

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

سلسله تک‌نگاشت‌های
الگوی اسلامی ایران پیشرفت

آسیب‌شناسی و پیشگیری از
آسیب در معنویت جوانان؛
معطوف به رویکرد
الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت

رهبر فرزانه انقلاب اسلامی:

باید در طراحی الگوی اسلامی - ایرانی پیشرفت
بر چهار عرصه فکر، علم، معنویت و زندگی تکیه شود
که در این میان، موضوع «فکر» بنیانی تر از بقیه عرصه‌ها است

در دیدار اعضای شورای عالی
مرکز الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت
۱۳۹۱/۱۲/۱۴

سرشناسه:	غباری بناب، باقر، ۱۳۳۸ -
عنوان و نام پدیدآور:	آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان؛ معطوف به رویکرد الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت / نگارش باقر غباری بناب.
مشخصات نشر:	تهران: مرکز الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت، انتشارات الگوی پیشرفت، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری:	ص. ۱۶۲.
فروست:	سلسله تک‌نگاشت‌های الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت.
شابک:	۹۷۸-۶۰۰-۸۸۶۵-۶۶-۷
وضعیت فهرست نویسی:	فیبا
یادداشت:	کتابنامه: ص. ۱۴۶ - ۱۵۴.
موضوع:	جوانان -- ایران -- زندگی مذهبی
شناسه افزوده:	مرکز الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت، انتشارات الگوی پیشرفت
رده بندی کنگره:	BP۲۳۰/۱۶۵
رده بندی دیویی:	۲۹۷/۴۸۳
شماره کتابشناسی ملی:	۷۲۳۲۲-۷۲

سلسله تک‌نگاشت‌های الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت

آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان؛ معطوف به رویکرد الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت

نگارش: **ب. غباری بناب** (استاد دانشگاه تهران، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی)

ناشر: نشر الگوی پیشرفت، وابسته به مرکز الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۹

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۸۶۵-۶۶-۷

تلفن: ۰۲۱ ۸۸۰۱۴۶۴۸ - ۰۲۱ ۸۸۶۳۴۰۰۸

www.olgou.ir

Email.olgou@olgou.ir

نشانی: تهران، خیابان جلال آل احمد، روبه‌روی بیمارستان شریعتی، شماره ۳
تمامی حقوق این اثر متعلق به مرکز الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت است.
مسئولیت دیدگاه‌های بیان شده در این تک‌نگاشت بر عهده مؤلفان محترم است.

پیشگفتار

طراحی الگوی بومی پیشرفت کشور و تعیین مبانی، ارکان، چارچوب و مسیر پیشرفت باید با مشارکت گسترده و حضور همه جانبه دانشمندان، محققان، نخبگان دانشگاهی و حوزوی و جوانان این مرز و بوم صورت گیرد. به گواه تاریخ و تجارب گذشته، پیشرفتی همه جانبه و پایدار خواهد بود که مبانی اسلامی و اقتضات ایرانی در آن توأمان مورد توجه باشد.

با توجه به ضرورت تولید دانش و تعمیق ادبیات موضوعی در این حوزه، مرکز الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت در نظر دارد آثاری را در قالب تک‌نگاشت‌های علمی فاخر منتشر نماید. تک‌نگاشت نوشتاری تخصصی و نیمه مبسوط است که توسط یک پژوهشگر خبره در یک موضوع خاص مرتبط با الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت نگاشته می‌شود. تک‌نگاشت از نظر حجم و محتوا حد فاصل مقاله و کتاب است و نویسنده با پردازش و تحلیل یافته‌ها و مطالعات تخصصی پیشین و افزودن یافته‌های پژوهشی جدید خود و تحلیل جامع و منسجم آنها افق‌های تازه‌ای را در زمینه مورد بررسی می‌گشاید.

سلسه تک‌نگاشت‌های الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت که در مجلدات مختلف منتشر می‌شوند، حاصل تلاش جمعی از استادان، اندیشمندان و محققان دانشگاهی و حوزوی است که مراحل مختلف نگارش، ارزیابی، ویراستاری، تدوین و انتشار را با نظارت متخصصان و اهل فن گذرانده است و در اختیار صاحب‌نظران قرار می‌گیرد. در پایان از مساعدت‌ها و تلاش‌های ارزنده نویسندگان تک‌نگاشت‌ها و داوران و مراکز مختلف علمی و پژوهشی که ما را در تهیه، تدوین و انتشار این سلسه یاری رساندند، تقدیر و تشکر می‌شود. امید است این محتوای علمی بتواند افق‌های نو و روشنی را در پیش چشم متخصصان دانشگاهی و حوزوی بگشاید و هر روز در طی مسیر تدوین و تحقق الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت گام‌های بلندتر و استوارتری برداشته شود.

معاون علمی و تقسیم کار ملی
مرکز الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت

فهرست مطالب

۷	چکیده
۸	مقدمه
۱۳	فصل یکم: معنویت و دین‌داری: گستره سازه‌ها
۱۴	تعریف معنویت و دین‌داری از دیدگاه روان‌شناسان
۲۲	معنویت و دین‌داری: شباهت‌ها و تفاوت‌ها از نظر روان‌شناسان
۲۹	نقد دو قطبی‌سازی معنویت و دین‌داری
۳۵	معنویت و دین‌داری از دیدگاه پژوهشگر حاضر
۴۴	معنویت و نور
۴۹	شباهت‌ها و تفاوت‌های معنویت و دین‌داری از نظر پژوهشگر حاضر
۵۹	معنویت دینی (نبوی) و معنویت غیردینی
۶۳	معنویت اسلامی - شیعی
۶۶	جایگاه تک‌نگاشت حاضر در الگوی اسلامی - ایرانی پیشرفت
۷۱	فصل دوم: آسیب‌شناسی معنوی در جوانان
۷۲	سلامت معنوی
۷۹	سلامت معنوی در ارتباطات چهارگانه
۹۸	آسیب‌های معنوی در جوانان
۹۹	آسیب‌های مربوط به مرحله قراردادی
۱۰۲	آسیب‌های مربوط به مرحله تأملی
۱۰۹	آسیب‌های مربوط به مرحله بینابینی
۱۱۳	برخی از آسیب‌های معنوی جوانان در ارتباط‌های چهارگانه
۱۲۳	آسیب‌های معنوی مربوط به تحولات اجتماعی - فرهنگی
۱۳۳	فصل سوم: پیشگیری از آسیب‌های معنوی در جوانان
۱۳۷	روش‌های پیشگیری از آسیب‌های معنوی در جوانان

۱۴۸..... نتیجه گیری

۱۵۳..... منابع



چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی معنویت جوانان در بستر فرهنگ و جامعه ایرانی- اسلامی انجام شد. بررسی انحرافات از معنویت جوانان و آسیب‌های وارده شده به آن از دیگر اهداف این پژوهش بود. روش‌های پیشگیری از انحرافات و آسیب‌ها به معنویت در این تک‌نگاشت بررسی شدند. به منظور دستیابی به این هدف روش بررسی متون انجام شد و همچنین مشاهدات بالینی نویسنده حاضر به کار گرفته شد. در این بررسی نمونه‌ای از کتب و مقالات نویسندگان برجسته در زمینه معنویت جوانان انتخاب و با استفاده از روش هرمنوتیک مورد بررسی قرار گرفتند. تحلیل یافته‌ها با استفاده از سازمان‌دهی موضوعی به عمل آمد. یافته‌های پژوهش حاضر در وهله نخست نشان می‌دهد که تاکنون اندیشمندان در مورد شباهت و تفاوت معنویت با سایر سازه‌های مشابه دیدگاه‌هایی را مطرح کرده‌اند. افزون بر این تحلیل یافته‌ها نشان داد که عوامل پیشینی و عوامل پسینی دوران تحول و همچنین تغییرات فرهنگی نفوذ عمیقی بر معنویت افراد می‌گذارد و اقشار نوجوان و جوان نیز مستثنا از این اثرپذیری نیستند. با اذعان به کثرت دیدگاه‌های معنویت مذهبی و غیرمذهبی، معنویت جوانان به علل مختلف ممکن است از مسیر سلامت خارج شود. جوانان امروز به دنبال اکتساب و شکل دادن به معنویت خود به طرقتی متفاوت از نسل‌های قبل هستند. به نظر می‌رسد آنان رویکردی متفاوت از درک و شکل دادن به هویت و هویت مذهبی به طور خاص دارند. ممکن است برخی از آنان باور به خداوند را در خود حفظ کنند اما کمک‌چندانی از الهیات و رویه‌های معنوی مذهب سنتی خود نگیرند. همچنین تحلیل یافته‌ها نشان داد همان‌طور که سایر ابعاد انسان آسیب‌پذیر هستند، بعد معنوی نیز از این امر مستثنا نیست. برخی از انحرافات و آسیب‌ها و آسیب‌مربوط به عوامل پیشینی (صورت‌های ازلی) است و برخی دیگر با عوامل پسینی دوران تحول معنویت جوانان از قبیل کیفیت ناسالم دل‌بستگی انسانی و به تبع آن دل‌بستگی معنوی، تثبیت در مرحله قراردادی (فاولر، ۱۹۸۱)، تثبیت در مرحله بینابینی، انحراف در مرحله تأملی و آسیب در ابعاد چهارگانه ارتباط با خدا، خود، دیگران و طبیعت مرتبط هستند. بررسی همچنین نشان داد که روش‌های مختلفی برای پیشگیری از آسیب به معنویت وجود دارد؛ مانند پیشگیری از آسیب به کیفیت دل‌بستگی فرد به والدین، همسالان، مرشدان و ...، پیشگیری از انتقال آسیب دل‌بستگی انسانی



به دل‌بستگی معنوی، پیشگیری در تثبیت‌شدگی در مراحل رشد و تحول معنوی و غیره. با شناسایی عوامل پیشینی و پسینی اثرگذار بر معنویت جوانان و به کارگیری روش‌های مرتفع‌سازی آنها، می‌توان در جهت پیشگیری از انحراف و آسیب معنویت جوانان گام مؤثری برداشت.

واژگان کلیدی: معنویت، جوان، آسیب‌شناسی، پیشگیری

مقدمه

معنویت از ابتدای خلقت انسان‌ها قسمت عمده زندگی آنان را تشکیل داده است. داستان‌های قرآنی به صورت بارزی این امر را نشان داده‌اند. انسان‌ها معنویت خود را در ارتباط با خدا، آنچه ماورای زندگی روزمره آنان است و به زندگی و حیات آنان معنا می‌دهد، نشان می‌دهند. داستان خلقت آدم در قرآن و پیوند ناگسستنی حضرت آدم (ع) با خداوند و فراز و نشیب‌های زندگی او (از هبوط گرفته تا پذیرش توبه و ورود دوباره او به حریم رحمت خداوندی) نشان می‌دهد که انسان‌ها به صورت نوعی یکی از عمده‌ترین انتقالات ذهنی‌شان پیوند مجدد ارتباط گسسته شده و معنویت بوده است. ارتباط انسان با خدا در ازل با عشق الوهی توأم شد و عشق الوهی در اسم جامع خداوند «اله» و «مالوه» به معنای حیران و عاشق خودش را نشان داد. کنز مخفی که درصدد نمایان کردن استعدادهای خود و اشتیاق به شناخته شدن داشت، در راستای اشتیاق خویش هستی را آفرید و انسان را به عنوان احسن مخلوقات خود انتخاب نمود. او نعمت و امانتی را که همان بندگی کردن خدا است، زیور خلیفه خود در روی زمین قرار داد. آیا این انسان عاشق که نفخه‌ای از عشق را از دم خدایی گرفته بود و مسجود ملائک گشته و استعداد تسلط به اسماء الهی را یافته بود، می‌دانست که بار امانت چقدر سنگین است؟ و چقدر ذی‌قیمت و گران می‌باشد؟ هر چند فراموش‌کاری و نسیان از فطرت ذاتی خود به او این امکان را می‌دهد که به طور موقت از اصل خویش غافل بماند و در برخی مواقع فراموش کند که او حامل امانت الهی است و عصیان بورزد، ولی در عمق روان خود هرگز فراموش نمی‌کند که او بعدی دارد که معنا دهنده به زندگی و حیات، مرگ، نشور و گذر از پیچ و خم‌های زندگی است. قرآن مشحون از داستان‌های روان‌شناختی است که انسان از خود جدا شده و دورمانده از اصل خویش، پیوسته می‌کوشد تا به اصل وجودی خود بازگردد. رسالت پیامبران نیز در



شناساندن خویشتن واقعی و هدایت آنان به اصل خویش، نقش اساسی داشته است. پیامبران برای کمک به افراد که خویشتن واقعی را بیابند و از هجران و جدایی خویشتن واقعی به وصل و اتصال برسند اهمیت فراوانی قائل شدند. رسالت انبیاء بدون در نظر گرفتن هدف اصلی ایشان در خویشتن‌یابی انسان‌ها قابل تصور نیست.

ظاهراً خلقت تکوینی همه اشیا و موجودات از ملائک گرفته تا پایین‌ترین درجه خلقت بر مبنای فطرت استوار است. این امانت یا همان فطرت الهی و همچنین مسئولیت و شرکت در خلقت از طریق همت و عمل خالص توأم با توکل به خداوند، همدلی و همنوایی در خلقت و کوشش و صبر در پیمودن مسیر عبودیت، همگی تشکیل یک رابطه اختصاصی با خدا را می‌رسانند. حاصل این ارتباط، خلق خویشتن و آفرینش استعدادها در راستای قوانین پیشین خداوندی است. پیمودن این راه مستقیم بدون تکیه به خدا و بدون کمک خواستن از او و بدون جهد خویش فراهم نمی‌شود. این مسئولیت خطیر او را به فردیت‌یابی (یعنی شکوفایی و شدن آن چیزی که مقدر است (یعنی خویشتن)) و یا رسیدن به مقامی که برایش ترسیم شده است (یعنی یکی شدن با فرشته خود) و یا در اصطلاح روان‌شناسی اعماق هماهنگ شدن بعد خودآگاه و ناخودآگاه انسان و انتقال خود (مرکز خودآگاهی) به خویشتن (مرکز مشترک خودآگاهی و ناخودآگاهی) می‌رساند. آگاهی حاصل کردن از محتوای معنوی روان ناخودآگاه (جمعی) و دریافت و درک خویشتن معنوی یکی از اهداف عمده زندگی است. سلامتی و بهبودی روانی و معنوی انسان‌ها نیز در گرو همین اشراق و عرفان است. وقتی مولوی در آغاز مثنوی معنوی از جدایی شکایت می‌کند، منظورش جدایی انسان از خود واقعی است؛ خودی که او را با حضور ابدی و ازلی خداوندش پیوند می‌دهد. این جدایی به صورت‌های گوناگون برای انسان‌ها پیش آمده است و به همین جهت انسان‌ها احساس خلأ معنایی می‌کنند. وقتی انسان به این مقام رسید، یعنی خویشتن خود را شناخت و با آن یکی شد، رابطه او نیز با هستی، خود، دیگران و خدا عوض می‌شود. همه وجود انسان با تمام هستی، خدا و مردمان دیگر هم‌نوا و هم‌رنگ و هم‌صدا می‌گردد. به اصطلاح ویلیامز جیمز روان‌شناس و فیلسوف معروف، او در هستی ذوب شده و با هستی یکی می‌شود و احساس غرق شدن در اقیانوس هستی به او دست می‌دهد. همه اضطراب‌های وجودی از جمله اضطراب مرگ تبدیل به عشق



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

و انتظار می‌گردد. هر گونه انحراف از این اتحاد، اتفاق، توحید و یکپارچگی آسیب برشمرده می‌شود و دلالت بر این دارد که فرد هنوز به مقام کمال که ویژه انسان‌های کامل است، نرسیده است.

اولین نشانه‌های انحراف در روابط با خدا دیده می‌شود. جلوه این جدایی (عدم ارتباط) در پریشانی‌های روان و تعدد انگیزه‌های متعارض و تعارضات و چندگانگی در ارتباط با مردم نمایان می‌شود. احتمال دارد که اولین علائم آن در بعد معنوی انسان در عدم اعتماد کامل به خدا دیده شود و انسان قوانین الهی را به خاطر رضایت دیگران و یا تمنیات موقتی نفس خود زیر پا بگذارد و یا احتمال دارد شک و تردیدها و ترس و اضطراب‌های زندگی روزمره، او را به ستوه آورد و فرد فاقد توکل به خدا به معنای واقعی گردد. در جوانان امروز می‌توان این عدم اعتماد به خدا را به عنوان آسیب پیگیری کرد. به همین جهت اضطراب و اجتناب از روبه‌رو شدن با زندگی روزانه در آنان جلوه‌گر می‌گردد و برای فرار از این اضطراب و پوچی و عدم پیدایش معنا در زندگی‌شان، از استفاده مواد مخدر و داروهای روان‌گردان گرفته تا روی آوردن به روش‌های منحرف در روابط دختر و پسر و یا غرق شدن در سایر تمنیات زندگی مانند مال‌اندوزی در آنان دیده می‌شود. این گسست از اعتماد به خدا ناشی از باورهای ناسالم خودآگاه و ناخودآگاه در مورد خدا (از قبیل خدای دور از دسترس و یا بنده بی‌کفایت برای مراقبت و یا رابطه سرد و سخت‌گیرانه معنوی) می‌باشد.

این باور ناسالم به کفایت خود برای دریافت مراقبت و همنوایی با خدا، آسیب‌زده و رابطه صمیمی مبتنی بر نزدیکی - «ای رسول اگر بندگان درباره من سؤال کنند، بگو که من نزدیک‌تر از رگ‌های گردن به آنان هستم»- را تبدیل به رابطه دور از دسترس نموده و انسان مرتبط و متصل به مبدأ هستی را تبدیل به انسان مضطرب و سرگردان در پی گمشده خود می‌کند. این چنین انسانی، طی مسیر طبیعی توکل، تفویض، رضا و تسلیم را بسیار دشوار می‌یابد و چون در ناخودآگاه خود از سرگردانی گریزان و به اعتماد به مبدأ نیرومند و دوست داشتنی، خود را نیازمند می‌یابد، جلوه اعتماد و رضا و تسلیم به خدا را در لباس مکانیزم‌های دفاعی وابستگی به دیگران، اعتماد بیش از حد به دوستان و آشنایان و فدا کردن خواسته‌های خود در راستای خواسته‌های دیگران می‌نماید. این مسیر نیز او را به وابستگی‌های ناسالم که ناشی از



دل‌بستگی اضطرابی است، سوق می‌دهد. بیشتر جوانان که در مرحله قراردادی قرار دارند، به این عدم اعتماد به خدا آگاهی کامل ندارند و بنا به تقلید از دیگران رفتارهای مذهبی را نه از روی تدبیر بلکه از روی تقلید به جا می‌آورند. همان همرنگی با جماعت برای آنان یک آرامش موقتی و سطحی فراهم می‌آورد. ولی زمانی که زندگی چهره آرام خود را پنهان نموده و درگیری‌ها و چالش‌ها و شرایط سخت خود را نشان می‌دهند، فرد به خوبی به عدم کارایی اعتقادات خود و رفتارهای بدون انگیزه درونی و اعتماد کامل به خدا پی می‌برد. این شکاف، در روابط با افراد دیگر نیز خود را نشان می‌دهد. فرد در روابط اجتماعی مبتنی بر بده و بستان، وارد می‌شود و رقابت جلو افتادن از دیگران او را از همدلی و هم‌نوایی باز می‌دارد. همین امر باعث ایجاد خطاها در روابط شده و رنج و خصومت و درد و تعارضات را دامن می‌زند و فرد به جای آرامش و دوستی و عشق و علاقه، کینه و خصومت نسبت به دیگران را در خود پرورش می‌دهد. بدین وسیله آرامش، بهشت درون را به بهای خصومت و دشمنی هم‌نوع خود به دوزخ شرارت‌آمیز تبدیل می‌کند. حال لازم است به این موضوع پرداخته شود که چرا و چگونه این روابط تغییر پیدا می‌کنند و پیوستگی و هم‌نوایی با طبیعت، خدا، خود و افراد دیگر و علاقه پیونددهنده، جای خود را به جدایی، تعارض، ناهماهنگی و خصومت می‌دهد؟ و یا چگونه می‌توان اتحاد، یکپارچگی، هم‌نوایی و همدلی را با خلقت به دست آورد؟ در این تک‌نگاشت به برخی از نکات کلیدی در این مورد پرداخته می‌شود.

تک‌نگاشت حاضر در سه فصل دسته‌بندی شده است. در فصل یکم به شباهت‌ها و تفاوت‌ها و همچنین نقاطی که معنویت از سازه‌های مشابه خود جدا می‌شود می‌پردازیم. نگاهی به مطالعات انجام شده در این حوزه، نشان می‌دهد که اغلب اندیشمندان و پژوهشگران، تقابل سازه معنویت و دین‌داری را مورد توجه قرار داده‌اند. از این رو ما نیز در فصل یکم به بررسی شباهت‌ها و تفاوت‌های معنویت و دین‌داری می‌پردازیم. در قسمت ابتدایی این فصل طبق سنت به بررسی پیشینه پژوهشی و آراء و نظرات روان‌شناسان دیگر در مورد معنویت و دین‌داری پرداخته می‌شود و در بخش دوم این فصل نیز معنویت و دین‌داری و سایر مباحث دیگر از منظر نویسنده حاضر بررسی می‌شود. در فصل دوم به آسیب‌شناسی معنویت پرداخته شده است. در بخش نخست این بخش مطالبی در مورد سلامت معنوی و ملاک و



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

معیارهای آن در ابعاد ارتباطات چهارگانه مطرح شده است و پس از آن به آسیب‌شناسی معنوی در بین جوانان پرداخته شده است. در نهایت در فصل سوم برخی از روش‌های پیشگیری از آسیب به معنویت جوانان بررسی شده است. امیدوارم آنچه در ادامه می‌خوانید، سودمند باشد و کارایی لازم به منظور به کارگیری در عرصه‌های مربوط به حوزه‌ی معنویت جوانان و نوجوانان را داشته باشد؛ ان‌شاءالله.

لازم است از نظرات و حمایت‌های گوناگون اعضای محترم مرکز الگوی پیشرفت ایرانی - اسلامی در به ثمر رسیدن این نوشته تشکر کنم؛ به ویژه از راهنمایی‌ها و نظرات تکمیلی دکتر آذربایجانی که تمام مطالب را با دقت مطالعه نموده و نکات سودمندی را یادآور شدند، قدردانی نمایم. افراد زیادی در این نوشته سهمی دارند که هر چند به خاطر اختصار از نام بردن آنان خودداری می‌گردد، از تمامی زحمات گران‌قدرشان تشکر به عمل می‌آید. این نوشته در حالی پیشنهادهای سودمندی در راستای بالندگی معنوی جوانان ارائه می‌دهد که جوانان کشورمان به خاطر کمبود منابع در معنویت اصیل اسلامی به معنویت‌های کاذب با الگوهای غربی پناه می‌برند. بسیاری از پیشنهادها و روش‌ها، قابلیت اجرا و نتیجه‌گیری را دارا می‌باشند و می‌توانند برای دانشجویان عزیز و پژوهشگران محترم تولید فرضیه علمی کنند و با روش‌های علمی توسط آنان، تأیید و یا اصلاح گردند.



فصل یکم:

معنویت و دین‌داری: گستره‌سازه‌ها

دین‌داری و معنویت در طول تاریخ بشر، بخشی از تجربه انسان بوده است. این مؤلفه‌ها در ضمن هر دسته از تلاش‌های آدمی، موضوع و مقصود هنر، موسیقی، شعر، فرهنگ، جنگاوری، ایثار، اخلاق، تعهد و انبوهی از فعالیت‌های بشری دیگر بوده‌اند. در ۱۰۰ سال اخیر، بررسی‌های اولیه با دیدگاه روان‌شناسی به این موضوعات توسط عالمانی چون ویلیام جیمز^۱ (۱۹۶۱/۱۹۰۲)، ادوین استاربوک^۲ (۱۸۹۹)، جی. استنلی هال^۳ (۱۹۰۴، ۱۹۱۷) و جورج کو^۴ (۱۹۰۰) انجام شد. با وجود وقفه در این پژوهش‌ها در اواسط قرن بیستم (هیل^۵ و همکاران، ۲۰۰۰)، در آغاز قرن بیست و یکم، موجی از توجه به دین‌داری و معنویت بین روان‌شناسان به وجود آمده است. فزونی توجه به این موضوعات، توسط تعدادی از پژوهشگران به خوبی نشان داده شده است (برای مثال امونز و پالوتزیان^۶، ۲۰۰۳؛ هیل و همکاران، ۲۰۰۰؛ میلر و تورسون^۷، ۲۰۰۳؛ شافرانسکه^۸، ۲۰۰۲؛ زین بائر، پارگامنت و اسکات^۹، ۱۹۹۹). همچنین در دهه‌های اخیر رابطه بین دین‌داری، معنویت و سلامت (جسمی و روانی) توجه زیادی را به خود جلب نموده است و مقالات و کتب زیادی به آن اختصاص داده شده است. همچنین مقالات و کتبی که نشان‌گر ترکیب و به کارگیری دین‌داری و معنویت درمان روان‌شناختی است نیز رواج یافته است (از جمله میلر^{۱۰}، ۱۹۹۹؛ ریچاردز و برگین^{۱۱}، ۱۹۹۷، ۲۰۰۰؛ شافرانسکه، ۱۹۹۶؛ زین بائر و پارگامنت، ۲۰۰۰). حجم انبوه مقالات و بررسی کارشناسانه و علمی در زمینه دین‌داری و معنویت، منجر به تولید نظریه، داده و اطلاعات زیادی در مورد دین‌داری و معنویت

1. William James
2. Edwin Starbuck
3. G. Stanley Hall
4. George Coe
5. Hill
6. Emmons & Paloutzian
7. Miller & Thoresen
8. Shafranske
9. Zinnbauer, Pargament, & Scott
10. Miller
11. Richards & Bergin



شده است که در واقع بیانگر نقطه اوج تلاش‌های نظری و تجربی پرثر دانشمندان و محققان متعدد در گذشته و حال است. این فصل با بررسی تمایلات تاریخی و چالش‌های کنونی پیش‌روی روان‌شناسانی که در پی تعریف دین‌داری و معنویت هستند آغاز می‌شود. سپس به دیدگاه نویسنده حاضر در مورد معنویت و دین‌داری و شباهت‌ها و تفاوت‌های بین آنها پرداخته می‌شود.

تعریف معنویت و دین‌داری از دیدگاه روان‌شناسان

با توجه به افزایش دانش پایه، شاید فرض شود که بین روان‌شناسان در مورد ماهیت و تعریف دین‌داری و معنویت، اجماع روشنی وجود دارد؛ اما افسوس که این‌گونه نیست. حتی می‌توان گفت در حال حاضر، روان‌شناسی دین در مورد معنای سازه‌های کلیدی خود در یک حالت فقدان اجماع نظر قرار دارد. پژوهش‌های پیشین، گوناگونی تعاریف دین‌داری و معنویت بین پژوهشگران را نشان داده‌اند (برای مشاهده تعاریف مختلف به زین بائر، پارگامنت و اسکات، ۱۹۹۹ رجوع کنید). از زمان ابتدایی‌ترین مطالعات توسط کو (۱۹۰۰) و کلارک^۱ (۱۹۵۸) تا مطالعات جدیدتر توسط مک رییدی و گریلی^۲ (۱۹۷۶) و اسکات (۱۹۹۷)، این واژه‌ها با اعتقادات، رفتارها، احساسات، روابط و تجارب گوناگون مرتبط شده‌اند. به طور خلاصه، تحلیل محتوای زین بائر و همکاران (۱۹۹۷) و مطالعات بنیادی پارگامنت، سالیوان، بالزر، ون هیتسما و ریمارک^۳ (۱۹۹۵) و زین بائر و پارگامنت (۲۰۰۲) نشان می‌دهد که افراد مفاهیم روشنی در مورد معنای این واژه‌ها دارند و می‌توانند اعتقادات خود را به شکلی روشن و معتبر توصیف نموده و دین‌داری و معنویت را از سازه‌ها و پدیده‌های دیگر متمایز کنند؛ ولی تعاریف دین‌داری و معنویت در بین پژوهشگران همچنان نسبتاً متناقض است؛ به عبارت دیگر بر خلاف برخی نشانه‌های مثبت در ادبیات در حال ظهور دین‌داری و معنویت، چیزی که جای خالی است، توافق نظر در خود جامعه روان‌شناسی دین است.

1. Clark

2. McReady & Greeley

3. Pargament, Sullivan, Balzer, Van Haitsma, & Raymark



این فقدان اجماع نظر، چالشی اساسی برای روان‌شناسی دین است. پیشرفت در این زمینه به میزان خاصی از توافق در مورد ماهیت و معنای سازه‌های کلیدی دین‌داری و معنویت و ماهیت پدیده‌های مرتبط با آنها بستگی دارد (امونز و پالوتزیان، ۲۰۰۳؛ هیل و همکاران، ۲۰۰۰؛ موبرگ^۱، ۲۰۰۲؛ شافرانسکه، ۲۰۰۲). این زمینه بدون چنین توافقی، تمرکز خود را از دست داده و مرزهایش مبهم می‌شود و یافته‌هایی به بار می‌آورد که قابل‌تعمیم نیستند (زین بائر و همکاران، ۱۹۹۷).

با اینکه واژه‌های «دین‌داری» و «معنویت» در قرن گذشته توسط روان‌شناسان به طرق مختلف تعریف شده‌اند (زین بائر و همکاران، ۱۹۹۷؛ زین بائر و همکاران، ۱۹۹۹؛ زین بائر و پارگامنت، ۲۰۰۲)، توافق عمومی وجود دارد که هر دو مفهوم، چندبعدی هستند (هیل و همکاران، ۲۰۰۰؛ موبرگ، ۲۰۰۲). علاوه بر این، روان‌شناسان به طور سنتی دین را به عنوان یک سازه «دارای پهنای وسیع» در نظر گرفته‌اند که به صراحت از معنویت قابل‌تمایز نیست (هیل و همکاران، ۲۰۰۰؛ پارگامنت، ۱۹۹۹؛ زین بائر و همکاران، ۱۹۹۷، ۱۹۹۹). از این چشم‌انداز، پدیده‌های دین و معنویت زیر چتر گسترده سازه دین درآمده‌اند یا واژه‌های دین و معنویت به جای هم به کار رفته‌اند (اسپیلکا و مک انتوش^۲، ۱۹۹۶). گزیده‌ای از برخی تعاریف دین‌داری و معنویت در گذشته و حال در ادامه ارائه شده است.

تعاریف مختلفی از دین‌داری ارائه شده است. در زیر به برخی از آنها اشاره می‌شود:

* آریل و بیت-هالاومی^۳ (۱۹۷۵): نظامی از باورها به یک قدرت الهی یا فرابشری و اعمال پرستش یا شعائر دیگر به سوی این قدرت.

* بلا^۴ (۱۹۷۰): مجموعه‌ای از رفتارهای نمادین که انسان را با شرایط غایی وجودش مرتبط می‌کند.

* کلارک (۱۹۵۸): تجربه درونی فرد وقتی که یک موجود فراتر را حس می‌کند. تأثیر این تجربه روی رفتارش مشهود می‌شود؛ به ویژه اینکه وقتی فعالانه برای هماهنگ کردن زندگی‌اش با این موجود فراتر تلاش می‌کند.

1. Moberg
2. Spilka & McIntosh
3. Argyle & Beit-Hallahmi
4. Bellah



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

- * دلاهیته^۱ (۱۹۹۸): یک جامعه ایمانی هماهنگ با آموزه‌ها و روایت‌هایی که جست‌وجوی موجود مقدس را ارزشمند می‌کند.
- * جیمز (۱۹۶۱/۱۹۰۲): احساسات، اعمال و تجارب افراد در تنهایی خود؛ تا جایی که خودشان را در ارتباط با هر آنچه به عنوان قدرت الهی یابند، در نظر داشته باشند.
- * اُکولینز و فاروجیا^۲ (۱۹۹۱): نظامی از باورها در پاسخ به قدرت الهی؛ شامل کتب مقدس، شعائر آیینی و اعمال اخلاقی پیروان.
- * پتیت^۳ (۱۹۹۴): مجموعه‌ای از تعهدات به باورها و اعمال مشخصه سنن خاص. همچنین در مورد معنویت نیز تعاریف گوناگونی ارائه شده است که در زیر به چند مورد از آنها پرداخته می‌شود:
- * آرمسترانگ^۴ (۱۹۹۵): وجود نوعی رابطه با یک قدرت برتر که بر شیوه کنش فرد در جهان تأثیر می‌گذارد.
- * بنر^۵ (۱۹۸۹): پاسخ انسان به دعوت سخاوتمندانه خداوند به رابطه با خود.
- * دوایل^۶ (۱۹۹۲): جستجوی معنای وجودی.
- * الکینز، هندرسون، هیوکز، لیف و ساندرز^۷ (۱۹۸۸): نوعی شیوه بودن و تجربه کردن که از طریق آگاهی از یک بعد متعالی کسب می‌شود و با ارزش‌های قابل تشخیص خاص در مورد خود، زندگی و هر آنچه فرد به عنوان غایت در نظر می‌گیرد، مشخص می‌شود.
- * فلهبرگ و فلهبرگ^۸ (۱۹۹۱): چیزی است که در تماس با قدرت الهی درون «خود» وجود دارد.
- * هارت^۹ (۱۹۹۴): شیوه زندگی و ایمان فرد در زندگی روزمره، شیوه ارتباط فرد با شرایط غایی وجود.

1. Dollahite

2. O'Collins & Farrugia

3. peteet

4. Armstrong

5. Benner

6. Doyle

7. Elkins, Henderson, Hughes, Leaf, & Saunders

8. Fahlberg and Fahlberg

9. Hart



* شافرانسکه و گورساج^۱ (۱۹۸۴): یک بعد متعالی در تجربه بشری که در لحظاتی کشف می‌شود که فرد در آنها در مورد معنای تجربه شخصی جست‌وجو می‌کند و تلاش می‌کند تا خود را در یک بافت هستی‌شناختی وسیع‌تر قرار دهد.

* تارت^۲ (۱۹۷۵): قلمرو وسیع ظرفیت انسان در پرداختن به اهداف غایی با پدیده‌های برتر، با خدا، با عشق، با شفقت و با هدف.

* وگان^۳ (۱۹۹۱): تجربه فاعلی موجود مقدس.

* معنویت عبارت است از فرا رفتن از مادیت در ابعاد فردی و اجتماعی؛ معطوف به جنبه‌های بینشی، گرایش، کنشی و فرهنگی، اقتصادی، سیاسی؛ بر اساس مبانی توحیدی (مرکز الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت، ۱۳۹۵).

یکی از مشخصات رویکردهای سنتی، توجه به پدیده دین‌داری از هر دو منظر بنیادی (ذاتی) و کارکردی است. رویکردهای بنیادی دین‌داری را از طریق ذات آن تعریف می‌کنند: یعنی یک امر مقدس؛ بنابراین پژوهش‌ها آن دسته از هیجانات، افکار، رفتارها، روابط و مانند آن را بررسی می‌کنند که به صراحت با یک قدرت متعالی یا مسلّم مرتبط هستند (بروس^۴، ۱۹۹۶) یا اینکه خودشان کیفیات مقدس را کسب کرده‌اند (پارگامنت و ماهونی^۵، ۲۰۰۲؛ امونز، ۱۹۹۹). یکی از مصادیق این موضوع، تعریف دین‌داری توسط آریل و بیت-هالاومی (۱۹۷۵) است: «نظامی از باورها به یک قدرت الهی یا فرابشری و اعمال پرستش یا دیگر شعائر که به سمت این قدرت صورت می‌گیرد». رویکردهای کارکردی اهدافی را بررسی می‌کنند که دین‌داری در زندگی یک فرد دنبال می‌کند؛ به عبارت دیگر اعتقادات، هیجانات، اعمال و تجارب به عنوان مکانیزم‌های کارکردی ارزیابی می‌شوند که برای پرداختن به مسائل وجودی بنیادی مانند معنا، مرگ، رنج، تنهایی و بی‌عدالتی به کار می‌روند (بروس، ۱۹۹۶؛ پارگامنت، ۱۹۹۷). تعریف دین‌داری توسط باتسون، اسپنرید و نتیس (۱۹۹۳) رویکرد کارکردی را نشان می‌دهد: «هر آنچه ما به عنوان افراد انجام می‌دهیم برای این است که شخصاً از پس سؤالاتی که با آنها مواجهه می‌شویم

1. Gorsuch
2. Tart
3. Vaughan
4. Bruce
5. Mahoney



برآییم؛ زیرا آگاهییم که ما و دیگرانی که مانند ما هستند زنده هستیم و خواهیم مرد». با اینکه جامعه‌شناسان دین، نوعاً ابعاد اجتماعی یا جمعی زندگی دینی را در مفهوم‌سازی‌های خود لحاظ نموده‌اند، اما روان‌شناسان دین به طور سنتی بر باور، هیجان، رفتار، انگیزش و ... افراد تمرکز کرده‌اند (پارگامنت، ۱۹۹۷). تعریف دین‌داری توسط ویلیام جیمز (۱۹۶۱/۱۹۰۲) این تمرکز فردی را نشان می‌دهد: «احساسات، اعمال و تجارب افراد در تنهایی‌شان؛ تا جایی که خودشان را در ارتباط با هر آنچه به عنوان قدرت الهی می‌یابند، در نظر داشته باشند».

پژوهش‌های سنتی بر درک این موضوع نیز استوارند که دین‌داری و معنویت می‌توانند هر دو شکل مثبت و منفی را داشته باشند (هیل و همکاران، ۲۰۰۰؛ هود، اسپیلکا، هانسبرگر و گورساج، ۱۹۹۶؛ زین بائر و همکاران، ۱۹۹۹). با وجود تلاش‌های تعداد اندکی از نویسندگان برای ترسیم دین به عنوان پدیده‌ای غیرواقعی و یا یک نوع آسیب‌شناختی (مانند الیس^۱، ۱۹۸۰؛ فروید^۲، ۱۹۶۱/۱۹۲۷)، بیشتر پژوهشگران، توصیفات متعادلی از دین‌داری ارائه کرده‌اند. برای مثال فرام^۳ (۱۹۵۰) دین استبدادی را- که در آن افراد خودشان را در ارتباط با یک قدرت بزرگ‌تر حقیر می‌کنند- در مقابل دین انسانی- که در آن خداوند نقاط قوت فرد و تحقق خود را نشان داده و قدرتمند می‌کند- قرار می‌دهد. تقابل معروف آلپورت^۴ (۱۹۶۶) نیز در مورد دین درونی در برابر دین بیرونی وجود دارد. فرد دین‌دار درونی، با دین خود «زندگی» می‌کند و ایمان را به عنوان ارزش نهایی خودش می‌داند. در مقابل، دین‌دار بیرونی از دین به شکلی مصرف‌گرا برای کسب اهداف، امنیت، جایگاه اجتماعی یا دیگر اهداف استفاده می‌کند.

معنویت به عنوان سازهٔ وسیع‌تر: معنویت به عنوان جستجوی فردی یا گروهی امر قدسی تعریف می‌شود. دین‌داری به عنوان جستجوی فردی یا گروهی امر قدسی که درون بافت مقدس سنتی آشکار می‌شود، تعریف می‌گردد. از منظر این تعاریف، دین‌داری و معنویت هر دو در بافت جای دارند و ماهیت این بافت می‌تواند برای تمیز این دو سازه به کار رود. هر دو سازه به سمت جستجوی یک نوع خاص از دغدغه‌های قابل توجه انسان هستند: امر قدسی. با این حال دین‌داری به طور ویژه جستجوی شخصی یا جمعی را برای این پدیده مقدس معرفی می‌کند

1. Ellis
2. Freud
3. Fromm
4. Allport



که درون یک بافت سنتی یا سنت ایمانی سازمان یافته رخ می‌دهد. این بافت شامل نظام‌های باور، اعمال و ارزش‌ها است که حول محور پدیده‌های مقدس قرار دارند و به صراحت در مؤسسات، سنن یا فرهنگ‌ها تعبیه شده‌اند یا از آنها جریان می‌یابند. برای مثال، شاید دین‌داری یک فرد معتقد شامل تعمق در عبارات کتاب مقدس، پرورش فضائل اخلاقی، انجام مراسم، گوش دادن به تجارب معتقدان دیگر، دستیابی به جایگاه رسمی به عنوان عضو جامعه دینی و ارتباط با اعضای دیگر این سنت از بخش‌های مختلف جهان باشد. نکته جالب اینکه محیط‌های دینی (مانند کلیسا، معابد و فرقه‌ها) به افراد آموزش می‌دهند تا زندگی‌شان را مقدس کنند و با ارزش و معنای مقدس در حرفه‌های ظاهراً سکولار رسوخ کنند (پارگامنت و ماهونی، ۲۰۰۲). از طریق خدمات دینی، نظام‌های باور، شعائر و برنامه‌های آموزشی، افراد تشویق می‌شوند تا جنبه‌های بیشتری از زندگی را (مانند سلامت جسمی، هویت شخصی، روابط، کار و ...) در رویکرد متعالی بزرگ‌تری دریافت کنند.

با اینکه برخی کارشناسان، معنویت را صرفاً در قالب اعتقاد یا عمل فردی توصیف می‌کنند ولی معنویت همیشه درون فرهنگ تجلی می‌یابد. فرهنگ، اجتماع، جامعه، خانواده و سنت به عنوان بوته‌ای که معنویت در آن گسترش می‌یابد یا زمینه‌ای که از آن تمایز می‌یابد هستند. دین‌داری هم مانند معنویت در بافت سنتی رخ می‌دهد؛ در این صورت، شاید احتمال کمتری باشد که پیروان، این دو واژه را دارای تمایزهای قوی بدانند. معنویت شاید در بافت‌های غیرسنتی، بدیع یا نوظهور نیز رخ دهد. این پیروان معنوی مانند «عارفان معنوی» مورد بحث هود (۲۰۰۳) و پیروان «معنوی ولی غیردینی» تعریف شده توسط زین بائر و همکاران (۱۹۹۷) شاید بین دین‌داری و معنویت، تمایز قوی‌تری ایجاد کنند و جستجوی خود برای امر مقدس را تا حدی بخشی از طرد دین تعریف کنند.

بر اساس این تعاریف، معنویت، نسبت به دین‌داری واژه وسیع‌تری است. معنویت شامل طیفی از پدیده‌هایی است که از مسیرهای قدسی جا افتاده‌ی مرتبط با ادیان سنتی تا تجارب افراد یا گروه‌هایی که خارج از نظام‌های تعریف شده اجتماعی یا فرهنگی در پی امر مقدس هستند، گسترش یافته است. برای مثال، معنویت فردی شاید شامل احساسات از خود گذشتگی، خاطرات تجربه عرفانی، گردهمایی با جویندگان دیگر، شورش علیه فرهنگ متضاد با این



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

جست‌وجو و حس وحدت با همه جهان (زندگی) ذی‌شعور باشد. تغییرات مهم در هر یک از این سطوح یا لایه‌های رشدی می‌تواند ماهیت جست‌جو را تغییر دهد. برای مثال ابتلا به بیماری جدی، شاید احساسات از خود گذشتگی را به سردرگمی یا خشم تغییر دهد، حضور در تجمعات را سخت‌تر کند و موجب تنهایی روان‌شناختی از ارتباط معنوی با دیگران شود.

همچنین تصدیق این امر مهم است که رسالت اصلی ادیان سازمان یافته، جست‌وجوی فردی و جمعی امر مقدّس است. اهداف دیگری مانند ارتباط اجتماعی، خدمت اجتماعی، آموزش، ارتقای سبک زندگی سالم یا کمک به دیگران نیز توسط سازمان‌های دینی، خانواده‌ها و فرهنگ‌ها به منظور حمایت از رشد معنوی اعضایش پیگیری می‌شود. در حالی که این امر با برخی برداشت‌ها در مورد اینکه دین سازمان یافته به عنوان مانع یا سدی برای تجارب شخصی پدیده مقدّس تلقی می‌شود، متضاد است. در اینجا باید خاطر نشان کرد که جست‌وجوی امر مقدّس در حقیقت کارکرد اساسی هر دو سازه دین و معنویت است و بیشتر افراد امر مقدّس را درون سنن موجود می‌جویند. حال موفقیت یا شکست ادیان سازمان یافته مختلف، برای پرورش این جویندگی، مسئله دیگری است که باید بررسی شود.

دین‌داری به عنوان سازه وسیع‌تر: معنویت نوعی جست‌وجو برای پدیده مقدّس است. دین‌داری به جست‌جوی یک امر مهم به شیوه‌های مرتبط با امر مقدّس اشاره دارد. در مقابل مجموعه اول تعاریف که دین‌داری و معنویت را بر اساس بافت‌شان متمایز می‌کنند، این مجموعه از تعاریف دو سازه را از طریق موقعیت امر مقدّس در ابزارها و اهداف فرایند جست‌جو متمایز می‌کند. هر جست‌جو شامل مقصد نهایی، قدر و اهمیت و مسیری برای دستیابی به آن مقصد است. معنویت به جست‌جویی اشاره دارد که در آن، امر مقدّس، مقصد نهایی است. در جست‌جوی امر مقدّس افراد شاید در مسیرهای سنتی یا غیرسنتی قدم بگذارند از دعا؛ مراقبه، شرکت در کلیسا، کنیسه‌ها و مساجد؛ روزه‌داری، مطالعه کتب مقدّس و زندگی رهبانی گرفته تا پیاده‌روی در جنگل، کنش اجتماعی، روان‌درمانی و گوش دادن به سمفونی. چیزی که این مسیرهای گوناگون می‌توانند در آن مشترک باشند، نوعی نقطه پایانی است: یعنی امر مقدّس.



معنویت، قلب و روح دین‌داری و کارکرد اساسی زندگی دینی است. پائول جانسون^۱ (۱۹۵۹) به عنوان روان‌شناس در این زمینه می‌نویسد: «فرد دین‌دار بیش از همه ما در جستجوی «تو»ی نهایی است». به هر حال دین‌داری در مجموعه دوم تعاریف، نسبت به معنویت اهداف وسیع‌تری دارد. مسلماً برخی افراد در جستجوی رابطه با امر مقدّس، در مسیرهای مقدّس قدم می‌نهند ولی شاید به همان اندازه در جستجوی مقاصد دیگر نیز باشند، مانند سلامت جسمانی، بهزیستی هیجانی، صمیمیت با دیگران، رشد خود و شرکت در اجتماع وسیع‌تر. در این معنا دین‌داری نسبت به معنویت به طیف وسیع‌تری از اهداف، نیازها و ارزش‌ها می‌پردازد (مادّی و به همان اندازه غیرمادّی، اساسی و به همان اندازه متعالی و سکولار و به همان اندازه مقدّس). مسلماً این تعریف با تغییر به سوی یک دیدگاه باریک‌تر به دین‌داری، کمتر سازگار است (زین بائر و همکاران، ۱۹۹۷). ولی با مجموعه بزرگ و روزافزون ادبیات روان‌شناسی دین (که بر اثرات اعتقادات و اعمال دینی مختلف بر سلامت جسمی، سلامت روانی و کارکرد اجتماعی متمرکز است) همخوانی دارد (مانند وولف، ۱۹۹۷).

ذکر این نکته هم مهم است که در پیشینه روان‌شناسی دین، برخی پژوهشگران و نظریه‌پردازان این اشکال «بیرونی^۲» دین‌داری را تحت عنوان دین‌داری ناپخته برجسب زده‌اند (مانند آلپورت و راس^۳، ۱۹۶۷). هنوز چیزی لزوماً بر زرق و برق یا نامناسبی در مورد تعقیب اهداف سکولار از طریق ابزارهای مقدّس وجود ندارد. خود آلپورت اشاره کرده است که ارضای نیازهای اساسی انسان از طریق مسیرهای مقدّس، مراحل تعقیب مقاصد معنوی متعالی‌تر را تعیین می‌کند. در حقیقت فرایند جامعه‌پذیری دینی عمدتاً هم بر تسهیل تغییر از اهداف و ارزش‌های فوری به دغدغه‌های نهایی‌تر و هم بر آموزش افراد برای دیدن امر مقدّس در هر جنبه دنیوی زندگی، متمرکز می‌کند.

به طور خلاصه در مجموعه دوم تعاریف، معنویت به عنوان بعدی متمایز از عملکرد انسان مشخص می‌شود. معنویت به تنهایی به کشف، محافظت و تغییر شکل غایت نهایی همه دغدغه‌ها یعنی امر مقدّس می‌پردازد. با این حال دین‌داری به عنوان یک عامل ناسازگار یا یک



مانع برای معنویت در نظر گرفته نمی‌شود. در حقیقت، معنویت کارکرد اساسی دین است و درواقع، انرژی دینی زیادی صرف می‌شود تا به افراد کمک کند امر مقدس را به طور کامل‌تری با مسیرها و مقاصد زندگی خود ادغام کنند. ولی دین‌داری برای موفقیت در این امر می‌پذیرد تا به طیف وسیعی از تلاش‌های انسان بپردازد و برای آن تلاش می‌کند؛ بنابراین همان‌طور که در اینجا تعریف شد، دین‌داری نسبت به معنویت معرف پدیده‌های وسیع‌تری است و با همه جنبه‌های عملکرد انسان، (امر مقدس و کفر) سروکار دارد.

معنویت و دین‌داری: شباهت‌ها و تفاوت‌ها از نظر روان‌شناسان

نگاهی اجمالی به مطالعات انجام شده (هیل و همکاران، ۲۰۰۰؛ هود، ۲۰۰۳؛ ولف^۱، ۱۹۹۷؛ زین بائر و همکاران، ۱۹۹۹)، نشان می‌دهد که معنویت به عنوان یک سازه متمایز ظهور کرد و در چند دهه گذشته، موردتوجه پژوهش‌ها قرار گرفت. از دهه ۱۹۸۰ تا حال با عنوان «معنویت» اشکال متفاوتی از ایمان که قبلاً از دین‌داری جدا نبودند، ظاهر شده‌اند. توجه به شاخص معنویت در ارزیابی دین‌داری به طور قابل ملاحظه‌ای از دهه ۱۹۴۰ و ۱۹۵۰ تا زمان حاضر افزایش یافته است و روان‌شناسی در زمینه ارزیابی و ساخت ابزار توجه زیادی به معنویت کرده است. این تغییرات در بستری با پس‌زمینه‌ای از کاهش نهادهای سنتی دینی، افزایش اشکال فردی ابراز ایمان، تحول در تأکید بر اعتقاد به تجربه مستقیم موجود مقدس و نوعی فرهنگ کثرت‌گرایی دینی رخ داده‌اند (هیل و همکاران، ۲۰۰۰؛ هود، ۲۰۰۳؛ روف^۲، ۱۹۹۳؛ زین بائر و همکاران، ۱۹۹۹). معنویت در کاربرد عمومی نیز جای دین‌داری را گرفته است؛ چنان‌که افزایش تعداد کتاب‌های پرتیراژ در مورد موضوعات مرتبط با معنویت این را نشان می‌دهد. در ادامه به شباهت‌های معنویت و دین‌داری پرداخته می‌شود.

اولین سازه‌ای که هم برای دین‌داری و هم برای معنویت اساسی است، «اهمیت^۳» (قدر، معنادار بودن) است. همان‌طور که پارگامنت (۱۹۹۷) توضیح داد، «اهمیت» تا حدی یک سازه پدیدارشناختی است که شامل تجربه مراقبت، کشش یا دل‌بستگی می‌شود. «اهمیت» به یک

1. Wulff
2. Roof
3. Significance



مجموعه از دغدغه‌های بالارزش، معنادار و غایی نیز اشاره دارد. این دغدغه‌ها شاید روان‌شناختی (مانند رشد، عزت‌نفس، آسایش)، اجتماعی (مانند صمیمیت، عدالت اجتماعی)، جسمانی (مانند سلامت، تناسب اندام)، مادی (مانند پول، غذا، اتومبیل) باشد یا اینکه به یک بعد الهی مرتبط باشد (مانند نزدیکی با خداوند، تجربه دینی).

مفهوم «جست‌وجو»^۱ ویژگی اساسی ثانویه هم برای دین‌داری و هم برای معنویت است (پارگامنت، ۱۹۹۷). از طریق جست‌وجو بر این حقیقت تأکید می‌کنیم که انسان موجود هدفمندی است و هر آنچه را که با شکوه بیابد، دنبال می‌کند. فرایند جست‌وجو شامل تلاش برای کشف معنا است. ولی این فرایند با کشف پایان نمی‌یابد. اگر فرد یک بار چیز باشکوهی در زندگی‌اش بیابد، تلاش می‌کند تا آن را حفظ کند. با اینکه مردم اغلب در تلاش برای حفظ معنا موفق هستند، ولی فشارهای درون فرد یا درون دنیای فرد شاید نیاز به تغییر اساسی را افزایش دهد. پس در این زمان، فرایند جست‌وجو شامل نوعی تغییر شکل درک فرد از معنا یا رابطه با آن می‌شود. پس فرایند جست‌وجو مجدداً به تلاش برای نگهداری این معنای تغییر یافته جدید بر می‌گردد. جست‌وجوی معنا (کشف، نگهداری و تغییر شکل) در این نوسانات در گستره زندگی، پایدار و پویا می‌ماند.

در نهایت، مفهوم «مقدس»^۲ هم برای دین‌داری و هم برای معنویت، هسته ثانوی است؛ به عبارت دیگر این سازه‌ای است که دین‌داری و معنویت را از همه پدیده‌های دیگر متمایز می‌کند. مفهوم مقدس به مفاهیم خداوند، قدرت‌های برتر، موجودات متعالی یا دیگر جنبه‌های زندگی که تقدیس شده‌اند، بر می‌گردد (ایدینوپولوس و یونان، ۱۹۹۶). تقریباً هر بعد را می‌توان مقدس و قابل ارزش یا احترام دانست. همان‌طور که دورکیم (۱۹۱۵) اظهار داشت «سنگ، درخت، بهار، ریگ، یک تکه چوب، خانه، در یک کلام، هر چیزی می‌تواند مقدس باشد»؛ بنابراین نام‌گذاری به قدرت‌های برتر یا نیروهای مسلّم محدود نمی‌شود، بلکه جنبه‌های دیگر زندگی که از طریق ارتباطشان با موجود مقدس یا معرفی آن، مشخصه و معنای الهی می‌یابند را نیز شامل می‌شود (پارگامنت و ماهونی، ۲۰۰۲).



جنبه‌های مقدس زندگی را می‌توان در سطوح متعدد تحلیل یافت: سلامت (بدن به عنوان امانت)، اسنادهای روان‌شناختی (خود، معنا)، افراد (افراد مقدس، رهبران فرقه‌ای)، نقش‌ها (ازدواج، فرزندپروری)، ویژگی‌ها یا روابط اجتماعی (شفقت، میهن‌پرستی، اجتماع)، محصولات فرهنگی (موسیقی، ادبیات) و نگرانی‌های جهانی (گایا^۱، صلح جهانی). اینها در سطوح متقاطع تحلیل نیز یافت می‌شوند؛ مانند کیفیت رابطه بین فرد با خدا یا اجتماع، یا ماهیت تعارض بین اعتقادات دینی فرد و نظم اجتماعی یا سیاسی. فرد ممکن است رابطه با دیگران که دارای اعتقاد مشابه هستند را به عنوان یک ارتباط مقدس بداند یا نگاه‌داشتن اصول دینی در مقابل موج عقیده محبوب (عرفان‌های نوظهور) را مقدس و شرافتمندانه بداند. وضعیت این موضوعات یا فرایندها می‌تواند به دو شیوه تغییر کند: آنها می‌توانند از طریق فرایند مقدس شماری از وضعیت سکولار به وضعیت مقدس تغییر کنند (پارگامنت و ماهونی، ۲۰۰۲) یا اینکه از طریق فرایند تقدیس‌زدایی از وضعیت مقدس به وضعیت سکولار تغییر کنند. اکنون در این مورد شواهدی وجود دارد که افراد چیزهایی را که برایشان مقدس است نسبت به چیزها و فرایندهای سکولار، به طور متفاوتی دنبال کرده و به آنها توجه می‌کنند (پارگامنت و ماهونی، ۲۰۰۲؛ امونز، ۱۹۹۹).

