



زهرا محققیان*

چکیده

در هزارهٔ تکنولوژی و هیاهوی صنعت، یکی از مشخصه‌های بارز در رفتار عموم مردم مخصوصاً جوانان، ضعف امید و امیدواری به حیات و فردای روشن است. از دیگر سو محصول آفرینش بشر، رهبری او بسوی کمال است (طه، ۵۰/۲۰). از نظر جهان بینی توحیدی، امید تحفه ای الهی و قدرتی تکامل بخش است و سیمای پسندیده آن در قرآن، در ارتباط با الله است. و از آن جا که تکامل انسان در قرآن، بسوی خلیفه الله (البقرة، ۳۰/۲) و مظهر تجلی اسماء الهی است، از این رو امید نیز، در راستای تجلی صفات الهی نهادینه شده در وجود بشر می باشد و می تواند به عنوان موتور و نیروی محرکه حرکت تکاملی نقش بسزایی را ایفا می کند. این مقال درصدد آن است تا بیان نماید نظریه امید تا چه حد مبتنی بر کمال انسان و تکامل او در راستای هدف خلقت است. و از این رهگذر به بررسی فواید امید در زندگی فردی و اجتماعی آدمی پرداخته است و در پایان بدین نکته راه یافته که طبق

* مدرس دانشگاه آزاد اسلامی و کارشناس ارشد رشته الهیات دانشگاه اصفهان.

بیش قرآن (یونس، ۹/۱۰) هرچه امید انسان - رجا - به الله بیشتر و عمیق تر باشد، تکامل او محقق تر و تحقق خواسته های متعالی اش - رشدش - حتمی تر خواهد بود .
کلیدواژه: امید، کمال، آرامش فردی، امنیت اجتماعی .

مقدمه

هر انسانی که بر این جهان پهناور چشم می گشاید، تحت هر شرایط فردی و اجتماعی که قرار گیرد، به حکم فطرت و به مقتضای عقل، کمال خود را خواهان است و همواره می کوشد تا نقص را از خود دور ساخته و در هر موردی به کمال آن برسد که این، هرچند شرط لازمی برای تلاش و حرکت است ولی به تنهایی کافی نیست، بلکه نیازمند امر دیگری است و آن چیزی جز امید رسیدن به کمال نیست. در حقیقت هنگامی که این گمان در انسان پدید آید که می تواند با تلاش از نقص بگریزد و به کمال دست یابد، حرکت تکاملی خویش را آغاز می کند. این انگیزه رسیدن به کمال و رهایی از نقص، همان امید است که گاه در شکل آرزو و گاه به صورت آرمان خودنمایی می کند.

به طور کلی امید، سرمایه اصلی حیات آدمی است. آن کس که آرامش و امید به آینده دارد، احساس می کند همه چیز دارد و آن که از آرامش روان و امید به آینده، بهره ای ندارد با نامنی روانی، دغدغه خاطر و وسوسه های فزون خواهانه در اوج قدرت مادی نیز، هیچ ندارد! در میان روان شناسان - مخصوصا روان شناسان مثبت نگر - نیز، اعتقاد بر آن است که سازه هایی همچون امید، می تواند از افراد در برابر رویدادهای استرس زای زندگی حمایت کند. به همین دلیل در یکی دو دهه اخیر، روان شناسان بطور جدی به بررسی نقش امید در درمان انواع بیماری ها پرداخته اند. لوپز و همکارانش - ۲۰۰۷ - می نویسند که قدرت امید به عنوان یک نیروی انگیزشی در تمام دوران معاصر مورد بحث بوده است و در قرن گذشته، صاحب نظران پزشکی و روانشناسی آن را بررسی کرده اند. بیش از ۴۰ سال پیش، اثر جروم فرانک - ۱۹۷۵ - ۱۹۶۸ -، امید را فرایندی مفهوم سازی کرد که در تمام رویکردهای روان درمانی مشترک است. ^۱ کارل منینجر - ۱۹۵۹ - نیز، در یک سخنرانی آکادمیک در محفل روان شناسان آمریکا، همکارانش را تشویق کرد که قدرت امید به خود و قدرت امید به

بیمارانشان را در فهم و درمان بیماری روانی به رسمیت بشناسند. او می نویسد: آیا اکنون وظیفه ما نیست که به عنوان دانشمند، نه درباره یک موشک جدید یا بمب جدید یا گاز جدید، بلکه درباره این حقیقت کهن اما نویافته، یعنی: اعتبار امید در رشد و تکامل آدمی یعنی: امید همراه با عشق و ایمان، حرف بزنیم؟^۲ با توجه به تمامی موارد فوق، تنها از دهه ۱۹۹۰ به بعد، درباره امید به عنوان یک عامل درمانی مشترک در همه درمان ها، خواه پزشکی و خواه روان شناسی، به روشنی حرف زده شده است.^۳ بطور کلی تحقیقات مختلف روانشناسان نشان داده که امید با عاطفه مثبت.^۴ و احساس خود ارزشمندی همبستگی مثبت دارد. همچنین امید با شایستگی بیشتر در بسیاری از حیطه های زندگی مثل تحصیل،^۵ افکار مثبت و انعطاف پذیرتر^۶ و ارزیابی مثبت تر از رویدادهای استرس آمیز زندگی رابطه دارد. طبق تحقیقات روانشناسان دانشجویان دارای امید بالا، بیشتر احتمال دارد که باور کنند به نمره نهایی مورد نظر خواهند رسید. در واقع دانشجویان امیدوارتر به توانایی تحصیلی خود، اعتماد بیشتری دارند.^۷ محققان همچنین، نشان داده اند که افراد امیدوار، در حل مسائل و مشکلات زندگی خود، خلاق و مؤثراند و ادراک های مثبتی از شایستگی خودشان در حل مسائل در حیطه های مختلف دارند. همچنین اسنایدر و همکارانش-۲۰۰۰- نشان دادند که امید، وسیله ای برای پیش گیری-اولیه و ثانویه- از مشکلات زندگی است. نمرات امید بالا، با تعاملات اجتماعی مثبت، عزت نفس، خوش بینی و پیشرفت تحصیلی رابطه دارد.^۸ امید با رضایت کلی از زندگی نیز، همبستگی دارد.^۹ همچنین سطوح بالای امید، می تواند کاهش آسیب های روانی را پیش بینی کند. در برخی از تحقیقات نیز، نشان داده شده که میان امید و پیامدهای بهتر روان درمانی، رابطه وجود دارد. بنابراین مثبت اندیشی و داشتن نگرشی امیدوارانه به زندگی، یکی از مؤثرترین روش های درمان بیماری های روانی به شمار می آید. و عامل مهمی در پیش بینی سازگار روان شناختی است.^{۱۰} به همین دلیل، یکی از موضوعات اساسی و مهم در زندگی انسان و قرار دادن او در مسیر تکامل است و یادآوری آن به افراد، مخصوصاً جوانان بسیار ضرورت دارد. افراد به دلیل شرایط خاص زندگی ممکن است نسبت به رفع مشکلات، عاجز و درمانده شوند. در این صورت با توجه به مسأله امید و امیدواری در زندگی فردی و اجتماعی، می توان بسیاری از

مشکلات را رفع نموده و زندگی سخت و نابسامان را تبدیل به زندگی خوش و قابل تحمل نمود، چرا که رسیدن به آرامش حقیقی و کمال واقعی، امید هر انسانی است.

