

Bi-quarterly Journal of Quran and Hadith Studies

Vol. 17, No. 2, (Serial. 34), Summer 2024

 10.30497/qhs.2024.245165.3843

## A Comparative Study of the Characteristics of a Perfect Human Being from the Perspective of the Holy Qur'an and Humanistic Psychology

Esmat Abdolahi \*  
Fatemeh khalili \*\*  
Tayebeh Arefnia\*\*\*

Received: 20/08/2023

Accepted: 21/01/2024

### Abstract

In the field of anthropological topics, various issues have been raised, and knowing the perfect human being and examining the characteristics of a desirable human being are among the most important of these issues, because it is rooted in the natural human desire for perfectionism. For this reason, all human religions and schools have tried to define the perfect and desirable human being and to calculate its special characteristics. In this research, we tried to draw the most important characteristics of a perfect human being from the perspective of the Holy Quran and the school of humanistic psychology, using the method of comparative study within religion, and examine the similarities and differences of the opinions presented. The findings of the research show that in the humanistic approach and in the hierarchy of needs, factors such as satisfying the need for security, matching one's experiences with self-concept, self-acceptance, positive self-esteem, freedom from the past and the future cause a sense of peace and security in the life of a complete human being. While in the Quranic approach, being a believer and being in the safe fence of faith in God, relying on him, following religious orders and living according to divine principles lead to self-confidence, liberation from the past and future, and as a result, a sense of security and It calms down.

**Keywords:** *The perfect human, being humanistic, psychology security, peace, faith.*

---

\* Ph.D student in Islamic Department of Quranic and Hadith Sciences, Yadegar-e-Imam Khomeini (RAH) Shahre Rey Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

[phdesmatabdolahi@gmail.com](mailto:phdesmatabdolahi@gmail.com)

\*\* Assistant Professor, Department of Theology and Islamic Knowledge of Quranic and Hadith Sciences, Yadegar-e-Imam Khomeini (RAH) Shahre Rey Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. (Responsible Author)

[Fkhalili57@yahoo.com](mailto:Fkhalili57@yahoo.com)

\*\*\* Assistant Professor, Department of Quranic and Hadith Sciences, Yadgar Imam Khomeini Branch, Shahr Ray, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

[tarefnia@gmail.com](mailto:tarefnia@gmail.com)



http://qhs.isu.ac.ir

دوفصلنامه علمی «مطالعات قرآن و حدیث»، سال ۱۷، شماره ۲، پیاپی ۳۴

بهار و تابستان ۱۴۰۳، صص ۲۷۷-۳۰۲

مقاله علمی - پژوهشی

10.30497/qhs.2024.245165.3843

## مطالعه تطبیقی ویژگی‌های انسان کامل از منظر قرآن کریم و روانشناسی انسان گرا

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۳/۰۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۱۹

مقاله برای اصلاح به مدت ۱۳ روز نزد نویسندگان بوده است.

عصمت عبدالهی\*

فاطمه خلیلی\*\*

طیبه عارف نیا\*\*\*

### چکیده

در زمینه مباحث انسان‌شناسی، موضوعات گوناگونی مطرح شده است که شناخت انسان کامل و بررسی ویژگی‌های یک انسان مطلوب از جمله مهمترین این موضوعات می‌باشد، چراکه ریشه در میل فطری انسان برای کمال‌گرایی دارد. به همین دلیل همه مذاهب و مکاتب بشری تلاش نموده‌اند تا انسان کامل و مطلوب مدنظر خود را تعریف نموده و ویژگی‌های خاص آن را احصاء نمایند. در این پژوهش تلاش گردیده با روش مطالعه تطبیقی درون دینی، به ترسیم مهمترین ویژگی‌های انسان کامل از منظر قرآن کریم و مکتب روانشناسی انسان گرا پرداخته و وجوه تشابه و افتراق نظرات مطرح شده را بررسی نمائیم. یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که در رویکرد انسان‌گرایی و در سلسله مراتب نیازها عواملی همچون ارضاء نیاز امنیت، همخوانی تجربیات فرد با خودپنداره، خودپذیری، عزت نفس مثبت، رهایی از گذشته و آینده سبب احساس آرامش و امنیت در زندگی انسان کامل می‌گردد، در حالی که در رویکرد قرآنی، مؤمن بودن و قرار گرفتن در حصار امن ایمان به خدا، توکل بر او، پیروی از دستورات دینی و زندگی بر طبق اصول الهی سبب داشتن اعتماد به نفس، رهایی از گذشته و آینده و در نتیجه آن احساس امنیت و آرامش می‌گردد.

### واژگان کلیدی

انسان کامل، روانشناسی انسان گرا، امنیت، آرامش، ایمان.

\* دانشجوی دکتری علوم قرآن و حدیث، گروه الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد یادگار امام خمینی (ره) شهر ری، تهران، ایران.  
[phdesmatabdolahi@gmail.com](mailto:phdesmatabdolahi@gmail.com)

\*\* استادیار گروه الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد یادگار امام خمینی (ره) شهر ری، تهران، ایران.  
[Fkhalili57@yahoo.com](mailto:Fkhalili57@yahoo.com) (نویسنده مسئول)

\*\*\* استادیار گروه الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد یادگار امام خمینی (ره) شهر ری، تهران، ایران.  
[tafarnia@gmail.com](mailto:tafarnia@gmail.com) مقاله مستخرج از رساله دکتری است.

### طرح مسئله

خداوند متعال انسان را با استعدادترین و توانمندترین آفریده، به منظور ظهور و بروز صفات الهی و تجلی در اسماء الحسنی خویش قرار داده است. هرچند که تمام موجودات و مخلوقات هستی کمال مخصوص به خود و نهایی هدفمند را دارا هستند، اما یکی از برتری‌های انسان بر دیگر مخلوقات این است که اشرف و اعظم آفریده‌ها و صاحب تمام کمالات موجودات هستی است. به عبارتی دیگر، هرچه کمال و ارتقاء برای اجزاء و پدیده‌ها در عالم هستی وجود دارد، همه در خدمت انسان و برای رسیدن او به کمال مطلق در نظر گرفته شده است چنانکه خداوند متعال می‌فرماید: «هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ مَّا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا» (بقره: ۲۹)؛ او خدایی است که همه آنچه را (از نعمت‌ها) که در زمین وجود دارد، برای شما آفریده است.

خدا، انسان و جهان، سه محور اساسی اندیشه بشری است که در طول تاریخ و در همه جوامع پرسش‌های مهم، اندیشه سوز و اندیشه ساز درباره آنها طرح شده و همه تلاش فکری انسان متوجه این سه کانون و یافتن پاسخ‌های درست و مناسب برای پرسش‌های مربوط به آنهاست. در این میان، شناخت انسان اهمیت ویژه‌ای دارد و دانشمندان فراوانی را در رشته‌های علمی مختلف به خود مشغول ساخته است.

انسان‌گرایی<sup>۱</sup> یکی از مکاتب مهم در روان‌شناسی است، که به عنوان جنبشی در مقابل دو مکتب غالب زمانه خودش، یعنی رفتارگرایی<sup>۲</sup> و روان‌کاوی<sup>۳</sup>، به عنوان نیروی سوم در اوایل قرن بیستم میلادی مطرح گردید. این مکتب با دیدی نو و روشی جدید، هدف خود را دست یافتن به شخصیتی سالم با تکیه بر توانایی‌های نهفته درون انسان بیان کرد (نیک صفت، ۱۳۸۵، ص ۲۵). آبراهام مزلو<sup>۴</sup> بنیان‌گذار و رهبر معنوی جنبش روان‌شناسی انسان‌گرا در نظر گرفته می‌شود. دیدگاه شخصیت مزلو، دیدگاهی انسان‌گرا و خوشبینانه است. تمرکز او به جای بیماری بر سلامتی روانی است، بر رشد است نه بر رکود، بر قوت و استعدادهای انسان است، نه بر ضعفها و محدودیت‌ها. او احساس اطمینان و حتی اعتماد زیادی به توانایی‌ها در شکل‌دهی زندگی و جامعه مان داشت (شولتز، ۱۹۹۸، ص ۳۶).

<sup>۱</sup>Humanism

<sup>۲</sup>Behaviorism

<sup>۳</sup>Psychoanalysis

<sup>۴</sup>Maslow Abraham

علاوه بر دیدگاه‌های خوشبینانه و رشدنگر روانشناسی انسان‌گرا پیرامون ویژگی‌های انسان، در ادیان الهی و کتابهای آسمانی با عناوین مختلف، در مورد ویژگی‌های انسان کامل مباحث و دیدگاه‌های جامعی مطرح شده است و با دیدی مثبت و سازنده به انسان نگریسته شده و از سوی دیگر با توجه به اینکه ما در جامعه‌ای زندگی می‌کنیم که به کتاب آسمانی قرآن به عنوان آخرین و کامل‌ترین کتاب وحی معتقدیم و بر این باوریم که کامل‌ترین شناخت از انسان را آفریننده انسان، که خدای متعال است می‌تواند در اختیار ما انسان‌ها قرار دهد، لذا برآنیم تا با بررسی آیات قرآن کریم به احصای ویژگی‌های انسان کامل بپردازیم و آن را با ویژگی‌های انسان کامل در روانشناسی انسان‌گرا مقایسه نماییم، تا بتوانیم قدم‌های شایسته و بایسته‌ای در راستای بومی‌سازی دیدگاه‌های روان‌شناسی برداریم.

### پیشینه تحقیق

ایده تکامل انسان، از دیرباز همواره مورد علاقه جوامع انسانی بوده است. انسان همزمان با تلاش جهت فهم و شناخت خویشتن، همواره در پی پاسخ به سؤالات مختلفی از این قبیل بوده است که انسان چگونه عمل می‌کند؟ چه انگیزه‌هایی وی را وادار به حرکت می‌کند؟ و چه اهدافی را در سر پرورانده و دنبال می‌کند؟ از میان این سؤالات، جالبترین و جذابترین سؤال این است که کاملترین انسان کیست؟ به همان نسبت که انسان، همواره رؤیای کمال دنیای خویش را در سر داشته، رؤیای کمال خویشتن را نیز می‌پرورانده است، تا به بالاترین درجه رشد و کمال انسانی دست یابد.

