

اعتبارسنجی میزان تأثیر اصول فقه در درمانشناختی وسواس^۱

جواد شایانفر^۲

حسین خاکپور^۳

غلامرضا رضوی دوست^۴

چکیده

بشر امروز از مشکلات روانی عدیده‌ای همچون استرس، اضطراب، وسواس، افسردگی و... رنج می‌برد که منشاء بسیاری از آنها به‌ویژه وسواس، عدم شناخت کافی یا برداشت نادرست فرد است. یکی از راه‌های درمان این‌گونه معضلات، ایجاد تغییرات در نگرش و بینش بیمار و به عبارت دیگر، «اصلاح‌شناختی» یا «شناخت‌درمانی» است. در این رابطه شناخت درمانگر، در صدد شناسایی افکار و عقاید فرد و تصحیح آنهاست. پژوهش حاضر راهکارهایی جهت ورود به این حیطه با تأمل در آموزه‌های دینی به‌ویژه اصول فقه ارائه می‌دهد. این تحقیق با روش توصیفی-تحلیلی و با رویکرد اصولی و فقهی پس از بیان انواع وسواس در امور شرعی، به معرفی و بررسی اصولی می‌پردازد که شناخت آنها در درمان وسواس مؤثر است. یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که اصل برائت، اصل استصحاب، اصل حلیت، اصل طهارت و... می‌توانند در درمان وسواس به‌صورت شناختی کمک نمایند. نتیجه اینکه، فرد مبتلا به اختلال وسواس به‌ویژه در امور شرعی و نیز شناخت درمانگر با اطلاع و آگاهی از موارد فوق می‌توانند نقش مؤثری در کاهش اثرات وسواس و یا حتی درمان آن داشته باشند.

واژه‌های کلیدی: اصول فقه، وسواس، رفتار، شناخت‌درمانی.

۱. تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۵/۱۰؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۳/۰۴

۲. استادیار، مدیر گروه فقه و مبانی حقوق دانشگاه سیستان و بلوچستان، ایران (نویسنده مسئول)؛ j_shayanfar@theo.usb.ac.ir

۳. دانشیار گروه علوم قرآن و حدیث دانشگاه سیستان و بلوچستان، ایران؛ dr.khakpour@theo.usb.ac.ir

۴. عضو هیأت علمی گروه علوم قرآن و حدیث دانشگاه سیستان و بلوچستان، ایران؛ r.razavi@theo.usb.ac.ir

مقدمه

یکی از توانایی‌های منحصربه‌فرد انسان، قدرت تفکر، اندیشیدن و شناخت است. تفکر گستره وسیعی از فعالیت‌های ذهنی را در برمی‌گیرد و فرایندی به‌جهت رسیدن به مجهولات و کسب یافته‌های جدید است. تفکر نقش حساس و مؤثری در شکل‌گیری رفتار و کردار آدمی دارد. بنابراین شیوه و سبک تفکر در تعیین مسیر زندگی نقش به‌سزایی دارد. اگر بینش و نگرش انسان، متأثر از افکار مثبت و صحیح باشد تأثیرات مفید و با ارزشی در زندگی او خواهد داشت و چنین فردی احساس رضایت و خوشبختی نموده و از انواع امراض روانی مانند: استرس، خودکم‌بینی، عدم اعتماد به نفس و... مصون خواهد ماند؛ اما اگر نگرشی منفی و مخرب به وقایع و اتفاقات پیرامون خود داشته باشد و به عبارتی از افکار منفی متأثر استفاده کند، در زندگی احساس نارضایتی نموده و با افکار و عقاید منفی و اندیشه خودکم‌بینی مواجه خواهد شد و در پی آن به مشکلات روانی بی‌شماری مواجه می‌شود. بنابراین تغییرات اندک و کم‌اهمیت در زندگی، صرفاً با ایجاد تغییر در رفتار انسان حاصل می‌گردد، اما تغییرات اساسی و سیر به تکامل و تعالی، نیازمند تحول در نحوه نگرش و برداشت درست از وقایع و یافته‌های پیرامون است.

یکی از معضلات انسانی و سواس بوده که ریشه در عدم شناخت صحیح داشته و به لحاظ شرعی، اثر وضعی آن، دورشدن از خداوند متعال و اولیاءالله و مطیع شیطان شدن است. در آموزه‌های دین مبین اسلام، به‌ویژه قرآن، و سواس غالباً در مورد شیطان به‌کار رفته، گویا شیطان در ذهن افراد ایجاد وسوسه نموده و فرد را دچار اختلال و سواس می‌نماید. خداوند متعال، به وسوسه شیطان اشاره نموده، می‌فرماید: «فَوَسْوَسَ لَهُمَا الشَّيْطَانُ...» (اعراف: ۲۰) و «فَوَسْوَسَ إِلَيْهِ الشَّيْطَانُ...» (طه: ۱۲۰).

یکی از راه‌های درمان و سواس، شناخت‌درمانی است. در این روش، آگاهی لازم به بیمار داده شده و عقاید و افکار نادرست وی اصلاح می‌گردد. در نوشتار حاضر نگارندگان برآنند تا با بررسی و تبیین در منابع غنی و متقن فقهی، مواردی از اصول فقه را معرفی نمایند که شناخت آنها نقش بسیار زیادی در درمان‌شناختی و سواس دارد. پرسش این است با توجه به اینکه اثر وضعی و سواس، دورشدن از خداوند متعال و تبعیت از شیطان است، چه راهکارهایی جهت مصون‌ماندن از این اختلال روانی با توجه به منابع متقن فقهی طراحی می‌شود؟ و فرضیه این است که با تأمل در منابع فقهی، اصول و قواعدی را می‌توان یافت که شناخت آنها نقش مهمی در درمان و سواس به شیوه شناختی دارد.

با توجه به بررسی‌های انجام شده تاکنون، کتاب، رساله یا مقاله مستقلی در این زمینه به رشته تحریر در نیامده است؛ اما برخی مطالب به‌صورت کلی یا از دریچه روان‌شناسی پیرامون و سواس به شرح ذیل نگاشته شده است:

کتاب «درمان رفتاری و سواس» (۱۳۷۶) و «روش‌های درمان اختلال و سواس» (۱۳۷۷) از استکئی گایل و کتاب «غلبه بر و سواس» (۱۳۸۳) از بانر که به راهکارهای درمان این اختلال از دریچه روان‌شناسانه می‌نگرند؛ با این تفاوت که کتاب نخست صرفاً به بحث رفتاری و سواس می‌پردازد اما کتاب

دوم و سوم به وسواس فکری و راه‌های درمان آن نیز اشاره می‌کند. مقاله «شناخت‌درمانی در منابع اسلامی» (۱۳۸۳) از حسینی که به تعریف شناخت‌درمانی در متون اسلامی و بیان تأثیر مؤلفه‌ای آن مثل امید، معاد، در این نوع درمان می‌پردازد. اما نوشتار پیش رو از این جهت حائز اهمیت است که به‌صورت جامع و صرفاً با تمرکز بر مسئله مورد نظر، به معرفی قواعد عملیه و اصول فقهی می‌پردازد که شناخت و آگاهی از آنها نقش به‌سزایی در شناخت‌درمانی وسواس دارد.

