

روان‌شناسی و روان‌درمانی اسلامی

تدوین یک مدل

نویسنده:

عبدالله راثمن

مترجمان:

دکتر امیرعلی مازندرانی

عضو هیئت علمی پژوهشکده تحقیق و توسعه علوم انسانی (سمت)

دکتر محمد شاهین تقدیمی

عضو هیئت علمی پژوهشکده تحقیق و توسعه علوم انسانی (سمت)



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۴۰۲

سرشناسه	: راثمن، عبدالله Rothman, , Abdallah
عنوان و نام پدیدآور	: روان‌شناسی و روان‌درمانی اسلامی تدوین یک مدل / نویسنده عبدالله راثمن؛ مترجمان امیرعلی مازندرانی، محمدشاهین تقدمی.
مشخصات نشر	: تهران : آوای نور، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری	: ۲۶۴ص: : جدول.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۹۴۵-۶
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
یادداشت	: عنوان اصلی: Developing a model of Islamic psychology and psychotherapy : Islamic theology and contemporary understandings of psychology, c۲۰۲۱. کتابنامه.
یادداشت موضوع	: روان‌شناسی اسلامی Islam -- Psychology روان‌درمانی -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام Psychotherapy -- Religious aspects -- Islam
شناسه افزوده	: مازندرانی، امیرعلی، ۱۳۶۵ -، مترجم
شناسه افزوده	: -Mazandarani, Amir Ali, ۱۹۸۶
شناسه افزوده	: تقدمی، محمد شاهین، ۱۳۶۷ -، مترجم
شناسه افزوده	: Taghadomi, Mohammad Shahin

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

روان‌شناسی و روان‌درمانی اسلامی

تدوین یک مدل

نویسنده: عبدالله راثمن

مترجمان: دکتر امیرعلی مازندرانی - دکتر محمد شاهین تقدیمی

ناشر: آوای نور

چاپ: اول ۱۴۰۲

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۹۴۵-۶



نشانی: تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری، پلاک ۹۹، طبقه

دوم، تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵، شماره: ۶۶۴۸۰۸۸۲

قیمت ۱۴۰۰۰۰ تومان

همه حقوق برای مترجم محفوظ است.

فهرست مطالب

پیشگفتار نویسنده	۷
پیشگفتار مترجمان	۹
مقدمهٔ عبدالحکیم مراد	۱۱
فصل ۱: فراسوی اسلامی‌سازی: بازترسیم روان‌درمانی غربی در قالب یک پارادایم روان‌شناختی بومی	۱۵
فصل ۲: اسلام و روان‌شناسی: پدیدآوری رشته‌ای جدید	۳۱
فصل ۳: نظریهٔ داده‌بنیاد و الهیات: رویکردی روش‌شناختی به برساخت یک چارچوب نظری الهام‌گرفته از دین	۷۹
فصل ۴: مدل اسلامی نفس: مبانی نظری روان‌شناسی و روان‌درمانی اسلامی	۹۹
فصل ۵: ماهیت و ساختار نفس: مفهوم‌سازی درمانی در روان‌درمانی اسلامی	۱۴۱
فصل ۶: مراتب و تکامل نفس: حوزهٔ بالینی روان‌درمانی اسلامی	۱۹۳
فصل ۷: تأملی در باب یک چارچوب برای روان‌شناسی و روان‌درمانی اسلامی: دستور کاری برای پژوهش و درمان	۲۲۷

پیشگفتارِ نویسنده

این کتاب، تلاش فروتنانه من برای ارائه کمکی به جنبش اسلام و روان‌شناسی به ویژه با هدف برداشتن گامی در جهت ایجاد روان‌شناسی و روان‌درمانی اسلامی بومی است. آنچه در ادامه می‌آید، نه یک مطالعه جامع و نه گفتمانی قطعی در مورد موضوع مورد بحث است. در عوض، این اثر تلاش و رویکرد شخصی من است که بحث را پیش ببرم تا بتوانم شکاف موجود در پژوهش‌ها را که در زمان نگارش این اثر نظرم را جلب کرده بود، پر کنم. با توجه به گستردگی موضوع نفس و همگرایی الهیات اسلامی و روان‌شناسی معاصر، شاید تلاش برای ساخت نظریه در چنین محیطی بیش از حد جاه‌طلبانه یا حتی جسورانه باشد. چنین اقدام بزرگی می‌تواند با ترس از انجام اشتباه در آن و یا نشان ندادن به حق غنا و احترامی که سنت اسلامی شایسته آن است، ابتر بماند. با وجود این، همان‌طور که وینستون چرچیل گفت، «کمال‌گرایی، دشمن پیشرفت است». انسان باید از یک جایی، کار را شروع کند.

