Journal of Spiritual Health
2024, Volume 3, Issue 3
Pages: 425-433
10.30491/JSH.3.3.425

An Analysis of the Anthropological Foundations of Spiritual Health in the Qur'an

Enayat Sharifi [1*]

[1] *Department of Islamic Studies, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran*

Abstract

Background and Aim: Quranic spiritual health needs foundations that distinguish it from the foundations of other systems and schools. This study was carried out with the aim of the role of the anthropological foundations of the Qur'an in human spiritual health.

Methods: A descriptive-analytical method has been used in this research. The main concepts, including various aspects of anthropological foundations and spiritual health, have been carefully evaluated and analyzed. This analysis allows us to better understand the anthropological foundations in dimensions of attitudinal, tendency, value, and spiritual health from the perspective of the Holy Quran.

Results: Considering the anthropological foundation and the concept of spiritual health in the Quran, three types of anthropological foundations of attitudinal, tendency, and value have been identified, each of which affects human spiritual health. Attitudinal foundations as the foundations of insight and a special view of humans, tendency foundations as human tendencies and inclinations, and value foundations as value foundations that cause self-respect and social persona in society affect human spiritual health.

Conclusion: The results of this research show that the two-dimensional nature of the human body and soul, human discretion, belief in divine predestination, and the purposefulness of life are some of the anthropological attitudinal foundations that affect human spiritual health. Basing health on human nature, self-knowledge, perfectionism, awareness of human existential dimensions, and removing moral vices and adorning moral virtues from the tendency foundations and dignity, the succession of God, and trustworthiness from the value foundations affect human spiritual health.

Keywords: Anthropological Foundations, Quran, Spiritual Health, Human.

[*]Corresponding author: **Enayat Sharifi,** Email: enayatsharifi@atu.ac.ir

Received: 14 August 2023 **Accepted:** 17 December 2024

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.3.3.425]

مجله سلامت معنوی
دوره ۳، شماره ۳، پاییز ۱۴۰۳
صفحات: ۴۳۳-۴۲۵
10.30491/JSH.3.3.425

تحلیلی از مبانی انسان شناختی سلامت معنوی در قرآن

عنایت شریفی[۱*]

[۱] گروه معارف اسلامی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

چکیده

زمینه و هدف: سلامت معنوی قرآنی نیازمند مبانی است که آن را از مبانی سایر نظام‌ها و مکاتب متمایز می‌سازد. این مطالعه با هدف نقش مبانی انسان شناختی قرآن در سلامت معنوی انسان انجام شد.

روش‌ها: در این تحقیق از روش توصیفی- تحلیلی استفاده شد. مفاهیم اصلی مورد نظر شامل ابعاد مختلف مبانی انسان شناختی و سلامت معنوی به صورت دقیق مورد ارزیابی و تحلیل قرار گرفته‌اند. این روش تجزیه و تحلیل به ما این امکان را می‌دهد تا با شناخت بهتری بین مبانی انسان شناختی در ابعاد نگرشی، گرایشی و ارزشی و سلامت معنوی از منظر قرآن کریم بپردازیم.

یافته‌ها: با توجه به بنیان انسان شناختی و مفهوم سلامت معنوی در قرآن، سه نوع بنیان انسان شناختی نگرشی، گرایشی و ارزشی شناسایی شده‌اند که هریک از این سه نوع در سلامت معنوی انسان تأثیر گذارند. بنیان‌های نگرشی به عنوان بنیان‌های بینشی و نگاه خاص به انسان، بنیان‌های گرایشی به عنوان گرایش‌ها و تمایلات انسان و بنیان‌های ارزشی به عنوان بنیان ارزشی که باعث عزّت نفس و وجهه اجتماعی در جامعه می‌گردند در سلامت معنوی انسان تأثیر گذارند.

نتیجه‌گیری: نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که دوساحتی بودن انسان از جسم و روح، اختیار انسان، اعتقاد به مقدرات الهی و هدفمندی زندگی از بنیان‌های نگرشی انسان شناختی در سلامت معنوی انسان تأثیر گذارند. بناگذاری سلامت بر فطرت انسان، خودشناسی، کمال‌جویی، آگاهی از ابعاد وجودی انسان و زدودن رذایل اخلاقی و آراستن به فضایل اخلاقی از بنیان‌های گرایشی؛ و کرامت، جانشینی خدا و امانت‌داری از بنیان‌های ارزشی در سلامت معنوی انسان تأثیرگذارند.

کلیدواژه‌ها: مبانی انسان شناختی، قرآن، سلامت معنوی، انسان.

*نویسنده مسئول: **عنایت شریفی**. پست الکترونیک: enayatsharifi@atu.ac.ir
دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۰۵/۲۳ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۰۹/۲۷

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]
[DOI: 10.30491/JSH.3.3.425]

مقدمه

سلامت معنوی به عنوان یکی از ابعاد سلامت در کنار سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی در بسیاری از نظام‌ها و مکاتب مورد توجه قرار گرفته است (۱) و براساس مبانی خود در باره آن سخن گفته‌اند در این میان قرآن کریم با تبیین مبانی آن، در ابعاد مبانی توحیدی و خداشناختی، هستی شناختی، انسان شناختی و معرفت شناختی به بنیان‌های سلامت معنوی پرداخته است که آن را از نظام اخلاقی مبتنی بر اومانیسم و سکولاریسم، جدا می‌سازند در این میان یکی از مهمترین مبانی قرآنی کریم در سلامت معنوی، مبانی انسان شناختی است که در یک تقسیم بندی کلی به مبانی انسان شناختی نگرشی، گرایشی و ارزشی تقسیم می‌شوند که هریک از این مبانی در تأمین و ارتقاء سلامتی معنوی انسان تأثیرگذارند. براین اساس پژوهش حاضر در صدد است با روش توصیفی- تحلیلی، مبانی انسان شناختی سلامت معنوی را از منظرقرآن کریم مورد بررسی قرار دهد و در این مورد به سؤالات ذیل پاسخ دهد:

۱. مبانی نگرشی انسان شناختی در سلامت معنوی انسان از منظر قرآن چگونه تأثیرگذار می‌باشند؟

۲. نقش مبانی گرایشی انسان شناختی در سلامت معنوی انسان از منظر قرآن چگونه می‌باشد؟

۳. مبانی ارزشی انسان شناختی در سلامت معنوی انسان از منظر قرآن چگونه تأثیرگذار می‌باشند؟

