

تبیین مؤلفه‌های سلامت معنوی فرافردی در سبک زندگی الهی از منظر امام خمینی (ره) و نقش آن در دستیابی به آرامش

حسین زارع^۱، سعید کاظمی^۲، منصور حیدری^۳، سید حامد عنوانی^۴

چکیده

زمینه و هدف: حقیقت سلامت معنوی در گرو سلامت سبک زندگی است و سبک زندگی الهی تنها سبک زندگی واقعی به شمار می‌رود. امام خمینی با خوانشی کاربردی از اسلام، دین را در زندگی انسان معاصر باز یابی نمود. با وجود تأکید گسترده بر نقش سلامت معنوی در سبک زندگی الهی و ارجاع مکرر به آرامش به عنوان یکی از ارکان آن، هنوز مشخص نیست که «آرامش» در این چارچوب، صرفاً یک حالت روان‌شناختی انتزاعی است یا بر مؤلفه‌های گرایشی عینی و قابل استخراجی مبتنی است که بتوان آن‌ها را نظام‌مند کرد و در سبک زندگی معاصر به کار گرفت. همچنین، رابطه‌ی میان این مؤلفه‌ها و نحوه‌ی تأثیرگذاری آن‌ها بر تحقق سبک زندگی الهی، تاکنون بر اساس تحلیل نظام‌مند آثار امام خمینی (ره) تبیین نشده است. این شکاف پژوهشی، ضرورت واکاوی مؤلفه‌های آرامش‌بخش سلامت معنوی فرافردی از منظر ایشان را به عنوان مسئله‌ی محوری پژوهش مطرح می‌سازد. روش بررسی: این پژوهش با روش کتابخانه‌ای و با تحلیل کیفی آثار امام خمینی انجام شده است. داده‌ها از طریق مطالعه متون دینی، بیانات و تألیفات امام گردآوری و سپس مؤلفه‌های مرتبط با آرامش در سلامت معنوی ساحت فرافردی، با تأکید بر عناصر گرایشی سبک زندگی الهی، استخراج و تحلیل شده است. یافته‌ها: تحلیل آثار امام نشان می‌دهد که آرامش‌بخش‌ترین گرایش در سلامت معنوی، ایمان به خداست. از مهم‌ترین مؤلفه‌های آن در سبک زندگی الهی می‌توان به «تجرب با خدا»، «رضایت به رضای حق تعالی» و «صبوری در مصائب» اشاره کرد. این مؤلفه‌ها نقشی چشمگیر در تحقق سبک زندگی الهی دارند؛ به گونه‌ای که قلب آرامش‌یافته از ایمان نه تنها با کسب احساس رضایت از زندگی از غم‌رهای می‌یابد، بلکه می‌تواند از فرصت مواجهه با مشکلات، به تعمیق اعتماد هر چه بیشتر به مدیر هستی سوق یابد. نتیجه‌گیری: از منظر امام خمینی، آرامش در ساحت فرافردی سلامت معنوی، بدون ایمان به خدا و التزام عملی به مؤلفه‌هایی همچون رضایت و صبر، تحقق نمی‌یابد. این مؤلفه‌ها در یک چرخه صعودی، انسان را به سطح ایمانی بالاتری ناقل می‌کنند و بستر اصلی سبک زندگی الهی را فراهم می‌آورند؛ بنابراین، بازخوانی این مؤلفه‌ها در اندیشه امام می‌تواند الگویی کارآمد برای دستیابی به سلامت معنوی واقعی در زندگی معاصر ارائه دهد.

واژگان کلیدی: آرامش، امام خمینی، ایمان، رضایت از زندگی، ساحت فرافردی، سبک زندگی، سلامت معنوی.

۱. گروه معارف اسلامی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی همدان، همدان، ایران؛ و مرکز تحقیقات توسعه پژوهش‌های بین‌رشته‌ای معارف اسلامی و علوم سلامت، پژوهشکده

علوم اعصاب و سلامت روان، دانشکده علوم پزشکی همدان، همدان، ایران. h.zare@umsha.ac.ir

۲. گروه معارف اسلامی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی همدان، همدان، ایران. s.kazemi@umsha.ac.ir

۳. گروه معارف اسلامی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی همدان، همدان، ایران. mansoorhidari@yahoo.com

۴. نویسنده مسئول، استادیار معارف اسلامی، گروه بهداشت مدارس، دانشکده علوم پزشکی اسداباد، اسداباد، ایران. h.onvani@asaums.ac.ir

مقدمه

سلامت روان، بر اساس تعریف سازمان جهانی بهداشت، حالتی از رفاه است که فرد در آن توانمندی‌های خود را می‌شناسد، با استرس‌های روزمره زندگی کنار می‌آید، به‌طور مؤثر کار می‌کند و در جامعه مشارکت دارد. ارتباط مثبت معنویت با سلامت روان در مطالعات گسترده‌ای تأیید شده است؛ به‌ویژه مشارکت در فعالیت‌های مذهبی و معنوی با سطوح پایین‌تر افسردگی همراه است (۱). این رابطه از چند مکانیسم ناشی می‌شود: اول، معنویت به‌عنوان منبع تاب‌آوری روانی عمل می‌کند و با کمک به تفسیر معنادار رویدادهای منفی، امیدواری را تقویت می‌نماید (۲). دوم، جوامع مذهبی حمایت اجتماعی قوی فراهم می‌کنند که عامل محافظتی مهمی در برابر پریشانی روانی است (۳). سوم، تمرین‌های معنوی مانند مراقبه (مدیتیشن) مستقیماً فعالیت دستگاه عصبی سمپاتیک و ترشح کورتیزول را کاهش داده و علائم اضطراب را کم می‌کنند (۴). مطالعات نشان داده است که ضرورت و کارکرد معنویت در سلامت آنچنان عمیق است که معمولاً بین اعمال مذهبی و کاهش شروع بیماری‌های جسمی و روانی، کاهش مرگ‌ومیر و احتمال بهبودی یا سازگاری با بیماری جسمی و روانی، پیوندهای مستقیمی وجود دارد (۵).

درباره تعریف این اصطلاح عبارت‌های گوناگونی از دانشمندان علوم مختلف ذکر شده است؛ گاه سلامت معنوی، وضعیتی هدفمند و معنادار از حیات انسانی دانسته شده است که حاصل ایمان و اعتقاد و ارتباط فرد با قدرت و کمال بی‌نهایت الهی و زندگی ابدی پس از مرگ است (۶). برخی سلامت معنوی را شامل ویژگی‌های متعالی و وجودی مربوط به روابط فرد با خود، دیگران و موجودی برتر، همراه با تعامل با محیط معرفی نموده‌اند. از میان تعاریف گوناگون به نظر می‌رسد، سلامت معنوی استعداد روحی نامحدودی است که در ارتباط با خالق هستی شکوفا می‌شود و دو هسته بینشی و انگیزشی

حسین زارع و همکاران

دارد (۷)

از سویی دیگر سبک زندگی به‌عنوان معیاری برای تشخیص یا تأسیس چارچوب کلی زندگی است که در آن با بررسی نحوه مدیریت افکار، احساسات (رفتار درونی) و کنش‌ها (رفتار بیرونی)، سیاست حاکم بر شئون مختلف زندگی ترسیم می‌شود (۸). سبک زندگی در هر ساحتی از زندگی، محصول شیوه‌های خاص مواجهه با مهم‌ترین وظایفی است که برای رسیدن به اهداف تعیین شده حاصل از باورها، گرایش‌ها و شرایط محیطی شکل می‌گیرد (۹).

