

روانشناسی عرفان، تحلیلی از نفس

دکتر سیدعلی احمدی ابهری

استادیار و مدیر گروه روانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران

حق تعالی برسد و آنگاه است که اضطراب و دل‌افسردگی بال می‌ریزد و ترس و وهم رنگ می‌بازد.

انسان از یک سو در جریان تاریخی رشد فرهنگی خود با پیدایش ادیان الهی و معرفی مبدأ هستی توسط پیام‌آوران وحی از دیرباز به توانائی‌هایش دریافتن هویت واقعی و درک ظرفیت معنوی خویش پی برده و بی‌هیچ مکتبی علم مدارانه بلکه بر اساس فطرت الهی ابواب شناخت و تعالی را فتح نمود(۱) و پایه‌های آرامش روح را در اتصال به معنویت شناخت حق بنا نهاد اما از سوی دیگر رشد مادیت نه تنها او را از این مسیر تعالی دور نمود بلکه در گرداب اضطراب‌های ناشی از غرایز و لذت‌جویی‌ها و کشمکش‌های روانی حاصل از آنها فرو برد و آنگاه بود که لاجرم مکاتب روانشناسی شکل گرفتند تا با استفاده از روش‌های پیچیده در کاستن رنجوری‌های روان انسان گم‌شده در تعارضات یا خواست‌های نفس خود راهی بیابند. (۲)

یکی از مطرح‌ترین این مکاتب مکتب روانکاوی است که به تحلیل ناخودآگاه دریافتن علل ناهنجاری‌های روح می‌پردازد. آنگونه که فروید صحبت از کشمکش نیروهای مثبت و منفی و سپس گسستگی حافظه از خودآگاهی می‌کند و در این میانه افزاز گردهای دفاعی برای نجات جان انسان وارد عمل می‌شوند تا اضطراب ناشی از کشمکش بین غرایز که "نهاد" می‌نامد و "من" که برای صیانت وجود تلاش می‌کند را کاهش دهند(۳) و همین "من" فروید است که با از دست دادن تعلقات خود سوگوار می‌شود.

پس در روانکاوی فرویدی، فراموشی ناشی از خواست‌ها باید از بین بروند تا اضطرابها و افسردگی‌ها التیام یابند. (۴)

عرفان از ریشه معرفت شناخت است، شناخت حق، شناخت ریشه هستی، یعنی آنکه همه چیز از اوست از ماده و معنی و همه چیز به او باز می‌گردد و مخلوق خود با معرفت او عارف توصیف می‌شود که در آن حال از تعلقات نفس رها است و آنچه که مانع و حجاب بین او و معرفت حق است فرو افتاده، نفس مغلوب او شده و او مسلط بر نفس. پیوستن به دریای آگاهی با معرفت حق محقق می‌شود، آنگاه هر چه هست دریاست و نه قطره‌ای در ساحل و در معرض فتنای عاجل.

در وصول به این هدف، گذر است از علت بیماری‌های روح در ناخودآگاه، نشأت گرفته از تعلقات نفسانی و رسیدن است به آنچه که بصیرت خوانده می‌شود نسبت به وقایع گذشته در پی خبری.

در این پیوند، نفی ارزشی خور و خواب و خشم و شهوت است با تبلور ایمان به حق، و حاصل آرامش وجدان است و سکون در رفتار و وقار در گفتار.

در شناخت حق ابتدا شناخت خود واجب است تا از ماده راه به معنا برده شود و از جسم به جان، از مهر مخلوق به عشق خالق و از خودشیفتگی به خداشیفتگی.

با اینهمه، عارف قالب خود را مادی می‌شناسد چرا که در پی راز هستی است اما نه غافل از معادلات هستی، چه خود را از طبیعت آفریده الهی جدا نمی‌بیند و بر سرچشمه لایزال معنویت حق باور دارد و لذا خود را تسلیم اراده‌ او می‌کند نه تسلیم نفس مادی.

