نشریه فرهنگ و ارتقای سلامت فرهنگستان علوم پزشکی
دوره هفتم، پاییز ۱۴۰۲، شماره سوم، صفحات ۴۳۳ تا ۴۳۹

پژوهشی

اخلاص؛ ابزاری برای وصول به سلامت معنوی از نگاه قرآن کریم

فرزاد دهقانی[1*]، احمد ربانی‌خواه[2]، محمد علیمحمدی[3]

۱. *نویسنده مسئول: استادیار گروه علوم قرآن و حدیث، دانشکده الهیات، دانشگاه حکیم سبزواری، سبزوار، ایران، f.dehghani@hsu.ac.ir
۲. استادیار گروه علوم قرآن و حدیث دانشگاه پیام نور، تهران، ایران
۳. کارشناسی ارشد علوم قرآن و حدیث دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران

دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۰۳/۲۱ پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۷/۰۸

چکیده

زمینه و هدف: سلامت معنوی یکی از چهار بُعد سلامت انسان است که به سبب حاکمیت بر ابعاد سلامت روانی، اجتماعی و جسمی، نقش مهمی در تأمین سلامت انسان دارد. شناخت دقیق مؤلفه‌های آن نقش تعیین‌کننده‌ای در ارتقاء، بازیابی و تثبیت سلامت معنوی دارد. یکی از عوامل کلیدی در وصول به سلامت معنوی مفهوم بنیادین اخلاص است. پژوهش حاضر به دنبال پاسخ به سؤالات زیر است: فرآیند اثرگذاری اخلاص بر سلامت معنوی چگونه است؟ ارتقاء و تقویت سلامت معنوی با محوریت اخلاص چه اثراتی در پی دارد؟

روش: پژوهش حاضر با ابزار گردآوری اسنادی-کتابخانه‌ای و روش توصیفی- تحلیلی و سطح تحلیل معناشناسی ساختارگرا و تأکید بر روابط همنشینی به سرانجام رسیده است.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که مکانیسم وصول به سلامت معنوی کامل با پالایش‌کننده «اخلاص» به ترتیب و نظم طولی عبارت از عبودیّت، داشتن قدرت و بصیرت، تمرکز ویژه بر معاد، خالص شدن برای خداوند و در نهایت به مقام «المُصْطَفَیْنَ الْأَخْیار» رسیدن است. بر پایه این یافته‌ها، مکانیسم تبدیل نفاق به ایمان ابتدایی با پالایش‌کننده اخلاص عبارت است از توبه، اصلاح عمل، تمسک به خداوند، خلوص دین برای خداوند و در نهایت ایمان ابتدایی است. با گذر از مرحله «مخلِص» و کاربست اخلاص در تمام نیات، افکار و اعمال سلامت معنوی کامل با مفهوم «مخلَص» حاصل می‌شود.

نتیجه‌گیری: مرز فارق سلامت معنوی قرآنی با مکاتب دیگر، ضریب خوردن اخلاص در روابط چهارگانه انسان و در نهایت در پرتو اخلاص، داشتن قلب سلیم و رسیدن به حیات طیبه است.

کلیدواژه‌ها: اخلاص، اسلام، جنبه‌های قرآنی سلامتی، معنویت

مقدمه

سلامت معنوی یکی از ابعاد چهارگانه سلامت انسان در کنار ابعاد روانی، اجتماعی و جسمی است. بنا بر پژوهش‌های انجام شده این بعد از سلامتی حاکم و تنظیم‌کننده ابعاد دیگر است، به‌طوری‌که یکی از اصلی‌ترین عامل بیماری‌ها در دوران کنونی فشارهای روانی است. چالش‌های روانی در گام اول سلامت روانی فرد را تضعیف کرده و در گام دوم به صورت بیماری در جسم به وجود می‌آید. سلامت معنوی خنثی کننده فشارهای روانی است که در سایه احساس قرب به خداوند خودنمایی می‌کند. افرادی که خداوند را در تمام منظومه زندگی احساس می‌کنند همواره شرایط بحرانی و استرس‌زا آنان را تحت فشار نمی‌گذارد. نظر به وجود ابزارها و راهکارهای مختلف و متعدد برحسب مکاتب گوناگون، برای وصول به سلامت معنوی، بازتعریف ابزارهای قرآنی وصول به این مهم ضروری می‌نماید. یکی از این ابزارها از نگاه قرآن، مفهوم اخلاص است. این مفهوم به سبب کاربرد فراوان دچار مواجهه تسامحی شده است؛ به گونه‌ای که معادل سلامت معنوی و یکی از شاخصه‌های آن به کار رفته است، در حالی که تمرکز بر کاربردهای قرآنی، بیان‌کننده رابطه راهکاری با سلامت معنوی آن هم در پرتو ارتباطات چهارگانه است. براین اساس، نوشتار حاضر در پی اثبات و تبیین فرآیند اثرگذاری اخلاص بر سلامت معنوی است.

