Body, Self-Cultivation, and the Experience of Beauty: A Comparative Study in the Thought of IKHWĀN AL-ṢAFĀ and Richard Shusterman's Somaesthetics

Shahab Pazouki[1], Suhaila Kadhim Jasim Al-Saadouni[2], Seyed Hirad Mahmoudi Tabrizi[3]

Type of article: original research
Receive: 08 MAY 2026, Accept Date: 23 MAY 2026
DOI: 10.22034/rph.2026.2088238.1221

Extended Abstract

The relationship between the body, self-cultivation, and aesthetic experience is a fundamental issue in contemporary philosophy, situated at the intersection of philosophical anthropology, ethics, and aesthetics. Throughout the history of philosophy, the body has often been understood through a dualistic framework. On the one hand, it has been regarded as the ground of human presence and perception in the world; on the other hand, in comparison with reason or soul, it has frequently been placed in an inferior ontological position. In many classical philosophical systems, the body was considered merely an instrument for attaining higher forms of perfection rather than an end in itself. As a result, its epistemic, ethical, and aesthetic capacities received limited attention.

In recent decades, however, philosophy—particularly aesthetics—has witnessed a body-centered turn that seeks to reconsider the role of the body in knowledge, meaning, and aesthetic experience. One of the most influential formulations of this approach is Richard Shusterman's theory of somaesthetics. By challenging dominant dualistic traditions in Western aesthetics, Shusterman presents the body not simply as an object of perception but as the locus of awareness, a field of ethical practice, and a foundation for what he describes as the "art of living."

Within this theoretical horizon, the present study offers a comparative analysis of the thought of Ikhwan al-Safa and Shusterman's somaesthetics. The aim is to examine how both traditions, despite differences in their meta-

1. Assistant professor ,Theory and Art Criticism Department, Research Institute of Arts, Affiliated with Iraninan Academy of art, Tehran, Iran (Corresponding Author).
Email: shahabpazouki@gmail.com
2. Assistant teacher, Department of Art Education, College of Fine Arts, Almustaqbal University, Babylon-Hilla, Iraq. Email: suhaila.kadhim.jasim@uomus.edu.iq
3. M.A. in Art Studies, Sooreh International University, Tehran, Iran.
Email: hiradmt@gmail.com

physical foundations, regard the body as a medium of self-cultivation and aesthetic experience. The main objective of this research is therefore to explain and compare the role of the body in the process of self-cultivation and its relationship to aesthetic experience in these two intellectual traditions.
Three main research questions guide the study. First, how is the place of the body in the process of self-cultivation and existential training conceptualized in these two systems of thought? Second, what relationship is established between bodily harmony and the perception of beauty? Third, how can a theoretical explanation be developed that connects somaesthetics with a practical interpretation of body aesthetics in the thought of Ikhwan al-Safa?
The research adopts a qualitative and analytical-comparative approach. Data were collected through documentary and library research, focusing on the Epistles of Ikhwan al-Safa and the principal works of Richard Shusterman on somaesthetics. In the analytical stage, key concepts related to the body, self-cultivation, and aesthetic experience were extracted and compared through qualitative content analysis. The comparison was conducted along four axes: the ontological understanding of the body, the role of the body in knowledge and awareness, the position of the body in the process of self-cultivation, and the ultimate purpose of bodily cultivation.
The findings indicate that in the thought of Ikhwan al-Safa the body is understood within a hierarchical structure of existence in which the soul holds superiority over the body. Nevertheless, the body plays an essential role in the realization of the perfected human being. Within this framework, the body belongs to the natural world and occupies a lower ontological level than the spiritual dimension, yet it provides the necessary ground for the actualization of the soul's capacities.
Ikhwan al-Safa regard the body as the instrument through which the faculties of the soul are manifested, the arena of ethical testing, and the site where purification and moderation are achieved. From this perspective, self-cultivation is not purely theoretical but requires bodily discipline, control of desires, moderation in daily habits, and the cultivation of virtuous practices. The body therefore becomes both the locus of desire and the field in which these desires are regulated. Consequently, the refinement of the body serves as a preliminary stage for the purification of the soul.
Ikhwan al-Safa also connect individual ethical reform with social harmony, suggesting that the proper cultivation of the body contributes to moral and social order. In this intellectual framework, beauty is closely associated with order, proportion, harmony, and the manifestation of divine order, while the ultimate aim of bodily discipline is the elevation of the soul.
By contrast, Richard Shusterman's somaesthetics emerges as a critical response to the idealist metaphysical tradition in Western philosophy, which often placed the body in opposition to the mind and treated it as inferior.

Shusterman challenges this dualistic conception and emphasizes the unity of body and mind. In his view, the body is not merely an instrument of the mind but the foundation of lived experience and the formation of human subjectivity.

He uses the concept of "soma" to refer to the living body in its biological, perceptual, and experiential dimensions. Shusterman also refers to several Asian philosophical traditions to demonstrate that attention to bodily awareness has long been central to practices of self-cultivation. From this perspective, self-cultivation involves bodily training, the development of somatic awareness, and the improvement of one's mode of presence in the world.

The aim of somaesthetics is therefore not metaphysical transcendence but the enhancement of the quality of lived experience and everyday life. A cultivated body, in this framework, becomes a refined medium capable of generating richer and more conscious experiences. Beauty, accordingly, is not restricted to works of art but emerges from the harmonious interaction of body, environment, and awareness. A comparative examination of these two perspectives reveals several points of convergence.

Both challenge reductionist views of the body and reject the idea that the body is merely passive or marginal. Although Ikhwan al-Safa maintain the superiority of the soul, they still emphasize the indispensable role of the body in the process of spiritual development. Shusterman goes further by presenting the body and mind as integrated aspects of human existence. Both traditions also regard the body as a field of self-cultivation.

In Ikhwan al-Safa's thought, the cultivation of the soul requires bodily discipline and moderation. Likewise, in Shusterman's philosophy the body becomes the starting point of the project of self-cultivation, and its refinement leads to lasting transformations in experience and lifestyle. Furthermore, both perspectives connect beauty with harmony and proportion. Ikhwan al-Safa interpret beauty through cosmic order and balance, while Shusterman understands aesthetic experience as a quality of everyday life emerging from the harmonious interaction of body, environment, and awareness. Despite these similarities, important differences remain.

In the thought of Ikhwan al-Safa, the ultimate aim of bodily cultivation is the elevation of the soul and its return to the spiritual realm. In contrast, somaesthetics seeks to enhance the quality of life in the present world. Ikhwan al-Safa maintain a hierarchical ontology in which the soul is superior to the body, whereas Shusterman emphasizes their unity. Likewise, beauty in Ikhwan al-Safa is primarily related to divine and cosmic order, while in Shusterman's philosophy it is closely connected with lived and embodied experience. Therefore, although both traditions recognize the body as a medium of human transformation, they differ in their interpretation of its final purpose.

In the first perspective, the body functions as a bridge toward spiritual transcendence, whereas in the second it becomes a site for enriching lived experience and cultivating creative ways of living. In conclusion, this study shows that the body occupies a central place in both traditions as a medium of human transformation. Ikhwan al-Safa view the body as a bridge toward transcendent truth, while Shusterman regards it as a basis for deepening experience and improving the quality of life. Despite these differences, both perspectives highlight the indispensable role of the body in human self-understanding and aesthetic experience. Rethinking the status of the body in both Islamic philosophical thought and contemporary Western philosophy therefore opens new perspectives for understanding self-cultivation and aesthetic life.

Keywords: Philosophy of the Body, Self-Cultivation, Aesthetic Experience, Ikhwan al-Safa, Somaesthetics, Richard Shusterman

OPEN ACCESS

This journal is following of Committee on Publication Ethics (COPE) and complies with the highest ethical standards in accordance with ethical laws

COPYRIGHTS | Copyright for this article is retained by the author(s), with publication rights granted to the *Rahpooye Hekmat-e Honar* Journal. This is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution Licenses. (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

بدن، خودسازی و تجربهٔ زیبایی؛ مطالعه‌ای تطبیقی در اندیشهٔ اخوان‌الصفا و تن‌زیبایی‌شناسی ریچارد شوسترمن

شهاب پازوکی[۱]، سهیله کاظم جاسم السعدونی[۲]، سیدهیراد محمودی‌تبریزی[۳]

نوع مقاله: پژوهشی
دریافت: ۱۴۰۵/۰۲/۱۸ □ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۳/۰۲ □ صفحهٔ ۵۷-۶۹
Doi: 10.22034/rph.2026.2088238.1221

چکیده

مسئلهٔ نسبت بدن با خودسازی و تجربهٔ زیبایی از مباحث بنیادین در فلسفهٔ هنر معاصر است که در تقاطع انسان‌شناسی، اخلاق و زیبایی‌شناسی قرار دارد. با وجود گسترش رویکردهای بدن‌محور در اندیشهٔ جدید، پژوهش‌های اندکی به مقایسهٔ نظام‌مند میان سنت‌های فلسفی کلاسیک اسلامی و نظریه‌های معاصر زیبایی‌شناختی در این زمینه پرداخته‌اند. این مقاله با تمرکز بر «بدن، خودسازی و تجربهٔ زیبایی» می‌کوشد جایگاه بدن را در اندیشهٔ اخوان‌الصفا و تن‌زیبایی‌شناسی ریچارد شوسترمن به صورت تطبیقی بررسی کند و نشان دهد که چگونه هر دو سنت، علی‌رغم تفاوت در مبانی هستی‌شناختی و غایت‌شناختی، بدن را بستر نوعی پرورش وجودی و تجربهٔ زیباشناختی تلقی می‌کنند. هدف پژوهش تبیین و مقایسهٔ نقش بدن در فرایند خودسازی و نسبت آن با تجربهٔ زیبایی در این دو جریان فکری است. پرسش‌های اصلی پژوهش عبارت‌اند از:۱. جایگاه بدن در فرایند خودسازی و تربیت وجودی در این دو دستگاه فکری چگونه تبیین می‌شود؟ ۲. چه نسبتی میان هماهنگی بدنی و ادراک زیبایی در هر یک برقرار است؟ ۳. چگونه می‌توان تبیینی نظری برای پیوند تن‌زیبایی‌شناسی با خوانشی کاربردی از زیبایی‌شناسی بدن در اندیشهٔ اخوان‌الصفا ارائه داد؟ روش تحقیق کیفی و از نوع تحلیلی ـ تطبیقی است و داده‌ها به شیوهٔ کتابخانه‌ای و از طریق مطالعهٔ اسنادی *رسائل* اخوان‌الصفا و آثار اصلی شوسترمن در حوزهٔ تن‌زیبایی‌شناسی گردآوری شده‌اند. در مرحلهٔ تحلیل، مفاهیم کلیدی مرتبط با بدن، خودسازی و تجربهٔ زیبایی استخراج و با بهره‌گیری از تحلیل محتوای کیفی در چهار محور انسان‌شناختی و هستی‌شناختی بدن، نقش بدن در معرفت و آگاهی، بدن در فرایند خودسازی، و غایت و کارکرد نهایی آن مقایسه شده‌اند. یافته‌ها نشان می‌دهد که اخوان‌الصفا بدن را عرصهٔ تزکیه و تحقق هارمونی وجودی می‌دانند که از طریق آن نفس به مراتب عقلانی ارتقا می‌یابد و زیبایی به مثابهٔ تجلی نظم الهی فهم می‌شود. در مقابل، شوسترمن با نقد دوگانه‌انگاری سنتی بدن ـ ذهن، بدن را بستر تجربهٔ زیسته و آگاهی زیباشناختی می‌داند و خودسازی را در قالب پرورش تنانه و هنر زیستن تبیین می‌کند. بدین‌ترتیب، هر دو رویکرد بر اهمیت تربیت بدن تأکید دارند، اما یکی آن را مقدمه‌ای برای تعالی روحانی و دیگری افقی برای بهبود کیفیت تجربهٔ زیباشناختی در زندگی تلقی می‌کند. این مقایسه نشان می‌دهد که می‌توان میان تزکیهٔ نفس در اندیشهٔ اخوان‌الصفا و آگاهی تن‌زیبایی‌شناختی شوسترمن نوعی «زیبایی‌شناسی خودسازی» مشترک، هرچند با افق‌های متفاوت، بازشناخت.

