منِ تن‌آگین:
روایت درهم‌تنیدگی‌های جان و تن

نگارنده

پرویز آزادفلاح

استاد دانشگاه تربیت مدرس

۱۴۰۲

سرشناسه: آزادفلاح، پرویز، ۱۳٤۲ -
عنوان و نام پدیدآور: من تن آگین: روایت درهم تنیدگی جان و تن/ نگارنده پرویز آزادفلاح.
مشخصات نشر: تهران: دانشگاه تربیت مدرس، مرکز نشر آثار علمی، ۱٤۰۲.
مشخصات ظاهری: ۲٤۸ ص.
شابک: ۹۷۸-٦۲۲-۷۰۳٤-٥٥-٤
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
یادداشت: واژه‌نامه.
یادداشت: کتابنامه: ص.[۲۰۸] - ۲۲۱.
موضوع: جسم و جان Mind and body
رده بندی کنگره: BF۱٦۱
رده بندی دیویی: ۱٥۸/۱
شماره کتابشناسی ملی: ۹٤۳۹۲٤۲
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا

منِ تن‌آگین: روایت درهم‌تنیدگی‌های جان و تن

نگارنده: پرویز آزادفلاح
ویراستار: سیدمصطفی فیض بخش
طراح جلد: زهرا کهدوئی، ترنج
صفحه‌آرایی: سمیه زهانی
شماره انتشار: ۳۰۸
شماره پیاپی: ٤۹۷
تاریخ انتشار: ۱٤۰۲
شمارگان: ۲۰۰
شابک: ۹۷۸-٦۲۲-۷۰۳٤-٥٥-٤ **شابک الکترونیکی:** ۹۷۸-٦۲۲-۸۳۳۹-٥۰-٤
ناشر: مرکز نشر آثار علمی دانشگاه تربیت مدرس
کارشناس اجرایی: فاطمه طالبی
ناظر چاپ: مصطفی جانجانی
لیتوگرافی: ایرانگرافیک
چاپ و صحافی: شمس
نشانی ناشر: تقاطع بزرگراههای آل‌احمد و دکتر چمران، مرکز نشر آثار علمی دانشگاه تربیت مدرس، صندوق پستی: ۳۱۸-۱٤۱۱٥
تلفن: ۸۲۸۸۳۰۹٦
دورنگار: ۸۲۸۸۳۰۳۲
آدرس اینترنتی فروش: pub.Modares.ac.ir

مسئولیت صحت مطالب کتاب برعهدهٔ نگارنده است.

تمام حقوق این اثر برای مرکز نشر آثار علمی دانشگاه تربیت مدرس محفوظ است و تکثیر کتاب به هر روشی بدون اجازه کتبی ناشر پیگرد قانونی دارد.

