

# اولین همایش ملی قرآن و روانشناسی

## 1st Conference on The Quran and Psychology

۲۲ تا ۲۴ تیرماه ۱۳۹۹

عنوان مقاله مقایسه ی تعریف معنویت در نظریه ی فرانکل و آموزه های قرآنی(محوریت سوره ی «ق»)

نویسندگان سمیرا فولادچنگ

### مقدمه

به عقیده ی ویکتور فرانکل نگرانی اصلی انسان، احساس پوچی، بی معنایی و تهی بودن و به تعبیر وی، احساس خلاء وجودی است، که بی میلی، نشانه ی اصلی آن به شمار می رود ( بهرامی دشتکی، ۱۳۸۹). معنا درمانی به منزله ی درمان مبتنی بر مسئولیت پذیری است همان طور که پترسون (۱۹۷۲) می گوید که معنا درمانی روشی مؤثر برای واژگون کردن تجربه افراد از افسردگی در جامعه معاصر است این پیام معنا درمانی می گوید تحت هر شرایطی با پذیرش مسؤولیت زندگی و تحقق معنابابی می توان مفهومی از کنترل و لیافت را بدست آورد که در نوع خود بی نظیر است (دیوسین، نیل و کرینگ، ۲۰۰۴). رویکرد معنادرمانی هرچند پشتوانه پژوهشی مقبولی دارد ولی مبهم بودن، چند تعریف داشتن برخی مفاهیم و حتی غیر قابل تعریف بودن برخی از آنها در درون خود با محدودیت های پژوهشی روبرو است. اولین گام در هر تلاش فلسفی یا علمی، تعریف دقیق و شفاف مفاهیم مورد استفاده است. به مانند بسیاری دیگر از سازه ها در روان شناسی، تعاریف و نظریه های متفاوتی از تعریف معنا و معنویت وجود دارد. شولتز تعریف معنویت را دشوار، سهل و ممتنع و با اصطلاحات مادی ناممکن می‌داند و معتقد است که خاستگاه معنویت، عالم مادی نیست گرچه می تواند از عالم مادی متأثر شود و تظاهرات مادی داشته باشد (شولتز، ۱۳۹۴).

با اینکه فرانکل به طور واضح تعریفی از معنا و معنویت نداشته است ولی در نتیجه صحبت هایش می توان به این نکات رسید:

۱. معنویت مضمون صرفا دینی ندارد و تنها عامل تمایز انسان و حیوانات است ( انسان و حیوانات در بعد جسمی و روانی با هم مشترک اند. و در بعد روحانی به تمایز می رسند). (فرانکل،۱۳۹۳)
۲. در معنویت دو مولفه ی ارزش و کنترل داریم. ارزشی که برگزیده می شود و به نسبت آن فرد بر رفتارش کنترل دارد (فرانکل، ۱۳۷۲، به نقل از حیدری۱۳۸۷).
۳. معنویت بخش فعال وجود انسان است.
۴. معنویت ( مجموعه ی ارزش ها) به تبع آزادی در انسان پدید می آید و نتیجه اش نیز مسؤولیت خواهد بود.
۵. آن چه که در نظر فرانکل نتیجه ی منحصر به فرد معنویت در زندگی است، چنین است: زندگی سالم و سرشار از آسایش و آرامش(فرانکل،۱۳۹۳).
۶. معنای زندگی امری انتزاعی نیست بلکه وظیفه و رسالتی است که هر کسی در زندگی فردی و لحظه ای اش دارد (فرانکل۱۹۷۵).

آنچه که می توانیم از حدّ اشتراک تعاریف معنا در مطالب گذشته بیان کنیم که البته با محوریت نظریه ی فرانکل است چین می شود. معنای زندگی یعنی: فراتر رفتن از خود ( خویشتن ؛ جسم و روان)، یافتن وجودی که در خارج است ( انسانی که به او عشق بورزد، آرمانی در خارج و....)، با چشم پوشیدن از خود و وقف خود در توجه به " او" که به مقام تحقق عمیق زندگی نایل می شود، که کاملا اختیاری و به واسطه ی عنصر وجودی آزادی در انسان است؛ نتیجه ی آن مسؤولیت فرد در زندگی و کنترل بر رفتارش می باشد؛ که در نهایت نیز به احساس آسایش و آرامش خواهد رسید.

