



دانشگاه مجازی المصطفی

معاونت پژوهشی و تولید

گزارش نشست علمی پژوهشی

عنوان نشست	تأثیر ارتباط با محیط زیست بر فکر و روان انسان
موضوع نشست	انسان و محیط زیست
سخنران	دکتر توفیق اسدوف (هنیت علمی جامعه المصطفی العالمیه و مدیر گروه مطالعات اسلامی دانشگاه مجازی)
زبان ارائه	آذری
زمان برگزاری	۱ خرداد ۱۴۰۱
مکان برگزاری	تحت وب
تعداد شرکت کنندگان	<u>۴۵ نفر آنلاین</u>
لینک دسترسی به محتوای نشست	https://live.mou.ir/pqx8flsfqz28/



متن نشست

بسم الله الرحمن الرحيم

تأثیر ارتباط با محیط زیست بر فکر و روان انسان

این نشست علمی در تاریخ ۱ خرداد ماه ۱۴۰۱ به همت معاونت پژوهش دانشگاه مجازی و گروه مطالعات اسلامی برگزار گردید

در زیر گزارشی از اهم موضوعات ارائه شده در این نشست علمی که بسیار کاربردی بود و مورد استقبال مخاطبان قرار گرفت، ارائه می گردد:

استاد محترم دکتر توفیق اسدوف با بیان اینکه لازم است قبل از ورود به بحث، مقدمه ای را بیان کردند که افسردگی که بالای قرن به حساب می آید، به یک بیماری روانی تبدیل شده است. و این که انسان معاصر روز به روز از ارتباط گرفتن با محیط زیست فاصله می گیرد، در رشد این بیماری بی تأثیر نیست. درست است که شادی مفهوم نسبی است، از فردی به فرد دیگر متفاوت است، اما چیزی که نسبی نیست، این است که همه می خواهند شاد باشند، همه آروزی خوشبختی دارند، و این امر بدون ارتباط با محیط زیست امکان پذیر نیست. چرا که ما برای به درد بخور بودن وجود خود در این جهان، باید کارهایی را انجام دهیم که حس مفید ثمر بودن خویش را عمیقاً احساس کنیم. و این امر زمانی اتفاق می افتد که ما به این طبیعت چیزی اضافه کنیم و هستی ما برای بقای طبیعت فایده داشته باشد، زیرا چنین احساسی برای آدمیزاد نشاط می دهد، حتی به زندگی اش معنا می بخشد. از طرفی، طبیعت نیز توجه انسان را به آن بی عوض نمی گذارد، هرچه با محیط زیست ارتباط بگیری برای شخص آرامبخش می شود. فراموش نشود که یکی از اصلی ترین دلایلی که انسان ها را از زندگی خسته، بی حوصله و افسرده می کند دوری از طبیعت است. گاهی اوقات حتی یک کمک کوچک به طبیعت می تواند انگیزه انسان ها را برای زندگی افزایش دهد. به عبارت ساده، با کاشت یک یا دو گل در حیاط، که خلق و خوی آدم ها بهتر شده است.





در ادامه نشست استاد محترم به فواید ارتباط با محیط زیست پرداختند که اولین مورد ارتباط با طبیعت، احساس خالق بودن است که در اثر ارتباط با محیط زیست به انسان دست می دهد و گاهی اوقات انسان حس بی معنایی در این جهان می کند. ولی وقتی که انسان می تواند چیزی را خلق کند (البته به اذن الله) و درختی و گلی به طبیعت اضافه کند، حس مفید بودن می کند.

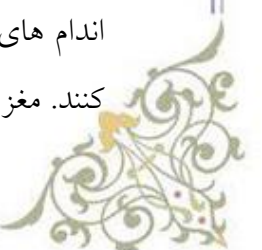
شکی نیست که آفرین، یعنی خلق کردن، از آن خداوند متعال است، ولی این مهمترین ویژگی است که خدا به انسان عطا کرده است. البته انسان به اذن خدا خلق می کند، اما خود همین کار به انسان اعتماد به نفس می دهد و روح انسان را زنده می کند. و همین امر می تواند انسان را از گرداب بی معنایی نجات دهد.

