

نیازها در بهداشت روان نقش



مهدی عباسی*

مقدمه

در فرهنگ دینی، تقرب به خدا در سایه حیات طیبه، عالی‌ترین هدف انسان در زندگی است که البته باید آن را به دست آورد. تنها بستر تحقق این هدف، همین چند صباح زندگی انسان است. در این میان «زندگی» همه آن چیزی است که ما برای رسیدن به آن هدف عالی در اختیار داریم. پس باید توجه داشت دنیا و زندگی در آن، بسی مهم‌تر از آن است که در اذهان عمومی وجود دارد.

بی‌شک موفقیت در این راه، در گرو بودن در حیات طیبه‌ای است که خداوند آن را برای انسان پسندیده است:
* من عمل صالحاً من ذکر او انشی و هم مؤمن فلنحیینه حیوة طیبة و

لنجرنهم اجرهم باحسن ما كانوا يعملون^۱.

جان و بدنی که در اختیار انسان قرار دارد نیز با تمامی دستگاه‌های دقیق و حیرت‌انگیز نعمت‌هایی که از طرف خالق حکیم برای زیستن انسان و به تکامل رسیدن در همین حیات طیبه، به او ارزانی شده است. لکن ساختار مرموز خلقت انسان، شرایطی را برای سلامت زندگی او ایجاد می‌کند که بهترین و ابتدایی‌ترین این شرایط، در اجتناب از موقعیت‌های مضر و مخل به این هدف است. به عبارت دیگر پیشگیری، قدم اول در این راه است که تعالیم اخلاقی اسلامی نیز که بخشی از آن در قالب امر و نهی ارشادی، از طریق روایات نبوی و ائمه اطهار^{علیهم‌السلام} به ما رسیده است، برای همین هدف است. اساساً عمل به اوامر الهی و اجتناب از محرمات مگر دلیلی غیر از این می‌تواند داشته باشد؟ امام رضا در حدیثی فرمودند:

«ما اطلاع کامل داریم و می‌دانیم که آنچه را خداوند تبارک و تعالی - حلال کرده، صلاح و سعادت مردم در آن نهفته و بقا و دوام جامعه به آن چیزهای حلال بستگی دارد... و اما چیزهایی حرام سبب فساد خواهد شد و مردم را به طرف نابودی هلاکت می‌کشاند»^۲.

در فرهنگ دینی، تقرب به خدا در سایه صیانت طیبه، عالی‌ترین هدف انسان در زندگی است که البته باید آن را به دست آورد. تنها بستر تحقق این هدف، همین چند صباح زندگی انسان است.

۱. «هر کس کار شایسته‌ای انجام دهد، خواه مرد باشد یا زن، در حالی که مؤمن است، او را به حیاتی پاک زنده می‌داریم و پاداش آن‌ها را به بهترین اعمالی که انجام می‌دادند، خواهیم داد» (نحل/۷).

۲. علامه مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۲، صص ۱۶۷ - ۱۶۶.

در علم روان‌شناسی نیز، مبحث مهمی با نام بهداشت روانی^۱ عهده‌دار مطالعه و بررسی عوامل مؤثر در این باره است. بنا به یک تعریف، «بهداشت روانی» عبارت است از مجموعه عواملی که در پیشگیری از ایجاد و یا پیشرفت روند وخامت اختلالات شناختی، احساسی و رفتاری در انسان، نقش مؤثر دارند.^۲ در حقیقت بهداشت روانی دانش یا هنری است که به افراد کمک می‌کند تا با ایجاد و معرفی روش‌های صحیح رفتاری، روانی و عاطفی، بتوانند با محیط خود سازگاری حاصل نموده، برای حل مشکل از راه‌های مطلوب اقدام نمایند.^۳

از طرف دیگر، آدمی از زمان تولد، دنیایی از نیازهای زیستی، روانی و اجتماعی، به همراه دارد که دائماً تحت تأثیر این نیازهاست و به نسبت محرومیت و یا ارضای آن‌ها رفتار می‌کند. بنابراین زندگی او هیچ وقت در حال سکون مطلق نیست، بلکه دائماً در کشمکش و تلاش برای تأمین این نیازها است. بهداشت روان نیز در جهت هدف اصلی خود (پیشگیری) سعی در ایجاد محیط فردی و اجتماعی مناسب برای شکوفایی استعدادهای انسان دارد. این محیط بر مبنای اصولی پایه ریزی می‌شود که اصول اساسی بهداشت روانی خوانده می‌شوند. یکی از این اصول «شناسایی نیازها و محرک‌هایی است که سبب ایجاد رفتار و اعمال انسان می‌شود».^۴ بنابراین می‌توان گفت، رعایت اصول بهداشت روانی مستلزم، دانستن و اهمیت دادن به احتیاجات افراد است. احتیاجاتی که اصل وجودشان، تأمین و عدم تأمین و چگونگی برآورده شدنشان به

1. Mental health.

۲. سعید شاملو، بهداشت روانی، ص ۱۸. ۳. بهروز میلانی فر: بهداشت روانی، ص ۱۷.

۴. همان، ص ۲۲.

رفتار و فرایندهای روانی فرد، جهت می دهد. که این جهت گیری در ایجاد زمینه های سلامت روانی یا ایجاد اختلالات روانی مؤثر است. در ادامه، سعی شده، در راستای اصل فوق، با نگرشی بر تعالیم اسلامی، نقش نیازها و چگونگی تأمین آنها در سلامت روانی فرد، تبیین گردد.

جایگاه نیازها در سطوح بهداشت روان

در برخی مطالعات روان شناختی، بهداشت روانی در سه سطح پیشگیری اولیه، ثانویه و ثالثیه بررسی شده است:

۱. پیشگیری اولیه: به کاربرد روش ها و ابزارهای اشاره دارد که در جلوگیری از ظهور بیماری و اختلال رفتاری مؤثر هستند و رفتارهای مثبت را تقویت می کنند.

۲. پیشگیری ثانویه: عبارت است از مداخله زود هنگام در شناخت و درمان سریع نشانگان یک بیماری یا اختلال، با این هدف که از شیوع و گسترش مشکل کاسته شود.

۳. پیشگیری ثالثیه: عبارت است از کاستن از گسترش عوارض جانبی که در حاشیه یک بیماری یا اختلال وجود دارد.^۱

اما باید به این نکته توجه داشت که در سطوح مطلوب بهداشت روانی، تنها نداشتن علائم بیماری و اختلال کافی نیست و فقط یکی از اهداف بهداشت روانی، کمک به فرد بیمار برای سازگاری با شرایط موجود و رفع مشکل پیش آمده است. بهداشت روانی در سطوح بالاتر افراد را قادر می سازد تا توانایی های جسمی و روانی خود را به حداکثر

رسانده و بتوانند از زندگی بارور و هماهنگ با محیط برخوردار باشند. گذشته از آن چگونگی تأمین نیازها در هر یک از سطوح بهداشت روانی در رسیدن به هدف مرتبط با آن سطح پیشگیری، مؤثر است، لکن توجه به نیازها در سطح اول از این رو دارای رتبه اول اهمیت است که فرد، مسیر طبیعی رشد خود را طی می‌کند و مانعی مانند بیماری یا اختلال روانی بر سر راه خود ندارد. از این رو توجه به اصول سلامت روانی در سطح اولیه بهداشت - از جمله اصل نیاز - است که می‌تواند انسان را در دریافت درست ابعاد وجودی خویش و واقعیت‌های هستی، حداکثر سازگاری و بهره‌برداری از استعدادها و ظرفیت‌های خود و محیط در جهت کسب کمال و شکوفایی فطرت و نیل به سعادت انسانی که در واقع، همان دست‌یابی به لذت‌های برتر و پایداری اخروی است، کمک نماید.

