

Mental Obsession: Unrealistic or Unpragmatic; A Philosophical Analysis of Obsessive Thinking

Kayvan Ansari 

Ph.D. in Philosophy of Art, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

Malek Hosseini *

Assistant Professor of Philosophy, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

Shahla Eslami 

Assistant Professor of Philosophy, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

Abstract

Mental obsession—mostly considered as an illness or as a neurosis—consists of repeated, compulsive, unstoppable thoughts causing severe anxiety, and often leads to obsessive actions like washing hands or body, checking, counting, doing some ritual, and so on. In psychology, these thoughts are supposed to be absurd and completely irrational; so in cognitive therapy sessions, psychologists try to reveal their irrationality for patients. In a similar way, psychiatrists tend to block these thoughts' way to the patient's mind, by prescribing different drugs. Free from psychiatric or psychological approaches, this article, taking a philosophical one, conducts an analysis of mental obsession, based on which, obsessive thinking makes one's living abnormally interrupted and discontinuous, which means it is useless and inefficient; at the same time, it entails truth and perceives real details of things which can not be grasped by everyday consciousness. Therefore, obsessive thoughts are not unrealistic, though they are unpragmatic.

Keywords: Mental Obsession, Detail Orientation, Skepticism, Perfectionism, Unpragmatic, Unrealistic.

* Corresponding Author: malek.hosseini@yahoo.com


How to Cite: Ansari, K., Hosseini, M., Eslami, Sh. (2022). Mental Obsession: Unrealistic or Unpragmatic; A Philosophical Analysis of Obsessive Thinking, *Hekmat va Falsafeh*, 18(70), 1-26.

وسواسِ ذهنی: ناواقع‌گرایانه یا ناعمل‌گرایانه؛ تحلیلی فلسفی از اندیشیدنِ وسواسی


دکتری فلسفه هنر، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

کیوان انصاری 

استادیار فلسفه، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

مالک حسینی * 

استادیار فلسفه، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

شهلا اسلامی 

چکیده

وسواسِ ذهنی - که عموماً بیماری یا اختلالی روانی تلقی می‌شود - همراه با افکاری است که مکرراً و بی‌آنکه شخص مبتلا بر آن‌ها مهاري داشته باشد در ذهن حاضر می‌شوند و اضطرابِ سنگینی ایجاد می‌نمایند. در روان‌شناسی، این افکار به‌عنوان افکاری نامعقول که هیچ مبنای منطقی ندارند معرفی می‌شوند؛ روان‌پزشکان نیز می‌کوشند تا از طریق تجویز دارو راه ورود این افکار به مغز بیمار را مسدود کنند. فارغ از رویکردهای روان‌پزشکانه یا روان‌شناسانه، این مقاله با اتخاذ رویکردی فلسفی، تحلیلی از وسواسِ ذهنی ارائه می‌کند که بر مبنای آن، اندیشیدنِ وسواسی از آنجاکه در جریان پیوسته و ممتد زندگی انقطاع و اختلال ایجاد می‌کند، ناکارآمد است؛ اما در عین حال، معطوف به حقیقت است و به جزئیات واقعی‌ای از امور نظر دارد که به چنگ آگاهی متداول و روزمره نمی‌افتد. بنابراین، ناواقع‌گرایانه خواندنِ افکارِ وسواسی حاصلِ خلطی است که میان دو مفهوم ناواقع‌گرایی و ناعمل‌گرایی صورت می‌گیرد.

کلیدواژه‌ها: وسواسِ ذهنی، جزئی‌اندیشی، شکاکیت، کمال‌طلبی، ناعمل‌گرایانه، ناواقع‌گرایانه، قطعی‌نگری.

مقدمه

آنچه تحت عنوانِ وسواس شناخته می‌شود از جمله فرآیندهای پیچیده‌ی ذهنی است که بسته به این که از چه چشم‌اندازی بدان نگریسته شود، معانی و دلالت‌های متفاوتی می‌یابد. یکی از این چشم‌اندازها چشم‌انداز روان‌پزشکی است که وسواس را یک بیماری و امری پاتولوژیک قلمداد می‌کند. روان‌پزشکان که دانش آموخته‌ی علم پزشکی‌اند برای درمانِ وسواس - به‌مانند سایر بیماری‌های شناخته‌شده‌ی این علم - عموماً به تجویز داروهای مرسوم روی می‌آورند؛ چراکه از نظرگاه ایشان وسواس معلولِ برهم خوردن تعادلِ بیوشیمیایی مغز بیمار است،^۱ و مصرفِ دارو می‌تواند این توازنِ ازدست‌رفته را به مغز بازگرداند. چشم‌اندازِ دیگر چشم‌اندازِ روان‌شناختی است که وسواس را به‌عنوان اختلالی روانی می‌شناسد. صاحبان این نگرش - یعنی روان‌شناسان - با برپایی جلسه‌های متعدد مشاوره، به گفتگوی نزدیک با شخص مبتلا یا نزدیکانش می‌پردازند تا بتوانند به عوامل محیطی یا موروثی‌ای که منجر به شکل‌گیری این اختلال در روانِ وی شده واقف شوند؛ سپس می‌کوشند از طریق روش‌های مختلفِ روان‌درمانی به شخص در غلبه بر وسواس یاری رسانند. اما چشم‌اندازِ این مقاله به وسواس چشم‌اندازی فلسفی است؛ یعنی وسواس را امری ذهنی و نحوه‌ای از اندیشیدن در نظر می‌گیرد - امری ذهنی که می‌تواند عینیت یابد و فکری که به‌نوبه‌ی خود در عمل و زیستِ بیرونی متجلی شود. این که آیا فلسفه می‌تواند به موضوعاتِ روان‌شناختی بیاورد و کماکان فلسفه بماند خود پرسشی شایان تأمل است. آنچه روان‌شناسی انجام می‌دهد - کسبِ معرفت در خصوصِ روانِ آدمی - در آغاز، خود امری فلسفی بود - حاصلِ بخشی از تأملاتی که فلاسفه بدان اشتغال داشتند. در حقیقت، روان‌شناسی شاخه‌ای جداشده از فلسفه در قرونِ اخیر است که با آنچه در انسان‌ناتنی است با رویکردی تجربی‌تر از روش‌های فلسفی مواجه می‌شود: فلسفه از طریقِ تحلیلِ مفهومی و

۱. از جمله، باور بر این است که گیرنده‌ی 5-HT_{2C} که از گیرنده‌های ناقلِ عصبی سروتونین در مغز است نقش مهمی در وسواس دارد (Chou-Green et al., 2003: 641-649) و همین‌طور، بیش‌فعالی ناقلِ عصبی دوپامین در بخش‌هایی از مغز عامل مؤثری در این اختلال است (Szechtman et al., 1999: 56-8).

استنتاج‌های عقلی در باب مقولاتی چون ذهن و روح می‌اندیشد و روان‌شناسی، برای شناخت روان آدمی، عمدتاً رویکردی آزمایش‌محور و متکی به آمار اتخاذ می‌کند. در این بین، شاخه‌هایی از روان‌شناسی، نظیر روان‌شناسی شناختی^۱، نیز هستند که مواجهه‌ای نظری‌تر با موضوع روان دارند و از این حیث، به فلسفه نزدیک می‌شوند. روان‌شناسی شناختی به مطالعه فرایندهای پردازش اطلاعات در ذهن - همچون توجه، ادراک، حافظه، زبان، حل مسئله، خلاقیت و استدلال - می‌پردازد؛ در واقع، پرسش اساسی این علم آن است که آنچه ذهن خوانده می‌شود چیست و چگونه کار می‌کند. روان‌شناسی شناختی کارکرد ذهن آدمی را دریافت اطلاعات از محیط و پردازش این اطلاعات می‌داند و به دنبال شناخت این فرایند شناختی است. بنابراین، می‌توان این علم را، به زبان فلسفی، نوعی معرفت‌شناسی دانست.

فلاسفه، چنان‌که گفتیم، از دیرباز به موضوعاتی می‌پرداختند که امروزه مورد مطالعه روان‌شناسی شناختی است؛ نظیر افلاطون که در چستی حافظه اندیشه می‌کند و آن را چیزی شبیه موم در وجود ما می‌داند - آنچه با هر رویدادی که بر ما می‌گذرد و هر تجربه‌ای که از سر می‌گذرانیم خراشی به خود می‌پذیرد. در واقع، افلاطون تمایزی میان ساختار حافظه و محتوای آن قائل نمی‌شود؛ یا آنجا که وی به فرایند یادگیری در انسان نظر می‌کند و آن را نوعی به یاد آوردن معرفی می‌کند. همین‌طور، فلاسفه به موضوعاتی می‌پرداختند که بعدتر مورد نظر روان‌کاوی قرار گرفت؛ نظیر بحث کاتارسیس ارسطو - پالایش احساسات مخاطب در مواجهه با تراژدی‌های یونانی - که امروزه در معنایی روان‌کاوانه فهمیده می‌شود؛ یا تأثیراتی که فروید، در طرح نظریات خود، از آرای شوپنهاور و نیچه گرفته بود. بنابراین، روان‌شناسی شناختی و روان‌کاوی فرویدی هر دو وام‌دار تأملات فلسفی پیش از خود هستند، هرچند که رویکردهایی متفاوت در پیش می‌گیرند: روان‌کاوی فرویدی، از طریق درون‌نگری، به تجزیه و تحلیل احساسات، رانه‌ها و تعارضات نهفته روانی می‌پردازد، اما روان‌شناسی شناختی، با رویکردی

