

تحلیلی فلسفی از رنج روان‌شناختی بیماران در آستانه‌ی مرگ و جایگاه آن در اخلاق پزشکی

عبدالرسول کشفی*^۱

چکیده

بیماران درمان ناپذیری که در آستانه‌ی مرگ قرار دارند دو نوع درد را تجربه می‌کنند: فیزیکی و روان‌شناختی. رنج روان‌شناختی این قبیل بیماران، ریشه در دو رنج وجودی دارد و آن دو، یکی "احساس تنهایی" و دیگری "احساس بی‌معنایی زندگی" است. هر دو رنج، زندگی همه‌ی آدمیان را تحت الشعاع قرار داده و می‌دهد، اما بنا به دلایلی که خواهد آمد، این دو در اوج خود و به شکلی ویرانگر، کیفیت زندگی این بیماران را بیش از دیگران تهدید می‌کنند. این مقاله از رنج دوم، "احساس بی‌معنایی زندگی"، سخن می‌گوید و به ارتباط میان شناخت دقیق این رنج و مسأله‌ی همدلی و ارتباط عاطفی با بیماران یاد شده می‌پردازد.

واژگان کلیدی: بیماران در آستانه مرگ، رنج روان‌شناختی، معنای زندگی، احساس پوچی، احساس تنهایی، پارادوکس خواستن

۱- دانشکده الهیات و معارف اسلامی، دانشگاه تهران

* نشانی: تهران، خیابان انقلاب، دانشگاه تهران، تلفن: ۰۹۱۲۴۰۵۵۲۶۶؛ پست الکترونیک: a_kashfi@yahoo.com

مقدمه

بیماران درمان ناپذیری که در آستانه‌ی مرگ قرار دارند همزمان دو نوع درد را تجربه می‌کنند: درد اول ماهیتی جسمانی^۱ و درد دوم ماهیتی روان شناختی^۲ دارد. اولی را به اختصار درد^۳ و دومی را رنج^۴ می‌نامیم. امروزه دانش پزشکی در مواجهه با کاهش درد جسمانی این نوع بیماران به پیشرفت‌های زیادی نایل آمده است. اما متأسفانه نوع مواجهه با رنج روان شناختی این قبیل بیماران، به دلیل ماهیت پیچیده‌ی آن، هنوز در هاله‌ای از ابهام قرار دارد. همان گونه که دردهای جسمانی حاکی از نوعی نابسامانی در جسم و بدن انسانند، دردهای روان شناختی نیز حکایت از نوعی نابسامانی در روح و روان انسان دارند. شناخت دقیق رنج روان شناختی بیماران در آستانه‌ی مرگ برای کادر پزشکی درگیر با این بیماران، بسیار مهم و حیاتی است. این شناخت، دو کمک جدی و اساسی به پزشکان و کادر درمانی می‌کند:

۱. از آنجا که مسیر درمان از تشخیص می‌گذرد، برای رهایی بخشیدن این بیماران از رنج یاد شده، اولین گام، تشخیص و شناخت دقیق ماهیت پیچیده‌ی این رنج است.

۲. همدلی و برقراری رابطه‌ی عاطفی با بیمار درگیر با درد و رنج از ارکان مهم اخلاق پزشکی به حساب می‌آید [۱ و ۲]. بدون شناخت دقیق این رنج، همدلی و برقراری رابطه‌ی عاطفی با این بیماران امکان پذیر نیست.

رنج روان شناختی بیماران درمان ناپذیر در آستانه‌ی مرگ، ریشه در دو رنج وجودی دارد و آن دو، یکی "رنج احساس تنهایی" و دیگری "رنج احساس بی‌معنایی زندگی" است. هر دو رنج، کم و بیش، زندگی همه‌ی آدمیان را تحت الشعاع قرار داده و می‌دهد، اما بنا به دلایلی که خواهد آمد این دو، در اوج خود و به شکلی ویرانگر، کیفیت زندگی این بیماران را بیش از دیگران تهدید می‌کنند.

این مقاله به رنج دوم، "احساس بی‌معنایی زندگی" می‌پردازد^۵ و در این راستا می‌کوشد به پنج مسأله‌ی زیر بپردازد:

۱. تعریفی از احساس بی‌معنایی زندگی ارائه دهد.
۲. علل پیدایش این رنج را از منظری فلسفی بیابد.
۳. راه حلی برای رهایی از این رنج نشان دهد.
۴. دلیل تشدید این رنج را در بیماران در آستانه‌ی مرگ توضیح دهد.
۵. ارتباط میان شناخت دقیق این رنج و مسأله‌ی همدلی و ارتباط عاطفی با بیماران یاد شده را بیان کند.

تا کنون در باب احساس بی‌معنایی زندگی و علل پیدایش آن زیاد سخن گفته شده است. این مقاله می‌کوشد از منظری جدید این مسأله را مورد بررسی قرار دهد و آن از طریق "پارادوکس خواستن"^۶ است.

