

آثار روان شناختی فعالیت‌های نیکوکارانه بر سلامت روان دنیوی و سعادت ابدی اخروی از دیدگاه قرآن و حدیث*

طاهره محسنی**

خدیجه احمدی بیغش***

چکیده

از نظر آموزه‌های دینی، نیکوکاری نخستین تاثیر را در زندگی دنیوی و اخروی شخص گذاشته و سلامت روان دنیوی و سعادت ابدی اخروی او را تضمین می‌کند. عبادت در هر شکلی که باشد، یکی از عوامل سلامت روان بوده است. حسن و نیکویی عمل هم به تناسب و سازگاری اجزای آن با یکدیگر، و سازگاری و تناسب مجموعه اجزا با غایت و هدفی است که از انجام آن عمل مدنظر است. بنابراین احسان و نیکوکاری رعایت این دو تناسب با مقام عمل است. حال سوال این است که این فعالیت‌های نیکوکارانه چه تاثیری بر سلامت روان دنیوی و سعادت ابدی اخروی افراد دارد. بررسی توصیفی تحلیلی، روان شناختی، و استناد به آیات و احادیث، حاکی از آن است که آثار دنیوی چون افزایش طول عمر و روزی، دریافت پاداش الهی و... و آثار اخروی چون چشم پوش از عقاب، رسیدن به نعمت‌های بهشتی و پاداش ابدی و... موجب سلامت روان فرد در دنیا سعادت ابدی او در آخرت می‌گردد.

کلیدواژه‌ها: نیکوکاری؛ سلامت روان؛ سعادت؛ دنیوی؛ اخروی

*- تاریخ دریافت: ۹۸/۰۴/۲۵ تاریخ پذیرش: ۹۹/۰۲/۳۰

** استادیار دانشگاه امام صادق علیه السلام

*** دانشجوی دکتری پژوهشکده بین المللی عروه الوثقی (نویسنده مسئول)

مقدمه

نیکوکاری ارتباط تنگاتنگی با عواطف، روح و روان آدمی داشته و نخستین تاثیر را در نفس خود شخص می‌گذارد. به این معنا که هر کاری که دل‌ها را آرامش می‌بخشد، اعم از مادی و معنوی، از مصادیق نیکوکاری است. بنابراین دایره نیکوکاری بسیار گسترده است و نمی‌توان دایره نیکوکاری را محدود به حوزه مادیات و کمک‌های مالی کرد، و با هر کار پسندیده‌ای از قول و فعل می‌توان آن را انجام داد. زیرا انسان بیش از آن که به نیکی مالی نیازمند باشد، خواهان عفو از خطا یا توجه بیشتری از نظر مهر و محبت است. زندگی انسانی تنها در سایه نیکوکاری است که سلامت می‌یابد و انسان می‌تواند انسانیت خود را به نمایش گذارد و جلوه‌های الهی بودن را نشان دهد. هرچه شخص دارای احسان و نیکوکاری بیشتر باشد، ارزش‌های انسانی در او بیش‌تر گشته، سلامت روان او افزایش و تقویت یافته، و حتی می‌توان بهترین روابط اجتماعی را در او سراغ گرفت.

با تتبع در تحقیقاتی که در زمینه اثرات فعالیت‌های نیکوکارانه بر افراد انجام گرفته، شد، برخی از این آثار عبارتند از:

- مقاله: معناشناسی احسان در قرآن، نویسنده علی‌رضا دهقان‌پور و ژیلای بخشی، مجله معارف قرآنی، شماره ۱۷ سال ۱۳۹۳، در این تحقیق به معانی احسان در قرآن اشاره شده است.

- مقاله: مفهوم‌شناسی «احسان» در قرآن کریم با بررسی حوزه معنایی احسان فردی، نویسنده محمد مصطفایی، مجله تحقیقات علوم قرآن و حدیث، شماره ۱، سال ۱۳۸۹، در این تحقیق حوزه معناشناسی احسان و نیکوکاری در بعد فردی مورد بررسی قرار گرفته است.

- بررسی نقش فضایل اخلاقی در سلامت روانی با رویکرد دینی - روان‌شناختی، نویسنده علی احمد پناهی، فصلنامه حوزه اخلاق، شماره ۲۷، سال ۱۳۹۶، در این تحقیق نقش موثر فضایل اخلاقی در بهبود و تقویت سلامت روان اشاره شده است. با توجه به تحقیقاتی که تا کنون انجام گرفته، تحقیقی که به آثار روان‌شناختی فعالیت‌های نیکوکارانه در سلامت روان دنیوی و سعادت ابدی اخروی از دیدگاه قرآن و حدیث، بپردازد یافت نشد. لذا در این تحقیق پس از بیان چهارچوب نظری، به آثار دنیوی فعالیت نیکوکارانه بر سلامت فرد اشاره و سپس به آثار اخروی این امور بر سعادت ابدی فرد، پرداخته شده است.

چهارچوب نظری

چهارچوب نظری این تحقیق عبارتند از:

سلامت روان

سلامت روانی به معنای توصیف حالت انسان و کیفیت ارتقای حالت روانی که در بهداشت روان فرد مطرح است. معانی سلامت روان هر فردی از نوع جهان‌بینی، مبانی نظری و فکری، نگاه انسان‌شناختی افراد و همچنین توانمندی‌ها، ظرفیت‌ها و اهداف آنها نشأت می‌گیرد، که اگرچه با یکدیگر متفاوتند، اما لزوماً متناقض نیستند و در هر یک از آنها به بعدی از ابعاد سلامت روانی توجه شده است. سلامت روانی یعنی فراهم آوردن مجموعه‌ای از توانایی‌ها و فضایل، از جمله: سازگاری نسبتاً خوب، به دور بودن از اختلالات و بیماری‌های روانی، وجود تعادل میان فرد و محیط برای رسیدن به شکوفایی، برقراری ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران، تغییر

و اصلاح محیط فردی و اجتماعی، رفع تضادها و تمایلات شخصی به طور منطقی، داشتن روحیه و توانایی همکاری با دیگران، صمیمیت و ابراز احساسات در روابط بین فردی، آگاهی از خود و جهان اطراف، سازگاری با مشکلات زندگی، احساس امنیت عاطفی و برداشت واقع‌گرایانه از استعدادهای خود. (سالاری فر و همکاران، ۱۳۸۹، ۱۲) توجه به این نکته ضروری است که در سلامت روانی (بهداشت روانی) افراد باید به اندازه‌ای توانا شده که بتوانند ظرفیت‌های جسمی و روانی خود را به حداکثر رسانده و زندگی مفید و هدفمند داشته باشند. (میلانی فر، ۱۳۷۲، ۵)

با تتبع در قرآن کریم چنین به نظر می‌رسد که نگاه قرآن به مفهوم سلامت روان، نگاهی کلی است و خداوند به تمام ابعاد وجودی انسان توجه دارد: «وَعِنْدَهُ مَفَاتِحُ الْغَيْبِ لَا يَعْلَمُهَا إِلَّا هُوَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَمَا تَسْقُطُ مِنْ وَرَقَةٍ إِلَّا يَعْلَمُهَا وَلَا حَبَّةٌ فِي ظُلُمَاتِ الْأَرْضِ وَلَا رَطْبٌ وَلَا يَابِسٌ إِلَّا فِي كِتَابٍ مُبِينٍ» (انعام/۵۹) سلامت و بهداشت روان به سطحی از عملکرد اشاره دارد که فرد در آن با خود و سبک زندگی‌اش آسوده و بی‌مشکل باشد. (شهیدی و حمدیه، ۱۳۸۱، ۴۲-۴۳) چنین مفهومی نیازمند رشد متعادل و بهنجار در تمام ابعاد جسمانی، روانی، اجتماعی و معنوی فرد است. این ابعاد وجودی با هم ارتباط متقابل دارند؛ به طوری که مشکلات یک بُعد، ابعاد دیگر، و در واقع سلامتی کلی را با خطر مواجه می‌کند. بنابراین سلامت و بهداشت روان از نگاه قرآن کریم چنین است: بهرمندی فرد از وضعیت مطلوب جسمانی، روان‌شناختی، اجتماعی و معنوی؛ به گونه‌ای که فرد بتواند به زندگی رضایت بخش و سعادتمند دست یابد. به سخن دیگر سلامت آن ظرفیت عظیم آدمی است که با شکوفایی فطرت توحیدی حاصل می‌شود و شکوفایی فطرت توحیدی در گرو تقویت باورهای درست اعتقادی و درونی، برقراری روابط سالم و استوار با خدا، پایبندی به احکام

