

بررسی تطبیقی روان‌شناسی وحدت‌مدار و روان‌شناسی وجودی: تقابل دو رویکرد معناگرای فطری‌نگر و پدیدارگرا

علی زاده‌محمدی^۱

روان‌شناسی وجودی بر اساس فلسفه پدیدارشناختی است که باور دارد جهان با تمام مخلوقاتش هیچ‌گونه توجیه و معنایی ندارد و پوچ است. آنچه انسان را در میان مخلوقات ممتاز می‌کند، آزادی و توانایی او در انتخاب است. مفروضات روان‌شناختی در این رویکرد آزادی، تنهایی، اضطراب مرگ، و اصالت انسانی است. روان‌شناسی وحدت‌مدار ماهیت انسان را برآمده از هستی غایت‌مداری می‌داند که در خود معنا و هدف وحدانی دارد و مفروضات روان‌شناختی خود را بر مبنای فطرت وحدت‌مدار و انگیزش عشق و دل‌بستگی و جاودانگی انسان قرار داده است. در این رویکرد هستی بی‌هوده و پوچ نیست، ذاتاً معنا دارد و هر شخص با ماهیت منحصر به فرد فطری خود خالق اصلی داستان و معنای زندگی‌اش است. هدف از این پژوهش پاسخ به این پرسش بود که ماهیت هستی‌شناختی وجود انسان، شناخت او، انگیزش، هدف، و فرایند تحلیل در رویکرد بومی روان‌شناسی وحدت‌مدار چگونه است و این رویکرد چه تمایزهای مفهومی‌ای در این شاخص‌ها با رویکرد وجودی دارد. یافته‌های پژوهش توضیح می‌دهد روان‌شناسی وحدت‌مدار انسان را پرتاب‌شده در هستی نمی‌بیند و ماهیت و انگیزه‌های روانی انسانی را برآمده از عشق، اتصال، و دل‌بستگی به عالم وحدت می‌داند که به زندگی معنا و هدفی وحدانی می‌دهد. مداخلات روان‌شناختی رویکرد پدیدارگرا توفیق و توجیه چندان‌ی در جوامع فطرت‌گرا و دین‌باور ندارد.

واژه‌های کلیدی: روان‌شناسی وحدت‌مدار، روان‌شناسی وجودی، معنی، فطرت، پدیدارگرایی.

۱. دانشیار پژوهشکده خانواده، دانشگاه شهید بهشتی (dr_zadeh@sbu.ac.ir) (نویسنده مسئول)

A Comparative Study of Unity-Oriented Psychology and Existential Psychology: The Encounter of Innatist and Phenomenalist Meaning-Based Approaches

Ali Zadeh-Mohammadi, PhD¹

Abstract

The existential psychology is based on phenomenological philosophy. In this approach, the world has no meaning and is futile. What makes man distinguished from other creatures is his freedom and ability to choose. Psychological assumptions in this approach include human freedom, death anxiety, and humanism. In contrast, the unity-oriented psychology approach maintains that human nature has a purposive existence with a unity-oriented meaning and intention, and has founded its psychological assumptions on the basis of a unity-oriented nature, as well as the motivation of love, attachment and immortality of mankind. In this approach, the universe is not futile and vain, has inherent meaning, and each person, with his own unique characteristics is the creator of the story and meaning of his life. The purpose of this research was to answer these questions: What is the ontological nature of human existence, his cognition, motivation, and purpose? How is the analysis process in the native approach of unity-oriented psychology? And, what are the conceptual differences between this approach and the existential approach with regard to these indices? Unity-oriented psychology does not see human as a disposed object thrown away into the universe, and accounts human nature and psychological motives as a derivation of his love, connection, and attachment to the universe of unity that gives life a divine meaning and purpose. Therefore, the psychological interventions of the phenomenalist approach have little success or justification in the innatist and religious societies.

Keywords: unity-oriented psychology; existential psychology; meaning; innate nature; phenomenism.

مقدمه

فرهنگ شیوه زندگی افراد را شکل می‌دهد و اثر مستقیم بر اجتماع، اقتصاد، سلامت روان و کارکردهای روان‌شناختی افراد دارد. از این رو، برازنده‌سازی رویکردهای روان‌شناختی

1. Associate Professor of Family Research Institute, Shahid Beheshti University
(dr_zadeh@sbu.ac.ir)

با توجه به فرهنگ هر جامعه اهمیت ویژه‌ای یافته است (آدبایو و ایلوری^۱، ۲۰۱۳). ساختار فرهنگ ایرانی دارای ویژگی‌های خاصی است که با فرهنگ غرب تفاوت زیادی دارد. برخی از پژوهشگران فرهنگ ایرانی را جمع‌گرا (فراهانی و کرمی‌نوری، ۱۳۹۴)، مذهبی (دراون و زایدی^۲، ۲۰۱۴) و در حال گذار (برانان^۳ و همکاران، ۲۰۱۳) می‌دانند. برخی دیگر اذعان به پیچیدگی‌های فرهنگ ایرانی دارند و آن را از روان‌شناسی غرب متمایز می‌کنند (زرانی و همکاران، ۱۳۹۶). همچنین برخی نیز به وجود بنیان‌های فلسفی و معرفت‌اسلامی درباره «وجود» و چگونگی «بودن» انسان در جهان و در فرهنگ ایرانی اشاره دارند که با هستی‌گرایی غرب دارای تفاوت‌های اساسی است (لمن^۴، ۲۰۰۰). از سوی دیگر رویکردهای روان‌درمانی معاصر در جوامع شرق با چالش‌های متعددی روبه‌روست؛ زیرا اجرای یک برنامه روان‌درمانی زمانی می‌تواند مؤثر باشد که وضعیت بیمار را به لحاظ هویت نژادی، قومی و فرهنگی؛ سطح و سبک فرهنگ‌پذیری، باورهای معنوی و مذهبی؛ جهت‌گیری جنسی، عوامل سنی و نسلی در نظر گیرد (هیز^۵، ۲۰۰۱). هر مؤلفه فرهنگی بی‌تردید یک خاستگاه معرفت‌شناختی فلسفی یا اعتقادی دارد. برای مثال اینکه طرح می‌شود فرهنگ غرب فردگراست، این گرایش با فلسفه زیستی فرهنگ غرب که در متن آن مدرنیته و وجود‌گرایی هم شکل گرفته است، همخوانی دارد. در این مقاله تمایز مفاهیم هستی‌شناختی دو رویکرد روان‌شناسی، در دو فرهنگ متفاوت بررسی می‌شود. به این دلیل که هر دو رویکرد وجودی و وحدت‌مدار ساختار و مؤلفه‌های روان‌شناختی خود را بر فلسفه وجودی و هستی‌شناختی بنا کرده‌اند و ادعای معنا‌گرایی دارند. در آغاز این مقدمه خاستگاه تاریخی و سیر شکل‌گیری هر دو رویکرد به‌طور مختصر توضیح داده می‌شود.

فلسفه وجودی

وجود‌گرایی یا فلسفه «اصالت وجود» یکی از مهم‌ترین و تأثیرگذارترین مکتب‌های فلسفی و ادبی جهان در قرن بیستم است که مهد پیدایش و رواج آن کشورهای اروپایی و به‌ویژه، آلمان و فرانسه بوده است (سرانجام و محمدی، ۱۳۹۵). نخستین بار فیلسوف کاتولیک

1. Adebayo & Ilori
2. D'raven & Zaidi
3. Brannan
4. Leaman
5. Hays

فرانسوی گابریل مارسل (۱۸۸۹-۱۹۷۳ م.) در سال ۱۹۴۳ اصطلاح اگزیستانسیالیسم (وجودی) را برای بیان عقایدش به کار برد؛ ولی غالباً کی‌یرکگارد (۱۸۱۳-۱۸۵۵ م.) فیلسوف دانمارکی را - که او نیز دارای اندیشه‌های دینی بود - به‌عنوان پدر وجودی می‌دانند (گلپایگانی، ۱۳۸۹). فلسفه وجودگرایی از نظر منشأ تاریخی تا حدی مدیون پدیدارشناسی است. هوسرل، بنیان‌گذار و مهم‌ترین شارح پدیدارشناسی، معتقد است تنها راه علم پیدا کردن به اشیا، کاوش در آگاهی است؛ زیرا وضعیت شیء در آگاهی شخص پدیدار می‌شود و تنها از طریق آن قابل حصول است. از این رو، او روش پدیدارشناسی را کشف بی‌غرضانه آگاهی و تجربه پدیده‌ها به‌همان صورتی که در آگاهی ظاهر می‌شوند، تعریف کرد که بدون هیچ‌گونه پیش‌داوری مستقیماً درک، تحلیل و توصیف می‌شود (اشپیکلبرگ، ۱۳۹۱).

