

The Role of Virtues, Transcendence, and Spirituality in Elliot D. Cohen's Logic-Based Therapy and Consultation (LBTC)

Narges Nazarnejad¹ 

1. Associate Professor, Department of Philosophy and Islamic Wisdom, Faculty of Theology, Alzahra University, Tehran, Iran. Email: nazarnejad@alzahra.ac.ir

Abstract

This paper investigates the role of virtues, excellence, and spirituality within Elliot D. Cohen's Logic-Based Therapy and Consultation (LBTC), situated in the broader domain of applied philosophy. As an outgrowth of Albert Ellis's Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), LBTC exhibits notable affinities with positive psychology but is distinguished by its explicit focus on rational and moral virtues, as well as its commitment to cultivating a desire for virtuous living among clients. Beyond the emphasis on guiding virtues, Cohen introduces the concepts of excellence and spirituality, illustrating how the pursuit of virtue can lead to personal excellence and ultimately open the possibility of spiritual experience. Significantly, Cohen contends that these spiritual experiences are accessible to both religious and non-religious individuals: for religiously oriented clients, spirituality may assume a specifically religious character, whereas for secular or non-religious clients, the experience of liberation retains an inherently spiritual dimension. The primary data for this study derive from a comprehensive review of library sources, and the methodology is grounded in rational analysis.

Keywords: Elliot D. Cohen, excellence, Logic-Based Therapy, spirituality, virtue.

Introduction

Applied philosophy stands in clear contrast to theoretical or pure philosophy. Among its most prominent practical manifestations is philosophical counseling, which enables individuals to confront and resolve real-life challenges through the application of philosophical concepts, reasoning, and methodologies. Unlike traditional psychotherapy—which emphasizes psychological diagnosis and clinical treatment—philosophical counseling prioritizes philosophical inquiry and reflective self-examination. While psychotherapy is typically grounded in empirical research and clinical interventions aimed at mental health, philosophical counseling is fundamentally concerned with exploring philosophical perspectives and frameworks to foster deeper self-understanding and insight into one's place in the world. This paper begins by critically examining Elliot D. Cohen's approach to philosophical counseling and its intersections with psychotherapy. In particular, it considers the continuities and differences between Cohen's Logic-Based Therapy and Consultation (LBTC) and related paradigms, including Albert Ellis's Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), Cognitive-Behavioral Therapy (CBT), and Positive Psychology. The central focus of this study is to investigate the role of virtues, transcendence, and spirituality within the theoretical and practical framework of logic-based therapy and consultation.

Research Findings

Cohen's conceptualization of virtues is marked by four key characteristics. First, he posits that virtues function as moral ideals to which clients may independently aspire, thereby enabling the attainment of higher levels of human flourishing. Second, drawing upon Aristotelian terminology, Cohen emphasizes that the virtues he advances are consistent with the Aristotelian notion of the "golden mean"—that is, a balanced state between the extremes of excess and deficiency. Third, Cohen's framework privileges virtue-centered judgments over deontological or duty-based



University of Tehran

principles; virtue, rather than obligation, constitutes the essential core of his ethical reasoning. Fourth, Cohen deploys the term “transcendent” to characterize the function of virtues. Notably, his conception of transcendence does not refer to realities beyond ordinary experience, but rather to the process of overcoming the pain and suffering intrinsic to human life—a process facilitated by positive affect and articulated through the language of guiding virtues. The cultivation of these guiding virtues, according to Cohen, depends upon a robust understanding of philosophical ideas and their conscious application in practice. He explicitly stresses that guiding virtues are never perfectly attainable; instead, their value lies in the continuous aspiration and longing for them. Philosophical ideas achieve transcendence, in Cohen’s account, when—viewed phenomenologically, that is, from the perspective of the internal observer—they forge a connection between the client and the guiding virtues. From this vantage point, clients experience the relationship between philosophical notions and virtue as an act of elevation or transcendence, accompanied by a sense of liberation from the suffering rooted in fundamental logical fallacies. Cohen maintains that this process is constitutive of a profound spiritual dimension.

Conclusion

In the author’s assessment, Elliot D. Cohen’s Logic-Based Therapy and Consultation (LBTC) represents a significant and effective endeavor in the application of philosophical thought to concrete, real-world challenges, notwithstanding certain criticisms it may face. By synthesizing insights from psychology, psychotherapy, and philosophy, Cohen has developed a methodological approach that, in this view, harnesses the strengths of established therapeutic paradigms while addressing some of their notable limitations. Unlike conventional models, LBTC does not pathologize clients by default, nor does it confine itself to tracing the sources of destructive emotions, behaviors, or thought patterns. Instead, it aims to resolve these issues at their root—namely, through the identification and correction of clients’ fallacious reasoning. A distinguishing feature of LBTC is its foundational respect for clients’ intellectual and emotional autonomy. Whereas traditional therapies sometimes foster prolonged emotional or intellectual dependency on the therapist, LBTC is oriented toward cultivating self-reliance and personal empowerment. While assisting clients in overcoming debilitating or self-destructive emotions remains a primary objective, LBTC reaches beyond this aim. By introducing guiding virtues, it affords clients new opportunities for personal growth and self-actualization. Moreover, unlike certain strands of academic philosophy that may risk abstraction and inaccessibility, LBTC remains rooted in the practical, everyday concerns of individuals. It eschews privileging any single philosophical system, thereby adopting a pluralistic and inclusive stance. This flexibility ensures that LBTC remains adaptable and relevant across diverse cultural and philosophical contexts, making it a versatile and widely applicable therapeutic framework.

Cite this article: Nazarnejad, N. (2025). The Role of Virtues, Transcendence, and Spirituality in Elliot D. Cohen’s Logic-Based Therapy and Consultation (LBTC). *Philosophy and Kalam*, 58 (1), 105-127. (in Persian)

Publisher: University of Tehran Press.

Authors retain the copyright and full publishing rights.

DOI: <https://doi.org/10.22059/jftp.2025.386658.523562>



Article Type: Research Paper

Received: 8-Dec-2024

Received in revised form: 29-Jan-2025

Accepted: 19-Mar-2025

Published online:

جایگاه فضایل، تعالی و معنویت در درمان و مشاوره منطق محور الیوت کوهن

نرگس نظرنژاد^۱

۱. دانشیار، گروه فلسفه و حکمت اسلامی، دانشکده الهیات، دانشگاه الزهرا(س)، تهران، ایران. رایانامه:

nazarnejad@alzahra.ac.ir

چکیده

مقاله حاضر حاصل پژوهشی در حوزه فلسفه کاربردی است و با مشاوره فلسفی، به عنوان یکی از روش‌های کاربردی فلسفه، سروکار دارد. جایگاه فضایل، تعالی و معنویت در درمان و مشاوره منطق محور الیوت کوهن، پرسش اصلی مقاله پیش‌رو است. (LBTC) زیرمجموعه درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری آلبرت الیس و به تبع آن، زیرمجموعه گونه عامتر درمان شناختی-رفتاری است. (LBTC) همچنین با روانشناسی مثبت‌نگر پیوند وثیقی دارد؛ در عین حال، آنچه (LBTC) را از دیگر روش‌های مشاوره و درمان متمایز می‌کند، تأکید آن بر فضایل عقلانی و اخلاقی و پروراندن آرزوی فضیلت‌مندانه زیستن، در مراجعان است. کوهن علاوه بر بیان فضایل راهنما، دو مفهوم تعالی و معنویت را نیز در میان می‌آورد تا نشان دهد که فضیلت، چگونه باعث تعالی مراجعان می‌شود و در نهایت امکان برخورداری از تجربه‌ای معنوی را برای آنان فراهم می‌سازد. به‌زعم کوهن، امکان از سرگرداندن تجربه معنوی، به یکسان، هم برای مراجعان دیندار وجود دارد و هم برای مراجعان غیردیندار. حال اگر مراجعان، پذیرای فلسفه‌های دینی باشند، تجربه معنوی مراجعان، تجربه‌ای عمیقاً دینی خواهد بود؛ اما اگر مراجعان، فلسفه‌های غیردینی را بپذیرند، تجربه آزادی‌بخش آنان، همچنان، تجربه‌ای معنوی است. داده‌های اولیه پژوهش با استفاده از منابع کتابخانه‌ای گردآوری شده و روش پژوهش، تجزیه و تحلیل عقلانی داده‌ها است.

کلیدواژه‌ها: تعالی، درمان و مشاوره منطق محور، فضیلت، کوهن، معنویت.

استناد: نظرنژاد، نرگس (۱۴۰۴). جایگاه فضایل، تعالی و معنویت در درمان و مشاوره منطق محور الیوت کوهن. فلسفه و کلام اسلامی، ۵۸ (۱)، ۱۰۵-۱۲۷.

نوع مقاله: علمی-پژوهشی

دریافت: ۱۴۰۳/۰۹/۱۸

بازنگری: ۱۴۰۳/۱۱/۱۰

پذیرش: ۱۴۰۳/۱۲/۲۹

انتشار:

ناشر: مؤسسه انتشارات دانشگاه تهران

حق چاپ و حقوق نشر برای نویسندگان محفوظ است.

DOI: <https://doi.org/10.22059/jtp.2025.386658.523562>



مقدمه

مشاوره فلسفی را می‌توان شکلی از فلسفه کاربردی دانست؛ از این رو لازم است نخست به اختصار فلسفه کاربردی را تعریف کنیم، سپس به تعریف مشاوره فلسفی بپردازیم و سرانجام تصویری کلی از آنچه مقاله حاضر متکفل بیان آن است، ارائه دهیم.

فلسفه کاربردی^۱ در مقابل فلسفه غیرکاربردی یا فلسفه محض^۲ قرار می‌گیرد. با وجود این که اصطلاح فلسفه کاربردی، از دهه ۹۰ میلادی به بعد، اصطلاح نسبتاً رایجی محسوب می‌شود، در خصوص تعریف آن توافق چندانی وجود ندارد؛ از این رو در ادامه، برخی از تعاریف ارائه شده را می‌آوریم: «فلسفه کاربردی است، اگر و تنها اگر، با مسائل مهم زندگی هر روزی مرتبط باشد» (Lippert- Rasmussen, 2017: 4)؛ «فلسفه کاربردی است، اگر و تنها اگر، در شاخه‌ای که بدان تعلق دارد، مثلاً متافیزیک، معرفت‌شناسی یا فلسفه اخلاق، به یک پرسش نسبتاً خاص بپردازد» (ibid. 7)؛ «فلسفه کاربردی است، اگر و تنها اگر، در پاسخ به پرسش‌های نسبتاً خاص، در شاخه‌ای که بدان تعلق دارد، پاسخی را که می‌گوید چه باید کرد، توجیه کند» (ibid. 8)؛ «فلسفه کاربردی است، اگر و تنها اگر، انگیزه آن شوق تأثیر علی بر جهان باشد» (ibid. 10)؛ «فلسفه کاربردی است، اگر و تنها اگر، برای بررسی موضوعات خارج از مجموعه محدود مسائل فلسفی، مستلزم استفاده از روش‌های فلسفی خاص باشد» (ibid. 11)؛ «فلسفه کاربردی است، اگر و تنها اگر، به‌نجو چشمگیری از شواهد تجربی مطلع باشد-به‌ویژه شواهدی که توسط علوم تجربی ارائه شده‌است» (ibid. 12)؛ «فلسفه کاربردی است، اگر و تنها اگر، مخاطبان مورد نظر آن، غیرفیلسوفان باشند» (ibid. 14). چنان که ملاحظه می‌شود، هیچ‌یک از تعاریف‌های ارائه‌شده، به‌رغم ادعای حصر، واجد شروط لازم و کافی کاربردی بودن فلسفه نیستند؛ با این حال، می‌توان پذیرفت که هریک از آن‌ها، دست کم شرط لازم فلسفه کاربردی محسوب می‌شوند و در مجموع، می‌توانند تصویر نسبتاً روشنی در باب چیستی فلسفه کاربردی به‌دست دهند. در ادامه به تعریف مشاوره فلسفی به عنوان شکلی از فلسفه کاربردی می‌پردازیم.