مورد دیگر از فواید ارتباط با محیط زیست که برای انسان به ارمغان می آورد اینکه احساس حافظ بودن است با این توضیح که صفت حافظ بودن، از آن خداست. اما اگر انسان با قدرتی که خداوند به او داده از طبیعت محافظت کند، با اذن خدا شبیه او می شود. این امر نشاط انسان را چند برابر افزایش می دهد، زیرا انسان بقای خود را برای بقای طبیعت مفید می بیند. اگر انسان بداند طبیعت یا سگ یا گربه ای که در حیاط خانه اش نگهداری می شود به آن نیاز دارد، احساس خوبی می یابد.

ایشان در بخشی دیگر از سخنان خود به سومین فایده ارتباط با محیط زیست برای انسان پرداختند که همان پذیرش و ایمان به قوانین لایتغیر آن را به دنبال دارد و هر چه انسان بیشتر با جهان طبیعی ارتباط برقرار کند، طبیعت را بیشتر درک می کند، قدرت طبیعت را می شناسد، قوانین آن را مطالعه می کند و خود را به قوانین تغییر ناپذیر طبیعت تطبیق می دهد. پذیرش واقعیت این امر از نظر روانی بسیار آرامش بخش است. به طور مثال انسان دیگر مطمئن می شود که هر موجود زنده ای اگر به آن رسیدگی شود رشد می کند، هر موجود زنده ای پیر می شود، می میرد و غیره.

فائده چهارم ناشی از ارتباط با طبیعت بحث لذت حواس پنجگانه است با این توضیح که دنیای امروزی پر از عوامل استرس زا است که به دنبال آن غم و افسردگی می آورد. بیشتر انسان ها تبدیل به ربات هایی شده اند که برای زنده ماندن حرکت کرده و به هر عامل استرس زایی واکنش نشان می دهند. فاصله گرفتن از این استرس ها به یک دغدغه همگانی تبدیل شده و همه سعی می کنند، با استفاده از آنچه که دارند، لحظه ای پر از آرامش را برای خود ایجاد کنند. غافل از اینکه آرامش درونی نزدیک تر از چیزی است که تصور می شود و آن حواس پنجگانه انسان هاست: بینایی، شنوایی، چشایی، بویایی و لمسی. البته این حواس پنجگانه فقط زمانی می تواند کاربردی داشته باشد که بتواند خارج از خود در ارتباط باشد و آن محیط زیست است.

اندام های حسی سیگنال های دنیای بیرون را به سیگنال های سیستم عصبی - تکانه های عصبی تبدیل می کنند. مغز سیگنال ها را از اندام های حسی دریافت و پردازش می کند و دستوراتی را به اندام های فعال می





فرستد. روح انسان اگر دائماً به مناظر زیبا نگاه کند، صدای پرندگان را بشنود، خنکی آب را لمس کند (یا حیوانات خانگی را نوازش کند)، گل ها را بو کند و میوه های معطر را بچشد، می تواند همیشه شاد و پرانرژی باشد.

به طور کلی توجه به طبیعت مانند قدم زدن در سایه درختان و در هوای تازه و خنک و همچنین پرداختن به هر ورزشی در طبیعت، انسان را شاد نگه می دارد و درمان مناسبی برای افسردگی محسوب می شود. در پایان نشست دکتر توفیق به توصیه ای از امام صادق (علیه السلام) برای همیشه شاد بودن و دوری از غم و اندوه و افسردگی بیان کردند که :

« النشوة فی عشرة أشياء المشی و الركوب و الارتماس فی الماء و النظر إلى الخضرة و الأكل و الشرب و النظر إلى المرأة الحسنة و الجماع و السواک و محادثة الرجال.»

