

Emotional Stylistics of Sūrat al-Mā'idah Based on Plutchik's Theory

Mahdi Esmaili Sadrabadi¹ ✉, and Asiyyeh Ostadi² 

1. Corresponding Author, Department of Theology and Islamic Studies, Faculty of Literature and Humanities, Hazrat-e-Narjes (S), Vali-e-Asr University of Rafsanjan, Rafsanjan, Iran: esmaeili.sadr@gmail.com
2. Department of Islamic Philosophy and Theology, Faculty of Theology and Islamic Studies, University of Qom, Qom, Iran: a_ostadi@yahoo.com

Article Info

Article type:
Research Article

Article history:
Received:
3 March 2026
Received in revised form:
3 April 2026
Accepted:
30 April 2026
Available online:
20 June 2026

Keywords:
Emotional stylistics,
emotional spectra,
Plutchik's wheel of
emotions,
Sūrat al-Mā'idah,
Qur'anic psychology.

ABSTRACT

Objective: This study aims to examine and analyze the emotions in Sūrat al-Mā'idah through the lens of Robert Plutchik's psycho-evolutionary theory of emotions, elucidating how various emotional spectra are reflected in the Qur'anic text.

Method: A descriptive-analytical method was employed, applying Plutchik's wheel of eight basic emotions (fear, anger, joy, anticipation, acceptance, sadness, surprise, disgust) to the verses of Sūrat al-Mā'idah. Instances of emotions were extracted from the verses, contextualized with classical and modern Qur'anic exegeses, and analyzed in terms of their semantic function, valence, and intensity.

Findings: The emotion of fear appears as *khawf* and *khashyah*, exhibiting both negative (paralyzing dread of enemies) and positive (God-consciousness) functions. Anger, expressed as *ghaḍab* and *sakhat*, often denotes a stable, enduring divine wrath against willful transgression rather than a fleeting reaction. Joy is embodied in the concept of *ḥubb* (love) and mutual contentment (*riḍā*) with God, sharply distinguished from vain, arrogant delight. Anticipation emerges in the expectation of divine promises and in the disciples' request for the heavenly table, blending hope with reverent awe. Acceptance is prominently spiritual, as seen in Abel's non-retaliation and submission to divine law. Sadness is predominantly framed by the negative imperative *lā yaḥzunka*, redirecting grief toward prophetic resilience. Surprise functions as a cognitive trigger through miraculous narratives, while disgust is directed at moral corruption and covenant-breaking.

Conclusion: Sūrat al-Mā'idah, due to its thematic diversity, demonstrates a high capacity for representing the full spectrum of basic emotions. These emotions are not merely biological responses but are reoriented within a faith-based framework of guidance and moral cultivation. Plutchik's theory provides a suitable and illuminating framework for emotional analysis in Qur'anic studies.

Cite this article: Esmaili Sadrabadi, M.; & Ostadi, A. (2026). Emotional Stylistics of Sūrat al-Mā'idah Based on Plutchik's Theory. *The Quran and Science*, 20 (38), 253-288. <https://doi.org/10.22034/qvs.2026.16777.1663>



© The Author(s).

Publisher: Al-Mustafa International University.

DOI: <https://doi.org/10.22034/qvs.2026.16777.1663>

Introduction

The intersection of Qur'ānic exegesis and modern psychology opens new horizons for understanding the emotional and moral dimensions of the revealed text. Among contemporary psychological models, Robert Plutchik's psycho-evolutionary theory of emotions offers a comprehensive, structured framework that identifies eight basic emotions—fear, anger, joy, anticipation, acceptance, sadness, surprise, and disgust—arranged in a wheel-like pattern with varying intensities and combinatorial possibilities. While previous studies have applied this model to literary and religious narratives, a systematic, surah-based analysis of the Qur'ān, particularly one that integrates both emotional valence and exegetical depth, remains scarce. This research addresses that gap by conducting a meticulous emotional stylistics of Sūrat al-Mā'idah, a Medinan surah rich in legal, narrative, and theological themes. The objective is to uncover how the eight basic emotions manifest in the surah, how they function within its semantic texture, and what distinctive orientation the Qur'ān imparts to these universal human feelings. By employing Plutchik's wheel not as an imposed grid but as a heuristic tool, the study bridges classical tafsīr scholarship with contemporary affective science, demonstrating the surah's capacity to both reflect and refine human emotional experience.

Method

The study adopts a descriptive-analytical and exploratory approach, grounded in library-based data collection. The primary source is the Arabic text of Sūrat al-Mā'idah, analyzed verse by verse to identify lexico-semantic markers of emotion (e.g., *khawf*, *ghaḍab*, *ḥubb*, *ḥuzn*, *riḍā*, *ta'ajjub*). Each potential emotional instance was then cross-referenced with authoritative Sunni and Shī'ī exegeses, including *Tafsīr al-Mizān* (Ṭabāṭabā'ī), *Majma' al-Bayān* (Ṭabrisī), *al-Kashshāf* (Zamakhsharī), *Tafsīr al-Tahrīr wa-l-Tanwīr* (Ibn 'Āshūr), and *Tafsīr Nūr* (Qarā'itī), to ensure contextual fidelity.

The analytical procedure was predominantly bottom-up: verses were first grouped by their evident affective content, and only then matched to Plutchik's eight basic emotions. Care was taken to distinguish between the primary emotion and its possible combinations, and to note the intensity level (e.g., annoyance → anger → rage). The emotional valence (positive/negative) and target (divine, prophetic, communal, or individual) were documented for each occurrence. Where appropriate, findings were compared with insights from cognitive-behavioral and positive psychology (Beck, Seligman, Hayes), as well as with Islamic psychological perspectives on emotion and virtue. This multi-layered method ensured a systematic, transparent, and exegetically robust mapping of Plutchik's model onto the surah.

Findings

Analysis reveals that all eight basic emotions are substantially represented in *Sūrat al-Mā'idah*, yet they undergo a distinctive transformation, being consistently reoriented toward ethical and spiritual ends.

Fear is expressed through *khawf* and *khashyah*. In verses 23–24, the fear of the mighty inhabitants of the Holy Land leads the Israelites to disobey God's command to enter it—a paralyzing, negative fear born of weak faith and habituated humiliation. Conversely, *khashyah* of God appears as a positive, regulatory fear that motivates piety and moral vigilance, as in the cautious awe of those who “fear God” in matters of testimony and justice. The surah thus demarcates between destructive worldly fear and constructive reverential fear, a nuance absent from purely biological models.

Anger appears primarily as divine *ghaḍab* and *sakhat*, notably in verse 60 where God's curse and wrath fall upon those who distorted scripture and worshipped false deities, transforming them into apes and swine—a sustained, narrative anger that serves as a severe warning. Human anger is addressed in verse 8, which commands believers not to let hatred of a people incite them to injustice, thereby constraining anger within the bounds of impartial equity. Anger, in the Qur'ānic context, is thus neither suppressed nor indiscriminately vented but channeled toward justice and defense of truth.

Joy is not overtly named as *farah* in positive contexts but is intricately woven into the concepts of *ḥubb* (love) and *riḍā* (mutual contentment). Verse 119 depicts the ultimate joy of the truthful: “God is pleased with them and they are pleased with Him,” a reciprocal, enduring delight rooted in divine approval. In stark contrast, the surah reproaches the fleeting, arrogant joy of those who rejoice in corruption and war-mongering (verse 64). This bifurcation aligns with positive psychology's distinction between hedonic pleasure and eudaimonic well-being, with the Qur'ān privileging the latter.

Anticipation is richly exhibited. Verse 54 promises that if any among the believers apostatize, God will soon bring a people whom He loves and who love Him—a forward-looking assurance that generates hope, steadfastness, and missionary vigor. The disciples' request for a heavenly table (verses 112–114) blends anticipation of a divine sign with a cautious testing of faith, eliciting both wonder and a stern reminder of consequences. Anticipation here is not passive waiting but an active, exploratory orientation toward God's unfolding will.

Acceptance emerges as a profound spiritual stance. In the story of Abel and Cain (verses 27–28), Abel refuses to stretch out his hand to kill, declaring his fear of God and accepting even death over transgression—a paradigmatic act of non-violent submission. The surah also commands wholehearted acceptance of God’s legislation (verses 44, 48), making judicial surrender to revealed law a mark of true faith. This acceptance is not fatalistic resignation but conscious, value-driven commitment, resonating with Acceptance and Commitment Therapy’s emphasis on embracing reality while acting on core values.

Sadness is concentrated in the prophetic address of verse 41: “O Messenger, let them not grieve you who hasten into disbelief.” The negative imperative *lā yahzunka* does not deny the natural feeling of sorrow but redirects it; the Prophet’s grief over people’s rejection is acknowledged, yet he is instructed not to let it impede his mission. The emotion is thus validated and simultaneously subordinated to the higher priority of delivering the message, illustrating a divine strategy of emotional regulation that prevents despair and burnout.

Surprise is evoked through the recounting of Jesus’s miraculous birth, speech in the cradle, and healing of the blind and leper by God’s leave (verse 110). The disciples’ amazed query, “Can your Lord send down to us a table from heaven?” (verse 112), reflects a cognitive shock that becomes an occasion for reinforcing faith or exposing its weakness. Surprise here functions as a theologically charged epistemic emotion, propelling reflection on divine omnipotence.

Disgust is directed not at physical uncleanness but at moral and spiritual corruption. Verse 60’s vivid imagery of metamorphosis into apes and swine expresses God’s intense loathing for those who broke the Sabbath and rejected His signs. Verse 63 rebukes rabbis and scholars who failed to forbid sinful speech and devouring unlawful wealth, marking their silence as a repugnant betrayal. This moral disgust serves as a strong deterrent, reinforcing communal boundaries against ethical decay.

Conclusion

The systematic analysis of Sūrat al-Mā’idah through Plutchik’s emotional wheel reveals a text deeply engaged with the full spectrum of human emotion, yet one that consistently elevates and reorients these emotions within a monotheistic, ethical paradigm. Fear is transformed into reverential awe, anger is disciplined into justice, joy is anchored in divine contentment,

anticipation is charged with hope and responsibility, acceptance becomes an act of profound submission, sadness is neutralized for the sake of mission, surprise becomes a catalyst for faith, and disgust is spiritualized to protect moral integrity. Plutchik's model, originally rooted in evolutionary biology, proves to be a remarkably effective diagnostic tool that, when combined with classical exegesis and Islamic psychology, illuminates the surah's sophisticated emotional architecture. This study affirms that the Qur'ān, particularly Sūrat al-Mā'idah, does not merely convey legal and doctrinal content but actively engages and regulates the emotional life of its audience, fostering a distinct form of "revelatory emotional rationality." The findings encourage further interdisciplinary investigations of other surahs, offering a replicable methodology for integrating affective science with the sacred text and deepening our understanding of the Qur'ān's holistic guidance.

سبک‌شناسی عاطفی سوره مائده بر اساس نظریه پلاچیک

مهدی اسمعیلی صدرآبادی^۱ و آسیه استادی^۲

۱. نویسنده مسئول، گروه الهیات و معارف اسلامی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی حضرت نجس (س)، دانشگاه ولی عصر (عج) رفسنجان، رفسنجان، ایران، رایانامه: esmaeili.sadr@gmail.com
۲. گروه فلسفه و کلام اسلامی، دانشکده الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه قم، قم، ایران، رایانامه: a_ostadi@yahoo.com

اطلاعات مقاله

چکیده

نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

تاریخ دریافت:

۱۲ اسفند ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری:

۱۴ فروردین ۱۴۰۵

تاریخ پذیرش:

۱۰ اردیبهشت ۱۴۰۵

تاریخ انتشار:

۳۰ خرداد ۱۴۰۵

کلیدواژه‌ها:

سبک‌شناسی هیجانی، طیف‌های هیجانی، چرخ هیجانات پلاچیک، سوره مائده، روان‌شناسی قرآنی

هدف: این مطالعه با هدف بررسی و تحلیل هیجانات در سوره مائده از دریچه نظریه روان‌تکاملی هیجانات رابرت پلاچیک انجام شده است و چگونگی بازتاب طیف‌های هیجانی گوناگون را در متن قرآنی تبیین می‌کند.

روش: پژوهش با روش توصیفی - تحلیلی اجرا شده است و چرخه هشت هیجان پایه پلاچیک (ترس، خشم، شادی، انتظار، پذیرش، غم، شگفتی، نفرت) بر آیات سوره مائده اعمال شده است. مصادیق هیجانات از آیات استخراج گردیده، با تفاسیر کلاسیک و معاصر قرآن کریم زمینه‌سازی شده و از نظر کارکرد معنایی، ظرفیت و شدت تحلیل شده‌اند.

یافته‌ها: هیجان ترس به‌صورت «خوف» و «خشیت» ظاهر می‌شود و کارکردی منفی (هراس فلج‌کننده از دشمنان) و مثبت (خداآگاهی) دارد. خشم که به‌صورت «غضب» و «سخط» بیان می‌شود، غالباً بر خشمی پایدار و ماندگار الهی در برابر سرپیچی عاقدانه دلالت دارد، نه واکنشی گذرا. شادی در مفهوم «حب» و رضایت متقابل با خداوند تجلی می‌یابد و به‌صراحت از شادی یهود و متکبرانه متمایز می‌شود. انتظار در چشم‌داشت وعده‌های الهی و در درخواست حواریون برای مائده آسمانی ظهور می‌یابد و امید را با خشیت آمیخته می‌سازد. پذیرش عمدتاً جنبه معنوی دارد، چنان‌که در عدم مقابله هابیل و تسلیم در برابر حکم الهی دیده می‌شود. غم غالباً با نهی سلبی «لَا یَحْزُنْکَ» قالب‌بندی می‌شود و اندوه را به سوی تاب‌آوری پیمبرانه سوق می‌دهد. شگفتی از طریق روایت‌های معجزه‌آسا به‌عنوان محرک شناختی عمل می‌کند و نفرت متوجه فساد اخلاقی و پیمان‌شکنی است.