مشاوره فلسفی به عنوان ابزاری برای حل مشکلات عملی زندگی، حوزه‌ای نسبتاً جدید و در حال تحول است. این نوع مشاوره، به افراد نشان می‌دهد که چگونه ایده‌ها و مفاهیم فلسفی را به‌کارگیرند تا به بصیرت دست‌یابند و در زندگی، پیشرفت کنند. مشاوره فلسفی را می‌توان شکلی از فلسفه کاربردی دانست که به کمک مفاهیم، استدلال‌ها و روش‌های فلسفی، افراد را برای کشف و حل مشکلات عملی زندگی خود، توانمند می‌سازد. مشاوره فلسفی، از روان‌درمانی سنتی متمایز است؛ زیرا به جای تشخیص و درمان روان‌شناختی، بر تحقیق و تأمل فلسفی تمرکز می‌کند و درحالی که روان‌درمانی،

^۱. applied philosophy

^۲. pure philosophy

اغلب از تحقیقات تجربی و تکنیک‌های بالینی برای پرداختن به مسائل مربوط به سلامت روان استفاده می‌کند، مشاوره فلسفی بیشتر با کاوش در ایده‌ها و مفاهیم فلسفی سروکار دارد تا به افراد کمک کند که به درک عمیق‌تری از خود و جایگاه خود در جهان، نایل آیند. مشاوران فلسفی به شیوه‌ای محترمانه، مشارکت‌جویانه و بدون قضاوت، با افراد کار می‌کنند؛ با این هدف که به آنان کمک کنند تا در تفکر و تصمیم‌گیری، از وضوح و انسجام بیشتری برخوردار گردند. در حالی که ممکن است مشاوره فلسفی برای افرادی که با مشکلات شدید سلامت روان درگیرند، مناسب نباشد، می‌تواند برای آنان که در جستجوی رویکردی اندیشمندانه‌تر و هدفمندتر به زندگی هستند، به تجربه‌ای ارزشمند و متحول‌کننده باشد. (Sharma, 2016: 623)

در مقاله حاضر به نخست به روان‌درمانی و مشاوره فلسفی الیوت کوهن می‌پردازیم و شباهت‌ها و تفاوت‌های آن را با همگنان خود، یعنی درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری آلبرت ایس، درمان شناختی-رفتاری و روانشناسی مثبت‌نگر بیان می‌کنیم و سپس به مسأله اصلی پژوهش که عبارت است از جایگاه فضایل، تعالی و معنویت در (LBTC)، خواهیم پرداخت.

۱. پیشینه تحقیق

در خصوص مشاوره فلسفی به طور کلی، تا کنون چندین مقاله علمی-پژوهشی منتشر شده است؛ از جمله مقاله «تبیین و بررسی مبانی معرفت‌شناختی مشاوره فلسفی» (۱۴۰۳)، این مقاله با هدف دستیابی به مبانی معرفت‌شناختی مشاوره فلسفی، به طور کلی، به این نتیجه می‌رسد که در مشاوره فلسفی، کسب معرفت دستاوردی انسانی است که در نتیجه ساخت معانی و ارزیابی واقعیت‌های انسانی به دست می‌آید؛ مقاله «تبیین ضرورت به‌کارگیری مشاوره فلسفی در معنادرمانی» (۱۴۰۰)، این مقاله دفاعیه‌ای است از ضرورت به‌کارگیری مشاوره فلسفی، در کنار دیگر روش‌های مشاوره و درمان، از جمله معنادرمانی؛ با این استدلال که معنادرمان‌گر صرف نمی‌تواند بدون کمک مشاور فلسفی، از مبانی و تکنیک‌های فلسفی روش درمانی خود، به‌خوبی بهره جوید؛ مقاله «تمایز و تشابه مشاوره فلسفی با رویکرد عقلانی-عاطفی ایس» (۱۳۶۹)، این مقاله، به طور مشاوره فلسفی را بدون تفکیک گونه‌های متفاوت آن، با رویکرد عقلانی-عاطفی آلبرت ایس مقایسه کرده است. در مورد درمان و مشاوره منطق‌محور الیوت کوهن، به طور خاص، تا کنون دو مقاله منتشر شده است: مقاله «بنیادهای ارسطویی درمان منطق‌محور کوهن» (۱۴۰۲)، این مقاله در سه محور منطق، فلسفه اخلاق و نظریه ارسطو درباره اراده به بنیادهای ارسطویی درمان منطق‌محور کوهن است. دومین مقاله در باب روش درمان و مشاوره کوهن، مقاله متافیزیک درمان مبتنی بر منطق (LBT) از منظر الیوت کوهن» (۱۴۰۰) است، این مقاله به بررسی مبانی متافیزیکی درمان منطق‌محور و مراحل ششگانه آن می‌پردازد.

مقاله حاضر، در مقایسه با مقالات معرفی شده، از مواجهه کلی با مشاوره فلسفی عبور کرده و به طور خاص و کاملاً مسأله‌محور، به جایگاه فضایل و تعالی و معنویت، در درمان و مشاوره منطق‌محور کوهن پرداخته‌است؛ در عین حال، از آنجایی که به نظر نگارنده، جایگاه این روش درمانی در میان روش‌های دیگر و تفاوت و شباهت آن‌ها، به وضوح در مقاله‌های دیگر بیان نشده‌است، بخش نخست مقاله حاضر این مهم را برعهده گرفته‌است و برای خواننده این امکان را فراهم می‌سازد تا ماهیت شیوه کوهن را با وضوح بیشتری دریابد.

۲. آشنایی با (LBTC)

روان‌درمانی و مشاوره فلسفی الیوت کوهن (۱۹۵۶-) ^۳ درمان و مشاوره منطق‌محور (LBTC) ^۴ نامیده می‌شود. این نوع درمان و مشاوره، از یک‌سو، زیرمجموعه درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری (REBT) ^۵ آلبرت الیس (۱۹۱۳-۲۰۰۷) ^۶ و به تبع آن، زیرمجموعه گونه عامتر درمان‌شناختی-رفتاری (CBT) ^۷ است و از سوی دیگر، با نهضت نسبتاً جدید روانشناسی مثبت‌نگر پیوند دارد؛ از رو آشنایی کامل با (LBTC) منوط است به آشنایی با گونه‌های مختلف روان‌درمانی که الهام‌بخش آن بوده‌اند و در عین حال، آشنایی با شاخصه‌های متفاوتی است که (LBTC) را از همگنان خود متمایز می‌سازد. در ادامه نخست به معرفی اجمالی درمان-شناختی رفتاری می‌پردازیم.

۲-۱. درمان‌شناختی-رفتاری (CBT)

به منظور آشنایی با درمان‌شناختی-رفتاری (CBT)، نخست لازم است بدانیم که این نوع درمان، زیرمجموعه درمان عامتری است که درمان گفتگو-محور ^۸ نامیده می‌شود. درمان‌های گفتگو-محور، مستلزم آنند که در باب افکار، احساسات و رفتارهایمان، با فردی حرفه‌ای و آموزش‌دیده گفتگو کنیم. چندین نوع درمان گفتگو-محور وجود دارد که یکی از آن‌ها درمان‌شناختی-رفتاری (CBT) است. در ادامه، به اختصار با این نوع درمان آشنا می‌شویم. «درمان‌شناختی-رفتاری (CBT) به حسب تعریف، نوعی درمان فعال، ^۹ رهنمودی، ^{۱۰} مشارکتی، ^{۱۱} ساختارمند، ^{۱۲} پویا، ^{۱۳} مسأله-محور، ^{۱۴} راه‌حل-

^۳ Elliot Cohen

^۴ Logic-Based Therapy and Consultation

^۵ Rational Emotive Behavior Therapy

^۶ Albert Ellis

^۷ Cognitive Behavioral Therapy

^۸ talking therapy

^۹ active

^{۱۰} directive

^{۱۱} collaborative

^{۱۲} structured

^{۱۳} dynamic

^{۱۴} problem-oriented

محور^{۱۵} و روان آموزشی^{۱۶} است. «(Freeman, 2005: vii): پژوهش های متعددی نشان داده است که درمان شناختی-رفتاری (CBT) در طیف وسیعی از مشکلات مراجعان، به اندازه دیگر اشکال روان-درمانی، مؤثر واقع شده است؛ از باب نمونه می توان به این موارد اشاره کرد: افسردگی، اختلال های اضطرابی، مشکلات مصرف الکل و مواد مخدر، مشکلات زناشویی و اختلالات خوردن. (CBT) بر چندین اصل اساسی مبتنی است؛ از جمله این که: ۱. مشکلات روانشناختی تا حدی، از روش های اندیشیدن معیوب یا غیرسودمند نشأت گرفته اند؛ ۲. مشکلات روانشناختی تا حدی از الگوهای اکتسابی رفتار غیرسودمند، ناشی شده اند؛ ۳. افرادی که از مشکلات روانشناختی رنج می برند، می توانند روش های بهتری برای غلبه بر این مشکلات فراگیرند و از این طریق، نشانه های آن ها را بهبود بخشند و در زندگی خود اثرگذار شوند. (CBT) معمولاً مستلزم تلاش هایی برای تغییر الگوهای اندیشیدن است. این استراتژی ها موارد ذیل را شامل می شود: ۱. فراگیری تشخیص تحریف هایی که در فرآیند اندیشیدن، فرد را دچار مشکلاتی می سازد و سپس ارزیابی مجدد آن تحریف ها، در پرتو واقعیت؛ ۲. دستیابی به درک بهتر از رفتار و انگیزه دیگران؛ ۳. استفاده از مهارت های حل مسئله برای غلبه بر موقعیت های دشوار؛ ۴. فراگیری ایجاد حس اعتماد بیشتر نسبت به توانایی های خود. (CBT) همچنین معمولاً مستلزم تلاش هایی برای تغییر الگوهای رفتاری است. این استراتژی ها می تواند شامل موارد ذیل باشد: ۱. مواجهه با ترس های خود به جای پرهیز از آن ها؛ ۲. استفاده از بازی ایفای نقش^{۱۷} به منظور آمادگی برای تعاملات بالقوه مشکل ساز با دیگران؛ ۳. فراگیری چگونگی آرام ساختن ذهن و بدن. (APA, 2017))

