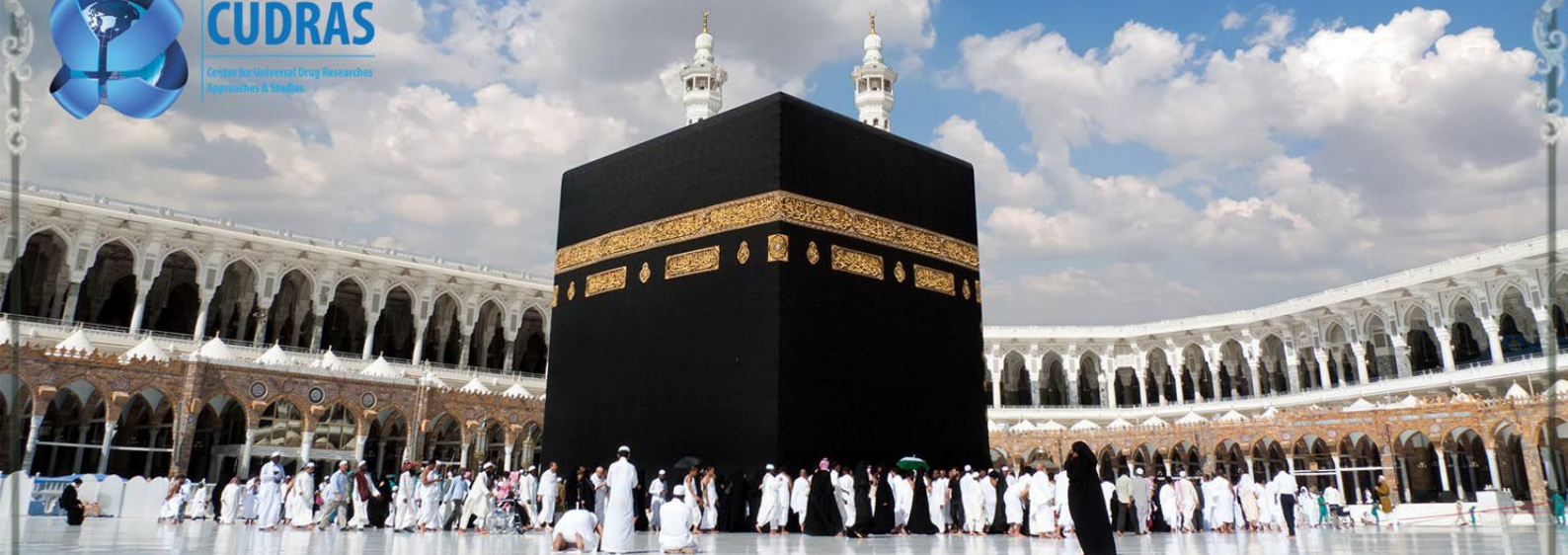


اعتیاد پژوهی تطبیقی در ادیان و مکاتب



ویژه نامه ادیان ۴ - بهار ۹۸

موسسه هم اندیشی جهانی راه برتر در راستای اهداف پژوهشی و تحقیقاتی خود، پروژه جدیدی با عنوان «اعتیاد پژوهی و ادیان» در دست تدوین دارد. در این پروژه قصد داریم آموزه های ادیان و آیین های پررهرو نظیر اسلام، مسیحیت، یهودیت و بودیسم در باب معضل اجتماعی اعتیاد را مورد بررسی قرار داده و از این رهگذر شناخت دقیق تری از رویکردها، برداشت ها و راهکارهای این مذاهب در قبال اعتیاد ارائه کنیم. اهمیت این پروژه زمانی مشخص می شود که تأثیرات و ظرفیت های این آیین ها در امر پیشگیری از اعتیاد به مواد مخدر/ محرک مد نظر قرار گیرد. از سوی دیگر شناخت اشتراکات مذاهب در امر پیشگیری نیز می تواند به ارتقای هم فهمی پیروان ادیان متفاوت کمک کرده و در راستای صلح و گفتمان مشترک جوامع مدنی کشورهای مختلف نیز منجر شود. به بیان دیگر می توان چگالی و ظرفیت نمادها و معارف مذهبی را به استخداام پیشگیری از اعتیاد درآورد و این امر که هم راستا با سعادت بشری است، به مثابه نقطه عزیمتی برای هم فهمی بیشتر میان پیروان آنها قرار داد.



