

مشاوره اسلامی
درآمدی بر نظریه و کاربرد

فهرست

۱۱	مقدمهٔ دکتر مسعود جان بزرگی
۱۳	مشاورهٔ اسلامی
۱۵	پیشگفتار
۱۷	قدردانی
۱۹	بخش ۱: بافتار و پیش‌زمینه
۲۱	فصل ۱: اسلام و مسلمانان
۳۳	فصل ۲: مشاوره و مشاورهٔ اسلامی: مرور اجمالی
۴۵	فصل ۳: معنویت و مشاورهٔ اسلامی
۵۳	فصل ۴: فهم سرشت انسان و تحول شخصیت در بافتار اسلامی
۷۲	فصل ۵: سلامت روانی: عوامل فرهنگی و دینی
۸۳	فصل ۶: شناخت مراجعان مسلمان
۱۰۱	فصل ۷: اخلاق اسلامی در مشاوره
۱۱۳	بخش ۲: ارزیابی، مدل‌ها و راهبردهای مداخله
۱۱۵	فصل ۸: رهنمودهای کلی برای ارزیابی مراجعان مسلمان
۱۲۵	فصل ۹: درمان روان‌تحلیل‌گری و مشاوره
۱۳۸	فصل ۱۰: رویکرد انسان‌گرا: درمان مراجع‌محور
۱۵۳	فصل ۱۱: درمان شناختی رفتاری: دیدگاهی اسلامی
۱۶۶	فصل ۱۲: درمان کوتاه راه‌حل‌محور
۱۸۲	فصل ۱۳: مشاورهٔ پیش از ازدواج و مشاورهٔ زناشویی
۲۰۶	فصل ۱۴: راهبرد مقابله‌ای دینی و مداخلات معنوی

فصل ۱۵: به‌سوی یک مدل عملی در مشاوره اسلامی	۲۲۳
فصل ۱۶: مشاوره و اعتیاد	۲۴۲
فصل ۱۷: مشاوره در مشکلات مصرف الکل	۲۶۰
فصل ۱۸: نقش رهبر دینی در مشاوره	۲۷۲
فصل ۱۹: چالش‌ها، راهبردها و صلاحیت	۲۷۸
منابع	۲۸۸
واژه‌نامه انگلیسی به فارسی	۳۳۸
واژه‌نامه فارسی به انگلیسی	۳۴۲

فهرست شکل

شکل ۱-۱۵ مدل عمل مشاوره اسلامی..... ۲۲۹

فهرست جداول

جدول ۱-۲ تفاوت‌های مشاوره و مشاوره اسلامی..... ۴۱

جدول ۱-۴ ویژگی‌های قلب سالم، مرده و بیمار..... ۶۵

جدول ۱-۱۳ یک‌صد پرسش پیش از ازدواج..... ۱۹۳

جدول ۱-۱۶ جدول تراز تصمیم‌گیری: مزایا/ معایب رفتار کنونی و مزایا/ معایب تغییر..... ۲۴۹

فصل ۱

اسلام و مسلمانان

مقدمه

اسلام اصطلاحی است عربی که در لغت به معنی «تسلیم شدن» یا «فرمان برداری» است. از همین ریشه، «سلامٌ علیکم» (سلام بر شما باد)^۱ گرفته شده است که یک روش همگانی برای مسلمانان در هنگام روبه‌رو شدن با یکدیگر محسوب می‌شود. اسلام از جمله ادیان بزرگ جهان است که بیش از یک میلیارد نفر معتقد، در طیف گسترده‌ای از نژادها، ملیت‌ها و فرهنگ‌های سراسر جهان دارد که به واسطهٔ ایمان اسلامی مشترکشان، امت واحدی را تشکیل داده‌اند. اسلام در کنار یهودیت و مسیحیت، از جمله ادیان ابراهیمی و توحیدی به‌شمار می‌آید. اسلام توأمان هم یک دین و هم یک سبک زندگی کامل است که بر پایهٔ هدایت خداوند از طریق قرآن کریم، آموزه‌ها و سیرهٔ پیامبر حضرت محمد ﷺ بنا شده است. اسلام در لغت به معنی «فرمان برداری» (در برابر خدای حق واحد) است؛ از این رو، مسلمان به شخصی اطلاق می‌شود که در برابر ارادهٔ الهی تسلیم یا پیرو اسلام باشد. مسلمانان از دین صلح، رحمت، مدارا و گذشت پیروی می‌کنند و با داستان‌های بی‌اساسی که به دین اسلام و مسلمانان نسبت داده می‌شود هیچ ارتباطی ندارند؛ افسانه‌هایی که جعل آنها اغلب با محوریت اروپا و مستشرقان است. در جوامع غربی شاخص، برداشت‌های واقعاً منفی، خصومت آشکار یا پنهان، ترس، تنفر و تعصب نسبت به اسلام و مسلمانان وجود دارد که به افزایش خشونت‌های موردی و اسلام‌هراسی دامن زده است. این فصل به خواننده کمک می‌کند تا فهمی بنیادین از اصول ایمان مبتنی بر اسلام و حاکم بر جامعهٔ مسلمانان پیدا کند.

