

Self-Discovery in Existential Psychotherapy: Comparing the Views of Sadra and Van Deurzen

Fateme Fazelzade ^{1*} Majid Mollayousefi ² Mohammad Javad Shams ³ Alireza Kakavand ⁴

1. Ph.D. student in Islamic philosophy and theology, Faculty of Islamic Sciences and Research, Imam Khomeini International University (RA), Qazvin, Iran. (fazelzade@pnu.ac.ir)
2. Associate Professor of Department of Islamic Philosophy and Wisdom, Imam Khomeini International University (RA), Qazvin, Iran. (mollayousefi@isr.ikiu.ac.ir)
3. Associate Professor of Department of Islamic Philosophy and Wisdom, Imam Khomeini International University (RA), Qazvin, Iran. (mj.shams@isr.ikiu.ac.ir)
4. Associate Professor of Department of Psychology, Imam Khomeini International University (RA), Qazvin, Iran. (ar.kakavand@soc.ikiu.ac.ir)

Article Info

ABSTRACT

Article type:
Research Article

Article history:
Received: 2023/10/09
Revised: 2023/12/10
Accepted: 2024/01/03

Cite this article:
Fazelzade, F., Mollayousefi, M., Shams, M. J., & Kakavand, A. (2024). "Self-Discovery in Existential Psychotherapy: Comparing the Views of Sadra and Van Deurzen". *Ayeneh Marefat*, 24 (78), 102-119. (In Persian).
<https://doi.org/10.48308/jipt.2024.232931.1462>

Van Deurzen, an existential psychotherapist, identifies self-reflection and self-discovery as the core components of existential therapy through her examination of its various aspects. She posits that humans, distinct from other creatures, possess a fluid and dynamic identity. This, according to her, allows individuals to determine their own existence and identity. Mulla Sadra, on the other hand, acknowledging the fluidity and dynamism of human identity, proposes that human existence extends beyond this world, encompassing multiple worlds and levels of existence, and within each world, individuals find a corresponding level of existence, so that through their own free will, humans determine their position in this system of existence. By elevating their existence to the level of rational existence, they can transform themselves into a rational world akin to the objective world. This paper aims to demonstrate, based on the views of these two thinkers on human beings' fluid and dynamic existence, the self-determining nature of the human self, the place of self-discovery in existential therapy, and Sadra's perspective on self-discovery, that Sadra's view can potentially serve as the foundation for an existential therapy within Iranian-Islamic culture.

Keywords: Emmy Van Deurzen, Mulla Sadra, existential psychotherapy, existence, self-discovery

* Corresponding Author Email Address: fazelzade@pnu.ac.ir
DOI: <https://doi.org/10.48308/jipt.2024.232931.1462>



Copyright: © 2024 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>.

Extended Abstract

Introduction

Humans are not merely autonomous beings whose identities and actions are determined by the options and choices presented to them; they are also inherently malleable, possessing the capacity to actively shape their own existence. Existential psychotherapists recognize this characteristic of self-fluidity as a fundamental basis for human self-actualization and empowerment.

Discussion

Prominent existential psychotherapist, Emmy Van Deurzen, underscores the centrality of 'self' as an ongoing process of transformation and change in existential therapy, recognizing the fluid and dynamic nature of human identity and the multifaceted dimensions of human existence. Acknowledging the inherent malleability of human nature and the fluid, dynamic quality of individual identity, Van Deurzen encourages individuals to engage in introspection, self-observation, and self-awareness. Van Deurzen's approach aims to assist individuals in delving into introspection, gaining insight into the various facets of their existence, and recognizing the fluidity of their self-identity. Through this process of self-discovery, individuals, cognizant of their existential fluidity, can better understand their strengths and weaknesses, enabling them to strive for holistic well-being across all dimensions of their existence. This, in turn, empowers individuals to consciously and actively pursue growth in all aspects of their being, encompassing the physical, personal, social, and, crucially, spiritual domains, where all other dimensions converge. Ultimately, Van Deurzen contends that existential therapy empowers individuals to expand their perspectives and worldviews, aligning their lifestyles with their own priorities, while cultivating the art of living.

Renowned philosopher, Mulla Sadra (1571-1640), also espoused the notion of the human being as a dynamic entity, encompassing multiple dimensions and facets of existence. Through introspection and self-exploration, individuals can gain insight into their evolving selves and the fluid, dynamic nature of their being. For Sadra, self-awareness is an evolutionary process that progresses from rudimentary self-consciousness to God-consciousness. In this process, by attending to the various dimensions of their existence, individuals can refine their worldview, values, and concerns. By traversing the stages of self-awareness and uncovering their limitations, abilities, and talents, they can lay the groundwork for conscious growth and transformation. According to Sadra, human existence is characterized by a continuous process of transformation and development, rooted in an substantial movement (*harkat-i jawhari*). This existence encompasses material, psychic, and rational levels, corresponding to the natural, imaginary, and rational realms of existence. As individuals progress along their path of existential refinement, entering diverse spheres of existence and encountering various situations and possibilities, they unveil different facets of their selves. In each domain of life, they can discover new aspects of their existence and, guided by self-awareness and self-knowledge, govern their lives in accordance with their evolving self-consciousness.

In Mulla Sadra's philosophical framework, rooted in rational and religious principles, self-awareness, self-discovery, and self-actualization hold a pivotal position in the realization of the perfect human being. Within this perspective, the human self, the heavenly substance of the soul and the evolving existence of the human being are capable of being guided towards perfection under divine guidance and sound reason. Navigating the path of self-actualization, utilizing one's talents and abilities effectively and fully, recognizing one's weaknesses and limitations, and identifying appropriate methods for attaining happiness necessitate the guidance of a divine vicegerent who has traversed the path of ascension, connected to the active intellect, acquired knowledge of the prerequisites and conditions, recognized the path, and been chosen to assist humanity.

Mulla Sadra posits that human and divine self-actualization, along with individual spiritual growth, is achieved through self-knowledge, self-discovery, and contemplative living grounded in a realistic understanding of humanity. Therefore, drawing upon religious teachings and concepts, seeking guidance from the Quran, and employing religious models, he directs individuals towards a path of wholesome living. Additionally, Sadra maintains that human well-being necessitates the goodness of all one's attributes and character traits, adhering to moderation, and identifies extremes and deviations from moderation as the root causes of psychological abnormalities and illnesses.

Conclusion

This descriptive-analytical study delves into Mulla Sadra's existential philosophy, demonstrating how the

concepts of self-knowledge, self-actualization, and self-discovery can serve as the bedrock for a novel form of guided and ethical psychotherapy. By fostering self-knowledge and self-discovery under divine guidance, this approach empowers individuals to embark on a journey of self-actualization and self-transformation, leading them towards the path of human well-being and happiness.



مسئله خویشتن‌یابی در روان درمانی وجودی؛ مقایسه دیدگاه صدرا و ون دورزن

فاطمه فاضل‌زاده^{۱*} مجید ملایوسفی^۲ محمدجواد شمس^۳ علیرضا کاکاوند^۴

۱. دانشجوی دکترای فلسفه و کلام اسلامی، دانشکده علوم و تحقیقات اسلامی، دانشگاه بین‌المللی امام خمینی (ره)، قزوین، ایران. (fazelzade@pnu.ac.ir)

۲. دانشیار گروه آموزشی فلسفه و حکمت اسلامی، دانشکده علوم و تحقیقات اسلامی، دانشگاه بین‌المللی امام خمینی (ره)، قزوین، ایران. (mollayousefi@isr.ikiu.ac.ir)

۳. دانشیار گروه آموزشی فلسفه و حکمت اسلامی، دانشکده علوم و تحقیقات اسلامی، دانشگاه بین‌المللی امام خمینی (ره)، قزوین، ایران. (mj.shams@isr.ikiu.ac.ir)

۴. دانشیار گروه آموزشی روان‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه بین‌المللی امام خمینی (ره)، قزوین، ایران. (ar.kakavand@soc.ikiu.ac.ir)

چکیده

اطلاعات مقاله

ون دورزن، روان‌درمانگر وجودی با بررسی مؤلفه‌های متعدد درمان وجودی، خودتأملی و خویشتن‌یابی را مؤلفه اصلی این نگرش دانسته، معتقد است که انسان با وجودی متفاوت با سایر موجودات و هویتی سیال و پویا، خود وجود و هویت خویشتن را تعیین می‌کند. ملاصدرا نیز با توجه به هویت سیال و پویای انسان معتقد است که وجود انسان محدود و منحصر به این عالم نیست، خود عوالم و نشئات وجودی متعددی دارد و در هر عالم، نشئه‌ای متناسب با آن می‌یابد. انسان با اراده و اختیار خود، جایگاه خویش را در نظام هستی تعیین می‌کند و می‌تواند با ارتقای وجودش تا مرتبه وجود عقلی، عالمی عقلی مشابه عالم عینی گردد. هر دو متفکر در برخورداری انسان از وجودی سیال و پویا و خودی «خودتعیین‌گر» اتفاق نظر دارند. چنانکه از جایگاه مؤلفه خویشتن‌یابی در درمان وجودی و نگرش صدرا درباره این مؤلفه بر می‌آید؛ دیدگاه صدرا درباره خویشتن‌یابی می‌تواند مبنای درمان وجودی در فرهنگ ایرانی-اسلامی باشد.

