

عشق به مثابه بلوغ مراقبتی نقدی بر نظریه‌های عشق استرنبرگ و ارائه رویکردی نوین به عشق در روابط زوجین

Love as Caring Maturity: A New Approach to Love in Couple's Relationships based on the Critique of Sternberg's Theory

[10.29252/jfr.15.04.01](https://doi.org/10.29252/jfr.15.04.01)

M. Hedayati, Ph.D.

Department of Psychology, Institute of Humanities and Cultural Studies, Tehran, Iran

✉ دکتر مهرنوش هدایتی

گروه روان‌شناسی، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

دریافت مقاله: ۹۷/۱۰/۹

دریافت نسخه اصلاح شده: ۹۸/۱۰/۸

پذیرش مقاله: ۹۸/۱۱/۱۵

Abstract

"Love" is one of the vital needs of humanity and one of the most important motivations for the family formation and its preservation. However, as mentioned by the experts, among other factors, a misunderstanding of the concept of "love" has put family at risk. The main goal of the present study is to provide an analytical overview of the concept of "love" in couple relationships, particularly by emphasizing on a criticism Sternberg's theories ("love triangle" and "Love story") and present a new approach: "Love as Caring Maturity".

✉ Corresponding author: Department of Psychology, Faculty of Ethics and Education, Institute of Humanities and Cultural Studies, Tehran Iran.
Email: mehrnooshedayati@yahoo.com

چکیده

عشق یکی از نیازهای حیاتی بشر و از مهم‌ترین انگیزه‌های تشکیل و تداوم خانواده است؛ اما به زعم متخصصان در کنار سایر عوامل، فهم نادرست از این مفهوم، نهاد خانواده را در معرض تهدید قرار داده است. هدف از پژوهش حاضر، ارائه نگاهی تحلیلی از ادراک رایج به مفهوم «عشق»، خصوصاً با تأکید بر نقد نظریه‌های عشق استرنبرگ (۱۹۸۶ و ۱۹۹۴) به عنوان رویکرد رایج نزد روان‌شناسان و مشاوران ایرانی است. در همین راستا با استعانت از رویکردهای نوکلاسیک ذهن، تعریف تفکر مراقبتی و مؤلفه‌های آن و هم‌چنین ساختار شخصیت در نظریه تحلیل رفتار متقابل، رویکردی بدیل و جامع از

✉ نویسنده مسئول: تهران، اتوبان کردستان، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، پژوهشکده اخلاق و تربیت، گروه روان‌شناسی
پست الکترونیکی: mehrnooshedayati@yahoo.com

The method of the present qualitative research is based on the hermeneutic and critical paradigm and the data deduced from literature review which were investigated using the thematic analysis approach. In this approach, based on neo-classical theories of rationality, "True love" is the product of rationality with all three cognitive, emotional, and intentional capacities, and although influenced by unconscious patterns and schemas, it is a multifaceted, selective phenomenon possessed by "adult ego state". In this paper, a distinction is made between the concepts of "love" and "pseudo-love" and it is attempted to propose a more comprehensive picture of the meaning of true love in the relationships of couples by suggesting the "love pyramid" approach with a "caring maturity" vertex behind "tend to intimacy", "biological basics", and "decision to commitment". Research findings showed that the "Maturity" element has four domains of consciousness; and "Caring" element has three areas; and "Caring maturity" has five aspects.

Keywords: Love, Love triangle, Maturity, Caring Maturity.

«عشق پایدار» ارائه می‌شود، تحت عنوان: «عشق به مثابه بلوغ مراقبتی». برای دستیابی به این هدف از روش پژوهش توصیفی، تحلیل مفهومی و تحلیل استنباطی بهره گرفته‌ایم. در این رویکرد بر مبنای نظریه عقلانیت سه‌طرفیتی، «عشق» منبعث از هر سه ظرفیت شناختی، عاطفی و ارادی عقل بشری است و گرچه متأثر از الگوها و طرحواره‌های ناهوشیار است، اما پدیده‌ای چندوجهی و انتخابی است که در اختیار حالت «من بالغ» قرار دارد. در این مقاله میان مفاهیم «عشق» و «شبه‌عشق» تمایز قائل می‌شویم و با پیشنهاد رویکرد «هرم عشق» که دارای رأس «بلوغ مراقبتی» در کنار «گرایش به صمیمیت»، «پایه‌های زیستی» و «تصمیم به تعهد» است، در پی ارائه تصویری کامل‌تر از معنای عشق حقیقی در روابط زوجین هستیم. یافته‌های این پژوهش نشان داد عنصر «بلوغ» دارای چهار سطح آگاهی، عنصر «مراقبت» دارای سه ساحت کلی و «بلوغ مراقبتی» دارای پنج خرده‌مؤلفه است.

کلیدواژه‌ها: عشق، نظریه مثلث عشق، بلوغ مراقبتی، هرم عشق.

مقدمه

تشکیل خانواده در دنیای پیچیده و صنعتی امروز تصمیم‌چندان ساده‌ای نیست. عوامل بازدارنده متعددی در محیط اجتماع سد راه پذیرش مسئولیت زندگی متأهلی است. عواملی از قبیل مشکلات اقتصادی، معضلات روابط میان‌فردی، مسئولیت‌پذیری، محدودیت آزادی‌های فردی، تغییر نظام لذت‌جویی، عدم تمایز یافتگی از خانواده مرجع و موارد دیگری از این دست، به ترس جوانان برای تشکیل خانواده دامن می‌زند. بدون شک یک عامل درونی و بسیار قوی باید افراد را مجاب کند که لذت با هم زیستن را به مشکلات آن ترجیح دهند؛ این عامل درونی چیزی نیست جز «عشق». عشق آن نیاز اساسی و درونی است که با وجود تمام تغییرات و تحولات اجتماعی باز هم میل به ازدواج - به عنوان قرارداد پایدار با هم زیستن - را در افراد زنده نگه می‌دارد؛ چراکه میل به تعلق خاطر یا مبادله عشق یکی از پنج نیاز اساسی بشر (گلاسر^۱، ۱۳۹۸) و عامل تمایز بشر از سایر مخلوقات است (فیشر^۲، ۲۰۱۴).

بر خلاف قدمت عشق در روابط انسانی، وجوب آن برای ازدواج پدیده‌ای نوین است. تحقیقات نشان می‌دهد در عصر حاضر بیشترین دلیل ازدواج و طلاق، وجود یا فقدان عشق است (اسپرچر و هاتفیلد،^۳ ۲۰۱۵)؛ چراکه در گذشته عوامل اقتصادی، نیازهای جنسی یا صلاح‌دید والدین عامل اصلی ازدواج بود، اما با رواج صنعت و دموکراسی در جوامع توسعه‌یافته و حتی در حال توسعه، عشق مبنای اصلی ازدواج شد و تجارت سبک خاصی از عشق، تحت عنوان «عشق رمانتیک» به واسطه رسانه‌ها رواج یافت، تا جایی که برخی این میزان تأکید بر شرط عشق پیش از ازدواج را «عقده عشق رمانتیک» در عصر حاضر می‌خوانند (براردو و اوونز،^۴ ۲۰۰۰: ۱۹۶۸) که به همین نسبت نیز سهم بسزایی در کیفیت و تداوم روابط زناشویی و استحکام خانواده ایفا می‌کند (سیرن،^۵ ۲۰۱۱).

با وجود آن‌که تحقیقات لوین و همکارانش^۶ (۱۹۹۵) نشان دادند عشق به عنوان مبنایی برای ازدواج در جوامع فردگرای غربی بیشتر از جوامع خانواده‌گرای شرقی محسوب می‌شود، اما مشاهدات تجربی و پژوهش‌های میدانی حاکی از آن است که در ایران، خصوصاً در بافت شهری و توسعه‌یافته، بر خلاف سال‌های پیشین که عشق مؤلفه ارزشمندی برای سعادت خانواده محسوب می‌شد، اما فقدان آن موجب زوال خانواده نمی‌شد (ساروخانی، ۱۳۸۶)؛ طی دو دهه گذشته جایگاهی شاخص در تصمیم به ازدواج و پایداری خانواده پیدا کرده است (احمدی و همکاران،^۷ ۲۰۱۳). اما با وجود رواج فزاینده دموکراسی و انتخاب توأم با عشق و علاقه در تشکیل خانواده، متأسفانه به همین نسبت نیز ثبات و پایداری خانواده به دلیل تغییر ماهیت احساسات عاشقانه پس از ازدواج، در معرض تهدید قرار دارد (کیم و هاتفیلد،^۸ ۲۰۰۴). بدون شک عوامل متعدد فردی، اقتصادی و اجتماعی در آسیب به تشکیل و پایداری نظام خانواده دخیل هستند، اما شواهد نشان می‌دهد که تعارضات زناشویی، معمولاً با کاهش بیان عواطف و میل به تبادل عشق تشدید می‌شوند (گاتمن و گاتمن،^۹ ۲۰۰۶) و از طرفی عامل بسیاری از تعارضات و کشمکش‌های زناشویی، کاهش بیان احساس مثبت، ارتباط عاطفی ناکارآمد، فقر صمیمیت و عشق است (حفاظی‌طرقبه و همکاران، ۱۳۸۵؛ استرنبرگ،^{۱۰} ۲۰۰۴).

در جوامعی مثل ایران که نظام خانواده، علاوه بر ارزش‌های اجتماعی کلی و مشابه با سایر اجتماعات، از ارزش سنتی و مذهبی خاصی برخوردار است، پایداری و دوام این نظام می‌تواند اهمیتی دوچندان داشته باشد و بی‌میلی نسبت به تشکیل خانواده و ناپایداری نهاد خانواده می‌تواند مشکلات فردی و اجتماعی جدی‌تری را به بار آورد. رشد فزاینده مشکلات خانواده ایرانی در حالی شدت می‌گیرد که روابط جاری در جامعه معاصر، چه منجر به ازدواج شود و چه در مراحل قبل از ازدواج ایتر بماند، اغلب با توصیفاتی اغراق‌آمیز از حضور عشقی شورانگیز و رمانتیک، دست‌کم در زمان شروع روابط، همراه هستند؛ بنابراین اصولاً مشکل ناپایداری یا اختلالات موجود در روابط میان زوجین امروزی بر خلاف چند دهه قبل، ناشی از سرکوب یا کمبود احساسات عاشقانه، خصوصاً در مرحله انتخاب شریک زندگی نیست؛ بلکه به نظر می‌رسد باید این مشکل را در ادراک زوجین از پدیده عشق جست‌وجو کرد، فهمی از عشق که به جای تضمین دوام و پایداری احساس تعلق خاطر، منجر به ایجاد توقعات مخرب و شکست در ارتباطات می‌شود.

درک نادرست از عشق، آن هم گونه «عشق ازدواجی»^{۱۱} با مطالعات آکادمیک و تخصصی رایج به این پدیده در ایران در حیطه‌های گوناگون از جمله پژوهش‌ها، رویکردهای سنجش و مداخله، آموزش روابط

زوجین قبل و بعد از ازدواج و نظایر آن‌ها، به خوبی مشهود است. به همین دلیل کار روی بازخوانی پدیده عشق و تمرکز روی مفاهیم بلوغ و مراقبت در «عشق ازدواجی» شاید تنها روش حفظ نظام خانواده نباشد، اما به طور یقین می‌تواند برای تشکیل و تداوم نظام خانواده در عصر حاضر ضرورتی انکارناپذیر باشد.

عشق و انواع آن

عشق معانی متعددی را دربر می‌گیرد. ریشه لغوی آن به عَشَقْ (ašaq') به معنای «چسبیدن» و مترادف با نام گیاه لبلاب است که وقتی بر درختی بیچید آن را خشک می‌کند. با وجود آن‌که این تعریف را در آثار دانشمندان ایرانی هم‌چون ابن‌سینا و شیخ شهاب‌الدین سهروردی نیز می‌توان دید، اما «عشق» در زبان پارسی با واژه اوستایی īšā به معنای «خواستن، میل داشتن، آرزو کردن، جست‌وجو کردن» پیوند دارد. نکته جالب این‌که مفهوم «عشق» با این اصطلاح بیماریارگونه و هیجان‌شدید در قرآن کریم نیامده و در عوض واژه به کار رفته همان مصدر حَبَّ (habba) است که خویشاوند واژه عبری احو (ahav) به معنای مهربانی بسیار است (حیدری ملایری، ۲۰۰۸).

از دید روان‌شناسی، عشق پدیده‌ای پیچیده و چندبعدی و نیروی فعال بشری برای ارتباط با دیگری است که می‌تواند در انواع روابط تجربه شود (فروم^{۱۲}، ۱۳۹۴). دانشنامه استنفورد، عشق به معنای تعلق خاطر (اروس) را اهمیت‌دادن به شخص دیگر از حیث خودش و به خاطر خودش تعریف می‌کند و آن را از سایر انواع علائق شامل آگاهی (عشق الهی) و فیلیا (عشق دوستانه) مجزا می‌سازد (هلم^{۱۳}، ۱۳۹۴). آنچه در این تحقیق نیز مدنظر است صرف‌نظر از انواع بسیار گسترده عشق، صرفاً شرحی از عشق مبتنی بر روابط میان زوجین است که سبب تداوم و کیفیت‌بخشی به رابطه و به عبارتی پایداری پیوند زوجین در نظام خانواده می‌شود.

در میان انواع نظریه‌هایی که به تعریف و توصیف عشق، انواع و مؤلفه‌های آن پرداختند، نظریه «مثلث عشق» استرنبرگ از شهرت بیشتری در ایران و به خصوص در حیطه روان‌شناسی عشق برخوردار است و متأسفانه با وجود اشکالات وارد بر این نظریه و حتی نقد خود نظریه‌پرداز بر آن، معیار سنجش صحت عشق در روابط قبل و بعد از ازدواج، «مقیاس عشق استرنبرگ» است. با مراجعه به سایت اسناد و مدارک علمی ایران (IranDoc) مشخص می‌شود طی ۱۰ سال گذشته حدود ۲۳۵۸ تحقیق در خصوص عشق صورت گرفته که حاکی از اهمیت این موضوع در حوزه‌های مختلف است. از این میان ۲۰۸ تحقیق مربوط به روان‌شناسی عشق است که اغلب آن‌ها تحقیقاتی را بر مبنای نظریه استرنبرگ صورت داده‌اند، از جمله: قصه عشق (۵۶ مورد)، انواع عشق (۵۸ مورد) و مثلث عشق (۱۶ مورد). بنابراین لازم است ضمن شرح این رویکرد و نقاط برجسته و کاربردی آن، با دیدگاهی انتقادی به تبیین رویکردی جایگزین بپردازیم که تعریف جامع‌تر و کامل‌تری از عشق در روابط بلندمدت ارائه می‌دهد.

نظریه‌های عشق استرنبرگ

نظریات نوع‌شناسانه پیشین عشق، همواره با نقدهایی روبه‌رو بوده و در یک سیر اصلاحی به شکل‌گیری رویکرد مثلث عشق منجر شد که با دیدگاهی کمتر استقرایی توسط استرنبرگ (۱۹۶۸) مطرح شد. وی مفهوم عشق را در سه جزء کلی که می‌توانند اضلاع یک مثلث باشند، شرح داد: جزء شور و اشتیاق^{۱۴}، صمیمیت^{۱۵} و

جزء تعهد و تصمیم^{۱۶}. استدلال استرنبرگ در توجیه نظریه مثلث عشق دارای پشتوانه تاریخی و عقلانی بوده (بیل^{۱۷} و استرنبرگ، ۱۹۹۵؛ استرنبرگ، ۱۹۸۸) و هم‌چنین مبتنی بر سنجش و آزمایش است (لمبوکس و هال^{۱۸}، ۲۰۰۰؛ استرنبرگ، ۱۹۹۷). این سه جزء در ترکیب با یکدیگر، هشت نوع متفاوت از عشق را شکل می‌دهند که هر کدام ویژگی‌ها، معایب و محاسن خاص خود را دارند. به گفته استرنبرگ، رابطه‌ای که بر مبنای دو یا بیشتر از این عناصر بنا شده باشد، بادوام‌تر از عشقی است که تنها بر اساس یکی از این مؤلفه‌ها باشد. به عقیده وی «عشق کامل» که از ترکیب هر سه مؤلفه به وجود می‌آید، قوی‌ترین و بادوام‌ترین و متأسفانه نادرترین نوع عشق است. به نظر استرنبرگ زوج‌های خوشبخت کسانی هستند که نسبت به یکدیگر مثلث‌های عشقی یکسان دارند و از هر سه عنصر بهره‌مند هستند. البته به طور طبیعی این توازن و تناسب در روابط کمتر وجود دارد (استرنبرگ و بارنز^{۱۹}، ۱۹۹۷).

