


# A Qur'anic Model for Suicide Prevention: A Grounded Theory Analysis

( Received: 2025-10-16 Acceptance: 2026-01-13 )

Fariborz Ahmadinezhad 

## Abstract

Suicide, the conscious act of self-annihilation, presents a complex societal challenge that necessitates exploration through religious and textual frameworks, such as those found in the Holy Qur'an. This study aims to elucidate the Qur'anic components for the prevention of suicide, presenting them through an organized and meaningful model using a data-driven methodology. By processing a selection of Qur'anic datasets pertinent to suicide prevention, the core and subsidiary categories derived from relevant verses are articulated, culminating in the formulation of the Holy Qur'an's model for self-preservation and suicide prevention. An examination of the Qur'anic verses indicates that the implementation of this Qur'anic model necessitates several interrelated factors, which play a significant role in cultivating hope and meaning in life. Divine trial, complete reliance to God (tawakkul), and acceptance of divine decree and destiny (qada' wa qadr) are identified as causal conditions. Patience, the remembrance of death, and praying to God function as contextual and reinforcing conditions. Self-restraint, purposeful life-planning, and courageous living are among the consequences and outcomes. Conversely, self-alienation, dependency, impulsivity, and sin are recognized as obstacles. Ultimately, gratitude for the blessings of life and the nurturing of hope are presented as the foremost strategies within the Holy Qur'an's paradigm for preventing suicide.

**Keywords:** Holy Qur'an, Suicide, Divine Decree and Destiny (Qada' wa Qadr), Praying to God, Grounded Theory

مطالعات قرآنی و اسلامی  
وحدان نور

دوره چهارم

شماره دوم

پیاپی: ۸

پاییز و زمستان

۱۴۰۴

۲۱۶


Assistant Professor, Department of Theology and Islamic Studies, Payame Noor University, Tehran, Iran. f.ahmadinezhad@pnu.ac.ir



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

## الگوی آموزه‌های قرآنی در پیشگیری از خودکشی براساس نظریه پردازی داده بنیاد

( تاریخ دریافت: ۱۴۰۴-۰۷-۲۴ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴-۱۰-۲۳ )

فریبرز احمدی نژاد 

### چکیده

خودکشی، عمل آگاهانه نابوسازی به دست خود است که موضوعی چند بعدی در جوامع بشری است. هدف اصلی پژوهش حاضر، تبیین مؤلفه‌های قرآنی در پیشگیری از پدیده خودکشی است که این موضوع با استفاده از روش داده بنیاد در قالب یک نظام و الگوی معنادار ارائه شده است. بدین صورت که پس از فرآوری مجموعه داده‌های قرآنی در راستای پیشگیری از خودکشی، مقوله‌های اصلی و فرعی از آیات مرتبط بیان شده و در نهایت مدل قرآن کریم در حفظ و صیانت از خود و پیشگیری از خودکشی ارائه می‌گردد. بررسی آیات قرآن بیانگر آن است که تحقق الگوی قرآنی در پیشگیری از خودکشی مستلزم انجام مقوله‌های مختلفی است که در ایجاد امیدواری و معنابخشی به زندگی نقش فزاینده‌ای دارد. آزمایش الهی، توکل و قضا و قدر الهی به عنوان شرایط علی، صبر، یاد مرگ و ارتباط با خدا به عنوان شرایط زمینه‌ای و تقویت‌کننده و خویشستن داری، برنامه‌ریزی و جرئت‌ورزی از پیامدها و نیز از خودبیگانگی، وابستگی، شتاب‌زدگی و گناه به عنوان موانع و توجه به نعمت حیات و امیدواری به عنوان مهمترین راهبردها در الگوی قرآن کریم در پیشگیری از خودکشی است.

**کلمات کلیدی:** قرآن کریم، خودکشی، قضا و قدر، ارتباط با خدا، نظریه داده بنیاد



## ۱- بیان مسئله

پدیده خودکشی موضوع اجتماعی و روانی است که در جوامع بشری واقع می‌شود و به عنوان یکی از بحران‌های بهداشت روانی محسوب می‌شود. خودکشی عمل آگاهانه نابودسازی شخص به دست خودش است (آذر و همکاران، ۱۳۸۵: ۱۲). در عصر حاضر آمارهای جهانی دلالت بر رشد روز افزون این پدیده در کشورهای مختلف دارد. در سال ۲۰۲۲، سازمان بهداشت جهانی (Who) اعلام کرد که خودکشی یکی از علل اصلی مرگ و میر در جهان است، زیرا از هر ۱۰۰ مرگ، یک مورد آن را خودکشی تشکیل می‌دهد. علاوه بر این، برخی پژوهش‌ها - که در بخش‌های بعدی مورد بحث قرار خواهند گرفت - نشان می‌دهند که نرخ خودکشی در بسیاری از کشورهای با اکثریت مسلمان، کمتر از میانگین جهانی است. از این رو، در دوران کنونی، موضوع خودکشی به عنوان یکی از اختلالات و بحران روانی مورد توجه پژوهشگران است.

به طور کلی، در بینش قرآنی خودکشی حرام است و یکی از بزرگترین گناهان در اسلام محسوب می‌شود. آیات قرآن به طور صریح به جلوگیری از خودکشی انسان با کشتن یا نابود کردن دستور داده است: «... وَ لَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا» (نساء، ۲۹) و «... وَ لَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَ أَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ» (بقره، ۱۹۵). خودکشی زمانی است که شخصی به هر وسیله‌ای، چه با شلیک گلوله، چه با نوشیدن سم، چه با سوزاندن، چه با غرق کردن، چه با پرهیز از خوردن و آشامیدن تا زمان مرگ، خود را می‌کشد. همه این راه‌ها و راه‌های مشابه آن در شریعت اسلام ممنوع است و پیامبر (ص) به کسی که خودکشی می‌کند هشدار داده است که بر اساس نوع عملش مجازات خواهد شد، سپس فرد به همان روشی که خودکشی کرده است مجازات خواهد شد. حضرت (ص) در این باره چنین می‌فرماید: «هر کس با سلاح آهن خودکشی کند، آهنش در دست اوست و آن را در شکمش، در آتش جهنم، قرار می‌دهد تا ابد در آن بماند، و هر کس سم بنوشد و خود را بکشد، آن را در آتش جهنم می‌نوشد و تا ابد در آن خواهد ماند، و هر کس از کوهی بپرد و خود را بکشد، تا ابد در آتش جهنم خواهد بود.» (نیشابوری، بی تا، ۱: ۱۰۳). همچنین امام باقر (ع) می‌فرماید: «مؤمن به هر گرفتاری و بلا مبتلا می‌شود و به هر نوع مرگ می‌میرد، اما دست به خودکشی نمی‌زند» (کلینی، ۱۴۰۷، ۲: ۲۵۴). علاوه بر این، متون نبوی نه تنها خودکشی را ممنوع کرده‌اند، بلکه آرزوی مرگ را نیز ممنوع کرده‌اند، پیامبر (ص) فرمود: «هیچ يك از شما به خاطر گزندى كه به او مى رسد، مرگ را آرزو نكند؛ و اگر



دوره چهارم  
شماره دوم  
پیاپی: ۸  
پاییز و زمستان  
۱۴۰۴

ناچار به این کار شد، بگوید: بار خدایا! تا زمانی که زندگی برای من بهتر است مرا زنده بدار و هرگاه مرگ برایم بهتر بود، مرا بمیران.» (محمدی ری شهری، ۱۳۸۶، ۱۱: ۱۲۱) توجیه ممنوعیت آرزوی مرگ این است که آرزو کردن نشان‌دهنده ضعف ایمان به خدا و ناتوانی در باور به قضا و قدر الهی است.

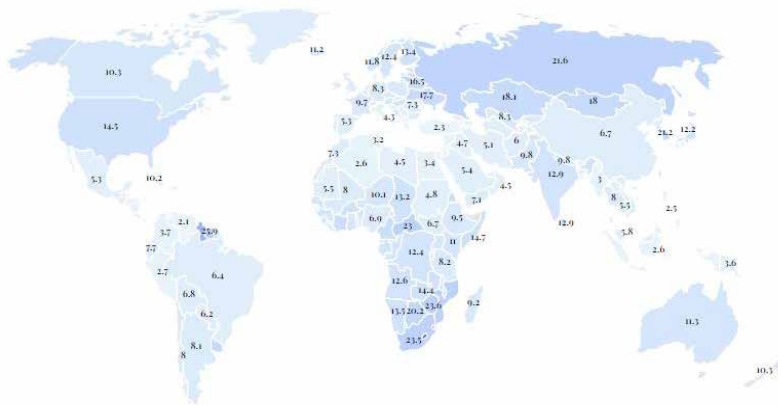
هدف از پژوهش حاضر، کشف نظام و الگوی آیات قرآن کریم در پیشگیری از خودکشی است. ضمن آن که به مقایسه نرخ خودکشی در کشورهای اسلامی با سایر کشورهای جهان می‌پردازد. این پژوهش بر اساس نوع هدف، بنیادی و به لحاظ روش کیفی و دارای رویکرد استقرایی است و از نظریه «داده بنیاد»<sup>۱</sup> به عنوان یکی از روش‌های مطالعاتی بین‌رشته‌ای در تبیین آموزه‌های قرآنی کمک گرفته است؛ چرا که تدوین مسائل اجتماعی به گونه‌ای نظام مند و مبتنی بر آموزه‌های قرآنی، یکی از ضرورت‌های معاصر به شمار می‌آید. همچنین باید گفت معیار انتخاب داده‌ها - آیات قرآن کریم - با توجه به کلیدواژه‌هایی مانند «نفس»، «الموت»، «یأس» و «توکل» در معجم المفهرس لألفاظ القرآن الکریم صورت گرفته است.