چند ویژگی مشترک دیگر در تعاریف دین‌داری و معنویت وجود دارد که در ادامه ذکر می‌شود. اول اینکه هم دین‌داری و هم معنویت خط سیرهای تحولی خود را دارند و تحت تأثیر رشد پدیده‌های مرتبط در سطوح دیگر هستند؛ به عبارت دیگر معنا و اهداف اعتقاد، رفتار و ادراک دینی و معنوی بازتاب مراحل مختلف رشدی برای افراد و گروه‌ها هستند و همراه با آنها تغییر می‌کنند (ورثینگتون^۲، ۱۹۸۹). دین‌داری و معنویت، مسیر تکوینی خود را دارند (و قابل تقلیل به حوزه‌های تحولی دیگر نیستند)، ولی تحت تأثیر تغییراتی مانند تحول شناختی، عاطفی و اخلاقی نیز هستند؛ بنابراین دین‌داری نسبت به معنویت در یک سطح پایین‌تر از رشد نیست (یا برعکس). همان‌طور که هیل و همکاران (۲۰۰۰) بیان کردند، دین‌داری و معنویت در گستره زندگی رشد می‌کنند. همچنین با حوزه‌های دیگر رشد انسان به هم پیوسته‌اند و بازتاب

1. Gaia: زمین به عنوان یک ارگانیسم خودنظم دهنده
2. Worthington



آنها هستند. برای مثال کودکی که در سطح رشدی تفکر جادویی^۱ است شاید باورهای خاصی در مورد خدا داشته باشد. باورهای او به موازات رشد و بلوغ شناختی - حتی اگر در همان سنت دینی باقی بماند - در همان سطح دین‌داری درجه‌بندی می‌شود و به همان میزانی که سالانه در فعالیت‌های دینی حضور می‌یابد، پیچیده‌تر می‌شوند. دوم اینکه صرف‌نظر از چارچوب تفسیری استفاده شده توسط پژوهشگران، گفته می‌شود که ویژگی اساسی هر دو سازه دین‌داری و معنویت این است که پیروان دینی و معنوی در مسیرهایی قدم می‌نهند و اهدافی را می‌جویند که با چیزی که مقدس می‌دانند در ارتباط است. سوم اینکه نه دین‌داری و نه معنویت ذاتاً خوب یا بد، عاطفی یا غیرعاطفی نیستند. اشکال آسیب‌شناختی هر دو سازه ممکن است در طول تمام سطوح تحلیل و تمام لایه‌های تحولی وجود داشته باشد. ریاضت معنوی افراطی یا خودانکاری می‌تواند به جسم صدمه بزند، معتقدات معنوی اغراق‌آمیز استثنایی بودن می‌تواند به خودشیفتگی منجر شود، گروه‌های معنوی می‌توانند درگیر رفتارهای خودمخرب شوند و باورهای فرهنگی تقدیس شده در مورد برتری می‌توانند به جنگ تمدن‌ها و نسل‌کشی منجر شود. همچنین دین‌داری می‌تواند سوءاستفاده را تحت عنوان «انضباط» توجیه کند، ظلم و ستم دینی نظام‌مند یک گروه خاص و یا دست‌کاری رسانه‌های جمعی برای اهداف اقتصادی می‌تواند به عنوان نیمه مخرب دین‌داری تلقی شود.

در پایان، دین‌داری و معنویت ممکن است هم شامل پدیده‌های منحصر به فرد و هم شامل پدیده‌های جهانی باشند. ممکن است شامل حقایق محلی مانند جنبه‌های خاص عبادت، اعتقاد خاص، تجارب بی‌نظیر و منحصر به فرد از امر قدسی بین گروه‌های مشخص فرهنگی باشند. ممکن است شامل حقایق فرافرهنگی مانند شناسایی تجارب عرفانی اساسی (هود، ۲۰۰۳)، جهان‌بینی‌هایی مانند زنجیره بزرگ وجود (هاکسلی، ۱۹۴۴؛ ویلبر، ۱۹۹۵، ۱۹۹۹) و فرایندهای رشدی فراگروهی (بک و کوان^۲، ۱۹۹۶) باشند؛ بنابراین برای درک و ادغام جریان‌ات گسترده‌ای مانند عناصر زیست‌شناختی تجربه معنوی و روندهای جهانی در تعریف دین‌داری، اشکال متعدد بررسی از رویکردهای مختلف مورد نیاز است. بر این اساس کاربرد انواع



روش‌های کمی و کیفی اجتناب‌ناپذیر است (موبرگ، ۲۰۰۲).

با ظهور معنویت، ظاهراً تنش بین سازه‌های دین‌داری و معنویت افزایش یافته است. در افراطی‌ترین شکل، دو واژه دین‌داری و معنویت در یک چارچوب به شدت دوگانه تعریف می‌شوند. مشخص‌ترین موارد آنهايي هستند که دین‌داری ذاتی (بنیادی)، ایستا، نهادی، هدفمند، اعتقادمدار و بد را در مقابل یک معنویت کارکردی (کاربردی)، پویا، شخصی، تجربه‌مدار و خوب قرار می‌دهند. در ادامه به هر کدام از این موضوعات پرداخته می‌شود.

دین ذاتی در برابر معنویت کارکردی^۱: توصیفات کارکردی (کاربردی) که روزی برای دین به کار می‌رفت، اکنون در حوزه معنویت تعریف می‌شوند. معنویت آمده تا تلاش‌های افراد در دستیابی به انواع اهداف مقدس وجودی زندگی را نشان دهد؛ مانند یافتن معنا، تمامیت، ظرفیت بالقوه درونی و ارتباطات درونی با دیگران. برای مثال اکنون معنویت به عنوان نوعی جست‌وجوی حقیقت جهانی (گلدبرگ^۲، ۱۹۹۰) و به عنوان شکلی از اعتقاد به تصویر کشیده می‌شود که فرد را به جهان مرتبط می‌کند و به وجود معنا داده و آن را تعریف می‌کند (سوکن و کارسون^۳، ۱۹۸۷). در مقابل، دین‌داری ذاتاً با اعتقاد رسمی، نهادها و عمل‌گروهی مرتبط است. به این ترتیب دین‌داری اغلب به عنوان محیطی برای احاطه این کارکردهای وجودی توصیف می‌شود (پارگامنت، ۱۹۹۹). این محور دو قطبی در گزارش‌های جمعیت عمومی مردم نیز تأیید می‌شود. وودز و ایرونسن^۴ (۱۹۹۹) در یک مطالعه مصاحبه‌ای که در مورد ایمان انجام دادند، دریافتند افرادی که خود را «دین‌دار» می‌شناسند، تمایل دارند که اعتقادات خود را به تجلیات نهادی، سنتی، آیینی و اجتماعی ایمان مرتبط کنند. در مقابل، افرادی که خود را «معنوی» می‌شناختند، اعتقادات و اعمالشان را به عنوان مکانیزم‌هایی برای تعالی و اتصال/ارتباط (با وجود مقدس) معرفی کردند.

دین ایستا در برابر معنویت پویا^۵: در راستای تقابل دین ایستا در برابر معنویت پویا، ولف (۱۹۹۷) معتقد است که دین به طور سنتی به عنوان یک فعل مفهوم‌سازی می‌شد. ولی اخیراً

1. Substantive Religion Versus Functional Spirituality
2. Goldberg
3. Soeken & Carson
4. Woods & Ironson
5. Static religion versus dynamic spirituality



به یک اسم تغییر حالت داده است. در طی این فرایند، دین برای بسیاری افراد به یک پدیده ایستا تبدیل شد (پارگامنت، ۱۹۹۷)، به مؤلفه‌هایش تقلیل یافت و از کارکردش محروم شد. توصیفات ایستا در مورد دین این مفاهیم را تداعی می‌کند که «دین چه چیزی هست، نه اینکه چه می‌کند یا چگونه عمل می‌کند» (زین بائر و همکاران، ۱۹۹۹). در مقابل، معنویت با افعال و صفات پویا توصیف می‌شود (امونز و پالوتزیان، ۲۰۰۳). همان‌طور که هیل و همکاران (۲۰۰۰) بیان نمودند معنویت اغلب در گفتمان مدرن به عنوان جایگزینی برای کلمات تحقق‌بخش (برآوردن)، محرک (حرکت‌کننده) و ژرف (مهم) به کار می‌رود.

دین هدف‌گرای نهادی در برابر معنویت فرایندگرای شخصی^۱: اکنون بسیاری از نویسندگان و پژوهشگران جدا از تحلیل سنتی باورها، هیجان‌ات و تجارب فردی، جنبه‌های «نهادی»، «سازمان‌یافته» و «اجتماعی» دین را در مقابل ویژگی‌های «شخصی»، «متعالی» و «ارتباطی» معنویت قرار می‌دهند (مانند میلر و تورسن، ۲۰۰۳). مفهوم‌سازی پتیت (۱۹۹۴) از این واژه‌ها در روان‌درمانی این تقابل را نشان می‌دهد. دین‌داری به عنوان «انعکاس تعهداتی به باورها و اعمال مشخصه سنن خاص» تعریف می‌شود و معنویت به عنوان «دیدن شرایط انسان در یک زمینه بزرگ‌تر و متعالی و در نتیجه دل‌مشغولی با معنا و هدف زندگی و با واقعیت‌های نهان مانند رابطه فرد با یک موجود متعالی» مشخص می‌شود.

این تقابل تنها بین پژوهشگران نیست؛ بلکه در بین مردم و پیروان نیز به طور یکسان مشهود است. برای مثال امبلن^۲ (۱۹۹۲) در مورد توجه معطوف شده به دین‌داری و معنویت که در ۳۰ سال اخیر در متون پرستاری صورت گرفته‌اند، یک تحلیل محتوا انجام داد. پس از تدوین فهرستی از کلمات کلیدی، تعاریف هر کدام با استفاده از رایج‌ترین ارتباطات اقتباس شد. این‌گونه بود که دین‌داری به عنوان «نظامی از اعتقادات سازمان یافته و عبادتی که فرد انجام می‌دهد» تعریف می‌شد و معنویت به عنوان «یک اصل شخصی زندگی که به کیفیت متعالی رابطه با خداوند روح می‌بخشد» تعریف می‌گردید. هیل و همکاران (۲۰۰۰) در یک بررسی از روندهای موجود در مفهوم‌سازی این واژه‌ها، از بعد فردی-نهادی برای تمایز بین معنویت و



دین‌داری استفاده کردند. با اینکه آنان اکاذیب مقدس در هر دو سازه را ارائه می‌کنند، دین‌داری شامل «معانی و روش‌های (یک) جست‌وجو (برای موجود مقدس) است که از درون یک گروه مشخصی از افراد اعتبار و حمایت دریافت می‌کند». این تقابل در فرهنگ عمومی مشهودتر می‌شود. مطالعه والکر و پیترز^۱ (۱۹۹۸) در مورد بلوغ اخلاقی، شامل بخشی از سؤالات بود که از شرکت‌کنندگان می‌خواست تعدادی از توصیفات را از نظر اینکه چقدر معرف یک فرد نوعاً اخلاقی، دینی یا معنوی است درجه‌بندی کنند. نتایج نشان داد که تجلی یک شخصیت اخلاقی و معتقد به یک قدرت برتر، در توصیفات اصلی هر دو گروه افراد دین‌دار و معنوی وجود دارد. با این حال معنویت به عنوان «اثبات شخصی از موجود متعالی» تلقی می‌شد و در مقابل دین به عنوان «تظاهر آیینی و تشریفات معنویت که با سازمان‌های نهادی مرتبط است» تلقی شد. به طور مشابه، در یک تحلیل محتوا از تعاریف دین و معنویت که توسط زین بائر و همکاران (۱۹۹۷) انجام شد، باورهای شخصی به موجود مقدس، در تعاریف هر دو سازه متداول بودند. با این حال تعاریف دین‌داری اغلب شامل اشاراتی به اعمال یا فعالیت‌های سازمانی، حضور در خدمات دینی، عملکرد تشریفات دینی، عضویت یا تبعیت از کلیسا، تعهد به باورهای سازمانی یا پایبندی به نظام‌های اعتقادی نهادها بود. در مقابل تعاریف معنویت اغلب به احساسات یا تجارب اتصال یا ارتباط با موجودات یا نیروهای مقدس اشاره داشت. در مطالعه بنیادی زین بائر و پارگامنت (۲۰۰۲)، گروه شرکت‌کننده شامل پرستارانی بود که تمایل داشتند دین‌داری را در قالب دین رسمی/سازمانی و معنویت را در قالب نزدیکی با خداوند یا احساسات ارتباط درونی با جهان و موجودات زنده مشخص کنند.

دین اعتقادمدار در برابر معنویت هیجان/تجربه‌مدار^۲؛ به وجود آمدن این شکاف و دوقطبی شدن را می‌توان هم در ادبیات نظری و هم در پژوهش‌های تجربی دید. برای مثال ال‌کینز (۱۹۹۵) دین را پدیده‌ای نهادی، جزمی و الهیاتی تعریف می‌کند. در مقابل معنویت «نوعی شیوه بودن است که از طریق آگاهی از یک بعد متعالی به دست می‌آید و با ارزش‌های خاص در مورد خود، دیگران، طبیعت، زندگی و هر آنچه فرد به عنوان غایت در نظر می‌گیرد»،

1. Walker & Pitts

2. Belief-based Religion Versus Emotional/Experiential-based Spirituality



مشخص می‌شود (الکینز، هدستروم، هیوجس، لیف و ساندرز^۱، ۱۹۸۸). پیشینه پژوهش نیز شامل این تقابل است. نلسون-بکر^۲ (۲۰۰۳) در یک مطالعه مصاحبه‌ای از ۴۲ شرکت‌کننده مسن آفریقایی-آمریکایی و ۳۷ شرکت‌کننده مسن اروپایی-آمریکایی، تعاریف شخصی این واژه‌ها را گردآوری نمود. او دریافت که دین اغلب ارتباط بیشتری با اعتقادات و معنویت اغلب ارتباط بیشتری با رابطه (ارتباط، اتصال) یا یک احساس قلبی دارد. این دو سازه همیشه کاملاً از هم متمایز نمی‌شوند؛ بلکه توصیفات منحصر به فرد دین شامل عناصری چون میراث، اصول اساسی، شیوه تفکر وظیفه است. در مقابل توصیفات منحصر به فرد معنویت شامل ارتباط با خداوند، ارتباط با دیگران و انتخاب است.

دین منفی در برابر معنویت مثبت^۳: تقابل دیگر بین دین‌داری و معنویت، ارزش (ارزش‌گذاری) مرتبط با این واژه‌ها است. در بسیاری از نوشته‌ها، به معنویت ارزش مثبت داده می‌شود: جنبه عالی زندگی، بالاترین مرتبه ظرفیت انسان و حالات عاطفی خوشایند. دین‌داری با ارزش منفی سرکوب می‌شود: ایمان دنیوی، اعتقادات منسوخ شده یا موانع نهادی برای ظرفیت‌های انسان. برای مثال، تارت (۱۹۷۵) بیان کرد که «دین‌داری به ساختارهای اجتماعی عظیمی اشاره می‌کند که چیزهای بسیار بیشتری از تجربه مستقیم معنوی را در بر می‌گیرند. دین با کشیش‌ها، تعصبات، آموزه‌ها، کلیساها، نهادها، دخالت سیاسی و سازمان‌های اجتماعی مرتبط است. در مقابل واژه معنوی به طور مستقیم‌تر به تجربه‌ای اشاره دارد که افراد در مورد معنای زندگی، خداوند، شیوه‌های زندگی و ... دارند». از نظر تارت «معنویت حوزه وسیعی از ظرفیت انسانی است که به اهداف غایی، پدیده‌های برتر، خداوند، زندگی، شفقت و هدف می‌پردازد».

نقد دوقطبی‌سازی معنویت و دین‌داری

در کل، سودمندی ایجاد شکاف و دوقطبی شدن دین‌داری و معنویت نامشخص است (پالوتزیان و همکاران، ۲۰۰۵). مطمئناً این سازه‌ها در کاربرد عمومی و تخصصی در طول زمان تکامل



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

می‌یابند و شناسایی تفاوت‌های بین این دو ادامه می‌یابد؛ ولی تعاریف محدود از واژه‌ها یا ایجاد شکاف بین این دو به عنوان دو قطب ناهماهنگ و ناسازگار، به احتمال زیاد مانع تحقیق در روان‌شناسی دین می‌شوند. قطبی‌سازی دین ذاتی ایستا و معنویت کارکردی پویا یک عامل محدود کننده غیرضروری است. تعاریف ذاتی دین‌داری، صرفاً سازه را به پدیده‌های خشکی (سفت و سخت) تقلیل می‌دهد که به شیوه عمل و تکامل دین در زندگی افراد نمی‌پردازد. نتیجه آن یک دین غیرشخصی منجمد شده در زمان است (پارگامنت، ۱۹۹۷). به همین ترتیب، تعاریف صرفاً کارکردی از معنویت، می‌تواند این سازه را دچار مرزهای ضعیف کند (بروس، ۱۹۹۶). بدون داشتن یک اساس ذاتی (فقدان یک اساس مقدس ذاتی)، تمایز معنویت از دیگر واکنش‌ها به مسائل وجودی و همچنین تمیز روان‌شناسی دین از علوم دیگر مانند فلسفه، علوم انسانی و دیگر حوزه‌های روان‌شناسی دشوار است. از طرف دیگر در بدترین حالت، مشخص کردن معنویت با تجارب بی‌حد و حصر سکولار، جست‌وجوهای وجودی و ارزش‌های شخصی - اگر بی‌معنی نباشد - آن را مبهم می‌کند (اسپیلکا، ۱۹۹۳؛ اسپیلکا و مک‌لنتوش، ۱۹۹۶).

دوقطبی‌سازی و برچسب‌زنی دین‌داری نهادی و معنویت شخصی، به همان اندازه که متضاد و ناسازگار است، مسئله‌ساز نیز است. با اینکه بررسی روان‌شناختی از تمرکز سنتی بر فرد به تمرکز بر زمینه‌های اجتماعی، سیاسی، تاریخی و اقتصادی گسترش یافته است (چترز و تابلور^۱، ۲۰۰۳؛ انجمن روانپزشکی آمریکا^۲، ۲۰۰۳)، اما این گسترش در روان‌شناسی دین، به این شکل رخ نداده است. با محدود کردن دین‌داری صرفاً به زمینه اجتماعی و قطع ارتباط آن از زمینه فردی، نمی‌توانیم این واقعیت را ببینیم که همه نهادهای مهم دینی اساساً به اعتقاد، هیجان، رفتار و تجارب شخصی می‌پردازند. برخی نوشته‌اند که هدف اصلی سازمان‌های دینی، نزدیک‌تر کردن افراد به خداوند است (کارول، دادلی و مک‌کینی^۳، ۱۹۸۶). به همین ترتیب مفهوم‌سازی معنویت به عنوان یک پدیده صرفاً شخصی نیز به معنای غفلت از زمینه فرهنگی است که این سازه در آن پدید آمده است. معنویت به عنوان یک تجلی فردی عاری از فرهنگ

1. Chatters & Taylor
2. American Psychological Association (APA)
3. Carroll, Dudley, & McKinney



نیست؛ این پدیده نه در خلأ اجتماعی تعبیر شده است و نه در آن تجلی یافته است. به موازات جنبش فردگرایی (هود، ۲۰۰۳؛ روف، ۱۹۹۳، ۱۹۹۸ را ببینید)، معنویت به عنوان شورشی علیه سنت و یا واکنشی به سازمان‌های منظم سلسله مراتبی، هنوز هم در یک بافت فرهنگی قرار گرفته است. عجیب نیست که محبوبیت معنویت در فرهنگی که برای فردگرایی ارزش قائل است و در طول دوره‌ای که در آن اقتدار سنتی و هنجارهای فرهنگی طرد شده‌اند، افزایش یافته باشد (برگر، ۱۹۶۷؛ هود، ۲۰۰۳؛ روف، ۱۹۹۳). جالب توجه است که با وجود ادبیات ضد نهادی پیرامون این سازه، سازمان‌ها و گروه‌های معنوی ظهور نموده‌اند و محبوب شده‌اند (هود و همکاران، ۱۹۹۶). افرادی که ادیان سنتی را برای تعقیب معنویات رها می‌کنند، اغلب به افراد دیگری که ذهنیت مشابه دارند، می‌پیوندند؛ بنابراین سازمان‌های معنوی تأسیس شده‌ای وجود دارند که تنها از نظر بدیع بودن و محتوای باورها با سازمان‌های دینی ایجاد شده تفاوت دارند (نه از نظر اساس سطح شخصی تحلیل در برابر سطح نهادی تحلیل).

تمایز بین دین شناختی (اعتقادمدار) و معنویت هیجانی (تجربه‌مدار) مملو از محدودیت است. دشوار است که تصور کنیم یک پیرو دینی، صرفاً از طریق یک ایده، مفهوم یا اعتقاد به دینش چسبیده باشد. تصور این هم دشوار است که یک فرد معنوی که ارادت معنوی دارد، فاقد اعتقادات یا فعالیت شناختی باشد. افکار و احساسات با هم رخ می‌دهند و بر هم تأثیر می‌گذارند. در واقع، اعتقاد دینی بدون شور و هیجان و تجربه معنوی بدون فکر ممکن است، اما اینها معرف روش‌های قوی گردهمایی افکار، احساسات، رفتار، انگیزش و تجارب به منظور نشان دادن دین‌داری و معنویت نیستند.

در نهایت، دو شاخه کردن معنویت به عنوان «خوب» و دین‌داری به عنوان «بد»، انتقاداتی که هم‌اکنون به نظریه‌های دیگر وارد است را به یاد می‌آورد و آن اینکه: ارزیابی با توصیف درهم‌آمیخته است (هود و همکاران، ۱۹۹۶). تعیین اینکه آیا یک مجموعه از اعتقادات یا اعمال به نتایج مثبت یا منفی منجر می‌شود یا نه سؤال تجربی است. تعریف سازه‌ها به شکل ذاتاً خوب یا بد، بررسی روان‌شناختی را شدیداً محدود نموده و می‌تواند به جای تحلیل آگاهانه، نمایانگر پیش‌داوری ساده‌نگرانه باشد. ادبیات فزاینده‌ای که در زمینه دین‌داری و سلامت وجود دارد نیز با در نظر گرفتن فعالیت‌های دینی به عنوان عامل آسیب‌رسان یا زبان‌آور؛ در تضاد



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

است (هیل و همکاران، ۲۰۰۰؛ میلر و تورسن، ۲۰۰۳؛ پارگامنت، ۱۹۹۷؛ پاول، شهابی و تورسن^۱، ۲۰۰۳؛ سیمن، دابین و سیمن^۲، ۲۰۰۳). مجموعه قابل‌توجهی از پژوهش‌ها اثرات حمایت‌کننده مشارکت در نهادهای دینی را نشان می‌دهند (مانند هیل و همکاران، ۲۰۰۰؛ پارگامنت، ۱۹۹۷). نگرش ساده‌انگارانه معنویت «خوب» می‌تواند منجر شود تا پژوهشگران از جنبه بالقوه مخرب زندگی معنوی نیز غافل شوند. علاوه بر جست‌وجوی نزدیکی با خداوند از طریق نوع‌دوستی و شفقت، موارد بسیار زیادی از جویندگان معنوی وجود دارند که از ریاضت خودتنبیه‌گر افراطی، بمب‌گذاری‌های انتحاری و خودکشی‌های جمعی استفاده نموده‌اند تا به اهداف مقدس خود دست یابند. چشم‌پوشی از نیمه تاریک معنویت در تعریف، به معنای ایجاد یک تصویر ناقص یا تحریف شده از این پدیده است.

توجه به این نکته هم مهم است که دو نیمه کردن دین‌داری و معنویت به پدیده‌های متضاد ناسازگار، نمایانگر رویکرد همه‌پاسخ‌دهندگان نیست. زین بائر و همکاران (۱۹۹۷) در یک مطالعه تجربی، دریافته‌اند که بیشتر پاسخ‌دهندگان (۷۴٪)، خود را هم معنوی و هم دینی می‌دانند؛ در مقابل، ۱۹٪ خود را فقط معنوی و ۴٪ فقط دینی دانستند. به طور مشابه در یک مطالعه وسیع که توسط کارگان، مک کارکل، اسچل و کیدر^۳ (۲۰۰۳) انجام شد، ۶۳٪ از پاسخ‌دهندگان خود را معنوی و دینی، ۲۲٪ خود را فقط معنوی و ۴٪ خود را فقط دینی دانستند. در یک پژوهش پیمایشی وسیع دیگر که در یک نمونه معرف ایالات‌متحده آمریکا انجام شد (شهابی و همکاران، ۲۰۰۲)، ۵۲٪ از پاسخ‌دهندگان خود را بسیار یا در حد متوسط، دینی و معنوی دانستند، ۱۰٪ خود را بسیار یا در حد متوسط معنوی ولی در حد کم دینی یا در حد غیردینی دانستند، ۹٪ خود را بسیار یا در حد متوسط دینی ولی در حد کم معنوی یا در حد غیرمعنوی دانستند و ۲۹٪ خود را در حد کم دینی یا معنوی یا در حد غیردینی یا غیرمعنوی دانستند. معتقدانی که خود را «معنوی ولی غیردینی» می‌دانند، در واقع نظر منفی نسبت به دین‌داری را حفظ می‌کنند و می‌توانند برخی نظرات قطبی شده در مورد دین‌داری و معنویت را باقی نگاه دارند. این گروه نسبت به افرادی که خود را هم دینی و هم معنوی

1. Powell, Shahabi, & Thoresen
2. Seeman, Dubin, & Seeman
3. Corrigan, McCorkle, Schell, & Kidder



می‌دانند، مشارکت دینی کمتر، اما در عوض تجارب عرفانی و تجارب گروهی مرتبط با رشد معنوی بیشتری را گزارش می‌کنند. برای این «عارفان معنوی» (هود، ۲۰۰۳) شاید جدایی از دین باشد که هویت معنوی آنها را تعریف می‌کند. به هر حال به خاطر داشتن این نکته مهم است که اینان اکثریت مردم نیستند؛ بلکه فقط زیرگروهی از آنان هستند. خودپنداره‌های دینی و معنوی نیز در مطالعات زین بائر و همکاران (۱۹۹۷) و شهایی و همکاران (۲۰۰۲) به طور معناداری با هم ارتباط داشتند. از این مطالعات مشخص می‌شود که بیشتر افراد خود را هم دینی و هم معنوی می‌دانند (کوک، بورمن، مور و کانکل^۱، ۲۰۰۰) و اینکه برای بسیاری از ما رشد معنوی در بافت یک محیط دینی حمایتی رخ می‌دهد.

بر اساس نقدهای وارد شده به دوقطبی‌سازی دین‌داری و معنویت و تلاش‌های پژوهشی، می‌توان چند نتیجه‌گیری کلی در مورد معنای دین‌داری و معنویت ارائه نمود (امونز و پالوتزیان، ۲۰۰۳؛ هیل و همکاران، ۲۰۰۰؛ هود، ۲۰۰۳؛ شافرانسکه، ۲۰۰۲؛ شافرانسکه و بیر، ۱۹۹۹):

(۱) دین‌داری و معنویت «حقایق» فرهنگی غیرقابل تقلیل به فرایندها یا پدیده‌های دیگر هستند.

(۲) بیشتر افراد خود را هم دینی و هم معنوی می‌دانند.

(۳) اقلیت مشخصی از افراد خود را معنوی اما غیردینی می‌دانند و از معنویت به عنوان وسیله‌ای برای رد کردن دین استفاده می‌کنند.

(۴) دین‌داری و معنویت به طور قابل توجهی همپوشی دارند و عموماً به عنوان سازه‌های «مرتبط ولی غیر یکسان» در نظر گرفته می‌شوند.

(۵) دین‌داری و معنویت، سازه‌های چندبعدی و پیچیده‌ای هستند.

(۶) دین‌داری و معنویت می‌توانند هم با سلامت روان و هم آشفتگی هیجانی مرتبط باشند. این امر بستگی به فهم درست از دین‌داری و معنویت دارد. دین‌داری و معنویت روبنایی و تقلیدی بدون در نظر گرفتن ابعاد غنی آنها احتمال دارد به جزمیت و خودپسندگی بینجامد.

(۷) دین‌داری و معنویت، هر دو جنبه ذاتی و کارکردی را دارند.



۸) دین‌داری و معنویت سازه‌های چندسطحی هستند (به پدیده‌های زیست‌شناختی، عاطفی، شناختی، اخلاقی، عقلانی، شخصیت یا هویت خود، اجتماعی، فرهنگی و جهانی مرتبط هستند).

۹) دین‌داری و معنویت می‌توانند در طول زمان در افراد و گروه‌ها توسعه یافته و تغییر یابند.
۱۰) دین‌داری و معنویت همان‌گونه که کاربرد آنها تکامل می‌یابد، معانی مختلفی کسب می‌کنند. دین‌داری اغلب با سطح اجتماعی یا گروهی تحلیل و معنویت اغلب با سطح فردی تحلیل مرتبط است.

در قرن گذشته دین‌داری و معنویت به شیوه‌ها و از رویکردهای مختلفی بررسی شده‌اند. پژوهش‌های جدید نسبت به پژوهش‌های سنتی گاهی اوقات با نتایج آمیخته، واژگان را به طور واضح‌تری مشخص می‌کنند. بسیاری از طبقه‌بندی‌های جدید، دین‌داری و معنویت را به شیوه‌هایی دوقطبی می‌کنند که نمی‌تواند کمیت و کیفیت تجربه دین‌داری و معنوی را منعکس کند.

بدیهی است که دین‌داری و معنویت، فرایندها و پدیده‌های اساسی انسانی هستند؛ بنابراین نمی‌توان آنها را به فرایندهای دیگر تقلیل داد یا به سطح واحدی از تحلیل محدود کرد؛ بلکه پژوهشگران باید سطوح خرد و کلان، فردی و اجتماعی، خاص و جهانی، ذهنی و عینی و معنا و تجلیات دین‌داری و معنویت را توجیه کنند. دین‌داری و معنویت هر دو شامل امر مقدس هستند. هر دو سازه به بهترین نحو به عنوان فرایندهای فعال جست‌وجو درک می‌شوند که شامل تلاش‌هایی برای کشف، حفظ و تبدیل هر آن چیزی است که شاید بیشترین اهمیت و ارزش را داشته باشد. علاوه بر این هر دو سازه در سطوح مختلف تحلیل گسترش یافته‌اند و خط سیرهای رشدی خود را دارند که هم لایه‌های دیگر رشد انسان را منعکس می‌کند و هم بر آنها تأثیر می‌گذارد. بر اساس تکامل مداوم این واژه‌ها، توصیه‌های کلی زیر در مورد معنا و ارزیابی این سازه‌ها ارائه می‌شوند. اول اینکه باید هنگام مطالعه دین‌داری یا معنویت افراد یا گروه‌ها، به بافت و بستر آن توجه کرد. جست‌وجوی امر مقدس می‌تواند درون و بیرون سنن ایمانی سازمان یافته رخ دهد و می‌تواند تحت تأثیر عناصر مقدس و سکولار قرار گیرد. دوم اینکه واژه دین‌داری در کاربرد عام از یک سازه وسیع به یک سازه دارای تعریف محدود تغییر



کرده است. پژوهشگران باید ابزارهای هر دو سازه را در بررسی امر مقدّس به کار گیرند؛ و در پایان معانی نسبت داده شده به دین‌داری و معنویت توسط افراد و گروه‌ها، باید به طور مداوم ارزیابی شود تا اطمینان حاصل شود که پژوهشگران و افراد عام در این مورد توافق دارند.

معنویت و دین‌داری از دیدگاه پژوهشگر حاضر

با توجه به پیشینه فوق، متوجه شدیم که هر چند کوشش‌های مستمری در تعریف معنویت و تشخیص ابعاد آن و همچنین سازه‌های مرتبط با معنویت از قبیل دین‌داری و اخلاق‌محوری به عمل آمده است، ولی خلأ اساسی تئوریکی و روش حرکت از نظریه به سوی عمل به ویژه در کشور اسلامی ایران هنوز باقی است. نیاز شدید به یک نظریه‌ای که ضمن تعریف معنویت و دین‌داری و مشخص کردن مرزهای هر یک، نقاط اشتراک و افتراق آنها را مشخص کند، به خوبی احساس می‌شود. نظریه‌ای مورد نیاز است که بتواند ضمن توصیف درست از معنویت نوجوانان و جوانان، آسیب‌های ممکن در معنویت جوانان را شناسایی کند و برای آنها روش‌های پیشگیری و درمان مناسب ارائه دهد. پیش از پرداختن به تعریف معنویت و دین‌داری از دیدگاه پژوهشگر حاضر، لازم است که به روش و رویکرد او نسبت به معنویت اشاره شود.

رویکردهای معمولی نسبت به معنویت در حوزه روان‌شناسی، ناشی از رویکردشان به مسائل روانی و سازه‌های درون فردی است. به عنوان مثال تعدادی از پژوهشگران با رویکرد رفتاری به مسائل معنوی نگاه می‌کنند و تأکید در اندازه‌گیری و اصلاح رفتارهای دینی از قبیل مناسک یا آداب مختلف می‌نمایند. تعدادی دیگر از بعد رفتاری و شناختی به این موضوع نگاه می‌کنند و اختلال در شناخت و رفتار را انحراف از معنویت صحیح، تلقی می‌کنند و استفاده از تکنیک‌های شناختی رفتاری را برای تصحیح معنویت تحریف شده، تجویز می‌نمایند. تعدادی دیگر تأکید بر روان‌شناسی تحلیلی می‌کنند و در تحلیل رفتارهای دینی، بازگشایی نمادهای دینی را در خاطرات، تخیلات و بازنمایی آنها را در هنر مورد مطالعه قرار می‌دهند (یونگ، ۱۹۵۸). قصد پژوهشگر حاضر توضیح و تفسیر در این زمینه نیست. بلکه مشخص کردن دیدگاه خویش در برخورد با پدیده‌های معنوی در افراد است. نگاه پژوهشگر حاضر به معنویت، بر مبنای تفحص در آیات، داستان‌های قرآنی، ادعیه مؤمنان، مناسک و آداب- از قبیل رفتن به مساجد و مکان‌های مقدس و ایجاد رابطه نزدیک با خدا و ... - دیدگاه رابطه موضوعی از نوع



رابطه دل‌بستگی معنوی است. با این احتیاط که الگوهای دل‌بستگی بر مبنای تشکیل رابطه موضوعی بر مبنای تجربیات پس از تولد (مخصوصاً با والدین) صحبت می‌کنند؛ اما پژوهشگر حاضر رابطه‌های فرد با خدا (دل‌بستگی معنوی) را اکثراً پیشینی و ناخودآگاه تلقی می‌کند که روابط موضوعی پس از تولد، می‌تواند آن رابطه‌های ازلی را رنگ بخشد و بر آنها تأثیر بگذارد. از نظر نویسندگان حاضر لازم است که این رابطه ازلی از نظر چیستی و چگونگی مورد مطالعه و شناخت قرار گیرد و صحت و سقم آن بررسی شود و در راستای تحول نوعی و فردی آن، برنامه‌ریزی شود و محیط مناسبی برای پرورش آن فراهم گردد. این ارتباطات که به صورت ازلی وجود دارند خود را به صورت‌های گوناگون در داستان‌های قرآن نشان داده‌اند. از جمله این ارتباطات ازلی می‌توان به رابطه عشق، مراقبت، رزاقیت، هدایت (هادی) ربوبیت، عبودیت، اعتماد، توکل، تفویض، واگذاری و رضایت به خواست خدا اشاره کرد (برای تفصیل این ارتباطات ازلی، اسماء و صفات نودونه گانه خدا که در حدیث معروف نبوی آورده شده است، رجوع شود (ابن عربی، ۱۳۹۳).

محیط افراد می‌تواند در فهم و درک و تعلق و تحقق و تخلق به این صفات ارتباط معنوی با خدا تأثیر اجتناب‌ناپذیری داشته باشد؛ ولی نمی‌تواند تعیین‌کننده تام نوع ارتباط با خدا باشد. فعالیت‌هایی از قبیل: خواندن و تدبر در داستان‌های قرآنی برای فهم این روابط، درون‌نگری با استفاده از مراقبه و تخیل فعال برای آگاه ساختن روابط ناخودآگاه و مواجهه معقول و صبورانه و مدبرانه با پیشامدهای زندگی، می‌تواند در آشکار کردن این روابط ناخودآگاه و باروری و رشد آنها نقش اساسی داشته باشد. در کنار این فعالیت‌ها تجربه زیسته افراد نه تنها با والدین بلکه با افراد مذهبی از جمله روحانیون و مرشدان معنوی می‌تواند نقش مهمی ایفا کند. به طور خلاصه دل‌بستگی معنوی به خدا که معمولاً در مواقع بحران، فقدان، بیماری و بی‌باوری و تنهایی خود را بروز می‌دهد و یا روابط دل‌بستگی مبتنی بر عشق که در مواقع شناخت عرفانی و فراروی از نیازهای مربوط به رابطه دل‌بستگی ظهور می‌یابد، مورد بحث نویسندگان حاضر است؛ بنابراین روش برخورد نویسندگان حاضر با موضوعات معنوی، اولاً مبتنی بر روابط خواهد بود که در اینجا اساساً چهار رابطه به طور شفاف خود را نشان می‌دهند: رابطه فرد با خدا، رابطه فرد با خود، رابطه فرد با دیگران و رابطه فرد با طبیعت. دوماً تأکید نویسندگان بر ایجاد ارتباط و یا



گسستگی رابطه، ایجاد همدلی و در نهایت هم‌نوایی و احساس یکی بودن در برخورد با این چهار نوع ارتباط معنوی خواهد بود. ثالثاً در برخورد با ارتباطات چهار سطح زیستی، روانی، اجتماعی و معنوی مورد التفات خواهد بود. مثلاً در ارتباط با خدا تنها ظاهر نماز مورد نظر پژوهشگر حاضر نیست؛ بلکه غنای ارتباطی بین رب و مروبوب نیز مورد نظر است. یا در ارتباط فرد با هم‌نوعانش، فقط بیان سلام و تشریفات کلامی مدنظر نیست، بلکه عمق روان‌شناختی و معنوی آن نیز مهم تلقی می‌شود. رابعاً در ارتباطات هم‌سطوح پیشینی (سطح ازلی ارتباط) و هم‌سطوح تجربتی (تجربه زیسته و ادراک شده) مورد نظر می‌باشد (ابن عربی، ۱۳۹۳).

حال به موضوع اصلی مورد بحث (معنویت و دین‌داری از دیدگاه پژوهشگر حاضر) باز می‌گردیم. در دیدگاه پژوهشگر حاضر پیش‌فرض‌هایی در نظر گرفته می‌شود که یکی از مهم‌ترین آنها فطری و درونی بودن جوهره معنویت در افراد است. بدون پرورش صحیح این معنویت، انسان معنای واقعی مبدأ، حیات و معاد خود را تشخیص نمی‌دهد و در معرض گسستگی روانی و معنوی قرار خواهد گرفت و احتمال تجربه آسیب‌هایی از قبیل: پوچ‌گرایی، از دست دادن معنا، افت در روابط معنادار با خویشان معنوی - که عمیق‌ترین قسمت وجودی انسان است - برای او رخ می‌دهد و به تبع آن گسستگی ارتباط او با خدا، خود، طبیعت و افراد دیگر بروز می‌کند.

بررسی اسناد در تمدن‌های قدیمی از قبیل تمدن مصر، یونان، هند و یا بابل نشان می‌دهد که انسان علی‌رغم دل‌مشغولی به مسائل زندگی دنیوی، از معنویت نیز غافل نبوده است (الیاده، ۱۳۹۶). مثلاً در تمدن مصر در کنار علاقه به تولید طلا و نقره - که در کیمیاگری مطرح می‌شد - تولید سنگ فلاسفه و تبدیل نفس اماره به نفس مطمئنه نیز مورد توجه بوده است. به همین جهت یونگ (۱۹۶۹) و روان‌شناسان اعماق معتقدند که منظور کیمیاگران تولید طلا و یا تبدیل مس به طلا نبوده است؛ بلکه تبدیل مس وجودی انسان به طلای ناب جان و یا روان بوده است.

دست از مس وجود چو مردان ره بشوی تا کیمیای جان یابی و زر شوی

«دیوان غزلیات حافظ: ۴۸۷»

در این تک‌نگاشت امکان استقصای کامل معنویت و گونه‌های آن در بستر تاریخ امکان‌پذیر



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

نیست و این مهم به وقت دیگر واگذار می‌شود. همین اندازه کافی است که بدانیم تاریخچه معنویت و ظهور آن در شرق و غرب- خواه به صورت کیمیاگری و یا عرفان و یا حتی تحت عنوان مذاهب مختلف- از زمان‌های قدیم تا حال گستره‌ای به پهنای تاریخ داشته است؛ خواه از گات‌های زرتشت صحبت به میان آید و یا از اپانیشادهای هندی، معنویت در همه حال حضور دارد و در رنگ‌ها و شکل‌های مختلف خود را نشان می‌دهد. معنویت دینی در ادیان ابراهیمی به صورت وحی بر انبیای مرسل از جمله حضرت موسی (ع)، حضرت عیسی (ع) و حضرت نبی اکرم (ص) به صورت مکتوب موجود است. حال لازم است به این نکته پرداخته شود که معنویت چیست؟ و حدود و ثغور آن کدام است؟ آفت‌های آن چگونه ایجاد می‌شود؟ و راه‌های جلوگیری از آفت‌پذیری کدامند؟

معنویت از نظر پژوهشگر حاضر عبارت است از: فرایند پیوستن به آنچه متعالی است. معنویت یک نوع عشق و علاقه به پیوندجویی و اتصال با هستی است که به صورت اعتماد اولیه و گرایش به جوارجویی و لذت از ارتباط عاطفی و معنوی خود را نشان می‌دهد. به عبارت دیگر فرایند حرکت از سوی خود نفسانی به خویشتن متعالی را می‌توان حرکت در راستای معنویت نام‌گذاری کرد. این حرکت خواه در علم کیمیاگری باشد (که کیمیاگر هدفش تبدیل مس به طلا بوده و همراه با این تبدیل، نفس خویش را نیز جلا داده و تبدیل به روح متعالی می‌نماید)؛ یا خواه در معراج نبوی (که آسمان‌های علم و آگاهی را یکی پس از دیگری طی می‌کند) و یا در مثال عطار نیشابوری (که عزم مرغان را برای ملاقات سیمرغ تشریح می‌کند) یک حرکت معنوی تلقی می‌شود. در عرفان اسلامی نیز پیمودن هفت شهر عشق و در نهایت پیوستن به وجود متعالی، همان معنویت است. فرایند معنویت به انحای مختلف در داستان‌های حماسی از قبیل شاهنامه (به عنوان مثال در هفت‌خان رستم)، یا در داستان‌های عرفانی مثلاً در منطق الطیر و یا در تمثیل‌های فلاسفه مثل تمثیل عرفانی حی ابن یقظان و یا در تمثیل‌های سهروردی (مثل قربت غرب)، خود را نشان داده است. جست‌وجو برای پیوستن به وجود متعالی در اصطلاح روان‌شناسانی مانند یونگ (۱۹۶۹) فردیت یابی تلقی شده است. در اصطلاح متکلمانی مثل کرین، پیوستن به فرشته شخصی نام‌گذاری شده است و یا در اصطلاح دینی، رسیدن به قرب الهی قلمداد شده است. در هر صورت این حرکت ابعاد و گستره متفاوتی دارد.



شاید ناله‌های مولانا جلال‌الدین رومی در نی‌نامه ناشی از اشتیاق او برای پیوستن به این منبع متعالی است و خود را چون کودک دورافتاده از مادر مشاهده می‌کند که وجودش بدون آن مادر معنا و مفهومی ندارد و نگهداری، آرامش، پشتیبان و پناهگاه او، همه در وجود مادر خلاصه می‌شود (مولوی، ۱۳۳۶).

یونگ (۱۹۶۹) روان‌شناس معروف سوئیسی اظهار می‌دارد که تجربیات بالینی او نشان داده‌اند که افراد بالای ۴۰ سال که به کلینیک او مراجعه نموده‌اند تا زمانی که این منبع متعالی را پیدا نکرده‌اند، شفای کامل نیافته‌اند. این منبع متعالی همان آینه‌ای است که برخی آن را آینه‌ی اسکندر نامیده‌اند که نقش جهان در آن منعکس می‌شود. نور خدا در آن متجلی می‌گردد. به تعبیر دیگری این همان قلب سلیمی است که منشأ وحی و الهام و اشراق است و انسان با پیوستن به این قسمت از وجود، خودآگاه و ناخودآگاه خود را با هم هماهنگ می‌سازد. تمام تجربیات دینی در اینجا شکل می‌گیرد و تمام علوم لدنی از اینجا جاری می‌شوند. این قسمت همان نوری است که با نور خدا تعامل پیدا می‌کند و توسط این تعامل هستی شناخته می‌شود. تعدادی از اهل تصوف عرفان این قسمت را کعبه درون نامیده‌اند و زیارت آن را واجب دانسته‌اند و ذکر را برای جلا دادن قلب خود لازم می‌دانند. به طور کلی پیوستن با این قسمت وجود، موجب پیوند متعالی با دیگران، احترام به دیگران، شفقت و مهربانی به افراد دیگر - حتی مخالفان و دشمنان - پیوند متعالی با طبیعت و دیدن طبیعت به عنوان آیه‌ای از آیات خدا و ایجاد رابطه هماهنگ با قوانین خدا می‌گردد و موجب می‌شود که انسان در لحظه‌لحظه زندگی خود، حضور خدا را درک کند و به عبارت دیگر ذهن آگاه باشد.

به طور خلاصه معنویت را می‌توان به صورت فرایندی و به صورت محصولی تعریف نمود. از لحاظ فرایندی، معنویت تبدیل‌های مکرر و پیوسته از وجود مادی به سوی وجود متعالی است و از لحاظ محصولی پیوستن، متصل شدن، یکی بودن و هماهنگ بودن با تمام هستی وجود مطلق تلقی می‌شود. شاید برای توضیح این تعریف اشاره به داستان موسی و شبان در مثنوی مفید باشد که در آن خداوند هدف انبیا را وصل کردن و پیوند زدن می‌نامد و به حضرت موسی (ع) می‌فرماید:



تو برای وصل کردن آمدی نی برای فصل کردن آمدی

«مثنوی معنوی: دفتر دوم»

هر چند این وصل کردن در کتاب‌های سنتی وصل شدن انسان به خدا وجود متعالی تلقی شده است و کاملاً امر طبیعی و پذیرفتنی است؛ ولی پیوستن انسان به افراد دیگر و درک آنان؛ پیوستن او به ابعاد وجودی خود و پیوستن به طبیعت را نیز شامل می‌شود (داود^۱ و همکاران، ۲۰۱۵). البته جامع‌ترین تعریف معنویت، تعریفی است که هم دربردارنده فرایند و هم محصول است. به این معنا که در تبدیل‌های مکرر و در گام‌های متوالی، انسان به سوی پیوستن به آنچه مقدس و یا متعالی نامیده می‌شود گام بر می‌دارد و در نهایت نیز به اتصال خود با معبودش موفق می‌شود. این رسیدن به معبود به صورت ظاهری نیست. صفات و اخلاق و خلیقات او همچون صفات معبود می‌گردد و به همین جهت تعدادی از عرفا این مرحله را «فنا» نامیده‌اند - یعنی مرحله «خود بودن» را کنار می‌گذارد و در وجود معبودش فانی می‌گردد. به همین جهت است که کیمیاگران، این مرحله را «تبدیل و استحاله» نامیده‌اند. مثلاً انگور استحاله پیدا کرده و تبدیل به شراب می‌گردد؛ به عبارت دیگر تبدیل‌های مکرر، جنس آن را عوض می‌کند. در عرفان ابن عربی در طریق تبدیل شدن از وجود خود به وجود متعالی، انسان به صفات و اسماء خدا تعلق پیدا می‌کند؛ این صفات و اسماء را در خود متخلق می‌سازد و سعی می‌کند که اثر اسماء را در هستی محقق نماید. در همین راستا است که عارف بزرگ خواجه عبدالله انصاری می‌نویسد: «زمانی او را می‌جستم، خود را می‌یافتم؛ حال که خود را می‌جویم، او را می‌یابم». در عرفان اسلامی مرحله تبدیل شدن به آینه وجود خداوندی و هستی برای انسان کامل مطرح شده است که انبیای عظام، آرکتایپ و نمونه ازلی چنین انسانی بوده‌اند (عبدالله انصاری، ۱۳۹۱).

موافق با یونگ (۱۹۶۹) می‌توان گفت معنویت همان بعد فراروندگی روان است که همیشه در جست‌وجوی خویشتن متعالی است؛ یعنی آنچه انسان تصور می‌کند باید باشد و هنوز با آن فاصله دارد تا به جایی برسد که در وجودش احساس یکپارچگی با خویشتن متعالی و آرامش کند. این آرامش درون در بیرون نیز او را به صلح و آرامش با خویشتن، طبیعت و مردم و



قوانین خدا برساند. در اصطلاح دینی نیز گفته می‌شود این فرد به مقام تسلیم و رضا رسیده است و آنچه اتفاق می‌افتد عین خواسته و رضای او است. این همان مقامی است که مؤمنان از خدا می‌خواهند و در قنوت خود به صورت دعا می‌خوانند. این همان مقام ابراهیمی است که در جواب جبرئیل که به او گفت اگر تصمیم داری از هیچ فرشته و نیرویی کمک نخواهی پس چرا دعا نمی‌کنی و از خدا کمک نمی‌خواهی؟ حضرت ابراهیم (ع) در پاسخ گفت: خدا ناظر به احوال من است و هر چه صلاح بداند همان اتفاق می‌افتد. این رضای کامل آتش را بر حضرت ابراهیم (ع) گلستان می‌سازد. این داستان تلویحاً معنایش این است که کسی که به این مقام برسد، زندگی برای او بهشت می‌شود. این مرحله را یونگ (۱۹۶۹) فردیت‌یابی تلقی می‌کند و معتقد است فرد فردیت‌یافته در آرامش کامل با خویشتن، هستی و خدا است.

نگاه ساده به معنویت این است که انسان‌ها سعی می‌کنند آنچه را که حقشان است و قبل از هیبوط روانی و معنوی داشته‌اند، دوباره به آن دسترسی پیدا کنند؛ یعنی به بهشت معنوی و نزدیکی با خدا و طبیعت و یکپارچگی وجود روانی و معنوی برسند. این مسئله را مولوی با آوردن مثالی در مورد حضرت موسی (ع) بیان می‌کند (داستان جدایی حضرت موسی (ع) از مادرش وصل دوباره‌اش به او، در سوره مبارکه قصص، آیات ۷ تا ۱۲ به زیبایی وصف شده است). او به صراحت بیان می‌کند که خداوند به مادر حضرت موسی (ع) می‌فرماید: «اول او را از سینه خود شیر ده بعد او را در صندوقی گذاشته و در آب انداز تا از شر فرعون در امان باشد». این مسئله مادر حضرت موسی (ع) را در بین مهر فرزندگی و بین نجات او از شر سربازان فرعون در حالت دودلی نگه داشت و ترسی در دلش پدیدار شد که مبادا به دست خود فرزندش را به هلاکت رساند. خداوند دل او را محکم کرد که او را بالاخره به مادرش باز پس خواهد داد. مادر نیز بچه را شیر داد و سپس او را در رودخانه انداخت به امید اینکه روزی به آغوش مادر بازگردد و به خواهر حضرت موسی (ع) گفت: «از دور او را تعقیب کند و از حال او باخبر باش». وقتی آسیه زن فرعون، حضرت موسی (ع) را از آب گرفت و او را به فرزندگی پذیرفت دنبال دایه می‌گشتند که به او شیر دهد. موسی سینه هیچ دایه‌ای را نگرفت چون شیری که از سینه مادر خویش خورده بود مزه‌اش در دهان او مانده بود و شیر هیچ‌کدام از زنان مصر را مثل شیر مادر نیافت. در این لحظه خواهر حضرت موسی (ع) آسیه را راهنمایی



کرد و گفت: «آیا مایلید که من شما را بر خانواده‌ای که دایه و پرستار این طفل شوند و در کمال محبت و مهربانی تربیت کنند رهنمایی کنم؟» (قصص، ۱۲) چنین بود که حضرت موسی (ع) به آغوش مادر خویش بازگشت. در این داستان مولوی نکته ظریفی را متذکر می‌شود و آن اینکه در عهد الست ما ملاقاتی با خدای خود داشته‌ایم که اگر لذت آن را فراموش نکنیم، هیچ مقام و بت دیگری غیر از رضای او طلب نمی‌کنیم و بالاخره هم به آغوش او باز خواهیم گشت. در اینجا مولوی به این موضوع اشاره می‌کند که در معنویت، انسان چیز بیشتری نمی‌خواهد؛ همان لذت را که در عهد الست از مجالست با خدا چشیده است، جست‌وجو می‌کند و این همه مناسک و این همه عبادات به خاطر این است که فرد به منزلی که قبل از هبوط داشته دوباره بازگردد. او اضافه می‌کند که اگر حضرت موسی (ع) هم لذت شیر مادرش را فراموش کرده بود و مثل مردمان عادی سینه هر دایه‌ای را می‌گرفت هرگز به مادر خودش نمی‌رسید. او از اینجا استفاده دیگری می‌کند و به ارزش انسان اشاره می‌کند که اگر انسان ارزش خودش را بداند و مقام خود را بشناسد به منزلت‌های کاذب دنیوی اکتفا نمی‌کند. همان‌گونه که زمانی که حضرت ابراهیم (ع) ماه را دید از ستاره روی برگرداند و به قومش گفت من ماه را که پر نورتر از ستاره است معبود خود می‌دانم و زمانی که خورشید را دید، از ماه رو برگرداند و گفت معبود من خورشید بزرگ‌تر و پر نورتر است و زمانی که خورشید افول کرد، او به قومش گفت آنچه افول کند، من به او التفات نمی‌کنم؛ من به خدای عالمیان رو می‌آورم که هرگز افول نمی‌کند.

آشنایی انسان با مقام خویشتن که با بهشت معنوی معنا پیدا می‌کند، همیشه هبوط را مثل دوری حضرت موسی (ع) از مادر بر کام او تلخ می‌گرداند و همیشه او را در جست‌وجوی مادر خویش (خویشتن متعالی) فعال می‌گرداند. در این جست‌وجو او در شوق وصلت به وضعیت قبل از هبوط که توأم با قرب خدا، آرامش معنوی و هماهنگی درون با طبیعت است، هست. در این ناآرامی و طلب وادی‌های مختلف، سیر و سلوک را می‌پیماید و در هر وادی خویشتن او عوض می‌شود؛ به هدف مشتاق‌تر و به معشوق خود از نظر خلق‌و‌خو نزدیک‌تر می‌شود؛ خود را فراموش کرده، خلق معشوق را پذیرفته و با نام او آرام می‌گیرد تا اینکه معشوق خود را ملاقات کند. در این فرایند او رفته‌رفته از نظر روانی آن چیزی را می‌خواهد که معشوق جست‌وجو



می‌کند؛ آن چیزی را می‌بیند که نقش معشوق در آن جلوه‌گر است و آن چیزی را می‌گوید که معشوق می‌پذیرد و تشمت و تفریق به جمع وحدت تبدیل می‌شود.

از داستان‌های فوق چند مسئله استنباط می‌شود که از جمله آنها به موارد زیر می‌توان اشاره نمود:

(۱) معنویت جست‌وجوی خویشتن متعالی است که هر چند کاملاً خودآگاه نیست و در حوزه ناخودآگاهی قرار دارد، ولی فرد به صورت رمزی و نمادین در تخیلات خلاق خود، در خواب‌ها، در انواع هنر و شعر آن را مجسم می‌سازد. هنر سالک این است که این نمادها را بازگشایی کند تا آشکارتر و عینی‌تر هدف خود را دریابد و برای رسیدن به آن برنامه‌ریزی کند. این فرایند در روان‌شناسی یونگ (۱۹۶۹) با روش تجسم خلاق و یا تخیل خلاق تسهیل می‌گردد.

(۲) در سیر و سلوک معنویت انسان چیزی بالاتر از آن چیزی که حق خودش است نمی‌خواهد. او فقط در طلب رسیدن به خود واقعی است. مثل حضرت موسی (ع) که غیر از شیر مادر خود، چیزی را طلب نمی‌کرد.

(۳) تلویحاً از تمام این داستان‌ها می‌توان به پیشینی بودن رابطه با مبدأ وجود پی برد که فارغ از ژنتیک، محیط و تربیت به صورت نوعی در روان ناخودآگاه جمعی وجود دارد.