تاکنون پژوهش‌های زیادی درباره سلامت معنوی در قرآن همانند؛ کتاب سلامت معنوی از دیدگاه اسلام اثر مصباح و همکاران، کتاب سلامت معنوی، چیستی، چرایی و چگونگی، عزیزی و همکاران، و مقاله بررسی مبانی انسان شناختی سلامت معنوی در قرآن اثر زکوی و همکاران در مجله پژوهشنامه معارف قرآنی، شماره ۱۲، ۱۳۹۲. این مقاله درباره ماهیت انسان، چند ساحتی بودن انسان و اهمیت سلامت معنوی پرداخته است در واقع به مسئله تحقیق نپرداخته است. مقاله مبنای انسان شناختی سلامت معنوی از منظر فلسفه و عرفان اسلامی هماهنگ با آیات قرآن اثر مهدی مشکی در مجله فرهنگ و ارتقاء سلامت در تابستان ۱۳۸۸. این مقاله به ویژگی‌های انسان، راه رسیدن به مقام جانشینی خداوند و اطاعت از خدا پرداخته است و در واقع به مسئله تحقیق نپرداخته است. مقاله مبانی سلامت معنوی در قرآن اثر یوسفی و همکاران در دوماهنامه فیض، شماره ۷، ۱۳۹۸. نویسنده در این مقاله به سه محور؛ انسان شناسی، خداشناسی و معادشناسی در حد ترویجی پرداخته است، مقاله نقش معنویت دینی بر سلامت جسمی اثر نورمحمدی در مجله قرآن و طب، زمستان ۱۴۰۰، تحلیلی برمعنا شناسی قلب سلیم، رهیافتی در شناخت سلامت معنوی در قرآن کریم، اثر حسینی کارنامی و زکوی، مجله دین و سلامت، بهار و تابستان ۱۳۹۸، تبیین رابطه سلامت معنوی با انواع قلوب هشت گانه در قرآن اثر قاسمی و جلیلیان در دو فصلنامه علوم تربیتی از دیدگاه اسلام، شماره ۱۹، پاییز و زمستان ۱۴۰۱ و مقاله روش‌های حفظ سلامت روان از منظر قرآن کریم اثر معاضدی و اسدی در بهار ۱۴۰۱. ولی به نظر می‌رسد هرچند آثاری فراوانی درباره سلامت معنوی به نگارش در آمده است، ولی اثر مستقل و درخور توجهی درباره مبانی انسان شناختی سلامت معنوی نگارش نیافته است. از این‌رو این نوشتار در صدد است که به صورت جامع نقش مبانی انسان شناختی در ابعاد؛ نگرشی، گرایشی و ارزشی در سلامت معنوی از منظر قرآن را با رویکرد توصیفی- تحلیلی مورد بررسی قرار دهد. از این جهت روش‌های طرح شده در این نوشتار جدید بودن کار و تحقیق را روشن می‌سازد.

سلامت معنوی

برای تعریف و معناشناسی سلامت معنوی دو رویکرد وجود دارد؛ نخست ترکیب سلامت معنوی از موارد اضافه مقلوب است و به معنای معنویت سالم خواهد بود (۲) و دیگر اینکه سلامت معنوی به عنوان یکی از ابعاد سلامت در نظر گرفته شود که در هردو رویکرد باید واژه‌های سلامت و معنوی را جداگانه مورد بررسی قرار داد آنگاه هریک از آن دو بر سلامت معنوی تطبیق داده شود.

سلامت

سلامت از ماده سلم در لغت به معنای صحت و عافیت است (۳) و داشتن سلامت یعنی عاری بودن از بیماری ظاهری و باطنی (۴) و در اصطلاح امروزه بسیاری از اندیشمندان سلامتی و بیماری را فقط به شرایط فیزیولوژیک نمی‌دانند (۵) بلکه به معنایی وسیع می‌دانند که تمامی ابعاد جسمی، روانی، عاطفی و اجتماعی را شامل می‌گردد.

سلامتی طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی عبارت است از "حالت رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نبود بیماری و ناتوانی" (۱). بنابراین به کسی فرد سالم گفته می‌شود که نه تنها رشد کافی، وزن مناسب و تغذیه صحیح داشته باشد بلکه دارای رفتار و فکر سالم نیز باشد.

معنویت

معنویت در لغت، مصدر جعلی معنوی و به‌معنای معنوی بودن است و معنوی و معنویت به هر آنچه شامل، یا مربوط به معنی یا روح باشد گفته می‌شود و در مقابل ظاهری و مادی است. معنویت یعنی وجود معنا، و هر آنچه مادی نباشد را معنوی گویند (۶) و در اصطلاح تعریف‌های مختلفی از سوی روان شناسان و محققان دینی ارائه شده است: برخی معنویت را به عنوان ماهیت هستی‌بخش یک شخص آورده‌اند که در جست‌وجوی معنا و هدف زندگی خویش است و آن را از لحاظ معنای زندگی، آرامش ذهنی و رابطه با یک وجود متعالی بیان‌کرده‌اند (۷).

برخی دیگر با رویکردهای جدید، معنویت را بیشتر به نتایج و کارکردها محدود کرده‌اند و آن را مجموعه‌ای از توانایی‌های مربوط به هم و کیفیت روانی می‌دانند که در انسان ایجاد انگیزه و معنا

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.3.3.425]

می‌کند (۹). اما دراندیشه قرآنی به سلامت معنوی بر اساس شاخص‌های شناختی، احساسی، رفتاری و پیامدی نگریسته می‌شود. در این اندیشه، انسان باید نسبت به خداوند و رابطه خود با خداوند شناخت کافی داشته باشد (۲).

سلامت معنوی از نیم قرن پیش به عنوان یکی از ابعاد چهارگانه سلامت مورد توجه و عنایت پزشکان، اندیشمندان و روان شناسان قرار گرفته است. این مفهوم نخستین بار در سال ۱۹۷۱ توسط موبرگ و تحت عنوان بهزیستی معنوی مطرح شد. برای سلامت معنوی تعریف واحدی وجود ندارد (۲).

هاگز در تعریف سلامت معنوی می نویسد: «حسی از ارتباط داشتن با دیگران، داشتن معنا و هدف در زندگی و داشتن اعتقاد و ارتباط بایک قدرت متعالی (۱۰). برخی دیگر در تعریف آن می نویسند: «حالتی از بودن، احساسات مثبت، شناخت ارتباط فرد، خود، دیگران و یک نیروی ماورایی (۱۱).