برای

پرهام؛

و دانشجویان، این دیگر عزیزانم؛

آنجا که شوق بهار بر جان و تن قلم می‌نشیند

فهرست مطالب

دیباچه ۵

۱- پوست؛ جایگزین نمادین مادر ۱

۱-۱ مقدمه ۱

۱-۲ پوست؛ کارآمدترین خاستگاه شناخت و دفاع ٤

۱-۳ لمس و تماس بدنی؛ کانونی برای احساس و عاطفه ۱۰

۱-٤ کنش‌های عمیق لمس و نوازشگری بدنی ۱۳

۱-۵ ارتباط بین پوستی ۱۷

۱-٦ پوست و بدن مادر - نوزاد ۲۲

۱-۷ یکپارچگی بدن و «خود»، و دلبستگی ۲٦

۱-۸ لمس در بافت‌ها و فرهنگ‌ها ۲۹

۲- بنیان تن‌آگین شخصیت ۳۷

۲-۱ مقدمه ۳۷

۲-۲ بدن: نخستین خاستگاه «من» ۳۹

۲-۳ استر بیک: سازمان روانی ٤۰

۲-٤ دیدیه آنزیو: کنش‌وری «من پوستی» ٤٦

۲-۵ توماس اوگدن: پدیدآیی تجارب در موضع درخودمانده – هم‌جوار ۵۰

۲-۵-۱ سطح پوست و آهنگینی ۵۳

۲-۵-۲ اشکال و اشیای درخودمانده ۵٦

۲-٦ تولد فردیت: حرکت از «خود بدنی» به «خود روان‌شناختی» ٦٠
۲-٦-۱ تجربه روانی آغازین بدن ٦١
۲-٦-۲ تعریف مرزهای سطح بدن و تمایز حالت‌های درونی بدن ٦٣
۲-٦-۳ تعریف و انسجام «خود بدنی»: بنیانی برای خودآگاهی ٦٤
۲-٦-٤ حرکت به‌سوی «خود روان‌شناختی» ٦٧
۲-٦-٥ پدیدآیی «من تن‌آگین» ٦٩
۲-۷ «خود تن‌آگین» جنسیتی شده ۷٥
۲-۸ نخستین احساس مردانگی و زنانگی ۷۸
۲-۹ «خود بدنی» درست/ «خود بدنی» نادرست ۸۰
۳- تن و ذهن ۸٥
۳-۱ مقدمه ۸٥
۳-۲ ذهن تن‌آگین ۸۷
۳-۳ نقش بازتاب‌گری آینه‌وار در ذهن تن‌آگین ۸۹
۳-٤ لکان و کنش آینه ۹۱
۳-٥ بدن‌انگاره ۹٤
۳-٦ انتقال بین نسلی بدن‌انگاره ۹۹
۳-۷ بدن زیبا ۱۰۲
۳-۸ بدشکلی بدنی ۱۰٦
۳-۹ جراحی‌های زیبایی‌ساز ۱۱۳
۳-۹-۱ خیال‌پردازی آفرینش خود ۱۲۰
۳-۹-۲ خیال‌پردازی بازپس‌گیری ۱۲۱
۳-۹-۳ خیال‌پردازی معشوق آرمانی ۱۲۲
٤- شناخت تن‌آگین ۱۲۹
٤-۱ مقدمه ۱۲۹
٤-۲ رویارویی با الگوی رایانشی ذهن ۱۳۲
٤-۳ شناخت اجتماعی تن‌آگین ۱٤۱

٤-٣-١ بدنی برای دیگری ١٤٥
٤-٣-٢ بدن اجتماعی ١٤٦
٤-٤ شناخت اخلاقی تن‌آگین ١٤٧
٤-٥ آگاهی بدنی ١٥٠
٤-٦ هشیاری و ناهشیاری شناختی ١٥٣
٤-٦-١ بنیادهای نظری مفهوم ناهشیاری ١٥٣
٤-٦-٢ گسترش مفهوم ناهشیاری به مفهوم شناخت ١٥٦
٤-٦-٣ ژان پیاژه و ناهشیاری شناختی ١٥٨
٥- تن‌آگینی در روان‌درمانگری ١٦٧
٥-١ مقدمه ١٦٧
٥-٢ روان‌درمانگری بدنی ١٦٩
٥-٣ بیوانرژتیک ١٨١
٥-٤ تن‌آگینی در روان‌تحلیلگری ١٨٩
٥-٥ انتقال و انتقال متقابل بدن‌محور ١٩١
٥-٦ ابعاد غیرکلامی تجربه در فضای درمان ١٩٦
٥-٧ گوش دادن به محتوای غیرکلامی در تحلیل ١٩٩
٥-٨ رویارویی با آسیب به خود ٢٠١
کتابشناسی ٢٠٩
واژه‌نامه فارسی به انگلیسی ٢٢٣
واژه‌نامه انگلیسی به فارسی ٢٣٣
نمایه موضوعی ٢٤٣
نمایه نام‌ها ٢٤٧

دیباچه

بدن نخستین، آشناترین، آشکارترین و در عین‌حال فراموش شده‌ترین، کانون پدیدآیی سازمان روانی است. این پیدای ناپیدا در بسیاری از صورت‌بندی‌های علمی روان‌شناسی مورد بی‌اعتنایی چشمگیری قرار گرفته، و در مواردی نقش آن تنها در قالب تفسیرهای عصبی، شیمیایی و هورمونی خلاصه شده است. البته شاید عجیب نباشد که گاهی گرایش آدمی برای جستجوی پیچیدگی‌ها، با خطر غفلت از پیدای آشکار و روی‌آوری به‌سوی ناپیدای نهان همراه باشد. به سخن دیگر، چون سازمان روانی و پدیده‌های پیچیده ذهنی را جستجو می‌کنیم، مرتکب این اشتباه منطقی می‌شویم که باید وجود آنها را جایی پنهان‌تر از بدن واکاوی کنیم.