اندکی پس از طرح نظریه «مثلث عشق»، استرنبرگ (۱۹۹۴) در پاسخ به این سؤال که چرا افراد صرفاً عاشق یک فرد خاص می‌شوند و در نقد نظریه سه‌وجهی خود، نظریه «عشق به مثابه یک داستان»^{۲۰} را ارائه کرد. این نظریه جاذبه و کشش عاشقانه را منوط به همسانی یا مشابهت قصه‌های عشق ناهوشیار دو نفر می‌داند. وی (استرنبرگ، ۱۳۹۳) معتقد است هر انسانی روایتی شخصی از قصه عشق دارد که هم مبتنی بر قصه عشق در روابط جاری و هم قصه عشق به صورت دیدگاه آرمان شخصی است. از نظر او بقای رابطه عاشقانه زوجین به قرابت و همگنی قصه عشق دو نفر در هر دو حوزه بستگی دارد. با وجود ادعای استرنبرگ مبنی بر نقد نظریه پیشین خود و ارائه تصویری واضح‌تر از عشق (استرنبرگ، ۱۹۹۴)، اما او هم‌چنان مؤلفه‌های عشق را همان سه‌گانه قبلی در نظر گرفته و در نظریه قصه عشق صرفاً به جای هشت گونه کلی عشق بر اساس مؤلفه‌های بارز دخیل در آن‌ها، به ۲۵ سبک از عشق بر اساس ریشه‌های ناهوشیار آن‌ها اشاره کرده است. بنابراین به نظر می‌رسد استرنبرگ به جای نقد نظریه پیشین خود یا تکمیل مفهوم عشق، مسیر دسته‌بندی آن را تغییر داده تا صورت‌بندی معاصر و ملموسی از انواع روابط میان‌فردی زوجین را تبیین کند.

نقد نظریه‌های عشق استرنبرگ

با وجود این‌که استرنبرگ در کارهای آخر خود با نقد تئوری مثلث عشق و معرفی نظریه «قصه عشق» کمک شایانی به درک چرایی کشش و جاذبه عشقی بین دو نفر کرد، اما این رویکرد چند اشکال عمده دارد. به طور کلی در نظریه اخیر، تعریف یا الگویی از یک عشق سالم و بادوام و تعیین مؤلفه‌های دخیل در آن، ارائه نمی‌دهد و ظاهراً این عدم ارائه تعریف به معنای پذیرش همان توصیف سه‌مؤلفه‌ای نظریه‌پردازان پیشین است؛ چراکه او در سال ۱۹۹۷ مقیاسی برای «سنجش عشق» هنجارسازی کرد که کاملاً مبتنی بر همان سه مؤلفه است. هر دو مقیاس عشق استرنبرگ با وجود نقدهایی که بر آن‌ها وارد است، در ایران هنجاریابی شدند و حتی تأکید شده که «مقیاس قصه عشق» را می‌توان برای فعالیت‌های پژوهشی و مراکز مشاوره به خوبی به کار گرفت (علایی و کرمی^{۲۱}، ۱۳۸۶) و با همین توصیه‌ها در ۱۰ سال گذشته این مقیاس‌ها تقریباً به عنوان تنها مقیاس معتبر برای سنجش عشق کامل به کرات مورد استفاده محققان حوزه روان‌شناسی و زوج‌درمان‌گران قرار گرفته است، بنابراین تجدیدنظر روی آن‌ها بسیار ضرورت دارد. برخی اشکالاتی که به این نظریات وارد است، در ادامه می‌آیند.

طرح انواع الگوهای ارتباطی به جای ارائه الگوی عشق حقیقی: با وجود ادعای استرنبرگ در خصوص گونه‌شناسی «عشق»، عملاً دسته‌بندی او مبتنی بر گونه‌شناسی روابط میان‌فردی است که در پیوستاری از رابطه فاقد هر گونه احساس تا رابطه عاشقانه (که شامل صمیمیت، شور و شوق و تعهد است) توصیف می‌شود. استرنبرگ در تئوری قصه عشق تنها به ذکر انواع قصه‌های ناخودآگاه عشق اشاره می‌کند و بر این باور است که اگر قصه عشق ناهوشیار دو معشوق با یکدیگر متناسب باشد، رابطه تداوم می‌یابد، ولی در مورد کیفیت روابط توضیح چندانی نمی‌دهد. اغلب قصه‌هایی که استرنبرگ به عنوان روایت عاشقانه افراد ذکر می‌کند، می‌توانند به عنوان عاملی جهت تخریب رابطه محسوب شوند؛ نه ایجاد یک ارتباط عاشقانه! چرا وقتی هیچ احساسی برای پیوند صمیمانه، یا هیچ برانگیختگی برای کنار هم بودن، یا هیچ تعهد و احساس مسئولیتی نسبت به شریک زندگی منتخب وجود ندارد، باز هم اصرار داریم این روابط را در زمره گونه‌های «عشق» قرار دهیم. در حقیقت این تعریف چیزی نیست به جز تحریف «عشق». حذف حتی یک عنصر پایه‌ای «عشق» که تنها در صورت پیوند با سایر عناصر تشکیل‌دهنده آن قادر به ساخت پدیده «عشق» هستند، منجر به ایجاد نوعی از رابطه خواهد شد که طبیعتاً فاقد «عشق» است. همان‌گونه که سقراط نیز معتقد است «تقسیم عشق به خوب و بد» نوعی دوکسا (آیین) است، نه تقسیم‌بندی «عشق»؛ چراکه «عشق» نمی‌تواند چیزی جز میل شدید به خرد و جست‌وجوی حقیقت باشد و زیبایی حقیقی «عشق» نیز همین علاقه به خرد است.

طرح انواع خرده‌الگوهای دل‌بستگی به جای ارائه الگوی عشق حقیقی: در حقیقت آنچه استرنبرگ به عنوان روایت عاشقانه افراد معرفی می‌کند و شرط تداوم آن را ایفای نقش مکمل دو معشوق در قصه‌های همسان قرار می‌دهد، نوعی الگوی دل‌بستگی و رویه ارتباطی دوران خردسالی میان فرد با معشوق نخستین (مادر) است که نخستین بار توسط فروید مطرح شد و در تئوری‌های مختلفی مثل سبک‌های دل‌بستگی^{۲۲} جان بالبی^{۲۳} (۱۹۶۹)، جذابیت طرحواره‌ای^{۲۴} جفری یانگ (۱۹۹۴) و رویکرد روابط شیئی^{۲۵} ملانی کلاین (۱۹۸۶) به خوبی تظاهر یافت. حتی آرون و آرون^{۲۶} (۱۹۸۶) نیز پیش از او عشق را به مثابه راهی برای بسط و گسترش خود بیان کرده بودند. از نظر آن‌ها افراد جذب کسانی می‌شوند که فرصتی برای بسط و گسترش داستان شخصی آن‌ها به شمار بیایند و مشابهت بین افراد را پیش‌شرط این رابطه می‌دانستند. هم‌چنین «قصه عشق» استرنبرگ با مفهوم پیش‌نویس زندگی^{۲۷} در تئوری تحلیل رفتار متقابل^{۲۸} کاملاً همسو است، با این تفاوت که اریک برن^{۲۹} (۱۹۷۵) نام این روایت را پیش‌نویس زندگی می‌گذارد؛ نه «عشق» و بر تقویت «بلوغ» و ویرایش این پیش‌نویس قبل از انتخاب‌های عاشقانه تأکید دارد. دیدگاه جبری و بدبینانه روان‌کاوی گرچه قادر به توجیه انواع روابط در بزرگسالی است، اما هر رابطه‌ای نمی‌تواند به معنای «عشق» تلقی شود و نمی‌توانیم بگوییم اگر نقش مکمل افراد در پیش‌نویس‌های زندگی با هم جور دربیاید، آن‌ها از رابطه عاشقانه پایداری برخوردار خواهند بود. برای مثال چگونه می‌توان برخی قصه‌ها مثل حکومت، زشت‌نگاری و ژانر شیئی را صرفاً به دلیل آن‌که معشوق نقش مکمل ما را ایفا می‌کند، رابطه عاشقانه بنامیم؟ بنابراین یکی از مهم‌ترین نقدهای وارد بر نظریه استرنبرگ عدم ارائه رویکردی در باب معرفی عشق است، ضمن آن‌که رویکرد او حتی در خصوص انواع روابط میان زوجین، وجه بدیع و نوینی ندارد.

تجلی عشق به عنوان امری جبری: رویکردهایی که عشق را امری ناهوشیار و تحت سیطره طرحواره‌های نخستین و تصمیمات بخش ناهوشیار روان توصیف می‌کنند، نسبت به اختیاری بودن عشق بی‌توجه هستند. در حقیقت «قصه عشق» نه تنها مشکلات قلبی را از پیش پای عشق برطرف نساخته؛ بلکه عاملیت انسان بالغ در «عشق» را به حداقل می‌رساند. با وجود آنکه استرنبرگ (۱۳۹۳) معتقد است قصه عشق هم علت و هم معلول سبک زندگی است، اما بیشتر بر علیت آن در شکل‌گیری عشق تأکید دارد. این نگاه جبرگرایانه و منفعل به عشق، با تعریف متخصصانی هم‌چون اریک فروم از عشق، به عنوان یک هنر و استعدادی که باید به بهترین نحو به ثمر بنشیند، منافات دارد.

با وجود اینکه شواهد مطالعاتی طولی و گذشته‌نگر متعددی از این ادعا که در روابط عاشقانه و صمیمانه، همسر یا معشوق به عنوان یک تصویر مابه‌ازای دلبستگی ظاهر می‌شود و تصویر دلبستگی از والدین به همسر منتقل می‌شود (کرنز^{۲۰}، ۱۹۹۴) حمایت می‌کنند، اما محققان شواهد متعددی نیز در خصوص تغییرپذیر بودن الگوهای دلبستگی یافتند، بدین صورت که الگوی دلبستگی بزرگسالی متشکل از یک الگوی کلی برای سایر افراد و یک الگوی خاص برای معشوق است (کوزارلی و همکاران^{۳۱}، ۲۰۰۰) و با رشد رابطه و افزایش بلوغ عاطفی و تغییر الگوهای دلبستگی نایمن، زوج قادر به اعتماد به یکدیگر می‌شوند (فرالی و همکاران^{۳۲}، ۲۰۰۶). بنابراین تحدید عشق حقیقی در بزرگسالی به احساسی برخاسته از الگوی دلبستگی دوران کودکی، ما را به موجوداتی محکوم و مجبور به ادامه مشکلات ناخواسته دوران طفولیت تبدیل ساخته و عشق را از مفهومی انتخابی به پدیده‌ای اجباری که خارج از کنترل است، تغییر می‌دهد. در حقیقت علیت عشق برای ازدواج در دوران معاصر تا حد زیادی به افزایش دموکراسی و حق انتخاب افراد در امر ازدواج بازمی‌گردد (ایوانز، ترجمه قائمی، ۱۳۸۵: ۱۱). بر خلاف باور روانکاوانه‌ای که به عاشقی وجود دارد، عشق بالغانه نه تنها پدیده‌ای ناخودآگاه نیست؛ بلکه انتخابی آزاد است. این انتخاب گرچه با عوامل زیستی، اجتماعی، محیطی، فرهنگی و حتی شخصیتی محدود می‌شود، اما آزادی انتخاب یکی از ویژگی‌های کلیدی عشق محسوب می‌شود (فر، اسپرچر و آندروود^{۳۳}، ۲۰۰۹: ۷). فروم (۱۳۹۴: ۱۱) معتقد است درک مفهوم آزادی در عشق، اهمیت انتخاب درست معشوق را در قبال صرفاً تجربه عاشقی افزایش می‌دهد. با این تعریف، می‌توان نتیجه گرفت که عشق حقیقی صرفاً هیجانی از سر ناخودآگاه نیست؛ بلکه عملی است که با به‌کارگیری تمام قوای بشری ممکن می‌شود. همان‌گونه که از بیرون نمی‌توان به زور کسی را مجبور به تجربه احساس عاشقانه کرد، نیروهای ناخودآگاه نیز به تنهایی قدرت ایجاد عشقی حقیقی و بادوام را ندارند.

عدم در نظر گرفتن ظرفیت‌های کامل روان: ایراد دیگری که بر هر دو رویکرد استرنبرگ به عشق وارد است، بر اساس دیدگاه نوکلاسیک به عقلانیت است. بر اساس نظریات نوکلاسیک، روان شامل سه ظرفیت اساسی و غیر قابل تقلیل به هر یک است: شناخت، عاطفه و اراده^{۳۴} (لدوکس^{۳۵}، ۲۰۰۲). محققان بر این باورند که تمامی نظریات مثلی عشق از جمله نظریه استرنبرگ، بر همین دیدگاه‌های نوکلاسیک مبتنی هستند که به خوبی توسط دانشمندان مسیحی و عالمان اسلامی، مثل ارسطو، توماس آکوئیناس، مدرسی، ابن‌سینا و ابن‌عربی توصیف شده، اما استرنبرگ نتوانسته بعد شناختی را در مدل توجیهی خود از عشق به خوبی تبیین کند (دیسنر، فراست و اسمیت^{۳۶}، ۲۰۰۴). اگرچه استرنبرگ در ابتدا مؤلفه تصمیم/تعهد را جزء شناختی عشق معرفی کرد، اما در کارهای آخر خود و مشخصاً در مقاله «سنجش اعتبار ساختاری مقیاس مثلث عشق»

(استرنبرگ، ۱۹۹۷)، به صراحت ارتباطی میان شناخت با این بخش ذکر نمی‌کند. البته به دلیل گرایش او به تعریف عشق به عنوان داستانی در ضمیر ناهوشیار انسان، تأثیر شناخت و آگاهی در تعریف جدید او از عشق، نه تنها از مؤلفه تصمیم و تعهد؛ بلکه از دو مؤلفه شور و صمیمیت نیز رخت بر بسته است، اما دیسنر، فراست و اسمیت (۲۰۰۴) معتقدند که آگاهی‌ها و شناخت ما به احتمال زیاد قبل از فرایند تصمیم و تعهد حضور دارند و جزء جدایی‌ناپذیر آن‌ها هستند، همان‌گونه که بسیاری از روان‌شناسان شناختی، شناخت را پیش از تجربه هیجانی و تا حدی سازنده آن تلقی می‌کنند و بی‌توجهی به این مبنای شناختی می‌تواند عشق را از یک پدیده شعورمند به سطح طرحواره‌های غیر قابل مدیریت کاهش دهد.

عدم انسجام ظرفیت‌های روان: نقد دیگر این است که اغلب متخصصان علاوه بر پذیرش سه ظرفیت روان، بر یکپارچگی سه بُعد شناخت، عاطفه و اراده اتفاق نظر دارند و معتقدند امکان تفکیک یا حذف هیچ یک در کارکردهای روانی وجود ندارد. اگرچه ظرفیت‌های روان ابعادی به‌ظاهر گسسته^{۳۷} هستند، اما تفاوت مابین آن‌ها بیشتر کیفی است و در پدیدارشناسی انسان این سه جزء همواره در تعامل با یکدیگر هستند و بعید به نظر می‌رسد که در تجارب انسانی بتوان یک جزء را کاملاً مجزا از ظرفیت‌های دیگر مشاهده کرد. البته استرنبرگ در الگوی مثلث عشق بر تعامل پیوسته هر سه مؤلفه تأکید دارد (استرنبرگ، ۱۹۸۸: ۱۳۶) اما قادر به بهره‌گیری از تمام ظرفیت‌های روان در تبیین مفهوم عشق نیست (اکر و دیویس^{۳۸}، ۱۹۹۲؛ لمیوکس و هال، ۲۰۰۰). ابراهیمی دینانی (۱۳۹۲: ۱۵-۱۴) نیز با تأیید سه ساحت مختلف هستی انسان معتقد است که نظریه‌پردازان حوزه عشق، اصولاً بر یکی از این سه ساحت تمرکز داشته‌اند و چنان برخورد کرده‌اند؛ گویی که عشق و اراده و معرفت کاملاً از هم منفک و حتی متضاد هستند. این نگاهی سطحی و ظاهری است و اگر کسی به بُعد باطنی انسان توجه کند و در ژرفای هستی او به تأمل بپردازد، به آسانی درمی‌یابد که عشق و معرفت با یکدیگر متحد بوده و اراده نیز از آن‌ها منفک و جدا نیست.

