

انسان در جست وجوی معنا

«در ورنج زمانی پایان می گیرد که به معنا برسید.»

وینور فرانکل

محمدرضا عیوری



سرشناسه: فرانکل، ویکتور امیل، ۱۹۰۷ - ۱۹۹۷ م. (Frankl, Viktor E. (Viktor Emil))
عنوان و نام پدیدآور: انسان در جستجوی معنا: درد و رنج زمانی پایان می گیرد که به معنا برسد / ویکتور فرانکل؛ محمد رضا ضابطه ترجمه
مشخصات نشر: تهران: یونگ، ۱۳۸۸. مشخصات فیزیکی: ۱۹۰ ص. ۵/۱۴ × ۵/۲۱ س.م.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۵۷۶۹-۴-۶ وضعیت مهرساز: نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: Psychology erleben konzentrationen lage، ۱۹۹۲
یادداشت: کتاب حاضر از متن انگلیسی با عنوان «Man's search for meaning»
introduction to logotherapy به فارسی بر گردانده شده است.

موضوع: فرانکل، ویکتور امیل، ۱۹۰۵ - ۱۹۹۷ م. موضوع (Frankl, Viktor E. (Viktor Emil)):

موضوع: قتل عام یهودیان، ۱۹۳۹ - ۱۹۴۵ م. - خاطرات

موضوع: Holocaust, Jewish (1939-1945) - Personal narratives

موضوع: قتل عام یهودیان، ۱۹۳۹ - ۱۹۴۵ م. - جنبه های روان شناسی

موضوع: Holocaust, Jewish (1939-1945) - Psychological aspects

موضوع: روان شناسان - اتریش - سرگذشت نامه

موضوع: Psychologists- Austria - Biography

موضوع: معنا درمانی موضوع Logotherapy:

شناسه افزوده: غیوری، محمدرضا، ۱۳۵۵ -، مترجم

رده بندی کنگره: ۸۱۰D: رده بندی دیویی: ۹۴۰/۵۳۱۸:

شماره کتابشناسی ملی: ۵۹۷۳۸۰۷:

انسان در جست و جوی معنا
ویکتور فرانکل
محمدرضا غیوری

چاپ اول: ۱۳۹۸ شمارگان: ۲۰۰ نسخه
لیتوگرافی: آرمانسا چاپ: آرمانسا صحافی: آرزو-
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۵۷۶۹-۴-۶

تهران، خیابان انقلاب، خیابان لبافی نژاد، بین خیابان فخر رازی
خیابان دانشگاه، کوچه اسلامی، بن بست دوم شماره ۶
تلفن: ۹۱۲۱۰۹۸۵۷۵-۰۰-۶۶۹۵۲۴۹۰-۰۰-۶۶۴۰۰۰۲۶

قیمت: ۲۵۰۰۰ تومان

فهرست

۷.....	انسان رجست و جوی معنا
۹.....	پیش گفتار
۱۵.....	مقدمه بر نسخه سال ۱۹۸۴
۱۹.....	فصل اول
۱۹.....	تجاریبی از اردو گاه دارا جباری
۱۲۷.....	فصل دوم
۱۲۷.....	لوگو تراپی در یک سخن «معنا دین» و «عزیزان»
۱۳۰.....	معنا خواهی
۱۳۱.....	ناکامی وجودی
۱۳۲.....	روان نژندی نئوژنیک «اختلال عصبی اندیشه ز»
۱۳۵.....	پویایی اندیشه
۱۳۷.....	خلاء وجودی
۱۴۰.....	معنای زندگی
۱۴۱.....	هستی وجود
۱۴۴.....	معنای عشق
۱۴۴.....	معنای رنج
۱۴۸.....	مشکلات فرا بالینی

- ۱۴۹..... لوگو دراما
- ۱۵۱..... فراتر از معنا
- ۱۵۳..... ناپایداری زندگی
- ۱۵۵..... لوگو تراپی به عنوان یک تکنیک
- ۱۶۲..... روان نژندی جمعی « اختلال عصبی جمعی »
- ۱۶۳..... نقد اتحاد جبرگرایی
- ۱۶۵..... باور روان درمانی
- ۱۶۶..... روان پزشکی انسان شده
- ۱۶۹..... ضمیمه سال ۱۹۸۰ در خوش بینی غم انگیز
- ۱۸۸..... آلبوم عکس استویش

پیش گفتار

دکتر فرانکل، نویسنده روان پزشکی، گاهی از بیمارانش که از چندین و چند مکتب به بزرگ و کوچک رنج می‌برند می‌پرسد، «چرا خودکشی نمی‌کنی؟»

او بیشتر می‌تواند از پاسخ‌های آنها به دستورالعمل روان‌درمانی آنها پی ببرد: نخست خود را به علایق به‌رزنندانش گره می‌زنند؛ دوم از استعدادش استفاده می‌کنند؛ سوم شاید سهواً تارات ماندگاری داشته باشد که ارزش حفظ کردن دارد.

