



## آثار روان درمانی و مهار انحرافات جنسی به پا داشتن نماز

یدالله بدخشان

عضو هیات علمی دانشگاه جیرفت

[yadoolah\\_254@yahoo.com](mailto:yadoolah_254@yahoo.com)

### چکیده

نماز که سمبل عملی پایبندی به اسلام است و در احادیث منسوب به حضرت محمد صلوات الله روشنی چشم و ستون دین و در آیات قرآن عامل بازدرنده از فحشا و منکر معرفی می شود. اختلال رفتاری و روانی مشکل شایعی است و در واقع مسئله شماره یک سلامتی در جهان امروز می باشد. یکی از اتفاقات مهم بزرگسالی ورود به دانشگاه می باشد که دگرگونی های زیادی را وارد زندگی فرد می کند و با استرس همراه است. آشنا نبودن بسیاری از دانشجویان با محیط دانشگاه، جدایی از والدین و دوری از خانواده، عدم علاقه به رشته تحصیلی، کافی نبودن امکانات، سازگاری با شرایط جدید می تواند فشار روانی قابل توجهی بر دانشجویان وارد کند. دانشجویان معمولاً از لحاظ هوش بر دیگر همسالان خود برتری دارند و اغلب از لحاظ موقعیت اجتماعی و اقتصادی از دیگر جوانان برتری دارند روی این اصل معمولاً اختلال رفتاری و بیماریهای روانی در اشکال شدید کمتر یافت می شود اما افسردگی و عدم سازگاری از مهمترین مسائل دانشجویان است و بیماری افسردگی در سنین جوانی متأسفانه بافت شدید عملکرد اجتماعی و شغلی و در بین نوجوانان دانشجویان با افت عملکرد تحصیلی همراه است نماز آثار تربیتی و درمانی فراوانی دارد. نتایج پژوهش ها رابطه بین خواندن نماز و میزان افسردگی را معکوس نشان می دهد. آرامش خاطر پس از نماز در ۶۵٪ بیماران و ۹۰٪ افراد گروه شاهد گزارش شده است. انحرافات جنسی از دردناکترین مشکلات بشر در اوایل قرن بیستم و یکم است. سقوط فاجعه آمیز اخلاق و مذهب غرب در قهقرای فساد جنسی و فحشا از آثار این پدیده می باشد. این درحالیست در جوامع اسلامی، قرنهایست که نماز به عنوان منجی انسان را از هرگونه فحشا و انحراف جنسی پاک و مصون داشته است.

**کلمات کلیدی:** نماز- انحرافات جنسی- اختلالات روانی- فساد و فحشا

### مقدمه:

در دهه های اخیر باکشف روش های گوناگون مبارزه و پیشگیری از بیماریهای گوناگون پیشرفت های شگرفی شکل گرفته است اما الگوی بیماریها به طرز شگفت آوری تغییر کرده است و بیماریهای جوامع صنعتی و روانی جایگزین بیماریهای جسمی شده است. اختلال رفتاری و روانی مشکل شایعی است و در واقع مسئله شماره یک سلامتی در جهان امروز می باشد. یکی از اتفاقات مهم بزرگسالی ورود به دانشگاه می باشد که دگرگونی های زیادی را وارد زندگی فرد می کند و با استرس همراه است. آشنا نبودن بسیاری از دانشجویان با محیط دانشگاه، جدایی از والدین و دوری از خانواده، عدم علاقه به رشته تحصیلی، کافی نبودن امکانات، سازگاری با شرایط جدید می تواند فشار روانی قابل توجهی بر دانشجویان وارد کند. دانشجویان معمولاً از لحاظ هوش بر



دیگر همسالان خود برتری دارند و اغلب از لحاظ موقعیت اجتماعی و اقتصادی از دیگر جوانان برتری دارند روی این اصل معمولاً اختلال رفتاری و بیماریهای روانی در اشکال شدید کمتر یافت می شود اما افسردگی و عدم سازگاری از مهمترین مسائل دانشجویان است و بیماری افسردگی در سنین جوانی متاسفانه بافت شدید عملکرد اجتماعی و شغلی و در بین نوجوانان دانشجو با افت عملکرد تحصیلی همراه است. اصولاً مذاهب الهی به علت ویژگیهای بسیاری که دارند جامعه اسلامی و الهی را در برابر بیماریهای رنج آور روحی و روانی حفظ می کنند چند ویژگی مهم آنها عبارتند از

