

## استخراج مؤلفه‌های روان‌درمانگری وجودی

### از اندیشه جلال‌الدین محمد مولوی

فاطمه تقی‌یاره \*

#### چکیده

پژوهش حاضر به‌منظور استخراج مؤلفه‌های درمان وجودی مبتنی بر ادبیات عرفانی، به‌ویژه آثار جلال‌الدین محمد مولوی ارائه شده است. طرح تحقیق در چارچوب مطالعات کیفی، در زمره طرح‌های مفهومی و یا نظری و با استفاده از روش استنتاج تحلیلی به انجام رسید. نتایج علاوه بر استخراج چارچوب معنایی جهت درمان‌های روان، شامل مؤلفه‌های زیر می‌باشد: (۱) اکتشاف انواع غفلت؛ (۲) اکتشاف جهان‌بینی شخصی؛ (۳) بررسی ترس‌آگاهی، اضطراب، نومیدی و وابسته‌های هستی‌شناختی آن؛ (۴) توجه به سطوح آگاهی، محتوای رؤیاها و خیال‌پردازی‌ها؛ (۵) تبیین رنج حیات؛ (۶) آزادی انتخاب و مسئولیت فردی؛ (۷) بررسی مسائل درمانی در متن زندگی. همچنین براساس چارچوب معنایی استخراج‌شده می‌توان گفت انگیزه اساسی در انسان، اراده ربط نامتناهی است. چارچوب موردنظر مدعی این اندیشه است که گسست در وجه ربطی خاص می‌تواند از جمله علل اساسی اختلالات روان باشد؛ لذا پیشرفت در شکل‌دهی مجدد آن منجر به کاهش اختلالات می‌گردد. این نتایج می‌تواند با توجه به اهمیت درمان‌های وجودی و خلأ هستی‌شناختی موجود در این حوزه، راهگشای مناسبی جهت ورود معانی ملهم از ادبیات دینی به فضای درمان روان باشد.

واژگان کلیدی: ادبیات دینی، اندیشه مولوی، رویکرد وجودی، مؤلفه‌های روان‌درمانگری.

## مقدمه

مولوی به‌عنوان شاعر و عارفی پرورش‌یافته در آغوش دین‌باوران، بیماری را در بی‌رابطگی آدمی از وجود ازلی و غفلت او از لزوم این ارتباط می‌داند. وی در «تی‌نامه»، یعنی هجده بیت نخستین از مثنوی خویش، شرح غم آدمی را آغاز می‌کند (زمانی، ۱۳۸۷، ص ۶-۴؛ زرین‌کوب، ۱۳۸۲، ص ۳۴-۳۲؛ تلمذ، ۱۲۹۲، مقدمه، به نقل از: ولد چلیپی)؛ شرحی که شش دفتر مثنوی بیان مبسوط آن است. تأکید بر وجه ربطی انسان و خاستگاه الهی آن، مسئله‌ای است که در اندیشه متفکرین وجودی نیز - البته نه با عمق و گستردگی اندیشه مولانا - دیده می‌شود. آثار او نسخه درهم پیچیده‌ای از مراتب وجود آدمی ارائه می‌دهد که با نقل قصص و ارائه تعالیم آشکار و نهان، مخاطب را به حرکت و پویای درونی وا می‌دارد. این حرکت و سفر نمادین، یک پیمایش انفسی برای تحلیل عالم اسرار درون است؛ در این سفر است که انسان به خود باز می‌گردد و با جوهره الهی خویش پیوند می‌خورد. پیامد این پیوند نجات‌بخش، رهایی انسان دردمند و بحران‌زده از دام‌های بیگانگی، خودباختگی، دل‌مردگی و نومیدی و دست یافتن به انبساط شادی‌بخش و نشاط وجدآور است؛ شادی و نشاطی بس متفاوت از شادی‌های سطحی و زودگذری که مردمان عادی از آن دل‌خوش‌اند و در نهایت، موجب دل‌مردگی و افسردگی آنها می‌شود؛ بلکه نشاط و بشارتی که شمس‌الدین محمد، مراد مولانا، در سلسله مقالات از آن یاد می‌کند:

... در اندرون من بشارتی هست؛ عجب می‌آید از مردمان که بی آن بشارت شاداند. اگر هر یکی از تاج زرین بر سر نهادندی، بایستی که راضی نشدندی، که ما این را چه کنیم؟ ما را آن گشاد اندرون می‌باید. کاشکی اینچه داریم همه بستندی، و آنچه آن ماست به حقیقت، به ما دادندی ... (تبریزی، ۱۳۸۵، ص ۲۳۶).

آیا غایت ادیان الهی از سویی و مکاتب روان‌شناختی از دیگر سو، جز این است که انسان را در جهت دستیابی به شادی و نشاط هدایت کند؟ پیش از ارائه هرگونه پاسخ شتابزده ناشی از شباهت‌جویی‌های سطحی باید به تمایز میان دو گونه رضایت تصویرشده در فوق دقت شود. شادی و رضایت موردنظر مولانا با رضایت موجود در مردمان به‌دنبال کسب موفقیت‌های ظاهری مانند ارتقای شغلی و یا مدرک بالاتر، یکسان نیست. به همین ترتیب، افسردگی و اضطراب ناشی از عدم دستیابی به این اهداف از یکدیگر متمایزند. از میان مکاتب روان‌شناختی موجود، رویکرد

وجودی تنها مکتبی است که به این تمایز مهم توجه نشان داده است. این گروه از روان‌شناسان به تأسی از فلاسفه و مؤلفین وجودی، از جمله کرکگور، هایدگر و مارسل، انواع مختلف هیجانان از جمله افسردگی را از نقطه‌نظری هستی‌شناختی نیز می‌نگرند. بنابراین در این رویکرد، درمان امری صرفاً روان‌شناختی نیست؛ بلکه واجد ابعادی هستی‌شناختی نیز می‌باشد.

حال که مبحث حاضر بر محل تلاقی رویکرد انسان‌شناختی مولانا و روان‌درمانگری وجودی فرود آمده است، بایستی تأکید گردد که این تلاقی، پهنه‌ای گسترده‌تر از برقراری تمایز بین انواع هیجانان را دربر می‌گیرد؛ گرچه به‌هیچ‌وجه بی‌ارتباط با آن نیست؛ پهنایی شامل آزادی و مسئولیت‌پذیری همیشگی انسان و لزوم درک معنا و مفهوم هستی. تضاد هر دو منظر انسان‌شناختی با تقدم خرد، همچون تأکیدشان بر ماهیت هستی‌شناختی بحران‌های عارض بر انسان قابل تأمل است.

روان‌درمانگری وجودی، همانند سایر نظام‌های درمان روانی، حاصل تلاش‌هایی است که در جهت تأمین یک رویکرد استوار و سودمند برای رفع ناراحتی، ناسودگی، برهم‌خوردگی و آشفتگی روان انجام شده است. درعین‌حال، برخلاف سایر نظام‌ها که هریک به‌نحوی در گرو رویکردهای طبی و علوم طبیعی می‌باشند، تمرکز محوری آن بر پیش‌فرض‌ها و ایده‌های برخاسته از نظام‌های فلسفی، به‌ویژه فلسفه وجودی است. البته تمامی سیستم‌های روان‌درمانی بر پیش‌فرض‌های فلسفی بنا نهاده شده‌اند؛ حتی اگر این پیش‌فرض‌ها بر حامیان و کاربران‌شان پوشیده باشد. از این رو می‌توان چنین گفت که درمان وجودی به‌صراحت بر پیش‌فرض‌های خویش اقرار داشته و آنها را آشکارا به‌کار می‌گیرد.

اما این بیان نه بدان معناست که زمینه‌های فلسفی آشکار این رویکرد، فی‌نفسه تمایز مورد بحث را پوشش می‌دهد؛ بلکه اساس این تفاوت در مجموعه پیش‌فرض‌های فلسفی آن نهفته است؛ پیش‌فرض‌هایی که گرچه بسته به مؤلفین مختلف تا حدودی متفاوت است، اما با مسائل حساس و مهم حیات انسانی مرتبط است؛ مسائلی مانند اضطراب وجودی، معنای حیات، مرگ و زندگی. بنابراین، رویکرد درمان وجودی را می‌توان در روبه‌رو شدن با واقعیت وجود خلاصه کرد. لذا یک مدل درمانی آن هنگام وجودی محسوب می‌گردد که بررسی نحوه درک و تجربه حیات در مراجع را نخستین اولویت خود قرار دهد. همچنین یک درمانگر زمانی وجودی تلقی می‌گردد که

درک و تجربه حیات را نخستین اولویت زندگی خویش محسوب بدانند. از این‌رو مطابق با نگاه وجودی، مراجعان از رابطه درمانی با درمانگرانی سود خواهند جست که خود با موضوعات و مسائل اساسی که حیات برمی‌انگیزد، درگیر شده و به پاسخی روشن، گسترده و عمیق رسیده باشند. به عبارت دیگر، تمسک به یک چارچوب ارجاع و بنیان هستی‌شناختی برای درمانگر الزامی است.

در عمل گرچه در رویکرد وجودی بر این لزوم تأکید فراوان شده است، اما درمانگران نحله‌های مختلف نتوانسته‌اند به مفروض‌های خویش، روشنی و صراحت بخشند، چه‌رسد به حیطة کمک به درمانجویان. این وضعیت، درمان وجودی را به سفره گسترده‌ای مانند ساخته که طعام قابل و درخوری در آن به‌چشم نمی‌خورد. نتیجه چنین شرایطی، ایراد بیانات متناقض در مورد این درمان، و گاه معرفی روش مذکور به‌عنوان روش درمانی مکمل، نه درمان اصلی است.

نکته‌ای که توجه به آن ضروری است اینکه، منظور پژوهشگر نه پرداختن به نقاط قوت و ضعف درمان‌های وجودی، که در واقع تدارک چارچوب علمی مناسب برای بهره‌گیری از ذخایر معرفتی ایران اسلامی در راستای تدوین یک روش معتبر درمان روان است. ما با انبوه فزاینده مشکلات روان‌شناختی دست و پنجه نرم می‌کنیم؛ در حالی که بر گنجینه‌ای غنی از معارف انسانی تکیه زده‌ایم. بخشی از این معارف، آثار ماندگار جلال‌الدین محمد بلخی، شاعر، عارف و فیلسوف ایرانی است. بهره‌گیری از این مجموعه آثار در جهت تولید علم، نه‌تنها در راستای تأمین هدف بومی‌سازی علوم انسانی است، بلکه این معارف را در اختیار اندیشمندان سایر فرهنگ‌ها نیز قرار می‌دهد که حقیقت، نه امری مقطعی و بومی، که امری عام و فراگیر است. در پژوهش حاضر بنا بر آن است که با بهره‌گیری از آموزه‌های دین‌محور مولانا به‌عنوان چارچوب معنایی و هستی‌شناختی، هدف پیش‌گفته تأمین گردد.

