

فصلنامه روان‌شناسی اسلامی

سال اول - شماره دوم - پاییز ۱۳۹۵
قیمت ۴۰۰۰ تومان

پرورش هوش معنوی براساس آموزه‌های اسلامی

سیری بر معرفت نفس در روان‌شناسی اسلامی

امانتی که در دستان من است

دل آرام گیرد به یاد خدا

روانشناسی شیعی

حقوق مشاوره



فصلنامه روان‌شناسی اسلامی

سال اول - شماره دوم - پاییز ۱۳۹۵

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: مطهره کوچه میر
سردبیر: نرگس نظرپور
هیئت تحریریه: نرگس نظرپور، زهرا جعفری بهمن آباد،
فاطمه عبداللهی، مطهره کوچه میر، نجمه مقامی و ...
ویراستار: نرگس نظرپور
مسئول روابط عمومی: ریحانه خرازی
مدیر توزیع: غزاله رحمانی
مدیر مالی: زهرا جعفری بهمن آباد
گرافیک، صفحه آرایی و طراحی لوگو: مریم برم (قاصدک)
مسئول اشتراک: مریم روزبه
پست الکترونیکی: fara.mag.95@gmail.com
آدرس کانال تلگرام: [@faramagazine](https://t.me/faramagazine)

شماره اکانت تلگرام جهت پاسخگویی به سوالات، دریافت پیشنهادات و انتقادات و

اعلام علاقه مندی به همکاری با نشریه: ۰۹۱۰۶۷۴۰۹۷۵

از زحمات جناب آقای قنبری مسئول نشریات دانشگاه علامه طباطبائی نهایت تشکر و قدردانی را داریم که با همکاری خود و همکارانشان ما را در انتشار این نشریه یاری کردند.



دانشگاه علامه طباطبائی
معاونت فرهنگی و اجتماعی

بِسْمِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

سوره بقره

قُلْنَا رَهْبُؤُنَا مِنهَا جَمِيعًا فَايَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقْوَاهُ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ
يَسَّعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

آیه ۳۸

{به آدم و حوا} گفتیم: هکلی از بهشت فرود آید. تا آنگاه که از جانب من راهنمایی برای شما آید؛ پس آنان که از هدایت من پیروی کنند هرگز بیناک و اندوهگین نخواهند شد.

فهرست



روانشناسی مسیحی
۳۶



دل آرام گیرد به یاد خدا
۴۲



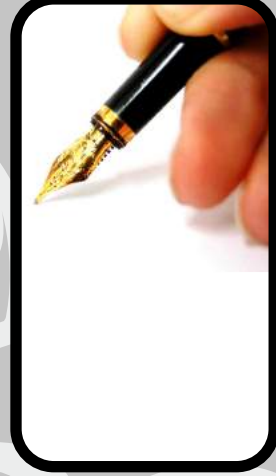
معرفی مؤسسه امام خمینی
۴۶



کاوشی در عالم نشر
۴۹



اطلاعیه حلقه ها
۵۲



سخن سردبیر

۴



سیری بر معرفت نفس در روان شناسی

۶



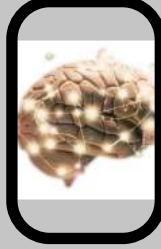
امانتی که در دستان من است

۱۲



حقوق مشاوره

۲۰



پرورش هوش معنوی بر اساس آموزه های اسلامی

۲۶



رویه راه

۳۴



سخن سردبیر

عنوان شاهراه در فرآیند هویت بخشی در جامعه نقش پیدا می کنند. رسانه‌ها، هم حرکت و پویائی و سرزندگی را تقویت و تولید می کنند و هم رخوت و تنبلی و سستی را. از یک سو احساسات عاطفی، محبت و صداقت را بر می انگیزند و از سوی دیگر احساس زشتی، دشمنی، بی اعتمادی، دروغ و خشونت را زنده می کنند.

قطعاً درست است که برای تولید علوم انسانی اسلامی نیاز به پژوهشگران خبره ای داریم که به امر خطیر پژوهش و نظریه پردازی مشغول باشند اما پژوهشی که در جامعه منجر به بحث و جدل نشود، تضارب آرا ایجاد نخواهد کرد و نهایتاً کمک شایانی به توسعه این علوم نخواهد کرد. در حالی که عمده پژوهش های روان شناسی اسلامی در پژوهشنامه ها و مجلات علمی-پژوهشی موسسات و دانشگاه های مختلف به چاپ می رسد، عامه مردم اطلاعات روان شناسی خود را از شبکه های مجازی، تلویزیون، رادیو و مجلات عوامانه به اصطلاح زرد دریافت می کنند.

آنچه روان شناسی را اسلامی می کند!

در سخن نخست این شماره از نشریه می خواهیم به تاکید بر مسئله مهمی در رابطه با اسلامی سازی روان شناسی که به شدت مغفول مانده است بپردازیم. اینکه علی رغم تلاش های بسیار اساتید و محققان در این حوزه، حقیقتاً چرا چیزی تحت عنوان روان شناسی اسلامی به عنوان یک خوراک علمی-مذهبی در اختیار عامه مردم قرار نگرفته است؟

امروز دنیا، دنیای رسانه هاست، این رسانه ها هستند که به افکار عمومی و اندیشه ها جهت می دهند و سمت و سویش را تعیین می کنند. و دقیقاً آنچه که در امر اسلامی سازی روان شناسی به شدت مورد غفلت واقع شده است همین کار رسانه ای است. «استوارت هال» نظریه پرداز فرهنگی انگلیسی جامعه را به صورت مدار بسته ای تعریف می کند که رسانه های جمعی به

ما به دنبال چاپ مقالات علمی-پژوهشی هستیم که خواننده های آن صرفاً اساتید آن حوزه هستند و دانشجوئی جویای مدرک! (دبگران کاش... تند و ما خوردیم، ما بکاریم و دیگران بخورند...) اما در مقابل جسم و جان مردم جامعه مان را روح روان شناسی غربی با همین رسانه ها پر کرده است. واقعاً چند درصد از محتوای روان شناسی رسانه هایی که در بالا اسم برده شد به معرفی محتواهای روان شناسی اسلامی پرداخته اند؟ چقدر تلاش کردیم که محتواهای موجود در روان شناسی اسلامی را رسانه ای، عامه فهم و کاربردی کنیم؟

کمی از زیر نقاب روشنفکری باید بیرون بیاییم و با اوضاع جامعه مان آشنا تر شویم. جامعه ای که روز به روز دارد عجیب تر و متفاوت تر از قبل می شود. به نظر شما آیا می توان مشکلات فردی و اجتماعی افراد این جامعه را صرفاً با مقالات علمی-پژوهشی رابطه فلان و بهمان و افزایش فلان مطلب توسط بهمان متغیر حل کرد؟

چرا تلاش های ارزنده اساتید فعال در حوزه روان شناسی اسلامی که در مقالات علمی-پژوهشی متعدد چاپ می شود به صورت عامه فهم در نمی آید تا تمدن سازی کند، نسلی نوین با تفکرات ناب بپرورد، تضارب آرا ایجاد کند و منجر به توسعه این علم گردد؟

ما در نشریه فرا دقیقاً همین هدف را داریم و در راستای این هدف دستان مهربان تک تک اساتید و دانشجویان گرانقدرمان را می فشاریم. ما به دنبال این هستیم که مطالب موجود و مطالعات مرتبط انجام شده در این حوزه را رسانه ای و عامه فهم کنیم، به گونه ای که حداکثر افراد جامعه بتوانند از آن استفاده کنند.

قطعه گم شده پازل اسلامی سازی روان شناسی و آنچه روان شناسی را در دنیای امروز اسلامی می کند، کار رسانه ای است. از ساخت کلیپ و کانال های مرتبط با روان شناسی اسلامی گرفته تا انتشار مجلات عامه فهم با جذابیت بالای رسانه ای، از برگزاری کارگاه های مختلف گرفته تا سخنرانی در رادیو و تلویزیون، از تربیت شاگردان با تفکر اسلامی گرفته تا مباحثه و مناظره با اساتید با نگرش مخالف و....

بهتر است که اقتضائات جامعه فعلی مان را بیشتر درک کنیم، سواد رسانه ای بیاموزیم و به یک معنا به گفته امیرمومنان سعی کنیم فرزند زمانه خویشتن باشیم.

نرگس نظرپور
سردبیر فصلنامه روان شناسی اسلامی "فرا"
پاییز ۱۳۹۵



سیر بر معرفت نفس در روان‌شناسی اسلامی

فلسفه از دیرباز خود را متوالی روان‌شناسی می‌دانسته است؛ زیرا کاوش‌های روان‌شناختی همزمان با طلوع فلسفه آغاز گردیدند و تفکر روان‌شناختی بیش از ۲۴ قرن قبل یعنی از دوران فلسفه یونان باستان تا اواخر قرن نوزدهم، بخشی از فلسفه به شمار می‌رفت و در بطن آن رشد یافت (میزیاک و سکستون، ۱۳۷۶).

فیلسوفان به مباحث گوناگون درباره عملکردهای انسان در بخشی از فلسفه به نام «علم النفس» می‌پرداختند. بدین سان، روان‌شناسی تحت عنوان علم النفس، قرن‌های متمادی به عنوان یکی از شاخه‌های اصلی فلسفه در مراکز علمی جهان، بخصوص در ایران تدریس می‌شد و کم‌تر فیلسوف و متفکری را از زمان ارسطو تا ملاصدرا می‌توان یافت که به مباحث احساس، ادراک، تفکر و توانایی‌های ذهنی نپرداخته باشد. اگرچه این مباحث، گاهی نیز با روش‌های شبه تجربی مطالعه شده، اما در این دوره، تلاش بر این بوده است که با روش‌های فلسفی، حیات ذهنی بشر شناسایی گردد.

زهرا نوری کارشناسی روان‌شناسی عمومی / کارشناسی

ارشد روان‌شناسی بالینی؛ دانشگاه علوم و تحقیقات

(z.saye@yahoo.com)

از دیدگاه قرآن، انسان، ترکیبی است از روح، جسم، ماده و معنی. روح، پدیده ای الهی و فناپذیر است. روان شناسی به عنوان یک علم و به مفهوم کنونی و مصطلح، دارای سابقه ای طولانی نیست. ولی روان انسان از کهن ترین و پرسابقه ترین موضوعاتی است که از دیرباز مورد تحقیق و مطالعه قرار گرفته است. منظور از روان، مجموعه پدیده ها و حالات روانی و افکار و تداعی هاست که در ظرف آگاهی های انسان، وجود دارد (مقدم، ۱۳۴۷).

هدف کلی از روان شناسی اسلامی در حدیث معروفی از پیامبر گرامی اسلام به خوبی آشکار است که می فرماید: «من عرف نفسه فقد عرف ربه» (طهرانی، ۱۳۳۳). و یا در کلامی که از قول امیرالمؤمنین امام علی (ع) نقل شده، هدف اصلی از روان شناسی به خوبی و به وضوح آمده است. ایشان می فرماید: «انفع المعارف معرفه النفس» این دو حدیث در واقع روشنگر هدف اصلی و کلی ما از روان شناسی است (حجتی، ۱۳۹۰).

در این مقاله، سعی شده است تا به مفاهیم کلی هم چون روح و روان و فطرت آدمی، پرداخته شود و با استناد به آیات مبارکه قرآنی راه حصول به آرامش روحی-روانی و تمسک به قرآن و مفاهیم عمیق آن معرفی گردد.

در قرآن، موارد بسیاری مبنی بر خودشناسی انسان، آمده است؛ خودشناسی به این معنی است که انسان مقام واقعی خویش را در عالم وجود درک کند، بداند خاکی محض نیست، پرتوی از روح الهی در او هست، بداند که در معرفت می تواند بر فرشتگان پیشی بگیرد (مطهری، ۱۳۷۳).

بحث و تحقیق غزالی در کتاب احیاء علوم الدین در مراحل سه گانه محرک های روانی، پدیده های روانی و تعادل روان و رفتار انسانی در سایه نور ایمان و یقین و معرفت الهی، وی را در رده دانشمندان جدید روان شناسی و به خصوص روان شناسان قرن نوزدهم قرار می دهد. در واقع، غزالی طرحی نو و تازه در این باب درافکند. در عصر حاضر، تفکر اسلامی که اندیشه ای هدایت کننده و قابل انطباق با تمام شؤون حیاتی و همگام با فطرت معتدل و هماهنگ با عقل پیشرفته و قلب سلیم می باشد، بهترین و تازه ترین روش برای شناسایی و درمان مشکلات روحی و روانی انسان قرن معاصر است.

روان شناسی از دیدگاه اسلام عبارت است از بررسی عامل حیات و آثار حیاتی طبق آموزش های الهی و پیشوایان اسلام. از آنجا که روان یکی از آثار و نشانه های خداوند است در حقیقت علم روان شناسی عهده دار بیان و تفسیر یکی از نشانه های خداوندی می باشد و تحقیقات علمی مربوط به روح و روان نیز می تواند به عنوان یک برداشت اسلامی و الهی مورد استفاده قرار گیرد (حقانی زنجانی، ۱۳۷۷).

به عبارت دیگر ما در روان شناسی اسلامی به دنبال معرفت هستیم و براساس حدیث شریف، معرفت نفس در اسلام باید به گونه ای باشد که ما را به معرفت رب برساند.





خداوندی را در فهم سلوک و منش رفتار انسان، روشنگر راه خویش می یابد و مشکلات و مبهمات روان انسان را به مدد شریعت الهی از سر راه برمی دارد و بر حالات و صفات پسندیده و نکوهیده رفتار انسانی آگاهی یافته و با علم الهی به مدد دستورات قرآن کریم در صدد حل مشکلات و ایجاد خط مشی دقیق متعالی در جهت صعود و کمال انسان گام بر می دارد.

و به همین دلیل هم هست که قرآن کریم، عالی ترین مدح ها و ستایش ها و بزرگترین سرزنش ها و مذمت ها را متوجه انسان کرده است. از نظر قرآن، انسان موجودی است که توانایی تسخیر یا به کار گرفتن تمامی زمین و آسمان را داراست. و می تواند به اعلی علین و یا اسفل السافلین برسد. در سرشت انسان علاوه بر عناصر مادی که در جماد و گیاه و حیوان وجود دارد، عنصری الهی هست. در واقع، انسان ترکیبی از ماده و معناست او تنها، به دنبال ماده و مادیات نیست بلکه به دنبال اهدافی عالی و آرمان هایی متعالی برای رضای آفریننده اش است.

از سوی دیگر، بحث های روان شناسی دقیق و علمی که از آیات مبارکه قرآنی، استنباط شده، همه دال بر این قضیه است که انسان، موجودی است آفریده خداوند، دارای دو نیمه پست و خدایی، لجن متعفن و گندیده و بدبویی که خداوند از روح لطیف و مقدسش بر آن دمیده و او را انسان ساخته است. بنابراین، انسان، جمع دو ضد است. نیمه ای الهی و نیمه ای خاکی و هر آن کس که در جهت نیمه الهی گام بر دارد طبیعتاً نتیجه ای الهی در بر خواهد داشت. این جاست که اهتمام انسان به خودشناسی، زمینه ای برای خداشناسی انسان فراهم می کند. منظور از مطالعه و بررسی نفس، صرفاً معرفت آن و یا رسیدن از طریق معرفت آن به معرفت خدا نیست، بلکه هدف اساسی، اصلاح رفتار و تعدیل اخلاق است: «اعرفکم بنفسه اعرفکم بریه» آن که از معرفتی افزون تر نسبت به خویشتن برخوردار است، دارای معرفتی بیشتر نسبت به پروردگار خود می باشد و این، همان است که مبنای روان شناسی اسلامی، نام گرفته است. پس مایه های اصلی روان شناسی اسلامی برگرفته از قرآن کریم و احادیث است. روان شناسی اسلامی، آیات

بدین سان، انگشست اشاره روان شناسی اسلامی به سوی حقیقت انسان و رفتار اوست، فطرت و طبیعت و روان او را به وصف کشیده و جوانب و ابعاد مختلف نفس را مورد توجه قرار می دهد. حقیقت مطلب آن است که در روان شناسی غربی با وجود پیشرفت های چشمگیری که در این شاخه از علم به دست آمده، معدل بهبودی بیماران روانی در طول سالیان متمادی ثابت و یکنواخت مانده است (حجتی، ۱۳۸۹). این مشکل از آن جا ناشی می شود که روان شناسان غربی به رسالت و معارف الهی در زمینه شناخت نفس و درمان آن، توجهی نکرده و فقط به تطبیق معیارها و روش های مادی و عقلی پرداخته اند.

