

جلوه‌های روان‌شناسی در مثنوی معنوی

امین هادوی ۱، مرضیه ایزدی ۲ و حوریه بهادر بیله سوار ۳

۱دانش‌آموخته کارشناسی ارشد زبان و ادبیات فارسی دانشگاه قم Aminhadavi@yahoo.com

۲دانش‌آموخته زبان و ادبیات فارسی گرایش ویرایش و نگارش دانشگاه پیام نور M.izadi.techer@gmail.com

۳کارشناسی ارشد زبان و ادبیات فارسی دانشگاه پیام نور Saeedeslami94@gmail.com

چکیده

مولانا جلال الدین محمد بلخی، معروف به مولوی و مولانا، از ارکان شعر فارسی و از بزرگترین چهره‌های ادبی جهان و نیز اندیشمندی در بالاترین درجات اندیشه بشری است. او خالق چندین اثر اندیشمندانه ادبی است که از میان آنها دیوان کبیر یا غزلیات شمس و مثنوی معنوی شهرت و اهمیت بیشتر دارند. مثنوی معنوی که به سبب حضور بی بدیش در ادب فارسی نام مثنوی را به خویش تخصیص داده‌است و هر جا که نام مثنوی شنیده شود، ابتدا مثنوی معنوی به ذهن می‌رسد، حاصل دوره پختگی شعری و اندیشه‌های مولانا است. این اثر بی نظیر از جهات گوناگون مورد توجه و بحث و بررسی قرار گرفته است و یکی از این جهات، روان‌شناسی است. مثنوی معنوی را می‌توان یک اثر روان‌شناختی بسیار مهم و موثر به شمار آورد که قرن‌ها پیش از پدید آمدن علم روان‌شناسی به صورت امروزی، اندیشه‌ها، رهنمودها و درس‌های روان‌شناختی فراوانی در این کتاب به یادگار گذاشته شده است. در این مقاله کوشیده می‌شود که مثنوی معنوی بر اساس مفاهیم علم روان‌شناسی بررسی شود و جنبه‌هایی از حضور اندیشه‌های روان‌شناختی در این اثر گرانسنگ به نمایش گذاشته شود. روش تحقیق در مقاله حاضر، ترکیبی از دو روش توصیفی و تحلیلی است. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که مولانا روان بشر را به خوبی می‌شناخته‌است و به مانند طبیب جان‌ها و روان‌ها به ارائه اندیشه‌هایی نغز برای زیست بهتر بشر پرداخته است.

کلیدواژه‌ها: مولوی، مثنوی معنوی، روان‌شناسی، شعر عرفانی.

۱- مقدمه

مولانا جلال‌الدین محمد مولوی بلخی (۶۷۲-۶۰۴ق)، فرزند محمد بن حسین خطیبی معروف به بهاء‌الدین ولد از مشایخ صوفیه قرن ششم، از عرفای صاحب‌نام و از مشهورترین شاعران فارسی‌زبان ایرانی در قرن هفتم قمری بود. در دوران حیات به القاب جلال‌الدین، خداوندگار و مولانا خداوندگار نامیده و در قرن‌های بعد القاب مولوی، مولانا، مولوی رومی و ملای رومی برای وی به‌کار رفته است و از برخی از اشعارش تخلص او را خاموش و خموش و خامش دانسته‌اند. شدت علاقه مولوی به شمس تبریزی به‌حدی بود که مکتب فکری او را تغییر داد (نصر اصفهانی و شیری، ۱۳۹۳: ۱۵۰).

مولد مولانا شهر بلخ است و ولادتش در ششم ربیع‌الاول سنه ۶۰۴ هجری قمری اتفاق افتاد و علت شهرت او به رومی و مولانای روم همان طول اقامت وی در شهر قونیه که اقامتگاه اکثر عمر و مدفن اوست بوده‌است. چنان که خود وی نیز خویش را گاه رومی می‌خواند. به روایت احمد افلاکی و به اتفاق تذکره‌نویسان بهاء ولد به‌واسطه رنجش خاطر خوارزمشاه در بلخ مجال قرار ندید و ناچار هجرت اختیار کرد و گویند سبب عمده در وحشت خوارزمشاه آن بود که بهاء ولد بر سر منبر به حکما و فلاسفه بد می‌گفت و آنان را مبتدع می‌خواند و بر فخر رازی که استاد خوارزمشاه و سرآمد و امام حکمای عهد بود، این معانی گران می‌آمد و خوارزمشاه را به‌دشمنی بهاء ولد برمی‌انگیخت تا میانه این دو، اسباب وحشت قائم گشت و بهاء ولد تن به جلاء وطن در داد و سوگند یاد کرد که تا محمد خوارزمشاه بر تخت جهان‌بانی نشسته است، به شهر خویش بازنگردد و هنگامی که از بلخ عزیمت کردند و به سمت نیشابور و سپس بغداد رفتند و در آن هنگام از عمر مولانا پنج یا شش سال می‌گذشت. هنوز بهاء ولد از بغداد عزیمت نکرده بود که خبر هجوم مغول به شهر بلخ و حصار گرفتن آن به خلیفه رسید و برخی بر آنند که علت عمده آن هجرت از بلخ، خوف و هراس از خون‌ریزی و بی‌رحمی لشکر تاتار بود که تمام مردم را به وحشت و بیم افکنده و آنان را که مکنت و قدرتی داشتند به جلاء وطن و دوری از خانمان و خویشان مجبور گردانید و بدین‌جهت بسیاری از مردم ایران به ممالک دوردست هجرت کردند (گلی‌زاده و مساعد، ۱۳۹۵: ۸۷). خانواده مولوی پیش مسافرت و مهاجرت به بغداد و مکه و ارزنجان، نهایتاً قونیه آرام گرفتند و بهاء‌الدین ولد، تربیت فرزندش محمد را به برهان‌الدین محقق ترمذی سپرد. یکی از مولانا به مدت نه سال به عنوان شاگرد برهان‌الدین به تصوف پرداخت تا اینکه برهان‌الدین نیز درگذشت. مولانا در این مدت به دمشق نیز سفر کرد و گفته می‌شود که چهار سال را در آنجا گذرانده است. اودر قونیه شهرت فراوانی به دست آورد و در آنجا ازدواج کرد، صاحب فرزندان شد و به دلیل تدریس و تحصیلاتش پیروانی به دست آورد. در آن زمان، او تمایلی به شاعری نداشت و می‌گفت: به خدا سوگند من به شعر اهمیت نمی‌دهم و در نظر من بدتر از این نیست. با این حال، دیدگاه مولانا پس از ملاقات با معلم معنوی خود، شمس‌الدین تبریزی، تغییر کرد. برخورد او با شمس در اواخر پاییز ۳۷ سالگی مولانا بود که زندگی او را به کلی تغییر داد. روایت‌های گوناگونی از داستان آشنایی شمس و مولانا وجود دارد که در ادامه به بررسی آنها پرداختیم. می‌گویند مولانا شش ماه را با شمس گذراند و اسرار مطلق را آموخت و دگرگونی کرد که نزد نزدیکانش قابل لمس بود و پسرش نوشت: «پدرم پس از ملاقات با شمس، تمام روز را می‌رقصید و تمام شب آواز می‌خواند. او یک عالم بود، شاعر شد (شولتز، ۱۳۷۲: ۷۶). او یک زاهد بود، از عشق مست شد.» و این شد که شخصیت عظیم مولانا بروز پیدا کرد و آثاری همچون مثنوی معنوی را خلق کرد. شما نیز می‌توانید با خرید مثنوی معنوی بیشتر با شخصیت این شاعر بزرگ آشنا شوید. ارادت او نسبت به شمس منجر به بروز مشکل شد. علاقه مولانا به شمس حسادت فرزندان و پیروانش را برانگیخت که در نهایت منجر به ناپدید شدن شمس شد. پس از آن پسر بزرگش، سلطان ولد را فرستاد تا شمس را از دمشق بازگرداند، اما او به راست یا دروغ گفت که شمس را نیافته است (زمانی و محرمی، ۱۴۰۰: ۲۰۱).