با رویکردهای دینی تعریف‌های فراوانی از سلامت معنوی ارائه شده است: برخی در تعریف آن می‌نویسند: «سلامت معنوی عبارت است از حالت اطمینان، امنیت، آرامش و سکون قلبی و روحی که از اعتماد به منبع و قدرتی برتر. متفاوت از عوامل مادی و پیرامونی ناشی می‌شود و باعث افزایش امید و رضایتمندی و نشاط درونی می‌گردد و در نهایت به سلامت و تعالی همه جانبه انسان و به انسانیت کمک می‌کند (۱۲). این تعریف با توجه به مبانی اعتقادی قرآنی کامل نیست، زیرا مؤلفه‌هایی همچون؛ آرامش، امید، شادی و رضایتمندی که کمابیش در حیوانات نیز وجود دارد (مرتبه حیوانی روح) و ممکن است در کوتاه مدت و به طور ناقض به شیوه‌هایی حاصل شوند که در نهایت با کمال حقیقی انسان تضاد داشته باشند. لذا نمی‌توانند به طور مطلق به مثابه شاخص‌های اصلی سلامت معنوی قرار گیرند (۱۲).

اگرچه واژه‌های معنویت و سلامت معنوی در قرآن نیامده است ولی مفهوم و ویژگی‌های سلامت معنوی در قالب تعبیر قرآنی قلب سلیم (شعراء/ ۸۹، صافات/ ۸۴) و اطمینان (رعد/ ۲۸ و فجر/ ۲۷) می‌توان یافت. مفسران در خصوص قلب سلیم تفسیرهای متعددی دارند؛ برخی از صاحب نظران سلامت قلب را عبارت از خالی بودن آن از عقاید باطل و میل نداشتن آن به شهوات و لذت‌های دنیا دانسته‌اند (۱۳). برخی دیگر سلامت قلب را عاری بودن آن از همه آفات معنوی همچون؛ کفر، نفاق، کینه و ریا می‌دانند و معتقدند که اگر این گونه سلامت حاصل شد سلامت جسمی نیز به‌دست خواهدآمد (۱۴). برخی دیگر معانی قرآنی قلب (ادراک باطنی و درونی)، منظور از سلامت در این بحث را سلامت معنوی مجازی دانسته‌اند یعنی برخورداری از قلبی که از عقاید شرک آلود، پاک باشد (۱۵). براساس این تعریف معنای قلب سلیم را می‌توان معادل با سلامت معنوی مطلق دانست. برخی دیگر خلوص مطلق قلب از همه شائبه‌ها، مرض‌ها، اغراض، انحرافات و صفات شهوانی را معادل با سلامت آن دانسته‌اند (۱۶). علامه طباطبایی از منظر نفی به موضوع نگریسته و مراد از قلب سلیم را قلبی دانسته است که از هرچه به تصدیق و ایمان به خدای سبحان زیان برساند، خالی باشد مانند؛ شرک جلی و شرک خفی، اخلاق زشت، آثار گناه و هرگونه تعلّق به غیرخدا که انسان را جذب کند و باعث شود صفای توجه به خدا اختلال پذیرد (۱۷). ولی به نظر می‌رسد سلامت معنوی به معنای عاری بودن نفس و قلب انسان از هرگونه بیماری‌های اخلاقی و اعتقادی است و دارای شاخصه‌های اعتقادی، اخلاقی و رفتاری می‌باشد.

نفس مطمئنه

نفْس مُطمَئِنّه حالتی از نفس است که در آن، به جهت مداومت بر پیروی از عقل در دوری از گناه، این کار ملکه یا عادت انسان می‌شود و در نفس او اطمینان و آرامش پدید می‌آید (۱۸). نفس را دارای چند رتبه و نفس مطمئنه را مقابل نفس اماره و نفس لوامه، بالاترین رتبه نفس دانسته‌اند. پایین‌ترین رتبه نفس، نفس اماره است که در آن، انسان از عقل پیروی نمی‌کند و به گناه گرایش دارد. رتبه بالاتر، نفس لَوّامه است که در آن، نفس هوشیار است و اگر کار بدی انجام‌دهد، خود را نکوهش می‌کند. بالاتر از این رتبه هم نفس مُطمئنّه قرار دارد (۱۸،۱۹). برخی دیگر براین باورند که نفس مطمئنه نفسی است که در پرتو یاد خدا آرامش یافته و به هر چه خدا راضی است رضایت دارد؛ خود را مالک هیچ خیر و شر و نفع و ضرری نمی‌داند؛ دنیا را محل گذر و هر فقر و بی نیازی را امتحان الهی می‌داند؛ به همین جهت همواره بر مرز عبودیت مستقر است و نعمت‌های دنیوی او را به فساد و استکبار نمی‌کشاند و فقر و ناداری نیز او را به کفر و ترک شکر وانمی‌دارد (۱۷).

مبانی انسان شناختی

مبانی جمع مبنی است و مبنی به معنی محل بنا و ریشه چیزی، پایه و بنیان و نیز بنا نهاده شده، بنا کره شده می‌باشد. منظور از مبانی انسان شناختی آن دسته از باورهای اساسی و بنیادین مأخوذ از آیات قرآن کریم هستند که درباره ماهیت انسان، جسم و روح او سخن می‌گویند که بیشتر گزاره‌های ماهوی و درباره هست‌ها و نیست‌ها سخن می‌گویند نه در باب باید و نباید. این مبانی در یک تقسیم‌بندی کلی به مبانی انسان شناختی نگرشی، گرایشی و ارزشی تقسیم می‌شوند.

مبانی انسان شناختی نگرشی و سلامت معنوی

مبانی نگرشی، مبانی‌ای هستند که ناظر به نوع نگرش و نگاه خاص به انسان مورد دقت قرار می‌گیرند که مهم‌ترین آن‌ها عبارتند از:

دوساحتی بودن انسان

از نظر قرآن کریم انسان موجودی مرکب از جسم و روح می‌باشد که اصالت و حقیقت آن را روح تشکیل می‌دهد. (مؤمنون/ ۱۴، سجده/ ۷-۹، حجر/ ۲۸-۳۰، زمر/ ۱۵). قرآن کریم در راستای حفظ و ارتقای هریک از این دو بعد برای سلامت معنوی توصیه‌های مربوطه را ارائه می‌دهد. از یک سو برای سلامت جسمانی به

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.3.3.425]