در میان پژوهش‌هایی که با موضوع تأثیر باورهای دینی در پیشگیری از خودکشی انجام شده است، می‌توان به آثار زیر اشاره کرد: علمی و شاورانی (۱۳۹۱) در مقاله «کارکرد باورها و مناسک اسلامی در کاهش بستر خودکشی» به نقش باورها و مناسک اسلامی با در نظر گرفتن چند تباری بودن خودکشی، به تعیین تأثیر آنها در پیشگیری از خودکشی پرداخته‌اند. عسگری (۱۳۹۳) در مقاله «حرمت خودکشی در قرآن و سنت و راهکارهای قرآنی برای پیشگیری آن» به بررسی حرمت این پدیده و برخی از راهکارهای قرآنی در پیشگیری از آن را توصیف کرده است. قاسمی‌زاد (۱۴۰۳) در مقاله «راهکارهای روانی-اجتماعی پیشگیری از خودکشی براساس آموزه‌های اسلامی» به بررسی راهکارهای روان‌شناختی آموزه‌های دینی در پیشگیری از خودکشی اهتمام نموده است. بنابراین، با توجه به بررسی‌های انجام شده، تاکنون پژوهشی مستقل با رویکرد بین‌رشته‌ای و با تمرکز بر آیات قرآن کریم درباره پیشگیری از بحران روانی خودکشی انجام نشده است و از این رو، می‌توان پژوهش حاضر را دارای رویکردی نوآورانه دانست که کاربست این عوامل و راهبردهای قرآنی در مراکز آموزشی و درمانی می‌تواند گامی مؤثر در پیشگیری از خودکشی باشد.

**مقایسه میزان خودکشی در کشورهای اسلامی در مقایسه با کشورهای جهان**  
اگرچه ارتباط بین اسلام و خودکشی توسط تعداد نسبتاً زیادی از مطالعات



بررسی شده است، اما همه این مطالعات دارای طرح توصیفی اپیدمیولوژیک هستند (Lester, ۲۰۰۶, ۷۷). به عنوان نمونه، در حالی که مرگ و میر ناشی از خودکشی در آسیا به اکثر خودکشی‌های سالانه جهان کمک می‌کند، این ارتباط در کشورهای اسلامی این قاره پهناور کمترین میزان را دارد (Beautrais, ۲۰۰۶: ۵۵). همچنین مطابق داده‌های سازمان بهداشت جهانی (WHO) در سال ۲۰۰۰، منطقه مدیترانه شرقی که تنها منطقه تحت سلطه مسلمانان است، یکی از پایین‌ترین نرخ‌های تخمینی خودکشی را داشته است (WHO, ۲۰۰۲). به همین ترتیب، نشان داده شده است که بین درصد جمعیت مسلمانان ۶۱ کشور جهان و نرخ خودکشی آنها، همبستگی منفی آماری وجود دارد؛ یعنی با افزایش درصد جمعیت مسلمانان، نرخ خودکشی کاهش می‌یابد (Lester, ۱۹۹۶). بنابراین، به طور کلی، به نظر می‌رسد که کشورهای اسلامی در سراسر جهان در مقایسه با سایر کشورهای توسعه‌یافته یا در حال توسعه، نرخ خودکشی کمتری را نشان می‌دهند. علاوه بر این شاه و چاندیا (۲۰۱۰) در پژوهشی چنین دریافت‌اند که پایین بودن میزان خودکشی در جوامع اسلامی را براساس کمی و مدل همبستگی توضیح داده‌اند (shah & Chandia, ۲۰۱۰, ۹۳). به طور مشابه، یافته‌های مطالعات رضاییان (۲۰۰۹) و علمی و شاورانی (۱۳۹۱) نیز نشان می‌دهد که میزان خودکشی در بین مسلمانان در کشورهای اسلامی کمتر از سایر ادیان است (Rezaeian, ۲۰۰۹: ۷۷؛ علمی و شاورانی، ۱۳۹۱، ۱۶۳). علاوه بر موارد فوق، توجه به نقشه زیر در ارتباط با میزان خودکشی در کشورهای مختلف جهان ضرورت دارد:



این نقشه آمار میزان خودکشی در سال ۲۰۲۱ در کشورهای مختلف جهان را نشان می‌دهد (wisevoter.com). به عنوان نمونه کشور اندونزی در رتبه ۱۷۰ جهان قرار

دارد، با نرخ ۲٫۶ در هر ۱۰۰ هزار نفر. همچنین کشور مالزی در رتبه ۱۲۹ جهان قرار گرفته و نرخ خودکشی آن ۵٫۶ در هر ۱۰۰ هزار نفر است. براساس آمار سایت [worldpopulationreview.com](http://worldpopulationreview.com)؛ در سال ۲۰۲۱ نرخ خودکشی در ایران به ازای هر یکصد هزار نفر؛ ۴/۳۴ نفر است که این آمار برای مردان بیشتر از زنان است. همچنین، تحقیقات در ایران نشان می‌دهد که میانگین سن خودکشی بین ۲۰ تا ۲۵ سال و در کل زیر ۳۰ سال است.

## ۲- روش داده بنیاد

یکی از مهمترین روش‌های پژوهش کیفی، نظریه داده بنیاد است (فلیک، ۱۳۸۷، ۲۷). نظریه‌پردازی داده بنیاد، روش پژوهش کیفی است که نخستین بار توسط بارنی گلاسر<sup>۱</sup> و آنسلم استراوس<sup>۲</sup> به جامعه علمی معرفی شد و هدف آن، عبور از رویکرد قیاسی و رسیدن به رویکرد استقرایی در پژوهش بود. این استراتژی در دهه ۱۹۷۰ میلادی، مقابل نگاه مسلطی که قائل بود مطالعات کمی تنها شکل پژوهش علمی اجتماعی نظام مند است، ایستاد و در خط مقدم انقلاب کیفی و نقطه‌ای بحرانی در تاریخ علوم اجتماعی انجام وظیفه کرد (دانایی فرد و امامی، ۱۳۸۶، ۷۰). مطابق این نظریه، تحقیق هرگز از یک نظریه شروع نمی‌شود که بعد آن را اثبات کنند، بلکه از یک حوزه مطالعاتی شروع می‌شود و فرصت داده می‌شود تا آنچه متناسب و مربوط است، خود را نشان دهد (استراوس و کوربین، ۱۳۹۱: ۳۴). روش داده بنیاد براین اصل استوار است که وقتی نظریه‌های موجود به مشکل مورد نظر نمی‌پردازند، نظریه‌پردازی داده بنیاد یک نظریه تولید می‌کند و از آنجا که این نظریه در داده‌ها «بنیان» دارد، نسبت به نظریه‌ای که از مجموعه نظریات موجود اقتباس شده و تطبیق داده می‌شود، تبیین بهتری ارائه می‌دهد؛ زیرا با موقعیت تناسب دارد و در عمل کارآمد است، افراد موجود در یک محیط را در نظر گرفته و احساسات آنها را درک می‌کند و ممکن است همه پیچیدگی‌هایی را که واقعاً در فرآیند یافت می‌شود، نشان دهد (دانایی فرد و امامی، ۱۳۸۶: ۷۷). روند شکل‌گیری تئوری در این نظریه، حرکت از جزء به کل است و بر سه عنصر مفهوم، مقوله و قضیه یا آنچه از ابتدا فرضیه نامیده می‌شود، استوار است. مفهوم، واحد پایه‌ای یا خرد تحلیل است؛ چراکه از طریق تصویر ذهنی و مفهوم داده‌ها نظریه شکل می‌گیرد، نه به تنهایی از خود داده‌های واقعی (همان: ۶۰). برخی مفاهیم نسبت به مفاهیم دیگر تجربیدی‌تر هستند؛ به گونه‌ای که چند مفهوم را در خود جای می‌دهند که به



عنوان مقوله از آنها یاد می‌شود. مقایسه داده‌ها برای دریافت شباهت‌ها و تفاوت‌ها به منظور مفهوم‌سازی و نیز مقایسه مفهوم برای شناسایی شباهت‌ها و تفاوت‌ها برای مقوله‌بندی، فرایندی مداوم است که در روش داده بنیان انجام می‌شود. روابط مفهومی میان مقوله‌ها به عنوان قضیه شناخته می‌شود (همان).

در پژوهش حاضر، ابتدا نکات آموزه‌های قرآنی به عنوان داده احصا شده و هر نکته یک کد مشخص می‌گیرد. سپس با مقایسه کدها، چند کد که جنبه مشترک دارد، به عنوان یک مفهوم در نظر گرفته می‌شود. آن گاه چند مفهوم یک مقوله و چند مقوله در قالب نظریه شناخته می‌شود. به تعبیر دیگر در این مرحله از کدگذاری باز، دسته بندی مفاهیم نسبتاً یکسان آیات که می‌تواند در یک مقوله عام تری قرار گیرد و از شمول بیشتری برخوردار باشد، انجام می‌گیرد. در مرحله پایانی کدگذاری که از آن با عنوان «گزینشی» یاد می‌شود، محقق به دنبال آن است تا از رهیافت کدگذاری دو مرحله پیشین به یک انسجام فکری برسد تا زمینه تدوین نظریه را فراهم سازد، لذا ناگزیر باید به زدایش و پالایش دست‌زند که نتیجه آن یکپارچه سازی و وصول به نظریه باشد (ایازی، ۱۳۹۵: ۴۰).