وقتی شمس برای همیشه ناپدید شد؛ مولانا کاملاً ناراحت و دلشکسته شد و سپس به عنوان شاعری عرفانی بیش از هر زمان دیگری خلاقیتش را به دست آورد. آثار برتر او در اواخر جوانی (۳۷ سالگی به بعد)، میانسالی و پیری نوشته شده‌اند. پس از مرگ او که موجب اندوه فراوان در جامعه پارس، جهان اسلام و سایر اقصی نقاط جهان شد، سلطان ولد که پسر بزرگ وی بود، پس از مرگ شاگرد ارشدش حسام‌الدین چلبی جانشین او شد. مولانا یک صوفی بود. این یک سنت عرفانی اسلام است که به تجربه دیدار و گفتگوی مستقیم خدا به عنوان مظهر عشق الهی می‌پردازد (زمانی و محرمی، ۱۴۰۰: ۲۰۱).

مانند دیگر شاعران صوفی، مضمون زیربنای نوشته های مولانا، اشتیاق او به دیدار مستقیم با خدا است که معشوق واقعی است. اشعار عارفانه مولانا، تماما درباره عشق الهی است. نوشته ها و اشعار مولانا، هم در جهان اسلام و هم در جهان غرب بسیار محبوب است. یک توضیح برای محبوبیت مولانا ممکن است این باشد که شعر او همه فرهنگ ها، ملیت ها و اساطیر را در بر می گیرد. مردم می توانند اشعار مولانا را بخوانند، بدون اینکه احساس کنند او در حال تحمیل عقاید خود بر آنهاست. مولانا مضامین و اسطوره ها را از سنت های مذهبی متعدد، در بیان جهانی عشق الهی ادغام می کند. نوشته های او طنین انداز مدارا، نیکی، خیرخواهی و آگاهی از طریق عشق واقعی به معشوق اصلی یعنی خدا بود. از مهم ترین شاعران هم عصر او می توان سعدی را معرفی کرد که آثارش همچون بوستان سعدی و گلستان، از سبکی نزدیک به مولانا استفاده می کند (اسماعیل زاده قندهاری، ۱۳۹۸: ۷۶).

۱-۱- بیان مسئله

اهمیت مولانا فراتر از مرزهای ملی و قومی است. سخنوران فارسی زبان در ایران، افغانستان و تاجیکستان او را یکی از برجسته ترین شاعران قدیمی و تأثیرگذار بر بسیاری از شاعران در طول تاریخ می دانند. او همچنین در طول قرن ها تأثیر زیادی بر ادبیات ترکی داشته است. برای بسیاری از افراد، آموزه های او یکی از بهترین مقدمه ها برای فلسفه و عمل است. ترجمه های انگلیسی اشعار مولانا توسط کلمن بارکس بیش از نیم میلیون نسخه در سراسر جهان فروخته است و شاعر فارسی زبان امپراتوری سلجوقی را به یکی از پرخواننده ترین شاعران غرب، از جمله ایالات متحده تبدیل کرده است. شعر او همچنین به لحاظ ساحت اندیشه نیز چندوجهی است و از عرفان و ادیان گرفته تا کلام و فلسفه و نجوم و تاریخ و دیگر دانش ها در آن نمونه دارد. یکی از دانش هایی که در شعر مولوی به روشنی آشکار است، دانش روان شناسی است. هرچند که در آن هنگام هنوز علم روان شناسی به شیوه امروزی پدید نیامده بود، اما مولوی در جایگاه طبیب روان ها اندیشه های نغزی را برای زندگانی بهتر بشر ارائه کرده است. در این مقاله جلوه هایی از روان شناسی در مثنوی معنوی بررسی می شود.

