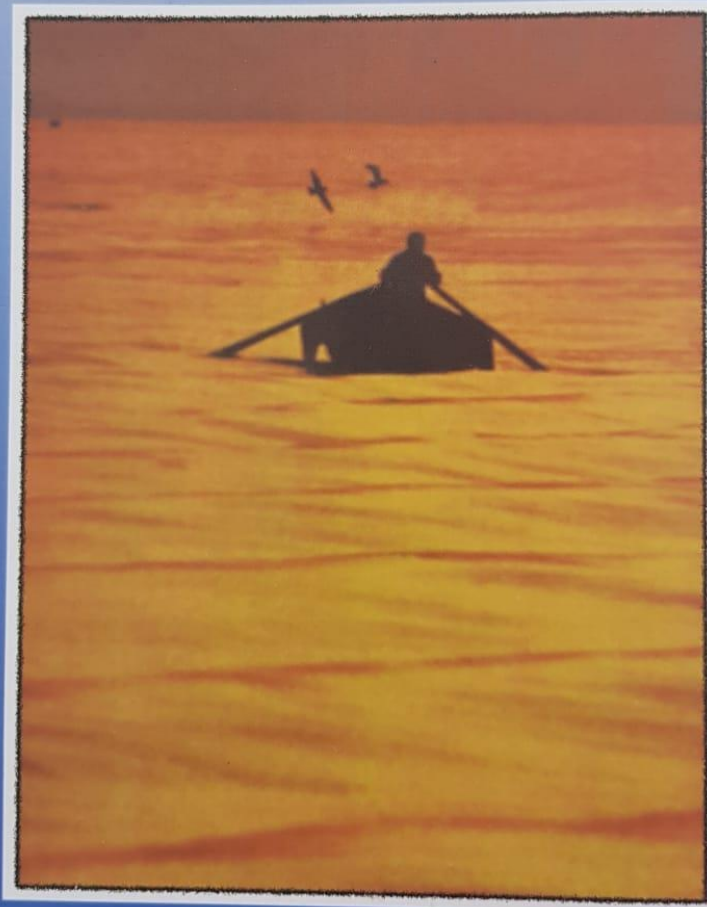


معنی درمانی چیست؟

چاپ چهل و نهم

انسان در جستجوی معنی



دکتر ویکتور فرانکل

دکتر نهضت صالحیان (فرنودی) - مهین میلانی

"به نام او"

معرفی و خلاصه کتاب : انسان در جستجوی معنا (معنی درمانی چیست؟) انتشارات : درسا

ترجمه: دکتر نهضت صالحیان (فرنودی) - مهین میلانی تعداد صفحات : ۲۲۵

ویکتور امیل فرانکل در سال ۱۹۰۵ در شهر وین به دنیا آمد. در سال ۱۹۳۰ در مقام استاد عصب شناسی و روانپزشکی هستی گرا (اگزیستانسیالیست) و در بخش روانپزشکی بیمارستان وین مشغول به کار گردید. در سال ۱۹۴۵ به دریافت درجه ی دکترا از دانشگاه وین نایل آمد. وی در سال ۱۹۴۲ در سن سی و هفت سالگی تنها به دلیل یهودی بودن به دست نازی ها اسیر شد و در اردوگاه کار اجباری " آشویتس " و سپس " داخاوا " تا سال ۱۹۴۵ لحظات سختی را گذراند. پدر، مادر، برادر و همسرش به دست نازی ها کشته شدند.

او چگونه زندگی را قابل زیستن می دانست؟ در حالی که همه ی اموالش را از دست داده بود، همه ی ارزش هایش نادیده گرفته شده بود، از گرسنگی و سرما و بی رحمی رنج می برد و هر لحظه در انتظار مرگ بود. او به راستی چگونه زنده ماند؟

پیام چنین روانکاوی که شخصا با چنان شرایط خوفناکی رویاروی بوده است شنیدن دارد.

در بخش اول کتاب، دکتر فرانکل تجاربی از اردوگاه کار اجباری را توضیح داده است. در مورد اسیران زندانی، زندانبانان، فرماندهان و افسران ارشد اس.اس. و کوره های آدم سوزی مطالب حیرت انگیز و غیر قابل تصویری بیان داشته است. در جریان داستان، سه مرحله ی واکنش روانی یک زندانی یعنی : ۱) ضربه ی روحی در مراحل اولیه ی اسارت، ۲) بی احساسی نسبی و نوعی مرگ عاطفی، و ۳) روانشناسی زندانی پس از آزادی را با حقایق و مثال های عینی که برای خودش و اطرافیانش اتفاق افتاده توضیح می دهد.

در بخش دوم کتاب، مفاهیم اساسی لوگوتراپی (معنادرمانی) را به طور مجزا توضیح می دهد و هر کجا که لازم دانسته برای روشن تر شدن این مفاهیم، مثال هایی از زمان اسارت و اردوگاه کار اجباری بیان می دارد که با این مثال ها مطالب علمی بخش دوم به خوبی قابل درک و فهم می شوند. بنا بر اصول لوگوتراپی، تلاش برای یافتن معنی در زندگی، اساسی ترین نیروی محرکه ی هر فرد در دوران زندگی اوست. اگر چه دکتر فرانکل در سال ۱۹۳۸ برای اولین بار واژه ی (تحلیل اگزیستانسیالیستی) و سپس (لوگوتراپی) را در نوشته هایش به کار برد، ولی مفاهیم این دو واژه برای خود فرانکل نیز با آنچه که بعد ها با عنوان زندانی شماره ی ۱۱۹۱۰۴ در آشویتس و داخاوا به آن رسید، بسیار فرق داشت. تجربیات تلخ اردوگاه کار اجباری و شرایط طاقت فرسای آن، بُعد واقعی میدان تجربی مفاهیم لوگوتراپی را معنا بخشید و فرانکل با معرفتی که زاینده ی تجربیات دست اول بود از اردوگاه مرگ بازگشت. با خواندن این کتاب که سرگذشت واقعی اوست درمی یابید که انسان موجودی است آزاد که همیشه حق انتخاب دارد. انسان واکنش خود را در برابر رنج ها و سختی های ناخواسته ولی پیش آمده و شرایط محیطی خود انتخاب می کند و هیچ کس را جز " خود " او یارای آن نیست که این حق را از او بازستاند.

آنچه انسان ها را از پای در می آورد، رنج ها و سرنوشت نامطلوبشان نیست بلکه بی معناشدن زندگی است که مصیبت بار است و معنا تنها در لذت و شادمانی و خوشی نیست، بلکه در رنج و مرگ هم می توان معنایی یافت. معنای زندگی از فرد به فرد، روز به روز، ساعت به ساعت در تغییر است. از این رو آنچه مهم است معنای زندگی به طور اعم نیست، بلکه هر فرد می بایست معنی و هدف زندگی خود را در لحظات مختلف دریابد. امیدوارم با خواندن این کتاب و آشنایی با دانش معنا درمانی، زندگی، با معنای بهتری را برای خود و اطرافیانتان ایجاد نمایید.

سبک زندگی
سلام