نشریه فرهنگ و ارتقای سلامت فرهنگستان علوم پزشکی
دوره ششم، تابستان ۱۴۰۱، شماره دوم، صفحات ۲۶۵ تا ۲۷۳

دیدگاه

مبانی سلوکی سلامتِ معنوی

محمدجواد رودگر[1*]

۱. * **نویسنده مسئول:** دانشیار پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی، تهران، ایران dr.mjr345@yahoo.com

دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۴/۰۷ پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۰۴/۲۹

چکیده

زمینه و هدف: سلامت معنوی بنیادی‌ترین نیاز وجودی در نظام تکوین(از تولد تا مرگ) و تشریع(از تکامل ابتدایی تا انتهایی) انسان است که در کتاب و سنت و معارف وحیانی از بسامدهای مستقیم و غیرمستقیم و با دلالت‌های تطابقی، تضمنی و تلازمی برخوردار می‌باشد. بدین‌سان متن آیات قرآن، احادیث و ادعیه و سیره و سبک زندگی معصومین(ع) منابع غنی در تحقیق و تدقیق مبانی سلوکی سلامت معنوی است که دارای اهمیت، ضرورت و حساسیت خاصی است.

روش: در این تحقیق با توجه به هویت سلوکی و ماهیت باطنی سلامت معنوی، مبانی سلامت معنوی با روش عقلی(تبیین برهانی آموزه‌های سلوکی) و نقلی (استناد به کتاب و سنت، استنباط از نصوص دینی و اصطیادِ معارف وحیانی) بیان و تبیین شده‌اند.

یافته‌ها: مهمترین یافته‌های نوشتار حاضر عبارت است از: الف) نفس ناطقه بستر حرکت و صیرورت و تحول همه جانبه جوهری حقیقت وجودی انسان، (مبنای هستی‌شناختی و انسان‌شناختی)، سلامتِ عقلی و قلبی(عقل و قلب سلیم)که از دو حیث قابلیت شناختن و مولد شناختِ الهامی – لدنی بودن برخوردار است (مبنای معرفت‌شناختی) زیرساخت، اعتدال مزاج روح حاکم و گفتمان مسلط بر سلامت معنوی است که با قرب حقیقی به خدا و تجلی اسمای حسنا و اوصاف علیای الهی شدن عینیت می‌یابد(مبنای غایت‌شناختی). ب) بیان، تبیین و اثبات زیربنا بودن سلامت معنوی برای سلامت روانی و اجتماعی و آنگاه تمهیدی برای سلامت عاطفی، ادراکی و سلامت در جنبه ها و ابعاد دیگر می‌تواند ره آورد التزامی آن باشد.

نتیجه‌گیری: سلامت معنوی از یک حیث زیرساخت سلامت در ساحات دیگر وجودی انسان(ساحت جسمانی، روانی و اجتماعی) و از حیث دیگر در ترابط و تعامل مستمر با ساحات یاد شده است، زیرا سلوک و سلامت ترابط و تعامل همه جانبه و رابطه دیالکتیکی دارند، سلامت معنوی عامل سلوکِ انفسی و سیر باطنی و سلوک نیز علتِ استکمالی سلامت معنوی است که دارای مبانی گوناگونی خواهد بود.

کلیدواژه‌ها: سلامت روان، سلامت معنوی، مزاج

مقدمه

سلامت معنوی بُعدی از ابعادِ سلامت است، در سال ۱۹۴۸ سازمان بهداشت جهانی در ابتدای امر در تعریف سلامت رفاه جسمی، روانی و اجتماعی را منظور کرده و آنگاه بعد از نیم قرن در سال ۱۹۹۸ بُعد دیگری را بر آن افزود که بُعد معنوی بود. بنابراین سلامت معنوی البته با قرائت سکولار(متناظر به هویت زیستی، روان‌شناختی و اجتماعیِ غیردینی انسان) در طول سه بُعد دیگر قرار گرفت.

به بیان دیگر در غرب واژه سلامت که معادل انگلیسی آن «health» است دست کم سه مرحله را طی کرده است: مرحله اول واژه (سلامت) تا قرن ۱۹ اغلب به «نبود بیماری جسمی و نقص عضو» تعریف می‌شد. مرحله دوم به تدریج این مفهوم مورد بازنگری قرار گرفت تا اینکه در اساسنامه سازمان جهانی بهداشت مفهوم سلامت اینگونه تعریف شد: «سلامت عبارت است از تأمین رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی، و نه فقط نبودن بیماری و نقص عضو». مرحله سوم از دهه هفتاد قرن بیستم عنصری جدید به نام «معنویت» موردتوجه قرارگرفته و در سال ۱۹۸۳ به اجلاس سالیانه بهداشت جهانی کشیده شد و در اجلاس همان سال (سی‌وششمین اجلاس سالیانه بهداشت جهانی) بُعد چهارم سلامت به بحث و تبادل‌نظر گذاشته شد. درنهایت در سی‌هفتمین اجلاس سالیانه بهداشت جهانی «معنویت به‌عنوان بخش جدایی‌ناپذیر استراتژی‌های سلامت کشورهای عضو سازمان جهانی بهداشت» به تصویب رسید.

اکنون لازم است برمبنای اسلام و منابع اسلامی سلامت معنوی را تعریف کرده و مبانی آن را بیان و تبیین کنیم:

سلامت معنوی دارای کلیدی با عنوان زیستِ معنادار و زندگی هدف‌دار توحیدی و کدِ اعتدال مزاجِ قوای ادراکی و تحریکی است تا

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-09-16]

[DOI: 10.22034/6.2.9]

سلامت در اندیشه، انگیزه و انگیخته با هدفِ صیرورت و تصعید به عالی‌ترین مراحل استکمال وجودی تحقق یابد.

از یک سو سلامتِ معنوی با سلوک به سوی خدا ارتباط تنگاتنگ و منظومه‌ای دارد، به گونه‌ای که سالک اگر از سلامت معنوی در سه ساحتِ ذیل برخوردار نباشد، سلوکِ عرفانی واقعیت خارجی پیدا نخواهد کرد:

۱. **بینشی- نگرشی** (ساحتِ سلبی= سلامتِ از شک و شرکِ در نظام اعتقادی و باورها و در ساحتِ ایجابی یقین در طرزِ فکر، حکمت نظری، جهان‌بینی و باورها)؛

۲. **گرایشی- منشی**(ساحتِ سلبی= سلامتِ از شهوتِ شهرت، قدرت و ثروت در نظام اخلاقی و ارزش‌ها و در ساحتِ ایجابی تعدیل طبیعت و غرائز براساس فطرت توحیدی نه تعطیل غرائز)؛

۳. **کنشی- روشی** (ساحتِ سلبی = سلامتِ از لغزش و خطای در نظام عملی و رفتاری و در ساحتِ ایجابی مصونیت نسبی در خبطِ فعلی و خطایِ عملی).