اما اگر وجود این غفلت منطقی آدمی را بپذیریم، شگفت‌انگیز است که یادآور شویم در گستره اندیشه‌ورزی‌های روان‌شناختی که به سازمان روانی پرداخته‌اند، بیشترین توجه به بدن و کانون‌های بدنی نظام روانی، از سوی دیدگاه‌های تحلیلی و روان‌پویشی صورت گرفته است؛ دیدگاه‌هایی که اتفاقاً همواره عمیق‌ترین سازه‌های شخصیت و سازمان روانی را بررسی و بازبینی کرده‌اند. اگرچه این دیدگاه‌ها به واکاوی پنهان‌ترین و عمیق‌ترین مفاهیم و سازه‌ها در سازمان روانی علاقه داشته‌اند، جستجو را برای یافتن مفاهیم پنهان و عمقی، از لایه‌های پیدا و سطحی پی‌گرفته‌اند. در نگاه بسیاری از نظریه‌پردازان این حوزه، بدن نخستین ساختار تجلّی سازمان روانی است. این نظریه‌پردازان بدن را در جنبه‌های ساده و عینیِ زیستی خلاصه نکرده‌اند و با نگاهی ژرف به ویژگی‌های زیستی، حسی و حرکتی بدن، آن را دارای پیچیدگی‌های روان‌شناختی فراوانی یافته‌اند. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که اگر جستجوی عمیق پیچیدگی‌ها، با نگاهی خلاق و در عین‌حال پویا همراه شود، غفلت از جنبه‌های مادی، آشکار و پیدا، شکل نمی‌گیرد.

باید توجه داشت، آنچه در دیدگاه‌های تحلیلی از جنبه روش‌شناختی اهمیت دارد، به‌کارگیری نگاهی عمیق و پویا، حتی به پدیده‌های عینی و مادی است. در واقع، نگاه سطحی هرگز با ماهیت و هدف علم، که توصیف و تبیین پدیده‌ها و پدیدآوری شناخت نزدیک به حقیقت است، همسازی

ندارد؛ اما نگاه عمقی حتی به پدیده‌هایی که در سطح قرار دارند، به شناخت نابی از پدیده‌ها منجر می‌شود که به حقیقت آنها نزدیک‌تر است. به سخن دیگر، این تصور که پدیده‌های بدنی، ماهیتی ساده دارند، بسیار ناروا است و در حقیقت اگر به پدیده‌های بدنی و رفتاری که در سطح قرار دارند، صرفاً نگاهی سطحی داشته باشیم، تنها به شناختی جزئی از آنها دست می‌یابیم. اما تنها با نگاهی عمیق به پدیده‌های سطحی و عینی است که مفهوم و معنای نمادین نهفته در آنها آشکار می‌شود.

نکته بسیار مهم در پرداختن به مفهوم بدن در صورت‌بندی‌ها و نظریه‌پردازی‌های روان‌شناختی این است که استفاده از واژه‌هایی چون تن و جان، ذهن و بدن، جسم و روان و یا اصطلاحات دیگری که با این دو سازه مترادف هستند، همواره خطر ارتکاب اشتباه در جداسازی فرایندهای جسمانی و روانی را به میان می‌آورد. در مسیر توسعه و گسترش نظریه‌های روان‌شناسی، جداسازی ذهن و بدن به شکل نسبی، و کم و زیاد رقم خورده است. اما این نتیجه انکارناپذیر است که در بسیاری از بررسی‌های علمی انجام شده، جدا دیدن این سازه‌ها از یکدیگر، دور شدن از حقیقت یکپارچه انسان را در پی داشته است.