- ۱- مذاهب الهی پاسخگوی همه نیازهای مادی و معنوی، جسمی و روانی انسان هستند.
- ۲- به انسان در طول زندگی آرامش، اطمینان، مایه و نشاط و قدرت می بخشند.
- ۳- انسان را از رکود، جمود و انحطاط فکری بازداشته در رشد و تکاملی یاری و مدد می رساند.
- ۴- به انسان ثبات شخصیت، ثبات قدم، تعادل در تفکر، عواطف و رفتار و در نتیجه سلامت روحی و روانی می بخشد و بدین لحاظ فرد مومن و جامعه ایمانی را از بسیاری مشکلات عاطفی و روانی مثل افسردگی، خودکشی، اضطراب، دوگانگی شخصیت، اختلالات شخصیت همچون پرخاشگری، بی کفایتی، بزهکاری و بطور کلی بیماریهای نوروتیک و سایکوتیک های غیرعضوی مصون و حفظ خواهد نمود. به نظرمی رسد افراد مذهبی و غیرمذهبی میزان فشار روانی مشابهی را تجربه می کنند اما افراد مذهبی می توانند با رویدادهای منفی زندگی و عوامل فشارزای روانی مقابله کنند. زیرا واکنش آنها به فشار روانی تحت تاثیر مذهب برای مقابله با فشار روانی بخاطر نقشی است که در فرایند ارزشیابی دارد. در رابطه با نقش مذهبی و عملکرد دینی و خصوصاً نماز با میزان افسردگی تحقیقاتی در سال های اخیر در کشور انجام شده است که به پاداشتن نماز را یکی از عوامل اصلی برطرف کردن افسردگی ها بیان می کند. نماز که سمبل عملی پابیندی به اسلام است.

#### جلوه های عرفانی نماز :

در گستره زلال احکام اسلامی، عالیترین جلوه های فرهنگ و معارف اسلامی تجلی و نمود یافته اند و بی شک یکی از امهات معارف اسلامی و از اهم ارکان دین مبین اسلام، نماز است که در کلام ناب خداوند بارها و بارها بر آن تاکید و سفارش شده است تا فرجامی نیک برای بنده به ارمغان داشته باشد و او را در زمره متقین قرار دهد. نماز حریمی است از حرم های الهی که ود باب دارد. یکی مدخل و آن باب تکبیره الاحرام است و دوم مخرج و آن باب تسلیم است. نماز کمال فردیت انسان و شهود روحی و رویت عینیه در موارد اعیان موجوده روحانیه و جسمانیه و مناجات با پروردگار است چنانچه که در روایات روشنی چشم را پیامبر در نماز می داند. در قرآن کریم موکداً بر این تاکید شده است که نماز واقعی باید صاحبش را از فحشا و منکر باز دارد آنجا که می فرماید ( ان الصلوة تنهى عن الفحشاء والمنکر) لذا نماز نمازگزار زمانی درست است که او را از بدی ها و فسادها دور نگه دارد. امام جعفر صادق در حدیثی گرانقدر در همین زمینه می فرماید (هرکس دوست دارد بداند نمازش قبول شده یا نه، ببیند که آیا نمازش او را از گناه و زشتی باز داشته است یا نه؟ پس به هرقدر که



نمازش او را از گناه باز داشته باشد به همان اندازه نمازش قبول شده است) لذا ممکن است افراد زیادی در نماز باشند اما اینکه نماز کدامشان مقبول است یا نه، به تاثیر آن در روح و کردار نمازگزار بستگی دارد. از امام حسن ع نقل شده است که فرمودند (چه بسا دو نفر در یک نماز هستند درحالیکه میان ایشان در فضیلت ثواب، همچون فاصله آسمان و زمین است).

