

عشق در روانشناسی

افسرد قاسمی نژاد^(۱)

مقدمه

عشق ابتدایی‌ترین شرط بقا است. بدون بر خورداری از عشق، انسان در همان اوایل کودکی یاد رشد و تکامل متوقف می‌شود یا رشد او بیمارگونه خواهد بود. شاهد این ادعا کودکانی هستند که نیازهای جسمی آنان برآورده می‌شود، اما کسی به احساسات آنان پاسخ نمی‌دهد. این کودکان لمس و نوازش نمی‌شوند، بنابراین رشدشان متوقف می‌شود (عشق، ۱۳۷۳). به این ترتیب عشق در سطح جسمی و روان‌شناختی اهمیت دارد. این مفهوم عمیقاً با مفهوم خودشکوفایی پیوند خورده است. دانته می‌نویسد: عشق در دل بزرگواران به سرعت روشن می‌شود، عشق به دل ناهالان رو نمی‌آورد. یعنی عشق زمانی شکل می‌گیرد که شرایط آن مهیا باشد. شاید بدین خاطر است که در مکتب شاعرانه‌ی ایتالیا در قرن‌های ۱۳ و ۱۴، عشق، بزرگواری روح نام گرفته است (ولادت عشق، ۱۳۷۶). به همین اهمیت موضوع چند تعریف و تفسیر را از عشق ارائه کرده و سپس به خودشکوفایی پرداخته و ارتباط این دو موضوع را در زندگی انسان بررسی می‌نمایم.

عشق

در زبان جاری، تنوع و کثرت معانی زیادی برای مفهوم دوست داشتن وجود دارد. برخی صرفاً عنصر عاطفی و برخی تنها عنصر عقلانی را در آن لحاظ می‌کنند. اما در معنای عشق این مفاهیم بسیار با هم نزدیکند و در هم تنیده شده‌اند. باید برای تنوع کلماتی که دلالت بر عشق دارند اهمیت قائل شد. چون در واقع هويت واحد اشکال مختلف عشق را به طور قطع و یقین در بین همه‌ی انسان‌ها عنوان می‌کنند (عشق، ۱۳۷۳).

شاید بتوان گفت علی‌رغم این که روان تحلیلی فروید قدرت بی‌نظیر عشق را ندیده گرفته است، اما ممکن است موضع فروید در انتقال مکرر لی‌بیدو^(۵) از موضوع جنسی به موضوع غیر جنسی حکایت و تفسیر دیگری نیز داشته باشد. اساساً انتقال لی‌بیدو در

روانشناسی تا مدت‌ها بر روی جنبه‌های تاریک و شرارت‌آمیز و غیرمنطقی شخصیت آدمی تکیه داشت. عرصه‌ی پژوهش و تحقیقات و حتی هسته‌ی نظریه‌پردازی‌ها بر مبنای بیماری بود. اما وقتی که روانشناسی به جوهر والای آدمی از نو بها داد، متوجه شد که باید به جای انسان بیمار و بیماری، انسان سالم و سلامتی را مورد بررسی و پژوهش قرار دهد. این است که امروزه، روانشناسی به توان بالقوه‌ی آدمی در رشد و تکامل خویش، ارزشی دو چندان می‌دهد. این گرایش نسبتاً جدید به انسان و مسائل انسانی با عنوان روانشناسی وجودی^(۱) شناخته شده است. به عبارتی شاید بتوان گفت روان‌شناسی وجودی همان روانشناسی سلامتی^(۲) است و سلامتی به معنای سازگاری با ماهیت درونی^(۳) می‌باشد. روانشناسی وجودی عمیقاً باور دارد که هر انسانی در خودش توان بالقوه‌ای برای رشد دارد و انسان سالم، انسانی است که انرژی خود را به سوی زندگی، جهان، کمال و شکوفا کردن جوهرهای درونی حیات اختصاص می‌دهد (ویلیام برادن^(۴)).