۱. احساس بی‌معنایی زندگی و عامل پیدایش آن

۱-۱- خواسته‌های انسان متعارف از منظر ارسطو^۷

ارسطو، فیلسوف برجسته‌ی یونان باستان، در کتاب معروف "اخلاق نیکوماخوس" خود، خواسته‌های این جهانی انسان‌های معمولی^۸ را سه چیز می‌داند:

۱. لذات جسمانی
۲. ثروت
۳. احترام

ارسطو معتقد بود که ما در این جهان کشتش ذاتی‌ای داریم که از انواع لذات جسمانی (خوردن، خوابیدن، تفریح و ...) برخوردار شویم، از مال و ثروت بیشتری بهره‌مند گردیم و چنان عمل کنیم که مورد احترام دیگران واقع شویم.

این دیدگاه تا قرن هفدهم در میان فیلسوفان باقی ماند. در قرن هفدهم "اسپینوزا"^۹ "احترام" را به "شهرت"^{۱۰} تغییر داد. از منظر او آدمیان بیش از احترام، در پی شهرتند به این معنا که کمیت احترام گذارندگان نیز برای آنان اهمیت دارد.

^۵ برای جلوگیری از طولانی شدن نوشتار، بحث در باره‌ی "احساس تنهایی" را به فرصتی دیگر وا می‌گذاریم.

^۶ در بخش‌های بعدی مقاله به توضیح این مفهوم خواهیم پرداخت.

^۷ Aristotle (384-322 BC)

^۸ ordinary men

^۹ Baruch Spinoza (۱۶۳۲-۱۷۰۷)، فیلسوف عقلگرای هلندی

^{۱۰} fame

^۱ physical pain

^۲ psychological pain

^۳ pain

^۴ suffering

خواسته‌های آدمی بسیار گوناگون‌اند و اراده و تلاش انسان برای دست‌یابی به خواسته‌هایش همیشه با موفقیت قرین نیست. در بسیاری از موارد، عواملی پیدا و پنهان انسان را از دسترسی به خواسته‌هایش باز می‌دارند. اراده و تلاش، تنها بخشی از عوامل دست‌یابی به خواسته‌ها هستند. عدم دسترسی به خواسته‌ها، سبب پیدایش احساس تلخ ناکامی و محرومیت در انسان می‌شود.

۱-۲-۲- عارضه دوم، احساس عدم امنیت^۳

انسان تا زمانی که به خواسته‌ی خود دسترسی ندارد، دستخوش احساس ناکامی است. همین که به خواسته‌ی خود دست یافت، احساس تلخ دیگری در او شکل می‌گیرد و آن احساس عدم امنیت است. عدم امنیت از این که مبدا خواسته‌های خود، مثلاً ثروت، شغل و موقعیت و ... را از دست بدهد. همان‌طور که اراده و تلاش برای دست‌یابی به خواسته‌ها کافی نیستند، برای حفظ خواسته‌ها نیز تنها اراده و تلاش به کار نمی‌آیند. عوامل آشکار و پنهانی ممکن است به یک باره همه آنچه انسان با دشواری به دست آورده است را از او باز گیرند. یک زلزله، یک سیل یا یک آتش‌سوزی به یک لحظه، انسانی را از هستی ساقط می‌کنند. تصور چنین موقعیت‌هایی انسان را دستخوش احساس عدم امنیت می‌کند.

۱-۲-۳- عارضه سوم، احساس دلزدگی

سومین عارضه تلخ روان‌شناختی، احساس دلزدگی است. این احساس که می‌توان آن را تلخ‌ترین احساس‌های سه‌گانه و نیز خطرناک‌ترین آن‌ها دانست؛ آنگاه پیدا می‌شود که انسان به خواسته‌ی خود دست یابد و مدتی آن را در تصرف داشته باشد. انسان ویژگی‌ای ذاتی دارد و آن حس نوجویی و یا طراوت‌طلبی است. این احساس سبب می‌شود که هر چیزی، هر قدر هم که برای انسان جذاب و دوست‌داشتنی باشد، پس از گذشت زمانی از تصرف آن، به تدریج، تازگی و طراوت اولیه‌اش را برای او از دست می‌دهد و در نتیجه کشش و شور آغازین انسان نسبت به آن خواسته آرام آرام کاهش می‌یابد. این کاهش شور و

آدمیان نه تنها می‌خواهند که محترم باشند، بلکه به دنبال آنند که بر شمار احترام‌گذارندگان آنان نیز افزوده شود. آخرین دیدگاه در این زمینه از آن فیلسوفان معاصر است که اصطلاح "شهرت" را به "حیثیت اجتماعی"^۱ تغییر داده‌اند. بنابراین امروزه فیلسوفان، خواست‌های انسان‌های معمولی را سه چیز می‌دانند: لذات جسمانی، ثروت و حیثیت اجتماعی