الف. مفهوم‌شناسی

پیش از ورود به بحث اصلی واژگان مهم این پژوهش ارائه و تبیین می‌شود. چپستی اصول فقه و کاربرد آن، تعریف وسواس، شناخت‌درمانی، اختلالات روانی و وسواس از منظر قرآن و روایات مفاهیمی هستند که در ادامه مفهوم‌شناسی می‌گردند.

۱. اصول فقه و کاربرد آن

اصول فقه در اصطلاح به معنای استنباط احکام شرعی از ادله تفصیلی آن است (جزائری، ۱۴۰۱: ۴۱؛ مشکینی، ۱۳۸۶: ۱۸۰)، برخی اصول فقه را قواعدی دانسته‌اند که برای به‌دست آوردن احکام شرعی از دلیل‌هایشان، آماده شده است» (حیدری، ۱۳۸۲: ۱۲؛ تبریزی، ۱۴۱۹: ۴۲۱؛ حلبی، ابن‌زهره، ۱۴۱۷: ۲۷؛ مظفر، ۱۳۸۰: ۱۹).

بر این اساس در مواردی که موضوع مستحدث به‌وجود آید، وظیفه فقیه این است که حکم شرعی آن را از منابع احکام (کتاب، سنت، اجماع و عقل) استخراج نماید.

با توجه به تعاریف فوق، اصول فقه به معنای علم به اصول و قواعدی است که به‌جهت فقاهت و استنباط حکم شرعی استفاده می‌شود و به دیگر بیان، علم اصول فقه علم آلی و ابزاری است که مقدمه مباحث فقهی قرار می‌گیرد؛ به‌گونه‌ای که فقاهت بدون آن امکان‌پذیر نخواهد بود؛ زیرا استنباط قاطبه احکام شرعی، بر یک یا چند قاعده از اصول فقه متوقف است؛ به‌عنوان نمونه اگر فقیه به‌دنبال حکم نمازهای یومیه در منابع احکام باشد و به آیه «اقیموا الصلوة» برسد با استفاده از قاعده اصولی «صیغه امر ظهور در وجوب دارد» حکم آن را با عنوان «وجوب» استنباط خواهد نمود.

۲. وسواس

یکی از اختلالات روحی - روانی که گاه بر اثر عدم شناخت صحیح ایجاد می‌گردد اختلال وسواس است. در واژگان روان‌پزشکی، تعاریف مشابه‌ای برای وسواس شده است؛ مانند: عقاید، افکار، تکانه‌ها یا تصوراتی که تکرار شونده و بادوام‌اند و می‌توان گفت که حداقل در ابتدا، تجربه‌ای مزاحم هستند مانند فردی مذهبی که افکاری کفرآمیز و تکرار شونده دارد (بائر، ۱۳۸۲: ۲۴).

اختلال وسواس با وسواس‌ها و اجبارها به‌وجود می‌آید و موجب پریشانی می‌شود و اغلب در عملکرد روزانه ایجاد تداخل می‌کند. وسواس‌ها، افکار، تجسم‌ها یا تکانه‌هایی هستند که برای شخص،

بی معنی به نظر می‌رسند و اجبارها، رفتارهای تکراری عمدی و یا اعمال ذهنی هستند که در پاسخ به وسواس‌های فکری به‌وقوع می‌پیوندند (استکتی گایل، ۱۳۷۶: ۸).

بیماران وسواسی افرادی انعطاف‌ناپذیر، کمال‌گرا و شگاک هستند که برای اخذ هر تصمیمی به مقدار زیادی اطلاعات احتیاج دارند و تازه پس از اخذ هر تصمیم، درباره‌ی درستی آن دچار تردید و عدم اطمینان می‌شوند (گریسون، ۱۳۸۲: ۲۱). علائم بیماری وسواسی باعث تقلیل فعالیت کلی بیماران مبتلا به این مرض می‌گردد. این علائم علاوه بر مداخله در فعالیت‌های شغلی، خانه‌داری، وظایف اجتماعی، غالباً کشمکش‌هایی را نیز در روابط زوجی بیمار به وجود می‌آورد (همان، ۳۶).

اضطراب و وسواس نتیجه‌ی احساس خطر واقعی یا تجسمی است که در رابطه با خودمان یا سلامتی و صحت جسمی - روانی‌آشناپایان یا اصول و قواعدی که برای ما ارزشمند هستند، احساس می‌کنیم. (فری مایکل، ۱۳۸۴: ۴۴) بنابراین یک فرد مسلمان معتقد به مبانی و احکام اسلامی ممکن است در بسیاری از موارد شرعی به‌جهت اهمیت موضوع برای او، دچار چنین وضعیتی شود و در انجام تکالیف شرعی دچار وسواس گردد که البته اکثر این وسواس‌ها ناشی از عدم شناخت صحیح و پیروی او از شیطان است.

۳. شناخت‌درمانی

شناخت‌درمانی براساس این فرضیه استوار است که افکار و باورها در تعیین عواطف و رفتار فرد دارای نقش تعیین‌کننده یا علی هستند. مداخلات درمانی شناختی معرفت‌کوشش‌هایی جهت تغییردادن افکار، نظام اعتقادات و تصورات غیرمنطقی هستند. (گریسون، ۱۳۸۲: ۳۷) در واقع یکی از مؤثرترین راه‌های درمان اثبات‌شده برای اختلال وسواس که هیچ‌گونه عوارض جانبی ندارد و بلکه بسیار مؤثر است، شناخت‌درمانی می‌باشد (بائرلی، ۱۳۸۳: ۷۰).

بنابراین از آنجا که افکار و عقاید انسان، در تعیین رفتار و عملکرد او تأثیر به‌سزایی دارد، اتخاذ افکار مثبت و صحیح و مراقبت از آنها، امری ضروری به نظر می‌رسد. در آموزه‌های وحیانی دین مبین اسلام، به این مهم عنایت خاصی شده و افراد به مراقبت از افکار و هوشیاری در برابر وسوسه‌های شیطان، توصیه شده‌اند؛ زیرا بیشترین فعالیت شیطان، پیرامون افکار افراد است تا از این رهگذر، دچار وسواس نموده و به مشقت و گمراهی بکشاند. خداوند متعال می‌فرماید: «الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ وَيَأْمُرُكُم بِالْفَحْشَاءِ وَاللَّهُ يَعِدُكُمْ مَغْفِرَةً مِّنْهُ وَفَضْلًا وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ» (بقره: ۲۶۸) «شیطان شما را از تهیدستی بیم می‌دهد و شما را به زشتی وامی‌دارد؛ ولی خداوند از جانب خود به شما وعده آمرزش و بخشش می‌دهد و خداوند گشایشگر داناست». بنابراین با وجود اینکه خداوند متعال، وعده آمرزش و تضمین روزی داده است، شیطان با ایجاد وسوسه و القای افکار مخرب و منفی، وعده فقر و تهی‌دستی می‌دهد که انسان مؤمن باید با مراقبت و هوشیاری کامل از این وسوسه‌های شیطانی خود را حفظ نماید. لازم به ذکر است گرچه وسواس فکری اهمیت به‌سزایی دارد اما تمرکز نوشته حاضر بر شناخت‌درمانی وسواس رفتاری است و پرداختن به مقوله اول مجال دیگر می‌طلبد.

