

بررسی هفت مفهوم روان‌شناسی در مثنوی معنوی

*علی حسن‌نژاد^۱ - فائزه سعادت‌ی مسرور^۲

۱. دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه تبریز، ایران. رایانامه: alihanannezhad1@gmail.com

۲. دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران.

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: مقاله پژوهشی	روان‌شناسی علم مطالعه و تحلیل رفتار و فعالیت‌های ذهنی و روانی انسان است. این علم به بررسی احساسات، تفکرات، رفتارها، واکنش‌ها و تجربیات شخصی افراد می‌پردازد. هدف اصلی روان‌شناسی، درک و توضیح فعالیت‌های ذهنی و روانی، بررسی دلایل و انگیزه‌های پشت این فعالیت‌ها و همچنین ارتقاء کیفیت زندگی آدمی است. دانشمندان و محققان علم روان‌شناسی مجموعه‌ای از فرضیات، تئوری‌ها و مدل‌هایی را برای توضیح و تفسیر رفتارها، تجربیات و پدیده‌های روانی انسان‌ها ارائه می‌نمایند. آنها به وسیله این نظریات روان‌شناختی به بررسی و توضیح رفتارهای انسانی و عواملی که آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد، می‌پردازند. این نظریات به شکل‌دهی به دیدگاه‌ها و تفکرات اصلی روان‌شناسی کمک می‌کند و نقش مهمی در پیشرفت و توسعه این حوزه دانشی دارد. با این وجود، مولوی به عنوان یک روان‌شناس معنوی-عرفانی، قرن‌ها پیش به ارائه برخی از نظریات و مفاهیم روان‌شناسی که امروزه مطرح می‌شود، پرداخته و در آثار خود (به خصوص در مثنوی) مطرح نموده است. مثنوی مولوی علاوه بر ارزش والای عرفانی، دارای اهمیت علمی و روان‌شناسی نیز می‌باشد به طوری که می‌توان آن را از جنبه روان‌شناسی مورد بررسی قرار داد. مولوی در جای جای مثنوی، برخی از مسائل روان‌شناسی را در ضمن ابیات خود مطرح می‌کند تا بتواند بر مخاطب خویش تأثیر گذاشته و او را به طرف هدف راستین خود (که همان آرامش و سعادت غایی آدمی است) هدایت کند. نگارندگان این پژوهش، ضمن بررسی هفت مفهوم روان‌شناسی به کار رفته در مثنوی معنوی، نمونه‌های هر یک از این نظریات را از این اثر ارجمند استخراج و ارائه نموده‌اند.
تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۱۱/۱۷	
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۱/۱۲	
واژه‌های کلیدی: مولوی مثنوی روان‌شناسی مصادق‌ها نظریات	

۱. مقدمه

روان‌شناسی دانشی است که با بهره‌گیری از روش علمی، به مطالعه فرایندهای ذهنی، حالات و رفتارهای آدمی و دیگر جانوران می‌پردازد. (Mischel, ۲۰۱۹: ۸۷) منظور از «رفتار» در این تعریف، همهٔ حرکات، اعمال و رفتارهای قابل مشاهدهٔ مستقیم و غیرمستقیم است، و منظور از «فرایندهای روانی»، چیزهایی همچون: احساس، ادراک، اندیشه (تفکر)، هوش، شخصیت، هیجان، انگیزش، حافظه و... است. (فراهانی و همکاران، ۱۳۹۳: ۸)

بیشتر تاریخ‌نویسان، تولد علم روان‌شناسی را به سال ۱۸۷۹ نسبت می‌دهند. (براتوس، ۱۳۸۴: ۲۷) اما می‌توان گفت با اینکه پژوهش‌ها و اکتشافات قابل توجه در این رشته، تنها از حدود ۱۵۰ سال پیش، آغاز شده‌است، ولی مباحث مربوط به ذهن و روان آدمی، قرن‌هاست که ذهن اندیشمندان را به خود مشغول ساخته و آثار مکتوب آن، از دانشمندان یونان باستان و متفکرانی همچون سقراط، افلاطون و ارسطو نیز در دست است، اما این علم تا پیش از روان‌شناسی جدید، به صورت مدون و رسمی، مورد مطالعه قرار نگرفته بود. (میزیاک، ۱۳۷۶: ۱۶) علاوه بر متفکران یونانی، اندیشمندان ایرانی نیز از دیرباز به بحث و بررسی این که «انسان چیست؟» و «چگونه می‌توان او را شناخت؟» پرداخته‌اند؛ یکی از این اندیشمندان که بحث‌های انسان‌شناسی و روان‌شناسی ارزشمندی را در آثار خود مطرح نموده، مولوی است؛ جلال‌الدین محمد رومی، شاعر و عارف بزرگ ایرانی است که در قرن هفتم زندگی می‌کرد. (همایی، ۱۳۷۶: ۱۸) مشهورترین اثر مولوی «مثنوی» است که در آن به موضوعاتی از جمله عشق، خدا و انسان‌شناسی می‌پردازد. او به طریقه‌ای فراگیر و ساده، اصول روحانی و فلسفی خود را به اشعار ترسیم کرده است. اگرچه مولوی روان‌شناس نبود، اما افکار و نگرش‌های او به موضوعاتی نظیر عشق و انسان‌شناسی تأثیرگذار بوده است. وی در آثارش، به موضوعاتی چون عشق به خدا و عشق به انسان‌ها و همچنین مسایلی از جمله خشم، شکیبایی، و تسلیم شدن به ارادهٔ الهی پرداخته است.

به طور کلی، مولوی در «مثنوی» از جنبه‌های انسانی و روحانی بسیار گسترده‌ای به موضوعاتی مانند عشق، استقلال روحی، تعصبات و فروپاشی آن و برقراری ارتباط با الهی پرداخته است و از این منظر، این اثر ارزشمند او می‌تواند به عنوان مبانی یا منابع الهام‌بخش برای بحث‌های روان‌شناسی و نیز انسان‌شناسی مورد بررسی قرار بگیرد، لذا در این پژوهش بر آنیم تا در این نگاره به بررسی و تحلیل برخی از مفاهیم و نظریات روان‌شناسانهٔ مولوی در مثنوی پرداخته و نمونه‌هایی از آن را ارائه کنیم.