جهان اسلام

امروز نزدیک به یک‌چهارم از جمعیت جهان مسلمان هستند و اسلام بیش از ۱.۶۲ میلیارد نفر در سراسر جهان پیرو دارد که در سال ۲۰۳۰ به ۲.۲ میلیارد نفر خواهد رسید (انجمن پیو در حوزهٔ دین و

1. Peace be with you

زندگی عمومی،^۱ ۲۰۱۱). اگر این روند ادامه پیدا کند، یک یا بیشتر از یک میلیون مسلمان در ۷۹ کشور در سال ۲۰۳۰ مقیم خواهند بود که این میزان از ۷۲ کشور کنونی بیشتر است. هفت کشوری که پیش‌بینی می‌شود تا سال ۲۰۳۰ بیش از یک میلیون مسلمان داشته باشند، عبارت‌اند از: بلژیک، کانادا، کنگو، جیبوتی، گینه بیسائو، هلند و توگو (انجمن پیو در حوزه دین و زندگی عمومی، ۲۰۱۱). اگرچه اسلام اغلب مرتبط با جهان عرب و خاورمیانه است، تنها کمتر از ۱۸ درصد از مسلمانان، عرب هستند؛ در حالی که آسیا بالاترین تعداد مسلمان را به نسبت دیگر کشورها در خود جای داده، در مقایسه با آفریقا برحسب درصد مسلمانان به کل جمعیت، رتبه دوم را دارد. جمعیت‌های کشورهایی که نام‌شان در ادامه می‌آید، تقریباً به‌طور کامل مسلمان هستند (تقریباً بیش از ۹۹.۵ درصد از جمعیت بومی این کشورها و نزدیک به همه نیروهای کار خارجی مسلمان هستند): بحرین، کومور، کویت، مالدیو، موریتانی، مایوت، مراکش، عمان، قطر، سومالی، عربستان سعودی، تونس، امارات متحده عربی، صحرای غربی و یمن (Adherents.com، بی‌تا)؛ بنابراین، میزان مسلمانان در آفریقا ۴۳.۳ درصد از جمعیت این قاره است که ۲۷ درصد از جمعیت مسلمانان جهان را تشکیل می‌دهند. اکثر مسلمانان دنیا (حدود ۶۰ درصد) در منطقه آسیا - اقیانوسیه زندگی می‌کنند؛ در حالی که حدود ۲۰ درصد در خاورمیانه و آفریقای شمالی هستند. اندونزی بزرگ‌ترین جمعیت مسلمان را در خود جای داده است؛ البته انتظار می‌رود پاکستان از اندونزی پیشی بگیرد. پیش‌بینی می‌شود سهم جهانی مسلمانانی که در کشورهای جنوب صحرای آفریقا زندگی می‌کنند افزایش یابد و برای مثال، در عرض ۲۰ سال، در نیجریه نسبت به مصر به احتمال زیاد، مسلمانان بیشتری زندگی خواهند کرد. اگرچه اقلیت‌های مسلمان تقریباً در همه مناطق از جمله آمریکای لاتین و استرالیا هستند، در کشورهای اتحاد جماهیر شوروی، هندوستان و آفریقای مرکزی بیشترین تعداد را دارند (اداره امور اسلامی،^۲ ۱۹۸۹). جمعیت مسلمانان در اروپا و آمریکا نسبتاً کوچک خواهند ماند؛ اما اقلیت مهمی را در اروپا و آمریکا تشکیل داده‌اند و البته انتظار می‌رود که سهم رو به رشدی از جمعیت کل جهان را در این مناطق به خود اختصاص دهند.

