

راهنمای مشاوران مسیحی
فصل سیزدهم

**Christian Counselors
Manual**

نویسنده: جی آدامز
مترجم: شاهرخ صفوی

پیشگفتار مترجم

جزوه ای که در دست دارید، ترجمه فصل سیزدهم کتاب "راهنمای مشاوران مسیحی" است. این کتاب کلاً شامل چهل 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 بشوند 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 "مناقضی" نامیده شده، و شخص مشاور نیز "مشاور" نامیده شده است.

شاهرخ صفوی

فصل سیزدهم

زبان احساس و رفتار

در فصل قبل راجع به اهمیتی که زبان در جلسه مشاوره دارد صحبت شد. این موضوع در هیچ قسمت از مشاوره مسیحی از اهمیت بیشتری برخوردار نیست جز در رابطه با زبان احساس و رفتار. جملات احساسات، نگرش (احساس و رفتار) و رفتار باید از یکدیگر تمیز داده شوند. این جملات به سادگی با هم مخلوط می شوند چون در مواردی یک چیز را بیان می کنند و یا عوض. این کلمات را در این کتاب این گونه می توان تشخیص داد:

احساس

کلمه احساس برداشتی است از وضع بدن (جسمانی) که آن را خوشایند یا ناخوشایند می کند ("من احساس بدی دارم؛ من خسته ام؛ من خوش حالم"). احساسات را نیز می توان با گونه و شدتی که دارد تشخیص داد، اما اساساً همه را در دو طبقه باید رده بندی کرد: خوب یا بد، عضلانی یا غده ای، و کهربائی یا عکس العمل نسبت به قضاوتی که از محیط یا خود شده است. این قضاوت ها فعل و انفعالاتی شیمیائی را در بدن راه می اندازند تا بدن را به جهت خواصی هدایت کنند. جهتی که بدن به آن هدایت شده نیز احساس را تولید می کند.

وقتی راجرز می گوید، "آیا احساس می کنید که چنین کاری باید انجام گیرد" و یا "احساس می کنید این موضوع حقیقت دارد"، استفاده نادرستی از کلمات می کند که بسیار خطرناک است (1). چنین استفاده نادرست از کلمات در جلسات مشاوره مسیحی آب را گل آلود می کند و باید با آن روبرو شد. بخاطر گرایش احساساتی متقاضی، افکار، عقاید و اعتقاداتش کاهش می یابند. نباید آن را نادیده گرفت. وقتی متقاضی می گوید، "من احساس حقارت (یا کند ذهنی، بی کفایتی) می کنم"، باید او را متوجه بیان نادرستش کرد. هیچ کس احساس حقارت (یا کند ذهنی، بی کفایتی) نمی کند. آنچه بیان کرده قضاوت و اعتقادی است که به خود دارد. در حقیقت می گوید، "من حقیر یا کند ذهن و بی کفایت هستم". روی حساب چنین قضاوتی نیز ممکن است احساس غم، خشم، افسردگی کرده باشد. او احساس غم (و غیره) می کند بخاطر نتیجه ای که از رفتار، شخصیت، و یا امکاناتش بدست آورده. او احساس حقارت نمی کند چون حقارت احساس نیست.

این موضوعات دلالت وسیعی را دارند. اینجا تنها امکان صحبت راجع به دو مورد از آن را داریم. اگر حقارت (یا حماقت، بی کفایتی) احساس بود، امید کمی و یا هیچ امیدی برای رفع آن نبود. اما اگر قضاوت شخصی که نسبت به رفتار، شخصیت، و غیره شده احساس بد را برانگیخته باشد، امید برای رفع آن با تغییر رفتار وجود خواهد داشت. اگر "من بی کفایتم"، قضاوت شناخته شود (به درستی)، آنوقت مشاور خواهد توانست دلیل چنین قضاوتی که متقاضی از خود کرده را جویا شود. مشاور ممکن است بپرسد، "دلیل چنین نتیجه ای که از خود دارید چیست؟" یا بطور مستقیم، "حتماً دلیل خوبی برای این نتیجه دارید، بمن بگوئید به چه گونه بی کفایت بوده اید". اگر دلیل صحیح بوده باشد، حل مسئله در تغییر درونی متقاضی است. قضاوت ارتباط مستقیمی با دلالت دارد ولی احساسات چنین رابطه ای را ندارد.