بافتن این رشته‌های باریک یک زندگی از هم پاشیده و بدل کردن آن به الگوی منسجمی از معنا و مسئولیت، هدف و - بالشت - معنا درمانی است که نسخه خود دکتر فرانکل از تحلیل وجودی مدرن است.

دکتر فرانکل در این کتاب تجربه‌ای را توصیف می‌کند که وی را به کشف معنا درمانی سوق داد. برای یک زندانی قدیمی در اردوگاه‌های کار غیرانسانی حس می‌کرد از وجود تهی شده است.

پدر، مادر، برادر و همسرش در اردوگاه‌ها مرده بودند یا به کوره‌های گاز فرستاده شده بودند، طوری که به‌استثنای خواهرش، کل خانواده او در این اردوگاه‌ها نابود شده بودند.

با از دست رفتن کل دارایی، نابودشدن تمام ارزش‌ها، رنج بردن از

گرسنگی، سرما و وحشی گری، هر ساعت انتظار نابودی - چطور می توانست زندگی را حائز ارزش بقا بدانند؟

روان پزشکی که شخصا با چنین افراط و تفریطی روبه رو شده است، روان پزشکی است که سخنانش ارزش شنیدن دارد. او کسی بود که باید می - توانست شرایط انسانی ما را عاقلانه و با دلسوزی ببیند.

گاه های دکتر فرانکل طنین صادقانه ی عمیقی دارد چون متکی به تجارب آن زمان عمیقی است که نیرنگی در آنها وجود ندارد.

گفته هایش به خاطر جایگاه فعلی وی در هیئت علمی پزشکی دانشگاه وین معتبر است و همین اور به خاطر آوازه ی کلینیک معنا درمانی وی که امروز در نقاط انسان در جست و جوی معنا بسیاری بر سر زبان ها افتاده است و مبتنی بر الگوی پلی کلینیک عصبی - روانی مشهور وی در وین است.

مقایسه رویکرد ویکتور فرانکل نظریه و درمان باکار روان پزشک خلف خود، زیگموند فروید اجتناب ناپذیر است.

هر دو پزشک بیشتر دل سرگرم ماهیت و در اختلال عصبی بودند. فروید ریشه های این اختلالات رنج آور را در اضطراب ناشی از انگیزه های متناقض و ناخود آگاه می داند. فرانکل چند شکل از اختلال عصبی را تشخیص داده و برخی از آنها را (اختلال عصبی اندیشه زاد) نام نهاده و از ناکامی فرد مبتلا در پیدا کردن معنا و حب مسئولیت در وجودش می داند.

فروید بر سر خوردگی در زندگی جنسی پافشاری می کند؛ فرانکل بر سر خوردگی در اراده ی به معنا.

در اروپای امروز مشخصا از فروید روگردانی می شود و از تحلیل وجودی

که چند شکل مرتبط به هم به خود می‌گیرد، در همه جا استقبال می‌شود - مکتب معنا درمانی یکی از این اشکال است. این مشخصه اصلی نظرگاه آسان‌گیر فرانکل است که فروید را رد نمی‌کند بلکه با مسرت کار خود را بر پایه‌ی نوشته‌های وی قرار می‌دهد؛ او با دیگر اشکال درمان وجودی نیز جدل نمی‌کند بلکه از خویشاوندی با آنها استقبال می‌کند.

روایت حاضر، هرچند مختصر، هنرمندانه ساخته و پرداخته شده و گیرا و پرکشش است. در موقعیتی که آن را یک باره خواندم، نمی‌توانستم خود را از جادویش خلاص کنم.

جایی دورتر از نقطه‌ی میانی داستان، دکتر فرانکل فلسفه‌ی معنا درمانی خود را معرفی می‌کند. او آن‌چنان آدام فلسفه‌اش را در این روایت دنباله‌دار وارد می‌کند که تنها پس از تمام شدن کتاب است که خواننده متوجه می‌شود که با مقاله‌ای عمیق روبه‌روست نه فقط یک داستان وحشیانه‌تر از اردوگاه‌های کار.