علمی-تجربی‌تر، چگونگی کسب و تفسیر اطلاعات توسطِ ذهن را بررسی می‌کند.^۱ با توجه به آنچه گفته شد، می‌توان رویکرد این مقاله را مبتنی بر نوعی روان‌شناسی فلسفی دانست که درصدد ارائه‌ی تحلیل‌های مفهومی از مفاهیمی چون وسواسِ ذهنی، انتخاب، شکاکیت و جزئی‌اندیشی است. در این پژوهش، ذهنیتِ وسواسی با رویکردی شناختی مورد بررسی قرار می‌گیرد و بر مبنای دو گانه‌های مفهومی «واقعیت و ناواقعیت» و «ناواقع‌گرا و ناعمل‌گرا» تحلیل می‌شود. برای نیل بدین مقصود، آرای فلاسفه‌ای چون شوپنهاور و سارتر به یاری گرفته می‌شوند. فرضیه‌ی این تحقیق آن است که افکارِ وسواسی -نه آن گونه که بدو پنداشته می‌شود- غیرمنطقی و ناواقع‌گرایانه، بلکه غیرکاربردی و ناعمل‌گرایانه/ند؛ بدین معنی که رویکردِ گزینشی‌ای که ذهنِ انسان به‌طور طبیعی برای پیشبرد اهدافِ عملی اتخاذ می‌کند، در زندگی مبتلایان به وسواس، تحت‌الشعاعِ افکاری اجباری قرار می‌گیرد که معطوف به حقیقتِ امور و نه کارآمدی‌شان هستند.

در جستجویِ پیشینه‌ی موضوع، پژوهشی فارسی که رویکردی فلسفی به بحثِ وسواس داشته باشد یافت نشد و پژوهش‌های موجود، تحقیقاتِ مرسوم در حیطه‌ی روان‌شناسی، پزشکی یا علوم اعصاب هستند که رویکردی آزمایش‌محور و آماری به موضوع دارند؛ در ادبیاتِ انگلیسی، دو پژوهشِ زیر با نگاهی فلسفی یافت شد که البته رویکردی پدیدارشناختی به وسواس دارند:

Denys, D. (2011). "Obsessionality & compulsivity: a phenomenology of obsessive-compulsive disorder". *Philos Ethics Humanit Med* 6, 3. <https://doi.org/10.1186/1747-5341-6-3>

Bürgy M. (2019). "Phenomenology of Obsessive-Compulsive Disorder: A Methodologically Structured Overview". *Psychopathology*; 52:174-183. doi: 10.1159/000501165

در کل، پرداختن به وسواس در متنی فلسفی و تحلیل آن بر اساس آرای فیلسوفان امری چندان مسبوق به سابقه نیست و پژوهش حاضر بر این مبنا شکل گرفت که دقتِ نظر فلسفی در مفاهیم مورد استفاده در روان‌شناسی می‌تواند درکِ ویژه و عمیق‌تری از آن‌ها حاصل

۱. برای مطالعه‌ی بیشتر در این خصوص رجوع شود به: (Levitin, 2002: 3-11).

کند. فرضاً روان‌شناسان ممکن است به بیمار خود بگویند: «اگر فکر کردن به پدیده‌ای آزاردهنده است، نه به‌علت آزاردهنده بودن خود آن پدیده، بلکه به‌سبب باوری است که ما نسبت به آن پدیده داریم»^۱ یا به‌بیانی فلسفی‌تر، «این ذهنیت ما از امور است که می‌آزارد و نه عینیت امور». به‌عنوان مثال، اگر فردی با یادآوری شکست‌های خود دچار تشویش می‌شود، بدین علت است که او باور دارد شکست خوردن اساساً شرم‌آور و بد است؛ و برای حصول بهبودی، او در ابتدا باید چنین باور خطایی را با باوری صحیح - که دیگر مشوّش‌کننده نیست - جایگزین کند - باوری نظیر «شکست خوردن لازمه‌ی پیروزی است» یا «هیچ پیروزی‌ای بی شکست حاصل نمی‌شود». چنین رویکردی احتمالاً سودمند است و هم‌چنین، واقع‌گرایانه می‌نماید. اما اتخاذ رویکردی فلسفی می‌طلبد که حالت مقابل را نیز در نظر آوریم: «اگر آگاهی از پدیده‌ای برای ما خوشایند است، نه به‌علت خوشایندبودن خود آن پدیده که زاییده‌ی باور ما نسبت به آن است»؛ فرضاً اگر کمک کردن به دیگران حسّی خوشایند در ما ایجاد می‌کند، نه به‌سبب نیک‌بودن خود عمل که بدین علت است که ما باور داریم یاری‌رساندن عملی خیر است. با چنین منطقی، حتی همان باور جایگزین التیام‌بخشی هم که در حالت قبل گفتیم - شکست خوردن لازمه‌ی پیروزی است - صرفاً باوری برآمده از ذهنیت ما و نه برآمده از واقعیت «شکست و پیروزی» دانسته خواهد شد. حال، نتیجه‌ای که حاصل می‌شود این است که حالات و احساسات ما، چه خوشایند و چه ناخوشایند، وابسته به ذهنیت ما و نه واقعیت امور هستند و به‌تبع آن، کار روان‌شناس نه مواجه کردن بیمار با واقعیت که جایگزین‌ساختن باورهای آزاردهنده‌ی او با باورهای التیام‌دهنده است. بنابراین، در اینجا، آنچه موضوعیت دارد عمل‌گرایی و نه واقع‌گرایی است.

چنین تأملاتی زمانی حاصل می‌شود که از چشم‌اندازی فلسفی به روان‌شناسی نگریسته شود - نگرشی از بیرون به موضوع و نه آن‌گونه که روان‌شناسی، از درون، خویشتن را

۱. چنین گزاره‌ای، از جمله، در کتاب کمک در مورد هیجانات: مدیریت اضطراب، خشم و افسردگی ارائه شده است:

می‌نگرد. در واقع، از نظر گاهی فلسفی، می‌توان پیش‌فرض‌ها و تعاریف متداول روان‌شناسی را به پرسش گرفت و درکی متفاوت یا حتی بعضاً متضاد از آن‌ها ارائه کرد. این رویکرد انتقادی اگرچه ممکن است غریب بنماید و، در معنای متعارف کلمه، آن‌چنان‌که باید، روان‌شناختی دانسته نشود، اما شاید بتواند به پالوده‌ترشدن مفاهیم و تعاریف روان‌شناختی کمک نماید یا راه را بر رویکردهای جدیدی در روان‌شناسی بگشاید. مقاله‌ی حاضر نیز، گرچه یک پژوهش متعارف روان‌شناختی نیست و فاقد رویکردی آزمایش‌محور است، می‌تواند به محک آزمایش گذاشته شود و تن به سنجش کمی و آماری بسپارد- امری که دیگر خارج از حوزه‌ی تأملات فلسفی است و پژوهشی بالینی را می‌طلبد.

در قسمت ۱ این مقاله، به شرح چگونگی واقع‌گرایی ناکارآمدِ وسواسِ ذهنی می‌پردازیم و بستر لازم را برای تبیین وسواس بر اساس مؤلفه‌های بنیادینش فراهم می‌کنیم؛ در قسمت ۲، به بررسی مؤلفه‌ی جزئی‌نگری در اندیشه‌ی وسواسی می‌پردازیم؛ در قسمت ۳، شگاکیت □ وسواسی را در پیوند با مسئله‌ی انتخاب و مسئولیت‌پذیری شرح می‌دهیم؛ و در قسمت ۴، مؤلفه‌ی کمال‌طلبی در وسواسِ ذهنی را شناسایی و نهایتاً جمع‌بندی و نتیجه‌گیری می‌نماییم.

وسواسِ ذهنی^۱ عبارت از افکار تکرارشونده‌ای است که ناخواسته و خارج از مهارِ شخص در ذهن حاضر می‌شوند و اضطراب قابل توجهی ایجاد می‌کنند. البته انسان معمولی ناوسواسی نیز گاه دچار افکار ناخواسته‌ی اضطراب‌زا می‌شود، اما آنچه در وسواس ویژه است تکرارشوندگی نامعمول این افکار است، چندان‌که مفهوم وسواس اساساً در پیوند با مفهوم تکرار فهمیده می‌شود. اضطراب حاصل‌شده در وسواس نیز کیفیتی خاص دارد تا آنجا که معمولاً شخص مجبور می‌شود، برای رهایی از آن، دست به رفتار یا اعمالی تکراری^۲ زند. این تمهید صرفاً به‌طور موقت رهاننده است و از بازگشت مجدد افکار وسواسی نمی‌تواند جلوگیری نماید، در نتیجه، شخص در چرخه‌ی مداومی از رفت-و-آمد

۱. Obsession

۲. Compulsion

افکار و اعمالِ وسواسی گرفتار می‌شود و زندگی و عملکردِ روزمره‌اش با اختلال مواجه می‌گردد (Boland et-al., 2021: 1326).