(۴) دل‌مشغولی به محرک‌های سطح پایین، فراموش کردن عهد‌الست و ناآشنایی با کهن‌الگوهای تبدیل و تبدل باعث می‌شود که انسان به آن سطح معنوی و روانی که برای او متصور است نرسد. مثلاً دل‌مشغول شدن حضرت موسی (ع) به دایه‌های مختلف و رضایت دادن به شیر آنان باعث می‌شد که او به مادر خود دسترسی پیدا نکند. در این مورد به صورت عملیاتی می‌توان مثال‌هایی از تجربیات زیسته انسان‌ها به دست آورد. مصاحبه‌های عمیق با افراد نشان می‌دهد که چگونه دل‌مشغولی‌های آنان به نیازهای سطح پایین (نیازهای مطرح شده توسط آبراهام مازلو) موجب شده است که آنها به سطح خودشکوفایی دسترسی پیدا نکنند؛ یعنی آنچه می‌توانستند بشوند و به آنچه می‌توانستند دسترسی پیدا کنند، نرسند. در اینجا است که دل‌بستگی اضطرابی و اجتنابی دل‌مشغولی‌های فراوانی برای فرد ایجاد می‌کنند و قیل از همه احساس ایمنی را از او می‌گیرند و فرد نیروی روانی خود را در راستای مبارزه با ترس‌ها، طردهای خیالی، اضطراب‌ها به کار می‌گیرد و در نهایت نمی‌تواند به سوی هدف



متعالی حرکت کند. برای پی بردن به اهمیت شکوفایی آرکیتایپ‌های ارتباط و حرکت در راستای رسیدن به خود واقعی، نظریه فروید (۱۹۲۷-۱۹۶۱) در مورد شرایط تثبیت کننده دوران تحول، نظریه آبراهام مازلو در مورد دل‌مشغولی به نیازهای سطح پایین و جلوگیری از خودشکوفایی و اندیشیدن به نیازهای سطح بالا و نظریه روان تحلیلی بالبی در مورد مشکلات ناشی از دل‌بستگی ناایمن و اثرات بازدارنده آن - در راستای بالندگی - و به دنبال آن ایجاد طرح‌واره‌های مخرب و ناکارآمد، می‌توانند نقش مفیدی در تبیین انحراف توده‌های مختلف از جمله نوجوانان و جوانان از تحول درست معنویت بازی می‌کنند.

معنویت و نور

با توجه به آیه نور که در سوره بیست و چهارم آمده است و همچنین با توجه به کارهای انجام‌شده توسط علمای اسلامی مانند ابوحامد غزالی و سهروردی، توجه پژوهشگر حاضر به «نور» جلب شده است. نور می‌تواند با توجه به کشش و معانی مختلفی که دارد و با توجه به اینکه روشنایی بخش در هستی است، موجب هدایت شود. نور هم روشن است و هم روشنایی بخش (سهروردی، ۱۳۹۳). نور ویژگی‌هایی دارد که هم در عالم است و هم در قلب ما. برخی از مفسران از آیه نور در سوره مبارکه نور این نکته را متوجه شده‌اند که مشکلاتی که مصباح در آن قرار گرفته در حقیقت قفسه سینه ماست. یعنی در دل ما هم آن نوری که در کیهان است، وجود دارد. زمانی انسان به سمت بالا حرکت می‌کند که نور قلبش به نور کیهانی متصل شود و بتواند با آن رابطه برقرار کند (غزالی، ۱۳۹۱).

نور یکی از معانی خودش را از طریق آگاهی و شعور نشان می‌دهد. این شعور و آگاهی را در همه مخلوقات از نباتات و جمادات گرفته تا گونه انسان می‌بینیم. به عبارت دیگر نور طبقاتی دارد که هر موجودی در حد ظرفیت خودش می‌تواند از آن بهره‌مند گردد. نور در ذات انسان وجود دارد و امری درونی است که متناسب با رشد و تحول او و همچنین محیط و موقعیتی که در آن قرار گرفته است بروز می‌یابد. به عبارت دیگر متأثر از رشد و تحول معنوی، شناختی و هیجانی فرد، رگه‌های انگیزه و رفتار معنوی از طرف رفتارهای ساده و سطح پایین به سمت رفتارهای پیچیده و سطح بالا خودشان را نشان می‌دهند. حال اگر این رفتارها در موقعیت مناسب بروز یابند و تقویت‌های درونی و بیرونی را دریافت کنند، رشد یافته و به سمت تکامل



حرکت می‌کنند. به طور مثال فرد در طول رشد خود این نور به قلب او می‌تابد و به این آگاهی دست می‌یابد که آنچه برای خود نمی‌پسندد، برای دیگران نیز نباید بپسندد؛ یا به این فهم و آگاهی می‌رسد که حق دیگران را ضایع نکند و برای بالا رفتن خود دیگران را پایین نکشد؛ یا به این آگاهی می‌رسد که هنگامی که دیگران به کمک نیاز دارد به سمت آنها بشتابد؛ یا بخشنده باشد؛ یا ... حال فرد می‌تواند دنباله‌رو این نور و آگاهی که به او عطا شده است گام بردارد و روز به روز این دامنه فهم و آگاهی خودش را گسترش دهد و اتصال نور درون با نور بیرون را قوی‌تر کند؛ یا می‌تواند این نور و آگاهی را نادیده بگیرد (بنا بر دلایل مختلف مانند تثبیت شدن در نیازهای سطح پایین، داشتن طرح‌واره‌های ناکارآمد معنوی، شرایط محیطی نامناسب و ...) و دل‌مشغول هدف‌های دیگر باشد.

خیلی از عرفا معتقدند زمانی که نور بسط پیدا کرده است خودش را در هستی نشان داده است. مسئله دیگر این است که طبقات نور قابلیت تکامل را دارند. نور را می‌توان در اثر تمرینات و کمالاتی که به سمت بالا در حرکت هستند، ملاحظه کرد. از نظر مولوی طبقات نور قابل تبدیل شدن به یکدیگر هستند:

از جمادی مردم و نامی شدم وز نما مردم ز حیوان سر زدم
مردم از حیوانی و انسان شدم پس چه ترسم کی ز مردن کم شدم

«مثنوی معنوی: دفتر سوم»

با مسائلی که سهروردی تشریح می‌کند این موضوع به شکل زیباتری خود را نشان می‌دهد: نور بالاتر برای طبقه پایین‌تر یک حالت قاهره‌ای دارد و نسبت به نور طبقه بالاتر حالت اشتیاق دارد و تمایل دارد که به آن بپیوندد. در انسان کامل، این شعور و آگاهی به حدی می‌رسد که گفته می‌شود انسان کامل برزخ بین خداوند و هستی می‌شود. به نوعی حالت یک آینه را پیدا می‌کند که تجلی‌گاه خداوند است. در انسان کامل در تحقق، تخلق و تعلق به صفات و اسماء خداوند این حرکت جلوه می‌نماید و به همین جهت انسان کامل می‌تواند به مقام خلیفه الهی برسد. یعنی می‌تواند در جهت خواسته خداوند خواسته‌های خودش را تنظیم کند. انسان کامل به خاطر ویژگی‌هایی که پیدا می‌کند می‌تواند به عنوان برزخ بین خداوند و طبیعت تلقی شود و نقش‌های گوناگونی مانند رابط بین خدا و هستی پیدا کند. شعاع نوری که از انسان کامل



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

می‌تابد هستی را روشن می‌کند و به هدایت انسان‌ها به طرف خداوند، کمک می‌کند. ابن عربی مسئله‌ای را مطرح می‌کند که هر پیامبری حداقل یکی از اسماء خداوند را به صورت بارز نشان می‌دهد. تمام اسماء‌الله کنز هستند و پر از سر و معنا می‌باشند. هر کسی از این کنزها استفاده کند و بتواند آن را کشف کند می‌تواند خودش را ارتقاء دهد و بسیاری از قوانین طبیعت را بفهمد.

در اینجا یک اشاره‌ای به نظریه اشراقی معنوی می‌کنیم که تمام انوار به نورالانوار متصل می‌شوند و بسطی که نورالانوار می‌یابد به صورت عشق، حسن و زیبایی است، چون دیدن زیبایی عشق و حرکت می‌آفریند. حسنی که در کنز مخفی بوده و وجود دارد، در اسماء و صفات تجلی یافته است، سپس در انبیا و انسان کامل متجلی شده، بعد در طبیعت و به صورت نزولی تجلی یافته است. به عبارت دیگر در درجات مختلف کیهانی، هستی را تشکیل داده است. این مسئله (نور) در حقیقت به صورت افقی و عمودی کل جهان هستی را در بر گرفته است و همیشه به صورت پویا به حرکت خود ادامه می‌دهد. به این معنا که انوار پایین به سمت انوار بالا حرکت می‌کنند و خودشان را ارتقاء می‌دهند.

معنویت با آزادی ارتباط تنگاتنگی دارد. نهال معنویت در زمینی رشد می‌کند که آزادی را از آن سلب نکنند. این موضوع در علم کیمیاگران نیز مطرح است و غربت غربیه این موضوع را به نحو زیباتری مطرح می‌کند. در غربت غربیه سالک در اثر آزادی که به دست می‌آورد آگاهی پیدا می‌کند و آگاهی او از اینکه در غربت به سر می‌برد و دل‌تنگی او به خاطر رنج غربت هست در او انگیزه پرواز به سوی وطن را ایجاد می‌کند و این انگیزه موجب رهروی او در مسیر سیر و سلوک می‌گردد.

چرا نه در پی عزم دیار خود باشم چرا نه خاک سر کوی یار خود باشم

غم غریبی و غربت چو بر نمی‌تابم به شهر خود روم و شهر یار خود باشم

«غزلیات حافظ: ۳۳۷»

در زیر نکات اساسی معنویت که مبتنی بر نور و اشراق و خودآگاهی است به اختصار ارائه می‌شود:

* معنویت نور است و وحدت‌بخش تمام پدیده‌های هستی است. به عبارت دیگر معنویت به



صورت عشق و جذب ظاهر می‌شود و اجزا را به طرف کل جذب می‌کند.

* مرجع معنویت (نور) خداوند است. به این صورت که هستی تجلی اراده خداوندی و حسن و زیبایی اوست. همان امر باعث شده که مبدأ و معاد تمام هستی نور خداوندی قرار بگیرد.
* منشأ خودآگاهی فیضان و بسط نور است و آن زمانی اتفاق افتاد که خداوند خواست در هستی متجلی شود.

* نور منشأ آگاهی است و آگاهی موجب آزادی و خواست می‌گردد. این سه سازه توأم بوده و می‌توانند در رهایی انسان نقش به‌سزایی داشته باشند و او را از توهم نجات دهند.

* مشوق نور برای پیوستن به نورالانوار عشق را می‌آفریند.

* کیفیت و شدت نور در طبقات موجب خلقت جدیدی می‌گردد.

* نور روشن‌تر از هر پدیده‌ای است و نیاز به تعریف ندارد.

* عدالت در یافتن فیض از انوار قدسی در هستی یک اصل اساسی است (دریافت فیض به اندازه استعداد و قابلیت‌ها است).

معنویت به معنای عشق و بارقه آتش و عشق الهی می‌تواند باشد. معنویت به معنای حرکت‌های مداوم و پیوسته به سوی بارقه عشق است و آن چیزی که ما را به سمت بالا می‌کشد، زیبایی است. هر عاملی که در طبیعت و جهان هستی و در رابطه و تعامل با دیگر انسان‌ها ما را به آن سو ببرد خود آن معنویت است و به بارقه عشق الهی مربوط می‌شود. وقتی ما به سوی این نور کشیده می‌شویم به محصولاتی که در برهه‌های مشخص موجود است دست می‌یابیم. این محصولات در حقیقت ارتباط هستند. ارتباط به این صورت که ما به اسماء‌الله نزدیک می‌شویم و در حد و ظرفیت خودمان می‌توانیم نسبت به آنها درک و فهم پیدا کنیم. اگر ما بخواهیم مسیری را که به سمت آن کشیده می‌شویم را تعریف کنیم، این تعریف شامل تحقق، تخلق، تعلق به اسماء‌الحسنی می‌شود. ما در حد و ظرفیت خودمان می‌توانیم زیبایی‌های آن اسماء را ببینیم و در خودمان آنها را پیدا کنیم و تعلق خودمان به آنها را نشان دهیم. اگر بتوانیم در راه بندگی واقعی قدم برداریم (که همان حرکت ربوبیت و عبودیت است) و این اسماء را در خودمان پرورش دهیم، جزء این حرکت و فرایند محسوب می‌شود.

معنویت در حد تعریف عملیاتی همان شریعت است. به این صورت که معنویت وقتی برای



عملی شدن پیاده می‌شود، در درون یک شریعت مطرح می‌گردد. شریعت همان نقشه است که هر کسی باید آن را بهیماید و طریقت همان پیمودن راه رسیدن به حقیقت و نور و بارقه عشق خداوندی است. ما در این راستا دو حرکت داریم. یکی حرکت واقعی که از عالم بالا است و آن را بیشتر عرفا با حدیث کنز مخفی در ارتباط می‌دانند. در حدیثی خداوند می‌فرماید من کنز مخفی بودم و خواستم که شناخته شوم؛ هستی را خلق کردم شاید که به این وسیله شناخته شوم. یعنی عشق الوهی و ربوبی هیچگاه از هستی جدا نمی‌شود (ابن عربی، ۱۳۹۳). این مسئله به خوبی در رساله عشق سهروردی نمایان شده است که چرا انسان‌ها به طرف حسن و زیبایی کشیده می‌شوند. این عربی مسئله‌ای را به تفصیل مطرح می‌کند و آن عبارت است از اینکه ما همان طور که از طریق حواس پنج‌گانه اطلاعات را از عالم خاکی دریافت می‌کنیم و این اطلاعات را به روان خود می‌فرستیم تا بازنمایی شوند، از عالم بالا هم چشم و گوش معنوی داریم که اگر باز باشند می‌توانند اطلاعات را دریافت و بازنمایی کنند.

در حرکت از سمت پایین همان طور که پیازه در مورد طرح‌واره‌های شناختی صحبت کرده است، ما در مورد شم‌ها یا طرح‌واره‌های معنوی صحبت می‌کنیم. قانون دیالکتیکی معنویت با شم‌ها یا طرح‌واره‌های معنوی ارتباط پیدا می‌کند. به این صورت که از انجام کار معنوی و از برخورد با معنویت جهان هستی، معنویت ما صیقل می‌خورد و رشد می‌کند. به عنوان مثال شاعری که معنویت خودش را با معنویت یک گیاه همدل و همسان می‌کند، خودبه‌خود از ظاهر فراتر می‌رود؛ در گل معنوی می‌بیند که افراد دیگر نمی‌بینند. قانون دیالکتیکی به این صورت است که معنویت ما در ارتباطها و دیالکتیک‌ها (مانند مناسک و نیایش‌های سوزناکی که با خداوند داریم. دیالکتیک‌هایی که با طبیعت داریم) روشن می‌شود.

به عبارت دیگر طرح‌واره‌های معنوی به این معنا است که اگر عمل صالحی انجام دهیم در اثر انجام آن، طرح‌واره‌هایی در ما ایجاد می‌شود که این طرح‌واره‌ها از یک طریق در ما درون‌سازی می‌شوند و آنها را جذب می‌کنیم. به عنوان مثال راستگویی. با راستگویی در شرایط گوناگون ما می‌فهمیم که راستی چه چیزی است و در شرایط مختلف با آن انطباق می‌یابیم. از طرف دیگر می‌توانیم این طرح‌واره‌ها را برون‌سازی کنیم. فرایند درون‌سازی و برون‌سازی به ما کمک می‌کند تا خودمان را با شرایطی که معنویت می‌طلبند سازگار کنیم. زمانی که گفته می‌شود ما



معنویت را از طریق انجام اعمال معنوی در اجتماع یاد می‌گیریم به این صورت است که با عملیات در محیط پیرامون خودمان یاد می‌گیریم که چگونه شم‌های معنوی خودمان را سروسامان بدهیم. این شم‌های معنوی به صورت تراکمی ایجاد می‌شوند و به ما کمک می‌کنند تا رفتارهای ساده معنوی را انجام دهیم و برای انجام دادن رفتارهای معنوی پیچیده‌تر آماده شویم. مثلاً بعضی از موقعیت‌ها ما را برای صبر کردن آماده می‌کنند، برخی موقعیت‌های دیگر ما را برای بخشیدن آماده می‌کنند.

ما انسان‌هایی را می‌بینیم که کارهای معنوی انجام می‌دهند و متوجه می‌شویم که معنویت در زندگی عملی و اجرا می‌شود. مثلاً در دیدار فرزند با پدر و مادر که اشک شوق از چشمانشان می‌بارد؛ یا در فداکاری مادر نسبت به بچه‌اش که شیره جان خود را در اختیار او می‌گذارد معنویت دیده می‌شود. معنویت از ماده جدا نیست. ماده و معنا توأمان نقش بازی می‌کنند. یک فرد معنوی از آن نظر معنوی است که او در زندگی معمولی خود را با خدا و خدا را با خود می‌بیند و به قوانین الهی پایبند است.

شباهت‌ها و تفاوت‌های معنویت و دین‌داری از نظر پژوهشگر حاضر

معنویت و دین‌داری بر مبنای فطرت پاک انسانی و نفخهٔ رحمانی استوار هستند که موجب میعادگاه شهود ربوبی عهد الست گشته‌اند و تجربیات معنوی و مذهبی را در گستره تاریخ با کیفیت و کمیت متفاوت نمایان ساخته‌اند؛ بنابراین اصل و اساس آنها بر مبنای ارتباط فرد با وجود ازلی، معنای زندگی، رسیدن به خود واقعی و کوشش در وحدت و انسجام‌یابی خلاصه می‌شود. زندگی روحانی فرد بر مبنای این دو عامل وابسته است. تکریم انسان در خلقت که خداوند به آن اشاره می‌کند و همچنین خطاب قرار دادن شیطان که: «ای شیطان چه امری باعث شد که فردی را که من با دو دست خود خلق کرده‌ام سجده نکنی» و همچنین تکریم تمام فرشتگان از آدم به خاطر همان بعد معنوی آدم بوده است. این بعد معنوی نه تنها موجب شده است که انسان نعمت علم به اسماء‌الله را داشته باشد؛ بلکه باعث شده است که او بتواند همیشه رابطه خود را با خالق یکتا نگه دارد- چه از طریق نیایش و راز و نیاز، چه از طریق وحی و الهام از سوی خدا و چه در اختیار داشتن حمایت فرشتگان- اگر انسان توانسته است به درجه‌ای برسد که به مقام انسان کامل نائل شده و سوار بال‌های فرشته‌ای چون جبرئیل



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

گردد و به درجه و مقامی برسد که آن مقام را مقام بی‌مقامی نامیده‌اند- یعنی درجه و مقامی که درجه‌ای هم‌شأن آن وجود نداشته و نخواهد بود- به خاطر همین بعد معنوی بوده است. تا زمانی که این بعد معنوی از یاد انسان نرفته و با خواسته‌های نفسانی روی آن پوشیده نشده است و به اصطلاح دیگر کفران صورت نگرفته است، همیشه انسان پتانسیل پرواز به سوی لایتناهی را دارد. به طور خلاصه معنویت و دین‌داری هر دو مبتنی بر فطرت پاک انسانی هستند که کودک با آنها پا به هستی می‌گذارد و اگر رنگی به خود می‌گیرد، بر اثر فرهنگ، لقاء والدین و آداب و رسوم فرهنگی است که این فطرت نمی‌تواند خودش را به طور ناب نشان دهد. در این مورد حدیثی از حضرت نبی اکرم (ص) روایت شده که می‌فرماید: «كُلُّ مَوْلُودٍ يُوَدُّ عَلَى الْفِطْرَةِ وَإِنَّمَا أَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ وَيُنَصِّرَانِهِ». ارزش ذاتی انسان وابسته به این فطرت پاک است که به صورت معنویت و دین‌داری تجلی پیدا می‌کند و رابطه فرد را با وجود متعالی تعریف و تبیین می‌کند. بسیاری از روان‌شناسان وجودی که از معنا و خلأ وجودی صحبت به میان می‌آورند به این عامل احیا کننده و نگه دارنده معنا در انسان تأکید می‌کنند. دین‌داری و معنویت با عامل پیوند انسان با «خود متعالی» (عمیق‌ترین قسمت وجود انسان) موجب تحسین طبیعت، ارتباط سازنده او با طبیعت و دیدن آیات خدا در آثار طبیعت، ارتباط عمیق فرد با مردم و داشتن حسن خلق و رفتارهای مبتنی بر رفتار دینی است.

به یک عبارت می‌توان گفت خاستگاه دین‌داری معنویت است که همان ارتباط صمیمی و شخصی با خدا است که توأم با عشق، نیایش و امید می‌باشد. این معنویت وقتی پیاده می‌شود احتمال دارد به صورت دین‌داری بروز یابد؛ به عبارت دیگر از یک نظر دین‌داری معنوی است که توسط پیامبران تجربه شده و به صورت منظم و سیستماتیک و عملیاتی به صورت مناسک دینی در اختیار بشر قرار گرفته است. شاید لازم باشد برای نزدیک شدن ذهن‌ها به فهم ارتباط دین‌داری و معنویت به این مثال اشاره کنیم؛ همان‌گونه که روان‌شناسی در الگوهای روانی از قبیل: روان‌تحلیلگری، شناختی، شناختی- رفتاری و رفتاری و ... خود را نشان می‌دهد، در عمل معنویت نیز در مدل‌های گوناگون معنوی مثل دین یهودی، مسیحی و اسلام خود را به نمایش می‌گذارد؛ به عبارت دیگر می‌توان گفت دین‌داری هسته‌ای دارد که این هسته همان معنویت است و انگیزه اعمال را تعیین می‌کند و همچنین یک پوسته‌ای دارد که در رفتارها و مناسک



دینی دیده می‌شود. هسته بدون پوسته احتمال دارد در اثر نارس بودن دچار آفت شود. هسته معنویت در داخل پوسته رفتارها و مناسک دینی حفظ می‌شود. پوسته از فاسد شدن هسته جلوگیری می‌کند؛ بنابراین نباید رفتارهای دینی را دست‌کم گرفت. آنها می‌توانند حافظ معنویت اصیل باشند. ولی متأسفانه برخی مواقع پوسته وجود دارد ولی هسته داخل آن پوسیده شده است یا از بین رفته است. در جوامع مختلف می‌توان رفتارها و مناسک مختلف دینی را پیدا کرد که از هسته معنویت تهی گشته‌اند. این‌گونه رفتارها هر چند که ظاهراً مذهبی هستند؛ اما از مغز و هسته معنویت تهی گشته‌اند. در اینجا به اختصار به چند مورد اساسی دلایل تهی شدن رفتارها و مناسک دینی از هسته اصیل معنوی اشاره می‌شود:

(۱) کج فهمی‌های شناختی و تفسیرهای ناصحیح از رفتارهای دینی: در برخی مواقع بر اثر تکرار رفتار بدون انگیزه درونی و یا بدون معرفت و عرفان درونی، معنویت و روح مناسک با خود مناسک هماهنگ و هم‌نوا نبوده است. مثلاً در اعمال حج، رفتارهای نمادین بسیار غنی را مشاهده می‌کنیم که در اجتماع کنونی از مغز و هسته معنوی تهی شده‌اند و دیگر هیجان و تغییر لازم را در عاملان آن رفتارها ایجاد نمی‌کند. مثلاً اعمال مربوط به قربانی کردن، هیجان لازمی را که در حضرت ابراهیم (ع) ایجاد کرده بود و حضرت ابراهیم (ع) با کشیدن چاقو بر گردن گوسفند نفس خود را قربانی می‌کرد- نفسی که قبلاً به صورت اسماعیل (فرزندش) بر او مجسم شده بود- در افراد قربانی کننده کنونی ایجاد نمی‌شود. حتی شنیده می‌شود که تعدادی از حجاج به دوستانشان پیشنهاد می‌کنند که از طرف آنان گوسفندی را قربانی کنند. بدون اینکه به مراسم قربانی کردن و کشتن نفس اماره بیندیشند و تصمیم بگیرند که بعد از بازگشتن از این قربانگاه تولد دوباره بیابند و عیدی به معنای عوض شدن و تبدل از نفس اماره به نفس مطمئنه بگیرند. به رسم عادت و به طریق رفع تکلیف این کار را انجام می‌دهند. اینان در اصطلاح روان‌شناسان مناسک را که لازم است صورت ازلی و آرکیتایپ قربانی را زنده کند، نمی‌توانند در خود احیا نمایند و آرکیتایپ تولد دوباره که به تفصیل در سوره کهف آمده است در اینان زنده نمی‌شود؛ بنابراین عمل صورت می‌گیرد ولی نتیجه که همان تغییر و رشد معنوی است صورت نمی‌گیرد.

در اصطلاح دینی فقها اظهار می‌دارند که این رفتار دینی مقبول واقع نشده است، یعنی نتیجه



لازم اتفاق نیفتاده است و در اصطلاح روان‌شناسان این رفتار دینی ابتر مانده است؛ یعنی مثل بچه‌ای که قبل از به دنیا آمدن سقط شده است و سالم به دنیا نیامده است. مشابه این مثال را می‌توان در مورد رجم شیطان بیان نمود. افرادی که به زحمت زیاد سنگ را جمع می‌کنند که به طرف شیطان پرت کنند و با دقت زیادی سعی می‌کنند سنگ را به هدف مشخصی بزنند؛ ولی از محتوای این شعائر نمادین که همان سنگسار نمودن شیطان درون و نفس‌شان است و شکستن مرزهای خودخواهی و خودجویی است و قدم نهادن در راه فراروندگی، تبدیل و رفتن به سوی خدا است، غفلت نموده‌اند. چه بسا که به خاطر سنگ زدن به هدف به خاطر جلب ثواب آخرت، دوست‌شان را هل بدهند که خودشان زودتر و درست‌تر به هدف سنگ بزنند. غافل از اینکه این میدان به خاطر شکستن نفس اماره است و رجم شیطان درون - که نبی‌اکرم (ص) آن را جهاد اکبر نامید - است. یا در مثال دیگری زیارت حجرالأسود که بیشتر حجاج به حق علاقه دارند و اهتمام می‌ورزند که به آن دست زده و ارادت خود را به آن نشان دهند؛ ولی باز از کیفیت این زیارت و از اینکه حجرالأسود چه سمبلی است و چه صورت ازلی را در آنان زنده می‌کند، غفلت می‌ورزند. حجرالأسود در حقیقت فرشته شخصی حضرت آدم بوده که با رانده شدن آدم از بهشت او نیز به این جهان پا نهاد و در این جهان به صورت نماد حجرالأسود در آمد. کسی که حجرالأسود را زیارت می‌کند فرشته شخصی خود را که هادی او در این دنیا و آخرت است زیارت می‌کند و این زیارت او را به مقام انسان کامل یعنی یکی شدن با ناخودآگاه جمعی وحدت یافتگی با فرشته خویش - یعنی رسیدن به مقام فردیت‌یابی - دسترسی پیدا می‌کند.

افرادی که در علم کیمیاگری کار کرده‌اند می‌دانند که هدف کیمیاگران ساختن سنگ فلاسفه بوده است و معتقد بودند که سنگ فلاسفه را هر کسی لمس کند، جاودانه می‌شود و به بالندگی نهایی قدم می‌گذارد. حجرالأسود از طرف دیگر، همان نماد سنگ فلاسفه است که معنایش دسترسی به عمیق‌ترین قسمت وجود انسان است که در عرفان، قلب یا دل نامیده می‌شود. به عنوان منبع و منشأ تمام اخبار معنی و الهامات ربوبی تلقی می‌گردد. از این نظر است که ابن عربی می‌نویسد، زمانی که از کنار حجرالأسود رد می‌شد نوری را دید که به طرفش می‌آید و او را صدا می‌زند که وارد بحث موضوعی شود که برای او دل‌مشغولی شدید



ایجاد کرده بود و معمای او را بگشاید. بعداً ابن عربی این نور را به صورت یک جوان خوش‌منظر تعریف می‌کند که به او نکات لطیفی را یاد داد. به زبان روان‌شناسی می‌توان گفت که این جوان خوش‌منظر همان فرشته خود ابن‌عربی بود که از دل حجرالأسود (سنگ فلاسفه) برخاست. از این قبیل مثال‌ها به وفور می‌توان در مناسک گوناگون شاهد آورد که این نوشته مجال آن را نمی‌دهد. به همین جهت به همین مختصر اکتفا می‌شود.

۲) اختلال در عوامل انگیزشی: عوامل انگیزشی در رفتارها می‌توانند متنوع باشند. مثلاً یک رفتار بشردوستانه مانند کمک به فرد فقیر می‌تواند انگیزه خدایی، معنوی و انسانی داشته باشد و فرد از کمک کردن به هم نوع خودش لذت ببرد و فکر کند که توفیق یافته است که یکی از مسئولیت‌های انسانی را انجام دهد و آن را غنیمت بشمارد و خوشحالی خود را در کمک کردن به فرد نیازمند ببیند. همان کمک کردن به هم نوع می‌تواند انگیزه خودنمایی، انگیزه بهشت‌جویی (تجارت با خدا) یا انگیزه رهایی از آتش جهنم و انگیزه فرار از عوامل ناخوشایند مثل عذاب اخروی و حتی انگیزه معروف شدن به بخشندگی و کسب اعتبار اجتماعی یا غیره داشته باشد. رفتارگراها رفتار را از انگیزه آن تبیین می‌کنند. مثلاً اگر دو دانش‌آموز به خاطر به دست آوردن نمره بالا، یکی پرخاشگری کند و دیگری چاپلوسی، این دو رفتار را یکی می‌دانند؛ هر چند که شکل آنها متفاوت است. به خاطر اینکه هدف هر دو رفتار به دست آوردن نمره بالا است. یا اگر دو نفر برای برنده شدن در یک مقام سیاسی یکی روی آزادی دادن تکیه کند و دیگری روی احیای دین و برگزاری واجبات، هر چند که ظاهر دو رفتار کاملاً متفاوت است، ولی چون انگیزه هر دو برنده شدن در رقابت اجتماعی و سیاسی است هر دو رفتار را بر مبنای انگیزه، یکی تلقی می‌کنند؛ به خاطر اینکه اگر به پیامد مورد نظر خودشان (برنده شدن در مسابقه سیاسی) نرسند، آن رفتار در هر دوی آنها خاموش می‌شود. مسئله طبقه‌بندی کردن رفتار بر مبنای انگیزه تا اندازه‌ای قانع‌کننده بوده است که رفتارگرایان توصیه می‌کنند رفتارها را نه برحسب شکل، بلکه بر مبنای انگیزه آنها طبقه‌بندی نمایند. این بحث در اسلام هم سابقه داشته است. حدیث معروف نبوی به این موضوع اشاره می‌کند که «نِيَّةُ الْمُؤْمِنِ خَيْرٌ مِنْ عَمَلِهِ وَ



نِيَّةُ الْكَافِرِ شَرٌّ مِنْ عَمَلِهِ وَ كُلُّ عَامِلٍ يَعْمَلُ عَلَى نِيَّتِهِ^۱» یا در جای دیگر آمده است که «الاعمال بالنیات».

یکی از آفت‌های رفتارهای دینی عدم تشخیص انگیزه آن رفتارها و یا حساس نبودن به انگیزه آنها توسط خود فرد، اطرافیان و یا حکومت دینی است. به عنوان مثال فردی که در مسجد یا کلیسا حاضر می‌شود، بسیار سخت است که مشخص شود انگیزه او دیدن دوستانش در مسجد یا کلیسا و اجتماعی شدن با آنان است، یا انگیزه او رسیدن به رستگاری وعده داده شده و یا اصلاً از اعمالی که در مسجد و کلیسا صورت می‌گیرد لذت می‌برد؟ و یا حتی نمی‌توان مشخص کرد که حضورش به خاطر برنده شدن در یک مقام و موفقیت اجتماعی است یا ذوق دین‌داری باعث این امر شده است. به این دلیل است که حضرت علی (ع) طبقه‌بندی خوبی از عبادت‌کنندگان کرده است و فرموده است: «إِنَّ قَوْمًا عَبَدُوا اللَّهَ رَغْبَةً فِتْلِكَ عِبَادَةُ التَّجَارِ، وَإِنَّ قَوْمًا عَبَدُوا اللَّهَ رَهْبَةً فِتْلِكَ عِبَادَةُ الْعَبِيدِ، وَإِنَّ قَوْمًا عَبَدُوا اللَّهَ شُكْرًا فِتْلِكَ عِبَادَةُ الْأَخْرَارِ - گروهی خدا را برای چشم‌داشت، می‌پرستند و این پرستش بازرگانان است. گروهی او را از روی ترس عبادت می‌کنند و این عبادت بردگان است و گروهی او را سپاسمندان می‌پرستند و این پرستش آزادگان است^۲». بر همان مبنا طبقه‌بندی‌های مختلفی از دین‌داری شده است. مثلاً آلپورت و راس (۱۹۶۷) دین‌داران را به درون‌سو و برون‌سو بودن تقسیم نموده‌اند. برون‌سویان افرادی بودند که دین را برای رسیدن به سلامت روانی، جسمی، سعادت، بهشت، مقام و موقعیت اجتماعی وسیله قرار می‌دادند؛ یعنی از خود اعمال دینی لذت نمی‌بردند. درون‌سویان افرادی بودند که از خود دین و انجام اعمال دینی لذت می‌بردند. جالب اینکه تحقیقات نشان می‌دهند که سلامت روانی افراد دارای دین‌داری درون‌سو بیشتر از افرادی است که دین‌داری برون‌سو دارند؛ یعنی آنان که دین‌داری را از این نظر دوست دارند که برای آنان سلامت روانی و سایر مزایا و منافع دیگر را تأمین می‌کنند، به هدف نمی‌رسند. ولی آنان که فارغ از نتیجه، از خود اعمال دینی لذتی برند به نتایج و پیامدهای مثبت دین‌داری دسترسی پیدا می‌کنند.



مسئله اصلی در اینجا آلودگی رفتار دینی به انگیزه‌های گوناگون می‌باشد. در حقیقت ما پوسته‌ای داریم که به صورت رفتارها و مناسک دیده می‌شود ولی اینکه داخل این پوسته چه چیزی قرار دارد خبر نداریم. فقط می‌دانیم که نوع حکومت دینی، فرهنگ جامعه، رفتار والدین و تثبیت شدن فرد در مراحل مختلف روانی، میزان رشد و تحول معنوی و میزان رشد و تحول شناختی همگی در ریشه و نیت رفتار دینی و مناسک تأثیر می‌گذارند و تعبیر و تفسیر مناسک را به عنوان یک رفتار معنوی مشکل می‌کنند. در اینجا به خاطر رعایت اختصار ما از بین عوامل دیگر فقط به ذکر عامل روان‌شناختی اکتفا می‌کنیم.

۳) مشکلات روان‌شناختی: از بین عوامل روان‌شناختی می‌توان به تحول شناختی افراد و مرتبه‌ای که از لحاظ شناختی در آن قرار دارند (مانند مراحل رشد شناختی پیاژه، مراحل رشد اخلاقی کلبه‌گ، مراحل تحول ایمان فاولر (۱۹۸۱)، مراحل رشد روانی-اجتماعی اریکسون یا مرحله فراروندگی از اضداد و رسیدن به توحید و یکپارچگی و فردیت‌یابی یونگ (۱۹۶۹)) اشاره نمود. افرادی که در مراحل گوناگون هستند از دین و رفتارهای دینی برداشت‌های متفاوت دارند؛ به عبارت دیگر هم رفتارهای آنان از لحاظ انگیزشی با هم متفاوت است و هم از نظر تعبیر و تفسیری که از دین می‌کنند و برداشتی که از دین دارند از یکدیگر متفاوت است. عوامل دیگر روان‌شناختی که در دین‌داری تأثیر می‌گذارند داشتن دل‌بستگی ایمن و یا نایمن نسبت به خدا و نسبت به دیگران و همچنین تصویری که از تجربه زیسته آنان در مورد خدا به دست آمده، است؛ به عبارت دیگر تجربه و ادراک آن در روابط بین خدا و بنده در دین‌داری آنان تأثیر مستقیم دارد. همچنین از نظر روان‌شناسان تثبیت‌شدگی روانی و گذر از نیازهای سطح پایین و برآورده شدن نسبی نیازهای سطح پایین در تعیین انگیزه دینی آنان مؤثر است. به طور خلاصه در تفاوت معنویت و دین‌داری می‌توان گفت:

۱) معنویت جوهره و لب لباب دین است؛ و ادیان بر مبنای معنویت انبیا (ع) استوار گشته‌اند. هنگامی که معنویت بروز می‌کند به صورت تجربه انبیا که همان وحدت یافتگی، حیرت، مواجهه با یک امر قدسی (امر الهی) است، شروع می‌شود. مثلاً حضرت موسی (ع) در کوه طور این تجربه را با درختی که برگ‌های سبزش جرقه می‌زدند شروع کرد و حضرت نبی اکرم (ص) این تجربه را در غار حرا با اولین آیه‌ای که بر او نازل شد آغاز نمود. این تجربه توأم با رسالت،



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

مسئولیت، تعهد برای انجام مسئولیت و ... است. دین‌داری شکوفایی معنویت در یک بستر تاریخی، فرهنگی و اجتماعی است؛ که قابل تعریف و تحدید در رفتار، هیجان و شناخت و باور می‌باشد.

۲) از آنجایی که معنویت در فطرت تکوینی استوار است، سیال، بی‌رنگ، فراتر از فرهنگ و زمان و مکان است. به همین جهت در هنگام بحث از معنویت اشتراکات اخلاق، دین و حتی ادیان را می‌توان مورد مشاهده قرار داد. البته در هنگام پیاده شدن، معنویت نیز رنگ محیط و فرهنگ و اجتماع را به خود می‌گیرد و به صورت دین‌داری خود را نشان می‌دهد؛ تکامل پیدا کرده و مثل بسیاری از ایده‌ها و سازه‌ها ظاهر و باطنی پیدا می‌کند. ظاهر دین‌داری که همان اعمال قابل مشاهده است و شریعت را تشکیل می‌دهد نگه‌دارنده باطن (مغز) می‌باشد. باطن دین‌داری که همان احساس، یادآوری تجربه و شهود و عرفان است، زیربنای رفتارهای دینی می‌گردد؛ بنابراین در دین‌داری اصیل معنویت رشد یافته خود را نشان می‌دهد. از طرف دیگر افرادی که آن تجربه اصیل انبیا را نداشته‌اند، با اعمال و مناسک دینی که از انبیا برایشان به میراث گذاشته شده است و بر انجام آن تأکید شده است، احساسات معنوی را در پشت آن مناسک و اعمال زنده می‌کنند. این یکی از فواید دین برای دین‌دارانی است که از روی تقلید از انبیا بدون داشتن تجربه اصیل احساس مینوی دین را قبول کرده‌اند. به‌رحال احتمال دارد که دین‌داری تقلیدی به دلایل مختلف تجربه درونی را- که در پشت مناسک و رفتارهای دینی وجود دارد- بیدار نکند و رفته‌رفته کلیشه‌ای‌تر و ظاهرین‌تر و با انگیزه بیرونی (وسیله‌ای) انجام گیرد و مثل درختی باشد که پوسته آن هنوز زنده است ولی مغز آن را موربانه خورده است و با وزش بادی در هم می‌شکند.

۳) معنویت و تجربه مینوی که مبتنی بر معنویت درونی است، در حد فردی در ارتباط خالصانه فرد با خدا مطرح می‌شود؛ مثل تجربه اولیه حضرت موسی (ع) در کوه طور- یک تجربه تکان دهنده، شیرین، حیرت‌انگیز و شاید ترسناک که وجود انسان را می‌لرزاند- مخصوصاً زمانی که فرد ابهت و شکوه شرایط را درک کند، کاملاً یک دیالوگ فردی و یک رابطه در خلوت فرد با وجود قدسی ایجاد شده است. ولی وقتی مسئولیت پیدا می‌کند که تجربه‌های آسمانی خود را با دیگران در میان بگذارد، احساس شخصی که در خلوت وجود صورت گرفته، توسط کلمات



در شکل ظاهر جمعی جلوه‌گر می‌شود. پس یکی دیگر از تفاوت‌های بین معنویت و دین‌داری تفاوت امر شخصی با امر اجتماعی و نیابتی است. وقتی یک موضوعی در اجتماع مطرح می‌شود به پهنای فهم انسان‌ها توسعه پیدا می‌کند. افراد از آن برداشت‌های مختلفی می‌کنند و برداشت‌های خود را معتبر می‌دانند و اگر قدرتی داشته باشند، شاید برداشت دیگران را برنتابند و بخواهند برداشت خود را بر دیگران تحمیل نمایند. در اینجا رابطه صمیمی فرد با خالق یکتا گسسته می‌شود و رفتار سطحی که دنبال مصلحت می‌گردد جای آن را می‌گیرد.

۴) تاریخ‌مند بودن و یا فراتر از زمان و مکان اندیشیدن، تفاوت دیگر معنویت و دین‌داری است. وقتی از دین‌داری به معنای مرسوم صحبت می‌کنیم، پیاده شدن احکام دینی را در افراد ویژه‌ای ملاک قرار می‌دهیم. مثلاً دین‌داران دوره حضرت نبی اکرم (ص) یا خلفای راشدین یا خلفای بنی‌عباس یا در دوره صفوی. وقتی از معنویت صحبت می‌کنیم از صورت‌های ازلی که به صورت تصاویر ذهنی ما را به خود مشغول می‌دارند، صحبت به میان می‌آوریم. سمبل‌ها و نمادهای دینی و مناسک و رفتارهای مذهبی همگی در بستر زمان و مکان خود را نشان می‌دهند. ولی آنچه در باطن و نهاد یک سمبل و نماد و یا مناسک نهفته است، همان معنویت آن نماد یا مناسک است. به همین جهت در دین‌داری بر روی رفتارهای صحیح دقت می‌شود در صورتی که در معنویت مرشدان بر احساس درونی تأکید می‌ورزند. مثلاً در مثنوی معنوی مولانا، بر احساس چوپان نه بر حرف‌های او، ولی موسی (ع) که نمایانگر عالم دینی است، بیشتر به رفتارهای قابل مشاهده چوپان تأکید می‌ورزد. در هر حال در این نمایش خدا وارد میدان می‌شود و طرف احساسات درونی خالص را می‌گیرد و با این بیان که « ما درون را بنگریم و حال را // نی برون را بنگریم و قال را» به موسی اعلام می‌دارد که از چوپان دلجویی کند.

البته باید در نظر داشت که هر ایده و احساس شورانگیز لازم است در عمل پیاده شود تا عینیت پیدا کند. به همین جهت در شرع مبین اسلام تا یک فکر و اندیشه و احساس به صورت عمل ظهور نکند جزای حقوقی بر آن مترتب نیست. مثلاً کسی که فکر بدی در مورد دیگری می‌کند، حتی اگر ما فکر او را توسط آزمون‌های فرافکن یا ابزارهای دقیق دیگر فراخوانی کنیم، نمی‌توانیم فقط به خاطر فکرش او را محاکمه نماییم. رفتارهای دینی نه تنها ایده‌های انتزاعی و هیجان‌های انتزاعی را ملموس می‌سازند؛ بلکه در اثر گذشت زمان مورد نقد و بررسی قرار



می‌گیرند و در اثر این نقد و بررسی صیقل می‌خورند و اشکالاتشان برطرف می‌شود؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که دین‌داری این امتیاز را دارد که در بستر زمان صیقل‌خورده، نظرات فاسد و ناکارآمد از آن زدوده شده‌اند و اعتقادات ناب و سازنده از غربال ناخالصی‌های روزگار خود را خلاص کرده‌اند و توانسته‌اند سازگاری روانی و معنوی معتقدان خود را تأمین کنند.

۵) تفاوت در نوع انگیزه از دیگر تفاوت‌های معنویت و دین‌داری است. معنویت یک سازه خودانگیخته است. هر انسانی به جست‌وجوی خود واقعی‌اش علاقه‌مند است و این مسئله طبیعی به نظر می‌رسد که انسان‌ها به دنبال گم‌گشته خویشتن باشند و به قول مولوی در مثنوی معنوی مثل موسی (ع) دورافتاده از مادر، شیر از سینه دایه‌گان نپذیرند تا به آغوش مادر خود برگردند. هر چند که در اثر انحراف از طبیعت احتمال دارد که این عامل خودانگیخته در پشت انگیزه‌های دیگر به صورت سایه‌ای نامعلوم جلوه‌گر شود. دین‌داری که قبلاً در مورد آن صحبت شد، حاصل معنویت تجربه شده توسط انبیاء است که گستره آن به پهنای قلب سلیم و زلال آنان بوده است؛ بنابراین با معنویت‌های غیردینی که منشأ آنها اشراق و الهام در حد عادی بوده است، بسیار فرق می‌کند. حال لازم است از این زاویه به مسئله نگاه شود که وقتی دین‌داران نه به طریق تجربه درونی بلکه از طریق تقلید به یک دین روی می‌آوردند- یعنی دین‌داری برای آنان در فرایند اجتماعی شدن خود را عرضه می‌کند- آیا همیشه می‌توانند انگیزه درونی را که معنویت با خود حمل می‌نمایند. حفظ کنند؟ جوابی که به این سؤال داده شده، گونه‌های مختلف دین‌داری و پدیدآیی آنها را تبیین می‌کند. تاریخ شاهد دین‌داران درون‌سو مخلص، همچون حضرت علی (ع) بوده است. ولی همین تاریخ شاهد دین‌دارانی مانند خلفای بنی‌عباس و بنی‌امیه نیز بوده است که دین‌داری را بر مبنای معیشت و قدرت استوار ساخته‌اند. پس می‌توان گفت گونه‌های مختلف دین‌داری می‌توانند انگیزه درونی و یا بیرونی را تأیید کنند (آلپورت، ۱۹۵۰). از اینجا است که تفاوت دیگر معنویت و دین‌داری، خودبه‌خود آشکار می‌شود؛ یعنی در نظر گرفتن نیت دین‌داران. از نظر حضرت علی (ع) احتمال دارد دین‌داران به خاطر ترس از جهنم و یا تمنای بهشت اعمال دینی را انجام دهند؛ و یا اینکه فقط به خاطر تقلید به این مسئله بپردازند. البته افرادی وجود دارند که چون خدا را شایسته عبادت می‌دانند او را بندگی می‌کنند. این همان مسئله مذهب درون‌سو است که در این حالت با



معنویت عجین می‌شود.

معنویت دینی (نبوی) و معنویت غیردینی

هر چند که در فوق به تفاوت‌های دین‌داری و معنویت اشاره کردیم و معنویت را جوهره دین تلقی نمودیم؛ ولی نمی‌توانیم انکار کنیم که تمام معنویت‌ها به یکسان در هدف و در روش معتبر نیستند. اعتبار نحله‌های معنوی ناشی از هدف و روش آنها و منبعی که از آن جریان یافته‌اند، متفاوت است. تقسیم‌بندی‌های گوناگونی از گونه‌های معنویت به عمل آمده است؛ ولی به طور خلاصه می‌توان معنویت‌ها را از زاویه معنویت دینی (نبوی) و یا معنویت غیردینی (غیر نبوی) تقسیم‌بندی نمود. معنویت دینی قابل‌اعتماد بوده و به دلایلی که در زیر اشاره می‌شود رجحان و برتری دارد:

۱) معنویت دینی از طریق تجربه‌های انبیاء به انسان‌ها رسیده است. از آنجا که انبیا اولاً گستره ظرفیت پذیرش الهام وحی و اشراق را به حد بالا دارند، در ثانی به خاطر پرهیزکاری‌هایی که نموده‌اند و قلب خود را از رذایل دنیوی پالوده نگه داشته‌اند و در ثالث به آنان مأموریت و حکم هدایت قومشان داده شده است، به اصیل‌ترین نوع معنویت دسترسی دارند. این اصالت غیرقابل بحث از نظر علمی، فلسفی و عرفانی است. مولوی بارها در مثنوی خود به این موضوع اشاره کرده است که برای ارجاع افراد علاقه‌مند می‌توان: الف) به داستان فیلی که در خانه تاریک بود و هر کسی به یک قسمت از فیل دستش می‌خورد و لمس می‌نمود تعریف متفاوتی از فیل می‌کرد، اشاره نمود. مثلاً کسی که دستش پای فیل را لمس کرده بود، آن را یک ستون معرفی می‌کرد و کسی که گوشش را لمس کرده بود آن را بادبان تلقی می‌کرد. بیشتر مکاتب معنوی از زاویه مخصوصی به معنویت نگاه کرده‌اند و فراتر از زاویه خودشان و فرهنگشان و رشته مورد علاقه‌شان نتوانسته‌اند کنکاش کنند. لذا مثل افرادی که فیل را لمس می‌نموده‌اند به همان بعدی که خود آشنا بوده‌اند، اشاره کرده‌اند؛ بنابراین فقط انبیا بوده‌اند که به قول مولوی بالاتر از افق‌های دید معمولی رفته و توانسته‌اند آن گونه که معنویت واقعاً از منبع زلالش اخذ شده آن را به دست تشنگان حقیقت راه معنویت برسانند. این مسئله را سلمان فارسی که یک جست‌وجوگر ایرانی بود در سیر و سلوک خود به خوبی درک نمود. بعد از جست‌وجوهای فراوان در پیدا کردن مرشد، آخر دلش در کنار نبی اکرم (ص) آرام شد. (ب) همچنین مولوی



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

به گستردگی گیرندگی انبیاء- علاوه بر وسیع بودن و جلا داشتن قلب آنان- اشاره می‌کند. روش انبیاء نیز در گرفتن وحی از منبع اصلی جدا بوده است- روشی که به گسترده شدن مدام ظرف معنویت کمک می‌نموده است- مولوی این مورد را با اشاره به گیرندگی نای توضیح می‌دهد. او می‌گوید:

مرد نای ای که دم اندر نای کرد در خور نای است نه در خورد مرد

«مثنوی معنوی: دفتر دوم»

این اشعار مولوی دقیقاً به ظرفیت گیرندگی افراد که متناسب با وحی و الهام و اشراق است اشاره می‌کند. خلوص نیت در گرفتن الهامات معنوی که انبیا داشتند و جسارت و سخت‌روی و مسئولیت‌پذیری آنان؛ به آنان کمک می‌کرد که لحظه‌به‌لحظه ظرفیت گیرنده خود را افزایش دهند که انسان‌های عادی این ویژگی‌ها را نداشتند.

البته لازم است به این نکته توجه داشته باشیم که منظور از ظرفیت داشتن و یا داشتن ظرفی که انسان در جست‌وجوی پر کردن آن است، تنها کمی نیست؛ بلکه بسیاری از مواقع کیفی نیز می‌باشد. معمولاً انسان‌ها دل‌مشغولی‌هایی دارند که در محتوای آنها تفاوت وجود دارد. یکی ظرف برای پر کردن نیاز به امنیت دارد و دل‌مشغول این نوع نیاز است. هم در خواب‌هایش نموده‌های این نیاز جلوه‌گر می‌شود و هم در بیداری این نیاز رفتارهای او را سامان می‌دهد. دیگری شاید نیاز فیزیولوژیکی داشته باشد و دل‌مشغولی به نیازهای فیزیولوژیکی او را از پرداختن به نیاز به امنیت و یا نیازهای دیگر از قبیل نیاز به کنجکاو، باز دارد و نگذارد که نیازهای سطح بالا، خود را نشان دهند. این نوع ظرفیت متنوع در کوشش‌های روان‌شناختی آبراهام مازلو به عنوان سلسله‌مراتب نیازها آورده شده است. آبراهام مازلو معتقد است که تا زمانی که ادراک نیاز به عاملی از جمله عوامل زیستی که به بقای جسمانی انسان ربط پیدا می‌کنند برطرف نشود، احساس نیاز بالاتر مثلاً نیازهای روانی و یا معنوی، مجال ظهور و بروز پیدا نمی‌کنند. وی این اصل را یک اساس در پرورش و تحول سلسله‌مراتب نیازها تلقی می‌کند. تحول نیازها و تبدیل آنها به همدیگر به عوامل چندی بستگی دارد که محرومیت شدید و یا غرق شدن شدید در برآوردن یک نیاز، جزء عوامل اساسی تلقی شده‌اند و به عنوان عوامل تثبیت‌کننده و بازدارنده از حرکت طبیعی به سوی نیازهای بالاتر به حساب آمده‌اند. به این



معنا که اگر فرد در برآوردن نیازهای اولیه محرومیت شدیدی داشته باشد این محرومیت شدید یک نوع تشنگی سیری‌ناپذیری در روان فرد نسبت به آن نیاز ایجاد می‌کند و ذهن فرد مشغول پرداختن به آن نیاز می‌شود و ظرفیت فرد گسترش نمی‌یابد. یا اگر محیط طوری باشد که نیاز مخصوصی به طور غیرطبیعی بیش از اندازه انرژی مصرف کند، باز هم آن نیاز توجه روان آدمی را به خود جلب نموده و فرد در آن نیاز تثبیت می‌شود و مجال پرداختن به نیازهای دیگر در او پدید نمی‌آید.

وقتی ما در بافت روان‌شناسی از این موضوع صحبت می‌کنیم که انبیاء ظرفیت پذیرش وحی و الهام و اشراق بالاتری داشتند، تلویحاً به این نکته اشاره می‌کنیم که تثبیت‌شدگی روانی خواه به علت محرومیت و خواه به علت صرف انرژی بیشتر در برآوردن آن نیاز ایجاد نشده بود و آنان تمام نیازهای جسمانی و روانی و معنوی خود را در راستای بالاترین نیاز خود که همان رسیدن به قرب خداوندی و در اصطلاح روان‌شناسی فردیت‌یابی و رسیدن به توحید و یگانگی روان آدمی است، هدایت کرده‌اند. این ظرفیت بزرگ در بسیاری از افراد دیگر ایجاد نمی‌شود؛ و به همین جهت ظرفیت پذیرششان به اندازه انبیاء گسترش نمی‌یابد. مثلاً برای دریافت الهامات و اشراق‌ها و در نهایت وحی، حالت پذیرا داشتن و درک حضور وجود متعالی و به اصطلاح روان‌شناسان، سینه گشاده داشتن و آماده برای پذیرش «آنچه بودن»، لازم است. برخی روان‌شناسان این حالت کلی را، ذهن آگاهی می‌نامند. ولی ذهن آگاهی در حقیقت در اثر تمرین به دست نمی‌آید؛ بلکه در بستر زمان در اثر رها شدن فرد از دل‌بستگی‌های سطح پایین و خلاص شدن از زندان انگیزشی و دل‌بستگی‌های دنیوی حاصل می‌شود. این آزادی از دل‌بستگی‌ها و رها شدن از دل‌مشغولی‌ها فقط در اثر مراقبه و خواست فرد ایجاد نمی‌شود. بلکه از طریق رشد کل شخصیت از نظر شناختی، عاطفی و معنوی به دست می‌آید. این حالت را پختگی روانی - معنوی می‌توان نام گذاشت که در وجود شریف انبیاء دیده می‌شود. روان‌شناسان این حالت را شکوفایی و بالندگی روانی فرد تلقی می‌کنند؛ به عبارت دیگر محصول دریافت الهام وحی که برای به دست آوردن معنویت خالص ضروری است زمانی حاصل می‌شود که انسان ذهن آگاه شود و گیرندگی لازم را داشته باشد. از نظر ما گیرندگی لازم و ذهن آگاهی داشتن در انبیاء وجود دارد.