این مشکل معمولاً در خصوص اطمینان از نجات ایجاد می شود. متقاضی می گوید، "اما من احساس نمی کنم نجات یافته ام". البته این استدلال صحیح است چون اعتقاد به نجات را نمی توان حس کرد؛ اعتقاد حس نیست. ممکن است شخصی احساس ترس، خشم، تأسف، و غیره، را به دلیل شک از نجات داشته باشد، یا خوش و آرام از اطمینانی که به نجات خود دارد، اما نمی تواند احساس آنکه نجات یافته یا نیافته را بکند.

چنین موقعیتی را نمی توان حس کرد، اما رابطه ای که با خدا ایجاد شده می تواند احساس خوشی را ایجاد سازد.

تشخیص میان احساس، و اعتقاد یا قضاوتی که آن را برانگیخته، معمولاً اساس حل مسئله را فراهم می سازد. در چنین صورتی، اطمینان ابتدا بر اساس وعده ایست که خدا در کلامش داده و وابستگی به عیسی مسیح (ایمان به کلام که از طریق روح القدس ایجاد شده)، سپس نشانه های نجاتی که در زندگیش مشاهده شده است. بعضی اشخاص قضاوت را بر اساس ضوابطی کمتر از این می گذارند. اگر ضوابط ضعیف باشند، قضاوت اشتباه خواهد بود و احساسی که این قضاوت برانگیخته نیز ناخوشایند خواهد بود.

بعنوان مثال، مسئله پیچیده و مدور اطمینانی که بر اساس احساس بنا شده (نجات) را در نظر بگیریم. احساس منفی، ابتدا ممکن است از منشأ کاملاً متفاوتی ایجاد گردد (کم خوابی، تقصیر بخاطر قصور در کار، غیره). اگر چنین احساسی بخاطر نجات نیافتن تشخیص داده شود، این قضاوت (بر اساس ناقص احساس) باعث احساس بدتری خواهد شد، و در نتیجه گواه بیشتری از عدم نجات را بوجود خواهد آورد، و تا غیر النهایه.

اساس شکستن این گرداب شریر، کمک به متقاضی است تا درک صحیحی از ضوابطی که کتاب مقدس برای نجات گذارده بدست آورد، و کمک کند تا متقاضی اساس قضاوتش را از آن پس بر مبنای کلام بگذارد.

معمولاً وعده های خدا نیست که مورد شک قرار می گیرند، یا آنکه شخص واقعاً ایمان آورده یا نه (گرچه ممکن است بعداً وارد چنین گردابی بشود)؛ بلکه کمبود نشانه ای از نجات در زندگی است.

ما تا بحال فرض کرده ایم که کمبود اطمینان از نجات بخاطر عدم ایمان به عیسی مسیح نبوده، بلکه در ایماندار حقیقی بوده که قضاوتش اشتباهاً بر اساس احساسش بوده (2). البته امکان دارد متقاضی ایمان نیاورده است. چنین امکانی را همیشه باید مورد نظر قرار داد. مشاور باید متقاضی را جدی بگیرد و چنین موضوعی را بطور کامل بررسی کند. اگر دلیل جدی برای شک وجود داشته باشد باید قضاوت را موکول به بعد کند.

معمولاً پس از بررسی این موضع، عاقلانه است که مشاور به بررسی زندگی متقاضی بپردازد. معمولاً بررسی زندگی گناه آلود متقاضی به خودی خود جواب لازم را بدست می دهد. اگر متقاضی نشانه تعدادی از نمونه های گناه را در زندگیش فاش نماید، نسبت به هر یک اعتراف به خدا کند، و از طریق روح القدس مطابقت با کلام نماید، غالباً همین مراحل اجرا شده اطمینان لازم را برایش ایجاد خواهند نمود. به عکس، چون بی ایمان توانای انجام خواست خدا را ندارد، مشاوره بی فاده خواهد بود.

سرکشی، قابلیت ضعیف، ناتوانی درک کلام خدا؛ هر یک از این عکس العمل ها ناگزیر از کوششی برمیخیزد که متقاضی برای مطابقت با کلام دارد. در چنین صورتی، ممکن است لازم باشد متقاضی را با انجیل آشنا کرد (3).