دینی، ایجاد نظام ارزشی شخصی قدرتمند (سالاری و همکاران، ۱۳۸۹، ۲۴)، دوری از گناه و ناهنجاری‌های اخلاقی، روابط سالم و سازنده با خود و دیگران و احساس عمیق رضایت از عملکردهای خود و زندگی است. البته از نگاه قرآن کریم همه این کوشش‌ها باید در راستای کمال و سعادت نهایی که همان قرب الهی و وصول به بهشت و رضوان الهی است انجام شود: «وَمَنْ يَتَّبِعْ غَيْرَ الْإِسْلَامِ دِينًا فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْهُ وَهُوَ فِي الْآخِرَةِ مِنَ الْخَاسِرِينَ» (آل عمران: ۸۵) در قرآن کریم به این ابعاد سلامت روان با عبارات سعادت بزرگ، زندگی رضایتمند و حیات طیبه اشاره شده: «يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً. فَادْخُلِي فِي عِبَادِي. وَادْخُلِي جَنَّاتِي» (فجر ۲۷-۳۰) در سایه ایمان و عمل صالح است که فرد به اطمینان قلبی، خشنودی و دوری از اندوه دست یافته، و در نهایت به سعادت و زندگی طیبه می‌رسد: «أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ. الَّذِينَ آمَنُوا وَكَانُوا يَتَّقُونَ. لَهُمُ الْبُشْرَىٰ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ لَا تَبْدِيلَ لِكَلِمَاتِ اللَّهِ ذَلِكَ هُوَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ.» (یونس/۶۲-۶۴)

نیکوکاری، معنا و عناصر آن در قرآن کریم

در آیات، ضمن بیان مصادیق کارهای نیک، خداوند، مخاطبان قرآن را به انجام دادن کار نیک ترغیب و تشویق می‌کند. رساندن نفع و سود نیکو و شایسته ستایش به دیگری؛ (طوسی، ۲: ۱۵۳؛ ۴: ۴۲۶) کاری که از سر آگاهی و به شکل شایسته انجام گیرد؛ (طباطبایی، ۱۴۱۷، ۱، ۲۳؛ طبرسی، ۱۳۷۴، ۱: ۲۴۸) و نیز انجام کاری به شکل نیکو و با انگیزه خدایی و رساندن خیر یا سود به دیگری بی‌چشم داشت و بدون هرگونه پاداش و جبران کردنی (طباطبایی، ۱۴۱۷، ۴: ۲۰) عناصر و مؤلفه‌هایی چون ایمان، انگیزه، نیت الهی (حسن فاعلی) نیک بودن ذاتی کار (حسن فعلی) شکل شایسته انجام کار (هیئت صوری) رساندن خیر و خوبی به دیگری به عنوان عناصر

اصلی در تحقق مفهوم نیکوکاری مهم و مؤثر هستند. آیاتی که با تصویر بخش‌های مهمی از شخصیت‌های فکری، عاطفی و رفتاری شماری از پیامبران، آنان را نمونه بارزی از نیکوکاران معرفی می‌کند: «وَلَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَاسْتَوَىٰ آتَيْنَاهُ حُكْمًا وَعِلْمًا وَكَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ» (قصص: ۱۴) در برخی از آیات بدون تعیین مصادیق نیکی، به نیکی کردن به یکدیگر دستور و سفارش می‌دهد: «وَاتَّبِعْ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ» (قصص: ۷۷) نیکوکاری و احسان به معنای انجام دادن نیکو و شایسته یک کار در شکل کامل و تمام آن نیز در برخی از آیات به چشم می‌خورد: «خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ بِالْحَقِّ وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُورَكُمْ وَإِلَيْهِ الْمَصِيرُ» (تغابن: ۳)

نیکوکاری و احسان در عین تفاوت مفهومی از جهت مصادیق دارای گستره یکسان است. از این رو در پاره‌ای از آیات، تقوا: «وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِنْ رَبِّكُمْ وَحَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ» (آل عمران: ۱۳۳-۱۳۴)، در پاره‌ای دیگر ایمان و عمل صالح: «إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ إِنَّا لَا نُضِيعُ أَجْرَ مَنْ أَحْسَنَ عَمَلًا» (کهف: ۳۰) به انجام دادن کار نیک، تعریف شده است. همچنین از مقایسه برخی آیات با یکدیگر برمی‌آید که نیکوکاری و انجام عمل صالح: «وَمَنْ أَحْسَنُ دِينًا مِمَّنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ وَاتَّبَعَ مِلَّةَ إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا وَاتَّخَذَ اللَّهُ إِبْرَاهِيمَ خَلِيلًا» (نساء: ۱۲۵) و نیز حسنات: «مَنْ جَاءَ بِالْحَسَنَةِ فَلَهُ عَشْرُ أَمْثَالِهَا وَمَنْ جَاءَ بِالسَّيِّئَةِ فَلَا يُجْزَىٰ إِلَّا مِثْلَهَا وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ» (انعام: ۱۶۰) مترادف با احسان به معنای انجام کار نیک است. (طباطبایی، ۱۴۱۷، ۶: ۲۳۴) نیکوکاری و احسان به صورت یکی از مفاهیم بنیادین و پر دامنه قرآن، هر چند بیش از همه در گستره اخلاق به کار رفته است، اما با ترسیم نظامی از ارزش‌های اساسی اسلام که در هم تنیده و تفکیک‌ناپذیرند، شاکله عاطفی و رفتاری و گفتاری مومنان را در حوزه‌های گوناگون

ارتباط با خدا: «وَإِذْ قُلْنَا ادْخُلُوا هَذِهِ الْقَرْيَةَ فَكُلُوا مِنْهَا حَيْثُ شِئْتُمْ رَغَدًا وَاَدْخُلُوا الْبَابَ سُجَّدًا وَقُولُوا حِطَّةً نَعْفِرْ لَكُمْ خَطَايَاكُمْ وَسَنَزِيدُ الْمُحْسِنِينَ» (بقره: ۵۸) با خود: «إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا فَإِذَا جَاءَ وَعْدُ الْآخِرَةِ لِيَسُوءُوا وُجُوهَكُمْ وَلِيَدْخُلُوا الْمَسْجِدَ كَمَا دَخَلُوهُ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَلِيُتَبِّرُوا مَا عَلَوْا تَتْبِيرًا» (اسراء: ۷)، با دیگران: «وَقُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا» (بقره: ۸۳) با دین: «وَوَهَبْنَا لَهُ إِسْحَاقَ وَيَعْقُوبَ كُلًّا هَدَيْنَا وَنُوحًا هَدَيْنَا مِنْ قَبْلُ وَمِنْ ذُرِّيَّتِهِ دَاوُدَ وَسُلَيْمَانَ وَأَيُّوبَ وَيُوسُفَ وَمُوسَى وَهَارُونَ وَكَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ» (انعام: ۸۴) و با بیگانگان: «فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاصْفَحْ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ» (مانده: ۱۳) تصویر می‌کند. توجه قرآن به تصویر جنبه‌های گوناگون شخصیت شماری از پیامبران و معرفی آنان به عنوان نیکوکاران، مانند آیه: «وَلَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَاسْتَوَى آتَيْنَاهُ حُكْمًا وَعِلْمًا وَكَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ» (قصص: ۱۴) دلیل دیگری بر توسعه قلمروی معنای یاد شده قرار گیرد.