البته شاید این نکته به ذهن خواننده این نوشتار بیاید که مسئله پذیرش ارتباط ذهن و بدن که در این کتاب مورد توجه قرار گرفته، چیز تازه‌ای نیست و بسیار فراگیر است و مورد انکار دیدگاه‌های مختلف روان‌شناسی نیست؛ بلکه پیشتر از آن در سایر حوزه‌های معرفت‌شناختی، همچون فلسفه نیز مهم بوده است. اما باید از همین ابتدا به تفاوت بسیاری از این دیدگاه‌ها با آنچه در اینجا موردنظر است، اشاره کنیم. توجه به این نکته شایسته است که گاهی از یک ارتباط و تعامل بااهمیت، بین جنبه‌های بدنی و روانی صحبت می‌کنیم؛ که در این صورت حتی با پذیرش نقش‌آفرینی‌های متقابل سازمان بدنی و سازمان روانی، ممکن است در بسیاری از موارد به نوعی دوگانه‌نگری، در معنای پنهان کلمه، تن داده باشیم. به عبارت دیگر، وقتی از ارتباط دو چیز سخن می‌گوییم، لزوماً آمیختگی آن دو را نپذیرفته‌ایم. گویی بسیاری از دیدگاه‌های روان‌شناسی از دو عرصه متفاوت تن و ذهن در آدمی سخن می‌گویند که هر یک قانونمندی‌های متفاوتی دارند؛ و هنگامی‌که از ارتباط آنها سخن می‌گویند، تنها به اثرگذاری‌ها و اثرپذیری‌های بین آن دو اشاره می‌کنند و حتی همواره بیم آن دارند که یکی را به دیگری نکاهند. در واقع این نقد و تردید، حتی زمانی‌که جنبه‌های زیستی، روانی، اجتماعی و معنوی در تعریف و نگاه به ماهیت انسان پذیرفته می‌شود نیز نمایان است. گاهی با خواندن متون نوین روان‌شناسی که از این نگاه زیستی، روانی،

اجتماعی و معنوی بهره می‌برند، تنها نوعی اثرگذاری متقابل گستره‌های منفرد برداشت می‌شود، که با پذیرش مفهوم یکپارچگی و کلیّت در انسان فاصله بسیار زیادی دارد.

اما آنچه در مفهوم تن‌آگینی «من»، مورد توجه و تأکید این کتاب قرار گرفته است، بسیار فراتر از تعامل و نقش‌آفرینی سازه‌های منفرد، اما مرتبط با یکدیگر است. به دیگر سخن، در اینجا نوعی درهم‌تنیدگی، یکپارچگی و با تأکید بیشتر توحیدیابی جنبه‌های بدنی و روانی در نظر است. این نگاهِ مبتنی بر توحیدیابی پویا، همسازترین و نزدیک‌ترین مفهوم با نگاه تحولی در روان‌شناسی است. در واقع در این نگاه، ماهیت ابتدایی مادی و جسمانی بدن در مسیر تحول با مفاهیم غیرمادی درآمیخته و توحیدیافته می‌شود. در مفهوم توحیدیابی و در جریان و فرایند تحول، ظرفیت روانی در پدیداری بدنی یکپارچه می‌شود؛ درست است که این برآیند جدید همچنان ویژگی‌ها و ظرفیت‌های بدنی خود را حفظ کرده است، اما ظرفیت‌های عالی‌تر روانی نیز به آن افزوده و در آن توحید می‌یابد. این فرایند توحیدیابی در مورد پدیدآیی سایر جنبه‌های(اجتماعی، اخلاقی و حتی روحانی) انسان در مسیر کمال و شکوفایی نیز شدنی است.

در این نگاه پویا و توحیدیافته، اگر بدن در گذرگاهی از تحول تنها موجودیتی جسمانی دارد، در ادامه مسیر تحول، موجودیت روان‌شناختی نیز پیدا می‌کند. به سخن دیگر، بدن ظرفی است که جنبه‌های مختلف وجود آدمی، پی‌درپی در آن درآمیخته می‌شوند. همان‌گونه که اشاره شد، این مفهوم در مورد تمامی جنبه‌های دیگر انسان نیز واقعیت دارد؛ زیرا حتی وقتی از معنویت هم سخن می‌گوییم، می‌توان معنویت را در معنای نظری آن به‌صورت یک پدیدار محض وارسی کرد؛ اما در حقیقت در مورد معنویت انسان نیز نوعی تن‌آگینی وجود دارد که بدون توجه به آن تنها در سطح فلسفی و یا اخلاقی قابل پرداختن است.

