکرم داریم که بهترین امور میانه روی و پرهیز از افراط و تفریط است.

در دیدگاه روانکاوی اعتقاد بر این است که هدف نهایی رشد انسان کسب تعادل و رسیدن به تعادل در ارگانیک است. از دیدگاه کارل یونگ، شخصیت سالم شخصیتی است که تعادلی از نیروهای مختلف را ایجاد کرده باشد به گونه ای که در اثر تعادل نیروها به نوعی وحدت که نشأت گرفته از هماهنگی و همخوانی نیروها و در نتیجه قسمتهای مختلف شخصیت است رسیده باشد. در واقع حصول تعادل در نتیجه تعادل در سه ساختار شخصیت است. هدف کلی روند درمان بیماریهای روانی در مکتب روانکاوی کمک به بیماران برای ایجاد تعادل در هر سه عنصر شخصیت است که جنبه های جسمی و روانی (لذات، تفریحات، درک واقعیت و انطباق با هنجارهای جامعه و مسائل آرمانی و اعتقادی) انسان را شامل می شود.

همچنین در مکتب گشتالت درمانی که از نظریات بانفوذ و گسترده روان درمانی است، اعتقاد بر این است که تمایل اساسی هر ارگانیک تلاش برای کسب تعادل است. حصول تعادل به معنای کاهش تنش است و این معادل سلامت روانی است و از محاسن توجه به امورات متضاد و متفاوت روحی و جسمی در درون خود مثل انگیزه های لذت جویانه، خواسته های آرمان گرایانه و اخلاقی، کسب آگاهی و بصیرت نسبت به قطب های درونی است و کسب آگاهی در حصول تعادل و سلامت روانی کمک می کند.

انواع تیپ های شخصیتی در قرآن:

روانشناسان کوشش نموده اند وجود تفاوت و تشابه شخصیت های مردم را بررسی کنند و به علاوه هر روان شناسی سعی نموده از جهت و جنبه های ویژه ای انواع شخصیت را بررسی کند برخی بر اساس خصوصیات جسمی و برخی بر اساس خصوصیات روانی. در قرآن مردم بر اساس عقیده و اعتقادشان به سه نوع تقسیم شده

اند : ۱- مؤمنان ۲- کافران و ۳- منافقان . هر یک از این انواع سه گانه خصوصیات اصلی و عمومی ویژه خود را دارند که شخصیت هر کدام را از دو نوع دیگر مجزا می کند . این تقسیم بندی نشان دهنده اهمیت عقیده در ساختار شخصیت انسان و تشخیص خصوصیات متمایز کننده هر کدام است و هم رفتار انسان را به شکلی خاص و مشخص که موجب تمایز او از دیگران شود جهت می دهد . به علاوه این تقسیم بندی نشان می دهد عامل اصلی ارزشیابی شخصیت از نظر قرآن عقیده و اعتقاد است .

مؤمنان :

با بررسی صفات مؤمنان در قرآن می توان آنها را به ۹ زمینه اصلی و عمومی در زمینه های رفتاری تقسیم کنیم :

۱- صفات عقیدتی : ایمان به خدا، پیامبران ، کتب آسمانی، روز قیامت و بهشت و دوزخ ۲- صفات عبادی : عبادت خدا ، انجام فرائض مثل روزه ، نماز، زکات، تقوا ، جهاد در راه خدا ، طلب بخشش از خدا و توکل بر او ۳- صفات مربوط به روابط اجتماعی : رفتار خوب با مردم ، احسان ، تعاون و همکاری ، اتحاد و همبستگی، امر به معروف و نهی از منکر، عفو و ایثار ۴- صفات مربوط به روابط خانوادگی : نیکی به والدین و خویشاوندان ، حسن معاشرت با همسر ، سرپرستی خانواده و پرداخت نفقه به آنها ۵- صفات اخلاقی : صبر ، بردباری، صداقت ، عدالت ، امانتداری و وفای به عهدخدا و مردم ، پاکدامنی ، فروتنی ، سخت کوشی در گرفتن حق در راه خدا ، عزت نفس ، قدرت اراده و حاکمیت بر هوی و شهوات نفس ۶- صفات انفعالی و عاطفی : خدا دوستی ، ترس از عذاب خدا، مردم داری و مردم دوستی ، خیرخواهی به آنان ، فرو بردن خشم و کنترل انفعالی غضب ، تجاوز نکردن به حق دیگران ، عدم حسادت به دیگران ، تواضع و مهربانی و احساس پشیمانی در صورت ارتکاب گناه ۷- صفات عقلانی و شناختی : تفکر در هستی و آفرینش خدا ، طلب دانش و شناخت ، عدم پیروی از گمان ، جستجوی حقیقت و آزادی فکرو عقیده ۸- صفات مربوط به زندگی عملی و شغلی: اخلاص در عمل و خوب کار کردن و تلاش فعالانه در کسب روزی و ۹- صفات بدنی : نیرومندی ، سلامت ، پاکیزگی و طهارت .