تأثیرات فعالیت‌های نیکوکارانه بر فرد

فعالیت‌های نیکوکارانه بر سلامت روان دنیوی و سعادت اخروی افراد بسیار موثر است. آثار دنیوی آن عبارتند از:

الف) آثار دنیوی

اگرچه به تصریح آیات و روایات، آخرت دار جزا و ثواب است و نیکوکاران و بدکاران در آنجا به سزای اعمال خویش می‌رسند، اما بسیاری از اعمال علاوه بر آثار اخروی، آثار دنیوی نیز دارند. از مهمترین آنها عبارتند از:

۱. دریافت پاداش زود هنگام الهی در دنیا

پاداش دنیوی به نیکوکاران یکی از آثار محبت خداوند به آنهاست. خداوند متعال می‌فرماید: «قَالُوا خَيْرًا لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةً وَلَدَارُ الْآخِرَةِ خَيْرٌ وَلَنِعْمَ دَارُ الْمُتَّقِينَ»

(نخل: ۳۰) بیشتر مفسرین معتقدند عبارت «فِي هَذِهِ الدُّنْيَا» متعلق به «حسنه»، و مراد پاداش دنیوی است. (طوسی، بی تا، ۶: ۳۷۶؛ طباطبائی، ۱۴۱۷، ۱۲: ۲۳۵؛ رازی، ۱۴۲۰، ۲۰: ۲۰۱-۲۰۲؛ آلوسی، ۱۴۱۵، ۷: ۳۷۲) بنابراین، این آیه پاداش دنیوی را یکی از آثار محبت خداوند به نیکوکاران برمی شمارد. مصادیق متعددی برای «حَسَنَة» یاد شده است؛ از جمله: مدح و ثنا بر زبان مؤمنان و هدایت و توفیق بر احسان، (طبرسی، ۱۳۷۲، ۶: ۵۵۱) کرامتی از سوی خداوند، (طبری، ۱۴۱۲، ۱۴: ۶۹) جامعه صالح، (طباطبائی، ۱۴۱۷، ۱۲: ۲۳۵) پیروزی، مدح و ثنای الهی و تعظیم و رفعت، باز شدن درب‌های مکاشفات و مشاهدات و الطاف. (رازی، ۱۴۲۰، ۲۰: ۲۰۱-۲۰۲؛ آلوسی، ۱۴۱۵، ۷: ۳۷۲) این پاداش‌ها را خداوند به نیکوکاران که آنها را دوست دارد عطا می‌فرماید: «وَكَذَلِكَ مَكَّنَّا لِيُوسُفَ فِي الْأَرْضِ يَتَّبِعُوا مِنْهَا حَيْثُ يَشَاءُ نُصِيبُ بِرَحْمَتِنَا مَنْ نَشَاءُ وَلَا نُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ» (یوسف: ۵۶) «فَإِنَّ اللَّهَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ» (یوسف: ۹۰) اجر مورد نظر در این آیات، اجر دنیوی و در واقع راه رسیدن به سلامت روان است؛ زیرا سخن از پاداشی است که خداوند به حضرت یوسف (ع) عنایت فرمود و در برابر صبر و پاک دامنی‌اش او را در زمین قدرتمند و عزیز کرد. وقتی در چنین سیاقی می‌فرماید: «فَإِنَّ اللَّهَ لَا يُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ»، به تناسب موضوع، قطعاً اجرهایی را که در همین دنیا نصیب بندگان می‌گردد نیز در بر می‌گیرد. امام صادق (ع) نیز یکی از نشانه‌های اهل بهشت در دنیا را نیکوکاری می‌داند فرماید: «إِنَّ لِأَهْلِ الْجَنَّةِ أَرْبَعَ عِلَامَاتٍ: وَجْهٌ مُنْبَسِطٌ وَ لِسَانٌ لَطِيفٌ وَ قَلْبٌ رَحِيمٌ وَ يَدٌ مُعْطِيَةٌ» (ورام، ۱۳۶۹، ۲: ۹۱)

۲. بهره‌مندی از یاری خداوند

پیمودن راه صلاح همیشه آسان نیست و گاهی افراد با ایمان در مسیر تعالی معنوی با مشکلاتی روبه‌رو می‌شوند. هر فرد یا جامعه‌ای در هنگام گرفتاری یا رویارویی

با مشکلات، دوست دارد یار و یابوری داشته باشد تا در کنارش باشد و به او قوت قلب بدهد. طبق فرموده قرآن، یکی از آثار محبت خداوند به نیکوکاران این است که وعده داده در سختی‌های مجاهدت فردی و اجتماعی در کنار آنها و یار و یاورشان باشد: «وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ» (عنکبوت: ۶۹) این این یاری و همراهی الهی است که موجب دستیابی به سلامت روان در دنیا می‌گردد. برای پی بردن به اینکه خداوند چگونه بندگان نیکوکار خود را همراهی و یاری می‌کند، مرور گذرا به یاد کرد قرآن از سرگذشت پیامبران و پیشوایان الهی و نصرت‌های الهی بر آنان کافی است. با توجه به قرائن موجود در سیاق داستان‌ها، "معیت" در آیه شریفه به مفاهیمی همچون یاری، تأیید، (طوسی، بی تا، ۶: ۴۴۱؛ طبرسی، ۱۳۷۲، ۸: ۴۵۸) رحمت، فضل، رتبه، (رازی، ۱۴۱۷، ۲۰: ۲۹۰) عنایت، انداختن ترس در دل دشمنان، ابطال حیل‌های معاندان و دفع دشمنی‌های آنان (طباطبائی، ۱۴۱۷، ۱۲: ۳۷۵؛ ۱۶: ۱۵۲) و... تفسیر شده است.

۳. بهره‌مندی از رحمت الهی

بعضی از آیات قرآن کریم بهره‌مندی از رحمت الهی را یکی از آثار محبت خداوند به نیکوکاران بر می‌شمارند؛ از جمله آیه «ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ بَعْدَ إِصْلَاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِينَ» (اعراف: ۵۶ و ۵۵) در این آیه دوری تجاوزکاران از دوستی خدا را بیان داشته، که انضمام این آیه به آیاتی که محبت خداوند را شامل نیکوکاران می‌داند، بهره‌مندی از رحمت الهی را اثر محبت الهی، که راه رسیدن به سلامت روان نیز هست، می‌دانند. اهل لغت، «رحمت» را به رقت، تعطف، راقه و مغفرت معنا کرده‌اند. (ابن فارس، ۱۳۸۷؛ ۱۰۳؛

ابن منظور، ۱۴۱۴، ۹۸) اما رحمت گاهی نیز به معنای نیکوکاری و احسان بدون رقت به کار می‌رود؛ مثل رحمت خداوند به بندگان. به همین سبب رحمت از سوی خدا نعمت دهی و بخشندگی است و از انسان‌ها دلسوزی و مهربانی. (طریحی، ۱۳۷۵، ۶: ۶۹؛ راغب اصفهانی، ۱۴۱۲: ۳۴۷) سفره رحمت خداوند همیشه گسترده است و هیچ مانعی برای استفاده کسی نیست، اما آنچه مایه محرومیت انسان‌ها از رحمت خدا می‌شود دوری جسم و جان آنها از خدا و الطافش است؛ پس وقتی انسان، با احسان این فاصله را از میان بردارد، رحمت خداوند هم شامل حالش خواهد شد. (طبری، ۱۴۱۲، ۸: ۱۴۸) از نگاه دیگر، این جمله یکی از شرایط اجابت دعا است؛ یعنی اگر می‌خواهید دعای شما یک دعای توخالی و تنها گردش زبان نباشد باید آن را با "اعمال نیک" خود همراه سازید، تا به کمک آن، رحمت الهی شامل حال شما گردد و دعایتان به ثمر رسد. (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴، ۶: ۲۱۱) خداوند در آیه دیگر بهره‌مندی از رحمت الهی را به عنوان اثر محبت خداوند به نیکوکاران بیان می‌داشته و می‌فرماید: «تِلْكَ آيَاتُ الْكِتَابِ الْحَكِيمِ هُدًى وَرَحْمَةً لِّلْمُحْسِنِينَ الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَهُمْ بِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ» (لقمان: ۲-۴) با مقایسه این مجموعه آیات به نظر می‌رسد محسنین فراتر از مؤمنین و متقین، در سلسله مراحل تکامل، از مرحله پذیرش حق و مرحله ایمان، به مرحله عمل صالح رسیده‌اند. به همین نسبت قرآن برای آنها علاوه بر هدایت و بشارت بودن، رحمت نیز هست. (طباطبایی، ۱۴۱۷، ۱۶، ۲۰۴؛ مکارم شیرازی، ۱۳۷۴، ۱۷: ۱۰) نیکوکاران هم هدایت می‌شوند و این کتاب برای آنها رحمت و نعمت (طبرسی، ۱۳۷۲، ۸: ۴۹۰) است. بنابراین محبت خداوند به نیکوکاران باعث می‌شود تا آنها به مصادیق رحمت الهی نزدیک و از برکات آن بهره‌مند، و به سلامت روان در دنیا دست یابند.