در میان اندیشمندان وجودگرا، کرکگور<sup>۱</sup> و اشپرانگر<sup>۲</sup> بیشترین شباهت را با مولانا از این حیث دارا می‌باشند. کرکگور در کتاب معروف خود، **بیماری به‌سوی مرگ** (کرکگور، ۱۳۷۷، ص ۱۳) که توسط برخی منتقدین (کرکگور، ۱۳۷۷، به نقل از: لوری<sup>۳</sup>، ص ۲۱)، علم تشریح مالیکولیا نام گرفته است، نومییدی را این‌گونه تعریف می‌کند: بی‌رابطه‌گی در رابطه‌ای که خود را به خود خود

مربوط می‌سازد. اشپرانگر نیز با اتخاذ رویکردی مشابه، بر اهمیت این رابطه در ایجاد اندوه، اضطراب و نومیدی تأکید می‌ورزد (وولف، ۱۳۸۶، ص ۷۳۸). حتی نیچه<sup>۱</sup>، از منظر متفکرینی مانند یاسپرس<sup>۲</sup> (به نقل از: مارسل، ۱۳۸۸، ص ۱۱۵)، اقبال لاهوری (به نقل از عبدالحکیم، ۱۳۸۳)؛ و کلنبرگر<sup>۳</sup> (کلنبرگر، ۱۳۸۴، ص ۱۸۹-۱۸۷)، بر رابطه موردنظر، یعنی ارتباط انسان با مبدأ هستی به‌عنوان منبع اعتماد بی‌پایان می‌نگرد؛ رابطه‌ای که فقدانش غم و حسرتی در نیچه به‌بار آورد که در نهایت به مرگ اندوهبار وی انجامید<sup>۴</sup>.

اتخاذ رویکردی نسبتاً مشابه با رویکرد فلاسفه وجودی به موضوعات روان‌شناختی، تقریباً در غالب روان‌درمانگران این شاخه به‌چشم می‌خورد. به‌عنوان نمونه، فرانکل<sup>۵</sup> معتقد است معناخواهی، مهم‌ترین انگیزه انسان در حیات است: یک دلیل، یک طریق مطمئن، یک هدف، یک کمال مطلوب و یا یک جهت‌گیری برای حیات، به‌طوری‌که فرد تمام توان و زمان خود را مصروف آن دارد (Tengan, 1999, p.142). به باور فرانکل، نومیدی و روان‌آزردگی وجودی، زابیده عدم تحقق انگیزه معناخواهی است. این روان‌آزردگی به غرایز یا کشش‌های زیستی ارتباطی ندارد؛ بلکه به شکلی معنایی در فرار انسان از آزادی و مسئولیت ریشه دارد.

به‌طور کلی، درمان وجودی متوجه پدیده‌هایی است که در ماهیت آنها زنده بودن، انسان بودن و وجود داشتن مستتر است. در این رویکرد، توافق بر این است که موارد خاصی در ماهیت انسان وجود دارد که اساسی است و نمی‌تواند مورد غفلت قرار گیرد و یا کم‌اهمیت محسوب گردد؛ یکی از این موارد، آزادی است. آزادی، هشیاری و بازگشت به خود، انسان را از حیوانات متمایز می‌کند. هر انسان در انتخاب‌های خود مسئول است؛ به عبارت دیگر، هرکس مسئول هستی خویش است.

مسئله دیگر، مرگ و محدودیت‌های زندگی است؛ مواردی که در جلسات درمانی به‌شدت مورد توجه است. ترکیب موارد مذکور حساسیت ویژه‌ای به رویکرد مورد بحث بخشیده که با انصراف

1. F. Nietzsche

2. K. Jaspers

3. J. Kellenberger

۴. برخی پژوهشگران، از جمله اخلاق (۱۳۸۶، ص ۶۹) و شریف (۱۳۷۸، ص ۸)، جمله معروف نیچه درباره مرگ خدا را از جمله اظهارات متناقض‌نمای وی دانسته و معتقدند نیچه از مرگ نوعی خدا - خدای مخلوق بشر و غیر مرتبط با معنویت عمیق و ریشه‌دار - سخن می‌گوید، نه خدای بزرگ.

5. V. Frankl

نسبی از رویکردهای یک‌سویه‌نگر و محدود قبلی مانند روان‌تحلیل‌گری (به‌ویژه در اشکال سنتی آن)، به اوج خود می‌رسد (Van Deurzen, 1998, p.78).

رویکرد وجودی به درمان روان، با وجود دارا بودن ابعاد خاص خود، دچار کاستی‌هایی می‌باشد که در مؤلفه‌های به‌کار گرفته‌شده توسط درمانگران بروز می‌یابد. این کاستی‌ها مواردی را شامل می‌شود که مهم‌ترین آنها روی گرداندن، دور شدن و یا بی‌توجهی درمانگران از مبانی الهی فلاسفه متقدم و متأله وجودی است و پیامد آن را می‌توان در فقدان چارچوب ارجاع هستی‌شناختی منسجم آنان ردیابی نمود. پژوهش حاضر بر آن است که با تکیه بر آموزه‌های الهی مولانا به رفع این کاستی اقدام ورزد.

این تحقیق در چارچوب مطالعات کیفی و با روش استنتاج تحلیلی<sup>۱</sup> انجام شده است. استنتاج تحلیلی از جمله روش‌های معتبر است که یکی از قدیمی‌ترین آنها در علوم انسانی جهت تدوین بیانات فرضیه‌ای می‌باشد (Rogin & others, 2003, p.25; Bloor & Wood, 2006, p.22; Ratcliff, 2010).

## مباحث اصلی

در درمان وجودی، تبعیت از فنون از پیش تعیین‌شده و ساختارهای از پیش تدوین‌شده به‌شدت طرد می‌گردد. رویکرد مذکور از نظر محتوا از مؤلفه‌ها و یا عناصر درمانی نسبتاً متمایز و درعین‌حال دارای همپوشی و حتی گاهی هم‌زمانی اجرا تشکیل می‌شود. به عبارت دیگر، اگر بتوان مراحل برای این درمان قائل شد، ترتیب و توالی آن قطعیت نداشته و در طول فرایند درمان و متناسب با شرایط درمانجو، قابل تغییر و جایگزینی است. همچنین، اگرچه اساس اندیشه زیربنای مؤلفه‌های درمانی ملهم از آرای یک صاحب‌نظر است، اما در ارتباط با نظرات سایر اندیشمندان وجودی تنظیم می‌گردد. بسته روان‌درمانگری تدوین‌شده براساس اندیشه مولانا عبارت از مؤلفه‌های زیر می‌باشد:

## ۱. اکتشاف انواع غفلت

مولانا در آثار منظوم و منثور خود بر این معنا تأکید دارد که انسان دارای فقر وجودی و جذبه و کشش به سوی مبدأ هستی است. مولانا مثنوی خویش را با شکایتی از درد دوری، پس از درک این جذبه آغاز می‌کند. او انسان را عین ربط می‌داند.<sup>۱</sup> کرکگور نیز با بن‌مایه الهی خود به تعبیر فوق نزدیک می‌شود. او نیز سرشت انسان را واجد جنبه‌های الهی می‌داند.<sup>۲</sup>

علامه طباطبایی در تفسیر آیات مرتبط با خلقت انسان، با تأکید بر وجه ربطی آدمی، مسیری را برای توضیح پیچیدگی‌های روان انسان می‌گشاید (طباطبایی، ۱۳۸۹، ج ۱، ص ۱۹۵-۱۹۴). وی در شرح معانی مرتبط با آیات ۳۹-۳۵ سوره مبارکه بقره و بررسی امکان ارتباط آن با مفاد آیات ۱۲۶-۱۱۵ سوره مبارکه طه، تأکید ویژه‌ای بر اهمیت بعد ربطی انسان می‌ورزد و گسست در آن را زمینه‌ساز اصلی اختلالاتی نظیر اضطراب، یأس و دل‌مردگی می‌داند. وی ضمن بیان سرگذشت سجود ملائکه بر آدم و نهی او و همسرش از نزدیک شدن به درخت ممنوعه، ضمن تصریح تمایلات حیوانی انسان، اصالت را به نیاز ربطی او می‌دهد. علامه با استناد به آیات پیش‌گفته و نیز آیات ۲۵-۱۹ سوره مبارکه اعراف معتقد است این معنا که اگر کسی از یاد خدا روی‌گرداند، زندگانی تنگی خواهد داشت، با مفاد آیه مبتنی بر پیمان عمومی بر پرستش و بندگی سازگاری

۱. مولوی به تعبیری قاطع می‌گوید نفس انسان که جوهر واقعی و ابدی اوست، مخلوق نیست، و چون مخلوق نیست و واقعی است، پس الهی است. بر همین اساس است که مولانا در مراتب عالی خداشناسی، توحید شهودی را مطرح می‌کند و مرادش این است که هرکس باید بدون هیچ واسطه‌ای خداوند را به شهود قلبی خود بشناسد (زمانی، ۱۳۸۹، ص ۳). ما نمی‌دانیم این نفس چگونه از وحدت نخستین خویش جدا افتاده است. جوهر وجدان مذهبی مولوی همان احساس یگانگی و درد فراق است. خداوند سرچشمه روح انسانی و اصل آن است. روح بر هبوط دردناک و بیان‌نشدنی خود آگاه است. تأکید مولوی بر تشخیص وجودی انسان در عین اصرار وی بر حالت ربطی آدمی صورت می‌گیرد. او در مثنوی، که قرآن فارسی می‌خواندش (جامی، به نقل از: اقبال، ۱۳۶۳، ص ۱۹)، سخن را از شکایتی از دوری و اشتیاق او در اتصال مجدد سر می‌کند. آنچه از زبان نی نقل می‌گردد، سفرنامه روح انسانی است در بازگشت به مبدأ خویش (زرین کوب، ۱۳۷۹، ص ۲۵۹).

۲. خداوند عشق است (Kierkegaard, 1849/1980, p.28). کرکگور معتقد است آنچه موجب اعتقاد راسخ می‌شود، فقط روح است؛ ولی روح اساساً ارتباطی می‌باشد، و عشق وجه ارتباط روحانی است (صابر، ۱۳۸۸، ص ۱۵۶). وی بر حالت ربطی انسان نسبت به پروردگار تأکید ویژه‌ای می‌ورزد و سلامت روان آدمی را این‌گونه تعریف می‌کند: نفس با مربوط ساختن خود به خود خود، و با تمایل به خود بودن، در قدرتی که آن را ساخته، به شکل شفافی زمینه می‌یابد... و این تعریف ایمان است (Kierkegaard, 1849/1980, p.13).

کامل دارد. به عبارت دیگر، پیروی آدمی از هوا، پیامد طبیعی و اجتناب‌ناپذیر فراموشی میثاق عمومی است که از همه انسان‌ها عموماً، و از انبیا به‌شکلی مؤکد گرفته شده است.