بر اساس نگاه پدیدارشناسانه کی‌یرکگور، انسان به‌واسطه ایمان خود، بهترین انتخاب را در راه رسیدن به خداوند و مسیحیت اصیل می‌گیرد (علی‌زمانی و فرجی، ۱۳۹۳). کی‌یرکگارد حکم دل را بر حکم عقل ترجیح می‌دهد؛ با این توجیه که کسانی که به حکم عقل عمل می‌کنند گاهی دستخوش خطا می‌شوند و کسانی که به حکم دل و احساسات خود عمل می‌کنند هر چند گاهی مرتکب خطا می‌شوند؛ ولی گناهان قلب به مراتب نزدیک‌تر به نجات از گناهان عقل هستند (غیائی کرمانی، ۱۳۷۵). به باور وجودگرایان برای اینکه از «وجود» آگاه شویم، باید خویشتن را در یک «موقعیت مرزی» مثلاً در مواجهه با مرگ بیاییم. وسیله راستین شناخت یا به باور وجودگرایان، وسیله رخنه به جهان «وجود»، یعنی «تجربه وجودی»، در نزد مارسل «شهود» (ناگهان‌یابی)، در نزد هایدگر «فهم»، و در نزد یاسپرس «توضیح وجود» است (بابایی، ۱۳۸۶). بر این اساس، کی‌یرکگارد بر موضوع دلهره تأکید دارد که شخص در مواجهه با دلهره، وجودش آشکار می‌شود و اختیار نیز در مقابل آن به‌طور جبری معنا پیدا می‌کند. به بیان دیگر، در دلهره دیگر سوژه و آبه‌ای در مقابل هم قرار نمی‌گیرند و متعلق وجود ندارد تا منطقی عقلانی ضرورت پیدا کند. بر پایه این نگرش، کی‌یرکگارد خدا را هم قابل اثبات عقلی ندانست و اثبات عقلی خدا را نمایانگر بی‌ایمانی انسان دانست. اگر انسان به خدا ایمان دارد، دیگر نیاز به تبیین عقلی آن ندارد (آیت‌اللهی، ۱۳۸۵). هایدگر به گونه‌ای دیگر با رویکرد عقلانی مخالفت کرد و آن را انحرافی در مسیر فلسفه دانست. او با مطرح کردن «هستی - در - جهان» با اندیشه‌ای که فاعل شناسنده را بیرون از جهان قرار می‌دهد، مخالفت کرد (حسن‌پورآلاشتی

و امنحانی، ۱۳۸۶). از نظر هایدگر (۱۹۲۷، ترجمه رشیدیان، ۱۳۸۹) انسان یگانه هستنده‌ای است که می‌تواند به معنای هستی بیندیشد و نخستین مواجهه‌اش با چیزها عقلانی نیست؛ بلکه درک اولیه وجودی و هستی‌شناسانه است.

موضوع دیگر مفهوم نیستی و متناهی بودن است که در نظر فلاسفه وجود‌گرا معنای خاصی دارد که اضطراب اساسی مرگ و مرگ‌آگاهی هم از آن ریشه می‌گیرد. هایدگر (۱۹۲۷، ترجمه رشیدیان، ۱۳۸۹) می‌گوید اگر نیستی مطرح نباشد، هستی هم مطرح نخواهد بود. ناامیدی به معنای این است که امیدی هم هست، بی‌اطمینانی از اطمینان می‌آید و نیست‌بودگی یعنی هستی‌ای هم وجود دارد. سارتر (۱۹۴۳، ترجمه بحرینی، ۱۳۹۴) در ضمن آنکه به هستی مطلق اشاره دارد؛ اما همین هستی مطلق را برآمده از نیستی می‌داند که پس از هست شدن، با نیستی قطع رابطه کرده و یگانه شده است. او ذات هر چیز را دارای هستی مطلق می‌داند و به همین دلیل، هستی با ما در رابطه است. از این رو معتقد است که هستی در برابر دیگری معنا پیدا می‌کند؛ ولی هستی فی‌الذات معنا ندارد. سارتر به نیستی صرف و عدم محض باور ندارد و صراحتاً می‌گوید عدم محض وجود ندارد.

روان‌شناسی وجودی از بطن دو نهضت فلسفی پدیدارشناسی و وجودگرایی به‌وجود آمد که با طرح تجربه‌های بی‌واسطه‌ای در مقابل گرایش‌های موجود در روان‌شناسی از جمله ساخت‌گرایی، کنش‌گرایی، رفتارگرایی، گشتالت و روان‌کاوی - که دارای قوانین، اصول و روش‌های معین بودند - قرار گرفت (میزیاک و سکستون، ۱۹۶۶، ترجمه رضوانی، ۱۳۷۱). به این طریق روان‌شناسی وجودی از تحلیل تعارضات درونی فاصله گرفت و بر تعارضات حاصل از رویارویی فرد با مسلمات هستی شامل مرگ، آزادی، تنهایی و پوچی تکیه کرد (می، ۱۹۶۹، ترجمه حبیب، ۱۳۹۵). با این وصف، مهم‌ترین مضامین روان‌شناختی این رویکرد بر موضوعات تنهایی ذاتی انسان، انتخاب و آزادی و اضطراب مرگ شکل گرفته است. انسانی که برای رهایی از تنهایی و رهاشدگی شخصاً خودایمنی و معنای زندگی خود را بسازد.

فلسفه وحدت

تاریخ‌پیدایی فلسفه وحدت به سده ششم قبل از میلاد باز می‌گردد. قائلین به این اندیشه معتقد بودند که اصل و مبدأ و ماده این عالم، یک ماده واحده بوده که بعدها به صورت‌های مختلف در آمده است. تالس ملطی (۶۳۴-۵۵۰ ق.م). ماده واحده را آب می‌پنداشته؛

آنکسیماندر^۱ (۵۸۸-۵۲۴ ق.م.) هوا می‌دانسته و هراکلیت^۲ (۵۳۳-۴۷۵ ق.م.) آن را آتش تصور می‌کرده است (کاکایی، ۱۳۸۹). فلوپین^۳، سرشناس‌ترین چهره نوافلاطونیان، حقیقت را واحد می‌دانست و احدیت را اصل و منشأ کل وجود می‌شمرد. وی موجودات را تراوش و فیضانی از مبدأ نخستین و مصدر کل می‌انگاشت (مدرس مطلق، ۱۳۷۹)، خلاف فلاسفه‌ای چون برونو^۴ و اسپینوزا^۵ که هستی را با وجود خداوند یکی دانسته و سعادت بشری را در گرو وحدت میان انسان و هستی می‌دانستند. از نظر اسپینوزا همه موجودات چیزی جز تجلی صفات گوناگون خدا نیستند، یا حالاتی که از طریق آن‌ها صفات خدا به- نحو خاصی اعلام می‌شود. موجودات جوهر هستند و صفات و حالات صفات هرچه هست در خداست، بی‌خدا هیچ چیز ممکن نیست موجود باشد یا دریافت شود (اسپینوزا، ۱۹۸۵، ترجمه جهانگیری، ۱۳۶۴). به این صورت وی به جوهر بودن ماهیت و ذات انسان تأکید کرد. مفهوم وحدت در شرق در همه ادیان کهن و باستانی و الهی مانند آیین هندو، ذن، تفکر بودا، آیین تائو^۶ و تصوف مسیحی و اسلامی، مطرح بوده است؛ برای مثال محی‌الدین ابن عربی (۴۳۵-۶۳۸ ق.)، عارف مسلمان آندلسی، مبتکر کلمه «وحدت وجود» معتقد است جهان چیزی جز تجلی وجود مطلق نیست (ابن عربی، ۱۹۸۷، ترجمه خواجه محمد، ۱۳۶۶). به عبارت دیگر از نظر ابن عربی وجودی به‌نفسه و جدا از وجود مطلق ندارد. این مفهوم توسط ملاصدرا (۱۵۷۱-۱۶۴۰ م.)، در قرن دهم و یازدهم هجری مورد توجه و تبیین عمیق‌تری قرار گرفت. ملاصدرا به «اصالت وجود» معتقد بود. به اعتقاد او «وجود» و «موجود» واحدند و در عین حال کثیرند؛ یعنی کثرت در وحدت و بالعکس (نمازی، ۱۳۸۵). از نظر ملاصدرا وجود امکان‌تعریف ندارد چون جنس و فصل ندارد و تعریف به اسم هم درباره وجود نادرست است (صدرالمآلهین، ۱۹۸۱). مطابق نظریه او وجود تنها امر عینی و اصیل است، حقیقت واحد است؛ ولی دارای درجات و مراتب گوناگون است که بر عقل و حس نمودار می‌شود و این ماهیت‌ها امری گزاف نیست؛ بلکه از مراتب و درجات وجود انتزاع می‌شود. همچنین ملاصدرا با تبیین وجودی نفس و اثبات جسمانیه‌الحدوث و روحانیه‌البقا بودن آن، جاودانگی انسان را اثبات می‌کند و معتقد است

