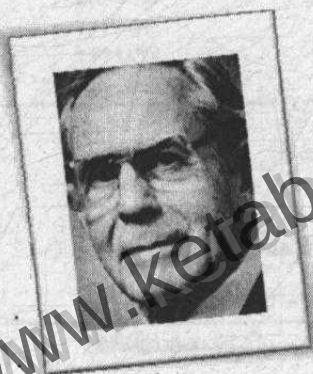


روان‌شناسی اگزیستانسیال

کشف هستی

رولو می



مترجم: محمدمهدی علی‌نیا



انتشارات آشیان

The discovery of being
Rollo May

سرشناسه	می، رولو، ۱۹۰۹ - ۱۹۹۴ م. May, Rollo
عنوان و نام پدیدآور	کشف هستی / رولو می؛ مترجم محمد مهدی علی‌نیا.
مشخصات نشر	تهران: آشیان، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	۲۴۷ ص؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
فروست	روان‌شناسی اگزیستانسیال.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۷۲۹۳-۵۵-۳
وضعیت فهرست نویسی	فیفا
یادداشت	عنوان اصلی: The discovery of being : writings in existential psychology.
یادداشت	کتابنامه به صورت زیر نویس.
موضوع	روان‌شناسی وجودی - Existential psychology
موضوع	روان‌درمانی وجودی - Existential psychotherapy
موضوع	اگزیستانسیالیسم - Existentialism
شناسه افزوده	علی‌نیا، محمد مهدی، ۱۳۳۷ - مترجم
رده بندی کنگره	BF ۲۰۴/۵
رده بندی دیویی	۱۵۰/۱۹۲
شماره کتابشناسی ملی	۷۳۸۶۳۴۴
وضعیت انورد	فیفا

www.ketab.ir

انتشارات آشیان

کشف هستی

رولو می

مترجم: محمد مهدی علی‌نیا

صفحه‌آرایی: ابراهیم توکلی

طراحی جلد: محسن سعیدی

چاپ دوم: ۱۴۰۰

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۷۵۰۰۰۰ ریال

مرکز فروش: خیابان انقلاب، خیابان فخر رازی، کوچه فاتحی داریان، پلاک ۵، طبقه اول

تلفن: ۶۶۹۷۲۷۹۲ - ۰۹۱۲۱۳۹۹۶۲۵

Ashian2002@yahoo.com

ISBN: 978-600-7293-55-3

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۹۳-۵۵-۳

تمامی حقوق این اثر محفوظ می‌باشد. تکثیر یا تولید مجدد آن به صورت کلی و جزئی و به هر صورت (چاپ، فتوکپی، صوت، تصویر و نشر الکترونیکی) بدون اجازه مکتوب ناشر ممنوع است.

فهرست

۷

پیش‌گفتار

۱۱

بخش اول: اصول

۱۳

۱- مبانی روان‌درمانی

۲۹

۲- اصول هستی‌شناختی

۴۵

بخش دوم: پیش‌زمینه فرهنگی

۴۷

۳- خاستگاه و اهمیت روان‌شناسی وجودی

۸۵

۴- خاستگاه مشابه وجودگرایی و روان‌کاوی

۹۷

۵- کی‌یرک‌گارد، نیچه و فروید

۱۳۱

بخش سوم: کاربرد روان‌شناسی وجودی

۱۳۳

۶- بودن و نبودن

۱۵۹

۷- هستی‌شناختی گناه و اضطراب

۱۷۱

۸- بودن در جهان

۱۸۳

۹- سه وجه جهان

۱۹۳

۱۰- درباره زمان و تاریخ

۲۰۷

۱۱- وراروی، گذر از وضعیت فعلی

۲۱۹

۱۲- درباره فنّ روان‌درمانی

پیش‌گفتار

در این دوره و زمانه، با تناقضی عجیب و غریب روبه‌رو شده‌ایم. هیچ‌گاه تا به این حد و از هر سو مورد هجوم اطلاعات و اخبار از طریق رادیوها، تلویزیون‌ها و ماهواره‌ها و رسانه‌های جمعی قرار نگرفته بودیم؛ و در عین حال، هیچ‌گاه تا به این حد از وجود و هستی خودمان بی‌خبرتر و مُردّدتر نبوده‌ایم. هر قدر حقیقت‌های عینی شده افزایش می‌یابند، باورهای درونی مان کاهش می‌یابد. توان فنی جامعه بشری به صورت خارق‌العاده‌ای افزایش یافته، و دیگر به هیچ وجه کنترل بر آن نداریم. هر قدمی که فن‌آوری به پیش می‌گذارد، همچون تجربه ضربه جدیدی است بر بسیاری اقشار و کشاندن آنها به سوی نابودی. نیچه می‌گفت: در دوره و زمانه‌ای مملو از آشفتگی‌های عصر اتم به سر می‌بریم... با توهمات خوفناک... زمانه دولت‌ملت شدن... و تنها فرصت یافتن خوش‌بختی بین امروز است و فردا؛ پس فردا شاید خیلی دیر باشد.