۴. برخورداری از جایگاه والا در دنیا

آیاتی از قرآن کریم عنایات خاص خداوند به برخی از پیامبران را بیان می‌دارد: «وَكَذَلِكَ مَكَّنَّا لِيُوسُفَ فِي الْأَرْضِ وَلِنُعَلِّمَهُ مِن تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ وَاللَّهُ غَالِبٌ عَلَى أَمْرِهِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ وَلَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ آتَيْنَاهُ حُكْمًا وَعِلْمًا وَكَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ» (یوسف: ۲۱ و ۲۲) مشابه همین تعبیر در مورد حضرت موسی (ع) نیز آمده است: «وَلَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَاسْتَوَى آتَيْنَاهُ حُكْمًا وَعِلْمًا وَكَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ» (قصص: ۱۴) نیکوکاران اینگونه پاداش داده می‌شوند و اجر آنها ضایع نخواهد شد. سبب رسیدن اولیای خدا به جایگاه مذکور و در واقع سلامت روان آنان، نیکوکاری است. خداوند متعال هر نیکوکاری را بنا به درجات مختلف احسان، مقداری حکمت متناسب با مقدار نیکوکاری اش عنایت کند. (طباطبائی، ۱۴۲۰، ۱۱: ۱۱۹؛ آلوسی، ۱۴۱۵، ۱۲: ۹۶) بنابراین، یکی از آثار محبت خداوند به نیکوکاران برخوردار شدن آنان از جایگاه‌های ویژه مادی و معنوی در دنیا می‌باشد.

۵. دریافت هدایت الهی

طبق آیات قرآن، یکی از آثار محبت خداوند به نیکوکاران و سلامت روان آنها در دنیا، برخورداری از هدایت ویژه است. خداوند در قرآن از جایگاه ویژه حضرت ابراهیم (ع)، فرزندان آن حضرت و پیامبران پیش از وی سخن می‌گوید و آنها را هدایت شده از سوی خود خوانده، و می‌فرماید ما نیکوکاران را اینگونه پاداش می‌دهیم: «وَوَهَبْنَا لَهُ إِسْحَاقَ وَيَعْقُوبَ كُلًّا هَدَيْنَا وَنُوحًا هَدَيْنَا مِن قَبْلُ وَمِن ذُرِّيَّتِهِ دَاوُدَ وَسُلَيْمَانَ وَأَيُّوبَ وَيُوسُفَ وَمُوسَى وَهَارُونَ وَكَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ» (انعام: ۸۴) هدایت نیکوکاران و محسنین هدایتی خاص و فراتر از هدایت عامه است؛ (طوسی، بی تا، ۴: ۱۹۵؛ طباطبائی،

۱۴۱۷، ۷: ۲۴۳؛ طبرسی، ۱۳۷۲، ۴: ۵۱۲) زیرا به صورت مطلق نیامده، بلکه منحصر در محسنین و به عنوان نتیجه نیکوکاری آنها ذکر شده است و حکایت از عظمت این هدایت دارد (طباطبائی، ۱۴۱۷، ۷: ۲۴۳) که به عنوان پاداشی ارزشمند برای اهل نیکوکاری، به آنها بخشیده شده است. در جایی دیگر، جهاد را که جلوه‌ای از احسان است مایه هدایت به راه‌های الهی می‌شمرد: «وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ» (عنکبوت: ۶۹) انتساب هدایت به ذات الهی علامت عظمت این کار است. (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴، ۱۶: ۳۵۰) همچنین آیه: «تِلْكَ آيَاتُ الْكِتَابِ الْحَكِيمِ هُدًى وَرَحْمَةً لِّلْمُحْسِنِينَ... أُولَئِكَ عَلَى هُدًى مِّن رَّبِّهِمْ...» (لقمان: ۲-۵) دلالت بر هدایتگری خاص خداوند نسبت به نیکوکاران، و به جایگاه ویژه‌ای که آنان در کنار مؤمنان و متقیان، بلکه بالاتر از آنها دارند، اشاره دارد.

۶. اعتبار اجتماعی دنیوی

نام نیک یکی از آثاری است که برای نیکوکاری بیان شده است. زمانی که با رفتارهای حمایت‌گرانه خود بتوان باری را از دوش دیگران برداشت و در رفع نیاز آنان موثر بود، مشمول دعای افراد شده، و این امر موجب ایجاد حس مثبت در درون فرد می‌شود. بنابراین کمک به دیگران و مفید بودن، یکی از علل سلامت روان فرد کمک کننده است. خداوند برخورداری از نام نیک را نیز از پاداش‌های نیکوکاران می‌داند: «وَتَرْكُنَا عَلَيْهِ فِي الْآخِرِينَ» (صافات: ۷۵)، و اعطای قدرت و منزلت اجتماعی در همین راستا به محسنان داده می‌شود: «وَكَذَلِكَ مَكَّنَّا لِيُوسُفَ فِي الْأَرْضِ يَتَّبِعُونَ مِنْهَا حَيْثُ يَشَاءُ نُصِيبُ بِرَحْمَتِنَا مَنْ نَشَاءُ وَلَا نُضِيعُ أَجْرَ الْمُحْسِنِينَ» (یوسف: ۵۶) در حقیقت کسی که در جامعه نیک نام شد، معتبر می‌شود و به مقام داوری نیز می‌رسد و مردم او را

حاکم در میان خویش قرار می‌دهند و از حکمیت و اعتبار آن بهره‌مند می‌شود: «وَلَمَّا بَلَغَ أَشُدَّهُ آتَيْنَاهُ حُكْمًا وَعِلْمًا. وَكَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ» (یوسف: ۲۲) امام صادق (ع) درباره نقش بخشندگی در تحقق محبت و کسب گرایش مردمی به شخص نیکوکار می‌فرماید: «ثَلَاثُ ثَوَرَاتُ الْمَحَبَّةِ: الدِّينُ وَ التَّوَّاضُعُ وَ الْبَدَلُ» (ابن شعبه حرانی، ۱۳۸۲: ۳۱۶). چه بسا تهی بودن از نام نیک سبب افسردگی و از دست دادن رغبت‌ها می‌شود.