۱-۱. بیان مساله و سوالات پژوهش

نگارندگان در این پژوهش که به روش کتابخانه‌ای و اسنادی است با مراجعه به مقالات و آثار متعددی که در مورد نظریات مختلف روان‌شناسی تألیف شده، در ابتدا هر یک از این مفاهیم را تعریف کرده و در ادامه، ضمن استناد به منابع روان‌شناسی معتبر، به توضیح آن تعاریف می‌پردازند و سپس نمونه‌ها و مصداق‌های هر یک از نظریاتی که مولوی در مثنوی خود مطرح کرده، ارائه نموده و مورد تحلیل قرار داده‌اند تا افق‌های تازه‌ای را به روی پژوهشگران و علاقه‌مندان ادبیات بگشایند.

۱-۲. ضرورت، اهمیت و هدف پژوهش

همواره دانشمندان و متفکران دانش روان‌شناسی، نظریات و مفاهیم روان‌شناختی بسیاری را در آثار خود مطرح کرده‌اند و این در حالی است که اندیشمند بزرگی چون مولوی قرن‌ها پیش با روش منحصر به فرد خود بسیاری از نظریات و مفاهیم شناخته شده و مطرح روان‌شناسی را در مثنوی به کار برده است. آنچه باعث تمایز روان‌شناسی مولانا با روان‌شناسان امروزی می‌شود، شیوه هنرمندانه‌ای است که او برای بیان آرای خود به کار برده است. اگرچه در چندین پژوهش با رویکردهای روان‌درمانی و روان‌کاوی مختلفی به آثار مولانا نگاه شده است، اما تاکنون در هیچ یک از آثار و پژوهش‌های تألیف شده به موضوع تطبیق مفاهیم روان‌شناسی امروز با آرا و اندیشه‌های روان‌شناسانه مولانا پرداخته نشده است و از این رو پژوهش حاضر دارای ضرورت و اهمیت ویژه‌ای است.

۱-۳. پیشینه پژوهش

پژوهش‌های مختلفی در زمینه بررسی آثار شاعران و اندیشمندان ایرانی از دیدگاه روان‌شناسی و تطبیق آرای ایشان با نظریات روان‌شناختی صورت گرفته است که از مهمترین‌ها آنها می‌توان موارد زیر را برشمرد:

صفری و محمودی (۱۳۹۸) در مقاله «تحلیل چند حکایت گلستان از دیدگاه روان‌شناسی» به بررسی مفاهیمی همچون خشم، حسادت، فداکاری، غیرت، افسردگی و... در چند حکایت گلستان سعدی پرداخته‌اند و ضمن مقایسه دیدگاه سعدی با سایر اندیشمندان و متفکران روان‌شناسی، میزان تطابق دیدگاه آنها را بیان نموده‌اند.

پیرانی (۱۳۹۲) در «نگاهی به شعر حافظ با رویکرد روان‌شناسی مثبت‌نگر مارتین سلیگون» به استخراج سه مورد از مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت‌نگر مارتین سلیگون، یعنی خرد و دانایی، تعالی از فضیلت‌ها و شادی، امید، رضایت‌مندی پرداخته و برای هر یک از این فضیلت‌ها به همراه قابلیت‌هایشان، نمونه‌هایی را از اشعار حافظ ارائه نموده است. درباره مولوی و نگاه روان‌شناسانه به آثار او نیز پژوهش‌هایی صورت گرفته است که می‌توان به موارد زیر اشاره نمود:

نصر اصفهانی و شیرینی (۱۳۹۳) در مقاله «هفت شیوه روان‌درمانی در مثنوی» ضمن بررسی هفت شیوه روان‌درمانی شناخته شده چون تکنیک خواب و رویا، روان‌درمانی عارفانه (عشق‌درمانی)، شعردرمانی، مذهب‌درمانی، طنز‌درمانی، واقعیت‌درمانی و معنا‌درمانی در مثنوی مولوی، نمونه‌ها و مصداق‌های هر یک از این شیوه‌ها را در این اثر ارجمنده ارائه نموده‌اند.

عبداللهی (۱۴۰۰) در مقاله «مولانا و روان‌کاوی و روان‌شناسی» تلاش نموده تا ضمن توجه به یافته‌های نوین روان‌شناسی، بسیاری از آموزه‌های مولوی در رابطه با درمان اختلالات روحی روانی و جسمانی آدمی را ضمن اشاره به شواهد و مصادیق ابیات و حکایات مثنوی مورد بررسی، مقایسه و مطابقت قرار دهد.

علاوه بر موارد فوق، می‌توان به آثار دیگری همچون: «برداشت‌های روان‌درمانی از مثنوی» تألیف محمد صادق موسی‌زاده «آنچه گفتم جملگی احوال توست» تألیف احمد کتابی، اشاره کرد که هر یک با نگرش و رویکرد خاص روان‌شناسانه و روان‌کاوانه به آثار مولوی نگریسته‌اند اما هیچ یک از این آثار بطور مستقل به بررسی نظریات روان‌شناسی در مثنوی مولوی نپرداخته‌اند؛ بر این اساس، پژوهش حاضر در نوع خود تازه و منحصر بفرد بوده و تاکنون مورد توجه پژوهشگران قرار نگرفته است.

