

خودآگاهی هیجانی و معرفت نفس: بررسی تطبیقی دیدگاه‌های گلمن و ملاصدرا

فائزه حقی *

منصور ایمانیپور **

وحید داوری چهارده ***

DOI: 10.22096/ek.2026.2083397.1613

[تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۱۰/۱۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۴/۲۴]

چکیده

پژوهش حاضر به تحلیل تطبیقی مفهوم خودآگاهی هیجانی در نظریه دانیل گلمن و معرفت نفس در حکمت متعالیه ملاصدرا می‌پردازد. یافته‌ها نشان می‌دهد که هر دو دیدگاه بر اهمیت خودآگاهی تأکید دارند، اما در عمق، گستره، مبانی و غایت تفاوت‌های بنیادینی دارند. خودآگاهی هیجانی به مثابه مهارتی روان‌شناختی بر شناخت و مدیریت هیجانات برای بهبود عملکرد فردی و اجتماعی تمرکز دارد. در مقابل، معرفت نفس نزد ملاصدرا سفر وجودی و فرآیندی پویا از طریق علم حضوری به ذات خویش است که نفس را در مسیر حرکت جوهری به سوی کمال حقیقی و تجرد هدایت می‌کند. فرضیه نوشتار حاضر این است که «کیفیات نفسانی» ملاصدرا شباهت معناداری با مفهوم «هیجان» در روان‌شناسی معاصر دارد. در گام بعد با استناد به عبارات صریح ملاصدرا درباره «وجدان» و «علم حضوری به کیفیات نفسانی» نشان داده می‌شود که خودآگاهی هیجانی گلمن - به‌ویژه در جنبه «توجه لحظه‌به‌لحظه بی‌واسطه» - را می‌توان مصداقی از همان علم حضوری نفس به کیفیات خود دانست. هرچند تفاوت در چهارچوب تبیین و غایت باقی است. این مطالعه با روش تحلیلی-تطبیقی و با اتکا به منابع کتابخانه‌ای انجام شده است.

واژگان کلیدی: خودآگاهی؛ عقل عملی؛ علم حضوری؛ کیفیات نفسانی؛ توجه لحظه به لحظه بی‌واسطه.

* دانشجوی دکتری فلسفه و کلام اسلامی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران. (نویسنده مسئول)

Email: faezehaghi69@gmail.com

** استاد گروه فلسفه و حکمت اسلامی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران.

*** دکتری تخصصی فلسفه و کلام، دانشگاه شهید مدنی، تبریز، ایران.

Email: v.davari110120@gmail.com



۱. مقدمه

شناخت خود به مثابه اساسی‌ترین و در عین حال پیچیده‌ترین عرصه معرفت بشری، همواره در کانون توجه متفکران در حوزه‌های گوناگون فکری قرار داشته است. این پرسش بنیادین که «من چه کسی هستم؟» در دو سنت علمی و فلسفی، پاسخ‌هایی متمایز و در عین حال قابل تأمل یافته است. از یک سو، روان‌شناسی معاصر به‌ویژه در شاخه‌های شناختی و مثبت‌نگر با رویکردی تجربی و کاربردی به تبیین سازه‌هایی مانند «خودآگاهی» و «هوش هیجانی» پرداخته است. در این میان، نظریه دانیل گلمن در مورد خودآگاهی هیجانی به دلیل تأکید بر مدیریت عملی هیجانات و انطباق با مقتضیات زندگی مدرن به یکی از پرنفوذترین چهارچوب‌ها در حیطه روان‌شناسی کاربردی بدل شده است. از سوی دیگر در سنت فلسفه و عرفان اسلامی، مفهوم «معرفت نفس» نه تنها به عنوان یک موضوع فلسفی، بلکه به مثابه بنیادی برای خداشناسی، جهان‌شناسی و سلوک عملی مورد توجه قرار گرفته است؛ از این رو ملاصدرا در به روایت معروف معرفت نفس («مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ») تمسک می‌جوید.^۱

با وجود فاصله تاریخی و روش‌شناختی میان این دو حوزه، پرسش قابل تأملی که این پژوهش در پی پاسخ به آن است، امکان گفت‌وگوی بینارشته‌ای و تحلیل تطبیقی میان این دو سنت است. آیا می‌توان میان «خودآگاهی هیجانی» به عنوان مهارتی روان‌شناختی برای مدیریت زندگی این جهانی و «معرفت نفس» به عنوان سفر وجودی برای نیل به کمال مطلق، نسبت و ارتباطی معنادار برقرار کرد؟

هدف اصلی این پژوهش، انجام دادن تحلیل تطبیقی میان این دو منظومه فکری است. اهداف فرعی عبارت‌اند از: ۱) تبیین جایگاه خودآگاهی هیجانی گلمن در بستر تحول مفهوم خودآگاهی در روان‌شناسی معاصر، ۲) واکاوی پیشینه مفهوم معرفت نفس در فلسفه و عرفان اسلامی و تبیین نظام‌مند دیدگاه ملاصدرا و ۳) شناسایی نقاط تلاقی و تمایز بنیادین این دو دیدگاه.

فرضیه تحقیق چنین است: خودآگاهی هیجانی گلمن و معرفت نفس ملاصدرا دو مقوله متمایز در چهارچوب تبیین و غایت هستند، اما در نوع آگاهی (به‌ویژه در جنبه «توجه لحظه‌به‌لحظه بی‌واسطه») اشتراک معناداری دارند. این اشتراک، امکان گفت‌وگوی بینارشته‌ای را فراهم می‌آورد، بدون آنکه یکی فروکاسته به دیگری شود.

۱. صدرالدین محمد شیرازی، شرح اصول الکافی، جلد ۴ (تهران: مؤسسه مطالعات و تحقیقات فرهنگی، ۱۳۸۰).

همچنین خودآگاهی هیجانی گلشن، با وجود محدودیت در عمق و غایت، از حیث توجه به حالات درونی (هیجانات) و کارکرد تنظیم‌گری، می‌تواند بخشی کاربردی و متناظر با مراحل ابتدایی و مرتبط با قوه شوقیه در سفر وجودی معرفت نفس ملاصدرا قلمداد شود.

ضرورت و نوآوری پژوهش حاضر در این است که از یک سو با ارائه پیشینه‌ای منسجم از هر دو سنت، بستر لازم برای مقایسه‌ای عمیق را فراهم می‌کند و از سوی دیگر با عبور از تقلیل‌گرایی (فلسفی دیدن روان‌شناسی یا روان‌شناختی دیدن فلسفه) به دنبال کشف نسبت‌های ممکن و معنادار میان این دو پارادایم در یکی از کلیدی‌ترین موضوعات مشترکشان، یعنی «خودآگاهی»، است. این تحقیق می‌تواند افق‌هایی برای پژوهش‌های بینارشته‌ای آینده در حوزه روان‌شناسی مثبت، فلسفه ذهن و حکمت عملی بگشاید.

۲. خودآگاهی هیجانی در روان‌شناسی

خودآگاهی به عنوان ظرفیت بنیادین انسان برای بازتاب و توجه به حالات درونی، افکار، احساسات و انگیزه‌های خویش از مفاهیم محوری در تاریخ روان‌شناسی بوده و در چهارچوب‌های نظری گوناگون، صورت‌بندی‌های متفاوتی یافته است.

۲-۱. مروری بر سیر مفهوم خودآگاهی در روان‌شناسی معاصر

در روان‌کاوی کلاسیک، زیگموند فروید با تمایز نهاد، خود و فراخود، خودآگاهی را محدود به سطح «خود» (ایگو) می‌دانست و معتقد بود بخش عمده‌ای از زندگی روانی در قلمرو ناخودآگاه و خارج از دسترس آگاهی مستقیم جریان دارد. از این منظر، نقش تحلیلگر، کمک به مراجع برای آگاهی‌یافتن از تعارض‌های ناخودآگاه و مکانیسم‌های دفاعی بود.^۲

روان‌شناسی انسان‌گرا با تأکید بر تجربه ذهنی و اراده آزاد، به خودآگاهی نقشی محوری و مثبت بخشید. کارل راجرز^۳ با طرح مفاهیم «خودپنداره» و «خود آرمانی»، بر اهمیت «همخوانی» بین تجربه واقعی فرد و خودپنداره او تأکید کرد و معتقد بود خودآگاهی اصیل در بستری از پذیرش غیرشرطی و همدلی حاصل می‌شود. در این دیدگاه، خودآگاهی هدف نهایی رشد شخصیت و مسیر اصلی به سوی «تحقق خویشتن» است.

2. S. Freud, *The Ego and the Id*, trans. J. Strachey, in *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, vol. 19 (London: Hogarth Press, 1961), 19. (Original work published 1923).

3. C. R. Rogers, *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy* (Boston: Houghton Mifflin, 1961), 107.

در حیطه روان‌شناسی شناختی، خودآگاهی به‌مثابه فرآیند فراشناختی بازتعریف شد. فلاول^۴ فراشناخت را «شناخت درباره شناخت» یا «فعالیت‌های شناختی که موضوع آنها شناخت است» تعریف کرد. در این چهارچوب، خودآگاهی شامل نظارت بر فرآیندهای ذهنی، ارزیابی آنها و تنظیم شناخت در راستای اهداف یادگیری و حل مسئله است. این‌نگاه، خودآگاهی را از حیطه هیجانات صرف فراتر برده است و به قلمرو شناخت عقلانی گسترش داد.