در این حیطة مفهوم خودشکوفایی اهمیتی اساسی دارد و در واقع هسته‌ی شخصیت به شمار می‌آید و بالاترین سطح از کمال است که انسان برای رسیدن به آن تلاش می‌کند. خودشکوفایی یعنی گرایش به شدن هر آن چه که فرد قابلیت شدن آن را دارد. رساندن فرد به آخرین محدوده‌ی استعدادها و بالاترین انگیزه‌ی انسان است (انگیزش و شخصیت، ۱۳۷۵). مفهوم دیگر که بسیار مهم است اما، ادبیات روان‌شناسی به اندازه‌ی کافی به آن نپرداخته است، مفهوم عشق است. به گفته مازلو عشق برای رشد سالم ضروری است یعنی عشق باعث می‌شود تا هر یک از انسان‌ها به صورت انسان رشد کنند. عشق یکی از نیروهای به هم پیوستگی است که عامل کمال‌یابی انسان می‌باشد و موجب انسجام درونی می‌شود. جسم و روان، خودآگاهی و ناخودآگاهی از طریق عشق هماهنگ می‌شوند. عشق نیرویی است که آدمی را با جهان پیرامون خود سازش می‌دهد، تضادهای اجتماعی را از میان برمی‌دارد و فرد را با خواسته‌های نوع از یک سو و با هر چه از او برتر است و با الوهیتی که در او ساکن است یگانه می‌سازد و به مرگ معنا می‌بخشد (عشق، ۱۳۷۳).

۱. کارشناس ارشد مشاوره و مشاور دبیرستان‌های استان‌های اصفهان

-Being psychology

2- Psychology of health

3- Inner naatyre

4- William Braden

5-Libido

طول حیات بهتر از هر مفهوم دیگری مبین این معناست که چیزی وجود دارد که در دوست داشتن یک شیء، عدالت دوستی، علاقه به ورزش یا کتابی خاص، و در دوست داشتن مرد یا زنی دیگر، مشترک و عمیقاً و ذاتاً عین هم است (عشق، ۱۳۷۳).

برخی عشق را یک جنبش انقلابی می‌دانند که فرد را در روندی فوق‌العاده سوق می‌دهد. در این بافت جدید، فرد می‌پندارد که اصالت و شفافیت خود را باز یافته است (ولادت عشق، ۱۳۷۶). بعضی افراد دیگر، عشق را پل میان فردی می‌دانند. این پل، سنگ پایه‌ی تعامل انسانی است. وقتی عشق رخ می‌دهد، انسان با هسته‌ی درونی و مرکز هسته‌ی وجودی خود هماهنگ و همسان می‌گردد. در واقع خود واقعی یکی به خود واقعی دیگری ارتباط می‌یابد (درس عشق، ۱۳۷۵). از سویی عشق اراده‌ی گسترش نفس به منظور رشد معنوی خود فرد و دیگری است. عشق تنها یک احساس جسمانی نیست بلکه یک کنش روانی و یک فعالیت محسوب می‌شود (جاده کم گذر، ۱۳۷۰).

عشق در ادبیات

برخی از علما معتقدند که در بدو خلقت انسان، علم پرستش خدا، علوم و فنون و عشق به زیبایی در نهاد آدمی به ودیعه گذاشته شده و وظیفه‌ی مربی آن است که انسان را با فطرت خود آشنا سازد. به طوری که سقراط تلاش می‌کرد با بحث و جدل فرد را با اندوخته‌های درونی خویش آشتی دهد. از این اندوخته‌های درونی عشق به خدا، عشق به زندگی، عشق به طبیعت، عشق به خود و عشق به زیبایی‌ها را می‌توان نام برد.