۴. اختلالات روانی

هرچند زندگی مدرنیته امروزی باعث شده است که انسان از منظر زندگی مادی و ظاهری خود در بسیاری از موارد به رفاه نسبی برسد اما این امر موجب گردیده از بُعد روحی و معنوی زندگی خود تا حد بسیاری غافل بماند و مشکلات و اختلالات روانی عدیده‌ای بر او عارض گردد. یکی از این مشکلات، اختلالات روانی است که نوعی رفتار آزاردهنده برای فرد و اطرافیانش می‌باشد. از آنجا که اختلال روانی غالباً غیر عادی، عجیب یا آزاردهنده است، نگاه‌ها را به خود جلب می‌کند و واکنش‌های متفاوتی در مقابل بروز آن ممکن است دیده شود. برخی از اختلالات به‌راحتی در زندگی شغلی و اجتماعی افراد تأثیر گذاشته و عمدتاً عملکرد او را مختل می‌سازند. اختلالات روانی براساس DSM IV (راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی) دارای انواع مختلفی به‌شرح ذیل است: «اختلالات یادگیری (اختلال خواندن، اختلال در ریاضیات، اختلال در بیان کتبی)، اختلالات نافذ مربوط به رشد، اختلالات کمبود توجه، اختلالات تیک (تیک توره، تیک حرکتی یا صوتی مزمن، تیک گداز)، اختلالات ارتباطی (اختلال زبان بیانی، اختلال زبان دریافتی بیان مختلط، لکنت زبان)، اختلالات نسیانی، دلیریوم و دمانس، اسکیزوفرنی و سایر اختلالات سایکوتیک، اختلالات خلقی (افسردگی اساسی، اختلالات دوقطبی و...)، اختلالات اضطرابی (اختلال هراس، جمع هراسی، اختلال وسواسی، اختلال استرس پس از سانحه و...)، اختلالات شبه جسمی (اختلال جسمانی‌کردن، اختلال تبدیلی، خودبیمارانگاری، اختلال بدریختی بدن)، اختلالات تجزیه‌ای (فراموشی تجزیه‌ای، گریز تجزیه‌ای، اختلال شخصیت چندگانه و اختلال مسخ شخصیت)، اختلالات خواب، اختلالات کنترل تکانه (اختلال انفجار دوره‌ای، جنون دزدی، جنون آتش افروزی، قماربازی بیمارگونه و وسواس کندن مو)» (www.rosd.ir).

اختلال وسواس که زیرمجموعه اختلال اضطرابی محسوب می‌شود، افکار، تصورات یا تکانه‌های ناخواننده‌ای است که فرد آنها را ابلهانه تلقی می‌کند و در پاسخ به این افکار و تصورات، رفتارهای تکراری عمدی نامعقول و آزاردهنده انجام می‌دهد؛ مانند اعمال شستشوی وسواس‌گونه برای رفع آلودگی (استکتی گایل، ۱۳۷۶). اختلال وسواس می‌تواند در امور مختلف زندگی انسان نمود داشته باشد که یکی از این موارد، وسواس در امور شرعی است که گاه فرد مسلمان معتقد، در انجام تکالیف شرعی خود دچار چنین اختلالی خواهد شد و در علم اصول فقه مواردی مشاهده می‌شود که آگاهی از آنها نقش مؤثری که در ادامه نوشتار به بررسی آنها می‌پردازیم.

۵. وسواس از منظر آیات و روایات

وسواس یکی از بیماری‌های روانی شایع در بین افراد بوده که به تعبیری، بیماری روانی- مذهبی است؛ زیرا اغلب، بین افراد متدین و معتقد بروز می‌کند بدین شکل که ایشان در انجام احکام و تکالیف شرعی خود به دلیل حساسیت موضوع، گاهی اوقات دچار شک و تردید می‌شوند. دین مبین اسلام به این



اختلال روانی توجه خاصی نموده و افراد را از آن نهی می‌فرماید. در بررسی آیات متعدد قرآن کریم به این نکته می‌رسیم که در اکثر موارد، وسوسه که نتیجه آن شک و وسواس است از اعمال شیطان معرفی شده (مانند: اعراف: ۲۰۰؛ انفال: ۱۱؛ طه: ۱۲۰) که خداوند متعال انسان را امر به دوری از این اختلال روانی و پناه‌بردن به ذات اقدس ربوبی نموده است «از شر وسوسه‌گر نهانی آن کس که در سینه‌های مردم وسوسه می‌کند به خدا پناه ببرید» (ناس: ۴ و ۵). در روایات گوناگون وسواس در امور شرعی، امری ناپسند و نشانه کمی عقل و از اعمال شیطان معرفی شده است؛ ابن‌سنان گوید: به حضرت صادق علیه السلام عرض کردم: «مردی هست عاقل که گرفتار وسواس در وضو و نماز می‌باشد؛ امام فرمود چه عقلی که فرمان‌بری شیطان می‌کند؟ گفتیم: چگونه فرمان شیطان می‌برد؟ امام فرمود: از او پرس وسوسه‌ای که به او دست می‌دهد از چیست؟ قطعاً به تو خواهد گفت از عمل شیطان است» (مرآة العقول، ۱۴۰۴: ۳۶/۱؛ روضة المتقین، ۱۴۰۶: ۵۹/۱). بر اساس این روایت، انسان وسواسی می‌داند که عمل طبق وسواس صحیح نیست و از اعمال شیطان است؛ اما باز هم به آن عمل می‌کند که همین امر نشانه کمی عقل اوست.

ب. انواع وسواس در امور شرعی

از آنجا که افراد در زمینه اعتقادات، خود را ملزم به امثال واقعی احکام می‌دانند؛ به همین جهت گاهی در صورت عدم شناخت صحیح و کافی از احکام، دچار اختلال وسواس شده و برای خود و گاه دیگران، مشکلاتی ایجاد می‌کنند. در ادامه به بیان برخی موارد پرداخته می‌شود.