دستوراتی مانند؛ پرهیز از هرگونه آسیب یا ضررجسمانی به بدن (بقره/ ۳۵) رعایت بهداشت در ابعاد؛ بهداشت فردی همانند؛ دستور به پاکی و پاگیزگی لباس (مدثر/ ۴-۵) پاگیزگی بدن در ابعاد وضو، غسل، تیمم (مائده/ ۶)، بهداشت تغذیه همانند استفاده از غذاهای حلال و طیب و پرهیز از غذاهای خبیث و حرام، بهداشت جنسی (بقره/ ۲۲۲ و مؤمنون/ ۵-۷) و پرهیز از اسراف و پرخوری (اعراف/ ۱۳۱) تأکید می‌ورزد و از سویی دیگر به سلامت روح و به ابعاد فرامادی و معنوی عنایت دارد دستوراتی مانند ایمان به خدا (انعام/ ۲)، ایمان به معاد (کهف/ ۱۱۰) ایمان به انبیا (کهف/ ۱۱۰) ذکر و یاد خدا (رعد/ ۳۵)، تقوا (اعراف/ ۳۵)، نماز (عنکبوت/ ۴۵)، قرآن (اعراف/ ۹)، دعا (توبه/ ۱۰۲)، توکّل (اعراف/ ۲ و آل عمران/ ۶۰)، توبه (رمر/ ۳۵)، صدقه و زکات (بقره/ ۲۷۷) سفارش می‌نماید.

اختیار انسان

قران کریم انسان را موجودی مختار و آزاد در تعیین سرنوشت خویش معرفی می‌کند (بقره/ ۲۷۷). براساس اختیار است که انسان می‌تواند یک راه از میان راه‌های گوناگون برگزیند و حتی می‌تواند باعواملی چون جامعه، محیط، وراثت که در اعمال اختیاری انسان تأثیرگذارند، به مقابله وا بپردازد.

یکی از کارکرد مختار بودن انسان از منظر قرآن کریم این است که خدای‌تعالی اراده قوی انسان را عامل قوی برای شکیبایی و مقاومت می‌داند: «وَ إِنْ تَصْبِرُوا وَ تَتَّقُوا فَإِنَّ ذلِکَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ (بقره/ ۲۷۷)؛ اگر استقامت کنید و تقوا پیشه سازید، (شایسته‌تر است زیرا) این از کارهای مهم و قابل اطمینان است». عزم "در اصل به معنی"تصمیم بر انجام کاری" است، و به اراده محکم اطلاق می‌شود (۱۳).

تنها با پذیرش این مبناست که می‌توان از ارتقای اختیاری سلامت جسم و روح سخن گفت. اگر فرد به اختیار خود باور نداشته باشد و خود را مقهور عواملی بیرونی بداند، کوششی از درون برای ارتقای وضعیت سلامت خویش نخواهد داشت. بدین ترتیب برای ارتقای سلامت معنوی باید با شناسایی عواملی که در تقویت یا تضعیف اراده انسان نقش دارند، زمینه را برای استفاده درست از این نیرو فراهم ساخت.

اعتقاد به مقدرات الهی

باور به تقدیر الهی به معنای مقدّر بودن و تصادفی نپداشتن حوادث زندگی است. در آموزه‌های قرآنی چنین اعتقادی از مراتب بالای ایمان بوده و برآن تأکید شده است (توبه/ ۹، تغابن/ ۱۱)، چرا که این اعتقاد سازگاری فرد را با تبعات یک حادثه آسانتر خواهد کرد، و در آیه دیگری به مقدّر بودن حوادث اشاره می‌کند و فایده آن را این می‌داند که انسان، نه از ناخوشی‌ها غمگین می‌شود و نه از خوشی‌ها سرمست (تغابن/ ۱۱). در حقیقت، این باور، انسان را در برابر ناخوشی‌ها و خوشی‌های زندگی ایمن می‌سازد که از راه اثرناپذیری از دو موقعیت یاد شده به دست می‌آید. رسیدن به این مرحله و ایمن شدن در برابر هر دو موقعیت خوشایند و ناخوشایند، آن چنان مهم است که آن را «حقیقت ایمان» دانسته‌اند (۲۰).

هدفمندی زندگی انسان

از نظر آموزه‌های قرآن کریم، با توجه به جایگاه و منزلت انسان در قرآن کریم، باید گفت که خلقت انسان و جهان دارای حکمت و هدف است و بیهوده و عبث خلق نشده‌اند (آل عمران/ ۱۹۱، مؤمنون/ ۱۵۵، قیامت/ ۳۶). تمامی موجودات هدف نهایی حرکت به سوی مقصد نهایی از هدایت الهی برخوردار هستند و خداوند به هر موجودی، هر آن‌چه نیاز و شایسته بوده است، عطا کرده و آن را برای رسیدن به مقصد خلقت، تجهیز نموده است و نیز تمامی موجودات برای انسان خلق شده (بقره/ ۲۵، ابراهیم/ ۳۲)، و برای رسیدن انسان به کمال در خدمت او هستند. سعادت و بالاترین حد کمال برای انسان رسیدن به مرتبه قرب الهی است که قرآن از آن با واژه‌هایی چون عند ربهم (بقره/ ۲۶۲،۲۷۴،۲۷۷، آل عمران/ ۱۵،۱۶۹، اعام/ ۱۲۷، شعراء/ ۲۲، قلم/ ۳۴) عند ملیک مقتدر (قمر/ ۵۵)، عندک و ... یاد می‌کند و در عرفان اسلامی به "مقام فناء فی الله" تعبیر شده است که آن را آخرین مرتبه سیر الی‌الله می‌دانند. اگر در آموزه‌های قرآنی، عبادت (ذاریات/ ۵۶)، آزمون الهی (ملک/ ۲) رسیدن به رحمت الهی (هود/ ۱۱۸-۱۱۹) و ... هدف آفرینش معرفی شده‌اند، این‌ها اهداف متوسط و واسطه رسیدن انسان به مقام قرب الهی به شمار می‌روند. عبادت از ابزارهای رسیدن به این مقام است؛ طاعات و عبادات ما سودی برای او ندارد و فقط برای این است که به قلّه معرفت نزدیک شویم (۲۱).