نتیجه‌گیری: سوره مائده به دلیل تنوع موضوعی، ظرفیت بالایی برای بازنمایی طیف کامل هیجانات پایه نشان می‌دهد. این هیجانات صرفاً واکنش‌های زیستی نیستند، بلکه در چارچوبی ایمان‌محور برای هدایت و پرورش اخلاقی بازجهت‌دهی می‌شوند. نظریه پلاچیک چارچوبی مناسب و روشنگر برای تحلیل هیجانی در مطالعات قرآنی فراهم می‌آورد.

استناد: اسمعیلی صدرآبادی، مهدی و استادی، آسیه (۱۴۰۵). سبک‌شناسی عاطفی سوره مائده بر اساس نظریه پلاچیک.

قرآن و علم، ۲۰ (۳۸)، ۲۵۳-۲۸۸. <https://doi.org/10.22034/qve.2026.16777.1663>



© نویسندگان.

ناشر: جامعة المصطفی العالمیة.

مقدمه

هیجان، عاطفه یا احساس، از مباحث پرچالش روان‌شناسی محسوب می‌شود؛ زیرا تاریخ روان‌شناسی در مورد معنا و مفهوم هیجان به مقداری اختلاف نظر دارد که برخی روان‌شناسان پیشنهاد نموده‌اند که این موضوع از موضوعات روان‌شناسی حذف گردد، ولی جذابیت آن مانع از حذفش شده است (Bull, 1945; Reeve, 2019).

هر هیجانی برخوردار از مؤلفه‌هایی است؛ به‌عنوان مثال، مؤلفه شناختی به تفکرات، باورها و انتظاراتی که نوع و شدت پاسخ هیجانی را تعیین می‌نمایند، ارتباط دارد. آنچه برای یک فرد بسیار لذت‌بخش است، ممکن است برای دیگری آزاردهنده باشد. مؤلفه فیزیولوژیکی مشتمل بر تغییرات جسمی در بدن است؛ به‌عنوان مثال، زمانی که بدن از نظر هیجانی به‌واسطه ترس یا خشم برانگیخته می‌گردد، ضربان قلب زیاد می‌شود، مردمک‌ها بازتر شده و میزان تنفس افزایش پیدا می‌کند. بیشتر هیجان‌ها نوعی برانگیختگی در دستگاه عصبی هستند. مؤلفه رفتاری به حالت‌های گوناگون ابراز هیجانات اشاره می‌نماید؛ به‌عنوان مثال، جلوه‌های چهره‌ای، حالت‌های اندام و حرکات بیان‌کننده و آهنگ صدا با خشم، لذت، شادی، غم، ترس و هیجانات دیگر تغییر می‌نمایند. حرکات چهره، مهم‌ترین شکل ارتباط هیجانی محسوب می‌شوند. بررسی‌های صورت‌گرفته نشانگر این است که برخی از جلوه‌های خاص چهره، ذاتی هستند. هیجانات تشکیل‌شده از الگوها، پاسخ‌های فیزیولوژیکی و رفتارهای خاصی هستند. در حقیقت، غالباً از نظر مردم هیجان، همان احساسی است که به فرد دست می‌دهد؛ اما هیجان نوعی رفتار است و نه یک تجربه خصوصی، بلکه پدیده‌ای است که در بقای نوع و تولید مثل نقش ایفا می‌کند. از نشانه‌های هیجان می‌توان به تپش قلب و بالا رفتن فشار خون اشاره نمود (پلاچیک، ۱۳۷۱: ۱۴).

نظریه فطری هیجان، که یکی از مطرح‌کنندگان آن رابرت پلاچیک است، بر این اساس است که هشت نوع هیجان اصلی وجود دارد که در تکامل و بقای انسان اهمیت دارند. به اعتقاد این پژوهشگر، هیجانات دیگر ترکیبی از این هشت نوع هیجان اصلی به‌حساب می‌آیند؛ به‌عنوان مثال، عشق ترکیبی از شادی و پذیرش است و توهین و تحقیر ترکیبی از بی‌زاری و خشم. همان‌گونه که این هیجانات در کنار هم قرار گرفته‌اند، با یکدیگر تضاد دارند. پلاچیک هر کدام از هیجانات اصلی را با کارکرد یا وظیفه مهم آنها در راستای بقای گونه‌ها، مانند تولید مثل، جلوگیری از خطرات و آشنایی با محیط، در ارتباط می‌داند؛ کارکردهای بنیادینی که برای بقای نوع لازم است (طاهری اصل و نبی‌لو، ۱۳۹۹: ۲۱۵).

هرچند پیش از این، الگوهای مشابه الگوی چرخه‌ای هیجانی پلاچیک نظیر الگوی جیمز راسل، الگوی چرخه‌ای هیجانی راسل با ۲۸ هیجان متمایز دربارهٔ یک چرخه، نظریهٔ هیجان چرخه‌ای واتسن و تلگن با نمایش ۳۸ هیجان در چهار بُعد دوقطبی، و الگوی رزمن، اسپیندل و خوزه و غیره معرفی گردیده است، اما پلاچیک الگوی جامعی از چرخهٔ هیجانات ارائه نموده و نظریهٔ روان‌تکاملی هیجانات را وسعت داده و نظام طبقه‌بندی‌شده‌ای از پاسخ‌های هیجانی کلی ارائه نموده و سپس خروجی‌های شخصیتی ناشی از هیجانات را به فرضیه تبدیل کرده است. با این کار، به تثبیت مطالعات هیجانی نه تنها در پیوند با دانش روان‌شناسی، بلکه روان‌پزشکی، علوم اجتماعی و زیست‌شناسی کمک شایانی کرده است (کیایی و همکاران، ۱۳۹۹: ۱۱۶).

پلاچیک نخستین بار در سال ۱۹۸۰ مدلی در جهت توضیح نحوهٔ ارتباط احساسات ارائه کرد (طاهری اصل و همکاران، ۱۳۹۹: ۲۰۸). در شکل زیر، الگوی پلاچیک به صورت نمودار ستونی نشان داده شده است.



تصویر شماره ۱: طیف هیجانات

خداوند در وجود انسان عواطف متعددی را قرار داده است و هدایت این عواطف نیز بر عهدهٔ اوست. خداوند در قرآن برای ما جایگاه این عواطف را تبیین می‌نماید و درک و یافتن آنها برای ما ضروری و لازم است. در قرآن کریم، ابعاد گوناگون زندگی و هر آنچه برای انسان ضروری است، در آیات و احکام قرار گرفته است. تحلیل و بررسی سطوح گوناگون آنها ما را با معانی آنها آشنا نموده و این احکام را برای ما تبیین می‌نماید.

در آیات قرآن کریم، به صورت مکرر به هیجان‌های غم، شادی، اندوه و غیره اشاره گردیده است. حال مسئلهٔ پژوهش، میزان کاربرد هیجانات مختلف در سورهٔ مائده است که هیجانات مثبت و منفی در چه قالب‌ها و موضوعاتی در این سوره خود را نشان داده است.

در عصر حاضر، یکی از رویکردهای نوین در مطالعات قرآنی، بهره‌گیری از یافته‌ها و نظریات علمی، به‌ویژه در حوزهٔ روان‌شناسی، برای فهم دقیق‌تر مفاهیم انسانی و اخلاقی قرآن است. این

رویکرد، با استناد به مبانی عقلانی و تجربی، تلاش می‌کند تا تعامل سازنده‌ای میان معرفت دینی و علم برقرار سازد (مطهری، ۱۳۸۲؛ سروش، ۱۳۸۰). تحلیل هیجانات انسانی بر پایه نظریه‌های روان‌شناختی، به‌ویژه نظریه هیجان‌های پایه رابرت پلاچیک، می‌تواند افق‌های جدیدی را در فهم کارکردهای روانی، تربیتی و اجتماعی آیات قرآن بگشاید؛ چرا که این نظریه، هیجانات را ساختارمند، قابل ترکیب و دارای پیامدهای رفتاری در نظر می‌گیرد (پلاچیک، ۱۳۷۱: ۹۴؛ مک‌دونالد و همکاران، ۱۳۹۲: ۷۲). از آنجا که قرآن، کتاب هدایت انسان است و بخش مهمی از این هدایت به تنظیم و تزکیه هیجانات و عواطف انسانی مربوط می‌شود (طباطبایی، ۱۴۱۷ق: ۳۷/۱؛ فیاضی، ۱۳۹۸)، مطالعه علمی هیجان‌ها در متن قرآن، نه تنها با شأن قدسی آن در تعارض نیست، بلکه زمینه‌ساز فهم روان‌شناختی دقیق‌تر پیام‌های وحیانی است. ازاین‌رو، رابطه علم و قرآن در این تحقیق بر مبنای «تطبیق معقول و غیرتحمیلی گزاره‌های علمی ناظر به رفتار و هیجان انسانی با لایه‌های معنایی قرآن» استوار است؛ روشی که ضمن حفظ مرزهای معرفتی، امکان تعامل عقلانی و روشمند میان دانش روان‌شناسی و فهم دینی را فراهم می‌سازد (نصر، ۱۳۸۰؛ رضایی، ۱۳۹۴).

مبانی نظری و پیشینه پژوهش

- فتاحی، معصومه و خضری، مرضیه، تحلیل مؤلفه‌های هیجانی در داستان حضرت یوسف (علیه السلام) با رویکرد نظریه پلاچیک، پژوهشنامه زبان و ادبیات فارسی، ۱۶(۴۹): ۲۰۱-۲۲۴، ۱۳۹۹ش.

این مقاله از نخستین تلاش‌ها برای تلفیق نظریه پلاچیک با متون دینی است، اما تمرکز آن صرفاً بر داستان حضرت یوسف (علیه السلام) بوده و فاقد تعمیم‌پذیری به دیگر سوره‌هاست. تحلیل‌ها بیشتر تفسیری‌اند تا سیستماتیک و روابط علی بین هیجانات در بافت قرآن کمتر پردازش شده‌اند.

- یاری، نسرین و محمدی، پروین، گونه‌شناسی هیجان‌های پیامبر در قرآن با رویکرد پلاچیک، پژوهش‌های میان‌رشته‌ای قرآن و روان‌شناسی، ۴(۲): ۸۹-۱۱۶، ۱۴۰۱ش.

این مقاله کوشیده گونه‌های هیجانی پیامبر را بر پایه مدل پلاچیک در قرآن دسته‌بندی کند، اما اغلب به توصیف بسنده کرده و تحلیلی ساختاری از روابط هیجانی یا چرخه هیجانات در یک سوره خاص ارائه نداده است. انسجام نظری ضعیف است و تطبیق مفاهیم قرآنی با مفاهیم روان‌شناختی به دقت انجام نشده است.

- محمدی، علی، هیجانات و روان‌شناسی در قرآن؛ تحلیل موردی سوره طه، مطالعات تفسیری معاصر، ۱۳(۱): ۷۵-۱۰۴، ۱۳۹۷ ش.

هرچند نویسنده به تحلیل موردی پرداخته و تا حدودی سعی کرده چارچوبی از هیجانات در یک سوره خاص ارائه دهد، اما از مدل‌های نظری مشخصی همچون پلاچیک استفاده نکرده است و به همین دلیل نتایج وی با مطالعات نظری قابل مقایسه نیست.

- خادمی، زهره، کاربست روان‌شناسی هیجان در آموزش مفاهیم دینی با الهام از نظریه پلاچیک، پژوهش‌های قرآنی تربیتی، ۶(۲): ۴۵-۶۹، ۱۴۰۰ ش.

تمرکز مقاله بر آموزش دینی با استفاده از هیجانات است، نه تحلیل خود متن قرآنی. هرچند به نظریه پلاچیک استناد شده، اما جایگاه آیات و بافت تفسیری کمتر مورد توجه قرار گرفته است. ارتباط دقیق بین الگوی دایره هیجانی و ساختار سوره‌های قرآنی مشخص نشده است.

- رحمانی، علی‌اکبر و اسدی، فاطمه، مطالعه موردی بر مؤلفه‌های خشم و ترس در سوره مائده، مطالعات علوم قرآن و روان‌شناسی، ۷(۱): ۱۲۳-۱۴۷، ۱۴۰۲ ش.

این مقاله به صورت موردی سعی کرده خشم و ترس را در سوره مائده بررسی کند، اما فاقد چارچوب نظری منسجم و مدل مفهومی بر پایه نظریه‌های روان‌شناسی نوین است. از نظریه پلاچیک استفاده نشده و طبقه‌بندی‌ها بر اساس تحلیل شخصی نگارندگان انجام شده است.

- پاک‌نهاد، سارا، تحلیل روان‌شناختی خشم در قرآن با تأکید بر نظریه‌های نوین هیجان، پژوهشنامه روان‌شناسی دین، ۵(۱): ۷۷-۱۰۰، ۱۳۹۸ ش.

این مقاله صرفاً به یکی از هیجانات (خشم) پرداخته و رویکرد آن بیشتر روان‌شناختی است تا تفسیری. تمرکز اصلی بر آیات مرتبط با خشم است، اما فاقد دسته‌بندی طیفی و ارتباط متقابل بین هیجانات است. از نظریه پلاچیک نام برده شده، اما مدل عملیاتی نشده است.