از سوی دیگر پرسش این است که سلامت معنوی با چنین کارکردی از چه مبانی سلوکی بهره‌مند است تا در مقام پیدایی، پویایی و پایایی همواره سیر ارتقایی و پیشرفت نه ارتجایی و پسرفت یافته و از فزایندگی وجودی برخوردار شود؟ ناگفته نماند که از جهتی سلوک الی‌الله نقش سازنده و کارسازی در تولید، توسعه، تقویت و تعمیق سلامت معنویِ اشتدادی و مُتزاید دارد و از جهت دیگر سلوک و سلامت معنوی از ترابط و تعامل دیالکتیکی همه جانبه برخوردارند، زیرا سلوک منهای سلامتِ مزاج اعم از مزاج خَلقی و خُلقی امکان ناپذیر و سلامتِ در جسم و جان مبنای سلوکی سلامت معنوی است.

سلامت معنوی دارای مبانی فراوانِ معرفتی اعم از حسی (طبیعی- تجربی)، عقلانی(کلامی – فلسفی)، عرفانی(عرفان نظری) و سلوکی(عرفان عملی) است که در نوشتار حاضر مبانی سلوکیِ سلامتِ معنوی مسئله اصلی ماست.

روش

تحقیق و تحلیل «مبانی سلوکی سلامت معنوی»، از حیث روش‌شناسی دارای روش عقلی–نقلی است. توضیح اینکه مبانی سلوکی با تبیین عقلی و با بهره‌گیری از منابع وحیانی براساس منطق استنادی، استنباطی و اصطیادی مورد بررسی قرار خواهد گرفت، زیرا در سلامت معنوی از یک سو با دو بعد روبه‌رو هستیم:

- بعد طولی-عمودی یا «انفسی» که عبارتست از احساس و تجربه حقیقی – واقعی معنویت در ارتباط با خدا، اولیای الهی و شریعت حقه به صورت جوهریِ اشتدادی و تشکیکی.
- بعد عرضی-افقی یا «آفاقی» که عبارتست از احساس و تجربه رضایت، نشاط، امید و هدفداری توحیدی در تمام عرصه های زندگی اعم از فردی، خانوادگی، اجتماعی وعرصه علم، فکر و عمل است.

و از سوی دیگر درسلامت معنوی با دو روشِ تربیتی و تحققی مواجهیم:

- روش رفعی یا پیشگیرانه با مؤلفه بینش توحیدی، گرایش عبودی و کنش حبی درپرتو معرفت به خدا و اسماء و اوصاف الهی درپرتو تزکیه نفس، تذکیه عقل و تضحیه نفس؛
- روش دفعی یا درمان گرانه در سایه توبه و ترمیم کاستی‌ها و ناراستی‌های اندیشه‌ای، انگیزه‌ای و انگیخته‌ای.

یافته‌ها

تبیین مفاهیم کلیدی یا مبادی تصوری نقش اساسی در تبیین محتوایی سلامت معنوی و پیشگیری از مغالطات نظری و عملی، مغالطه‌های لفظی و معنوی و اشتباه و تشابه معرفتی خواهد داشت. بنابراین در مسئله مورد تحقیق، به بیان و تبیین اجمالیِ سه مفهوم‌محوری می‌پردازیم:

۱. واژه «مبانی» در لغت جمع «مبنا»، از ماده بنی در لغت به معنای بنیان، اساس، بنیاد، شالوده و ریشه چیزی است(۱، ۲) و در اصطلاح «مبانی هر علمی، اساس، پایه، بستر و ساحت‌های زیرین آن علم است(۳) که مبانی سلوکیِ سلامت معنوی نیز در «علمِ سلوک» مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

۲. سیر و سلوک را در لغت چنین معنا کرده‌اند:

واژه سیر در لغت مصدر است و از ریشه «سار» به معنای حرکت کردن در مسیری است (۴).

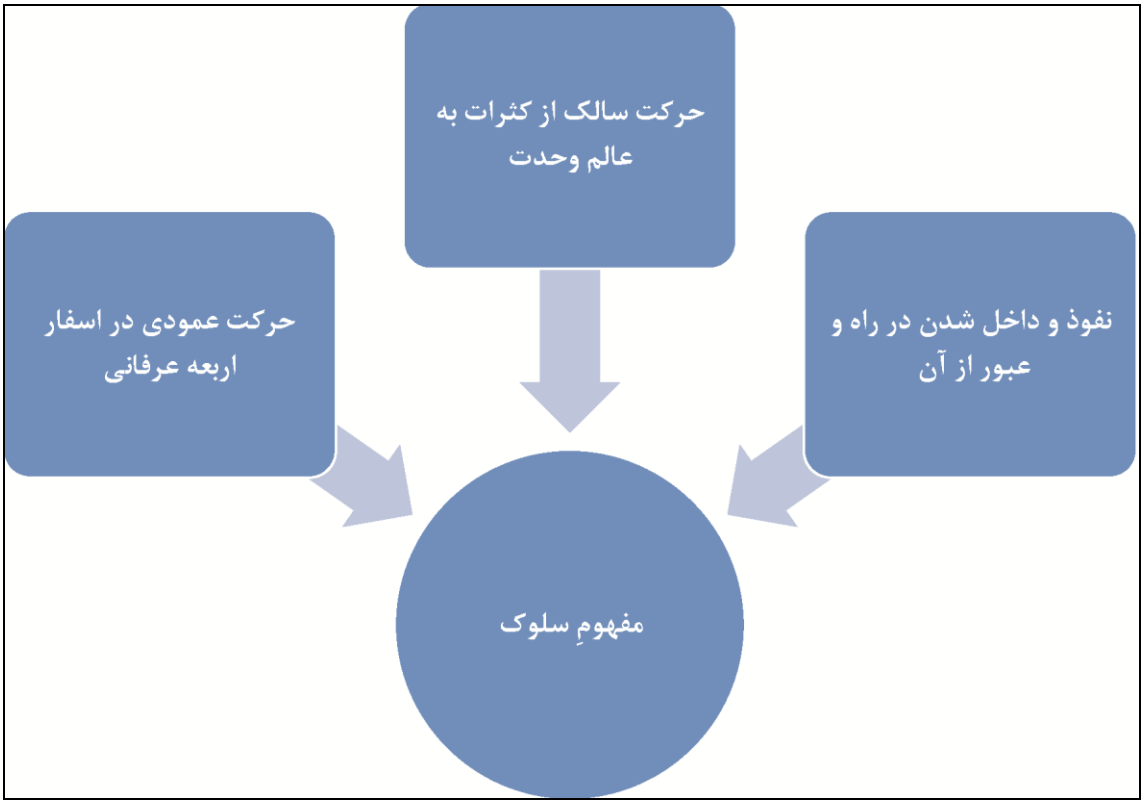
واژه سلوک نیز از ریشه «سلک» به معنای نفوذ و داخل شدن در راه و عبور از آن است.(۵)؛ برخی دیگر از لغویون نیز همین معنا را بیان کرده‌اند(۶، ۷)؛ بنابراین می‌توان گفت معنای لغوی ترکیب عطفی سیر و سلوک ورود و حرکت در مسیری و طی کردن آن است.

اصطلاحِ سیر و سلوک به معنای حرکت سالک از عالم طبع و کثرات و رفتن به سمت معرفت الله و عالم خلوص و وحدت و رهایی از تعلقات مادی است (۸، ۹) پس اگر این سیر درونی و تحوّل باطنی و اوج و عروج عقلی و قلبی و سلوک روحی نباشد انسان دچار رکود، جمود، سکون و وقوف می‌شود (۱۰).

