

رابطه محرم و افزایش تاب‌آوری فردی و اجتماعی

محمد حسن عبدالصمد

یکی از موضوعات متأثر از علوم شناختی بحث «تاب‌آوری» است. شاید دیده باشید افرادی در محیط‌های نامساعد می‌توانند به موفقیت‌هایی دست پیدا کنند. برای افراد با وجود عوامل مداخله گر در جهت روند عادی زندگی، «مقاومت» می‌کنند، «صبوری» به خرج می‌دهند و با «بتکارعمل» بهترین تصمیم را می‌گیرند. در مقابل افرادی وجود دارند که با کمترین مواعی دچار استرس و بحران خواهند شد.

درگریر شدن جوامع امروزی با مسائل پیچیده در حوزه‌های مختلف، ضرورت تاب‌آوری برای هر فرد، خانواده و اجتماع را دو چندان کرده است. به طبع، کشوری که مردم آن، از تاب‌آوری بیشتری برخوردار باشند می‌توانند تهدیدات و بحران‌ها را به فرصت تبدیل کرده و با سرعت بسیار زیادی به پیشرفت‌های مختلفی دست پیدا کنند.

به طور خلاصه می‌توان گفت ویژگی‌هایی مانند قدرت تحلیل، مهارت حل مسئله، صبوری، مدیریت تصمیم و انتخاب، مسئولیت‌پذیری، همدلسی، اعتماد به نفس، عدم تصمیمات احساسی صرف و مدیریت بحران از جمله ویژگی‌های افرادی است که دارای تاب‌آوری بالا هستند.

شاید بتوان گفت اصلی‌ترین و مهم‌ترین ویژگی که پایه و اساس تاب‌آوری می‌باشد موضوع «صبر» است. سؤال اساسی این است که چه عواملی باعث افزایش صبوری یا بی‌صبری در افراد خواهد شد؟

برگریار شدن این موضوع می‌توانیم نگاهی بیندازیم به آیه ۱۵۵ سوره بقره که می‌فرماید: «وَلْيَتَلَوْتُمْ سُورَةَ الْبَقَرَةِ وَالْجُودِ وَالْحُجُوعِ وَنَقِصِ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالْمَعْرَافِ وَتَشْبِيرِ الصَّابِرِينَ».

«ما به طور حتم و بدون استثناء همگی شما را یا با خوف یا گرستگی و یا نقص اموال و جان‌ها و میوه‌ها می‌آزمایم، تو او ی پیامبر صابران را بشارت ده.»

بسا اندک نگاهی به اتفاقات و بحران‌های مختلف در بحران‌های اخیر می‌توان دریافت که افراد با جوامعی که در جریان‌ها می‌توانند با امید به آینده بر مشکلات فائق آیند، جوامعی هستند که عنصر «صبر» در آنان تقویت شده است. بدون شک فردی که نگاه صرف مادی دارد و اصالت «لذت و سود» را مبنای خود قرار داده است، به محض ورود بحران در زندگی یا از دست دادن موقعیت و یا ثروت خود، می‌تواند به دستگیری‌های دیگر چنگ بزند؛ بنابراین دچار اشتنگی و ناامیدی خواهد شد.

اسا فردی که نگاه صرف مادی ندارد و به «رضای خدا» راضی است، به «هدا» ایمان دارد و می‌داند که خداوند حکیم و نیکبخت اوست، خداوندی که «قادر» به حل تمام مشکلات است، خداوندی که حتی سیئات را به حسنات تبدیل می‌کند، خداوندی که حکیمانه و مهربانه‌انه اتفاقات را برای انسان رقم می‌زند، این فرد اگر دچار بحران شود، با روحیه‌ای پر امید، تنها تنها دچار اختلال در افکار و رفتار نخواهد شد، بلکه به

یکی از موضوعات متأثر از علوم شناختی بحث «تاب‌آوری» است. شاید دیده باشید افرادی در محیط‌های نامساعد می‌توانند به موفقیت‌هایی دست پیدا کنند. برای افراد با وجود عوامل مداخله گر در جهت روند عادی زندگی، «مقاومت» می‌کنند، «صبوری» به خرج می‌دهند و با «بتکارعمل» بهترین تصمیم را می‌گیرند. در مقابل افرادی وجود دارند که با کمترین مواعی دچار استرس و بحران خواهند شد.