### ۳- یافته‌های پژوهش

پژوهشگر پس از مشخص کردن داده‌ها به کدگذاری آنها پرداخت و همان‌گونه که در نمودار مشخص است، پس از کدگذاری انتخابی، ۱۵ مقوله فرعی در پنج مقوله اصلی به عنوان الگوی پارادایم پیشگیری از خودکشی از منظر آیات قرآن کریم قرار گرفت که در ادامه هر یک از ابعاد الگوی نظام‌مند آموزه‌های قرآن در پیشگیری از خودکشی براساس مقوله‌های اصلی و فرعی و کد مفهومی در جدول زیر درج گردیده است:

ردیف	کد مفهوم	مقوله فرعی
<b>مقوله اصلی: شرایط علی</b>		
۱	و لَقَدْ فَتَنَّا الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ فَلَيَعْلَمَنَّ اللَّهُ الَّذِينَ صَدَقُوا وَ لَيَعْلَمَنَّ الكَاذِبِينَ (عنکبوت/۳)	آزمایش الهی
۲	وَ لَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَ الْجُوعِ وَ نَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَ الْأَنْفُسِ وَ الثَّمَرَاتِ وَ بَشِّرِ الصَّابِرِينَ (بقره/۱۵۵)	
۳	وَ مَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ (طلاق/۳)	توکل

ردیف	کد مفهوم	مقوله فرعی
۴	وَ خَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ قَدْرَهُ تَقْدِيرًا (فرقان/۲)	قضا و قدر الهی
۵	مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَ مَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَ اللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ (تغابن/۱۱)	
۶	مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَ لَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنْ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ (حدید/۲۲)	
<b>مقوله اصلی: شرایط زمینه‌ای</b>		
۷	لَتَبْلُغُنَّ فِي أَمْوَالِكُمْ وَ أَنْفُسِكُمْ وَ تَسْمَعُنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَ مِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَدَى كَثِيرًا وَ إِنْ تَصْبِرُوا وَ تَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ (آل عمران/۱۸۶)	صبر
۸	إِنْ تَمَسَّسْتُمْ حَسَنَةً تَسْؤُهُمْ وَ إِنْ تَصَبَّحْتُمْ سَيِّئَةً يَفْرَحُوا بِهَا وَ إِنْ تَصْبِرُوا وَ تَتَّقُوا لَا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا إِنْ اللَّهُ بِمَا يَعْمَلُونَ مُحِيطٌ (آل عمران/۱۲۰)	
۹	بَلَى إِنْ تَصْبِرُوا وَ تَتَّقُوا وَ يَأْتُوَكُمْ مِنْ فُورِهِمْ هَذَا يُمْدِدْكُمْ رَبُّكُمْ بِخَمْسَةِ آلَافٍ مِنَ الْمَلَائِكَةِ مُسَوِّمِينَ (آل عمران/۱۲۵)	
۱۰	يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اصْبِرُوا وَ صَابِرُوا وَ رَابِطُوا وَ اتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (آل عمران/۲۰۰)	
۱۱	وَ الصَّابِرِينَ فِي الْبَأْسَاءِ وَ الضَّرَّاءِ وَ حِينَ الْبَأْسِ أُولَئِكَ الَّذِينَ صَدَقُوا وَ أُولَئِكَ هُمُ الْمُتَّقُونَ (بقره/۱۷۷)	
۱۲	وَ مَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَ لَهْوٌ وَ لَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لَلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ (انعام/۳۲)	یاد مرگ
۱۳	كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ ثُمَّ إِنَّا تَرْجِعُونَ (عنکبوت/۵۷)	
۱۴	الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (رعد/۲۸)	ارتباط با خدا
۱۵	قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَثِّي وَ حُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَ أَعْلَمَ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ (یوسف/۸۶)	
<b>مقوله اصلی: پیامدها</b>		
۱۶	وَ اتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ (بقره/۱۸۹)	خویشترنداری
۱۷	يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا عَلَيْكُمْ أَنْفُسِكُمْ لَا يَضُرُّكُمْ مِنْ ضَلَّ إِذَا اهْتَدَيْتُمْ إِلَى اللَّهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ (مائده/۱۰۵)	
۱۸	يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَ أَهْلِكُمْ نَارًا (تحریم/۶)	



ردیف	کد مفهوم	مقوله فرعی
۱۹		برنامه ریزی
۲۰		جرت و ورزی
۲۱		جرت و ورزی
<b>مقوله اصلی: شرایط مداخله گر</b>		
۲۲		از خود بیگانگی
۲۳		از خود بیگانگی
۲۴		شتاب زدگی
۲۵		وابستگی
۲۶		وابستگی
۲۷		وابستگی
۲۸		گناهکاری
۲۹		گناهکاری
۳۰		گناهکاری
<b>مقوله اصلی: راهبردها</b>		
۳۱		نعمت حیات
۳۲		نعمت حیات
۳۳		امیدواری

#### ۴- تحلیل داده‌ها

مطابق یافته‌های پژوهش و تحلیل داده‌ها از آیات قرآن کریم می‌توان گفت، خداوند متعال با بخشیدن زندگی به انسان‌ها در راستای حفظ آن به مقوله‌های مختلفی تصریح کرده است. در این بخش این مقوله‌ها بسط و تحلیل می‌شود:

#### ۱-۴- شرایط علی

متغیرهای علی به عنوان مبدأ و نقطه شروع الگو، شرایطی را به وجود می‌آورند که باعث ایجاد و توسعه پدیده محوری می‌شوند. در بینش قرآنی، توجه به عواملی چون توکل، آزمایش الهی و قضا و قدر الهی در پیشگیری از خودکشی تأثیر فزاینده‌ای دارد.

منظور از توکل بر خدا، «سپردن کار به خداوند و رضا به تدبیر و حسن اختیار اوست» (طوسی، بی تا، ۵: ۲۳۴) و متوکل کسی است که بداند خداوند روزی او را کفایت کرده و تنها به او تکیه می‌نماید (طبرسی، ۱۳۷۲، ۲۵: ۱۰۰). در واقع توکل این است که انسان تلاشگر کار خود را به خداوند متعال واگذارد و حل مشکلات خویش را از او بخواهد، خدایی که از تمام نیازهای او آگاه است، خدایی که نسبت به او رحیم و مهربان است و خدایی که قدرت به حل هر مشکلی دارد. کسی که دارای روح توکل است، هرگز یأس و ناامیدی را به خود راه نمی‌دهد، در برابر مشکلات احساس ضعف و زبونی نمی‌کند، در برابر حوادث سخت، مقاوم است و همین فرهنگ و عقیده چنان قدرت روانی به او می‌دهد که می‌تواند بر مشکلات پیروز شود و از سوی دیگر امدادهای غیبی که به متوکلان نوید داده شده است به یاری او می‌آید (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴: ج ۲۴، ۲۳۸-۲۳۹). در واقع، خداوند سبحان که ولی و عهده‌دار سرپرستی بنده متوکل خویش است، او را از پرتگاه هلاکت بیرون می‌کشد و از طریقی که خود او پیش بینی آن را نمی‌کند، روزی می‌دهد (ر.ک: طباطبایی، ۱۴۱۷، ۱۹: ۳۱۴). لذا شخص باورمند به توکل الهی، تمام اسباب عالم را به دست خداوند متعال می‌داند و چنین فردی هرگز خود را در بن بست نمی‌بیند و همواره به یاری خداوند متعال اعتقاد دارد و این باور سبب می‌شود تا نیرو و قدرت مضاعفی در مواجهه با مشکلات زندگی داشته باشد، چرا که توکل بر خداوند آرامش روح، تقویت اراده و استقامت در مسیر حق را در پی دارد (عترت دوست و همکاران، ۱۴۰۲، ۱۱۷).

از منظر آیات قرآن انسان هر لحظه و در هر شرایطی ممکن است در آزمایش الهی واقع شود (عنکبوت/۳). امتحان يك سنت همیشه‌گی از سوی خداوند متعال برای بندگانش در دنیا است و مخصوص جمعیت مسلمانان نیست، سنتی است که در تمام اامت‌های پیشین جاری بوده است. امتحان یعنی کاری را تجربه کردن و از ویژگی‌های آن با خبر شدن یا آشکار شدن نهران آن بر اثر عمل ویژه (جوادی آملی، ۱۳۸۹، ۱۵: ۶۲۵). دلیل آزمایش‌های الهی، عینی و محقق شدن علم ازلی خداوند و جدا شدن مؤمنان واقعی و شکوفا شدن استعدادهای درونی و به فعلیت رسیدن



آنهاست (قرآنی، ۱۳۸۳، ۹: ۱۱۳). به طور کلی، در بینش قرآنی هدایت در پرتو آزمونهای الهی تحقق می یابد؛ چرا که آزمون های الهی استعداد های نهفته را بیدار و شکوفا می کنند؛ آن گاه که پاداش خداوند بر آن مترتب می شود (بقره/۱۵۵) و شکوفایی استعدادها تنها با امتحان به دست می آید نه با آمل و آرزو (نساء/۱۲۳-۱۲۴).