1. Anaximander
2. Heraclit
3. Plato
4. Bruno
5. Spinoza
6. Taoism

انسان با تبدیل شدن به ملکات نفسانی به جاودانگی می‌رسد (اکبریان، ۱۳۹۱). آنچه در نظریه ملاصدرا در تبیین ساختار ماهیت روان‌شناسی انسان اهمیت دارد، اصالت وجود و مراتب تشکیک آن در شکل ظرفیت‌های مختلف ذهنی و توجیه به جاودانگی نفس انسان و بقای روان است. او به ماهیت انسان اصالت و معنای باطنی می‌دهد و این برداشت با نظر روان‌شناسان وجودی که قائل به ذهنی بودن واقعیت و ماهیت انسان‌اند تفاوت بنیادی دارد. بسیاری از فلاسفه اسلامی بر این باورند که مفهوم کثرت در عین وحدت را فلاسفه اسلامی از تفسیر برخی از آیات قرآنی به‌خصوص از آیه ۳۵ سوره نور شناسایی کرده‌اند و دلیل روشنی بر توصیف وحدت وجود و موجود دانسته و برای فهم حکمت متعالی و درک عرفانی از وحدت هستی و مرتب آن بهره جسته‌اند. شیخ اشراق از این آیه چنین تعبیر می‌کند که نور جوهری همان وجود جاری در کل کائنات است که زمین و آسمان و هر چه در آن هست، همه از آن نور ازلی پدید آمده‌اند و حکمت اشراق سهروردی تفسیر همین آیه است (سهروردی، ۱۳۸۰). همچنین در قرآن کریم هر مخلوقی «مظهر»، یعنی محل تجلی خداوند است و خداوند در هر شیئی ظاهر است (حدید/۳/۵۷). از سوی دیگر مفهوم فطرت و غایت‌گرایی در ماهیت انسان به وضوح در قرآن مطرح شده است، که انسان و هستی را دارای فطرتی الهی و هدفمند می‌داند که سیر تحولی به سوی او دارند و ذره‌ای بدون هدف و یا باطل خلق نشده است (آل عمران/۳/۱۹۱؛ دخان/۴۴/۳۷-۳۸؛ قیامت/۷۵/۳۶). از نظر قرآن کریم گرایش وحدانی انسان امری ساختاری و فطری است. خداوند در سوره روم آیه ۳۰ می‌فرماید: «پس روی خود را متوجه آیین خالص پروردگار کن! این فطرتی است که خداوند، انسان‌ها را بر آن آفریده؛ دگرگونی در آفرینش الهی نیست؛ این است آیین استوار؛ ولی اکثر مردم نمی‌دانند». موضوع وحدت انسان و هستی در شعر و ادبیات کلاسیک ایران محور مفهومی اشعار بیشتر شاعران عارف ایرانی مانند جامی، هاتف اصفهانی، مولانا، سعدی و حافظ است (نصیری، ۱۳۹۴).

در سال ۱۳۸۹ زاده محمدی نظریه روان‌شناختی وحدت‌مدار را به‌عنوان یک رویکرد مبتنی بر فلسفه وحدت متناسب با مفروضاتی که برای ساختار یک رویکرد روان‌شناختی ضروری است، تبیین و منتشر کرده است (نصیری، ۱۳۹۴). در این رویکرد همه مفاهیم شکل‌دهنده ساختار شخصیت (مانند انگیزش، علیت وحدت‌مدار، واقعیت‌گرایی، استعدادپذیری فطری، اراده، اتصال و دلبستگی وحدت‌مدار، و اهداف زندگی)، سطوح شخصیت (مانند مفهوم «من» و «خود»، ناهشیار و هشیار، ادراک‌های

شناختی و شهودی)، مفاهیم ایمانی و باوری (مانند بقای روح و جاودانگی، غایت‌مداری، تمایز روح و روان) بحث شده و با دیگر مکاتب روان‌شناسی از جمله تحلیل‌گرایی فروید و یونگ، رفتار‌گرایی و انسان‌گرایی مقایسه تطبیقی شده است (زاده‌محمدی، ۱۳۹۵). در این رویکرد برخی از مباحث روان‌شناختی که در علم‌النفس قدیم بحث شده با توجه به معرفت و فلسفه وحدت و دانش معاصر روان‌شناسی بررسی شده است. همچنین در کنار مباحث مربوط به حواس از جمله تفکر، تخیل و الهام، مفاهیم مربوط به ماهیت نفس و روان، تحول و بقا، تضادها و تحلیل تعارضات روانی تبیین شده است.

رویکرد روان‌شناسی وحدت‌مدار ماهیت انسان را در شکل ظرفیت و حواس مغزی (اجزای ذهن) به صورت قوا و استعدادهای کثیری که گرایش ذاتی به وحدت و غایت دارند، استنباط می‌کند. در این رویکرد عشق و اشتیاق کشاننده اصلی در همه حواس زیستی، شناختی و شهودی است که در مراحل رشد به صورت دلبستگی‌های متوالی آشکار می‌شود. در رویکرد روان‌شناسی وحدت‌مدار هفت گرایش بنیادی و همگانی در ساختار روان‌شناختی معرفی می‌شود که ریشه عصب‌شناختی دارند و رشد آن‌ها لازمه بهزیستی روانی و یکپارچگی و وحدت روانی فرد است. نخستین گرایش فطری، نیاز به عشق و محبت و ارتباط صمیمانه و همدلانه با دیگران است که احساس اهمیت داشتن و تعلق داشتن را به وجود می‌آورد. همچنین، این انگیزه مولد شوق و اشتیاق به کار و زندگی را برمی‌انگیزد؛ دوم، گرایش فطری به استقلال که میل به مستقل عمل کردن، احساس خودبودن، احساس اراده و تصمیم‌گیری و توانایی و تحمل در برابر مشکلات را به وجود می‌آورد؛ سوم، گرایش به تسلط و قدرت و ابراز اراده و تملک و تسلط بر امور است؛ چهارم گرایش به وجدان‌گرایی و نیاز به احترام و حرمت و احترام به حقوق همدیگر، توانایی تحمل و مسئولیت‌پذیری است؛ پنجم، گرایش فطری به اکتشاف و آفرینندگی است که تمایل به کنجکاوی، الهام و خلاقیت و نیاز به خلق اثر را به وجود می‌آورد؛ ششم، گرایش فطری به حس کنترل و تعادل است که میل به تنظیم رفتار و هیجان را شکل می‌دهد؛ و هفتم، گرایش فطری به وحدت و یکپارچگی، درک معنا دار خویشتن، میل به پرستش و اتصال به هستی (خدا)، حس جاودانگی و بودن با هستی را ایجاد می‌کند (زاده-محمدی، ۱۳۸۹، ۱۳۹۵).

با توجه به این مقدمه، مقاله حاضر چگونگی مفاهیم بنیادی هستی‌شناسانه را در دو رویکرد متفاوت فطری‌نگر و پدیدارگر بررسی و مقایسه می‌کند. این مقایسه ساختاری از

این نظر اهمیت دارد که هر دو نظریه بر این باورند که بدون پاسخ دادن به پرسش‌های هستی‌شناختی مانند ماهیت آگاهی، آزادی، تنهایی، مرگ و پوچی و اهداف زندگی نمی‌توان به رضایتی بنیادی دست یافت. ضرورت این پژوهش زمانی بیشتر احساس می‌شود که به شیوع روان‌شناسی وجودی در مجامع علمی و مراکز دانشگاهی ایران توجه شود. رویکردهای روان‌درمانی وجودی طرفداران زیادی در بین دانشجویان روان‌شناسی پیدا کرده است تا حدی که یالوم، روان‌پزشک وجودی، در مصاحبه‌ای با مجله *آتلانیک* اشاره کرده که از این مسئله که در ایران بسیار شناخته شده و محبوب است بسیار خرسند است. البته این استقبال به هیچ‌وجه نکوئیده نیست؛ بلکه این پرسش مطرح است که در فرهنگ ایران - که ادبیات و فلسفه آن سرشار از مفاهیمی است که زندگی انسان را در اتصال وحدانی و عشق و دل‌بستگی توصیف می‌کند و توجه به جاودانگی جزو باورهای اصلی آن است - چه خلأ مفهومی وجود دارد که رویکرد روان‌درمانی وجودی با مضامین اضطراب از مرگ، تنهایی، بی‌معنایی و محتوم بودن زندگی به نیستی در اندیشه دانشجویان معنا پیدا کرده است. این نکته نشان از یک نیاز جدی برای تولید فکر و گفتار مبتنی بر فلسفه بومی در مراکز روان‌شناختی دارد. پژوهش‌های تطبیقی روان‌شناختی حساس به فرهنگ، ممکن می‌سازد تا بیندیشیم که از جنبه فلسفه نظری ما در کجا و دیگر مکاتب در کجا قرار دارند و آیا می‌توان از فلسفه و هستی‌شناختی فرهنگ خود مبانی روان‌شناختی را استخراج و تدوین کرد؟

بر این اساس، هدف این پژوهش تلاشی هر چند مقدماتی برای پیگیری دو پرسش است: نخست ماهیت هستی‌شناختی وجود، شناخت، انگیزش و هدف رفتار و فرایند تحلیل در رویکرد بومی روان‌شناسی وحدت‌مدار و رویکرد وجودی چگونه است و دوم رویکرد روان‌شناسی وحدت‌مدار چه تمایزهایی ساختاری در این شاخص‌ها با رویکرد وجودی دارد؟

روش پژوهش

روش پژوهش به شیوه بررسی توصیفی-تحلیلی است. این روش با عنوان تجزیه و تحلیل مدارک یا محتوا نیز مطرح است که از اسناد و مدارک شامل مطالب ثبت‌شده، یادداشت‌ها و مقالات، نشریات و کتاب‌ها و اسناد برای تجزیه و تحلیل پرسش‌های پژوهش، روابط مفاهیم و هدف‌های معین استفاده می‌شود (بست، ۱۳۹۰). با مطالعه مقالات و کتاب‌های مرتبط با فلسفه و روان‌شناسی وجودی و وحدت‌مدار به تبیین و تحلیل پرسش‌های پژوهش پرداخته می‌شود. با توجه به وسیع و متنوع بودن آراء فلاسفه وجودی، به آثار سارتر،

هایدگر، مارسل، و کی‌یرکگارد رجوع شده و درباره موضوع روان‌شناسی وجودی به آثار یالوم و رولو پرداخته شده است. همچنین، در مورد روان‌شناسی وحدت‌مدار در بخش مطالب فلسفی به آراء فلاسفه اسلامی از جمله ملاصدرا و علامه طباطبائی رجوع شده و در موضوع روان‌شناسی وحدت‌مدار از کتب و مقالات روان‌شناسی وحدت‌مدار تألیف نگارنده و مقالات مرتبط با روان‌شناسی اسلامی و عرفانی استفاده شده است.

