

راهنمای مشاوران مسیحی
فصل سی و چهارم

**Christian Counselors
Manual**

نویسنده: جی آدامز
مترجم: شاهرخ صفوی

پیشگفتار مترجم

جزوه ای که در دست دارید، ترجمه فصل سی و چهارم "راهنمای مشاوران مسیحی" است. این کتاب کلاً شامل چهار فصل می باشد و انتشار تمام کتاب در این مکان امکان پذیر نیست. به ناچار فصل های این کتاب بصورت جداگانه انتشار یافته اند. دعای من این است که ایمانداران فارسی زبان از طریق این کتاب از جنبه عملی کتاب مقدس بهرمنند شوند تا کلیسای فارسی زبان عیسی مسیح نهایت فیض و رحمت خدا را به دست آورد.

شخصی که به مشاور مسیحی رجوع می کند در این کتاب "متقاضی" نامیده شده، و شخص مشاور نیز "مشاور" نامیده شده است.

شاهرخ صفوی

فصل سی و چهارم

چگونه به جنون جوانی رسیدگی کرد

اسکیزوفرنیا (Schizophrenia) چیست؟

بطور مثال، مردمی که فکر می کنند دیگران دنبالشان کرده اند و می خواهند صدمه برسانند. آیا مشاور می تواند به این گونه افراد کمک کند؟ اگر یخ زده در جایشان مانده اند چه؟ یا افراد دیگری که صحبت از وحی و رویا می کنند و ادعای شنیدن صداهائی را که دیگران نمی شنوند می کنند. مشاور مسیحی برای این افراد چکار می تواند بکند؟ ابتدای کار، یک معاینه پزشکی کامل از جانب طبیب باید انجام گیرد. در متقاضیانی که اینگونه مسائل را دارند امکان ریشه جسمانی موجود است^(۱)؛ شاید تومور مغزی دارند، یا با احتمال بیشتر، اختلال ادراک در نتیجه نقص شیمیایی بدن را بدست آورده اند^(۲). نقص شیمیایی بدن ممکن است نتیجه استفاده از دارو یا مواد مخدر باشد. اختلال ادراک نیز ممکن است در نتیجه کمبود خواب به دلیل ذخیره مواد سمی در بدن ایجاد گردد. مشاورانی که از عواقب کمبود خواب باخبرند، توانسته اند (معمولاً بخاطر سوء استفاده گناه الود از بدن) در جائی که طبیبان و امانده اند، به ریشه مسئله پی ببرند. در مواردی، بیش از یک کدام از این دلایل بصورت مختلط با هم دیده شده اند. بعنوان مثال، متقاضی ممکن است شب ها از دارویی برای بیدار ماندن استفاده کرده باشد. در این صورت باید به مسائل استفاده از دارو و اختلال ادراک رسیدگی کرد. از طرفی ممکن است از دارو های محرک کننده (آمفتامین) استفاده کرده تا بیدار بماند (مانند بعضی دانشجویان قبل از امتحان، رانندگان کامیون، و غیره). وقتی دو سه روز در این وضع قرار گرفته باشد، ممکن است تحریک پذیر شود، و بعد بدگمان شود، و حتی گرفتار اوهام و خیالات گردد. بی خوابی مزمن (فقدان حرکات سریع چشم، REM) می تواند همان حالت مواد مخدر LSD را ایجاد کند. در نتیجه، حد اقل سه عامل جسمانی ایجاد کننده رفتار های نامانوس که نام "اسکیزوفرنیا" را گرفته اند موجود می باشد: نقص عمل جسمانی (غده ای)، سوء استفاده از مواد دارویی (یا مخدر)، و بی خوابی. تمام این عوامل متأسفانه یک نام اسکیزوفرنیا را بخود گرفته اند^(۳). وقتی متقاضی به دلیل نارسائی جسمانی، مسئله ادراک (برداشت) را بدست آورده، ابتدا لازم است او و مشاور تصدیق کنند که مغز (روان) او اشکالی ندارد، او بیمار روانی نیست. اشکال در اطلاعاتی است که به مغز او می رسد. مغز او درست کار می کند، اما همراه با اطلاعات نا صحیح کار می کند. بعنوان مثال، اگر من فکر می کنم که صندلی در حال پرواز است و به جانب سر من دارد حرکت می کند، مغز من، (به گونه سالم و بر حسب اطلاعات صحیح) به من می گوید که از آن جا دور شوم. اطلاعات رسیده به مغز من صحیح نیست (من چنین فکر می کنم)، به این دلیل رفتار من بنظر مانوس (عجیب و غریب) می آید. اما رفتار عجیب و غریب نیست، و به دلیل آنچه گفته شد کاملاً قابل درک است. بیماری روانی وجود ندارد. البته دیگران که رفتار مرا می بینند و اطلاعات صحیح به آن ها می رسد، در خصوص عقل سالم من شک می کنند، و شاید دیر نکشد که من نیز به آن شک برده باشم. اشخاص بسیاری به دلایل مختلف و به خاطر موقعیتی که در آن وارد شده اند، درک صحیح را از دست می دهند. بعنوان مثال، اگر متقاضی دستش را روی میزی می کشد که می داند صاف است (با دیدن آن)، اما حس می کند میز پشیمی است، ممکن است به عقل خود شک کند. اما، عقل او هیچ اشکالی ندارد. مسئله اینجا است که انگشتان او اطلاعات ناصحیحی را بخاطر اختلال شیمیایی