از تحقیقات نزدیک به پژوهش حاضر می‌توان به آثار زیر اشاره کرد: مقاله‌ای با عنوان «الگوهای الهام بخش سلامت معنوی اسلامی» (۱) که در بخش شاخص‌های سلامت معنوی در ارتباط انسان با خداوند به اخلاص اشاره شده است. در مقاله‌ای با عنوان «تدوین مدل مفهومی سلامت معنوی مبتنی بر متون اسلامی مرتبط: یک مطالعه کیفی» (۲) یکی از

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.22034/7.3.7]

مؤلفه‌های سلامت معنوی در مقوله مبداء شناسی اخلاص ذکر شده است.

در این پژوهش اخلاص یکی از مؤلفه‌های سلامت معنوی ذکر شده است. با وجود اهمیت نقش اخلاص در تامین سلامت معنوی، پژوهش مستقلی در این زمینه تاکنون انجام نشده است.

روش پژوهش

پژوهش حاضر با ابزار گردآوری اسنادی-کتابخانه‌ای و روش توصیفی-تحلیلی و سطح تحلیلِ معناشناسی ساختارگرا و تأکید بر روابط همنشینی به سرانجام رسیده است.

معناشناسی ساختارگرا برای دست‌یابی به معنای یک واژه به بررسی روابط مفهومی میان آن واژه با دیگر واژه‌های موجود در نظام زبان مانند: روابط همنشینی، جانشینی و روش تحلیل مؤلفه‌ای می‌پردازد. نظر به اینکه هدف این پژوهش، یافتن ارتباط اخلاص با سلامت معنوی است بایسته است پیوند مفهومی میان آیات و مفاهیم مرتبط با دو موضوع اخلاص و سلامت معنوی از نگاه قرآن بررسی و تحلیل شود. از این رو، معناشناسی ساختاری و توجه به روابط همنشینی روش کارآمدی در این پژوهش است.

روش اجرا

روابط همنشینی و جانشینی مطرح در دانش معناشناسی، از نشانه‌های زبانی است که به ترکیب و چینش واژگان در کلام مربوط می‌شود. «محور همنشینی (مجاورت)، همان محور افقی کلام است که اجزای آن در کنار هم قرار می‌گیرند و عبارت به صورت خطی یا افقی مورد بررسی قرار می‌گیرد و به دامنه معانی می‌افزاید؛ ولی در محور جانشینی (مشابهت)، عبارت به صورت عمودی در نظر گرفته می شود، به گونه‌ای که اگر یک واژه در عبارت قرار گیرد، واژگان مرتبط با آن نمی‌توانند در کنار آن واقع شوند و باعث چند معنایی می‌شود.» (۳)

بنابراین با دقت در روابط همنشین‌های «مخلِصین» نکات مهمی را می‌توان استخراج کرده و به غرض اصلی آیات نزدیکتر شد. با دقت در فراوانی همنشینی مفهوم «عبد» با «مخلِصین» روشن می‌شود که بارزترین و مهمترین ویژگی مخلِصین در قرآن، عبادت خالصانه آنهاست که ۱۲ مرتبه و در ۴ ترکیب همسو به کار رفته است و این تکرار همنشینی‌ها نشان دهنده اهمیت فراوان عبادت و بندگی حق تعالی است که آدمی را هرچه بیشتر به نقطه کامل اخلاص که همان درجه «مخلَصین» است می‌رساند و هرچه خلوص این عبادت بیشتر باشد سلامت معنوی کاملی نیز برای انسان رقم خواهد خورد؛ زیرا تنها منبع سلامت و آرامش، خداوند متعال است و انسان نیز تنها با اتصال بدین منبع لایزال سیراب می‌شود. کوتاه سخن اینکه، «مخلِصین» در انجام اعمال خود اخلاص دارند و عمل را برای خداوند انجام می‌دهند؛ اما «مخلَصین» خود را برای خداوند پاک و خالص کرده‌اند (۴).

یافته‌ها

سلامت معنوی

سلامت معنوی به عنوان مهم‌ترین بعد در کنار بعد جسمی، اجتماعی و روانی توسط سازمان بهداشت جهانی تعریف شده است (۵). مهم‌ترین بُعدی که باعث هدفمندی زندگی است و بر سلامت دیگر ابعاد نیز تأثیر مستقیم می‌گذارد، بُعد معنوی است. وقتی سلامت معنوی فرد بالاتر باشد به خداوند نزدیک‌تر است، از سوی دیگر، نزدیک‌تر شدن به خداوند و انس الهی به افزایش سلامت معنوی می‌انجامد. به دیگر سخن میان سلامت معنوی و نزدیکی به خداوند رابطه دوسویه برقرار است که هر یک بر دیگری اثرگذار است.

