



Worldly Belongings: A Key Concept for the Explanation of Health and Psychological Disorders

ARTICLE INFO

Article Type

Analytical Review

Authors

Taghavi S.M.* PhD

How to cite this article

Taghavi S M. Worldly Belongings: A Key Concept for the Explanation of Health and Psychological Disorders. Journal of Quran and Medicine. 2018;3(2):67-72.

ABSTRACT

Introduction Recently, the importance of religious variables and its impact on mental health is increasingly being considered by psychologists and mental health professionals, so that in many studies, the relationship of religion and mental health variables have been shown. The present study was a qualitative review, which was conducted with an inferential approach to religious sources by studying the ideas presented by Islamic thinkers. The aim of this study was to investigate the worldly belongings as a key concept for the explanation of health and psychological disorders.

Conclusion The body's belonging to the soul has a positive effect and it is essential to human life because it provides protection for the soul. But, human being develops this belonging within himself, to the extent that this belonging creates the veil of the soul, and if human beings can fight with the veil of the soul, which manifests itself in worldly belongings, s/he achieves immense potentialities. At least theoretically, belonging can influence the explanation of psychological disorders. Some belongings directly involve the individuals and impede the correct perception of the problem. "Belonging to the status quo" causes one to worry about any kind of change in life, and these people will be vulnerable to changing the living conditions. "Belonging to particular objects, individuals, situations, and goals" will cause depression when people are faced with a lack of them. In the Islamic approach, if failure to achieve a particular goal is not due to the neglect of person, then, it would lead the person to new ways in life. Belongings are one of the roots in the formation of psychological diseases.

Keywords Worldly Belongings; Psychological Health; Psychological Disorders; Religion

*Clinical Psychology Department, Education & Psychology Faculty" and "Institute for Humanities Development", Shiraz University, Shiraz, Iran

Correspondence

Address: Clinical Psychology Department, Education & Psychology Faculty, Eram Pardis, Shiraz, Iran
Phone: +98 (71) 36134637-
Fax: +98 (71) 36286441
mtaghavi@rose.shirazu.ac.ir

Article History

Received: February 18, 2018
Accepted: May 10, 2018
ePublished: January 20, 2018

CITATION LINKS

[1] The effectiveness of spiritual- religious group therapy based on islamic viewpoints on reducing generalized anxiety in university students [2] The natural history of male mental health: Health and religious involvement [3] Compensatory buffers, depression, and irrational beliefs [4] Construction and Validation of Secular Attachment Questionnaire [5] An investigation of the relationship between secularism and mental health [6] Worldscience and worldliness in The peak of eloquence (Nahj al-Balagha) [7] Amid persian culture [8] Life-span human development [9] Attachment to God: The Attachment to God inventory, tests of working model correspondence, and an exploration of faith group differences [10] Attachment and religious representations and behavior [11] Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSMIV [12] Expressing the predominant approaches of the methodology of the philosophy of education and methodological analysis of Iran's thesis doctorate [13] Shine of eternity [14] Patience alchemy of success [15] The peak of eloquence (Nahj al-Balagha) [16] Description of forty hadiths [17] Spring without rain [18] The effect of attentional bias modification towards food cues on attention of obese women

تعلقات دنیوی: مفهومی کلیدی برای تبیین سلامت و اختلال‌های روان‌شناختی

سیدمحمد رضا تقوی * PhD

"گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی" و "پژوهشکده تحول علوم انسانی"، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

چکیده

مقدمه: اخیراً اهمیت متغیرهای دینی و تاثیر آن در سلامت روان به‌صورت روزافزون مورد توجه روان‌شناسان و متخصصان بهداشت روانی است، به نحوی که در مطالعات زیادی ارتباط دین و متغیرهای مرتبط با سلامت روان نشان داده شده است. روش پژوهش مروری حاضر از نوع کیفی بود که با نگرش استنتاجی به منابع دینی با مطالعه نظریات ارائه‌شده توسط اندیشمندان علوم انسانی اسلامی صورت گرفت. هدف از مطالعه حاضر، بررسی تعلقات دنیوی به‌عنوان مفهومی کلیدی برای تبیین سلامت و اختلال‌های روان‌شناختی بود.

نتیجه‌گیری: تعلق بدن به نفس، کارکرد مثبتی دارد و لازمه حیات بشر است، زیرا موجب حفاظت نفس می‌شود. اما انسان این تعلق را درون خود توسعه می‌دهد تا حدی که این تعلق موجب حجاب نفس می‌شود و اگر انسان بتواند با این حجاب نفس که مظاهر آن در تعلقات دنیوی است، مبارزه نماید، به قابلیت‌های شگرفی دست می‌یابد. تعلق، حداقل به‌صورت نظری می‌تواند در تبیین اختلال‌های روان‌شناختی تاثیرگذار باشد. برخی تعلقات مستقیماً فرد را درگیر می‌نماید و مانعی برای ادراک صحیح مساله هستند. "تعلق به وضع موجود" موجب می‌شود که فرد نگران هر نوع تغییری در زندگی باشد و این افراد نسبت به تغییر شرایط زندگی آسیب‌پذیر خواهند بود. "تعلق به اشیا، افراد، موقعیت‌ها و اهداف خاص" موجب می‌شود زمانی که افراد با فقدان آنها روبه‌رو شوند، در معرض افسردگی قرار گیرند. در دیدگاه اسلامی، اگر عدم دستیابی به هدف خاصی ناشی از کوتاهی فرد نباشد، چه‌بسا که فرد را به سمت راه‌های جدیدی در زندگی هدایت نماید. تعلقات، یکی از ریشه‌های مهم در شکل‌گیری بیماری‌های روان‌شناختی باشد.

