



## To Be or not to Be: COVID-19 Pandemic, a Time for Activation of Dasein's most Fundamental Conflicts

**Alireza Farnam** (corresponding author)

1. Professor of Psychiatry, Faculty of Medicine, Tabriz University of Medical Sciences,  
2. Research Center of Psychiatry and Behavioral Sciences Tabriz University of Medical  
Sciences, Iran. Tabriz; [alirezafarnam@yahoo.com](mailto:alirezafarnam@yahoo.com)

**Bahare Deljou**

PhD Candidate in Psychology. Working Group on Development of Knowledge of Psychiatry  
and Psychology, Tabriz University of Medical Sciences, Iran. Tabriz; [deljou.b@gmail.com](mailto:deljou.b@gmail.com)

### Abstract

COVID-19 pandemic crisis has put everyone in the most vulnerable position, facing the onslaught death. The contemporary human beings used to see themselves as very safe and far from death. However, the COVID-19 crisis has greatly increased the likelihood of death, guiding a large number of people to their deepest psychological conflicts: being versus non-being, life versus death. Reactivation of the basic conflicts of the human psyche by events in the external world are among the most effective factors of psychic states and behaviors. Considerable events, particularly those with disastrous consequences, can reactivate the most fundamental conflicts of the human soul, the conflicts about being versus nonbeing, with the resultant emergence of existential anxiety and astonishment! Attracting the attention of the contemporary humans to their being and the profound comprehension of the inevitable nonbeing would guide towards new approaches which are in accordance with Paul Tillich's formulations, regarding types and expressions of existential anxiety. Ought to be in mind that these approaches would not be necessarily positive or negative, thereby the possibility of the emergence of nonproductive and even destructive approaches lies ahead, though the vice versa is also true.

**Keywords:** COVID-19 Pandemic, Dasein's Conflicts, the hierarchical levels of self-awareness, existential anxiety.

COVID-19 pandemic crisis has put everyone in the most vulnerable position facing the onslaught death. Decades have passed since the last deadly pandemics that sacrificed humans widely, and humans have never been as defenseless against a deadly agent as they are now against the COVID-19 that crosses borders and leaves no one safe. The contemporary human beings used to see themselves as very safe and far from death. While one is in a prosperous and safe country following the principles of physical health, the chance of dying earlier than normal life expectancy, would be very low. However, the COVID-19 crisis has greatly increased the likelihood of death guiding a large number of people to their deepest psychological conflicts: being versus non-being, life versus death.

### **COVID-19**

COVID-19 is a recently emerged fatal viral disease. The responsible pathogen belongs to the Coronavirus family, with primary signs and symptoms including pneumonia, fever, malaise and muscular aches. Unfortunately contagiousness is high and fatal qualities has turned the disease into the most dreadful infectious disease in the recent decade. Emergence of COVID-19 has seriously confronted the contemporary human being with the concepts of death versus living and being versus nonbeing, concepts adjacent to the fundamental conflicts of existential philosophy, particularly Martin Heidegger's thoughts.

### **Martin Heidegger and comprehension of existence**

Martin Heidegger is among the greatest philosophers since Plato's era. His philosophy was the most consistent endeavor to release the modern philosophy from the dominancy of the "substance". He noticed that there is a distance and a dichotomy between human and his existence, which is the consequence of the human's ignorance about his existence. The outset of his philosophy appears with the definition of "Dasein" as the contemplative creature.

### **Dasein**

"Dasein", according to Heidegger, is a being for whom being is a question. Dasein is a being who is aware of his existence. His awareness of himself depends to the awareness of existence, and the existence needs human for its appearance. Dasein is a temporal being and his characteristic feature is being-in-the-world. According to Heidegger, Dasein becomes aware of his being, then comprehends that his being after a while will be transformed to nonbeing (i.e. death), Thereby, a distance between this being and nonbeing is defined as "time". So, with understanding of being, Dasein notices nonbeing and time, and the consequence of all these

understandings, could induce a mental rummage known as the “existential anxiety”.

### **Existential anxiety**

“Existential anxiety” is the deepest and most fundamental motive of all human beings. All the approaches mankind reaches while confronting life and its situations, could be the reflection of his self-aware soul confronting existential anxiety! Apparently, the essence of humanity is bounded by “conflicts”, the conflicts occurring from being until nonbeing, from life until death.

### **Intrapsychic conflicts**

Humane behaviors are controlled by an infinite series of conflicts. We, humans, are ceaselessly choosing among choices of our conflicts: to go or to stay, to say or to be silent, to fight or to surrender etc. All the external events and stimuli, affect our states and behaviors, through activating various conflicts. The intrapsychic conflicts have their own hierarchy. Some conflicts are superficial, others have roots as far as our personal history. Some unresolved conflicts could be active and problematic for long periods, even as long as a lifetime. For example unresolved conflicts regarding “oedipal period” could interfere in the relationships of the person with authority figures for a long time. Considering the Dasein’s basic definition, it is evident that the deepest and most fundamental conflicts of mankind is about being versus nonbeing or as Shakespeare states, “to be or not to be!”

### **Hierarchical levels of self-awareness**

Robert Cloninger, who introduced the famous personality model of “temperament and character”, with delicate and prosperous definitions of mental growth, has demarcated the levels of human self-awareness with 5 hierarchical levels of: 1) awareness of being, 2) awareness of free will, 3) awareness of beauty, 4) awareness of truth, and ultimately 5) awareness of goodness. The most basic level is “awareness of being”, which is in accordance with Dasein’s understanding of being versus nonbeing. This basic awareness induces the emergence of the corresponding emotion which is actually “existential anxiety”. It is evident that fatal biologic disasters as the COVID-19 could inevitably activate conflicts as basic and fundamental as the conflict of being and nonbeing, with full appearance of “existential anxiety”. What would be the consequences of “existential anxiety”? In order to answer the above question, we should first know the types of “existential anxiety”.

### Paul Tillich and the types of existential anxiety

Paul Tillich, the German-American existentialist philosopher and theologian, has defined existential anxiety as ultimate concerns regarding life itself, including issues related to meaninglessness, death, fundamental loneliness and lack of certainty. He divided existential anxiety into three distinctive types: 1) Anxiety of fate and death: Fate means the forces which control the individual's life and the individual has no control on them. Dying is the ultimate fate! 2) Anxiety of emptiness and meaninglessness: Because man is a self-conscious being, he needs self-affirmation, and for this aim, he needs to be creative, enough to own authentic goals, values and purposes. Lack of the above-mentioned could take an individual towards feelings about nothingness. 3) Anxiety of guilt and condemnation: Being of mankind, whose nature is to actualize himself, is not only given to him, but also a demand of him. Ignoring the existential duties can result in feelings around guilt and condemnation.