اما از سویی دیگر، از آن جا که بشر به حقیقت وجود خویش و اسرار درونش شناخت کامل ندارد و تمامی عوامل دردها و رنج‌های مهلک روانی و طرق پیش‌گیری از آن‌ها را نمی‌داند، از این رو ناگزیر است برای شناخت حقایق مربوط به وجود خود و نیز آفات و امراض نفسانی و روش درمان و یا پیش‌گیری از آن‌ها، از تمسک به دین بهره‌گیرد. زیرا احساس نیاز به دین، دارای ریشه‌ای ژرف و عمیق در وجود انسان است. و خط سیری را تعقیب نماید که بینش الهی آن را مشخص ساخته است. بینشی عمیق، فراگیر، روشن و عاری از هرگونه ابهام که تمامی زوایا و ابعاد متشابه و بهم بافته شخصیت انسان را روشن‌گر است و هیچ نقطه‌ای از نقاط گوناگون روان انسان و جان و جهان از برابر نگاه او مخفی نیست (سبا، ۳/۳۴). اوست که می‌تواند، داروها و روش‌های درمان و پیش‌گیری‌های مربوط به آفات و بیماری‌ها را. که از وجود روح ناامیدی در آدمی سرچشمه می‌گیرند. ارائه نماید و انسان متفکر می‌تواند با رهنمود و الهام از برنامه‌های خدای آگاه، آن امیدسازی و امیدپوری را معماری کند که از صلاح و سعادت بشریت سر برآورده و نیک بختی واقعی را در جامعه انسانی بارور سازد.

امید در قرآن کریم

مسئله امید و امیدواری به آینده در قرآن کریم، به دفعات متعدد و به شیوه‌های مختلف بیان گردیده و قرآن، این نسخه شفابخش الهی که بنا به تصریح خود، کتاب هدایت و راهنمای سلوک انسانیت و مربی نفوس و شفای امراض قلبیه است (یونس، ۵۷/۱۰) بارها انسان را به امید و امیدواری ترغیب و تشویق نموده است به گونه‌ای که با توجه به آیات امید آفرین قرآن، این کتاب مقدس را، با توجه به نام‌های مبارکی که بر آن نهاده‌اند، کتاب امید نیز می‌توان نامید.

تفکر در قصه‌های قرآن، ما را به این حقیقت رهنمون می‌سازد که یکی از اهداف بیان این قصه‌ها، ایجاد روحیه امید در دل اهل ایمان بوده است و خداوند سبحان، از طریق

بیان زندگی انسان‌های کامل و سالم، که مظهر کامل و تام آسمای نیکوی الهی می‌باشند، به پرورش روحیهٔ امید و تقویت آن در سایر افراد بشر می‌پردازد. یوسف (ع)، این بندهٔ صالح خدا و این گم‌گشتهٔ عزیز یعقوب (ع) که به انواع گرفتاری‌ها مبتلا شد تا گوهر وجودش نمایانده شود، پس از سال‌ها رنج و صبر در راه خداوند، سرانجام به آغوش پدر باز می‌گردد (یوسف، ۱۲/۱۰۰). آتشی که نمرودیان بر ابراهیم (ع) برافروخته بودند، با صبر و شکیبایی ابراهیم (ع) و با توکل و توجه به خداوند، به گلستانی از لطف و رحمت حق تبدیل می‌شود (الانبیاء، ۲۱/۶۹). در ماجرای ایوب (ع) - که سخت‌ترین تلخی‌ها را برای مدتی طولانی چشید تا استعدادهای نهفته‌اش شکوفا گردد و به تکامل و جودی خویش رسد - پس از تحمل کردن تمامی رنج‌ها، سلامتی و ثروت به ارمغان می‌آورد و دیگر نعمت‌های از کف رفته را یکباره باز می‌یابد (ص، ۳۸/۴۳). البته امید بخشی قرآن کریم تنها در دایرهٔ دنیا محدود نمی‌شود؛ بلکه آخرت آدمی را نیز فرا می‌گیرد. بشارت به بهشت، امیدی است که قرآن کریم برای زندگی جاودان آخرت مطرح می‌سازد و با بیان جزئیات آن، شوق مؤمنان را برای رسیدن به آن بیشتر می‌کند (التوبه، ۹/۲۲ و ۲۱). اگر از دوزخ هم سخن به میان آمده، برای آن است که انسان‌ها برای رسیدن به بهشت تلاش کنند و زاد و توشهٔ لازم را برای سفر آخرت فراهم آورند. قرآن کریم برای آن که تیرگی یأس و ناامیدی را از دل مؤمنان بزدايد در آیهٔ ۸۷ سورهٔ یوسف از زبان پیامبر بزرگی چون یعقوب (ع) می‌فرماید: «از رحمت خدا ناامید نشوید؛ زیرا جز کافران کسی از رحمت خدا ناامید نیست» (یوسف، ۱۲/۸۷). بنابراین لطف و رحمت بی‌انتهای حق، جایی برای یأس و ناامیدی باقی نمی‌گذارد و گرفتارترین انسان‌ها را هم به صبر و بردباری و امیدواری به آینده فرا می‌خواند.

اما مفهوم امید - در لایه مثبت و منفی - در قرآن کریم، از راه کلید واژه‌هایی همچون: رجا، طمع، أمل و تمنی - از ریشه منی - قابل پی‌گیری است، که در ادامه به توضیح مختصری از هر یک کلید واژگان فوق اکتفا شده است:

رجا: انتظار امری محبوب و پسندیده است که اکثر اسباب و موجبات آن امر محبوب نیز، محقق باشد. طمع: تمایل نفس از روی حرص، آرزوی شدید و آزمندی، به چیزی که خارج از دسترس انسان باشد. أمل: آرزویی که انتظاری طولانی در آن وجود دارد، یعنی

امکان حصول و دستیابی به آن، دور و بعید است. تمنی: میل به حصول امری همراه با تقدیر و اندازه گیری آن. ۱۱

از میان واژگان فوق، تنها در واژه «رجاء» است که فرد امیدوار در راه رسیدن به امیدش، کار و تلاش می کند و موجبات رسیدن به امر محبوب را فراهم می آورد، در صورتی که در سه واژه دیگر، فرد امیدوار تنها امید رسیدن به امر محبوب را دارد، بدون اینکه خود را برای حصول بدان، آماده و مهیا گرداند. ۱۲

با بررسی آیات مشتمل بر واژگان امید، می توان بدین نکته دست یافت که گرچه امید، ماهیتی مثبت و پسندیده دارد؛ اما از آن جا که عوامل پدیدآورنده آن - متعلقات - و موانع به هم زنده آن، ممکن است ماهیتی حقیقی و یا کاذب داشته باشند می توان به تنوع و تقسیم آن به صورت زیر پرداخت:

۱. امید مطلوب، صادق و حقیقی: این نوع، مربوط به اموری است که در جهت رضای الهی و در راستای تکامل انسان و هماهنگی با واقعیت وجودی اوست و به دو گونه در قرآن مطرح گردیده: امید به آخرت و برخورداری از رحمت الهی: عموم مؤمنان، به آخرت و رحمت الهی امید دارند - امید عمومی - . و امید به لقای خدا: مؤمنان خاص و انسان های کامل، امیدشان به لقای الهی است - امید آرمانی - . این نوع در قالب واژگانی همچون رجا - ممدوح و پسندیده -، طمع - مثبت و پسندیده - بیان شده است .

