

درباره کتاب انسان در جست‌وجوی معنا

9 دی 1403

«انسان در جست و جوی معنا» کتابی است مهم، منسجم، خواندنی و تأمل برانگیز. به علاوه در دوران خود کتابی جریان ساز بود زیرا به ایجاد پارادایم و رویکردی جدید در قلمرو روان شناسی و روان درمانی به نام روان درمانی معناگرا (لوگوتراپی) انجامید.

علیرضا عباسی، عضو هیئت علمی دانشگاه رشت: دکتر ویکتور فرانکل که در سال ۱۹۰۵ زاده شد و در سال ۱۹۹۷ دیده از جهان بست استاد فلسفه و روان شناسی دانشگاه وین بود. او چند سال از عمرش را در اردوگاه‌های وحشتناک کار اجباری نازی‌ها، از جمله آشویتس گذراند و دربند آنان بود. در بخش نخست این کتاب شرح تجربه‌های وی را در آن اردوگاه‌ها می‌خوانیم.

با اینکه سالیان درازی است که از دوره اردوگاه‌های کار اجباری نازی‌ها و رفتارهای غیر انسانی، ستمگرانه و جبارانه آنان می‌گذرد اما هنوز هم خواندن سرگذشت کسانی که در آن اردوگاه‌ها گرفتار بودند وحشت آفرین و حتی افسرده کننده است. فرانکل در آن هنگام که خود دربند این اردوگاه‌ها بود با خود می‌اندیشید که با اینکه همه کسانی که در اردوگاه هستند رنج‌های یکسانی را تحمل می‌کنند، کارهای طاقت فرسای مشابهی انجام می‌دهند و غذای یکسانی می‌خورند پس چرا فقط برخی از آن‌ها جان سالم به در می‌برند؟ به راستی چرا؟ این همان چیزی است که او می‌خواست بفهمد. نتیجه تأمل وی در این باره در کتاب ارزشمند انسان در جست‌وجوی معنا تدوین یافته و در بخش دوم کتاب بن‌مایه‌های اصلی پارادایم و رویکرد لوگوتراپی نهاده شده است. اگر بخش نخست کتاب تکان دهنده است، بخش دوم آن آگاهی بخش، الهام دهنده و حکیمانه است.

بر خلاف آموزه نیچه ای آلفرد آدلر که بر «اراده به قدرت» پافشاری می‌کند یا فروید که بر «اراده به لذت» متمرکز است، تحلیل دکتر فرانکل در سرتاسر این کتاب تأکید و تکیه اش بر «اراده به معنا» است. به سخن دیگر لوگوتراپی فرانکلی به جای «قدرت» و یا «لذت» بر این باور استوار است که اصلی‌ترین و قوی‌ترین محرک انسان برای زندگانی همانا تلاش برای یافتن معنایی در زندگی است.

فرانکل با واژه‌ها و عبارتهایی ساده و صمیمی این بینش ژرف را مطرح می‌کند که در شرایط سخت و وحشتناک اردوگاه‌های کار اجباری و در کشاکش رنج‌های عذاب آور جسمی و روانی، کسانی که هیچ معنا و هدفی در زندگی نداشتند می‌مردند اما انسان از چنان ظرفیتی برخوردار است که می‌تواند در رنج هم از آن اوج بگیرد و تعالی نفس یابد، بر آن چیره شود، نور امید را در دل خود بپرورد و زنده بماند؛ کاری که او خود کرد و زنده ماند.

ایده‌های فرانکلی هنوز هم برای مشکلات تازه بشری اجرایی است. بی‌تردید قرار گرفتن در شرایط و وضعیت‌های دردناک و رنج آور بسیار دشوار است. به گفته صادق هدایت، «در زندگی زخم‌هایی هست که مثل خوره در انزوا روح را آهسته می‌خورد و می‌تراشد.» اما از آن دشوارتر، پیدا کردن معنا در

زندگی است. این کاری است که دکتر فرانکل، نه تنها در خود انجام داد بلکه در این کتاب به همه ما می‌آموزد و ما را واقف به منازل آن کرده است:

گرچه راهی است پر از بیم زما تا بر دوست / رفتن آسان بود ار واقف منزل باشی (حافظ)

این کتاب به ما می‌آموزد که با هجوم گرفتاری‌ها و رنج‌های اجتناب ناپذیر، آدمی می‌تواند چنان به خود انگیزه دهد تا زندگی ارزشمندتر و کامل‌تری را پی‌گیرد. دکتر فرانکل بر این باور بود که همه چیز را می‌توان از انسان گرفت جز آزادی او را در انتخاب نگرش. بر همین زمینه است که می‌گوید رنج کشیدن زمانی پایان می‌یابد که رنج معنا پیدا کند. به گفته «پماچودرون» رنج نتیجه چیزهایی نیست که برای ما روی می‌دهند بلکه نتیجه این است که ما با آن چیزهایی که باعث رنج ما می‌شوند چگونه ارتباط برقرار کنیم.

با توصیف‌هایی که از کتاب انسان در جست و جوی معنا کردم در واقع می‌خواهم بگویم که این کتاب تأثیرگذار است. اگر بیشتر می‌خواهید بدانید چگونه، پس آن را بخوانید، آن هم خواندنی ژرف و از سر تأمل که به ایده‌ها و پرسش‌های تازه‌ای بینجامد. اگر ما آدمیان در رنج، هر چند سترگ و طاقت فرسا، معنا و هدف ببینیم دیگر نمی‌تواند ما را بکشد.