کلیدواژه‌ها: فلسفهٔ بدن، خودسازی، تجربهٔ زیبایی، اخوان‌الصفا، تن‌زیبایی‌شناسی، شوسترمن

---

۱. استادیار، گروه نظریه و نقد هنر، پژوهشکدهٔ هنر، فرهنگستان هنر، تهران، ایران (نویسندهٔ مسئول).
Email: shahabpazouki@gmail.com

۲. مربی، گروه آموزش هنر، دانشکدهٔ هنرهای زیبا، دانشگاه المستقبل، بابل، عراق. Email: suhaila.kadhim.jasim@uomus.edu.iq

۳. کارشناس‌ارشد، پژوهش هنر، دانشگاه بین‌المللی سوره، تهران، ایران. Email: hiradmt@gmail.com

استناد: پازوکی، شهاب؛ کاظم جاسم السعدونی، سهیله؛ محمودی تبریزی، سیدهیراد (۱۴۰۵)، بدن، خودسازی و تجربهٔ زیبایی؛ مطالعه‌ای تطبیقی در اندیشهٔ اخوان‌الصفا و تن‌زیبایی‌شناسی ریچارد شوسترمن، *رهپویه حکمت هنر*، ۵ (۲)، ۵۷-۶۹.
Doi: 10.22034/rph.2026.2088238.1221
https://rph.soore.ac.ir/article_741459.html

۱. مقدمه

بدن در تاریخ اندیشهٔ فلسفی همواره در متن نوعی دوگانه‌انگاری[۱] بنیادین قرار داشته است: از یک سو مهم‌ترین بستر تجربه، ادراک و حضور انسان در جهان به‌شمار آمده و از سوی دیگر، به‌ویژه در سنت‌های متافیزیکی، در مقایسه با روح یا عقل در مرتبه‌ای فروتر قرار گرفته است. در بسیاری از نظام‌های فلسفی کلاسیک، بدن نه غایت وجود انسانی بلکه ابزاری برای تحقق کمالات برتر تلقی می‌شد و در سایهٔ عقل‌گرایی یا روح‌محوری، اعتبار فلسفی و زیبایی‌شناختی آن کمرنگ می‌گردید. بااین‌حال، در دهه‌های اخیر رویکردی بدن‌محور در فلسفه ـ به‌ویژه در زیبایی‌شناسی ـ شکل گرفته است که می‌کوشد نقش بدن را در شکل‌گیری معنا، تولید معرفت و تجربهٔ زیبایی بازخوانی کند.

یکی از مهم‌ترین صورت‌بندی‌های این چرخش نظری، نظریهٔ «تن‌زیبایی‌شناسی»[۲] ریچارد شوسترمن[۳] است. او با نقد سنت‌های غالب در زیبایی‌شناسی غربی، بدن را نه صرفاً موضوع ادراک، بلکه بستر آگاهی و عرصهٔ تحقق زیست اخلاقی و زیبایی‌شناختی می‌داند. در این چارچوب، تجربهٔ زیبایی از مواجههٔ منفعلانه با اثر هنری فراتر می‌رود و با کیفیت زیستن و شیوهٔ حضور انسان در جهان پیوند می‌یابد. شوسترمن با الهام از برخی سنت‌های حکمی شرق، بر پرورش آگاهی تنانه[۴] تأکید می‌کند و نشان می‌دهد که تقویت حساسیت بدنی می‌تواند به هماهنگی درونی و بیرونی انسان بینجامد. در این نگاه، بدن نه مانعی در مسیر کمال، بلکه کانون «هنر زیستن»[۵] و میدان خودسازی[۶] زیبایی‌شناختی است.

در مقابل، رجوع به سنت فلسفی اسلامی ـ به‌ویژه اندیشهٔ اخوان‌الصفا ـ افقی متفاوت پیش روی ما می‌گشاید. در این سنت، بدن عموماً در نسبت با نفس معنا می‌یابد و به سبب تعلق به عالم ماده، جایگاهی فروتر دارد. در *رسائل* اخوان‌الصفا، بدن گاه حجاب نفس معرفی می‌شود که می‌تواند مانعی در مسیر تعالی آن باشد. بااین‌حال، این تلقی به معنای بی‌اهمیتی بدن نیست. در بخش‌های گوناگون *رسائل*، بدن موضوع تأمل حکمی قرار می‌گیرد و به‌گونه‌ای ضمنی یا صریح، ابزار ضروری سلوک و تهذیب نفس در جهان مادی دانسته می‌شود. از این منظر، بدن عرصهٔ تمرین و انضباط است و اهمیت آن از نقشی ناشی می‌شود که در فرایند خودسازی و ادراک نظم و زیبایی کیهانی ایفا می‌کند.

مسئلهٔ اصلی این پژوهش در همین نقطه شکل می‌گیرد. درحالی‌که پیوند تن‌زیبایی‌شناسی با سنت‌های شرقی، به‌دلیل تأکید مشترک بر هماهنگی تن و روان، به‌خوبی جاافتاده است، این پرسش مطرح می‌شود که آیا میان این رویکرد معاصر و سنت‌های فلسفی اسلامی نیز می‌توان نسبتی برقرار کرد؟ به‌طور مشخص، آیا در اندیشهٔ اخوان‌الصفا ـ که بدن را در عین جایگاه فروتر آن شرط لازم خودسازی می‌داند ـ ظرفیت‌هایی برای گفت‌وگو با مفهوم «آگاهی تنانه» نزد شوسترمن وجود دارد؟

براین‌اساس، پرسش‌های اصلی پژوهش چنین طرح می‌شود: جایگاه بدن در فرایند خودسازی و تربیت وجودی در این دو دستگاه فکری چگونه تبیین می‌شود؟ چه نسبتی میان هماهنگی بدنی و ادراک زیبایی در هر یک برقرار است؟ و چگونه می‌توان تبیینی نظری برای پیوند تن‌زیبایی‌شناسی با خوانشی کاربردی از زیبایی‌شناسی بدن در اندیشهٔ اخوان‌الصفا ارائه داد؟

هدف این مقاله تبیین جایگاه زیبایی‌شناختی بدن در مسیر کمال انسانی از رهگذر مطالعه‌ای تطبیقی است. پژوهش با بررسی مفاهیم «اعتدال» و «نظم» در *رسائل* اخوان‌الصفا و مقایسهٔ آن با مفهوم «آگاهی تنانه» در تن‌زیبایی‌شناسی نشان می‌دهد که زیبایی را می‌توان نه صرفاً صفتی بیرونی، بلکه حاصل فرایندی تربیتی در ساحت بدنمندی انسان دانست. اهمیت این بررسی در آن است که در بسیاری از مطالعات زیبایی‌شناسی در ایران، بدن یا نادیده گرفته شده یا تنها به عنوان موضوع بازنمایی هنری بررسی شده است. رویکرد تطبیقی حاضر می‌تواند زمینه‌ای برای بازخوانی انتقادی متون کلاسیک اسلامی در پرتو چارچوب‌های نظری معاصر فراهم آورد و دامنهٔ بحث دربارهٔ تن‌زیبایی‌شناسی را فراتر از سنت‌های مرتبط با آن گسترش دهد.

۲. روش پژوهش

این پژوهش کیفی است و با رویکرد توصیفی ـ تحلیلی و راهبرد تطبیقی انجام شده است. در آن، با بهره‌گیری از تحلیل مفهومی و تفسیر متون، جایگاه بدن در نسبت با خودسازی و تجربهٔ زیبایی در اندیشهٔ اخوان‌الصفا و تن‌زیبایی‌شناسی ریچارد شوسترمن بررسی می‌شود. مقصود از تطبیق، صرفاً یافتن شباهت‌های ظاهری نیست، بلکه فهم منطق درونی دو دستگاه فکری در مواجهه با بدن، تربیت نفس و ادراک زیبایی است.

داده‌ها به شیوهٔ کتابخانه‌ای و اسنادی و با مراجعه به متون دست‌اول و پژوهش‌های معتبر گردآوری شده‌اند. در بخش کلاسیک، *رسائل* اخوان‌الصفا، به‌ویژه متون مربوط به نفس، بدن، حواس، موسیقی، اعتدال و تهذیب بررسی شده‌اند. در بخش معاصر نیز آثار اصلی شوسترمن در حوزهٔ تن‌زیبایی‌شناسی، به‌ویژه مباحث آگاهی تنانه، پرورش بدن و هنر زیستن، مبنای تحلیل قرار گرفته‌اند.

تحلیل داده‌ها با روش تحلیل محتوای کیفی و مقایسهٔ مضمونی انجام شده و مضامین در چهار محور تنظیم شده‌اند: مبانی انسان‌شناختی و هستی‌شناختی بدن، نقش بدن در معرفت و آگاهی، بدن در فرایند خودسازی، و غایت و کارکرد نهایی آن. درنهایت، نقاط اشتراک و افتراق دو دیدگاه در افق فلسفهٔ هنر و زیبایی‌شناسی تبیین شده است.

Doi: 10.22034/rph.2026.2088238.1221

۳. پیشینهٔ پژوهش

پیشینهٔ پژوهش در موضوع حاضر را می‌توان در سه دسته مرور کرد:

ـ نخست، پژوهش‌های مربوط به رابطهٔ نفس و بدن در فلسفهٔ اسلامی. این حوزه بسیار گسترده است و غالباً با رویکردی انسان‌شناختی و هستی‌شناختی، کیفیت رابطهٔ نفس و بدن را نزد فیلسوفانی چون ابن‌سینا، ملاصدرا و ابن‌عربی بررسی کرده است؛ ازاین‌رو از ذکر تفصیلی آنها صرف‌نظر می‌شود. تمرکز این آثار عمدتاً بر تجرد نفس، نحوهٔ تعلق آن به بدن، مفاهیمی چون روح بخاری و بدن مثالی است. با وجود اهمیت این مطالعات، بدن در آنها بیشتر همچون مسئله‌ای هستی‌شناختی یا معرفتی طرح شده و کمتر به ابعاد زیبایی‌شناختی و تجربهٔ زیستهٔ بدنی توجه شده است. دربارهٔ اخوان‌الصفا نیز آثاری وجود دارد؛ از جمله مقالهٔ «مقایسهٔ ادراک تألیفی نزد اخوان‌الصفا با ادراک گشتالتی در هنر بر پایهٔ مناسبات میان کل و جزء» (ساداتی، ۱۴۰۲) که با تبیین مفهوم ادراک تألیفی و مقایسهٔ آن با نظریهٔ گشتالت[۷]، بر کل‌نگری اخوان در فرایند ادراک و نقش حواس در شکل‌گیری معرفت تأکید می‌کند، اما به‌طور مستقل به جایگاه بدن در منظومهٔ هستی‌شناختی، انسان‌شناختی و اخلاقی اخوان نمی‌پردازد. همچنین مقالهٔ «نفس در رسائل اخوان‌الصفا» (براتی‌پور و دیگران، ۱۴۰۰) به تحلیل تجرد، قوا و مراتب نفس در اندیشهٔ اخوان می‌پردازد. بلخاری نیز در مقالهٔ «رویکرد اخوان‌الصفا به هنر اسلامی» (۱۴۰۰) و کتاب *هندسه خیال و زیبایی: پژوهشی در آرای اخوان‌الصفا دربارهٔ حکمت هنر و زیبایی* (۱۳۹۹) به بررسی انسان‌شناسی، مراتب عالم، مفهوم صناعت و مبانی زیبایی در اندیشهٔ اخوان پرداخته است. بااین‌حال، این آثار نیز نسبت میان بدن، تجربهٔ زیبایی و فرایند خودسازی عملی را به‌صورت مستقل و نظام‌مند بررسی نکرده‌اند.

ـ دوم، پژوهش‌های مرتبط با تن‌زیبایی‌شناسی در فلسفهٔ معاصر. از جمله می‌توان به مقالهٔ «از روح مطلق تا بدن زیسته: تحلیل انتقادی دستگاه ایدئالیستی فلسفهٔ هنر هگل در پرتو تن‌زیبایی‌شناسی شوسترمن» (پازوکی و دیگران، ۱۴۰۴) و مقالهٔ «نسبت تن‌زیبایی‌شناسی شوسترمن با زیبایی‌شناسی باومگارتن و پیامدهای آن برای زیبایی‌شناسی معاصر» (پازوکی و تقوی، ۱۴۰۳) اشاره کرد. این آثار با رویکردی انتقادی، جایگاه بدن و تجربهٔ زیستهٔ بدنی را در سنت زیبایی‌شناسی غربی و نقش آن را در تحول زیبایی‌شناسی معاصر بررسی کرده‌اند. بااین‌حال، این پژوهش‌ها عمدتاً در چارچوب سنت فلسفه و زیبایی‌شناسی غرب باقی مانده و به مقایسهٔ این رویکرد با سنت‌های فکری دیگر، از جمله فلسفهٔ اسلامی، نپرداخته‌اند.