### Conclusion

Reactivation of the basic conflicts of human psyche by events in the external world are among the most effective factors of human psychic states and behaviors. Considerable events, especially with disastrous consequences can reactivate the deepest conflicts of human soul and awareness. The crisis caused by COVID-19 and its fatal consequences has been considerable enough to reactivate such deep conflicts. Self-awareness, in its purest definition, is actually equal to Dasein roots: the level in which the dominant conflict is "being versus nonbeing", and the dominant emotion is the resultant existential anxiety and astonishment! Attracting the attention of the contemporary human to his being and deep understanding of the inevitable nonbeing, would guide human towards new approaches which are in accordance with Paul Tillich's formulations regarding the types and expressions of existential anxiety. New approaches like being more attentive to their life and spending more time to search for meaning and love and creativity. Ought to be in mind that these approaches would not be necessarily positive or negative, thereby the possibility of the emergence of nonproductive and even destructive approaches lies ahead, though the vice versa is also true.

### References

- 0 Cloninger, C. R. (2004) *Feeling good: The science of well-being*. New York: Oxford University Press.

- 0 Farnoosh, G., Alishiri, G., Hosseini Zijoud, S. R., Dorostkar, R., & Jalali Farahani, A. (2020) Understanding the Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) and Coronavirus Disease (COVID- 19) Based on Available Evidence - A Narrative Review. *Journal of Military Medicine*.
- 0 Lai, C. C., Shih, T. P., Ko, W. C., Tang, H. J., & Hsueh, P. R. (2020) Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) and coronavirus disease-2019 (COVID-19): The epidemic and the challenges. *International journal of antimicrobial agents*.
- 0 Macquarrie, J. (1968) *Martin Heidegger*. Atlanta: John Knox Press.
- 0 Naghibzadeh, M. A. (1995) *A look to the philosophy of education*. Tehran: Tahouri Publications.
- 0 Remuzzi, A., & Remuzzi, G. (2020) *COVID-19 and Italy: what next?* Lancet (London, England).
- 0 Watkins, L. H. (1968) *Paul Tillich's analysis of the existential condition of man and its implications for social casework theory and practice*. ETD Collection for AUC Robert W. Woodruff Library.
- 0 Zhu, H., Wei, L., & Niu, P. (2020) The novel coronavirus outbreak in Wuhan, China. *Global health research and policy*.





مجله علمی پژوهش‌های فلسفی دانشگاه تبریز  
سال ۱۴ / شماره ۳۱ / تابستان ۱۳۹۹

## بودن یا نبودن:

### پاندومی کووید-۱۹، زمانی برای فعال شدن بنیادی‌ترین تعارض‌های دازاین

علیرضا فرنام (نویسنده مسئول)

۱. استاد روانپزشکی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، ایران. تبریز.

۲. مرکز تحقیقات روانپزشکی و علوم رفتاری دانشگاه علوم پزشکی تبریز، ایران. تبریز.

alirezafarnam@yahoo.com

بهاره دلجو

دانشجوی دکتری روانشناسی، کارگروه توسعه دانش روانپزشکی و روانشناسی. دانشگاه علوم پزشکی تبریز، ایران. تبریز.

deljoo.b@gmail.com

## چکیده

بحران پاندومی کووید-۱۹ انسان را در بی‌دفاع‌ترین حالت در مقابل هجوم مرگ قرار داد. بشر معاصر، خود را در مقابل مرگ بسیار ایمن می‌دید. اما بحران کرونا احتمال مرگ پیش‌رس را بسیار بالا برد و جمع کثیری از انسان‌ها را متوجه عمیق‌ترین تعارض‌های درون روانیشان کرد: بودن یا نبودن، زندگی یا مرگ! باز فعال شدن تعارض‌های بنیادین در اثر محرک‌ها و وقایع بیرون، از مهمترین عوامل تأثیرگذار بر وضعیت روحی- روانی انسانها و رفتارهایی است که از آنها سر می‌زند. وقایع بزرگ با نتایج مهیب، موجب باز فعال شدن تعارض‌های مربوط به سطوح عمیق‌تر روان بشری می‌گردند، تعارض بین بودن و نبودن! و نتیجه آن رو آمدن دو عاطفه «اضطراب وجودی» و «حیرت» خواهد بود. با جلب شدن توجه بشر به «بودن» خود و درک عمیق این مسئله که «نبودن» نیز در کمین ماست، بشر رویکردهای جدیدی را در زندگی اتخاذ خواهد کرد. رویکردهایی که با تجلیات اضطراب وجودی (طبق نظر تیلیش) منطبق است. اما این رویکردها لزوماً هم مثبت و سازنده نخواهد بود و احتمال واکنش‌های مخرب و غیرسازنده را نیز نباید از نظر دور داشت.

**کلیدواژه‌ها:** پاندومی کووید-۱۹، تعارض‌های درون روانی، دازاین، بودن یا نبودن، سلسله مراتب خودآگاهی، سطوح بودن، انواع اضطراب وجودی.

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۴/۵

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۳/۳۰

## مقدمه

فهم فلسفی از حوادث و رویدادها، می‌تواند به ما در درک معنای زندگی و هدف زیستن کمک کند. به نظر می‌رسد دوران نگاه خوشبینانه افراطی انسان‌ها به توانایی مطلق علم در حال به پایان رسیدن است. از مقطعی از زمان، انسان‌ها مبهوت توانایی دانش و قدرت علم شدند، قدرتی که در پناه آن خود را از هر گزند و آسیب در امان می‌دیدند و از غم‌ها و نگرانی‌های بزرگ غافل شدند. غم‌ها و نگرانی‌هایی که انسان امروز به واسطهٔ فراگیر شدن بیماری کووید-۱۹ (COVID-19) با آن مواجه شده و با بسیاری از حوادث قبلی متفاوت است. ویروس کرونا (Coronavirus)، زیست‌جهان انسان و بنیادهای شناخت او را متحول کرده و به نوع نگاه قبلی انسان و به خصوص نگاه خوشبینانه‌ای که انسان‌ها به دانش داشتند، ضربه‌ای اساسی وارد کرده است.

یکه‌تازی بیماری کووید-۱۹ که بی‌محابا انسانها را به کام مرگ می‌فرستد و عملاً تمام مناسبات اقتصادی، اجتماعی و سیاسی بشر معاصر را بر هم زده است، باعث بروز وسیع پدیدهٔ هراس (Dread) از این بیماری که در واقع هراس از «نبودن» (Dread of nonbeing) است، شده است و با آشفتن کردن روح و روان انسان‌های دیگر با این بیماری باعث بروز حیرت و تردید نسبت به باورهای بنیادین شان شده است.

اگر مقولهٔ زندگی را تنها در ارضای امیال و غرایز خلاصه نکنیم و با آن بمنزلهٔ تجربهٔ زیستی بی‌همتایی برخورد کنیم که در آن فرصت رشد و اعتلاء روحی- روانی (Psychic growth and transcendence) تنها برای یکبار به ما اعطاء شده است، در آنصورت در سخت‌ترین و ناهنجارترین شرایط هم بدنبال راهی برای ابراز توانمندی‌های درونی و درک هر چه وسیع‌تر و عمیق‌تر حقیقت خواهیم بود و در این صورت گیر افتادن در هراس مرگ و نیستی، جای خود را به پویایی اصیل برای انجام وظایف وجودی و رویارو شدن مستقیم با زندگی و چالش‌های آن و اجازهٔ بروز به پنهانی‌ترین استعدادها و ظرفیت‌های خلاقه خواهد داد.