۷. تکریم شخصیت افراد و سلامت عمومی جامعه

بخشش و نیکوکاری شرایط ویژه‌ای همچون بدون منت نهادن بر فرد مقابل و ایجاد مزاحمت برای او، یکی از این شرایط است. اصل در دین، تکریم شخصیت افراد است. بخشش نباید به سلامت شخصیت و وجهه اجتماعی نیازمندان آسیب برساند. از این رو، دستورهای دین به گونه‌ای تعریف شده است که فرد بخشنده باید از خداوند به دلیل دریافت پاداش‌های فراوان شاکر باشد و وجود نیازمند را برای ارتقای معنوی خود فرصتی نیک بشمارد، نه تهدیدی برای ارتقای مادی خویش. بخشش و نیکوکاری از سر فخرفروشی یا به قصد تطمیع دیگری، ارزشی ندارد و تمایلات شخصی فرد را تأمین می‌کند. خداوند می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَبْطُلُوا صَدَقَاتِكُمْ بِالْمَنِّ وَ الْأَذَى» (بقره: ۲۶۴) در سیره ائمه (ع)، بخشش فراوانی به چشم می‌خورد. نمونه‌ای از آن در سوره انسان آمده است که امام علی (ع) و خانواده‌اش، سه روز گرسنه مانده و غذای روز سوم خود را نیز به نیازمند بخشیدند. خداوند متعال می‌فرماید: «وَ يَطْعَمُونَ الطَّعَامَ عَلَىٰ حُبِّهِ مِسْكِينًا وَ يَتِيمًا وَ أَسِيرًا إِنَّمَا نُطْعِمُكُمْ لِوَجْهِ اللَّهِ لَا نُرِيدُ مِنْكُمْ جَزَاءً وَ لَا شُكْرًا» (انسان: ۸-۹) بی‌گمان علنی انجام دادن احسان و به جا آوردن آشکار آن، امری طبیعی است، ولی بهترین جلوه آن در این سخن امام باقر (ع)

اشاره شده است: «أربعٌ من كُنُوزِ البرِّ: كِتْمَانُ الْحَاجَةِ وَ كِتْمَانُ الصَّدَقَةِ وَ كِتْمَانُ الْوَجَعِ وَ كِتْمَانُ الْمَصِيْبَةِ» (مجلسی، ۱۳۸۹، ۷۵: ۱۷۵) نیکوکاری در برخی از امور به شکل نهران آن بسیار با ارزشمندتر است. امام صادق (ع) نیز به این نکته توجه کرده و می‌فرماید: «لَا يَتِمُّ الْمَعْرُوفُ إِلَّا بِثَلَاثِ خِصَالٍ: تَعْجِيلِهِ وَ تَقْلِيلِ كَثْرَتِهِ وَ تَرْكِ الْاِمْتِنَانِ بِهِ» (ابن شعبه حرانی، ۱۳۸۲: ۳۲۳) بر اساس قانون تکریم انسان‌ها، در سفارش‌های دینی آمده است که انفاق‌های مستحبی را به شکل پنهانی انجام دهید تا شخصیت افراد حفظ شود. همچنین گفته شده قرض دادن، هجده برابر صدقه دادن پاداش دارد. نکته روان شناختی این دستور می‌تواند افراد را به تلاش برای ادای دین، تکریم شخصیت آنان و کمک به سلامت عمومی جامعه تشویق کند.

۸. افزایش طول عمر و برکت در زندگی

از دیگر آثار و برکات نیکوکاری می‌توان به افزایش عمر و برکت در مال و ثروت اشاره کرد. رسول اکرم (ص) ضمن بیان اعمالی که موجب طول عمر می‌شود، به احسان به عنوان مهم‌ترین عامل اشاره کرده و می‌فرماید: «إِنَّ الْقَوْمَ لَيَكُونُونَ فِجْرَةً وَ لَا يَكُونُونَ بَرَّةً فَيَصِلُونَ أَرْحَامَهُمْ فَتَنَمِي أَمْوَالُهُمْ وَ تَطُولُ أَعْمَارُهُمْ فَكَيْفَ إِذَا كَانُوا أَبْرَارًا بَرَّةً!» (کلینی، ۱۳۶۹، ۲: ۱۵۵، ح ۲۱) همچنین ایشان در جای دیگری می‌فرماید: «الصَّدَقَةُ عَلَى وَجْهِهَا وَاصْطِنَاعُ الْمَعْرُوفِ وَ بِرُّ الْوَالِدَيْنِ وَ صَلَةُ الرَّحِمِ تُحَوِّلُ الشَّقَاءَ سَعَادَةً وَ تَزِيدُ فِي الْعُمْرِ وَ تَقِي مَصَارِعَ السُّوءِ» (پاینده، ۱۳۸۲، ۱۸۶۹) امیرمومنان علی (ع) نیز می‌فرماید: «كَثْرَةُ اصْطِنَاعِ الْمَعْرُوفِ تَزِيدُ فِي الْعُمْرِ وَ تَنْشُرُ الذُّكْرَ» (آمدی، بی‌تا: ۷۱۱۳) در همین رابطه امام صادق (ع) نیز می‌فرماید: «الْبِرُّ وَ حَسْنُ الْخُلُقِ يَعْمرَانِ الدِّيَارَ وَ يَزِيدَانِ فِي الْعِمَارِ» (کلینی، ۱۳۶۹، ۲: ۱۰۰، ح ۸) امام صادق (ع) می‌فرماید: «يَعِيشُ النَّاسُ بِإِحْسَانِهِمْ أَكْثَرَ مِمَّا يَعِيشُونَ بِأَعْمَارِهِمْ وَ يَمُوتُونَ

بَدُنُوْبِهِمْ أَكْثَرَ مِمَّا يَمُوتُونَ بِأَجْلِهِمْ» (الراوندی، ۱۳۸۵: ۲۹۱، ح ۳۳) این بدان معناست که تاثیر نیکوکاری در افزایش عمر یک تاثیر شگرف و اساسی است.

۹. رهایی از گرفتاری و اندوه

بسیاری از گرفتاری‌ها و مشکلات اندوه‌زا را می‌توان با نیکوکاری برطرف، و زمینه‌های ایجاد و رشد سلامت روان را ایجاد کرد: «وَنَجِّنَاهُ وَأَهْلَهُ مِنَ الْكَرْبِ الْعَظِيمِ» (صافات، ۷۶) پیامبر اکرم(ص) نیز درباره این اثر احسان در زندگی می‌فرماید: «أَحْبُوا الْمَعْرُوفَ وَ أَهْلَهُ فَوَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ إِنَّ الْبَرَكَهَ وَ الْعَافِيَةَ مَعَهُمَا» (متقی، ۱۴۱۹، ۱۵۹۷۴) حضرت امیرالمومنین علی(ع) نیز می‌فرماید: «عَلَيْكَ بِالْإِحْسَانِ فَإِنَّهُ أَفْضَلُ زِرَاعَةٍ وَ أَرْبَحُ بِضَاعَةٍ» (آمدی، بی‌تا: ۳۸۳) همچنین امام حسین(ع) می‌فرماید: «هر مومنی گره از کار مومنی بگشاید خداوند هفتاد مشکل از دنیا و آخرتش می‌گشاید.» (مجلسی، ۱۳۸۹، ۷۵: ۱۲۲)

۱۰. ایجاد روحیه از خودگذشتگی، همدلی و تعاون

انسان سرشتی اجتماعی دارد و به زندگی به صورت دسته جمعی نیازمند است. بنابراین، همدردی، همکاری و یاری دیگران به عنوان عضوی از یک جامعه، ماندگاری و دوام او را در بین هم نوعانش تضمین کرده، و به پیشرفت جامعه کمک می‌کند. بر این اساس از خودگذشتگی، همدلی و تعاون موجب ایجاد روحیه دیگرخواهی شده که بدون انتظار دریافت پاداش یا تحقق اهداف، انسان را به سوی انجام عمل خیر می‌کشاند، و تعاون و همدلی یکی از مهارت‌هایی است که افراد را در نزدیک شدن به یکدیگر و پدید آمدن احساس انسان دوستانه و از خودگذشتگی یاری می‌دهد. امیرمومنان امام علی(ع) در بیان ارزش گذاری هر فرد انسانی به میزان احسان او توجه می‌دهد و می‌فرماید: «قِيمَةُ كُلِّ امْرِئٍ مَا يُحْسِنُهُ» (ابن بابویه، ۱۳۷۹: ۱۱۷)

این ویژگی اخلاقی را به عنوان یک ارزش از کوچکترین واحد اجتماعی یعنی خانواده نهادینه کرد. به دلیل آنکه تقلید یکی از عوامل مؤثر در پرورش کودکان است، والدین می‌توانند با نیکوکاری و خیرخواهی، فرهنگ همدلی، از خود گذشتگی و نوع دوستی را در فرزندان خود نهادینه سازند. آموزش اخلاقیات به فرزندان از آغاز تولد آغاز می‌شود. حتی ارتباط مستقیم روحیات و حالات روانی مادر با جنین، سبب انتقال خلق آنها به یکدیگر می‌شود. بنابراین، کمک زن باردار به دیگری، احساس ارزشمند بودن و رضایت از زندگی، تأثیر مثبت بر رشد جنین را به دنبال دارد. پس از تولد نیز آموزش یاری دیگران، گاه به صورت مستقیم و گاهی به شکل غیرمستقیم باید انجام شود.