خصوصیات عقیدتی نقش اساسی و تعیین کننده ای در جهت دادن به رفتار انسان در کلیه زمینه های زندگی ایفا می کنند . به طوری که ایمان به توحید و روز رستاخیز از خصوصیات اصلی حاکم بر شخصیت انسان می شود و در کلیه خصوصیات دیگر شخصیتی مؤثر هستند . همچنین همه مؤمنان در یک سطح نیستند در قرآن سه درجه برای مؤمنان ذکر شده است : مؤمنانی که به خود ظلم می کنند ، میانه روها و پیشتازان خیر که در سوره فاطر آیه ۳۲ آمده است : سپس این کتاب آسمانی را به گروهی از بندگان برگزیده خود به میراث دادیم از میان آنها

عده ای بر خود ستم کردند ، عده ای میانه رو بودند و عده ای هم به اذن خدا در نیکی ها از همه (پیشی) گرفتند و این فضیلتی بزرگ است .

کافران :

برخی از صفات ویژه و اصلی آنان که در قرآن آمده است :

۱- صفات عقیدتی : عدم ایمان به یگانگی خدا، پیامبران ، روز رستاخیز و حساب ۲- صفات عبادی : عدم عبادت خدا و توسل به غیر او ۳- صفات مربوط به روابط خانوادگی و اجتماعی : ظلم ، رفتارهای متجاوزانه ، تمسخر دیگران ، تجاوز به حقوق دیگران و قطع ارتباط با دوستان و خویشاوندان ۴- صفات اخلاقی : پیمان شکنی ، فسخ ، فجور، پیروی از هوی نفس و شهوات و غرور و تکبر ۵ - صفات انفعالی و عاطفی : نفرت ، کینه و حسادت نسبت به مؤمنان ۶- صفات عقلانی و شناختی : جمود فکری و ناتوانی در ادراک و تعقل ، تقلید کورکورانه از عقاید و سنت های پدران و فریب دادن خود .

منافقان :

منافقان با شخصیتی متزلزل نمی توانند موضع آشکاری در برابر ایمان اتخاذ کنند . قرآن خصوصیات مشخص کننده آنها را یاد آور شده و آنها را به شدیدترین عذاب تهدید کرده است . در سوره نساء آیه ۱۴۵ : منافقان در پایین ترین مرحله دوزخ قرار دارند و هرگز یآوری برای آنها نخواهی یافت . برخی از صفات ویژه و اصلی آنان عبارتند از :

۱- صفات عقیدتی : عدم اتخاذ موضعی مشخص در برابر توحید ، اظهار ایمان در میان مسلمانان و اظهار شرک در میان مشرکان ۲- صفات عبادی : عبادت از روی ریا که بدون اعتقاد انجام می دهند و با بی حالی و تنبلی به نماز می ایستند ۳- صفات مربوط به روابط اجتماعی : برپایی فتنه از طریق پخش شایعات بین مسلمانان ، تمایل به فریب دیگران دارند، برای تحت تاثیر قرار دادن دیگران ، خوب حرف می زنند ، برای متقاعد کردن دیگران بسیار سوگند می خورند، از نظر ظاهر و قیافه و لباس در میان مردم بسیار آراسته اند تا جلب توجه کنند و آنها را تحت تاثیر قرار دهند ۴ - صفات اخلاقی : عدم اعتماد به نفس ، پیمان شکنی ، ریا ، ترس ، دروغ ، بخل ، سودجویی و فرصت طلبی ۵ - صفات انفعالی و عاطفی : ترس و هراس از مرگ ، نفرت از مسلمانان و کینه ورزی به آنان ۶- صفات عقلانی و شناختی: تردید ، شک و عدم توانایی در قضاوت و تصمیم گیری و تفکر درست ، به

همین دلیل قرآن منافقان را به عنوان کسانی که بر دل‌هایشان مهر نهاده شده است توصیف می‌کند که منافقان با توجیه کارهایشان می‌کوشند از خود دفاع کنند.