ارتباط بین سبک زندگی و سلامت معنوی _ به‌عنوان دو موضوع نسبتاً جدید و مطرح در ساحت علوم انسانی و علوم تجربی _ از ظرفیت پژوهش‌های فاخری برخوردار است چراکه معنویت گرچه تأثیر قابل توجهی در تحول تمدن انسانی دارد اما تحلیل مهارت‌های معنوی در حوزه و قالب سبک زندگی سابقه چندانی ندارد. علاوه بر اینکه ارائه مراقبت‌های معنوی در معرض خطر تبدیل شدن به یک راه حل خودآموز، موقتی، اجرا شده خودسرانه یا به حاشیه رانده شده یا مرتبط با ارزش‌های شخصی است. در مقابل این بحران، پژوهش‌هایی در راستای تحلیل سلامت معنوی در قلمرو سبک زندگی الهی می‌توانند به غنا و کارکرد این موضوع بیفزایند؛ این مسیر با استناد به منابع اصیلی که توسط انبیاء الهی به‌عنوان وسایط فیض بین خدا و بشر برای مدیریت زندگی بشر فرستاده شده و به دست نواب خاص و عام که مفسر و مجری بیان انبیا هستند عرضه می‌شود. این راه حل می‌تواند سلامت معنوی را در مسیر تبدیل شدن به منظومه‌ای قانونمند، دائمی، فراگیر و مرتبط به ارزش‌های متعالی عینی و حیات‌بخش انسانی قرار دهد. در میان اندیشمندان جهان، امام خمینی شخصیتی متخلیق و متخصص در علوم انسانی اسلامی است که با عمق بینش‌های عمیق و دقیق فقهی فلسفی، در کنار دستیابی به مقامات عالی عرفانی اخلاقی، توانست با ارائه خوانشی وحیانی از سبک

روش بررسی

این پژوهش توصیفی تحلیلی و نظری است. داده‌ها از روش کتابخانه‌ای و مطالعه آثار امام خمینی (ره) گردآوری شد. معیار انتخاب آثار متون اصلی با تمرکز بر شناخت خدا، صفات الهی، ایمان قلبی و گرایش‌های مرتبط با آرامش است. استخراج مؤلفه‌ها از طریق تحلیل مضمون کدگذاری باز مفاهیم، سپس دسته‌بندی به بینشی و گرایشی انجام شد.

یافته‌ها

تشخیص دقیق مفاد و مسیر سلامت معنوی، نقش تعیین‌کننده‌ای در آرامش دنیوی و سعادت اخروی دارد. قلب نورانی شده با ایمان، از غم دنیا رها شده و توان مقابله مؤثر با مشکلات و سختی‌ها را می‌یابد. علاج قطعی اضطراب و بسیاری از مفاسد، رهایی از دنیازدگی و خودخواهی است؛ این علاج با پذیرش کامل مدیریت الهی در سبک زندگی محقق می‌شود، به‌گونه‌ای که هیچ نصیبی از دنیا خارج از مشیت الهی دانسته نمی‌شود، لحظات عمر به ادای وظیفه آخرت‌ساز معطوف می‌گردد و مصائب با خونسردی و سهل‌انگاری مواجهه می‌شوند. آرامش ایمانی، چرخه‌ای تعاملی ایجاد می‌کند که در آن مشکلات (نومیدی، افسردگی، فقر، مصیبت‌ها) به جای تضعیف، فرد را به تعمیق اعتماد به خدا و ارتقای سطح ایمان سوق می‌دهد و مصائب را به منشأ نشاط واقعی در همه لحظات زندگی تبدیل می‌کند. ایمان واقعی، فرد را از رذایل متضاد خود (خودخواهی، بدخواهی، تعلق دنیوی و آثار آن) پاک می‌سازد. باور به اینکه هیچ رویدادی خارج از قلمرو علم، قدرت، عدالت و رحمت الهی نیست، اندوه گذشته را زدوده و شهادت مواجهه با آینده را به ارمغان می‌آورد.

از ثمرات آرامش‌بخشی ایمان: وجدان راحت در ادای وظایف تقریبی، شکرگزاری از نعمت‌ها، انعطاف‌پذیری در برابر تغییرات و مقاومت در برابر بلاها و ناامیدی‌هاست. سبک زندگی

زندگی مبتنی بر معنویت، هویت اسلامی را در حوزه زندگی انسان معاصر کاربردی و بازیابی نماید (۹)

چهار ساحت ارتباط فرا فردی بیانگر نوع ارتباط يك فرد با خدا؛ ارتباط درون فردی بیانگر نوع ارتباط يك فرد با خویش؛ ارتباط میان فردی بیانگر نوع ارتباط يك فرد با دیگر انسان‌ها و ارتباط برون فردی بیانگر نوع ارتباط يك فرد با محیط برای سلامت معنوی قابل‌تصور است (۱۰). حوزه ماورایی یا فرا فردی به‌عنوان مهم‌ترین موضوع مرتبط با جهان شناختی، به رابطه خود با چیزی یا شخصی فراتر از سطح انسانی می‌پردازد؛ مانند واقعیت متعالی یا خدا که متضمن ایمان به آن و پرستشش به‌عنوان منبع رمز و راز جهان هستی؛ چرا که ممکن است به‌ویژه برای افراد مبتلا به بیمارهای پیشرفته با یافتن معنا از طریق ارتباط با موجود برتر، امیدوارانه قادر به تحمل رنج گردند (۱۱) و این در حالی است که یأس سرچشمه همه سستی‌ها و ناتوانی‌ها است (۲۱). برخی حتی شفای واقعی را مستلزم پاسخ {صحیح} به این سؤال می‌دانند که «آیا خدایی وجود دارد؟» (۱۲)

از آنجایی که از میان عوامل دخیل در ساختار سلامت معنوی، آرامش از جمله مهم‌ترین و عمومی‌ترین عوامل است و از طرفی ساحت ارتباطی فرا فردی بنیادی‌ترین ساحت سلامت معنوی است؛ این پژوهش در پی پاسخ به این سؤال است که با توجه به چهارچوب عناصر بینشی و گرایشی سبک زندگی، مؤلفه‌های آرامش سلامت معنوی ساحت فرا فردی در سبک زندگی الهی از منظر امام خمینی (ره) چه جایگاهی دارد؟ در پاسخ، با گردآوری داده‌ها با روش کتابخانه‌ای ضمن تعریف سبک زندگی الهی مهم‌ترین مؤلفه‌های بینشی و گرایشی متناظر به آرامش سلامت معنوی در سبک زندگی الهی بررسی می‌شود.