ـ سوم، پژوهش‌های تطبیقی میان اخوان‌الصفا و تن‌زیبایی‌شناسی. با وجود ظرفیت بالای هر دو سنت برای گفت‌وگو دربارهٔ بدن، تجربه و خودسازی، تاکنون پژوهشی که به‌طور مستقیم و نظام‌مند اندیشهٔ اخوان‌الصفا را با نظریهٔ تن‌زیبایی‌شناسی شوسترمن مقایسه کند، منتشر نشده است. ازاین‌رو، خلأ اصلی ادبیات موجود، نبود مطالعه‌ای تطبیقی دربارهٔ نسبت بدن، تجربهٔ زیبایی و فرایند خودسازی در این دو افق فکری است؛ خلأیی که پژوهش حاضر در پی پر کردن آن است.

۴. بدن، خودسازی و تجربهٔ زیبایی در اندیشهٔ اخوان‌الصفا

۴. ۱. معرفی اخوان‌الصفا و رسائل آنان

اخوان‌الصفا و خلّان‌الوفا عنوان جمعیتی از متفکران مسلمان در سدهٔ چهارم هجری است که در بصره شکل گرفت و اندیشه‌های آنان به‌تدریج در بغداد و دیگر نواحی جهان اسلام گسترش یافت. با وجود اهمیت آثار این گروه، اطلاعات تاریخی دربارهٔ هویت فردی اعضا بسیار محدود است؛ زیرا این جمعیت فعالیتی نسبتاً پنهان و سازمان‌یافته داشت و ازاین‌رو آگاهی‌های موجود بیشتر از طریق گزارش‌های مورخان بعدی به دست آمده است. بااین‌حال، بسیاری از پژوهشگران شکل‌گیری این محفل فکری را در بصره سدهٔ چهارم هجری می‌دانند (نصر، ۱۳۸۴: ۱۵۲). اعضای این جمعیت خود را «اخوان‌الصفا و خلّان‌الوفا و اهل الحمد و ابناء المجد» ـ به معنای برادران پاکی، دوستان وفادار و اهل ستایش و مجد ـ می‌نامیدند (شریف، ۱۳۶۲: ۴۰۷)؛ نامی که بر آرمان اخلاقی و معنوی آنان در مسیر پاکی نفس و همبستگی فکری دلالت دارد.

مهم‌ترین اثر برجای‌مانده از این گروه *رسائل اخوان‌الصفا* است که در شمار آثار جامع و دایرةالمعارفی سنت فکری اسلامی قرار می‌گیرد. این رسائل بیانگر مکتبی فکری‌اند که آن را «فلسفهٔ فیثاغورثی ابراهیمی» نامیده‌اند (نصر، ۱۴۰۳، ج ۱: نوزده). این مجموعه نزدیک به پنجاه‌ودو رساله را دربرمی‌گیرد و طیفی گسترده از دانش‌های عصر خود را شامل می‌شود؛ از ریاضیات، موسیقی و علوم طبیعی تا مباحث روان‌شناسی، الهیات، اخلاق و سیاست. *رسائل* در چهار بخش کلی تنظیم شده‌اند: ریاضیات، طبیعیات، نفسانی و عقلی، و الهیات؛ نظمی که نشان می‌دهد نویسندگان در پی ارائهٔ تصویری هماهنگ از ساختار معرفت و طبقه‌بندی علوم زمان خود بوده‌اند.

بااین‌حال، گردآوری دانش برای اخوان هدف نهایی نبود. آنان علم را وسیله‌ای برای تربیت روح و تعالی انسان می‌دانستند و معتقد بودند معرفت باید در خدمت تهذیب نفس قرار گیرد. ازاین‌رو *رسائل* با رویکردی آموزشی سامان یافته‌اند تا مخاطب را به‌تدریج در مسیر فهم فلسفه و حکمت هدایت کنند. اخوان‌الصفا در این مسیر کوشیده‌اند میان میراث فلسفی، به‌ویژه سنت یونانی، و تعالیم دینی اسلام نوعی هم‌سویی برقرار کنند (بلخاری، ۱۳۹۳:

۵۸) و از رهگذر این پیوند، طرحی برای اصلاح فکری و اخلاقی انسان و جامعه ارائه دهند.

۴. ۲. مبانی انسان‌شناختی و هستی‌شناختی بدن

در *رسائل* اخوان‌الصفا، جایگاه بدن در چارچوب دستگاهی هستی‌شناختی و انسان‌شناختی سلسله‌مراتبی تبیین می‌شود؛ دستگاهی که در آن عالم از مبدأ الهی آغاز و از طریق عقل، نفس کلی و طبیعت به جهان ماده امتداد می‌یابد (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۲: ۴۲۰). هر مرتبه جلوه‌ای از فیض الهی و واسطه‌ای برای مرتبهٔ پایین‌تر است. انسان در این میان موقعیتی میانجی دارد: از سویی وابسته به ساحت روحانی است و از سوی دیگر در قلمرو مادیت زیست می‌کند (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۴: ۱۷۸۱). ازاین‌رو او را «جهان کوچک» می‌نامند، زیرا ساختار عالم به صورت فشرده در وجودش بازتاب یافته و مراتب هستی در ترکیب او حضور دارند (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۴: ۱۷۲۵).

در اندیشهٔ اخوان‌الصفا، حقیقت انسان از پیوند نفس و بدن شکل می‌گیرد. بدن در قلمرو طبیعت و برآمده از عناصر و کیفیات مادی است؛ ازاین‌رو تابع دگرگونی و فساد است. در مقابل، نفس ماهیتی روحانی، زنده و مدرک دارد و دارای توان ادراک، تعلم و تدبیر است؛ امری که نشان می‌دهد منشأ و کارکرد آن فراتر از طبیعت و نزدیک به ساحت روحانی است (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۴: ۱۵۵۶ ـ ۱۵۵۷).

اخوان‌الصفا با برقراری سلسله‌مراتب، نفس را برتر از بدن می‌دانند. بدن جایگاه موقت حضور نفس در عالم مادی و ابزار ارتباط او با جهان محسوس است (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۴: ۱۵۵۹). به تعبیر آنان، بدن «خانه‌ای است که کسی (نفس) در آن سکونت دارد، یا دکانی که صنعتگری در آن مشغول کار است، یا زورقی که در آن کشتی‌بانی است، یا چارپایی که کسی بر آن سوار است، یا پیراهنی که کسی آن را پوشیده است ...» (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۴: ۱۶۶۶ ـ ۱۶۶۷) و نفس از طریق آن تجربه‌های حسی و عملی کسب می‌کند. ازاین‌رو تهذیب نفس و تعالی روحانی در نظام تربیتی اخوان اساسی است و دلبستگی افراطی به لذت‌های جسمانی انحراف از غایت حقیقی انسان تلقی می‌شود (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۴: ۱۶۶۹). بااین‌حال، این دیدگاه به معنای نفی بدن نیست، زیرا میان دو ساحت رابطه‌ای متقابل برقرار است: نفس بدن را تدبیر می‌کند و بدن زمینه فعلیت‌یابی استعدادهای نفس را فراهم می‌سازد.

برای تبیین این پیوند، اخوان از تمثیل‌های گوناگون بهره می‌گیرند. رابطهٔ نفس و بدن به نسبت جنین و رحم تشبیه شده است (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۴: ۱۴۸۷ ـ ۱۴۸۸): چنان‌که جنین در رحم پرورش می‌یابد و برای ورود به جهانی گسترده‌تر آماده می‌شود، نفس نیز در پیوند با بدن و در بستر زندگی دنیوی به‌تدریج به کمال می‌رسد و برای حیات روحانی مهیا می‌گردد. در تمثیلی دیگر، بدن به کشتی و نفس به باد یا نیروی محرک آن تشبیه می‌شود؛ همان‌گونه که کشتی بدون باد حرکت ندارد، بدن نیز بدون نفس فاقد حیات، حس و جهت است (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۴: ۱۷۵۲). این تمثیل‌ها بر این دلالت دارند که قابلیت‌های نفس در تعامل با بدن و جهان محسوس فعلیت می‌یابد.

اخوان همچنین از الگویی سیاسی بهره می‌گیرند: نفس پادشاهی است که بر کشور بدن فرمان می‌راند و قوای بدنی کارگزاران اویند (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۲: ۸۰۵ ـ ۸۱۳؛ ۸۸۸ ـ ۸۹۱). همان‌گونه که پادشاه به وزیران نیاز دارد، نفس نیز از طریق قوا امور جسمانی را تدبیر می‌کند؛ با این تفاوت که فرمان او در سراسر بدن جاری و بی‌درنگ در اندام‌ها محقق می‌شود. بنابراین بدن نظامی سازمان‌یافته تحت هدایت نفس است، نه مجموعه‌ای پراکنده از اجزای مادی.

در همین چارچوب، قوای انسانی به سه دسته تقسیم می‌شوند: طبیعی، حسی و روحانی یا عقلانی (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۳: ۸۱۶). قوای طبیعی حفظ و رشد بدن را بر عهده دارند، قوای حسی واسطهٔ ادراک محسوسات‌اند و قوای عقلانی شناخت معانی کلی را ممکن می‌سازند. هماهنگی این قوا تحت تدبیر نفس، بدن را به ابزاری برای تحقق مراتب ادراک و تجربهٔ انسانی بدل می‌کند.

در نتیجه، هرچند اخوان میان ساحت روحانی و جسمانی تمایز می‌گذارند، آنها را گسسته نمی‌دانند. انسان در عین گرایش به کمالات روحانی، در بستر زندگی مادی تحقق می‌یابد. بدن با لحاظ‌کردن شروطی، نه مانعی برای تعالی، بلکه مرحله‌ای ضروری در مسیر رشد نفس است؛ مرحله‌ای که در آن نفس از طریق تجربهٔ حسی، تعامل با طبیعت و به‌کارگیری قوا، زمینهٔ معرفت و کمال را فراهم می‌کند (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۲: ۸۳۵). از این منظر، بدن بخشی از ساختار حکیمانهٔ عالم و محل عینی پیوند طبیعت و روحانیت در وجود انسان است.

۴. ۳. نقش بدن در معرفت و آگاهی

در منظومهٔ معرفت‌شناختی اخوان‌الصفا، شناخت فرایندی تدریجی و سلسله‌مراتبی است که از ادراک حسی آغاز و به مراتب عقلانی و برهانی می‌رسد (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۲: ۸۱۷؛ فاخوری، ۱۳۹۱: ۲۳۲). این ساختار نشان می‌دهد بدن در شکل‌گیری آگاهی نقش بنیادین دارد؛ زیرا نخستین تماس انسان با جهان از طریق حواس بدنی برقرار می‌شود و انسان فاقد حس، معرفتی از جهان نمی‌یابد. اخوان در تبیین مراتب ادراک، موضوعات شناخت را به سه دستهٔ محسوسات، معقولات و امور الهی تقسیم می‌کنند: محسوسات صورت‌هایی‌اند که در ماده حضور دارند و با حواس

Doi: 10.22034/rph.2026.2088238.1221

دریافت می‌شوند؛ معقولات صورت‌های همین محسوسات‌اند که در قوای درونی تثبیت می‌شوند؛ و امور الهی حقایقی‌اند که تنها با استدلال و برهان فهم می‌شوند. بنابراین ادراک حسی نخستین پایهٔ معرفت است و مراتب دیگر بر آن استوارند. دامنهٔ تأثیر حس در نظام ادراکی انسان گسترده است و در اندیشهٔ اخوان نقشی محوری دارد (ساداتی، ۱۴۰۲: ۶۷).

در رسالهٔ دهم از طبیعیات، حواس پنج‌گانه ابزارهای بنیادین شناخت جهان محسوس معرفی می‌شوند. اخوان حس را دگرگونی اندام‌های حسی در اثر تماس با اشیای خارجی می‌دانند و «احساس» را آگاهی نفس از این تحول تفسیر می‌کنند. اثر شیء محسوس بر اندام حسی صورتی در قوهٔ حسی پدید می‌آورد و سپس به قوای درونی منتقل می‌شود؛ بدین‌سان ادراک حاصل همکاری ابزارهای بدنی و قوای نفسانی است (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۲: ۸۲۱ ـ ۸۳۲).