این نوع نگرش، ایمان و زندگی را در راستای هدف حرکت هستی قرار داده و به اهداف و رفتارهای فردی و اجتماعی انسان ارزش می‌دهد. اگر این نگرش و بینش به درستی شکل گرفته باشد، باور و انگیزش و ارزش نیز منجر به رفتار و عمل در همان راستا می‌شود و رفتارهای نظام‌مندی را شکل می‌دهد. این سیر بینش تا کنش، همان مؤلفه‌های سلامت معنوی به شمار می‌رود؛ زیرا ایمان به خداوند و هدف‌داری هستی، نتایجی مانند ایجادکننده رابطه بیان انسان و خدا، بهبود روابط اجتماعی، امید به آینده، ایجاد مسئولیت و تعهد در انسان، لذّت بردن از زندگی در تمامی شرایط و ... را دارد (۱۳).

مبانی انسان شناختی گرایشی

منظور از مبانی انسان شناختی گرایشی، گرایش‌های فطری و تمایلاتی نظیر گرایش به عشق، پرستش، دانش، زیبایی و خلاقیت و ابتکار هستندکه در وجود هر فردی به ودیعه گذارده شده است که مهم‌ترین آن‌ها عبارتند از:

بناگذاری سلامت برفطرت انسان

از منظر قرآن کریم، سلامت و سلامت معنوی انسان مبتنی بر فطرت است (یونس/ ۱۰۵). نقش این مبنا در سلامت معنوی انسان این است که انسان به طور فطری به سوی خوبی‌ها، محاسن اخلاقی، تعالی و کمالات گرایش دارد. هر چند عواملی چون جهل، فقر، هوای نفس و ... باعث گرایش انسان به بدی‌ها و رذایل اخلاقی

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.3.3.425]

شود و سلامت انسان را به خطر اندازند ولی قرآن کریم بر این باور است که انسان با روش‌هایی همانند کسب روزی حلال (بقره/ ۵۷، ۱۷۲–۶۹؛ توبه/ ۳۷، ابراهیم/ ۵۷ و ...)، توکّل (ابراهیم/ ۱۲، یوسف/ ۸۷، توبه/ ۱۲۹)، انفاق و اطعام (بقره/ ۲، آل عمران/ ۳۲، ۱۳۲؛ سوره نجم/ ۳،۴)، اطاعت (آل عمران/ ۳۲، و کسب ملکه تقوی (بقره/ ۲، اعراف/ ۹۶، حجرات/ ۱۳) می‌تواند به فطرت خود بازگردد و سلامتش را تأمین نماید.

خودشناسی

منظور از خودشناسی، شناخت ابعاد وجودی انسان است از آن جهت که موجودی است مرکب از جسم و روح که برای رسیدن به سعادت و کمال، شناخت خویشتن در ابعاد؛ جسم و روح لازم است. به همین دلیل قرآن کریم درباره اهمیت و ضرورت خودشناسی می‌فرماید: «یاأَیهَا الَّذِینَ آمَنُواْ عَلَیکُمْ أَنفُسَکُمْ لاَ یضُرُّکُم مَّن ضَلَّ إِذَا اهْتَدَیتُم (مائده/ ۱۰۵)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید! به خویشتن بپردازید، کسی که گمراه شد به شما زیان نمی‌زند، اگر هدایت یافتید». در نکوهش از کسانی که به خویشتن نمی‌پردازند و آیات الهی را در درون خود نمی‌نگرند، می‌فرماید: «وَفِی أَنفُسِکُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ (ذاریات/ ۲۱)؛ و درخودتان آیاتی هست، مگرنمی‌بینید». این آیه انسان‌ها را دعوت می‌کند که آیات و نشانه‌هایی که در نفوس‌شان هستند را مطالعه کنند.

کمال جویی انسان

انسان همواره در پی دستیابی به کمال است. از آنجا که انسان دارای حب ذات است و خود را دوست دارد. کمالات خود را نیز دوست دارد (۱۸) و به دلیل آنکه معمولاً این کمالات در او بالفعل نیستند، خواهان دست یابی به آنهاست. درتعیین کمال نهایی انسان دیدگاه هایی مختلفی وجود دارد. گروهی کمال انسان را در برخورداری هرچه بیشتر از لذت‌های مادی می‌دانند. معتقدند که انسان جز طبیعت است و انسان کامل انسانی است که از طبیعت بهره‌ای بیشتر ببرد، بیشتر بخورد، بیشتر بیاشامد و ... . برخی بر رشد عقلانی و اخلاقی تأکید می‌ورزند و دسته دیگر کمال آدمی را در پیشرفت‌های معنوی دانسته‌اند (۲۲). ولی از دیدگاه قرآن کریم کمال نهایی انسان، تقرب جستن به خداوندی است که سرچسمه پایان‌ناپذیر همه کمالات است که در آیات فراوانی به این حقیقت اشاره شده است: « یا أَیُّهَا الْإِنْسانُ إِنَّکَ کَادِحٌ إِلَی رَبِّکَ کَدْحًا فَمُلَاقِیهِ (انشقاق/ ۶)؛ ای انسان! تو با تلاش و رنج به سوی پروردگارت می‌روی و او را ملاقات خواهی کرد».

منظور از قرب، قرب زمانی، مکانی و شبیه شدن به خداوند نیست، زیرا خداوند موجود مادی نیست که در چارچوب زمان و مکان قرار گیرد و نیز مرتبه وجودی خالق و مخلوق چنان با یکدیگر متفاوت است که نمی‌توان از مشابهت آن‌ها با یکدیگر سخن گفت. بلکه منظور قرب اکتسابی است که با سیر اختیاری به دست می‌آید و گرنه به لحاظ تکوینی خداوند به همه موجودات احاطه دارد و به تعبیر قرآن کریم از رگ گردن نیز به انسان نزدیک‌تر است: «وَ نحَنُ أَقْرَبُ إِلَیْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِید (ق/ ۱۶)؛ و ما به او از رگ قلبش نزدیکتریم».

بر اساس این مبنا معیار اصلی سلامت معنوی قرب الهی است و همه بینش‌ها و گرایش‌ها و رفتارهای انسان هنگامی که جهتی الهی بیابند می‌توانند به تعالی حقیقت انسان کمک کنند و انسان می‌تواند در پرتو قصد و نیت، همه افعال اختیاری خود حتی خوردن و آشامیدن را به صورت عبادت در آورد و از آن‌ها برای افزایش قرب خود نزد خداوند بهره ببرد بدین ترتیب هیچ یک از سرمایه‌های زندگی انسان به هدر نمی‌رود و همه آن‌ها در مسیر تکامل قرار می‌گیرد (۲۲).