۲) یکسان بودن و هماهنگی اجزای معنویت دینی، برتری دیگر آن نسبت به معنویت غیردینی است. انبیاء با مختصر تفاوتی که اجباراً لازم بود در حد زمان و مکان و فهم قومشان صحبت کنند، همه آنان به صورت یکسان وحی الهی را ابلاغ نمودند (شَرَعَ لَكُمْ مِنَ الدِّينِ مَا وَصَّى بِهِ نُوحًا وَالَّذِي أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ وَمَا وَصَّيْنَا بِهِ إِبْرَاهِيمَ وَمُوسَى وَعِيسَى أَنْ أَقِيمُوا الدِّينَ وَلَا تَتَفَرَّقُوا فِيهِ ... خدا شرع و آیینی که برای شما مسلمین قرار داد حقایق و احکامی است که نوح را هم به آن سفارش کرد و بر تو نیز همان را وحی کردیم و به ابراهیم و موسی و عیسی هم آن را سفارش نمودیم که دین خدا را بر پا دارید و هرگز تفرقه و اختلاف در دین مکنید. شوری، ۱۳) مثلاً مطالعه ده فرمان که به حضرت موسی (ع) داده شد، در تمام ادیان ابراهیمی به طور برجسته دیده می‌شود. این موضوع به حدی برجسته است که تعدادی از عرفا معتقدند همه انبیاء از همان نور محمدی به وجود آمده‌اند. حضرت نبی اکرم (ص) فرموده است: «كنت نبيا و آدم بين الماء و الطين؛ زمانی که آدم بین گل و آب بود من پیامبر بوده‌ام»^۱؛ به عبارت دیگر هر پیامی برای بشر آمده است از طریق نور شریف نبوی بوده که زمانی این نور در آدم تالو کرده و زمانی در حضرت نوح (ع) و الیاس (ع) و ابراهیم (ع) و انبیاء دیگر؛ بنابراین می‌توان گفت که آرکی تایپ یا صورت ازلی نور نبوی ابتدا و انتهایش و مسیرش یکسان بوده است. این یکسانی، وحدت و انسجام ما را به مسئله اعتبار معنویت نبوی هدایت می‌کند. در صورتی که بسیاری از تئوری‌های معنویت که توسط سایر افراد عادی تبیین شده است، از این وحدت و انسجام برخوردار نیستند. مثلاً در معنویتی که در کابالا مطرح می‌شود و یا در تانترا در مورد روش تبدیل انرژی جنسی به انرژی معنوی، بر مبنای نظریه‌شان دستوراتی داده می‌شود که مبتنی بر زهد و ذخیره و انتقال انرژی جنسی به انرژی معنوی است. در صورتی که در معنویتی که توسط اشو و پیروانش ارائه شده است برای رشد یافتن و تعالی پیدا کردن به مصرف انرژی جنسی (نه به ذخیره و انتقال آن) تأکید شده است. حتی نظریه ذخیره و انتقال، مضر معرفی شده است. در اینجا به عنوان یک مثال می‌بینیم که ناهماهنگی بین معنویت‌های غیردینی وجود دارد.



۳) تاریخ‌مند بودن معنویت دینی و تأیید پیوسته آن توسط تمام انبیاء از ویژگی‌های برتر معنویت دینی نسب به معنویت غیردینی است. از آنجا که معنویت دینی تاریخ‌مند است، اولاً نشان می‌دهد که روایی و اعتبار خود را در بستر تاریخ نشان داده است که توانسته از لابه‌لای فراز و نشیب‌های تاریخ و زمان عبور کند، تکوین و تکامل پیدا کند و از چالش‌های مخالفان ویژگی‌های شخصی و قومی افراد و ملت‌های مختلف خود را بالا بکشد. در ثانی انبیای بعدی با مقداری تحولات که متناسب با تحولات ذهنی قومشان بوده است (تحول ناخودآگاه جمعی) اساس معنویت قبلی را تکرار نموده‌اند؛ تا جایی که حضرت نبی اکرم (ص) کامل‌ترین معنویت را که خاتم انبیاء است ارائه کرده است. از نظر علمی این موضوع بسیار با ارزشی برای سندیت و اعتبار معنویت دینی می‌باشد (البته برای افرادی که از عینک علم به مسائل نگاه می‌کنند). بسیاری از معنویت‌های جدید و نوظهور هنوز امتحان خود را به صورت عملیاتی نداده‌اند تا مشخص شود که تا چه اندازه می‌توانند مسائل دنیوی و اخروی انسان‌ها را حل کنند و آنان را به تعالی و شکوفایی برسانند.

۴) جامع بودن معنویت دینی برتری دیگر این نوع معنویت است. بسیاری از مکاتب معنوی که توسط افراد عادی ارائه شده است، از جامعیت لازم برخوردار نیستند؛ یعنی به یک اندازه به بعد پرورش رفتار نیکو، عواطف و احساسات پاک و عشق و معنویت بی‌آلایش تکیه ننموده‌اند و بنا به تمایلات صاحب مکاتبشان در یک بعد افراط و در بعد دیگر تفریط نموده‌اند. در حالی که معنویت انبیاء همه جوانب لازم برای رشد انبای بشر را ملاحظه نموده است و از جامعیت بالایی برخوردار است. مثلاً معنویت اسلامی علاوه بر اینکه در هر رفتاری نیت و انگیزه رفتار را اصالت می‌دهد در پرداختن به نمادها و مناسک، عمیق‌ترین لایه‌های وجود بشری را مورد آماج ارزیابی و پرورش قرار داده است و همیشه به انسان‌ها تذکر می‌دهد که ظاهر و باطن را در تمام زندگی‌شان در کنار هم داشته باشند. مثلاً فیض کاشانی در کتاب معروف «المحججه البیضا» تأکید می‌کند که تمام رفتارهای عبادی مثل نماز، آداب ظاهری دارند و آداب باطنی و قبولی نماز منوط به رعایت هر دو بعد است.

معنویت اسلامی - شیعی

معنویت اسلامی مبتنی بر توحید و یکپارچگی شکل یافته است. بدین معنا که انسان در



فراروندگی‌های پی‌درپی برای رسیدن به تعالی، از تعارضات و تضادها و تقابلهای عبور می‌کند و در ورای انواع تمایلات، دانش‌ها و خواسته‌ها وحدت متعالی را تجربه می‌کند. علاوه بر تجربه وحدت در آفاق، وحدت در روان انسان نیز از دیدگاه اسلامی ایجاد می‌شود. در حقیقت ایجاد وحدت درونی در انسان است که او را به وحدت در مناظر و در آفاق هدایت می‌کند. وحدت‌یابی در روان و درون انسان بستگی به تعالی و رشد او دارد. قبل از همه انسان آمادگی پیدا می‌کند که گوناگونی تمایلات و تعارضات آنها با یکدیگر را درک، احساس و قبول نماید. انکار هر گونه واقعیت روانی و فراقنی آن به بیرون کار خودسازی را دشوارتر و پیچیده‌تر می‌گرداند. به دنبال پذیرش نیروهای مختلف هم‌عرض که در اصطلاح یونگ (۱۹۶۹) تحت عنوان‌های سایه، نقاب، خود، خویش‌متعالی، انیما و آنیموس و ... مطرح شده‌اند، مجالی برای توازن و آرایش آنها پیش می‌آید و در اثر این تعارض و توازن، پویایی روانی ایجاد می‌گردد. در اثر ترکیب این نیروها (ظاهراً متضاد) مرحله بالاتری ایجاد می‌شود و رشد و سازگاری انسان را با مسائل معنوی و قوانین آن کامل‌تر می‌نمایند؛ تا اینکه انسان پس از عبور از سراسیمه‌سرنوشت به وحدت‌یابی خود (فردیت‌یابی) رسیده و در اصطلاح دینی فرشته خود را ملاقات می‌کند و برای معرفت رب خویش آمادگی و استعداد پیدا می‌کند.

این تغییرات درونی در اثر ترکیب نیروهای ظاهراً متضاد و فراتر رفتن از آنها به رشد شخصی کمک می‌کند تا اینکه در نهایت او را به مقامی می‌رساند که قوانین الهی را در آفاق و انفس با هم مرتبط دیده و در آیین دل خود این قوانین قدسی را مشاهده می‌کند و به مقامی می‌رسد که انسان کامل نامیده می‌شود؛ یعنی انسانی که تا حدی توانسته نیازهای روانی و معنوی خودش را شکوفا ساخته و به نحو رضایت‌بخشی از آنها عبور کند و فراتر از آنها برود. پا به پای رشد معنوی انسان صفات خداوندی را درک کرده و تعلق خود را به آنها نشان می‌دهد و سعی می‌کند که آنها را جزو خلق و خوی خود ساخته و در هستی کاربرد آن اسماء را تحقق بخشد. چنین انسانی را انسان کامل می‌نامند. انسان کامل الگو و اسوه افراد دیگر در جامعه می‌گردد و افراد جامعه برای رفع اشکالات خود به او رجوع می‌کنند. او امام، پیشوا و رهبری جامعه را به عهده می‌گیرد تا بعد از خودسازی به ساخت جامعه اسلامی - شیعی نیز که همان قدم برداشتن در عبودیت الهی است و تکامل انسان را به دنبال دارد مردم را هدایت کند. یکی از



تفاوت‌های بارز معنویت شیعی با نحله‌های دیگر اسلامی داشتن پیشوا برای رشد معنوی و سیر و سلوک عرفانی می‌باشد. حافظ در این مورد می‌گوید:

به کوی عشق منه بی‌دلیل راه قدم که من به خویش نمودم صد اهتمام و نشد

«غزلیات حافظ: ۱۶۸»

این قائد و پیشوا همیشه خود را در مناسک آداب دینی نشان داده است. مثلاً در نمازهای یومیه این انسان کامل همیشه جلوتر از بقیه در صف ایستاده، رو به سوی قبله‌گاه مقصود می‌گرداند و شروع به خواندن نماز می‌کند و دیگران به تبع او کارهای او را تکرار می‌کنند. در مسائل اجتماعی و سیاسی نیز منتظر نظر او هستند و از او جلو نمی‌زنند. این قائد و پیشوا یک رهبر درونی است و با صورت ازلی قبله‌گاه انسان‌ها ارتباط دارد. هر چند که احتمال دارد او رهبری ظاهری نداشته باشد و حتی در قید حیات به معنای حضور در بین مردم نباشد ولی در باطن هدایت‌کننده آنها است. مثل امام غایب که در غیبت خود نیز شیعیان را راهنمایی می‌کند و یا مثل همه امامان غیر از حضرت علی (ع) که در ظاهر حکومت در دست آنان نبود ولی پیروانی داشتند که از حکم آنان تبعیت می‌کردند، نه از حکم خلیفه زمان. معنای باطن و امام باطن در مکتب شیعی از زمان خود پیامبر (ص) برجستگی ویژه خود را در عرفان اسلامی نشان داد. عده‌ای مثل ابن عباس مفسر قرآن، سلمان فارسی و بالاتر از همه حضرت علی (ع) این راه درونی و عرفانی را هم در تفسیر قرآن و هم در فهم سنت و قول نبوی در پیش گرفتند. نگاهی مختصر به خطبه‌های حضرت علی (ع) در نهج‌البلاغه و دستورش در مقابل دسیسه معاویه برای ادامه جنگ، از همان بعد عرفانی او ناشی می‌شد. تا جایی که حضرت فرمود: به این دسیسه معاویه که قرآن‌ها را سر نیزه کرده و اعلام صلح می‌کند اعتنا نکنید من خود قرآن ناطق هستم. در حقیقت بدون اغراق حضرت علی (ع) یکی از اصول اساسی معنویت اسلامی را مطرح نمود که تبعیت از امام زمان بدون قید و شرط و فهم این مسئله که قرآن ناطق همان رهبر دینی که امام نامیده می‌شود می‌باشد. این مسئله یک فهم اساسی در معنویت شیعی است که تبعات عبادی و سیاسی-اجتماعی زیادی دارد که گنجایش فضای لازم برای ارائه آن در این مقال وجود ندارد.



جایگاه تک‌نگاشت حاضر در الگوی اسلامی - ایرانی پیشرفت

معنویت بعد پویای جدانشدنی انسان است و بدون آن، سلامت روانی حاصل نمی‌شود. معنویت هستی، حیات، زندگی، اتفاقات ناگوار و رخداد‌های گوناگون را تفسیر و تبیین می‌کند. روابط انسان با خدا، خود، دیگران و طبیعت با داشتن یک معنویت نسبتاً سالم معنای خود را به دست می‌آورد. قبل از طبقه‌بندی رنه دکارت از پدیده‌های جهان و تقسیم‌بندی پدیده‌ها به مادی و روانی، کیمیاگران ماده را زنده انگاشته و معتقد بودند که نفس کلی جهانی بر ماده نیز نیرو می‌دهد و موجب بقای ماده و تبدیل آن از فلزات سطح پایین به فلزات سطح بالا می‌گردد. آنان معتقد به تکامل نفس در اثر فعل و انفعال در هستی بودند. به همین جهت مولانا در شعر معروف خودش، مردن و تبدیل شدن را یکی از قوانین متعالی و اصول دائمی می‌داند و معتقد است که جمادات، نباتات، حیوانات و انسان در این حیات نفسانی مشترک هستند و دائماً در تبدیل و پویایی می‌باشند:

از جمادی مردم و نامی شدم	وز نما مردم ز حیوان سر زدم
مردم از حیوانی و انسان شدم	پس چه ترسم کی ز مردن کم شدم
حمله دیگر بمیرم از بشر	تا بر آرم از ملائک بال و پر
وز ملک هم بایدم جستن ز جو	کل شیء هالک الا وجهه

«مثنوی معنوی: دفتر سوم»

معنویت اسلامی - ایرانی که توسط متکلمان و فیلسوفان مورد بررسی قرار گرفته است، معنویت مبتنی بر دیدگاه درون محور و باطنی است؛ به عبارت دیگر مردم ایران حتی قبل از اسلام شاهد رشد معنویت‌های مبتنی بر نور، اشراق و الهام بوده‌اند. برای مثال شاهنامه فردوسی که اسطوره‌های ناخودآگاه جمعی ایرانیان قبل از اسلام را واکاوی نموده و آنها را با نظم زیبا و با بسط و صور گوناگون خیالی آورده است، یکی از شواهد آشکاری می‌باشد که جلوه معنوی بودن ایرانیان قبل از اسلام را نشان می‌دهد. مثلاً در داستان آزاد کردن کیخسرو از بند دیوان در هفت‌خان، رستم هفت مرحله عرفانی را طی می‌کند که از آن جمله کشتن اژدها (نفس انسانی) می‌باشد. مقابله تم‌ها و داستان‌های مختلف در قرآن با تم‌ها در داستان‌های عمیق شاهنامه به ما نشان می‌دهد که چقدر معنویت اصیل عرفانی در روان ناخودآگاه جمعی ایرانیان موج



می‌زند. بی‌سبب نیست که سلمان فارسی بالاخره بعد از طی طریق و اجتهاد و کوشش فراوان، آرزوی دل خود را در عربستان سعودی در جوار حضرت نبی اکرم (ص) یافت. او که یکی از پرهیزگاران و عرفای اصیل بوده مدت‌ها دنبال مرشد می‌گشته است؛ افراد مختلفی را ملاقات می‌کرده است و در نهایت وقتی حضرت نبی اکرم (ص) را یافت او را به عنوان مرشد معنوی خود انتخاب نمود و دلش آرام یافت.

ایرانیان از زمان باستان به نور باطن انسان‌ها علاقه فراوان داشتند و آن را نشانه پاکی، هدایت، راهنمایی، علم و حکمت می‌دانستند. بعد از اسلام نیز همان علاقه شدید به باطن اسلام در مقابل قشریون که اسلام را سطحی می‌فهمیدند، به ائمه باطنی که لب لباب اسلام را فهمیده و رعایت می‌کردند، تسری پیدا نمود. ایرانیان هیچ وقت از خلیفه ظاهری که نماینده قشری و سطحی دین اسلام بود، تبعیت نکردند. آنان در برابر اطاعت کورکورانه از خلفای اموی و عباسی، همیشه پیشوایان تیزبین و درون‌نگر خود را داشتند و به همین جهت به خاندان حضرت علی (ع) عشق و محبت می‌ورزیدند؛ چون می‌دیدند که اسلام علوی با روان ناخودآگاه آنها بیشتر سازگار است. افزون بر این عقیده داشتند که لازم است از خطمشی داشتن مرشد که آنان را هدایت کند، تبعیت کنند. حتی در زمان خود نبی اکرم (ص)، سلمان فارسی با حضرت علی (ع) (که بنابر فرمایش خود، قرآن ناطق بود) بیشتر حشر و نشر می‌نمود. چون دیدگاه عرفانی او را بیشتر از دیگران می‌فهمید. بنابراین وقتی از الگوی اسلامی و ایرانی سخن به میان می‌آید، یک سخن گزاف و تعارفی نیست. مردم ایران با اسلام شیعی بیشتر از قشرهای دیگر کنار می‌آمدند و بهتر از آن استفاده می‌کردند. حکمای اسلام نیز بعدها معنویت شیعی ایرانی را به خوبی در نظریه‌های خودشان نشان دادند؛ حکیم فردوسی در شاهنامه خود بسیاری از صورت‌های ازلی عمیق و عرفانی را در لابه‌لای داستان‌های حماسی خود به خوبی به تصویر می‌کشد. مثلاً داستان سیاوش که متهم به گناه ناکرده می‌گردد، از آتش به سلامت می‌گذرد؛ چون آتش فرد بی‌گناه را نمی‌سوزاند، همان‌سان که حضرت ابراهیم (ع) آتش را گلستان می‌یابد.

الگوی پیشرفت که مبتنی بر فرهنگ و روح اسلامی- ایرانی باشد، لازم است در تمام هستی از ظاهر عبور کند و به باطن پدیده‌ها راه یابد و در عمق پدیده‌ها آیات خدا را تماشا کند. این



الگو می‌تواند روح عرفان شیعی را در فرهنگ بدمد و اسلام واقعی را که ظاهر را با باطن هماهنگ ساخته، از فکر به عمل تبدیل کند. معنای اعتقاد به ولایت حضرت ولیعصر (عج) نیز از این درون‌گرایی سرچشمه می‌گیرد که به صورت ازلی در عمیق‌ترین نقطه روان انسان ولایت باطنی حضرت، حکم‌فرمایی می‌کند. این وصلت صورت به معنا و ظاهر به باطن همیشه در عمق اعمال و رفتار پیشوایان شیعه وجود داشته است. از این رو است که حافظ می‌گوید: «از آن به دیر مغانم عزیز می‌دارند// که آتشی که نمی‌میرد همیشه در دل ماست». شعله عرفان و نگرش باطنی در مقابل قشری‌گری هیچ‌وقت از اسلام ایرانی جدا نبوده است. پیشرفتی که مبتنی بر این عرفان معنوی باشد یک پیشرفت عرشی و خدایی است. یعنی تمام اعمال و پدیده‌ها سمبل و آیه خدا می‌شوند که نمایانگر حقیقت در زندگی دنیوی می‌گردند. تفصیل این مقال در حکمت اشراق سهروردی آورده شده است. حاصل کلام اینک در درون هر معنویت اسلامی - ایرانی ماده به معنا، ظاهر به باطن، روح به بدن و انسان به خدا متصل است.

شاید یکی از عللی که با تمام حملات و حرمان‌ها و محرومیت‌های فراوان مذهب شیعه توانسته در ایران استقرار خود را نشان دهد و ایجاد تمدن کند (نمونه‌های این تمدن را می‌توان در دوران مختلف حکومت‌های شیعی مثلاً در دوره صفویه مشاهده نمود) آتش درونی بود که هرگز خاموش نمی‌شد و به انحای مختلف خود را نشان می‌داد. حاصل کلام اینک مذهب شیعی و ذوق و اشتیاق مردم ایران در راستای هماهنگ ساختن پایه‌های اصیل عرفان، به افراد مذهبی در ایران جلوه درونی داده و علاوه بر ظاهر اعمال، ایرانیان پیوسته باطن اعمال را نسبت به فرق و مذاهب دیگر بیشتر التزام داشته‌اند. سلسله عرفای ایرانی که مطلب نوشته‌اند - از شیعی گرفته تا اهل سنت - همگی به درونی بودن مذهب اشاره نموده‌اند. قشری‌گری و سطحی بودن هر چند که دورانی در ایران رواج داشته است، ولی هرگز نتوانسته آرکیتایپ و صورت ازلی فهم درونی از مذهب را از بین برد و به سطح دین نگاه کند. ایرانیانی که خانواده علی (ع) را دوست داشتند به خاطر این بود که نوع تفسیرشان از دین، بیشتر تفسیر حضرت علی (ع) و درونی بودن دین بود. پیوستن به جرگه دین‌داران سطحی هرگز روح ایرانی را سیراب نمی‌کرد. در دوره خلفای بنی‌عباس و بنی‌امیه که ظاهر دین را وسیله‌ای برای رسیدن به آمال خودشان قرار داده بودند، باز ایرانیان به جای خلیفه ظاهری، امام باطنی را بر



می‌گزیدند چون او را حامی دستاورد نبوت و رسالت دانسته و خلفا را فقط قشری ظاهرین قلمداد می‌کردند. بعد از غیبت حضرت ولی عصر (عج) باز به جای تبعیت از مرشدها و خلفای قشری منتظر ظهور حضرتشان ماندند. این نوع تبعیت از باطن، ایرانیان را در جرگه پیروان افراد باطنی قرار می‌داد. حاصل کلام اینکه اسلام شیعی و فرهنگ ایرانی هماهنگی‌ها و همنوایی‌های بالایی دارند.

جوانان به عنوان گروه فعال در جامعه در بعد معنوی و روانی، مورد عنایت قرار گرفته و آفت‌های معنوی آنان مورد آماج قرار گرفته است. مسئولیت مرکز الگو نیز بررسی پارادایم‌های پیشرفت از بعد اقتصادی و فرهنگی و اجتماعی می‌باشد که با دیدگاه معنوی می‌خواهد بدنه این پیشرفت را تشکیل دهد. این تک‌نگاشت زمانی نوشته می‌شود که عده زیادی از جوانان معنای وجودی را از دست داده‌اند و با بررسی مدل‌های گوناگون و رقیب دنبال این معنویت از دست رفته می‌گردند. ولی هر چقدر بیشتر دنبال آن می‌گردند وی را کمتر می‌یابند؛ مانند تشنه‌ای که در بیابانی به دنبال آب بگردد و از شدت تشنگی به سراب پناه برده و از آنجا آب بردارد. مشاهده ویژگی‌های روانی و آسیب‌های موجود در روان و معنویت جوانان مشخص می‌کند که جوانان زمانی که از معنویت دور می‌افتند و یا معنویت سکولار را جانشین معنویت اصیل اسلامی قرار می‌دهند، دچار رفتارهای انحرافی از قبیل عزلت‌گزینی، افسردگی و بی‌مسئولیتی می‌گردند. در این راستا است که این تک‌نگاشت با توجه به مسئولیت‌های خطیر مرکز الگوی اسلامی - ایرانی پیشرفت نوشته می‌شود. در تک‌نگاشت حاضر به ارتباط‌های چهارگانه که افراد برای رشد و بالندگی و سلامت روانی و معنوی به آن نیاز دارند، اشاره شده است و آسیب‌پذیری‌ها و انحراف از مسیر اصیل معنویت در هر بعد واکاوی و توصیف شده است. ضرورت‌های عملی فراوانی بر نوشتن این تک‌نگاشت وجود دارد. از آن جمله، این تک‌نگاشت می‌تواند چالشی را ایجاد کند و افکار مختلفی را آغازگر باشد که برای جواب دادن به آن چالش‌های علمی تحقیقات تجربی به دنبال آن بیاید و گزاره‌های موجود در این تک‌نگاشت را مورد آزمایش تجربی قرار دهد. در صورتی که آفت‌ها را به صورت تجربی پیدا نمودند برای از بین بردن آنها برنامه‌های علمی تهیه و اجرا گردد. مسئولیت مرکز الگوی اسلامی - ایرانی پیشرفت نیز در همین راستا است؛ یعنی هدایت جوانان به سوی معنویت



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

اصیل دینی (شیعی) و شناسایی آسیب‌ها و برنامه‌ریزی برای رفع آنها. کیمیاگران معتقد بودند که معنویت در هستی بر سازوکارهای روان و از طریق روان بر سازوکارهای ماده و جسم اثر می‌گذارد. زمانی که معنویت آسیب دید، این آسیب به نحوی در روان انسان جلوه نموده و بالاخره در ماده و جسم انسان خود را نشان می‌دهد. در اجتماعات و فرهنگ‌ها نیز معنویت نقش نگه دارنده، معنا دهنده و سامان دهنده دارد. بدون معنویت ارکان اجتماع از هم می‌پاشد و زندگی جمعی دچار پوچی، بت‌پرستی و انقراض می‌گردد. اهمیت و جایگاه معنویت در مرکز الگوی اسلامی- ایرانی پیشرفت از یک نظر واضح و مبرهن است. به این صورت که الگوی اسلامی بدون معنویت اسلامی معنای اصیل خود را از دست می‌دهد و از بعد دیگر هیچ‌گونه پیشرفت و تمدن اساسی بدون پایه‌های معنوی دوام نمی‌یابد. به همین جهت تمام تمدن‌های جهان دارای معنویت بوده‌اند؛ زمانی این معنویت در معنویت زرتشتی و مانوی، زمان دیگری در معنویت یهودی و مسیحی و در آخر در معنویت اسلامی خود را جلوه‌گر نموده است. معنویت بیان شده در تکیه‌نگاشت حاضر از یک طرف مبتنی بر صورت‌های ازلی توحیدی و انسجام یافتگی می‌باشد و طریقه توحید یافتگی درون انسان را با پذیرش اجزا و صورت‌های ازلی روان تبیین می‌کند و توحید یافتگی درون روان را منبعی برای توحید یافتگی رفتارهای فرد، سامان دهنده اجتماع توحیدی و در نهایت حکومت توحیدی می‌داند. آرامش و تمامیت و کمال درون خودبه‌خود در آرامش مردمان و اجتماعات دیده می‌شود.



فصل دوم:

آسیب‌شناسی معنوی در جوانان

برای روشن شدن آسیب‌های معنوی در بستر تحول نوعی و فردی لازم است نخست سلامت معنوی و ابعاد و معیارهای آن شناخته شود. از این رو، در این فصل، نخست به سلامت معنوی می‌پردازیم. نظریه‌های تبیین سلامت معنوی در این زمینه به ما کمک می‌کند. در نظریه‌ای که این پژوهشگر آن را معتبر تلقی می‌نماید، داشتن رابطه سالم با طبیعت، انسان‌های دیگر، خویشن و حضرت باری تعالی می‌تواند به عنوان یکی از معیارهای اساسی تلقی گردد؛ بنابراین سنجش کیفیت رابطه و کمیت آن در اندازه‌گیری معنویت انسان در این چهار بعد می‌تواند معیاری را در اختیار ما بگذارد. مدل‌های تبیین کیفیت این رابطه و کمیت آن نیز در علیت و پیدا کردن دلایل این رابطه می‌توانند در این زمینه مفید باشند. یکی از روابط بسیار مهم در بین انسان‌ها که در سلامت روان و سلامت معنوی مهم تلقی می‌شود رابطه کیفیت دل‌بستگی با افراد دیگر از جمله والدین و همسر و کیفیت دل‌بستگی معنوی و یا دل‌بستگی به خدا می‌باشد. دل‌بستگی به خدا زمانی فعال می‌شود که انسان با یک رخداد ناگوار از قبیل فقدان، ترس، از دست دادن امنیت و تهدید مواجه شود و نیازی به پایگاه امن و منبع آرامش داشته باشد. بسیاری از دعاهای افراد مذهبی و مناسک و رفتارهایشان تأییدکننده کارکرد این نوع رابطه در محور دل‌بستگی هستند (کرک پاتریک، ۲۰۰۵). بسیاری از رفتارهای افراد از قبیل روی آوردن به خدا در مواقع سخت و بحرانی با همان الگوی دل‌بستگی قابل تبیین و توضیح می‌باشند. ولی رفتارهایی نیز وجود دارند که با الگوی رابطه عاشقانه قابل تبیین هستند؛ مثل نیایش‌های عاشقانه پیشوایان دینی و عرفای اسلامی که از خدا چیزی غیر از حضور نمی‌خواهند و تجلی او در طبیعت و در آفاق و انفس آنان را به وجد و نشاط می‌آورد و موجب نشاط معنوی، شادابی و امیدواری آنان می‌گردد. در این تک‌نگاشت پژوهشگر حاضر آسیب‌ها را با این دو الگوی اساسی مخصوصاً با الگوی دل‌بستگی مورد بررسی قرار خواهد داد.



سلامت معنوی

در تعریف معنویت تأکیدی بر ارتباط، اتصال و پیوند خوردن به عمل آمد. مرکز ثقل تعریف معنویت از نظر نویسنده حاضر، ارتباط سالم در مقابل گسستگی و پراکندگی و افتراق بود. نویسنده این موضوع را از عرفای اسلامی الهام گرفته است و به این موضوع می‌پردازد که توحید یافتگی با هدایت قرآن به عمل می‌آید- قرآنی که به معنای پیوند خوردن و کنار هم آمدن است- در معنای عربی، قرآن همان پیوند خوردن است. در کیمیاگری بالاترین قسمت کار همان ترکیب اضداد است که از ترکیب اضداد چیزی فرا رونده‌تر از آن به دست می‌آید. از پیوستن روح‌القدس روحانی با مریم خاکی (جسمانی) عیسی مسیح، زاده می‌شود. در حالی که گسستگی فراق و جدایی ایجاد کرده و جدایی انواع مشکلات گوناگون روانی و معنوی و جسمانی را به وجود می‌آورد. در اینجا لازم است به اصل توبه که در اسلام زیاد به آن تأکید شده است به عنوان یک روش درمانی اشاره کنیم که در آن فرد از تشنگی برمی‌گردد و از جدایی از رب خویش پشیمان می‌شود و به سوی وصلت به او می‌شتابد. پس توبه نیز یک روش برای دوباره پیوند خوردن با خویش متعالی است. برای محدود کردن موضوع، به حوزه روان‌شناسی برمی‌گردیم. سلامت معنوی را همان پیوند خوردن اجزای مختلف روان که در فرایند فردیت‌یابی (یونگ، ۱۹۶۹) ملاحظه می‌شود مورد بررسی قرار می‌دهیم و آسیب دیدن صورت‌های ازلی از جمله صورت ازلی فردیت‌یابی را در کنار آسیب دیدن صورت‌های ازلی دیگر از قبیل: صورت ازلی خدا، خویشتن، خود، سایه، نقاب، آنیما و آنیموس و ... بیماری و انحراف از مسیر سلامت قلمداد می‌کنیم.

حرکت صورت‌های ازلی در روان و هدایت توحیدی آنها در راستای مسیر حرکت به سوی خویشتن متعالی، نزدیکی به خدا و در نهایت رسیدن به مقام فنا و یا گذشتن از مرحله وابستگی خود و یکی شدن با خود متعالی، همان سلامت معنوی است و جدا ماندن از وحدت و یکپارچگی روانی و عدم رسیدن به خویشتن متعالی همان آسیب‌دیدگی، بیماری، ناکامی و مشکل در پیمودن فرایند فردیت‌یابی است. این نکته بارها در متون از جمله در متون کیمیاگری و متون روان‌شناسی عمیق مورد بررسی قرار گرفته است. مثلاً کیمیاگران در پی یافتن طلا (فردیت خویش) کار را آغاز می‌کردند و مراحل مختلفی را طی می‌کردند. عده‌ای از



آنان طلا را می‌یافتند (به خویشتن متعالی می‌رسیدند و زندگی‌شان معنا پیدا می‌کرد) و عده زیادی نیز اذعان می‌داشتند که هرگز به طلا دسترسی پیدا نکرده‌اند (یعنی به خویشتن متعالی نپیوستند). خویشتن متعالی در متون دینی و عرفانی رسیدن به مقام انسان کامل تلقی شده است و آن مقامی است برزخی- بینابینی واقع در بین خودآگاه و ناخودآگاه جمعی که ویژگی‌های هر دو را دارد. انسان در این مقام و موقعیت آینه‌ای برای نمایاندن تمام اسماء خداوندی و نشان دادن خلقت او یعنی طبیعت و انسان‌های دیگر می‌شود. از این رو بعضی‌ها این خویشتن متعالی را آینه اسکندر خوانده‌اند و برخی آن را جام جم نامیده‌اند:

آینه سکندر جام جم است بنگر تا بر تو عرضه دارد احوال ملک دارا

«غزلیات حافظ: ۵»

فردیت‌یابی که در مکتب یونگ (۱۹۶۹) هدف زندگی و همچنین هدف درمان موفق قلمداد شده است، انسجام و یکپارچگی سایه (که در اصطلاح الاهیات شر نامیده می‌شود و آن قسمت پردشده روان از منظر خود (مرکز آگاهی انسان) قلمداد می‌شود) و مورد پذیرش قرار گرفتن آن برای روان انسان است؛ به عبارت دیگر انسان از وجود شر در هستی از جمله در وجود خودش آگاه می‌شود ولی از این آگاهی به او شرم و خجالت‌زدگی دست نمی‌دهد و پذیرش این قسمت در وجود باعث می‌شود که انسان با این بعد وجودی درون خودش کنار بیاید و از فرافکنی آن به اطرافیان بازداری می‌شود. رفته‌رفته با پذیرش این قسمت انسان خود را آن‌چنان که هست می‌پذیرد نه آن‌چنان که فکر می‌کند باید باشد. با پذیرش این قسمت، قسمت‌های دیگر روان (آنیما، آنیموس، نقاب، خویشتن) با هم یکپارچه شده و به‌جای مبارزه اجزای مختلف، هماهنگی و پذیرش بین آنها به نیرو نشاط فرد می‌انجامد. وقتی روان فرد به این حالت رسید، مرکز خودآگاهی از «ایگو» یا «خود» ساخته شده توسط خانواده و فرهنگ، به «خویشتن متعالی» مبدل می‌شود. این خویشتن متعالی مرکز خودآگاه و ناخودآگاه انسان را تشکیل می‌دهد و حاصل این فرایند، پیوند او با روان ناخودآگاه جمعی است (یونگ، ۱۹۶۹). او خودبه‌خود با طبیعت و افراد دیگر و خدا هم‌نوا و همدل می‌گردد. این همدلی نه تنها باعث عشق و علاقه او به طبیعت می‌گردد بلکه طبیعت نیز به آسانی او را در رسیدن به هدف یاری می‌کند. همچنین این هم‌نوایی با آیات خداوندی درون (در روان انسان) و در بیرون (انسجام،



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

همدلی و همنوایی با طبیعت و افراد دیگر) موجب شناخت و هضم و جذب قوانین خداوندی (تعلق، تحقق و تخلق با اسماء الهی) می‌شود و فرد را به درجه کمال انسانی (انسان کامل در اسلام) نائل می‌کند که آینه تمام صفات و زیبایی‌های الوهی و عالم اکبر (مردم و طبیعت) می‌گردد. این فرد تمام افراد حتی دشمنان خود را نیز با عشق و محبت و مدارا مورد ملاحظه قرار می‌دهد. افرادی که از درون یکپارچه شده‌اند، از بیرون نیز یکپارچگی خود را نشان می‌دهند و به درجه‌ای می‌رسند که توحید در فکر، نظر، عمل و قلب آنان رسوخ پیدا می‌کند. این ابژه یکسانی با رحمت، شفقت و مدارا خود را نشان می‌دهد.

در هر حال هدف از زندگی رسیدن به این مقام و شناخت استعداد و پتانسیل حرکت هر فرد در زندگی خود است. از مشخصات این مقام آگاهی به ناخودآگاه و تفسیری معنی‌دار از زندگی داشتن و یافتن آرامش روانی در اثر دانش به دست آمده است. افرادی که به این مقام می‌رسند بسیاری از سؤالات وجودی مثل مرگ، حیات پس از مرگ، برزخ، نشور و رستاخیز برای آنان معنی‌دار می‌شود و در اثر معنی‌دار شدن زندگی و مرگ، اضطراب مرگ در آنان کاهش می‌یابد و اضطراب وجودی از بین می‌رود. در بحث‌های آینده به مقام فردیت یافتگی اشاره بیشتری می‌شود. در زیر به مواردی اشاره می‌شود که در تسهیل فرایند فردیت‌یابی افراد و در ارتباط متعالی آنان با خدا، خویشتن، طبیعت و دیگران کمک می‌کنند:

۱) فراهم کردن تجربیات زندگی که متناسب با رشد ذهنی، اخلاقی و معنوی و هماهنگ با صورت‌های ازلی باشد و به رشد این صورت‌های ازلی در روان انسانی و پیوند دادن فرد به ناخودآگاه جمعی (خدا، عالم ملکوت، خویشتن متعالی یا فرشته شخصی) کمک کند. در صورتی که در مسیر سلامت، محیط بتواند به کودک، نوجوان و جوان کمک کند که اولاً صورت‌های ازلی را شناسایی کند و در ثانی در راستای سلامت صورت‌های ازلی در خویشتن گام بردارد، این مسیر تسهیل می‌شود. در این مسیر او می‌تواند هم خدا را بشناسد و هم با او رابطه و دل‌بستگی ایمن ایجاد کند و هم اینکه به تقدیر سرنوشت خود که همان فردیت‌یابی است برسد. افزون بر این، او در این فرایند رشدیابی و حرکت به سوی خویشتن، از قسمت‌های مختلف روان از جمله سایه (بعد نامطلوب و نامقبول روان) نقاب (کاذب نمایی خود به خاطر سازگاری با اجتماع)، آنیما (بعد مخالف بعد زنانگی در مردان) و آنیموس (بعد ناخودآگاه



مردانگی در زنان) آگاه گردد و تمام این آرایش روانی را آن‌گونه که هست بپذیرد؛ درحالی‌که طرد و یا راندن و فرافکنی ویژگی‌های نامطلوب خویش به افراد یا عوامل دیگر، به رشد و حرکت او آسیب می‌زند. او در کنار این آرایش روانی مبنی بر اینکه با پذیرفتن و با اجازه دادن به اینکه صورت‌های ازلی که در کنار هم آرایش بهینه داشته باشند، به نیروی مافوق فرا آگاهی یا ناخودآگاه جمعی اجازه می‌دهد که سرنوشت را در جهت بالندگی حرکت دهد؛ یعنی انسان را به سوی پیوستن به ناخودآگاه جمعی حرکت دهد و در این حرکت مرکز خودآگاهی از ایگو (خود محدود به زمان و مکان) به سوی «خویشستن متعالی» که مرکز خودآگاه و ناخودآگاه است حرکت کند.

در این حرکت خودبه‌خود به معنای توکل و اعتماد به نیروی ناخودآگاه فراتر از زمان و مکان، واقف می‌شود. این اعتماد و توکل رفته‌رفته به او اجازه می‌دهند که بتواند امور خود را به نیروی لایزال الهی واگذار کند و به خواسته‌های آن رضا دهد. در مسیر حرکت، او علاوه بر فهم عرفانی بر وجود خدا و اتصال او به منبع متعالی، علمش نیز از صفات و اسماء خدا عمیق‌تر، عرفانی‌تر و حقیقی‌تر می‌گردد. در این صورت است که او به طور طبیعی تعلق خود را به این اسماء و صفات الهی پیدا می‌کند و متوجه می‌شود که چگونه با این اسماء علقه و رابطه وجودی و تکوینی پیدا کند و چگونه می‌تواند این اسماء را در خودش متخلق سازد. مثلاً اسم مؤمن خدا را علاوه بر اینکه رابطه وجودی با آن پیدا کرده و فهمیده است که برای سلامت خودش ضروری است، به علت تعلق به آن احساس ایمنی نموده و با یاد خدا خود را آرام کند؛ بلکه خود نیز فردی آرامش‌بخش، ایمنی‌دهنده، پایگاه امن و پناهگاه مطمئن برای دیگران از جمله فرزندان خود گردد. او الگوی دل‌بستگی مناسبی را تشکیل دهد و پس از آن نیز برای مرتبه تحقق بخشیدن اسماء الهی در وجود خویش و در عالم خارج (یعنی در دیگران) تلاش می‌کند (غزالی، ۱۳۷۵).

۲) گوش دادن همدلانه به داستان‌ها، حکایات، تصاویر ذهنی و خیالات کودک و نوجوان و جوان و یافتن مسیر حرکتی که روان ناخودآگاه او ترسیم می‌کند و بررسی انطباق آن با فردیت‌یابی انبیاء در قرآن و قهرمانان دینی در داستان‌های مختلف و اسطوره‌ها و حکایات. پس از این ملاحظه، انطباق یا عدم انطباق فرایند روانی فرد و مسیر فردیت‌یابی او با مسیری که



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

انبیاء و اولیا و قهرمانان دینی پیموده‌اند مورد بررسی و مقایسه و مقابله قرار گیرد و میزان انطباق و انحراف آن از طریق مسیر ناخودآگاه جمعی که توسط انبیاء در قرآن ترسیم شده‌اند، توصیف، تبیین، پیش‌بینی و علت‌یابی شود. پس از این علت‌یابی در راستای هدایت و تنظیم دوباره محیط که با تشریح و تکوین روانی فرد متناسب است، اقدام شود؛ به عبارت دیگر نقش تسهیل‌گری را در راهنمایی مسیر فردیت‌یابی بازی کند. معمولاً در این مسیر برنامه‌هایی که به طور مستقیم تنظیم نشده‌اند، بیشتر در هدایت فرد تأثیر می‌گذارند. مثل خواندن سرگذشت دیگران و مسیری که دیگران در فردیت‌یابی پیموده‌اند. مثلاً داستان‌های قرآنی از قبیل ملاقات حضرت موسی (ع) و خضر زمان و هم‌صحبت شدن با او از ملزومات ادامه صحبت با خضر و عوامل ممانعت‌کننده و مشکل‌آفرین در ادامه صحبت با او مقایسه خضر با حضرت موسی (ع). حضرت موسی (ع) که سمبل و نماد خودآگاه است و علت حوادث و اتفاقات و زندگی را که از ناخودآگاه برخاسته، در نمی‌یابد و تأکید بر دانسته‌های خودآگاه تشریحی می‌کند و بعد دیگری از او که خضر تلقی می‌شود و همان بعد ناخودآگاهی است که رفته‌رفته درصدد شکوفا شدن و خودآگاه شدن و بسط یافتن است. بحث در مورد اینکه خود نوجوان یا جوان چه چیزی از این داستان می‌فهمد و چه احساسی از شنیدن این داستان به او دست می‌دهد مفید است. البته لازم است به این نکته اشاره شود که مربی زمانی می‌تواند از این داستان‌ها به نحو بهینه استفاده کند که اولاً شرایط محیطی و زندگی فرد به عنوان یک عامل پیش‌بینی‌کننده او را برای شنیدن این‌گونه داستان‌ها کنج‌کاو کند. در ثانی شباهت مسیر حرکت انبیاء و قهرمانان دینی با مسیر حرکت جوان یا نوجوان هماهنگی داشته باشد و علاوه بر در نظر گرفتن فرهنگ و اتفاقات گوناگونی که در زندگی فرد می‌افتد سطح شناخت و تحول معنوی او را هم باید در نظر گرفت.

۳) استفاده از نمادها و سمبل‌ها و مناسک که صورت‌آزلی فردیت‌یابی را تسهیل می‌نمایند. با توجه به غنای نمادها و سمبل‌ها و مناسک در تقریب ذهن خودآگاه به پیام‌های ناخودآگاه جمعی، مربی لازم است از این منابع غنی نیز در تسهیل فردیت‌یابی فرد استفاده کند مثلاً رفتن به حج و انجام اعمال و مناسک آن، که بسیار رمزآلود می‌باشند می‌تواند برای فرد رهرو مفید واقع شود. یکی از جهت‌اینکه صورت‌های ازلی تأثیر روانی خودشان را کمابیش در هر



موقعیتی می‌گذارند. دوم از این جهت که اعمال این نوع مناسک رمزآلود فرصتی برای سؤال و توضیح فراهم می‌آورد که فرد انجام دهنده در مورد معنای مناسک و رمزگشایی آنها سؤال کند و فرد تسهیل کننده در مورد معنای آنها و شباهت آنها به زندگی فرد رهرو توضیحاتی دهد.

۴) فراهم کردن تجربیات متناسب با پرورش حس اعتماد به افراد از طریق کوشش برای ایجاد کیفیت دل‌بستگی ایمن بین والدین و کودک و ادامه این تجربیات خوشایند در دوران نوجوانی بین همسالان و در دوران بزرگسالی بین همسران و همکاران. این حس اعتماد لازم است به دل‌بستگی معنوی یعنی اعتماد به وجود منبع آرامش‌بخش فراتر از زمان، مکان و محدودیت‌های شخصی انتقال یابد. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که بین اعتماد به انسان‌ها و پایگاه امن و منبع آرامش یافتن آنان و اعتماد پیدا کردن و منبع آرامش یافتن خدا ارتباط وجود دارد (کرک پاتریک، ۲۰۰۵). در صورتی که این ارتباط برقرار باشد ایجاد پیوند اعتمادآمیز به هر صورتی (الهی یا بشری) معنوی تلقی می‌شود. به خاطر اینکه مقدمه اعتماد به خدا فراهم کردن اعتماد به انواع مردمان می‌شود. از اینجا می‌توان نتیجه گرفت که ارتباط سازنده و اعتمادآمیز داشتن با مردم، فرایند آرامش دنیوی و اخروی انسان را فراهم می‌کند و موجب می‌شود که فرد نه تنها از نظر روانی دچار اضطراب جدایی و مشکلات اجتنابی نگردد؛ بلکه خود مقدمه شادابی، مدارا، مروت، اتصال، ارتباط و صلح‌رحم با خویشاوندان و کمک به والدین در هنگام پیری و دستگیری آنان شود و در نهایت رابطه مهرآمیز و آرام‌بخش و امیدوارکننده را بین خدا و انسان فراهم آورد. از اینجا می‌توان به این نکته نیز پی برد که پیوند با خدا، پیوند با مردم را به دنبال دارد. به همین جهت گفته‌اند کسی که از مردم تشکر نکند از خالق خود تشکر نکرده است.

کمک به رشد صورت ازلی ارتباط نه تنها موجب ارتباط فرد با خویشتن متعالی می‌شود و بعدها سایه، نقاب، آنیما و آنیموس و خود محدود در زمان و مکان را در راستای خویشتن متعالی و رسیدن به فرشته خویش ارتقاء می‌دهد و در نتیجه به پیوند رب و مربوب کمک می‌کند، بلکه به پیوند فرد با مخلوقات خدا نیز کمک می‌نماید. البته بر اساس مدلی که نویسنده حاضر از دل‌بستگی ارائه می‌دهد، محیط پس از تولد و کیفیت دل‌بستگی انسان‌ها با یکدیگر فقط یکی از عوامل پسینی است که در صورت ازلی اعتماد (اعتماد پیشینی) به خدا



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

تأثیر می‌گذارد. افرادی هستند که والدینشان در دسترس نبوده یا برای آنها منبع آرامش و پایگاه امن به حساب نمی‌آمده است. با این حال آنان توانسته‌اند اعتماد بالایی به خدا، در دسترس بودن او کمک و پاسخگویی او به بندگانش در خود پرورش دهند و دل‌بستگی ایمنی به خدا داشته باشند. هر چند که این موضوع توسط کرک پاتریک (۲۰۰۵) تحت عنوان دل‌بستگی از طریق الگوی جانشین‌سازی و یا الگوی جبران تلقی شده و منحصر به خانواده‌هایی تلقی گشته که غیرمذهبی بودند، اما این کاملاً درست نیست. چه بسا که در خانواده‌های مذهبی هم این مسئله ملاحظه می‌شود. ما افرادی را در خانواده‌ای مذهبی مشاهده می‌کنیم که سرپرست خوبی برای فرزندانشان نبوده‌اند؛ ولی فرزندان آنان به خدا توانسته‌اند اعتماد بالایی داشته باشند.

در بررسی این موردها ما به عوامل دیگری می‌رسیم که یکی از این عوامل در مثنوی، تحت عنوان برگشت حضرت موسی (ع) به آغوش مادر بیان شده است. مولوی معتقد است که اولین تجربه موسی با مادر خویش و نوشیدن شیر از سینه او به قدری گوارا بود که او اصلاً به سینه دایه‌های دیگر اعتنا نکرد و توانست مادر خود را دریابد و به طور ایمن با او رابطه برقرار کند. مولانا نتیجه می‌گیرد که آرکیتایپ مراقبت خدا از ما در عهد الست و در عالم ناخودآگاه (زمان بی‌زمانی) به قدری برایمان شیرین و گوارا بوده است که همان موقع خداوند از ما سؤال کرد که آیا من رب شما نیستم؟ و ما همگی بدون شک و تردید جواب مثبت دادیم. او معتقد است که تجربیات زندگی از جمله تجربیات دل‌بستگی به مادر از نوع اضطرابی و اجتنابی فقط یک پوشش پاک شدنی و زدودنی بر روی آن دل‌بستگی پیشینی عهد الست می‌گذارد، نه بیشتر. اگر اظهارات مولوی در این زمینه درست باشد می‌توان شواهدی را برای آن پیدا کرد.

شواهدی نشان می‌دهند که دل‌بستگی به خدا در شرایط سخت از جمله در شرایط ابتلا به بیماری‌های صعب‌العلاج (فارغ از نوع کیفیت دل‌بستگی در افراد)، در هنگام طوفان، در هنگام خشم طبیعت و سایر مصائب دیگر و به طور کلی در مواقع اضطراب، علائم دل‌بستگی از قبیل جوارجویی، راز و نیاز معنوی را زنده می‌کند (پارگامنت، ۱۹۹۷). غیر از مواقع بحران، ایجاد شرایطی آرام‌بخش که فراغ خاطر را فراهم می‌کند و فرد را از وابستگی‌ها و علقه‌های گوناگون فارغ می‌سازند و به وجود آمدن کیفیت روانی حضور و ذهن آگاهی کمک می‌کنند باز این



حالت‌های دل‌بستگی ایمن با خدا و برگشت به سوی او خود را نشان می‌دهد. این امر نیز نشان می‌دهد که نه تنها رخدادهای ناگوار که با ترس و فرار و اجتناب توأم می‌باشند بلکه در شرایط مطلوب و پیدا کردن فراغ خاطر نیز دل‌بستگی به خدا و گرایش به سوی او در انسان‌ها تقویت می‌شود. در اینجا می‌توان به نقش آزادی و آگاهی در خداجویی و جوارجویی اشاره نمود. هر اندازه افراد از اشتغالات ذهنی به هر دلیلی با هر نوع ارزشی خلاص شوند، عمق وجودی آنان خداجویی را یکی از اشتغالات ذهنی خود قرار می‌دهد. زمانی که ما بتوانیم از بت‌ها (بت‌های ترس‌آور و بت‌های وسوسه‌انگیز و تقویت‌کننده) رها شویم آنگاه خداجویی در ما زنده می‌گردد و ما به سوی خدا بر می‌گردیم. از مثال‌های مختلفی در این مورد می‌توان استفاده کرد. در اینجا برای رعایت اختصار از بیان مثال‌های دیگر خودداری می‌کنیم.

در مجموع می‌توان این نتیجه را گرفت که صورت ازلی ارتباط با خدا آن قدر برجسته، شیرین و اثرگذار بوده است که به محض برداشتن پوشش‌ها و تعلقات دیگر، نقش خود را نشان می‌دهد. منتها حرف مولانا در مورد مثال حضرت موسی (ع) در پرورش دل‌بستگی ایمن با خدا بیشتر در جهت تشویق افراد برای برنامه‌ریزی‌های خودگردانی است. به این صورت که روان‌شناسان فعالی در مورد تمهید دل‌بستگی ایمن به خدا به مسائل بیرونی و محیطی که توسط دیگران مدیریت می‌شود اشاره نموده‌اند، اما مولانا مدیریت درونی برای پیوندجویی با خدا را مهم‌تر می‌داند، بدون اینکه عوامل بیرونی را انکار کند. او معتقد است که از طریق درون‌بینی، مراقبه و تفکر آن شیری را که از دست رب خود خورده‌ایم به یاد آوریم و به هر دایه‌ای که سر راه می‌بینیم تعلق خاطر نندیم تا رب و پروردگار واقعی خود یعنی خدا را پیدا کنیم و به او دل‌بستگی پیدا کنیم. پس در مدل پژوهشگر حاضر برای افزایش دل‌بستگی ایمن به خدا علاوه بر تأکید آرکی‌تایپی، روش‌های خودنظارتی، خودکنترلی، خود تقویتی، خودسازی در فرایند بریدن از تعلقات بیرونی و موقتی و پیوستن به خویش‌ن متعالی (Self) که در آن جلوه‌خدایی و محبت‌های او دیده می‌شود یک روش قابل توصیه و کاربردی تلقی شده است.

سلامت معنوی در ارتباطات چهارگانه

در هر حال انسان فردیت یافته در مکتب عرفان اسلامی انسان کامل نامیده می‌شود که رابط بین هستی و خالق یکتا تلقی می‌شود. این فرد نه تنها با خودش در صلح و صفا و صمیمیت به



سر می‌برد؛ بلکه در رابطه با خدا، افراد دیگر و طبیعت نیز رابطه همدلانه دارد. به عنوان مثال ارتباط فرد با طبیعت موجب می‌شود که او طبیعت را به عنوان آیه‌ای از خدا ببیند و از زیبایی آن لذت ببرد و در جهت ارتقای طبیعت و رشد و سازندگی آن قدم بردارد. این حس یکی بودن با طبیعت و تحسین آن در برخی از تجربیات معنوی ملاحظه شده است و فرد خود را در آغوش طبیعت زنده دیده و احساس یکی بودن و پیوند داشتن با طبیعت می‌کند. ویلیام جیمز این حالت عرفانی را احساس اقیانوسی^۱ (احساس یکی بودن با طبیعت بی‌کران) قلمداد نموده است. انسان فردیت یافته به جای استفاده ابزاری از طبیعت و کنترل نمودن آن در جهت سودجویی شخصی، از آن لذت روحانی می‌برد و تمام جهد خود را به کار می‌برد که آن را احیا کند، با آن هم‌نوا گردد، از آن به قدرت و خلاقیت خدا پی ببرد و هرگز در تخریب آن به هیچ بهایی راضی نشود. از مشاهدات روان‌شناسان با افراد خردسال می‌توان به زنده انگاری طبیعت توسط کودکان پی برد. هر چند که پیازه مرحله جاندار پنداری را در کودکان معصوم و بی‌آلایش یک فکر خام می‌داند که در اثر رشد شناختی در سال‌های بعدی زندگی از بین خواهد رفت، ولی می‌توان آن را شاهد ارتباط دست‌نخورده و معصومانه کودک با طبیعت قلمداد کرد. البته پیازه در این مورد فکر معصومانه کودک را پیگیری نکرده است. اگر او در مقابل این اظهار کودکانه می‌گویند طبیعت زنده است، به جای نتیجه‌گیری، به پرسیدن سؤالات مرتبط می‌پرداخت، احتمالاً به فکر اسطوره‌ای کودک پی می‌برد. چنان‌که افراد بزرگ‌سال نیز در اثر تحریک غده پاپنیال با داروهای مختلف روان‌گردان مثل DMT دنیایی را ادراک کرده‌اند که در آن همه چیز از جمله گیاهان و جمادات در حرکت هستند و همگی به زبان بی‌زبانی به انسان پیام می‌دهند. این دنیای درونی را کرین عالم برزخ نامیده است که اشیاء آن هر چند که رنگ دارند و به صورت تجسم اشیاء خود را نشان می‌دهند ولی حالت سفت و سخت ندارند. سهروردی نیز به این عالم جاندار پنداری آگاه بوده است و این دنیای جاندار پنداران را هورقلیا تلقی نموده است. بسیاری از قبایل آفریقایی نیز که سبک زندگی آنان بر مبنای معنویت استوار است زمین را مقدس می‌دانند و آن را مادری به حساب می‌آورند که گیاهان در آغوش آن رشد



می‌کنند و به همین جهت شکافتن زمین را روا نمی‌دارند و فکر می‌کنند که نباید زمین را مورد بی‌احترامی قرار داد.

در ادامه به برخی از ملاک‌ها و شاخص‌های این وضعیت روانی (فردیت‌یابی و سلامت معنوی) در ارتباط‌های چهارگانه معنویت (ارتباط با خود، ارتباط با طبیعت، ارتباط با دیگران و ارتباط با خدا) پرداخته می‌شود:

۱) ارتباط با خود: در این افراد یک صداقت ساده و بی‌آلایش نسبت به نشان دادن خویشتن و استعداد‌های خود به دیگران دیده می‌شود. در این مورد افراد ضمن پذیرش محدودیت‌های خویش هماهنگی و معنا را در زندگی خود و پویایی و حرکت را به سوی تعالی درک می‌کنند و به همین جهت سرخوش، امیدوار و شاداب و با نشاط معنوی زندگی می‌کنند. مثلاً در عین آگاهی به محدودیت‌های خودشان احساس حقارت، شرم، پوشاندن واقعیت وجودشان و جلوه دادن خود به نحو دیگر و نقاب به چهره زدن و یا نفاق و دورویی و یا کوشش‌های بیش از اندازه برای خوب جلوه دادن خود، در آنان دیده نمی‌شود. هر اندازه انسان در پذیرش و یکپارچگی نیروهای روانی خویش راحت و بی‌تکلف باشد، در پذیرش دیگران نیز راحت و دست‌ودل‌باز است و با تمام آگاهی که به محدودیت‌های نوع بشر دارد، می‌تواند خوش‌بین به سرنوشت خود و انسان‌های دیگر باشد.