در آثار گذشتگان نیز عشق را به‌وفور در داستان‌های نمادین عاشقانه‌ای هم‌چون: لیلی و مجنون، یوسف و زلیخا، خسرو و شیرین، شیرین و فرهاد، وامق و عذرا، بیژن و منیژه، ویس و رامین و ... می‌توان یافت. یا آن‌را در اشعار شعرا شناخت:

از شب‌بم عشق خاک آدم گل شد

بس فتنه و شور در جهان حاصل شد

ابوسعید

زهی عشق، زهی عشق که ماریست

چه نغز است، چه خوب است! خدایا

مولوی

گویند سعدی روی سرخ تو که زرد کرد؟

گفتم: اکسیر عشق در مسم افتاد وزر شد

سعدی

مرا تا عشق تعلیم سخن کرد حدیثم نکته‌ی هر محفلی بود

حافظ

می‌نویسم نامش و ز قفا می‌نگارم نامه عشق و وفا

جامی

و در نهایت بشنویم از شاعر دوران معاصر:

عشق یعنی تازگی بالندگی

عشق یعنی شور و شوق زندگی

عشق یعنی خانه‌ای کاشانه‌ای

عشق یعنی سایه‌بانی از پر پروانه‌ای

عشق یعنی خویشن را پیراستن

ذره ذره از خطاها کاستن

عشق یعنی با تو بودن، کیمیاست

عشق یعنی هر چه خوبی و صفاست

عشق یعنی قصه خوب خدا

عشق یعنی دشتی از پروانه‌ها

احمد پدram

در هر صورت عشق با انسان و فطرت او آمیخته است. هر گونه

تلاش در جداسازی این عطیه‌ی الهی بدون شک به شکست و

بی‌سرانجامی منجر می‌شود.

عشق در مدل مثلثی استرنبرگ^(۱)

و مدل هرمی جانسون^(۲)

جانسون (۱۹۹۶) با استفاده از تحقیق در افسانه‌های یونان

به ترتیب به کلماتی برخورد که بر عشق دلالت داشتند. *Eros*

نشانه‌ی عشق شهوانی و غرائز انسانی است. *Ludes* برابر با تفریح

و سرگرمی است. *Sore* به معنای رفاقت و آشنایی است. *Pragma*

به معنی عشق قطعی، بدیهی و عملی است که بر اساس فلسفه‌ی

واقعیت‌نگری قرار دارد. افراد با هم خوب کار می‌کنند، خوب تولید

می‌کنند. پس نتیجه می‌گیرند که به‌همدیگر عشق می‌ورزند.

Manik به معنی غوطه‌ور شدن در احساسات تند و آتشین است.

این عشق، شوریده و نابخردانه است. *Agape* که به معنای عشق

متعالی است و مبتنی بر فلسفه اعتلای عشق است. این عشق

نوع‌دوستانه است و فرد آزادانه آن را به‌دیگری ابراز می‌دارد.

علاقه‌مندی، نگرانی و مراقبت علت این عشق است. جانسون برای

این که عشق را دقیق‌تر تعریف و تبیین کند، مدل استرنبرگ را شرح

می‌دهد. استرنبرگ برای عشق یک مدل مثلثی در نظر گرفت که

شامل سه ضلع تعلق^(۳)، احساسات شدید^(۴)، و الزام و

1- sternberg

2- Roland H.Gohnson

3- Intimacy

4- Possion

سرسپردگی^(۱) به رابطه می‌باشد و تعلق به احساسات عاطفی، تعلق و اتصال به دیگری اشاره دارد. اما احساسات شدید یا شهوت به عشق شهوانی و فیزیکی معطوف است. الزامی به تداوم رابطه مبین میل به ماندگاری رابطه است. بر مبنای این سه جزء، استرنبرگ عشق را به انواع مختلفی تقسیم می‌کند که در آن‌ها جایگاه و ارتباط این سه جزء با همدیگر اساس نوع عشق است.

دوست داشتن^(۲): در این نوع عشق تعلق مهم‌ترین عنصر است اما احساسات تند و فیزیکی و الزام و سرسپردگی به رابطه وجود ندارد. شیدایی^(۳): مهمترین عنصر در این نوع عشق، احساسات شهوانی است و دو عنصر دیگر وجود ندارد.