احساس نیاز^۱ سرچشمه جریان زندگی

نیاز، نشان‌دهنده حالتی در موجود زنده است که به سبب آن حالت، تعادل موجود زنده به هم می‌خورد.^۲ احساس نیاز عبارت از حالتی درونی است که تا حدودی (ضعیف یا قوی) این حالت یا احساس، زیر حد رضایت‌بخش است. به هر حال این حالت نمایانگر فقدان چیزی است که برای بهزیستی فرد لازم است.

در حقیقت کلبه نیازها عواملی برای ادامه حیات هستند که برای تأمین شدن هر کدام از آنها خداوند متعال، قوایی را در سازمان روان -

1. Need.

۲. سعید شاملو: بهداشت روانی، ص ۳۰.

تنی انسان قرار داده ایست که انسان را به انجام پاره‌ای کارها مانند خوردن، آشامیدن، خوابیدن، رفتارهای جنسی و... تحریک می‌کند تا بدین وسیله این نیازها تأمین شوند.

در حقیقت کلیه نیازها به عنوان عواملی برای ادامه حیات هستند که برای تأمین شدن هر کدام از آنها خداوند متعال، قوایی را در سازمان روان - تنی انسان قرار داده است

بیان شریف حضرت امام صادق علیه السلام بر واقعیت فوق اشاره دارد. آن جا که حضرت، وجود محرک‌های ناشی از نیازها را در انسان، عامل حفظ هماهنگی در دستگاه‌های مختلف و حفظ سلامتی او معرفی می‌کند:

«گرسنگی مقتضی خوردن غذا است که زندگی و قوام بدن به آن است و بی‌خوابی محرک بر خواب است که راحت بدن و استراحت قوای بدن به آن است و شهوت محرک بر جماع است که دوام نسل و بقای نوع انسانی به آن است. اگر گرسنگی نبود و غذا خوردن برای آن بود که آدمی می‌دانست که بدن به آن محتاج است و در طبع آدمی حالتی نبود که او را به خوردن مجبور گرداند، در بسیاری از اوقات از خوردن، کسالت و سستی می‌ورزید و در نتیجه بدنش تحلیل می‌رفت و هلاک می‌شد. چنانچه گاهی انسان برای اصلاح بدن خود به دارویی نیازمند می‌شود و سهل‌انگاری می‌کند تا به بیماری‌های مهلک و مرگ منجر شود. همچنین اگر خواب رفتن به آن بود که می‌دانست بدن و قوای آن برای استراحت به آن نیازمندند، ممکن بود که آن را مشکل پندارد و یا به علت حرص از انجام آن مسامحه کند و قوای بدنش بکاهد. اگر عمل جماع هم برای به

هم رسانیدن فرزند بود، بعید نبود که سستی ورزد و آن را انجام ندهد تا نسل کم شود و یا منقطع گردد، زیرا بعضی از مردم به فرزند رغبتی ندارند و به آن اعتنایی نمی‌کنند. پس نظر کن که مدبر علیم برای هر یک از این افعال که صلاح و قوام بدن به آن‌هاست، محرکی از نفس طبیعت، برای آن مقرر گردانیده است که آن را تحریص نماید و به انجام آن مضطر گرداند.^۱

برخی روان‌شناسان^۲ نیز به جای پذیرش یک منبع انگیزشی به عنوان تولید کننده نیروی محرک، در انسان نیازهایی را مطرح می‌کنند که به صورت سلسله مراتبی مرتب شده‌اند و پیدایش رفتار را ناشی از احساس چنین نیازهایی می‌دانند. به این صورت که نیاز، منجر به برهم خوردن تعادل حیاتی انسان می‌شود و عدم ارضای آن موجب کاهش عملکرد و اختلال در کنش می‌گردد و از طرف دیگر ارضای آن نیاز باعث رفع تنش پدید آمده و رسیدن به تعادل حیاتی می‌گردد.^۳

بنابراین آن نیرویی که توجه و انگیزه^۴ فرد را نسبت به حفظ تعادل حیاتی خویش جلب می‌کند و به خاطر آن حرکت می‌کند. احساس نیاز است. اصولاً گفته می‌شود انسان بدون انگیزه دست به هیچ فعالیت و رفتاری نمی‌زند و از طرف دیگر هیچ انسانی دارای انگیزه‌ای نمی‌شود مگر بر اساس نیازی که برای او مطرح شده است. انگیزه‌ها نیز عامل تعیین جهت رفتار و فرایندهای روانی به سوی ایجاد شرایط مثبت، یا به

۱. بحار الانوار، (توحید مفصل)، ج ۵۸، ص ۲۲۵.

۲. مزلو، مورای، کلیل و... .

۳. محمد کریم خدا پناهی: انگیزش و هیجان، ص ۱۷۱.

۴. دو اصطلاح نیاز و انگیزه به صورت‌های تعریف شده‌اند که البته گاهی اصطلاح انگیزه بر نیاز منطبق می‌شود.

عکس، شرایط منفی در زندگی هستند. پس می‌توان از اصل وجود احساس نیاز در انسان، به عنوان عاملی تعیین‌کننده در بهداشت روانی فرد نام برد.

**اصولاً گفته می‌شود انسان بدون انگیزه دست
به هیچ فعالیت و رفتاری نمی‌زند و از طرف دیگر
هیچ انسانی دارای انگیزه‌ای نمی‌شود مگر بر
اساس نیازی که برای او مطرح شده است.**

نقش انواع نیازها در بهداشت روان

انسان بر اساس ساختار پیچیده وجودی‌اش، در زندگی با دو گونه نیازمندی روبه‌روست: نیازمندی‌های اولی و نیازمندی‌های ثانوی، طبق بیان شهید مطهری، نیازمندی‌های اولی از عمق ساختمان جسمی و روحی بشر و از طبیعت زندگی اجتماعی سرچشمه می‌گیرد. تا انسان، انسان است و تا زندگی اجتماعی است، این گونه نیازها برای وی مطرح است. این نیازمندی‌ها یا جسمی است، یا روحی و یا اجتماعی، نیازهای جسمی از قبیل نیازمندی به خوراک، پوشاک، مسکن، همسر و غیره، نیازمندی‌های روحی از قبیل علم، زیبایی، نیکی، پرستش، احترام و تربیت؛ و نیازمندی‌های اجتماعی از قبیل معاشرت، مبادله، تعاون، عدالت، آزادی و مساوات.^۱