۱. وسواس در طهارت^۱

یکی از انواع وسواس در طهارت و نجاست است. کسی که دچار این نوع وسواس شده، نسبت به

۱. فقها غالباً در سه محور در این زمینه ابراز نظر کرده‌اند: ۱. **وسواس در اثر مذی و وذی**: یکی از اموری که باعث ایجاد وسواس می‌شود و به تبع مشکلات عدیده‌ای برای فرد ایجاد می‌کند خروج مایعی از مجاری ادرار و منی است که بعضاً ایجاد شک و تردید و در نتیجه وسواس در مکلف می‌کند؛ بدین شکل که آیا واجب الغسل خواهد شد یا باید وضو بگیرد و یا تکلیف دیگری خواهد داشت؟ چنین مایعی در صورت عدم اختلاط با ادرار و منی پاک است. (شیخ صدوق، ۱۴۱۳: ۶۲/۱؛ محقق حلی، ۱۴۰۸: ۱۰/۱). ۲. **وسواس در وضو و غسل**: اسراف در دین اسلام امری بسیار مذموم و ناپسند است؛ به‌گونه‌ای که حضرت محمد صلی الله علیه و آله آب مورد نیاز برای وضوء را یک مُد (۷۵۰ گرم) و برای غسل یک صاع (۳ کیلو) تعیین نمودند و فرمودند: «پس از من گروهی می‌آیند که این مقدار را کافی نمی‌دانند؛ آنها برخلاف سنت من هستند» (حلی، ۱۴۱۳: ۵۸/۱). بنابراین افرادی که دچار وسواس هستند و برای وضو و بالاخص غسل، آب بیش از حد مصرف می‌کنند و باز هم وسواس دارند که شاید غسل یا وضویشان کامل نشده باید بدانند این عمل نه تنها باعث تقرب الهی نیست بلکه برخلاف سنت پیامبر صلی الله علیه و آله است. ۳. **وسواس در نجاست**: یکی از افکاری که ممکن است فرد را دچار وسواس و در نتیجه مشقت کند این است که مدام به طهارت بدن یا لباس خود شک کند و شک بر نجاست داشته باشد؛ مانند اینکه هنگام غسل، پیوسته در این فکر است که غسله نجاست به او برخورد نموده و دوباره او را نجس کرده است. در چنین مواردی طبق اصل طهارت حکم به پاکی و طهارت لباس می‌شود و فرد می‌تواند به شک خود اعتنا نکند و نکته مهم اینکه عمل به اصل طهارت مجزی است؛ یعنی حتی اگر در واقعیت امر، لباس نجس هم بوده باشد عمل فرد کفایت می‌کند و مستحق مجازات نخواهد بود.



طهارت و پاک بودن اشیاء و افراد پیرامون خود مشکوک بوده و برای پاک کردن و شستشوی آنها خود را به زحمت می‌اندازد و زندگی را بر خود و نزدیکانش تلخ می‌کند. چنین افرادی علاوه بر این، به اسراف بی‌رویه آب دست می‌زنند که شایسته نیست.

۲. وسواس در تکرار امر وجوبی بدون قرینه

گاهی فرد در انجام امر بدون قرینه، که نشانگر مَرّه یا تکرار باشد دچار وسواس شده و جهت تکرار را انتخاب می‌کند و با این تکرار مداوم، برای خود و احیانا اطرافیان، زحماتی ایجاد می‌کنند درحالی که باید بدانند در صورت نبود قرینه، اصل بر یکبار انجام دادن است (فرجی، ۱۳۸۹: ۸۵) و نباید با رفتاری وسواس‌گونه آن را تکرار کرد؛ زیرا مطابق مباحث اصولی اگر فعل نیازمند تکرار باشد باید توسط قرینه حالیه یا مقالیه مشخص گردد (علامه حیدری، ۱۳۸۲: ۶۳).

۳. وسواس در وجود قیدی در تقدیر

گاهی اوقات افراد در امور مختلف، به‌ویژه امور شرعی نمی‌دانند عملی که انجام داده آیا دارای قیودی است که در تقدیر قرار دارند یا نه و آیا باید به دنبال آنها بگردد تا انجامشان دهد یا خیر. لذا این موضوع باعث ایجاد وسواس و عدم تمرکز لازم در انجام فعل می‌گردد در حالی که اصول لفظیه که حجیت آنها مسلم است به این رفتار وسواسی پاسخ صحیح می‌دهند. طبق اصول لفظیه مانند اصل عدم تقدیر، اصل بر ظاهر کلام و نبود قید و قرینه در تقدیر است (فرجی، ۱۳۸۹: ۶۶). بنابراین فرد می‌بایست در این زمینه آرامش خاطر داشته باشد و بدون وسواس و اضطراب به وظیفه خود عمل نماید.

۴. وسواس در اجزاء امر اضطراری

به‌عنوان مثال گاهی شرایطی پیش می‌آید که فرد مضطر به مصرف میته می‌شود؛ در این صورت با توجه به اعتقادات مذهبی وسواس دارد که آیا مصرف میته جایز است یا خیر! مشهور اصولیین معتقدند انجام امر اضطراری مجزی و کافی بوده و فرد به تکلیف خود عمل نموده است (فرجی، ۱۳۸۹: ۸۸). بنابراین نباید مکلف نسبت به این موارد وسواس داشته باشد و دوباره امر اختیاری را انجام دهد.

ج. موارد اصولی مؤثر در درمان وسواس

در علم اصول فقه مواردی یافت می‌شود که می‌توان با شناخت صحیح آنها، به درمان اختلال وسواس به‌گونه شناخت‌درمانی کمک کرد.

۱. اصل برائت^۱

برائت یکی از اصول عملیه است که در مقام عمل، مکلف را از شک و تردید و وسواس رها می‌سازد. برائت در لغت به معنای رهایی و خلاص شدن از چیزی (ابن‌منظور، ۱۴۱۴: ۳۲/۱) و در اصطلاح از حکم ظاهری به عدم وجود تکلیف واقعی منجز بر دوش مکلف، به دلیل فقدان نص، اجمال نص، تعارض نصین یا امور خارجی است (فرجی، ۱۳۸۲: ۲۵۶). اصل برائت در موارد مختلفی کاربرد دارد؛ از باب نمونه به هنگام شک در اصل تکلیف و نیز در شبهه غیر محصوره از شبهه موضوعیه تحریمیه قابل اجراء است.^۲

مطابق این اصل، تردید و وسواس در امری که هیچ علمی به آن نداریم امری غیر معقول و ناپسند است؛ مانند اینکه فرد با رفتاری وسواس‌گونه، خود را مکلف به امری کند که هیچ مبنای عقلی یا شرعی نداشته باشد. در این خصوص می‌توان گفت که از طرفی شک کردن به وجود تکلیف و عدم جاری نمودن اصل برائت، باعث ایجاد اختلال وسواس در اکثر موارد می‌شود و از طرف دیگر با توجه به آنچه که گفته شد وسواس از اعمال شیطان است، بنابراین نتیجه این می‌شود که فرد می‌بایست در هنگام شک در اصل تکلیف، پس از فحص و بررسی و نیافتن تکلیف، اصل برائت را جاری نماید تا از افتادن در تله شیطان و گرفتار شدن به اختلال وسواس مصون بماند.