قرآن خود را به عنوان درمان معرفی می کند و می فرماید «ای مردم! موعظه ای از سوی پروردگارتان برای شما آمده است و درمان است برای آنچه در سینه هاست (درمانی برای دل های شما) و هدایت و رحمت است برای مؤمنان!». گویی قرآن کریم پیوسته سازمان یافتگی روانی خاصی را ایجاد می کند و سازمان یافتگی های دیگری را ضعیف کرده و به تدریج از بین می برد. افراد مؤمن را در جهت شکل دهی، تثبیت و تقویت سازمان یافتگی روانی آخرت گرایی حرکت می دهد و سازمان یافتگی دنیاگرایی را تضعیف و آرام آرام از بین می برد. اخلاص و خداخواهی را به وجود می آورد و شرک و مردم گرایی را از بین می برد. حالت ذکر و توجه را به وجود می آورد و غفلت و بی توجهی را از بین می برد. قرآن برای ایجاد سازمان یافتگی های مثبت و از بین بردن

سازمان یافتگی های معیوب مکانیزمی تربیتی دارد که با دقت کردن در آن می توان نحوه شکل گیری و تحول سازمان یافتگی های روانی هنجار و نابهنجار و درمان اختلالات روانی را از آن استنباط کرد (نصرتی، ۱۳۹۴)

موضوع نفس یکی از مباحث مهم فلسفی است که دانشمندان یونانی و فلاسفه اسلامی درباره آن به گفت و گو پرداخته اند؛ به طوری که علم النفس و شناخت خود یکی از بحث های حکمت مشاء و اشراق و حکمت متعالیه است: ابن سینا، بحث نفس را در حکمت طبیعی بیان کرده و علت این امر را چنین ابراز کرده است: «ذات حیوان و نبات از دو چیز مرکب است: نفس که صورت محسوب می شود و جسم که ماده به شمار می رود و به خاطر علاقه نفس به بدن جهت تدبیر و تکمیل، موضوع نفس جزء طبیعیات قرار داده شده است» (عبودیت، ۱۳۹۲). اما سهروردی، بحث نفس شناسی را در الهیات مطرح کرده که نشان دهنده نگاه ویژه او به نفس است. در این نگاه نفس آغاز ملکوتی دارد و با آن آغاز ملکوتی است که تمام افعال و آثار و حتی فیض هایی که در این جهان، به نفس می رسد را می توان توجیه کرد (عبودیت، ۱۳۹۲). اما صدر المتألهین بر خلاف پیشینیان، فلسفه خویش را در چهار بخش امور عامه، طبیعیات، الهیات به معنی الاخص و علم النفس عرضه کرد و بدین ترتیب، با تأسیس یک بخش مستقل، تمام مباحث مربوط به نفس را در کنار هم گرد آورد (مصباح یزدی، ۱۳۹۳).



دانشمندان دیگری مانند آیت الله جوادی آملی معرفت نفس را پایه اصلی معارف دیگر دانسته اند پس هر یک از ما را مرحله ای به نام طبیعت و مرحله ای به نام فوق الطبیعه و ماوراء الطبیعه است و مسلم است که این دو مرحله از یکدیگر گسیخته نیستند، بلکه یک موجود است که او را یک تشخیص و هویت است. ایشان در مقدمه دفتر اول دروس معرفت نفس خود، می فرماید: معرفت نفس مبتنی بر خودشناسی، طریق معرفت به ماورای طبیعت و به خداشناسی است که مبانی و اصول جمیع معارف است (من لم يجعل الله له نورا فما له من نور).

انسان به تقویت دو قوه بینش و کنش بر دیگر موجودات فزونی می یابد و در حقیقت این دو قوه به منزله دو بال انسان اند و اگر انسان خود را گرفتار به شهوت های حیوانی نکند و از مسیر علم و عدل منحرف نشود، می تواند به معرفت نفس نائل شود که، اساس همه علوم است (حسن زاده آملی، ۱۳۹۲).

و در آخر اینکه همان طور که می دانیم اگر به خودمان آگاهی یابیم بسیاری از مشکلات ما حل خواهد شد، و به قول مولوی:

بیرون ز تو نیست آنچه در عالم هست

از خود بطلب هر آنچه خواهی که تویی

منابع:

۱. قرآن کریم
۲. حجتی، محمد باقر (۱۳۸۹). گامی فراسوی روان شناسی اسلامی دفتر نشر فرهنگ اسلامی، صص ۵۱ - ۴۷.
۳. حجتی، محمد باقر (۱۳۹۰). روان شناسی از دیدگاه غزالی، دفتر نشر معارف اسلامی، ص ۳۸.
۴. حقانی زنجانی، حسین (۱۳۷۷). مجله درس هایی از مکتب اسلام، شماره ۱۱. چهار لفظ مترادف با معنای نفس.
۵. حسن زاده آملی، حسن (۱۳۸۵). دروس معرفت نفس، نشر قائم آل محمد (ص) جلد ۲ و ۱.
۶. سکسنتون، ویرجینیا استاد (۱۳۷۶). تاریخچه و مکاتب روان شناسی، ترجمه احمد رضوانی، چ دوم، مشهد، آستان قدس رضوی، ص ۱۰۹ / ص ۱۶.
۷. عبودیت، عبدالرسول (۱۳۹۲). نظام حکمت صدرانی، تهران: انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره) سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه ها (سمت)
۸. طهرانی، محمد حسین (۱۳۳۳). الله شناسی، انتشارات علامه طباطبایی، مشهد مقدس ص ۵۵.
۹. مصباح یزدی، محمد تقی (۱۳۹۳). انسان شناسی در قرآن، قم: انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
۱۰. مطهری، مرتضی (۱۳۷۳). انسان در قرآن، تهران: انتشارات صدرا، ص ۲۹.
۱۱. مقدم، علی (۱۳۴۷). راز درون، تهران: انتشارات ققنوس، ص ۴۳.
۱۲. نارونی نصرتی، رحیم (۱۳۹۴). نظریه خودیابی اسلامی (قرآنی) در شکلگیری و تحول سازمان یافتگیهای روانی هنجار و نابهنجار و درمان اختلالات روانی، انجمن روان شناسی اسلامی.





امانے کہ در دستار مر است

زهرا جعفری بهمن آباد کارشناسی روان شناسی بالینی

دانشگاه علامه طباطبائی (z.jafari_7122@yahoo.com)

می کند تا با کشف مصداق های روشن، گرایش های فطری نظیر میل به کمال، سعادت، عدالت، پرستش و... را بشناسد و به پرستش معبود حقیقی ملتزم شود. تربیت دینی به نوبه خود در تقویت، شکل دهی و جهت بخشی بینش، انگیزش، احساسات، گرایش ها، غرایز، رفتار و امور فطری سهم بسزایی ایفا می کند. (رهنمایی، ۱۳۸۸)

تربیت به معنای پروردن، نشو و نما دادن، زیاد کردن و از ماده “ربو” است که به معنای بالا رفتن، اوج گرفتن، افزودن و رشد کردن است. اما تربیت در اصطلاح، کوشش برای ایجاد دگرگونی مطلوب در فرد و به کمال رساندن تدریجی و مداوم اوست. به عبارت دیگر تربیت به فعلیت رساندن استعدادها، به کمال رساندن فرد مستعد کمال و نیز مراقبت از او در مسیر رشد و سیر او به سوی کمال است (محمدی نویسی، ۱۳۸۶).

تربیت به معنای عام خود تمام ابعاد شخصیت را شامل می شود و به رشد اجتماعی، عاطفی، ذهنی و اخلاقی کمک می کند. تربیت دینی با قضاوت اخلاقی آنگونه که روان شناسان بیان داشته اند مترادف نیست؛ قضاوت اخلاقی جزء تربیت دینی است. وقتی فرد در زمینه تربیت دینی قدم برداشت و عامل به

دغدغه تربیت کودک و ایجاد یک فضایی ذهنی آرام و متناسب با رشد او برای تمام والدین دغدغه ای همیشگی محسوب می شود؛ در این باب هر روانشناس بنامی نظری های مختص به خود داده است و بر روی یک ویژگی از ذهن و جسم و روحیات کودک متمرکز شده است؛ ما به عنوان مسلمانانی که در یک جامعه اسلامی زندگی می کنیم در قبال تربیت دینی و هدایت کودکانمان به سمت رشد عالی و تفکر مناسب مسئول ایم؛ از این جهت است که پیامبر بزرگوارمان و به دنبال ایشان ائمه علیهم السلام نیز احادیث و سخنان نابی در رابطه با چگونگی تربیت این فرشتگان زمینی برای ما برجا گذاشته اند. در این مقاله به بررسی و بیان سخنان ائمه بزرگوار و نظریات روان شناسان در حوزه تربیت دینی فرزندانمان به موازات هم خواهیم پرداخت.

تعلیم و تربیت و روان شناسی، به عنوان برجسته ترین گرایش های رایج در انسان شناسی، هیچیک از دیگر بی نیاز نیست. تربیت دینی به عنوان یکی از شاخص ترین قلمروهای تعلیم و تربیت ارزشها، در اعتبار و روایی خود نه تنها از آموزه های دینی معتبر الهام می گیرد، بلکه وام دار اصول روانشناسی دین و روانشناسی ارزش هاست. تربیت دینی اصیل به شخص کمک

شرایع دینی شد و در خود تقوی و فضیلت را رشد داد به مهار نفس می پردازد و در جهت تمیز سره از ناسره حرکت میکند و به قضاوت اخلاقی می رسد (احمدی، ۱۳۷۵).

حال به بررسی دیدگاه چند تن از دانشمندان و نظریه پردازان در رابطه با تربیت بپردازیم:

به نظر دکتر هوشیار تربیت عبارت از هدایت و اداره جریانی ارتقائی و تکاملی است و مراد از جریان ارتقایی و تکاملی طفل و زندگی او و آینده است.

دور کیم تربیت اخلاقی را عملی می داند که نسل بالغ بر روی نسلی که هنوز برای زندگی اجتماعی به حد بلوغ نرسیده است انجام می دهد و هدف آن برانگیختن یک رشته حالات جسمانی عقلانی و اخلاقی در کودک است تا بتواند به مقتضای جامعه عمل کند.

خواجه طوسی تربیت را مراقبت از نشو و نمای انسان در جریان رشد به سوی کمال میداند. تربیت عمل عمدی فردی رشید است که قصد دارد رشد را در فردی که فاقد ولی قابل آن است تسهیل نماید.

از مجموع این تعاریف چنین استنباط می شود که تربیت دینی بخشی از تربیت است که منجر به رشد فرد در زمینه اخلاقی و ارزشی و شکوفایی توانایی او در جهت مطلوب می شود. روان شناسان بیشتر به نحوه رشد و شکل گیری قضاوت اخلاقی توجه کرده اند و به محتوای آن که مورد نظر تربیت دینی است نپرداخته اند. رشد قضاوت می تواند در ضمن تربیت دینی صورت گیرد. زیرا تربیت دینی بیشتر محتوای ارزشی و عملی دارد و شامل رفتاری می شود که به اعمال مطلوب می انجامد و می تواند از مراحل که روانشناسان به آن اشاره کرده اند بگذرد.

اگر به سیره پیامبر اسلام و ائمه اطهار علیهم السلام توجه شود می توان آنچه را که آنان می گفتند، عمل می کردند و تایید می نمودند تربیت دینی نامید. تربیت دینی به معنای حرکت عملی در جهت ایجاد اعتقاد قلبی، ابـراز کلامی و عمل است (احمدی، ۱۳۷۵).

برخی بر این گمانند که کار تربیت همزمان با تعلیم و تحصیلات رسمی آغاز می شود، در حالی که در اسلام تربیت کودک نه تنها از اولین روز تولد، که قبل از تولد و حتی قبل از ازدواج آغاز می گردد. روایات اسلامی تربیت نسلی سالم و سعادت مند را از گزینش همسر آغاز می کند. تربیت پس از تولد با گفتن اذان و اقامه در گوش کودک شروع شده با مراسم ولیمه، ختنه، عقیقه و دیگر سنن اسلامی ادامه می یابد. اسلام در نحوه شیر دادن و مدت آن نیز تربیت و سلامت روحی و جسمی انسان را مد نظر دارد.

امام صادق (ع) در این باره می فرماید: “فرزندانتان را با مسائل دین آشنا کنید، پیش از آنکه عوامل گمراه کننده بر آنان چیره شوند” (کافی، ج ۶، ص ۴۷).

ابن سینا در کتاب سیاست در این مورد میگوید: “وقتی طفل از شیر مادر جدا گشت باید به تربیت و تمرین اخلاقی او اقدام نمود، پیش از آنکه اخلاق پست به او هجوم آورد، زیرا اخلاق پست با سرعت به کودک سرایت می کند. پس اگر خلق زشتی در طفل

پیدا شد و بر او چیره گشت از میان بردن آن دشوار است.” همه ما می دانیم که کودکمان در خردسالی قدرت تربیت پذیری بیشتری نسبت به نوجوانی و جوانی دارد و به راحتی تحت تاثیر قرار می گیرد. باید بدانیم فرزندمان در این سنین به هر چه که عادت کند (چه خوب، چه بد) تغییر آن در نوجوانی و جوانی بسیار سخت می باشد پس اگر او را در همین موقعیت به کارها، اعمال و افکار خوب عادت دهیم این عادات مستمر و پایدار و حتی رو به افزایش خواهد رفت! با این وجود اگر دلبندمان را به حال خود واگذاریم با این استدلال که او هنوز کودک است و در نوجوانی به تربیت او می پردازیم در حق کودک و فطرتش جفای بزرگی کرده ایم. چرا که فطرت کودک در دستان ما امانتی بزرگ است و این امانت صرفا با مراقبت از جسم و تغذیه وی از دشمنان ساقط نخواهد شد. با توجه به این حدیث نبوی؛ “کل مولود یولد علی الفطرة فابواه یهودانه او ینصرانه او یمجسانه؛ هر مولودی که متولد می شود، بر فطرت الهی به دنیا می آید، و این پدران و مادران هستند که این ها را یهودی، نصرانی یا مجوس اش می کنند” (کافی).

بزرگترین اشتباه همین است که بعضی می گویند باید کودکان را به حال خود گذاشت تا آزادانه بزرگ شوند و پرورش یابند؛ باید بدانیم کسی که در این دوره از زندگی آزادانه و بی هیچ قید و بندی از تمایلاتش پیروی کرده در دوران بزرگسالی نمی تواند تمایلاتش را تعدیل و تنظیم کند. تمام آنچه که یک فرد در این دوره از زندگی کسب میکند مانند نقشی است که بر روی سنگی حک شده باشد و از بین بردنش کاریست بس دشوار. امام علی (ع) می فرماید: پسر من! به نوشتن وصیتی برای تو شتاب کردم؛



پیش از آنکه خواهش‌ها و دگرگونی‌های دنیا به تو هجوم آورند، و پذیرش و اطاعت مشـکل گردد، زیرا قلب نوجوان چونان زمین کاشته نشده، آماده پذیرش هر نوع بذری است که در آن پاشیده شود. پس در تربیت تو شتاب کردم، پیش از آنکه دل تو سخت شود و... (نهج البلاغه؛ نامه ۳۱).

البته لازم به ذکر است که این نامه با حدیث هفت سال آقا و سرور بودن کودکان در آغاز زندگی هیچ منافاتی ندارد چرا که در این نوع تربیت تنبیه و آموزش مستقیم است که حذف می‌شود و این بدان معنا نیست که باید کل فرایند تربیت را در این هفت سال کنار گذاشت، بلکه از طریق اعمال و تشویق‌های ماست که کودک به طور غیر مستقیم آموزش می‌بیند و احساس سروری هم می‌کند.

