

## مفهوم خود از دیدگاه روان‌شناسی انسان‌گرا و عرفان اسلامی

### با تأکید بر روش تطبیقی

بابک شمشیری\*، زهرا فریدونی<sup>۲</sup>

تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۱۲/۱۴ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۰۸/۱۳

#### چکیده

خودشناسی از جمله محوری‌ترین ارکان تعلیم و تربیت به‌شمار می‌رود. مفهوم "خود" به‌عنوان یکی از مباحث انسان‌شناسی، مفهومی بنیادی در روان‌شناسی به‌خصوص روان‌شناسی انسان‌گرا است. مکتب عرفان اسلامی نیز که ریشه در آموزه‌های اصیل اسلامی دارد، از جمله مکاتبی است که در سطح وسیع به موضوع "خود" و "خودشناسی" پرداخته است. هدف کلی این پژوهش، بررسی تطبیقی مفهوم خود از دیدگاه روان‌شناسی انسان‌گرا و عرفان اسلامی می‌باشد. با توجه به این هدف، ابتدا دیدگاه مازلو و راجرز به‌عنوان اصلی‌ترین نمایندگان روان‌شناسی انسان‌گرا و نجم‌الدین رازی و عزیزالدین نسفی به‌عنوان نمایندگان عرفان اسلامی بررسی و سپس به شباهت‌ها و تفاوت‌های این دیدگاه‌ها در خصوص مفهوم خود پرداخته شده است. پژوهش حاضر از نوع کیفی و با روش تطبیقی انجام شده است. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که با وجود تفاوت‌ها، شباهت‌های زیادی نیز میان این دو دیدگاه در خصوص خود و خودشناسی وجود دارد. لذا تعامل و گفتگوی سازنده میان این دو دیدگاه امکان‌پذیر است.

واژه‌های کلیدی: مفهوم خود، خودشکوفایی، روان‌شناسی انسان‌گرا، عرفان اسلامی.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

۱- دانشجویار دانشگاه شیراز.

۲- کارشناس ارشد دانشگاه شیراز.

\* نویسنده‌ی مسئول مقاله، bshamshiri@rose.shirazu.ac.ir

### مقدمه

همانطور که می‌دانیم، علوم انسانی تا حد زیادی وابسته به فرهنگ است. لذا ضروری است به‌جای گزیده‌برداری از نظریه‌ها و الگوهای تولید شده در غرب، با توجه به ملاحظات فرهنگی به تولید نظریه‌ها و الگوهای بومی و اصیل در قلمرو علوم انسانی بپردازیم. در چندین سال اخیر این امر با تأکید مقام معظم رهبری مورد توجه مسئولین و مدیران ارشد نظام نیز قرار گرفته است. از طرف دیگر تولید علم بومی به معنای نادیده انگاری علوم انسانی غربی نیست. چه بسا نظریه‌ها و مدل‌های علوم انسانی غربی هم بتوانند برای جامعه مثمر‌تر واقع شود. چرا که علیرغم برخی تعارضات با توجه به پیشینه‌ی مذهبی جوامع غربی و همچنین فطرت مشترک همه‌ی انسان‌ها، به نظر می‌رسد در برخی بنیادها و مبانی اشتراکاتی وجود داشته باشد (شمشیری، ۱۳۸۴).

واضح است که تولید علوم انسانی اصیل و بومی نیازمند برداشتن گام‌هایی است. یکی از این گام‌ها به‌کارگیری روش‌های پژوهشی مناسب است. روش مطالعات تطبیقی از جمله روش‌هایی است که می‌تواند ضمن کمک به زمینه‌سازی لازم جهت تولید علم بومی، به ما در بهره‌گیری مناسب و منطقی از نظریه‌های غربی کمک کند. بدین معنی که بتوانیم آن نظریه‌ها را با توجه به مبانی فلسفی و دینی خود بازسازی کنیم. با توجه به این هدف، مقاله‌ی حاضر درصدد است که مفهوم خود را به‌عنوان یکی از کلیدی‌ترین مفاهیم روانشناسی معاصر غربی را با این مفهوم در عرفان اسلامی که از جمله مهم‌ترین رویکردهای اسلامی در تاریخ جهان اسلام مقایسه کند. چرا که عرفا نیز غافل از این مفهوم نبوده و به شکل‌های مختلف به آن پرداخته‌اند. به نظر می‌رسد با چنین مقایسه‌ای بتوان گام به گام به تولید نظریه‌ها و الگوهای روانشناسی بومی و ایرانی اسلامی نزدیک شد.

لازم به توضیح است که مفهوم خود و خودشناسی نه تنها در روان‌شناسی و عرفان مورد توجه قرار گرفته است؛ بلکه در مذاهب و مکاتب گوناگون نیز توجه به خود و شناخت آن، همواره جایگاه ویژه‌ای داشته است. قرآن کریم، این والاترین اثر تدوینی آفریدگار آفاق و انفس، با نغزترین و ژرف‌نمایانه‌ترین تعبیرها، نفس انسانی را به تصویر کشیده و مقام و منزلت آن را به نمایش می‌گذارد. قرآن، نفس را از آیات و نشانه‌های الهی و راه پی بردن به حقانیت خداوند معرفی می‌کند (نجاتی، ۱۳۸۵، ص ۲۸).

در فلسفه نیز بر خودشناسی<sup>۱</sup> تأکید شده است. در دوران باستان و از زمان سقراط، شناخت خود جایگاه مهمی داشته است. سقراط فیلسوف اخلاق یونان، با سردادن ندای اندرزگونه معروف «ای انسان، خودت را بشناس»، بشریت را به اندیشیدن در خویش و گوهر روحانی خود دعوت کرد

### 1. Self-Knowledge

(همان: ص ۲۰). پس از او کشف‌های تازه‌ای در اهمیت خود صورت گرفت؛ به طوری که در عصر روشنگری "خود" کانون توجه قرار گرفت و موضوع کامل فلسفه شد (سولومون<sup>۱</sup>، ۱۳۷۹، ص ۲۰). اندیشمندان و فلاسفه اسلامی نیز در حوزه علم‌النفس به پژوهش و کند و کاو دست زده و هر کدام به فراخور ذوق و ظرفیت علمی خود، در این مسیر گام‌هایی برداشته‌اند. البته نمی‌توان تاثیر فلسفه یونان را بر آثار فلاسفه اسلامی نادیده انگاشت. اما این بدین معنا نیست که اندیشمندان اسلامی خود را محدود به دیدگاه‌های فلاسفه یونان کرده‌اند؛ بلکه آنان با نگاهی بدیع و نو به علم‌النفس، فلاسفه غرب را نیز مجذوب خویش نموده‌اند (طیب نیا، ۱۳۸۳، ص ۱۷-۱۸).

بی شک، این همه تاکید بر "خود" و شناخت آن، از شرق تا به غرب و از گذشته تا به امروز، نشان از اهمیت آن است و این اهمیت در دنیای مدرن نوین دو چندان شده است. دنیای پرهیاهویی که در کنار دانش و تکنولوژی، از خود بیگانگی و بحران‌های روحی را نیز برای بشر به ارمغان آورده است. در چنین روزگاری نگاهی دوباره و تازه به انسان، آن هم از چشم انداز مکاتبی که در این باره حرفی برای گفتن دارند، خالی از فایده نیست.

با توجه به اهمیت مفهوم "خود" به عنوان یکی از ارکان تعلیم و تربیت (شمشیری، ۱۳۸۵، ص ۲۸۴)، هدف کلی این پژوهش، بررسی تطبیقی مفهوم خود از دیدگاه روانشناسی انسان‌گرا و عرفان اسلامی می‌باشد. به منظور رسیدن به این هدف، ابتدا دیدگاه مازلو و راجرز به عنوان اصلی‌ترین نمایندگان روانشناسی انسان‌گرا و نجم‌الدین رازی و عزیزالدین نسفی به عنوان نمایندگان عرفان اسلامی بررسی و سپس به شباهت‌ها و تفاوت‌های این دیدگاه‌ها در خصوص مفهوم خود پرداخته شده است.