در دهه‌های پایانی قرن بیستم، نظریه هوش هیجانی، فصل جدیدی در مطالعه خودآگاهی گشود. سالوی و مایر^۵ هوش هیجانی را توانایی نظارت بر هیجانات خود و دیگران، تمایز قائل شدن بین آنها و استفاده از این اطلاعات برای هدایت تفکر و عمل تعریف کردند. در ادامه، دانیل گلمن^۶ با عمومیت بخشیدن به این مفهوم، خودآگاهی هیجانی را سنگ بنای هوش هیجانی معرفی کرد. از نگاه گلمن، خودآگاهی هیجانی مهارتی روان‌شناختی، اکتسابی و کاربردی است که هدف آن بهبود عملکرد فردی و اجتماعی از طریق شناخت، مدیریت و به‌کارگیری هیجانات است. این رویکرد، تلفیقی از بینش‌های شناختی و انسان‌گرایانه را در خدمت اهدافی عملی و مبتنی بر شواهد قرار می‌دهد.

اگرچه «خودآگاهی» همواره مفهومی کلیدی بوده است، اما تعریف، سازوکار و غایت آن، آینه‌ای از تحول پارادایم‌های غالب روان‌شناسی است.

۲-۲. خودآگاهی هیجانی در دیدگاه گلمن

خودآگاهی هیجانی (Emotional Self-Awareness) به‌عنوان سنگ بنای هوش هیجانی در نظریه دانیل گلمن معرفی شده است. هوش هیجانی ترکیبی از مهارت‌های شناختی، عاطفی و اجتماعی است که فرد را قادر می‌سازد، احساسات خود و دیگران را درک، مدیریت و ابراز کند. این نوع هوش، فراتر از بهره هوش (IQ)، عاملی تعیین‌کننده در موفقیت‌های بین‌فردی، شغلی و فردی به شمار می‌رود و نظریه دانیل گلمن یکی از جامع‌ترین مدل‌های تبیین آن است. دانیل گلمن (۱۹۴۶ م) با نوشتن کتاب معروف هوش هیجانی باعث عمومیت یافتن این اصطلاح شد. گلمن هوش هیجانی را ظرفیتی برای شناخت احساسات خود و دیگران، ایجاد انگیزه در خود، مدیریت خوب احساسات

4. J. H. Flavell, "Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry," *American Psychologist* 34, no. 10 (1979): 906.

5. P. Salovey and J. D. Mayer, "Emotional intelligence," *Imagination, Cognition and Personality* 9, no. 3 (1990): 189

6. D. Goleman, *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More than IQ* (New York: Bantam Books, 1995), 43.

در خود و روابط تعریف می‌کند.^۷ این هوش از نظر او پنج مؤلفه دارد که عبارت‌اند از: خودآگاهی، خودمدیریتی، خودانگیزی، آگاهی اجتماعی و مدیریت رابطه. «خودآگاهی» سنگ بنای هوش هیجانی است که سایر مؤلفه‌ها بر آن مبتنی است. شناخت دقیق و مداوم فرد از هیجانات، انگیزه‌ها و نقاط ضعف و قوت خویش به معنای داشتن آگاهی عمیق و مستمر نسبت به وضعیت درونی خود است. این توانایی شامل شناسایی دقیق هیجانات به هنگام وقوع، درک علل و زمینه‌های شکل‌گیری این هیجانات و فهم تأثیر آنها بر رفتار و تصمیم‌گیری‌های فردی می‌شود. خودآگاهی به فرد این امکان را می‌دهد که بین هیجانات و واکنش‌هایش فاصله ایجاد کند و آنها را پدیده‌هایی موقتی و کنترل‌پذیر ببیند، نه نیروهایی که او را به‌طور کامل تحت سلطه خود دارند.

علاوه بر هیجانات، شناخت خودآگاهانه شامل آگاهی از انگیزه‌ها و نیازهای درونی نیز هست؛ اینکه فرد بداند چه چیزهایی او را به عمل و تلاش وامی‌دارد و چه ارزش‌ها و باورهایی پشت این انگیزه‌ها قرار دارند. همچنین، شناخت نقاط ضعف و قوت خویش، یعنی درک محدودیت‌ها و توانمندی‌های فرد، به او امکان می‌دهد راهبردهای مؤثری برای بهبود عملکرد و مدیریت بهتر هیجانات و تعاملات اجتماعی بیابد.

این آگاهی مستمر، پایه و اساس تنظیم هیجانات به‌صورت آگاهانه و خردمندانه است؛ یعنی فرد می‌تواند بر هیجانات خود مدیریت داشته باشد، آنها را در مسیر اهدافش هدایت کند و در انتخاب‌های عقلانی و اخلاقی خود، تصمیماتی سنجیده و متعادل اتخاذ نماید؛ به بیان دیگر، خودآگاهی شرط لازم برای رشد هوش هیجانی است و نقش کلیدی در تقویت مهارت‌های دیگر این سازه دارد.^۸

کارکردهای خودآگاهی هیجانی به شرح زیر است:

۱. کنترل و تعدیل هیجانات: گلن تأکید می‌کند که «هنگام بروز هر هیجانی، آگاهی از آن هیجان به کنترل و تعدیل آن کمک می‌کند».^۹ این ویژگی، خودآگاهی را به پیش‌نیاز ضروری برای خودتنظیمی هیجانی تبدیل می‌کند.

۲. بهبود تصمیم‌گیری: با شناخت دقیق هیجانات و درک تأثیر آنها افراد می‌توانند از این شناخت برای اتخاذ تصمیم‌های مؤثرتر استفاده کنند.^{۱۰}

7. M.Tripathy, "Emotional Intelligence: An Overview," *Journal of Humanities and Social Science* 23, no. 3 (2018): 12-18.

8. Goleman, *Emotional Intelligence*, 43.

9. Goleman, *Emotional Intelligence*, 57.

10. D. Goleman, *Working with Emotional Intelligence* (New York: Bantam Books, 1998), 72.

۳. پایه‌ریزی برای سایر مؤلفه‌ها: خودآگاهی هیجانی به‌منزله مؤلفه اول، اساس و بنیاد سایر مؤلفه‌های هوش هیجانی ازجمله خودتنظیمی، خودانگیزی، همدلی و مدیریت روابط را تشکیل می‌دهد؛^{۱۱} بنابراین خودآگاهی هیجانی در نظریه گلمن، مهارتی روان‌شناختی است که با تمرکز بر شناخت هیجانات و تأثیر آنها بر رفتار، هدف بهبود عملکرد فردی و اجتماعی را دنبال می‌کند.^{۱۲} گلمن به‌صراحت اعلام می‌کند «مدیریت هیجانات بدون آگاهی از آنها غیرممکن است».^{۱۳} این جمله به‌وضوح جایگاه خودآگاهی را به‌عنوان پیش‌نیاز ضروری خودتنظیمی مشخص می‌سازد. خودآگاهی همچنین به‌عنوان «موتور محرک رشد و توسعه شخصی عمل می‌کند».^{۱۴} چراکه شناخت دقیق نقاط قوت و ضعف هیجانی، زمینه‌ساز بهبود مستمر فرد می‌شود. گلمن^{۱۵} با استناد به پژوهش‌های بسیار نشان می‌دهد که خودآگاهی هیجانی با «عملکرد مؤثر در محیط کار» رابطه مستقیم دارد به‌ویژه در موقعیت‌های نیازمند تصمیم‌گیری تحت فشار. افراد با خودآگاهی بالا قادرند «بهتر با دیگران ارتباط برقرار کنند»^{۱۶}، چراکه درک دقیق‌تری از تأثیر رفتار خود بر دیگران دارند. گلمن^{۱۷} همچنین خودآگاهی را به‌عنوان «عامل محافظتی در برابر استرس» معرفی می‌کند، زیرا امکان مداخله به موقع در چرخه‌های هیجانی منفی را فراهم می‌سازد؛ وی همچنین^{۱۸} خودآگاهی را «ویژگی بنیادین رهبران مؤثر» می‌داند، چراکه به آنان امکان می‌دهد تأثیر هیجانات خود بر تیم را به‌درستی درک کنند. نکته حائز اهمیت در تحلیل گلمن، تمرکز او بر ساحت هیجانی خودآگاهی است. برخلاف مفاهیم فلسفی یا عرفانی که بر «خود»ی عمیق‌تر و متافیزیکی تأکید دارند، خودآگاهی در این مدل، عمدتاً معطوف به شناخت حالات عاطفی گذرا و تأثیرات رفتاری آنهاست.

