

ادیان، ارزش‌ها و تجربه‌های اوج

ابراهام اچ. مزلو

ترجمه
زهرا اکبری



نشرکردن

فهرست

- در باره نویسنده ----- ۱
- پیش‌گفتار ----- ۱۱
- فصل یکم: مقدمه ----- ۲۵
- فصل دوم: علم دوپاره و دین دوپاره ----- ۳۵
- فصل سوم: تجربه «دینی اصلی» یا «متعالی» ----- ۴۳
- فصل چهارم: خطرهای سازمانی برای تجربه‌های متعالی ----- ۵۵
- فصل پنجم: امید، شکاکیت، و سرشت والاتر بشری ----- ۶۳
- فصل ششم: علم و آزاداندیشان دینی و غیر خداپرستان ----- ۶۹
- فصل هفتم: آموزش فارغ از ارزش؟ ----- ۷۹
- فصل هشتم: نتیجه‌گیری‌ها ----- ۸۵
- پیوست الف: جنبه‌های دینی تجربه‌های اوج ----- ۹۱
- پیوست ب: روان‌شناسی نوع سوم ----- ۱۰۱

- پیوست پ: شیوه‌های بیان قوم‌مدارانه تجربه‌های اوج - - - - - ۱۰۵
- پیوست ت: معرفت حاصل شده در تجربه‌های اوج چه اعتباری دارد؟ ۱۰۷
- پیوست ث: مقدمه‌ای بر «معرفتی نوین در ارزش‌های انسانی» - - - ۱۱۵
- پیوست ج: ارتباط‌های هم‌شکل و شورانگیز - - - - - ۱۱۷
- پیوست چ: ارزش‌های وجودی به مثابه توصیف‌های ادراک در تجربه‌های اوج - - - - - ۱۲۵
- پیوست ح: دلایل طبیعت‌گرایانه در ترجیح ارزش‌های رشد بر ارزش‌های پس‌رفت، در شرایط مناسب - - - - - ۱۳۱
- پیوست خ: نمونه‌ای از تحلیل وجودی - - - - - ۱۳۹
- واژه‌نامه - - - - - ۱۵۳
- منابع - - - - - ۱۵۷

درباره نویسنده^۱

ابراهام هارولد مزلو روان‌شناس آمریکایی متولد اول آوریل ۱۹۰۸ در بروکلین نیویورک است. او در دانشگاه ویسکانسین در مادیسون تحصیل و در ۱۹۳۰ کارشناسی، ۱۹۳۱ کارشناسی ارشد و ۱۹۳۴ دکترای خود را دریافت کرد. در ۱۹۲۸ با برتا گودمن ازدواج کرد که حاصل آن دو فرزند دختر بود. مزلو در سال‌های ۱۹۳۰-۱۹۳۵ استادیار دانشگاه ویسکانسین و مدرس کارنگی؛ ۱۹۳۵-۱۹۳۷ مدرس کالج معلمان کلمبیا، نیویورک؛ و ۱۹۳۷-۱۹۵۱ مربی تا دانشیار روان‌شناسی در کالج بروکلین؛ ۱۹۵۱-۱۹۶۹ استادیار و استاد روان‌شناسی در دانشگاه برندایس، والتهم، ماساچوست (۱۹۵۱-۱۹۶۱ رئیس دانشکده)؛ ۱۹۶۹-۱۹۷۰ عضو بنیاد لافلین؛ ۱۹۶۲-۱۹۶۳ رئیس انجمن روان‌شناسی نیوانگلند و ۱۹۶۷ رئیس انجمن روان‌شناسی آمریکایی بوده است.

انجمن آمریکایی انسان‌گرایی در سال ۱۹۶۷ او را انسان‌گرای سال نامید. او دکترای افتخاری نیز از دانشگاه خاور، سینسیناتی، دریافت کرد. مزلو در ۸ ژوئن ۱۹۷۰ از دنیا رفت.

۱. برگرفته از:

Thinkers of the Twentieth Century, Ed. Ronald Turner, St. James Press, Chicago, 1987.