که در اثر نقص کار درونی بدنش، یا استفاده از مواد داروئی (یا مخدر)، کمبود خواب، و غیره، است که به مغز او رسانده اند. ادراک ممکن است تحت تاثیر یک یا همه قرار گرفته باشد. دید، اگر ناقص باشد، می تواند مسائل بزرگی را ایجاد کند. اگر صورت دیگران (آشنا یا غیره) بیشتر اوقات اخم کرده بنظر آید، ممکن است سریعاً ایجاد شک کند و او را غیر اجتماعی بگرداند. وقتی دید ضعیف باشد، انسان به میز و صندلی و افراد بر خورد می کند. ممکن است طول نکشد که دست از رانندگی بر دارد، و ممکن است از اماکنی که جمعیت دارند دوری کند (۴). این دوری از جماعات، می تواند مسئله اولیه (ضعف بینائی) را تبدیل به مسائل بغرنج کند (که در این صورت ابتدا به مسئله بغرنج باید رسیدگی کرد، و بعد به مسئله اولیه روی آورد).

احل تصوف: الهام شده یا گناه کار؟

اگر در زندگی زاهدانه افرادی (ریاضت کش)، دعای صبح گانه همراه با دعای دیر وقت شبانه باشد، تعجب نیست افرادی که در قدیم احل تصوف بودند، بنظرشان رویا ها می دیدند و یا مکشوفات الهی را می شنیدند. چون عقیده ثابتی بر وجود مکاشفات و معجزات زمان خود داشتند، عجیب نیست که ادراکشان بخاطر کمبود خواب، وهی و خیال ایجاد کرده بنظرشان (یا برداشتشان) شکل مکشوفات الهی را گرفته بود (۵). بررسی راه و رسم زندگی احل تصوف نشان می دهد که این برداشت به احتمال زیاد بخاطر گناه بر ضد بدن بوده، بجای روحانیتی که فکر می کردند ایجاد شده است. این زیر بنای تصوفی بوده که معمولاً به درویشان و زاهدان تعلق داشت. تعجب نیز ندارد که اینگونه افراد در شهر هائی که نفوذ دینی داشتند، به ارجاع بالا رسیدند. اما خلاف چنین عقایدی، خدا می گوید از بدن باید مواظبت کرد چون:

اول قرنیتان ۶

۱۹: آیا نمی دانید که بدن شما معبد روح القدس است که در شماست و آن را از خدا یافته اید، و دیگر از آن خود نیستید؟