شیوه‌ای که من به این موضوع پرداخته‌ام و عناصری که به دلیل ناآگاهی خود انتخاب کرده‌ام یا از آنها غفلت کرده‌ام، نتیجه دیدگاه ناقص و محدود من است. این اثر نمایانگر یک روند تکرارشونده و نوظهور است که از زمان تولید این کتاب ناگزیر تکامل یافته و تغییر کرده است. عقاید و ادراکات خود من همانند حوزه رو به رشد روان‌شناسی اسلامی و همچنین خود بشریت دائماً در حال رشد و تغییر است.

برای توسعه ایده‌های جدید و در واقع شیوه‌های جدید تفکر، باید ریسک‌پذیر باشیم. من متوجه این موضوع هستم که به عنوان یک روان‌شناس و نه یک محقق علوم اسلامی، در ورود به این مقوله ریسک کرده‌ام. بیشتر مطالب این کتاب بر اساس منابع اولیه نوشته شده به زبان‌هایی غیر از انگلیسی است. در اکثر موارد، از آنجایی که من محقق الهیات اسلامی نیستم، به طور مستقیم به آن منابع اولیه ارجاع نمی‌دهم. با وجود این، احساس من این بود که نیاز مبرمی برای پر کردن شکاف بین روان‌شناسی و روان‌درمانی مانند خودم از یک سو و از سوی دیگر الهیات و دانشمندی که تسلط بر دانش قدسی دارند، وجود دارد. امیدوارم این کار انگیزه‌ای برای همکاری و مشارکت بیشتر بین علمای اسلامی و درمان‌گران حوزه بهداشت روان ایجاد کند.

پیشگفتار مترجمان

مفاهیم مربوط به علم‌النفس یا روان‌شناسی از دید فیلسوفان مسلمان، بیش از هزار سال است که در ایران مطرح شده‌اند؛ اندیشمندان مسلمانی همچون زکریای رازی، ابوعلی مسکویه، ابن‌سینا و بسیاری دیگر در زمینه مفاهیم اصلی رایج در روان‌شناسی از جمله نفس، عواطف، عقل، و شاکله سخن به میان آورده‌اند. با این حال، عمر روان‌شناسی مدرن در ایران به کمتر از صد سال می‌رسد، یعنی زمانی که دکتر علی اکبر سیاسی و دکتر محمدباقر هوشیار نخستین کتاب‌های حوزه روان‌شناسی امروزی در ایران را به رشته تحریر درآوردند. این دانش وارداتی عملاً برگرفته از پیش‌فرض‌های تجربه‌گرایی، اومانیزم و عمدتاً تحت تأثیر دو رویکرد متفاوت رایج در آن زمان، یعنی روان‌تحلیل‌گری و رفتارگرایی بود.

این رویکردها، تناسب کمی با فضای فرهنگی، تمدنی و آیینی جامعه ایران دارند. به همین دلیل، پس از انقلاب اسلامی، ابتدا با تشکیل شورای انقلاب فرهنگی تلاش بر این شد تا در ارتباط با بومی‌سازی و اسلامی‌سازی علوم، و به ویژه علوم انسانی گام‌هایی برداشته شود. این موضوع از همان زمانی که مطرح شد، از طرف جامعه دانشگاهی و روشن‌فکران با بحث‌ها و انتقادات زیادی روبرو شد، و دغدغه اصلی در این مورد، در درجه اول نگرانی از کنار گذاشتن تمام علوم انسانی موجود، و در درجه دوم، عدم اتفاق نظر در مورد چگونگی تحقق این دیدگاه بوده است. البته منظور از بومی‌سازی یا اسلامی‌سازی علوم انسانی این نبوده است که به تمامی یافته‌های علمی در حوزه‌هایی مانند اقتصاد، مدیریت یا روان‌شناسی برچسب «غیراسلامی بودن» بزنیم. بلکه هدف این بوده است که در زمینه هستی‌شناسی و غایت‌شناسی، به آموزه‌های اسلامی توجه کنیم و تلاش کنیم که نحوه به‌کارگیری یا تفسیر یافته‌های علمی مغایرتی با زمینه‌های فرهنگی و اسلامی جامعه نداشته باشد.