۱-۲-۲- زیان‌های روی‌آوری به خواسته‌های سه‌گانه به

عنوان خواسته‌های فرجامین

خواسته‌ها و اهدافی که انسان دنبال می‌کند به دو دسته تقسیم می‌شوند: فرجامین و غیر فرجامین. خواسته‌ی a آنگاه فرجامین است که انسان آن را برای خود a بخواهد. و خواسته‌ای مانند b آنگاه غیر فرجامین است که انسان آن را نه برای خود b که برای دست‌یابی به خواسته‌ای مانند c طلب کند. خواسته‌های فرجامین انسان، محدود و انگشت‌شمارند و در مقابل، بیشتر خواسته‌های انسان را خواسته‌های غیر فرجامین او تشکیل می‌دهند. مثلاً "آرامش" خواسته‌ای فرجامین در زندگی انسان است: انسان "آرامش" را برای خود "آرامش" نه برای چیزی دیگری می‌خواهد. اما "قلم" را نه برای خود قلم که آن را برای نوشتن می‌خواهد و "لباس" را نه برای خود لباس که آن را برای پوشاندن خود و حفظ خویشتن از گرما و سرما طلب می‌کند.

اگر خواسته‌های سه‌گانه به اهداف فرجامین انسان تبدیل شوند، به بیان دیگر، انسان آن‌ها را برای خود آن‌ها، یعنی لذت را برای لذت، ثروت را برای ثروت و حیثیت اجتماعی را برای حیثیت اجتماعی بخواهد و ورای این سه، چیز دیگری را دنبال نکند؛ دستخوش سه عارضه‌ی تلخ روان‌شناختی خواهد شد. این سه عارضه عبارتند از: احساس ناکامی، احساس عدم امنیت و احساس دلزدگی

۱-۲-۱- عارضه اول، احساس ناکامی^۲

^۱. prestige
^۲. frustration

^۳. insecurity

کشش گاه تا آنجا پیش می رود که نسبت به آن خواسته بی تفاوت می شود و در مواردی از آن گریز و نفرت پیدا می کند. این را می توان تلخ ترین سویه سرشت زندگی انسان دانست. ما آدمیان پیوسته در تلاش برای دستیابی به خواسته های خود هستیم. تصور رسیدن به این خواسته ها معنابخش تلاش های ما و رنجی است که برای رسیدن به آن ها متحمل می شویم. هر چه فاصله ی ما با خواسته ها ایمن کاهش می یابد شور و نشاط ما فزونی می گیرد. اوج این شور و نشاط لحظه ی نائل آمدن به وصال خواسته ها مان است. اما این اوج شور و شیدایی که زیباترین لحظات زندگی ما را رقم می زند دیری نمی پاید و آرام آرام منحنی شور و نشاط ما حرکت خود را به سوی قوس نزولی آغاز می کند و به تدریج از شور و نشاط آغازین فرو کاسته می شود. از آنجا که با این فروکاهش، انسان دستخوش ملال، خستگی و بی معنایی در زندگی می شود، باز در طلب خواسته دیگری بر می آید که به زندگی او معنا بخشد. اما ماجرای پیشین باز هم تکرار می شود: برای رسیدن به این خواسته نیز تلاش می کند و به محض دست یابی به آن، شور و نشاط آغازین خود را از دست می دهد و برای گریز از خستگی و ملال، حرکت خود را به سوی خواسته ای دیگر آغاز می کند. این جاست که پرسشی غریب برای انسان پیش می آید و آن اینکه "آیا بخواهد یا نه؟" اگر "نخواهد" زندگی بی معنا و فاقد هر نوع شور و نشاطی خواهد شد و اگر "بخواهد" به محض دست یابی به خواسته اش باز هم همین وضع ملال آور را از سر خواهد گذراند. این وضع را می توانیم "پارادوکس خواستن" بنامیم. یعنی انسان برای معنا بخشی به زندگی خود هم باید "بخواهد" و هم "نخواهد". سخن گفتن از این پارادوکس از دیر زمان هم به آثار فلسفی و هم نوشته های ادبی راه یافته است. از نوشته های فلسفی می توان سخن ژان ژاک روسو^۱ را در این باره نوشت که:

"ما از تصور داشتن آنچه دیگران دارند بیشتر احساس لذت می کنیم تا خود آن ها از داشتن آن ها."

اسکار وایلد^۲ چنین می گوید:

"در جهان تنها دو تراژدی وجود دارد: اول، نرسیدن به آنچه انسان در طلب آن است و دوم، رسیدن به آن و تراژدی واقعی تراژدی دوم است."