کلیدواژه‌ها: تعلقات دنیوی، سلامت روان‌شناختی، اختلال‌های روان‌شناختی، دین

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۱۱/۲۹

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۰۲/۲۰

* نویسنده مسئول: mtaghavi@rose.shirazu.ac.ir

مقدمه

در گذشته در توضیح پدیده‌های روانی، دیدگاه‌های مختلف، سازه‌های متفاوتی را مورد استفاده قرار داده و هر کدام از منظری خاص به تبیین موضوعات پرداخته‌اند، اما نوعاً فقط به جنبه‌های مشهود انسان توجه نموده و ابعاد معنوی را مورد غفلت قرار داده‌اند. اخیراً اهمیت متغیرهای دینی به‌صورتی روزافزون توجه روان‌شناسان و متخصصان بهداشت روانی را به خود جلب کرده است [1]. در مطالعات زیادی ارتباط مذهب و متغیرهای مرتبط با سلامت روان نشان داده شده است [2].

براساس دیدگاه *الیوت* [3]، برای غلبه بر آسیب‌پذیری روان‌شناختی، فرد باید به این شناخت برسد که اثرات عوامل مادی برای داشتن احساس خوب، موقتی و ناپایدار است. بنابراین برای تامین بهداشت روانی پایدار، فرد باید به دنبال راه‌های مطمئن‌تر و ماندگارتری باشد [4]. تلاش دایمی برای به‌دست‌آوردن امور مادی همراه با ترس از ازدست‌دادن داشته‌ها یکی از دلایل رنج و نابسامانی روان‌شناختی افرادی است که به امکانات مادی، تعلق زیادی دارند. تعلق به مظاهر مادی، دل‌بستن به چیزهایی است که زوال، فنا و اضمحلال در ذات آنها نهفته است و این تغییرات و تحولات در دنیا باعث می‌شود که انسان آرامش پیدا نکند و همواره با فانی شدن و ازدست‌رفتن نعمت‌هایی که در اختیار دارد، ناراحت و افسرده شود [5]. فردی که مرتب به دنبال حفظ داشته‌هاست، با

ازدست‌دادن هر چیزی به چیز دیگری چنگ می‌زند که آن نیز نابودشدنی است. حضرت علی (ع) می‌فرماید که "اعتماد، دلخوشی و دل بستگی به دنیا و مظاهر آن با دگرگونی‌ها و حوادث تلخ آن در هر فرد مشاهده شود، چهل است" [6].

"تعلق" در لغت به معنای "آویخته شدن" و "دل بستگی داشتن به کسی یا چیزی" آمده است [7]. به نظر می‌رسد مفهوم "تعلق" به معنی وابستگی و علاقه شدید و افراطی به امور مادی و غیرخدایی (اعم از افراد، اشیا و موقعیت‌ها) است، به نحوی که امور مادی که وسیله‌ای برای رشد و تعالی انسان هستند، خود هدف شوند و انسان را از توجه به بسیاری از امور مهم‌تر و متعالی‌تر باز دارند. احتمالاً "تعلق" یکی از مفاهیم کلیدی است که در بحث انسان‌شناسی به مفهوم اعم آن می‌تواند تبیین‌گر بسیاری از کژرفتارهای فردی یا اجتماعی باشد. گمان می‌رود که این مفهوم دارای آنچنان ظرفیتی باشد که بتواند اکثر اختلال‌ها یا نابسامانی‌های روان‌شناختی/رفتاری غیرفیزیولوژیک را تبیین نماید.

معادل مفهوم تعلق در روان‌شناسی متداول، واژه‌ای یافت نشد، لیکن به نظر می‌رسد نظریه دل بستگی (attachment theory) و وابستگی (dependency) دو کلیدواژه‌ای هستند که در روان‌شناسی متداول تاحدودی به مفهوم تعلق نزدیک باشند. نظریه دل بستگی، نظریه‌ای است که توسط *بالبی* بیان شده [8] و بر پایه نظریه‌های کردارشناسی، روان‌تحلیل‌گری و روان‌شناسی شناختی است [7]. دل بستگی، یک رابطه و پیوند عاطفی قوی و نزدیک با یک دوست صمیمی است [9]. *بالبی* از ابتدا معتقد بوده است که فرآیندها و برپایی‌های دل بستگی در چهارچوب نظام‌های دیگر مانند دل بستگی به کلیسا [مسجد] یا وطن ادامه می‌یابد [10]. بنابراین دل بستگی بیشتر در حیطه ارتباط عاطفی معمولاً مثبت بین دو نفر یا بین یک نفر و یک مکان (مثل کلیسا) است. از این حیث، مفهوم همبستگی بیشتر با مولفه تعلق عاطفی نزدیک است، اما مفهومی که از تعلق در این پژوهش مد نظر بود، بیشتر یک نوع وابستگی است که در روال زندگی فرد، مانع پیشرفت یا دارای تاثیر منفی بر آن است.

انسان، موجودی اجتماعی است که تاحدودی به اطرافیان خود وابستگی دارد، اما مشکل زمانی آغاز می‌شود که این وابستگی، حالتی افراطی و بیمارگونه پیدا می‌کند. یکی از مصادیق شایع برای چنین وضعیتی، اختلال شخصیت وابسته است. برخی علائم شخصیت وابسته در راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روان‌شناختی عبارت از موارد زیر است:

- ۱- بدون راهنمایی و اطمینان‌بخشی مفرط دیگران، قادر به اخذ تصمیمات روزمره نیست.
- ۲- در ابراز مخالفت با دیگران به دلیل ترس از قطع حمایت و مقبولیت آنان دچار اشکال است.
- ۳- در طلب محبت و حمایت دیگران افراط می‌کند، تاحدی که داوطلب انجام کارهایی می‌شود که ناخوشایند هستند.
- ۴- اشتغال ذهنی غیرواقع‌گرایانه با ترس از رهاشدن به حال خود دارد [11].

این مفهوم از وابستگی نیز تاحدودی شبیه به تعلق عاطفی است. وابستگی می‌تواند در معنای وسیع‌تری مثل وابستگی به مواد نیز استعمال شود. این مفهوم از وابستگی نیز تاحدودی به معنای تعلق نزدیک می‌شود، لیکن بُعد معنایی در تعلق، بسیار مفهوم گسترده‌ای است تاحدی که هر نوع تعلق به نحوی انسان را دچار مخاطره نموده و از حرکت رشد‌آور باز می‌دارد.