کلید واژه‌ها: ون دورزن، ملاصدرا، روان‌درمانی وجودی، وجود انسان، خویشتن‌یابی.

نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۲/۰۷/۱۷

بازنگری: ۱۴۰۲/۰۹/۱۹

پذیرش: ۱۴۰۲/۱۰/۱۳

استناد به این مقاله:

فاضل‌زاده، فاطمه؛ ملایوسفی، مجید؛ شمس، محمدجواد؛ و کاکاوند، علیرضا. (۱۴۰۳).

«مسئله خویشتن‌یابی در روان‌درمانی وجودی؛ مقایسه دیدگاه صدرا و ون دورزن». *آینه معرفت*، ۱۰۲-۱۱۹، ۲۴(۷۸).

<https://doi.org/10.48308/jipt.2024.232931.1462>

* رایانامه نویسنده مسئول: fazelzade@pnu.ac.ir

شناسه دیجیتال مقاله: <https://doi.org/10.48308/jipt.2024.232931.1462>



مقدمه

توجه به «خود» و جایگاه آن در سلامت و نیکبختی انسان پیشینه‌ای دیرینه تا سه هزار سال پیش دارد و به فلاسفه باستان برمی‌گردد و مورد توجه پیش از سقراطیان، سقراط، افلاطون، ارسطو و مکاتب التقاطی و اخلاقی بوده است. در نگرش جان لاک، به صورت خود ثابت و در عین حال متغیر و طرح پایستگی روان شناختی او، چونان مجموعه‌ای از عناصر تغییرپذیر در بدنه کلی نامتغیر نزد هیوم رخ می‌نماید و به مثابه فرایند تعامل انسان و جهان در نظر سارتر، آمیختگی تضادهای شخص توسط کی‌یرکگار و آفرینش فعالانه در غلبه بر تنش‌ها نزد نیچه اهمیت می‌یابد. استفاده از مبانی فلسفی به ویژه توجه به خود پویا و تغییرپذیر و خویش‌بینی در روان‌درمانی، به آشنایی روان‌درمانگرانی همچون مدارد باس و لودویک بینزوانگر با نگرش اگزیستانسیالیستی هایدگر و جایگاه خود اصیل به معنای خودی که خودش را دریافته است (Jabari, 2015: 133-135). خودی که از کسان باز پس گرفته می‌شود، نه خود منتشر و اسیر روزمرگی و نیز توجه به همپوشانی و رابطه فلسفه و روان‌درمانگری وی (Jabari, 2015: 162) برمی‌گردد که خود را فرایند تبدیل شدن می‌داند. امی‌ون دورزن روان‌درمانگر وجودی معاصر جایگاه و اهمیت خودتأملی و خویش‌بینی مورد توجه این اندیشمندان را دریافت و آن را به عنوان محور روان‌درمانی وجودی برگزید و مکتب خود را بر آن استوار نمود.

روان‌شناس و روان‌درمانگر بزرگ، امی‌ون دورزن (Emmy van Deurzen, 1951) با تأکید بر اهمیت سلامت، خودشکوفایی و ارتقای اندیشه و سطح زندگی معتقد بود که بسیاری از مسائل و مشکلات در زندگی انسان تنها با توجه به نحوه وجود و ابعاد چهارگانه وجود آدمی (فیزیکی، اجتماعی، شخصی و معنوی)، درک چالش‌های برخاسته از این ابعاد و بدون برجسب آسیب‌شناختی روانی برطرف می‌شود. وی با اعتقاد به کارآمدی اندیشه‌های اگزیستانسیالیستی (وجودی) در این خصوص، تلاش‌های بسیاری برای تحکیم اندیشه‌های وجودی در یک رویکرد روان‌درمانی منسجم انجام داد و مکتب روان‌درمانی وجودی را بنیانگذاری کرد که مکتبی فرادرمانی جهت ارزیابی زندگی جاری افراد و توانمندسازی آنها برای بازنگری، بازیابی و کشف ارزش‌ها، باورها و اهداف زندگی خود و رویارویی با خویش، آشتی با خویشتن و پذیرش محدودیت‌ها و تعالی... است. ون دورزن پس از تلاش فراوان در این جهت، برای درمانگران وجودی چارچوبی تدوین کرد که با اعمال آن بر تنش‌های مراجعان و آزمودن و تعارض‌های وجودی آنان بتوانند باورهای افراد را شفاف‌سازی کنند و با توجه به جهان بینی افراد و کاوش نظام‌مند در دنیای آنها، به کمک روش‌های درمانی آنها را در خویش‌بینی یاری دهند.

چنانکه اشاره شد ون دورزن با بررسی مؤلفه‌های متعدد درمان وجودی خودتأملی و خویش‌بینی را مؤلفه اصلی این نگرش و محور روان‌درمانی وجودی می‌داند، چراکه بسیاری از مشکلات زندگی و نابسامانی‌های روانی، پیامد عدم شناخت کافی و وافی فرد از خود، ابعاد وجودی، استعدادها و قابلیت‌ها، عدم استفاده یا استفاده نادرست و ناقص فرد از توانایی‌های خود در زندگی است و آدمی با شناخت خود واقعی خویش و آگاهی از توانایی‌ها، استعدادها، محدودیت‌ها و ضعف‌های خویشتن و استفاده آگاهانه، درست، بجا و هدفمند از آنها می‌تواند بر اغلب این مسائل و مشکلات غلبه یابد و روش مناسب برای دست‌یابی به هدف و نیل به سعادت را برگزیند. بسیاری از روان‌درمانگرایان وجودی، به ویژه ون دورزن نیز بر اساس چنین نگرشی سلامت و سعادت فرد را در خویش‌بینی می‌دانند.

خویش‌بینی مستلزم توجه به خود، درون‌نگری و خودتأملی است و از نگاه درمان وجودی، فرد باید با رجوع به خویش و کاوش خویشتن محدودیت‌ها و ضعف‌های خود را بازشناسد و از توانایی‌ها و امکانات وجودی خود آگاه شود و

آگاهانه با خود و دغدغه‌های خویش، تعارض‌ها و تناقض‌های بنیادین وجودی خود رویارو شود و با رهنمودهای درمانگر وجودی به مرتبه خودسازی و خویش‌یابی دست یابد. بر این اساس روان‌درمانی وجودی را می‌توان «خودشناسی و خویش‌یابی برای خویش‌یابی» دانست. از همین رو ون دورزن؛ در آثار و تألیفات خود مراجع را به درون‌نگری، خودشناسی و خودتأملی فرا می‌خواند و روان‌درمانگران وجودی نیز بر این پایه، مراجع را برای دست‌یابی به بینش لازم درباره توانایی‌ها و استعدادهای خود و آگاهی از نتایج و پیامدهای استفاده منفی یا عدم استفاده از این توانایی‌ها یاری می‌دهند.

ون دورزن با استناد به این که تکلیف «انسان بودن» نه مسئله روان‌شناسی یا زیست‌شناختی بلکه مسئله‌ای فلسفی است، روان‌درمانی وجودی را شکل عملی و کاربردی فلسفه می‌داند که به افراد کمک می‌کند تا از راه فرایند تردید عقلانی و واری احساسات، تجربیات و شهود خود، تأملات و بینش خویش را روشن‌تر کنند و به حکمت زندگی و گذران زندگی با آگاهی و درکی وسیع‌تر دست یابند و برای داشتن زندگی بهتر از آن بهره ببرند (Van Deurzen and Adams, 2014: 29). لذا چنانکه پیداست، درمان وجودی افزون بر فلسفه ضمنی خاص خود درباره انسان، یک نظام فلسفی- روان‌شناختی وجودگرایانه و مبتنی بر تأمل در وجود ویژه انسان است که در حل و فصل مسائل و گذر از بحران‌ها و مشکلات فرد و جامعه و پیشرفت آنها دستاوردهای بسیاری دارد، این نگرش نهادی متکی بر فرهنگ است و بسته به فرهنگ و شرایط حاکم بر جامعه در جوامع مختلف، متفاوت است. بنابراین دستیابی به دستاوردها و برخورداری از نتایج آن در کشورمان مستلزم آشنایی با مؤلفه‌های این مکتب‌فرا‌درمانی و استخراج مؤلفه‌ها و مبانی چنین نگرشی بر مبنای مقتضیات جامعه و فرهنگ ایرانی- اسلامی است.