اصولاً خصوصیت اصلی شخصیت منافق همان تردید در انتخاب ایمان، کفر و ناتوانی در اتخاذ موضعی روشن و صریح در برابر توحید، مؤمنان و کافران است. همچنین سودجو و فرصت طلب است گاهی با مسلمانان و گاهی با کافران خود را هماهنگ می‌کند. همواره در فریب دادن مردم می‌کوشد از طریق سخنان شیوا و آراستگی ظاهری، آنها را تحت تاثیر قرار دهند، در ژرفای نفس خود احساس ناتوانی می‌کند. از این رو سعی دارند با توجیه کارهایشان از خود دفاع کند.

إِذَا جَاءَكَ الْمُنَافِقُونَ قَالُوا نَشْهَدُ إِنَّكَ لَرَسُولُ اللَّهِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ إِنَّكَ لَرَسُولُهُ وَاللَّهُ يَشْهَدُ إِنَّ الْمُنَافِقِينَ لَكَاذِبُونَ
(منافقون/۱)

«وقتی منافقین (میانه بازان) پیش تو بیایند خواهند گفت که ما گواهی می‌دهیم که تو واقعاً فرستاده خدا هستی، خدا نیز می‌داند که تو فرستاده او هستی، ولی خدا گواهی می‌دهد که منافقین دروغ می‌گویند (یعنی به دروغ می‌گویند که پیامبری محمد را قبول دارند کسی که دینی را از خودش در می‌آورد به خوبی می‌داند که از درون دیگران اطلاعی ندارد و هیچ گاه نمی‌آید کسی یا کسانی را منافق بخواند. چون اگر آن‌ها واقعاً منافق نمی‌بودند (یعنی واقعاً به پیامبری محمد ایمان می‌داشتند) حتماً به خود و به دیگران می‌گفتند که: ما واقعاً به تو ایمان داشتیم، ولی حالا که ما را منافق خواندی روشن می‌شود که تو پیامبر نیستی و این حرف خدا نیست، که اگر می‌بود خدا منطقاً می‌بایست از درون ما اطلاع می‌داشت و می‌فهمید که ما واقعاً به تو ایمان داریم. در حالی که هیچ کدام از آن‌ها هیچ گاه چنین اعتراضی نکرده‌اند و روشن بوده که خودشان هم می‌دانسته‌اند که میانه باز هستند.»

روح :

روح، موجودی مجرد است، جسم و قابل قسمت نیست و حیات و فعالیت اعضای بدن، به او متکی است. واژه روح در قرآن در سوره‌ها و آیات متعددی تکرار شده است و متبادر از آن، همان موجودی است که مبدأ حیات و زندگی است و آن را منحصر به انسان و یا انسان و حیوان ننموده است، بلکه آن را در غیر انسان و حیوان نیز اثبات نموده است مثل آیه مبارکه فَاتَّخَذَتْ مِنْ دُونِهِمْ حِجَابًا فَأَرْسَلْنَا إِلَيْهَا رُوحَنَا فَتَمَثَّلَ لَهَا بَشَرًا سَوِيًّا (مریم/۱۷) (مریم میان خود و آنان حجابی افکند و در این هنگام، ما روح خود را به سوی او فرستادیم). «و آیه مبارکه: وَكَذَلِكَ أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ رُوحًا مِّنْ أَمْرِنَا (شوری/۵۲) (همان گونه (که بر پیامبر پیشین، وحی فرستادیم) بر