اشاره به این نکته در اینجا مهم است که شکل‌گیری و به عرصه آمدن شاخه‌های علمی مختلف، یکی از دلایل غفلت از ماهیت توحیدیافته انسان بوده است. گرچه هر یک از این شاخه‌های علمی، ناگزیر با توجه به پیش‌انگاشت‌های خود، روش‌شناسی متفاوتی را اختیار کرده‌اند؛ این روش‌های متفاوت وارسی، زمینه این خطا را فراهم ساخته‌اند که موجودیت یکپارچه انسان به تکه‌تکه‌های متصل به‌هم در علوم مختلف کاسته شود. حتی تعامل بین شاخه‌های مختلف علمی و پیدایش‌های تازه‌ای چون قلمروهای مطالعاتی بین‌رشته‌ای در مورد انسان نیز در بسیاری از موارد، تنها پرداختن به جنبه‌های منفرد آدمی، از زاویه دید دانشمندان حوزه‌های مختلف و به

اشتراک گذاشتن آن در تبیین ماهیت انسان است. اما این اشتراک‌گذاری دیدگاه‌ها، لزوماً با مفهوم توحیدیافتگی جنبه‌های مختلف هم‌ارز نیست.

در این کتاب تلاش شده است تا با پرداختن به چند محور از حوزه‌های مهم در روان‌شناسی و علوم شناختی، تأکید بر مفهوم یکپارچگی و تن‌آگینی، و اهمیت آن در بازبینی ماهیت انسان برجسته شود. بی‌تردید، اگر دیدگاه تن‌آگینی را درباره ماهیت انسان در نظر قرار دهیم، دامنه مباحث مهم بسیار گسترده‌تر از آن چیزی خواهد بود که در اینجا ارائه شده است. اما در پنج فصل این کتاب حوزه‌های مهمی ارائه شده است که برای روان‌شناسان اهمیت دارد.

در نخستین فصل این کتاب، که *پوست؛ جایگزین نمادین مادر* نام دارد، پوست به‌عنوان کرانه و مرز دنیای درون و بیرون معرفی شده است که بر این مبنا نه تنها اهمیتی زیستی دارد؛ بلکه همچنین بقای روانی نیز وابسته به آن است. برخورداری از نقش‌هایی همچون نگهداری[1] و دربرگیری[2] که در خلال بحث به آن پرداخته می‌شود، پوست را دارای نقش‌های مادرانه می‌سازد. در این فصل همچنین، به اهمیت لمس و تجربه‌های تماس بدنی در حفظ انسجام «خود» و همچنین تجلّی برخی از تفاوت‌های فردی و فرهنگی توجه شده است.

در فصل دوم، که با عنوان *بنیان تن‌آگین شخصیت*، ارائه شده است، پدیدآیی مفهوم «من» و یا «خود» به‌عنوان ساختاری که شخصیت در آن و یا حول آن سازمان می‌یابد، مورد توجه قرار گرفته است. این بخش با طرح نقطه‌نظرها و دیدگاه‌های اندیشمندانی که نگاهی پویا و عمیق به شخصیت دارند، آغاز شده و در آن ضمن پرداختن به جنبه‌های تن‌آگین در پدیده‌های مهم سازمان‌یافتگی روانی، تحول و توحیدیابی شخصیت در کالبد تن پیگیری شده است.

فصل سوم با عنوان *تن و ذهن* ارائه شده است که در آن درهم‌تنیدگی‌های تن و ذهن بیشتر واکاوی می‌شوند و مفاهیمی همچون بدن‌انگاره و تصویر بدنی، به‌عنوان سازه‌های مهم در آسیب‌شناسی روانی معرفی می‌شوند. اما با توجه به گسترش مداخلات بدنی و گرایش روزافزون به جراحی‌های زیبایی‌ساز در سال‌های اخیر، بخشی از این فصل به تبیین‌های روان‌شناختی زیبایی و بدشکلی بدنی می‌پردازد و پویایی‌های عمیق و ناهشیار را در خواستاران تغییر شکل بدنی و جراحی‌های زیبایی‌ساز مورد تأکید قرار می‌دهد.

---

1. holding
2. containment

فصل چهارم کتاب، که با عنوان *شناخت تن‌آگین* نگارش شده است، در ابتدا الگوی متداول وارسی مفهوم شناخت در روان‌شناسی شناختی کلاسیک را به چالش می‌کشد. در این فصل زمینه‌های بنیادین به عرصه آمدن مفهوم شناخت تن‌آگین معرفی می‌شوند و برخی از حوزه‌ها مانند شناخت اجتماعی تن‌آگین و یا شناخت اخلاقی تن‌آگین بیشتر بررسی می‌شوند. همچنین مفاهیمی مانند آگاهی بدنی و در نهایت تسری مفهوم ناهشیاری در قلمرو شناخت در این فصل مورد توجه قرار گرفته‌اند.