رسیدن به کمال، مستلزم الگو و روش خاصی است. انسان، از قدیم الایام برای پیدا کردن الگو و روشی که با آن بتواند زندگی کرده، با دیگران و پدیده‌های عالم روابط متقابلی داشته باشد و از طریق آن به رشد و کمال دست یابد، به مذهب روی آورده است. با این وجود، جوامع مدرن نسبت به مذهب دیدی تحقیرآمیز داشته و برای پاسخ به این سؤالات و کسب اطلاعات، به آنچه که علوم انسانی نامیده می‌شود، روی آورده‌اند. این نوع نگرش به مذهب، در پیکره دانش بشری شکاف ایجاد نموده است.

در این زمینه آثار بسیاری نگاشته شده است که هر کدام تلاش دارند به نوعی انسان کامل و مطلوب مدنظر خود را معرفی نمایند مانند: «شخصیت مطلوب» از گوردون آلپورت (۱۹۶۷م)،

«انسان بالغ یا پخته» از کارل راجرز (۱۹۷۴م)، «چیستی انسان و کیستی آن، چرا و چگونه» از اریک فروم (۱۹۸۰م)، «راهی برای شناخت انسان معاصر» از کارل گوستاو یونگ (۱۹۶۱م). هدف این مقاله آن است که حوزه مشترکی راجع به کمال انسان از منظر قرآن کریم و روانشناسی انسان گرا به وجود آورد. از دیدگاه روانشناسی نظریات انسان‌گرایانه ابراهام مزلو در مورد «خود شکوفایی» مورد بررسی قرار خواهد گرفت. در این ارزیابی، نظرات مشترک، مشخص شده و سوء تعبیرها رفع خواهد گردید. همچنین نظرات مخالف این دو مکتب که جای بحث و گفتگو دارند، مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

### ۱. انسان مطلوب از دیدگاه روانشناسان

روانشناسی کمال به جنبه سالم طبیعت آدمی می‌پردازد، نه به جنبه ناسالم آن (بیماری روانی). هدف آن نیز درمان مبتلایان نیست، بلکه بیداری و رهایی استعدادهای عظیم انسان برای از قوه به فعل رساندن و تحقق بخشیدن تواناییهای خویش و یافتن معنای ژرفتری از زندگی است. روانشناسان کمال در عین آنکه تاثیر محرک‌های بیرونی، غریزه‌ها و کشمکش‌های دوران کودکی را بر شخصیت انسان نفی نمی‌کنند، آدمیان را دستخوش دگرگونی ناپذیر این نیروها نمی‌دانند. آدمی می‌تواند و می‌باید در برابر گذشته، طبیعت زیست‌شناختی و اوضاع و احوال محیط خویش، پیاخیزد. تصویری که روانشناسان کمال از طبیعت انسان به دست می‌دهند، خوش‌بینانه و امیدبخش است. آنها به قابلیت گسترش و شکوفایی کمال خود و تبدیل شدن به آنچه در توان آدمی است اعتقاد دارند. نظریات مختلف روانشناسان بزرگ نشان می‌دهد با وجود نقاط اشتراک فراوان، هر کدام تصویر جداگانه‌ای از انسان مطلوب ارائه کرده‌اند.

انسان از جهات مختلف یکی از مهم‌ترین محورهای بحث همه مکتب‌ها و جهان‌بینی‌ها است. در این میان تبیین سعادت و کمال انسان در راه رسیدن به آن، از حساسیت و اهمیت بیشتری برخوردار است. یکی از اصول و مبانی هر جهان‌بینی و یکی از محورهای اساسی معرفت و اندیشه بشری، «انسان» و مباحث مربوط به او است که همواره توجه و اهتمام اندیشه‌وران و متفکران را به خود جلب کرده است و در بخش‌ها و به شیوه‌های گوناگون، شناخت انسان و خصوصیات و توانمندی‌های او را مطرح کرده‌اند، در حالی که مکاتب جدید به‌رغم اختلافاتی که دارند، انسان محوری (به جای خدا محوری) و اومانیزم را محور و اساس همه‌چیز و تنها



راه تأمین سعادت و کمال بشر و رهایی از ظلمت و محدودیت و حقارت معرفی می‌کنند (حسن زاده آملی، ۱۳۶۶، ص ۶۶).

به طور کلی و بر اساس آنچه در مکاتب روانشناسی مورد بحث قرار گرفته، انسان کامل دارای ویژگی‌های زیر است:

۱. انسان کامل علاوه بر تکیه بر معینیت، به عالم غیب و مصادیق آن نیز اعتقاد دارد.
۲. انسان کامل به خاطر بهره‌مندی از یک پشتوانه قوی اعتقادی و عقلی در زندگی خود احساس امنیت دارد.
۳. انسان کامل در برابر تأخیر در نیازهایش چه آنها که از کنترلش خارج است و چه آنها که اختیاری و در جهت اطاعت از پروردگار و ریاضت شرعی است، صبر می‌کند و هیچانات خود را کنترل می‌کند.
۴. انسان کامل معتقد است زندگی او محدود به همین دنیا نیست و بعد از مرگ در جهانی دیگر پروردگارش را ملاقات می‌کند و به زندگی خود ادامه می‌دهد.
۵. انسان کامل از یک هماهنگی وجودی بین اعتقاد، فکر و کلامش با عملش برخوردار است.
۶. انسان کامل در زندگیش دارای یک هدف اصلی است که تمام اهداف فرعی و اعمالش در راستای آن هدف است.
۷. از تمام امکانات مادی و معنوی خود، بدون چشم داشت در راه آرمانش و کمک به مردم هزینه می‌کند.
۸. انسان کامل در راه رسیدن به اهداف و حل مشکلاتش، انسانی فعال، خلاق و انعطاف پذیر است.
۹. انسان کامل از آزادیش در انتخاب آگاه است، لذا از این فرصت استفاده می‌کند و انتخاب صحیح و آگاهانه‌ای انجام می‌دهد.
۱۰. انسان کامل توانایی درک، پذیرش و هماهنگی با حقیقت را دارد. او اهل تفکر و تعقل است.
۱۱. انسان کامل دارای روحیه قدردانی است. او در برابر خداوند به خاطر نعمتهایش شاکر است و از بندگان او نیز به خاطر یاریشان تشکر می‌کند.

۱۲. انسان کامل اگر مرتکب خطا شود، پشیمان می‌گردد، بازگشت می‌نماید، خطایش را ترک می‌کند و آن را جبران می‌نماید.
۱۳. انسان کامل نسبت به خداوند و بندگان صالحش محبت دارد و از دستورات الهی پیروی می‌کند.
۱۴. انسان کامل در زندگی خود هدف دارد، لذا خود را درگیر کارهای بیهوده و بی‌هدف نمی‌نماید.
۱۵. انسان کامل خود را از بند آنچه که او را از رسیدن به حقیقتش باز می‌دارد، می‌رهاند.

## ۲. انسان مطلوب از دیدگاه اسلام

در فرهنگ دینی، انسان، مخلوق خدا است و از این جهت، به دیگر پدیده‌های عالم می‌ماند؛ اما هرگز در رتبه و جایگاه آن‌ها قرار ندارد. انسان، خلیفه خدا، هدف و غایت آفرینش پدیده‌های دیگر، بلکه حاکم بر آن‌ها، اشرف مخلوقات و یگانه موجودی است که روح خدا در او دمیده شد و صبغه الهی دارد؛ و محوریت انسان نه تنها مستلزم نفی خدا نیست؛ بلکه انسان جز با خدا ظرفیتش تکمیل، و دل او پُر، و اشباع نمی‌شود؛ زیرا موجود نامحدود جز با نامحدود و مطلق آرام نمی‌گیرد. در آموزه‌های ادیان الهی و به‌ویژه اسلام، انسان، جز با خدا محوری و پیوند با مبدأ آفرینش به حیات حقیقی و انسانی و جایگاه برجسته و ممتاز خویش دست نمی‌یابد. آفرینش و طبیعت انسانی به‌گونه‌ای است که جز در پرتو هدایت الاهی، استعدادها و توانمندی‌هایش شکوفا نمی‌شود و انسان منهای خدا، حتی در معیشت و زندگی دنیایی کامیاب و در آرامش است: «مَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى» (طه: ۱۲۴).

اصطلاح «شخصیت»، همان رویکرد روانشناختی است که می‌تواند به گستره وسیع اوصاف انسان مطلوب در آینه اسلام، یکپارچگی بخشند. شخصیت، مجموعه ثابتی از خصلتها و گرایشهایی است که آن دسته از وجوه اشتراک و تفاوت‌های رفتار روانشناختی افراد (افکار، احساسات و اعمال) را تعیین می‌کند که استمرار زمانی دارند و از طرفی ممکن نیست به سادگی آنها را به عنوان نتیجه اختصاصی فشارهای اجتماعی و زیست‌شناختی موقتی فهم کنیم. در این تعریف دو اصطلاح «گرایشها» و «خصلتها»، نیاز به توضیح بیشتری دارند (جوادی آملی، ۱۳۹۱ش، ج ۳، ص ۸۳).

گرایشها، فرآیندهایی است که جهتگیری در افکار، احساسات و اعمال را معین می‌کنند. خصلتها، نیز ساختارهای ثابت شخصیت که نه برای حرکت به سوی اهداف یا تحقق کارکردها، بلکه برای تعیین واقعیت و محتوای اهداف یا مقتضیات به کار می‌روند و یا برای تبیین افکار، احساسات و اعمالی که تکرار می‌شوند کاربرد دارند (مطهری، ۱۳۸۲ش، ص ۷۱).

باید گفت که «ایمان» آن گرایش هسته‌ای و جهت کلی زندگی مؤمن است که شخصیت او را تعریف می‌کند، چنانکه در احادیث اهل بیت (علیهم السلام) آمده است: «الْإِيمَانُ قَوْلٌ مُقُولٌ وَ عَمَلٌ مَعْمُولٌ وَ عِرْفَانُ الْعُقُولِ» (حرانی، ۱۴۱۸ق، ج ۱، ص ۲۲۳) و یا: «الْإِيمَانُ مَعْرِفَةٌ بِالْقَلْبِ وَ إِفْرَازٌ بِاللِّسَانِ وَ عَمَلٌ بِالْأَرْكَانِ» (سید رضی، ۱۴۱۲ق، حکمت ۲۲۷).