طیف فوق‌العاده گستردهٔ علایق بالینی، تجربی و نظری مزلو بازگوکنندهٔ دغدغهٔ اساسی و پایدار اوست: رهایی علم و به‌خصوص روان‌شناسی از محدودنگری، تصلب و جزئی‌گرایی ملال‌آور. اگر بخواهیم تمثیلی آشنا از معماری را در نظر بگیریم، باید بگوییم معمار به نیازهای گروهی از انسان‌ها که مشغول به کاری‌اند فکر می‌کند و سپس ساختمانی طراحی می‌کند که آنها را به خوبی در خود جای دهد و به آنها کمک کند وظایفشان را به‌طور مناسب در جوّی مطلوب انجام دهند. با توجه به اینکه گروه در گذر زمان بزرگ می‌شود و تغییر می‌کند و نقش‌هایش افزایش می‌یابد و با نیازهایی جدید روبه‌رو می‌شود، ساختمان به تدریج کارکرد اولیهٔ خود را از دست می‌دهد. به همین منوال، مفاهیم، مقولات و نظریه‌هایی که در آغاز تحریک‌کننده بودند، اغلب به عقایدی وسواس‌گونه و موانعی برای درک کامل‌تر تبدیل می‌شوند. مزلو در مقابل تقلیل سطحی تجربهٔ انسانی به تعدادی نظریهٔ ثابت (رایج در نظریه‌های رفتاری انعطاف‌ناپذیرتر) یا مقولات متصلب (رایج در مکاتبی که از فروید الهام گرفته‌اند) مقاومت می‌کند. او از «نیروی سوم» در روان‌شناسی، که می‌خواهد ابعاد وسیع‌تر و الگوهای پویاتر از رفتار انسان را کشف کند، استقبال و حمایت می‌کند. مزلو در دههٔ ۱۹۳۰ حین مطالعهٔ رفتار تطبیقی حیوان به مسائلی روان‌شناختی که نمی‌توان آنها را با ابزارهای علمی سنتی روشن یا حل کرد علاقه‌مند شد. او طرح‌ریزی دیدگاهی بنیادین را شروع کرد که به جهان‌بینی جامعی توسعه یافت. او هشدار داد که مطالعات رفتاری حیوانات فقط با احتیاط بسیار می‌تواند دربارهٔ رفتارهای انسانی به کار گرفته شود. انسان گرایش حیوانی آشکاری ندارد، اگرچه «برچسب‌ها و نشانه‌هایی» دارد که مزلو آنها را «شبه‌غریزه» می‌نامد. علاوه بر این، نسبی‌انگاری فرهنگی که تحت تأثیر انسان‌شناسی رواج یافته بود نیز در این میان نقش ایفا می‌کند: مفاهیم روان‌شناسانهٔ معطوف به بهنجاری، آسیب‌شناسی و



انحراف مفاهیمی وابسته به فرهنگ‌اند و بنابراین، کار جداسازی زیربنای زیست‌شناختی از روبنای فرهنگی تقریباً ناممکن است. وضعیت کنونی روان‌شناسی اجتماعی به‌گونه‌ای است که اجازه صحبت کردن از «انسان کلی» را نمی‌دهد. فقط زنان و مردان مشخص وجود دارند. همه این موارد، اگر بخواهیم قضاوت‌های علمی کارگشا باشند، دلالت بر نیاز به همکاری خلاقانه‌تری بین دانش‌ها دارند.

برای نخستین بار نشانه‌های تفکر دوره بلوغ فکری مزلو در نظریه انگیزش (۱۹۴۳) نمایان شد. او بر اساس نظریه انگیزشی دقیقی که باید اساس کار باشد سیزده گزاره ارائه کرد. این گزاره‌ها شامل این تصدیق می‌شوند که فرد یک واحد سازمان‌یافته است، اینکه «خواسته‌های نهایی» بین انسان‌ها از آنچه نموده‌های آگاهانه‌شان نشان می‌دهند کمتر متفاوت‌اند و اینکه هر نوع خواسته آگاهانه می‌تواند مجرایی برای تحقق مجموعه‌ای متنوع از اهداف باشد. بنابراین، هر عملی احتمالاً نشان‌دهنده چندین انگیزه است. از آنجا که یک خواسته به سرعت جایگزین خواسته برآورده‌شده پیشین می‌شود، انسان به‌ندرت به صورت کامل راضی می‌شود و در حالت آرامش انگیزشی قرار می‌گیرد. خواسته‌ها نه تنها از پی یکدیگر می‌آیند، بلکه بر اساس «سلسله‌مراتبی قدرتمند» تنظیم می‌شوند. این کار تلاش‌ها را برای طرح فهرستی اتمی و مجزا از انگیزه‌ها ناکام می‌گذارد و در عوض ما را ملزم می‌کند آنها را بر حسب هدف‌ها یا نیازهایی درک کنیم که به‌طور مشخص انسانی‌اند. به گفته مزلو، سلسله‌مراتب نیازهای اساسی به پنج دسته تقسیم می‌شود: نیازهای مرتبط با فیزیولوژی، امنیت، عشق، احترام و خودشکوفایی. این اهداف اگرچه در هر فرد متفاوت‌اند، اما ترتیب غالب آنها همین است. قوی‌ترین هدف تمایل دارد آگاهی و ظرفیت‌های فرد را به انحصار خود درآورد تا اینکه تا حدی برآورده شود. چنان‌چه آن هدف برآورده شد، خواسته بعدی در سلسله‌مراتب به تدریج شروع به ظاهر شدن می‌کند.