در واقع، چه در جوامع مسلمان و چه در جوامع غیرمسلمان، در نظر گرفتن روایی بوم‌شناختی و توجه به مقتضیات، هنجارها و نیازهای جامعه هدف یکی از ملزومات استفاده از علوم است. در این میان، یافته‌های به دست آمده در حوزه روان‌شناسی، از این باب که ما را با انسان و ویژگی‌های شناختی، عاطفی و رفتاری او آشنا می‌کند و معلومات

ما را نسبت به خودمان می‌افزاید، نه تنها مغایرتی با اسلام ندارد، بلکه به خودی خود عملی تحسین‌آمیز است؛ چرا که خداوند متعال می‌فرماید: «خداوند مؤمنین را بالا می‌برد و از میان شما مؤمنان، آنان را که دارای علم و دانش‌اند، به درجات بالا می‌رساند» (سوره مجادله، آیه ۱۱).

در این راستا، روان‌شناسی اسلامی با روان‌شناسی متعارف غربی متفاوت است، زیرا بر این باور است که کسی که شفا می‌دهد، خدا است و تنها از طریق ارتباط عمیق با او می‌توانیم بر مشکلات روانی غلبه کنیم. در حالی که روان‌شناسی غربی ریشه در یک پارادایم سکولار دارد، روان‌شناسی اسلامی به دنبال تسلیم در برابر خداوند است. رهنمودهای درمانی در روان‌درمانی اسلامی بر اساس مدلی کل‌نگر نسبت به انسان طراحی شده است و اسوه آن به عنوان انسان کامل، همانا حضرت محمد (ص) است. کتاب حاضر را انتشارات معتبری به چاپ رسانده است و نویسنده آن کوشیده است تا با ارائه مدلی مبتنی بر اسناد اسلامی، و همچنین نظرات و دیدگاه‌های محققان و درمان‌گران مسلمان، راهکاری عملیاتی را در زمینه روان‌شناسی اسلامی ارائه دهد.

امیرعلی مازندرانی و محمدشاهین تقدمی

دی ۱۴۰۱

مقدمهٔ عبدالحکیم مراد

متکلمانِ ادیان ابراهیمی در طول تاریخ طولانی خود طیف گسترده‌ای از نظریه‌های ظریف در مورد نفس انسان و منابع و راه‌حل‌های اختلالات آن را از کتاب آسمانی خود استخراج کرده‌اند. آنها این ایدهٔ قدسی که انسان به نوعی اسرارآمیز انگاره‌ای از خداست و اینکه این «انگاره» مربوط به خودآگاهی و ظرفیتِ انتخابِ معنادارِ اخلاقی است را به عنوان نقطهٔ شروع در نظر گرفته‌اند و در مورد این ایده که «هبوط» از حالتی اصیل و اولیه که در آن بدن، ذهن و روح در هماهنگی کامل شکوفا شده بود، نیز تأمل کرده‌اند.

آنها همچنین اغلب در مورد دشواری مطلق تعریف ماهیت خودآگاهی، که به طور سنتی گفته می‌شود که بشریت انگاره‌ای از خداست، توافق دارند. از این رو، به نظر می‌رسد معمای ذهن، منعکس‌کنندهٔ معمای خدا و اراده، قدرت و قضاوت او است. خودشناسی نه تنها برای بهبود ظرفیت ذهن برای انتخاب آزادانه و مسئولانه الزامی است، بلکه برای تشخیص نور الهی در روح، که خود به طور مرموزی با «دمیدن روح به آدم» توسط خدا نشان داده می‌شود، ضروری است (سورهٔ حجر، آیهٔ ۲۹). بنابراین، آنچه امروزه سلامت روان نامیده می‌شود، برای یکتاپرستان یک دغدغهٔ کاملاً با اهمیت دینی بوده است. ما «برای پرستش خدا آفریده شده‌ایم» (سورهٔ ذاریات، آیهٔ ۵۶) و باید سعی کنیم او را بشناسیم. از این رو، اختلالات در تعادل درونی ما نه تنها منجر به رفتار گناه‌آلود می‌شود، بلکه مانع از توانایی ما برای نزدیک شدن به خدا، الهام گرفتن از صفات او، و در نهایت درک او که برآستی هدف از خلقت ما است، می‌شود. اگرچه ایمان به خدا به سلامت روان کمک می‌کند، جوامع مدرنِ مسلمان از فشارها و اختلالاتی که فرهنگ‌های غربی در نتیجهٔ جریان سریع و پر استرس زندگی مدرن تجربه کرده‌اند، در امان نمانده‌اند، که این مسئله، خود مصائب موجود و همیشگی بشر از جنبهٔ ذهنی و معنوی را تشدید کرده است. حدس زدن اینکه تا چه حد انسان‌ها می‌توانند در حالت تعادل باقی بمانند دشوار است، بخصوص زمانی که مدرنیته آنها را از محیط طبیعی شکارچی - گردآورنده که در ابتدا برای آن ساخته شده‌اند و تجربهٔ عادی آنها برای ده‌ها هزار سال بوده است، دور می‌کند. علم زیست‌پزشکی در درک بدن و اختلالات آن گام‌های بزرگی برداشته است. با وجود این، درک ما از ذهن و نیازهای آن بسیار اندک است، و به نظر می‌رسد بسیاری از درمان‌های

دارویی یا رفتاری مدرن، بیشتر بر اساس شواهد تجربی اثربخشی هستند تا بر اساس هر درک جامعی از ذهن و مغز.

