

معنویت ضعف عامل خزان تلخ جوان

آسیب‌های اجتماعی، از عامل‌های تهدیدکننده‌ی حیات فرهنگی، اجتماعی و سیاسی هر جامعه هستند که شکل‌های مختلفی دارند. در جامعه‌ی امروز، اعتیاد به مواد مخدر از مهم‌ترین آسیب‌هاست که می‌بایست به پیش‌گیری از آن، اقدام نموده و راه کارهای مناسب را به کار گرفت. از جمله عامل‌های بسیار مؤثر در این زمینه، تقویت معنویت در نوجوانان و جوانان به‌عنوان سپری محافظ برای جلوگیری از خزان تلخ آینده‌سازان کشور است. امروزه مواد مخدر به‌راحتی قابل دسترسی است و مدت زمان دسترسی به آن نیز کاهش یافته است. سن مصرف‌کنندگان، روزبه‌روز کاهش می‌یابد، به‌طوری که در حال حاضر گفته می‌شود از سن ۱۵ سال به بالا درگیر این پدیده‌ی زیان‌بار هستند.

با وجود این که پیش‌گیری از اعتیاد، قبل از درمان، کار پیچیده‌ای است اما مؤثرترین و موفقیت‌آمیزترین روش می‌باشد که توجه به آن، از آسیب‌ها و زیان‌های بعدی، جلوگیری خواهد کرد.

دوران جوانی، دوران بروز و ظهور احساس‌هاست، در موارد بسیاری، احساس‌های جوانان بر منطق‌شان غلبه می‌کند. به‌طور طبیعی، جوان، کم‌تجربه است و برای کنترل احساس‌ها، هم‌چنین بهره‌گیری مناسب از آن و هدایت صحیح، به فضاسازی مناسب و هدایت‌گری مطلوب نیاز دارد. رقم ۳۰ هزار نفری دانش‌آموزان معتاد در خانواده‌ی ۱۶ میلیونی آموزش و پرورش، فقط مربوط به گروهی است که خودخواسته به مراکز ترک اعتیاد مراجعه کرده‌اند اما رقم قابل توجهی از دانش‌آموزان نیز



به بهترین امیدوار باش

هرگز ریسمان امید را رها مکن.
وقتی احساس می‌کنی که دیگر تاب تحمل نداری،
جادوی امید است که به تو نیروی ادامه‌ی راه را می‌دهد.
اعتماد به نفس را هرگز از دست مده،
تا آن زمان که باور کنی توانایی،
دلیلی داری تا بکوشی.
هرگز مهار شادزیستن خود را به دست دیگری مده،
بر آن چنگ بزن،
آن‌گاه همواره در اختیار خواهد بود.
این ثروت مادی نیست که پیروزی یا شکست را رقم می‌زند.
پیروزی یا شکست، در چگونگی احساس ما نهفته است.
احساس ماست که ژرفای حیات مان را نشان می‌دهد.
روا مدار که لحظه‌های ناخوشایند، بر تو چیره گردند.
صبور باش و ببین که آن‌ها در گذرند.



تهیه و تنظیم: جبار کریم‌زاده
منبع: «روزگار بهتری از ره می‌رسد»
ترجمه‌ی «عبدالعلی براتی»

مصرف‌کنندگان تفننی هستند. از آنجایی که مسأله‌ی اعتیاد و گرایش روزافزون مردم به‌ویژه نوجوانان و جوانان به استفاده از موادمخدر به‌عنوان یکی از مهم‌ترین آسیب‌های اجتماعی مطرح است و این موضوع، معضلی حساس برای خانواده‌ها، مسؤولان و مردم می‌باشد، لزوم به‌کارگیری راه‌کارهای پیشگیرانه توسط خانواده‌ها و نهادهای آموزشی مانند آموزش و پرورش، دانشگاه‌ها و رسانه‌ها، بیش از پیش احساس می‌شود. پیش‌گیری به‌عنوان آسان‌ترین و کم‌خرج‌ترین راه باید مورد توجه مسؤولان و برنامه‌ریزان باشد.

به اعتقاد بسیاری از متخصصان، آموزش مهارت‌های اجتماعی مانند آموزش حل مسأله، تقویت قدرت «نه» گفتن، آموزش پرهیز از دوستی با افرادی که رفتارهای پرخطر دارند، آموزش این‌که برای حل یک مشکل، تنها یک راه‌حل وجود ندارد، آموزش این‌که استفاده از بعضی مواد، تنها برای یک‌بار هم ضایعات جبران‌ناپذیری دارد، نقش بسیار مهم و اساسی در پیش‌گیری از گرایش نوجوانان و جوانان به اعتیاد دارد. بی‌تردید، آموزش این مهارت‌ها با بهره‌گیری از مبانی و آموزه‌های معنوی، بسیار عمیق و ریشه‌دار بوده و اعتماد به نفس نوجوانان را به‌درستی ارتقا می‌بخشد. وقتی قشر تأثیرپذیر و حساس جامعه، با قدرت درک و تشخیص بالا و اعتماد به نفسی که به دلیل آگاهی از مسائل معنوی و اجتماعی ایجاد شده، در معرض آسیب قرار گیرد، به‌درستی می‌تواند با آن مقابله کرده و در دام نیفتد. خودشناسی و خودسازی از جمله دستاوردهای آگاهی دقیق و صحیح از مبانی معنوی است که به‌واسطه‌ی آموزش صحیح در مدارس ایجاد می‌شود. نوجوانی که به این مرحله رسیده باشد، برای خود، چنان ارزشی قائل است که هرگز حاضر نمی‌شود آسیبی به خود وارد کند. به همین دلیل در حفظ خود از خطرهایی که او را تهدید می‌کنند، کوشا و هوشیار خواهد بود.

داشتن معنا و هدف در زندگی، احساس تعلق داشتن به منبعی والا، امیدواری به کمک و یاری خداوند در شرایط سخت زندگی، برخورداری از حمایت‌های اجتماعی و روحانی، همگی از جمله منابعی هستند که افراد با برخورداری از آن‌ها می‌توانند در مواجهه با حوادث سخت و استرس‌زا که در مواردی برای تحمل آن‌ها به موادمخدر پناه می‌برند، به‌خوبی مقاومت کرده و آسیب کم‌تری را متحمل شوند. تقویت باورهای معنوی، تقویت کنترل‌کننده‌های درونی انسان را در پی داشته و نتیجه‌های آن در برخوردهای انسان با مسائل پیرامون، به‌خوبی قابل مشاهده است. تحقیق‌ها نشان می‌دهد افرادی که اعتقاد به خدای متعال داشته و خدا را بر اعمال و رفتار خود شاهد و ناظر می‌دانند، بسیار کم‌تر عملی خلاف عقل و قانون انجام می‌دهند. در این میان، از نقش خانواده نیز نباید غافل شد. خانواده‌ای که از فضای معنوی برخوردار باشد، نسل آگاهی را تربیت می‌کند که در آینده، کم‌تر در خطر ابتلا به آسیب‌های مختلفی که در اجتماع وجود دارد، قرار خواهد گرفت. چنین نسلی، با قدرت تشخیص بالا، یاری مقابله و مقاومت در برابر وسوسه‌ها و تشویق‌های منفی و مخرب را داشته و خود را از انحراف و سقوط در ورطه‌ی نابودی، حفظ می‌کند.

لیلان خوشبختلو