۲. پردازش تحلیلی موضوع

۲-۱. مفاهیم روان‌شناسی در مثنوی معنوی

همواره بسیاری از مفاهیمی که توسط عارفان و اندیشمندان ایرانی مطرح شده‌اند، مانند عشق الهی، توبه، خودشناسی و روابط انسانی، می‌توانند به عنوان مباحث مورد بررسی در علم روان‌شناسی مورد مطالعه قرار بگیرند؛ «مشایخ صوفیه طبیبان غیبی یا الهی بوده‌اند و راه و رسمشان در تشخیص بیماری و نوع درمان آن، گونه‌ای روان‌کاوی است و بدین لحاظ در زمره روان‌شناسان بزرگ محسوب‌اند.» (ستاری، ۱۳۹۲: ۳۶) مولوی، به عنوان یک عارف و شاعر معروف، در آثارش به مواضع و اندیشه‌هایی پرداخته است که می‌توان آنها را از منظر

۵ بررسی هفت مفهوم روان‌شناسی در مثنوی

روان‌شناسی مورد بحث و بررسی قرار داد. او در آثار خود به مفاهیمی چون عشق، معنویت، همدلی، و شناخت دیگران اشاره کرده است که همگی موضوعاتی هستند که در روان‌شناسی نیز به آنها توجه می‌شود. مثنوی، یکی از اثرهای بزرگ مولوی، شامل داستان‌ها، اشعار و آموزه‌هایی است که می‌تواند به عنوان یک منبع الهام بخش و یا مفهومی برای بررسی‌های روان‌شناسی مورد استفاده قرار گیرد. به طور کلی، اندیشه‌ها و آرای مولوی در مثنوی می‌توانند تأثیرات عمیقی در زمینه معنویت و روان‌شناسی عرفانی داشته باشند. این موضوع‌ها در روان‌شناسی مدرن نیز تأثیرگذار هستند. به عنوان مثال: «عشق»، «در حال زندگی کردن» و «فقط بر عقل متکی نبودن» موضوعاتی هستند که اغلب در روان‌شناسی عاطفی و روان‌شناسی اجتماعی مورد بررسی قرار می‌گیرند و می‌توانند از آثار مولوی نیز الهام گرفته شوند؛ به طوری که ویکتور فرانکل (۱۹۰۵-۱۹۹۷)، روان‌پزشک اتریشی، معتقد است که «عشق، هدف نهایی انسان است، رستگاری از راه عشق و در عشق است.» (شولتس، ۱۳۸۷: ۱۶۷) این همان اندیشه‌ای است که مولوی مکرراً در آثار خود به آن تأکید کرده است؛ از نظر مولوی، در این دنیا حقیقتی جز عشق وجود ندارد:

به غیر عشق آواز دهل بود هر آوازی که در عالم شنیدم
کلیات دیوان شمس: ۵۷۷

و تنها عشق عامل سعادت آدمی است:

عمر که بی عشق رفت، هیچ حسابش مگیر
آب حیات است عشق در دل و جانش پذیر
(همان: ۴۴۵)

فریتس پرلز (۱۸۳۹-۱۹۷۰) از دیگر روان‌شناسانی است که اندیشه‌های او را می‌توان از آثار مولوی پیگیری کرد؛ از جمله جنبه‌های نگرش پرلز به شخصیت انسان، «تأکید بر حال به عنوان تنها واقعیت موجود است. به اعتقاد پرلز جز این زمان و این مکان، چیز دیگری برای ما نیست، گذشته وجود ندارد و آینده هم هنوز نیامده است.» (شولتس، ۱۳۸۷: ۱۸۰) و این همان نکته‌ای است که مولوی بارها بر آن تأکید نموده است:

صوفی ابن الوقت باشد ای رفیق نیست فردا گفتن از شرط طریق
(مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۳۳)

کارل راجرز (۱۹۰۴-۱۹۸۷)، روان‌شناس آمریکایی و یکی از چهره‌های مشهور رویکرد روان‌شناسی انسان‌گرایانه، معتقد است: «کسی که تنها بر پایه عقل و منطق عمل می‌کند، به تعبیری درمانده و ناتوان است؛ زیرا به هنگام تصمیم‌گیری، عوامل عاطفی را نادیده می‌گیرد.» (شولتس، ۱۳۸۷: ۵۲) مولوی نیز می‌گوید:

عقل گوید شش جهت حدست و بیرون راه نیست
عشق گوید راه هست و رفته‌ام من بارها
(کلیات: ۹۹)

همچنین مفاهیمی چون توبه و خودشناسی نیز در روان‌شناسی مثبت و روان‌شناسی رشد شخصیت به عنوان موضوعات اساسی مورد بررسی قرار می‌گیرند در حالی که مولوی قرن‌ها پیش به این موضوعات پرداخته است. بنابراین، آثار مولوی (به خصوص مثنوی) می‌توانند به عنوان مفاهیم الهام بخش برای تحقیقات روان‌شناسی مدرن بررسی شوند. بر همین اساس در پژوهش حاضر، چند مفهوم روان‌شناسی که مولوی در مثنوی خود به کار برده است، مورد بررسی و بحث قرار می‌گیرد.

۲-۱-۱. سازگاری با محیط

مفهوم روان‌شناسی «سازگاری با محیط» به دیدگاهی گفته می‌شود که بر این باور است که انسان‌ها با محیط خود تعامل می‌کنند و برای ادامه زندگی و رشد، به مهارت‌ها و توانایی‌های سازگاری نیاز دارند. این نظریه بر مفاهیمی مانند تطبیق، تعامل با محیط، تشخیص الگوها و تغییر محیط تمرکز دارد. سازگاری با محیط یا انعطاف‌پذیری، امروزه یکی از مباحث مهم در آسیب‌شناسی و بهداشت روانی است. زندگی همیشه متناسب با انتظارات و توقعات ما پیش نمی‌رود. هر انسانی در طول زندگی خود با شرایط دشوار و نامطلوب رو به رو شده‌است. تعریف‌های گوناگونی برای این اصطلاح وجود دارد، اما به طور کلی منظور انعطاف‌پذیری و سازگاری با محیط «دستیابی به سازگاری مثبت در شرایط آسیب‌زا و خطرآفرین است.» (خشوعی، ۱۳۸۸: ۶۴) سازگاری با محیط به عوامل گوناگونی بستگی دارد اما به طور کلی این ویژگی از نشانه‌های افراد سالم و بهنجار است که مهارت بالایی در حل مشکلات و دشواری‌ها دارند. انسان‌هایی که در مواجهه با ناگواری‌ها، به جای سازگاری با شرایط، از آن فرار می‌کنند و نمی‌توانند با محیط سازگار شوند همواره ناخشنودند؛ زیرا شرایط هرگز تمام و کمال موافق میل افراد نیست. آدمی باید منشأ مشکلات و ناگواری‌ها را به جای جهان بیرون در درون خود جستجو کند.