خانواده و رشد اخلاقی و هنجاری فرد در اسلام

همانطور که می دانیم خانواده از منظر اسلام اولین و مهمترین گروه انسانی در اجتماع است. تأثیر خانواده بر شکل گیری شخصیت، میزان و درجه جامعه پذیری و نهادینه شدن هنجارهای اجتماعی و در نتیجه، در رفتارهای آتی آن ها، مورد توجه بیش تر صاحب نظران بوده است. این که خانواده دارای چه ویژگی های اخلاقی باشد و چه میزان به ارزش ها و هنجارهای اخلاقی اهمیت دهد و آنها را در میان فرزندان حاکم کند، روابط بین اعضای خانواده چگونه باشد و این هنجارها آن را به درستی اعمال کنند، می تواند اعضای خانواده را در برابر انواع انحرافات از جمله «اعتیاد» بیمه کرده یا زمینه را برای حرکت در مسیر انحراف فراهم نماید. درست به دلیل نقش و اهمیت وافر خانواده است که اسلام ریشه حل نمودن و یا پیشگیری از بسیاری از نارسایی ها و مصائب اجتماعی را در خانواده جستجو می نماید. لذا سلامت اعضای خانواده و رشد و ارتقای آن ها را در گرو انجام مسئولیت های اخلاقی و اجتماعی است. در همین رابطه حضرت علی (علیه السلام) در نامه ای به مالک اشتر می فرماید: «توخ منهم أهل التجربة من أهل البيوتات الصالحة و القدم فی الاسلام». از میان مردم، کسانی را برای کارگزاری انتخاب کن که تجربه و حیا دارند، از خانواده های صالح و صاحب قدم های مفید در اسلام و دارای سوابق شایسته اند. این بیان حضرت علی (ع) بدرستی بر ارزش های خانوادگی در امر تربیت اصالت خانوادگی استوار است.

بر این اساس، دین اسلام حقوق متقابلی برای فرزندان و والدین برشمرده و آن ها را به رعایت آن حقوق سفارش نموده است. حضرت در این زمینه می فرماید: «انّ للولد علی الوالد حقاً و انّ للوالد علی الولد حقاً، فحق الوالد علی الولد ان یتطعمه فی کل شیء الا فی معصية الله؛ و حق الولد علی الوالد ان یحسن اسمه و یحسن اذبه و یعلمه القرآن». برای فرزند بر پدر حقی است و برای پدر بر فرزند حقی. حق پدر بر فرزند این است که او را در همه چیز اطاعت کند، مگر در معصیت خداوند سبحان. و حق فرزند بر پدر آن است که اسم زیبا بر او بگذارد و فرهنگ سازنده او را نیکو کند و قرآن را به او تعلیم نماید. در خطبه 34 نهج البلاغه که اگرچه بر حقوق متقابل حاکم و جامعه اشاره دارد اما بر مفهومی متمرکز است که در تربیت و تعلیم خانوادگی نیز بسیار حائز اهمیت است. مفهوم «تأدیب» به معنای لغوی ادب کردن در ساحت اجتماعی به معنای رشد و نمو اخلاقی و فرهنگ مدنی است. برخی از مفسرین از این واژه همانا رشد اخلاقی و شخصیتی فرد، تعامل با دیگران، رعایت آداب اجتماعی، دوری از بزهکاری و آزار دیگران و در یک کلام تقویت مدنیت در جامعه را مستفاد کرده اند.

