

احساس گناه: بیماری یا شفا

Guilt: Malady or Healing

مقاله تحلیلی

دریافت: خرداد۹۵

پذیرش اسفند۹۵

صص: ۱۷۶-۱۵۹

حامد کاشانکی

Hamed Kashanaki

University of Tehran:

hamedkashanaki@gmail.com

کارشناسی ارشد روان شناسی دانشگاه تهران

Abstract

Morality, guilt, disorder, and crime are considered as key concepts to dialogue between traditional and modern world. From Davanloo's perspective (2001), guilt is such an overwhelming feeling that in most cases leads to mental illness. However, the experience of guilt may be supposed to lead to dynamics of human life and healing as well. So what makes the boundary between health and disease? The controversial point is Why and how this heavy feeling is the source of suffering and healing at the same time. In the process of attachment to parents, being rejected, or too supported may cause a child to experience conflictual feelings of rage, love, and guilt as the first two are synthesized. Since a child always tries to protect his or her attachment with parents, he or she protects them against destructive feelings by internalizing rage and this is the starting point of

چکیده

اخلاق، گناه، بیماری و جرم، مفاهیم راهگشای دیالوگ دنیای قدیم و جدید هستند. بر اساس دیدگاه دوانلو (۲۰۰۱) احساس گناه سنگین‌ترین احساس بشری و عامل بیماری‌های روانی است. از طرفی تجربه احساس گناه منجر به شفا و پویایی زندگی آدمی می‌شود. بنابراین موردبحث برانگیز این است که مرز بین سلامت و بیماری چیست؟ چرا و چگونه سنگین‌ترین احساس بشری که عامل رنج‌هایش است منجر به شفا هم می‌شود.. زمانیکه کودک در دلبستگی به والدین طرد یا بیش‌ازحد حمایت شود، عشق‌ورزی او با احساسات متعارضی مانند نفرت، عشق و گناه به‌عنوان ترکیب این دو، همراه می‌شود. از آنجاکه کودک همواره تلاش می‌کند که از رابطه دلبستگی خود با والدینش محافظت کند، به‌منظور حفاظت از آنها، اغلب خشم خود را به سمت خویش بر

psychopathology and psychosomatic conditions. The process seems to be inevitable in human life. After a historical review of the issue, this study analyzed the recent research into guilt and demonstrated the inevitability of mental illness while illustrating that it is a self-imposed and flexible process. As long as the individual ignores the need for self-knowledge, it is possible to continue his or her mental life. But of course healing, self-actualization and vitality depend on being aware of deficiencies and experiencing guilt.

Keywords: Guilt,
Psychopathology, Love,
Healing

می‌گرداند و این نقطه آغاز شروع بیماری روانی و بیماری‌های روانی تنی است. طی این فرآیند در زندگی آدمی گریزناپذیر است. پژوهش حاضر با تحلیل و بررسی مطالعات اخیر با محوریت گناه نشان می‌دهد بیماری روانی امری گریزناپذیر، خودخواسته و منعطف است، تا زمانی که نیاز به شناخت مسدود باشد ممکن است فرد به حیات روانی خود ادامه دهد ولی بهبودی، شکوفایی و سرزندگی درگرو آگاهی به کاستی‌ها و لمس احساس گناه است که حاصل می‌شود.

واژه‌های کلیدی: گناه، آسیب‌شناسی روانی، عشق، شفا

مبانی فلسفی - تاریخی گناه

گناه نخستین از مفاهیم کلاسیک متون تاریخی، مذهبی و فلسفی است که اواخر قرن دوم نزد آبا لاتین و یونانی کلیسا شکل گرفت. با این وجود آگوستین اولین کسی بود که با روان‌شناختی و شهوانی تلقی کردن مساله هبوط آدم، این مفهوم را