ماهیت آگاهی

از نظر سارتر (۱۹۴۶، ترجمه رحیمی، ۱۳۹۶) ما هویت ثابتی نداریم و معنای مشخصی هم برای هدایت ما وجود ندارد و هر شخص خود باید بگوید که حقیقت چیست و انسان جز آنچه خودش می‌سازد چیز دیگری نیست. هایدگر (۱۹۲۷، ترجمه شیدیان، ۱۳۸۹) می‌گوید که حقیقت وجود انسان به‌طور اجتناب‌ناپذیری متأثر از تناهی و مرگ است. هوسرل (به نقل از کوپر، ۲۰۰۳، ترجمه کلانترگوشه، ۱۳۹۳)، فیلسوف خدا‌باور وجودی هم، جهان را قائم به ذهن درک‌کننده و حقیقت جهان را مساوی با آگاهی فرد می‌داند. در واقع، این فیلسوفان صرفاً بر تجربه پدیده‌ها به همان صورتی که در آگاهی ظاهر می‌شوند تأکید دارند و برای اینکه جهان پدیداری در خلوص کامل فهم شود لازم می‌دانند تمام عادت‌های تفکر را کنار بگذارند.

رویکرد وحدت‌مدار به پدیده‌های مستقل از شناخت و ذهن بشری قائل است و معتقد است ماهیتی فطری در شکل‌گیری ذهن و علایق و توانایی انسان فعال است و شناخت حاصل تعامل امری عقلانی و شهودی است. فطری‌نگری اساس معرفت‌شناختی فلسفه وحدت است (زاده‌محمدی، ۱۳۸۹). فطری‌نگری یک نگاه رئالیستی است که در غالب آثار بیشتر فلاسفه اسلامی وجود دارد، مانند ملاصدرا که در بیان «اصالت وجود» این مفهوم بنیادی را به‌خوبی تشریح کرده است. به اعتقاد ملاصدرا «واقعیت وجود» اصل مشخصه و وحدت‌آفرین همه واقعات موجود است، و تنها اصلی است که به‌واسطه آن هر موجود از دیگری، از راه ضعف و شدت، نقص و کمال، و تقدم و تأخر قابل تشخیص است (نمازی، ۱۳۸۵). از نظر ملاصدرا، وجود واقعیت عینی و منشأ هر قدرت و فعلی است و اصیل است. ماهیت حد انتزاع ذهن از وجود است (صدرالمتألهین، ۱۹۸۱).

رئالیسم در هستی‌شناختی اسلامی در برابر شک‌گرایی و ایدئالیسم است که منکر وجود واقعات عینی مستقل از ذهن است و مدعی است که عالمی خارج از فکر و ذهن

وجود ندارد (طباطبائی، ۱۳۸۵). این واقع‌گرایی متضمن مفهوم صدق یا حقیقت است (چالمرز، ۱۹۷۶، ترجمه زیباکلام، ۱۳۸۱)؛ یعنی نفس واقع‌گرایی معنا و حقیقتی خارج از ذهن را ایجاد می‌کند و کار ذهن این است که از درون واقعیت معنا را کشف و شناسایی کند (زاده‌محمدی، ۱۳۸۹). به بیان طباطبائی (۱۳۸۵) وجود عالم خارج امری فطری و بدیهی است و از این رو از هر امری یقینی‌تر و شناخت این واقعیت امری عقلانی است. نگاه روان‌شناسی وحدت‌مدار نیز بر هستی پیرامون بر پایه واقعیت‌گرایی است و مغز انسان را واجد استعدادهای شهودی و عقلانی می‌داند که قادر به شناسایی واقعیت در حد دانش و امکانات است (زاده‌محمدی، ۱۳۸۹). مقصود از استعداد شهودی همان ادراک‌های الهامی است که در روان‌شناسی بصیرت و ادراک‌های آنی خوانده می‌شود و به تعبیر دیگر، همان بینش معنوی است که در دهه اخیر روان‌شناسان به عنوان یکی از قلمروهای هوشی جدید شناسایی کرده‌اند (وگان، ۲۰۰۲). به بیان دیگر، در رویکرد روان‌شناسی وحدت‌مدار انسان ذره خداست و یا به تعبیر قرآن کریم جانشین خدا در کره خاکی (فاطر/۳۵/۳۹) است؛ یعنی سرشار از همه نیروها و قوا و استعدادهایی است که در هستی لایتناهی وجود دارد که قادر است همه ظرفیت‌های فطری هستی خویش را بارور کند.

انگیزش

از نظر وجود‌گرا رویارویی با رهاشدگی، تنهایی و مرگ آگاهی، محرک اساسی و انگیزه فعالیت و انتخاب‌های اساسی انسان است؛ انسانی که تنها و رها شده است و باید زندگی خود را شخصاً بسازد و ناگزیر به انگیزش و انتخاب است و باید به اولویت‌های زندگی‌اش توجه کند. به نظر یالوم (۱۹۸۰، ترجمه حبیب، ۱۳۹۰) با مرگ آگاهی انسان از پرداختن به کارهای ناچیز و کم‌اهمیت دوری می‌کند و به کارهایی که دوست دارد می‌پردازد. سارتر (۱۹۴۶، ترجمه رحیمی، ۱۳۹۶) اعتقاد دارد آگاهی از متناهی بودن و اضطراب به خلاقیت و ارزش‌های انسانی بیشتر می‌انجامد و تأکید دارد نگرش وجودی به یأس و نومیدی و یا بدبینی و افسردگی منجر نمی‌شود. می (۱۹۸۱، ترجمه حسینی فیاض، ۱۳۹۳) رابطه مرگ و زندگی را مانند روز و شب می‌داند که از دل هم زاده می‌شوند؛ تضادی که نیروی مثبت و سازنده‌ای از درون پدید می‌آید. می (۱۹۶۹، ترجمه حبیب، ۱۳۹۵) در آثار خود برای عبور از این ترس بنیادی مرگ، رجوع به عشق و اراده را توصیه می‌کند. به عقیده یالوم (۱۹۸۰)،

ترجمه حبیب، ۱۳۹۰) هم ترس از مرگ بیش از آنکه ناشی از نابودی جسم و زندگی بعدی باشد، به دلیل قطع ارتباطات با گذشته و همه دل بستگی هاست. مرگ آگاهی از نظر وجودگرا انگیزه تحریک و شور زندگی است

وحدت‌مدار با انگیزه هستی و عشق که جاودانگی و تعلق و پیوستگی انسان از درون آن زاده می‌شود، اضطراب اساسی مرگ را خنثا و مرگ آگاهی را معنایی مثبت و سازنده می‌دهد؛ چون انسان را مانند متناهی نمی‌بیند و مرگ را جسمانی می‌داند و روان و آگاهی آن در مرحله متعالی تر از زندگی به سوی وحدت یافتگی تحول پیدا می‌کند. نگرش وجودی اگر مرگ را نادی عشق بداند همچنان که در فحوای کلام مارسل (۱۹۵۶)، ترجمه اسلامی، (۱۳۸۲) و می (۱۹۶۹)، ترجمه حبیب، (۱۳۹۵) دیده می‌شود همان ظن عشق است؛ اما اگر ظن هستی و انسان متناهی رو به نابودی است، در تضاد با نگرش وحدت‌مدار است. در نگرش وحدت‌مدار هر اتفاق و انگیزه‌ای در ریشه و اساس هدفی غایی و رو به سوی مقصود یعنی عشق کل دارد و انگیزش‌های عاشقانه گام به گام انسان را به سوی رشد شخصی و تعالی تحول می‌دهند. باور به جاودانگی امری شهودی است و پشتوانه دینی دارد، هر چند مورد بحث عقلانی هم قرار می‌گیرد. به تعبیر قرآن کریم (اعراف/ ۲۹) همان گونه که به یک باره خود را در کره خاکی آفریده دیدیم بار دیگر زندگی خود را خواهیم دید. در نگاه وحدت‌مدار مرگ بخشی از هستی موجودات است که از درون مرحله به مرحله خود را آشکارتر می‌کند (زاده محمدی، ۱۳۸۹). بیشتر عارفان و شاعران اسلامی عشق را منشأ و رابط اصلی زاینده‌گی و آفرینندگی، التیام‌بخش رنج‌های درونی، پیوند و دل بستگی معنوی، آراستگی به فضایل اخلاقی و عامل پختگی و شکیبایی در رنج فراق و سختی می‌دانند.