۳. معرفت نفس از منظر ملاصدرا

ملاصدرا در حکمت متعالیه با به‌کارگیری اصولی مانند اصالت وجود، حرکت جوهری و تشکیک در وجود، معرفت نفس را از علم حضوری ثابت به فرآیندی پویا و وجودی تبدیل کرد که همگام

11. Goleman, *Emotional Intelligence*, 44.

12. Goleman, *Emotional Intelligence*, 50.

13. Goleman, *Emotional Intelligence*, 57.

14. Goleman, *Working with Emotional Intelligence*, 75.

15. Goleman, *Working with Emotional Intelligence*, 82.

16. Goleman, *Emotional Intelligence*, 64.

17. Goleman, *Emotional Intelligence*, 68.

18. Goleman, *Working with Emotional Intelligence*, 95

با تکامل وجودی نفس، تعمیق می‌یابد. نظریه او هم مبانی فلسفی پیشین را در خود جذب کرده است و هم غایت عرفانی شناخت نفس (فنا و قرب) را در چارچوبی نظام‌مند فلسفی تبیین می‌کند.^{۱۹} نقطه کانونی معرفت نفس از منظر ملاصدرا «علم حضوری نفس به ذات خویش» است. او بر این باور است که نفس، خود را نه از طریق مفاهیم و استدلال‌های انتزاعی، بلکه به صورت مستقیم، بدون واسطه و در یک آگاهی شهودی و وجدانی می‌شناسد. این «خودآگاهی شهودی»، بنیاد همه شناخت‌های دیگر انسان است و مقدمه‌ای ضروری برای درک عوالم وجودی و شناخت خداوند محسوب می‌شود.^{۲۰}

ملاصدرا در تعریف «معرفت نفس» می‌گوید: معرفت نفس درواقع آگاهی حضوری و شهودی سالک به مراتب نفس خود است. این فرآیند با طی کردن مراتب تجرد و به واسطه حرکت جوهری نفس، سالک را از مرتبه طبیعی و مادی (که در تعلق به بدن و قوای حیوانی است) به سوی مراتب بالاتر تجرد (عالم مثال و عقل) رهنمون می‌کند.^{۲۱} این «حرکت جوهری»، موتور محرکه تکامل نفس از قوه به فعلیت است و باعث می‌شود، نفس به تدریج از محدودیت‌های جسمانی فراتر رود و به کمالات عقلی دست یابد. حرکت جوهری نفس، انسان را از مرتبه مادی به سوی تجرد سوق می‌دهد. نفس مجرد، دیگر نیازی به بدن و ابزارهای حسی ظاهری ندارد و کمالات عقلی خود را مستقلاً به دست می‌آورد. این انتقال از وجود مادی به عقلی، اوج این معرفت است.^{۲۲}

از نظر ملاصدرا عقل فعال، غایت کمال نفس و منبع فیض عقلانی است. نفس با رسیدن به تجرد کامل و اتحاد با صور علمی، به این منبع متصل و از آن بهره‌مند می‌شود. این اتصال، شرط اساسی تحقق کمال نهایی نفس است.^{۲۳}

موانع اصلی در مسیر «معرفت نفس» عمدتاً به اشتغال مفرط به امور جسمانی و بدنی و فرو رفتن در لذت‌های حیوانی بازمی‌گردد. نفس انسان دو عملکرد اساسی دارد: یکی نسبت به بدن و تدبیر آن (کارکرد دنیوی) و دیگری نسبت به ذات و مبادی عالی خود که همان تعقل است (کارکرد

۱۹. صدرالدین محمد شیرازی، الشواهد الربوبیه فی المناهج السلوکیه، تصحیح و تعلیق: سید جلال‌الدین آشتیانی (تهران: بنیاد حکمت اسلامی صدرا، ۱۳۸۱)، ۲۳.

۲۰. صدرالدین محمد شیرازی، الحکمة المتعالیة فی الاسفار العقلیة الاربعه، جلد ۳ (بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۳۸۰ق/۱۹۸۱م)، ۲۹۹؛ و شیرازی، الحکمة المتعالیة، ۹: ۱۱۵.

۲۱. ملاصدرا، الحکمة المتعالیة، ۹: ۲۱۸-۲۲۰.

۲۲. ملاصدرا، الحکمة المتعالیة، ۳، ۲۹۹؛ و ملاصدرا، الحکمة المتعالیة، ۹: ۱۱۵.

۲۳. ملاصدرا، الحکمة المتعالیة، ۳: ۳۲۴-۳۲۶.

معنوی). این دو کارکرد در تعارضی آشکار با یکدیگر قرار دارند؛ به گونه‌ای که اشتغال نفس به یکی، او را از دیگری بازمی‌دارد و جمع میان آن دو، کاری بس دشوار است. ملاصدرا در این باره می‌گوید: «اکثر مردم حضور تامی نزد نفس خویش ندارند؛ بلکه کثرت اشتغال به امور خارج از ذات آنها و شدت توجه به امور حسی و فرو رفتن در دنیا آنها را از توجه به ذات خود و اقبال به خویش و بازگشت به ژرفای حقیقت خود بازداشته و از این رو، تنها ادراکی ضعیف از خود دارند؛ اما نفس‌های نوری و قوی و کامل که بر قوا و لشکریان خود چیره و غالب هستند به تمام حقایق ذات خود، علم حضوری دارند».^{۲۴}

همچنین از دیدگاه ملاصدرا سیر تکاملی نفس حد و مرزی ندارد و همواره می‌تواند به سوی کمالات بالاتر صعود کند. این «مقام لایقنی» نفس، نشان‌دهنده ظرفیت نامحدود وجودی انسان است.^{۲۵}

اکنون با تقسیم‌بندی منطقی به ادامه بحث در باب فرآیند معرفت نفس ادامه خواهیم داد.

۳-۱. بررسی فرآیند معرفت نفس با عقل نظری

در نگاه ملاصدرا مراقبه یکی از مهم‌ترین عوامل وصول به حیات عرفانی به شمار می‌رود؛ به طوری که مراقبه، کلید الهام و منبعی برای کشف حقایق تلقی می‌شود.^{۲۶} این مراقبه در دو ساحت عقل نظری و عملی جریان دارد.^{۲۷} ملاصدرا در تبیین فرآیند معرفت نفس، تأمل عقلانی یا شهودی نفس را، که به مراقبه و محاسبه درونی منجر می‌شود، به مثابه «مطالعه کتاب نفس» توصیف می‌کند.^{۲۸} همراهی اصل مراقبه با مداومت و محافظت، بنیان «محاسبه و مراقبه تدریجی نفس» را تشکیل می‌دهد؛ فرآیندی که هدف غایی آن دستیابی به معرفت است و هرچه این معرفت عمیق‌تر شود، مجاهده و مراقبه نفس در مسیر تهذیب و تزکیه نیز شدت می‌یابد. نزد ملاصدرا ارتباطی تنگاتنگ و دوسویه میان محاسبه و مراقبه با میزان بصیرت و معرفت فرد برقرار است. به گونه‌ای که ریاضت و کوشش بدون بصیرت، منجر به سوء عاقبت و وخامت حال انسان می‌شود؛ چراکه نفس، فرد را براساس وهم تحریک می‌کند و وسوسه‌های نفسانی بر او چیره می‌شود و از آنجا که معرفت به حقایق، مقدم بر ریاضت و مراقبه قرار نگرفته است، قلب او دچار آشفتگی و پریشانی خواهد شد.^{۲۹}

۲۴ صدرالدین شیرازی، تفسیر سورة العصر (تهران: بنیاد حکمت اسلامی صدرا، ۱۳۸۳)، ۳۴۰-۳۴۱.

۲۵ ملاصدرا، الحکمة المتعالیة، ۹: ۲۸۶-۲۸۷؛ و ملاصدرا، الحکمة المتعالیة، ۳: ۵۴-۵۵.

۲۶ صدرالدین شیرازی، کسر اصنام الجاهلیة، به کوشش: محسن بیدارفر (قم: بیدار، ۱۳۶۶)، ۲۳۱.

۲۷ ملاصدرا، کسر اصنام الجاهلیة، ۳۹.

۲۸ ملاصدرا، المبدأ و المعاد، ۲۳۰-۲۳۱.

۲۹ ملاصدرا، کسر اصنام الجاهلیة، ۷۵.

مراقبه در مراتب عقل نظری، مقدمه و شرط لازم برای مراقبه در مراتب عقل عملی است. نفس با پیمودن مراحل کمالی از عقل هیولانی به عقل بالملکه و سپس با نیل به عقل مستفاد، مراتب کمالی خویش را حفظ می‌کند و در نهایت وارد فرآیند مراقبه در مراحل عقل عملی می‌شود.^{۳۰}

۲-۳. بررسی فرآیند معرفت نفس با عقل عملی

پس از اتمام مراقبه در عقل نظری، مرحله مراقبه و محاسبه در مراتب عقل عملی آغاز می‌شود. این مرحله خود به چهار بخش تقسیم می‌شود: نخست، تهذیب ظاهر از طریق به‌کارگیری نوامیس الهی (مانند قیام و روزه)؛ دوم، تهذیب باطن از ملکات رذیله و اخلاق ناپسند؛ سوم، استقرار نفس در حیات معنوی و آراستگی به صور قدسیه و چهارم، مرحله نهایی که در آن نفس از ذات خویش فانی شده و جمال و جلال الهی و چگونگی ترقی به سوی اسماء و صفات حق را مشاهده می‌کند.^{۳۱}