### انحرافات اخلاقی و تاثیر باارزش نماز

یکی از مهمترین فواید معنوی و فلسفه اصلی نماز دوری از فحشا و منکرات و یاد خداست. نماز آثار تربیتی فراوانی دارد از جمله وقتی که نمازگزار با خلوص نیت تکبیر می خواند، خدا را برتر و بالاتر از هر چیز یعنی آلوده شدن به گناه، شهوات و هواهای نفسانی و هرآفریده ای می داند. الله اکبر یعنی خدا بزرگ است و بااهمیت تر است از همه چیز و همه کس و از تمام آفریده ها و جلوهای مختلف دنیوی و بزرگتر است از وسوسه های ابلیس و شیاطین که هر لحظه در کمین آدمی نشسته اند تا او را از مسیر حق منحرف سازند. انحرافات جنسی از دردناکترین مشکلات بشر در اوایل قرن بیستم و یکم است. امار نشان می دهد بیش از یک سوم مردان آمریکایی همجنس باز هستند و حداقل نیمی از این آمار در مورد زنان جامعه آمریکا صادق می باشد. البته این امار مربوط به زمانی است که تفسیر غلط از نظریان فروید و انحراف از آن گسترش چندانی پیدا نکرده بود، ولی گذشت چند دهه، همجنس بازها به جایی رسیده اند که در پارلمان آمریکا برای خود نماینده داشته و کمسیون تشکیل می دهند. نکته جالب توجه اینکه منابع علمی روانپزشکی نیز حتی این تمایل را در برخی افراد، بهنجار، طبیعی و عاری از هرگونه نشانه روانی و انطباق خوب از نظر اجتماعی توصیف کرده اند. بچه کامگی، چشم چرانی، خودآزار خواهی جنسی، خودارضایی، حیوان کامگی، نمونه هایی از مهار گسیختگی و سقوط فاجعه آمیز اخلاق و مذهب غرب در قهقرای فساد جنسی و فحشا به شمار می آیند و در این میان بچه کامگی که بصورت فعالیت جنسی با کودکان زیر ۱۳ سال تعریف می شود شایعترین انحراف است. بنابراین انحرافات جنسی صرف نظر از مشکلات اجتماعی، فرهنگی، خانوادگی، تنها در بعد پزشکی و آن هم جدای از نتایجی که در بروز بیماریهای جنسی مانند بیماریهای آمیزشی برجای می گذارند، به خودی خود از بزرگترین مشکلات پزشکی بشر امروز محسوب می شوند. این درحالیست در جوامع اسلامی، قرنهایست که نماز به عنوان منجی انسان را از هرگونه فحشا و انحراف جنسی پاک و مصون داشته است.

### نقش نماز در جلوگیری از انحرافات :

طبیعت نماز از آنجا که انسان را به یاد نیرومندترین عامل بازدارنده یعنی اعتقاد به مبدا و معاد می اندازد، دارای اثر بازدارندگی از فحشا و منکر است. انسان که به نماز می ایستد، تکبیر می گوید، خدا را از همه چیز برتر و بالاتر می شمارد، به یاد نعمت های او می افتد، با گفتن حمد و سپاس، او را به رحمانیت و رحیمیت می ستاید، به یاد روز جزای، اعتراف به بندگی او می کند. از او یاری می جوید تا در صراط مستقیم قرار گیرد، بدون شک در قلب و روح چنین انسانی جنبشی بسوی حق و حرکتی بسوی پاکی و تقوی پیدا می شود. در نماز انسان برای خدا رکوع می کند، در پیشگاه او پیشانی بر خاک می نهد، و غرق در عظمت او، خودخواهی ها و



خودبر تربینی‌ها را فراموش می‌کند. شهادت به یگانگی او و گواهی به رسالت پیامبر صلوات الله می‌دهد. بر پیامبرش درود می‌فرستد و دست به درگاه خدای بر می‌دارد که در زمره بندگان صالح او قرار گیرد. همه این امور موجی معنویت وجود او ایجاد می‌کند، موجی که سد نیرومندی در برابر گناه محسوب می‌شود و این چند بار در شبانه روز تکرار می‌شود. هنگامی که در صبح از خواب برمیخیزد در یاد او غرق می‌شود. در وسط روز وقتی غرق زندگی مادی است، با شنیدن تکبیر موذن برنامه خود را قطع کرده به درگاه او می‌شتابد و حتی در پایان روز از رفتن به بستر استراحت، با او راز و نیاز کرده و دل از مرکز انوار او می‌سازد. از این گذشته هنگامیکه آماده مقدمات نماز می‌شود، خود را شستشو داده و پاک می‌سازد و به بارگاه دوست می‌رود. همه این امور تاثیر بازدارنده در برابر خط فحشا و منکرات دارد. باید توجه داشت هر نمادی به همان اندازه که از شرایط کمال و روح عبادت برخوردار است، نهی از فحشا و منکر می‌کند، گاه نهی کلی و جامع و گاه نهی جزئی و محدود. ممکن نیست کسی نماز بخواند و هیچ تاثیری در او نبخشد، هرچند نمازش شتابزده باشد. به عبارت ساده تر، نهی از منکر سلسله مراتب و درجات زیادی دارد و هر نمازی به نسبت رعایت شرایط دارای برخی از این درجات است. لذا می‌توان از این بررسی چنین نتیجه گرفت که نمازگزار با مدد از نماز توانایی کنترل غرایز خود را فزونی می‌بخشد و آتش سوزاننده و پرلهپ فحشا را که چه بسا ممکن است به انحرافات جنسی بینجامد به آب عفاف سرچشمه گرفته از نماز خاموش می‌کند. می‌توان گفت در نماز واقعی در آدمی چنان صمیمیت و اخلاقی ایجاد می‌شود که در تمام صحبت‌های معمولی ممکن نیست. فضای گسترده‌ای در پیش روی نیایش‌کننده باز می‌کند، احساسات و عطفی که باعث می‌شود در گفتگوهای معمولی با مردم دچار شرمساری و رودربایستی شود در اینجا به شکل سپاسگزاری‌های صمیمانه، گله‌گزارای‌های خودمانی و خواهش‌های دوستانه در می‌آید. آنچه در عقده دل، به شکل غنچه‌های ناشکفته و پژمرده بوده اکنون همچون گلی خندان شکفته و باز می‌شود و روح آدمی پر و بال گرفته و به آسمان‌ها پرواز کرده و اوج می‌گیرد.