آگاهی از ابعاد وجودی انسان (ظرفیت ها وکاستی‌ها)

ازمنظر قرآن کریم، انسان تنها موجودی است که دارای ظرفیت‌هایی چون؛ برخورداری از روح الهی (حجر/ ۲۹)، قدرت تعقّل (بقره/ ۱۶۴)، کرامت (اسراء/ ۷، حجرات/ ۲۹)، اتتخاب آگاهانه (انسان/ ۳) و کاستی‌هایی همانند شتاب زدگی (اسرأ/ ۱۱)، ناسپاسی و کفران نعمت (اسراء/ ۶۷)، بخل و تنگ نظری (اسراء/ ۱۰۰)، طغیان گری (علق/ ۶–۷) و غفلت (اعراف/ ۱۷۹، ق/ ۲۲) می‌باشد. آگاهی به چنین نفس ذوابعادی در سلامت انسان نقش اساسی دارد. شناخت و معرفت ظرفیت‌ها وکاستی‌ها، نقطه آغاز سلامت می‌باشد. انسانی که به توانایی‌هایی که از سوی پروردگار متعال در وجودش به ودیعه گذارده شده است، آگاه نباشد، طبعاً امکان حرکت در مسیر شکوفایی و به فعلیت رساندن این استعدادها را نیز نخواهد داشت عدم آگاهی از ظرفیت‌های خویشتن، به معنای مسکوت گذاردن آن‌هاست که خود به‌منزله کفر نعمت می‌باشد؛ لذا شناخت ظرفیت‌های درونی که مقدمه تلاش در جهت شکوفایی آن‌ها محسوب می‌گردد، شکر نعمات مستور در نفس انسان محسوب می‌شود.

از طرفی شناخت ظرفیت‌ها و استعدادهای درونی موجب تقویت اعتمادبه‌نفس و افزایش خودباوری و غلبه بر مشکلات می‌گردد و انسان را به این باور می‌رساند که با برای غلبه بر دشواری‌های زندگی و عبور از موانع، آنچه را بدان نیازمند است، در وجودش نهفته دارد، درک نماید و در مقابل مشکلات و دامنه‌های پرپیچ وخم زندگی، به‌جای اینکه لب به اعتراض و اظهار ناتوانی بگشاید، شروع به تلاش و کوشش در مسیر حلّ مشکلات زندگی برآید و از طریق شناختی که به ظرفیت‌های درونیش یافته است، تلاش می‌کند که زمین‌ها و عوامل دیگری برای شکوفایی استعدادهای نهفته خویش کسب کند.

زدودن رذایل اخلاقی و آراستن به فضایل اخلاقی

یکی از روش‌های نظام اخلاقی قرآن کریم برای رسیدن به سلامت معنوی و آرامش، زدودن رذایل اخلاقی و آراستن به فضایل اخلاقی می‌باشد. به همین دلیل است قرآن کریم در آیات فراوانی تأکید به تزکیه و تهذیب نفس می‌نماید: «قَدْ أَفْلَحَ مَن تَزَکَّی وَ ذَکَرَ اسْمَ رَبِّهِ فَصَلَّی (اعلی/ ۱۴–۱۵)؛ به یقین کسی که پاکی جست (و خود را تزکیه کرد) رستگار شد و (آن کس) نام پروردگارش را یاد

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.3.3.425]

کرد و سپس نماز خواند».

در آیه دیگر، پس از یازده سوگند مهم به خالق، مخلوق زمین، آسمان و ماه، خورشید و نفس انسانی، نجات و رستگاری انسان را در تهذیب نفس و تزکیه می‌داند: «قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا (شمس/ ۹-۱۰)؛ هرکس که نفس خود را تزکیه کرد رستگار شد و آن کس که نفس خود را به معصیت آلوده ساخت نومید و محروم گشت».

بر این اساس زدودن رذایل اخلاقی همانند؛ قساوت قلب (بقره/ ۷۴)، حسادت (فلق/ ۸، مائده/ ۲۷-۳۰، یوسف/ ۴-۵)، نفاق (بقره/ ۱۰، مائده/ ۵۲، انفال/ ۴۹، توبه/ ۱۲۵)، کینه توزی (اعراف/۴۳)، حب دنیا (آل عمران/ ۱۵۲-۱۵۴) و... و آراستن به فضایلی چون؛ سعه صدر (زمر/ ۲۲)، صبر (زمر/ ۲۲، انجام اعمال صالح (بقره/ ۱۵۸)، راست‌گویی و صداقت (آل عمران/ ۱۱۴) و ... جهت دستیابی به سلامت معنوی لازم و ضروری می‌باشند.

مبانی ارزشی انسان شناختی

مبانی ارزشی انسان شناختی، مبانی هستند که ناظر به ارزش‌های انسانی می‌باشند که مهم‌ترین آن‌ها عبارتند از:

کرامت انسان

از دیدگاه قرآن کریم انسان موجودی است که خداوند او را کرامت داده است. کرامت، ضد دنائت و پستی است (۲۳) و کریم کسی است که از نزاهت و فضیلت برخوردار است. کرامت بر دو قسم است: ۱) کرامت ذاتی و ۲) کرامت اکتسابی. مقصود ازکرامت ذاتی، کرامتی است که شامل همه افراد بشر می‌شود، اما کرامت اکتسابی همان کرامت و بزرگی است که با تلاش و رعایت تقوی به‌دست می‌آید (۱۷). بر این اساس، کرامت ذاتی غیرارادی است و بی آنکه آدمی دخالتی در آن داشته باشد، خالق هستی آن را در ضمیر وی نهاده است؛ اما کرامت اکتسابی ارادی و اختیاری است.