در جهان اسلام که با میراث استعماری که خرد پیشامدرن را به نفع ماتریالیسم مطلق‌گرایی فزاینده کنار زده است، دست و پنجه نرم می‌کند، بسیاری از نخبگان درک بومی خود از زندگی درونی خود را کنار گذاشته یا به سادگی فراموش کرده‌اند و به نظریه‌ها و مدل‌های فکری در حال تغییر روان‌شناسی غربی امید بسته‌اند. به هیچ وجه همه رویکردهای غربی بی‌ارزش نیستند. با این حال، آنها معمولاً مبتنی بر داده‌های آزمایش‌هایی هستند که در جوامع غربی اجرا شده‌اند، و همان‌طور که مفسران بعد از فروید هنگام بررسی رویاهای گزارش شده توسط بیماران طبقه متوسط او در قرن نوزدهم در وین نقدهایی داشتند، فرهنگ‌های مختلف موجب ایجاد زندگی‌های درونی بسیار متمایز می‌گردند. بنابراین، متخصصان بالینی بهداشت روان باید کاملاً نسبت به بافت فرهنگی حساس باشند. آنها همچنین باید آگاه باشند که رویکردهای بالینی غربی می‌توانند متناقض و آزمایشی باشند، که این خود ریشه در بحث‌های فلسفی و عصب‌شناختی دارد که در تلاش برای تعریف خودآگاهی، و ایجاد قوانینی برای تمایز رفتارهای منظم از بی‌نظم هستند. این مقوله به عنوان یکی از مشروط‌ترین و مورد بحث‌ترین موارد در میان علوم مختلف باقی می‌ماند.

توسعه این رشته آشفته و پذیرش راهبردهای غیرغربی درک و شفای نفس به تازگی در میان درمان‌گران و نظریه‌پردازان آموزش‌دیده مدرن رواج یافته است. همان‌طور که دکتر راثمن اشاره می‌کند، گفتگو آسان نبوده است، و بعید است که در آینده نیز آسان‌تر شود. با این حال، بدیهی است که رویکردهای ماده‌گرا نه تنها از منظر بالینی بحث‌برانگیز هستند، بلکه از جنبه فرهنگی نیز تسلط‌جو می‌باشند و اغلب به طور ذاتی خرد غیرغربی را تحقیر می‌کنند. در مورد مسلمانان، این امر برگرفته از قانونی از کتاب آسمانی است که علاقه و افری به خودآگاهی و وجدان انسان نشان می‌دهد و تفسیر آن در طی بیش از هزار سال در تعامل با متون و سنت‌های درمانی هلنیستی، هندی و فارسی تکامل یافته است. متخصصان بالینی مدرن با میراثی فوق‌العاده غنی مواجه هستند که هرچند ممکن است همه آن قابل اجرا یا معتبر نباشند. اما می‌تواند چشم‌اندازی جایگزین را به این علم

پرتکاپو و حیاتی معرفی کند. این چشم انداز ریشه در توجه به کل موجودیت انسان دارد و قائل به مبنایی متعالی برای آگاهی انسان است.

به منظور نزدیک کردن گفتمان این دو سنت، همان‌طور که عبدالله راثمن در این کتاب این کار را انجام می‌دهد، نیاز به دانشی یکسان در دو دنیای پیچیده و بسیار متفاوت وجود دارد. راثمن با دانش خود درباره نظریه‌ها و درمان‌های اسلامی و معاصر غربی، که مبتنی بر سال‌ها تجربه در درمان بیماران مسلمان است، به طور شگفت‌انگیزی صلاحیت ارائه رویکردی را دارد که فراتر از یک مقایسه ساده یا بحثی از تنها یک منظر است. این کتاب تفسیری مستدل است که ریشه در بینش الهی مسلمانان و رنج‌های انسانی دارد. انسانی که «به عنوان خلیفه خدا خلق شده است» اما می‌تواند به اشکال وحشتناکی سقوط کند. این پروژه از نظر مفهومی هیجان‌انگیز است، اما همچنین به‌طور قابل توجهی انسانی است، و همیشه هدف اساسی دین الهی را که «شفای آنچه در دل‌ها است» است (سوره یونس، آیه ۱۰)، یادآور می‌شود.

عبدالحکیم مراد

رئیس کالج مسلمانان کمبریج