۲-۱-۱. درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری (REBT) آلبرت ایس

چنان که پیشتر گفتیم، درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری (REBT) نوعی درمان شناختی-رفتاری (CBT) است. آلبرت ایس،^{۱۸} پیشگام این نوع درمان، در دهه ۱۹۵۰ است. ایس در تبیین (REBT) آن را درمانی ساخت گرا^{۱۹} و انتخاب محور^{۲۰} معرفی می کند. «بر اساس ساخت گرایی، انسان ها توانایی چشمگیری دارند تا اندیشه ها، احساسات و افعال خود-کمک رسانی را به وجود آورند؛ همان گونه که می توانند سازنده رفتارهای خود-شکن باشند.» (Ellis, 2019: 4) ایس با توجه به پیش فرض

¹⁵. solution-focused

¹⁶. psychoeducational

¹⁷. role playing

¹⁸. ایس بنیانگذار و رئیس موسسه آلبرت ایس در شهر نیویورک بود. او مدرک کارشناسی ارشد و دکتری خود را در رشته روانشناسی بالینی از دانشگاه کلمبیا دریافت کرده بود. ایس مشاور روانشناسی بالینی در شهر نیویورک بوده و در آن شهر با شورای آموزش و پرورش و اداره کهنه سربازان همکاری می کرده است. وی همچنین، تقریباً به مدت ۶۰ سال در زمینه روان درمانی، مشاور ازدواج و خانواده و همچنین درمان جنسی فعال بوده است.

¹⁹. constructivist

²⁰. choice-oriented

ساخت‌گرایانه (REBT) معتقد است بسیاری از باورهای مردم، درباره این که جهان چگونه است یا چگونه باید باشد، بر ساخته خود آنان است و چنین باورهایی، عمیقاً بر کارکرد عاطفی و رفتارهای انسان‌ها اثر می‌گذارند و در صورت غیرعقلانی بودن، سبب می‌گردند تا آنان دچار افسردگی، اضطراب، و خشم شوند و به سمت رفتارهای خود-ویرانگر بگردند. الیس در اشاره به ریشه تاریخی اعتقاد خود، آن را به رواقیان^{۲۱} بازمی‌گرداند و از قول اپیکتتوس (۵۰-۱۳۶ م)^{۲۲} نقل می‌کند که مردم نه به واسطه حوادثی که برایشان رخ می‌دهد، بلکه به واسطه نگرشی که نسبت به آن حوادث دارند، دچار آشفتگی^{۲۳} می‌شوند. وی می‌گوید که (REBT) با تکرار سخن اپیکتتوس، درباره آشفتگی انسان دارای تئوری ABC است. بر اساس این تئوری، ناملایمات (A)^{۲۴} به خودی خود، پیامدهای (C)^{۲۵} روان‌رنجورانه^{۲۶} اختلال‌آفرین به وجود نمی‌آورند؛ بلکه باورهای (B)^{۲۷} انسان‌ها نیز در ایجاد این پیامدها نقش مهمی ایفاء می‌کنند. پیامدهای ناکارآمد یا علائم عاطفی-رفتاری، حاصل ضرب (A) در (B) هستند. الیس همچنین (REBT) را درمانی انتخاب-محور می‌داند؛ اما در عین حال، اذعان می‌کند که این نوع درمان، در امور انسانی، بیش از حد بر فاعلیت، اراده یا قصد تأکید نمی‌ورزد، بلکه آثار امور زیست‌شناختی و درون‌زاد^{۲۸} و آموزش اجتماعی و عوامل محیطی را نیز بسیار لحاظ می‌کند. (Ellis, 2002: 3-4)

«درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری (REBT) از آغاز تعلیم داده‌است که انسان‌ها اگر بخواهند باقی بمانند و شادکام باشند، چندین خواسته دارند: وظایف مهمی را به خوبی انجام دهند، در برقراری ارتباط با دیگران موفق باشند و به کارهایی اقدام کنند که در وصول به اهدافشان، کمک‌رسانند. انسان‌ها وقتی به قوت، طالب کسب چیزی یا اجتناب از چیزی باشند، آرزوها و خواسته‌های آنان اغلب (و به شیوه‌ای ناسالم) به نیاز و ضرورت تبدیل می‌شود. همچنین، انسان‌ها، اغلب و به خطا، با خود می‌اندیشند که اگر خوب عمل کنم، انسان خوب و اگر بد عمل کنم، انسان بدی هستم. آنان دقیقاً همان گونه که به شیوه‌ای خطرناک و کلی، خود را خوب یا بد ارزش‌گذاری می‌کنند، به دیگران نیز رتبه‌عالی یا سزاوار لعنت، می‌دهند. آنان در ارزش‌گذاری جهان و زندگی در کل، نیز از خوب یا بد استفاده می‌کنند... انسان‌ها با اندیشیدن، احساس کردن و عمل کردن به این شیوه‌های غیرعقلانی و نادرست (و با امتناع از پذیرش نامشروط دیگران و زندگی) اغلب ممکن است به طریقه‌ای ناسالم، غایات و

²¹. the Stoic

²². Epictetus

²³. disturbance

²⁴. Adversity

²⁵. Consequences

²⁶. neurotic

²⁷. Beliefs

²⁸. innate

اهداف خود را نابود سازند ... (REBT) انواع اندیشیدن، احساس کردن و تکنیک‌های رفتاری را برای شناسایی، بررسی و تغییر رفتارهای ناکارآمد، آموزش می‌دهد.» (Ellis, 2019: 3-4)

۲-۱-۲. روانشناسی مثبت نگر

مارتین سلیگمن (۱۹۴۱-)^{۲۹} روانشناس معاصر آمریکایی که به پدر روانشناسی مثبت‌نگر مشهور است، پیشفرض‌های اساسی روانشناسی مثبت‌نگر را چنین صورت‌بندی می‌کند: ۱. چیزی به نام طبیعت انسان وجود دارد؛ ۲. عمل، از شخصیت نشأت می‌گیرد؛ ۳. شخصیت، دو شکل دارد که هر دو به یک اندازه مهمند: شخصیت بد و شخصیت خوب یا فضیلت‌مند (فرشته سیرت). سلیگمن می‌گوید در روانشناسی قرن بیستم، همه این پیشفرض‌ها تقریباً ناپدید شده‌اند؛ از این رو برای درک پیشفرض اساسی روانشناسی مثبت‌نگر، یعنی مفهوم شخصیت خوب، آگاهی از تاریخ فراز و فرود این پیشفرض‌ها، ضروری است. وی همچنین معتقد است هر دانشی که مفهوم شخصیت را چونان مفهومی پایه‌ای به کارنبرد، هرگز به عنوان تبیین سودمند رفتار انسان، پذیرفته نخواهد شد. به اعتقاد وی، فرد انسانی، به حسب شخصیت خود و در خلال فرآیند تکامل، هم ظرفیت پذیرش خصایص نیک را دارد و هم می‌تواند خصایص بد و نکوهیده را بپذیرا گردد. بدین ترتیب، تمایز روانشناسی جریان اصلی و روانشناسی مثبت‌نگر این است که روانشناسی جریان اصلی تقدم را به رفتار منفی و صور مختلف اختلال می‌دهد؛ در حالی که، روانشناسی مثبت‌نگر، بر تجارب مثبت و شخصیت مثبت یا فضایل تمرکز می‌کند. بدین ترتیب، روانشناسی مثبت‌نگر را می‌توان مؤید پیشفرض‌های رویکرد ارسطویی، در باب ماهیت و کمال انسان تلقی کرد؛ یعنی رویکردی که با مفاهیمی مانند شخص نیک، فرد دارای شخصیت مثبت، خصایل نیک و فضایل مفروض، سروکار دارد و تمرکز آن بر انسان مثبت است و در نتیجه با مدل رایج محصور در چارچوب صرفاً منفی، غرابت دارد و از تأکید بیش از حد بر خطا، اشتباه، بیماری و طبقه‌بندی اختلالات ذهنی، می‌پرهیزد. (Linley, 2004: 17-18)

۲-۱-۳. درمان و مشاوره منطق محور الیوت کوهن

الیوت کوهن، رویکرد روان‌درمانی^{۳۰} خود را درمان منطق‌محور یا در شکل کاملتر آن درمان و مشاوره منطق‌محور می‌نامد و آن را نسخه پالایش شده درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری آلبرت الیس تلقی می‌کند. واژه منطق، در این ترکیب، حاکی از کاربرد خاص منطق، در مواجهه با انواع کاربردهای خود-تخریب‌گر عبارت «نمی‌توانم» است. به اعتقاد کوهن، «نمی‌توانم» برای مراجعان، بسیار خطرناک است؛ زیرا سبب می‌شود آنان درباره خود چنین بیندیشند: نمی‌توانم خودم را در امور مختلف، داوری و قضاوت کنم (نتیجه چنین اندیشه‌ای این است که برده دیگران شوند)؛ نمی‌توانم خودم را به مخاطره بیندازم (نتیجه این است که خود را از حرکت به جلو، بازدارند و کسب لذت‌های فوری و فوری را بر لذت

²⁹. Martin Seligman

³⁰. psychotherapeutic approach

دستیابی به هدف‌های بلند مدت، ترجیح دهند؛ نمی‌توانم از نشخوار فکری دربارهٔ اندیشه‌های خطرناک دست‌بردارم؛ نمی‌توانم مخالفت دیگران یا اصلاح شدن توسط آنان را تحمل کنم (خودشیفته‌وار، خود را معیار واقعیت می‌دانند)؛ نمی‌توانم انسان‌های دیگر یا حوادث پیرامون خود را سرزنش نکنم (مسئولیت خود را به گردن دیگران می‌اندازند). کوهن می‌گوید این «نمی‌توانم»‌ها، مراجعان را در وضعیت دائمی احساسات رنج‌آور و پاسخ‌های رفتاری متناظر، قرار می‌دهد و شادکامی فردی و بینا-فردی آنان را نابود می‌سازد. (Cohen, (2022): xi)

حال با فرض وجود پیوند وثیق میان (LBT) و درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری آلبرت ایس از یک سو و روانشناسی مثبت نگر مارتین سلیگمن، از سوی دیگر، این پرسش مطرح می‌شود که وجه تمایز رویکرد کوهن با رویکردهای دیگر چیست؟ پاسخ دادن به این پرسش، منوط به آشنایی با (LBT) است. صاحب این قلم، به تفصیل، در مقاله دیگری به رویکرد درمانی کوهن، پرداخته‌است؛^{۳۱} از این‌رو در مقاله حاضر، تنها به اجمال و در حدی که برای تبیین موضوع اصلی مقاله، ضرورت دارد، بدان اشاره خواهد شد.