- محمدی، مهناز و همکاران، گونه‌شناسی احساسات در قرآن: مطالعه تطبیقی بر اساس نظریه پلاچیک، مطالعات بین‌رشته‌ای قرآن، ۲(۲): ۲۱۱-۲۳۳، ۱۴۰۱ ش.

هرچند هشت گونه اصلی احساسات در متن قرآن نمود بارزی دارد، گونه‌های فرعی احساسات تفاوت عمده‌ای با نظریه پلاچیک دارد. این امر نشان می‌دهد که احساسات در متن قرآن به مثابه یک متن الهی با توجه به کارکردهای هدایتی ویژه آن، نسبت به آنچه پلاچیک از طریق تجربه بشری کسب کرده، متفاوت است.

روش تحقیق

اساس انتخاب هیجانات اصلی، نظریه پلاچیک است که شامل یک نمودار می‌باشد. ابتدا آیات هر هیجان جداگانه بیان می‌شوند و برای توضیح آیات از تفاسیر بهره‌گیری می‌گردد. ابتدا تعریف هیجان و سپس کاربرد آن در سوره مائده بیان می‌شود. لذا این تحقیق با روش توصیفی-تحلیلی و اکتشافی و مستند به داده‌های کتابخانه‌ای نگارش یافته است.

در این پژوهش، نظریه هیجان‌های پایه رابرت پلاچیک نه به‌عنوان چارچوبی تحمیلی، بلکه به‌عنوان ابزاری مفهومی برای دسته‌بندی و تحلیل هیجانات استخراج شده از متن قرآن کریم به‌کار گرفته شده است. نظریه پلاچیک با تقسیم‌بندی هیجانات به هشت هیجان پایه، امکانی برای فهم ساختارهای عاطفی پیچیده فراهم می‌سازد (پلاچیک، ۱۳۸۵: ۹۴). تحلیل هیجانات در متون دینی، به‌ویژه قرآن، امری ممکن و ضروری دانسته شده و پژوهشگران اسلامی نیز به اهمیت عواطف در ساختار معنایی قرآن اشاره کرده‌اند (مظاهری، ۱۳۹۴).

در این راستا، ابتدا آیات سوره مائده بر اساس اصول معنایی و با روش تحلیل موضوعی استخراج شدند. سپس با توجه به بار هیجانی آیات (نظیر افعال احساسی، سیاق، مخاطب و لحن)، آیات در چارچوب هیجان‌های پایه پلاچیک دسته‌بندی شدند. این مسیر، داده‌محور و از پایین به بالا (bottom-up) بوده و برخلاف رویکردهای قیاسی، تلاش شده است مفاهیم از دل متن به‌دست آید، نه با تحمیل نظریه‌ای خارجی.

برای اعتباربخشی بیشتر به تحلیل، تطبیق مفهومی با تفاسیر معتبر همچون المیزان (طباطبایی، ۱۴۱۷ق)، نمونه (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴) و مجمع‌البیان (طبرسی، ۱۳۷۲) صورت گرفته و در کنار آن، رویکردهای روان‌شناسی اسلامی به عواطف نیز مدنظر قرار گرفته است؛ از جمله دیدگاه‌هایی که هیجان را نه فقط تجربه‌ای درونی، بلکه نشانه‌ای از رشد یا سقوط نفس تلقی می‌کنند (مصطفوی، ۱۳۹۶؛ فیاضی، ۱۳۹۸). این تلفیق میان منابع روان‌شناسی غربی، اسلامی و تفسیری، امکان تحلیلی دقیق‌تر، بومی‌تر و معناشناختی‌تر از هیجان‌های قرآنی را فراهم ساخته است.

مفاهیم تحقیق

۱. طیف هیجانات

«هیجان» در لغت، از ریشه «ه‌ی‌ج» به معنای جوشش، اضطراب، تلاطم و برانگیختگی آمده است. ابن فارس می‌نویسد: «الهِيج» به معنای حرکت و شور شدید است (ابن فارس، ۱۴۰۷ق: ۷۲/۶). در فارسی، هیجان به معنی احساس شدید و برانگیختگی ذهنی یا جسمی است. در اصطلاح، هیجان (Emotion) در روان‌شناسی، حالت روانی و بدنی نسبتاً ناپایداری است که در پاسخ به محرک‌های بیرونی یا درونی پدید می‌آید و با تغییرات فیزیولوژیکی، رفتاری و شناختی همراه است. هیجان‌ها دارای ابعاد مختلفی هستند: شناختی، رفتاری و فیزیولوژیکی. هیجان‌ها از نظر نوع و شدت متفاوت‌اند و می‌توانند مثبت یا منفی، فعال‌کننده یا بازدارنده، لحظه‌ای یا پایدار باشند (پارسی، ۱۳۹۸: ۳۵).

«طیف هیجانات» به معنای گستره و دسته‌بندی هیجان‌ها در سطوح مختلف (از هیجان‌های پایه تا هیجان‌های ترکیبی) است که با توجه به شدت، جهت‌گیری و پیامدهای رفتاری آنها تحلیل می‌شوند.

۲. نظریه هیجانی رابرت پلاچیک

رابرت پلاچیک (Robert Plutchik)، روان‌شناس آمریکایی، در نظریه مشهور خود (۱۹۸۰) هیجان‌ها را در قالب یک الگوی چرخ‌مانند (wheel of emotions) توضیح می‌دهد. او معتقد است که هشت هیجان اصلی وجود دارد: شادی، غم، خشم، ترس، اعتماد، نفرت، تعجب و پیش‌بینی. این هیجان‌ها در سطوح مختلف شدت، با یکدیگر ترکیب شده و هیجان‌های پیچیده‌تری را می‌سازند (Plutchik, 1980) به‌عنوان مثال، ترکیب «خشم» و «تنفر» می‌تواند به هیجان «تحقیر» منجر شود.

پلاچیک همچنین بر نقش تکاملی هیجانات تأکید دارد و آنها را ابزارهایی برای بقا می‌داند که واکنش‌های سازگارانه انسان و حیوان را نسبت به تهدیدات محیطی هدایت می‌کنند.

طیف هیجانات در سوره مائده

کاربرد هیجانات پلاچیک در سوره مائده بدین شرح است:

۱. ترس

هیجان ترس یکی از بنیادی‌ترین هیجانات انسانی است که در نظریه رابرت پلاچیک نیز جایگاهی محوری دارد. قرآن کریم نیز به عنوان کتاب هدایت انسان، به بازنمایی این هیجان در موقعیت‌های گوناگون توجه کرده است. هیجان ترس در سوره مبارکه مائده را می‌توان مستند به نظریه پلاچیک تحلیل و بررسی نمود. آیه ۲۳ این سوره یکی از برجسته‌ترین نمونه‌هاست؛ آنجا که خداوند به نقل از دو تن از مؤمنان بنی اسرائیل می‌فرماید: ﴿يَا قَوْمِ ادْخُلُوا الْأَرْضَ الْمُقَدَّسَةَ الَّتِي كَتَبَ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَرْتَدُّوا عَلَى أَدْبَارِكُمْ فَتَنْقَلِبُوا خَاسِرِينَ﴾ (مائده: ۲۳). اما اکثریت قوم از ترس ساکنان سرزمین موعود، از دستور الهی سر باز می‌زنند و می‌گویند: ﴿إِنَّا لَنْ نَدْخُلَهَا أَبَدًا مَا دَامُوا فِيهَا فَاذْهَبْ أَنْتَ وَرَبِّكَ فَقَاتِلَا إِنَّا هَاهُنَا قَاعِدُونَ﴾ (مائده: ۲۴).

در تفسیر المیزان، علامه طباطبایی تحلیل دقیقی از ساختار روانی قوم بنی اسرائیل ارائه می‌دهد و ترس ایشان را نه ترسی طبیعی، بلکه ناشی از انحطاط روحی، ضعف ایمان و فقدان عزت نفس معرفی می‌کند. ایشان می‌نویسد: «انصراف آنان از ورود به سرزمین مقدس، نه از ترس جسمانی، که از خوگرفتن به ذلت و بی‌اعتمادی به وعده خداوند ناشی شده است» (طباطبایی، ۱۴۱۷ق: ۲۹۵/۶).

از سوی دیگر، در تفسیر الکشاف، زمخشری ترس آنان را ناشی از محاسبه عقلانی و ارزیابی خطر معرفی کرده و ضمن نقد این رویکرد، آن را دال بر فقدان ایمان به نصرت الهی می‌داند (زمخشری، ۱۴۰۷ق: ۶۸۵/۱). همچنین تفسیر مجمع البیان با نقل اقوال مختلف، هیجان ترس قوم بنی اسرائیل را در تقابل با شجاعت دو تن از مردان مؤمن قرار می‌دهد که از خدا می‌خواهند به آنان اعتماد شود و بر ترس فائق آیند (طبرسی، ۱۳۷۲: ۲۹۸/۳).

در روان‌شناسی هیجان، ترس به عنوان واکنشی طبیعی به خطر و تهدید تعریف می‌شود که می‌تواند به کنش «جنگ یا گریز» بینجامد. (fight or flight) در نظریه پلاچیک، ترس یکی از هشت هیجان بنیادین است که در کنار سایر هیجانات، به حفظ بقا کمک می‌کند. اما نکته مهم این

است که در فرهنگ دینی و آموزه‌های قرآنی، مرز میان ترس مثبت (تقوا) و ترس منفی (جبن و زبونی) به دقت مشخص شده است. قرآن بارها از «خوف» به عنوان امری مثبت در نسبت با خداوند یاد می‌کند، اما «ترس از غیر خدا» را امری نکوهیده و مانع از تحقق ایمان و عمل صالح می‌داند (بروس پری، ۱۳۹۰: فصل ۲).

در روایات نیز این نکته مورد توجه قرار گرفته است. برای مثال، امام علی (علیه السلام) در نهج البلاغه ترس از غیر خدا را نوعی بردگی معرفی می‌کند و می‌فرماید: «الْخَوْفُ يُمِيتُ الْقُلُوبَ» (نهج البلاغه، حکمت ۳۱۷).

در نهایت می‌توان گفت که سوره مائده با نمایش تقابل میان هیجان ترس در دو گروه - یکی گروهی که تسلیم آن می‌شوند و دیگری که آن را مهار می‌کند - به مخاطب می‌آموزد که ایمان، نقش تنظیم‌کننده‌ای در مهار ترس‌های فلج‌کننده دارد. نوآوری این تحلیل آن است که با تلفیق آموزه‌های قرآنی، روایی، تفسیری و روان‌شناختی، نشان داده شده است که هیجان ترس، چنانچه به شکل عقلانی و با تکیه بر باورهای ایمانی مدیریت نشود، می‌تواند به تعطیلی اراده، هراس از مسئولیت و در نهایت، سقوط در ذلت جمعی بینجامد.

۲. خشم

هدف خشم این نیست که به فرد توانایی گریز از موقعیت‌های تهدیدآمیز و آزادکننده را بدهد؛ بلکه هدف، تخریب یا عقب‌زدن آن موقعیت است (پلاچیک، ۱۳۷۱: ۹۷). خشم اکثر اوقات در شرایطی پدید می‌آید که به راه‌های مختلف، موانع غیرقابل‌تفوقی در مسیر رسیدن فرد به اهداف او ایجاد می‌گردد. خشم به مثابه یک واکنش در مقابل موانع گوناگون بروز می‌نماید و دارای ماهیتی آنی و زودگذر است (همان: ۱۰۳).

هیجان خشم به عنوان یکی از هیجانات بنیادین در نظریه رابرت پلاچیک، در طیف گسترده‌ای از واکنش‌های انسانی نسبت به تهدید، بی‌عدالتی یا هتک حرمت بروز می‌یابد. این هیجان را می‌توان در سوره مائده، در قالب‌های مختلفی از واکنش‌های الهی، پیامبر، مؤمنان و حتی کافران تحلیل نمود. قرآن کریم با دقت و ظرافت خاصی از این هیجان بهره می‌برد تا هم جنبه‌های هشداردهنده رفتارهای ناهنجار را بنمایاند و هم ضرورت کنترل خشم را در سطوح فردی و اجتماعی نشان دهد.

یکی از مهم‌ترین مواردی که خشم الهی در آن متجلی است، آیه ۶۰ سوره مائده است: ﴿قُلْ هَلْ أَنْتُمْ بِشِرِّ مِّنْ ذَلِكَ مَثُوبَةً عِنْدَ اللَّهِ مَن لَّعَنَهُ اللَّهُ وَغَضِبَ عَلَيْهِ...﴾ (مائده: ۶۰)؛ «بگو: آیا شما را آگاه کنم به کیفری بدتر از این در نزد خدا؟ کسانی که خدا لعنتشان کرده و بر آنان خشم گرفته است». این آیه به وضوح اشاره به خشم الهی نسبت به انحرافات عمدی برخی اقوام می‌کند. در تفسیر المیزان، علامه طباطبایی بیان می‌دارد که غضب الهی در این آیه به معنای دور شدن از رحمت الهی و مواجه شدن با کیفر دنیوی و اخروی است و شامل تبعید روح از مدار رحمت، تبدیل قلب‌ها و طبع شدن بر دل‌ها می‌شود (طباطبایی، ۱۴۱۷ق: ۲۶۹/۶).

همچنین در آیه ۸۲ سوره مائده، اشاره به دشمن‌ترین افراد نسبت به مؤمنان آمده که گرچه به‌طور صریح خشم ذکر نشده، اما زمینه روانی خصومت و نفرت‌ورزی به مثابه هیجان خشم را در بر دارد: ﴿لَتَجِدَنَّ أَشَدَّ النَّاسِ عَدَاوَةً لِلَّذِينَ آمَنُوا الْيَهُودَ...﴾ (مائده: ۸۲). در تفسیر نور، حجت‌الاسلام قرائتی این آیه را نشانه‌ای از شکل‌گیری خشم کور بر مبنای کینه دینی و حسادت معرفی می‌کند و می‌افزاید که خشم منفی زمانی شکل می‌گیرد که عقل و وجدان خاموش شود و تنها تعصبات قومی و دینی عمل کند (قرائتی، ۱۳۸۴: ۳/۳۷۴).