به باور لینگز<sup>۱</sup> نیز غفلتی که در پی هبوط بر انسان عارض شده، موجب بروز انسداد در جریان خود متجلی کردن الهی عمل می‌کند (لینگز، ۱۳۹۱، ص ۱۵۷). به بیان وی، خوردن میوه ممنوعه همان دل‌بسته‌شدن به یک رمز، قطع‌نظر از معنای عالی‌تر آن است (همان، ص ۱۷). به عبارت دیگر، لینگز بر لزوم معنادهی مجدد حیات انسانی و یکپارچه شدن موضوعات مورد علاقه تحت جذبۀ الهی تأکید می‌ورزد. مولوی در این راستا با استفاده از روایتگری، ارائه تمثیل‌های فراوان و حتی گاهی هزل، تلاش کرده تا هر آنچه مسیر این سفر را آشکار یا نهان مسدود، و یا رابطه خود و خداوند را مخدوش و به غفلت می‌انجامد، به مخاطب بشناساند (فروزانفر، ۱۳۸۶، ج ۱، ص ۸۹-۸۴ و ۱۴۴-۱۴۰). از این منظر، انسان آنگاه دچار مشکل می‌شود که جذبۀ به‌سوی مبدأ هستی را نشناخته و دچار غفلت شود: تکاپو برای شغل بهتر و مدرک بالاتر، حتی حب جاه و مال و هرگونه پیشرفت دنیوی در این چارچوب تعبیر می‌گردد. هیچ‌گونه رابطه‌ای فی‌نفسه دارای اصالت نیست، مگر رابطه انسان و خالق. دقیقاً پس از قرار گرفتن در این چارچوب، هریک معنای خاص خود را می‌یابند و ارزش و اعتبار می‌گیرند. معمولاً پیگیری مسئله بالینی در پایان جلسه اول به اکتشاف چگونگی غفلت، یعنی نمایاندن مسیر انحرافی می‌انجامد.

## ۲. اکتشاف جهان‌بینی شخصی

جهان، کلیتی ساختارمند و تجربی است که از طریق روابط معنادار فرد شکل می‌گیرد (وولف، ۱۳۸۶، ص ۷۳۹). هریک از مکاتب روان‌درمانگری وجودی، ساختاربندی خاصی از جهان شخصی ارائه داده است. در رویکرد حاضر جهان شخصی فرد، وجود انسان از یک ساختار برخوردار است که عبارت است از هستی در ربط با دیگری. به عبارت روشن‌تر، از نظرگاه شهودی، برای آدمی هر لحظه در طول زمان و تجربه حیات، در رابطه با دیگری (دیگران) خود وجود دارد؛ یعنی آنچه توسط خود تجربه می‌گردد عبارت است از: خویشتن، دیگری (دیگران)، کششی مثبت یا منفی به سمت او (آنها).



نکته تعیین‌کننده و مهم اینکه، رویکرد مورد بحث چهره خاصی برای پروردگار هستی قائل است؛ به این ترتیب که منظور نهفته در دغدغه‌ها، تلاش‌ها و انگیزه‌های گوناگون آدمی، پیوستن به عالم نامتناهی است؛ حتی اگر این انگیزه در شکل اصیل خود بر او پنهان باشد. بنابراین، اگر در نگاه فرویدی اراده لذت غالب است و در نگاه آدلری اراده برتری، در نگاه مولانا اراده پیوست و ربط خاص است که انگیزه حیات تولید می‌کند. لذت‌خواهی و برتری‌جویی، هردو برای نمایاندن انگیزه اساسی انسان بسیار محدوداند و لازم است تحت پوشش مفهومی وسیع‌تر قرار گیرند. ما در زندگی به سطوحی از برتری نیازمندیم. زندگی خوب هم توأم با لذت است؛ اما اساس حیات، جستجوی ربط به نامتناهی است. استعاره‌های بیان‌شده از سوی مولانا حکایت از آن دارد که فرد تا اتصال مجدد به مبدأ هستی، به نآسودگی، بی‌قراری و نآرامی مبتلا می‌باشد.

بنابر آنچه گفته آمد، در این رویکرد، بروز حالات روان‌شناختی مانند افسردگی، اختصاص به افرادی ندارد که دارای تاریخچه‌ای از صدمات روان‌شناختی دوران کودکی‌اند؛ بلکه در انسان عمومیت دارد. حالات فوق‌الذکر پیامد طبیعی بروز پدیده غفلت است. بدیهی است در این رویکرد نیازی به برقراری تمایز میان اجزای فیزیکی عالم، جهان روابط اجتماعی و جهان ایدئال‌ها و ارزش‌ها، آن‌گونه که در جهان‌بینی ساختاری چهارمؤلفه‌ای توسط ون دورزن (Van Deurzen, 2002, p.62) و یالوم (Van Deurzen, 2009, p.158) پیشنهاد و به‌کارگیری شده است، نمی‌باشد. همچنین تقسیم‌بندی ناپیوسته سه‌مؤلفه‌ای که از سوی یاسپرس ارائه شده نیز مورد قبول واقع نمی‌گردد (بلاکهام، ۱۳۸۷، ص ۹۰). یاسپرس سه سطح ناپیوسته از هستی را معرفی کرده است: هستی آنجایی، هستی خودی و هستی در خود.

در بررسی جهان شخصی عامل دیگری که مهم می‌نماید، سطوح ارتباطی فرد و موضوعات مختلف است<sup>۱</sup>. تاکنون سنت حاکم بر فضای روان‌شناسی چنین بوده است که ارتباط را در دو

۱. جلال‌الدین محمد به استكمال صعودی همه حادثات، نه تنها انسان، باور داشته است. به نظر وی، جمله آفرینش همچون گامی بالارونده از هستی‌هایی است که در انسان کمال می‌یابد، و باز در انسان کامل به اوج می‌رسد (مولوی، ۱۳۸۶، دفتر سوم، ابیات ۳۹۰۷-۳۹۰۲؛ دفتر چهارم، ابیات ۳۶۴۰-۳۶۳۷ و ۳۶۵۲-۳۶۴۷؛ همو، ۱۳۵۵، جزو ششم، ابیات ۳۰۱۳۰-۳۰۱۲۵). در مورد جهان اطراف می‌توان گفت این عالم را به یکی از دو شکل کاملاً متفاوت می‌توان نگریست. جهان بیرونی ممکن است قلمرو واقعیتی قلمداد شود که صرفاً جسمانی و قانونمند و پر از اشیای

سطح من- او و من- تو بررسی کنند. اما آنچه در این پژوهش و در پی درک کاستی‌های ناشی از مقوله‌بندی پیشین و استخراج سطح ارتباطی تشریح‌شده در سطور قبل پیشنهاد می‌گردد، افزودن بعد ارتباطی تو- تو و یا هو- هو به دو سطح دیگر و یکپارچه کردن آن با مؤلفه‌های ساختاری جهان‌بینی است؛ برقراری بعد ارتباطی جدید با تکیه بر بعد هویتی نوین است. ایجاد بعد هویتی جدید بنابر صیوررتی است که در من رخ داده، و من از نظر صفات در تو ممزوج شده است. بنابراین دیگر هر چه هست، اوست؛ خواه او خطاب شود، خواه تو. بدیهی است اگرچه سطح گشودگی و از خودگذشتگی در سطح ارتباطی من- تو نسبت به سطح من- او بالاتر می‌باشد (مارسل، به نقل از: کین، ۱۳۸۱، ص ۵۶)، اما نهایت آن را تنها می‌توان در سطح ارتباطی اخیر جستجو کرد.

با توجه به توضیحات فوق، دومین مؤلفه بسته درمانی به اکتشاف چگونگی فردیت‌یافتگی مراجع و نحوه اتصال او به دیگری (آن) و تشخیص مهم‌ترین چهره غیر در زندگی وی اختصاص می‌یابد.

### ۳. بررسی ترس‌آگاهی، اضطراب، نومیدی و وابسته‌های هستی‌شناختی آن

در عصر حاضر به دلیل غلبه روان‌شناسی متداول، به تفاوت مفهوم ترس‌آگاهی<sup>۱</sup> و هیبت از اضطراب توجه نمی‌شود؛ در صورتی که این دو لفظ معانی کاملاً متفاوتی دارند. در روش حاضر تلاش بر آن است که این تمایزات مورد توجه قرار گیرد.

بی‌جانی است که هیچ پیوند اصیلی با مشاهده‌گر ندارند؛ یا ممکن است واقعیتی زنده به‌شمار آید که می‌توان با آن ارتباطی به‌شکل من - تو برقرار کرد. نوعی همدلی عمیق و شاید نوعی احساس یگانگی میان فاعل و مفعول ایجاد می‌شود و گمان می‌رود سرنوشت یکی به‌نحو جدایی‌ناپذیری با سرنوشت دیگری در پیوند است. نگاه مولانا برگرفته از کلام خداوند است. در این نگاه، تمام هستی و هر چیزی از موجودات معنا دارند و تمام این معانی با ما سخن می‌گویند، به شرط آنکه حرف آنها را بفهمیم و قدرت درک این زبان وجود را داشته باشیم (اعوانی، ۱۳۷۸، ص ۱۷). اشپرانگر (وولف، ۱۳۸۶، ص ۷۴۰) با اتخاذ رویکردی مشابه مولوی، عنوان آن را از آن‌رو که در جهان امروز به‌شدت نهی می‌شود، بینش جادویی می‌نامد. به‌نظر او، اینکه ما امروزان اغلب با نوعی خودپسندی این بینش را به‌کلی انکار می‌کنیم، برای حیات روحی پیامد وخیمی دارد. مولوی و اشپرانگر هر دو به‌شدت مخالف تقلیل جهان بیرونی به واقعیتی مرده و بی‌روح می‌باشند. بنابر این اعتقاد، همان‌طور که گفته شد، جوهر ذاتی انسان از آن‌جهت که جوهر روح او همان روح خداست، همیشه الهی است و اگر تحقق این وجود الهی در همین حیات خاکی میسر است، پس استبعاد ندارد بگوییم که چون انسان کمال وجود خود را تحقق بخشد، به رابطه تو- تو و یا هو- هو نائل می‌گردد. روشن است که «من» در اینجا خود نفسانی نیست؛ بلکه خودی است که با تحقق جنبه الهی به تجربه وحدانیت دست یافته است.

ترس‌آگاهی<sup>۱</sup> و هیبت در بیشتر کتب صوفیه مسلمان ذکر شده<sup>۲</sup> و از لوازم ذات آدمی است. هر شخصی همواره چنان است که گویی به قله کوهی برشده باشد و از آن قله به پرتگاه پیش پای خود بنگرد، یا آنکه خود را به گفته حافظ (۱۳۷۲، ص ۱) در ورطه گرداب هولناک دریایی پرتلاطم در شبی تاریک ببیند. بنابر نظر مولوی و کرکگور، ترس‌آگاهی غفلت‌زداینده است و رو به آینده دارد؛ گرچه زمان حال را نیز فرا می‌گیرد. ترس‌آگاهی فردایی است که هنوز فرا نرسیده است. خوف و هیبت وقتی به بشر رو می‌کند که مواجه با عالمی بیگانه از خود شود. ترس‌آگاهی دال بر آزادی و امکانات و مقدرات است. بشر چون به مقدراتی که فراروی خود دارد، آگاهی یافت، ترس‌آگاهی پیدا می‌کند؛ وجود او ناشی از همین امر است. خوف، موجد تقرر ظهوری و وجود انضمامی بشر است. ترس‌آگاهی امری است درونی و باطنی که ضمن آزاد شدن و بیدار شدن روح پدید می‌آید. ترس‌آگاهی قرین مرگ‌آگاهی است و این هردو، شرط لازم حدوث دل‌آگاهی و انس می‌باشند (مستعان، ۱۳۸۶، ص ۱۱۲). ترس‌آگاهی با دانایی و بیداری<sup>۳</sup> بشر ارتباط مستقیم دارد.