برای توضیح این فرایند، اخوان مجموعه‌ای از قوای ادراکی را معرفی می‌کنند: پنج حس ظاهری ـ بینایی، شنوایی، بویایی، چشایی و لامسه ـ و سه قوهٔ درونی یعنی متخیله، مفکره و حافظه (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۲: ۸۳۳ ـ ۸۳۴). صور محسوس ابتدا با حواس دریافت می‌شوند، سپس در خیال نگهداری می‌شوند، در قوهٔ مفکره ترکیب و تحلیل می‌گردند و در حافظه ذخیره می‌شوند. در این مرحله نفس می‌تواند از طریق تعمیم و تجرید به مفاهیم کلی دست یابد و زمینهٔ ادراکات عقلانی فراهم شود.

براین‌اساس، بدن مجرای ورود معرفت به ساحت نفس است. نفس در آغاز فاقد تجربه‌های بالفعل است و به‌تدریج از طریق تماس حسی با جهان پیرامون به ادراکات گوناگون می‌رسد. این ادراکات مواد اولیهٔ شناخت‌اند که در قوای درونی پردازش و به مفاهیم عقلی تبدیل می‌شوند. از این منظر تجربهٔ انسانی در اندیشه اخوان اساساً بدنمند است؛ زیرا بدون ابزارهای حسی پیوندی میان نفس و جهان برقرار نمی‌شود و امکان شکل‌گیری معرفت از میان می‌رود.

بااین‌حال اخوان میان دریافت حسی و داوری ذهنی تمایز می‌گذارند. حواس در اصل کارکردی درست دارند و خطا بیشتر در مرحلهٔ تفسیر رخ می‌دهد. منشأ خطا قوهٔ مفکره است که گاه در ترکیب یا تحلیل صور حسی دچار لغزش می‌شود (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۲: ۸۳۱). بنابراین اگر نفس در سطح ادراک محسوسات متوقف بماند و داده‌های حسی را در پرتو عقل سامان ندهد، شناخت در حد ظواهر باقی می‌ماند. وظیفهٔ عقل تنظیم داده‌های حسی و استخراج معقولات کلی از آنهاست.

در رسالهٔ نفس نیز تصویری چندلایه از حقیقت انسان ارائه می‌شود. نفس جوهری روحانی و متعلق به عالم علوی است، اما فعلیت استعدادهای آن تنها در پیوند با بدن امکان‌پذیر است. نفس هنگام تعلق به بدن در وضعیتی بالقوه قرار دارد و باید از طریق تجربه، آموزش و تهذیب تدریجی به کمال برسد؛ فرایندی که در بستر حیات جسمانی تحقق می‌یابد. نفس بدون ابزارهای حسی و حرکتی بدن نه تجربه‌ای کسب می‌کند و نه قوای خود را فعلیت می‌بخشد. ازاین‌رو اخوان می‌نویسند: «نفس زمانی قادر است با چشم بصیرت به عقل بنگرد که این چشم باز شده باشد... یعنی پس از آنکه با چشم سر به محسوسات نگریسته و در معانی آنها اندیشیده و پند گرفته باشد» (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۲: ۸۳۵). ازاین‌رو بدن نخستین میدان تربیت نفس است.

بااین‌حال، نسبت نفس و بدن دووجهی است. بدن می‌تواند قیدی برای نفس باشد، زیرا دلبستگی به لذت‌های جسمانی انسان را در سطح تمایلات مادی متوقف می‌کند؛ اما همین بدن، اگر تحت هدایت عقل قرار گیرد، به ابزاری برای تکامل انسان بدل می‌شود. تهذیب نفس در اندیشهٔ اخوان صرفاً امری ذهنی نیست، بلکه سامان‌بخشی رفتارها و عادات جسمانی را نیز در بر می‌گیرد.

در مجموع، در اندیشهٔ اخوان‌الصفا بدن مانعی مطلق در مسیر معرفت نیست، بلکه نقطهٔ آغاز آن است. حواس بدنی نخستین داده‌های شناخت را فراهم می‌کنند، قوای درونی آنها را پردازش می‌کنند و عقل با تجرید و تنظیم آنها معرفت برهانی را ممکن می‌سازد. آگاهی انسانی در این نظام از تجربهٔ بدنمند آغاز می‌شود و در افق ادراک عقلانی به کمال می‌رسد.

۴. ۴. بدن و فرایند خودسازی

یکی از محورهای اساسی در انسان‌شناسی و اخلاق اخوان‌الصفا، «تهذیب نفس» و استکمال روح در بستر حیات مادی است. برخلاف برخی گرایش‌های زهدگرایانه که کمال را در نفی بدن می‌جویند، اخوان‌الصفا بر آن‌اند که صیرورت نفس و وصول به سعادت، ناگزیر از مسیر بدن و تجربه‌های زیسته در آن می‌گذرد. از نظر آنان، خودسازی نه امری انتزاعی و صرفاً ذهنی، بلکه فرایندی عملی است که در رفتارهای روزمره و عادات بدنی آغاز می‌شود. بدن برای نفس همچون مدرسه‌ای است که روح در آن اعتدال را می‌آموزد.

اخوان‌الصفا در بحث «سیاست‌های جسمانی» بر «تدبیر»، «نظم» و «اعتدال» تأکید می‌کنند. آنان سلامت نفس را وابسته به سلامت و تعادل بدن می‌دانند؛ ازاین‌رو، توصیه‌هایشان دربارهٔ خوراک، خواب، بهداشت و مهار لذت‌های حسی صرفاً جنبه پزشکی یا بهداشتی ندارد، بلکه بخشی از یک طرح اخلاقی کلان است (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۴: ۱۷۴۹ ـ ۱۷۵۱). از دیدگاه آنان، افراط و تفریط در ارضای نیازهای بدنی، آینهٔ نفس را مکدر و ادراک حقایق عقلانی را مختل می‌کند. بدین‌سان، بدن در فرایند خودسازی نقشی محوری دارد؛ زیرا فضایل انسانی پیش از

تجلی در ساحت عقل، باید در «قوهٔ غضبیه» و «قوهٔ شهویه» که با فیزیولوژی بدن پیوند دارند، مهار و تلطیف شوند (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج۲: ۸۰۸).

در سطحی عمیق‌تر، بدن میدان تمرین و ریاضت برای تحصیل ملکات اخلاقی است. فضایلی چون «عفت»، «شجاعت» و «قناعت» با صرف آگاهی مفهومی حاصل نمی‌شوند، بلکه نتیجهٔ مهار سنجیده خواسته‌های جسمانی در طول زمان‌اند. برای مثال، عفت هنگامی در نفس استقرار می‌یابد که بدن در برابر کشش‌های غریزی تحت فرمان عقل قرار گیرد. اخوان تصریح می‌کنند که تکرار عمل و استمرار عادات بدنی به پیدایش ملکه در نفس می‌انجامد. ازاین‌رو، خودسازی در اندیشهٔ آنان نه سرکوب مطلق بدن، بلکه تربیت و هدایت حکیمانهٔ آن است تا بدن از مانع به مرکب عروج نفس بدل شود.

این نگرش در سطح اجتماعی نیز امتداد می‌یابد. اخوان‌الصفا با بهره‌گیری از نظریهٔ «اندام‌وارگی»[۸]، جامعه را چونان «بدن واحد» یا انسان بزرگ می‌فهمند که سلامت آن در گرو هماهنگی اجزاست. در این چارچوب، میان «تدبیر بدن فردی» و «تدبیر بدن اجتماعی» پیوندی هستی‌شناختی برقرار است (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۲: ۸۰۵ ـ ۸۱۵). کسی که در قلمرو بدن خویش نتوانسته میان قوای متضاد تعادل برقرار کند و همچنان اسیر بی‌نظمی امیال است، در حیات اجتماعی نیز نمی‌تواند نقشی سازنده ایفا کند. به بیان دیگر، استیلای میل بر عقل در سطح فردی، زمینهٔ استبداد و بی‌نظمی را در سطح اجتماعی فراهم می‌آورد.

ازاین‌رو، پروژهٔ تربیتی اخوان‌الصفا از اصلاح عادات و تدبیر بدن آغاز و به اصلاح سیاسی و مدنی ختم می‌شود. بدن در این سطح حامل مسئولیتی اجتماعی است. رفتارهای بدنی تنها اموری شخصی نیستند، بلکه بعدی اخلاقی و سیاسی نیز دارند. خودسازی بدنی، پیش‌شرط مشارکت سالم در حیات جمعی است؛ زیرا انسانی که بر تن خویش امیر نباشد، در مدینهٔ فاضله موردنظر اخوان، یعنی جامعه‌ای مبتنی بر تعاون و صفا، جایگاهی نخواهد داشت.

درنهایت، در منظومهٔ فکری اخوان‌الصفا، تربیت بدن جزء جدایی‌ناپذیر پروژهٔ اصلاح انسان و جهان است. آنان با پیوند دادن بهداشت تن با پاکیزگی روان و نظم فردی با عدالت اجتماعی، بدن را به محل تلاقی اخلاق، سیاست و مابعدالطبیعه تبدیل می‌کنند. بدن در این نگاه نه زندان روح، بلکه نخستین مرتبهٔ تجلی آن است؛ ساحتی که انسان در آن با تمرین اعتدال و نظم، خود را برای دریافت فیوضات الهی و مشارکت در نظم کیهانی آماده می‌سازد. از این منظر، هر کنش منضبط بدنی گامی در جهت رهایی نفس و استقرار صلح در کالبد جامعه است.

۴. ۵. غایت و کارکرد نهایی بدن

در اندیشهٔ اخوان‌الصفا، بحث از غایت بدن بخشی از منظومهٔ گستردهٔ آنان دربارهٔ غایت انسان و جایگاه او در سلسله‌مراتب هستی است. آنان معتقدند هدف نهایی انسان، کمال نفس، رهایی از تعلقات مادی و بازگشت به عالم روحانی است؛ عالمی که نفس در اصل از آنجا فرود آمده و همواره شوق بازگشت به آن را در خود دارد (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۴: ۱۴۸۸). این کمال از راه معرفت، تهذیب اخلاق و هماهنگی با نظم کیهانی حاصل می‌شود؛ اما نقطهٔ آغاز این مسیر بدون بدن و تجربه‌های تنانه امکان‌پذیر نیست و نفس در نخستین مرحلهٔ تربیت، ناگزیر از تجربهٔ زیست جسمانی است.

بدن با وجود ماهیت مادی و فناپذیر، نقشی بنیادی و نه صرفاً ابزاری در تکامل نفس دارد. نفس برای کسب معرفت و فضیلت باید با جهان محسوس تعامل کند و این تعامل تنها از طریق بدن ممکن است. بدن، عرصهٔ تجربه و آزمایش است؛ جایی که نفس در مواجهه با لذت و رنج، اعتدال و افراط، به شناخت بهتر از خود و حدود قوای خویش دست می‌یابد. هرچه نفس از این تجربه‌های بدن‌مند بهره ببرد، وابستگی‌اش به بدن کاهش یافته و آمادگی بیشتری برای اتصال به مراتب عقلانی پیدا می‌کند. بدین‌ترتیب، بدن نه مانع کمال، بلکه مرحله‌ای ضروری از مسیر تکامل نفس است و در فرایند تربیت روحانی جایگاهی انکارناپذیر دارد.

درعین‌حال، کارکرد بدن در *رسائل* اخوان صرفاً مقدماتی تلقی نمی‌شود. بدن ظرفی است که تعادل یا ناهماهنگی وجودی انسان را آشکار می‌سازد. سامان‌یافتگی بدن نشانهٔ نظم و اعتدال نفس است و اختلال در عادات جسمانی به آشفتگی اخلاقی و روانی نسبت داده می‌شود. آنان بارها تأکید می‌کنند که شناخت حالات بدن کلیدی برای فهم حالات نفس است؛ زیرا این دو در پیوندی دوسویه قرار دارند و تأثیر متقابل آنها بنیاد نظام تربیتی اخوان است (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۱: ۲۳۲).