پژوهش حاضر که از نوع تحقیقات کیفی است، با رویکردی غیر پدیدایشی به استخراج مقوله‌های مورد نظر پرداخته است. داده‌های مورد نیاز با روش اسنادی جمع‌آوری شده است. بدین صورت که محقق خود به عنوان ابزار تحقیق، از طریق غور در منابع مربوط شامل کتاب‌ها و مقاله‌های نگارش یافته در ارتباط با دیدگاه‌های راجرز و مازلو و همچنین آثار نگارش یافته توسط نجم‌الدین رازی و عزیز نسفی و مقالات و کتاب‌های مرتبط با آنها، به جمع‌آوری داده‌ها پرداخته است.

تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده نیز با رویکرد توصیفی-تفسیری صورت گرفته است. پژوهش‌گر در این رویکرد علاوه بر توصیف وارد درجاتی از تفسیر شده و داده‌ها را تا حدودی تفسیر می‌کند (بلنکی<sup>۲</sup>، ۱۹۹۲، ص ۱۲۲، به نقل از میکات و مورهاوس).

- 
- 1.Solomon
  - 2.Belenky

در این تحقیق به منظور مقایسه‌ی دیدگاه‌ها از روش تطبیقی استفاده شده است. روش تطبیقی یکی از مهم‌ترین و کاربردی‌ترین روش‌های تحقیق در گستره علوم انسانی است که به مدد آن می‌توان ایده‌های جدیدی را در این حوزه تولید و شکوفا کرد. این روش می‌تواند به‌طور مداوم برای آینده طرح مساله کرده و داده‌های ذهنی جدیدی را به‌وجود بیاورد (صادقی شهپر، ۱۳۸۷: ۷۷-۷۶). روانشناسی نیز به‌عنوان یکی از شاخه‌های علوم انسانی می‌تواند از این روش بهره برده و با تطبیق نظریه‌های غربی و آنچه در میراث فرهنگی کشورمان وجود دارد، گام به گام به سمت ایجاد یک روان‌شناسی بومی پیش رود.

یکی از روش‌های مورد استفاده در مطالعات تطبیقی روشی است که بردی<sup>۱</sup> پیشنهاد کرده و شامل چهار مرحله است.

۱- مرحله‌ی توصیف: در این مرحله پژوهنده باید به توصیف نمودها و پدیده‌های مورد تحقیق بر اساس شواهد و اطلاعاتی که از منابع مختلف به‌دست آورده، بپردازد.

۲- مرحله‌ی تفسیر: این مرحله شامل واری‌اطلاعاتی است که در مرحله‌ی اول، پژوهشگر به توصیف آن پرداخته است.

۳- مرحله‌ی همجواری: طی این مرحله اطلاعاتی که از صافی اولیه گذشته است، طبقه‌بندی شده و کنار هم قرار می‌گیرند و چارچوبی فراهم می‌شود که راه را برای مرحله‌ی بعدی، فراهم می‌کند.

۴- مرحله‌ی مقایسه: در این مرحله مساله‌ی تحقیق، دقیقاً با توجه به جزئیات در زمینه‌ی تشابهات و تفاوت‌ها مورد بررسی و مقایسه قرار می‌گیرد (آقازاده، ۱۳۷۱: ۷۴).

### بحث و بررسی

#### روان‌شناسی انسان‌گرا

در قرن نوزدهم در اروپا دو مکتب، اصالت وجود و پدیدارشناسی با عقاید انسان‌گرایانه ظهور کردند. این دو تفکر، تحریکاتی را در دیگر زمینه‌ها و از آن جمله در زمینه‌ی روانشناسی برانگیخت. تلاش و کوشش پدیدارشناسان و وجودگرایان به ظهور پدیده‌های انسان‌گرایی در آمریکا و ایجاد نیروی سوم در برابر مکاتب پر نفوذ رفتارگرایی و روانکاوی منتهی شد. فصل‌الخطاب همه این دیدگاه‌ها، پرداختن به انسان به منزله یک فرد است. فردی با مشکلات و مسائل شخصی و منحصر به فرد انسانی که تجارب و عملکرد او به‌صورت یک کل تایید می‌شود و باید محور اساسی مباحث روانشناسی را تشکیل دهد (کبیر، ۱۳۸۳).

روانشناسان انسان‌گرا با دیدی نو به ماهیت انسان می‌نگرند. انسانی که آنها می‌بینند با آنچه رفتارگرایی و روانکاوی یعنی اشکال سنتی روان‌شناسی ترسیم می‌کنند، متفاوت است. روانکاوی و

1. Brady

رفتارگرایی از استعداد بالقوه آدمی برای کمال و آرزوی او برای بهتر شدن از آنچه هست بحث نکرده‌اند. در واقع، این نگرش‌ها تصویر بدبینانه‌ای از طبیعت انسان به دست می‌دهند. رفتارگرایان، آدمی را پاسخگوی فعل‌پذیر محرک‌های برونی و روانکاوان او را دستخوش نیروهای زیست‌شناختی و کشمکش‌های دوره کودکی می‌پندارند. اما آدمی از نظر روانشناسان کمال، بسی بیش از اینهاست. روانشناسان کمال در عین آنکه تاثیر محرک‌های برونی، غریزه‌ها و کشمکش‌های درونی را بر شخصیت نفی نمی‌کنند، آدمیان را نیز دستخوش دگرگونی ناپذیر این نیروها نمی‌دانند. آنها معتقدند که ما باید رشد و پرورش یابیم و از حد نیروهایی که بالقوه بازدارنده هستند بگذریم (شولتز، ۱۳۸۲، ص ۷-۶).

### عرفان اسلامی

هنگامی که پرتو درخشان آیین مقدس اسلام، با معارف شکوفا، پربار، بالنده و الهی، سراسر جهان ظلمانی را روشن ساخت و مسلمانان و جویندگان حقیقت و کمال انسانی را از چشمه‌ی زلال دانش و معرفت سیراب کرد، همگان را برانگیخت تا از جنبه‌های گوناگون، در باب توحید و شناخت حق و راه‌های وصول به حقیقت مطلق و غایت و نهایت وجود بیندیشند، بدین روی، از حق تعالی و قرآن کریم و احادیث و سیرت نبوی و پیشوایان دین مدد جستند و اندیشه عالی خداشناسی و سیر و سلوک طریق معرفت را رشد داده و پروراندند و به صورت مکتبی پراج و بسیار بزرگ و پهناور درآوردند و شیوه حرکت و سیر در راه تعالی و تکامل انسان را آموختند. این اندیشه تابناک و این سیر و سلوک یک مکتب فکری، علمی و عملی پدید آورد که عرفانش نامیدند(سجادی، ۱۳۷۲، ص ۹۵).

عرفان که به لحاظ ریشه لغوی بر نوعی شناخت و بینش دلالت دارد را در اصطلاح چنین می‌توان تعریف کرد: نوعی شناخت و معرفت مستقیم که فراحسی و فراعقلی است و فرایند رفع موانع و کشف حجاب‌های قلب با نوعی سلوک یا جذب آن را میسر می‌کند و بدین سان عارف به باطن، غیب و وحدت اصیل نهفته در وراء ظواهر و کثرت‌ها وقوف می‌یابد. این روند سیر انفسی دارد و مستلزم کمال نفس است و از راه خودشناسی و اشراق درون حاصل می‌شود(رحیمیان، ۱۳۸۳، ص ۵).

عرفان اسلامی نخست در قالب عرفان عملی و شیوه‌های زیست عارفانه در قرن نخست اسلام تحقق یافته و سپس با جمع آوری دستاوردهای معرفتی عارفان مزبور در مجموعه‌های مدون اندیشه و مکتوبات اهل این طریق رواج یافته است. در حالی که سرمایه عارفان عملی جز قلب پاک و نیت خالص در اعمالشان چیز دیگر نیست و طی تمامی مراحل معنوی با همین سرمایه آغاز شده و سپری می‌شود، عرفان نظری در بعد فراگیری و تعلیم و تعلم بر علوم متعددی از منطق گرفته تا

فلسفه و کلام و آشنایی با اقوال و مکاشفات و یافته‌های عرفانی مبتنی است (رحیمیان، ۱۳۸۳، ص ۹-۱۰).