تقابل تعبیر ارائه‌شده از ترس‌آگاهی و هیبت با اضطراب نشانگر تفاوت میان روان‌شناسی وجودی و روان‌شناسی متداول می‌باشد. البته لازم است تصریح گردد که حتی در روان‌شناسی وجودی نیز بی‌اعتنایی نسبت به واژه‌های موردنظر غلبه دارد. در این حوزه، تفکیک معنایی میان واژه‌های هیبت و ترس‌آگاهی با اضطراب از طریق مقوله‌بندی اضطراب به اضطراب

۱. ترس‌آگاهی، ترس از مطلق است، نه ترس از مقید. ترس امری است مربوط به ادراک دو مفهوم زمان و مکان؛ حال آنکه ترس‌آگاهی ادراک معنای مجرد از زمان و مکان است. اگر ترس‌آگاهی نمی‌تواند متعلق بحث روان‌شناسی باشد، به این دلیل است که روان‌شناسی جدید اساساً حلولی است و از اینجاست که وصف احوال در روان‌شناسی متداول مستلزم قلب ماهیت آن است (مستعان، ۱۳۸۶، ص ۱۱۰). کرکگور در کتاب **مفهوم ترس‌آگاهی**، انسان‌شناسی فلسفی خود را تأسیس می‌کند. او ترس‌آگاهی را سرگیجه آزادی می‌شناسد و به مطالعه عمیق نفس انسانی می‌پردازد (Kierkegaard, 1849/1980, p.61). وی معتقد است تنها آن‌کس که تشویش را شناخته است، آرامش می‌یابد (Ibid, p.155). همچنین در جای دیگری (کرکگور، ۱۳۸۷، ص ۵۲) گفته است که تشویش برای طبایع نازک خطرناک است؛ از این‌روی آن را فراموش می‌کنند.

۲. مانند مولوی، ۱۳۸۶، دفتر سوم، بیت ۴۳۴۱-۴۳۴۰؛ دفتر پنجم، بیت ۴۰۹۸؛ دفتر ششم، بیت ۴۳۴۶؛ دفتر اول، بیت ۱۴۳۰؛ همو، ۱۳۶۳، بیت ۱۷۴۱، ۲۰۳۹، ۴۳۸۷ و ۸۳۵۰.

۳. بشر هرچه بیدارتر باشد، به جنبه عدمی خود واقف‌تر است. هرچه ادراک بُعد از حق بیشتر باشد، قرب بیشتر است. هرچه هیبت بیشتر، انس ممکن‌تر. ترس‌آگاهی قرب و بعد به حق است. نهایت اینکه، هرچه بشر ترس‌آگاه‌تر باشد، کمال و عظمتش بیشتر است؛ زیرا که شأن عدمی خود را بهتر شناخته است (مستعان، ۱۳۸۶، ص ۱۲۷).

وجودی و اضطراب آسیب‌شناختی یا روان‌رنجورانه اعمال می‌گردد. این در حالی است که با ارائه مقوله‌های مورد اشاره، از درون‌مایه دینی آن نیز اثر چندانی باقی نمانده است. به‌هرحال، تعبیر گفته‌شده بیشتر زمینه‌های مرتبط با حالات روان‌شناختی انسان را پوشش می‌دهد که یکی از آنها نومییدی است. مولوی تلاش کرده تا تحت نام کلی بیماری دل، دامنه گسترده‌ای از احساسات، هیجانان و حالات (حتی عوارض جسمانی) مرتبط با افسردگی را گرد هم آورد. او با ارائه تمثیل‌های گوناگون<sup>۱</sup>، هرآنچه را که مرتبط با سوز و گداز ناشی از فراق است، به مخاطب می‌شناساند<sup>۲</sup>. به‌طورکلی، از منظر مولانا و سایر اندیشمندان نام‌برده، اضطراب و افسردگی امری لزوماً روان‌زاد نبوده، بلکه از لوازم ذات انسان محبوس در این عالم است؛ اما ماندن بر این حالات، شایسته انسان نیست<sup>۳</sup>. در این رویکرد، اضطراب و افسردگی از منظر فلسفی و هستی‌شناختی نیز بررسی می‌گردند. به عبارت دیگر، به موازات بررسی حالت روان‌شناختی افراد، دیدگاه فلسفی و هستی‌شناختی آنان نیز بررسی می‌گردد.

#### ۴. بررسی مسائل درمانی در متن زندگی

نکته درخور توجه اینکه، در رویکرد حاضر به مسئله درمانی در متن حیات مراجعین پرداخته می‌شود؛ موضعی که دقیقاً برگرفته از نگاه مولانا است<sup>۴</sup>. در تدوین مؤلفه‌های درمانی حاضر بنا بر

۱. به‌عنوان مثال، سوزاندگی دوزخ و لرزش بید (مولوی، ۱۳۸۶، دفتر سوم، بیت ۳۶۹۷-۳۶۹۰).

۲. کرکگور (۱۳۷۷، ص ۳۶) نیز نومییدی را امتیازی عظیم معرفی می‌کند: «... امکان وجود این بیماری، امتیاز انسان بر جانور است و این امتیاز، او را بسی اساسی‌تر از راست‌قامتی، متمایز می‌کند؛ زیرا به معنای راست‌قامتی بیکران یا والایی روح است».

۳. نومیید ماندن، فناست؛ زیرا بی‌رابطگی در رابطه‌ای است که خود را به خود مربوط می‌سازد.

۴. یکی از ویژگی‌های اندیشه مولوی این است که آنچه در مرکز نگاه او قرار گرفته، حیات است، نه حقیقت (عبدالحمید، ۱۳۸۳، ص ۵۴). جهاز زندگی و نقش آن در رشد و جذب است که در نظرش بیش از هر دستگاه مابعدالطبیعه عقلانی، روشن‌گر حیات است. حیات از جهت بدهتش فقط درخور آن است که تجربه شود و احساس گردد، نه آنکه وصف شود. به عبارت دیگر، مولانا در تعریف دین مقوله‌ای منطقی ارائه نمی‌دهد؛ بلکه آن را به متن حیات می‌کشد. نیچه در تعبیری نسبتاً نزدیک با آنچه گفته شد، معتقد است یک عطش سیری‌ناپذیر به خاطر شناخت، انسان‌ها را به همان اندازه به زمختی و وحشی‌گری می‌کشاند که نفرت از شناخت. این عطش لازم است در نیاز آرمانی به همه ارزش‌های مربوط به زیستن و توجه به این ارزش‌ها هضم گردد (نیچه، ۱۳۷۸، ص ۵۸). این همان منظری است که کرکگور اتخاذ کرده است. وی در کتاب **ترس و لرز** (کرکگور، ۱۳۸۷، ص ۶۵-۶۴) مثالی از شخصی می‌آورد که از نظر رشد شخصی به سپهر ایمانی دست یافته است. زندگی این فرد توسط مؤلف به‌طور جزئی و کاملاً

آن است که با اتکا به آرای مؤلفین نام‌برده، مسائل درمانی در متن زندگی مراجعین تحلیل گردد. این رویکرد توسط برخی درمانگران مانند ون دورزن نیز اتخاذ شده است؛ درحالی‌که سایر درمانگران مانند یالوم، تمایل به تحلیل فرایند روانی به‌طرزی نسبتاً محض دارند.

##### ۵. توجه به سطوح آگاهی، محتوای رؤیاها و خیال‌پردازی‌ها

مارسل انسان در حال غفلت را از رازهای بزرگ وجود می‌داند. وی حیرت، ترس، مرگ و رنج را عوامل رهایی‌بخش از این غفلت و به‌دست آوردن آگاهی از وجود خود محسوب می‌دارد (مصلح، ۱۳۸۷، ص ۲۱۳-۲۱۲). اینکه آدمی با وجود توان تأمل در خویشتن، گاهی چندان آگاهی از خود ندارد، موضوعی است که نخستین‌بار مطابق باور رایج حوزه روشنفکری، توسط فروید مطرح شده است. اما اندک تأملی بر منابع موجود نشان می‌دهد که توجه به سطوح مختلف آگاهی در طول تاریخ بشر وجود داشته است و تأکید بر نقش فروید در این زمینه مبالغه‌ای بیش نیست (Van Deurzen, 2009, p.203).

مولانا با الهام از قرآن کریم توانسته نگرشی دقیق و کل‌گرایانه به ابعاد مختلف وجود انسان داشته باشد. وی مطالعه ابعاد غریزی و سطوح مختلف هشیاری، سرکوبی و ... را قرن‌ها پیش از فروید مورد توجه قرار داده است.<sup>۱</sup> در نگاه مولوی، توجه به سطوح مختلف آگاهی در آدمی به آن زمان که

شخصی توصیف می‌گردد، و او در نهایت به‌عنوان شهسوار ایمان، معادل ابراهیم معرفی می‌شود. آنچه این مرد انجام می‌دهد، کاملاً عادی، شخصی و مرتبط با یک زندگی معمولی است. "گویی یکسره به دنیا تعلق دارد... از هر چیز لذت می‌برد... به همه چیز علاقه‌مند است و هرگاه او را در حال انجام کار خاصی ببینیم، آن کار را با جدیتی که نشانه یک انسان زمینی است، که روحش مجذوب این قبیل امور است، انجام می‌دهد..." (همان). این رویکرد از سوی حلاج (میسن، ۱۳۷۸، ص ۷۰) نیز پذیرفته می‌باشد. وی با اشاره به این باور که خداوند پروردگار دو جهان است، مردم را به قبول اتحاد دو عالم خلقت در ذات حق دعوت می‌کند، نه اینکه به‌سبب دل‌مشغولی و نگرانی از فسادپذیری و تباهی طبیعت، در مقام احترام فوق‌العاده به یکی از این دو عالم، دیگری را انکار کند.