۳. آشنایی با (LBT) و مراحل شکانه آن

کوهن، در تبیین گام به گام نحوه کارکرد (LBT)، نخست اذعان می‌کند که روش وی، وام‌دار روان‌درمانی ابداعی آلبرت ایس است. او می‌گوید ایس با معرفی این روش به جهان، درمانی را بنا نهاد که در بصیرت عمیقاً یاری‌رسان فیلسوف یونان باستان، اپیکتتوس،^{۳۲} ریشه دارد. اپیکتتوس بر این باور بود که آنچه ما را غمگین و نگران می‌سازد، خود رخدادهای زندگی نیست، بلکه شیوه تفسیر ما از آن‌ها و نحوه اندیشیدن ما در باب آن‌هاست که غمگین و نگران‌مان می‌کند؛ بنابراین، ما خود، خود را غمگین و نگران می‌سازیم، نه رخدادها. کوهن می‌گوید همین بصیرت باستانی، مبنای همه انواع رفتار درمانی‌شناختی، به ویژه، نوع اصیل و ابداعی آلبرت ایس، درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری (REBT) است. (Cohen, 2014: 1)

کوهن، سپس در مقام بیان وجه تمایز رویکرد درمانی خود، در قیاس با رویکرد ایس، که آن را شبه-فلسفی^{۳۳} می‌داند، به کاملاً فلسفی بودن رویکرد خود اشاره می‌کند؛ فلسفی بدین جهت که (LBT) بر خلاف درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری ایس، استدلال عاطفی مراجعان را در چارچوب قیاس عملی، تحلیل می‌کند. مراد از قیاس عملی، شکلی از استدلال قیاسی است که در آن نتیجه

^{۳۱}. نظرنژاد، نرگس، «متافیزیک درمان مبتنی بر منطق (LBT) از منظر الیوت کوهن»، فلسفه و کلام اسلامی سال پنجاه و چهارم، شماره اول، بهار و تابستان ۱۴۰۰.

^{۳۲}. Epictetus

^{۳۳}. quasi-philosophical

ناظر به ارزش^{۳۴} از کبراهای ناظر به ارزش و یک صغرای گزارشگرانه^{۳۵} یا ناظر به واقع،^{۳۶} منتج می‌شود. ناظر به ارزش، در این جا به معنای اجرای کنش-گفتارها^{۳۷} است. در وضعیت ارزش‌دآوری‌های مثبت، این گفتارها خود-تأییدی،^{۳۸} تحسین،^{۳۹} ستایش،^{۴۰} ترجیح^{۴۱} و پذیرش^{۴۲} را شامل می‌شوند؛ اما در وضعیت منفی، مشتملند بر خود-پست‌شماری،^{۴۳} مصیبت‌تراشی،^{۴۴} کمال‌طلبی^{۴۵} و انکار توانایی خود برای ایستادگی در برابر امور. 1: (Cohen, 2024)) در تبیین این تفاوت، می‌توان گفت هرچند نظریه روان‌درمانی کوهن نیز مانند درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری (REBT) الیس، معتقد است که میان باورها، احساسات و عواطف و رفتارهای فرد، ارتباطی وجود دارد که آن‌ها را به هم پیوند می‌دهد، (REBT) این ارتباط را علی‌تلقی می‌کند، درحالی‌که نظریه کوهن، این ارتباط را منطقی می‌داند؛ به این معنی که بر اساس نظریه درمانی کوهن، افراد احساسات و عواطف خود را از باورهایشان و در نهایت رفتارهای خود را از احساسات و عواطف خود، استنتاج می‌کنند. 2: (Zinaich, 2019))

کوهن می‌گوید استدلال قیاسی-عملی مورد نظر وی، که نخست ارسطو بدان پرداخته‌است، به جای این که صرفاً به ما بگوید چیزی صادق است یا نه، می‌گوید چگونه احساس یا عمل کنیم؛ مثلاً آنچه در ذیل می‌آید، یک قیاس عملی است: اگر دوستانم مرا طرد کنند، آنگاه طردشده‌ام-دوستانم مرا طرد کرده‌اند-بنابراین، من باید احساس کنم که طردشده‌ام. چنان که مشهود است، فرد بر اساس مشاهده پدیدارشناسانه دو مقدمه استدلال، یعنی با مشاهده از منظر درون‌نگرانه کسی که آن مقدمات را تجربه می‌کند، بی‌ارزش بودن خود را نتیجه می‌گیرد و سپس بر اساس این نتیجه، احساس بی‌ارزش بودن می‌کند و این احساس ممکن است به جایی بینجامد که ارزشمندانه، عمل نکند؛ یعنی بگوید تلاش کردن، چه فایده‌ای دارد، وقتی هیچکس، مرا حتی سزاوار لعنت کردن هم نمی‌داند! (Cohen, 2014: 2)

قیاس عملی فوق، چگونگی احتجاج کوهن را آشکار می‌سازد؛ یعنی نشان می‌دهد که به‌زعم وی، انسان‌ها منطقاً، مؤلفه‌های شناختی-رفتاری عواطف خود را از مقدماتی، استنتاج می‌کنند. احتجاج

34. evaluative

35. reportative

36. factual

37. illocutionary (speech) acts

38. self-affirmation

39. praise

40. commendation

41. preference

42. acceptance

43. self-damnation

44. catastrophizing

45. demanding perfection

کوهن با دو گام پیش می‌رود: وی نخست، ساختار منطقی استدلال مراجع را نشان می‌دهد و سپس آشکار می‌سازد که همان نوع ساختار منطقی در مورد استنتاج رفتاری مراجع نیز به کار می‌رود. «استدلال ذیل نشان می‌دهد که نتیجه این دو گام، به علاوه مقدمه نخست، استدلال را معتبر می‌سازد: ۱. اگر بتوان استدلال عاطفی را از طریق یک متعلق عاطفی التفاتی، ساخت و ارزشگذاری کرد و اگر استدلال رفتاری بتواند بر استدلال عاطفی اثر بگذارد، آن‌گاه انسان‌ها منطقی، مولفه‌های شناختی-رفتاری عواطف خود را از مقدماتی استنتاج می‌کنند: ۲. استدلال عاطفی را می‌توان از طریق یک متعلق عاطفی التفاتی ساخت و ارزشگذاری کرد: ۳. استدلال رفتاری می‌تواند بر استدلال عاطفی اثر بگذارد؛ بنابراین، ۴. انسان‌ها منطقی، مولفه‌های شناختی-رفتاری عواطف خود را مقدماتی استنتاج کنند.» (Zinaich, 2005: 1-2)

کوهن مدعی است که باید موجود در قیاس عملی، بر اساس نوع مغالطه‌ای که مراجع بدان دچار است، ممکن است هستی‌شناختی^{۴۶} یا وظیفه‌شناختی^{۴۷} باشد؛ مثلاً ممکن است قیاس عملی مراجع چنین باشد: من باید همیشه موفق باشم-بنابر این اگر در امتحان مردود شوم، بازنده‌ام-در امتحان مردود شده‌ام-بنابر این، باید احساس کنم که بازنده‌ام. کوهن می‌گوید باید در کبرا، ممکن است بیانگر ضرورت کلی باشد. مراد از ضرورت کلی، «صادق در همه جهان‌های ممکن» است؛ یعنی ممکن است مراجع، خواستار این باشد که هیچ موقعیتی وجود نداشته باشد که او در آن موقعیت، در کسب موفقیت، ناکام باشد. این احساس، حاکی از نوعی ضرورت معرفتی است؛ یعنی مراجع نمی‌تواند وضعیتی را تصور کند که در آن ناموفق باشد. او ناموفق بودن خود را در امتحان، محال می‌داند؛ از این رو، وضعیت ناموفق بودن، برای او تحمل‌ناپذیر است. تحمل‌پذیر بودن، مستلزم امکان است و مراجع، نسبت به شکست، یک نه مذاکره‌ناپذیر می‌گوید. (مغالطه خشک مزاجی^{۴۸}) همچنین در موارد دیگر ممکن است باید، دارای سوئی وظیفه‌شناختی باشد؛ مثلاً ممکن است مراجع به دنبال تقاضایی کمال‌طلبانه (مغالطه کمال‌طلبی^{۴۹})، احساس کند که وظیفه یا الزام دارد که موفق شود. در این وضعیت، احساس مراجع این است که من هرگز نباید دیگران را ناامید کنم. کوهن می‌گوید هر دو احساس باید هستی‌شناسی و وظیفه‌شناختی، اغلب در احساسات عمیق اضطراب، افسردگی، گناه، خشم و دیگر احساسات منفی و مخرب، ریشه دارند. (Cohen, 2024: 3)

(LBTC) در مقابله با قیاس‌های عملی خود-تخریب‌گر، درفرآیند درمان و مشاوره، شش گام متوالی برمی‌دارد که به اجمال بدان‌ها اشاره می‌کنیم: ۱. صورتبندی استدلال عاطفی (قیاس عملی) مورد استفاده مراجع، که سبب شده‌است تا وی به شیوه‌های خود-شکن احساس و عمل کند؛ ۲. شناسایی مغالطه‌های عمده موجود در مقدمات مراجع که سعادت شخصی و بینا-شخصی او را تباه

46. ontological

47. deontological

48. can't-stipation

49. demanding perfection

کرده است؛ ۳. ابطال آن مغالطه‌ها از طریق اثبات مغالطه بودن، یعنی غیرعقلانی بودن آن‌ها؛ ۴. شناسایی فضیلت راهنمایی که می‌تواند مغالطه مراجع را کنار زند و زندگی سعادت‌مندانه‌تری را برای وی به ارمغان آورد؛ ۵. کمک به مراجع برای اتخاذ فلسفه‌ای که فضایل راهنما وی را ارتقاء بخشد؛ ۶. کمک به مراجع برای طراحی نقشه‌ای عینی و ملموس جهت به اجرایی کردن فلسفه‌ای که برگزیده است. (Cohen, 2014: 2)

۴. فضایل راهنما^{۵۰} در (LBTC)

پیش‌تر گفتیم که کوهن وجه تمایز شیوه درمانی خود را در قیاس با شیوه درمان آلبرت ایس، کاملاً فلسفی بودن آن می‌داند. چنان که دیدیم، استفاده از قیاس عملی ارسطو و تبیین منطقی ارتباط میان باورها، عواطف و رفتارها، به جای تبیین علّی آن‌ها، یکی از جنبه‌های مهم کاملاً فلسفی بودن رویکرد کوهن است. توجه به فضایل عقلانی و اخلاقی، جنبه مهم دیگری است که وجه تمایز بسیار مهمی را در رویکرد درمانی کوهن ایجاد می‌کند. او این وجه تمایز را از چیزی وام گرفته است که آن را روانشناسی مثبت‌نگر می‌نامد. وی اذعان می‌کند که (LBTC) نخستین رویکردی نیست که ایده روانشناسی مثبت‌نگر فضیلت‌محور را، که به خوبی در فلسفه‌های افلاطون و ارسطو تثبیت شده، مطرح کرده است؛ وی به طور خاص، به رواج این ایده توسط مارتین سلیگمن اشاره می‌کند. با این حال، به زعم کوهن، (LBTC) نخستین رویکرد درمانی است که به نحو نظام‌مند، میان فضایل و اندیشه‌های غیرعقلانی مراجعان ارتباط برقرار می‌کند. مراد وی از اندیشه‌های غیرعقلانی، اندیشه‌هایی است که سبب می‌شوند تا مراجعان احساسات و عواطف خودشکنی مانند افسردگی، اضطراب شدید، احساس گناه فرسایشی و خشم را تجربه کنند. (Cohen, 2013a: 144) کوهن خود تصریح می‌کند که هدف اصلی درمان و مشاوره منطق‌محور فقط این نیست که به افراد کمک کند تا بر احساسات و عواطف فرساینده و خودتخریب‌گر فائق آیند؛ بلکه (LBTC) بر آن است تا آرزوی فضیلت‌مندانه زیستن را نیز در آنان پیرواند. (Cohen, 2016: xviii)