درگریر شدن جوامع امروزی با مسائل پیچیده در حوزه‌های مختلف، ضرورت تاب‌آوری برای هر فرد، خانواده و اجتماع را دو چندان کرده است. به طبع، کشوری که مردم آن، از تاب‌آوری بیشتری برخوردار باشند می‌توانند تهدیدات و بحران‌ها را به فرصت تبدیل کرده و با سرعت بسیار زیادی به پیشرفت‌های مختلفی دست پیدا کنند.

به طور خلاصه می‌توان گفت ویژگی‌هایی مانند قدرت تحلیل، مهارت حل مسئله، صبوری، مدیریت تصمیم و انتخاب، مسئولیت‌پذیری، همدلسی، اعتماد به نفس، عدم تصمیمات احساسی صرف و مدیریت بحران از جمله ویژگی‌های افرادی است که دارای تاب‌آوری بالا هستند.

شاید بتوان گفت اصلی‌ترین و مهم‌ترین ویژگی که پایه و اساس تاب‌آوری می‌باشد موضوع «صبر» است. سؤال اساسی این است که چه عواملی باعث افزایش صبوری یا بی‌صبری در افراد خواهد شد؟

برگریار شدن این موضوع می‌توانیم نگاهی بیندازیم به آیه ۱۵۵ سوره بقره که می‌فرماید: «وَلْيَتَلَوْتُمْ سُورَةَ الْبَقَرَةِ وَالْجُودِ وَالْحُجُوعِ وَنَقِصِ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالْمَعْرَافِ وَتَشْبِيرِ الصَّابِرِينَ».

«ما به طور حتم و بدون استثناء همگی شما را یا با خوف یا گرستگی و یا نقص اموال و جان‌ها و میوه‌ها می‌آزمایم، تو او ی پیامبر صابران را بشارت ده.»

بسا اندک نگاهی به اتفاقات و بحران‌های مختلف در بحران‌های اخیر می‌توان دریافت که افراد با جوامعی که در جریان‌ها می‌توانند با امید به آینده بر مشکلات فائق آیند، جوامعی هستند که عنصر «صبر» در آنان تقویت شده است. بدون شک فردی که نگاه صرف مادی دارد و اصالت «لذت و سود» را مبنای خود قرار داده است، به محض ورود بحران در زندگی یا از دست دادن موقعیت و یا ثروت خود، می‌تواند به دستگیری‌های دیگر چنگ بزند؛ بنابراین دچار اشتنگی و ناامیدی خواهد شد.

اسا فردی که نگاه صرف مادی ندارد و به «رضای خدا» راضی است، به «هدا» ایمان دارد و می‌داند که خداوند حکیم و نیکبخت اوست، خداوندی که «قادر» به حل تمام مشکلات است، خداوندی که حتی سیئات را به حسنات تبدیل می‌کند، خداوندی که حکیمانه و مهربانه‌انه اتفاقات را برای انسان رقم می‌زند، این فرد اگر دچار بحران شود، با روحیه‌ای پر امید، تنها تنها دچار اختلال در افکار و رفتار نخواهد شد، بلکه به

تاکید رئیس قوه قضائیه

در مشارکت مردمی در امر مقابله با فساد

«در فقه و قانون ما تصریح شده کسانی که فسادی را به مسئولان مربوطه اعلام کنند، حتما باید مورد تشویق قرار گیرند»، این تأکید رئیس قوه قضائیه در گفت‌ووی تلویزیونی با مردم در دوم تیرماه سال جاری است.