نکته‌ای که در رویارویی روح و روان انسان‌ها با بیماری کووید-۱۹ مهم و اساسی است، مسئلهٔ باز فعال شدن تعارض‌های بنیادی روان (Reactivation of fundamental conflict) انسانها در برخورد با این حقیقت مهیب و تلخ است که ما انسان‌ها موجوداتی متناهی و محکوم به فنا هستیم که «بودن» و زندگی ما را کوچکترین و ساده‌ترین اشکال حیات (یعنی ویروس‌ها) می‌توانند به «نیستی» (Nothingness) بکشانند و این نشان می‌دهد که ما تا چه اندازه آسیب‌پذیر هستیم و جایگاهمان در این جهان تا چه حد متزلزل و ناپایدار است. هدف از نگارش این مقاله شناسایی و شناختن بنیادی‌ترین تعارض فعال شدهٔ دازاین است که در دوران پاندومی کووید-

۱۹ رو آمده است و نیز دستیابی به روشی برای فهم بهتر تغییراتی است که در نگرش‌ها، رویکردها و رفتار انسان‌ها در این دوران روی خواهند داد.

## کووید-۱۹

در دسامبر ۲۰۱۹ میلادی انتشار یک بیماری ویروسی در شهر ووهان چین گزارش شد. عامل این بیماری یک نوع ویروس جدید و تغییر ژنتیک یافته از خانواده کرونا ویروس‌ها با عنوان SARS-COV-2 بود که بدان نام کووید-۱۹ داده شد (Zhu, Wei & Niu, 2020). بیماری کووید-۱۹ اساساً یک بیماری حاد تنفسی است که در ارتباط نزدیک با کرونا ویروس سارس است (Shigemura, Ursano, Morganstein, Kurosawa & Benedek, 2020). علائم اولیه کووید-۱۹ شامل پنومونی، تب، دردهای عضلانی و خستگی می‌باشد اما به دلیل بروز جهش‌های سریع و تغییر ارگان‌های درگیر، بالطبع علائم بارز نیز در حال تغییر است (Farnoosh, Alishiri, Hosseini Zijoud, Dorostkar & Jalali Farahani, 2020). این ویروس با قدرت سرایت بسیار بالایش به سرعت در کل جهان انتشار پیدا کرد و در طی زمانی کوتاه (کمتر از چهار ماه) عملاً تمام کشورهای جهان آلوده شدند (Zangrillo, Beretta, Silvani, Colombo, Scandroglio, Dell'Acqua & et al, 2020; Remuzzi & Remuzzi, 2020). بیماری کووید-۱۹ که عامل آن یک ویروس تاج دار از نوع RAN ویروس‌ها است بیشتر دستگاه تنفسی افراد مبتلا به بیماری را تحت تأثیر قرار داده و به طور فاجعه آمیزی در حال گسترش و بروز اپیدمی‌های (Epidemic) متعدد است (Lai, Shih, Ko, Tang & Hsueh, 2020). به دلیل ناآشنایی سیستم ایمنی انسان‌ها با این ویروس (برخلاف سایر ویروس‌های تاج دار که عامل سرماخوردگی معمولی اند)، در انسان‌ها بسیار خطرناک و کشنده ظاهر شده است. این بیماری ویروسی، بیماری جدید است و اطلاعات کافی در مورد شیوه بیماری‌زایی و یا آسیب پذیری آن موجود نمی‌باشد. در حال حاضر، مهمترین روش مقابله با آن پیشگیری و جلوگیری از انتشار ویروس از طریق کمتر کردن تماس انسان‌ها و فاصله گذاری است (Liu, Na & Bi, 2020). این بیماری فعلاً در وضعیت پاندمی (Pandemic) است و بدلیل تأثیرات مخربی که نه تنها بر سلامت انسان‌ها بلکه بر شرایط اقتصادی، اجتماعی، سیاسی و ارتباطی انسان‌ها گذاشته است شاید در آینده باعث بزرگترین تغییرات عرصه‌های فوق در تاریخ معاصر گردد.



## مارتین هایدگر و فهم هستی

رویکرد هایدگر به هستی، تلاشی برای تبیین و حل تمام گرفتاری‌های تفکر از زمان افلاطون به این سو بوده است و صورت بندی که او ارائه داده است، فهم دقیقی نسبت به هستی و در-جهان-بودن (being-in-the-world) به دست می‌دهد؛ که تا پیش از آن، مورد نظر دقیق متفکران قرار نگرفته بود. «فلسفه او، شاید منسجم‌ترین کوششی است که تاکنون، برای رها ساختن گریبان فلسفه مدرن از چنگ سیطره قدیمی مقوله «جوهر» (Essence) بر تفکر غربی، صورت گرفته است» (Macquarrie, 1968). «ما همیشه و پیوسته، درک واضحی از چیزهایی که ما را در جهان پیرامونی آشنا احاطه کرده اند، نداریم؛ همچنین به تبع آن، نسبت به اینکه آنها این گونه صریح در دسترس باشند، نیز آگاهی و درک نداریم» (Dreyfus, 2000). اما مارتین هایدگر، در فلسفه ورزی خویش، متوجه وجود فاصله و دوگانگی (Dichotomy) میان آدمی و هستی می‌شود. دوگانگی که نتیجه آن «غفلت از وجود» است. او برای توصیف جهان پیرامونی، تمام تلاش خود را می‌کند و در این راه، تنها مسیر ممکن را آغاز فلسفه ورزی از مفهوم «دازاین» (Dasein) می‌داند و نه جهان پیرامون. چرا که مکان مندی، ویژگی دازاین است، نه جهان. اما این، به معنای نفی جهان پیرامونی و گیر افتادن در ورطه تکیه افراطی بر شناخت آدمی نیست. تمام سخن بر سر نقطه‌ای است که آغاز این فلسفه ورزی را ممکن می‌داند. هایدگر، برای تبیین اصول هستی شناسی خود، از واژه‌ای دقیق برای تعریف انسان اندیشه ورز استفاده می‌کند، که ضروری است در اینجا، به آن اشاره شود. او به جای کلمه انسان از دازاین استفاده می‌کند.

### دازاین

هایدگر واژه دازاین را به معنی «در آنجا بودن» برای انسان به کار می‌برد. انسان می‌تواند از «وجود» (Being) آگاه شود و آگاهی وی از خود، وابسته به آگاهی از وجود (Awareness of existence) است. همچنین، «وجود» برای آشکار شدن، نیازمند انسان است. انسان موجودی زمان مند است. از نظر هایدگر، برای پرداختن به وجود باید به موجودی پرداخت که در بند وجود است و آن چیزی جز انسان نیست. انسان موجودی است که چگونگی وجود او وابسته به توجه او به خود وجود است و آگاهی او به خود، در پرتو آگاهی او به وجود و در پیوند با آن است. برای پرداختن به وجود باید به تحلیل وجود انسان یا دازاین پرداخت. دازاین موجودی است زمانمند و زمانمندی همانا معنی وجود اوست. زمان، افقی است که هرگونه وجود از آن افق دیده، فهمیده و تفسیر می‌شود. هرگونه وجود، باید از جنبه زمانی و از افق زمان نگریسته و بررسی شود. هایدگر با