«سیر» یعنی تلبس سالک به احوال و احکامِ مختص به هر مقام (۱۱) در واقع سالک، همه جوارح و جوانح خود را به کار گرفته تا مقام به مقام و منزل به منزل همه مسیر سلوک را بپیماید و در هر مقام و منزلی، سالک احوال و احکام ویژه ای را پذیرا می‌شود و همین امر معنای دقیق «سیر» به سوی حق تعالی است و «سلوک» یعنی پیمودن راه و سیر، یعنی تماشای آثار و خصوصیّات منازل و مراحل در بین راه (۸) اگرچه سیر و سلوک، یک حرکت باطنی و ترقی در مراتب قرب به خدا به حساب

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-09-16]

[DOI: 10.22034/6.2.9]



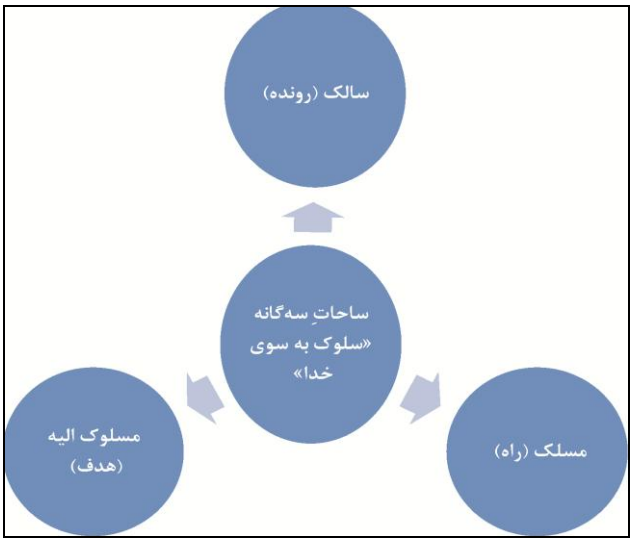
شکل ۱

می‌آید، اما پرداختن به ظاهر نیز در سلوک، مورد توجه عارفان بوده است؛ چنانکه کاشانی (۱۲) و غزالی (۱۳) در تعریف خود از سلوک، بدان اشاره کرده‌اند. مرحوم علامه می‌فرماید: «مسافر این راه کسی است که از اصل و ابتدا و انتهای خود آگاه شود و در فکر رها کردن بدی‌ها و نقصان خود باشد و چون آتشی که از دود صافی می‌گردد، عشق و محبّتش به یک جانب (که ابتدا و انتهایش یکی است) متوجّه گردد و از ظلمت‌ها و دودهای تعلّقات و قاذوراتِ تعیّنات پاکیزه شود، و همچون آتشی سرخ در محبّت و عشق محبوب گردد، و خود و آثار خود را از دست بدهد، و از آن‌ها تجافی حاصل نماید» (۱۴).

و در دانش زیست‌شناختی تبیین و ثابت شده است که حشرات برای تجربه زندگی‌های متکثر و متنوع باید شکافتگی و شکفتگی را پشت سر گذاشته و از «عمق هستی» متحول شوند؛ تحولی وجودی و ذاتی که به "دگردیسی" موسوم است.

دگردیسی که درپرتو حرکت «جوهری اشتدادی» حادث و در سایه «تجدد امثال» حاصل و آنگاه در ظلِ «حرکت حبی» تشخص می‌یابد(درخصوص فهم هرچه بهتر حرکت های سه‌گانه جوهری، تجدد امثالی و حبی (۱۵).

در این سنخ تحول و شدن نیز «شکستن و شکفتن» شرط اصلی است از خودشکستن و درخودشدن برای خودشکفتن و خداگونه شدن. سیر و سلوک انفسی و باطنی عمودی است نه افقی و این حقیقت در «هندسه

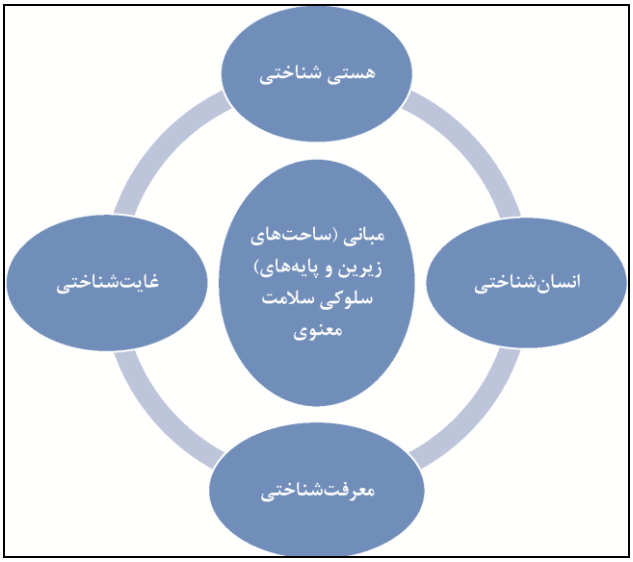


شکل ۲

الهی» قابل تبیین، تعیین، تنظیم و تحقق است نه در «هندسه طبیعی»؛ لذا تعابیر: رفعت، فِرار، هجرت، تصعید، تبتل، مَکانَت، تعالی، سلک و...در موردشان به‌کار می‌رود.

۳. سلامت معنوی وضعیتی است که در دو بعد ایجابی به یقین در بینش، گرایش و کنش در راستای تقرب وجودی به حق تعالی و تخلق به اخلاق الهی و در بعد سلبی به تنزه از شک و شرک اعتقادی، تعدیلِ قوای طبیعی و غریزی و اصالت‌بخشی به فطرت در بعدِ ایجابی و

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-09-16]
[DOI: 10.22034/6.2.9]



شکل ۳

نزاهت از شهوتِ شهرت، قدرت و ثروت در بعدِ سلبی، مصونیت نسبی در خبطِ فعلی و خطایِ عملی در ساحتِ ایجابی و سلامتِ از لغزش و خطای در نظام عملی و رفتاری در ساحتِ سلبی مطرح خواهد بود تا علاوه بر سعادت اُخروی، آرامشِ پویا و پایا، امیدِ معقول و واقع‌گرایانه، نشاطِ روحی و جسمی، رضایتِ از زیست همه جانبه مادی و معنوی و در مجموع حیات طیبه را برای انسان رقم زده و محقق کند. بنابراین سلامت معنوی اولاً و بالذات مربوط به عقلِ صائب، قلبِ سلیم، خُلقِ صادق و عملِ صالح و ثانیاً و بالعرض مربوط به کنشگری‌های فردی و اجتماعی است. ناگفته نماند که سلامت معنوی در پرتو تربیت معنوی با روش رفعی(پیشگیرانه) و دفعی(درمانگرانه) قابلیت تحقق و تجلی دارد و بایسته است از زمینه‌های دیگر سلامت مانند سلامتِ مزاج جسمانی و روحانی برخوردار باشد، زیرا سلامت معنوی و درونی با سلامت جسمانی و بیرونی در ترابط و تعامل دائمی‌اند. از این رو لازم است مبانی سلوکی سلامت معنوی معطوف به مبانی هستی‌شناختی، انسان‌شناختی، معرفت‌شناختی و غایت‌شناختی مورد تحقیق قرار گرفته و تبیین شود تا تمهیدات لازم و کافی برای نیل به اهدافی مانند دست یابی همه‌جانبه به سلامت معنوی و در پرتو سلامت معنوی، سلامت عاطفی، روانی و سلامت اجتماعی فراهم شود.