حال، برای این که تصویری روشن از افکارِ وسواسی به دست دهیم، نمونه‌ای را روایت می‌کنیم که مربوط به نوع شایعی از وسواس - یعنی وسواسِ «آلودگی / نظافت»^۱ - است:

شیرِ آب را گشوده، دست‌های آلوده‌اش را با مایعِ شوینده می‌شوید. به پایانِ عملِ شستشو که نزدیک می‌شود، ناگهان گرفتارِ این فکر می‌گردد که در آغاز به هنگامِ گشودنِ شیرِ آلودگی از دست او به شیر منتقل شده است و حال با بستنِ آن دوباره دستش آلوده خواهد شد. پس به فکرِ چاره می‌افتد و پیش از آن که شیر را ببندد، مُشتی آب بر روی آن می‌ریزد. اما دگرباره با فکری دیگر مواجه می‌شود: اگر بنا بود آب به تنهایی شیر را پاکیزه کند، از همان ابتدا دستش را با آبِ خالی می‌شست و نه توأمان با آب و مایعِ شوینده. پس چاره‌ای دیگر می‌اندیشد و این بار بر روی شیر ابتدا مقداری مایعِ شوینده و سپس یک مُشت آب می‌ریزد. با بستنِ شیر عملِ شستشو به اتمام می‌رسد، هرچند که ملاحظاتِ این‌چنینی او به پایان نمی‌رسند. اکنون بسیاری چیزها که پیش از شستنِ دستش آن‌ها را لمس نموده، نظیرِ دستگیره‌ی در، دسته‌ی کیفش و ... چونان اجسامی آلوده برایش جلوه‌گر می‌شوند که در صورتِ تماس می‌توانند عملِ شستشویِ اخیرش را بی‌اثر کنند...^۲

آنچه در بالا ذکر شد ممکن است کمی اغراق‌آمیز به نظر رسد، اما نمونه‌ای است از آنچه در ذهنِ یک فرد مبتلا به وسواس به هنگامِ هجومِ افکاری که خارج از مهارِ اوست می‌گذرد. برای آن‌ها که فارغ از این ماجرا هستند - یعنی نامبتلایان به وسواس - چنین ملاحظاتی جنون‌آمیز و بسیار دست‌وپا گیر به نظر می‌رسد، اما برای شخصِ مبتلا منطقی الزام‌آور در پشتِ این افکار و اعمالِ برآمده از آن وجود دارد؛ به طوری که اگر هم‌سو با این افکار عمل ننماید، با اضطرابی سخت مواجه خواهد شد. این که تا چه اندازه این افکار

۱. Contamination/Cleansing

۲. وسواسِ آلودگی / نظافت شایع‌ترین الگو در وسواس است که در آن، فکرِ وسواسی همانا فکرِ آلوده و ناپاک یا بیمار شدن و عملِ وسواسی شاملِ کلیه‌ی امورِ مربوط به شستشو و پاک‌سازی است. رفتارِ وسواسی هم‌چنین می‌تواند به شکلِ دوری‌گزیدنِ ناخواسته از هر چه آلوده پنداشته می‌شود باشد (Boland et-al., 2021: 1327).

وسواسِ ذهنی: ناواقع‌گرایانه یا ناعمل‌گرایانه؛ تحلیلی فلسفی از...؛ انصاری و همکاران | ۹

منطقی یا غیرمنطقی هستند جای بحث دارد. در روان‌شناسی پدیده‌ی وسواس به‌عنوان یک اختلال روانی و افکار وسواسی به‌مثابه‌ی افکاری که مبنایی منطقی ندارند معرفی می‌شوند. اما در یک پژوهش فلسفی ضروری است که تأمل بنیادی‌تری در خصوص این مفاهیم صورت گیرد و در کاربست واژگان مربوط تشکیک شود. پدیده‌ی وسواس از این حیث که یک پدیده‌ی ذهنی مختل‌کننده است، می‌تواند اختلال خوانده شود، چراکه در ضرب‌آهنگ عادی زندگی وقفه ایجاد می‌کند؛ به‌سان قطعه‌ای موسیقی که در جریان اجرای آن به‌دفعات توقف صورت می‌گیرد و نوازندگان از حرکت بازمی‌ایستند و دوباره می‌آغازند. به‌عبارت‌دیگر، شخص مبتلا به وسواس جریانی منقطع از زندگی را زیست می‌کند. این انقطاع توسط ظهور پیاپی افکاری ناخواسته در ذهن او به وجود می‌آید. اما آیا به‌راستی و در همه‌ی موارد این افکار فاقد مبنایی منطقی هستند؟ آن‌چنان‌که از نمونه‌ی ذکرشده برمی‌آید، چندان هم غیرمنطقی به نظر نمی‌رسند. ما می‌دانیم که اگر فرضاً یک ویروس بیماری‌زا برای انسان دست را آلوده کرده باشد، در اثر تماس با شیر آب می‌تواند به شیر و سپس در اثر تماس مجدد دست با آن، دوباره به دست منتقل شود؛ مانند ویروس سرماخوردگی که از طریق تماس قابل انتقال است و به همین دلیل پزشک‌ها افراد سرماخورده را از دست دادن یا هرگونه تماس بدنی دیگر با دیگران تا آنجا که ممکن است برحذر می‌دارند. پس ملاحظات شخص وسواسی نمونه‌ی بالا ملاحظات نامعقولی نمی‌نماید و حتی شاید بتوان گفت که نسبت به افراد عادی جزئی‌نگری واقع‌گرایانه‌ی بیشتری نیز در کار داشته است.

ما همین مطلب را در زندگی بسیاری از افراد وسواسی به‌وضوح تشخیص می‌دهیم که بعضی امور را با دقت و صحت بیشتری نسبت به دیگران انجام می‌دهند؛ یعنی توجه زیادی به جزئیات واقعی امور که ممکن است از دید دیگران نهان بماند از خود نشان می‌دهند (Boland et al., 2021: 1780). این که این توجه زیاد به جزئیات آزاردهنده و مختل‌کننده است یک مطلب است و این که غیرواقعی و نامعقول است مطلبی دیگر. خلط

این دو مطلب در یک زمینه‌ی^۱ روان‌شناختی به علتِ غایاتِ کاربردیِ این علم می‌تواند جایز باشد، اما در یک زمینه‌ی فلسفی بحث متفاوت است. برای روشن شدنِ موضوع باید کارکردِ عادیِ ذهنِ انسان را در نظر آورد. ذهن به‌عنوان واسطه‌ی میان انسان و جهان بیرون، در برخورد با داده‌هایی که از بیرون وارد آن می‌شوند به‌تمامی بی‌طرفانه و آینه‌وار عمل نمی‌کند، بلکه به‌طور گزینشی و در راستایِ هدفی مشخص به داده‌های بیرونی سمت‌وسو می‌دهد؛ به‌طوری که برخی داده‌ها از ورود به خود آگاهِ شخص بازمی‌مانند و در مقابل برخی دیگر فضای قابلِ توجهی از آگاهیِ فرد را به خود اختصاص می‌دهند. به‌عنوان مثال، هنگامی که شخصی در اتاقِ خانه‌ای در حال مکالمه با شخص دیگری است، صوتِ غالبی که وارد آگاهیِ او می‌شود همان صدایِ شخصِ طرفِ گفتگو است و اگرچه اصواتِ دیگری نیز از قبیلِ صدایِ تلویزیون، صدایِ اطرافیان، صدایِ عبورِ اتومبیل‌ها در بیرون از خانه و غیره در تیررسِ شنواییِ او هستند، وی آن‌ها را نمی‌شنود یا اگر هم بشنود، توجه و تمرکزِ چندانی بر آن‌ها ندارد؛ یعنی درواقع، ذهن برخی جزئیاتِ واقعی را به نفعِ یک هدفِ معین - که در این مورد امکانِ یک مکالمه‌ی کارآمد با دیگری است - کنار می‌گذارد. پس می‌توان گفت که رویکردِ ذهن در قبالِ داده‌های بیرونی نه یک رویکردِ بی‌طرفانه و خنثی در قبالِ واقعیتِ محض که رویکردی عمل‌گرایانه است؛ ذهن انسانی عموماً در راستایِ پیشبردِ هدفی خاص دست به تحریف، تغییرِ شکل یا به‌حاشیه‌راندنِ برخی واقعیات می‌زند. فیلسوفی که به این کارکردِ ذهن التفاتِ ویژه‌ای نموده شوپنهاور است که معتقد بود خردِ انسان برای درکِ غایاتی که باید حاصل شوند - یعنی غایاتی که حیات و تولیدمثلِ موجودات بدان بسته است - طراحی شده، اما به‌هیچ‌وجه بر آن نیست که حقیقت و ذاتِ مطلقاً واقعی و درونیِ چیزها را در آگاهیِ شناسنده حاضر آورد، بلکه میلِ طبیعی‌اش به کلی به اهدافِ عملی است. وی در این خصوص مثال می‌زند که از چشمِ مسافری که در شتاب است پلِ زیبایِ رودِ راین هیچ نیست مگر چیزی که به‌وسیله‌ی آن می‌تواند از رودخانه عبور کند؛ بنابراین، او هیچ توجهی به پل ندارد، مگر از این منظر که

ابزاری است که می‌تواند غایتی عملی را برای وی متحقق کند (یانگ، ۱۳۹۳: ۵۹-۵۸). اما در پدیده‌ی وسواس آنچه رخ می‌دهد این است که بسیاری جزئیات واقعی که در حالت عادی به دلیل رویکرد عمل‌گرایانه‌ی ذهن وارد آگاهی نمی‌شوند، مجال حضور در خودآگاه می‌یابند؛ جزئیاتی که به‌خودی‌خود خطا و غیرمعقول نیستند، اما در متمرکز شدن شخص بر هدفش اختلال ایجاد می‌کنند. آن‌چنان‌که در نمونه‌ی آغازین بحث ملاحظات جزئی‌نگرانه‌ی شخص در خصوص انتقال آلودگی در عین حال که بهره‌ای از حقیقت در خود دارد، اما تمرکز شخص را بر آنچه در حال انجام دادن است - یعنی خود عمل شستشو - کاهش می‌دهد؛ چراکه بخش قابل توجهی از آگاهی شخص به افکاری حقیقت‌جویانه اختصاص می‌یابد و هدف عملی آغازین به حاشیه‌ی آگاهی رانده می‌شود. بنابراین، بهتر آن است که به‌جای نامعقول یا غیرواقعی خواندن افکار وسواسی آن‌ها را ناعمل‌گرایانه یا غیرکاربردی بخوانیم تا توصیف بهتری از ماهیت وجودی این افکار ارائه دهیم.