در این چارچوب، اندیشهٔ اخوان‌الصفا به قلمرو زیبایی‌شناسی نیز ورود می‌یابد. هرچند آنان نظامی مستقل برای تعریف زیبایی ارائه نمی‌کنند، مفاهیمی چون نظم، تناسب، هماهنگی و اعتدال در سراسر *رسائل* حضوری بنیادی دارد. زیبایی نزد آنان جلوهٔ نظم کیهانی است. عالم ساختاری موزون دارد و حرکت آن بر نسبت‌ها و اندازه‌های دقیق استوار است؛ نظمی که در موسیقی افلاک، ریاضیات و معماری هستی نمود می‌یابد و به مثابهٔ قانونی عام بر همهٔ اجزاء عالم جاری است.

بدن انسان نیز به عنوان جزئی از عالم کبیر، باید این نظم را منعکس کند. بدنی گرفتار افراط و تفریط، از نظم جهان دور می‌شود و نشان‌دهندهٔ ناسازگاری انسان با ساختار کلی هستی است. در مقابل، بدنی که در خوراک، حرکت، هیجانات و سبک

Doi: 10.22034/rph.2026.2088238.1221

زندگی به اعتدال برسد، هماهنگی کیهانی را در سطح انسانی بازمی‌تاباند (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۴: ۱۷۲۰ـ۱۷۲۳). ازاین‌رو زیبایی بدن صرفاً ظاهری نیست، بلکه نشانهٔ قرارگرفتن انسان در مسیر تناسب الهی است.

به همین دلیل، تجربهٔ زیبایی نزد اخوان تجربه‌ای وجودی است. انسان زمانی زیبایی را به‌درستی درک می‌کند که میان قوای جسمانی، روانی و عقلانی او هماهنگی برقرار باشد. مشاهدهٔ زیبایی بیرونی مقدمه است؛ زیبایی حقیقی در نظم درونی انسان و در نسبت متعادل میان بدن و نفس آشکار می‌شود. بدنی که در خوراک، خواب، حرکت و روابط اجتماعی در اعتدال باشد، نوعی زیبایی وجودی را متجلی می‌کند؛ زیبایی‌ای که از هماهنگی انسان با نظم کلی جهان ناشی می‌شود.

از این منظر، بدن در اندیشهٔ اخوان‌الصفا چند کارکرد اساسی دارد: مبنای تجربهٔ حسی و آغاز معرفت، میدان تمرین فضایل اخلاقی، سازوکاری برای تنظیم و شناخت حالات نفس، و عرصهٔ تحقق هماهنگی وجودی و تجربهٔ زیبایی. فضایل اخلاقی تنها در تعامل با تمایلات بدنی شکل می‌گیرند و نظم بدن به نظم جامعه نیز گره می‌خورد. بدین‌ترتیب، خودسازی حرکتی از بی‌نظمی به نظم و از پراکندگی به هارمونی است و بدن نخستین ابزار تحقق این فرایند به شمار می‌آید.

در جمع‌بندی، تجربهٔ زیبایی در اندیشه اخوان‌الصفا ماهیتی تنانه و مزاج‌مند دارد. ادراک زیبایی، همچون دیگر ادراکات، به سلامت حواس و اعتدال اخلاط وابسته است؛ زیرا تنها بدنی متعادل قادر است تناسب‌های جهان را به‌درستی دریافت کند. به همین دلیل موسیقی در نظر آنان نه صرفاً پدیده‌ای روحانی، بلکه نیرویی فیزیولوژیک است که از طریق تأثیر بر کیفیت اخلاط و تنظیم مزاج، توان ادراکی انسان را دگرگون می‌کند (اخوان‌الصفا، ۱۴۰۳، ج ۱: ۱۸۹). موسیقی موزون با تعدیل حرارت، برودت، رطوبت و خشکی بدن، وضعیت ادراکی انسان را سامان می‌دهد و او را برای دریافت هارمونی و نظم کیهانی آماده‌تر می‌سازد.

۵. بدن، خودسازی و تجربهٔ زیبایی در اندیشهٔ شوسترمن

۵. ۱. تن‌زیبایی‌شناسی؛ از زمینه‌های شکل‌گیری تا تبیین نظام‌مند

تن‌زیبایی‌شناسی مفهومی است که ریچارد شوسترمن از دههٔ ۱۹۹۰ برای نام‌گذاری پروژهٔ فلسفی خود مطرح کرد؛ پروژه‌ای که در امتداد پراگماتیسم[۹] آمریکایی و در گفت‌وگو با پدیدارشناسی[۱۰] اروپایی شکل گرفت. این رویکرد واکنشی به دو وضعیت در فلسفهٔ غرب بود: تداوم دوگانه‌انگاری ذهن/بدن از افلاطون و دکارت[۱۱] تا بخش‌هایی از مدرنیته، و محدودشدن زیبایی‌شناسی به نظریهٔ هنر و غفلت از تجربهٔ زیستهٔ بدن در زندگی روزمره.

شوسترمن با الهام از جان دیویی[۱۲]، به‌ویژه ایدهٔ «هنر به مثابهٔ تجربه»[۱۳]، کوشید زیبایی‌شناسی را از انحصار نظریهٔ هنر خارج و به کیفیت تجربهٔ زیسته گسترش دهد. همچنین با بهره‌گیری از پدیدارشناسی مرلوـپونتی[۱۴] نشان داد آگاهی انسان اساساً بدنمند است و ادراک نه فعالیتی صرفاً ذهنی، بلکه فرایندی بدنی ـ ادراکی است. براین‌اساس، تن‌زیبایی‌شناسی حوزه‌ای نظری و عملی است که بر تجربه و کاربرد تن استوار است و هدف آن مطالعه و پرورش آگاهانه بدن به عنوان کانون ادراک حسی و خودبهبودی خلاقه است (Shusterman, 1999: 302).

بااین‌حال، ریشه‌های این رویکرد را می‌توان در سنت‌های کهن فلسفی نیز جست. در این سنت‌ها فلسفه صرفاً دانشی نظری نبود، بلکه شیوه‌ای برای زیستن محسوب می‌شد. در فلسفهٔ یونان باستان، ایدهٔ «فلسفه به مثابهٔ هنر زیستن»[۱۵] بیانگر آن بود که فلسفه باید به بهبود کیفیت زندگی و دستیابی به سعادت انسانی بینجامد (Hadot, 1995: 3). در این چارچوب، بدن نیز در پرورش فضیلت و زندگی نیکو نقش داشت. برای نمونه، سقراط[۱۶] در روایت‌های گزنفون[۱۷] بر مراقبت از بدن و پرورش توانایی‌های جسمانی تأکید می‌کرد، زیرا بدن ابزار فعالیت‌های انسانی است (Xenophon, 1990: 172).

در سنت‌های فلسفی آسیایی نیز بر بعد تنانهٔ خودشناسی در فرایند تزکیه و پرورش نفس تأکید شده است. کنفوسیوس[۱۸] در بخش‌هایی از *منتخبات*[۱۹] شیوه‌های بروز فضیلت را در سطح بدن توصیف می‌کند؛ از رفتار و حالت چهره تا پوشش و آراستگی ظاهری که نمود بیرونی منش اخلاقی‌اند. از نظر او فضیلت بیش از آنکه از طریق فرمان یا مجازات اثر کند، از راه جاذبهٔ حاصل از آراستگی و نمودهای زیبایی‌شناختی رفتار عمل می‌کند؛ چنان‌که انسان نمونه دیگران را با وقار خویش به سوی نیکی جذب می‌کند (Confucius, 2007: 85).

در ادامه این نگرش، منسیوس[۲۰] نیز مراقبت از بدن را شرط انجام درست وظایف انسانی می‌داند. از نظر او قوای بدنی موهبتی طبیعی‌اند، اما تنها فرد حکیم می‌تواند آنها را به‌درستی به کار گیرد (Dobson, 1963: 138, 144). این توجه در دیگر سنت‌های فلسفهٔ چین نیز دیده می‌شود. در دائوییسم[۲۱]، پاسداری از بدن راهی برای هماهنگی با مسیر طبیعت است. لائوتسه[۲۲] می‌گوید کسی که بدن خویش را از سلطه بر یک امپراتوری ارزشمندتر بداند، شایستهٔ نگهبانی از آن امپراتوری است (Lau, 1963: 17). ژوانگزی[۲۳] نیز مراقبت از بدن را ابزار حفظ زندگی و رشد درونی می‌داند و کمال روح را با پرورش بدن پیوند می‌دهد (Watson, 1968: 120, 135, 313). در آموزه‌های بودا[۲۴] نیز توصیه‌هایی دربارهٔ توجه آگاهانه به بدن و نقش آن در پرورش ذهن و دستیابی به معرفت دیده می‌شود (Thera & Bodhi, 2010: 10).

از این منظر، تن‌زیبایی‌شناسی تلاشی معاصر برای احیای همین سنت‌هاست؛ سنت‌هایی که در آنها فلسفه با مراقبت از بدن و شیوهٔ زیستن پیوند داشت. شوسترمن با بازخوانی این میراث و پیوند آن با پراگماتیسم و پدیدارشناسی می‌کوشد دستگاهی نظری فراهم آورد که در آن بدن کانون تجربه، ادراک و خودسازی انسانی باشد. در ادامه، این دستگاه فکری ذیل همان چهار محور تحلیلی که در بررسی اخوان‌الصفا به کار رفت، تبیین می‌شود.

۵. ۲. مبانی انسان‌شناختی و هستی‌شناختی بدن

تن‌زیبایی‌شناسی در وهلهٔ نخست واکنشی انتقادی به سنت متافیزیک ایدئالیستی در فلسفهٔ غرب است؛ سنتی که بدن را در تقابل با ذهن قرار داده و آن را در مرتبه‌ای فروتر از عقل یا روح نشانده است. در این چارچوب، ذهن به‌منزلهٔ جوهری برتر و حتی جاودانه مطرح شده، درحالی‌که بدن به‌دلیل آسیب‌پذیری، محدودیت و مرگ‌پذیری با دلالت‌های منفی همراه گردیده است. بنابراین بدن نه‌تنها به سبب فناپذیری، بلکه به‌دلیل مرزهای مکانی و ویژگی‌های فردی‌اش حامل معانی منفی در خودآگاهی دانسته شده و غالباً در حاشیه تأملات فلسفی قرار گرفته است (Shuster-man, 2012a: 74).

تن‌زیبایی‌شناسی این دوگانه‌انگاری را به چالش می‌کشد و بر یگانگی تن و ذهن تأکید می‌ورزد. در این رویکرد، بدن صرفاً ابزاری در خدمت ذهن نیست، بلکه بنیان تجربهٔ زیسته و شکل‌گیری سوژگی[۲۵] انسانی است. شوسترمن برای بیان این نگرش از اصطلاح «سوما»[۲۶] بهره می‌گیرد؛ مفهومی که به بدن زنده در تمامی ابعاد زیستی، ادراکی و تجربی اشاره دارد. او این اصطلاح را آگاهانه برمی‌گزیند، زیرا «بدن» در سنت فلسفی غرب اغلب با دلالت‌هایی چون تقابل با ذهن یا فروکاست انسان به جسمانیت صرف همراه بوده است (Shusterman, 2020: 246).

در این چارچوب، سوما موجودیتی دوگانه دارد: ازیک‌سو همچون ابژه‌ای زیستی در جهان حضور دارد و از سوی دیگر به‌منزله سوژه‌ای ادراک‌گر عمل می‌کند (Shusterman, 2018: 8). ازاین‌رو، شوسترمن میان «بدن» به‌عنوان شیء زیستی و «سوما» به عنوان بدن زیسته[۲۷] و آگاه تمایز می‌گذارد. به باور او، سنت فلسفهٔ غرب بدن را یا ابزاری در خدمت عقل دانسته یا آن را به موضوعی برای مشاهده تقلیل داده است. در مقابل، مفهوم سوما بر بدن حساس، ادراک‌گر و تربیت‌پذیر تأکید می‌کند؛ بدنی که در آن معنا، آگاهی و شناخت شکل می‌گیرد، نه موجودی منفعل در برابر ذهن.

در چنین افقی، مفهوم «سوژه بدنمند»[۲۸] اهمیت بنیادین می‌یابد. بدن در این دیدگاه تنها موضوع ادراک نیست، بلکه جایگاه تحقق آگاهی است. تجربهٔ انسان از جهان نه از موضع ذهنی انتزاعی، بلکه از طریق وضعیت بدنی او شکل می‌گیرد؛ از راه عادت‌های حرکتی، ریتم‌های تنفسی و الگوهای ادراکی و حسی که در زندگی روزمره تثبیت شده‌اند. بنابراین بدن در کنار سایر اشیا قرار نمی‌گیرد، بلکه شرط امکان هر تجربه و ادراک است.