از سوی دیگر می توانیم سطح تحلیل خود را از خانواده به گروه اجتماعی نیز تسری دهیم. در این معنا می توان گفت اگر رشد اخلاقی و هنجاری فرد در سطح خانواده تز استانداردهای مطلوبی برخوردار باشد، فرد در سطح گروه اجتماعی نظیر گروه های همسال نیز می تواند مورد پذیرش همگانی برخوردار شود. ارتباط فرد و گروه همسال ارتباطی متقابل و تعاملی است. در واقع فرد برای این که مقبول جمع دوستان و همسالانش باشد و با آن ها ارتباط و معاشرت داشته باشد، ناگزیر است هنجارها و ارزش های آن ها را بپذیرد. در غیر این صورت، از آن جمع مطرود می شود. از این رو، به شدت متأثر از آن گروه می گردد، تا حدی که اگر بنا باشد در رفتار فرد تغییری ایجاد شود یا باید هنجارها و ارزش های آن جمع را تغییر داد یا ارتباط فرد را با آن گروه قطع کرد. تأثیر گروه همسالان، همفکران و همکاران و دوستان در رشد شخصیت افراد کم تر از تأثیر خانواده نیست؛ چرا که در مرحله بعد از محیط خانواده، منحصراً زیر نفوذ این گروه قرار می گیرد. بدین روی، اگر فردی با گروهی از معتادان رابطه برقرار کند و با آن ها دوست شود، به تدریج تحت تأثیر رفتار آن ها قرار می گیرد و معتاد می شود، چون از سویی، ملاک پذیرش و قبول فرد توسط یک گروه و جمع، پذیرفتن ارزش ها و هنجارهای آن هاست و از سوی دیگر، معتادان هم علاقه مندند که مواد مخدر را به طور دسته جمعی استعمال کنند که هم در موقع استعمال مصاحبتی داشته باشند و هم از شدت فشار سرزنش اجتماع بر خود بکاهند. از این رو، معتادان علاقه مندند که دوستان و همسالان خود را به جرگه اعتیادشان بکشانند. در این صورت، اگر نوجوانی از تعلیم و تربیت مقدماتی و صحیح خانوادگی محروم باشد و در محیط اعتیاد زندگی کرده و با دوستان معتاد نیز سر و کار داشته باشد، احتمال این که معتاد شود زیاد است.

گرچه بعضی از افراد از چنان اراده ای قوی برخوردارند که تحت تأثیر گروه همسالان بزهکار قرار نمی گیرند و چه بسا بر آنان اثر می گذارند، اما این افراد تعدادشان بسیار اندک است و اکثریت افراد به سبب سستی اراده و ضعف ایمان، با هر گروهی که ارتباط پیدا می کنند از آن ها متأثر می شوند. در این باره، در سخنان پیامبرگرامی (صلی الله علیه وآله) آمده است: «المرء علی دین اخیه». هر انسانی بر شیوه و طریقه دوست و رفیق خود زندگی می کند. از این رو، رهبران دینی ما را از ارتباط و معاشرت با افراد منحرف و بزهکار باز می دارند. حضرت علی (علیه السلام) در نهج البلاغه می فرماید: «مجالسة اهل الهوی منساة للایمان و محضرة للشيطان». همنشینی با هواپرستان ایمان را به دست فراموشی می سپارد و شیطان را حاضر می کند. همچنین امام صادق (ع) می فرماید: «لا تصحبوا اهل البدع و لاتجالسوهم فتصيروا عند الناس كواحد منهم». با افراد منحرف همنشینی و معاشرت نداشته باشید، زیرا همنشینی با آن ها موجب می شود که مردم شما را یکی از آن ها به شمار آورند.



مسیحیت و ترک اعتیاد

اعتیاد یکی از معضلات جدی است که پیامدهای بسیاری را نیز با خود به همراه می‌آورد. مواقع زیادی را می‌توان یافت که رفتاری خطرآفرین در فردی تثبیت شده و او را در معرض خطر قرار داده است. در این صورت شخص نیازمند وارد شدن به برنامه رسمی ترک و آغاز فرایند بهبودی است. پدیده‌ای که از آن به «ترک» یاد می‌شود به طور عمده شامل اقداماتی همچون سم‌زدایی، درمان گروهی، آموزش روانی، معرفی به گروه‌های حمایتی بیرونی (مانند برنامه 12 گام) و نهایتاً مشاوره فردی است. همچنین بسیاری از مراکز درمانی خدمات روانپزشکی نیز به ویژه برای دو گونه اختلال (افسردگی و دوقطبی) ارائه می‌دهند. این مراکز همچنین برنامه‌هایی را نیز به اعضای خانواده‌ها و آموزش مهارت‌های زندگی اختصاص می‌دهند. اگرچه ترک بدون بستری شدن هم وجود خارجی دارد اما فرایند ترک اصولاً یک فرایند بالینی است.