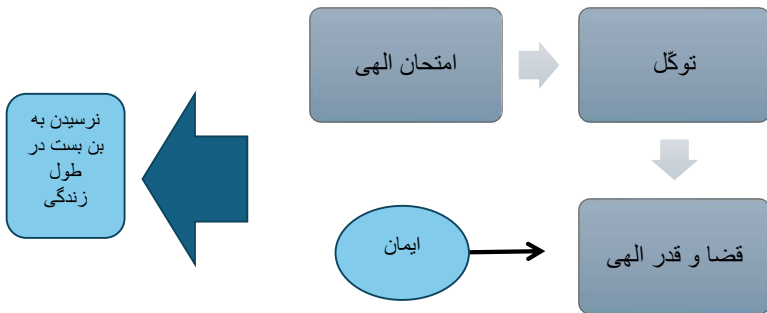
موفقیت در آزمایش های الهی با اهل صبر است: «وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ» (بقره/۱۵۵)؛ زیرا در بینش انسان صابر سختی ها و مصائب زندگی به عنوان یک امتحان الهی است که باید در برابر آنها صبر پیشه کرد و این تفکر و بینش عامل مهم در تقویت انگیزه و اراده اش می شود. به عقیده مفسر معاصر استاد جوادی آملی، صبر و شکر از کمال های انسان است و این کمال، بدون آزمونهای گوناگون از قوه به فعلیت نمی رسد، از این رو خدای سبحان، گاه انسان را با نعمت و منحت و عزت و گاهی با نعمت و محنت و مهند می آزماید، تا شکر و صبر درونی او روشن شود. در ابتلای به مصائب و شرایط سخت و تلخ، انسان های صابر و در امتحان به شرایط رفاه و آسایش، انسانهای شاکر شناخته می شوند (جوادی آملی، ۱۳۸۹، ۷: ۶۴۰). از تأکیدی که در تعبیر «لنبلوئنکم» است، معلوم می شود که امتحان قضای حتمی خداست و هیچ کس بدون امتحان نخواهد بود (همان). همچنین حذف متعلق تبشیر افزون بر ارشاد به فخامت، بر عموم آن متعلق نیز دلالت می کند. این بشارت، نعمتهای دنیا و آخرت هر دو را شامل است و ویژه نعمت آخرت نیست. خدای سبحان در دنیا بسیاری از نعمتها و نیز فضایل فراوان و ملکات فاضله را که البته بخشی از آنها به آخرت مربوط است به عنوان بشارت، به صابران عطا می کند (همان، ۶۴۴).

بنده ایمان نمی آورد مگر آنکه به قضا و قدر - چه نیک و چه بد - ایمان داشته باشد و بداند آنچه به او رسیده، نمی توانست از او دور شود و آنچه از او دور شد، نمی توانست به او برسد (محمدی ری شهری و همکاران، ۱۳۹۱، ۹: ۹۴). ایمان به قضا و قدر الهی به همراه صبر و توکل سبب می شود تا انسان در مواجهه با قضایایی که خارج از کنترل عادی انسان است، آرامش روحی و روانی داشته باشد و از سوق دادن انسان به پوچی و بی معنا بودن زندگی جلوگیری می کند؛ زیرا چنین شخص باورمندی، حکمت و اراده الهی را بر امور حاکم می داند نه اتفاقات و حوادث را و در نتیجه به رضایت باطنی می رسد لذا اعتقاد به قضا و قدر، ثبات روانی را برای فرد به ارمغان می آورد. بنابراین معنای عملی ایمان به قضا و قدر الهی این است که مسلمانان با یقین باور دارند که سلامتی و بیماری، فقر و غنا، همگی به مشیت الهی است و انسان جز تسلیم و رضایت در برابر آن چاره ای ندارد

مطالعات قرآنی و پژوهش‌ها

دوره چهارم  
شماره دوم  
پیاپی: ۸  
پاییز و زمستان  
۱۴۰۴

که این باور یکی از پایه‌های اساسی ایمان است و بدون آن ایمان مسلمان کامل نمی‌شود چنانکه در روایتی از پیامبر (ص) چنین آمده است: «هیچ گاه بنده‌ای ایمان ندارد، مگر این که به خوب و بدِ قَدَر، ایمان داشته باشد و بداند که آنچه به او می‌رسد و آنچه به او نمی‌رسد، از مقدرات خداوند است» (همان). بدین ترتیب، یکی از مصادیق بارز ایمان، ایمان به قضا و قدر است؛ زیرا کسی که به تقدیر خداوند باور دارد، به روشنی می‌داند که آنچه در زندگی او پیش می‌آید و آنچه پیش نمی‌آید، خوب باشد یا بد، زشت باشد یا زیبا، بر اساس تقدیر الهی است.



## ۲-۴- شرایط زمینه‌ای

مقصود از شرایط زمینه‌ای، شرایط و عوامل تقویت‌کننده است. در منظومه فکری قرآن کریم، شرایطی در طول زندگی برای انسان محقق می‌شود که جهت پیشگیری از حس پوچی و بی‌معنا بودن حیات انسانی، نقش فزاینده‌ای دارد عواملی بیان شده است. عواملی که سبب تحریک بیشتر و جهت افزایش ارتقاء حیات انسانی است. این عوامل عبارت است از: صبر، یاد مرگ و ارتباط با خدا. صبر یا پایداری در برابر حوادث ناگوار و عدم برخورد انفعالی، غلبه بر فشارهای منفی درونی را تسهیل می‌کند. در سایه بردباری، تلاش فرد برای بروز استعدادها بالا می‌رود و در نتیجه بااراده قوی و نیرویی مضاعف، بر مشکلات فائق می‌آید. صبر و شکیبایی از غالب رفتارهای واکنشی و برانگیختگی‌های عاطفی در شرایط ناکامی که به آسیب‌رسانی جسمی و روحی به دیگران منتهی می‌شود، پیشگیری می‌کند (برکوتیز، ۱۳۸۷: ۴۳۲). همچنین توجه به کدهای مفهومی نشان‌دهنده آن است که تقوا با صبر رابطه معنا دار دارد (آل عمران/۱۸۶)؛ مطابق این آیه آزررسانی اهل کتاب و مشرکان با شیوه‌های روانی و غیر روانی، گاهی به صورت دفع و تلاش برای صدّ و صرف سالکان از راه خداست و زمانی به صورت رفع یعنی تلاش برای ارتداد مؤمنان. خداوند متعال در برابر این آزارها و جنگ روانی به



مؤمنان دستور صبر و تقوا می دهد؛ چرا که باید صبوری و تقوا پیشه کرد تا خداوند انسان را از لغزش و سستی حفظ کند و عزم و اراده انسان استوار بماند، بنابراین رمز پیروزی و موفقیت انسان در رویارویی با سختی‌ها و انواع آزمون‌ها پایداری و تقواست که باید براساس آن تصمیم گرفت. صبر و تقوا برای حفظ دین و کیان ملت در برابر تهمت و افترا و جنگ روانی، از «عزم الأمور» است؛ یعنی از اموری است که خداوند بر انسان واجب کرده است؛ یا از امور مهمی است که باید پیش‌تر درباره آن تصمیم گرفت و هنگام عمل از تزلزل و تردید و زیان‌های جبران‌ناپذیر ناشی از آن در امان ماند (ر.ک: جوادی آملی، ۱۳۸۹، ۱۶: ۵۳۷). براین اساس برخورد خویشتندارانه انسان صبور در مصائب و مشکلات زندگی، زمینه‌پرهیز از خشونت درباره خود و دیگران را به وجود می‌آورد و لذا نقش بازدارنده در ایجاد افکار و اعمال خودکشانه ایفا می‌کند.

مرگ یک قانون عام و فراگیر و حقیقتی انکارناپذیر است که هر کس طعم آن را خواهد چشید (آل عمران: ۱۸۵). امام رضا(ع) در روایتی می‌فرماید: «عجب دارم از کسی که به مرگ ایمان دارد، چگونه شادی می‌کند و کسی که به قدر ایمان دارد، چگونه محزون می‌شود و کسی که دنیا را آزموده، چگونه به آن اطمینان می‌کند و کسی که به حساب ایمان دارد، چگونه گناه می‌کند» (مجلسی، ۱۴۰۳، ۶۷: ۱۵۶). یکی از نقاط اصلی و اساسی در جهان بینی اسلامی، مسئله تداوم حیات بعد از مرگ است؛ یعنی زندگی با مردن تمام نمی‌شود؛ بلکه با مرگ وارد مرحله جدیدی می‌شود و این طور نیست که انسان نابود شود (حاجی ابوالقاسم دولابی و رنجبر، ۱۴۰۲: ۲۰). این نگره فکری به این معناست که زندگی در این دنیا موقتی و گذراست. قرآن کریم زندگی را امری معنادار، آزمون محور، هدفمند و وابسته به نسبت انسان با خداوند معرفی کرده است: «الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا» (ملک: ۲)؛ یعنی زندگانی صرف زیستن و تکرار زیستی نیست؛ بلکه عرصه‌ای برای کمال است. لذا این آیه به کیفیت و اخلاص عمل اشاره دارد، یعنی «أحسن عملاً» کیفیتی از بودن است که بر پایه آگاهی، تقوا، مسئولیت‌پذیری و نسبت زنده با خداوند متعال استوار است. در واقع قرآن در این آیه به جای اینکه زندگی را به بقایی بی‌پرسش فروبکاهد، آن را به پرسشی هستی‌شناختی بدل می‌سازد: «چگونه باید بود؟» براین اساس مرگ به جای آنکه نقطه پایان معنا باشد، به مثابه امکان آگاهی و بیداری وجودی در نظر گرفته می‌شود. انسانی که نسبت خود را با خدا، خلقت، رنج، مرگ و آخرت فهمیده باشد، انسانی است که معنای زندگی را کشف کرده است. چنین انسانی خود را در داستانی



دوره چهارم  
شماره دوم  
پیاپی: ۸  
پاییز و زمستان  
۱۴۰۴

بزرگ‌تر از خود می‌یابد؛ داستانی که آغازش خلقت الهی، میانه‌اش زیست اخلاقی و پایانش لقای خداوند است (انشقاق: ۶؛ کهف: ۴۶؛ زمر: ۷۳) (محمدپور، ۱۴۰۴، ۱۱). این اعتقاد باعث معناداری زندگی می‌شود و مانع احساس پوچی و بی‌نتیجه بودن زندگی می‌شود. پس اعتقاد به معاد تضمین‌کننده سلامت عمل و سلامت اندیشه و روحیات انسان و مصلحت‌های انسانی است.