در مطالعات بهداشت روانی اصل شناخت نیازها و نقش آن‌ها در سلامت روان، به انواع و اقسام مختلف آن‌ها قبول شده است. به عبارت

دیگر ارضای همه نیازها اعم از نیازهای جسمی، روانی و اجتماعی به نحوی در تأمین سلامت روانی افراد مؤثر است. این مطلب در حدیثی از حضرت امام صادق علیه السلام به روشنی بیان شده است. حضرت می فرمایند:

«خَشُّ خِصَالٍ مَنْ قَدَّ وَاحِدَةً مِنْهُنَّ لَمْ يَزَلْ نَاقِصَ الْعَيْشِ زَائِلَ الْعَقْلِ مَشغُولَ الْقَلْبِ، فَأَوَّلُهَا: صِحَّةُ الْبَدَنِ، وَالثَّانِيَّةُ: السَّعَةُ فِي الرِّزْقِ، وَالرَّابِعَةُ: الْإِنْسِ الْمَوَافِقُ...»^۱.

پنج چیز است که هر کس یکی از آنها نداشته باشد، همواره در زندگی اش نقص داشته، فکرش مشوش و دلش نگران است: اول آنها، سلامت جسم، دوم امنیت، سوم وسعت روزی، چهارم همراز و مونس هم رأی... .

ما نیز در این مقال، نقش نیازها را در بهداشت روانی، در دو قسم کلی نیازهای زیستی و نیازهای روانی-اجتماعی بررسی خواهیم کرد که به تناسب هدف کلام، در هر یک از این دو قسم، موضوع های دقیق تری بیان خواهد شد.

نیازهای زیستی

در فرهنگی اسلامی تأکید فراوانی به شناخت نیازها شده است و برداشت های منطقی در مورد لزوم برآورده شدن نیازهای انسانی وجود دارد. در قرآن کریم نیازهای انسان از زبان ابراهیم علیه السلام در آیات ۷۸ تا ۸۲ سوره شعرا به این صورت مطرح شده است:

«وَأَنْ كَمَا بِيَا فَرِيدٍ، هَمَّ أَوْ مَرَا رَاهِنَمَايِي مِي كُنْد. هَمَّ أَوْ بِي مَن طَعَام مِي دَهْد و مَرَا سِيرَاب مِي سَازد و چُون بِيْمَار مِي شُوم شَفَايِم مِي بَخْشُد. آن

۱. شیخ صدوق: الخصال، ج ۱، ص ۲۸۴.

که مرا می‌میراند و سپس زنده می‌کند و آن که امیدوارم در روز قیامت، خطایم را ببخشاید».

علامه طباطبایی منظور از هدایت را در این جا راهتمایی کردن به منافع دنیوی و اخروی (هر دو) مطرح می‌سازد و جملات بعدی را که درباره تغذیه و سیراب کردن و رفع بیماری است به عنوان خلاصه‌ای از نیازهای مادی معرفی می‌نماید که به طور اجمال در مفهوم هدایت نیز مطرح شده‌اند.^۱

البته به خاطر ساختار مرموز وجود انسان تمامی نیازهای بشر به صورتی ظریف و پیچیده و مستمر، در هم تنیده و به هم مربوطند. از این رو نیازهای به اصطلاح زیستی مانند گرسنگی، استراحت و میل جنسی تحت تأثیر و بر نیازهای روانی و اجتماعی قرار دارند. زیرا احتیاج یعنی کمبودی که فرد را به عملی وادار می‌کند، تا آن کمبود را جبران کند. احتیاج نه تنها جسمانی است بلکه دارای جنبه روانی نیز هست. در صورت شدت احتیاج، حالت روانی نیز شدید می‌گردد. هنگامی که نیاز ارضاء شود، تنش کم می‌شود و حالات روانی - عاطفی آرامی‌جانشین غلبان قبلی خواهد شد. در صورت تأمین نشدن احتیاج، حالت شدید هیجان روانی ادامه پیدا خواهد کرد و این هیجان‌ها تأثیرات متقابلی روی دستگاه‌های عضوی و عصبی خواهند داشت.^۲ به عنوان مثال، امکان دارد کودکی که غمگین باشد، غذا را پس بزند و حتی اگر آن را فرو ببرد، نتواند غذا را هضم کند با آن که ممکن است کودکی از ترس این که مادر یا پدر، خانه را ترک کنند، از خوابیدن امتناع ورزد.^۳ زیرا تلاش برای رفع

۱. محمد حسین طباطبایی: تفسیر المیزان، ترجمه سید محمد باقر موسوی همدانی، ج ۱۵، ص ۳۹۶.

۲. سعید شاملو: بهداشت روانی، ص ۴۷.

۳. میاکلسر پرینگل: نیازهای کودکان، ترجمه نیره ایجادی و جواد شافعی مقدم، ص ۵۵.

احتیاج اصلی بدن در انسان در حقیقت برقرار کردن تعادل حیاتی^۱ است. این در هم تنیدگی نیازها تا حدی است که برخی روان‌شناسان را، مانند «مزلو»^۲ بر آن داشته است تا سلسله مراتبی را برای نیازها معرفی نمایند و ظاهر شدن نیازهای مراتب بالاتر را به زمانی وابسته بدانند که نیازهای رده‌های پایین‌تر حداقل تا حدودی ارضا شوند.^۳

در این جا، به دلیل ارتباط تأمین چنین نیازهایی با بهداشت روان، به عنوان نمونه، نیاز به تغذیه و تمایلات جنسی می‌پردازیم، اما با این نگاه که آنچه از نیازها در این جا مد نظر است، نیازها و تمایلاتی است که یا انسان بدون تأمین آن نیازها یا میل‌ها قادر نیست به زندگی خود ادامه دهد؛ مثل نیاز به خوردن و آشامیدن و یا این که بقای نوع انسان در روی زمین به تأمین آن‌ها بستگی دارد، مانند نیاز جنسی.

۱. تأمین زندگی، مایه آرامش

از جمله نیازهای زیستی انسان که تأمین آن مرتبط با جریان حیات و ادامه زندگی است، نیاز به تغذیه است. در تعالیم اسلامی از دو منظر به این نیاز توجه داده شده است:

منظر اول

این که تأمین این‌گونه نیازها برای ادامه حیات به وسیله نعمت‌های الهی، امری ضروری است و آیات قرآن کریم نیز از این منظر به چند نکته اشاره دارند:

1. Homeostasis.

2. Abraham. h. maslow.

۳. آبرهام مزلو به نقل از دوان شولتز: نظریه‌های شخصیت، ترجمه کریمی و همکاران، ص ۳۶۱.

الف. توجه خداوند به روزی انسان

«اولم یروانا نسوق الی الارض الجرز فنخرج به زرعاً تأکل منه انعامهم و انفسهم افلا یبصرون»^۱ مگر ندیده‌اند که ما آب باران را به سوی زمین‌های خشک و پسی آب و علف، روان می‌سازیم تا به وسیله آن کشت‌ها را برویانیم و مزارع را سرسبز کنیم که از حاصل آن چارپایانشان و خودشان بخورند. آیا این‌ها را نمی‌نگرند.

