

ران لاهاو

به درآمدن از غار افلاطون

مشاوره‌ی فلسفی، کاربرست فلسفی
و خوددگرگون‌سازی

برگردان علی علوی نیا

مقدمه و ویرایش علمی: دکتر مصطفی تهریزی

انتشارات فراروان

روان‌شناسی، فراروان‌شناسی و عرفان

سرشناسه : لاهو، ران Lahav, Ran
 عنوان و نام پدیدآور : به در آمدن از غار افلاطون: مشاوره‌ی فلسفی و کاربست فلسفی و خود دگرگون‌سازی / ران لاهو؛ برگردان علی علوی‌نیا؛ با مقدمه مصطفی میرنسی و راستار فرزانه خونگرم.
 مشخصات نشر : تهران: فراروان، ۱۳۹۹.
 مشخصات ظاهری : ۲۴۸ص.
 شابک : 978-600-8283-51-5
 وضعیت فهرست نویسی : فیبیا
 یادداشت : عنوان اصلی: Stepping out of Plato's Cave
 Philosophical Counseling, Philosophical Practice...
 عنوان دیگر : مشاوره‌ی فلسفی، کاربست فلسفی و خود دگرگون‌سازی.
 موضوع : مشاوره فلسفی Philosophical counseling
 موضوع : کاربندی (فلسفه) Practice (Philosophy)
 شناسه افزوده : علوی‌نیا، علی، ۱۳۴۱ - مترجم
 شناسه افزوده : تبریزی، مصطفی، ۱۳۲۴ - مقدمه‌نویس
 رده بندی کنگره : BJ۱۵۹۵
 رده بندی دیویی : ۱۰۰
 شماره کتابشناسی ملی : ۶۱۱۲۲۹۳

مدرآمدن از غار افلاطون
مشاوره فلسفی کاربرست فلسفی و خوددگرگون‌سازی

از

برگرن علی علمی‌نیا

با مقدمه و ویرایش علمی دکتر عطفی تبریزی

ویراستار فرزانه خدایم

چاپ اول ۱۳۹۹، شمارگان ۵۰۰

شابک ۹۷۸-۶۰۰-۸۲۸۳-۵۱-۵

تمام حقوق برای انتشارات فراروان محفوظ است

دفتر مرکزی: تهران، تلفن ۶۶۴۳۷۷۵۳ و ۶۶۹۲۱۳۷۸، نمابر ۶۶۹۰۰۲۹۹

کتابخانه فراروان: خ ستارخان، پل یادگار امام، بازار سنتی، فاز ۱، شماره ۱/۱۱۸

تلفن ۱۷-۴۴۲۴۶۷۱۵، نمابر ۴۴۲۴۶۷۱۴

www.fararavan.com

قیمت ۴۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۷	 مقدمه
۱۳	 درآمد
۱۵	 فصل اول: فراخوانی به فراسوی خود
۲۷	 فصل دوم: جنبش کارساز فلسفی
۵۳	 فصل سوم: غار افلاطون - پیرامون
۶۷	 فصل چهارم: الگوها و نیروها
۷۷	 فصل پنجم: کاوش در چشم‌انداز پیرامونی
۱۰۱	 فصل ششم: کاویدن معنای عمیق‌تر پیرامون
۱۳۱	 فصل هفتم: خارج از پیرامون - بُعد درونی
۱۵۱	 فصل هشتم: بارقه‌هایی از بُعد درونی
۱۷۳	 فصل نهم: آموختن زبان بُعد درونی
۱۹۹	 فصل دهم: پرورش بُعد درونی
۲۳۳	 فصل یازدهم: خردمندی چندنوایی و فراتر
۲۳۹	 یادداشت‌ها
۲۴۳	 واژه‌نامه

مقدمه

زمان کوتاهی از ترجمه و نشر اولین کتاب، تحت عنوان مشاوره‌ی فلسفی، در ایران سپری شد که شاهد ترجمه‌ی دقیق و رسای کتاب پیش‌رو، در همان مقوله و توسط همان مترجم هستیم و این بشارتی است بر تداوم انگیزه‌ی غنی‌سازی هنر و دانش مشاوره در کشورمان. عنوان این کتاب: «به‌در آمدن از غار افلاطون» به‌تنهایی، موجد انگیزه‌ای است برای تغییر و رهایی انسان از بندگی تاریک که او را دربر گرفته است، تا بیکرانگی و شگفتی‌های زندگی را تجربه کند.