نیستی و جاودانگی

دلهره، ناشی از درک متناهی بودن انسان است، انسان با مرگ به تنهایی می‌رسد. سارتر می‌گوید که مرگ، زندگی انسان را به سرنوشت تبدیل می‌کند. به عبارتی، موجود آگاه همواره به نیستی می‌اندیشد و با خود نیستی را به ساحت وجود و هستی می‌آورد. از این رو می‌گوید نیستی در قلب هستی برای خود چنبره زده است. از نظر سارتر مرگ و تنهایی انسان شرط ضروری برای آزادی اوست. اگر انسان جاودانه می‌بود آن گاه برای آزمودن امکانات پیش رو فرصت کافی داشت و از همین جا، دلیلی برای شتاب در انتخاب نداشت، به همین

دلیل دلهره و اضطراب بر وی مستولی نمی‌شد و در نتیجه دستخوش تحولات وجودی نمی‌گردید (علیزمانی و فرجی، ۱۳۹۳). روان‌شناس وجودی هم بر این باور است که مرگ آگاهی به زندگی معنی می‌دهد و رودرویی شخص با ایده مرگ سازنده است و می‌تواند به تغییری عمده در شیوه زیستن منجر شود (دورزن^۱، ۱۹۸۴). البته از نظر یالوم ترجمه حبیب، ۱۳۹۱) هر نوع گرایش دینی برانگیخته اضطراب بنیادین مرگ است برای مثال او اندیشیدن درباره مرگ را منشأ مذهب و معاد معرفی کرده و داشتن ایمان مذهبی را گریز از پوچی توصیف می‌کند. به نظر او هر چه ترس شدیدتر شود، ایمان هم بیشتر می‌شود.

در نگاه روان‌شناسی وحدت‌مدار حقیقت انسان خلاف نظر هایدگر (۱۹۲۷، ترجمه رشیدیان، ۱۳۸۹) در گرو تناهی و مرگ نیست؛ بلکه در اتصال به هستی و عشق به وحدت است. پرسش این است که کشاننده عشق چرا وجود دارد و کشاننده مرگ و نیستی نه؟ پاسخ این است که هستی لایتناهی همیشه بوده و هست و لذا عدم محض و نابودی هیچ‌گاه نمی‌تواند وجود داشته باشد و بودن و زاینده‌گی ذات هستی است. هر چند مرگ وجود دارد؛ اما مرگ نیستی نیست و بلکه تحول و پوست افکندن جسم و زاینده‌گی است. از این رو، در نگرش وحدت‌مدار، مفهوم مرگ و آگاهی از مرگ هراس‌انگیز نیست؛ بلکه برانگیزاننده و هوشیارکننده است و به زندگی معنا و هدف می‌دهد. باور به معاد خلاف نظر وجودگراها، کنشی جبرانی و یا فرار از اضطراب و مسئولیت نیست؛ باور به بقا و معاد در نگاه وحدت‌مدار، ادراکی شهودی و باطنی از حضور خود در هستی و اشتیاق به تعالی و بازگشت به وحدت عالم است (زاده‌محمدی، ۱۳۹۵). فلاسفه اسلامی مانند صدرالمألهین (۱۹۸۱) مرگ را مرحله‌ای برای تداوم زندگی روحی انسان و سیر به سوی مرتبه متعالی تری از عالم می‌دانند. در نگاه وحدت‌مدار موضوع مرگ آگاهی بالنفسه اصالت‌بخش است و توجه به آن در اصل توجه به چگونگی زیستن است و انسان را از سرگردانی، زیاده‌طلبی و فریبکاری دور می‌کند.

معناگرایی

جهان با تمام مخلوقاتش هیچ‌گونه توجیه و معنایی ندارد و آنچه که انسان را در میان مخلوقات ممتاز می‌کند، آزادی و توانایی او در انتخاب است. در واقع، انسان محکوم به آزاد بودن است و انسان آن چیزی است که تصمیم می‌گیرد (سارتر، ۱۹۴۶، ترجمه رحیمی، ۱۳۹۶). از نظر یالوم (۱۹۸۰)، ترجمه حبیب، ۱۳۹۰) نیز، ما بر حسب تصادف به وجود آمده‌ایم و ما موجودات

فانی هستیم و برای ایجاد معنای زندگی نمی‌توانیم بر حمایت کسی جز خودمان متکی باشیم. دنیا تصادفی است؛ یعنی هر آنچه هست می‌توانست طور دیگری باشد، و خود انسان‌ها هستند که دنیای خود و موقعیتشان را می‌سازند و هیچ خط‌مشی جز آنچه خود فرد می‌آفریند وجود ندارد و معنای این جهانی، شخصی است که خود را در نوع دوستی، فداکاری برای یک آرمان، خلاقیت، لذت‌گرایی، خودشکوفایی و از خودگذشتگی نشان می‌دهد. مارسل (۱۹۵۶)، ترجمه اسلامی، (۱۳۸۲) می‌نویسد انسان معنای خود را در مصاحبت و با دیگران از طریق عشق، امید و وفاداری به دست می‌آورد و با عشق به دیگران می‌تواند خود محدودش را تعالی بخشد. از نظر مارسل خدا «توی» مطلق است که اگر چه نمی‌توان با اثبات منطقی خدا را اثبات کرد؛ ولی انسان در گریه‌دار شخصی‌اش با او مواجه می‌شود. از نظر یالوم (۱۳۹۹)، ترجمه حبیب، (۱۳۹۱) یکی از راه‌های التیام رنج بیماران خدمت به دیگران است. فرانکل (۱۹۶۳)، ترجمه صالحیان و میلانی، (۱۳۹۷) معتقد است غلبه کردن بر اوضاع دشوار و چالش برانگیز، به حس معناداری منجر می‌شود.

در رویکرد روان‌شناسی وحدت‌مدار معنا در ذات هستی و وجود انسان حضور دارد و نیاز است که انسان آن را شناسایی و کشف کند. انسان معنا را نمی‌سازد؛ بلکه آن را کشف می‌کند و همه داستان زندگی روایتی معنادار دارد که کشف معنای آن با خودآگاهی و توجه، راه خودشکوفایی و گشایش اصالت خویش را آسان می‌کند. برای درک معنای هستی وحدت، آگاهی لازم است؛ یعنی هستی جاودان و لایتناهی که بشر همچون ذراتی معنادار و فعال در گستره آن در حال اکتشاف خویش است. لذا، انسان با ماهیتی تهی و رها شده به دنیا نیامده است؛ بلکه ظرفیت‌های فطری غایت‌مدار انگیزه‌های کنش‌های او را می‌سازند و بشر کنج‌کاو و فعال در سیر تحقق خویش است. به بیان دیگر بشر به واسطه فطرت متصل به وحدت عالم و ناگزیر به تعلق و کنج‌کاو و اکتشاف معنای ذاتی خویش است (زاده‌محمدی، ۱۳۹۵). بسیاری از پژوهشگران دینی مانند وولف (۲۰۰۳)، ترجمه دهقانی، (۱۳۸۶) این معنای ذاتی را تأیید کرده‌اند که در ذات زندگی به طبع ذات هستی، معنا یا هدفی نهفته است که انسان باید آن را کشف کند.

انتخاب و آزادی

بشر محکوم به آزادی است؛ زیرا خود را نیافریده و در عین حال، آزاد است؛ زیرا همین که پا به جهان گذاشت مسئول همه کارهایی است که انجام می‌دهد. از نظر سارتر چون

زندگی بی‌اصل و اساس است ما به تنهایی مسئول انتخاب‌های خود هستیم و آنچه انسان را در میان مخلوقات ممتاز می‌کند آزادی و توانایی او در انتخاب است. وجود‌گرا انسان را مختار و آزاد می‌بیند تا اصل علیت را نپذیرد (سارتر، ۱۹۴۶، ترجمه رحیمی، ۱۳۹۶). از نظر کی‌یرکگارد انسان در انتخاب‌های خود آزاد است و همین امر عامل اضطراب و نگرانی اوست. هر چند ما در زمین پرتاب شده و وانهادیم؛ اما چگونه زیستن و آن چیزی که به آن تبدیل می‌شویم، نتیجه انتخاب‌های خودمان است (آدامز^۱، ۲۰۱۳). البته معنای آزادی در نظر روان‌شناس وجود‌گرا گستره وسیعی دارد؛ برای مثال می (۱۹۸۱)، ترجمه حسینی فیاض، (۱۳۹۳) تجربه کشف کردن در حین محدودیت را در حیطه آزادی می‌داند. او می‌گوید هر قدر آزادی ما در یک زمان خاص محدود باشد اهمیتی ندارد؛ مهم این است چه امکان‌های تازه در رؤیاهای آرمان‌ها، اعمال، و آرزوهایمان ما را به خود می‌خواند و امکان ما را به سمت پذیرش، رویارویی، تقابل، ستیز با سرنوشت‌مان یا شوریدن بر آن سوق می‌دهد.