در امور مادی، به مرزهای بسیار عالی‌تر برسند. در مرزهای عالی‌تر، انسان‌های متعالی حتی از تعلق به خانواده و زندگی نیز رهایی می‌یابند. البته بدین معنی نیست که انسان‌ها باید بی‌توجه به تامین نیازهای اصولی خانواده خود باشند یا آماده دست‌کشیدن از زندگی و حیات دنیایی باشند که اگر چنین باشد مسئولیت بزرگی را وانهاده‌اند، بلکه منظور این است که اگر امر دایر شود، بین حفظ خانواده یا ادامه زندگی، برای آزادی و حفظ انسانیت، لاجرم بر ترک آنها باشد (آنچنان که این شرایط برای یاران امام حسین^(ع) در روز عاشورا اتفاق افتاد). آن‌گاه این انسان‌های شریف می‌توانند از این تعلق هم در شرایط خاصی که حفظ آزادی انسان در گروی آن باشد، عبور نمایند. بنابراین خداوند، تعلق (عُلقه بدن و نفس به یکدیگر) را قرار داد تا نفس صیانت شود. انسان این حب ذات را از سر خود پسندی گسترش داد، اما نقشه راه این نبود. قرار بر این بود تا تعلق از ابتدا باشد، ولی بشر از طریق ارسال رسل و انزال کتب آموزش ببیند تا با رعایت اعتدال، از کارکردهای مثبت آن بهره‌مند شود، نه این که این ضرورت، تبدیل به مانع شود. مطابق آنچه ذکر شد، هر نوع تعلق (وابستگی و دل بستگی به ماسواالله) مانعی و هر نوع رهایی از تعلقات، عاملی برای رشد انسان است. بر این اساس، انسان‌ها آموزش می‌بینند تا تعلقات را رها نمایند.

در واقع، دو عامل حجب نور و حجب ظلمت مانع از این است که انسان بتواند حقیقت و نفس‌الامر را در همین نشئه مادی، ادراک نماید. حجب نور، مخصوص اولیا، انبیای الهی و انسان‌های بسیار متعالی در امر دین است که موضوع بحث پژوهش حاضر نبود. حجب ظلمت بر دو نوع حجاب تعلق و حجاب گناه است. به عبارت دیگر، حتی انسان‌هایی که هیچ گناهی هم مرتکب نمی‌شوند (مانند افراد قبل از سن بلوغ که مکلف نیستند)، باز قادر به درک نفس‌الامر نیستند، زیرا حجاب تعلق، همچنان بر آنها بار می‌شود. اما اگر انسان‌ها از گناه، تعلقات و حجب نورانی رهایی یابند، می‌توانند حقیقت را ادراک نمایند. این که پیامبر اکرم^(ص) فرموده است "موتوا قبل ان تموتوا" ظاهراً اشاره به همین نکته دارد. یعنی قبل از مرگ به معنی مفارقت کامل جسم از نفس، از طریق قطع علایق و تعلقات مادی، نفس را برای سیر الی‌الله آماده کنید. سز این که گفته شده است پس از مرگ، پرده از دیدگان افراد کنار می‌رود و حقیقت را می‌فهمند، در این نکته نهفته است که این اتفاق پس از قطع تعلق جسم از نفس می‌افتد و برای درک حقیقت، مردن شرط نیست، بلکه قطع تعلق، شرط است. بنابراین، می‌توان در همین نشئه مادی زیست و حقیقت (نفس‌الامر) را هم دریافت کرد (اتفاقی که برای انبیا و اولیای الهی می‌افتد و از آن به موت اختیاری یاد می‌کنند). نمونه ساده‌تری از این قطع تعلق که برای تمام انسان‌ها اتفاق می‌افتد، موضوع خواب است. در خواب، بخشی از قوای انسان از کار می‌افتد (عمدتاً قوای حیوانی شامل حواس پنج‌گانه)، اما قوای نباتی (مثل هاضمه، تنفس و غیره) همچنان به کار خود ادامه می‌دهند. در همین حد که قطع تعلق جسم از نفس اتفاق می‌افتد، انسان قادر به انجام کارهای محیرالعقول مانند طی مسافت‌های طولانی در کسری از ثانیه و عبور از مسیرهای دشوار، گاهاً پروازکردن و اموری که در بیداری ممکن نیست، می‌شود. این قدرت نفس برای انجام این امور از کجا حاصل شده است؟ اندیشمندان اسلامی، این توانایی را به دلیل قطع تعلق بخشی از قوای جسم از بدن می‌دانند. معتقدند اگر انسان در بیداری هم موفق به قطع تعلق به امور مادی شود، به همین توانایی دست می‌یابد و هر چقدر که این قطع تعلق بیشتر باشد، انسان قادر به انجام امور شگرف‌تر می‌شود. در حادثه کندن درب

روش پژوهش مروری حاضر از نوع کیفی با نگرش استنتاجی به منابع دینی^[12] و مطالعه نظریات ارائه شده توسط اندیشمندان علوم انسانی اسلامی صورت گرفت. داده‌های مورد نیاز پژوهش نیز از طریق جست‌وجو در پایگاه‌های علمی شامل پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی (SID)، بانک اطلاعات نشریات کشور (Magiran) و مرجع دانش (CIVILICA) و همچنین با استفاده از کلیدواژه‌های تعلق، قرآن، حدیث، طب و روان‌شناختی جمع‌آوری شد. بنابراین هدف پژوهش حاضر، بررسی تعلقات دنیوی به‌عنوان مفهومی کلیدی برای تبیین سلامت و اختلال‌های روان‌شناختی بود.