غریزه تقلید یکی از غرایز نیرومند و ریشه دار انسان است. اگر این غریزه نبود کودک چگونه می‌توانست بسیاری از رسوم زندگی، آداب معاشرت، غذا خوردن، ادای کلمات و جملات و... را فراگیرد؟ چشم و گوش برای کودک چونان دریچه‌ای است که به طور مستمر می‌بیند، می‌شنود و ذهنش همانند آینه از مشاهدات خود عکس می‌گیرد و ضبط می‌کند. کودک برای ساختن شخصیت خود نیاز به الگو و اسوه دارد. حتی خداوند برای رشد و تربیت انسان این روش را اعمال کرده است. ارائه الگو و اسوه موفق‌ترین روش تربیتی است. خداوند، رسول گرامی اسلام (ص) را به عنوان بهترین سرمشق برای نسل بشر معرفی می‌کند: «همانا رسول خدا برای شما سرمشق نیکویی است» (احزاب، ۲۱).

تقلید در تعلیم و تربیت و سازندگی از پند و اندرز بیشتر اثر دارد. تقلید خود به خود انجام می‌گیرد و نیاز به تذکر ندارد. مادر و پدر میتوانند با رفتار خود خصلت‌های امانت، صداقت، شجاعت و شهامت، وفای به عهد، حق‌جویی و صراحت و... را در کودک احیا کنند، و یا آنها را از بین ببرند! والدین میتوانند زمینه را برای هدایت فطری کودک فراهم سازند، و یا موجب انحراف او شوند (اداره کل آموزش پرورش استان بوشهر، ۱۳۷۵).

شاید سوال شود که بهتر است در چه سنی به شروع تربیت کودک بپردازیم؟ امام صادق (ع) می‌فرمود: «ما فرزندان خود را در این سن (کودکی) برای سحری خوردن در ماه رمضان بیدار می‌کنیم. نه برای روزه گرفتن، بلکه برای مانوس کردن او با خلوت شب، انس‌گیری با سحر و آشنایی با ذکر و عبادت و ارتباط با خدا».

- کودک در سنین ۶-۸ سالگی تحولی ریشه‌دار به سوی معنویت می‌یابد. گاهی در تنهایی با خدا حرف می‌زند، دعا می‌کند و از خدا حاجت می‌خواهد.

- کودک در سنین ۷-۹ سالگی علاوه بر ویژگی‌های تقلید، تلقین‌پذیری، همانندسازی و... قیود و اوامر و نواهی را نیز پذیرا می‌شود. شدیداً تشویق و تهدید را می‌پذیرد و شوق مذهبی در او رو به افزایش است. تفکری منطقی می‌یابد، و از مدرسه اعم از آموزگاران و همسالان تأثیر می‌پذیرد.

- ۹-۱۱ سالگی مرحله خردورزی کودک است. کودک تجاربی را می‌آموزد، برهان‌پذیر می‌شود، از روابط علت و معلول آگاهی

می یابد و شناخت او از پدیده های هسستی افزایش پیدا می کند. در این سن می توان به خوبی و با منطقی در خور سن او با او درباره نماز سخن گفت، و علت و فلسفه عبادت را به او تفهیم کرد. این جاست که شور مذهبی او با شعور می آمیزد، و پایه های شخصیت دینی او را استوار می سازد (اداره کل آموزش پرورش استان بوشهر، ۱۳۷۵).

و اما راه های رسیدن به این نوع تربیت چیست؟ برای تربیت کودکان و نوجوانان دو طریق را می توان پیمود. طریق اول روش هایی است که از قرآن و حدیث استخراج می شود و طریق دوم روش هایی است که از تحقیقات روان شناسان منتج می گردند.

نمونه هایی از روش هایی که برای تربیت دینی از قرآن و حدیث استخراج و استنباط می شود در زیر ذکر شده است:

۱. ابتدا باید خود والدین رفتار مناسب داشته باشند. امام کاظم (ع) می فرمود: «یحفظ الاطفال بصلاح آباءهم: اطفال در سایه صلاحیت و شایستگی پدرانشان [از انحرافات] مصون می مانند» (بحار الانوار، ج ۶۸، ص ۲۳۶).

۲. فرزندان خود را به عادات مطلوب خود دهند.
۳. مربیان شایسته ای برای کودکان در نظر گیرند.
۴. تفکر و اندیشه کودکان را تقویت کنند.
۵. کودکان را به خواندن و درک معانی قرآن تشویق نمایند.
۶. محیط مساعد تربیتی ایجاد کنند.
۷. به مشاهدده طبیعت اطراف پرداخته و به رشد تجربه کودکان کمک کنند. زیرا مشاهدده و تجربه راهی به سوی اندیشیدن است.





و روش های آموزشی-تربیتی را که از تحقیقات روان شناسان حاصل شده و در تربیت دینی نیز می تواند کاربرد داشته باشد می توان به صورت زیر ارائه نمود:

۱. **تقویت رفتار مطلوب.** وقتی کودک یا نوجوانی اقدام به کاری نمود که درست است باید آن را تقویت کرد. بسویاری از کودکان سبقت در سلام می گیرند و آداب درست دینی را انجام می دهند. والدین و مربیان بایستی با کلام و رفتار آن رفتارهای مطلوب را تقویت کنند.

۲. **حذف رفتار نامطلوب.** اگر کودکی به رفتار نامطلوبی دست زد آن را خاموش کرده، نادیده گرفته، و چنان رفتار بشود که در نتیجه آن رفتار حذف گردد. برای حذف رفتار نامطلوب نباید از رفتار نامطلوب استفاده کرد؛ مثلاً کودک را تنبیه بدنی نمود، بهتر است به گونه ای رفتار کرد که کودک به رفتار مقابل و مطلوب کشانده شود.

۳. **استفاده از تمرین رفتار.** رفتار دینی را باید خود انجام داد و از کودک خواست تا آن را تمرین و تجربه کند.

۴. **شرکت دادن کودکان در فعالیتهای تربیتی،** از قبیل گروه ها با برنامه تربیتی، اردوهای تربیتی، فعالیت در مجامع دینی و مساجد.

۵. **تقویت تفکر انتزاعی** از طریق توجه آنان به مبدأ و معاد و ایجاد یک زمینه عرفانی و شناختی صحیح در ذهن نوجوانان.

۶. **رشد اندیشه منطقی و واقع بینانه در کودکان و نوجوانان و مبارزه با جهل و خرافات** به صورتی که بتوانند به رشد درست عقلی نایل آیند و واقعیت ها را از خیال جدا کنند (احمدی، ۱۳۷۵).

این مطالب بیشتر از هرچیز به ما بیان می دارد که تمامیت وجود کودکی که با محبت خدا و خواست خودمان به دامن دنیا آورده شده است در دستمان ما امانتی است بس بزرگ و یکی از شیوه های نگهداری درست از این امانت تربیت صحیح و مطابق فطرت اوست. باید از تاثیر فوق العاده رفتارمان بر روح و اندیشه این کوچک خدادادی آگاه باشیم و او را به راهی که صحیح تر است هدایت کنیم.

منابع:

۱. احمدی، سیداحمد (۱۳۷۵). مفهوم تربیت دینی و راههای وصول به آن؛ مجله تربیت، سال ۱۲، شماره ۱۱۲.
۲. رهنمایی، سیداحمد (۱۳۸۸). پایه های روان شناختی تربیت دینی؛ اسلام و پژوهش های تربیتی، سال اول، شماره دوم.
۳. اداره کل آموزش و پرورش استان بوشهر (۱۳۷۵). تربیت دینی کودکان؛ پیوند، شماره ۲۰۶.
۴. محمدی نویسی، فاطمه (۱۳۸۶). تربیت کودک از نگاه نبوی؛ فرهنگ کوثر، شماره ۷۲.
۵. افروز، غلام علی (۱۳۷۴). مبانی روان شناختی روش های تربیت دینی کودکان و نوجوانان؛ پیوند، شماره ۱۹۴.
۶. علامه مجلسی (۱۳۶۳). بحار الانوار؛ ترجمه موسوی همدانی، ابوالحسن؛ تهران: نشر کتابخانه مسجد حضرت ولی عصر (عج).
۷. کلینی رازی، محمدبن یعقوب (۱۳۶۹). کافی؛ ترجمه رسو ————— ولی، هاشم. مصطفوی، جواد؛ تهران: نشر کتاب فروشی علمیه اسلامی.
۸. نهج البلاغه؛ ترجمه دشتی، محمد؛ قم: نشر دارالبيهارت.
۹. نوری، میرزا حسین؛ مستدرک الوسائل، بیروت؛ جلد ۱۴

حقوق مشاوره

نگاه اجمالی بر نظام نامه اخلاق اسلام در مشاوره

نگارگر نظر پور کارشناسی روان شناسی بالینی و کارشناسی

ارشد روان شناسی عمومی دانشگاه علامه طباطبایی

(nnazarpour@yahoo.com)

تاریخچه شکل گیری اصول اخلاق حرفه ای و کمیته های اخلاقی در زمینه مشاوره در غرب، به سال ۱۹۶۱ میلادی برمی گردد. انجمن روان شناسی آمریکا (APA) اصول اخلاقی را در سال ۱۹۵۳ ارائه کرد و اصلاحات بعدی در سالهای ۱۹۵۹، ۱۹۸۱، ۱۹۹۲، ۲۰۰۲ و سرانجام در سال ۲۰۰۵ صورت گرفت. سپس نظام نامه اخلاقی انجمن مشاوره آمریکا (ACA) که شباهت زیادی در موضوع های اخلاقی با نظام نامه روان شناسی این کشور دارد، تدوین شد. پس از آن، این نظام نامه ها در کشورهایی مثل کانادا، بریتانیا، ایرلند، نیوزلند، ژاپن و ایتالیا مورد توجه قرار گرفت. در ایران نیز «نظام نامه اخلاقی انجمن روان شناسی و مشاوره جمهوری اسلامی ایران» در سال ۱۳۸۵ توسط کمیسیون تخصصی شورای مرکزی سازمان نظام روان شناسی و

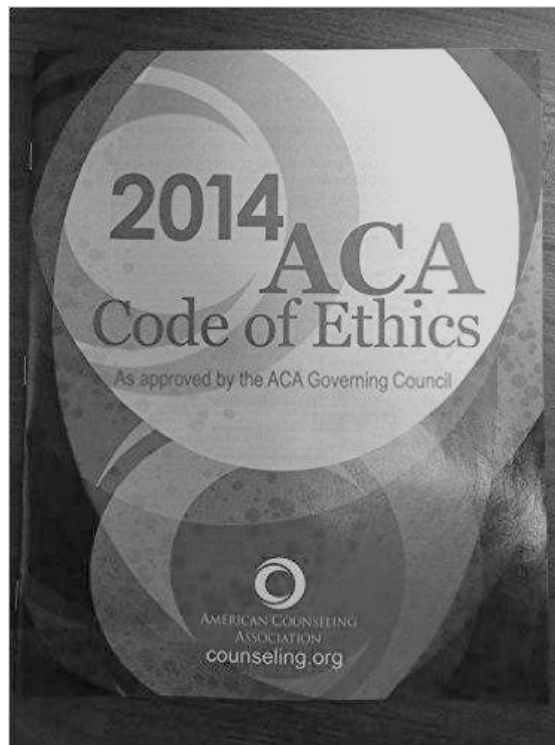
مشاور نقش اساسی در مشاوره دارد و مهم ترین نقش وی، به ارزش، اخلاق و نوع رفتارش مربوط می شود. رعایت مسائل اخلاقی در مشاوره آن قدر مهم است که امام صادق (ع) می فرماید: «مشورت شایسته نیست؛ مگر با شرایط آن و هر که آنها را بدانند، خوب است، و گرنه زیانش بر مشورت خواه بیش از سودش باشد.» (وسائل الشیعه - ج ۱۲) با وجود تأکید فراوان بر مشاوره و اهمیت آن در متون اسلامی، امام صادق (ع) در صورت عدم رعایت حدود مشاوره، نبود آن را بهتر از بودنش بر می شمارد و زیان آن مشاوره را بر مراجع، بیش تر از خیر آن می داند. از این روی، امیرالمؤمنین (ع) می فرماید: «با وجود غفلت در خود راهنما، چگونه گمراه هدایت می شود؟» (صابری یزدی، به نقل از امامی راد

مشاوره تدوین شد (حسینیان، ۱۳۸۷)

1. American Psychology Association
2. American Counseling Association

و فقیهی، ۱۳۸۹)

بدین منظور، تأثیر ارزش های مشاور در فرآیند مشاوره، از مسائل مهم اخلاقی در این حوزه به شمار می آید. به عقیده کوری و کوری (۱۳۸۷) مداخله های درمانی متکی بر ارزش های اساسی است و مسئله تأثیر ارزش های مشاور بر درمانجو، اشارات اخلاقی دارد. هدف ها و روش های درمان، جلوه هایی از زندگی مشاور است و مشاوران ارزش های خود را به وسیله اهداف درمان که نسبت بدن آنها متعهدند، انتقال می دهند. از این روی، ضرورت رعایت مسائل اخلاقی در مشاوره از یکسو و تأثیر ارزش های جوامع بر قوانین از سوی دیگر، متخصصان این عرصه را به تدوین نظام نامه های اخلاقی در حیطه مشاوره و روان شناسی، با توجه به ارزش های جوامع کشاند (امامی راد و فقیهی، ۱۳۸۹).



در اسلام و کلام معصومین (علیهم السلام) احادیث، روایات و آیات بسیاری وجود دارد که در رابطه با موضوع چگونگی مشاوره و راهنمایی نکات ارزنده ای ارائه می دارند. در این مقاله سعی بر این نیست که کلیه این احادیث یکجا عرضه شوند بلکه به دنبال این هستیم که به یک اصل مهم که در اصول اخلاقی غربی از آن غفلت شده است اشاره کنیم.

ضمانت اجرای اصول اخلاقی سکولار، قانون و قانون مداری است و چنانچه فردی از آنها تخطی کند توسط قانون مجازات خواهد شد. در ضمن اینکه این ضمانت، ضمانتی لازم و مهم است اما به هیچ وجه کافی نخواهد بود. زیرا که همیشه راه های زیادی برای دور زدن قانون وجود خواهد داشت و افراد بسیاری برای کسب منافع بیشتر تا حد امکان قانون و حقوق دیگران را زیر پا می گذارند. مضاف بر اینکه قانون برای بسیاری از مسائلی که واقعا به فرد آسیب جدی می زند نمی تواند قواعدی تنظیم کند.

به نظر می رسد که به وجود یک عامل بازدارنده درونی برای حل معضلات احتمالی مشاوره نیاز خواهد بود. این عامل بازدارنده درونی در تفکر غربی نهایتاً می تواند انسانیت باشد. اما سوال مهم اینجاست که انسانیت و اصول اخلاقی جهانی تا به کجا می تواند پاسخگو باشد؟ آیا انسانیت می تواند شخصی را وادار کند تا در جهت عدم ایجاد مشکل برای دیگری از آبرو، جان، مال و همه چیزش بگذرد؟ فقط همین را می توان گفت که هرچند این موضوع غیرممکن نیست اما خیلی بعید به نظر می رسد. این در حالی است که اعتقاد به وجود خدایی که حاضر و ناظر است و در تمام شرایط دستگیر انسان خواهد بود، از هر قدرتی بالاتر است و به بهترین

حالت در این دنیا و یا در جهان آخرت جبران خواهد کرد اگر اعتقاد راسخی باشد به احتمال خیلی بیشتری افراد را به انجام اصول اخلاقی و انسانی وادار می کند.

