

## نقش نیازهای معنوی در تأمین بهداشت روانی

کرد که از حوصله این مقال، خارج بوده و در اهلیت نویسنده این سطور نیز نمی باشد.<sup>۲</sup> اما باید گفت که با یک توجه ساده به حقیقت وجودی خودمان، درمی یابیم که «من» انسانها، غیر از جسم است. ما، تنها یک مجموعه فیزیکی - شیمیایی نیستیم و نیازهای ما، به نیازهای فیزیکی و جسمانی خلاصه نمی شود.<sup>۳</sup>

انسان، به دلیل اینکه از حقیقتی به نام نفس مجرد از ماده برخوردار است نیازهایی ماورای نیازهای مادی نیز دارد که از آن، به عنوان نیازهای ماورائی و یا نیازهای معنوی تعبیر می شود. از آنجا که در بهداشت روانی، بحث «استرس» و فشارهای زندگی مطرح می شود و استرس ها، در آشکار ساختن بیماریهای عصبی - روانی نقش بسزایی دارند همچنین، شیوه اندیشه و نگرش انسان در تلقی از فشارهای زندگی و تعبیر آنها و نحوه برخورد با آنها مؤثر می باشد و این طرز تلقی از ناملایمات زندگی، در کاهش یا افزایش اثرات تخریبی آنها تأثیر دارد در این مقاله، به گرایشهای ماورائی یا

زمانی که ابعاد وجودی انسان را مورد بررسی قرار می دهیم این سؤال مطرح می شود که آیا انسان، صرفاً یک مجموعه بیولوژیک (زیستی) است؟ آیا، حقیقت آدمی همان جسم اوست و آیا انسان، تنها از نیازهای جسمانی برخوردار است؟ از آنجا که بحث از هستی شناسی انسان است در واقع، یک سؤال فلسفی مطرح می شود: «حقیقت انسان چیست؟» «من» انسان چیست؟ اینکه می گویم «من»، منظورمان چیست؟ در این زمینه، فلاسفه بحثهای جالبی دارند و براهین محکم و متقنی در فلسفه اسلامی، در اثبات «تجرد نفس» - بدین معنی که حقیقت آدمی همان «جان» و یا «روح» اوست - مطرح شده است.<sup>۱</sup>

جان آدمی، همان نفس مجرد است که تعابیری از قبیل «روح» و «روان»، در مورد آن بیان شده است. در این مورد که انسان، از حقیقتی برخوردار است که فراتر از جسم او و مجموعه بیولوژیک وی می باشد و اصل و حقیقت انسان، همان است، باید به طور جداگانه بحث

## \* مکاتب مختلف روانشناسی، هریک از زاویه ای به انسان نگریسته و او را متناسب با آن دیدگاه معنی کرده اند.

آنطور که می خواهید برایتان تربیت کنم. یعنی شرایط  
محیطی و تربیتی را هرگونه فراهم کنیدفرد، به همان گونه  
ساخته خواهد شد.<sup>۷</sup>

در نگرش بیولوژیک، انسان یک موجود صرفاً مادی  
و فیزیکی تلقی شده است که اسیر شرایط ارثی  
(ژنتیک) و وضعیت بیولوژیک خود می باشد. به عبارتی،  
جبر زیستی و شرایط حیاتی بر او حاکم است.<sup>۸</sup>  
در گرایشهای روانشناسی اجتماعی، انسان اسیر  
شرایط اجتماعی و روابط اجتماعی است و آنگونه  
حرکت می کند که جامعه، به او دیکته می نماید.<sup>۹</sup>

در گرایشهای هستی گرایی،<sup>۱۰</sup> خلاء وجودی انسان  
را، خلاء هستی و بودن «او» مطرح کرده اند که اگر  
بداند برای چه زنده است ولو هرگونه پاسخی برای این  
سؤال برآشاد مشکلی نخواهد داشت و یا در گرایشهای  
انسان گرایی<sup>۱۱</sup> محور، انسان و بودن اوست که انسان،  
محور جهان می شود و بت جدیدی به نام انسان بوجود  
می آید.