سوال های پژوهشی مورد بررسی ما در مقاله ی حاضر موارد ذیر است:

معنویت از دید روان شناسان غربی با محوریت نظر فرانکل چه مولفه ها و کارکردهایی دارد؟

قرآن کریم معنویت (با این مولفه های استخراج شده ی فعلی) را ذیل چه واژه ای بیان می کند؟

### روش

برای بررسی تعریف یک مفهوم و مولفه هایش در آموزه های اسلامی روش های مختلفی وجود دارد، یکی از راه ها این است که همان واژه را در قرآن جستجو کرده و به همان شکل به فرایند و معنابابی و ساختار آن واژه در قرآن دست یافت و نکات کاربردی آن را استخراج نمود اما وقتی به یک سری مفاهیم انتزاعی و کلی و پایه ای می رسیم که از طرفی زبانش روان شناسانه است و از طرفی هم نمی توان به این راحتی برایش مترادف دینی و اسلامی یافت لازم می شود که از روش مولفه یابی و انطباق مولفه ها در زبان قرآن استفاده نماییم. پژوهش حاضر نیز روشی که اتخاذ نموده است چنین است.

ابتدا تعریفی مولفه بندی شده از جمع بندی نظرات مختلف در تعریف معنای زندگی ارائه داده شد؛ طیّ مشورت با متخصصین علوم قرآن و حدیث، از این مولفه های بیان شده برای تعریف معنویت در غرب ( که توجه به امری خارجی و تلاش برای رسیدن به او به عنوان غایت زندگی و ..... بود) واژه ی "ذکر" در قرآن انتخاب گردید. واژه ی ذکر حوزه ی معنایی وسیعی را در قرآن در بر می گیرد و در بسترها و سوره های مختلفی بیان شده است. در ادامه به طور خاص طیّ مشورت هایی که با چند تن از متخصصین قرآنی و روان شناس دانشگاه تهران انجام گرفت نتیجه بر آن گشت که واژه ی "ذکر" در سوره ی مبارکه ی "ق" بیشترین اشتراک مفهومی را با هشیاری و آگاهی نسبت به معنای زندگی از دید روان شناسان دارد.

### یافته ها و نتایج

انسان به طور طبیعی لازم دارد که به جایی خارج از خودش تکیه کند، او نیاز دارد که کسی ولایت او را به عهده داشته باشد، او می خواهد که تکیه به کسی یا چیزی قلب او را در این زندگی متلاطم و پر از تغییر مطمئن کند، او دوست دارد که جاودان باقی بماند. بر طبق مفاهیم سوره می توان به عناوین ذیل پیرامون معنویت مورد نظر قرآن رسید:

هشیاری به "خود" مقدمه ی هدفمندی:

هشیاری انسان نسبت به آن چه که هست و واقعیت دارد، انسان را از فرورفتن در تخیلات و توهمات بی جا باز می دارد، و ارتباط او را با جهان واقع بیشتر و عجین تر می کند؛ هر چقدر ذهن آگاهی و هشیاری انسان به توان ها و استعدادهایش از طرفی و به هدفش از دیگر سو بیشتر باشد، کنترل و نظارت بیشتری بر خود و مسیرش خواهد داشت.

کنترل توجه:

برای آنکه انسان در طیّ مسیرش به سمت هدف از انحرافات هر چند جزئی در امان بماند، نیازمند توجه و هشیاری لحظه به لحظه است

ویژگی های مرجع مورد رجوع در توجه:

- برای اینکه یک وجود قابلیت دریافت توجه دائمی به خودش را داشته باشد و بتواند جهت زندگی انسان باشد موارد زیر الزامی است:
- \*وجودی که فراتر از انسان باشد و قابلیت اتصال به آن وجود داشته باشد.
- \* وجودی که تدبیر کننده ی تک تک وقایع جهان هستی و مخلوقات باشد.
- \* "هستی" که بدون واسطه برای انسان قابل درک باشد و در عین علو و عظمت، حضور لحظه به لحظه برایش دارند.
- \* وجودی که مافوق تمامی قدرت هاست.
- \* وجودی که صاحب امر و نهی است در این دنیا و حتی روزی که هیچ کسی هیچ مالکیتی ندارد.
- \* وجودی که مرگ و زندگی و بازگشت موجودات همه از جانب او است.
- \* وجودی که از تمامی ابرازات آدمی و درونیات قلبی او مطلع است و کاملا بر افکار او احاطه دارد.
- \* وجودی که ذره ای بی عدالتی ندارد.

