

ضمیمهٔ کتاب

علم النفس از دیدگاه دانشمندان اسلامی

مقایسهٔ قوای نفس

در رویکردهای برجستهٔ علمی در روان‌شناسی مدرن



ضمیمه تکمیلی فصل ۲: مقایسه قوای نفس در رویکردهای برجسته علمی در روان‌شناسی مدرن

در تاریخ اندیشه بشری، پرسش از «چیستی ساختار روان» همواره با یک الگوی تکرارشونده مواجه بوده است: وجود نیروهای متضاد در درون انسان و نیاز به یک مرکز مدیریت‌کننده. متن کلاسیک ابن‌مُسکویه (قرن ۴ و ۵ هجری) در کتاب «تَهْذِیبُ الْاَخْلَاقِ وَ تَطْهیرُ الْاَعْرَاقِ»، با استفاده از تمثیل «سوار، سگ و حیوان ستور»، مدلی سه جزئی از روان ارائه می‌دهد که با یافته‌های مدرن روان‌شناسی و علوم اعصاب هم‌پوشانی دارد. او نفس انسان را دارای سه قوه می‌داند: (۱) قوه ناطقه (عقل): معادل سوار (Rider). (۲) قوه غضبیه (خشم / دفاع): معادل سگ شکاری (Hunting Dog). (۳) قوه شهویه (میل / لذت): معادل حیوان ستور / چهارپا (Beast). در ادامه، این استعاره کهن با ۹ رویکرد برجسته علمی در روان‌شناسی مدرن، واکاوی و تطبیق داده می‌شود:

۱. رویکرد روان‌کاوی کلاسیک (زیگموند فروید): فروید در کتاب «من و نهاد» دقیقاً از استعاره «سوار و اسب» استفاده می‌کند. در مدل او، «نهاد» (Id) مخزن غرایز کورکورانه (معادل سگ و حیوان در متن ابن‌مُسکویه) است که براساس اصل لذت عمل می‌کند. «من» (Ego) همان سوارکار است که وظیفه دارد با در نظر گرفتن واقعیت (Reality Principle)، این نیروهای سرکش را مهار و هدایت کند تا «سوار» به زمین نخورد.

۲. رویکرد روان‌شناسی تحلیلی (کارل گوستاو یونگ): یونگ بر جنبه‌های تاریک و پنهان روان تأکید دارد. «سایه» (Shadow) شامل غرایز بدوی و صفاتی است که «ایگو» (سوار) آن‌ها را نمی‌پذیرد و سعی در پنهان کردنشان دارد (مشابه جنبه‌های حیوانی نفس). یونگ معتقد بود که سوار نباید حیوان (سایه) را بکشد، بلکه باید آن را بشناسد و با آن ادغام شود تا به تمامیت (Individuation) برسد.