تنوع در ترکیب قومی مسلمانان

ترکیب قومی مسلمانان مربوط به گروه‌های مهاجر در اروپای غربی و شمالی، تنوع قابل‌توجهی دارد. حضور گروه‌های مختلف مسلمانان در کشورهای خاص، به طیف وسیعی از عوامل بستگی دارد؛ از جمله: الگوهای مهاجرت پس از استعمار، تاریخچه بازار کار در اروپا و جریان‌های پناهندگی (سازمان عفو بین‌الملل،^۳ ۲۰۱۲)؛ برای مثال، بزرگ‌ترین گروه‌های مسلمان در فرانسه در اصل از الجزایر، مراکش، تونس و صحرای جنوب آفریقا هستند؛ در حالی که در بلژیک و هلند اغلب اصالتاً

1. Pew Forum on Religion & Public Life
 2. Islamic Affairs Department
 3. Amnesty International

مراکشی و ترک هستند.

انگلستان سابقه‌ای طولانی در ارتباط با مسلمانان دارد که این ارتباط از قرون وسطی به بعد برقرار شد (شورای مسلمانان بریتانیا،^۱ ۲۰۰۲). در قرن نوزدهم، مردم یمن برای کار در کشتی به بریتانیا آمدند و یکی از اولین جوامع مسلمان این کشور را در آنجا تشکیل دادند. در طول دهه ۱۹۶۰، تعداد قابل توجهی از مسلمانان جنوب شرقی آسیا (بنگلادشی، پاکستانی یا مردمی با نژاد هندی و برخی از آسیایی‌ها از تبار شرق آفریقا) برای پیدا کردن شغل به انگلستان آمدند. بدین صورت، جوامعی پایدار شکل گرفت و دست کم ۵۰ درصد از جمعیت کنونی این مسلمانان، در انگلستان متولد شده‌اند. علاوه بر این، جوامع قابل توجهی از مسلمانان، مربوط به ترکیه، قبرس، ایران، عراق، افغانستان، سومالی و بالکان هستند؛ اما تنها درصد کمی از مردم شمال آفریقا در انگلستان هستند. بخش قابل توجهی از مسلمانان ساکن در سوئیس از یوگسلاوی قدیم هستند؛ درحالی که اغلب مسلمانان کاتالونیا (اسپانیا) در اصل، از الجزایر، مالی، مراکش، پاکستان و سنگال هستند. مسلمانانی که از ایران و عراق در سوئد، نروژ و دانمارک هستند در مقایسه با سایر کشورهای اروپایی، از فراوانی نسبی بالاتری برخوردارند (سازمان عفو بین‌الملل، ۲۰۱۲).

پاکستان و بنگلادش دو کشوری هستند که از نظر مبدأ مهاجرت مسلمانان به ایالات متحده آمریکا در سال ۲۰۰۹ رتبه برتر را به خود اختصاص داده‌اند. در حال حاضر، حدود دوسوم از مسلمانان ساکن در ایالات متحده (۶۴.۵ درصد) به‌عنوان مهاجران نسل اول، متولد خارج از آمریکا هستند؛ درحالی که کمی بیش از یک‌سوم (۳۵.۵ درصد) در ایالات متحده متولد شده‌اند؛ با این حال، انتظار می‌رود تا سال ۲۰۳۰، از هر ده مسلمان بیشتر از چهار نفر (۴۴.۹ درصد) در ایالات متحده آمریکا متولدان بومی باشند (انجمن پیو در حوزه دین و زندگی عمومی، ۲۰۱۱). در کانادا، مسلمانان حدود ۳.۲ درصد از جمعیت را تشکیل می‌دهند که این میزان، اسلام را دومین دین پس از مسیحیت و سریع‌ترین دین از نظر رشد در کانادا قرار داده است (پیمایش ملی خانوار،^۲ ۲۰۱۱). مهاجرت تا حد زیادی به این افزایش دامن زده است و در این باره بیشترین سهم را پاکستان در این باره دارد. ۲.۲ درصد از کل جمعیت استرالیا مسلمان هستند که این میزان، مسلمانان را پس از مسیحیت و بودیسم سومین گروه بزرگ مذهبی قرار داده است. جامعه مسلمانان استرالیا با داشتن بیش از شصت بافت قومی و نژادی متفاوت، از جمله متنوع‌ترین گروه‌های دینی از نظر قومیت و نژاد است (اداره آمار استرالیا،^۳ ۲۰۱۳).