در فصل پنجم، که *تن‌آگینی در روان‌درمانگری* نام دارد، حوزه‌هایی چون روان‌درمانگری بدنی و بیوانرژتیک به‌اختصار معرفی شده‌اند که در آنها بدن و انرژی بدنی، محور اصلی فرایندهای درمانی است. در ادامه این فصل بدن و تن‌آگینی سازمان روانی در معنایی عمیق‌تر بررسی شده و در بحث تن‌آگینی در روان‌تحلیلگری، درباره بن‌مایه‌های بدنی در فضای تحلیل و درمان بحث شده است.

باید توجه داشت که در قسمت‌های مختلف کتاب دو اصطلاح «من»[1] و «خود»[2] فراوان استفاده شده‌اند. این دو اصطلاح در عرصه نظام‌های تحلیلی با تأکیدی متفاوت به‌کار برده شده‌اند. برخی مانند فروید[3] «من» را ساختار اجرایی اصلی شخصیت در نظر می‌گیرند که در مواجهه با ساختارهای دیگر شخصیت و در برخورد با جهان بیرونی، به مدیریت سازمان روانی می‌پردازد؛ و برخی همچون کوهات[4] «خود» را به‌عنوان محور آغازین شخصیت تلقی می‌کنند، که همه تجربه‌ها در آن و به‌وسیله آن سازمان می‌یابند. از دیگر سو، در بسیاری از نوشته‌های این گستره نیز با کمی تسامح این دو اصطلاح به‌جای یکدیگر استفاده شده‌اند. در نوشتار حاضر نیز، اگرچه مؤلف به تفاوت این دو سازه در معنای دقیق این دو اصطلاح اعتقاد دارد، بر حسب نوع نگاه در مباحث نظری متفاوت از هر دو اصطلاح استفاده کرده است. اما باید توجه داشت که در اینجا استفاده متوالی و در کنار هم این دو اصطلاح، در معنای محور اصلی سازمان روانی، شخصیت و فردیت روانی است.

---

1. ego
2. self
3. Freud, S.
4. Kohut, H.

این کتاب و سبک نگارش آن متناسب با سطح استفاده دانش‌پژوهانی است که در حوزه علوم روان‌شناختی از دانش پایه برخوردارند. بنابراین به‌ویژه مناسب دانشجویان تحصیلات تکمیلی حوزه‌های روان‌شناسی و علوم شناختی است که در زمینه‌های مختلف روان‌شناسی شخصیت، روان‌شناسی شناختی، آسیب‌شناسی روانی، روان‌درمانگری و روان‌تحلیلگری دانش‌اندوزی می‌کنند.

در پایان، باید به این نکته مهم اشاره کرد که سرنوشت روانی ما تا پایان عمر در ظرف بدن انسجام می‌یابد. روایت زندگی ما در این جهان مادی با پدیدآیی بدنی آغاز می‌شود؛ هر آنچه در طول زندگی پدید می‌آید، در «خود» سازمان می‌یابد و این تجربه‌ها در بدن یکپارچه می‌شوند؛ و سرانجام با ویران شدن بدن روایت زندگی ما در جهان مادی پایان می‌یابد. آنچه در نگاه این کتاب به سرنوشت هر یک از ما مربوط می‌شود، این است که روایت زندگی ما از ابتدا بر مبنای عوامل زیستی و سرشتی، مانند مزاج[1]، و در ادامه براساس شرایط محیطی و به‌ویژه بر مبنای نقش‌آفرینی نخستین مراقبان تدوین می‌شود. در واقع در ابتدا هیچ‌یک از ما در نگارش ابتدایی داستان و روایت زندگی خود، نقشی نداریم و همه این روایت بر مبنای کارگردانی عواملی خارج از اراده و کنترل ما صورت می‌گیرد. اما جای افسوس است که همواره تنها راوی روایتی باقی بمانیم که خود نقشی در آن نداشته‌ایم. انسان رشدیافته، در مسیر تحول خود همواره از فرصت بازبینی، شناخت، بازپردازش و تغییر این روایت برخوردار است و بنابراین می‌تواند خود را از حصار از پیش‌تعیین‌شدگی رها کند.

به سخن دیگر باید اطمینان داشت: ***گرچه نمی‌توان گذشته را پاک کرد؛ می‌توان اسیر گذشته باقی نماند.***

پرویز آزادفلاح

تهران؛ ۱۴۰۲ خورشیدی

---

1. temperament