نظریه «سازگاری با محیط» بر این اصل تأکید دارد که بحرآن‌ها و چالش‌های محیطی می‌توانند تأثیر زیادی بر تفکرات، احساسات و رفتارهای فرد داشته باشند. از این رو، روان‌شناسان و محققان معتقدند برخی افراد که به دلیل عدم سازگاری با جامعه، محیط زندگی خود را نامناسب دانسته و اقدام به فرار از محیط می‌کنند. حال آنکه فرار از محیط نادرست‌ترین روش

حل مشکلات است؛ چرا که آدمی هیچ محیط و اجتماعی را نمی‌یابد که به طور کامل موافق میل او باشد. مولوی ضمن اشاره به این نکته می‌گوید:

گر گریزی بر امید راحتی هیچ کنجی بی‌دد و بی‌دام نیست
ز آن طرف هم پیش‌آید آفتی جز به خلوت‌گاه حق، آرام نیست
(مثنوی، دفتر دوم، بیت ۵۹۰-۵۹۱)

در واقع از دیدگاه مولوی، کسی که مشکلات او از دنیای درون اوست و نه از دنیای بیرون، در حقیقت، خود، دشمن خویش است و به هر جا که بگریزد و پناه ببرد، در نهایت باز هم احساس امنیت نخواهد کرد، پس باید ریشه حل این مشکلات را از درون خود جستجو کرده و به حل آنها اقدام کند.

۲-۱-۲. فرافکنی

نظریه روان‌شناسی «فرافکنی» به دیدگاهی در روان‌شناسی گفته می‌شود که بر این باور است که فرد در شرایطی که با فشارهای خارجی یا داخلی زیادی مواجه است، به دنبال فرار از وظایف و مسئولیت‌هایش است. در حقیقت، اصطلاح فرافکنی (برون‌فکنی) در مفهوم ساده آن عبارت است از: «افکندن گناه کمبودها و تقصیرهای خود به عهده دیگران» (کتابی، ۱۳۸۲: ۳۸). بنابر این تعریف، این مفهوم قدمتی دیرینه دارد و همواره مورد توجه اندیشمندان و صاحب‌نظران بوده است، اما برای نخستین بار به صورت تخصصی در مباحث سازوکارهای دفاعی زیگموند فروید مطرح شد. در روان‌شناسی تعریف‌های گوناگونی از مفهوم فرافکنی ارائه شده است. در فرهنگ لغات و اصطلاحات روان‌پزشکی آمده است: «برون‌فکنی مکانیسم دفاعی ناخودآگاهی است که از طریق آن، فرد اندیشه‌ها، افکار، احساسات و تکانه‌های معمولاً ناخودآگاهی را که برای او ناخوشایند یا غیرقابل قبول است، به شخص دیگری نسبت می‌دهد.» (بهرامی و معنوی، ۱۳۷۰: ۲۸۹) نرمان مان نیز در اصول روان‌شناسی آن را چنین تعریف کرده است: «فرافکنی آن است که افکار و احساسات و انگیزه‌های خود را از خود برون افکنیم و به دیگری نسبت دهیم. این واکنش جبرانی و دفاعی است و به منظور جلوگیری از اضطراب صورت می‌گیرد و در واقع نوعی قیاس به نفس است.» (مان، ۱۳۴۲: ۱۳۸)

بنابر تعریف‌های یادشده، به‌طورکلی فرافکنی را می‌توان نسبت دادن امیال، انگیزه‌ها، خواسته‌های نامطلوب خود به دیگری برای پرهیز از احساس خوارگی و حقارت، گناهکاری، قصور و ناکامی دانست، بنابراین، این تعریف بر پایه نفی تعلق ویژگی‌ها و امیال خود است؛

سپس نسبت دادن این ویژگی‌ها به دیگری برای رهایی از احساسات ناخوشایند. این دیگری گاهی به صورت قضا و قدر نمود می‌یابد و فرد علت امیال و ویژگی‌های نامطلوب خود را به قضا و قدر نسبت می‌دهند و در واقع افرادی که به فراقنی متمایل هستند، تمایل دارند که از مسئولیت‌ها و وظایف خود فرار کنند یا به راه‌های غیرمنطقی برای حل مشکلات خود روی بیاورند.

مولانا نیز با توجه به این حقیقت که آدمی باید ریشه شکست‌ها، گرفتاری‌ها و بدبختی‌های خویش را در وجود خودش جستجو کند، نه در عملکرد دیگران، چنین می‌گوید:

جُرم خود را بر کسی دیگر منه	جُرم بر خود نه که خود کاشتی
رنج را باشد سبب بد کردنی	متهم کن نفس خود را ای فتی
چون بکاری جو نروید غیر جو	هوش و گوش خود بدین پاداش ده
باجزا و عدل حق کن آشتی	بد ز فعل خودشناس، از بخت نی
متهم کم کن جزای عدل را	فرض تو کردی ز که خواهی گرو

(مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۴۲۶-۴۳۰)

