

بحران هویت

کسانی که ایمانی به خود ندارند، خود را باور نکرده و ارزش‌های‌شان را نشناخته‌اند و نمی‌دانند کیستند، کجایند و چه می‌کنند، به «بحران هویت» مبتلا می‌شوند. می‌خواهند تصمیمی بگیرند اما چون معیارهای مورد قبول خود را روشن نکرده‌اند، برای اتخاذ کوچک‌ترین تصمیمی، ناتوان‌اند و اضطراب، سرپایی و جودشان را فرامی‌گیرند. آنان در وادی تردید زندگی می‌کنند و به ناامیدی و افسردگی دچار می‌شوند.

آدمی هنگامی که خود را پوچ و درون‌تهی ببیند و باور کند که دیروزش تباه شده و دروازه‌ی فرداها نیز به رویش بسته‌است و نتواند پاسخ شایسته‌ای برای این سؤال که «من کیستم؟» بیابد، به «بحران هویت» دچار می‌شود و یأس و افسردگی، سرپایی و جودش را فراخواهد گرفت و به سستی و رکود روی می‌آورد یا برعکس به خودآزاری، خودکشی و دیگرآزاری می‌پردازد. بسیاری انسان‌هایی که در اوج ثروت و مکتب، خودکشی کرده‌اند یا همه‌چیز را رها کرده، به سوی کشوری دوردست راه افتاده‌اند. اینان همان کسانی هستند که همه‌چیز داشتند اما خود را نداشتند، خود را نشناختند و به ارزش‌های خود پی نبردند، ندانستند به چه ایمان بیاورند و نفهمیدند از آن چه دارند، چگونه استفاده کنند و لذت ببرند.

باور کنیم که خوشبختی و بدبختی، رنج و لذت، فقر و غنا، خوبی و بدی و... همه و همه ساخته و پرداخته‌ی ذهن خود ماست. خودباختگی، از خودبیگانگی، خودفراموشی، خودکشی و... ناشی از بحرانی‌ست که انسان‌ها به دام آن می‌افتند.

بی‌هویتی، روان را می‌فرساید و دیواره‌های روح را از درون می‌خراشد.

انسان بی‌هویت، روحیه‌اش ضعیف و متزلزل است، اعتمادبه‌نفس ندارد و قدرت تشخیص را از دست داده است، بنابراین به‌سادگی تحت تأثیر القایات شیطانی و تبلیغات منفی قرار می‌گیرد و به هرچه او را به سوی خود بخواند، گرایش می‌یابد و این چنین است که شیاطین، او را به راحتی به بند می‌کشند و در راستای اهداف خود، از او یک عنصر بازنده می‌سازند.

در زندگی همه‌ی ما، گاه لحظاتی پیش می‌آید که احساس ناامنی، خشم و افسردگی، حسادت و نابوری می‌کنیم. گاه مورد سرزنش و توهین قرار می‌گیریم، اطمینان به خود را از دست می‌دهیم، تحت سلطه‌ی دیگران واقع می‌شویم و در وادی زندگی، مبهوت می‌مانیم. در این میان، هر کسی بر مبنای نظام باورها و ارزش‌هایی که پذیرفته و هویتی که کسب کرده، عکس‌العمل نشان می‌دهد.

گروهی، شخصیتی منفعل و تأثیرپذیر داشته و خیلی سریع رنگ می‌بازند. بنابراین همواره خود را در دریایی گرفتار می‌بینند که ساحل امن سلامت، از هیچ سوئی، در آن پیدا نیست.

گروهی دیگر، از شخصیتی محکم و قاطع، عزمی جزم و اراده‌ای استوار برخوردارند. نه خود را به کسی یا چیزی تحمیل می‌کنند و نه اجازه می‌دهند کسی، چیزی را به آنان و زندگی‌شان تحمیل کند چراکه خود، شرایط را می‌آفرینند و هرچه را که بخواهند، به نفع خود، تغییر می‌دهند. انسانی که دارای هویتی زیبا و مستحکم است، هیچ‌گاه اسیر جوی که بر او تحمیل شده، نمی‌شود.

پس آن چه به انسان بودن تو، ارزش و به فلسفه‌ی زندگی‌ات، معنا و مفهوم می‌بخشد، هویت توست؛ این که تو خود را چگونه بشناسی، چگونه ببینی و برای هر سوآلی که در عرصه‌ی حیات از خود می‌پرسی، چه پاسخی داشته باشی، این که در درونت، تلاطمی ست و دائم با خود در جنگ و ستیزی یا همه‌ی تضادها و تعارضات، در تو به تفاهم رسیده‌اند، سوءتفاهمات برطرف شده‌اند و همه‌ی ترس‌ها و شکست‌ها، جای خود را به آرامش و پیروزی داده‌اند، همه و همه به هویت تو بستگی دارد.



دکتر علیرضا آرمندیان

بنیان‌گذار تکنولوژی فکر