

نگاه ۱

گزارشی از عسلک که به سوییس تهران معروف است **زندگیبهسبکدیگران**

مهدىافروزمنش

رحیم می گوید: «۹۰درصد ملکهای این منطقهرو یشناسم و فایلهاش دست خودمه» نگاهم به سقف ی ۱/۱۰ یک از بیرون افتاده است، دست کم ۵متر ارتفاع دارد، از بیرون دو یا سـه طبقه به نظر می سـیدامـا در داخل فقط یک دوبلکسِ پرزرق و بُرق اُسـت. از سقفُ یک لُوستر گرانقیمت آویزان است، تمام دیوارها با سـنگهای زیبا و تابلوهای نقاشی پوشانده شده است، ستونهای ۔ بلندی سقُف را نگاہ داش . کی در این انتهای بنگاه با یک پیچ رویایی خودشان رابه محوطه دوبلکس می رساند، بنگاه بیشتر به یک اثـر هنری شـبیه است، متفاوت از هرآنچه از این قشے دلالان مسکن سے اغ داریجی حیم فنجار سیک نسکافه را با دستمالی زیرش جلویم می گذارد و خودش را توی مبل های چرمی پرت می کند. «شمافقط بهم بگید چقدر می خواید هزینه کنید تامن کمکتونکنم».

عينكش راروي سے طاس شدہ حذابش حابه حا ... می کند، مارک کفش اش را از انعکاس گرانیت های کف بنگاه می خوانم، تیم برلند، قهوه ام را سرمی کشم. سرش زیر نورهالوژنها برق می زند. زیر نورهالوژنها برق می زند. بالاترین عددی کــه به ذهنم می رســد را می گویم،

ـت مىشــوند، كممانــده قهوه ۔ چشــُمهایش درشــ توی گلویش بهرداما خودش را کنترل می کند، «۵ میلیسارد؟» صدای پرغرورم برای خودم هم ناآشناست، اما میخواهم پولدار خوبی باشم «بهم مىخورە آنقدر پول داُشتە باشم؟ُ»ولْبخندمىزنە نسكافه چند لكه سر سوزنی، روی پیراهن زارای سفید رنگش انداخته است اما خودش متوجه نیست. «نه، چرا نخوره اما... اما شما با این پُول حتی نمی تونید

به خودم که می آیم، روی مبل نیمخیز شدهام، دهانم باز مانده و پایم از شدت برخورد با لبه میز درد خفیفی

ابر حازمت بخرید».

«به نظره بهتره بااین پول بریم سمت صحرای نارون، اونجابازممىشە چيزى گير آورد.» «فرقشونچيه؟»

«ولیش اسمشونه، اسم عســلک خودش میلیاردها تومن می ارزه، بعدش نمایسی که ویلاها دارند و بالاخره آدمهایی کسه زندگی می کنند، اگسر بودجه تون کمی بیشتر بودمی تونستی نشونتون بدم.»

... ردر کی رسید از کر کری از می کرد. مردمیانسالی گوشـه بنگاه بی خیال نشسته است و روزنامه می خواند اما شـک ندارم که گوشـش توی ر ///ر حرفهای مااست و این موضوع وقتی قطعی می شود که از همان دور دادمی زند، اگر بتونید کمی روی پولتون بذارید یک متراژ کوچیک تو عسلک هست که بهتون

لابايدروش بذارم؟»

«مُثلاً ۲ یا ۳ تا، رحّیه آقارو ببر اون ویلا رو ببینه.» دوســـتی که آدرس ایسن بنگاه را داد، تأکید داشــ که با خبرنگار حرف نمی زنند امــاً تقریبا تنها بنگاهی ت که بزرگانُ را مدیریت می کند و عسلک برایش حترام قایل است. بنابراین چارهای ندارم، فکر می کنم که بعًــد از حرفهایمــان می توانم اجــازهاش را برای انتشار بگیرم. تلفنم را درمی آورم: «من برای خودم که نمیخوام، اما بذارید از مهندس بپرسم ببینم می تونه». مهدی،عکاس روزنامهٔ بیرون توی ماشین است، بی خبر ز همه جا، گوشــی را برمیدارد، «مهنــدس من الان ی اینجام واین دوستان که شما آدر سرو دادید می گن۵تا کم وباید برای یه چیز خوب تا ۱۰ و ۱۱ هزینه کنین.» مهدی هنوز گیج این حرفهای بی ربط است که رحیم خودش را وسط می اندازد، «خوب نه معمولی.» «جانم؟»مهدیمی پرسد که چه می گویم. «مهندس گوشی لطفا، شماچیزی گفتید؟»