اما در تفکر اسلامی «تقوا» و خدامحوری اصلی ترین شرط در حوزه مسائل مشاوره اسلامی است و به بیانی همان عامل بازدارنده درونی قوی می باشد. امام صادق (ع) می فرمایند: «در امور خود که لازمه دینداری است با کسی مشورت کن که پنج خصلت دارد عقل، بردباری، تجربه، خیرخواهی و تقوی» (مستدرک الوسائل - ج ۸)

«تقوا» از شروط اساسی در مشاوره اسلامی به شمار می آید و با توجه به مفاد روایاتی که در ادامه می آید، می توان گفت مهم ترین شرط فرد اسلامی است (امامی راد و فقیهی، ۱۳۸۹). «تقوا» به معنای حفظ نفس از گناهان و ترک معاصی است (راغب اصفهانی، ۱۴۱۶). این امر در فرهنگ دینی جایگاه والایی دارد، مبنا و رکن اساسی اخلاق اسلامی است و بدون آن، اخلاق و ایمان مفهومی ندارد؛ همانطور که امیرمؤمنان (ع) فرمود: «تقوا حاکم بر خصلت های نیکوست.» (غررالحکم و درر الکلم - ص ۲۷۱) همچنین فرمودند: «ایمان بدون تقوا نفعی ندارد» (غررالحکم و درر الکلم - ص ۲۷۱)



رعایت تقوا در مشاوریه آثار و برکات فراوانی دارد. امامی راد و فقیهی (۱۳۸۹) به برخی از این آثار اشاره کرده اند:

۱- هدایت به سوی خیر: در روایتی، امام صادق (ع) به شرط ورع (مرتبه بالای تقوا) در مشاور چنین اشاره دارد: «با مرد خردمند پارسا مشورت کن که او جز به خیر نظر ندهد.» (بحار الانوار - ج ۷۲) این حدیث شریف به شرط «وَرَع» که مرتبه بالای تقواست، اشاره دارد. در تعلیل این امر، «خیر خواهی» مشاور در صورت داشتن تقوای الهی آمده است. در واقع، شخصی که از مرتبه بالای ترس از خداوند برخوردار است، به جای ارائه مشورتی که با هواهای نفسانی او یا مراجع منطبق باشد، به ارائه راهکاری خواهد پرداخت که مصلحت واقعی مراجع است. همچنین با توجه به ملزومات ورع، در صورت ندانستن راه حل، به منظور عدم خروج از خیر و صلاح مراجع که در این حدیث شریف بدان اشاره شده است، حداقل امری که رعایت خواهد کرد، ارائه نکردن راه کارهای نامشروع و شر است.

۲- ایجاد زمینه رعایت تمام مسائل اخلاق اسلامی: با توجه به آثار «تقوا» و توصیه و تأکید ائمه اطهار به این شرط در مشاور، به نظر می رسد تقوا به مثابه یک نگهبان قوی و یک کنترل کننده مطمئن، جلوی سرکشی نفس اماره را می گیرد و از خیانت به دیگران بر حذر می دارد. چنین اشخاصی بر اساس مصالح واقعی و جاودان مراجع مشاوریه می دهند و به خاطر معیار قراردادن خداوند، می کوشند مسائل اخلاق اسلامی مشاوره مانند صداقت، اخلاص، رازداری، مسئولیت، صبر و غیره را رعایت کنند. همچنین تقوای الهی باعث پایبندی مشاور به بسیاری از واجبات و محرمات الهی می شود؛ مانند: عدم تماس بدنی با مراجع نامحرم، خیانت نکردن به مراجع با نگاه ناپاک خلف وعده نکردن و....

۳- عنایت الهی و حل شدن مشکلات: خداوند به یکی از آثار مهم رعایت تقوای الهی چنین اشاره می کند: «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا. وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ» (طلاق، ۲ و ۳) هر کس تقوای الهی داشته باشد، خداوند برایش گشایش گاهی قرار داده و او را از جایی که حساب نمی کرد، روزی می رساند. در اثر اطاعت از خداوند، برکات مادی و معنوی شامل حال چنین شخصی می شود و در برکات مشاوره و حل مشکلات مراجع نیز تأثیر خود را بر جای می گذارد.

در ادامه می خواهیم خواننده های عزیز را به مطالعه بخشی از رساله حقوق امام سجاد (علیه السلام) با عنوان حقوق مشاوریه دعوت کنیم. رساله حقوق عنوان حدیثی طولانی از امام سجاد (علیه السلام) است که از سوی ابو حمزه ثمالی نقل شده است. به دلیل جایگاه خاص و محتوای جامع این رساله، ترجمه ها و شرح های متعددی بر این رساله نوشته و منتشر شده است. این رساله تا کنون به زبان های انگلیسی، ارمنی، هندی و اردو منتشر شده است. در این رساله به بررسی حقوق و وظایف انسان در هفت دسته پرداخته شده است:

- ۱) حق خداوند
- ۲) حق خود و اعضای بدن
- ۳) حق افعال عبادی
- ۴) حق حاکم و مردم
- ۵) حقوق خویشاوندان
- ۶) حقوق برخی از اصناف اجتماعی
- ۷) حقوق مالی که در مجموع ۵۱ حق مورد بحث رساله را در این ۷ دسته جا داده اند.



رساله حقوق همچون درسنامه اخلاقی مومن در حوزه روابط فردی و اجتماعی است. وظایف فرزندان در برابر پدر و مادر، وظایف همسران در برابر یکدیگر و فرزندان، وظایف همسایه، استاد، شاگرد، امام جماعت، حقوق زیر دستان، مشاوری و... از جمله موضوعات این رساله است. مراد از «حق» تکالیف و وظایفی است که خداوند نسبت به دیگران - اعم از انسان ها و دیگر موجودات - بر عهده انسان نهاده است. حق یک طرف به معنای وظیفه و تکلیف طرف مقابل خواهد بود. حقوق در این رساله منحصر به تکالیف واجب شرعی مومن نیست بلکه شامل احکام استجابی و نیز وظایف عرفی و اجتماعی نیز می شود. و در واقع این رساله در بردارنده وظایف اخلاقی یک انسان موحد است.

در این رساله عنوانی مهم برای روان شناسان و مشاوران به چشم می خورد که به نظر نمی رسد تا کنون چندان مورد توجه قرار گرفته باشد. عنوان «حقوق مشاوره» که در دو بخش حق کسی که از تو مشورت می خواهد و حق کسی که از او مشورت می خواهدی در این رساله ذکر شده است. در عین توجه به شیوایی و زیبایی این کلام نباید این مطلب را از نظر دور داشت که این بخش کوتاه بیانگر کلیه حقوق مشاوره نیست. و بسیاری از نکات مهم دیگر وجود دارد که در آیات، روایات و احادیث دیگر ذکر شده اند. در نتیجه استخراج کلیه این حقوق و وظایف نیازمند به غور بیشتر در روایات و احادیث مرتبط با راهنمایی و مشاوره است.

• حق کسی که از تو مشورت می خواهد

اما حق کسی که از تو مشورت می خواهد؛ پس اگر نظر خوبی داری که برای او مفید باشد، در نصیحت و راهنمایی او کوتاهی

نکن و راهی را پیش پای او بگزار که اگر خودت جای او بودی همان راه را می رفتی و با نرمی و خوش زبانی با او صحبت کن زیرا نرم سخن گفتن و مهربانی وحشت و ترس را تبدیل به انس و الفت می کند در حالیکه غلظت و تندبانی انس و محبت را مبدل بترس و وحشت می سازد و اگر چیزی به ذهنت نرسید تا او را راهنمایی کنی و کسی را می شناختی که خود به او اعتماد داشته و حاضر بودی به رای و نظرش عمل کنی او را به سوی همان شخص راهنمایی کن و در این صورت است که در مشورت دادن کوتاهی نموده ای و راه صحیح و درست را از او پنهان نداشته ای و قوتی نیست مگر به خداوند متعال.

با بیانی واضح او را متوجه حق خودت بگردان، از قیل و قال و جار و جنجال بپرهیز؛ برای آنکه سبب بی ارزش شدن حجت و برهانت شده اجر و پاداش تو را ضایع می گرداند و قوتی نیست مگر به خداوند متعال.

• حق کسی که از او مشورت می خواهی

اما حق کسی که از او مشورت می خواهی بر تو آن است که اگر در مشورت دادن؛ نظر او مطابق خواسته تو نبود؛ او را به خیانت متهم نکنی زیرا که آراء و انظار بین مردم مختلف است و اختلاف آنان در آراء و نظریات امریست متداول و معمول.

البته تو کاملاً اختیار داری که نظر او را قبول نمایی یا رد کنی؛ و چنانچه نظر او را مطابق صواب ندیدی می توانی اصل نظر را متهم کنی و ناصواب بخوانی؛ اما خود او را هرگز؛ چون تو او را اهل مشورت می دانستی و به همین جهت به او مراجعه نمودی.

اگر نظرش را عمل نمودی و به آنچه می خواستی رسیدی پس او را تشکر نموده و خدا را سپاسگزار باش و اگر روزی او به تو مراجعه کند و از تو مشورت بخواهد؛ تو نیز احسان نموده و او را به طور صحیح و به دور از خیانت راهنمایی کن و قوتی نیست مگر به خداوند متعال .

منابع:

۱. امامی راد، احمد و فقیهی، علی نقی؛ مقایسه مسائل اخلاقی «رازداری»، «تقوا» و «دوری از شهوت پرستی» در مشاوره اسلامی و نظام نامه اخلاقی انجمن مشاوره آمریکا (ACA)؛

مجله روان شناسی و دین؛ سال سوم، شماره چهارم، زمستان ۱۳۸۹، ص ۳۳ - ۶۰

۲. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غرر الحکم و درر الکلم، قم، دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۶۶.

۳. حر عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعه، قم، مؤسسه آل البيت، ۱۴۰۹.

۴. حسینیان، سیمین، اخلاق در مشاوره و روانشناسی، تهران، نشر کمال تربیت، ۱۳۸۷.

۵. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، المفردات فی غریب القرآن، بیروت، دارالشمیة، ۱۴۱۶.

۶. صابری یزدی، علیرضا و انصاری محلاتی، محمدرضا، الحکم الزاهره، قم، نشر سازمان تبلیغات اسلامی، ۱۳۷۵.

۷. کوری، جرالند و کوری، نظریه و کاربرد مشاوره و روان درمانی، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران، ارسباران، ۱۳۸۷.

۸. مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، لبنان، بیروت، مؤسسه الوفاة، ۱۴۰۴.

۹. نوری، حسین، مستدرک الوسائل، قم، مؤسسه آل البيت، ۱۴۰۸ق.

پروژه‌های آموزشی بر اساس آموزه‌های اسلام

دکتر سهیلا فرتاش، دکتري روان‌شناسی تربیتی؛

استادیار گروه راهنمایی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

(Fartash346@yahoo.com)

هوش معنوی چیست؟

از اواخر قرن بیستم، رویکرد هوش‌های چندگانه مورد توجه قرار گرفت. بر اساس این دیدگاه، هوش انسان متشکل از مجموعه محدودی از قابلیت‌های شناختی نیست و علاوه بر IQ می‌توان شاخه‌های دیگری از هوش را در نظر گرفت. مفهوم «هوش معنوی» که مسئول پاسخگویی به سوالات بنیادی انسان درباره معنای زندگی است، ابتدا توسط استیونز (۱۹۹۶) و سپس توسط ایمونز (۱۹۹۹) مطرح شد. آنچه موجب شده تا سازه معنویت به عنوان هوش، مفهوم سازی شود، آن دسته از مشاهدات و یافته‌هاست که نشان می‌دهد کاربست الگوهای ویژه‌ای از افکار، هیجان‌ها و رفتارها که به عنوان دین و معنویت شناخته می‌شود، موجب افزایش سازگاری و بهزیستی انسان می‌شود. زوهر و مارشال^(۲۰۰۰) پیشنهاد می‌کنند که معنویت، هوشی است که ما توسط آن نیازهایمان را شناسایی و بیان می‌کنیم، مشکلات با معنا و ارزشمندانمان را حل می‌کنیم و با استفاده از آن می‌توانیم اعمال و کیفیت زندگی‌مان را

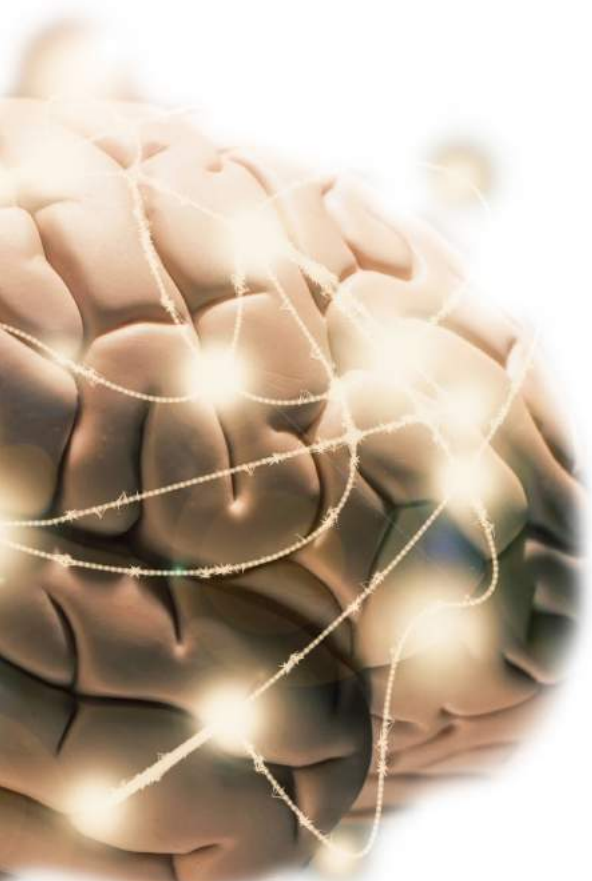
دربافتی که از لحاظ معنا دهی، غنی‌تر و وسیع‌تر است، قرار دهیم. هوش معنوی دربرگیرنده مجموعه‌ای از توانایی‌ها و ظرفیت‌هاست که از منابع معنوی در جهت افزایش بهزیستی و انطباق پذیری استفاده می‌کند. در حالی که معنویت با جستجو و تجربه امر قدسی، معنا، هشیاری سطح بالاتر و تعالی در ارتباط است، هوش معنوی مستلزم توانایی‌هایی است که از چنین موضوعات معنوی برای تطابق، کنش اثر بخش و تولید محصولات و پیامدهای با ارزش استفاده می‌کند (ناصری، ۱۳۸۶). هوش معنوی، کاربرد انطباقی اطلاعات معنوی در جهت تسهیل حل مسائل روزمره و دستیابی به هدف است.

هوش معنوی، دربرگیرنده ظرفیت گسترش خودآگاهی عمیق و آگاهی ما از ماهیت چند بعدی جهان است. هم‌چنین شامل ظرفیت ابراز رفتار با فضیلت و تشخیص تقدس در تجربه‌های روزمره است (ایمونز، ۲۰۰۰). افراد زمانی هوش معنوی را به کار می‌برند که بخواهند از ظرفیت‌ها و منابع معنوی برای تصمیم‌گیری‌های مهم و اندیشه در موضوعات وجودی یا تلاش در جهت حل مسائل روزانه استفاده کنند (زوهر و مارشال، ۲۰۰۰). بنابراین هوش معنوی، موضوعات ذهنی معنویت را با تکالیف بیرونی جهان واقعی ادغام می‌کند (ولمن، ۲۰۰۱).

1. Stevens
2. Emmons

3. Zohar & Marshal
4. Wolman





هوش معنوی به افراد کمک می کند تا در چارچوب یک تصویر بزرگتر به زندگی و رویدادهای آن بنگرند و تفسیر مجددی از تجربه های زندگی داشته باشند. یک فرد با هوش معنوی رشد یافته، با ویژگی هایی همچون درجه بالایی از خودشناسی، علاقه به رشد شخصی، احساس شفقت و مهربانی، توانایی توجه به پیوند های میان وقایع، یافتن معنا در تجربه ها، الهام گرفتن از ارزش ها و ظرفیت الهام بخش بودن برای دیگران شناخته می شود (زوهر و مارشال، ۲۰۰۰). آمرام^۵ (۲۰۰۵) معتقد است هوش معنوی شامل حس معنا، احساس داشتن رسالت در زندگی، حس تقدس، درک متعادل از ارزش ماده، و اعتقاد به بهتر شدن دنیا می شود. از نظر واگان^۶ (۲۰۰۲) هوش معنوی در برگیرنده توانایی شکل دهی و زمینه سازی مجدد تجربه ها است که منجر به درک دگرگون از معنای آنها می شود. ولمن (۲۰۰۱) معتقد است که هوش معنوی بیانگر ظرفیت انسان برای پرسیدن سوالات بنیادین و اساسی درباره زندگی و به طور همزمان، تجربه به هم پیوسته بین ما و جهانی که در آن زندگی می کنیم، است. زوهر و مارشال (۲۰۰۰) پیشنهاد می کنند که هوش معنوی زمینه ای را فراهم می کند تا هوش های شناختی و هیجانی در چهارچوب آن عمل کنند. این کار به واسطه ایجاد معنا، راهنمایی شهودی، به وجود آوردن استدلال خلاق، و فراهم آوردن رویکرد کل نگرانه مهیا می شود.