ایمان فرآیندی است که جهت گیری آن در افکار، احساسات و اعمال آشکار می‌شود. متعلق ایمان هم در قرآن کریم، در آیات متعددی بیان شده است که عبارتند از: «خداوند متعال، روز بازپسین، فرشتگان یا ماموران تدبیر عالم، انبیا یا پیام آوران وحی و کتب الهی» (ر.ک: مصباح یزدی، ۱۳۶۸ش، ص ۸۷). با ایمان به عالم غیب و باور آن، ابعاد شناختی، عاطفی، اخلاقی و اجتماعی و در حقیقت، جهانی بینی فرد تغییر می‌کند و صرفاً در محدوده محاسبات کمی، مادی، عمل‌گرایانه یا سودطلبانه و به طور کلی دنیوی نمی‌گنجد. این جهت گیری نه تنها انگیزه‌ای برای شکوفایی استعدادهای درونی او می‌گردد، بلکه موجب گسترش وجودی و اعتلای او در امتداد کمال مطلق و حقیقت هستی خواهد بود (سجادی، ۱۳۷۳ش، ص ۳۴).

### ۳. آشنایی با علم روانشناسی انسان گرا

اندیشمندان در گذر تاریخ برداشت‌های مختلفی درباره انسان، رفتارها و چگونگی عملکرد او داشته‌اند. فلاسفه، علمای اخلاق، ادیان و مذاهب و فلسفه‌های سیاسی و اجتماعی نیز بر اساس دیدگاه‌های خود در ارتباط با انسان نظریه پردازی نموده‌اند اما به طور مشخص در دهه ۱۹۶۰ میلادی و پس از آن با کارهای راجرز و آبراهام مازلو روانشناسی انسان گرا رسمیت یافت (شجاعی، ۱۳۹۸ش، ص ۷۵).

در قرن نوزدهم در اروپا دو مکتب اصالت وجود و پدیدارشناسی با عقاید انسان‌گرایانه ظهور کردند. این دو تفکر، تحرکاتی را در دیگر زمینه‌ها و از آن جمله در زمینه روانشناسی برانگیخت. تلاش و کوشش پدیدارشناسان و وجودگرایان به ظهور پدیده‌های انسان‌گرایی در آمریکا و ایجاد نیروی سوم در برابر مکاتب پر نفوذ رفتارگرایی و روانکاوی منتهی شد. فصل



الخطاب همه این دیدگاه‌ها، پرداختن به انسان به منزله یک فرد است. فردی با مشکلات و مسائل شخصی و منحصر به فرد انسانی که تجارب و عملکرد او به صورت یک کل تایید می‌شود و باید محور اساسی مباحث روانشناسی را تشکیل دهد (کبیر، ۱۳۸۳ش، ص ۲۶).

روانشناسان انسان گرا با دیدی نو به ماهیت انسان می‌نگرند. انسانی که آنها می‌بینند با آنچه رفتارگرایی و روانکاوی یعنی اشکال سنتی روان‌شناسی ترسیم می‌کنند، متفاوت است. روانکاوی و رفتارگرایی از استعداد بالقوه آدمی برای کمال و آرزوی او برای بهتر شدن از آنچه هست، بحث نکرده‌اند (گوتک، ۱۳۸۶ش، ص ۱۹). در واقع این نگرش‌ها تصویر بدبینانه‌ای از طبیعت انسان به دست می‌دهند. رفتارگرایان، آدمی را پاسخگوی فعل پذیر محرک‌های برونی، و روانکاوان او را دستخوش نیروهای زیست‌شناختی و کشمکش‌های دوره کودکی می‌پندارند. اما آدمی از نظر روانشناسان کمال، بسی بیش از اینهاست (نقیب زاده، ۱۳۷۵ش، ص ۸۴).

روانشناسان کمال در عین آنکه تاثیر محرک‌های برونی، غریزه‌ها و کشمکش‌های درونی را بر شخصیت نفی نمی‌کنند، آدمیان را نیز دستخوش دگرگونی ناپذیر این نیروها نمی‌دانند. آنها معتقدند که ما باید رشد و پرورش یابیم و از حد نیروهایی که بالقوه بازدارنده هستند بگذریم (شولتز، ۱۳۸۲، صص ۷-۶).

#### ۴. مطالعه تطبیقی ویژگی‌های انسان کامل از منظر قرآن کریم و روانشناسی انسان گرا

در ادامه مقاله با توجه به تعاریفی که از انسان کامل و مطلوب از منظر روانشناسان غربی و عالمان مسلمان مطرح شد، تلاش می‌شود تا به صورت موردی و عینی، چند مورد از مهمترین ویژگی‌های انسان کامل را از منظر قرآن کریم و مکتب روانشناسی انسان گرا مورد مطالعه و بررسی قرار دهیم و وجوه تشابه و تفاوت آنچه در این دو منبع پیرامون این موارد بیان شده است را نقد و بررسی نماییم. به جهت پرهیز از اطناب و رعایت محدودیت حجم مقاله در این پژوهش فقط چهار مورد اساسی از ویژگی‌های مشترک انسان کامل از منظر روانشناسان و عالمان مسلمان مورد بررسی قرار گرفته است.

#### ۴-۱. احساس امنیت و آرامش

احساس امنیت و آرامش در زندگی یکی دیگر از موضوعاتی است که انسان معاصر غرق در تکنولوژی و در پی آسایش از آن محروم گشته است. تلاش برای رسیدن به آسایش نه تنها آرامش روانی انسان را از او گرفته، بلکه بسیاری از بیماریها جسمی را برای او به ارمغان آورده



است (فرانکل، ۱۳۷۵، ص ۵۲). بر این اساس براندن معتقد است عزت نفس تجربه‌ای صمیمانه است که در عمق وجود اشخاص وجود دارد، آن چیزی است که در عمق وجود در مورد خود می‌اندیشیم و احساس می‌کنیم، بنابراین کسی که عزت نفس دارد از احساس اضطراب و ناامنی رهاست (براندن، ۱۳۸۷، ص ۸۴).

مزلو سلسله مراتبی از پنج نیاز فطری را معرفی کرد که رفتار انسان را برانگیخته و هدایت می‌کنند. این نیازها به ترتیب عبارتند از: ۱. نیازهای فیزیولوژیکی، ۲. نیازهای ایمنی، ۳. نیازهای تعلق پذیری و عشق، ۴. نیازهای احترام، و ۵. نیاز خود شکوفایی. مزلو اعتقاد داشت که در بین این سلسله مراتب نیاز به ایمنی و امنیت، برای نوباوگان و بزرگسالان روان رنجور از همه مهمتر است. انسان کامل از نظر وی از اضطراب رهاست و در زندگی خود احساس امنیت دارد (شولتز، ۱۳۷۸، ص ۵۲). به اعتقاد راجرز سطح سلامت روانی انسان و رهایی او از اضطراب به همخوانی بین خودپنداره و تجربیات او بستگی دارد. به اعتقاد وی انسان کامل کسی است که بدون احساس ترس و تهدید نسبت به تمام تجربیات گشوده است و آگاهی نشان می‌دهد (کارو چالز و شی پر، ۱۳۷۵، ص ۸۱).

درمانگران وجودی همچون فرانکل که رویکرد خود به درمان را از سوابق نیرومند در روان شناسی انسان‌گرا و وجودی به دست آورده‌اند، اضطراب بهنجار را از اضطراب روان رنجور متمایز می‌کنند. به اعتقاد آنها اضطراب بهنجار که همان اضطراب وجودی است، پاسخ مناسب به رویدادی است که فرد با آن روبرو می‌شود در حالی که اضطراب روان رنجور با موقعیت تناسبی ندارد و معمولاً خارج از آگاهی فرد است و فرد را بی‌تحرك می‌کند؛ بنابراین انسان کامل با اضطراب بالقوه سازنده، در زندگی خود به گونه سازنده برخورد می‌نماید و از آن به عنوان منبع رشد استفاده می‌کند (دایر، ۱۳۷۹، ص ۶۴).

به اعتقاد آلپورت امنیت عاطفی و هیجانی که ناشی از خودپذیری در فرد است، از ویژگی‌های انسان کامل می‌باشد. انسان کامل از احساس ترس و ناامنی رها نیست ولی کمتر حس می‌کند که در معرض تهدید است؛ ناکامی‌هایی که ممکن است افراد روان نژند را از پای در آورد آنها را از پای در نمی‌آورد و آنها با این ناکامی‌ها مدارا می‌کنند و معتقدند که باید با این تهدیدها دست و پنجه نرم کنند. بنابراین از نظر وی انسان کامل از نظر روانی احساس امنیت می‌کند (شولتز، ۱۳۷۸، ص ۲۳).

در مجموع از نظر انسان گرایان، انسان کامل کسی است که در زندگی خود از احساس ترس و تهدید رهاست و نگرانی نسبت به آینده و اندوهی از گذشته ندارد. البته آپورت معتقد است آنها از احساس ترس و تهدید رها نیستند ولی آن را کمتر به عنوان تهدید حساب می‌کنند؛ از طرف دیگر فرانکل اضطراب را به دو گروه بهنجار (وجودی) و روان رنجور (روانی) تقسیم می‌کند که اگر با آن سازنده برخورد شود، خود منبع رشد انسان می‌گردد.

اگرچه رسیدن به آرامش هدف غایی همه تلاش‌های جامعه بشری است، اما بشر برای تحقق این میل فردی، گاهی به بیراهه می‌رود و سر از بحران روحی در می‌آورد. نمونه بارز این بیراهه روی‌ها و بحران‌ها، گرایش به عرفانهای کاذب و یا مصرف مواد مخدر و انواع محرکهای روانی می‌باشد (ویس کرمی و مؤدب، ۱۳۸۹، صص ۳۳-۳۵).