ارتباط با خداوند (عبادت)، ریسمان و پیوند استواری است که انسان را با خالق خویش مرتبط می‌سازد. به طور کلی، ارتباط با خداوند در پیشگیری از خودکشی، کارکرد روانی دارد. اندیشمندان حوزه جامعه‌شناسی دین معتقدند که مذهب و اعتقادات دینی افراد بر رفتارهای دیگر آنان از جمله رفتارهای اقتصادی، اخلاقی و اجتماعی و نیز سلامت انسان‌ها اثرگذار است. در واقع، آنچه انسان‌ها از دین‌شان درک می‌کنند ممکن است به طور مستقیم در تصمیم‌گیری‌ها و رفتارهای بیرونی آنها در اجتماع نمود پیدا کند (قاضی‌نیا و اکبرنژاد، ۱۳۹۷: ۱۰). بر این اساس، دین چهره جهان را نزد فرد دین‌دار دگرگون می‌سازد و فرد دین‌دار خود را تحت حمایت و لطف همه جانبه خداوند متعال می‌بیند و بدین ترتیب احساس آرامش و لذت معنوی عمیقی به وی دست می‌دهد. این حقیقت که از آن تعبیر به «معناداری زندگی» از آن یاد می‌شود، امیدواری به کمک و یاری خداوند را در شرایط استرس‌زای زندگی، برای فرد فراهم می‌آورد. بر اساس نقشی که دین‌داری در کاهش اختلالات روانی دارد، پژوهشگران مختلفی به ویژه در حوزه علوم اجتماعی و علوم رفتاری به مطالعه در زمینه تأثیر دین‌داری بر سلامت روان پرداخته‌اند. کوئینگ (۲۰۰۴م) بیان می‌کند که تا قبل از سال ۲۰۰ بیش از ۷۰۰ تحقیق کمی در حیطه رابطه بین معنویت و مذهب با سلامت روان انجام شده است که تقریباً ۵۰۰ مورد از آنها وجود رابطه دین‌داری با سلامت روان را تأیید نموده‌اند (چراغی و مولوی، ۱۳۸۵: ۶). بر این اساس بین سطح بالای دینداری و سلامت روان همبستگی مثبتی وجود دارد.

افزون بر این، براساس تحقیقات مختلف در جهان هرچه انگیزه مذهبی و سطح دینداری اسلامی پایین‌تر باشد، این امر منجر به افزایش میزان خودکشی در کشورهای مسلمان می‌شود. به عنوان یکی از برجسته‌ترین علل خودکشی در کشورهای مسلمان، به ویژه کشورهای عربی، ضعف انگیزه مذهبی است. در پژوهشی جبیر و محمد (۲۰۲۱) به این نتیجه رسیدند که یکی از علل خودکشی، ضعف باورهای دینی و عدم پذیرش قضا و قدر الهی است (جبیر و محمد، ۲۰۲۱: ۵۳).

### ۳-۴- شرایط مداخله‌گر

مراد از شرایط مداخله‌گر، موانع پیشگیری از خودکشی است. این موانع به صراحت در آموزه‌های قرآن بیان شده است. از خود بیگانگی، شتاب‌زدگی، وابستگی و گناهکاری از مهمترین این موانع هستند.

یکی از هیجان‌های منفی زندگی که بعضاً در زندگی افراد ایجاد می‌گردد، احساس از خود بیگانگی است. از خود بیگانگی موضوعی روان‌شناختی و جامعه‌شناختی است که به عنوان نوعی بیماری روحی و روانی مطرح است که سبب می‌شود انسان گوهره هستی خویش را نشناسد. بنابراین از درون احساس حقارت می‌کند و به خود جرأت اندیشیدن، بررسی و ابراز رأی مستقل نمی‌دهد و فریفته نظرات دیگران می‌شود (مرویان حسینی، ۱۳۸۳: ۱۶۰). لذا انسان کیفیات و حالات دیگری را به جای واقعیت وجود خودش بنشانند و از خود بیگانه گردد. از این رو، از خود بیگانگی حالت کسی است که از هستی خود و از اصل انسانی خود دور افتاده باشد. به عقیده پژوهشگران معاصر «نرسیدن به اهداف یا کمبود انگیزه برای ادامه زندگی می‌تواند در این احساس نقش داشته باشد. وقتی فرد به این باور می‌رسد که حتی برای انجام مهمترین تکالیف زندگی‌اش، نمی‌تواند خود را برانگیزد، دچار احساس بی‌ارزشی شده، زندگی را پوچ، هدف را گم و آینده را تهی از نشاط و طراوت می‌بیند؛ بلکه سرتاسر یکنواخت و خسته‌کننده می‌پندارد. افکار خودکشی و اقدام بدان، اساساً ناشی از این احساس است» (محققیان و علمائی، ۱۳۹۴: ۴۲). قرآن کریم عامل اصلی از خود بیگانگی انسان را جداشدن از خداوند متعال می‌داند: «وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ» (حشر: ۱۹). مطابق این آیه عامل اصلی از خود بیگانگی، خدا فراموشی است. امام علی (ع) در تفسیر این آیه می‌فرماید: «معنای خدا را در سرای دنیا فراموش کردند، این است که به فرمانبرداری او کار نکردند» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۹۰: ۹۹). لذا نسیان می‌تواند به معنای بی‌اعتنایی و عملی نکردن فرمان باشد نه فراموش کردن (جوادی آملی، ۱۳۸۹: ۱۲: ۷۲۴).

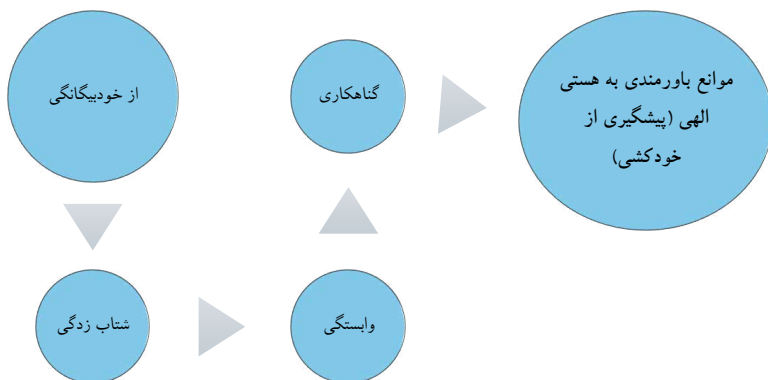
براین اساس کسی که ایمان راسخ به خداوند نداشته باشد و عملکردش منبعث از ایمان نباشد، تحت تأثیر حوادث و مصائب مختلف زندگی قرار می‌گیرد و دچار ناامیدی می‌شود؛ چرا که از باور توحیدی دور است. توضیح آنکه «ورود ایمان به قلب به معنای دگرگونی در کلیت هستی انسان است. در آیات قرآن، ورود ایمان به قلب به معنای پذیرش ذهنی یا ظاهری نیست؛ بلکه نشانه‌ای از تحوّل عمیق درونی و بازسازی بنیادین شخصیت انسان است؛ لذا تمایز روشنی میان اسلام ظاهری و ایمان قلبی وجود دارد (حجرات: ۱۴). این تمایز به تعبیر مفسران، بیانگر

آن است که ایمان حقیقی تحوّل درونی است که تمام ابعاد وجود انسان را در برمی‌گیرد (طباطبایی، ۱۳۱۷، ۱۸: ۳۲۸-۳۲۹). از این رو، قرآن ایمان را به صفاتی مانند طمأنینه، نور، بصیرت و تقوا پیوند می‌زند (رعد: ۲۸؛ انفال: ۲). چنین پیوندی بیانگر آن است که ورود ایمان به قلب نه صرفاً یک تغییر در باور، بلکه تحوّل در هستی‌مندی انسان است؛ به گونه‌ای که افق‌های ادراک، احساس، رفتار و هدفمندی او دگرگون می‌شود. لذا ایمان به خداوند با این نوع خوانش قرآنی سبب می‌شود انسان سرمایه‌های وجودی و استعداد‌های خویش را بشناسد و بهترین بهره‌ها را از آنها ببرد و بدین وسیله کیفیت زیست خویش را ارتقا ببخشد.