عدم در نظر گرفتن ماهیت تحولی عشق: نقد دیگری که توسط برخی محققان بر نظریه استرنبرگ وارد است، در خصوص عدم شفاف‌سازی دوره‌های تحولی «عشق» و عوامل مؤثر بر آن است (اکر و دیویس، ۱۹۹۲). گرچه او تغییرات هر یک از مؤلفه‌ها را در فرهنگ معاصر غرب تشریح کرده، اما هیچ توصیفی از ماهیت تحولی عشق نداده است. بنابراین این‌گونه به نظر می‌رسد که مؤلفه‌های مختلف عشق و خصوصاً صمیمیت و شور و اشتیاق در اندک مدتی پس از وصال رو به افول می‌گذارند و تنها عامل حفظ رابطه، مؤلفه تعهد است که به مرور افزایش می‌یابد (استرنبرگ، ۱۹۸۸: ۱۲۵). علاوه بر این که این سیر تحولی دارای نسخه یکسانی در نظام‌های فرهنگی مختلف نیست (حفاظی‌طرقبه و همکاران، ۱۳۸۵)، اما توصیفاتی از این جنس و استناد به یافته‌های فرهنگی متفاوت با کشور خودمان بر بی‌علاقگی عشاق به وصال یا به عبارتی گرایش به نهاد ازدواج دامن می‌زند. در حالی که رویکرد تحول‌گرا به عشق، مثل توصیف آلن دوباتن (۱۳۹۵)، برای هر مرحله از رشد عشق در میان زوج، جذابیت‌ها و ماموریت‌هایی تعیین می‌کند که آن‌ها را مشتاق به تجربه و آماده می‌سازد. خروج از دوران خیال‌انگیز مواجهه با معشوق، راهی گریزناپذیر و حتی دلپذیر برای رسیدن به عشقی پایدار و توأم با درک و لمس حقیقت زندگی است.

بی‌توجهی به ساختار عصب‌شناختی دخیل در عشق: نقد دیگری که بر رویکرد استرنبرگ به عشق وارد است، بی‌توجهی به مکانیسم‌های پیچیده بیولوژیک عشق است. طبق نظر متخصصان علوم عصب‌شناختی،

عشق حقیقی مراکز شناختی و هیجانی و غریزی مغز را به طور توأمان درگیر می‌سازد. آن‌ها نشان داده‌اند که هنگام تجربه عشق در کنار ترشحات شیمیایی مختلف که بیشتر از بخش بطنی کلاهیکی مغز^{۳۹} ترشح می‌شوند، سلول‌های سیستم پاداش‌دهنده مغز در هسته دمدار^{۴۰} و بخش قشر پیشانی نیز در تجربه احساسات پرشور عاشقانه دخیل هستند. گرچه هسته دمدار جزء بدوی‌ترین قسمت‌های مغز و یک سیستم هیجانی است که هرچه عشق فرد پرشورتر باشد، هسته‌های این بخش از مغز فعال‌تر هستند، اما بخش هماهنگ‌سازی مرکزی^{۴۱} در قشر پیشانی کلیه اطلاعات را جمع‌آوری و ارزیابی می‌کند، احساسات و افکار را با هم می‌سنجد و در نهایت انتخاب‌ها و انگیزه‌های ما را رقم می‌زند. اصولاً مجموعه استدلال‌ها، تصمیم‌گیری‌ها و اراده به انجام هر کاری در این بخش از مغز شکل می‌گیرد. قشر پیشانی حتی پیام‌های بخش مربوط به پاداش‌ها را که در هسته دمدار تولید می‌شود، مدیریت و هدایت می‌کند (فیشر، ۱۹۹۶). با وجود آن‌که سیستم لیمبیک نقش بسیار حیاتی برای عاشق‌شدن دارد، اما تکامل بخش نئوکورتیکال (یا قسمت قشری مغز) که وظایف مهم و پیچیده انسانی هم‌چون صحبت‌کردن، نوشتن، طرح‌ریزی، استدلال، مفهوم‌سازی و سایر فعالیت‌های شناختی را عهده‌دار است، سبب بهبود بروز عواطف عاشقانه در انسان مدرن شده و دیگر نمی‌توان میل به دیگری را یک امر غریزی فاقد ابعاد شناختی تلقی کرد (استاینر، ۱۳۹۴). حتی شواهد زیست‌شناختی انسان تحولی‌بودن پدیده «عشق» را تأیید می‌کنند، به طوری که بر خلاف عشق شورانگیز که بیشتر از هسته‌های دمدار سیستم لیمبیک شروع می‌شود، عشق پایدار با گذر زمان رشد و توسعه پیدا می‌کند و قشر سینگولای قدامی و قشر اینسولا را درگیر می‌کند. این شواهد زیستی نشان می‌دهد که در سیر تحولی پدیده «عشق» نه تنها بخش شناختی مغز غیرفعال نمی‌شود، بلکه از حساسیت بالاتری نیز برخوردار می‌شود و حتی در دوران مواجهه شورانگیز عاشقانه کارکرد شناختی مغز کاملاً فعال است، اما ممکن است شیوه قضاوت‌ها بر پایه تغییر نگرش ارزشی به معشوق تا حدی متفاوت شود (زکی^{۴۲}، ۲۰۰۷)، چراکه استدلال‌ها بر پایه منطق خشک نیست؛ بلکه نوعی منطق مراقبتی در کار است.

عدم توجه به عنصر آگاهی و بلوغ در عشق: مهم‌ترین نقدی که می‌توان به رویکرد استرنبرگ و تمامی رویکردهای تثلیثی وارد ساخت، بی‌اعتنایی به بلوغ فکری در شکل‌گیری ساختار «عشق» بزرگسالی است. زمانی که با تکیه به رویکردهای روان‌پویشی، قصه «عشق» بزرگسالی را روایت مجدد «عشق» کودکی به معشوق نخستین تلقی می‌کنیم، گویی تحولات شناختی حد فاصل دوران کودکی و بزرگسالی را کاملاً نادیده گرفته‌ایم. در رویکردهای روان‌پویشی مثل نظریه دلبستگی یا ارتباط با ایزه، «عشق» از اساس فاقد وجه بالغانه و خردمندانه است و صرفاً نیاز انسان برای جست‌وجوی مجدد امنیت از دست رفته کودکی است. در چنین بستر فکری، یا باید از دام «عشق» رهید تا به تله‌های ناهوشیار کودکی گرفتار نشویم، یا توصیه‌ها و تجویزهای عاقلان نسبت به عقلانی‌ساختن «عشق» یا به عبارتی تقدم عقل بر «عشق» را بپذیریم. در تمام این توصیفات و تجویزها آنچه مسلم است، فراغت «عشق» از جنبه‌های عقلانی و آگاهانه است، به همین دلیل اصرار بر این است که افسار این هیجان سرکش را در دست عقل باتدبیر قرار دهیم، غافل از این‌که حتی اگر ممکن باشد این دو ظرفیت را از هم تفکیک کنیم، بی‌شک به تضعیف هر یک کمک خواهیم کرد. به همین خاطر می‌توان ادعا کرد دیدگاه‌های تثلیثی در تبیین عشقی پایدار در رابطه میان زوجین در بافت خانواده، از مؤلفه شناختی مهمی هم‌چون بلوغ یا آگاهی و اندیشه‌ورزی غافل مانده‌اند و عشق را صرفاً به غرایز جنسی، عواطف دلبستگی

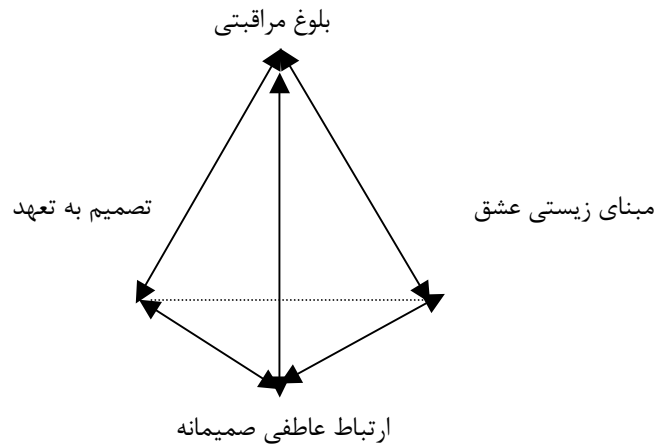
و یک قرارداد اجتماعی یا فرهنگی (تعهد) محدود ساخته‌اند. به عبارتی این دیدگاه‌ها مؤلفه‌های عشق را برای ماه‌های اول و حتی تا زمان تصمیم به شروع رابطه، به خوبی تبیین کرده‌اند، اما برای «عشق» به مثابه پدیده‌ای تحولی و بالنده و پایدار عنصری را شناسایی و تبیین نکرده‌اند. به قول بدیو (۱۳۹۳) آنچه تاکنون از عشق به مردم معرفی شده، تنها «تجربه مواجهه عاشقانه» بوده، نه توصیفی از یک عشق کامل و پایدار. بنابراین لازم است عشق، خصوصاً عشقی که منجر به تشکیل نهاد خانواده می‌شود، مورد بازتعریف قرار بگیرد و مؤلفه‌های آن شناسایی شود تا با شبه‌عشق‌های پرتلهاب و کوتاه‌مدت افتراق داده شوند.

رویکرد «عشق به مثابه بلوغ مراقبتی»

خوزه اورتگای گاست (۱۳۸۰) ابراز می‌دارد که امروزه و بعد از قرن‌ها صحبت و نظریه‌پردازی در باب عشق، به روشنی احساس می‌کنیم که نظریه‌های پیشین درباره عشق برای ما مردمان این زمان کافی و رسا نیست؛ چراکه طی سال‌های اخیر شخصیت درونی ما انسان‌ها پیچیده‌تر و توجه‌مان به موضوع عشق دقیق‌تر و نکته‌سنج‌تر شده است. در حقیقت امروز عشق از موضوعی کاملاً انتزاعی، رمانتیک، عرفانی یا لوکس، به حقیقت زندگی روزمره و الزامی برای روابط پایدار بدل شده و همگان خود را محق می‌دانند که عشقی واقعی را در زندگی تجربه کنند و با آن به زندگی خود کیفیت ببخشند.

رویکرد «عشق به مثابه بلوغ مراقبتی» مدعی یک تعریف ابدایی از عشق نیست؛ بلکه در پی آشنایی‌زدایی از ساختار «عشق حقیقی» است که پیش از این نیز در ادبیات نظری و تجارب زیسته با آن مواجه بوده‌ایم، اما آن را لابه‌لای پیچیدگی‌های دنیای مدرن و زیر فشار تبلیغات «تجارت سکس و عشق» به فراموشی سپرده‌ایم. وجه تمایز این رویکرد مفهومی به «عشق» با سایر رویکردهای روان‌شناسی رایج در این است که آن‌ها به توصیف وضع موجود روابط میان زوجین در بازار مکاره و گرم معاصر می‌پردازند و نام آن را انواع «عشق» می‌نهند و برای آن مؤلفه‌هایی نیز در نظر می‌گیرند و با همین کلیشه نیز ارتباط میان زوج‌های جوان را ارزیابی و تحلیل می‌کنند. حال آن‌که در رویکرد اخیر با تحلیل روابط پایدار و موفق و قیاس آن با روابط ناکارآمد و متزلزل، هم‌چنین تأکید بر نظریه‌های نوکلاسیک در باب عقلانیت (شامل سه ظرفیت درهم‌تنیده شناخت، هیجان و اراده) و نیز تکیه بر بنیان‌های زیستی عشق در موجود انسانی و در نهایت با عنایت به تعریفی که در رویکرد تحلیل روابط متقابل (برن، ۱۹۷۵) از فرد «بالغ» و احساسات، اندیشه و رفتار او به عمل آمده و با استناد به متون مختلف فلسفی، روان‌شناختی و اجتماعی در باب «عشق» و با نگاهی هرمنوتیک و تحلیلی، از ماهیت آنچه به واقع شایسته «عشق» نامیدن است، پرده برمی‌داریم و هر چیزی غیر از آن را «شبه‌عشق» می‌نامیم. به نظر می‌رسد رویکردی که معرفی خواهد شد، بدیل مناسب‌تری برای مفهوم «عشق» در عصر خرد باشد. این رویکرد به دنبال آن نیست که عشق‌های ناگهانی و شورانگیز را بی‌معنا جلوه دهد؛ بلکه در پی آن است تا نشان دهد عشق واقعی، پدیده‌ای تحولی و حاصل رسش ظرفیت‌های مختلف روان است. عشق ممکن است تحت تأثیر طرحواره‌های ناهوشیار به صورتی ناگهانی و شورانگیز ظاهر شود، ولی این تنها جزئی از عشق است؛ نه تمام آن. در این رویکرد با در نظر گرفتن مبنای زیستی و روانی عشق، تعریف عشق را از هوسی غیرعقلانه و زودگذر، به پدیده‌ای مختص انسان و با ظرفیت‌های بشر بالغ ارتقا خواهیم داد، آن‌گونه که شایسته اشرف مخلوقات باشد. رویکرد «هرم عشق» به دنبال ارائه الگویی بدیع برای آموزش

عشق‌ورزی سالم یا عاشق شدن منطقی نیست؛ بلکه به معرفی حقیقت «عشق» می‌پردازد و بر این باور است که هر آنچه جز این باشد، عشق نیست؛ بلکه «شبه‌عشق» است.



در این رویکرد به عشق، چهار مؤلفه برای «عشق حقیقی» تعریف می‌شود و مؤلفه «بلوغ مراقبتی» خود دارای پنج خرده‌مؤلفه است که همواره با یکدیگر در ارتباط بوده و بر هم تأثیر و تأثر متقابل دارند. این چهار مؤلفه کلی بر اساس نظریه‌های نوکلاسیک عقلانیت، علاوه بر مبنای بیولوژیک عشق مبتنی بر سه ظرفیت مختلف عقلانیت انسانی است که در ادامه به شرح آن‌ها می‌پردازیم؛ اما به دلیل محدودیت حجم مقاله بیشترین تمرکز بر تشریح مؤلفه بلوغ مراقبتی است و وجوه تمایز سه مؤلفه دیگر در این هرم نسبت به رویکردهای پیشین بحث می‌شود:

بلوغ مراقبتی در عشق

عنصر بلوغ: چندجانبگی معنایی «بلوغ» تعریف آن را تا حدی دشوار ساخته، اما اصولاً اصطلاح بالغ را برای فردی که به پختگی روانی و قدرت تصمیم‌گیری توأم با تأمل دست یافته، انتساب می‌دهیم (آرمسترانگ، ۱۳۹۴: ۱۸۱). فرد بالغ از نظر روانی کسی است که قبل از پذیرش دیگری، خود را پذیرفته و قادر به شناسایی و پاسخگویی به هیجانات مختلف باشد و قادر است برخی لذت‌های خویش را به تعویق بیندازد و درجات معقولی از ناکامی را تحمل کند (داس^{۴۳}، ۲۰۱۴). بیشترین مبنای نظری برای صورت‌بندی عنصر بلوغ در ساختار «عشق بالغانه» مبتنی بر نظریه تحلیل روابط متقابل اریک برن (۱۹۷۵) است که در آن فرد بالغ (یعنی فرد دارای «حالت من بالغ» آگاه و مسلط بر اطلاعات حالت «من والد و کودک») مسئولیت پردازش اطلاعات، دستورات و تمنیات را بر عهده دارد و در نهایت تصمیم‌گیرنده اقدامات خواهد بود. البته رویکردهای مختلفی هم‌چون دیدگاه فروم، گورجیف، بدیو و دیگران نیز در شکل‌گیری عناصر بلوغ در ساختار عشق مورد استفاده قرار گرفتند. از این منظر بر خلاف باور عامه، «عشق» ضدمنطق و ضدتعقل نیست، حتی عاری از منطق و تعقل نیز نیست که قرار باشد پس از ظهور تحت مهار عقلانیت قرار گیرد؛ بلکه «عشق حقیقی»

زاییده عقلانیت است. گورجیف (نقل از اوراژ، ۱۳۹۴: ۱۲) معتقد است انسان‌ها به ندرت به «عشق آگاهانه» دست می‌یابند؛ چراکه از ابتدا آمادگی چنین عشقی را ندارند. اریک فروم (۱۳۹۴) نیز برای حلول «عشق» بالغانه مقدماتی را شرح می‌دهد و از استعاراتی هم‌چون به کلاس رفتن و تمرین مهارت عاشقی کردن و هنر عشق آموختن استفاده می‌کند که منظور از تمام این‌ها سرمایه‌گذاری روی بلوغ شخصیتی پیش از ورود به وادی «عشق» است. شخص بالغ تمام تلاش خویش برای واقع‌نگری و حذر از رؤیاپردازی یا آرمان‌گرایی غیرواقع‌بینانه را به خرج می‌دهد و آگاه است که «منِ کودک» شخصیت او آرزوهایی در سر دارد مثل دوست داشته‌شدن بی‌هیچ تلاش و بی‌هیچ قیدوبندی، اما «عشق» حقیقی به فروتنی، مسئولیت‌پذیری دوطرفه، واقع‌بینی و خرد در کنار عواطف و دغدغه‌مندی متقابل نیاز دارد. از نظر فروم (۱۳۹۴: ۱۴۱) تمامی این ویژگی‌ها در پرتوی ایمانی خردمندانه حاصل می‌شود و آن‌که خردش کم است از «عشق» بهره‌چندانی نخواهد برد.

