



نقش مذهب در سلامت روان

دبیرخانه مجمع علمی

جایگاه تربیت

دکتر سید محمد محسن جلالی
تهرانی - دکتر عباسعلی اللهیاری

اشاره:

به منظور شناخت روشهای علمی پرورش احساس مذهبی در کودکان و نوجوانان، بدون شک قبل از هر چیز نیازمند این هستیم که مطابق آخرین دستاوردهای علمی به تبیین نقش مذهب در زندگی انسان و شخصیت او پردازیم تا با ره توشه‌ای که از این راه نصیبمان می‌گردد، با عزمی راسخ و اراده‌ای استوار و با دیدگاهی علمی، به شناخت و مهمتر از آن به اجرای روشهای علمی پرورش احساس و باور مذهبی در کودکان و نوجوانان پردازیم. این مقاله کوششی است در راستای تحقق این امر مهم.

به منظور تبیین نقش مذهب در سلامت روان در قدم اول نیاز است که "سلامت روان" را تعریف کنیم. برای تعریف سلامت روان ناچار هستیم که "شخصیت سالم" را تعریف نماییم. وقتی پیشینه مطالعات مربوط به شخصیت سالم را مرور کنیم ملاحظه می‌نمائیم که وجه مشترک تمام دیدگاهها و نظریه‌های مربوط به شخصیت سالم، ایده یا مفهوم "یکپارچگی یا انسجام شخصیت" است.

شاید موجزترین و مختصرترین تعریف از یکپارچگی شخصیت در قلمرو مطالعات مربوط به شخصیت بوسیله استین (۱۹۷۲) ارائه شده است، استین می‌نویسد:

"یکپارچگی یا انسجام شخصیت عبارت است از وضعیت یا حالتی که تمام جنبه‌های ابعاد متعدد شخصیت بطور هماهنگ و منسجم، همانند عناصر یک نظام واحد عمل می‌کنند."

بررسی ادبیات پژوهشی در این قلمرو نشان می‌دهد که مفهوم یکپارچگی و وحدت شخصیت برای شخصیت سالم، بسیار اساسی و بنیادی است. این وحدت و یکپارچگی به عنوان یک "فرایند پویا" در نظر گرفته شده است. به عبارتی شخصیت در هر مرحله‌ای از زندگی متناسب با تغییر و تنوع استعدادهای و اهداف، مستواباً سازمان می‌یابد و متوالیاً تجدید سازمان پیدا می‌کند.

همانطور که ملاحظه شد یکپارچگی و انسجام شخصیت، اساس و بنیان شخصیت سالم است. با بررسی تعاریف متعدد شخصیت در می‌یابیم که در هر یک از این تعاریف به نوعی، مفهومی از

توحید و یکپارچگی شخصیت در قالب اصطلاحاتی نظیر "وحدت"، "سازمان"، "هماهنگ و منسجم" و... بیان شده است. این امر نشان می‌دهد که یکپارچگی و انسجام شخصیت برای شخصیت سالم یک ویژگی اساسی و بنیادی است. تعاریف ذیل از شخصیت به عنوان نمونه ذکر می‌شوند تا ملاحظه شود که همگی آنها به نوعی یک کلمه کلیدی مرتبط با توحید و یکپارچگی شخصیت را در بر دارند:

- گوردن آلپورت که توسط بسیاری از صاحب نظران به عنوان پدر روانشناسی شخصیت در نظر گرفته شده است، تعریف زیر را از شخصیت در سال ۱۹۷۲ ارائه نموده است:

"شخصیت عبارت است از سازمان پویایی از نظامهای روانی و جسمانی موجود در فرد که تعیین کننده سازگاری منحصر بفرد و یکتای شخص با محیط می‌باشند"

- گیلفورد (۱۹۵۲) می‌نویسد که شخصیت عبارت است از الگویی از صفات یگانه و یکتای شخص.

- لانسدین (۱۹۶۱) می‌نویسد،

شخصیت عبارت است از سازمانی از امکانات و تجهیزات رفتاری یگانه و یکتای فرد که در شرایط و موقعیتهای خاصی در طول دوران رشد کسب شده‌اند.

- باند (۱۹۸۱): شخصیت یک ساختار یا سازمان پویایی است که صفات متعدد و خرده ساختارهای وجود فرد را به هم پیوند می‌دهد.

- آنجیل (۱۹۶۵)، شخصیت را یک سازمان واحد و پویایی می‌داند که در درون فرد قرار دارد

- لازاروس (۱۹۶۳) می‌نویسد، شخصیت یک نظام هماهنگ کننده‌ای است که ساختار مرکزی آن، اعمال و رفتارها را به شیوه‌های موافق و هماهنگ با خویشتن، هدایت و راهنمایی می‌کند.

- لکسی (۱۹۶۱) شخصیت را یک الگوی توحید یافته و یکپارچه از تجربه و سازمانی از ارزشهای با دوام و پایدار می‌داند.

همانطور که ملاحظه شد هر یک از تعاریف شخصیت در بردارنده مفهومی کلیدی راجع به توحید و یکپارچگی شخصیت‌اند که این مفهوم اصطلاحاتی نظیر سازمان، الگو، نظام هماهنگ کننده و منسجم، الگوی توحید یافته و یکپارچه، و ... ابراز شده است.