این است که صیرورت وجودی توأم با اعتدالِ مزاج یا مزاجِ معتدل ظاهری و باطنی، جسمانی و معنوی نقش مبنایی در سلوک و سلامت معنوی داشته و از کاربست و کارآمدی فراوانی برخوردار است.

بنابراین یکی از مسائلِ سلوک و سلامت معنوی تبیین، تحلیل و تعلیل مبانی سلوکی سلامتِ معنوی است که در یک جمع بندی عبارتند از:

مبنای «هستی‌شناختی»

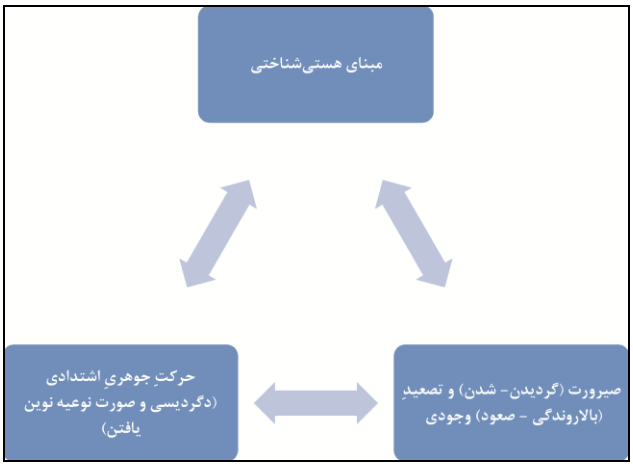
یکی از مهم‌ترین مبنای هستی‌شناختی سلوکی سلامت معنوی، صیرورت(گردیدن- شدن) و تصعیدِ(بالاروندگی - صعود) وجودی براساس حرکتِ جوهریِ اشتدادی تا حرکت در مراحل بالاتر و والاتر(تجدد امثالی- ملکوتی و حُبی- عاشقانه) است، زیرا سلوک در نظام توحیدی امری وجودی و مبتنی بر تحول مَبنایی و جُوهری است نه تحول بِنایی و عَرَضی.

سلامت معنوی ذومراتب بوده و رابطه مراتب آن طولی است؛ زیرا سلامت معنوی مترتب بر مراتب وجودی انسان در ساحت باورها، ارزش‌ها و رفتارها است، هرچه مراتب مطابقت بیشتر(کمی) و شدیدتر(کیفی) با واقع و نفس الامر داشته باشد و از حیث درونی خالص تر باشد، نشانی از سلوکِ صائب و صادق‌تر سالک الی‌الله هست و به واسطه رابطه دوسویه سلامت و سلوک، آدمیان می‌توانند سلامتِ ناب و زلال تر را در متن زیست معنوی خویش تجربه کنند.

مراقبت معنوی در تحقق، توسعه و تعمیق سلامت معنوی از جنس مراقبت سلوکی می‌تواند نقش برجسته و کارکرد زیرساختی در تحول جوهری داشته و این تحول گرایی نهانی را نهادینه کرده و حدوث و بقای سلامت معنوی را از درون تضمین کند. هسته مرکزی انسان تا تحول پیدا نکند، هستی او با سلامتِ معنوی پیوند نخواهد خورد و ثمرات سلامت معنوی در عرصه‌های متکثر شامل حال او نخواهد شد.

در این سلوک سه مؤلفه(توحیدی، عبودی و حُبی) متناظر به مبانی نقش و کاربست اصلی در سلامت معنوی خواهند داشت.

توحید اعم از علمی و عملی مبنای زیستِ سالم و سازنده و زیرساختِ سلامت معنوی در ساحاتِ بینشی، گرایشی و کنشی است؛ زیرا زیستِ توحیدی در مقام بینش مبتنی بر گزاره سازنده «جز خدا هیچ نبودن» و در مقام گرایش و کنش متفرع بر گزاره سوزنده «جز خدا هیچ ندیدن» عینیت می یابد تا مبنای سلامت معنوی من جمیع الجهات والحیثیات (از همه جهت) شود. بنابراین به نام خدا، بیاری خدا و برای خدا کارکردن یا به تعبیر قرآن «قیام‌لله» فردی و اجتماعی همراه با تفکر و اندیشیدن: «قُلْ



شکل ۴

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-09-16]
[DOI: 10.22034/6.2.9]

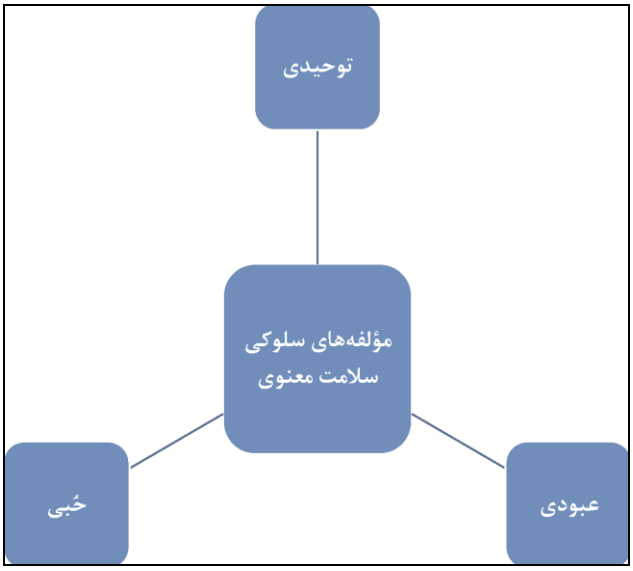
إِنَّمَا اَعِظُکُمْ بِوَاحِدَةٍ أَنْ تَقُومُوا لِلّهِ مَثْنَی وَفُرَادَی ثُمَّ تَتَفَکَّرُوا»(سبأ-۶). آری سلامت معنوی با فهم و فعل در نظام توحیدی شکل و شاکله همه‌جانبه می‌گیرد و مبنای بینشی- نگرشی آن «بود و نمود»، مبنای گرایشی – منشی آن «بروز و نهان» و مبنای کنشی – روشی آن «باید و نباید» است.

«عبودیت» علتِ خلقت و علامتِ سلامت معنوی جامع هست؛ زیرا «عبدالله شدن» مقدمه وجوبی و وجودی «عندالله شدن» است که از رهگذرِ «شناختِ خدا»، «محبتِ به خدا»، «اطاعت از خدا» و «سنخیت با خدا» حاصل شدنی است و عبودیت روحِ حاکم بر سلوک و گفتمان مسلط بر سلامت معنوی است.