۳. رویکرد عصب‌شناسی تکاملی (پل مک‌لین): مک‌لین نشان داد مغز انسان طی تکامل، سه لایه پیدا کرده است: الف) مغز خزنده‌ای (The Reptilian Complex / R-complex) شامل عقده‌های قاعده‌ای (Basal Ganglia) و ساقه مغز: این لایه مسئول بقای فیزیکی محض، رفتارهای غریزی، قلمروطلبی، تکرار و سواس‌گونه، تغذیه و تولیدمثل ابتدایی است. این بخش فاقد هیجان پیچیده است و صرفاً براساس ایмпالس‌های «محرک-پاسخ» عمل می‌کند. این لایه دقیقاً معادل قوه شهویه در ادبیات ابن‌مُسکویه است. همان‌طور که ابن‌مُسکویه «حیوان ستور» را مسئول جلب منافع مادی و لذات حسی (خوردن و خوابیدن) بدون تفکر می‌داند، مغز خزنده‌ای نیز کورکورانه به دنبال ارضای نیازهای زیستی است. هر دو مدل بر «اجبار» و «غریزه» تأکید دارند. ب) مغز پستانداران قدیم (Paleomammalian Complex / Limbic System) شامل اجزای سیستم لیمبیک از جمله آمیگدال (Amygdala)، هیپوکامپ و هیپوتالاموس: این لایه مرکز تولید هیجانات (ترس، خشم، محبت)، رفتارهای والدینی و واکنش‌های «جنگ یا گریز» (Fight or Flight) است. این بخش رنگ‌وبوی عاطفی به تجربیات می‌دهد و مسئول تشخیص دوست از دشمن است. این لایه با قوه غضبیه هم‌پوشانی دارد. ابن‌مُسکویه کارکرد این قوه را دفع ضرر، خشم، دلیری و تسلط جویی توصیف می‌کند. در فیزیولوژی مک‌لین، آمیگدال دقیقاً همین نقش را بازی می‌کند: اسکن کردن محیط برای تهدید و فعال‌سازی پرخاشگری یا دفاع. تمثیل «سگ پاسبان» ابن‌مُسکویه بهترین توصیف برای کارکرد محافظتی و هیجانی سیستم لیمبیک است. پ) مغز پستانداران جدید (The Neomammalian Complex / Neocortex) شامل قشر مخ (Neocortex) به ویژه لوب‌های پیشانی (Frontal Lobes): این بخش مسئول تفکر انتزاعی، زبان، برنامه‌ریزی، حل مسئله، استدلال منطقی و مهم‌تر از همه، بازداری (Inhibition) تکانه‌های دو لایه قبلی است. این لایه تجسم فیزیولوژیک قوه ناطقه یا همان «سوار» است. همان‌طور که ابن‌مُسکویه، وظیفه سوار را «تدبیر» و «سیاست» کردن حیوان و سگ می‌داند، مک‌لین وظیفه نئوکورتکس را تنظیم (Regulation) و تعدیل خروجی‌های غریزی و هیجانی سیستم لیمبیک و خزنده‌ای می‌داند. یکی از کلیدی‌ترین مفاهیم مک‌لین که قرابت زیادی با دیدگاه اخلاقی ابن‌مُسکویه دارد، مفهوم «اسکیزوفیزیولوژی» است. مک‌لین معتقد است به دلیل سرعت تکامل، ارتباطات عصبی میان این سه مغز کامل نیست و اغلب نوعی «عدم هماهنگی» یا گسست میان آن‌ها وجود دارد. به عبارت دیگر، مغز منطقی (نئوکورتکس) اغلب ناتوان از کنترل طغیان‌های سیستم لیمبیک (خشم / ترس) است و در تمثیل ابن‌مُسکویه نیز «حیوان» یا «سگ» ممکن است سرکشی کند و اگر «سوار» (عقل) مهارت کافی نداشته باشد، مهار از دست می‌رود و انسان سقوط می‌کند. هر دو متفکر راه حل را در تقویت «سلسله‌مراتبی» می‌بینند؛ یعنی حاکمیت باید از بالا به پایین (Top-Down Processing) باشد. یعنی نئوکورتکس (سوار) باید بر لیمبیک و آر-کمپلکس (حیوان و سگ) مسلط شود.

۴. **رویکرد شناختی-اجتماعی (آلبرت بندورا):** بندورا برخلاف رفتارگرایان، انسان را موجودی منفعل نمی‌داند. در نظریه او، انسان (سوار) دارای قابلیت «خودنظم‌دهی» است؛ یعنی می‌تواند بر محیط و غرایز خود اعمال نفوذ کند. تأکید ابن‌مُسکویه بر اینکه سوار نباید عنان را رها کند، دقیقاً همان فرایند فعالانه نظارت بر خود (Self-Monitoring) و واکنش‌دهی اصلاحی در نظریه بندورا است. واژگان متناظر نظریه بندورا با نظریه ابن‌مُسکویه عبارت‌اند از: الف) خودنظم‌دهی (Self-Regulation): فرآیند داوطلبانه کنترل احساسات، افکار و رفتارها برای رسیدن به اهداف بلندمدت و انطباق با استانداردهای اجتماعی است. ب) عاملیت انسانی (Human Agency): ظرفیت انسان برای اعمال کنترل بر ماهیت و کیفیت زندگی خود، به جای واکنش صرف به محیط یا غرایز است.

۵. **رویکرد روان‌زیست‌شناختی (کلود رابرت کلونینگر):** او شخصیت را به دو بخش تقسیم می‌کند: «سرشت» که ارثی و خودکار است (حیوان و سگ / نوجویی و آسیب‌گریزی) و «منش» که اکتسابی و آگاهانه است (سوار / خودراهبری). ابن‌مُسکویه نیز دقیقاً اشاره می‌کند که حیوانات نماینده غرایز طبیعی‌اند، اما «سوار» با تربیت و سیاست (منش) شکل می‌گیرد و وظیفه‌اش هدایت سرشت‌های بیولوژیک است. واژگان متناظر نظریه کلونینگر با نظریه ابن‌مُسکویه عبارت‌اند از: الف) خودراهبری (Self-Directedness): بُعدی از منش که توانایی فرد برای کنترل، تنظیم و سازگار کردن رفتار متناسب با اهداف انتخابی را می‌سجد (مشابه کارکرد سوار). ب) آسیب‌گریزی (Harm Avoidance): بُعدی از سرشت که مربوط به سیستم بازداری رفتاری است و با اضطراب و احتیاط مرتبط است (مشابه واکنش‌های غریزی حیوان).