سلامت به معنای برخورداری انسان در حد سنجه مطلوب به لحاظ روان، جسم، اخلاق، روابط اجتماعی و معنوی است. معنویت نیز در معنای منسوب به معنی است. سلامت معنوی به معنای برخورداری انسان در حد سنجه مطلوب در مواجهه معرفتی، سلوکی و رفتاری با غیب عالم و عالم غیب است (۶). برخی سلامت معنوی را بدین تعبیر تعریف کرده‌اند: «فرابودگی فرد و جامعه و رهایی آن از تعلقات دون مادی، تحت تعلیمات وحیانی در ابعاد و ساحات وجودی چهارگانه؛ بینشی، گرایشی، منشی و کنشی» (۷).

اخلاص

اخلاص یعنی خالص شدن برای چیزی (۸) و خالص شدن برای خداوند توحید نامیده می‌شود (۹). در قرآن معنای اساسی اخلاص در معنای خالص شدن آمده است (نک: یوسف/۸۰) در قرآن از جدا شدن برادران یوسف از دیگران و خلوت کردن با هم به خالص شدن تعبیر شده است «خَلَصُوا». براین اساس «خلصوا» کنایه از جدا شدن از دیگران و تشکیل جلسه خصوصی است (۱۰). قرآن یکی از وجوه عبرت‌گیری را شیر خالص بیرون آمده از میان سرگین و خون می‌داند (نک: نحل/۶۶). این تعبیر ارتباط نزدیکی با خلوص به معنای پاک شدن از هر گونه آلودگی دارد و به مفهوم پاک ماندن در مجاورت آلودگی و گناه است.

برترین وصف قرآن کریم برای مخلَصان (به فتح)، این است که تنها آنان مجازند خدایی را که صفاتش عین ذات اوست وصف کنند. این از آن روست که بر اثر قرب نوافل و فرائض در مقام فعل نه در مقام ذات و نه در صفتی که عین ذات است، فهم آنان فهم خدایی و زبانشان زبان خدا شده و در وصف خدای سبحان هرچه بگویند حق است (۱۱).

تحلیل مفاهیم همنشین با مخلِصین

همنشینی عبودیت با خلوص در ذکر معاد و برگزیدگان نیکان

در آیات (ص/ ۴۵-۴۷) به چند تن از پیامبران عالی مقام اشاره کرده و فضایلی از آنها را که می‌تواند الگو و اسوه برای همه انسان‌ها باشد به صورت

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.22034/7.3.7]

فشرده برمی‌شمارد. سیاق این آیات نشان می‌دهد همنشینی عبودیت، داشتن قدرت و بصیرت با خلوص در ذکر معاد و در نهایت برگزیده شدن است که نظم و ترتیب منطقی سیر و سلوک و وصول به سلامت معنوی کامل را ترسیم می‌کند. در تعلیل ذکر نام انبیای مذکور باید به عبودیت و بندگی آنان اشاره کرد، با این تعبیر که اگر خداوند از ایشان یاد کرده به سبب عبودیت است نه اینکه چون انبیاء بوده‌اند. در ادامه سیاق به مؤلفه دیگر ایشان با تعبیر «دارای قدرت و بصیرت» می‌پردازد که این خصلت فرع بر مؤلفه بنده بودن است. به دیگر سخن، انبیاء چون صفت عبودیت داشتند به قدرت و بصیرت دست یافتند.

کسانی که با اخلاص و عبودیت به سلامت کامل معنوی دست می‌یابند توجهی خالص، عمیق و مداوم به سرای دیگر دارند، گویی همیشه در برابر چشمانشان حاضر است و تعبیر به «خالصه» در آیه اشاره به همین است (۱۲). نکته دیگر که با دقت در همنشینی معاد با یاد خالصانه دریافت می‌شود این است که اگر سلامت بدن آدمی به اموری از جمله، تغذیه مناسب، خواب کافی و ... وابسته است، سلامت معنوی او نیز به اتصال و ارتباط معنوی انسان با خداوند متعال وابسته است. در واقع آسایش برای تن است و آرامش برای روح و این میسر نخواهد شد جز با ارتباط با خداوند که انسان را از اضطراب، تشویش و دلهره نجات می‌دهد و امنیت روحی را برای او به ارمغان می‌آورد. در این میان اعتقاد به معاد نقش بنیادینی در نجات انسان و سعادت دنیا و آخرت او دارد (۱۳). یاد معاد و سرای جاویدان به صورت خالصانه، می‌تواند تأثیر فراوانی در سلامت معنوی و روحی افراد بر جای بگذارد.

عبودیت علت اولیه و آغازگر سیر و سلوک و وصول به سلامت معنوی کامل است که در ادامه قدرت و بصیرت دینی به همراه می‌آورد و با آن قدرت و بصیرت دنیای فانی در دیده سالک حقیر جلوه کرده و تمام تلاش و توجه خود را صرف عالم معنا و معاد می‌کند و در نهایت جزو برگزیدگان نیکان می‌شود.

همنشینی توبه و تمسّک به خداوند با خلوص دین برای خدا

در سوره نساء آیات ۱۴۵-۱۴۶، همنشینی توبه و تمسّک به خداوند با خلوص دین برای خدا مشهود است. با توجه به این آیات و همنشینی مفاهیم، می‌توان مکانیسم جامعیِ به‌طور دقیق و منظم از توبه، اصلاح عمل، تمسّک به خدا، خلوص دین برای خداوند و در نهایت ایمان ابتدایی استخراج کرد که نسخه‌ای برای درمان بیماری نفاق است.

