

مقایسه‌ی آراء ابن‌سینا و یونگ در مسئله‌ی شناخت خود و پذیرش رنج

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۶/۱۵ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۰/۲۳

سمیه امیری^۱

عباس احمدی سعدی^۲

چکیده

خودآگاهی یکی از مهم‌ترین مسائلی است که فلاسفه و روان‌شناسان در طول تاریخ با روی‌کردهای مختلفی به آن پرداخته‌اند. انسان از احساس قطع شدن تماسش با نفس خویش رنج می‌برد؛ لذا برخی رفتارهای فرار اضطراب‌آمیزی از جهان درون، افکار یا اعمال خویش است. در نظام فکری ابن‌سینا و یونگ برای انسان و شناخت حقیقت او جایگاه مهمی وجود دارد و هر دو پذیرفته‌اند که خودآگاهی نقش بنیادینی در وصول به حقیقت دارد. ابن‌سینا از جمله اولین فیلسوفانی است که با روی‌کردی فلسفی و نه صرفاً اخلاقی-دینی این بحث را مطرح می‌کند. یونگ نیز به‌نمایندگی از روان‌شناسی تحلیلی^۱ بحران خودآگاهی را مشکل بشر امروز معرفی می‌کند. در این نوشتار با روش توصیفی-تحلیلی ناظر به اینکه که انسان به درک بیشتری از خود، افکار، احساسات، نقاط ضعف، قوت و ارزش‌ها و توسعه‌ی فردی برسد، می‌بینیم که هر دو اندیشمند به دنبال راهی برای رهایی بشر از درد و رنج اند و معتقد اند به هر میزان که راه گسترش آگاهی انسان مخدوش شود و دید او نسبت به خود و واقعیت‌های اطرافش کور شود، زندگی او رنج‌آورتر می‌شود. تعبیر متدوال ابن‌سینا «خودشناسی» و تعبیر یونگ در روان‌شناسی تحلیلی، «خودآگاهی» است. هرچند مسئله‌ی شناخت خود توسط این دو اندیشمند به شکل‌ها و روش‌های متفاوتی مثل روش حسی-تجربی و تعقلی مطرح شده‌است، تحلیل هر دو ارتباط وثیقی با پذیرش مفهوم رنج دارد. ابن‌سینا ساحتی از خود را معرفی می‌کند و از آن به «انیت» یاد می‌کند و آن را در مقابل ماهیت قرار می‌دهد که ما آن را «ساحت وجودی» می‌نامیم. از آنجاکه در نگاه یونگ ما با چنین تمایزی بین ساحت وجود و ماهیت در ذات خودآگاه مواجه نمی‌شویم، «فردیت» اهمیت پیدامی‌کند؛ لذا پس از بیان تفاوت‌ها و شباهت‌ها، می‌توان گفت ابن‌سینا در تحلیل خودآگاهی از یونگ فراتر رفته‌است.

واژگان کلیدی: ابن‌سینا، خودشناسی، کارل گوستاو یونگ، خودآگاهی، رنج، فردیت یافتگی

۱. استادیار گروه فلسفه و کلام اسلامی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز، شیراز، ایران (نویسنده مسئول).

S.amiri63@yahoo.com
aahmadi85@gmail.com

۲. استادیار گروه فلسفه‌ی دانشگاه آزاد اسلامی واحد فسا، شیراز، ایران.

مقدمه

مسئله‌ی خودآگاهی یا سؤالاتی نظیر «من کیستم؟» و «چگونه می‌توانم خود را بشناسم؟» یکی از مهم‌ترین مسائلی است که ذهن فلاسفه و متفکران را از قرن‌ها قبل به خود مشغول کرده‌است. الهیون از دل‌بستگی بیش از حد به امور دنیوی که موجب سرگشتگی انسان و سرگردانی او در نفس خود و بیگانگی وی از حالت روحانی خود است، سخن گفته‌اند. انسان عصر نوین نیز بیش‌ازپیش دستخوش اضطراب و ازخودبیگانگی است.

زندگی انسان آمیخته با رنج است و رنج یکی از واقعیت‌های زندگی است که معمولاً از نوعی حس فقدان نشأت می‌گیرد و همزمان با وجود یافتن انسان تجربه‌می‌شود. رنج یکی از مؤلفه‌های جدایی‌ناپذیر شخص است و به‌همین جهت صرفاً به‌نحو آنفوسی تعریف می‌شود. از آثار زیانبار رنج برای انسان ناامیدی و روان‌رنجوری است که گاه بقای فرد را به‌مخاطره‌می‌اندازند؛ از این رو تجربه‌ی رنج موجب بروز پرسش‌هایی درباره‌ی معنای زندگی می‌شود. تلاش برای فهم چرایی وجود رنج و معنای آن طبیعی است.

شیخ‌الرئیس از جمله اولین فیلسوفانی بوده که در آثار خود به‌صورت مستقل درباره‌ی خودآگاهی سخن گفته‌است که ارتباط عمیقی با نگاه متافیزیکی وی دارد. در دوره‌ی جدید یونگ نیز فصل جدیدی را در حوزه‌ی خودآگاهی گشوده‌است. در این نوشتار تلاش شده‌است که با بیان نوع نگاه این دو اندیشمند و تبیین شباهت‌ها و تفاوت‌ها در حوزه‌ی خودشناسی و خودآگاهی، علاوه‌بر ایجاد تکاپو در دستگاه فلسفی گذشته، آن را درگیر مسائل مبتلابه نماییم و ببینیم چگونه این بینش انسان قرن بیستم را از بحران معنا و رنجی که از آن می‌برد، می‌تواند نجات دهد. آیا انسان می‌تواند با کشف خود و سلوک در خود بر بزرگترین بحران غرب فائق آید؟ هرچند که در آثار متعددی خودآگاهی یونگ و خودشناسی ابن‌سینا به‌صورت مجزا بررسی شده‌است، اهمیت این مقاله به نگاه تطبیقی افکار این دو اندیشمند اثرگذار در روان‌شناسی و فلسفه است که با وجود تفاوت در بافت تاریخی، فرهنگی و روش‌شناختی، دیدگاه‌هایشان نقاط مشترک زیادی دارد.

خودشناسی و خودآگاهی

«سایکه» در زبان یونانی به معنای روح است و ریشه‌ی آن دو معنا دارد: پروانه‌ای که دگردیسی کوتاه‌مدت، زیبا، اسرارآمیز و گریزپایش استعاره‌ای از روح ما را به نمایش می‌گذارد و دیگری

از فعل نفس کشیدن است که تشبیهی از آن هوای نادیدنی است که در بدو تولد وارد جسم می‌شود و به‌هنگام مرگ عزیمت می‌کند. آنگاه چه طعنه‌آمیز است که امروزه روان‌شناسی غالباً به بررسی و شناخت رفتارهایی می‌پردازد که بیرونی، قابل مشاهده و قابل تبدیل به آمار اند که می‌توان با دارو درمانشان کرد (هولیس، ۱۳۹۲، ص. ۹). خودشناسی دانش و درکی است که هر فرد از خودش دارد. در واقع کسب تصویری واضح و شفاف از ارزش‌ها، نگرش‌ها، نیازها، علایق، اهداف و اولویت‌ها است؛ در ادامه نشان‌دهنده‌ایم که در واقع خودآگاهی اطلاع یافتن از حس‌های ورودی، افکار و عواطف خویش است. این مفهوم بسیار نزدیک به مفهوم «خودشناسی» است و گاهی از باب مسامحه به‌جای هم استعمال می‌شوند. خودشناسی ابن‌سینا با روی‌کرد فلسفی همان معرفت نفس، یعنی آگاهی شهودی و مستقیم نفس از خود است؛ اما یونگ با روی‌کرد روانشناختی خودآگاهی را یک فرایند پویا و درحال تغییر می‌داند.

خودشناسی و خودآگاهی از نگاه ابن‌سینا و یونگ

فلسفه‌ی ابن‌سینا مبتنی بر شناخت مفهومی یا باواسطه از اشیاء است و در معرفت‌شناسی او بنیادی‌ترین بخش خودشناسی است (ابن‌سینا، ۱۴۰۴ الف، ص. ۱۴۷). رای تبیین مفهوم خودشناسی در ابتدا باید به تعریف ماهیت «خود» یا «نفس» و «روح» پرداخت. این واژگان دلالت بر یک موجود روحانی و غیرمادی دارند که با توجه به شئون و کارایی گوناگون و مراتب آن، نام‌گذاری شده‌اند. از دیدگاه فیلسوفان مسلمان این موجود غیرمادی اگر از جهت تعلقش به بدن و تصرف و تدبیر امور بدن در نظر گرفته شود، «نفس» نامیده می‌شود و اگر از جهت ذاتش به تنهایی و منهای تعلقش به بدن در نظر گرفته شود، «روح» نام دارد (ملاصدرا، ۱۳۹۱، ص. ۴۷). ابن‌سینا (۱۴۰۴ الف) در آثار خود دو نوع خودآگاهی را از یکدیگر متمایز کرده است: یکی شعور ذات و دیگری شعور به این شعور (ص. ۱۶۱). همان‌گونه که گفتیم، ابن‌سینا در معرفت‌شناسی قائل به علم حصولی است، مگر در علم به نفس که به نحوی به ادراک بی‌واسطه و حضوری قائل است. در فلسفه‌ی ابن‌سینا خودآگاهی بر هر گونه معرفت دیگری تقدم دارد. وی در کتاب *تعلیقات* در این باره چنین می‌گوید: «ادراک من نسبت به ذات خودم مقدم بر هر آن چیزی است که آن را وصف می‌کنم و می‌گویم آن را ادراک کرده‌ام.» (ابن‌سینا، ۱۴۰۴ الف، ص. ۱۴۷). وی در کتاب *المباحثات* خود نیز در پاسخ به این سؤال که «آیا شخص خوابیده هنگام خواب نیز واجد خودآگاهی است یا خیر؟» ضمن بیان تمایز بین