### مفهوم خود از دیدگاه مازلو و راجرز

مازلو از خود تحت عنوان فطرت درونی یا هسته درونی نام برده است. به باور وی همه انسان‌ها از این فطرت درونی ذاتی برخوردارند. این هسته درونی شبه‌غریزی است و خود را به شکل گرایش‌های فطری و تمایلات درونی نشان می‌دهد. وی معتقد است اگر چه این هسته درونی شبه‌غریزی است ولی شباهت زیادی به غرایز حیوانات رده پایین‌تر ندارد و به روشنی و با صراحت به انسان نمی‌گوید چگونه عمل کنند. بلکه فطرتی ضعیف، ظریف و لطیف است که به راحتی تحت تأثیر یادگیری، انتظارات فرهنگی، ترس و نظایر آن، سرکوب یا فراموش می‌شود و تنها در فرهنگی که مؤید فطرت انسان است رشد می‌کند و شکوفا می‌شود (مازلو، ۱۳۷۱، ص ۲۰۹).

در روان‌شناسی راجرز نیز، مفهوم "خود" به قدری حایز اهمیت است که نظریه او را اغلب "نظریه خود" می‌نامند. کارل راجرز در نوشته‌های خود گفته است که چگونگی نگرش فرد به خویشتن مهم‌ترین عامل در پیش‌بینی رفتار اوست؛ زیرا درک واقع‌گرایانه واقعیت‌های بیرونی و شرایطی که شخص در آن قرار دارد به موازات هم پیش می‌روند. خود حاصل رشد سریع بخش‌های معینی از تجارب فرد است (دی. نای، ۱۳۸۱، ص ۱۴۳). کودک در دوران شیرخوارگی یکی از جنبه‌های تجربه خود را از جنبه‌های دیگر متفاوت یا جدا می‌کند. این جنبه، "خود" اوست که با کاربرد بیش از پیش واژه‌های "به من" و "مال من" نمایان می‌شود. کودک شیرخوار توانایی آن را می‌یابد تا آنچه را متعلق به او یا جزیی از اوست، از سایر چیزهایی که می‌بیند و می‌شنود و لمس می‌کند و می‌بوید تشخیص دهد و تصویری از خود بیابد (شولتز، ۱۳۸۲، ص ۴۴).

بنا به اعتقاد راجرز، انسان‌ها استعداد آگاهی از کل تجارب خود را دارند، ولی دستیابی به این آگاهی مستلزم باز و حساس بودن نسبت به این تجارب است. این امر ممکن است از سوی افراد مهم زندگی کودک مثل والدین در دوران کودکی یا دوستان صمیمی و نزدیک دوره بلوغ مورد تشویق قرار بگیرد یا نگیرد. در صورتی که این افراد مهم پذیرای همه تجارب گوناگون فرد باشند، خودپنداره این شخص احتمالاً از غنای بسیاری برخوردار خواهد شد و بر اساس معیارهای دیگران شکل نخواهد گرفت (دی. نای، ۱۳۸۱، ص ۱۴۳). طبق نظر راجرز دو نوع "خود" وجود دارد؛ خوداجتماعی و خودواقعی. دیدگاه پدیدارشناسی وی حکایت از این دارد که برداشت درونی و تجربه‌های درونی انسان، واقعیت وجودی او را تشکیل می‌دهد (راجرز، ۱۳۹۰، ص ۱۴۱). وی ندهالی درونی و عمیق وجود انسان را خویشتن واقعی او قلمداد می‌کند (همان: ص ۲۱۳).

راجرز و مازلو هر دو معتقدند که سرشت درونی انسان پاک و نیک است و چنانچه جامعه یا نظم اجتماعی آن را همان‌گونه که هست بپذیرد و تحمیلی بر آن وارد نکند، به رشد و شکوفایی می‌رسد. آنها به استعداد بالقوه انسان برای رشد و شکوفایی معتقدند. رشد و خودشکوفایی از نظر مازلو و راجرز، فرایندی تدریجی و گام به گام است. مازلو این مراحل را در هر می از نیازها به تصویر کشیده است. بدین صورت که در هر مرحله نیازی از نیازهای انسان ظاهر می‌شود و با رفع آن، فرد قدم به مرحله‌ی بعد می‌گذارد تا به آخرین و بالاترین مرحله یعنی خودشکوفایی می‌رسد. راجرز نیز معتقد است که خودشکوفایی مسیری است که در ابتدا جنبه فیزیولوژیک دارد و با رشد فرد به سمت جنبه‌های روانی سوق می‌یابد. راجرز و مازلو خودشناسی را شناخت استعدادها و توانایی‌های بالقوه و هم‌چنین احساسات و ندهای درونی می‌دانند. آنها معتقدند که "خودواقعی" انسان تحت تاثیر فرهنگ، جامعه و نظام اجتماعی سرکوب شده و در لایه‌ای از حجاب محو می‌شود. لذا شناخت آن نیز امری دشوار است و نیازمند جرات و تلاش فراوان است که با کمک مشاور و در فضایی آکنده از عشق، محبت و اعتماد تا حدودی تسهیل می‌شود.

#### مفهوم خود از دیدگاه نجم‌الدین رازی و عزیز نسفی

از بررسی دیدگاه نجم‌الدین رازی روشن شد که "نفس" مفهومی است که معادل "خود" به کار رفته است. نجم معتقد است که نفس دارای لایه‌ها و مراتب مختلفی است که در هر لایه آگاهی نفس نسبت به خودش بیشتر می‌شود. اولین لایه، نفس اماره است. نفس اماره جنبه‌ای از نفس است که شهوات و تمتعات نفسانی و حیوانی غالب است و بعد جسمانی نفس، فرمان‌دهنده و امیر است (رازی، ۱۳۵۲، ص ۳۸۸). همه نفوس موصوف به صفت امارگی هستند (حتی نفس نبی)؛ و به واسطه‌ی تربیت به کمال استعداد خود می‌رسند (همان: ص ۳۶۹).

نفس لوامه دومین لایه‌ی نفس است. در این لایه، نفس نسبت به ماهیت بد خود و روی آوردنش به شهوات دنیوی آگاه می‌شود و خود را ملامت می‌کند (همان: ص ۳۵۷).

سومین لایه، نفس ملهمه است که در آن نفس تا حدودی از بند و حجاب خود رهایی پیدا کرده و نسبت به صلاح و فساد خود آگاه می‌شود و در نهایت توفیق می‌یابد که به ترک باطل و پیروی از حق بپردازد و از صفات ذمیمه پاک گردد (همان: ص ۲ - ۳۶۱). از آنجا که نفس انسان در این مرحله به الهامات مشرف می‌شود، فرد به جای تبعیت از طبیعت حیوانی خود از نور الهام خداوندی بهره می‌گیرد (همان: ص ۳۶۶).

نفس مطمئنه چهارمین لایه‌ی نفس است و در این لایه از نفس، تمام لذات و شهوات حیوانی ساکت شده و نفس به اطمینان و آرامش خاطر می‌رسد. در این مرحله است که سالک خود مجازیش را رها می‌کند و به اتحاد با معبود خود می‌رسد (همان: ص ۳۸۳).

نسفی نیز همچون نجم و دیگر عرفا قایل به وجود مراتب و مراحل "خود" است. هرچند نسفی عقاید خود را به روشنی بیان ننموده است، اما چنین به نظر می‌رسد که وی از روح به‌عنوان حقیقت وجودی انسان نام برده است (نسفی، ۱۳۸۴، ص ۱۱۲). با وجودی که نجم و نسفی هریک واژگان متفاوتی را در مورد "خود" به کار برده‌اند؛ اما روشن است که از حقیقتی واحد سخن می‌گویند. گوهری که با وجود لایه‌ها و مراتب گوناگون دارای سرشتی واحد و جوهری ثابت است. در نگاه نجم و نسفی، سرشت و حقیقت وجودی انسان منشایی الهی دارد و در ارتباط با خالق هستی معنا می‌یابد. آنها معتقدند که استعداد کمال به‌طور بالقوه در انسان وجود دارد و با تربیت تدریجی و مرحله به مرحله به ظهور می‌رسد. در این مسیر سالک با کمک شیخی کامل و از طریق درون‌نگری تمام حجاب‌ها و موانع را کنار می‌زند و به کمال نهایی یعنی اتحاد با معبود می‌رسد.