نویسنده‌ی این کتاب علاوه‌بر به‌کارگیری نظری، به کاربردهای عملی مشاوره‌ی فلسفی می‌پردازد که به جاذبه‌ی آن برای ساندرا ران، مشاوره می‌افزاید. هم‌چنین تعریفی از مشاوره‌ی فلسفی ارائه می‌دهد که با تعریف اکثران آن متفاوت است. البته این امر بدیهی است، زیرا مشاوره‌ی فلسفی به معنای امروزی، دهه‌ی آتازین تولدش را سپری می‌کند و در حال ادامه‌ی فرایندی است که تعریف جامع و مانع از آن به دست آید. و با توجه به تاریخچه‌ی کوتاه آن هنوز به زمان طولانی‌تری برای نقد و نظر نیاز دارد. آخن‌باخ مشاوره‌ی فلسفی را فرایندی می‌داند که می‌تواند اثر درمانی داشته باشد، اما درمان نیست. درحالی‌که آسکار برنی‌فیه^۱ در فرانسه و ایزابل ملون در سوئد و پیتربی راب^۲ نظر متفاوتی دارند.

نویسنده‌ی این کتاب، ران لاهاو^۳ (۲۰۱۵) مشاوره‌ی فلسفی را کمک به مردم برای احساس تفکر درباره‌ی چیزهای برجسته و متفاوت می‌داند. او توضیح می‌دهد که: «مشاوره‌ی فلسفی به عقاید متوسط با شیوه‌های عامه‌یسنده اندیشیدن که موردتوجه روان‌شناسان یا

1. Oscar Bernifier

2. Petter.B.Rahbe

3. Ran Lahav

جامعه‌شناسان است، علاقه‌ای ندارد و به دنبال گوهری ارزشمند و عمیق است.» وی در عین حال به همپوشی مشاوره‌ی فلسفی با دیگر رویکردهای روان‌شناسی اذعان دارد.

با آن‌چه بیان شد، ما شاهد تفاوت‌های عمیق کمی و کیفی آغازگران مشاوره‌ی فلسفی در این باب هستیم که البته جای تعجب و شگفتی ندارد، زیرا حتی از مفهوم زندگی در بین فلاسفه و روان‌شناسان، تعریف واحدی به عمل نیامده است. فلاسفه‌ی یونان باستان، به‌ویژه افلاطون و ارسطو، «اقناع شدن»^۱ را هدف زندگی می‌دانستند. گابریل مارسل^۲، هستی‌گرایی فرانسوی، زندگی را «شاهد و ناظر» بودن تعریف می‌کند و آلبر کامو^۳ بر این پرسش اصرار می‌ورزد که آیا زندگی ارزش زیستن را دارد؟ ویکتور فرانکل^۴ زندگی را معناجویی مطرح می‌کند، مزلولو^۵، خود شکوفایی اشاره دارد و سلیگمن^۶ در آخرین نظریه‌اش به «شادمانی اصیل» تکیه می‌کند.

به هر حال، دیدگاه‌های متفاوت به تعریف زندگی، و مشاوره و بحث‌های نظری متعدد، موجب گرایش به عملی‌نمودن مشاوره‌ی فلسفی شد. سرانجام در سال ۱۹۹۲ «انجمن مشاوره‌ی فلسفی ملی»، توسط دکتر الیوت دی کوهن^۷ و پل شارکی^۸ تأسیس شد. این انجمن ابتدا بیست مشاور فلسفی داشت و در سال‌های اخیر بیش از سیصد مشاور فلسفی دارد که در زمینه‌ی افسردگی، اضطراب و تنهایی می‌کند. دکتر کوهن با اتکا به مشاوره‌ی فلسفی، از روش «کتاب‌درمانی» حتی برای حل مشکلات زناشویی استفاده می‌کرد.

