

انسان در جستجوی معنی

ویکتور فرانکل

نهضت صالحیان - مهین میلانی



Frankl, Viktor Emil

فرانکل، ویکتور امیل، ۱۹۰۵

انسان در جستجوی معنی؛ پژوهشی در معنی درمانی / ویکتور فرانکل: ترجمه: نهضت صالحیان، مهین میلانی. تهران: درسا. ۲۵۵ ص.

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیفا.

عنوان اصلی: *Man's search for meaning: and introduction to logotherapy*

۱. معنادرمانی ۲. اردوگا‌های اسیران آلمانی ۳. زندانیان - روان‌شناسی. الف. صالحیان. نهضت (فرنودی مهر) مترجم، ب. میلانی مهین، (افسر کشمیری) مترجم. ج. عنوان

۳۶۵/۳۴

HV۸۹۶۴/۱۷

م ۷۳ - ۳۸۹۰

شماره کتابخانه ملی ایران



نام کتاب: انسان در جستجوی معنی

ناشر: درسا

نویسنده: ویکتور فرانکل

مترجم: نهضت صالحیان - مهین میلانی

چاپ بیست و هشتم: ۱۳۹۱

تیراژ: ۲۲۰۰ نسخه

چاپ: نیکاچاپ

صحافی: منصوری

قیمت: ۶۵۰۰ تومان

ISBN: 978-964-6104-26-6

شابک: ۶-۲۶-۶۱۰۴-۹۶۴-۹۷۸

آدرس: خیابان انقلاب - بعد از خیابان وصال - جنب سینما سپیده - کوچه اسکو - پلاک ۱۲

تلفن: ۶۶۴۶۴۵۷۷ - ۶۶۴۶۶۹۵۹ - ۶۶۹۶۳۰۳۵

سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۲۴۰۰۴۲

www.nashredorsa.com

dorsa@nashredorsa.com

www.dorsabook.com

سایت اینترنت:

پست الکترونیکی:

فروش الکترونیکی:

پیش‌گفتار

دکتر فرانکل روانپزشک و نویسنده، گاهی از بیماران خود که از اضطراب‌ها و دردهای کوچک و بزرگ رنج می‌بردند و شکوه می‌کردند می‌پرسید، «چرا خودکشی نمی‌کنید؟» او اغلب می‌توانست از پاسخ بیماران خط اصلی روان‌درمانی خویش را بیابد. در زندگی هر کسی، چیزی وجود دارد. در زندگی یک نفر عشق وجود دارد که او را به فرزندانش پیوند می‌دهد؛ در زندگی دیگری، استعدادی که بتواند آن را به کار گیرد؛ در زندگی سومی شاید تنها خاطرات کشداری که ارزش حفظ کردن دارد. یافتن این رشته‌های ظریف یک زندگی فروپاشیده، بشکل یک انگاره استوار، از معنا و مسؤولیت، هدف و موضوع مبارزه‌طلبی «لوگوتراپی» است، که تعبیر دکتر فرانکل «از تحلیل اگزیستانسیالیستی» نوین (هستی‌درمانی) است.

در این کتاب، دکتر فرانکل تجربه‌ای را که منجر به کشف «لوگوتراپی» شد توضیح می‌دهد. وی مدت زیادی در اردوگاه کار