یکی دیگر از موانع در پیشگیری از خودکشی، شتاب‌زدگی است. عجز بودن انسان برای کسب منافع بیشتر و شتاب‌زدگی او در تحصیل خیر و منفعت سبب می‌شود که تمام جوانب مسائل را مورد بررسی قرار ندهد و چه بسیار که با این عجله، نتواند خیر واقعی خود را تشخیص دهد، بلکه هوی و هوس‌های سرکش چهره حقیقت را در نظرش دگرگون و متحوّل سازد و به دنبال شر برود؛ بنابراین در پدیده خودکشی چون انسان با دقت و هوشیاری لازم نعمت حیات خویش را درک نمی‌کند و تمام جوانب را در نظر نمی‌گیرد، دچار پیش‌داوری و قضاوت‌ها آمیخته با شتاب و هوی و هوس می‌شود و از خداوند متعال یاری نمی‌طلبد و دچار خسران ابدی می‌گردد. خداوند متعال در تعبیر جامع از شتاب‌زدگی انسان می‌فرماید: «خُلِقَ الْإِنْسَانُ مِنْ عَجَلٍ» (انبیاء: ۳۷) این تعبیر یک نوع تأکید است، یعنی آن چنان انسان عجز است که گویی از عجله آفریده شده است و تار و پود وجودش از آن تشکیل یافته است (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۷۴، ۱۳: ۴۰۸). به عقیده صاحب من وحی القرآن شتاب‌زدگی انسان را از تفکر آرام و عمیقی که محاسبات حال و آینده را در نتایج منفی و مثبت آن در سرنوشت برایش تعیین می‌کند، باز می‌دارد (فضل الله، ۱۴۱۹، ۱۵: ۲۲۶).

وابستگی به معنای احساس نیاز یا دست‌نیاز به دیگران دراز کردن است، نقطه مقابل آن خودباوری و اعتماد به نفس در افراد در مواجهه با مشکلات زندگی است. وابستگی سبب می‌شود انسان کارآمدی خود در حلّ مسائل زندگی را نشناسد و در نتیجه تصمیم‌های درستی اتخاذ نکند افزون بر اینکه عزّت نفس خود را نیز از دست می‌دهد. در حالی که وقتی خداوند متعال ربّ هر چیزی باشد قهرراً تمامی موجودات مربوط او خواهند بود و غیر او علی‌الإطلاق ربّ دیگری که شایسته برای پرستش باشد نیست و کسی جز او شایسته اعتماد و تکیه کردن نخواهد بود. توجه مداوم به نعمت‌ها و امکاناتی که خداوند متعال در اختیار فرد قرار داده است، می‌تواند در ارتباط با خودباوری افراد مفید باشد (اعراف: ۶۹، ۷۴).

یکی دیگر از موانع پیشگیری از خودکشی، گناهکاری است. به طور کلی مطابق آموزه‌های اسلامی، بسیاری از محرومیت‌های انسان از گناهان ناشی می‌شود؛ همچنان اعمال نیک و تقوا موجب نزول برکات و سرازیر شدن نعمت‌ها می‌گردد. بنابراین گناهان، تعادل روحی انسان را مختل می‌کنند و باعث فراموش کردن دانش و آگاهی‌های خود می‌شود و کسی که از خودشناسی بازماند، توانایی‌ها و استعداد‌های خویش را هم فراموش خواهد کرد و چه بسا خود را فردی ضعیف پندارد که توانایی انجام کارهای بزرگ و مهم را ندارد. لذا فردی که مرتکب گناه می‌شود، قانونی را که مربوط به ساختار وجودی خود اوست، نادیده گرفته و رعایت نمی‌کند و در واقع چون نیازهای واقعی خود را نشناخته، رابطه درستی نیز با خود برقرار نکرده است. از این رو، در مواجهه با مصائب و مشکلات زندگی تصمیم درستی اتخاذ نمی‌کند.



#### ۴-۴- راهبردها

مقوله اصلی راهبردها، همان الزامات و راه‌های حصول به پیشگیری از خودکشی است؛ یعنی آموزه‌های قرآنی چه الزامات و بایدهایی را برای جلوگیری انسان از خودکشی بیان کرده است. توجه به نعمت حیات و امیدواری به عنوان دو رکن راهبردی از آیات قرآن است که در پیشگیری از خودکشی نقش فزاینده‌ای دارد. توجه به نعمت حیات یکی از مهمترین راهبردهای قرآنی در پیشگیری از خودکشی است. در بینش اسلامی روح انسان امانتی الهی در دست صاحبش است؛ چراکه مالک واقعی آن خداوند متعال است و فرد مالک خود نیست، بلکه مالک واقعی جان انسان خداوند متعال است و انسان اجازه ندارد جز در محدوده‌ای که خداوند مقرر کرده در آن تصرف کند. در واقع، حیات، موهبتی از جانب خداوند متعال است و تجاوز به آن با از بین بردن آن یا از بین بردن مزایای

آن، چه توسط عمل دیگران و چه توسط خود انسان، جایز نیست. بنابراین، شریعت اسلام خودکشی را ممنوع کرده است و آن را به عنوان گناه کبیره قرار داده است (جبیر و محمد ۲۰۲۱: ۵۵). زیرا با هدفی که خداوند متعال انسان را برای آن آفریده است، یعنی عبادت خداوند متعال، جانشینی در زمین و آبادانی زمین، در تضاد است. این مفهوم را می‌توان از آیه ۱۶۵ سوره انعام استنباط کرد: «وَهُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلَائِفَ الْأَرْضِ وَرَفَعَ بَعْضَكُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِّيَبْلُوكُمْ فِي مَا آتَاكُمْ إِنَّ رَبَّكَ سَرِيعُ الْعِقَابِ وَإِنَّهُ لَغَفُورٌ رَحِيمٌ».

مقوله فرعی دیگر در الزامات قرآنی جهت پیشگیری از پدیده خودکشی، امیدواری است. از منظر آیات قرآن، امید حقیقی به سبب مطلق‌گرا بودن فطرت آدمی، تنها در امید داشتن به خداوند متعال است؛ چرا که انسان همواره در جستجوی کمال مطلق به سر می‌برد. به همین سبب به هیچ حدی از کمالات قانع نیست. لذا اگر انسان با خداوند پیوند برقرار کند و تنها امیدش خداوند باشد موجب کامیابی فرد در دنیا و آخرت خواهد شد (نساء: ۱۳۴). امام علی (ع) می‌فرماید: «کسی که خدا امید و آرزوی او باشد، غایت امید و آرزوی او را دریابد» (لیثی واسطی، ۱۳۸۷، ۴۳۶). مطابق آیه ۵۶ سوره اعراف، رحمت خداوند به نیکوکاران نزدیک است؛ یعنی نعمت و بخشش خدا در دسترس نیکوکاران و به بندگان مطیع نزدیک است (طبرسی، ۱۳۷۲، ۴: ۶۶۲).

امیدواری در تداوم حیات و سلامت روانی و جسمانی انسان اثرگذار است؛ چرا که امیدواری، انرژی روانی انسان را افزایش می‌دهد و باعث می‌شود که بر تلاش برای رسیدن به مقصود افزوده شود. از ویژگی‌های شخصیتی افراد امیدوار، برخوردار بودن از خودباوری و اتخاذ مهارت‌های مقابله‌ای صحیح با دشواری‌ها است. همچنین این نوع بینش که تنها امید انسان به خداوند باشد، سبب تقویت روحیه انسان می‌شود و نقش مؤثری در تصحیح رفتار و عملکرد انسان دارد، خداوند متعال امید به رحمت و پاداش خویش را عاملی مهم در تقویت روحیه رزمندگان در شرایط دشوار جنگ معرفی کرده است (نساء: ۱۰۴).

#### ۵-۴ - پیامدها

خروجی حاصل از نظریه قرآنی در پیشگیری از پدیده خودکشی، دارای آثار و پیامدهایی در وجود انسان است. خویشتن‌داری به عنوان مهمترین خروجی از این الگو است که انسان اراده الهی را حاکم بر زندگی و مشکلات خویش می‌یابد و در مواجهه با آنها افکار و اعمال خود را کنترل می‌نماید. خویشتنداری معادل «خودکنترلی» در حوزه علم روانشناسی است. خودکنترلی مراقبتی درونی است که



براساس آن وظایف محوّل شده انجام و رفتارهای نابهنجار و غیرقانونی ترک می‌شود. در این دیدگاه خودکنترلی فرایندی است که براساس آن، افراد بدون اجبار و تهدید و تطمیع، به وظایف خود تعهد نشان می‌دهند (زارع، ۱۳۸۴، ۴۴). خودکنترلی نوعی مدیریت بر خویشتن است که انسان به واسطه آن، خود را ملزم به انجام یا ترک برخی امور می‌کند. در اصطلاح روان‌شناسی خویشتن‌داری معمولاً برای توانایی کنترل رفتار تکانش از طریق مهار امیال فوری کوتاه مدّت به کار برده می‌شود که مفهوم ضمنی غالب آن فرونشانی یا مهار کردن است (پورافکاری، ۱۳۷۳، ۱۳۶۳). شخصی که بتواند در نظام قرآنی شرایط علیّ و زمینه‌ای را در خود ایجاد کند و راهبردهای آن را اجرا کند، خروجی چنین شخصی فرد خودکنترل خواهد بود که در برابر مسائل و مشکلات، مدارا داشته و هنگام رویارویی با موقعیتی پرتنش افکار خود را کنترل می‌نماید؛ چرا که می‌داند خداوند سرچشمه تمام خیرات است و از پوچ‌گرایی به هدف‌گرایی سوق داده می‌شود. انسان خویشتن‌دار و موحد در نظام قرآنی، بر خداوند توکل می‌کند و با برنامه ریزی جهت رسیدن به اهداف خویش گام برمی‌دارد و در مواجهه با مشکلات صبور است. همچنین یکی از نویدهای قرآن به مؤمنان، جرئت‌ورزی است. قرآن به مؤمنان نویده داده است که اگر به تعهدات ایمان عمل کنید، از صفوف مخالفان بالاتر و برتر خواهید بود (آل عمران: ۱۳۹). یکی از سنت‌های قطعی خداوند متعال این است که اگر انسان به خدا اعتماد داشته باشد و طبق دستورات او عمل کند، هیچ کس نمی‌تواند فرد مؤمن را شکست دهد و خدا نیز این اعتماد را ضایع نخواهد کرد (حاجی ابوالقاسم دولابی و رنجبر، ۱۴۰۲: ۴۵).