برخی آدم‌های امروزی، ضمن احساس این تناقضات، و ناامید از هرگز یافتن معنای زندگی، به طرقی مختلف به کاهش آگاهی خود، بی‌دلی، بی‌حسی روانی، و یا لذت‌گرایی^۱ متوسل می‌شوند. و برخی دیگر، به‌ویژه

۱. hedonism. لذت‌گرایی یا شادخواری، شادی‌جویی، یا هدونیسیم، مکتبی فلسفی است که یافتن لذت و شادی‌جویی را هدف و ارزش‌غایی، و مهمترین پیشه انسان می‌داند. واژه هدونیسیم از واژه یونانی هدونی به معنای شهوت، گرفته شده‌است. هدونیسیم یعنی فلسفه

جوان‌تران، با روزافزونی نگران‌کننده‌ای برای گریز از هستی به خودکشی روی می‌آورند.

جای تعجب نیست که افراد بسیاری با این سؤال در ذهن که "آیا زندگی اصلاً معنایی دارد؟" به سراغ درمان‌گران می‌روند. اما خود روان‌درمانی، بیشتر بیانگر چندپاره‌گی^۱ روزگار ماست تا تشکیلاتی برای چیرگی بر آن. بیشتر افرادی که به روان‌درمانی مراجعه می‌کنند، به دنبال رها شدن از احساس پوچی و تهی بودن خود، روی مبل درمان کم می‌دهند و هستی خودشان را تسلیم درمان‌گر می‌کنند؛ کاری که تنها به یاسی عمیق می‌انجامد، یاسی پنهان شده در زیر کوله‌باری از خشم، که ختم به خودتخریبی می‌شود. اما گذشت زمان دوباره و دوباره نشان خواهد داد که دیر یا زود این نین‌فرد به آزادی است که خود را به اثبات خواهد رساند.

به باور من، تنها با کشف و تأیید هستی خودمان است که می‌توانیم به درجه‌ای از اطمینان قلبی دست یابیم بر خلاف آن دسته از رویکردهای روان‌شناسی که با دیدگاه‌های شرطی‌سازی، مکانیک‌های رفتاری، و رانه‌های غریزی نتیجه‌گیری و اعمال روش می‌کنند، من معتقدم که باید به لایه‌های زیرین این نظریه‌ها رسوخ نموده و خود فرد را کشف کنیم، همان هستی‌ای که این موارد بر او واقع شده است.

به نظر می‌رسد که سخن گفتن از هستی در فرهنگ اجتماعی ما همواره با شک و تردیدهایی همراه می‌گردد. آیا به این خاطر است که سخن از هستی زیادی عریان است، زیادی محرمانه است، یا زیادی عمیق است؟ در لاپوشانی هستی، درست همان چیزهایی را از دست می‌دهیم که برای مان گرامی‌ترند. زیرا مفهوم هستی با عمیق‌ترین و اساسی‌ترین موضوعات انسانی

لذت‌طلبی، عشرت‌طلبی و خوش‌گذرانی. پیروان این فلسفه معتقدند فرجام و هدف از زندگی تنها کسب لذت و خوش‌گذرانی است. در واقع هدف و غایت اعمال را کسب لذت معرفی می‌کنند. - م.

آمیخته شده است؛ مواردی همچون: عشق، مرگ، اضطراب، مراقبت و دل‌سوزی.

نوشتارهای این کتاب از اشتیاق قلبی‌ام در راستای یافتن هستی در خودم و همکارانم نشأت گرفته است. و برای یافتن هستی همواره نیازمند تحقیق و جستجو در ارزش‌ها و نیات انسان می‌باشیم. برای مثال، در خصوص اضطراب عادی^۱، اگر فردی اضطراب نداشته باشد، به معنی آن است که آزادی ندارد. کسی که اضطراب را تجربه می‌کند، به ارزش‌هایی باورمند است، هرچند که آن ارزش‌ها آشکار نباشند. بدون وجود ارزش، فقط یأس و نومیدی بی‌ثمر باقی می‌ماند.

آنگاه که با شدیدترین تهدیدات تاریخی علیه بقای انسان مواجه می‌شویم، ممکن‌های هستی، در تضادشان با امکان نابودی، والاتر می‌نمایند. انسان مخلوقی است که همواره می‌تواند شگفت‌آور باشد، موجودی است که می‌تواند مسحور صدای یک ساز گردد، می‌تواند واژه‌هایی را در کنار هم بچیند و شعری بسازد تا قلب‌ها را تسخیر کند، می‌تواند طلوع خورشید را با احساسی پرشکوه و عظمت بنگرد. همگی اینها ویژگی‌های هستی هستند، و چالش‌هایی می‌آفرینند که در این کتاب به آنها می‌پردازیم.

۱. منظور اضطراب بهنجار است، نه اضطراب روان‌نژندی. - م.