ب. رخصت استفاده از روزی

در دسته دیگری از آیات صریحاً به استفاده انسان از خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها فرمان می‌دهد.

«یا ایها الناس کلو مما فی الارض حلالاً طیباً»^۲ ای مردم! از آنچه در زمین است، حلال و پاکیزه بخورید.

ج. نکوهش از خودداری‌های بی‌مورد

قرآن کریم علاوه بر رخصت استفاده از روزی، به نکوهش کسانی پرداخته که استفاده از یک دسته از خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها را بیجا و بدون هیچ علت و سبب بر خود ممنوع کرده بودند. «قل من حرم زینة الله التي اخرج لعباده و الطيبات من الرزق قل هي للذین امنوا فی الحیوة الدنیا خالصة یوم القیامة»^۳ بگو: چه کسی زینت‌های الهی را که برای بندگان خود آفریده و روزی‌های پاکیزه را حرام کرده است؟!

تأکید قرآن کریم در مسأله روزی انسان شاهدهی بر تأثیر این موضوع در سعادت وی است. زیرا همان‌طور که بیان شد، حیات طیبه و سعادت‌مندانه، چیزی است که خدا برای انسان برگزیده است. از این رو

۲. بقره/ ۱۶۸.

۱. سجده: ۲۷.

۳. اعراف/ ۳۲.

درباره ارتباط تأمین مایحتاج اولیه زندگی با بهداشت روانی می‌توان گفت:

۱. تضمین برای تأمین مایحتاج زندگی، نقطه اتکا و موجب آرامش است. از این رو در حدیثی از امام باقر علیه السلام وارد شده:

«قَالَ سَلْمَانٌ إِنَّ النَّفْسَ قَدْ تَلْتَأَتْ عَلَى صَاحِبِهَا إِذَا لَمْ يَكُنْ مِنَ الْعَيْشِ مَا تَعْتَمِدُ عَلَيْهِ، فَإِذَا هِيَ أَخْرَزَتْ مَعِيشَتَهَا اطْمَأَنَّتْ»^۱.

تاکید قرآن کریم در مساله روزی انسان شهادی بر تاثیر این موضوع در سعادت وی است. زیرا همان‌طور که بیان شد، حیات طیبه و سعادت‌مطلوبه، چیزی است که خدا برای انسان برگزیده است.

سلمان چنین گفت: همانا آدمی هنگامی که نقطه اتکا و تضمین کننده‌ای برای تأمین زندگی اش نداشته باشد، از درون به خود می‌پیچد و مضطرب می‌شود؛ اما هنگامی که توانست زندگی خود را تأمین کند، نفس آرام گرفته و مطمئن می‌گردد.

همچنین امام هادی علیه السلام از رسول گرامی اسلام نقل کرده‌اند که:

«إِنَّ النَّفْسَ إِذَا قُوَّتْهَا، اسْتَقْرَرَتْ»^۲. همانا نفس آدمی هنگامی که مایحتاج زندگی اش تأمین شد، آرام می‌گیرد.

۲. کمیت و کیفیت ارضای نیازهای اولیه زندگی، در تمامی ابعاد و مراحل زندگی فرد، میزان سلامت روانی را تحت تاثیر قرار می‌دهد. از این رو در تعالیم اسلامی بر مرد، به عنوان مسئول تأمین نیازهای خانواده،

۲. همان.

۱. اصول کافی، ج ۵، ص ۱۹.

خود، واجب شده، به قدری تلاش کند که بتواند در حدی مناسب و ضروری نیازهای اولیه خانواده خود را برآورده سازد. چرا که بسیاری از ناهنجاری‌های خانواده و اجتماع به این امر، کاملاً مربوط است. مثلاً غالب اختلال‌های رفتاری یا ناسازگاری‌های عاطفی و اجتماعی که در کودکان مشاهده می‌کنیم به دلیل عدم تأمین بهینه نیازهای اساسی آن‌ها است.^۱

غالب اختلال‌های رفتاری یا ناسازگاری‌های عاطفی و اجتماعی که در کودکان مشاهده می‌کنیم به دلیل عدم تأمین بهینه نیازهای اساسی آن‌ها است.

منظر دوم

در تعالیم اسلامی درباره تأمین نیازهای جسمانی مانند خوردن و آشامیدن، منظر اخلاقی است که به کمیت و کیفیت یا جهت خاصی در استفاده از خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها مربوط می‌شود؛ مذمت از خوردن و نوشیدن ممکن است مربوط به کمیت باشد؛ زیرا به تناسب نیاز واقعی انسان برای زنده ماندن، یک اندازه واقعی چه در کیفیت و چه در کمیت، وجود دارد که رعایت آن اندازه، عملاً ممدوح و ستوده است و بی‌توجهی به آن، به نکوهش و مذمت اخلاقی انسان منتهی خواهد شد. از این جا است که می‌فرماید: «کلوا و شربوا و لا تسرفوا».

گذشته از این، خوردن و آشامیدن انسان هیچ‌گاه با سایر صفات

۱. سید ابوالقاسم حسینی: اصول بهداشت روانی، ص ۱۰۵.

جسمی و حالات روحی انسان بی ارتباط نیست. گاهی خوردن و آشامیدن به انسان قدرت و نیرو می دهد و به سلامتی انسان می افزاید و گاهی انسان را کسل و قوای فکری وی را تضعیف می کند که ترک آن از ارزش مثبت برخوردار خواهد بود.

گاهی موجب شادابی روح و توان عبادت در انسان می شود که باز هم فعل آن، ارزش مثبت دارد و گاهی برعکس، حضور قلب انسان را می گیرد، عواطف وی را ضعیف می کند و منشأ قساوت دل و تاریکی ظلمت جان می شود که ترک آن، ارزش مثبت دارد.^۱

۲. ازدواج و تأمین آرامش

در قرآن کریم آیاتی دلالت می کنند بر این که همسر دوستی و رابطه جنسی در متن خلقت انسان ملحوظ است.

﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾.^۲ و از جمله آیات و نشانه های خدا این است که برای شما همسرانی از خودتان بیافرید تا در کنارشان آرام گیرید و میانتان محبت و مودت و دوستی قرار داد و در این کار، آیات و نشانه هایی هست، البته برای قومی که بیندیشند.

از آیات شریفه قرآن استفاده می شود که دو جنس مخالف زن و مرد برای همدیگر و مکمل یکدیگر آفریده شده اند و مقتضای فطرت انسان این است که هر یک از این دو، به جنس مخالف خود گرایش داشته و او را منشأ آرامش و آسایش خویش قرار دهد و به گونه ای این نیاز خود را

۱. اقتباس از محمد تقی مصباح یزدی: اخلاق در قرآن، ج ۲، صص ۲۲۲-۲۱۶.

۲. روم: ۲۱.