آدمی از سویی، با ارتکاب معاصی، وجود پاک خویش را آلوده می‌سازد و توبه، بازگشت از آلودگی است؛ از سوی دیگر، اخلاص به مفهوم پاکسازی و خالص شدن است. پیوند این مفاهیم، نشان‌دهنده ترادف معنایی میان توبه و اخلاص است؛ در هر دو، نوعی رهایی و پاکی نهفته است. نکته دیگر اینکه با توجه به همنشینی توبه، اصلاح عمل و اعتصام به خداوند با اخلاص و مشاهده ترتیب موجود میان آنها می‌توان افزود که توبه و بازگشت به سوی خداوند متعال بدون اصلاح عمل، کاری بیهوده است و پس از اصلاح عمل، اگر تمسّک به خداوند نباشد، پذیرفته نیست و همه این موارد بدون اخلاص که مهمترین ملاک قبولی اعمال است ارزشی نخواهند داشت.

همنشینی نزول قرآن با لزوم عبادت مخلصانه

همنشینی ترکیبِ «کتاب حق» با «عبادت مخلصانه» (زمر/۲-۳) این نکته را می‌رساند که هدف اصلی نزول قرآن کریم، ارائه برنامه دقیق زندگی و نقشه راه بندگی است. نکته دیگر اینکه با دقت در مقدم شدن کتاب حق بر عبادت خالصانه می‌توان فهمید برای عبادت خالصانه، ابتدا نیازمند کتابی حق و صحیح هستیم تا مسیر عبادت خالصانه را ترسیم نماید، و کسانی که از این کتاب دور شده‌اند، از عبادت خالصانه خداوند فاصله گرفته‌اند.

همنشینی صبغه الله و عبودیت با مخلص بودن

با دقت در مفهوم آیات (بقره/۱۳۸-۱۳۹) و همنشینی «رنگ خدایی» و «بندگان» با «مُخْلِصُونَ» می‌توان افزود که در ابتدای آیات بحث از تک‌رنگی و بهتر بودن رنگ الهی از سایر رنگ‌هاست که در این صورت مستحق عبودیت است؛ اما آیه بعدی قید دیگری به این عبودیت می‌زند که بی‌ارتباط به گزینش و خالص‌سازی رنگ خداوند از سایر رنگ‌ها در آیه قبلی نیست و آن عبادت مخلصانه و بدون شک و تردید است.

همنشینی اخلاص با حنفاء، نماز، زکات و دین پایدار

با دقت در همنشینی آیه ۵ سوره بینه و رعایت ترتیب قرارگیری مفاهیم مخلصین، حنفاء، صلاه، زکات و دین قیم می‌توان نتیجه گرفت که در ابتدا، عبادت خالصانه مد نظر بوده و مشرکان و اهل کتاب که مورد خطاب آیه هستند ابتدا باید عقیده عبادت خود را از شرک و هر چه ناخالصی است پاک کنند و به عبد مخلِص تبدیل شوند. در مرحله بعد به عنوان افرادی حنیف نماز و زکات را به جا آورند تا در نهایت دین مورد نظر خداوند که دینی پایدار است پدید آید. در این فرایند، اخلاص به تحقق دیگر اعمال سرعت می‌بخشد.

نمود اخلاص در شرایط بحرانی

به گواه برخی آیات (نک: یونس/۲۲؛ عنکبوت/۶۵؛ لقمان/۳۲؛ اسراء/۶۷)، انسان‌ها در شرایط بحرانی به مقتضای فطرت خدادادی تمام توجه و درخواست‌شان خالصانه متوجه خداوند است. آیات فوق مخصوص بت پرستان نیست؛ بلکه یک اصل کلی درباره همه افراد آلوده و فراموشکار است که در شرایط بحرانی یا محیط پر خطر مانند مسافرت با کشتی، خداوند را با اخلاص کامل صدا می‌زنند و درخواست از دیگران را ترک

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-25]
[DOI: 10.22034/7.3.7]

می‌کنند. این بیداری و آگاهی انعکاسی از روح توحید فطری است و به شرطی به سلامت معنوی منجر می‌شود که پس از نجات از شرایط بحرانی همین حالت معنوی را در خود حفظ کنند و اگر پس از نجات برگردند، آن گونه که برخی آیات بدان اشاره دارند، (عنکبوت/۶۵؛ اسراء/۶۷) اخلاص توفیقی به حالشان نخواهند داشت. افراد دارای پایه سلامت معنوی در این گونه حوادث مسیر خود را اصلاح می‌کنند، اما انسان‌های با سلامت معنوی کامل، در سختی و آرامش به خدا توجه دارند زیرا می‌دانند هر خیر و برکتی که از عوامل طبیعی به آنها می‌رسد از ناحیه خدا است.