عشق رمانتیک^(۴): تعلق و احساسات شهوانی وجود دارند، اما عنصر سوم موجود نیست.

مؤانست و رفاقت^(۵): تعلق و ماندگاری رابطه بسیار مشهود است، اما از احساسات تند و شهوانی خبری نیست.

عشق احمقانه^(۶): احساسات شهوانی همراه با الزام حضور دارند، اما تعلق وجود ندارد.

استرنبرگ هیچ یک از این عشق‌ها را مناسب نمی‌داند. بلکه معتقد است سه جزء عشق باید در ترکیب و هماهنگی با هم باشند تا فرد به عشق نهایی^(۷) برسد. این عشق، یک عشق ایده‌آل و مطلوب است. جانسون مدل استرنبرگ را قبول دارد اما آن را کامل نمی‌داند. به نظر جانسون عنصر چهارم، عنصر معنوی و روحانی^(۸) اگر نباشد، مدل عشق کامل نیست. معنویت به معنای جستجو و یافتن معنای زنده‌ی زندگی است. قسمتی از ما که از خود زندگی بزرگتر است. اگر این عامل به سه عامل استرنبرگ اضافه شود مدل هر می جانسون به دست می‌آید. این مدل دارای استحکام بیشتری است.

عشق از دید مازلو^(۹):

مازلو عشق را به دو گروه تقسیم می‌کند. یک نوع عشق، که عشق خودخواهانه، تسخیری و حریص است. در این عشق نیازهای برآورده نشده‌ی فرد دخیل است، یعنی فرد دیگری را به این دلیل دوست دارد که نیازهایش را ارضا می‌کند. مازلو این عشق را عشق کمبود^(۱۰) می‌نامد. عشق کمبود مثل اعتیاد به داروهاست. فرد خود را به دیگری می‌آویزد و به دلیل نابسندگی خود، نمی‌تواند بدون دیگری هیچ کاری انجام دهد. در واقع همان طور که اعتیاد به دارو در طبقه‌ی پایین شایع است. اعتیاد به این عشق نیز در طبقه‌ی متوسط و بالا شیوع دارد (عشق و وابستگی، ۲۰۰۰ - ۱۹۹۵). به نظر می‌رسد عشق رمانتیک استرنبرگ همان عشق کمبود مازلو باشد. عشق کمبود مانند چاهی است که باید پر

شود، یک خلاء که عشق در آن ریخته می‌شود. نوع دیگر عشق، عشق وجودی^(۱۱) است. عشقی بالغ و فروتن که بر اساس عشق به وجود دیگری بنا می‌شود. باز و خودمختار است. متکی به خویش است و آزادانه ارزانی می‌شود (جانسون، ۱۹۹۶) عشق وجودی، بدون شک ارزشمندتر، بالاتر و باشکوه‌تر از عشق کمبود است. برای این نوع از عشق آزادی تمام عیار لازم است و منظور از آزادی این است که فرد بی‌همتایی درونی خود و فرد دیگر را به تمامی پذیرفته باشد (روزمن، ۱۹۹۸)^(۱۲) میل سخاوت و تمایل به بخشش و خشنود کردن دیگری در این عشق دیده می‌شود. فرد در تلاش است تا دیگری را بشناسد و همین امر موجب صمیمیت و مؤانست در دو فرد می‌گردد. عشق مبتنی بر کمبود با حالت تدافعی در طرفین خودش را نشان می‌دهد. در حالی که ویژگی عشق وجودی، خودانگیختگی و حفظ فردیت در رابطه است (انگیزش و شخصیت، ۱۳۶۷). این عشق فقط معطوف به افراد دیگر نیست، بلکه در رابطه‌ی فرد با جهان نیز صدق می‌کند. فرد در این مرحله می‌تواند طبیعت را همان‌گونه که هست ببیند و از آن لذت ببرد. در صورتی که عشق مبتنی بر کمبود، جهان را تنها برای این که هدف خاصی را ارضا کند، مد نظر قرار می‌دهد. عشق وجودی، هشیارانه است و از آن‌جایی که مالکانه و تسخیری نیست باعث رنج و عذاب نمی‌گردد. بدون هیچ هدفی، لذت بخش و شادی‌آور است. معمولاً از عشق وجودی به عنوان تجربه‌ی شگفت‌انگیز و بی‌نیاز یاد می‌شود (روانشناسی خود شکوفایی، اسکات پک)^(۱۳)