«ده چیز موجب شادی است. راه رفتن، سوار شدن، سر در آب فرو کردن، سبزه نگاه کردن، خوردن و آشامیدن، رابطه جنسی، مسواک زدن، نگاه کردن به زن زیبا (حلال)، شستن سر با گلاب و صحبت کردن با افراد عاقل.»
با توجه به حدیث فوق اهمیت ارتباط گیری با طبیعت نیز در نشاط روانی مشخص می شود. و اینکه به سوالات مخاطبی آنلاین پاسخ های لازم را ارائه کردند.



مستندات نشست



جامعة المفتوحة
Al-Mustafa Open University

ELMI-TƏDQIQAT VEBİNARI

Ekologiya ilə ünsiyyətin psixi dirçəlişə təsiri

22 MAY, 2022
Saat: 11:00

link: live.mou.ir/research

PhD. Tofiq Əsədov
Əl-Mustafa Universitetinin Elmli Hərəyinin Əsas Üzvi,
İslam Araşdırmaları İnstitutunun Sədri

www.mou.ir



dr. Tofiq 1 khordad 1401 - mohite zist - Adobe Connect

Poster.Dr. Tofiq.jpg

Video (1)

Tofiq Asadov

Chat 18 (Everyone)

Attendees (28)

Tofiq Asadov

Hosts (3)

- pajoheh Department
- pajoheh Department 2
- Tofiq Asadov

Presenters (0)

Participants (25)

- 11893
- 12330
- 12403
- 12474
- 12878
- afaq eynullayeva
- alireza fathi

Sadiqova Xayala: ustad evrim tabiatdan? bizim bildiyimiz?

Günay Nurullayeva: Baxdim

Yegane Huseynova: Deriniz var idi biza

Vusala Əlekbarova: tabiyata qarşı aqressivlik neden ireli galir?

Yegane Huseynova: Amma olmadı

Günay Nurullayeva: Bali çox gözəl mövzu idi


Xatira Eyvazova: Çox sağı olun Ustad minnətdaram

Sadiqova Xayala: bazi insanlar var son vaxtda estimesəm deyiler arzu idtakerinizi yazirsiz. ne istyrsiz. nail olursuz. bu na dərəcədə doğrudur? bu sual mani çox maraqlandırır.


Sabat: Salam ustad

Latafat: Əger bir şəxs qəzəblirsə və kin saxlayrsə sən cəhd edərsən amma o sənə bağışlamırsə sən nə etməlisən. Dəfələrlə hər şey düzəlsən deyə cəhd edərsən amma alınmırsə. Və ələ bir şəxs ki ki hər gün onunla qarşılaşırsən. Ən doğru addım nədən ibarətdir?

0:36:36/0:44:22



Video (1)



Tofiq Asadov

Chat 18 (Everyone)

Günay Nurullayeva: Bəli çox gözəl mövzu idi

Xatirə Eyvazova: Çox sağ olun Ustad minnətdəyəm

Sadiqova Xoyala: bəzi insanlar var son vaxtda eşitməmiş deyilər arzu istəklərinizi yazdırız. nə istəyirsiniz. nə olursuz. bu nə dərəcədə doğrudur? bu sual mənə çox maraqlandır.

Səbər: Salam ustad

Lətifət: Əgər bir şaxs qəzəblirsə və kin saxlıyarsa sən cəhd edərsən amma o səni bağışlamırsa sən nə etməsən. Dəfələrlə hər şey düzəlsən deyə cəhd edərsən amma almırsa. Və elə bir şaxs ki hər gün onunla qarşılaşsan. Ən doğru addım nədən ibarətdir?

Sadiqova Xoyala: yəni ustad evrimdən isdamek ?

Rəna Eyvazova: Çox sağ olun Ustad Allah razı olsun

Lətifət: Zamanında bir xətə etməsən fəqət o səni bağışlamır öləne qədər zərər verməyə çalışacaq

Sadiqova Xoyala: evrim təbiətdi ustad?

Attendees (27)

Tofiq Asadov

Hosts (3)

- pəjoheş Department
- pəjoheş Department 2
- Tofiq Asadov

Presenters (0)

Participants (24)

- 11893
- 12330
- 12403
- 12474
- 12878 نورجن
- afiq eynullayeva
- alireza fathi