۱. البته چنین وضعیتی استبعادی ندارد؛ زیرا فروید نیز چه تحت‌تأثیر مستقیم از عرفان یهود و چه تحت‌تأثیر غیرمستقیم از نیچه، از آموزه‌های دینی بهره جسته است. ون دورزن با اتکا بر واقعیات زندگی فروید- مانند اینکه دو سری کامل از آثار نیچه در کتابخانه فروید بوده و حتی یک سری از آن طی مهاجرت، توسط خود وی به انگلیس برده شده- و نیز نظر روان‌شناسانی مانند کلیگز و النبرگر، معتقد است فروید نظرات خود را از نیچه عاریت گرفته؛ گرچه از بیم افشای عدم اصالت نظریات خود هرگز بدان اعترافی نداشته است (Van Deurzen, 2009, p.21). یالوم نیز بر این تأثیرپذیری تأکید می‌ورزد و می‌گوید: به زحمت می‌توان باور کرد که فروید تحت‌تأثیر نیچه نبوده است. به‌گفته وی، گرچه فروید بارها تکرار کرده که آثار نیچه را نخوانده، یا گفته که سعی کرده بخواند، اما تنبلی اجازه

بشریت هنوز در صلب آدم آفریده نشده و پنهان بود، برمی‌گردد. آدمی به سبب وابستگی خود با خداوند بنا بر گواهی قرآن با خطاب «الست بریکم»<sup>۱</sup> برگزیده شد. نسل‌های آینده پاسخ دادند «بلی، شه‌دنا» و از آن روز به بعد، یعنی از روز میثاق ازلی، در اثر این نخستین خطاب الهی، رشد و نمو یافته و زیسته‌اند. اگر مولوی پیوسته به این داستان باز می‌گردد، جای شگفت نیست. این داستان به وضوح شرایط روان‌شناختی انسان و تأثیر عوامل ناهشیار و اشتیاق ناخودآگاه به مبدأ هستی را می‌رساند. «الست» الهی و «بلی» آدمی، مهر دل است (مولوی، ۱۳۶۳، بیت ۲۲۴۲ و ۲۳۷۶۳)؛ گویی که این دل برای ابد اقرار به قدرت و عشق خداوند را در خود پروراند است. دل‌های آدمیان از باده ازلی جام‌الست در حالت مستی است (همو، ۱۳۸۶، دفتر دوم، بیت ۱۶۶۷ به بعد)، بدان‌گونه که مولوی می‌گوید، آنها در راه طاعات، در طریق اعمال فرمانبرداری مستاند (همان، دفتر سوم، بیت ۲۳۴۸).

نداده، ولی مروی بر پشتکار افسانه‌ای وی در کنار واقعیات دیگر زندگی او این اظهارات را بی‌اساس می‌نماید (یالوم، ۱۳۸۵، ص ۴۶۲). در مورد کشف ناهشیار، النبرگر معتقد است آثار فروید، یونگ و آدلر، همگی ریشه در اندیشه‌های نیچه دارد. وی اضافه می‌کند مؤلفین نام‌برده برای دستیابی به ایده‌های نیچه حتی نیازی به مطالعه آثار وی نداشته‌اند؛ زیرا فضای فرهنگی آنها به شدت آغشته از مفاهیم نیچه‌ای بوده است. حتی واژه "بن" ریشه در اصطلاحات نیچه دارد (Van Deurzen, 2009, p.21-22).

۱. "الست" از نظر لغوی به معنای "آیا نیستم؟" است. این واژه در زبان عربی و فارسی صورت اسمی یافته و به روزی که خداوند از فرزندان آدم پیمان گرفت، اطلاق می‌گردد. منشأ این تعبیر که در نظم و نثر عرفانی فراوان دیده می‌شود و بیانگر روز ازل می‌باشد، قرآن کریم است که تنها یک‌بار در آیه ۱۷۲ سوره اعراف بدان اشاره شده است. مفسران در باب تفسیر آیه میثاق و معنای اخذ ذریه، الست بریکم، نظریه‌های مختلفی ابراز داشته‌اند که از آن میان به نظریه عرفانی اشاره می‌گردد: بر بنیاد بینش عرفانی، این پیمان با ارواح صورت گرفته است. عرفا اندیشه قدم ارواح را که در تاریخ فلسفه اسلامی به افلاطون منسوب است با مستفیض شدن از کلام مبارک پیامبر اکرم (ص) مبنی بر اینکه «خلق الله الارواح قبل الاجساد بالفی عام» استوار می‌دانند. عرفا با تکیه بر این اندیشه معتقدند خداوند در ازل با ارواح آدمیان پیمان بست و مخاطب «الست بریکم» ارواح بوده‌اند. بنابراین می‌توان گفت اخذ ذریه به معنای ظاهر ساختن صور حقایق اشخاص، یعنی آفرینش ارواح انسانی است که این معنا را با تمثیلی عارفانه و تخیلی شاعرانه بیان کرده‌اند و گفته‌اند: چون خورشید در فضایی تاریک از روزنی بتابد، ذرات گرد و غبار پراکنده در هوا، در پرتو نور خورشید هویدا می‌گردند. عرفا خورشید را مظهر حقیقت - خدا - و ذره‌ها را که ظهور و پیدایی آنها محصول تابش خورشید است، رمز ما سوی‌الله (موجودات) می‌شمارند و بر آن عقیده‌اند همان‌گونه که ذره‌های ناچیز از پرتو تابش خورشید ظاهر می‌گردند، معشوق (خدا) هم در پرتو خورشید جمال خود، ارواح ذره‌وار انسانی را ظاهر ساخت و به تعبیر مذهبی و فلسفی آنها را بیافرید و در آن حالت، ارواح در آن صورت ذری در هوای او در رقص آمدند. «الست بریکم» به معنای تجلی معشوق (خدا) با صفت جمال بر ارواح و نمودن حسن و ملاححت خود به آنان «الست بریکم» گفتن اوست (عمان سامانی، ۱۳۷۹، ص ۲۳۵-۲۳۳).

کرکگور نیز با اتکا به منابع آسمانی به‌وضوح از سطوح مختلف آگاهی پرده برمی‌دارد. به‌عنوان مثال، او در کتاب **بیماری تا دم مرگ**، به ترسیم دقیق ارتباط سطوح آگاهی و کیفیت نومیدی می‌پردازد. حدود نیم قرن پس از وی، نیچه بر این باور اصرار می‌ورزد که بخش اعظمی از زندگی روزمره ما صرف دروغی می‌شود که به‌سمت پنهان نگاه داشتن انگیزه‌ها و دغدغه‌های واقعی ما جهت‌گیری شده است.

به‌هرحال وجود جهان مغفول و تأثیر آن بر ابعاد مختلف وجود آدمی امری انکارناپذیر و پراهمیت می‌نماید؛ از این‌رو شایسته است با الهام از آموزه‌های جلال‌الدین مولوی که پیشتر بدان اشاره شد، از طریق بررسی رؤیاهای<sup>۱</sup> و خیال‌پردازی‌های مراجعین، این تأثیرات در فرایند درمانی مطمح‌نظر قرار گیرد.

#### ۶. تبیین رنج حیات

قبل از بررسی محتوای نهفته در خیال‌پردازی‌ها، باید آمادگی مواجهه با رنج را در مراجع ایجاد کرد. کرکگور می‌گوید طبایع عمیق هرگز خود را فراموش نمی‌کنند و به چیزی جز آنچه بوده‌اند، مبدل نمی‌شوند. از این‌روست که آنها همه‌چیز را به یاد می‌آورند؛ اما این یادآوری توأم با رنج

۱. به باور مولانا، زندگی مانند سرگردان بودن در خواب است (مولوی، ۱۳۶۳، بیت ۹۱۰ و ۹۵۴۸). این خواب‌ها هیچ استقلالی از خود ندارند؛ بلکه تنها از منشأ اصلی حیات نشئت گرفته‌اند (همو، ۱۳۸۶، دفتر سوم، بیت ۳۶۶۹ به بعد). با این‌وجود، نشانه‌هایی هستند که به حقیقتی ژرف‌تر اشاره دارند (همان، دفتر ششم، بیت ۸۲۳ به بعد). بنابراین مولوی از خواب دوم (همان، دفتر سوم، بیت ۱۷۳۷) سخن می‌گوید که آدمی در آن خواب زندگی می‌کند (همان، دفتر دوم، بیت ۳۳۲۱ به بعد)؛ اما او آن‌سان هشدار می‌دهد تا بیندیشد که این خواب‌ها، یعنی اعمال و اغراض نفسانی او در این دنیا از هیچ ارزشی برخوردار نیستند؛ بلکه نشانه‌هایی هستند از حقیقت روحانی، و هرآنچه آدمی در اینجا در خواب دیده است، در صبح اجل (همان، دفتر چهارم، بیت ۳۶۵۵)، آنگاه که خداوند خواب‌های انسان را تعبیر می‌کند و معنای آنها را می‌گشاید، آشکار خواهد شد (همان، دفتر سوم، بیت ۴۶۶۲). مولانا این اندیشه را که دنیا می‌تواند به خواب مانند باشد، به معنایی مثبت مبدل می‌کند؛ زیرا بیداری انسان در آن صبح باشکوه که جاودانگی بر او طالع می‌گردد، با خواب‌های او مطابق خواهد بود: آن‌کس که در خواب دنیوی خویش گلزار دیده است، در همان باغ حقیقی از خواب برخیزد. داستان آن فیل که هندوستان را در خواب می‌دید، به این تمثیل وابسته است: در میانه خواب غفلتی که اکثریت مردم را فرا گرفته است، برگزیدگان به‌ناگهان رؤیای نهایی را می‌بینند که وطن گم‌شده و فراموش‌شده آنان را به یادشان می‌آورد، و با پاره کردن رشته‌های مادی، در طلب این سرزمین، یعنی ملکوت خداوند که ورای خواب و بیداری است، راه بی‌سر و سامانی در پیش می‌گیرند.

است (کرکگور، ۱۳۸۷، ص ۶۹). مولوی<sup>۱</sup> نیز در رنج، حیاتی برتر می‌بیند. او بر این باور است که در درون هریک از ما عیسایی است که تولدش در گرو رنج ماست (حلبی، ۱۳۷۷، ص ۵۹۶). جلال‌الدین می‌گوید تنها تحمل رنج و ایستادگی است که قابلیت‌های تازه به‌وجود می‌آورد. جان‌مایه اصلی اندیشه مولوی، مردن و شدن، ملازمه دائمی فنای فی‌الله و بقای بالله است. تمامی آفرینش از حرکت دیالکتیک پیروی می‌کند. این حرکت، حرکتی استکمالی و صعودی است که نه‌تنها در سراسر زندگی نفسانی و جسمانی، بلکه در جهان دیگر نیز ادامه می‌یابد (عبدالحمید، ۱۳۸۳، ص ۴۴-۴۰). بنابراین تعبیر خاص حلاج، «حقیقت حق کسی راست که آن را در رنج و محنت می‌جوید» (میسس، ۱۳۷۸، ص ۹۳).