به گزارش خبرگزاری میزان، آیت‌الله رئیسی در همان گفت‌ووی تلویزیونی ضمن تأکید بر ضرورت بهرین از تهمتن‌زنی، شایع‌پراکنی، هتک‌حرمت اشخاص و اظهارات بدون استناد در امر افشاگری فساد، بر این نکته نیز تصریح کرد که «نار دسته از خبرنگاران، اصحاب رسانه یا هر فردی که نارسای یا فسادی را به مسئولان مربوطه اعلام کرده، حتماً بداند که در امان است و باید مورد تشویق قرار گیرد».

تشویق مخبرین فساد

رئیس دستگاه قضا، اردیبهشت سال گذشته نیز

در نشست با دانشجویان ضمن تأکید بر تقویت ارتباط با بدنه دانشجویی به موضوع نقش‌آفرینی مردم در افشای فساد اشاره کرده و گفت: از گزارشات مردمی پیرامون فساد حمایت می‌کنیم و مخبرین و کسانی را که خبر از فساد دهند، مورد تشویق قرار می‌دهیم و مسا این موضوع را به صورت قانونمند دنبال می‌کنیم تا سازوکار آن فراهم شود.

تاکید بر تشویق سوت‌زن‌ها

و محافظت از آن‌ها

حجت‌الاسلام محسنی اژه‌ای، معاون اول قوه قضائیه نیز ۲۷ خرداد سال جاری در جریان نشست خبری با اصحاب رسانه، پیرامون موضوع استفاده از ظرفیت مردمی در امر مقابله با فساد گفت: مردم بعد از تذکر، در صورت تکرار عمل خلاف از سوی فرد خاطی، حتماً گزارش ارائه کنند. ما این موضوع را بخشنامه کرده‌ایم؛ اما هنوز پیش‌بینی در این زمینه وجود ندارد و امیدوار هستیم این پیش‌بینی‌ها در مجلس تصویب شود تا با تعیین آیین‌نامه «سوت‌زن‌ها» به نوعی تشویق شوند و از سوی دیگر به هیچ

اجتماعی

Ejtemae @kayhan.ir

در جمله معروف خود فرمودند که این محرم و صفر است که اسلام را نگاه داشته است.

بسه طور خلاصه، اگر مدیریت بحران در صدد ایجاد و حفظ آمدگی جامعه برای پاسخگویی مناسب به حوادث و سوانح است یا اگر می‌خواهد در مدیریت بحران، سرعت عمل داشته و در حداقل زمان، حداکثر میزان بازسازی را ارائه دهد، باید در موضوع دینداری جامعه هدف خود کار کرده باشد.

شاید برخی از مسئولان از این معادله بی‌خبر باشند یا خود را به بی‌خبری زده‌اند، اما دشمنان این مرز بوم یعنی آمریکا

و صهیونیست که همیشه به دنبال بحران‌آفرینی و آشوب در ایران بوده‌اند، به خوبی می‌دانند که تا زمانی که روحیه ایثار و از خود گذشتگی که ریشه در عاشورا دارد در میان مردم حاکم است، بسیاری از توطئه‌های آنان خنثی خواهد شد. به همین منظور در سال‌های متمادی به خصوص در سال اخیر با تمام‌ترندهای مختلف سعی در کمرنگ شدن شعارت حسینی در ماه محرم شدند.

از طرفی به سهول روبر معظم انقلاب، دشمنان با جریان تحریف رسانانه خود از کتمان و کوچک‌نمایی واقعیت‌های موجود و بزرگ‌نمایی مشکلات مانند شکوه پاسداشت شعائر حسینی، سعی در تغییر دستگاه محاسباتی و افکار مردم



دارند، اما با لطف و عنایت اهل‌بیت بر خلاف پیش‌بینی دشمنان، در ایام کرونا جلوه‌های بی‌نظیری از عذاراری و تعظیم شعائر حسینی همراه با شور حسینی به جهانیان معرفی شد.

در همین رابطه رهبر انقلاب در دیدار با مداحان اهل‌بیت (۱۳۹۱/۹/۸) فرمودند: «اگر حالا انتقال معارف اهل‌بیت در محاسن و روشن است که یکی از مبنای سیره قرآن و اهداف این ایثار و از خود گذشتگی است که اوج صحنه‌های آن در حادثه کربلا رقم می‌خورد.