۱-۲- پیشینه تحقیق

درباره مولانا، مثنوی معنوی و اندیشه های ژرفی که در مثنوی آمده است، تاکنون پژوهش های بسیاری شده است چه در قالب کتاب و چه در قالب مقاله و پایان نامه. در ادامه به برخی از این آثار و چکیده ای از محتوایشان اشاره می شود:

- نصر اصفهانی، زهرا؛ شیری، مائده. (۱۳۹۳). «هفت شیوه روان درمانی در مثنوی». *مجله پژوهش های ادب عرفانی*. دوره ۸، شماره ۱، صص ۱۴۵-۱۶۸. روان درمانی، فرآیندی علمی و روشمند است که امروزه برای کمک به افرادی به کار گرفته می شود که مشکلات روانی عملکرد زندگی آنان را مختل کرده است. شیوه ها و روش های گوناگونی وجود دارد که با استفاده از آن می توان گنجایش روانی افراد را افزایش داد تا بتوانند بر مشکلات روحی- روانی خود فائق آیند و بیشتر از زندگی خویش لذت ببرند. اندیشمندان حوزه روان شناسی در آثار خود، نظریه ها و روش های روان درمانی بسیاری را ارائه کرده اند؛ جالب اینجاست که بزرگ مردی چون مولوی نیز قرن ها پیش و با روشی منحصر به فرد، بسیاری از شیوه ها و روش های روان درمانی مطرح و شناخته شده امروزی را در مثنوی به کار برده است. آنچه مولوی را از دیگر روان درمانگران متمایز می سازد، انتخاب شیوه های هنرمندانه و نامحسوس در ارائه راهکارهای درمانی به مخاطب است. ابیات ارزشمند مثنوی علاوه بر محتوای عمیق معنوی و عرفانی و کارکردهای متعدد دیگر از دیدگاه روان درمانی نیز می تواند مورد توجه ویژه قرار گیرد و جایگزین مناسبی برای انواع روان درمانی ها باشد. کلیت مثنوی به عنوان اثر منظوم ادبی در شعر درمانی و محتوای اشعار آن از زوایای مختلف می تواند بر مخاطب اثر بگذارد و او را در تنگناهای زندگی به سوی آرامش هدایت نماید. نگارندگان در این مقاله ضمن بررسی هفت شیوه روان درمانی شناخته شده از جمله: شعر درمانی، روان درمانی عارفانه (عشق درمانی)، تکنیک خواب و رؤیا، مذهب درمانی و روش های هفتگانه آن، واقعیت درمانی، طنز درمانی و معنادرمانی در مثنوی، مصداق ها و نمونه های هر یک از این شیوه ها را در این اثر ارزشمند ارائه داده اند.

- زمانی، الهام؛ محرمی، رامین. (۱۴۰۰). «تحلیل روان شناختی مثنوی معنوی براساس رویکرد پذیرش و تعهد». *مجله پژوهش های ادب عرفانی*. دوره ۱۵، شماره ۱، صص ۱۹۵-۲۱۴. مثنوی معنوی سرشار از مفاهیم و تفکرات روان شناختی است

که بیان‌کننده تفکر و دقت مولوی در روح و روان انسان است. این پژوهش به روش تحلیلی - تطبیقی به بررسی مثنوی از دیدگاه اصل اول (پذیرش) در رویکرد روان‌شناختی درمان پذیرش و تعهد پرداخته است. مولوی و نظریه روان‌شناختی پذیرش و تعهد (اکت) هر دو بر آن اند که رویارویی با رنج‌ها در زندگی، اجتناب‌ناپذیر است؛ پس باید رنج زیستن را پذیرفت و به‌سوی رشد روحی و روانی گام برداشت. هر دو دیدگاه از تمثیل برای اقناع ذهن مخاطب بهره می‌برند. مولوی از مفاهیمی مانند تقدیر و طبیعی‌بودن رنج در زندگی، برای ایجاد آمادگی در مخاطب برای پذیرش استفاده می‌کند. در این پژوهش به بررسی تطبیق مراحل توبه در تفکر اسلامی و عرفانی با پذیرش در اکت پرداخته شده است. تفاوت در این دو دیدگاه از هدف نهایی آنها سرچشمه می‌گیرد؛ هدف رویکرد روان‌شناختی، معطوف به شاد زیستن در این جهان و رشد فردی برای بهتر زیستن است و دیدگاه مولوی - و به‌صورت کلی‌تر، دیدگاه عرفانی - معطوف به جلب رضایت خداوند و زندگی جاودانی در جهان باقی است. با این حال هر دو دیدگاه با گذر از یک مسیر در توجه به روان انسان و رشد و تعالی آدمی هم‌داستان هستند. درمان‌گران می‌توانند با توجه به سابقه ذهنی مخاطب خود در ایران، نسبت به مسائل دینی و عرفانی، از میراث ادبی مانند مثنوی بهره‌برند.

- گلی‌زاده، پروین؛ مساعد، مینا. (۱۳۹۵). «تحلیل اندیشه‌های مثبت‌گرایانه در مثنوی معنوی از منظر علم روان‌شناسی». *دو فصلنامه پژوهش‌های ادب عرفانی (گوهر گویا)*. دوره ۱۰، شماره ۱. دنیای درونیات عالم ذهن و عالم روح - مقوله‌ای است که از دیرباز بسیاری از شاعران عارف مسلک و روانشناسان قرون اخیر بدان پرداخته‌اند و در ایده - بازتاب حالات درونی در دنیای بیرونی، با یکدیگر اتفاق نظر داشته‌اند. مثبت‌نگری به عنوان یکی از شاخه‌های علم روانشناسی، مفاهیمی همچون خوش‌بینی، اعتماد به نفس، ایمان و اعتقاد، عشق، امید، صبر در برابر مشکلات و... را در برمی‌گیرد که تمام آن‌ها را می‌توان به طور مشروح در مثنوی مولوی یافت. در مقاله - حاضر که پژوهشی میان رشته‌ای محسوب می‌شود، کوشش بر آن است تا با بررسی مولفه‌های روانشناسی مثبت و تطبیق آن با آرای مولانا که به‌طور ویژه در مثنوی معنوی همچون روانشناسی حاذق، هزار توهایی روان آدمی را کاویده است، گامی در مسیر تبیین اثرگذاری‌ها و اثرپذیری‌های دو مقوله روانشناسی و ادبیات گذاشته شود.