حال که تلخی‌های زندگی جزئی طبیعی و قابل پیش‌بینی از فرایند حیات است، پس لازم است با پرهیز از خودفربیی و غفلت که خود عین بیماری است، برای رویارویی با آن آماده بود. در روان‌شناسی وجودی بر لزوم مواجهه با رنج هستی تأکید شده، بدون اینکه علل سبب‌ساز آن

۱. جلال‌الدین محمد برای ترسیم درد ناشی از این حرکت صعودی که از «لا» به «لا» ختم می‌گردد، حکایت‌هایی چند روایت کرده است. یکی از این حکایات، داستان نخودهاست. در این داستان، گریختن انسان و بی‌صبری او حین ابتلا به مشکلات، با بی‌قراری نخود در دیگ و برجهیدن از دیگ تشبیه شده است. شاعر با بیان این داستان می‌گوید تنها راه رسیدن نخود به مرتبه‌ای بالاتر از کمال، پختن و خورده شدن و به تعبیر روشن‌تر، رنج بردن است (مولوی، ۱۳۸۶، دفتر سوم، بیت ۴۱۶۷-۴۱۵۷). به این ترتیب، مولانا آدمی را به رنجی که می‌کشد، تسلی می‌دهد؛ زیرا او باید بیاموزد که رنج و اندوه برای ترقی روحانی کاملاً ضروری است. وی در جایی دیگر با تمسک به تمثیل باربران خیابانی و نزاع آنان بر سر تصاحب بار سنگین‌تر، بر آموزه خویش تأکید می‌ورزد (همان، بیت ۳۷۵۵-۳۷۵۴). از این منظر، لازمه حیات نو، شکسته شدن است. جوز باید شکسته شود تا مغز آشکار شود؛ چراکه مغز و روغن در سکوت خود برای رهایی آواز سر می‌دهند (همان، دفتر چهارم، بیت ۱۰۲). او باز هم برای مخاطب خود از ضرورت شکسته شدن برای ترقی روحانی می‌گوید (همو، ۱۳۶۳، بیت ۱۴۱ و ۱۶۱۳)؛ تنها راه یافتن گنج، تبدیل خانه به ویرانه است. پس آدمی نباید از ویرانی دل و حتی ویرانی جسم هراسی داشته باشد؛ این ویرانی کمال والاتری را دربر دارد. اگر سخن حلاج را بپذیریم که "رنج، خود خداست و شادی از او می‌رسد"، رنج بردن در واقع عین عشق است (شیمیل، ۱۳۸۶، ص ۴۸۳). کرکگور (۱۳۸۷، ص ۷۳-۷۲) نیز پناه بردن به رنج را شرط لازم و نه کافی، برای ارتقا به بالاترین سطح رشدی، یعنی سپهر ایمانی می‌داند؛ زیرا تنها در این صورت است که انسان از ارزش نامتناهی خویش آگاه می‌شود و به آگاهی ابدی دست می‌یابد. به باور مولانا، روح به حکم تعلق به بدن، به سبب اختلاف احوال جسمانی تغییر می‌پذیرد و حرارت و برودت و رطوبت و بیبوست، به تعاقب بر وی عارض می‌گردد. او از غذا نیرو می‌گیرد و از گرسنگی ناتوان می‌شود. پس آدمی مادام که در گرو تن است، نمی‌تواند از لذت عمیق و دائمی بهره‌مند شود؛ زیرا لذت واقعی در جان است و جان در گرو (مولوی، ۱۳۸۶، دفتر اول، بیت ۱۹۷۷-۱۹۸۰).



تحلیل گردد. همچنین، قطع رابطه با عوامل سبب‌ساز رنج باعث شده دستیابی به بهجت و انبساط موردنظر مولوی نیز امری غیرممکن به نظر رسد<sup>۱</sup>.

## ۷. آزادی انتخاب و مسئولیت فردی

از جمله موارد رنج‌خیز و چالش‌زای حیات انسانی، توان انتخاب و در واقع، اختیاری است که او بر انتخاب مسیر زندگی خویش دارد. این باور که آدمی از سویی اختیار انتخاب دارد و از سویی دیگر، مسئولیت انتخاب‌های خویش را بایستی برعهده گیرد، از ابعاد اساسی وجودگرایی است. مولوی اندیشه‌ای در مورد انتخاب ارائه کرده است که همسو با باورهای وجودی رایج و درعین‌حال، تکمیل‌کننده آن است. شگفت اینکه، این اندیشه با آنچه قرن‌ها بعد از او توسط کرکگور ارائه شده، تقریباً منطبق می‌باشد. به اعتقاد مولوی، انسان خود می‌تواند و باید سازنده سرنوشت خویش باشد؛ اصلاً انسان، خود خالق سرنوشت تعیین‌شده از ناحیه خداوند است؛ به طوری که وقتی او خویشتن خود را تغییر می‌دهد، سرنوشتش نیز دگرگون می‌شود<sup>۲</sup> (شهیدی، ۱۳۸۶، ج ۴، ص ۴۵۵). کرکگور در این باره می‌گوید: «تنها طبایع پست قانون اعمال‌شان را در مردمان دیگر می‌جویند» (کرکگور، ۱۳۸۷، ص ۷۱). اما نکته مهم و آنچه مکمل مباحث وجودی پیرامون اختیار و مسئولیت‌پذیری می‌باشد اینکه، برای مولوی اختیار به خودی خود غایت نیست. به عبارت دیگر، وی به هیچ‌وجه تن به اسارت اختیار نداده و از آن نیز وا می‌رهد (مولوی، ۱۳۸۶، دفتر پنجم، بیت ۳۱۰۷-۳۱۰۵). مولانا همان‌طور که برای حرکت وجودی، سیر تکاملی قائل شده، برای جبر و اختیار و تبدیل این دو به یکدیگر هم مسیر خاصی منظور می‌دارد (عبدالحکیم، ۱۳۸۳، ص ۸۹-۸۸). توضیح مطلب اینکه، جبر با حیات پست‌تر از مرتبه انسانی آغاز می‌گردد و با تکامل موجود

۱. این کاستی درمان‌های وجودی - ناتوانی در ایجاد ابتهاج در درمانجو- مورد توجه مارسل نیز بوده است (مارسل، ۱۳۸۸، ص ۱۵۹-۱۵۸).

۲. مولوی در دفتر پنجم **مثنوی معنوی** ضمن ابیات ۳۱۴۵-۳۱۳۵، جمله معروف "قد جف القلم" را به گویاترین وجه با بیان "وجودی" تأویل می‌کند. اعتقاد مولوی به توان ایجاد خویشتن تا بدان جا می‌رسد که ضمن بیان قصه آدم و ابلیس - درعین‌حال که برخلاف بسیاری دیگر از اهل تصوف، وجود شر در عالم را به هیچ‌وجه رد نمی‌کند - محتوم بودن سرنوشت ابلیس را نیز نمی‌پذیرد. به اعتقاد وی، مسئولیت تنها ناشی از نیروی انتخاب است و هر عمل، هر اندازه ناچیز، دارای اثر و نتایج متناسب با خود می‌باشد؛ در غیر این صورت، مقام کبریایی و عدالت خداوند معنایی نخواهد داشت (مولوی، ۱۳۸۶، دفتر پنجم، بیت ۲۱۴۱-۲۱۳۱).

پرورش می‌یابد تا به مرحله اختیار در مرتبه انسانی می‌رسد؛ اما چون انسان طبعاً جویای کمال است، عشق به کمال در او ظاهر می‌گردد. وقتی به این مرتبه رسید، اراده خویش را اراده معشوق می‌کند و به جبر می‌گراید. بنابراین، جبر بر دو نوع است: جبر الزامی که موجود را ملزم به انتخاب طریق می‌کند و جبر اختیاری که عبارت است از تحدید نفس در راه عشق به کمال مطلوب. بنابراین غایت اختیار، تعیین بخشیدن به خود است در زمینه‌ای والاتر<sup>۱</sup>. زندگی در زمینه‌ای نازل‌تر با موجیبت آغاز می‌گردد، و در انسان به صورت قدرت انتخاب آزاد تکامل می‌یابد تا باز به موجیبتی والاتر رسد؛ آنجا که انسان آزادی خویش را در طبق اخلاص می‌گذارد (مولوی، ۱۳۸۶، دفتر اول، بیت ۱۴۷۳-۱۴۶۳). بنابراین از منظر مولانا، آزادی به خاطر نفس آزادی، هدف تکامل معنوی انسان نیست (همان، دفتر پنجم، بیت ۲۷۲۹)؛ آزادی به انسان عطا می‌شود تا خود را فدای جبر والاتر وجود واقعی خویش کند.

بنابر آنچه گفته شد، مسیر درمانی باید در جهت مسئولیت‌پذیری مراجع تنظیم گردد؛ در عین حال، این مسئولیت‌پذیری نباید به گونه‌ای باشد که در او باور کاذب توان کنترل همه چیز شکل گیرد که این خود، اوج مشکل است. آنچه در این رویکرد ویژه از درمان با الهام از آرای مولانا ارائه می‌گردد، هدایت مراجع در جهت جبر اختیاری است که همان‌طور که توضیح داده شد، شکل پیشرفته‌تر اختیار است.

### پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

۱. کرگور اوج دغدغه آدمی را در سپهر اخلاقی می‌بیند؛ یعنی مرحله دوم از مراحل سه‌گانه و متمایزی که وی برای وجود انسان قائل است (کاپوتو، ۱۳۸۹، ص ۵۷). فرد مستقر در این سپهر، اخذ تصمیمات جدی و اختیار حقیقی را جایگزین حیرت و سرگردانی شخص استحسان‌ی مشرب می‌کند. او اخلاقاً خود را برمی‌گزیند و مکلف و مسئول به تمام معناسات: مسئول خود، مسئول در قبال نظام اشیا و امور پیرامون خود و در آخر، مسئول در برابر خداوند. مرحله اخلاق، مرحله اختیار و افتخار و خوشبختی محدود است. وضعیت آدمی در سپهر ایمانی (دینی) به گونه متفاوتی است. در این مرحله انسان می‌داند که پیوندها، تعهدات و نسبت‌های افراد آدمی با یکدیگر جز فراروی خداوند، معنای حقیقی ندارد. این مرحله کرگور معادل جبر اختیاری مولوی است. در سپهر ایمانی، دغدغه‌های شدید پیرامون انتخاب‌های متوالی حیات جای خود را به تسلیم و رضامندی دلپذیری می‌دهد. این شباهت در نظر اول تعجب‌برانگیز می‌نماید؛ لکن پس از تأمل بر این موضوع که هر دو نظریه‌پرداز از کتاب آسمانی الهام گرفته‌اند، دیگر جای شگفتی نمی‌ماند که مولانا و کرگور، تعلیق غایت‌شناختی اخلاق را به‌عنوان اوج تبلور وجود آدمی معرفی می‌کنند.

## نتیجه

آنچه تاکنون از نظر گذشت، استخراج مؤلفه‌های درمان وجودی از آرای مولانا بود. با ترکیب مؤلفه‌های پیش‌گفته می‌توان به چارچوب معنایی زیر دست یافت که عناصر پیش‌گفته را به‌طرزی یکپارچه می‌نمایاند:

آدمی امکان است. وجود انسان در گرو امکان‌هایی است که بر روی او باز است؛ از آنجاکه این انتخاب هیچ‌گاه پایان‌یافته نیست، وجود او نامتعیین است. درعین‌حال، شیوه وجود انسان از یک ساختار معین برخوردار است: هستی در ربط با دیگری. کمال مطلوب دیگری، پروردگار هستی است؛ کمال مطلوبی که اشتیاق ناخودآگاه دست یافتن به آن، شور و انگیزه حیات را برای انسان تأمین می‌کند.