هماهنگی و ارتباط دنیای درون (روان) با دنیای بیرون (هستی) در اصطلاح یونگ (۱۹۶۹) هم‌زمانی غیرعلی‌رخدادها^۱ نامیده می‌شود. در اصطلاح دین‌داری زمانی که درون انسان آرامش لازم را به دست آورد و از ناخالصی‌های رنج‌آور پیراسته گشت، بهشت بیرونی خودبه‌خود جلوه می‌کند. در مورد انبیاء در قرآن به راحتی می‌توان مثال‌های مستوفی پیدا کرد. یکی از این مثال‌ها را در جریان به آتش انداختن جوان پاک و بی‌آلایش به نام ابراهیم ملاحظه می‌کنیم. از آنجایی که درون حضرت ابراهیم (ع) از ناخالصی‌ها، کینه‌ها و انواع کوشش‌ها برای نشان دادن خود به طور مصنوعی و نقاب زدن به چهره پاک شده بود، دنیای بیرون او نیز علی‌رغم تمام تلاش نمودیان، بهشت و گلستان گشت. حکم خدا چنین است و در این حکم که یک صورت ازلی است نقصان نمی‌توان یافت. وقتی «کُونِی بَرْدًا وَ سَلَامًا» (انبیاء، ۶۹) به آتش خطاب



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

می‌شود، این یک خطاب تکوینی است و در مورد هر کس دیگری نیز که به مقام حضرت ابراهیم (ع) برسد نیز صدق می‌کند. از آنجا که این قانون (صورت ازلی اتفاقات) همیشه برقرار است در جریان حضرت موسی (ع) و فرعون نیز دیده می‌شود. وقتی حضرت موسی (ع) از خدا می‌خواهد که سزای اندیشه ناروای فرعونیان را به خودشان نشان دهد، ناخالصی‌های درونشان و خصومت‌ها و کینه‌هاشان در آب نیل خود را نمایان می‌کند؛ یعنی ناخالصی‌های فرعون و خون‌ریزی‌ها و کینه‌توزی‌های او به صورت خون در نه‌های قصر و رود نیل خود را نشان می‌دهد. وقتی قبطیان می‌خواهند از آب استفاده کنند به جای آب خون می‌بینند و از نوشیدن آن پشیمان می‌شوند در صورتی که وقتی از همین آب سبطیان می‌نوشند در آن زیبایی‌های درون را که آب زلال است مشاهده می‌کنند. در مثنوی مولانا (دفتر چهارم، بخش ۱۳۱) داستانی را آورده و در آن داستان این واقعیت را برجسته نموده است. در اینجا به چند بیت نخست آن اشاره می‌شود:

من شنیدم که در آمد قبطی	از عطش اندر وثاق سبطی
گفت هستم یار و خویشاوند تو	گشته‌ام امروز حاجتمند تو
زانک موسی جادوی کرد و فسون	تا که آب نیل ما را کرد خون
سبطیان زو آب صافی می‌خورند	پیش قبطی خون شد آب از چشم‌بند
قبط اینک می‌مرند از تشنگی	از پی ادبار خود یا بدرگی
بهر خود یک طاس را پر آب کن	تا خورد از آبت این یار کهن
چون برای خود کنی آن طاس پر	خون نباشد آب باشد پاک و حر
من طفیل تو بنوشم آب هم	که طفیلی در تبع به جهد ز غم
گفت ای جان و جهان خدمت کنم	پاس دارم ای دو چشم روشنم
بر مراد تو روم شادی کنم	بنده تو باشم آزادی کنم
طاس را از نیل او پر آب کرد	بر دهان بنهاد و نیمی را بخورد
طاس را کژ کرد سوی آب‌خواه	که بخور تو هم شد آن خون سیاه
باز ازین سو کرد کژ خون آب شد	قبطی اندر خشم و اندر تاب شد
ساعتی بنشست تا خشمش برفت	بعد از آن گفتش کای صمصام زفت



ای برادر این گره را چاره چیست	گفت این را او خورد کو متقیست
متقی آنست کو بیزار شد	از ره فرعون و موسی‌وار شد
قوم موسی شو بخور این آب را	صلح کن با مه بین مهتاب را
صدهزاران ظلمتست از خشم تو	بر عبادالله اندر چشم تو
خشم بنشان چشم بگشا شاد شو	عبرت از یاران بگیر استاد شو
کی طفیل من شوی در اعتراف	چون ترا کفریست هم‌چون کوه قاف

«مثنوی معنوی: دفتر چهارم»

به طور خلاصه برخی از شاخص‌های رفتاری و قابل‌مشاهده‌ای که در افراد فردیت یافته و دارای سلامت معنوی در ارتباط با خود دیده می‌شود عبارت‌اند از:

الف) تقویت رفتارهای فزاینده رابطه هماهنگ با هستی و خدا با اعمالی همچون نیایش‌های عاشقانه، همدلانه و همنویانه به‌ویژه به‌جا آوردن نمازهای یومیه در هنگامی که تمام هستی به نیایش با خدا و رب خود برخواسته‌اند و پیوستن به روان ناخودآگاه جمعی و از این طریق گسترش دادن خویشتن و آزاد ساختن آن از بستر زمان و مکان و محدودیت‌های دنیوی و نیازهای سطح پایین.

ب) کنار گذاشتن اوقاتی از شبانه‌روز به تماشا و لذت بردن از زیبایی‌های طبیعی در کوه و دشت و دمن و ...

ج) پذیرفتن خود آن‌چنان که هست و کوشش برای بهتر شدن و لذت بیشتر بردن از پیوند با طبیعت و انسان‌های دیگر و خداوند تعالی.

د) کوشش در راستای فهمیدن لحظه‌های اوج در زندگی و کوشش در بهبود ارتقای کمی و کیفی آنها از طریق تنظیم و آرایش محرک‌های درونی (مثل مراقبه متعالی) و محرک‌های بیرونی (مثل استفاده از نمادها و سمبل‌ها و مناسک مذهبی).

ه) کوشش در جهت افزایش پذیرش خویشتن و طبیعت و مردمان دیگر در جهت برنامه‌ریزی برای تقویت روحیه بخشش، شفقت و مهربانی.

و) اهمیت دادن به نقاط قوت خود در بعدهای روانی و معنوی و برنامه‌ریزی برای افزایش نقاط مثبت و فدا نکردن آنها در راستای به دست آوردن سودهای موقتی دنیوی و ارزان نفروختن



آنها به دوستی‌های موقت در روابط بین فردی.

۲) ارتباط با طبیعت: ارتباط سالم با طبیعت که ناشی از شکوفایی روانی و به دست آوردن معنای درونی در زندگی است، در شناخت و تحسین زیبایی‌های طبیعت و نعمت‌هایی که طبیعت در اختیار انسان گذاشته است خود را نشان می‌دهد. افرادی که دل مشغول کمبودهای درون خود نیستند و کمبودهای خود را در عالم خیال به طبیعت فرافکنی نمی‌کنند، نگرش پذیرا دارند و در مقابل زیبایی‌های طبیعت حضور خود را نشان می‌دهند؛ یعنی به طبیعت اجازه می‌دهند که اولاً زیبایی‌های خود را در اختیار آنان بگذارد و با جذب و پذیرا بودن نسبت به زیبایی‌های طبیعت، همنوایی خود را همراه با همدلی در مورد طبیعت به حداکثر می‌رسانند. در ثانی در اثر این ارتباط همدلانه قوانین طبیعت را بهتر می‌یابند. این افراد از طبیعت الهام گرفته و زیبایی‌های مادی طبیعت را در عالم خیال خود به زیبایی‌های معنوی که فارغ از زمان و مکان است تبدیل می‌کنند. برخی از شاخص‌های رفتاری و قابل مشاهده‌ای که در افراد فردیت یافته در ارتباط با طبیعت دیده می‌شود عبارتند از:

الف: شکرگزاری و تحسین زیبایی‌های طبیعت، استفاده بهینه از منابع طبیعی همراه با روحیه تقدیر و تحسین طبیعت و خالق طبیعت به طور خودکار.

ب) عدم آسیب‌رسانی به طبیعت و نظم آن همراه با حالت شفقت و مهربانی و تقدیر:

یکی سیرت نیک‌مردان شنو	اگر نیکبختی و مردانه رو
که شبلی ز حانوت گندم فروش	به ده برد انبان گندم به دوش
نگه کرد و موری در آن غله دید	که سرگشته هر گوشه‌ای می‌دوید
ز رحمت بر او شب نیارست خفت	به مأوای خود بازش آورد و گفت
مروت نباشد که این مور ریش	پراکنده گردانم از جای خویش
درون پراکندگان جمع دار	که جمعیتت باشد از روزگار
چه خوش گفت فردوسی پاک‌زاد	که رحمت بر آن تربت پاک باد
میازار موری که دانه‌کش است	که جان دارد و جان شیرین خوش است
سیاه اندرون باشد و سنگدل	که خواهد که موری شود تنگ‌دل



مزن بر سر ناتوان دست زور	که روزی به‌پایش در افتی چو مور
نبخشود بر حال پروانه شمع	نگه کن که چون سوخت در پیش جمع
گرفتم ز تو ناتوان تر بسی است	تواناتر از تو هم آخر کسی است

«بوستان سعدی: باب دوم»

ج) احساس لذت روحانی و معنوی از طبیعت که بر فزونی خشنودی انسان و همدلی و همنوایی او با طبیعت و شناختن رازهای طبیعت می‌انجامد.

د) عدم نگرش مبتنی بر سودجویی شخصی، استعمار و استثمار منابع طبیعی.

ه) رفتار مبتنی بر توزیع عادلانه منابع طبیعی و عدم مصرف آن بدون در نظر گرفتن محدودیت منابع طبیعی و اهمیت آن در زندگی نسل‌های آینده.

۳) **ارتباط با دیگران:** ارتباط با دیگران بستگی به عوامل مختلفی دارد که از جمله آنها می‌توان به رشد سالم عوامل پیشینی و یا صورت ازلی و عوامل پسینی یعنی عواملی که تحولی هستند و در طول تحول افراد در مراحل مختلف زندگی در ارتباط با محیط و فرهنگ و مخصوصاً خانواده شکل می‌گیرد، اشاره نمود. در صورتی که عوامل پسینی در دوران تحول در خانواده، فرهنگ مساعد و هماهنگ با تحول صورت‌های ازلی ارتباط باشند، ارتباط ما با دیگران بر مبنای مدارا، مروت، بخشش، خیرخواهی، شکرگزاری، صبر و اعتماد شکل خواهد گرفت. مثلاً اگر صورت ازلی «خود» در فرایند رشد و تکامل در مسیر فردیت‌یابی بتواند سایه (بعد منفی و نامقبول خود یا من) را جذب کند، نه تنها انرژی روانی را افزایش می‌دهد بلکه از فرافکنی سایه خود به دیگران جلوگیری می‌کند و دیگران را آینه‌ای می‌بیند که ویژگی‌های او را به یک نحوی نشان می‌دهند. در صورتی که در این فرایند، صورت ازلی آنیما (یا بعد زنانگی) را- که در اصطلاح روان‌شناسی سنتی نفس خوانده می‌شد- جذب کند رفتار او با زنان از جمله همسر، دختر و خواهر بر مبنای واقعیت شکل خواهد گرفت. در غیر این صورت احتمال دارد آنیمای خود را به زنان مختلف فرافکنی کند و معیار درست بودن در رفتار با زنان را فرافکنی آنیمای خود بداند و یا جلوی رشد آنیمای خود را بگیرد و در اثر آن انعطاف‌پذیری، خلاقیت، اشراق، الهام و پذیرندگی و گشادگی در پذیرش واقعیت‌های محیط را از دست بدهد.



افرادی که با خود در تعارض هستند و بعدها مختلف روان ناخودآگاه را به صورت آگاهانه جذب نمی‌کنند، روابط خود را با دیگران دچار تعارض و بی‌روح می‌سازند و از زندگی جمعی لذت نمی‌برند. عواملی پسینی که می‌توانند صورت‌های ازلی ارتباط را دچار اختلال کنند و یا باعث رشد بهینه آن شوند عبارتند از: کیفیت دل‌بستگی به والدین و همسالان، کیفیت گذر از مراحل مختلف زندگی (مراحل رشد روانی- اجتماعی اریکسون)، کیفیت تشکیل هویت در دوره نوجوانی و جوانی، کیفیت جذب تجربیات زندگی و به دست آوردن روش سالم حل مسئله که به سازگاری با محیط منجر شده است. البته سازگاری با محیط- که در مدل پیازه نتیجه تحول هوش در بستر محیط است و در اصطلاح روان‌شناسان بالینی سلامت روانی تعریف می‌شود- از نظر نویسنده حاضر هم سازگاری عمودی و هم سازگاری افقی در راستای هم می‌باشند. روان‌شناسان فقط به سازگاری افقی (سازگاری با محیط که نتیجه تعامل رضایت‌بخش با افراد مختلف است) اکتفا می‌کنند؛ به عبارت دیگر افراد را تشویق می‌کنند که به نحوی به حل مسئله بپردازند که بیشترین سازگاری و رضایت بخشی را برای آنان داشته باشد. نویسنده حاضر سازگاری را در بردار افقی، همان سازگاری با محیط می‌داند و با روان‌شناسان غربی کاملاً موافق است؛ ولی معتقد است که سازگاری در بردار عمودی نیز لازم است مورد توجه قرار گیرد.

منظور از بردار عمودی شناخت قوانین معنوی (خداوندی) و حرکت و بالندگی هماهنگ با این قوانین می‌باشد. فردیت‌یابی زمانی صورت می‌گیرد که حرکت افقی (سازگاری با محیط) در راستای حرکت با رویکرد خودسازی و یکپارچگی صورت گیرد. البته این نوع حرکت افقی- عمودی الگوی رشد متفاوتی را از الگوی رشد و تحول حرکت افقی می‌طلبد. فردی که در راستای سازگاری با مردم و محیط زندگی به صورت افقی قدم بر می‌دارد می‌تواند از تکنیک‌هایی استفاده کند که رضایت مردم را جذب کند و این امر با شناخت عوامل روانی که در رضایت مردم نقش دارند، امکان‌پذیر می‌باشد. به عنوان مثال در تاریخ اسلام می‌توان به سیاست و مردم‌داری معاویه و جذب اطرافیان اشاره کرد. در غیر این صورت هرگز نمی‌توانست در مقابل حضرت علی (ع) ایستادگی کند. همه ما می‌دانیم که حضرت علی (ع) نیز آن روش‌ها را می‌دانست، ولی آنچه ایشان رعایت می‌کرد، قوانین الهی مثل برقراری عدل و انصاف در بین



امت است.

دو فرد را در نظر بگیرید: فرد الف که در جهت سازگاری افقی قدم برمی‌دارد، در صورت لزوم وعده‌های کاذب می‌دهد و حتی اگر کسی را دوست نداشته باشد به او نشان ارادت برای جذب در گروه خودش می‌دهد و به قوانین الهی از قبیل رعایت عدل و انصاف بین افراد قوی و ضعیف التزام ندارد و فقط در راستای اعتقادات مردم و عوامل جذب افراد دور خود و بالا بردن موقعیت شخصی می‌اندیشد؛ ولی فرد ب که در جهت افقی و عمودی حرکت می‌کند نه تنها به سازگاری با مردم و رعایت احساسات آنان پایبند است و خوش‌خلقی و جاذبه را جزو مسئولیت‌ها و اولویت‌ها در زندگی خود می‌داند، بلکه رشد و بالندگی معنوی خود و افراد دیگر برای او حرف اول را می‌زند. اگر وعده‌ای می‌دهد قبلاً به ایفای آن فکر می‌کند؛ اگر سهمی از بیت‌المال برای یک فرد قدرتمندی برای کمک کردن به رشد و ارتقای خود و دیگران کنار می‌گذارد، مواظب رعایت سهم افراد کم‌توان که نفوذ چندانی در جامعه ندارند نیز می‌باشد. اگر فردی بنا بر دلایلی ایده‌ای را مطرح کند در صورتی آن را مورد تشویق و حمایت قرار می‌دهد که اولاً به مصلحت عموم در بعد روانی و معنوی باشد و در ثانی موجب ارتقا و رشد معنوی خود و دیگران گردد.

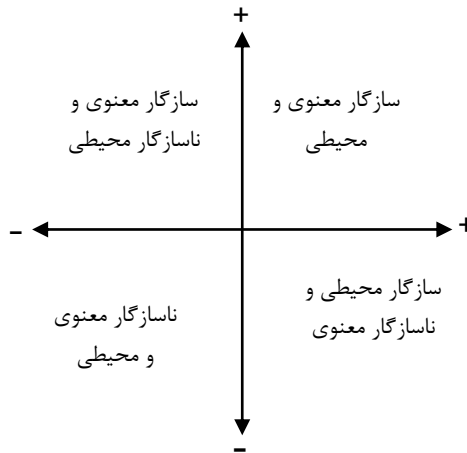
این افراد در راستای سازگاری از تکنیک‌هایی استفاده می‌کنند که با قوانین الهی (صورت‌های ازلی و ناموس‌های طبیعت) موافق و هم‌نوا هستند. مثلاً یک فردی مانند معاویه که در جهت سازگاری با محیط خود را هماهنگ می‌سازد و متناسب با دلخواه سرلشکران خود برای جلب حمایت آنان، برای هر یک متناسب با خواسته‌های نفسانی پاداش می‌دهد تا آنان را در تحت تبعیت خود نگه دارد. چنین فردی برای سازگاری با محیط همان ابزارهای تقویت و تنبیه را کافی می‌داند. این فرد را از نظر روان‌شناسی امروزه می‌توان موفق نامید. چون خود را با محیط راحت‌تر سازگار می‌کند و بیشترین امتیازهای محیط را به سوی خود جذب می‌کند. ولی فردی مثل حضرت علی (ع) که سازگاری در بعد افقی را بدون سازگاری در بعد عمودی (فردیت‌یابی و تبعیت از قوانین الهی) ناقص می‌داند، او نیز ابزارهای مخصوص خود را برای هم‌سازگاری افقی و هم‌سازگاری عمودی دارد. چنین فردی با حسن اخلاق تمام و با دانش و بینش خود ابزارهای ضروری برای سازگاری با محیط مثل خوش‌خلقی، رعایت حال مردم، جذابیت،



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

فداکاری و ... را دارد. ولی در مقابل از تکنیک‌های مقابله‌های معنوی همچون صبر، توکل، بخشایشگری و تقوا استفاده می‌کند. مثلاً فرض را بر این می‌گذارد که اگر افراد از فرمان او سرپیچی کردند به خاطر رعایت حال آنان در صورت لزوم از بخشایشگری استفاده کند و بداند که تمام آنان به‌اندازه او در مسیر خودسازی آماده نشده‌اند و تحمل خود را بالا ببرد و در مقابل جهل پیروانش صبورانه عمل کند و بداند که بالاخره در بستر تاریخ در نهایت افراد به نتیجه نهایی که همان تبعیت از قوانین الهی است، پیروز خواهد بود. این نگرش مثبت به او صبر و شکیبایی و قدرت همنوایی و سازگاری می‌دهد؛ بدون اینکه صلاح معنوی خود و پیروانش را زیر پا بگذارد.

در این نوع سازگاری- که در حد نهایی در انسان کامل در اسلام مشاهده می‌شود- فرد توانسته است تمام استعدادهای روانی و معنوی خود را شکوفا سازد. در نموداری که در زیر آمده در محور مختصات افقی و عمودی خود را نشان می‌دهد موقعیت چنین فردی مشخص است.



نمودار (1) مدل چهارگانه تبیین سلامت معنوی و روانی بر مبنای سازگاری با قوانین الهی

همان گونه که در نمودار شماره 1، نشان داده شده است افراد از نظر سازگاری به چهار دسته تقسیم می‌شوند که عبارتند از:

الف) افراد خودشکوفا و فردیت یافته و یا انسان‌های کامل که هم در بعد دنیوی سازگار یافته



تلقی می‌شوند و هم در بعد معنوی رشد یافته و با قوانین الهی سازگار شده‌اند و به اصطلاح یونگ (۱۹۶۹) انسجام و یکپارچگی شخصیت خود را به دست آورده و به فردیت‌یابی رسیده‌اند. این افراد هر چند که نادر هستند بهترین نوع سازگاری را دارا می‌باشند؛ چون از نظر معنوی و روانی تمام استعدادهای بالقوه خود را شکوفا نموده‌اند؛ و توانسته‌اند با خواسته‌ها و استلزامات محیط و همچنین با قوانین الهی در راستای رشد خود موفق شوند. به همین جهت این گروه را روان‌شناسان اسلامی آینه تمام عیار هستی دانسته و معتقدند که انسان کامل آینه دو رو است که هم می‌تواند شکوه الوهی و تجلی ربانی را در خود متجلی سازد و هم عالم کبیر را در منظر خود گیرد و به عنوان عالم برزخ یعنی دنیای بینابینی تلقی شود. چنین انسانی از یک طرف با خدا رابطه صمیمی دارد و از سوی دیگر طبیعت را نیز تجلی آیات خداوندی می‌داند. رابطه‌اش با انسان‌های دیگر بر مبنای قوانین الهی است، به مقام وحدت و یکپارچگی رسیده است، طبیعت و خدا و خود و اجتماع مردم و قوانین حاکم بر آنها را یکی می‌داند. او از تشتت فراتر رفته و توانسته است وجه متعالی ادیان و قوانین حاکم بر طبیعت را یکپارچه و به صورت وحدت یافته ملاحظه کند. اینجا است که شهریار در مورد انسان کامل (حضرت علی (ع)) می‌گوید:

نه خدا توانمش خواند نه بشر توانمش گفت متحیرم چه نامم شه ملک لافتی را

«غزلیات شهریار: ۲»

ب) در مقابل نوع دومی از افراد وجود دارند که از نظر سازگاری با محیط و استلزامات دنیای مادی موفق هستند؛ در صورتی که در هم‌نوایی و سازگاری با قوانین الهی و معنوی در رده پایین قرار دارند. اینان افرادی هستند که از نظر سلامت شخصی از بعد سکولار و دنیوی بالا هستند و هوش ریاضی و منطقی آنان بالا است. در صورتی که از نظر سلامت و هوش معنوی در رده پایین‌تری قرار دارند. اینان افرادی هستند که از لحاظ استدلال ریاضی و نتیجه‌گیری‌های منطقی در سطح بالایی هستند ولی از نظر الهام و اشراق و شهود در رده پایین‌تری قرار دارند. هر چند که این افراد از نظر روان‌شناسان غربی افراد سالم تلقی می‌شوند و اکثریت اجتماع سالم را تشکیل می‌دهند، ولی این‌گونه افراد در دوره پایان زندگی و هنگام برخورد با مشکلات با اضطراب وجودی مواجه می‌شوند. پوچی و خلأ وجودی که توسط



روان‌شناسانی چون ویکتور فرانکل مطرح‌شده است، در این گروه دیده می‌شود. (ج) گروه سومی نیز هستند با هوش و معنویت و قدرت سازگاری معنوی بالا که از عرفان و اشراق و الهام برخوردارند ولی بنا به دلایلی نتوانسته‌اند با محیط سازگار شده و برخی مواقع دچار اضطراب و افسردگی و سایر بیماری‌های روانی شده‌اند. یا اینکه دچار بیماری آشکاری نبوده و فقط از نظر جلب امکانات و شعور اجتماعی در رده پایین قرار دارند. اینان افرادی را تشکیل می‌دهند که یا به عنوان ساده‌لوح معنوی (مثل بهلول) و یا به عنوان افرادی فاقد سیاست زندگی و تدبیر اجتماعی و خانوادگی و اقتصادی تلقی می‌شوند و لازم است که برای موفقیت در زندگی شخصی خود به افراد دیگر تکیه کنند و یا مانند بعضی از مرتاض‌ها از مردم کناره گرفته و فقط در رشد معنوی خود بکوشند. اینان در صدر اسلام نیز وجود داشتند و برای معیشت زندگی روزمره به افراد دیگر متکی بودند؛ در صورتی که از نظر معنوی در سطح بالایی قرار داشتند. مثال دیگری از این افراد را می‌توان در زمره عرفایی مثل منصور حلاج به شمار آورد که با مقام والای معنوی از مردم زمان خود و نحوه اندیشه و نگرش آنان اطلاع کافی ندارند و نمی‌توانند همراه و هماهنگ با مردم زمان خود با محیط اجتماعی عصر خویش سازگار شوند. به همین جهت رازی را برملا می‌کنند که موجب آشوب اجتماع شده و خود را به دردسر می‌اندازند.

(د) دسته چهارم شامل افرادی می‌شود که نه از هوش معنوی بالا برخوردارند و نه بهره چندانی از هوش ریاضی و منطقی و سازگاری با محیط دارند. اینان افرادی مستضعف به معنای واقعی تلقی می‌شوند. به خاطر اینکه منابع روانی و معنوی آنان در سطح پایین‌تر قرار دارد؛ بنابراین قدرت مقابله و کنار آمدن با مسائل و مشکلات و تاب‌آوری آنان در پایین‌ترین سطح خود قرار دارد. اینان افرادی هستند که گروه آسیب دیده و بیمار جامعه را تشکیل می‌دهند.

البته این چهار طبقه احتمال دارد اولاً به صورت خالص دیده نشوند و در ابعاد به حالت ترکیبی خود را نشان دهند. در ثانی هر کدام از این چهار بعد توزیع مشخصی دارد که احتمال دارد از توزیع نرمال تبعیت کند و یا چولگی و کشیدگی داشته باشد. مسلماً در اجتماعات مختلف و در برهه‌های زمانی مختلف توزیع این ابعاد دچار نوسان و گوناگونی خواهند شد. تحقیقات تجربی آینده در اجتماعات مختلف در مورد توزیع این افراد اطلاعات بیشتری را در اختیار پژوهشگران



خواهد گذاشت. این طبقه‌بندی تلویحات مشخص تئوریکی داشته و در طبقه‌بندی و ساختن آزمون برای سنجش اصناف معنوی و روانی به کار گرفته خواهند شد. احتمالاً بیشترین تلویحات نظری این طبقه‌بندی در مورد ارتباط بین دل‌بستگی به والدین و همسالان و دل‌بستگی به خدا است. انتظار می‌رود گروه اول که هم در بعد معنوی و هم در بعد دنیوی رشد نموده‌اند، دل‌بستگی معنوی‌شان منطبق و هم‌نوا با دل‌بستگی اجتماعی باشد. در صورتی که گروه دوم که در بعد معنوی رشد نموده‌اند و فقط در بعد مادی و اجتماعی رشد کرده‌اند از قانون همسانی و یا جبرانی تبعیت کند (کرک پاتریک، ۲۰۰۵). در گروه سوم دل‌بستگی اجتماعی جایگاه خود را به دل‌بستگی معنوی می‌دهد و افرادی با زهد و پرهیز تحویل اجتماع می‌دهد که بیشتر عزلت‌طلب بوده و از نزدیکی به مردم احساس ایمنی نمی‌کنند. اینان همان‌گونه می‌باشند که بیشتر دوست دارند به عبادات بپردازند و از دنیا بپزند. به نظر می‌رسد که نوع دل‌بستگی این افراد بیشتر از نوع دل‌بستگی اجتنابی باشد که در هنگام پیوند با مردم و نزدیک شدن به آنان احساس راحتی نمی‌کنند؛ در حالی که در مناجات با خدا و در تنهایی و خلوت با منشأ وجود کاملاً سرشار از انرژی و سرخوش هستند. گروه چهارم که هم سازگاری معنوی و هم سازگاری مادی‌شان در سطح پایین است بیشتر شامل افرادی می‌شود که دل‌بستگی اجتماعی و معنوی‌شان از نوع نایمن است (اجتنابی، اضطرابی و آشفته).

به طور خلاصه برخی از شاخص‌های رفتاری و قابل‌مشاهده‌ای که در افراد فردیت یافته در ارتباط با دیگران دیده می‌شود عبارت‌اند از:

الف) این افراد حقایق و قوانین جمعی و جهانی را بر نفع شخصی و فردی خود ترجیح می‌دهند. به همین جهت به جای اثبات عقیده خود، درصدد یافتن حقایق و قوانین الهی می‌باشند. مثلاً به استدلال‌های طرف مقابل و مدعی خود دقیقاً بدون پیش‌داوری همدلانه گوش می‌دهند و اگر استدلال‌های طرف مقابل خود را در دفاع از نظریه‌شان بر حق یافتند تغییر عقیده داده و از همان حق دفاع می‌کنند؛ حتی اگر به ضرر خود و حزب خویش باشد. فراموش نکنیم که قبلاً اشاره کردیم که این افراد به هستی متصل هستند و در پی هم‌نوایی و همدلی با قوانین معنوی در هستی هستند (رجوع شود به داستان حضرت ابراهیم (ع) زمانی که در منجنیق قرار گرفته بود از هیچ کدام از فرشتگان کمک قبول نکرد تا هماهنگی با خدای



خود و آنچه او می‌خواهد عملی شود). همان‌گونه که گل آفتاب‌گردان به صورت همدلانه از آفتاب و موقعیت آن پیروی می‌کند این افراد از حقیقت و رویکرد آن حمایت می‌کنند. تمام افرادی که سیر و سلوک معنویت را پیموده‌اند از انبیاء گرفته تا اولیا و مربیان حقیقی به این اصل اساسی پایبند بوده‌اند. مثلاً غزالی بعد از دوره فرار از مدرسه و عزلت‌گزینی هرگز وارد مجادله با و بحث با فیلسوفان و متکلمان نمی‌شد. در صورتی که قبلاً یکی از معروف‌ترین افرادی شناخته شده بود که در این مجادله‌ها برنده می‌شد و گوی سبقت را از دیگران می‌ربود. وقتی افراد دلیل این مسئله را پرسیدند این‌گونه جواب داد: «در مجادله نفس انسان فعال می‌شود و نیت انسان بیشتر در راستای پیروزی بر خصم دور می‌زند تا فراهم کردن رضای خدا و کشف حقیقت. به همین جهت من بر خلاف تمایلات نفسانی به مجادله از آن چشم می‌پوشم.» دلیل اینکه این افراد صورت‌های ازلی حقایق را بر خواسته‌های نفسانی «خود» ترجیح می‌دهند، باور و اعتقاد آنان به اتصال داشتن و یکی بودن با دریای ازلی حقایق است که همیشه قوانین جمعی و معنوی را بر خواسته‌های نفسانی ترجیح می‌دهد؛ به عبارت دیگر قوانین جمعی را صورت‌های ازلی حقایق و جوهره خود و دیگران تلقی می‌کنند که همیشه پایدار هستند و خواسته‌های خود را عرضیات و موقتی تلقی می‌کنند.

ب) این افراد با تمام کوشش برای خودسازی و بالندگی، بخشش و گذشت را سرلوحه عمل خود قرار می‌دهند. بدین جهت که با بخشیدن اولاً درون خود را از زنگار خشم و تنفر نسبت به هم نوع خود می‌زدایند و جلوی بیماری‌های روانی و معنوی را می‌گیرند. در ثانی طرف رنجاننده را در بافت خطا و پیشینه زندگی او دیده و خطای او را قابل گذشت می‌دانند. در برخی آیات با الگو قرار دادن اینکه خداوند بندگانش را می‌بخشد، بندگان نیز به این روش خوانده شده‌اند، یعنی از مسلمانان می‌خواهد که آنان نیز مانند خالق خود، افراد خطای را ببخشند و از اشتباهات آنان درگذرند. برای نمونه خداوند می‌فرماید: «عفو کنید و چشم‌پوشی کنید، آیا دوست ندارید خداوند شما را ببخشد، خداوند بسیار آمرزنده و مهربان است» (نور: ۲۲). این‌گونه منش و رویکرد درک و فهم دیگری و ایجاد همدلی بین خود و فرد دیگر اولاً مجال رشد به آنان می‌دهد، در ثانی جلوی سیکل ناسالم انتقام و بداندیشی را در مورد دیگران مسدود می‌کند و افزون بر آن رابطه خدا و انسان را به صورت پویا و مستمر در راستای حرکت



به سوی انسجام و یکپارچگی وحدت توسعه می‌بخشد. مولوی نیز در این مورد می‌گوید:
رو سینه را چون سینه‌ها هفت آب شو از کینه‌ها وانگه شراب عشق را پیمان‌ه شو پیمان‌ه شو
«دیوان شمس: ۲۱۳۱»

ج) افراد دارای سلامت معنوی در رابطه با دیگران صبور و شکیبا هستند. تمام انبیاء در رفتار با قوم خود صبورانه برخورد می‌کردند و در ایذا و آزار قومشان صبور بودند. به خاطر اینکه می‌دانستند اولاً قومشان دچار محدودیت‌های عقلانی بوده و نفع خود را درست تشخیص نمی‌دهند و در ثانی در اثر صبر و هدایت مستمر همان‌گونه که مس به طلا تبدیل می‌شود جهل و نادانی به پختگی و درک و فهم و همدلی تبدیل خواهد شد. خداوند در قرآن در مقابل آزار دشمنان حضرت نبی اکرم (ص) کیمیای صبر را به او توصیه می‌کند. در آنجا که می‌فرماید: «فَاصْبِرْ كَمَا صَبَرَ أُولُو الْعَزْمِ مِنَ الرُّسُلِ وَلَا تَسْتَعْجِلْ لَهُمْ...» (الاحقاف، ۳۵). در مورد صبر برای رسیدن به مقصود در ارتباطات بین فردی سعدی می‌گوید:

صبر بر جور رقیبان چه کنم گر نکنم همه دانند که در صحبت گل خاری هست
«غزلیات سعدی: ۱۱۱»

د) افراد دارای سلامت معنوی در ارتباط با دیگران، از نیکی‌های دیگران تشکر می‌کنند. تشکر به معنای واقعی خودش تنها لفظ و تکرار جملات مثبت در ارتباط بین فردی نیست و به تعارفات اجتماع‌پسندانه خلاصه نمی‌شود؛ بلکه تشکر درک زیبایی و خوبی موجود در روابط بین فردی و اظهار و تحسین و برنامه‌ریزی برای افزایش خوبی و نیکی است. تحقیقات در مورد شکرگزاری و بهزیستی روانی و معنوی در چند دهه اخیر مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است؛ به عنوان مثال صادقی و بهزادی پور (۲۰۱۵) در پژوهش خود رابطه معنی‌دار با اندازه اثر بالا را در این مورد گزارش داده‌اند.

ه) رعایت عدالت در روابط بین فردی از دیگر ویژگی‌های افراد دارای سلامت معنوی در ارتباط با دیگران است. معنای عدالت در اصطلاح فیلسوفان قرار دادن هر چیز در موضع و مکان خود می‌باشد. بدین معنا که با هر کس در شأن و مقام واقعی او برخورد شود. مثلاً کسی که در راستای رفاه اجتماعی منابع بیشتری را تولید می‌کند به او امتیازهای متناسب با تولیدش داده شود و فردی که در تولید منابع جمعی برای رفاه اجتماعی همت نمی‌گذارد به او نیز در شأن



خود او امتیاز داده شود و منابع به‌اندازه تولیدات افراد و متناسب با آن در اختیار آنان قرار بگیرد. در روان‌شناسی می‌توان گفت که عدالت فراهم کردن فرصت‌های یکسان برای افراد در راستای تولیدات مفید اجتماعی است و دادن پیامدها متناسب با تولیدات و رفتارهای آنان تنظیم می‌شود. حضرت علی (ع) در خطبه معروف خود به مالک اشتر در مورد رعایت عدالت چنین می‌گوید که: «حتی در نگاه‌های خود هنگام صحبت به سوی مردم (اغنيا و ضعفا، افراد بانفوذ و افراد ساده) عدالت را رعایت کن تا افراد با نفوذ و ثروتمند و دارای قدرت و مکنات انتظار امتیاز از تو نداشته باشند و افراد ضعیف و بی‌پناه از پشتیبانی تو ناامید نگردند».

(و) معیار قرار دادن خود و پسند خود در تعامل با دیگران؛ قانون طلایی که جزو ده فرمان به حضرت موسی (ع) نیز می‌باشد. معیار قرار دادن خود و رضایت و نارضایتی خود در جاذبه‌ها و دافعه‌ها در این جمله خلاصه می‌شود که: آنچه به خود نمی‌پسندی به دیگران نپسند.

آنچه بر خود خواهدت بودن پسند بر دگر کس آن کن از رنج و گزند

آنچه تو بر خود داری همان می‌بکن از نیک و از بد با کسان

«مثنوی معنوی: دفتر ششم»

۴) ارتباط با خدا: فرد فردیت یافته تکریم قوانین الهی را بر خویش واجب می‌داند. بدین معنا که قوانین الهی در اثر پاک شدن زنگاره‌های اشتغال به انگیزه‌های سطح پایین و سیال شدن انرژی در اثر آزاد شدن انرژی روانی از تثبیت شدگی در مراحل تحول، برای فرد کشف و شناخته می‌شوند و انسان به درجه‌ای می‌رسد که قوانین الهی جزو قوانین تکوینی و شخصیتی او می‌گردد.

چون تو در قرآن حق بگریختی با روان انبیا آمیختی

هست قرآن حال‌های انبیا ماهیان بحر پاک کبریا

«مثنوی معنوی: دفتر اول»

خواست‌های انبیا با قوانین قرآنی کاملاً مطابق هستند. به خاطر اینکه انبیا به مرحله فردیت یافته و مقام انسان کامل رسیده‌اند و به همین جهت است که عرفا معتقدند مراحل آخر رشد و بالندگی فنا و بقا در حق و با حق می‌باشد. چنین فردی قوانین الهی را قوانین شخصی و حاکم بر روان تلقی می‌کند. در این مورد تجربیات عرفا که در اشعار و آثار منشور آنان منعکس شده



است شنیدنی است. مثلاً خواجه عبدالله انصاری می‌گوید: «زمانی او را می‌جستم، خود را می‌یافتم؛ الآن که خود را می‌جویم، او را می‌یابم». چنین فردی غیر از رعایت عدالت با مردم انگیزه‌ای ندارد و غیر از نوع دوستی و نیکی انگیزه‌ای به خاطرش خطور نمی‌کند و نماز و روزه و ذکر و مناسکش کاملاً درونی شده و عاری از انتظار پاداش بیرونی است.

رابطه انسان با خدا از نظر صورت ازلی آن گونه که از اسطوره‌ها و داستان‌های مذهبی به دست می‌آید یک رابطه عاشقانه و عارفانه است. طبق حدیث نبوی خالق یکتا دوست دارد از حالت کنز مخفی خارج شود و تجلی نماید. این همان مرحله‌ای است که در اصطلاح روان‌شناسان صورت ازلی و اعماق، مرحله تجلی خودآگاه از ناخودآگاه نامیده می‌شود.

در این فرایند تاریخی انسان با خالق خود رازهایی نهان داشته که به صورت خاک و آب با دو دست خالق به هم زده می‌شده و چهل روز این کیمیاگری عاشقانه توسط خالقش ادامه یافته که او خود در مقام کیمیاگر مس خاک را با روح آب آشنا نموده تا از اول زلالی آب را با افتادگی خاک آشنا کند. حضرت باری تعالی به خاطر عشق و علاقه به این عنصر خاکی از روح خودش در آن دمیده تا آن را تکمیل نماید. این سلسله گردان عشق در خلقت بالاترین نمود عشق خود را در این انسان خاکی جا داده و با او قصه‌هایی داشته است. خداوند عشق خویش به این موجود خاکی را برای فرشتگان توضیح داده است که این انسان حامل اسماء الهی است که با تمام خاکی بودنش استعداد تعلق، تخلق و تحقق به اسماء کامل الهی را دارا است. در همین راستا کثیری از فرشتگان با دیدن چنین مخلوقی با اذن خدا سر تعظیم فرود می‌آورند و انسان شاهد تمام این عظمت و شکوه بوده است. تنها فرشته‌ای که سر از این تعظیم برتافت، ابلیس بوده است. آن هم به بهانه غرور تقرب خود به خدا و التزام او به اینکه غیر از خدا لازم نیست که به چیزی سجده کند. در صورتی که به قول مولوی وقتی نفخه روح خداوندی به آدم دمیده شد، او نایب لایق خدا در روی زمین گشت و سجده به چنین وجودی عین سجده به خدا بود. ولی شاید این شیطان نیز همان قسمتی از این موجود زمینی باشد که با تمام عظمت و لحظه‌های شکوه و نزدیکی به خدای خود باز هم او را فراموش می‌کند؛ و به جای شهادت به عشق و علاقه ربوبی از میوه ممنوعه عصیان و نسیان می‌خورد.

انسان شکوه دیگری نیز داشته و آن جلوه ربوبی در مقابل چشمانش بوده است. پیمان الستی



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

که پیمانی ربانی و انسانی بوده و با اختیار و اراده خود به این ارتباط ربوبی و الوهی جواب بلی داده است؛ ولی در اثر نسیان بعدها پیمان شکسته و عصیان ورزیده است. این انسان شاهد رفتارهای خود بوده و سزای فراموشی‌اش را در رانده شدن از بهشت قربت که جدایی از طبیعت، جدایی از آنیما و جدایی از «خویشتن متعالی» (Self) و تنها ماندن در بیابان برهوت چشیده است و به فکر توبه افتاده و تصمیم گرفته که از خدای خود استمداد طلبد و خداوند توسط جبرئیل روح الامین به او پیام دوستی را رسانده و بازگشت او را تبریک گفته ولی برای آن شرایط و مناسک لازم را تکوین نموده است و تشریح را توسط انبیاء به صورت نامه‌ای بیان نموده است. فرایند بازگشت خیلی پیچیده نبوده است راه کجی که انسان رفته باید بازگردد. اولین انحراف از نسیان شروع شده است؛ بنابراین با ذکر و خودآگاهی و خدا آگاهی لازم است که این انسان برگردد. در این برگشت انسان از بهشت رانده شده (بهشت کمال و آرامش روانی)، برگشت به بهشت، پیوست به خود واقعی و پیوستن به طبیعت وجود را می‌طلبد و همان‌گونه که از آنیما یعنی وجود زنانگی خویش (حوا) گسسته، لازم است با او دوباره انسجام یابد و با شناختن سایه (شر) در وجود خود آن را هضم کند و از آن فراتر رود و همه را در راه رسیدن به خدای خود (فرایند فردیت‌یابی) قربانی کند و با مناسک و آداب رمزآلود این راه انحرافی را که پیموده بازگردد؛ یعنی توبه نماید و به مقامی برسد که حافظ آن را این‌گونه بیان نموده است:

رهرو منزل عشقیم ز سر حد عدم تا به اقلیم وجود این همه ره آمده‌ایم

«غزلیات حافظ: ۳۶۶»

رابطه انسان با خدا یک رابطه دائمی است. در این رابطه عاشقانه خداوند عشق خود را به انسان به طرق گوناگون نشان داده است. از آن جمله می‌توان به نحوه خلقت انسان اشاره کرد. تعداد زیادی از عرفا کلمه «الله» را از «اله» و «مالوه» اتخاذ شده می‌دانند که این کلمات به معنای عشق معشوق و تلویحات رابطه عاشقانه را می‌رساند. این رابطه عاشقانه به علت نسیان انسان به طور موقت از هم گسسته است (مثل جدایی موقت حضرت موسی (ع) از مادر خویش) ولی به صورت ناخودآگاه هرگز انسان خدا را فراموش نکرده است و به صورت تمام عیار هرگز خدا انسان را از دیده دور نگه نداشته است (وَ هُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ



(حدید، ۴۴). انسان نسیان‌گر این تصویر ازلی خدا را همیشه در ناخودآگاه خود پرورش داده است و به همین جهت در رفتارهای نمادین خودخواه در بت‌پرستی و خواه در ناله‌های نی به صورت نمادین از این فراق و جدایی شکایت داشته است. خداوند به این نوای عاشقانه انسان هرچند ناخودآگاهانه پاسخ همدلانه داده است و برای راهنمایی او فرشته و پیامبر و کتاب فرستاده است تا وفای خود را در این رابطه عاشقانه نشان دهد. الآن این انسان است که به این پیام پیوند مجدد پاسخ متناسب دهد و فردیت‌یابی و رسیدن به قرب خدا را دوباره تجربه کند. حافظ در این مورد پیام جالبی دارد:

چرا نه در پی عزم دیار خود باشم	چرا نه خاک سر کوی یار خود باشم
غم غریبی و غربت چو بر نمی‌تابم	به شهر خود روم و شهریار خود باشم
ز محرمان سراپرده وصال شوم	ز بندگان خداوندگار خود باشم
چو کار عمر نه پیداست باری آن اولی	که روز واقعه پیش نگار خود باشم
ز دست بخت گران خواب و کار بی‌سامان	گرم بود گله‌ای رازدار خود باشم
همیشه پیشه من عاشقی و رندی بود	دگر بکوشم و مشغول کار خود باشم
بود که لطف ازل رهنمون شود حافظ	و گرنه تا به ابد شرمسار خود باشم

«غزلیات حافظ: ۳۳۷»

همان‌گونه که حافظ اشاره می‌کند بهترین راه، پیدا نمودن و پیمودن مسیر بندگی و پیدا نمودن اصالت خویشتن و آرمیدگی در کنار رب خویشتن است که حضرت موسی (ع) طریق آن را در پیدا کردن دوباره مادری که از او جدا شده بود با اعتنا نکردن به سینه دایه‌های دیگر و با تمام گرسنگی و نپذیرفتن شیر دایه‌گان نشان داد؛ بنابراین بهترین راه، التفات نکردن و توجه نمودن به هیچ چیزی غیر از خدا است. کسی که این سودا را در سر دارد مثل حضرت نبی اکرم (ص) ندای لا اله الا الله را سر می‌دهد: «در بند هیچ کسی غیر از خدا نیستم». نه در بند جان نه در بند تن و نه اهل و عیال و خویشتن.

به طور خلاصه برخی از شاخص‌های رفتاری و قابل مشاهده‌ای که در افراد فردیت یافته در ارتباط با خدا دیده می‌شود عبارت‌اند از:

الف) اولویت یاد خدا را همیشه در دل داشتن و در عمل قوانین خدا را مقدم بر همه قوانین



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

دانستن. مخالف این بعد، غفلت است که انسان را در نسیان نگه داشته و قلب را تیره و تاریک می‌سازد. انسان که از خدا غافل شود از ارکان هستی خویش نیز غافل می‌شود و زندگی برای او تنگ می‌گردد. انسان سالم در تمام لحظات زندگی، دل‌بستگی خود را به خدا نشان می‌دهد. (ب) اعتماد کامل به خدا و احساس بی‌نیازی از اضطراب و نگرانی و دست یازیدن به نیرویی غیر از نیروی خدا.

(ج) در لحظات سخت یاد خدا بودن و آرامش با یاد خدا داشتن.

(د) پیاده کردن عملی توکل، رضا، تسلیم و تفویض در زندگی شخصی.

(ه) اعتماد به پاسخگو بودن خدا و در دسترس بودن او حکمت، توانایی و دانایی خدا.

(و) انجام تکالیف و مناسکی که به صورت نمادین و یا رفتاری و عینی ما را به خدا نزدیک می‌کند؛ مانند نماز، جهاد، انفاق، روزه و ...

(ز) لذت بردن از نیایش و همدلی با خدا بدون انتظار هرگونه پاداش و کیفر.

(ح) پاس داشتن سلامت خویش و دوری گزیدن از عواملی که سلامت معنوی او را به خطر می‌اندازند.

(ط) پاس داشتن حقوق مردم و رعایت عدل و عدالت و انصاف و مروت در روابط بین فردی.

(ی) رعایت حقوق مربوط به هستی.

آسیب‌های معنوی در جوانان

رئوس سلامت معنوی به طور کلی در فوق بیان شد. اکنون لازم است به مهم‌ترین آسیب‌های معنوی در جوانان پرداخته شود. با توجه به تعریف معنویت و سلامت آن که «ارتباط» رکن اصلی در آنها است، آسیب‌های معنوی را می‌توان در چهار بعد آسیب به رابطه فرد با خدا، آسیب به رابطه فرد با خود، آسیب به رابطه فرد با دیگران و آسیب به رابطه فرد با طبیعت دسته‌بندی نمود. با توجه به اینکه تعدادی از جوانان به لحاظ مراحل رشد و تحول معنوی (فاولر، ۱۹۸۱) در مرحله قراردادی، بینابینی و تعدادی نیز در مرحله تأملی قرار دارند آسیب‌های وارده به معنویت و یا ارتباط آنان با خدا، خود، دیگران و طبیعت در این بستر مطرح خواهد شد. جوانان به لحاظ دوره سنی، طبیعی است که در دوره تأملی رشد معنویت قرار داشته باشند؛ اما متأسفانه بنا بر دلایلی در این مرحله دچار انحراف می‌شوند و در معرض



آسیب‌پذیری قرار می‌گیرند. چه بسا که این آسیب‌ها تا حدی شدید باشد که باعث تثبیت‌شدگی در این دوران و جلوگیری از گذر به مراحل بعدی رشد و تحول معنویت در آنان می‌شود. از طرف دیگر متأسفانه دسته‌ای از جوانان وجود دارند که به جای اینکه به مرحله تأملی رسیده باشند، به دلایل مختلف در مرحله قبلی یعنی مرحله قراردادی (که مربوط به سنین دوران نوجوانی است) تثبیت شده‌اند.

آسیب‌های مربوط به مرحله قراردادی

منظور از مرحله قراردادی (فاولر، ۱۹۸۱)، مرحله‌ای است که معنویت و دین‌داری جوانان از الگوهای سنتی مرسوم در جامعه تبعیت می‌کند؛ یعنی به مذهب و دینی که از پدر و مادر به صورت تقلیدی گرفته‌اند و یا مدارس و معلمان به آنان القا نموده‌اند و یا مراجع مورد اعتماد آنان برایشان توضیح داده‌اند تبعیت می‌کنند. مرحله قراردادی (فاولر، ۱۹۸۱) به لحاظ دوره سنی، سنین نوجوانی را شامل می‌شود و انتظار می‌رود و طبیعی است که افراد در این دوره سنی با توجه با سایر جنبه‌های رشدی خود (از قبیل: رشد شناختی، اخلاقی، عاطفی، اجتماعی و ...) در این مرحله از رشد و تحول معنوی باشند؛ اما بنابر دلایلی (که در ادامه توضیح داده خواهد شد) متأسفانه جمعی از نوجوانان در این مرحله تثبیت می‌شوند و به جای گذر به مرحله بعدی (مرحله بینابینی و یا مرحله تأملی) در سنین جوانی، در همین سطح از رشد و تحول معنوی باقی می‌مانند و امکان دستیابی به معنویت اصیل را در دوره‌های سنی بعدی از دست می‌دهند. از جمله این افراد می‌توان به جوانانی اشاره نمود که طبق سنت پدران و افراد پیشین به طریق تقلید از پیشینیان مناسک و اعمال دینی را انجام می‌دهند؛ بدون اینکه تجربه زیسته شور معنوی آنها را داشته باشند و به عمق آن تکالیف و عرفان درونی آنها پی ببرند و بدون اینکه هیجان‌های متناسب با آن رفتارها را در خود احساس نمایند.

معنویت این جوانان (افرادی که در دوره نوجوانی در مرحله قراردادی تثبیت شده‌اند) را می‌توان معنویت متکی بر سنت پیشینیان نامید که تقویت‌های اجتماعی و ترس از دوزخ و امید به بهشت آنان را برانگیخته می‌کند. این جوانان در مصاحبه‌های بالینی در پیگیری گفته‌هایشان که خود را معنوی می‌نامند نمی‌توانند ایده‌های خود را با برهان و یا با تجربیات زیسته و تجربیات معنوی که در زندگی داشته‌اند پشتیبانی کنند. شکاف عظیم بین باورهای



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

فلسفی و معلومات‌دانشگاهی و افق‌های معنوی آنان دیده می‌شود و به همین جهت این افراد آسیب‌پذیری فراوانی در مقابل هجمه‌های فرهنگی و تلقینات مخالفان دارند. بین هویت علمی و هویت معنوی آنان وحدت و یکپارچگی دیده نمی‌شود. از این رو احتمال دارد که بین باورها و اعمال و عواطف دینی آنان گسستگی دیده شود. جزمیت معنوی، عدم انعطاف‌پذیری، اظهار برتری خویشتن بر دیگران از لحاظ معنوی بدون توانمندی استدلال و ثابت کردن آن در این‌گونه افراد بیشتر از افراد دیگر است.

از آنجایی که مرکز ثقل معنویت آنان تقلیدی است، زمانی که رفتارهای ناهماهنگ و خلاف معنویت از مراجع قدرت مثل والدین، معلمان، استادان، مرشدان و سردمداران دینی سر بزند، این گروه از جوانان به شدت دلسرد شده و از معنویت زده می‌شوند و از آن روی بر می‌تابند. با این استدلال که آنان که افراد را به معنویت فرا می‌خوانند خود عامل به رفتار معنوی نیستند. البته زمانی هم که این گروه از جوانان به معنویت خود عمل می‌کنند نه به کنه معنویت خود که همان پیوند خوردن و اتصال با منبع قدسی و قوانین الهی است پی می‌برند و نه لذت درونی از رفتار و اعمال معنوی و مذهبی به دست می‌آورند. کافی است که امید به بهشت و عده داده شده پس از مرگ و یا اجتناب از دوزخ از ذهن آنان متزلزل گردد، رفتار مذهبی و معنوی آنان نیز انگیزه و جوهره خود را از دست می‌دهد. شاید نگران‌کننده‌ترین افراد معنوی همین گروه باشند که بدون تأمل منطقی و یا تجربه دینی فقط از روی تقلید از پیشینیان به رفتارهای معنوی روی آورده‌اند. در بین این افراد می‌توان افراد نمازگزاری را مثال زد که نماز اول وقت را به جا می‌آورند و یا روزه‌داران وفاداری را پیدا نمود که در گرمای تابستان از خوردن و نوشیدن امساک می‌کنند ولی به راحتی خدا و فرمان خدای خود را در مسئله اعتماد و توکل به قدرت و کفایت او از دست می‌دهند و اگر تعارضی بین خواسته خدا و خواسته مافوق آنان و رئیسشان اتفاق افتد از فرمان رئیس خود تبعیت می‌کنند. یا مثلاً طبق رسوم اجتماعی که در آن بزرگ شده‌اند نگاه به نامحرم را گناه عظیم شمرده ولی به راحتی پشت مردم غیبت نموده و برای راندن رقیب از میدان دروغ و افترا به او می‌بندد. این گروه از افراد همانند مردمی هستند که به امام حسین (ع) نامه نوشتند ولی نتوانستند به وقت ضرورت بر پیمان خود وفادار بمانند.

از آسیب‌های این‌گونه از معنویت (جوانان تثبیت شده در مرحله قراردادی) می‌توان به موارد



زیر اشاره نمود:

۱) نداشتن اصالت و فهم درونی: از آنجایی که این‌گونه معنویت از نوع خام و ناپخته به حساب می‌آید و فاقد انگیزه درونی و پیشینه تجربی است اصالت لازم را ندارد و نمی‌تواند برای فرد هدایت‌کننده و نجات‌دهنده باشد. البته از آنجایی که خداوند رحمان کوچک‌ترین جهد و کوششی را بدون پاداش نمی‌گذارد این‌گونه معنویت می‌تواند پایه و اساسی برای رفتارهای معنوی باشد که در مرحله تأملی ظهور خواهند کرد.

۲) نداشتن انگیزه درونی در رفتارهای دینی و لذت نبردن از انجام این اعمال و مناسک مذهبی و معنوی: رفتارهای معنوی مثل نماز، روزه، زکات، حج و جهاد و ... انگیزه درونی دارند که از فطرت پاک و بی‌آلایش انسانی نتیجه می‌گیرند. مثلاً یک انسان امی که خداوند را در دل خود تجربه کرده است، نیایش هستی را در مقابل خداوند رحمان مشاهده نموده، نماز را با عشق و با خشیت و خشوع تمام به جا آورده و از ملاقات خود با خدا لذت روحانی و معنوی احساس می‌کند که با هیچ چیز قابل مبادله نیست.

قدح چون دور ما باشد به هشیاران مجلس ده مرا بگذار تا حیران بماند چشم در ساقی

«غزلیات سعدی: ۵۸۶»

اما جوانی که در مرحله قراردادی تثبیت شده است، فاقد این همه لذت معنوی است. این فرد به جای لذت بردن از ملاقات ساقی، چشم بر بهشت و جهنم او دوخته است.