کنستانتین کاوافی^۳ ادیب و شاعر مصری یونانی تبار در شعری در باره شهر افسانه ای "ایساکا"^۴ چنین می سراید:

"وقتی که سفرت را به ایساکا آغاز می کنی، دعا کن که سفرت طولانی باشد ایساکا بهترین سفر را به تو ارزانی داشته است بدون او هرگز به این سفر نمی آمدی اما ایساکا چیزی بیش از این به تو نمی دهد"^[۳]

در شعر کاوافی، سرشت سوگناک زندگی انسان به خوبی تصویر می شود: همه هدف ها و خواسته های دنیایی ما چون شهر ایساکا هستند. به سوی ایساکا حرکت می کنیم که در آن آرام و قرار گیریم اما این ایساکا نیست که به ما قرار و آرام می دهد بلکه رفتن به سوی آن و تلاش برای دست یابی به آن است که آرام بخش ماست. به همین ترتیب این خواسته ها نیستند که به ما قرار و آرام می دهند بلکه رفتن به سوی آن ها و تلاش برای دست یابی به آن هاست که آرامش بخش ماست. خواسته های ما تنها چیزی که به ما می دهند تلاشی است که برای رسیدن به آن ها از خود نشان می دهیم. دست یابی به آن ها جز ملال و خستگی چیزی را برای ما به ارمغان نمی آورد.

همان طور که مشاهده شد، هم در فلسفه و هم در ادبیات به پارادوکس خواستن، قراوان پرداخته شده، اما به ارتباط این پارادوکس با معنای زندگی تا کنون توجهی نشده است. در ادامه مقاله می کوشیم تا نشان دهیم عامل اصلی بی معنایی زندگی همین پارادوکس است.

۱-۲-۴- پارادوکس خواستن: عامل مهم پیدایش

احساس بی معنایی زندگی

احساس بی معنایی در زندگی حاصل گذر از هفت مرحله است:

^۲ Oscar Wild (۱۸۵۴-۱۹۰۰)، شاعر، نویسنده و نمایش نامه نویس آلمانی معاصر

^۳ Constantine Cavafy

^۴ Ithaca

^۱ Jean Jacques Rousseau (۱۷۱۲-۱۷۸۰)، فیلسوف سیاسی، عالم علوم تربیتی و

نویسنده معروف سوئیسی

گفت که ارزشِ خواسته نسبت مستقیم با میزان دلبستگی ما به آن دارد. هر چه دلبستگی ما به خواسته ای بیشتر باشد، برای ما ارزش بیشتری دارد و هرچه دلبستگی ما به آن کمتر باشد برای ما از ارزش کمتری برخوردار است. معشوق برای عاشق از بالاترین ارزش برخوردار است چرا که عاشق، اوج دلبستگی را به معشوق دارد.

پنجم، از آنجا که انسان ارزش خود را مساوی با ارزش خواسته‌ی خود می‌داند و از سوی دیگر ارزشِ خواسته نسبت مستقیم با میزان دلبستگی او به آن دارد، بنابراین هر آنچه تهدید کننده دلبستگی انسان باشد، تهدید کننده ارزشمندی او خواهد بود و به بیان دیگر:

"هر عاملی که دلبستگی آدمی را تهدید کند، زمینه ساز احساس بی ارزشی، پوچی یا بی‌معنایی در زندگی او می‌شود."

ششم، مرگ و احساس طراوت جویی از مهم ترین عوامل تهدید کننده‌ی دلبستگی انسانند. به مقوله‌ی مرگ در انتهای مقاله خواهیم پرداخت. در باره طراوت جویی باید گفت که این احساس سبب دزدگی انسان از خواسته هایش می‌شود و دزدگی چیزی نیست جز کاهش دلبستگی و یا فقدان دلبستگی.

هفتم، احساس طراوت جویی سبب از میان رفتن دلبستگی های کهن و پیدایش دلبستگی های جدید می‌شود. آن زمان که دلبستگی کهن از بین می‌رود، انسان دستخوش احساس بی ارزشی می‌شود و هنگامی که دلبستگی جدید پدید می‌آید به نوعی معنا داری در زندگی دست می‌یابد. از آنجا که این سیر، پایانی ندارد، بنابراین انسان، پیوسته دستخوش دو احساس متضاد است:

پوچی و معنا داری یا بی ارزشی و ارزشمندی یا بی هویتی و هویت داری.

هشتم، تکرار پیوسته‌ی از میان رفتن و پیدایش دلبستگی ها و در نوسان قرار گرفتن انسان در میان دو حالت پیشگفته، آرام آرام او را به این بینش می‌کشاند که هیچ چیز را در این عالم دلبستگی نشاید و عزم بر دل نبستن به معنای آغاز احساس بی معنایی و پوچی مطلق در زندگی آدمی است.