مبانی دین اسلام

اسلام دین جدیدی نیست، بلکه تداوم شریعت پدرمان حضرت ابراهیم خلیل است که بر عقیده

1. Muslim Council of Britain
2. National Household Survey
3. Australian Bureau of Statistics

یکناپرستی تأکید دارد. به بیانی سنتی، اسلام یک دین الهی واقعی است که آموزه‌های آن توسط سلسله پیامبران به بشریت آموزش داده شده است که برخی از آنها کتابی وحیانی آورده‌اند. مانند تورات، زبور و انجیل که به ترتیب توسط حضرت موسی، حضرت داوود و حضرت عیسا مسیح علیه السلام آورده شده است. حضرت محمد صلی الله علیه و آله آخرین و گرانقدرترین این پیامبران بود. کتاب مقدس قرآن، آموزه‌های وحیانی قبلی را کامل کرد و جایگزین همه آنها شد. مسیحیت و یهودیت همچون اسلام به «وحدانیت» خدا معتقد هستند و عقبه آنها به سرسلسله، حضرت ابراهیم خلیل بر می‌گردد و پیامبران به‌طور مستقیم از فرزندان حضرت ابراهیم منشعب می‌شوند (مورگان، ۲۰۱۰). اسلام در هسته خود، پیامی روشن دارد که در مورد همه افراد بشر صدق می‌کند. اسلام نسبت به دیگر عقاید روادار است، چه اینکه مراقبت از شرایط خاص اقلیت‌ها، یکی از کارکردهای احکام اسلامی به شمار می‌رود و به همین دلیل، عبادتگاه غیرمسلمانان در سراسر جهان اسلام رونق یافته است. تاریخ خود گویای نمونه‌های فراوانی از رواداری مسلمانان نسبت به دیگر باورهاست. قانون اساسی مدینه^۱ (صَحِيفَةُ الْمَدِينَةِ) اولین قانون اساسی مکتوب شناخته شده در جهان است. به موجب آن، یک‌سری از قوانین و مسئولیت‌های جوامع مسلمان، یهودی و کافر در مدینه وضع شد تا آنها را زیر چتر یک اجتماع (امت) گرد آورد.

قرآن کریم، آخرین کلام نازل شده از سوی خداوند، منبع اساسی برای هر باور و عمل ایمانی مسلمانان است. قرآن کریم سندی از کلمات راستین است که از سوی خداوند متعال به واسطه فرشته وحی - حضرت جبرئیل - بر رسول خدا حضرت محمد صلی الله علیه و آله نازل شده است. این کتاب توسط رسول خدا حضرت محمد صلی الله علیه و آله حفظ و سپس به اصحاب ایشان دیکته شد، و توسط کاتبانی که در طول حیات پیامبر نوشته‌هایشان را با عرضه بر ایشان صحت‌سنجی چندباره می‌کردند، کتابت شد. قرآن کریم ۱۱۴ سوره دارد که به عربی فصیح نگاشته شده است. به‌جز یک سوره، همه سوره‌های قرآن با «بسم الله الرحمن الرحيم» (به نام خداوند بخشنده مهربان) آغاز می‌شود. بزرگ‌ترین سوره قرآن کریم سوره «بقره» (گاو) با ۲۸۶ آیه است و کوتاه‌ترین سوره، «کوثر» (نعمت فراوان) است که سه آیه دارد. قرآن کریم دربردارنده تاریخ بشر از زمان خلقت است و بیانگر قوانین مربوط به زندگی روزمره اجتماعی از قبیل: مسائل ازدواج، طلاق، حقوق شخصی، ارث، انفاق به مستمندان، اهمیت برادری و اجتماع، عدالت اجتماعی، سلوک شایسته انسانی و یک نظام اقتصادی عادلانه، است. علاوه بر قرآن، منبع دیگر سنت (افعال و نمونه‌های رفتاری پیامبر صلی الله علیه و آله) و حدیث محسوب می‌شود.^۲ حدیث، گزارش منقول و معتبر از قول، فعل و موافقت (تقریر) پیامبر صلی الله علیه و آله است.^۳ اعتقاد به سنت و قبول آن، بخشی از دین اسلام است.