فرجام این فرآیند تکاملی از نظر او چنین تصویر شده است: «در این هنگام است که نفس از پرداختن به امور بیهوده روی گردانده و برای رهایی از این اموری که شرع از آن باز داشته شده است به سوی پروردگار بازگشت می‌کند. اکنون آغاز به تفکر و تدبر در آیات الهی و شنیدن پند و مواظبت او نموده و با رها نمودن زوائد دنیوی از جاه و مال و دیگر چیزها به خدا می‌پیوندد تا به خدا برسد. در این هنگام، پرتو انوار ملکوت بر وی ظاهر و درهای غیب، گشوده و تابش‌های انوار جهان قدس یکی پس از دیگری بر وی هویدا و آشکار می‌شود».^{۳۲} به این ترتیب، نفس در جریان مراقبه و استکمال وجودی به چنان گشایش و وسعت وجودی دست می‌یابد که التفات و اشتغال به امری، مانع توجه او به امری دیگر نمی‌شود، بلکه مظهر «لا یشغله شأن عن شأن» می‌شود و این توانایی را کسب می‌کند که همزمان به سوی بالا و پایین توجه داشته باشد.^{۳۳}

۳-۳. کیفیات نفسانی از منظر ملاصدرا

ملاصدرا باور دارد که در نهاد هر موجودی، میلی ذاتی به سوی آنچه با طبعش سازگار است و گریزی از آنچه مخالف آن است، وجود دارد.^{۳۴} این تمایلات، نیروی محرکه نفس محسوب می‌شوند که آن را برای جلب مطلوب و دوری از نامطلوب به حرکت در می‌آورند. این نیروی

۳۰. صدرالدین محمد شیرازی، الحکمة العرشية، تصحیح: غلامحسین آهنی (تهران: انتشارات مولی، ۱۴۲۲ق)، ۲۴۶.

۳۱. ملاصدرا، الحکمة العرشية، ۲۴۳.

۳۲. ملاصدرا، شرح اصول الکافی، ۴: ۱۹۶.

۳۳. صدرالدین محمد شیرازی، مفاتیح الغیب، به تصحیح: محمد خواجوی (تهران: مؤسسه تحقیقات فرهنگی، ۱۳۵۴)،

۴۲۸-۴۲۹.

۳۴. صدرالدین محمد شیرازی، شرح الهدایة الاثرية، جلد ۲ (تهران: بنیاد حکمت اسلامی صدرا، ۱۳۸۶)، ۹۳۲.

محركه، همان قوه شوقیه (باعثه) است که خود شامل دو بخش قوه شهویه و قوه غضبیه می‌شود. نتیجه فعل و انفعالات قوه شوقیه، بروز «کیفیات نفسانی» است. کیف نفسانی مفهومی است که در اندیشه ملاصدرا به عنوان حالاتی درونی برای نفس تعریف شده است و غالباً با انفعالات جسمانی همراه هستند. ملاصدرا این کیفیات را محصول تعامل نفس با بدن و جهان پیرامون و همچنین انفعالات ناشی از مواجهه با امور نافع و مضر می‌داند.^{۳۵} وی مصادیقی چون شادی، غم، شهوت، غضب، فزع (ترس شدید)، حزن، هم (اندوه و انتظار) و خجالت را برشمرده و تأکید کرده است که درک ماهیت این حالات برای عقل بدیهی است و آنچه تبیین می‌شود، عمدتاً خواص و لوازم جسمانی آنهاست. نکته حائز اهمیت در دیدگاه وی، تمایزگذاری میان حالت نفسانی و انفعالات جسمانی و اعتقاد به ظهور اولیه این حالات در «روح لطیف» یا «بدن مثالی» است.^{۳۶}

نکته مهم در دیدگاه ملاصدرا نقش «عقل عملی» در شکل‌گیری و مدیریت انفعالات نفسانی است. از نظر او، انفعالاتی همچون تعجب، خجالت، حیا، زجر، ترس، امید، رحمت، رأفت و الفت که به دنبال آنها آثار و حرکاتی مانند خنده، سرخی صورت و گریه در انسان شکل می‌گیرد، اموری ویژه نفس انسانی‌اند که براساس فعل و انفعالات درونی نفس از انسان ناشی می‌شوند. نفوس حیوانی و نباتی این ویژگی‌ها را ندارند یا اگر دارند، منشأ آنها غریزی و غیرعقلی است. این انفعالات به سبب عقل عملی و در ارتباط این عقل با قوای حیوانی (شهوت و غضب) حاصل می‌شوند.^{۳۷}

از دیدگاه ملاصدرا آنچه مباشر تحقق عمل است، عقل عملی با استمداد از عقل نظری است.^{۳۸} علاوه بر این، عقل عملی از نظر وی با تدبیر بدن و نقشی که در استنباط اعمال خیر دارد، سبب می‌شود که از سویی برای نفس یک هیئت استعلایی نسبت به بدن به وجود بیاید و در نتیجه بدن منقاد نفس گردد و از سوی دیگر، نفس بر قوای حیوانی مسلط شود.^{۳۹}

بنابراین از نظر ملاصدرا کیفیات نفسانی از تعامل سه‌گانه نفس (با قوا و ادراکاتش)، بدن (با وساطت نفس بخاری به عنوان محلی برای تجلی انفعالات) و عقل (به‌ویژه عقل عملی) نشئت می‌گیرد. این فرآیند با تمایلات ذاتی نفس (میل به موافقت و گریز از مخالفت) آغاز می‌شود که

۳۵. ملاصدرا، الحکمة المتعالیة، ۸: ۱۸۶.

۳۶. صدرالدین محمد شیرازی، المشاعر، به اهتمام: هانری کرین (تهران: کتابخانه طهوری، ۱۳۶۳)، ۸۷.

۳۷. ابن‌سینا، الشفاء (المنطق، البرهان)، تحقیق: سعید زاید (قاهره: الهيئة المصرية العامة للكتاب، ۱۹۸۰م)، ۴۰-۴۲.

۳۸. ملاصدرا، الحکمة العرشية، ۹۵.

۳۹. ملاصدرا، الحکمة المتعالیة، ۸: ۱۳۰.

توسط قوه شوقیه (شهوویه و غضبیه) هدایت می‌گردد.^{۴۰} نتیجه این هدایت، بروز کیفیات نفسانی خاصی است که در بدن نیز آثار و انفعالاتی را به دنبال دارند، اما خود این کیفیات، امری نفسانی باقی می‌مانند.^{۴۱} نقش تعیین‌کننده عقل عملی در اینجا نمایان می‌شود؛ چراکه عقل عملی با تسلط بر قوای حیوانی و تدبیر بدن به کیفیات نفسانی جهت می‌دهد و آنها را در مسیر خیر یا شر هدایت می‌کند.^{۴۲} این نگاه، انسان را موجودی فعال در تجربه هیجان معرفی می‌کند که می‌تواند با تکیه بر عقل، قوای شهوویه و غضبیه و کیفیات نفسانی ناشی از آن را مدیریت کند و به درک و آگاهی از چرایی و چگونگی بروز آنها نیز دست یابد.

۴. تطبیق‌ها

در این قسمت دیدگاه ملاصدرا و گلمن در سه بخش مورد بررسی و تطبیق قرار خواهد گرفت.

۴-۱. تطبیق هیجان از منظر گلمن با کیفیات نفسانی در نگاه ملاصدرا

در این تطبیق به سه وجه از وجوه اشتراک میان این دو گزاره (هیجان و کیفیات نفسانی) اشاره خواهد شد.

۴-۱-۱. ماهیت درونی و همراهی با انفعالات فیزیولوژیک

ملاصدرا «کیفیات نفسانی» را «حالاتی درونی» معرفی می‌کند که «غالباً با انفعالات جسمانی همراه‌اند».^{۴۳} این توصیف، شباهت‌های آشکاری با جنبه‌های مختلف هیجان در روان‌شناسی معاصر دارد. هیجان در روان‌شناسی تجربه‌ای ذهنی، فیزیولوژیکی و رفتاری تعریف می‌شود.^{۴۴} گلمن نیز هیجان را «هر گونه احساس و افکار خاص آن، حالات بیولوژیکی و روانی و تمایل به عمل» تعریف می‌کند.^{۴۵} تأکید ملاصدرا بر بعد درونی و همراهی با انفعالات جسمانی، ناظر به همین لایه‌های متعدد هیجان است که هم تجربه درونی و هم نمودهای بدنی آن را در بر می‌گیرد.

۴-۱-۲. ریشه درونی، تمایلات و کارکرد سازشی

کیف نفسانی برای ملاصدرا از «میل و کشش ذاتی» یا همان «قوه شوقیه» سرچشمه می‌گیرد که شامل گرایش به سمت امور نافع (شهوویه) و دوری از امور مضر (غضبیه) است.^{۴۶} این دیدگاه، که

۴۰. صدرالدین محمد شیرازی، تعلیقه بر حکمة الاشراق، جلد ۲ (تهران: بنیاد حکمت اسلامی صدرا، ۱۳۸۱)، ۳۸۸.

۴۱. ملاصدرا، تفسیر سوره العصر، ۲۵۸.

۴۲. ملاصدرا، الحکمة العرشیه، ۹۵؛ و ملاصدرا، الحکمة المتعالیه، ۸: ۱۳۰.

۴۳. ملاصدرا، الحکمة المتعالیه، ۸: ۱۸۶.

44. James J. Gross, "Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects," *Psychological Inquiry* 26, no. 1 (2015): 1-26.

45. Daniel Goleman, *Emotional Intelligence* (New York: Bantam Books, 1995), 289.

۴۶. ملاصدرا، تفسیر سوره العصر، ۴: ۲۵۸.