اگر این هدف به واسطهٔ عامل بیرونی، آشفتگی درونی یا شرطی‌سازی اجتماعی- فرهنگی به مانع برخورد کند، واکنش‌هایی فوری شروع می‌شوند و موقعی که به اندازهٔ کافی حاد شوند، خود را به صورت آسیب‌های روانی نشان می‌دهند.

نمونهٔ شاخص کاربرد نظریهٔ انگیزشی مزلو توجه او به شخصیت اقتدارگراست. مزلو با پذیرش دیدگاه افلاطونی مبنی بر اینکه بسیاری از رفتارهای به اصطلاح غیرمنطقی را می‌توان هنگامی که فرد به مفروضاتی توجه می‌کند که رفتارش بر آن مبتنی است به عنوان رفتارهایی منطقی درک کرد، فرد اقتدارگرا را انسانی می‌بیند که جهان را همچون جنگلی تصویر می‌کند که در آن هر وضعیت و بازیگری خطرناک و تهدیدکننده به شمار می‌آید. بنابراین، برای فرد اقتدارگرا جایگزین‌ها ترسیدن یا ترساندن است. چنین فردی دیگران را به شیوه‌ای منفی و در طیفی از پایین به بالا رده‌بندی می‌کند. چنان‌چه دیده می‌شود، پاسخ‌های منطقی فرد اقتدارگرا در برابر افراد بالاتر برده‌مانند و مازوخیستی است (زیرا او دلیل سخت‌گیری آنها را درک می‌کند) و در برابر افراد پایین‌تر همراه با خونسردی یا خشونت است (زیرا عشق، مهربانی یا همدردی نشانهٔ ضعف است). کسانی که معیارهایی دیگر دربارهٔ ارزش‌ها دارند، به خصوص افراد دموکرات که به دیگران احترام می‌گذارند و کمتر به نشانه‌های ظاهری قدرت تکیه می‌کنند، برای فرد اقتدارگرا تهدیدکننده‌اند. از نظر مزلو، این نکته که عواملی ارضاکنده که فرد اقتدارگرا به دنبال آنهاست قابل‌دستیابی نیستند (اینکه او نمی‌تواند کل دنیا را مدیریت کند) و اینکه همهٔ انسان‌ها را نمی‌توان در طیفی ساده جای داد، نشان می‌دهد که جهان‌بینی فرد اقتدارگرا نادرست است. با وجود این، «بیماری» او فقط در صورتی می‌تواند درمان شود که خود خواهانش باشد و البته درمان‌های رایج ادعایی چیزی جز حذف نشانه‌های عصبی یا جسمی- روانی خاص نیستند.

مزلو در کتاب به سوی روان‌شناسی وجوداً نتایج عمده و معانی ضمنی اندیشه‌هایش را بیان می‌کند. او به عنوان یکی از روان‌شناسان «نیروی سوم» مجموعه‌ای از فرضیات دارد: اینکه هر انسانی دارای ماهیت ذاتی است که تا حدی وابسته به نوع و تا حدی منحصر به فرد است، اینکه علم توسعه‌یافته می‌تواند این ماهیت را کشف کند و اینکه این ماهیت همان چیزی است که ما می‌توانیم به صورت کلی به عنوان امور فی‌نفسه خیر تشخیص دهیم. شر بیشتر اوقات ناکامی در بروز این ماهیت است. علم اصیل (به عنوان علمی متمایز از تقلیل‌گرایی خام و نمونه‌سازی ساده‌انگارانه) با آشکار کردن این ماهیت در نهایت می‌تواند اخلاقیات یا مجموعه‌ای از ارزش‌ها را برای انسان فراهم آورد. با وجود این، برای انجام چنین کاری علم باید از «ابزارمحوری» به «مسئله‌محوری» حرکت کند، علم باید از ابزارها به سوی اهداف پیش برود.

نکته مهم در کار مزلو این است که آسیب‌شناسی روانی به تنهایی نمی‌تواند به انسان‌ها بگوید چگونه بیندیشند و عمل کنند، بلکه تحقیق دربارهٔ افرادی که اساساً سالم‌اند می‌تواند انسانیت ذاتی نوع بشر را آشکار کند. مزلو ادعا می‌کند اگر ماهیت انسانی اساساً خنثا یا منشأ خیر است پس باید این امکان وجود داشته باشد که به انسان‌ها جهت داد و اخلاقیات طبیعت‌گرایانه هدف-رضایت را فراهم آورد. چنین طرحی نیازمند رها شدن از مقولات روانی-اجتماعی سنتی، همچون «بیماری» و «سلامت»، به نفع مفاهیم توسعه‌یافته «ارزش‌های انسانی»، «خودشکوفایی» یا «انسانیت کامل» است. بنابراین، «اگر شما به من بگویید مشکلی شخصیتی دارید، تا زمانی که شما را بهتر



شناسم مطمئن نیستم باید بگویم 'خوشبخت‌ام' یا 'متأسف‌ام'. این کار بستگی به دلایل دارد».