از نگاه روان‌شناس وحدت‌مدار ماهیت انسان از ذاتی خلاق برآمده و مهم‌ترین کنش او خلق اثر است؛ اما این شکوفایی اصالت دارد و صرفاً زاییده و نتیجه انتخاب فرد نیست. به بیان دیگر انتخاب تنها شکل‌دهنده و سازنده خویش نیست؛ بلکه مجموعه‌ای از گرایش‌ها و استعداد‌های زیستی و امکانات محیطی دست به دست هم می‌دهند و زمینه آفرینندگی و آزادی عمل را فراهم می‌کنند (زاده‌محمدی، ۱۳۸۹). هر فرد می‌تواند در کنار محدودیت‌های زیستی و فرهنگی با اندیشه خلاق و ایده‌های نو وضعیت خود را گسترش دهد. آفرینندگی نهایت آزادی و انتخاب انسان است و وضعیتی است که انسان بیشترین توان انتخاب و آزادی اراده را در برانگیختن اصالت درونی خود نشان می‌دهد و طبعاً در چنین وضعیت قرار گرفتن نیازمند قرار داشتن بجا در استعداد خویش است که روان‌شناس وجودی از آن به‌عنوان «خود بودن» نام می‌برد.

اصالت و خودشکوفایی

در رویکرد وجودی مهم‌ترین عاملی که انسان را به‌سوی اصالت خود سوق می‌دهد رویارویی صادقانه با مفهوم مرگ است و اینکه فرد باید از هم‌رنگ شدن با دیگران دوری کند. او باید مطابق با خواست و میل درونی خودش زندگی کند و نه آنچه دیگران هستند و یا دیگران انتظار دارند که او باشد. به تعبیر کی‌یرکگارد اصل کار در زندگی این است که

1. Adams

خودت را بیابی (اندرسون، ۱۹۹۹، ترجمه دیهیمی، ۱۳۸۵). در مجموع آراء فیلسوفان وجودی در شکوفایی اصالت متفاوت است. کی‌یر کگارد برای «خود شدن» هر گونه رابطه فرد با دیگری را نفی می‌کند و تنها رابطه فرد وجودی با خدا را می‌پذیرد. در مقابل سارتر (۱۹۴۶، ترجمه رحیمی، ۱۳۹۶) و هایدگر (۱۹۲۷، ترجمه رشیدیان، ۱۳۸۹) برای دیگری جایگاهی همچون خود فرد قائل‌اند. دیگری، لازمه وجود من است.

تفاوت مفهوم خودشکوفایی در نگاه روان‌شناسی وحدت‌مدار با وجودگرایان در این است که اصالت «خود» ماهیتی فطری و حقیقی دارد که جهت اصلی علایق و توانایی‌ها و مسئولیت هر فرد را تعیین و هدایت می‌کند و بر انتخاب‌های و تصمیم‌گیری‌ها اثر می‌گذارد. کشاننده بشر به سوی اصالت خویشتن صرفاً مرگ‌آگاهی و یا برداشت و تجارب ذهنی نیست؛ بلکه در فطرت وحدت وجودی ریشه دارد و در خود غایت و هدف دارد و بر تعلق و تحول و رشد عقلانی اثر می‌گذارد (زاده‌محمدی، ۱۳۹۵).

تحلیل روانی

درمان وجودی یک نگرش فلسفی است. مراجعان تا جایی از رویکرد وجودی سود می‌برند که احساس کنند می‌توانند همراه با فرضیات اساسی این رویکرد پیش بروند (دورزن، ۱۹۸۴). می (۱۹۶۹، ترجمه حبیب، ۱۳۹۵)، روان‌درمانی وجودی، به فرد کمک می‌کند تا به جای حل مسئله به مسائل وجود پردازد. بسط خودآگاهی مراجع و افزایش ظرفیت انتخاب او هدف روان‌درمانی وجودی است. در این رویکرد درمان بر معالجه علائم بیماری متمرکز نیست؛ بلکه تمرکز آن بر کمک به اشخاص برای تجربه کامل وجودشان قرار دارد. درمانگر هنگامی که مراجع دنیای شخصی خود را تجربه می‌کند، ملازم اوست. هدف این است که بیمار وجودش را به نحو واقعی تجربه کند. ریشه اضطراب بنیادی بشر از اضطراب از مرگ و تنهایی اوست که همیشه با وجود او همراه و غیر قابل حل است و فرد با مرگ‌آگاهی به پذیرش آن می‌رسد و کار درمانگر وجودی مواجه ساختن فرد با این اضطرابات و پذیرش و آگاهی و راه مواجه با آن است (دورزن، ۱۹۸۴). روان‌شناس وجودی مراجع را درگیر یک گفت‌وگوی عقلانی نمی‌کند؛ بلکه او را بر فرایند آشکارسازی در لحظه اکنون متمرکز می‌کند، با این فرض که معانی که مراجع از تجارب گذشته و اوضاع زندگی‌اش استنباط کرده در لحظه کنونی جاری و ساری است. روبه‌رو شدن با اضطراب تنهایی به نوعی نقاب و نقش‌ها را کنار می‌زند و مراجع را از فریب دادن خویشتن آگاه می‌سازد و کمک می‌کند خودش باشد و نقش خود را از اوضاع ناگواری

که در آن به سر می‌برد آگاه کند و توانایی لازم برای رویارویی صادقانه با مسائل زندگی را پیدا کند (دورزن، ۱۹۸۴).

در رویکرد تحلیلی وحدت‌مدار خلاف نگرش وجودی، اضطراب‌های اساسی هستی - شناختی مانند اضطراب مرگ و تنهایی و رهاشدگی قابل حل است و فرد با آگاهی از نگرش هستی‌شناختی خود و آگاهی از مرگ به‌عنوان تحول، احساس مثبتی از حضور خود در زندگی پیدا می‌کند. داستان زندگی هر کس با وجود فصول متضادش، معنایی یکپارچه و غایت‌مدار دارد که کشف معنا به رشد و سازگاری بهتر و بهزیستی روانی کمک می‌کند. کار روان‌شناس وحدت‌مدار ایجاد یکپارچگی و کشف معنای رویدادهای زندگی مراجع است که فرد با ارتقای وحدت‌آگاهی، درک گشوده‌تری از معنای رخدادهای زندگی می‌یابد و اوضاع دشوار را بهتر تحمل و سازگارتر و معنادارتر به آن عمل می‌کند (زاده‌محمدی، ۱۳۹۵).

بحث و نتیجه‌گیری

هر چند روان‌شناسان وجودی مانند می (۱۹۸۱، ترجمه حسینی فیاض، ۱۳۹۳) سرنوشت فرد را شامل الگوهایی از محدودیت‌ها و استعدادهایی مانند ویژگی‌های جسمانی، استعداد هنری و ریاضی و حتی فرهنگی - که مسلمات زندگی‌مان را تشکیل می‌دهند - تعریف می‌کند که این مسلمات دربرگیرنده تولد و مرگ و انتخاب و محدودیت‌هاست؛ اما شناخت انسان را تابعی از ظرفیت‌های زیستی و استعداد می‌داند و به مغز و گرایش‌های فطرتی آن به‌عنوان ماهیتی جهت‌دار نگاه نمی‌کند، بلکه در نهایت انسان را ساخته تجارب و شناخت او را صرفاً حاصل تجربیات ذهنی آدمی می‌داند. به بیان دیگر، روان‌شناس وجودی پاسخ‌گوی گرایش‌های هدفدار ارثی نیست که دانش عصب‌شناختی و روان‌شناسی رشد با ارائه شواهد عینی بر آن تأکید دارد. در مورد ذات انسان تناقضات بسیار در رویکرد وجودی هست. هایدگر (۱۹۲۷، ترجمه رشیدیان، ۱۳۸۹) می‌گوید هستی انسان قائم به خود نیست؛ بلکه معطوف به دیگری است. اما این معطوف به دیگری بودن را امری ذاتی می‌داند. هایدگر به‌طور ضمنی با طرح ذاتی بودن با دیگری به هم‌بستگی و تعلق باطنی اشاره دارد. از طرفی سارتر (۱۹۴۶، ترجمه رحیمی، ۱۳۹۶) می‌گوید بشر هیچ‌گونه طبیعت ندارد که بتواند بر آن تکیه کند؛ اما از طرفی به نیروی ذاتی انتخاب‌گری تأکید دارد. می (۱۹۶۹، ترجمه حبیب، ۱۳۹۵) به تعلق‌های متعددی از جمله عشق و اراده اشاره دارد. به هر شکل در گزارش آنان برداشت‌های پراکنده از ظرفیت‌های ذاتی دیده می‌شود که به نقش فطری آن‌ها توجهی نشده است.