در این جا به درستی، دو پرسش مطرح می‌شود: نخست این که چرا کوهن رویکرد درمانی خود را با روانشناسی مثبت‌نگر همسو می‌داند و دیگر این که چرا در این روانشناسی نیز متوقف نمانده و بین روانشناسی مثبت‌نگر مورد نظر خود و آنچه با نام سلیگمن پیوند خورده، فرق نهاده و منتقد این نهضت نیز هست؟ پاسخ پرسش نخست این است که به اعتقاد حامیان روانشناسی مثبت‌نگر، روانشناسی سنتی راه خود را گم کرده است؛ زیرا روانشناسی سنتی در ترمیم آسیب‌های روانی مراجعان، بر مدل بیماری ناشی از سوءکارکرد انسان، تمرکز می‌کند. اشکال چنین تمرکزی، محدودیت آن است؛ یعنی روانشناسی سنتی به فرد شکوفا و جامعه رشدیافته، بی‌توجه است. پیامد این بی‌توجهی، متوقف ماندن در ترمیم آسیب و بی‌تعهدی نسبت به تعالی شخصیتی مراجعان و پرورش ویژگی‌های شخصی مثبت

⁵⁰. guiding virtues

(فضایل) در آنان است. کوهن در استفاده از مدل بیماری، در برخورد با مراجعان، منتقد روانشناسی سنتی و همسو با روانشناسی مثبت نگر است. در پاسخ به پرسش دوم، چنان که پیش تر اشاره شد، کوهن بر آن است که توجه به فضایل، در (LBT) به نحو نظام مند است؛ بدین معنا که با مشکلات مراجعان، به نحو جدی و بنیادی برخورد می کند و می کوشید تا مغالطاتی را که آنان را در وضعیت خودشکن فعلی قرار داده یا هر نوع مغالطه دیگری را که ممکن است منجر به مشکلات شناختی، عاطفی و رفتاری شود، شناسایی و ابطال کند؛ بر خلاف روانشناسی مثبت نگر متعارف از نوع مورد نظر سلیگمن، که تنها پس از دچار شدن مراجعان به رنج های حاصل از مشکلات پیش گفته، به شناسایی و درمان اندیشه های خودشکن و غیرعقلانی آنان می پردازد؛ بدون توجه به مشکلات جدی و بنیادی نهفته در پس و پشت این اندیشه ها و آشکار ساختن نقص منطقی قیاس های عملی مبتنی بر آن ها. (Zinaich, 2019: 2-3)

در مقام جمع بندی تمایز موجود میان درمان و مشاوره منطبق محور کوهن و دیگر رویکردهایی که کوهن از آن ها الهام گرفته است، یعنی درمان شناختی-رفتاری (CBT)، درمان عقلانی-عاطفی-رفتاری (REBT) و روانشناسی مثبت نگر، می توان گفت که: «رویکردهای کلاسیک شناختی-رفتاری مانند (REBT) و (CBT) از جهت کمک به مراجعان، در خصوص شناسایی و ابطال باورهای غیرعقلانی خود، بر مسیر درست بودند. با این حال، این نظریه ها می بایست با پیشبرد مجموعه ای از فضایل متعالی راهنما، تشخیص تمایلات غیرعقلانی خاص مراجعان و پاسخ به آن تمایلات، رویکردهای خود را فراتر می بردند. این جاست که (LBT) روانشناسی (یا فلسفه) مثبت نگر خود را در پیکره رویکرد مشاوره ای شناختی-رفتاری خود، تنیده است. (Cohen, 2013a: 145)

در مقاله ای که پیش تر بدان اشاره شد، به مغالطات اصلی شناسایی شده توسط کوهن و فضایل متناظر با آن ها پرداخته ام؛ از این رو، در این جا صرفا از باب یادآوری، نخست جدول مغالطات و فضایل متناظر کوهن را ارائه می دهم (Cohen, 2013b: 117) و سپس با توجه به موضوع اصلی مقاله، به تفصیل، بر تفسیر کوهن از فضایل، متمرکز می شوم.

مغالطات اصلی و فضایل متعالی آن ها

مغالطات اصلی	فضایل متعالی
کمال طلبی	امنیت متافیزیکی (امنیت درباره واقعیت)
مصیبت تراشی	شجاعت (در مواجهه با شر)
پست شمردن (خود، دیگران و جهان)	احترام (به خود، دیگران و جهان)
به هر سازی رقصیدن	اصالت (آدم خود بودن)
خشک مزاجی	ملایمت (میان روی)
مضطرب سازی وظیفه مندان	خلاقیت اخلاقی (در مواجهه با حل معضلات اخلاقی)
بهره برداری کردن	قدرت مندسازی (دیگران)

خود را محور جهان پنداشتن	همدلی (پیوند با دیگران)
ساده سازی بیش از حد واقعیت	داوری خوب (ارزیابی غیرمغرضانه در امور عملی)
تحریف احتمالات	آینده نگری (در ارزیابی احتمالات)
حدس کور	علمی بودن (در ارائه تبیین ها)

به منظور آگاهی از معنای دقیق تر فضایل گردآوری شده توسط کوهن، در ادامه به تعریفی که وی از آن ها ارائه داده است، می پردازیم: ۱. **امنیت متافیزیکی** به این معناست که بپذیریم در جهان واقع، نواقصی وجود دارد. انسان برخوردار از امنیت متافیزیکی، خطاپذیری و محدودیت های انسانی خود و دیگران را می پذیرد و انتظار ندارد که جهان کامل باشد. او درباره امکان های واقع گرایانه، امیدوار باقی می ماند و در مواجهه با عدم قطعیت جهان، سر فرو نمی آورد. او شدیداً طالب معرفت است، اما از ناتوانی خود در دانستن همه چیز، دل سرد نمی شود. چنین انسانی در صدد نیست تا چیزی را که فراتر از توان اوست، ضبط و مهار کند، بلکه تنها بر نیکوتر ساختن چیزی که در ضبط و مهار اوست، متمرکز می شود؛ ۲. **شجاعت** رویارویی با ناملایمات است. بدون کم یا زیاد ارزیابی کردن خطر. بدین معنا که ترس از امور به حد معقول، و مواجهه با خطر، به اقتضای موقعیت باشد. شخص شجاع، شر را مفهومی نسبی می انگارد و بر اساس این تلقی، می پذیرد که امور، همواره ممکن بود بدتر باشند و این که امور، مطلقاً بد یا بدترین چیز در جهان نیستند. چنین فردی تمایل دارد از از بداقبالی های خود درس بیاموزد و از آن ها ارزش مثبت استخراج کند. او برای خوب زیستن، مخاطرات معقول را پذیراست؛ ۳. **احترام** یعنی به جای این که واقعیت امور، از جمله واقعیت انسان را بی ارزش و حقیر بشماریم، میل به فراروی از این وضعیت داشته باشیم و خوبی و عظمت امور را جستجو کنیم. احترام جهانی، به معنای اجتناب از ارزش گذاری کل، بر اساس جزء و مطلوب دیدن امور، بر اساس تصویر بزرگتر کیهانی است. احترام به خود، مستلزم آن است که بر اساس درک عمیق فلسفی از ارزش و منزلت انسان، خود را بی قید و شرط بپذیریم و احترام به دیگران بدین معناست که این ارزش و منزلت بی قید و شرط را به دیگر انسان ها تعمیم دهیم؛ ۴. **اصالت** به معنای مستقل و آزادانه زیستن، بر اساس انوار خلاقانه خود فرد است. در مقابل به هر سازی رقصیدن و هم رنگ جماعت شدن، به بهای از دست دادن خود. فرد اصیل، چرخ دنده ای در نهادهای اجتماعی نیست. او فردیت خود را ارج می نهد و سبک زندگی دموکراتیک و آزادی های ذاتی شخصی را ارزشمند می شمارد و در عین حال، مسئولیت خود را در قبال زندگی خویش، در پس بهانه های موجبیت گرایانه، پنهان نمی کند؛ ۵. **ملایمت** به معنای ضبط و مهار عقلانی اعمال، عواطف و اراده خود است. شخص با گفتن این که نمی توانم جور دیگری عمل کنم، امکان های شادکامی خود را از میان می برد؛ مثلاً ممکن است به آسانی عصبانی شود، تحت فشار قرار گیرد، زیاد بخورد و زیاد بیاشامد تا با سربازدن از تلاش، خود را از پیشرفت بازدارد. در مقابل، شخص می تواند با کسب فضیلت ملایمت، بر چنین نمی توانم های بازدارنده، غلبه کند و زندگی جسمی، ذهنی و روحی

خود را در ضبط و مهار گیرد؛ ۶. **خلافت اخلاقی** عبارت است از درک فلسفی اخلاق و معیارهای اخلاقی، مدارا با ابهام و عدم قطعیت انتخاب‌های اخلاقی، توانایی تنظیم زندگی به روش‌های سازنده و خالی از اشکال، اراده آزمودن روش‌های نوین رفع دغدغه‌ها و سرانجام، توجه به رفاه، علایق و نیازهای دیگران؛ ۷. **قدرت‌مندسازی** بدین معناست که با دیگران به عنوان فاعل‌های عاقل و مختار رفتار کنیم، نه این‌که برای رسیدن به خواسته‌های خود، با بازی قدرت، ارعاب و فریب، از آنان بهره‌برداری کنیم. فاعل عاقل و مختار دیدن دیگران، یعنی در قبال آنان، به جای واداشتن، از توصیه و به جای تهدید، از متقاعدکردن به وسیله استدلال عقلانی، بهره جوییم، حقوق آنان را برای رضایت‌مندی آگاهانه به رسمیت بشناسیم و به حق آنان در برخورداری از رفتار عادلانه، حتی در منازعات جدی، احترام بگذاریم؛ ۸. **همدلی** به این معناست که از طریق اتصال‌شناختی، احساسی و روحی با ساحت انفسی دیگران،^{۵۱} از جهان خودمحور فراتر روییم. فراروی از جهانی که خود را محور آن می‌دانیم، به معنای رها کردن این ایده خودشکن است که تنها ارزش‌ها، علایق، ترجیحات و باورهای من، اهمیت و اعتبار دارد. این فراروی، شرط فضایل دیگری مانند احسان، دوستی و قدردانی است؛ ۹. **داوری خوب** به معنای توانایی تشخیص عینی و بی‌طرفانه در مسائل عملی است. در مواردی که داوری انسان‌های دیگر در میان است، داوری خوب بدین معناست که به جای داوری کلیشه‌ای و متعصبانه، منصفانه و همدلانه داوری کنیم. فردی که از فضیلت داوری خوب برخوردار است، واقع‌بین، فهیم، آزاداندیش، خلاق و سازنده است؛ ۱۰. **آینده‌نگری** عبارت است از توانایی تعمیم‌هایی در مورد جهان مادی و پیش‌بینی‌هایی در مورد آینده که با توجه به واقعیت‌های شناخته شده، وقوع آن‌ها محتمل است. شخصی که فضیلت آینده‌نگری برخوردار است، می‌تواند در تصمیم‌گیری‌های زندگی، با موفقیت از آن بهره جوید. چنین فردی قادر است تا به نحو موثر، با این جهان مادی فاقد قطعیت و آغشته به درجات احتمال، کنار بیاید؛ ۱۱. **علمی بودن** به معنای توانایی اعمال روش نقادانه و علمی در تبیین چرایی‌ها و دلایل وجود است. انسان علمی تشخیص می‌دهد که تبیین‌های علمی و دینی می‌توانند سازگار باشند، اما این سازگاری نباید به سمت خرافات، سحرپنداری، تعصبات دینی و دیگر روش‌های غیرعلمی تبیین واقعیت، میل کند. شخص برخوردار از فضیلت علمی بودن، تمایل دارد به جای تکیه بر واکنش‌های شخصی احساسی مانند ترس یا گناه، بر شواهد مؤید تکیه می‌کند.