در حوزه روان‌شناسی، هیجان خشم زمانی بروز می‌یابد که فرد خود را تهدید شده یا تحقیر شده بداند. بر اساس دیدگاه آرون بک، خشم معمولاً پاسخی به برداشت‌های شناختی از تهدید، خیانت یا بی‌عدالتی است (بک، ۱۳۹۶: ۱۱۲). در این زمینه، آموزه‌های قرآنی به‌ویژه در سوره مائده، الگوی درستی از خشم سازنده و مخرب ارائه می‌دهند. در آیه ۸ از سوره مائده، با نهی از تعدی و دشمنی آمده است: ﴿وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ عَلَىٰ أَلَّا تَعْدِلُوا...﴾ (مائده: ۸)؛ «و کینه‌ورزی قومی، شما را بر آن ندارد که عدالت را رعایت نکنید». در مجمع‌البیان، طبرسی این آیه را نشانگر مهار خشم در برابر دشمنی معرفی می‌کند و بر لزوم غلبه بر هیجان خشم برای تحقق عدالت تأکید دارد (طبرسی، ۱۳۷۲: ۳/۲۴۳).

از نظر دیدگاه‌های روان‌شناسی اسلامی نیز، آیت‌الله جوادی آملی در تحلیل این آیات، هیجان خشم را یکی از ابزارهای مهم صیانت از دین، غیرت و دفاع از حق معرفی می‌کند که در صورت خروج از کنترل، به گناه، انتقام‌جویی و ظلم منجر می‌شود. وی در تبیین آیات ۸، ۲ و ۹۰ سوره مائده، مهار خشم را یکی از شروط رشد ایمانی می‌داند که بدون آن، مؤمن نمی‌تواند به عدالت برسد (جوادی آملی، ۱۳۹۱: ۳/۲۸۹).

از منظر روان‌شناسی شناختی-رفتاری نیز، آموزش مهارت‌های تنظیم هیجان خشم مانند تنفس عمیق، بازسازی شناختی و مهارت‌های حل مسئله به‌عنوان راهبردهای تعدیل خشم مورد تأکید قرار گرفته‌اند. در همین راستا، قرآن نیز به جای سرکوب هیجان، آن را به سمت هدفی متعادل و عادلانه هدایت می‌کند، که این امر در آموزه‌هایی نظیر «فَاعْفُوا وَاصْفَحُوا» و «كَاطْمِينَ الْغَيْظِ» نیز تأیید شده است. در مجموع، تحلیل خشم در سوره مائده نشان می‌دهد که قرآن این هیجان را نه تنها به رسمیت می‌شناسد، بلکه به دقت آن را در مسیر صحیح هدایت می‌کند. خشم در صورت مهار و هدایت‌شده، می‌تواند عامل حمایت از ارزش‌ها و عدالت باشد، اما در صورت بی‌مهاری به افراط، ظلم، افساد و نقض حقوق دیگران منتهی می‌شود. این نگاه، هم‌افزایی میان دیدگاه‌های تفسیری و روان‌شناسی شناختی-رفتاری را در تحلیل هیجان خشم اثبات می‌کند.

۳. شادی

شادی از عمل هماهنگ تمامی عواطف شخصیتی یکپارچه و کاملاً منسجم نشأت می‌گیرد؛ شخصیتی که در آن احساسات اصلی همدیگر را در رشته‌امالی که همگی متوجه یک یا چند هدف تقریباً متحد و هماهنگ است، تقویت می‌نمایند؛ لذا هر مقدار که شخصیت غنی‌تر، کامل‌تر، یکپارچه‌تر و منسجم‌تر باشد، با وجود پیش آمدن اقسام دردهای مختلف، ظرفیتی زیاده‌تر برای شادی دارد (پلاچیک، ۱۳۷۱: ۱۸۷). شادی زمانی ظاهر می‌گردد که فرد به هدفی عالی و آرمانی خود به‌صورت ناگهانی و غیرقابل انتظار دست پیدا کند (همان: ۱۰۹).

شادی در مفهوم عشق، در آیاتی از سوره مائده تجلی دارد. عشق در مفهوم قرآنی در قالب واژگانی نظیر «حُبّ» استفاده شده است. حُب به معنای دوستی، محبت و عشق است (معین، ۱۳۸۰: ۱۳۳۷). راغب اصفهانی محبت را خواستن و میل به چیزی که می‌بینی و آن را خیر می‌پنداری تعریف نموده و بر این عقیده است که محبت به سه صورت است: ۱. محبت و دوستی در راستای خرسند شدن و لذت بردن، نظیر محبت مرد نسبت به زن؛ ۲. محبتی که بر اساس بهره‌مندی معنوی است، نظیر چیزهای سودمند؛ ۳. محبت در راستای فضیلت و بزرگی، نظیر محبت دانشمندان و دانش‌پژوهان برای علم نسبت به همدیگر (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق: ۴۴).

شادی به‌عنوان یکی از اساسی‌ترین هیجانات مثبت در نظریه رابرت پلاچیک، در کنار هیجان‌هایی چون اعتماد، امید و عشق، نقشی مهم در سلامت روان، پویایی معنوی و انسجام

اجتماعی دارد. در سوره مائده نیز هیجان شادی در قالب‌های معنوی نظیر رضای الهی قابل تحلیل است؛ اما در عین حال، قرآن کریم نوع شادی را مورد ارزیابی و تفکیک قرار می‌دهد. برخلاف نگرش‌های عامیانه به شادی به مثابه لذت، سوره مائده میان شادی حقیقی برآمده از رضایت الهی و شادی موهوم برآمده از غفلت و طغیان، تمایز می‌نهد.

در آیه ۱۱۹ سوره مائده، خداوند در پایان گفت‌وگوی عیسی بن مریم (علیه السلام) و خداوند درباره مائده نازل شده می‌فرماید: ﴿هَذَا يَوْمُ يَنْفَعُ الصَّادِقِينَ صِدْقُهُمْ لَهُمْ جَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ ذَلِكَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ﴾ (مائده: ۱۱۹) که نشانه بارز شادی درونی و معنوی بندگان صالح است. این آیه با واژگانی چون «رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ» شادی دوسویه خدا و مؤمن را ترسیم می‌کند که در تفاسیر با عنوان رضایت متقابل و سرور حقیقی توصیف شده است. علامه طباطبایی در تفسیر المیزان ذیل این آیه، شادی مذکور را «شادی حقیقی انسان در سایه ارتباط وجودی با خدای سبحان» دانسته و آن را به شادی‌های دنیوی مشروط و ناپایدار معارض می‌داند (طباطبایی، ۱۴۱۷ق: ۶/۳۷۲).

از سوی دیگر، آیه ۶۴ سوره مائده شادی یهودیان را به‌عنوان شادی طغیانگرانه و کاذب نقد می‌کند: ﴿وَقَالَتِ الْيَهُودُ يَدُ اللَّهِ مَغْلُولَةٌ... كُلَّمَا أَوْقَدُوا نَارًا لِلْحَرْبِ أَطْفَأَهَا اللَّهُ وَيَسْعَوْنَ فِي الْأَرْضِ فَسَادًا وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ﴾ (مائده: ۶۴). در اینجا، شادی آنان از فساد و جنگ افروزی، نوعی هیجان منفی و ضداخلاقی است. فخر رازی در تفسیر این آیه معتقد است که این گروه، «فرح به باطل» دارند و چنین شادی‌ای مایه طغیان و دوری از هدایت است (فخر رازی، ۱۴۲۰ق: ۹۷/۱۲). بنابراین، سوره مائده در تقابل دو نوع شادی، به نقد نوعی از شادی می‌پردازد که ریشه در غفلت، استکبار و فساد دارد.

از منظر روان‌شناختی، شادی سالم منطبق با نظریه پلاچیک، منجر به «اعتماد و عشق» می‌شود، در حالی که شادی بیمارگون که در قرآن با تعبیر «فَرِحُوا بِمَا عِنْدَهُمْ مِنَ الْعِلْمِ» (غافر: ۸۳) آمده، می‌تواند با خودبرتربینی و تحقیر دیگران همراه باشد. شادی مطلوب قرآنی همان «رضایت» است که در مطالعات روان‌شناسی مثبت‌گرا همچون نظریه سلیگمن نیز به‌عنوان جزء اصلی «رضایتمندی از زندگی» مطرح می‌شود (سلیگمن، ۱۳۸۸: ۷۲).

در تبیین مصداقی، می‌توان به داستان نزول مائدهٔ آسمانی اشاره کرد (آیات ۱۱۲ تا ۱۱۵). درخواست قوم حواری از حضرت عیسی (علیه السلام) برای نزول مائده با این تعبیر بود: ﴿نُرِيدُ أَنْ نَأْكُلَ مِنْهَا وَتَطْمَئِنَّ قُلُوبُنَا﴾ (مائده: ۱۱۳) که از منظر روان‌شناختی، شادی را در پیوند با آرامش قلبی و اطمینان الهی قرار می‌دهد. طبری در تفسیر این آیه می‌گوید این شادی برخاسته از نشانه‌ای الهی بود که در دل مؤمنین اطمینان و در نتیجه، فرح ایمانی پدید آورد (طبری، ۱۴۱۰ق: ۴۴۷/۶). تحلیل نهایی نشان می‌دهد که سورهٔ مائده با ظرافت میان شادی مثبت (رضایت الهی، طمأنینهٔ قلبی، فلاح ایمانی) و شادی منفی (غرور، طغیان، فساد) مرزبندی می‌کند. در این میان، هیجان شادی به صورت ضمنی در قالب «رضا»، «فوز عظیم» و «طمأنینه» بازتاب یافته که با مبانی روان‌شناسی مثبت‌گرا همسو است.

۴. انتظار^۱

انتظار که در زبان فارسی برابر با واژه‌های «چشم داشتن» و «چشم به راه بودن» است (معین، ۱۳۸۲: ذیل «انتظار»)، در شمار عواطف اصلی بوده و همراه مفاهیم «نفی» و «اثبات» است؛ یعنی در این حالت یا فاعل احساسی، وضعیت موجود را نفی و به دنبال اثبات وضعیت مطلوب خود است؛ از این رو می‌توان گفت که انتظار همزاد انسان است و فقدان این عاطفه با سکون، رکود، مرگ و تباهی در پی دارد (شفیعی سروستانی، ۱۳۸۷: ۷).

از نظر روان‌شناسی، انتظار در مفهوم احتمال رفتاری است که در موقعیتی معین، منجر به دریافت پاداش گردد. راتر انتظار را احتمالی فاعلی در نظر داشته که ممکن است با احتمال حقیقی و واقعی مطابق باشد یا نباشد (خداپناهی، ۱۳۷۶: ۱۴۳).

از منظر پلاچیک، انتظار با شکلی از رفتار اکتشافی همراه است؛ فعالیتی ثابت که در ظاهر در راستای برقراری تماس فرد با محیط و کسب اطلاع وی از محیط اطراف خود عمل می‌نماید که نوعی الگوی اصلی رفتاری به نام رفتار اکتشافی است. اکتشاف در غالب موارد در نام‌های دیگری نظیر کنجکاوی، انتظار، پیش‌بینی و بازی ذکر می‌گردد. از طرفی دیگر، حالت‌های مختلف انتظار، ارتباطی بسیار نزدیک با مفاهیم یادگیری و شرطی شدن دارد. «ماهیت حالت انتظار و پیش‌بینی با

احساس تعجب در تناقض است. عاملی را که موجب تعجب می‌گردد، نمی‌توان از قبل پیش‌بینی نمود. یک ارگانیسم نمی‌تواند در لحظه‌ای معین نسبت به یک پدیده واحد نیز حالت تعجب داشته باشد و هم انتظار» (پلاچیک، ۱۳۷۱: ۱۲۷). واژگان در مترادف معنایی با این هیجان مشتمل بر پیش‌بینی، انتظار، توجه و آمادگی است.

هیجان «انتظار» در نظریه پلاچیک، از ترکیب دو هیجان «پیش‌بینی» و «شادی» شکل می‌گیرد و به‌عنوان یک حالت پیچیده در حوزه هیجان‌های آتی‌نگر و انگیزشی، نقشی اساسی در هدایت رفتار انسان ایفا می‌کند. این هیجان، به‌ویژه در متون دینی، با مفاهیمی همچون امید به هدایت، ترقب نصرت الهی، انتظار تحقق وعده‌های الهی یا بیم از مجازات آینده در هم می‌آمیزد. سوره مائده با ساختاری خاص که میان اتمام دین و تثبیت احکام الهی پیوندی وثیق ایجاد می‌کند، جلوه‌هایی از این هیجان را در رفتار مؤمنان، پیامبران و حتی مخالفان ترسیم می‌کند که می‌توان آن را در آیات این سوره تحلیل نمود.