الهی با ارائه هدف متعالی، الزام به حسن اخلاق و امید به آینده، با احساس پوچی و بیهودگی مقابله کرده و زمینه بسیاری از بیماری‌های جسمی، روانی، اجتماعی و تزلزل‌های ناشی از آن را مرتفع می‌سازد. الگوی عملی این آرامش در زندگی خود امام خمینی (ره) مشهود است؛ ایشان با وجود مصائب بزرگ (سرنگونی رژیم، تبعید، شهادت فرزند و نزدیکان، مدیریت جنگ هشت‌ساله و ...) در لحظه وفات فرمودند: «با دلی آرام و قلبی مطمئن و روحی شاد و ضمیری امیدوار به فضل خدا از خدمت خواهران و برادران مرخص و به‌سوی جایگاه ابدی سفر می‌کنم» (۱۳).

یافته‌ها کاربرد گسترده‌ای در حوزه‌های مشاوره روان‌شناختی معنوی، مراقبت‌های معنوی بیماران (به‌ویژه در مواجهه با رنج و بیماری‌های پیشرفته) و آموزش و ترویج سبک زندگی اسلامی در جوامع معاصر دارند. این الگو می‌تواند سلامت معنوی را به منظومه‌ای قانونمند، دائمی و عینی تبدیل کند و با ادغام مؤلفه‌های آرامش (ایمان، رضایت، صبوری، توکل) در برنامه‌های درمانی، به کاهش افسردگی، اضطراب و مشکلات روانی کمک نماید و تاب‌آوری در برابر رنج‌ها را تقویت کند.

بحث

۱. فلسفه الهی حیات بشری در سبک زندگی الهی از

منظر امام خمینی

بزرگ‌ترین مانع سلامت معنوی رنج بی‌معنایی در زندگی است (۱۲). از آنجاکه هدف زندگی به قلمرو روح (یعنی قلب) تعلق دارد نه روان (۱۴)؛ فلسفه الهی حیات بشری که خروجی نهایی سبک زندگی الهی او نیز محسوب می‌شود همانا سلامت و سعادت نهایی بشر است. این سعادت در گروی شناخت واقعی انسان و به‌تبع آن هدایت والاترین استعدادهای او در جهت کسب عالی‌ترین فیوض از کمالات خالق اوست. بر اساس

حدیث قدسی که نفس انسان را بر صورت الهی آفریده‌شده می‌داند (۱۵) انسان مستعد دریافت همه حقایق و نیل به همه مراتب کمالی و بروز و ظهور همه کمالاتی اسمائی و صفاتی خداوند است (۱۶). در این مسیر نامحدود، انسان می‌تواند حامل اسماء الهی بشود و صفات مطلق حضرت باری تعالی را در وجود خود متجلی سازد (۱۷). بر این اساس و مطابق با تعریف پیشین از سبک زندگی، «سبک زندگی الهی» را می‌توان این‌گونه تعریف کرد: شیوه‌های خاص مواجهه با مهم‌ترین وظایف ساحت‌های مختلف زندگی، در جهت وصول به هدف غایی «تجلی صفات حضرت حق در وجود فرد» که این شیوه‌ها از باورها، عواطف و شرایط محیطی مرتبط با همان هدف نشأت می‌گیرند.

۲. ارتباط سلامت معنوی و سبک زندگی الهی

در سلامت معنوی، همچون سبک زندگی، دو مقام اصلی قابل‌تمایز است: «مقام بینش» که به نظام شناخت و عقیده مربوط می‌شود و «مقام گرایش» که با رغبت و تمایل فرد پیوند دارد (۱۸). علاوه بر اینکه دستیابی به اهداف معنادار نیز در تحقق هر دو نقش کلیدی ایفا می‌کند (۱۹). از این‌رو به شاخص سلامت به‌عنوان یکی از ابعاد سبک زندگی در برخی از منابع تخصصی این موضوع تصریح شده است (۲۰). سازمان بهداشت جهانی نیز بر این مفهوم صحه می‌گذارد و داشتن سلامت معنوی را در گرو بهره‌مندی از یک سبک زندگی خاص یا اتکا به فلسفه‌ای معین برای زندگی می‌داند.

از این‌رو معتقدیم از آنجایی که سبک زندگی تشکیکی است؛ (۹) بینش‌ها و گرایش‌های قوام‌بخش سلامت معنوی در همه ابعاد حقیقی آن، زمانی محقق می‌شود که فرد از سبک زندگی الهی بهره‌مند شده باشد یا در مسیر نیل به آن باشد. از آنجاکه در حیطه‌ی سبک زندگی الهی، منشأ همه‌ی کمالات، «بینش» شناخت خدا و «گرایش» ترک هواهای نفس است و مبدأ همه‌ی خطاها، خودخواهی و وابستگی به دنیا

است - اموری که همگی در ساحت فرا فردی و ارتباط با خدا جای می‌گیرند (۱۷) در این پژوهش، ایمان و لوازم آن به‌مثابه‌ی ساحت ارتباط فرا فردی و نیز به‌عنوان موضوعی عمدتاً گرایشی مورد بحث قرار می‌گیرد. همچنین، طرح عناصر بینشی، صرفاً در حد توجه به اثرگذاری آن‌ها بر گرایش‌ها خواهد بود.

۳. آرامش به‌مثابه یکی از مهمترین مؤلفه‌های نظری

سلامت معنوی

بر اساس تعریف سلامت معنوی، لازمه حرکت روح انسانی از مبدائی منور و مبتهّج و وصول به مقصدی سعادت‌مند و نورانی، عبور از مسیری درخشان و خجسته است و در این صورت است که مؤمن در همه آنات پیمایش مسیر حیاتش هم‌سنخیتی مبداء، مسیر و مقصد را می‌یابد. بنابراین ثمره یا نتیجه قرار داشتن در چنین مسیری باید با تجلیات صفات الهی در ظاهر و باطن انسان رخ بنمایاند. از جمله مهمترین تجلیات این صفات در مسیر کسب و حفظ سلامت معنوی، آرامش در زندگی است که مصداق خلقتی زیبا از منشأ و مصدر زیبایی‌آفرین عالم و مظهر اسم «مِنْ أَظْهَرَ الْجَمِيلِ» است. آرامش، بسیاری از حالات و خصوصیات دیگر را تحت پوشش خود قرار می‌دهد به‌طوری‌که بسیاری از زیبایی‌های زندگی معنوی را می‌توان زیر سایه آرامش در زندگی درک و تفسیر نمود. برخی تصریح می‌کنند که شفای واقعی از همه امراض و غم‌ها در آرامش در زندگی قابل تجربه است و این شفا در هسته معنوی زندگی قابل‌دستیابی است (۱۲). از این رو با طرح عنصر آرامش در زندگی به‌مثابه یکی از تأثیرگذارترین عناصر مطرح در سلامت معنوی، می‌توان کلیت بینش‌ها و گرایش‌های معطوف به آن را در قالب سبک زندگی الهی از منظر امام خمینی بررسی نمود.