در قرآن کریم آیات فراوانی (تین/ ۴، مؤمنین/ ۱۴، جاثیه/ ۱۳ و ...) در باره کرامت ذاتی انسان سخن می‌گویند. مهمترین آن‌ها آیه ۷۰ سوره اسراء است که می‌فرماید: «وَ لَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي ءَادَمَ وَ حَمَلْنَاهُمْ فِي الْبرِّ وَ الْبَحْرِ وَ رَزَقْنَاهُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَ فَضَّلْنَاهُمْ عَلَىَ كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلاً؛ و به راستی ما فرزندان آدم را کرامت بخشیدیم و آنان را در خشکی و دریا [بر مرکب‌ها] برنشاندیم و از چیزهای پاکیزه به ایشان روزی دادیم و آن‌ها را بر آفریده‌های خود برتری آشکار دادیم». درباره کرامت ذاتی در این آیه مفسران نظرات گوناگونی را ارائه کرده‌اند: عده‌ای در تفسیر آیه مواردی مانند برخورداری انسان از عقل و قوه تمییز، توانایی گفتار، تناسب اندام و مسخر بودن اشیا برای انسان را برشمرده و در عین حال تأکید کرده‌اند که موضوع آیه مطلق بوده و تمامی نعمت‌های خدادادی را در برمی‌گیرد (۲۴) و برخی دیگر داشتن علم و شناخت، قدرت نطق، و طهارت و پاکی انسان پس ازمردن (۲۵)، نیکو بودن آفرینش انسان (۲۶) و عرض امانت بر انسان (۲۷)، از نمونه‌های این سخنان است. صاحب تفسیر «مفاتیح الغیب» دایره وسیع‌تری برای کرامت بیان شده که هم شامل نفس و هم بدن می‌شود. برتری از جهت نفس بدان سبب است که انسان دارای پنج قوه، یعنی نمو، تولید، حس، حرکت و اغتذا است در حالی که حیوان فقط حس و حرکت دارد و مهم‌تر از همه آنکه نفس دارای قوه عقل است و از روح الهی برخوردار، و بدن نیز به عللی همچون متوازن بودن و نحوهٔ غذا خوردن از دیگر موجودات برتر است (۲۸). علامه طباطبائی ضمن رد همه اقوال پیش گفته، معتقد است: واژهٔ «کرامت» بر عنصر اختصاصی انسان دلالت دارد که همان «قدرت تعقل و اندیشه» است و واژه «تفضل» به نعمت‌ها و مواهب الهی اشاره می‌کند که همگان از آن برخوردارند، ولی انسان از نظر کمی و کیفی بیش از آن‌ها متمتع است (۱۷).

از آثار کرامت اکتسابی این است که انسان از طریق اراده و اختیار، خداوند را در می‌یابد و می‌تواند بر اساس آن برای رسیدن به جایگاه و منزلت انسانی خود و دیگران تحول عمیقی در رفتار خود ایجاد نماید. تحولی که او را به عزت نفس به خود و اکرام و احترام به دیگران به گونه‌ای که شایسته چنین موجودی است، سوق می‌دهد. افزون بر این احساس ارزشمندی و احترام کمک می‌کند تا عزت نفس و وجهه اجتماعی خود را در جامعه بهبود و براساس آن روابط اجتماعی جدید و سالمی را ایجاد کند.

جانشینی و خلیفه بودن انسان

خلافت در لغت به معنای پشت سر آمدن، جانشین شدن و از پی چیزی درآمدن است همانند جانشینی و خلافت نسل جدیدی از نسل قبلی. خلافت بر دو قسم است: نخست خلافت اعتباری و قراردادی، مانند مناسب اجتماعی و ریاست و حکومت؛ دیگر خلافت تکوینی، مانند جانشینی انسان در روی زمین که در قرآن کریم آیاتی برخلافت و جانشینی انسان در زمین دلالت می‌کند (ص/ ۲۶، نور/ ۵۵، اعراف/ ۲۹، یونس/ ۱۴، نمل/ ۶۲). در آیه ۳۰ سوره بقره می‌فرماید: «وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ». منظور از خلافت حضرت آدم، خلافت بر انسان‌ها و یا سایر موجوداتی که قبل از او بوده‌اند نیست؛ بلکه مقصود خلافت و جانشینی خدا است (۱۳). مقام خلافت انسان و جانشینی انسان در جهان‌بینی قرآنی و عرفانی، مربوط به وجود جامع انسان است که قلمرو آن، همه «ما سوی الله» است؛ حتی تعلیم فرشتگان را نیز شامل می‌شود یعنی مدیریت کلان جهان امکان (۲۹). براین اساس انسان، بهترین مخلوق خداست که دارای تمام کمالات و درجات آفرینش است که حرکت و افق او از مرحله پایین‌ترین مخلوقات یعنی جمادات تا عالی‌ترین مخلوقات یعنی فرشتگان حتی بالاتر خواهد بود. پس شایسته همین انسان طبیعی است که بر اساس این مبنای ارزشی که در قرآن به آن تأکید شده است انسان باید شایستگی و صلاحیت کافی از نظر اخلاقی و معنوی پیدا کند تا به این جایگاه برسد زیرا که درست

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.3.3.425]

است که نوع انسانی خلیفه خدا بر زمین است اما فرد فرد انسان‌ها صاحب این مقام نیستند. در نتیجه انسان باید فضائل اخلاقی و معنوی خود را به کمال برساند تا به این مقام نائل شود که یکی از آثار دارا بودن سلامت معنوی است.

امانت‌داری انسان

یکی از ارزش‌های بنیادین و فطری برای انسان‌ها، امانت‌داری است. از دید انسان الهی، جسم و روح انسان امانتی از سوی خالق در نزد او هستند که باید در نگهداری تام از این امانات تلاش کاملی به خرج دهد.

خدواند در قرآن در آیه ۷۲ سوره احزاب می‌فرماید: «إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ؛ ما امانت [الهی و بار تکلیف] را بر آسمان‌ها و زمین و کوه‌ها عرضه کردیم پس از برداشتن آن سر باز زدند و از آن هراسناک شدند و[لی] انسان آن را برداشت».

این آیه اشاره به امانتی دارد که آسمان، زمین و کوه‌ها از دریافت آن امتناع نمودند ولی آدمی آن را قبول کرد. برخی مفسران شیعه امانت در این آیه را، دین، ولایت الهی، و ولایت امیرالمؤمنین(ع) دانسته‌اند (۳۰). علامه طباطبایی از قبول امانت را قبول ولایت خداوند تلقی می‌کند و این امانت‌داری را کمالی می‌داند که با انجام ایمان و عمل صالح به‌دست می‌آید و محقق می‌گردد (۱۷). از این تفاسیر این‌گونه می‌توان برداشت کرد که خصلت امانت‌داری در انسان که خود یکی از مبانی ارزشی سلامت جسم و روح انسان است که انسان را به ایمان و عمل صالح هدایت می‌کند و این خود در سلامت معنوی انسان تأثیرگذار است.