روح القدس کلامش را داد تا از آن استفاده شود. مشاوران باید توجه داشته باشند که در عصر معاصر نیز، پروتستان های احل تصوف وجود دارند که معتقدند توسط این رسم و آداب خلاف کلام خدا، روحانیت را بدست می آورند. البته این گونه افراد پارسا نمای پروتستان که علیه بدن خود گناه می کنند، در اقلیتند، و اکثریت مسیحیان حقیقی با صرف وقت ناکافی در دعا گناه می کنند. اما بعضی اوقات با چنین افرادی مواجه خواهند شد (و نهایتاً به مشاوران مسیحی رجوع خواهند کرد). زمانی که تصور می شود کمبود خواب باعث مسئله شده، لازم است در رابطه با دعا و دیگر عبادت ها نیز سؤال شود. دو یا سه روز بی خوابی امکان ایجاد اثرات LSD را دارد.

کم خوابی

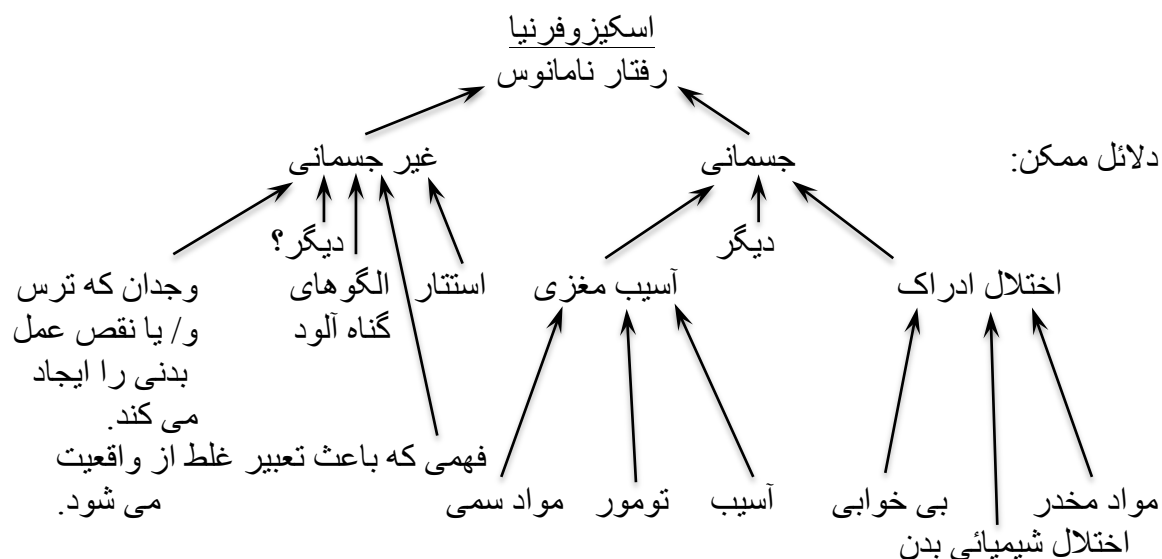
لازم است به این متقاضیان گفت که نشانه ای از آنکه عیسی مسیح دو روز بی خوابی کشید ندارد. با وجود آنکه مشخص است که بامداد برای دعا بیدار شد (۵)، دو مورد را باید توجه داشت، (۱) او

بیدار شد، به آن معنی که قبلاً در خواب بود. بنظر نمی رسد که تمام شب را در دعا می گذرانند. (۲) اشاره ای به آنکه چه ساعت عیسی به خواب میرفته نیست. ممکن است زود به خواب می رفت.

متقاضیان معمولاً بخاطر کمبود خواب است که از خستگی شکایت می کنند. دلیل کمبود خواب را باید جست. مشاوران باید به تفحص خود ادامه بدهند تا علت (یا علت های) بی خوابی مشخص شده باشد. تعدادی از دلائل بی خوابی اینها هستند: (۱) نداشتن برنامه صحیح - نامنظمی ممکن است بی خوابی را ایجاد کند؛ (۲) نگران مسائل حل نشده - راه حل در آن است که مسئله روزانه را همان روز حل کرد؛ (۳) عادات مضر- غذا خوردن و یا دیدن تلویزیون در دیر وقت شب؛ (۴) انجام ندادن کار ها در وقت مناسب: لباس شوئی، انجام تعمیرات خانه، انجام تکالیف، و غیره؛ (۵) بیرون بودن دیر وقت از خانه.