مولوی (مثنوی معنوی: دفتر دوم) در این مورد داستانی را بیان می‌کند که مردی شتر خود را گم کرده بود و دنبالش می‌گشت تا آن را بیاید. به هر کس که می‌رسد نشانی‌های شتر را می‌داد. مرد دیگری به تبع تقلید از او، مرتب اظهار می‌داشت که من هم شتری گم کرده‌ام و همین نشانه‌های شتر مرد اعرابی را می‌داد. تا اینکه بالاخره اعرابی شتر خود را در اثر دادن نشانه‌های درست پیدا کرد و مرد مقلد همان موقع فهمید که این شتر با این مشخصات شتر فرد دیگری بوده است و مال او نبوده است. او هم لازم است که شتر خودش را پیدا کند. تا انسان دنبال گم شده خودش نگردد و فقط از روی تقلید دیگران اظهار جستار معنوی کند، به مقصدی نمی‌رسد.

مطالبی که در فوق به آن اشاره شد ویژگی‌های مرحله قراردادی است. لازم است عواملی را که



موجب تثبیت جوانان شده و این مرحله را طولانی‌تر می‌کند، کشف گردد و در پیشگیری و رفع آنها اقدامات مقتضی صورت گیرد تا جوانان بتوانند به مراحل بعدی گذر کنند. برخی از این عوامل عبارتند از:

الف) عوامل تحولی: از بین عوامل تحولی می‌توان به نحوه شکل‌گیری کیفیت دل‌بستگی در خانواده اشاره کرد. در صورتی که دل‌بستگی فرد در دوران کودکی از نوع دل‌بستگی اضطرابی باشد و الگوی درونی خود پایین (منفی) باشد، فرد در ادراک پایگاه امن برای کشف محیط دچار تزلزل می‌گردد و در او نسبت به ارزشمندی خود تردید به وجود می‌آید و نمی‌تواند به راحتی محیط را کشف کند. در چنین موقعیتی آسیب‌پذیری او به طرف تقلید بیشتر می‌گردد؛ از جمله خود ارزشمندی معنوی پایین و اتکا به منابع دیگر در فرد شکل می‌گیرند. این افراد احساس می‌کنند که خودشان ارزش کشف قوانین خدا را نداشته و به همین خاطر دیگر پیروی معنوی در آنان یک نوع آرامش کاذب ایجاد می‌کند؛ به عبارت دیگر پایگاه امن و منبع آرامش در آنان به صورت دیگر پیروی و تقلید شکل می‌گیرد. یک نوع ثبات و اطمینان و تکیه‌گاه کاذب- که جایگاه تکیه‌گاه واقعی را پر می‌کند- آنان را به صورت طبیعی در ماندگاری در این مرحله تقویت می‌نماید. در صورتی که دل‌بستگی از نوع ایمن اشتغال به بی‌کفایتی معنوی را از بین می‌برد و به جای آن شجاعت اندیشیدن، کنکاش نمودن واکاوی را به انسان هدیه می‌کند.

ب) عوامل محیطی: از جمله تقلید و تبعیت از معلمان، همسالان و شکل‌گیری ناپخته هویت که به دنبال تقویت‌های بیرونی بیش از اندازه برای هم‌رنگی و هم‌نواایی با گروه و اجتماع از جمله گروه همسالان و کسب تأیید اجتماعی شکل می‌گیرد. احتمالاً رگه‌های شخصیتی نیز در تثبیت فرد در این مرحله می‌توانند تأثیرگذار باشند. مثلاً شخصیت‌های راحت‌طلب و استعداد فرهنگ‌پذیری بیش از اندازه که قدرت تفکر فردی را از انسان می‌گیرد، احتمال دارد که بیشتر دچار تثبیت‌شدگی در این مرحله شوند.

ج) رواج رویکردهای برون‌سو در دین‌داری و تقویت نکردن و احتمالاً تنبیه کردن جست‌وجوگری‌های معنوی و دینی در افراد.

آسیب‌های مربوط به مرحله تأملی

دوره جوانی که بین ۲۰ تا ۳۵ سالی مشخص می‌شود، دوره تأملی (فاولر، ۱۹۸۱) در رشد و



تحول معنویت تلقی می‌شود. توضیح اینکه جوانان دوره قراردادی معنویت را پشت سر گذاشته‌اند و در مورد مسائل دینی، اصول و روش‌های ارتباط با خدا و خلق او به اندیشه‌ورزی می‌پردازند؛ به عبارت دیگر دین‌داری آنان مبتنی بر تفکر، تأمل و اندیشه‌ورزی است. این مرحله یکی از مهم‌ترین مراحل است که جوانان به صورت منطقی با مسائل برخورد می‌کنند و نه تنها به صورت انتقادی با مراجع قدرت از قبیل والدین، اجتماع و همسالان برخورد می‌نمایند بلکه اعتقادات خود را نیز با محک منطق سنجیده و استواری، درستی و اعتبار آنها را آزمون می‌کنند. در این مرحله احتمال دارد که به دلایل رشد تفکر انتقادی و به طور انتقادی با مسائل معنوی برخورد نمودن، تعارضاتی بین باورهای آنان و منابع قدرت به وجود آورد و برای والدین، معلمان، مرشدان و روحانیون مقلد دینی نگران کننده تلقی شود. حسن این مرحله گرایش جوانان از دین و معنویت برون‌سو- که مبتنی بر سنت‌های اجتماعی بوده و بر رسم و رسوم فرهنگی استوار است- به سوی دین‌داری و معنویت درون‌سو- یعنی مبتنی بر انگیزه درونی و تفکرات انتقادی جوانان- است.

به نظر می‌آید که رویکرد و پذیرش بیرونی انرژی خود را معطوف به رویکرد درونی می‌کند. در هر صورت افراط و تفریط در گرایش‌های درون‌سویی در این مرحله می‌تواند تعارضاتی ایجاد کرده و در اجتماعی شدن و پیدا کردن هویت اجتماعی اختلال ایجاد کند. همان‌گونه که در مرحله قبلی توصیه می‌شد که به جوانان کمک شود تا خود را از تثبیت شدن در هماهنگی با محیط بیرون و قراردادهای قومی و رسم و رسوم آداب فرهنگی آزاد کنند، در این مرحله نیز می‌توان به جوانان کمک کرد تا اینکه منابع غنی معنویت از درون را تنها مبتنی بر استدلال منطقی و ریاضی نکرده و از اشراق و الهام و عرفان و عواطف و هیجان‌های درونی استفاده کنند تا رابطه خود را با خدا به صورت خشک و منطقی و تنها منوط به استدلال نکنند؛ بلکه بتوانند از آن بهره ببرند و از یک پیوند عاطفی و رابطه مبتنی بر اعتماد به خدا برخوردار شوند؛ بنابراین یکی از برجسته‌ترین انحراف‌ها و آسیب‌پذیری‌های جوانان در این دوره، تکیه صرف به استدلال و منطق و به حاشیه راندن شهود و اشراق (بسته شدن قلب به روی انوار الهی) است. هر چند که تحقیقات زیادی در این زمینه صورت نگرفته است، ولی پیش‌بینی می‌شود که افراد با دل‌بستگی نایمن اجتنابی بیشتر در این مرحله تثبیت شده و اجازه بروز عواطف و



احساسات در ارتباط با خدا را به خود راه نمی‌دهند؛ بیشتر به حالت افراطی در این مرحله فرو رفته و منابع درونی از جمله اشراق و الهام و شهود را کنار می‌گذارند.

این دسته از جوانان اعمال مذهبی را از روی استدلال قضاوت نموده و گزاره‌های مذهبی را به گزاره‌های منطقی تبدیل می‌نمایند. در صورتی که گزاره‌ها و مناسک معنوی و مذهبی پر از منابع احساسی، هیجانی، عرفانی، شهودی و الهامی می‌باشند. این جوانان گزاره‌های دینی را منتقدانه تفسیر می‌کنند. مثلاً در مورد سهم ارث که طبق شریعت دو سهم به پسر و یک سهم به دختر می‌رسد، تأمل و اندیشه‌ورزی خود را به کار می‌برند و سؤالاتی از قبیل اینکه چرا سهم دختران کمتر از سهم پسران باشد؟ آیا این موضوع محدود به زمان حضرت نبی اکرم بوده است و یا فارغ از زمان و مکان باید اجرا شود؟ ذهن آنان را به خود مشغول می‌کند؛ به عبارت دیگر مقلدانه و به صورت قراردادی گزاره‌های دینی را نمی‌پذیرند. این مسئله بعضی مواقع نگرانی منابع قدرت از قبیل پدر و مادر و یا سردمداران حکومت دینی را موجب می‌شود. مرحله اندیشه‌ورزی در مسائل دینی یک دوره آفت‌زا و مضر به دین‌داری افراد تلقی می‌شود. احتمال دارد جوانان گزاره‌های دینی را با ملاک‌های علوم طبیعی مورد سنجش قرار دهند و در صورت انحراف از معیارهای علمی گزاره‌های دینی را مهم‌تر تلقی نمایند و یا محدود به زمان و مکان مشخصی بدانند. در هر چهار بعد ارتباط این نوع اعتراض‌ها رخ می‌دهد. مثلاً در ارتباط با خدا شاید روش‌های تشریحی را زیر سؤال ببرند و معتقد شوند که اگر انسان مثلاً نماز را به زبان فارسی بخواند، اشکالی نداشته باشد. در هر صورت دین‌داری این افراد همراه با گسستگی از روش سنتی و یک نوع شورش علیه سنت‌های رایج دینی در اجتماع دیده می‌شود.

این مرحله نیز آسیب‌پذیری‌های مخصوص خودش را دارد که از مهم‌ترین آنها می‌توان به مسائل زیر اشاره نمود:

(الف) در اثر نداشتن مرشد و راهنمای آگاه احتمال دارد که این شوریدگی بر علیه سنت، آنان را به نهلیزیم (پوچی) و معنویت‌های غیردینی سوق دهد.

(ب) احتمال تثبیت و لجاجت و یاغی‌گری و گریز از مسائل معنوی در آنان وجود دارد. در این مرحله احتمال دارد که جوانان به راحتی با برخی از گزاره‌ها و سنت‌های مذهبی کنار نیایند و سنت‌های قدیمی را در این مورد برنتابند.



ج) برخورد کاهش‌گرانه در برخورد با مسائل معنوی: احتمال دارد که جوانان در این مرحله به‌روش‌های کاهش‌گرانه که متناسب با گزاره‌های معنوی نیست گرایش پیدا کنند. مثلاً اظهار بدارند که کشتی حضرت نوح (ع) و گذر حضرت موسی (ع) از دریا را زمانی قبول می‌کنند که باستان‌شناسان شواهد کافی بر وجود این رخداد‌های تاریخی ارائه کنند.

د) آسیب دیگر تثبیت در این مرحله این است که دین‌داری و معنویت را در گزاره‌های منطقی و استدلالی خلاصه کنند و تجربیات درونی و قدسی افراد را به حساب نیاورند؛ در صورتی که سهم تجربیات قدسی و مینوی در گزاره‌های معنوی بسیار بالا است. تردیدی نیست که تجربه عینی حضرت موسی (ع) از دیدن آتش در شاخه‌های درخت، برای او خیلی ارزشش بالاتر از استدلال‌های فلسفی و کلامی است.

آفتاب آمد دلیل آفتاب گر دلیلت باید از وی رخ متاب

«مثنوی معنوی: دفتر اول»

ه) تثبیت در این مرحله موجب تک بعدی بودن و پرورش قدرت استدلال و به کارگیری آن در مسائل معنوی و در معطل گذاشتن منابع غنی درونی از جمله قدرت خیال و دریافت‌های درونی می‌شود و به شدت می‌تواند گستره حقیقت‌یابی فرد را محدود نماید. علاوه بر این چسبندگی بیش از اندازه در این مرحله موجب می‌شود که افراد فقط از دید متکلمانه به مسائل نگاه نموده و باورهای قلبی توأم با شوق و اشتیاق را نادیده انگارند. بحث‌های شدید بین متکلمان و عرفا بیشتر متمرکز تثبیت‌شدگی انرژی روان در این مرحله بوده است که متکلمان منطق، استدلال، انتقاد و تدبیر را در دین‌داری معتبر می‌دانند؛ در حالی که عرفا علاوه بر روش‌های استدلالی اشراق و الهام و بینش را نیز در ارزیابی معنویت ضروری می‌دانند. در صورتی که اهمیت ابعاد دیگر (ابعاد غیراستدلالی) در کشف حقیقت به قدری زیاد است که مولوی به عنوان اعتراض به استفاده تنها از روش استدلالی می‌گوید:

پای استدلالیان چوبین بود پای چوبین سخت بی تمکین بود

«مثنوی معنوی: دفتر اول»

عواملی که باعث چسبندگی و تثبیت شدن در این مرحله شده و یا باعث برگشت به مراحل خام قبلی می‌گردد و فرایند رشد و بالندگی معنویت را دچار وقفه می‌سازند عبارتند از:



(۱) عوامل تحولی از جمله رابطه دل‌بستگی به والدین و روابط دل‌بستگی معنوی: در صورتی که دل‌بستگی جوان در دوران کودکی و نوجوانی و جوانی نسبت به والدین، همسالان، مرشدان و سایر افراد مهم در زندگی‌اش، اجتنابی باشد احتمال دارد که در اثر انسداد راه‌های پیوند عاطفی، رابطه فرد با خدا و موضوعات معنوی فقط به طریق استدلالی و نقادی خود را نشان دهد. فرد به صورت ناخودآگاه به علت داشتن دل‌بستگی نایمن تعامل بین افراد و بین خدا را به تعامل استدلالی و منطقی محدود می‌سازد. در صورتی که دل‌بستگی فرد نایمن اضطرابی باشد احتمال بازگشت به مرحله قبل که خام‌تر از این مرحله است نیز وجود دارد. به خاطر اینکه پایین بودن الگوی خود درونی در دل‌بستگی اضطرابی، در اکتشاف و استقلال آسیب ایجاد نموده و معنویت مبتنی بر تقلید را افزایش می‌دهد. هر اندازه اعتماد به نفس فرد پایین‌تر باشد، احتمال پیروی او از سنت‌های پیشین بیشتر است (پارگامنت، ۲۰۰۲).

(۲) عوامل فرهنگی - دینی از قبیل برداشت‌های نادرست از صفات خدا و برداشت سطحی و ظاهری رایج در جامعه در مورد صفات خدا نیز در چگونگی شکل‌گیری رابطه با خدا و رشد و تحول معنویت مؤثر هستند. مثلاً در جوامعی که بیشتر بر صفات سلبی خدا و رابطه تنزیهی با خلقت تأکید می‌شود، بیشتر متدینان یا رابطه بسیار انتزاعی با خدا ایجاد می‌کنند و یا رابطه مبتنی بر استدلال و منطق. در صورتی که محیط‌های اجتماعی که تأکید بر روابط تشبیهی خداوند با خلقت و مخلوقات بیشتر است، احتمال پرورش رابطه پیوند عاطفی بیشتر می‌شود. یکی از مشکلات تأکید بر روابط تنزیهی خدا با بندگان انتزاع نمودن خدا از خلقت و به صورت ایده در آوردن آن است. این نوع رابطه در حوزه زبان و استدلال به درد می‌خورد ولی اگر قرار است انسان‌ها با خدا رابطه عقلانی، عاطفی و عملی داشته باشند، ضروری است که در صفات تشبیهی او بیشتر تکیه شود (مثلاً در آیه‌ای خداوند به عنوان نمونه این رابطه پویا بین بندگان و حضرت خویش، به رسولش می‌فرماید: «... وَمَا رَمَيْتَ إِذْ رَمَيْتَ وَلَكِنَّ اللَّهَ رَمَى...» (انفال، ۱۷).

(۳) اشتغال بیش از اندازه به بعد انتقادی و استدلالی معنویت نیز انسان را از صورت‌های ازلی و نمادهای دینی که در اسطوره‌ها، مناسک و کیمیاگری نهفته است و در صورت بازنمایی آنها اشراق و شهود معنوی به انسان دست می‌دهد، باز می‌دارد. مثلاً وقتی حضرت موسی (ع) شعله



آتش را در شاخه‌های درخت مشاهده می‌کند و برای آوردن آتش و گرم شدن اهلیش به دنبال آن می‌رود، صدایی می‌شنود که: «إِنِّي أَنَا رَبُّكَ فَأَخْلَعْ نَعْلَيْكَ إِنَّكَ بِالْوَادِ الْمُقَدَّسِ طُوًى: من پروردگار تو هستم نعلین خود را در آور که تو در وادی مقدس طور هستی» (طه، ۱۲). این یک تجربه معنوی است.

درخت و آتشی دیدم ندا آمد که جانانم مرا می‌خواند آن آتش مگر موسی عمرانم

«دیوان شمس: ۱۴۱۴»

کدامین استدلال می‌تواند چنین تجربه‌ای را از نظر معیارهای عملی اعتبار بخشد. از این نوع تجربیات معنوی به طور فراروان در تاریخ زندگی انبیاء و اولیا بیان شده است. همین امر کافی است که چسبندگی همه‌جانبه به این مرحله که فرد را جزمی و غیرقابل انعطاف پرورش می‌دهد، پرهیز کنیم. اصولاً معنویت آنقدر گسترده وسیعی دارد که گنجاندن آن در ظرف استدلال باعث کاهش‌گری آن شده و آن را از منحصر به فرد بودن می‌اندازد. شاید برای اندیشیدن در این مورد به این موضوع اشاره کنیم که استدلال در حوزه آگاهی صورت می‌گیرد؛ در صورتی که گستره معنویت از حوزه آگاهی و ناخودآگاهی عبور کرده و به قدر ادراک انسان‌ها و رهروان طریقت، ابعاد آن گستر می‌یابد. در این مورد حافظ می‌گوید:

کس ندانست که منزل گه معشوق کجاست این قدر هست که بانگ جرسی می‌آید.

«غزلیات حافظ: ۱۱»

گستره معنویت به معنای واقعی برای کسی شکافته نشده و نظریه‌های مختلف معنویت و تئوری‌ها و نوشته‌ها فقط به اندازه ظرفیت خود به ما کمک کرده‌اند که دورادور یک خبر ناقص از آن به ما می‌رسد. این خبر ناقص مثل بانگ جرس از دور ما را به سوی خود می‌خواند. البته این بدین معنا نیست که ما با این تئوری‌ها و نظریه‌های ناکامل، در جست‌وجوی بازگشایی سازه معنویت نباشیم؛ ولی لازم است بدانیم که کوشش‌های فلاسفه و متکلمان بدون در نظر گرفتن اشراق عارفان و الهام انبیاء ناقص و ابتر است. از این رو لازم است محیطی فراهم کنیم که انعطاف لازم را برای الهام و اشراق و علم حضوری در راه فهم معنویت باز بگذارد.

برای عبور سالم از این مرحله و رسیدن به مراحل بالاتر لازم است که از همان کودکی محیطی مناسب با رشد معنویت ایجاد شود. یکی از شرایط محیط سالم، در دسترس بودن والدین و



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

پاسخگو بودن آنان به نیازهای کودکان است. این پاسخگو بودن به این معنا نیست که همه خواسته‌های کودکان را برآورده کنیم و برای آنان فرصت چالش با محیط‌های ناآشنا را فراهم نکنیم؛ بلکه به این معنا است که در صورت نیاز آنان به کمک، بتوانیم در دسترس‌شان قرار بگیریم و نیازهای اساسی روانی آنان را برآورده کنیم تا اینکه دچار اضطراب و اشتغال ذهنی نشوند و مسیر معنویت را آن‌گونه که فطرت پاک آنان ایجاب می‌کند طی کنند. مثلاً پایگاه امن شدن برای کودکانی که نیاز به این پایگاه دارند تا بتوانند محیط خود را دستکاری کنند و با تکیه به والدینشان کنجکاو خود را نشان دهند و خود را از دل مشغولی و ترس نجات دهند ضروری است؛ یعنی به جای دل مشغولی به «نمی‌توانم» و ترس از عواقب دستکاری محیط، با تکیه به والدین امنیت خاطری برای کودکان حاصل شود که در سایه آن به راحتی کوشش خود را ثمربخش نمایند. این ویژگی‌ها تحت عنوان شرایط ایجاد دل‌بستگی ایمن توسط بالبی (۱۹۸۶) مورد بحث قرار گرفته است؛ بنابراین آگاه کردن خانواده‌ها و کمک به آنان برای ایجاد محیط سالم و توأم با امنیت که پرورش دهنده کودکان با دل‌بستگی ایمن باشد، می‌تواند از اولین پایه‌های ایجاد محیط غنی برای رشد و بالندگی تمام عیار کودک محسوب گردد.

همچنین این نوع محیط می‌تواند به پرورش هیجان‌ها منجر شده و عشق، محبت، نوع‌دوستی، کنترل خشم، صبر و ... را در کودکان پرورش دهد که پایه‌های هوش هیجانی به حساب می‌آیند. چنین فردی که در اثر دل‌بستگی ایمن از نظر عاطفی سالم و از هوش هیجانی بالا برخوردار است، احتمال بیشتری دارد که از این گنجینه‌های روانی در جهت شکل‌دهی معنویت و طی مراحل آن استفاده کند و معنویت او از کاهش‌گری‌های افراطی مثل تأکید بیش از اندازه بر استدلال و منطق و تدبر در حوزه معنویت به دور باشد و هیجانات خود را به همراه شناخت خویش در جهت گسترش ارتباط معنوی با عوامل چهارگانه خدا، خود، دیگران و طبیعت به کار گیرد.

فردیت‌یابی در مکتب یونگ (۱۹۶۹) و رسیدن به کمال انسانی (انسان کامل) نیز موجب می‌شود که فرد علاوه بر منطق و استدلال و خودآگاهی، بعد ناخودآگاه خود را نیز تا حدی در پیمودن مسیر معنویت درگیر سازد. مسلماً چنین فردی که اولاً قسمت‌های مختلف روان از جمله سایه، نقاب، خویش‌تن متعالی، خود، آنیما و آنیموس را شناخته است و تمام آنها را با هم



در جهت رشد معنوی با خویشتن متعالی (Self) هماهنگ ساخته و به منابع روانی خود فرصت انسجام و توحید یافتگی را داده است، بهتر می‌تواند به معنویت همه‌جانبه دسترسی پیدا کرده و آن را برای دیگران تعریف کند و یا توضیح دهد. چنین شرایطی در محیطی اتفاق می‌افتد که افراد علاوه بر هدایت و راهنمایی درست، آزادی و فرصت انتخاب و آزادی و فرصت اندیشیدن و انگیزه لازم برای سیر و سلوک در راستای مسیر خودسازی را داشته باشند. هرگونه فشار محیطی برای هم‌رنگی با فرهنگ و یا سنت و یا مرجعیت افراد قدرتمند - که به عنوان پوشش برای شکوفایی فطرت از آن استفاده شود - برای فردیت‌یابی مضر خواهد بود. بی‌سبب نیست که بسیاری از بزرگان و عرفا برای خودسازی و رسیدن به فردیت‌یابی از جامعه دوری می‌گزینند و به مکان‌های خلوت مثل کوه‌ها و غارها پناه می‌برند تا بدون دستکاری دیگران و تحمیل عقایدشان به انحای مختلف به تدبیر بپردازند و به «خویشتن متعالی» اجازه دهند تا خود طریق درست را از راه نادرست تشخیص دهد. البته نویسنده حاضر درصدد نیست که عزلت‌گزینی را بر حضور در اجتماعات رجحان دهد. ولی درصدد است که تمام دست‌کاری‌های آشکار و پنهان را که در راستای پرورش فرد صورت می‌گیرد و باعث پنهان ماندن نطفه فطرت در پشت تلقینات و سنت‌های اجتماعی می‌گردد، مورد سؤال و بازنگری قرار دهد.

آسیب‌های مربوط به مرحله بینابینی

مطالبی که در فوق به آن اشاره شد ویژگی‌های مرحله قراردادی و تأملی بود. پس از مرحله قراردادی و قبل از ورود به مرحله تأملی، افراد دوران دیگری از مراحل رشد و تحول معنوی خودشان را تجربه می‌کنند. هر چند که این مرحله، مرحله خام است، اما این مرحله دوره‌ای است که در اثر پخته شدن و تحول بالاتر معنویت، خودبه‌خود به مرحله بالاتر یعنی دوره تأملی و اندیشه‌ورزی انتقال پیدا می‌کند. این مرحله سخت و لغزنده در مدل تحول معنوی فاولر (۱۹۸۱) به آن اشاره نشده است. ولی بنابر دلایلی این مرحله بسیار حیاتی است که در زیر اهمیت آن بیان خواهد شد. این مرحله را نویسنده حاضر مرحله بینابینی و یا برزخی نامیده است. وجه تسمیه این دوره به مرحله برزخی این است که ویژگی‌های هر دو مرحله (قراردادی و تأملی) را تا حدی می‌توان در این مرحله ردیابی نمود و به صورت دقیق این مرحله بر هیچ‌کدام از مراحل فوق منطبق نمی‌گردد. در این مرحله جوانان باور خود را به سنت‌های



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

فرهنگی و تلقینات سنتی و متداول در جامعه از دست داده‌اند؛ بنابراین جایگاه محکمی برای ایجاد حرکت در مسیر معنویت ندارند. از طرف دیگر هنوز به مرحله تأملی و انتقادی نرسیده‌اند بنابراین در یک دوره بدون چارچوب تحول معنوی به سر می‌برند و بنا به شرایط محیطی، تحولی، ویژگی‌های شخصیتی و شکل‌گیری هویتی واکنش‌های متفاوتی را نسبت به معنویت و باورهای دینی از خود نشان می‌دهند. هر چند که مصاحبه‌های بالینی لازم است تا کیفیت محتوای این دوره را در مورد معنویت شناسایی کند، مشاهدات نویسنده حاضر نشان می‌دهد که برخی از جوانان در این مرحله به صورت اعتراض به مرحله قراردادی، خود را با معیارهای دوره قراردادی انطباق نمی‌دهند و آن را سنتی و قدیمی و غیرمعتبر می‌دانند و افراد وفادار به مرحله قراردادی را افراد کهنه‌پرست و مقلد تلقی می‌کنند که اعتبار علمی بر آن مترتب نیست. این افراد در مورد سؤالات مورد نظر در راستای آن چیزی که واقعاً حقیقت دارد افکار مبهمی دارند. مصاحبه‌کننده دقیقاً متوجه نمی‌شود که این جوانان گریزان قراردادهای اجتماعی، دنبال چه چیزی می‌گردند.

تثبیت در این مرحله می‌تواند به منفی‌گری در مورد معنویت و انکار مبدأ و معاد و حتی انکار معیارهای اخلاقی در جامعه منجر شود و فرد را دچار پوچ‌گرایی و خوشگذرانی لحظه‌ای کند. این دسته جوانان را برای خانواده‌ها و حتی نیروهای انتظامی می‌توان در دسرفرین تلقی کرد. مثلاً در این مورد می‌توان به م. ق اشاره کرد. او در یک خانواده سنتی بزرگ شده بود که پدر و مادرش به رسم شیعه بودن اعمال مذهبی از قبیل: نماز، حج، خمس و زکات را به جا می‌آوردند. او در دوره دبیرستان خود را ملتزم به رعایت آداب دینی می‌دانست و اعمال مذهبی از قبیل نماز، روزه و ... را به جا می‌آورد. او وارد دانشگاه شد و در رشته باستان‌شناسی مشغول به تحصیل شد. با توجه به اینکه دوستان او غیرمذهبی بودند، بعد از گذشت مدتی اظهار کرد که از مذهب دست شسته است و دیگر خدا را نمی‌شناسد و اعمال مذهبی را به جا نمی‌آورد. در برخوردهای نویسنده حاضر با این فرد، او اظهار می‌داشت که دست از مذهب برداشته است و دیگر لزومی نمی‌بیند که مسائل معنوی و عبادی را به جا آورد. وقتی علت آن را پرسیدم، اظهار داشت که دوستانش به او ثابت کرده‌اند که مذهب نمی‌تواند هدایت‌کننده خوبی باشد و این امر برای او کافی است. وقتی اصرار کردم که حجت و دلیلی برای انصراف خودش از



دین‌داری بیاورد، او بیان کرد که به علت کم‌سواد بودن و نداشتن تبحر در استدلال او از این امر سر باز می‌زند ولی در دلش فهمیده است که دین اسلام نمی‌تواند او را نجات دهد. وقتی پدر و مادرش از این امر با خبر شدند، بسیار ناراحت و آشفته شدند. ولی تا حدود پنج سال با این ایدئولوژی زندگی می‌کرد و بعد از گذشت پنج سال رفته‌رفته دوباره به دوره قراردادی بازگشت و گفت هر چند که چیزی از اسلام نمی‌فهمد اما می‌خواهد مثل پدرانش زندگی کند و آداب دینی را به جا آورد.

لازم است عواملی که موجب تثبیت جوانان شده و این مرحله را طولانی‌تر می‌کند، کشف گردد و در پیشگیری و رفع آنها اقدامات مقتضی صورت گیرد تا جوانان بتوانند به مراحل بعدی گذر کنند. هر چند که در این زمینه تحقیقات کافی صورت نگرفته است و به درستی دلایل تثبیت در این مرحله از نظر تجربی کشف نشده است؛ ولی نظریه‌های موجود و تجربیات موردی نویسنده حاضر، به او کمک کرده که فرضیه‌های زیر را در مورد تثبیت افراد در این مرحله (بینابینی) ارائه دهد. این عوامل عبارتند از:

الف) دل‌بستگی نایمن از نوع آشفته که هم الگوی درونی ارزش خود و هم الگوی درونی اعتماد به دیگران در فرد آسیب‌دیده است؛ به عبارت دیگر فرد هم دچار سبک دل‌بستگی اضطرابی و هم دچار سبک دل‌بستگی اجتنابی است. در چنین افرادی نیازهای اساسی مثل اعتماد به نفس و احساس امنیت، اعتماد به در دسترس بودن و پاسخگو بودن دیگران ارضا نشده‌اند. شخص دچار نوعی محرومیت هیجانی است و به این دلیل از اعمال و عبادات لذت لازم را نمی‌برد. از سوی دیگر پختگی علمی لازم برای پذیرش یا عدم پذیرش معنویت و دین‌داری بخصوصی در او شکل نگرفته است و تنها امیدی که باعث نماز خواندن و روزه گرفتن او شده است، اجتماع اطرافش و تشویق و تقویت‌های آنان بوده است (مثلاً تشویق پدر و مادر برای نماز خواندن). وقتی این تشویق و تقویت‌ها نیز بر اثر دلایل مختلف (مثلاً دوری از آنان) از بین می‌رود و در عوض تقویت‌های دیگری برای رفتارهای غیرمذهبی مخالف پیش می‌آید، فرد به لادری بودن و حتی انکار معنویت و مذهب اقدام می‌کند.

ب) عامل تقویت و تنبیه‌های محیطی: بسیاری از افراد مثل م. ق وقتی از ایران به کشورهای اروپایی می‌روند حجاب خودشان را بر می‌دارند و دست از قراردادهای معنوی و اخلاقی که در



کشور ایران به آن پایبند بودند، دست بر می‌دارند. اینان افرادی هستند که اولاً انگیزه درونی برای رعایت مناسک و افعال معنوی ندارند و در ثانی استدلال لازم را از نظر عقلانی برای فعل مخصوص معنوی به دست نیاورده‌اند و علاوه بر این محیط‌های اجتماعی آنان با تقویت‌ها و تنبیه‌ها رفتارهای بیرونی آنان را سامان می‌دهد. به همین جهت در ایران به خاطر تنبیه‌ها و تقویت‌های جاری (واقعی یا تلویحی؛ شخصی یا نیابتی) اعمالی معنوی و مذهبی را به جا می‌آورند؛ اما وقتی از کشور خارج می‌شوند با برطرف شدن تنبیه‌ها و تشویق‌ها، این رفتار و اعمال نیز خاموش می‌شوند.

ج) مصونیت در مقابل تعارضات و مشکلات و استرس‌ها و تردیدها: بسیاری از خانواده‌ها زمانی که رفتارها و اعتقادات معنوی را برای فرزندان خود آموزش می‌دهند، فقط از بعد مثبت و طرفدار آن مذهب دلایل مبتنی بر درست بودن آن مکتب را بیان می‌کنند و دلایل مخالفان مکتب و مذهب خود را نمی‌آورند و فرزندان خود را وادار نمی‌کنند که اقوال مخالفان آن مذهب و معنویت را بشنوند، در مورد آن تأمل کنند و با استدلال در استحکام یا سستی آن دلایل خودشان تصمیم بگیرند. با این ترتیب فرزندان خود را وابسته، ضعیف و شکننده بار می‌آورند. به همین جهت وقتی فرزندان آنان در مدرسه و یا در اجتماع دیگری عقاید مخالف را (مثلاً عقاید مخالف معنویت اسلامی) می‌شنوند، نمی‌توانند بر علیه آن ادعاهای مخالفان، دلیل و برهان بیاورند و خود را از نظر روانی و عقلانی ضعیف می‌بینند و زود از مکتب و معنویت قبلی که به صورت قراردادی پذیرفته بودند سر باز می‌زنند. برای مصون‌سازی فرزندان از این آفت‌های محیطی لازم است پا به پای استحکام بعد عاطفی در دین‌داری، بعد استدلالی و عقلانی را نیز افزایش دهند. مثلاً به عنوان مخالف با آنان به مجادله بپردازند و امتیازات معنویت قبلی را که آنان پذیرفته‌اند زیر سؤال ببرند و از آنان بخواهند که به سؤالات آنان جواب دهند. در صورت عاجز بودن از جواب، خود به جواب سؤالی که در مورد معنویت فرزندان تمهید نموده‌اند بپردازند. با این ترتیب فرزندان خود را در مقابل وسوسه و سؤالات انحرافی مکتب‌های مختلف مقاوم سازند.



برخی از آسیب‌های معنوی جوانان در ارتباط‌های چهارگانه

برای توصیف، تبیین، پیش‌بینی و علت‌یابی وضعیت معنویت در جوانان لازم است به چارچوبه منظمی اشاره شود. در اینجا نیز نویسنده حاضر چارچوب «ارتباط» در چهار بعد ارتباط با خدا، ارتباط با خود، ارتباط با دیگران و ارتباط با طبیعت را برای توصیف برخی از آسیب‌های معنوی جوانان اتخاذ کرده است. از آنجا که نکته اصلی و کانونی توصیف و تبیین سلامت یا آسیب‌دیدگی، ارتباط‌های چهارگانه است، لازم است اساس مفهومی و شاخص‌های رفتاری در جوانان در ارتباط با این چهار بعد بازنمایی شود. در ابتدا آسیب‌دیدگی جوانان در ارتباط با خدا را مورد بررسی قرار می‌دهیم. پس از آن به توضیح و تشریح وجوه آسیب‌دیدگی و شاخص‌های رفتاری آن در بعد ارتباط با خود و خودشناسی پرداخته می‌شود. سپس مشخصات آسیب‌دیدگی معنویت را در بعد ارتباط جوانان با طبیعت مورد بحث و بررسی قرار می‌دهیم. در آخر نیز به رابطه او با دیگران پرداخته و شاخص‌های ارتباط آسیب‌دیده را در این بعد مورد توجه قرار می‌دهیم.

۱) ارتباط با خدا: جوانان در ارتباط با خدا رابطه‌ای مبتنی بر شناخت و ادراک خویشتن از خدا برقرار می‌کنند. این ارتباط در سلامت یا بیماری جسمی، روانی و معنوی آنان تأثیر انکارناپذیری دارد. این ارتباطات تحت عنوان تکالیف در برخی کتاب‌ها آمده است و کتاب‌های دیگری نیز این ارتباطات را با امر قدسی تحت عنوان امور واجب، مستحب، مکروه و حرام طبقه‌بندی نموده‌اند. از بعد درونی نیز به نیت پشت این رفتارها و انگیزه نهانی آنها تأکید فراوانی شده است. در یک ارتباط سالم هماهنگی، همنوایی و انسجام بین تکوین و تشریح کاملاً قابل مشاهده است. مثلاً اگر فرد از لحاظ شرعی خواندن نماز واجب شمرده شده است، اشتیاق فرد از درون برای ارتباط با خدا هماهنگ با تمام هستی یک اشتیاق وصف‌ناپذیر تلقی می‌گردد. در صورتی که ظلم و از دست دادن عدالت یک امر مکروه تلقی شده است، وجدان درونی فرد نیز بدون توجه به بعد شرعی این مسئله را کراهت‌آور و ناراحت‌کننده تلقی می‌کند و دوست دارد عدالت، رعایت و ظلم، خاتمه یابد. در افراد ناسالم بین خواسته‌های شرعی و تمنیات روانی فرد این هماهنگی دیده نمی‌شود و این خود دلالت بر اصیل نبودن عمل معنوی می‌کند که ضررهای معنوی و روانی-اجتماعی آن، از پیش مشخص است.



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

در صورتی که انسجام و یکپارچگی بین عمل تشریح شده توسط پیغمبران و روان انسان نباشد، از هم گسستگی روانی، عدم صداقت معنوی و سلب اعتماد اجتماعی ایجاد می‌شود. البته جوانانی که در مرحله قراردادی تحول معنوی هستند و از نظر اخلاقی در مرحله «دیگر پیروی» قرار گرفته‌اند، این نوع رفتارهای ارتباطی با خدا را بیشتر در گزاره‌ها و مناسکی ملاحظه می‌کنند که جامعه مخصوصی به آنها به صورت پیشینی و آماده عنایت کرده است. این دسته از جوانان با توجه به اینکه از روی تقلید این اعمال را انجام می‌دهند، انگیزه درونی لذت بردن از اعمال معنوی را در نمی‌یابند. در صورتی که افراد قرار گرفته در مرحله تأملی بیشتر از بحث و تبادل نظر و نقد خود و دیگران بهره می‌برند و این فرایند را غیر اصیل تلقی می‌کنند. محور کلی آسیب‌ها در جوانان یا به عبارت دیگر آسیب در پیوندجویی و گسست و از خودبیگانگی، خود را به صورت پیشینی و یا پسینی نشان می‌دهد. از لحاظ پیشینی هر اندازه پیوندهای بین خالق و مخلوق محکم‌تر و خودآگاه‌تر و با اشتیاق لازم ادراک شود، سالم‌تر است. به خاطر اینکه یادآوری این ارتباطات موجب اشتیاق به احیای دوباره این ارتباطات گشته و منجر به برنامه‌ریزی در جهت پیوند دوباره می‌گردد. خودآگاهی از ارتباطات بین خدا و بندگان بوده که مولوی را وادار به تصنیف نی‌نامه کرد. او در عالم خیال جدایی خود را از نیستان وجود و تنها ماندن از منبع هستی را مشاهده کرد و سختی آن را به جان چشید و حاضر شد برای وصل دوباره، قیمت لازم را بپردازد. صورت ازلی ارتباط با ذکر به معنای عام حاصل می‌شود. این ذکر می‌تواند به صورت یادآوری اسمی از اسماء خدا به صورت انجام تکالیفی مثل نماز و یا نیایش‌های عاشقانه با خدا و یا دیدن او در آفاق انفس و در گل و گیاه و ناله بلبل و ... صورت پذیرد. این ارتباط به فرد امنیت، قدرت، ارزشمندی و تمامیت می‌بخشد.

به صورت پسینی منشأ ارتباط سالم به دل‌بستگی ایمن بر می‌گردد که تقویت‌کننده آرکیتایپ ازلی ارتباط مبتنی بر نزدیک بودن، در دسترس بودن، حامی و پشتیبان بودن، تکیه‌گاه امن بودن و پاسخگو بودن خدا می‌باشد. از آنجا که تجربیات زندگی می‌توانند به صورت‌های ازلی ارتباط رنگ بزنند، کیفیت ارتباط با والدین و تأثیر آن در ایجاد دل‌بستگی ایمن یا نایمن می‌تواند نقش اساسی در شدت و کیفیت این ارتباط ایجاد کند. البته محیط‌های فرهنگی غیر از اثرات دل‌بستگی تأثیر مضاعفی در ادراک این ارتباط ازلی می‌گذارند. مثلاً در فرهنگی که



موجب تثبیت جوانان در دوره قراردادی معنویت می‌شوند، به علت «دیگر پیروی» و تبعیت از قراردادهای اجتماعی (نه خواسته‌های قلبی و روانی) لذت لازم را افراد از این ارتباط خودجوش می‌گیرند. در حالی که در فرهنگ‌هایی که امکان تجربه عرفانی و معنوی شخصی را ترویج می‌کنند این ارتباط بیشتر درونی بوده و به رفتار فرد اصالت می‌بخشد.

کیفیت تعاملی که جوانان در این مرحله با خدا دارند از نمازهای یومیه گرفته تا نیایش‌های معنوی و تحسین و ثناگویی می‌تواند برحسب کیفیت و عمق اعتماد آنان به در دسترس بودن، نزدیک بودن، پاسخگو بودن، پایگاه امن بودن و مراقب بودن تعیین شود. در صورتی که کیفیت ارتباط از لحاظ کیفی و کمی در سطح بالایی باشد، جوانان احساس آرامش، احساس داشتن پایگاه امن، جسارت در حل مشکلات و توکل به خدا در تصمیم‌گیری‌ها به دست می‌آوردند. همین امر به سلامت روانی (کاهش اضطراب و افسردگی و افزایش شادابی و امیدواری) می‌انجامد. منبع ارتباط جوانان در این مرحله والدین، همکاران، افراد صاحب نفوذ از قبیل مرشدان و روحانیون می‌باشد که در نهایت آنان را به تبعیت از مراجع ذی‌صلاح و به استحکام رویکرد قراردادی به معنویت رهنمون می‌سازند و یا استدلال و منطق آنان در نقد آراء دیگران و رسیدن به نتیجه منطقی را پرورش می‌دهند. در برخی مواقع نیز احتمال دارد که تجربه زندگی و شخصی در استحکام معنویت آنان مؤثر تلقی گردد. البته به ندرت هر سه عامل یکجا در هدایت معنوی جوانان جمع می‌شوند. مسئولیت افراد ذی‌صلاح، مربیان و تسهیل‌کنندگان مسیر رشد معنویت این است که گرایش از رویکرد قراردادی را به درون جوانان اول از لحاظ منطقی و استدلالی و پس از آن تسهیل تجربیات دینی هدایت کنند. هر نوع اقدامات تربیتی در جهت القای عقاید و نظریات خود به جوانان به جلوگیری از رشد و حرکت و پویایی و درونی شدن می‌انجامد و در نهایت جوانان را از معنویت اصیل باز می‌دارد.

به طور خلاصه می‌توان برخی از آسیب‌دیدگی معنوی جوانان در بعد رابطه با خدا را در شاخص‌های زیر ملاحظه نمود: الف) اصالت و انسجام: هر اندازه معنویت مبتنی بر فطرت پاک جوانان بوده و خودجوش رشد کند و از انسجام شناختی، عاطفی و رفتاری برخوردار باشد به سلامت نزدیک‌تر و در غیر این صورت آسیب‌دیدگی در آن قابل مشاهده است. مثلاً جوانی که نماز را برای خودنمایی، پیدا کردن شغل و یا موجه نشان دادن به خاطر ازدواج به عمل



می‌آورد به آسیب نزدیک‌تر و از سلامت معنوی دورتر است. در مقابل جوانی که از ارتباط با خدا احساس امنیت، نزدیکی، فروتنی و شادابی می‌کند به سلامت معنوی نزدیک‌تر و از آسیب معنی به دور است. ب) داشتن ادراک توحیدی بین خود، دیگران، طبیعت و خدا: افرادی هستند که رابطه آنان با خدا از لحاظ نماز و روزه و نیایش در سطح بالا است و یا حداقل چنین مشاهده و ادراک می‌شود. ولی از لحاظ رعایت حق‌الناس، رعایت عدالت و انصاف، خوش‌خلقی با مردم و یا ارتباط با مخلوقات دیگر و طبیعت حقوق را رعایت نمی‌کنند. این‌چنین فردی را نمی‌توان در زمره افراد دارای ارتباط مناسب با خدا قلمداد نمود. ارتباط مناسب با خدا خودبه‌خود هماهنگی، همنوایی و درک حال سایر مخلوقات را نیز ایجاد می‌کند.

۲) **ارتباط با خود:** جوانان در ارتباط با خود می‌توانند به طرق مختلف عمل کنند که هر نوع عملی پیامدهای مخصوص روانی و معنوی را به همراه دارد. پیامدهایی که همراه با آسیب یا سلامت می‌باشند در طبقات زیر خلاصه می‌شوند:

الف) خودشناسی و یا عدم آن: معروف است که در یونان باستان در بالای دروازه آکادمی دلفی نوشته شده بود: «خودت را بشناس» بعدها نیز این شعار ارسطو شد و در نهایت به حدیث معروف منتهی شد که حضرت نبی اکرم (ص) فرمود: «هر کس خود را بشناسد، خدای خود را نیز می‌شناسد». فروید (۱۹۶۱) و یونگ (۱۹۶۹) با تمام اختلافاتی که در بسیاری از مسائل روان‌شناختی داشتند، هر دو چاره‌آزادی از بندهای عوامل بازدارنده رشد روان را، خودشناسی و آگاهی می‌دانستند. فروید (۱۹۶۱) اعتقاد داشت که خودشناسی برای نجات بشریت تنها عاملی است که می‌تواند جلوی فاجعه‌های انسانی را بگیرد؛ ولی متأسفانه انسان نمی‌تواند خود را بشناسد. یونگ (۱۹۶۹) نیز معتقد بود که خودشناسی عامل نجات بشریت است، از نظر او شناخت خود از طریق شناخت اجزای تشکیل‌دهنده آن امکان‌پذیر است و مرحله بعد از خودشناسی را جذب، انسجام و یکپارچگی عوامل روانی از قبیل: سایه، نقاب، آنیما، آنیموس، خود و خویش‌من متعالی معرفی نمود. یکی از آفت‌های بزرگ در رشد معنوی جوانان در ارتباط با خود، عدم خودشناسی آنان از لحاظ ناخودآگاه جمعی و ناخودآگاه شخصی و حتی حوزه خودآگاه می‌باشد. بسیاری از جوانان آموزش ندیده‌اند که اجزای روانی خود را شناسایی کرده و یکپارچگی لازم را بین این اجزا به وجود آورند. به همین جهت سایه و بعد



منفی شخصیت خود را به افراد دیگر فرافکنی می‌کنند و به قول مولوی با اینکه درصدد صید مرغ هستند، اما سایه‌اش را نشانه می‌گیرند و غافل از اینکه اصل آن مرغ در جای دیگر است، فقط سایه آن را هدف قرار می‌دهند. چه بسا جوانانی که به جای شناخت آنیما و یا بعد زنانگی در خود و انسجام آن به نقشه روانی و قدم برداشتن در جهت تمامیت خویش و حرکت به سوی فردیت‌یابی، آن را به همسر خود فرافکنی می‌کنند و غافل از اینکه مشکل کار جای دیگر است. از بسیاری از جوانان شنیده می‌شود که می‌گویند آنچه انسان خودش دوست دارد باید عمل کند. ولی وقتی از آنان پرسیده می‌شود این خود چیست که تو می‌خواهی به خواسته‌های آن عمل کنی؟ جوابی که می‌دهند متوجه می‌شویم که هوا و هوس زودگذر را خود تلقی کرده‌اند و از ابعاد عمیق روان خود و خواسته‌هایشان اطلاعی ندارند.

ب) خدا پیروی، خود پیروی و دیگر پیروی: بسیاری از مواقع حتی جوانان تحصیل کرده و آگاه ما تفاوت بین خود پیروی، خدا پیروی و دیگر پیروی و پیامدهای هر کدام را نمی‌دانند و یا حداقل جهدی برای شناخت تفاوت و اشتراک آنها نمی‌کنند. هوا و هوس‌های خام خود را در لباس اصطلاحات دینی جا می‌دهند تا اینکه هواهای نفسانی را رنگ قدسی بزنند و به اصطلاح معمول سر خودشان کلاه می‌گذارند. در برخی مواقع مسائل تحریف شده دینی را که منشأ قدسی ندارد معنویت می‌شمارند و افتخار به انجام خرافات به اسم معنویت می‌کنند. اجتهاد در شناخت امتیازها و تفاوت‌های این سه سازه از مهم‌ترین اموری است که لازم است در جهت خودشکوفایی معنوی و یا فردیت‌یابی به عمل آید. البته عوامل محیطی نیز در این لغزش‌ها سهم اساسی دارند. مثلاً تساهل در تربیت و نشان ندادن خط و مرز محدوده‌های شخصی کودکان، آنان را در نوجوانی و جوانی خودمحمور بار می‌آورد و افراد خودمحمور نیز خواسته‌های خودشان را به جای خواسته‌های خدا جا می‌زنند. همچنین تأکید بیشتر برای یک‌رنگی با اجتماع موجب می‌شود که جوانان در مرحله قراردادی تثبیت شوند و تثبیت در این مرحله در نهایت به دیگر پیروی به جای خدا پیروی می‌انجامد.



۱. ارتباط با دیگران: ارتباط با دیگران آنقدر در معنویت اسلامی تأکید شده است که حضرت نبی اکرم (ص) فرموده است: «مَنْ أَصْبَحَ لَمْ يَهْتَمَّ بِأُمُورِ الْمُسْلِمِينَ فَلَيْسَ بِمُسْلِمٍ: آن کس که صبح کند و دغدغه مسلمانان را نداشته باشد، مسلمان نیست^۱». در موارد دیگری ایشان همسایگان و رابطه حسنه با آنان را سفارش می‌کرد و فرموده است: «به قدری جبرئیل همسایگان را برای من سفارش می‌کرد که من فکر کردم همسایه از همسایه ارث نیز می‌برد^۲». البته سفارش حضرت نبی اکرم (ص) در مورد دیگران اول از خانواده، عشیره و همشیره، پدر و مادر و نزدیکان شروع می‌شود و رفته‌رفته نیازمندان و دیگر قشرهای اجتماعی را در بر می‌گیرد. طبیعی است که در الگوی اسلامی، تأکید فراوان بر مراقبت‌های ضروری از یکدیگر به عمل آید. بدین دلیل که طبق الگوی ارائه شده توسط پژوهشگر حاضر، همه افراد بشر در روان ناخودآگاه جمعی با هم شریک هستند. هر کس به دیگری نیکی کند این نیکی به طرف او برمی‌گردد. رفتار معنوی جوانان در ارتباط با دیگران بر طبق فطرت پاک مبتنی بر کمک‌رسانی، نوع‌دوستی، ایثار، گذشت و رهنمودهای ارشادی می‌باشد. البته این نوع رفتارها زمانی اتفاق می‌افتد که محیط مناسب باشد و در دوران تحول، جوانان از نظر کیفیت دل‌بستگی، ایمن باشند و طرح‌واره‌های ناکارآمد آنان آنقدر شدید نباشد که رفتارهای اجتماعی آنان را تحت تأثیر قرار دهد.

در عمل در حال حاضر متأسفانه در قشر جوانان نیز آسیب‌های معنوی دیده می‌شود که جلوی ارتباط سالم آنان را نه تنها با خدا بلکه با هم‌دیگر تحت تأثیر قرار می‌دهد. از آن جمله می‌توان به کینه و خصومت، رنجش‌های بین فردی و خودمحوری‌های اقتصادی، سیاسی، عقیدتی و تثبیت‌شدگی‌های دوران تحول و نداشتن انعطاف‌پذیری در برخورد با آراء مختلف اشاره نمود. بیشتر جوانان از لحاظ تحول معنوی در مرحله قراردادی و یا در حد بالا عده معدودی نیز در مرحله بینابینی و یا مرحله تأملی قرار دارند. افراد تثبیت‌شده در مرحله قراردادی اکثراً اعمال معنوی را که انجام می‌دهند خالی از هیجان معنوی بوده و فقط به خاطر دروی از آتش و یا نزدیکی به بهشت در آخرت صورت می‌گیرد. در صورتی که بین فطرت طبیعی آنان و معنویت

۱. کافی، جلد ۲، ص ۱۶۴

۲. بحارالانوار، جلد ۷۴، ص ۱۵۱



تقلید شده، ارتباط و هم‌نوایی وجود نداشته باشد، انجام اعمال معنوی نه تنها شوری در آنان ایجاد نمی‌کند بلکه خسته کننده می‌باشد. مثلاً در صورتی که جوانی فعالیت‌های داوطلبانه خیرجویانه را فقط به خاطر ابزارهای تقویت دنیوی مثل پاداش و دریافت تائید اجتماعی انجام دهد و تقویت کننده درونی نداشته باشد، پس از مدتی کوتاه احتمال دارد که این رفتارها خاموش شوند. برای جلوگیری از این امر، لازم است که مریدان در جامعه اسلامی اولاً به صورت تفکیکی این رفتارها را تقویت کنند و در ثانی رفته‌رفته این رفتارهای اجتماعی را به طرف تقویت‌های درونی سوق دهند؛ یعنی وقتی فرد امور داوطلبانه و بشردوستانه را انجام می‌دهد، بتواند از خود این رفتارها لذت درونی ببرد و بداند که آن چیزی که باقی می‌ماند خیر و نیکی به اطرافیان است. در غیر این صورت زندگی در حال گذر، موقعیت‌ها و فرصت‌های در دسترس را زایل می‌کند. از این رو است که حافظ گوید:

توانگرا دل درویش خود به دست آور که مخزن زر و گنج درم نخواهد ماند

«غزلیات حافظ: ۱۷۹»

اکثر رفتارهای معنوی جوانان از سلامت و یا آسیب‌دیدگی ارتباط‌های اولیه آنان در خانواده نشأت می‌گیرد. به نظر می‌رسد اکثر جوانانی که در کارهای اجتماعی شرکت فعالانه دارند، در خانواده‌ای بزرگ شده‌اند که کیفیت دل‌بستگی و برخوردهای متداول بین پدر و مادر مطلوب بوده است. افراد با دل‌بستگی نایمن اضطرابی و اجتنابی به نحوی از انجا مشکلات ارتباطی از جمله مشکلات در کمک‌رسانی به دیگران، نوع‌دوستی و همکاری‌های داوطلبانه را تجربه می‌کنند. به طور مثال جوانی با کیفیت دل‌بستگی اضطرابی به خاطر دل‌مشغولی به اضطراب و ترس، خود کارایی لازم برای صلح‌رحم را ندارد. این افراد در هنگام نگره‌داری والدین مسن و نیازمند خود شدیداً دچار اضطراب می‌شوند و این درگیری ذهنی و روانی کارایی آنان را از مراقبت‌های لازم پایین می‌آورد. افرادی که دل‌بستگی نایمن از نوع اجتنابی دارند از مراقبت‌های لازم خود را کنار می‌کشند و در کارهای خیر از قبیل مراقبت از والدین سالخورده به بهانه‌های مختلف اجتناب می‌کنند. افراد مضطرب دوست دارند که با فرار از موقعیت‌ها، اضطراب اجتماعی خودشان را پایین بیاورند (حضور آنان در جامعه موجب فعال شدن طرح‌واره اضطراب در آن می‌گردد). سعی آنان بر این است که با اجتناب از محیط‌های اجتماعی تا حد



امکان خود را از اضطراب‌ها به دور نگه دارند و لازم می‌دانند که با اجتناب از موقعیت‌هایی از قبیل موقعیت‌های جمعی افراد خانواده، دید و بازدیدها جلوگیری کنند. آنان تفریح‌هایی را انتخاب می‌کنند که در اوقات فراغت به جای گذراندن وقتشان با دوستان و یا اعضای خانواده، به‌تنهایی بتوانند به تفریحات بپردازند.

علاوه بر این گسست از خویشتن و از خود بریدگی جوانان، در حال حاضر گسست اجتماعی و معنوی را خودبه‌خود به دنبال داشته است. جوانان امروزه در روابط اجتماعی صلاح خویشتن را بیشتر در نظر می‌گیرند تا مصلحت جمعی و به همین جهت در کارهای خیرخواهانه که معطوف به نفع بردن جمع دوستان است تا انحصار آن به خود فرد، کمتر شرکت می‌کنند. در کل می‌توان این‌گونه بیان کرد که در حال حاضر روحیه فردگرایی و تقدم خویشتن بر دیگران بیشتر از گذشته در بین جوانان رایج شده است. مثلاً جوانانی که در حال حاضر پژوهشگر با آنان مصاحبه کرده است، در روابط اقتصادی، در روابط زناشویی و در روابط دوستانه اکثراً خودمحورانه عمل می‌کنند و کمتر نفع طرف دیگر و احساسات و عواطف آنان را نیز در تصمیم‌گیری‌های خودشان ملحوظ می‌دارند.