ارائه مفهوم دازاین، وجود و موجود را در آن به هم پیوند داده و شناخت موجودیت وجود را تنها در ذات دازاین ممکن می‌داند. او موجود را هم، در بند وجود می‌داند (Naghibzadeh, 1995). اگر جمله معروف دکارت «می‌اندیشم پس هستم» (Cogito ergo sum) را بنیاد فلسفه مدرن بدانیم، می‌توان گفت که هر فیلسوفی گوشه‌ای از این جمله را به عنوان بنیاد فلسفه خود برگزیده است. کانت، اندیشیدن (Thinking) را انتخاب کرده، کی‌یر که گارد، رویکرد فلسفه زمان خود مبنی بر محدود کردن وجود به اندیشیدن و معادل بودن این دو با همدیگر را زیر سؤال برده و عواطف را مقابل آن علم کرده است. اما هایدگر خود «بودن» (Being) و خود «وجود» را کانون اندیشه فلسفی خود قرار داده است. فلسفه او روی وجود و روی بودن تمرکز کرده است. از دید هایدگر، دازاین «بودن»‌هایی است که «بودن» ش برایش مسئله است (Naghibzadeh, 1995).

از نظر هایدگر، وجودشناسی (Ontology) باید کار خود را با تحلیل هستی انسانی آغاز کند. به نظر هایدگر دازاین تنها موجودی است که واژه اگزیزتانس (Existence) در معنی واقعی بر آن به کار رفتنی است. دازاین، همانا گشودگی خود است. هایدگر بیان می‌کند که کار او در بیان «خود بودن» یا «ناخود بودن» دازاین همانا رویکردی نمودشناسانه (Phenomenology) است و نه پرداختن به داوری‌های ارزشی. نگاه او نه اخلاقی، نقادانه و از دیدگاه فلسفه فرهنگ بلکه از دیدگاه «پدیدارشناسی» (Phenomenology) یعنی روشنگری چگونگی بودن آدمی است. هایدگر، این وضعیت را طبیعی می‌داند و معتقد است که انسان نمی‌تواند برای همیشه از آن بگریزد. او می‌گوید این وضعیت دارای سه جنبه گفتار بی‌مایه، کنجکاوی، و ناروشنی است که به طور کلی اگرچه می‌توانند مایه آسودگی و آسایش شوند ولی به غوطه‌ور شدن در خود، بی‌بنیادی، هیچی و از خود بیگانگی (Alienation) نیز می‌تواند منجر شوند (Naghibzadeh, 1995).

### اضطراب وجودی

طبق تعریف هایدگر، دازاین «بودن» ی است که «بودن» برایش مسئله است. هایدگر مطرح می‌کند، دازاین به محض آگاهی بر «بودن» بر «نبودن» نیز آگاه می‌شود و این آگاهی موجب بروز «اضطراب وجودی» (Existential Anxiety) می‌شود. اضطراب وجودی واکنش عاطفی دازاین به اجتناب ناپذیر بودن نیستی است. این که پس از طی فاصله‌ای (که هایدگر آن را «زمان» (Time) می‌داند) «بودن» دازاین به «نبودن» منجر خواهد شد. انسان در بهترین و راحت‌ترین حالت زندگی نیز دچار اضطرابی از نوع وجودی است، چرا که زمان عمر می‌گذرد و او به «نبودن» محتوم نزدیک و نزدیکتر می‌گردد. زمانمندی دازاین همزاد اضطراب وجودی است (Weems, 2016; Russell, Neill, Berman & Scott, 2016).

در یک مطالعه که توسط نگارنده و همکاران انجام شد، مشخص گردید که کسانی که اضطراب وجودی بالاتری دارند در درک زمان خطی (زمان متعارف Conventional concept of time و نه زمان برگسونی Bergson of time duree) مشکل دارند و عبارت دیگر آنها قادر به تشخیص زمان خطی نیستند. این مسئله نشانگر این است که کسانی که با اضطراب وجودی درگیری مستقیم‌تری دارند با درک زمان خطی مشکل دارند و این تأییدی بر رابطه پیچیده زمان مندی و اضطراب وجودی دازاین می‌باشد (Farnam, Zeynali, Nazari, Vahid) (Vahdat & Zamanlu, 2019).

هر چند شروع اضطراب وجودی در دازاین با درک اجتناب‌ناپذیری «نبودن» (یعنی مرگ) است، اما نبودن لزوماً معادل مرگ نیست و می‌تواند هر «فقدانی» را شامل شود. نبودن معنا، نبودن رضایت، نبودن آرامش درونی همه جلوه‌هایی از نبودن می‌توانند باشند. از این رو امروزه در تبیین اضطراب وجودی به مقولاتی همچون معنا، انتخاب و آزادی در کنار مرگ پرداخته می‌شود. بروز آشکار اضطراب وجودی در دوران‌های گذار اتفاق می‌افتد و انعکاسی از بروز مشکل در انطباق با شرایط جدید و از دست رفتن امنیت و سلامتی است (Weems, Russell, Neill, Berman) (& Scott, 2016).

چنانکه از گفته‌های فوق پیداست دازاین علاوه بر زمانمندی و اضطراب وجودی یک مشخصه دیگر نیز دارد و آن «تعارض» بین بودن و نبودن است. دازاین شراره‌ای گذرا مابین بودن و نبودن است و بنیادی‌ترین مفاهیمی که دازاین با آن مواجه است، دوگانه بودن و نبودن است. دازاین «نبودنی» است که «بود» شده و پس از طی زمانی مجدداً «نبود» خواهد شد. لذا می‌توان گفت بنیادی‌ترین تعارضی که دازاین با آن مواجه است تعارض «بودن یا نبودن» است.

### تعارض‌های درون روانی

تعارض‌های درون روانی، بزرگترین دلمشغولی روحی - روانی بشر و مهمترین فاکتور دخیل در بروز رفتارهای بشری هستند. ما انسان‌ها مرتب در حال تصمیم‌گیری بین دوگانه‌های «بکنم یا نکنم»، «بروم یا نروم»، «بگویم یا نگویم»، «جلو بروم یا عقب بکشم» و غیره هستیم. درگیری با تعارض‌ها و تصمیم‌گیری مربوط به آنها بزرگترین دغدغه‌های بشری را تشکیل می‌دهند.

در واقع هر تصمیمی که ما می‌گیریم در ذات خود یا یک انتخاب از بین دو قطب تعارض (مثلاً بروم یا بمانم یا بگویم یا نگویم) است و یا فراتر رفتن از تعارض و به راه حل سومی (که سنتز خلاق از دو قطب تعارض است) رسیدن است (مثلاً بمانم اما به این شرط! یا چیزی نگویم اما محیط را به اعتراض ترک کنم و غیره). بنابراین ما انسانها دائماً در حال حل تعارض‌ها و ادغام گزینش‌ها هستیم و رفتار ما را همین تعارض‌ها شکل می‌دهند. اما در عین حال که ما در حال

انتخاب و حل تعارض‌های گذرای روزمره هستیم. تعارض‌های بنیادینی در درون روان ما دست اندرکار می‌باشند که ممکن است ریشه در تاریخچه زندگی ما داشته باشند. بعنوان مثال فردی که در گذراندن دوره اودیپ (Oedipal period) مشکل داشته باشد، ممکن است دائماً با تعارض (اطاعت مطلق یا سرکشی) درگیر باشد و هر موقعیتی را با دوگانه فوق تعبیر و تفسیر نماید و عبارت دیگر از آن تعارض رها نشده باشد (Sadock, Sadock & Ruiz, 2017).