۲. امید نامطلوب، کاذب و مجازی: این نوع مربوط به اموری است که رضای الهی در آن لحاظ نمی گردد و به واسطه وسوسه های نفس یا القانات شیطان «وَلَا مَنِيَّتَهُمْ» (النساء، ۴/ ۱۱۹) سبب سقوط آدمی در مراتب جهل و نقص می گردد. این نوع در قالب واژگان رجا - مذموم و ناپسند -، طمع - منفی و ناپسند -، أمل، تمنی بیان گردیده است .

در ادامه سعی نوشتار بر این است تا در پرتو شرح و تفصیل سیمای الگوی پسندیده امید در قرآن - امید قرآنی - و بیان آثار و نتایج این گونه امید در زندگانی فردی و اجتماعی آدمی، به تأثیر آن در تکامل انسان و قرار دادن او در مسیر کمال بپردازد .

۳. تبیین سیمای الگوی پسندیده امید در قرآن - امید صادق و حقیقی یا امید قرآنی - : همان گونه که در قبل نیز اشاره رفت، امید همواره عامل حرکت تکاملی انسان است اما در

مواردی به دلیل اشتباه در تطبیق یا خطا در مصداق تکامل، موجبات نقص و سقوط آدمی را فراهم آورده و سبب هبوط او از مسیر تکامل می‌گردد، چنانچه امید رشد و تکامل و جاودانگی نعمت بهشت موجب شد آدم به دامن فریب شیطان بیفتند (البقرة، ۲/۳۸-۳۵). به طور کلی چیزهای مختلفی می‌تواند موضوع امید انسان قرار گیرد: اشخاص، امتیازاتی که برای انسان مطرح است، وقایع طبیعی و بسیار چیزهای دیگر می‌توانند موضوع امید باشند. امید بستن به کسی یا کسانی، امید بستن به چیزی یا چیزهایی همگی مصادیقی از امید هستند. با این همه سؤال این است که کدام یک از آن‌ها صادق و حقیقی و کدام کاذب و غیر واقعی‌اند؟ به دیگر بیان کدام یک سبب حرکت آدمی در مسیر کمال و کدام یک به سقوط او در مراتب جهل و نقص منتهی می‌گردد؟ زیرا آنچه میزان رشد و کمال و محدوده فعالیت هر یک از قوای انسان را تعیین می‌کند، توجه به کمال نهایی انسان و مقتضیات آن است، یعنی: نگرش مثبت و امیدوارانه تا آن جا که مناسبت با کمال نهایی انسان داشته و مقدمه‌ای لازم برای حصول آن باشد، مطلوب است، در غیر این صورت، به جهت تعارض با کمال نهایی، نامطلوب خواهد بود. از دیگر سو، مطالعه در آیات قرآنی این حقیقت را به وضوح روشن می‌کند که از دیدگاه اسلام کمال نهایی انسان تعلق به دنیا و طبیعت نداشته، متعلق به جهان ابدی است، یعنی: گرچه کمال امری است که باید در این عالم کسب شود، ولی ظهور این کمال به صورت مقصد نهایی، حیات انسان در عالم آخرت است و دنیا با تمام وسعت و گستردگی خود، ظرفیت ظهور کمال نهایی انسان را ندارد. از این رو، جهان دیگری در پی این جهان هست که از محدودیت‌های این عالم منزّه و از حجاب‌های فراوان موجود در آن مبرا است و ظرفیت ظهور کمال نهایی انسان را داراست. از این رو تمام مساعی تربیتی آدمی جهت ایجاد امید، باید در جهت کسب شایستگی برای رسیدن به حضور خدا باشد و این کمال جز در سایه پرستش او حاصل نمی‌شود و تشخیص آن از امید کاذب نیز، انسان شناس ماهری را می‌طلبد تا این دو را از یکدیگر تمییز دهد و همان‌گونه که تشخیص تشنگی صادق از عطش کاذب به عهده پزشک متخصص است، مشخص و ممیز امیدهای صادق از امیدهای کاذب نیز، دین الهی است. دینی که جداکننده آرزوهای کاذب از صادق است و راه تحصیل امید صادق را به انسان می‌آموزد.^{۱۳} از طرف دیگر، به همین دلیل با

استفاده از آیات قرآن و کلمات معصومین^(ع) شاخصه‌هایی برای شناختن امید حقیقی از امید کاذب استنباط می‌شود که به طور مختصر می‌توان به موارد زیر اشاره نمود: حقیقت جویی و نیت صادقانه، همراهی با عمل صالح، همراه بودن با خوف و رعایت اعتدال در آرزوها. که در ادامه بنا به فراخور بحث به تبیین هریک از این شاخصه‌ها پرداخته شده است. از سویی دیگر، داشتن امیدی صادق و حقیقی در زندگانی، هم در اعتقادات و هم در رفتار آدمی مؤثر است و تنها آن امیدواری و امیدپرووری که از خداوند و معارف الهی سرچشمه می‌گیرد، آدمی را بسوی کمال حقیقی و واقعی سوق می‌دهد. بنابراین آنچه در این نوشتار مهم است، توجه به آثار این نوع امید در هر دو محور اعتقادی و رفتاری است که نتایج آن هم در حوزه فردی و هم در حوزه اجتماعی زندگانی آدمی قابل مشاهده است و به نظر می‌رسد تقویت امید در هر دو بعد، لازم و ضروری است چراکه با پرورش افراد سالم و امیدوار، می‌توان به برقراری آرامش و امنیت در جامعه بیشتر امیدوار بود. از لحاظ اجتماعی نیز، دادن امید به افراد نقش مؤثری در تقویت روحیه و محکم شدن اعتقادات انسان دارد که با انتشار موجی مثبت در میان انسان‌ها، قابلیت تحمل سختی‌ها و وکاستی‌های اجتماعی را بالا می‌برد و بر همین اساس است که دانشمندان اسلامی به امید، نگاهی قدسی افکنده و آن را پدیده‌ای الهی شمرده‌اند که از سوی فرشتگان بر دل‌های مؤمنان فرود می‌آید و زمینه ساز تکامل و تقویت ایمان ایشان است همان‌گونه که نگرانی و ناامیدی از جانب شیطان بر دل‌های آلوده به گناه چنگ انداخته و زمینه ساز فسق و کفر و سقوط آدمی در مراتب جهل و ناامیدی است (یوسف، ۸۷/۱۲).