«عشقِ صائب و صادق» نیز مبنای سلوکی سلامت معنوی در حرکت قرین با حرارت به سوی خداست، زیرا سالک الی‌الله با «حرکت جوهری اشتدادی» از عالمِ ماده و ناسوت به عالم ملکوت عبور می‌کند(حرکت را برخی به «خروج تدریجی شیء از قوه به فعل» "و برخی به «حرکت، نحوه هستی موجود متحرک است» معنا کرده‌اند (۱۶). نتیجه معنای حرکت جوهری این است که وجود واحدی در تمام مراتب حرکت اشتدادی علی‌الاتصال حضور دارد؛ لذا متحرک در طول حرکت، فعلیات سابق را از دست نمی‌دهد و خلع و لبسی در کار نیست؛ بلکه هر صورت حادث، علاوه بر آثار خود مشتمل بر آثار و کمالات صور قبلی نیز هست؛ یعنی جریان حرکت به نحو «لبس بعد از لبس» است (۱۶، ۱۷) و با «حرکت تجدد امثالی» به عالمِ مثال و ملکوت راه یافته (این واژه که متخذ از کلمات عرفاست بر دو نکتهٔ «تبدل و نو به نو شدن» و «مثل‌های پی‌درپی» اشاره دارد و از واژه‌های رایج در این زمینه است (۱۱، ۱۸).

عرفا با تکیه بر قاعده «عدم تکرار تجلی» و با بهره‌گیری از شهود و شریعت، از این سطح ظاهری گذشته و بر این باورند که در خلقت بر پایهٔ آفرینش‌های لحظه به لحظه، مدام و پی‌درپی مِثل‌ها شکل گرفته است که از این معنا به «تجدد امثال» یاد شده است. حرکت حبی و تجدد امثال، در مطلق ماسوی الله اعم از مفارق و مقارن (موجودات عالم طبیعت و مافوق آن) چه در قوس نزول و چه در قوس صعود جاری است، به خلاف حرکت جوهری که اختصاص به عالم طبیعت دارد (۱۹).

عرفا بر این باورند که همهٔ موجودات عالم همانند نور چراغ‌های نفتی و یا برقی است که اگرچه به ظاهر اموری ثابت به نظر می‌رسند؛ اما چهرهٔ دیگر این ثبات، تغییر و تحول دائمی و خلقت‌های متوالی است، لحظه به لحظه مدد فیض الهی، از طریق نفس رحمانی به موجودات می‌رسد و آنها را مستدام نگاه می‌دارد و به بیان دیگر دم به دم فیض مصرف می‌شود و پشت به پشت باید مدد تازه برسد تا عالم باقی بماند. حقیقت تجدد امثال با دقت در آتشی که از روغن و فتیله اشتعال یافته است، روشن می‌شود؛ زیرا در هر آنی چیزی از آن روغن و فتیله داخل در متن شعلهٔ آتش می‌شود و شعله می‌کشد و نور می‌دهد؛ اما پس از آن، آن صورت از شعله با تبدیل شدن به هوا از بین می‌رود (و شعله‌ای دیگر برمی‌آید و هکذا) شأن



شکل ۵

همه عالم این گونه است زیرا عالم علی‌الدوام از خزائن الهی مدد می‌گیرد و دائماً فیض از آنجا گرفته و بدانجا برمی‌گردد. (۱۱، ۲۰) و آنگاه با «حرکت حبی» وارد عالمِ عقل و جبروت می‌شود تا به عالم اله رسیده و انسانِ الهی و خداگونه شود «حرکت حبّی» فقط در کتب عرفانی مطرح شده و از اهمیت خاصی برخوردار است. حرکت حُبّی نظریه‌ای است که تمام حرکات هستی را برپایه حُبّ می‌داند: «حبی بودن هر حرکت از آن جهت است که اصل حرکات، حرکت عالم از عدم هست به سوی وجود که آنجا ساکن بود»(۲۱) و به تعبیر استاد جوادی آملی: «غایت حرکت حبی خداوند همانا پیدایش انسان کاملی است»(۲۲).

مبنای انسان‌شناختی

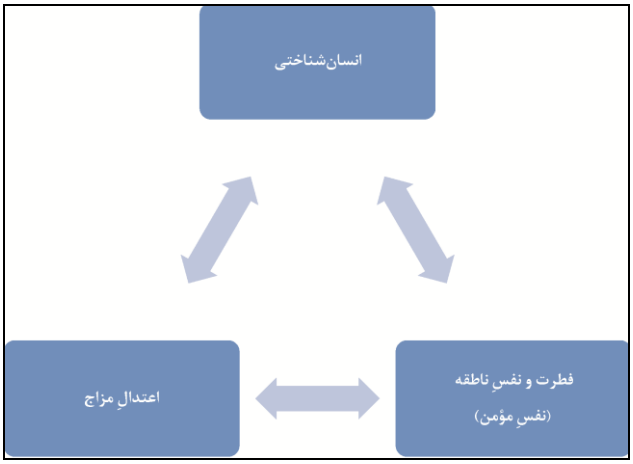
فطرت و نفسِ ناطقه یکی از مبانی سلوکی سلامت معنوی است که یکی از ساحاتِ سه‌گانه بسیار مهم «سلوک به سوی خدا» خواهد بود:

سالک(رونده)، مسلک(راه) و مسلوک الیه(هدف) و «نفسِ انسان» همانا مسلک(راه) یا بسترِ سلوک است که در سلوکِ وحیانی از آن به «نفسِ مؤمن» تعبیر می‌شود. پس مسلک سلوک الی‌الله همانا نفس مؤمن است. بنابراین، راه هدایت که انسان را به سرمنزل مقصود می‌رساند، همان «نفس» آدمی است؛ «فنفس المؤمن هو طریقه الّذی یسلکه الی ربّه و هو طریق هداه و هوالمنتهی به الی سعادته» (۲۳) آری «طریق عرفان به نفس» برای رسیدن به «مقام ولایت» است چه این که نفس انسان و جامِ‌جان آدمی جانان نما و حقیقهٔ الحقایق نماست و دارای ظاهر و باطن است و اگر کسی موفق به شناخت واقعی نفس شود و لایه‌های وجودش را یکی پس از دیگری کنار بگذارد، قدم به قدم به کمالِ مطلق و مطلقِ کمال نزدیک می‌شود و سالک کوی معرفت نفس هر چه به آن حقیقت نزدیک‌تر می‌شود، حقیقت مطلق در او بیشتر خود را نشان خواهد داد. پس هر چه

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-09-16]
[DOI: 10.22034/6.2.9]