از اینگونه تعارض‌های حل نشده (Unresolved problems) در روان بشری مثال‌های متعددی می‌توان زد. بسیاری از این تعارض‌های حل نشده، خاموش (Dormant) باقی می‌مانند تا اینکه محرکی بیرونی تعارض خاموش را فعال (Activate) کند. مثلاً مرد جوانی که بخاطر وجود مشکلاتی با پدرش در دوران ادیپال با مراجع قدرت مشکل دارد، ممکن است در برخورد با یک مرجع اقتدار (Authority figure) دیگر (مثل رئیس اداره‌ای که در آن استخدام شده است) مجدداً با فعال شدن همان تعارض منجر به اطاعت مطلق یا سرکشی او شود. به این ترتیب وقایع جهان پیرامونی می‌توانند با فعال کردن تعارض‌های حل نشده خاموش، روح و روان بشری را به سپهر (Sphere) دیگری بکشاند و او را در حال و هوایی (State) متفاوت با دوران قبل از آن وقایع قرار دهد (Sadock, Sadock & Ruiz, 2017).

ظاهراً تعداد و تنوع تعارض‌های بشری بی‌نهایت است اما بواقع تعارض‌های بشری نیز قابل طبقه بندی هستند. در این راستا، رابرت سی کلونینگر با مطالعه تاریخ تکامل موجودات زنده پنج تراز بودن (Planes of Being) را در زندگی بشر معین کرده است که عبارتند از: تراز تناسلی (Sexual plane)، تراز مادی (Material plane)، تراز عاطفی (Emotional plane)، تراز عقلانی (Intellectual plane) و تراز معنوی (Spiritual plane). هر یک از این ترازها دغدغه‌های بشری را در قالب تعارض‌های هر کدام از مقولات فوق فرمول بندی می‌کنند (Sadock, Sadock & Ruiz, 2017):

- تراز تناسلی: دغدغه‌های مربوط به مسائل جنسی و تولیدمثل (Reproduction and sexuality)

- تراز مادی: دغدغه‌های مربوط به مسائل مادی و پرستیژ و اقتدار و جایگاه اجتماعی

- تراز عاطفی: دغدغه‌های مربوط به وابستگی عاطفی و پیوستگی‌های اجتماعی

- تراز عقلانی: دغدغه‌های مربوط به فرهنگ و ارتباطات و حل مسائل

- تراز معنوی: دغدغه‌های اعتلایی مربوط به آنچه که ورای وجود فردی (Personal

existence) ما قرار دارد.

طبق نظر کلونینگر هنگامی که ما تمام مبارزات خود را با خودمان و دیگران رها می‌کنیم، محتوای تفکر در مورد همه جوانب زندگی ما بالا می‌رود. آشتی دغدغه‌ها در هر یک از زیر ترازهای (Sub plane) فکری در جدول ۱ خلاصه شده است، که توصیفی از آگاهی غیردوسوگرایانه و یا انسجام کامل اندیشه است. به طور دقیق، این توصیف کننده‌ها جنبه‌های معنوی هر یک از زیر ترازها که ناشی از تصعید همه دغدغه‌ها به تراز معنوی است، هستند. فکر متعالی همیشه در تراز معنوی است، اما آنچه در زندگی متعالی بدون زحمت اتفاق می‌افتد، در جدول ۱ به روشنی نشان داده شده است که تأکید می‌کند که تصعید به معنای رد جنسیت، غذا، محبت یا پرسش فکری نیست (Cloninger, 2004).

جدول ۱: ماتریس خودآگاهی در روابط (آگاهی غیردوگانه)

زیر تراز تفکر	تراز ۲	تراز ۳	تراز ۴	تراز ۵	تراز ۷	آگاهی غیردوسوگرایانه
	جنسی	مادی	هیجانی	عقلی	معنوی	
آگاهی غیردوسوگرایانه	بودن	آزادی	زیبایی	حقیقت	خیر	وحدت
جنبه معنوی (۷)	امید	کمک‌رسان	عشق	ایمان	انسجام (انجام خوبی)	خیر
جنبه عقلانی (۵)	خوداحترامی	عدم خشونت	دوستی	پشتکار	صبوری (پیروی از حقیقت)	حقیقت
جنبه هیجانی (۴)	خوشتن‌پذیری	شکیبایی	انصاف	احتیاط	مصالحه (حل اختلاف)	زیبایی
جنبه مادی (۴)	تحمل	انعطاف‌پذیری	دوسویه‌گرایی	عدالت	احترام (شکوه بخشی)	آزادی
جنبه جنسی (۲)	حقیقت	خودکنترلی	حسن نیت	میان‌روی	ترس از خدا	بودن

### سلسله مراتب سطوح خودآگاهی

مطالعات بعدی انجام شده، نشان دادند که ترازهای بودن، هم ارز «سلسله مراتب خودآگاهی» هستند. برای درک سلسله خودآگاهی از دید روانپزشکی مدرن ضروری است نگاهی به تئوری شخصیت کلونینگر بیاندازیم (Cloninger, 2004):

از دید رابرت سی کلونینگر شخصیت (Personality) شامل سه جز سرشت (Temperament)، منش (Character) و روان خودآگاه (Self-aware psych) است. «سرشت» جنبه بیولوژیک شخصیت انسان‌ها است و شامل چهار صفت (Trait): آسیب‌پرهیزی (Harm avoidance)، نوجویی (Novelty seeking)، وابستگی به پاداش (Reward

(dependence) و پشتکار (Persistence) است. «منش» جنبه مفهومی شخصیت است و شامل سه صفت: خودراهبری (Self-Directedness)، همکاری (Cooperativeness)، خوداعتلائی (Self-Transcendence) است. اما «روان خودآگاه» در واقع ملاط پیونددهنده‌ای است که عناصر فوق را به هم می‌پیوندد. این جزء شخصیت مختص موجودات بشری است و سایر حیوانات فاقد آن می‌باشند. اساس این جزء شخصیت، آگاهی شهودی (Intuitive awareness) است که فرد بر خود به عنوان موجودی یکتا و بی همتا و جدا از سایر موجودات محیط اطرافش دارد. همچنین شامل آگاهی شهودی فرد بر فرآیندهایی که در درونش می‌گذرد مانند هوسها (Desires)، نیازها (Needs)، هیجانات (Emotions)، و عواطف (Affections) و تفکرات (Thoughts) و شناختها (Cognitions) است. روان خودآگاه براساس رشدیافتگی اش می‌تواند زمینه‌ساز هنر و خلاقیت و علم و خردمندی یا جنون و اختلال شخصیت گردد.