در ادامه به گوشه‌ای از آثار و فواید امید قرآنی در زندگانی فردی و اجتماعی آدمی اشاره می‌گردد، چراکه از نظر قرآن انسانی به معنای واقعی تکامل یافته است، که هم در محور اعتقادات و هم در محور رفتارهای خویش، رشد یافته باشد و از آن جا که رهایی از تشویش و نگرانی که امری همیشگی بوده و هست، تنها به کمک اعتقادات دینی امکان پذیر می‌باشد، از این رو این مقال به مهم‌ترین اصول اعتقادی اسلام یعنی ایمان و عقیده به توحید، نبوت و معاد - طبق آموزه‌های قرآن - پرداخته است چرا که این سه اصل پایه و اساس دریافت اسلام را تشکیل می‌دهند. به همین دلیل توجه به این اصول، از آن رو حائز

اهمیت است که چون انسان سالم و کامل، دارای شخصیتی می باشد که به طور طبیعی در زندگی فردی و اجتماعی خود را نشان می دهد، به همین دلیل اگر از نظر شخصیتی و اعتقادی نسبت به آینده امیدوار نباشد، به طور طبیعی، رفتاری بیرون از عرف طبیعت انسانی از خود بروز می دهد که در جهت دادن جامعه به سمت ناامیدی و افسردگی بی تأثیر نخواهد بود. در حقیقت اعتقاد به این اصول، ضمن ایجاد آرامش در درون آدمی، نقش اساسی و تعیین کننده ای در جهت دادن به رفتار انسان در کلیه زمینه های زندگی ایفا می کند. به دیگر سخن اگر ایمان به توحید و رستاخیز و روز حساب، از خصوصیات حاکم بر شخصیت زندگی انسان شوند، در دیگر خصوصیات شخصیتی او مؤثر هستند و آن ها را راهنمایی می کنند از این رو با پرورش افراد سالم و امیدوار، می توان به برقراری آرامش و امنیت در جامعه نیز بیشتر امیدوار بود.

در ادامه تأثیر این اعتقادات در ایجاد و تقویت امید در آدمی به طور جداگانه، همچنین با رعایت اختصار بیان گردیده است.

۱. آثار امید قرآنی در محور اعتقادات آدمی: از منظر قرآن کریم، معرفت به حق، اعتقاد به نبوت و اصل معاد و نیز معرفت امام و اعتقاد به اصل امامت، خود می تواند به ایجاد امید و تحکیم آن در آدمی کمک نماید و خانه امیدی را پایه ریزی کند که تحت هیچ شرایطی، طوفان ها و بادهای حوادث ناگوار زندگی، نتوانند آن را از پای در آورند. همچنین اعتقاد به این سه اصل، به نوعی تجلی اعلای امیدواری آدمی است، چراکه امید، سبب تقویت هر یک از این اصول در درون آدمی می شود و همین امیدواری و امیدپروری حقیقی است که آدمی را به سوی کمال واقعی سوق می دهد.

الف: اعتقاد به توحید: اعتقاد به توحید و یگانه بودن خداوند به عنوان کاملترین موجود در دایره هستی که همه کمالات را به صورت بی نهایت، واجد است، موجب می شود به جای آن که انسان پیوسته به عوامل متعدد مؤثر در زندگی خویش بیندیشد و از آن ها بیم به دل راه دهد، و یا به آن ها امید ببندد، به مرجع و ملجائی واحد چشم بدوزد. کمترین تأثیر چنین نگرشی، انسجام و تعادل بین شناخت ها، عواطف و اعمال در بسیاری از بخش های

زندگی است. به دیگر بیان توحید و یگانه پرستی است که عناصر نفس و روان آدمی را همبستگی بخشیده و روند قوای فکری او را برای دریافت و شناخت به طرف یک منبع، متحد و هماهنگ می سازد و از این رهگذر، یک اثر ترکیبی سازنده در شخصیت انسان بارور می گرداند. به عکس تعدد آلهه و شرک و یا به عبارت دیگر تعدد منابع ترس و نفع و ضرر که منجر به تشتت و از هم پاشیدگی روان انسانی و تفرق و تقسیم قدرت آگاهی او به جهات متعدد می شود و سرانجام به از هم گسیختگی پیوندهای شخصیت آدمی و ایجاد اختلالات روانی در او - از جمله ناامیدی و افسردگی - منتهی می گردد.

از سویی دیگر اعتقاد به توحید افعالی - اصل قضا و قدر و تصادفی نبودن رویدادها - نیز، یکی از عوامل مؤثر جهت افزایش امید در نهاد آدمی در پرتو اعتقاد به وجود خالق یکتاست، چرا که از منظر قرآن امور جهان تصادفی نیست، بلکه تحت نظارت خداوند انجام می گیرد (الانعام، ۵۹/۶) و خداوند براساس حکمت و مصلحت کارها را سامان داده و خیر و خوبی انسان ها را می خواهد (آل عمران، ۱۴۰/۳) و مشکلات نیز جهت امتحان و رشد آدمی است (محمد، ۳۱/۴۷).

ایمان به خداوند و اعتقاد به وجود خالق یکتا، نه تنها ناراحتی و تشویش را از قلب آدمی می زداید، بلکه می تواند از هجوم هیجان و اضطراب به دل نیز، جلوگیری نماید. قرآن از نقش پیش گیری ایمان چنین یاد می کند: «وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ» (آل عمران، ۱۳۹/۳). آیات قرآن، خودگویای رابطه ایمان با امنیت و پیوند امید و آرزو با آرامش درونی و روانی است (الرعد، ۲۸/۱۳). بنابراین از مجرای توحید است که انسان مسأله پناه بردن به خداوند را درک می نماید و بدین ترتیب به یک انسان مطلوب و متعادل تبدیل می گردد. چنین انسانی همواره به یاد خدا بوده و قلبش کاملاً آرام است.