خودآگاهی در این دو حالت علم به نفس را عین ذات آگاه دانسته‌است که در هیچ وضعیتی، حتی در حالت خواب یا بیهوشی، از فرد جدا نمی‌شود (ابن‌سینا، ۱۳۷۱، ص. ۶۱). او در هر معرفتی علم به خود را مقدم می‌داند؛ زیرا برای اینکه الف به ب آگاهی داشته‌باشد، باید الف بداند که این خود اوست که به ب آگاهی دارد؛ بنابراین خودآگاهی شرط لازم هر نوع معرفتی است. از نظر ابن‌سینا این درک از خود بایستی بی‌واسطه باشد و هیچ قوه‌ی دیگری نمی‌تواند واسطه‌ی بین انسان و درک او از خود باشد (ابن‌سینا، ۱۳۷۵، ج ۲، ص. ۲۹۴). ادراک ما به ذاتمان درکی نیست که از راه آلات و وسائط به دست آمده‌باشد؛ زیرا هیچ واسطه‌ای نمی‌تواند بین من و خودم قرارگیرد؛ لذا از نظر ابن‌سینا (۱۴۰۴ الف) ادراک ما به ذاتمان همان نفس وجود خاص ماست (ص. ۱۶۱). در خودشناسی بین مدرک و مدرک باید نوعی از هویت برقرار باشد (ابن‌سینا، ۱۴۰۴ الف، ص. ۱۴۷)؛ به عبارت دیگر در این نوع از آگاهی «خود» درعین اینکه فاعل شناسا است، عیناً موضوع شناسایی نیز واقع می‌شود؛ لذا در این نوع از آگاهی عقل و عاقل و معقول یکی هستند و این تنها جایی است که ابن‌سینا اتحاد عقل و عاقل و معقول را می‌پذیرد. وی در *المباحثات* لازمه‌ی این اتحاد را تجرد و بساطت نفس می‌داند (ابن‌سینا، ۱۳۷۱، ص. ۳۰۸). به عقیده‌ی ابن‌سینا موجودی که ذاتاً مجرد نباشد، از خودآگاهی برخوردار نیست.

ابن‌سینا (۱۴۰۴) خودآگاهی مرتبه‌ی دوم یا همان شعور بالشعور را کار عقل دانسته و چون حیوانات فاقد عقل اند، این‌گونه آگاهی را مختص انسان قلمداد کرده‌است (ص. ۱۶۱)؛ البته چون خودآگاهی مرتبه دوم امری اکتسابی است، گاه انسان از آن غافل است (ابن‌سینا، ۱۴۰۴، ص. ۳۰). به عقیده‌ی وی حیوانات دارای نوعی خودآگاهی اند؛ اما خودآگاهی آن‌ها انعکاسی نیست. در *المباحثات* برای تبیین بیشتر این نظریه چنین می‌گوید:

برخلاف حیوانات انسان به خود به‌عنوان موجودی واحد آگاه است و درعین حال به خود به‌عنوان فاعل این آگاهی و موضوع این آگاهی نیز واقف است؛ درحالی‌که حیوانات صرفاً نوعی آگاهی مبهم دارند که در آن تمایز بین فاعل و متعلق آگاهی و سپس آگاهی به فاعل این آگاهی وجود ندارد (ابن‌سینا، ۱۳۷۱، صص. ۱۷۶ و ۲۲۵).

خودآگاهی در حیوانات کار قوه‌ی وهم است (ابن‌سینا، ۱۳۷۱، صص. ۱۷۹ و ۲۲۱) و از آنجاکه وهم امری مادی است، لذا خودآگاهی حیوانات نسبت به انسان در مرتبه‌ی پایین‌تری

قرار دارد. به عبارت دقیق‌تر از نظر ابن‌سینا آنچه ویژگی انسان است، همانا آگاهی به خود در مقام موجودی خودآگاه و متعلق آگاهی است؛ یعنی در آگاهی بسیط انسان به خود یک آگاهی تفصیلی نهفته است؛ زیرا انسان به ذات خود که همان عقل است، آگاه است و چون عقل همواره برای خود حاضر است و به تعبیر ابن‌سینا وجود آن وجود لئفسه است، لذا آگاهی آن به خود نوعی آگاهی انعکاسی است. از دید ابن‌سینا خودآگاهی ویژگی ذاتی نفس است؛ تا جایی که نمی‌توان نفس را بدون خودآگاهی تصور کرد.

در روان‌شناسی یونگ کلّ شخصیت «روان» نامیده می‌شود که در فلسفه نزدیک‌ترین واژگان به آن «روح»، «جان» و «نفس» اند؛ ولی در زبان معاصر روان‌شناسی به معنی «ذهن» به کار می‌رود. با توجه به اینکه «روان» تمام افکار، احساسات و رفتار خودآگاه و ناخودآگاه را در بر می‌گیرد، به عنوان راهنمایی برای تنظیم و انطباق رفتار خود با محیط اجتماعی و فیزیکی محسوب می‌شود (یونگ، ۱۴۰۲، ص. ۲۸).

یونگ (۱۳۹۵) برای شناخت بهتر روان به سه سطح از آن توجه داشت و تیپ‌های شخصیتی را در هشت گروه دسته‌بندی کرد: سه سطح روان انسان که قابل‌شناسایی است، شامل خودآگاه، ناخودآگاه شخصی و ناخودآگاه جمعی می‌شود (ص. ۱۸۷).

ذهن خودآگاه بخشی از ذهن است که از اندیشه‌ها و اعمال خودش آگاه است. در خودآگاه پدیده‌ی فکر کردن آگاهانه اتفاق می‌افتد. بیشتر خودآگاهی ما، چگونگی نگرش و واکنش ما نسبت به جهان پیرامون توسط گرایش‌های برون‌گرا و درون‌گرای ماست که از طریق آن خودآگاهی یک فرد مشخص، یا از آگاهی افراد دیگر متمایز می‌شود، «تفرّد» نام دارد و هدف تفرّد نیز شناختن خود تا بیشترین حد ممکن یا خودآگاه شدن است. از نظر یونگ خودآگاهی همواره عامل سرنوشت‌ساز بشر است (یونگ، ۱۳۹۵، ص. ۱۸۷).

ایده‌ای اصلی که روان‌شناسی یونگ را جان‌می‌بخشد، مفهوم «ناخودآگاهی» است. در حالی که امروزه این ایده رایج به نظر می‌رسد، در حقیقت در قلب روان‌شناسی‌های پویا جایی ندارد و حتی در تجربه‌ی زندگی روزمره برای بیشتر مردم مفهومی ناآشنا است. هر چند که دربرگیرنده تمامی تمایلات و احساساتی است که ما طی دوره زندگی خودمان آن‌ها را واپس زده ایم. عده‌ی معدودی به عمق ناخودآگاه پی برده‌اند. ناخودآگاه نیرویی مستقل است که در درون فعال است؛ از حوزه‌ی درک شخص کاملاً بیرون و دور است و قابل‌پیش‌بینی نیست.

به دلیل وجود ناخودآگاه ما و سواس‌ها، اعتیادها و فرافکنی عقده‌ها را که از درونمان سرچشمه‌می‌گیرند به دنیای بیرون منتقل می‌کنیم (به باور یونگ در ناخودآگاه جمعی نیز مخزن عظیمی شامل «خاطره‌های تاریخی» یعنی حافظه‌ای جمعی هست که جوهر سرگذشت نوع بشر در آن زنده و باقی است). یونگ معتقد است این کهن‌الگوها همچنین بر ماهیت و رشد سایر بخش‌های شخصیت، اثر می‌گذارند (کرین، ۱۳۹۶، ص ۴۳۲).

راه‌های شناخت خود از نگاه یونگ و ابن‌سینا

الف) یونگ

۱. تفرّد در طول زمان

براساس گفته‌های کارل یونگ هدف از پیشرفت روان‌شناسی دستیابی به فردیت است. فردیت فرایندی است که در آن، شخصیت هر انسان متمایز از بقیه شکل می‌گیرد و به خودشکوفایی می‌رسد. یونگ معتقد بود روان انسان متشکل از خودآگاه و ناخودآگاه اوست. وقتی بین این دو بخش تعادل و تعامل صحیحی برقرارشود، فردیت فرد حفظ می‌شود و ویژگی‌های شخصیتش توسعه می‌یابند. فردیت انسان نمود دائمی شناخت و درک بشر از خودش است. در این فرایند انسان‌ها تلاش می‌کنند به جنبه‌های مختلف وجودشان آگاه باشند، آن‌ها را با هم ادغام کنند و ظرفیت‌های ذاتی‌شان را بروزدهند. برای رسیدن به فردیت باید بین تعارضات درونی تعادل ایجادکنیم.