صـورت رحیم کمــی باز میشــود، آخریــن جرعه فنجانش را هم بالا می اندازد، سیگار وینیستون و دسته سرر ۱۹٫۶ می دارد سید روسته وی وسته کلیدو کیف ورساچه اش را برمی داردومی گوید «برریم» عسلک یا همان استلک در گویش های قدیمی از خیابان اصلی لواسان شروع می شدود و تا ارتفاع ۲هزار متری بالاتــر از دریا بــالا مـــیرود، مرتفع ترین بخش يلاقات لواسان اس . از کوچــُـهای کنــار بنگاه بــالا می رویم، سراش

_رأى ٢٠۶ تنداســت امــا نه آنقــدر كه نشــود بالا ن، از کنار گیت نگهبانی ردمی شویم و رحیم اُهنمایی هایس را آغاز می کند. «یدن بخش رزون ترین قسمت عسلک است، یعنی اونایی که بول های کمتری دارند اما دوست دارند عسلک ری هم زندگی کننــد، بیشُــتر اینُجا دنبــال خریدند». چند ساختمان درحال ساختوساز است، بیشترشان .۔ هم زندگی کننـ " آپارتمانهایسی است کسه در چنسد واحسد درحال ریزه کاریهای آخر هسستند. «الان بیشستر آپارتمان مىسازند، يعنى هركى هم كه ويلابخره بعداز مدتى

خراب مي كنــه و برجش مي كنه، البته اگر زمين يا ويلا گيرش بياد عسلكزندگىبە دیگران است، زندگی فوق، فوق پولداری، واقعیت قابل که بخره». لمس آنچه مادر صفحه rich kids of Tehran است، آب و هوای خــوب، باد و خانههای بزرگ پیچیده شده در

دیدیم. تپهای در نقطه خوش دیوارهای سنگی و البته کوچهها أبوهواي نزديك تهران كه خیابانهای دربوداغان. «با ایس قیمتها چرا فاصلهاش تاشهر مادر فقط نیمساعتاست خيابونهاشوناينشكليه» رحيم كمكم فهميده

كُه دست بالا را دارد . «خــباینجـاعسـلک دنگــه، هم خیلی تو چشــم کــه زیاد اهالیــش دوســت ندارند.» دیچی و چسم سر اریده نامین و وست در است در است پیچها را را ناندخانه , دمی کنیم تا جلوی «کیس» مورد نظر بنگاه بر سیم، یک خانه در مرحله اسکلت و کمی آجر کاری شده و نه بیشتر , رحیم می گوید: «اینجاست، قرار که مسال بعد تمام بشه، خیلی بزرگ نیست اما

بالاخرەعسلك». مادر چنین موقعیتی بودیم،مهدی رانندگی می کرد، بک اسکلت فلزی که در سه طبقه طراحی شده و به . اندازه یک طبقه اُن تیغهبندی شده است، من و رحیم از ماشین پیاده شده و او با کارگری خوش و بش می کند ، تقاضای مالک برای دریافت دست کم ۴میلیار دهنگام و شتن قولنامه و قرارداد و محاسبه باقی پول به قیمت زمان تحویل، زمان تحویل؟ دست کم یکسال بعد.