با توجه به نگرش وجودی ملاصدرا و جایگاه ویژه انسان و نحوه وجود آدمی نزد وی، اهمیت و قابلیت پرداختن به موضوع روان‌درمانی وجودی در دیدگاه وی به وضوح نمایان می‌شود. ملاصدرا در بسیاری از آثار خود به بحث از وجود انسان پرداخته است، وی مهم‌ترین اثر خود اسفار اربعه را به بررسی سیر وجودی و تعالی معنوی انسان اختصاص داده است و به نحوی سفر چهارم از اسفار چهارگانه آدمی را خودشناسی و شناخت خویش‌دانشته، خودشناسی را مستلزم سفرهای سه‌گانه پیشین یعنی وجودشناسی، جهان‌شناسی و خداشناسی می‌داند. مقاله حاضر با تکیه بر جایگاه خودشناسی در نظر صدرا و تلاش وی برای نمایاندن راه دستیابی به جایگاه شایسته خود در عالم هستی، می‌کوشد تا با توجه به الگوی روان‌درمانی وجودی در دیدگاه ون دورزن، خویش‌یابی و مؤلفه‌های آن را در دیدگاه صدرا استخراج نماید و به عنوان سنگ بنای روان‌درمانی وجودی بر اساس نگرش صدرا معرفی نماید.

خویش‌یابی در دیدگاه ون دورزن ۱. نحوه وجود انسان

دازاین‌کاوی‌های دگر در کتاب هستی و زمان، زمینه پیدایش نوعی درمان وجودی مبتنی بر خویش‌یابی را فراهم می‌آورد. بر پایه نگرش هایدگر، دازاین موجودی در جهان است؛ موجودی که اگزیستانس دارد، یعنی فهمی از وجود خود و نیز وجود موجودات دیگر دارد. وجود او منشأ معانی است. در جهان بودن دازاین صرفاً به معنای بودن در جایی نیست بلکه به این معناست که دازاین طرح اندازی می‌کند و می‌تواند وجود خود را تعیین کند. در واقع دازاین موجودی است که هنوز آنچه خواهد شد، نیست و این ویژگی خاص دازاین است که می‌تواند از هستی خود فراتر رود. دازاین هم می‌تواند نحوه وجود اگزیستانسیل و هم نحوه وجود اگزیستانسیال داشته باشد و این دازاین است که تعیین

کننده نحوه بودن خویش در جهان است. (Heidegger, 2010: 173-174; Luckner, 2015: 67; Corvez, 1999: 9-10, 30-32).

موضوع خود (self) در درمان وجودی جایگاه ویژه‌ای دارد؛ چنانکه تمام فرایندهای روان‌درمانی و مشاوره وجودی را به خود اختصاص می‌دهد. در واقع "خود"، نقطه مرکزی کل شبکه روابط جهان فیزیکی، اجتماعی، شخصی و معنوی فرد است و به عنوان نقطه صفر وجود و نقطه ثقل روایت‌های درونی فرد حائز اهمیت است (Van Deurzen, 2015: 283, 341). درمان وجودی، "خود" را به شکل یک فرایند می‌بیند و با نگرشی انتولوژیک به آن می‌نگرد؛ «خود، فرایند پیوسته تبدیل شدن و تغییر کردن است» (Deurzen, & Baker; 2005: 160). ون دورزن بارزترین ویژگی درمان وجودی را نگاه آن به پدیده خود به شکل یک فرایند به جای یک شیء می‌داند و می‌گوید که همه وجودگرایان توافق نظر دارند که خود یک فرایند پیوسته تبدیل شدن و تغییر کردن و تعاملی است میان انسان و دنیایی که در آن زندگی می‌کند. (Deurzen & Baker; 2005:60). ون دورزن در این خصوص به نظریه «تقدم وجود بر ماهیت» سارتر اذعان می‌کند و معتقد است.

نخست هستیم و بعد خود را می‌سازیم و همواره در فرایند تبدیل شدن به چیز دیگری قرار داریم. یک شخص در نخستین و بهترین حالت؛ پویا، درون‌نگر و در تغییر است... ما زنده هستیم و می‌توانیم خودمان را تغییر دهیم و بیاموزیم... یک شخص در زمان‌های مختلف، متفاوت است زیرا پویا، پاسخ‌گو و تعامل‌گر است (Van Deurzen and Claire Arnold-Baker, 2020: 25-26; Van Deurzen and Adams, 2014: 76).

در نگرش ون دورزن چگونگی وجود انسان‌ها تعیین‌کننده ماهیت‌شان است. آنچه آن را به عنوان ماهیت، طبیعت و ادراک خویشتن می‌شناسیم، در واقع مشمول گذشت زمان می‌شود و پیامد روش‌هایی است که تعینات بنیادی و مرزهای هستی را بر اساس آن تعبیر می‌کنیم. فقط به این دلیل آن را امری مقطوع می‌دانیم که اعتراف به انعطاف‌پذیری و سیالیت ذاتی آن، اضطراب وجودی زیادی را برمی‌انگیزاند. این قابلیت تفکر و تأمل درباره محدودیت هستی ماست که معنای «خود» را ایجاد می‌کند و همین تأمل نقش اصلی را در آنچه ما هستیم، بازی می‌کند (Van Deurzen and Adams, 2014: 27). از این‌رو، یکی از پیش‌فرض‌های اساسی رویکرد وجودی عبارت است از اینکه «انعطاف‌پذیری ذاتی ماهیت انسان است» (Van Deurzen, 2015: 40, 150).

در نگرش درمان وجودی، انسان هویتی سیال و پویا دارد و وجودی در حال تغییر است: درمان وجودی، فرایند توانمندسازی فرد برای دستیابی به آگاهی، درک و کنترل بیشتر روابط جهان و خود در حال تغییرش است؛ درمان‌گری وجودی مراجع را به تمرین خودنگری و خودمشاهده‌گری (self observation) وامی‌دارد تا به نوعی درون‌نگری (inwardness) دست یابد و هویت سیال و پویای خود را بازشناسد (Van Deurzen, 2015: 283, 287, 341). چنانکه اشاره شد، درمان وجودی بر نوع و نحوه بودن انسان تمرکز دارد. در این رویکرد انسان نه موجودی تنها و قائم به‌خود؛ بلکه موجودی است در-بودن-با، موجودی افکنده‌شده-در-جهان که به شیوه‌های گوناگون با خود، دنیا و دیگران در ارتباط است و توجه به فرد مجزای از دیگران یا صرفاً از زاویه‌ای خاص بینشی ناقص و تقلیل یافته است: نمی‌توان و نباید آدمی را بدون در نظر گرفتن بستر گسترده‌تر؛ یعنی جهانی که در آن زندگی می‌کند، یا بدون دیگران در نظر گرفت. فلسفه وجودی، طبیعت هم‌بسته انسان‌ها را نشان می‌دهد که بر اساس آن افراد موجودیت‌های منزوی و ماهیت‌های متکی به خود نیستند؛ بلکه با هزاران شیوه با دنیا و با دیگران مرتبط‌اند و این شبکه ارتباطات گسترده‌تر و پهن‌تر نیز می‌شود اما اگر تنها از یک دیدگاه یا با یک نگرش به افراد نگاه کنیم آنگاه بینشی بسیار تقلیل یافته از آن

شخص را خواهیم داشت (Van Deurzen and Claire Arnold-Baker, 2020: 121-122). لذا بیکر و ون دورزن خاطر نشان می‌کنند: مراجعان فقط هویت شخصی و گذشته خود را به همراه خود به مطب نمی‌آورند، بلکه آنها کل دنیای خود و تمامی روابط درون دنیای خود را همراه می‌آورند. وظیفه ما در مقام درمانگر کمک به مراجعان است تا مرادوات پیچیده خود با دنیا و سایر افراد را درک کنند و دریابند که چگونه آنها نیز به نوبه خود تأثیری بر جهان گذاشته و جهان چه تأثیری بر آنها می‌گذارد (Van Deurzen and Claire Arnold-Baker, 2020: 38-39).

۲. ابعاد وجودی انسان

درمان وجودی با توجه به نحوه وجود انسان و برخورداری او از ابعاد متعدد وجودی سعی در توانمندسازی و یاری مراجع دارد: ون دورزن معتقد است که موجودات انسانی جهان را در ابعاد مختلفی تجربه می‌کنند. وجود آدمی دارای چهار بعد یعنی بعد فیزیکی (جهان‌اشیا)، بعد اجتماعی (جهان میان فردی)، بعد شخصی (جهان درون فردی) و بعد معنوی (جهان ماوراء) است (Van Deurzen, 2015: 159).

الف. بعد فیزیکی وجود انسان

آدمی بر اساس ابعاد وجودی‌اش، با خود و جهان پیرامون خویش ارتباط برقرار می‌کند. یکی از ابعاد وجودی فرد، بعد فیزیکی اوست. لذا؛ انسان همواره در یک حضور فیزیکی در جهان مادی و طبیعی قرار دارد و در قالب بدن، دنیا و خود را تجربه می‌کند. از چهار لایه وجود، جهان طبیعی و وجود بدنی بنیادی‌ترین جنبه انسان است (Van Deurzen and Claire Arnold-Baker, 2020: 129-130: 149; Van Deurzen, 2019: 153).