یکم، دلبستگی به کس یا کسان، چیز یا چیزها، مهم ترین ویژگی وجودی انسان است به گونه ایی که در فقدان دلبستگی، انسان از درون فرو می‌پاشد. هایدگر فیلسوف برجسته معاصر آلمانی معتقد است که انسان چیزی جز دلبستگی نیست. ستایش و تجلیل فراوانی که از "عشق" در طول تاریخ و در همه فرهنگ‌ها شده، حکایت از همین موضوع دارد چرا که عشق، اوج دلبستگی است. می‌توان گفت شور حیات در زندگی انسان نسبت مستقیم با دلبستگی او به کس یا کسان و شی یا اشیا پیرامون او دارد. احساس ملال و خستگی نسبت عکس با این دلبستگی دارد. هر چه از دلبستگی فروکاسته شود ملال و خستگی انسان فزونی می‌یابد.

دوم، انسان نوعی هم ذات پنداری با خواسته های خود دارد و خود را با خواسته های خود یکی می‌داند. به بیان دیگر محور زندگی از او جدا شده و به خواسته هایش منتقل می‌شود. نقطه اوج این هم ذات پنداری در عشق مشاهده می‌شود. یکی از ویژگی های عشق، تمایل به یکی شدن با معشوق است [۴].

سوم، چون انسان خود را با خواسته‌های خود یکی می‌داند، بنابر این هر ارزشی را که برای خواسته‌های خود احساس می‌کند برای خود احساس می‌کند، به بیان دیگر، ارزش خود را مساوی با ارزش خواسته‌ی خود می‌داند. در شعر زیر از مولانا به خوبی این دیدگاه تصویر شده است:

ای برادر تو همان اندیشه ای - ما بقی تو استخوان و ریشه ای
گر گُلست اندیشه تو گُلشنی - گر بود خاری تو
هیمه‌ی گُلخنی [۵]

اگر انسان گُل را طلب کند، خود از جنس گُل در می‌آید و اگر خار و خاشاک را بجوید از جنس همان خار و خاشاک خواهد شد، چرا که انسان همان است که آن را می‌جوید و طلب می‌کند.

چهارم، با توجه به این که ارزش انسان با خواسته‌های او یکی است، بنابراین برای فهم ارزش انسان باید به خواسته های او مراجعه کرد و از طریق ارزش آن ها ارزش انسان را مشخص نمود. در این جا این پرسش پیش می‌آید که ارزش خواسته چگونه مشخص می‌شود؟ در پاسخ باید

۲. راه حل‌رهایی از رنج بی‌معنایی زندگی

با توجه به آنچه گفته شد، این پرسش پیش می‌آید که آیا راهی برای گریز از این احساس تلخ وجود دارد یا نه؟ در پاسخ باید گفت که دو مجموعه راه حل تا کنون پیشنهاد شده است:

۱. نشانه درمانی

۲. ریشه درمانی

همان‌طور که برای تسکین دردهای جسمانی گاه به نشانه درمانی و گاه به ریشه درمانی روی می‌آوریم، به همین ترتیب می‌توانیم از هر دو دسته درمان برای دردها و رنج‌های روحی-روانی از جمله درد یاد شده نیز بهره‌جوییم. نشانه درمانی به این معناست که به جای پرداختن به ریشه درد، تلاش کنیم به کاهش یا حذف خود درد پردازیم. مثلاً از کسی که از دردی در ناحیه سینه خود شکایت می‌کند، بخواهیم که با خوردن مسکن این درد را کاهش دهد. اما ریشه درمانی به معنای تلاش برای یافتن ریشه بیماری و سپس از بین بردن این ریشه برای درمان بیماری است. روشن است که نشانه درمانی راه حلی موقتی است که با گذشت زمان و کاهش تأثیر مسکن، درد دوباره ظاهر می‌شود.

۱-۲- نشانه درمانی رنج بی‌معنایی

برای نشانه درمانی رنج بی‌معنایی، دو راه حل پیشنهاد شده است: یکی "خود فریبی" و دیگری "خود فراموشی". خود فریبی به معنای انکار وضعیت تلخی است که به لحاظ وجودی در آن قرار گرفته‌ایم. شبیه زمانی که کسی خبر از دست دادن عزیزی را می‌شنود و در پی ساز و کاری دفاعی در جهت انکار آن حادثه تلخ بر می‌آید. اما خود فراموشی به این معناست که با مشغول شدن و سرگرم شدن به محیط اطراف، تلاش کنیم که به خود و سرشت سوگناک زندگی‌مان که حاصل "پارادوکس خواستن" است نیندیشیم.