### آثار و نتایج عملکرد انسان هشیار

۱. استمرار در عملکرد به رغم مواجهات مخالف: انسانی که به طور نسبتا کامل از مسیر و هدفش آگاه و مطمئن است، با هر مواجهه ای توجهش از هدف منحرف نمی گردد. در نتیجه به خاطر اتفاقات مختلف اطرافش، نسبت به مسیر و حرکتش متزلزل و دچار تردید نمی گردد.
  ۲. حرکت مستمر و شبانه روزی با توجه به نقطه ی کمال ( هدف) : زمانی که هدف انسان در اوج کمال باشد، فرد در مسیر حرکتش به مرور در تلاش است که از نقص هایش بکاهد تا روز به روز به ارزش های کمالی اش نزدیک تر شود.
  ۳. انتظار و گوش بزنگی: انسان هشیار نسبت به هر اتفاقی که در اطرافش می افتد و نشانی از هدف برای او دارد گوش به زنگ است. و این گوش بزنگی موجب می شود که از تمامی توان هایش در مسیر هدف به طور کامل بهره مند گردد.
- براساس آموزه های قرآنی دیده می شود که ذکر همیشه مقصد بر تسبیح است. هشیاری نسبت به هدف و غایت زندگی سبب می شود که فرد برای رسیدن به آن غایت حرکتی مستمر و شبانه روزی داشته باشد، یعنی زندگی شب و روز انسان باید در یک مسیر حرکت کند هر چند که عملکرد فرد در روزهای آن متفاوت است. در نتیجه در یک مسیر حرکت کردن با عملکردهای متفاوت روزانه و لحظه ای تناقضی ندارد. و انسان شاخصی که قرآن معرفی می کند که حرکتش در زندگی مطابق با توجه به حقیقت و تبعیت از آن است " اولوالالباب " می باشند. صاحبان خرد نمادی از انسان های صاحب معنا هستند که در مسیر حرکتشان به سمت هدفی صحیح تمامی استعدادها و پتانسیل هایشان را به ظهور رسانیده اند.

### بحث و نتیجه گیری

اینکه انسان بتواند، هدف و معنایی برای زندگی اش بیابد براساس آموزه های سوره ی مبارکه ی "ق" ابتدا لازم است که نسبت به خود، جهان هستی و آفریننده ی جهان هستی آگاهی و هشیاری پیدا کند، این هشیاری او را به غایتمندی زندگی دنیا رهنمون می کند. و این سبب تشویق او به سمت تلاش برای هدفمندسازی زندگی فردی اش است. از طرفی در ابتدا لازم است که نوعی احساس نیاز به انتخاب بهترین و امن ترین مسیر برای زندگی، در درونش ایجاد شود. پذیرش درونی نسبت به بهترین گزینه نیز زمانی ایجاد خواهد شد که ترس از خطرات احتمالی مسیر وجود داشته باشد. بنابراین ترس از اشتباه و خطا سبب می شود که انسان سعی در انتخاب بهترین و ایمن ترین و مطمئن ترین هدف و مسیر را داشته باشد. در نتیجه باید گفت امر معنابابی زندگی امری کاملا اختیاری و در حوزه ی اراده ی فرد است.

انسان زمانی که توجهش به سمتی باشد، در اثر کارکردهای توجه، تمامی اعمالش را در جهت آن هدف، کنترل و حرکت می دهد و روز به روز به واسطه ی علم جزئی که به آن هدف پیدا می کند انگیزه و تمایلش به سمت آن منبع توجه بیشتر خواهد می شود. بنابراین خداوند در این سوره راهکاری که برای اصلاح معنای زندگی انسان ها می دهد، اصلاح توجه است. در نظریات غربی اصلاح توجه و تغییر نگرش مدّ نظر است ولی تفاوت موجود در منبع و مرجع مورد توجه و ویژگی های آن است که سبب گشته سبک های زندگی انسان ها متفاوت گردد.

آن چه که در این بیان مشخص است، این است که معنادرمانی تلاش در تغییر نگرش و توجه می کند ولی برای منبع یا وجودی که توجه به آن معناداری زندگی می شود ویژگی هایی را مطرح نمی کند و توجهش برای این کار این است که معنادرمانی درمانی شخصی نگر است. در حالی که یک منبع برای آن که ارزش سرمایه گذاری توجه مادام العمر در نوع انسان را داشته باشد حداقل نیازمند یک سری ویژگی های خاص است. از طرفی لازم است که آن هدف بتواند تمامی زندگی و لحظه به لحظه ی فرد را پوشش دهد. پس اگر قائل به اشتراکات فطری انسان ها باشیم، باید بگوییم که اشتراکاتی کلی نیز در مسیر و هدف توجه شان باید داشته باشند.