تحلیل مفاهیم همنشین با مخلَصین

کسانی که مؤلفه‌های سلامت معنوی با محوریت اخلاص را به دست می‌آورند و اخلاص پالایش کننده نیات، افکار و اعمالشان می‌شود، به مقام «مخلَصین» می‌رسند. با دقت در روابط همنشینی می‌توان تحلیل دقیق‌تری از مفاهیم همنشین با «مخلَصین» ارائه داد.

دقت در مفاهیم همنشین با صفت «مخلَصین» نشان می‌دهد که نوعی امتیاز خاص برای مخلَصین نسبت به دیگران وجود دارد. خداوند به مخلَصین مرتبه‌ای از علم اعطا کرده که قدرت بازدارندگی دارد و با داشتن آن، صدور گناه صغیره نیز از ایشان محال می‌شود. در این صورت آنها از عقوبت و عذاب الهی در امان‌اند. این گروه آگاهی‌هایی درباره خداوند دارند که دیگران از آن بی‌اطلاع‌اند و خداوند هم این معنا را تصدیق کرده و فرموده: «خدا منزه است از آنچه در وصف می‌آورند. به استثنای بندگان پاکدل خدا» (صافات/۱۵۹-۱۶۰) همچنین محبت الهی سبب می‌شود که آنها چیزی جز آنچه را که خدا می‌خواهد نخواهند، و به کلی از نافرمانی او منصرف شوند. در قرآن به این حقیقت اشاره شده و قسم قاطع شیطان برای فریفتن انسان با استثنایی همراه است: «همه را گمراه خواهم ساخت، مگر بندگان خالص تو از میان آنان را» (حجر/۳۹-۴۰) (۱۴). این گروه که همگی جایگاه ویژه‌ای دارند و رسول و نبی هستند؛ به لطف خداوند و تلاش خود از تمام گناهان در امان‌اند و این ویژگی‌ها موجب سلامت روحی و معنوی آنها می‌شود.

سلامت معنوی کامل؛ دژی در برابر نفوذ شیطان

وصف «الْمُخْلَصِينَ» در آیات قرآن برای انسان‌هایی به کار رفته که سلامت معنوی آنان چنان کامل و مستحکم است که شیطان نمی‌تواند در آنها نفوذ کند (نک: سوره ص/۸۲-۸۳). استثنا شدن مخلَصین در این دو آیه نشان می‌دهد که شیطان حتی در مخلِصین هم می‌تواند نفوذ کند و تنها مخلَصین، از اغوا و دسیسه‌های شیطان در امان هستند.

مصونیت از گناهان بزرگ

به گواهی قرآن «مُخْلَصِينَ» از گناهان بزرگ در امان‌اند (نک: یوسف/۲۴). رخداد حضرت یوسف (ع) ثابت می‌کند که اگر ایشان در شرایط حساس و بحرانی دامن آلوده نکردند به سبب اخلاص بوده است.

مصونیت کامل از عذاب و گرفتاری

بر پایه برخی آیات «مُخْلَصِينَ» از عذاب و گرفتاری مصونیت کامل دارند (نک: صافات/۷۳-۷۴و ۱۲۷-۱۲۸).

پاداش بدون حساب

براساس آیات، هر کسی به اندازه اعمال خود، پاداش داده می‌شود، به جز گروه «الْمُخْلَصِينَ» که خداوند به آنها بیش از اندازه عمل و بی‌حساب پاداش می‌دهد (صافات/۳۹-۴۱).

حق توصیف خداوند

در برخی آیات، حق توصیف خداوند به طور کامل و دقیق مخصوص «الْمُخْلَصِينَ» است. (صافات/۱۵۹-۱۶۰) فقط بندگان مخلَص، خداوند را آن‌گونه که لایق اوست وصف می‌کنند و اساس وصف‌شان شناخت و آگاهی نسبت به خداوند است و به سبب همین شناخت، تمام نیات، افکار و اعمالشان برای خداوند است و در سایه این شناخت، نسبت به خداوند «خشیت» دارند: «از بندگان خدا تنها دانایانند که از او می‌ترسند.» (فاطر/۲۸)؛ از میان تمام انسان‌ها، علما به مقام عالی خشیت می‌رسند و «خشیت» در معنای «ترس از مسئولیت توأم با درک عظمت مقام پروردگار» است و کسانی که به این درجه می‌رسند دارای سلامت معنوی کامل هستند.

تأثیر قرآن در مخلَص شدن افراد

یکی از راهکارهای مخلَص شدن افراد، قرآن کریم است (نک: صافات/۱۶۷-۱۷۰). سیاق آیات گویای آن است که قرآن برای مخلَص شدن کافی است و مخالفان فقط دنبال بهانه‌جویی هستند.

مخلَص؛ تثبیت و وصول به سلامت معنوی کامل

بنا بر آنچه گذشت «مخلَص» بیان‌کننده تثبیت و وصول به سلامت معنوی کامل است. مقصود از مخلَصین در عرف قرآن، کسانی هستند که از ابتدای آفرینش، بر استقامت در فطرت و اعتدال خلقت آفریده شده‌اند و در ادامه زندگی، خود به فطرت و اعتدال پای بندند. اینان تنها در راستای قرب الهی عمل می‌کنند و خود را برای خدای تعالی خالص کرده‌اند.