1. The Constitution of Medina

۲. از دیدگاه مذهب شیعه، سنت شامل قول و فعل و تقریر معصوم صلی الله علیه و آله شامل پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله امامان دوازده‌گانه علیهم السلام و همچنین حضرت فاطمه زهرا علیها السلام است (ر.ک: مظفر، محمدرضا (۱۴۱۵)، *اصول الفقه*، قم، بوستان کتاب، ج ۲، ص ۶۳). (مترجم)

۳. از دیدگاه شیعه، حدیث شامل گزارش منقول و معتبر از قول، فعل و موافقت (تقریر) ائمه اثنی عشر و حضرت فاطمه زهرا علیها السلام است.

ارکان پنج‌گانه اسلام

واجبات مسلمانان، تحت عنوان ارکان پنج‌گانه اسلام شناخته می‌شود که همه مسلمانان جهان در ارتباط با فعالیت‌های روزمره، سبک زندگی و اعمالشان، از آن پیروی می‌کنند. چارچوب الگوی سبک زندگی و اعمال مسلمانان را این امور تشکیل می‌دهد: شهادت [به وحدانیت خداوند]، نماز (صلاة)، پاکسازی خود^۱ (زکاة)، روزه (صوم در ماه رمضان)، سفر زیارتی به مکه (حج). مهم‌ترین آموزه بنیادی اسلام، اعتقاد به وحدانیت خداست که توحید نام گرفته است.

- شهادت اولین رکن ایمان است: «من گواهی می‌دهم به اینکه هیچ خدایی جز الله نیست و همچنین گواهی می‌دهم به اینکه محمد ﷺ بنده و فرستاده خداست»؛ در حقیقت، هیچ کس به جز خداوند شایسته پرستش نیست. این عبارت ساده و درعین حال عمیق، اظهار پذیرش کامل و تعهد تمام‌یک مسلمان نسبت به اسلام است.
- صلاة یا نماز، دومین رکن است. نمازهای واجبی [در دین اسلام] است که روزانه پنج بار در زمان تعیین شده به جا آورده می‌شود. دین اسلام بر پایه این عقیده بنا شده که افراد با خداوند ارتباط مستقیم دارند. علاوه بر نمازهای پنج‌گانه، نماز جمعه نیز ضروری دین اسلام است. اگرچه می‌توان نماز را به صورت فردی به جای آورد، شایسته است این عبادت همراه دیگران و جمعی انجام شود. جایز است نماز در خانه، در محل کار یا حتی در فضای باز خوانده شود، اگرچه مستحب است که مسلمانان در مسجد نماز را به جای آورند.
- زکاة به معنی پالایش و رشد است. دارایی ما به‌عنوان امانتی که در دست ماست، با کنار گذاشتن سهمی از آن برای نیازمندان، پاک می‌شود. زکات به صورت فردی محاسبه می‌شود و عبارت است از پرداخت سالانه نسبت ثابتی از دارایی مسلمان به نیازمندان و فقرا. این اقدام دستورالعملی را برای تأمین عدالت اجتماعی، رفتار مثبت انسانی و یک نظام اجتماعی-اقتصادی عادلانه فراهم می‌آورد. یکی از احادیث رسول خدا ﷺ در باب انفاق این است که «دارایی بنده خدا هرگز با صدقه دادن کم نمی‌شود». مقدار زکات برابر است با ۲.۵ درصد از کل درآمد خالص فرد منهای هزینه‌های ضروری خود و خانواده‌اش.^۲
- صوم یا روزه در ماه مبارک رمضان چهارمین رکن اسلام است. هر سال در طول ماه رمضان،