حال در خصوص ناعمل‌گرایانه بودن این افکار بیش‌تر توضیح می‌دهیم. در نمونه‌ی مذکور دیدیم که ذهن شخص به‌طور مداوم درگیر پرسش‌هایی در مورد کاری که در حال انجام دادن می‌شود؛ یعنی پرسش از انتقال یا عدم انتقال آلودگی در حین انجام عمل شستشوی دست‌ها. این پرسش‌گری و حقیقت‌جویی به‌خودی‌خود امری خطا و باطل نیست، اما به راه حلی عملی منتهی نمی‌شود؛ چراکه چه آلودگی در اثر لمس مجدد شیر آب به دست منتقل بشود و چه نشود، شخص مجبور است شیر را ببندد، این عمل را به پایان برساند و به سراغ اهداف عملی بعدی خود برود. علاوه بر این، وی در طول روز با مواردی از این دست بسیار سر و کار دارد؛ یعنی مجبور است بسیاری چیزها را لمس کند یا در دست بگیرد، بی‌آنکه بداند آلوده هستند یا خیر و بی‌آنکه این امکان را داشته باشد که هر لحظه دست‌هایش را شستشو دهد. به همین علت است که فرضاً در خصوص ویروس سرماخوردگی با اینکه ما بر انتقال آن از طریق تماس آگاهی داریم، اما در طول روز در راستای پیشبرد اهداف عملی‌مان بسیاری چیزها را ناآگاه از این‌که آلوده به این ویروس

هستند یا خیر لمس می‌کنیم و به همین علت نیز احتمالاً یک یا چندین مرتبه در سال به این ویروس آلوده می‌شویم. در واقع، برای ما امکان‌پذیر نیست که بتوانیم در مکان‌هایی که حضور داریم تمامی نقاط یا افرادی را که به ویروس سرماخوردگی آلوده هستند مشخص کنیم و متعاقباً از تماس با آن‌ها پرهیز نماییم؛ که اگر هم بتوانیم و چنین کنیم از انجام دادن کارهایمان بازمی‌مانیم. همین بعد عمل‌گرایانه یا منفعت‌کاربردی است که شخص سواسی نادیده می‌گیرد، اما این به معنای خلاف واقع بودن افکار وی یا کاذب بودن احکامی که صادر می‌کند نیست. در حقیقت، پیش رفتن زندگی مستلزم این است که انسان در بسیاری مواقع نادانسته عمل نماید، یا به عبارتی، خود را به جریان زندگی بسپارد بی‌آنکه نسبت به جزئیات آن آگاهی داشته باشد.

از آنچه در بخش پیشین گفته شد می‌توان نتیجه گرفت که جزئی‌نگری که در تقابل با تداوم و پیوستگی جریان زندگی قرار می‌گیرد از مشخصه‌های اصلی یک ذهنیت سواسی است، به طوری که تحلیل پدیده‌ی سواس بدون در نظر گرفتن این مشخصه امکان‌پذیر نیست^۱. توجه به جزئیات یک ویژگی ذهنی است که از طرفی می‌تواند موجب ممتاز گشتن شخص سواسی در میان دیگران در خصوص بعضی امور شود و از سویی دیگر او را در انجام دادن برخی امور روزمره‌ی زندگی ناتوان یا نامتعارف بنمایاند. در واقع، این جزئی‌نگری عموماً به سان یک شمشیر دو-لبه عمل می‌کند؛ هم می‌تواند موجب غلبه‌ی وی بر دیگران گردد و هم او را مغلوب نماید. در جزئی‌نگری دریچه‌ای پیش چشم ذهن گشوده می‌شود که به موجب آن شخص بر ظرایف و دقایقی که از تیررس بینایی عموم خارج است بینا می‌گردد. این در بدایت امر همچون یک مزیت رخ می‌نماید و در بسیاری موارد نیز به واقع چنین است. اما این مزیت مضراتی را نیز به دنبال دارد و آن این که وقتی این دریچه گشوده شد دیگر بستنش در اختیار شخص نیست. چه بسا جزئیاتی که شخص خواهان دیدار آن‌ها نیست و محکوم به دیدن است. مقصود این است که این دریچه نه صرفاً

۱. برای مطالعه‌ی بیشتر در خصوص مشخصه‌های شخصیت سواسی رجوع شود به: (Swinson, 1998: 79-).

وسواسِ ذهنی: ناواقع‌گرایانه یا ناعمل‌گرایانه؛ تحلیلی فلسفی از...؛ انصاری و همکاران | ۱۳

به روی جزئیاتِ خوش‌آیند یا کارآمد که به روی جزئیاتِ ناخوشایند و ناکارآمد نیز بازمی‌گردد.

برای شرحِ مطلب به نمونه‌ای اشاره می‌کنیم. در نظر آورید دو شخصِ متفاوت در حالِ گوش سپردن به یک قطعه‌ی موسیقیِ واحد هستند. یکی از این دو ناآشنا به دانشِ موسیقی و در نتیجه بی‌توجه به ظرایف و دقایقِ موسیقاییِ قطعه‌ی موردنظر است؛ در مقابل، شخصِ دیگر آشناییِ خوبی با دانشِ موسیقی دارد و در پرتو این آگاهی به وجهی جزئی‌نگرانه بدن گوش می‌سپارد. شخصِ اول از آنجا که قادر به تفکیکِ هیچ عنصرِ جزئی‌ای در آن قطعه نیست، آن را به مثابه‌ی یک کلّ یکپارچه می‌شنود و یک تأثیرِ حسیِ واحد از آن می‌گیرد. برای شخصِ دوم اما عناصرِ جزئیِ بسیاری قابل تشخیص است؛ مانند این که از چه سازهای متفاوتی در نواختن این اثر استفاده شده، ریتم و میزان این قطعه چیست، چه نوع فواصلِ موسیقایی‌ای در آن به کار رفته است و نظایر آن. هر کدام از این عناصر می‌توانند به‌طور جداگانه وارد آگاهیِ وی شوند تا آنجا که حتی گاهی به‌صورت مُنفک از کل جلوه کنند. مزیت این جزئی‌شنوی در این است که او به دریافتی واقع‌گرایانه از آنچه می‌شنود دست پیدا می‌کند و این امکان را می‌یابد که به وجهی آگاهانه بر آن محیط و مسلط شود و نیز ظرایف و زیبایی‌هایی را - که شخصِ اول بدن‌ها دسترسی ندارد - شنیده و از آن‌ها محظوظ گردد. اما این مزیت را مضرتی نیز هست و آن این که ممکن است آن قطعه دیگر همچون یک کل و با تأثیرِ حسیِ آنی و واحدی شنیده نشود، یعنی به‌عنوان مخلوطی از عناصرِ منفرد و به‌صورت بخش-بخش شده در آگاهی حضور یابد. پس شاید شخصِ دوم نتواند به‌سانِ اولی خود را به جریانِ روانِ قطعه بسپارد و در آن غرقه گردد، چرا که ذهنش در گیرِ مناسباتی جزئی‌نگرانه و حساب‌گرانه می‌شود و آن کلّ واحد در نظر او تکه-تکه می‌گردد. همین تمایز را در مناسباتِ انسانی نیز می‌توان تشخیص داد. فرضاً در یک رابطه‌ی عاشقانه معشوق تنها آن زمان معشوق است که به‌مثابه‌ی یک کلّ یکپارچه در نظر عاشق مجسم شود و یک تأثیرِ حسیِ واحد و گیرا بر عاشق بگذارد. اما زمانی که معشوق نه همچون یک کل که چونان مجموعه‌ای از عناصرِ مجزاً - مثلاً ترکیبی