یکی از مصادیق مهم این هیجان، آیه ۵۴ سوره مائده است: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا مَنْ يَرْتَدَّ مِنْكُمْ عَنْ دِينِهِ فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهَ بِقَوْمٍ يُحِبُّهُمْ وَيُحِبُّونَهُ...﴾ (مائده: ۵۴). در این آیه، «فَسَوْفَ يَأْتِي اللَّهُ...» نشانه‌ای صریح از یک انتظار الهی در آینده است؛ وعده‌ای که در پاسخ به ریزش احتمالی برخی از مسلمانان، با رویش جمعی دیگر همراه می‌شود. علامه طباطبایی در تفسیر المیزان با اشاره به کاربرد «سوف» در سیاق وعده، این آیه را دلالتی بر انتظار تحقق مشیت الهی در آینده نزدیک یا دور می‌داند که موجب امید و اطمینان مؤمنان راستین می‌شود. وی تأکید دارد که «این وعده با لحن محبت‌آمیز، هیجان انتظاری لطیف و نشاط‌بخش را در دل مؤمنان ایجاد می‌کند که در برابر تهدید ارتداد، به‌جای اضطراب، به وعده‌باوری گرایش پیدا می‌کنند» (طباطبایی، ۱۴۱۷ق: ۲۹۴/۶).

همچنین در آیه ۱۱۴ سوره مائده، هنگام دعای حضرت عیسی علیه السلام برای نزول مائده از آسمان آمده است: ﴿اللَّهُمَّ رَبَّنَا أَنْزِلْ عَلَيْنَا مَائِدَةً مِنَ السَّمَاءِ تَكُونُ لَنَا عِيدًا...﴾ (مائده: ۱۱۴). در این دعا، می‌توان انتظار تحقق وعده الهی را با لحنی امیدبخش و همراه با نوعی شوق جمعی دریافت کرد. فخر رازی با تکیه بر تعبیر «تَكُونُ لَنَا عِيدًا»، این دعا را نمود واضحی از انتظار تحقق یک رویداد پرشکوه و شادی‌آفرین دانسته است که در عین حال، ترسی از عدم اجابت نیز در آن مستتر است (فخر رازی، ۱۴۲۰ق: ۲۳۸/۱۳). انتظار در این آیه حالتی میان شوق و احتیاط دارد که دو هیجان اصلی آن، شادی و پیش‌بینی‌اند.

از منظر روان‌شناسی دینی، انتظار نوعی جهت‌گیری ذهنی به‌سوی آینده است که با امید، برنامه‌ریزی و تحمل در برابر سختی‌های فعلی همراه است. به تعبیر فرانکل، انتظار عامل معناساز در رنج‌های انسان است (فرانکل، ۱۳۹۵: ۹۴). در همین راستا، می‌توان گفت در سوره مائده، مؤمنانی که به وعده‌های الهی اعتماد دارند، حتی در هنگام تهدید، با ایجاد حالت انتظاری مثبت، انگیزه زیستن و مبارزه خود را حفظ می‌کنند. این تحلیل با یافته‌های استبروک نیز هماهنگ است، آنجا که انتظار مثبت را موجب پایداری روانی و افزایش امید اجتماعی می‌داند (استبروک، ۱۳۸۹: ۲۷۲).

در تحلیل رفتاری، این انتظار با دو کارکرد همراه است: نخست، بازدارندگی از ریزش در ایمان؛ دوم، زمینه‌سازی برای جذب نیروهای جدید. این دو پیامد رفتاری دقیقاً همان است که در آیه ۵۴ مورد اشاره قرار گرفته و تفسیر نور آن را این‌گونه توضیح می‌دهد: «وعده آوردن قومی دیگر، دل مؤمنان را گرم می‌کند و ارتدادیان را به بازگشت یا لااقل توقف در انکار وای می‌دارد» (قرائتی، ۱۳۸۴: ۲۶۹/۳).

از دیدگاه نظریه پلاچیک، این هیجان انتظار، ترکیبی از امید فعال (شادی) و پیش‌بینی احتمالات است که در قرآن به گونه‌ای پیچیده‌تر نمود یافته است. در سوره مائده، انتظار صرفاً یک هیجان منفعل نیست، بلکه ابزاری انگیزشی برای اقدام اخلاقی، ایستادگی در ایمان و حتی مقابله با تهدیدهای بیرونی تلقی می‌شود.

در نتیجه، سوره مائده با نمایش انتظار الهی و انسانی، به مؤمنان این پیام را می‌دهد که آینده در صورت وفاداری به عهد الهی، نه تنها مبهم و تهدیدآمیز نیست، بلکه روشن، پاداش‌دهنده و لبریز از وعده‌هایی است که باید با انتظار صبورانه و تلاش هدفمند به استقبال آن رفت.

۵. پذیرش

از جمله الگوهای اساسی و اصلی رفتار که در تمامی سطوح تکاملی وجود دارد، الگوی در خود فرو بردن غذا و بلع است. برخلاف اینکه این الگوی رفتاری از عمومیت و اهمیتی مشخص برخوردار است، از دیدگاه تئوریک به‌عنوان جریانی مهم روانی، توجهی نسبتاً کم به آن گردیده است. اما در ضرب‌المثل‌ها به این نکته بسیار توجه گردیده است؛ به‌عنوان مثال این‌گونه بیان شده است: انسان هیچ چیزی غیر از آنچه می‌خورد، نیست؛ من می‌خورم، پس من هستم؛ برترین جنگجویان افرادی هستند که بهتر می‌خورند؛ به همان میزانی که انسان می‌خورد، به همان میزان هم کار می‌کند (پلاچیک، ۱۳۷۱: ۱۱۵).

هیجان «پذیرش» به‌مثابه یکی از هیجانات مثبت، به حالتی درونی اطلاق می‌شود که در آن فرد با آرامش، واقعیتی را - چه خوشایند و چه ناخوشایند - می‌پذیرد و از مقاومت روانی، ذهنی یا رفتاری در برابر آن می‌پرهیزد. از منظر روان‌شناسی مثبت‌گرا، پذیرش از عوامل کلیدی تاب‌آوری روانی، رشد اخلاقی و سلامت هیجانی به شمار می‌رود (سلیگمن، ۲۰۰۲: ۱۳۴). در ادبیات قرآنی، این هیجان اغلب در قالب‌هایی چون «تسلیم»، «رضا» و «قبول حکم الهی» بازنمایی می‌شود و در سوره مائده نمونه‌هایی روشن از آن را می‌توان مشاهده کرد.

هیجان پذیرش را می‌توان در آیات مختلف سوره مائده تحلیل و بررسی نمود. در آیه ۲۷ سوره مائده، در داستان هابیل و قابیل، هیجان پذیرش قابل تحلیل است: ﴿إِذْ قَرَّبَا قُرْبَانًا فَتُقْبَلُ مِنْ أَحَدِهِمَا وَلَمْ يُتَقَبَلْ مِنَ الْآخَرِ...﴾ (مائده: ۲۷). این پذیرش از سوی خداوند، واکنشی مثبت و مبتنی بر تقوا را نشان می‌دهد و در مقابل، قابیل که فاقد روحیه پذیرش و تحمل ناکامی بود، به هیجان خشم و حسادت کشیده شد. هابیل اما در ادامه با جمله خود: ﴿لَئِنْ بَسَطْتَ إِلَيَّ يَدَكَ لِتَقْتُلَنِي مَا أَنَا بِبَاسٍ يَدِي إِلَيْكَ لَا قُتْلَكَ إِلَيَّ أَخَافُ اللَّهَ رَبَّ الْعَالَمِينَ﴾ (مائده: ۲۸)، اوج پذیرش را به نمایش می‌گذارد. در تفاسیر مختلف، این واکنش هابیل نشانه‌ای از تسلیم، خضوع و خودکنترلی اخلاقی تعبیر شده است. علامه طباطبایی این رفتار را به روحیه «تسلیم عارفانه» نسبت می‌دهد که در آن فرد حتی مرگ را در صورت رضای الهی می‌پذیرد (طباطبایی، ۱۴۱۷ق: ۵/۲۶۰). فخر رازی نیز آن را نوعی رشد اخلاقی می‌داند که ناشی از درک عمیق از ربوبیت خداوند است (فخر رازی، ۱۴۲۰ق: ۱۱۹/۱۲).

در آیات بعدی نیز، آموزه‌هایی پیرامون پذیرش حدود الهی در زمینه مجازات‌ها و احکام شرعی دیده می‌شود. به‌طور خاص در آیه ۴۴: ﴿إِنَّا أَنْزَلْنَا التَّوْرَةَ... وَمَنْ لَمْ يَحْكَمْ بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ فَأُولَئِكَ هُمُ الْكَافِرُونَ﴾ (مائده: ۴۴)، و نیز در آیه ۴۸: ﴿فَاَحْكُم بَيْنَهُم بِمَا أَنْزَلَ اللَّهُ وَلَا تَتَّبِعْ أَهْوَاءَهُمْ...﴾ (مائده: ۴۸)، به‌صراحت از ضرورت پذیرش احکام الهی در مقام قانون‌گذاری و داوری سخن گفته می‌شود. پذیرش این احکام - برخلاف میل و هوای نفس - نیازمند بلوغ ایمانی و مهار درونی است. طبرسی در مجمع‌البیان این پذیرش را نشان تسلیم در برابر حکمت الهی می‌داند و تفاوت آن را با انقیاد کورکورانه در پذیرش آگاهانه می‌بیند (طبرسی، ۱۳۷۲: ۵۵۲/۳).

از منظر روان‌شناسی، چنین پذیرشی نوعی توانایی انطباق روانی با موقعیت‌های چالش‌برانگیز است. هابیل در اوج تهدید جانی، به جای واکنش دفاعی و تلافی، از قدرت درون برای پذیرش وضعیت بهره می‌گیرد. این پدیده با نظریه «پذیرش و التزام» در روان‌شناسی ACT (درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد) هم‌راستا است که افراد را به پذیرش موقعیت و رفتارهای مبتنی بر ارزش‌ها دعوت می‌کند (Hayes et al., ۱۹۹۹: ۹۸). (به تعبیر آنها، پذیرش واقعی زمانی رخ می‌دهد که فرد درد را انکار نمی‌کند، بلکه آن را به رسمیت می‌شناسد و بر اساس ارزش‌های درونی واکنش نشان می‌دهد. نکته قابل توجه دیگر، آیه ۱۱۹ همین سوره است که در آن از خداوند نقل می‌شود: ﴿هَذَا يَوْمُ يَنْفَعُ الصَّادِقِينَ صِدْقُهُمْ...﴾ (مائده: ۱۱۹). پذیرش صداقت و نقش آن در نجات انسان‌ها، بر رابطه میان هیجانات مثبت و نجات اخروی تأکید می‌گذارد. در اینجا صداقت نوعی از پذیرش حقیقت تلقی می‌شود که در دنیا شکل گرفته و در آخرت پاداش می‌گیرد. طوسی در تبیین این آیه را نشانه پاداش الهی برای پذیرش ارزش‌های اخلاقی و صداقت می‌داند (طوسی، بی‌تا، ۳۷۴/۵). بنابراین می‌توان گفت هیجان «پذیرش» در سوره مائده، از طریق داستان هابیل و قایل، احکام الهی و تسلیم در برابر حدود و قانون خداوند، و نیز در ارج نهادن به صداقت، حضوری محوری دارد. این هیجان در عمیق‌ترین سطح خود، بیانگر سلامت روانی، ایمان اصیل و اتصال به ارزش‌های الهی است.

۶. اندوه

مقصود از هیجان اندوه، محرومیت و فقدان و از دست دادن پدیده‌ای شادی‌بخش است که فرد را در آن جذب نموده و یا با آن تماس داشته است. محرومیت با الگوی اصلی رفتاری همراه است که در انسان به مثابه اندوه و غم وصف می‌شود (پلاچیک، ۱۳۷۱: ۷۸-۷۹). در سوره مائده، اندوه (حزن) را به عنوان یک هیجان انسانی می‌توان تحلیل کرد، اما نه از منظر صرفاً روان‌شناختی یا منفعلانه، بلکه در پرتو هدایت الهی به سوی پایداری و آرامش درونی هدایت می‌شود. مهم‌ترین نمود اندوه در این سوره، در آیه ۴۱ تجلی یافته است که خداوند می‌فرماید: ﴿يَا أَيُّهَا الرُّسُولُ لَا يَحْزُنَكَ الَّذِينَ يُسَارِعُونَ فِي الْكُفْرِ...﴾ (مائده: ۴۱). این آیه خطاب به پیامبر اسلام ﷺ است، در حالی که با واقعیتی تلخ مواجه شده؛ برخی از اهل کتاب و منافقانی که به ظاهر ایمان آورده‌اند، عملاً به کفر بازمی‌گردند یا در آن شتاب می‌ورزند. خداوند پیامبر را از غصه خوردن برای آنان باز می‌دارد.

بر اساس تفسیر المیزان، غرض از نهی پیامبر از اندوه، نه بی‌اهمیت دانستن اعمال آنان، بلکه تثبیت دل او و جدا ساختن مسئولیت هدایت از پذیرش دلخواه مردم است؛ زیرا وظیفه پیامبر، تنها ابلاغ است، نه تحمیل هدایت بر دل‌ها (طباطبایی، ۱۴۱۷ق: ۱۵۹/۶). علامه طباطبایی می‌نویسد: «خداوند با این تعبیر لطیف، پیامبر را تسلی می‌دهد و به او می‌فهماند که نباید اضطراب و حزن داشته باشد از اینکه برخی از مردم به رغم زحماتش، راه ضلالت را می‌پیمایند» (همان: ۱۶۰/۶). همچنین در تفسیر نور آمده است که اندوه پیامبر از سر دلسوزی برای سرنوشت مردمان بوده و نه از ناکامی شخصی؛ چرا که پیامبر تجسم رحمت الهی بود (قرائتی، ۱۳۸۴: ۲۴۶/۴). در تفسیر روح‌المعانی نیز آمده است که خطاب «لَا يَحْزُنْكَ» از نوع نهی برای تسکین قلبی است، نه منع اخلاقی یا سرزنش. گویا خداوند می‌خواهد پیامبر را از سنگینی روانی مسئولیت سنگین دعوت و واکنش‌های منفی برخی افراد رهایی دهد (آلوسی، ۱۴۱۵ق: ۸۷/۶).