در ایران مشاوره‌ی فلسفی تاریخچه‌ی بسیار کوتاهی دارد و تا آن‌جا که نگارنده‌ی این سطور اطلاع دارد، گروه‌های فلسفه و روان‌شناسی دانشگاه ریحان برای اولین بار به طرح و عملی کردن آن اقدام کرده‌اند و همچنین آقای دکتر یحیی تاجی، استاد دانشگاه خوارزمی، فردی است که این رویکرد را به‌کار برده و به آن ادامه می‌دهد. ایشان در سال‌های ۲۰۱۱ و ۲۰۱۳ در دوره‌های کارگاه‌های فلسفه در فرانسه شرکت داشتند و سپس در کشور سوند همین

1. Eudaimonia
2. Gabriel Marcel
3. Albert camus
4. Viktor Frankl
5. Maslow
6. Seligman
7. Elliot D. Cohen
8. Paul Sharkey

مقوله را پی گرفتند. نامبرده همانند آخن‌باخ، مشاوره‌ی فلسفی را به کارگیری روش‌های فلسفی برای کمک به افراد در حل مشکلاتشان می‌داند، اما مدعی درمان در حوزه‌ی روان‌درمانی نیست. با این وجود ایشان اذعان می‌کند که مهم‌ترین مشکلات بشر ریشه در نحوه‌ی تفکرات و اندیشیدن دارد که با تسهیل‌گری فیلسوف، ارزیابی و شناسایی می‌شود. و این رابطه‌ی مشاوره‌ای موجب می‌شود تا فرد نگرش و بینش خویش را واریسی و تحلیل کرده تا مشکلات برخاسته از آن را حل کند. در این مقوله مقاله‌ی «بنیاد فلسفی مشاوره» قاندری و واجاری (۱۳۹۳) و مقاله‌ی «مشاوره‌ی فلسفی» مریم پورآقا (۱۳۹۳) و رساله‌ی دکترای مریم پورآقا (۱۳۹۴)، از این نوشته‌های نظام‌داری هستند که ارائه شده‌اند. اولین کتاب منتشر شده در ایران به نام «کتاب‌درمانی» نیز اگر در این مقوله جایی داشته باشد، در سال ۱۳۷۲ توسط نگارنده‌ی این سطر چند بار تجدید چاپ شده است. با آن‌چه تا به حال گفته شد، به این نتیجه می‌رسیم که «هنوز در جست‌وجوی تعریف مشاوره‌ی فلسفی هستیم و اگر تعریف مؤلف کتاب را در نظر بگیریم، این که مشاوره‌ی فلسفی به دنبال گوه‌ری اندیشمند و عمیق است و به عقاید متوسط و شیوه‌های عام‌پسند اندیشیدن روان‌شناسان و جامعه‌شناسان علاقه‌ای ندارد، به ناچار هر جست‌وجوی فلسفی را به تملاتی چند وامی‌دارد:

۱. در صورتی که مشاوره‌ی فلسفی تنها به دنبال گوه‌ری ارزشمند و اصیل باشد و به مشکلات جاری آدمی نپردازد، چه تفاوتی با «ژرفاندن من خاسفی» خواهد داشت؟
۲. مرز میان مشاوره‌ی فلسفی با روان‌درمانی وجودی (اگرستانسیال) چه خواهد بود، زیرا آنان نیز به آن‌چه مسایل ژرف فلسفی می‌نامند (اضطراب مرگ، آزادی، تنهایی، معنا) می‌پردازند.
۳. تفاوت آن‌چه در مشاوره‌ی فلسفی «ارزشمند» و «عمیق» نام می‌گیریم، با آن‌چه در رویکرد روان‌شناختی «سطحی» و «عامیانه» قلمداد می‌شود، چیست و معیار تعیین ارزشمندی و سطحی بودن کدام است؟ آیا ارزشمندی و عمیق بودن برای زمان‌ها و مکان‌ها و موقعیت متعدد آدمی یکسان هستند؟ آیا مفهوم ارزشمندی و عمیق بودن برای کسانی که در قرن بیست‌ویکم زندگی می‌کنند و کسانی که در قرن حاضر، به لحاظ رشدی گویا در چند قرن پیش به سر می‌برند، یکسان است؟

۴. با توجه به وجود طبقات مختلف اقتصادی و اجتماعی، آیا طرف گفت‌وگوی مشاور فلسفی فقط افراد طبقه‌ی متوسط هستند که امکان ژرف‌اندیشی دارند و اکثریت فقیر مردم جهان که فرصتی بیش از پرداختن به دغدغه‌ی آب و نان ندارند، مخاطب مشاور فلسفی نخواهند بود؟

به نظر نگارنده‌ی این سطور، واژه‌های «عمیق» و «اندیشمند» که مطرح شد در خلأ معنی نمی‌شوند، بلکه برای هرکسی با توجه به شرایط زیستی، روانی، اجتماعی و تاریخی، مصداق ویژه و متفاوتی دارند.