از اندام و جوارح یا مخلوطی از افکار و خصوصیات - در نظر آید دیگر معشوق نخواهد بود؛ هم‌چنین عاشق زمانی می‌تواند به‌واقع عاشق باشد که گرفتار جزئی‌نگری در خصوص معشوق نشود. نگرش معطوف به جزئیات اندامی یا افکاری معشوق هرکدام از این عناصر جزئی را به‌صورت منفرد و مستقل وارد آگاهی عاشق می‌کند و تمرکز وی بر کلیت معشوق را برای داشتن یک پذیرندگی حسی قوی کاهش می‌دهد. اما درعین حال در پرتو همین جزئی‌نگری عاشق می‌تواند شناخت واقعیت‌مدارانه‌ی دقیق‌تری نسبت به معشوق پیدا کند، البته نسبت به معشوقی تکه-تکه شده! بنابراین، جزئی‌نگری درعین حال که یک امکان ممتاز شناختی به شخص می‌بخشد، می‌تواند واحد-بینی و پیوستگی دریافتی وی را - که لازمه‌ی یک تأثیرپذیری حسانی نیرومند است - مختل کند. البته ممکن است یک ذهن توانا و درعین حال حساس بتواند توان جزئی‌اندیش و کلی‌نگر باشد؛ یعنی این امکان را بیابد که هم جزئیات و کثرات را در وحدت و هم امر واحد را محیط بر اجزا و عناصر به‌طور هم‌زمان دریافت کند. اما این امکان امکانی ویژه می‌نماید و نه آنچه در دسترس همگان است و به نظر می‌رسد تا بدین جا که ذهن انسانی تکامل یافته است عموماً اذهان بر یکی از این دو قوه‌ی جزئی‌نگری و کلی‌بینی توانایی بیشتری دارند و صرفاً نادر و نوابغی نظیر برخی هنرمندان و فلاسفه به چنین قابلیت دو-سویه‌ای مجهز می‌باشند.

اما در پدیده‌ی وسواس ما با تجلی حداکثری و افراطی‌ای از جزئی‌نگری و جزئی‌اندیشی مواجه هستیم، به‌طوری که شخص مبتلا نه مسلط بر جزئیات که تحت سلطه‌ی آنها واقع می‌شود؛ یعنی این جزئی‌نگری به وجهی کاملاً اجباری و خارج از مهار وی اتفاق می‌افتد. چه‌بسا که او به‌واقع خواهان این باشد که این جزئیات را نبیند و نیندیشد اما کاری از دستش ساخته نیست و کوشش‌هایش برای گریختن از آنها سودمند نمی‌افتد. به‌عنوان مثال، برخی از مبتلایان به وسواس به علت همین جزئی‌نگری در فرآیند خواندن یک متن دچار مشکل می‌شوند. می‌دانیم که خواندن امری است که نیازمند یک پیوستگی دریافتی از جانب خواننده است، بدین صورت که ضروری است که در یک جریان پیوسته کلمات و در مرحله‌ی بعد سطور و صفحات یکی پس از دیگری و در پیوند با یکدیگر

خواننده شوند تا خواندن به فرآیندی معنادار بدل شود. اما برای برخی افرادِ وسواسی امرِ خواندن به گونه‌ای دیگر اتفاق می‌افتد، به شکلی که توجه آن‌ها بیش از حد متعارف معطوف به جزئیاتِ متن - یعنی خودِ کلمات - می‌گردد؛ نظیر این که هر کدام از کلمات به‌طور جداگانه چه معناهایی می‌تواند داشته باشد، با چه قلمی^۱ یا با چه اندازه‌ای نوشته شده است، آیا به لحاظِ املائی و بر طبقِ قواعدِ نگارشی صحیح است و غیره. به‌علاوه، ممکن است بسیاری از کلمات و خصوصاً اسامی برای آن‌ها یادآور اشخاص یا خاطراتی بی‌ارتباط با متن باشند و توجه آنان را از متن به برون‌متن پرتاب نمایند. در این خصوص زیگموند فروید معتقد است که کلمات و اسامی در ضمیر ناآگاه^۲ جایگاه ویژه‌ای دارند و خاصه مبتلایان به وسواس در برابر برخی از آن‌ها واکنش و حساسیت ویژه‌ای نشان می‌دهند، از جمله این که در برخی موارد وجود یک شخص را با اسم او مترادف می‌دانند و در نتیجه، هر کجا که با آن کلمه مواجه شوند گویی که با خود آن شخص روبه‌رو گشته‌اند (فروید، ۱۳۹۶: ۱۲-۱۱۱). بدین ترتیب، چنین برخورد جزئی‌نگرانه‌ای با کلمات در حین خواندنِ متن باعث می‌شود تا خواندن به یک جریانِ ناپیوسته و منقطع بدل شود؛ چراکه توجه مفرط به کلمات به‌طور جداگانه آهنگِ خواندن را با وقفه‌ها و سکون‌های بسیار مواجه می‌کند و پیوستگیِ دریافتیِ خواننده را - که برای درکِ پیوندِ معناییِ میانِ کلمات و سطور ضروری است - مختل می‌نماید. این اختلال در درکِ معنا شخص را وامی‌دارد تا در حینِ خواندنِ مدام بازگردد و آنچه را پیش‌تر خوانده دوباره بخواند و این امر آن‌قدر تکرار می‌گردد که عملِ خواندن برای او به امری فرسایشی و بسیار زمان‌بر بدل می‌شود.

مبتلایان به وسواس در انجام دادنِ برخی امور با وقفه‌ها و تکرار کردن‌هایی از این دست بسیار مواجه می‌شوند که نتیجه‌ی این امر شک کردن آن‌ها به توانایی‌های ذهنی و عملی خویش است. فروید گزارش می‌کند که تعدادی از بیمارانش از وسواس‌های متعددی رنج می‌بردند، به طوری که این وسواس‌ها همه‌ی اعمال آن‌ها را مختل می‌ساخت و

۱. Font

۲. برای مطالعه‌ی بیشتر در خصوص مفهوم ناخودآگاه نزد فروید رجوع شود به: (Freud, 2011 a: 2576-8).

به دفعات در جریانِ فکرِ آن‌ها وقفه ایجاد می‌کرد. آگاهی از این امر در آن‌ها شکی معقول نسبت به عملکردِ حافظه‌شان به وجود آورده بود و این امری قابل‌انتظار بود، چراکه اگر توجهِ انسان مثلاً در حینِ خواندنِ یک نامه یا انجام دادنِ یک محاسبه‌ی ریاضی به دفعات به سویی منحرف شود، ناچار است نامه را دوباره بخواند و عمل حساب را از آغاز تکرار نماید. این امر اعتمادِ شخص به توانایی‌های خویش را لرزان می‌کند و یا آن‌گونه که فروید می‌گوید: «زمانی که وسواس‌ها [در ذهنِ شخص] حاضر باشند، شک نتیجه‌ای کاملاً ناگزیر است» (Freud, 2013: 11). بنابراین، می‌توان شکاکیت و فقدِ یقین را دیگر ویژگی مهمّ یک ذهنیتِ وسواسی محسوب نمود.

جدال میان شک و یقین در اذهانِ مختلف با کیفیات و شدت‌های متفاوتی بروز پیدا می‌کند. شک یک حالتِ ذهنی است که مولودِ نسبی‌نگری است و حسّ عدمِ اطمینان و عدمِ انسجام در عمل را به همراه دارد. در مقابل، یقین حالتی ذهنی است که برآمده از قطعی‌نگری است و منجر به اطمینان و انسجام می‌شود؛ یعنی یک صافیِ قطعی‌نگرانه باید پیشِ چشمِ ذهن قرار داشته باشد تا بتواند نسبت به داده‌هایی که دریافت می‌کند یقین حاصل کند. این صافی به‌طور خودکار از بدو تولّد و شکل‌گیریِ ذهنِ انسان در برابرِ ذهن حضور دارد؛ به همین سبب است که کودکان نه فقط امورِ عینیِ جهانِ بیرون، بلکه حتی امورِ ذهنی و خیالیِ خود را نیز قطعی می‌پندارند. از این رو، آنا فروید - دختر زیگموند فروید - که توجهِ ویژه‌ای به حوزه‌ی روان‌کاویِ کودک داشته است عقیده دارد خیال‌پردازی و قطعی‌پنداشتنِ امورِ خیالی در کودکان می‌تواند منجر به رهایی از اضطراب گردد؛ بدین صورت که کودک از آگاهی یافتن از یک واقعیتِ ناخوشایند سرباز می‌زند، آن را انکار می‌کند و سپس در خیال وارونه‌اش می‌نماید. از جمله، وی به موردِ کودکی اشاره می‌کند که پدرِ زورگویی او در خیال تبدیل به حیوانی محافظ و خودِ کودک بدل به اربابِ این حیوان شده بود. در پرتوِ باور به این خیال، کودک قادر گشته بود اضطرابِ ناشی از زورگوییِ پدر را تا اندازه‌ای خنثی نماید (آنا فروید، ۱۳۹۶: ۸۶). اما به تدریج با رشدِ انسان رخنه‌هایی در صافیِ قطعی‌نگرانه‌ی ذهن ایجاد می‌شود و شخص نسبت به برخی