### انسان، استعداد کمال و خود واقعی

انسان‌گراها و عرفا هر دو بر کرامت و برتری انسان تأکید دارند و برای انسان جایگاه والایی را در نظر می‌گیرند. انسان‌گراها انسان را موجودی توانا می‌پندارند که قادر است استعداد بالقوه‌ی خود را شکوفا کند. آنها بر خلاف پیشینان خود که نگاهی ابزارگونه به انسان داشته و طبیعت وی را ناتوان و درمانده می‌پنداشتند، به اهمیت و قابلیت کمال او توجه نمودند. توجه به شان و منزلت انسان در عرفان اسلامی سال‌ها پیش از انسان‌گراها مورد توجه قرار گرفته است. انسان در نگاه عرفانی آینه تمام‌نمای صفات الهی است. او کسی است که بی‌واسطه و به اشارت "کن . پدید آمد و" با خلعت اضافت یاء «من روحی» بر جملگی ممالک روحانی و جسمانی عبور دادند و در هر منزل و مرحله آنچه زبده بود و جملگی و خلاصه‌دفاین و ذخایر آن مقام بود در موبک او روان کردند و او را در مملکت انسانیت بر تخت قالب به خلافت بنشانند و در حال جملگی ملاً اعلی از کروی و روحانی پیش تخت او به سجده درآمدند (رازی، ۱۳۵۲، ص ۸۶). به تعبیر نسفی، انسان نسخه‌ای از جهان است و زبده و خلاصه موجودات. به همین دلیل وی انسان را به جای توجه به بیرون به تأمل و تدبیر در درون دعوت می‌کند (نسفی: ۱۳۵۱، ص ۵۳). نجم نیز با چنین دیدگاهی نسبت به انسان از او می‌خواهد که قدر خود را بشناسد، به چشم حقارت به خود نگاه نکند و استعداد انسانیت خود را در راه تحصیل صفات حیوانی صرف نکند (رازی، ۱۳۵۲، ص ۸۲).

ترا از دو گیتی برآورده‌اند      بچندین میانجی بپرورده‌اند

نخستین فطرت پسین شمار      تویی خویشتن را ببازی مدار (همان: ص ۸۲).  
انسان‌گراها "خود" را به‌عنوان یک محصول نهایی معرفی نکرده‌اند. بلکه از استعدادهای بالقوه‌ای سخن گفته‌اند که به تدرج و مرحله به مرحله تحقق می‌یابد. عرفا نیز معتقدند که استعداد کمال در سرشت انسانی نهفته است و انسان با طی مدارج مختلف آن را به ظهور می‌رساند. به باور نجم،



نفس انسان مستعد آینگی است و برای رسیدن به کمال آینگی نیازمند تربیت است. همان‌گونه که آهن را از معدن استخراج می‌کنند و «با لطایف‌الحیل پرورش گوناگون می‌دهند در آب و آتش و به دست چندین انسان گذر می‌کند تا آینه شود». تربیت نفس نیز کار دشواری است و نیازمند پیمودن مهالک بسیار است و طی این طریق می‌بایست به تدریج و تدرج صورت پذیرد(همان: ص ۳).

بنابراین هر دو دیدگاه به وجود استعداد کمال و تحقق خود به‌عنوان یک هدف مهم، امری تدریجی و گام به گام اعتقاد دارند. با این وجود کمالی که انسان‌گراها از آن سخن می‌رانند، در جهان مادی و تجربی و در ارتباط با خود انسان قابل تحقق است. اما حیطه‌ی این کمال در عرفان اسلامی فراتر از جهان مادی است. این امر به تفاوت "خودواقعی" در نزد آنها برمی‌گردد. چرا که کمال در هر دو دیدگاه به معنای تحقق و رسیدن به "خودواقعی" است. "خودواقعی" نزد انسان‌گراها خود انسانی و تجربی است. اما عرفا "خودالهی" را واقعی می‌دانند. آنچه که عارف با اتحاد با معبود و در مرحله‌ی نفس مطمئنه به آن می‌رسد. عرفا خود تجربی انسان را نفی نمی‌کنند و بلکه از آن می‌گذرند. به بیانی دیگر آنها در پی دستیابی به لایه‌های عمیق‌تری هستند که انسان‌گراها آن را نادیده گرفته‌اند. با توجه به این مساله می‌توان به تفاوت در روش‌شناسی این دو دیدگاه نیز پی برد. انسان‌گراها روشی پدیدارشناسانه<sup>۱</sup> را برگزیده‌اند و عرفا با نگاهی عمیق‌تر روشی باطنی؛ آنچه که امروزه از آن تحت عنوان هرمنوتیک<sup>۲</sup> نام می‌برند. با توجه به آنچه بیان شد، می‌توان گفت که حیطه‌ی دید انسان‌گراها در ارتباط با "خود" از منظر نجوم رازی تا نفس لوامه یا حداکثر ملهمه است.

### عوامل موثر در رشد خود

#### نیازهای اساسی

انسان‌گراها ارضای نیازهای فیزیولوژیک و اساسی را یکی از پیش شرط‌های تحقق "خود" می‌دانند. عرفا نیز وجود سلامت جسمانی را برای سلوک ضروری می‌دانند. از طرفی دیگر آنها محو کمال نفس اماره را نیز توصیه نمی‌کنند. همان‌گونه که نجوم، نفس اماره را سرچشمه‌ی آب حیات دانسته و آن را راهی برای رسیدن به کمال نهایی قلمداد می‌کند(همان: ص ۳۳۵)، وی صفات مذموم نفس (همچون هوا و غضب) را در جهت رشد و تکامل نفس ضروری می‌داند و حتی معتقد است که نقصان ویژگی‌های نفس، بی‌غیرتی، کسالت، ذلت و فرومایگی به بار می‌آورد(همان: ص ۱۷۸-۱۷۹).

۱- پدیدارشناسی در روان‌شناسی نوعی نگرش مشتمل بر کشف بی‌غرضانه آگاهی و تجربه پدیده‌ها است به همان صورتی که در آگاهی ظاهر می‌شوند (میزبک و سکستون، ۱۹۸۵).

۲- هرمنوتیک فرایند کشف رمز است که از محتوا و معنای آشکار تا معنای ناپیدا و مکتون پیش می‌رود؛ نظامی است که توسط آن پرده از مفاهیم عمیقی که در پس معنای آشکار قرار دارند برداشته می‌شود (فتحی، ۱۳۸۴: ۱۶۴).

۱۸۱). نفسی نیز ترک نیازهای ضروری را جایز ندانسته و بیان می‌کند که: «آدمی را قوت و لباس و مسکن به قدر ضرورت ضروری است؛ اگر جمله را ترک کند محتاج دیگران شود و طمع پدید آید و طمع ام‌الخبائث است» (نفسی، ۱۳۵۱، ص ۲۲).

مسلمان هر کدام از این خصائل مذموم، خود مانعی در رسیدن به کمال و خودشناسی انسان محسوب می‌شوند. نفس اماره زمانی مورد سرزنش قرار می‌گیرد که فرد را به تسخیر درآورد و سالک در همان مرحله متوقف بشود و به مرتبه بالاتر صعود ننماید.

ذکر این نکته نیز لازم است که انسان‌گراها برخلاف تصور رایج، با ارضای بیش از حد نیازها مخالف هستند. همچنین آنها نیز توقف در هر یک از مراحل را نشان از مشکل و رشد ناقص می‌دانند (مازلو، ۱۳۷۱، ص ۱۸۳).

### راهنما و مشاور

در هر دو دیدگاه بر نقش راهنما و هادی در خودشناسی تأکید شده است. مازلو یکی از راه‌های خودشناسی را روان‌درمانی و مشاوره می‌داند. در این فرایند مشاور نه در مقام یک معلم بلکه به عنوان یک یاری‌گر، به فرد کمک می‌کند تا خود را شناخته و عمیق‌ترین ارزش‌های خود را کشف کند (مازلو، ۱۳۷۴، ص ۸۵).