ریشه تعلق

از منظر علمای اخلاق اسلامی، زمانی که روح در جنین دمیده می‌شود و نفس انسانی شکل می‌گیرد، تعلق بدن به نفس نیز شکل می‌گیرد که از آن به "حب ذات" یاد می‌شود. این تعلق لازمه حیات بشر است، زیرا اگر حب نفس از انسان گرفته شود، بقای نفس به خطر می‌افتد. در این حالت، در قبال خطرات، نفس از بدن و بدن از نفس حمایت نخواهد کرد، چون تعلق به یکدیگر ندارند. این تعلق دو کارکرد دارد که اولی، کارکرد ابتدایی و اصلی آن یعنی حفاظت نفس است و کارکرد دوم، حجاب نفس است. زیرا دوست‌داشتن شدید یک شیء، یک شخص یا یک موقعیت، مانع و حجابی می‌شود که موجب می‌شود انسان نتواند واقعیت را، آن‌گونه که هست، دریابد. به علاوه، تعلق باعث می‌شود که انسان همه چیز را برای خود بخواهد. این خواهش‌ها رفته‌رفته گسترش می‌یابند و شکل‌های متعددی به خود می‌گیرند. تعلق به وضع موجود موجب می‌شود تا انسان خواستار حفظ وضع موجود شود. در بسیاری از اوقات حفظ وضع موجود به معنی درج‌ازدن و عادت‌کردن به آن است که مانعی برای رسیدن به رشد و تعالی است. به همین علت علمای الهی، گاهی برای عبور از این موانع و دستیابی به کمال، از ضرورت "خرق عادت" می‌گویند (و اساساً کسانی می‌توانند کارهای خارق‌العاده انجام دهند که گرفتار عادت نبوده، "خرق عادت" کرده باشند).

تعلقات انسان می‌تواند بسیار گسترده باشد. تعلق به امور مادی و ثروت، مقام و موقعیت، اشیا و لوازم خاص و موارد مشابه می‌تواند انسان را از حرکت در مسیر صحیح باز دارد. در این حالت، برای حفظ امکانات مادی موجود، چه‌بسا تصمیم بگیرد که از انجام کار اصولی طفره رود و گرفتار اقدام غیراصولی (چیزی که در ادیان از آن به گناه یاد می‌شود) شود. لسان‌الغیب فرمود که "غلام همت آنم که زیر چرخ کبود، ز هر چه رنگ تعلق پذیرد آزاد است"، اشاره به همین نکته دارد که کسانی می‌توانند فارغ‌البال در صراط مستقیم و تعالی انسانی گام بردارند که از تعلقات بری باشند، زیرا هر نوع تعلق، مانعی برای حفظ صراط مستقیم است. این تعلقات هر اندازه بیشتر باشد، مشکلات انسان در مسیر "شدن" بیشتر است. بدیهی است منظور از تعلق‌نداشتن انسان، بی‌توجهی به تامین نیازهای واقعی انسان نیست که اگر چنین باشد، انسان مرتکب گناه بزرگی شده است. مرز ظریفی وجود دارد که انسان ضمن تامین نیازهای واقعی‌اش، مانع از ایجاد عُلقه غیرضروری بین نفس و ماسواالله (غیرخدا) شود. در واقع علت مشکل‌بودن حفظ خود در مسیر مستقیم، درک درست همین ظرافت‌ها و رعایت آنها در عمل است که به میزان رعایت آنها، مراتب وجودی متعدد در انسان‌ها شکل می‌گیرد. انسان‌ها در مسیر رشد می‌توانند علاوه بر ترک تعلقات غیرضروری

بیشتر باشد، قلب از آن بیشتر تآثر پیدا می‌کند و تعلق و حب آن بیشتر می‌شود تا آن که تمام وجهه قلب به دنیا و زخارف آن [معطوف] شود و این منشا مفاسد بسیاری است. تمام خطاهای انسان و گرفتاری به معاصی و سیئات برای همین محبت و علاقه است" [16]. در بیاناتی دیگر، امام خمینی^(ع) در تاریخ ۴ بهمن ۱۳۵۹ در دیدار با هیات دولت و نمایندگان مجلس شورای اسلامی فرموده‌اند که "تعلق به این عالم طبیعت، تعلق به این دنیا و این اسباب، این می‌شود که انسان را منحط می‌کند. ... رسول اکرم هم رییس یک ملت بود و فرمان‌فرمای ملت بود، لیکن این فرمان‌فرمایی اینطور نبود که او را جذب کند به خودش. فرمان‌فرمایی در تحت سیطره او بود، نه او در تحت سیطره فرمان‌فرمایی. اگر انسان سیطره پیدا بکند به حسب نفس بر خودش و بر همه چیز، دیگر اهل دنیا نیست ولو این که همه دنیا هم داشته باشد".

نقش تعلق در تبیین سلامت و اختلال‌های روان‌شناختی

ارتباط بین تعلق و اختلال‌های روان‌شناختی به شکل تبیین نظری در این بخش ارایه شد. به نظر می‌رسد "تعلق" در تبیین بسیاری از اختلال‌های روان‌شناختی نقش داشته باشد. فرض مطالعه حاضر، ارتباط بین تعلق و اختلال‌های روان‌شناختی زیر بود که به لحاظ نظری قابل تبیین است. گر چه برخی شواهد داده‌محور، برخی از این فرضیه‌ها را تایید می‌کند، لیکن راستی‌آزمایی آنها نیازمند مطالعه میدانی گسترده‌تری است. لذا پیشنهاد می‌شود که این کار در تحقیقات آتی صورت پذیرد.