برجسته کرد (کینگ؛ ۲۰۰۴). در دیدگاه او هر آدمی از لحظه تولد گناه را به ارث می برد و دلیل آلودگی روح و جسم انسان و غریزه مرگ در این امر نهفته است. گناه از نظر او یک وضعیت نه یک رویداد صرف است. این وضعیت همان مجازات الهی آدمی به واسطه گناه است که منجر به از دست دادن جاودانگی، مریضی و رنج می شود (ویلیام؛ ۲۰۰۱). این وضعیت گریز ناپذیر تنها با ایمان به لطف الهی و بخشش در گناه اوست که منجر به نجات ابدی آدمی می شود (ورکامپ^۳ و کوترسکی؛ ۲۰۰۹). آگوستین میان گناه و وضعیت گناه آلود تمایز قائل می شود و آزادی اراده را شرطی ضروری در تبیین گناه می دانست. آدم با آزادی اراده مرتکب گناه شد و ما را در وضعیت گناه آلود قرار داد، ازین رو می توان اعتقاد به آزادی آدمی را ناشی از اعتقاد به گناه آلود بودن او دانست و تلاش در جهت بی گناه جلوه دادن خویش را نشانه ای بر انکار اراده یا منکر ذات گناه آلود انسان دانست. حتی کودکانی که قبل از توانایی یافتن بر ارتکاب گناه بمیرند، باز محکوم به بودن در چنین حالت نقصی هستند (کینگ، ۲۰۰۴). آدم جد اولیه تمام انسانها با تکبر، گناه را در عالم جاری ساخت و به واسطه گناه مرگ وارد عالم شد. آدم با انکار بخش جدایی ناپذیرش که همان گناه کاری است در واقع به انکار آن بعدی از وجودش که نیازمند بخشش و لطف الهی است؛ می پردازد. ازین رو ممکن است دائما بر خود و دیگران سخت بگیرد و منکر آزادی اراده و اختیار شود، قیام بر علیه مهربانی و بخشش الهی ناظر به چنین وضعیتی است در حالیکه ممکن است در ظاهر این افراد

1 . King
2 . William
3 . Verkamp
4 . Koterski

دین دار به نظر برسند (آران، ۲۰۱۳). مفهوم سخت گیری اخلاقی و دین داری کورکورانه دوران قبل از رنسانس و بی اخلاقی که افراطی گری های دینی را عامل آن می دانند ناظر به این موضوع است. منکر ذات انسانی شدن نتیجه عکس می دهد همانطور که نیچه^۲ نشان می دهد زهد و مطلق انگاری عامل پسرفت های وسیعی شده است (کافمن،^۳ ۲۰۱۳). پس مفهوم پردازای گناه نخستین به این امر اشاره دارد که وجود آدمی متصل به خدا، جاودانه و همانند فرشته ها در کمال مطلق بوده است. ولی گناه که همان واسطه جدایی آدم از وجود لا یتنهی تلقی می شود و از قیام آدم بر علیه فرمان مطلق خدا که ناشی از تکبر است، نشات می گیرد. این نا فرمانی موجب هبوط آدمی می شود و این امر در روان تمامی آدمها مانند کهن الگو^۴ ها ثابت است. جدایی از خالق موجب می شود آدمی با صحیح و خطا ناشی از تکبر گاهی بیراهه رود و موجب تباهی و مرگ خود شود. ازین رو گناه عامل آسیب زدن آدم به خود تلقی می شود ولی از طرفی نشان دهنده اراده و اختیار در آدمی است، واژه تکبر را می توان در مطالعات روان شناختی به عنوان خود شیفتگی^۵ شناخت. کودک انسان به عنوان موجودی کاملا خود شیفته شناخته می شود (کرنبرگ^۶؛ ۱۹۸۹). مطالعات کلاین^۷ (۱۹۲۹) نشان می دهد خود شیفتگی کودک منجر می شود در صورت عدم ارضا تمایل به آسیب زدن به مادر را داشته باشد ولی از آنجایی که

-
1. Aran
 2. Nietzsche
 3. Kaufmann
 4. Archetype
 5. narcissism
 6. Kernberg
 7. Klein

توانایی جسمی آسیب زدن را ندارد دیگران از نفرت او در امان می مانند (ویتزا^۱ و مانگو^۲، ۱۹۹۷). بررسی ارتباط خود شیفتگی به عنوان خصیصه ای شخصیتی که تا ابد همراه آدمی است (آرنستین^۳، ۱۹۷۴) با احساس گناه می تواند این مبحث را روشن تر می سازد.