نتیجه‌گیری

مبانی انسان شناختی یکی از مهم‌ترین مبانی قرآنی است که دارای مبانی انسان شناختی گرایشی، نگرشی و ارزشی است که هریک از آن‌ها در تأمین و ارتقاء سلامت معنوی انسان تأثیرگذارند. دوساحتی بودن انسان ازجسم و روح، اختیار انسان، اعتقاد به مقدرات الهی، هدفمندی زندگی انسان، از مبانی انسان شناختی نگرشی می‌باشند که در سلامت معنوی تأثیرگذارند. از نظر قرآن کریم انسان موجودی با دو ماهیت جسم و روح است و برای هریک از این دو بعد جهت حفظ و ارتقای سلامت معنوی دستورات خاصی می‌دهد. در بعد سلامت جسمانی به پرهیز از آسیب‌های جسمانی، بهداشت فردی، تغذیه و جنسی و پرهیز از پرخوری توصیه می‌کند و در بعد سلامت معنوی به امور فرامادی همانند؛ ایمان به خدا، معاد، انبیا و ذکر و یادخدا، نماز، قرآن و ... تأکید می‌کند. تأثیر مبنای اختیار بر سلامت معنوی بدین گونه است که کف نفس و خویشتن‌داری برخاسته از اختیار انسان است و باعث پرهیز از بد اخلاقی، حرام خواری و پرخواری می‌گردد که این خود در سلامت معنوی انسان تأثیرگذار است. بناگذاری سلامت بر فطرت، خودشناسی، کمال جویی، آگاهی از ابعاد وجودی انسان و زدودن رذایل اخلاقی و پیراستن به فضایل اخلاقی از بنیان‌های گرایشی انسان شناختی هستند که هریک از آن‌ها در تحقق سلامت نقش اساسی دارند. مهم‌ترین مبانی ارزشی انسان شناختی عبارتند از: کرامت، خلافت، جانشینی خدا و امانت‌داری که هریک از آن‌ها در تحقق و ارتقا سلامت انسان نقش اساسی دارند، چرا که احساس ارزشمندی باعث عزت نفس و وجهه اجتماعی در جامعه می‌گردد. این امر در سالم‌سازی جسم و روح انسان نقش اساسی دارد.

تضاد منافع: نویسنده تصریح می‌کند که هیچ‌گونه تضاد منافعی در مطالعه حاضر وجود ندارد.

منابع

1. World Health Organization. Health and Well-Being. 2020.
2. Azarbaijani M. Islam and Religious Studies. Pattern of Health. 2022. pp. 36-9.
3. Ibn Faris, Ahmed bin Faris. Ma'jam Maqayis al-Lagheh. Qom: School of Al-Alam al-Islami, 1983.
4. Ragheb Isfahani, H bin M. Vocabulary of Quranic words. Beirut ،Dar Al-Shamiya. 1412 AH.
5. DiMatteo, M. Rabin. Health Psychology. translated by Mohammad Kaviyan-Porou and others, Tehran, Semit. 2008. pp. 15.
6. Dehkhoda A. Dehkhoda dictionary. second edition, College of Science and Literature, University of Tehran, Tehran, Iran, 1958.
7. Murata H, Morita T. Conceptualization of psycho-existential suffering by the Japanese Task Force: The first step of a nationwide project. Palliative & Supportive Care. 2006;4(3):279-85.
8. Marzband R, Zakavi A. Indicators of spiritual health from the perspective of revelatory teachings. Quarterly Journal of Medical Ethics. 2012;20:99-70.
9. Azarbayjani M. The Model of Spiritual Health in the Holy Qur'an with a Semantic Approach. Islam and Researches about Spirituality. 2023;1(1):7-36.
10. Hawks SR, Hull ML, Thalman RL, Richins PM. Review of spiritual health: definition, role, and intervention strategies in health promotion. American journal of Health Promotion. 1995;9(5): 371-8.
11. Gomez R, Fisher JW. Domains of spiritual well-being and development and validation of the Spiritual Well-Being Questionnaire. Personality and Individual Differences. 2003;35(8):1975-91.
12. Azizi F. Spiritual health, what it is, why and how, first edition, Tehran, Legal Publications, 2014.
13. Makarem Shirazi N. Tafsir al-Nashon. Dar al-Kitab al-Islamiya. 1995.
14. Mughniyeh MJ. Tafsir al-Kashif. Qom: Dar al-Kitab al-Islami. 2003;1424.
15. Ibn Ashur, Muhammad Ibn Tahir. Al-Tahrir and al-Tanvir. First Edition. Beirut: Institute of al-Tarikh al-Arabi. 1999.
16. Kulaini M. Usul Al -Kafi, translated by: Seyyed Javad Mostafavi, first edition, 1989.
17. Tabatabaei M. Al-Mizan fi Tafsir al-Qur"an. Modaresin

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.3.3.425]

Society Publications. 1996.
18. Mesbah M. Spiritual health in Islam. Tehran: Huqooqi Publication; 2013.
19. Motahari M. collection of works of Master Shahid Motahari. Tehran: Sadra Publications. 1989.
20. Motaghi Handi, A, Kanzal -Amal fi Sanin al - Aqwal Walafal, Beirut, Risala, Institute, 1998. [In Arabic]
21. Jafari MT. Philosophy and the purpose of life. Tehran: Institute for Editing and Publishing Works of Allameh Jafari. 2019.
22. Misbah Yazdi MT. Self-recognition for Self-improvement. Qom: Imam Khomeini Educational and Research Institute Publications. 2013. pp. 24.
23. Husseini Zabidi, MM. Taj al-Arus min Jawahir al-Qamus. First edition. Beirut: Dar al-Fikr. 1993. pp. 606.
24. Shukani M bin A. Fatah al-Qadir. Damascus: Dara bin Kathir, Dar al-Kalam al-Tayyib, 1414 AH.
25. Siyuti Jalaluddin. al-Dor al-Manthor fi Tafsir al-Mathor. Qom: Ayatollah Murashi Najafi Library. 1404 AH. pp. 292.
26. Ibn Kathir, Ismail Ibn Umar. Tafsir al-Qur'an al-Azeem. scholar: Muhammad Hossein Shams al-Din, Beirut: Dar al-Kutub Al-Elamiya Publications. 1419 AH.
27. Alousi SM. Tafsir Ruh al-Ma'ani in Tafsir al-Qur'an and Asba' al-Mathani. Beirut: Dar al-Kitab al-Alamiya. 1415 AH.
28. Fakhr Razi, Muhammad Omar. Al-Tafsir Al-Kabir. Fourth edition. Qom: Islamic Propaganda Office Publishing Center. 1413 AH. pp. 373.
29. Javadi Amoli A. Tafsir Insan Be Insan. Qom: Isra Publication Center. 2010. pp. 217.
30. Tabarsi, Fazl bin Hasan. Majma' al-Bayan fi-Tafsir al-Qur'an. Third edition. Tehran: Nasser Khosrow. 1993. pp. 98.

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.3.3.425]