اجباری اسیر بود، که تنها وجود برهنه‌اش برای او باقی ماند و بس. پدر، مادر، برادر و همسرش یا در اردوگاه‌ها جان سپردند و یا به کوره‌های آدم‌سوزی سپرده شدند. خواهرش تنها بازمانده‌ی این خانواده بود که از اردوگاههای کار اجباری جان سالم بدر برد. او چگونه زندگی را قابل زیستن می‌دانست؟ درحالی‌که همه‌ی اموالش را از دست داده بود؛ همه‌ی ارزش‌هایش نادیده گرفته شده بود، از گرسنگی و سرما و بیرحمی رنج می‌برد و هر لحظه در انتظار مرگ بود. او به راستی چگونه زنده ماند؟ پیام چنین روانکاوی که شخصاً با چنان شرایط خوفناکی روبروی بوده است، شنیدن دارد. اگر کسی بتواند به شرایط انسانی ما عاقلانه و بادلسوزی بنگرد؛ این شخص بی‌تردید باید دکتر فرانکل باشد. واژه‌هایی که از قلب دکتر فرانکل برمی‌خیزد، بر دل می‌نشیند. چون بر تجربه‌های بسیار ژرف استوار است. صادقانه و ژرفتر از آن است که انسان کوچکترین رنگی از فریب در آن ببیند. پیام‌های او والا و ارزنده است. و کارهایش به خاطر موقعیت کنونی او در دانشکده طب دانشگاه وین، و به علت آوازه کلینیک‌های «لوگوتراپی» که امروزه در بسیاری از سرزمین‌ها با الگوبرداری از پلی‌کلینیک معروف عصب‌شناسی او در وین آغاز به کار می‌کند، شهرت جهانی دارد.

انسان نمی‌تواند نظریه و شیوه کار دکتر فرانکل را با کار زیگموند فروید مقایسه نکند. چه، هر دو پزشک ابتدا به طبیعت و درمان «روان‌نژندی‌ها» توجه داشتند. فروید ریشه‌ی این «اختلال‌های»

پرشان‌کننده را در «اضطرابی» می‌یابد که در اثر «انگیزه‌های» «تعارضی» و «ناآگاه» بوجود آمده است. اما فرانکل «نوروزها» را بر چند نوع می‌داند و برخی از آنها را «روان‌نزدی شوژنیتیک»، نتیجه ناتوانی بیمار در پیدا کردن معنا و مسؤولیتی در زندگی خویش می‌داند. فروید بر «ناکامی» در زندگی جنسی تأکید دارد، اما فرانکل بر «ناکامی» در «معناتلبی». امروزه در اروپا روانشناسان و روانپزشکان آشکارا از فروید روی برگردانده و به «هستی‌درمانی» روی آورده‌اند که مکتب «لوگوتراپی» یکی از آنهاست. یکی از ویژگی‌های دیدگاه‌های فرانکل این است که هرگز فروید را رد نمی‌کند، بلکه روش خود را بر آنچه او انجام داده است بنا می‌نهد. او حتی با سایر شکل‌های «هستی‌درمانی» نیز سرسبز ندارد، بلکه به آنان خوشامد گفته و از در خویشی در می‌آید.

داستان این کتاب گرچه کوتاه است، ولی بسیار هنرمندانه و گیراست. من دو بار در یک نشست آن را از ابتدا تا انتها خوانده‌ام. افسون آن چنان مرا گرفت که یارای رها کردن آن را نداشتم. دکتر فرانکل در جایی از داستان، فلسفه «لوگوتراپی» خود را به خواننده می‌شناساند و آن را چنان ملایم به داستان پیوند می‌دهد که خواننده تنها پس از پایان رساندن کتاب به ژرفای نوشته‌ی او پی می‌برد و می‌بیند که دیگر این بخش از کتاب دنباله داستان وحشتناک اردوگاه‌های کار اجباری نیست.

خواننده از همین زندگی‌نامه دردناک، بسیاری چیزهای آموزد و

فرا می‌گیرد که، انسان وقتی به ناگهان احساس می‌کند: «چیزی برای از دست دادن بجز بدن مسخره برهنه‌اش ندارد، چه می‌کند.» با توصیفی که فرانکل از آمیخته‌ی «هیجان» و «بی‌احساسی» به ما می‌دهد، روح انسان تسخیر می‌شود، نخستین چیزی که به نجات انسان می‌آید، کنجکاوای سرد جدا مانده‌ایست که انسان را متوجه سرنوشت خود می‌کند. پس از آن به کار بستن شگردهایی برای حفظ باقیمانده زندگی، با آن که شانس زنده ماندن بسیار ناچیزست. گرسنگی، تحقیر، ترس و خشم عمیق ناشی از بی‌عدالتی را به مانند هاله‌هایی از افراد محبوب و مورد علاقه، مذهب، شوخ‌طبعی و حتی زیبایی‌های آرام‌بخش طبیعت مانند یک درخت یا غروب آفتاب قابل تحمل می‌کند.