به همین منظور حفظ و زنده نگه داشتن سیره حسینی مساوی است با ایثار با دوستان خدا و دشمنی با دشمنان و افزایش روحیه ایثارگری و در نتیجه افزایش تاب‌آوری در اجتماع خواهد شد.

شاید بتوان گفت که راه برون رفت از مشکلات داخلی و مقابله با تحریم‌های ظالمانه دشمن در امور اقتصادی تکیه بر سیره حسینی است. در سیره حسینی مسئولیت‌پذیری، تکیه بر داخل، امید به آینده و ایثار و از خود گذشتگی موج می‌زند و بدون شک کشوری که مسئولان و مردم او دارای این ویژگی‌ها باشند بر همه مشکلات غلبه خواهند کرد.

به همین منظور بود که رهبر کبیر انقلاب امام‌خمینی(ره)

برنامه‌های قوه قضائیه برای جلب گزارش‌های مردمی و حمایت از افشاگران فساد

«ایجاد شبکه ساختار یافته از گزارشگران (سوت‌زنان) و افشاکندگان فساد» در زمره اهم اهداف سازمان بازرسی کل کشور در راهداندازی «سامانه گزارشگران فساد» است. رئیس سازمان بازرسی کل کشور، در مراسم راهاندازی «سامانه گزار شگران فساد»، گفت: بهره‌گیری از ظرفیت‌های مردمی و تشکل‌های مردمی در امر مبارزه با فساد یک تکلیف قانونی است و بر همین مبنا در سازمان بازرسی کل کشور ادارای ذیل یکی از معاونت‌ها تعیین شده تا از ظرفیت بازرسان افتخاری و تشکل‌های مردم نهاد در همه مراحل مقابله با فساد بهره گرفته شود و سازمان بازرسی در تحقق این موضوع مصمم است.

حجت‌الاسلام دروشنیه این را هم گفت که گزارش اعلام شده توسط گزارشگران پس از ثبت در سامانه گزارش فساد و بررسی مستندات مرتبط با آن، به لحاظ اینکه از قابلیت پیگیری برخوردار می‌باشد یا خیر، به فرد گزارش‌دهنده اعلام می‌شود و فرد گزارش دهنده مطمئن باشد اگر تحقق فساد احراز شود، پیگیری‌های مقتضی از سوی سازمان بازرسی انجام می‌گیرد.

البته به گفته وی، آن دسته از گزارش‌هایی که ناظر بر کشف فساد اشخاص است، بر اساس قانون آیین دادرسی کیفری از زمان رسیدگی نهایی، امکان اعلام عمومی آن‌ها وجود ندارد؛ البته در این دسته از گزارش‌ها نیز فرد گزارش‌دهنده از پیگیری‌های صورت گرفته توسط سازمان بازرسی مطلع می‌شود. **به کارگیری ظرفیت‌های قانونی برای حمایت از افشاگران فساد**

رئیس سازمان بازرسی کل کشور این اطمینان را نیز به گزارشگران فساد داد که نام آنها به هیچ وجه فاش نخواهد شد و چنانچه مشکلی برای آنها از سوی دستگاه‌های اداری یا اجرایی ایجاد شود سازمان بازرسی کل کشور از تمام ظرفیت‌های خود برای حمایت از فرد گزارش‌سگر استفاده خواهد کرد و چنانچه لازم باشد پیشنهادهانی را برای ایجاد اصلاح در قوانین حمایت از گزارشگران فساد ارائه می‌دهد.

اما همانطور که اشاره شد، «سامانه گزارشگران فساد» که روز چهارشنبه ۲۹ مرداد راهاندازی شد، صرفاً مختص سازمان بازرسی کل کشور است و قرار است به زودی در راستای تأکیدات رئیس دستگاه قضا مبنی بر مشارکت و نقش‌آفرینی مردم در شناسایی فساد، سامانه جامعی که مربوط به همه بخش‌های قوه قضائیه است، راهاندازی شود. در همین راستا «دستورالعمل تفصیلی نحوه دریافت و بررسی گزارش مردمی فساد» به زودی از سوی رئیس قوه قضائیه ابلاغ خواهد شد.

