



نهج البلاغه و بهداشت روان

نگارش:

دکتر جعفر بوالهري
احمد رضا محمدپور
دکتر علي اصغر اصغر نژاد فرید
حجت الاسلام ابوالقاسم طاهري

دانشگاه علوم پزشکی ایران
انستیتو روانپزشکی تهران
مرکز تحقیقات بهداشت روان
دفتر مطالعات اسلامی در بهداشت روانی
دفتر مرکزی مشاوره وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

عنوان و پدیدآور	نهج البلاغه و بهداشت روان/ نگارش: جعفر بوالهري ... (و ديگران): (برای) دانشگاه علوم پزشکی ايران.
مشخصات نشر	تهران: دائره، ۱۳۸۵.
مشخصات ظاهري	: (۸۸) ص.
شابک	: 978-964-7932-78-3 ۱۰۰۰۰ ريال
يادداشت	: کتابنامه: ص. (۸۸) ص؛ همچنين به صورت زیرنویس
موضوع	: علي بن ابيطالب، ۲۳ قبل از هجرت - ۴۰ ق - نهج البلاغه - - نقد و تفسير - اسلام و بهداشت رواني
شناسه افزوده	: بوالهري، جعفر، ۱۳۲۷ - دانشگاه علوم پزشکی ايران
رده‌بندی کنگره	: ۲۸۴ الف ۱۰۲/ B۳۲۸
رده‌بندی دیویی	: ۲۹۷/۹۵۱۵
شماره کتابخانه ملی	: ۴۴۳۱۰ - ۸۵ م

نهج البلاغه و بهداشت روان

نویسندگان:

دکتر جعفر بوالهري
دکتر علي اصغر اصغر نژاد
احمد رضا محمدپور
حجت السلام ابوالقاسم طاهري

کتاب آرا: راحله سادات بيطرفان

ليتوگرافي، چاپ و صحافي: طيف‌نگار

شمارگان: ۲۲۰۰ نسخه

چاپ اول: ۱۳۸۶

شابک: ۳- ۷۸- ۷۹۳۲- ۹۶۴- ۹۷۸

کليه حقوق محفوظ است



نشر دانژه

تهران: خيابان استاد مطهري، خيابان سليمان خاطر (امير اتابک)، کوچه اسلامي، شماره ۴/۲

کد پستی: ۱۵۷۸۶۳۵۸۱۱

صندوق پستی: ۴۱۴۶- ۱۴۱۵۵

تلفن: ۸۸۸۴۶۱۴۸ - ۸۸۸۴۲۵۴۳

تلفنکس: ۸۸۸۱۲۰۸۳

آشنایی با آثار نشر دانژه و فروش اينترنتي

www.danfeh.persianbook.net

تقدیم به:

مادرانمان

فهرست

۷	پیش‌گفتار
۱۳	فصل ۱: بهداشت روانی و خانواده ازدواج رفتار با همسر رفتار با والدین رفتار با فرزندان
۲۱	فصل ۲: مسایل روانی - اجتماعی ناامیدی و احساس تنهایی خشونت و دیگ‌رکشی مصرف الکل و قماربازی همسر آزاری و تکریم زن شهوترانی و روابط جنسی نامشروع

فصل ۳: فشارهای روانی و مقابله با آن ۲۹

سختی‌ها، مصائب، بلايا و راههای مقابله با آن
اندوه و راههای مقابله با آن
مرگ، فشارهای روانی آن و راه‌ها مقابله
بیماری
جنگ، فشارهای روانی آن و راههای پیشگیری و مقابله
مهاجرت و روش‌های سازگاری
طلاق و اختلاف‌های خانوادگی
فقر

فصل ۴: حمایت از گروه‌های آسیب‌پذیر ۴۵

جایگاه حمایت اجتماعی
حمایت از فقیران و محرومان اجتماعی
حمایت از یتیمان
حمایت از اسیران
حمایت از در راه ماندگان
حمایت از مهاجران و پناهندگان
حمایت از بیماران روانی و عقب‌ماندگان ذهنی