با این توصیف توان می‌یابد پرده نفس اماره را به نیروی نفس مطمئنه بدرد و به نامتناهی نفس مرضیه تقرب یابد و شخصیت شکل گرفته از این گذر به فطرت سر مست از پیمانۀ می‌عرفان به

اما مگر می توان انسان را بی هیچ غریزه و خواستی و در نتیجه بی هیچ کشمکش و اضطراب و خشم و افسردگی پنداشت؟

به گفته هارتمن (۵) کشمکش خود بخشی از وجود انسان است و به قول آدلر (۶) وصول به کمال ناممکن نهایتاً آنچه که مطرح می شود رابطه فرد است با آنچه که به آن تعلق می یابد و یا به او تعلق یافته و بس و این نهایت ارزش دادن است به آنچه که ارزش نیست یعنی آنچه که تعلق مادی است و خواست نفسانی.

اما یونگ به انرژی روانی اشاره می کند که در عمق وجود انسان سیر می کند تا دنیای درون را بشناسد و اینجاست که ارزش را مطرح می کند یعنی آنچه که به زندگی معنی و هدف می دهد و انتخاب آگاهانه و ناخودآگاهانه انسان است از ارزشها.

یونگ ناخودآگاه فردی را تنها منشأ رفتارها نمی یابد و بدنبال ارزشها به ناخودآگاه جمعی دست می یازد و از نمادهای تمامی تاریخ انسان یاد می کند تا همه تجربه های بشریت را در آن مجتمع ببیند. زمانی که به "سایه" اشاره می کند باز هر چه هست ماده است و تعلقات نفس، و پیر خردمند هم اسیر نفس خود شیفته و در نهایت "من" یونگ راه نجات را در شناخت "خود" می بیند. بدینگونه آنچه که یونگ از نمادهای "خود" نام می برد (۷) همچون خورشید، کوه و آینه همه در نفس خود باز هم نمادهای تعلقات انسان است به ماده و بصیرت به آنها کوششی است دریافتن ارتباط بین این تعلقات.

مکاتب دیگر روانشناسی نیز هر یک نوعی به تعلقات نفس پرداخته و "شناخت" و "یادگیری" و "ادراک" را با مبانی مادی و نفسانی آن اساس شکل گیری شخصیت یا ناهنجاریهای روانی معرفی و لاجرم درمان را هم در همان حیطه جستجو می کنند. (۲)

اما آنچه در روانشناسی عرفان و تحلیل نفس (در حیطه معنوی آن) نهفته است در نهایت رسیدن به "من" یا "خود" نیست بلکه گذری از آن است برای یافتن ارزشهای واقعی خود و یافتن بصیرت به آنچه که در او است نه از تعلقات مادی و غرایز نفسانی بلکه قابلیت ایصال به عالم روحانی یعنی

شناخت حق که مالک کل است و توانای مطلق.

سروری بر ادبیات عرفان از سالهای دراز پیش از ابراز نظریه های روانکاوی سایه را در نظر عارف باطن می شناسد که در "خود" نهفته است اما در مسیر کاوش است برای رسیدن به بصیرت.

فریدالدین عطار از این دیدگاه سایه را سایه خداوند می بیند و جستجوی مستمر در یافتن "فرشته" وصول به آرزوها به مشاهده آن در نفس خود منتهی می شود در حالیکه آرزوها همان نفس اماره اند این خود بصیرت است و وصول به نفس مطمئنه (۸) یونگ آئینه را نماد ضمیر ناخودآگاه می بیند و در روانکاوی خود این هدف را دنبال می کند که "خود" را موزون کند و دوباره بسازد تا به وجود خویش آنچنان که هست پی برد و این خویشتن یابی است اما در دیده عارف شرق ابتدای راه است برای رسیدن به مقام مشاهده جمال معبود، تا با بصیرت به خود شایستگی بصیرت به شناخت حق را بیابد و از تلاؤ آن مسیر حقیقت را جستجو کند.