بعضی متقاضیان در اعتراض می گویند. "اما من نمی توانم شب ها بخوابم؛ با وجود آنکه در تخت خواب هستم، مغز من در حال کار کردن است". چکار میتوان کرد؟ کار های مختلف: (۱) دعا - از خدا بخواهیم خواب ما را برکت دهد(امثال ۳: ۲۴؛ مزمور ۴: ۸؛ مزمور ۱۲۷: ۲۰) و توبه در صورتی که گناه شده است؛ (۲) ورزش - قبل از خواب تا به عرق ریختن بی انجامد (خصوصاً برای کسانی که نگران بوده و عصبی می باشند)؛ بدن انسان طوری ساخته شده که ورزش و نگرانی مخالف یکدیگرند؛ (۳) استراحت؛ (۴) استفاده از دفترچه خاطرات - اگر افکار خود را در دفترچه ای ثبت کنند، از وجود افکار آزاد می شوند. مهم این است که از تخت خواب بیرون نیایند. افکار را نگاه ندارند، بلکه (در دفترچه) ابرازشان کنند.

صحبت بیشتری راجع به متقاضیانی که رفتار نامانوس دارند میتوان کرد، ولی شاید کافی باشد که بگوئیم که این مسائل دو گانه هستند: جسمانی و غیر جسمانی (البته این دو ممکن است متقابلاً اثر کنند). من تابحال از اهمیت همکاری با طبیب صحبت کرده ام و لزوم اطمینان از نبودن ریشه جسمانی را گوشزد کرده ام. زمانی که به واسطه آزمایش های کافی ثابت شد که مسئله جنبه جسمانی ندارد، آنوقت کار مشاور خواهد بود تا استتار یا الگوهای گناه آلود متقاضی را بشکافد. این کار را باید بکند تا بتواند مسئله (یا مسائل) را به طریق کلام حل کند. نمودار فوق مسئله به اصطلاح اسکیزوفرنیا را نشان می دهد.



در نتیجه می بینیم که اصطلاح اسکیزوفرنیا کفایت تشخیص میان دلایل بسیاری که برای رفتار مشابه موجود می باشد را ندارد. نشانه تأثیری که وضع شیمیائی بدن و یا آسیب مغزی، بر روحیه دارند را نمی دهد. نتیجتاً، چون بجای کمک کردن، گمراه کننده می باشد باید از استفاده از آن پرهیز کرد.

اسکیزوفرنیای کاتاتونیایی (Catatonic Schizophrenia)

در مواردی که تشخیص طبی نشان داده که متقاضی صدمه جسمانی یا شک به او وارد نشده، و هیچ دلیل روانی برای رفتار او (که به اسکیزوفرنیای کاتاتونیایی معروف است) موجود نیست (۶)، مشاور باید تصور کند که وضع موجود اغوا شده خود متقاضی است، و با استفاده از طرق مناسب شکسته خواهد شد. بهترین راه نشان دادن این راه، شرح موردی است که اتفاق افتاده است. سیمین خبر ناگواری از پسرش حافظ، که دختری را حامله کرده بود را شنید. این زمانی رخ داد که مسائل خانوادگی دیگری نیز برایش انباشته شده بود. شوهر او، رضا، به دفتر مشاوره مسیحی کلیسا تلفن زد و ماجرا را اینگونه شرح داد: سیمین به اطاق خوابش رفته بود و کنار تخت نشسته مانند سنگ منجمد شده بود. به اینگونه، مدت زیادی کنار تخت بدون حرکت و صحبت نشسته بود. مشاور سه کار را انجام داد:

۱. سیمین را برای معاینه پزشکی فرستاد و دریافت کرد که هیچ دلیل جسمانی برای چنین رفتاری وجود ندارد.
۲. تصور کرد که سیمین می تواند آنچه به او گفته می شود را بشنود.
۳. با اقتدار با او شروع به صحبت کردن کرد:

”سیمین خانم، من میدانم که شما آنچه می گویم را می فهمید، و می خواهم دقیقاً به آن گوش کنید. شما به این طریق از مسائلتان دارید فرار می کنید. این کار درستی نیست؛ این طریق خدا برای رسیدگی به مسائل زندگی نیست. من درک می کنم که مسائلتان جدی هستند، و نمی خواهم به هیچ عنوان آن ها را کم بشمارم. اما، منجی شما بزرگتر از آن ها است، و اگر بمن اجازه دهید، من سعی خواهم کرد جواب آنها را با استفاده از کلام خدا بکار ببرم. قسمتی از مسئله ای که دارید ممکن است بخاطر آن باشد که همه مسائل را یک جا و باهم می بینید، و آنچنان وسعت شومی را ایجاد کرده اند که نمی توانید راه گریز را ببینید. اما بالاخره، زودتر از آنکه تصور می کنید، به راه حل خواهید رسید.“

سیمین کمی به حرکت در آمد، ولی صحبت نکرد. او کماکان در سکوت در جایش نشست. سپس مشاور نتایجی که ادامه سکوت او خواهند داشت را تعریف کرد:

”شما اگر نخواهید به مسائلتان رسیدگی کنید، شوهرتان رضا را مجبور خواهید کرد چاره دیگری را دنبال کند. ابتدا لازم خواهد بود شما را تمام روز به همین حالت رها کند تا ببینیم از آن در می آئید یا نه (۷). آنوقت نیز اگر واکنش نشان ندادید، خواهید دید که نارسائی غذایی و نیاز های دستشوئی شما، شما را از پای در خواهند آورد. اگر در آن شرایط نیز واکنش نشان ندادید، رضا خان مجبور خواهد شد شما را روانه بیمارستان روانی کند. آیا می دانید در بیمارستان روانی با بیماران چکار می کنند؟ بگذارید برایتان تعریف کنم.....“

در حال تعریف آن، طول نکشید که سیمین شروع به گریه کردن نمود. در میان گریه هایش نیز صحبت از ناامیدی ها، دلشکستگی ها، و بیم هایش کرد. مشاور آنوقت توانست به این نیاز های او با استفاده از کلام خدا کمک کند.

فهرست زیر نویس های فصل سی و چهارم

- (۱) برای صحبت بیشتر راجع به مسائل ”جسمانی/ غیر جسمانی“ به ضمیمه شماره ۳ رجوع نمائید.
- (۲) در فرم اطلاعات شخصی، تعداد سؤالاتی که می تواند امکان آن ها را بسنجد موجود است.
- (۳) این نام ضعیفی است. این اصطلاحی است مانند نام ”زبان دراز“. کسی که پشت سر کس دیگری حرف می زند، یا زیاد از حد حرف می زند، یا موضوعی را افشا می کند را ”زبان دراز“ می خوانند. اسکیزوفرنیا، مانند زبان دراز، اصطلاحی است غیر اختصاصی که چیزی راجع به دلائل نمی گوید، و تنها اثرات آن (رفتار نامانوس یا ناخوشایند) را فاش می نماید. مانند نام (اصطلاح) گمراه کننده بیمار روانی است که باید از آن پرهیز نمود.
- (۴) ممکن است به این دلیل در سالون سینما نزدیک به پرده بنشینند، دست افراد دیگر را در دست بگیرند، یا از رفتن به کلیسا یا جلسات روحانی دوری کنند.
- (۵) مرقس ۱: ۳۵.
- (۶) وضعی که متقاضی در آن سفت و بی حرکت می شود و ممکن است صحبت نکند و حتی به نیاز های بدنی خود رسیدگی نکند.
- (۷) البته زیر نظر.