رئیس‌در جریان جلسه شورای عالی قوه قضائیه در روز سوم شهریور جاری بار دیگر به مشارکت مردمی در امر مبارزه با فساد و سایر شوون مرتبط با برقراری عدل در جامعه تأکید کرد و گفت: حضور مردم در همه عرصه‌ها به ویژه در مسوالت‌های طرفی و اداری می‌تواند با احسان، اجرای عدالت در برابر فساد است و خودی را با دستگاه قضایی را در پیشگیری و برخورد با جرم و تخلف یاری دهند.

چرا در ماه محرم آرام‌تر هستیم؟

عضو هیئت علمی دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان گفت: قرار گرفتن افراد در مراسم عذاراری محرم به آنها احساس امنیت داده و باعث تعادل روانشناختی فرد می‌شود؛ ضمن اینکه در فرد احساس قدرتمندی، امید و توان غلبه بر مشکلات می‌کند.

دکتر فاطمه شیرزاد، متخصص روانپزشکی در حوزه سلامت معنوی، عضو هیئت علمی دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان و مرکز تحقیقات سلامت معنوی دانشگاه علوم پزشکی ایران در مورد تأثیرات مثبت حضور در مراسم عذاراری ائمه معصومین، خاصه امام حسین(ع) و تأثیرات آن در سلامت روانی افراد و بهبودی امراض روحی و روانی با خبرگزاری فارس گفت‌وگویی داشته که به آن می‌پردازیم.

*** خانم دکتر و در ایام عذاراری امام حسین(ع) قرار داریم. به‌عنوان اولین پرسش توضیح دهید که آیا شرکت در مراسم عذاراری ائمه به‌ویژه ماه محرم تأثیری در سلامت روحی و روانی افراد دارد؟**

در مراسم عذاراری ماه محرم ممکن است در ابتدای امر، فقط‌گریه و بروز هیجانات منفی و غم به‌نظر برسد، اما می‌توان به این موضوع در چند بُعد نگاه کرده و آن را مورد بررسی قرار داد. یکی بُعد هیجانی است؛ در این بُعد قرار گرفتن در اتمسفر و محیطی که مراسم عذاراری است، به افراد یک احساس تعلق نسبت به آن موقعیت معنوی می‌دهد و وابستگی و جزو آن موقعیت قرار گرفتن را برای افراد ایجاد می‌کند که اتفاقاً بر اساس باورهایشان امری متعالی است. باید این را در نظر بگیریم که معنوی که در مراسم عذاراری امام حسین(ع) اتفاق می‌افتد در دل باورهای دینی متعالی است. از بُعد هیجانی، قرار گرفتن افراد در این مراسم این احساس را به آنها می‌دهد که متعلق به این موقعیت معنوی هستند و برای آنها احساس امنیت و حمایت به‌وجود می‌آورد و باعث می‌شود در یک وضعیت تعادل روانشناختی قرار گیرند.

همچنین افراد به دلیل اینکه خود را در عذاراری‌ها با مبدأ عالم هستی یعنی خداوند و همان قدرت برتر مرتبط می‌دانند، احساس می‌کنند مورد توجه آن مبدأ هستنی قرار گرفته‌اند؛ بنابراین احساس قدرتمندی و توانمند بودن می‌کنند و این باعث ایجاد حس امید و اینکه می‌توانند به مشکلات خود غلبه کنند، می‌شود؛ چرا که یک نیروی معنوی پشت‌سرشان است و به آنها کمک خواهد کرد که این موضوع از بُعد هیجانی است.