البته نکته مهم اینکه، جهل به تکلیف، هنگامی رافع مسؤلیت است که از نوع جهل قاصر باشد نه مقصر، یعنی اگر امکان تحصیل علم باشد وظیفه مکلف این است تا فحص و بررسی کند و پس از نیافتن حکم، برائت جاری نماید و الا عمل طبق برائت، مجزی نخواهد بود.

۱. اصل برائت در روایات: حدیث مشهوری از پیامبر اسلام ﷺ تحت عنوان حدیث رفع وجود دارد که می‌تواند دلیل اصل برائت قرار گیرد: «رُفِعَ عَنْ أُمَّتِي تِسْعَةُ خَطَايَا وَ النَّسْيَانُ وَ مَا أَكْرَهُوا عَلَيْهِ وَ مَا لَا يَعْلَمُونَ وَ مَا لَا يَطِيقُونَ وَ مَا اضْطُرُّوا إِلَيْهِ وَ الْحَسَدُ وَ الظَّمْزُومَةُ وَ النَّكْرُ فِي الْوَسْوَسَةِ فِي الْخَلْقِ مَا لَمْ يَنْطِقْ بِشَفَقَةٍ» (ابن‌بابویه، ۱۳۶۲: ۴۱۷/۲؛ حرعالملی، وسائل الشیعه، ۱۴۰۹: ۳۶۹/۱۵). مطابق این حدیث، حکم آنچه مکلفین نسبت به آن آگاهی و علم ندارند برداشته شده است و نسبت به آن تکلیف و مسؤلیت

نخواهند داشت؛ لذا تردید و وسواس در چنین مواردی جز مشقت و سختی حاصلی نخواهد داشت.

دلیل عقلی اصل برائت: برای اصل برائت به قاعده عقلی «قیح عقاب بلا بیان» می‌توان استناد نمود که فقهاء به آن اشاره نموده اند (حکیم، ۱۴۱۶: ۱۰۳/۱۰؛ قمی (فقه الصادق)، بی‌تا، ۱۹۱/۴). مطابق این قاعده در صورت عدم بیان حکم یک موضوع، عقاب و مجازات در مورد آن قبیح و ناپسند خواهد بود؛ بنابراین افراد دچار وسواس باید بدانند در مواردی که حکمی در مورد آن وجود ندارد تردید و وسواس جای ندارد.

۲. الف. هرگاه در اصل تکلیف شک وجود داشته باشد یعنی با موضوعی مواجه شویم اما ندانیم حرام است یا غیر واجب (شبهه تحریمیه) یا ندانیم واجب است یا غیر حرام (شبهه وجوبیه)، اصل بر برائت خواهد بود.

ب. هرگاه شک از نوع شبهه موضوعیه تحریمیه غیر محصوره باشد اصل بر برائت است مانند اینکه بدانیم یکی از قصابی‌های شهر گوشت نجس می‌فروشد اما دقیقاً ندانیم کدام یک است؟ در چنین صورتی جای تردید و وسواس نیست و می‌توان طبق اصل برائت از یکی از قصابی‌های شهر گوشت تهیه نمود.

۲. اصل استصحاب^۱

استصحاب از ریشه «صحاب» به معنای همراه داشتن چیزی است (طریحی، ۱۴۱۶: ۹۹/۲) و در اصطلاح اصولی یعنی حکمی که با یک دلیل قطعی و یقینی ثابت شده، نقض نمی‌شود مگر به وسیله حکم یقینی جدید (قمی، بی تا، ۶۷/۱)؛ به عبارت دیگر نباید از متیقن سابق به سبب عروض شک، رفع ید کرد (ولایی، ۱۳۸۷: ۱۶۲)؛ مانند اینکه مکلف یقین دارد که یک ساعت قبل وضو گرفته و از خود غافل شده و نمی‌داند وضویش باقی است یا خیر. در چنین موردی می‌تواند با تمسک به اصل استصحاب اصل را بر بقاء وضوء بگذارد و نیازی به تکرار وضو نیست.

با توجه به آنچه که گفته شد می‌توان شناخت صحیحی از اصل استصحاب را زیربنای مهندسی طرح جامعی جهت رهایی از اختلال وسواس دانست؛ زیرا در اکثر موارد، مکلف در درستی و صحت امری شک می‌کند که در گذشته به صحت آن یقین داشته است؛ به‌عنوان نمونه در درستی معامله یا عقدی وسواس می‌کند که قبلاً به درستی آن واقف بوده است و یا در درستی طهارتی شک می‌کند که جلوتر آن را با یقین انجام داده است. بنابراین طبق این اصل، مکلف باید بنا را بر همان یقین سابق بگذارد و با وسواس، خود را به سختی و مشقت نیندازد.

استدلال به این اصل این‌گونه است که با توجه به کبرای قضیه که می‌گوید: «بر اساس قرآن، رفتارهای وسواس‌گونه از اعمال شیطان هستند» بنابراین در صورتی که فرد در عملی که یقین به درستی آن در گذشته دارد، شک کند، می‌بایست اصل استصحاب را جاری نماید تا از گرفتار شدن به وسواس و افتادن به تله شیطان که امری حرام است، جلوگیری نماید. بنابراین فرد با شناختی صحیح از اصل استصحاب و جاری نمودن آن در مواردی که شک، حالت سابقه یقینی قابل ملاحظه دارد، از وسواس مصون مانده و به آرامشی نسبی می‌رسد.

۱. مهم‌ترین مستند اصل استصحاب، روایات است؛ از امام علیه السلام سؤال شد در مورد مردی که دارای وضوء است و یک یا دو چرت می‌زند، آیا وضویش باطل است؟ امام فرمودند: «گاهی چشم می‌خوابد اما قلب و گوش نمی‌خوابد پس هرگاه چشم و گوش و قلب همه بخوابند وضوء واجب می‌شود. گفته شد: اگر از کنار او چیزی حرکت کند و او نداند؟ امام فرمودند: نه تا هنگامی که یقین پیدا کند که به خواب رفته... هیچگاه یقین با شک نقض نمی‌شود و بلکه یقین فقط با یقین دیگر نقض می‌شود» (حر عاملی، ۱۴۰۹: ۲۴۵/۱؛ طوسی، بی تا، ۸/۱).

از امیرالمؤمنین علیه السلام نقل شده: «مَنْ كَانَ عَلَى يَقِينٍ فَشَكَ فَلْيَمْضِ عَلَى يَقِينِهِ فَإِنَّ الشَّكَّ لَا يَنْقُضُ الْيَقِينَ؛ هر کس بر چیزی یقین یابد و سپس در آن شک کند پس باید بر یقین خود باقی بماند همانا شک، یقین را نقض نمی‌کند» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۳۵۹/۷۷). نکته مهم در این حدیث از کلمه «فَلْيَمْضِ» برداشت می‌شود؛ این کلمه با صیغه امر بیان شده و مطابق مباحث اصولی، صیغه امر ظهور در وجوب دارد؛ یعنی امام علیه السلام، امر وجوبی فرموده‌اند که مکلف باید به یقین سابق خود باقی بماند (نه اینکه بهتر است)؛ بنابراین شک و تردید، در امری که بدان یقین وجود داشته باشد، صحیح نخواهد بود زیرا از طرفی مخالفت با امر امام علیه السلام است و از طرفی دیگر، موجب وسواس و در نتیجه مشقت و سختی خواهد بود.