تونیز روحی را به فرمان خود وحی کردیم. «و آیات دیگر. پس برای روح، مصداقی در انسان هست و مصداقهای دیگری نیز در برخی موجودات دیگر. این دو آیه و آیات دیگر به صراحت دلالت بر وجود روح در انسان و معانی مختلف وجود دارد از جمله آیاتی که به صراحت دلالت بر این دارد که مراد از روح، تنها روح انسانی است، آیه مبارکه زیر است: وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي (اسراء/ ۸۵) (از تو ای پیامبر) راجع به روح می پرسند، بگو روح از کار خدا است و به شما جزاندگی از علم داده نشده است. «در این آیه گر چه روح، مطلق آورده شده و لکن از قرائن موجود در آیه، استفاده می شود که مراد از روح مورد سوال، روح انسانی است که به خدا انجام گردیده است. بنا بر عقیده بیش تر مفسران در آیه بالا روح به معنای روان و عامل حیات به کار رفته است. مفسر بزرگ اهل سنت «شیخ ابوالفتوح رازی» در تفسیر «روح الجنان» در ضمن بیان اقوال مختلف در مورد مفهوم و معنای روح می گوید: آنچه در این آیه مورد سوال قرار گرفته، روح آدمی است که قوام حیات به آن است و آدمی به آن زنده و با فقدان آن انسان زنده نمی ماند. «مرحوم شعرانی در حاشیه تفسیر رازی چنین بیان می کند: «تفسیر روح با این مفهوم درست تر به نظر می آید که سوال او از وجود روح و حقیقت آن از دیر باز میان ملل جهان متداول بود، خاصه یهود و مخصوصاً آن جماعت از یهودیان که با فلاسفه آمیخته و از عقاید و اختلافشان درباره روح، اطلاع یافته بودند، تعجب بشر درباره روح از آن است که می بیند قدرتی است بر خلاف طبیعت و گویی بر ضد آن در نبرد است و گوشت و پوست و استخوان را چون به خود رها کنند زود پوسیده و متعفن و پراکنده می گردد و روح، او را سالها از فرسودگی و تعفن، نگاه می دارد و به حرکت و سخن می آورد و تعقل و ادراک می کند و این ها هیچ یک، کار جسم نیست، جسم، سنگین است و سوی پائین میل دارد و روح بر می جهد و جسم را می جهانند. حال پس خود روح از چه مبدأ و منشأ است؟ خداوند جواب داد که مبدأ آن از فرمان خدا است و مانند نور خورشید بر ابدان تابیده و اگر فرمان الهی نبود و از ورای عالم طبیعت، دستوری نرسیده و فروغی نتافته بود، همه چیز جامد بود و صامت. «تفسیر آیه: وَمَا أُوتِيتُمْ مِّنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا (اسراء/ ۸۵) «شما آدمیان جز اندکی از علم، نصیب ندارند. «این است که روح از دیدگاه قرآن، موقعیتی در عالم وجود دارد و آثار و خواصی در این عالم، بروز می دهد که بسیار بدیع و عجیب است و شما از آن بی خبرید! مرحوم «بحرانی» مؤلف تفسیر «برهان» در تفسیر آیه فوق از حضرت امام باقر(ع) نقل می کند که فرمود: معنای آیه، این است که جز تعداد کمی از بشر، از روح، آگاهی ندارند «استاد معظم علامه فقیه، سید محمد حسین طباطبایی(ره) در تفسیر «المیزان» می نویسد: کلمه روح به طوری که در لغت معرفی شده، به معنای مبدأ حیات است که جاندار به وسیله آن قادر بر احساس و حرکت ارادی می شود ولی مراد از روح در این آیات همان روح و نفس به نام «نفس ناطقه» می باشد که در کالبد همه افراد انسان های موجود، وجود دارد. و وجود آن از ناحیه خدا و وابسته به او است. «چنان که در آیه دیگر می فرماید: إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَنْ يَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ

(یس/۸۲) فرمان او چنین است که هر گاه چیزی را اراده کند، تنها به آن می گوید: موجود باش! آن نیز بی درنگ موجود می شود. «از این آیه معلوم می شود که:

۱. امر خدا یعنی ایجاد هستی و وجودی است که از ناحیه خداوند به روح متعلق شده و این موجود، وابسته به خداست و به امر او پیدا شده نه علل و اسباب دیگری.

۲. موجودی به نام روح، وجود دارد و به همین مناسبت حضرت مسیح(ع) به عنوان کلمه خدا و روح او شمرده شده، آن جا که می فرماید:

إِنَّمَا الْمَسِيحُ عَيْسَى ابْنُ مَرْيَمَ رَسُولُ اللَّهِ وَكَلِمَتُهُ أَلْقَاهَا إِلَى مَرْيَمَ وَرُوحٌ مِنْهُ (نساء/۱۷۱)

«مسیح، عیسی بن مریم، فقط پیامبر خدا و کلمه اوست که آن را به مریم القاء کرده است و روحی از جانب او است.»

۳. خداوند در برخی از آیات روح و جان موجود در انسان ها را متعلق به خود دانسته یعنی تنها از ناحیه او به انسان، عطا شده است چنان که در مورد خلقت حضرت آدم(ع) می فرماید:

فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي (حجر/۲۹) هنگامی که کار انسان را به پایان رساندم و در او از روح خود (یعنی یک روح شایسته و بزرگ) دمیدم. «و در آیه مبارکه دیگر چنین وارد شده است:

ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِهِ (سجده/۹) (سپس اندام انسان را موزون ساخت و از روح خویش در وی دمید.»