در گرایشی دیگر، انسان موجودی است که به دنبال  
معنای زندگی می گردد و اگر معنایی برای آن یافت  
خواه، آن معنا واقعی (واقع گرا) و یا غیرواقعی باشد راه  
را پیدا کرده است.<sup>۱۲</sup>

باید گفت در مکاتب روانشناسی غربی سعی شده  
است که انسان منهای منویات و یا به عبارتی انسان  
بی خدا<sup>۱۳</sup> مطرح گردد و اگر در جایی، به مسئله  
منویات توجه شده است تنها، به عنوان وسیله ای برای  
تأمین بهداشت روانی به آن اشارت رفته است؛ نه به  
عنوان نیازی اصیل و اساسی، که توهیه شود انسان باید  
یک جهان بینی واقع گرا داشته باشد تا هدف بندی او در  
کمال جویی و رسیدن به کمال مطلق تأمین شود. در این  
زمینه، «یونگ» روانپزشک معروف سوئیس، «ویلیام  
جیمز» روانشناس آمریکایی به نیازهای منوی انسان  
توجه کرده اند اما معتقدند که هرگونه گرایش ماورایی  
ولو به صورت خرافات می تواند پاسخگوی این نیاز باشد.  
«یونگ»، معتقد بود که مذاهب شرق زمین مرحله

متعالی<sup>۱۴</sup> انسان، یا به تعبیر دیگر، گرایشهای معنوی  
انسان پرداخته می شود.

باید گفت که مکاتب مختلف روانشناسی، هریک  
از زاویه ای به انسان نگریسته و او را متناسب با آن  
دیدگاه، معنی کرده اند. این نحوه نگرش نسبت به  
انسان، ما را به یاد قصه فیلسی می اندازد که مولوی در  
اشعارش ذکر کرده است: عده ای در تاریکی، به دینار  
فیلی شتافتند و در فضای تاریک و بدون نور، هریک  
فسمتی از بدن فیل را لمس کردند و هر کدام، فیل را  
آنگونه توصیف کردند که لمس کرده بودند.

در مکتب روانکاری کلاسیک، که بنیان گذار آن  
«فروید»<sup>۱۵</sup> بوده است، انسان، موجودی غریزی و با  
حاکمیت «ضمیر ناخودآگاه» معرفی شده است که  
زندگی او، بپراهه ای به سوی مرگ است.<sup>۱۶</sup> در نگرش  
رفتارگرایی روانشناسی، انسان اسیر محیط و شرایط  
محیطی شناخته شده است. واتسون در این مورد  
می گوید: «بگوئید چه می خواهید تا من، یک بچه را

✱ در نگرش ببولوژیک، انسان یک موجود صرفاً مادی و فیزیکی تلقی شده و به عبارتی جبرزیستی و شرایط حیاتی بر او حاکم است.

بالا تری از تکامل فرهنگی را نشان می دهند و منعکس کننده رشد تمدن های آسیایی هستند. اروپا، از این جهت تکامل کمتری یافته است؛ زیرا همان گونه که هر فردی می بایست مراحل رشد و تکامل را در دوره های مختلف بگذراند تا به رشد کامل دست یابد به همین منوال، این جریان در رشد تکامل اقوام نیز صادق است. وی می گوید: «مذهب» بسیاری از نیازهای انسان را برآورده و خلاء های وجودی او را پر می کند. مذهب، پاسخ بسیاری از سوالات را می دهد. بسیاری از مسائل را روشن نموده و توجیه می کند. اطمینان و امید و قدرت را در فرد تحکیم نموده، خصوصیات اخلاقی و معنوی را در فرد و اجتماعات استحکام بخشیده و پایگاه بسیار محکمی برای انسان، در مقابل مشکلات و مصائب و محرومیت های زندگی ایجاد می کند.<sup>۱۱</sup>