(Cohen, 2007: 9-10)

پس از آشنایی با تعریفی که کوهن از فضایل مورد نظر خویش ارائه داده است، نخستین امری که لازم است در باب رویکرد فضیلت‌محور کوهن بدانیم این است که درک و تفسیر وی از فضایل، بر درک ارسطویی فضایل مبتنی است. او خود در اشاره بدین امر می‌گوید که به اعتقاد وی «فضایل راهنما، عادات یا تمایلاتی هستند که از طریق تمرین کسب شده‌اند و متضمن توانایی انسانی برتر یا تعالی

⁵¹. the subjectivity of others

^{۵۲} هستند. همچنین، هر یک از فضایل، اعتدال طلایی^{۵۳} ارسطویی است، میانه افراط و تفریط؛ مثلاً انسان‌های برخوردار از امنیت متافیزیکی، نه مخاطرات را بزرگنمایی می‌کنند و نه آن‌ها را تقلیل می‌دهند، بلکه در خلال جستجوی اعتدال، در میانه این دو افراط، مخاطرات را عاقلانه ارزیابی و بر اساس آن، عمل می‌کنند. به علاوه، در میان فضایل، تداوم وجود دارد، تا آن‌جا که عقلانیت در یک جنبه زندگی شخص، به عقلانیت در جنبه دیگر منجر می‌شود؛ مثلاً ارزیابی عقلانی خطرکردن، به ضبط و مهار عقلانی ترس منجر می‌شود. یعنی شجاعت. بدین ترتیب، به مراجعانی که تقلا می‌کنند تا از امنیت متافیزیکی بیشتری برخوردار گردند، کمک خواهد شد تا شجاعت‌تر نیز شوند و برعکس.» (Cohen, 2013a: 145-146)

درک و تفسیر کوهن از فضایل، چهار ویژگی مهم دارد که توجه به آن‌ها مهم است. نخست این که به اعتقاد وی فضایل، آرمان‌هایی اخلاقی هستند که مراجعان می‌توانند آرزوی دستیابی بدان‌ها را خود پیروانند و به کمک آن‌ها به سطح بالاتری از عملکرد انسانی نایل آیند. دوم این که کوهن با استفاده از اصطلاحات سنتی ارسطویی، آشکار می‌سازد فضایی که وی مراجعان را بدان‌ها توصیه می‌کند، از سنخ اعتدال طلایی ارسطویی و میانه افراط و تفریطند؛ البته وی اذعان می‌کند که کسب چنین نگرشی و دستیابی به چنین نقطه اعتدالی در بستر مشاوره، به دلیل ضعف اراده مراجع، امر دشواری است. کوهن، برای غلبه بر این دشواری، تکنیک‌های رفتاری خاصی را توصیه می‌کند که مراجع می‌تواند به کمک آن‌ها، عادت‌های جدیدی را در خود ایجاد کند. ویژگی سوم، چنان‌که از رویکرد فضیلت‌گرایی کوهن انتظار می‌رود این است که داورهای یا اصول وظیفه‌محور^{۵۴} در تفسیر وی، اساسی تلقی نمی‌شوند، بلکه موضع او این است که آنچه اساسی است، داورهای فضیلت‌محور^{۵۵} است؛ مثلاً کوهن در توصیف افراد شجاع، آنان را کسانی می‌داند که اخلاقاً متعهدند و اعتقادات خود را در پای اموری که سهل‌تر و پرسودترند، قربانی نمی‌کنند. چهارمین و آخرین ویژگی تفسیر کوهن، استفاده وی از واژه متعالی،^{۵۶} برای توصیف جایگاه فضایل است. تعالی در کاربرد کوهن، برای اشاره به جایگاه متافیزیکی فضایل یا قراردادن فضایل در قلمروی فراتر از تجربه متعارف نیست، بلکه مراد وی این است که فضایل، راهنما هستند؛ به این معنا که فضایل، به مثابه آرمان‌هایی اخلاقی، به انسان‌ها کمک می‌کنند تا به سمت سطوح رفیع‌تر کمال حرکت کنند. (Zinaich, 2019: 3-4) به بحث تعالی، مجدداً بازخواهیم گشت.

دومین ویژگی رویکرد فضیلت‌محور کوهن، مواجهه کارکردی و عملگرایانه او با فضایل است. او خود در این باب می‌گوید علت این که فضایل یازده‌گانه، سطح ظرفیت انسانی را ارتقاء می‌دهند،

⁵². excellence

⁵³. golden mean

⁵⁴. deontic

⁵⁵. aretaic

⁵⁶. transcendent

کارآمدی^{۵۷} بیشتر آن‌هاست؛ مثلاً ارتباطات بیناشخصی که بر مغالطه‌های جهان حول محور من می‌چرخد، هم‌نوآوری کور و دستکاری مبتنی‌اند، ناکارآمد، غیرسازنده، ناخرسندکننده، مخرب و خودشکن هستند. در مقابل، ارتباطات بینافردی مبتنی بر درک همدلانه، ارتباط اصیل و توانمندسازی دیگران، سازنده و خرسندکننده‌اند و سبب می‌شوند تا مردم با هم سازگارتر شوند، علایق متقابل خود را بهتر برآورده سازند و به لحاظ فکری و عاطفی، رشد کنند. انسان‌ها، با فضیلت‌مندتر شدن، شادکام‌تر خواهند شد؛ از این‌رو، فرد به اندازه‌فضایی که کسب کرده، شادکام است. کوهن در ادامه، به عمل‌گرایی (LBT) اشاره می‌کند و می‌گوید هدف درمانی (LBT) در زمینه ارتقای کارآمدی و اجتناب از ناکارآمدی ارتباطات فردی و بینافردی، آزمون مفیدی است در باب این‌که چه چیزی منطقی است. هم بر اساس منطق صوری و هم بر اساس منطق غیرصوری، انسان‌ها نمی‌توانند هم‌زمان، اهداف ناسازگار را محقق سازند؛ پس ناسازگاری اهداف در مقام نظر، به ناکارآمدی در مقام عمل می‌انجامد. در اینجا لازم است توجه کنیم که کوهن، احتمال وجود تفکر غیرمنطقی اما کارآمد و تفکر منطقی غیرکارآمد را نفی نمی‌کند، بلکه ادعای وی این است که علی‌الاصول، تفکر منطقی، به سمت کارآمدی میل می‌کند؛ زیرا در غیر این صورت، محل تردید بود که تکامل، انسان‌ها را در مسیر حیوان عاقل شدن، متحول ساخته باشد. (Cohen, 2013a: 146& 149-150)

سومین امر در باب فضایل مورد نظر کوهن این است که وی فضایل را به دو مجموعه پایه تقسیم می‌کند و البته، همان‌طور که تا کنون مشخص شده‌است محتوا یا چشم‌انداز هر یک از فضایل، از ارتباط آن با یک مغالطه استخراج شده‌است. دو مجموعه پایه فضایل عبارتند از: ۱. فضایل رفتاری و عاطفی؛^{۵۸} ۲. فضایل استقرایی.^{۵۹} فضایل رفتاری و عاطفی، فضایی هستند که مراجع را از مغالطه‌های رفتاری و قواعد عاطفی، برمی‌کشند. این فضایل، غایبات و آمال انسانی کارآمد مراجعان را جایگزین مغالطه‌های اصلی موجود در مقدمه‌های قاعده یا کبرای استدلال‌های رفتاری و عاطفی آنان می‌کنند؛ بر این اساس، درمان منطق محور این فضایل را رفتاری و عاطفی می‌نامد. کوهن امنیت متافیزیکی، اصالت، همدلی، شجاعت، احترام، ملایمت، دوراندیشی^{۶۰} (خرد عملی) و توانمندسازی را از جمله فضایل رفتاری و عاطفی محسوب می‌کند. فضایل استقرایی، فضایی هستند که می‌توانند به مراجعان کمک کنند تا واقعیت‌هایی موجود در مقدمه‌های گزارش یا صغرای استدلال‌های عاطفی و رفتاری خود را بهتر مدیریت کنند. این فضایل، همان عادت گردآوری و گزارش اطلاعات تجربی، یعنی اطلاعات جمع‌آوری شده از طریق تجربه، هستند. فضایل استقرایی مشخصاً عبارتند از: عینیت، آینده‌نگری و علمی بودن. هر چند این فضایل، جدای از فضایل رفتاری و عاطفی تلقی می‌شوند، اما نباید تصور کرد که در بطن فضایل رفتاری و عاطفی گنجانده نشده‌اند؛ مثلاً میان دوراندیشی و عینیت

57. functionality

58. behavioral and emotional

59. inductive virtues

60. prudence

ارتباط روشنی وجود دارد و بر این اساس، مراجعی که از فضیلت استقرایی دروآندیشی یا خرد عملی برخوردار است، در گردآوری و گزارش واقعیت‌های تجربی، عینیت‌گراست. به عبارت دیگر، (LBT) در بحث اتصال فضایل، با ارسطو هم‌سخن است؛ بدین معنی که فضایل متعالی یازده‌گانه، با وجود تمایز منطقی، یک شبکه به‌هم‌پیوسته را تشکیل می‌دهند و هر یک متقابلاً، مؤید یکدیگرند. (Cohen, 2013a: 154 & 177)