هوش معنوی می تواند به پیگیری هوشیارانه و ارادی رشد خویشستن افراد کمک کند. این موضوع

مستلزم پذیرش مسئولیت خویش، درس گرفتن از اشتباهات فردی، توانایی برای بخشیدن و بخشیده شدن، و تعهد نسبت به تصمیماتی که بهزیستی همه افراد را در نظر می گیرد، باشد (واگان، ۲۰۰۲).



5. Amram

6. Vaughan

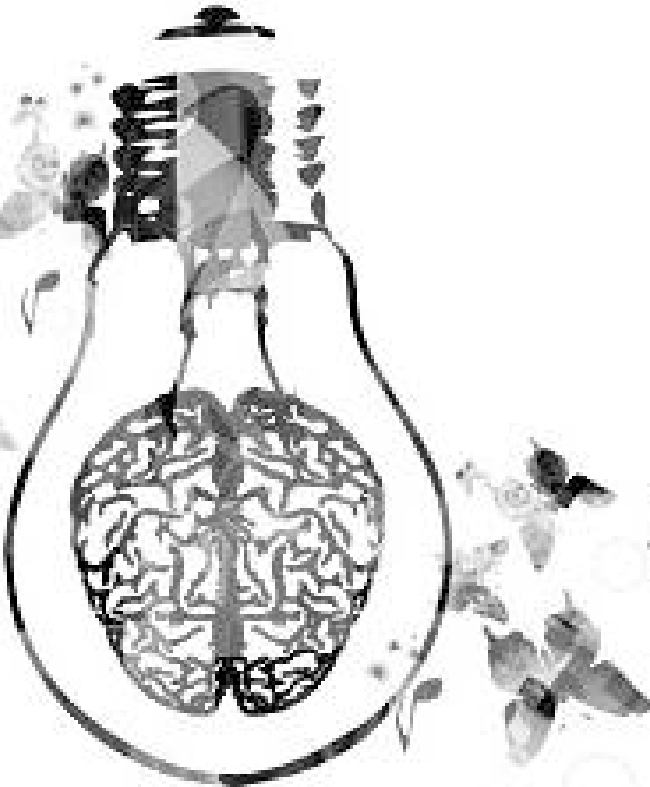
افرادی که هوش معنوی را با زندگی روزمره خود ادغام کرده اند، ممکن است به دلیل تمایل به زندگی اصیل و منسجم، زندگی هایی غیر متعارف و یا سبک های متفاوتی داشته باشند. ایمونز (۲۰۰۰) پنج مولفه را برای هوش معنوی بر می شمارد: ظرفیت تعالی و فرارفتن از دنیای مادی و متعالی کردن آن، توانایی ورود



به حالت های معنوی هشیار، توانایی آراستن فعالیت ها و روابط روزانه با احساسی از تقدس، توانایی استفاده از منابع معنوی جهت حل مسائل زندگی، و ظرفیت درگیری در رفتار فضیلت مآبانه (نظیر بخشش، سپاسگزاری، فروتنی، و شفقت).

پرورش هوش معنوی

هوش معنوی در همه افراد قابل پرورش و توسعه است. خصوصاً که کودکان با سطح بالایی از هوش معنوی به دنیا می آیند. اما عوامل اثرگذار محیطی مانند خانواده، مدرسه و جامعه، فرد را به تدریج از گنجینه ارزشمند و خالصی که با آن به دنیا آمده، دور می کند. بنابراین پرورش هوش معنوی، در واقع به معنای بازگشت به خلوص درون، به اتحاد میان خود با خویشستن و کل جهان، و به مسیر درستی که برای آن به دنیا آمده ایم، است. به نظر می رسد که هوش معنوی با استفاده و کاربرد آن بیشتر رشد می کند و تقویت می شود. این موضوع از طریق تعمق در موضوعات اساسی از قبیل آزادی، تنهایی، رنج، فنا پذیری و پرداختن به موضوعات وجودی، مذهبی و معنوی است. پرداختن به اعمال معنوی، رشد معنوی را تسهیل می کند. اعمالی نظیر نیایش، تعمق و تأمل در خود، یوگا، مراقبه، روان درمانی، کمک مالی به دیگران، و وارد شدن به دوره های زمانی سکوت و تنهایی از جمله این ها است (واگان، ۲۰۰۲).



همچنین به نظر می‌رسد که میزان بالایی از آگاهی هوشیار در مورد رویدادها و تجربه‌های زندگی و انطباق با آنها و نیز پرورش خودآگاهی، برای تحول مداوم هوش معنوی ضروری است. گشوده بودن ذهن، هم به عنوان یک عامل کمک‌کننده در تحول معنوی و هم به عنوان نتیجه آن شناخته می‌شود. همچنین هوش معنوی از طریق جستجو برای معنای نهفته در موقعیت‌ها، طرح پرسش‌های چرا، و جستجوی پیوند بین حوادث، گسترش پیدا می‌کند (زوهر و مارشال، ۲۰۰۰). انجام فعالیت‌های معنوی منظم و تکرار شونده روزانه، همراه با آگاهی هشیار و احساس حضور کامل می‌تواند دیدگاه وجودی فرد را تحت تاثیر قرار دهند و موجب ایجاد حسی از تقدس شوند و حتی برخورد‌های متعالی را تسهیل کنند.

تمرین‌های معنوی و آموزه‌های دینی

تمامی ادیان و آئین‌های معنوی، تمرین‌هایی را برای رشد معنوی توصیه می‌کنند. این تمرین‌ها، فرصتی را برای پرورش هوش معنوی فراهم می‌سازند. بروسات و بروسات^(۲۰۱۰) تمرین‌هایی را که در تمامی مذاهب و رویکردهای معنوی مورد تاکید قرار گرفته‌اند، جمع‌آوری کرده‌اند. این مقاله به معرفی ۳ مورد از این تمرین‌های معنوی می‌پردازد و همپوشی آنها را با آموزه‌های دینی مورد بررسی قرار می‌دهد.

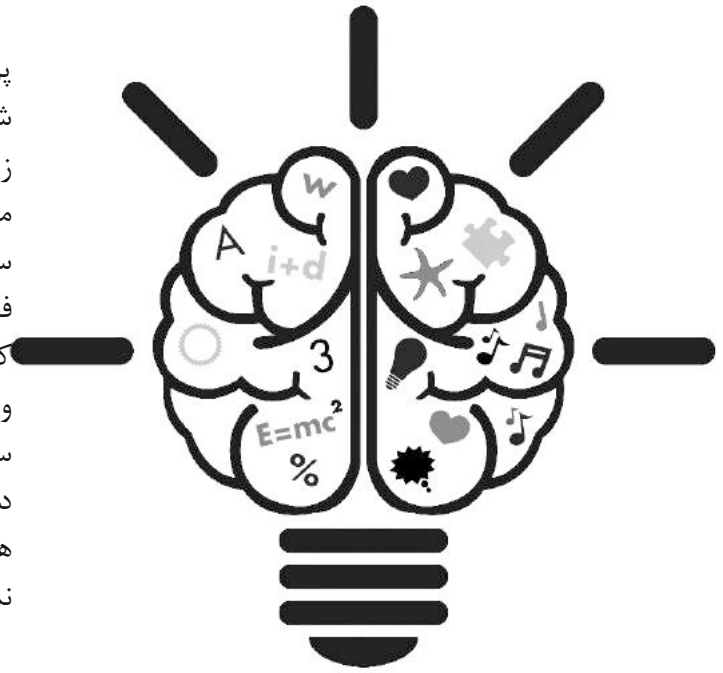


۱) تمرین اول: حضور^۸

یک گام برای پرورش هوش معنوی، حضور در زمان حال است. زندگی معنوی، کشف درون هر لحظه است. این زندگی متمرکز بر زمان حال است نه گذشته یا آینده. ادیان جهانی و آئین های معنوی توصیه می کنند که انسان در زمان حال و فرصت کنونی زندگی کند و هر روز را فرصتی بداند که دوباره تکرار نخواهد شد. متضاد "حضور" زندگی در گذشته و آینده است. در این حالت، فرد به طور مداوم مسائلی را که در گذشته اتفاق افتاده مرور می کند. تلاش می کند تا وقایع زندگی را تبیین کند. هم چنین، فردی که در آینده زندگی می کند، فرضیه هایی را درباره چیزهایی که ممکن است اتفاق بیفتد، شکل می دهد و نسبت به این احتمالات، دلبسته یا مضطرب می شود. مشغولیت ذهنی نسبت به انتظارات مثبت یا منفی، موجب می شود که فرد، در لحظه حال را از دست بدهد. حال آنکه بیشترین امکان برای فعالیت و ایجاد تغییرات، در زمان حال وجود دارد. آموزه های دین اسلام هم زندگی در زمان حال را توصیه می کند. برای مثال حضور قلب را ضمن اقامه نماز مورد تاکید قرار می دهد. عارف مسلمان، ابن الوقت و متمرکز بر زمان حال است.


۲) تمرین دوم: زیبایی^۹

دیدن و درک زیبایی ها یک تمرین دیگر برای پرورش هوش معنوی است و انسان را به تامل و آگاهی می دهد. شلوغی و در هم ریختگی زندگی، راه را بر توجه نسبت به زیبایی و ستایش آن می بندد. هنگامی که انسان ها مسائل و تکالیف زیادی در مقابل خود داشته باشند، به سختی می توانند در مورد اینکه چه چیز زندگی زیباست، فکر کنند. افراد از طریق کنار گذاشتن زندگی پر مشغله که ناشی از افراط کاری و زیاده روی است، نسبت به شکوه و زیبایی جهان حساس شوند. زندگی تکراری نیز مانع از ستایش انسان نسبت به زیبایی می شود. وقتی افراد، غرق در عادات خشک و برنامه یکنواخت روزانه می شوند، هرگز حاشیه های ظریف و زیبای زندگی خود را نمی بینند.



8. being present

9. beauty



جستجوی زیبایی ها، انسان را به وجد می آورد و احساس لذت از زندگی را افزایش می دهد. زیبایی ها همه جا هستند. تنها منتظر توجه و نگاه افراد هستند تا بر روح آنها تاثیر بگذارند. قرآن کریم نیز از دیدن زیبایی ها سخن می گوید. برای مثال در آیه ۶۰ سوره نمل آمده است که "برای شما از آسمان آبی فرو فرستادیم، پس با آن باغ هایی را رویاندیم که خوش منظره و زیبا بود." زینت ها و زیبایی هایی که در قرآن به آنها اشاره می شود، برای نگریستن به آنها و اندیشیدن در مورد آنهاست. مثلا در آیه ۶ سوره ق آمده است: "آیا به آسمان بالای سرشان نمی نگرند که چگونه آن را ساخته و پرداخته ایم؟"

۳) تمرین سوم: مهربانی

مهربانی، احساسی عمیق در درون انسان ها و تپیدن قلب آنها برای دیه مهربانی، تحت تاثیر گرفتاری و مشکلات دیگران قرار گرفتن و حرکت آنهاست. همه ادیان جهانی و آئین های معنوی، همدردی نسبت به دیه فضیلت اخلاقی می دانند. تمرین معنوی مهربانی، با گشودن قلب آغاز می انسان باید مسائل جهانی را که خود نیز بخشی از آن است، حس کند و به مراقبت به سمت آن حرکت کند. از درد و رنج دوری نکند و به سمت موقعیه افراد در آن آسیب دیده اند، برود. با دوستان و همسایگان خود در گرفتاری همراهی کند. سپس دایره همدردی خود را به سایر مخلوقات، طبیعت و جها نیز گسترش دهد. تمرین مهربانی، قابلیت افراد را برای مراقبت از دیگر می دهد و نیکوکاری، همدلی و همدردی را تقویت می کند

مهربانی با احساسات بیمار گونه نسبت به دیگران مثل کینه و بدخواهی تهدید می شود. این احساسات منفی، زخم های هیجانی و درد و رنج را به همراه می آورد و نشانه هایی است که هشدار می دهد که این فرد نیازمند دلسوزی نسبت به خود است.

تعالیم دین اسلام نیز بر مهربانی تاکید دارد. در ابتدای سوره های قرآن، خداوند با صفات رحمان و رحیم توصیف شده است. در آیه ۵۴ سوره انعام ذکر شده است که: خدای مهربان، رحمت را بر خود واجب کرده است. مهربانی را در داستان عبادت حضرت زهرا (س) می توان دید. در آن شبی که فرزندش شب را تا صبح نخوابید و مراقب رفتار مادرش بود تا ببیند که او درباره خود چگونه دعا می کند و از خداوند برای خود چه می خواهد. آن شب صبح شد و به عبادت و دعا برای دیگران گذشت. فرزند از مادر خود پرسید: مادر جان چرا من هر چه گوش کردم، تو درباره دیگران دعای خیر کردی و درباره خود یک کلمه دعا نکردی؟ مادر گفت: پسر عزیزم، اول همسایه بعد خانه خود (آیت الله مطهری، ۱۳۷۲ ص ۸۷).

منابع

۱. قرآن کریم

۲. نهج البلاغه

۳. اصول کافی

۴. مطهری، مرتضی. (۱۳۷۲). داستان راستان. انتشارات صدرا: تهران

۵. ناصری، ا. (۱۳۸۷). بررسی مفهوم و مولفه های هوش معنوی و ساخت ابزاری برای سنجش آن در بین دانشجویان

دانشگاه علامه. پایان نامه کارشناسی ارشد سنجش و اندازه گیری. دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه

علامه طباطبایی

6. Amram, J. (2005). Intelligence beyond IQ: The contribution of and emotion spiritual intelligences to effective business leadership. Institute of Transpersonal Psychology

7. Brussat, F. & Brussat, M. A. (2014). WWW.Spiritualityandpractice.com

8. Emmons, R. A. (2000). Spirituality and intelligence: Problems and prospects. The International Journal for the Psychology of Religion, 10(1), 57-64

9. Vaughan, F. (2002). What is spiritual intelligence? Journal of Humanistic Psychology, 42(2), 16-33

10. Wolman, R. (2001). Thinking with Your Soul: Spiritual Intelligence and Why It Matter? New York: Harmony

11. Zohar, D. & Marshal, I. (2000). SQ: Connecting With Our Spiritual Intelligence. London: Bloomsbury Publishing

12. Zohar, D. & Marshal, I. (2000). SQ: The Ultimate Intelligence. London: Bloomsbury Publishing



رو به راه

پای صحبت حکیم

مبانی علوم انسانی در غرب از تفکرات مادی سرچشمه می گیرد. هر کس که تاریخ رنسانس را خوانده باشد، دانسته باشد، آدم هایش را شناخته باشد، این را کاملاً تشخص می دهد. خب، رنسانس مبدأ تحولات گوناگونی هم در غرب شده؛ اما مبانی فکری ما با آن مبانی متفاوت است. هیچ ایرادی هم ندارد که ما از روان شناسی و جامعه شناسی و فلسفه و علوم ارتباطات و همه رشته های علوم انسانی که غرب ایجاد و تولید کرده یا گسترش داده، استفاده کنیم. من بارها گفته ام که ما از یادگیری به هیچ وجه احساس سرشکستگی نمی کنیم. لازم است یاد بگیریم، از غرب یاد بگیریم، از شرق یاد بگیریم - «اطلبوا العلم ولو بالصین» - خب، این که روشن است. ما از این احساس سرشکستگی می کنیم که این یادگیری به دانائی و آگاهی و قدرت تفکر خود ما منتهی نشود. همیشه که نمی شود شاگرد بود؛ شاگردی می کنیم تا استاد شویم.

