

جاده کم‌گذر

روانشناسی تازه‌ای در بارهٔ عشق، ارزش‌های سنتی و رشد معنوی

نویسنده

دکتر اسکات پک

مترجم

رؤیا منجم



انتشارات
تمدن‌علم

سرشناسه	پک، مورگان اسکات، ۱۹۳۶-م. - Peck, Morgan Scott
عنوان و نام پدیدآور	جاده کم‌گذر: روان‌شناسی تازه‌ای درباره عشق، ارزش‌های
مشخصات نشر	ستنی و رشد معنوی / نویسنده اسکات پک؛ مترجم رؤیا منجم. تهران: تمدن علمی، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۳۹۰ ص؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۷۷۱۹-۰۹-۳
فهرست نویسی	فیبا
یادداشت	عنوان اصلی: The road less traveled : a new psychology of love, traditional values, and spiritual growth, c2002
یادداشت	کتاب حاضر نخستین بار با همین عنوان و با همین مترجم در سال ۱۳۷۰ و سپس در سال‌های مختلف با عناوین گوناگون موسط ناشران و مترجمان متفاوت ترجمه و منتشر شده است.
عنوان دیگر	روان‌شناسی تازه‌ای درباره عشق، ارزش‌های ستنی و رشد معنوی.
موضوع	خودسازی - (Self-actualization (Psychology بلوغ (روان‌شناسی) - (Maturation (Psychology روابط بین اشخاص - Interpersonal relations عشق - Love ارزش‌ها - Values معنویت - Spirituality
شناسه افزوده	منجم، رؤیا، ۱۳۳۴ -، مترجم
رده‌بندی کنگره	BF۶۳۷
رده‌بندی دیویی	۱۵۸/۱
شماره کتابشناسی ملی	۸۶۹۵۱۵۶

دکتر اسکات پک

جاده کم گذر

رؤیا منجم

چاپ اول: ۱۴۰۱

شمارگان: ۴۴۰ نسخه

لیتوگرافی: ترنج رایانه

چاپ: مهارت نو

قطع: رقعی

صفحه آرائی: محمد علی پور

شابک: ۳-۰۹-۷۷۱۹-۶۲۲-۹۷۸



انتشارات
نشدن علم

حق چاپ محفوظ است.

تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین

خیابان شهدای ژاندارمری، بن بست گرانفر، پلاک ۴

تلفن: ۶۶۴۱۲۳۵۸ - ۰۲۱



Www.elmpub.com



info@elmpub.com



nashreelm

فهرست مطالب

۹	پیشگفتار
۱۱	بخش یکم: انضباط
۸۵	بخش دوم: عشق
۲۰۵	بخش سوم: رشد معنوی و مذهب
۲۶۱	بخش چهارم: فیض
۳۵۳	پسگفتار

پیشگفتار

اندیشه‌های ارائه شده در اینجا، بیشتر از کار بالینی روزانه با بیماران گرفته شده است که برای دوری‌جستن از بلوغ و پختگی یا رسیدن به سطوح عالی‌تر آن مبارزه می‌کردند. در نتیجه، کتاب بخش‌های زیادی از تاریخچه‌های واقعی را دربرمی‌گیرد. در کار روان‌درمانی رازداری اصل است و در نتیجه نام و وی‌ا موارد ویژه دیگر به گونه‌ای تغییر داده شده، تا بدون کژدیدی واقعیت جوهری تجربه ما با یکدیگر، گم‌نام ماندن بیماران حفظ شود.

با وجود این، به دلیل کوتاه کردن تاریخچه‌ها، کژدیدی‌هایی می‌تواند دیده شود. روان‌درمانی به‌ندرت فرایندی کوتاه است، اما چون بنا به ضرورت روی برجستگی‌های هر مورد کانونمند شدم، شاید خواننده این تأثیر را بگیرد که این روند از گونه داستان‌گویی و شفافیت است. داستان واقعی است و شفافیت می‌تواند در نهایت به دست آید، اما نباید فراموش شود که به‌منظور خواندنی‌کردن مطالب، توصیف طولانی دوره‌های پریشانی و سرخوردگی که در بیشتر درمان‌ها نهفته است از موارد توصیف‌شده بیرون گذاشته شده است.

از این گذشته مایلیم به‌خاطر بازگشت پیوسته به خداوند در قالب

نگاره سنتی مردانه پوزش طلبم، اما این کار تنها با هدف سادگی پیش برده شده و نه به دلیل باورهای کوتاه‌اندیشانه در بارهٔ جنسیت.

گمان می‌برم در مقام یک روانکاو، اشاره به دو پنداشتی که این کتاب بر بنیان آنها نوشته شده در ابتدا مهم است. یکی این است که من تمایزی میان ذهن و روح و در نتیجه تمایزی میان دست‌یافتن به رشد معنوی و رشد ذهنی نمی‌گذارم. از دید من آنها یک چیزند.

پنداشت دوم این است که این روند، کاروتکلیفی پیچیده، پرکار و بسیار درازمدت است. روان‌درمانی، اگر قرار باشد کمکی بنیادین به روند رشد ذهنی و روحی کند، رویه‌ای پرشتاب یا ساده نیست. من به هیچ مکتب روانکاو یا روان‌درمانی خاصی تعلق ندارم؛ صرفاً یک فرویدی، یونگی یا آدلری یا رفتارگرا یا گشتالتی نیستم. باور ندارم پاسخ‌های آسان و یکتایی وجود داشته باشند. بر این باورم که روش‌های کوتاه‌مدت روان‌درمانی می‌تواند سودمند باشند و نباید آنها را نفی کرد، اما کمکی که در اختیار می‌گذارند ناگزیر سطحی است.

سفر رشد معنوی، سفری درازمدت است. مايلم از آن بیمارانی که فرصت همراهی با خود را در بخش بزرگی از سفرشان به من دادند سپاس‌گزاری کنم. زیرا سفر آنها سفر من هم بوده است، و بخش بزرگی از مطالبی که در اینجا ارائه شده است چیزی است که ما با یکدیگر فراگرفته‌ایم. همچنین مايلم از بسیاری از استادان و همکاران سپاس‌گزاری کنم. مهم‌تر از همه همسرم لیلی است، او چنان بخشنده بوده است که به‌سختی می‌توان خردمندی او را در مقام همسر، مادر، روان‌درمان و یک شخص از من تمییز داد.