مراد از «بلوغ» در این رویکرد عملکرد صرفاً منطقی در مواجهه با موقعیت‌های احساسی نیست؛ بلکه نوعی «بلوغ مراقبتی» است که از تمام ظرفیت‌های ذهن انسان بهره می‌گیرد. عشق بالغانه دارای یک جنبه شناختی در کنار ابعاد عاطفی و ارادی است، یعنی در افرادی که رشد شناختی کافی یا بلوغ شخصیتی ندارند، اصلاً عشقی پدید نمی‌آید؛ بلکه آن‌ها حالات شدید هیجانی خود را عشق تلقی می‌کنند. با بلوغ فکری طرفین، رابطه از محوریت عشق صرفاً هیجانی به محوریت عشق مراقبتی تغییر می‌کند (اربر و اربر، ۱۳۹۰). وجود عناصر شناختی و تحلیلی در کنار مؤلفه‌های عاطفی و ارادی «عشق» شبیه «فوک موسیقایی»^{۴۴} است که قادر است احساس و تفکر را همانند فعل و انفعال پیچیده‌ای از فرایندها، شبیه به نوعی هم‌خوانی موسیقایی برقرار سازد و همان‌گونه که هرگز نمی‌توان آوای موسیقی شنیده‌شده را به یکی از نواهای آن تفکیک کرد یا تقلیل داد؛ عناصر شناختی، هیجانی و انگیزشی «عشق» را نیز نمی‌توان از هم مجزا کرد یا «عشق» را به یکی از آن‌ها تقلیل داد.

بر اساس مطالعه کلیه متون معطوف به عشق بالغانه، در ساختار «عشق به مثابه بلوغ مراقبتی» به این نتیجه رسیدیم که برای ظهور و دوام «عشق بالغانه» پنج نوع آگاهی لازم است که این پنج نوع آگاهی اگرچه اصولاً به دنبال هم شکل می‌گیرند، اما الزاماً این‌چنین نیست و گاه آگاهی از مراحل بعدی به آگاهی‌های پیشین می‌افزاید. بنابراین رشد هر نوع از آگاهی در ارتباط با دیگر انواع آگاهی صورت می‌گیرد. بر این اساس مفهوم «بلوغ» در رویکرد اخیر، ملهم از چهار حوزه آگاهی است، شامل:

- **خودآگاهی:** فردی که «عشق» حقیقی را تجربه می‌کند، ابتدا نسبت به شناخت ویژگی‌های خود اهتمام داشته و دارد. این اهتمام به معنای شناخت کامل خویش در یک برهه زمانی مشخص نیست؛ بلکه آمادگی پویا و دائمی برای تأمل روی محتوای تفکر، احساس و ریشه‌های رفتاری خود و از آن مهم‌تر آمادگی برای اصلاح و بهبود نگرش و رفتار شخصی است. گرچه نمی‌توان به کلی تأثیرات ناهوشیار و ضبط‌های ارزشی و احساسی قدیمی را مردود دانست یا بر همه آن‌ها مسلط شد، اما بدون شک هرچه میزان آگاهی و در صورت لزوم ره‌ایش از این ضبط‌های دوران کودکی و توجه به حقایق اینجا - اکنونی بیشتر باشد، احساس اختیار در انتخاب شریک زندگی و پی‌ریزی شرایط زندگی آتی نیز گسترده‌تر و متناسب با نیازهای حال حاضر می‌شود.

- **آگاهی از آزادی انتخاب:** بر خلاف باور روانکاوانه‌ای که به عاشقی وجود دارد، «عشق» بالغانه نه تنها پدیده‌ای ناخودآگاه نیست؛ بلکه انتخابی آزاد است. این انتخاب گرچه با عوامل زیستی، اجتماعی، محیطی، فرهنگی و حتی شخصیتی محدود می‌شود، اما آزادی انتخاب یکی از ویژگی‌های کلیدی «عشق» محسوب می‌شود (فر و همکاران، ۲۰۰۹: ۷). «عشق» معرف جوهر وجودی و سطح زیرین و نادیدنی اخلاق و روحیات عاشق است. انتخاب عاشقانه، واقعی‌تر از انتخاب‌های آگاهانه‌ای است که صرفاً با تعمق و تدبیر منطقی صورت می‌گیرد. سالومون عامل افتراق عشق‌های اروتیک را از سایر عشق‌ها، دقیقاً در عنصر انتخاب می‌داند (ترجمه نراقی، ۱۳۹۵: ۱۰۵).

- **دیگر آگاهی:** آگاهی در خصوص ویژگی‌های حقیقی معشوق بدون اعطای ارزش‌های تمام‌عیار یا کاذب به اوست. فرد بالغ در تمام طول رابطه و نه تنها در ابتدای آن، به دنبال مکاشفه ارزش‌های آشکار و پنهان معشوق است، اما نیازی به انتساب تمام ویژگی‌های مطلوب به معشوق نمی‌بیند، بلکه با احترام به تفاوت‌ها و درک «دیگربودگی» میزان تناسب خود را با معشوق برای اشتراک دنیا‌های متفاوت در نهاد خانواده مورد بررسی قرار می‌دهد.

- **آگاهی از ویژگی تحولی عشق:** فهم ماهیت تحولی «عشق» به عشاق کمک می‌کند ضمن پیش‌بینی این مراحل و آماده‌سازی رابطه برای آن، این تغییرات را دال بر اضمحلال «عشق» نبینند؛ بلکه آن را ضرورتی رشدی تلقی کنند.

- **آگاهی رابطه‌محور:** در نهایت این پنج آگاهی به آگاهی رابطه‌محور که همان بلوغ مراقبتی است، منجر می‌شود. در این نوع از آگاهی، فرد از دانسته‌های خود صرفاً به منظور خوشایند خویش بهره نمی‌جوید؛ بلکه آنچه برای او مطلوب است، سلامت رابطه و تجربه احساس خوب برای هر یک از اعضای رابطه است، در نتیجه از مدار خودمحوری و آزادی‌های فردگرایانه به مدار لذت‌های خانواده‌محور و رشد جمعی گرایش پیدا می‌کند.

- **عنصر مراقبت:** اریک فروم یکی از مهم‌ترین عناصر عشق بالغانه را مراقبت و دغدغه‌مندی ذکر می‌کند. از نظر او (۱۳۹۴: ۳۷) عشق واقعی عبارت است از رغبت جدی به زندگی و پرورش آنچه بدان مهر می‌ورزیم. این نوع عشق آگاهانه به قول گورجیف اگرچه بسیار نادر است، اما در حالت رشدیافته‌اش حتماً دارای عنصر مراقبت است (اوراژ به نقل از گورجیف، ۱۳۹۴: ۱۲). به عبارتی علاقه به معشوق صرفاً به دلیل منفعتی که به عاشق می‌رساند، نیست؛ بلکه آرزوی رسیدن معشوق به کمال شخصی‌اش است. مراقبت حالتی از مجذوبیت^{۴۵} و قرار گرفتن در حالتی از خواست درون‌ذهنی، دغدغه یا نگرانی و احساس مسئولیت نسبت به کسی یا چیزی است (نودینگز^{۴۶}، ۱۹۸۴: ۹) و دارای عناصری مثل احساس مسئولیت و نگرانی، احساس تمایل، گرایش و توجه نسبت به ایده‌ها و علائق و حساسیت نسبت به رفاه و راحتی شخص دیگر، پذیرندگی و پاسخگویی است (نودینگز، ۱۹۹۸: ۱۲۴). برای درک بهتر مفهوم مراقبت در عشق از رویکردهای فلسفی هیوم، ویرجینیا هلد^{۴۷} (۲۰۰۶) و بیش از همه نظریه اخلاق مراقبت گیلیگان^{۴۸} (۱۹۷۷) و تربیت اخلاقی نودینگز (۱۹۸۴) بهره جستیم. همسویی عنصر مراقبت و عشق تا حدی است که ویرجینیا هلد (۲۰۰۶) ترجیح می‌دهد اخلاق مراقبتی را «اخلاق عشق و ارتباط» بنامد. دقت در مفهومی از «مراقبت» که توسط گیلیگان مطرح شده نیز این امر را تا حد زیادی درست جلوه می‌دهد؛ حضور مؤلفه‌هایی مثل توجه اخلاقی به موقعیت ارتباطی با تمام

پیچیدگی‌های آن، فهم همدلانه از دنیای دیگری، هوشیاری نسبت به آنچه بر ارتباط ما با دیگری اثر می‌گذارد، فراگیری شبکه حمایتی و دامنه یاری و توجه به محیط پیرامون و درنهایت اقدام همراه با حسن نیت یا به عبارتی تکمیل دغدغه و نیت صالح با عمل صالح و نیک (منینگ^{۴۹}، ۲۰۰۵) به نوعی بیانگر مؤلفه‌های ضروری برای یک «عشق» پایدار و حقیقی است.

براساس مطالعه روی مفهوم «مراقبت» در آثار نظریه‌پردازانی همچون گیلیگان (۱۹۷۷)، نودینگر (۱۹۸۴)، لیپمن^{۵۰} (۲۰۰۳) و شارپ^{۵۱} (۲۰۱۴)، مشخص شد که این عنصر در ساختار مفهومی «عشق به مثابه بلوغ مراقبتی» دارای چند ویژگی به شرح زیر است:

۱. احساس مسئولیت نسبت به رابطه و اعضای حاضر در آن؛
۲. توجه اخلاقی و بالغانه به رابطه و رشد اعضای حاضر در آن؛
۳. فهم همدلانه و توأم با عاطفه مثبت نسبت به اعضای حاضر در رابطه؛
۴. مفهوم‌سازی ارتباطی از «خود».

بر خلاف تصور اولیه که رویکردهای مراقبتی را صرفاً در زمره رویکردهای عاطفه‌گرایی قرار می‌دهند، متیو لیپمن (۱۹۹۵) با طرح «تفکر مراقبتی» عنصر مراقبت را از یک ظرفیت صرفاً عاطفی و هیجانی روان - به‌معنای دلسوزی و شفقت - به ظرفیتی «شناختی، عاطفی، ارادی» ارتقا داد و به خوبی توانست مبنای شناختی مراقبت را در کنار اجزای عاطفی آن تشریح کند. حتی عنصر مجذوبیت در نگرش مراقبتی که به خوبی در عشق تجلی می‌یابد، صرفاً یک احساس عاطفی نسبت به ارزش‌ها و نیازهای دیگری؛ بلکه ویژگی و مدل مناسبی از هوشیاری در صمیمیت است (شارپ، ۲۰۱۴). در حقیقت تفکر مراقبتی همان پلی است که میان اندیشه و عاطفه پیوند برقرار می‌کند (فیشر، ۲۰۰۵). مفهوم مراقبت در این رویکرد، علاوه بر اینکه معنای «به فکر کسی بودن»^{۵۲} (دغدغه کسی داشتن) را می‌رساند، معنای «مراقبت با»^{۵۳} یا «با هم دغدغه چیزی داشتن» را نیز شامل می‌شود. به عبارتی در این رویکرد زوج عاشق علاوه بر این که توجه خاصی به یکدیگر دارند، هوشمندانه از عشق و الزامات آن در رابطه مراقبت می‌کنند.

لیپمن (۲۰۰۳: ۲۷۱) تفکر مراقبتی را دارای مؤلفه‌های پنج‌گانه، شامل تفکر مبتنی بر ارزش و سپاس، تفکر عاطفی، تفکر هنجاری، تفکر فعال و تفکر همدلانه توصیف می‌کند. او برای تفکر مراقبتی دو معنا قائل است؛ از یک سو این تفکر به معنای تفکر مشتاقانه و از روی علاقه و دغدغه درونی نسبت به موضوعی است که فرد راجع به آن می‌اندیشد. در حقیقت مراقبت در این معنا، عقلانیتی است که ما قلباً به آن متعهد هستیم. معنای دیگر تفکر مراقبتی از منظر لیپمن، دغدغه نسبت به محتوا و شیوه تفکر^{۵۴} خود است. یعنی ما علاوه بر این که به فرد یا موضوعی که ذهن ما را به خود مشغول ساخته، می‌اندیشیم، به نحوه و روش تفکر خودمان نیز می‌اندیشیم. چنین تفکری بیشترین تجلی خود را در عشق واقعی نشان می‌دهد (لیپمن، ۲۰۰۳: ۲۶۲).

بر اساس یافته‌های این مطالعه در جهت بازشناسی مفهوم «عشق» خصوصاً عشقی که قادر به ایجاد انگیزه در زوجین برای پیوندی پایدار، جذاب، بالغانه و مشفقانه باشد، چهار مؤلفه شناسایی و تبیین شد که می‌توانند به شکل «هرم عشق» توصیف شوند. در رأس این هرم، عنصر بلوغ مراقبتی قرار دارد و در سه گوشه دیگر عناصر صمیمیت، مبنای زیستی عشق و تصمیم به تعهد جای دارند. هر چهار عنصر عشق از اهمیت و

ارزشی برخوردار هستند که در نبود حتی یکی از آن‌ها، آنچه تجربه می‌شود شایسته نام «عشق» نخواهد بود. هم‌چنین هر چهار عنصر در تعامل دوسویه با یکدیگر قرار دارند و یکدیگر را تکمیل و تقویت می‌کنند. در ادامه به شرح هر یک از این مؤلفه‌ها می‌پردازیم.

بلوغ مراقبتی: وجه تمایز اصلی رویکرد «عشق به مثابه بلوغ مراقبتی» با سایر رویکردهای موجود، در نظر گرفتن عنصر «بلوغ مراقبتی» یا «آگاهی از جنس مراقبتی» در ذات عشق واقعی است. صورت‌بندی نظری این عنصر علاوه بر رویکردهای نظری قبلی که در مفاهیم «بلوغ» و «مراقبت» استفاده شده بود، ملهم از مفهوم «تفکر مراقبتی» به عنوان یکی از مهارت‌های سه‌گانه فکری در پارادایم تربیتی انسان معاصر (لیپمن، ۱۹۹۵؛ شارپ، ۲۰۱۴) است. لیپمن تفکر مراقبتی را به‌زیبایی پیوند منطق و عاطفه می‌داند و برای این پیوند از قدرت علاقه و بها دادن به اندیشه درباره آنچه برایمان عزیز و ارزشمند است، بهره می‌گیرد. در حقیقت از این منظر عشق به «عشق حقیقی و پایدار» لزوم برخوردی اندیشمندانه و در عین حال مشفقانه را ضروری می‌سازد. شارپ (۲۰۱۴) به درستی تفکر مراقبتی را یک نوع التفات^{۵۵} می‌داند که اصولاً خود را در ارتباط با سایر اشخاص نشان می‌دهد. منظور او از التفات ساختاری است که به تجارب افراد معنا می‌دهد و نیت آن‌ها را در هر اقدام مشخص می‌کند. این نوع از تفکر، مشارکت در دنیایی را برای ما متصور می‌شود که در آن ما از ظرفیت خود برای شکل‌دهی، ساخت و تغییر آگاه هستیم و روزی را خواهانیم که روابط بهتری با یکدیگر را تجربه کنیم. بُعد التفاتی مراقبت پلی است میان ما و آرمان‌هایمان در زندگی.