رابطه تعلق با اضطراب

افراد مضطرب معمولاً نگران آینده هستند و این نگرانی می‌تواند به یکی از دلایل زیر باشد:

۱- **نگران آینده‌بودن به دلیل تعلق به وضع موجود:** افرادی که در شرایط خاصی (نوعاً مطلوب) زندگی می‌نمایند، به تدریج به وضع موجود عادت می‌نمایند، گر چه معلوم نیست که این شرایط به نفع آنان باشد. بنابراین به مصداق "عسی أن تکرهوا شیئاً و هو خیر لکم و عسی أن تُحبّوا شیئاً و هو شرّ لکم" (بقره، ۲۱۶)، چه بسا شرایطی که افراد آن را مطلوب می‌پندارند، اما در واقع به نفعشان نیست. بنابراین افرادی که به وضع موجود، تعلق دارند (یعنی خواهان ادامه وضع موجود هستند) با تغییر شرایط دچار نگرانی می‌شوند. در مقابل، انسان‌هایی که به وضع موجود تعلق ندارند، آمادگی بیشتری برای قبول شرایط جدید و رسیدن مجدد به نقطه بهینه جدید دارند. به نسبتی که این افراد به وضع موجود، تعلق کمتری دارند، به همان نسبت فارغ‌البال‌تر نسبت به گذشته هستند، آمادگی پذیرش تغییرات بیشتر در آینده را دارند و کمتر از شرایط جدید آسیب می‌بینند.

۲- **نگران‌بودن از آینده به یک دلیل واقعی:** در خصوص افرادی که نگران آینده هستند، باید بررسی نمود که تا چه اندازه میزان نگرانی آنها واقعی است و برای آن می‌توانند شواهدی اقامه نمایند. در این صورت یا میزان نگرانی مبتنی بر شواهد، مکفی است و نگرانی آنها منطقی است که در این صورت باید تمهیداتی اندیشیده شود که فرد واقعیت را بپذیرد و با آن کنار بیاید یا نگرانی فرد بی‌مورد است و فرد نگرانی را بیش‌برآورد می‌کند که باید از طریق چالش‌شناختی، آن را رفع نمود. در هر دو صورت، تعلق به وضع موجود، وضعیت را بدتر می‌کند. در حالت اول که نگرانی فرد واقعیت دارد، فرد باید در دو وضعیت مبارزه نماید. نخست مدیریت مشکلی که دارد و دوم کنارآمدن با شرایط جدید (که به دلیل تعلق به وضع موجود، به

قلعه خبیر، حضرت علی^(ع) فرموده است که "من هرگز آن درب را با نیروی بشری از جای نکنم، بلکه در پرتوی نیروی خداداد و با ایمانی راسخ به روز بازپسین، این کار را انجام دادم"، بر همین اساس است [13].

به نظر می‌رسد مانع‌بودن تعلقات برای رشد انسان، بدیهی و بی‌نیاز از توضیح باشد (واضح است که منظور از قطع تعلق، بی‌توجهی به نیازهای واقعی جسم و نفس نیست). علاقه بیش از حد به امر خوردن، امور جنسی، لذت‌های نابه‌جا مثل مصرف مواد، نوشیدن الکل، قدرت‌طلبی، ثروت‌اندوزی، شهرت‌طلبی، دیکتاتوری، تفاخر و غیره، همه مانعی برای تعالی انسان است. به نظر می‌رسد بر همین اساس، بتوان نشان داد که بسیاری از بیماری‌های روان‌شناختی (غیرفیزیولوژیک) ریشه در امر تعلق داشته باشند.

مستندات روایی و قرآنی "تعلق و ارتباط آن با اختلال‌های روان‌شناختی"

۱- در روایات، تعلق به‌عنوان عامل مهمی در ایجاد افسردگی معرفی شده است. حضرت علی^(ع) در حکمت ۳۶۷ نهج‌البلاغه فرموده است که "... آن کس که به دنیا عشق ورزید، درونش پر از اندوه شده و غم و اندوه‌ها در خانه دلش رقصان می‌شود". همچنین حضرت علی^(ع) در حکمت ۲۲۸ نیز فرموده است که "آن کس که قلب او با دنیاپرستی پیوند خورد، همواره جان‌ش گرفتار سه مشکل اندوه دایمی، حرصی مستمر، آرزو و امید برآورده‌نشده‌اش است".

۲- تعلق به مظاهر مادی، دل‌بستن به چیزهایی است که زوال، فنا و اضمحلال در ذات آنها نهفته است. امام علی^(ع) در خطبه ۱۱۴ نهج‌البلاغه در این رابطه می‌فرماید که "از دگرگونی‌های عالم، آن است که آن کسی که دیروز مورد ترحم بود، امروز مورد غبطه واقع می‌شود و آن کس که مورد غبطه بود، مورد ترحم قرار می‌گیرد و این نیست مگر به دلیل نعمت‌هایی که به سرعت دگرگون می‌شوند".

۳- تعلق به معنی بازشدن درب‌های حرص و ولع روی انسان است. به تعبیر امام علی^(ع) در حکمت ۳۶۷ نهج‌البلاغه "دنیازده سیر نمی‌شود، بلکه هر اندازه از دنیا بهره‌مند شود، معادل یا بیشتر از آن درهای حرص و ولع روی او باز می‌شود" [6].

۴- متون اسلامی، تعلق به این دنیا و مظاهر آن را عامل زمینه‌ساز بسیاری از مشکلات دانسته‌اند. برای نمونه حضرت علی^(ع) فرموده‌اند که "تعلق به دنیا کلید دشواری و مرکب رنج و گرفتاری است" [14].

۵- در روایات اسلامی، آزادی از تعلق و نداشتن وابستگی، موجب رهایی انسان از بسیاری از مشکلات فرض شده است. حضرت علی^(ع) در حکمت ۱۳۳ نهج‌البلاغه می‌فرماید که "مردم دو دسته اند، عده‌ای به این دنیا می‌آیند و خود را می‌فروشند و عده‌ای خود را می‌خرند و آزاد می‌کنند" [15]. بنابراین به‌دست‌آوردن یا ازدست‌دادن بسیاری از چیزها نمی‌تواند زندگی آنها را تحت تأثیر قرار دهد، همان طور که خداوند در قرآن آورده است "لکیلا تأسوا علی ما فاتکم و لاتفرحوا بما آتاکم" (حدید، ۲۳). حتی گاهی ازدست‌دادن این موارد، ظرفیت آنها را برای رویارویی با مواردی از این قبیل در آینده بالا می‌برد.