هیجان را نتیجه تعامل نفس با بدن و جهان پیرامون و انفعالات ناشی از امور نافع و مضر می‌داند، به‌طور مستقیم به کارکرد سازشی هیجانات در روان‌شناسی اشاره دارد. هیجانات به‌عنوان سیستم‌های هشداردهنده یا پاداش‌دهنده عمل می‌کنند و فرد را برای مواجهه با محیط آماده می‌سازند.^{۴۷} دانیل گلمن نیز بر این باور است که «هیجانات ابزارهای حیاتی برای بقا هستند»^{۴۸} و به انسان کمک کرده‌اند تا به تهدیدات پاسخ دهد و از فرصت‌ها بهره‌مند شود. رویکرد کارکردگرایانه در تبیین ملاصدرا، که امور نافع منجر به هیجانات مثبت و امور مضر سبب هیجانات منفی می‌شوند، در اینجا مشهود است.

۴-۱-۳. مصادیق مشترک و جهانی بودن هیجانات

فهرست «کیفیات نفسانی» ارائه‌شده توسط ملاصدرا، که شامل شادی، غم، شهوت، غضب، فزع، حزن، هم و خجالت است،^{۴۹} به‌طور گسترده‌ای با لیست هیجانات اصلی و بنیادی (Basic Emotions) که توسط روان‌شناسانی چون اکمن^{۵۰} و ایزارد^{۵۱} مطرح شده‌اند، مطابقت دارد. گلمن نیز به جهانی بودن برخی از هیجانات اصلی نظیر شادی، غم، خشم، ترس و تعجب اشاره می‌کند.^{۵۲} این همپوشانی در فهرست مصادیق، مؤید ماهیت هیجانی «کیفیات نفسانی» در فلسفه ملاصدرا است.

حاصل آنکه، هر دو دیدگاه، هیجان را پدیده‌ای چندوجهی با ریشه درونی و قابلیت هدایت و مدیریت توسط قوای عالی‌تر انسانی (عقل در فلسفه و هوش هیجانی در روان‌شناسی) می‌دانند. این همسویی بنیادین در تعریف، ریشه‌ها و مصادیق هیجان، راه را برای بررسی تطبیقی دقیق‌تر مؤلفه خودآگاهی هیجانی هموار می‌کند.

۴-۲. تطبیق خودآگاهی هیجانی و معرفت نفس

پیش از آنکه به تحلیل تطبیقی میان خودآگاهی هیجانی از نظر گلمن و معرفت نفس از نظر ملاصدرا بپردازیم لازم است به این پرسش پاسخ دهیم که آیا خودآگاهی هیجانی در نظریه گلمن را می‌توان از سنخ «علم حضوری» به شمار آورد. در ادامه به این مطلب پرداخته می‌شود.

47. Dacher Keltner and James J. Gross, "Functional Accounts of Emotions," *Cognition and Emotion* 13, no. 5 (1999): 467-480.

48. Goleman, *Emotional Intelligence*, 6.

۴۹. ملاصدرا، المشاعر، ۸۷.

50. Paul Ekman, "An Argument for Basic Emotions," *Cognition and Emotion* 6, no. 3-4 (1992): 169-200.

51. Carroll E. Izard, *Human Emotions* (New York: Plenum Press, 1977).

52. Goleman, *Emotional Intelligence*.

۴-۲-۱. علم حضوری به کیفیات نفسانی؛ پل میان دو دیدگاه

ملاصدرا در تبیین علم حضوری نفس به کیفیات خود می‌گوید: همانا نفس، غم و شادی و خشم و شهوت خود را به علم حضوری می‌شناسد، زیرا درد غم و لذت شادی از امور حصولی نیستند، بلکه وجوداتی نفسانی هستند که با وجدان ادراک می‌شوند.^{۵۳}

کلمه «وجدان» در این عبارت، دقیقاً به همان معنای آگاهی حضوری و بدون واسطه‌ای است که نفس بدون نیاز به مفهوم و صورت ذهنی، حالات خود را با آن درک می‌کند. ملاصدرا همچنین در جای دیگر می‌گوید: همانا قوا و کیفیات نفس برای نفس به علم حضوری معلوم هستند، زیرا اینها قائم به ذات اویند و به این دلیل که ذات او برای او به ذات معلوم است.^{۵۴}

از این عبارات روشن می‌شود که علم حضوری در فلسفه ملاصدرا منحصر به ذات نفس نیست، بلکه شامل قوا و کیفیات قائم به ذات نیز می‌شود. حال به تعریف گلن از خودآگاهی هیجانی باز می‌گردیم. او از «آگاهی لحظه به لحظه از حالت هیجانی خود به هنگام بروز آن» سخن می‌گوید^{۵۵} و تأکید می‌کند که این آگاهی باید «بدون واکنش یا قضاوت» باشد.^{۵۶} این توصیفات - به‌ویژه تأکید بر «لحظه به لحظه بودن» و «بدون واکنش و قضاوت بودن» - از نظر پدیدارشناختی به همان «وجدان» و «علم حضوری» در عبارت ملاصدرا نزدیک است. در هر دو مورد، فرد هیجان خود را بدون واسطه در لحظه بروز و بدون فاصله درک می‌کند.

بنابراین می‌توان ادعا کرد: خودآگاهی هیجانی، اگرچه در بستری روان‌شناختی و مهارتی تعریف می‌شود، از نظر پدیدارشناختی مصداقی همسو با «علم حضوری به کیفیات نفسانی» است که ملاصدرا از آن سخن می‌گوید؛ اما تفاوت در چهارچوب و غایت همچنان باقی است، نه در خود آگاهی. این ادعا برخلاف تصور نخست، نه تنها با مبانی صدرایی در تعارض نیست، بلکه با تکیه بر عبارات صریح ملاصدرا در مورد «وجدان» و «علم حضوری به کیفیات» قابل دفاع است.

نکته قابل توجه این است که این همسویی به معنای فروکاهش «معرفت نفس» از منظر ملاصدرا به خودآگاهی هیجانی گلن نیست. «معرفت نفس»، فراتر از علم حضوری به کیفیات است که شامل علم حضوری به ذات نفس و سپس شهود مراتب بالاتر وجودی (عقل و مجرد

۵۳. ملاصدرا، الشواهد الربوبیه، ۴. (فَإِنَّ النَّفْسَ تَعْلَمُ حُزْنَهَا وَ فَرَحَهَا وَ غَضَبَهَا وَ شَهْوَتَهَا عِلْمًا حُضُورِيًّا، فَإِنَّ أَلَمَ الْحُزْنِ وَ لَذَّةَ الْفَرَحِ تَبَيَّنَا مِنَ الْأُمُورِ الْخُصُولِيَّةِ بَلْ هُمَا وَجُودَاتٌ نَفْسَانِيَّةٌ تُدْرَكُ بِالْوَجْدَانِ).

۵۴. ملاصدرا، الحکمة المتعالیة، ۳: ۳۰۵. («وَ إِنَّمَا كَانَتْ قُوَاهَا وَ كَيْفِيَّاتُهَا مَعْلُومَةً لَهَا عِلْمًا حُضُورِيًّا لِأَنَّهَا قَائِمَةٌ بِذَاتِهَا وَ لِأَنَّ ذَاتَهَا مَعْلُومَةٌ لَهَا بِالذَّاتِ»).

55. Goleman, *Emotional Intelligence*, 57.

56. Goleman, *Emotional Intelligence*, 60.

محض) نیز می‌شود که در نظریه گلمن هیچ‌گونه مشابهی ندارد. ادعای ما محدود به همان علم حضوری به کیفیات نفسانی (هیجانات) است.^{۵۷}

۴-۲-۳. تطبیق مفهوم خودآگاهی هیجانی گلمن با مفهوم معرفت نفس ملاصدرا
پیش از این مشابهت مفهومی هیجان با کیف نفسانی از نظر ملاصدرا روشن شد؛ از این رو می‌توان به بررسی تطبیقی خودآگاهی هیجانی از منظر گلمن با دیدگاه ملاصدرا پرداخت:

مؤلفه اول و سنگ بنای «هوش هیجانی» از نظر دانیل گلمن «خودآگاهی» است که به معنای شناخت هیجانات خود و درک تأثیر آنها بر رفتار و تصمیم‌گیری است. افراد با خودآگاهی بیشتر، می‌توانند هیجانات خود را دقیق‌تر شناسایی کرده و از آنها برای تصمیم‌گیری‌های مؤثرتر استفاده کنند.^{۵۸} خودآگاهی را توجه مداوم فرد به حالات درونی خود می‌داند به طوری که فرد این امکان را خواهد داشت که آگاهی بی‌طرفانه‌ای نسبت به هیجاناتش پیدا کند. گلمن این نکته را بیان می‌کند که هنگام بروز هر هیجانی، آگاهی از آن هیجان به کنترل و تعدیل آن کمک می‌کند.^{۵۹}

این مفهوم قابل مقایسه و تطبیق با مفهوم «معرفت نفس» در فلسفه ملاصدرا است. نقطه کانونی «معرفت نفس» از منظر ملاصدرا «علم حضوری نفس به ذات خویش» است.