۴-۱. تعالی و معنویت^{۶۱} در (LBTC) و ارتباط آن دو با فضایل

پیش‌تر اشاره کردیم که تعالی در (LBTC) به چه معنا نیست؛ اکنون در صددیم تا بیان کنیم که تعالی و به دنبال آن معنویت، در کاربرد کوهن چه معنایی دارد و ارتباط آن دو، با فضایل چیست. کوهن در تبیین تعالی می‌گوید که «در بستر زندگی هرروزی، احساسات‌شناختی مثبت نیز به‌وجود می‌آیند که زمینه‌ساز احساسات انسانی مثبت هستند. این احساسات شامل احساس غرور، آزادی، با هم بودن، تعلق، سرزندگی، موفقیت، پیروزی، نزدیکی (در روابط اجتماعی)، رضایت، عشق، همبستگی و وحدت هستند که با زبان مثبتی مانند زبان فضایی مثل امنیت، احترام، همدلی و توانمندسازی، همراهند. وقتی این احساسات مثبت در برابر پس‌زمینه احساسات منفی به‌وجود می‌آیند، حالت متعالی فائق آمدن بر درد و رنج موجود در جهان را به خود می‌گیرند. این جاست که می‌توانیم از معنویت در بستر (LBTC) سخن بگوییم.» (Cohen, 2024: 3)

چنان‌که می‌بینیم تعالی مورد نظر کوهن با امور فراتر از تجربه متعارف بشری سروکار ندارد، بلکه او تعالی و فراروی را به معنای غلبه بر درد و رنج موجود در جهان می‌داند که به مدد احساسات و عواطف مثبت و با زبان فضایل راهنما، امکان تحقق دارد. کسب فضایل راهنما منوط به آشنایی با اندیشه‌های فلسفی و کاربست آن‌هاست؛ البته کوهن تصریح می‌کند که فضایل راهنما هیچ‌گاه به‌طور کامل دست‌یافتنی نیستند، بلکه ماهیت آن‌ها، از سنخ آرزو و اشتیاق است. وی می‌گوید اندیشه‌های فلسفی وقتی به‌نحو پدیدارشناختی (از منظر ناظر درونی)، مراجع را با فضایل راهنما مرتبط سازند، تعالی بخش تلقی می‌شوند. از این منظر پدیدارشناختی، مراجع ارتباط میان اندیشه‌های فلسفی و فضایل راهنما را به عنوان ارتقاء یا تعالی، تجربه می‌کند و همراه با این تجربه، خود را از درد و رنج برآمده از مغالطه‌های اساسی، آزاد حس می‌کند. کوهن مدعی است که در این فرآیند، تجربه‌ای به‌شدت معنوی نهفته است؛ در عین حال، او این تجربه معنوی را بر اساس گرایش‌های اعتقادی مراجعان، بر دو گونه می‌داند. او می‌گوید اگر مراجعان، افرادی دین‌دار باشند و از فلسفه‌های دینی، به عنوان منبع الهام‌بخش فضایل راهنما، بهره‌جسته باشند، آن‌گاه تجربه معنوی آنان، عمیقاً دینی است؛ اما اگر مراجعان پذیرای فلسفه‌های غیردینی (فلسفه‌های غیرخداحور) نیز باشند، تجربه آزادی‌بخش آنان، همچنان، تجربه‌ای معنوی است. کوهن در بیان دلیل ادعای خود بدین امر متوسل می‌شود که مراجعان، نوعاً

⁶¹. spirituality

تجربه خود را به مثابه احساس آزادی یا سبکی توصیف می‌کنند؛ آرامش عمیق ذهن یا صفایی که با فضیلت راهنمای همه فضایل راهنما، همراه است: امنیت متافیزیکی. 1: (Cohen, 2024))

امنیت متافیزیکی در نگاه کوهن عبارت از احساس امنیت نسبت به خود واقعیت. به اعتقاد وی این احساس وقتی به وجود می‌آید که نقص‌ها و شکاف‌های موجود در جهان را پذیرا باشیم و بدانیم که: واقعیت انسانی ناقص است؛ همیشه نمی‌توان موفق شد؛ چیزهایی خارج از ضبط و مهار انسان وجود دارند؛ آینده به طور کامل در اختیار ما نیست؛ وقتی آینده به گذشته بدل می‌شود، نمی‌توان آن را بازگرداند؛ جهان حاوی درد و رنج است؛ رخنه‌هایی پرنشدنی در دانش بشر وجود دارد. (Cohen, 2024: 8)

کوهن در تحلیل ماهیت تجربه عمیقاً معنوی پیش گفته و شرایط دستیابی بدان، در خلال کاربست درمان و مشاوره منطق‌محور، با یک مثال آغاز می‌کند. او می‌گوید فردی را در نظر بگیرید که با یک رشته بدبختی خارج از ضبط و مهار، مواجه شده‌است: از دست دادن شغل و به دنبال آن، فشارهای خانوادگی و در نهایت، نابودی ازدواج. چنین فردی در خلوت خود، جهان را مکانی وحشتناک و سزاوار لعنت می‌یابد. او حتی ممکن است به پایان دادن همه بدبختی‌هایش بیندیشد؛ زیرا بر این باور است که تنها، جدا افتاده و بی‌هدف است و چیز چندانی ندارد که به خاطر آن، زندگی کند. او در عین حال، و در میانه این موقعیت ناگوار، می‌داند که به اندازه کافی پس‌انداز دارد تا بدون این‌که به خیابان رانده شود، از عهده گذران یک زندگی حداقلی، برآید. او همان‌طور که به این واقعیت کوچک می‌اندیشد، به یاد انسان بی‌خانمانی می‌افتد که در آلوده‌ترین وضعیت بهداشتی و در حالی که از عوارض بیماری سل رنج می‌برد، آواره خیابان‌هاست. او پیش‌تر هم، بی‌خانمان‌هایی دیده و با نگاهی تحقیرآمیز، به آنان نگرسته بود، اما اکنون و به دنبال مقایسه خود با آن فرد بی‌خانمان، نسبت به رنج آن مرد بیچاره، حساس‌تر شده‌است. چرا احساس او متفاوت شده‌است؟ زیرا رنج‌هایی که کشیده، توان همدلی و درک او را افزایش داده و در نتیجه، نگاه او نسبت به آن بی‌خانمان، دگرگون شده‌است. او به دنبال آگاهی از افزایش توان همدلی، زندگی خود را به گونه دیگری ارزیابی می‌کند؛ در این ارزیابی جدید، او خود را خوش‌اقبال و زندگی‌اش را پر بار و دارای لحظات خوب، می‌یابد. او ناگهان احساس می‌کند که فرازونشیب‌های زندگی را پشت سر گذاشته و اکنون با احساس سرزندگی و هیجان، آماده‌است تا از انسان‌های دیگر دست‌گیری کند و در قامت یک مددکار اجتماعی به خدمت آنان درآید. چنان‌که پیش‌تر نیز اشاره شد کوهن می‌گوید تجربه‌هایی از این دست، بر اساس فلسفه‌ای که منبع الهام فضایل راهنمای آن است یا تجربه‌ای معنوی خواهد بود یا علاوه بر معنوی بودن، صبغه دینی هم خواهد داشت. وی برای تبیین ادعای خود، به دو نوع فلسفه اشاره می‌کند. نخست از نیچه نقل می‌کند که رنج کشیدن را عامل شریف‌گردیدن آدمی می‌داند. به اعتقاد کوهن، چنین دیدگاه فلسفی‌ای به زندگی انسان مورد بحث، معنای جدیدی می‌بخشد و سبب تعالی‌یافتن او از رنج و فرازونشیب‌های زندگی می‌گردد. کوهن معتقد است که احساس تعالی چنین انسانی، طعم تجربه‌ای معنوی را دارد؛ زیرا به

جهانی که پیش تر، با لنزهای شناختی او تاریک به نظر می رسید، نور امید و سرزندگی تابانده است. به زعم کوهن، اگر تاریکی پیشین نبود، نور کنونی، تا این حد روشن و درخشان جلوه نمی کرد و درواقع، حتی امکان تحقق نمی یافت. او می گوید این تعالی، به قلب عمیق ترین تجربیات معنوی ما می رود و می تواند نشاط آور باشد. کوهن پس از تبیین چگونگی تحقق تجربه معنوی، بر اساس فلسفه ای غیردینی، به تبیین تأثیر فلسفه دینی می پردازد و می گوید وقتی فلسفه اثرگذار، خدامحور باشد، تعالی جستن از رنج ناشی از وجود زمینی، خصلت دینی به خود می گیرد؛ مثلاً فلوطین نوافلاطونی، از وحدت وجدآمیز با خداوند، سخن به میان می آورد که به زعم وی، از طریق فرآیند تصفیه روح حاصل می شود. به گفته فلوطین کسی که خدا را می بیند، غرق عشق او و مشتاق اتحاد با او و شیفته جذبه است. در عین حال، کوهن می گوید هر کسی نمی تواند این سنخ تجربه معنوی را به دست آورد، بلکه فرد ابتدا باید روح را از هوس ها و امیال بدنی (مثلاً امیال جنسی) رها سازد؛ زیرا این امیال به تعبیر آگوستین دست و پای نفس را می بندند و نفس را از هدف واقعاً سعادت مندانه دستیابی به وحدت با خدا، منحرف می سازند. در عوض، اتحاد پیش گفته با خداوند، از طریق پرورش فضایل خرد، عدالت، شجاعت و خوشتنداری حاصل می شود. کوهن، در عین حال می گوید که فرد ملزم نیست برای پذیرش دیدگاه عمیقاً مهم فلوطین، در خصوص ارتباط میان تلاش برای فضیلت مند شدن و تجربه ای که از تمایلات غیرعقلانی فرد فراتر می رود، رویکرد فلسفی-دینی وی را بپذیرد. در (LBTC) تجربه چنین تعالی ای نشان می دهد که فرد، دیدگاه فلسفی نشاط آوری یافته است که می تواند با کار سخت (شناختی-رفتاری) به پرورش فضیلت منجر شود. با این حال، فرد ملزم نیست برای مشاهده نور فضیلت و در نتیجه تصمیم گیری برای فضیلت مند شدن، از پیش فضیلت مند باشد. درواقع، خود این تجربه متعالی است که می تواند در وهله نخست به فرد انگیزه بدهد که فضیلت مند شود. بنابراین، انسان مثال قبلی، هنوز باید فرسنگ ها راه برود تا سفر به سوی فضیلتی را که در خاکی سفت قرار دارد، آغاز کند؛ اما در سفر است که فضیلت، خود را نشان می دهد و قوی تر می شود. بدین ترتیب، کوهن درمان و مشاوره منطق محور خود را نوعی مشاوره فلسفی معنوی تلقی می کند که با به کارگیری انبوهی از دیدگاه های فلسفی، برای اثرگذاری بر افرادی با زمینه ها و دیدگاه های مختلف اجتماعی و/یا دینی، بر ایجاد امنیت متافیزیکی، به عنوان هسته اصلی معنویت، تمرکز دارد. به زعم کوهن، (LBTC) می کوشد تا به مدد اثرگذاری دیدگاه های فلسفی متناسب با وضعیت مراجعان، تجربیات متعالی و نشاط آوری را که روح انسان را احیاء می کنند، در آنان به وجود آورد و به جای مغالطه های راکد و خودشکن، معانی جدیدی به آنان القا کند و سرانجام مراجعان را با فضایی آشنا سازد که می توانند از نظر شناختی، عاطفی و رفتاری، تغییرات سازنده ای در آنان ایجاد کنند. 9 & 3-4 (Cohen, 2024))