خواننده از این قطعه از زندگینامه شخص به نکات زیادی می‌آموزد. می‌آموزد که وقتی بشر ناگهان متوجه می‌شود که «حیر» برای از دست دادن ندارد به‌جز حیات به‌شدت آشکارش، چه کاری اجرا می‌کند.

توصیف فرانکل از جریان درهم احساس و بی‌احساسی - مذاب است. ابتدا کنج‌کاوی بی‌طرفانه‌ی بی‌احساس در رابطه با سرنوشتش، به نجات می‌آید. کم‌کم راهبردهایی برای حفظ باقیمانده‌های حیاتش زیر ظاهر می‌شوند، گرچه فرصت‌های بقا بسیار اندک هستند. گرسنگی، تحقیر، ترس و خشم عمیق از بی‌عدالتی با تصاویر به‌شدت حفاظت‌شده از عزیزانش، مذهب، نوعی حس شوخ‌طبعی ناامیدکننده و حتی بارقه‌هایی از زیبایی‌های تسکین‌بخش طبیعت - یک درخت یا غروب آفتاب - قابل تحمل می‌شود.

اما این لحظات آرامش موجب اراده‌ی زندگی نمی‌شود مگر اینکه به

زندانی کمک کنند تا بیشتر از این رنج گویا بی معنی سر دریاورد. در اینجا است که با محتوا اصلی اگزیستانسیالیسم^۱ روبه‌رو می‌شویم؛ زندگی کردن یعنی رنج بردن، بقا یعنی پیدا کردن معنا در این رنج. اگر هرگز هدفی در زندگی وجود داشته باشد، باید هدفی از رنج و مردن هم وجود داشته باشد؛ اما هیچ کس نمی‌تواند به دیگری بگوید این هدف چیست؟

هر کس باید خود این امر را دریابد و باید مسئولیت برآمده از پاسخ را بپذیرد. اگر موفق شود، با وجود تمام تحقیرها به رشد ادامه خواهد داد.

فرائکل به این نقل قول نیچه علاقه مند است که «آنکه چرایی برای زندگی دارد، می‌تواند با کم‌وبیش هر چگونه‌ای کنار بیاید.»

در این نگاه، تمام شرایط دست به دست هم می‌دهند تا سبب شوند زندانی همه چیز را رها کند. تمام اهداف آشنای زندگی از چنگ به در می‌روند.

تنها چیزی که باقی می‌ماند «آخرین آزادی‌های بشری» است - توان انتخاب روش در مجموعه شرایط خاص.

این آزادی‌هایی که رواقیون باستان و همچنین اگزیستانسیالیست‌های مدرن به آن اعتراف داشتند، در داستان فرائکل ارزش آشکاری می‌یابد. زندانیان تنها کسانی معمولی بودند اما برخی دست کم با انتخاب «سزاوار رنج بردن»، ظرفیت بشر برای فرا رفتن از سرنوشت ظالم را اثبات کردند.

نویسنده برای یک روان‌درمانگر می‌خواهد بداند چگونه می‌توان به انسان برای بالفعل کردن این ظرفیت متمایز بشری کمک کرد. جگر می‌تواند این حس را در بیمار بیدار کرد که هرچقدر هم که شرایط ناممکن است ناامیدکننده باشد، اما او مسئول این است که به خاطر چیزی زندگی کند؟

فرائکل شرح تکان دهنده‌ای از یک جلسه درمانی گروهی که باهم سلول‌هایش برگزار کرده بود را به ما می‌دهد. برخلاف بسیاری از

^۱ - EgzistAnsiyAlism

اگزستانسیالیست‌های اروپایی، فرانکل نه بدین است نه ضد مذهب. برعکس، برای نویسنده‌ای که کاملاً با حضور فراگیر رنج و نیروهای شیطانی روبه‌رو است، وی در کمال تعجب دیدگاهی امیدوارانه به ظرفیت انسان در خروج از این مخمصه و کشف حقیقت راهنمای مناسب دارد. من این کتاب کوچک را با کمال میل پیشنهاد می‌کنم، چون شاهکار یک روایت دراماتیک است که بر عمیق‌ترین مشکلات بشری تمرکز کرده است. برترین‌های ادبی و فلسفی دارد و مقدمه‌ای گیرا بر مهم‌ترین جنبش روان‌شناختی روزگار ما ارائه می‌کند. گوردون دلیو آلپورت^۱

۱- Gordon W. Allport روان‌شناس آمریکایی و یکی از اولین نظریه‌پردازان شخصیت بود. او طراح نظریه‌ی صفات (trait theory) بود.