از نظر راجرز نیز، منبع کنترل در درون انسان است. مشاوره و روان‌درمانی قابلیت‌ها و استعدادهایی که از پیش در نهاد بشر وجود دارد را آزاد ساخته و به رشد می‌رساند (قاضی، ۱۳۸۳، ص ۶۲). مشاور به مراجع یاری می‌کند تا او در درون خود کاوش کند، توانایی‌ها، استعدادها و ویژگی‌های شخصیتی خود را کشف کرده و سرانجام به خودشناسی برسد. ضمن این خودکاوشی، مراجع تصویر به نسبت درست و واقع بینانه‌ای از خود به دست می‌آورد و انتظارهای خود را با توانمندی‌های خود تطبیق می‌دهد (همان، ص ۱۶۶ - ۱۶۷). در فرآیند درمان، فرد نه تنها از احساسات و نگرش‌های درونی‌اش آگاه می‌شود، بلکه از واقعیت‌هایی که در خارج از او وجود دارد نیز آگاهی بیشتری پیدا می‌کند (راجرز، ۱۳۹۰، ص ۱۴۲).

نجم نیز معتقد است که سیر و سلوک و تربیت نفس بدون همراهی شیخ و مقتدا امکان پذیر نیست. «بدانک در سلوک راه دین و وصول به عالم یقین از شیخی کامل راهبر راهشناس صاحب ولایت صاحب تصرف گریز نباشد». هر چند که در ابتدای راه به شیخ و مرشد نیازی نیست و آنچه که مهم و آغازگر راه است میل و اراده فرد است و هنگامی که مرید اراده کند و طالب تربیت نفس شود، حضور شیخ و راهبر ضرورت می‌یابد. چرا که راه دشوار است و خطرات و شبهات بسیار. هر کس که بخواهد بدون شیخ طی طریق کند در ورطه‌ی تخیلت فاسد هلاک می‌شود و استعداد کمالش ضایع می‌شود (رازی، ۱۳۵۲، ص ۲۲۹). «در بیابانی چنین بی‌پایان یقین باشد که بی‌دلیلی دیده بخش

نتوان رفت.» و همان‌گونه که اگر طبییی بیمار شود، نمی‌تواند خود را معالجه کند «بر خویشتن و علم خویش اعتمادی نیست» (همان: ص ۲۵۵).

نجم‌الدین به زیبایی به نقش انگیزشی و روان‌شناسانه شیخ اشاره نموده است. وی معتقد است که شیخ، همچون طبییی حاذق است که به معالجه و تسکین امراض و دردهای درون سالک می‌پردازد. به علاوه مشکلات و امتحانات فروانی بر سر راه مرید سالک وجود دارد که باعث می‌شود شوق طلب در وی رو به سردی نهد و از ادامه راه ملول و نومید شود ولی شیخ با «لطایف‌الحیل قبض و ملامت و فسردگی از طبع او بیرون برد و به عبارات و اشارات لطیف داعیه شوق در باطن او پدید آرد» (همان: ص ۲۳۰).

نجم رازی، هرکسی را شایسته مقام شیخی نمی‌داند. به باور وی، تنها کسانی به این مقام می‌رسند که تمام مراحل سلوک را طی کرده باشند و از راه و بیراه آن آگاهی تمام یافته باشند. شیخ که مصداق یک انسان کامل است، باید عاقل، سخاوتمند، شجاع، عفیف، بلندهمت، مهربان، صبور، خوش خلق، باگذشت، کریم، اهل تسلیم و رضا، باوقار، باسکون، ثبات و با هیبت باشد (همان: ص ۲۴۴).

نسفی نیز همچون دیگر عرفا، بر نقش پیر و مرشد در تربیت و پرورش سالک تاکید نموده است. به زعم وی، سالک هر چند که مستعد باشد و به ریاضت و مجاهدت مشغول شود، باز هم بدون هادی و همراهی دانا، به مقصد نمی‌رسد و لذا یک لحظه همراهی دانا بهتر از سال‌ها ریاضت، بدون راهنما و دلیل است (نسفی، ۱۳۸۴، ص ۷۸-۷۹). همان‌گونه که «میوه بیابانی که خود رسته باشد، هرگز برابر نباشد با میوه بستانی که باغبان او را پرورده باشد. هر سالکی که صحبت دانا نیافته باشد، هرگز برابر نباشد با سالکی که صحبت دانا یافته بود» (همان: ص ۱۴۰). وی نیز تربیت و پرورش مراتب کمال بالقوه در انسان را در گرو صحبت دانا می‌داند (همان: ص ۱۳۹).

نقش مشاور در نگاه روان‌شناسان انسان‌گرا تا حدودی به نقش شیخ و مرشد در مکتب عرفان نزدیک است. مرشد و مشاور هر دو در یک رابطه انسانی با هدف تعدیل و ارتقای روح و روان مرید یا مراجع و تسهیل فرآیند خودشناسی، وی را یاری می‌دهند. مراجع با کمک مشاور به کاوش در درون خود می‌پردازد و توانایی‌ها و استعدادهای خود را کشف می‌کند. شیخ نیز به مرید کمک می‌کند تا با درون‌نگری از نقاط ضعف و قوت، تمایلات و احساس‌های خود آگاه شود و به کمال‌نهایی برسد. در این مسیر آن‌چه از نظر هر دو دیدگاه در درجه اول اهمیت قرار دارد اختیار و اراده فرد است و تا زمانی که وی میل و انگیزه‌ای به سوی خودشناسی و تغییر نداشته باشد، نقش مشاور یا مرشد نیز موثر واقع نمی‌شود.

مازلو و راجرز گام بعدی را ایجاد یک رابطه‌ی عاطفی و صمیمانه توسط مشاور می‌دانند. نجم نیز، این رابطه و صمیمیت را لازم می‌داند. با این تفاوت که در نگاه وی، مرید است که بر جمال ولایت شیخ عاشق می‌شود و به او دل می‌بندد " و چون مرید صادق، جمال شیخی در آینه دل مشاهده کرد، در حال بر جمال او عاشق شود و آرام ازو برخیزد. منشا این جمله سعادات این عاشقی است و تا مرید بر جمال ولایت شیخ عاشق نشود، از تصرف ارادت و اختیار خویش بیرون نتواند آمد و در تصرف ارادت شیخ نتواند رفت" (رازی، ۱۳۵۲، ص ۲۴۰). این صمیمیت و عشق چه از جانب مرید باشد و چه از جانب مراد به تسهیل فرایند خودشناسی کمک می‌کند.

راجرز، اولین ویژگی یک مشاور را رشد و خودآگاهی می‌داند. وی معتقد است فردی که به خویشتن واقعی خود رسیده است، گفتار و کردارش هماهنگ است و در نتیجه مراجع نیز به او اعتماد می‌کند. شیخ نیز فردی است که تمام مراحل و مهالک را پشت سر گذاشته و به مرتبه‌ی کمال رسیده است و به همین دلیل شایستگی چنین مقامی را یافته است. روان‌شناسان انسان‌گرا خوش خلقی را یکی دیگر از ویژگی‌های مشاور می‌دانند. نجم نیز در کنار خوش‌خلقی، ویژگی‌های دیگری چون سکون، وقار، صبر، گذشت، هیبت و... را نام برده است (رازی، ۱۳۵۲، ص ۲۴۴).

با این وجود، نقش پیر و مرشد در عرفان اسلامی مهم‌تر و پررنگ‌تر از نقش مشاور نزد راجرز و مازلو است. چرا که شیخ در تمام مراحل کمال، سالک را همراهی می‌کند؛ ولی حضور مشاور تنها در برهه‌ای از زمان و تنها در صورتی که فرد با مانعی روبرو شود، ضروری است و البته که سالک مسیری بس دشوارتر و طولانی‌تر در پیش دارد و با موانع بیشتری روبروست. «شیخ در این فرایند نه تنها در مقام یک راهنما بلکه در مقام یک روان‌شناس نیز ایفای نقش کرده و در مواقع لازم ایجاد انگیزه می‌کند» (شمشیری، ۱۳۸۵، ص ۲۸۱).