بنابراین حضور فعال مفاهیم مربوط به توحید و یکپارچگی و تعاریف شخصیت نشان می‌دهد که در هر تعریف شخصیت وجود توحید و یکپارچگی بسیار بنیادی و اساسی است. مفهوم بنیادی دیگری که بایستی به آن توجه کرد این است که توحید و یکپارچگی شخصیت به عنوان "حرکت و جهت‌گیری پویا به سوی اهداف" در نظر گرفته شده است و همین فرایند است که منجر به مصادمی به زندگی می‌شود.

هر چه شخص به طرف تحکیم هویت پیش می‌رود، اهداف او هم در جریان زندگی دگرگون و متعالی می‌شوند. به عبارتی "هویت بالغ و رشد یافته" و

"احساس یکپارچگی کامل و رشد یافته" در فردی وجود دارد که "نسبت به ارزشها هشیار و حساس" باشد.

استین (۱۹۷۲) توحید و یکپارچگی شخصیت و عملکرد منسجم و هماهنگ آن را به وجود و حضور اهداف کاملاً روشن و همینطور استعداد و آمادگی پاسخگویی به این اهداف، پیوند می‌دهد.

مورای (۱۹۶۲) نیز تمایل یکپارچه و منسجم شخصیت را به عنوان سازمانی از فعالیت و عمل در جهت و مسیر معینی که معطوف به هدف است، قلمداد می‌کند. بنابراین ملاحظه می‌شود که در واقع توحید و یکپارچگی شخصیت عبارت است از یک جهت‌گیری پویا به سوی هدفی خاص و ایجاد و رشد مجموعه‌ای از راهبردها و استانداردها برای سازمان دادن و منسجم کردن عمل و رفتار به منظور شناسایی و تحقق موفقیت‌آمیز این هدف.

لازاروس (۱۹۶۳) یادآور می‌شود که اکثریت "شخصیت شناسان تحولی‌نگر" رشد انسان را پیشرفت و پیشروی به سوی توحید و یکپارچگی هر چه بیشتر می‌دانند.

استاگز (۱۹۶۱) این پیشروی را به عنوان حرکت از سطح جسمانی و فیزیکی و رسیدن به یک سطح ایدئولوژیکی قلمداد می‌کند.

استاگز توحید و یکپارچگی رشد یافته را حالتی می‌داند که فرد برای یک هدف ایدئولوژیکی منسجم و هماهنگ می‌گردد و تمام فعالیتها و تلاشهای شخصیت خود را به سوی این غایت و هدف ایدئولوژیکی سازماندهی می‌کند.

در توحید و یکپارچگی‌ای که در سطح جسمانی و فیزیکی اتفاق می‌افتد، هماهنگی و انسجام تلاشهای جسمانی شخص، مستلزم آگاهی از شما و الگوی یکپارچگی یعنی هدف نیست مثلاً نوزاد آگاه نیست که شیء برای دیدن در محیط وجود دارد و برای رسیدن به آن بایستی تلاشهای معینی را انجام داد، او انتخاب

نمی‌کند که شیر بنوشد و سپس طرح و نقشه‌ای بکشد که چگونه شیر بمکد. این یک رفتار غریزی است، اما هر قدر فرد رشد می‌کند بطور فزاینده‌ای اهداف او آگاهانه شده و انتخابی می‌شوند و اعمال و رفتار او نیز برای رسیدن به اهداف بسرنامه‌ریزی می‌شوند و تسنها آن ایدئولوژی که وحدت بخش باشد قادر است زمینه و چارچوبی برای این آگاهی و عمل فراهم آورد.

مادسن (۱۹۷۴) خاطر نشان نمود که دلیل اینکه موجودات انسانی بطور آگاهانه‌ای دل نگران زندگی‌اند، این است که انسان نیازمند یک "عقیده وحدت بخش است.

این عقیده یا باور وحدت بخش بسوسیله باند (۱۹۶۱)، "نظام ارزشی" نامیده شده است. باند ادعا کرد که پختگی، همسانی و یکپارچگی شخصیت کاملاً مشروط بر این است که فرد دارای مجموعه‌ای نسبتاً منسجم از ارزشهای مشخص و اجتماعی باشد.

او در ادامه می‌نویسد که این نظام ارزشها برای معنا دادن به زندگی همانند آژانس‌های جهت نما خدمت می‌کنند.

پس تا به اینجا مشخص شد که مطالعات انجام شده بر روی شخصیت سالم نشان می‌دهد که توحید و یکپارچگی شخصیت بنیان و اساس شخصیت سالم است و توحید و یکپارچگی فرایندی است که در برگرفته تمایل فرد به سازمان دادن به رفتار به منظور جستجوی اهداف است و این رفتار هدف جویی سازمان یافته در وهله اول با اهداف جسمانی و مادی و تحقق و ارضای آنها مرتبط است و در شخصیت رشد یافته و بالغ با اهداف ایدئولوژیکی و ارضاء و تحقق آنها مرتبط است. بنابراین در این فرایند هدف جویی، اعمال و فعالیتهایی که هدف نما هستند ارزشمند و تمام اعمال و رفتارهای دیگر بلااستفاده یا مضر قلمداد می‌شوند.