۲. ارتباط با طبیعت: ارتباط با طبیعت از نظر معنوی ایده‌های مختلفی را تداعی می‌کند. از آن جمله آیه و نشانه دانستن طبیعت از خدا است. این بدان معنا است که ماه و خورشید و ستارگان و زمین و قوانین حاکم بر آنان نشانی از خداوند و قوانین او هستند. در این الگو خداوند (کنز مخفی) در صورت تجلی همه طبیعت را مثل نور خود یا جزئی از نور خود مقدس نموده است و گردش افلاک در حکم و اراده بارز خداوند مقصد و مقصودی را دنبال می‌کنند که این مقصد و مقصود معنادار و پویا می‌باشد. به قول سعدی:

ابر و باد و مه و خورشید و فلک در کارند تا تو نانی به کف آری و به غلفت نخوری

«گلستان سعدی: باب اول»

در این پارادایم توحید یافته که سرنوشت انسان به سرنوشت طبیعت و به شکوه و عظمت طبیعت بستگی دارد، هدف انسان شناخت طبیعت، هم‌نوایی با طبیعت و همدل بودن با طبیعت و فراهم کردن بستری برای رشد طبیعت و ارتقای آن می‌باشد. در بعد مخالف، شناخت قوانین حاکم بر طبیعت برای بهره‌کشی فراوان از آن به نفع انسان خودمحور، بدون در



نظر گرفتن نظام کلی طبیعت است. رفتار جوانان با طبیعت مثل قشرهای دیگر از حالت قدسی شاعرانه گذشته و نگاه سودجویانه و بهره‌کشی از طبیعت را به دنبال داشته است. این موضوع برای افرادی که در مرحله قراردادی معنویت تثبیت شده‌اند، شدیدتر است. به خاطر اینکه به تناسب رشد معنویتشان از جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنند الگوهای خود را به طریق نیابتی اخذ می‌کنند. طبیعت برای آنان مثل گاو شیرده هر اندازه منفعت بیشتر تأمین کند و به هر وسیله‌ای که تأمین شود، سودمند است. در نهایت اگر جوانان امروزه مثل بقیه اقشار مردم از حفظ طبیعت صحبت کنند به این جهت است که آنقدر از طبیعت استفاده نکنیم که تمام شود و برای فرزندان آینده، منبعی وجود نداشته باشد. این ایده خود یک ایده خودمحرانه است؛ یعنی طبیعت را به خاطر حال خود و یا به آینده و یا در نهایت بهره‌کشی نسل‌های آینده داشته باشیم. طبیعت به ذات و فی‌نفسه تحسین انسان‌های امروزه را بر نمی‌انگیزد و اگر هم آیه خداوند نامیده می‌شود به صورت کلامی و از روی تعارف این کلمات به زبان می‌آید. دیگر کسی مثل حافظ با باد صبا صحبت نمی‌کند و آن را فرشته پیام‌آور نمی‌خواند و توسط باد صبا به معشوق خود پیام نمی‌فرستد. یا مثل حضرت نبی اکرم (ص) انتظار ندارد که پیام دوست را از سوی یمن به او برساند و یا بویی از سوی یوسف به سوی یعقوب آورد و یا هدهد را پیک سلیمان نمی‌خواند. همه اینها در دفترهای قدیمی نوشته شده‌اند. بشر امروز امروزه اگر به پرنده‌ای علاقه‌مند است او را در قفس اسیر می‌کند و اگر سروی را در باغ و گلستان می‌بیند با بریدن شاخه‌هایش به شکلی که خودش آن را دوست دارد، در می‌آورد. دیگر مثل سعدی کسی قامت دوستش را در سرو گلستان نمی‌بیند و زبان به تحسین نمی‌گشاید. از ناله بلبل و ناز گل چیزی در طبیعت نمی‌بیند و یا مثل حضرت نبی اکرم (ص) شکستن شاخه‌ای از درخت را همچون شکست بال فرشتگان نمی‌داند. او دنبال سودجویی خود است. اگر سودجویی او اقتضا کند بهره‌کشی‌های بی‌رویه از طبیعت را تجویز می‌کند.

اگر انسان در گذشته طبیعت را آیه‌ای از خدا می‌دانست و گردش ستارگان را به خوشبختی انسان‌ها یا گرفتاری‌شان نسبت می‌داد و اگر باد صبا را پیام‌آور و سروش معنوی می‌نامید، می‌دانست که طبیعت نشانی از خداوند رحمان است و از آنجا که عشق معنوی به خداوند او را مست کرده بود، صدای بلبل و بوی گل نیز او را سرمست می‌نمود. در جوانان گسست از



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

طبیعت و بهره‌کشی از آن به نفع خویشتن و طبیعت را مال خود نامیدن، به جای منظرگاه خداوند دیدن آغاز شده است. از نظر روان‌شناسی اعماق این تغییر در دوره رنسانس آغاز شد و توأم با تغییر آرکیتایپی در اسطوره‌ها و روان ناخودآگاه انسان‌ها بوده است. هوش معنوی انسان‌ها همراه با این تغییر جایگاه خود را به هوش ریاضی و منطقی داد و هوش ریاضی و منطقی نیز سازگاری را در بهره‌کشی بیشتر از طبیعت تلقی نمود.

به طور کلی اختلال در ارتباط و گسستگی، همیشه با درد روحانی و جسمانی و معنوی توأم بوده است. تعدادی از عرفا بهشت را همان وصل و ارتباط (به نحو بهینه) با خویشتن، خدا، طبیعت و افراد دیگر دانسته‌اند و معتقد شده‌اند که مرکز ثقل این ارتباط نیز ارتباط با خویشتن است. کسی که به خود واقعی‌اش متصل شود و به عمق اقیانوس وجودش پی ببرد خدا را در عمق وجود خود تا حدی خواهد دید و به او اعتماد خواهد نمود و با او یکی خواهد شد. او در اثر شناخت واقعی خویشتن به این نکته پی خواهد برد که با ناخودآگاه در ارتباط است. هر نوع رفتار او با دیگران انعکاسی در تمام هستی از جمله در سعادت و یا شقاوت وجود او دارد. او دیگران را از خود جدا نخواهد دید. بی‌سبب نیست که تمام ائمه معصومین در دعا‌های خود دیگران را بر خویشتن مقدم می‌داشتند. این مسئله قبل از اینکه تشریحی باشد به صورت تکوینی در وجود انسان نهفته است. غور و تفحص در خویشتن، فرد را با بعد ملکوتی خویش آشنا خواهد نمود. در اثر شناخت خویشتن، او به انگیزه تعالی روان خویش علم حاصل خواهد کرد و انگیزه برای معراج معنوی در او ایجاد خواهد شد. در خلاصه کلام همه چیز حتی پیوستن به وجود متعالی، به طبیعت و به دیگران حول محور خودیابی، خودشناسی و انسجام ابعاد شخصیت و رسیدن به مرحله فردیت‌یابی می‌باشد.

فرد فردیت یافته خداوند را در وجود خود پیدا نموده و به خوبی به معنای آیه «من از رگ‌های گردن به بندگانم نزدیک‌تر هستم» پی خواهد برد و به درستی آن شهادت خواهد داد. به چشم خود خواهد دید که او هر کجا هست خدا نیز آنجا است (هو معکم اینما کنتم). چنین فردی علاوه بر در دسترس دانستن خدا، منبع آرامش بودن او پایگاه امن بودنش را با مشاهده درونی تصدیق خواهد نمود. او در مقام وصل به همان یافته مولانا در نی نامه خواهد رسید که هر چه درد و رنج است از جدایی‌ها است. از زمانی که این جدایی اتفاق افتاده هیچ‌وقت نوع بشر دست



از ناله و شکایت از این جدایی بر نداشته است. تعدادی از عرفا معتقدند که یکی از بهترین تفاسیر قرآن مثنوی معنوی است. حداقل می‌توان گفت که لب لباب پیام خدا در مثنوی بیان شده است و خلاصه مثنوی نیز در نی نامه آمده است؛ بنابراین اگر این ادعا درست باشد تمام قرآن داستان جدایی و فراق می‌باشد. فراق بنده‌ای که حتی دوری خود را نیز فراموش کرده است. او در دسترس خود و خدا نیست و خدای مهربان را در دسترس نمی‌بیند؛ مانند نابینایی که چشم از آفتاب برمی‌تابد و می‌گوید آفتاب کجا است.

اگر با هبوط انسان درد او شروع شده است، مثل حضرت موسی (ع) که از مادر دورافتاده و تا مادر نبیند افطار نمی‌کند و درد گرسنگی را بر خود گوارا می‌سازد، این انسان نیز لازم است در جهت دوباره پیوستن به منبع خویش چاره اندیشد. ناله‌های این طفل دورافتاده از مادر همراه با ناخودآگاهی از مادر و از درد خود، خدا را به رحم آورده و او انبیاء را (به رسم خواهر موسی) برای هدایت او فرستاده است. در اینجا نقش انبیا چون نقش خواهر موسی برای کمک کردن به موسی برای پیدا کردن مادر است. توصیه‌های انبیاء در انجام مناسک نیز به طور رمزی و نمادین برای پیدا نمودن این مادر و آسودن در آغوش او است. پس داستان انبیاء داستان جدایی و فراق و پیدا کردن راه‌حل برای پایان دادن به این فراق طولانی‌مدت می‌باشد. این نگاه صورت‌زلی به رابطه دل‌بستگی بین خدا و انسان همه دین را در بافت دل‌بستگی معنا می‌کند و به دین معنای تازه‌ای می‌دهد. به این عنوان که دین عبارت است برقراری پیوند عاطفی با خدا که خودبه‌خود به پیوند شناختی و اعمال و رفتار دل‌بستگی نیز می‌انجامد.

آسیب‌های معنوی مربوط به تحولات اجتماعی - فرهنگی

این بخش روی تعدادی از مسائلی تمرکز می‌کند که جوانان باید برای ساخت معنویت بر آنها فائق آیند. ما به هنگام بررسی این مشخصات، به این مسئله اشاره نمی‌کنیم که جست‌وجوی بُعد معنوی، در ذهن بسیاری از جوانان بیشترین اهمیت را دارد؛ اینطور نیست. بخش اصلی انرژی روانی و احساسی آنها اغلب درگیر نجات یافتن از مخاطرات جوانی و نوجوانی و انجام تکالیف زندگی روزمره و اشتغال بالقوه‌ای می‌شود که امیدوارند از آن فراتر باشد. آنها بیشتر نگران چیزی هستند که اثری آنی بر سلامتشان داشته باشد: مانند ظاهرشان و پذیرفته شدن از سوی اجتماع، دوستی‌هایشان، سرگرمی، فیلم‌ها، تلویزیون، موسیقی، فراغت ورزش. در عین



اذعان به این مسئله که بخش قابل توجهی از جوانان مذهبی هستند- معنویت‌ی دارند که به یک جامعه دینی و رویه‌های مذهبی مربوط می‌شود- به موقعیت افرادی می‌پردازیم که معنویت آنها به علل مختلف با معنویت سنتی تر سنت‌های مذهبی‌شان هماهنگ نیست. آنچه در ادامه می‌آید، تشخیص مشکلات و مسائل اثرگذار بر معنویت جوانان، با اذعان به کثرت دیدگاه‌های معنوی مذهبی و غیرمذهبی است. لازم به ذکر است که در این بخش هدف، نشان دادن پیچیدگی و جنبه‌های مشکل‌آفرین معنویت جوانان است نه ارائه شرحی کامل از آن.

هر گونه تغییری معمولاً حدی از آسیب را در مورد سازگاری، قضاوت و مطابقت در گرایش و رفتار به دنبال دارد؛ اما مشخصه اصلی دوران جوانی، تغییری است که افراد را در معرض آسیب‌های کم تا متوسط قرار می‌دهد. فرسودگی روح افراد نیز مشاهده می‌شود که تنها بخشی از بقا در فرهنگی به سرعت در حال تغییر است که مشخصه اصلی آن استفاده‌ی روزافزون از فناوری، جهانی‌شدن در تجارت و تهدیدهای تروریسم، تنش نژادی و ناامنی شغلی است. این مسئله دورنماهای زندگی جوانان را مبهم‌تر کرده و باعث می‌شود حس کنند در دوران عذاب‌آوری زندگی می‌کنند. اکرسلی، ویرنج و این^۱ (۲۰۰۶) پژوهشگران جوانان، نشان داده‌اند که برخی مطالعات توانایی جوانان در سازگاری خونسردانه با تغییر سریع را نشان می‌دهد؛ در حالی که این تغییرات سریع، اثرات مخرب بیشتری روی زندگی بزرگسالان دارد. نوجوانان به عنوان افرادی شناسایی شده‌اند که شتاب تغییر و فناوری‌هایی که بزرگسالان را دستخوش حملات اضطراب می‌کند، آنان را به مشکل نینداخته است. این نوجوانان عصر فناوری، منعطف و سازگار هستند. آنان یاد گرفته‌اند تا در بی‌نظمی، عدم قطعیت و ناامنی رشد کنند، به طریقی که والدینشان هرگز نتوانسته‌اند. با این حال اکرسلی و همکاران توجه را به تعداد بیشتر مطالعاتی جلب می‌کنند که تصویری عریان‌تر را ترسیم می‌کنند. اگرچه درست است که جوانان بیشتر به تغییر عادت دارند و با فناوری نو راحت‌تر هستند، اما شواهدی از بیماری ریشه‌داری نیز وجود دارد که طیف نوجوانی را میان‌بر می‌زند. برخی از جوانان بدبین، بیگانه شده، سرخورده هستند. عده‌ای از آنان سردرگم و خشمگین و به آنچه آینده در چنته دارد و چیزی که جامعه از آنان انتظار دارد، تردید دارند. از این دیدگاه، افرادی که خودکشی می‌کنند،



افسرده‌ها و معتادان به مواد مخدر و مجرمان، نشانگر نوک کوه یخ درد و فشار روانی هستند که بخش قابل توجهی را شامل می‌شود. در نگاه اول، یافته‌ها متناقض به نظر می‌رسند: یک دیدگاه خوش‌بینانه به نظر می‌رسد، دیگری بدبینانه‌تر است؛ اما این ویژگی‌های ظاهراً متضاد، ممکن است در مورد برخی جوانان در مراحل مختلف زندگی صادق باشد و این به تجارب زندگی آنان بستگی دارد. دیدگاه جوانی که در مناطق روستایی زندگی می‌کند، یا در حاشیه جامعه قرار دارد، متفاوت از فردی با پیشینه حمایتی به لحاظ اقتصادی ثابت و در رفاه است که زندگی برایش گزینه‌های مطلوب زیادی دارد.

جوانان امروز به دنبال اکتساب و شکل دادن به معنویت خود به طرقی متفاوت از نسل‌های قبل هستند. واژه «معنویت» نیز پیش از این عمدتاً با مفهوم دینی به کار می‌رفت. اکنون این واژه در بردارنده طیف وسیعی از گروه‌های متمایزی است که بین دین و معنویت پدید آمده است؛ تا حدی که اکنون برخی افراد خود را معنوی اما غیردینی یا سکولار توصیف می‌کنند. کشف کارکرد معنویت موجب می‌شود تا به میراث دینی معنویت افتخار کنیم و در عین حال به تجلیات گوناگون معنویت که از دین ایجاد شده‌اند، پی ببریم. این بخش پس از ارائه نظراتی در مورد تحولات واژه معنویت در طول زمان و در بستر فرهنگ (با استفاده از رویکرد ارزیابانه به معنویت)، توجیهی از معنویت دینی ارائه می‌دهد تا گره‌های محکم سنتی بین دین و معنویت را نشان دهد.

به طور کلی واژه «معنویت» در سال‌های گذشته مفهوم دینی داشته است: سبک دعا و عمل معنوی که تجلی یک رویکرد دینی نسبت به زندگی است. ولی اکنون این واژه علاوه بر کاربرد دینی، توسط برخی از افراد، به نحله‌هایی اشاره می‌کند که با دین‌داری سنتی تفاوت قابل توجهی دارد. به نظر می‌رسد سکولارسازی پر رنگ شده و دین در زندگی برخی از افراد مثل سابق برجسته نیست. معنویت به یک واژه منحصر به فرد تبدیل شده که بسیاری از جنبه‌های مختلف زندگی شخصی و فرهنگ را تحت پوشش قرار می‌دهد؛ این واژه در ادیان سنتی و به همان اندازه در جنبش‌های دینی جدید و گروه‌های معنوی غیردینی به کار می‌رود. معنویت به تدریج فراتر از معنای خاص «دینی» به کار رفت و عبارتی شد که به راحتی به عنوان اصطلاح در بردارنده یک سبک زندگی خاص به کار گرفته شد؛ نوعی فلسفه شخصی یا



حتی شیوه‌ای برای انجام کسب و کار. افراد جوان تمایل دارند با واژه «معنوی» پیوستگی بیشتری داشته باشند تا واژه «دین‌داری». بخشی از شهرت معنویت به طور طبیعی ناشی از این دیدگاه است که بعد معنوی برای شادکامی و شکوفایی انسان ضروری است، ولی در تطبیق با انواع علائق و سبک‌های زندگی از جمله دینی، غیردینی و حتی ضد دینی به اندازه کافی مبهم است.

بین دین‌داری و معنویت، نوعی تمایز و در برخی موارد نوعی واگرایی ایجاد شده است. در نتیجه معنویت‌هایی وجود دارند که مبتنی بر دین نیستند یا به آن بستگی ندارند. این سؤال پیامد بزرگی برای ادیان دارد؛ زیرا یکی از مسائل عمده‌ای که با آن روبه‌رو می‌شوند، ارتباط معنوی معاصرشان است: آیا دین نیازهای معنوی افراد را تأمین می‌کند؟ همین سؤال برای گفتگو در مورد معنویت بین گروه‌های دینی و گروه‌های غیردینی نیز مهم است. افزایش سکولارسازی در شاخص کاهش دین رسمی در زندگی فرهنگی و اجتماعی مشهود است. به نظر می‌رسد تأثیرات مرجعیت و فرهنگ دینی روی تفکر و رفتار افراد کاهش یافته است؛ افراد توجه هشیارانه کمتری به دین‌شان دارند. سکولارسازی دال بر این است که دین بر روی معنویت، انحصار ندارد و این مفهوم معنویت غیردینی را تأیید می‌کند؛ در واقع برای برخی از افراد، نگرانی‌های معنوی و اخلاقی آنان ارتباط کمی با دین دارد یا اصلاً ارتباط ندارد. افرادی نیز هستند که به دین وابستگی دارند ولی معنویت آنان شامل عناصری فراتر از سنت ایمانی ایشان است و شامل هر دو عنصر دینی و غیردینی می‌شود. یکی از پیامدهای سکولارسازی، تمایل به این بود که به اعتقادات دینی، به عنوان موضوعاتی شخصی و خصوصی توجه شود- موضوعاتی که لازم نیست در عموم به آن اذعان کرد- این موضوع به نوبه خود به این تفکر منجر شد که باورهای دینی یک موضوع «عقیدتی» هستند (و عقیده همه افراد به اندازه هم خوب است)، مفهومی که اغلب مشکل‌ساز تلقی می‌شود. به طور کلی این تمایل وجود دارد که دین‌داری به آیین‌های عمومی در جامعه ایمانی و «معنویت» به سرسپردگی خصوصی و شخصی مرتبط شود. این تمایز اغلب توسط کسانی به کار می‌رفت که می‌خواستند خودشان را از آیین‌های دینی جدا کنند. ولی این کاربرد می‌تواند نوعی دوگانگی کاذب ایجاد کند؛ گویی که فعالیت دینی اجتماعی شامل اتصال یا سرسپردگی شخصی خاصی با خداوند نیست



(مفهومی که در سنن دینی سابقه طولانی داشته است).

تکیه بر تجربه خود افراد به عنوان سنگ محکی برای حقیقت، اصالت و سبک زندگی در حال افزایش است و این، نگرش‌ها را در مورد مرجعیت دینی و سنن دینی تغییر می‌دهد. افراد، مملو از حسی قوی در مورد فردیت هستند که تمایل دارند ارتباط مرجعیت دینی و سنن دینی را در قالب نحوه ارتقا یا ایجاد مانع در سبک زندگی و خودمختاری خود، اندازه‌گیری کنند. آنان می‌توانند احساس کنند که بدون وابستگی به دین و رهبران دینی، دسترسی شخصی مستقیمی به معنویت و خداوند دارند. دغدغه‌های وجودی آنقدر برجسته شده‌اند که می‌توانند چشم‌انداز تاریخی و توجه به تحولات آینده را محدود کنند. اینکه از معنویت انتظار رود نیازهای احساس شده را محقق کند، اشکالی ندارد، ولی صرفاً گام کوتاهی به رویکرد مصرف‌گرا نسبت به معنویت است. اگر به معنویت به عنوان صرفاً جنبه دیگری از ماهیت انسان توجه شود که به «رشد» و «ارضا» نیاز دارد، به راحتی می‌تواند به کالا تبدیل شود و در بازار عرضه شود. دیدگاه‌های مصرف‌گرا در مورد معنویت می‌تواند مشکل‌ساز باشد. عقل‌گرایی علمی در دو قرن گذشته (تحت تأثیر روشنگری) تمایل داشته است تا دیدگاه‌های ساده در مورد حقیقت دین‌داری را تضعیف کند و به همان اندازه مرجعیت دینی سنتی را زیر سؤال ببرد. این امر بین دین‌داری و معنویت تمایز ایجاد می‌کند و از معنویت غیردینی حمایت می‌کند.

معنویت جوانان ارتباط تنگاتنگی با اهداف احساسی و زیبایی‌شناسانه و همین‌طور اهداف و تعهدات زندگی دارد. البته اذعان به این امر مهم به نظر می‌رسد که معنویت عرفانی‌تر یا هنرمندانه‌تر که به شدت مبتنی بر نوع تجربه است، معنویت بزرگسالی است؛ اما این بدان معنا نیست که در کودکی یا نوجوانی و جوانی وجود ندارد، بلکه بدین معنا است که این معنویت، نقاط شروع بسیار عینی و گاهی دنیوی برای جوانان دارد؛ هر چند می‌تواند همگام با تبدیل شدن آنها به یک فرد بزرگسال، با افزایش ظرفیت تجارب آنان، به ترکیبی عرفانی‌تر بدل شود. آنان الگوهای باور و معنویت پیچیده‌ای دارند که از طریق تجربه زندگی و تماس با دیدگاه‌های مذهبی و غیرمذهبی زندگی کسب می‌شوند. بُعد متعالی معنویت جوانان و همچنین ایمان به خدا و امید به زندگی پس از مرگ را می‌توان به مثابه تجربه‌ای درک کرد که آگاهی را فراتر از امور روزمره و به سمت «تصویری بزرگ‌تر» و «معنایی بزرگ‌تر» از زندگی



می‌برد که فرد را تعالی می‌بخشد. بسیاری از جوانان حس نزدیکی به خدا- روح خالق یا نیروی حیاتی که آنان را به عنوان یک فرد می‌شناسد و به آنها توجه می‌کند- دارند و می‌توانند در افکارشان با خدا گفت‌وگو کنند. در گفت‌وگوهای مربوط به امور معنوی، جوانان می‌توانند لحظاتی را به یاد بیاورند که توجهشان درگیر تجربه چیزی درون خودشان شده بود. این برای آنان تجربه وفاداری به امر معنوی و متعالی است. علاوه بر این، تجارب معنوی دیگری نیز وجود دارند که در زمره تجارب متعالی قرار می‌گیرند و آنچه در اختیار جوانان می‌گذارد، حس ملموسی از بُعد معنوی زندگی است. از نظر آنان، این همان تجربه گریزناپذیر امر معنوی است و ممکن است وجوهی را در بر بگیرد که معمولاً با زیبایی طبیعی، هنری، شعرگون و افسانه‌ای - حتی عرفانی- توصیف می‌شود (برای مثال تماشای طلوع خورشید از نظر برخی جوانان می‌تواند به عنوان امری معنوی معرفی شود). برچسب‌گذاری روی این رویدادها به عنوان تجارب مستقیم امر معنوی، شاید درست نباشد. این تمام معنویت نیست اما می‌تواند نقطه شروع تجربی مهمی برای جوانان باشد تا خود را با جهان فیزیکی و همین‌طور جامعه بشری و امر الهی، مرتبط حس کنند. گاهی افراد مذهبی به این نوع تجربه بی‌اعتنا هستند؛ چون فکر می‌کنند جوانان از آن به عنوان جایگزینی برای معنویت دینی (مذهبی) استفاده می‌کنند.

زمانی که بحث معنویت جوانان به میان می‌آید، تمایزهای برقرار شده بین معنوی و دین‌داری، اهمیت می‌یابند؛ چون میزان بهره‌گیری معنویت جوانان از مذهب سنتی و سامان‌دهی شده، متفاوت است. از نظر بسیاری، در هر حال معنویت جوانان چه قوی باشد یا چه حاشیه‌ای، بُعدی دینی (مذهبی) دارد. از نظر برخی، ایمان مذهبی آنان کانون معنویتشان را تشکیل می‌دهد؛ از نظر باقی افراد، جوانان باور به خدا را در خود حفظ می‌کنند؛ اما کمک چندانی از الهیات و روبه‌های معنوی مذهب سنتی خود نمی‌گیرند. از نظر برخی از جوانان، امور معنوی و مذهبی همیشه مشابه هم نیستند. اولی اغلب مهم‌تر و جامع‌تر است؛ از نظر برخی از آنان مذهب ابزاری برای رسیدن به معنویت تلقی می‌شود و نه برعکس. برخی از آنان حس می‌کنند که بخش اعظم معنویت‌شان، به شکل خاص مذهبی نیست. برخی دیگر ممکن است به راحتی از واژه «معنویت» برای توصیف بخش‌های درونی و ارزش‌محور زندگی خود استفاده نکنند. برخی از آنان توجه بیشتری به مذهب سامان یافته از خود نشان نمی‌دهند؛ آنان نگران هستند



که مذهب حس رو به رشد استقلال‌شان را محدود کند، چون مذهب به‌آسانی «محدودیتی اخلاقی» تلقی می‌شود (احتمالاً مؤلفه رشدی ضد مرجعیت در اینجا فعال است، همان کاری که در مورد مرجعیت والدین انجام می‌شود؛ اما در اینجا متأثر از درک تحریف‌شده آنها از مذهب نیز می‌باشد). تمام این موارد، آنان را بیشتر متمایل به امر معنوی می‌کند تا مذهبی. آنان ممکن است به هیچ‌وجه خود را مذهبی تلقی نکنند؛ در واقع افرادی که از اطلاق چنین واژه‌ای به خود پرهیز می‌کنند، با این وجود انواع پرسش‌های جالب و حتی هیجان‌انگیز را در مورد ماهیت زندگی می‌پرسند و می‌توان شنید که با عقایدی سر و کله می‌زنند که آشکارا ماهیتی معنوی دارند؛ مانند پرسیدن از خود در مورد معنای زندگی و ارتباط با هستی.

همان‌طور که گفته شد به نظر می‌رسد جوانان امروز به دنبال اکتساب و شکل دادن به معنویت خود به طریقی متفاوت از نسل‌های قبل هستند و مانند نسل‌های قدیمی‌تر، با سنت‌ها و مذهب سنتی ارتباط برقرار نمی‌کنند. منظور این‌گونه نیست که گونه بشری جدیدی پا به عرصه گذاشته است که معنا را به شیوه‌ای کاملاً متفاوت از بزرگسالان شکل می‌دهد؛ بلکه نگرش جوانان به سنت، جهان و تجربه خود آنان به هنگام ساختن معنویت و هویت خود، ممکن است متفاوت از چیزی باشد که افراد مسن‌تر فکر می‌کنند برای آنان مناسب است؛ و این یک شکاف ارتباطی است (کولز^۱، ۱۹۹۲؛ ماسون^۲ و همکاران، ۲۰۰۶). اغلب افراد مسن‌تر در نظام فرهنگی متفاوتی رشد کرده‌اند و از پس سازگاری (یا تطبیق) با تغییر اجتماعی سریع برآمده‌اند. با این حال برای نسل‌های جوان‌تر که هرگز چیزی متفاوت از تغییر سریع را تجربه نکرده‌اند، نوعی بدیهی بودن در تغییر و سبک‌های زندگی متفاوت از افراد مسن‌تر وجود دارد. این امر به ادراکات و ارزش‌های متفاوت می‌انجامد؛ این تفاوت‌ها نیز بر شیوه‌ی پاسخ‌دهی جوانان به تلاش‌های بزرگسالان در انتقال سنت‌های تاریخی اثرگذار است. به نظر می‌رسد اکنون پدیده انتقال سنت و باورهای دینی دشوارتر شده است؛ زیرا جوانان در پاسخ به نگرانی‌های بزرگسالان برای پرورش هویت دینی از طریق رویه‌های آموزشی، ممکن است مناسب بودن محتوا و روش‌های آموزش را به اندازه پرسش در مورد علت نیاز به توجه به هویت مذهبی، به چالش



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

نکشند. برخی از آنان ایمان افراد به اصول خاص و تعهدشان به نظام باورهای فراگیر را جالب می‌دانند و در عین حال حس می‌کنند که می‌توانند بدون این ارتباطات مذهبی رسمی، پیش بروند. ممکن است به عقاید و رویه‌های معنوی که نوعی ارتباط حس شده بلافصل دارند یا در خدمت نوعی کارکرد کاربردی هستند، علاقه‌مندتر باشند. آنان ظاهراً بیشتر به کنار آمدن با حیات و جهان وجودی خود و موفقیت در آن علاقه‌مندند. فشارهای اقتصادی و فشارهای دیگر بیش از پیش شده‌اند و روابط خانواده و جامعه را تحلیل می‌برند. همگام با کاهش تماس شخصی با والدین و خانواده، پیوندهای خانواده و جامعه ضعیف می‌شود. این امر می‌تواند در حس جدا بودن و تنهایی جوانان نقش داشته باشد. این امر نیز می‌تواند تسهیل کننده شکاف بین نسلی باشد. مثلاً برخی از جوانان، به آنچه والدین و مرشدان دینی ممکن است در مورد مسائل معنوی و اخلاقی بگویند، بی‌علاقه‌گی نشان می‌دهند؛ آنان به آنچه در مورد این مسائل گفته می‌شود تا مادامی که در سبک زندگیشان مداخله نکند، علاقه‌ای ندارند. با این وجود همین جوانان ممکن است حس کنند که مذهب مهم است؛ چون در رابطه با مسائل غایی نظیر مرگ و زندگی پس از آن، آرامش و معنا می‌دهد؛ اما آنها نیاز اندکی به توسل به مذهب برای حل معضلات ساده زندگی روزمره حس می‌کنند. به همین خاطر تمایل دارند تا مذهب را مهم تلقی کنند.

از طرف دیگر موقعیت اجتماعی که افراد جوان خود را در آن می‌یابند، موجب جست‌وجوی تکلیف دشواری می‌شود. محیط زندگی آنان ظاهراً آن‌گونه که برای نسل‌های قبلی امن و هدفمند بود، نیست. باورهای مربوط به معنای زندگی ناشی از اعتقادات دینی، برای آنان چندان درست به نظر نمی‌رسد. در محیطی که غرق در شیوه‌های ایجاد معنا و یافتن «خودهای واقعی‌مان» شده است، ضرورتاً لازم است به افراد جوان کمک شود تا یاد بگیرند که چطور به طور اساسی در مورد این مسائل فکر کنند. از سوی دیگر، انتظارات سبک زندگی و تصاویر «زندگی خوب» رسانه‌ها را اشباع کرده است و امکانات اغواکننده و فراگیری مهیا شده است. بالینکه تصورات افراد جوان تحریک شده است تا این فرصت‌ها را به طور واضح احساس کنند، ولی اغلب تجربه زندگی واقعی آنها در تضاد کامل با فهرست آرزوهایشان است. آنان هر چقدر هم تلاش کنند هرگز نمی‌توانند مانند مدل‌های مد یا ستارگانی که معیارهای زیبایی و



مطلوبیت را دارند و همه به آنها جذب می‌شوند، جذاب باشند. در آستانه هزاره سوم، جوانان با چالش‌های جدیدی مواجه هستند که نتیجه یک بافت سیاسی-اجتماعی و فرهنگی جدید هستند. در محیط مصرف‌گرایی، برخی از جوانان حس می‌کنند اندکی غرق شده‌اند و این امر می‌تواند به سکون یا حس مبهم ناراحتی روانی منجر شود که آنان نمی‌توانند درک یا بیانش کنند. این موقعیت علاوه بر حمایت از مفهوم اساساً مشکل‌آفرین و در نهایت ناراضی‌کننده آزادی، می‌تواند به طرق دیگر بر جوانان تأثیر منفی بگذارد. واقعیت اجتماعی در مورد اینکه زندگی چطور باید باشد، به شکلی اغواگرانه در تصاویر تبلیغاتی رسانه‌ها ترویج می‌شود. آنچه پیشنهاد می‌شود، بسیار جذاب است؛ اما فاصله بین تصویر آرمانی واقعیت می‌تواند افسرده‌کننده باشد. علاوه بر این بمباران تبلیغاتی می‌تواند به شکلی نامحسوس از تمایل به مصرفی بودن و رقابتی بودن حمایت کند. این موارد می‌توانند به شکلی نسبتاً ناخودآگاه در معنای جوانان از زندگی تنیده شوند که این امر پیامدهای منفی روی معنویت، روابط شخصی، کار، مسائل مالی افراد و دیگر وجوه سبک زندگی دارد.

همچنین کسب خودمختاری و مسئولیت شخصی بیشتر برای معنویت فرد، شاید موجب تمایل جوانان به مقایسه‌های چندگانه دیدگاه‌های دینی و غیردینی در مورد زندگی شود که می‌تواند موجب شود که افراد تمایل پیدا کنند که ادعاهای دین در مورد حقیقت را مطلق‌زدایی کنند و آنها را بیشتر نمادین بدانند تا تاریخی یا واقعی؛ ادعاهای نمادینی که شاید به جهت‌گیری معنوی ارزشمندی اشاره کنند ولی همه حقیقت نیستند. آنان می‌توانند در یافتن منابع معنویت فراتر از سنت دینی خود، مختار باشند. این افراد متأسفانه سکولارسازی را تجربه می‌کنند؛ ولی آگاه به آن به عنوان مشکل معنوی نیستند و احساس می‌کنند وقتی برای انجام اعمال دینی (که نیازهای واقعی را تأمین می‌کند)، ندارند. البته فاصله گرفتن از مذهب سازمان‌یافته، اغلب ظاهراً بیشتر به تجربه آنها از تشریفات مذهبی مربوط می‌شود تا عدم تمایل به باور به خدا. استقلال و فردیت به آزادی انتخاب مربوط می‌شوند. در اینجا نیز مشکلی در تأیید مطلوب بودن چنین اصلی برای بهبود رشد شخصی و معنوی وجود ندارد؛ اما کودکان و جوانان (و همین‌طور بزرگسالان) از سوی تبلیغات جوامع غربی، تحت فشار فرهنگی هستند تا آزادی شخصی را انتخاب کنند، تفسیر کنند.



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

علاوه بر مطالب ذکر شده در قسمت‌های قبلی، جنبش‌های شبه‌مذهبی یا معنوی نظیر فرقه‌ها و کیش‌های خاص، بخشی از دورنمای معنوی معاصر هستند و به میزان چشمگیری در معنویت برخی از جوانان نقش دارند. ویژگی تعیین‌کننده اغلب گروه‌ها یا انجمن‌هایی که جوان را با جامعه آشنا می‌کنند، شیوه دموکراتیک و آسان فعالیت آنها است. نیاز بنیادین بشر به تجربه تعلق به گروه‌ها، چیزی است که ما آن را - نه فقط در جوانی - تجربه می‌کنیم. تعلق گروهی، نقاط ارجاعی را برای بررسی جایگاه جوانان در زندگی، در اختیار آنان قرار می‌دهد و در رشد و حفظ معنا و هدف به آنان کمک می‌کند. چیزی که آنان می‌خواهند، گروه‌های مرجع دوستانه است که عوام‌فریب نباشند. تعداد نسبی افرادی که جنبش‌های مذهبی جدید را امتحان می‌کنند اغلب با تعداد جوانانی که آشکارا در دیدگاه مذهبی خود محافظه‌کارند، قابل مقایسه است. تعداد کمی از جوانان ممکن است به طوری به این جنبش‌ها علاقه‌مند باشند. به نظر می‌رسد افرادی که به این گروه‌ها می‌پیوندند، تمایل دارند از روی نیاز روانی خاص درگیر این گروه‌ها شوند؛ مانند نیاز به تجربه، نیاز به مُد روز بودن، نیاز به مورد توجه بودن، نیاز به واکنش نشان دادن در مقابل والدین و مراجع. آگاهی جوانان از جنبش‌های مورد اشاره در این بخش و مشارکت‌شان در آنها به پژوهش بیشتر نیاز دارد. مسئله اصلی ما بایستی ایجاد دورنمایی از معنویت باشد که در ارزیابی کیفیت آنچه به عنوان معنویت از سوی این جنبش‌ها و منابع سنتی‌تر معنویت ارائه می‌شود، مفید باشد.



فصل سوم:

پیشگیری از آسیب‌های معنوی در جوانان

در این فصل تمرکز اصلی بر روش‌هایی برای پیشگیری از آسیب‌های معنوی در جوانان هست. کشف و طبقه‌بندی آسیب‌ها بر مبنای علل آنها و یا عوامل مساعد برای بروز آنها، ارائه راه‌حل‌های پیشگیرانه را تسهیل خواهد نمود. آسیب‌های معنوی در جوانان را می‌توان از نظر ساختاری، تحولی و ایتئولوژیکی طبقه‌بندی کرد. در این نوشته پژوهشگر حاضر بیشتر بر مبنای تحولی متمرکز بوده است و از بین عوامل گوناگون به عوامل مرتبط با «ارتباط» تأکید شده است. از آنجایی که نویسنده حاضر تحول سالم را در مسیر شناسایی صورت‌های ازلی «ارتباط» و هماهنگی و همنوایی با آنها می‌داند، هر گونه انحراف از مسیر صورت‌های ازلی «ارتباط» را ناهماهنگ و آسیب تلقی می‌کند (ارتباط و هماهنگی با صورت‌های ازلی و فطرت پاک انسانی سلامت و انحراف از آن - به دلایل مختلف - نوعی آسیب‌دیدگی قلمداد می‌شود).

لازم است که مطالب فصل پیشین را در مورد گستره آسیب‌های معنوی جوانان یادآور شویم و بازنمایی آن را در صورت‌های ازلی، به اختصار مورد کنکاش قرار دهیم. برای نشان دادن گستره آسیب‌های معنوی در جوانان، پژوهشگر حاضر آسیب‌ها را ناشی از گسست، عدم انسجام و یکپارچگی می‌داند. در صورت فراهم شدن یکپارچگی نیروهای آرکیتایپی و یا صورت‌های ازلی، انسان به سوی فردیت‌یابی حرکت می‌کند (یونگ، ۱۹۶۹). در این یکپارچه‌سازی آرکیتایپ سایه مهم‌ترین عاملی است که لازم است پذیرفته شده و در راستای رشد روانی و معنوی تحت نفوذ و سیطره خویش‌منتهی متعالی جذب (مطیع) روان گردد. از عوامل مهم دیگر، جذب آنیما (جذب بعد زنانگی در مردان) و آنیموس (جذب بعد مردانگی در زنان) است. جذب بعد سایه و یا قسمت نامقبول و طرد شده توسط ایگو یا خودآگاه موجب یکپارچگی روان، فهم بهتر خویش‌منتهی و عدم فرافکنی آن به دیگران می‌گردد. جذب آنیما موجب پذیرش بعد عاطفی، انعطاف‌پذیری و پذیرش واقعیت‌های زندگی، همنوایی و همدلی با دیگران و طبیعت نیز می‌گردد (یونگ، ۱۹۶۹). افراد در صورتی که بعد ناخودآگاه آنیمای خود را نپذیرند، انعطاف‌پذیری، گوش دادن و دریافت پیام و الهام و اشراق و بینش را به بهای استدلال فلسفی



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

و ریاضی و سخت‌گیری و مدیریت از دست می‌دهند. البته پذیرش نقاب (پرسونا) زدن به چهره نیز در بسیاری از مواقع انسان را واقع‌بینانه‌تر به زندگی می‌کند و موجب می‌شود که «خود» (بخش خودآگاه) در راستای رسیدن به خویشتن متعالی قدم بردارد. بدون اینکه انرژی روانی را در راستای فرافکنی و مبارزه با بعد نپذیرفته روان هدر دهد (یونگ، ۱۹۶۹).

جوانان نیز مانند بقیه افراد هم در پذیرش سایه و هم در پذیرش آنیما و آنیموس مشکل دارند. آنان دوست دارند که آنیمای خود را آن‌چنان که می‌شناسند به دیگران تحمیل کنند و در روابط با جنس مخالف آن را فرافکنی نمایند. همین امر موجب بروز اختلافات با جنس مخالف می‌گردد. عدم پذیرش سایه نیز موجب فرافکنی‌های زیاد گشته و آنان را از شناخت خویشتن بازمی‌دارد. مثلاً افراد پرخاشگر تا زمانی پرخاشگری را به دیگران فرافکنی می‌کنند وجود این ویژگی را در خود انکار می‌کنند، نمی‌توانند مسیر فردیت‌یابی و یکپارچگی شخصیت خویشتن را به دست بیاورند. این افراد تمام کوشش‌های خود را در این راستا به کار می‌برند که ثابت کنند طرف مقابل مقصر است. کار را نیز به نیکی انجام می‌دهند؛ اما در عمل چیزی حاصل نمی‌شود و روابط بین افراد بر مبنای فرافکنی صفات خود به دیگران درو می‌زند. پیامد این نوع فرافکنی‌های ناخودآگاه، جنگ، تعارض و انتقام‌گیری است. در صورتی که اگر طرفین ویژگی‌های خود را جذب کنند و درصدد یکپارچه کردن آن با روان خویشتن بربایند، امید، اصلاح و بهبودی در روابط کمابیش متصور است. یا در جذب آنیما در صورتی که افراد آگاهی داشته باشند که آنیمای الگوی آنان، از آن روان خودشان است و افراد بیرونی لزوماً با آرکی‌تایپ‌های درونی آنان هماهنگ نیستند، کنار آمدن با همسر، مادر، دختر و جنس دیگر آسان‌تر می‌شود.

اینها عوامل پیشینی هستند که سلامت معنوی یا انحراف از آن را تحت تأثیر قرار می‌دهند. منظور از عوامل پیشینی عواملی هستند که بر روان نوع انسان‌ها تأثیر می‌گذارند. مثل خطاکاری که تمام انسان‌ها در معرض آن قرار می‌گیرند. حافظ در این مورد می‌گوید:

پدرم روضه رضوان به دو گندم بفروخت ناخلف باشم اگر من به جوی نفروشم

«غزلیات حافظ: ۳۴۰»

علاوه بر این عوامل جمعی صورت‌زلی که بر آسیب‌زایی و یا رشد بهینه تمام افراد اثر



می‌گذارد، عوامل محیطی و خانوادگی پس از تولد نیز می‌تواند رنگ این آرکی‌تایپ‌ها و صورت‌های ازلی را دگرگون سازد. یکی از مهم‌ترین این عوامل در خانواده، مجموعه رفتارهای والدین (مراقبان) مخصوصاً مادر می‌باشد که موجب پیوند عاطفی بین فرزند و مادر می‌گردد. از جمله این رفتارها می‌توان به ادراک کودک از همنوایی مادر، در دسترس بودن، پاسخگو بودن، قدرت و دانایی، پایگاه امن بودن، منبع آرامش بودن و قابل اعتماد بودن مادر اشاره کرد. بالبی (۱۹۸۶) و به تبع او سایر پژوهشگران حوزه دل‌بستگی، دریافتند که کودکان در هنگام جدایی و هنگام بازگشت مادر، احساسات و رفتارهای متفاوتی از خود نشان می‌دهند. مثلاً کودکان با دل‌بستگی ایمن هنگام جدا شدن از مادر، با گریه و یا دنبال مادر دویدن، اعتراض خود را به طور موقت به مادر نشان می‌دهند؛ ولی پس از مدتی کوتاه به کنکاش محیط ادامه می‌دهند و دل‌مشغول به این احساسات ناخوشایند نمی‌شوند. این کودکان هنگام بازگشت مادر به پیشواز او رفته و به رفتارهای حمایتی او (مثل بغل کردن) جواب مثبت می‌دهند و نیازهای خود را مثل بازی کردن با آنان و عدم ترک محیط را با مادرشان در میان می‌گذارند (آینسورث و همکاران، ۱۹۷۸). در صورتی که کودکان نایمن اضطرابی و اجتنابی کاملاً الگوی متفاوتی از خود نشان می‌دهند. مثلاً کودکان مضطرب به جای کنج‌کاوی، کنکاش در محیط و بازی کردن با اسباب‌بازی‌ها، نگران ترک مادر هستند و به طور مرتب حضور مادر را در محیط بررسی می‌کنند تا مطمئن شوند که مادر محیط را ترک نکرده و یا نمی‌خواهد محیط را ترک کند (آینسورث و همکاران، ۱۹۷۸). در کودکان نایمن اجتنابی الگوی خاصی دیده می‌شود. آنان اعتماد خود را به مادر از دست داده‌اند و فکر می‌کنند که مادر نمی‌تواند موضوع قابل اعتمادی باشد که نیازهای آنان از جمله نیازهای مراقبتی را مثل برآورده کردن خواسته‌ها، پایگاه امن بودن و منبع آرامش بودن را برآورده کند. به همین جهت هنگام سختی‌ها و نیاز به آرامش و مراقبت پیش مادرشان نمی‌روند و از او نمی‌خواهند که آنان را آرام کند؛ بلکه خودشان مستقلانه کارهای خود را انجام می‌دهند. در این کودکان پیوند عاطفی بین مادر و فرزند ایجاد نشده است (آینسورث و همکاران، ۱۹۷۸).

افراد دارای کیفیت دل‌بستگی ایمن از اعتماد بالا برخوردار بوده و خود را ارزشمند می‌دانند (بالبی، ۱۹۶۳). همچنین این افراد دیگران را قابل مراقبت و پیوندجویی می‌دانند. این افراد در



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

پذیرش خود، نقاب (پرسونا) و حتی پذیرش بعدهای نامقبول خود (سایه) و همچنین آنیما و آنیموس مشکل ندارند؛ بنابراین پذیرش سایه، آنیما، آنیموس برای آنان ساده‌تر است و یکپارچگی این افراد آسان‌تر شکل گرفته و راحت با مراتب بالای رشد روانی و معنوی می‌رسند. در حالی که در افراد دارای دل‌بستگی اضطرابی و اجتنابی، به علت آسیب دیدن الگوی درونی خود و الگوی درونی دیگران، خود را شایسته مراقب نمی‌دانند و یا بر عکس؛ به علت آسیب اعتماد به دیگران، به آنان اعتماد نکرده و آنان را شایسته مراقبت‌کننده بودن نمی‌دانند (بالبی، ۱۹۷۳). این دسته از افراد جرئت و جسارت پذیرش بعد منفی روان را ندارند و به همین جهت مسائل و مشکلات خود را به دیگران فرافکنی می‌کنند (بالبی، ۱۹۸۲). این آسیب‌ها در جوانان مرتب دیده می‌شود که مشکلات خود را اعم از ارتباط در ابعاد چهارگانه مثلاً شکست خوردن خویشتن در هنگام ارتباط با دیگران، به دیگران نسبت می‌دهند. مثلاً فرد م. ر (دانشجوی فیزیوتراپی در دانشگاه تبریز) که به علت مسائل خانوادگی در دوران تحول با دل‌بستگی نایمن اضطرابی پرورش یافته است، عدم موفقیت‌های خود در دوست‌یابی را به ناشایسته بودن دوستانش و سوودجو بودن آنان و یا به بی‌وفایی آنان نسبت می‌دهد و به همین جهت روزبه‌روز انزوا و گوشه‌گیری او بیشتر می‌شود و نهایت دچار افسردگی شده است؛ در صورتی که برادر او که در کلاس اول دبیرستان درس می‌خواند به علت داشتن دل‌بستگی نسبتاً ایمن، روابط اجتماعی استوارتری دارد و از ارتباط با دیگران لذت می‌برد. او در صورت شکست خوردن و موفق نشدن، به اشتباهات خود اشاره نموده و سعی می‌کند که بدون احساس گناه و شرمندگی به اشتباهات خود اعتراف کند و شجاعانه برای تغییر محیط و خود برنامه‌ریزی می‌کند.

افزون بر کیفیت دل‌بستگی، کیفیت پرورش کودک (فرزندپروری) نیز در اعتماد و ارتباط سالم با خود و دیگران و خدا نقش اساسی بازی می‌کند (روکپارتین، کینگ، واگنر و بنسون^۱، ۲۰۰۵؛ نلسون^۲، ۲۰۰۹؛ هیل و اسپیلکا^۳، ۲۰۰۹؛ ویلکاکس^۴، ۱۹۹۸). مثلاً تربیت‌های مبتنی بر زورگویی و تحمیل عقاید خود به کودک علاوه بر اینکه کودکان را شکننده بار می‌آورد، به آنان اجازه پرورش استعدادهای بالقوه را نمی‌دهد و آنان را متکی به دیگران و

1. Roehlkepartain, King, Wagener, & Benson
2. Nelson
3. Hood, Hill & Spilka
4. Wilcox



شکونده و با تاب‌آوری سطح پایین بار می‌آورد. این فرزندان تصویری خشن، تنبیه‌گر و مجازات‌کننده از خدا داشته و او را بدخواه تلقی می‌کنند (نلسون، ۲۰۰۹؛ هود و همکاران، ۲۰۰۹). از طرف دیگر والدینی که کمال طلبی را به کودکان خود تحمیل می‌کنند، موجب می‌شوند که فرزندان آنان در اثر کوشش برای رقابت و پیش‌زدن از دیگران، به انواع مکانیزم‌های روانی از دروغ‌گفتن گرفته تا واپس‌زنی هر گونه اندیشه و رفتاری که وجدان‌پسندانه نیست، دست یازند. از جمله عوامل دیگری که رشد و کمال و بالندگی معنوی را به تأخیر می‌اندازد، می‌توان به مؤسسات گوناگون تربیتی و فرهنگی اشاره نمود که با فشار برای یک رنگ ساختن باورهای جوانان و عدم انعطاف‌پذیری در برخوردهای‌شان با آنان، موجب عقب‌افتادن رشد معنویت و تثبیت آنان در مرحله قراردادی می‌گردند. به طوری کلی تأمل در مورد اصلاح موارد فوق را می‌توان به عنوان روش‌هایی برای پیشگیری از آسیب به معنویت جوانان در نظر گرفت.

روش‌های پیشگیری از آسیب‌های معنوی در جوانان

انواع روش‌های مختلف در پیشگیری از آسیب‌ها وجود دارد. در زیر به برخی از روش‌ها اشاره می‌شود. قبل از پرداختن به این روش‌های پیشگیرانه لازم است پیش‌فرض‌های اساسی زیر در نظر گرفته شود. بدون این پیش‌فرض‌ها نمی‌توان توجیه و تبیین علمی برای روش‌های پیشگیری پیدا نمود. الف) پیش‌فرض فطرت پاک انسان و درونی بودن راهنمای معنوی: از آنجایی که انسان در هنگام خلقت دریافت‌کننده نفخه‌خدایی بوده، فطرت او بر نظام استوار و پاکي نهاده شده است که قدرت تمیز نیک و بد و گرایش به خیر، از درون او را سوق می‌دهد. به این موضوع بارها در متون اشاره شده است. دین اسلام نیز مسئله فطرت پاک، خداپسندی، خداگونگی و برگشت به سوی خدا را از دست نداده است. مسئله هبوط با توبه آدم آلودگی‌های خود را از دست داده است و خداوند با پذیرش توبه آدم، نشان داده است که هرگز رحمت و کرم او رنگ خود را نباخته و علقه خود را از آدم نبریده است. ب) پیش‌فرض وجود شر در عالم و برخورد مناسب با این عامل: هر چند که فطرت انسان بر مبنای خیر و نیکی استوار شده است؛ ولی وجود شر را نه می‌توان از نظر صورت ازلی کنار گذاشت و نه تجربیات پسینی اجازه می‌دهند که آن را در وجود انسان‌ها نادیده بگیریم. طریقه کنار آمدن با این بعد از وجود، از طریق پذیرش و انسجام آن به کل شخصیت انسان به جای فرافکنی کردن آن به



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

دیگران صورت می‌پذیرد. در این پذیرش از ترکیب اضداد وجودی انسان از قبیل سایه (بعد نامقبول روان خودآگاه) آنیما، آنیموس و نقاب، فراروندگی از اضداد- که خود بالاتر از اضداد است- به وجود می‌آید. فراتر از اضداد رفتن، انسان را به توحید و یگانگی هستی از نظر خوب و بد هدایت می‌کند. (ج) تلفیق اضداد یعنی ترکیب خیر و شر در وجود انسان و فرا رفتن از خیر و شر و ایجاد پویایی در روان آدمی: همان‌گونه که در فوق اشاره شد تلفیق اضداد با همدیگر منجر به زاده شدن عامل دیگر که فراتر از این دو مورد است، منجر می‌شود و آن نسبت خیر و شر، توان و قدرت فراروندگی و به جمع پس از تفرق و تشکیل دیدگاه توحیدی در مورد انسان، هستی و خدا می‌باشد.

با در نظر گرفتن این پیش‌فرض‌ها، آسیب‌ها و منشأ آنها دیده می‌شود و راه‌های پیشگیری از آسیب‌ها خودبه‌خود شناخته می‌شود:

پیشگیری از آسیب در دل‌بستگی انسان به والدین، همسالان و مرشدان: شروع این نوع آسیب از همان دوران تولد کودک آغاز می‌شود. کودک تازه به دنیا آمده، احساس یگانگی با مادر را مثل احساس ماهی با دریا تجربه می‌کند. او فکر می‌کند که زمان گرسنگی، شیر مادر خودبه‌خود مهیا است و زمان ترس و دلهره آرامش مادر کنارش است و هنگام نیاز به مراقبت، مراقب او با او هم‌نوا است (بالبی، ۱۹۶۹). هر گونه خللی در این رابطه- وصلت با هستی (که در وجود مادر خلاصه می‌شود)- برای کودک ناآشنا است و برخلاف انتظارات او به شمار می‌رود؛ بنابراین رفتارهای مراقبت‌آمیز و مراقبت‌انگیز به سلامت نزدیک‌تر و هرگونه غفلت در مراقبت و در دسترس نبودن هنگام نیاز، برای رابطه خودجوش و من- تو ای آسیب‌رسان است (بالبی، ۱۹۸۲). اولین راه پیشگیری آسیب‌ها کوشش در ایجاد رابطه سالم در پیوند عاطفی بین مادر و کودک می‌باشد. این ارتباط ناسالم خواه اضطرابی و خواه اجتنابی باشد، کودک را از مسیر اصلی جدا ساخته و موجب ایجاد ناامنی در نوجوان و جوان می‌گردد و آنان را به سوی جدایی از مادر، خویشتن، دیگران و خدا سوق می‌دهد. از آنجا که رگه‌های اولیه دل‌بستگی در دوران کودکی خواه به صورت ایمن و یا نایمن (اضطرابی و اجتنابی) لایه‌های اولیه تمایلات روانی را تشکیل می‌دهند و از آنجایی که بار هیجانی شدیدی دارند، می‌توانند اطلاعات بعدی را در مورد خطرناک بودن خارج، قابل اعتماد یا غیرقابل اعتماد بودن دیگران، مسدود نمایند (بالبی،



۱۹۸۶)؛ بنابراین دل‌بستگی دوران کودکی بسیار جدی تلقی شده و در صورت نایمن بودن آن منابع زیادی برای اصلاح و ترمیم دل‌بستگی ایمن از بین رفته است. به همین جهت در تمهید مقدمات برای پیشگیری اولیه تربیت والدین و آگاه‌سازی آنان از اهمیت رفتارهایی که به کیفیت دل‌بستگی می‌انجامد، ضرورت تام دارد. در صورت نایمن بودن رابطه‌ها روان‌شناسان درمان‌های مختلفی را پیشنهاد می‌کنند که یکی از آنها باز والدگری^۱ نامیده شود. در این روش روان‌شناسان از روش‌های گوناگون استفاده می‌کنند که یکی از آنها قرار دادن کودک در حالت خواب مصنوعی است و سؤال‌های متعدد از کودک برای کشف مرحله یا مرحله‌ای که کودک در آنها از نظر روابط بین فردی آسیب دیده است پرسیده می‌شود و بعد عملیات زدودن آسیب و کشت بذر اعتماد به جای بی‌اعتمادی صورت می‌گیرد.