تأمین نماید و بقای نسل انسان هم محقق خواهد شد.
بله این تمایل به حکمت و دلیلی در وجود انسان مبتنی است و خلأ
آن، باعث احساس نیازی می شود که به روش صحیح باید تأمین شود.
بنابراین اگر کسانی در مقام ارضای این میل، از مسیر طبیعی و تکوینی
صحیح آن، منحرف شوند، وضعیتی اتفاق می افتد که امروزه جوامع
غربی به آن دچار شده اند. بیماری های صعب العلاجی که بهداشت
جسمانی و روانی جوانان را به خطر انداخته است، حاصل انحراف و
اسراف در تأمین این امیال است.

دو جنس مخالف زن و مرد برای همدیگر و مکمل یکدیگر
آفریده شده اند و مقتضای فطرت انسان این است که هر
یک از این دو، به جنس مخالف خود گرایش داشته و او را
منشأ آرامش و آسایش خویش قرار دهد.

برای حفظ بهداشت روان فردی و اجتماعی و برای حفظ بهداشت
بدنه فرد و اجتماع بشری، راهکار مطمئن، همان است که اسلام پیشنهاد
کرده و بر آن تأکید نموده است. در حدیثی از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله میل جنسی
به عنوان محرکی قوی مطرح شده است که جز از طریق ارتباط جنسی
ارضای نمی گردد و به همین علت، در مورد تأمین این نیاز از طریق قوانین
الهی (ازدواج) دستور اکید صادر شده است.

در این جا اشاره به یک نکته لازم به نظر می رسد که هر چه از عمر
تحقیقات در این باره می گذرد، آشکار می شود که انگیختگی جنسی
بستگی کمی به فعالیت هورمونی بدن داشته و بیشتر به آگاهی حسی از

محرك‌های جنسی وابسته است.^۱ یعنی تصاویر ذهنی، تخیلات و زمینه‌هایی که تماماً در محیط وجود دارند و از طریق تعامل فرد با محیط و اجتماع اکتساب می‌شوند، قوی‌ترین محرك‌های درونی برای انگیزختگی جنسی هستند. البته این بدان معنی نیست که زیربنای زیستی برای میل جنسی بی‌اهمیت‌اند، بلکه بدان معنی است که قدرتی را که در نیازهایی مانند تشنگی و گرسنگی دارند، در میل جنسی، اصلاً ندارند.

بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که کنترل و حتی اطفای شهوت جنسی، امری ممکن است. به خلاف نیاز به آب و غذا، که البته در آن‌ها هم، کنترل، معنی دارد. پیامبر صلی الله علیه و آله دستور می‌دهد، در صورتی که فرد نتواند اقدام به ازدواج نماید، لازم است از طریق روزه‌داری نسبت به کاهش محرك‌ها اقدام نماید^۲ به نظر می‌رسد روزه هم از طریق افزایش ارتباط با خدا و هم از طریق محرك‌های زیستی در بدن، از تحریک‌های جنسی می‌کاهد.

نیازهای روانی - اجتماعی

در برابر نیازهایی که ادامه حیات فردی و نوعی انسان به آن بستگی دارد، سلسله نیازهای دیگری وجود دارد که چنین نقشی ندارند که با تأمین نشدن و اشیاع نشدن آن‌ها، عموماً زندگی مادی انسان با خطر بیفتد. ولی چگونگی ارضای آن‌ها چنان دقیق و حائز اهمیت است که عدم تأمین آن‌ها به رشد و شکوفائی استعدادهای انسان لطمه وارد می‌کند و حتی در برخی موارد نیز، ممکن است، باعث به خطر افتادن

۱. جان مارشال ریو: انگیزش و هیجان، ترجمه یحیی سید محمدی، ص ۹۷.

۲. وسائل الشیعه، ج ۱۰، ص ۴۱۲.

سلامت جسمی و روانی فرد شود. به این مثال توجه کنید:

یک دختر دوازده ماهه و یک پسر بیست ماهه چون برای مدت طولانی از غذا خوردن سرپیچی می‌کردند، بیمار شدند. هر دوی این اطفال موقعی که به زور به آن‌ها غذا داده می‌شد استفراغ می‌کردند. زیرا این دو طفل تحت عوامل ناسالم عاطفی فرار گرفته بودند. به این معنی که، یکی، از مادر خوانده خود جدا شده بود و دیگری که در خانواده‌ای به فرزندی قبول شده بود، تجربه تلخناکی از اعضای آن خانواده داشت.^۱

انسان‌ها دارای شماری از نیازهای اساسی زیستی هستند که برای حفظ بقا باید ارضا شوند. این نیازها مثل نیاز به غذا، در مورد انسان و سایر حیوانات از نظر ماهیت و خاستگاه، تفاوتی ندارند. ما با حیوانات از دو جنبه تفاوت داریم. در درجه اول، ما این نیازها را به شیوه‌ای غربزی - یعنی پیروی از الگوهای رفتاری انعطاف‌ناپذیر - ارضا نمی‌کنیم بلکه رفتار ما در تأمین نیازها بی‌نهایت انعطاف‌پذیر است. زیرا این رفتارها به وسیله هر فرد در محیط خویش به او آموخته می‌شود. تفاوت دیگر در این جاست که ما به وسیله مجموعه دیگری از نیازها - یعنی، نیازهایی که دارای ماهیت روان‌شناختی هستند - برانگیخته می‌شویم؛ مانند نیازهایی که از جهت اجتماعی ایجاد می‌شوند و از یک فرد به فرد دیگر تفاوت‌های زیادی دارند.

نیاز به ایمنی، نیاز به انس و تعلق داشتن، نیاز به پیشرفت و خود شکوفایی از این گونه نیازها هستند. در این مقال بنا بر رویکرد انتخاب شده، به برخی از آن‌ها اشاره خواهیم کرد.

۱. سعید شاملو: بهداشت روانی، ص ۴۳.

۱. نیاز به امنیت

احساس امنیت^۱ عبارت است از احساس آزادی نسبی از خطر^۲. این احساس وضع خوشایندی را ایجاد می‌کند و فرد در آن دارای آرامش جسمی و روحی است. این موضوع در روان‌شناسی ثابت شده است که افراد نرمال و سالم عموماً این نیازها را به خوبی برآورده ساخته‌اند. رضای این نیاز مستلزم امنیت، ثبات، نظم و رهایی از ترس و اضطراب است^۳ آبراهام مزلو - روان‌شناس معروف انسان‌گرا - برای روشن کردن مفهوم ناامنی، چهارده نشانه فرعی یا عناصر اجزایی این احساس را بر شمرده است که عبارتند از:

۱. احساس طرد شدن، مورد عشق و علاقه دیگران نبودن؛
۲. احساس تنهایی؛
۳. احساس ترس و اضطراب؛
۴. ادراک دنیا به عنوان مکانی تاریک، خصمانه و خطرناک؛
۵. داشتن دیدی منفی نسبت به دیگران، به عنوان افرادی بد، خردخواه و خطرناک؛
۶. احساس عدم اعتماد؛
۷. بدبینی؛
۸. گرایش به ناخشنودی و نارضایتی شدید از خود و محیط؛
۹. احساس فشار و کشمکش درونی توأم با بی‌قراری، خستگی، بی‌حوصلگی و...؛
۱۰. احساس گناه و شرمندگی شدید، ملامت زیاد، دلسردی، یأس و

1. Feeling of security.

۲. بهداشت روانی، ص ۹۱.