ارزش‌ها و یکپارچگی شخصیت
براساس سوابق مطالعاتی که تا به
حال بررسی شد نتیجه می‌گیریم که
ارزشها بنیان و اساس یکپارچگی
شخصیت سالم‌اند.

پیکانس و آبریچ (۱۹۶۱) نتیجه
می‌گیرند که تمام متخصصان حوزه روان
شناسی شخصیت متفق‌القولند که
ارزشها، "سازمان دهنده‌های اصلی"
اعمال و رفتارهای شخصیت رشد
یافته‌اند.

حال که ارزشها چنین نقشی را در
شخصیت و سلامت روان برعهده دارند،
سؤال اساسی این است که کدام ارزشها یا
مقولات ارزشی در مقایسه با بقیه ارزشها
یا مقولات ارزشی در ایجاد و افزایش
یکپارچگی و انسجام شخصیت واجد
بیشترین نقش می‌باشند؟

گرچه بحث ارزشها بطور ضمنی در
تمام نظریه‌های شخصیت وجود دارد اما
متأسفانه تعداد تحقیقاتی که باصراحت و
بطور اختصاصی به بررسی نقش ارزشها
در شخصیت انسان پرداخته باشند، بسیار
نادر و کمیاب‌اند.

فوستر (۱۹۷۰) قلمرو و حوزه
روان‌شناسی را به خاطر بی‌اعتنایی به
ارزشها در جایی که اینقدر برای فرد و
شناخت فرد و سلامت شخصیت او
مهم‌اند، بشدت مورد انتقاد قرار داده
است. مطابق نظر فوستر روان‌شناسی
بیشتر هم و توجه خود را به دور نگه
داشتن ارزشها از مجموعه شناخت ما از
انسان و از روش‌شناسی علمی مبذول
داشته است.

تورنیر (۱۹۷۴) ارزشها را نه تنها در
حوزه روان‌شناسی بلکه به عنوان یک
شاخص مهم در زندگی بشر که نادیده
گرفته شده است، در نظر می‌گیرد. تورنیر
بشر معاصر را با یک نوجوانی که در
بحران روحی است مقایسه می‌کند، چرا
که در عوض توسل به ارزشها به مخلوطی
از خرافات متناقض، توهمات، شکاکیت
و ... متوسل شده است. او ادامه می‌دهد

که بشر در سرکوبی ارزشها، در واقع در
حال سرکوبی کلید اصلی هارمونی و
هماهنگی درونی و انسجام شخصیت
خود، است.

تعداد کمی از نظریه پردازان در حوزه
ارزشها مطالعه و فعالیت کرده‌اند.

اسپرانگر (۱۹۳۸) شش جهت‌گیری
ارزشی را مطرح نمود:

- ۱- زیباشناختی Aesthetic
- ۲- سیاسی Political
- ۳- نظری (علمی) Theoretical
- ۴- اجتماعی Social
- ۵- اقتصادی Economical
- ۶- مذهبی Religious

اسپرانگر ارزشهای مذهبی را در
مقایسه با سایر مقوله‌های ارزشی مورد
مطالعه قرار داد و نتیجه گرفت که
"شخص مذهبی کسی است که کل ساختار
روانی‌اش دائماً به سوی عالی‌ترین وجود
و رضایت و خشنودی مطلق او، جهت
یافته است"، از طرف دیگر ارزشهای
مذهبی در مقایسه با سایر مقولات ارزشی
جامع‌ترین بودند، چرا که عالی‌ترین
وحدت و یکپارچگی خویشتن در
خویشتن اخلاقی مذهبی، که کنترل تمام
تجارب و هدایت و راهنمایی تمام ابعاد
زندگی فرد را برعهده داشته و متعالی‌ترین
معنا را به زندگی فرد می‌دهد، یافت
می‌شود.

یونگ (۱۹۳۳) در خلال فعالیتهای
رواندرمانی خود دریافت که اعتقاد
مذهبی می‌تواند موجب بالا بردن
یکپارچگی و معنا دادن به شخصیت فرد،
گردد. او در بین تمام مراجعانی که در
نیمه دوم زندگی (۳۵ سال به بالا) بودند،
چنانچه دارای اعتقاد مذهبی در زندگی
بودند، هیچ مشکلی پیدا نکرد، یونگ
متوجه شد که تمام افرادی که مبتلا به
بیماری روانی شده‌اند، فاقد آن معنا و
استواری و انسجامی که اعتقاد مذهبی
قادر است به افراد بدهد، بودند.

علیرغم اینکه چارچوبهای ارزشی
فراوانی وجود دارد که بوسیله آنها بشر

می‌تواند وحدت و یکپارچگی کسب کند،
بسیاری از مؤلفان معتقدند که اعتقادات
مذهبی برای دست‌یابی به این هدف
(یعنی کسب یکپارچگی و انسجام
شخصیت) بی‌نظیر و منحصر به فرد
هستند. مؤلفان مذکور برای این امر دو
دلیل ذکر کرده‌اند:

- ۱- مقوله اعتقادات مذهبی دارای
کیفیت و ویژگی جامعیت است
- ۲- مذهب با متعالی و مافوق در
ارتباط است در صورتیکه سایر مقوله‌های
ارزشی از تولیدات صرف تصورات
موجودات انسانی فراتر نمی‌روند.