بعد فیزیکی (جهان‌اشیا) شامل روابط فرد با جهان مادی پیرامون، محیط طبیعی و جنبه‌های محسوس و عینی زیستن در محیط فیزیکی است و مستلزم برقراری ارتباط با محدودیت‌ها و چالش‌های واقعی‌ای است که وی را احاطه کرده‌اند (Van Deurzen, 2015: 157-15+). دنیای ما دنیای مشترک است و تجربیات ما درباره جهان و خودمان از دیدگاه دیگران درک خواهد شد، ما به کمک همین روابط با جهان جسمانی، دیگران و خودمان ارتباط برقرار می‌کنیم (Van Deurzen and Claire Arnold-Baker, 2020: 38-42). کار وجودی در واقع آسان‌سازی کاوش تجربه شخص، ابعاد وجودی و کمک به وی جهت رویارویی و مواجهه مناسب با چالش‌ها و تناقض‌های برخاسته از این ابعاد است.

ب. بعد فردی وجود انسان

«بودن با» از مشخصه‌های وجود آدمی است که مشتمل بر بودن با خود، بودن با دیگران و بودن با جهان است. یکی دیگر از ابعاد وجودی انسان، بعد فردی اوست: بعد شخصی (جهان درون فردی) به روابط فرد با خودش به صورتی بسیار خصوصی اشاره دارد که با خود تأملی ایجاد می‌شود و می‌تواند شامل ارتباط وی با اشیا، حیوانات و مردمانی شود که آنها را به عنوان بخشی از خود تجربه می‌کند (Van Deurzen, 2015: 159).

رابطه فرد با خودش گویای دنیای درونی و بعد روانی اوست و حیات فردی وی را تشکیل می‌دهد و به تعبیر ون دورزن نمایانگر قلمرو شخصی فرد و هویت وی و چگونگی ارتباط فردی و کاملاً خصوصی او با خودش است. خود نامتغیر و پایدار وجود ندارد و در این بعد فرد با تأمل بر بازخوردهایی که از سایر تعامل‌های خود با دنیای بیرون دریافت می‌کند به درک خود و هستی پویا و همیشه در حرکت خویش دست می‌یابد. در بعد شخصی افراد با توجه به

انعطاف‌پذیری هویتشان، تغییرپذیری و دگرگونی پیوسته آن می‌توانند در اندیشیدن به خویش و بازشناسی استعدادها، توانایی‌ها و ویژگی‌های خوب خود خلاقیت نشان دهند و در عین حال خود را با موقعیت‌ها و شرایط و تجربه‌های گوناگون نیز سازگار کنند (Van Deurzen and Claire Arnold-Baker, 2020: 133-134, 136) و به عبارتی به خودسازی و مدیریت خویشتن دست یابند.

ج. بعد اجتماعی وجود انسان

چنانکه پیشتر اشاره شد: یکی از اقسام «بودن با»ی فرد، بودن با دیگران است، این مشخصه به بعد اجتماعی انسان دلالت دارد: بعد اجتماعی (جهان میان فردی) شامل رابطه با انسان‌های دیگر می‌شود و به حضور دیگران و ضرورت کنار آمدن با آنها مربوط است و در برگیرنده واکنش مراجع به فرهنگ، طبقه اجتماعی، نژاد خویشتن و سایرین است: درک روابط اجتماعی با سلامت عاطفی ارتباط دارد و ارتباط ما با آنها اغلب تعیین می‌کند که چه احساسی درباره خود داریم

(Van Deurzen and Claire Arnold-Baker, 2020: 131-132). از این رو بسیار حائز اهمیت است. هدف از کاوش وجودی در بعد اجتماعی کمک به مراجعان برای آگاهی از چگونگی ارتباط با دیگران و درگیر شدن با تعارض‌ها و یافتن راه‌های مذاکره، مصالحه و همکاری و نیز درک پاسخ‌های هیجانی خود به موقعیت‌های اجتماعی آنها در ایجاد روابطی بهبودیافته بر پایه معاشرت بهتر ... است (Van Deurzen and Claire Arnold-Baker, 2020: 132). این بعد نشان‌دهنده الحاق فرد به حیطه عمومی است، جایی که نرم‌های فرهنگی انجمن‌های اجتماعی و مناسبات قدرت موجود در پویایی‌های میان فردی، رفتار و تجربیات فرد را تحت تاثیر قرار می‌دهد.

د. بعد معنوی

انسان افزون بر ابعاد مادی، اجتماعی و فردی از بعد دیگری (معنوی) نیز برخوردار است: ون دورزن در سال ۱۹۸۷ بعد چهارمی را به ابعاد سه گانه هستی آدمی (جسمانی، اجتماعی، روانی) افزود. برخورداری انسان از بعد معنوی وجه تمایز او با دیگر موجودات است.

در نگرش ون دورزن بعد معنوی؛ بعد چهارم وجود انسان، جهان‌ایده‌ها، ارزش‌ها، معناها، باورها و اهداف است و ارتباط فرد با جنبه‌های انتزاعی و متافیزیکی زیستن را فراهم می‌سازد؛ جهان‌بینی کلی و منظر ایدئولوژیکی فرد است که نوع عمل در ابعاد دیگر و نوع معنی دادن به زندگی را تعیین می‌کند (Van Deurzen, 2015: 157-165). اگرچه برخی فیلسوفان وجودی مثل کی‌یرکگار و بوبر به بررسی رابطه انسان و خدا توجه دارند، بعد معنوی محدود به رابطه با خدا نیست و شامل روابط فرد با چیزی فراتر از شخصی در یک بعد ناشناخته متافیزیکی و ماورایی است که ممکن است به صورت خدا، کائنات یا چیزی دیگر تجربه شود (Van Deurzen, 2019: 196 and Van Deurzen and Claire Arnold-Baker, 2020: 137-138).

بعد معنوی جایی است که سایر بعدها گردهم می‌آیند و فرد نگاهی کل‌گرا نسبت به چگونگی قرارگیری ابعاد کنار هم و جورشدن‌شان به‌دست می‌آورد و می‌تواند مقصود و انگیزه برای زندگی پیدا کند زیرا معنا و مقصود از ظرفیت فرد برای دیدن تمامی ارتباطها و قراردادن تمامی تکه‌های جورچین برای ایجاد تصویری منسجم و معنادار حاصل می‌آید (Van Deurzen and Claire Arnold-Baker, 2020: 139-140). با این اوصاف می‌توان بعد معنوی را مهم‌ترین بعد

وجودی انسان دانست که معنای وجود و زندگی فرد، انسجام ایده‌ها، باورها و اهداف زندگی او و به عبارتی سلامت و تعالی وجودی انسان به آن بستگی دارد: انسان با بعد معنوی و در ارتباط با جهان ماورایی با باورها، اهداف، خواسته‌ها، الهام‌ها و ایده‌های مهم زندگی خود مرتبط می‌شود و یک جهان‌بینی خلق می‌کند و بر اساس آن زندگی می‌کند (Van Deurzen, 2015: 122).

۳. جهان‌بینی در دیدگاه ون دورزن

وجود انسان، وجودی رابطه‌ای است، لذا شناخت او مستلزم درک وی از جهان، دیگران و خودش است. بینزوانگر متأثر از ویژگی «در- بودن- با» آدمی در دیدگاه‌های دگر و با توجه به وجود رابطه‌ای انسان و برخورداری وی از ابعاد و ساحت‌های مختلف وجودی، دنیای اشخاص را دنیایی پیچیده و درهم تنیده از روابط انسان با محیط فیزیکی پیرامون و ارتباط وی با خود و دیگران می‌دانست (Binswanger, 1946: 212). و از این رو شناخت انسان را مستلزم درک و ارزیابی وی از خود، دیگران و جهان می‌دانست و رولو می‌با تأمل بر نگرش بینزوانگر دربارهٔ ابعاد وجودی انسان و ارتباطش با این ابعاد؛ سه بعد فیزیکی، اجتماعی و شخصی و پیرو آن، سه سطح جهانی؛ جهان اشیا، جهان میان فردی و جهان درون فردی برای انسان تعریف کرد و (May, 1946: 126) و رویکردی مبتنی بر جهان‌بینی برای شناخت انسان طراحی کرد.