بر این اساس قرآن کریم در آیات گوناگونی راهکارهایی جهت ایجاد امنیت و احساس آرامش و رهایی مؤمنان از اندوه و ترس را مطرح می‌کند. برای مثال در آیه ۶۲ سوره یونس می‌فرماید: «أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ»؛ آگاه باشید، اولیا و دوستان خدا نه ترسی دارند و نه غمگین می‌شوند. همچنین در آیه ۲۸ رعد درباره آرامش می‌فرماید: «الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» یاد خدا مایه آرامش دلهاست. براساس این آیه انسان‌های مومن به خاطر ایمان به خدا و در نظر گرفتن او از عوامل مادی که سبب نگرانی روحی در سایر انسانها می‌شود، رها هستند. البته این به معنای عدم وجود نگرانی‌هایی همچون احساس مسئولیت در آنها نیست. در حالی که آیه ۲ سوره انفال درباره مومنان می‌فرماید: «إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ»؛ مومنان کسانی هستند که وقتی نام خدا برده می‌شود قلبشان ترسان می‌گردد که این ترس در آنها ناشی از احساس مسئولیت در برابر خداست.

مفسران قرآن کریم در این رابطه معتقدند «مومنان و دوستان خدا در زندگی خود آنچنان بر خدا توکل کرده و به او توجه دارند که اموری که ممکن است سایر انسانها را دچار غم و اندوه و ترس و اضطراب کند به سراغ آنها نمی‌آید» (مکارم شیرازی، ۱۳۸۱، ج ۸، ص ۲۸).

خداوند متعال در آیات متعددی از قرآن کریم به موضوع امنیت و راهکارهای ایجاد و عوامل محل آن اشاره نموده است (برای نمونه ر.ک: بقره: ۱۲۶، نساء: ۹۱، مائده: ۲، یوسف: ۹۹، ابراهیم: ۳۵، نحل: ۱۱۲، نور: ۵۵، شعراء: ۱۴۲ و ۱۴۶، قصص: ۵۷، تین: ۳، قریش: ۴). اگر به برخی از عللی که در قرآن به عنوان عوامل سلب آرامش توجه شود به خوبی روشن می‌شود که چگونه

قرآن کریم ارتباط تنگاتنگی میان امنیت و عوامل روانشناسی انسان برقرار کرده است. به عنوان نمونه اگر انسان در جامعه ای زندگی کند که هر لحظه احتمال ربایش یا سرقت و قتل وی وجود داشته باشد و نتواند در خانه و خیابان و یا حتی جنگل و بیابان در آرامش زیست کند، نمی توان امید به وجود اجتماعی آرام و امن داشت (کاشانی، ۱۴۲۳ق، ص ۱۰۵). لذا اینکه قرآن کریم می فرماید: «وَ اذْكُرُواْ اِذْ اَنْتُمْ قَلِيْلٌ مُّسْتَضْعَفُوْنَ فِى الْاَرْضِ تَخَافُوْنَ اَنْ يَّتَّخِطَّكُمْ النَّاسُ فَاَ وَاكُمْ وَاَيُّدِكُمْ بِنَصْرِهِ» (انفال: ۲۶) یا «وَ قَالُواْ اِنْ تَتَّبِعِ الْهُدٰى مَعَكَ تَتَّخِطُّفْ مِنْ اَرْضِنَا اَوْ لَمْ تُمَكِّنْ لَّهُمْ حَرْمًا اَمِنًا» (قصص: ۵۷) و «اَوْ لَمْ يَرَوْا اَنَّا جَعَلْنَا حَرْمًا اَمِنًا وَيُتَخَطَّفُ النَّاسُ مِنْ حَوْلِهِمْ» (عنکبوت: ۶۷) همگی به ایجاد امنیت جهت برقراری روابط سالم انسانی اشاره دارد.

از نظر قرآن امنیت از نعمت های بزرگ خداوند به هر جامعه ای است و جامعه ای که از چنین نعمتی برخوردار است، باید همواره شکرگزار خداوند باشد که از چنین خیر بزرگی برخوردار گشته: «وَ ضَرَبَ اللّٰهُ مَثَلًا قَدِيَةً كَانَتْ اَمِنَةً مُّطْمَئِنَّةً يَّاتِيهَا رِزْقُهَا رَغَدًا مِّنْ كُلِّ مَكَانٍ فَكَفَرَتْ بِاَنْعَمِ اللّٰهِ فَاذَاقَهَا اللّٰهُ لِبَاسَ الْجُوعِ وَالْخَوْفِ بِمَا كَانُوْا يَصْنَعُوْنَ» (نحل: ۱۱۲).

اهمیت و ارزش امنیت است که حضرت ابراهیم(ع) را وادار می سازد تا برای ایجاد چنین امنیتی در مکه حتی برای غیر اهل ایمان، دعا کند: «وَ اِذْ قَالَ اِبْرٰهِيْمُ رَبِّ اجْعَلْ هٰذَا بَلَدًا اَمِنًا وَاٰزُوقُ اَهْلَهُ مِنَ الثَّمَرٰتِ مَنْ اٰمَنَ مِنْهُمْ بِاللّٰهِ وَاَلْيَوْمِ الْاٰخِرِ» (بقره: ۱۲۶). در همین راستا می توان به مطلوب بودن امنیت در جوامع اشاره کرد که حضرت یوسف(ع) در هنگام پناه دادن خانواده خویش در مصر به آنان یادآور می شود که اگر وارد مصر شوید، ان شاء الله در امنیت قرار خواهید گرفت: «فَلَمَّا دَخَلُوْا عَلٰى يُوْسُفَ اٰوٰى اِلَيْهِ اَبُوْهُ وَقَالَ اَدْخُلُوْا مِصْرَ اِنْ شَاءَ اللّٰهُ اٰمِنِيْنَ» (یوسف: ۹۹).

اصولاً آنچه دغدغه اصلی حضرت یعقوب(ع) و حضرت یوسف(ع) بوده، مشکل امنیت انسانی است که شامل همه انواع و اقسام امنیت بوده که امنیت اجتماعی در درجه نخست اولویت آن قرار دارد (ر.ک: مائده: ۲، قصص: ۵۷ و عنکبوت: ۶۷). از این رو حضرت یوسف(ع) امنیت آل یعقوب(ع) را در مصر تضمین می کند. خداوند متعال نیز در آیات ۹۴ تا ۹۸ سوره کهف امنیت اجتماعی را تبلور رحمت و مظهر مهر الهی دانسته است. بنابراین هر جامعه ای که از امنیت انسانی برخوردار نباشد، از رحمت و مهر الهی دور افتاده و از سلامت نیز برخوردار نیست. باید توجه داشت که هرگونه ناامنی راهها «وَلَا تَقْعُدُوْا بِكُلِّ صِرَاطٍ تُوعِدُوْنَ وَتَصُدُّوْنَ عَنِ سَبِيْلِ اللّٰهِ مَنْ اٰمَنَ بِهٖ وَتَبِعُوْهَا عَوْجًا» و محیط «مَقَامٌ اِبْرٰهِيْمَ وَمَنْ دَخَلَهُ كَانَ اَمِنًا» (آل عمران: ۹۶ و ۹۷؛ بقره: ۱۹۱) می تواند امنیت روانی جامعه را مختل کند که نتیجه ای جز فروپاشی درونی جامعه

و تخریب روان انسانی نخواهد داشت. اهمیت بسیار اساسی امنیت انسانی در جوامع، چنان است که دشمنان، بیشترین هزینه را در این بخش می کنند، زیرا فقدان هرگونه ناامنی می تواند موقعیت های چشم گیری را نصیب آنان کند (طالقانی، ۱۳۶۲ش، ص ۷۸).

#### ۴-۲. اعتقاد به زندگی پس از مرگ

زندگی انسان در دنیا لاجرم با مرگ پایان می پذیرد. اگرچه برای بسیاری از مردم مرگ وحشتناک است - تا حدی که حتی حاضر نیستند در مورد آن فکر کنند و تمام آگاهی خود راجع به آن را واپس می رانند - اما گروه دیگری از مردم شدیداً به زندگی بعد از مرگ معتقدند و با تمسک به این اعتقاد، مفهوم دلخراش مرگ برایشان محو می شود و از این طریق سختی ها را تحمل می نمایند (جرارد، ۱۹۸۰م، ص ۵۹).

آنچه که واقعا در زندگی با مرگ از کف می رود، امکانات و توانایی هاست. لحظه ای که این امکانات و توانایی ها شکوفا شود، به واقعیت پیوسته و جزء گنجینه های پربهای بشری به گذشته جاودان تعلق پیدا می کنند. گذشته ای که در آن هیچ چیز از بین نخواهد رفت و همه چیز پابرجا خواهد ماند. از این رو گذرایی و انتقال زندگی از معنای آن نمی کاهد، بلکه در ما احساس وظیفه و مسئولیت را بیدار می کند (فرانکل، ۱۳۸۳ش، ص ۶۷) بنابراین از نظر فرانکل انسان باید بتواند به جای دفاع از خود در برابر مرگ، یک آگاهی سالمی را از مرگ پرورش دهد و این حالت به آنها در ارزیابی نحوه زندگی خود و ایجاد تغییرات لازم در آن، پذیرش مسئولیت زندگی و استفاده کامل از زمان موجود کمک کند، چیزی که می تواند منجر به علاقه به زندگی و خلاقیت گردد (کری، ۲۰۰۵م، ص ۸۲)

به اعتقاد وی وجود مادی و این جهانی انسان، از سه بُعد جسمی، روانی و روحانی تشکیل شده است و چیزی به نام روح، و رای وجود مادی انسان برای او مطرح نیست. فرانکل، اعتقاد به خدا و حیات پس از مرگ را تنها یکی از اموری می داند که می تواند به زندگی انسان معنا دهد و هیچ امتیازی نسبت به سایر معانی در زندگی برای آن قائل نیست (فرانکل، ۱۳۷۵، ص ۱۲۰). در مجموع در رویکرد انسان گرایی اگرچه به جنبه های غیر فیزیکی وجود انسان توجه شده، ولی رابطه انسان از دو سو قطع است، یعنی انسان نمی داند که از کجا آمده است و سرانجام به کجا خواهد رفت. در نگرش انسان کامل به مرگ و نیستی، انسانی را سالم می دانند که از زندگی



و شرایط کنونی خود به نحو مطلوب استفاده نماید نه اینکه در رابطه با دنیایی فراسوی این دنیا برنامه ریزی و زندگی کند.

این در حالی است که قرآن کریم، انسان‌های مؤمن و سالم واقعی را کسانی معرفی می‌کند که به جهان پس از مرگ اعتقاد کامل و راسخ داشته و مشتاق ملاقات پروردگارشان هستند: «الَّذِينَ يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلَاقُوا رَبِّهِمْ وَأَنَّهُمْ إِلَيْهِ رَاجِعُونَ» (بقره: ۴۶).