۲-۱-۳. راه لذت از درون دان نز برون

عالم درون از ارکان اساسی وجود هر انسانی به شمار می‌رود و برای هر کسی منحصر به فرد است. این مبحث همواره در آثار ادبی و روان‌شناسی مطرح بوده‌است. راجرز در این باره می‌گوید: «هر کس در جهانی از تجربه و فعالیت زندگی می‌کند، جهانی که پیوسته در حال تغییر است و او مرکز این جهان است.» (سیاسی، ۱۳۷۱: ۲۱۸) در دیدگاه مولانا عالی‌ترین و برترین نوع لذت، لذت درونی است؛ لذتی که در جهان درون فرد پدید می‌آید. در برابر لذت بیرونی و دنیوی است. لذت بیرونی در پی پرداختن به امور نفسانی پدید می‌آید و منشأ آن امور پست دنیوی است، اما لذت درونی لذتی است که برآمده از دل و قلب انسان است و منشأ آن درون پرورش یافته انسان است. لذت حقیقی در پی ترک تعلقات دنیوی و لذا یذ زدگذر آن ایجاد می‌شود:

راه لذت از درون دان نز برون ابلهی دان	آن یکی در کنج زندان، مست و شاد
لطف شیر و انگبین، عکس دل است	ابلهی دان جستن از قصر و حصون
وان دگر در باغ، ترش و بی‌مراد	هر خوشی را آن خوش از دل حاصل است

(مثنوی، دفتر ششم، ابیات ۳۴۲۰-۳۴۲۳)

در پرتو دیدگاه‌های فروید، در روان‌شناسی نوین، روان آدمی را تشکیل شده از سه کنش‌گر نهاد، خود و فراخود می‌دانند. این سه کنش‌گر موجودیت جسمانی ندارند، بلکه نیروهایی در حوزه روان انسان‌اند که سبب انجام دادن و یا پرهیز از رفتارهای خاص می‌شوند. «نهاد» به هیچ نظام و قوانین اخلاقی پایبند نیست و مربوط به غرایز بدوی و خواسته‌های لذت‌جویانه است. در مقابل «فراخود» کنش‌گری است که باید‌ها و نیاید‌های اخلاقی را به آدمی گوشزد می‌کند و پایبند به اصول اخلاقی است. «خود» در این میان کنش‌گر واسطه‌ای است که می‌کوشد با تصمیم‌های دوراندیشانه، کم‌ضررترین راه را برای اجابت خواسته‌ها و امیال بیابد. (ر.ک به پاینده، ۱۳۹۸: ۸۵)

«خود» گاهی با نقش بازدارندگی، خواسته‌ها و امیال ضد ارزشی نهاد را سرکوب می‌کند. گاهی با به جریان انداختن خواسته‌های نامطلوب در مسیر دیگری که از نظر اخلاقی و اجتماعی پسندیده است و تا حدودی سبب ارضای این گونه کشش‌ها می‌شود. در اصطلاح روان‌شناسی این تغییر مسیر خواسته‌ها و کشش‌های نامطلوب به سوی راه‌های پذیرفته شده اخلاقی و اجتماعی را والایش یا تصعید می‌گویند. به عبارت دیگر والایش به نوعی حل خواسته‌ها و آرزوهای ناکام از طریق فعالیت‌های مقبول اجتماعی است. والایش از آن‌جا که تا حدودی سبب ارضای کشش‌ها و غرایز آدمی می‌شود و هم‌چنین در ارزش‌ها و اهداف اجتماعی و اخلاقی مؤثر است، رویکرد مثبتی تلقی می‌شود. به طور کلی همه انسان‌ها در طول زندگی خود، شرایط نامساعد و ناکامی‌هایی را تجربه می‌کنند. در این شرایط روی آوردن به کار دیگری که از نظر عقل و عرف پسندیده یا دست کم پذیرفتنی باشد، آدمی را از بیماری‌های روحی و روانی در امان می‌دارد. برای نمونه افرادی که میل به خشونت و هیجان دارند، ورزش‌های رزمی را برمی‌گزینند.

این نظریه تمرکز خود را بر روی فرایندهای رشد و توسعه شخصیت افراد و اهمیت این مسیر برای رسیدن به بهترین وضعیت فردی می‌گذارد. محققان و روان‌شناسان از این نظریه برای مطالعه و توجیه رشد شخصیتی و توسعه فردی استفاده می‌کنند و از آن برای طراحی برنامه‌های توسعه شخصی و بهبود کیفیت زندگی افراد بهره می‌برند. به‌طورکلی نظریه روان‌شناسی والایش به ما کمک می‌کند تا بفهمیم که چگونه افراد می‌توانند رشد کنند و بهترین نسخه خود را بیابند. این نظریه به ما یادآوری می‌کند که توسعه فردی فرآیندی پویا و پیوسته است و ما می‌توانیم از رویه‌ها و فرایندهای مختلف برای کمک به خود و دیگران در توسعه و پیشرفت شخصیتی استفاده کنیم.

همواره همه انسان‌ها در مسیر زندگی خود با شکست‌ها و ناکامی‌هایی مواجه می‌شوند و نیازهای برآورده نشده‌ای دارند و به دلایل مختلفی لازم است تا از خواسته‌های خود چشم‌پوشند. بهترین راه حل چنین حالاتی، والایش خواسته‌های برآورده نشده و تغییر مسیر به سوی اموری است که عقل، عرف و شرع آن را می‌پذیرند و می‌پسندند تا بدین طریق انرژی‌های تخلیه نشده خود را در مسیری صحیح تخلیه کند و در نتیجه، از خطر عقده‌های روحی و افسردگی در امان بماند. مولانا نیز در مثنوی به موضوع والایش خواسته‌ها اشاره کرده و در این باره چنین می‌گوید:

تا بدینجا بهر دینار آدمم	بهر نان، شخصی سوی نانوا دوید
بهر فرجه شد یکی تا گلستان	همچو اعرابی که آب از چه کشید
رفت موسی کاتش آرد او به دست	جست عیسی تا رهد از دشمنان
چون رسیدم، مست دیدار آدمم	داد جان، چون حسن نانبا را بدید
فرجه او شد، جمال باغبان	آب حیوان از رخ یوسف چشید
آتشی دید او که از آتش پرست	بردش آن جستن به چارم آسمان

(مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۷۸۴-۲۷۸۹)

مولوی مواردی را ذکر کرده است که مقصود اصلی شخص، برآوردن نیازهای نفسانی خویش بوده، ولی خواسته‌های او والایش شده و او در مسیری والاتری گام نهاده و در نتیجه به موهبت‌های ارزشمندتری رسیده است.