۱۱. تشویق به نیکوکاری، پس از امر به واجب

اتفاق یکی از واژه‌های دینی است که بارها در آموزه‌های قرآنی روایی از آن یاد شده، و سیاست‌های تشویقی فراوانی برای این گذشت مالی، در نظر گرفته شده است. مانند اینکه هر چه اتفاق شود، خداوند جای آن را پر می‌کند؛ اتفاق در راه خدا، مانند برداشتن آجر از ساختمانی نیست که جایش خالی شود، بلکه همانند برداشتن سطل آبی از رودخانه است که زود جایش پر می‌شود: «قُلْ إِنَّ رَبِّي يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَ يَقْدِرُ لَهُ وَ مَا أَنْفَقْتُمْ مِنْ شَيْءٍ فَهُوَ يُخْلِفُهُ وَ هُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ» (سبأ: ۳۹) قرآن کریم توجه به بخشش مالی را در کنار دیگر عبادت بیان داشته است. در بیشتر موارد، زکات دادن پس از نماز خواندن آمده، که می‌تواند در درونی شدن دین داری افراد و توجه به رشد معنوی همه جانبه آن کمک کند: «رَجَالٌ لَا تُلْهِهِمْ تِجَارَةٌ وَ لَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَ إِقَامِ الصَّلَاةِ وَ إِتْيَانِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَ الْأَبْصَارُ» (نور: ۳۷) در

آموزه‌های دینی، نه تنها به بخشش، که به رقابت در این زمینه نیز توجه زیادی شده، و قرآن در این زمینه از سرعت زیاد سخن می‌گوید و از واژه سبقت گرفتن بر دیگران در کارهای خیر یاد کرده است. چنانچه چنین فضایی بر جامعه حاکم شود، نیازمندان واقعی آن از کرامت و تمکن مناسب برخوردار می‌شوند. خداوند متعال می‌فرماید: «وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ الَّذِينَ يَنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ» (آل عمران: ۱۳۳-۱۳۴)؛ «لِكُلِّ جَعَلْنَا مِنكُم شِرْعَةً وَمِنْهَا جَا وَ لَوْ شَاءَ اللَّهُ لَجَعَلَكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً وَلَكِنْ لِيَبْلُوَكُمْ فِي مَا آتَاكُمْ فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرَاتِ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ فِيهِ تَخْتَلِفُونَ» (مانده: ۴۸) اسلام به همان اندازه که از تلاش برای به دست آوردن درآمد از راه درست یاد کرده، به همان نسبت نیز افراد را از وابستگی به مال باز داشته است. مال در زندگی فرد دین‌دار تنها وسیله‌ای برای کسب رضایت خداوند است که با انجام وظایف مالی محقق می‌شود. امام سجاد(ع) می‌فرماید: «بهره‌برداری از مال کمال مردانگی است» (کلینی، ۱۳۶۹، ۱: ۲۰) دین، موافق انباشت مال نیست، بلکه آن را در چرخه اقتصادی جامعه و نیز تأمین نیازهای شخصی، خانوادگی و نوع دوستی جست‌وجو می‌کند.

۱۲. برقراری عدالت اجتماعی

نیاز و فقر در اسلام، پدیده ناهنجاری شناخته می‌شود و سبب اصلی آن، هرچه باشد، چه تنبلی و تن پروری فرد، چه سیاست‌های اقتصادی نادرست حاکمان و چه ستم‌های مالی سودجویان، ناپسند است. اصل بر تلاش افراد و حمایت حاکمان جهت برقراری عدالت و مساوات در جامعه است، تا از سطح نیازمندان کاسته شود. خداوند متعال برای شیوه بخشیدن نیز قانون‌های ویژه‌ای تعیین کرده است: «وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا» (اسرا: ۲۹) اعتدال و میانه

روی در بخشش یکی از ستون‌های تداوم این رفتار، و ایجاد و رشد سلامت روان در افراد جامعه است.

۱۳. افزایش روزی و اتمام نعمت

خداوند در آیه: «ثُمَّ آتَيْنَا مُوسَى الْكِتَابَ تَمَامًا عَلَى الَّذِي أَحْسَنَ وَتَفْصِيلًا لِكُلِّ شَيْءٍ وَهُدًى وَرَحْمَةً لَّعَلَّهُمْ بِلِقَاءِ رَبِّهِمْ يُؤْمِنُونَ» (انعام: ۱۵۴) یکی از اسباب و عوامل اعطای نعمت و اتمام آن را نسبت به بنی‌اسرائیل، مساله نیکوکاری ایشان در برخی از زمان‌های گذشته یاد می‌کند. همچنین در آیه: «فَاتَاهُمُ اللَّهُ ثَوَابَ الدُّنْيَا وَحَسُنَ ثَوَابُ الْآخِرَةِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ» (آل‌عمران: ۱۴۸) سعادت دنیا و زندگی نیک و آسایش، آرامش، و سلامت روان را از آثار احسان و نیکوکاری اشخاص و یا جوامع بر شمرده است. در آیه: «وَقِيلَ لِلَّذِينَ اتَّقَوْا مَاذَا أَنْزَلَ رَبُّكُمْ قَالُوا خَيْرًا لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا حَسَنَةٌ وَلَدَارُ الْآخِرَةِ خَيْرٌ وَلَنِعْمَ دَارُ الْمُتَّقِينَ» (نحل: ۳۰) نیز به یاداش احسان توجه داده و مردمان را به نیکوکاری تشویق و ترغیب می‌کند.

۱۴. رهایی از دام گناه، دست یابی به عفت، و اجابت دعا

دست‌یابی به هدایت خاص، بهره‌مندی از هدایت قرآن، بهره‌گیری و تأثیرگذاری آیات قرآنی و سلامت روان افراد، از آثار دیگر احسان شمرده شده است: «وَهَذَا كِتَابٌ مُصَدِّقٌ لِّسَانِ عَرَبِيًّا لِيُنذِرَ الَّذِينَ ظَلَمُوا وَيُبَشِّرَ لِّلْمُحْسِنِينَ» (احقاف: ۱۲)، و آیه: «إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثْوَايَ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ» (یوسف: ۲۳) زیرا نیکوکاری موجب می‌شود تا انسان در راه مطمئن الهی قرار گیرد و بتواند به ریسمان الهی بیاویزد و با بهره‌مندی از آن به سلامت و سعادت دنیوی و اخروی دست یابد: «وَمَنْ يُسَلِّمْ وَجْهَهُ إِلَى اللَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ وَإِلَى اللَّهِ عَاقِبَةُ الْأُمُورِ» (لقمان: ۲۲) اینگونه است که خداوند فرد را از

امدادهای خاص و غیبی خود برخوردار، و یاری و نصرت الهی شامل حال او می‌گردد: «إِنَّ اللَّهَ مَعَ الَّذِينَ اتَّقَوْا وَالَّذِينَ هُمْ مُحْسِنُونَ» (نحل: ۱۲۸)، و آیه: «وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ» (عنکبوت: ۶۹) و هرگاه در حق خود و یا دیگری دعایی کند از سوی خداوند مورد قبول و استجاب قرار می‌گیرد و خداوند حوائج دنیوی و اخروی او را برآورده می‌سازد: «كَانَ قَوْلُهُمْ إِيَّا أَنْ قَالُوا رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَإِسْرَافَنَا فِي أَمْرِنَا وَتَبِّتْ أَرْجُلَنَا وَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ. فَآتَاهُمُ اللَّهُ ثَوَابَ الدُّنْيَا وَحُسْنَ ثَوَابِ الْآخِرَةِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ» (آل عمران: ۱۴۷-۱۴۸)

ب) اثرات اخروی

از آنجا که جزئیات آثار اخروی محبت خداوند- به لحاظ عظمت و غیرمادی بودن- به آسانی قابل توصیف نیست. به همین علت، اغلب آیات مربوط به پاداش‌های اخروی، بدون بیان جزئیات پاداش آن، و سربسته یا در قالب تمثیل به نعمت‌های مادی دنیا اشاره شده است.