1. self-purification

۲. زکوة در قرآن گاهی به معنی طهارت و پاکیزگی آمده مثل «قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا» (شمس: ۹) (راغب اصفهانی، حسین بن محمد

(۱۴۱۲)، مفردات ألفاظ القرآن، تحقیق: صفوان عدنان داوودی، بیروت: دار الشامیة، ص ۳۸۱). (مترجم)

۳. محاسبه زکات به این شکل و مقدار، با مذهب اهل سنت مطابق است. وگرنه، در مذهب شیعه به میزان و گونه‌ای متفاوت محاسبه می‌شود. (مترجم)

مسلمانان از طلوع فجر تا غروب آفتاب روزه می‌گیرند و از خوردن، آشامیدن و روابط جنسی خودداری می‌کنند. اگرچه روزه‌داری برای سلامتی مفید است، از جهت معنوی، روشی برای پالایش نفس محسوب می‌شود. بُعد معنوی روزه‌داری شامل اعمال تفکرآمیز، فزونی در دعا و نماز، مثبت‌اندیشی نسبت به دیگران و یاد خداوند در همه افکار و اعمال است. رمضان ماهی است که در خلال آن قرآن کریم بر رسول خدا حضرت محمد ﷺ نازل شد، با رؤیت هلال ماه نو آغاز می‌شود و پس از آن، خودداری از خوردن، نوشیدن و دیگر لذت‌های جسمانی از طلوع فجر تا غروب آفتاب واجب است. بزرگداشت پایان رمضان، عید فطر نامیده می‌شود، عید افطار کردن روزه. به‌طور مرسوم عید فطر زمانی برای دید و بازدید خانوادگی و تعطیلی مورد علاقه کودکان است چراکه لباس نو و هدیه می‌گیرند.

- حج یا سفر زیارتی به مکه پنجمین رکن اسلام و مهم‌ترین جلوه ایمان و وحدت اسلامی در جهان است. برای همه مسلمانان در طول عمر خود واجب است که یک بار در مکه، در سرزمین حجاز، حج به‌جای آورند؛ اما [وجوب آن] شرایطی دارد؛ برای مثال، تنها بر کسانی [واجب] است که از نظر جسمی و مالی توانایی انجام آن را داشته باشند. مراسم حج در دوازدهمین ماه اسلامی (بر اساس تقویم قمری) برگزار می‌شود. زائران جامه ساده‌ای می‌پوشند که به‌واسطه آن، مقام و تمایزات طبقه‌ای، فرهنگی و نژادی را از تن درمی‌آورد، چنان‌که همه افراد به‌طور یکسان در برابر خداوند حاضر می‌شوند.

رسول خدا ﷺ در حدیثی می‌فرماید:

اسلام گواهی دادن به این است که هیچ‌خدایی جز الله نیست و محمد فرستاده اوست، به‌جای آوردن نماز، دادن زکات، روزه گرفتن در ماه رمضان و اگر قادر باشی به‌جای آوردن حج خانه خدا به‌جای است. جبرئیل امین در برابر این سخن گفت: «به‌درستی سخن گفته‌ای»

(مسلم، به نقل از زرابوزو، ۲۰۰۸).

ارکان پنج‌گانه اسلام هویت اساسی مسلمانان را تعریف می‌کند، ایمان، اعتقادات و آیین آنها را مشخص می‌سازد و جامعه جهانی مؤمنان را به یک برادری مبتنی بر ارزش‌ها و دغدغه‌های مشترک، هم‌بسته می‌کند.

اسلام فرهنگی و فرهنگ اسلامی

فرهنگ ما بویاست؛ همچنان که کلیه رفتارها و روابطمان را تحت تأثیر قرار می‌دهد جهان‌بینی ما را شکل می‌دهد. فرهنگ به رفتارها، آرمان‌ها، ارزش‌ها، نگرش‌ها و سنت‌های به‌اشتراک گذاشته‌شده با