۲-۱-۵. نعمت اندوه و غم

غم و اندوه، از جمله پدیده‌های طبیعی و حالات نفسانی آدمی است که ممکن است بر روح و جسم آدمی آثار ناگواری برجای گذارد و در واقع، غم و اندوه به عنوان یکی از حالت‌های طبیعی روحی، در زندگی انسان جایگاه بسیار مهمی دارد. نگاه مثبت به لحظاتی از غم و اندوه در روان‌شناسی به عنوان یکی از جوانب مهم درک و مدیریت احساسات انسانی مطرح است. برخی از روان‌شناسان معتقدند که تجربه احساسات منفی مانند غم و اندوه نقشی مفید و معنی‌دار در زندگی فرد دارد و می‌توانند از اثرات مثبتی بر روابط اجتماعی، رشد شخصیتی و پذیرش واقعیت نیز برخوردار باشند. نگاه مثبت به غم و اندوه، به فرد کمک می‌کند تا این احساسات را به عنوان یک بخش از زندگی معنی‌دارش درک کند و بتواند از آنها برای رشد شخصی و یادگیری استفاده کند. روان‌شناسان ممکن است از این دیدگاه برای کمک به افرادی

۱۱ بررسی هفت مفهوم روان‌شناسی در مثنوی

که با غم و اندوه مواجه هستند، استفاده کنند تا به آنها کمک کنند که چگونه این تجربه را به عنوان فرصتی برای رشد و توسعه شخصی در نظر بگیرند. البته اندوه و غم در صورتی که به افراط نینجامد. -چنانکه مولوی در مثنوی اشاره کرده است- می‌تواند عامل شگرفی برای تعادل شخصیتی و روحی آدمی باشد. به تعبیر مولوی، گاهی غم همچون باغبانی، شاخه‌های شادی‌های زاید و فرسوده‌ای را که بر تنهٔ درخت روح سنگینی می‌کند، هرس می‌نماید. از نگاه وی، برخی اوقات، غم، همچون ابر سیاه و سنگین‌باری است که با ریزش باران، به گیاهان خشکیده، جانی دوباره می‌بخشد. وی در این باره می‌گوید:

فکر غم گر راه شادی می زند	خانه می روید به تندی او ز غیر
می فشاند برگ زرد از شاخ دل	غم ز دل هر چه بریزد یا برد
قند شادی، میوه باغ غم است	کارسازی های شادی می کند
تا درآید شادی نوز اصل خیر	تا بروید برگ سبز متصل
در عوض حقا که بهتر آورد	این فرح، زخم است و آن غم، مرهم است

(مثنوی، دفتر پنجم، ابیات ۳۶۷۸-۳۶۸۲)

غم و اندوه انواع گوناگونی دارد اما به طور کلی این احساس در پی رویدادهای ناگوار و شرایط ناسازگار پدید می‌آید و آثار سوء و ناخوشایندی در انسان برجای می‌گذارد؛ علت این غم می‌تواند دل‌بستگی به دنیا و زندگی باشد که غم و اندوهی نکوهیده است. علت‌های گوناگونی برای غم در دیدگاه مولانا وجود دارد. برای نمونه گاهی منشأ غم غرور و نخوت در آدمی است:

این همه غم‌ها که اندر سینه‌هاست
از بخار و گرد باد و بود ماست
(مولوی، ۱۳: ۱۴۰۰)

گاهی نیز باخودی دلیل احساس غم است:

آن نفسی که با خودی بسته ابر غصه‌ای
و آن نفسی که بی‌خودی مه به کنار آیدت
(همان: ۱۴۰۰: ۱۴۰)

در نگاه مولانا غم اگر به افراط نگراید می‌تواند سبب و مقدمه‌ای برای شادی انسان باشد، از این رو نعمت تلقی می‌شود. مطابق دیدگاه «همه چیز با ضدش شناخته می‌شود» حق تعالی غم و رنج را آفرید تا شادی را بشناساند:

رنج و غم را حق پی آن آفرید
تا بدین ضد خوشدلی آید پدید
(مثنوی، دفتر اول، بیت ۱۱۳۰)

بنابر دیدگاه عرفا نوعی غم و حزن نیز وجود دارد که اثر متعالی و سازنده‌ای بر انسان می‌گذارد و دست‌آورد آن چیزی جز شادی و نشاط واقعی نیست. درد و غم و اندوه در نگاه عرفا نوعی گشودگی است که راه به سوی غایت‌الغایات می‌برد. در این تعریف منظور درد و غم جسمانی نیست بلکه «مقصود آمادگی روحی انسان است برای پذیرفتن امور ذوقی و حقایق روحانی و چیزهایی که می‌تواند انگیزه کارهای اساسی شود و نیروی حرکت سالک به سوی مقصود گردد.» (شفیعی کدکنی، ۱۳۸۰: ۲۰)

۲-۱-۶. شخصیت راستین، شخصیت دروغین

شخصیت انسان به ویژگی‌های بیرونی و رفتار قابل رؤیت او اشاره دارد. شخصیت ریشه در مقاصد، آرزوها و انگیزه‌های سنجیده و خودآگاهانه هر فردی دارد. به طور کلی «شخصیت عبارت است از مجموعه سازمان یافته‌ای از ویژگی‌ها، صفات و رفتارهای نسبتاً پایداری که افراد را از دیگران متمایز می‌کند.» (کشاورزی و دیگران، ۱۴۰۱: ۲۰۸)