۴. نظام سلامت بینشی در ساحت فرافردی

از عوامل تأثیرگذار در سبک زندگی الهی، بینش الهی است که منعکس‌کننده ارزش‌های هر فرد یا رویکردهای کلی افراد، نسبت به خود، دیگران و جهان هستی است (۸). مقام

اول انسانیت، سلوک علمی سالم در شناخت سرنوشت‌ساز فهم اسماء و صفات خالق و قانون‌گذار هستی است (۲۱). علاوه بر اینکه آرامش‌بخشی بینش‌های ساحت فرافردی، فرع نوع شناخت خداست؛ بنابراین ابتدا بایستی به درک صحیحی از خدا رسید تا ثمره آن شناخت را در رفتارهای در متن زندگی ملاحظه نمود. اصل اثبات وجود ذات خدا در جلد دوم کتاب تقریرات فلسفه به‌طور تفصیلی مطرح شده و در اینجا مفروض است.

مهم‌ترین شناخت‌هایی که حاصل از اثبات وجود خدا می‌تواند اثرگذار باشد در موضوع صفات الهی است که در چهار شناخت اساسی باور به علم، قدرت، عدالت و رحمت خدا قابل مطرح است که فهم فلسفی از آن‌ها نخستین مرحله از مراحل سعادت است (۲۲). شاید به این دلیل که خود شک و تردید در مهم‌ترین سؤالات وجودی زندگی موجبات ناآرامی است و علم به آن‌ها باعث آرامش روحی، افزایش ایمان و ایجاد انگیزه برای زندگی معنادار خواهد شد. در ادامه اثبات مختصری از علم به این صفات ارائه خواهد شد

۱.۴. باور به علم الهی

خداوند به‌عنوان وجودی کامل، به ذات خویش و تمامی مخلوقات به‌شیوه‌ای بسیط و ازلی علم حضوری دارد؛ علم به ذات خود برای هر نفسی، کمال است و خدایی که صرف‌الوجود و بالتبع جامع همه کمالات وجود و صرف‌الکمال است باید به ذات خود علم داشته باشد. از سویی دیگر ذات حق در مقام ذات خود نیز بسیط و در عین حال عین سبب است؛ از این رو، خداوند به ذات خود به‌مثابه مسبب و علت حقیقی اشیاء عالم، علم ازلی و ابدی دارد (۲۳) پس علم به همه مخلوقات و معلول‌ها به‌صورت بسیط و تفصیلی دارد (۱۵)

۲.۴. باور به قدرت

باور به قدرت الهی به معنای اعتقاد به این است که قدرت خداوند عین ذات بی‌نیاز اوست و هیچ ذره‌ای از هستی، بیرون

از حیطة اراده و حکومت مطلق او نیست. با فرض بساطت مبدأ عالم از تمام جهات، اگر قدرت، عین ذات حضرت حق نباشد، در این صورت، عجز در مرتبه ذات لازم می‌آید و عجز دلیل بر نقص است و اگر ذات ناقص محسوب شود، صرف الوجود نخواهد بود و مسئله ترکیب در آن مطرح می‌شود (۱۵) در مقام فعل نیز وجود هیچ ذره‌ای از حیطة قدرت و اراده او خارج نیست؛ سلسله وجود که تعلق محض هستند از تجلیات گستره قدرت او و از درجات بسط حاکمیتش بر همه اشیاء است (۱۵) مطابق قانون «الامر بین الامرین»، موجودات اگرچه از خود، استقلالی در فاعلیت و تأثیر ندارند اما انتساب افعال به آن‌ها نیز صحیح است (۱۶)

۳.۴. باور به عدل الهی

باور به عدل الهی به معنای اعتقاد به این است که خداوند در نظام تکوین (آفرینش)، تشریع (قوانین دینی) و جزا، بر اساس حکمت و دادگری کامل عمل می‌کند و به هر موجودی آنچه را شایسته آن است، عطا می‌نماید. خداوند بر اساس عدالت نظام عالم را بناکرده است. (۲۳) اعتدال در هر موجودی مظهریت اسما یا صفات خداوند است (۱۷) عدل الهی از سه منظر توجه شده است: نخست، عدالت الهی در تکوین اقتضا می‌کند که به هر موجودی کمال لایق آن را اعطا کند. (۲۴) مقتضای عدالت در تشریع این است که دین در بیان احکام و حقایق که مقصد اصلی ادیان الهی است، در اوج دادگری و در کمال عدالت است (۲۱) در عدل جزایی الهی خداوند بدون هیچ‌گونه ستم و اشتباهی افراد مطیع را پاداش و افراد عاصی را مواخذه می‌شوند.

۴.۴. باور به رحمت الهی

باور به رحمت الهی به معنای اعتقاد به این است که رحمت خداوند، فراگیرترین صفت اوست که هستی را در برمی‌گیرد و هر موجودی را به‌سوی کمال شایسته‌اش هدایت می‌کند؛ اصل وجود، اثر فیض مطلق الهی است (۲۲) به استناد آیاتی

همچون آیه شریفه «رَحْمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ» رحمت رحمانی و رحیمی محیط‌ترین اسماء الهی هستند که نظام اتم الهی بر وزان آن شکل یافته است (۱۵) با این استدلال که ذات الهی کامل مطلق و به‌تبع آن، کمال مطلق است و لازمه کمال مطلق، رحمت مطلق و رزاقیت علی الاطلاق است و هر کس از هر نعمت و کمالی برخوردار است، آن نعمت آیین رزاقیت و کمال پروردگار است؛ رحمت واسعه‌ای که در دنیا و آخرت شامل تمام موجودات است (۱۷) و هر موجودی را به کمال لایق خود می‌رساند (۲۴)

۵. خاستگاه گرایش‌ها در ساحت ارتباط فرافرادی

حیطه گرایش‌ها در ساحت ارتباط فرافرادی، خود مقدمه وصول معارف به قلب و برپایی «ایمان قلبی» است که به‌عنوان مقام دوم و معمار هدف زندگی محسوب می‌شود (خمینی، ۱۳۷۶، ص ۱۲). از این‌رو ایمان، «تنزل علم عقلانی به مرتبه قلب» معنا شده است (۲۲). قلب منزل و منشأ گرایش‌های سازنده سبک زندگی الهی و نیروی محرکه ایمان است. از رهگذر ظهور گرایش‌های ایمانی معین یا محصول باورهای اعتقادی صائب، روند تحصیل یا ارتقاء مؤلفه‌های آرام‌بخش سلامت معنوی متجلی و تسهیل می‌شود.