فصل ۵: بهداشت روانی - اجتماعی ۵۵

اتحاد و همبستگی
اصلاح میان مردم
دوری از جنگ
روابط بین فردی متقابل
ارتباط کلامی
عفو و بخشایش

مشورت

صله رحم

اتفاق، صدقه و بخشش به دیگران

زکات و خمس

عدالت

پرهیز از تهمت

مسئولیت

۷۵

فصل ۶: بهداشت روانی - فردی

امیدواری

صبر

دعا و نیایش

یاد خدا

توکل

سوء ظن و بدگمانی و رهنمودهای پیشگیرانه

توبه

۸۶

منابع

آثار نشر دائره

پیش‌گفتار

بیش از پانزده سال از پیشنهاد اجلاس منطقه‌ای بهداشت روان سازمان جهانی بهداشت (WHO/EMRO) در قبرس می‌گذرد. اجلاسی که در آن به پیشنهاد دکتر ویگ و تصویب اعضاء بعضی نمایندگان کشورهای اسلامی منطقه، قرار شد از آموزش‌ها و توصیه‌های اسلامی برای ارتقاء بهداشت روانی مردم استفاده شود. به نظر نمی‌رسد این کار با روشی علمی در کشور دیگری به انجام رسیده باشد، اما در کشور ما در کنار مطالعه‌های پراکنده‌ای که در این زمینه انجام شده، در سال ۱۳۷۸ توسط انستیتو روانپزشکی تهران کتاب آیات قرآنی در زمینه بهداشت روانی منتشر شد و اکنون پس از پژوهشی سه ساله نتیجه مروری بر نهج البلاغه از دیدگاه روانشناسی و بهداشت روان براساس روش شناسی علمی و نوین انتشار می‌یابد.

پیش از پرداختن به روش پژوهش و توضیح در مورد کتاب لازم است به چند نکته اساسی درباره عنوان آن: فرازهای نهج البلاغه در زمینه بهداشت روان اشاره شود، که برای رعایت اختصار روی جلد «نهج البلاغه و بهداشت روان» آمده است:

الف) عبارت "فرازهای" در عنوان به این دلیل است که کتاب اکثر فرازهای نهج البلاغه را در زمینه موضوع مورد بررسی در برمی گیرد. فرازهایی که ارتباط کمتری با غیر مستقیم با موضوع داشته‌اند نیز در پانوشتها آمده‌اند. بطور کلی، پانوشتها حدود ۱۱۰۰ ارجاع را در بر می‌گیرند که از این میان حدود ۷۵۰ ارجاع مستقیم است.

ب) "نهج البلاغه" اشاره به اثر سید رضی دارد که از سال ۴۰۰ هجری به گردآوری سخنان امام علی (ع) که از حیث بلاغت درجه بالایی داشتند پرداخت. بنابر این نهج البلاغه نگاهی گزینشی به آموزه‌های علی (ع) از منظر بلاغت دارد و نماینده کلیت دیدگاه‌های علی (ع) نیست. کما این که نهج البلاغه انعکاس رهنمودهای امام علی (ع) در ۴-۵ سال آخر زندگی ایشان است و جنبه حکومتی آن غالب است درحالی که لازم است در پژوهش‌های آتی تفاسیر و اصل کتاب‌های غررالحکم و دررالکلم نیز بررسی شوند. با این وجود، در ستایش نهج البلاغه ابن ابی الحدید که از علمای بزرگ اهل تسنن است، در مورد شرح نهج البلاغه‌اش که از بهترین شرح‌هاست، می‌گوید: "وَجَرَى الْوَادِي فَتَمَّ عَلَى الْقَرَى" اگر چه سیل بر بیابان روان شد اما به پایان نرسید و در زمین آن فرو رفت.

ج) منظور از "در زمینه" در عنوان، آن دسته از فرازهای نهج البلاغه است که در بافتار فهرست موضوع‌های مطرح در قلمرو امروزین بهداشت روان جای می‌گیرند این در حالی است که موضوع‌های مذکور از عناوین و سرفصل‌های مهم در روان‌شناسی و بهداشت روان اخذ شده است.