اخلاص؛ ابزاری برای وصول به سلامت معنوی در ارتباطات چهارگانه

روابط چهارگانه انسان با خود، خدا، دیگران و طبیعت اگر با محوریت

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.22034/7.3.7]

عالم معنا و خداوند باشد، سبب شکل‌گیری سلامت معنوی می‌شود. از منظر فرهنگ وحیانی، اخلاص به عنوان ابزاری برای به دست آوردن، تثبیت و تقویت سلامت معنوی کاربرد دارد، با این بیان که انسان در ارتباط با خداوند و کاربست اخلاص می‌تواند ارتباط خود را مستحکم‌تر کند و فهم این نکته بنیادین که انسان فقر وجودی به خداوند دارد (نک: فاطر/۱۵)، باعث خالص شدن انسان برای خداوند و درخواست رفع نیاز از خداوند، مقدمه وصول به سلامت معنوی است. شناخت دقیق از خود و خداوند سبب اخلاص برای خداوند شده و در گام بعدی منجر به آرامش قلب با یاد خداوند می‌شود (نک: رعد/ ۲۸) و یاد خداوند جریان متصل و کاملی است که در بحران‌های زندگی از سقوط در ورطه نا امیدی و افسردگی نجات می‌دهد و سلامت معنوی او را حفظ می‌کند. توجه و تمرکز انسان به این نکته که همه کارها به سوی خداوند ارجاع داده می‌شود (بقره/۲۱۰) سبب خالص شدن برای خداوند و در نتیجه قرار گرفتن در مسیر بهبود و تقویت سلامت معنوی می‌شود، به طوری که بندگی با قرین شدن خلوص در ذکر معاد سبب وصول به اوج بندگی است (نک: ص/ ۴۵-۴۷). همچنین برگشتن از مسیر غلط به شرطی مورد پذیرش است که همراه با اصلاح عمل و اخلاص باشد (نک: نساء/ ۱۴۵-۱۴۶) و اصلی‌ترین شرط پیوستن به جرگه صالحان یا به تعبیری رسیدن به سلامت معنوی کامل لزوم عبادت خالصانه است (نک: زمر/ ۲-۳). براین اساس اخلاص در حیطه سلامت معنوی هم ابزار است و هم هدف، ابزار در مرحله اول و ضریب خوردن به روابط چهارگانه است به طوری که در ارتباط با خداوند، نخست عبادت خالصانه مورد تأکید قرار می‌گیرد (نک: بینه/۵) و در ادامه بعد از کاربست مؤلفه ابزاری اخلاص، نتیجه اخلاص این است که افراد مد نظر به عنوان افرادی حنیف، نماز و زکات را به جا می‌آورند تا در نهایت به دین پایدار خداوند که مد نظر خداوند است برسند (نک: بینه/۵) و در این فرآیند اخلاص پالایش کننده همه اعمال است. براین اساس اخلاص به عنوان ابزار، فرد را در مسیر سلامت معنوی قرار می‌دهد و باعث پالایش نیات، افکار و اعمال او شده و در گام آخر اخلاص خود هدف می‌شود که از آن به «مخلَصین» تعبیر می‌شود (صافات/ ۱۵۹-۱۶۰) که این تعبیر در معنای سلامت معنوی کامل و مد نظر شارع است و این مرحله می‌تواند سلامت معنوی را حاکم و تنظیم کننده دیگر ابعاد سلامت باشد.

در ساحت ارتباط خود نیز اخلاص به عنوان ابزار و هدف عمل می‌کند، به گونه‌ای که خداوند به مؤمنان و کسانی که در مسیر وصول به سلامت معنوی کامل قرار گرفته‌اند، سفارش به پرداختن به خود می‌کند با این بیان که اگر به خود بپردازید به جرگه هدایت‌شدگان راه می‌یابید و گمراهی دیگران به شما آسیب نمی‌زند و در نهایت به سمت خداوند بازمی‌گردید(نک: مائده/ ۱۰۵). همچنین اخلاص در ارتباط با خود به عنوان هدف که سبب صعود ویژه به سلامت معنوی کامل می‌شود، معامله جان انسان با خداوند آن هم جهت رضای خداوند است (بقره/ ۲۰۷) که این حالت اوج سلامت معنوی و رسیدن به حیات طیبه است.