- قاسمی، سید علیرضا. (۱۳۹۹). «بررسی محتوای تربیتی مثنوی معنوی از دیدگاه روانشناسی». *همایش منطقه‌ای جایگاه تربیت در شعر و ادب فارسی*. تعلیم و تربیت یکی از بنیادی‌ترین اصول فردی و اجتماعی جوامع مختلف بشری است و سابقه آن به تاریخ آفرینش بشر و تلاش انسان‌ها برای آموزش به فرزندان و نسل‌ها باز می‌گردد. بر اساس نظریه‌های تربیتی دانشمندان بزرگ دیگر، می‌توان دیدگاه مولوی را برآمده از تمام نظریه‌ها دانست و آن را مبنای کارهای مهم تعلیم و تربیت قرار داد. یافتن و درک شیوه و بیان تفکر مولانا در اشعار ارزشمند وی گواه این است که قرن‌ها قبل از انتشار نظریه‌های انسان‌شناسی، روان‌شناسی و روان‌درمانی از سوی دانشمندان غربی، بزرگمردی چون مولانا که دست پرورده عرفان ناب اسلامی است به بعد روحی - روانی انسان توجه ویژه داشته و برای تأمین آن راهکارهای ارزنده‌ای به کار گرفته است. شیوه نگارش این مقاله کتابخانه‌ای، و در صدد بیان تربیت در شعر مولانا و بیان دیدگاه‌های روان‌شناسی و روان‌شناسانی است که به تفکر مولانا نزدیک می‌باشند. روش تحلیلی بیشتر جنبه تطبیقی دارد و نتایج نشان‌دهنده این است که تربیت در شعر مولانا بسیار پررنگ و به لحاظ روانشناسی، بر حالات عرفانی، خودشکوفایی، جنبه‌های ناهشیار، خودشناسی و پذیرش مسئولیت تأکید شده است.

- اسماعیل‌زاده قندهاری، سمانه. (۱۳۹۸). «تحلیل مقایسه‌ای مثنوی معنوی و روانشناسی مثبت‌نگر با تأکید بر روان‌درمانی». *دومین کنفرانس بین‌المللی مطالعات میان رشته علوم انسانی و اسلامی ایران*. روانشناسی مثبت‌نگر در جستجوی زندگی خوب و درپی مطالعه علمی عملکرد انسان آرمانی است. علمی که به جای توجه به ضعف‌ها و ناتوانی‌های انسان، بر نقاط قوت و توانمندی‌های او از قبیل شجاعت، قدرشناسی، امیدواری، شاد زیستن، سلامت روانی، لذت بردن، خوشبینی، رضامندی، سعادت و... توجه می‌کند. این پژوهش در پی تطبیق مولفه‌های روان‌شناسی مثبت‌نگر (امید، عشق، شادی، خوشبینی و نوع دوستی) و همسویی آنها با این مفاهیم در مثنوی معنوی مولوی، با هدف ادغام آراء روانشناختی نوین با نظریات روانشناختی اصیل موجود در فرهنگ خودی و بررسی این اشعار جهت تبیین مولفه‌های روانشناسی مثبت‌نگر،

فراوانی شان و استخراج آندسته از اشعار که حاوی این مفاهیم هستند و میتوان در جلسات مشاوره و رواندرومانی از آنها استفاده کرد صورت گرفته است. پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی به شیوه تحلیل محتوا میباشد که پس از تطبیق مولفه های روان شناسی مثبت نگر با بررسی شش دفتر مثنوی معنوی مضامینی را که دقیقاً با یکدیگر همخوانی دارند، تحلیل میکند. در پایان پژوهش به این نتیجه میرسد که بین مفاهیم دیدگاه روانشناسی مثبت نگر مارتین سلیگمن و این مفاهیم در مثنوی معنوی همسویی وجود دارد.

۳-۱- ضرورت و اهمیت تحقیق

مولوی، شاعر بزرگ ایرانی در پی افکندن فرهنگی که امروزه به عنوان فرهنگ ایرانی اسلامی می‌شناسیم، سهم عمده‌ای دارد. او همچنین در فرهنگ بشری نیز صاحب جایگاهی بالاست و اشعار و اندیشه های او در سطح جهان مخاطب و طرفدار فراوان دارد. به همین سبب هرگونه بحث و بررسی درباره آثار مولوی، دارای اهمیت فراوان است. از سوی دیگر، روان‌شناسی نیز در میان انواع و اقسام دانش‌های بشری سهم عمده‌ای در سعادت و بهبود سطح زندگی انسان دارد. مثنوی معنوی از اندیشه‌های روان‌شناختی خالی نیست و مولانا در لباس طبیب جان‌ها و روان‌ها، رهنمودهای فراوانی را برای زیست بهتر بشر ارائه کرده است. از این جهت بررسی مثنوی معنوی به جهت دانش روان‌شناسی و استخراج رهنمودهای روان‌شناسانه مولوی می‌تواند دارای ضرورت و اهمیت فراوان باشد.

۴-۱- روش تحقیق

این تحقیق به لحاظ روش، مبتنی بر ترکیبی از دو روش تحلیلی و توصیفی است. ابتدا به توصیف دانش روان‌شناسی پرداخته می‌شود و سپس حضور روان‌شناسی در مثنوی معنوی مورد بررسی و کندوکاو قرار می‌گیرد. همچنین داده‌های به کار آمده در این مقاله مبتنی بر مطالعات کتابخانه‌ای است.