خودشیفتگی و گناه

افراد زیادی وجود دارند که نیازی به خودشناسی حس نمی کنند، در این افراد مهار بیش از اندازه تکانه ها وجود دارد، شدت این مهار رابطه مستقیمی با اختلالات شخصیتی با درونمایه خودشیفتگی در آنها دارد. اختلالات شخصیتی به معنای خشکی و جمود در روابط است که بصورت خود همخوان^۴ وجود دارد (کالیگور^۵، کرنبرگ و کلارگین^۶، ۲۰۰۷). آدمها هنگام خشکی و جمود، بصورت انعطاف ناپذیر در روابط عمل می کنند به سختی قادر به سازگاری با محیط و دیگران می شوند. برای مثال مدیری که رگه های اختلال شخصیت خودشیفته دارد بدون احساس گناهی (مهار احساس گناه) جای همدلی با کارگران، سالها از آنها سواستفاده می کند.

خود شیفتگی لزوما نتیجه دفاع روانی و بازگشت به دروان کودکی نیست و بلعکس می تواند خصیصه ای سازگار و ارزشمند باشد. جنبه های لیبیدویی خود شیفتگی بسیار مورد بحث است و تعامل بین خودشیفتگی و آسیب های روانی

1 . Vitz

2 . Mango

3 . Ornstein

4 . syntonic

5 . Caligor

6 .Clarkin

بسیار تحلیل شده است (کرنبرگ، ۲۰۰۸). خود شیفتگی خصیصه ای است که در دوران کودکی موجب بقای ما شده است و ارتباط تنگاتنگی با انگیزه های ما دارد. از طرفی خشونت نیز در دل خودشیفتگی جای دارد. مشخصه های خشونت خودشیفته، خود را در شکل های متفاوتی نشان می دهد ولی همه نوع آن در پافشاری و ماندن در حد نهایت ایده آل سازی خود-ابژه و همه توانی ناشی از بزرگ پنداری خود است. در خشم پخته، دشمن موضوع جدایی از خود است ولی در خشم خود شیفته، دشمن به عنوان کاستی واقعیت ادراکی خود شیفته انسان است. در واقع خشم خودشیفته بازنمایی از خود فرد است که به دلیل کمبود هایش با دشمن همانند سازی کرده است و دشمن در درون اوست تا در بیرون. همه توانی باعث می شود موضع را جزوی از خود بداند و میل به ایده آل سازی موضوع، منجر به همانند سازی با آن می شود (کوهوت، ۱۹۷۲). در نتیجه خشم با گناه همراه شده و بدل به نفرتی مرگبار می شود که از گستردگی کور مرزها ناشی از خود بزرگ پنداری و عدم حفظ دیسیپلین ناشی از نیاز به تحسین در فرد خود شیفته شکل می گیرد. دیالوگ درونی این افراد بدین صورت است: من باید عالی و ایده آل از دید دیگران باشم. بنابر این کسی را پس نمی زنم، پذیرای همه هستم. ازین رو طبق اخلاق و هنجارهای محیط و جامعه بر خورد میکنم. من باید دختر خوب یا پسر خوبی باشم و استاد، پدر، مادر و تمامی دوستانم باید از من به شدت راضی باشند. این دیدگاه سستی در تضاد با جریان مدرن و پست مدرن قرار دارد و در زمان کنونی می تواند

1. Kohut

زمینه ساز اختلالات روانی باشد (هرمان، ۲۰۰۲). زمانیکه این افراد به جای صرف انرژی برای احساسات و هیجانات درونی خود رضایت جامعه اطراف را مد نظر قرار می دهند در حال مکیدن دیگران در درون خود هستند. این نوع خود شیفتگی، مفهوم نزدیکی به خود شیفتگی آسیب پذیر است، یعنی افرادی که خود را وقف محیط اطراف می کنند بدون اینکه به خود و احساساتشان توجه کنند (بازرآ و پرل،^۳ ۲۰۱۰). افرادی که خیلی مبادی آداب و رسمی بر خورد می کنند، مراقب هستند دیگران از آنها ناراحت نشوند و به شدت ازینکه کسی از آنها خشمگین شود می هراسند در حالیکه از خشم شدید خود می هراسند (موریسون،^۴ ۱۹۸۳). وقتی نارضایتی دیگران برابر است با نارضایتی خود؛ این چیزی جز گسترش ناسالم مرزهای خود نیست، مرزهایی که با این قانون پنهانی وجدان سخت گیر فرد همراه است: توجه من به تو باید با توجه تو به من همراه شود. قانونی که در صورت زیر پا گذاشته شدن، خشم و اضطراب پنهانی را رو می کند و این خشم و اضطراب بیدار شده در صورت عدم توجه دیگری، منجر به دوپاره سازی احساسات (بروز خشم بدون شفقت) نسبت به طرف مقابل و در برخی موارد به دلیل ظرفیت پایین، منجر به قتل های ناگهانی یا توجیع قتل عام های انسانی و بروز جنگ می شود (کرنبرگ، ۱۹۸۵)؛ در حالیکه تجربه گناه، خشم همراه با شفقت است. وقتی از موضع خود شیفتگی به مساله احساس گناه پرداخته می شود می توان تجربه روشن تری از رفتار های دوگانه در افراد را