انسان به دلیل برخورداری از ابعاد وجودی مختلف، روابط پیچیده و چندگانه‌ای در جهان دارد و منظور از جهان انسان نه یک سطح خاص، بلکه سطوح جهان وی است. ون دورزن با افزودن بعد معنوی به ابعاد سه‌گانهٔ فوق‌الذکر معتقد است که موجودات انسانی جهان را در ابعاد چهارگانه (فیزیکی، اجتماعی، شخصی و معنوی) و سطوح جهان (فیزیکی، میان فردی، درون فردی و ماوراء) تجربه می‌کنند و معتقد است که هر بعد وجود انسان، خود بستری برای تناقض‌ها و تعارض‌های مختلف است و مفاهیم جهان‌بینی بینزوانگر و می‌را در قالب چارچوبی تدوین کرد تا درمانگران وجودی بتوانند در روش‌های درمانی خود از آن بهره ببرند و با اعمال این چارچوب بر تنش‌های مراجعان، جهان‌بینی آنها را تشریح کنند. این چارچوب منحصر به کاربرد قاعده‌سازی و شفاف‌سازی جهان‌بینی افراد نیست بلکه شیوه‌ای برای کاوش نظام‌مند در دنیای مراجع و آزمودن تناقض‌ها و تعارض‌های وجودی است که مراجع در زندگی خود در هر یک از این چهار بعد با آنها روبرو می‌شود (Van Deurzen, 2020: 123-124). چارچوب مورد نظر همان مدل چهار دنیاست که ون دورزن در کتاب مشاوره و روان‌درمانی وجودی در عمل آن را به صورت زیر مختصر و مفید به تصویر می‌کشد:

جهان	جهان‌اشیاء	جهان میان فردی	جهان درون فردی	جهان ماوراء
جسمانی	طبیعت: زندگی / مرگ	اشیاء: لذت / درد	بدن: سلامت / بیماری	کیهان: هماهنگی / ناهماهنگی
اجتماعی	جامعه: عشق / تنفر	دیگران تسلط / اطاعت	من: پذیرش / طرد	فرهنگ: تعلق / انزوا
شخصی	شخص: هویت / آزادی	من: قدرت / ضعف	خود: انسجام / گسست	وجدان (هوشیاری): اعتماد / گیحی
معنوی	نامتناهی: خیر / شر	ایده‌ها: حقیقت / کذب	جان: معنا / پوچی	هشیاری: درست / غلط

(Van Deurzen, 2015: 167)

با توجه به مطالب و مباحث پیشین می‌توان گفت که روان‌درمانی وجودی با همهٔ جنبه‌های وجودی انسان مرتبط

است و در تمام دوران زندگی و برای تمام افراد کاربرد دارد: روان‌درمانگران وجودی برای حل مشکلات و مسائل مراجع ارتباط وی در سه سطح بودن برای خویشتن، بودن با دیگران و بودن در جهان را ارزیابی می‌کنند و زندگی آگاهانه و خلق وجود و زندگی سالم را مستلزم به کار گرفتن بهترین روش‌های بودن با خود، با دیگران و جهان می‌دانند (Van Deurzen, 2015; 121).

در نظر ون دورزن انسان با هویت سیال و پویا می‌تواند از خود فراتر برود، طرح اندازی و وجود و هویت خویش را تعیین کند: بعد معنوی به واسطه ارتباط با دنیای آرمانی به سوی آینده جهت‌دهی شده است و فرد در این بعد می‌تواند خود را به جلو افکنده و با طرح بنیادین خود ارتباط برقرار کند و شیوه شخصی خود در ساختن زندگی معنادار را به شکل بنیادینی بررسی کند و طی فرایند برقراری ارتباط با آینده و آرزوهای خود، اهدافی را برای خویش برگزیند (Van Deurzen, 2020: 138-141). بدینوسیله جهت زندگی خود را تعیین کند (Van Deurzen, 2015: 45). در فرایند فراروی فرد از خود و برقراری ارتباط با آینده... ذهنیت و قصدمندی او به سوی دنیا نیز دگرگون می‌شود و فرد با شهامت وجودی به مواجهه و رویارویی با چالش‌های هستی و مشکلات خود برمی‌خیزد (Van Deurzen, 2020: 138-141).

هر یک از ابعاد و ساحت‌های وجودی انسان مقتضیات، امکان‌ها و توانایی‌هایی دارد و محدودیت‌ها و فرصت‌هایی را برای وی فراهم می‌آورد. فرد برای استفاده از فرصت‌های پیش‌رو باید «عزم» خود را برای «زیستن در اکنون» جزم نماید: یعنی بر اساس و ارزیابی واقع‌گرایانه آنچه فرد را هم اکنون احاطه کرده‌است به رویارویی پایدار با آنچه در گذشته بوده و در پیش روست، برخیزد (Van Deurzen, 2015: 343). و با «پیشروی» در «مسیر بلوغ» گام بردارد. در نظر ون دورزن پیشروی نوعی پذیرش خوشایند و کنترل فعالانه فرایندهای بلوغ و تحول فرد است...

آرامش در پذیرش چیزهایی که قابل‌تغییر نیستند، جرأت تغییر چیزهایی که می‌توان تغییر داد و خرد برای به‌رسمیت‌شناختن درک تفاوت‌هاست (Van Deurzen, 2015: 341-342). طی این تحول فردی و بلوغ وجودی فرد بصیرت یافته، با چشم تمایزبین داده‌ها و امکان‌های پیرامون را می‌نگرد و... با توجه به چنین نگرشی است که ون دورزن درمان وجودی را به آموزش هنر زیستن تعریف می‌کند: درمان وجودی به مثابه آموزش عملی هنر زیستن، مهارت در هنر زیستن را به مراجع می‌آموزد و با توجه به نوع نگاه خاص مراجع به زندگی، جهان و خودش، او را یاری می‌دهد تا با کشف داده‌های زندگی و شناسایی امکانات پیش‌رو با ملاحظه محدودیت‌های موجود و توسعه جهان‌بینی و چشم‌انداز خویش، به بازآرایی سبک زندگی همخوان با اولویت‌هایش بپردازد و افزون بر بررسی مجدد پیش‌فرض‌ها و پیش‌داوری‌هایی که مانع رشد شخصی او می‌شوند، به شناسایی استعداد‌های خود در زیستن و کشف شیوه‌هایی برای گسترش آن استعدادها و استفاده مثبت از آنها بپردازد و معانی جدیدی برای زندگی بیافریند (Van Deurzen, 2015: 57-63, 40-41).

خویشتن‌یابی در دیدگاه صدرالدین شیرازی

ملاصدرا دستیابی آدمی به سعادت و سلامت را مستلزم سیر و سلوک آفاقی و انفسی می‌داند و معتقد است که سلوک انفسی (که متکی بر خودشناسی و خودآگاهی است) و معرفت نفس شریف‌ترین و متقن‌ترین راه سعادت و سلامت هستند: قرآن و برهان تعلم حکمت الهیه و معرفت نفس انسانی را فوز به بقای ابدی و کنارگذاشتن آن را منبع خسران سرمدی می‌دانند (Mulla Sadra, 2007: v. 6: 9). وی اسفار اربعه (سفر من الخلق الی الحق، سفر من الحق الی الحق،

سفر من الحق الى الخلق بالحق، سفر من الخلق الى الخلق بالحق (Mulla Sadra, 1981, v. 1: 13) خود را که مبین طی مسیر تعالی و تکامل با تکیه بر عقل و ایمان است، به این سیر و سلوک اختصاص می‌دهد؛ انسان با طی مراتب اسفار اربعه به هر آنچه که بشر برای تعالی و شکوفایی نشئه طبیعت، برزخ و قیامت نیاز دارد از سفر انفسی گرفته تا سفر آفاقی دست می‌یابد (Javadi Amuli, 2010: 144-145).

صدرا در دیگر آثارش نیز به تناسب موضوع، به نفس آدمی در مسئله خود (خودشناسی و خودسازی) می‌پردازد و به طور کلی معتقد است که چون وجود آدمی همواره در تحول و تغییر و دارای مراتب و ساحت‌های متعدد و پیچیده است، خودشناسی و خویش‌نمایی مستلزم رجوع به منبعی متقن است: شناخت نفس جز با بهره‌گیری از مشکات نبوت و پیروی از انوار وحی و رسالت و زلال کتاب و سنت که در طریق پیشوایان ما و اصحاب هدایت و عصمت از خاتم پیامبران وارد آمده، امکان ندارد (Mulla Sadra, 2004, v. 1: 18-19). به این دلیل صدرا با ترکیب و تلفیق رویکردهای چندگانه فلسفی، عرفانی و قرآنی انسان سالک را مورد توجه قرار داده است که در نوشتار حاضر رویکرد فلسفی (رهیافت فلسفی سالک برای دستیابی به بالاترین مرتبه؛ مرتبه عقل فعال در آفاق و انفس) مورد نظر است.

تبیین خویش‌نمایی در دیدگاه ملاصدرا مستلزم آشنایی با دیدگاه وی درباره انسان و ساحت‌ها و نشئه‌های وجودی اوست. وی با توجه به تفاوت نحوه وجودی انسان با دیگر موجودات (یعنی موجودات طبیعی، نفسی و عقلی که از مقام معلوم و معین و درجه ثابتی در وجود برخوردارند) وجود انسان را دارای درجات متفاوت و نشئه‌های مختلفی می‌داند که برخی از آنها رابطه طولی (سابق و لاحق) دارند. صدرا از جهات مختلف، وجود پیچده و چند بعدی انسان را می‌نگرد و با بیانات مختلف به تبیین آن می‌پردازد که به فراخور موضوع نوشتار بررسی می‌شوند.