قیود عدمی و حدود خویش را برچید به آن کمال صرف و جمال محض قرب وجودی بیشتری می‌یابد و رسیدن هر موجودی به کمال حقیقی، مستلزم فنای آن موجود است تا حدود و قیود ذاتی و عرضی‌اش فانی و مستهلک شود بنابراین در عرفان به نفس صیرورت و تحوّل نهادی و نهانی، حرکت جوهری اشتدادی و ناآرامی همه جانبه وجودی است که سالک به وحدت سالک و مسلک و مسلوکٌ الیه برسد تا هر چه در صراط سلوک باقی می‌ماند مسلوکٌ الیه باشد. علامه جوادی آملی می‌نویسند: «و مفاده، هو انّ الانسان سالک الی‌الله و صائر الیه، و لابدّ للسّالک من الطریق کما لابدّ له من الغایة. وامّا الطریق فهی النّفس، وامّا الغایة فهی جنّة اللّقاء، و لاطریق لها الّا معرفة النّفس و تزکیّتها، ولا غایة للنّفس الّا لقاء خالقها» (۲۴). اگر انسانی اهل معرفت و سلوک یا آگاهی باطنی و آزادگی ذاتی باشد توانمندی شهود خدای سبحان در باطن عالم و جان خویشتن را داراست و «دانایی» او به «دارایی» و معرفت حصولی او به معرفت شهودی و حضوری تبدیل خواهد شد که علی(ع) فرمود: « جان خود را از شهوات پلید منزه سازید تا به مدارج عالی انسانی دست یابید» (۲۵) پس انسان با بصیرت به درون و بازگشت به ذات خویش می‌یابد که آیت و آینه‌ای بیش نیست و هرچه هست آینه داری از اسماء حسنای الهی است که آیه «واعلموا ان ا... یحول بین المرء و قلبه»(انفال - ۲۴). از آن حکایت می‌نماید. به تعبیر استاد جوادی آملی: «وساطت وحائل بودن حق تعالی میان خود و انسان با قلب او به معنای نزدیکتر بودن حق تعالی به انسان از خود انسان به خویش است، زیرا قلب همان باطن و اصل وجود انسان است، پس نزدیکی حق تعالی به انسان بیش از نزیکی قلب و لب و باطن انسان به خویش است» (۲۶).

«اعتدالِ مزاج»(سلامت جسمانی و روحانی) در سلوک بر مسلکِ نفس به سوی مسلوک الیه مرکز ثقل و گرانیگاه سلامتِ معنوی است(مزج به معنای آمیختن و تداخل اجزایی است که پس از اختلاط، متمایز نیستند(۲۷). کلمه مزاج مصدر و به معنای ممزوج به کار برده شده است(۲۸). مزاج الجسم نیز به معنای آن چیزهایی است که بدن بر آنها استوار است که عبارتند از: دم، مِرّتین (صفرا و سودا) و بلغم (۶) اعتدال نیز به معنای میانه رو شدن و راست و استوار شدن است که در مجموع، اعتدال مزاج عنصری به معنای حالت میانه‌ای از اختلاط اجزا و طبایع تشکیل دهنده بدن است. کاربرد اعتدال مزاج در کلمات عارفان بر دو گونه است: الف. اعتدال مزاج عنصری و جسمانی؛ب. اعتدال مزاج معنوی و روحانی. اعتدال مزاج روحانی عبارت است از: آنچه جان انسان را شکل می‌دهد؛ از قبیل هیئات و عقاید و نیات و ملکات. اعتدال در این مزاج، به تشکیل قلب وحدانی اعتدالی است که در اثر ملازمت نفس با احکام شریعت و سلوک معنوی منطبق بر طریقتِ مستقیم به دست می‌آید(۲۹).(مراد از اعتدال مزاج عنصری، میزان کیفی تعادل در اختلاط عنصری است)(۳۰).



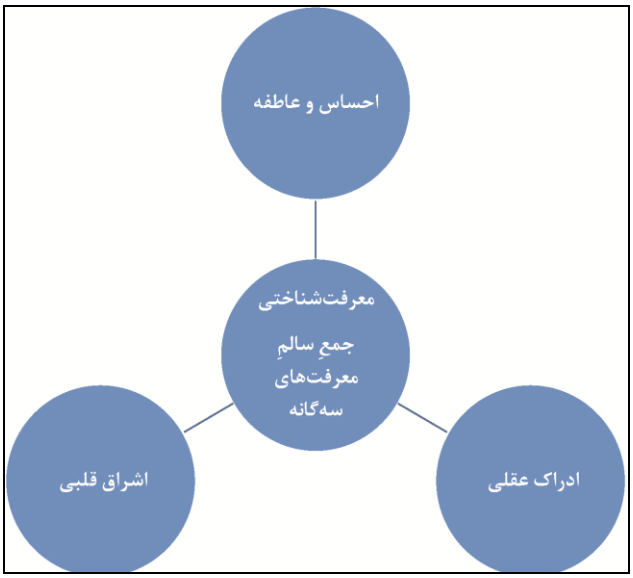
شکل ۶

مبنای معرفت‌شناختی

در مبنای معرفت‌شناختی با دو حقیقت مهم مواجه هستیم:

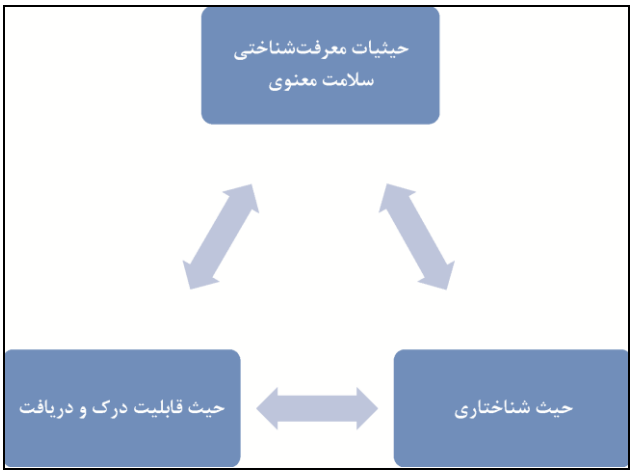
۱. جمعِ سالمِ احساس و عاطفه، ادراک عقلی و اشراق قلبی یا تلفیق و ترکیب منطقیِ منابع معرفتِ تجربی،نیمه تجریدی و تجریدی)متناظر به مراتب وجودی هرکدام از آن منابعِ معرفت.

۲. دو مسئله بسیار مهم: الف) سلامت معنوی دارای حیث شناختاری است. بدین معنا که سلامت معنوی عامل نیل انسان به معرفت خاصی مانند علم لدنی، افاضی و اشراقی خواهد بود. آیات ذیل در این زمینه شاهدی روشن خواهند بود: لقمان: ۲۰؛ حج: ۸ و ۹؛ حجر: ۹۹؛ فصلت: ۵۳؛ کهف: ۱۱۰؛ مطففین: ۱۸ تا ۲۱؛ دهر: ۵ ـ ۷ و ۲۱؛ بقره: ۲۸۲؛ انفال: ۲۸؛ طلاق: ۳؛ صافات: ۱۶۰؛ عنکبوت: ۶۹؛ کهف: ۶۵ و... یا در بحث از امکان دست یابی به معرفتِ معنوی - شهودی می‌توان از آیاتی چون: یونس،۶۲-۶۴، عنکبوت:۶۹، صافات:۱۵۹-۱۶۰، انعام: ۷۵،



شکل ۷

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-09-16]
[DOI: 10.22034/6.2.9]