۱۰۰، ۲۰۰ متـر گیر تون می آد، تــازه اگر بیاد»، «پس چقدر لازمه؟»، «بالای ۲۰ تا» یاد گوشــی توی دستم بعدی را نشان بدهد، یخش هم آب سده است و شروع می کند خانهها را یکی یکی معرفی کردن، فلان بازیگر ی ری از بیان که دارد ویلایی می سازد، آقای جواهر فروش معروف و وارد کننده بهتریسن و اقتصادی ترین ی افتم، «مهندس شنیدید که...» مهدی هم وارد بازی مافتم، «مهندس شنیدید که...» مهدی هم وارد بازی ننده است، بگو ۲۰ تا، اصلامهم نیست، آتیش زدم به رندماشین دنیا که در نوک تیه خانه دارد، کار خانه دارها مالۍ.» ۱۰ می گویم ۱۵ تا؟ باشه، چشم، تواین رنِج می گردم.»

وبازاریهای سرشناس هم هستندامانه در جایی که ما دنبال ويلامي كشتيم. ، کرت هرچه بالاتر می رویم کم کم تفاوتها معلوم می شود. مقابل یک ویلانگه می داریم، ۴۵۰ متر که ۴۵۰ مترش سبری در بناست، طراحی مدر نی دارد با سنگ های تزیینی و شیشههای رفلکسسی، زیباست، با هویت و اصالتی که به فرهنگ ایرانی نزدیک است. رحیم می گوید، ے بہ مرصص ، یرامی بردید انست، رحیم می گوید، که کلید ندار د، هر دو فهمیده ایسم که آن یکی چندان مایسه نمی گذار داما هــر دو هم ســعی می کنیم ظاهر معامله ای که یک پایش می لنگد را حفظ کنیم. او با شم معامله ای که یک پایش می لنگد را حفظ کنیم. او با شم اقتصادیش حدس هایی زده است اما نمی خواهد صد در

صدهم کوتاه بیاید. برمی گردد و رو به خارج از لواسان نگاه می کند. منظره خیره کننده ایست، سینه کش کوههای اطراف سد لتیان زیر آفتاب ظهر می درخشد. نور آفتاب مثل رگههای طُلا در افسانه های غربوحشی رر بر برای گرفته و باد دورت چرخ میزند. رحیم می گوید، «این یه چشمانداز معمولی از عسلک که اون تازه فهمیدم، آنچه تفاوت را ایجاد می کند، منظره

پر ست، منظـرهای خیره کننده به کـوه و آسـمان و البته کـه متراژ و بلاها اما آنچه کـه قیمتها . ا د لك تعيين مي كند هيچ كُدامُ اینها نیست. میل و رقمی است که

.... صاحبان ویلاهااعلام می کنند. رحیم خانهای را از دور نشان می دهد، بیشتر به قصرها شبیه است تا تصوری که من از خانه دارم، ستونهای تحقیر کنندهاش حتی ری کی ۔ از آن فاصلے دور هم توی چی مے زندہ ساختمان مثل نگینی

در تمام محوطه می درخشد و تماما متعلق به صاحب یک برند معروف است. می گوید: «به شکل اسمی این جا ویلامتری ۷ تا ۱۰ تومن، ببین چی بشه که مثلابگیم ۱۱ یا ۱۲ اما همون ویسلارو طرف ۴۰۰ میلیارد قیمت

-«خــب مهم اینه که خریدار داشــته باشــه که نداره ظاهرا؟»

تحقير آميز حرف مىزند، جملهبندى ولحنش ناطیر سیر عرصی از یک اطلاعات دست اول است، یک بینش اقتصادی ریت و مالی کـه در مرتبهای بالاتر قـرارش می دهد، رحیم مصداق روشـن روز گار ما اسـت، اطلاعات پول است. می گوید: « ۲۷۰میلیارد خود من براش مشتری دارم،

یی ر۔ حتی طرف تا ۸۰ هم بالامی ره.» ۳۷۰میلیار د تومان را عادی تر از چیزی که فکر آ

بریم یه دور بزنیم». به همین سادگی، ۵هزار متر است، بااستخری در طبقه سوم، سنگها از ایتالیا آمده است، تخصصمىخواهد.