در مجموع، عقاید «یونگ» وجود بُعد روحانی و تجربه دینی در انسان را، از طریق بررسی رموز ناخود آگاه

انسان ثابت می کنند. وی در صدد اثبات حقایق ماورایی بر نیامده است و خود را متخصص این کار نمی داند. وی، دین را بیشتر وسیله ای برای زندگی زیبا و پر معنا و داشتن آرامش مطرح می کند تا آن را، هدفی غایی از خلقت انسان بشناسد. او، دین را بیشتر جوشیده از روح انسانی می داند تا برگرفته از وحی آسمانی.

به طور کلی، در تبیین مکاتب مختلف روانشناسی، غریزه جسمانیت انسان محور قرار داده شده است و یا محیط و اجتماع به عنوان محور مطرح شده است. یا، زمانی که روانشناسان خواسته اند گرایشات ماورائی انسان را مطرح کنند انسان محوری را، در قالب مکتب آمانیسم طرح نموده اند.<sup>۱۲</sup>

نهایتاً به نظر می رسد که تمامی این مکاتب، به نحوی از گرایشهای مادی گرایی بهره جسته و خواسته اند انسان منهای خدا و یا انسان بدون ابعاد معنوی را مطرح کنند و خلاء بی خدایی انسان را، با ارائه مدل های خاص روانشناسی و روانکاوی پر کنند؛ در حالیکه، در تفکر



الهی انسان منهای خالقش - یعنی خدای جهان -  
معنایی ندارد.

در هستی شناسی، وجود انسان همان روح و نفس  
مجبره اوست که از اصل خویش یعنی جان جانان،  
خدای جهان بدور مانده است و روزگار وصل خویش را  
می جوید.<sup>۱۶</sup>

در این شیوه از اندیشه، انسان موجودی فراتر از  
جنبه های بیولوژیکی و حتی فراتر از نیازهای روانی -  
یعنی نیاز به امنیت و محبت و احساس وجود - مطرح  
می شود.

بشد خداجویی یا کمال مطلق جویی انسان در  
مکاتب الهی، به صورتی اساسی به عنوان فطرت انسانی  
مطرح شده است.<sup>۱۷</sup> به گونه ای که عدم توجه به آن،  
معادل خود فراموشی و پیامد آن، یک معیشت سخت و  
ناهموار خواهد بود.<sup>۱۸</sup>

نیاز به تعالی و عروج (جاودانگی)، در اعتقادات  
الهی به عنوان یکی از نیازهای اصیل انسانی مطرح شده  
است و انسان، به عنوان موجودی که با زحمت و مشقت  
به سوی خدای خود در حرکت بوده و عاقبت بدو خواهد  
رسید معرفی گردیده است.<sup>۱۹</sup>

و همچنین، انسان به عنوان موجودی پرستشگر، با  
نیاز به پرستش و تقوای کمال مطلق - یعنی خالق  
جهان - طرح گردیده است و هدف از خلقت او، تنها و  
تنها تقوا و پرستش خدای خود می باشد.<sup>۲۰</sup>  
و بالاخره، آرامش انسان در پرتویاد معبود و محبوب  
وی قرار داده شده است.<sup>۲۱</sup>

ملاحظه می کنید که نیازهای فراسونی و متعالی  
انسان در فرهنگ اسلامی، در درجه اول گرایش فطری  
به خالق جهان و خداجویی است. انسان، خداخواه  
است و هرانسانی، به نحوی خدا را می جوید و  
می خواند.<sup>۲۲</sup>

از طرف دیگر، انسان موجودی تعالی جوی، با میل به  
صعود فراسویی است. او می خواهد از مرزهای زمان و  
مکان بگذرد و به جایی برسد که تنها، خدای خود را

\* تمامی مکاتب روانشناسی،  
به نوعی از گرایشهای  
مادی گرایی بهره جسته و  
خواسته اند انسان منهای خدا  
و یا انسان بدون ابعاد معنوی را  
مطرح کنند.