خودشکوفایی

خودشکوفایی فرایندی به سوی رشد و تمامیت انسان است. مستلزم نوع خاصی از شناخت است که مازلو آن را شناخت وجودی^(۱۴) نامید کسی که به شناخت وجودی رسیده باشد نیازمند نیست، آرزومند نیست، ادراک او دوگانه نیست. به همین دلیل وجود بدی را انکار می‌کند و یا آن را به عنوان جزئی از پدیده‌ی کلی جهان می‌داند. وجود، خوب و بی‌طرف است. خود شکوفایی،

- | | |
|----------------------|--------------------|
| 1- Commitment | 2- Liking |
| 3- Infatuation | 4- Romantic |
| 5- Companionate Love | |
| 6- Fatuous | 7- Consummate Love |
| 8- Spirtuality | 9- Maslow |
| 10- Deficiency Love | 11- Being Love |
| 12- Vern Rossman | 13- Scott Peck |
| 14- Being Cognition | |

عشق در افراد خودشکופا

از مطالبی که بیان شد می‌توان فهمید که عشق کامل در فرد سالم و کامل رخ می‌دهد. عشق ایثارگرانه، که با شکفتگی کامل جسمانی و روانی سروکار دارد، فقط نزد پیشرفته‌ترین افراد یافت می‌شود. افرادی که مرکز عاطفی خویش را به جهان بیرون از حدود پیکر خویش گسترش می‌دهند و دامنه‌ی من روان‌شناختی آن‌قدر گسترش می‌یابد که دیگر مخلوقات را در برمی‌گیرد. اریک فروم عشق بارور را یکی از ویژگی‌های انسان سالم و بارور می‌داند. عشقی که در آن، آدمی در عشق دیگری گم نمی‌شود بلکه مجال شکفتن می‌یابد. فرد به احساس وابستگی می‌رسد اما هویت و استقلالش را حفظ می‌کند. این عشق از چهار ویژگی مهم توجه، مسؤولیت، احترام و شناخت برخوردار است و پر واضح است که لازمه‌ی عشقی چنین بارور، تفکری بارور است (روانشناسی کمال، ۱۳۶۶). جانسون (۱۹۹۶) عنوان کرد انسان در عشق اجزایی از وجود خودش را کشف می‌کند و باعث می‌شود بزرگ‌ترین ترس‌ها و درونی‌ترین رؤیایا به زبان آیند. این موضوع، غیر دفاعی بودن و خودانگیختگی و باز بودن افراد خودشکوفارا به ذهن می‌آورد.