گمان مبرید که این لحظات آرامش‌بخش میل به ادامه زندگی را در زندانی برمی‌انگیزد. آنها در صورتی مفید خواهند بود که بتوانند زندانی را یاری دهند و معنایی برای رنج بیهوده خود بیابند. و در اینجا است که ما با هسته مرکزی اگزستانسیالیسم رویاروی می‌شویم که اگر زندگی کردن رنج بردن است پس برای زنده ماندن باید ناگزیر معنایی در رنج بردن یافت. اگر اصلاً زندگی خود هدفی داشته باشد، رنج و مرگ نیز معنا خواهد یافت. اما هیچکس نمی‌تواند این معنا را برای دیگری بیابد. هر کس باید معنای زندگی خود را، خود جستجو کند و مسؤلیت آن را نیز پذیرا باشد. اگر موفق شود، با وجود همه تحقیرها به زندگی ادامه می‌دهد. فرانکل که به نیچه علاقمند است به این گفته‌اش نیز ایمان دارد،

«کسی که چرایی زندگی را یافته، با هر چگونگی‌ای نیز خواهد ساخت.»

در اردوگاه اجباری هر حادثه‌ای موجب این می‌شود، که زندانی کنترل خود را از دست بدهد. تمام هدف‌های عادی زندگی از او گرفته می‌شود. تنها چیزی که برایش باقی می‌ماند «واپسین آزادی‌های بشری است.» آزادی در انتخاب شیوه اندیشه و برخورد با یک سری حوادث. این آزادی‌هایی که هم بوسیله‌ی رواقیون شناخته شده است و هم هستی‌گرایان نوین، در داستان فرانکل از اهمیت خاصی برخوردار است. زندانیان انسان‌های معمولی بودند، اما دست‌کم شماری از آنان ثابت کردند که «ارزش رنج‌هایشان را دارند و با این کار شایستگی بشر را در برخاستن علیه سرنوشت خود به ثبوت رساندند.»

البته نویسنده این کتاب به عنوان یک «روان درمانگر» می‌خواهد پی ببرد چگونه می‌توان به انسان کمک کرد تا به این شایستگی برجسته بشری دست یابد. چگونه می‌توان در بیمار این حس را برانگیخت که به خاطر چیزی مسزول زندگی است، هرچند که در بدترین شرایط قرار گرفته باشد؟ فرانکل نمونه‌ی تکان‌دهنده‌ای از یک جلسه «گروه درمانی» که با زندانیان دیگر داشت ارائه می‌دهد.

دکتر فرانکل به درخواست ناشر خود، بخش مختصر ولی آشکار و گویایی، از اصول اساسی «لوگوتراپی» و هم چنین فهرست کتب مربوطه را نیز به این زندگی‌نامه افزوده است. گرچه درباره‌ی دو

مکتب دیگر وین یعنی فروید و آدلر نوشته‌های بسیاری به زبان انگلیسی موجود است، ولی بیشتر انتشارات مکتب سوم وین در رشته‌ی روان‌درمانگری (لوگوتراپی) به طور عمده به زبان آلمانی چاپ شده است. از این روجا دارد که خوانندگان از دکتر فرانکل که این کتاب را به زبان انگلیسی نگاشته است سپاسگزار باشند.

فرانکل برخلاف بسیاری از هستی‌گرایان اروپایی نه بدبین است و نه ضد مذهب. بلکه برعکس نویسنده‌ای که خود شاهد همه رنج‌ها و نیروهای شیطانی شکنجه بوده، به خوبی به توانایی بشر در چیره گشتن بر شرایط موجود و کشف حقیقتی روشنگر و بسنده آگاهی دارد.

خواندن این کتاب را که واژه‌هایش چون گوهر می‌درخشد و بر ژرفترین مشکلات بشر می‌تابد، از همگان خواستارم. زیرا کتابی است دارای ارزش ادبی و فلسفی و پیش‌گفتاری است پرجذبه بر ارزنده‌ترین جنبش روانشناسی روزگار ما.

گوردون و. آلپورت