مفهوم «سوما» بدین‌معنا بیانگر سویهٔ سوبژکتیو انسان است، اما نه به معنای جوهری مستقل از بدن. ذهن نزد شوسترمن موجودیتی ماوراءطبیعی نیست، بلکه کارکردی نوظهور در دل ارگانیسمی زنده و پویا است. سوما به مجموعهٔ کنش‌ها، تجربه‌ها و گرایش‌هایی اشاره دارد که در بدن زیسته و در تعامل با جهان تحقق می‌یابند. چنین برداشتی از ذهن و بدن که بر پیوستگی آنها در بستر حیات طبیعی تأکید دارد، ریشه در سنت پراگماتیستی و برخی رویکردهای زیبایی‌شناختی دارد (Shusterman, 2020: 246-247).

براین‌اساس، بدن موجودی زیستی است که همواره در شبکه‌ای از روابط طبیعی و اجتماعی حضور دارد و از خلال کنش و تعامل با محیط معنا می‌آفریند. بنابراین هستی‌شناسی در این رویکرد نه بر ساختاری متافیزیکی و سلسله‌مراتبی، بلکه بر تجربه و عمل استوار است. بدن در بستر فعالیت‌های زیسته تعریف می‌شود، نه بر اساس دوگانه‌سازی جوهری میان ذهن و ماده. از این منظر، بنیان انسان‌شناختی تن‌زیبایی‌شناسی بر سه اصل استوار است: یگانگی تن و ذهن، آگاهی تنانه، و پیوند بنیادی بدن با عمل و محیط. این اصول بدن را به کانونی برای تحلیل فلسفی بدل می‌کنند و جهت‌گیری هستی‌شناختی تن‌زیبایی‌شناسی را مشخص می‌سازند.

۵. ۳. نقش بدن در معرفت و آگاهی

در چارچوب تن‌زیبایی‌شناسی، بدن نه‌فقط شرط امکان تجربه، بلکه عاملی فعال در شکل‌دهی و اصلاح آگاهی است. شوسترمن تأکید می‌کند که بخش مهمی از خطاهای ادراکی و کاستی‌های شناختی به الگوهای بدنی ناآگاهانه بازمی‌گردد؛ الگوهایی چون تنش‌های عضلانی، تنفس نادرست یا وضعیت‌های بدنی نامتعادل که می‌توانند بر کیفیت ادراک حسی، حالات هیجانی و حتی قضاوت‌های عقلانی اثر بگذارند. بدین‌سان، وضعیت بدن صرفاً پدیده‌ای فیزیولوژیک نیست، بلکه با سازوکارهای شناختی و تجربهٔ آگاهی نسبت مستقیم دارد.

در این افق، «آگاهی تنانه» نقشی محوری می‌یابد. مقصود از آگاهی تنانه توجه تأملی و سنجیده به تجربه‌های بدنی است: ادراک قامت، الگوهای حرکت، کیفیت تنفس و ظرایف احساس‌های درونی. چنین توجهی فرد را نسبت به عادت‌های بدنی ناآگاهانه هوشیار می‌کند و زمینهٔ اصلاح آنها را فراهم می‌سازد. شوسترمن

Doi: 10.22034/rph.2026.2088238.1221

در این زمینه به تکنیک الکساندر[۲۹] و روش فلدنکرایس[۳۰] ارجاع می‌دهد؛ شیوه‌هایی که هدف آنها افزایش حساسیت ادراکی نسبت به بدن و بازآموزی حرکتی است.

براین‌اساس، معرفت فعالیتی صرفاً ذهنی یا انتزاعی تلقی نمی‌شود. فهم، ادراک و تجربه‌های زیبایی‌شناختی در پیوند مستقیم با کیفیت‌های حسی و حرکتی بدن شکل می‌گیرند، و حتی فرایندهای مفهومی نیز از زمینهٔ بدنی و ادراکی انسان جدایی‌پذیر نیستند. به‌همین‌دلیل، اصلاح عادت‌های بدنی می‌تواند به دقت بیشتر ادراک، تعمیق تجربه‌های زیبایی‌شناختی و ارتقای کیفیت فهم بینجامد. تن‌زیبایی‌شناسی بدین‌معنا نوعی معرفت‌شناسی تنانه را پیشنهاد می‌کند که در آن بدن نه مانع شناخت، بلکه بستر و میانجی اصلی آن است.

شوسترمن تن‌زیبایی‌شناسی را «مطالعه‌ای انتقادی و پرورشی دربارهٔ بدن زنده به مثابهٔ مرکز ادراک حسی و ابزاری برای خلاقیت و خودبهبودی» می‌داند (Shusterman, 1999: 302). این حوزه صرفاً نظری نیست، بلکه ابعاد عملی زندگی بدنی را نیز در بر می‌گیرد. هدف آن هم تعمیق فهم نظری از بدن و هم ارتقای کیفیت تجربهٔ زیسته در عرصهٔ ادراک، کنش و زیبایی‌شناسی زندگی است (Shusterman, 2020: 245). بر پایهٔ این دیدگاه، بسیاری از وجوه ادراکی و ابعاد زندگی انسانی با پرورش قابلیت‌های بدنی قابل بهبودند؛ ازاین‌رو تن‌زیبایی‌شناسی مجموعه‌ای از تمرین‌ها و روش‌ها را برای تقویت این قابلیت‌ها پیشنهاد می‌کند (Shuster-man, 2018: 1-2).

۵. ۴. بدن و فرایند خودسازی

در دستگاه فکری شوسترمن، یکی از ابعاد محوری تن‌زیبایی‌شناسی پیوند آن با ایدهٔ «هنر زیستن» است. او با اتکا به سنت پراگماتیسم و با الهام از شیوه‌های فلسفهٔ باستان و نیز برخی مکاتب فکری شرقی، فلسفه را فعالیتی می‌داند که باید مستقیماً در خدمت بهبود کیفیت زندگی قرار گیرد. در این چارچوب، بدن نه امری حاشیه‌ای، بلکه عرصه‌ای بنیادی برای تحول و خودسازی تلقی می‌شود؛ ساحتی که در آن کیفیت ادراک، کنش و شیوه‌های زیستن شکل می‌گیرند و سامان می‌یابند. از این منظر، فهم زندگی خوب بدون توجه به شیوهٔ حضور و کارکرد بدن در تجربهٔ انسانی ممکن نیست.

در این چارچوب، فرایند خودسازی از رهگذر مجموعه‌ای از تمرین‌ها و مداخلات بدنی آگاهانه پیش می‌رود. هدف این تمرین‌ها صرفاً ارتقای سلامت جسمانی نیست، بلکه پرورش بدنی هوشیار، منعطف و هماهنگ است؛ بدنی که بتواند تجربه‌هایی عمیق‌تر، دقیق‌تر و غنی‌تر را امکان‌پذیر سازد. اصلاح الگوهای حرکتی، بهبود کیفیت تنفس و بازاندیشی در عادت‌های بدنی از جمله عناصر اساسی این مسیر به شمار می‌آیند. چنین اصلاحاتی می‌توانند به تغییر در شیوهٔ ادراک، تنظیم هیجانات و حتی کیفیت داوری‌های عملی فرد بینجامند.

شوسترمن تأکید می‌کند که بخش مهمی از رفتارها، احساس‌ها و ادراک‌های ما در قالب عادت‌هایی تثبیت شده‌اند که در ظاهر طبیعی به نظر می‌رسند، اما در واقع اغلب ناآگاهانه شکل گرفته‌اند. این عادت‌ها نه‌تنها الگوهای حرکت و وضعیت بدن، بلکه شیوه‌های توجه، واکنش و تعامل با جهان را نیز تعیین می‌کنند. ازاین‌رو، دگرگونی پایدار در تجربهٔ انسانی مستلزم فرایندی تدریجی از آگاهی‌یابی بدنی، تمرین مداوم و بازآموزی بدن است. در چنین فرایندی، بدن به عرصه‌ای برای خودآگاهی عملی و بازسازی عادت‌های زیسته تبدیل می‌شود.

از این منظر، تن‌زیبایی‌شناسی را می‌توان نوعی برنامهٔ تربیتی جامع دانست؛ برنامه‌ای که در آن پرورش بدن و اصلاح عادت‌های آن بخشی از فرایند رشد شخصیتی، اخلاقی و زیبایی‌شناختی فرد تلقی می‌شود. در این دستگاه فکری، بدن نه سرکوب می‌شود و نه صرفاً ابزاری برای دستیابی به اهداف بیرونی است؛ بلکه کانون تجربهٔ زیسته، خاستگاه ادراک و بستری برای گسترش قابلیت‌های انسانی محسوب می‌شود. بنابراین توجه آگاهانه به بدن نوعی سرمایه‌گذاری بر امکان‌های زیستن و بر ظرفیت‌های بالقوهٔ تجربهٔ انسانی است.

شوسترمن برای توضیح ساختار این رویکرد، تن‌زیبایی‌شناسی را در سه سطح به‌هم‌پیوسته صورت‌بندی می‌کند. نخست، سطح تحلیلی که در آن بدن از منظر فلسفی، تاریخی و فرهنگی و نیز در پیوند با علوم زیستی و انسانی بررسی می‌شود تا جایگاه آن در منظومه معرفت انسانی روشن گردد. دوم، سطح عمل‌گرایانه که هدف آن طراحی، ارزیابی و نقد شیوه‌هایی است که آگاهی بدنی را تقویت کرده و کیفیت زندگی زیباشناختی را ارتقا می‌دهند؛ سطحی که بر اصلاح عادت‌ها و تربیت بدن تأکید دارد. سوم، سطح کاربردی که متوجه تمرین‌ها و فعالیت‌های مشخص بدن‌محور است؛ از مراقبه و تمرین‌های تن‌آگاهی گرفته تا ورزش و دیگر روش‌های عملی که حضور آگاهانه بدن را در زندگی روزمره تقویت می‌کنند و امکان تجربه‌ای آگاهانه‌تر از زیستن را فراهم می‌سازند (Shusterman, 2012b: 16–18).

۵. ۵. غایت و کارکرد نهایی بدن

غایت نهایی تن‌زیبایی‌شناسی را می‌توان در مفهوم «بهبود کیفیت تجربه» صورت‌بندی کرد؛ مفهومی که شوسترمن آن را هدف اساسی هر نظریه‌ای می‌داند که بخواهد در زندگی انسان نقش عملی و سازنده ایفا کند (Shusterman, 1999: 302). او به‌جای طرح اهدافی متافیزیکی یا صورت‌بندی چشم‌اندازهای رستگاری‌گرایانه، بر بهبود زیست این‌جهانی و ارتقای امکانات

تجربهٔ زیسته تأکید می‌ورزد. در این افق، بدنِ پرورش‌یافته نه صرفاً جسمی سالم، بلکه رسانه‌ای تربیت‌شده برای تجربه‌ای غنی‌تر، آگاهانه‌تر و لذت‌بخش‌تر از جهان است.

زیبایی در این دستگاه فکری به ویژگی آثار هنری محدود نمی‌شود، بلکه کیفیتی از تجربه است که از تعامل هماهنگ بدن، محیط و آگاهی پدید می‌آید. هنگامی که فرد با آگاهی تنانهٔ ارتقایافته حرکت می‌کند، می‌اندیشد یا خلق می‌کند، زیبایی‌شناسی به سطح زندگی روزمره منتقل می‌شود و زیبایی در خودِ عمل زیستن تحقق می‌یابد. به این معنا، تن‌زیبایی‌شناسی پیوندی عمیق میان زیبایی‌شناسی و هنر زیستن برقرار می‌کند.

بدن در این چشم‌انداز کارکردی غایی می‌یابد: تبدیل‌شدن به بستری پالایش‌یافته برای درک ژرف‌تر معنا، خلاقیت و لذت. این تحول نه در گسست از جهان، بلکه در تعمیق حضور در آن امکان‌پذیر می‌شود. در نتیجه، تن‌زیبایی‌شناسی دستگاهی فلسفی و عمل‌گرایانه است که با نقد دوگانه‌انگاری سنتی، بدن را در مرکز تحلیل‌های زیبایی‌شناختی، اخلاقی و معرفتی قرار می‌دهد و آن را ابزار بنیادین برای بهبود کیفیت زندگی معرفی می‌کند.