داده‌هایی که به ذهن راه می‌یابند شک روا می‌دارد. به نظر می‌رسد که هر چه قدرتِ پردازش‌گریِ ذهن بیشتر باشد، میزانِ شک‌ورزیِ آن نیز بیشتر خواهد بود و از به رسمیت شناختنِ امور به‌عنوانِ اموری یقینی بیشتر سرباز می‌زند. شک‌ورزی سرآغازِ پرسش‌گری است، چراکه ابتدا باید در جواب‌های پذیرفته‌شده‌ی ازپیش‌موجود شک روا داشت تا امکان طرح پرسش‌های جدید به وجود آید. ازقضا، این همان کاری است که فلسفه انجام می‌دهد یا بنا به ماهیتِ مفروضش انتظار می‌رود انجام دهد؛ یعنی به چالش کشیدنِ عاداتِ معهود و به پرسش کشیدنِ پیش‌فرض‌های یقینی‌ای که باورهای روزمره بر آن‌ها استوار است.^۱ این که نهایتِ اندیشیدنِ فلسفی یک پاسخِ یقینی باشد یا خیر، خود مطلبی پرسش‌برانگیز است، اما مسلماً بدایتِ آن شک ورزیدن است. بنابراین، گرچه ممکن است شک‌ورزی -از آنجا که در تقابل با ایمان قرار می‌گیرد- در سطوح مختلفِ زندگی موردِ نکوهش واقع شود، اما در فلسفه امری ستوده است؛ چراکه سرآغازِ هر معرفتی است. ازجمله، نیچه معتقد است که جان‌های بزرگ شک‌اندیش‌اند و رهایی از هر باوری نشانی از قدرت‌مندی و تواناییِ نگرشِ آزاد است؛ و در مقابل، نیاز به ایمان نیازی از سرِ ضعف است و انسانِ اهلِ ایمان الزاماً انسانیِ وابسته است، چراکه نیاز دارد به مرجعی نظام‌بخش یقین آورد تا از بیرون با آن تنظیم شود و او را محدود نگه دارد (نیچه، ۱۳۹۳: ۱۱۶-۱۱۵).

نکته‌ی دیگری که در تقابلِ شک و یقین حائز اهمیت است، نسبتِ این دو با اراده است. یقین داشتن موجبِ قوتِ اراده است، حال آنکه شک ورزیدن اراده را متزلزل می‌کند. البته این قوت و تزلزل در اراده را نباید در معنایی ارزشی مراد کرد؛ چراکه حالتِ ذهنیِ یقین لزوماً بر مبنایِ صدق یا حقیقتِ امور نیست و متعاقبِ آن، اراده‌ای که بر مبنایِ یقین استوار می‌شود الزاماً به عملی ارزشمند منتهی نمی‌شود، بلکه یقین، فارغ از نتیجه‌ی آن، صرفاً محکم‌کننده‌ی اراده است. در نظر آورید که شخصی قصدِ خریدِ یک پیراهن از فروشگاهِ لباس را دارد. او با دو وضعیتِ متفاوت مواجه می‌شود. در وضعیتِ اول به

۱. به اعتقاد فروید غریزه‌ی دانستن و به تبع آن شک ورزیدن می‌تواند نقشِ بزرگی در پدیده‌ی وسواس ایفا کند غریزه‌ی دانستن و شک‌ورزی‌ای که یادآورِ شوقِ به دانایی و شگاکیت در فلسفه است (Freud, 2011 c: 2630).

فروشگاهی بزرگ پا می‌گذارد که گزینه‌های بسیاری از انواع پیراهن را که به تن او راست می‌آیند ارائه می‌کند. در وضعیت دوم اما وارد فروشگاه کوچکی می‌شود که صرفاً دو عدد پیراهن مناسب وی دارد. در حالت اول از آنجا که او با گزینه‌های زیادی مواجه است، برگزیدن یک از میان بسیار برایش امری آسان نخواهد بود، چرا که به آسانی نمی‌تواند در مورد آنچه می‌خواهد به یقین برسد، یعنی در واقع، با تأخیر و تزلزل در اراده‌ورزی روبه‌رو می‌شود. اما در حالت دوم چون تنها دو گزینه موجود است، راحت‌تر می‌تواند نسبت به آنچه می‌خواهد یقین حاصل کند و دست به انتخاب زند، یا این که اصلاً اراده کند که هیچ‌یک را نخریده از فروشگاه خارج شود. البته روشن است که نتیجه‌ای که در پی این یقین حاصل شده می‌آید لزوماً برتر از نتایج شک ورزیدن‌های حالت پیشین نیست؛ چه بسا که پیراهنی که در وضعیت اول نهایتاً پس از جدل‌های درونی و آزمون‌های بسیار با اراده‌ای لرزان برگزیده می‌شود، انتخاب مناسب‌تری از آنچه باشد که در وضعیت دوم در پی یقینی زودرس به سهولت حاصل می‌آید.

نمونه‌ی فوق حاکی از این است که اصولاً زمانی که ذهن انسان با گزینه‌ها و امکان‌های متعدد مواجه است، لاجرم شک‌ورزی و پرسش‌گری در کار می‌آورد که پیامد آن اضطراب و پراکندگی اراده است. این مطلب در فیلم سینمایی *افسانه‌ی ۱۹۰۰*^۱ ساخته‌ی جوزپه تورناتوره^۲ فیلم‌ساز ایتالیایی به‌خوبی بازنمایی شده است. در این فیلم زندگی مردی جوان تصویر می‌شود که به‌عنوان نوازنده‌ی پیانو در یک کشتی مسافرتی زندگی می‌کند. او در همین کشتی متولد شده و سراسر عمر خویش را در این کشتی گذرانده است، بی‌آنکه حتی یک‌بار از آن خارج شده باشد. وی که با قدرت نوازندگی‌اش همیشه دل از مسافران می‌ربوده، روزی خود دل‌باخته‌ی یکی از مسافران می‌شود و میان آن دو رابطه‌ای احساسی شکل می‌گیرد. لاجرم بر آن می‌شود تا با رسیدن کشتی به مقصد همراه آن مسافر ترک کشتی گوید و زندگی جدیدی را در جهان خارج از کشتی در کنار معشوق خود

۱. The Legend of 1900

۲. Giuseppe Tornatore

آغاز نماید. اما به محض خروج از کشتی و مواجه شدن با جهان بیرون دچار اضطرابی سخت می‌گردد. این واژه تا بدان حدی است که نهایتاً از تصمیم خود منصرف شده، همان زندگی پیشین خود در کشتی را انتخاب می‌کند. زمانی که دلداده‌ی او علت این انتخاب را جویا می‌شود، وی در پاسخ می‌گوید که در دنیای کوچک کشتی و امکان‌ها و گزینه‌های محدود آن است که می‌تواند بدرخشد و آن کسی باشد که اکنون هست و نه در دنیای بی‌کران بیرون که با امکان‌ها و گوناگونی‌های بی‌شماری مواجه است.

بحث اضطراب ناشی از آزادی انتخاب را متفکران اگزیستانسیالیست نیز واکاوی کرده‌اند. از جمله سارتر در هستی و نیستی^۱ شرح می‌دهد که اضطراب برآمده از آزادی و مواجهه با امکان‌های دیگر شخص را وامی‌دارد تا دست به نفی آزادی خویش زند. از دید سارتر، انسان نه تنها ناآزاد نیست که «محکوم به آزادی» است؛ یعنی آزادی سرنوشت محتوم انسان است و گریزی از آن نیست، یا به عبارتی، جبر انسان در مختار بودن است. اما این آزادی تولید اضطراب می‌کند، چراکه انسان ناچار است از میان امکان‌های گوناگون دست به انتخاب زند و مسئولیت انتخاب خویش را بر عهده بگیرد. در نتیجه برای فرار از این اضطراب و نپذیرفتن مسئولیت آزادی خویش اساساً منکر آزادی و امکان‌های پیش روی‌اش می‌شود. سارتر این حالت ذهنی را «ایمان بد»^۲ می‌خواند. ایمان بد در واقع نوعی خودفریبی است، یا به عبارت دیگر، دروغی است که شخص به خویش می‌گوید و آن را باور می‌کند. آنچه منجر به این خودفریبی می‌شود اضطراب است؛ یعنی آنجا که شخص امری واقعی را اضطراب‌زا می‌یابد، لاجرم با فریفتن خویش از آن واقعیت می‌گریزد تا اضطراب را فرو-بنشانند. سارتر در توضیح ایمان بد مثال‌هایی ارائه می‌کند؛ از جمله، به یک خدمت‌کار کافه اشاره می‌کند که خدمت‌کار بودن را ماهیت خویش می‌داند و خود را صرفاً با این نحوه از هستی شناسایی می‌کند. از دید سارتر، اگر وی خود را انسانی می‌دانست که در نقش یک خدمت‌کار ایفای نقش می‌کند بلا-اشکال بود، اما ایمان بد وی در این است که هستی خویش را به خدمت‌کار صرف بودن تقلیل داده و در برابر

۱. Being and Nothingness

۲. Bad Faith

امکان‌های دیگر بودن ناگشوده گشته است (Bergoffen, 2014: 105). در واقع، او عنوان «خدمت‌کار» را بر پیشانی ذهن خویش حک نمود تا از اضطراب، شک‌ورزی و پرسش‌گری‌ای که در مواجهه‌ی آزادانه با امکان‌های متعدد دیگر ایجاد می‌شود بگریزد و با محدود ساختن دامنه‌ی هستی‌خویش اراده‌اش را در این محدوده مستحکم گرداند؛ درست به سان نوازنده‌ی پیانوی افسانه‌ی ۱۹۰۰ که قوت اراده‌ی خود را در محدودیت زیستن در کشتی و نه در فراخی جهان خارج می‌دید.