### نتیجه‌گیری

خودکشی به عنوان بحران روحی روانی موضوعی پیچیده و بین‌رشته‌ای است که تحت عوامل مختلف عاطفی، جسمی، اقتصادی، فرهنگی و... شکل می‌گیرد. مطابق بررسی‌های آماری در مورد نرخ خودکشی در کشورهای اسلامی در مقایسه با کشورهای جهان، این مطالعه به این نتیجه رسید که نرخ خودکشی در کشورهای اسلامی نسبت به سایر کشورهای جهان پایین‌تر است. قرآن بر تقدّس زندگی تأکید دارد و راهنمایی‌های آموزنده‌ای در مورد ارزش زندگی و ایفای نقش انسانی در این جهان در عین حفظ ثبات، صبر و استقامت در هر شرایطی ارائه می‌دهد.

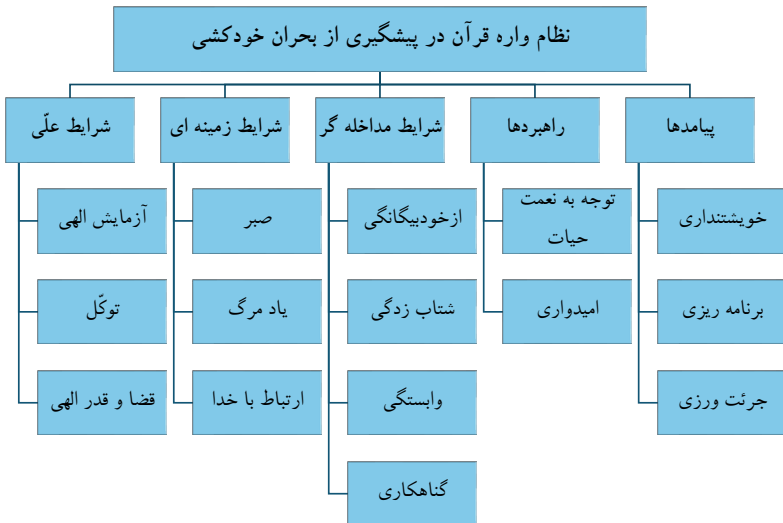
ره‌آورد مطالعه آیات قرآن با استفاده از روش «داده بنیاد»، استخراج ۳۳ کد مفهومی باز و دسته‌بندی کردن آنها به ۱۵ مقوله فرعی و در نهایت طبقه‌بندی



همه مضامین ذیل ۵ مقوله اصلی شرایط علی، شرایط زمینه‌ای، شرایط مداخله‌گر، راهبردها و پیامدها بوده است.

تحلیل کیفی این مقوله‌ها بیانگر آن است که خداوند متعال براساس یک سیستم منظم و منسجم به بیان بینش و عملکرد انسان در طول زندگی و مواجهه‌اش با مسائل و مشکلات پرداخته است تا در این نظام فکری دچار بن بست نگردد. توکل بر خداوند به اقتدار روحی انسان در برابر مشکلات تأثیر زیادی دارد و اعتقاد به اینکه مشکلات نوعی آزمایش الهی است و نیز اعتقاد به قضا و قدر الهی بر امنیت روانی و کاهش خودکشی اثرگذار است؛ زیرا این ایمان و اعتقاد برای ایجاد اطمینان خاطر روانی عمل می‌کند. مسلمان معتقد است که هر خیر یا شری که بر او وارد می‌شود، طبق صلاح دید خداوند متعال رخ می‌دهد.

صبر، یاد مرگ و ارتباط با خدا به عنوان عوامل تقویت‌کننده در باورمندی انسان متوکل بر خداوند است که ایمان فرد را رشد داده و با خویشتن‌داری، برنامه‌ریزی و جرئت‌ورزی توانایی‌های خود را بروز می‌دهد و از وابستگی، شتاب و از خودبیگانگی فاصله می‌گیرد و سازوکار مدیریت مواجهه با مشکلات را در می‌یابد. نتیجه بررسی مضامین قرآنی با استفاده از روش داده بنیاد، استخراج الگو و نظام‌واره برای پیشگیری از خودکشی در مواجهه با مسائل و مصایب در طول زندگی است که در نمودار ذیل ترسیم شده است:





## منابع

۱. قرآن کریم، ترجمه محمد مهدی فولادوند
۲. آذر، ماهیار و همکاران. (۱۳۸۵). خودکشی. تهران: انتشارات ارجمند.
۳. استراوس، آنسلم ال، کریین، جولیت. (۱۳۹۱). مبانی پژوهش کیفی: فنون و مراحل تولید نظریه زمینه‌ای. ترجمه: ابراهیم افشار، تهران: نشر نی.
۴. ایازی، علی نقی. موانع تفکر در فرایند پیشرفت. قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی.
۵. برکوتیز، لئونارد. (۱۳۸۷). روان‌شناسی اجتماعی. ترجمه: محمد حسین فرجاد و عباس محمدی اصل، تهران: انتشارات اساطیر.
۶. یورافکاری، نصرت الله. (۱۳۷۳). فرهنگ جامع روانشناسی-روانشکسی. تهران: فرهنگ معاصر.
۷. جبیر، علی سعدی عبدالزهرة، محمد، سالی سعد. (۲۰۲۱). «ظاهرة الانتحار فى العراق: الأسباب- الإحصائيات». مجله حقوق الإنسان والحريات العامه، ۶(۳)، صص ۵۳-۷۶.
۸. جوادى آملى، عبدالله. (۱۳۸۹). تسنيم. قم: انتشارات اسراء.
۹. چراغی، مونا، مولوی، حسین. (۱۳۸۵). «رابطه بين ابعاد مختلف دين‌داری و سلامت عمومی در دانشجویان دانشگاه اصفهان». مجله پژوهش‌های تربیتی و روانشناختی، ۲(۶)، صص ۱-۲۲.
۱۰. حاجی ابوالقاسم دولابی، محمد، رنجبر، محمدرضا. (۱۴۰۲). مسطورا- دفتر اول: نگاهی نو به زندگی. تهران: انتشارات تلاوت.
۱۱. دانایی‌فرد، حسن، امامی، مجتبی. (۱۳۸۶). «استراتژی‌های پژوهش کیفی، تأملی بر نظریه‌پردازی داده بنیاد»، اندیشه مدیریت، ۱(۲)، صص ۶۹-۹۷.
۱۲. زارع، حمید. (۱۳۸۴). «الگوی از خودکنترلی در فرهنگ اسلامی». حوزه و دانشگاه، ۴۵، صص ۴۴-۵۷.
۱۳. طباطبایی، محمدحسین. (۱۴۱۷). المیزان فی تفسیر القرآن، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
۱۴. طبرسی، فضل بن حسن. (۱۳۷۲). مجمع البیان فی تفسیر القرآن، تهران: ناصر خسرو.
۱۵. طوسی، محمدبن حسن. (بی‌تا). التبیان فی تفسیر القرآن، بیروت: دار احیاء التراث العربی.
۱۶. عترت دوست، محمد و همکاران. (۱۴۰۲). «کارکردهای توکل به خداوند در مواجهه با افراد و قضا و قدر الهی بر مبنای تحلیل محتوای آیات قرآن کریم». فصلنامه قرآن و علوم اجتماعی، ۳(۹)، صص ۱۱۵-۱۳۸.
۱۷. علمی، قربان، شاورانی، مسعود. (۱۳۹۱). «کارکرد باورها و مناسک اسلامی در کاهش بستر خودکشی». فصلنامه فلسفه و کلام اسلامی آینه معرفت، ۱۰(۳۲)، صص ۱۶۳-۱۹۰.
۱۸. فضل الله، محمدحسین. (۱۴۱۹). من وحی القرآن. بیروت: دارالملاک للطباعة و النشر.
۱۹. فلیک، اووه. (۱۳۸۷). درآمدی بر تحقیق کیفی. ترجمه: هادی جلیلی، تهران: نشر نی.
۲۰. قاضی‌نژاد، مریم، اکبرنیا، الهه سادات. (۱۳۹۶). «دین‌داری: مدارای اجتماعی یا فاصله اجتماعی(پیمایشی در میان مسلمان و مسیحیان شهر تهران)». مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران، ۶(۱)، صص ۳۱-۴۰.
۲۱. قرآتی، محسن. (۱۳۸۳ش). تفسیر نور. تهران: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن.
۲۲. کلینی، محمدبن یعقوب. (۱۴۰۷). الکافی. تهران: دارالکتب الإسلامیه.
۲۳. لیثی واسطی، علی بن محمد. (۱۳۸۷). عیون الحکم و المواعظ. تهران: مؤسسه البعثه.
۲۴. مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی. (۱۴۰۳). بحار الأنوار الجامعه لدرر الأخبار الأئمه الأطهار، بیروت: دار احیاء التراث العربی.
۲۵. محققان، زهرا، علمائی، نسیمه. (۱۳۹۴). «سبک زندگی در آموزه‌های رضوی». نشریه بینات، ۲۲(۲ و ۳)، صص ۳۳-۵۶.
۲۶. محمدپور، محمدحسین. (۱۴۰۴). «تحلیل وجودی پیوند میان ایمان و معنای زندگی در قرآن کریم». مشکوه، ۴۱(۱۶۶)، صص ۴-۲۱.