افرادی که سالم هستند با همه‌ی وابستگی که عشق ایجاد می‌کند باز هم به اندازه‌ی کافی مستقل هستند و با یک تلاش آگاهانه می‌توانند از یک رابطه‌ی ناراحت کننده و محدود کننده، خود را رها کنند (عشق و وابستگی، ۲۰۰۰ - ۱۹۹۵). افراد خودشکופا علاوه بر این که قدرت دوست داشتن دارند، به خوبی قابلیت دوست داشته شدن را نیز دارند. عشق با تمام اجزاء جسمانی و عاطفی‌اش در این افراد با هم ترکیب می‌گردد. هر چند باید توجه داشت که علی‌رغم لذت ذاتی و خودانگیخته‌ای که این افراد از عشق می‌برند، صرف فقدان عشق جنسی زیاد آنان را متأثر نمی‌سازد (انگیزش و شخصیت، ۱۳۶۷). روابط فردی خوب، ترکیبی از پذیرش دیگران به عنوان افرادی بی‌همتا، ارزش قائل شدن برای آنان، ارتباط باز و آزادانه با آنان، ارتباطی همراه با خودآگاهی غنی، گوش دادن به دیگری، تجانس و خلوص مشخص می‌شود. درست‌ترین و نافذترین درک آدمی از دیگری، احتمالاً فقط با عشق وجودی ممکن خواهد شد. برای این که عشق در چنین سطح وسیعی تجربه شود، لازم است فرد توانایی‌ها، مهارت‌ها و اختیاراتش را در جهت پذیرش خود و دیگری رشد دهد و توان این که زندگی را آن‌طور که هست ارزشمند تلقی کند، داشته باشد.

به‌خاطر بیاورید که افراد خودشکופا واجد شناخت وجودی هستند. وقتی فردی به شناخت وجودی رسیده باشد، دیگر در

زندگی را همانند تجربه‌ای نوین، نشاط‌آور می‌سازد. خود شکوفایی مثل خود زندگی مسیری پیچیده دارد. گرایش به سوی یگانگی شخصیت، خلاقیت، دیدن درستی به جای نادرستی، متانت، مهربانی، صداقت، عشق، تواضع و زیبایی، مسیر تحول را روشن می‌سازد (اسکات پک).

وقتی فرد با شناخت وجودی خویش در فرآیند شدن گام برمی‌دارد، خودشکوفایی او با تجربه‌ی غنی و عمیق دیگری همراه می‌گردد که اغلب آن را تجربه‌ی اوج می‌نامند^(۱). در این تجربه، فرد خود را در این جا و اکنون درک می‌کند و بیشترین آزادی را از گذشته و آینده احساس می‌کند (برادن). بنابراین فرآیند مداوم به‌فعلیت رسیدن استعداد فرد، فرآیند اکتشاف خویشتن است. فرد تجربیات زندگی را بر حسب این گرایش هسته‌ای ارزیابی می‌کند. اما مسیر خودشکوفایی آسان نیست، بلکه گاهی مستلزم تحمل رنج است. در هر مرحله از صعود، بین ادراک، شناخت، عواطف و واقعیت چالشی ایجاد می‌شود که همین چالش فرد را به سوی ارزیابی هشیارانه‌ی زندگی، خود و جهان برمی‌انگیزد (روانشناسی خودشکوفایی، اسکات پک). ادوارد مورگان^(۲) (در مبحث ویژگی‌های افراد بالغ و خودشکופا) می‌گوید، افرادی که در فرآیند خودشکوفایی به‌مراحل بالاتری صعود کرده‌اند، باهوش، از نظر هیجانی آگاه، خودگردان و در دنیا با صلح و آشتی هستند.

یکی از نشانه‌های خودشکوفایی در افراد این است که فرد خودشکوفای در تلاش و جستجوی شکوفایی دیگران در امتداد شکوفایی خود می‌باشد. البته خودشکوفایی به معنای برتری در همه‌ی مسائل انسان نیست. در انسان‌های سالم خودشکوفای نیز اضطراب، ناکامی، غمگینی و احساس گناه وجود دارد. اما این افراد احساس گناه لازم و قابل قبول دارند. برخلاف افراد نوریتیک که احساس گناه آنان مبنای منطقی و واقعی ندارد. در کل می‌توان گفت فرآیند پیوسته‌ای که فرد در آن ظرفیت‌های ذاتی‌اش را به‌فعلیت در می‌آورد، نه تنها نشاط‌آور است بلکه برای رشد ضروری است.