در ساحت ارتباط با دیگران نیز اخلاص با تعبیر در نظر گرفتن خداوند و کسب رضایت خداوند و اطاعت از او به صورت مؤلفه‌های دادگری، بخشش و نیکوکاری به دیگران بروز پیدا می‌کند (نک: نحل/۹۰). اخلاص در ارتباط با دیگران با مؤلفه‌های نیکوکاری، پرهیزکاری و ایجاد سازش میان مردم نمود دیگری است به گونه‌ای که خداوند در سیاق مربوطه به شنوا و دانا بودن خود اشاره می‌کند (نک: بقره/ ۲۲۴). خداوند بعد از توصیه به پرستش خود مؤلفه‌های ارتباط با دیگران را با تعبیر احسان و سخن نیکو بیان کرده است (نک: بقره/ ۸۳) که به دلیل سبقت ذکر خداوند همه سفارش‌ها در پرتو اخلاص حامل معنا می‌شود.

در ساحت ارتباط با طبیعت خداوند به نگاه عبرت‌آموز به پدیده‌ها اشاره می‌کند و از فلسفه آفرینش پدیده‌ها به نشانه‌هایی برای اهل تعقل و نیز اثبات معاد اشاره می‌کند (نک: بقره/ ۱۶۴) که اخلاص در این ساحت یعنی نگاه متعمقانه در طبیعت برای پی بردن به ارتباط آن با خداوند و دیدن آثار خداوند در طبیعت، به طوری که خداوند از کیفیت خلقت شتر، آسمان، کوه‌ها و زمین (نک: غاشیه/ ۱۷-۲۱) در پی برانگیختن انسان به تسبیح و بندگی است و این مهم در سایه اخلاص به دست می‌آید.

براین اساس اخلاص در ساحت روابط چهارگانه انسان سبب داشتن قلب سلیم می‌شود و خصیصه‌های این قلب آن است که در قیامت که مال و فرزند فرد هیچ سودی نخواهد داشت، نافع و مؤثر خواهد بود (نک: شعراء/ ۸۷-۸۹). حضرت ابراهیم (ع) در قرآن الگویی است که اخلاص را به عنوان ابزارِ وصول به سلامت معنوی و به عنوان هدف، در زندگی خود به کار بسته است به طوری که به سبب داشتن اخلاص به خلیل‌الله (نساء/ ۱۲۵) نامبردار شده است و این اخلاص برای ایشان قلب سلیم را به ارمغان آورده است (نک: صافات/ ۸۳-۸۴). قلب سلیم می‌تواند معادل سلامت معنوی در پرتو اخلاص باشد و منزل نهایی آن حیات طیبه است (نحل/ ۹۷) که معادلی برای سلامت کل‌نگر با محوریت سلامت معنوی است. در نهایت ذکر این نکته ضروری است که مرز فارق سلامت معنوی قرآنی با مکاتب دیگر ضریب خوردن اخلاص در روابط چهارگانه انسان و در نهایت در پرتو اخلاص، داشتن قلب سلیم و رسیدن به حیات طیبه است.

بحث و نتیجه‌گیری

همنشین‌های واژه «مخلِصین» نشان‌دهنده ویژگی‌های بارز این گروه است: وجودشان رنگ خدایی دارد، در صورت اشتباه و خطا توبه می‌کنند، با اصلاح اعمال گذشته، به ریسمان الهی چنگ می‌زنند، افرادی حنیف و نمازگذار و پردازنده زکات‌اند که خداوند را خالصانه عبادت می‌کنند. بارزترین ویژگی مخلِصین، عبادت خالصانه آنهاست که ۱۲ مرتبه و در ۴ ترکیب همسو در قرآن به کار رفته است. این تکرار همنشینی‌ها نشان از

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.22034/7.3.7]

اهمیت عبادت و بندگی حق تعالی دارد و آدمی را به نقطه کامل اخـلاص که همان درجه «مخلَصین» است می‌رساند.

مکانیسم وصول به سلامت معنوی کامل با پالایش‌کننـده «اخـلاص» به ترتیب و نظم طولی عبارت است از عبودیّت، داشتن قـدرت و بصـیرت، تمرکز ویژه بر معاد، خالص شدن برای خداوند و در نهایت رسیدن به مقام « المُصْـطَفَيْنَ الْأَخْيـار». مکانیسـم تبـدیل نفـاق بـه ایمـان ابتـدایی بـا پالایش‌کننده اخلاص عبارت است از توبه، اصلاح عمل، تمسک به خداوند، خلوص دین برای خداوند و در نهایت ایمـان ابتـدایی. بـا گـذر از مرحلـه «مخلِص» و کاربست اخلاص در تمام نیات، افکار و اعمال سلامت معنوی کامل با مفهوم «مخلَص» حاصل می‌شود. در فرهنگ قرآنی، حق توصـیف خداوند، پاداش بی‌حساب، مصونیّت کامل از عذاب و گناهان بزرگ از آثـار سلامت معنوی کامل با محوریت اخلاص است.

اخلاص در ساحت روابط چهارگانه انسان منجر به قلب سلیم شـده و قلب سلیم می‌تواند معادل سلامت معنوی در پرتو اخلاص باشد که منـزل نهایی آن حیات طیبه است و می‌تواند معادلی بـرای سـلامت کـل‌نگـر بـا محوریت سلامت معنوی باشد. مرز فارق سلامت معنوی قرآنی بـا مکاتـب دیگر ضریب خوردن اخلاص در روابط چهارگانه انسان و در نهایت در پرتو اخلاص، داشتن قلب سلیم و رسیدن به حیات طیبه است.