ویکتور فرانکل (۱۹۶۹) مبدع
مکتب معنا درمانی مدعی شد که بوسیله
ترویج دین می‌توان کمک فوق‌العاده‌ای به
سلامت روان کرد. او می‌نویسد: "اعتماد
و توکل بر موجود غایبی و توکل و
اعتماد به خداوند فرد را به منتهی درجه
سلامت روان قابل تصور می‌کشاند.

تیلیچ (۱۹۷۵) می‌نویسد در توحید و
یکپارچگی شخصیت، جهت‌گیری
مذهبی امری اساسی و بنیادی است. او
ایمان را حالتی از ارتباط و توجه داشتن
به غایت و نهایت می‌داند و متذکر
می‌شود که "توجه و ارتباط داشتن با
غایت به همه دیگر ارتباطات فرد، عمق،
جهت و یکپارچگی می‌بخشد، زندگی
فردی که دارای چنین ویژگیهایی باشد
توحید یافته و یکپارچه است و قدرت
یکپارچگی و توحید شخصیت در ایمان
او قرار دارد."

تیلیچ (۱۹۵۷) عنوان نمود که فقدان
چنین اصل اساسی وحدت بخشی، فرد را
به سوی انواع از هم پاشیدگیهای
شخصیت سوق می‌دهد و این از هم
پاشیدگی در هنگام رویارویی با جهان
مملو از تنوعات نامحدود و همینطور در
حرکت درونی روان و ذهن انسان نمایان
است.

توانمندی و استعداد مذهب در
وحدت بخشی و یکپارچه نمودن زندگی
فرد به طریق زیر توسط آلپورت بیان شده

است:

"هنگامیکه روانپزشکان می‌گویند ما باید این زندگی را یکپارچه کنیم، مذهب پاسخ می‌دهد که "من احساس غالب و مسلط هستم، من قادرم بر شبکه عصبی حاکم شده و همه ایمپالسا را گرفته و با انگیزش واقعی و حقیقی ام هماهنگ سازم، من می‌توانم در منظومه شمسی جاودانه گردم، من می‌توانم پاره‌ها و زوائد را به هم پیوند دهم، من به ریشه‌ها و منشاء و مبدأ می‌رسم."

آلپورت (۱۹۵۱) وجود نظام‌های ارزشی دیگری را که برای یکپارچه کردن شخصیت مورد استفاده قرار می‌گیرند، نظیر زیباشناختی، فلسفی و ... را تشخیص داد، اما نقطه ضعف این رویکردها این است که تنها قادر به سرروکار داشتن و یکپارچه نمودن جنبه‌هایی از زندگی هستند، در حالی که سایر جنبه‌ها را با عنوان غیر مهم، نادیده می‌گیرند. به عنوان مثال یک هنرمند ممکن است برایش سیاست بی‌اهمیت باشد یا یک فیلسوف در ارتباطش از هنر بهره‌ای نبرد، در هر یک از موارد فوق بخشی از زندگی را کنار می‌گذارد، چرا که آن بخش بوسیله احساس غالب و اصلی قابل فهم نیست. در حالی که احساس مذهبی این اثر محدود کننده را ندارد. بطور واقعی احساس مذهبی قادر است تمام جنبه‌ها و بخشهای زندگی و تجربه انسانی را توحید بخشیده و یکپارچه نماید، زیرا مطابق نظر آلپورت (۱۹۵۱) احساس مذهبی نسبت به تمام حقایق و نسبت به تمام ارزشها و ضد ارزشها خود را آگاه و پذیرا قرار می‌دهد و مدعی داشتن راهنما برای تمامی ابعاد زندگی در قالب نظر و عمل است.

بنابراین مذهب از طرف تبلیغ به عنوان یکپارچه کننده آرمانی پیشنهاد شده است چرا که کارکرد آن، تمام جنبه‌های زندگی فرد را در بر می‌گیرد. مزیت و برتری دیگر مذهب به عنوان یک نیروی یکپارچه کننده و وحدت

بخش در شخصیت، انتساب و ارتباط آن با متعالی و مافوق است که این امر در تشکیل ارزشها و انگیزش، نتیجه بخش و مؤثر است.

برای پی بردن به اهمیت این موجود متعالی فهم و شناخت نظریه شخصیت آنجیل (۱۹۶۵) مفید است. آنجیل بشر را در دو سطح دارای کنش و عملکرد می‌داند، سطوحی که در انسان سالم و رشد یافته در تعامل با یکدیگر بوده و با همدیگر هماهنگ و منسجم‌اند:

۱- در یک سطح، موجود انسانی برای تسلط و غلبه خود تلاش می‌کند، مهارتها را یاد گرفته و گسترش می‌دهد تا خود را در کنترل و هدایت تلاشهایش برای کسب بیشترین نتایج مطلوب از محیط کمک کند.

۲- در سطح دیگر فرد تلاش می‌کند با رضایت کامل به مافوق خود و سنت الهی تسلیم شود:

آنجیل کنش سطح اول را نیاز به تسلط و کنش سطح دوم را نیاز به تسلیم می‌داند و معتقد است که این دو نیاز با اینکه علی‌الظاهر متضاد به نظر می‌رسند اما واقعاً به همدیگر وابستگی متقابل دارند؛ شخص بایستی قوانین و اصولی را که بر محیط حاکم‌اند، بشناسد و برای موفق بودن در تسلط خود در تعامل با محیط، تسلیم آنها گردد. همانند کشاورزی که برای موفقیت در امر زراعت باید همه اصول و قوانین کشاورزی را رعایت کند تا بر امر زراعت تسلط پیدا کند.