-
1. Herman
 2. Besser
 3. Priel
 4. Morrison

تبیین کرد. رفتار هایی که در ظاهر خوشایند، دلپذیر و جامعه پسند هستند ولی در ورای آنها نفرت فزاینده ای وجود دارد. در واقع فرد ویتترین زیبایی دارد و جامعه کاملا او را می پذیرد ولی در درونش پر است از خشم و نفرت سرکوب شده. همراهی خشم با شرم و روابط بین فردی مناسب با گناه در این موضوع را به خوبی تبیین می کند (تانگنی^۱؛ ۱۹۹۱).

خود شیفتگی در عین حال که گریز ناپذیر است ولی در صورتی که از کودکی به وجود آن بی توجهی شود و با نظم دهی نامتناسب والدین به زیاده خواهی کودک همراه نشود، ناسالم می ماند (بلوبرگ^۲؛ ۱۹۸۴). همه توانی افراد و خواسته های قدرت طلبانه و عدم توانایی در درک دیگران مخالف با خود همگی ناشی از تجربه شرم هستند تا گناه (نبروسکی^۳؛ ۲۰۰۳). احساس گناه با پذیرفتن کاستی ها در وجود خود همراه است. ازین رو ظرفیت فرد را برای پذیرش دیدگاههای مخالف، تجربه طرد شدن توسط دیگران و نه شنیدن تقویت می کند و از خود شیفتگی او می کاهد. وقتی افراد از مواجهه شدن با واقعیت احساسی خود و مواجهه با نقص ها می ترسند سعی در تنبیه و قضاوت دیگران هنگام بیدار شدن احساسات خود دارند. در حالیکه از فرافکنی وجدان سخت گیر خود ناشی از تحقیر احساسات خود می ترسند. افرادی که دائما دیگران را بی دلیل سرزنش و نصیحت می کنند یا از آنها خرده می گیرند به واقع در حال فرافکنی وجدان سخت گیر خود روی آنها هستند (فردریکسون^۴؛ ۲۰۱۳).

-
- 1 . Tangney
 - 2 . Bleiberg
 - 3 . Neborsky
 - 4 . Frederickson

احساس گناه و وجدان سخت گیر: تخریب گری

وقتی از وجدان بحث می شود، به ظرفیت فرد برای احساس گناه، بینش اخلاقی از درست یا غلط بودن، تصویری ایده آل از چیزی که در سدد رسیدن به آن است و صدایی درونی از باید ها ونبایدها اشاره می شود (فروید، ۱۹۳۲). سازو کار شکل گیری وجدان در کودکان همانندسازی با والدین است (کرنبرگ، ۲۰۱۵). کودک از طریق یکی از راه های زیر، همانند سازی خود را نشان می دهد: برای مثال، بچه ای که مادر سرزنش گری دارد، زمانی که عصبانی می شود، شروع می کند به سرزنش کردن خودش. یا ممکن است با مادر خود همانند سازی کرده و خواهر کوچک خود را سرزنش کند. یا اینکه فکر کند دیگران او را سرزنش می کنند. او همان کاری را با خودش می کند که مادر انجام می داد (سرزنش کردن). همچنین با دیگران همان کاری را می کند که مادرش با او می کند. دفاع همانند سازی بدلیل ناپخته بودن کودک و ناتوانی او در تشخیص واقعیت و خیال، رخ می دهد. بنابر این می توان گفت خود سرزنش گری، سرزنشی است علیه موضوع عشق، که از سمت موضوع عشق (مادر) به سمت ایگوی خود فرد تغییر جهت داده است. این نکته سرآغاز مفهوم سازی وجدان تنبیه گر است که از گناه ناشی از تکانه های پرخاشگرانه ناشی می شود. حمله به خود زمانی رخ می دهد که کودک باور دارد اگر چیز بدی رخ داده پس او بد است. از آنجایی که انسان ها برای مدت طولانی وابسته اند، بقای آنها به دلبستگی ایمن به مراقبان بزرگسال وابسته است. کودک همواره تلاش می کند که از رابطه دلبستگی خود با والدینش محافظت کند پس به منظور حفاظت آنها از خشم و غضب خویش، کودک اغلب خشم خود را به سمت خودش بر می گرداند و خود را مجازات می کند. ازین