۵۷. در اینجا توجه به یک نکته معرفت‌شناختی ظریف ضروری است. علم حضوری نفس به کیفیات نفسانی خود (همان «وجدان» در عبارت ملاصدرا) اگرچه به خودی خود بدون واسطه و غیرمفهومی است، اما به محض آنکه نفس در آن تأمل کند و آن را نام‌گذاری یا توصیف نماید از قلمرو علم حضوری خارج می‌شود و وارد عرصه علم حصولی می‌گردد. ملاصدرا خود به این تصریح کرده است:

«فَإِذَا تَأَمَّلَتِ النَّفْسُ فِي كَيْفِيَّاتِهَا وَ أَحْضَرَتْ صُورَهَا فِي ذَهْنِهَا صَارَتْ تِلْكَ الْكَيْفِيَّاتُ مَعْلُومَةً بِالْعِلْمِ الْحُصُولِيِّ بَعْدَ أَنْ كَانَتْ مَعْلُومَةً بِالْحُضُورِيِّ» (پس هنگامی که نفس در کیفیات خود تأمل کند و صور آنها را در ذهن خود حاضر سازد، آن کیفیات پس از آنکه به علم حضوری معلوم بودند به علم حصولی معلوم می‌شوند) (ملاصدرا، الحکمة المتعالیة، ۳: ۳۰۶).

از سوی دیگر، دانیل گلمن در توصیف خودآگاهی هیجانی می‌گوید: «نام‌گذاری یک هیجان، نخستین گام در مدیریت آن است. عمل نام‌گذاری، فاصله روان‌شناختی ایجاد می‌کند که امکان تأمل را فراهم می‌آورد (Goleman, Emotional Intelligence, 58). این «فاصله روان‌شناختی» دقیقاً همان انفکاک میان عالم و معلوم است که در فلسفه ویژگی بارز علم حصولی به شمار می‌رود؛ بنابراین خودآگاهی هیجانی گلمن - که شامل «شناخت» و «فهم» هیجانات است - در عمل ترکیبی از دو نوع آگاهی محسوب می‌شود: نخست، «توجه لحظه‌به‌لحظه بی‌واسطه» که جنبه حضوری و وجدانی دارد؛ دوم، «نام‌گذاری و تحلیل مفهومی» که جنبه حصولی دارد. آنچه گلمن بر آن تأکید می‌کند، حفظ جنبه حضوری (توجه بی‌طرفانه بدون واکنش و قضاوت) در عین انجام دادن عمل نام‌گذاری است. این ظرافت معرفت‌شناختی، همان نقطه‌ای است که می‌تواند پل میان روان‌شناسی معاصر و حکمت متعالیه باشد، بدون آنکه یکی فروکاسته به دیگری شود.

58. Goleman, Emotional Intelligence, 289.

۵۹. دانیل گلمن، هوش هیجانی، ترجمه نسرین پارسا (تهران: انتشارات رشد، ۱۳۸۲)، ۷۷.

این «خودآگاهی شهودی»، بنیاد همه شناخت‌های دیگر انسان است و مقدمه‌ای ضروری برای درک عوالم وجودی و شناخت خداوند محسوب می‌شود.^{۶۰} «معرفت نفس» در این ساختار درواقع آگاهی حضوری و شهودی انسان به مراتب نفس خود است. این فرآیند با طی کردن مراتب تجرد و به واسطه حرکت جوهری نفس، انسان را از مرتبه طبیعی و مادی (که در تعلق به بدن و قوای حیوانی است) به سوی مراتب بالاتر تجرد (عالم مثال و عقل) رهنمون می‌کند. از نظر ملاصدرا بیشتر مردم حضور تامی نزد نفس خویش ندارند؛ بلکه کثرت اشتغال به امور خارج از ذات آنها و شدت توجه به امور حسی و فرو رفتن در دنیا آنها را از توجه به ذات خود بازداشته است و از این رو تنها ادراکی ضعیف از خود دارند، اما نفوس کامل که بر قوای خود چیره هستند به تمام حقایق ذات خود، علم حضوری دارند.^{۶۱}

در دیدگاه ملاصدرا نقش «عقل عملی» در شکل‌گیری و مدیریت انفعالات نفسانی حیاتی است. عقل عملی ملاصدرا علاوه بر تدبیر قوای حیوانی و هدایت رفتار، نیازمند آگاهی مستمر و شفاف از حالات و کیفیات نفسانی است. این آگاهی (خودآگاهی عقلانی) به عقل عملی امکان می‌دهد تا کیفیات نفسانی (هیجانات) را بشناسد، منشأشان را درک کند و مدیریت مؤثرتری اعمال نماید. این با «توجه مداوم فرد به حالات درونی خود» در تعریف گلמן از خودآگاهی همسو است؛ بنابراین می‌توان گفت معرفت نفس تأثیری مستقیم و بنیادین در تقویت عقل عملی دارد.^{۶۲} این رابطه از سنخ تأثیر علم بر عمل است؛ به این معنا که هرچه شناخت انسان از حقیقت وجودی خود و غایت کمالی‌اش کامل‌تر شود، قوه عملی او در مدیریت قوای شهویه و غضبیه و کیفیات نفسانی نشئت‌گرفته از این قوا قوی‌تر و اثربخش‌تر می‌شود؛ از این رو می‌توان ارتباط «معرفت نفس» با «عقل عملی» را قابل مقایسه با ارتباط «خودآگاهی» با «هوش هیجانی» از نظر گلמן دانست؛ یعنی همانطور که «خودآگاهی» سبب تقویت «هوش هیجانی» است، افزایش «معرفت نفس» سبب تقویت «عقل عملی» است.

۶۰. صدرالدین محمد شیرازی، المبدأ و المعاد، به تصحیح: سید جلال‌الدین آشتیانی (تهران: انجمن حکمت و فلسفه ایران، ۱۳۶۰)، ۲۳۱.

۶۱. ملاصدرا، الحکمة المتعالیة، ۲: ۲۲۸.

۶۲. البته گفتنی است که رابطه عقل عملی و معرفت نفس، رابطه‌ای دوسویه است؛ یعنی همچنان که معرفت نفس به تقویت عقل عملی کمک می‌کند، تقویت عقل عملی نیز سبب افزایش معرفت نفس است. این بدین معناست که عمل صالح و فضیلت‌مند، که توسط عقل عملی هدایت می‌شود، خود عاملی اساسی در تعمیق معرفت نفس است. عمل به فضائل، نفس را از حجاب‌ها و آلودگی‌های مادی پاک می‌کند. این تطهیر و تزکیه، ظرفیت و استعداد نفس را برای پذیرش و درک حقایق عمیق‌تر وجودی و دستیابی به معرفت نفس عمیق‌تر و کامل‌تر افزایش می‌دهد؛ به عبارت دیگر با عمل صالح، موانع درونی برداشته شده و موانع فهم حقیقت نفس کمتر می‌شود.

۴-۲-۴. تطبیق مشاهده گری درونی گلن با مطالعه کتاب نفس در نظر ملاصدرا

وقتی گلن از آگاهی نسبت به احساسات سخن می‌گوید به نوعی از مشاهده‌گری درونی اشاره دارد که فرد بدون غرق شدن در هیجان، قادر به درک آن است. این مفهوم در فلسفه ملاصدرا در تعبیر «مطالعه کتاب نفس» نمود پیدا می‌کند.^{۶۳} این «مطالعه»، که در حقیقت تأمل عقلانی یا شهودی نفس است، مستلزم مراقبه و محاسبه درونی است. همانطور که ریاضت و کوشش بدون بصیرت منجر به سوء عاقبت می‌شود،^{۶۴} درک هیجانات نیز بدون این مطالعه می‌تواند به سردرگمی و عدم مدیریت منجر شود. بنابراین، آگاهی از هیجان را می‌توان با مرتبه‌ای از «معرفت نفس» ملاصدرا که نفس به جای هم‌هویت شدن با انفعالات خود به عنوان ناظر حضوری و شهودی، ذات و حالات خویش را درک می‌کند، مقایسه کرد. علم حضوری نفس به ذات خویش، اساساً یک آگاهی بدون واسطه و غیرمفهومی است و به نفس امکان می‌دهد تا حقیقت کیفیات نفسانی خود را آنگونه که هست، دریابد. این فرآیند «مطالعه و مراقبه»، نه تنها یک شناخت لحظه‌ای، بلکه یک «محاسبه و مراقبه تدریجی نفس» است که هدف غایی آن دستیابی به معرفت عمیق‌تر است. هرچه این معرفت عمیق‌تر شود، مجاهده و مراقبه نفس در مسیر تهذیب و تزکیه نیز شدت می‌یابد. در نگاه ملاصدرا مراقبه کلید الهام و منبعی برای کشف حقایق است^{۶۵} که در دو ساحت عقل نظری و عملی جریان دارد. این به معنای آن است که خودآگاهی در دیدگاه ملاصدرا فقط به شناخت اولیه هیجانات محدود نمی‌شود، بلکه مسیری تکاملی است که شامل تهذیب ظاهر و باطن، استقرار نفس در حیات معنوی و در نهایت رسیدن به مرتبه‌ای است که نفس از ذات خویش فانی شده و به مشاهده حقایق الهی نائل می‌شود.^{۶۶} این رویکرد، عمق و پویایی بیشتری به مفهوم خودآگاهی می‌بخشد و آن را از صرف شناسایی هیجانات فراتر می‌برد و به فرآیندی عمیق‌تر از خودسازی و تزکیه گره می‌زند.