اولین انتخاب انسان، ملازم با اولین تشویش و اضطراب او شکل می‌گیرد. اصلی‌ترین کشمکش‌های درونی انسان هم در همین رابطه بروز می‌یابد: رنج و عذاب روحی ناشی از ملامت شدن و دوری از سویی، و ترس از نیستی؛ درحالی‌که او هنوز از هستی خود چندان آگاهی ندارد. انسان در تناقض گرفتار است؛ چون بشر است، نه ملک. برای شیطان ناخشنودی هست، ولی رنج ناشی از تناقض وجود ندارد. رنج ناشی از اضطراب باعث پنهان شدن خود از خویشتن می‌گردد؛ چراکه اولاً علت و موضوع بیرونی ندارد، و همین است که آن را این‌چنین ژرف آزردهنده می‌سازد. درعین‌حال، همین است که پوشاندن آن را آسان‌تر می‌کند؛ به‌حدی‌که شدت و روشنی آن را به‌سختی می‌توان احساس کرد. شخص علتی را به آن نسبت می‌دهد و از آن می‌گذرد؛ زیرا معنای آن این است که او نمی‌خواهد با موضوع این اضطراب و تشویش روبه‌رو شود.

آدمی به غفلت پناه می‌برد؛ غفلت چاره‌آنهایی است که دچار دلهره‌اند. این شرایط باعث ادامه حیات دنیوی و رونق آن می‌گردد. درعین‌حال، بی‌توجهی به منابع ایجاد آن، به‌تدریج به شکل‌گیری مشکلات دیگری می‌انجامد؛ نخست اینکه، از آنجاکه طی پدیده غفلت، ارتباط انسان با واقعیت دچار انسداد شده، با بخشی از وجود خویش نیز دچار قطع رابطه می‌گردد. حال از آنجاکه انسان موجودی دارای استعدادهای بی‌شمار درونی است، بخش مرتبط با آن، امکان تحقق خود را از دست می‌دهد. دوم اینکه، گستره هیجانی فرد به‌تبع انسداد بخشی از وجود وی

محدود شده و شور و نشاط جای خود را به رکود هیجانی می‌دهد. سوم اینکه، انسان هرچه بیشتر به روابط انسانی عادی و اهداف مرتبط با آن اتکای بیشتری داشته باشد، امکان سرخوردگی و رنج ناشی از آن بیشتر است. جهان، مملو از بی‌عدالتی، شکست، از دست دادن و قطع روابط نزدیک و عاطفی است؛ حتی اگر انسان بتواند بهشتی برای خود بر روی زمین بسازد، باز هم خلأ درونی و دوری او از مبدأ هستی آرامش موقتی‌اش را برهم می‌زند. این موارد باعث ایجاد شکاف‌هایی در لایه‌های محافظتی غفلت می‌شود و پژمردگی و نومیدی در پی دارد. انحصار حیات انسان به کوشش برای داشتن و تصاحب کردن باعث بی‌قراری و اضطراب دائمی او خواهد شد. همچنین، تلاش دائمی در حفاظت از ایجاد خلل در لایه‌های غفلت او را خسته، توان‌زوده و پژمرده می‌کند.

لازم به توضیح است که در روش حاضر، منظور از غفلت این است که افراد نسبت به ابعاد خاصی از جهان دچار انسداد باشند. این معنا با مفهوم فرویدی ناهشیار تفاوت‌هایی اساسی دارد. از آنجاکه محور نظری روش حاضر بر بهیمیت ذاتی انسان بنا نشده و سائق‌های جنسی و پرخاشگرانه، به همراه و یا ذیل جذب و کشش ناشی از عهد‌الست فعالیت دارند، از ابعاد ارزش‌گذارانه در آن نشانی نیست. به عبارت دیگر، هشیاری و ناهشیاری لزوماً به‌طور مثبت و یا منفی ارزش‌گذاری نمی‌شوند. توجه به نکته اخیر، ضروری است؛ چراکه غالباً هشیاری کامل و یا ناهشیاری تمام‌عیار در مورد پدیده‌ها صورت نمی‌گیرد. بنابراین، ارجاع به آن چندان دقیق نمی‌باشد. تفاوت دیگر اینکه، در این روش، باور این نیست که ابعاد مسدودشده کاملاً پنهان و در ظرفی درون‌روانی قرار گرفته‌اند. بنابراین، درحالی‌که در این روش ممکن است نومیدی به‌عنوان انسداد مراجع نسبت به لذت و زیبایی جهان محسوب گردد، به‌هیچ‌وجه به‌عنوان برخی نیروهای پنهان‌شده درونی، نظیر پرخاشگری ناهشیار تغییر جهت داده‌شده به‌سمت درون نگریسته نمی‌شود. به عبارت دیگر، تجربه فرد از جهان بسیار محدود و تنگ‌نظرانه بر پریشانی و تلخ‌کامی متمرکز شده است.

در جهت زدودن غفلت، لازم است که بر حضور تأکید گردد. حضور را می‌توان ترکیبی ویژه از تجربه خویشتن، به همراه تجربه دیگری دانست؛ یعنی در حضور، درعین‌حال که از خویشتن پنهان نیستیم و بر احوالات خود به‌خوبی اشراف داریم، تمرکز خویش را بر دیگری متوجه کرده و توجه خویش را به او دوخته‌ایم. به عبارت دیگر، وضعیت اتخاذشده ما به‌گونه‌ای است که دیگری

خود را به‌خوبی بر ما عرضه می‌کند و این در حالی است که ما به‌طور آن به آن خود را در دسترس او گذارده‌ایم. روشن است که اگر موضوع مورد حضور یک انسان باشد، این رابطه از درونمایه‌ای عاطفی سرشار خواهد بود. با رعایت اصل حضور است که معانی مرتبط با تجربه بیمار از چارچوب ارجاع زندگی او برداشته می‌شوند، نه از چارچوب تفسیری درمانگر. بنابراین می‌توان گفت روش حاضر، اسلوبی تجربه‌ای خواهد بود، نه توصیفی و تبیینی صرف.

در این روش، استفاده از فنون و راهبردهای نفوذناپذیر و از پیش تعیین‌شده، جای خود را به تدارک زمینه‌ای تعاملی می‌دهد که طی آن تجربیات و دریافت‌های فرد از حیات خویش بررسی، ردیابی و درک شده و گسترش می‌یابد. درمان حاضر، مانند سایر درمان‌های وجودی، نه در مقوله درمان‌های فلسفی، که در گروه درمان‌های روان‌شناختی جای می‌گیرد. همچنین، این درمان با اتکا بر اندیشه‌های مولوی، ارتباط خود را با دیگر رویکردهای موجود در این علم، به‌ویژه روان‌تحلیل‌گری، همچنان حفظ می‌کند و این در حالی است که با ارائه مؤلفه‌هایی برگرفته از آثار اندیشمند مذکور، به گسترش رویکردهای پیشین، به‌ویژه روان‌تحلیل‌گری می‌پردازد. بنابراین، تفاوت درمان حاضر با سایر درمان‌ها، هم از نظر چارچوب و هم از نظر محتوا، در دارا بودن ابعاد و مؤلفه‌های وجودی خاص است؛ مؤلفه‌هایی که گاه مفاهیم رایج در ادبیات روان‌شناسی را دگرگون می‌سازد. به‌عنوان مثال می‌توان به مؤلفه ربطی اشاره کرد. با الهام از آثار مولوی و با باور به اینکه آدمی عین ربط به پروردگار است، دیگر برخی از ابعاد افسردگی مانند گذشته تعبیر نمی‌گردد؛ بلکه به‌عنوان تجلی نیازی اساسی و فصل انسان از سایر موجودات تلقی می‌شود. همچنین، ترجیح بر این است که افسردگی ناشی از انسداد، یعنی غفلت، نسبت به تجربیات فرح‌بخش و نشاط‌آور تلقی گردد، نه برخاسته از برخی نیروهای پنهان درونی مانند پرخاشگری ناهشیار جهت‌گیری‌شده به‌سمت درون. به این ترتیب، گذشته دردناک و آسیب‌زای درمانجو انکار نمی‌گردد؛ اما به‌عنوان تجارب محدودکننده حیات وی تعبیر می‌یابد. پس می‌توان با ارائه راهکارهای برگرفته از زندگی درمانجو به رفع آنها اقدام کرد.

حضور را می‌توان یکی از اجزای ضروری یک رابطه درمانی مناسب در نظر گرفت؛ چراکه در طول فرایند درمان، گاهی مواردی نظیر اضطراب‌ها و یا استمرار الگوهای آسیب‌شناختی، همچنین هنجارها و نگرش‌های قالبی درمانگران، تأثیر تخریبی قابل توجهی بر رابطه اعمال می‌کنند. بدیهی

است توجه کافی درمانگران به مسئله حضور و حتی ردیابی آن در مراجعین برقراری رابطه، در رفع مشکل اخیر راهگشا خواهد بود. منظور از برقراری چنین وضعیتی، همراهی درمانگر با درمانجو و کمک به او در جهت دستیابی به تجربه‌ای روشن از "وجودی" است که دارند، اما به ابهام آغشته شده است. با اتکا و اصرار بر حضور و تعمیم آن به جهان درونی و باطنی بیمار می‌توان به تدریج او را در مورد ارتباط با انسان‌های دیگر از وابستگی رها کنید.

در این میان، بر درمانگر است که مانند مربی و یا کارگردانی که افراد را در جهت تبلور استعدادها و امکانات درونی خود برمی‌انگیزد، ضمن تأمین چارچوب ایمن، نحوه بودن و هستی درمانجو را به چالش بکشد. در مواقعی نیز لازم می‌شود درمانگر رویکرد آشکارتری اتخاذ کند، که درمان در این‌گونه شرایط جهت‌دارتر است. توجه درمان حاضر، به‌خصوص شاید دربر دارنده این حقیقت است که در نظر گرفتن موجودیتی دارای وجود، بدون به حساب آوردن وجودش، نحوه وجودش محال است. درمان حاضر بر این اساس صورت‌بندی شده است که با رفع موانع و کمک به یادآوری هرچه روشن‌تر عهد الست، به استخراج هرچه بیشتر وجود حقیقی درمانجو یاری رساند.

به‌طور کلی، درمان پیشنهادی نظیر سایر درمان‌های وجودی، از نظر شکلی تفاوت از پیش تعیین‌شده‌ای با سایر درمان‌های رایج مانند روان‌تحلیل‌گری و شناخت‌درمانی ندارد. در مواقعی هم که درمانگر (البته با کمک درمانجو) به تعیین تکالیف درمانی می‌پردازد، این درمان قابل مقایسه با درمان‌های رفتاری است. در عین حال تأکید می‌گردد که در همه این موارد، توجه به تفاوت‌های اساسی موجود که درمان را واجد ابعاد متفاوتی ساخته، ضروری است.

علاوه بر تفاوت‌های بیان‌شده در فوق، روش حاضر در بررسی رؤیاهای درمانجو نیز که از اقدامات ضروری درمانی است، با سایر رویکردها تفاوت دارد. همان‌گونه که طی مثال فوق اشاره شد، هدف این درمان (با الهام از اندیشه مولوی) این است که فرد به ابعاد مختلف حیات اجازه ظهور و بروز دهد. بدیهی است وجود خود درمانجو نیز جزئی از حیات است که باید با تمام غنا و پچیدگی به تجربه وی درآید و این، تعریفی است از سلامتی.