به نظر یونگ (2017) روند فردیت یافتن، یک روند اساسی بیولوژیک است که نه تنها در انسان، بلکه در هر موجود زنده‌ی دیگر وجود دارد. هدف روند فردیت یافتن وحدت و یکپارچگی است. وحدتی که هر یک از موجودات زنده از همان ابتدای شروع تکامل به سوی آن در حرکت بوده‌اند. در طول سفر زندگی شرایطی که والدین و جامعه بر ما تحمیل کرده‌اند، به تدریج برایمان آشکار می‌شود و به تدریج پوسته‌ای را که یونگ آن را «پوشش دروغین» می‌نامد، احساس می‌کنیم و از خود جدامی‌سازیم (p. 126). این رهایی سبب می‌شود که سایه‌ی خود را بشناسیم و تأثیر و نفوذ آن را بر زندگی خود تأییدکنیم و بپذیریم؛ در نتیجه می‌توانیم روند فراافکندن آن بر دیگران را متوقف‌سازیم. در پی آن به تدریج روان ما از تعادل بیشتری برخوردار می‌شود و انسان کامل‌تر و اثرگذارتری خواهیم شد. با درون‌بینی می‌توان به آرامش روانی و یکپارچگی با جهان هستی و الوهیت رسید (یونگ، ۱۳۸۶، ص ۴۸۳).

یونگ (۱۳۸۶) در این باره می‌گوید:

برای آدمی مهم است که بکوشد وضعیت درونی ایجاد کند که سبب سعادت روحانی او شود. تجربه نشان می‌دهد که در بعضی از شرایط روانی انسان به درک جاودانه بودن و درک امکان فراتر رفتن از خود می‌رسد. این گونه افراد کیفیتی الهی دارند و کیفیتی کسب می‌کنند که با چیزهای مصنوعی حاصل نمی‌شود (ص. ۴۸۳). دلیل این احساس بکر در وجود انسان یکپارچگی و اتحاد میان ضمیر خودآگاه و ناخودآگاه است؛ زیرا در این صورت است که می‌توان میان اضداد درونی که متشکل از امور عقلی و غیرعقلی یا ذاتی است، اتحاد ایجاد کرد و به امور متعالی دست یافت. از مهم‌ترین و سخت‌ترین مراحل فردیت‌یافتگی^۱ تعامل بین اضداد و کشش‌های روحی، همچنین تعامل با آنیما و آنیموس^۱ به‌عنوان دو صفت مردانه و زنانه در روان هر انسان است. آنیما و آنیموس دو صفت برجسته در ضمیر ناهشیار روان انسان است که باید برای رسیدن به یکپارچگی و فردیت‌یافتگی به اتحاد بین این دو نیرو دست یافت. به این گونه که مرد باید بتواند آنیما یا صفت‌های زنانه‌ی خود، مانند مهربانی و عطوفت را نشان دهد و یک زن باید بتواند آنیموس یا صفت‌های مردانه‌ی روان خود، مانند جسارت و شجاعت را آشکار سازد. این تضاد درونی باعث بروز خلاقیت، تعالی و پیش‌روندگی روح در انسان می‌شود. یونگ می‌گوید: «حقیقت این است که روی‌کرد به امر قدسی یا خدا درمان واقعی است و هر اندازه بتوان به تجربیات دینی و معنویت دست یافت، از جریان آسیب نیز می‌توان رهایی یافت.» (Dourley, 2006, p.43). به نظر می‌رسد تجربه‌ی معنوی می‌تواند سرچشمه‌ی حیات و معنابخش زندگی باشد و سلامت روان انسان را تضمین کند؛ زیرا که از ذات انسان یا همان ضمیر ناخودآگاه برخواسته است.

محتویات ناخودآگاه برخلاف خودآگاه، به‌طور مستقیم در دسترس قرار نمی‌گیرد. یونگ محتویات ناخودآگاه را در دو دسته‌ی «ناخودآگاه فردی» و «ناخودآگاه جمعی» قرار می‌دهد. او با توجه به اینکه ضمیر ناخودآگاه حاوی همه‌ی وجوه جوهر و سرنوشت انسانی است، چه تاریک چه روشن، چه خیر چه شر، بر این باور است که با شناخت این دو حوزه می‌توان تا حدود زیادی به خودآگاهی دست یافت. یونگ تعادل در این تضادها را به منزله‌ی پایه و اساس ساختار روان می‌دید. وی ناخودآگاه فردی را بخشی از روان می‌دانست که برای هر شخص

1. anima and animus

منحصر به فرد است. این بخش را امیال واپس‌زده و انگیزه‌های آنی و ادراکات نامحسوس و تجربه‌های فراموش شده تشکیل می‌دهد که در روان‌شناسی تحلیلی یونگ، بناست این جنبه از وجود آدمی به سطح آگاهی برسد تا راحت‌تر بتوان به درمان آن‌ها پرداخت. یونگ ناخودآگاه جمعی را نیز بخشی دیگر از روان می‌دانست که موجودیت آن بستگی به تجربه‌های شخصی ندارد؛ بلکه به ارث‌برده شده است (به نقل از کرین، ۱۳۹۶، ص. ۴۳۲-۴۴۰). این ناخودآگاه جمعی دارای دو وجه اصلی است: کهن‌الگوها و غریزه‌ها. کهن‌الگوها به منزله‌ی مخزن و انباری است از تجربه‌هایی که در طول تاریخ بشر دائماً تکرار شده‌اند (کرین، ۱۳۹۶، ص. ۴۳۲). در جای دیگر یونگ (۱۳۷۰) معتقد است که در ناخودآگاه کهن‌الگوی «تمامیت» وجود دارد و خود را به خودی خود در رؤیاها و غیره متجلی می‌کند. همچنین تمایلی مستقل از اراده‌ی آگاهانه وجود دارد که سایر کهن‌الگوها را به این مرکز مربوط می‌سازد؛ در نتیجه غیرمحمول نمی‌نماید که کهن‌الگو کیفیتی نمادین را پدید آورد که همیشه خدا را بیان کرده است. تصویر خدا با خود کهن‌الگو تطبیق نمی‌کند؛ بلکه با محتوای خصوصی از آن تطبیق می‌کند؛ مثلاً با «خود» مثالی. این همان کهن‌الگویی است که دیگر نمی‌توانیم آن را به‌طور تجربی از تصویر ذهنی خدا تمیز دهیم؛ بنابراین می‌توان تصویر ذهنی خدا را به‌عنوان بازتاب «خود» و یا بالعکس «خود» را بازتاب تصویر ذهنی خدا در انسان تعریف کرد (ص. ۸۰۴). فردیت به معنی رشد روحی و تبدیل شدن به فردی مستقل است و این موضوع در خدمت هدف زندگی است.

۲. بررسی رؤیاها

یونگ (۱۹۷۴) رؤیا را شفاف‌ترین نحوه‌ی ابراز وجود ناخودآگاه می‌دانست. او می‌نویسد: رؤیاها تولیدات بدون غرض و خودبه‌خودی روان ناخودآگاه اند و به ما حقیقت طبیعی ناب را نشان می‌دهند. رؤیاها فرایندهایی را که در ناخودآگاه ما در جریان است، نشان می‌دهند، از وقایع بسیار ساده‌ی روزمره‌ی گذرا گرفته، تا انرژی‌های مسدود شده‌ی سایه و یا انرژی‌های کهن‌الگویی منشأگرفته از ناخودآگاه جمعی» (p.27). یونگ (۱۹۷۴) بر این باور بود که نمادهای رؤیا و به‌طور کلی همه‌ی نمادها، تلاشی برای تفرّدبخشیدن به آنیما و آنیموس، سایه و سایر کهن‌الگوها، جهت تبدیل این عناصر به یک کل واحد متعادل و یکپارچه اند

(p.50). رؤیاهای صادق نیز از این دسته رؤیاها هستند که می‌خواهند حقیقتی را به انسان بگویند؛ پس رؤیاها نیز می‌توانند به تعالی روح یا خودشناسی کمک کنند.

یونگ تکنیک‌هایی را برای درک مفهوم رؤیا در نظر گرفته که فرد را تشویق می‌کند که به خیال‌پردازی مشغول شود؛ مثلاً از روش تداعی آزاد استفاده می‌کند؛ به این ترتیب که شخص ابتدا باید خود را آرام سازد و به حرآفی‌های مداوم ضمیر ناخودآگاه خود پایان دهد و تمرکز کند. سپس به تصاویر و کلماتی که برآمده از درونی‌ترین بخش روان خود است، توجه کند. پس از آن فرد می‌تواند آنچه که به ذهنش آمده، بنویسد یا بگوید. وظیفه‌ی آخر نیز تمرکز بر حاصل این بیان غیرارادی و تجزیه و تحلیل آن است. ما می‌توانیم با سؤال کردن از خود که «چرا رؤیا در چنین زمینه‌ای اتفاق افتاد؟» و یا «چرا آن افراد در آن حضور دارند؟» و سؤالاتی نظیر این، تلاشی ناخودآگاه برای نزدیک‌تر شدن هرچه بیشتر به مرکز موضوع و واقعیت و حقیقت اصلی رؤیا داشته باشیم. هال و نوردبی، ۱۳۹۳، ص. ۱۸۴).

باتوجه به گفته‌های یونگ (1974)، چون زبان حقایق درون ما زبان سمبل‌ها و نمادهاست، رؤیا نشان از سخنان درون ما دارد و یا الهامی است که به انسان می‌خواهد برسد و خود را توسط اشکال و نمادهایی به ظهور می‌رساند. وی رؤیا را شفاف‌ترین نحوه‌ی ابراز وجود ناخودآگاه می‌داند.