همانندی‌های زیادی میان مراکز درمانی وجود دارد، اما هریک از آن‌ها برنامه‌های و بنیان‌های منحصر به فردی نیز دارند. در این میان برخی از برنامه‌ها نیز وجود دارند که از آن‌ها به «برنامه ترک اعتیاد مسیحی» یاد می‌شود. اگرچه این برنامه‌ها نیز دارای تفاوت‌هایی با یکدیگر هستند، اما عمدتاً در چند ویژگی مشترک هستند؛ اولاً در آن‌ها خدا، درمانگر اصلی به حساب می‌آید، ثانیاً در فرایند درمان به طرق مختلف به عقاید مسیحی توسل می‌شود. از سوی دیگر بسیاری از مراکز مسیحی اعتیاد را یک مسئله روحی و معنوی می‌دانند که عوامل زیستی، اجتماعی و احساسی هم دارد. اعتیاد اغلب با میل به جلوگیری از احساسات دردناک همراه است. در این خصوص اما مسیحیان معتقدند تنها خداوند می‌تواند این درد و اندوه را تسکین دهد (متی 11: 28، پطرس 5: 7، یوحنا 16: 33). ترک اعتیاد به شیوه مسیحی همچنین معنویت را مسیری رو به درمان قلمداد می‌کند. مصرف مواد نمی‌تواند جای خدا را برای فرد پر کند؛ لذا احیای روابط شخص با خدا منجر به توقف مصرف مواد می‌شود. در بیشتر برنامه‌های ترک اعتیاد به شیوه مسیحی، بیماران در کنار حمایت فیزیکی، روانی و فکری، رهنمودهای معنوی نیز دریافت می‌کنند و واقعیت کتاب مقدس به مثابه یک افزار درمانی رخ می‌نمایاند.

هم کتاب مقدس و هم جامعه علیه اعتیاد می‌گویند اما این‌ها منجر به مصونیت مسیحیان در برابر آن نمی‌شود. همراهی با مسیح باعث می‌شود که ما عاری از گناه شویم (نامه به رومیان 6: 6-11، یوحنا 8: 36). با این حال ما باید تلاش کنیم که با این آزادی زندگی کنیم. پولس مقدس درباره دعوی مسیحی علیه گناه در آیه هفتم نامه به رومیان صحبت می‌کند. وی همچنین در افسسیان 4: 22-24 نیز می‌نویسد «به شما آموخته شد، که چگونه از شیوه پیشین زندگی خود فاصله گرفته و خود قدیمیتان را کنار بگذارید. زیرا نفس شما آکنده از وسوسه‌های نفسانی بود؛ این کار منجر به تابیدن نوری جدید به اذهان شما شده خود جدیدی را برایتان به وجود می‌آورد که خداگونه و در مسیر انصاف و تقدس باشد.» بنابراین درخواست کمک جهت کنار گذاشتن خود قدیمی امر شرم‌آوری نیست. مسیحیان نه تنها برای چیره شدن بر اعتیاد از قدرت روح القدس برخوردارند، از کمک جسمانیت مسیح را کنار خود دارند (1).



CUDRAS

Center for Universal Drug Research
Approaches & Studies



رهایی از اعتیاد در یهودیت

اعتیاد از منظر پیروان آیین یهودیت یک بیماری است که بر افراد همه مذاهب و بر زمینه های معنوی آنها تاثیر می گذارد. با این حال جامعه یهودی با این امر که سوء مصرف مواد بر ایمان مردم تاثیر ندارد، مخالف است. به همین دلیل مراقبین روحانی یهودی به طور فزاینده جامعه را با مخاطرات سوء مصرف مواد آگاه می کند. تاسیس مراکز درمانی با توجه ویژه به قوانین مذهبی یهودیان ارتدکس، منعکس کننده آگاهی رو به رشد جامعه از مخاطرات سوء مصرف مواد و نقش آگاهی مذهبی در پیشگیری و بهبودی از اعتیاد است.

از منظر یهودیت کلید پیشگیری و بهبودی از اعتیاد تسلط بر خود با ایجاد یک مجموعه نیرومند از واکنش های ما به استرس است که می تواند شرایطی فراهم کند که موجب رهایی از تفکر و رفتار اعتیادآور شود. در این میان مراقب روحانی می تواند نقش مهمی در بهبودی فرد و بازگشت او به جامعه داشته باشد. او با آموزش های دینی و مذهبی می تواند شناخت فرد از خدا را تقویت کرده و آگاهی و ارتباط مستمر با خداوند را تقویت و فرد را در برابر اعتیاد مقاوم کند. همچنین می تواند به فرد بهبودیافته آموزش دهد، چطور شرایط، افراد و استرس ها از طریق روحانی و معنوی هدایت و کنترل شود. مراقب روحانی می تواند از طریق نماز خواندن، انجام فرامین الهی و انجام امور خیر دستورات مذهبی و معنوی را که به واسطه وابستگی به مواد کم رنگ شده را در فرد بهبود یافته پرورش دهد. در یهودیت نماز و عبادت از ابزارهای مذهبی آشکاری هستند که می توان از طریق آن باعث بهبودی فرد و اعضای خانواده او شود.