د) و در نهایت، اصطلاح "بهداشت روان" در عنوان اشاره به "تأمین و ارتقاء سلامت روانی، فردی، خانوادگی و اجتماعی، پیشگیری از ابتلاء، درمان مناسب و توانبخشی اختلال‌های روانی دارد".

لازم به ذکر است که هدف از نگارش این کتاب فراهم آوردن اکثر فرازهای نهج البلاغه در زمینه بهداشت روان با روش‌شناسی علمی است و نه دینی، و از پرداختن به تحلیل و تفسیرها و سایر مباحث نامربوط به شدت پرهیز شده است.

روش پژوهش روش کتابخانه‌ای و جستجو و جمع‌آوری فرازها، واژه‌ها و موضوع‌ها فقط از کتاب نهج البلاغه است و نه کتاب‌های فراوان با ارزش دیگری همچون دانشنامه امیرالمؤمنین (ریشه‌ری) و دانشنامه امام علی (ع). همچنین با توجه به قریب ۳۰ ترجمه کامل از نهج البلاغه از قرن پنجم هجری تا کنون برای سهولت در پژوهش، نهج البلاغه ترجمه مرحوم استاد محمد دشتی به خاطر روانی و قرابت با زبان امروزی و هماهنگی شماره خطبه‌ها و نامه‌ها و حکمت‌های آن با هشت نسخه دیگر (جعفری، خوئی، حویزی، مبشری، خراسانی، امامی و آشتیانی، شریعت و شهیدی) و عنوان‌بندی مناسب و حداقل شرح و تفسیر و حداکثر پایبندی روایی به متن اصلی به عنوان نسخه مرجع برگزیده شد. لازم به توضیح است برای دقت در ارجاع‌ها و برقراری رابطه بهتر کیفی با متن و جلوگیری از اشتباه‌های احتمالی (در مرحله دوم پژوهش) کار فیش‌برداری و انطباق، به شکل دستی و نه نرم‌افزاری انجام شده است. بنابراین پیشنهاد می‌شود برای تطبیق به نسخه مرجع نرم‌افزاری مراجعه نشود.

از نظر روش‌شناسی عناوین مطرح و روزآمد در روان‌شناسی و بهداشت روان که در کتاب آیات قرآنی نیز به کار رفته بود با اندکی تغییر مورد استفاده قرار گرفت، بدون این که به موضوع‌های فراوان دیگر مرتبط با بهداشت روان پرداخته شود. با توجه به چارچوب موضوعی ذکر شده یافته‌ها پس از فیش‌برداری و طبقه‌بندی از سه مرحله گذشتند تا به شکل فعلی درآمدند.

مرحله نخست: مجموعه‌ای کامل و ۲۰۰ صفحه‌ای به کوشش دو بزرگوار و پژوهشگران روانشناسی و متون اسلامی، دکتر علی اصغر نژاد فرید، و حجت الاسلام ابوالقاسم طاهری، نگارش یافت که در دفتر مطالعات اسلامی و مرکز تحقیقات بهداشت روان انستیتو روان پزشکی تهران که تأمین کننده بخشی از بودجه آن بود نگهداری می‌شود.

مرحله دوم: در مرحله نخست هدف اصلی طرح که نیارودن تحلیل، توصیف، تفسیر یا بحثی بر داده‌ها بود برآورده نشد. بنابراین، ترتیبی اتخاذ گردید تا با بیشترین نقل قول مستقیم و آوردن منابع و تک تک نکته‌ها و یافته‌ها، زمینه‌ای فراهم شود تا خواننده فارغ از هرگونه سوگیری نویسندگان، بتواند با مطالعه‌ی بیشتر، خود به ژرفای دیدگاه، فلسفه و اندیشه نهج البلاغه در حوزه بهداشت روان پی ببرد. این بخش از طرح به آماده‌سازی برای چاپ، کاربردی کردن و چکیده نمودن یافته‌ها و به کارگیری الگوی نگارش که انتظارهای گروه هدف به ویژه علاقمندان و متخصصان بهداشت روان را برآورده سازد اختصاص داشت که با کوشش طولانی، کمک و همت پیگیر برادر بزرگوار آقای احمد رضا محمدپور، روانشناس بالینی، به انجام رسید.