#### عوامل موثر در التزام عملی به نماز

پژوهش‌های متعدد نشان می‌دهد که تربیت اسلامی و اخلاقی نسل جوان یکی از نگرانی‌های بشر امروز باشد. که روز به روز بر اهمیت آن افزوده می‌شود. عبادت بطور عام و برگزاری نماز جماعت در دانشگاه به طور خاص یکی از مصداق‌های توجه به تربیت مذهبی می‌باشد. پژوهش‌های گوناگون چه عواملی را به طورمعنی دار در جذب هرچه بیشتر قشر دانشجویان به نماز جماعت موثر می‌داند. بررسی‌های حاصل از روش فراتحلیلی نشان می‌دهد که شش متغییر شامل آشنایی با احکام، حضور مربی تربیتی و روحانی، امکانات فیزیکی نمازخانه، گرایش‌های مذهبی، تبلیغات رسانه‌های گروهی و کیفیت آموزش در دانشگاهها همبستگی بالای با حضور دانشجویان در نماز جماعت دارند. بیشترین این همبستگی‌ها مربوط به حضور روحانی‌ها و پاسخ‌گو به سوالات دانشجویان بوده است. از میان عوامل فردی، میزان آشنایی با احکام نماز بزرگترین میانگین وزنی را بخود اختصاص داده است. همچنین گرایش‌های مذهبی نیز در درجه دوم قرار دارد. از میان عوامل مربوط خانواده، شغل والدین دارای بزرگترین میانگین و وضعیت اعتقادی خانواده در رده بعدی اهمیت قرار



گرفته است. از میان عوامل انسانی-آزمایشگاهی، حضور مربی و روحانی، توانایی ایجاد رابطه به دانشجو توسط روحانی از بالاترین میانگین وزنی برخوردار می باشد. وضعیت اعتقادی دوستان میانگین وزنی قابل توجهی دارد که نشان دهنده تاثیر دوستان در دانشجو می باشد. عواملیکه در کیفیت محیط فیزیکی دخیل است عبارتند از پاکیزگی، آراستگی و جذابیت مکان اقامه نماز، وسعت و بزرگی مکان اقامه نماز، کمیت و کیفیت فرشها و موکت ها، کیفیت صدا در محل برگزاری نماز، وضعیت تبلیغات اعم از پوستر، وضعیت نور و رنگ نمازخانه، وجود مهر و جانماز کافی، خوش عطری و معطر بودن نمازخانه، وضعیت جاکفشی، کافی بودن سرویس های بهداشتی، وجود وسایل سرمایشی و گرمایشی.