۱. نحوه وجود و ابعاد وجودی انسان

صدرا در یکی از تبیین‌های خود در اسفار اربعه نشئه‌های وجودی متناسب با سطوح جهانی (جهان‌های سه گانه صدرا (جهان محسوس، جهان مثال و جهان عقول)) را برای انسان مطرح می‌کند: نشئه انسان طبیعی با اعضای محسوس که در وضع از هم جدا هستند و هیچ عضوی در موضع عضو دیگر نیست و نشئه انسان نفسانی دارای اعضای متمایز است که فقط با دیده خیال و حس باطن مشترک ادراک می‌کند. و نشئه انسان عقلی با اعضای روحانی و حواس عقلی که به یک وجود عقلی موجودند (Mulla Sadra, 1981, v. 9: 72, 1987: 206-207). علاوه بر این وی در شواهد الربوبیه بر اساس مبانی فلسفی خود (اصالت وجود، تشکیک در مراتب وجود و حرکت جوهری) با قول به حدوث جسمانی نفس در آغاز پیدایش معتقد است که نفس طی حرکت جوهری پیوسته به مراتب برتر تکامل می‌یابد و به موجودی مجرد تبدیل می‌شود و بقای روحانی دارد و جسمانیة الحدوث و روحانیة البقا است: نفس آدمی مادام که در رحم مادر است رتبه نفس نباتی را به همراه مراتب آن داراست؛ بالفعل نامی و بالقوه حیوان است و با گذر از رتبه طبیعت جمادی و نباتی از بدو تولد تا رسیدن به اوایل رشد در درجه نفوس حیوانی قرار دارد و پیش از رشد و بلوغ جسمانی حیوان بالفعل و انسان بالقوه است و آنگاه با تفکر و اندیشه، ناطق و مدرک کلیات می‌شود. اگر استعداد رسیدن به درجه قدسی و عقل بالفعل را داشته باشد، حدود چهل سالگی آغاز بلوغ عقلی و شدت درجه معنوی وی است. آنگاه که به بلوغ جسمانی دست بیابد، بالفعل انسان و بالقوه ملک یا شیطان و یا غیر آن می‌شود (Mulla Sadra, 2008: 238-239).

پس در نگرش صدرا نیز همانند دیدگاه وندورزن، ابعاد جسمانی و روحانی آدمی و همچنین ظرفیت تعالی وی مورد توجه است. از دید وی نیز انسان را دارای اکوان و مراتبی است. صدرا چهار مرتبه طبیعی، نفسانی، عقلی و الهی را

برای انسان بر می‌شمارد؛ و گروه چهارم را قادر به درک و مشاهده حقایق معنوی می‌داند (Mulla Sadra, 1975: 338-339). چنانکه از مطالب فوق بر می‌آید؛ ملاصدرا بلوغ وجودی انسان و معنویت را مساوق با هم و مستلزم تعامل عقل نظری و عقل عملی می‌داند.

ملاصدرا در هدایه اثیریّه آورده است؛ هر یک از مراتب و اکوان وجود انسان، حسب وهم و فرض مراتبی دارد و تا تمام مراتبی خاص یک نشئه را فرا نگیرد، به دیگر نشئه‌ها گام نمی‌گذارد. لذا از آغاز کودکی تا بلوغ صوری طبیعی وی، انسان بشری؛ انسان طبیعی (انسان اول) است و با تکامل تدریجی در این مرتبه، صفا و لطافت پیدا می‌کند تا به کون اخروی نفسانی و مرتبه انسان نفسانی (انسان دوم) دست یابد و آنگاه که از وجود نفسانی به وجود عقلی ارتقا یابد، عقل بالفعل و دارای اعضای عقلی (انسان سوم) خواهد بود. این ترتیب، به اعتبار عالم طبیعی است؛ اما اگر ترتیب از عالم عقل اعتبار شود انسان اول انسان عقلی است و پس از او انسان نفسانی و سوم انسان طبیعی است (Husseini, 1996: 517). چنانکه از این مطلب پیوسته، در فلسفه صدرا سیر نفس انسان در این عوالم را می‌توان در دو قوس صعود و نزول در نظر گرفت: سیر نزولی نفس از عالم معقول و محسوس سیری تکمیلی و غیر ارادی است و سیر صعودی نفس از عالم محسوس به عالم معقول که از جسم آغاز می‌شود و با حرکت جوهری می‌تواند تا دستیابی به حقیقت معقول ادامه یابد، سیری اختیاری است و همه نمی‌توانند این مسیر را به‌طور کامل طی کنند (Mulla Sadra, 1999, v. 8: 368-369).

نظریه جسمانیّه الحدوث و روحانیّه البقا بودن نفس ملاصدرا، بیانگر سیر نفس آدمی در قوس صعود است. افزون بر این ملاصدرا در شواهد الربوبیه از دو قوه دیگر نفس انسان (عقل نظری و عملی) سخن می‌گوید: قوه نظری، ادراک کلیات و اعمال فکری را بر عهده دارد و دارای چهار مرحله (عقل هیولانی، عقل بالملکه، عقل بالفعل و عقل مستفاد) است و نفس با سیر صعودی و تعالی در مراتب قوای نظری شایستگی ارتباط با عالم غیرمادی و عقل فعال و عالم عقول را پیدا می‌کند. و اما قوه عملی با درک خیر و شر امور و استنباط صنعت، حرفه و اعمال مختص به انسان سر و کار دارد، مدیر و مدبر بدن است و بدن را برای تداوم حیات و ادامه نسل برپانگه می‌دارد تا نفس را به هدف طبیعی‌ش برساند. قوه عملی چهار مرتبه دارد؛ اول پاک کردن ظاهر با به کارگیری قوانین الهی و شریعت نبوی، پاکسازی و تطهیر درون از خلق و خوی‌های پست و تاریک، نورانی کردن درون و قلب با صفات پسندیده و فنای نفس از ذات خود و فقط دیدن خداوند ازلی و ساحت کبریایی او (Mulla Sadra, 2008: 209-217; 1999, v. 8: 130).

چنانکه از مطالب فوق پیوسته، صدرا هویت انسان را عقل و میزان استفاده وی از عقل می‌داند و به تبع زندگی و حیات حقیقی آدمی را نیز حیات معقول می‌داند: انسان به اندازه‌ای انسان است که به عقل خود اجازه بروز و ظهور داده باشد (Mulla Sadra, 1998, v. 1: 141).

ملاصدرا در بسیاری از آثارش جایگاه نفس انسانی را رسیدن به درجه‌های از وجود می‌داند که همه موجودات اجزای آن باشند و از کمالات همه موجودات برخوردار باشد و وجودش غایت و نهایت همه مخلوقات باشد (Mulla Sadra, 2008: 255, 1982: 409). به تعبیر وی نفس انسان «مجمع موجودات» است. خود آدمی خلاصه و مطابق با عالم کبیر خواهد بود (Mulla Sadra, 2007, v. 6: 377). لذا در نظر ملاصدرا آدمی با شناخت نفس نه تنها به شناخت خود و دیگر انسان‌ها بلکه به نوعی جهان‌شناسی دست می‌یابد. بر اساس چنین نگرشی با شناخت نفس به جهان بینی جامعی دست می‌یابد، نه تنها جهان و دیگران را در مقابل خود نمی‌بیند به سازگاری با آنها دست می‌یابد و در عین حال به آنها نیز وابسته نمی‌شود و... زمینه رشد و تعالی هر چه بیشتر او فراهم می‌آید.

صدرا در اسرار الایات هشت فایده از فواید خودشناسی و شناخت نفس را برمی‌شمرد که عبارت‌اند از:

۱. شناخت غیر؛
 ۲. شناخت نمونه‌ای از همه موجودات؛
 ۳. شناخت عالم روحانی و مجردات؛
 ۴. شناخت جهان؛
 ۵. شناخت خدا؛
 ۶. شناخت بزرگ‌ترین و مهم‌ترین دشمن انسان که در درون او در کمین است تا به شکل عقل برای او ظاهر شود تا باطل را در قالب حقیقت به او بشناساند؛
 ۷. خلیفه‌اللهی و جانشینی خدا؛ هر که خود را بشناسد، از پس مدیریت خود و جنود خویش بر می‌آید، پس می‌تواند به خوبی عالم را رهبری نماید و شایستگی جانشینی خدای متعال را در زمین یابد؛
 ۸. کسی که نفس خود را بشناسد، در هیچ کس عیبی نمی‌یابد مگر اینکه آن را (به صورت ظاهر آشکار یا به صورت پنهان و در باطن) در خود یابد، لذا اسیر تفاخر، خودبرتر بینی، عیب‌جویی و طعنه‌زنی نمی‌شود (Mulla Sadra, 1981: 131-133) و به مدیریت خود که مؤلفه‌ای مهم از درمان وجودی است، دست یابد.
- پیامدهای شناخت خویش و خویش‌یابی در نگرش صدرا در واقع گواه ارتباط و پیوستگی نزدیک انسان با دیگران، جهان و خدا در دیدگاه صدرا است

۲. ساحت‌های معرفتی و حیاتی انسان

با توجه به جایگاه عقل نظری و مراتب آن در فلسفه صدرا و مبانی فلسفی وی (تشکیک وجود، حرکت جوهری و اتحاد عاقل و معقول) انسان با ورود به ساحت مختلف معرفت (حسی، خیالی و عقلی) و طی مراتب معرفتی با اشتداد وجودی در ساحت‌های متعدد حیات بشری (حیات مادی، حیات مثالی و حیات عقلانی) می‌تواند سیر تکاملی خود را انجام دهد. لذا در فلسفه ملاصدرا تکامل انسان متناسب و متناظر با نوعی تکامل معرفتی است و نفس با پیمودن مراتب مختلف آگاهی و ادراک به تکامل می‌رسد؛ سفر نفس از درک بی‌واسطه خود و نوعی خودآگاهی حداقلی آغاز می‌شود و با طی مراتب علم و ادراک در عالم حسی، خیالی و عقلی سیر تکامل را طی می‌کند و از عالمی به عالم دیگر منتقل می‌شود (Mulla Sadra, 1999, v. 3: 435). با توجه به این که در نظام معرفتی ملاصدرا خدا غایت امور و منبع زندگی عقلی برای ذوات عقلی نوری است و حقیقت انسان در مقام تکوین و ثبوت همانند دیگر موجودات هویتی به سوی او دارد (Mulla Sadra, 1981, v. 1: 117; Salvati and Shayanfar, 2015; 72).