ب: اعتقاد به نبوت و امامت: یکی دیگر از مهم ترین اصول اعتقادی که نقش بسیار مؤثری در بهبود رفتار آدمی و ایجاد و افزایش روحیه امید و امیدواری در زندگی فردی او دارد، موضوع نبوت و اعتقاد به حقانیت انبیای الهی است. چرا که بشر برای داشتن زندگی سالم در این دنیا، به فرستادگانی از جانب خالق یکتا - انبیا - نیازمند است و امید به حیات اخروی نیز از همین رهگذر میسر است. انبیا و ادیان الهی می توانند نویدبخش امید به

آینده در سایه ایمان، پرهیزکاری، تزکیه روح و جسم و عمل صالح باشند. و تنها ایشان اند که می‌توانند به مؤمنان نوید آینده‌ای روشن در پرتو ایمان به خداوند، بدهند. از سویی دیگر آدمی باید برای دست‌یابی به مطلوب خود و قرار گرفتن در مسیر رشد و ترقی، به دنبال الگو و نمونه‌ای باشد تا بدین وسیله امید به آینده، امیدی واقعی و سرشار از حقیقت جلوه کند و بتواند هدف و مطلوب را به بهترین وجه نمایان سازد. به همین دلیل یکی از اموری که جهت تکامل آدمی و ایجاد امید در زندگانی فردی و اجتماعی، بر اساس آموزه‌های دینی و علمی، می‌بایست مورد توجه قرار گیرد، الگوگیری و توجه به زندگی و راه و روش رفتاری بزرگان دین، انبیا و اولیای الهی، ائمه معصومین (ع) و شخصیت‌های کاملی است که منبع امید، انرژی و حیات بوده‌اند؛ زیرا انبیا و اولیای الهی به دلیل آگاهی و ارتباط با منبع عظیم معنویت و سرچشمه وحی، به عنوان نمایندگان از جانب خداوند، نقش بهترین الگو (الاحزاب، ۲۱/۳۳) را برای انسان ایفا می‌کنند، به همین دلیل می‌توانند از طریق گفتار و نیز اعمال و رفتارهای خویش، اعتماد مردم را فراهم و امید را در زندگی آنان، الگوسازی نمایند. بعد از انبیا نیز، آدمی به الگوگیری از امامان و ائمه معصوم (ع) - گرچه پیامبر نیستند، اما حضوری پیامبر گونه دارند - سفارش شده که این الگوگیری از امام علی (ع) آغاز و به وجود مبارک خاتم الاوصیاء حجة بن الحسن (عج) ادامه می‌یابد. در عصر حاضر نیز، شناخت وجود مبارک امام زمان (عج) و آشنایی با سیره و رفتار او، بی‌تردید معبر و گذر از جاهلیت بسوی حیاتی معقول و باوری امید بخش است. بی‌گمان ترسیم چنان آینده‌ای روشن، تلاش مؤمنان را در وصول به آن افزون می‌کند و هیچ‌گاه نخواهد گذاشت بارقه امید در دل‌های شیعیان خاموش گردد.

بنابراین اعتقاد به نبوت و امامت، سهمی اساسی در ایجاد روح امید در آدمی دارد، ضمن این که انتظار فرج، خود تجلی اعلای امید در نهاد آدمی است.

ج: اعتقاد به معاد: ایمان به معاد، ریشه یأس‌ها و ناامیدی‌ها را که آفت جان انسان‌هاست، می‌سوزاند و انسان را امیدوار می‌سازد که هیچ‌یک از اعمال نیک او از صفحه هستی پاک نمی‌شود و مصائب و ناکامی‌هایش در این دنیا، هیچ‌کدام بی‌پاسخ نخواهند ماند. شخص معتقد به معاد، عقیده دارد که زندگی به این جهان ماده خلاصه

نمی‌گردد، بلکه انسان پس از مرگ، زندگی دیگری در پیش دارد و در آنجا به بسیاری از خواسته‌ها و آرزوهای مناسب خود نائل می‌شود. از نظر قرآن نیز، حیات باقیه و زندگانی جاوید و سعادت ابدی در آخرت است (غافر، ۳۹/۴۰) در آنجا آسایش، آرامش و امنیت مطلق وجود دارد (انعام، ۱۲۷/۶) و هیچ‌گونه کمبودی احساس نمی‌گردد و احساس محرومیتی هم اگر انسان در این دنیا احساس می‌کند، با یادآوری نعمت‌های عالم آخرت برطرف می‌گردد، چراکه شخص مؤمن، امیدوار است که در آن جهان از نعمت‌های الهی برخوردار گردد.

از طرف دیگر آدمی همواره در زندگی با مشکلات، مصیبت‌ها و گرفتاری‌هایی مواجه است که رهایی از آن‌ها ممکن نیست و در بعضی موارد نیز، قدرتی برای مبارزه با آن‌ها ندارد و اگر برای مشکلات فوق‌راه حل مناسبی نیابد، در زندگی دچار سرخوردگی و ناامیدی می‌گردد که گاه دست به خودکشی می‌زند. اما اعتقاد به معاد و امید به فرارسیدن آن، یک تعادل مطلوب و آرام‌بخش که شایسته مقام انسانی است، در درون آدمی به وجود می‌آورد.

بنابراین اعتقاد به معاد و جهان پس از مرگ تأثیری بس شگرف در تحکیم روح امید در نهاد انسان دارد، به گونه‌ای که خداوند در قرآن، یاد مرگ و تمنای آن را، یکی از ویژگی‌های مؤمنان واقعی و کسانی که دارای ایمانی راستین و ثابت‌اند، معرفی می‌کند چرا که اینان، از مرگ نه تنها نمی‌ترسند، بلکه به واسطه وجود روح امید در درون شان، آن را بهترین وسیله برای حصول به آرزوهای خود می‌دانند و پیوسته آن را از خداوند، تقاضا می‌کنند. (البقرة، ۹۴-۹۶) و بدین وسیله نه تنها از فشارهایی که در طریق انجام مسئولیت‌ها بر ایشان وارد می‌آید رنجی نمی‌برند، بلکه از آن استقبال می‌کنند و با منطق شهادت که به اعتقاد شهید مطهری، سوختن و حل شدن در اجتماع برای احیای جامعه است مرگ را در آغوش می‌کشند، و خود را برای بهره‌مندی از نعم بیکران الهی در سرای باقی آماده و مهیا می‌گردانند؛ چرا که «وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْوَاتًا بَلْ أحيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ» (آل عمران، ۱۶۹/۳). از این رو نیل به شهادت، تجلی‌اعلای امید در روح و روان آدمی است.

به راستی چه اعتقادی مانند این خواهد توانست در یورش سختی‌ها و دگرگونی‌های روزگار به انسان ثبات قدم بخشد و همچون لنگری مطمئن، کشتی طوفان‌زده روح انسان را در حوادث و بلا یا از تلاطم باز دارد؟ بنابراین اعتقاد به معاد و جهان پس از مرگ، هم امیدساز

است و هم امید پرور .

۲ . جایگاه امید قرآنی در محور رفتار آدمی : به طور کلی رفتار آدمی در دو حوزه فردی و اجتماعی قابل بررسی است تا بدین وسیله آدمی علاوه بر غنی ساختن امید در درون خویش ، به افزایش امید در جامعه نیز کمک نماید چراکه یکی از ویژگی های دین اسلام این است که آئین تک روی و تک مسئولیتی نیست و مسئولیت فردی را از مسئولیت اجتماعی نمی توان تفکیک نمود . همچنین بدون وجود روح امید در جامعه ، امکان افزایش و غنی سازی امید در درون تک تک افراد نیز میسر نیست . فرد جهت تقویت و غنی سازی امید خویش نیاز به زندگی در اجتماعی دارد که تک تک مردم و افراد آن از روح امید برخوردار باشند . از این رو اسلام سعی نموده تا از طریق توصیه به اموری همچون انفاق ، عفو و صفح و ... به تزریق روح امید در میان تک تک افراد بپردازد .