۵. ارزیابی نهایی

درمان و مشاوره منطق محور الیوت کوهن، با وجود نقاط قوتی که در این مقاله به تصویر کشیده شد، از ملاحظات و نقدهای گوناگون، مصون نمانده است؛ از جمله می‌توان به این موارد اشاره کرد:

۱. (LBTC) بیش از حد بر استدلال منطقی تأکید می‌کند و بُعد عاطفی-احساسی رنج‌های انسانی را نادیده می‌گیرد؛ به علاوه، بسیاری از اختلالات روانشناختی را نمی‌توان با توسل به تحلیل منطقی صرف، درمان کرد. به نظر می‌رسد این نقد وارد نیست؛ زیرا چنان که در مقاله دیگری نیز آورده‌ام، اولاً، کوهن نه تنها به بُعد عاطفی مشکلات مراجعان بی‌توجه نیست، که برخلاف درمان‌های روانشناختی دیگر، تنها به کشف علت مشکلات مراجعان بسنده نمی‌کند، بلکه در صدد یافتن دلیل آن‌ها نیز هست و این جاست که پای استدلال منطقی و کشف مغالطات به میان می‌آید. ثانیاً، کوهن برخلاف برخی از مشاوران فلسفی، تصریح می‌کند که مشاوره فلسفی قرار نیست جایگزین مشاوره روانشناختی باشد، بلکه سخن از هم‌افزایی فلسفه و روانشناسی است؛ او حتی ادعای بی‌نیازی مشاوره فلسفی را از روانشناسی، ادعایی متکبرانه محسوب می‌کند. (Cohen, 2004: 5-6).

۲. (LBTC) قادر نیست در خصوص کسانی که در وضعیت اختلالات روانشناختی حادث قرار دارند و از تروماهای عمیق رنج می‌برند، اثرگذار باشد، بلکه کارایی آن تنها محدود به مراجعانی است که از یک سو، مشکلات حادثی ندارند و از سوی دیگر، تمایلات فلسفی و عقلانی دارند. این نقد از دید کوهن مخفی نمانده است؛ به همین دلیل او بین درمان و مشاوره تمایز قائل شده و ورود به عرصه درمان را تنها برای کسانی مجاز شمرده است که پیش از گذراندن دوره‌های خاص در (NPCA)^{۶۲} در یکی از حوزه‌های مربوط به اختلالات روانی، دارای مدرک معتبر دانشگاهی باشند.

۳. (LBTC) در سنت‌های فلسفی غربی، به ویژه مکتب رواقی ریشه دارد؛ از این رو در خصوص افرادی با سنت‌های فرهنگی و فلسفی دیگر، کاربردی ندارد. مقاله حاضر به خوبی نشان می‌دهد که این نقد وارد نیست.

۴. اثربخشی و کارآمدی (LBTC) به حد کافی به محک تجربه زده نشده است و مؤیدات تجربی دال بر سودمندی آن در حدی نیست که بتوان آن را به عنوان روشی درمانی، در عرض روش‌های دیگر مطرح کرد.

۵. صلاحیت کسانی که در حوزه (LBTC) کار می‌کنند، محل تردید است و امکان دارد ورود و دخالت غیرحرفه‌ای آنان در فرآیند درمان و مشاوره، نه تنها سودمند نباشد، که اختلالات بیشتری را در مراجعان به وجود آورد. نگارنده دو نقد اخیر را بسیار جدی و خطرناک می‌داند؛ به ویژه در کشور ما که هیچ موسسه معتبری عهده‌دار آموزش مشاوران فلسفی نیست و هیچ نظارتی بر کسانی که خود را

⁶². The National Philosophical Counseling Association

مشاور فلسفی می‌نامند، وجود ندارد. آسیب‌شناسی مشاوره فلسفی در ایران موضوعی است که در مقاله دیگری بدان خواهیم پرداخت.

به نظر می‌رسد با وجود جدی بودن بخشی از نقدهای پیش گفته، همچنان می‌توان اذعان کرد که درمان و مشاوره منطق محور الیوت کوهن، یکی از تلاش‌های موفق و یکی از مصادیق بارز کاربست اندیشه‌های فلسفی، در مواجهه با مسائل واقعی و ملموس زندگی است. او با تلفیق روانشناسی، روان درمان‌گری و فلسفه، شیوه‌ای را ابداع کرده است که به‌زعم صاحب این قلم، دربردارنده مزایای روش‌های دیگر است، در حالی که کاستی‌های آن‌ها را ندارد. (LBTC) همه مراجعان را به‌صورت پیش فرض، بیمار انگاری نمی‌کند؛ به یافتن علل احساسات و عواطف و رفتارهای مخرب مراجعان، بسنده نمی‌کند، بلکه با کشف استدلال‌های مغالطه‌آمیز مراجعان، درصد است تا مشکلات آنان را از ریشه، مرتفع سازد؛ به استقلال عاطفی و فکری مراجعان حرمت می‌نهد و برخلاف روش‌های درمانی رایج، مراجعان را در یک فرآیند طولانی بدون زمان و در وضعیت وابسته عاطفی-فکری درمانگر، رها نمی‌کند؛ با وجود این که هدف گذاری آن کمک به مراجعان برای غلبه بر احساسات و عواطف فرساینده و خودتخریب‌گر است، در این هدف متوقف نمی‌ماند، بلکه با معرفی فضایل راهنما، افق جدید و گسترده‌ای در مقابل دیدگان مراجعان می‌گشاید؛ برخلاف فیلسوفان دانشگاهی، جایگاه فلسفه را چنان بالا نمی‌برد که آن را از دسترس خارج سازد و از پرداختن به مشکلات ملموس و هرروزی انسان‌ها بازدارد؛ یک نظام فلسفی را بر نظام‌های فلسفی دیگر برتری نمی‌دهد و در نتیجه، نه مراجعان را تک‌بعدی می‌خواهد و نه امکان کاربست این روش درمانی را از پیروان فرهنگ‌ها و سنت‌های فلسفی دیگر سلب می‌کند.

۶. نتیجه‌گیری

در مقاله حاضر با هدف به تصویر کشیدن یکی از روش‌های کاربردی فلسفه، به طور خاص، به جایگاه فضایل، تعالی و معنویت، در درمان و مشاوره منطق محور کوهن، پرداخته شده است. مقاله، با تبیین ارتباط (LBTC) با گونه‌های عامتری که (LBTC) از آن‌ها منشعب شده و بیان با شباهت‌ها و تفاوت‌های آن با همگنانش آغاز شده است. سپس مراحل ششگانه (LBTC) به اجمال بیان شده تا مدخلی باشد برای ورود به این بحث که فضایل، تعالی و معنویت چگونه در (LBTC) موضوعیت می‌یابند. سرانجام نشان داده است تعالی و معنویت چگونه با تعریف خاصی که کوهن از آن‌ها مراد می‌کند، راه را برای ورد نظام‌های فلسفی مختلف الهی و غیرالهی، می‌گشاید. شاید بتوان نوآوری مقاله حاضر را توجه دادن به نکته اخیر تلقی کرد؛ زیرا در این صورت، جا دارد درمان و مشاوره منطق محور، به دلیل امکان سازگاری با مؤلفه‌های فرهنگی، فلسفی و دینی ما، مورد توجه جدی متعاطیان فلسفه اسلامی قرار گیرد و به آن به عنوان فرصتی نگریسته شود که می‌تواند کارآمدی فلسفه اسلامی را افزایش دهد.

References

APA Div. 12, Society of Clinical Psychology, (2017). <https://www.apa.org/ptsd-guideline/patients-and-families/cognitive-behavioral>

Cohen, Elliot D. (2014). «Logic-Based Therapy to Go, A step-by-step primer on how LBT can work for you», <https://www.psychologytoday.com/us/blog/what-would-aristotle-do/201403/logic-based-therapy-go>

Cohen, Elliot D. (2024). «The Spirituality of Logic-Based Therapy», *Religions*, 15, 92. <https://doi.org/10.3390/rel15010092>.

Cohen, Elliot D. (2022). *Cognitive-Behavioral Interventions for Self-Defeating Thoughts: Helping Clients to Overcome the Tyranny of «I Can't»*. London: Routledge.

Cohen, Elliot D. (2013a). *Theory and Practice of Logic-Based Therapy: Integrating Critical Thinking and Philosophy into Psychotherapy*, New Castle upon Tyne: Cambridge Scholars Publication.

Cohen, Elliot D. (2013b). *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, Edited by Elliot D. Cohen, and Samuel Zinaich, Jr. , Cambridge Scholars Publishing.

Cohen, Elliot D. , (2016). *Logic-Based Therapy and everyday Emotions*, Copyright © by Lexington Books, Printed in the United States of America.

Cohen, Elliot D. (2007). «The Metaphysics of Logic-Based Therapy», http://npcassoc.org/docs/ijpp/metaphysics_of_LBT10V3N1.pdf

Cohen, Elliot D. (2004). «Philosophy with Teeth: The Be Wedding of Philosophical and Psychological Practices», *International Journal of Philosophical Practice* Vol. 2, No. 2, Spring.

Ellis, Albert, (2002). *Overcoming Resistance A Rational Emotive Behavior Therapy Integrated Approach, 2nd Edition*, Springer Publishing Company, United States of America.

Ellis, Albert, and Debbie Joffe Ellis, (2019). *Rational Emotive Behavior Therapy, 2nd Edition, Printed in the United States of America*.

Freeman, Arthur, Editor-in-Chief, (2005). *Encyclopedia of Cognitive Behavior Therapy*, Springer Science + Business Media, Inc. United States of America.

Linley, P. Alex and Stephen Joseph, edited by, (2004). *Positive Psychology in Practice*, Published by John Wiley& Sons, Inc. , Hoboken, New Jersey.

Lippert-Rasmussen, Kasper, Kimberley Brownlee and David Coady (2017). *A Companion to Applied Philosophy*, John Wiley& Sons, Ltd, UK.

Sharma, Anjali, (2016). «Philosophical counseling: A form of applied philosophy», *International Journal of Applied Research*, 2 (12): 623-625.

Zinaich, Samuel Jr. (2019). «Cohen on Logic-Based Therapy and Virtues», *International Journal of Philosophical Practice*,

<https://2021.npcassoc.org/wp-content/uploads/2019/02/Zinaich-Cohen-on-Logic-and-the-Virtues.pdf>

Zinaich, Samuel Jr. (2005). 'Elliot D. Cohen on the Metaphysics of Logic-Based Therapy», *International Journal of Philosophical Practice*,

https://npcassoc.org/docs/ijpp/Cohen_on_the_Metaphysics_of_Logic-Based_TherapyV3N1.pdf

پیش از انتشار