۶- از منظر امام خمینی^(ع) دوستی، عشق و علاقه به دنیا، یکی از موانع مهم تزکیه "قلب" است، اگر چه دنیا فی‌نفسه مذموم نیست. زیرا اگر انسان دنیا را وسیله و ابزار قرار دهد و بتواند به‌وسیله آن نیازمندی‌های دنیوی و اخروی را تأمین کند، دنیا ممدوح است. ایشان تمام خطاهای انسان را به دلیل توجه قلب به دنیا و زخارف آن می‌دانند و فرموده‌اند که "بدان، نفس در هر حظی که از این عالم می‌برد، در قلب اثری از آن واقع می‌شود که آن تآثر از ملک و طبیعت است و سبب تعلق آن به دنیا است. التذات هر چه

است. در مواردی باید از شکست‌ها عبرت آموخت و نقاط ضعف را برطرف نمود تا شاهد درآغوش‌گرفتن پیروزی شد. در مواردی هم شکست‌ها به ما می‌آموزند که بین آنچه نیاز واقعی ما برای به‌دست‌آوردن است و آنچه نیازی برای به‌دست‌آوردنش نداریم (و تعلقات و امور زاید بر نیازهای واقعی ماست) تمیز قایل شویم. در این صورت شکست به ما می‌آموزد که به‌جای تلاش دوباره برای به‌دست‌آوردن و پیروزشدن، مسیر خود را تصحیح کنیم. اگر خداوند را رب‌العالمین بدانیم که انسان‌ها را به هر آنچه نیاز واقعی‌شان است رهنمون می‌نماید، در این صورت شکست‌ها حداقل به اندازه پیروزی‌ها برای ما رشد‌آور هستند. همان طور که عارفان بالله نوعاً گزارش می‌نمایند که در شرایط قبض بیش از شرایط بسط، به رشد و شکوفایی رسیده‌اند [17].

رابطه تعلق و اختلال پرخوری

علاقه بیش از حد به خوردنی‌ها می‌تواند مانعی برای کنترل پرخوری شود و موجبات ابتلا به اختلال خوردن را فراهم نماید. برخی شواهد تجربی حکایت از سوگیری توجه بیماران دارای اختلال‌های خوردن، به غذاها و اندام‌های بدنشان دارند که در برخی آزمایش‌ها (برای نمونه استروپ هیجانی و پروب‌دات) نشان داده شده است. تفاوت معنی‌دار عملکرد بیماران دارای اختلال خوردن در مقایسه با افراد سالم در این آزمایش‌ها، به نفع محرک‌های مربوط به غذا و اندام‌های بدن، احتمالاً حکایت از تعلق بیشتر و معنی‌دار این بیماران به این محرک‌ها در مقایسه با افراد سالم داشته است [18].

رابطه تعلق و میزان ریسک‌پذیری افراد

افرادی که تعلق به وضع موجود دارند، معمولاً مشکل ریسک‌پذیری دارند. ما در جهانی زندگی می‌کنیم که همواره در معرض تغییر و تحول است و در جهان متغیر، هیچ نوع قطعیتی وجود ندارد (عدم قطعیت یعنی این که کسی نمی‌تواند به شما تضمین دهد که گرفتار حادثه نمی‌شوید). لیکن شرایط عدم قطعیت حاکم بر جهان، باعث توقف زندگی نمی‌شود، بلکه شرایط عدم قطعیت موجب می‌شود که شما تحت شرایطی، ریسک‌کردن برای ادامه زندگی را بپذیرید. چون اگر بخواهید کاملاً محتاطانه عمل نمایید، آنگاه هیچ حرکتی نخواهید کرد. معمولاً انسان‌هایی که تعلق بیشتری به وضع موجود دارند، کمتر مایلند تا وضعیت موجود را در معرض خطر قرار دهند، لذا از ریسک‌پذیری کمتری برخوردارند. این در صورتی است که تحقیقات روان‌شناختی نشان داده‌اند، ریسک‌پذیری در حد معقول با سلامت روان‌شناختی همبستگی مثبت داشته است.

رابطه تعلق و وابستگی به افراد

چنانچه تعلق عاطفی به دیگران بیش از حد باشد، موجب وابستگی افراطی به دیگران می‌شود و می‌تواند عملکرد فرد را تخریب نماید. وابستگی افراطی فرد به اشخاص، اشیا و موقعیت‌های خاص، به نسبت فردی که وابستگی کمتری دارد، موجب می‌شود تا در قبال به‌دست‌نیابیدن یا از دست‌دادن آن شرایط، دچار بحران بیشتری شود. بدیهی است هر چه فرد علاقه، وابستگی و تعلق بیشتری به این امور داشته باشد، در فقدان آنها بیشتر متحمل رنج خواهد شد. گر چه در این پژوهش ارتباط تعلق با برخی اختلال‌های روان‌شناختی به‌طور نظری تبیین شد و برخی شواهد میدانی نیز آن را تایید نموده‌اند، لیکن تا احصای شواهد مکفی باید همچنان در نتیجه‌گیری احتیاط نمود. تعلقات یکی از ریشه‌های مهم در شکل‌گیری بیماری‌های روان‌شناختی است. انتظار می‌رود که مقیاس تعلقات دنیوی با تمام متغیرهای ناهمخوان با سلامت روان، همبستگی مثبت داشته باشد که می‌تواند موضوعی برای تحقیقات آتی باشد.

نسبت کسی که این تعلق را ندارد، گرفتاری بیشتری خواهد داشت. در حالت دوم نیز، تعلق به وضع موجود، مانعی برای استفاده از برخی تکنیک‌های شناخت‌درمانی برای رفع مشکل اضطراب مراجع است (برای مثال اجرای تکنیک "چه می‌شود اگر..." برای کسی که تعلق به وضع موجود دارد، دشوارتر است).