۶. واکاوی تأثیرات نظام سلامت بینشی و گرایشی

ساحت فرافرادی در (تحصیل یا تثبیت) آرامش

مهمترین عایدی از براهین فلسفی تثبیت اعتقاد به ذات و صفات خدا، باور به این است که تمام وجود، صرف فقر و فاقه (ذل عبودیت) است و همه عزت و تمامی سلطنت مختص به ذات مقدس کبریا (عز ربوبیت) است (۲۱). به هر میزان معرفت نسبت به موضوعی افزایش یابد، نحوه و کیفیت بروز عواطف نسبت به آن تشدید می‌شود و متقابلاً، از یاد گرایش به موضوعی، انگیزه یا موجب تسریع و تعمیق شناخت به آن می‌شود. در منظومه فکری امام نیز تأثیر متقابل بین باورهای معرفتی و گرایش‌های به‌صورت یک رابطه هم‌افزایی مورد تأیید

است؛ به این ترتیب که تثبیت باورهای اعتقادی، از یک سو، پایه و رکن ملکات نفسانی و ایمان قلبی است و از سوی دیگر، با استقرار ایمان، فرایند تعمیق باورها هموار می گردد (۱۷).

از سویی دیگر از آنجایی که انسان موجودی ملکوتی است (۱۳) و اصالت حقیقی او نفس اوست (۱۳)؛ آرامش واقعی او نیز آرامشی است که برای روح انسان فراهم می شود. نفس از آن جهت که عامل حیات جسم است روح نامیده می شود و از آن جهت که منبع عواطف و گرایش ها است «قلب» لقب دارد (۷). از سویی دیگر ایمان از ویژگی های ذاتی انسان است (۲۵) که مهم ترین رهاوردش مطابق آیات الهی آرامش است و چون ایمان فرآیندی قلبی است (۲۳)؛ باعث آرامش روح خواهد بود؛ از این رو «قلبی که در آن نور توحید و معرفت کمال مطلق تابیده شده باشد، دارای طمأنینه و ثبات و تأنی و قرار است» (۱۷)؛ بدین ترتیب با تعمیق ایمان به واسطه گسترش حضور لوازم و نتایج باور به خدا می توان به تحصیل یا تقویت آرامش نائل شد (۱۷). با این توضیحات گرایش های ذیل با چشم پوشی از تداخل یا استقلال هر یک از موارد متوقع است؛ گرایش هایی که باعث ژرفایش ثمرات ایمان و بالتبع تقویت آرامش خواهد بود.

۱.۶. تحبُّب با خدا

تحبب با خدا یعنی برقراری رابطه ای عاشقانه و دوطرفه با خداوند که سرچشمه آرامش، رهایی از ترس و راهی به سوی کمال نهایی است؛ مبدأ پیدایش موجودات و سرچشمه اصلی همه فیوضات محبت الهی است (۲۴) حضور این رحمت الهی در ارتباط مستقیم و محبت آمیز دائمی خدا با جهان و بشر مشاهده می شود (۲۶) و تحقق زندگی معنوی از طریق همین رابطه محبت آمیز با خدا قابل تجربه است (۲۷).

ظهور سلطنت رحیمیت حق تعالی بدین ترتیب است که خداوند عشق به کمال مطلق را در هر موجودی قرار داده است تا همگی به کمال لایق خود برسند (۱۵). نهایت این عشق-

ورزی تا آنجایی است که در عین تواضع، چشم امید و طمع از خود و دیگران بسته می شود و در مقابل، دوری از حق، باعث جایگزینی محبت الهی با خودخواهی و اسارت در بین امیال دنیایی نفس می گردد (۱۷). قلب تعالی یافته به واسطه معرفت به خدای مهر آفرین، مجاری امور همه موجودات را به دست قدرت او می داند و در نتیجه اضطراب، شتاب زدگی و بی قراری ندارد (۱۷). نهایت این توجه، فناء مطلق در آن ذات و رجوع کامل به آن است که به واسطه آن، نهایت طمأنینه و راحتی مطلق و سعادت عقلی نامحدود حاصل می شود (۲۱). از دیگر ثمرات باور به رحمت، رهایی از همه ترس ها و بخصوص ترس از مردن است (۲۸) چرا که علاج قطعی و منحصر ترس، ورود ایمان در قلب و به تبع آن به فکر و ذکر نافع و علم و عمل صالح است (۲۳) زیرا مؤمن با باور به حکمت الهی مرگ در راستای جاودانگی انسان، پاداش تمام سختی های این دنیای فانی را خواهد دید و همین معادباوری زمینه ای برای کسب تقوای الهی در دوری از گناهان نیز هست. در قیامت هم که محاسبه بر اساس عدالت است و ترس ناشی از بدحسابی بندگان است نه از حساب و محاسبه گر (۲۳). از این رو از اهرم های حذف واقع بینانه ترس و آشفتگی در زندگی (۱۹) و دنبال آن کسب احساس امنیت، در ایجاد، حفظ و بسط رابطه محبتی دوسویه با مالک هستی است. اسباب یا نتایج این رابطه محبتی در دو بعد ذیل قابل جستجو است:

۱.۱.۶. حضور دائمی یاد خدا در زندگی

حضور دائمی یاد خدا در زندگی یعنی تبدیل ذکر خدا به حالتی باطنی و همیشگی که آرامش، تواضع و مسئولیت پذیری را به همراه می آورد؛ یاد حق و در رأسش نماز که باعث تجلی معرفت به اوست به عنوان سرچشمه سعادت و لذت اخروی، اگر از روی سکونت قلب و اطمینان خاطر بجا آورده شود حقیقت آن عبادت صورت باطنی قلب می گردد و به همین خاطر به بستری برای ایجاد و تقویت آرامش مبدل می گردد (۲۱).

تبیین مؤلفه‌های سلامت معنوی فرافردی در سبک زندگی الهی از...

البته رفتارهای حق گرایانه و حق طلبانه درواقع کامل‌ترین مصداق ذکر خدا در زندگی ست (۱۳)؛ علاوه بر اینکه انس با خدا باعث می‌شود دلبستگی به احدی غیر از حق برای محب بی‌معنا شود که این خود، منشأ تواضع در مقابل حق می‌گردد و به تبع آن، فروتنی در برابر خلق اوست که از آثار جلال و جمال حقند و همین، منشأ عزت نفس خواهد شد (۱۷) نتیجه چنین نفس «مطمئن و شادابی» آن است که تمامی نگرانی‌ها و افسوس‌ها تمام می‌شود (۱۳). از دیگر ارکان مهمی که باعث تقویت محبت و ارتباط با خدا، نورانی شدن قلب و ملکه شدن ذکر خداوند می‌گردد؛ دعا به مثابه مایه حیات ابدی و اخروی و مراقبه (۲۲) است. هر مقداری که دل از خودخواهی خالی شود؛ خداخواهی جایگزین می‌شود (۲۳)؛ ازاین‌رو وظایف زندگی الهی را بهتر می‌شناسد و ادا می‌کند چرا که با تجلی خداخواهی و باور به اینکه که در محضر خدایی ست که از همه شرایطش آگاه است؛ اجازه تخطی از مسئولیت‌های زندگی را به خودش نمی‌دهد (۱۳).