اگر به بُعد شناختی موضوع نگاه کنیم، می‌بینیم که در سخنرانی‌هایی که در مراسم عذاراری امام حسین(ع) انجام می‌شود برای مردم درباره روایات مرتبط با این موضوع و اهداف قیام امام حسین(ع) صحبت می‌کنند که بیشتر آنها در واقع درباره فضائل اخلاقی صحبت کرده یا مسائلی در آن مطرح می‌شود که باعث تاب‌آوری بیشتر در افراد خواهد شد. این موضوع کمک می‌کند تا افراد در سبک زندگی و ارتباطات اجتماعی تعامل لازم را داشته باشند؛ برای همین است که مشاهده می‌کنید در همان زمان و مکان‌های مراسم عذاراری معمولاً رفتارهای آسیب‌زای اجتماعی کمتر می‌شود و افراد احساس ارزشمندی و اعتماد به نفس می‌کنند.

خیلی از افرادی که در جریان روایات و داستان‌هایی که در جریان حادثه عاشورا اتفاق افتاده است، قرار می‌گیرند یک احساس همزادپنداری پیدا می‌کنند؛ به شکلی که با آن مرجع متعالی و نهایی‌ت که از نظر معنوی برای خود قائل هستند مرتبط شده و این موضوع به آنها احساس امید می‌دهد که در برابر سختی‌ها تاب‌آوری داشته باشند؛ همان‌طور که امام حسین(ع) و یارانشان مقاومت و تاب‌آوری کردند.

این بحث همزاد پنداری و احساس تعلقی که مردم پیدا می‌کنند و اینکه ما مربوط به همین جریان هستیم، می‌تواند این احساس را به آنها بدهد که می‌توانند در برابر مشکلات مقاومت کرده و به سختی‌ها معنا بدهد. در مواجهه با سختی‌هایی که در زندگی که اتفاق افراد داشته است و به نوعی در زمان‌هایی از واقعیت‌ها دور می‌شوند و ممکن است در معرض اضطراب قرار گیرند؛ چرا که معنای زندگی خود را گم می‌کنند، اما همزاد پنداری که در جریان قیام امام حسین(ع) اتفاق می‌افتد، باعث می‌شود به سختی‌ها و مرارت‌های افراد معنا داده شود.

بحث نشو و نما و امور خیریه‌ای که در ایام عذاراری‌ها اتفاق می‌افتد نیز باعث ایجاد همبستگی اجتماعی می‌شود و احساس نذورات و ارزشمند بودن برای افراد ایجاد می‌کنند.

ما در مقالات و منابع مختلف مشاهده می‌کنیم، می‌توانیم این موضوع را به‌عنوان یکی از حمایت‌های اجتماعی در حمایت‌اجتماعات هم‌کیشیان و حمایت از افرادی که یک اعتقاد و ارزش را دارند، می‌تواند از خیلی از اختلالات روانپزشکی پیشگیری کند و به افراد احساس مورد حمایت بودن و تنها نبودن بدهد.

این موضوع را مشاهده می‌کنیم که با همه مشکلات موجود، با شروع ماه محرم به‌خصوص در دهه اول، آن انسان‌ها بر اساس آن ارزش‌های مشترکی که دارند در کنار هم قرار می‌گیرند و با یکدیگر حمایت می‌کنند. این پتانسیل اجتماعی در مطالعات مختلف در سلسله تحقیقات روان تأثیر زیادی داشته است و به نوعی در زمان‌هایی از واقعیت‌ها دور می‌شود، اما مسلماً اگر بخواند این موضوع فقط در زمان مراسم عذاراری بماند، ممکن است فقط بعداً بیشتر بُعد هیجانی آن برای افراد پرنگ شود و بُعد شناختی آن کم‌کم در طول مشکلات فراموش شود.

*** آیا در موضوع معنویت و توسلی که در مراسم عذاراری محرم و صفر بین افراد وجود دارد، در روند درمان بیماری‌های روحی مانند افسردگی و اضطراب مؤثر است؛ به عبارت بهتر این موضوع قادر، در روند شده است که در کنار دارودرمانی بیماری‌های روحی و روانی، این روش نیز در درمان مؤثر است؟**

همان‌طور که خودتان گفتید در کنار دارو درمانی مؤثر است؛ یعنی اینکه بدانیم این موضوع فقط به‌عنوان یک درمان صرف نمی‌تواند اتفاق بیفتد، بلکه حتماً یک درمان تکمیلی در کنار سایر کارهاست که اتفاق می‌افتد، اما امروزه مطالعاتی در این خصوص وجود دارد؛ البته مطالعاتی که در کشورمان با آن پایه دینی خودمان باشند، خیلی زیاد نیست و نمی‌توان به آن استناد زیادی کرد؛ چرا که اتفاقاً متولوژیک و روش‌شناسی زیادی دارند، اما در نقاط دیگر دنیا مطالعاتی در این خصوص وجود دارد.