رابطه تعلق و افسردگی

۱- افسردگی به خاطر از دست‌دادن اشیا، افراد، موقعیت‌ها و غیره: همه کسانی که فرد، شیء و موقعیت خاصی را از دست می‌دهند افسرده نمی‌شوند. یکی از دلایل مهم افسرده‌شدن به هنگام از دست‌دادن اموری که ذکر شد، میزان تعلق افراد به چیزهایی است که از دست داده‌اند. بدیهی است در چنین مواقعی کسانی که تعلق خاطری به امور از دست‌رفته نداشته باشند، افسرده نمی‌شوند. بنابراین، تعلق و شدت آن، عامل بالقوه خطر برای ابتلا به افسردگی است. در چنین مواقعی درمان شناختی- رفتاری سعی می‌کند به‌لحاظ منطقی (عقلانی) مراجع را متقاعد نماید که باید واقعیت از دست‌رفتن امور را بپذیرد، چون در غیر این صورت، با توجه‌کردن به امور از دست‌رفته (و نپذیرفتن واقعیت)، امکانات را در زمان حال نیز از دست خواهد داد.

در مقابل، دیدگاه اسلامی مساله را ریشه‌ای‌تر حل می‌نماید. از این منظر، اگر امور از دست‌رفته، تاثیر منفی (فراتر از حد مورد انتظار) بر زندگی فرد داشته باشند، بیانگر آن است که تعلق وجود دارد (بدیهی است از دست‌دادن امور، در حدی زندگی افراد را تحت تاثیر قرار می‌دهد، اما اینجا منظور از تاثیر مخرب بر زندگی فرد، فراتر از حد مورد انتظار است). دیدگاه اسلامی، تلاش می‌نماید که از دست‌رفتن امور را تبدیل به یک فرصت نماید، بدین معنی که مراجع دچار تعلق است که باید آن را رفع نماید.

باورهای ما بر دو گونه باورهای عقلی و قلبی هستند. باورهای نوع اول را بینشی و باورهای نوع دوم را گرایشی می‌نامند که از عمق بیشتری برخوردار است. باورهای نوع اول از نوع دانستن و باورهای نوع دوم از نوع فهمیدن است. باورهای نوع اول (دانستن) ممکن است روی رفتار فرد بی‌تاثیر باشد (فردی که می‌داند مصرف الکل مضر است، اما مصرف می‌کند)، اما باورهای قلبی تاثیر جدی‌تری روی رفتار دارند. درمان شناختی- رفتاری، باورهای عقلانی افراد را تصحیح می‌نماید. درمان از دیدگاه اسلامی سعی در رساندن افراد به باور قلبی دارد که تاثیرات عمیق‌تری بر رفتار آنان بر جای می‌گذارد. از منظر درمان شناختی- رفتاری، درمان افسردگی در این حالت، یعنی پذیرش عقلانی امور از دست‌رفته. اما از منظر اسلامی، درمان افسردگی، فراتر از متقاعدشدن، به‌لحاظ پذیرش عقلانی امور از دست‌رفته، در سطح عمیق‌تری مطرح است و آن پذیرش قلبی است. یعنی فرد با تمام وجود می‌پذیرد که تعلقات خود را رها نماید. اگر فرد از تعلقات رها شود، در آن صورت، از دست‌دادن اشیا، افراد و موقعیت‌ها خیلی کمتر آسیب‌رسان خواهند شد.

۲- افسردگی به خاطر شکست و ناکامی در زندگی: در اینجا نیز فرد هدفی داشته که به آن نرسیده و این باعث افسردگی وی شده است. بدیهی است همه افرادی که به هدف خود نمی‌رسند و دچار شکست یا ضرر و زیان می‌شوند، به یک اندازه افسرده نمی‌شوند و این بستگی به میزان تعلق آنان به هدفی که دنبال آن هستند، دارد. هنگامی که جهان‌بینی فرد به همین دنیا و آنچه در آن است محدود می‌شود، با از دست‌دادن آن نیز احساس افسردگی می‌نماید. در نقطه مقابل، کسی که جهان‌بینی الهی دارد و به معاد، حکمت الهی و زودگذربودن این دنیا، اعتقاد و ایمان قلبی دارد، از دست‌دادن مظاهر دنیا، بیش از آن که افسرده‌ساز باشد، برای وی تامل‌برانگیز

سرکار خانم منصوره مهدی‌یار که تهیه برخی پیش‌نویس‌های نوشتار فعلی را بر عهده داشتند، قدردانی به عمل می‌آید.
تاییدیه اخلاقی: موردی از سوی نویسنده ذکر نشده است.
تعارض منافع: نویسنده این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی دربار این پژوهش ندارد.
منابع مالی: موردی از سوی نویسنده ذکر نشده است.