روان خودآگاه رشد سلسله مراتبی مخصوص به خودش را دارد (Cloninger, 2004):

نخستین مرحله، «آگاهی بر بودن» (Conscious nesses of being) است. انسان نرمال آگاهی ثابت (Stable conscious nesses) بر بودن و تداوم خودش در زمان دارد. ۱ درصد مردم فاقد این سطح آگاهی هستند و احساس خلاء (Emptiness) مداوم یا گاهگاهی و ترس از نابود شدن (Annihilation) دارند که تحمل استرس را در آنان از بین می‌برد و دچار اشکال در واقعیت‌سنجی‌های گاهگاهی می‌نماید. همچنین آنها را برای رهایی از احساس خلاء درونی به فعالیت‌های جنسی بی مهار یا لذت جویی‌های بی وقفه می‌راند.

مرحله دوم رشد خودآگاهی، «آگاهی بر اراده آزاد» (Conscious nesses of free will) می‌باشد. آگاهی بر اینکه فرد اراده‌ای مخصوص به خود دارد که برغم فشارهای خارجی می‌تواند زندگی او را سمت و سو دهد و موجب انعطاف در افعال و اقداماتش گردد. حدود ۱۰ درصد مردم فاقد این آگاهی بوده و آزادی اراده را یک وهم (Illusion) می‌دانند و بدان باور ندارند و احساس مسئولیت فردی در قبال خود و زندگی شان نیز ندارند، بقیه مردم از این مرحله فراتر می‌روند.

مرحله سوم، «آگاهی بر زیبایی» (Conscious nesses of beauty) است. حس زیبایی شناسی، نوعی احساس شهودی و درونی که موجب می‌شود درک کنیم چه چیزی زیبا و دوست داشتنی است. حدود ۳ درصد مردم فاقد این احساس هستند و از درک عشق و نیز حس حیرت و تحسینی که بدنبال دیدن یک صحنه یا منظره زیبا دست می‌دهد محروم اند و لذا توان عاشق شدن و برقراری رابطه پایدار و صمیمی را نیز ندارند.

مرحله چهارم، «آگاهی بر حقیقت» (Consciousness of Truth) است؛ توانایی درک حقیقت مطلق (Absolute truth) و آگاهی بر وحدت ذاتی و درونی همه اجزاء تشکیل دهنده این جهان! چیزی که مبنای ایمان (Faith) است. ۸ درصد مردم فاقد این سطح از آگاهی هستند. بالاترین مرحله «آگاهی بر خیر» (Consciousness of Goodness) است، بمعنای این که ذات بنیادین جهان خیر است و برغم فساد و انحرافات (Perversion and Corruption) که در جهان دیده می‌شوند، ریشه و بنیاد جهان بر نیکی و خوبی استوار است. متأسفانه اکثر انسانها وقتی به انتقام می‌اندیشند و در دشمن خود کیفیات شیطانی می‌بینند که باید با قدرت سرکوب شود در واقع نقص خود در رسیدن کامل به این مرحله را نشان می‌دهند.

مطالعات نشان داده اند که هر مرحله از سطح خودآگاهی ارتباط مستقیم با تعارض‌های «سطوح بودن» دارند و با فراتر رفتن و اعتلای سطوح خودآگاهی، تعارض‌های بالاتری مطرح می‌شوند. به این ترتیب «تراز تناسلی» معادل «آگاهی بر بودن»، «تراز مادی» معادل «آگاهی بر اراده آزاد»، «تراز عاطفی» معادل «آگاهی بر زیبایی»، «تراز عقلی» معادل «آگاهی بر حقیقت» و «تراز معنوی» معادل «آگاهی بر خیر» هستند (Cloninger, Svrakic & Pryzbeck, 1993).

انسان سالم دارای شخصیت رشدیافته، کسی است که از تعارض‌های سطوح پایین فراتر رفته و با حل تعارض‌های ترازهای پایین قادر به نگاه غیر دوسوگرایانه و اعتلاء یافته به مسائل باشد و همچنین در برخورد با محرک‌های جهان پیرامونی قادر به درک ارتباط آنها با تعارض‌های ترازها و زیر ترازهای مربوطه باشد. اما می‌دانیم که بسیاری از انسان‌ها نمی‌توانند از این سطوح فراتر روند و تعارض‌های حل نشده‌ای باقی می‌مانند که می‌توانند در شرایط بحرانی سر باز کرده و توجه فرد را جلب نمایند و تلاش عاطفی - شناختی کافی برای فراتر رفتن از آن تعارض را بطلبند.

کلونینگر در هر دوی این سلسله مراتب پایین‌ترین سطح و تراز را به «آگاهی بر بودن» و «تراز تناسلی» اختصاص می‌دهد که هر دو بنوعی با تعارض «بودن یا نبودن» ارتباط دارند. در واقع آگاهی بر بودن درک سازوکارهای تداوم نفس فردی است و تراز تناسلی، درک سازوکارهای تداوم نسل! «آگاهی بر بودن» پایین‌ترین سطح خودآگاهی است. در پایین‌ترین سطح خودآگاهی ما بر بودن خود آگاهییم و می‌دانیم که هستیم و می‌دانیم که بودنمان تداوم دارد. آگاهی بر بودن بنیادی‌ترین سطح خودآگاهی ما است. اما همچنین بنیادی‌ترین قسمت خودآگاهی بشر نیز هست. در واقع تمام افکار، احساسات و اعمالی که از ما انسان‌ها سر می‌زند، منوط به «بودن» ما است. ما باید باشم تا فرایندهای فوق بتوانند اتفاق بیافتند. اما آگاهی بر بودن آنچنان بدیهی می‌نماید که اکثر انسان‌ها، اکثر مواقع آن را به بوته فراموشی می‌سپارند و توجه چندانی بدان نمی‌نمایند (Cloninger, 2004).

آگاهی بر بودن در سلسله مراتب خودآگاهی تقریباً معادل آگاه شدن «دازاین» بر «بودن» خود در فلسفه هایدگری است و لذا تعارض‌های این سطح آگاهی را می‌توان با تعارض بنیادین بین بودن و نبودن دازاین توجیه نمود. مارتین هایدگر در تعریف خود از دازاین، مفهوم «بودن» را نکته کلیدی در نظر می‌گیرد. او می‌گوید دازاین «بودنی» است که «بودن» برایش مسئله است (A being for whom the being is a question). از این دیدگاه می‌توان گفت که اکثر انسان‌ها در اکثر مواقع «دازاین» محسوب نمی‌شود، چرا که مفهوم «بودن» برایشان مسئله نیست و آن را کلاً به‌بوته فراموشی سپرده‌اند. اما آگاهی بر بودن گاه خود را به انسان‌ها تحمیل می‌کند و آن زمانی است که بروز «نبودن» قریب الوقوع باشد! هنگامی که انسان‌ها مرگ قریب الوقوع را در پیش چشم می‌بینند، یادشان می‌افتد که هستند و این در حالی است که بودن مقوله‌ای همیشگی و پایدار نیست و «نبودن» در کمین آنهاست. در اینجاست که بقول مارتین هایدگر، محدود بودن زمان عمر بر سر فرد فرود می‌آید و «اضطراب وجودی» اتفاق می‌افتد. انسان به «معنا»ی بودن فکر می‌کند و نبودن محتوم را در نظر می‌آورد که «بودن» را هر چه بیشتر جلوه می‌دهد.