در آخر باید گفت که توجه به خدا و آخرت گرایی نه تنها انسان را منزوی و منفعل نمی کند، بلکه سبب می شود که او در تلاش باشد تا از لحظه به لحظه ی شبانه روزش برای به فعلیت رسیدن تمامی استعدادهایش استفاده کند. انسانی که هدفش کمال مطلق باشد قطعاً متوجه بیشترین خودشکوفایی و کمال خواهد بود

### منابع

- ابراهیمی، ا. بهرامی احسان، م. (۱۳۹۰). رابطه ی آخرت نگرى با سلامت در دانشجویان دانشگاه تهران و طلاب علوم دینی حوزه ی علمیه ی قم. فصلنامه ی علمی-پژوهشی روانشناسی ودین، سال چهارم، شماره دوم،ص ۴۵-۶۴
- امین بزدی، ا.، عرفان، ز. صالحی فردی، ج. (۱۳۸۹). اثر بخشی آموزش کنترل تورش توجه به مواد و بهبود شاخص های درمانی معتادان تحت درمان سم زدایی. مطالعات تربیتی و روان شناسی، شماره ۲، دوره ی ۱۱.
- اورسولایتنگ، م. (۱۳۸۲). معنویت. ترجمه ی علی رضا شجاعی زند فصلنامه ی هفت آسمان شماره ۲۳.
- بهرامی دشتکی، م. (۱۳۸۹). معنا و معنویت از دیدگاه روان شناسان. فصلنامه ی راه تربیت، شماره ۱۰.
- حسینی قرآنی، ط. (۱۳۸۹). ماهیت انسان و نیازهای متعالی او از دیدگاه فرانکل روان شناسی و دین. سال سوم، شماره چهارم.
- حسینی، م. کلاوتر کوشه، م. میرزایی نندخت، ا. (۱۳۹۳). بررسی نقش جنسیت و اشتغال در رابطه میان بحران وجودی و امید به زندگی دانشجویان دانشگاه علامه طباطبائی. فصلنامه ی فرهنگ مشاوره و روان درمانی، شماره ۱۷.
- جمیدی، م. (۱۳۸۷). معنادرمانگری فرانکل در نگاه تحلیلی و نقد مجله ی معرفت، شماره ی ۱۱۹
- ذاکر، م. (۱۳۸۹). نگاهی به نظریه فرانکل در روان شناسی دین. مجله ی قیسات شماره ۸.
- دوبوسین، نیل کرینگ(۲۰۰۴)، آسیب شناسی روانی، ترجمه دکتر مهدی دهستانی، (۱۳۸۴). تهران، نشر ویرایش رودگر، م. (۱۳۸۸). معنویت گرایی در قرآن (مابنی) ، ترجمه ها و کارکردهی معنویت قرآنی، فصلنامه علمی – پژوهشی علوم اسلامی. سال چهارم، شماره ی ۱۴.
- شریف الرضی، م. (۱۳۷۹). نهج البلاغه. ترجمه ی محمد دشتی، قم، مشهور.
- شولتز، د. (۱۳۹۴). روان شناسی کمال: الگوهای شخصیت سالم. ترجمه ی گیتی خوشدل. تهران. نشر بیکان.
- طباطبائی، م. (۱۳۷۴). ترجمه ی تفسیر المیزان فی تفسیر القرآن. ترجمه ی سید محمد باقر موسی همدانی. قم. جامعه ی مدرسین.
- فرانکل، و. (۱۹۷۷). انسان در جستجوی معنا. صالحیان، نهضت و مبلای، مهین(مترجمان:۱۳۸۴). چاپ پانزدهم، تهران، درس.
- فرانکل، و. (۱۳۷۲). پزشک و روح. ترجمه ی فرخ سیف بهزاد. تهران، انتشارات درس.
- فرانکل، و. (۱۳۸۲). فریاد ناشنیده برای معنادرمانی و انسان گرایی. ترجمه ی نیا علوی و علی تبریزی. تهران، فراوان.
- کامپوز تامسون، و. (۲۰۰۵). بهزیستی از دیدگاه دین و روانشناسی. مترجم مبین صالحی، منتقد مهدی عباسی (۱۳۸۸). مؤسسه ی آموزشی پژوهشی امام خمینی. مصطفوی، ج. (۱۳۶۸). التحقیق فی کلمات قرآن الکریم. تهران، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- امام خمینی (ره). موسوی / خمینی، ر. (۱۳۷۸). آداب الصلاة(آداب نماز). تهران. موسسه تنظیم و نشر آثار
- وست، و. (۱۳۸۷). روان درمانی و معنویت، ترجمه ی شهریار شهیدی، سلطان علی شیرافکن. تهران، رشد.
- Batista, J. & Almond, R.(1973) "The Development of Meaning in life". Psychiatry,36.
- Patterson, G. H (1973). Theories of counseling and psychology. New York: Harper& Row
- Peacock,J.R, & Poloma,M.M. (1999).Religiosty and life satisfaction the life course, Social indicator Research.