۶. **رویکرد روان‌شناسی اخلاق (جان‌اتان هایت):** هایت نیز استعاره‌ای بسیار نزدیک به ابن‌مُسکویه ارائه می‌دهد. او ذهن را به یک فیل (فرآیندهای خودکار، شهودی و هیجانی = حیوانات) و یک فیل‌سوار (فرآیندهای کنترل‌شده و استدلالی = سوار) تشبیه می‌کند. هایت معتقد است فیل (غرایز) بسیار قوی‌تر است و سوار تنها می‌تواند با زیرکی آن را هدایت کند، نه با زور.

۷. **رویکرد تحلیل رفتار متقابل (اریک برن):** حالت «کودک» در مدل TA، مخزن نیازها و خلاقیت است و در عین حال تکانه‌های خشم و شهوت (حیوان و سگ) را نیز شامل می‌شود. حالت «بالغ» همانند «سوار» وظیفه پردازش اطلاعات و تصمیم‌گیری منطقی در «اینجا و اکنون» را دارد. سلامت روان زمانی است که «بالغ» (سوار) بتواند بدون سرکوب «کودک»، نیازهای او را مدیریت کند و تحت‌تأثیر آلودگی (Contamination) قرار نگیرد. آسیب‌شناسی ساختاری زمانی است که مرزهای بین حالات نفسانی مخدوش شود (مثلاً وقتی کودک، کنترل بالغ را به دست گیرد).

۸. **رویکرد عصب-روان‌شناختی تاریخی (لوریا و ویگوتسکی):** الکساندر لوریا، پدر عصب‌روان‌شناسی، معتقد بود که «حیوان» درون انسان (بخش‌های زیرقشری) به محرک‌ها واکنش‌آنی نشان می‌دهد، اما انسان از طریق «زبان» و «ابزار» (قوه ناطقه / سوار)، میان محرک و پاسخ فاصله می‌اندازد. این همان مفهوم «مهارکردن عنان» است که در علم مدرن به آن «کنترل بازدارنده» (Inhibitory Control) می‌گویند.

۹. **رویکرد گشتالت (فریتز پرلز):** پرلز از تضاد بین «Topdog» (بخش بایده‌ساز و آمرانه، شبیه سوار سخت‌گیر) و «Underdog» (بخش مقاوم، تنبل و حيله‌گر، شبیه حیوانِ نافرمان) صحبت می‌کند. اگرچه ابن‌مُسکویه بر حاکمیت سوار تأکید دارد، اما پرلز نشان می‌دهد که اگر سوار بیش از حد زورگو باشد، حیوان با خراب‌کاری تلافی می‌کند. این تحلیل به درک آسیب‌شناسی مدیریت بد نفس کمک می‌کند. قطبیت‌ها یا جنبه‌های متضاد شخصیت، اگر یکپارچه نشوند، منجر به جنگ داخلی در روان می‌شوند. هدف درمان نیز آن است که بخش‌های متضاد (سوار و حیوان) با هم صلح کنند و کل واحدی را تشکیل دهند (یکپارچگی).

تحلیل تطبیقی تمثیل ابن‌مُسکویه با رویکردهای فوق نشان می‌دهد که استعاره «سوار و حیوان» همانند یک کهن‌الگوی علمی (Scientific Archetype) است. چه آن را Id / Ego بنامیم (فروید)، چه سیستم لیمبیک / نئوکورتکس (مکلین) و چه فیل / فیل‌سوار (هایت)؛ تمامی این نظریات بر این اصل بنیادین توافق دارند که روان انسان صحنه نبرد بین «تکانه‌های زیستی فوری» و «کنترل‌گری شناختی دوراندیش» است. هنر زیستن (یا به تعبیر ابن‌مُسکویه: عدالت)، در حذف حیوان نیست، بلکه در «سیاست» و مدیریت هوشمندانه آن توسط سوار (کارکردهای اجرایی مغز) است.