۲- بحث

۱-۲- چیستی روان‌شناسی

روان‌شناسی دانشی است که ما را به دقایق کردار و کنه رفتار آدمی و هر موجود زنده‌ای رهنمون می‌سازد. مایه تحقیق در این علم، رفتار است. زیرا رفتار امری محسوس و مشهود است. به این جهت روان‌شناسان به موضوع‌هایی مانند یادگیری، هیجان، هوش، وراثت و محیط، تفاوت‌های فردی و رفتارهای گروهی و تاثیر ویژگی‌های بدنی در رفتار علاقه نشان می‌دهند و می‌کوشند علت بروز چنین رفتارهایی را روشن نمایند. رفتار نه تنها به آنچه انجام می‌دهیم بلکه به آنچه می‌اندیشیم نیز اطلاق می‌شود (محمدپور، ۱۳۸۸: ۱۳۲). یعنی احساس و اندیشه، واکنش‌ها و پاسخ‌های بدنی و روانی را شامل می‌شود. روان‌شناسی علاوه بر رفتارهای طبیعی به بحث و بررسی در چگونگی رفتارهای ناهنجار یا غیرطبیعی نیز می‌پردازد. این نکته را نیز نباید از نظر دور داشت که روان‌شناسی تنها خود را به رفتار آدمی محدود نمی‌سازد، بلکه رفتار جانوران را نیز بررسی می‌کند و چه بسا تحقیق در رفتار بی‌پیرایه و بی‌قید و شرط جانوران پست، روشن‌گر زمینه‌های رفتار آدمی است. شاید در ابتدا به نظر رسد که روان‌شناسی همان عقل عام است ولی محققان غالباً به نکات غیرمنتظره‌ای در رفتار انسان پی می‌برند. روان‌شناسی مفروضات را به صورت ظاهری نمی‌پذیرد بلکه مستدل بودن آنها را در نظر می‌گیرد. روان‌شناسی رشته دقیقی است که مفروضات را می‌آزماید روانشناسی علم مطالعه رفتار و ذهن انسان است. مباحثی مانند زبان بدن، مهارت‌های ارتباطی، مهارت اعتماد به نفس، مهارت های ابزار وجود و بسیاری از این موارد جزو چهارچوب اساسی مورد بحث در علم روانشناسی هستند (پارسا، ۱۳۷۲: ۵۴).

روانشناسی مطالعه ذهن و رفتار است که شامل تأثیرات زیست‌شناختی، فشارهای اجتماعی و عوامل محیطی است که بر چگونگی تفکر، عملکرد و حس افراد تاثیر می‌گذارد. با استفاده از علم روانشناسی، روانپزشکان (متخصص اعصاب و روان) و روانشناسان به معالجه اختلالات روانی و شناخت روان انسان‌ها مشغول اند. به دست آوردن درک غنی تر و عمیق تر از روانشناسی می‌تواند به افراد کند تا بینشی نسبت به اعمال خود و نیز درک بهتری از دیگران دست پیدا کنند. روان‌شناسی، علم تحقیق در رفتار موجودات زنده و به‌خصوص رفتار بشر می‌باشد و به همین جهت از چندی پیش، روان‌شناسان علاقه

شدیدی نسبت به مشکلات عملی که برای افراد بشر پیش می‌آید و راه‌حلهایی که می‌توان پیشنهاد کرد، پیدا نموده‌اند (شولتز، ۱۳۷۲: ۸۷). منظور روان‌شناسی نه تنها پیشرفت علمی و صنفی است بلکه یکی از هدف‌های آن بهبود بخشیدن به زندگی انسان می‌باشد. به طور کلی هدف‌ها و آموخته‌های روان‌شناسی عبارتند از:

- ۱- روان‌شناسی اصول کلی ناظر بر رفتار را با توجه به تفاوت‌های فردی و شرایط مربوط مشخص می‌کند.
- ۲- تصریح می‌کند که عوامل ارثی و محیطی به صورت جداگانه یا به طور متقابل در ایجاد رفتار چه تأثیری دارند.
- ۳- نیازها و امکانات کودکان، نوجوانان و بزرگسالان را از نظر رشد بدنی، هیجانی، اجتماعی، عقلی و فکری روشن می‌سازد.
- ۴- حدود، مسیر رشد و پیشرفت انواع استعداد‌های ذاتی و اکتسابی افراد را معین می‌کند.
- ۵- شرایط ناظر بر بهبود کار و رابطه سازنده میان افراد را مورد بررسی قرار می‌دهد (پارسا، ۱۳۷۲: ۵۴).

۲-۲- تاریخچه روان‌شناسی

روانشناسی در ابتدا هم از فلسفه و هم از زیست‌شناسی به وجود آمد. مباحث مربوط به این دو موضوع به زمان متفکران پیشین یونانی، از جمله ارسطو و سقراط بر می‌گردد. کلمه «روانشناسی» خود از واژه یونانی *psyche* روان گرفته شده است که در معنای واقعی کلمه به معنی زندگی یا جان است. معانی مشتق شده از کلمه شامل روح یا خود است. ظهور روانشناسی به عنوان یک حوزه مطالعاتی جداگانه و مستقل هنگامی به وجود آمد که *Wilhelm Wundt* اولین آزمایشگاه روانشناسی تجربی را در سال ۱۸۷۹ در لایپزیگ (*Leipzig*)، آلمان تأسیس کرد. در طول تاریخ روانشناسی، مکاتب فکری مختلفی برای توضیح ذهن و رفتار انسان شکل گرفته‌اند. در برخی موارد، بعضی از مکاتب فکری برای مدتی بر رشته روانشناسی تسلط یافتند. اصطلاح روان‌شناسی را برای نخستین بار لایبنیتز (*Leibnitz*) فیلسوف مشهور آلمانی در آثار خود به کار برد و سپس یکی از مریدان او به نام ولف (*Wolff*) این کلمه را در قرن هجدهم رایج ساخت. واژه (*psychology*) یا روان‌شناسی همچون بسیاری از اصطلاحات علمی ریشه‌ای یونانی دارد و از دو کلمه *psyche* به معنی روح یا ذهن و *logos* به معنی شناخت یا مطالعه تشکیل می‌شود (شاملو، ۱۳۷۰: ۶۵). معنی تحت‌اللفظی روان‌شناسی، مطالعه نفس، شناخت یا علم‌النفس بود و این همان معنایی است که واژه روان‌شناسی هنگامی که ساخته شد در برداشت. اسامی دیگری نیز در قرن هجدهم و نوزدهم به طور همزمان در مورد این علم به کار می‌رفته است. برخی از آنها عبارت بودند از فلسفه ذهنی، خودشناسی و روح‌شناسی (پارسا، ۱۳۷۲: ۵۴).