هم روان‌شناس وجودی و هم روان‌شناس با رویکرد وحدت‌مدار مرگ‌آگاهی را

نقطه عطفی در حل تعارضات روانی و افزایش بهزیستی روانی می‌دانند. تفاوت در چگونگی احساسی است که از سرانجام مرگ بر دوش مراجع سنگینی می‌کند. روان‌شناس وجودی انسان را همواره در تقابل با اضطراب مرگ در حال مبارزه و جدال می‌بیند و این اضطراب اساسی قابل حل نیست و ناخودآگاه فرد را در یک حالت تضاد و گوش‌بزننگی اضطراب‌آور قرار می‌دهد و انگیزه اصلی فعالیت و انتخاب‌های فرد را رویارویی با این ترس و تنهایی و کسب و حل مرگ آگاهی می‌داند در مقابل از نگاه روان‌شناسی وحدت‌مدار، با باور به جاودانگی انسان و اتصال او به هستی لایتناهی شخص را از حالت اضطراب نیست شدن رها می‌کند. به بیان دیگر این احساس که بشر همواره هست و باقی می‌ماند آرام‌بخش است و مانع شکل‌گیری اضطرابی بنیادی است. این باور جدا از مباحث عقلانی که پیرامون میرایی و نامیرایی انسان قابل انجام است به‌عنوان باور و اعتقادی قلبی در کیفیت و کارکرد زندگی اهمیت زیادی دارد. حداقل کسانی که باور به جاودانگی خود دارند نیازی اساسی به سرکوبی و جابه‌جایی اضطراب مرگ و تبدیل شدن آن به هراس نخواهند داشت.

در رویکرد روان‌شناسی وحدت، هستی و دل‌بستگی و نه نیستی و مرگ آگاهی، اصل انگیزه انسانی است که در شکل‌کشاننده عشق تجلی پیدا می‌کند. یالوم (۱۹۸۰)، ترجمه حبیب، ۱۳۹۰) مرگ را نخستین منبع اضطراب می‌داند که همه جا حاضر است و بخش عمده از توان بشر در راه انکار مرگ صرف می‌شود و گریز از اندیشه مرگ را منشأ اعتقاد به مذهب و معاد می‌داند. البته این نگاه یالوم با جهان‌بینی پدیدارشناسانه او قابل درک است؛ چون برای انسان و هستی ذاتی متصور نیست. روان‌شناس وحدت‌مدار ناتمام ماندن انسان در کره خاکی را با مرگ، عبث می‌داند و کار عبث را از هستی - که در ذات خود کامل و لایتناهی است - عاقلانه نمی‌داند. درک جاودانگی و باقی بودن اعمال و حضور انسان در عالم دیگر، انسان را فراتر از منفعت شخصی قرار می‌دهد و از تنگ‌نظری و حرص و آز می‌کاهد و بر احساس گذشت و نوع‌دوستی و امیدواری می‌افزاید.

از نظر وجود‌گرا انسان دنیای خود را انتخاب نمی‌کند و پرتاب‌شده در آن است و برای رهایی از این اضطراب ناگزیر به انتخاب است. وجودی که در وضعیت دوگانگی و تضاد اضطراب از متناهی بودن و رفتن به سوی نیستی در حال انتخاب است. بن‌بستی که از یک طرف تعلق و دل‌بستگی و از طرف دیگر تنهایی و نیستی را پیش روی فرد وجودی قرار می‌دهد. این تضاد و دلهره بنیادی در وجود فرد تکانشی اضطراب‌آور است. روان‌شناس وحدت‌مدار انسان متصل به هستی یگانه را توجیه می‌کند، هستی‌ای که در ذات خود تضاد و یا دلهره بنیادی ندارد؛ بلکه پیوستگی عاشقانه به هستی و میل به تداوم زندگی،

انگیزه کنشگری و کنجکاوی او برای رویارویی با اتفاقات و دشواری‌های زندگی است. به بیان ساده «عشق» انگیزه کنش و اکتشاف‌گری است و نه «مرگ آگاهی». البته اگر می‌تواند (۱۹۶۹، ترجمه حبیب، ۱۳۹۵) برای عبور از ترس و اضطراب بنیادی رجوع به عشق و اراده را توصیه می‌کند؛ اما مفهوم عشق در نگاه وجودی اصالتی ندارد، گویی در زمره کنش‌های انتخابی است و ریشه ماهیتی ندارد. در رویکرد روان‌شناسی وحدت‌مدار، عشق شعوری باطنی و کششی فطری در ساختار وجودی انسانی است و هر نوع تهدید و ترس سبب فعال شدن نیاز به آن می‌شود. عشق اساس تعلق و پیوند انسان به دیگران و زندگی و جهان می‌شود؛ همان «بودن با دیگری» که سارتر و هایدگر از آن در نهاد آدمی یاد می‌کنند.

وجودگرا معنای زندگی را در ذات و ماهیت انسان نمی‌بیند؛ بلکه در ذهن او جست‌وجو می‌کند تا بتواند اختیار و آزادی تام برای انسان تصور کند و انسان را سازنده کامل خویش بنماید. نگرش فطری‌نگر وحدت‌مدار با ظرفیت‌های پیشاپیشی مغز که به صورت استعداد‌های مغزی در روان‌شناسی مطرح است همسوست. وحدت‌مدار از سهم و حضور هستی در ماهیت انسان غفلت نورزیده است و آزادی و انتخاب انسان مرتبط و مشروط به استعداد‌های فطری، آموزش‌های محیطی و تلاش تجربی فردی است.

از نگاه وجودگرا اگر برای بشر ماهیتی پیشاپیشی در نظر گرفته شود می‌تواند به تصور جبرگرایی و انفعال‌پذیری منجر شود، لذا بیشتر وجودگرایان تنها نیروی انتخاب را در ماهیت انسان به رسمیت می‌شناسند. پذیرش این مفهوم که اراده و انتخاب انسان تنها نیروی زیستی و اساسی تعیین‌کننده است، برداشتی غیر زیستی است. اساساً مغز به صورت شبکه‌ای یکپارچه عمل می‌کند و در شبکه‌ای از حواس مغزی، یک حس مانند انتخاب نمی‌تواند مستقل از ساختار پیوسته مغز عمل کند. در رویکرد وحدت‌مدار اراده و انتخاب برآیندی از تجارب و عقلانیت و توان فرد است که می‌تواند انتخابی درست یا نادرست را تشخیص دهد و به آن عمل کند؛ برای مثال فردی که قصد خودکشی و یا کاری خطرناک دارد، گرفتار انتخاب بیمار خویش است که از حال بیمار او سرچشمه می‌گیرد؛ لذا صرفاً روی آوردن به انتخاب دلیل بر کار اصیل یا عقلانی بودن نیست.

تحلیل و درمان روان‌شناختی بر اساس تجربیات و برداشت‌ها و تمرکز بر حضور تمام و کمال بر تجربیات شخص در زمان اکنون است. از این رو، بیمار را درگیر یک گفت‌وگوی عقلانی نمی‌کند؛ بلکه او را بر فرایند آشکارسازی در لحظه و اکنون متمرکز می‌کند؛ با این فرض که معانی که بیمار از تجارب گذشته و اوضاع زندگی‌اش استنباط کرده است، در لحظه جاری و تحلیل شود و مواجهه با اضطراب اساسی و قرار گرفتن در

فرایند مرگ آگاهانه در تحلیل، اهمیت ویژه‌ای دارد. مفهوم وحدت یعنی پیوستگی حضور، حضوری که پیوستگی رویدادهای زندگی گذشته و ایده‌های آینده را در خود دارد. از این جهت وحدت آگاهی با ذهن آگاهی وجودگرا معانی مشترکی دارند، با این تفاوت که در نگاه روان‌شناس وحدت‌مدار تجارب گذشته امری اساسی در تحول روانی و شکل‌گیری ذهنیت و زندگی کنونی است و نمی‌توان از گذشته به صرف اهمیت دادن به زمان حال رها شد. در کار تحلیل روانی حضور گذشته در زمان حال باید تصفیه شود؛ رها شدن از عادات و اغراض مستلزم تصفیه ذهنی است. نکته دیگر کشف معنای زندگی است که هر دو رویکرد در پی کاستن ترس و تنهایی انسان هستند که در تعارضات انسان ریشه دوانیده‌اند تا اصالت خویش را آزاد کنند؛ اما یکی با انتخاب متأثر از تناهی و مرگ و دیگری با اندیشه پیوستگی و وحدت.

در نگاه روان‌شناس وجودی مانند یالوم (۱۹۸۰، ترجمه حبیب، ۱۳۹۰) جهت و هدف دادن به مراجعان و ترغیب آن‌ها به شیوه‌ای خاص از اندیشیدن، روشی نادرست و استبدادی تلقی می‌شود. اما باور وجودگرا به منتهایی بودن انسان و جهان در تعبیر و مداخلات روان‌شناختی آن‌ها عملاً مؤثر است. بر اساس همین باور است که وجودگرا ایمان به معاد و مذهب را مسکن اضطراب مرگ می‌داند. در رویکرد وحدت‌مدار بیمار درباره مفاهیم هستی‌شناختی آگاهی داده می‌شود تا با انسجام فرد با هستی تقویت شود. در واقع، ارتقای نگرش هستی‌شناسی، لازمه بهزیستی روانی است.