### عشق

عشق یکی دیگر از ابزارهای خودشناسی است که در هر دو دیدگاه مورد توجه قرار گرفته است. عشق و محبت یکی از پیش نیازهای اساسی و مهم خودشکوفایی در نزد انسان‌گراها است. مازلو ارضای این نیاز را همچون نیازهای دیگر ضروری و پایداری جامعه را در گرو ارضای عشق و محبت می‌داند. همچنین ناکامی در ارضای این نیاز را علت اصلی ناسازگاری و آسیب‌های روانی قلمداد می‌کند (مازلو، ۱۳۶۷، ص ۸۱). وی معتقد است عشق نه تنها توانایی‌های بالقوه را ادراک می‌کند، بلکه آنها را نیز شکوفا می‌کند. عدم وجود محبت باعث سرکوب و حتی محو این توانایی‌ها می‌شود. از آنجا که رشد شخصیتی نیازمند اعتماد به نفس و شجاعت است؛ عدم دریافت محبت از سوی والدین پیامدهایی همچون تردید از خود، اضطراب و احساس بی‌ارزشی را به همراه دارد که همگی موانعی برای رشد و خودشکوفایی به‌شمار می‌آیند (مازلو، ۱۳۷۱، ص ۱۱۸).

مازلو دو نوع عشق را مطرح می‌کند: (۱) عشق کمبودی، (۲) عشق بودنی. نیاز اساسی یا نیاز کمبود مدار به عشق، یک نوع دل مشغولی خودخواهانه یا جلب عشق و محبت دیگران است. اما وقتی نیاز به این عشق نسبتاً رفع شود، می‌توانیم به دیگران عشق بورزیم. مازلو این نوع عشق را "عشق بودنی" نامیده و بین آن و نیاز رده پایین‌تر به عشق فرق می‌گذارد. "عشق بودنی" یا عشق پخته موقعی امکان‌پذیر می‌شود که نیازهای اساسی شخص به‌طور کامل ارضا شده باشد و شخص در مسیر خودشکوفایی گام بردارد (رایکمن، ۱۳۸۷، ص ۴۴۹). عشق بودنی، عشقی لذت‌بخش و باشکوه است که افراد سالم آن را بدون هرگونه توقع پاداش و به خاطر نفس عشق تجربه می‌کنند؛ نه وسیله‌ای برای دستیابی به هدف (مازلو، ۱۳۶۷، ص ۲۶۸).

مازلو در کتاب انگیزش و شخصیت<sup>۱</sup> (۱۹۷۰) تصویری مثبت از عشق افراد سالم به ترسیم می‌کشد. وی عشق را اشتیاق و محبت توأم با لذت و شادی، رضایت و وجد و شعف توصیف می‌کند. همچنین رابطه‌ی عشقی سالم را موثرترین راه پر کردن شکاف بین دو انسان جدا از هم می‌داند. مازلو یکی از مهم‌ترین اثرات عشق بودن را کنار رفتن دفاع‌ها می‌داند. بدین معنی که فرد بدون هر نوع پنهان کاری، تظاهر، سلطه‌گری یا تاثیرگذاری، خود را در نهایت یکرنگی ابراز می‌کند (همان).

ادراک کارآمد و نافذ یکی دیگر از نتایج عشق سالم است که مازلو به آن اشاره کرده است. عاشق در وجود محبوب خود خصایصی را می‌بیند که دیگران نمی‌بینند. یعنی می‌تواند به‌گونه‌ای نافذتر و دقیق‌تر ادراک کند. وی این اعتقاد را که عشق انسان را کور می‌کند، رد می‌کند و معتقد است که فقدان عشق و محبت است که انسان را کور می‌کند (مازلو، ۱۳۷۱، ص ۶۲).

مازلو به نقش کلیدی عشق در یک رابطه‌ی آرمانی خوب با انسان‌های دیگر به ویژه با کودکان اشاره کرده و وجود این محبت را در تدریس ضروری می‌داند. همچنین معتقد است که در روابط خود با جهان طبیعی نیز نیازمند این عشق هستیم. چرا که تنها "عشق بودنی" انسان را قادر می‌سازد که به جای برخوردی ابزارگونه با طبیعت در صدد رعایت حقوق آن بر آید (همان، ص ۲۲۳).

به باور نجم، عشق آتش سوزانی است که شعاع آن سراسر عالم هستی را فراگرفته است و به واسطه‌ی همین عشق است که همه‌ی کائنات تسبیح‌گویان رو به جانب معشوق ازلی می‌نهند «هیچ ذره از ذرات کائنات از ملک و ملکوت نماند که در وی سَری از اسرار محبت تعبیه نکردند تا هیچ ذره از محبت خالق خویش بقدر استعداد خالی نباشد و بدان زبان حال خوش حضرت عزت را حمد و ثنا می‌گویند» (رازی، ۱۳۵۲، ص ۶۱).

وی معتقد است که محبت ویژگی ذاتی انسان است و تخم عشق را در همان ابتدای خلقت در زمین دل‌ها انداختند. به بیانی دیگر، روح پیش از تعلق به جسم و سابق بر صفات دیگرش از موهبت

محبت بهره‌مند گشته است (همان: ص ۴۴). به زعم وی، محبت و عشق قابلیت تربیت و پرورش را دارد و « برای به کمال رساندن این محبت، روح را به قالب پیوستند» (همان: ص ۴۳). همان‌گونه که مازلو تجربه‌ی عشق بودن را مختص افراد سالم و خودشکوفای می‌داند، نجم نیز معتقد است که هر کسی شایستگی و توفیق تربیت و به کمال رساندن عشق را ندارد «زیرا مملکت جاودانی عشق به هر شاه و گدا ندهند» (همان: ص ۱۲).

به اعتقاد نجم، عشق بهترین ابزار برای رسیدن به معرفت است و فهم ذات و صفات خداوند تنها با عشق امکان‌پذیر است (همان: ص ۵۱). رابطه‌ی خالق و مخلوق همان رابطه‌ی عاشق و معشوق است و تنها عشق، عاشق را به معشوق می‌رساند (رازی، ۱۳۴۵، ص ۶۳). سابقان و اولیای الهی نیز با متابعت از عشق به کمال مرتبه‌ی خود رسیده‌اند (رازی، ۱۳۵۲، ص ۳۴۵).

با وجودی که نجم ساحت عقل و عشق را از هم جدا می‌داند، اما وی نیز همچون مازلو به ارتباط این دو اشاره کرده است: «هر کجا نور عشق بیشتر باشد، نور عقل نیز به تبع آن بیشتر است. اما این بدین معنا نیست که هر کجا نور عقل بیشتر یابی لازم آید که نور [عشق] باشد [که] بیش‌تر خلق آنند که نور عقل ایشان بی نور عشق است» (همان، ص ۷۸).

عشق در نگاه نسفی نیز، جایگاه بسیار ارزشمندی دارد. وی نیز معتقد است که «عشق مرکب روندگان است» (همان: ص ۱۶۱) و انسان را به عالم جبروت و عالم ذات و صفات خداوندی می‌رساند (همان: ص ۲۰۸). لذا توصیه می‌کند که «اگر این مسافر عزیز به مهمان تو آید، عزیزش دار! و عزیز داشتن این مسافر آن باشد که خانه‌ی دل را از جهت این مسافر خالی گردانی که عشق شرکت برنتابد و اگر تو خالی نگردانی، او خود خالی گرداند» (همان: ص ۱۶۱).

نسفی، معتقد است که توجه به معشوق چهار مرتبه‌ی میل، ارادت، محبت و عشق دارد. وی سیر تطور عشق را این‌گونه بیان نموده است: «هر که خواهان صحبت کسی شد آن خواست اول را میل می‌گویند و چون میل زیادت شد و مفرط گشت، آن میل مفرط را ارادت می‌گویند. چون ارادت زیادت شد و مفرط گشت، آن ارادت مفرط را محبت می‌گویند و چون محبت زیادت شد و مفرط گشت، آن محبت مفرط را عشق می‌گویند» (همان: ص ۱۶۰). وی آنجا که احساس می‌کند نمی‌تواند با سخن گفتن از عشق حقیقی حق آن را به خوبی ادا کند، به شرح مراتب سه‌گانه عشق مجازی می‌پردازد تا از این طریق فهم مطلب نیز آسان‌تر شود. «بدان که عشق مجازی سه مرتبه دارد. اول چنان باشد که عاشق همه روز در یاد معشوق بود، و مجاور کوی معشوق باشد... و در میان چنان شود که تحمل دیدار معشوق نتوان کرد... در این مقام است که عاشق فراق را بر وصال ترجیح می‌دهد... و در آخر چنان شود که جمال معشوق دل عاشق را از غیر خود خالی یابد، همگی دل عاشق را فرو گیرد و چنان که هیچ چیز دیگر را راه نماند...» (همان: ص ۱۶۱).