منابع

- 1- Koopani S, Taghavi MR. The effectiveness of spiritual-religious group therapy based on islamic viewpoints on reducing generalized anxiety in university students. *Cult Islamic Univ.* 2015;5(15):183-200. [Persian]
- 2- Vaillant G, Templeton J, Ardeli M, Meyer SE. The natural history of male mental health: Health and religious involvement. *Soc Sci Med.* 2008;66(2):221-31.
- 3- Elliot JE. Compensatory buffers, depression, and irrational beliefs. *J Cogn Psychother.* 1992;6(3):175-84.
- 4- Mahdiyar M, Taghavi MR, Goodarzi MA. (2016). Construction and Validation of Secular Attachment Questionnaire. *Cult Islam Univ.* 2018;7(4):467-84. [Persian]
- 5- Akbari A, Fathi Ashtiyani A. An investigation of the relationship between secularism and mental health. *Psychol Relig.* 2009;2(3):105-43. [Persian]
- 6- Rahimiyan Mohaghegh A. Worldscience and worldliness in The peak of eloquence (Nahj al-Balagha). Qom: Institute of Asra; 2001. [Persian]
- 7- Amid H. Amid persian culture. 2nd Volume. Tehran: Amirkabir; 1995. [Persian]
- 8- Sigelman CK. Life-span human development. California: Brooks/Cole Publishing Company; 1999.
- 9- Beck R, McDonald A. Attachment to God: The Attachment to God inventory, tests of working model correspondence, and an exploration of faith group differences. *J Psychol Theol.* 2004;32:92-103.
- 10- Cassidy J, Shaver PR. Attachment and religious representations and behavior. In: Cassidy J, Shaver PR, editors. *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications.* New York: Guilford Press; 1999.
- 11- American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSMIV. Avadis Yance H, Nikkhou MR, translators. Tehran: Sokhan; 2004. [Persian]
- 12- Kiyani M, Sadeqzadeh AR. Expressing the predominant approaches of the methodology of the philosophy of education and methodological analysis of Iran's thesis doctorate. *Found Educ.* 2012;1(2):119-32. [Persian]
- 13- Sobhani Tabrizi J. Shine of eternity. Qom: Garden Book of Qom; 2006. [Persian]
- 14- Heidari Naraghi AM. Patience alchemy of success. Tehran: Mehdi Naraghi; 2007. [Persian]
- 15- Imam Ali. The peak of eloquence (Nahj al-Balagha). Dashti M editor. Qom: Al al-Ali; 2000. [Persian]
- 16- Khomeini R. Description of forty hadiths. Tehran: Institute for the Setting up and Publication of Imam Khomeini Work; 2008. pp. 123-24.
- 17- Editorial board of the institute for cultural studies of Shams Alshomu. Spring without rain. Tehran: Shams Alshomu; 2006. [Persian]
- 18- Taghavi SMR, Tavooosi AR, Goudarzi MA. The effect of attentional bias modification towards food cues on attention of obese women. *J Psychol Model Methods.* 2016;7(25):1-10. [Persian]

شواهد تجربی ارتباط بین تعلق و اختلال‌های روان‌شناختی

بررسی‌های میدانی در ارتباط بین تعلق و افسردگی نتایج زیر را تایید نموده است:

۱- بین افسردگی و تعلق ($r=0/25$) و همچنین افسردگی و زیرمقیاس‌های تعلق شامل تعلق به وضع موجود ($r=0/52$)، تعلق به مادیات ($r=0/25$) و تعلق عاطفی ($r=0/44$)، همبستگی‌های مثبت و معنی‌داری وجود داشته است. به عبارت دیگر، هر چه میزان تعلق به وضع موجود بیشتر باشد، میزان افسردگی نیز بالاتر خواهد بود^[4].

۲- تعلق به وضع موجود ($\beta = 0/52$; $p = 0/0001$) متغیر قدرتمندی در پیش‌بینی افسردگی است. مولفه تعلق به وضع موجود به تنهایی توانسته است ۲۷٪ از واریانس افسردگی را تبیین نماید^[4].

۳- تعلق (به‌طور کلی و مولفه تعلق به وضع موجود) توانسته است که بیش از دو متغیر نگرش‌های ناکارآمد و سبک دلبستگی اجتنابی، افسردگی را پیش‌بینی نماید. برای مولفه تعلق به وضع موجود، β برابر با ۰/۵۲، برای تعلق به‌طور کلی ۰/۴۵، برای سبک دلبستگی اجتنابی ۰/۲۴ و برای نگرش‌های ناکارآمد ۰/۳۸ بوده است^[4].

۴- همبستگی بین نمرات مقیاس تعلقات دنیوی با نمرات پرسش‌نامه نگرش‌های ناکارآمد همبستگی مثبتی داشته است ($r=0/67$; $p<0/0001$). به این معنی که تعلقات دنیوی، به مفهوم وابستگی افراطی به اشخاص، اشیا و موقعیت‌های مختلف، خود نوعی نگرش ناکارآمد برای حل مساله است که فرد را در موقعیت‌های بیشتری دچار شکست و فقدان می‌نماید^[4].

نتیجه‌گیری

تعلق بدن به نفس، کارکرد مثبتی دارد و لازمه حیات بشر است، زیرا موجب حفاظت نفس می‌شود. اما انسان این تعلق را درون خود توسعه می‌دهد تا حدی که این تعلق، موجب حجاب نفس می‌شود و اگر انسان بتواند با این حجاب نفس که مظاهر آن در تعلقات دنیوی است، مبارزه نماید، به قابلیت‌های شگرفی دست می‌یابد. تعلق، حداقل به‌صورت نظری می‌تواند در تبیین بسیاری از اختلال‌های روان‌شناختی تأثیرگذار باشد. برخی تعلقات مستقیماً فرد را درگیر می‌نماید، به نحوی که مانعی برای ادراک صحیح مساله هستند. "تعلق به وضع موجود" موجب می‌شود که فرد نگران هر نوع تغییری در زندگی باشد، لذا این افراد نسبت به تغییر شرایط زندگی آسیب‌پذیر خواهند بود. "تعلق به اشیا، افراد، موقعیت‌ها و اهداف خاص" موجب می‌شود زمانی که افراد با فقدان این اشیا، افراد یا موقعیت‌ها روبه‌رو شوند، در معرض افسردگی قرار گیرند. در صورتی که در دیدگاه اسلامی که خداوند رب‌العالمین است، اگر عدم دستیابی به هدف خاصی ناشی از کوتاهی فرد نباشد، چه‌بسا که فرد را به سمت راه‌های جدیدی در زندگی هدایت نماید. به این معنی که احتمالاً هدفی که فرد برای خود برگزیده است نامتناسب با شرایط وی باشد یا تحقق آن به صلاح فرد نباشد. در مجموع، به نظر می‌رسد که تعلقات، یکی از ریشه‌های مهم در شکل‌گیری بیماری‌های روان‌شناختی باشد.

تشکر و قدردانی: از دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شیراز که با دراختیار گذاشتن فرصت مطالعاتی برای مولف، امکان انجام این پژوهش را فراهم آوردند، قدردانی می‌شود. همچنین از