1. Freud

رو فروید این پدیده را "تخریب آرام وجدان متخاصم"^۱ نامید (فردریکسون، ۲۰۱۳). این بیماران اضطراب و گناهی که به سبب خشم درون خود نسبت به موضوع عشق بی توجه، سواستفاده گر و آسیب رسان خود، تجربه می کنند، بطور ناهشیار درحال تنبیه خود هستند. این چنین رفتار خودتنبیهی ناهشیار بخاطر درونی شدن تکانه های سادیستیک از موضوع عشق فرد محافظت می کند (مالان و دلاسلوا^۳، ۲۰۰۷). تا زمانی که این احساسات برای بیمار ناهشیار است و سرکوب شود، دفاع و اضطراب پسایند آنها نیز ناهشیار می ماند، خشم و نفرت مرگبار خود را در عضلات صاف مانند ورید های شکمی و سر نگاه می دارد تا دیگران را از نفرت و خود را از تنبیه بعد از تجربه خشم در امان بگذارد در عین حال که نزدیکان این افراد از خشم آنها در امانند ولی جابجایی خشم و اضطراب در عضلات صاف و نمود آنها در رفتارهایی که دربر گیرنده این احساسات سرکوب شده است خسارات زیادی به خودشان و اطرافیان می زند (کاتن^۴؛ سالیوان^۵ و واکر^۶، ۲۰۰۱). سرکوبی مادر بیماری های روانی است و منجر به بروز بیماریهای متعدد جسمانی، تضعیف سیستم ایمنی (عباس^۷ و بچارد^۸، ۲۰۰۷) و بروز رفتار های تکانه ای مانند مصرف مواد مخدر و اعتیاد جنسی (ایون^۹، ۲۰۱۵) می شود. تمایل به مرگ و گناه در متون تاریخی - فلسفی را می توان با تبیین علمی گناه و خود آزاری مرتبط دانست. خود آزاری ازین جهت به بیماری تعلق دارد

1 . slow demolition of the hostile superego

2 . Malan

3 . Della Selva

4 . Katon

5 . Sullivan

6 . Walker

7 . Abbass

8 . Bechard

9 . Iwen

که اختیار فرد را در آگاه شدن و در عین حال عدم تلاش برای آگاهی در بر می گیرد. ازین رو بیماری روانی به معنای ندانستن نیست، بلکه به معنای این است که نمی‌خواهم بدانم، "نمی‌خواهم بدانم" که از مقاومت های بیمار نشأت می‌گیرد. مواردی که حقیقتاً در درون ما وجود دارند ولی دوست نداریم با آنها مواجه شویم، عواملی که باعث ترس یا احساس آسیب پذیری است، بنابراین از توجه به آنها بوسیله مقاومت خودداری می‌کنیم (فردریکسون، ۲۰۱۳). این تصور مرکز اصلی نظریه دوانلو است. بخصوص در بیماران مقاوم با شخصیت آسیب شناسی، دوانلو (۱۹۸۶) نتیجه می‌گیرد که این نیروی خودتنبیهی وجدان سخت گیر درون بیمار مسئول رفتارهای خودشکست دهی و خود تنبیهی می‌باشد. پس هر چه فرد وجدان سخت گیرتری داشته باشد بیشتر به خود سخت می‌گیرد. ازین رو آدم مسیری را برای زندگی انتخاب می‌کند که در رنج بماند و از شادی دور باشد. برای اینکه گناه زیر شادی، خشنودی و موفقیت را متوقف کند خود را هر لحظه که شاد می‌شود مجازات می‌کند تا آرزویش را مبنی بر موفقیت، شادی و زندگی رضایت بخش پنهان کند. ازین منظر می‌توان گفت آدمها بیشتر از اینکه از مرگ و نابودی بترسند از عشق، زندگی و آزادی می‌ترسند (کوپر، ۲۰۱۵). بررسی ارتباط احساس گناه با عشق و آزادی می‌تواند چشم انداز روشن تری برای درک این مساله فراهم کند.