مبتلایان به وسواس در جدال ذهنی میان شک و یقین، در قیاس با نامبتلایان، استعداد بیشتری در به غلبه رساندن شک دارند. آنان همواره خود را مواجه با امکان‌های متعدد می‌بینند که باید از مهانشان برگزینند. این انتخاب برای آن‌ها حاصل نمی‌شود، مگر پس از شک ورزیدن‌ها و به پرسش کشیدن‌های بسیار که فرآیند گزینش را به امری فرسایشی و زمان‌بر بدل می‌کند تا بدان حد که ممکن است در نهایت به یک انتخاب قطعی منتهی نشود، یا تصمیمی اتخاذ نشده و عزمی برای عمل استوار نگردد. به همان نسبت که فرآیند انتخاب کردن برایشان طولانی‌تر شود، لحظات اضطراب‌آلود بیشتری را تجربه می‌کنند - تجربه‌ای سرشار از تردید که از قضا، مولود نگرشی است که نسبت به آزادی و مسئولیت خویش دارند؛ مبتلایان به وسواس بیش از حد متعارف خود را در قبال تصمیمات و اعمالشان مسئول می‌بینند. آنان به وجه اغراق‌آمیزی نگران پیامدهای گزینش‌های خود هستند؛ از جمله، بسیار مضطرب می‌شوند از این که مبدا هر عملی از آن‌ها منجر به آسیب جسمی به خویش یا دیگری شود، یا اینکه فرضاً سخنی بر زبان آورند که موجب رنجش خاطر دیگران گردد. در نتیجه، در گزینش‌های خود احتیاط و دقت بیش از اندازه‌ای در کار می‌آورند که از طرفی می‌تواند منجر به اتخاذ تصمیمی بهتر و انجام عملی مطلوب‌تر شود و از طرف دیگر ممکن است اساساً به عدم انتخاب و بی‌عملی بیانجامد. به‌عنوان نمونه در نظر آورید که یک ورزش‌کار مبتلا به وسواس روزی در حین یک مسابقه دچار شکستگی دست می‌شود و مجبور می‌شود مدتی از ورزش کناره‌گیری نماید. این کناره‌گیری و طی کردن دوران نقاهت طبعاً برای وی امری ناخوشایند و همراه با درد است. پس از بهبودی کامل او خواهان بازگشت به میدان مسابقه است اما این فکر که مبدا حادثه‌ی شکستن

دست دوباره رخ دهد مضطربش می‌کند، چراکه خاطره‌ی دردِ متحمل شده‌ی پیشین را در ذهن دارد. حال یک نتیجه این است که وی به میدان بازگردد اما با احتیاط و دقت بسیار تا احتمال آسیب دیدن را به حداقل برساند. اما هم‌چنین ممکن است اضطرابش از آسیب دیدن به حدی باشد که از شروع مجدد ورزش به کلی صرف نظر کند. هم‌چنین هنرمندی و سواسی را تصور کنید که برای انتشار اثری به نام خود زمان و دقت فراوانی صرف می‌کند، یا آن‌گونه که در زبان عامیانه گفته می‌شود «وسواس زیاد به خرج می‌دهد». این امر باعث می‌شود آثار وی، نسبت به دیگران، با فواصل زمانی زیادتر اما با کیفیتی مطلوب‌تر منتشر گردند. هرچند این امکان هم وجود دارد که وسواس وی به اندازه‌ای شود که به‌رغم صرف وقت و دقت بسیار در خلق هر اثر و باوجود کیفیت قابل قبولی که دارند او در نهایت مجاب به عرضه کردنشان نشود؛ یا اینکه این وسواس به خرج دادن در فرآیند خلق هر اثر آن‌قدر اضطراب‌زا و فرساینده گردد که او نهایتاً مجبور شود کل فرآیند را متوقف کند و بی‌عملی را بر عمل ترجیح دهد.

آن‌چنان‌که از نمونه‌های ذکرشده در بخش پیشین برمی‌آید، مسئولیت‌پذیری زیاد مبتلایان به وسواس در قبال انتخاب‌های خود هم مولد اضطراب و هم سرآغاز کمال‌طلبی ایشان است؛ بدین معنی که آنان به هنگام مواجهه با امکان‌ها و گزینه‌های متعدد، از آنجا که خود را در قبال انتخاب خویش به‌شدت مسئول می‌بینند، لاجرم به اضطراب سنگینی دچار می‌شوند تا ضرورتاً انتخاب بی‌عیب و نقصی داشته باشند و کمال مطلوب را برگزینند. فروید در این خصوص معتقد است که درست‌کاری کمال‌طلبانه‌ای که در اعمال شخص وسواسی وجود دارد و نیز اضطرابی که در پی انجام ندادنشان می‌آید به‌گونه‌ای است که گویی عملی مقدس - نظیر اعمال عبادی دین‌داران - را به انجام می‌رساند (Freud, 2011: 1902). بنابراین، مادامی که تصویری از رسیدن به یک نقطه‌ی اوج امن ایجاد نشود، این اضطراب فروکش نخواهد کرد. هرچند که چنین نقطه‌ی اوجی عموماً غیرقابل دست‌یابی است و اگر هم به دست آید در کوتاه‌زمانی از کف می‌رود و نتیجتاً باعث می‌شود شخص در اضطرابی مداوم به‌سربرد. به‌عنوان مثال، در وسواس نظافت شخص مبتلا نگرشی کمال‌طلبانه به پاکیزگی و ناپاکیزگی دارد و خواهان این است که فرضاً تمام نقاط بدن یا

محل زندگی اش پالوده از هر نوع آلودگی باشد. برخی از این مبتلایان با ورود هر انسانی از بیرون به درون خانه‌ی شان دچار اضطراب می‌گردند؛ چراکه خانه‌ی خویش را مکانی تماماً پاکیزه و دنیای بیرون از خانه را منشأ ناپاکیزگی می‌بینند، در نتیجه با ورود عنصری خارجی تصویری که از تمامیت پاکیزه‌ی خانه‌ی خود دارند دچار خدشه می‌شود. هم‌چنین در بسیاری از افراد وسواسی رویکردی سخت‌گیرانه و کمال‌طلبانه به امر اخلاق دیده می‌شود که در واقع از جنس همان وسواس نظافت است، با این تفاوت که به‌جای پاکیزگی ظاهر به پاکیزگی باطن نظر دارد. در این نگرش، افعال یا تماماً اخلاقی‌اند و یا مطلقاً غیر اخلاقی، چه فاعلشان خود شخص باشد و چه دیگری. این مبتلایان چنانچه کوچک‌ترین لغزش اخلاقی‌ای روی دهد یا احتمال رخ دادنش باشد مضطرب می‌شوند، چراکه هستی و زیست اخلاقی را چون آینه‌ای تماماً صیقلی می‌بینند که حتی با یک لغزش زنگار می‌گیرد و کمال آیینگی اش از میان می‌رود.

در خصوص ارتباط میان پاکیزگی ظاهری و باطنی، فروید به مورد زنی اشاره می‌کند که دست‌هایش را به‌طور مداوم می‌شست و برای جلوگیری از آلوده شدنشان هر دست‌گیره‌ی دری را صرفاً با آرنجش لمس می‌نمود. به اعتقاد فروید، عمل شستشوی این زن عملی نمادین بود که در حقیقت جای خالی پاکیزگی اخلاقی را با پاکیزگی فیزیکی پر می‌کرد. پاکیزگی اخلاقی‌ای که وی به‌خاطر ارتکاب یک خطا از دست‌رفته می‌دید و از فقدانش در عذاب بود. در نتیجه، تلاش می‌کرد تا خاطره‌ی آن را از ذهن بیرون کند و این امر میسر نبود، مگر از این طریق که پاکیزگی جسمی را جایگزین پاکیزگی اخلاقی مفقود نماید (Freud, 2013: 12). در حقیقت، داشتن یک نگرش کمال‌طلبانه به پاکیزگی و ناپاکیزگی - چه ظاهری و چه باطنی - موجب می‌شود آستانه‌ی رضایت فرد از وضعیت پاکیزگی خود و غیر خود به مقدار قابل توجهی بالا رود و به‌تبع آن، پدیده‌ها تا زمانی که به این حد از کمال پاکیزگی نرسند ناپاک قلمداد شوند. حاصل این است که فرد خود را با دو طیف حداکثری از پاک‌ها و ناپاک‌ها مواجه می‌بیند، بی‌آنکه هیچ طیف میانی‌ای را متصور شود؛ به‌سان تابلوی نقاشی‌ای که در آن صرفاً از دو رنگ سفید خالص و سیاه خالص با حداکثر تباین رنگی استفاده شده و تمامی رنگ‌مایه‌های خاکستری میانی حذف شده است. همان‌گونه که هرگونه تماس رنگ سیاه با سفید سبب از دست‌رفتن خلوص و کمال سفیدی می‌شود،

کوچک‌ترین برخورد میان پاکی و ناپاکی نیز، از دید فردِ وسواسی، موجب سرایتِ ناخالصی و در نتیجه ناپاک شدنِ پاکی می‌گردد.