۳. آبراهام مزلو به نقل از شولتز، دوان: نظریه‌های شخصیت، ص ۳۶۴.

نامیدی و تمایل به خودکشی؟

۱۱. گرایش به عیب‌جویی زیاد و خرده‌بینی و سواسی نسبت به خود و دیگران؟

۱۲. اختلال در سیستم احساس ارزش پذیرش خود، مانند نیاز افراطی به قدرت و مقام اجتماعی، افتخارات، جاه‌طلبی و...؟

۱۳. میل دائمی و شدید برای یافتن امنیت به صورت هدف‌های مکرر، متغیر، کاذب و ناقص؟

۱۴. خودخواهی، خودمداری و فردگرایی.^۱

بر این اساس، عواملی، خصوصاً در رابطه با تأمین امنیت روانی فرد مؤثر هستند که در این جا به برخی از آنها اشاره خواهیم داشت؛ با این تذکره که این عوامل منحصر در موارد ذیل نمی‌باشد.

الف) احساس اعتماد

یکی از جنبه‌های روانی کودکان حس اعتمادی است که نسبت به محیط و اطرافیان خود پیدا می‌کنند. این احساس از پایه‌های شکل‌گیری بهنجار شخصیت کودک محسوب می‌شود. در تأمین نیازهای کودکان در خانواده به خصوص در دوران نوزادی، انتخاب روشی که بتوان به طور همزمان نیازهای زیستی، عاطفی و روانی آنها را تأمین کرد، فوق‌العاده حائز اهمیت است.

هرگاه مادر، نسبت به نیازهای جسمانی نوزاد، قویاً پاسخ‌گو و مهربان باشد و برای وی، محبت و امنیت زیادی را فراهم نماید، در آن صورت به تدریج به دنیای اطراف خویش اعتماد خواهد کرد. این حس اعتماد اساسی که بدین ترتیب به وجود آمده است، نگرش طفل را علاوه بر

۱. سعید شاملو: بهداشت روانی، ص ۹۳.

دیگران، نسب به خود او نیز تعیین می‌کند.^۱ فردی که از احساس اعتماد قوی برخوردار باشد، به این نتیجه می‌رسد که دنیا محل امن و قابل اعتمادی است و بر پایه همین احساس امنیت، با دنیای اطراف خویش ارتباط برقرار می‌سازد.

در تأمین نیازهای کودکان در خانواده به خصوص در دوران نوزادی، انتظاب روشی که بتوان به طور همزمان نیازهای زیستی، عاطفی و روانی آن‌ها را تأمین کرد، فوق العاده هائز اهمیت است.

ب) هویت و عزت نفس

همراه با زیستن در شرایط اجتماعی، نیاز به احساس ارزش به نحو سالم و متعادل آن در انسان به وجود می‌آید و برای نگهداری سلامت و تعادل روانی و حتی تکامل وجودی او بسیار ضروری است. معمولاً اگر بر این نیاز خللی وارد شود، احساس حقارت و یا خود بزرگ بینی در فرد ایجاد می‌شود. بدین معنی که شخص یا بسیار کم بین و ناراضی از خود و منززل می‌شود و یا بسیار خود بزرگ بین و خودمدار و خودنما خواهد شد. هر دو این قطب‌های احساسی نشان‌دهنده این واقعیت است که فرد به دلیل اختلال در احساس ارزشمندی، قادر به درک واقعیات و واکنش‌های دیگران نسبت به خود نیست. البته علت اصلی این اختلال را می‌توان در روابط خانوادگی، (به خصوص با والدین) دانست. در راستای حفظ این تعادل، انسان به نوعی احساس بکپارچه نیاز

۱. اریک اریکسون به نقل از دوان شولتز: نظریه‌های شخصیت، ص ۳۲۸.

دارد که بر سراسر ابعاد زندگی او سایه افکننده باشد. انتخاب شغل، ازدواج، گزینش بینش مذهبی، اقتصادی و سیاسی و بالاخره سبک زندگی برای یک فرد خصوصاً در سنین نوجوانی و جوانی الزامی است. در این مرحله اگر الگوها و نمونه‌ها و سرمشق‌هایی در جامعه برای همانندسازی موجود باشد، انتخاب آسان‌تر خواهد بود و بدین طریق فرد به هویت خود می‌رسد.^۱

در این جا نکته‌ای شایان ذکر است که هویت دینی و اسلامی، در مقامی است که می‌تواند بهترین رنگ و مستحکم‌ترین یکپارچگی را به زندگی فرد بدهد. الگوها و روش‌هایی که دین مبین اسلام در این هویت برای نوجوانان و جوانان معرفی می‌کند علاوه بر واقعی بودنشان، آن چنان با یکدیگر هماهنگ هستند که هیچ‌گونه تضادی را در رشد شخصیت فرد ایجاد نخواهد کرد.

هویت دینی و اسلامی، در مقامی است که می‌تواند بهترین رنگ و مستحکم‌ترین یکپارچگی را به زندگی فرد بدهد.

ج) درآمد و تأمین مایحتاج زندگی

انسان چون حب ذات دارد، هر چیزی که برایش مفید است، می‌خواهد در اختیارش باشد و با توجه به این که دیگران می‌توانند آن را از وی بربایند، این انگیزه در او پیدا می‌شود که حق تصرف در آن را به خود اختصاص دهد که این، همان معنای «مالکیت» است. نیاز و علاقه به مال، یک نیاز علاقه اولیه نیست، بلکه، نیازی است

دست دوم. انسان، در ابتدا تأمین نیازمندی‌های خود را خواهان است و از اعیان و اموال به عنوان وسیله‌ای برای ارضای خواسته‌ها و تأمین نیازهایش استفاده می‌کند و از آن جا که وجود مال و ثروت این امکان را به او می‌دهد، از این جهت به آن‌ها دلبستگی پیدا می‌کند.^۱

انسان اگر در خود گرایش به مال اندوزی احساس کند، به این خاطر است که با وجود آن نسبت به تأمین نیازهای اساسی‌اش احساس ایمنی می‌کند. شاهد این مطلب این است که اکثر مردم قابلیت پیش‌بینی را به یک کل نامعلوم و نظم را بر هرج و مرج ترجیح می‌دهند و بنابراین برای آینده خود پس انداز می‌کنند، خود را بیمه می‌کنند، و به جای این که روی یک شغل کاملاً ناشناخته ریسک کنند، در شغل ثابتی می‌مانند.

همین طور انسان وجود فرزند را برای خود یک پشتیبان می‌داند. از این رو خداوند در قرآن کریم مال و فرزند را متعلق مدد خویش به بندگان قرار داده است و می‌فرماید:

«و امددناکم باموال و بنین و جعلناکم اکثر نفیراً»^۲ شما را به اموال و فرزندان مدد کردیم و نفراتان را افزون نمودیم.