گناه و عشق: زایندهی آزادی

احساس گناه همانطور که به عنوان مانع تغییرات مثبت روانی شناخته می‌شود (هیپورن،^۴ ۲۰۱۲). می‌تواند منجر به زایش عشق و شفقت شود. مطالعات نشان می‌

^۱ Davanloo.

^۲ Cooper.

^۳ Hepburn.

دهد که که گناه منجر به جبران است و با سلامت روان رابطه مثبتی دارد (کونستام؛ چرنوف^۲ و دوینی^۳، ۲۰۰۱). همچنین وجود آن نشان دهنده واقع بینی و همدلی در افراد است (لس^۴ و بایمستر^۵؛ ۱۹۹۸). افرادی که در هنگام شکست خود از واژگان دارای عواطف منفی استفاده می کنند سلامت روان بیشتری دارند (لیری^۶، تیت^۷، آدامز^۸، آلن و هنکاک^۹؛ ۲۰۰۷). این امر نشان می دهد انسجام زندگی و آگاهی به هویت در گرو درک کاستی ها، چرایی کمبود ها و انسجام آنها با شخصیت است. می توان گفت درک زندگی و انطباق با آن در گرو درک و آگاهی به کاستی های وجودی است. زمانیکه افراد به هرطریقی سعی بر کنترل زندگی داشته باشند مسیری را انتخاب می کنند که در آن کاستی هایشان منعکس نشود. مسیری که دردناک نیست و با کنترل و اجبار همراه است. برای مثال کسی که شغلی فراتر از شغل پدر برای خود متصور نمی شود قربانی همانند سازی با پدر و دختری که زندگی بهتر از مادر برای خود متصور نمی شود قربانی همانند سازی با مادر است. ازدواج با زنی همانند مادر و مردی همانند پدر و تکرار و یکنواختی زندگی ناظر به چنین شرایطی است (شدلر^{۱۰}؛ ۲۰۰۶)، شرایطی که از آن به عنوان وسواس تکرار نام برده می شود (چو^{۱۱}؛ ۱۹۹۱). تا زمانی که این افراد از روند اجباری، کورکورانه و زندان روابط آگاه نباشند درد کمتری

1 . Konstam

2 . Chernoff

3 . Deveney

4 . Leith

5 . Baumeister

6 . Leary

7 . Tate

8 . Adams

9 . Hancock

1 . Shedler 0

1 . Chu 1

می کشند ولی زاینده‌گی، خلاقیت و عشق کمتری هم خواهند داشت. این افراد وابسته به دیگرانند. یعنی حیات روانی آنها غرق در دیگران است. بنابر این می توان گفت زایش عشق در گرو درک تنهایی و تحمل درد گناه است. هنگام بحث از عشق به محبت بی چشمداشت اشاره می شود. ولی وابستگی به معنای محبتی است که به مبادله تقلیل یافته است. وابستگی که اوج آن در اختلال شخصیت وابسته دیده می شود به معنای چسبندگی به دیگران و عدم اراده است اختلالی که در آن خودمختاری شخص و اطرافیان او به خطر می افتد. روابط به برد- باخت و در بلند مدت باخت- باخت تقلیل می یابد و سبک زندگی فرد توسط دیگران انتخاب می شود (لواس،^۱ بایلد^۲ و وریر^۳، ۲۰۱۵). کاستی مادر توسط همسر پر می شود و کاستی وجود پدر توسط استاد. چرا که جدایی از سبک زندگی پیشین دشوار است و این دشواری در دشواری تحمل درد گناه خلاصه می شود. احساس گناه با درد همراه است. ولی عشق نتیجه آن است. در عین حال عشق و ارضا همیشگی نیست و آگاهی از همیشگی نبودن آن باز در گرو درک گناه حاصل می شود. اگر وجود آدمی با کاستی و کمبود همراه است و به طور نمادین هبوط آدمی از بهشت بر زمین همان جدایی آدمی از کمال صرف باشد چه چیزی جز آگاهی به این کاستی ها و کمبود ها منجر به تکامل است. و چه چیزی جز اختیار، آزادی و عشق می تواند این مسیر را در بر بگیرد؟ گناه واسطه درک کمبود هاست و عشق نتیجه پیشروی در مسیر آزادی است. سر پوش نهادن بر حقارت و عیب ها همان خود شیفتگی است. خود شیفتگی به معنای بی نقص پنداری خویشتن است و در پس آن وابستگی افراطی به دیگران پنهان شده