\* در گرایشهای روانشناسی  
اجتماعی، انسان اسیر شرایط  
اجتماعی و روابط اجتماعی  
است و آنگونه حرکت می کند  
که جامعه به او دیکته کند.  
\* یونگ روانپزشک معروف:  
مذاهب مشرق زمین، مرحله  
بالا تری از تکامل فرهنگی را  
نشان می دهند.

- ۱- مراجعه شود به دو جلد کتاب علم النفس نوشته استاد حسن حسن زاده آملی.
- ۲- در این زمینه مراجعه شود به جلد دوم ترجمه تفسیر المیزان نوشته علامه طباطبائی.
- ۳- جلد دوم تفسیر المیزان علامه طباطبائی.
- ۴- Transendent Needs
- ۵- روانپزشک اتریشی بنیان گذار روانکاوی کلاسیک.
- ۶- جمله معروفی از فروید.
- ۷- جمله معروفی از واتسون پدر روانشناسی رفتارگرا.
- ۸- مکاتب گرایشات بسولوزیک و ارگانیک دوروانشناسی و روانپزشکی.
- ۹- مکاتب روانشناسی اجتماعی.
- ۱۰- مکاتب Existentialism (اگزیستانسیالیسم)
- ۱۱- مکاتب Humanism (آمانیسم).
- ۱۲- مکاتب معناگرایی یا انسان در جستجوی معنا (لگوتزاین) و یکنوا فرانتیکل روانپزشک اگزیستانسیالیست.
- ۱۳- Atheism (بی خدایی).
- ۱۴- یونگ - روانشناس و دین.
- ۱۵- بنی انسان را اصل گرفته اند نه خالق او را.
- ۱۶- هر کسی کودود ماند از اصل خویش

بازجویدروزگاروصل خویش (مثنوی مولوی)

- ۱۷- فِطْرَةَ آدَمَ الْبَشَرِ لَمَّا خَلَقْنَا مِنْ عِلْمِهِمْ (سوره روم) - قرآن کریم.
- ۱۸- وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا (قرآن).
- ۱۹- يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَى رَبِّكَ كَدْحًا فَمُتْلَبًا (قرآن کریم).
- ۲۰- وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ (سوره زاریات).
- ۲۱- الْإِنشِرَاطُ نَفْسُ الْقَلْبِ (قرآن کریم).
- ۲۲- اِنْ مِنْ شَيْءٍ إِلَّا بِعِزِّ جَمْعِهِ.
- ۲۳- اَللّٰهُ رَحِيْمٌ بِطَاعَتِهِ.
- ۲۴- اشاره به نفسی از دعای مشرک ملائیک الجنان «یا شعیب» «یا رفیق».



ببیند و همچنان، جاودانه نظاره گر جمال و جلال یار باشد.<sup>۲۳</sup>

از طرف دیگر، انسان موجودی پرستشگر است که میل فطری به عبادت معبود خود دارد؛ میل دارد که به درگاه او راز و نیاز کند و وی را شفیق و رفیق بخواند.<sup>۲۴</sup> و این زمینه های معنوی است که انسان را در مقابل ناملازمات زندگی، مقاوم و جسور کرده و فراز و نشیب های زندگی را وسیله ای برای رشد و صعود او می سازد که «الْبَلَاءُ لِلْوَالِدِ» (اشاره به یک روایت).

هر که در این بزم مقرب تر است

جام بلا بیشترش می دهند  
و توجه به این فطریات انسان، در تأمین سلامت جسمی و روانی او اثری بسزا دارد.  
در این زمینه، سخن بیشتری باید گفت که فرصت دیگری را می طلبد.