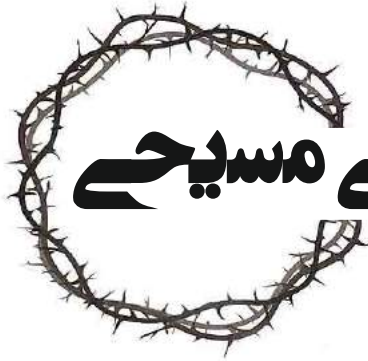
بیانات رهبر حکیم انقلاب در دیدار جمعی از

دانشجویان، ۱۳۹۰/۵/۱۹

در مسئله روان‌شناسی و مشاوره نظام روان‌شناسی، یک چیز خیلی مهم این است که مردم به ضرورت و اهمیت این کار توجه کنند؛ هم چنانی که به ضرورت و اهمیت مراجعه به پزشک توجه می‌کنند. امیدوار هستم که مردم توجه کنند به این موضوع که مراجعه به متخصص روان و مشاوره در امر مسائل روانی به خصوص برای محیط خانواده یک ضرورت است. امیدواریم که این پیام ما و این حرف به گوش عموم مردم برسد و این نیاز را احساس کنند. بلافاصله متصل به این مسئله، چیزی است که متوجه شما دوستان است؛ نظام روان‌شناسی که در واقع می‌خواهد ضابطه وضع کند و از این کار حفاظت کند، باید به اخلاق حرفه‌ای کار و قابل اعتماد بودن مشاوران خیلی تکیه کند... مردم باید خاطر جمع باشند که وقتی زنی یا مردی اسرار خودش، پنهان‌ترین مسائل شخصی یا خانوادگی خودش را با یک مشاور در میان می‌گذارد باید مطمئن باشد که این، مورد دستبرد قرار نخواهد گرفت. این اطمینان را باید شما تضمین و تأمین کنید. اگر این شد، آن وقت توصیه اول ما به مردم که مراجعه نکنند هم عملی خواهد شد. نکته سوم این است که دین را در مجموعه کارتان موهبت بزرگ باید بدانید. حقیقتاً دین یعنی همان ایمان مذهبی و یاد خدا و بعضی از مظاهر دینداری مثل نماز، ذکر و توسل به ظلّ عنایت پروردگار. اینها در آرامش روانی جامعه خیلی تأثیر دارد. امروز دنیا به این احتیاج دارد و بشریت امروز بیشتر از گذشته احتیاج دارد.

بیانات رهبر حکیم انقلاب در دیدار با شورای مرکزی سازمان نظام روان‌شناسی، به تاریخ ۱۳۹۰/۲/۱۹؛ بر اساس خبرنامه

ویژه سال ۱۳۹۰ سازمان نظام روان‌شناسی و مشاوره



معرفی روان‌شناسی مسیحی

می‌توان گفت که در سال‌های اخیر روان‌شناسی و مشاوره مذهبی به عنوان یک پدیده مهم در بین مذاهب مختلف مورد توجه قرار گرفته است. و در سطح علمی هم به موثر بودن این مسأله توجه بیشتری می‌شود و بنابر این در این مقاله تصمیم داریم یکی از نمونه‌های روان‌شناسی دینی یعنی روان‌شناسی مسیحی را معرفی کنیم.

مسیحیت نگرش خاصی در مورد انسان و طبیعت و شخصیت او دارد. یک روان‌شناس مسیحی کسی است که با تکیه بر مفاهیم و اصول بنیادین مسیحیت در مورد انسان و ماهیت او، به درمان و مشاوره می‌پردازد. با توجه به این چشم‌انداز، می‌توان اصول و روش‌های متفاوت روان‌درمانگری و مشاوره را، تا زمانی که در چارچوب اصول اصلی روان‌شناسی مسیحی جای می‌گیرند و یا لاقابل تضادی با آن ندارند، مورد استفاده قرار داد. یک روان‌شناس یا مشاور مسیحی می‌تواند به مطالعه روش‌ها و اصول متفاوت مکاتب مختلف روان‌شناسی بپردازد و از میان این روش‌ها آگاهانه دست به انتخاب بزند. او می‌تواند روش‌هایی مختلف از مکاتب مختلفی را مورد استفاده قرار دهد و اصطلاحاً روشی “التقاطی” و ترکیبی داشته باشد (آسریان، ۱۹۹۶).

غزاله رحمانی کارشناسی راهنمایی و مشاوره دانشگاه تهران
(ghazaleh.rahmani@ut.ac.ir)

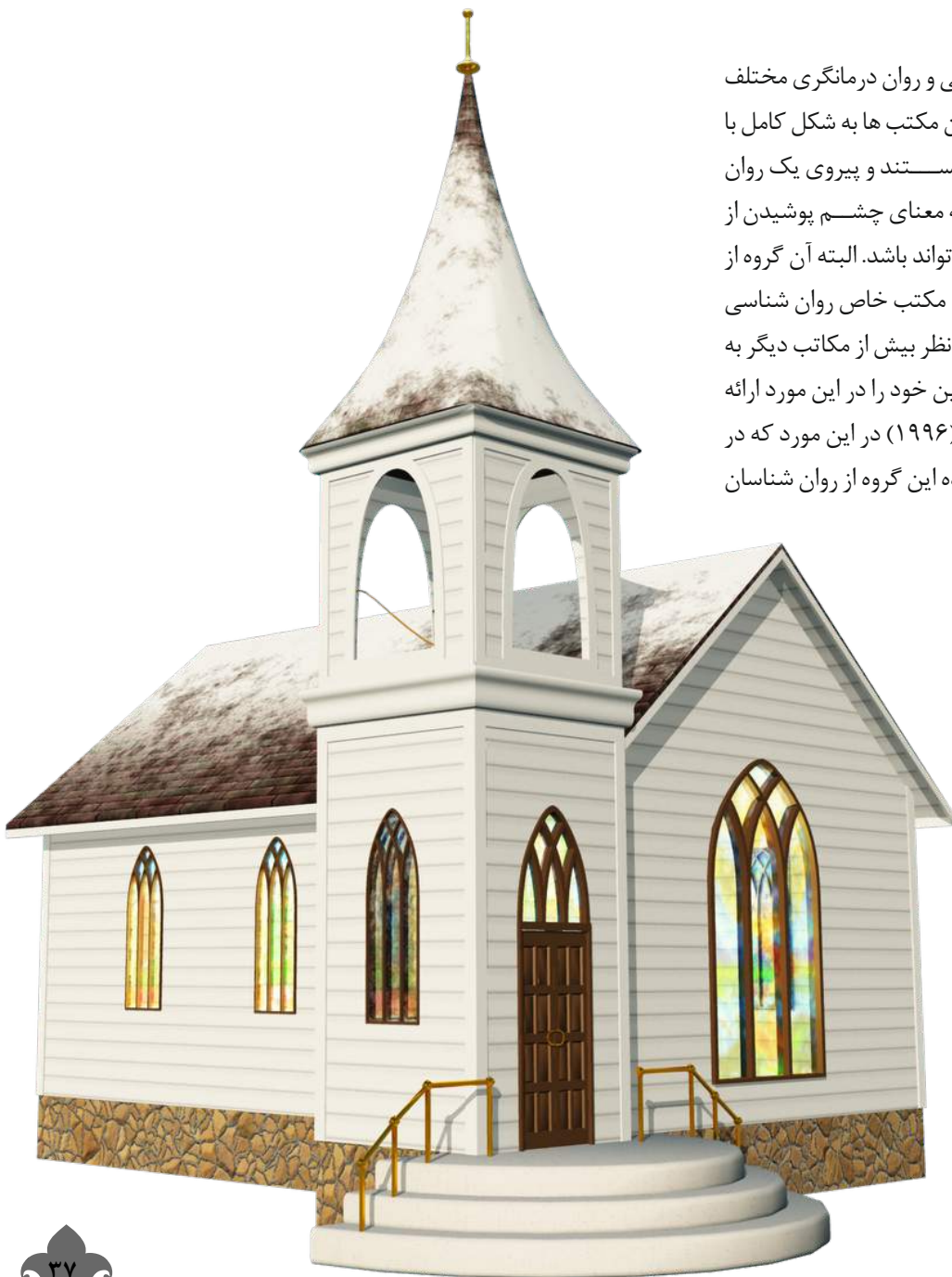
امروزه مشاوره و روان‌شناسی در جوامع در حال نهادینه شدن است. بسیاری از افراد و خانواده‌ها برای رفع معضلات زندگی خود و یا بستگان خویش به مشاوران مراجعه و از آنان جویای راهکار می‌باشند. انتظار می‌رود در یک جامعه دینی، مشاوره به تقویت مبانی فکری، عقیدتی و ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی کمک نماید.

مشاوره مذهبی می‌تواند به لحاظ زمینه‌ها، روش‌ها، اصول و رویکرد‌های خاص مذهبی در هر مورد و گرایش‌هایی قابل طرح و بررسی باشد. مشاوره مذهبی به این لحاظ عمومیت دارد و همه موارد مشاوره را در بر می‌گیرد.

در مشاوره مذهبی لازم است فضایی مذهبی-معنوی ایجاد و حاکم شود. و در صورتی که اصول مشاوره برگرفته از اصول مذهبی و دینی باشد این مدل مشاوره را می‌توان مشاوره مذهبی نامید.



اما بررسی مکاتب روان شناسی و روان درمانگری مختلف نشان می دهد که هیچ یک از این مکتب ها به شکل کامل با مفاهیم اساسی مسیحیت منطبق نیستند و پیروی یک روان شناس مسیحی از یک مکتب خاص، به معنای چشم پوشیدن از مفاهیم بنیادین مسیحیت می تواند باشد. البته آن گروه از روان شناسان مسیحی که پیرو یک مکتب خاص روان شناسی هستند، بر این باورند که مکتب مورد نظر بیش از مکاتب دیگر به مسیحیت نزدیک است و دلایل و براهین خود را در این مورد ارائه می دهند که البته نگرش آسریان (۱۹۹۶) در این مورد که در سطور فوق بیان شد، متضاد با عقیده این گروه از روان شناسان مسیحی می باشد.



شبان یا مشاور مسیحی می تواند از روش های متفاوت روان شناسی استفاده کند. روش های مشاوره شبانی ای را نیز می توان مشاهده نمود که تحت تأثیر روش های درمانی ای همچون رفتار درمانی، معنی درمانی، شناخت درمانی و روش های متعدد دیگر هستند و هر یک سعی دارند به اشکال گوناگون و به درجات مختلف، در چارچوب یک نگرش مسیحی، این روش ها را بکار گیرند. آسریان (۱۹۹۵-۹۶)

معتقد است اینکه تا چه اندازه این انواع مشاوره ها در این راه موفق اند بحث دیگری است و

مستلزم بررسی دقیق و تخصصی هر یک از این روش های مشاوره شبانی می باشد. اما در مجموع، ملاکی که می توان در مورد هر یک از این مکاتب مشاوره شبانی به کار گرفت، همانگونه که گفته شد، این است که این مکاتب تا چه حد به اصول بنیادین مسیحیت در مورد انسان و طبیعت پایبند هستند و تأثیر آنها از مکاتب روان شناسی مختلف نباید به گونه ای باشد که در تضاد با باورهای اصلی مسیحیت قرار گیرند.

همانگونه که یکی از خدمات کلیسا دعا برای مریضان جسمی می باشد تا شفای الهی جاری شود، به همین شکل نیز دعا برای مریضان روانی نیز از خدمات کلیسا محسوب می شود. در تاریخ کلیسا در کنار دعا برای مریضان، خدمات پزشکی و

بهداشتی بسیاری را می بینیم که از سوی مسیحیان برای کمک به مریضان انجام شده و مستلزم بکارگیری علم پزشکی برای کمک به مریضان بوده است. همانگونه نیز، در کنار دعا برای بیماران روانی و استفاده از طرق روحانی برای کمک به اشخاصی که از آلام روحی در رنج هستند، می توان از علم روان شناسی و یافته های مفید آن نیز استفاده کرد. در تاریخ کلیسا نمونه های متعددی از خدمت راهبان و راهبها را در بیمارستان ها و دیرها می بینیم که به اشکال مختلف و با کمک علم

طب هر چند ناکامل زمان خود، به کمک بیماران جسمی می شتافتند و گاه زندگی خود را در این راه فدا می ساختند. در تاریخ میسیونرهای مسیحی نیز، خدمات پزشکی آنها جایگاه مهمی را به خود اختصاص داده است.

به همین شکل نیز مسیحیان برای کمک به انسان هایی که از دردها و آلام روحی رنج می برند، می توانند در کنار توسل به طرق روحانی، از یافته های علم روان شناسی و روان پزشکی و آسیب شناسی روانی سود جویند. مشاوره شبانی یکی از عرصه هایی است که تأثیر علم روان شناسی را در آن به روشنی می توان مشاهده کرد و امروزه در بسیاری از دانشکده های الهیات، این نوع از مشاوره از دروس مهم و اساسی می باشد.

امروزه اعضای کلیساها با مسائل و مشکلات روانی بسیاری روبرو می‌شوند و برای دریافت کمک به شبانان خود مراجعه می‌کنند. بسیاری از این مسائل راه حل‌هایی روحانی دارند و با دعا، مطالعه کتاب آسمانی، عملکرد روح القدس و مشاوره روحانی حل می‌شوند. اما بسیاری از این مسائل به قلمروهایی مربوط می‌شوند که در کنار این طرق، توسل به برخی از اصول و یافته‌های علم روان‌شناسی و روان‌درمانی و مشاوره ضروری می‌باشد. برای مثال شخصی را در نظر بگیرید که دچار

افسردگی است. برای او دعا می‌شود و همه روش‌های روحانی دیگر نیز بکار گرفته می‌شوند اما این شخص به دلایلی چون کم‌ایمانی یا دلایلی دیگر که از آنها بی‌اطلاعیم، به شکل کامل از افسردگی خود رهایی نمی‌یابد. چه باید کرد؟ آیا باید او را به خاطر عدم رهایی از افسردگی اش مورد سرزنش قرار داد و به دنبال دلایلی بود که بتوان او را محکوم ساخت؟ یا باید او را به نزد روان‌شناس یا روان‌پزشکی غیر مسیحی روانه نمود؟ آشنایی کلی یک شبان با بیماری‌های روانی و اصول کلی روان‌درمانی و مشاوره می‌تواند در کمک به چنین شخصی بسیار مفید باشد. در موارد حادث‌تر یا پس از اینکه تلاش‌های شبان با تکیه بر دانش‌های روان‌شناختی به نتیجه نرسید آنگاه می‌توان شخص را به

نزد یک مشاور یا روان‌شناس مسیحی یا در صورت عدم وجود چنین اشخاصی به نزد روان‌شناسی غیر مسیحی که با شبان همکاری دارد، ارجاع نمود (آسریان، ۹۶-۱۹۹۵).

تفکرات مسیحی بارها و بارها افراد با ایمان را تشویق می‌کند که فکر خود را مطابق ملاک‌های کلام خدا تغییر دهند و فکر جدیدی داشته باشند: «فکر و

ذهن شما باید روز به روز تغییر کند و به سوی کمال پیش رود» (افسسیان،

ترجمه تفسیری).

«بگذارید خدا افکار و

طرز فکرتان را دگرگون کند» (رومیان، ترجمه تفسیری).

در مورد آزاد شدن از احساسات منفی چون خشم، غیض، کینه، حسد، طمع و زیاده‌خواهی نیز آیات فراوانی در انجیل می‌توان یافت. در انجیل همچنین در مورد تسلیم اراده انسانی به روح القدس و اراده خدا آیات بسیاری وجود دارد.

در رابطه با نقش احساسات در کتاب "سلامتی روانی در زندگی مسیحی" ذکر شده است که: هیچ چیز به اندازه احساسات نمی‌تواند به زندگی رنگ زیبایی ببخشد و هیچ قدرتی باز به اندازه احساسات نمی‌تواند زندگی را به کام افراد تلخ کرده و ارزش‌های زنده ماندن را نابود نماید.

احساسات صحیح و متعادل که به طرز درستی ابراز می شوند می توانند زندگی را بسیار زیبا و دلپذیر گردانند (سی.بی. ایوی). در آیین مسیحیت، احساساتی بودن گناه نیست؛ ولی عدم کنترل احساسات می تواند موجب آزردهی خاطر و گناه گردد. انجیل در مورد حدود آزادی و مواظبت بر این که موجب لغزش دیگران نشویم به صراحت سخن گفته است. بر احساسات خود کنترل داشتن امری است مفید و خوب ولی دست یافتن به این کنترل همواره سهل و آسان نیست (فازارس یقنظر).

بنابراین، مسیحیت می گوید با مطالعه کلام خدا متوجه می شویم که نفس انسان که شامل اراده و فکر و احساسات وی می باشد، باید با تکیه بر فیض الهی متبدل و دگرگون شود و کامل و مقدس گردد. اما این امر اتفاقی نیست که در یک لحظه و به یکباره به هنگام تولد تازه به وقوع بپیوندد. مسیحیان معتقدند به هنگام توبه و تولد تازه روح انسان از نو مولود می گردد و روح القدس خلقت تازه را در وی متحقق می گرداند که تأثیر این امر را می توان بر اراده و فکر و احساس مشاهده نمود. اما تغییر و دگرگونی کامل این ابعاد و آزاد شدن فرد از افکار و احساسات منفی و ناشایست و نیز دست یابی به اراده ای که کاملاً در خدمت اراده الهی باشد، مستلزم عملکرد فیض الهی در دراز مدت می باشد (آسریان، ۹۶-۱۹۹۵).