قرآن مجید اعتقاد به معاد و روز رستاخیز را از اصول اساسی تعالیم انبیای الهی معرفی می‌کند و بعد از توحید بیشترین تاکید را بر معاد دارد و بیش از ۱۴۰۰ آیه در این باره بیان کرده است. از آیات متعدد قرآن کریم در این رابطه چنین استفاده می‌شود که انسان در مرتبه بعد از مرگ تا قیامت از نوعی حیات برخوردار است. گروهی از نعمت‌های الهی برخوردار هستند و دسته‌ای گرفتار عذاب‌های برزخی.

امروزه انجمن تحقیقات روحی در اروپا و آمریکا به بقاء محفوظات بعد از مرگ اذعان دارند اگرچه در جاودانگی او تردید دارند. به هر تقدیر حالات همه افراد در عالم برزخ یکسان نیست گروهی متنعم؟، گروهی معذب، دسته‌ای در حالت خواب و در این حالت مانند خواب‌های پریشان یا شیرین از عالم برزخ بهره‌مند می‌شوند؛ کسانی که در کفر محض هستند در عذاب‌های برزخی گرفتارند، مؤمنین خالص هم در نعمت‌های آن بهره‌مند هستند و دسته‌های دیگر از بشر به تناسب اعمال و عقاید هم از نعمت‌ها و هم از نعمت‌ها بی‌نصیب نیستند (مطهری، ۱۳۷۲ش، ص ۱۵).

از جمله آیات قرآن کریم که مؤید این مطلب است می‌توان به آیات ذیل اشاره کرد: «وَلَا تَقُولُوا لِمَنْ يُقْتَلُ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْواتٌ بَلْ أَحْيَاءٌ وَ لَكِن لَّا تَشْعُرُونَ» (بقره: ۱۵۴)؛ و به آنها که در راه خدا کشته می‌شوند، مرده نگوئید! بلکه آنان زنده‌اند ولی شما نمی‌فهمید. «وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْواتًا بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ» (آل عمران: ۱۶۹)؛ (ای پیامبر!) هرگز گمان مبر کسانی که در راه خدا کشته شدند، مردگانند! بلکه آنان زنده‌اند، و نزد پروردگارشان روزی داده می‌شوند. با دقت در آیات قرآن به این نتیجه می‌رسیم که بخش عمده‌ای از سخنان پیامبران و بحث و جدال‌های ایشان با مردم اختصاص به موضوع معاد داشته است و حتی می‌توان گفت تلاش آنها برای اثبات این اصل، بیش از تلاشی بوده است که برای اثبات توحید کرده‌اند (مصباح یزدی، ۱۳۸۲ش، ص ۳۴۱) زیرا اکثر مردم برای پذیرفتن این اصل سرسختی بیشتری نشان می‌داده‌اند، که علت این سرسختی مردم را در مقابل اصل معاد در دو عامل می‌توان خلاصه کرد:

یکی عامل مشترک در انکار هر امر غیبی و نامحسوس و دیگری عامل مختص به موضوع معاد یعنی میل به بی بندوباری و عدم مسئولیت در برابر اعتقادات و تکالیف دینی که موجب برخی محدودیت‌ها برای انسان می‌گردد (سبحانی، ۱۳۷۶ش، ص ۱۸۵).

لازم به ذکر است که در قرآن کریم دو نوع استدلال برای معاد وجود دارد که یکی استدلال بر معاد بر اساس توحید است، که قرآن کریم می‌فرماید: «أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ»؛ آیا پنداشتید که شما را بیهوده آفریده ایم و اینکه شما به سوی ما بازگردانیده نمی‌شوید؟ (مؤمنون: ۱۱۵). قرآن می‌گوید، ممکن نیست خدا، خدا باشد ولی معادی نباشد، یعنی اگر معاد نباشد خلقت عبث است و وقتی که خلقت عبث و بیهوده باشد بنابراین خدائی وجود نخواهد داشت، ولی وقتی که ما خوب تدبّر کنیم می‌بینیم که آفریدگاری یگانه و توانا این جهان را خلق کرده و او خدایی است که حکیم است و حکمتش اقتضاء می‌کند که معادی هم باید باشد تا متمم و مکمل خلقت باشد و معاد جزئی از خلقت است که با نبودن آن خلقت ناقص و بیهوده خواهد بود (سبحانی، ۱۳۷۸ش، صص ۱۶۷ و ۱۶۸).

البته در قرآن کریم پیرامون منکران معاد نیز سخن بسیار گفته شده است. به عنوان نمونه در آیه ۳۱ سوره انعام در این باره می‌فرماید: «قَدْ خَسِرَ الَّذِينَ كَذَّبُوا بِلِقَاءِ اللَّهِ حَتَّىٰ إِذَا جَاءَهُمُ السَّاعَةُ بَغْتَةً قَالُوا يَا حَسْرَتَنَا عَلَىٰ مَا فَرَطْنَا فِيهَا وَهُمْ يَحْمِلُونَ أُوَازِرَهُمْ عَلَىٰ ظُهُورِهِمْ إِلَّا سَاءَ مَا يَزُرُونَ»؛ آنها که لقای پروردگار را تکذیب کردند، مسلماً زیان دیدند؛ (و این تکذیب، ادامه می‌یابد) تا هنگامی که ناگهان قیامت به سراغشان بیاید؛ می‌گویند: ای افسوس بر ما که درباره آن، کوتاهی کردیم! و آنها (بار سنگین) گناهانشان را بر دوش می‌کشند؛ چه بد باری بر دوش خواهند داشت.

اعتقاد به معاد و ملاقات با پروردگار در روح انسان و جوامع انسانی بسیار تاثیرگذار است. این اعتقاد باعث می‌شود که انسان خود را از هوا و هوس‌های نفسانی که سبب آسیب به خود و سایر انسانها و همچنین شرمساری او در پیشگاه خداوند می‌شود دور کند (طیب اصفهانی، ۱۳۶۴ش، ص ۴۶).

### ۳-۴. رابطه بخشش و ایمان

بخشش در انسان بدین معناست که او در کنار نیازها و آرزوهای خود بتواند به امیال و آرزوهای دیگران نیز توجه کند و بخشی از سرمایه‌های مادی و معنوی خود را برای کمک به دیگران هزینه کنند. به اعتقاد آلپورت، انگیزه شخصیت سالم آمال و آرزوهای اوست به نظر او، این هدف‌های



تعیین کننده برای شخصیت سالم امری حیاتی است. آنها فعالانه در پی هدف‌ها و امیدها و رویاهای خویشند و رهنمون زندگی‌شان معنا جویی، ایثار و حسن تعهد است، بنابراین بخش اساسی از زندگی انسان کامل در ارتباط با سایر انسانها در قالب ایثار و تعهد مندی می‌باشد (شولتز، ۱۳۷۸، ص ۵۸).

فرا تر رفتن از خود و توجه به سایرین به عنوان بخش مکمل خود پذیری در مورد انسان کامل مطرح است. آلپورت گسترش احساس خود را به عنوان یکی از ویژگیهای شخصیت بالیده و سالم می‌داند. انسان کامل حس خود را به اشخاص و فعالیت‌های فرا تر از خود گسترش می‌دهد. در آغاز خود معطوف به فرد است اما با افزایش تجربه خود وسعت می‌یابد و ارزشهای متعالی و آرمانها را در بر می‌گیرد به عبارت بهتر، توجه فرد به امور بیرون از خود، مانند شغل، برنامه ریزی برای آینده، فعالیت اجتماعی و علایق سیاسی و دینی معطوف می‌شود، در این حالت فرد از زمان خود و امکاناتش در جهت اهداف غیر شخصی استفاده می‌کند که در واقع نوعی بخشش است (شجاعی و حیدری، ۱۳۸۹، ص ۱۶۰).

فرانکل نیز توانایی از خود فرا روندگی را به عنوان یکی از ویژگیهای انسان کامل می‌داند. در راه دستیابی به از خود فرا روندگی، فرد در جهت کامل کردن قابلیت انسانی اش، با خود دست و پنجه نرم می‌کند، و از هر خود محوری روان آزاده اجتناب می‌کند. این امر در سلامت روان شناختی او اهمیت بسیار دارد. دایر نیز در رابطه با تلاش انسانهای مثبت برای سایر انسانها و گذاشتن وقت برای آنها بیان می‌کند که انسانهای مثبت اگر بدانند که در نتیجه تلاششان تغییر مثبتی در جامعه ایجاد می‌شود بسیار تلاش می‌کنند و مبارزان خط مقدم جبهه تغییرات اجتماعی اند. آنها تمام تلاش خود را بکار می‌گیرند تا زندگی برای سایر انسانها دلپذیرتر و قابل تحمل گردد و این کار را دوست دارند (دایر، ۱۳۷۹، ص ۲۵).

در مجموع انسان کامل مکتب انسان گرایی از توجه صرف به خود فرا تر رفته و به سایر انسانها نیز توجه می‌کند او مقداری از زمان خود را صرف کمک به بهبود زندگی سایر انسانها و تغییرات اجتماعی می‌کند که این ناشی از بخشندگی و از خود گذشتگی او می‌باشد.

در قرآن کریم نیز به دفعات رابطه میان بخشش و ایمان مطرح شده است. به عنوان مثال در آیه ۲۰۷ سوره مبارکه بقره می‌فرماید: «وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَشْرِي نَفْسَهُ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ وَاللَّهُ رَؤُوفٌ بِالْعِبَادِ»؛ بعضی از مردم با ایمان و فداکار، همچون علی (ع) در «لیله المیبت» به هنگام خفتن در جایگاه پیغمبر (ص)، جان خود را به خاطر خشنودی خدا می‌فروشند؛ و خداوند نسبت به بندگان



مهربان است. گرچه شان نزول آیه مربوط به ماجرای فداکاری حضرت علی (علیه السلام) و خوابیدن در جایگاه پیامبر اکرم (ص) است، ولی همچون سایر آیات قرآن محتوای کلی و عمومی دارد.