از سویی دیگر نیز ، همان گونه که در بخش قبل اشاره رفت ، یکی از راه کارهای قرآن و تعالیم اسلام جهت تحکیم امید در افراد ، انتظار فرج و امید به غلبه نهایی حق بر باطل است . یکی از آثار این نوع انتظار ، که می تواند در غنی سازی امید نیز مفید واقع شود ، اصلاح رفتار آدمی در عرصه های فردی و اجتماعی است . به دیگر بیان اعتقاد به ظهور منجی علاوه بر زنده نگه داشتن روحیه نشاط ، در پرتو ایجاد تلاش و پشتکار در فرد و جامعه اسلامی به تنظیم روابط و رفتارهای انسان - مطابق با جهانی که موعود آن را ایجاد خواهد کرد - نیز خواهد پرداخت . بر همین اساس ، آن که منتظر راستین است ، هم صالح است و هم مصلح چراکه می داند که دیر یا زود ، صالحان حاکمان زمین خواهند بود و حق به صاحبانش باز می گردد (الانبیا ، ۱۰۵/۲۱) . از این رو برای رسیدن به چنین جامعه ای خویشتن را اصلاح خواهد کرد و در اصلاح جامعه خود نیز می کوشد تا زمینه ایجاد و تشکیل آن دولت کریمه را فراهم آورد .

لازم به ذکر است علل و اسباب گوناگون مادی و معنوی فراوانی در فروزانی چراغ امید در دل نقش دارند با این تفاوت که نقش عوامل امیدبخش با رویکرد معنوی و دینی به مراتب اثربخش تر و جاودانه تر است . البته علل زیر ، به نوعی از آثار امید نیز به شمار

می‌روند و انسان در طول زندگی خویش از آثار بقای امید با عمل و یا توجه به هریک از موارد زیر بهره‌مند خواهد شد. در ادامه به بیان گوشه‌ای از این عوامل امیدبخش یا آثار امید در زندگانی آدمی از منظر قرآن کریم اشاره می‌گردد. بدیهی است اگر آدمی به مفهوم واقعی این محورها و زیر مجموعه‌های آن به صورت عمقی و نه سطح آن پی‌برد، طبعا بخش عمده‌ای از فهم و چگونگی زیستن را خواهد آموخت.

الف: عوامل و آثار امید قرآنی در حوزه رفتارهای فردی:

۱. ذکر خداوند: یکی از مهم‌ترین آثار و نتایج امید به آینده، افزایش ذکر و یاد خداوند در وجود آدمی است چراکه فرد امیدوار می‌کوشد از رهگذر ذکر و یاد خداوند، اضطراب و بی‌تابی درون را به آرامش و اطمینان تبدیل کند: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (الرعد، ۱۳/ ۲۸). همچنین ذکر راه‌گشای انسان در نیل به استقامت، آرامش و اعتدال است (الاعراف، ۷/ ۲۰۱). و در پرتو افزایش انس و همنشینی انسان با خداوند، «فَاذْكُرُونِي أَذْكُمْ» (البقرة، ۲/ ۱۵۲) سبب ایجاد روح امید در نهاد آدمی و حرکت او در مسیر کمال می‌گردد.

۲. ترس از خدا - ترس امید آفرین - : خداوند در آیات بسیاری تأکید می‌ورزد که آدمی باید تنها از او بترسد و این ترس همواره باید در او موجود باشد: (آل عمران، ۳/ ۱۷۵) چراکه این نوع ترس، در صورتی که در ژرفای درون انسان نفوذ نماید، علاوه بر بازداشتن آدمی از ارتکاب اعمال مهلک و جرم‌ها، او را به کار نیک و مسابقه و پشتتازی در عرصه فضیلت و ارتقا می‌دارد و در حقیقت ترسی است امید آفرین. در بسیاری از آیات نیز، این نوع ترس درکنار واژه طمع، استفاده شده است (الاعراف، ۷/ ۵۶). از سویی دیگر اگر امید به خداوند، همراه با خوف از او نباشد، انسان خود را بسان عنصر یهودی، انسان برتر و بی‌نیاز از اطاعت می‌داند. از این رو همانند مجرمانی خواهد بود که با تمام فجایع، خود را فردی شایسته رحمت و مغفرت می‌دانند، دیگر چنین فردی نه به فکر اطاعت می‌افتد و نه به فکر پاک‌سازی از گناه. بنابراین هرچه امید آدمی بیشتر، ترس او از خداوند نیز، بیشتر خواهد بود. از این رو می‌توان گفت چنین ترسی هم امید آفرین است و هم امید پرور.

۳. توبه و انابه بسوی خداوند: توبه و انابه به سوی پروردگار، راهی است که خدا در

برابر انسان‌های گناهکار قرار داده است تا از یأس و ناامیدی پرهیزند و بدانند آفریدگارشان پذیرنده افراد عاصی است (النساء، ۱۷/۴). از این رو انسان گنه‌کار که با گناه خویش دچار عصبان و انحراف از جاده تکامل گردیده و امید خویش را در زندگی از دست داده، با انابه می‌تواند آرامش خود را باز یابد و امید را در درون خویش ایجاد نماید (الرعد، ۱۳/۲۷ و ۲۸). همچنین امید به مغفرت (ص، ۳۸/۲۴ و ۲۵) و استجاب دعا (الروم، ۳۰/۳۳) خود سبب روی آوردن آدمی بسوی خداوند و اظهار ندامت و پشیمانی در پیشگاه او می‌شود. بنابراین انابه به سوی پروردگار نیز، هم امید آفرین است و هم امید پرور.

۴. **تهجد و شب زنده داری:** خداوند در سوره زمر، شب زنده داران و متهمان را امیدوار و نماز شب و شب زنده داری را از عوامل امید بخش معرفی کرده است (الزمر، ۹/۳۹) چراکه در دل شب و به هنگام فرو نشستن غوغای زندگی مادی، حالت توجهی به انسان دست می‌دهد که فوق العاده روح پرور، تکامل آفرین و امید بخش است. همچنین امید به برخورداری از رحمت الهی و پاداش بی حساب نماز شب (السجدة، ۱۷/۳۲)، آدمی را وامی‌دارد تا در دل شب به راز و نیاز با خالق خویش مشغول گردد.

۵. **هجرت و جهاد در راه خدا:** هجرت و جهاد در راه خداوند سرچشمه امید پایدار و پویا هستند. چراکه طبق آیات نوربخش قرآن کریم، هجرت و جهاد در راه خداوند در پرتو ایجاد روح امید و امیدواری در آدمی، زمینه ساز طلوع رحمت و مغفرت از افق زندگی انسان است (البقرة، ۲/۲۱۸). همچنین امید به لطف و رحمت پروردگار و انجام وظایف الهی، آدمی را به هجرت و جهاد در راه او، در محیطی امن و آرام وامی‌دارد (النساء، ۴/۱۰۰). از این رو هجرت و جهاد در راه خداوند، هم امید ساز است و هم امید پرور.