۶. درآمدی بر مقایسه تطبیقی دو سنت فکری

مقایسهٔ میان اخوان‌الصفا و ریچارد شوسترمن صرفاً سنجش دو جریان فکری متعلق به دو دورهٔ تاریخی یا دو سنت فلسفی متفاوت نیست، بلکه رویارویی دو دستگاه مفهومی است که هریک از چشم‌اندازی خاص به بازاندیشی در جایگاه بدن در حیات انسانی پرداخته‌اند. اهمیت این مقایسه در آن است که نشان می‌دهد مسئلهٔ بدن، خودسازی و تجربهٔ زیبایی، نه دغدغه‌ای صرفاً مدرن، بلکه پرسشی دیرپای در تاریخ اندیشه است که در سنت اسلامی نیز، به‌ویژه در *رسائل* اخوان‌الصفا، به شکلی نظام‌مند مطرح شده است. با وجود اشتراکات مهم در اعطای شأن تربیتی به بدن، تمایزهای بنیادین در مبانی هستی‌شناختی، غایت‌شناختی و انسان‌شناختی آنها، جهت‌گیری نهایی هر پروژه را از دیگری جدا می‌سازد. ازاین‌رو، بررسی تطبیقی باید نقاط تلاقی و وجوه افتراق هر دو دستگاه را هم‌زمان روشن کند.

۶. ۱. نقاط تلاقی

یکی از مهم‌ترین اشتراکات اخوان‌الصفا و شوسترمن نقد برداشت تقلیل‌گرایانه از بدن است. در نگاه اخوان‌الصفا، بدن اگرچه در مرتبه‌ای فروتر از نفس جای می‌گیرد، اما هرگز امری منفی یا بی‌ارزش تلقی نمی‌شود؛ بلکه ظرف تجربه، عرصه آزمون و ابزار تدبیر نفس است. نفس انسانی برای سیر تربیتی خود نیازمند بدن و قوای آن است و بدون این واسطه تکامل او ناممکن می‌شود. در سوی دیگر، شوسترمن با نقد دوگانه‌انگاری دکارتی، بدن را نه ابژه‌ای منفصل از آگاهی، بلکه ساحت تحقق تجربه و شرط امکان ادراک می‌داند. بنابراین، با وجود تفاوت میان سلسله‌مراتب نفس و بدن در اخوان‌الصفا و نظریهٔ وحدت تن/ذهن در شوسترمن، هر دو سنت بر این نکته اتفاق دارند که بدن نه مزاحم و نه منفعل، بلکه عاملی ضروری در تحقق حقیقت انسانی است.

اشتراک دیگر، تلقی بدن به مثابهٔ میدان خودسازی است. در *رسائل*، تربیت نفس بدون تنظیم و تدبیر بدن ممکن نیست. تحقق اعتدال اخلاقی و صفای روحانی مستلزم مهار قوای شهوانی و غضبی، سامان‌دهی تغذیه، انضباط رفتاری و مدیریت عادات بدنی است. بدن هم محل بروز تمایلات است و هم موضوع تربیت؛ یعنی همان صحنه‌ای که نفس باید توانایی تدبیر خویش را نشان دهد. در شوسترمن نیز بدن نقطهٔ آغاز پروژه خودسازی است؛ اما با زبانی متفاوت. اصلاح عادت‌های بدنی، افزایش آگاهی تنانه و پرورش حساسیت ادراکی ابزارهایی‌اند برای ارتقای کیفیت زیستن. به باور او، بسیاری از نارسایی‌های شناختی و رفتاری ریشه در الگوهای بدنی ناآگاهانه دارند و اصلاح بدن به تغییرات پایدار در تجربه می‌انجامد. بنابراین، هر دو رویکرد خودسازی را فرایندی عملی، تدریجی و تنانه می‌دانند که از بدن آغاز شده و به تحول شخصیت منتهی می‌شود.

در نسبت با زیبایی نیز اشتراک‌هایی دیده می‌شود. اخوان‌الصفا زیبایی را بر اساس نظم، تناسب و هماهنگی تبیین می‌کنند؛ نظمی که در بدن، نفس، جامعه و کل کیهان منعکس است. تجربهٔ زیبایی هنگامی اصیل است که انسان از ظاهر محسوس به نظم باطنی و عقلانی اشیاء راه یابد. شوسترمن نیز تجربهٔ زیباشناختی را محدود به هنر نمی‌داند، بلکه آن را کیفیتی از تجربهٔ روزمره می‌انگارد که در تعامل هماهنگ بدن، محیط و آگاهی پدید می‌آید. زیبایی می‌تواند در راه‌رفتن، تنفس، غذا خوردن یا هر کنش همراه با حضور بدنی متجلی شود. در نتیجه، زیبایی در هر دو رویکرد با نوعی تناسب، هماهنگی و کیفیت تجربه پیوند دارد، هرچند زبان فلسفی آنها متفاوت است.

افزون‌براین، هر دو سنت بر اهمیت تمرین و عادت تأکید می‌کنند. در *رسائل*، کمال انسانی حاصل ممارست در افعال نیک و تداوم در سبک زندگی منظم است. فضیلت نتیجهٔ انضباط تدریجی قوای نفسانی است. در تن‌زیبایی‌شناسی نیز عادت نقشی کلیدی دارد: بدن حامل الگوهای حرکتی و ادراکی دیرپا است و خودسازی در گرو تبدیل این الگوهای ناخودآگاه به موضوع آگاهی و اصلاح است. بدین‌سان، هر دو دستگاه نشان می‌دهند که تحول انسانی نه با دانستن صرف، بلکه با تمرین و ممارست بدنی ـ اخلاقی محقق می‌شود.

۶. ۲. وجوه افتراق

با وجود هم‌پوشانی‌ها، تفاوت‌های بنیادینی میان دو رویکرد وجود

Doi: 10.22034/rph.2026.2088238.1221

دارد که افق نهایی آنها را از یکدیگر جدا می‌کند. نخستین تفاوت، مبنای هستی‌شناختی است. نظام اخوان‌الصفا در افق جهان‌شناسی نوافلاطونی و سلسله‌مراتبی بنا شده است؛ جهانی که از مبدأ اعلی تا ماده امتداد می‌یابد و انسان موجودی مرکب است که باید از مرتبهٔ مادون به مرتبه مافوق حرکت کند. بدن در این ساختار، هرچند ضروری است، اما مرتبه‌ای فروتر دارد و غایت انسان رهایی نفس از تعلقات جسمانی و تشبه به عالم عقل است. در مقابل، اندیشهٔ شوسترمن بر پراگماتیسم و طبیعت‌گرایی استوار است. او دوگانه نفس/بدن را نمی‌پذیرد و تجربهٔ انسانی را تماماً در زیست‌جهان تن‌مند قرار می‌دهد. در این چشم‌انداز، سخنی از عروج متافیزیکی نیست؛ بلکه سخن از بهبود کیفیت تجربهٔ زیسته است.

این تفاوت هستی‌شناختی زمینه‌ساز تفاوت در غایت‌شناسی است. در سنت اخوان‌الصفا، تدابیر مربوط به بدن در نهایت ابزار تحقق کمال روحانی‌اند. اعتدال بدنی مقدمه تعالی نفس است و ارزش نهایی خود را از غایتی ماورای جسمانی کسب می‌کند. اما در پروژهٔ شوسترمن، هدف نه رهایی اخروی، بلکه بهبود کیفیت حیات این‌جهانی است. بدن نه وسیلهٔ عبور از جهان، بلکه بستر اصلی معنا، لذت، خلاقیت و آگاهی است.

از دل این تفاوت غایت‌شناختی، تلقی متفاوت از «رهایی» نیز پدید می‌آید. در اخوان‌الصفا، رهایی به معنای رهایی نفس از غلبه امیال بدنی است. بدن باید تدبیر شود تا مانع تعالی نباشد. در مقابل، در تن‌زیبایی‌شناسی رهایی نه در فاصله‌گیری از بدن، بلکه در تعمیق آگاهی بدنی و اصلاح عادت‌های ناآگاهانه است. مسئلهٔ اصلی نه رهایی از بدن، بلکه رهایی از ناآگاهی نسبت به آن است.

تفاوت دیگر در تلقی از زیبایی است. در اخوان‌الصفا، زیبایی بازتاب نظم عقلانی و الهی جهان است و تجربهٔ آن می‌تواند نفس را به ادراک هماهنگی کیهانی رهنمون سازد. زیبایی محسوس نمودی از حقیقتی عالی‌تر است. در شوسترمن، زیبایی در کیفیت تجربهٔ زیسته و شدت حضور آگاهانه ریشه دارد. او می‌کوشد زیبایی‌شناسی را از محدودهٔ هنرهای زیبا فراتر ببرد و آن را به هنر زیستن و مراقبت از بدن پیوند دهد. در نتیجه، زیبایی در اخوان‌الصفا ماهیتی متافیزیکی ـ هستی‌شناختی دارد، درحالی‌که در شوسترمن ماهیتی تجربی و تنانه پیدا می‌کند.

با وجود این تفاوت‌ها، امکان گفت‌وگوی میان دو سنت منتفی نیست. اخوان‌الصفا یادآور می‌شوند که توجه به بدن بدون افق معنوی ممکن است به سطح مراقبت محض زیستی فروکاسته شود. شوسترمن نیز نشان می‌دهد که سخن‌گفتن از کمال و خودسازی بدون توجه به تجربهٔ انضمامی بدن ممکن است به توصیه‌های انتزاعی تقلیل یابد. بنابراین، هریک می‌تواند کاستی‌های دیگری را گوشزد کند: اخوان‌الصفا به مبحث بدن، عمق غایی و بعد متافیزیکی می‌افزایند و شوسترمن بعد عملی، روش‌مند و تجربه‌محور را.

جمع‌بندی آن‌که هر دو دستگاه بدن را نقطهٔ آغاز تحول انسانی می‌دانند، اما معنای این تحول را متفاوت تفسیر می‌کنند. در اخوان‌الصفا، بدن سکوی تربیت نفس و مسیر گذار از محسوس به معقول است؛ در شوسترمن، بدن بستر تحقق آگاهی، لذت و خودآفرینی. در *رسائل*، اعتدال بدنی مقدمهٔ تعالی روحانی است؛ در تن‌زیبایی‌شناسی، آگاهی بدنی خود نوعی تعالی زیسته است.

جدول ۱. جدول تطبیقی مقایسه اخوان‌الصفا و ریچارد شوسترمن (نگارندگان)

محور مقایسه	اخوان‌الصفا	ریچارد شوسترمن
زمینهٔ فلسفی	سنت فلسفهٔ اسلامی؛ تأثیر نوافلاطونی؛ افق اخلاقی و عرفانی	پراگماتیسم آمریکایی؛ تأثیر پدیدارشناسی؛ نقد دوگانه‌انگاری دکارتی
تصور از بدن	بدن به مثابهٔ مرتبهٔ مادون نفس؛ ابزار سیر تکاملی انسان	بدن به مثابهٔ کانون تجربه، آگاهی و سوژگی
نسبت بدن و نفس /ذهن	تمایز و سلسله‌مراتب نفس و بدن؛ برتری نفس	وحدت تن ـ ذهن؛ نقد دوگانه‌انگاری
بدن و معرفت	حواس و بدن؛ مدخل ادراک عقلی و معرفت صعودی	آگاهی تنانه؛ شرط تعمیق ادراک و اصلاح تجربه
بدن و خودسازی	تهذیب بدن؛ اعتدال قوای نفسانی؛ مهار شهوات	اصلاح عادات بدنی؛ افزایش خودآگاهی تنانه
جایگاه تمرین و عادت	ریاضت اخلاقی؛ ممارست؛ انضباط زیستی	تمرین تنانه؛ بازآموزی عادات بدنی؛ پرورش آگاهی بدنی
تجربهٔ زیبایی	زیبایی به مثابهٔ تناسب و نظم در مراتب وجود؛ پیوند با نظم الهی	زیبایی به مثابهٔ کیفیت تجربهٔ زیسته؛ هماهنگی بدن و محیط
غایت بدن	ابزار کمال نفس؛ مسیر قرب به حقیقت متعالی	ارتقای کیفیت تجربه؛ حضور آگاهانه‌تر؛ هنر زیستن
نسبت بدن و رهایی	رهایی نفس از غلبهٔ امیال جسمانی؛ جهت‌گیری به عالم عقل	رهایی از ناآگاهی بدنی؛ اصلاح عادات بدنی
نوع پروژهٔ فلسفی	پروژه اخلاقی ـ معنوی؛ افق هستی‌شناختی و اخروی	پروژه زیبایی‌شناختی-عملی؛ افق این‌جهانی
امکان گفت‌وگو	تأکید بر غایت‌مندی، معنویت و نظم هستی	تأکید بر تجربهٔ زیسته، روش‌مندی و تربیت بدنی

بدین‌سان، می‌توان گفت هر دو در برابر حذف بدن از فلسفه می‌ایستند، اما یکی بدن را در افق فراروی از آن و دیگری در افق تعمیق حضور در آن فهم می‌کند.