این بعد ساختاری از معناست که برای ما امکان دیدن و ادراک جهانی فراتر و بهتر از آنچه امروز هست را فراهم می‌سازد. مؤلفه بلوغ مراقبتی به هیچ عنوان توصیه یا ضمیمه‌ای برای عشق نیست؛ بلکه جزئی حقیقی هم‌چون سایر اجزای تشکیل‌دهنده عشق است که بدون آن هر آنچه تجربه شود، «شبه‌عشق» است. یعنی به همان اندازه که حقیقت وجود مبنای زیستی در عشق محرز است، وجود عنصر بلوغ مراقبتی نیز در آن حقیقت دارد. البته پیش از این نیز بسیاری از نظریه‌پردازان حوزه عشق وجود عقلانیت و بلوغ فکری را برای تصمیمات عاشقانه ضروری می‌دانستند، اما چند اشکال بر دیدگاه‌های پیشین وارد است. این دیدگاه‌ها با وجود اهمیتی که برای تفکر و آگاهی در انتخاب شریک عشقی قائل هستند، اصولاً عقل و عشق را دو موضوع جدا از هم و مانند آب و روغن تلقی می‌کنند و حتی بر این باور هستند که عشق، عقل را زائل کرده و اگر پا به عرصه زندگی بگذارد، عقل را در بند خود می‌کشد و وقتی شعله‌ور می‌شود جایی برای عقل نمی‌گذارد (ابراهیمی دینانی، ۱۳۹۲).

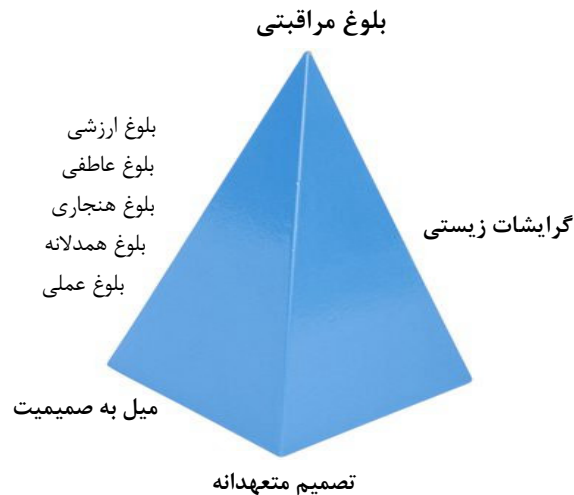
بنابراین عشق را باید به دست افسانه‌ها و اشعار سپرد و برای ازدواج تنها چراغ عقل را روشن کرد؛ توصیه‌ای که انسان عصر جدید آن را به راحتی بر نمی‌تابد. اشکال دیگری که به برخی از این رویکردها وارد است، اختصاص نقش افراطی برای عقل است که معتقدند عشق همواره باید به دنبال عقل بیاید، بنابراین در این رویکردها اصولاً هیجان‌ات و عواطف فرد جایگاهی پست‌تر نسبت به استدلال و منطق می‌گیرد و حتی ممکن است انتخاب‌ها کاملاً به دست ذهن محاسبه‌گر بیفتد و عشق حقیقی که در آن تمام ظرفیت‌های روان مشارکت دارند، شکل نگیرد (آزاد، ۱۳۹۰؛ فروم ۱۳۹۴). علاوه بر این معمولاً نوعی از بلوغ و آگاهی که در رویکردهای رایج «عشق ازدواجی» بدان اشاره می‌شود، آگاهی منطقی است نه مراقبتی، به همین دلیل دیده می‌شود که حتی افرادی که انتخاب‌های کاملاً منطقی و مجزا از احساسات عاطفی انجام داده‌اند، اصولاً از

خود و زندگی احساس رضایت ندارند و مدام در جست‌وجوی عشق خویش هستند. با عنایت به مهم‌ترین اصل نظریه «اخلاق مراقبت» که همانا ایجاد، حفظ و تقویت رابطه است (گیلیگان، ۱۹۸۲)، «بلوغ مراقبتی» نیز نوعی آگاهی مبتنی بر ایجاد، حفظ و تقویت رابطه است که می‌تواند ضمانتی برای عشق در روابط بلندمدت باشد.

متاسفانه نسخه‌ای از عشق که طی سال‌های متمادی و به طرق مختلف به افراد و جامعه ارائه شده، صرفاً هیجانی زودگذر و فاقد عنصر دانایی و تفکر است (فروم، ۱۳۹۴: ۳۴)، در حالی که «تفکر» به عنوان وجه تمایز انسان از سایر مخلوقات، یقیناً در سلامت «عشق» به عنوان یک پدیده انسانی نقش حیاتی ایفا می‌کند. بنابراین عشق حقیقی میان انسان‌ها که مفهومی متفاوت از غریزه حیوانی برای تولید مثل دارد، برگرفته از تفکر و شناخت بالغانه‌ای است که باید پیش از ظهور هیجان‌ات منتسب به عشق در فرد پرورش یافته باشد. مؤلفه «بلوغ مراقبتی» در رویکرد «هرم عشق» در انسان بالغی که اریک برن (۱۹۷۵) در تئوری تحلیل رفتار متقابل توصیف می‌کند، امکان بروز دارد. در این تئوری انسان بالغ فردی است که در هر لحظه ضمن بهره‌جویی از اطلاعات تجربی دنیای بلافصل خود، از محتویات ضبط کودک (نیازها، عواطف و تمایلات شخصی) و ضبط والد (نظام ارزشی، اخلاقی و هنجارها) نیز برای تحلیل امور و تصمیم‌گیری بهره می‌جوید.

این بخش از شخصیت با دریافت آگاهی از منابع مختلف درون و بیرون و پردازش آن‌ها هیجان‌ات را مدیریت و به طور سالم ابراز می‌کند. فرد بالغ ضمن دریافت اطلاعات از دیگر ساختارهای شخصیت، خود را مقهور داستان‌های نگارش‌شده توسط کودک و الگوهای دلبستگی او نمی‌داند، به همان صورت که ارزش‌های القاشده بیرونی و دوری‌جستن از احساسات و پناه‌بردن به عقل محض را نیز جایز نمی‌داند؛ بلکه با استعانت از اطلاعات این‌زمانی و منابع معتبر تمامیت وجودی خویش را زندگی می‌کند. دقت در تعریف بخش بالغ شخصیت نشان می‌دهد این بخش صرفاً بر مبنای اطلاعات محاسبه‌گرانه خشک و منطقی عمل نمی‌کند؛ بلکه نوعی عقلانیت است که ضمن آگاهی از نیازها و حقوق انسان معاصر و درک جهت‌گیری معنایی خویش، به ارزش‌ها، هنجارها، عواطف و خصوصاً درک دنیای متفاوت دیگری نیز کاملاً نظر دارد. در حقیقت، زمانی که از پدیده تعاملی، پرشور و لطیفی مثل عشق سخن می‌گوییم، حالت من بالغ شخصیت نمی‌تواند شامل اطلاق ساده‌ای به منطق و عقلانیت باشد؛ بلکه عنصر عاطفی دیگری لازم است که حساسیت نسبت به انتخاب‌های زندگی و حس دگراندیشی را در کنار علاقه به خود در فرد بیدار می‌سازد و آن عنصر مراقبت است.

لیمن (۲۰۰۳) مدعی تعریف دقیق مهارت «تفکر مراقبتی» همانند دو همتای آن یعنی تفکر نقاد و خلاق نبود، اما به خوبی توانست تمامی ابعاد فکری برای مراقبت اندیشمندانه یا اندیشه دغدغه‌مند و دلسوزانه را مشخص و تبیین کند، بر اساس جنبه‌هایی که این فیلسوف برای تفکر مراقبتی معرفی کرد و با استعانت از رویکردهای دخیل در دو عنصر «بلوغ» و «مراقبت»، بُعد «بلوغ مراقبتی» در ساختار عشق صورت‌بندی شد که شامل پنج مؤلفه به شرح زیر است:



بلوغ ارزشی یا آگاهی مبتنی بر ارزش‌ها: عشق همواره با ارزش‌دادن به معشوق خود را نشان می‌دهد. رویکردهای متعددی عشق را فرایند کشف یا اطلاق ارزش به معشوق تعریف کرده‌اند (گاست، ۱۳۸۰: ۳۲). این مؤلفه ابعاد مختلفی دارد. از یک سو، عشق به معنای درک منزلت بی‌بدیلی است که عاشق برای معشوق خود قائل است (هلم، ۱۳۹۴) و از سوی دیگر، این آگاهی مبتنی بر درک و تحلیل سلسله‌مراتب ارزش‌های خود و دیگری و تجانس آن‌ها با یکدیگر در عین ادراک تفاوت‌هاست، بالغ مراقبتی با فهم عدم امکان تجمیع تمامی ارزش‌ها در یک نفس، هرگز دچار وهم در اطلاق ارزش‌های جامع و مطلق به دیگری و گسستن این حساب پس از ازدواج نمی‌شود. برای «بالغ مراقبتی» عشق نوعی «رویه حقیقت» است، یعنی تجربه‌ای که به موجب آن، درک ارزش‌های دیگری در کنار ارزش‌های خود، نوعی حقیقت را می‌سازد، حقیقت درک «دیگربودگی» با احترام به تفاوت‌ها (بدیو، ۱۳۹۳). از طرفی افرادی که تفکر مبتنی بر ارزش دارند به اهمیت ارزش‌های شخصی در جهت‌گیری معنایی زندگی کاملاً آگاه هستند، بنابراین جذب کسانی می‌شوند که از این نظر با آن‌ها هم‌منظر هستند. در حقیقت این منش فکری در طول رابطه، حتی زمانی که وسواس‌های زیستی عاشقانه کمتر می‌شود (مثلاً دوپامین افول می‌کند)، زوج عاشق همواره قادر به درک ارزش‌های خویشتن، معشوق و رابطه عاشقانه هستند.

بلوغ عاطفی یا آگاهی نسبت به عواطف: بسیاری از نظریه‌پردازان عشق را چیزی نمی‌دانند جز عاطفه قوی ناشی از نوعی پاسخ ارزش‌گذارانه و انگیزشی به دیگری. بنابراین در عشق، ما شخصی را به دلیل داشتن «مجموعه خاصی از خصوصیات متمثل شده» که «نامحدود» است «عزیز می‌داریم» (هلم، ۱۳۹۴). این احساس عاطفی یک هیجان منحصربه‌فرد و مختص انسان و بزرگ‌ترین برانگیزاننده بشر با قدرتی به مراتب بیش از سایر احساسات است (اربر و اربر، ۱۳۹۰: ۱۷۴). خاص بودن رابطه عاطفی عاشقانه نسبت به سایر روابط، متأثر از طرحواره‌ها و تمایلات ناهوشیار حالت «کودک» شخصیت است که میل شدیدی به صمیمیت و نزدیکی با معشوق گم‌شده در دوران نوزادی (مادر) دارد (برن، ۱۹۷۵؛ بالبی، ۱۹۸۲). گرچه این مؤلفه مبتنی بر قصه عشقی است که در لابه‌لای نمایش کلی زندگی در دوران خردسالی تدوین شده و در بزرگسالی

با فرارگیری در موقعیت عاشقانه دوباره بازنوازی می‌شود (هریس، ۱۳۹۶)؛ اما در الگوی «عشق به مثابه بلوغ مراقبتی»، این مؤلفه در حالتی از ناآگاهی یا به عبارتی تحت تصمیمات غیرمنطقی «حالت من کودک» عمل نمی‌کند؛ بلکه تفکر مبتنی بر عاطفه به فرد عاشق کمک می‌کند تا به چرایی علایق و سبک دلبستگی خود نسبت به معشوق بیندیشد و به راحتی آن را در رابطه ابراز کند و با بهره‌مندی از این تبادل عاطفی سالم، رابطه را گرم و جذاب سازد.

بلوغ هنجاری یا آگاهی مبتنی بر هنجار: آگاهی نسبت به هنجارها یکی از بارزترین وجوه «عشق ازدواجی» نسبت به سایر عشق‌هاست. تفکر مبتنی بر هنجار، تأملی است روی شکاف مابین آنچه فرد دوست دارد یا ارزشمند می‌داند و آنچه بهتر است به منفعت رابطه دوست داشته باشد یا ارزش بگذارد و این همان تفکر اخلاقی است که مصلحت‌همگانی را نسبت به منفعت شخصی اولی می‌داند (لیپمن، ۲۰۰۳؛ تان و همکاران^{۵۶}، ۲۰۱۱). یکی از عوامل شکست‌های عشق در رابطه‌های طولانی‌مدت و خصوصاً بعد از ازدواج عدم حضور تفکر هنجاری در رابطه عاشقانه ناشی از انتظار غیروواقع‌گرایانه طرفین درباره آن چیزی است که عشق باید باشد، نه آن چیزی که واقعاً عشق هست (فر، ۱۹۸۸). تفکر مبتنی بر هنجار کمک می‌کند که فرد تفاوت میان واقعیت و ایده‌آل را به خوبی درک کند (گرگوری^{۵۷}، ۲۰۰۸). در عشق‌های بلندمدت، تفکر مبتنی بر هنجار به هر یک از طرفین کمک می‌کند تا از ایده‌آل‌ها فاصله بگیرند و با پذیرش مراحل مختلف عشق در سیر زندگی و نقاط قوت و ضعف خود و دیگری به عنوان انسان، عشقی مبتنی بر واقعیت را تجربه کنند.

بلوغ عملی یا آگاهی مبتنی بر امکان‌های عملی: گاست (۱۳۸۰: ۵۳) ابراز می‌کند، معنای واقعی عشق، فعال‌بودن قوای عاطفی و احساسی و حتی اندیشه عاشق در جهت معشوق است. تفکر فعال یکی از عناصر اصلی تفکر مراقبتی است. فرد بالغ مراقبتی به خوبی می‌داند کارهای بسیاری وجود دارد که می‌توان، در هر شرایطی برای چیزی که دوست دارد یا برای آن ارزش قائل است، انجام دهد، تا در شرایط ناخوشایند تغییر ایجاد کند. چنین فردی نه تنها برای ایجاد، بلکه برای حفظ و تحکیم و اعتلای امور عزیز و ارزشمند طرح و برنامه‌ای در ذهن دارد و آن را عملی می‌سازد (گرگوری، ۲۰۰۸). تفکر مبتنی بر امکان‌های عملی سبب ایجاد احساس مسئولیت در فرد عاشق می‌شود و پذیرش مسئولیت متقابل را از عناصر اصلی رابطه عاشقانه می‌داند (فروم، ۱۳۹۴). این احساس در عشق‌های غیربالغانه به همان اندازه که در ابتدا به وفور دیده می‌شود، به سرعت نیز رو به کاهش می‌گذارد، به گونه‌ای که حتی زوجین به دنبال راهی برای فرار از این مسئولیت در زندگی مشترک هستند، در حالی که عشاق حقیقی برنامه‌ریزی و اقدام در جهت کیفیت‌بخشی به رابطه مشترک را نوعی هنرمندی و لذت تلقی می‌کنند. پذیرش ارادی مسئولیت، نه تنها به احساس مسئولیت نسبت به تحقق رشد و کمال دیگری منجر می‌شود؛ بلکه سبب احساس تعهد نسبت به آرمان‌های خود در پیوند با دیگری می‌شود. تعهد نسبت به آرمان‌های یک رابطه عاشقانه، ویژگی بارز عشق مبتنی بر بلوغ مراقبتی است؛ تا جایی که برخی تفکر مراقبتی را نوعی «تفکر متعهدانه»^{۵۸} می‌خوانند (اسپرود^{۵۹}، ۲۰۰۱).