۳. مراقبه و تزکیه‌ی نفس

یونگ (۱۳۹۷) بر این عقیده بود که در مذاهب مشرق‌زمین مراسم‌های آیینی برای پرداختن به خود، مانند جنبه‌های مراقبه در یوگا، به انسان شرقی بیش از آنچه انسان غربی دارد، کمک می‌کند تا خود را ببیند و درک و تجربه کند و باید دانست که متافیزیک غنی و نمادین شرق بیانگر بخش وسیع‌تر و مهم‌تری از ناخودآگاه است (ص. ۱۷۶). یکی از قدرت‌های بزرگی که از طریق مراقبه در جهت ایجاد تغییراتی در زندگی عمل می‌کند، ارزش‌های روحی است. در سیستم‌های سنتی آموزشی شرقی بر تغییرات و تحولاتی که باید در درون انسان‌ها شکل بگیرد، بسیار تأکید می‌شود. یوگا سوتراس^۱ برای هندوهایی که مایل اند به مراقبه بپردازند، مقدمات روحانی و اخلاقی بسیاری را توصیه می‌کند؛ در نتیجه از آداب مراقبه به‌عنوان یک تربیت روحانی، نه صرفاً ورزش ذهن، باید به تزکیه‌ی نفس و امور اخلاقی

پرداخت تا به نتیجه‌ی مطلوب رسید؛ اما نباید گمان کرد که با پاکسازی روح و انجام امور اخلاقی، خداگونه شده‌ایم و خود را مرکز همه‌ی عالم بپنداریم. این دروغی بزرگ است (هامفری، ۱۳۸۵، صص. ۷۵، ۹۱ و ۲۳۰).

ب) ابن‌سینا

۱. خودشناسی با اثبات روح مجرد

ابن‌سینا (الف ۱۴۰۴) اولین قدم خودشناسی را اثبات روح، به‌عنوان حقیقت انسان دو ساحتی می‌داند. برای اثبات وجود روان در انسان به استدلال بسیار مهمی براساس ادراک خود می‌پردازد که مشابه استدلال مشهور فیلسوف فرانسوی، دکارت، در سده‌ی ۱۷م است که می‌گوید: «من می‌اندیشم؛ پس هستم.» و استدلال ابن‌سینا را به شکلی خلاصه‌تر می‌آورد. ابن‌سینا گفته‌بود «آگاهی ما به خودمان، خود وجود ماست.» (ص. ۱۶۱).

ابن‌سینا (الف ۱۴۰۴) اثبات هستی روان را از راه «خودآگاهی» دو بار و بر دو گونه در شفاء و یک بار در اشارات و تنبیهات می‌آورد. وی می‌گوید:

حالتی را تصور کنید که انسانی ناگهان آفریده می‌شد، با اندام‌های جدا از هم و این اندام‌ها را نمی‌دید و چنین بود که اندام‌ها یکدیگر را لمس نمی‌کردند. او آوازی هم نمی‌شنید و از وجود همه‌ی اعضایش ناآگاه می‌بود؛ ولی وجود (انیت یا من وجودی) خود را چونان چیز یگانه‌ای، با وجود ناآگاهی از همه‌ی آن‌های دیگر، می‌شناخت؛ اما مجهولاً به‌خودی‌خود همان معلوم نیست؛ درحقیقت این اعضا نزد ما جز مانند جامه‌ای نیستند که به‌سبب دوام وابستگی‌شان به ما، نزد ما همچون اجزائی از ما به‌شمار می‌روند؛ چنانکه اگر ما خودمان را تصور کنیم، آن را برهنه نمی‌یابیم؛ بلکه خودمان را دارای جسم‌هایی پوشاننده تصور می‌کنیم و این به‌سبب دوام وابستگی آن‌ها به ماست؛ جز اینکه در مورد جامه‌ها، ما خوکرده‌ایم که آن‌ها را بیرون آوریم و کنارگذاریم؛ درحالی‌که در مورد اعضای تنمان این چنین خونکرده‌ایم؛ این گمان که اندام‌های ما جزئی از ما هستند، در ما قوی‌تر از این است که جامه‌هایمان را جزئی از خودمان بدانیم؛ اما اگر آن (جسم) همه‌ی تن ما نمی‌بود، بلکه یک عضو ویژه می‌بود، آنگاه آن عضو همان چیزی می‌بود که من معتقدم که برای خودش «من» است، یا معنای اعتقاد این است که آن «من» است، بی‌آنکه آن عضو باشد، هر چند ناگزیر باید دارای عضو باشد (من و حقیقت وجودی ما چیزی غیر از این جسم مادی است)؛ پس [آنچه من معتقدم

که «من» است] اگر عضوی در ما مثل قلب یا مغز یا چندین عضو دیگری در من باشد. که هویت آن یا هویت مجموع آن‌ها همان چیزی باشد که من از آن آگاهم که «من» است. آنگاه باید آگاهی من به «من» همان آگاهی من به آن چیزها و اعضاء باشد؛ زیرا چیزی از جهتی یگانه، نمی‌تواند هم آگاه شده‌باشد، هم ناآگاه. پس امر چنین نیست؛ زیرا من می‌دانم که قلب و مغز دارم، آن هم از راه احساس، شنیدن و تجربه؛ اما نه از آن‌رو که می‌دانم که من «منم» (وقتی از من وجودی صحبت می‌کنم، چیزی غیر از این اعضاء و جوارح هست)؛ پس آنگاه آن عضو برای خود آن چیزی نیست که من از آن آگاهم که بالذات «من» است؛ بلکه بالعرض «من» است؛ پس آنچه که من از خود می‌دانم که من «منم» هنگامی که می‌گوییم: «من احساس کردم، تعقل کردم یا عمل کردم» و همه‌ی این اوصاف را گرد آوردم، مقصود چیزی دیگر است؛ یعنی همان که آن را «من» می‌نامم؛ اما اگر کسی بگوید که: «تو باز هم نمی‌دانی که آن «نفس» است.»، می‌گوییم: من همیشه آن را به معنایی که آن را «نفس» می‌نامم، می‌دانم. ابایی از اینکه نام آن را «نفس» بگذارم، ندارم؛ پس اگر فهمیدم که مقصودم از «نفس» چیست، فهمیده‌ام که این همان نفسی است که ابزارهای تحریکی و اداری را در من اداره می‌کند؛ اما مادام که معنای نفس را نفهمیده‌ام، آن‌ها را هم نمی‌دانم؛ ولی حال قلب و مغز چنین نیست؛ زیرا من معنی قلب و مغز را می‌فهمم، بی‌آنکه [معنی نفس را] بدانم؛ پس اگر مقصود من از نفس چیزی باشد که مبدأ این حرکات و ادراک‌هایی است که من دارم و نیز هدف آن‌ها در این مجموعه است، آنگاه می‌دانستم که [آن چیز] یا در حقیقت «من» است، یا آن «من» است که این تن را به کار می‌گیرد؛ پس این گونه است که ما آگاهی از من و جسم را نمی‌توانیم تشخیص دهیم؛ اما اینکه آن (نفس) جسم است یا جسم نیست، به نظر من نباید جسم باشد و به هیچ وجه من نباید تصور کنم که جسم است؛ بلکه وجود آن نزد من فقط بدون جسمیت تصویری شود (ص. ۲۲۵).

ابن‌سینا (۱۴۰۴ب) اثبات وجود روان (نفس) را از رهگذر خودآگاهی انسان توضیح می‌دهد. همچنین در جای دیگری کوتاه و روشن بیان می‌کند:

اگر به درستی تأمل کنی، درمی‌یابی که اشاره‌ی تو به خودت هنگامی که می‌گویی «من»، مفهومی دارد، غیر از آن وقتی که از «او» سخن می‌گویی و تو با گفتن «من» به ذات خودت اشاره می‌کنی و اگر به هر یک از اعضاء و اجزاء تنت اشاره کنی، می‌گویی «او» یا «آن» و این

اشاره جدا و بیرون از آن چیزی است که «من» است؛ زیرا نه «من» است و نه «جزء من»؛ چون «من» عبارت از مجموع هویات نیست؛ از آن رو که حقیقت اجزاء غیر از حقیقت کل است؛ پس اشاره‌ی تو به «من» باید چیزی باشد غیر از تن تو و غیر از هر یک از اجزاء و توابع آن. این دیگری «نفس» نامیده می‌شود و نیز حقیقت هر انسان این جوهری است که ما با «من» به آن اشاره می‌کنیم، یا دیگری به همان با «تو» اشاره می‌کند. (ص. ۲۲۶).

۲. مراقبه و ریاضت در نگاه ابن‌سینا

ابن‌سینا (۱۳۳۱) یکی از راه‌های قطعی رسیدن به این آگاهی را مراقبه می‌داند؛ زیرا معتقد اند که این آگاهی بنیاد شناخت‌های دیگر انسان است که نه از طریق حواس یا عقل، بلکه به صورت شهودی و درونی حاصل می‌شود. مراقبه در این عرصه قطعاً کارساز است. در نگاه ابن‌سینا انسان موجود دو ساحتی است. نفس انسان دو روی و دو اعتبار دارد: یک روی به طرف بدن و عالم طبیعت و طبایع حیوانی است؛ یک روی دیگر به مبادی عالیه و عقل فعال. هر قدر عقل عملی به قوای بدن قاهر باشد ماندگی او به عقل فعال بیشتر است. این غایت بشر است و رسیدن به آن نیز بسته به توفیق الهی است (ص. ۲۷؛ ابن‌سینا، ۱۳۷۵، ص. ۳۸). نفس در اعمال عقل عملی همیشه به بدن نیازمند است و در اعمال عقل نظری گاه نیازمند و گاه بی‌نیاز از آن است (ابن‌سینا، ۱۳۷۵، ص. ۱۸۵). خواجه نصیر در شرح اشارت این نکته را مطرح نموده که کمال عقل عملی تجرد از علایق جسمانی است (ابن‌سینا، ۱۳۷۵، ص. ۷۵۵). با توجه به این نکته که مانند شدن به عقل فعال هدف غایی انسان است، مسئله‌ی تربیت نفس و به تبع آن ریاضت و مراقبه لازم می‌آید.