تعجب من به آتشاش دمیده است، ویلای دیگری را نشان میدهد، ساختمان یک برندجواهر فروشی، «این ۱۲۰ تا قیمت گذاشـــته» می چرخد: «اون یکی ۲۳۰ تا،اون ۱۰۵ خلاصــه که هر کی هر چی دلش میخواد قيمت مىذاره و البته اينم به اين معنا نيست كه حتما مىفروشند».

. ـلک زندگی به سـبک دیگران اسـت، زندگی نوق، فــوق پولــداری، واقعیت قابل لمــس آنچه ما در صفحــه rich kids of Tehran دیدیــم. تپهای در نقطه خــوش آب و هوای نزدیک تهــران که فاصلهاش تا شهر مادر فقط نیم ساعت است. برای بیشتر مالکان مسملک این جا محل زندگی شمان اسمت نمه و یلای یات. نفریحی اما بایـــداذعان کرد در آن منظـــره و آب و هوا و خانههای مجهر به طبقات گردان و باغچههای ا اُنچنانـــی کل زندگـــی یک تفریــح اســت. تفریحی گرانقیمت که فقرایش خانههای ۷ میلیاردی میخرند. توی راه بر گشت رحیم دلیل قیمتهای پرت را هم اینطور می گوید، «تو کل لواسون فقط عسلک اینچنین چشــهاندازی داره، وگرنه آپ و هوا که همه جا هس بعدشــم مهم تر این که این جا زمین همیــن قدره که میبینی، یعنی بیشتر نیست، واسه همین اونهایی که _____ دارن هر چی بخوان اُســم می دارن و باقی باید صداش کنند.»

خداحافظی می کنیم تا چرخی هم در صحرای نارون بزنیم و خبر پسندیدن خانه ۷ میلیار دی را تلفنی بدهیم _ _ ر- ص سعنی بدهیم اما سر ناهار اســت. در یک باغ کوچک خانوادگی که از * بدر بزرگ به پدر واز پدر به پسر رسیده است. پدربزرگ محصول این باغ راباقاطر به تهران می برده و می فروخته، خیلی سال قبل. آن وقت ها لواسان یک روستای دور افتاده بوده است. روستای دور افتاده فقرای خارج شهر. البته که این بر داشت از لواسان به سال های خیلی دور . هم محدود نمانده بود، کنار رستوران یک نجاری محلی ست، یک مرد میانســـال از اهالی لواسان، چسبیده به عسلک. ۵۰ سُاله به نظر می رسد، مُوتور خورجین دار یاماها ۱۰۰ را به دیوار چسبانده و خودشان (بومیان واسان) را به برگهای زر دمیان چنارها تشبیه می کند. وسی راب بر صدی رزدسیان پدرت سبیا می دهد ن سوی جاده درخت چنار تنومندی را نشان می دهد که بعید است کمتر از ۱۰۰ سال عمر داشته باشد، البته که نجار می گوید، ۳۰۰ سال، ۵ تنه قطور از ریشه جدا شده و بالا رفته اند، مي گويد: «ببين اگه الاُن وسط اين درختها یک نهال بکاری چطوری میشه» و خودش ر کی کرکری جواب میدهد، «شـک نکن لاغــر و بدبخت میمونه، چون همه نور و غذا رو این بزرگها می خورن، ما هم تو عُسُلَک و ناروُنُ و لواسُونَ همینُ وضع رو داُریم، نمی گم پولدارها گناهکارن یاقاتل اما خب وضع این».