۴-۳. تطبیق نقاط اشتراک و افتراق

در این بخش به نوعی دیگر از تطبیق یعنی حیث اشتراک و افتراق در خودآگاهی هیجانی و معرفت نفس اشاره می‌شود.

۶۳. ملاصدرا، المبدأ و المعاد، ۲۳۰-۲۳۱.

۶۴. ملاصدرا، کسر اصنام الجاهلیة، ۷۵.

۶۵. ملاصدرا، کسر اصنام الجاهلیة، ۲۳۱.

۶۶. ملاصدرا، الحکمة العرشية، ۲۴۳.

۴-۳-۱. اشتراکات

نخست آنکه هر دو دیدگاه بر محوریت «خودشناسی» در فرآیند رشد و تعالی انسان تأکید می‌ورزند. گلמן خودآگاهی را سنگ بنای هوش هیجانی می‌داند و معتقد است بدون آن، مدیریت هیجانات و روابط اجتماعی ممکن نیست.^{۶۷} ملاصدرا نیز معرفت نفس را مقدمه ضروری برای خداشناسی و سعادت اخروی معرفی می‌کند؛ او معتقد است: هر که خود را بشناسد، پروردگارش را شناخته است.^{۶۸}

دوم آنکه هر دو به «توجه به درون» و «ناظر آگاه» اشاره می‌کنند. گلמן از «آگاهی لحظه به لحظه از حالت هیجانی خود به هنگام بروز آن» و «آگاهی بدون واکنش و قضاوت» سخن می‌گوید؛^{۶۹} ملاصدرا نیز از «مطالعه کتاب نفس» و «مراقبه و محاسبه تدریجی» به منزله راه‌های تحقق معرفت نفس یاد می‌کند و می‌گوید: «محاسبه نفس و مراقبه آن، کلید الهام و منبع کشف حقایق است».^{۷۰}

سوم آنکه در هر دو نظام، آگاهی از حالات درونی پیش‌نیاز تغییر و تنظیم رفتار است. گلמן می‌گوید: هنگام بروز هر هیجانی، آگاهی از آن به کنترل و تعدیل آن کمک می‌کند.^{۷۱} ملاصدرا نیز با تأکید بر نقش عقل عملی در مدیریت کیفیات نفسانی، می‌گوید: «آنچه مباشر تحقق عمل است، عقل عملی با استمداد از عقل نظری است». چهارم آنکه از نظر پدیدارشناختی، هر دو نوعی «آگاهی بدون واسطه» را توصیف می‌کنند. ملاصدرا صراحتاً می‌گوید که نفس، غم و شادی و خشم و شهوت خود را به «علم حضوری و وجدان» می‌شناسد.^{۷۲} گلמן نیز با تأکید بر «لحظه به لحظه بودن» و «بدون واکنش» بودن به جنبه حضوری این آگاهی نزدیک می‌شود، هرچند آن را در چهارچوب مهارت روان‌شناختی توضیح می‌دهد.

۴-۳-۲. افتراقات

با وجود این اشتراکات، تفاوت‌های بنیادینی میان دو دیدگاه وجود دارد که از چند جنبه قابل بررسی است.

67. Goleman, *Emotional Intelligence*, 43.

68. ملاصدرا، شرح اصول الکافی، ۴: ۱۹۶.

69. Goleman, *Emotional Intelligence*, 57.

70. ملاصدرا، کسر اصنام الجاهلیه، ۲۳۱.

71. Goleman, *Emotional Intelligence*, 57.

72. ملاصدرا، الشواهد الربوبیه، ۴۵.

الف) از حیث موضوع و گستره

موضوع خودآگاهی هیجانی گلמן محدود به هیجانات (کیفیات نفسانی) است، در حالی که معرفت نفس ملاصدرا تمام مراتب وجودی نفس را شامل می‌شود: از مرتبه حسی و خیالی تا مرتبه عقلی و مجرد محض. ملاصدرا تصریح می‌کند: «هر که هواها و شهوات خود را بشناسد، عارف به نفس نیست؛ بلکه کسی نفس خود را می‌شناسد که جوهر و حقیقت آن را بشناسد».^{۷۳}

ب) از حیث روش دستیابی

در دیدگاه گلמן، خودآگاهی هیجانی مهارتی اکتسابی و قابل آموزش است که از طریق تمرین، خودنظارتی و بازخورد بهبود می‌یابد؛^{۷۴} اما در حکمت متعالیه، معرفت نفس بدون مجاهده، تزکیه، تخلیه از رذایل و تحلیل به فضایل حاصل نمی‌شود. ملاصدرا می‌گوید: «به آن [معرفت نفس] نمی‌رسند مگر با ریاضت و مجاهده».^{۷۵}

ج) از حیث غایت و هدف

غایت خودآگاهی هیجانی گلמן، سازگاری اجتماعی، موفقیت شغلی، سلامت روان و بهبود عملکرد فردی است؛^{۷۶} اما غایت معرفت نفس در حکمت متعالیه، قرب الهی، فنا در حق و سعادت اخروی است. ملاصدرا فرجام این سفر وجودی را چنین توصیف می‌کند: «فنا از ذات و مشاهده جمال و جلال الهی».^{۷۷}

د) از حیث مرتبه نفس

خودآگاهی هیجانی گلמן در مرتبه حس و خیال نفس عمل می‌کند، زیرا هیجانات (کیفیات نفسانی) به تصریح ملاصدرا در همین مراتب تحقق دارند: «کیفیات نفسانی که همراه با انفعالات جسمانی هستند، تنها در مرتبه حس و خیال تحقق دارند، نه در مرتبه عقل»؛^{۷۸} اما معرفت نفس ملاصدرا به تمام مراتب نفس راه می‌یابد و سالک را از مرتبه حس و خیال تا مرتبه عقل و مجرد محض پیش می‌برد.

در مجموع، خودآگاهی هیجانی گلמן و معرفت نفس ملاصدرا در «توجه به درون» و نقش ناظر آگاه» اشتراک دارند و از نظر پدیدارشناختی، هر دو نوعی «آگاهی بی‌واسطه» را توصیف

۷۳. ملاصدرا، شرح اصول الکافی، ۴: ۱۹۷.

74. Goleman, *Emotional Intelligence*, 245.

۷۵. ملاصدرا، شرح اصول الکافی، ۴: ۱۹۵.

76. Goleman, *Emotional Intelligence*, 31.

۷۷. ملاصدرا، الحکمة العرشیه، ۲۴۵.

۷۸. ملاصدرا، المشاعر، ۸۷.

می‌کنند که ملاصدرا از آن به «وجدان» تعبیر می‌کند؛ اما تفاوت آنها در گستره (هیجانات در مقابل تمام مراتب نفس)، روش (مهارت اکتسابی در مقابل سلوک و تزکیه)، غایت (سازگاری دنیوی در مقابل قرب الهی) و مرتبه نفس (حس و خیال در مقابل حس، خیال، عقل و تجرد) است؛ بنابراین می‌توان گفت خودآگاهی هیجانی گلמן، جلوه‌ای محدود و کاربردی از همان آگاهی حضوری نفس به کیفیات خود است که ملاصدرا از آن سخن می‌گوید، اما هرگز نمی‌تواند جایگزین یا همسنگ معرفت نفس در معنای جامع و متعالی آن در حکمت متعالیه باشد.

۵. نتیجه‌گیری

در این پژوهش، دو نظام فکری در حوزه شناخت خویشتن مورد بررسی قرار گرفت: «خودآگاهی هیجانی» در چهارچوب روان‌شناختی دانیل گلמן و «معرفت نفس» در نظام فلسفی-عرفانی ملاصدرای شیرازی. هر دو دیدگاه بر محوریت «خودشناسی» در فرآیند رشد انسانی تأکید می‌ورزند، اما با یکدیگر تفاوت‌های بنیادینی نیز دارند.

از منظر گلמן، خودآگاهی هیجانی مهارتی شناختی-روان‌شناختی است که با تمرکز بر شناخت هیجانات لحظه‌ای و تأثیر آنها بر رفتار در پی بهبود عملکرد فرد در زندگی دنیوی و روابط اجتماعی است. این نگاه کاربردی و تجربی، خود را در خدمت مدیریت هیجانات، تصمیم‌گیری مؤثر و ارتقای تاب‌آوری روانی قرار می‌دهد. در این دیدگاه، «خود» عمدتاً در تعامل با محیط شکل می‌گیرد و از طریق تمرین‌های مبتنی بر توجه‌آگاهی قابل پرورش است. در مقابل، ملاصدرا معرفت نفس را سفر وجودی و جوهری می‌داند که از طریق «علم حضوری» و شهود درونی محقق می‌شود. این معرفت، محدود به هیجانات نیست، بلکه تمامی مراتب نفس - از حسی و خیالی تا عقلی - را در برمی‌گیرد و نفس را در مسیر «حرکت جوهری» به سوی کمال حقیقی و تجرد رهنمون می‌سازد. غایت این مسیر، نه صرف موفقیت دنیوی، بلکه قرب الهی و سعادت اخروی است و ابزارهای تحقق آن نه صرفاً تمرین‌های روان‌شناختی، بلکه تهذیب اخلاق، مجاهده با نفس و تعالی وجودی است.