۱. آرامش حاصل از نشانه درمانی، سطحی و زودگذر است. انسان به محض قطع رابطه با آنچه خود را بدان مشغول کرده است، دوباره دستخوش احساس پوچی و بی‌معنایی خواهد شد. روانشناسان غربی از نوعی نوروز^۱ (روان نژندی) یاد می‌کنند که به نوروز یکشنبه‌ها^۲ معروف است. در تعطیلی یکشنبه‌ها در نزد غربی‌ها (یا جمعه‌ها در نزد ما)، انسان دستخوش نوعی روان نژندی می‌شود که حاصل تنها بودن و مواجه شدن با خود است. در واقع در این روزها رابطه او با محیط اطراف قطع و یا ضعیف می‌شود و نمی‌تواند چون روزهای دیگر به خود فراموشی ادامه دهد. مولانا این مقوله را با زیبایی تمام در داستان مارگیر بیان می‌کند. او در این داستان به شدت کسانی را که با مشغول شدن به محیط اطراف قصد خود گریزی و خود فراموشی دارند مورد عتاب و سرزنش قرار می‌دهد:

مارگیر از بهر حیرانی خلق -- مارگیرد اینت نادانی خلق
آدمی کوهی است چون مفتون شود -- کوه اندر مار
حیران چون شود
صد هزاران مار و گه حیران اوست -- او چرا حیران شده
است و مار دوست [۵]

۲. همه آدمیان نمی‌توانند خود فریب و خود فراموش باشند. برخی انسان‌ها به ویژه کسانی که از روحی حساس برخوردارند، خود فریبی و خود فراموشی را بسیار دشوار می‌یابند. به تعبیر زیبای اوانامونو فیلسوف اسپانیولی معاصر "برای بعضی دشوار است که دلکک شخصی خود بشوند و نهندند [۶]."

۳. خود فریبی و خود فراموشی از یک مقطع سنی به بعد کارایی ندارد. انسان هنگامی که در آغاز زندگی است، در قوس صعودی زندگی است و افق زندگی را روشن می‌یابد، راحت‌تر می‌تواند به ساز و کارهای دفاعی یاد شده چنگ زند نسبت به زمانی که در قوس نزولی زندگی قرار گرفته است و افق زندگی را چون پیشتر روشن نمی‌یابد.

۲-۲- ریشه درمانی رنج بی‌معنایی

۱-۱-۲- اشکالات نشانه درمانی

برای نشانه درمانی دست کم سه اشکال می‌توان نام برد:

^۱ neurosis

^۲ Sunday neurosis

ثانیا، به فرض که بتوان به چنین جهانی دست یافت و بتوان مشکل ناکامی و عدم امنیت را حل کرد، اما مشکل دزدگی که خاستگاه اصلی احساس بی معنایی است نه تنها حل نمی شود، بلکه فزونی نیز خواهد گرفت چرا که در چنین جهانی روند دست یابی به خواسته ها سرعت می گیرد و در نتیجه طبق آنچه پیشتر آمد انسان زودتر به احساس پوچی خواهد رسید.

۲-۲-۳- پاسخ ادیان الهی

پاسخ قاطع به مشکل یاد شده از آن ادیان الهی است که راه حل رنج بی معنایی را در ایمانی پرشور به خداوند می دانند. در توضیح باید گفت:

احساس ناکامی و محرومیت، ریشه در عدم دسترسی به خواسته دارد. آنگاه انسان دستخوش احساس ناکامی می شود، که دست یابی به خواسته های خود را ممکن نداند.

احساس عدم امنیت، ریشه در ناپایداری خواسته دارد. از آنجا که خواسته های دنیایی انسان ناپایدار و در معرض تهدید عوامل بیرونی اند، انسان با آن ها احساس عدم امنیت دارد.

اما احساس دزدگی که ریشه ای اصلی احساس بی معنایی است، ریشه در محدود بودن خواسته دارد. بنابراین اگر خواسته ای خواسته ای فرجامین انسان باشد که نزدیک، پایدار و نامحدود باشد، انسان با او احساس ناکامی نمی کند، دستخوش احساس عدم امنیت نمی شود و احساس پوچی و بی معنایی ندارد و چنین خواسته ای جز خداوند نیست چرا که او به انسان نزدیک، پایدار و نامحدود است. بنابراین برای رهایی از احساس پوچی در زندگی، راهی جز ایمان به خداوند یعنی برقراری رابطه ای پر شور و عاشقانه با او نیست.