یکی از عواملی که در مورد یک مسیحی هرگز نمی توان آن را نادیده گرفت، عملکرد فعالانه فیض الهی در او می باشد. اگر یک مسیحی از منابع فیض الهی همچون عملکرد روح القدس، مطالعه کلام خدا و مشارکت های سازنده روحانی بهره گیرد، عوامل نفس او یعنی فکر و احساس و اراده وی می توانند دچار تغییر و تحول شوند

و مشکلاتش حل شود. پس در مورد مسیحی ای که برای مثال دچار افسردگی می باشد، نمی توان گفت که نجات خود را از دست داده یا یقیناً گناه خاصی را مرتکب شده است (اگر چه این فرض نیز گاهی می تواند صحیح باشد، اما باید با موارد مختلف محتاطانه برخورد نمود و تعجیل نکرد) مسیحیان معتقدند با تکیه بر امکانات و منابعی که فیض الهی در اختیارشان گذاشته است، به شفا و بهبودی این فرد همت گمارند (آسریان، ۹۶-۱۹۹۵).

در کنار استفاده از فیض الهی، روان شناسی نیز وسیله ای است که توسط آن می توان مسائل و مشکلات فرد را در این زمینه درمان نمود، یعنی روان شناسی در مورد مسائلی که به قلمرو نفس انسان مربوط می شوند، می تواند نقشی مثبت و درمانگرانه داشته باشد که البته این امر به معنای نفی عملکرد فیض الهی یا ناچیز انگاشتن نقش آن نیست. در این آیین در مورد بیماری های جسمانی نیز نخست برای شفای جسمانی یک فرد دعا می شود و توکل فرد در وهله نخست به فیض الهی می باشد، اما در عین حال این امر مانع از مصرف دارو یا مراجعه به پزشک نمی شود و فرد در صورت شفا نیافتن سریع، از امکانات علم پزشکی نیز سود می جوید و به این امکانات به عنوان وسایلی که در نهایت شفای الهی را متحقق می سازند، می نگرند. در مورد بیماری های روانی نیز توکل اصلی فرد به شفای الهی و عملکرد مستقیم خدا می باشد. اما این امر باعث نمی شود تا وی از امکاناتی که علم روان شناسی می تواند در اختیارش بگذارد استفاده نکند.

منابع:

۱. آسریان، روبرت، مسیحیت و روان شناسی، مجله کلمه، شماره اول، ۱۹۹۵
۲. آسریان، روبرت، مسیحیت و روان شناسی، مجله کلمه، شماره دوم، ۱۹۹۵
۳. آسریان، روبرت، مسیحیت و روان شناسی، مجله کلمه، شماره سوم، ۱۹۹۵
۴. آسریان، روبرت، مسیحیت و روان شناسی، مجله کلمه، شماره چهارم، ۱۹۹۵
۵. آسریان، روبرت، مسیحیت و روان شناسی، مجله کلمه، شماره پنجم، ۱۹۹۶
۶. آسریان، روبرت، مسیحیت و روان شناسی، مجله کلمه، شماره ششم، ۱۹۹۶
۷. یقنظر قازاروس، مشاوره شبانی
۸. سی.بی. ایوی، سلامتی روانی در زندگی مسیحی
۹. حجت الاسلام و المسلمین دکتر سید احمد رهنمایی،
زالال هدایت، فصل نامه، سال اول، شماره دوم، پاییز ۱۳۸۷



دل آرام گیرد به یاد خدا

هر گاه خیر و نعمتی به او برسد، بخل می ورزد، مگر نمازگزاران که اینان، افرادی هستند که بر نماز خویش مداومت می کنند و به آن اهمیت می دهند.» (معارج، آیات ۱۸-۲۲)

نماز دارای ابعاد مختلف فردی، اجتماعی، سیاسی، جسمی و روحی است، در این نوشتار عمدتاً به نقش آن در بهداشت روانی پرداخته می شود. یکی از آثار مهم نماز در بهداشت روان نقش انکار ناپذیر آن در زدودن و کاستن تنش و اضطراب است زیرا نمازگزار باید فقط به خدا توجه نماید، از همه اشتغالات ذهنی و مشکلات مادی روی گرداند، چیزی جز آیات قرآنی بر زبان جاری ننماید و با تمام اعضا و جوارح و با حضور قلب نماز را اقامه نماید. همین روگردانی از مسائل زندگی مادی موجب آرامش می شود و این حالت آرامش روحی ناشی از نماز، تاثیر بسزائی در کاهش تنش و اضطراب دارد. توماس هاسیلوپ می گوید: بهترین وسیله آرامش بخشی که من در طول تجربه ام در مسائل روانی شناخته ام نماز است (نمازی ۱۳۷۶). الکسیس کارل می نویسد: دعا و نماز قویترین نیرویی است که همچون قوه جاذبه وجود حقیقی دارد و من در حرفه پزشکی خود انسان هایی را دیده ام که پس از آنکه تمام معالجات دیگر برای آنها مؤثر نبوده است با نیروی دعا و نماز و نیایش از بیماری جسمی یا روحی رهایی یافته اند (دبیری ۱۳۵۴). مشخص شده است که در هنگام نماز فعال شدن مغز باعث آزادی اندروپین ها می شود و این مواد موجب کاهش درد و استرس و نیز احساس سبکی و نشاط می گردد (اصفهان‌ئی ۱۳۸۱). هربرت بنسون

زهرا استاد میرزا طهرانی دانشجوی کارشناسی علوم تربیتی

دانشگاه علامه طباطبائی (zahraostadmirza@gmail.com)

تحقیقات متعدد روان شناسی نشان می دهد که حالت روانی انسان با آشکار کردن مشکلات در حضور یک دوست صمیمی یا درمان گر رو به بهبود می رود. حال تصور کنید که همین انسان اگر مشکلات خود را با خدا بازگو کند و پس از نماز به مناجات با پروردگار و دعا به درگاه او طلب یاری بخواهد، حالت روانی او تا چه اندازه بهبود پیدا می کند. ملاحظه می شود که همان نتیجه ای که در یک روان درمانی مؤثر و موفق حاصل می شود، از نماز نیز به دست می آید، زیرا آن احساس امنیت و رهایی از اضطراب را که نماز در انسان ایجاد می کند، موجب آزاد شدن نیروی روانی او می شود و این آزادی ضامن ایجاد سلامت روان است.

کسی که دلش با یاد خدا مطمئن و محکم است، آرامش روحی و روانی دارد و هیچ هراسی از غیر خدا ندارد و امیدوار و آرام است؛ چون متکی به قدرت و عظمت الهی است و انوار الهی در درونش رسوخ کرده و یاد خدا عامل طمأنینه او شده است. قرآن مجید درباره یکی از اسرار نماز می فرماید: «ان الانسان خلق هلوعاً * اذا مسه الشر جزوعاً * و اذا مسه الخیر منوعاً * الا المصلین * الذین هم علی صلاتهم دائمون؛ همانا انسان حریص آفریده شده است؛ وقتی شری به او برسد، فریاد می کشد و جزع می کند و



می گوید: نیایش، مغز را فعال می کند، فشار خون را می کاهش دهد، نازائی را درمان می کند و تکرار آن، اندیشه های دیگر را از مغز بیرون و بسیاری از مردم را قادر به ایجاد تغییرات فیزیولوژیک در خود می کند.

دکتر مجید ملک محمدی می گوید: شخص نمازگزار با ایمان به قدرت لا یتناهی پروردگاری که در مقابلش کرنش می کند، خود را در مقابل هر عاملی که قصد به خطر انداختن و ترساندن (و در نتیجه مضطرب ساختن) او را داشته باشد ایمن می کند و ضمن تکرار باور اعتقادی خود طی نمازهای پنجگانه یومیه این ایمنی همه جانبه را به روان خود تلقین می نماید و سرانجام آرامش عمیق را در وجود خود ملکه می سازد (ملک محمدی، ۱۳۷۶).



با مرور کلی و گذرایی بر عوامل ایجاد خودکشی، نقش “نماز” در تخفیف یا از بین بردن کامل هر یک از عوامل، قابل بررسی است. درباره تاثیر ایمان و “نماز” بر زمینه های روانی، می توان به تاثیر عمده نماز در زدودن افسردگی و ایجاد امید و انگیزه زندگی در افراد اشاره نمود و این غیر از عوامل درونی و ناقل های عصبی شیمیایی ضد افسردگی است که توسط نماز فعال می شود. بعلاوه واضح است که نمازگزار واقعی را با “می و افیون” (که عوامل محرک دیگری در تحریک به خودکشی هستند)، میانه ای نیست. در زمینه های اجتماعی از جمله انزوای سالخوردگان نیز تاثیر نماز نمود بارزی دارد، دیدگاه معنوی و آخرت گرای نمازگزار سبب می شود تا به دوران پیری خویش، به عنوان فرصتی از آخرین فرصت ها برای تجدید میثاق با پروردگار خویش و توبه و رهایی از گناهان بنگرد و درست به همین دلیل است که پای ثابت مساجد ما را پیران و خردمندان تشکیل می دهند.

پذیرفتن مطلق و تسلیم در مقابل یک دین و پیروی از یک مذهب و پیمودن یک راه که همانا صراط مستقیم است، ویژگی مهم و برجسته نمازگزاران است. نمازگزار ضمن تکرار مکرر یک مجموعه از الفاظ و اذکار واحد در طی نمازهای روزانه خود، پیوسته یک عقیده واحد و یک خط مشی مشخص را در زندگی خود دنبال می کند و بدین ترتیب گویی یک شخصیت ثابت و یک روش و منش معین و یک ایدئولوژی همیشگی را برای خود انتخاب می نماید و در حین تکرار جزء به جزء اصول اساسی ایدئولوژی خود در نماز (که همگی آن اصول در مضامین نماز متجلی است) پیوسته به تثبیت شخصیت واحد و ثابت خود می پردازد، بدین ترتیب برای آن گروه که نماز را تکرار مکررات می دانند شاید توجه به همین یک نکته کافی باشد که در ورای همین تکرار همیشگی، موهبت بزرگ ثبات شخصیت و تعادل کامل روانی نهفته است که می توان آن را به نوعی سر منشاء تمام موفقیت های بشری در عالم ماده و معنا دانست.

در پایان مطلب بیان این نکته حائز اهمیت است که عبادت و پرستشگری در اعماق فطرت بشر ریشه دارد، عشق به معبود یکتا با وجود انسان آمیخته است، انسان نیاز به انس به معبود و آرامش در سایه او دارد تنها مأمن و پناهگاه انسان به هنگام خطر، دامن کبریایی حضرت پروردگار است. بررسی و مطالعه تاریخ آفرینش انسان، نمایشگر این حقیقت است که همزمان با آفرینش و پیدایش انسان، نیایش و نماز نیز تولد یافته است و به زبان دیگر انسان در برخورد با حوادث ناگوار، نیایش و نماز را شناخت. از این رو بسیاری از پزشکان و متخصصان به بیماران توصیه می کنند که به معابد رفته و دعا و نیایش کنند. زیرا روح بی قرار و متلاطم سرانجام باید به چیزی دل بندد و به اصل و مبدأ تعلق

گیرد و گرنه زندگی بر او سخت و در کامش تلخ و غیر قابل تحمل خواهد بود و نماز کامل ترین نوع عبادت پروردگار است. بنابراین نماز رابطه مستقیم با بهداشت روانی انسان دارد زیرا که تأثیر آن در بهداشت خواب و شاد شدن جسم و روح انسان و تأثیر آن بر آرامش عضلات انسان امری است غیر قابل انکار و قرآن کریم نیز تأکید می کند که با یاد خدا دلها آرام می گیرد...

منابع:

۱. ف. رزمی، نگاه‌ی نو به وضو، تهران، انتشارات دل نوشته، ۱۳۹۴.
۲. نجاتی، محمد عثمان. قرآن و روان شناسی، ترجمه عباس عرب، مشهد، انتشارات آستان قدس، ۱۳۶۷.
۳. کارل، الکسیس، نیایش، ترجمه پرویز دبیری، تهران، انتشارات فردوسی، ۱۳۵۴.
۴. اصفهانی، محمد مهدی، نماز، نیایش، عشق؛ تهران، معاونت فرهنگی حقوقی وزارت بهداشت، ۱۳۸۱.
۵. واحد، سینا، روزنامه کیهان ۲۳ / ۱ / ۷۵ ص ۲۸.
۶. ملک محمدی، مجید، چهل نکته پزشکی پی‌رامون نماز، تهران، معارف، ۱۳۷۶.
۷. اندیش، پروین، نماز، آرامش روحی و روانی و تعالی فرهنگ‌ی؛ کنفرانس بین المللی پژوهش‌های نویی در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی و مطالعات اجتماعی ای‌ران، ۱۳۹۵.
۸. بهدادی، فاطمه و دیگران، ارتباط سبک زندگی با افسردگی و اضطراب در دانشجویان، اسرار، تابستان ۷۹، ص ۲۷

معرفی مؤسسه امام خمینی

سپیده تاجیک دانشجوی کارشناسی روان شناسی دانشگاه

علامه طباطبایی Tajik.se@gmail.com

در این مؤسسه اولین و مهمترین مدیریت در حوزه معاونت پژوهش، مدیریت پژوهش است که وظیفه آن دریافت و تصویب حمایت از طرح های پژوهشی، برگزاری دوره های آموزشی، ترجمه مقالات و کتب و انتشار نشریات علمی است. این مدیریت در ساختار جدید پژوهش از پنج اداره تشکیل شده است که عبارتند از: اداره امور محققان، اداره نظارت و ارزیابی طرح های تحقیقاتی، اداره ترجمه که شامل بخش عربی و انگلیسی است، اداره آموزش ضمن تحقیق و اداره نشریات علمی و تخصصی.

دومین معاونت، معاونت تدوین متون است که همراه با چهار اداره وظیفه تدوین و آماده سازی متون انجام شده را برعهده دارد.

سومین معاونت، معاونت فناوری است که در سال ۱۳۹۰ تاسیس شد. و پیشتر با نام معاونت اطلاع رسانی شناخته شده است. نظارت بر امور و عملیات سخت افزاری و نرم افزاری مؤسسه در زمینه های برنامه ریزی و اجرایی فناوری اطلاعات، پشتیبانی و اجرای کلیه امور سمعی و بصری برنامه هایی چون همایش ها، نشست ها و برنامه های تالار، و نظارت بر پایگاه ها و شبکه رایانه ای مؤسسه و... از وظایف و فعالیت های این معاونت است.

کتابخانه و مرکز اسناد این مؤسسه در سال ۲۰۰۶ میلادی شامل بیش از ۶۰ هزار جلد کتاب فارسی و عربی و نزدیک ۲۰ هزار جلد کتاب انگلیسی بوده است.

در شماره قبلی نشریه با بخش ۳۶ انجمن روانشناسی آمریکا (APA) که بخش مربوط به روانشناسی دین در این انجمن است آشنا شدیم، در این شماره علاقه مندیم یکی از موسسات داخلی فعال در حوزه روانشناسی دینی را به شما خوانندگان عزیز معرفی کنیم.

مؤسسه امام خمینی در سال ۱۳۷۴ شروع به کار کرد. ولی در اصل شروع فعالیت های این مؤسسه، با تاسیس مؤسسه «در راه حق» در سال ۱۳۵۳ ه.ش آغاز شد.

این مؤسسه در ابتدا برای مقابله با تبلیغات ضد اسلامی به خصوص مسیحیت و مارکسیسم فعالیت می کرد و پس از انقلاب با تاکید امام خمینی و همچنین حمایت های ایشان به اهمیت آن افزوده شد. ریاست این مؤسسه از سوی رهبر انقلاب برعهده آیت الله مصباح یزدی گذاشته شد.

این مجموعه با هدف تدوین دایره المعارف علوم عقلی اسلامی در پنج محور فلسفه، منطق، کلام، عرفان و اعلام فعالیت می کند. بر اساس آمار منتشر شده این مؤسسه از سال ۱۳۷۴ تا سال ۱۳۷۹ ه.ش ۸۴ طرح تصویب شده داشته است که از بین آنها ۴۵ طرح در دست اجرا و انجام است و ۳۹ طرح به انجام رسیده است همچنین ۲۳ طرح در حال انجام و ترجمه است و در بخش انگلیسی تا سال ۱۳۷۹ ه.ش ۱۳ طرح به انجام رسیده است.