درست همانطور که تسلیم برای تسلط ضروری است، تسلط نیز برای تسلیم ضروری است. تسلیم چنانچه معنادار و هدفمند باشد بایستی بوسیله فرد آگاهانه و با حس انتخاب نسبتاً بالایی انجام شود، یعنی تسلیم بایستی همراه انتخاب و اراده باشد، نه اینکه از طریق وحشت و هراس صورت گیرد، چرا که اگر تسلیم و رضایت ناشی از ترس و وحشت باشد، زمانی که وحشت فروکش نماید، فرد

مجدداً مقاوم شده و به قوانین و اصولی که باید تسلیم آنها باشد، بی توجه می‌شود. مفاهیم و اصول مذهبی این توانمندی را دارند که به فرد درباره قوانین حاکم بر عالم، آگاهی بدهند و او را به سوی درک این قوانین کلی و جهانی راهنمایی کنند و همچنین به فرد توصیه کنند که چنانچه براساس این اصول حرکت کند و تسلیم فرمان خالق شود، مسلماً موفق خواهد شد (تسلط)، به این طریق مذهب به عنوان پیوند دهنده بین شخصیت انسان و موجود متعالی در نظر گرفته می‌شود.

بسیاری از مؤلفان به این نتیجه رسیده‌اند که مذهب می‌تواند زمینه گسترش و تعمیق "انسان بودن" را فراهم کند. مذهب به فرد اجازه می‌دهد که به فراسوی ارزشهای تحمیل شده برود و با ارزشهای جاودانی و جهانی در هم آمیزد. در واقع از طریق مرتبط شدن با این ارتباط متعالی است که انسان می‌تواند در رشد و تکامل شخصیت خود موفق شود. تیلیچ (۱۹۵۷) هشدار می‌دهد که چنانچه اساس زندگی انسان صراحتاً بر روی ارزشهای مافوق انسانی و تعالی یافته قرار نگیرد، اساسی متزلزل و فاقد استواری است. بعلاوه اینکه یکپارچه کردن شخصیت براساس این سیستم‌های ارزشی غیرالهی، یکپارچه کردن موقتی است و پیامد آن در اکثر مواقع عدم یکپارچگی است.

انواع جهت‌گیریهای مذهبی

ملاحظه کردیم که دیدگاه مذهبی به دلیل پیوند دادن شخصیت انسان با موجودی متعالی، در یکپارچه کردن و انسجام دادن به شخصیت انسان، واحد بیشترین نقش و اثر است. اما تذکر این نکته هم ضروری است که مذهب تنها یک ادعا یا عقیده ساده نیست. در یکی از تحقیقات برگین (۱۹۸۰)، ۹۰ درصد جمعیت ایالات متحده به مقیاس زیادی اظهار کردند که به خدا اعتقاد دارند. اما سؤال اساسی برگین این بود، پس چرا



ذکر این نکته لازم است که متأسفانه تحقیقات انجام شده در این حوزه اندک هستند در این مختصر به برخی از نتایج این تحقیقات اشاره می‌کنیم. رابطه دین و مذهب با عزت نفس، افسردگی و نوروژها مورد بررسی قرار گرفته است.

رابرت (۱۹۶۵) و میلر (۱۹۶۸) رابطه مذهب و عزت نفس را مثبت و رابطه مذهب و اضطراب و افسردگی را منفی بدست آوردند.

کرنباخ و شفیلد (۱۹۸۰) دانشجویان کالج میدوسترن را به سه گروه تقسیم کردند:

- ۱- افراد با انگیزه و جهت‌گیری درونی به دین
- ۲- افراد با انگیزه و جهت‌گیری برونی به دین
- ۳- افرادی که اصلاً اعتقادی به دین نداشتند

سپس آزمون ارزیابی هدفمندی زندگی (PIL) را بکار بردند و معناداری زندگی افراد گروه اول را در بالاترین حد و گروه دوم را در درجه دوم و افراد گروه سوم را در کمترین حد بدست آوردند.

کرنباخ و شفیلد در نتیجه تحقیق خود بیان می‌کنند که دینداری یک فاکتور اصلی در احساس معناداری در زندگی است.

گرانددال و راسموس (۱۹۸۲) براساس تقسیم‌بندی آلپورت از جهت‌گیری مذهبی، دانشجویان دانشگاه را مورد بررسی قرار دادند و دریافتند که افراد دارای جهت‌گیری مذهبی درونی در مقایسه با افراد دارای جهت‌گیری مذهبی برونی، استانداردهای اخلاقی بالاتری داشتند، هشیارتر (آگاه‌تر) بودند و خود انضباطی بیشتری داشتند و همچنین میزان بالاتری از ثبات و همسانی در شخصیت را دارا بودند.