پر را رای کا سروع تغییر شکل لواسان و نجار زمان شروع تغییر شکل لواسان و بهخصوص عسلک از یک روستای فقیر و حاشیهای به یک نقطه فوق لوکس را از اواسط جنگ می داند. ز زمانی که صدام مُوشکباراُن را شروع کرد و مردم ز ترس جانشان از تهسران بیرون زدند و کم کم ر را را کشف کردند و بعد عسلک و بعد پولدارها آمدند و بعد بومیها شدند مشابه نهالهای زرد لابعلای چنارهای تنومند. موتورش را هندل ه بــــدی چعارهـــی عوشتــــه، هوتـــورش را بعثان میزند و مـــیرود اما قبلش چیـــزی می گوید، «این لواسون دیگه لواســـون بچگیهای ما نیست، اینجا تيُولُ پُولداراست، نوشُ جُونشون، زندگی رو اونها

مىكنىن» یاه رنگ موتورش در هوا یخش یک بنز کوپه از کنارمان رد می شـود، سـاعت ۳ بعد از ظهر خردادماه نسـیم خنکی میوزد که تن را مور ر حهر خردانشاه نشسیم خندی نبی ورد حد بن را مور مور می کند. هنوز نیم ساعتی مانده تا پوستمان لمس کند که تفاوت درجه هوا از تهران تا لواسان دست کم ۴ درجه استُ. در سُوييسُ تَهُراْنُ زِنْدَّكَيُ به شَكل ديگرٰی در جريان است.

هفتمیلیاردرؤیا، یک سیاره و دیگر هیچ!



از مناطق جهان، بهویــژه خاورمیانه اثرگذار باشــد.ایــن در حالــی اســت کــه در همان بست. ایس در صاحی است سه در معمان سال، یک ایرانی در مقام جانشین دبیر کل اجلاس استکهلم، در سخنرانی خویش با عنوان «بهرهبرداری عقلایی از سرزمین»

دار داُده بوُد کُه چنانچه جُهانیانُ شیوه مصرف خود را متناسب با ظرفیت زید

کرهزُمین تغییر ندهند و خردمندانه رفتار نکنند، آنگاه دیری نخواهد پایید که طوفانی

سهمگین را درو خواهند کرد؛ طوفانی که

ظهـور بیماریهـُای ناشـناخُته، برُهنگـی زمیسن، کاهش ظرفیست حرارتی و تشدید

سرعت بیابان زایسی در زمین از نشانههای کابوسوار آن است؛ کابوسهایی که رؤیاها

را زندهبه گــور می کنند و مردمـــی که بدون را زندهبه گــور می کنند و مردمـــی که بدون رؤیا از خواب بیدار شوند، هر آیینه می توانند

نام اَن مرد، اسکندر فیروز بزرگ است؛ مردی که مرداد ۱۳۹۴ که از راه برسد،

هشتاد و نهمین تابستانی است که درک کرده است؛ هم او که بیش از ۴۸سال پیش

دینامیتی به خود بسته و با طنینی مه

۔ ۔ ۔ مصــرف کنی

تفنگ شکاریاش را بسرای همیشم کنار گذاشت و با افتخار اعلام کرد که از این پس فقط با دوربین عکاسی به شکار حیوانات می سردازد. بنیانگذار سازمان حفاظت چهــلو ســومين ســالگرد روز جهانــی . بن ایرانی ای طزیست در ایران و نخستی طزیست را پشت سر گذاشتیم؛ روزی سازمان ملل متحدامسال شعارش را تمیلیارد رؤیا، یک سیاره، بااحتیاط معیدریست در بیران و تحسین بیرانی که گفت: به جای سازمان شکاربانی باید در اندیشـه حفاظت پایدار و جامـع از تمامیت محیطزیست مملکت خویس باشیم و محیطزیسی از آثار او، چیون کتاب رف کنیـــم» تعییــن کــرده و بــرای ـــــــنبار ۴۳ــــال پیش در چنین روزی حیات وحش ایران در شمار کامل ترین مرجع برای بررسی مهرهداران ایران است. اسکندر اغلب رهبران جهان خبود را به استکهلم رساندند تا درباره تهدیدی جدید برای فیروز – این ایرانی زاده ســرزمین ســعدی و حافظ – خود یکی از رؤیاهای ما است؛ این که رستند حرب و محت بنشینند که کره زمین بــه گفت و گو و بحث بنشینند که نه آن تهدید بهطور مستقیم رنگی از اقتصاد داشت، نه رنگی از سیاست، نه مذهب، نه آیا امکان دارد دوباره در زمانی نهچندان دور، ے جہانی را شاہد باث تروریسم و نه جنگ! با آین وجود، عدم توجه به آن هشدارها و نگرانیها اینک سبب شده یک ایرانی از زنهاری سـخن گوید که بعدها " "رگاری دانش واژه ای مشهور چون «توسعه پایسدار»، به خط کشی کیفیت توسیعه در تا روند کاهندهٔ کاراً یی سرزمین، بیابانزایی، خشکسالی و تغییر اقلیم هم بر سیاست، . بیش از ۱۹۰ کشــور عضو سازمان ملل متحد هم بر جنبش های اجتماعی و دینی، هم بر اقتصاد و هم بر حرکتهای تروریستی، خشونتطلبانه و جنگافروزانه در بسیاری ر۔ر۔ اینکــه امــکان دارد دوبــاره از ایــران