۵. آیا طبقات پایین و متوسط اقتصادی که اکثریت قابل‌توجه مردم جهان را تشکیل می‌دهند، از کمبود مواد معدنی و پروتئینی و ویتامین‌ها در رنج هستند، از توانمندی لازم مغزی برای کار کردن بهینه برخوردارند؟ و این گروه عظیم می‌توانند مخاطب به اصطلاح «ژرف‌اندیشی عمیق» باشند؟

شاید این مطلب باین قابل باشد که توانمندی تفکر در مسائل عمیق فلسفی در همه‌ی انسان‌ها وجود دارد، اما امکان فعلیت یافتن آن بستگی به شرایط دارد و در هر شرایطی ماهیت و ویژگی خود را دارد. همان‌طور که آب حاوی اکسیژن و هیدروژن است، اما ویژگی‌های آب مایع و بخار و یخ متفاوت است و هر کدام در استان خویش را دارند.

به عنوان مثال در شرایط جنگی که اضطراب تا و فنا مطرح است، چه چیزی عمیق و ارزشمند است یا در شرایط قحطی و گرسنگی که در آن فرانتس فانون دوزخیان روی زمین هستند، چه چیزی ارزشمند و عمیق است؟

اگر انگیزه و نیاز به نان و آب دوزخیان روی زمین و مسبب‌های خشم‌ها و درگیری‌هایی که برای حفظ بقا بروز می‌کند و یا مشاجرات خانوادگی در حوزه‌ی شارپی فلسفی نباشد و موضوعاتی عامیانه و سطحی تلقی شود، بنابراین اکثریت مردم جهان صرف گفت‌وگوی مشاوران فلسفی نخواهند بود. زیرا اگرچه انسان بسیاری از «امکان‌ها» از جمله امکان تفکر و تأمل فلسفی در موضوعات اساسی زندگی را دارد، اما توصیف او مربوط به شأن و حالت امکان کنونی وی است و نه تمام امکان‌های ذاتی. به عنوان مثال، مردمان ایتوپی و سومالی، در زمانی که دوره‌ی قحطی و خشک‌سالی را می‌گذراندند، یا اکثریت مردم آفریقا و سایر کشورهای که هنوز قادر به تأمین نیاز فیزیولوژیک و امنیت خویش نیستند، گرایش به

مسائل عمیق فلسفی نخواهد داشت و طرح عبارت ژان پل سارتر که: «من این که هستم، نیستم، بلکه آن که نیستم، هستم» جاذبه‌ای برای آنان خواهد داشت؟ سخن میلز^۱ (۲۰۰۱) سخنی به‌جا و شایسته است که «فلسفه در خلأ وجود ندارد و کاملاً به ساختار مغز و فرایندهای روان‌شناختی و پویایی آدمی وابسته است»

اگر مراجع عوامل مؤثر بر ادراک را شناسد یا از گرایش‌های افسردگی، وسواس و شیدایی برخوردار باشد، آیا زمینه‌ای برای به اصطلاح تفکرات عمیق فلسفی خواهد داشت؟ به نظر می‌رسد همان‌گونه که ذهن و بدن جدایی‌ناپذیرند و همواره در حالت تأثیر و تأثر متقابل قرار دارند و علاوه بر آن کیفیت ثابتی ندارند و همواره در حال تحول هستند، مسائل فلسفی و روان‌شناختی نیز آن‌چنان در هم و عجین هستند که جداسازی آن‌ها مقدور نیست. مؤلف این کتاب را بر خود تعریفی که از مشاوره فلسفی به عمل می‌آورد، مباحث بسیار جدی و قابل استقفا‌های مطرح می‌کند که می‌تواند یاریگر مشاوران باشد و آغاز زیبایی باشد برای تداوم این رویکرد.

دکتر مصطفی تبریزی
عضو هیأت علمی (بازنشسته)
دانشگاه علامه طباطبائی