بلوغ همدلانه یا آگاهی مبتنی بر درک همدلانه: برگمن^{۶۰} (۲۰۰۴) معتقد است همدلی، پذیرش و توجه به دنیای دیگری از نوع مراقبتی، به مجذوبیت منجر می‌شود. از آنجا که بخشی از هوشیاری عاشق همواره معطوف به درک تفکر و احساس دیگری است، بنابراین برای آنان جابه‌جایی انگیزشی^{۶۱} رخ می‌دهد، تا

جایی که نیازها و انگیزه‌های دیگری، بخش از نیازها و انگیزه‌های فردی می‌شود. این آگاهی سبب معتبر شدن نظام داوری و تطفیف قضاوت‌ها در یک رابطه پرچالش و مملو از سوءتفاهم به نام «زندگی مشترک» می‌شود. فروم (۱۳۹۴) احترام متقابل را عنصری ضروری در عشق بالغانه می‌داند که در صورت عدم حضور آن ممکن است احساس مسئولیت به احساس کنترل‌گری و تملک تبدیل شود. احترام عنصری بالغانه و متأثر از همدلی است که با آگاهی از فردیت بی‌همتای طرف مقابل، به فرد توانایی درک «دیگری»؛ آن‌چنان که هست، را می‌بخشد. این آگاهی فرصت رشد و بالندگی را در یک رابطه عاشقانه برای طرفین فراهم می‌سازد. بدین ترتیب آنجا که احترام است، استثمار نیست.

میل به صمیمیت: بسیاری از متخصصان، ازدواج عاشقانه را بیش از هر چیز تقاضای یک رابطه بسیار صمیمانه تلقی می‌کنند (گالوین و همکاران^{۶۲}، ۲۰۱۵) و به همین نسبت نیز ازدواج را صمیمانه‌ترین رابطه و تأثیرگذارترین نوع صمیمیت میان فردی بر احساس رضایت و شادمانی بشر از زندگی می‌دانند (فلت^{۶۳}، ۲۰۱۷). در تبیین مؤلفه میل به صمیمیت در ساختار عشق نظریه‌های مختلفی شامل بازسازی سبک‌های دلبستگی دوران خردسالی در عشق‌های بزرگسالی (بابلی، ۱۹۸۲)، نظریه نیازهای اساسی تئوری انتخاب (گلاسر، ۱۹۹۸)، نظریه تحلیل روابط متقابل (برن، ۱۹۷۵)، نظریه‌های روان‌شناسی اجتماعی هم‌چون نظریه نفوذ اجتماعی^{۶۴} (آلتمن و تیلور^{۶۵}، ۱۹۷۳) و نظریات مردم‌شناسی هم‌چون فیشر (۲۰۱۰) وجود دارد. در این رویکرد، میل به صمیمیت با معشوق بر خلاف هیجانانگیزانه‌های شبه‌عاشقانه به جست‌وجوی مجدد معشوق گم‌شده نیاز ندارد؛ بلکه دلیل این امر را می‌توان در قرابت و نزدیکی دنیای کیفی زوجین که ناشی از انتخاب بالغانه آن‌هاست و هم‌چنین قدرت درک همدلانه هر یک از طرفین در فهم تفاوت‌های دیگری دانست که این ادراک نیز حاصل عملکرد بالغانه در طول رابطه است. صمیمیت علاوه بر این که دارای سیر تحولی از کودکی تا بزرگسالی است، در طول رابطه میان یک زوج نیز از فرایندی پویا و تعاملی برخوردار است که بر اساس اطمینان و احترام متقابل پیش می‌رود. طبق نظریه رخنه یا نفوذ اجتماعی (آلتمن و تیلور، ۱۹۷۳) صمیمیت فرایندی فزاینده از ارتباط سطحی تا صمیمیت عمیق است که شاید بنا بر دلایل عاطفی ظهور کند، اما با دلایل شناختی رشد و عمق پیدا می‌کند. بنابراین صمیمیت در یک رابطه عاشقانه نمی‌تواند صرفاً به دلیل گرایش‌های احساسی یا ناهوشیار شکل بگیرد و پایدار بماند و حتی روزبه‌روز عمیق‌تر شود، مگر آن‌که شناخت و درک عمیق از دیگری در کنار پذیرش تفاوت‌ها و ابراز همدلی این صمیمیت را تقویت کند.

بر خلاف رویکردهای روان‌پویشی که صمیمیت را صرفاً پاسخی به نیاز ناهوشیار بشر برای تجربه مجدد الگوهای دلبستگی خردسالی توصیف می‌کنند، متخصصان حوزه تحلیل روابط متقابل شکل‌گیری «صمیمیت واقعی» را نیازمند دانایی و قوای تحلیلی‌گر ذهن انسان می‌دانند، در غیر این صورت شخصیت رشدنیافته و آلوده به حالت «من کودکی انطباق‌یافته» به کلک‌بازی‌هایی رجوع می‌کند که عامل تضعیف صمیمیت است (برن، ۱۳۹۸). صمیمیت؛ هنر و مهارتی چندبُعدی، پویا و تکاملی است که رشد آن منوط به بلوغ فکری و عاطفی زوج عاشق است. جلوه ویژگی‌های مراقبتی «عشق» تا حد زیادی در مؤلفه صمیمیت هویدا می‌شود؛ چراکه صمیمیت عاشقانه تا حد زیادی دربردارنده حمایت و توأم با انتقال احساس امنیت به طرفین رابطه است. بر این اساس نکته مهم و افتراقی صمیمیت در ساختار اخیر عشق حقیقی از تعاریف پیشین عشق، در هوشیاری

فرایند صمیمیت است؛ نه یک سبک دل‌بستگی ناهوشیار که اغلب به جای احساس امنیت، برای فرد اضطراب و اجتناب را به دنبال دارد.

گرایش‌های زیستی عشق: مطالعات نرولوژیست‌ها در باب زیست‌شناسی «عشق» امروزه به خوبی از ساختار تعاملی بخش‌های هیجانی و تحلیلی مغز در جریان عاشقی پرده برداشته است. با استناد به این دسته از شواهد علمی و پژوهشی، مؤلفه دیگری از عشق که مورد نظر قرار می‌گیرد، گرایش‌های زیستی بشر در جریان عاشقی است که بر خلاف رویکردهای پیشین صرفاً به کشش جنسی محدود نمی‌شود، اما بدون شک مشمول آن نیز هست. امروز ریشه‌های زیستی «عشق» به حدی شناخته شده است که برخی محققان انسان را حیوان وابسته به «عشق» می‌خوانند، به طوری که در هر سنی از آن محروم شود، بی‌تردید دچار اختلال خواهد شد (رومزمین و وردن - زولر^{۶۶}، ۲۰۰۰). مبانی زیست‌شناختی عشق شامل ساختارهای مغزی دخیل در تجربه این پدیده و ترشحات نوروشیمیایی هستند که از مطالعات متعدد هلن فیشر و همکارانش^{۶۷} (۲۰۰۵) و آزمایش‌های محققان دانشگاه پابو^{۶۸} ایتالیا (امانوئل^{۶۹}، ۲۰۱۱: ۲۶۷) و بسیاری از تحقیقات زیست‌شناسی دیگر استخراج و مطالعه شدند. بر اساس این شواهد مشخص شد عشق بالغانه یا «عشق به مثابه بلوغ مراقبتی»، علاوه بر توجیحات شناختی یا معرفتی و تجربی، دارای مبانی زیستی اثبات شده‌ای است که نشان می‌دهد در تجربه «عشق» ساختارهای مختلف مغز از جمله ساختارهای هیجانی و تحلیلی به طور توأمان دخیل هستند. «عشق رمانتیک» ابتدا در موتور ذهن یعنی هسته‌های دُمدار جرقه می‌خورد که جزء مناطق بدوی مغز انسان است. نیروی محرکه‌ای که به «عشق» شعله می‌بخشد، انتقال‌دهنده‌های عصبی هم‌چون دوپامین، وازوپرسین، کورتیزول و اندورفین هستند، اما در نهایت بخش کورتکس مغز و خصوصاً ناحیه پیشانی (لوب فرونتال) تمام هیجان‌ات مثبت و منفی ناشی از تأمین یا سرکوب نیاز وصال با محبوب را مدیریت می‌کند، برای آن راهکار ارائه می‌دهد، دستاوردها و شکست‌ها را ارزیابی می‌کند، پیامدها را در نظر می‌گیرد و برای پیشرفت در مسیر «عشق» برنامه می‌ریزد. این مسیر تولید و تجربه «عشق» تأییدی است از درهم‌آمیختگی هیجان با خرد که صرفاً مختص انسان‌هاست. گرچه زیست‌شناسی عشق علاوه بر میل وافر به هم‌جواری و تمرکز جدی روی معشوق به گرایش جنسی میان زوج دامن می‌زند، اما در پدیده چندبعدی «عشق» ترشح ساده یک ماده شیمیایی تحریک جنسی ایجاد نمی‌کند؛ بلکه ساختارهای روان‌شناختی پیچیده‌ای به این میل دامن می‌زنند. بر خلاف باور عمومی، عشق، دل‌بستگی و میل جنسی سه پدیده نسبتاً مستقلی هستند که حتی در ساختارهای شیمیایی و مغزی نیز از هم مجزا هستند، اما در ارتباط تنگاتنگی با هم قرار دارند (گونزاگا و همکاران^{۷۰}، ۲۰۰۶). به همین خاطر در ماه‌های نخست رابطه خصوصاً در فرهنگ‌های سنتی و اعتقادی، حتی اگر رابطه جنسی وجود نداشته باشد، باز هم همه چیز برای عاشق جذاب است و تمام ذهن او را درگیر رابطه می‌سازد.

تصمیم عاشقانه به تعهد: تعهد جنبه‌ای از «عشق بالغانه مراقبتی» است که بر احساس مسئولیت و متعهد شدن نسبت به چیزی که برایمان بسیار مهم و باارزش است، دلالت دارد. اصولاً تفکر مراقبتی نوعی تفکر متعهدانه نسبت به کسی یا چیزی تلقی می‌شود که از ارزش و جایگاه خاصی برخوردار است (اسپرود، ۲۰۰۱). انتخاب عبارت «تصمیم به تعهد» به جای «تصمیم/تعهد» یا «تعهد» که در رویکردهای پیشین به

«عشق» به کار می‌رفت، با دلیل منطقی و دقیقی حمایت می‌شود. اصولاً تصمیم‌گیری یکی از فعالیت‌های شناختی و حاصل تلاش آگاهانه ذهن است. آنچه از تعهد در ساختار «عشق» به مثابه بلوغ مراقبتی مدنظر ماست، نوعی تصمیم بخردانه و بهینه برای رشد و احساس امنیت عاشق و معشوق و ثبات نسبی رابطه عاشقانه آن‌ها در طولانی‌مدت، همراه با درک کلیه تغییرات شاید نه‌چندان مطلوب در برخی زمینه‌ها، برای کسب مواهب حاصل از چنین ارتباطی است. بر خلاف گرایش جنسی که عمدتاً (نه به طور کامل) منشأ زیستی دارد و میل به صمیمیت که تا حدی (باز هم نه به طور کامل) دارای ریشه‌های به جا مانده از دوران خردسالی است، تعهد بیشتر جنبه هوشیار و آگاهانه‌ای دارد که حاصل شعور و مدنیت انسان در سیر تکاملی دوران بزرگسالی است. تعهد در رابطه عاشقانه را می‌توان تداوم احساس علاقه در خلال جاذبه‌ها و محدودیت‌های طبیعی یک رابطه در بلندمدت تعریف کرد (نلسون و همکاران^{۷۱}، ۲۰۱۱). با وجود آن‌که هنگام شکل‌گیری رابطه عاشقانه و خصوصاً انعقاد قرار ازدواج، مسئولیت‌های ارتباطی به گونه‌ای نوشته و نانوشته، میان عشاق برقرار می‌شود، اما مهم‌ترین تعهدات آن‌هایی هستند که پیش از عاشقی، میان هر فرد با وجود خویش مقرر شده است. از همین رو، تعهد را می‌توان یکی از بارزترین شاخص‌های وجودی یک شخص بالغ مراقبتی دانست. برای شکل‌دهی به عنصر تصمیم به تعهد در ساختار رویکرد اخیر از نظریات مختلفی هم‌چون نظریه کیفیت جایگزین‌ها و سرمایه‌گذاری در زندگی مشترک (راسبالت و همکاران^{۷۲}، ۱۹۹۸)، نظریه مثلث‌سازی بوئن^{۷۳} (۱۹۷۴) و خصوصاً نظریه انواع تعهد شخصی، اخلاقی و ساختاری (جانسون و همکاران^{۷۴}، ۱۹۹۹) بهره گرفتیم. جانسون (۱۹۹۹) در تحقیقات خود اثبات کرد که تعهد در روابط، بیش از هر چیز به مؤلفه تعهد شخصی بستگی دارد و بعد از آن تا حدی به تعهد اخلاقی و کمتر از همه به تعهد ساختاری بستگی پیدا می‌کند. این امر بر اهمیت بلوغ مراقبتی برای ورود به یک وادی متعهدانه مثل «عشق» مهر تأیید می‌زند. به طور کلی می‌توان تعهد شخصی و تعهد اخلاقی را نمادی از بلوغ مراقبتی دانست که دربرگیرنده آگاهی در هر سه حوزه ارزش‌ها، عواطف، رفتارهای مورد نیاز یک رابطه سالم و لذت‌بخش، در کنار درک دنیای دیگری و طراحی و اجرای اقداماتی برای ایجاد امنیت و آرامش در رابطه است. در جوامع نابالغ به جای سرمایه‌گذاری روی پرورش و تقویت بلوغ مراقبتی اعضای جامعه از دوران کودکی، نظام‌های سیاست‌گذار همواره بر قفل و زنجیر ساختار رسمی ازدواج می‌افزایند. حاصل این رویه غلط، افزایش روزافزون انحلال خانواده، چه به شکل طلاق رسمی یا طلاق عاطفی و مثلث‌سازی‌های معیوب است.

ارتباط بلوغ مراقبتی با صمیمیت: تفکر مراقبتی نوعی «تفکر التفاتی»^{۷۵} است و فهم پدیدارشناسانه واژه «مراقبت»، به این معناست که کسی که به چیزی ارزش می‌گذارد یا به آن علاقه دارد، معمولاً آگاهانه و عمدتاً توجه خود را به آن چیز معطوف می‌کند (شارپ، ۲۰۱۴). بنابراین فرض اصلی در عشق به مثابه بلوغ مراقبتی، این است که حتی اگر تجربه نخستین یا مواجهه عاشقانه ملهم از تصمیمات ناهوشیار باشد و میل به صمیمیت و دلبستگی به معشوق از الگوهای نخستین دوران کودکی تبعیت کند، اما انسان‌های بالغ برای صمیمیت ملاک‌ها و معیارهای هوشمندانه‌ای دارند که الگوهای نخستین را تحت تأثیر قرار می‌دهد. عشق حقیقی و بادوام، فرایندی آگاهانه و التفاتی است و برای فرد بالغ صمیمیت و نزدیکی به دیگری نیازمند اندیشه عاطفی عمیق در خصوص چرایی و پیامدهای آن است. استاینر (۱۳۹۴) با بهره‌جویی از دسته‌بندی

سه‌ظرفیتی مغز توضیح می‌دهد که مغز نئوکورتیکال (بخش اندیشه‌ورزی) همواره تحت تأثیر مغز لیمبیک (احساس) و رپتیلین (اراده) است و همواره کنترل منطقی انگیزه‌ها و فعالیت‌های دو جزء اخیر بر عهده مغز نئوکورتیکال است. آن‌چنان که هرچه فرد تعلیم‌ندیده و بدوی‌تر باشد، تأثیر مغز رپتیلین و لیمبیک بر مغز نئوکورتیکال بیشتر شده و کنترل و تسلط عواطف ناهوشیار و امیال غریزی بر اندیشه انسان امکان‌پذیرتر می‌شود. تکامل بخش نئوکورتیکال در بشر امروزی، سبب بهبود بروز عواطف عاشقانه و تداوم آن شده است و دیگر نمی‌توان میل به دیگری را یک امر غریزی فاقد ابعاد شناختی تلقی کرد.