۲.۱.۶. محبت به مخلوقین

محبت به مخلوقات، جلوه‌ای از محبت به خالق است و در قالب خدمت، اخلاق نیک و عدالت‌ورزی در جامعه متجلی می‌شود. ابراز محبت و بروز نفرت دو وجه مهم گرایش‌های انسانی است (۲۹) تمام قلب بشریت به حسب فطرت الهی، سرشته شده از رَحم است؛ ازاین‌رو رفیق، مدار، مصاحبت و رفاقت در معاشرت با مردم، از مظاهر قلبی است که در آن جلوه رحمت الهی افتاده است (۱۷) ازاین‌رو حسن خلق که نماد تحقق محبت به خلق خداست؛ موجب کمال ایمان است (۲۳). ازاین‌رو از ثمرات دوست داشتن خدا و یکی از بزرگ‌ترین جهات معنوی (۱۳)، دوست داشتن بندگان او است؛ به تعبیر دیگر عشق واقعی به خدا از طریق خدمت به بشریت در اجتماع ابراز می‌شود (۲۷) چنانچه قرآن می‌فرماید «وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ إِلَيْهِ إِلَيْكَ». به همراه ایمانی که در زمینه رعایت حقوق دیگران

رشد خواهد کرد (۲۵) مسئولیت‌پذیری در قبال جامعه (۳۰) که شامل شفقت و سخاوت (۳۱)، بخشش و صلح، همدلی در جامعه، احساس مثبت اندیشی (حسن ظن و خوش‌بینی به دیگران) (۲۳)، خدمت به مردم، بسط عدالت، امیدبخشی و غیره است بروز می‌نماید. محبت انسان‌ها باهمدیگر چنانچه درراه خدا باشد بار دیگر سبب جذب محبت خدا می‌شود (۲۳) و این چرخه دائماً به صورت هم‌افزایی تقویت می‌شود.

صبوری در برابر مصیبت‌ها و ناگواری‌ها

صبوری، پذیرش رنج‌ها با توکل به حکمت الهی و پرهیز از شکایت است که به آرامش و استحکام درونی می‌انجامد. صبر شامل دو رکن کراهت باطنی از امر ناگوار و خودداری از اظهار شکایت به غیر خدا است (۱۷). از آنجایی که فطرت ایمانی بر حبّ کمال و جمال و به تبع خداخواه و خدایین است، از آنچه از جانب خداست گرچه به حسب طبیعت، ناپسند هم باشد، اظهار جزع نمی‌کند چرا که ناشکیبائی ناشی از عدم باور به وعده‌های اخروی، نقصان معرفت به حکمت و رحمت الهی و نیز زنگار حبّ دنیا، خودبینی و خودخواهی در قلب است. (۱۷) باور آدمی به فرایند پاداش و کیفر اخروی الهی و حتی بازخورد دنیوی اعمال، اصلی‌ترین ضامن اجرایی تعالیم اخلاقی و به تبع آن مسئولیت‌پذیری انسان در قبال اندیشه‌ها و رفتار اوست و این اخلاق‌مداری و احساس حسن ادای مسئولیت خود از جمله اهرم‌های ظهور صبوری و به تبع آن، طیب خاطر است. انسان کم‌طاقت، قلبش مضطرب و متزلزل، اراده‌اش ضعیف و عقلش سست است و در مقابل صبر، کلید درهای سعادت‌مندی‌ها و سرمنشأ نجات از مهلکه‌هاست؛ مصیبت را تخفیف می‌دهد و اراده را تقویت می‌کند (۲۳) ازاین‌رو کسی که تمام همیش، صرف تحصیل لذت دنیا شود دائماً قلب او در رنج و زحمت است و همین‌طور اگر دنیا و لذت‌های آن از دستش برود، به اندوه بی‌پایان مبتلا می‌شود و این به خاطر تزلزل در قضای الهی و عدل اوست (۲۳). از دیگر آثار خداخواهی و از ابعاد صبر، شرح

صدر است که در آن به کمال، جمال، مال، منال، دولت و حِشَم شخصی اهمیت داده نمی‌شود و از ظرف وجودی، هیچ‌چیز لبریز نمی‌کند تا بدین طریق تواضع و عزّت نفس حاصل شود؛ در مقابل شرح صدر، خودخواهی و خودبینی است که به تکبر و آثار مرتبط به آن ختم می‌شود (۱۷).

رضایت به رضای حق تعالی

رضایت به رضای حق، خشنودی کامل و دل‌خوشی به اراده حکیمانه الهی در همه احوال است که آرامش نهایی را فراهم می‌کند. آرامش و سکونت در یقین و رضا و غم و اندوه در شک و خشم قرار داده شده است (۲۳). مؤمن به‌طور فطری عاشق حقّی است که کمال مطلق است و لازمه این اطلاق آن است که جمال و کمال حقّی را در که در جمیع موجوداتش ظهور پیدا می‌کند کامل می‌بیند؛ چرا که «از جمیل مطلق جز مطلق جمیل نیاید» (۱۷). از این‌رو رضایت از زندگی در مقابل حرص و آز به معنای خشنودی از اراده و مقدرات الهی است که فوق مقام تسلیم، توکل و صبر است و بالاترین مرتبه رضا از بزرگ‌ترین مقامات اهل محبت محسوب می‌شود (۲۳) مؤمن در حالت رضا (در مقابل خشم) در بلیّات و ناگواری‌ها خشنود و خوشوقت است و از جان‌ودل خریدار آن چیزی است که از جانب محبوبش رسیده است (۱۷) البته هیچ‌کدام از رضا، تسلیم و صبر منافاتی با عرضه حاجت به درگاه الهی و حتی شکوه در آستان او ندارند (۲۳). مؤمن با رضایت به ربوبیت حق تعالی و معرفت به مقام رحمت و رأفت الهی، ضمن خروج از سلطنت شیطان و خشنودی از اوامر و نواهی الهی، مشقت تکلیف از او برداشته می‌شود؛ هر دو پیشامدِ گوارا و ناگوار را عطیه حق تعالی و در راستای تربیت بندگان و حصول کمالات نفسانی ارزیابی می‌کند (۱۷) پس تا زمانی که قلب متوجه به خداست و امیدش به قدرت اوست؛ از چیزی نمی‌ترسد و غمی به دل او راه نمی‌یابد (۱۳). با دانستن علم خدا نسبت به فقر، حقارت و ضعف ماسوایش، بندگان بدون ترس و واهمه از شرایط

خود، به قسمت رحیمانه و حکیمانه الهی خود نه فقط رضایت بلکه دل‌خوش می‌دارند (۲۳).