همان‌گونه که ملاحظه شد، در هر دو دیدگاه بر نقش معرفتی عشق تاکید شده است. با این تفاوت که عشق مورد نظر انسان‌گراها عشقی زمینی و مجازی است که محدوده‌ی آن به انسان‌ها و زیبایی‌های جهان ختم می‌شود. اما آن مرکبی که مشتاقان را به معبود الهی و عالم صفات خداوندی می‌رساند، عشقی حقیقی است که متعلق آن کمال مطلق و ذات احدیت است. با این وجود وقتی نجم‌الدین سخن از ذاتی بودن، قابلیت کمال و تربیت‌پذیر بودن عشق به میان می‌آورد و نسفی مراتب عشق را برمی‌شمارد؛ نشان از این واقعیت دارد که عرفا نیز عشق‌های مجازی و ضعیف را انکار ننموده‌اند. شمشیری در کتاب "تعلیم و تربیت از منظر عشق و عرفان" به‌طور مفصل به این موضوع پرداخته است. وی معتقد است که "عشق از منظر عرفان اسلامی از درجات و مراتب مختلفی تشکیل شده که از مراحل فرودین آغاز شده و به مراحل فرارونده صعود می‌نماید (۱۳۸۵، ص ۳۶). بنابراین عشق‌های مجازی پیش نیاز وصول به عشق حقیقی محسوب می‌شوند. از این رو نمی‌توان آنها را نادیده گرفت یا انکار کرد و یا حتی بدون کمال شدن در آن‌ها به عشق الهی رسید. بلکه این عشق‌ها واقعیتی انکارناپذیر و ضروری هستند که بایستی در طریقت عشق، پذیرای آنها بود" (همان: ص ۳۵). رحیمیان نیز در کتاب "حب و مقام محبت در حکمت و عرفان نظری"، عشق را به پنج دسته تقسیم بندی کرده است که عبارتند از: عشق شهوانی، عشق نفسانی، عشق روحانی، عشق عقلی و عشق الهی که قسم آخر از دید عرفا حقیقی است و بقیه مجازی محسوب می‌شوند (۱۳۸۰، ص ۱۵۳). اگر بخواهیم عشقی که مازلو از آن تحت عنوان "عشق بودن" نام می‌برد را در این دسته بندی قرار دهیم؛ به عشق روحانی نزدیک‌تر است. رحیمیان، ویژگی‌های عشق روحانی را بدین شرح بیان نموده است: ۱- به مطلق زیبایی تعلق می‌گیرد، ۲- منشا آن محبت به کمال و زیبایی است، ۳- مربوط به قلب می‌باشد، ۴- محب، محبوب را به جهت زیبایی و کمال او خواستار است، ۵- مربوط به خواص مردم می‌باشد، ۶- سریع منعقد می‌شود و به کندی زایل می‌گردد. (همان: ۱۵۱). "عشق بودنی" مازلو نیز به سایر انسان‌ها و طبیعت تعلق می‌گیرد. عاشق، معشوق را نه به خاطر زیبایی ظاهری بلکه به جهت کمالات درونی دوست دارد. همچنین عشق به خاطر نفس عشق ارزشمند است نه اینکه وسیله‌ای برای دست یافتن به هدف باشد و در افراد خودشکوکا دیده می‌شود.

"عشق بودنی" مازلو، به عشق حقیقی نزدیک است و می‌تواند بستر مناسبی برای ارتقاء به عشق حقیقی باشد. البته به شرطی که به‌عنوان معبر و گذرگاه پنداشته شود نه منزل (رحیمیان، ۱۳۸۰، ص ۱۷۰. شمشیری، ۱۳۸۵، ص ۳۶). همچنین این نوع عشق همان‌گونه که مازلو به آن اشاره نموده است؛ منجر به شکستن موانعی چون خودخواهی، ریا و دورنگی می‌شود. ولی محو و نابودی تمام حجاب‌ها تنها با عشق حقیقی میسر است.

عشق آمد و شد چو خونم اندر رگ و پوست تا کرد مرا تهی و پر ساخت ز دوست  
اجزای وجود من همه دوست گرفت نامی است ز من بر من و باقی همه اوست  
(نسفی، ۱۳۶۳، ص ۱۶۱).

### هنر

توجه به هنر به عنوان ابزاری در تسهیل فرآیند خودشناسی مورد توجه هر دو دیدگاه قرار گرفته است. مازلو، هنر بخصوص موسیقی را نوعی شیوهی رشد، درمان و بهترین راه برای ظهور لایه‌های درونی "خود" می‌داند. بنا بر اعتقاد مازلو ما در دوره‌ای زندگی می‌کنیم که بیش از دوره‌های قبل در حال تغییر و تحول است. در این عصر ما به نوعی انسان نیاز داریم که تغییرات را بپذیرد، از آن لذت ببرد، دست به ابتکار و نوآوری بزند و بتواند با وضعیت‌های جدید با شجاعت و اطمینان برخورد کند (مازلو، ص ۹۱). وی معتقد است که برای رسیدن به چنین هدفی می‌بایست تعلیم و تربیتی جدید ایجاد کنیم که زمینه‌ساز انسان فرآیندی<sup>۱</sup> و انسان خلاق است. مازلو تعلیم و تربیت از طریق هنر و موسیقی را برای این هدف حائز اهمیت می‌داند و معتقد است هدف آموزش از طریق هنر تربیت هنرمند و یا سرگرمی کودکان نیست؛ بلکه کودک با چنین آموزشی می‌تواند با خویشتن خود مواجه شود. هنر نوعی شیوهی درمان و رشد است؛ چرا که به لایه‌های عمیق‌تر خود مجال ظهور و پرورش یافتن را می‌دهد. هنر به هسته زیست‌شناختی و به هویت ما آنقدر نزدیک است که راهی عالی برای کشف هویت محسوب می‌شود (همان: ص ۱۴۶-۱۴۴).

سماع نیز در نگاه نجم و دیگر عرفا چنین نقشی را ایفا می‌کند. نجم معتقد است آهنگ خوش و موزون عواطف سالک را برمی‌انگیزد و او را به عالم ملکوت و خود واقعی اش نزدیک می‌کند. (همان: ص ۵۳۶۵-۳۶۴).

### موانع شناخت خود

عرفا و انسان‌گراها بر خودشناسی به عنوان فرآیندی مهم، دشوار و زمانبر تأکید دارند. با این تفاوت که انسان‌گراها بیشتر به کارکردهای خود و خودشناسی توجه دارند و عرفا به ذات و ماهیت آن. آنچه را که انسان‌گراها در صدد دستیابی به آن هستند، تنها بخش کوچکی از آثار خودشناسی در عرفان اسلامی است. انسان‌گراها، خودشناسی را غایتی مهم قلمداد می‌کنند؛ چرا که سلامت روان را در گرو آن دانسته و عرفا در جهت رسیدن به غایت خود به تصفیه و تحلیه روح و روان خود می‌پردازند.

در چنین مسیری دشوار و سخت، موانعی دست به دست هم می‌دهند تا این شناخت را ناممکن کنند. انسان‌گرایان جامعه و نظام اجتماعی را مهم‌ترین عامل سرکوب و محو "خود" می‌دانند. اما در



مکتب عرفان اسلامی با توجه به مراتب وجودی انسان حجاب‌ها و موانع نیز متفاوت است. بی‌شک حجاب‌هایی چون دوستی مال، دنیا و جاه یا عبادت‌هایی مانند نماز و روزه و نظایر آن، در ارتباط با هدفی والاتر مطرح شده است که روان‌شناسان انسان‌گرا توجهی به آن نکرده‌اند. اما موانعی نیز وجود دارد که در هر دو دیدگاه مورد توجه قرار گرفته است.