۱. شایسته شدن برای دریافت تحیت الهی

شایستگی اهل نیکوکاری و احسان به حدی می‌رسد که قابلیت دریافت تحیت الهی را از سوی خداوند پیدا می‌کنند. مثلاً قرآن کریم هنگام ذکر داستان برخی از انبیا الهی، به آنها سلام داده، و بلافاصله خداوند می‌فرماید: «سَلَامٌ عَلَى نُوحٍ فِي الْعَالَمِينَ إِنَّا كَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ» (صافات: ۷۹-۸۰) مشمول شدن به این تحیت الهی، موجب رسیدن به مقام سعادت اخروی فرد می‌گردد و این مقام اختصاص به برخی از بندگان خداوند ندارد بلکه امری عمومی و فراگیر است.

۲. پذیرفته شدن عمل

در آیات قرآن خداوند به نیکوکاران وعده دریافت پاداش الهی و پذیرش عمل را اینگونه بیان می‌دارد: «قَالَ يَا أَبَتِ أَفَعَلُ مَا تُؤْمَرُ سَتَجِدُنِي إِنْ شَاءَ اللَّهُ مِنَ الصَّابِرِينَ فَلَمَّا أَسْلَمَا وَتَلَّهُ لِلْجَبِينِ وَنَادَيْتَاهُ أَنْ يَا إِبْرَاهِيمُ قَدْ صَدَّقْتَ الرُّؤْيَا إِنَّا كَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ» (صافات: ۱۰۲-۱۰۵) این وعده پذیرش عمل حکایت از محبت ویژه خداوند به نیکوکاران و محسنین، و مقبول واقع شدن احسان و نیکوکاری این افراد است.

۳. مصونیت از سرزنش و عقاب

طبق آیات قرآن کریم اگر کسی از روی خیرخواهی و با قصد نیکوکاری عملی انجام دهد و اتفاقا خسارتی به بار آید ضامن نخواهد بود. علمای دین با توجه به این آیات «قاعده احسان» را پایه‌گذاری کرده‌اند. (موسوی بجنوردی، ۱۴۱۹، ۴: ۹؛ قرطبی، ۱۳۶۴، ۸: ۲۲۷؛ الجصاص، ۱۴۰۵، ۴: ۳۵۳) به عنوان نمونه آیات ۸۶ تا ۹۳ سوره توبه، مردم در مواجهه با دستور جهاد به سه گروه تقسیم شده‌اند و در مورد گروه سوم آمده است: «مَا عَلَى الْمُحْسِنِينَ مِنْ سَبِيلٍ» (توبه: ۹۱) هرچند این آیات در فضای خاص و ناظر به جهاد نازل شده، اما با توجه به اینکه معارف قرآنی به مورد نزول تخصیص نمی‌یابند، شامل همه افراد و زمان‌ها می‌شود. بنابراین یکی از آثار محبت خداوند نسبت به نیکوکاران این است که علاوه بر ایمنی از عذاب اخروی، در دنیا نیز سرزنشی بر آنها نیست و از عقوبت تشریعی در امان خواهند بود.

۴. دریافت پاداش الهی

با توجه به آنکه خداوند متعال پاداش و عقوبت بسیاری از اعمال انسان‌ها را در دنیا به آنها می‌چشاند، اما ظرفیت جهان مادی به اندازه‌ای نیست که بشود همه کردارهای

انسان‌ها را در آن جزا داد. طبق آیات قرآن کریم، جهان آخرت دار مجازات است؛ و آنجاست که نیکوکاران و بدکاران به جزای واقعی اعمال خویش می‌رسند. نیکوکاران و محسنین نیز مانند دیگر بندگان محبوب خداوند، اگرچه از بعضی آثار محبت خداوند در دنیا بهره می‌برند، اما جلوه گاه اصلی آثار محبت خداوند به آنان، در جهان آخرت خواهد بود و پاداش کامل و وافی را در آنجا دریافت خواهند کرد. خداوند متعال به نیکوکارانی که با تمام وجود تسلیم خدایند، پاداشی را در نزد خودش وعده می‌دهد: «بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ» (بقره: ۱۱۲) نوع بیان این آیه و اضافه تشریفی اجر به مقام ربوبی خداوند نیز خود نشان از عظمت توصیف ناپذیر پاداش چنین افرادی است؛ پاداشی که در آیه‌ای دیگر با عبارتی متفاوت این گونه بیان می‌شود: «لَهُمْ مَا يَشَاءُونَ عِنْدَ رَبِّهِمْ ذَلِكَ جَزَاءُ الْمُحْسِنِينَ» (زمر: ۳۴) در قرآن، عظمت پاداش‌های اخروی خداوند به بندگان قابل تصور نیست: «فَلَا تَعْلَمُ نَفْسٌ مَّا أُخْفِيَ لَهُمْ مِّن قُرَّةِ أَعْيُنٍ جَزَاءً بِمَا كَانُوا يَعْمَلُونَ» (سجده: ۱۷)

همچنین طبق آیات قرآن از انواع دریافت پاداش الهی در آخرت به نیکوکاران به: رستگاری و سعادت: «هُدًى وَرَحْمَةً لِّلْمُحْسِنِينَ... أُولَئِكَ عَلَىٰ هُدًى مِّن رَّبِّهِمْ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ.» (لقمان: ۳-۵) جلب رحمت خاص خداوند: «إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِينَ» (اعراف: ۵۶)، رهایی از عذاب الهی: «أَوْ تَقُولَ حِينَ تَرَىٰ الْعَذَابَ لَوْ أَن لِّي كَرَّةً فَأَكُونُ مِنَ الْمُحْسِنِينَ» (زمر: ۵۸)، محبوبیت و دوستی خداوند: «وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ» (بقره: ۱۹۵)، فرجام نیک در زندگی دنیوی و اخروی: «وَمَنْ يُسْلِمْ وَجْهَهُ إِلَى اللَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ وَإِلَى اللَّهِ عَاقِبَةُ الْأُمُورِ» (لقمان: ۲۲)، تکفیر گناهان و محو بدی‌ها و گناهان از سوی خداوند: «إِنَّ الْحَسَنَاتِ يُذْهِبْنَ السَّيِّئَاتِ ذَلِكَ ذِكْرَىٰ لِلذَّاكِرِينَ»

(هود: ۱۱۴) و رفع مواخذه و توبیخ: «مَا عَلَى الْمُحْسِنِينَ مِنْ سَبِيلٍ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ» (توبه: ۹۱) و ... می توان اشاره کرد.