۲-۳- مروری بر برخی جلوه‌های روان‌شناسی در مثنوی معنوی

پیدایش علم روان‌شناسی به شیوهٔ امروزی، چنان که گفته شد به قرن هجدهم میلادی و به آثار لایب‌نیتس، فیلسوف نامدار آلمانی باز می‌گردد. با این حال، اندیشه‌های روان‌شناختی از دیرباز در آثار اندیشمندان حضور داشته‌است و نمونه‌های لولای آن را می‌توان در مثنوی معنوی مولانا مشاهده کرد. در ادامه برخی از این اندیشه‌ها را مرور می‌کنیم:

۱-۳-۲- سازگاری با محیط

سازگاری با محیط، یکی از نشانه‌های یک شخصیت سالم و بهنجار است. بی‌تردید، آدمی برای آنکه زندگی را به کام خویش گوارا کند و طعم آسایش را بچشد، ناچار است از برخی امور چشم‌پوشد و بعضی مسائل را نادیده بگیرد، و بدین گونه، راه سازگاری را در پیش گیرد. برخی افراد که به دلیل سازگاری نداشتن با جامعه، محیط زندگی خویش را تیره و تاریک می‌بینند، چاره کار را در فرار از محیط جست‌وجو می‌کنند، غافل از آنکه فرار از مشکلات، بدترین شکل مبارزه با آن است و آدمی هر جا قدم بگذارد، باز هم آنجا را به طور کامل، دلخواه و موافق میل خویش نخواهد دید (پارسا، ۱۳۷۲: ۶۵). مولانا درباره این نکته هشدار داده است و می‌گوید کسی که در حقیقت، مشکلات او در درون اوست و نه در جهان بیرونی و در واقع، خود، دشمن خویش است، به هر جا که بگریزد و پناه آورد، باز هم احساس ایمنی نخواهد کرد:

نه به هند است ایمن و نه در ختن	آن که خصم اوست، سایه خویشتن
گر گریزی بر امید راحتی	ز آن طرف هم پیشت آید آفتی
هیچ کنجی، بی‌دد و بی‌دام نیست	جز به خلوت گاه حق، آرام نیست

(مولوی، ۱۳۶۲، ج ۵:

(۱۳۵)

انسانی که از نظر اجتماعی رشد یافته، به این نتیجه رسیده است که هر چه روابطش با دیگران بهتر و سالم تر باشد، میزان موفقیت و رضایتش بیشتر است. البته سازگاری با دیگران، با خودبینی و خودمحوری جمع نمی شود. اگر انسان خود را از دیگران برتر بداند، هرگز نمی تواند روابط خوبی با آنان داشته باشد. نخستین و مهم ترین گام برای برقراری یک رابطه خوب و سالم، توجه به دیگران و ارزش قائل شدن برای آنهاست و این وقتی حاصل می شود که شخص، از درگیری های درونی تا حدودی آسوده بوده و از سلامت روان و اعتماد به نفس کافی برخوردار باشد. سازگاری درست با محیط زندگی یکی از نشانه های ایمان است و موجب گوارا شدن زندگی به کام انسان می شود. برای سازگاری با محیط، باید برای دیگران ارزش قائل شد و از خود محوری به دور بود.

۲-۳-۲- فرافکنی

برخی انسان ها همواره برای گرفتاری ها و عقب ماندگی هایشان، دیگران را سرزنش می کنند و آنها را مقصر می دانند و هرگز خطاهای خود را نمی بینند. این گونه انسان ها که به دلیل تنبلی، نداشتن تدبیر صحیح در زندگی، جدی نگرفتن مسئولیت ها و افراط در تفریح و سرگرمی ها، از قافله زندگی عقب ماندند و با نوعی شکست روبه رو شدند، به جای آنکه عیب کار را در وجود خویش جست و جو کنند، به فرافکنی روی آورده اند و جامعه را مقصر اصلی می دانند و بار همه خطاهایی را که خود انجام داده اند، به دوش دیگران می گذارند، بی خبر از آنکه انسان های بسیاری نیز هستند که با شرایط مشابه با شرایط آنان (و بلکه بدتر) روبه رو بودند و تنها به دلیل آنکه اهل همت و کار و تلاش بودند، به قله موفقیت رسیدند. همین نکته بیانگر آن است که افراد باید ریشه عقب ماندگی هایشان را در خطاهایی که خود انجام داده اند و در غفلت هایشان جست و جو کنند و زبان به سرزنش دیگران نگشایند (محمدپور، ۱۳۸۸: ۳۷). در قرآن کریم نیز می خوانیم برخی انسان ها که در روز رستاخیز گرفتار عذاب الهی می شوند، شیطان را عامل بدبختی و گمراهی خود معرفی می کنند، ولی شیطان در بیانی صریح، از «فرافکنی» آنان پرده برمی دارد و خود آنان را مقصر اصلی معرفی می کند. بیان شیطان این است: إِنَّ اللَّهَ وَعَدُّكُمْ وَعَدَّ الْحَقِّ وَ وَعَدُّكُمْ فَأَخْلَفْتُمْ وَ مَا كَانَ لِيَ عَلَيْكُمْ مِنْ سُلْطَانٍ إِلَّا أَنْ دَعَوْتُكُمْ فَاسْتَجَبْتُمْ لِي فَلَا تَلْمُزُونِي وَ لَوْمُوا أَنفُسَكُمْ. (ابراهیم: ۲۲)؛ همانا خداوند به شما وعده حق داد و من هم به شما وعده [باطل] دادم و تخلف کردم. من بر شما تسلطی نداشتم، جز اینکه [تنها] دعوتتان کردم و شما پذیرفتید. بنابراین، مرا سرزنش نکنید، بلکه خود را سرزنش کنید.