ب: عوامل و آثار امید قرآنی در حوزه رفتارهای اجتماعی: طبق آنچه که در قبل نیز بازگو شد، گرچه حرکت به سوی کمال و سعادت، حتی در محیط‌های ناسالم و غیرشایسته نیز، امکان پذیر است و بسیاری از اولیای الهی در آلوده‌ترین جوامع بشری توانسته‌اند به عالی‌ترین مراحل کمال نایل گردند، لیکن تحقق کمال و سعادت برای نوع انسان‌ها، تنها در صورتی میسر است که اجتماعی صالح برپا گردد، اجتماعی که در آن، سنت‌ها و قوانین

صالح و منطبق با خواسته‌ها و نیازهای حقیقی انسان حکومت کند و این جز در سایه اعتقاد به اصولی علمی و پای بندی به سنت‌ها و روش‌های عملی نشأت گرفته از وحی که منطبق و هم جهت با سیر تکاملی تکوین و همسو با خواسته‌های فطری بشر است میسر نیست. در ادامه به گوشه‌ای از این اصول اشاره شده است.

۱. انفاق: به طور کلی انفاق از امید سرچشمه می‌گیرد، بدین معنا که شخصی که نسبت به آینده امیدوار است، در پرتو این امیدش که از ایمان به خداوند نشأت گرفته، از تمامی آنچه که خداوند به او امانت داده در راه رضای او، به دیگر افراد بشر انفاق می‌نماید. از این رو انفاق خالصانه که تنها به خاطر خشنودی خدا و کسب رضای او انجام گیرد، باعث پرورش فضائل انسانی و تثبیت این صفات در درون جان می‌گردد (البقرة، ۲/۲۶۵)، همچنین آدمی را امیدوار می‌سازد که در پرتو انفاق خویش، ضمن افزایش آرامش در جامعه و از بین بردن تنش‌های اجتماعی ناشی از فقر، بتواند شخصیت سالم و فطرت خدایی خویش را حفظ کرده و بر صبغه و رنگ الهی خویش باقی ماند.

۲. امر به معروف و نهی از منکر: امر به معروف و نهی از منکر، نشانه‌ی علاقه به سلامتی جامعه و وجود روح نشاط و امیدواری میان مردم جامعه است. به واسطه امر به معروف و نهی از منکر، اجتماع از صورت یک جامعه مرده و فاقد تحرک بیرون آمده به یک جامعه زنده و پویا تبدیل می‌گردد. همچنین به عنوان یکی از وظایف انبیا و راه و رسم صالحان (الاعراف، ۷/۱۵۷) آدمی را امیدوار می‌سازد به واسطه عمل بدان، پاداشی در خور انبیا دریافت نماید و سرانجام نیز، در زمره رستگاران قرار گیرد (آل عمران، ۳/۱۰۴).

۳. احسان: از نظر قرآن، شخص محسن و نیکوکار، انسانی است امیدوار به لطف و عنایت خداوند و معتقد به وعده‌های او. از این رو هر کس امیدوار به رحمت الهی می‌باشد، باید نیکوکار گردد (الاعراف، ۷/۵۶). از سویی دیگر هدف از احسان در بعد اجتماع، علاوه بر رفع نیازمندی‌های جامعه، جلب محبت و تحکیم پیوندهای دوستی و صمیمیت است که این نیز در سایه امید و امیدواری به خداوند انجام می‌گیرد. بنابراین آدمی می‌تواند به واسطه احسان به دیگران، علاوه بر پرورش روح امید در خود، به تقویت و پرورش روح امید در جامعه نیز کمک نماید. همچنین طبق آیه «إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لَأَنْفُسِكُمْ» (الاسراء، ۱۷/

۷) آدمی امیدوار می‌گردد که به واسطه احسان و نیکی خویش، می‌تواند شخصیت و شاکله وجودی اش را کامل و سبب تحقق تکامل وجودی خویش گردد.

۴. **عفو و گذشت:** از آنجا که امیدوار بودن و توانایی حفظ آن در شرایط سخت و ناامیدکننده یکی از مهم‌ترین زیرساخت‌های بهداشت و سلامت روان است، نقش و اهمیت بخشش و گذشت در بهبود سلامت روان و نیز در حفظ و ترمیم روابط بین فردی بسیار مؤثر و مهم است، از این رو شرط لازم برای بخشش واقعی، وجود امید در انسان است، امید به دریافت رحمت الهی و برخورداری از نعمت و مغفرت او (الشوری، ۴۰/۴۲). همچنین گذشت و آموزش دیگران، اساس قوام و پایداری حیات سالم انسانی و سبب ایجاد روح امید و امیدواری به آینده در فرد و جامعه (آل عمران، ۱۰۳/۳) در سایه نشاط و شادابی می‌گردد.

۵. **وفای به عهد:** یکی دیگر از اموری که از روح امید در درون فرد و جامعه سرچشمه می‌گیرد، وفای به عهد و پیمان است. قرآن کریم نیز، یکی از ویژگی‌های افراد با ایمان را که در پرتو امید به لقای الهی، بهشت را به ارث می‌برند، وفای به عهد می‌داند (المؤمنون، ۲۳/۸). وفای به وعده و پیمان همچون شیرازه‌ای است که روابط اجتماعی را محکم نگه می‌دارد و آدمی را امیدوار می‌سازد که به واسطه عمل به تعهدات خویش، شکاف‌های ایجاد شده در اثر بی‌نظمی و هرج و مرج را پر نماید و هر اندازه که بیش‌تر رعایت شود، تولید اعتماد بیشتری می‌کند، مردم احساس آرامش بیشتری نموده، نسبت به آینده امیدوارتر می‌گردند و با خیال راحت‌تری به فعالیت می‌پردازند. بنابراین وفای به وعده، نقشی تأثیرگذار در ایجاد و تقویت روح امید در فرد و جامعه دارد.

بدیهی است عمل به هر یک از راهکارهای فوق، تأثیر بسزایی در پیشگیری از نگرانی و هجوم فشارهای روانی دارد و علاوه بر ایجاد روح امید، سبب تقویت و تحکیم آن در میان افراد و اجتماع نیز، خواهد شد و از این رهگذر شخصیت وجود آدمی نیز کمال می‌یابد و به تکامل خواهد رسید.

نتایج

۱. از نظر جهان بینی توحیدی، امید تحفه‌ای الهی و قدرتی تکامل بخش است که

آدمی را از ناامنی های روانی می گذراند و جهش می دهد تا به کمال لایق خویش راه یابد .
۲ . انسان متفکر با رهنمودگیری و الهام از برنامه های خدای آگاه ، آن امیدسازی و امیدپروری را معماری می کند که از صلاح و سعادت بشریت سر برآورده و بتواند او را به کمال لایق خویش راه نماید .