ابن‌سینا (۱۳۷۵) هدف ریاضت و مراقبه را اول دورکردن غیرحق از پیش پای سالک می‌داند؛ یعنی باید آنچه پیش روی او قرار می‌گیرد، جز حق نباشد و دنیا و مافیها را به کناری بگذارد. دوم رام کردن نفس اماره برای نفس مطمئنه است تا قوای توهّم و تخیل را به سوی امر قدسی متوجه گرداند. موانع داخلی شامل انگیزه‌های حیوانی و شهوانی است. سوم تلطیف سرّ برای اینکه زود آگاه‌گردد (ص. ۸۲۱). مراقبه در راستای پرورش قوا است تا متناسب عالم الهی گردند و هرگاه اشراقی از آن عالم دست‌داد، سالک از لحاظ درونی آماده‌ی پذیرش آن باشد؛ پس کارکرد اصلی مراقبه تربیت قوه‌ی متخیله است.

مقایسه‌ی خودآگاهی ابن‌سینا و یونگ

باتوجه‌به مبانی متافیزیکی ابن‌سینا و ارتباط بحث خودآگاهی با این مبانی، علی‌رغم برخی شباهت‌های ظاهری با روی‌کرد یونگ، این موضوع در نگاه دو اندیشمند هم در خاستگاه، هم در روش و هم در نتیجه اختلافاتی اساسی دارد. مطالعات تطبیقی^۱ دستگاه فلسفی را به پویایی وامی‌دارد و امکان بررسی یافته‌های گذشته را در هم‌آوردی با مکاتب فکری نو فراهم‌می‌سازد و علاوه‌بر اینکه به سنت غنی فلسفی جان‌می‌دهد، آن را با مسائل مبتلابه نیز درگیرمی‌نماید. همین بیان وحدت‌ها، وفاق‌ها، غفلت‌ها و کاستی‌ها از محرک‌های تکامل معرفت بشری است.

۱- خودشناسی و خودآگاهی گرچه به‌لحاظ مفهومی شبیه اند، پسوند «شناسی» (شناخت) در اولی و «آگاهی» در دومی، آن‌ها را تا حدود زیادی از یکدیگر متمایز می‌سازد. در خودآگاهی^۲ انسان به حالات و احساسات لحظه‌ای خود پی‌می‌برد و با پیگیری و کندوکاو به نقاط قوت و ضعف خود آگاه می‌شود. در خودشناسی علاوه‌بر این آگاهی، سطحی برتر و عمیق‌تر از شناخت حالات و احساسات جریان‌می‌یابد. هرچند که در اینجا باید متذکر شد که تفاوت اصلی دیدگاه این دو اندیشمند اختلاف در روش تجربی و فلسفی است. یونگ به شواهد عینی و تجری و مشاهده حالات مراجعین تأکید دارد (یونگ، ۱۳۹۶، ص. ۴۳۰)؛ درحالی‌که تأکید ابن‌سینا بر برهان و روش تعقلی است.

۲- یونگ معتقد است اصلی‌ترین قدم برای خودشناسی تعامل بین اضداد درونی خویش است که تنها با تزکیه‌ی نفس یا همان مراقبه پدیدمی‌آید. یونگ در مراتب عالی نفس خلوت‌گزیدن را دلیلی بر تجلی امر قدسی می‌داند. از نظر ابن‌سینا نیز معتقد است توجه نفس به جسمش آن را از کمال اصلی خود- که پیوند با عالم الوهی و گسستن از دنیا و به‌تعبیری «عقل فعال شدن»، باز می‌دارد؛ اما یونگ تنها به مسئله‌ی فردیت‌یافتگی که همان زندگی با مراقبه بر افکار و اعمال است، اشاره دارد. او سعی نموده راه را برای خودآگاهی باز کند؛ لذا علاوه‌بر توضیح مفهوم تفرّد، از یوگا و مراقبه یاری‌جسته‌است؛ زیرا رسیدن به تفرّد نیز تنها از همین راه ممکن است. به‌هرصورت مهم این است که مراقبه و تزکیه جزء

جدانشدنی مسیر شناخت خود است و بدون آن هیچگاه نمی‌توان به این مهم دست‌یافت؛ اما اینکه یونگ معتقد است صرافت طبع هر کس با دیگری فرق دارد؛ آنقدر که نمی‌توان نوع واحدی را برای انسان‌ها در نظر گرفت. این با آنچه وجدان می‌شود در تنافی است؛ زیرا همان‌گونه که ابن‌سینا معتقد است، انسان‌ها در ماهیت نوعی یکسان اند.

۳- در فلسفه‌ی ابن‌سینا خودآگاهی مقدم بر هر معرفت دیگری است؛ یعنی تا ذات مدرک، به خود معرفت نداشته‌باشد، نمی‌تواند به غیر معرفت پیدا کند. خودآگاهی نوعی آگاهی مطلق است؛ یعنی محدود به زمان یا مکان خاصی نیست و انسان حتی در خواب نیز به خود آگاه است. از دید ابن‌سینا باید بین دو نوع خودآگاهی، یعنی خودآگاهی درجه اول و درجه دوم، تمایز قائل شد. خودآگاهی حیوانات نوعی خودآگاهی درجه اول است؛ درحالی‌که خودآگاهی انسان از نوع خودآگاهی درجه دوم است؛ به این صورت که انسان به خود در دو مقام فاعل و متعلق آگاهی آگاه است و چنین نوعی از خودآگاهی تنها مختص امر مجرد یا همان عقل است و جنبه‌ی حضوری دارد.

۴- خودشناسی روان‌شناسان امروز، بالأخص یونگ، از راه گفتار و کردار و حالات و اعمال است و این تا حدودی متفاوت از خودشناسی فلسفی است. آنچه ابن‌سینا می‌گوید، این است که انسان به حسب ذات آگاهی به خود دارد. در فلسفه باید آنچه در بیرون است را در خود بیابیم تا آن را بشناسیم. فلسفه می‌خواهد انسان جهان را در درون خود بیاورد و جهانی بشود عقلی، شبیه جهان عینی و اینجا است که انسان باید خود را بشناسد تا جهان را بشناسد.

۵- نکته‌ی دیگری که در زمینه‌ی شناخت روان باید به آن توجه داشت، این است که از نظر هر دو متفکر این شناخت از جهتی امکان‌پذیر و از جهتی غیرممکن است؛ چراکه شناخت و پی‌بردن به ذات نفس غیرممکن است؛ اما پی‌بردن به صفات و حالات آن و نیز تعالی روان تا سرحد رسیدن به خداشناسی یا امر قدسی، امکان‌پذیر است؛ بلکه وظیفه‌ی اصلی و البته بسیار دشوار انسان در این دنیا همین است که تا زمان مرگ نیز ادامه خواهد داشت.

۶- هر دو متفکر جسم و روح را بر هم اثرگذار می‌دانند. پس خودشناسی در درمان بیماری‌های جسم و روح مهم است. هرچه مانعی بر سر راه تزکیه و خودشناسی باشد، باعث تضعیف روح و در نتیجه تضعیف جسم می‌شود. جسم نیز اگر مزاجش از تعادل خارج شود، باعث اختلال در روان نیز می‌شود.

۷- یونگ می‌گوید باید از بدی دوری جست؛ اما بدی دقیقاً چیزی است که از همه نامعلوم‌تر است و ژرف‌ترین بازنمایشی‌ها را می‌طلبد. این نشأت گرفته از نگاه اگزیستانسیال او است که تکلیف‌ستیز است و انسان را ارزش‌ساز می‌داند؛ اما برخلاف او ابن‌سینا انسان را موجودی مکلف به تکالیف فقهی، حقوقی و ارزش‌های اخلاقی می‌داند که توسط ادیان الهی تعیین شده‌اند. از لوازم این سخن یونگ هرج و مرج و تشویش است؛ در حالی که ابن‌سینا تکالیف الهی را مطابق طبع و فطرت انسان می‌داند و می‌گوید برخی از رنج‌های ما در اثر ارتکاب گناهان است که باید از آن دوری جست.

ماهیت رنج و الم

رنج و الم از ابتدا با انسان بوده‌است و واقعیتی عجیب با زندگی است. هیچ انسانی از نقطه‌ی آغاز تاریخ تاکنون نبوده که با رنج مواجه نشده‌باشد. متون مقدس نیز به این نکته بارها اشاره کرده‌اند: «لقد خلقنا الإنسان فی کبد؛ همانا که ما انسان را در رنج و سختی آفریدیم» (بلد، ۴)، «یا ایها الإنسان انک کادح الی ربک کدحاً فملاقیه؛ ای انسان! همانا که تو با رنج و سختی فراوان به سوی پروردگارت خواهی رفت؛ پس او را ملاقات خواهی کرد.» (انشقاق، ۶). همچنین به‌نحو دیگری بیانگر همین معنا است، عبارت ایوب نبی (ع) در کتاب مقدس عهد عتیق: «نصیب انسان فقط اندوه و درد است.» (کتاب مقدس عهد عتیق ایوب، ۱۳) از فلسفه‌ی کهن رواقی گرفته تا فلسفه‌ی اگزیستانسیال معاصر، به رنج توجه ویژه‌ای شده‌است. شاید بتوان ابتدای اندیشه‌ی بشری را در مواجهه او با یک رنج دانست؛ چراکه انسان در عافیت و خوشی فرصتی برای تأمل و تفکر پیدانمی‌کند و تنها در بستر رنج و سختی است که در خود فرومی‌رود و راجع به چرایی وقایع اطرافش می‌اندیشد.