۵. بهره‌مندی از نعمت‌های بهشتی

یکی از آثار اخروی محبت خداوند به نیکوکاران این است که آنها را شایسته بهره‌مندی از نعمت‌های بی‌پایان الهی در بهشت برین می‌گرداند. برخی از این آیات که به صراحت از این نعمت‌ها سخن می‌گویند، عبارتند از: «لَلَّذِينَ أَحْسَنُوا الْحُسْنَىٰ وَزِيَادَةٌ وَلَا يَرْهَقُ وُجُوهَهُمْ قَتَرٌ وَلَا ذِلَّةٌ أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ الْجَنَّةِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ» (یونس: ۲۶) از نیکوکاران به عنوان اهل بهشت که در آن دارای حیات جاودانه‌اند یاد شده است. در آیات دیگری می‌فرماید: «وَإِذَا نَادَيْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ اتَّخَذُوهَا هُزُوءًا وَلَعِبًا ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَا يَعْقِلُونَ» (مائده: ۸۵) و آیه: «إِنَّ الْمُتَّقِينَ فِي ظِلَالٍ وَعُيُونٍ وَفَوَاحِشٍ مِمَّا يَشْتَهُونَ. كُلُوا وَاشْرَبُوا هَنِيئًا بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ. إِنَّا كَذَلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِينَ» (مراسلات: ۴۱-۴۴) نیکوکاران را بهره‌مند از نعمت‌های بهشتی خوانده، تأکید می‌کند که این تنعم، پاداشی است که خداوند در برابر احسان‌بندگان نیکوکار به آنها تفضل کرده است. در آیه دیگری بهره‌مندی از این نعمت‌ها را کامیابی بزرگ می‌خواند: «وَالَّذِينَ اتَّبَعُوهُمْ يَأْحَسَانِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ وَأَعَدَّ لَهُمْ جَنَّاتٍ تَجْرِي تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا ذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ» (توبه: ۱۰۰) از مجموع آیات چنین برمی‌آید که خداوند متعال در اثر محبتی که به نیکوکاران دارد آنها را از نعمت‌های توصیف‌ناپذیر بهشتی بهره‌مند ساخته و این سعادت برای آنها ابدی خواهد بود.

نتایج و یافته‌های پژوهشی

از بررسی آیات قرآن کریم چنین برمی‌آید که خداوند به بعضی از بندگان که اوصاف شایسته‌ای دارند محبت دارد. در میان این محبوبان، اهل احسان جایگاه ویژه‌ای دارند. نتایج و یافته‌های پژوهشی این تحقیق عبارتند از:

۱. قرآن کریم آثار دنیوی و اخروی برای محبت خداوند به محسنین بر می‌شمارد، که تاثیرات مستقیم بر سلامت روان این افراد در دنیا و سعادت اخرویشان دارد.
 ۲. آثار دنیوی چون: هدایت، دریافت پاداش الهی، یاری خداوند، دوری از گناه و بهره‌مندی از رحمت الهی و... موجب سلامت روان فرد گشته و انگیزه او را در انجام و تقویت کارهای نیکوکارانه افزایش می‌دهد.
 ۳. آثار اخروی چون: نعمت‌های بهشتی، پاداش افزون‌تر، دریافت تحیت الهی، رهایی از عقاب و... موجب کسب خشنودی الهی از فرد نیکوکار و قرار گرفتن در جوار رحمت الهی و سعادت جاودان و ابدی می‌گردد.
 ۴. با توجه به آثار دنیوی و اخروی که در آیات و احادیث در این پژوهش به آنها دست یافتیم، حکایت از آن دارد که عدم درک عالم آخرت برای افراد دنیا، موجب گشته تا خداوند آثار احسان و فعالیت‌های نیکوکارانه را بیشتر در دنیا برای افراد بشر آشکار کند، تا موجبات تشویق و ترغیب آنان به این امر فراوهم آید. امری که بنا به وعده مکرر الهی در آیات، قطعاً موجب سلامت روان خود فرد در دنیا شده، و سعادت ابدی او در آخرت را به همراه خواهد داشت.
- پیشنهاد می‌شود سایر موضوعاتی که در رابطه با فعالیت‌های نیکوکارانه است از دیدگاه قرآن و احادیث مورد پژوهش قرار گیرد، تا جنبه‌های گوناگون این خیر عظیم الهی بیشتر آشکار گردد.

کتابنامه

۱. قرآن کریم

۲. آلوسی، سید محمود؛ (۱۴۱۵)، روح المعانی فی تفسیر القرآن العظیم، بیروت، دارالکتب العلمیه
۳. آمدی، عبدالواحد بن محمد؛ (بی تا)، غرر الحکم و دررالکلم، قم، دارالکتاب الاسلامی
۴. ابن فارس، احمد؛ (۱۳۸۷)، معجم مقاییس اللغه، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه
۵. ابن منظور، محمد بن مکرم؛ (۱۴۱۴)، لسان العرب، بیروت، دارصادر
۶. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی؛ (۱۳۸۲)، تحف العقول، قم، آل علی (ع)
۷. ابن بابویه، محمد بن علی؛ (۱۳۷۶)، امالی، تهران، کتابچی
۸. پاینده، ابوالقاسم؛ (۱۳۸۲)، نهج الفصاحه، تهران، دنیای دانش
۹. پناهی، علی احمد؛ (۱۳۹۶)، بررسی نقش فضایل اخلاقی در سلامت روانی با رویکرد دینی - روان شناختی، تهران، حوزه اخلاق
۱۰. جصاص، احمد بن علی؛ (۱۴۰۵)، احکام القرآن، بیروت، دار احیاء التراث العربی
۱۱. دهقان پور، علیرضا؛ (۱۳۹۳)، معناشناسی احسان در قرآن، تهران، معارف قرآنی
۱۲. رازی، فخرالدین؛ (۱۴۲۰)، مفاتیح الغیب، بیروت، دار احیاء التراث العربی
۱۳. راغب اصفهانی، حسین بن محمد؛ (۱۴۱۲)، المفردات فی غریب القرآن، بیروت، دارالعلم
۱۴. الراوندی، سعید بن هبه الله؛ (۱۳۸۵)، الدعوات، قم، دلیل ما
۱۵. سلاری فر، محمدرضا و همکاران؛ (۱۳۹۰)، بهداشت روانی با نگرش به منابع اسلامی، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه
۱۶. شهیدی، شهریار؛ (۱۳۸۱)، اصول و مبانی بهداشت روانی، مصطفی حمدیه، تهران، سمت
۱۷. طباطبائی، سید محمد حسین؛ (۱۴۱۷)، المیزان فی تفسیر القرآن، قم، جامعه مدرسین
۱۸. طبرسی، فضل بن حسن؛ (۱۳۷۲)، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، تهران، ناصر خسرو
۱۹. طبری، محمد بن جریر؛ (۱۴۱۲)، جامع البیان فی تفسیر القرآن، بیروت، دارالمعرفه
۲۰. طریحی، فخرالدین؛ (۱۳۷۵)، مجمع البحرین، تهران، مرتضوی
۲۱. طوسی، محمد بن حسن؛ (بی تا)، التبیان فی تفسیر القرآن، بیروت، دار احیاء التراث العربی

۲۲. قرطبی، محمد بن احمد؛ (۱۳۶۴)، الجامع لاحکام القرآن، تهران، ناصر خسرو
۲۳. کلینی، محمد بن یعقوب؛ (۱۳۶۹)، اصول کافی، تهران، کتاب روشی اسلامیه
۲۴. متقی، علی بن حسام‌الدین؛ (۱۴۱۹)، کنز العمال، بیروت، دارالکتب العلمیه
۲۵. مجلسی، محمدباقر؛ (۱۳۸۹)، بحار الانوار، بیروت، آل‌البیته (ع)
۲۶. مصطفایی، محمد؛ (۱۳۸۹)، مفهوم‌شناسی «احسان» در قرآن کریم با بررسی حوزه معنایی احسان فردی، تهران، تحقیقات علوم قرآن و حدیث
۲۷. مکارم شیرازی، ناصر و همکاران؛ (۱۳۷۴)، تفسیر نمونه، تهران، دارالکتب الاسلامیه
۲۸. موسوی بجنوردی، سید محمد حسن؛ (۱۴۱۹)، القواعد الفقهیه، قم، الهادی
۲۹. میلانی‌فر، بهروز؛ (۱۳۷۲)، بهداشت روانی، تهران، قومس
۳۰. ورام، مسعود بن عیسی؛ (۱۳۶۹)، مجموعه ورام: آداب و اخلاق در اسلام، مشهد، آستان قدس رضوی.