بنابراین، تماس و سرایت از طریق تماس در وسواس اهمیت ویژه‌ای می‌یابد به طوری که فروید ممنوعیت اصلی در وسواس را منع تماس یا ترس از تماس می‌داند؛ چراکه شخصِ وسواسی به گونه‌ای رفتار می‌کند که گویی اشخاص یا اشیای ممنوع منبع واگیری و سرایت خطرناکی هستند که آماده‌اند از راه تماس همه‌ی آنچه در آن حوالی است را آلوده کنند. البته مراد فروید از تماس صرفاً لمس فیزیکی یک جسم نیست، بلکه تماس ذهنی با یک امر ممنوع را نیز شامل می‌شود؛ یعنی هر چیزی که موجب نزدیک شدن افکار شخص مبتلا به سوی امور ناپاک گردد به نوبه‌ی خود می‌تواند ممنوع شود (فروید، ۱۳۹۶: ۷۱-۷۰). تماس در واقع برای فرد مبتلا به وسواس گذرگاهی است که دو حد تام را به یکدیگر متصل می‌کند - نقطه‌ی اتصال و در-هم-آمیزی‌ای که زایل‌کننده‌ی خلوص و نتیجتاً زاینده‌ی اضطراب است. تماس صرفاً زمانی بدل به امری ایمن می‌شود یا به بیان دیگر، فرد تنها زمانی مجاب به اراده کردن تماس می‌گردد که اطمینان حاصل کند که متعلق تماس همچون خود وی در کمال پاکی است.

این نگرش کمال‌طلبانه در سایر انواع وسواس نیز قابل مشاهده است. فرضاً یک شخص هنردوست وسواسی پاکی و ناپاکی را نه معطوف به سلامت فیزیکی یا اخلاقی که در پیوند با ارزش هنری برای خویش معنا می‌کند. وی دو طیف حداکثری هنرناب و ناهنر را از یکدیگر تمیز می‌دهد و هیچ حد میانی و هیچ امکان تماسی را بین این دو پذیرا نمی‌شود. حتی ممکن است چنین شخصی اساساً سر-باز-زند از این که در معرض اثری که از دید او ناهنر است واقع شود؛ نه به این خاطر که آن را نامطبوع یا موجب اتلاف وقت می‌یابد، بلکه بدین سبب که آن را آلاینده‌ی نگرش هنری خالص خویش می‌داند. پس اینجا هم امکان سرایت است که واجد اهمیت تلقی می‌شود - سرایت آلودگی (در اینجا ناهنر بودگی) از ناهنر به هنرناب.

نتیجه‌گیری

در نهایت، فارغ از این که وسواس را بیماری یا اختلالی روانی بدانیم یا نه، از نظرگاهی

فلسفی می‌توان ذهنیت و اندیشیدن و سواسی را با مؤلفه‌های جزئی‌نگری، شکاکیت، مسئولیت‌پذیری و کمال‌طلبی تبیین کرد. جزئی‌اندیشی سبب می‌شود توجه شخص مبتلا معطوف به جزئیات ریزی گردد که از دید عموم مردم پنهان است. این امر می‌تواند، به لحاظ نظری، گونه‌ای توانایی شناختی ممتاز و، به لحاظ عملی، دقت و صحت بسیار در انجام دادن کارها را به ارمغان آورد؛ هرچند که ممکن است هر عملی را بدل به امری منقطع، زمان‌بر و فرسایشی نماید. شک‌ورزی روزنی در حجاب قطعیت‌ها می‌گشاید و امکان به چالش کشیدن مفروضات پیشینی و طرح پرسش‌های جدید را برای شخص مهیا می‌سازد؛ اما از آنجا که وی را ناچار به گزینشی و سواس گونه از میان امکان‌های متعدد می‌کند، زاینده‌ی اضطراب می‌گردد و تأخیر و تزلزل در اراده‌ورزی را موجب می‌شود. مسئولیت‌پذیری شدیدی که فرد و سواسی در قبال انتخاب‌های خویش احساس می‌کند سبب می‌گردد که وی دست به انتخاب نزند، مگر آن‌که امر منتخبش کمال مطلوب باشد و دست از انجام دادن کاری نکشد، مگر آن‌که به لحاظ کیفی به وضعیتی آرمانی و بی‌نقص رسیده باشد. در حقیقت، هر آن چیزی که باعث مخدوش شدن ادراک کمال‌انگاران‌هی شخص شود همچون عامل سرایت ناخالصی جلوه می‌کند که می‌تواند در اثر تماس مولد اضطرابی سخت گردد. تبیین و سواس بر اساس مؤلفه‌های مذکور مؤید این حکم است که افکار و سواسی ناواقع‌گرایانه و فاقد مبنایی منطقی نیستند، بلکه ناعمل‌گرایانه و غیر کاربردی‌اند؛ بدین صورت که رویکرد گزینشی و عمل‌گرایانه‌ای که ذهن انسان به‌طور طبیعی برای پیشبرد اهداف عملی زندگی اتخاذ می‌کند، در پدیده‌ی و سواس تحت الشعاع افکار اجباری‌ای قرار می‌گیرد که به حقیقت امور و نه کارآمدی‌شان نظر دارند؛ در نتیجه، غایت عملی به پای حقیقت‌نگری قربانی می‌شود.

تعارض منافع

تعارض منافع وجود ندارد.


ORCID


Kayvan Ansari

Malek Hosseini

Shahla Eslami

 <http://orcid.org/0000-0001-7855-7376>

 <http://orcid.org/0000-0002-2204-8289>

 <http://orcid.org/0000-0002-6505-4961>

منابع

- فروید، آنا (۱۳۹۶). *من و سازوکارهای دفاعی*، محمد علی خواه، تهران: نشر مرکز، چاپ پنجم.
- فروید، زیگموند (۱۳۹۶). *توتم و تابو*، حمیدرضا غیوری، تهران: نشر راستین، چاپ چهارم.
- کلارک، لین (۱۳۸۹). *کمک در مورد هیجانات: مدیریت اضطراب، خشم و افسردگی*، رضا رستمی و علی نیلوفری، تهران: انتشارات تبلور، چاپ دوم.
- نیچه، فریدریش ویلهلم (۱۳۹۳). *دجال: تلاشی برای نقد مسیحیت*، سعید فیروزآبادی، تهران: نشر جامی، چاپ چهارم.
- یانگ، جولیان (۱۳۹۳). *شوینهاور*، حسن امیری آرا، تهران: نشر ققنوس، چاپ اول.
- Bergoffen, Debra (2014). "Existentialism and Ethics", *The Continuum Companion to Existentialism*, Bloomsbury, pp. 98-116.
- Boland, Robert, et al. (2021). *Kaplan and Sadock's Synopsis of Psychiatry*, Wolters Kluwer Health, 12th edition.
- Clark, Lynn (2010). *Help about emotions: managing anxiety, anger and depression*, Reza Rostami and Ali Niloufari, Tehran: Tabalvor Publications, second edition. [in Persian]
- Chou-Green, Jennifer M. et al. (2003). "Compulsive behavior in the 5-HT_{2C} receptor knockout mouse", *Physiology & Behavior*, 78(4-5): 641-649.
- Freud, Sigmund (2011 a). "A Note on the Unconscious in Psycho-Analysis", *Freud – Complete Works*, Ed. Ivan Smith, pp. 2575-2583.
- Freud, Sigmund (2013). *Obsessions and Phobias*, Read Books Limited.
- Freud, Sigmund (2011 b). "Obsessive Actions and Religious Practices", *Freud – Complete Works*, Ed. Ivan Smith, pp. 1899-1909.
- Freud, Sigmund (2011 c). "The Disposition to Obsessional Neurosis", *Freud – Complete Works*, Ed. Ivan Smith, pp. 2621-2631.
- Freud, Anna (2016). *Me and Defense Mechanisms*, Mohammad Alikhah, Tehran: Markaz Publishing House, 5th edition. [in Persian]
- Freud, Sigmund (2016). *Totem and Taboo*, Hamidreza Ghayouri, Tehran: Rastin Publishing House, 4th edition. [in Persian]
- Levitin, Daniel J. (2002). *Foundations of Cognitive Psychology*, MIT Press.
- Nietzsche, Friedrich Wilhelm (1393). *Antichrist: An attempt to criticize Christianity*, Saeed Firouzabadi, Tehran: Jami Publishing House, 4th edition. [in Persian]
- Swinson, Richard P. (1998). *Obsessive-Compulsive Disorder: Theory, Research, and Treatment*, The Guilford Press.

- Szechtman, Henry et-al. (1999). "Role of dopamine systems in obsessive-compulsive disorder (OCD): Implications from a novel psychostimulant-induced animal model". *Polish Journal of Pharmacology*. (51): 55-61.
- Young, Julian (2013). *Schopenhauer*, Hassan Amiriara, Tehran: Qaqnous Publishing House, first edition. [in Persian]



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

استناد به این مقاله: انصاری، کیوان، حسینی، مالک، اسلامی، شهلا. (۱۴۰۱). وسواسِ ذهنی: ناواقع‌گرایانه یا ناعمل‌گرایانه؛ تحلیلی فلسفی از اندیشیدنِ وسواسی، فصلنامه علمی حکمت و فلسفه، ۱۸(۷۰)، ۱-۲۶.

DOI: 10.22054WPH.2022.48834.1796



Hekmat va Falsafeh (Wisdom and Philosophy) is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.