آلپورت و راس (۱۹۶۷) ویژگی تعصب را در دو گروه جهت‌گیری مذهبی مورد بررسی قرار دادند و نتیجه گرفتند

سلامت روان و یکپارچگی شخصیت در میان آنان به مقیاس اندکی وجود داشت؟ برگین دریافت که غیر از حالت ساده اعتقاد به خدا، باید عناصر دیگری در دینداری وجود داشته باشند تا فرد را به سوی سلامت روانی و یکپارچگی شخصیت هدایت کنند.

آلپورت در بررسی‌های خود در نهایت دو دسته اعتقاد مذهبی را مشخص کرد:

۱- "جهت‌گیری مذهبی برونی" یا مذهب ساختگی (با منشاء برونی). در این جهت‌گیری فرد از مذهب به منظور خدمت کردن به نیازها و ارزشهای دیگر مانند نیاز به مقام و موقعیت، حفظ تعادل در خانواده و ... استفاده می‌کند. این مذهب برونی بیشتر از اینکه راهنما و توضیح دهنده ارزشها و تجربه‌های زندگی باشد، به عنوان دفاعی در برابر واقعیت است. به اعتقاد آلپورت مذهبی که چنین کارکردی داشته باشد قابل اعتماد نیست و مورد انتقاد است و فرد استفاده کننده دچار یک ساختار نوروتیک (عصبی) است.

۲- جهت‌گیری مذهبی ذاتی (درونی). در این نوع جهت‌گیری مذهب مورد استفاده قرار نمی‌گیرد بلکه زندگی‌بخش است. آلپورت (۱۹۵۹) معتقد است که بیشترین هدف و نیت فرد دارای جهت‌گیری مذهب درونی، عمل کردن براساس دین و مذهب است یعنی خدمت کردن به دین است تا استفاده از دین برای خدمت به خود.

تمام تحقیقات و مطالعات انجام شده در قلمرو و سلامت روان و مذهب از این تقسیم‌بندی آلپورت استفاده کرده‌اند و همگی این تحقیقات به این نتیجه رسیده‌اند که تنها جهت‌گیری مذهبی درونی تضمین کننده یکپارچگی شخصیت و سلامت روان است نه جهت‌گیری مذهبی برونی.

تحقیقات انجام شده درباره مذهب و سلامت روان

که این صفت تعصب در افراد با ویژگی دینداری برونی بیشتر از افراد با ویژگی دینداری درونی بود.

اشاره‌ای مختصر به دیدگاه اسلام و یکپارچگی شخصیت

دین اسلام یکی از ادیانی است که به وحدت و یکپارچگی شخصیت معتقد است. اسلام دین توحیدی بی‌نظیری

است چرا که خداوند خالق، یگانه و واحد است و خلقت او نیز همانند یک نظام یکپارچه و واحد است که هر عنصر این نظام خلقت ضمن برخورداری از یکپارچگی و وحدت درونی، به نوبه خود نقش مهمی در یکپارچگی و هماهنگی خلقت دارند.

در اسلام اعتقاد به وحدت و یکپارچگی بر تمام اندیشه و معارف اسلامی تأثیر گذاشته است. در اسلام یکپارچگی و توحید شخصیت به توازن و هماهنگی روح و روان مربوط است. برای درک بهتر دیدگاه اسلام درباره یکپارچگی و وحدت، ابتدا به بعضی از نظرات اساسی اسلام اشاره می‌نمایم. این عقاید شامل اعتقاد به وحدانیت خداوند سبحان، پیامبران و امامان معصوم و نقش وحی و الهام در شخصیت است.

در دین مبین اسلام اعتقاد بر این است که خداوند واحد و یگانه است و این عقیده مرجع و مأخذ دیدگاه توحیدی اسلام است و از سه قسمت تشکیل شده است که عبارتند از: یگانگی خداوند، صفات و نشانه‌های خداوند که دال بر وحدانیت‌اند و اعمال پیوسته و واحد خداوند. به عبارت بهتر یگانگی ذات، صفات و اعمال سه بخش مهم این اعتقاد توحیدی‌اند.

دومین اصل اساسی بعد از اثبات وحدانیت الله، پذیرش پیامبر اکرم (ص) به عنوان آخرین رسول اوست و ۱۲ نفر از اولاد او به عنوان امامان معصوم که عهده‌دار هدایت تشریحی بشر گشته‌اند. به عبارتی رستگاری انسان بوسیله الله تعیین شده و با راهنماییهای فرستادگان الله بر روی زمین اجرا شده و می‌شود. ضمن اینکه غیر از هدایت تشریحی یا بیرونی در اسلام اعتقاد به وجود هدایت تکوینی یا الهام نیز وجود دارد.

برای آشنا شدن با اینکه چگونه انسان می‌تواند به مرحله تجربه کردن الهام برسد لازم است که دیدگاه اسلام را درباره

کارکرد روان (روح) مطرح کنیم. آیاتی از قرآن مجید به طور دقیق و مختصر این موضوع را بیان می‌کنند:

"... قسم به خورشید و شکوه و جلال آن و به ماه هنگامی که از پی آن در آید و به روز هنگامی که زمین را تابناک کند و به شب هنگامی که آن را بپوشاند و به آسمان و آنکس که بنایش کرد و به روان (جان) و آن کس که آنرا خلق کرده و راه خوبی و بدی را به او الهام کرد، بدرستی هر کس که آن را تربیت و پاک کند رستگار شود و هر کس آن را آلوده و منحرف کند شکست خواهد خورد"

آیات فوق به سه کیفیت روان اشاره دارند: ۱- نظم و تربیت ۲- سازمان یافته ۳- الهام شده

بعلاوه این آیات متذکر می‌شوند که روان براساس انتخاب خود انسان می‌تواند رستگار یا فاسد گردد.