در روش پیشنهادی، باور بر این است که رؤیابیننده طی رؤیای خود اسلوب ویژه‌ای از بودن و برقراری ارتباط با خود و جهان اطراف را می‌نمایاند که کاملاً معتبر و قابل تسری به محتویات عالم بیداری است. در عالم رؤیا جهانی می‌سازیم که آماده ارتباط با آن هستیم. به‌عنوان مثال،

هنگامی که در وضعیت گرسنگی هستیم، جهانی براساس ماکولات می‌سازیم؛ هنگامی که در شرایط مرتبط با یکی از جانوران هستیم، رؤیای جانوری را می‌بینیم؛ هنگامی که نسبت به افراد خاصی رویکرد مثبت و یا منفی داریم، در همان وضعیت و گاهی در شرایط معکوس، متناسب با زمینه روانی خویش آنها را می‌بینیم. در برداشت این‌چنینی از رؤیا، فرد در آن هماهنگی‌هایی با دیگر ابعاد زندگی کشف می‌کند؛ درمی‌یابد که نسبت به دریافت هیجانات دارای آمادگی است، اگرچه به خطرات ناشی از آن نیز دل‌مشغولی دارد. تأکید می‌گردد که توجه به متن روانی رؤیایبیننده ضروری است و هیچ تعبیری بدون آن اعتبار ندارد. به‌عنوان مثال، اگر فردی رؤیای جنسی ببیند، بسته به اینکه از نظر هنجارهای اجتماعی و اعتقادی چگونه فردی است، امکان تعبیر متفاوت وجود دارد. علاوه بر موارد ذکرشده، محتوای برخی از رؤیاها اختصاص به بیان میل اتصال مجدد به مبدأ هستی و یا دریافت الهامات الهی خواهد داشت.

در روش حاضر مسائل در متن حیات مراجعین مورد تحلیل و بررسی قرار خواهند گرفت، نه به‌طور منفک و با تمرکز بر سازه‌های تصویری، آن‌گونه که در روش وجودی - انسان‌گرایی مرسوم است. همچنین، باور خاصی بر سیستم اعتقادی مراجعین تحمیل نمی‌گردد؛ بدان‌سان که در کار معنادارمانگران دیده می‌شود. البته بهره‌گیری از هنر، به‌ویژه موسیقی و ادبیات، برخی نیازهای متعالی درمانجویان را تجلی می‌دهد که البته مداخله‌ای غیرمستقیم است.

در این روش از هرگونه تأکید و توصیه مستقیم برای ایمان آوردن به خداوند پرهیز می‌شود؛ زیرا باور نظریه‌پرداز بر این است که این باور در درمانجویان وجود دارد؛ حتی اگر فعال نباشد و تنها با تأمل و تحقیق در تجربیات انسانی (و حتی گاه غیر انسانی) می‌توان به آن روی نموده و راز آن را جستجو کرد. خداوند در تجربیات انسانی حضور دارد؛ به‌خصوص اینکه در تجربیات ناشی از نسبت من - تو و تو - تو تجلی می‌کند. وقتی من به‌نحو اصیل و غیر خودخواهانه‌ای در نسبت با تو قرار گرفت، خداوند در این رابطه تجلی می‌کند. پس باید مُجدَّانه به روابط درمانجویان با خود و دیگران توجه داشت و سعی در غنا بخشیدن به آنها کرد. با آغاز چنین مسیری، انسان به مشارکت در وجود پرداخته و به‌تدریج حضور وجودی جاودان را در پس تمامی احوال مشهود و محسوس به تجربه می‌کشد.

این درمان براساس شدنی دائمی است، نه بودن به اسلوبی خاص. بنابراین در چارچوب فنون از پیش تعیین‌شده جای نمی‌گیرد<sup>۱</sup>. مسیر درمانی هر درمانجو منحصرأً برای خود او و برگرفته از ویژگی‌ها و حیات او بوده و به تدریج طراحی می‌شود. لذا این مسیر، شاهراه کوفته و هموارشده‌ای نیست که درمانگر و درمانجو آن را با آرامش خاطر و بدون دغدغه گم شدن بپیمایند. در این مسیر هرچه پیش‌تر روند، افق دورتر می‌نماید. البته به موازات پیشرفت فرایند درمانی، احساس نشاط و شور در درمانجو زنده می‌شود.

### فهرست منابع

- اخلاق، حسن، از مولانا تا نیچه، قم: سلوک جوان، ۱۳۸۶.
- اعوانی، غلامرضا، «اهمیت فلسفه و جهان معاصر»، جنگ اندیشه، ش ۱۳، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۷۸.
- اقبال، افضل، تأثیر مولانا بر فرهنگ اسلامی، ترجمه محمد رفیعی مهرآبادی، تهران: مؤسسه عطایی، ۱۳۶۳.
- بلاکهام، ه. ج، ۶ متفکر اگزستانسیالیست، ترجمه محسن حکیمی، تهران: مرکز، ۱۳۸۷.
- تبریزی، شمس‌الدین محمد، مقالات شمس، تصحیح و تعلیق محمدعلی موحد، تهران: خوارزمی، ۱۳۸۵.
- تلمذ، حسین، مرآت المثنوی، حیدرآباد: چاپ پارت، ۱۲۹۲.
- حافظ شیرازی، شمس‌الدین محمد، دیوان خواجه شمس‌الدین محمد حافظ شیرازی، تهران: فرهنگسرا، ۱۳۷۲.
- حلبی، علی‌اصغر، مبانی عرفان و احوال عارفان، تهران: اساطیر، ۱۳۷۷.
- زرین‌کوب، عبدالحسین، پله پله تا ملاقات خدا، چ ۱۵، تهران: انتشارات علمی، ۱۳۷۹.
- \_\_\_\_\_، نردبان شکسته: شرح توصیفی و تحلیلی دفتر اول و دوم مثنوی، تهران: نشر سخن، ۱۳۸۲.
- زمانی، کریم، نی‌نامه در تفاسیر مثنوی معنوی. چ ۳، تهران: اطلاعات، ۱۳۸۷.

---

۱. در این روش باور بر این است که هر فردی برای رسیدن به مطلوب، راهی خاص خود دارد و به عدد افراد آدمی، تنوع مسیر وجود دارد.



- \_\_\_\_\_ ، میناگر عشق: شرح موضوعی مثنوی معنوی مولانا جلال‌الدین محمد بلخی، چ ۸، تهران: نشر نی، ۱۳۸۹.
- شریف، مجید، مقدمه اراده قدرت، تهران: جامی، ۱۳۷۸.
- شهیدی، سید جعفر، شرح مثنوی، ۴ جلد، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی، ۱۳۸۶.
- شیمیل، آنه ماری، شکوه شمس، سیری در آثار و افکار مولانا جلال‌الدین رومی، ترجمه حسن لاهوتی، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی، ۱۳۸۶.
- صابر، غلام، کی‌یر کگارد و اقبال، ترجمه محمد بقایی ماکان، تهران: یادآوران، ۱۳۸۸.
- طباطبایی، محمدحسین، تفسیر المیزان، ترجمه سید محمدباقر موسوی همدانی، چ ۳۰، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۳۸۹.
- عبدالحکیم، خلیفه، عرفان مولوی، ترجمه احمد محمدی و احمد میرعلائی، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی، ۱۳۸۳.
- عمان سامانی، نورالله، گنجینه اسرار، به اهتمام حسین بدرالدین، تهران: سنایی، ۱۳۷۹.
- فروزانفر، بدیع‌الزمان، شرح مثنوی شریف، ۲ جلد، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی، ۱۳۸۶.
- کاپوتو. ج. د، چگونه کرکگور بخوانیم، ترجمه صالح نجفی، تهران: رخداد نو، ۱۳۸۹.
- کرکگور، اس، بیماری به سوی مرگ، ترجمه رؤیا منجم، تهران: پرسش، ۱۳۷۷.
- \_\_\_\_\_ ، ترس و لرز، ترجمه عبدالکریم رشیدیان، تهران: نی، ۱۳۸۷.
- کلنبرگر، جی، کرکگور و نیچه، ترجمه ابوتراب سهراب و الهام عطاردی، تهران: نگاه، ۱۳۸۴.
- کین، سم، گابریل مارسل، ترجمه مصطفی ملکیان. چ ۲، تهران: نگاه معاصر، ۱۳۸۱.
- لینگز، مارتین، رمز و مثال اعلی: تحقیقی در معنای وجود، ترجمه فاطمه صاعی، تهران: حکمت، ۱۳۹۱.
- مارسل، گابریل، انسان مسئله‌گون، ترجمه بیثا شمسنینی، تهران: ققنوس، ۱۳۸۸.
- مستعان، مهتاب، کی‌یر کگور، متفکر عارف‌پیشه، آبادان: پرسش، ۱۳۸۶.
- مصلح، علی‌اصغر، فلسفه‌های اگزیستانس، چ ۲، تهران: پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی، ۱۳۸۷.
- مولوی، جلال‌الدین محمد بلخی، مثنوی معنوی، براساس نسخه رینولد الین نیکلسون، ۶ دفتر، تهران: کاروان، ۱۳۸۶.
- \_\_\_\_\_ ، کلیات شمس یا دیوان کبیر، با تصحیحات و حواشی بدیع‌الزمان فروزانفر، چ ۲، تهران: امیرکبیر، ۱۳۶۳.

- میسن، ه. و، **حلاج**، ترجمه مجدالدین کیوانی، تهران: نشر مرکز، ۱۳۷۸.
- نیچه، فردریش ویلهلم، **فلسفه در عصر تراژیک یونانیان**، ترجمه مجید شریف، تهران: جامی، ۱۳۷۸.
- وولف، دیوید ام، **روان‌شناسی دین**، ترجمه محمد دهقانی، تهران: رشد، ۱۳۸۶.
- Bloor, M& Wood, F, **Keywords in Qualitative Methods**, A Vocabulary of Research Concepts, 2006.
- Cooper, M, **Existential Therapies**, London: Sage publication ltd, 2003.
- Kierkegaard, S, **Fear and Trembling/Repetition**, USA Princeton University Press, 1843/1983.
- \_\_\_\_\_, **Provocations/Spiritual Writings**, USA: USA Princeton University Press, 843/2002.
- \_\_\_\_\_, **The Seducer's diary**, USA: USA Princeton University Press, 1846/1987.
- \_\_\_\_\_, **The Sickness unto Death/a Christian Psychological Exposition for Upbuilding and Awakening**, USA Princeton University Press, 1849/1980.
- Ratcliff, D, **15 Methods of Analysis in Qualitative Research**. Retrieved from www.projecthahn.tas.gov.au. Accessed at October/ 5/ 2010.
- Rogin, Ch. C, Nagel, J & White, P, **Workshop on Scientific Foundations of Qualitative Research**, National Science Foundation, July 11-12, 2003.
- Tengan, A, **Search for Meaning as the Basic Human Motivation: A Critical Examination of Victor Emil Francel's Logotherapeutic Concept of Man**. Frankfurt am Main: Lang, 1999.
- Van Deurzen, E, **Paradox and Passion in Psychotherapy**, London: John Wiley and Sons ltd, 1998.
- \_\_\_\_\_, **Existential Counseling and Psychotherapy in Practice**, London: Sage Publication ltd, 2002.
- \_\_\_\_\_, **Everyday Mysterious: Existential Dimensions of Psychotherapy**, East Sussex: Routledge, 2009.