۲۷. محمدی ری شهری، محمد. (۱۳۸۶). میزان الحکمه. تهران: سازمان چاپ و نشر دارالحدیث.
۲۸. ----- و همکاران. (۱۳۹۱). دانشنامه عقاید اسلامی. قم: دارالحدیث.
۲۹. مرویان حسینی، محمود. (۱۳۸۳). نیازهای انسان از منظر آموزه‌های دینی و روان شناسی. مشهد: آستان مقدس رضوی.
۳۰. مکارم شیرازی، ناصر و همکاران. (۱۳۷۴). تفسیر نمونه. تهران: دار الکتب الإسلامية.
۳۱. نیشابوری، مسلم بن حجاج. (بی تا). الجامع الصحیح (صحیح مسلم). تحقیق: محمد فؤاد عبدالباقی، بیروت: دار إحياء التراث العربی.
32. Beautrais, A. L. (2006). Suicide in Asia. *Crisis*, 27, 55-57.
33. Lester, D. (2006). Suicide and Islam. *Archives of Suicide Research*, 10, 77-97.
34. Lester, D. (1996). Patterns of suicide and homicide in the world. Commack, NY: Nova Science.
35. Shah, Ajit & Chandia, Mahmood. (2010). "The relationship between suicide and Islam: a crossnational study". *Injury & Violence*, 2(2), 93-97.
36. Rezaeian, Mohsen (2009). "Islam and Suicide: A Short Personal Communication". *OMEGA*, 58(1). 77-85.
37. World Health Organisation. (2002). World health report on violence and Health. Geneva: WHO.
38. www.worldpopulationreview.com
39. www.wisevoter.com

## Resources:

1. Ayazi, S. A. N. (n.d.). Obstacles to Thought in the Process of Progress. Qom: Pajooheshgah-e Olum va Farhang-e Eslami [Islamic Sciences and Culture Research Institute].
2. Azar, M., & colleagues. (2006). Suicide. Tehran: Arjmand Publications.
3. Beautrais, A. L. (2006). Suicide in Asia. *Crisis*, 27, 55–57.
4. Berkowitz, L. (2008). A Survey of Social psychology. (M. H. Farjad & A. Mohammadi Asl, Trans.). Tehran: Asatir Publications. (Original work published 1975).
5. Cheraghi, M., & Molavi, H. (2006). The Relationship Between Different Dimensions of Religiosity and General Health Among University Students in Isfahan. *Majalle-ye Pazhoohesh-ha-ye Tarbiyati va Ravan-shenakhti*, 2 (6), 1–22.
6. Corbin, J., & Strauss, A. (2012). Basics of Qualitative Research: Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory. (E. Afshar, Trans.). Tehran: Nashr-e Ney. (Original work published 1998).
7. Danaee Fard, H., & Emami, S. M. (2007). Qualitative research strategies: A reflection on grounded theory. *Andishe-ye Modiriyat*, 1 (2), 69–97.
8. Elmi, Q., & Shaverani, M. (2012). The Function of Islamic Beliefs and Rituals in Reducing the Context for suicide. *Fasname-ye Falsafe va Kalam-e Eslami Ayene-ye Ma'refat*, 10 (32), 163–190.
9. Etratdoost, M., & colleagues. (2023). The Functions of Complete Reliance to God (tawakkul) in Facing Individuals and Divine Decree and Destiny (qada' wa qadar) Based on Content Analysis of Qur'anic Verses. *Fasname-ye Qur'an va Olum-e Ejtema'i*, 3 (9), 115–138.
10. Fadlullah, M. H. (1998). *Min wahy al-Qur'an*. Beirut: Dar al-Malak lil-Tiba'ah wa al-Nashr.
11. Flick, U. (2008). *An Introduction to Qualitative Research*. (H. Jalili, Trans.). Tehran: Nashr-e Ney. (Original work published 2006).
12. Ghazi Nezhad, M., & Akbar Nia, E. S. (2017). Religiosity: Social Tolerance or Social Distance? (A Survey Among Muslims and Christians in Tehran). *Motale'at va Tahqiqat-e Ejtema'i dar Iran*, 6 (1), 31–40.
13. Haji Abolqasem Dolabi, M., & Ranjbar, M. R. (2023). *Mastura—Volume One: A New Look at Life*. Tehran: Talavat Publications.
14. The Holy Qur'an, translated by Mohammad Mehdi Fooladvand.
15. Jabir, A. S. A., & Muhammad, S. S. (2021). The phenomenon of suicide in Iraq: Causes and statistics. *Majallat Huquq al-Insan wa al-Hurriyat al-Ammah*, 6 (3), 53–76.
16. Javadi Amoli, A. (2010). *Tasnim*. Qom: Esra' Publications.
17. Kulayni, M. b. Y. (1987). *Al-Kafi*. Tehran: Dar al-Kutub al-Islamiyyah.
18. Leithi al-Wasiti, A. b. M. (2008). *'Uyun al-hikam wa al-mawa'iz*. Tehran: Mo'asseseh al-Ba'thah.
19. Lester, D. (1996). Patterns of suicide and homicide in the world. *Nova Science Publishers*.
20. Lester, D. (2006). Suicide and Islam. *Archives of Suicide Research*, 10 (1), 77–97.
21. Mahqigian, Z., & Alama'i, N. (2015). Lifestyle in the Teachings of Imam Reza. *Nashriye-ye Bayyenat*, 22 (2 & 3), 33–56.
22. Majlisi, M. B. (1983). *Bihar al-anwar al-jami'ah li-durar akhbar al-a'immah al-athar* (Vols. 1-110). Beirut: Dar Ihya' al-Turath al-Arabi.
23. Makarem Shirazi, N., & colleagues. (1995). *Tafsir-e Nemounch*. Tehran: Dar al-Kutub al-Islamiyyah.
24. Marvian Hosseini, M. (2004). Human Needs from The Perspective of Religious

- Teachings and Psychology. Mashhad: Astan-e Qods-e Razavi.
25. Mohammadpour, M. H. (2025). An Existential Analysis of The Link Between Faith and The Meaning of Life in the Holy Qur'an. *Mishkat*, 41 (166), 4–21.
26. Mohammadi Rey Shahri, M. (2007). *Mizan al-hikmah*. Tehran: Sazman-e Chap va Nashr-e Dar al-Hadith.
27. Mohammadi Rey Shahri, M., & colleagues. (2012). *Encyclopedia of Islamic Beliefs*. Qom: Dar al-Hadith.
28. Nishapuri, M. b. H. (n.d.). *Al-Jami' al-sahih (Sahih Muslim)* (M. F. Abd al-Baqi, Ed.). Beirut: Dar Ihya' al-Turath al-Arabi.
29. Poorafkari, N. (1994). *Comprehensive Dictionary of Psychology-Psychiatry*. Tehran: Farhang-e Mo'aser.
30. Qara'ati, M. (2004). *Tafsir-e Nur*. Tehran: Markaz-e Farhangi-ye Dars-ha-yi az Qur'an.
31. Rezaeian, M. (2009). Islam and suicide: A short personal communication. *OMEGA—Journal of Death and Dying*, \*58\*(1), 77–85.
32. Shah, A., & Chandia, M. (2010). The relationship between suicide and Islam: A cross-national study. *Journal of Injury and Violence Research*, 2(2), 93–97.
33. Tabarsi, F. b. H. (1993). *Majma' al-bayan fi tafsir al-Qur'an*. Tehran: Nasir Khosrow.
34. Tabatabai, M. H. (1996). *Al-Mizan fi tafsir al-Qur'an*. Qom: Jame'e-ye Modarresin-e Howzeh-e Elmiyyeh.
35. Tusi, M. b. H. (n.d.). *Al-Tibyan fi tafsir al-Qur'an*. Beirut: Dar Ihya' al-Turath al-Arabi.
36. Wisevoter. (n.d.). Suicide rate by country. Retrieved 2025, from <https://wisevoter.com>
37. World Health Organization. (2002). *World report on violence and health*. Geneva: WHO.
38. World Population Review. (n.d.). Suicide rate by country 2024. Retrieved 2026, from <https://worldpopulationreview.com>
39. Zare, H. (2005). A Model of Self-control in Islamic Culture. *Howzeh va Daneshgah*, 45, 44–57.