۳. تشدید رنج بی معنایی در بیماران در آستانه ای مرگ

بیماران در آستانه مرگ به نوعی مرگ آگاهی دست می یابند که دیگران فاقد آنند. پیشتر گفتیم که مرگ از یک سو و احساس طراوت جویی از سوی دیگر، دو عامل تهدید کننده ای دلبستگی انسان و در نتیجه، از عوامل مهم احساس پوچی و بی معنایی در زندگی هستند. درباره احساس

برای ریشه درمانی رنج یاد شده سه راه حل پیشنهاد شده است:

۱. پاسخ فیلسوفان رواقی
۲. پاسخ فیلسوفان عصر روشنگری
۳. پاسخ ادیان الهی

۲-۲-۱- پاسخ فیلسوفان رواقی

رواقیون گروهی از فلاسفه اند که در یونان باستان بعد از ارسطو می زیستند و دیدگاه های خاص در باب هستی-شناسی، معرفت شناسی و ارزش شناسی داشتند. آن ها ریشه ای رنج های یاد شده را خود "خواستن" می دانستند و معتقد بودند که انسان برای رهایی از این رنج ها نباید بخواهد، چرا که خاستگاه و منشأ احساس ناکامی، عدم امنیت و دزدگی چیزی جز خواستن نیست. با نخواستن می توان از رنج های یاد شده و در نتیجه از رنج پوچی و بی معنایی رهایی جست. آدمی چون موم و جهان اطراف مانند سنگ است. موم را می توان تغییر داد اما سنگ را نه. در نقد این دیدگاه باید گفت که انسان، به تعبیر دقیقی هایدگر، چیزی جز خواستن نیست و با نخواستن از درون فرو می پاشد؛ دعوت آدمی به نخواستن چیزی جز دعوت او به نابودی نیست.

۲-۲-۲- پاسخ فیلسوفان عصر روشنگری

قرن هجدهم اروپا به عصر روشنگری و فیلسوفان این دوره که عمدتاً از اصحاب دایره المعارف فرانسه اند، به فیلسوفان عصر روشنگری معروفند. آن ها به عکس فیلسوفان رواقی معتقد بودند آدمی چون سنگ و جهان اطراف مانند موم است. انسان را نمی توان تغییر داد و از او خواست که نخواهد، بلکه باید جهان را به گونه ای تغییر داد که آدمی بتواند به خواسته های خود دست یابد و آنگاه که به خواسته های خود رسید، شرایط را باید به گونه ای مهیا کرد که نگران از دست دادن خواسته های خود نباشد. در نقد این دیدگاه باید گفت:

اولاً، دست یابی به جهانی که انسان در آن هیچ احساس ناکامی و عدم امنیت نداشته باشد مُحال است.

طراوت جویی بیشتر سخن گفتیم. در این قسمت به مسأله مرگ می پردازیم:

از مرگ دو تلقی وجود دارد؛ یک تلقی، تلقی فیزیکالیستی^۱ از مرگ است که مرگ را نابودی مطلق می داند و معتقد است که با مرگ، آدمی، مطلقاً نابود می شود. تلقی دوم، تلقی خداپاورانی است که به فناپذیری نفس انسان معتقدند و بر این باورند که با مرگ تنها بدن است که از بین می رود و حقیقت واقعی انسان که نفس اوست باقی می ماند و مرگ تنها گذر از ساحتی به ساحت دیگر و به بیان دیگر غروب در یک عالم و طلوع در عالمی دیگر است. اگر تلقی انسان از مرگ، نابودی مطلق و نه گذر از ساحتی به ساحتی دیگر باشد؛ در این صورت مرگ تهدید کننده کل هستی او و به تبع آن، تهدید کننده همه دل بستگی های او در این جهان خواهد بود. این تلقی از مرگ، انسان را به آستانه بی معنایی در زندگی خواهد کشاند و از آنجا که بیماران در آستانه مرگ، مرگ خود را قطعی می دانند، از این رو، احساس بی معنایی در زندگی به صورتی ویرانگر در آن ها بروز می کند.

این جا پرسشی پیش می آید و آن این که مرگ برای همه انسان ها قطعی است و همه، روزی خواهند مُرد؛ حال چرا برای این دسته از بیماران این مسأله مشکل زا است و دیگران چنین مشکلی ندارند. در پاسخ باید گفت که تفاوت دیگران با این بیماران در نوعی مرگ باوری است که آنان واجد آن و دیگران فاقد آنند. تفاوت دیگران با این بیماران در قطعیت نسبی زمان مرگ است که زمان مرگ برای این بیماران قطعی و برای دیگران محتمل می باشد و همین مسأله تحمل آن را را برای دیگران امکان پذیر و برای این بیماران غیر ممکن ساخته است.

هایدگر، فیلسوف آلمانی معاصر، بخش عمده ای از کتاب وجود و زمان خود را به بحث در باره مرگ اختصاص داده است. او معتقد است که ما آدمیان با دو فریب تلاش می کنیم که از مسأله مرگ و اندیشیدن به آن فاصله بگیریم:

"یکم، آن که مرگ را پدیده ای اجتماعی تلقی می کنیم که برای همه پیش می آید و در نتیجه برای هیچ کس پیش نمی آید، نه برای او و نه برای دیگری. در حالی که برای فردی که خود را در آستانه مرگ می یابد مرگ امری کاملاً فردی و غیر همگانی است که در درون وجود هر فرد انسانی رخ می دهد. در نتیجه با حادثه مرگ دیگران واقعیت مرگ تجربه نمی شود. فردی که خود را در آستانه مرگ می یابد، معنای واقعی مرگ را پایان زندگی خود می داند نه دیگران". برای روشن شدن مطلب مثالی میزنیم: فرض کنید که فردی پس از احساس دردی در ناحیه سینه خود به پزشک مراجعه کند و پزشک او را از بیماری وخیم قلبی اش آگاه سازد. فرد در آغاز، دستخوش شوکی عصبی - روحی می شود. اما در مراجعه بعدیش به پزشک همین که خود را در مجموعه مراجعه کنندگانی یافت که همه دردی کم و بیش مشابه با او دارند؛ به یک باره نگرانی سابق به شدت کاهش می یابد چرا که مسأله او از یک مسأله فردی به مسأله ای اجتماعی مبدل شده است. او به این باور می رسد که خیلی ها این بیماری را دارند و نه فقط او به این بیماری مبتلاست. در نتیجه به گونه ای رفتار می کند که گویا اصلاً بیمار نیست.

"دوم، مرگ را به آینده ای نا معلوم محول می کنیم و چنان وانمود می کنیم که مرگ ما در زمان دیگر و بعدها اتفاق خواهد افتاد و در نتیجه هیچگاه واقع نخواهد شد [۷]."

۴. ارتباط میان شناخت رنج بی معنایی و همدلی با

بیماران در آستانه مرگ

ابراز همدردی صادقانه، روش برخورد اخلاقی با کسانی است که دستخوش درد و رنجند. همدردی دارای دو معناست؛ یک معنا، معنای مجازی این واژه و دیگری معنای حقیقی آن است. در معنای مجازی ما واقعا همدرد با صاحب درد نیستیم اما چنان رفتار می کنیم که گویا خود واجد آن دردییم مثلاً آنگاه که به تسلی کسی می رویم که عزیزی را از دست داده است. ابراز همدردی در واقع به معنای ابراز همدلی و نشان دادن نوعی صمیمیت به اوست. در معنای واقعی ما واقعا همدرد با صاحب دردییم مثل

^۱ physicalistic، فیزیکالیسم نظریه ای است که انسان را فاقد جنبه غیر مادی و از این رو، جسم محض می داند. در برابر این نظریه دو گانه انکاران (dualists) هستند که انسان را آمیزه ای از ماده و غیر ماده می دانند.

موکول به آینده های دور می کنیم، همچنان باز است. این همدردی واقعی سبب می شود که خود را در موضعی بالاتر از آنان نبینیم و آنان را کسانی نپنداریم که نیازمند ترحم ما هستند بلکه آن ها را کسانی بدانیم که از هشیاری برخوردارند که ما فاقد آنیم. این تلقی سبب می شود که نه تنها بتوانیم در کاهش رنج روان شناختی آن ها مؤثر باشیم؛ بلکه همنشینی با آن ها خود سبب می شود که از هاله‌ی خود فراموشی که بیشتر ما آدمیان را فرا گرفته است به در آییم و در پی راه حل ریشه ای احساس بی معنایی در زندگی خود نیز برآییم.

زمانی که کسی که خود عزیزی را از دست داده است به تسلی کسی برود که او نیز عزیزش را از دست داده است. روشن است که تأثیر این همدلی به مراتب بیش از نوع اول است.

طبق آنچه گذشت هر دو عامل پیدایش احساس بی معنایی، یعنی مرگ و احساس طراوت جویی، هم ما و هم این بیماران را تهدید می کند. بنابراین به معنای واقعی، ما با آن ها در رنج روان شناختی‌شان شریکیم. با این تفاوت که در آستانه مرگ واقع شدن، راه خودفریبی و خود فراموشی را بر این بیماران بسته است و بر ما که همچنان مرگ را

مآخذ

1. Acton HB. The Ethical Importance of Sympathy, *Philosophy*. 1955; Vol. 30, No. 112
2. Bryant Sophie. Antipathy and Sympathy Mind. *New series*; 1895, Vol 4, No 15.
3. Cavafy Constantine. "Ithaca" (1 911), *The Complete Poems of Cavafy*, trans. Rae Dalven, London: Hogarth, 1961.
4. Brummer Vincent. *Model of love*. Cambridge University Press; 1993.

5. جلال الدین محمد بلخی. مثنوی معنوی. تصحیح رینولد ا. نیکلسون. به اهتمام نصرالله پور جوادی. تهران: انتشارات امیر کبیر، ۱۳۶۳
6. اوانامونو، میگل د. درد جاودانگی (سرشت سوگناک زندگی). ترجمه بهاءالدین خرمشاهی. تهران: نشر البرز؛ ۱۳۷۰

7. Heidegger Martin. *Being and Time*, Translated by John Macquarrie and Edward Robinson. New York: Harper & Row; 1962.