همواره وجود چنین انسانهایی در جوامع بشری که از خود گذشتگی می‌کنند سبب ثبات و پایداری جامعه می‌گردد، و از همه مهمتر اینکه مومنان در برابر از خود گذشتگی و بخشش جان خود تنها رضایت الهی را در نظر دارند و از کسی چشم داشتی ندارند (مکارم شیرازی، ۱۳۸۱، ج ۲، ص ۹۳).

علاوه بر از خود گذشتگی و ایثار، انفاق نیز از مصادیق بخشش است. انفاق به معنای خرج کردن و هزینه کردن می‌باشد که گاهی انسان برای خود و خانواده اش خرج می‌کند. ولی گاهی با نیت الهی و فی سبیل الله است که فرد بخشنده از طرف مقابل انتظار کار دیگری در ازای انفاقش را ندارد (مصباح یزدی، ۱۳۸۸، ص ۶۳).

انفاق انحصار در مسائل مالی نیست بلکه علم، هدایت و آبروی اجتماعی و سرمایه‌های معنوی و مادی دیگر را نیز شامل می‌شود (مکارم شیرازی، ۱۳۸۱، ج ۲۳، ص ۱۴۰). در رابطه با انفاق یک سری مسائل دارای اهمیت است. نحوه انفاق نباید در شخصی که مورد انفاق قرار می‌گیرد ایجاد حقارت کند و سبب شود جایگاه اجتماعی و شخصیتی او آسیب ببیند. آیه ۲۶۴ سوره بقره می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَبْطُلُوا صَدَقَاتِكُمْ بِالْمَنِّ وَالْأَذَى كَالَّذِي يُنْفِقُ مَالَهُ رِئَاءَ النَّاسِ وَلَا يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَمَثَلُهُ كَمَثَلِ صَفْوَانٍ عَلَيْهِ تُرَابٌ فَأَصَابَهُ وَابِلٌ فَتَرَكَهُ صَلْدًا لَا يَقْدِرُونَ عَلَى شَيْءٍ مِّمَّا كَسَبُوا وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْكَافِرِينَ»؛ ای کسانی که ایمان آوریده‌اید صدقه‌های خود را با منت و آزار باطل نکنید مانند کسی که مالش را برای خودنمایی به مردم، انفاق می‌کند و به خدا و روز بازپسین ایمان ندارد.

بنابراین تنها انجام انفاق مهم نیست، بلکه انگیزه و نیت انفاق کننده در انجام آن دارای اهمیت است چنانکه در آیه ۱۹۵ بقره می‌فرماید: «وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ»؛ در راه خدا انفاق کنید و یا در آیه ۲۷۲ سوره بقره می‌فرماید: «لَيْسَ عَلَيْكَ هُدَاهُمْ وَلَكِنَّ اللَّهَ يَهْدِي مَنْ يَشَاءُ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ خَيْرٍ فَلَأَنْتُمْ لَكُمْ وَمَا تُنْفِقُونَ إِلَّا ابْتِغَاءَ وَجْهِ اللَّهِ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ خَيْرٍ يُوَفَّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تُظْلَمُونَ»؛ جز برای طلب خشنودی خدا انفاق کنید. با توجه به آیات بیان شده نیت انفاق کننده باید برای رضای خدا باشد نه آزار و اذیت و خود نمایی و ریاکاری.



نکته دیگر در رابطه با مسأله انفاق بر طبق آیه ۲۲ سوره رعد که می‌فرماید: « وَالَّذِينَ صَبَرُوا ابْتِغَاءَ وَجْهِ رَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَنفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً وَيَدْرُءُونَ بِالْحَسَنَةِ السَّيِّئَةَ أُولَئِكَ لَهُمْ عُقْبَى الدَّارِ »؛ و از آنچه به آنها روزی داده ایم در پنهان و آشکار انفاق می‌کنند. نکته مهم در این آیه، مسئله آشکار و پنهانی بودن این امر است. گاهی اگر انفاق پنهانی صورت گیرد بسیار مؤثرتر است، و این در مواردی است که حفظ حیثیت طرف چنین ایجاب می‌کند و یا نسبت به انفاق کننده که مصون از ریا و نشان دادن عمل به دیگران باشد و گاه اگر آشکارا انجام گیرد اثرش وسیع‌تر و بیشتر خواهد بود، و این در مواردی است که باعث تشویق دیگران به این کار خیر و تأسی و اقتدا به او شود و یک عمل خیر او سبب ده‌ها یا صدها یا هزاران کار خیر مشابه گردد (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۰، ص ۸۴).

نکته دیگر در رابطه با مسأله انفاق رعایت حد تعادل در آن می‌باشد. انسان پسندیده و ستوده قرآنی در تمام امور زندگی از جمله در مسأله انفاق حد تعادل را رعایت می‌کند، در این رابطه آیه ۲۹ سوره اسراء می‌فرماید: «وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا»؛ دستت را به گردنت زنجیر مکن و بسیار هم گشاده دستی نکن تا سلامت شده و حسرت زده بر جای مانی. این عبارت کنایه از این است که نه آنچنان انفاق مکن که به وظیفه انسانیات بی تفاوت باشی و نه آنچنان که چیزی برای زندگی خودت و افراد تحت تکفلت نماند.

بنابراین انسان مومن قرآنی با نیت و انگیزه الهی و بدون هیچ چشم داشت مادی و آزار و اذیت انفاق شونده به دیگران انفاق مادی و معنوی می‌نماید. او گاهی برای حفظ آبروی انفاق شونده و دوری از ریا، انفاق خود را پنهان و گاهی برای ایجاد فرهنگ عمومی در انجام این فعل خوب آشکارا انفاق می‌نماید. البته او در تمام کارهای زندگی از جمله در انفاق حد تعادل را رعایت می‌کند تا هم به وظیفه انسانی و الهی خود در این رابطه عمل نماید و هم خود و خانواده اش را دچار مشکل نکند.

#### ۴-۴. پذیرش مسئولیت خطاها

اگر اعتماد به خود با احترام به حقیقت رابطه داشته باشد، در این صورت اصلاح کردن یک اشتباه، بر وانمود کرد به اشتباه نکردن مقدم می‌شود. فردی که عزت نفس سالم دارد هرگز از قبول اشتباه خود ترس و ابایی ندارد. انکار و رفتار تدافعی نشانه عدم احساس امنیت خاطره

احساس گناه، احساس بی کفایتی و احساس شرم و خجالت است. کسی که عزت نفس ندارد قبول هر اشتباه را به حساب تحقیر شدن می‌گذارد (براندن، ۱۳۸۷، ص ۲۵).

آبراهام مزلو می‌گوید افرادی که در مرحله خود شکوفایی قرار دارند، پذیراتر از افرادی هستند که خود شکوفا نیستند. آنها هم خود و هم دیگران را می‌پذیرند و خود پذیری آنها به هیچ وجه، احساس خود بینانه‌ای از اعتماد به نفس نیست. خود شکوفایان تشخیص می‌دهند که بسیار دور از کمال اند، اما خود را همان گونه که هستند با همه محدودیت‌هایشان می‌پذیرند و سعی در اصلاح اشتباهات خود دارند (مزلو، ۱۳۷۵ش، ص ۱۴۰). او بیان می‌کند که افراد خودشکوفا نیز عیوبی دارند، آنها به هیچ روی از احساس گناه، شرمساری، اندوه، کشمکش‌های درونی و تناقضات، فارغ نیستند و به شدت از خودشان انتقاد می‌کنند تا در مسیر رشد قرار گیرند (مزلو، ۱۹۶۸ش، ص ۱۲۰).

به عقیده آلپورت عمده‌ترین خصوصیت شخصیت سالم پذیرش خود است. شخصیت سالم می‌تواند همه جنبه‌های هستی خود از جمله نقاط ضعف خود را بپذیرد. البته این مطلب به معنای فعل پذیری در برابر آن نیست. او می‌تواند همه خصوصیات خود از جمله نقاط قوت و ضعف خود را قبول کند و در صورت لزوم آنها را تغییر دهد (شولتز، ۱۳۷۸، ص ۱۶۳).

دایر نیز بیان می‌کند که انسان‌های سالم و مثبت وجود خودشان را بدون شکوه و شکایت می‌پذیرند. آنها از احساس تقصیر رها هستند و از اضطراب‌های مربوط به گذشته و ناراحتی حاصل از آن که لحظات حال را به هدر می‌دهد، آزادند و یقیناً می‌توانند اشتباهات خود را بپذیرند و تصمیم بگیرند هر عمل را که به نحوی مضر و مخرب است تکرار نکنند (دایر، ۱۳۷۹، ص ۴۵). در مجموع انسان کامل مکتب انسان‌گرایی از انجام گناه مصون نیست. مسئله مهم در رابطه با او در صورت انجام کار اشتباه، این است که به جای غرق شدن در چرخه‌ای از انکار یا احساس گناه شدید و افسوس از زمان از دست رفته، سعی می‌کند تا اشتباه خود را به طور صحیحی شناسایی و جبران کند و دیگر آن را تکرار نماید و به هیچ وجه در برابر اشتباهات خود فعل پذیر نیست.

از قرآن به خوبی برداشت می‌شود که نفس انسانی دارای سه مرحله است:

۱. نفس اماره که انسان را دائماً به سمت بدی‌ها و زشتی‌ها دعوت می‌کند، چنان که در آیه

۵۳ سوره یوسف در رابطه با جریان حضرت یوسف از زبان همسر عزیز مصر می‌گوید: «وَمَا



أُبْرِئُ نَفْسِي إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ؛ من هرگز خودم را تبرئه نمی‌کنم، که نفس (سرکش) بسیار به بدیها امر می‌کند.

۲. نفس لوامه که در آیات آغازین سوره قیامت به آن اشاره شده است و می‌فرماید: «لَا أُفْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ \* وَلَا أُفْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ»؛ و سوگند به نفس لوامه و وجدان بیدار و ملامتگر (که رستاخیز حق است). این نفس که بعد از انجام گناه انسان را سرزنش می‌کند و سعی در جبران و بازگشت را دارد و از آن به عنوان وجدان اخلاقی یاد می‌شود.

۳. نفس مطمئنه که در آیات ۲۷ و ۲۸ سوره والفجر به آن اشاره شده است و می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ \* ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً»؛ تو ای روح آرام بافته! به سوی پروردگارت بازگرد در حالی که هم تو از او خشنودی و هم او از تو خشنود است. این نفس همان روح تکامل یافته‌ای است که به مرحله اطمینان رسیده، نفس سرکش را رام کرده و به مقام تقوای کامل و احساس مسئولیت رسیده است (مکارم شیرازی، ۱۳۸۱، ج ۲۵، ص ۶۹).