در این دو آیه روح، متعلق به انسان ذکر شده و با کلمه «من» آورده شده یعنی مبدأ پیدایش او از ناحیه خداست. و نام این ایجاد را «نفخ» یعنی دمیدن نهاده است هم چنان که این کلمه در سایر آیات وارد شده در این باب نشان دهنده همین واقعیت است: يُلْقَى الرُّوحَ مِنْ أَمْرِ عَلِيٍّ مَنْ يَشَاءُ (غافر/۱۵)

«روح (همان فرشته ی جان بخش) را به هر یک از بندگان خویش که بخواهد القا می نماید.»

و آیه: يُنَزِّلُ الْمَلَائِكَةَ بِالرُّوحِ مِنْ أَمْرِ عَلِيٍّ مَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ (نحل/۲) (فرشتگان را با وحی به هر یک از بندگان خویش که بخواهد می فرستد تا دل های مرده را به وسیله آن زنده نماید.» و آیه: تَنْزِيلُ الْمَلَائِكَةِ وَالرُّوحِ فِيهَا بِإِذْنِ رَبِّهِمْ مِنْ كُلِّ أَمْرٍ (قدر/۴) (فرود آیند فرشتگان و روح(مراد جبرئیل است) در آن شب به اذن خدا با هر کاری که تقدیر خدا در امور مختلف است.» چنان که خوانندگان ملاحظه می کنند، کلمه «من» در همه این آیات می فهماند که روح از جنس و سنخ امر است و آن گاه امر را بیان می کند و می فرماید:

إِنَّمَا أَمْرُهُ إِذَا أَرَادَ شَيْئًا أَنْ يَقُولَ لَهُ كُنْ فَيَكُونُ - فَسُبْحَانَ الَّذِي بِيَدِهِ مَلَكُوتُ كُلِّ شَيْءٍ وَإِلَيْهِ تُرْجَعُونَ (یس/۸۲) -

۸۳) (جز این نیست که گاه خداوند اراده کند چیزی را، امر کند و به او بگوید باش، بلافاصله به وجود می آید - پس منزله و پاک خدایی که ملک و ملکوت هر موجود به دست قدرت او و بازگشت شما همه ی خلائق به سوی اوست.»

شخصیت بهنجار و سلامت روانی :

شخصیت بهنجار از نظر اسلام، شخصیتی است که جسم و روح در آن متعادل باشند و نیازهای هر کدام ارضا شوند. انسانی که دارای شخصیت بهنجار است به جسم و سلامت و نیرومندی آن اهمیت می دهد و نیازهای آن را در حدودی که شرع مقدس روا می دارد برآورده می سازد و همزمان با آن به خدا ایمان می آورد. از نظر اسلام فردی که پیرو هوی نفس خودش باشد فردی نابهنجار است و نیز کسی که خواسته های جسمانی خود را سرکوب و مقهور کند و رهبانیت افراطی و ریاضت شدید دارد و تنها به ارضا نیازهای معنوی می پردازد شخصی نابهنجار است زیرا این گونه گرایشهای افراطی و تفریطی با فطرت انسان مخالف هستند به همین دلیل هیچ کدام از این دو گرایش به شکل گیری و تحقق ماهیت حقیقی انسان نمی انجامد. ملاکهای سلامت روانی در اسلام از این قرارند :

۱- خودآگاه و هشیار زیستن : انسان سالم پیوسته خودآگاه است. در مکاتب گشتالتی و روان کاوی و بسیاری مکاتب دیگر معتقدند انسان بهنجار خودآگاه و هوشیار است و نسبت به تمام حالات درونی و رفتاری خودآگاه است.

۲- شناخت واقعیت و پذیرش آن : انسان سالم با جهان درون و جهان برون خود ارتباطی مبتنی بر واقعیت و پذیرش آن دارد. پیامبر اکرم (ص) می فرماید : خدایا اشیاء را آن گونه که هستند به ما بنمایان. انسانهای سالم مصداق این آیه اند : انسان سالم جهان را با عقل خویش می شناسد نه با هوای نفس خود.

۳- در حال زیستن : انسان هوشیار سالم اوقات خود را در حال می گذراند. او در همه حال در حال زندگی می کند. انسانهای ناسالم در حال نفس می کشند ولی یا در گذشته زندگی می کنند یا در آینده که این موضوع در کلیه مکاتب روان درمانی مورد تاکید است. در قرآن آمده است یا ایها الذین آمنوا، آمنوا : یعنی اینکه پیوسته در حال باشید و به گذشته و ایمانی که در گذشته داشته اید اکتفا نکنید.