ارتباط بلوغ عاطفی با زیست‌شناسی عشق: بیولوژی عشق از دو طریق متأثر از بلوغ مراقبتی است. نخست آن‌که با آگاهی برانگیخته می‌شود و دوم آن‌که با آگاهی تغذیه شده و دوام می‌یابد. از نظر زیستی گرچه در عشق، بخش‌های پاداش و تحریک (وسوسه) مغز درگیر می‌شوند، اما قشر پره‌فرونتال مغز در گردآوری اطلاعات برای این پروسه نقش اساسی دارد و با قرار دادن اطلاعات مختلف در کنار هم، استراتژی ادامه ارتباط را مدون می‌سازد و بر روند عشق نظارت می‌کند. بر خلاف رویکردهای پیشین که این مؤلفه را صرفاً به شور و هیجان جنسی تقلیل می‌دادند، در رویکرد هرم عشق، ضمن احترام به تمایلات جنسی، تغییرات نوروشیمیایی، ساختارهای جسمانی و حتی بوی بدن (فرمون) در این مؤلفه مورد تأکید قرار می‌گیرند. خوشبختانه عملکرد بیولوژیک عشق در انسان‌ها بر خلاف آنچه در ادبیات عاشقانه آمده، آن‌چنان هم خارج از کنترل بالغانه نیست و ساختار مغز بشر به گونه‌ای تکامل یافته که قادر به کنترل آگاهانه تکانه‌های عصبی عشق است، تا جایی که به زعم فیشر (۲۰۱۴) حتی عشق رمانتیک (دارای مؤلفه‌های شور و صمیمیت بالا) با تمام تظاهرات احساسی بیرونی، صرفاً یک احساس نیست؛ بلکه یک تفکر است. حتی مطالعات نشان می‌دهد که عشق و میل جنسی نقاط مختلفی را در مغز فعال می‌کنند؛ میل جنسی تا حد زیادی محصول تجربیات حسی خصوصاً حس بینایی است، در حالی که عشق انعکاس انتزاعی‌تر احساسات و محصول تفکر راجع به معشوق است (بلومونت، کاسیوپو و کاسیوپو^۶، ۲۰۱۴). حتی استرنبرگ نیز سطوح بالاتر نیازها را در تعدیل و کنترل این جزء غریزی عشق مورد تأکید قرار می‌دهد و با وجود تأکید روی تمایلات جنسی به عنوان عامل مرکزی مؤلفه شهوت و شور و اشتیاق در مثلث عشق، تأکید می‌کند که انواع نیازها، اعم از خودشکوفایی و عزت نفس برای تسلط یا تسلیم‌غرایز شدن، می‌توانند تا حد زیادی روی این جزء تأثیر بگذارند (استرنبرگ، ۱۹۸۶: ۱۱۹).

ارتباط بلوغ مراقبتی با تصمیم‌متعهدانه: مؤلفه تصمیم‌متعهدانه در این الگو، تصمیمی بر مبنای بلوغ مراقبتی است که از منابع مختلف درونی مثل درک ارزشمندی، علاقه و احترام به هنجارها، تا منابع بیرونی مثل ارزش‌های فرهنگی، اجتماعی، خانوادگی و به طور کلی ملاحظات اخلاقی کسب اطلاعات می‌کند. در رویکرد مثلث عشق، بیشترین حضور عملکرد شناختی در این جزء از عشق دخالت داده می‌شد که شامل تصمیم برای رابطه و تعهد نسبت به آن بود، اما در رویکرد هرم عشق این تصمیم‌متعهدانه پیش از هر چیز تعهد نسبت به آرمان‌ها و اهدافی است که بر مبنای معنای زندگی در نظر گرفته شده و در انتخاب شریک عشقی نیز دخالت دارد و پس از آن مبتنی بر باور به یکتایی معشوق بر اساس ارزیابی جامع و واقع‌گرای بالغ است. در حقیقت مؤلفه تعهد در پرتوی بالغ ارزیاب و پردازشگر اطلاعات، صرفاً مطیع دستورات کلیشه‌ای و

قالبی بخش «والد» شخصیت نیست؛ بلکه پایبند و متعهد به ارزش‌هایی است که همواره توسط خود فرد مورد توجه، تأمل و مراقبت هستند. تظاهرات این مؤلفه با اتخاذ تصمیمات دگراندیشانه، در نظر گرفتن مصلحت جمعی به جای منفعت فردی، تقید به ارزش‌های ارتباطی، پذیرش مسئولیت نسبت به خود و دیگری، میل به رشد معشوق در کنار خود، احترام به ارزش‌های فردی و فرهنگی خود و معشوق و مواردی از این قبیل است.

ارتباط متقابل هر سه مؤلفه با بلوغ مراقبتی: کارکرد مؤلفه بالغ تا بدین‌جا به عنوان ناظر و تغذیه‌کننده منطقی سه مؤلفه دیگر به خوبی مشخص شد؛ در عین حال بخش بالغ عشق در این الگو کارکرد دیگری نیز دارد. ابتدا باید تأکید کنیم که بخش بالغ به طور یک‌طرفه به نظارت بر سایر مؤلفه‌ها و مدیریت مدبرانه آن‌ها نمی‌پردازد؛ بلکه این ارتباط در میان تمام اجزای عشق حقیقی، تعاملی و دوسویه است؛ بدین معنا که بخش بالغ نیز به طور مداوم با اطلاعات سه مؤلفه دیگر عشق تغذیه می‌شود. هم‌چنین بخش بالغ با آگاهی از این‌که عشق به مثابه نهال ارزشمندی است که هیچ‌گاه از مراقبت بی‌نیاز نمی‌شود و با آگاهی از مراحل رشد رابطه و چرخه زندگی زوج، خوراک لازم برای تقویت و تداوم عشق را متناسب با همان دوره رشد رابطه فراهم می‌سازد و با ارائه معنای مناسب برای هر مرحله، رابطه را در طراوت و تازگی مداوم قرار می‌دهد و از کسالت رابطه در اندک زمانی پس از وصال پیشگیری خواهد کرد. در حقیقت با اضافه کردن بخش بالغ به الگوهایی مثل عشق جنسی، عشق کودکانه و عشق بی‌روح در مدل عشق استرنبرگ، می‌توان از مشکلات عدیده‌ای که سبب انحلال و آسیب خانواده می‌شود و در بخش‌های پیشین به آن اشاره شد، پیشگیری کرد.

نتیجه‌گیری

طی دهه‌های اخیر پژوهشگران و متخصصان بسیاری نهاد ازدواج و خانواده را در ایران بررسی و طرح‌های مداخلاتی طراحی می‌کنند، اما متأسفانه سرسپردگی به برخی رویکردهای غیربومی نه‌تنها وضع خانواده ایرانی را بهتر نساخته؛ بلکه نظام خانواده و ازدواج هم‌چنان با تهدید جدی مواجه است. طبق اعلام معاونت فرهنگی - اجتماعی وزارت کشور در ابتدای سال ۱۳۹۵، مسأله طلاق یکی از پنج آسیب اصلی کشور طی چند سال اخیر اعلام شد که متأسفانه با روند رو به افزایشی نیز مواجه است (سایت خبری تابناک^{۷۷}). به گفته قائم‌مقام مشارکت‌های اجتماعی سازمان بهزیستی کشور در سال ۱۳۹۶ در هر ساعت ۲۱ طلاق در کشور ثبت شده که به این میزان باید درصد بالایی از آمار طلاق عاطفی را نیز اضافه کرد که زوجین بنا به دلایل عدیده بدون هیچ رابطه عاشقانه و عاطفی در کنار هم زندگی می‌کنند و هر لحظه مستعد طلاق رسمی، خیانت زناشویی، مشکلات جسمانی و... هستند.

برجسته‌شدن معیار عشق برای ازدواج و تداوم خانواده نزد نسل معاصر، در کنار توجه به الگوهای معیوب روابط عاشقانه در روابط زوجین، ما را به سمت خوانش جدیدی از عشق متناسب با عصر خرد و نظام فرهنگ بومی ایران رهنمون می‌سازد. الگوی هرم عشق که در رأس آن مؤلفه بلوغ مراقبتی که خود دارای هفت خُرده‌مؤلفه آگاهی مبتنی بر خودشناسی، معنای زندگی، ارزش‌ها، عواطف، هنجارها، درک همدلانه و امکان‌های عملی است، به معنای کسب هم‌راه آگاهی و ارزیابی اطلاعات و تقویت اندیشه منطقی با محوریت حفظ و تقویت و تکامل رابطه عاشقانه است. این رویکرد قادر است این نیروی برانگیزاننده بشر را که غالباً با توصیفات هیجانی، جنسی، ناهوشیار و حتی فاقد منطق توصیف می‌شود، در شکل حقیقی آن که دارای بنیان

معرفتی، عاطفی و ارادی است، تبیین کند. در حقیقت «عشق به مثابه بلوغ مراقبتی» نوعی گفتمان درونی، یا به عبارتی چندصدایی^{۷۸} درونی میان اجزای مختلف روان است؛ در این تعریف «عشق» گفت‌وگویی به ثمر نشسته و مبتنی بر رابطه بُرد - بُرد میان شور و تمنای جنسی و جسمانی، با در نظر گرفتن میل ذاتی برای صمیمیت، همراه با کشف و درک هوشیارانه پیامدهای ورود به یک رابطه عاشقانه پایدار و اقتضانات آن و با آگاهی نسبت به چرایی و چیستی این نیازها، همراه با روش‌های انسجام‌بخشی به تعارضات درونی برای حفظ و تقویت عشق در یک رابطه پایدار است. آنچه در الگوی هرم عشق حائز اهمیت است، این است که عشق در صورتی که فاقد هر یک از این چهار مؤلفه باشد، دیگر عشق نیست؛ بلکه تجربه مواجهه نخستین و نابالغانه عشق است که هنوز وارد سیر تحولی خود نشده، اما ممکن است این حالت هیجان نابالغ، بر اساس باوری غلط «عشقی شورانگیز» تلقی شود که سال‌هاست به عشق حقیقی، اصیل و سالم خیانت می‌کند.

بدون شک عشق از آن نوع که برخی متخصصان و بالاخص شعرا و ادبا به آن اشاره دارند و آن را عشق ناب و خالص و اثیری می‌نامند، عشقی است که چون پشتوانه آگاهی ندارد، در طول زمان تغذیه نمی‌شود و به سرعت رو به افول می‌رود. «تب تندى که زود به عرق می‌نشیند» و جوانان را مجاب می‌کند که عشق با وصال از بین می‌رود، باید به داستان‌ها و افسانه‌ها سپرد. به قول دوباتن (۱۳۹۵) تنها به توصیف مرحله مواجهه در عشق پرداخته‌اند و نسخه‌ای از عشق پایدار به آحاد مردم ارائه نداده‌اند، اما به هر تقدیر بشر امروزی که طعم این اکسیر زندگی را چشیده، گویا برای ازدواج و حفظ بنای زندگی دست از آن نمی‌کشد. پرورش منش مراقبتی باید از منزل شروع شود و در دستور کار نهادهای تعلیم و تربیت نیز باشد (نودینگز، ۲۰۰۲). بنابراین اگر این ملاک را به درستی برای شروع رابطه و یک عمر در کنار هم ماندن جوانان عصر حاضر می‌پذیریم، باید ظرفیت‌های فردی و بسترهای خانوادگی را نیز برای پرورشی عشقی بالغانه و توأم با آگاهی و مراقبت پرورش دهیم.

پیشنهاد

برای آن که میزان گریز جوانان از ازدواج را کاهش و پایبندی آن‌ها را به حفظ رابطه و کیفیت‌بخشی به نظام خانواده ارتقا دهیم، لازم است زیرساخت‌های متعددی را در سطوح فردی، اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی اصلاح و بازنگری کنیم، اما از منظری که این مقاله به آن پرداخته، یعنی بازنگری مفهوم «عشق» به عنوان یکی از پیش‌شرط‌های اساسی در ایجاد و تداوم بنیاد خانواده، با رویکرد «عشق به مثابه بلوغ مراقبتی» باید با استعانت از ابزارهای مختلف تبادل اطلاعات، متناسب با دوران حاضر، در چندین سطح، تحولاتی در اذهان عمومی نسبت به مفهوم «عشق حقیقی» ایجاد کنیم. این رسالت بر عهده تمامی نخبگان، فلاسفه، روان‌شناسان، جامعه‌شناسان، فیلم‌سازان، رمان‌نویسان و به طور کلی افراد مؤثر در شکل‌گیری فرهنگ جامعه است تا تصویری کامل و ماندگار از عشق‌های شورانگیز اما بالغانه در باور آحاد جامعه را نقش بزنند.

ترویج این دیدگاه‌ها با افزایش آگاهی والدین نسبت به رابطه میان انواع الگوهای رفتاری با کودک در شکل‌گیری طوره‌های عشقی ناهوشیار، تجهیز نظام آموزشی به روش‌های تربیت افراد فکور و خصوصاً تقویت مهارت تفکر مراقبتی، ارائه الگوهای واقعی بالغ و مراقبتی به کودکان از دوران خردسالی، ارائه آگاهی در خصوص مؤلفه‌های زیستی، عاطفی و فرهنگی مؤثر بر عشق از دوران نوجوانی، تشویق جدی جوانان برای

مشارکت در فعالیت‌های خودشناسی و آگاهی از پیش‌نویس زندگی، الگوهای دلبستگی، انواع قصه‌های ناهوشیار عشق و بازی‌های روانی و از همه مهم‌تر اشاعه مفهوم تحولی «عشق» در روابط بلندمدت و کارکردهای متفاوت و مؤثر آن در هر مرحله از حیات خانواده شکل می‌گیرد.

پی‌نوشت‌ها

- | | |
|--|--|
| 1. Glasser | 40. Nucleus Accumbens |
| 2. Fisher | 41. Central Executive |
| 3. Sperechr & Hatfield | 42. Zeki |
| 4. Brardo& Owens | 43. Das |
| 5. Siren | 44. Fugue: قطعه‌ای از موسیقی است که در آن چند نفر پشت سرهم دنباله آواز را می‌گیرند و می‌سرایند. لیپمن (۱۹۹۵) از این استعاره در توصیف تفکر مراقبتی بهره گرفت. |
| 6. Levine, Sato, Hashimoto & Verma | |
| 7. Ahmadi, Davoudi, Ghazaei, Mardani, Seifi | |
| 8. Kim & Hatfield | 45. Engrossment |
| 9. Gottman & Gottman | 46. Noddings |
| 10. Sternberg | 47. Held |
| 11. اصطلاحی که مختاری و همکاران (۱۳۹۵) به عشق‌های معطوف به ازدواج اطلاق می‌کنند. | 48. Gilligan |
| 12. Fromm | 49. Manning |
| 13. Helm | 50. Lipman |
| 14. Passion | 51. Sharp |
| 15. Intimacy | 52. Caring for |
| 16. Decision/Commitment | 53. Caring with |
| 17. Beal | 54. Manner of Thinking |
| 18. Lemieux & Hale | 55. Intentionality |
| 19. Barnes | 56. Tan, et al |
| 20. Love is a story | 57. Gregory |
| 21. مقیاس مثلث عشق در سال ۱۳۹۳ توسط کردمیرزا نیکوزاده، و مقیاس قصه عشق نیز توسط علایی و کرمی در سال ۱۳۸۶ هنجاریابی و به جامعه علمی معرفی شدند. | 58. Committed Thinking |
| | 59. Sprod |
| | 60. Bergman |
| | 61. Motivational Displacement |
| | 62. Galvin, Braithwaite, Bylund |
| 22. Attachment Style | 63. Felt |
| 23. Bowlby | 64. Social Penetration Theory |
| 24. Schema | 65. Altman and Taylor |
| 25. Object Relation | 66. Romesin and Verden-Zoller |
| 26. Aron & Aron | 67. Fisher; Aron and Brown |
| 27. Life Script | 68. University of Pavia |
| 28. Transactional Analysis | 69. Emanuele |
| 29. Berne | 70. Gonzaga, et al |
| 30. Kerns | 71. Nelson |
| 31. Cozzarelli et al | 72. Rusbult, Martz, Agnew |
| 32. Fraley et al | 73. Bowen |