نفس اماره در وجود انسان فرمان به گناه می‌دهد و بعد از انجام گناه وجدان درون انسان او را سرزنش می‌کند. آیه ۱۳۵ سوره آل عمران در توصیف حالت مؤمنان بعد از ارتکاب گناه می‌فرماید: «وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرِ اللَّهُ فَعَسَىٰ أَنْ يَكُونَ مِنَ الْفَائِزِينَ»؛ و آنها که وقتی مرتکب عمل زشتی شوند، یا به خود ستم کنند، به یاد خدا می‌افتند؛ و برای گناهان خود، طلب آمرزش می‌کنند و کیست جز خدا که گناهان را ببخشد؟ - و بر گناه، اصرار نمی‌ورزند، با اینکه می‌دانند. بر طبق این آیه مؤمنان بعد از ارتکاب گناه که دارای تاثیر منفی فردی یا اجتماعی است به یاد خدا می‌افتند و از عمل ناشایست خود بازگشت می‌نمایند (مکارم شیرازی، ۱۳۸۱، ج ۳، ص ۶۴).

آیه ۸۹ سوره آل عمران در رابطه با توبه بیان می‌فرماید: «إِلَّا الَّذِينَ تَابُوا مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ وَأَصْلَحُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ»؛ مگر کسانی که پس از آن، توبه کنند و اصلاح نمایند و در مقام جبران گناهان گذشته برآیند، که توبه آنها پذیرفته خواهد شد؛ زیرا خداوند، آمرزنده و بخشنده است. این آیه مانند بسیاری از آیات دیگر پس از طرح مسئله توبه و بازگشت از گناه با جمله «وَأَصْلَحُوا» این حقیقت را می‌فهماند که توبه تنها ندامت از گذشته، و عدم انجام گناه در آینده نیست بلکه بدین معناست که فرد علاوه بر ترک گنا و ندامت با انجام کارهای نیک کار ناشایست خود را جبران کند (طبرسی، ۱۳۷۲ش، ج ۲، ص ۱۹۰). بنابراین بر طبق این آیات انسان مومن در صورت ارتکاب

عمل ناشایستی تحت تاثیر وجدان سالم درونی سریعا از کار خود آگاه و پشیمان می‌شود او علاوه بر پشیمانی و ترک عمل سعی می‌کند عمل خود را جبران کند.

### نتایج تحقیق

در پژوهش حاضر ویژگی‌های انسان کامل از دیدگاه مکتب روانشناسی انسان‌گرایی و قرآن کریم مورد بررسی قرار گرفت و شباهت‌ها و تفاوت‌های انسان کامل در این دو مکتب و منبع، احصا و استخراج گردید.

در هر دو رویکرد انسان کامل از ترس و اضطراب و نگرانی رهاست. اگر چه فرانکل اضطراب را به دو دسته بهنجار و روان رنجور تقسیم می‌کند و معتقد است انسان کامل از اضطراب روان رنجور آزاد است ولی اضطراب بهنجار که محرک رشد است به سراغ او می‌آید. در رویکرد قرآنی نیز چنین است که انسان مؤمن از اضطراب و نگرانی به خاطر عوامل مادی و زود گذر رهاست ولی او در برابر عظمت الهی دچار احساس ترس است که این احساس ناشی از مسئولیت پذیری اوست و نه تنها مضموم نیست، بلکه مورد ستایش است زیرا انسان را از بدی باز می‌دارد و به سمت خوبی‌ها هدایت می‌کند.

در هر دو رویکرد، انسان کامل، انسانی امن و دارای احساس آرامش است ولی دلیلی که هر کدام از دو رویکرد با آن آرامش و امنیت انسان کامل را توجیه می‌کنند، متفاوت می‌باشد. در رویکرد انسان‌گرایی عواملی همچون ارضاء نیاز امنیت در سلسله مراتب نیازها، همخوانی تجربیات فرد با خود پنداره، خود پذیری، عزت نفس مثبت، رهایی از گذشته و آینده سبب احساس امنیت در زندگی انسان کامل می‌گردد. در حالی که در رویکرد قرآنی مؤمن بودن و قرار گرفتن در حصار امن ایمان به خدا، توکل بر او، پیروی از دستورات الهی و زندگی بر طبق اصول الهی سبب داشتن اعتماد به نفس، رهایی از گذشته و آینده و در نتیجه آن احساس امنیت و آرامش می‌گردد.

در رویکرد انسان‌گرایی همچون سایر علوم مادی اعتقادی بر وجود خدا و تداوم زندگی انسان بعد از مرگ وجود ندارد. لذا این ویژگی در رویکرد انسان‌گرایی مسکوت مانده، هر چند ممکن است در میان دانشمندان انسان‌گرایی کسانی باشند که به این موضوع اعتقاد داشته باشند و حتی در میان انسان‌های مطالعه شده توسط آنها در توصیف انسان کامل، همچون مطالعات مزلو در مورد خودشکوفایان، انسان معتقد به خدا و جهان آخرت باشد ولی چون این موضوعات

در قالب علوم مادی نمی‌گنجد و علوم مادی و روشهای آن ضعف فزاینده در مطالعه این موضوعات دارد، لذا یا بسیار آن را تقلیل داده اند - همچون اعتقاد معنوی در انسان کامل - یا به عنوان موضوعات معنا بخش زندگی آن را به کلی انکار کرده اند. در حالی که این ویژگی تحت عنوان اعتقاد به معاد در انسان مؤمن وجود دارد و از عقاید و ویژگیهای محوری او می‌باشد که کارکردهای بسیاری نیز در زندگی او دارد.

در خصوص ویژگی بخشش و ایمان، انسان کامل در هر دو رویکرد از امکانات و توانایی‌های خود در جهت کمک به دیگران استفاده می‌کند. در رویکرد انسان‌گرایی یکی از اهداف انسان کامل، ایثار و از خود فراروندگی است که می‌تواند کمک به انسان‌های دیگر را نیز با خود به همراه آورد. در رویکرد قرآنی نیز انسان مؤمن، انسانی اهل بخشش و از خود گذشتگی است. او از تمام امکانات مادی و معنوی خود در جهت کمک به دیگران استفاده می‌کند. اگرچه در هر دو رویکرد انسان کامل از امکانات خود برای سایر انسانها هزینه می‌کند ولی در رویکرد انسان‌گرایی انگیزه این کار میل درونی فرد است که این کار را دوست می‌دارد. در حالی که انسان مؤمن اگرچه ممکن است از این کار لذت ببرد ولی انگیزه او رضایت الهی است و هیچ چشم‌داشتی از طرف مقابل ندارد و متنی بر آنها نمی‌گذارد. از طرف دیگر انسان مؤمن ممکن است حتی جان خود را نیز در راه آرمان خود ببخشد و فدا کند، ولی در رویکرد انسان‌گرایی به این موضوع اشاره‌ای نشده است.

در خصوص ویژگی پذیرش مسئولیت خطاها نیز در هر دو دیدگاه، انسان کامل این توانایی را دارد که اگر مرتکب اشتباهی شد اشتباه خود را بپذیرد و آن را تکرار نکند. در رویکرد انسان‌گرایی انسان کامل این توانایی را دارد که اگر اشتباهی کرد اشتباه خودش را بدون تلاش برای انکار آن بپذیرد او همچنین این توانایی را دارد که اشتباه خود را دیگر تکرار نکند. در رویکرد قرآنی انسان مومن انسان اهل توبه و بازگشت از گناه است او اعمال خود را با دیدی واقعی و بدون تحریف نگاه می‌کند، لذا در صورت ارتکاب اشتباه آن را درک می‌کند و می‌تواند از آن باز گردد. اگر چه در هر دو دیدگاه انسان کامل از اشتباهش باز می‌گردد، ولی در رویکرد قرآنی انسان کامل بعد از ارتکاب گناه تحت تأثیر نفس لوامه خود نادم و پشیمان می‌گردد و دچار احساس گناه می‌شود. این احساس گناه برای او سازنده است چرا که هم از گناه آگاه می‌شود و هم باز دارنده تکرار اشتباه در آینده است. اما در رویکرد انسان‌گرایی انسان کامل از احساس گناه بعد از ارتکاب اشتباه رهاست. اگرچه او می‌تواند اشتباه خود را ترک کند و تکرار ننماید ولی دچار

احساس گناه نمی‌شود. از طرف دیگر در رویکرد قرآنی انسان کامل علاوه بر ندامت و پشیمانی از گناه و عدم تکرار گناه در آینده باید بتواند در آینده اشتباه خود را با انجام اعمال صالح جبران نماید. در حالی که در رویکرد انسان گرایی سخنی از جبران اشتباه به میان نیامده است.

### کتاب‌نامه:

#### قرآن کریم.

براندن، ناتانیل، (۱۳۸۷ش)، *روان شناسی عزت نفس*، ترجمه مهدی قراچه داغی، تهران: انتشارات نخستین.

جرارد، لندسمن، (۱۹۸۰م)، *انسان در دنیای دیگر*، ترجمه منصف، تهران: انتشارات جمال.

جوادی آملی، عبدالله، (۱۳۹۱ش)، *تفسیر تسنیم*، تهران: انتشارات خانه کتاب.

حرانی، ابن شعبه (۱۴۱۸ق)، *تحف العقول*، بیروت: انتشارات دارالعلم.

حسن زاده آملی، عبدالله (۱۳۶۶ش)، *ادب فنای مقربان*، قم: انتشارات راه روشن.

دایر، وین، (۱۳۷۹ش)، *چگونه شخصیت سالم تربیاییم؟ غلبه بر عصبیت*، ترجمه بدرالزمان نیک فطرت، تهران: انتشارات علم.

سبحانی، جعفر، (۱۳۷۶ش)، *منشور عقاید اسلامی*، قم: انتشارات مؤسسه امام صادق.

سبحانی، جعفر، (۱۳۷۸ش)، *الالهیات*، قم: انتشارات مؤسسه امام صادق.

سجادی، جعفر، (۱۳۷۳ش)، *فرهنگ معارف اسلامی*، قم: انتشارات مؤسسه امام صادق.