هر چند ممکن است در جریان این فرآیند، فرد متحمل دردهای عاطفی شود، اما معنای زندگی، جلو رفتن علی‌رغم این مشکلات است. وقتی راه صعود بسته شود، نتیجه‌ی حاصل از آن صرفاً نتیجه ناراحت کننده نیست، بلکه یک فاجعه است. چرا که در این صورت فرد برای این که با خودش و دنیایش سازگار شود به بیچگانه‌ترین، مضحک‌ترین، غیرمنطقی‌ترین عقاید و نگرش‌ها نسبت به خودش، دیگران و زندگی مجهز می‌شود (برادن).

1- Peak experience

2- Edward P. Morhan

سطح کمبود نیازها، عشق نمی‌ورزد. این جاست که بین عشق و نوع دوستی، بین تجربه‌های شهودی و هم‌دلی در خودشکوفایان، رابطه‌ای شگفت‌انگیز ایجاد می‌گردد (برادن). افراد خودشکوفایان در جریان عشق، هم وابسته و هم مستقل هستند. اگر فرد ناامن باشد، همیشه اجبار به مراقبت شدن دارد. اگر منزوی باشد و یا به اندازه‌ی کافی دوست داشته نشود، حس ضعیفی از عزت نفس در او شکل می‌گیرد. وقتی که سطح عزت نفس پایین باشد، فرد مجبور است در ارتباط با دیگران حالت دفاعی داشته باشد. این فرد هرگز در ارتباط خود به سوی صمیمیت واقعی نخواهد رفت، چرا که شرط صمیمیت این است که بگذاریم دیگران خود واقعی ما را از پشت نقاب‌های مختلف ببینند.

این است که تا فرد در جهت خودشکوفایی به حرکت در نیاید، نمی‌تواند عشقی سالم، کامل، بارور و با شکوه را تجربه نماید. به طور خلاصه می‌توان گفت که افراد خودشکوفایان، دیگران را آزادانه تجربه می‌کنند و لذت می‌برند. از نظر جنسی خودانگیزانه‌اند و لذت جنسی را با عبارت بسیار خوب و بسیار شگفت‌انگیز، یاد می‌کنند. آنان هم دوست دارند و هم دوست داشته می‌شوند. در رابطه با فرد دیگر، مراقبت، تعهد و مسؤولیت احساس می‌کنند. رابطه‌ی عاشقانه‌ی این افراد شاد و سرگرم کننده است. عشق را به عنوان یک هدف و برای خود عشق تجربه می‌کنند. میل به فردیت و تفکیک دارند. این افراد رابطه‌ای دیرپا و عمیق با یک نفر برقرار نموده و معمولاً معشوق خود را مطابق ویژگی‌های خود و به صورت هشیارانه انتخاب می‌کنند.

انسجام زوج، خانواده و اجتماع است، بلکه موجب اشتراک در نفسانیات یا روان‌شناسی جمعی می‌باشد.

عشق، ذوق‌ها، سلیقه‌ها، لذات و آرمان‌های مشترک را می‌آفریند و وجود انسان را به سوی فرایندها متوجه می‌سازد. به گفته دکتر آلدی، عشق به قدرت‌گرایی‌های زیرینش، باعث دلبستگی فرد به محیط اجتماعی، عادات و قومیت می‌گردد و به قدرت‌گرایی‌های برترش افراد را برای کسب وجدان کیهانی آماده می‌سازد. روان از طریق عشق قوام می‌یابد، ابتدا فردیت خود را بنیان می‌نهد و سپس از بند این فردیت که موجب دور افتادگی‌اش از جهان و دیگران می‌گردد، می‌رهاند. بین عناصر شخصیت انسجام ایجاد می‌کند و با رسیدن به مرحله‌ی ایثارگری، فرد را می‌داند که در برابر آنچه از جهان خارج ستانده، به آن بازگرداند. با پیوستن خودآگاهی از خود شخصیت کنونی فراتر می‌رود و مرکز انسجام وجود را جابه‌جا می‌کند و به خارج از مرزهای آن می‌تاباند و دور نهایی هستی را که مرگ است، آماده می‌کند. اما به آن معنا و بردی خاص می‌بخشد (عشق، ۱۳۷۳).