سیر و سلوک انسان به سوی پروردگارش منازل و مراتبی از جمله مرحله هیولانی، جمادی، نباتی، حیوانی (شهووی و غضبی، احساس، تخیل، توهم) و مرتبه انسانی دارد، مرتبه انسانی نیز خود درجات و مراحل دارد و می‌تواند تا مرتبه ملکوتی و قرب الهی پیش رود (نجم/ ۹-۸) (Mulla Sadra, 2002b, v. 2: 665). اما از آنجایی که عقل آدمی عقل قابل است و انسان موجودی هدایت پذیر است، هرآینه ممکن است از راه کمال بازماند: تکرر افعال شهووی و غضبی و تکرر اعمال جسمانی قبیح باعث تعلق نفس به امور پست مادی و الفت به حجاب‌های ظلمانی جلوی بصیرت را می‌گیرد و فرد را از ادراک حقایق علمی و دقایق عملی که سعادت اخروی منوط به آن است باز می‌دارد و... نفس در لذات حیوانی فرو می‌رود و به مرتبه دنیا و مرحله سفلی نزول می‌کند (Mulla Sadra, 2002a: 70).

از این رو در دیدگاه ملاصدرا انسان با وجود سیال و هویت پویا و در حال تغییرش می‌تواند به سمت کمال یا حتی به سمت مراتب پست وجودی حرکت کند و نحوه هستی خویش را تعیین کند. ملاصدرا معتقد است که انسان از جهت بدن به حیوانات شباهت دارد و از جهت روح نفسانی مستعد فیضان روح قدسی، به ملائکه، اما آدمی می‌تواند جایگاه خویش را در نظام هستی معین و در مقامات کونی و اطوار ملکی و ملکوتی و معارج نفسانی و روحانی سیر نماید و تخلق به اخلاق الهی و تعلم اسماء ربانی برای او ممکن است «وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا» و بدینوسیله از ملائک متمایز می‌شود؛ زیرا برای ملائکه بیش از یک مقام مقرر نیست: «وَمَا مِنَّا إِلَّا لَهُ مَقَامٌ مَّعْلُومٌ» و هر یک از ایشان بیش از یک اسم تعلیم نگرفته‌اند که «قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ» (Mulla Sadra, 1961, v. 1: 71).

انسان بر اساس حرکت جوهری همواره در تحول و تکامل است و از عالمی به عالم دیگر و از مرتبه‌ای به مرتبه دیگر منتقل می‌شود. اتحاد شخص با هر مرتبه از هستی موجب تحقق آن مرتبه در درون او و در نتیجه انکشاف آن مرتبه از هستی برای وی خواهد شد. این سیر استکمالی انسان تا به درجه‌ای استمرار می‌یابد که تمام مراتب هستی و جمیع موجودات عینی جز ذات انسان خواهند شد و هرگونه ثنویت و دوگانگی بین انسان و عالم از بین خواهد رفت و به گونه‌ای که انسان تبدیل به عالم عقلی مشابه عالم عینی می‌شود (Changi Ashtiyani, 2019: 144-145).

چنانکه از دیدگاه ملاصدرا برمی‌آید، او ارتباط‌های چهارگانه؛ ارتباط انسان با خویشتن، ارتباط انسان با خدا و ارتباط انسان با جهان هستی و ارتباط انسان با هم‌نوع خود برای آدمی قائل است و این ارتباط‌ها در رسیدن انسان به کمال وجودی او مؤثر است. مرتبه وجودی هر انسانی به اندازه ادراک او از هستی است و فعلیت وجودی هر کسی را علم او مشخص می‌کند. از این رو جهان هر انسانی در ذات اوست و آدمی چیزی خارج از ذات خود و عالم خود مشاهده نمی‌کند. از نظر ملاصدرا هستی و مراتب آن چیزی جز حق تعالی و جلوه‌های مختلف او نیست و انسان در میان جلوه‌های گوناگون خداوند، مقامی بی‌نظیر دارد. از دیدگاه وی، آدمی گرچه در آغاز خلقت، جسم است و مانند سایر اجسام از ماده و صورت ترکیب یافته است، اما با حرکت جوهری می‌تواند از پست‌ترین درجات به عالی‌ترین مراتب ارتقا یابد؛ در عین حال هویت شخصی او به واسطه نفس ناطقه‌اش باقی است (Shajari and Muhammadalizadeh, 2012: 6).

نتیجه

هر دو متفکر هم صدرالمتألهین شیرازی و هم ون دورزن، که نحوه وجود و ابعاد وجودی انسان را مورد توجه قرار داده‌اند، انسان را وجودی سیال و پویا می‌دانند که می‌تواند در وجود خویش تغییر ایجاد نماید. آنها معتقدند که حقیقت و فعلیت‌های انسان به امکان‌های پیش روی خود و انتخاب‌های وی بستگی دارد. «خود» آدمی تغییرپذیر و همواره در سریان و سیورورت است و تغییرپذیری «خود» مبنایی برای توانمندسازی و خودسازی و خویشتن‌یابی آدمی است.

ون دورزن توجه به "خود" به عنوان یک فرایند پیوسته تبدیل شدن و تغییر کردن را بارزترین ویژگی و پیش فرض اساسی درمان وجودی می‌داند. وی و دیگر روان‌درمانگران وجودی با توجه به انعطاف‌پذیری ذاتی ماهیت آدمی، هویت سیال و پویای فرد او را به تمرین خودنگری و خود-مشاهده‌گری فرامی‌خوانند و برای دستیابی به درون‌نگری، شناسایی خود، نحوه و ابعاد وجودی خویش و بازشناسی هویت سیال خویشتن‌یاری می‌دهند و با توانمندسازی وی می‌کوشند تا با خویشتن‌یابی استعدادها و قابلیت‌ها، ضعف‌ها و محدودیت‌های خود را دریابد و با آگاهی از پیامدهای عدم استفاده یا

استفاده نادرست از آنها و در راستای سلامت تمام ابعاد وجودی خود اعم از بعد فیزیکی، فردی، اجتماعی و به ویژه بعد معنوی که سایر ابعاد در آن گرد هم می‌آیند، آگاهانه و فعالانه در مسیر بلوغ گام بردارد؛ مسئولیت خویش را برعهده گیرد و به مدد درمان وجودی چشم انداز و جهان بینی خود را گسترش دهد و سبک زندگی خود را به صورت همخوان با اولویت‌های خویش برنامه‌ریزی کند. ون دورزن اگرچه آشنایی با مسیر و مقصد کلی را برای درمان لازم می‌داند، تأکید دارد که درمان وجودی نه تنها فرد را در چارچوب از پیش تعیین شده، قرار نمی‌دهد بلکه با او به جستجوی حقیقت با ذهن باز و نگرش متهورانه می‌پردازد و مهارت در هنر زیستن را به او می‌آموزد.

ملاصدرا معتقد است که انسان با مراجعه به خود و کاوش در خویشتن، خود در حال تغییر و وجود سیال و پویای خویش را درمی‌یابد. اما این خودآگاهی اولیه؛ به تعبیر صدرا خودشناسی و خودآگاهی حداقلی است. در نظر صدرا خودآگاهی فرایندی تکاملی از خودآگاهی حداقلی تا خدا آگاهی است و مستلزم توجه به نحوه و ابعاد وجود آدمی، جهان بینی، ارزش‌ها و دغدغه‌های انسان است و با کشف محدودیت‌ها و توانایی‌ها و استعدادهای فردی و... باید زمینه رشد و تغییر آگاهانه فرد را فراهم آورد.