مراقب روحانی می تواند به فرد بهبود یافته کمک کند تا از طریق نماز خواندن به گسترش آگاهی و شناخت خدا برسد. به ویژه نماز خواندن و افزایش ارتباط فرد با خدا هنگام بیدار شدن و به خواب رفتن نقش مهمی در ادامه بهبودی فرد دارد. همچنین فرد از طریق انجام اعمال مذهبی آگاهی و تجربه خود را از امر مقدس گسترش می دهد و می تواند در ادامه تجربیات خود را جایگزین احساسات و گرایش های اعتیادآور خود کند. در یهودیت، مراقبین روحانی به افراد بهبود یافته آموزش می دهند تا با تفکر بر آیه های کتاب مقدس، نام افراد مذهبی و مهم، الهه یا شعری از سنت ذهن و رفتار خود که منجر به اعتیاد شده را تغییر دهند.

همچنین مراقب روحانی با استفاده از ایماژهای کتاب مقدس و در یک زمینه معنوی مسئله اعتیاد و عوارض سوء مصرف مواد را مطرح و فرد را به خروج از آن دعوت می کند. به عنوان مثال، داستان خروج کودکان یهودی از مصر به عنوان مدلی برای سفر از اعتیاد به بهبودی معرفی می شود. مصر در ادبیات زبان عبری به معنای مکانی باریک و تنگ است، مظهر جایی که یهودیان در آن به بردگی گرفته شده اند، اعتیاد هم از یک ریشه لاتین به معنای تسلیم شدن است، بنابراین وابستگی به مواد هم نوعی بردگی است که فرد باید خود را آزاد کند. داستان خروج یهودیان از مصر، داستان هر معتاد یهودی است که در حال بیرون آمدن از مکان تنگ و باریک خودش است (2).

امروزه در جامعه یهودیت، رهایی از اعتیاد به منزله رسیدن به نور تصویر می شود. به گونه ای که مراقبین مذهبی و درمان گران با نشان دادن شیوه های خرد و حکمت از تعالیم یهودیت تفکر فرد را تغییر می دهند. همچنین از کنیسه ها، سازمان ها، افراد و خانواده ها برای پشتیبانی و حمایت معنوی از فرد معتاد کمک می گیرند.

راه اصیل هشتگانه و رهایی از اعتیاد در بودیسم



CUDRAS

Center for Universal Drug Researches
Approaches & Studies

نخستین بال مسیر هشتگانه، درک صحیح چارچوب آموزه های بودا از جمله چهار حقیقت شریف و تمیز دادن دیدگاه درست از دیدگاه غلط است. یکی از دیدگاه های غلط بنیادین این است که رضایت و سعادت ابدی را می توان از دنیای مادی کسب کرد و تلاش برای رسیدن به سعادت و رهایی از رنجش در این مسیر مأمَن دروغین است. از این رو، رفتار اعتیاد آمیز یک مأمَن دروغین است که در بهترین حالت خود در تسکین دردها و رنجش به طور کامل توفیق نمی یابد و منجر به سعادت حقیقی که همانا آزادی از رنجش و نیل به روشن ضمیری است نمی شود. در آیین بودایی، دلیل گرایش و روی آوردن مردم به مأمَن دروغین ذات گناه آلود نیست بلکه جهالت است. در این دیدگاه، مردم مقصر نیستند، بلکه با ایجاد حس همدردی و ترحم، بودایسم در کار با افرادی که با مشکل اعتیاد دست و پنجه نرم می کنند مثمر ثمر واقع می شود. یکی از دیدگاه های درست در این آئین، وجه ناپایداری پدیده هاست، خواه آن پدیده موجودی طبیعی هم چون درخت باشد، خواه انسان باشد و یا روابط انسانی. این موضوع امکان تغییر بهره مندانه را ممکن می سازد. به همین شکل، در تشریح اهمیت موضوع رفتار اعتیاد آمیز می توان بر وجه تغییرپذیری تکیه کرد. در رابطه با خود نیز، هیچ روح و یا خود غیرقابل تغییری وجود ندارد. بنابراین در این دیدگاه، به شخص به مثابه یک فرایند نگرینسته می شود.