این موضوعی که شما مطرح کردید، در واقع یک مداخله معنوی به‌حساب می‌آید که یکی از آن، همین موضوعی است که واگذاری امور به کسی که قدرت کامل در دست آن قرار دارد و مبدأ هستی است، مورد توجه است؛ چراکه برای افراد ایجاد معنا، امید و اتصال به آن قدرت می‌کند که قدرتی لاینتهایی است و همه کار از دستش برمی‌آید.

*** با توجه به توضیحات شما، آیا افرادی که دچار بیماری‌های روحی شده‌اند اما به مسائل دینی و اعتقادی پایبندی بیشتری دارند، این اعتقاد و پایبندی به مسائل دینی نقش مؤثری در بهبودی و درمان آنها دارد؟**

به‌طور کلی اگر بخواهیم بگوییم، در بحث سلامت، استفاده از مکانیزم‌های جبرانی استرس را کم می‌کند و می‌تواند کمک‌کننده باشد؛ حتی در بحث بیماری‌های جسم و تقویت سیستم ایمنی بدن و بهبودی بیماری‌ها نیز مؤثر است. در بحث سلامت روان نیز به این دلیل که در واقع به‌عنوان یک مکانیسم جبرانی و مقابله‌ای می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد قابل توجه بوده و با کاهش استرس‌ها می‌تواند به روند درمان فرد کمک کند.

*** آیا این موضوع در تحقیقات علمی دنیا ثابت شده و منابعی در این خصوص داریم؟ برای توضیح بیشتر باید بگوییم یکسری از افراد به‌ویژه برخی از روانشناسان معتقد هستند شرکت در مراسم عذاراری افراد را افسرده می‌کند؛ یعنی به موضوع تأثیر مثبت معنویت در زندگی افراد به‌ویژه بیماران روحی معتقد نیستند، در این خصوص بیشتر توضیح دهید؟**

بله، مستندات علمی در این خصوص داریم؛ البته باید حواسمان باشد معنویت یک مفهوم وابسته به فرهنگ است؛ یعنی از فرهنگ به فرهنگ دیگر متفاوت است. بنده در ابتدا صحبت خود گفتم که در فرهنگ توده مردم کشورمان، مفاهیم مذهب و معنویت مفاهیم بسیار نزدیک به هم هستند و با هم بسیار همپوشانی دارند. البته در فرهنگ‌های دیگر دقیقاً مدل عذاراری در فرهنگ ما وجود ندارد و آنها این موضوعات و مسائل را در مفهوم و شرایط خودشان مورد توجه قرار می‌دهند. *** با توجه به توضیحات شما می‌توانیم نتیجه بگیریم که در کلبیت، این موضوع یعنی تأثیر مسائل معنوی و توسلات مورد تأیید همه صاحبنظر حوزه روان‌پزشکی و روانشناسی است و تنها شکل آن متفاوت است؟**

بله، این موضوع عمیقاً درست است.

*** با این توضیحات، این نظریه که برخی عنوان می‌کنند شرکت در عذاراری‌ها باعث بروز غم و اندوه در افراد می‌شود، کاملاً مردود است؟**

بله، چراکه همان افرادی که این موضوع را مطرح می‌کنند، کافی است با کلماتی مانند دین، سلامت، استرس و اختلالات روانی در جست‌وجوگرایی اینترنتی جست‌وجویی کنند و مطالب مربوط به این موضوع را مشاهده کنند. *** موضوع توسل به ائمه و ادای نذورات مختلف به چه میزان در سلامت معنوی افراد مؤثر است؛ به عبارت بهتر یعنی اینکه فردی به امام و معصومی خاص متوسل می‌شود، این موضوع را از نظر روانپزشکی چگونه تحلیل می‌کنید؟**

این موضوع به باورهای افراد برمی‌گردد؛ برای نمونه ما ائمه معصومین(ع) را در باورهای دینی خود منبع قدرت می‌بینیم و کسانی می‌دانیم که به خداوند نزدیک‌تر از ما هستند؛ چرا که بعضی‌ها همکارهای ما به خداوند واگذار شده و این‌طور خود را به آن منابع قدرت وصل می‌کنیم.