۳. اصل حلیت

دین مبین اسلام به‌عنوان اکمل ادیان، دینی آسان و سهل‌گیر است و همواره برای مکلفان سختی و مشقت را نمی‌پذیرد. خداوند متعال می‌فرماید: «يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ» (بقره: ۱۸۵) و «وَمَا جَعَلَ عَلَيْكُم فِي الدِّينِ مِنْ حَرَجٍ» (حج: ۷۸). همچنین پیامبر ﷺ می‌فرماید: «من بر شریعت و دینی مبعوث شده‌ام که با سماحت (با گذشت) و آسان است» (موسوی، ۱۴۱۷: ۴۶؛ اردکانی، ۱۴۰۲: ۲۸).

بر اساس ایدئولوژی اسلام، اصل بر حلال‌بودن همه چیز بر انسان‌ها است بدین بیان که مکلف با هر چیز مواجه شود، باید آن را حمل بر حلیت کند مگر اینکه حرام بودنش محرز گردد. امام صادق ﷺ می‌فرماید: «هر چیزی برای تو حلال است تا وقتی که بدانی حرام است پس آن را ترک کنی... مانند همسری که در اختیار داری و احتمال می‌دهی خواهر تو باشد، تمامی اشیاء به همین شکل هستند [برای تو حلالند] تا وقتی که خلاف آن برایت آشکار شود یا دلیلی بر خلاف آن اقامه گردد» (کلینی، ۱۴۲۹: ۵۴۲/۱۰).

بنابراین فرد نباید در حلیت یا حرمت اشیاء، شک و تردید داشته باشد و با رفتاری وسواس‌گونه خود را از بسیاری حلال‌ها محروم نماید؛ زیرا «تحریم حلال» و به لسان حقوقی، «سلب حق مدنی» از خود، نه تنها از منظر شرع مقدس بلکه از منظر قوانین نیز امری مذموم، ناپسند و غیرقانونی می‌باشد. مطابق ماده ۹۵۹ قانون مدنی ایران: «هیچ کس نمی‌تواند به‌طور کلی حق تمتع و یا حق اجرای تمام یا قسمتی از حقوق مدنی را از خود سلب کند».

در استدلال به این اصل می‌توان گفت که طبق اصل حلیت، هنگام شک و تردید در حلیت و حرمت اشیاء می‌بایست اصل را بر حلال بودن دانست، لذا منعی بر رفتار انسان در قبال ارتکاب آن اشیاء وجود ندارد، مگر اینکه به‌طور قطع، خلافش ثابت گردد، بنابراین شناختی صحیح از اصل حلیت می‌تواند متضمن رهایی از اختلال وسواس بوده و فرد را از عمل شیطنانی وسواس در امان بدارد.

۴. قاعده فراغ و تجاوز

گاهی اوقات مکلف پس از انجام تکلیف دچار دو نوع شک نسبت به فعل گذشته می‌شود که او را دچار وسواس می‌کند؛ یکی اینکه آیا همه ارکان تکلیف را انجام داده یا خیر؟ به عبارت دیگر شک در انجام یا ترک اجزاء فعل دارد و دیگری اینکه می‌داند همه اجزاء را انجام داده، اما شک در صحت آن می‌کند؛ به‌عنوان نمونه پس از فراغت از نماز شک کند که آیا نیت کرده بود یا نه؟ و یا شک کند که آیا نیتش درست بوده یا خیر؟ این موارد ممکن است در صورت تکرار موجب رفتاری وسواسی شود و فرد را مجبور به اعاده فعل نماید. در این زمینه بر اساس قاعده فراغ و تجاوز شک و تردید در چیزی بعد از گذشتن از محل آن و وارد عمل دیگر شدن، بی اثر و غیرقابل اعتنا است؛ زیرا فرد به هنگام انجام عمل، نسبت به بعد از آن آگاه‌تر است. از امام ﷺ در مورد فردی سؤال شد که پس از وضو در آن شک می‌کند؛ فرمودند: «او در حال وضو متوجه‌تر است از زمانی که شک می‌کند» (حر عاملی، ۱۴۰۹: ۴۷۱/۱).

همچنین امام باقر علیه السلام می‌فرماید: «هرگاه پس از فارغ شدن از نماز، در آن شک کردی اعتنا نکن» (فیض کاشانی، ۱۴۰۶: ۹۴۹).

بنابراین با توجه به قاعده فراع و تجاوز و اینکه فرد به هنگام انجام تکلیف (که در زمان قبل بوده است) توجه بیشتر نسبت به حال حاضر دارد، گذشتن از یک تکلیف و وارد تکلیف بعدی شدن، نشانگر امثال به صورت کامل است؛ بنابراین با اجرای قاعده فراع و تجاوز علاوه بر عدم اعاده تکلیف که موجب اتلاف وقت است، می‌توان از وسواس فکری که از اعمال شیطان و حرام است جلوگیری کرد و باعث مصونیت فرد از این اختلال روانی گردید.

۵. اصل طهارت

دین مبین اسلام دین نظافت و پاکیزگی است. پیامبر صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «التَّطَافَةُ مِنَ الْإِيمَانِ وَ الْإِيمَانُ وَ صَاحِبُهُ فِي الْجَنَّةِ» (نوری، ۱۴۰۸: ۳۱۹/۱۶) و در برخی موارد علاوه بر پاکیزگی، طهارت لازم است؛ مانند: طاهر بودن مواد خوراکی، لباس، محل نماز خواندن و طهارت برای نماز. پس گاهی مکلف در این موضوع دچار وسواس شده و احساس می‌کند خود و یا اشیاء پیرامونش پاک و طاهر نیستند و با این طرز تفکر، دچار وسواس شده و مدام در حال شستشو و در خیال خود، رفع نجاست خواهد بود. غالباً این نوع وسواس در بین افراد معتقد، شایع است؛ اما در این زمینه راه‌حلی دقیق و اصولی وجود دارد و آن اینکه اصل بر طهارت و پاکی است مگر اینکه خلاف آن یعنی نجس بودن محرز گردد. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «هر چیزی طاهر است تا وقتی بدانی نجس شده است؛ پس وقتی دانستی نجس شده (یقین پیدا کردی نجس شده است) نجس است و تا وقتی ندانی نجس شده، پاک و طاهر است» (حر عاملی، ۱۴۰۹: ۴۶۷/۳).