کنوانسیونی جهانی چون رامسر (در ۱۳۴۹ هجری شمسی) به جهان معرفی شده و تعداد اعضایش با تعداد اعضای سازمان ملل متحد

ریبا برابری کند؟ گمان برم اگر قرار اســت ۷۸میلیون ایرانی بتوانند رؤیاهای خویش را همچنان زنده و پرتیش حس کرده و بسرای تصاحب آنها به آینده با امید لبخند بزنند و بکوشند؛ باید قدر اسکندر فیروز و اسـکندر فیروزهای وطن را ر پررز ر بیشتر و سـزاوارانه تر بدانیــم و بکوشـ بیشتر و صرارار انفر بدانسره و یکوشیم تا با تغییر رفتالی خویش از بیابان(ای اسالیه که تاریخ و در انکان خویش از بیابان(ای اسالیه جلوگیری کنیم چرا که اگر بتوان همچنان مردمی عاش یه بدرمین و حساس به همنوع و جانوری در مملکتی داشت. آنگاه بیشک همیچ و وایایی بسرکان آن صردم، تاایید روناو دستانانه از از خاصالی در شدن و ایاد در وناو

دستنایاُفتنی باقی نخواهد ماند. باشــد که در آیینهــای بزرگداشــت روز جهانی محیطزیست بکوشیم تا نشان دهیم: راه سعادت ایران زمین بازگشت به استفاده عقلایی از اندوخته ها و مواهب طبیعت وطنی است که دوستش داریم. همین و تمام.