در دیدگاه اسلامی رنج‌گروی صرفاً مردود است؛ ولی باید پذیرفت که آدمی تنها در مواجهه با سختی‌ها و رنج‌ها است که می‌تواند به رشد و تعالی دست‌یابد و دانستن هدف و معنایی برای رنج تنها راه توجیه و تحمل آن است.

محرومیت و رنج در اندیشه‌ی تربیتی فیلسوفان مسلمان، زیربنای مفاهیمی همچون تزکیه، صبر، حلم، جهاد و مبارزه است که مقدمه‌ساز سعادت آدمی اند که با رنج‌های بی‌حاصلی که به‌سبب نوعی بیماری روانی حاصل می‌شود، در تضاد است؛ مثلاً ابن‌سینا (۱۳۱۹) صلاح نفس را تنها به‌وسیله‌ی ایستادگی در برابر خواسته‌های قوای بدن و محروم ماندن از آن‌ها ممکن می‌داند (ص. ۲۷).

۱. ابن‌سینا و مسئله‌ی رنج

ابن‌سینا (۱۴۰۰) در آثار متعدد خود به تبیین مفهوم «رنج» می‌پردازد. او در جایی رنج را نوعی ادراک می‌داند که مختص موجودات زنده است. «زنده بودن» نیز به این معناست که در بدن انسان جسم قابلیت و پذیرش اثر نفس را داشته‌باشد؛ در غیراین صورت او مرده است. دردکشیدن بدن به‌واسطه‌ی نفس است و هنگامی که اثری از نفس در بدن نیست، امکان درد نیز برای بدن قابل‌تصور نیست؛ پس ادراک درد حقیقتاً برای نفس است (ص. ۳۴۳). ابن‌سینا (۱۳۷۱) دلیل رنج را حرکت غیرطبیعی می‌داند؛ به این معنی که درک امر نامناسب با طبیعت و انفعال و اثرپذیری از آن به «رنج» تعبیر می‌شود (ص. ۲۰۸)؛ پس در تحقق رنج هم ادراک صورت‌می‌گیرد و هم کیفیت و انفعال نفسانی پدیدمی‌آید. ادراک ملائم با نفس لذت و ادراک منافی همان رنج است.

ابن‌سینا (۱۳۷۵) در تحلیل ماهیت «رنج» را به ادراک و دستیابی به چیزی که نزد مدرک آفت و شرّ تلقی می‌شود، تعبیر می‌کند و آن را به عدم وجود مانع و شاغلی بر سر راه ادراک مشروط می‌سازد (صص. ۱۳۸-۱۳۹)؛ یعنی آنچه که در ادراک رنج اختلال ایجاد می‌کند، مثل بی‌حس کردن موضعی سیستم عصبی، بیهوش بودن، توجه مفرط به چیزی که نفس را از توجه به رنج و درد باز دارد و نفس انفعال و اثرپذیری خود را از دست‌بدهد، یا نظیر کودکی که غرق در بازی است و متوجه زخم شدن بدنش و درد آن نمی‌شود.

انسان با توجه‌کردن به خود خواهدیافت که همواره در یکی از دو حال «رنج» یا «لذت» است (ابن‌سینا، ۱۳۸۲، ص. ۱۴۴) دیگر فلاسفه نیز قیودی برای رنج و لذت بیان کرده‌اند:

اینکه هر قوه‌ای از قوای انسان لذت‌ها و رنج‌های ویژه خود را دارد، هر چند که دستگاه مستقل ادراکی ندارند (سهروردی، ۱۳۷۵، ج ۴، ص. ۲۳۶) و یا علاوه بر تصور رنج، قابلیت کمال یا ناقص بودن مدرک از لوازم درک رنج است و در جمادات و مجردات تام، رنج بی‌معناست (فخر رازی، ۱۴۰۷ق، ج ۲، ص. ۱۱۲).

بنابراین برای تحقق رنج عناصر و مؤلفه‌هایی لازم است، مثل ادراک؛ زیرا پدیدآمدن کیفیتی برای نفس بدون ادراک آن موجب لذت و الم نمی‌شود و بنابراین هنگامی که در جمادات درکی وجود نداشته‌باشد، رنجی هم نخواهد بود. همچنین ادراک چیزی بدون وصول به آن، به فرد بهره‌ی کامل نمی‌دهد؛ مانند تصور شیرینی و تلخی که به تنهایی موجب لذت و الم نمی‌شود. ابن سینا در تعریف قید «در نظر ادراک‌کننده» را آورده‌است؛ زیرا به باور او ممکن است چیزی در حقیقت برای کسی نقص و شر باشد، ولی او علم و توجه به جنبه‌ی نقص و شر آن نداشته‌باشد. اگر کسی که به مضر بودن امری باور نداشته‌باشد، از آن رنج نخواهد برد. اگر انسان به نقص و شر بودن امری معتقد باشد، گرچه در حقیقت نقص و ضرری در آن چیز برای او نباشد، از آن رنج خواهد برد. «از همان جهت که شر است» از قیود دیگری است که در تعریف ابن سینا به آن اشاره شده‌است؛ زیرا ممکن است چیزی درجهتی خیر و کمال باشد و از جهت دیگر شر و نقص باشد؛ مانند مشک که اگر به وسیله قوه‌ی بویایی درک شود، بوی معطر آن خوشایند و لذت‌بخش خواهد بود، ولی درک همان مشک به واسطه‌ی قوه‌ی چشایی، به دلیل تلخ‌مزه بودن منافر با طبع و رنج‌آور خواهد بود (صلیبا، ۱۳۶۶، صص. ۱۵۷-۱۵۶) پس این شروط در جهت درک مدرک به‌عنوان امری لذیذ یا رنج‌آور مهم است.

درواقع می‌توان گفت که رنج زوال و فقدان اطمینان و آرامشی است که پیش از این برای نفس وجود داشته؛ پس می‌توانیم رنج را نوعی عدم ملکه بدانیم. در ربط خودشناسی و پذیرش رنج باید گفت: فردی که خودآگاه است، رنج را به‌عنوان بخشی از وجود خود می‌شناسد و آن را نفی نمی‌کند و به‌جای فرار از آن، با رنج خود روبرو شده و به‌دنبال راه‌های مقابله با آن است. علاوه‌براین او پذیرش رنج را فرصتی برای رشد و شناخت نقاط ضعف خود می‌داند و به‌جای مقاومت در برابر آن و اتلاف انرژی، با پذیرش رنج پرده‌های ظاهری را کنار می‌بزند و به عمق وجود خود پی‌می‌برد.

ابن‌سینا (۱۴۰۵) در رساله‌ی *الطیر* به صورت نمادین از هبوط نفس و عقل از عالم علوی و اسیر شدنش در عالم ماده سخن می‌گوید و تلاش برای رهایی و اتصال به عقل فعال را راهی برای رهایی از این رنج معرفی می‌کند. داستان مذکور در رساله این است که پرنده‌ای برای اندکی دانه با دوستانش از صیادی فریب می‌خورند و در دام او گرفتار می‌شوند. ابتدا علی‌رغم تلاش‌های بسیار، از رهایی نومید می‌شوند و به این رنج خومی گیرند؛ اما پس از مشاهده‌ی دوستان خود در حالت پرواز و پرسیدن راه رهایی از این رنج، نجات را در سفر و رسیدن به حضرت ملک و ملاقات با او می‌یابند. به کمک ملک و رسولش بقایای بندها را از پای خود باز می‌کنند (صص. ۱۰-۱).

در این داستان نمادین پرنده روح انسان است. غم و رنج غربت بودن در عالم ماده، دوری از موطن اصلی و عدم همراهی با عالم عقول است. اسیر در این داستان نفس انسان است که به سبب غفلت به اسارت خوکرده است و با آگاهی از حقیقت خویشتن، از خواب غفلت بیدار می‌شود و برای رسیدن به مقصود، پیمودن راه‌های دراز و منزل‌های سهمناک برای او هموار می‌شود.

در این داستان اولین شرط نجات آگاهی از توانمندی‌های روحی (خودشناسی) است تا نفس با نیروی عقل بر تاریکی جهل و نادانی غلبه کند. برای رهایی از رنج باید با کمک حکما و عرفا (پرنده‌گان آزاد) سفر کرد. با وجود بدن و نیازهای بدنی برای کسب کمالات انسانی و به‌فعلیت درآوردن توانمندی‌های قوه‌ی عاقله انسان به راهنمایی استاد نیازمند است. شیخ عباس لوکری (۱۳۸۲) در این باره می‌گوید طیّ طریق افلاک به معنای کسب علوم مختلف است. این علوم که در قالب صورت‌هایی برای نفس حاصل می‌شوند، کمال نفس اند و برای نفس لذت و خوشی حاصل می‌کنند؛ در مقابل جهل که منافر نفس و باعث رنج است (صص. ۸۳-۸۲).

در مرغان پس از تلاش برای کسب معرفت، به‌ویژه معرفت به نفس و مسائل وجودی و دانستن اینکه بال و پری دارند و می‌توانند در آسمان اوج بگیرند، شوقی برای رهایی از رنج پیدا شد. معرفت و خودشناسی رکن رکن معنابخشی زندگی است که ابزارهای موردنیاز آن ادراک، شوق، اراده، قابلیت و فاعلیت است.

۲. یونگ و مسئله رنج

یونگ برای رهایی بشر از رنج بیشترین تأکید را بر کسب دانش درباره‌ی خود دارد و معتقد

است باید تلاش کرد و به طبیعت متعادل و معنویت درون دست یافت، تا جایی که امر قدسی را بتوان درک کرد. از نظر او خودآگاهی از طریق تحلیل رؤیاهای، تمرین مراقبه و ازسرگذراندن تجربه‌های واقعی دینی تحقق می‌یابد.