۴- پویا و متکامل زیستن : انسان سالم در نظر اسلام انسانی پویاست. انسانی که امروزش با دیروزش مساوی است انسانی مغبون است.

۵- در جمع زیستن : انسان سالمی که واقعیت ها را می شناسد در جمع زندگی می کند. او فرد است و فردیت او مسؤل و متعهد است لذا جمع نه مسؤلیت را از وی ساقط می کند و نه تعهد او را زایل می کند ولی با این حال

او در جمع زندگی می کند . پیامبر اکرم (ص) می فرمایند : تجمع رحمت است و تنهایی عذاب و نیز می فرماید : دست خدا بر جماعت است .

۶- با خدا زیستن و تواب بودن : انسان هوشیار و آگاه و پویا به طرف عالی ترین کمال هستی و عالی ترین حقیقت وجود یعنی حق و در واقع خداوند در حرکت است . او هر گامی را که در جهت تکامل بر می دارد قدمی است که او را به حقیقت نزدیک می سازد . او با ذکر خویش ارتباطی قلبی و عقلی با خدا پیدا می کند . انسان سالم هرگاه که از مسیر حق منحرف می شود بلافاصله بازگشت کرده (توبه می نماید) و متکی به عالی ترین مرتبه هستی می شود .



نتیجه گیری :

به عقیده ما مسلمین قرآن سخن و وحی خداوند یکتاست. سخنی است که شنیدنش لرزه بر اندام می آورد. درون آدمی را نرم کرده و ذهن را متوجه ذکر خدا می کند. سخن خداوندی است که صاحب ملکوت آسمانها و زمین است و آگاه و دانا به ریز و درشت خلقت است. این است که ما قرآن را روشنگر و راهنما می دانیم و عقیده داریم که معجزه پیامبر است.

در ادیان الهی به ویژه اسلام به موضوع آگاهی و شناخت از خود اهمیت زیادی داده شده است. یکی از راههای پیشگیری از گناه و یا انجام توبه، خود مشاهده گری یا شناخت خود است. قرآن در این زمینه مؤمنان را به رجوع به خودشان تشویق می کند: « ای مؤمنان شما را باد به رعایت نفس خودتان. (آیه ۱۰۵ سوره مائده). در دین اسلام فراموشی خود در طول فراموشی خدا قرار گرفته است « و مانند کسانی نباشید که خدا را فراموش کردند و خدا به خاطر آن فراموشی، نفس شان (خودشان) را از یادشان برد، ایشان همانا فاسقانند » (آیه ۱۹ سوره حشر). در تفسیر آیه ۱۰۵ سوره مائده علامه طباطبایی سخنان بسیار فراوانی دارد، ایشان با تمسک به روایات متعدد در این زمینه اشاره دارند که یکی از بهترین و مطمئن ترین راه شناخت خدا، شناخت خود است: « خودشناس ترین شما، خداشناس ترین شماست. کسی که خود را شناخت، خدا را شناخت » (حضرت علی علیه السلام).

با توجه به موارد فوق دستیابی به خود آگاهی و خود شناسی کلیدی طلایی در رسیدن به معرفت حقیقی است و مسائلی که در این زمینه ما را به شناخت می رسانند ارزشمند هستند.

منابع :

** قرآن کریم

** نهج البلاغه

- احمدی ، علی اصغر (۱۳۷۱) ، روانشناسی شخصیت از دیدگاه اسلامی ، چاپ دوم ، انتشارات امیرکبیر .

- بابا زاده ، علی اکبر (۱۳۷۰) ، مسائل ازدواج و حقوق خانواده ، (مقدمه جعفر سبحانی) تهران انتشارات بدر .

- طباطبایی، علامه محمدحسین (۱۳۶۲) . تفسیر المیزان ، انتشارات امیرکبیر .

- نجاتی ، محمد عثمان (۱۳۶۷) ، قرآن و روانشناسی ، ترجمه دکترعباسی عرب ، انتشارات آستان قدس رضوی .

- یونسی، سیدجلال (۱۳۸۷)، درمان ناهنجاریهای روانی در کودکان ، نوجوانان و خانواده ها ، چاپ سوم ، انتشارات دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی تهران .

- یونگ ، کارل گوستاو (۱۹۳۷) ، روان شناسی و دین ، ترجمه فواد روحانی ، انتشارات امیرکبیر ، تهران .