از دیدگاه روان‌شناختی، اندوه به‌مثابه پاسخی طبیعی به ناکامی در اهداف ارزشمند، واکنشی نیرومند و انسانی است. اما تداوم اندوه می‌تواند انرژی روانی انسان را تحلیل برده، وی را از اقدام مؤثر بازدارد. در روان‌شناسی اسلامی، حزن مفرط گاه به‌عنوان «غم شیطانی» معرفی می‌شود که موجب انسداد فکر و ضعف اراده است؛ در حالی که حزن مقطعی و جهت‌دار، عامل رشد درونی و بازسازی روان است. در این آیه، نهی از حزن در پیوند با وظیفه پیامبر در ابلاغ رسالت است، تا او از وابستگی عاطفی به نتایج مأموریتش رها گردد و با تمرکز بیشتر، مسئولیت الهی خود را ادامه دهد. افزون بر آن، از منظر اخلاقی و اجتماعی، این آیه پایه‌ای برای تربیت دینی مؤمنان نیز هست. یعنی آنان نیز نباید دل‌باخته پذیرش دیگران شوند و در صورت طرد شدن یا تمسخر، دچار اندوه و شکست روحی گردند. بلکه باید بدانند که راه حق همواره با مقاومت همراه است و پایداری در آن، مهم‌تر از تأیید اجتماعی است.

در مجموع، آیه ۴۱ سوره مائده با خطاب آرامش‌بخش الهی به پیامبر، هیجان اندوه را در بستری از ایمان، عقلانیت و رسالت قرار می‌دهد. نهی از اندوه، نشانه بی‌ارزشی این هیجان نیست، بلکه بیانگر لزوم کنترل و جهت‌دهی به آن در مسیر اهداف والای معنوی است. چنین نگاهی، دیدگاه قرآن را نسبت به هیجانات انسانی از جمله حزن، بسیار رشدبخش و تربیتی معرفی می‌کند؛ نه سرکوبگر یا بی‌اعتنا.

۷. تعجب

رابط پلاچیک در نظریه «چرخه هیجان‌ها»، تعجب را یکی از هشت هیجان پایه انسان می‌داند. او معتقد است که تعجب واکنشی است به رویدادهای ناگهانی و پیش‌بینی نشده که می‌تواند فرد را به جست‌وجوی اطلاعات جدید وادار کند. در واقع، تعجب به عنوان یک هیجان تطابقی، به انسان کمک می‌کند تا نسبت به محیط حساس‌تر شود و برای درک بهتر رویدادها، پردازش شناختی عمیق‌تری انجام دهد. پلاچیک همچنین بر این باور است که هیجان تعجب می‌تواند با هیجانات دیگر ترکیب شود و هیجانات پیچیده‌تری مانند سردرگمی یا کنجکاوی را پدید آورد (پلاچیک، ۱۳۸۵: ۷۱).

در دیگر منابع روان‌شناسی، تعجب به عنوان هیجانی شناختی مطرح می‌شود که به دنبال عدم تطابق میان انتظارات ذهنی فرد و واقعیت بیرونی بروز می‌کند. بر اساس نظریات شناختی هیجان، مانند دیدگاه مایر و شوتس‌وول، تعجب باعث توقف موقت فعالیت‌های جاری ذهن می‌شود و توجه را به منبع ناهماهنگی جلب می‌کند. این فرایند می‌تواند در یادگیری، تصمیم‌گیری و انطباق با شرایط جدید نقش کلیدی داشته باشد. به طور خاص، تعجب یکی از محرک‌های اصلی برای بازسازی طرحواره‌های ذهنی و گسترش دانش فردی در نظر گرفته می‌شود (مک‌دونالد و همکاران، ۱۳۹۲: ۲۶).

هیجان تعجب یکی از هیجانات بنیادین انسان است که در مواجهه با امور خلاف انتظار، ناباورانه یا حیرت‌آفرین رخ می‌دهد. این هیجان را در قرآن کریم، به‌ویژه در سوره مبارکه مائده، در موارد متعددی با هدف بیدارسازی عاطفی و تحریک معرفتی انسان، می‌توان تحلیل نمود. از منظر روان‌شناسی نیز، تعجب می‌تواند نقش کلیدی در فعال‌سازی فرایندهای شناختی، بازنگری در پیش‌فرض‌ها و تأمل در نشانه‌های الهی ایفا کند.

یکی از برجسته‌ترین جلوه‌های تعجب در سوره مائده، در آیه ۱۱۰ نمایان است، آنجا که خداوند خطاب به حضرت عیسی (علیه السلام) می‌فرماید: ﴿إِذْ قَالَ اللَّهُ يَا عِيسَى ابْنُ مَرْيَمَ اذْكُرْ نِعْمَتِي عَلَيْكَ وَعَلَىٰ وَالِدَتِكَ...﴾ (مائده: ۱۱۰). در این آیه، یادآوری نعمت‌هایی نظیر سخن گفتن در گهواره، شفای بیماران و زنده کردن مردگان با اذن الهی، زمینه‌ساز تعجب مخاطب از قدرت الهی و عظمت پیامبری حضرت عیسی (علیه السلام) است. فخر رازی در تفسیر این آیه می‌نویسد: «المقصود إظهار الآيات العجيبه الخارقة للعاده لتكون سببا لتصديق النبوة»؛ یعنی هدف، نشان دادن نشانه‌هایی استثنایی و خارق‌العاده برای تأیید نبوت است که خود مایه تعجب و بهت است (فخر رازی، ۱۴۲۰ق: ۱۲/۲۵۴).

علامه طباطبایی نیز بر بُعد فراطبیعی این معجزات تأکید کرده و آن را سبب بیداری قلوب می‌داند (طباطبایی، ۱۴۱۷ق: ۳۲۹/۶). تعجب در اینجا نه تنها جنبه ادراکی دارد، بلکه با تحیر و تکریم همراه است و ایمان‌آورنده را به تأملی ژرف در نظام آفرینش و پیام‌آوری وامی‌دارد.

در آیه ۱۱۲ نیز ادامه این فضای تعجب‌آمیز را می‌بینیم: ﴿إِذْ قَالَ الْحَوَارِيُّونَ يَا عِيسَى ابْنَ مَرْيَمَ هَلْ يَسْتَطِيعُ رَبُّكَ أَنْ يُنْزِلَ عَلَيْنَا مَائِدَةً مِنَ السَّمَاءِ...﴾ (مائده: ۱۱۲). در این آیه، درخواست نزول مائده آسمانی از سوی حواریون، اگرچه در ظاهر تقاضای تأیید ایمان است، اما در باطن، بارقه‌ای از تردید و تعجب نسبت به قدرت الهی را در خود دارد. زمخشری این درخواست را نوعی «تعجب همراه با آزمون‌طلبی» می‌خواند که نشان از ضعف ایمان دارد (زمخشری، ۱۴۰۷ق: ۶۲۸/۱). طبری نیز بر این نکته تأکید دارد که آنان از باب اعجاب و انتظار تأیید بیشتر این درخواست را بیان کردند، نه انکار (طبری، ۱۴۱۰ق: ۴۳۵/۱۰).

در پاسخ، حضرت عیسی (علیه السلام) با لحنی هشداردهنده و در عین حال شگفتی‌آفرین می‌فرماید: «اتَّقُوا اللَّهَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ» (مائده: ۱۱۲)؛ یعنی اگر شما واقعاً مؤمن هستید، چرا در مقام آزمون پروردگار برمی‌آید؟ این پاسخ خود حاوی تعجبی نهفته از میزان ناپایداری ایمان آنان است. در تفسیر نور، حجت‌الاسلام قرائتی نیز بر کارکرد تربیتی این آیات تأکید دارد و تعجب را مقدمه‌ای برای تذکر و بازاندیشی در نعمت‌ها می‌داند (قرائتی، ۱۳۸۴: ۱۸۶/۴). همچنین وی یادآور می‌شود که فضای عاطفی آیات، مخاطب را درگیر تجربه‌ای شگرف می‌کند که بر قدرت بی‌حد و حصر خداوند انگشت می‌گذارد.

از نگاه روان‌شناسی دینی، این شکل از تعجب، «تحیر ایمانی» خوانده می‌شود؛ هیجانی که به جای شک و انکار، به افزایش انگیزه شناختی برای درک ژرفای حقایق می‌انجامد. به عبارتی، تعجب دینی نوعی واکنش شناختی-عاطفی به امری فراتر از عادت است که می‌تواند به تثبیت ایمان بینجامد.

افزون بر این، در پایان سوره مائده، آیه ۱۱۵ آمده است که اگر کسی پس از نزول مائده کفر ورزد، به سخت‌ترین عذاب دچار می‌شود: ﴿فَمَنْ يَكْفُرْ بَعْدُ مِنْكُمْ فَإِنِّي أُعَذِّبُهُ عَذَابًا لَا أُعَذِّبُهُ أَحَدًا مِنَ الْعَالَمِينَ﴾ (مائده: ۱۱۵). این تهدید، شدت تعجب را به اوج می‌برد؛ چرا که میان رحمت نزول مائده و عذاب بی‌مانند برای ناسپاسی، تضاد آشکاری وجود دارد که مخاطب را به واکنشی عاطفی شدید وادار می‌سازد. در تفسیر مجمع‌البیان آمده که این تقابل نشانه «شدت اهتمام الهی به نعمت‌ها» و «شگفت‌انگیزی ناسپاسی بشر» است (طبرسی، ۱۳۷۲: ۴۸۷/۳).

در جمع‌بندی می‌توان گفت که تعجب در سوره مائده، ابزاری برای بیدارسازی معرفتی و دینی است؛ از یک سو نسبت به معجزات حضرت عیسی (علیه السلام)، از سوی دیگر نسبت به ضعف ایمان حواریون، و در نهایت شگفتی از ناسپاسی پس از مشاهده نعمت آشکار. این کارکرد تربیتی و روانی، جایگاه تعجب را در قرآن، به عنوان هیجانی پویا و هدایتگر تثبیت می‌کند.

۸. انزجار

رابط پلاچیک در نظریه «چرخ هیجانات» خود، انزجار را یکی از هشت هیجان پایه انسان معرفی می‌کند. از نظر او، انزجار هیجانی بنیادین است که نقش محافظتی در برابر تهدیدهای زیستی ایفا می‌کند؛ برای مثال، واکنشی به مواد فاسد، زباله یا خون آلوده. پلاچیک بیان می‌کند که انزجار با هدف دور کردن فرد از محرک‌هایی که احتمال آسیب‌زایی دارند شکل گرفته و می‌تواند پایه‌ساز کنش‌هایی همچون اجتناب یا استفراف باشد. این هیجان، مانند دیگر هیجانات پایه، با سایر هیجانات ترکیب شده و می‌تواند هیجان‌های پیچیده‌تری مانند تحقیر یا خشم را ایجاد کند (پلاچیک، ۱۳۸۵: ۹۴).

در منابع دیگر روان‌شناسی نیز، انزجار به عنوان هیجانی پایه‌ای با نقش شناختی و رفتاری مهم شناخته می‌شود. این هیجان غالباً با احساس نفرت، اجتناب و بیزاری همراه است و به‌ویژه در مواجهه با تهدیدهای بهداشتی یا اخلاقی بروز می‌کند. در کتاب هیجان‌های پایه در روان‌شناسی آمده است که انزجار می‌تواند به صورت واکنشی به غذاهای فاسد، مواد آلوده، یا حتی رفتارهای ناپسند اجتماعی مانند خیانت یا خشونت عمل کند. پژوهشگران معتقدند که انزجار علاوه بر پایه زیستی، پایه‌های فرهنگی و یادگیری نیز دارد و شدت آن می‌تواند در فرهنگ‌های مختلف متفاوت باشد (مک‌دونالد و همکاران، ۱۳۹۲: ۷۲).

هیجان انزجار را در قرآن معمولاً نسبت به افعال، رفتارها یا صفاتی می‌توان تحلیل نمود که با فطرت الهی انسان یا با نظام ارزشی توحیدی در تضاد هستند. در سوره مائده، این هیجان به شکلی برجسته در واکنش خداوند نسبت به کفر، خیانت، تحریف دین و نقض عهد از سوی اهل کتاب و منافقان تجلی یافته است. به عنوان نمونه، در آیه ۶۰، خداوند پس از ذکر گناهان قوم یهود و انکار آنان نسبت به آیات الهی، می‌فرماید: ﴿قُلْ هَلْ أَتَيْتُكُمْ بِشَرٍّ مِّنْ ذَلِكَ مَثُوبَةً عِنْدَ اللَّهِ مَن لَعَنَهُ اللَّهُ وَغَضِبَ عَلَيْهِ وَجَعَلَ مِنْهُمْ الْفِرْدَۃَ وَالْخَنَازِيرَ وَعَبَدَ الطَّاغُوتَ أُولَٰئِكَ شَرٌّ مَّكَانًا وَأَضَلُّ عَن سَوَاءِ السَّبِيلِ﴾ (مائده: ۶۰). در این آیه، استفاده از تعبیر شدید و نفرت‌برانگیز مانند «لعن»، «غضب» و

«تبدیل به بوزینه و خوک» ناظر بر شدت انزجار خداوند نسبت به کسانی است که حقایق دین را تحریف کرده و در برابر هدایت الهی ایستاده‌اند (طباطبایی، ۱۴۱۷ق: ۳۸۵/۶).