- | | |
|------------------------------------|---|
| 33. Fehr, Sprecher, Underwood | 74. Johnson, Caughlin, Huston |
| 34. Cognition, Emotion & Intention | 75. Intentional |
| 35. LeDoux | 76. Bolmont, Cacioppo & Cacioppo |
| 36. Diessner, Frost & Smith | 77. http://www.tabnak.ir/fa/news |
| 37. Quasi- Discrete | 78. Polylogue |
| 38. Acker & Davis | |
| 39. Ventral Tegmental Area | |

منابع

- ابراهیمی دینانی، غ. (۱۳۹۲). دفتر عقل و آیت عشق. جلد نخست. چاپ پنجم. تهران: انتشارات طرح نو.
- اربر، ر.، اربر، م. (۲۰۱۱). روابط صمیمانه: مسائل، نظریه‌ها، و اصول پژوهش. ترجمه ع. جواهری و ع. تاجیک اسماعیلی. تهران: انتشارات ارجمند. (۱۳۹۰).
- آرمسترانگ، ج. (۲۰۰۳). شرایط عشق (فلسفه صمیمیت). ترجمه م. علیا (۱۳۹۳). تهران: انتشارات ققنوس.
- آزاد، پ. (۱۳۹۰). عشق و عقلانیت. تهران: نشر البرز.
- استاینر، سی. (۲۰۰۹). قدرت، عشق و اطلاعات: تحلیل مبادلات در قرن ۲۱. ترجمه پ. عظیمی (قاسم‌زاده) (۱۳۹۴). تهران: نشر دنیای نو.
- استرنبرگ، ر. (۱۳۹۳). قصه عشق: نگاهی تازه به روابط زن و مرد. چاپ ششم. ترجمه ع. ا. بهرامی. تهران: انتشارات جوانه رشد.
- اورتگای گاسیت، خ. (۱۳۸۰). درباره عشق. ترجمه س. م. ثریا. تهران: انتشارات جوانه رشد.
- اوراژ، آ. ر. (۱۹۵۷). عشق آگاهانه از نگاه گورجیف. ترجمه رؤیا منجم (۱۳۹۴). تهران: نشر علم.
- ایوانز، م. (۲۰۰۳). عشق (بحثی غیرعاشقانه). ترجمه پ. قائمی (۱۳۸۵). تهران: نشر آشتیان.
- برن، آ. (۱۳۹۸). تحلیل روابط متقابل. ترجمه ا. فصیح. تهران: انتشارات فاخته.
- بدیو، آ. (۲۰۱۲). در ستایش عشق. ترجمه م. عبدالرحیم کاشی. (۱۳۹۳). تهران: انتشارات ققنوس.
- حفاظی طرقله، م.، فیروزآبادی، ع.، حق شناس، ح. (۱۳۸۵). بررسی ارتباط بین اجزاء عشق و رضایتمندی زوجی. مجله علوم پزشکی مازندران، ۱۶ (۵۴)، ۹۹-۱۰۹.
- حیدری ملایری، م. (۲۰۰۸). درباره ریشه واژه عشق. برگرفته از سایت: http://dictionary.obspm.fr/esq_pers.html
- دوباتن، آ. (۲۰۱۶). سیر عشق. ترجمه ز. باختری (۱۳۹۵). تهران: انتشارات چترنگ.
- ساروخانی، ب. (۱۳۸۶). مبانی جامعه‌شناسی خانواده. چاپ هشتم. تهران: انتشارات سروش.
- علایی، پ.، کرمی، آ. (۱۳۸۶). ساخت و هنجاریابی مقیاس قصه عشق و بررسی رابطه آن با رضایت زناشویی. دو فصلنامه روان‌شناسی معاصر، ۲ (۲)، ۳۷-۴۹.
- فروم، آ. (۱۹۵۶). هنر عشق ورزیدن. ترجمه پ. سلطانی (۱۳۹۴). چاپ سی‌ام. تهران: نشر مروارید.
- گلاسر، و. (۱۹۹۸). نظریه انتخاب: روان‌شناسی نوین آزادی شخصی. ترجمه م. فیروزبخت (۱۳۹۷). چاپ نهم. تهران: انتشارات رسا.
- نوسباوم، م.، سالومون، ر.، نوزیک، ر.، تامس، ل.، بایر، آ.، و راپاپورت، آ. (۱۳۹۵). مجموعه مقالات درباره عشق. ترجمه آ. نراقی. تهران: نشرنی.

هریس، ت. (۱۹۶۷). وضعیت آخر. ترجمه ا. فصیح. (۱۳۹۶). تهران: فرهنگ نشر نو.
هلم، ب. (۱۳۹۴). دانشنامه فلسفه استنفورد: عشق. ترجمه ن. مسلمی. تهران: نشر ققنوس.

- Acker, M., & Davis, M. (1992). Intimacy, Passion and Commitment in Adult Romantic Relationships: A Test Triangular Theory of Love. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9(1), 21-50.
- Ahmadi, V., Davoudi, I., Ghazaei, M., Mardani, M., & Seifi, S. (2013). Prevalence of Obsessive Love and its Association with Attachment Style. *Social and Behavioral Sciences*, 84, 6990-7000.
- Altman, I., & Taylor, D. A. (1973). *Social Penetration: The Development of Interpersonal Relationships*. Oxford: Rinehart & Winston.
- Armstrong, J. (2003). *Condition of Love: The Philosophy of Intimacy*. (M. olya, Trans.2016). Tehran: GoGnoos Publication [in Persian].
- Aron, A. & Aron, E. N. (1986). *Love and the Expansion of Self-Understanding Attraction and Satisfaction*. New York: Hemisphere Publish Corporation.
- Azad, P. (2011). [Love and Rationality]. Tehran: Alborz [in Persian].
- Badiou, A. Translated by Peter Bush. (2012). *In Praise of Love*. (M. Abdolrahim-e-kashi, Trans.). Tehran: GoGnoos [in Persian].
- Barnes, M. L. & Sternberg, R. J.A. (1997). *Hierarchical Model of Love and its Prediction of Satisfaction in Close Relationships*. New York: Guilford Press.
- Bergman, R. (2004). Caring for the Ethical Ideal: Nel Noddings on Moral Education. *Journal of Moral Education*. 33(2), 149-162.
- Berne, E. (1975). *Transactional Analysis*. (E. Fasih, Trans.2016). Tehran: Fakhte [in Persian].
- Bolmont, M., Cacioppo, J. T., & Cacioppo, S. (2014). Love is in the Gaze: an Eye-Tracking Study of Love and Sexual Desire. *Psychology Science*. 25(9),1748-1756.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and Loss. Retrospect and Prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52, 664-678.
- Bowen, M. (1974). *Toward the Differentiation of Self in One's Family of Origin. Family Therapy in Clinical practice*. New York: Aronson.
- Brardo, F. M., Owens, E. (2000). *Love in Gale Encyclopedia of Sociology*. Vol. 3, USA: McMillan Reference.
- Cozzarelli, C., Hoekstra, S. J., & Bylsma, W. H. (2000). General Versus Specific Mental Models of Attachment: Are they Associated with Different Outcomes? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(5), 605-618.
- Das, J. (2014). Emotional Maturity among Love Marriage Couples - With Special References to Agartala. *International Journal of Humanities and Social Science*, 3(7), 01-04.
- Diessner, R., Frost, N. E. & Smith, T. (2004). Describing the Neoclassical Psyche Embedded in Sternberg's Triangular Theory of Love. *Social Behavior and Personality*, 32(7), 683-690.
- Ebrahimi Dinani, Gh. (2013). [Description of Reason and Signs of Love] (Vol. 1). 5th edition. Tehran: Tarh-e-no Publication [in Persian].
- Emanuele, E. (2011). NGF and Romantic Love. *Archives Italiennes de Biologie*, 149, 265-268.
- Erber, R. & Erber, M. W. (2011). *Intimate Relationships: Issues, Theories, and Research* (2nd Edition). (A. Abedin-e-Javaheri; T. Esmaili, Trans.). Tehran: Arjmand Book [in Persian].

- Evans, M. (2002). *Love: An Unromantic Discussion*. (P. Ghaemi, Trans.). Tehran: Ashtian [in Persian].
- Fehr, B. (1988). Prototype Analysis of the Concepts of Love and Commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 557-579.
- Fehr, B., Sprecher, S. & Underwood, L. G. (2009). *The Science of Compassionate Love: Theory, Research, and Applications*. Boston: Blackwell Publishing.
- Felt, E. (2017). The Relationship between Emerging Adulthood and Communication Patterns. Doctoral Dissertation in Psychology, Walden University.
- Fisher, H. (2004). *Why We Love – the Nature and Chemistry of Romantic Love*. New York: Henry Holt and Company.
- Fisher, H., Aron, A., & Brown, L. L. (2005). Romantic Love: An MRI Study of a Neural Mechanism for Mate Choice. *Journal of Comparative Neurology*, 493, 58-62.
- Fisher, H. (2014). "Browse Talks – TED.com". Ted.com. Retrieved December 2, 2014.
- Fraley, R. C., Niedenthal, P. M., Marks, M. J., Brumbaugh, C. C. & Vicary, A. (2006). Adult Attachment and the Perception of Emotional Expressions: Probing the Hyper Activating Strategies Underlying Anxious Attachment. *Journal of Personality*, 74, 1163-1190.
- Fromm, E. (1956/2006). *The Art of Loving*. (P. Soltani, Trans.). Tehran: Morvarid [in Persian].
- Galvin, K. M., Braithwaite, D. O., & Bylund, C. L. (2015). *Family communication: Cohesion and change*. London: Routledge.
- Gilligan, C. (1977). In a Different Voice; Women's Conception of the Self and of Morality. *Harvard Educational Review*, 47(4), 481-517.
- Gilligan, C. (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Cambridge: Harvard University Press.
- Glasser, W. (1998). *Choice Theory: A New Psychology of Personal Freedom*. (M. Firouzbakht, Trans.). 9th edition (2019). Tehran: Rasa [in Persian].
- Gonzaga, G. C., Turner, R. A., Keltner, D., Campos, B., & Altemus, M. (2006). Romantic Love and Sexual Desire in Close Relationships. *Emotion*, 6(2), 163-179.
- Gottman, J. M. & Gottman, J. S. (2006). *10 Lessons to Transform your Marriage*. New York: Crown Publishers.
- Gregory, M. (2008). *Philosophy for Children; Practitioner Handbook*. Montclair: Institute for the Advanced of Philosophy for Children.
- Harris, T. (1967). *I'm ok, you're Ok*. (E. fasih, Trans.2018). Tehran: farhang-e-nashre No [in Persian].
- Hefazi Torqabeh, M., Firouz Abadi, A., & Haqshenas, H. (2006). [Relations between Love Styles and Marital Satisfaction]. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*. 16(54), 99-109.
- Held, V. (2006). *The Ethics of Care: Personal, Political, Global*. Oxford: Oxford University Press.
- Helm, B. (2014). Stanford Encyclopedia of Philosophy. (N. Moslemi, Trans.). Tehran: GoGnoos [in Persian].
- Heydari-Malayeri, M. (2008). *On the Origin of the Word Ešq*. Paris Observatory. Retrieved from http://dictionary.obspm.fr/esq_eng.html
- Johnson, M. P., Caughlin, J. P., Huston, T. L. (1999). The Tripartite Nature of Marital Commitment: Personal, Moral, and Structural Reasons to Stay Married. *Marriage and the Family*, 61(1), 160-177.
- Kerns, K.A. (1994). A Developmental Model of the Relations Between Mother-Child Attachment and Friendship, in R. Erber & R. Gilmour (Eds). *Theoretical Frameworks for Personal Relationships*, pp. 129-156. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

- Kim, J., & Hatfield, E. (2004). Love Types and Subjective Well-Being: A Cross Cultural Study. *Social Behavior and Personality*, 32, 173-182.
- LeDoux, J. (2002). *Synaptic self: How our brains become who we are*. NY: Penguin Books.
- Lemieux, R. & Hale, J. L. (2002). Cross-Sectional Analysis of Intimacy, Passion and Commitment, the Assumption of the Triangular Theory of Love. *Psych Rep*, 90, 109-114.
- Levine, R., Sato, S., Hashimoto, T., & Verma, J. (1995). Love and Marriage in Eleven Cultures. *Cross-Cultural Psychology*, 26, 554-571.
- Lipman, M. (1995). Caring as Thinking. *Critical Thinking Across the Disciplines*, 15(1), 1-13.
- Lipman, M. (2003). *Thinking in Education* (Second Edition). Cambridge: Cambridge University Press.
- Manning, R. (2005). *A Care Approach in Philosophy: A New Introduction*, Douglas Mann and G. Elijah Dann (eds.), Belmont: Wadsworth.
- Mokhtari, Z., Kianpour, M., Agha Babaei, E. (2016). [Phenomenological Study of Marital love before Marriage (Lived Experience of Newly Married Individuals of Isfahan from Encounter to Wedding Moment)]. *Journal of Woman in Culture and Arts*, 8(4), 517-538.
- Nelson, J. A., Kirk, A.M., Ane, P., & Serres, S. A. (2011). Religious and Spiritual Values and Moral Commitment in Marriage: Untapped Resources in Couples Counseling? *Counseling and Values Journal*, 55(2), 228-246.
- Noddings, N. (1984). *Caring: A Feminine Approach to Ethics and Moral Education*. Berkeley: University of California Press.
- Noddings, N. (1998). *Awakening the Inner Eye: Intuition in Education* (co-author with Paul J. Shore). Troy, NY: Educator's International Press.
- Noddings, N. (2002). *Starting at home: Caring and social policy*. Berkeley, CA: University of California Press.
- Orage, A. R. (2007). *Counscious Love: Gurdjieff Guide*. (R. Monajem, Trans.). Tehran: Elm [in Persian].
- Ortega y Gasset, J. (1957/2012). *On Love: Aspects of a Single Theme*. (M. Soraya, Trans.). Tehran: Javane Roshd [in Persian].
- Romesin, H. M. & Verden-Zoller, G. Edited by Pille Bunnell. (2008). *The Origin of Humanness in The Biology of Love*. London: Imprint Academic.
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The Investment Model Scale: Measuring Commitment Level, Satisfaction Level, Quality of Alternatives, and Investment Size. *Personal Relationship*, 5(4), 357 - 387.
- Sarokhani, M. (2007). [An introduction to family sociology]. 8th edition. Tehran: Soroush Publication [in Persian]
- Sharp, A. M. (2014). The Other Dimension of Caring Thinking (with a new commentary by Phillip Cam). *Journal of Philosophy in School*, 1(1), 15-21.
- Siren, H. K. (2011). "The Warm Water in My Heart"-The Meanings of Love among the Finnish Country Population in the Second Half of the 17th Century. *The History of the Family*, 16(1), 47-61.
- Sperechr, S. & Hatfield, E. (2015). The Importance of Love as a Basis of Marriage: Revisiting Kephart (1967). *Journal of Family Issues*, 38(3), 312-335.
- Sprod, T. (2001). *Philosophical Discussion in Moral Education: The Community of Ethical Inquiry*. New York: Routledge.
- Steiner, C. (2009). *The Heart of the Matter: Love, Information and Transactional Analysis*. (P. Azimi, Trans.2015). Tehran: Donyayeno [in Persian].
- Sternberg, R. J. (1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review*, 93, 119-135.
- Sternberg, R. J. (2004). *International Handbook of Intelligence*. Cambridge: Cambridge University Press.

- Sternberg, R. J. (1997). Construct Validation of a Triangular Love Scale. *European Journal of Social Psychology*, 27(3), 313-335.
- Sternberg, R. J. (1988) *The Triangle of Love: Intimacy, Passion, Commitment*. Basic Books (ISBN 0465087469).
- Sternberg, R. J. (2014). *Love Is a Story: A New Theory of Relationships*. (A. A. Bahrami, Trans.). 6th edition. Tehran: Javane Roshd [in Persian].
- Tan, Sh., Leong T. C., Meng, J. C. S., & Lau, E. (2012). *Teaching Caring Thinking: Vision, Clarifications, Justifications and Applications*. Caring Thinking and the Raffles Program by Shirley Tan.
- Zeki, S. (2007). The Neurobiology of Love. *FEBS Letters*. 58(14), 2575-2579.