در یک خصوص شکی نیست، احساس واقعی نجات (آنچه از اعتقاد به نجات بدست آمده) تنها از قضاوتی که مطابق با کلام باشد بدست می آید. چنین اساسی احساس نیست؛ احساس میوه نجات است. از اطمینانی بر میخیزد که اطاعت از حکم خدا شده و به توکل تنها به او بوده است.

گرایش

گرایش مجموعی از پیش فرضها، عقاید، اعتقادات، و نظریه ها ایست که معمولاً در خصوص موضوعی، شخصی، یا رفتاری ابراز می گردد (4). نظر ثابتی است که تأثیر بزرگی بر رفتار دارد (5). در جلسات مشاوره، گرایش ها را می توان ساده تر از احساس مورد حمله قرار داد و عوض کرد، بطوری که معمولاً

تنها با تغییر گرایش و رفتار می توان احساس را نیز تغییر داد. گرایش های منفی ممکن است تبعیض را میان شخص و شخص دیگری ایجاد کند و در نتیجه حل مسائل ارتباطی را غیر ممکن کند. در مواردی، گرایش هایی که در نتیجه آن خشم، تنفر، و ترس نسبت به دیگری را ایجاد می کنند را باید ابتدا از میان برد تا رسیدگی به مسئله ارتباط شروع گردد.

بخاطر تشخیص نادرست میان گرایش و احساس، اشتباهات بسیاری صورت گرفته اند. گرایش ها معمولاً از نوع طرز فکری است که به آن عادت شده. تغییر گرایش ها، مانند تغییر نوع رفتار، نیاز به تغییر کتاب مقدسی ترک عادت / کسب عادت دارد تا ایجاد گردد (در فصل های بعد راجع به آن صحبت شده است).

رفتار

رفتار را باید با ا

پیروان اسکینر همه فعالیت های بدنی را رفتار تلقی می کنند، حتی عمل اعصاب و غده های آن. این عملیات جسمانی، با وجود رابطه نزدیکی که با گرایش و رفتار دارند، در این کتاب از آن تمیز داده شده اند. اسکینر گرایش (رفتار مغز و ستون فقرات) و احساسات (رفتار غده ها و غیره) را رفتار بیان می کند. این رفتار گرایی را باید رد کرد چون تصویر معنوی و معرفتی خدا در انسان را نادیده می گیرد. رفتار فعالیت است که مسئولیت را شامل خود می شود. رفتار گرایان عموماً مسئولیت را بکلی انکار می کنند. این انکار، مستقیماً از آنچه لازاروس "بازی حیوانی" (6) نام برده سر چشمه می گیرد. اسکینر معتقد است که انسان حیوانی بیش نیست؛ او حیوان پیچیده ایست، اما به هر صورت حیوان است. در انسان چیزی به نام شان و ارزش وجود ندارد. در گرایش و رفتار او چیزی جز عکس العملی که مشروط بر محیط باشد چیز دیگری نیست. همه رفتار است. اما برداشتی که کتاب مقدس از رفتار دارد بعوض محدود می باشد.

فهرست زیر نویس های فصل سیزدهم

(1) در جامعه امروزه استفاده این گونه از کلمات رواج زیادی دارد. پیروان راجرز می گویند احساس و ابراز آن است که درد انسان را ایجاد می کند نه افکار او. می گویند، "شما احساس می کنید چکار باید کرد؟". در چنین صورتی مشاور مسیحی می تواند بگوید: "ممکن است عقیده و برداشت خودم را بگویم به جای ابراز احساسات".

(2) معمولاً کسانی که ایمان نیاورده اند اهمیت چندانی به این موضوع نمی دهند.

(3) مشاور می تواند، تا زمانی که مخالف آن ثابت نشده، ادعا به ایمان متقاضی را قبول کند (اگر با کلام مطابقت دارد).

(4) نمونه بارز گرایی که نسبت به مسئله ای وجود دارد را از این گونه پاسخ ها بدست می آوریم: "من نمی دانم چکار کنم"، "مسئله ای وجود ندارد"، "برای من فرقی ندارد"، "من نمی توانم آن را انجام دهم"، "ولی من تابحال آن را اینطور انجام نداده ام".

(5) پس از آنکه نظریه ثابتی ایجاد می شود، طریق جامعی از زندگی ممکن است از آن سرچشمه بگیرد بطوری که تعبیر ناقص و گسترده ای از واقعیت بدست خواهد آمد.

(6) لازاروس (Arnold Lazarus) *Behavior Therapy and Beyond* صفحه 6.