وقتی یکسری کارهای جمعی اتفاق می‌افتد، انگار همان بحث همبستگی و حمایت اتفاق افتاده و اینکه همه ما پشت‌سر همدیگر قرار داریم و در باورهای دینی ما نیز این موضوع وجود دارد که خداوند به جمع بیشتر نگاه می‌کند و دعاهای جمعی بهتر از دعاهای فردی مستجاب می‌شود؛ در نتیجه بحث نذورات و کارهای اجتماعی کردن هم بحث تعاملات اجتماعی را به همراه دارد و هم این موضوع متصل شدن به منابع و قدرت هستی در آن وجود دارد.

نکته مهمی که باید به آن توجه کنیم، این است که بعضی اوقات انتقاداتی به برخی مراسم و هیئت مذهبی وارد می‌شود و آن موضوع توجه بیش از حد آنها به ابعاد هیجانی موضوع بوده و کار نکردن بر روی ابعاد شناختی است؛ یعنی برخی هیئت‌های مذهبی به بُعد هیجانی و تحریک هیجانات و احساسات شرکت‌کننده‌های مراسم می‌پردازند؛ به‌طوری‌که انسان بعضی اوقات احساس می‌کند این مراسم‌ها تبدیل به بروز هیجانات شدید در جوانان می‌شود.

در این اوقات بُعد شناختی موضوع بوده و صرفاً تحریک هیجانات است تنها تأثیر مثبت نخواهد گذاشت؛ بلکه باعث ایجاد استرس در افراد خواهد شد. این سببگاهی که در بروز هیجانات در افراد دیده می‌شود و در کنار آن چون به ابعاد شناختی کمتر توجه شده، ممکن است در این شرایط افراد کم‌کم احساس حق‌کنندگی یعنی اینکه اعلام کنند «ای امام حسین(ع) من در مراسم تو شرکت کردم؛ بنابراین باید حوائجم برآورده شود» که این ناشی از آن اشکالاتی است که در بُعد شناختی اتفاق می‌افتد.

به عبارتی انگار شرکت در این مراسم تبدیل به نوعی معامله می‌شود؛ یعنی بیان کنیم که «من مراسم شرکت کرده و گریه می‌کنم و در ازای آن باید ایند اتفاقات مثبت برای من بیفتد»؛ در نتیجه اگر به‌طور صحیح به این مطلب پرداخته نشود و به ابعاد شناختی و اینکه هدف از شرکت کردن در این مراسمات چیست توجه نشود، مشکل ایجاد می‌کند؛ اینکه قرار است چطور از منابع معنوی استفاده کنیم بسیار مهم است.

به این نکته مهم باید توجه شود که شرکت‌کننده در این مراسم قرار است ابعاد معنوی‌اش را تقویت کند و باعث افزایش بُعد شخصیتی افراد و افزایش تاب‌آوری فرد شود. اگر به این قضیه توجه نشود، در آن زمان ممکن است در افراد تعارضات معنوی ایجاد شود.

بنابراین نکته‌ای که بسیار مهم است و افراد به‌ویژه سخنرانان در هیئت‌ها باید به آن توجه کنند، توجه به بُعد شناختی و تقویت منابع معنوی است که در این راستا افراد بتوانند به‌عنوان مکانیزم‌های جبرانی عمل کنند.

صفحه ۸

سه‌شنبه ۱۱ شهریور ۱۳۹۹

۱۲ محرم ۱۴۴۲ – شماره ۲۲۵۵۱