مولانا نیز با توجه به این حقیقت که آدمی باید ریشه گرفتاری ها و بدبختی ها و شکست های خود را در وجود خویش جست و جو کند، نه در عملکرد دیگران، چنین می سرايد:

هوش و گوش خود بدین پاداش ده	جرم خود را بر کسی دیگر مینه
با جزا و عدل حق کن آستی	جرم بر خود نه که تو خود کاشتی
بد ز فعل خود شناس، از بخت، نی	رنج را باشد سبب بد کردنی
متهم کم کن جزای عدل را	متهم کن نفس خود را ای فتا
قرض تو کردی ز که خواهی گرو	چون بکاری جو نروید غیر جو

(مولوی، ۱۳۶۲، ج ۶: ۴۷)

فرافکنی؛ یعنی انسان به جای آنکه خود را مسئول عقب ماندگی اش بداند، دیگران را عامل گرفتاری های خویش معرفی کند.

۳-۳-۲- لذت، امری درونی است نه بیرونی

مولانا، خوشی و لذت واقعی را برآمده از دل می داند و اینکه آدمی در صورتی می تواند از زندگی خویش لذت برد که قلب او با پرورش درست، سرچشمه شادی و لذت شود. آدمی تنها در این صورت می تواند در همه لحظه های زندگی احساس لذت

و شادمانی کند (شولتز، ۱۳۷۲: ۱۶). چنین کسی به تعبیر مولانا، (بر اثر نگرش درست به جهان پیرامون خویش) حتی در کنج زندان نیز «شاد» و خرسند خواهد بود. مولانا در این باره می گوید:

راه لذت از درون دان نَز برون
آن یکی در کنج زندان، مست و شاد
لطف شیر و انگبین، عکس دل است
هر خوشی را آن خوش از دل حاصل است
ابلهی دان جستن از قصر و حصون
و آن دگر در باغ، ترش و بی مراد
(مولوی، ۱۳۶۲، ج ۶: ۷۱)

شمس تبریزی در حکایتی می گوید: «عارفی را گفتند سر برآور و به آثار رحمت خدا به اطرافت نظر کن. گفت: این ها، تنها، آثار است، اما گل ها و لاله ها در دل است.» بنابراین، خرسندی واقعی و لذت حقیقی، در فراهم آوردن هر چه بیشتر ثروت های دنیوی و دل سپردن به لذت های مادی، حاصل نخواهد شد، بلکه سرچشمه لذت ها در درون آدمی نهفته است و بدون خرسندی درونی و رضایتمندی قلبی، حتی انبوهی از لذت های مادی نیز برای آدمی خوشایند نخواهد بود. خوشی ها و لذت های حقیقی را باید در قلب خویش جست و جو کرد. آدمی تنها در صورتی از داده های مادی خداوند لذت می برد که قلبی راضی و خرسند داشته باشد.

۴-۳-۲- والایش

همه انسان ها در زندگی خویش با ناکامی هایی روبه رو می شوند و نیازهای برآورده نشده ای دارند و به دلایلی باید از خواسته های فراوانی چشم پویندند. در چنین شرایطی، بهترین راه چاره، والایش خواسته های برآورده نشده و تغییر مسیر آن به سوی کارهایی است که عقل، عرف و شرع آن را می پذیرد و می پسندد تا بدین گونه انرژی های تخلیه نشده خویش را در مسیری درست تخلیه کند و در نتیجه، از خطر عقده های روحی و افسردگی در امان بماند. به عقیده روان شناسان، «والایش، بهترین راه چاره برای نیازهای برنیاوردنی است. انسان باید برای زندگی کردن مطابق مقررات و آداب و رسوم و معیارهای اخلاقی، بسیاری از انگیزش های خود را که با گنش هایش در ارتباط هستند، والایش کند. به عبارت دیگر، چیزهایی را که انسان دوست دارد و از نظر شخصی یا اجتماعی تصویب نشده اند، باید به فعالیت های مورد قبول، تغییر شکل دهد. ناتوانی در انجام دادن چنین تغییری که نتیجه اش رفتارهای ناهنجار است، به معنای آن است که انسان از نظر عواطف و احساسات، بیمار است. کسی که قادر به والایش نیست، علایمی از بیماری روانی در او دیده می شود (شاملو، ۱۳۷۰: ۴۵). مولانا نیز در مثنوی خویش به موضوع والایش اشاره کرده و از مواردی نام برده است که مقصود شخص، برآوردن نیازهای نفسانی خویش بوده، ولی خواسته های او والایش شده و در مسیری والاتر قرار گرفته است. و در نتیجه، او را به موهبت های ارزشمندی رسانده است. وی در این باره چنین می سراید:

تا بدینجا بهر دینار آدمم
بهر نان، شخصی سوی نانوا دوید
بهر فُرجه شد یکی تا گِلستان
همچو اعرابی که آب از چَه کشید
رفت موسی کاتش آرد او به دست
چون رسیدم، مست دیدار آدمم
داد جان، چون حسن نانبا را بدید
فُرجه او شد، جمال باغبان
آب حیوان از رخ یوسف چشید
آتشی دید او که از آتش برست
(مولوی، ۱۳۶۲، ج ۱: ۸۲)

دل بستگی به عبادت و دعا و نیایش و رو آوردن به کارهای هنری و علمی، همانند تحصیل و تدریس و مطالعه کتاب های آموزنده، از بهترین مصداق های والایش و مقابله با ناکامی ها و تلخی نیازهای فروخته است. والایش به معنای تغییر مسیر خواسته های برآورده نشده به سوی کارهای مفید و سازنده است. والایش، بهترین راه رویارویی با ناکامی ها و مبارزه با افسردگی و عقده های درونی است.