و البته به دلیل مطلبی که درباره در هم تنیدگی نیازها عنوان شد، وجود همسر و فرزند در زندگی می‌تواند ابعاد دیگری از امیال و نیازهای انسان را تأمین نماید.

در تعالیم اسلامی نیاز به مال و فرزند، به عنوان یک گرایش ثانوی و به تبع رفع نیازهای اصیل و مایحتاج زندگی یاد شده است. اگر نیازی در اثر انحراف از مسیر اصلی‌اش، اصالت پیدا کند و هدف شود، نمی‌تواند

۱. محمد تقی مصباح: اخلاق در قرآن، ج ۲، ص ۳۲۸.

۲. اسرله: ۶.

امنیت زندگی را تأمین نماید بلکه تبدیل به درنده‌خویی می‌شود که می‌تواند امنیت کل جامعه را بر هم بزند. از همین رو خداوند متعال در قرآن، از مال و فرزند به عنوان وسیله آزمایش انسان‌ها نام می‌برد:

«واعلموا انما اموالکم و اولادکم فتنة و ان الله عنده اجر عظیم»^۱ و بدانید که اموال و فرزندان شما وسیله آزمایشند و نزد خدا پاداشی بزرگ هست.

اگر نیازی در اثر انحراف از مسیر اصلی‌اش، اصالت پیدا کند و هدف شود، نمی‌تواند امنیت زندگی را تأمین نماید بلکه تبدیل به درنده‌خویی می‌شود که می‌تواند امنیت کل جامعه را بر هم بزند.

۲. نیاز به انس و تعلق داشتن

مزلو نیازی را با عنوان «نیاز به تعلق داشتن» مطرح می‌کند که این نیاز به انواع شکل‌ها خود را نشان می‌دهد: از طریق روابط دوستانه با دیگران، از طریق رابطه با یک دوست خاص، با نامزد یا همسر، یا از طریق موقعیت یا مکانی در میان یک گروه خاص و یا در کل جامعه.^۲

برای هر فردی لازم است که احساس کند اشخاصی دوستش دارند و برای او احترام قائلند و او را همان‌طور که هست، می‌پسندند. این احساس در تشدید حس اعتماد به خود و اتکا به نفس، بسیار مؤثر است. این نیاز در آن حدیث امام صادق علیه السلام فرموده که نبود پنج چیز (سلامت جسم، امنیت، وسعت روزی، مونس و رفاه زندگی) را موجب دل‌نگرانی

۱. انفال: ۲۸.

۲. شولتز، دران: نظریه‌های شخصیت: ص ۳۶۲.

و اضطراب می‌شمرند، به عنوان همسر خوب، فرزند صالح، همشین خوب و به عبارت دیگر زندگی خانوادگی مطلوب، معرفی شده است.^۱ احساس ایمنی و ارضای عاطفی کودک، قبل از این که به مدرسه برود، منحصراً از سوی پدر و مادر تأمین می‌شود. کودک باید مطمئن باشد که اولیا او را دوست دارند و همیشه دوستش خواهند داشت. آن‌ها سپری علیه بلایای روزگار هستند و برای او منبع خوشی و ایمنی و ارضای خاطر جسمی و روانی اند.^۲

خانواده موفق و تأمین نیاز

زندگی اجتماعی و پیوند هر فرد با افراد دیگر، برای آن است که نیازهای مادی و معنوی فرد، در جامعه بهتر تأمین می‌شود. چراکه انسان موجودی است طبعاً اجتماعی و از طرف دیگر، بعضی از نیازهای او تنها در جامعه برآورده می‌شود.

با توجه به تنوع نیازهای افراد به یکدیگر در زندگی اجتماعی، می‌توان گفت که اصیل‌ترین نیازها در محیط خانواده تأمین می‌شود. در محیط خانواده، فرزند، نیاز تکوینی و مستقیم خود به پدر و مادر را تأمین می‌کند و زن و شوهر نیاز جنسی و عاطفی خود را به وسیله یکدیگر برطرف می‌کنند.

خانواده محیطی است که می‌تواند بر پایه تعامل صحیح پدر و مادر، کلیه نیازهای جسمی، روانی و اجتماعی فرزندان را تأمین نماید. خانواده از این نظر نیز اهمیت دارد که محل انتقال سنت‌ها، باورها و انواع مختلف شناخت هاست (از شیوه غذا خوردن تا افکار سیاسی - مذهبی) خانواده، از طریق اجتماعی بار آوردن کودک، میراث فرهنگی آماده و

۲. سعید شاملو: بهداشت روانی، ص ۲۹.

۱. خصال، ص ۲۸۴.

- تجربه شده نسل های گذشته را در اختیار کودک می گذارد و بالاخره، خانواده می تواند شرایط همانندسازی سالمی را برای فرزندان فراهم سازد، و این شرایط بخشی از نیازهای آنان، برای پایه ریزی شخصیت و هویت اصیل است.

اصیل ترین نیازها در محیط خانواده تأمین می شود. در محیط خانواده، فرزند، نیاز تکوینی و مستقیم خود به پدر و مادر را تأمین می کند.

۳. خود شکوفایی و کمال جویی معنوی

طبق بیان حکما، یکی از گرایش های اصلی انسان کمال خواهی است. البته «حب کمال» توأم با «حب بقا» است؛ چرا که، هیچ تکاملی بدون بقا ممکن نیست و فرض کمال در جایی است که انسان باقی بماند. در کمال خواهی، انسان به دنبال نوعی افزایش کمی، کیفی و یا شکوفایی است و به دنبال آن است که چیزهایی به دست آورد و بهره و جودیش بیشتر شود. کمال خواهی انسان نیز در دو میل نیرومند بروز می کند: قدرت طلبی و حقیقت جویی.^۱ البته این کمال خواهی چیزی است جدای از بقا و استمرار اصل زندگی و تأمین نیازهای دیگر در این جهت.

بر اساس دیدگاه روان شناس انسان گرا، مزلو، شخص پس از ارضای تمامی نیازهای خود - بر اساس سلسله مراتب نیازها- باید به چیزی تبدیل شود که از توانایی بالقوه آن برخوردار است و یا می تواند برخوردار باشد. شخصی که پس از ارضای تمامی نیازهایش، خود شکوفا نشده

باشد، یعنی نیروهای بالقوه خود را به کار نگرفته باشد، باز هم ناراضی و بی‌قرار خواهد بود و این احساس ناکامی ادامه خواهد یافت، چنان‌که در مورد عدم ارضای هر یک از نیازهای دیگر، چنین احساسی وجود خواهد داشت.^۱

آری، کمال هر موجود و از جمله انسان در عینیت یافتن و ظهور تمام استعدادهای نوعی اوست. و انسانیت انسان زمانی شکوفا می‌شود که او به لذت بی‌پایان ناب و خالص و بدون مزاحمت و محدودیت دست یابد. چرا که کمال چیزی است که انسان از آن لذت می‌برد. البته نیازها، انگیزه‌ها و رفتارهایی که در راستای دست‌یابی به این هدف نهایی قرار می‌گیرند نیز، هویت انسانی به خود گرفته و با فطرت کمال‌جویی انسان سازگاری پیدا می‌کنند و البته می‌توان آن‌ها را به عنوان اهداف مقدماتی و میانی نسبت به هدف نهایی در نظر گرفت.