هر فردی متناسب با شخصیت و ویژگی‌های فردی خود، به بهره‌مندی از اعتبار اجتماعی و مورد ستایش واقع شدن علاقه دارد، اما افراد متناسب با شخصیت خود راه و روش‌های گوناگونی را برای رسیدن به این جایگاه برمی‌گزینند. برخی با برگزیدن راه‌های ناشایست به شخصیتی دروغین دست می‌بندند. منظور از راه و شیوه ناشایست کارهایی مانند ریا و تزویر، دروغ، خیانت و ... است. برخی دیگر با در پیش گرفتن راه درست و درون‌مایه و توانایی فردی خویش به شخصیتی راستین می‌رسند از دیدگاه مولوی:

شاه آن باشد که از خود شه بود تا بماند شاهی او سرمدی
نی به مخزن ها و لشکر شه شود همچو عزّ ملک دین احمدی

(مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۳۲۰۸-۳۲۰۹)

مولانا بر این باور است که اگر کسی به وسیله نسبت دادن خویش به شخصیت‌های مهم اجتماعی و با ثروت اندوزی و به سبب تزویر و ریاکاری، عزت و شخصیتی کسب نماید، در واقع، شخصیتی دروغین به دست آورده است و حال آنکه شخصیت راستین و حقیقی انسان، حاصل درون‌مایه‌های خودِ شخص و جوشیده از جوهر درونی خود انسان است.

۲-۱-۷. روان‌شناسی انتقاد و عیب‌جویی

انتقاد و انتقادپذیری در جهت کمال و اصلاح فرد و جامعه راهکاری بسیار ارزشمند و گران‌بها است اما با عیب‌جویی تفاوت دارد. انتقاد با هدف اصلاح و پیشرفت صورت می‌گیرد، سالم و

سازنده است، اما عیب‌جویی با هدف تخریب، سرزنش و پریشان کردن دیگران انجام می‌شود. «انتقاد واکنش مخالف در برابر سخن یا رفتار دیگری تعریف شده است.» (نصری، ۱۳۸۲: ۴۰) در این تعریف مخالفت با دیگری مبنا واقع شده است. وایزینگر (۱۳۸۳) تعریف دیگری از انتقاد ارائه می‌دهد: «انتقال اطلاعات به دیگران به نحوی که بتواند آن را در جهت مصالح خود به کار برد.» (وایزینگر، ۱۳۸۳: ۱۶) بنابراین انتقاد سبب بهبود و رشد فردی می‌شود. منظور از این انتقاد، انتقادی سالم و سازنده است.

اساساً انتقاد از راهکارهای سازنده و ارزشمند برای خودشناسی و رشد فردی و اجتماعی است. انسان در تعامل با افراد دیگر به اعمال و رفتارهای خود واقف می‌شود و در این رویارویی گاه عیب و نقص‌های او در معرض نقد و انتقاد این افراد قرار می‌گیرد و در نهایت سبب رشد این فرد می‌شود. همان‌طور که سعدی در گلستان نیز به این نکته اشاره کرده است: «متکلم را تا کسی عیب نگیرد سخنش صلاح نپذیرد.» (سعدی، ۱۳۹۷: ۱۷۵) مولوی در این مورد چنین می‌گوید:

زان حدیث تلخ می گویم تو را که ز تلخی ها فرو شویم تو را
(مثنوی، دفتر سوم، بیت ۴۱۹۳)

وی در این باره تعبیر زیبایی دیگری نیز دارد

ناسزا گفت که تا دل به سزایی برسد ناسزا گفتن آن دلبر شیرین عجب است
(کلیات شمس: ۳۲۵)

مولانا بیان می‌کند که نقد و عیب‌جویی، در صورتی که از سر دل‌سوزی و از روی آگاهی و به انگیزه اصلاح صورت پذیرد، یکی از اساسی‌ترین ابزارهای اصلاح جامعه و اشخاص به شمار می‌رود.

۳. نتیجه‌گیری

مولوی از جمله اندیشمندان و متفکران مهم ایرانی به شمار می‌رود که به وسیله آثار ارزشمند خود به عنوان یکی از برجسته‌ترین شخصیت‌های ادبیات فارسی و تصوف ادبی شناخته می‌شود. علم روان‌شناسی در زمان مولوی به شکلی کاملاً متفاوت از آنچه امروزه مورد بحث قرار می‌گیرد، وجود داشت اما از زوایای مختلف روان‌شناسی می‌توان نگاهی به آثار و اندیشه‌های او داشت. مولوی همواره در آثار خود به بنیان‌های نیکی‌شناسی و ارتباطات بین انسان‌ها پرداخته است که این مؤلفه‌ها جزو بنیان‌های اساسی روان‌شناسی معاصر است. او به بررسی احساسات، ارزش‌های انسانی، ارتباطات اجتماعی و رشد شخصیتی می‌پرداخت و