بنابراین باید دانست که اصل در اشیاء، طهارت آنهاست مگر اینکه خلافش ثابت شود و عدم توجه به این امر علاوه بر ارتکاب به اسراف در اکثر موارد به جهت مثلاً شستشو و غسل دادن، باعث ایجاد وسواس فکری می‌شود که از اعمال شیطان و حرام است، بنابراین با شناخت صحیحی از اصل طهارت و اجرای آن در موارد شک و تردید، علاوه بر رهایی از اسراف، موجب مصون ماندن از اختلال وسواس خواهیم شد.

۶. اصل صحت عمل مسلمان

اصل صحت در عمل مسلمان یعنی اینکه اگر فرد مسلمانی، عملی را انجام دهد و شک کنیم که آن عمل را صحیح انجام داده است یا خیر؟ اصل بر آن است که صحیح انجام داده است (علامه حیدری، ۱۳۸۲: ۴۷۳). به عنوان مثال اگر مسلمانی حیوانی را ذبح کرده است، پس باید اصل را بر درست بودن آن گذاشت و نمی‌توان شک کرد که شاید یکی از شرایط ذبح را رعایت نکرده است. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «گوش و چشم را در مورد برادر دینی ات تکذیب کن پس اگر پنجاه نفر شهادت دهند که او



فلان حرف را گفته است و خودش بگوید: نگفته‌ام؛ پس برادرت را تصدیق کن و آن پنجاه نفر را تکذیب کن» (کاشانی، ۱۴۲۵: ۷۲۱/۱؛ کلینی، ۱۴۲۹: ۱۴۷/۸).

بر اساس اصل صحت عمل مسلمان، غالباً اعمال و رفتار یک فرد مسلمان بر مبنای موازین شرعی دین اسلام است؛ پس شک کردن در عمل او علاوه بر اینکه موجب سوءظن به برادر دینی شده و تکرار بی مورد عمل را ایجاب می‌کند، بلکه باعث ایجاد وسواس فکری شده و فرد حتی در زندگی روزمره‌اش دچار سختی و مشقت می‌شود؛ زیرا در صورت شک در عمل دیگران و عدم اجرای اصل صحت عمل مسلمان، حتی استفاده از انواع خوراکی‌ها و ملزومات زندگی که توسط دیگران تهیه شده، مورد شک و وسواس قرار گرفته و باعث عسر و حرج فراوان می‌گردد. بنابراین با شناخت صحیحی از اصل صحت عمل مسلمان، شک و تردید بی مورد نسبت به عمل دیگران را کنار گذاشته و از وسواس فکری در این زمینه مصون خواهیم ماند.

۷. اصل عدم حجیت رفتار کثیرالشک

یکی از انواع وسواس رایج بین مکلفین، زیاد شک کردن در عبادات است؛ مانند اینکه فرد در رکعات نماز، نیت، طهارت و... شک و وسواس داشته باشد (فلاح زاده، ۱۳۹۱: ۱۳۸). در این زمینه، اصلی مهم با عنوان «عدم اعتبار شک کثیرالشک» وجود دارد که راه درمان این نوع وسواس را بی‌اعتباری چنین شکایاتی می‌داند و به فرد کثیرالشک بی‌اعتنایی به شک و وسواس را پیشنهاد می‌کند. ضابطه شناخت کثیرالشک عرف است و البته علاوه بر آن ضابطه‌ای در شرع هم بیان شده که امام صادق علیه السلام فرمودند: «هرگاه شخص در سه نماز، شک در رکعات کند کثیرالشک محسوب می‌شود» (شیخ صدوق، ۱۴۱۳: ۳۳۹/۱). بنابراین چنین فردی برای رهایی از این اختلال روانی می‌بایست به شک و وسواس بی‌اعتنا باشد. نحوه استدلال به این اصل این‌گونه است که از طرفی حافظه فردی که از نگاه شرع و عرف کثیرالشک است، نسبت ضبط و به یادسپاری اعمال و رفتار عاجز است و از طرف دیگر اعتنا کردن به شک توسط فرد کثیرالشک باعث ایجاد وسواس شده که از اعمال شیطان و حرام می‌باشد؛ بنابراین با جاری کردن اصل عدم حجیت شک کثیرالشک، باعث مصون ماندن وی از اختلال وسواس فکری شده و به آرامش ذهنی و روانی نسبی خواهد رسید.

البته در این مورد یک راه عملی نیز برای کثیرالشک وجود دارد و آن اینکه اگر شک دارد جزئی را که باید انجام می‌دهد، انجام داده است یا نه؟ بنا را بر انجام دادن می‌گذارد مثلاً اگر کثیرالشک در نماز شک کند که رکوع رفته است یا نه؟ اصل را بر انجام رکوع می‌گذارد.

نتیجه‌گیری

از مجموع مباحث و استدلال‌های فوق، نتایج ذیل به دست می‌آید:
 (۱) اختلال وسواس به دوگونه فکری و عملی تصور می‌شود. راه درمان وسواس فکری، عدم تمرکز و

فکر نکردن به آن است؛ زیرا در این نوع وسواس، هرچه بیشتر فکر شود امکان رهایی از آن دشوارتر خواهد شد؛ مانند وسواس و تفکرات کفرآمیز. اما در زمینه وسواس عملی، یکی از راه‌های مؤثر در درمان، شناخت درمانی است که با تصحیح افکار نادرست بیمار می‌توان بیماری او را درمان نمود. در علم اصول فقه، مواردی مانند اصل برائت، اصل استصحاب، اصل حلیت، اصل طهارت و... جهت درمان این اختلال روانی، از طریق شناخت درمانی، وجود دارد که به مکلف راه امثال صحیح و درست احکام را نشان می‌دهد و به او می‌آموزد که در موارد مختلف، شک و تردید که نتیجه آن، وسواس خواهد بود بی‌مورد و بلااثر است و از این طریق جلوی تحیّر، سردرگمی و وسواس را خواهد گرفت و البته نکته مهم اینکه مکلف باید بداند عمل کردن برطبق این اصول، مُجزی است؛ یعنی اگر وسواس را رها کرده و مطابق این اصول عمل نماید تکلیف از ذمه او ساقط شده و بری‌الذمه خواهد شد، هرچند عمل او مطابق واقع نباشد.

۲) اسلام دین رحمت و بخشش است و هیچ‌گاه مشقت و سختی نامعقول را برای پیروان خود نمی‌پذیرد؛ به‌گونه‌ای که حتی در مواردی، ترک واجبات یا انجام محرمات را مجاز دانسته است؛ مانند: اکل مردار به وقت ضرورت، بیان سخنان شرک‌آمیز به وقت تهدید به مرگ و...؛ با این وجود، وسواس در انجام تکالیف این دین مبین، امری کاملاً غیر معقول، نادرست و حرام است.

۳) اسلام به‌هیچ‌وجه با طهارت و نظافت مخالف نیست؛ بلکه اسلام دین طهارت و پاکیزگی است؛ اما آنچه مذموم و ناپسند شمرده شده، وسواس در طهارت است؛ زیرا چنین حالتی علاوه بر ایجاد اسراف، موجب وسوسه شیطان و پیروی از او و حرام است.