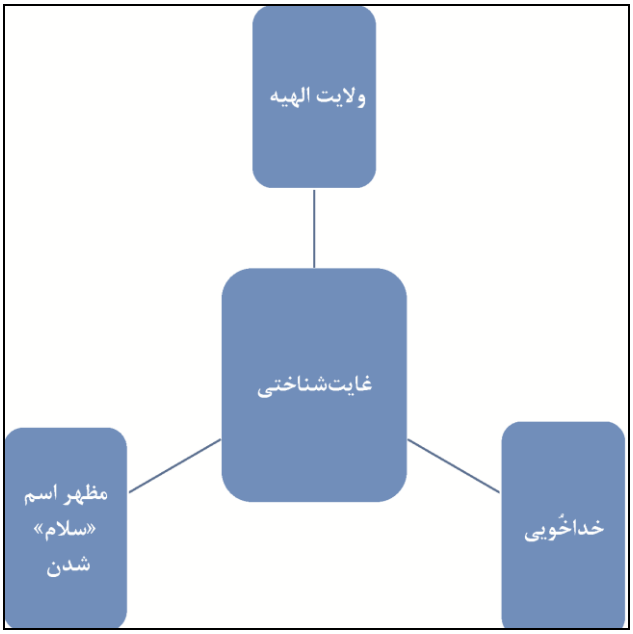


شکل ۸

انفال: ۲۹، بقره: ۲۸۲ و... بهره گرفت. چه اینکه در این آیات از معارف تجربی، نیمه تجریدی، تجریدی و وحیانی(لقمان-۲۰، حج-۸و۹) بحث شده و تقوی یا پارسائی عامل نیل به معرفت افاضی و فرقان و روزی‌های معنوی از جمله علم شهودی(بقره-۲۸۲، انفال-۲۸، طلاق-۳) و نیل به یقین و شهود ملکوت هستی، هدایت خاصه الهیه و بشارات معرفتی- معنویتی(عنکبوت-۶۹، انعام-۷۵، یونس-۶۲-۶۴) و... دانسته شد که اولا راه‌های اکتساب علوم موهوب و معارف باطنی-شهودی ثانیا واقعیت داشتن علم لدنی و معرفت شهودی را بیان و اثبات می‌کند. بنابراین سلامت معنوی صرف یک تجربه معنوی نیست؛ بلکه تجربه معرفتی را در بر دارد. ب) سلامت معنوی پدیده و تجربه‌ای قابل درک(شناخت حصولی= علم الدراسه و علم الفراسه) و دریافت(حضوری= علم الوراثه) است. بدین معنا که سلامت معنوی برای فرد و جامعه قابل شناخت بوده و برای شناخت و سنجش آن، شاخصه‌هایی مانند قلب سلیم، حیات طیبه، نفس مطمئنه، آرامش درونی پایدار، رضایت حقیقی و واقعی از زیست این جهانی، حرکت و پویایی، حرارت و تعهد و روحیه جهادی و انقلابی در انجام مسئولیت‌های مختلف وجود دارد. بدیهی است که سلامت معنوی تشکیکی و ذومراتب است و متناسب با مراتب خود، در حیث شناختاری معرفت ملکوتی و درحیث ادراک‌پذیری و تجربه شوندگی فهمِ سلوکی خاص را به دنبال خواهد داشت.

مبنای غایت‌شناختی

رسیدن به مقام ولایت الهیه و قرب وجودی به حق تعالی یا خداخُویی و تَشبه به باری تعالی غایت و نهایت سلوک به سوی خداست که در آموزه‌های دینی و معارف وحیانی چنین آمد: «تَخَلَّقُوا بِأَخْلَاقِ اللَّه» (۳۱) یعنی درخود ایجاد کنید، یا خودتان را به اخلاق الهی بیارایید، همچنین در ادبیات عرفانی به مظهر جمال و جلال الهی شدن موسوم و موصوف شده



شکل ۹

است، که از جمله آنها مظهر اسم «سلام»(حشر-۲۳) شدن می‌باشد. انسانی که می‌تواند با طی طریق در «سُبُلَ السَّلَام» به «دَارالسَّلَام» راه یابد که خدای سبحان فرمود: الف) بی‌تردید از سوی خدا برای شما نور و کتابی روشنگر آمده است. خدا به وسیله آن [نور و کتاب] کسانی را که از خشنودی او پیروی کنند به راه‌های سلامت راهنمایی می‌کند و آنان را به توفیق خود از تاریکی‌ها [ی جهل، کفر، شرک و نفاق] به سوی روشنایی [معرفت، ایمان و عمل صالح] بیرون می آورد و به جانب راه راست هدایت می‌کند «(مائده-۱۵ و۱۶). ب)» و خدا [مردم را] به سرای سلامت و امنیت [که بهشتِ عنبر سرشت است] دعوت می‌کند و هر که را بخواهد به راهی راست هدایت می‌نماید"(یونس-۲۵).اینگونه است که انسانِ سالم از آفاتِ فکری، آسیب‌هایِ خُلقی و کژراهه روی فِعلی و رفتاری به تناسب میزان سلامت وجودی‌اش مراتبی از مقامِ ولایت الهی را درک کرده و به همان میزان مظهر اسم «ولی» خواهد شد. این است که انسانِ سالمِ معنوی رهروی انسانِ کاملِ مکملِ معصوم(ع) است و در «سُبُلَ السَّلَام» سلوک کرده و به «دَارِ السَّلَام» رسیده و مخاطب به خطاب «ادْخُلُوهَا بِسَلَامٍ آمِنِينَ»(حجر-۴۶) و «سَلَامٌ عَلَيْكُمْ طِبْتُمْ فَادْخُلُوهَا خَالِدِينَ»(زمر-۷۳) شده و خطابِ خاصِ «سَلَامٌ قَوْلًا مِنْ رَبٍّ رَحِيمٍ»(یس-۵۸) را شنفته و تجربه خواهد کرد.

بحث و نتیجه‌گیری

در نوشتار حاضر بر ترابطِ تعاملی سلامتِ معنوی و سلوک انفسی و مبانی معطوف به آنها تکیه و تأکید شد که جنبه‌های جدید و مهمی در مبانی سلوکی سلامت معنوی می‌باشند:

۱. نقش زیرساختی نفس ناطقه به عنوان بستر حرکت و دگرگونی،

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-09-16]
[DOI: 10.22034/6.2.9]

سلامتِ عقلی و قلبی در تحول همه جانبه جوهریِ حقیقت وجودی انسان؛

۲. قرارگاه حرکت جوهری «نفسِ مؤمن» وگرانیگاه تحول گرایی باطنی نیز «اعتدال مزاج» است؛

۳. سلامت معنوی هم قابل درک و شناخت و هم مُولِد معرفت‌های ماورای معارف حصولی و مفهومی یعنی معرفت افاضی، لدنی و شهودی است و در عالی ترین درجات سلوکی سلامت معنوی عاطفه، عقل و عشق ترکیب منطقی و قابلیت جمعِ سالم را دارند؛

۴. قرب حقیقی به خدا و تجلی اسمای حسنا و اوصاف علیای الهی شدن، خداگونگی یا خداخو شدن و مظهر اسمِ «سلام» گشتن اصل و اساس سلامت معنوی است؛

۵. زیربنا بودن سلامت معنوی برای سلامت روانی و اجتماعی و آنگاه تمهیدی برای سلامت عاطفی، ادراکی و سلامت در جنبه‌ها و ابعاد دیگر می‌تواند ره آورد التزامی آن باشد.