معنویت، تاب آوری و کیفیت روانی زندگی

یحیی بازیاری زاده کار شناس ار شد مشاوره خانواده

میانگین سلامت روان شهروندان از یک ثبات بخشی از کار آیمی و کار آمدی شخصی، ہ خانوادگــی، تح نسبی برخوردار شده و در مقابل تکانشهای برآمده از وقایع مختلف زندگی دستخوش خانوادگی، تحصیلی، شغلی و اجتماعی آرمانی شهروندان را ناظر بـه کیفیت روانی زندگی آنها می توان دانست. به عبارت دیگر، کیفیت زیست روانی شهروندان وجه مهمی از کیفیت زندگی آنان است. از این پیشسازهای تابآوری در ساخت شخه به ای ریت در ای ت منظر سلامت روان و طیف متنوع عوامل دخیل در اوج و افول آن از اهمیت بسزایی برخـوردار میشـود. آنچـه در ایـن مجال کوتاه بـدان خواهیـم پرداخت، نگریسـتن ی موسیم پرداخت، نگریستن این موضوع از زاویهای نسبتا بدیع است که شاید تاکنون کمت ۵۰ آستان نون کمتر به آن پرداخته شده باشد. می توان برای توصیف وضع سلامت . روان هریک از شهروندان از مفهوم میانگین بهره جست. به عبسارت دیگر، وضع فعلی ــــلامت روان هریک از شـــهروندان عبارت سے۔ از میانگینی ا از میانگینی است متاثر از طیفی از عوامل دخیل و بر آیند برهمکنش های متقابل همافــزا یا همــکاه این عوامل که شــخص با این میانگیــن ســلامت روان، کیفیت روانی زندگی یا کیفیت زیستروانی خویش را ساخته و در آن کیفیت خویشتن را میزید. ازجمله عوامل دخيل در ايس ميانگين، سًاخت و ساُختار شخصیتی شهروند است که بســتری را برای تعامل متقابل عوامل دخیل در میانگین سلامت روان شخص فراهم می آورند. مهمتر از این میانگین اما ثبات این میانگین و عدم نوسانات شدید سلامت روان، متعاقب ر خدادهای مختلف زیست شخصی، خانوادگی، شغلی، تحصیلی و اجتماعی است. این ثبات پذیری نسسبی سامانه روانی افراد را می توان با مفهومی تحت عنسوان تاب آوری هی وی به سهومی --- سوران به راری توضیح داد. بـرای درک دقیق تر این مفهوم، ۳ خط کش پلاســتیکی با ۳ کیفیت متفاوت را در نظــر بگیریــد که وقتی خم میشــوند هُریک در یُک زاویه متفاوتی از خمیدگی میشکنند. بهطور مشال، یکی در زاویه خمیدگی ۲۵، دومی در زاویه ۴۵ و ســومی در زاویــه ۹۰ درجه از خمیدگی میشــکند. می تــوان میــزان مقاومــِت آنــان در برابــر . خمیدگی را به تابآوری آنان در برابر فشـار صیعا کی را به تاب اوری امان در برابر نست. وارده ناشــی از خمیدگی تعبیر کرد. هرچه تاب آوری بیشــتر باشــد، زاویه شکســتن و درت مقاومت بالاتر خواهد بود. برای این که

وسانات شدید نشود، نیاز به تقویت پر اولویت می یابد. این پیشسازها متنوع هستند و اولویت اثربخشی آنان از شخصی به شخص دیگر بسته به ساخت شخصیتی فرد متفاوت است. یکی از ایس عوامل مهم، معنویت و المان های آن در زندگی افراد است. آنچنان که در متن مقدس قرآن کریم نیز آمده است انسان عجول آفریده شده و با یک نیکی و موفقیت سرمست و مسرور با یک بینی و موقعیت سرمست و مسرور میشود و با اصابت با یک شــر و ناکامروایی ملسول می گــردد بجــز نماز گــزاران، یعنی کسانی که با افریــدگار خویــش راز و نیاز مینماینــد. در این معنا نمــاز بهعنوان نماد معنویــت آیینی، تعادل بخش ســالامت روان و در نتیجــه عامــل تــابآوری روانــی افراد مطــرح و پیشآگهی انســانهای معنوی در پیوند با تحمل دشـواریها از رهـاورد ثبات روانی و عدم نوسانات شدید روانی متعاقب وقایع زندگی، مثبت ترسیم شده است. در پایان می تــوان معنویت گرایــی را یکی از رموز تعــادل و ثبات روان و ســـلامت روانی و ر رور کی در این در این متعاقب پیشگیری از نوسانات روحی روانی متعاقب تکانههای برآمده از وقایع زندگی دانست که می تــوان آن را در مفهوم تــابآوری متجلی یافت. با این نگاه می توان با بهره گیری از آموزههای معنوی راهگشا، زمینه صیانت از سلامت روان شُـهروندان را فراهم کرده و در این شرایط، پیشســازهای مختلف سلامت روان در فضای مبتنی بر تاب آوری بر آمده از معنویت در یک همنوایسی همافزا قرار گرفته و موجبات شکوفایی روانی فرد و متعاقب آن ر بب سدوهایی روانی فرد و متعاقب آن شُکوفایی همهجانبه وی را فراهم می توانند کرد. شکنندگی روانی شخ امرُوزین گیتی بهُعنوان یکی از پیامدُهای روانشیناختی خلأهای معنــوی دنیای امروز در بسیاری موارد، ضرورت باز گشت دوباره به معنویت را در بسیاری از مناطق دنیای امروزین که خورشید معنویت چندی است در پس ابرهــای نخوت و مدرنیتــه غروبیده، دگربار طنین!نداز کرده است.