انگیزش صحیح

دومین بال این مسیر هشتگانه، چشم پوشی از خود و بی ضرر بودن است. در شکل مثبت خود، این بال در واقع همان بخشندگی، ترحم و مهربانی است. یکی از محسنات مورد تأکید در بودایسم، بخشندگی است. هدف این وجه از مسیر سعادت، کاشت بذر عواطف و احساسات مثبت است که در واقع انگیزش زیست یک زندگی روحانی و معنوی است. آثار متاخر در زمینه اعتیاد نیز بر اهمیت انگیزش و انجام مصاحبه های تقویت انگیزه تأکید می کند. مصداق بارز این رویکرد را می توان در « 12 قدم » اعضای انجمن های مصرف کنندگان الکل گمنام مشاهده نمود.

اصول اخلاقی

سه بال بعدی مسیر شریف هشتگانه هر سه مرتبط است با رفتار اخلاقی بر حسب کلام، کنش فیزیکی و معیشت. اصل نهفته در اصول اخلاقی کارماست و دستورالعمل رفتار اخلاقی در قالب 5 قاعده ارائه شده است. قاعده پنجم به خویش تن داری در برابر مصرف بی رویه مشروبات تقطیر و تخمیر شده اشاره دارد. در سنت بودایی تراوادین (3)، برخی معتقدند این قاعده به معنی عدم مصرف مشروبات سکرآور نیست، بلکه در تقابل و تضاد با میزان مصرفی است که به بی توجهی و تشویش ذهنی منجر می شود. هرچند برخی دیگر از تعبیر، هرگونه مصرف مسکرات را تقبیح می کنند. در این قاعده، هیچ گونه اشاره ای به مواد دیگر جز الکل نشده است. دلیل آن این است که در زمان بودا، مشروبات خمر و تقطیر شده دو نوع عمده مسکرات بوده است. برخی از تفاسیر حکایت از آن دارد که قاعده پنجم شامل همه مواد سکرآور نیز می شود.

پنجمین مرحله از مسیر شریف هشتگانه اتخاذ «الگوی زیست صحیح» است. تجارت مشروبات سکرآور یکی از پنج تجارتی است که در این آئین، به عنوان عامل بازدارنده پیشرفت در مسیر معنوی است. در این رویکرد، مصرف مواد سکرآور به ویژه مواد تریاک پایه، هم ردیف دیگر فعالیت های نامشروع هم چون دروغگویی و دزدی است. نتیجه و ماحصل کارمایی چنین اقدامی رنج بیشتر و افزون خواهد بود. در این شرایط، مصرف مواد اعتیاد آور و زیستن هردو تهییج کننده ناراحتی است و ولع بیشتر را برای رهایی از رنجش از طریق مصرف بیشتر مواد در پی خواهد داشت.

سه جزء پایانی مسیر شریف هشتگانه، عبارتند از تلاش صحیح، مراقبت صحیح و تمرکز صحیح که اساساً مرتبط با مکاشفه هستند. تلاش صحیح عمدتاً به رشد و صیانت از حالات روانی ماهرانه ارتباط پیدا می کند. همچنین شامل آنچه که از آن با عنوان «محافظة از دروازه های احساسات» یاد می کنند می شود. این به معنای پیشگیری از قرار گرفتن در معرض محرک هایی است که حالات روانی مبتدیانه ایجاد می کند. مکاشفه یکی از روش های اصلی است که در آئین بودایی برای تغییر احوالات انسانی به کار گرفته می شود. مکاشفه در کنار استراحت و تمرین عادات صحیحی هستند که می توانند جایگزین درمان اعتیاد منفی شوند (4).

- 1- <https://www.gotquestions.org/Christian-rehab.html>
- 2- K. M. Loewenthal, "Addiction: alcohol and substance abuse in Judaism," Religions, vol. 5, no. 4, pp. 972-984, 2014
- 3- Theravadin Buddhis
- 4- Glasser, W. (1976) Positive Addictions, New York: Harper & Row. and, Groves, P., & Farmer, R. (1994). Buddhism and addiction. Addiction Research, 2 (2): 183-194