هر پژوهشی دارای محدودیت‌ها و پیشنهاداتی است. این پیشنهادات می‌تواند به غنای مطالعات بعدی کمک کند. پیشنهاد می‌شود در مقایسه تطبیقی مفاهیم هستی‌شناختی رویکردهای روان‌شناختی به دلیل زیربنای فلسفی و فرهنگی مفاهیم، بر مؤلفه‌های مشخصی تمرکز شود تا تحلیل عمیق‌تر موضوع ممکن شود. نکته دیگر تنوع آراء در میان فلاسفه و روان‌شناسان وجودی است که مناسب‌تر است هر گروه از وجودگرایان مثلاً وجودگرایان خدا‌باور جدا از دیگر آراء آنان یا وجودگرایان عقل‌گرا یا شهودگرا با رویکرد وحدت‌مدار مقایسه شوند تا یافته‌ها دقیق‌تر و جامع‌تر تحلیل و مقایسه شوند. پیشنهاد دیگر اینکه فلسفه وحدت از نظر غنای مفهومی گستره عمیقی دارد و طبعاً به پژوهش‌های متعددی برای کشف قابلیت‌های تجربی معناگرای آن نیاز دارد تا کارکردهای روان‌شناختی آن بیشتر آزمون شود. به نظر می‌رسد طرح این قبیل موضوعات مبتنی بر فرهنگ در محیط‌های علمی و دانشگاهی می‌تواند به تولید فکر و پرسش‌هایی بینجامد که تقابل و تعامل با دیگر نظریه‌های مکاتب غرب را در محیط‌های دانشگاهی افزایش دهد.

منابع

قرآن کریم.

- ابن عربی، م. (۱۹۸۷). شرح فصول الحکم. ترجمه پ. خواجه محمد (۱۳۶۶). تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- اسپینوزا، ب. (۱۹۸۵). اخلاق. ترجمه م. جهانگیری (۱۳۶۴). تهران: انتشارات مرکز نشر دانشگاهی.
- اشیگلبرگ، ه. (۱۹۷۲). جنبش پدیدارشناسی در آمدی تاریخی. ترجمه م. علیا (۱۳۹۱). تهران: مینوی خرد.
- اکبریان، ر. (۱۳۹۱). حقیقت ایمان از دیدگاه ملاصدرا و علامه طباطبائی. حکمت صدرایی، ۱(۱)، ۲۳-۳۲.
- اندرسون، س. ل. (۱۹۹۹). فلسفه کی‌یرکگور. ترجمه خ. دبهیمی (۱۳۸۵). تهران: طرح نو.
- آیت‌اللهی، ح. (۱۳۸۵). مقایسه وجود در اگزیستانسیالیسم و اصالت‌الوجود صدرایی. پژوهشنامه علوم انسانی، ۴۹-۱، ۳۴.
- بابایی، پ. (۱۳۸۶). مکتب‌های فلسفی از دوران باستان تا امروز. تهران: نگاه.
- بست، ج. (۱۹۹۳). روش‌های تحقیق در علوم تربیتی و رفتاری. ترجمه ح. پاشاشریفی و ن. طالقانی (۱۳۹۰). تهران: رشد.
- چالمرز، آ. اف. (۱۹۷۶). چستی علم. ترجمه س. زیباکلام (۱۳۸۱). تهران: سمت، ج ۳.
- حسن‌پورآلاشتی، ح. و امنخانی، ع. (۱۳۸۶). اگزیستانسیالیسم و نقد ادبی (بررسی رابطه اگزیستانسیالیسم با نقد ادبی، جایگاه فیلسوفان این روش فلسفی در مباحث نقد ادبی و بازتاب این مباحث در ادبیات معاصر ایران). پژوهش‌های ادبی، ۱۷، ۹-۳۴.
- زاده‌محمدی، ع. (۱۳۸۹). روان‌شناسی وحدت‌مدار (کیمیای وحدت). تهران: قطره.
- زاده‌محمدی، ع. (۱۳۹۵). مکتب روان‌شناسی وحدت‌مدار. تهران: قطره.
- زرانی، ف.، بهزادپور، س. و بابایی، ز. (۱۳۹۶). تحلیلی بر نقش فرهنگ در آسیب‌شناسی روانی. رویش روان‌شناسی، ۶(۱)، ۱۹۱-۲۲۴.
- سارتر، ژ. پ. (۱۹۴۳). هستی و نیستی. ترجمه م. بحرینی (۱۳۹۴). تهران: نیلوفر.
- سارتر، ژ. پ. (۱۹۴۶). اگزیستانسیالیسم و اصالت بشر. ترجمه م. رحیمی (۱۳۹۶). تهران: نیلوفر.
- سرانجام، ا. و محمدی، م. (۱۳۹۵). اگزیستانسیالیسم در رباعیات خیام. مطالعات ایرانی، ۳۰، ۸۱-۹۹.
- سهروردی، ش. (۱۳۸۰). مجموعه مصنفات شیخ اشراق. تصحیح س. ح. نصر. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی. ج ۳.
- صدرالتألهین، م. ا. (۱۹۸۱). الحکمه المتعالیه فی الاسفار العقلیه الاربعه. بیروت: دار الاحیاء التراث العربی.
- طباطبائی، م. ح. (۱۳۸۵). اصول فلسفه و روش رئالیسم. تهران: صدرا.
- طباطبائی، م. ح. (۱۳۸۰). نهایت الحکمه. ترجمه و شرح ع. شیروانی. قم: الزهرا.
- علی‌زمانی، م. و فرجی، ع. (۱۳۹۳). بررسی و تطبیق مفهوم خدا و اصالت در اندیشه کی‌یرکگور و سارتر. الهیات تطبیقی، ۱۱، ۹۱-۱۱۴.
- غیاثی کرمانی، م. (۱۳۷۵). اگزیستانسیالیسم فلسفه عصیان و شورش. قم: نهضت قم.
- فرانکل، و. (۱۹۶۳). انسان در جست‌وجوی معنی. ترجمه ن. صالحیان و م. میلانی (۱۳۹۷). تهران: درسا.
- کاکایی، ق. (۱۳۸۹). وحدت وجود به روایت ابن‌عربی و مابستر اکهارت. تهران: هرمس.
- کوپر، م. (۲۰۰۳). درمان‌های وجودی. ترجمه م. کلانتر گوشه (۱۳۹۳). تهران: آوای نور.

- گلپایگانی، ر. (۱۳۸۹). گرایش‌های اگزیستانسیال در شعر خیام و حافظ. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. گروه زبان و ادبیات فارسی دانشگاه سمنان.
- مارسل، گ. (۱۹۵۶). *فلسفه اگزیستانسیالیسم*. ترجمه ش. اسلامی (۱۳۸۲). تهران: نگاه معاصر.
- مدرس مطلق، م. (۱۳۷۹). رساله در وحدت وجود. آبادان: پرستش.
- می، ر. (۱۹۸۱). *آزادی و سرنوشت*. ترجمه م. ب. حسینی فیاض (۱۳۹۳). تهران: ارجمند.
- می، ر. (۱۹۶۹). *عشق و اراده*. ترجمه س. حبیب (۱۳۹۵). تهران: دانژه.
- مزیایک، ه. و استاوت سکستون، و. (۱۹۶۶). *تاریخچه و مکاتب روان‌شناختی*. ترجمه ا. رضوانی (۱۳۷۱). مشهد: بنیاد پژوهش‌های اسلامی.
- نصیری هانیس، غ. (۱۳۹۴). *اثربخشی آموزش مفاهیم روان‌شناسی وحدت‌مدار بر تنیدگی و رابطه مادر-کودک مادران کودکان در خودمانده*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. پژوهشکده خانواده دانشگاه شهید بهشتی. تهران.
- نمازی، ح. (۱۳۸۵). *دلهره وجودی*. سمرقند، ۱۳ و ۱۴، ۱۹-۲۳.
- وولف، د. ام. (۲۰۰۳). *روان‌شناسی دین*. ترجمه م. دهقانی (۱۳۸۶). تهران: رشد.
- هایدگر، م. (۱۹۲۷). *هستی و زمان*. ترجمه ع. رشیدیان (۱۳۸۹). تهران: نی.
- یالوم، ا. (۱۹۸۰). *روان‌درمانی اگزیستانسیال*. ترجمه س. حبیب (۱۳۹۰). تهران: نی.
- یالوم، ا. (۱۹۹۹). *مامان و معنی زندگی*. ترجمه س. حبیب (۱۳۹۱). تهران: قطره.
- Adams, M. (2013). *A concise introduction to existential counselling*. London: Sage.
- Adebayo, S.O. & Ilori, O.S. (2013). Influence of paranormal beliefs on psychopathology in a cross-cultural society. *Journal of Humanities and Social Science*, 11(2), 63-70
- Brannan, D., Diener, R., Mohr, C., Mortazavi, S. & Stein, N. (2013). Friends and family: A cross-cultural investigation of social support and subjectivewell-being among college students. *Journal of Positive Psychology*, 8(1), 65-75.
- Bugental, J.F.T. (1967). *Challenges of humanistic psychology*. New York: McGraw-Hill.
- D'raven, L.L. & Zaidi, P. (2014). Happiness strategies among Arab university students in the United Arab Emirates. *Journal of Happiness and Well-Being*, 2(1), 131-144.
- Deurzen-Smith, E. (1984). *Existential therapy*. In Dryden, W. (ed.). *Individual Therapy in Britain*. London: Harper and Row.
- Hays, P.A. (2001). *Addressing cultural complexities in practice: A framework for clinicians and counselors*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Leaman, O. (2000). Can rights coexist with religion?. *Studies in Islamic and Middle Eastern texts and traditions in memory of Norman Calder*, 163-74.
- Vaughan, F. (2002). What is spiritual intelligence?. *Journal of Humanistic Psychology*, 42(2), 16-33.