

بسم الله الرحمن الرحيم

«گزارش بررسی تطبیقی دیدگاه‌های امام سجاده‌علیه‌السلام با مارتین سلیگمن درباره اضطراب مرگ»

این پایان‌نامه توسط سرکار خانم مرضیه عبدالکریمی در مقطع کارشناسی ارشد، رشته روان‌شناسی مثبت‌گرا نگاشته و در سال ۱۴۰۰ با اخذ نمره کامل به اتمام رسیده است.

مسئله اصلی پژوهش، آگاهی از فهم جایگاه اضطراب مرگ در نظریات سلیگمن (به‌عنوان پدر روان‌شناسی مثبت‌گرا) است. از این جهت که سلیگمن در جدیدترین نظریه خود درباره شادکامی و بالندگی در قالب مدل پرما (PERMA) ارائه نموده، راهکار دفع اضطراب مرگ و شیوه مواجهه مثبت با مرگ در عین شادکامی و شکوفایی را تبیین نموده است.

نویسنده در زمینه چاپ مقالاتی درخصوص اضطراب مرگ، مسبوق به سابقه می‌باشد، از این جهت اقدام به بررسی جمع بین شادکامی و اضطراب مرگ در نظریات سلیگمن می‌کند. وی به‌منظور تبیین دقیق نظرات این روان‌شناس احتیاج به یک شاخص دارد. به تشخیص نویسنده بهترین شاخص، دیدگاه‌های امام سجاده‌علیه‌السلام است. او علت انتخاب حضرت نسبت به سایر ائمه علیهم‌السلام را، مواجهه مستقیم ایشان با مرگ در جریان مصائب عاشورا و استحکام روانی ایشان بعد از فجایع کربلا می‌داند. اعتقاد قوی سلیگمن به دین یهود و همکاری وی با پنتاگون به منظور بهبودپذیری روانی سربازان و جلوگیری از بروز اختلال استرس پس از آسیب^۱ و تولید «برنامه جامع آمادگی سربازان»^۲ نویسنده را ترغیب به فهم چیستی وجوه اشتراک و افتراق دیدگاه‌های امام سجاده‌علیه‌السلام و سلیگمن می‌کند.

به سان سایر پایان‌نامه‌ها، فصل اول اختصاص به کلیات و مفاهیم پایان‌نامه دارد. فصل دوم، مشتمل بر سخنان اهل بیت، به‌ویژه امام سجاده‌علیه‌السلام، نظرات اندیشمندان مسلمان و تفکرات روان‌شناسان غربی به‌ویژه سلیگمن است. در فصل سوم، نویسنده روش تحقیق را که روش کیفی تحلیل محتواست توضیح می‌دهد. منابع مورد مطالعه نویسنده؛ حدود ۴۰ اثر از سلیگمن (اعم از فارسی و انگلیسی) و تمام ادعیه و روایات موجود منتسب به امام سجاده‌علیه‌السلام اعم از صحیفه سجادیه (کامله و جامعه)، مناجات خمس عشر، رساله حقوق، روایات کتاب شریف کافی و مفاتیح الجنان (اعم از فارسی و عربی) می‌باشد. گفتنی است نویسنده جهت اطمینان از صحت یافته‌های خود درباره دیدگاه‌های سلیگمن، اقدام به مکاتبه الکترونیکی با وی نموده و نظر نهایی این روان‌شناس را به‌عنوان سندی بر اتقان مدعای خویش، در پایان‌نامه ذکر می‌کند. او در فصل چهارم، مبانی دیدگاه‌های امام سجاده‌علیه‌السلام و سلیگمن را تشریح کرده، تعریف امام سجاده‌علیه‌السلام از اضطراب مرگ را استحصال نموده و عوامل افزایش و کاهش آن را برمی‌شمرد. با تحلیل نظرات سلیگمن و استناد به نامه الکترونیکی او، اعلام می‌کند که سلیگمن نظری درباره مرگ و اضطراب ناشی از آن ندارد. در باور سلیگمن، انسان آینده‌نگر به‌حدی عمل‌گراست که افکار خود را مشغول مرگ نمی‌کند، همانطور که گذشته در اختیار انسان نیست و نمی‌توان درباره آن کاری کرد. در فصل پنجم، نویسنده به معرفی علل سکوت سلیگمن، مقایسه وجوه اشتراک و افتراق دیدگاه‌های امام سجاده‌علیه‌السلام و سلیگمن (در قالب جدول)، مقایسه سازوکارهای فعال‌کننده مرگ‌آگاهی و اضطراب مرگ (در قالب شکل) می‌پردازد. در انتها شیوه مواجهه مثبت با مرگ و ترس ارزشی از آن را از دیدگاه امام سجاده‌علیه‌السلام ارائه می‌کند. وی معتقد است امام با نظرات روان‌شناسی موجود مبنی بر طبیعی و

¹ - PTSD

² - Comprehensive Soldier Fitness

اجتناب‌ناپذیر بودن اضطراب مرگ، مخالف است. امام سجاد علیه‌السلام بدون آنکه در صدد کاهش اضطراب مرگ باشند از ترس وجودی که همه انسان‌ها نسبت به مرگ دارند، در جهت ارتقاء سلامت روان انسان در دنیا و سلامت ابدی او در آخرت استفاده می‌کنند. در واقع ماحا صل توجه مؤمن به مرگ، «انتباه مرگ»، «اشتقاق مرگ» و «انس با مرگ» است که در قالب «مرگ‌آگاهی»، «مرگ‌اندیشی» و «مرگ‌پویایی» تجلی می‌کند. در نگاه امام، معنای زندگی عطف به معنای مرگ شکل می‌گیرد. در حالی که مواضع سکولار سلیگمن، عمل پراگماتیسم او و ادراک ناقصش از خدا، هستی، انسان، زندگی و مرگ خودبه‌خود منجر به «تمرکز بر نمردن»، «طول امل» و تولید «اضطراب مرگ» می‌شود. مولود چنین دیدگاهی، تعریف زندگی فارغ از یاد مرگ است. در پایان نویسنده اقدام به ارائه یک مدل از الگوی اسلامی ترس از مرگ می‌نماید. از آنجا که ارائه مدل، هدف نهایی نویسنده نبوده، پیشنهاد می‌شود پژوهشی در جهت تبیین و تکمیل این مدل، به‌منظور تبیین شادکامی و شکوفایی اسلامی براساس دیدگاه‌های امام سجاده‌علیه‌السلام با تکیه بر صحیفه سجادیه انجام شود.