توکل به خدا، تسلیم و تفویض امور به او

توکل به خدا به معنای واگذاری و اعتماد کامل امور به خداوند، با ایمان به علم، قدرت، جود و محبت بی‌پایان اوست که نتیجه آن بی‌نیازی، عزت نفس و آرامش قلبی است. توکل، یأس از داشته‌های مردم، عرض نیاز و فقر فقط به درگاه غنی مطلق، واگذارنمودن همه امور به مالک آن و اعتمادنمودن به وکالت اوست و گاه به معنای انقطاع از بندگان و پیوند قلبی به تدبیر الهی است (۲۱). روح توکل در اعتماد به خداست (۲۳) و تحققش منوط به ایمان به ارکان چهارگانه آن است؛ اول؛ ایمان به آنکه خداوند به تمامی نیازمندی‌های موکل خود علم دارد؛ دوم، ایمان به آنکه خداوند قادر به برطرف نمودن نیازمندی‌های موکل خویش است، سوم، ایمان به آنکه خداوند نسبت به رفع حاجتمندی موکلش بخل نمی‌ورزد. چهارم، آن‌که خداوند نسبت به موکل خود محبت و رحمت دارد (۱۷). ثمره نهایی چنین توکلی آن است که نفع، ضرر، تأثیر و تقدیر در زندگی منحصر به اراده الهی دانسته شود. ثمره توکل، بی‌نیازی و عزت نفس است (۱۷) موانع تحقق توکل عبارت از دنیاطلبی، جهل یا غفلت از علم، قدرت و رحمت الهی (۲۳) و ضعف ایمان در برنگرداندن همه اسباب و تصرفات به حق تعالی (۱۷) است. تفویض، اعم از توکل است زیرا توکل در رسیدن به مصلحت‌هاست ولی تفویض در همه امور است علاوه بر اینکه توکل درجایی است که مؤمن برای تصرف خویش می‌تواند جایگاهی لحاظ کند ولی با این حال برای خود وکیل می‌پذیرد ولی در تفویض، خدا متصرف ملک خویش و مالک مملکت خود است (۲۳). با اعتقاد به خدایی که مالک همه وجود و مطلع بر همه حقایق و قادر بر همه امور است، حظ قلبی تسلیم، مهیا می‌گردد تا ایمان به چنین خدایی مسلط بر قلب گردد و در این صورت، مؤثر حقیقی فقط خدا خواهد بود و از کسی دیگری

تبیین مؤلفه‌های سلامت معنوی فرافردی در سبک زندگی الهی از...

توقع عطای منزلت و شهرت باقی نخواهد ماند (۱۳). با فروتنی باطن و تسلیم قلب، خودرأیی، خودبرتربینی و خودخواهی رخت برمی‌بندند. در مقابل تسلیم، «شرک»، «شک» و «خاضع نشدن پیش حق» است؛ از این رو طعم ایمان زمانی در ذائقه روح حاصل می‌شود که از همه اوامر و نواهی الهی بارویی گشاده استقبال شود (۱۷). البته از دیگر ابزار بسترساز ایجاد یا تقویت آرامش، تلقین و تظاهر به داشتن این صفات است که به واسطه بُروز و قار و سکینه در رفتارهای عادی زندگی تأمین می‌شود و کم‌کم ملکه باطن روح می‌گردد (۱۷).

اصل حاکم بر همه حالات مطرح شده اعتماد به خداست به گونه‌ای که اعتماد برای «توکل» به مثابه مردمک برای چشم، همچون مرکز دایره برای «تفویض» و مانند کانون دل برای «تسلیم» است (۲۳) و در مقابل، اعتماد به خلق است که شرک جلی محسوب می‌شود (۲۱). والاترین مصداق و الگوی عملی وصول به مقام طمأنینه نفس، انسان کامل یا همان حقیقت محمدیه است که مربوب و مظهر اسم جامع خداوند و فراگیرنده تمام هستی است و از او بنام دارالخلود انس محمد یاد می‌شود (۲۱).

نتیجه‌گیری

سلامت معنوی در سبک زندگی الهی از منظر امام خمینی (ره) به گونه‌ای است که انسان به عنوان موجودی الهی برخوردار از مبدأ، مسیر و منتهای متعالی در سیر حیات خود به سوی «نفس مطمئنه» حرکت می‌کند. در این مسیر، کسب بینش‌ها و گرایش‌های ایمانی به حفظ آرامش به عنوان یکی از مهم‌ترین شاخص‌های سلامت معنوی منجر می‌شود. آرامش در هر سطحی، هم نتیجه ایمان است و هم وسیله‌ای برای تعمیق مراتب بالاتر آن تا جایی که فرد با دریافت خطاب «نفس مطمئنه» (آیات ۲۷ تا ۳۰ سوره فجر) به نهایت آرامش یعنی رضایت از خدا و مرضی بودن الهی نائل می‌گردد. این فرایند،

چرخه‌ای پویا و صعودی را نشان می‌دهد که ایمان را موتور محرکه آرامش معرفی می‌کند.

تشکر و قدردانی

از تمامی افرادی که پژوهشگران را در راستای انجام این پژوهش یاری رسانده‌اند، تقدیر می‌کنیم.

حمایت مالی

این مقاله برگرفته از طرح تحقیقاتی مصوب دانشکده علوم پزشکی اسدآباد به کد رهگیری شماره ۱۸۲ است و با حمایت مالی این دانشکده انجام شده است.

ملاحظات اخلاقی

این مقاله برگرفته از طرح تحقیقاتی مصوب دانشکده علوم پزشکی اسدآباد با کد اخلاق IR.ASAUMS.REC.1404.006 است.