مزلو نیازها یا اهداف از لحاظ سلسله‌مراتبی سازمان‌یافته را به دو دسته کلی تقسیم می‌کند: نیازهای ناشی از نقصان و کمبود و نیازهای وجودی. انسان‌ها بیشتر اوقات با حس نابسندگی عمل می‌کنند. آنها به دنبال تأمین چیزی‌هایی‌اند که فکر می‌کنند از دنیای خارج کم دارند. آسیب روانی در ناکامی مکرر در ترمیم احساس اولیه نقصان ریشه دارد. هنگامی که نیازهای ناشی از نقصان تا حدی از طریق برآورده شدن یا تغییر درک ما از آنها برآورده شدند، نیازهای وجودی پدیدار می‌شوند که باید از طریق خودشکوفایی توانایی‌ها، ظرفیت‌ها، استعدادها و انجام یک مأموریت، دعوت یا تقدیر برآورده شوند. نکته بسیار مهم در تمایزگذاری مزلو بین نیازهای ناشی از نقصان و نیازهای وجودی این است که نیازی واحد می‌تواند در زمان‌هایی متفاوت بیانگر نقصان یا حس وجودی باشد. در شیوه دست و پنجه نرم کردن با هر دو احساس نقصان و وجودی است که انسان خودشکوفای ظرفیت عظیم خود را برای اعتماد به نفس آشکار می‌کند. ویژگی فرد خودشکوفای درک عمیق از واقعیت، پذیرش فزاینده خود و دیگران، مسئله‌محوری، خودانگیختگی و وارستگی بیشتر، لذت بردن فراوان از تنهایی و خلوت، تازگی درک و خلاقیت و یگانگی آسان با انسانیت است.

فرد خودشکوفای دارای تجربیات اوج بیشتر و آگاهی عمیق از خود و جهان است، آنچه که می‌تواند به عنوان شگفتی خلاقانه یا آرامش دائمی توصیف شود، حالتی که در آن «می‌توان تعالی یافتن نسبی نفس، خودفراموشی و بی‌خودی را ادراک کرد». چنین افرادی فرزانگی‌شده یا به عبارت دیگر، فراتر از سعی و تلاش‌اند. از نظر مزلو، اغلب ادیان انگیزش اولیه‌شان را از بنیان‌گذارانی گرفته‌اند که به تجربیات

اوج طولانی مدت خود جامعه عمل پوشانده‌اند. در حالی که بعد سازمانی سنت‌های دینی قرار است در جهت سهم کردن دیگران در چنین تجربیاتی عمل کند، این سنت‌ها اغلب به دلیل وجود عقاید جزمی و آیین‌گرایی که میل شکوفاکننده انسان‌ها را محدود می‌کند نیروی حیاتی خود را از دست می‌دهند. در عین حال، دوگانگی بین علم و دین که در آن علم علی‌الظاهر فارغ از ارزش‌ها و دین نگهبان انحصاری ارزش‌ها (و در نتیجه مستقل از علم) است هم به علم و هم به دین آسیب می‌رساند. چنین دوگانگی‌ای مانع تحقق فرایند ذاتی خودشکوفایی است.

مزلو در کتاب قلمروهای دوردست‌تر ماهیت انسانی نظریه‌فراانگیکتی را تشریح و در آن بیان می‌کند که افراد خودشکופا به شیوه‌هایی ژرف‌تر و نه صرفاً با برآورده شدن نیازهای اساسی برانگیخته می‌شوند. چنین افرادی وقف کار یا رسالتی می‌شوند، اغلب احساس خوشبختی می‌کنند و شاید خود را شایسته آن ندانند، اگرچه در این سطح دوگانگی بین کار و بازی از بین می‌رود، زیرا «کار» ویژگی معرف این افراد است و ارزش‌های ذاتی و خودمعتبرکننده را اثبات می‌کند. چنین افرادی از تمایز بین خود و غیر خود، بین درونی و بیرونی، فراتر می‌روند. خودشکوفایی بیشتر ابزار است تا هدف، به دلیل اینکه ماهیت انسان پویاست نه ایستا. تلاش مزلو برای توضیح دادن این ماهیت‌گریزان او را به بازنگری در فرض‌های روان‌شناسی‌های سنتی، تقسیم‌بندی‌های رشته‌ها و حتی تمایز بین علم و دین وامی‌دارد.

مزلو اقرار دارد که بسیاری از بصیرت‌هایش جدید نیست، بلکه می‌توان آنها را در آراء فیثاغورس و افلاطون، فلاسفه هندی و دائوئیسم یافت. از نظر او، اگرچه فیلسوفان، شاعران و عارفان حقایق بسیاری را بیان