۴) هرچند وسواس در امور، مذموم و از اعمال شیطان معرفی شده، اما اهمال و سستی در امثال درست احکام، نادرست و از حیل‌های شیطان خواهد بود؛ بنابراین افراد می‌بایست مرز بین وسواس و اهمال را به‌طور کامل شناخته و دقیق رعایت نمایند زیرا هر دو از اعمال شیطان هستند.



منابع

قرآن کریم.

۱. ابن بابویه، محمد بن علی (صدوق)، (۱۳۶۲ش)، الخصال، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
۲. ابن منظور، محمد بن مکرم، (۱۴۱۴ق)، لسان العرب، بیروت: دارالفکر للطباعة و النشر و التوزیع.
۳. اردکانی، مرتضی بن محمد، (۱۴۰۲ق)، الاجتهاد و التقليد، قم: مؤلف.
۴. استکئی، گایل اس، (۱۳۷۶ش)، درمان رفتاری و سواس، ترجمه: بخش‌پور، عباس و همکاران، تهران: روان پویا.
۵. استکئی، گایل اس، (۱۳۷۷ش)، ترجمه: توزنده جانی، حسن و همکاران، روش‌های درمان اختلال و سواس فکری و عملی، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.
۶. بائر، لی، غلبه بر سواس، (۱۳۸۳ش)، مترجم: محمدی، مسعود و همکاران، تهران: انتشارات رشد.
۷. تبریزی، جعفر، (۱۴۱۹ق)، مصادر الفقه الاسلامی و منابعه، بیروت- لبنان: دار الأضواء.
۸. جزائری، سید نعمت‌الله، (۱۴۰۱ق)، منبع الحیاة و حجة قول المجتهد من الأموات، بیروت: مؤسسة الأعلمی للطبوعات.
۹. حر عاملی، محمد بن حسن، (۱۴۰۹ق)، وسائل الشیعة، قم: مؤسسة آل البيت علیه السلام.
۱۰. حکیم، سید محسن طباطبایی، (۱۴۱۶ق)، مستمسک العروة الوثقی، قم: مؤسسة دار التفسیر.
۱۱. حلبی، ابن زهره، حمزة بن علی حسینی، (۱۴۱۷ق)، غنیة النزوع إلى علمی الأصول و الفروع، قم: مؤسسة امام صادق علیه السلام.
۱۲. حلّی، علامه، حسن بن یوسف بن مطهر اسدی، (۱۴۱۹ق)، نهاية الاحکام فی معرفة الأحکام، قم: مؤسسة آل البيت علیه السلام.
۱۳. حلّی، محقق، نجم‌الدین، (۱۴۰۸ق)، شرائع الإسلام فی مسائل الحلال و الحرام، قم: مؤسسه اسماعیلیان.
۱۴. حلّی، مقداد بن عبد الله سیوری، (۱۴۰۳ق)، نضد القواعد الفقهية علی مذهب الإمامیة، قم: کتابخانه آیت‌الله مرعشی نجفی.
۱۵. راکمن، استنلی، (۱۳۹۱ش)، مترجم: افروز، غلامعلی و همکاران، اصول و روش‌های درمان شناختی- رفتاری و سواس، تهران: ارجمند.
۱۶. سعدی، ابوجیب، (۱۴۰۸ق)، القاموس الفقهي لغة و اصطلاحات، بیروت: دارالفکر للطباعة و النشر و التوزیع.
۱۷. شریف مرتضی، علی بن حسین موسوی، (۱۴۱۷ق)، المسائل الناصریات، تهران: رابطة الثقافة و العلاقات الإسلامية.
۱۸. طریحی، فخرالدین، (۱۴۱۶ق)، مجمع البحرین، تهران: مرتضوی.
۱۹. طوسی، محمد بن الحسن، بی‌تا، تهذیب الأحکام، قم: دارالکتب الإسلامية.
۲۰. علامه حیدری، (۱۳۸۲ش)، ترجمه: زراعت، عباس و همکاران، اصول الاستنباط، تهران: نشر حقوق اسلامی.
۲۱. علامه مظفر، محمدرضا، (۱۳۸۰ش)، اصول الفقه، قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی قم.



۲۲. فرجی، حمید، (۱۳۸۹ش)، اصول فقه عمومی، تهران: انتشارات بهنامی.
۲۳. فری، مایکل، ترجمه: محمدی، مسعود و همکاران، (۱۳۸۴ش)، راهنمای عملی شناخت درمانی گروهی، تهران: انتشارات رشد.
۲۴. فلاح زاده، محمد حسین، (۱۳۹۱ش)، آموزش فقه، قم: انتشارات الهادی.
۲۵. فیض کاشانی، محمد محسن بن مرتضی، (۱۴۰۶ق)، الوافی، اصفهان: کتابخانه امام امیر المؤمنین علی علیه السلام.
۲۶. قمی، سید صادق حسینی روحانی، بی تا، فقه الصادق علیه السلام، بی تا.
۲۷. قمی، سید صادق حسینی روحانی، بی تا، منهاج الصالحین، بی تا.
۲۸. قمی، صدوق، محمد بن علی بن بابویه، (۱۴۱۳ق)، من لا یحضره الفقیه، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
۲۹. کاشانی، فیض، محمد محسن، (۱۴۲۵ق)، الشافی فی العقائد و الأخلاق و الأحکام، تهران: دار نشر اللوح المحفوظ.
۳۰. کلینی، محمد بن یعقوب، (۱۴۲۹ق)، الکافی، قم: موسسه علمی فرهنگی دارالحدیث.
۳۱. گریسون، جانانان و همکاران، (۱۳۸۲ش)، مترجم: مهریار، امیر هوشنگ، وسواس، تهران: انتشارات رشد.
۳۲. مجلسی، محمدباقر بن محمد تقی، (۱۴۰۳ق)، بحار الأنوار، بیروت: دار إحياء التراث العربی.
۳۳. مجلسی، محمدباقر بن محمد تقی، (۱۴۰۴ق)، مرآة العقول فی شرح أخبار آل الرسول، نشر دارالکتب الإسلامیة.
۳۴. مجلسی، محمد تقی بن مقصود علی، (۱۴۰۶ق)، روضة المتقین فی شرح من لا یحضره الفقیه، قم: مؤسسه فرهنگی اسلامی کوشانبور.
۳۵. مشکینی، میرزا علی، (۱۳۸۶ش)، اصطلاحات الأصول ومعظم أبحاثها، قم: نشر الهادی.
۳۶. نوری، حسین بن محمد تقی، (۱۴۰۸ق)، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ناشر: مؤسسه آل البيت علیهم السلام.
۳۷. ولایی، عیسی، (۱۳۸۷ش)، اصول فقه، قم: انتشارات دارالفکر.
۳۸. هوبنر، داون، (۱۳۹۱ش)، مترجم: بسته حسینی، شهلا و همکاران، چیرگی بر وسواس، تهران: نشر ارجمند.