۳ . امید ، انگیزه رسیدن به کمال و رهایی از نقص است که گاه در شکل آرزو و گاه به صورت آرمان خودنمایی می کند .

۴ . امید در راستای تکامل انسان است و تکامل انسان در قرآن ، به سوی خلیفه الله و مظهر تجلی اسماء الهی است ، از این رو ، امید نیز در راستای تجلی صفات الهی خصلتی نهادینه شده در وجود بشر است و می تواند به عنوان موتور و نیروی محرکه حرکت تکاملی نقش بسزایی را ایفا می کند .

۵ . خداوند سبحان ، از طریق بیان زندگی انسان های کامل و سالم در قرآن کریم ، به پرورش روحیه امید و تقویت آن در سایر افراد بشر می پردازد .

۶ . خداوند سبحان ، سخت ترین تلخی ها را برای مدتی طولانی به حضرت ایوب (ع) چشاند تا استعداد های نهفته اش شکوفا گردد و به تکامل وجودی خویش رسد و او هیچ گاه از رحمت خداوند ناامید نگردد (ص ، ۳۸ / ۴۳) .

۷ . حضرت یوسف (ع) ، به انواع گرفتاری ها مبتلا شد تا گوهر وجودش نمایانده شود . و پس از سال ها رنج و صبر در راه خداوند به امید رسیدن گشایش از سوی او ، سرانجام به آغوش پدر باز گردید (یوسف ، ۱۲ / ۱۰۰) .

۸ . امید مطلوب ، صادق و حقیقی ، از منظر قرآن ، امیدی است که در جهت رضای الهی و در راستای تکامل آدمی است و به دو گونه امید عمومی و امید آرمانی در قرآن مطرح گردیده است .

۹ . امید ، در مواردی به دلیل اشتباه در تطبیق یا خطا در مصداق تکامل ، موجبات نقص و سقوط آدمی را فراهم آورده و سبب هبوط او از مسیر تکامل می گردد .

۱۰ . امید حقیقی ، زمانی انسان را در مسیر تکامل قرار می دهد که آدمی هم در محور اعتقادات و هم در محور رفتارهای خویش به رشد لازم دست یافته باشد .

۱۱. انسان سالم و کامل، اگر از نظر اعتقادی نسبت به آینده امیدوار نباشد، به طور طبیعی، رفتاری بیرون از عرف طبیعت انسانی از خود بروز می دهد. از این رو اعتقاد به توحید، نبوت و معاد ضمن ایجاد آرامش در آدمی، نقش اساسی و تعیین کننده ای در جهت دادن به رفتار انسان در کلیه زمینه های زندگی ایفا می کنند.

۱۲. اعتقاد به توحید، نبوت و معاد، علاوه بر اینکه تجلی امید در درون آدمی هستند، سبب ایجاد و تحکیم روح امید در او نیز می گردند و بدین وسیله او را در مسیر کمال قرار می دهند.

۱۳. بر اثر اعتقاد به توحید، چهره زندگی کمال می یابد چراکه از مجرای توحید است که انسان مسأله پناه بردن به خداوند را درک می نماید و به یک انسان مطلوب و متعادل تبدیل می گردد.

۱۴. اعتقاد به نبوت و الگوگیری از زندگی و روش رفتاری انبیا و اولیای الهی و شخصیت های کامل، می تواند سبب تکامل آدمی و ایجاد امید در زندگانی فردی و اجتماعی او گردد.

۱۵. انتظار فرج و آشنایی با سیره و رفتار امام زمان (عج)، معبر و گذر از جاهلیت بسوی حیاتی معقول و باوری امید بخش است و هیچ گاه نخواهد گذاشت بارقه امید در دل های شیعیان خاموش گردد.

۱۶. اعتقاد به معاد و امید به فرارسیدن آن، یک تعادل مطلوب و آرام بخش که شایسته مقام انسانی است، در درون آدمی به وجود می آورد.

۱۷. شهادت در راه خداوند، خود نماینده بارز امید در نهاد آدمی است. همچنین بهترین وسیله و مطمئن ترین ریسمان برای حصول به کمال حقیقی و واقعی «بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ...» (آل عمران، ۱۶۹/۳) است.

۱۸. امید واقعی و حقیقی، علاوه بر زنده نگه داشتن روحیه نشاط در آدمی، به اصلاح رفتارهای او در عرصه های فردی و اجتماعی نیز، منتهی می گردد.

۱۹. طبق آیات قرآن کریم، اهتمام به اموری همچون: ذکر، تهجد و... ضمن قرار دادن آدمی در مسیر تکامل، هم امیدساز است و هم امیدپرور.

۲۰. مهم‌ترین عوامل و آثار امید در حوزه رفتارهای فردی که تکامل‌آفرین نیز می‌باشند، عبارتند از: ذکر، ترس از خداوند، تهجد، جهاد در راه خدا و توبه و انابه بسوی خداوند.

۲۱. مهم‌ترین عوامل و آثار امید در حوزه رفتارهای اجتماعی که تکامل‌آفرین نیز می‌باشند، عبارتند از: انفاق، احسان، امر به معروف و نهی از منکر، عفو و گذشت و وفای به عهد.

-
۱. مقایسه تأثیر مشاوره زناشویی متمرکز بر امید «پایان نامه دکترای گروه مشاوره دانشگاه اصفهان - فرشاد بهاری» / ۵.
 ۲. همان / ۷۶ / «منینجر» .
 ۳. همان / ۱۵۳ .
 ۴. همان / ۱۴۶ / اسنایدر و همکاران .
 ۵. به نقل از: بررسی امید درمانی گروهی بر دانشجویان دانشگاه اصفهان «پایان نامه ارشد گروه روانشناسی دانشگاه اصفهان - زهره علاءالدین» / ۵۲ / اسنایدر و همکاران .
 ۶. همان / ۵۴ / اسنایدر و دیگران .
 ۷. همان / ۵۵ .
 ۸. همان / ۵۰ / کیاروچی و دیگران .
 ۹. همان / ۵۵ / واله و دیگران .
 ۱۰. همان / ۵۹ / سنایدر و دیگران و
 ۱۱. لسان العرب؛ التحقيق في كلمات القرآن؛ مجمع البحرين؛ مصباح المنير؛ العين؛ المفردات، ذیل ریشه کلمات فوق .
 ۱۲. أطیب البیان، ۵ / ۳۴۴؛ کشف الأسرار و عدة الأبرار، ۳ / ۴۶۲؛ الکاشف، ۳ / ۳۴۱؛ تفسیر بیان السعادة فی مقامات العبادة، ۲ / ۱۸۹؛ جواهر الحسان فی تفسیر القرآن، ۳ / ۴۰ .
 ۱۳. حکمت عبادات «جوادی آملی» / ۲۹ .