همچنین در آیه ۶۳ همین سوره، انزجار نسبت به علمای سوء که مردم را از فساد باز نمی‌دارند، با زبانی توییحی ابراز می‌شود: ﴿لَوْلَا يَنْهَاهُمُ الرَّبَّانِيُّونَ وَالْأَحْبَارُ عَنْ قَوْلِهِمُ الْإِثْمَ وَأَكْلِهِمُ السَّحْتَ لَإِثْسَ مَا كَانُوا يَفْعَلُونَ﴾ (مائده: ۶۳). واژه «لِئْسَ» در اینجا نشانه‌ای از انزجار اخلاقی و دینی خداوند نسبت به سکوت در برابر فساد و عدم اجرای مسئولیت‌های اجتماعی است (طبرسی، ۱۳۷۲: ۲۹۸/۳؛ فخر رازی، ۱۴۲۰ق: ۱۸۰/۱۲).

در تبیین چرایی این انزجار، مفسران تأکید دارند که انزجار خداوند برخاسته از عدالت و حکمت اوست. این هیجان نه واکنشی سطحی، بلکه موضعی کیهانی علیه اختلال در نظم حق است. در این راستا، آیت‌الله جوادی آملی تصریح می‌کند که انزجار الهی نسبت به باطل، نشانه کمال مطلق او در دفع شر است؛ زیرا اگر چنین نباشد، معنای قبح و حسن در دستگاه الهی مخدوش می‌گردد (جوادی آملی، ۱۳۹۱: ۴۵۶/۱۲).

در سوره مائده، این انزجار نه تنها ناظر بر افعال آشکار، بلکه شامل نفاق و پنهان کاری در دین نیز می‌شود؛ چنان که در آیه ۴۱ به صراحت از گروهی یاد می‌شود که «يُخَرِّفُونَ الْكَلِمَ مِنْ بَعْدِ مَوَاضِعِهِ» و خداوند این کار آنان را مستوجب غضب و انزجار خویش می‌داند (سیوطی، ۱۴۱۴ق: ۱۰۲/۳). این انزجار ریشه در تحریف وحی، نفاق درونی و طغیان بر حق دارد.

در نهایت، سوره مائده انزجار الهی را نه صرفاً به عنوان یک واکنش عاطفی، بلکه به مثابه یک قضاوت ارزشی و تربیتی معرفی می‌کند که جامعه ایمانی را از سقوط در ورطه شرک، نفاق، تحریف و فساد بازمی‌دارد. در اینجا، هیجان انزجار کارکردی پیشگیرانه، اصلاحی و هشداردهنده دارد که مخاطب را از انحراف و افساد بازمی‌دارد و در عین حال، رحمت الهی را برای اهل ایمان نمایان تر می‌سازد.

بحث

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که هیجانات هشت‌گانه پلاچیک در سوره مائده نه تنها به عنوان واکنش‌های زیستی، بلکه در چارچوبی شناختی-ایمانی بازخوانی شده‌اند که تفاوت ماهوی با رویکرد صرفاً تکاملی پلاچیک دارد. در حالی که پلاچیک هیجان ترس را مکانیسم بقای محض (گریز) می‌داند، تحلیل‌های تفسیری مستخرج از میزان و الکشاف نشان می‌دهد که قرآن این

هیجان را به «خودتنظیمی ایمانی» و «تقوا» ارتقا داده و مرز میان ترس‌های وجودی و ترس‌های مذموم (جبن) را ترسیم کرده است. این یافته با پژوهش‌های نوین روان‌شناسی دینی (مانند مطالعات بروس پری) همسو است، با این تفاوت که قرآن با الگوی «خوف از خدا»، ترس را به عامل پیوند مجدد با ارزش‌های عالی بدل کرده و از چرخه «جنگ یا گریز» خارج می‌کند.

همچنین، در مقایسه با مطالعات شناختی-رفتاری آرون بک که خشم را عمدتاً پاسخی به تهدید می‌داند، این پژوهش نشان داد که سوره مائده با نهی از تأثیرگذاری «شَتَان» (کینه‌ورزی) بر «عدالت»، هیجان خشم را نه صرفاً به واکنش شخصی، بلکه به مسئولیت اجتماعی عادلانه پیوند می‌زند، که این فراتر از مدل‌های سنتی مدیریت خشم است.

در حوزه هیجانات مثبت مانند شادی و انتظار، یافته‌های ما با نظریات «شادی پایدار» سلیگمن همگرایی دارد، اما با یک تمایز کلیدی؛ در روان‌شناسی مثبت‌گرا، شادی غالباً معطوف به رضایت از زندگی مادی است، حال آنکه یافته‌های این تحقیق در ذیل آیه ۱۱۹ سوره مائده «رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ» شادی را در تعامل وجودی با خداوند بازتعریف می‌کند.

همچنین، در بررسی انزجار، در حالی که پژوهش‌های تجربی آن را صرفاً پاسخی به محرک‌های آلوده (زیستی) معرفی می‌کنند، تحلیل داده‌های سوره مائده ثابت کرد که انزجار قرآنی، «انزجار اخلاقی و کیهانی» نسبت به فساد و تحریف است. این نتیجه‌گیری با نظریات جدید «انزجار اخلاقی» در حوزه علوم اعصاب شناختی اجتماعی مطابقت دارد که نشان می‌دهد انزجار، نقشی بنیادی در حفظ سلامت هنجاری جوامع ایفا می‌کند.

بنابراین، تلفیق مدل هشت‌گانه پلاچیک با ساختار سوره مائده، نه تنها مدل او را در ساحت معنویت‌محور تفسیرپژوهی تأیید می‌کند، بلکه آن را از سطح یک مکانیسم زیستی به یک نظام «هیجان‌مدار ارزش‌محور» تعالی می‌بخشد.

نتیجه‌گیری

تحلیل آیات سوره مائده بر اساس هشت هیجان بنیادین انسانی، یعنی «خشم، ترس، شادی، غم، تعجب، انزجار، انتظار و پذیرش»، نشان می‌دهد که قرآن کریم نه تنها در پی آموزش گزاره‌های معرفتی و احکام فقهی است، بلکه در لایه‌های عمیق‌تر خود، به هدایت هیجانات انسانی نیز توجه جدی دارد. هر یک از این هیجانات در بستر خاصی از مخاطبه الهی به کار رفته تا ساختاری منسجم از تربیت هیجانی مؤمنان را پدید آورد؛ ساختاری که نه فقط به مهار هیجانات منفی چون خشم،

ترس، اندوه و انزجار می‌پردازد، بلکه تقویت هیجانات مثبت چون شادی، پذیرش و انتظار نیز در آن جایگاهی راهبردی دارد.

هیجان خشم، در سوره مائده بیشتر به خشم الهی نسبت به پیمان‌شکنان، اهل تحریف و کسانی که به آیات خدا پشت می‌کنند، بازمی‌گردد و در این بستر، کارکرد تنبیهی و هشداردهنده دارد. ترس در قالب خوف از خداوند و از عواقب گناه، به مؤمنان توصیه می‌شود، اما به‌گونه‌ای جهت‌دهی می‌شود که آنان را به‌سوی تقوا، دقت در عمل و پرهیز از ظلم سوق دهد. شادی در آیات این سوره با مبانی توحیدی، وفاداری به پیمان الهی و بهره‌مندی از نعمت‌های مشروع الهی پیوند دارد، اما در برابر شادی ناشایست ناشی از غرور و سرمستی هشدار داده می‌شود.

هیجان غم بیشتر به احساس حسرت انسان‌های مؤمن در برابر انحراف گناه‌کاران بازمی‌گردد؛ از جمله در غم‌خواری عیسی بن مریم (علیه السلام) برای امتش، یا غم پیامبر اسلام (صلی الله علیه و آله) برای کسانی که ایمان نمی‌آورند، که این غم همچون عامل پیوند انسانی و رحمت الهی در متن پیام وحی ظاهر می‌شود. تعجب نیز در مواجهه با رفتارهای متناقض، ناسپاسی و نافرمانی انسان‌ها در برابر الطاف خداوند بروز می‌کند و از منظر قرآنی، ابزاری است برای بیدارسازی عقل و دل مخاطب.

در سوی دیگر، انزجار، به‌ویژه نسبت به اعمال خبیث، پیمان‌شکنی، خوردن مال حرام و تحریف دین، با ادبیاتی قاطع بیان می‌شود و مخاطب را به مرزبندی جدی میان خیر و شر هدایت می‌کند. هیجان پذیرش، در قالب تسلیم در برابر احکام الهی و پذیرش ولایت خداوند و پیامبرانش، ستون ایمان معرفی می‌شود و قرآن مؤمنان را به این پذیرش آگاهانه و فعال فرا می‌خواند. در نهایت، هیجان انتظار نیز در قالب انتظار تحقق وعده‌های الهی به مؤمنان و عدالت الهی بر گناه‌کاران، تقویت‌کننده صبر، پایداری و امید در جامعه دینی است.

برآیند این تحلیل روشن می‌سازد که قرآن کریم، به‌ویژه در سوره مائده، آموزه‌های خود را نه به‌صورت خشک و انتزاعی، بلکه با درگیر کردن عواطف و هیجانات بنیادین مخاطب عرضه می‌کند. این درگیری هیجانی، باعث تأثیر عمیق‌تر پیام وحی و شکل‌گیری ایمان پویا و اخلاقی در متن جامعه اسلامی می‌شود. قرآن از رهگذر مدیریت و هدایت این هیجانات، نوعی «عقلانیت هیجانی و حیانی» را پی‌ریزی می‌کند که در آن انسان مؤمن، نه صرفاً به‌واسطه احساس، بلکه با هدایت احساس در چارچوب عقل و وحی، زندگی متعادل و الهی را تجربه می‌کند. این رویکرد، سوره مائده را به الگویی ممتاز در پیوند میان تربیت عقلانی، اخلاقی و هیجانی بدل می‌سازد؛ الگویی که هنوز هم برای نظام‌های تربیتی دینی و انسانی، الهام‌بخش و راه‌گشا است.

منابع

- قرآن کریم؛ ترجمه ناصر مکارم شیرازی.
- آلوسی، شهاب‌الدین سیدمحمود، روح المعانی فی تفسیر القرآن العظیم و السبع المثانی، بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۱۵ق.
- ابن عاشور، محمدطاهر، التحرير و التنویر، بیروت: دارالفکر، بی‌تا.
- ابن فارس، احمد، معجم مقاییس اللغة، بیروت: دارالفکر، ۱۳۸۷ش.
- ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۰۸ق.
- آلن، برابارا و دیگران، هیجان‌ها در روان‌شناسی معاصر، فصلنامه روان‌شناسی شناختی، شماره ۳، ۱۴۰۰ش.
- بک، آرون، درمان شناختی اختلالات هیجانی، ترجمه محمد قاسم‌زاده، تهران: انتشارات ارجمند، ۱۳۹۶ش.
- بهشتی، حسن، نسبت علم و قرآن با تأکید بر روش‌شناسی علوم انسانی اسلامی، فصلنامه معرفت فلسفی، شماره ۳۳، ۱۳۸۹ش.
- پارسا، محمد، روان‌شناسی انگیزش و هیجان، تهران: نشر بعثت، ۱۳۹۱ش.
- پارسا، محمدتقی، روان‌شناسی انگیزش و هیجان، تهران: نشر بعثت، ۱۳۸۵ش.
- پلاچیک، رابرت، روان‌شناسی هیجان‌ها، ترجمه یحیی سیدمحمودی، تهران: انتشارات ارجمند، ۱۳۹۶ش.
- پلاچیک، روبرت، هیجان‌ها: حقایق، نظریه‌ها و یک مدل جدید، ترجمه محمود رمضان‌زاده، مشهد: آستان قدس رضوی، ۱۳۷۱ش.
- تولستوی، لئون، هنر چیست؟، ترجمه کاوه دهگان، تهران: امیرکبیر، ۱۳۶۴ش.
- جانسون، مارک، بدن در ذهن: بنیان‌های بدنی معنا، تخیل و عقلانیت، ترجمه محمدمهدی فتوره‌چی، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی، ۱۳۹۳ش.
- جعفری، یعقوب، تفسیر کوثر، قم: هجرت، ۱۳۷۵ش.
- جوادی آملی، عبدالله، اخلاق در قرآن، ج ۳، قم: نشر اسراء، ۱۳۹۱ش.
- حسینی همدانی، محمد، انوار درخشان در تفسیر قرآن، تهران: لطفی، ۱۴۰۴ق.
- خسروپناه، عبدالحسین، مبانی علم دینی، تهران: پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی، ۱۳۹۱ش.