Reference

- Koenig HG. Religion, spirituality, and health: the research and clinical implications. *ISRN Psychiatry*. 2012;2012:278730.
- Pargament KI. *Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred*. New York: Guilford Press; 2011.
- George LK, Ellison CG, Larson DB. Explaining the relationships between religious involvement and health. *Psychol Inq*. 2002;13(3):190-200.
- Newberg AB, Iversen J. The neural basis of the complex mental task of meditation: neurotransmitter and neurochemical considerations. *Med Hypotheses*. 2003;61(2):282-91.
- George LK, Larson DB, Koenig HG, McCullough ME. Spirituality and health: what we know, what we need to know. *J Soc Clin Psychol*. 2000;19(1):102-16.
- Azizi F, et al. *Salamat-e Ma'navi: Chiṣṭi, Chara'i va Chigunagi [Spiritual Health: What, Why and How]*. Tehran: Hoquqi; 2014. [Persian]
- Mazaheri Seif HR. *Salamat-e Ma'navi az Manzar-e Islam [Spiritual health from the perspective of Islam]*. *Motale'at-e Ma'navi*. 2018;7(25):125-58. [Persian]
- Onvani SH. *Roykard-e Sisṭemi dar T'arif-e Sabk-e Zendegi [A systemic approach to defining lifestyle]*. *Ma'rifat-e Farhangi Ejtemai*. 2017;9(1):81-100. [Persian]
- Onvani SH, Fakhar Noqani V, Seyed Mousavi SH, Hashemi Shahroudi SM. *Emkan va Zarurat-e Sabk-e Zendegi-ye Siyasi-ye Emam Khomeini [The possibility and necessity of Imam Khomeini's political lifestyle]*. *Motale'at-e Ma'refati Dar Daneshgah-e Eslami*. 2020;24(82):219-38. [Persian]
- Abedi Jafari H, Raṣtegar A. *Zohur-e Ma'naviyat dar Sazemanha [The emergence of spirituality in organizations]*. *Olum-e Modiriyat-e Iran*. 2007; (5):99-121. [Persian]
- Duggleby W. Enduring suffering: a grounded theory analysis of the pain experience of elderly hospice patients with cancer. *Oncol Nurs Forum*. 2000 Jun;27(5):825-31.
- Puchalski CM. The role of spirituality in health care. *Proc (Bayl Univ Med Cent)*. 2001 Oct;14(4):352-7.
- Khomeini R. *Sahifeh-ye Imam [The Sahifeh of Imam]*. 5th ed. Tehran: Moasseseh-ye Tanzim va Nashr-e Asar-e Emam Khomeini; 2010. [Persian]
- Jirasek I. Religion, spirituality, and sport: from religio athletae toward spiritus athletae. *Quest*. 2015;67(3):290-9.
- Khomeini R. *Sharh-e Du'a-ye Sahar [Commentary on the Dawn Prayer]*. 3rd ed. Tehran: Moasseseh-ye Tanzim va Nashr-e Asar-e Emam Khomeini; 2012. [Persian]
- Khomeini R. *Talab va Eradeh [Volition and Will]*. 1st ed. Tehran: Moasseseh-ye Tanzim va Nashr-e Asar-e Emam Khomeini; 2000 (1421 AH). [Persian]
- Khomeini R. *Sharh-e Hadith-e Jonud-e Aql va Jahl [Commentary on the Hadith of the Armies of Intellect and Ignorance]*. 7th ed. Qom: Moasseseh-ye Tanzim va Nashr-e Asar-e Emam Khomeini; 2003. [Persian]
- Rashad AA, Abbaszadeh M. *Mabani-ye Salamat-e Ma'navi [Foundations of spiritual health]*. *Farhang va Erteqa-ye Salamat*. 2019;3(7):198-206. [Persian]
- D'Souza R. Do patients expect psychiatrists to be interested in spiritual issues? *Australas Psychiatry*. 2002;10(1):44-7.
- Kavyani M. *Sabk-e Zendegi-ye Eslami va Abzar-e Sanjesh-e An [Islamic lifestyle and its measurement instrument]*. Qom: Pajouheshgah-e Hozeh va Daneshgah; 2013. [Persian]
- Khomeini R. *Adab as-Salat [The Etiquettes of Prayer]*. 7th ed. Tehran: Moasseseh-ye Tanzim va Nashr-e Asar-e Emam Khomeini; 1999. [Persian]
- Khomeini R. *Taghirat-e Falsafeh [Lectures on Philosophy]*. 1st ed. Tehran: Moasseseh-ye Tanzim va Nashr-e Asar-e Emam Khomeini; 2002. [Persian]
- Khomeini R. *Sharh-e Chehel Hadith [Commentary on Forty Hadiths]*. 24th ed. Qom: Moasseseh-ye Tanzim va Nashr-e Asar-e Emam Khomeini; 2001. [Persian]
- Khomeini R. *Misbah al-Hidayah ila al-Khilafah wa al-Wilayah [The Lamp of Guidance to the Caliphate and Guardianship]*. 3rd ed. Tehran: Moasseseh-ye Tanzim va Nashr-e Asar-e Emam Khomeini; 1997. [Persian]
- Bridges LJ, Moore KA. *Religion and Spirituality in Childhood and Adolescence*. Washington (DC): Child Trends; 2002.
- Walach H. *Secular Spirituality*. Cham: Springer International Publishing; 2014.
- Fisher D. *Survival of humanity depends on*

- individuals being spiritually enlivened and united by God. *Spiritual of the Individual*. 2023;1(2).
28. Mermann AC. Spiritual aspects of death and dying. *Yale J Biol Med*. 1992;65(2):137.
29. Maleki H. Ta'lim va Tarbiyat-e Eslami: Roykard-e Kalan Negar [Islamic Education: A Macro Approach]. Tehran: Abed; 2010. [Persian]
30. Koenig HG, George LK, Titus P, Meador KG. Religion, spirituality, and health service use by older hospitalized patients. *J Relig Health*. 2003;42:301-14.
31. Zare H, Zare F, Zahraei Shams M, Ghazi Khani A. Mokavvaneh-ha-ye Zamineh Saz-e Tahaghigh-e Salamat-e Ma'navi az Manzar-e Allameh Tabatabai [The underlying components of spiritual health realization from the perspective of Allameh Tabatabai]. *Journal of Interdisciplinary Quranic Studies*. 2023;3(1):1-6. [Persian]

Explaining the Transpersonal Components of Spiritual Health in the Divine Lifestyle from the Perspective of Imam Khomeini and Its Role in Achieving Inner Peace

1 2 3 4*
، ، ، ،

Abstract

Background and Objective: Despite the acknowledged significance of spiritual health in the divine lifestyle and the frequent attribution of peace as a core element, the specific attitudinal components underlying peace in this framework remain unidentified and unoperationalized. Moreover, the causal pathways through which these components contribute to the actualization of the divine lifestyle have not been systematically examined based on Imam Khomeini's works. This lacuna necessitates a qualitative exploration of the transpersonal spiritual health components conducive to peace from his perspective, which forms the central problematic of this research.

Methods: This research was conducted using a library-based method with a qualitative analysis of Imam Khomeini's works. Data were collected through the study of religious texts, statements, and writings of Imam Khomeini. Subsequently, the components related to peace within the transpersonal dimension of spiritual health were extracted and analyzed, with an emphasis on the attitudinal elements of the divine lifestyle.

Findings: An analysis of Imam Khomeini's works indicates that faith in God is the most peace-inducing orientation in spiritual health. Among the most important components of this orientation in the divine lifestyle are "loving devotion to God," "satisfaction with the will of the Almighty," and "patience in the face of afflictions." These components play a significant role in realizing the divine lifestyle; such that a heart that has attained peace through faith not only finds freedom from sorrow by gaining a sense of life satisfaction, but can also use the opportunity of facing difficulties to deepen its trust in the Manager of the universe.

Conclusion: From the perspective of Imam Khomeini, peace in the transpersonal dimension of spiritual health is unattainable without faith in God and practical commitment to components such as satisfaction and patience. Through an ascending cycle, these components elevate the individual to a higher level of faith and provide the primary foundation for the divine lifestyle. Therefore, re-examining these components within Imam Khomeini's thought can offer an effective model for achieving authentic spiritual health in contemporary life.

Keywords: Faith, Imam Khomeini, Life Satisfaction, Lifestyle, Peace, Spiritual Health, Transpersonal Dimension.

1

2.

3.

4*. Corresponding author.