بنظر می‌رسد بروز بیماری کووید-۱۹ دلیل کشندگی بالا و فقدان پیشگیری و درمان مؤثر با به پیش کشیدن احتمال مرگ قریب الوقوع، انسان‌ها را در سر تا سر جهان با مقوله «بودن» و «نبودن» رویارو کرده و باعث بروز آشکار اضطراب وجودی و رو آمدن بنیادی‌ترین تعارض‌های خودآگاهی در زمینه «بودن» یا «نبودن» خواهد شد. اما سؤال اینجاست که بروز اضطراب وجودی در جوامع و در انسان‌های امروزی چگونه و به چه نمود پیدا خواهد کرد. در اینجا لازم است که صورتبندی اضطراب وجودی و نموده‌های «نبودن» که بدینسان موجب نگرانی بحرانی می‌شود، مورد ارزیابی قرار گیرد.

### پل تیلیش و انواع اضطراب وجودی

پل تیلیش، فیلسوف و متأله آلمانی-آمریکایی که دیدگاهش در مورد وجود، اتکاء به نظریات فلسفی مارتین هایدگر دارد، مانند او اضطراب را در مرکز وجود متناهی (Finite existence) می‌بیند. یکی از بهترین فرمولاسیون‌ها برای تقسیم بندی اضطراب وجودی، توسط پل تیلیش ارائه شده است. او انواع اضطراب وجودی در بشر را به سه اضطراب سرنوشت و مرگ، اضطراب گناه و محکومیت و اضطراب پوچی و بی معنایی تقسیم کرده است.

اضطراب از دید اگزیستانسیالیست‌ها معادل معنای روانکاوانه آن نیست و مقوله‌ای عمیق‌تر و بنیادی‌تر است که همواره با دازاین همراه است و جلوه‌های آن به سه صورت «اضطراب سرنوشت



و مرگ»، «اضطراب پوچی و بی معنایی» و «اضطراب گناه و محکومیت» است (Watkins, 1968):

### \* اضطراب سرنوشت و مرگ

از دید تیلیش سرنوشت به معنای نیروهایی است که در زندگی دازاین مؤثرند اما نه قابل کنترل اند و نه قابل پیش بینی! و لذا همواره موجد اضطراب اند. همچنین مرگ قسمت اصلی سرنوشت انسان‌ها است. در واقع، تنها قطعیت زندگی بشر «مرگ» است در مورد سرنوشت کودکی که به دنیا می‌آید، هیچ چیز را با قطعیت نمی‌توان گفت إلا محتوم بودن این مسئله که وی روزی خواهد مرد!

### \* اضطراب پوچی و بی معنایی

از دید پل تیلیش، رشد روحی روانی انسان‌ها و بالفعل شدن توانایی‌های بالقوه روحی درونی آنها از قواعد رشد و شکوفایی گل‌ها و گیاهان یا حیوانات تبعیت نمی‌کند. انسان برای رشد فردی نیاز به تأیید خود (Self-Affirmation) دارد و برای تأیید خود نیاز به کار خلاقانه دارد و برای کار خلاقانه نیاز به هدف، ارزش و معنا دارد. فقدان ارزش و معنا در زندگی، تهدیدی است که زندگی را به پوچی (که خود نوعی نبودن است) می‌کشاند. از دید او معنا و ارزش، در زندگی بشری باید بالاترین دغدغه (Ultimate concern) باشد و فقدان آنها تهدید مطلق (Absolute threat) است و بدون آنها انسان به وادی هیچی (Nothingness) پرتاب می‌شود.

### \* اضطراب گناه و محکومیت

تیلیش می‌گفت: «بودن» انسان که طبیعتی خودشکופا (Self-Actualize) دارد، در عین حال که یک موهبت است، در همان حال موجب توقع نیز هست. از انسان توقع می‌رود در مسیر شکوفایی خود گام بردارد و باصطلاح خود را با تصمیمات آزاد خود بسازد و اگر چنین نکند احساس گناه بر وی غلبه خواهد کرد چرا که کسی که عمل می‌کند و کسی که قضاوت می‌کند در واقع خود انسان است و کس دیگری نیست و لذا فرار از دست قاضی درونی میسر نیست و اگر در برابر مسئولیت مان خطا کار باشیم محکوم خواهیم شد و این محکومیت نوعی از نبودن است.

### چه خواهد شد؟

با توجه به مطالب پیش گفته، می‌توان پیش بینی کرد که بروز اضطراب وجودی بدنال بیماری کووید\_۱۹ بصورت جهانی افزایش پیدا خواهد کرد و موجب تغییراتی در افکار، نگرش‌ها، عواطف و رفتارهای بشری خواهد شد. مسئله دیگری که در هنگام فعال شدن تعارض «بودن یا نبودن» و جلب توجه انسان‌ها به «آگاهی بر بودن» اتفاق خواهد افتاد، بروز عاطفه «حیرت» است. «بودن»

مقوله‌ای برآستی حیرت انگیز است. اینکه ما چرا هستیم و از کجا آمده ایم و سرنوشت ما چه خواهد بود؟

حیرت همچون اضطراب یکی از عواطف هشتگانه بشری است (۷ تای دیگر غم، شادی، خشم، شرم، نفرت و محبت یا عشق). در این راستا، در کتاب «داستان بی پایان» اثر «میشایل انده» که لحنی جادو وار دارد و داستان سلوک، پسری به نام «باستیان» در دنیای روایی افسانه بوده است، قسمتی هست که در آن باستیان با شیری دوست می‌شود و در یک صحنه شیر از باستیان می‌پرسد: من چرا هستم؟ بروز این سؤال موجب بروز عاطفه «حیرت» می‌شود حیرت از سنخ تعجب و شگفت زدگی است اما در ذات حیرت نوعی تأمل معنوی و پرسشگری ماورایی نیز خوابیده است. به نظر می‌رسد از نظر سلسله مراتب عواطف (Hierarchy of emotions)، دازاین «حیرت» بعد از «اضطراب» قرار دارد. دازاین با درک نبودن و اجتناب ناپذیریش دچار اضطراب می‌شود، لیکن بعد از آن با فهم «بودن» و اندیشیدن به چیستی و چرایی بودن، دچار حیرت می‌شود که این حیرت سه منشأ تفکرات و تأملات معنایی (Meaning) و معنوی (Spiritual) می‌گردد. «من چرا هستم؟» سؤالی است که روزی گریبان هر کسی اعم از ثروتمند و فقیر و موفق و ناموفق و خوشبخت و ناخوشبخت را ناگزیر خواهد گرفت و باید دیر یا زود بدنبال پاسخی برای آن باشیم. زندگی در ذات خود سؤالی حیرت انگیز است که به هر حال باید روزی برای آن جوابی بیابیم.

بنظر می‌رسد بیماری کووید-۱۹ رویکرد به این مقوله و بروز عاطفه حیرت را تحریک خواهد کرد. تعداد انسان‌هایی که از «بودن» خود دچار حیرت خواهند گشت افزایش خواهد یافت و بدنبال حیرت، تغییر رویکردها و نگرش‌ها و سبک زندگی‌ها تسریع خواهد شد. احتمالاً انسان‌های بسیاری که به دنبال معنای عمیق‌تری برای زندگی خود بگردند، آن جنبه معنای و معنویت طلب بشر (آنچنانکه ویکتور فرانکل در کتاب خود «در جستجوی معنا، توصیف کرده است) هر چه بیشتر رو خواهد آمد و بدنبال آن گرایش به هنر، فلسفه و عرفان افزایش خواهد یافت. سؤال من «چرا هستم» دغدغه اصلی انسان‌های بیشتر و بیشتری خواهد شد.