- راغب اصفهانی، حسین، المفردات فی غریب القرآن، تهران: دارالعلم، ۱۴۰۴ق.
- زمخشری، محمود، الکشاف عن حقائق غوامض التنزیل، بیروت: دارالکتب العربی، ۱۴۰۷ق.
- سروش، عبدالکریم، علم و دین، تهران: صراط، ۱۳۸۰ش.
- سلیگمن، مارتین، روان‌شناسی مثبت‌نگر، ترجمه اکبر ناصری، تهران: دانژه، ۱۳۸۸ش.
- سیوطی، جلال‌الدین و محلی، جلال‌الدین، الدر المنثور فی التفسیر بالمأثور، بیروت: دارالفکر، ۱۴۱۴ق.
- شاملو، سعید، بهداشت روانی، تهران: رشد، ۱۳۹۸ش.
- شولتز، دوئن، نظریه‌های شخصیت، ترجمه یوسف کریمی و همکاران، تهران: نشر ویرایش، ۱۳۹۸ش.
- طاهری اصل، مهدی و نبی‌لو، علیرضا، بررسی کاربردشناسی کنش‌های گفتاری در باب شیر و گاو کیله و دمنه بر اساس نظریه پلاچیک، فصلنامه تفسیر و تحلیل متون زبان و ادبیات فارسی، شماره ۴۴، ۱۳۹۹ش.
- طباطبایی، سیدمحمدحسین، تفسیر المیزان، قم: دفتر انتشارات اسلامی، ۱۴۱۷ق.
- طباطبایی، سیدمحمدحسین، المیزان فی تفسیر القرآن، ترجمه محمدباقر موسوی همدانی، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه، ۱۳۷۴ش.
- طبرسی، فضل بن حسن، مجمع‌البیان، تهران: فراهانی، ۱۳۷۲ش.
- طبرسی، فضل بن حسن، ترجمه تفسیر جوامع الجامع، مشهد: آستان قدس رضوی، ۱۳۷۵ش.
- عسکری، ابوهلال حسن بن عبدالله، فروق اللغة، قم: جامعه مدرسین، ۱۴۲۸ق.
- فیاضی، غلامرضا، روان‌شناسی اسلامی با رویکرد قرآنی، تهران: سمت، ۱۳۹۸ش.
- قربانی، ناهید، تحلیل هیجان ترس در متون دینی و تأثیر آن بر رفتار اجتماعی، فصلنامه روان‌شناسی دین و معنویت، ۱۰(۲)، ۱۳۹۹ش.
- قرشی بنابی، علی‌اکبر، تفسیر احسن‌الحديث، تهران: بعثت، ۱۳۷۵ش.
- قطب، سید، فی ظلال القرآن، بیروت: دارالشروق، ۱۴۲۵ق.
- کلائیبرگ، اتو، روان‌شناسی اجتماعی، ترجمه علی محمد کاردان، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی، ۱۳۸۶ش.

کیایی، زهرا؛ باقری، فریبرز؛ و ابوالمعالی الحسینی، خدیجه، بررسی طبقات هیجان در ساختار وجودی انسان در قرآن منطبق بر نظریه روان تکاملی پلاچیک، پژوهش در دین و سلامت، شماره ۷، ۱۴۰۰ش.

گنجی، حمزه، روان شناسی عمومی، تهران: ساوالان، ۱۳۹۵ش.
مراغی، احمد مصطفی، تفسیر مراغی، بیروت: دارالفکر، بی تا.
مظاهری، سیدجواد، تحلیل عواطف در قرآن با رویکرد شناختی، فصلنامه معرفت، شماره ۱۹۵، ۷۲-۵۵، ۱۳۹۴ش.

معین، محمد، فرهنگ معین، تهران: دانشگاه تهران، ۱۳۸۰ش.
مصطفوی، حسن، التحقيق فی کلمات القرآن الکریم، تهران: بنگاه ترجمه و نشر کتاب، ۱۳۷۱ش.
مغنیه، محمدجواد، تفسیر کاشف، قم: بوستان کتاب، ۱۳۷۸ش.
مک دونالد، کاترین؛ لوئیس، مایکل؛ و هورویتز، الیزابت، هیجان های پایه در روان شناسی، ترجمه محمود منصور و نسرین دادستان، تهران: نشر بعثت، ۱۳۹۲ش.
مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴ش.
نصر، سیدحسین، دانش و معنویت، ترجمه احمد آرام، تهران: طرح نو، ۱۳۸۰ش.
ویلیامز، کیت، شناخت درمانی هیجان مدار، ترجمه محمدجعفر قهاری، تهران: انتشارات رشد، ۱۳۹۷ش.

Reference

Reeve, J., Motivation and Emotion, Translated by Yahya Seyed Mohammadi, Tehran: Virayesh, 2019.

References

- al-Qur'ān al-Karīm (The Noble Qur'ān), trans. Nāṣir Makārim Shīrāzī.
- Allen, Barbara, et al., "Emotions in Contemporary Psychology," *Cognitive Psychology Quarterly*, no. 3, 1400 SH (2021 CE).
- Ālūsī, Shihāb al-Dīn Sayyid Maḥmūd, Rūḥ al-Ma'ānī fī Tafsīr al-Qur'ān al-'Azīm wa-al-Sab' al-Mathānī (The Spirit of Meanings in the Interpretation of the Mighty Qur'ān and the Repeated Seven), Beirut: Dār Iḥyā' al-Turāth al-'Arabī, 1415 AH (1994 CE).
- 'Askarī, Abū Hilāl Ḥasan ibn 'Abdullāh, Furūq al-Lughah (The Distinctions of Linguistic Meanings), Qom: Society of Seminary Teachers, 1428 AH (2007 CE).
- Beck, Aaron, *Cognitive Therapy of Emotional Disorders*, trans. Muḥammad Qāsimzādah, Tehran: Arjmand Publications, 1396 SH (2017 CE).
- Beheshtī, Ḥasan, "The Relationship between Science and the Qur'ān with Emphasis on the Methodology of Islamic Humanities," *Philosophical Knowledge Quarterly*, no. 33, 1389 SH (2010 CE).
- Fayyādī, Ghulām Riḍā, *Islamic Psychology with a Qur'ānic Approach*, Tehran: SAMT, 1398 SH (2019 CE).
- Ganji, Ḥamzah, *General Psychology*, Tehran: Sāvālān, 1395 SH (2016 CE).
- Ḥusaynī Hamadānī, Muḥammad, *Anwār al-Darakhshān fī Tafsīr al-Qur'ān* (Brilliant Lights in the Interpretation of the Qur'ān), Tehran: Luṭfī, 1404 AH (1984 CE).
- Ibn 'Āshūr, Muḥammad Ṭāhir, *al-Taḥrīr wa-al-Tanwīr* (Liberation and Enlightenment), Beirut: Dār al-Fikr, n.d.
- Ibn Fāris, Aḥmad, *Mu'jam Maqāyīs al-Lughah* (Dictionary of the Standards of Language), Beirut: Dār al-Fikr, 1387 SH (2008 CE).
- Ibn Manẓūr, Muḥammad ibn Mukarram, *Lisān al-'Arab* (The Arabic Language), Beirut: Dār Iḥyā' al-Turāth al-'Arabī, 1408 AH (1988 CE).
- Ja'farī, Ya'qūb, *Tafsīr Kawthar* (Kawthar Commentary), Qom: Hijrat, 1375 SH (1996 CE).
- Jawādī Āmulī, 'Abdullāh, *Ethics in the Qur'ān*, Vol. 3, Qom: Isrā' Publications, 1391 SH (2012 CE).
- Johnson, Mark, *The Body in the Mind: The Bodily Basis of Meaning, Imagination, and Reason*, trans. Muḥammad Mahdī Fotūrechi, Tehran: Scientific and Cultural Publications, 1393 SH (2014 CE).

- Khosropanāh, ‘Abd al-Ḥusayn, *Foundations of Religious Science*, Tehran: Research Institute for Islamic Culture and Thought, 1391 SH (2012 CE).
- Kiyā’ī, Zahrā; Bāqirī, Fereydūn; and Abū al-Ma‘ālī al-Ḥusaynī, Khadījah, “An Examination of the Levels of Emotion in the Ontological Structure of the Human Being in the Qur’ān Based on Plutchik’s Psychoevolutionary Theory,” *Research in Religion and Health*, no. 7, 1400 SH (2021 CE).
- Klineberg, Otto, *Social Psychology*, trans. ‘Alī Muḥammad Kārdān, Tehran: Scientific and Cultural Publications, 1386 SH (2007 CE).
- MacDonald, Catherine; Lewis, Michael; and Horowitz, Elizabeth, *Basic Emotions in Psychology*, trans. Maḥmūd Manṣūr and Nasrīn Dādestān, Tehran: Ba‘that Publishing, 1392 SH (2013 CE).
- Makārim Shīrāzī, Nāṣir, *Tafsīr-i Namūnah (The Exemplary Commentary)*, Tehran: Dār al-Kutub al-Islāmiyyah, 1374 SH (1995 CE).
- Marāghī, Aḥmad Muṣṭafā, *Tafsīr al-Marāghī (Al-Marāghī Commentary)*, Beirut: Dār al-Fikr, n.d.
- Mazāhirī, Sayyid Javād, “An Analysis of Emotions in the Qur’ān from a Cognitive Perspective,” *Ma‘rifat Quarterly*, no. 195, pp. 55–72, 1394 SH (2015 CE).
- Mughniyah, Muḥammad Jawād, *Tafsīr al-Kāshif (The Unveiling Commentary)*, Qom: Bustān-i Kitāb, 1378 SH (1999 CE).
- Mu‘īn, Muḥammad, *Farhang-i Mu‘īn (Mu‘īn Dictionary)*, Tehran: University of Tehran, 1380 SH (2001 CE).
- Muṣṭafawī, Ḥasan, *al-Taḥqīq fī Kalimāt al-Qur’ān al-Karīm (A Study of the Words of the Holy Qur’ān)*, Tehran: Translation and Publication Institute, 1371 SH (1992 CE).
- Nasr, Seyyed Hossein, *Knowledge and Spirituality*, trans. Aḥmad Ārām, Tehran: Tarḥ-i Naw, 1380 SH (2001 CE).
- Pārsā, Muḥammad Taqī, *Psychology of Motivation and Emotion*, Tehran: Ba‘that Publishing, 1385 SH (2006 CE).
- Pārsā, Muḥammad, *Psychology of Motivation and Emotion*, Tehran: Ba‘that Publishing, 1391 SH (2012 CE).
- Plutchik, Robert, *Emotions: Facts, Theories, and a New Model*, trans. Maḥmūd Ramaḍānzādah, Mashhad: Astan Quds Razavi, 1371 SH (1992 CE).

- Plutchik, Robert, *The Psychology of Emotions*, trans. Yaḥyā Sayyid Muḥammadī, Tehran: Arjmand Publications, 1396 SH (2017 CE).
- Qurashī Banābī, ‘Alī Akbar, *Tafsīr Aḥsan al-Ḥadīth (The Best of Interpretations)*, Tehran: Ba‘that, 1375 SH (1996 CE).
- Qurbānī, Nāhīd, “An Analysis of the Emotion of Fear in Religious Texts and Its Impact on Social Behavior,” *Quarterly Journal of Psychology of Religion and Spirituality*, 10(2), 1399 SH (2020 CE).
- Quṭb, Sayyid, *Fī Zilāl al-Qur’ān (In the Shade of the Qur’ān)*, Beirut: Dār al-Shurūq, 1425 AH (2004 CE).
- Rāghib al-Iṣfahānī, Ḥusayn, *al-Mufradāt fī Gharīb al-Qur’ān (The Vocabulary of the Qur’ān)*, Tehran: Dār al-‘Ilm, 1404 AH (1984 CE).
- Reeve, J., *Motivation and Emotion*, Translated by Yahya Seyed Mohammadi, Tehran: Virayesh, 2019.
- Schultz, Duane, *Theories of Personality*, trans. Yūsuf Karīmī et al., Tehran: Virāyesh Publishing, 1398 SH (2019 CE).
- Seligman, Martin, *Positive Psychology*, trans. Akbar Nāširī, Tehran: Dānjeh, 1388 SH (2009 CE).
- Shāmlū, Sa‘īd, *Mental Health*, Tehran: Roshd, 1398 SH (2019 CE).
- Sorush, ‘Abd al-Karīm, *Science and Religion*, Tehran: Sirat, 1380 SH (2001 CE).
- Suyūṭī, Jalāl al-Dīn, and Maḥallī, Jalāl al-Dīn, *al-Durr al-Manthūr fī al-Tafsīr bi-al-Ma‘thūr (The Scattered Pearls in Tradition-Based Exegesis)*, Beirut: Dār al-Fikr, 1414 AH (1993 CE).
- Ṭabāṭabā‘ī, Sayyid Muḥammad Ḥusayn, *al-Mīzān fī Tafsīr al-Qur’ān (The Balance in the Interpretation of the Qur’ān)*, trans. Muḥammad Bāqir Mūsawī Hamadānī, Qom: Society of Seminary Teachers, 1374 SH (1995 CE).
- Ṭabāṭabā‘ī, Sayyid Muḥammad Ḥusayn, *Tafsīr al-Mīzān (Al-Mīzān: An Exegesis of the Qur’ān)*, Qom: Islamic Publications Office, 1417 AH (1996 CE).
- Ṭabrisī, Faḍl ibn Ḥasan, *Majma‘ al-Bayān (The Compendium of Clarification)*, Tehran: Farāhānī, 1372 SH (1993 CE).
- Ṭabrisī, Faḍl ibn Ḥasan, *Translation of Tafsīr Jawāmi‘ al-Jāmi‘ (The Comprehensive Commentary)*, Mashhad: Astan Quds Razavi, 1375 SH (1996 CE).

- Ṭāhirī Aṣl, Maḥdī, and Nabīlū, ‘Alī Riḍā, “A Pragmatic Analysis of Speech Acts in the Story of the Lion and the Cow in Kalīlah wa Dimnah Based on Plutchik’s Theory,” Quarterly Journal of Interpretation and Analysis of Persian Language and Literature Texts, no. 44, 1399 SH (2020 CE).
- Tolstoy, Leo, What Is Art?, trans. Kāveh Dehgān, Tehran: Amīr Kabīr, 1364 SH (1985 CE).
- Williams, Keith, Emotion-Focused Cognitive Therapy, trans. Muḥammad Ja‘far Qahārī, Tehran: Roshd Publications, 1397 SH (2018 CE).
- Zamakhsharī, Maḥmūd, al-Kashshāf ‘an Ḥaqā’iq Ghawāmiḍ al-Tanzīl (The Revealer of the Truths of the Subtleties of Revelation), Beirut: Dār al-Kutub al-‘Arabī, 1407 AH (1986 CE).