سید رضی، محمد بن حسین، (۱۴۱۲ق)، *نهج البلاغه*، ترجمه محمد دشتی، تهران: انتشارات سروش.

شجاعی، محمد صادق؛ حیدری، مجتبی، (۱۳۸۹ش)، *نظریه‌های انسان کامل با نگرش به منابع اسلامی*، قم: انتشارات مؤسسه امام خمینی.

شجاعی، محمدصادق، (۱۳۹۸ش)، *نظریه‌های انسان سالم با نگرش به منابع اسلامی*، قم: انتشارات راه دین.

شولتز، دوان، (۱۳۷۸ش)، *چیستی انسان*، ترجمه یوسف کریمی و همکاران، تهران: انتشارات ارسباران.

شولتز، دوان، (۱۳۸۲ش)، *فرایند شخصیت شناسی در روانشناسی*، ترجمه علی اصغریان، تهران: انتشارات ارسباران.

شولتز، دوان، (۱۹۹۸م)، *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه یحیی سید محمدی، تهران: انتشارات ویرایش.



- طالقانی، سید محمود، (۱۳۶۲ش)، *تفسیر پرتویی از قرآن*، تهران: انتشارات شرکت.
- طباطبایی، محمد حسین، (۱۴۱۷ق)، *المیزان فی تفسیر القرآن*، قم: انتشارات جامعه اسلامی مدرسین حوزه علمیه قم.
- طبرسی، فضل بن حسن، (۱۳۷۲ش)، *مجمع البیان فی تفسیر القرآن*، تهران: انتشارات ناصر خسرو.
- طیب اصفهانی، عبدالحسین، (۱۳۶۴ش)، *اطیب البیان فی تفسیر القرآن*، تهران: انتشارات اسلامی.
- فرانکل، ویکتورامیل، (۱۳۷۵ش)، *خدا در ناخودآگاه*، ترجمه ابراهیم یزدی، تهران: انتشارات رسا.
- فرانکل، ویکتورامیل، (۱۳۸۳ش)، *فریاد ناشنیده برای معنا: روان‌درومانی و انسان‌گرایی*، ترجمه مصطفی تبریزی و علی علوی نیا، تهران: انتشارات فرا روان.
- کارو چالز، اس؛ شی پر، مایکل آف، (۱۳۷۵ش)، *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه احمد روانی، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.
- کاشانی، ملافتح الله، (۱۴۲۳ق)، *زبدۃ النفاسیر*، قم: انتشارات معارف اسلامی.
- کبیر، دانیل وی، (۱۳۸۳ش)، *مکتب روانشناسی انسان گرا*، تهران: انتشارات هستی.
- کری، اچ. سی، (۲۰۰۵م)، *انسان و جهان‌های دیگر*، ترجمه سید علی محمد، تهران: انتشارات جمال.
- گوتک، جرادال، (۱۳۸۶ش)، *مکاتب فلسفی و آراء تربیتی*، تحقیق: محمد جعفر پاک سرشت، تهران: انتشارات سمت.
- مزلو، ابراهام. اچ، (۱۳۷۵ش)، *انگیزش و شخصیت*، ترجمه احمد رضوانی، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.
- مزلو، ابراهام. اچ، (۱۹۶۸ش). *به سوی روان‌شناسی بودن*، ترجمه احمد رضوانی، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.
- مصباح یزدی، محمد تقی، (۱۳۶۸ش)، *معارف قرآن*، قم: انتشارات در راه حق.
- مصباح یزدی، محمد تقی، (۱۳۸۲ش)، *آموزش عقاید*، قم: انتشارات مؤسسه امام خمینی.
- مصباح یزدی، محمد تقی، (۱۳۸۸ش)، *انسان‌سازی در قرآن*، قم: انتشارات مؤسسه امام خمینی.
- مطهری، مرتضی، (۱۳۷۲ش)، *معاد*، تهران: انتشارات صدرا.
- مطهری، مرتضی، (۱۳۸۲ش)، *تعلیم و تربیت در اسلام*، تهران: انتشارات صدرا.
- مکارم شیرازی، ناصر و همکاران، (۱۳۸۱ش)، *تفسیر نمونه*، تهران: انتشارات دارالکتب الاسلامیه.



- نقیب زاده، عبدالحسین، (۱۳۷۵ش)، *نگاهی به فلسفه آموزش و پرورش*، تهران: انتشارات طهوری.
- نیک صفت، ابراهیم، (۱۳۸۵ش)، «روش، مبانی و نظریه انسان کامل در اسلام و انسان گرایی»، *مجله پژوهش و حوزه*، شماره ۲۵، صص ۲۸-۴۱.
- ویس کرمی، مهرداد؛ مودب، سیدرضا، (۱۳۸۹ش)، «بررسی تطبیقی آرامش روانی در روان شناسی با اطمینان قلبی در قرآن کریم»، *فصلنامه مطالعات تفسیری*، سال ۱، شماره ۴، صص ۱۸۶ - ۱۶۳.

### **Bibliography:**

- The Holy Qur'an.
- Branden, Nathaniel, (2008), *Psychology of self-esteem*, translated by Mehdi Karacheh Daghi, Tehran: First Publications.
- Gerrard, Landesman, (1980), *Man in another world*, translated by Monsef, Tehran: Jamal Publications.
- Javadi Amoli, Abdullah, (2013), *Tafsir Tasnim*, Tehran: Khane Kitab Publications.
- Harrani, Ibn Shuba (1418 AH), *Tohf al-Aqool*, Beirut: Dar al-Alam Publications.
- Hassanzadeh Amoli, Abdullah (1366), *Adab Fanai Moqrban*, Qom: Rah Roshan Publications.
- Dyer, Wayne, (1379), *How to find a healthier personality? Overcoming Nervousness*, translated by Badr al-Zaman Nik Fitrat, Tehran: Alam Publications.
- Sobhani, Jafar, (1376), *Charter of Islamic Beliefs*, Qom: Imam Sadiq Institute Publications.
- Sobhani, Jafar, (1378), *Theology*, Qom: Imam Sadiq Institute Publications.
- Sajjadi, Jafar, (1373), *Islamic Education Culture*, Qom: Imam Sadiq Institute Publications.
- Seyyed Razi, Abdullah (1412 AH), *Nahj al-Balagha*, translated by Mohammad Dashti, Tehran: Soroush Publications.
- Shujaei, Mohammad Sadeq; Heydari, Mojtabi (2008), *Theories of the Perfect Man with an Approach to Islamic Sources*, Qom: Imam Khomeini Institute Publications.
- Shujaei, Mohammad Sadeq (2018), *Theories of a healthy human being with an attitude towards Islamic sources*, Qom: Rah Din Publications.
- Shultz, Doan, (1378), *What is Man*, translated by Yusuf Karimi and colleagues, Tehran: Arsbaran Publications.

- Shultz, Doan, (2012), personality process in psychology, translated by Ali Asgharian, Tehran: Arsbaran Publications.
- Schultz, Doan, (1998), Theories of Personality, translated by Yahya Seyed Mohammadi, Tehran: Ed.
- Taleqani, Seyyed Mahmoud, (1362), Tafsir Partooi of the Qur'an, Tehran: Company Publications.
- Tabatabaei, Muhammad Hossein, (1417 AH), Al-Mizan fi Tafsir al-Qur'an, Qom: Publications of the Islamic Society of Qom Seminary Moderators.
- Tabarsi, Fazl bin Hasan, (1372), Majma al-Bayan in Tafsir al-Qur'an, Tehran: Nasser Khosrow Publications.
- Tayeb Esfahani, Abdul Hossein, (1364), Atyeb al-Bayan fi Tafsir al-Qur'an, Tehran: Islamic Publications.
- Frankel, Viktoramil, (1375), God in the unconscious, translated by Ebrahim Yazdi, Tehran: Rasa Publications.
- Frankel, Viktoramil, (2008), Unheard Cry for Meaning: Psychotherapy and Humanism, translated by Mostafa Tabrizi and Ali Alavinia, Tehran: Fara Rovani Publications.
- Caro Charles, S; Shi Par, Michael Off, (1375), Personality Theories, translated by Ahmad Ravi, Mashhad: Astan Quds Razavi Publications.
- Kashani, Mullah Fathullah, (1423 AH), Zubadah al-Tafaseer, Qom: Islamic Education Publications.
- Kabir, Daniel V., (1383), School of Humanistic Psychology, Tehran: Hasti Publications.
- Carey, H. Si, (2005), Man and Other Worlds, translated by Seyed Ali Mohammad, Tehran: Jamal Publications.
- Gutek, Geraldal, (2008), Philosophical Schools and Educational Opinions, research: Mohammad Jafar Pak Sarasht, Tehran: Samit Publications.
- Maslow, Abraham. H, (1375), Motivation and Personality, translated by Ahmed Razvani, Mashhad: Astan Quds Razavi Publishing House.
- Maslow, Abraham. H, (1968). Toward Psychology, translated by Ahmed Razvani, Mashhad: Astan Quds Razavi Publishing House.
- Mesbah Yazdi, Mohammad Taqi, (1368), Quran Education, Qom: Dar Rah Haq Publications.
- Mesbah Yazdi, Mohammad Taqi, (2012), Education of Beliefs, Qom: Publications of Imam Khomeini Institute.
- Mesbah Yazdi, Mohammad Taqi, (2008), Humanization in the Qur'an, Qom: Imam Khomeini Institute Publications.
- Motahari, Morteza, (1372), Maad, Tehran: Sadra Publishing House.

- Motahari, Morteza, (2012), Education and training in Islam, Tehran: Sadra Publications.
- Makarem Shirazi, Naser et al., (2008), Tafsir Nazhan, Tehran: Darul Kitab al-Islamiya Publications.
- Naqibzadeh, Abdul Hossein, (1375), A look at the philosophy of education, Tehran: Tahori Publications.
- Nik Sefat, Ibrahim, (2008), "Method, principles and theory of the perfect human being in Islam and humanism", Research and Field Journal, No. 25, pp. 28-41.
- Weis Kerami, Mehrdad; Modab, Seyyedreza (2008), "Comparative study of mental peace in psychology with heart assurance in the Holy Quran", Quarterly Journal of Tafsir Studies, year 1, number 4, pp. 163-186.