تضاد منافع

نویسندگان اعلام می‌دارند در این مقاله هیچ‌گونه تضاد منافعی وجـود ندارد.

منابع

1. Mohagheghi MA, Azizi F, Einollahi B, Kalantarmotamedi MR, Tabei SZ, Shojaeezadeh D, et al. Inspirational Role Models of Islamic Spiritual Health. Iran J Cult Health Promot 2019; 3(2): 131-138. [In Persian]
2. Eskandari A, Vaziri S, Fallah MH, Asi-Mozneb A. Developing a Conceptual Model of Spiritual Health Based on Related Islamic Texts: A Qualitative Study. Medical Ethics. 2020; 14(45): 1-19. [In Persian]
3. Ahmadi B. From visual signs to text. Tehran: Markaz publication; 2009. p.33. [In Persian]
4. Motahhari M. Jahanbini Tawhidi. Tehran: Sadra Publications; 1991. p.80. [In Persian]
5. Forutan M. Islamic spiritual health from the perspective of the late professor Dr. Mohammad Mahdi Esfahani. Iran J Cult Health Promot 2018; 1(1): 22-30. [In Persian]
6. Rashad A, Abbaszadeh M, Rashad M H. Religion and Spiritual Health: Definition, Background, Necessity and Foundations. Iran J Cult Health Promot 2021; 5(3): 383-390. [In Persian]
7. Abbaszadeh M, Rashad AA. Fundamentals of Spiritual Health. Iran J Cult Health Promot 2018; 3(2): 198. [In Persian]
8. Farahidi K. Kitab al-Ayn. Qom: Hejrat Pubication; 1988. Vol. 7 p.265. [In Persian]
9. Ibn Manzoor M. Lisan al-Arab. Beirut: Dar Sadir:1993. Vol.7 p. 26. [In Persian]
10. Makarem Shirazi N. Tafsir Nemooneh. Tehran: Dar al-Ketab al-Islamieh; 1995. Vol.10 p.47. [In Persian]
11. Javadi Amoli A. Tasnim Tafsir of the Holy Quran. Qom: Isra Publishing Center; 2005. Vol.7 p.264. [In Persian]
12. Qureshi AA. Qamous Quran. Tehran: Dar al-Ketab al-Islamieh; 1992. Vol.2 p.279-281. [In Persian]
13. Ebrahimi Varkiani M. The role of resurrection in human spiritual health from the perspective of the Holy Quran. Biannual Journal of research in the interpretation of Quran 2022; 8(16): 13-28. [In Persian]
14. Tabatabai MH. Al-Mizan fi Tafsir al-Quran. Translated by MB Mousavi Hamedani. Qom: Seminary Scholar's Community; 1995. Vol.11 p. 220. [In Persian]

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.22034/7.3.7]

Original

Sincerity; A Tool to Achieve Spiritual Health from the Perspective of the Holy Quran

Farzad Dehghani[1*], Ahmad Rabbanikhah[2], Mohammad Alimohammadi[3]

1. ⁎**Corresponding Author**: Assistant Professor Department of Quran and Hadith Studies College of Theology and Islamic Studies the University of Hakim Sabzevari. Sabzevar, Iran, f.dehghani@hsu.ac.ir
2. Assistant Professor Faculty of Quran and Hadith, Payame Noor University, Tehran, Iran
3. Master student of Quran and Hadith Sciences, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran

Abstract

Background: Spiritual health is one of the four dimensions of human health, which plays an important role in ensuring human health due to its dominance over the dimensions of mental, social and physical health. Accurate knowledge of its components has a decisive role in promoting, restoring, and stabilizing spiritual health. One of the key factors in achieving spiritual health is the fundamental concept of sincerity. The current research seeks to answer the following questions: How does sincerity affect spiritual health? What are the effects of promoting and strengthening spiritual health centered on sincerity?

Methods: The present research was completed with the tools of document-library collection and descriptive-analytical method and the level of analysis of structuralist semantics and emphasis on companionship relationships.

Results: The findings of the research indicate that the mechanism of achieving complete spiritual health with the catalysis of "sincerity" in order and longitudinal order consists of worship, having power and insight, special focus on resurrection, becoming pure for God, and ultimately reaching the position of "Mustafain al-akhyar". Based on these findings, the mechanism of converting hypocrisy to elementary faith with the catalysis of sincerity is repentance, correcting actions, clinging to God, the purity of religion for God, and finally, elementary faith. By passing through the "sincere" stage and using sincerity in all intentions, thoughts and actions, complete spiritual health is achieved with the concept of the "purified".

Conclusion: The difference between Quranic spiritual health and other schools is the coefficient of sincerity in the four relationships of human beings and finally, in the light of sincerity, having a healthy heart and achieving a pure life.

Keywords: Islam, Qur'anic Teaching of Health, Sincerity, Spirituality

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.22034/7.3.7]