یونگ (1968) می‌گوید:

حتی اگر همه‌جا اعلام کنیم که بدی بد است و نباید درمورد محکومیت آن تردید داشته باشیم، با این وجود در زندگی فردی بدی دقیقاً چیزی است که از همه نامعلوم‌تر است و ژرف‌ترین بازاندیشی‌ها را می‌طلبد (p. 213).

متضادهای لفظی مثل رنج و لذت، و خیر و شر در اندیشه‌ی فلسفی و کلامی و روان‌شناسی ما کاشف اسراری از درون آدمی است که در شرایط عادی پنهان مانده‌اند. انسان با قرارگرفتن در این موقعیت‌ها است که بخشی از وجود خود را کشف و آشکار می‌سازد. این همان چیزی است که وی نام «کهن‌الگوهای ناخودآگاه» بر آن می‌گذارد و از آن برای تحلیل وجوه منفی روحيات و حیات انسان بهره‌می‌برد (یونگ، ۱۳۸۶، صص. ۸۶-۱۰۸).

۳. تلقی یونگ و ابن‌سینا از مفهوم رنج و ارتباط آن با خودآگاهی

یونگ (۱۳۸۲) در کتاب *انسان امروزی در جست‌وجوی روح خود*، با قبول این پیش‌فرض که انسان موجودی دو ساحتی است - می‌گوید:

تا وقتی همه‌چیز طبق روال عادی باشد و انرژی روانی عمل خود را در راه‌های مناسب و منظم انجام دهد، چیزی از درون ما را نمی‌آزارد و هیچ عدم اطمینان و تردیدی ما را به‌سطوح نمی‌آورد... اما زمانی که دوپاره شدیم و یکی از کانال‌های فعالیت روانی ما مسدود شد، دچار رنج می‌شویم. انسان باطن چیزی می‌خواهد که انسان ظاهر نمی‌خواهد و به‌همین دلیل با خود می‌جنگیم (ص. ۱۸۴).

او معتقد است افزایش سریع و جهانی علاقه به مسائل روان‌شناختی، دال بر این است که آدمی از زندگی انتظار چیزی را دارد که از دنیای برون کسب‌نکرده‌است؛ چیزی که بی‌شک ادیان ما باید آن را ارائه‌دهند. مسلماً عقل روزمره، قضاوت منطقی آدمی و علم به‌عنوان عصاره‌ای از عقل سلیم، در بخش بزرگی از راه به ما کمک می‌کنند؛ اما این‌ها از آن مرز زندگی آدمی که مسائل واقعی اما پیش‌پا افتاده، یعنی مسائل صرفاً متوسط و به‌هنگار را دربرمی‌گیرد، پا را فراتر نمی‌نهد و نمی‌توانند به مسئله‌ی رنج روحی بشر و معنای درونی آن پاسخ‌دهند.

روان‌رنجوری را باید به صورت رنج انسانی در نظر گرفت که پی‌نبرده‌است زندگی برایش چه معنایی دارد. درمانگر با ضرورت منتقل کردن خیال شفابخش به بیمار خویش مواجه است؛ یعنی معنایی که تحرک می‌بخشد؛ زیرا این است آن چیزی که بیمار، برتر و بالاتر از همه‌ی چیزهایی که علم و عقل به او می‌دهند، آرزویش را دارد؛ زیرا ادراک ندارد و نتوانسته معنای هستی خویش را بخواند (یونگ، ۱۳۸۲، ص. ۲۰۳-۲۰۵).

روان‌رنجوری شکافی درونی است؛ حالتی است از جنگیدن با خود. آنچه مردم را به جدال با خودشان سوق می‌دهد، این مکاشفه و معرفت است که مرکب از دو بخش مخالف یکدیگر است (مانند نبرد بین قوای عقل و قوای نفس). این کشمکش ممکن است میان انسان جسمانی و روحانی، یا من و سایه درگیرد (یونگ، ۱۳۸۲، ص. ۲۱۵). انسان همیشه محتاج کمک روحانی بوده و مذهب هر فردی آن را به وی ارزانی داشته‌است. آنچه آلام انسان را تسکین می‌دهد، اندیشه‌ی خود وی نیست؛ بلکه الهامات خردی برتر از خرد اوست. انسان هرگز در آلام خویش نه با آنچه برای خویش می‌اندیشد، بلکه با الهامات خردی برتر از خرد خویش یاری می‌شود (یونگ، ۱۳۸۲، ص. ۲۱۸).

یونگ (۱۳۸۲) این خرد را «ناخودآگاه جمعی» می‌نامد و محتویاتش را «صور مثالی». خودآگاهی از اول وجود ندارد و هر کودکی باید در نخستین سال‌های زندگی از نو ساخته شود. خودآگاهی در این دوره‌ی تکوینی بسیار ضعیف است. به بیان علمی مکانیزم‌های دفاع غریزی به صورتی تکامل یافته‌اند که وقتی خطر بسیار عظیم است، به طور خودکار مداخله‌کنند. فعال شدن آن‌ها، در خیال پردازی و از طریق تصاویر ذهنی مفیدی که نقشی پاک‌نشدنی در روان انسان بسته‌اند، متجلی می‌شوند. هرگاه حاجت شدید باشد، این مکانیزم‌ها به کار می‌افتند (ص. ۲۱۹).

یونگ معتقد است هنگامی که زندگی ناآرام است، تصور وجود نیرویی عظیم، خردمند و طبیعی در درونمان آرامش‌بخش است. اگر به جای تسلیم در برابر اتفاقات بیرونی با نیروهای شفابخش درونی متحد شویم، احساس می‌کنیم در حقیقتی عمیق ریشه داریم. در آن لحظات ارتباط با حقیقت وجودی‌مان، یعنی آنچه یونگ «خود» می‌نامد، پیوند و حمایت لازم برای تسکین ترس از ترک شدن و تنهایی را احساس می‌کند. این همان معنای خودآگاهی است (پالمر، ۱۳۸۵، ص. ۱۸۳).

با مروری کلی بر جایگاه رنج می‌توان گفت سه روی‌کرد مختلف نسبت به نقش تربیتی خودآگاهی در مواجهه با رنج وجود دارد:

- ۱) رنج‌چالشی دائمی در مسیر تربیت آدمی است و راهی برای مبارزه و حذف کامل آن وجود ندارد و تنها باید به شیوه‌ای زندگی کرد که کم‌ترین مواجهه با رنج پیش‌آید.
- ۲) رنج مانعی در مسیر تربیت انسان است؛ مانعی که باید با آن مبارزه کرد و آن را از میان برداشت.

۳) رنج وجهی مثبتی دارد و بستری لازم برای رشد و تعالی انسان است.

چه ابن‌سینا و چه یونگ تحلیلشان از مسئله‌ی رنج به روی‌کرد سوم نزدیک‌تر است. رنج امری انکارناپذیر در زندگی انسان است. تا زمانی که انسان انسان است و مجبور است در این دنیا زندگی کند، ناچار است با رنج مواجه شود. آدمی می‌تواند در راستای تلاش خویش بخشی از رنج‌هایش را کم‌کند یا از بین ببرد؛ ولی هیچ‌گاه نمی‌تواند یک زندگی بدون رنج داشته‌باشد؛ چراکه رشد و تعالی معنوی انسان، تنها در بستر رنج و سختی محقق می‌شود. برای اینکه استعدادها و وجودی آدمی بتواند بالفعل شود، لازم است آهن وجودش در کوره‌ی رنج تفتیده شود؛ البته انسان باید از بخشی رنج‌ها، مانند رنج‌هایی که در نتیجه‌ی ارتکاب گناهان شکل می‌گیرد، گریزان باشد و با رعایت تقوی از مواجهه با آن‌ها اجتناب کند (ابن‌سینا، ۱۳۷۵، ص. ۱۱۴).

یونگ راهکار رهایی از رنج را (فرایند فردیت روانی) کاملاً ناخودآگاه و دور از دخل و تصرف بیرونی می‌داند و به‌نوعی به هدایت تکوینی اشاره دارد؛ اما ابن‌سینا برای رهایی از رنج خودشناسی را که نوعی فرایند فردیت است، با عمل به شریعت و هدایت تشریحی کامل می‌داند و آن را کاملاً آگاهانه و اختیاری در نظر می‌گیرد.

نتیجه‌گیری

ابن‌سینا و یونگ هر دو انسان را موجودی دو بعدی و روان را به‌مثابه یک کل می‌دانند. یونگ معتقد است: روان متشکل از دو حوزه‌ی خودآگاه و ناخودآگاه است. حوزه‌ی خودآگاه شامل ناخودآگاه شخصی و ناخودآگاه جمعی می‌شود و تمام افکار و احساسات و رفتار ما را دربردارد؛ لذا او با توجه به این دسته‌بندی روان را به تیپ‌های هشت‌گانه‌ی شخصیتی تقسیم‌بندی نموده و به ویژگی‌های مثبت و منفی هر یک پرداخته است. در طرف دیگر ابن‌سینا

روان را یک کل می‌داند و اگر از «نفس»، «روح» و «قلب» نام می‌برد، تنها از وجه کارکرد قائل به کثرت است، نه از جهت تفاوت در اصل.