مرحله سوم: کوشش در رعایت امانت و حفظ واژه‌ها و مفاهیم نهج البلاغه و فرمایش‌های امام علی (ع) باعث شد که در مرحله سوم طرح با ارسال متن کتاب به ۱۵ نفر صاحب نظر اسلامی آشنا یا متخصص در حوزه نهج البلاغه و بهداشت روان، درخواست شود که نقطه نظرهای اصلاحی خود را در مورد اعتبار متن نگاشته شده و امانت داری نویسندگان اعلام نمایند. بزرگوارانی چون دکتر محمد مهدی اصفهانی، سید جمال الدین دین پرور رئیس بنیاد نهج البلاغه، دکتر علی نقی فقیهی رئیس مؤسسه مطالعاتی مشاوره اسلامی، دکتر باقر غباری بناب، جعفر فیض آبادی، احمد ترابی، احمد غلامعلی، محمد مهدی کرمی، سهیلا منیری جاوید و محمد حسین

مدنی اصلاح‌ها، راهنمایی‌ها و انتقادهای بسیاری ارسال داشتند که بیشترین آن اعمال گردید.

در اینجا، جهت اطلاع خوانندگان گوشه‌ای از اظهارنظرهای داوران نقل می‌شود:

سید جمال الدین دین‌پرور، ریاست بنیاد نهج‌البلاغه:

"خوشبختانه موفق شدم کتاب را بخوانم ... کار بسیار جالبی است که مطالب نهج‌البلاغه را با تنظیم خوب و سرفصل‌های مناسب مورد استفاده قرار داده است، انشاء الله این روش ادامه یابد."

احمد ترابی، عضو گروه معارف دانشگاه علوم پزشکی مشهد:

"قلم نویسنده روان، گویا و قابل قبول است و همان مقدار از تحلیل که آمده است حکایت از قدرت ذهنی نویسنده یا نویسندگان دارد."

دکتر باقر غباری بناب، استادیار دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران:

"بایستی به شما و همکارانتان تبریک بگویم که چنین پروژه مبارکی را آغاز کرده‌اید."

حجت الاسلام جعفر فیض‌آبادی، عضو هیئت علمی گروه معارف اسلامی دانشگاه علوم پزشکی مشهد:

"تحقیق در حوزه بهداشت روان در نوع خود کم‌نظیر و تا حدودی ابتکاری است. فراگیر بودن و پرداختن به اکثر موضوع‌های مربوط به حوزه بهداشت روان امتیاز دیگر این پژوهش است. مستند بودن و خلوص برداشت‌ها، عدم تخمیل نظر شخصی محققان بر متن و بطور کلی متن محور بودن پژوهش که باعث

شده وفادارانه از فرمایش‌های حضرت علی (ع) بهره گرفته شود. همچنین از تطبیق‌های ناچسب و تحمیلی اجتناب شده است.

پژوهش و چاپ این کتاب با حمایت مالی و سفارش انستیتو روانپزشکی تهران، مرکز تحقیقات بهداشت روان دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران، مرکز مشاوره دانشجویی دانشگاه تهران (آقای حمید پیروی) و دفتر مرکزی مشاوره وزارت علوم، تحقیقات و فناوری (دکتر فرامرز سهرابی) و زحمات‌های برخی از کارکنان این مرکز همچون سرکار خانم سودابه طاهری اندی صورت گرفته که از آنها سپاسگزاری می‌شود. امید است که معنویت ماه‌های مبارک رمضان و شب‌های پرمعنای قدر ره توشه نویسندگان، همکاران و یاران و بهره‌گیران این اثر گردد.

دکتر جعفر بوالهیری

رمضان ۱۴۲۶ و ۱۴۲۷

(آبان ۱۳۸۴ - مهر ۱۳۸۵)