1. Loas

2. Baelde

3. Verrier

است (سالواتره، کارکیونی^۱ و دیمایو،^۲ ۲۰۱۱). درمانگری هدفی جز افزایش درک آدمی برای آگاهی و پذیرش خویشتن و بالا بردن ظرفیت او برای تحمل گناه و عشق نیست و بیماری همان الگوی تکرار شونده آدمی است که منجر به زندانی شدن او در بازی های خود ساخته خودش و اطرافیان می شود.

نتیجه گیری

تمامی رویکرد های درمانی بر هدف افزایش ظرفیت آدمی برای مواجهه با احساسات دردناک، پذیرش عیب ها و نقص ها و انتخاب مسیر منجر به رشد توافق کرده اند (واکتل،^۳ ۲۰۱۵). مقاله حاضر نشان داد دستیابی به این مسیر نتیجه پذیرش آدمی از کاستی های وجودش و تلاش نکردن جهت پوشاندن آنهاست. ترس از احساسات یا به معنای کلی تر، ترس از زندگی به فرار از گناه گره خورده است به طوری که روانکاوان پویشی وجدان سخت گیر را از عوامل مهم سرکوب احساسات و بیماری روانی می دانند (دوانلو، ۲۰۰۱) و طبقه بندی اختلالات روانی بیانگر دوره هایی از آشوب و جمود در بیماران است (سیگال،^۴ ۲۰۱۵). از موضع فلسفی این وجدان سخت گیر و بیماری به قدیس پنداری وجود خویشتن بیش از هبوط به زمین بر می گردد. در حالیکه گناه در فطرت آدم حک شده بود. بنابر این آدمها می توانند دو مسیر را انتخاب کنند. یا از فطرت و ذات خویش فرار کنند که این همان سرکوب دل بوسیله عقل است و یا گناه را بپذیرند و مانع تجارب احساسی نشوند.

-
1. Salvatore
 2. Carcione
 3. Dimaggio
 4. Wachtel
 5. Siegel

البته مسیر دوم به این معناست که آدمها زندگی را زندگی کنند و تحمل تجارب دردناک را داشته باشند نه اینکه کاملا در احساسات و گناه غرق و منجر به آشوب شوند.

منابع:

- Abbass, A., & Bechard, D. (2007). Bringing character changes with Davanloo's intensive short-term dynamic psychotherapy. Ad Hoc Bulletin of Short-Term Dynamic Psychotherapy: *Practice and Theory*, 11, 26-40.
- Aran, G. (2013). On Religiosity and Super-religiosity (I): Measures of Radical Religion. *Numen*, 60(2-3), 155-194.
- Besser, A., & Priel, B. (2010). Grandiose narcissism versus vulnerable narcissism in threatening situations: Emotional reactions to achievement failure and interpersonal rejection. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29(8), 874.
- Bleiberg, E. (1984). Narcissistic disorders in children: A developmental approach to diagnosis. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 48(6), 501.
- Caligor, E., Kernberg, O. F., & Clarkin, J. F. (2007). *Handbook of dynamic psychotherapy for higher level personality pathology*. American Psychiatric Pub.
- Chu, J. A. (1991). The repetition compulsion revisited: Reliving dissociated trauma. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 28(2), 327.
- Cooper, M. (2015). *Existential Psychotherapy and Counselling: Contributions to a Pluralistic Practice*. Sage.
- Davanloo, H. (1986). Intensive short-term psychotherapy with highly resistant patients. I. Handling resistance. *International Journal of Short-Term Psychotherapy*, 1(2), 107-134.
- Davanloo, H. (2001). Intensive short-term dynamic psychotherapy:

- extended major direct access to the unconscious. *European Psychotherapy*, 2, 25-70.
- Frederickson, J. (2013). *Co-creating change: Effective dynamic therapy techniques*.
- Freud, S. (1932). The economic problem of masochism. *The Psychoanalytic Review (1913-1957)*, 19, 333.
- Hepburn, J. M. (2012). A problem of guilt: An exploration of feelings of guilt as an obstacle to psychic change. *British Journal of Psychotherapy*, 28(2), 188-200.
- Herman, H. J. M. (2002). The dialogical self as a society of mind. *Theory and Culture*, 12, 147-160.
- Iwen, M. E. (2015). Shame, Sexual Addiction, and Consumption in American Culture. *Sexuality & Culture*, 19(3), 413-425.
- Katon, W., Sullivan, M. & Walker E. (2001). *Medical symptoms without identified pathology: relationship to psychiatric disorders and adult trauma*, and personality traits. *Intern Med*; 1:917-925.
- Kaufmann, W. A. (2013). *Nietzsche: Philosopher, psychologist, antichrist*. Princeton University Press.
- Kernberg, O. (2008). *Aggressivity, Narcissism, and Self-Destructiveness in the Psychotherapeutic Rela: New Developments in the Psychopathology and Psychotherapy of Severe Personality Disorders*. Yale University Press.
- Kernberg, O. F. (1985). *Borderline conditions and pathological narcissism*. Rowman & Littlefield.
- Kernberg, O. F. (2015). Aggression, love, and the couple. *Couple Dynamics: Psychoanalytic Perspectives in Work with the Individual, the Couple, and the Group*, 9.
- King, P. (2004). *Metaphysics*. Cambridge Companion to Peter Abelard, Cambridge University Press.
- Klein, M. (1929). Personification in the play of children. *The International Journal of Psycho-Analysis*, 10, 193.
- Kohut, H. (1972). Thoughts on narcissism and narcissistic rage. *The*

psychoanalytic study of the child.

- Konstam, V., Chernoff, M., & Deveney, S. (2001). Toward forgiveness: The role of shame, guilt, anger, and empathy. *Counseling and Values, 46*(1), 26.
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Batts Allen, A., & Hancock, J. (2007). Self-compassion and reactions to unpleasant self-relevant events: the implications of treating oneself kindly. *Journal of personality and social psychology, 92*(5), 887.
- Leith, K. P., & Baumeister, R. F. (1998). Empathy, shame, guilt, and narratives of interpersonal conflicts: guilt-prone people are better at perspective taking. *Journal of personality, 66*(1), 1-37.
- Loas, G., Baelde, O., & Verrier, A. (2015). Relationship between alexithymia and dependent personality disorder: A dimensional analysis. *Psychiatry research, 225*(3), 484-488.
- Malan, D., & Della Selva, P. C. (2007). *Lives transformed: A revolutionary method of dynamic psychotherapy*. Karnac Books.
- Morrison, A. P. (1983). Shame, ideal self, and narcissism. *Contemporary Psychoanalysis, 19*(2), 295-318.
- Neborsky, R. J. (2003). Shame and guilt from a developmental neuroscience perspective: Implications for technique in intensive short-term dynamic psychotherapy. *Ad Hoc Bulletin of Short-Term Dynamic Psychotherapy, 7*(1), 54-75.
- Ornstein, P. H. (1974). On Narcissism: Beyond the Introduction, Highlights of Heinz Kohut's Contributions to the Psychoanalytic Treatment of Narcissisti. *Annual of Psychoanalysis, 2*, 127-149.
- Salvatore, G., Carcione, A., & Dimaggio, G. (2011). The dependent self in narcissistic personality disorder in comparison to dependent personality disorder: a dialogical analysis. *International Journal of Dialogical Science*.
- Shedler, J. (2006). *That was then, this is now: An introduction to*

contemporary psychodynamic therapy.

- Siegel, D. J. (2015). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are.* Guilford Publications.
- Tangney, J. P. (1991). Moral affect: the good, the bad, and the ugly. *Journal of personality and social psychology*, 61(4), 598.
- Verkamp, B. J., & Koterski, J. W. (2009). *An Introduction to Medieval Philosophy: Basic Concepts.*
- Vitz, P. C., & Mango, P. H. I. L. I. P. (1997). Kleinian Psychodynamics Religious Aspects of Hatred as a Defense Mechanism. *Journal of Psychology and Theology*, 25, 64-71.
- Wachtel, P. L. (2015). Reflections on Relational Psychoanalysis and Psychotherapy Integration. *Relational Psychoanalysis and Psychotherapy Integration: An Evolving Synergy*, 66, 282.
- William, E. (2001). Augustine on evil and original sin. *The Cambridge Companion to Augustine*, 40.