با این وجود، میان دو دیدگاه نقاط اشتراک معناداری نیز یافت می‌شود. هر دو بر ضرورت آگاهی ناظرانه به حالات درونی تأکید دارند؛ چه در قالب «توجه مداوم» گلמן و چه در هیئت «مطالعه کتاب نفس» ملاصدرا؛ همچنین، هر دو دیدگاه نقش محوری عقل عملی (هوش هیجانی) را در مدیریت و هدایت کیفیات نفسانی به رسمیت می‌شناسند.

نکته محوری این پژوهش که در تمایز با نسخه‌های پیشین از آن دفاع می‌شود، آن است که خودآگاهی هیجانی گلמן را - به‌ویژه در جنبه «توجه لحظه به لحظه بدون واسطه» - می‌توان از

نظر پدیدارشناختی مصداقی از همان علم حضوری نفس به کیفیات خود دانست. ملاصدرا صراحتاً می‌گوید: «فَإِنَّ النَّفْسَ تَعْلَمُ حُزْنَهَا وَ فَرْحَهَا وَ غَضَبَهَا وَ شَهْوَتَهَا عِلْمًا حُضُورِيًّا... تُدْرِكُ بِالْوُجْدَانِ»؛ همانا نفس، غم و شادی و خشم و شهوت خود را به علم حضوری می‌شناسد... که با وجدان ادراک می‌شود.

گلמן نیز خودآگاهی هیجانی را «آگاهی لحظه به لحظه از حالت هیجانی خود به هنگام بروز آن» و «بدون واکنش و قضاوت» تعریف می‌کند. در هر دو مورد، فرد هیجان خود را بدون واسطه در لحظه بروز و بدون فاصله مفهومی درک می‌کند. با این حال، معرفت نفس در حکمت متعالیه فراتر از علم حضوری به کیفیات، شامل علم حضوری به ذات نفس و شهود مراتب بالاتر وجودی (عقل و تجرد) نیز می‌شود که در نظریه گلמן هیچ مشابهی ندارد. ملاصدرا در این باره تصریح می‌کند: «لَيْسَ كُلُّ مَنْ عَرَفَ هَوَاةً وَ شَهْوَاةً عَارِفًا بِنَفْسِهِ، إِنَّمَا يَعْرِفُ نَفْسَهُ مَنْ عَرَفَ جَوْهَرَهَا وَ حَقِيقَتَهَا»؛ هر که هواها و شهوات خود را بشناسد، عارف به نفس نیست؛ بلکه کسی نفس خود را می‌شناسد که جوهر و حقیقت آن را بشناسد؛ بنابراین ادعای همسانی کامل میان خودآگاهی هیجانی و معرفت نفس پذیرفتنی نیست.

اما ادعای همسویی در لایه «آگاهی حضوری به کیفیات نفسانی» - «که برای اولین بار در این پژوهش صورت‌بندی شده است با متون هر دو اندیشمند قابل دفاع است. خودآگاهی هیجانی گلמן جلوه‌ای محدود و کاربردی از همان آگاهی حضوری نفس به کیفیات خود است که ملاصدرا از آن سخن می‌گوید، اما هرگز نمی‌تواند جایگزین یا همسنگ معرفت نفس در معنای جامع و متعالی آن در حکمت متعالیه باشد. این همسویی می‌تواند افق جدیدی برای گفت‌وگوی بینارشته‌ای میان روان‌شناسی معاصر و حکمت متعالیه بگشاید، بدون آنکه یکی به دیگری فروکاسته شود.

خودآگاهی هیجانی و معرفت نفس: ... / حقی و دیگران ۱۴۱

فهرست منابع

قرآن کریم.

الف-منابع فارسی:

پورحسن، قاسم. نفس در فلسفه اسلامی: از کندی تا ملاصدرا. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، ۱۳۸۶.

رومی، جلال‌الدین محمد (مولوی). مثنوی معنوی. تصحیح: رینولد نیکلسون. تهران: هرمس، ۱۳۸۶.
گلمن، دانیل. هوش هیجانی. ترجمه نسرین پارسا. تهران: انتشارات رشد، ۱۳۸۲.

ب-منابع عربی:

ابن‌سینا، حسین بن عبدالله. الشفاء (الطبیعیات، کتاب النفس). قم: انتشارات آیت‌الله مرعشی، ۱۳۷۵ ش.
ابن‌سینا، حسین بن عبدالله. النجاة. تهران: انتشارات دانشگاه تهران، ۱۴۰۴ ق / ۱۹۸۴ م.
ابن‌سینا، حسین بن عبدالله. الشفاء (المنطق، البرهان). تحقیق: سعید زاید. قاهره: الهيئة المصرية العامة للكتاب، ۱۹۸۰ م.

ابن عربی، محیی‌الدین. فصوص الحکم. تصحیح: ابوالعلاء عفیفی. بیروت: دارالكتاب العربی، [بی‌تا].
سهروردی، شهاب‌الدین یحیی. حکمة الاشراق. ترجمه و شرح سید جعفر سجادی. تهران: انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۷۵.

صدرالدین شیرازی (ملاصدرا). الحکمة المتعالیة فی الاسفار العقلیة الاربعة (چاپ جدید). ۹ جلد. تهران: بنیاد حکمت اسلامی صدرا، ۱۳۸۰.

صدرالدین شیرازی (ملاصدرا). المبدأ و المعاد. تصحیح: سید جلال‌الدین آشتیانی. تهران: انجمن حکمت و فلسفه ایران، ۱۳۵۴.

صدرالدین شیرازی (ملاصدرا). الشواهد الربوبیة فی المناهج السلوکیة. تصحیح و تعلیق: سید جلال‌الدین آشتیانی. تهران: بنیاد حکمت اسلامی صدرا، ۱۳۸۱.

صدرالدین شیرازی (ملاصدرا). رسالة سه اصل. تهران: مولی، ۱۳۶۰.

صدرالدین شیرازی (ملاصدرا). شرح اصول الکافی. تهران: مؤسسه مطالعات و تحقیقات فرهنگی، ۱۳۸۰.

صدرالدین شیرازی (ملاصدرا). مفاتیح الغیب. تصحیح: محمد خواجوی. تهران: مؤسسه تحقیقات فرهنگی، ۱۳۵۴.

صدرالدین شیرازی (ملاصدرا). الحکمة العرشیة. تصحیح: غلامحسین آهنی. تهران: انتشارات مولی، ۱۳۸۱.

۱۴۲ هستی و شناخت / سال ۱۱ / شماره ۲ / پیاپی ۲۲ / صص ۱۲۱-۱۴۲

صدرالدین شیرازی (ملاصدرا). المشاعر. به اهتمام: هانری کرین. تهران: کتابخانه طهوری، ۱۳۶۳.
صدرالدین شیرازی (ملاصدرا). کسر اصنام الجاهلیة. به کوشش: محسن بیدارفر. قم: بیدار، ۱۳۶۶.
صدرالدین شیرازی (ملاصدرا). تعلیقه بر حکمة الاشراق. تهران: بنیاد حکمت اسلامی صدرا، ۱۳۸۱.
صدرالدین شیرازی (ملاصدرا). تفسیر سورة والعصر. تهران: بنیاد حکمت اسلامی صدرا، ۱۳۸۳.
صدرالدین شیرازی (ملاصدرا). شرح الهدایة الاثریة. تهران: بنیاد حکمت اسلامی صدرا، ۱۳۸۶.
طباطبایی، سید محمدحسین. المیزان فی تفسیر القرآن. ۲۰ جلد. بیروت: مؤسسة الاعلمی للمطبوعات، ۱۳۹۰ ق / ۱۹۷۰ م.

غزالی، ابو حامد محمد. احیاء علوم الدین. ۴ جلد. بیروت: دارالکتب العلمیة، ۱۴۱۲ ق / ۱۹۹۲ م.
کلینی، محمد بن یعقوب. الکافی. تهران: دارالکتب الاسلامیة، ۱۴۰۷ ق / ۱۹۸۷ م.

ج- منابع لاتین:

- Ekman, P. "An Argument for Basic Emotions." *Cognition & Emotion* 6, no. 3-4 (1992): 169-200.
- Flavell, J. H. "Metacognition and Cognitive Monitoring: A New Area of Cognitive-Developmental Inquiry." *American Psychologist* 34, no. 10 (1979): 906-911.
- Freud, S. *The Ego and the Id*. Translated by J. Strachey. Vol. 19 of *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, 12-66. London: Hogarth Press, 1961. (Original work published 1923)
- Goleman, D. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More than IQ*. New York: Bantam Books, 1995.
- Goleman, D. *Working with Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books, 1998.
- Gross, J. J. "Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects." *Psychological Inquiry* 26, no. 1 (2015): 1-26.
- Izard, C. E. *Human Emotions*. New York: Plenum Press, 1977.
- Keltner, D., and J. J. Gross. "Functional Approaches to Emotion." *Cognition & Emotion* 13, no. 5 (1999): 467-481.
- Rogers, C. R. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin, 1961.
- Salovey, P., and J. D. Mayer. "Emotional Intelligence." *Imagination, Cognition and Personality* 9, no. 3 (1990): 185-211.
- Tripathy, M. "Emotional Intelligence: An Overview." *Journal of Humanities and Social Science* 23, no. 3 (2018): 12-18.