پیشگیری از گسترش کیفیت دل‌بستگی نایمن انسانی به دل‌بستگی معنوی: تحقیقات کرک پاتریک (۲۰۰۵) نشان داد که دل‌بستگی انسانی قابل گسترش به دل‌بستگی معنوی (دل‌بستگی به خدا) است. این عمل از طریق الگوی همسانی یا الگوی جبرانی صورت می‌پذیرد (برای مطالعه بیشتر به تک‌نگاشت «معنویت و شیوه‌های ارتقاء آن در جوانان (غباری بناب، ۱۳۹۶) رجوع شود). برای پیشگیری از گسترش کیفیت دل‌بستگی نایمن با انسان‌ها (دیگران مهم) به دل‌بستگی معنوی از روش‌های شناختی و شناختی- رفتاری استفاده شده است. در این روش‌ها تمرینات شناختی و برابر نهادن نوع باروها به خدا با نوع باورها نسبت به مراقبان اولیه (پدر و مادر) انجام می‌شود. در این روش‌ها از فرد خواسته می‌شود تصور خود را از رابطه خود با پدر، مادر و خدا بنویسد. پس از آن گزاره‌های مشترک بین والدین و خدا استخراج شده و به فرد نشان داده می‌شود که چقدر اشتراک معنایی و مفهومی و تجربتی بین نوع و الگوی ارتباط و ادراک آن، بین خدا و پدر و مادر یکسان است و از فرد خواسته می‌شود که با انجام تمرین‌های زیاد در این مورد خودش به این نتیجه برسد که تصور او در مورد خدا از در دسترس بودن، شنیدن دعای انسان و پاسخگو بودن به آن، پایگاه امن بودن، منبع آرامش بودن و ... همگی انعکاسی از باروهای او در مورد پدر و مادر خویش (یا دیگران مهم) است. به این



ترتیب جوانان با این تمرینات خودبه‌خود به این نتیجه می‌رسند که این نوع ارتباطات را از طریق والدین خود به خدا انتقال داده‌اند.

تسهیل ادراک خوش‌بینانه و معنادار از تجربیات ناخوشایند زندگی: تجربیات ما از رخدادهای ناملایم زندگی و استرس‌ها و چالش‌ها و ادراک آنها سهم اساسی در تصور ما از خدا، خود و معناداری زندگی بازی می‌کند. آگاهی به شعور ناخودآگاه و یا فرآنگاه برای انسان‌ها و معنادار ساختن رخدادهای می‌تواند در تعبیر و تفسیر رخدادهای زندگی نقش اساسی ایفا کند. تفصیل این موضوع در جریان ملاقات بین حضرت موسی (ع) و حضرت خضر (ع) آمده است. قسمت خودآگاه با معیارهای خود رخدادهای را معناگذاری، تعبیر و تفسیر می‌کند و در مقابل آنها واکنش مبتنی بر قضاوت خویش صادر می‌کند. ولی بعد ناخودآگاه که همان حضرت خضر (ع) زمان است تفسیر دیگری برای اتفاقات و رخدادهای دارد. مثلاً در سوراخ کردن کشتی، بخش خودآگاه انسانی که در لباس حضرت موسی (ع) خود را نشان می‌دهد، آسیب زدن به کشتی‌بان را خلاف می‌داند. در مقابل ناخودآگاه که خود را در لباس خضر زمان معرفی می‌کند تفسیر دیگری از این جریان دارد و آن را نوعی خدمت به کشتی‌بان قلمداد می‌کند. تفاوت میان این دو تفسیر داشتن اطلاعاتی و رای اطلاعات بخش خودآگاه است. در همین رابطه خداوند می‌فرماید: «... وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ» چه بسا چیزی را خوش نداشته باشید، حال آنکه خیر شما در آن است؛ و یا چیزی را دوست داشته باشید، حال آنکه شر شما در آن است؛ و خدا می‌داند و شما نمی‌دانید» (بقره، ۲۱۶).

این امر باعث می‌شود که افراد با ایمان با تفسیر احتیاط‌آمیز و خوش‌بینانه اتفاقات و تجربیات ناگوار زندگی را خیراندیشانه تلقی کنند. تعبیر و تفسیر و تلقی خیراندیشانه، احتمال شکل‌گیری دل‌بستگی ایمن و در نتیجه تصور انسان از خدا را مثبت می‌گرداند. در حالی که تعبیر و تفسیر غیر خوش‌بینانه احتمال شکل‌گیری دل‌بستگی نایمن را توسعه داده و در نتیجه تصور انسان از خدا را منفی می‌گرداند؛ به عبارت دیگر پرورش اعتماد به خدا و خوش‌بینی به او، در شکل‌گیری دل‌بستگی ایمن کمک می‌کند و در جهان‌بینی او تأثیر عمیقی می‌گذارد و رابطه او را با خود، خدا، طبیعت و دیگران تحت تأثیر قرار می‌دهد. لازم به ذکر است که هر



چند تجربه اتفاقات و رخدادهای خود در شکل‌گیری تصور مثبت یا منفی از خدا و در نتیجه سلامت و آسیب معنوی مؤثر است، معنا دادن به اتفاقات نیز که توسط اجتماع زبانی رایج در جامعه از طریق روحانیون، والدین و معلمان و ... به ما می‌رسد، می‌تواند در تعبیر و تفسیر آن رخدادهای سهم‌آسی‌ داشته باشد. خواندن داستان‌های عرفانی، دیدن فیلم‌ها، تبلیغات گوناگون فرهنگی متناسب با فهم و رشد معنوی جوانان، دادن الگوهای مثبت اسطوره‌ای و تاریخی و یا الگوهای زنده فرهنگی با تشابهات سنی و موقعیتی به جوانان، همگی می‌توانند در مسیر تسهیل تعبیر و تفسیر کارآمد و خوشایند از اتفاقات به افراد کمک نمایند. بنابراین نشان دادن اینکه تعبیر و تفسیرها با رویکردهای بدبینانه، در زندگی ناکارآمد بوده و احتمال جذب رخدادهای منفی را به سوی انسان زیاد می‌کند؛ درحالی‌که تعبیر و تفسیرهای مثبت از رخدادهای ما انرژی و نیرو کارآمدی لازم برای پیگیری و توفیق را می‌دهد، احتمال استفاده از تعبیر و تفسیرهای مبتنی بر خوش‌بینی را افزایش می‌دهد. در برخی مواقع علاوه بر کارکرد نوع تفسیر و جذب اتفاقات خوشایند و ناخوشایند، فرایند تأثیرگذاری عامل برنامه‌ریزی مبتنی بر فرایندهای روانی-زبانی^۱ (NLP) نیز در تعبیر و تفسیر اتفاقات تأثیرگذار است؛ به عبارت دیگر داشتن تعبیر و تفسیرهای کارآمد از رخدادهای علاوه بر اینکه نشاط و امیدواری را حفظ می‌کند، رخدادهای و نتایج مثبت‌تری را به همراه خود می‌آورد. در حالی‌که تعبیر و تفسیرهای ناخوشایند، اتفاقات ناخوشایند را به خود جذب می‌کند.

عدم فشار بیرونی برای رفتارهای معنوی و مبتنی بر دین‌داری: بدون تردید همه کودکان، نوجوانان و جوانان استعداد پذیرش و انجام تکالیف معنوی را دارند؛ اما آنچه مهم است چگونگی روش‌های ارائه آیین معنوی به آنان است؛ به عبارت دیگر اگر بتوانیم آنان را به نحوی شایسته و مطلوب در شرایطی برای مشاهده و یادگیری رفتارها و یا تکالیف معنوی قرار دهیم، مسلماً به طور طبیعی و با احساس رضایت قلبی، آن رفتارها را خواهند آموخت؛ چراکه اعمال معنوی عامل‌هایی برای تأمین نیازهای فطری انسان‌ها هستند؛ بنابراین از آنجایی‌که رفتارها و حالات معنوی مبتنی بر فطرت پاک انسانی می‌باشند، هیچ‌گونه فشار و یا القائات بیرونی را بر نمی‌تابند. لازم است که تفاوت القائات و تذکر و رهنمودهای کلامی و عملی و الگویی روشن



شود. البته برای پیشگیری از آسیب‌زدگی‌ها می‌توان الگوهای معنوی را معرفی نمود و زمینه را طوری مساعد کرد که رفتارها و حالات معنوی تقویت‌کننده و آرام‌بخش و بر مبنای امیدواری و معنایابی استوار باشد. ولی این تمهیدات در حالتی صورت می‌گیرد که هیچ‌گونه فشار بیرونی در پشت تذکرات کلامی و عملی و تصویری وجود نداشته باشد. احساس و القاء فشار بیرونی نه تنها برای انجام رفتارهای معنوی سودمند نیست؛ بلکه به عنوان یک عامل بازدارنده تلقی می‌شود. افزون بر این هر گونه فشار بیرونی دروغ‌گویی، خودنمایی و نفاق را به همراه داشته و به جای ایجاد پیوند عاطفی و عرفانی مبتنی بر عشق و محبت، به گرایش بیشتر به تثبیت شدن در مرحله قراردادی و همرنگی بیش از اندازه با اجتماع می‌انجامد.

برای روشن شدن این روش پیشگیری به نکات زیر پرداخته می‌شود. الف) مشاهده رفتارهای اطرافیان بر کودکان، نوجوانان و جوانان تأثیرگذارتر از شنیدن سخنانی است که چگونگی رفتار را به او می‌آموزند؛ بنابراین چنانچه آنان رفتار والدین، معلمان، مرشدان و سایر افراد مهم زندگی خود را در شرایط بحرانی الگو قرار دهند و ببینند که آنها به خدا توکل می‌کنند، امید به مهربانی خداوند دارند و هنگام شکست حکمت و صلاح خداوند را در نظر می‌گیرند، بیشتر تحت تأثیر قرار خواهند گرفت تا زمانی که صرفاً به آموزه‌های شفاهی معلمان خود در این زمینه گوش دهند. باید با اعتقادات و ایمان خود رفتار و زندگی خود را رنگ بدهیم تا بستری مناسب برای پرورش معنوی آنان خود فراهم کنیم؛ زیرا بیشترین یادگیری‌ها و اثرپذیری‌های انسان با مشاهده و دیدن الگوها اتفاق می‌افتد. به عنوان مثال در دوران کودکی و نوجوانی، معلمان جایگاه ویژه‌ای به عنوان الگوی دانش‌آموزان دارند.

ب) نیاز به پرستش و نیایش یکی از نیازهای اساسی بشر است که ریشه در عمق فطرت او دارد. لازم است ما از این موضوع آگاه باشیم که معنویت یک امر فطری است و در سرشت کودکان، نوجوانان و جوانان، خمیرمایه آن وجود دارد. خداوند می‌فرماید: «پس روی خود به سوی دین حنیف کن که مطابق فطرت خداست، فطرتی که خدا انسان را بر آن آفرید و در آفرینش خدا دگرگونی نیست. این است دین مستقیم ولی بیشتر مردم نمی‌دانند» (روم، آیه ۳۰). آگاهی از وجود گرایش فطری و میل به سوی امور معنوی در فرد، فرایند آموزش را تسهیل می‌کند. کودکان، نوجوانان و جوانان فطرتی خدا آشنا دارند و آموزشی که ما به آنها



می‌دهیم، در اصل عهده‌دار رشد و شکوفایی و تقویت این گرایش‌های فطری است. برای پرورش معنویت و خداباوری در آنان می‌توان از وقایع عادی زندگی کمک گرفت. لازم نیست همیشه برای پرورش خداباوری در نوجوانان و جوانان اعمال و مراسم خاصی انجام گیرد تا به آنان حضور خداوند را نشان داده شود. می‌توان از اتفاقاتی که در زندگی رخ می‌دهد، استفاده نمود؛ مانند توکل کردن و امید هدایت شدن از طرف خداوند.

ج) انسان موجودی مختار است و به میل خود کشش‌های معنوی را انتخاب می‌کند؛ به عبارت دیگر معنویت و پرداختن به اعمال معنوی، امری اختیاری است و ما نمی‌توانیم کودکان، نوجوانان و جوانان خود را مجبور به انجام آنها کنیم. خداوند می‌فرماید: «ما راه راست را به او (انسان) نشان دادیم، یا شکران خواهد بود یا کفر خواهد ورزید» (انسان، آیه ۳). همچنین خداوند در جای دیگر می‌فرماید: «پس هر که می‌خواهد ایمان بیاورد و هر که می‌خواهد کفر بورزد» (کهف، آیه ۲۹). در آموزش معنوی کودکان و نوجوانان باید به گونه‌ای با آنان رفتار کنیم که همواره احساس آزادی و انتخاب داشته باشند. آنها ذاتاً خداجو هستند و با فراهم کردن آرامش خاطر به اعمال معنی‌روی خواهند آورد.

د) در آموزش اعمال معنوی نباید به کودکان و نوجوانان و جوانان فشار وارد کرد؛ بلکه این آموزش باید با توجه به میزان رشد آنان و در طول زمان اجرا شود. لازم است از این موضوع آگاه باشیم که شکل‌گیری معنویت، امری تدریجی است و به مرور ایجاد می‌شود؛ نه اینکه افراد موردنظر پس از دریافت کردن آموزه‌های معنوی، به شخصی معنوی تبدیل شوند. قرآن کریم نیز با در نظر داشتن سطح درک و فهم مردم به مرور نازل شد. خداوند در این رابطه می‌فرماید: «و قرآنی که آیاتش را از هم جدا کردیم تا آن را با درنگ بر مردم بخوانی و آن را به تدریج نازل کردیم» (اسراء، آیه ۱۰۶). آموزش اعمال معنوی بدون در نظر گرفتن توانایی ذهنی افراد مطلوب نیست. اگر آموزش اعمال معنوی با عجله صورت گیرد، نه تنها نتیجه‌ای در پی نخواهد داشت بلکه ممکن است باعث دلزدگی کودکان و نوجوانان و جوانان گردد؛ بنابراین آموزش مفاهیم معنوی به کودکان و نوجوانان و جوانان باید تدریجی باشد و آنان را به تدریج و آرام آرام با این مفاهیم آشنا کند.

ه) میانه‌روی امری است که همان‌طور که در سایر امور بایستی رعایت شود، در آموزش اعمال



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

معنوی نیز نیاز به توجه دارد؛ بنابراین هنگام آموزش مهارت‌های معنوی لازم است اعتدال را رعایت شود و قوانین خشک و سخت برای افراد مقدر نشود. همچنین بر همگان آشکار است که تمرین و تکرار یک امر، منجر به مداومت و پایداری آن خواهد شد. اعمال معنوی نیز از این قاعده مستثنا نیستند و پایداری آنها نیازمند تکرار و تمرین است. همچنین هنگام آموزش مهارت‌های معنوی بایستی سهولت امر در نظر گرفته شود. منظور از سهولت این است که در آموزش مفاهیم معنوی به کودکان و نوجوانان و جوانان باید توان ذهنی، عاطفی و انگیزشی آنان را در نظر گرفت و از زیاده‌روی و سخت‌گیری در روند آموزش پرهیز نمود؛ زیرا هدف از آموزش مفاهیم معنوی برانگیختن شوق و رغبت کودکان و نوجوانان به یادگیری آموزه‌های معنوی است. مفاهیم معنوی اموری هستند که با فطرت کودک سازگارند و نیازی به تحمیل و سخت‌گیری ندارند. هنگام آموزش اعمال معنوی نخست باید با اصول ساده و با تعریف‌های ساده و قابل فهم شروع کرد. صحبت کردن به صورت فلسفی و استفاده از اصلاحات سخت باعث سردرگمی و تشویش خاطر کودکان و نوجوانان می‌گردد. مفاهیم و آموزه‌های معنوی آسان، زمینه‌های درونی و انگیزشی لازم را برای کودکان و نوجوانان فراهم نموده و او را به یادگیری این امور علاقه‌مند می‌سازد.

فراهم کردن زمینه مساعد، پیشایندهای کارآمد و پیامدهای مناسب برای انجام رفتارهای معنوی: در صورتی که زمینه مساعد برای رشد و ارتقاء رفتارهای معنوی ایجاد شود و موقعیت‌های گوناگون یادآور رفتارها و حالات معنوی گردد و رفتارهای معنوی تقویت شوند، علاوه بر اینکه رفتارهای معنوی شکل گرفته و به سرعت رشد می‌کنند، از آسیب‌های آن رفتارها کاسته می‌شود. سستی و به تعویق انداختن رفتارهای معنوی معمولاً یا به خاطر تقویت نشدن آنها در جامعه است و یا به خاطر تقویت‌های نامناسب- از جمله تقویت بعدی از رفتار که اساس معنویت نبوده و در حاشیه رفتارهای معنوی جریان دارد- اتفاق می‌افتد.

تقویت تفکیکی رفتارهای معنوی: افراد دنبال پیگیری نیازهای گوناگون خود بوده و در ارضای این نیازها- با توجه به شرایط محیطی و آسان بودن رفتار و کارآمد بودن رفتار مخصوصی- از بین گزینه‌های رفتاری، گزینه مشخصی را انتخاب می‌کند که آسان‌تر و دارای پیامد بیشتر است. برای شکل‌گیری رفتارهای معنوی لازم است مرحله تحول شناختی، انگیزشی و معنوی



افراد شناخته شود و متناسب با آنها به صورت تفکیکی فقط رفتارهای معنوی تقویت گردد. مثلاً رفتارهای مختلف در افراد می‌توانند به اجتماعی شدن انسان‌ها و دریافت پیامدهای اجتماعی در جامعه مخصوصی کمک کنند. مربی آگاه با انتخاب اجتماعات معنوی و مذهبی و تقویت نوجوانان و جوانان در شرکت در اجتماعات به صورت تفکیکی، می‌تواند در شکل‌گیری رفتارهای معنوی کمک نماید (کوپر، هرون و هیود، ۲۰۱۹).

انتقال پیامدهای بیرونی به انگیزه‌های درونی: لازم به ذکر است که مربی برای پیشگیری از انحراف رفتارهای معنوی به تدریج از تقویت‌های بیرونی کم کرده و به جای آنها از تقویت‌های ذاتی و درونی استفاده کند. بدین معنا که اگر نوجوان و جوان شرکت در اجتماعات معنوی را برای اجتماعی شدن و یا دریافت پیامدهای اجتماعی (مانند دریافت تأیید اجتماعی) انجام می‌داد، رفته‌رفته طوری رهنمود شود که از خود بحث‌های معنوی و انجام رفتارهای معنوی لذت ببرد؛ نه اینکه به خاطر از بین رفتن احساس تنهایی و اجتماعی شدن به این اجتماعات بپیوندد. تأکید بی‌مورد بر دادن تقویت‌های بیرون‌سو انحراف رفتارهای معنوی را به دنبال خواهند داشت و فرد را به سوی تثبیت شدن در رفتارهای بیرونی معنوی بدون لذت بردن از هسته معنوی آنها سوق خواهد داد (کوپر، هرون و هیود، ۲۰۱۹).

پیشگیری از تثبیت در مرحله قراردادی: برای پرورش صحیح معنویت پویا و جلوگیری از تثبیت در مرحله قراردادی لازم است که رفتارهای پویای افراد را در راستای معنویت تقویت کنیم و از تقویت کورکورانه قراردادهای رفتاری و آداب و رسوم مذهبی و معنوی جلوگیری کنیم. تقویت تفکیکی رفتارهای توأم با تفکر و تعمق و استدلال در حوزه معنویت نه تنها موجب نشاط، شادابی و پویایی در افراد می‌شود، بلکه جلوی تثبیت در مرحله قراردادی را می‌بندد. علاوه بر این لازم است که چندلایه بودن رفتارهای معنوی را برای افراد بفهمانیم و متذکر شویم که یک رفتار معنوی می‌تواند در سطوح مختلف معنا شود و هر سطحی نسبت به سطح دیگر عمق و گستره معنایی بیشتری دارد. گذر از لایه‌های سطحی و رفتن به لایه‌های عمیق‌تر لازم است به صورت تفکیکی تقویت شود. فراموش نشود که قشری‌گری و سطحی بودن و از روی تقلید رفتارهای معنوی را انجام دادن، لذت لازم برای ادامه رفتار را ندارد (فاولر، ۱۹۸۱).



پرورش قدرت تخیل و خلاقیت و انعطاف‌پذیری به جای تأکید مفرط بر روش‌های استدلالی و عقلانی (پیشگیری از انحراف در مرحله تأملی): از آنجایی که معنویت، گستره وسیعی از حوزه‌های روانی را با هم تلفیق نموده و فراتر از حوزه شناختی و خودآگاهی حرکت می‌کند، تأکید بیش از اندازه بر روش‌های استدلالی برای کشف حقایق و در نهایت بیرون انداختن آنچه در حوزه استدلال نمی‌گنجد، نه تنها باعث تثبیت در دوران تأملی و استدلالی معنویت می‌گردد بلکه از انعطاف‌پذیری و قدرت خلاقیت کاسته و فعالیت‌های تخیل مخصوصاً تخیل منفصل را بر خود می‌بندد. با بسته شدن قدرت تخیل توان هنری و بازی با صور خیالی و دریافت پیام‌های اشراقی و عرفانی بسته می‌شود و به گستره معنویت فرد آسیب جدی وارد می‌کند. اندیشه‌ورزی و تدبر هر چند که ابزار لازم و دقیقی برای تشخیص حق از باطل است، اما ابزار کافی برای دریافت تجربیات دینی و معنوی و یا تجربیات مینوی و قدسی به حساب نمی‌آیند. انسان به سوی بالندگی معنوی با دو بال پرواز می‌کند؛ بال منطق و استدلال و بال خیال، اشراق، عرفان و دریافت‌های حضوری؛ بنابراین یکی از وظایف محافل علمی پرورش همه‌جانبه استعدادهای فرد اعم از استعدادهای معطوف به نیم‌کره چپ و یا نیم‌کره راست مغزی می‌باشد. پرورش قلب سلیم و توانمندی‌های ادراکی آن: قلب انسان که عمیق‌ترین نقطه روان آدمی است، در برخی مواقع در معنای «خویشتن متعالی» و برابر با آن نهاده می‌شود. قلب مرکز تجلیات عرفانی، اشراق و حضور ربانی و الهام‌های قدسی است. در این مرکز تصورات و تجسمات نمادین که به صورت دیداری جلوه‌گر می‌شوند، حاوی پیام‌هایی برای آینده و حال و در راستای خودسازی و فردیت‌یابی می‌باشد. پرورش قلب هم‌راستا با پرورش مغز انسان، یعنی تسهیل دریافت پیام‌ها و رسیدن به علم لندنی به جای رسیدن به استدلال و قیاس و تمثیل است و یکی از ضروریات محافل علمی و آرمان‌های تربیتی است. از این رو آموزش مراقبه، تصفیه ذهن، به دست آوردن آرامش روان و تأمل و تدبر در آفاق انفس از روش‌های معتبر دریافت حکمت و دانش می‌باشند که در حال حاضر جایشان در دانشگاه‌ها خالی است. البته در صورت پرورش ذهن فعال و قدرت تخیل، لازم است برای دریافت خیالات منفصل روش‌های پسینی را از لحاظ اعتبار قدسی و پیام‌های ربانی نقد و بررسی کرد.

روش‌های گوناگون ارتباط با خدا از طریق دل مثل نیایش‌های عرفانی، خواندن آیات قرآن و



تدبر در معانی عرفانی داستان‌های قرآن، پرهیز از محرمات و آلودگی‌های فرد مثل کینه، حسد، بخل، دروغ، ریا، شرک و نفاق همگی در راستای باز کردن راه قلب برای دریافت پیام‌های ربانی می‌باشند. شاید داشتن قلب سلیم تنها راه اساسی در زدودن زنگارهای فرد و آماده نمودن آن دریافت پیام‌ها باشد. از جمله روش‌هایی که غزالی (ترجمه خدیوی جم، ۱۳۶۴) برای آماده کردن قلب به آنها تأکید می‌کند عبارتند از: محبت، شوق، رضا، انس با خدا، نیت پاک و بی‌آلایش و صدق و اخلاص در انجام کارها؛ مراقبه و محاسبه و پالایش قلب به طور روزانه؛ عفو گذشت مدارا و مروت با بندگان خدا؛ به جا آوردن نمازهای یومیه با صدق و اخلاص، توبه، صبر و توکل. غزالی همچنین پرهیز از اشتغال بیش از اندازه به جمع‌طلبی مال، ریا و جاه‌طلبی، کبر و خودپسندی و غرور تأکید کرده و این خصیصه‌ها را آفت صافی و گیرندگی قلب انسان تلقی می‌کند. همچنین ذکر اسماء خدا را در جلا دادن قلب و زدودن زنگارهای آن مؤثر دانسته است.

قلب انسان با تمام زیبایی‌ها و ادراک الهام و اشراق‌های درونی در اثر اشتغال انسان به انگیزه‌های گوناگون در زندگی از قبیل اشتغال به مادیات و زیاده‌روی در خشم و شهوت و خمودی دچار بیماری و فراموشی می‌شود. قلب برای جلوگیری از فراموشی ارتباط خود با خدا و انجام وظایف بندگی نیازمند جلا دادن و تمیز نمودن است تا نور ربوبی با تمامیت روشنایی بر آن بتابد. غزالی در تفسیر آیه نور در سوره بیست و چهارم، بیان می‌کند که نور خدایی لازم است با نور درون قلب انسان یکی شود تا راه‌های الهام و اشراق باز شده و انسان بتواند کلام خدا را بفهمد و پیام او را دریافت کند. بدون اتصال نور درون قلب انسان نور بیرونی (نور خدا) نمی‌تواند روشنایی لازم را بر دل انسان بتابد. در اینجا است که اهمیت ذکر به معنای وسیع کلمه و به یاد خدا بودن در همه حال، انسان را به خدا متصل نگه داشته و او را از پیمودن مسیر کج باز می‌دارد. پرورش حضور قلب از کودکی لازم است آموزش داده شود و رفتارها و افکاری که قلب انسان را تیره می‌نماید لازم است به طور مرتب زدوده شوند و با نماز و راز و نیاز و نیایش‌های عرفانی و خواندن قرآن به قلب انسان جلا داده شود. یکی از کارهایی که علاوه بر حفظ عزت‌نفس انسان موجب تمیزی و جلا خوردن قلب می‌شود، توبه است. توبه لازم است با آگاهی صورت گیرد و انسان تصمیم بگیرد که با کمک خواستن از خدا دیگر پیرامون



غفلت و گناه نگردد. رفتار دیگر در پاکیزگی قلب، محاسبه‌النفس می‌باشد. در انجام محاسبه‌النفس که هر شب قبل از خوابیدن صورت می‌گیرد، افراد گناهانی را که مرتکب شده‌اند و اعمال خیری را که انجام داده‌اند، موازنه می‌نمایند و برای رفتارهای نامطلوب خود از خدا می‌خواهند که آنان را ببخشد و تصمیم می‌گیرند که گناه را تکرار نکنند و در صورتی که رفتار نیکی انجام دادند خدا را شکر می‌کنند که به آنان توانمندی انجام رفتارهای نیک را داده است.

نتیجه‌گیری

معنویت یکی از ابعاد اساسی روان آدمی است و از نظر نویسنده حاضر جلوه‌های اصیل آن در ارتباطات دیده می‌شود. در اینجا منظور از ارتباطات همان تعاملات بین خدا و انسان، تعاملات انسان با طبیعت، تعاملات انسان با افراد دیگر و در نهایت تعاملات انسان با خود او است که موجب فردیت‌یابی او یا عدم فردیت‌یابی و پوچی و از دست دادن معنای وجودی انسان می‌گردد. در تک‌نگاشت حاضر این ارتباطات به صورت پیشینی و همچنین به صورت تجربیات زیسته پسینی مورد بررسی قرار گرفت و سلامت و آسیب آنها هم به طریق پیشینی (صورت‌های ازلی) و هم به طریق پسینی (تجربیات زیسته) بازنمایی شد. معنویت با ارتباط و ارکان چهارگانه آن یعنی کیفیت ارتباط با خدا، کیفیت ارتباط با خود، کیفیت ارتباط با دیگران و در نهایت کیفیت ارتباط با طبیعت بیان شد. سلامت و آسیب هر یک از ابعاد چهارگانه در جوانان به اختصار بیان شد و تلویحات تئوریکي علاوه بر برخی از شاخص‌ها و معیارهای سلامت معنوی یا انحراف از آن مطرح گشت. انسجام و یکپارچگی نیروهای روانی از قبیل سایه، نقاب، خویشن متعالی، خود، آنیما و آنیموس و حرکت آنها در مسیر فردیت‌یابی به عنوان اصل اساسی در توحید و یکپارچگی روان معرفی گردید. محصول این یکپارچگی شخصیتی و روانی در توحید معنوی و ارتباط سالم با خدا و جلوه‌گری آن در ارتباط سالم با افراد دیگر و همچنین در همنوایی با طبیعت به عنوان شاخص معنوی بودن (سلامت معنوی) و شناخت خود بیان شد (پالتوزیان و همکاران، ۲۰۰۵).

لازم است به این نکته اشاره شود که همان‌گونه که سیستم‌های مختلف از قبیل سیستم اعصاب مرکزی یا سیستم قلبی-عروقی و یا سیستم گوارشی و ... حیات جسمانی ما را تنظیم می‌کنند، صورت‌های ازلی نیز تشکیل‌دهنده و تنظیم‌کننده حیات روانی و معنوی ما می‌باشند.



اختلال در سیستم‌های حیات جسمانی مثل اختلال در سیستم ایمنی بدن انواع بیماری‌ها را موجب شده و مقاومت و مدیریت سیستم ایمنی را پایین می‌آورد. اختلال در کارکرد صورت‌های ازلی مثل اختلال در صورت ازلی خدا یا صورت ازلی خویشتن، موجب انحراف و آسیب جدی در حیات معنوی انسان‌ها و کارکرد آن می‌شود؛ بنابراین لازم است که اولاً با سلامت و کارکرد سالم آرکیتایپ‌ها و صورت‌های ازلی آشنا شویم و در ثانی جلوی آسیب این سیستم‌های روانی را گرفته و از آسیب آنها پیشگیری نماییم. افزون بر این در مورد درمان آسیب‌زدگی‌های معنوی نیز برنامه‌ریزی‌های مناسبی داشته باشیم.

انواع اختلالات در صورت‌های ازلی روان رخ می‌دهد که از اختلال تأخیر در رشد و تحول آنها تا اختلال در کارکردهای اساسی‌شان ادامه پیدا می‌کند. در قرآن به برخی از اختلالات صورت‌های ازلی اشاراتی شده است. مثلاً اختلال در صورت ازلی خدا، می‌تواند منجر به جان‌ساز خدا با بت‌ها و خیالات و اوهام سطح پایین و کاذب گردد و انرژی روانی را از حرکت به سوی تعالی باز دارد. انبیای بزرگ مثل حضرت ابراهیم (ع) به این مسئله وقوف کامل داشتند و به همین جهت در شکستن بت‌های زمان همت وافی گذاشتند. دل‌بستگی به بت‌های مقام و منزلت و مادیات، انسان را به اندازه آن بت‌ها پایین می‌آورد و در صورت از بین رفتن و شکستن آن بت‌ها، وجود خویش را در هم می‌شکند. در مواقعی دیگر احتمال دارد در شناخت صورت ازلی خدا تحریف صورت بگیرد و این تحریف در شناخت آرکیتایپ خدا به تحریف در شناخت صورت ازلی «خویشتن» نیز منجر شود. در برخی مواقع نیز احتمال دارد رابطه صورت ازلی خدا و «خویشتن» به صورت تحریف‌شده و ناکارآمد درآید. مثلاً تحریف در شناخت اسماء و صفات خداوند، کاملاً رابطه انسان با خدا را تحت تأثیر قرار می‌دهد و در اعتماد او به خدا به عنوان منبع آرام‌بخش، پایگاه امن، تکیه‌گاه مطمئن، در دسترس و پاسخگو تأثیر به‌سزایی بگذارد و کیفیت دل‌بستگی معنوی او را مختل سازد و در نهایت رابطه بندگی و ربوبیت را بین انسان و خدا دچار خدشه و آسیب نماید. مثلاً رابطه‌های مبتنی بر دل‌بستگی نایمن با خدا به ادراک رهاشدگی معنوی، بی‌اعتمادی معنوی، محرومیت هیجانی، انزواطلبی معنوی و بی‌کفایتی در ارتباطات معنوی می‌انجامد و جلوی توکل به خدا، واگذاری امر به او، تسلیم به خواست او، نشاط معنوی و امیدواری به خداوند را می‌گیرد. در برخی مواقع تحریف در کیفیت



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

رابطه‌ها مثل دور بودن، نزدیک بودن، مهربان یا نامهربان بودن و ... می‌تواند در آرامش معنوی و یا در اضطراب و دوری و افسردگی تأثیر بسزایی داشته باشد. به همین جهت بررسی این رابطه‌ها و تنظیم آنها در جهت سلامت از نکات اساسی به شمار می‌آید.

از طرف دیگر تحریف و یا انکار کردن صورت‌های ازلی مربوط به روان انسان از قبیل سایه، نقاب، آنیما و آنیموس و ... می‌تواند جلوی فردیت‌یابی را گرفته و فرد را در حد فرافکنی مشکلات و کمبودهای خود به دیگران نگه دارد و یا می‌تواند انسان را در حد سطحی‌نگری به خویشتن نگه داشته و از شناخت ابعاد وجودی باز دارد. افرادی که آشکارترین قسمت وجودی خود را که همان بعد قدسی و فراروندگی است، نادیده می‌گیرند، خداوند را که در وجودشان است نمی‌شناسند و به ناحق کفر می‌ورزند؛ یعنی حقیقت یا قسمتی از وجود خود را انکار می‌نمایند و از احوالات قلب خود غافل می‌مانند. افزون بر این اینان نه تنها قسمت عمقی وجود قدسی خود را تمیز نمی‌دهند بلکه انگیزه فطری به خداجویی را در خویشتن می‌پوشانند. در نتیجه جدایی از خویشتن و جدایی از خدا، احساس پوچی و از دست دادن معنا به آنان دست می‌دهد و یا از ترس پوچی و تهی‌گری معنایی به بت‌هایی رو می‌آورند که آنها را با دست و ذهن خود ساخته‌اند. مثال‌های بارز این نوع ادعا را می‌توان در گرایش به مکتب‌های نازی، نهلیزم و مکتب‌های فاشیستی و ... مشاهده نمود. وقتی نیچه (۱۸۸۲) فریاد می‌زند که «ما خدا را از دل‌هایمان بیرون کرده‌ایم و به عبارت دیگر او را کشته‌ایم و از صحنه زندگی به دور انداخته‌ایم و این دفعه به جای خدا، ما او را از بهشت بیرون انداختیم و لازم‌هاش این است که خودمان خدایان دیگری را به جای او بسازیم» از این درد یاد می‌کند. وقتی او از ابر مردی یاد می‌کند که بتواند جای خدایی را بگیرد که از صحنه زندگی کنار گذاشته شده است، باز از تحریف و آسیب این صورت ازلی یاد می‌کند. آسیب دیدن صورت ازلی «خویشتن» (Self)، تیره شدن آینه‌ای در دل را خبر می‌دهد که دیگر نمی‌تواند خدای واقعی را از بت‌های ساختگی تمیز دهد و معیاری برای تمیز حق از باطل داشته باشد و موجب فراموشی خویش و خدای خویش می‌شود. هر نوع گسست در ابعاد روانی و فرافکنی سایه به دیگران انحراف از مسیر فردیت‌یابی را به دنبال خواهد داشت و انسجام انسان و هم‌نوایی او با قوانین الهی و یکپارچگی با طبیعت به عنوان آیه‌ای از آیات الهی و مدارا و مروت با دیگران به عنوان شاخص سلامت



معنویت تلقی می‌شود.

در تک‌نگاشت حاضر بر طبق الگوی ارائه شده، اساس سلامت حرکت کردن در راستای قوانین الهی یا همان پاس داشتن صورت‌های ازلی است و لازم است که تمام همت و کوشش خانواده، جامعه و فرهنگ در جهت رشد بهینه صورت ازلی ارتباط قرار گرفته باشد. مثلاً یکی از این صورت‌های ازلی، هماهنگ شدن و هم‌نوا شدن با خدا است. ما بارها شاهد بوده‌ایم که کودکان در طول رشد خود، سؤالاتی را در مورد وجود ماوراء از ما می‌پرسند. در صورتی که درست به سؤالات آنان پاسخ داده شود و با آنان صحیح برخورد شود، رشد و تحول در راستای صورت‌های ازلی صورت می‌گیرد و در صورت برخورد ناسالم، ارتباط ناسالم بین والدین و کودکان ایجاد می‌شود که این ارتباط ناسالم از طریق رویکرد همسانی و یا رویکرد جبرانی از ارتباط با انسان‌ها به ارتباط قدسی یعنی ارتباط با خدا تبدیل می‌شود. این ارتباط از آنجا که مبتنی بر ارتباط مراقبتی می‌باشد، دل‌بستگی نامیده شده است.

روش‌های پیشگیری نیز از آسیب‌ها در این تک‌نگاشت مورد بررسی قرار گرفت و مثال‌های گوناگونی بر آن زده شد. از آنجا که جوانان اکثراً از نظر تحول معنوی در مرحله قراردادی می‌باشند لازم است آموزش‌های مختلف به آنان با در نظر گرفتن این مرحله صورت گیرد و به آنان کمک شود که به صورت طبیعی به مرحله بالاتر، یعنی مرحله تأملی گام بردارند. وضعیت استثنایی کشور در مورد در دسترس قرار دادن الگوهای گوناگون تربیتی که به‌راحتی از طریق سایت‌ها و رسانه‌ها در اختیار جوانان قرار می‌گیرد، مرحله قراردادی را که مبتنی بر فرهنگ کشور و متناسب با رشد طبیعی معنویت می‌باشد، دچار اغتشاش کرده است. بدین صورت که جوانان در شرایط سخت هضم کردن اطلاعات و معنادگی به آنها قرار گرفته‌اند. اکثر اطلاعات آنان را سردرگم نموده و این سردرگمی موجب رفتارهای اجتنابی در آنان شده و آنان را به جای هویت‌یابی معنوی در مرحله اغتشاش هویت قرار داده است. در اینجا مسئولیت روان‌شناسان و مؤسسات فرهنگی و آموزشی و پژوهشی سخت‌تر می‌گردد. بایستی با برنامه‌ریزی‌های دقیق آن‌گونه با جوانان رفتار کنند که اولاً اغتشاش در این مرحله را تبدیل به سامان و نظم نمایند و در ثانی جلوی تثبیت معنویت در این مرحله را بگیرند. این کاری بس عظیم است و برنامه‌ریزی‌های دقیق و حساب شده، می‌طلبد.



آسیب‌شناسی و پیشگیری از آسیب در معنویت جوانان

به نظر می‌رسد نوع تعلیم و تربیت در خانواده از جمله الگوی ارتباطی والدین با کودکانشان نقش اساسی را در سلامت معنوی و یا آسیب‌زایی آن بازی می‌کند. از طریق ارتباط‌های اولیه کودک با والدین، کیفیت دل‌بستگی کودک نقش می‌بندد. این نوع نقش بستگی لایه‌ای تشکیل می‌دهد که اطلاعات بعدی را فیلتر یا گزینش می‌کند. لایه تشکیل شده انتظارات کودک و نوجوان و حتی جوانان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در صورتی که این لایه تشکیل شده ناشی از دل‌بستگی ایمن باشد یک نوع خوش‌بینی و مثبت‌نگری به هستی در فرد ایجاد می‌شود و زمانی که ناایمن اضطرابی باشد، بدبینی و ناامیدی و اضطراب و افسردگی و تعارضات در روابط بین فردی به وجود می‌آید. برای پیشگیری از آسیب‌های معنوی در جوانان، آگاه کردن والدین از نقش کیفیت دل‌بستگی در سلامت و یا بیماری آنان یک امر ضروری است. این اطلاعات را می‌توان با برنامه‌های تلویزیون و یا با تهیه کتابچه‌های نحوه مراقبت از کودکان و یا با برگزاری کارگاه‌هایی برای والدین در دوران فرزندآوری و فرزندپروری به انجام رسانید. تلویحات نظری مطالب ارائه شده در این تک‌نگاشت در نظریه‌پردازی، ابزارسازی و تدوین پروتکل‌های مداخله و کاربردهای عملی آن برای سلامت جسمی و روانی و معنوی به ارزش مطالب بیان شده خواهد افزود. مطالب مطرح شده آغازگر مسیری طولانی در راه اندازه‌گیری معنویت جوانان، ساختن پروتکل‌های مداخله‌ای و تدوین نظریه جامع معنویت است؛ ان‌شاءالله.



منابع

- ۱) قرآن کریم، ترجمه: بهاء‌الدین خرمشاهی. تهران: انتشارات نیلوفر.
- ۲) ابن عربی، محی‌الدین. (۱۳۹۳). فتوحات مکیه. ترجمه: محمد خواجه‌جوی، تهران: انتشارات مولی.
- ۳) الیاده، میرچا. (۱۹۴۹). الگوهای دین‌شناسی تطبیقی. ترجمه: عبدالرحیم گواهی (۱۳۹۶). تهران: انتشارات مرکز پژوهش ادیان جهان.
- ۴) انصاری، عبدالله. (۱۳۹۱). مناجات‌نامه. تهران: انتشارات دل آگاه.
- ۵) حافظ، خواجه شمس‌الدین. (۱۳۷۶). دیوان حافظ (نسخه تصحیح شده محمد قزوینی و دکتر قاسم غنی)، تهران: اقبال.
- ۶) سهروردی، یحیی بن حبش. (۱۳۹۳). حکمه الاشراق. ترجمه: یحیی یثربی. قم: انتشارات بوستان کتاب قم
- ۷) غزالی، محمد بن محمد. (۱۳۹۱). مشکات الانوار. ترجمه: برهان‌الدین حمدی. انتشارات شیخی.
- ۸) غزالی، محمد بن محمد. (۱۳۷۵). المقصد الاسنی فی شرح اسماء الله الحسنی. ترجمه: احمد حواری‌نسب. انتشارات احسان
- ۹) غزالی، ابو‌حامد محمد. (۱۳۵۱). احیاء علوم الدین، ترجمه: موید الدین محمد خوارزمی، به کوشش حسین خدیو جم، تهران، انتشارات علمی و فرهنگی.
- ۱۰) مولوی، جلال‌الدین محمد. (۱۳۳۶). دوره مثنوی، تهران، امیرکبیر.
- ۱۱) مولوی، جلال‌الدین محمد. (۱۳۶۷). کلیات شمس تبریزی، تهران: انتشارات امیرکبیر.
- ۱۲) مرکز الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت، مصوب جلسه سی و دوم اندیشکده معنویت، ۱۳۹۵
- ۱۳) نیچه، فردریش ویلهلم. (۱۸۸۲). حکمت شادان. ترجمه: جمال آل‌احمد، سعید کامران و حامد فولادوند. (۱۳۹۶). انتشارات جامی.
- 14) Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of strange situation, Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- 15) Allport, G. (1950). The individual and his religion. New York: Macmillan.
- 16) Allport, G. (1966). The religious context of prejudice. Journal for the Scientific Study of Religion, 5, 447–457.
- 17) Allport, G. Ross, J. (1967). Personal religious orientation and prejudice. Journal of Personality and Social Psychology, 5, 432–443.



- 18) American Psychological Association. (2003). Guidelines on multicultural education, training, research, practice, and organizational change for psychologists. *American Psychologist*, 58, 377–402.
- 19) Argyle, M., Beit-Hallahmi, B. (1975). *The social psychology of religion*. London: Routledge.
- 20) Armstrong, T. D. (1995, August). Exploring spirituality: The development of the Armstrong Measure of Spirituality. Paper presented at the annual convention of the American Psychological Association, New York, NY.
- 21) Batson, C. Schoenrade, P. Ventis, W. (1993). *Religion and the individual: A social- psychological perspective*. New York: Oxford University Press.
- 22) Beck, D. Cowan, C. (1996). *Spiral dynamics: Mastering values, leadership, and change*. Malden, MA: Blackwell.
- 23) Bellah, R. (1970). *Beyond belief*. New York: Harper & Row.
- 24) Benner, D. (1989). Toward a psychology of spirituality: Implications for personality and psychotherapy. *Journal of Psychology and Christianity*, 5, 19–30.
- 25) Bowlby, J. (1986). The nature of the child's tie to his mother. In P. Buckley (Ed.), *Essential papers on object relations. Essential paper in psychoanalysis* (pp. 153-199). New York.
- 26) Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and Prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 5(4), 664-678.
- 27) Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation*. 1st ed. New York: Basic books.
- 28) Bowlby, J. (1969). *Attachment*. (1st ed., Vol. 1) New York: Basic Books.
- 29) Bruce, S. (1996). *Religion in the modern world: From cathedrals to cults*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- 30) Carroll, J. Dudley, C. McKinney, W. (1986). *Handbook for congregational studies*. Nashville, TN: Abingdon Press.
- 31) Chatters, L. Taylor, R. (2003). The role of social context in religion. *Journal of Religious Gerontology*, 14, 139–152.
- 32) Clark, W. (1958). How do social scientists define religion? *Journal of Social Psychology*, 47, 143–147.
- 33) Coe, G. (1900). *The spiritual life: Studies in the science of religion*. New York: Eaton & Mains.
- 34) Cook, S. Borman, P. Moore, M. Kunkel, M. (2000). College students' perceptions of spiritual people and religious people. *Journal of Psychology and Theology*, 28, 125–137.
- 35) Cooper, J. Heron, T. Heward, W. (2019). *Applied behavior analysis* (3rd edition). Pearson
- 36) Corrigan, P. McCorkle, B. Schell, B. Kidder, K. (2003). Religion and spirituality in the lives of people with serious mental illness. Manuscript submitted for publication.



- 37) Daud, M. Saam, Z. Sukendi, Nizar, S. (2015). Islam and the environment: education perspective. *Al-Talim Journal*, 22 (2), 96-106
- 38) Dollahite, D. (1998). Fathering, faith, and spirituality. *Journal of Men's Studies*, 7, 3-15.
- 39) Doyle, D. (1992). Have we looked beyond the physical and psychosocial? *Journal of Pain and Symptom Management*, 7, 302-311.
- 40) Durkheim, E. (1915). *The elementary forms of religious life*. New York: Free Press.
- 41) Elkins, D. (1995). Psychotherapy and spirituality: Toward a theory of the soul. *Journal of Humanistic Psychology*, 35, 78-98.
- 42) Elkins, D. Hedstrom, L. Hughes, L. Leaf, J. Saunders, C. (1988). Toward a humanistic- phenomenological spirituality: Definition, description, and measurement. *Journal of Humanistic Psychology*, 28, 5-18.
- 43) Ellis, A. (1980). Psychotherapy and atheistic values: A response to A. E. Bergin's "Psychotherapy and Religious Values." *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48, 635-639.
- 44) Emblen, J. (1992). Religion and spirituality defined according to current use in nursing literature. *Journal of Professional Nursing*, 8, 41-47.
- 45) Emmons, R. (1999). *The psychology of ultimate concerns: Motivation and spirituality in personality*. New York: Guilford Press.
- 46) Emmons, R. Paloutzian, R. (2003). The psychology of religion. *Annual Review of Psychology*, 54, 377-402.
- 47) Fahlberg, L. Fahlberg, L. (1991). Exploring spirituality and consciousness with an expanded science: Beyond the ego with empiricism, phenomenology, and contemplation. *American Journal of Health Promotion*, 5, 273-281.
- 48) Fowler, J. (1981). *Stages of faith: The psychology of human development and the quest for meaning*. New York: Harper & Row.
- 49) Freud, S. (1961). The future of an illusion. In J. Strachey (Ed. and Trans.). *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 11, pp. 5-56). London: Hogarth Press. (Original work published 1927)
- 50) Fromm, E. (1950). *Psychoanalysis and religion*. New Haven, CT: Yale University Press.
- 51) Goldberg, R. (1990). The transpersonal element in spirituality and psychiatry. *Psychiatric Residents Newsletter*, 10, 9.
- 52) Hall, G. (1904). *Adolescence: Its psychology and its relations to physiology, anthropology, sociology, sex, crime, religion, and education* (2 Vols.). New York: Appleton.
- 53) Hall, G. (1917). *Jesus, the Christ, in light of psychology*. New York: Doubleday.
- 54) Hart, T. (1994). *The hidden spring: The spiritual dimension of therapy*. New York: Paulist Press.



- 55) Hill, P. Pargament, K. Hood, R. McCullough, M. Swyers, J. Larson, D. Zinnbauer, B. (2000). Conceptualizing religion and spirituality: Points of commonality, points of departure. *Journal for the Theory of Social Behavior*, 30, 51–77.
- 56) Hood, R. (2003). The relationship between religion and spirituality. *Defining Religion: Investigating the Boundaries between the Sacred and Secular Religion and the Social Order*, 10, 241–265.
- 57) Hood, R. Hill, P. Spilka, B. (2009). *The Psychology of Religion: An Empirical Approach*, New York: Guilford Press.
- 58) Hood, R. Spilka, B. Hunsberger, B. Gorsuch, R. (1996). *The psychology of religion: An empirical approach*. New York: Guilford Press.
- 59) Huxley, A. (1944). *The perennial philosophy*. New York: Harper & Row.
- 60) Idinopulos, T. Yonan, E. (Eds.). (1996). *The sacred and its scholars*. Leiden: Brill.
- 61) James, W. (1902). *The varieties of religious experience*. Harvard University Press.
- 62) James, W. (1961). *The varieties of religious experience*. New York: Collier Books. (Original work published 1902)
- 63) Johnson, P. (1959). *Psychology of religion*. Nashville, TN: Abingdon Press.
- 64) Jung, C. (1969). *Aion: Researches into the Phenomenology of the Self*, *Collected Works of C. G. Jung, Volume 9 (Part 2)*, Princeton, N.J.: Princeton University Press. ISBN 978-0-691-09759-6.
- 65) Jung, C. (1958). *Psychology and religion; west and east*. New York, NY, US: Pantheon Books
- 66) McReady, W. Greeley, A. (1976). *The ultimate values of the American population (Vol. 23)*. Beverly Hills, CA: Sage.
- 67) Miller, W. (1999). *Integrating spirituality into treatment*. Washington DC: American Psychological Association.
- 68) Miller, W. Thoresen, C. (2003). Spirituality, religion, and health: An emerging research field. *American Psychologist*, 58, 24–35.
- 69) Moberg, D. (2002). Assessing and measuring spirituality: Confronting dilemmas of universal and particular evaluative criteria. *Journal of Adult Development*, 9, 47–60.
- 70) Nelson-Becker, H. (2003). Practical philosophies: Interpretations of religion and spirituality by African American and European American elders. *Journal of Religious Gerontology*, 14, 85–100.
- 71) Nelson, J. (2009). *Psychology, Religion and Spirituality*, New York: Springer.
- 72) O'Collins, G., Farrugia, E. (1991). *A concise dictionary of theology*. New York: Paulist Press.
- 73) Pargament, K. (1997). *The psychology of religion and coping*. New York: Guilford Press.
- 74) Pargament, K. (1999). The psychology of religion and spirituality? Yes and no. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 9, 3–16.



- 75) Pargament, K. (2002). The bitter and the sweet: An evaluation of the costs and benefits of religiousness. *Psychological Inquiry*, 13, 168–181.
- 76) Pargament, K. Mahoney, A. (2002). Spirituality: Discovering and conserving the sacred. In C. R.
- 77) Pargament, K. Sullivan, M. Balzer, W. Van Haitsma, K. Raymark, P. (1995). The many meanings of religiousness: A policy capturing approach. *Journal of Personality*, 63, 953–983.
- 78) Peteet, J. (1994). Approaching spiritual problems in psychotherapy: A conceptual framework. *Journal of Psychotherapy Practice and Research*, 3, 237–245.
- 79) Powell, L. Shahabi, L. Thoresen, C. (2003). Religion and spirituality: Linkages to physical health. *American Psychologist*, 58, 36–52.
- 80) Richards, P. Bergin, A. (1997). A spiritual strategy for counseling and psychotherapy. Washington, DC: American Psychological Association.
- 81) Richards, P. Bergin, A. (Eds.). (2000). Handbook of psychotherapy and religious diversity. Washington, DC: American Psychological Association.
- 82) Roehlkepartain, E. King, P. Wagener, L. Benson, P. (2005). The handbook of spiritual development in childhood and adolescence, Sage Publications.
- 83) Roof, W. (1993). A generation of seekers: The spiritual journeys of the baby-boomer generation. San Francisco: HarperCollins.
- 84) Roof, W. (1998). Modernity, the religious, and the spiritual. In W. C. Roof (Ed.), *Americans and religions in the twenty-first century*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- 85) Sadeghi, A. Behzadipour, S. (2015). The effect of gratitude on psychological and subjective well-being among hospital staff. *Journal of Health Education and Health Promotion*, 3 (4), 51-62.
- 86) Scott, A. (1997). Categorizing definitions of religion and spirituality in the psychological literature: A content analytic approach. Unpublished manuscript. Bowling Green State University, Bowling Green, OH.
- 87) Seeman, T. Dubin, L. Seeman, M. (2003). Religiosity/spirituality and health. *American Psychologist*, 58, 53–63.
- 88) Shafraanske, E. (1996). Religion and the clinical practice of psychology. Washington, DC: American Psychological Association.
- 89) Shafraanske, E. (2002). The necessary and sufficient conditions for an applied psychology of religion. *Psychology of Religion Newsletter*, 27, 1–12.
- 90) Shafraanske, E. Bier, W. (1999). Religion and the clinical practice: A continuing discussion. *Psychology of Religion Newsletter*, 24, 4–8.
- 91) Shafraanske, E. Gorsuch, R. (1984). Factors associated with the perception of spirituality in psychotherapy. *Journal of Transpersonal Psychology*, 16, 231–241.
- 92) Shahabi, L. Powell, L. Musick, M. Pargament, K. Thoresen, C. Williams, D. Underwood, L. Ory, M. (2002). Correlates of self-perceptions of spirituality in American adults. *Annals of Behavioral Medicine*, 24, 59–68.



- 93) Soeken, K. Carson, V. (1987). Responding to the spiritual needs of the chronically ill. *Nursing Clinics of North America*, 22, 603–611.
- 94) Spilka, B. (1993). Spirituality: Problems and directions in operationalizing a fuzzy concept. Paper presented at the annual conference of the American Psychological Association, Toronto, Canada.
- 95) Spilka, B. McIntosh, D. (1996). Religion and spirituality: The known and the unknown. Paper presented at the annual conference of the American Psychological Association, Toronto, Canada.
- 96) Starbuck, E. (1899). *The psychology of religion*. New York: Scribner.
- 97) Tart, C. (1975). Introduction. In C. T. Tart (Ed.) *Transpersonal psychologies* (pp. 3–7). New York: Harper & Row.
- 98) Vaughan, F. (1991). Spiritual issues in psychotherapy. *Journal of Transpersonal Psychology*, 23, 105–119.
- 99) Walker, L. Pitts, R. (1998). Naturalistic conceptions of moral maturity. *Developmental Psychology*, 34, 403–419.
- 100) Wilber, K. (1995). *Sex, ecology, spirituality: The spirit of evolution*. Boston: Shambhala Press.
- 101) Wilber, K. (1999). *Integral psychology*. In *The collected works of Ken Wilber* (Vol. 4, pp. 423–717). Boston: Shambhala Press.
- 102) Wilcox, W. (1998). Conservative Protestant childrearing: Authoritarian or authoritative? *American Sociological Review*: 796-809.
- 103) Woods, T. Ironson, G. (1999). Religion and spirituality in the face of illness. *Journal of Health Psychology*, 4, 393–412.
- 104) Worthington, E. (1989). Religious faith across the lifespan: Implications for counseling and research. *Counseling Psychologist*, 17, 555–612.
- 105) Wulff, D. (1997). *Psychology of religion: Classical and contemporary*. New York: Wiley.
- 106) Zinnbauer, B. Pargament, K. (2000). Working with the sacred: Four approaches to working with religious and spiritual issues in counseling. *Journal of Counseling and Development*, 78, 162–171.
- 107) Zinnbauer, B. Pargament, K. (2002). Capturing the meanings of religiousness and spirituality: One way down from a definitional Tower of Babel. *Research in the Social Scientific Study of Religion*, 13, 23–54.
- 108) Zinnbauer, B. Pargament, K. Cole, B. Rye, M. Butter, E. Belavich, T. Hipp, K. Scott, A. Kadar, J. (1997). Religion and spirituality: Unfuzzifying the fuzzy. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 36, 549–564.
- 109) Zinnbauer, B. Pargament, K. Scott, A. (1999). The emerging meanings of religiousness and spirituality: Problems and prospects. *Journal of Personality*, 67, 889–919