نظریه‌های روان‌شناسی در حال حاضر به این امر توجه دارند که امر تکامل و انسجام شخصیت از طریق پیروی از یک نظام ارزشی تسهیل می‌گردد و بعضی از این نظریه‌های چنین استدلال کرده‌اند که وسیع‌ترین و جامع‌ترین نظام ارزشی، دین و مذهب است. از دیدگاه اسلام این تبیین و پیروی از یک نظام ارزشی را می‌توان عبادت نامید. اسلام مدعی است عبادتی که هدفش خدا باشد کاملترین نوع عبادت است.

هر نظام ارزشی ساختار و چارچوبی است که در آن رفتارها در جهت تحقق هدف خاصی که نظام ارزشی مطرح می‌نماید، سازمان می‌یابند. این جهت‌یابی به رفتار و کنترل اعمال برای حصول به یک هدف به هر نحوی که باشد می‌تواند عبادت محسوب گردد. به عبارتی هر موجود انسان چیزی را می‌پرستد در بعضی موارد انسان بطور آگاهانه، اهدافی را انتخاب می‌کند و در موارد دیگر شخص اهدافش اجباری و ناآگاهانه است. هر دوی این اعمال

ستایش است اما شخصی به معنای واقعی کامل است که معبودش متعالی‌ترین باشد و بتواند در تمامی موقعیتها دارای راهنما و هدف در زندگی باشد.

به طور خلاصه از نقطه‌نظرات اسلام در باب یکپارچگی شخصیت می‌توان نکات زیر را استنباط کرد:

روح انسان چنان آفریده شده است که باید یک توازن و تناسب طبیعی داشته باشد و این همان یکپارچگی و تکامل روح است. چهار عنصر این روح یعنی عقل، ذهن محاسبه‌گر، غضب و هوای نفس در توازن و تعادل دقیقی با یکدیگر هستند. عقل یک شخصیت یکپارچه و تکامل خیر و شر را دریافت می‌کند و اعمال خود را مبتنی بر آن دریافتها مهار می‌کند. انسان برای حفظ این توازن از انتخاب آزاد برخوردار است و می‌تواند از عقل پیروی کند یا تسلیم وعده‌های ابلیس گردد. اگر کسی انتخابش بر نابودی عقل باشد به عدم تعادل و عدم یکپارچگی می‌انجامد، روح نامتوازن می‌شود و تمامیت و یکپارچگی خود را از دست می‌دهد و توازن و یکپارچگی مجدد با رجعت دوباره به الهام و وحی بدست می‌آید.

خلاصه مقاله

برای تعریف و تبیین "سلامت روان" ناچار شدیم "شخصیت سالم" را تعریف کنیم. در تعریف شخصیت سالم به اصل یکپارچگی و انسجام شخصیت به عنوان کلید اصلی سلامت روان رسیدیم. عالیترین درجه توحید و یکپارچگی شخصیت را در داشتن یک نظام ارزشی یافتیم. از بین همه نظامهای ارزشی، تنها نظام ارزشهای مذهبی به دلیل دو ویژگی یکی جامعیت و دیگر مرتبط نمودن شخصیت انسان با متعالی، واجد بیشترین نقش در یکپارچه نمودن شخصیت انسان بودند. از دو نوع جهت‌گیری مذهبی، جهت‌گیری مذهبی درونی در توحید بخشیدن و یکپارچه کردن شخصیت

self. New York: Harper & Row.

- Ranck, J.G. (1961). Religious conservatism-liberalism and mental health. *Pastoral Psychology*, 12, 34-40.

- Rizvi, S.A.A.R. (1973). Islam. Tehran: A Group of Muslim Brothers.

- Roberts, F.J. (1955). Some psychological facts about religious conversion. *British Journal of Social and Clinical Psychology*, 13, 157-183.

- Shaver, P., Lemaire, M., & Sad, S. (1980). Religious conversion and subjective well-being. *American Journal of Psychiatry*, 12, 137.

- Sheffield, B.F., & Pearson, P.R. (1974). Purpose in life among a group of British outpatients. *Journal of Clinical Psychology*, 30, 459.

- Soderstrom, D., & Wright, E.W. (1973). Religious orientation and meaning in life. *Journal of Clinical Psychology*, 33, 65-68.

- Spranger, E. (1928). Types of men. Verlag: Halle.

- Stagner, R. (1961). Psychology of Personality. New York: McGraw Hill.

- Stein, J. (1972). Effective personality. Belmont, CA: Brooks/Cole.

- Strommen, M.P. (Ed.). (1971). Research on religious development. New York: Hawthorn Books.

- Tabatabaie, A.S.M.H. (1983). Al-Mizan, vol.40. The balance: a commentary on the Glorious Quran. Tehran: Muhammadiyah Publications.

- Tabatabaie, A.S.M.H. (1969). Al-Mizan, Vol.9. The balance: a commentary on the Glorious Quran. Qum: Dar-ul elm.