معرفی فعالیت های این موسسه در حوزه روان شناسی اسلامی

روان شناسی علمی است که رفتار و فرایندهای روانی را بررسی می کند. این رشته با هدف تبیین چگونگی تحول فرایندهای روانی به وجود آمد. و در آغاز رهبران این رشته گمان می کردند که این علم با تکیه بر یافته های صرفاً تجربی کامل خواهد بود، در صورتی که نظریات تجربی به تنهایی ناقص به نظر می رسند. با توجه به مباحث متعدد دین اسلام در زمینه های جسمانی و روانی و معنوی، پرداختن به این رشته برای متخصصان علوم اسلامی ضرورت می یابد و با توجه به این ضرورت رشته روان شناسی اسلامی مورد توجه قرار می گیرد که نیاز به متخصص در دو زمینه روان شناسی و علوم اسلامی دارد.

رشته روان شناسی در کنار سایر رشته ها در موسسه امام خمینی تاسیس شد تا طلاب با آگاهی از مبانی دینی و مباحث روان شناسی زمینه تعامل این دو رشته را پدید آورند. تردیدی نیست که روان شناسی با استفاده از آموزه های اسلامی به جایگاه والایی دست خواهد یافت و خلاهای خود را جبران خواهد کرد.

این مؤسسه تا کنون در ضمن تربیت هزاران دانشجو در مقاطع مختلف کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکترا، نشریات تخصصی منتشر کرده است که برخی از آنها عبارتند از:

- (الف) نشریات علمی-پژوهشی:
- ۱- معرفت فلسفی ۲- معرفت ادیان ۳- روان شناسی و دین
 - ۴- معرفت کلامی ۵- تاریخ اسلام در آینه پژوهش
 - (ب) نشریات علمی-ترویجی:
 - ۱- معارف عقلی ۲- اسلام و پژوهش های مدیریتی ۳- معرفت ۴- معرفت اخلاقی
 - (ج) نشریات علمی تخصصی:
 - ۱- پویایی در علوم انسانی ۲- حکمت عرفانی ۳- معارف منطقی ۴- معرفت حقوقی ۵- پژوهش

مهمترین اهداف این مؤسسه عبارتند از:

۱. تبیین و به کارگیری معارف اسلام در زمینه های مختلف علوم انسانی
۲. تربیت متخصص آگاه در زمینه های معارف اسلامی و علوم انسانی که صلاحیت لازم برای مقابله با اندیشه های انحرافی را داشته باشد.
۳. پرورش محققانی که بتوانند در حوزه های مختلف علوم انسانی به پژوهش بپردازد.

این مؤسسه بر طبق اساسنامه مصوب شورای عالی انقلاب فرهنگی یک نهاد حوزوی است که زیر نظر ولایت فقیه اداره می شود و پذیرای دانشجویانی است که تا حدی تحصیلات حوزوی داشته باشد.

علوی

این گروه علاوه بر اداره مرکز مشاوره موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، به چاپ نشریات، ارائه آثار علمی در قالب کتب و مقالات، هدایت پایان نامه های مربوط به این حوزه و... می پردازد.

در حال حاضر این مؤسسه واقع در قم به آدرس بلوار امین، بلوار جمهوری اسلامی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی می باشد.

آدرس سایت مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی:

www.iki.ac.ir

آدرس سایت گروه روان شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی

امام خمینی: www.psy.iki.ac.ir

اولین گروه آموزشی روان شناسی در این موسسه در سال ۱۳۷۳ با حضور فارغ التحصیلان دوره عمومی پنج ساله معارف اسلامی موسسه "در راه حق" تشکیل شد و در سال بعد این روند با مدیریت حجت الاسلام و المسلمین سید محمد غروی ادامه یافت. از سال ۱۳۸۹ مدیریت این گروه به حجت الاسلام و المسلمین محمدناصر سقایی بی ربا واگذار شد. همچنین دو نفر از فارغ التحصیلان کارشناسی ارشد به عنوان دبیران آموزشی و پژوهشی با مدیر گروه همکاری می کنند. هم اکنون چارت تشکیلاتی گروه به شرح زیر می باشد:

مدیریت دکتر محمدناصر سقایی بی ربا، قائم مقام مدیر دکتر ابوالقاسم بشیری، دبیر پژوهشی آقای حمید رفیعی هنر، دبیر آموزشی آقای عباس آینه چی، دبیر اجرایی آقای سید اسماعیل



کاوتنے در عالم ننتر؛ معرفے کتاب

مطهره شیرازی حسین دخت کارشناسی ارشد مشاوره

خانواده - دانشگاه علامه طباطبائی (m.shirazi.h@gmail.com)



بهداشت روانی با نگرش به منابع اسلامی

این کتاب توسط گروه روانشناسی پژوهشگاه حوزه و دانشگاه و با همکاری انتشارات سمت، به قلم آقایان: سالاری فر، شجاعی، موسوی اصل و دولتخواه، برای استفاده دانشجویان رشته روانشناسی و روانپزشکی به عنوان منبع درس «بهداشت روانی» نگاشته شده است.

این کتاب نهضت بهداشت روانی در قرن بیستم را از تاثیر گذارترین نیروهای اجتماعی دانسته که به پیشگیری از اختلالات روانی به جای مراقبت و درمان صرف آنها متمرکز است. نویسندگان کتاب بهداشت روانی معتقدند که این نگاه جدید، سلامت روانی را فراتر از نبود بیماری تلقی میکند و به دنبال تحول و انسجام شخصیت انسانها و شکوفایی استعدادهای آنان است.



پژوهشگاه حوزه و دانشگاه



در فصل اول این کتاب ضمن بررسی رابطه بهداشت روانی با دیگر رشته های علمی مثل مشاوره، روان پزشکی، توانبخشی و... با مفاهیم و میانی بهداشت روانی آشنا می شویم. این کتاب در بخشی دیگر به بررسی شخصیت های سالم پرداخته و از نظریه های روانشناختی و نظریه های فرهنگی و مذهبی مثل مسیحیت، اسلام، مکاتب شرقی و... بهره جسته است.

در فصل سوم این کتاب بحث نیازها مطرح شده است و در سه قسم نیازها را معرفی نموده است: نیازهای روان شناختی، زیستی و معنوی. در بخش نیازهای روان شناختی به بررسی خودمختاری، هویت و... از نگاه اریکسون، برن و... پرداخته است و در بخش نیازهای معنوی با بررسی تحقیقات و پژوهش ها، این نیازها را از نظر اسلام منطبق با هرم نیازهای مزلو معرفی کرده است و رابطه آن را با روایات و احادیث توضیح داده است.

مبحث خانواده با زیر فصل هایی از کودکی تا مراحل دیگری مثل ازدواج و... نیز در بهداشت روانی مطرح شده است. در مسائل اجتماعی نیز به موضوعات در خور توجهی مثل مهاجرت و اقتصاد و... نگاهی انداخته است.

حتی نگاه به بهداشت روانی از دید محیط زیست و تکنولوژی از قلم نویسندگان مغفول نمانده و عوامل مرتبط با بهداشت روان از جمله موقعیت اجتماعی، بافت شهری و معماری بررسی شده است.

از دیگر فصول کتاب، می توان به بررسی نقش بهداشت روانی در مسائلی مانند اعتقادات، رفتارهای ایمنی، یادگیری و آموزش و پرورش و همچنین نهادهای دولتی اشاره کرد.

مکتب های روانشناسی و نقد آن - جلد ۱ و ۲

این کتاب به همت پژوهشگاه حوزه و دانشگاه و توسط انتشارات سمت، به منظور تدریس در مراکز آموزش عالی نگاشته شده است.

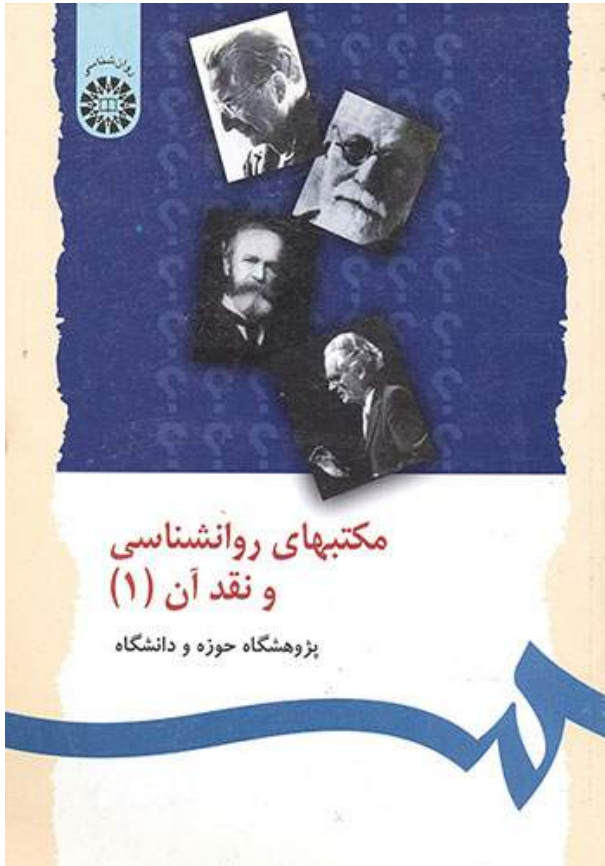
در جلد اول این کتاب سعی شده است مبانی و مباحث کلیدی روانشناسی با تفصیل بیشتری بررسی و عرضه گردد و در چهار بخش و هشت فصل به بررسی چهار مکتب روانشناسی، یعنی تداعی گرایی، ساخت گرایی، کنش گرایی و روان تحلیلی پرداخته شده است؛ پس از معرفی کامل هر مکتب، نظر دانشمندان روانشناسی درباره نقاط ضعف و قوت آن مکتب ذکر شده است، و در آخر فصل نقش هر مکتب را در رشد روانشناسی بیان می کند و در آخر به طور جداگانه به نقد و بررسی آنها می پردازد.

به طور مثال در بخش چهارم جلد اول این کتاب به رویکرد روان تحلیلی پرداخته شده است و علاوه بر بسط مفاهیم فروید، نظرات دانشمندان نوفرویدی دیگر مثل فروم، یونگ، آدلر، هورنای و.. را شرح می دهد.

دیدگاه عمده کتاب بر نقد و شرح مکاتب و نظریات روانشناسی از نگاه فلاسفه است و بیشتر تاکید آن بر فلسفه اسلامی است.

در جلد دوم این کتاب سعی شده است مبانی و مباحث کلیدی روانشناسی با تفصیل بیشتری بررسی و عرضه گردد و در سه بخش و ده فصل به بررسی سه مکتب دیگر روانشناسی، یعنی رفتارگرایی، روانشناسی گشتالت و انسانگرایی پرداخته شده است؛ در جلد دوم نیز مانند جلد اول ابتدا به شرح و در فصل بعدی به نقد آن می پردازد.

در آخر جلد دوم به بررسی و نقد پیش فرض های روان شناسی وجودی، راجرز، مارسل، هایدگر، سارتر و.. می پردازد.





به زودی حلقه های مطالعاتی-مباحثاتی روان شناسی اسلامی برگزار خواهد شد!

نشریه فرا با همکاری حوزه علوم اسلامی دانشگاهیان، حلقه های مطالعاتی-مباحثاتی روان شناسی اسلامی برگزار می کند. در تابستان یک دوره دیگر از این حلقه ها برگزار شده بود. هدف از برگزاری این حلقه ها افزایش علم دانش پژوهان در حوزه روان شناسی اسلامی و آشنایی آنها با پژوهش ها و نظریات و دیدگاه های موجود در این علم است.

نحوه برگزاری حلقه مطالعاتی-مباحثاتی اینگونه است که شما پس از ثبت نام در این حلقه، هر هفته یک هفته قبل از برگزاری کلاس یک جزوه چند صفحه ای حاوی یک سری از درس های روان شناسی اسلامی توسط تلگرام دریافت خواهید کرد. آن صفحات را مطالعه می کنید. حدالمقدور عناوین ایده های خود در زمینه نوشتن مقالات جدید در نشریه را یادداشت خواهید کرد و روز کلاس در ساعت مقرر به مباحثه مطالب مطالعه شده و بحث راجع به نکات تکمیلی توسط سرحلقه این کلاس خواهیم پرداخت.

امثال این حلقه های مطالعاتی-مباحثاتی بسیار پر بار و مفید هستند و شرکت در آنها را به کلیه عزیزان دغدغه مند در این حوزه پیشنهاد می کنیم.

دقت بفرمایید که شرکت در این حلقه ها فعلا فقط برای خانم های عزیز فراهم شده است.

مدت این دوره: ۸ تا ۱۰ جلسه

زمان برگزاری کلاس ها: یکشنبه ها ساعت ۱۵:۳۰ تا ۱۷

مکان برگزاری کلاس ها: م انقلاب- خ جمالزاده شمالی-خ فاطمی- روبروی بانک حکمت ایرانیان- حوزه علوم اسلامی دانشگاهیان

مهلت ثبت نام: حداکثر تا تاریخ ۳ دی ۱۳۹۵

جهت ثبت نام و پاسخگویی به سوالات به تلگرام شماره زیر پیام بدهید:

۰۹۱۰۶۷۴۰۹۷۵

نحوه اشتراک نشریه "فرا"

با توجه به درخواست های مکرر خوانندگان محترم مبنی بر ایجاد امکان اشتراک نشریه، به اطلاع می رساند که این امکان از شماره دوم نشریه (پاییز ۱۳۹۵) برای شما فراهم شده است و از این پس می توانید این نشریه را در پایان هر فصل درب منزل یا محل کار خود با پرداخت هزینه ارسال بسیار جزئی دریافت نمایید.

به خاطر داشته باشید که این نشریه یک نشریه با اهداف متعالی گفتمان سازی روان شناسی اسلامی است و در این راه نیازمند همکاری و همیاری همه عزیزان هستیم. یکی از زمینه های یاری ما همین اشتراک نشریه است که بسیاری از مشکلات مالی نشریه را حل خواهد کرد.

* اشتراک نشریه به دو صورت ۶ ماهه (برای ۲ شماره) و ۱۲ ماهه (برای ۴ شماره) می باشد.

* زمان انتشار هر شماره نشریه هفته آخر هر فصل می باشد و به دلیل ارسال نشریه توسط پست عادی بعد از حدود یک هفته از انتشار نشریه می توانید آن را درب منزل خود تحویل بگیرید.

* شما می توانید درخواست دریافت کلیه شماره های قبلی را در زمان اولین ارسال داشته باشید.

* برای درخواست اشتراک با این شماره تماس بگیرید: ۰۹۱۹۸۸۹۷۰۲۴

مدت زمان اشتراک

۱۲ ماهه

(۴ شماره)

۱۸۵۰۰ تومان

ارسال شهرستان



مدت زمان اشتراک

۶ ماهه

(۲ شماره)

۹۵۰۰ تومان

ارسال شهرستان



مدت زمان اشتراک

۱۲ ماهه

(۴ شماره)

۱۸۰۰ تومان

ارسال تهران



مدت زمان اشتراک

۶ ماهه


(۲ شماره)

۹۰۰۰ تومان

ارسال تهران



جهت درخواست بیش از یک نسخه در هر بار ارسال، بابت هر نسخه اضافی مبلغ ۴۳۰۰ تومان به هزینه شما افزوده خواهد شد.



برای نوآوری علمی دو چیز لازم است: یکی قدرت علمی و دیگری جرات علمی. البته قدرت علمی چیز مهمی است. هوش وافر، ذخیره علمی لازم و مجاهدت فراوان برای فراگیری، از عواملی است که برای به دست آوردن قدرت علمی، لازم است؛ اما این کافی نیست. ای بسا کسانی که از قدرت علمی هم برخوردارند، اما ذخیره انباشته علمی آن‌ها هیچ‌جا کاربرد ندارد؛ کاروان علم را جلو نمی‌برد و یک ملت را از لحاظ علمی به اعتلای نمی‌رساند. بنابراین جرات علمی هم لازم است.

فصلنامه علمی
شناختی