۷. نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر کوشید جایگاه بدن، خودسازی و تجربهٔ زیبایی را در دو سنت متفاوت ـ *رسائل* اخوان‌الصفا و تن‌زیبایی‌شناسی ریچارد شوسترمن ـ بررسی کرده و امکان گفت‌وگو میان آنها را روشن سازد. تحلیل تطبیقی نشان داد که این دو سنت، با وجود فاصلهٔ زمانی و فرهنگی، بدن را نه عنصری حاشیه‌ای، بلکه نقطهٔ آغازین فهم انسان از خویشتن و جهان تلقی می‌کنند. بااین‌حال، نتیجهٔ تطبیق نه صرفاً استخراج مشابهت‌ها یا تفاوت‌ها، بلکه آشکارسازی دو الگوی متمایز برای فهم نسبت انسان و بدن است که هر یک افق ویژه‌ای برای اندیشیدن به خودسازی و زیبایی می‌گشایند.

یافته‌ها نشان می‌دهد که اخوان‌الصفا بدن را در نسبت سلسله‌مراتبی با نفس تبیین می‌کنند؛ نسبتی که هرچند برتری نفس را مفروض می‌گیرد، اما بدن را به سطحی منفعل یا بی‌ارزش فرو نمی‌کاهد. بدن در *رسائل* عرصهٔ عمل و آزمایش نفس است؛ ساحتی که در آن فضیلت، اعتدال و هماهنگی قوا تحقق می‌یابد و امکان تربیت فراهم می‌شود. این برداشت سبب می‌شود که تجربهٔ زیبایی، چه در بدن و چه در کیهان، معنایی اخلاقی و هستی‌شناختی پیدا کند: زیبایی نشانهٔ هماهنگی و هم‌نوایی با نظم فراگیر عالم است. براین‌اساس، مسیر خودسازی در این سنت، عبور از بدن نیست، بلکه سامان‌دهی آن برای ارتقای نفس است.

در مقابل، شوسترمن با نقد دوگانه‌انگاری مدرن، بدن را نه ابزار ذهن بلکه صحنهٔ بنیادین تجربه و بستر شکل‌گیری آگاهی می‌داند. خودسازی در چارچوب او معطوف به پرورش آگاهی بدنی، اصلاح عادات و افزایش حساسیت نسبت به کیفیت تجربهٔ زیسته است. زیبایی نیز نه صرفاً ویژگی اشیاء یا نشانهٔ نظم متافیزیکی، بلکه شیوه‌ای از حضور آگاهانه در جهان است. بدین‌ترتیب، اصلاح بدن و اصلاح تجربه در اندیشهٔ او از یکدیگر جدایی‌ناپذیرند و بدن عرصهٔ اصلی امکان تغییر کیفیت زندگی امروزین به‌شمار می‌رود.

این مقایسه نشان داد که هر دو سنت بدن را مجرای تحول انسان می‌فهمند، اما معنای «تحول» در آنها متفاوت است. اخوان‌الصفا بدن را پلی به‌سوی حقیقتی برتر و غایتی قدسی می‌دانند؛ شوسترمن بدن را بستر تعمیق تجربه و امکان خلاقیت زیسته. تفاوت اصلی در افق غایت‌شناختی است: تعالی در سنت اخوان‌الصفا در فراروی نفس از مادیت تحقق می‌یابد، درحالی‌که تأکید شوسترمن بر رسوخ به ژرفای مادیت زیسته و آگاهانه است. هم‌زمان، این مواجهه نشان داد که هیچ‌یک از این دو رویکرد را نمی‌توان به دیگری فروکاست: اخوان‌الصفا هشدار می‌دهند که در نبود غایت معنوی، تربیت بدنی به مراقبت صرف زیستی تقلیل می‌یابد؛ و شوسترمن یادآور می‌شود که معنویت یا اخلاق، بی‌بدن در سطح انتزاع باقی خواهد ماند.

برآیند نهایی پژوهش آن است که بدن در هر دو سنت، صورت‌بندی متفاوتی از یک حقیقت مشترک را نمایندگی می‌کند: انسان بدون تربیت بدن، آگاهی از بدن و تجربهٔ زیبایی‌شناختی تنانه، نمی‌تواند به خویشتن دست یابد. بااین‌حال، جهت این تربیت و دامنهٔ آن تفاوت دارد: در اخوان‌الصفا مسیری به‌سوی تعالی متافیزیکی و در شوسترمن مسیری برای غنابخشی تجربهٔ این‌جهانی. به‌این‌ترتیب، تطبیق این دو دیدگاه، افزون بر نشان‌دادن تفاوت‌ها، افق امکان گفت‌وگویی را گشوده است که می‌تواند به درکی چندبعدی‌تر از بدن منجر شود؛ درکی که معنویت و غایت‌مندی را با انضمامیّت و زیسته‌بودن پیوند می‌دهد.

نتایج تحقیق همچنین بیانگر آن است که بازاندیشی در جایگاه بدن ـ چه در سنت فلسفی اسلامی و چه در فلسفهٔ معاصر غرب ـ می‌تواند چشم‌اندازی تازه برای فهم خودسازی و تجربهٔ زیبایی فراهم آورد؛ چشم‌اندازی که در آن بدن نه صرفاً مقدمهٔ حرکت به‌سوی معنا، بلکه یکی از میدان‌های اصلی تحقق معنا است.

برای ادامهٔ پژوهش، چند مسیر قابل پیگیری است: گسترش دامنهٔ مطالعات تطبیقی به دیگر متفکران اسلامی همچون سهروردی، ابن‌عربی و ملاصدرا برای روشن‌ترشدن صورت‌بندی رابطهٔ بدن، خودسازی و زیبایی در افق گسترده‌تر تفکر اسلامی؛ بررسی امکان به‌کارگیری تن‌زیبایی‌شناسی در خوانش متون اخلاقی و تربیتی کلاسیک؛ و توسعهٔ مطالعات میان‌رشته‌ای در حوزه‌های فلسفهٔ هنر، مطالعات بدن و علوم تربیتی برای سنجش ظرفیت‌های عملی این رویکرد در فهم تجربهٔ زیسته انسان معاصر. چنین مسیری می‌تواند جایگاه بدن را در پیوند میان اخلاق، زیبایی و معنویت بازتعریف کند.

پی‌نوشت‌ها

1. dualism
2. somaesthetics
3. Richard Shusterman
4. somatic awareness
5. the art of living
6. self-cultivation

Doi: 10.22034/rph.2026.2088238.1221

7. Gestalt Theory
8. Organic Analogy
9. pragmatism
10. phenomenology
11. Descartes
12. John Dewey
13. art as experience
14. Merleau-Ponty
15. philosophy as a way of life
16. Socrates
17. Xenophon
18. Confucius
19. T*he Analects*
20. Mencius
21. Daoism
22. Laozi
23. Zhuangzi
24. Buddha
25. subjectivity
26. soma
27. lived body
28. embodied subject
29. Alexander Technique
30. Feldenkrais Method

فهرست منابع فارسی و عربی

- اخوان‌الصفا (۱۴۰۳)، *متن کامل رساله‌های اخوان‌الصفا*، دورهٔ چهار جلدی، ترجمهٔ محمدعلی عسگری، تهران: انتشارات مولی.
- براتی‌پور، حمیدرضا؛ علمی، قربان؛ لطیفی، عبدالحسین؛ جلالی‌شیجانی، جمشید (۱۴۰۰)، نفس در رسائل اخوان‌الصفاء، *عرفان اسلامی*، ش ۶۸، ۲۱ ـ ۳۹.
- بلخاری‌قهی، حسن (۱۳۹۳)، گرایش از فلسفهٔ عقلی به حکمت باطنی در آراء اخوان‌الصفا (تحلیل نخستین رویارویی اندیشمندان مسلمانان با فلسفه)، *تاریخ فلسفه*، ۵(۲)، ۵۵ ـ ۸۶.
- ـــــــــــ (۱۳۹۹)، *هندسه خیال و زیبایی با تمرکز بر آرای اخوان‌الصفا*، تهران: مؤسسه تألیف، ترجمه و نشر آثار هنری.
- ـــــــــــ (۱۴۰۰)، رویکرد اخوان‌الصفا به هنر اسلامی، *مقاله در جستارهایی در چیستی هنر اسلامی*، به کوشش: هادی ربیعی، تهران: فرهنگستان هنر.
- پازوکی، شهاب؛ تقوی، علی (۱۴۰۳)، نسبت «تن‌زیبایی‌شناسی» ریچارد شوسترمن با «زیبایی‌شناسی» باومگارتن، *کیمیای هنر*، ش ۵۳، ۵۹ ـ ۷۸.
- پازوکی، شهاب؛ کاظم جاسم السعدونی، سهیله؛ محودی تبریزی، سیدهیراد (۱۴۰۴)، از روح مطلق تا بدن زیسته، تحلیل انتقادی دستگاه ایدئالیستی فلسفهٔ هنر هگل در پرتو تن‌زیبایی‌شناسی شوسترمن، *کیمیای هنر*، ش ۵۷.
- ساداتی، ناصر (۱۴۰۲)، مقایسهٔ ادراک تألیفی نزد اخوان‌الصفا با ادراک گشتالتی در هنر بر پایهٔ مناسبات میان کل و جزء، *دوفصلنامهٔ علمی مطالعات تطبیقی هنر*، ش ۲۶، ۶۳ ـ ۷۸.
- شریف، میان‌محمد (۱۳۶۲)، *تاریخ فلسفه در اسلام*، دورهٔ چهار جلدی، ترجمهٔ نصرالله پورجوادی، تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- فاخوری، حنا؛ جر، خلیل (۱۳۹۱)، *تاریخ فلسفه در جهان اسلامی*، ترجمهٔ عبدالحمید آیتی، تهران: شرکت انتشارات علمی، فرهنگی.
- نصر، سیدحسین (۱۳۸۴)، *علم و تمدن در اسلام*، ترجمهٔ احمد آرام، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.
- ـــــــــــ (۱۴۰۳)، مقدمه، در: متن کامل رساله‌های اخوان‌الصفا، اخوان‌الصفا، ترجمه: محمدعلی عسگری، تهران: انتشارات مولی.

فهرست منابع لاتین

- Confucius. (2007), *The analects of Confucious*, Trans.B. Watson, New York: Columbia University Press.
- Dobson, W. A. C. H. (Ed.). (1963), *Mencius*, Toronto: University of Toronto Press.
- Hadot, P. (1995), *Philosophy as a way of life: Spiritual exercises from Socrates to Foucault*, Malden: Wiley-Blackwell.
- Lau, D. C. (Trans.). (1963), *Tao Te Ching*, London: Penguin.
- Shusterman, Richard. (1999). Somaesthetics: A Disciplinary Proposal. *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 57(3): 299-313.
- _____. (2012a), *Thinking Through the Body: Essays in Somaesthetics*, Cambridge: Cambridge University Press.
- _____. (2012b), Body and the Arts: The Need for Somaesthetics. *Diogenes*, *59*(1-2): 7-20.
- _____. (Ed.). (2018), *Aesthetic Experience and Somaesthetics* (Vol. 1), Leiden: Brill.
- _____. (2020), Somaesthetics in Context. *Kinesiology Review*, 9: 245-253.
- Thera, N. & Bodhi. B. (2010). *Anguttara Nikaya: discourses of the Buddha an anthology* (Part 1), Kandy: The Wheel Publication.
- Watson, B. (Trans.). (1968). *The complete works of Chuang Tzu*, New York: Columbia University Press.
- Xenophon. (1990). *Conversations of Socrates*. Trans.H. Tredennick & R. Waterfield, London: Penguin.