همان‌گونه که دیدیم، هر دو متفکر شناخت روان انسان را مهم‌ترین مسئله و هدف آدمی در زندگی می‌دانند و نهایت این شناخت را رسیدن به خدا یا امر قدسی می‌پندارند؛ باین حال به‌نظر می‌رسد نه عوامل بیرونی نظیر وراثت یا تربیت، بلکه خود انسان می‌تواند مهم‌ترین مانع برای رسیدن به این شناخت باشد. گرچه هر یک از این دو متفکر به معرفی راه‌های گوناگونی برای خودشناسی و خودآگاهی می‌پردازند، شکی نیست که می‌توان برای همه‌ی این راه‌های گفته‌شده سهمی در شناخت خود در نظر گرفت؛ اما به‌نظر می‌رسد راهکارهای عینی که در دسترس یا درخور فهم انسان باشند، سهم بیشتری در اختیار دارند و از این رو راهکارهایی از قبیل تفسیر رؤیا یا تحلیل کهن‌الگوها در دو دیدگاه را نمی‌توان از راهکارهای متعارف برای شناخت خود به‌شمار آورد، هرچند می‌توان تأثیر به‌سزایی برای آنها قائل شد.

این دو اندیشمند با توجه به نقش تربیتی مثبت رنج توانسته‌اند جایگاه رنج را در رشد و تعالی انسان مشخص و روشن کنند. برای رسیدن به گنج تربیت لازم است. آدمی در کوره‌ی رنج ساخته و پرداخته می‌شود. اوج روی‌کرد تکاملی را می‌توان در نگاه اسلامی به رنج مشاهده کرد. در این دیدگاه برخورد جامعی نسبت به رنج وجود دارد و با وجود اینکه به کنش‌های انفعالی و تدافعی نسبت به رنج نیز توجه می‌شود، محوریت با روی‌کرد تکاملی و نقش تربیتی مثبت رنج است. در این دنیا انسان ضرورتاً با رنج و درد مواجه می‌شود و لازم است با صبرکردن در برابر شدائد و سختی‌ها، سعه‌ی وجودی پیدا کند.

به‌نظر می‌رسد که می‌توان تنها با آگاهی هرچه بیشتر بر صفات درونی، به آن بخش از شناخت خود که قابل حصول است، دست یافت؛ چراکه با آگاه بودن، خیلی از افراط و تفریط‌ها در تفکر و نحوه‌ی عملکرد ما انسان‌ها از بین خواهد رفت و تعادل به‌میان خواهد آمد. حال برای رسیدن به این شناخت این‌طور استنباط می‌شود که بهتر است از هر راه قابل‌انجام که بر کیفیت زندگی روانی و همچنین جسمی انسان اثرگذار باشد، استفاده نمود. از جمله‌ی این راهکارهای قابل‌انجام برای هر فرد آگاهی، اراده، مراقبه و زیر نظر داشتن نحوه‌ی تفکر و عملکرد است. همچنین از راه‌های دیگر مثل پاک‌سازی مزاج و ایجاد تعادل در آن، به جهت تأثیر مستقیم بر نحوه‌ی تفکر، حالات و روحيات و نیز تاب‌آوری در مسائل زندگی می‌توان

بهره‌برد که اثر به‌سزایی بر وحدت و یکپارچگی انسان می‌گذارد. همین ایجاد تعادل در جسم و روان نتیجه‌اش تعالی روح و وحدت درون است که تنها با ممارست و در طی زمان حاصل می‌گردد.

منابع

قرآن مجید

عهد عتیق (تورات)

ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۳۷۵). *الإشارات و التنبيهات* (خواجه طوسی، به‌شرح) (قطب‌الدین رازی، به‌شرح شرح) (۳ ج). قم: نشر البلاغة.

ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۳۸۲). *الأضحویة فی المعاد* (حسن عاصی، به‌تحقیق). تهران: انتشارات شمس تبریزی

ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۳۱۹). *ابن سینا و تدبیر المنزل* (محمد نجمی زنجانی، مترجم). تهران: مجتمع ناشر کتب.

ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۴۰۴ الف). *التعلیقات* (عبدالرحمن بدوی، به‌تصحیح و تحقیق) بیروت: مکتبة الاعلام الاسلامی.

ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۴۰۰ ق). *رسائل ابن سینا*. قم: بیدار.

ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۳۳۱). *رسالة النفس*. (موسی عمید، به‌مقدمه و حواشی). تهران: انجمن آثار ملی.

ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۴۰۴ ب). *الشفاء (الطبیعیات)*، (جلد ۲). قم: مکتبة آية الله المرعشی.

ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۴۰۵). *عشر قصائد و اشعاره* (ضمیمه‌ی منطق المشرقیین). قم: انتشارات آیت‌الله مرعشی نجفی.

ابن سینا، حسین بن عبدالله (۱۳۷۱). *المباحثات* (محسن بیدارفر، به‌تصحیح و تحقیق). قم: انتشارات بیدارفر.

اس. هال، کالوین؛ و ورنون جی، نوردبی (۱۳۹۳). *مقدمات روان‌شناسی یونگ* (شهریار شهیدی، مترجم). قم: آینده درخشان.

براندن، ناتانیل (۱۳۷۳). *انسان بدون خویشتن یا روان‌شناسی از خودبیگانگی* (جمال هاشمی، مترجم). تهران: انتشارات حیدری.

پالمر، مایکا (۱۳۸۵). *فروید، یونگ و دین* (محمد دهگانپور و غلامرضا محمودی، مترجمان) (چاپ اول). تهران: انتشارات رشد.

مقایسه‌ی آراء ابن‌سینا و یونگ در مسئله‌ی ... / سمیه امیری و عباس احمدی سعدی ۲۹

- راسل، برتراند (۱۳۷۳). *تاریخ فلسفه غرب*. تهران: پرواز.
- سهروردی، یحیی‌بن حبش (۱۳۷۵). *مجموعه مصنفات شیخ اشراق (جلد ۴)*. تهران: مؤسسه مطالعات و تحقیقات فرهنگی.
- صلیبا، جمیل (۱۳۶۶). *فرهنگ فلسفی (منوچهر صانعی دره بیدی، مترجم)*. تهران: حکمت.
- کرین، ویلیام (۱۳۹۶). *نظریه‌های رشد مفاهیم و کاربردها (غلامرضا خوی‌نژاد و علیرضا رجایی، مترجمان)*. تهران: انتشارات رشد.
- فخر رازی، محمدبن عمر (۱۴۰۷ق). *المطالب العالیه (جلد ۲)*. بیروت: دار الکتب العربی.
- لوکری، فضل‌بن محمد (۱۳۸۲). *شرح قصیده اسرار الحکمه (الهه روحیدل، به‌کوشش)*. تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- مطهری، مرتضی (۱۳۶۹). *فلسفه تاریخ*. تهران: صدرا.
- ملاصدرا، محمدبن‌ابراهیم (۱۳۹۱). *رسالة الحشر*. تهران: نشر تفرید.
- هامفری، ناومی (۱۳۸۵). *مدیتیشن (طریقت باطنی) (رضا جمالیان، مترجم)*. تهران: درسا.
- هولیس، جیمز (۱۳۹۲). *مرداب روح رنج‌ها حرفی برای گفتن دارند (فریبا مقدم، مترجم)*. تهران: بنیاد فرهنگ زندگی.
- یونگ، کارل گوستاو (۱۳۸۲). *انسان امروزی در جست‌وجوی روح خود (فریدون فرامرزی، مترجم)*. مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.
- یونگ، کارل گوستاو (۱۳۹۵). *خاطرات، رؤیاها، اندیشه‌ها (پروین فرامرزی، مترجم)*. مشهد: آستان قدس رضوی.
- یونگ، کارل گوستاو (۱۳۷۰). *خاطرات رؤیاها اندیشه‌ها (پروین فرامرزی، مترجم) (چاپ اول)*. مشهد: معاونت فرهنگی آستان قدس رضوی. (باتوجه‌به متفاوت بودن نوبت چاپ و نوع ترجمه دو چاپ ذکر شده‌است).
- یونگ، کارل گوستاو (۱۴۰۲). *کتاب سرخ (محمدرضا اخلاقی‌منش، مترجم)*. تهران: جامی.
- یونگ، کارل گوستاو (۱۳۸۶). *روان‌شناسی ضمیر ناخودآگاه (محمدعلی امیری، مترجم)*. تهران: شرکت انتشارات علمی.
- یونگ، کارل گوستاو (۱۳۹۷). *مراقبه و آرامش درون (محمدباقر اسماعیل‌پور و فرناز گنجی، مترجمان)*. تهران: جامی.
- یونگ، کارل گوستاو (۱۳۷۸). *روان‌شناسی ضمیر ناخودآگاه (محمدعلی امیری، مترجم)*. تهران: شرکت انتشارات علمی فرهنگی.

- Cahvin, S, Hall. (1973). *A primer of Jungian Psychology*. New York: Taplinger Pub. Co. in English. Innercity books.
- Dourley, John. (2006). Jung and the Recall of the Gods. *Jungian Theory and Practice*, Vol. 31(18) , 43-61.
- Gilleard, C. (2018). Suffering: The darker side of ageing. *Journal of Aging Studies*, (44), 28-33.
- Jung, C. G. (1974). *The Analysis of Dreams*. New Jersey: Princeton University Press.
- Jung, C. G. (2017). *Modern Man in Search of a Soul*. London: Published by Martino Fine Book.
- Jung, Carl G (1968) *Man and his symbols*. New York: Random House Publishing Group.
- Lukas, E. (1989). *Psychologische Vorsorge* (Psychological Ministry). Freiburg: Herder.
- Marshall, M. (2011). *Prism of Meaning: Guide to the Fundamental Principles of Viktor E. Frankl's Logotherapy*. Ottawa: Ottawa Institute of Logotherapy.
- Tate, T., & Pearlman, R. (2019). What we mean when we talk about suffering—and why Eric Cassell should not have the last word, *Perspectives in biology and medicine*, 62(1), 95-110.