می‌توان گفت که نظریه‌ها و ارزش‌های روان‌شناختی مولوی تأثیر گذار بر بسیاری از مفاهیم روان‌شناسی مدرن بوده است؛ برای مثال عشق و معنویت بخش مهمی از آثار مولوی بوده و این مفهوم‌ها نقش مهمی در روان‌شناسی انسانی دارند. مولوی در آثار خود به تجربه عشق سطحی و عمیق، ارتباطات بین انسان‌ها و دلسوزی به مسائل انسانی و روحی پرداخته است که این مسائل همگی در حوزه مطالعات روان‌شناسی قرار دارند. به همین دلیل، مطالعه آثار مولوی می‌تواند به فهم بهتری از بُعد روان‌شناسی انسانی و ارتباطات اجتماعی کمک کند. مولوی در شاهکار ادبی «مثنوی» به طرز بی‌نظیری به بیان مفاهیم روحانی و روان‌شناختی پرداخته است. او با توصیف دقیق احساسات انسانی، دغدغه‌های انسانی، و تأمل در عمق واقعیت‌های زندگی، مفاهیمی را از دیدگاه روان‌شناسی و روحانی به تصور می‌کشد که همچنان برای انسان‌های امروزی جالب و الهام‌بخش است. برای مثال مولوی ضمن تأکید بر این نکته که، کسی که مشکلات او از دنیای درون اوست و نه از دنیای بیرون، در حقیقت، خود، دشمن خویش است و به هر جا که فرار کند ببرد، در نهایت باز هم احساس امنیت نخواهد کرد، نظریه روان‌شناسی «سازگاری با محیط» را مطرح کرده و بیان نموده است که آدمی باید ریشه حل این مشکلات را از درون خود جستجو کرده و به حل آنها اقدام کرد. وی با طرح نظریه «فراقنی» این نکته را یادآور می‌شود که آدمی باید ریشه گرفتاری‌ها و بدبختی‌ها و شکست‌های خود را در وجود خویش جستجو کند، نه در عملکرد دیگران. مولوی با تأکید بر این نکته که عالم درون از ارکان اساسی وجود هر انسانی به شمار می‌رود، بهترین نوع لذت را، لذت درونی عنوان کرده و این نکته روان‌شناسی را به مخاطب خود می‌آموزد که لذت حقیقی در پی ترک تعلقات دنیوی و لذا لذت زودگذر آن ایجاد می‌شود. مولوی همچنین به «والایش» نیز اشاره نموده و مواردی را ذکر کرده است که مقصود اصلی شخص، برآوردن نیازهای نفسانی خویش بوده، ولی خواسته‌های او والایش شده و او در مسیری والاتری گام نهاده و در نتیجه، به موهبت‌های ارزشمندتری رسیده است. از دیگر نکات روان‌شناسی که مولوی به آن اشاره می‌کند، «نعمت غم و اندوه» است؛ از دیدگاه مولانا هر غم و اندوهی نکوهیده نیست بلکه غم اگر به افراط نگراید می‌تواند سبب و مقدمه‌ای برای شادی انسان باشد. وی ضمن شرح نظریه «شخصیت راستین، شخصیت دروغین» بیان می‌کند که اگر کسی به واسطه نسبت دادن خود به شخصیت‌های اجتماعی و با گردآوری ثروت و مکتب دنیوی و یا به سبب ریاکاری و تزویر، شخصیتی کسب کند، در واقع، به شخصیتی دروغین روی آورده است و حال آنکه شخصیت راستین آدمی، حاصل درون‌مایه‌های خود شخص و

۱۵ بررسی هفت مفهوم روان‌شناسی در مثنوی

جوشیده از جوهر درونی خود انسان است. مولانا با اشاره به این که هر انتقادی ناپسند نیست، بیان می‌کند که نقد و عیب‌جویی، در صورتی که از سر دل‌سوزی و از روی آگاهی و به انگیزه اصلاح صورت پذیرد، یکی از اساسی‌ترین ابزارهای اصلاح جامعه و اشخاص به شمار می‌رود.

کتابشناسی

کتاب‌ها

۱. بهرامی، غلامرضا و عزالدین معنوی (۱۳۷۰)، فرهنگ لغات و اصطلاحات روان‌پزشکی، تهران: دانشگاه تهران
۲. پاینده، حسین (۱۳۹۸)، نظریه و نقد ادبی، جلد یک، تهران: سمت
۳. راتوس، اسپنسر (۱۳۸۴)، روان‌شناسی عمومی، چاپ هفتم، ترجمه حمزه گنجی، تهران: ویرایش
۴. ستاری، ستاری (۱۳۹۲)، عشق صوفیانه، تهران: مرکز
۵. سعدی، مصلح بن عبدالله (۱۳۹۷)، گلستان، تصحیح غلامحسین یوسفی، تهران: خوارزمی
۶. سیاسی، علی‌اکبر (۱۳۷۱)، نظریه‌های شخصیت یا مکاتب روان‌شناسی، تهران: دانشگاه تهران
۷. شفیع کدکنی، محمدرضا (۱۳۸۰)، زبور پارسی، تهران: آگاه
۸. شولتس، دوآن (۱۳۸۷)، روان‌شناسی کمال، ترجمه گیتی خوشدل، تهران: پیکان
۹. میزیاک، هنریک (۱۳۷۶)، تاریخچه و مکاتب روان‌شناسی، ترجمه احمد رضوانی، مشهد: آستان قدس رضوی
۱۰. مان، نورمان ال (۱۳۴۲)، اصول روان‌شناسی، ترجمه محمود صناعی، تهران: اندیشه
۱۱. مولوی، جلال‌الدین محمد (۱۳۹۸)، مثنوی معنوی، دفتر اول، تألیف کریم زمانی، تهران: اطلاعات
۱۲. مولوی، جلال‌الدین محمد (۱۳۸۴)، مثنوی معنوی، به تصحیح رینولد نیکلسون، چاپ دهم، تهران، نشر علم
۱۳. مولوی، جلال‌الدین محمد (۱۳۷۲)، کلیات دیوان شمس، به تصحیح بدیع الزمان فروزانفر، تهران: راد
۱۴. وایزینگر، هندری (۱۳۸۳)، هیچکس کامل نیست، ترجمه پریچهر معتمد گرجی، تهران: مروارید
۱۵. همایی، جلال‌الدین (۱۳۷۶)، مولوی نامه؛ مولوی چه می‌گوید؟، چاپ نهم، تهران: هما

۱۶. Walter Mischel (۲۰۱۹), «psychology», Encyclopædia Britannica

مقاله‌ها

۱. خشوعی، مهدیه سادات (۱۳۸۸)، انعطاف‌پذیری از دیدگاه روان‌شناسی تحولی، پژوهش‌های یاددهی و یادگیری، دوره ۵، شماره ۱۹. صص ۱-۳۲
۲. کتابی، احمد (۱۳۸۶)، چند مفهوم روان‌شناختی در اندیشه‌های مولوی، فرهنگ، شماره ۶۳ و ۶۴، صص ۵۵۳ - ۶۰۴
۳. کشاورزی، الهام و دیگران (۱۴۰۱)، بررسی تطبیقی الگوی مطلوب شخصیت از نگاه مولانا با رویکرد روان‌کاوی، فصل‌نامه قرآن و طب، صص ۲۰۷-۲۱۴