به بیان عطار سیمرغ بصیرت نشسته در کوه بلند کمال گرفتار نفس تن است و سی مرغ خواستها و آرزوها همان تعلقات نفس، که هر یک پای بند عالمی از عوالم مادی اند و مانع رسیدن انسان به ستیغ تعالی و وصول به سرزمین سیمرغ جان و بصیرت که همان معرفت حق است. (۹)

عارف در این مسیر حتی در جریان زندگی طبیعی و تأمین غرایز نفسانی خود هم گرچه مراتبی نازل است اما چون به مراتب بالا و رسیدن به شناخت علوی توجه دارد و هدف او دستیابی به مراتب غرایز مشترک با حیوان نیست مرتبت کمال را طی می کند چرا که مرغان نفسانی محصور در تن نه برای دانه می زیند که در هوای رسیدن به سیمرغ جان نشسته در قله کوه معرفت بال و پر می زنند تا آن را باز در وجود خود بیابند.

به کلام حافظ در رسیدن به این سرزمین تحمل سرزنش های خار مغیلان است (۱۰) و به زبان نظامی گذشتن از وادی های سخت پرمحنت و کوره های تفتنه امتحان که این وادی ها در منازل شناخت نفس در پیش رو قرار دارند و گذر از ظلمات آنها یافتن بصیرت است به تمامی وجود خویش و آمادگی برای وصول به چشمه حیات معنی و در نهایت حصول به پهنه وسیع

معرفت حق. (۱۱)

پس چنین است که عارف لوجه ا... با شکستن قفس تعلقات نفس جسمانی به جان و به هوای عشق معرفت ا... زنده می شود و در این زیستن، عابدانه نیاز همیشگی خود را به معرفت او استغاثه می کند که بارالها:

نفس من بگرفت سر تا پای من

گر نگیری دست من ای وای من

بابا افضل (۱۲) ابتدای رسیدن به اصل را آگاهی از خود می داند و نهایتاً طالب وجودی است که در آن آگاهی از خود برای معرفت حق است و غزالی در پی شناخت خود است با گذر از مراحل نفسانی و رسیدن به مقام شناخت او و بزرگ عارف جهان معرفت حق یعنی خاتم پیام آوران وحی شناخت نفس را مقدمه شناخت رب الارباب می داند و امیرمؤمنان بندگی رب را نه به طمع مینو و نه ترس از دوزخ که به جهت یگانه سزاوار بندگی بودنش می شناسد که این کمال معرفت حق است. به قول استاد علامه طباطبائی در ذهن صاف و نهاد پاک عارف همواره تماشای واقعیت ثابت جهان آفرینش است و در عین حال مشاهده ناپایداری اجزاء آن که همچون آئینه ای واقعیت ثابت زیبایی را نشان می دهد که لذت درک آن مانع جذب کشش های ناپایدار مادی می شود. (۱۳)

این همان جذبه عرفانی است که عارف را به عالم بالا متوجه می سازد آنگاه به تعبیر مولانا جوشش عشق است در می و آتش عشق است در نی. (۱۴)

در این مقال لازم به تأکید است که در مکتب خدایی سیر نفس به وصول معرفت حق نه تنها از ماده و غرایز نفس اماره رهایی است بلکه از هر طریقت و مسکلی هم جدائی، که سرسپردگی و تلقین ذکر و خرقه و وجد و غنا هم نه شایسته این سلوک الهی، که خود عین توحید در اصل شریعت است و مبری و بی نیاز از هر طریقت.

مخلص آنکه بر خلاف بینش روانشناسی نو که در آن حل

مراحل مادی و آگاهی از تعارضات ناشی از خواسته های نفسانی به شناخت خود می انجامد و خاتمه می یابد، روانشناسی عرفان از شناخت خود آغاز می کند تا به شناخت حق برسد. در این مراتب گذر از نفس اماره و بعد نفس ملامتگر، رسیدن است به مقام تزکیه و تهذیب.

مقام تزکیه مسند بی ارزش شمردن نیروهای حیوانی است و آغازی برای تجلی پرتو الهامهای ربانی و رسیدن به نفس مطمئنه که از وسوسه های شیطنی و فشار نیروهای غریزی ترس ندارد، قوای حیوانی با کیمیای معرفت الهی به قوای رحمانی مبدل و نفس حیوانی رام شده، ارزشهای مادی رنگ باخته و درهای ملکوتی عشق به خداوند بر دل گشوده گردیده است. نفس راضیه حصول به مقام عشق است و ورود به وادی هولناک رضا و تسلیم (۱۲). در این وادی جوهر وجود در بوتۀ مصائب گذاخته و آبدیده می شود تا صاف و خالص گردد دیگر نه تنها وقت طلب و نیاز نیست بلکه زمان پرداختن فرارسیده، فقدان ها و کف آنچه که نفس بدان عشق می ورزید آغاز و آنگاه سوگ تجربه می شود. در همین وادی است که دوره سوگ طی می گردد و نفس راضیه باید ثابت کند که محکم و استوار تسلیم محض مشیت الهی است نه تابع مشقت دنیوی.