### نتیجه گیری

قرن ۲۱ عصر بحران معنویت و سقوط ارزش های والای انسانی یعنی پایبندی به دین و اخلاق است. جوامع غربی برغم تمام پیشرفت های شگرف علمی خود را از این انحطاط نجات نداده اند. جوامع مسلمان به داشتن آیین نجات بخش بخش یعنی دین مبین اسلام و سبیل اعتقاد و التزام عملی به آن یعنی نماز بهترین راه حل برای درمان این اختلالات و مهار انحرافات را دارد. البته تربیت دینی باید از همان نهاد خانواده آغاز و در درون نهادهای دیگری چون مدرسه و دانشگاه و در کنار آن مساجد پرورانه شود. نماز با روشن ساختن چراغ امید در دل نمازگزار و تقویت اعتقاد به قدرت لایزال الهی از ناامیدی و افسردگی در وجود افراد متدین جلوگیری می کند و ریشه فساد و فحشا را می خشکاند. مع الاسف گسترش رسانه ها و ابزارهای دردسترس تهاجم فرهنگی افزایش و رشد زیادی در سالیان اخیر داشته است که توجه بیشتر متولیان فرهنگی کشور را می طلبد. آشنا نبودن بسیاری از دانشجویان با محیط دانشگاه، جدایی از والدین و دوری از خانواده، عدم علاقه به رشته تحصیلی، کافی نبودن امکانات، سازگاری با شرایط جدید می تواند فشار روانی قابل توجهی بر دانشجویان وارد کند. دانشجویان معمولاً از لحاظ هوش بر دیگر همسالان خود برتری دارند و اغلب از لحاظ موقعیت اجتماعی و اقتصادی از دیگر جوانان برتری دارند روی این اصل معمولاً اختلال رفتاری و بیماریهای روانی در اشکال شدید کمتر یافت می شود اما افسردگی و عدم سازگاری از مهمترین مسائل دانشجویان است. بررسی های حاصل از روش فراتحلیلی نشان می دهد که شش متغییر شامل آشنایی با احکام، حضور مربی تربیتی و روحانی، امکانات فیزیکی نمازخانه، گرایش مذهبی، تبلیغات رسانه های گروهی و کیفیت آموزش در دانشگاهها همبستگی بالایی با حضور دانشجویان در نماز جماعت دارند. به طور یقین این موارد حداقلی احتیاجات لازم برای ترغیب دانشجویان و محصلین به فرهنگ نماز می باشد و پژوهش های عمیق تری در این رابطه باید صورت گیرد.

منابع :

- ۱- کریمی یزدی، ح، کوهپایی، ع.ر، ذاکری، م. نماز و بهداشت جنسی. مجله دانشگاه علوم پزشکی قم. دوره پنجم-شماره سوم-پاییز ۹۰- صفحات ۸۹-۹۱



- ۲- محتشمی پور، ع.، محتشمی پور، م.، عمارزاده، ع.، بررسی رابطه نماز با میزان افسردگی در دانشجویان دانشکده پیراپزشکی و بهداشت دانشگاه علوم پزشکی مشهد. مجله دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گناباد سال ۸۱ صفحات ۷۶-۸۱
- ۳- کریم اللهی، م.، عابدی، ح. ع. تجربه بیماران از نماز در بیمارستان. پژوهش پرستاری دوره ۳ شماره های ۱۰ و ۱۱ پاییز و زمستان ۸۷ صفحات ۶۳-۷۳
- ۴- نصر، ا. ر.، معین پور، ح.، عریضی، ح. ر. بررسی فراتحلیلی عوامل موثر بر جذب و شرکت دانش آموزان در نماز جماعت مدارس. فصلنامه نوآوری های آموزشی، شماره ۲۶ سال هفتم تابستان ۸۷ صفحات ۶۳-۸۶
- ۵- بشلیده، ک.، مکتبی، غلامحسین، تقی پور، م. بررسی عوامل موثر درون مدرسه ای جذب دانش آموزان مقطع متوسطه استان خوزستان به نماز. مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز سال ۸۲ صفحات ۶۳-۹۰
- ۶- احمدی، غ. ر.، امیری، م. ر. بررسی پاره ای از ویژگی های شخصیتی، خانوادگی و آموزشی دانش آموزان نمازگزار پسر دوره راهنمایی منطقه جی شهر اصفهان. فصلنامه علمی-پژوهشی علوم انسانی دانشگاه الزهرا (س). سال دوازدهم، شماره ۴۲، تابستان ۸۱. صفحات ۱-۱۲
- ۷- سواری، ک. ف. صفائی مقدم، م.، نیسی، ع. ک. بررسی دیدگاههای فلسفی-عقیدتی دانش آموزان پسر پایه سوم مقطع متوسطه شهر اهواز در مورد نماز. مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز سال ۸۰ صفحات ۱-۱۰