اما کمال حقیقی انسان، همان مقام قرب پروردگار است و سایر کمالات بدنی و روحی، همه مقدمه و ابزار رسیدن به چنین مقامی هستند که باید به اندازه تأثیرشان در رسیدن به کمال حقیقی، بهره‌برداری شوند و هیچ کدام، حتی عالی‌ترین و لطیف‌ترین آن‌ها از کمالات انسانی به حساب نمی‌آیند.

کمال هر موجود و از جمله انسان در عینیت یافتن و ظهور تمام استعدادهای نوعی اوست. و انسانیت انسان زمانی شکوفا می‌شود که او به لذت بی‌پایان ناب و خالص و بدون مزاحمت و محدودیت دست یابد.

۱. شولتز، روان: نظریه‌های شخصیت، ص ۳۶۶.

کمال حقیقی انسان که تمامی استعدادهای فطری انسان در سایه آن شکوفا می‌شود، فوز عظیمی است که در این آیات راه رسیدن به آن ذکر شده:

«و من یطع الله و رسوله فقد فاز فوزاً عظیماً»^۱ هرکس از خدا و رسولش فرمان بری کند، حقیقتاً به کامیابی بزرگ دست یافته است.

«اولئک علی هدی من ربهم و اولئک هم المفلحون»^۲ مؤمنان واقعی، برخوردار از هدایتی - سترگ - از سوی خداوند گارشان هستند و آنان رستگارانند.

بحثی پیرامون نیازهای واقعی و غیر واقعی

انسان با نیازهای بی‌شماری به دنیا می‌آید. تلاش برای ارضای این نیازها نیز طبیعی است. این امری بدیهی است که هر قدر نیازهای حیاتی انسان مناسب‌تر و بهتر برآورده شوند زندگی انسان بهتر و آسوده‌تر است، هر اندازه زندگی انسان مهیاتر باشد، باعث آسایش خاطر، خرسندی و احساس امنیت بیشتری می‌شود. اینجانب که سخن از نیازهای ثانویه به میان می‌آید.

هر قدر نیازهای حیاتی انسان مناسب‌تر و بهتر برآورده شوند زندگی انسان بهتر و آسوده‌تر است، هر اندازه زندگی انسان مهیاتر باشد، باعث آسایش خاطر، خرسندی و احساس امنیت بیشتری می‌شود.



نیازمندی‌های ثانوی نیازمندی‌های است که از نیازمندی‌های اولیه ناشی می‌شود. نیازمندی به انواع آلات و وسایل زندگی - که در هر عصر و زمانی نسبت به عصر و زمانی نسبت به عصر و زمانی دیگر فرق می‌کند - از این نوع است. طبق بیان شهید مطهری، نیازمندی‌های اولی، محرک بشر به سوی توسعه و کمال زندگی است، اما نیازمندی‌های ثانوی، ناشی از توسعه و کمال زندگی است و در عین حال محرک به سوی توسعه بیشتر کمال بالاتر است. تغییر نیازمندی‌ها، نو شدن و کهنه شدن آن‌ها نیز مربوط به نیازمندی‌های ثانوی است. نیازمندی‌های اولی نه کهنه می‌شود و نه از بین می‌رود، همیشه زنده و نو است و البته پاره‌ای از نیازمندی‌های ثانوی نیز چنین است.^۱

در جهت تأمین نیازهای اساسی و اولی وسایل و امیال و گرایش‌هایی در اختیار انسان قرار گرفته است که همان نیازهای ثانوی را تشکیل می‌دهند؛ مانند پول، همسر، فرزند، اتومبیل و... که البته فرد به دلیل افراط و تفریط در استفاده از آن‌ها و فراموش کردن معنای زندگی، ممکن است دچار تغییر و تحریف شود.

«زین للناس حبّ الشهوات من النساء و البنین و القناطیر المقنطرة من الذهب و الفضة و الخیل المسومة و الاتعام و الحرث؛ ذلک متاع الحیوة الدنیا و الله عنده حسن المآب».^۲

بنابراین اگر انسان این ابزار را در جهت دستیابی به کمالات به کار گیرد، به هدف زندگی نزدیک می‌شود و آن جا که از آن‌ها برای رسیدن به اهداف پست، لذت، شهوت‌رانی، شکمبارگی و امثال این‌ها استفاده کند،

۱. مطهری، مرتضی؛ ختم نبوت، صص ۲۹ و ۵۰.

۲. آل عمران ۲۱/.

این نیازها تغییر ماهیت پیدا می‌کند و تبدیل به نیازهای پست و کاذب می‌شود.

هدف از زندگی، شکوفاشدن استعدادهای بالقوه انسان‌هاست که در سایه تأمین «نیازهای واقعی» محقق می‌شود و ارضای «نیازهای کاذب» یا تمایلات خیالی که نقشی در شکوفاشدن استعدادها ندارند، رفاه و سعادت انسانی را به بیراهه می‌کشانند.

**هدف از زندگی، شکوفاشدن
استعدادهای بالقوه انسان‌هاست
که در سایه تأمین «نیازهای
واقعی» محقق می‌شود.**

مرحوم علامه طباطبایی می‌فرماید:

«چه بسا افراط آدمی و فرو رفتنش در بر آوردن حوائج یک قوه از قوای متضادش و بازماندن از حوائج سایر قوایش باعث آن شود که در افکار و معارفش منحرف گشته و در نتیجه تحکیم و ترجیح خواسته‌ها و مشتبهات و پیشنهادهای یک قوه بر خواسته‌های سایر قوا، به این گمراهی بیفتد که تصدیق‌های آن قوه را نیز بر تصدیق‌های سایر قوا تحکیم دهد و سرانجام فکر و ذکرش تنها پیرامون خواسته‌های آن دور بزند. اتفاقاً این قضیه صرف حدس نیست، بلکه تجربه نیز آن را تصدیق کرده برای این که نمونه‌های این انحراف را با چشم خود در افراد اسرافگر و مترف و همسوگندان شکم و شهوت و افراط‌گران در طغیان و ظلم و فساد می‌بینیم که چگونه امر زندگی را در مجتمع انسانی به تباهی کشانند و اگر از خود بپرسیم مگر این‌ها کیانند؟... آیا به راستی این‌ها

انسان نیستند و اگر هستند چرا این مسائل را که از واجبات زندگی است
نمی‌فهمند؟ جوابی که دریافت می‌کنیم جز این نیست که روح شهوت در
دل آن‌ها جایی برای هیچ فکر دیگری نگذاشته و لحظه‌ای آنان را فارغ
نمی‌گذارد تا به مسائل غیر شهوانی بیندیشند.^۱