اکنون عارف گذاخته در بوتۀ این امتحان بزرگ به چشم دل می بیند که شایسته محبت روح ملکوت و سزاوار عنایت رب گردیده و زمان تجلی کشف انوار معرفت فرا رسیده است.

چون خواسته ها و علائق و غریزه ها و سواقت به شعله جانسوز عشق الهی گذاخته اند سینه عارف با وجد و اشتیاق آماج تیر بلاها و ابتلاها، فتنه ها و سرزنش ها می شود و شایسته دستیابی به نفس مرضیه که بالاترین مقام کمال نفس است.

در نفس راضیه رضا و خرسندی از جانب عاشق بود در نفس مرضیه دریافت و درک مهر محبوب و زمان شنیدن پاسخ صلاهی مخلوق از جانب خالق و زمزمه ستایش عابد از سوی معبود... و این نهایت اوج است در معرفت.

پانویست ها :

- 2- Daplan , H and sadock B. Comprehensive textbook of psychiatry, Williams and Wilkins, Baltimore, USA, 1989, P. 385 - 393.
- 3 - Freud S: The EGO and the ID; Norton, New York, 1960, P.39 -56.
- 4 - Freud S: An outline of psychoanalysis; Norton, New York, 1969, P. 152 - 185.
- 5 - Hartman H: Essays on EGO psychology, International universities press, New York, 1964.
- 6 - Adler A: The individual psychology, HL ansbacher, Basic books, New York, 1956..
- 7 - Jung CG: Memories, dreams, reflections, random House, New York, 1961.
- ۸- عطارانیشابوری- ف: مختارنامه- به تصحیح محمدرضا شفیعی کدکنی تهران- انتشارات طوس ۱۳۵۸
- ۹- عطارانیشابوری- ف: منطق الطیر- به اهتمام صادق گوهرین تهران بنگاه ترجمه و نشر کتاب ۱۳۴۲
- ۱۰- حافظ- ش: کلیات- به کوشش محسن رضانی- تهران- انتشارات پدیده ۱۳۶۱
- ۱۱- نظامی گنجوی- م خمسه نظامی به کوشش محسن رضانی- تهران- انتشارات پدیده ۱۳۶۲
- ۱۲- بابا افضل کاشانی- ۱ مصنفات به تصحیح مجتبی مینوی- انتشارات دانشگاه- تهران- تهران ۱۳۳۷
- ۱۳- علامه طباطبائی- م شیعه در اسلام، انتشارات وزارت فرهنگ و هنر- تهران ۱۳۴۸
- ۱۴- مولوی- ج مثنوی معنوی، انتشارات امیرکبیر- تهران ۱۳۳۶

Analysis	تحلیل
Consciousness	آگاهی - خودآگاه
Unconscious Mind	ناخودآگاه
Insight	بصیرت
Narcisism	خودشیفتگی
Conflicts	تضاد- کشمکش
Psychoanalysis	روانکاوی- تحلیل روانی
Defense mechanisms	افرارگردهای دفاعی
Drives	غرائز- سواقت
ID	نهاد
Ego	من
Loss	فقدان
Mourned	سوگوار
Psychic energy	انرژی روانی
Individual unconscious	ناخودآگاه فردی
Collective Unconscious	ناخودآگاه جمعی
Symbol	نماد
Archetypes	نمادهای تاریخی
Shadow	سایه
Oldwise man	پیر خرد
Self	خود
Cognition	شناخت
Learning	یادگیری
Perception	ادراک
Personality	شخصیت

۱- مطهری- م فطرت چاپ چهارم- تهران انجمن اسلامی دانشجویان ۱۳۶۵- صفحه ۱۰ تا ۱۶