### نتیجه‌گیری

بروز بیماری کووید-۱۹ باعث بروز تلاطم‌های بزرگی چه در روان فردی انسان‌ها و چه در روان جمعی (Collective consciousness) خواهد شد. می‌دانیم که محرک‌های محیطی (چه بزرگ و چه کوچک) از طریق فعال کردن تعارض‌های حل نشده بر رفتار ما اثر می‌گذارند. تعارض‌های درونی ما طبق نظر رابرت سی کلونینگر براساس «سطوح بودن» سلسله مراتبی دارد

که با «سلسله مراتب خودآگاهی» هماهنگی دارد و پایه‌ای‌ترین سطح خودآگاهی نیز آگاهی بر بودن می‌باشد.

با در نظر گرفتن طبقه‌بندی پل تیلیش می‌توان چنین نتیجه‌گیری کرد که در زمان‌های پیش رو انسان‌ها هر چه بیشتر به مقولاتی چون مرگ- زندگی و سرنوشت خواهند اندیشید و در مورد احساس گناه نسبت به رفتارهایی که یا موجد در دو ناراحتی برای خود و دیگران شده و یا مشتمل بر فرار از مسئولیت‌های وجودی بوده است، تأمل خواهند کرد و نیز رویارویی با پوچی و بی‌معنایی روند فعلی زندگی و تلاش برای یافتن معنا در زندگی را افزایش خواهد داد. بعبارت دیگر بروز آشکار اضطراب وجودی به دنبال پاندومی کووید-۱۹ قطعی است و بنیادی‌ترین تعارض وجود انسان یعنی تعارض بین «بودن و نبودن» فعال خواهد شد و لذا سؤالاتی مانند اینکه ما کیستیم و چرا هستیم و چرا نیست خواهیم شد و بعد از نیست شدن چه خواهیم شد، به اولویت‌های اول بشر تبدیل خواهد شد همچنین تلاشی برای یافتن معنا در زندگی و رهایی از پوچی و زندگی یکنواخت بی‌معنی افزایش پیدا خواهد کرد. احتمالاً مطالعه و روی آوردن به هنر و فلسفه و عرفان افزایش پیدا خواهد کرد و شاید جنبش‌های آوانگارد معناگرایانه مانند آنچه در اواخر دهه ۶۰ و اوایل ۷۰ میلادی رخ داد مجدداً بصورتی دیگر تکرار شوند. اما باید در نظر داشت رویکرد بشر نسبت به اضطراب وجودی، لزوماً بصورت رفتارهای سازنده‌ای همچون مطالعه، سازندگی، خلاقیت، عمیق‌تر ساختن روابط فردی یا روی آوری به معنویت نخواهد بود و ممکن است بصورت مقولاتی کاملاً معکوس مانند روی آوری به الکل و مواد مخدرکننده، شهوترانی، خشونت و تخریب نیز جلوه گر شود.

به بیان دیگر، انسان‌ها در زمان‌های آینده ممکن است در رویارویی با تعارض فعال شده «بودن یا نبودن»، یا به سمت رشد و ارتقای «بودن»، و فعالیت‌هایی همچون سازندگی و خلاقیت و معنا روی آورند، یا هر چه بیشتر به «نبودن» پناه برند (با جلوه‌هایی چون شهوترانی، تخدیر و تخریب) و این بر عهده سیاستگذاران است که با پیش‌بینی‌های لازم در روزهای آینده، جوامع را به سوی مسیر بهتر و کم‌خطرتر و کم‌هزینه‌تر سوق دهند.

## References

- 0 Cloninger, C. R. (2004) *Feeling good: The science of well-being*. New York: Oxford University Press.
- 0 Cloninger, C. R., Svrakic, D. M., & Przybeck, T. R. (1993) A psychobiological model of temperament and character. *Archives of general psychiatry*.
- 0 Dreyfus, H. (2000) *Heidegger, Authenticity, and Modernity*. The MIT Press Cambridge, Massachusetts London, England.

- 0 Farnam, A., Zeynali, S., Nazari, M., Vahid Vahdat, P., & Zamanlu, M. (2019) Existential anxiety and time perception: an empirical examination of Heideggerian philosophical concepts towards clinical practice. *Journal of Philosophical Investigations*.
- 0 Farnoosh, G., Alishiri, G., Hosseini Zijoud, S. R., Dorostkar, R., & Jalali Farahani, A. (2020) Understanding the Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) and Coronavirus Disease (COVID-19) Based on Available Evidence - A Narrative Review. *Journal of Military Medicine*.
- 0 Lai, C. C., Shih, T. P., Ko, W. C., Tang, H. J., & Hsueh, P. R. (2020) Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) and coronavirus disease-2019 (COVID-19): The epidemic and the challenges. *International journal of antimicrobial agents*.
- 0 Liu, X., Na, R. S., & Bi, Z.Q. (2020) Challenges to prevent and control the outbreak of Novel Coronavirus Pneumonia (COVID-19). *Zhonghua liu xing bing xue za zhi = Zhonghua liuxingbingxue zazhi*.
- 0 Macquarrie, J. (1968) *Martin Heidegger*. Atlanta: John Knox Press.
- 0 Naghibzadeh, M. A. (1995) *A look to the philosophy of education*. Tehran: Tahouri Publications.
- 0 Remuzzi, A., & Remuzzi, G. (2020) *COVID-19 and Italy: what next?* Lancet (London, England).
- 0 Sadock's, B. J., Sadock's, V. A., & Ruiz, P. (2017) *Kaplan & Sadock's comprehensive textbook of psychiatry*. Philadelphia: Wolters Kluwer.
- 0 Shigemura, J., Ursano, R. J., Morganstein, J. C., Kurosawa, M., & Benedek, D. M. (2020) Public responses to the novel 2019 coronavirus (2019-nCoV) in Japan: mental health consequences and target populations. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*.
- 0 Watkins, L. H. (1968) *Paul Tillich's analysis of the existential condition of man and its implications for social casework theory and practice*. ETD Collection for AUC Robert W. Woodruff Library.
- 0 Weems, C.F., Russell, J. D., Neill, E. L., Berman, S. L., & Scott, B. G. (2016) Existential anxiety among adolescents exposed to disaster: Linkages among level of exposure, PTSD, and depression symptoms. *Journal of Trauma Stress*.
- 0 Zangrillo, A., Beretta, L., Silvani, P., Colombo, S., Scandroglio, A. M., Dell'Acqua, A., et al. (2020) Fast reshaping of intensive care unit facilities in a large metropolitan hospital in Milan, Italy: facing the COVID-19 pandemic emergency. *Critical care and resuscitation: journal of the Australasian Academy of Critical Care Medicine*.
- 0 Zhu, H., Wei, L., & Niu, P. (2020) The novel coronavirus outbreak in Wuhan, China. *Global health research and policy*.