در نظر صدرا وجود آدمی بر اساس حرکت جوهری همواره در تحول و تکامل بوده، دارای مراتب و نشئات وجودی مادی، نفسانی و عقلی متناسب با عوالم وجودی طبیعی، مثالی و عقلانی است. انسان طی استکمال وجودی خویش و ورود به عرصه‌های وجودی متعدد و مواجهه با موقعیت‌ها و امکانات مختلف، جنبه‌های متفاوتی از خود بروز می‌دهد و در هر عرصه از زندگی، جنبه‌های جدیدی از خود را در می‌یابد و به نحوه جدیدی از خودآگاهی دست می‌یابد و زندگی خود را متناسب با نوع جدید خودآگاهی تدبیر می‌کند.

خودآگاهی، خویشتن‌یابی و خودسازی در دستگاه فکری مبتنی بر مبانی عقلی و دینی ملاصدرا در جهت تحقق انسان کامل جایگاه ویژه‌ای دارد. در این نگرش «خود» آدمی؛ جوهر ملکوتی نفس و وجود استکمالی انسان، هدایت‌پذیر است و تحت هدایت الهی و عقل سلیم تکامل می‌یابد و طی طریق استکمال و استفاده درست و کامل از استعدادها و قابلیت‌ها، ضعف‌ها و محدودیت‌ها و روش‌های مناسب برای دستیابی وی به سعادت، مستلزم راهنمایی خلیفه الهی است که خود مسیر تعالی را طی کرده و از طریق اتصال با عقل فعال از لوازم و مقتضیات آگاه شده است و مسیر را می‌شناسد و به یاری انسان برگزیده شده است.

هدف اندیشه و نظام فلسفی ملاصدرا خودشکوفایی انسانی و الهی و بالندگی معنوی فرد است که از طریق خودشناسی و خویشتن‌یابی و زیستن تأملی براساس بینش واقع‌گرایانه در مورد انسان تحقق می‌یابد. صدرا با استفاده از آموزه‌ها و مفاهیم دینی، استمداد از قرآن و استفاده از الگوسازی و اسوه‌پردازی دینی افراد را در جهت خودشکوفایی انسانی و بالندگی معنوی به درست و سالم زیستن سوق می‌دهد. افزون بر این ملاصدرا سلامت روان را با اخلاق پیوند زده است، سلامت آدمی را مستلزم نکویی تمام صفات و خلق و خوی فرد و رعایت اعتدال می‌داند و دلیل نابهنجاری‌ها و بیماری‌های روانی را افراط و تفریط و خروج نفس از اعتدال می‌داند...

خودسازی و خویشتن‌یابی در نگرش وجودی ملاصدرا می‌تواند مبنای نوعی روان درمانی هدایتی و اخلاق مدارانه باشد که آدمی را در سایه هدایت الهی و از طریق خودآگاهی و خودشناسی به خودشکوفایی، خودسازی و خویشتن‌یابی سوق می‌دهد و مسیر سلامت و سعادت انسان را فراهم می‌آورد.

یادداشت‌ها

۱. این ابعاد سه گانه توسط بینزوانگر و رولو می مطرح شده‌اند (Van Deurzen and Arnold-Baker, 2020: 123).

سیاسگزاری

این پژوهش به صورت مستقل توسط نویسندگان مقاله انجام شده و از هیچ سازمان یا نهادی کمک مالی دریافت نشده است.

References

- Holy Quran.
- Binswanger, L. (1958). "The Existential School of Thought." In *Existence*, edited by Rollo May, Ernest Angel, and Henri F. Ellenbrger. New York: Basic Books. (Originally published in 1946)
- Changi Ashtiyani, Mehri. (2019). "Anthropology from the Perspectives of Kant and Mulla Sadra". *Analytical Philosophy*, 34: 133-154. (In Persian)
- Corvez, Maurice. (1999). *Heidegger's Philosophy*. Translated by Mahmud Navali. Tehran: Hikmat. (In Persian)
- Heidegger, Martin. 2010. *Being and Time*. Translated by Siyavash Jamadi. Tehran: Quqnu. (In Persian)
- Husseini Ardakani, Ahmad ibn Muhammad. (1996). *Mer'at al-Akvan (Sharh-i al-Hidayat al-Athiriyah of Mulla Sadra)*. Edited by Abdullah Nurani. Tehran: Miras-i Maktub. (In Persian)
- Jabari, Akbar. (2015). *Dasein-analysis or Analysis of Dasein: Introduction to Heidegger's Existential Psychotherapy*. Tehran: Pursish. (In Persian)
- Javadi Amuli, Abdullah. (2010). *Rahiq-i Makhtum*, Vol. 16. Qom: Asra'. (In Persian)
- Luckner, Andreas. (2014). *An Introduction to Being and Time*. Translated by Ahmadali Hiydari. Tehran: 'Ilmi. (In Persian)
- May, Rollo, Ernest Angel, & Henri F. Ellenberger. (1958 [1946]). *Existence*. New York: Basic Books.
- Mulla Sadra. (1961). *Risalih-yi Si Asl*. Edited by Sayyid Hossein Nasr. Tehran: University of Tehran. (In Persian)
- Mulla Sadra. (1975). *Al-Mabda' wal-Ma'ad*. Edited by Sayyid Jala'eddin Ashtiyani. Tehran: Iranian Wisdom & Philosophy Institute. (In Arabic)
- Mulla Sadra. (1981a). *Asrar al-Ayat*. Translated by Muhammad Khwajawi. Tehran: Iranian Wisdom & Philosophy Institute. (In Persian)
- Mulla Sadra. (1981b). *Al-Hikmat al-Muta'aliyyah fil-Asfar al-Aqliyyat al-Arba'ah*, Vol. 1, 9. Beirut: Dar Ihya' al-Turath. (In Arabic)
- Mulla Sadra. (1982). *Iqaz-i al-Na'imin*. Edited by b Mohsen Mu'ayyidi. Tehran: Iranian Wisdom & Philosophy Institute. (In Arabic)
- Mulla Sadra. (1987). *Sharh-i 'Usul-i al-Kafi li-Sadr alMuta'allihin*. Edited by Muhammad Khwajawi, annotated by Ali 'Abidi Shahrudi. Tehran: Institute for Cultural Studies and Research. (In Arabic)
- Mulla Sadra. (1998). *Tafsir al-Qu'ran al-Karim*, Vol. 1. Beirut: Dar al-Ta'aruf al-Matbu'at. (In Arabic)
- Mulla Sadra. (1999). *Al-Hikmat al-Muta'aliyyah fil-Asfar al-Aqliyyat al-Arba'ah*, Vol. 8. Beirut: Dar Ihya' al-Turath al-Arabi. (In Arabic)
- Mulla Sadra. (2002a). *Kasr al-Asnam al-Jahiliyya*. Edited by Mohsen Jahangiri. Tehran: Sadra Islamic Philosophy Research Institute. (In Arabic)
- Mulla Sadra. (2002b). *Mabda' wa Ma'ad*. Translated by Al-Husseini al-Ardakani, edited by Abdullah Nurani. Tehran: Markaz-i Nashr-i Daneshgahi. (In Persian)
- Mulla Sadra. (2007). *Al-Hikmat al-Muta'aliyyah fil-Asfar al-Aqliyyat al-Arba'ah*, Vol. 6. Qom: Tali'at al-Noor. (In Arabic)
- Mulla Sadra. (2008). *Shawahid al-Rububiyah*. Translated by Ali Baba'i, with annotations of Mulla Hadi Sabzewari. Tehran: Mawla. (In Persian)
- Salvati, Abdullah, & Shahnaz Shayanfar. (2015). "Influence of Mulla Sadra's Anthropology on Diversity of Meaning of Life". *Falsafe va Kalam-e Eslami*, 48 (1): 69-82. (In Persian)

- Shajari, Murtiza, & Ja'far Muhammadalizade. (2012). "The Connection of Human Being's Levels and the Degrees of Existence in Mulla Sadra". *Religious Anthropology*, 9 (27): 5-27. (In Persian)
- Van Deurzen, Emmy, & Claire Arnold-Baker (eds.). (2005). *Existential Perspectives on Human Issues: A Handbook for Therapeutic Practice*. Palgrave Macmillan.
- Van Deurzen, Emmy, & Claire Arnold-Baker. (2020). *Existential Therapy: Distinctive Features*. Translated by Muhammad Hosseini, and Mustafa Qalavand. Tehran: Danjeh. (In Persian)
- Van Deurzen, Emmy, & Martin Adams. (2014). *Skills in Existential Counselling and Psychotherapy*. Translated by Iman Yusufzadeh, and Ilham Zaman. Tehran: Danjeh. (In Persian)
- Van Deurzen, Emmy. (2015). *Existential Counselling & Psychotherapy in Practice*. Translated by Ahmadreza Kiyani & Yasaman Jamshidian. Tehran: Arjamand. (In Persian)
- Van Deurzen, Emmy. (2019). *Existential Counselling & Psychotherapy in Practice*. Translated and compiled by Maryam Safara, Malik Alireza'i, and Na'imih Nik'amal. Tehran: Andishih Ehsan. (In Persian)