- Tabatabaie (ND). Shi'ite Islam. Houston: Free Islamic Literatures.

- Tillich, P. (1957). Dynamics of faith. New York: Harper & Row.

- Tournier, P. (1964). The whole person in a broken world. New York: Harper & Row.

- Tryon, W.W., & Razin, A.B. (1972). Purpose in life as a function of ego-resiliency, dogmatism and biographical variables. *Journal of Clinical Psychology*, 28, 544-545.

- Wiebe, K.F., & Fleck, J.R. (1980). Personality correlates of intrinsic, extrinsic, and nonreligious orientation. *Journal of Psychology*, 105, 181-187.

- Wilson, W., & Miller, H.L. (1968). Fear, anxiety and religiousness. *Journal for Scientific Study of Religion*, 7, 111.

- Heath, D.H. (1977). Maturity and competence. New York: Gardner Press.

- Heintzelman, N.E., & Fehr, L.A. (1976). Relationship between orthodoxy and three personality variables. *Psychological Reports*, 38, 756-758.

- Homans, P. (Ed.). (1968). Towards a psychology of religion. In P. Homans (Ed.), *The dialogue between theology and psychology* (pp. 53-81). Chicago: University of Chicago Press.

- Jung, C.G. (1933). *Modern man in search of a soul*. New York: Harcourt, Brace & World.

- Kahoe, R.D. (1974). Personality and achievement correlates of intrinsic and extrinsic religious orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 29(6), 812-818.

- Khomeini, I. (1980). Lecture on the Supreme Jihad. In H. Algar (Ed.), *Islam and revolution* (pp.351-361). Berkeley: Mizan Press.

- Lazarus, R.S. (1963). Personality and adjustment. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

- Lecky, P. (1961). Self-consistency. USA: Shoestring Press.

- Levy, L.H. (1970). Conceptions of personality. New York: Macmillan.

- Madsen, K.B. (Ed.). (1974). Modern theories of motivation. New York: John Wiley & Sons.

- Maslow, A. (1971). The farther reaches of human nature. New York: Penguin Books.

- Moberg, D.O. (1952). Religion and personal adjustment in old age. *American Sociological Review*, 18, 87-90.

- Murray, H.A. (1962). Explorations in personality. New York: Science Editors.

- Mutahhari, M. (1970). *Magaddamihi bar jahanbinii Islami* Introduction to the Islamic worldview. Qum: Intisharati Sadra.

- Nasr, S.H. (ND). Preface. In A.S.M.H. Tabatabaie, Shi'ite Islam.

- Houston: Free Islamic Literatures, ND.

- Paloutzian, R.F. (1981). Purpose in life and value changes following conversion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4, 1153-1160.

- Pearson, P.R., Sheffield, B.F. (1974). Purpose in life and the Eysenck personality inventory. *Journal of Clinical Psychology*, 30, 562-563.

- Pooya, A.H.M. (1972). Fundamentals of Islam. (NC): Great Islamic Library.

- Radhakrishnan, S. (1956). Human Personality. In C.E. Moustakas (Ed.), *The*

داری بیشترین توانایی است. از بین همه ادیان الهی دین مبین اسلام به دلیل ویژگیهای منحصر بفردی که دارد و همچنین مرتبط نمودن شخصیت خاکی انسان با خداوند سبحان و جلالیت بی نظیر خود، در یکپارچه نمودن و تمامیت بخشیدن به شخصیت انسان (فلاح و رستگاری) بیشترین توانایی را دارد. بنابراین بر ما واجب و ضروری است که برای تأمین و حفظ سلامت روان و یکپارچگی شخصیت فرزندانمان، آنان را مذهبی تربیت کنیم و از بین مذاهب گوناگون، مذهب اسلام و احساس اسلامی را در قلب و جان آنان پرورش دهیم.

- Journal of Psychology and Theology, 3, 116-118.

- Bonner, H. (1961). Psychology of personality. New York: The Rand Press.

- Brown, L.B. (1962). A study of religious belief. *British Journal of Psychology*, 53, 259-272.

- Cowen, E.L. (1954). The negative concept as a personality measure.

- Journal of Consulting Psychology, 18, 138-142.

- Crandall, J.E., & Hasmusen, R.D. (1975). Purpose in life as related to specific values. *Journal of Clinical Psychology*, 31, 330-332.

- Crumbaugh, J.C., Raphael, S.M., Shrader, R.R. (1970). Frankl's will to meaning in a religious order. *Journal of Clinical Psychology*, 26 (2), 286-287.

- Dreger, R.M. (1952). Some personality correlates of religious attitudes as determined by projective techniques. *Psychological Monograph*, 66 (3), 752.

- Fehr, L.A., & Heintzelman, M.E. (1997). Personality and attitude correlates of religiosity. *Journal of Psychology*, 95, 63-66.

- Fisher, S. (1964). Acquiescence and religiosity. *Psychological Reports*, 15, 784.

- Foster, A.L. (1970). Valuing as religious experience. In J.W. Canning (Ed.), *Values in an age of confrontation*. Columbus, OH: Charles E. Merrill.

- Goldsen, R.K., Rosenberg, M., Williams, R.M., & Suchman, E. (1963). What college students think. Princeton, Van Nostrand.

- Guilford, J.P. (1959). Personality. New York: McGraw Hill.