۵-۳-۲- شخصیت راستین، شخصیت دروغین

بهره‌مندی از شخصیت و اعتبار اجتماعی، کم و بیش مطلوب همه انسان هاست. هر انسانی دوست دارد از شأن و جایگاهی شایسته در جامعه بهره مند و مورد ستایش دیگران باشد. نکته قابل توجه این است که شیوه های دست یابی به شخصیت متفاوت است. برخی انسان ها چون از راه های نادرست به دنبال کسب شخصیت می روند، در نتیجه به شخصیتی دروغین دست می یابند. اینکه شخص به واسطه نسبت دادن خویش به شخصیت های اجتماعی و با گردآوری ثروت و مکننت دنیوی و به سبب ریاکاری و تزویر، عزت و شخصیت به دست آورد، در حقیقت، به شخصیتی دروغین روی آورده است و حال آنکه شخصیت واقعی و راستین، برآمده از درون مایه های خود شخص و جوشیده از دست مایه های علمی و معنوی خود انسان است (شاملو، ۱۳۷۰: ۷۱). به تعبیر مولانا:

شاه آن باشد که از خود شه بود نی به مخزن ها و لشکر شه شود
تا بماند شاهی او سرمدی همچو عز ملک دین احمدی
(مولوی، ۱۳۶۲، ج ۱: ۱۴۵)

مولانا در این باره در دفتر سوم مثنوی خویش از شغالی حکایت می کند که خود را در میان خم رنگ انداخت و چون بیرون آمد و پوستش را رنگارنگ دید، ادعا کرد که طاووس شده است. شغالان چون شخصیت دروغین او را دیدند، به انگیزه بیداری او از خواب غفلت، از او خواستند که دو ویژگی طاووس را به نمایش بگذارد. نخست آنکه مانند طاووس پر بگشاید و جلوه کند:

پس بگفتندش که طاووسان جان جلوه ها دارند اندر گلستان
تو چنان جلوه کنی؟ گفتا که نی بادیه نارفته چون کوبم مینی
(همان، ج ۳: ۶۱)

عزت نفس کاذب، توهم و باور خود توان مندی و حرمت نفس را به نمایش می گذارد. شخصیت کاذب، وسیله ای غیرمنطقی، به منظور کاستن از اضطراب و نداشتن امنیت خاطر است که می خواهیم جای عزت نفس واقعی را بگیرد، اما این اتفاق نمی افتد. بسیاری از اشخاص، خواهان شخصیت و عزت نفس از راه هایی هستند که مؤثر واقع نمی شود. به جای آنکه شخصیت را از طریق آگاهی، مسئولیت و انسجام و همت دنبال کنیم، ممکن است بخواهیم با روش های کسب شهرت، کسب ثروت و دیگر روش های نادرست، به این مهم برسیم که در این صورت، خود را فریب داده ایم. شخصیت واقعی براساس درون مایه شخص و اتکا به توان مندی های فرد بنا می شود، برخلاف شخصیت دروغین که با ابزاری چون تزویر، ثروت و شبیه ساختن خویش به دیگران به دست می آید.

۳- نتیجه گیری

مولانا جلال الدین محمد بلخی که به مولانا مولوی و رومی شهرت دارد، از ارکان اربعه شعر فارسی و از بزرگترین چهره های ادبی جهان است. او آثاری ارزشمند از خود برجای گذاشته است که مشهورترین آنها مثنوی معنوی است. مثنوی معنوی چنان حضور درخشان و بی بدیلی در ادبیات فارسی دارد که نام مثنوی را به خود تخصیص داده است و هر گاه این نام شنیده می شود، مثنوی معنوی به ذهن می رسد مگر آنکه برایش قیدی دیگر بزنند یا صفتی دیگر بیآورند. مثنوی معنوی سرشار از انواع اندیشه های نغز و عمیق است و در حوزه روان شناسی نیز حرف های بسیاری برای گفتن دارد. هرچند که علم روان شناسی، دانشی نوین است که به طور ویژه از قرن هجدهم میلادی و با تلاش های لایب نیتس، فیلسوف آلمانی به صورت امروزی مطرح شد و گسترش یافت، اما اندیشه های روان شناختی از دیرباز در میان دانشمندان و علما حضور داشته است و در مثنوی معنوی نیز می توانیم جلوه های فراوانی از رهنمودهای روان شناختی را مشاهده کنیم. آنچه در این مقاله گذشت، نشان داد که مولانا در جایگاه یک پزشک جان ها و روان ها، اندیشه های عمیق و کاربردی را برای سلامت روان و در نتیجه سلامت زندگانی انسان ارائه کرده است.

فهرست منابع

- اسماعیل‌زاده قندهاری، سمانه. (۱۳۹۸). «تحلیل مقایسه ای مثنوی معنوی و روانشناسی مثبت نگر با تاکید بر روان‌درمانی». دومین کنفرانس بین‌المللی مطالعات میان رشته علوم انسانی و اسلامی ایران. - قرآن کریم.
- پارسا، محمد. (۱۳۷۲). زمینه روان‌شناسی. تهران، بعثت.
- زمانی، الهام؛ محرمی، رامین. (۱۴۰۰). «تحلیل روان‌شناختی مثنوی معنوی براساس رویکرد پذیرش و تعهد». مجله پژوهش‌های ادب عرفانی. دوره ۱۵. شماره ۱. صص ۱۹۵-۲۱۴.
- شاملو، سعید. (۱۳۷۰). روان‌شناسی بالینی. تهران: انتشارات رشد.
- شولتز، دوان‌بی. (۱۳۷۲). تاریخ روان‌شناسی نوین. ترجمه علی‌اکبر سیف و همکاران. تهران: انتشارات رشد.
- قاسمی، سید علیرضا. (۱۳۹۹). «بررسی محتوای تربیتی مثنوی معنوی از دیدگاه روانشناسی». همایش منطقه ای جایگاه تربیت در شعر و ادب فارسی.
- گلی‌زاده، پروین؛ مساعد، مینا. (۱۳۹۵). «تحلیل اندیشه های مثبت گرایانه در مثنوی معنوی از منظر علم روان‌شناسی». دو فصلنامه پژوهش‌های ادب عرفانی (گوهر گویا). دوره ۱۰. شماره ۱.
- محمدپور، احمدرضا. (۱۳۸۸). روان‌درمانی چیست؟ تهران: نشر قطره.
- مولوی، جلال‌الدین محمد. (۱۳۶۲). مثنوی معنوی. به تصحیح رینولد نیکلسون. تهران: قطره.
- نصر اصفهانی، زهرا؛ شیری، مائده. (۱۳۹۳). «هفت شیوه روان‌درمانی در مثنوی». مجله پژوهش‌های ادب عرفانی. دوره ۸. شماره ۱. صص ۱۴۵-۱۶۸.