بدین‌گونه است که عشق با این شکوه جز برای افرادی که نیازهای اولیه را برآورده کرده باشند و به هدف نهایی و الهی خویش نزدیک شده باشند، قابل تجربه نخواهد بود. انسان سالم را خواه، انسان بالغ آلپورت، انسان فردیت یافته‌ی یونگ، انسان بارور فروم، انسان از خود فرارونده‌ی فرانکل و خواه انسان خودشکوفای مازلو بدانیم، بر دل چنین انسانی است که به گفته دانت، عشق فرود می‌آید.

منابع

- آبراهام، اچ. مازلو. (۱۳۶۷) انگیزش و شخصیت، ترجمه‌ی احمد رضوانی. آستان قدس رضوی.
- اسکات، پک. (۱۳۷۰) جاده کم گذر، ترجمه‌ی رؤیا منجم
- آلبرونی. (۱۳۷۶) ولادت عشق، ترجمه‌ی نازین شهنایی، تهران:
- جون بورسنیکو. (۱۳۷۵) درس عشق، ترجمه‌ی توراندخت تمدن (مالکی) تهران: البرز
- دوآن، شولنس (۱۳۶۶) روانشناسی کمال، ترجمه‌ی گیتی خوشدل، تهران: نشر نو
- رنه، آلدی. (۱۳۷۳) عشق، ترجمه‌ی جلال ستاری، تهران: توس.
- *Edvard, Morgan. Specific Traits of mature, self-actualizing person, [http:// mental help. net/ psychelp/ chap9/ chap9g.htm](http://mentalhelp.net/psychelp/chap9/chap9g.htm).*
- *Love and dependency. (1995-2000). [http:// mental help. net/ Psychelp/ chap8/ cchap8d. htm](http://mentalhelp.net/Psychelp/chap8/cchap8d.htm).*
- *Roland H, Gohnson. (1996). Love. [http:// Personawebs. myriad. net/ Roland/ Lect2. htm](http://Personawebs.myriad.net/Roland/Lect2.htm).*
- *Scott, Peck. The psychology of self. actualization. [http://www.wakeupmege.co. uk/articles/artpsych. htm](http://www.wakeupmege.co.uk/articles/artpsych.htm).*
- *Vern, Rossman. (1998). World of Love. [http://www. bridges - across. org / wol / Sess7. htm](http://www.bridges-across.org/wol/Sess7.htm).*
- *William, Braden. The Private sea. [http:// www. Psychedelic- Library. org/ braden 11.htm](http://www.Psychedelic-Library.org/braden11.htm).*

نتیجه

عشق چیزی فراتر از رابطه‌ی جنسی است و از دیدگاه روانشناسی وجودی، عشق عمیقاً با مفهوم فطرت و خدا پیوند خورده است. ظرفیت وجود انسانی برای عشق ورزیدن و دریافت عشق، همواره در طلب به فعلیت در آمدن است و وقتی با مانع برخورد کند، علتی برای بیماری می‌گردد. بسیاری از افراد، علاقه‌ی خود را به دانستن در مورد خود و دیگری از دست داده‌اند و در روند کمال خود متوقف شده‌اند. این همه تأکیدی که مازلو به عشق می‌کند، دلیل مهمی است بر این که خود شکوفایی، تنها به «خود» توجه ندارد. بلکه توان بالقوه آدمی، در جهتی که به سوی دیگران جریان می‌یابد، معنا می‌شود. در عشق، بر ضرورت رابطه‌ی خود با دیگری تأکیدی می‌شود. خواه عشق را جزئی از فرایند شکوفایی بدانیم و خواه آن را اساس و سنگ بنای شکوفایی فرض کنیم، آن چه اهمیت دارد این است که عشق نه تنها موجب