اگرچه یافته‌ای وحیانی در بیان و تبیین مبانی سلوکی سلامت معنوی در پژوهش حاضر شرط لازم است، لکن بررسی‌های معطوف به روش‌های عقلی و فلسفی دیگر نیز مورد نیاز است. بنابراین بنظر می‌رسد در عین حال تاکنون نوشته‌ای با این محتوا در مبناشناسی سلوک معنوی یافت نشد که از نقاط قوت تحقیق می‌باشد و از این جهت اشتراکی با تحقیقات دیگر ندارد.

Opinion

Spiritual Conduct Foundations of Spiritual Health

Mohammad Javad Rodgar[1*]

1. ***Corresponding Author:** Associate Professor at "Mystic Department" in Research Institute for Islamic Culture and Thought (iict), dr.mjr345@yahoo.com

Abstract

Background: Spiritual health is the most fundamental existential need in the system of creation (from birth to death) and legislation (from the initial to the final evolution) of human beings. It has direct and indirect frequencies, as well as corresponding, inclusion and implied implications in the Quran, the tradition, and revealed teachings. Thus, Quranic verses, hadiths and supplications, and the Fourteen Impeccable's biography and lifestyle are rich sources in researching and clarifying the Spiritual conduct (sulūki) foundations of spiritual health, which have special importance, necessity and sensitivity.

Methods: According to the identity of spiritual conduct and the esoteric nature of spiritual health, this research has endeavored to describe the foundations of spiritual health via a rational method (argumentative explanation of spiritual conduct teachings) and narration (referring to Quran and the traditions, inferences from religious texts, and obtaining revelation teachings).

Results: The most important findings of the present article include the following: a) the rational soul is the basis of movement and transformation and all-round transformation of the essential truth of human existence (ontological and anthropological foundations), and mental and heart health (healthy reason and heart), with the ability to know and be the generator of inspiration knowledge (epistemological foundations). It is the infrastructure, equability of temperament, the ruling spirit and the dominate discourse on spiritual health, which is objectified by the real closeness to God and the manifestation of the Divine Names and Divine Attributes (teleological foundations). b) Expressing, explaining and proving that spiritual health is the foundation for psychic and social health and then a preparation for emotional, cognitive health and health in aspects and other differences can be its implied result.

Conclusion: Spiritual health, is the infrastructure of health in other areas of human existence (physical, psychological, and social), and on the other hand, it is in the relationship and continuous interaction with these areas, because spiritual wayfaring (sulūk) and health have an all-round connection and interaction and a dialectical relationship. Spiritual health is the cause of Introversive sulūk and the esoteric course and spiritual wayfaring is also the complete cause of spiritual health, which will have various foundations.

Keywords: Mental Health, Spiritual Health, Temperament

منابع

1. Dehkloda A. Dehkhoda Dictionary. Tehran: Tehran University; 1998. [In Persian]
2. Moin M. Moin Encyclopedic Dictionary. Tehran: Amir Kabir Publications; 2006. [In Persian]
3. Muaddeb SR. Basic of Quran Exegesis. Qom: Qom University; 2017. [In Persian]
4. Farahidi A. Kitab Al-Ayn. Qom: Hijrat; 1989.
5. Isfahani R. Al-Mufradat fi Gharib al-Quran. Beirut: Dar al-Qalam; 1991.
6. Ibn Manzoor M. Lisan al-Arab. Beirut: Dar Al-Sader; 1995.

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-09-16]

[DOI: 10.22034/6.2.9]

7. Faris al-Shidyaq A. Matba at al-Jawab. Beirut: Al-Ansar; 1993.
8. Hosseini Tehrani MH. Kernel of the Kernel: Concerning the Wayfaring and Spiritual Journey of the People of Intellect. Mashhad: Allameh Tabatabai Publications; 2000. [In Persian]
9. Tusi N. Awsaf al Ashraf (The Attributes of the Noble). Mashhad: Emam Publication; 1982.
10. Javadi Amoli A. The Discipline of the Self-Annihilation of the Proximate (Exposition of Ziarat al-Jami'a al-Kabira). Qom: Esra Publishing Center; 2004. [In Persian]
11. Qunawi S. Al-nafahat al-ilahiyah. Tehran: Mola Publication; 2014. [In Persian]
12. Kashani A. Sufi Terms. Translated by Majid Hadizadeh. Tehran: Hekmat Publication; 2002. [In Persian]
13. Ghazali M. al-Munqidh min al-dalal. Beirut: Dar al-Fikr; 1995.
14. Saadat Parvar A. Raz-e-del: a description to Gulshan-e-Raz. Tehran: Ehya-e-Ketab; 2005. [In Persian]
15. Hasanzadeh Amoli H. Gashti dar harkat. Tehran: Raja Cultural Publishing Center; 2005. [In Persian]
16. Shirazi, SM. Hikmat Al Muta'alyahfi-l-asfar al-aqliyya al-arba'a. Tehran: Sadra Islamic Wisdom Foundation; 2004. [In Persian]
17. Mesbah Yazdi MT. Teaching philosophy. Publication of Imam Khomeini Education and Research Institute, 1987.
18. Amini Nejad A. Illuminationist philosophy. Publication of Imam Khomeini Education and Research Institute; 2011. [In Persian]
19. Hasanzadeh Amoli H. Insan-i Kamil az Didgah-i Nahjul Balagha (the perfect human being from the perspective of the Nahj al-Balaghah). Tehran: Qiyam; 2002. [In Persian]
20. Ibn Arabi M. Al-Futuhat al-Makkiyya. Beirut: Dar Al-kitab Al-arabi; 1984.
21. Yazdanpanah Y. Foundations and Principles of Theoretical Mysticism. Publication of Imam Khomeini Education and Research Institute; 2014. [In Persian]
22. Javadi Amoli A. Springhead of Thought. Qom: Esra Publishing Center; 2004. [In Persian]
23. Tabatabaei MH. Al-Mizan fi tafsir al-Quran. 2nd Ed. Beirut: Moassesah al-Alami lel-Matbooat; 1971.
24. Javadi Amoli A. The Wise Quran from the Perspective of Imam Ridha. Qom: Esra Publishing Center; 2004. [In Persian]
25. Khansari JM. The description of Ghurar al-Hikam wa Durar al-Kalim. Tehran: university of Tehran Publication; 1994. [In Persian]
26. Javadi Amoli A. The Sun of Revelation from Tabriz (The Practical Life of Allama Tabataba'i). Qom: Asra Publication; 2015. [In Persian]
27. Mostafavi H. Investigation in words of the Qur'an (Al-Tahghigh Fi Kalamat e al-Quran). Tehran: The Book Publishing and Translating Company; 1981. [In Persian]
28. Qorashi AA. Qamus al-Quran. Tehran: Dar al-Kotob al-Islamiyah; 1992. [In Persian]
29. Farghani S. Montehi al-Madarek (Explanation of Ibn al-Farid Work). Beirut: Dar-ul-kotob Al-Elmiyeh Publications; 2007.
30. Kashani A. Lataif al-ilam fi isharat ahl al-ilham. Cairo: Maktaba al-Thaqaf al-Diniyeh; 2007.
31. Majlesi MB. Bahar Al-Anvar. Beirut: Al-Wafa Foundation; 1983.

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-09-16]

[DOI: 10.22034/6.2.9]