### تقلید

مازلو پذیرش عقاید، ارزش‌ها و خود" والدین را یکی از موانع مهم در خودشناسی قلمداد می‌کند. به اعتقاد وی، والدین به‌عنوان یکی از منابع مهم تامین نیازهای کودک، در صورتی که کودک را مجبور کنند که از آنچه هست متفاوت باشد، کودک ناگزیر از این است. همچنین، مازلو و راجرز معتقدند که افراد خودشکوفای خود را در چهارچوب هنجارها و ارزش‌های جامعه محصور نمی‌کنند و از انتخاب و آزادی عمل برخوردارند. در عرفان اسلامی نیز اسارت در قید و بند عقاید نادرست پیشینیان و گذشتگان یکی از مهم‌ترین آفت‌های خودشناسی است. نسفی از تقلید به‌عنوان حجاب عظیم نام می‌برد و بیان می‌کند: «هر کس در پس این حجاب بماند، هیچ چیز را چنان که آن چیز است ندانست و ندید» (همان: ص ۲۳۹). عرفا بر دوری از تقلید و رسیدن به تحقیق و تکیه بر عقل و خرد خویش، تاکید دارند.

### ریا

راجرز نقاب را مانع اصلی شناخت "خود" می‌داند. وی معتقد است که گاهی انسان مجبور می‌شود برای مورد تایید قرار گرفتن از سوی دیگران، خود واقعی "اش را در پشت نقابی از ارزش‌های مورد تأیید آنها مخفی کند. آن‌چه راجرز به‌عنوان نقاب نام برده، مشابه مفهوم ریا و تظاهر در نگاه عرفانی و اسلامی است.

### عادت

عادت یکی دیگر از حجاب‌هایی است که نسفی به آن اشاره کرده و سالکان را از آن منع نموده است. مازلو نیز افراد خودشکوفای کسانی می‌داند که این مانع را از سر راه برداشته‌اند و هر لحظه از زندگی را با نگاهی تازه می‌نگرند. روشنگرگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
توجه به این امر، نزد راجرز با خلاقیت پیوند خورده است. خلاقیت به‌عنوان نگاهی تازه و بدیع، یکی از اثرات خودشناسی و خودشکوفایی در دیدگاه راجرز است.  
اساس آموزه‌های قرآنی نیز درمذمت کسانی است که خود را اسیر عادات پیشینیان نموده و بدون تعقل به تقلید از آنها می‌پردازند. در آیه ۱۷۰ سوره بقره آمده است که «چون کفار را گویند که پیروی از شریعت و کتابی که خدا فرستاده کنید، پاسخ دهند که ما پیرو کیش پدران خود خواهیم

بود. آیا بایست آنها تابع پدران باشند؟ گرچه آن پدران بی عقل و نادان بوده و هرگز به حق و راستی راه نیافته باشند؟»

### نتیجه‌گیری

از منظر هر دو دیدگاه خودشناسی، مرحله‌ای و تدریجی است و چنان‌چه فرد این مراحل را به سلامت طی کند و به خویشتن واقعی خویش برسد همه جنبه‌های وجودش منسجم و هماهنگ می‌شود و به کمال می‌رسد. چنین فردی در تعبیر عرفانی، انسان کامل است و در روان‌شناسی انسان خودشکوفایا. محور اصلی تمایز این دو انسان روشن است. انسان کامل، مقام خود را در پیوند با مبدائی ماورایی به دست آورده و انسان خودشکوفایا موجودی مستقل و یگانه است که تنها بر خود متکی است. با این وجود انسان کامل، همان‌گونه که نسفی نیز بیان نموده، انسانی بریده از جهان و دنیای واقعی نیست. او حلقه اتصال خلق و خداست و بعد از لقای پروردگار، باز به میان مردم برمی‌گردد و همت خود را در هدایت و کمک به خلق صرف می‌کند (نسفی، ۱۳۸۴، ۱۰۷). از طرف دیگر، مازلو نیز جنبه‌های معنوی نفس انسان را به کلی نادیده نگرفته است. وی ارزش‌های معنوی چون نیکی، عدالت و زیبایی را غایت افراد خودشکوفایا می‌داند. چنین ارزش‌هایی را ذاتی همه انسان‌ها و نامیرا می‌پندارد. این ارزش‌ها، ریشه در فطرت خداجوی انسان دارد ولی انسان‌گراها نقطه اتصال آن را ندیده‌اند. آنان ریشه مشکلاتی چون بیهودگی و بی‌هویتی را در نبود این ارزش‌ها می‌دانند ولی به خاستگاه و مبدأ آن توجهی نکرده‌اند. از طرفی دیگر، انسان‌گراها بنا بر شیوه روان‌شناسان و در پی دستیابی به یک نظریه عام، مسیر رشد را از ابتدای تولد بررسی نموده‌اند. مراحل اولیه‌ای که انسان بیشترین نیاز را به محیط و اجتماع دارد. مسلماً شرایط و بستر مساعد اجتماعی نقش مهمی در خودشکوفایی، خودشناسی یا سرکوب آن می‌تواند داشته باشد. عرفان اسلامی نیز با توجه به خاص بودنش (اختصاص به سالکان طریقت داشتن) به این مساله کمتر توجه نموده است. البته این بی‌توجهی نمی‌تواند نشانه ضعف این دیدگاه باشد بلکه ویژگی آن، این‌گونه ایجاب می‌کند.

هر چند میان هر کدام از این دو دیدگاه در زمینه رشد و خودشناسی تفاوت‌هایی وجود دارد، اما این تفاوت‌ها به گونه‌ای نیست که آنها را در مقابل هم قرار دهد. انسان‌گراها و عرفا در اصول کلی خودشناسی نگاهی مشابه دارند. اما خودشناسی مسیری است که انسان‌گراها در میانه‌ی آن متوقف می‌شوند؛ آنجا که شروع مرحله‌ی جدیدی برای عرفاست. روان‌شناسی انسان‌گرایی جنبه‌های کاربردی بسیاری در خودشناسی و به تبع آن در تعلیم و تربیت دارد. اما به تنهایی جواب‌گوی یک سبک زندگی اسلامی نمی‌باشد. بدین معنی که فرد را تا مراحل پیش می‌برد، اما به مقصد نمی‌رساند. اینجا است که نیاز به رویکردهای دینی و ماورایی همچون عرفان اسلامی احساس

می‌شود. از طرفی دیگر، عرفان اسلامی به افق‌های والاتری از رشد و خودشناسی توجه نموده ولی به شرایط و بسترهای اولیه و عام رشد و خودشناسی چندان وقعی ننهاده است و همین امر، آن را دور از دسترس جلوه می‌دهد. اما چنانچه تلفیق و تعاملی سازنده بین این دو دیدگاه ایجاد شود، متعادل‌تر می‌شوند و کارکردشان بهتر و بیش‌تر می‌شود. همچنین می‌توان الگوهای تشابه و تفاوت شناخته شده در این دو دیدگاه را در قالب یک نظریه یا مدل جدیدی مطرح کرد؛ نظریه و مدلی که متناسب با اندیشه و تفکر اسلامی باشد و ما را به سمت روان‌شناسی بومی رهنمون کند.

### منابع

- آقازاده، احمد (۱۳۷۱). *آموزش و پرورش تطبیقی*. انتشارات پیام نور.
- دی. نای، رابرت (۱۳۸۱). *سه مکتب روان‌شناسی، دیدگاه فروید، اسکینر و راجرز*. ترجمه‌ی احمد جلالی، تهران: انتشارات پاد راه.
- راجرز، کارل (۱۳۹۰). *هنر انسان شدن*. ترجمه‌ی مهین میلانی، تهران، فرهنگ نشر نو.
- رحیمیان، سعید (۱۳۸۰). *حب و مقام محبت در حکمت و عرفان نظری*. شیراز: نوید شیراز.
- رازی، نجم‌الدین (۱۳۵۲). *مرصادالعباد*. تهران: بنگاه ترجمه و نشر کتاب.
- ..... (۱۳۴۵). *رساله عشق و عقل*. به اهتمام و تصحیح تقی تفضلی، تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.
- رایکمن، ریچارد ام (۱۳۸۷). *نظریه‌های شخصیت*. ترجمه‌ی مهرداد فیروز بخت. تهران: ارسباران.
- سولومون، رابرت ک (۱۳۷۹). *فلسفه اروپایی طلوع و افول خود*. ترجمه‌ی محمد سعید حنایی کاشانی. تهران: قصیده.
- شمشیری، بابک (۱۳۸۵). *تعلیم و تربیت از منظر عشق و عرفان*. تهران: انتشارات طهوری.
- ..... (۱۳۸۵). "فرهنگ، بنیادی‌ترین رکن قلمرو علوم تربیتی". *مجموعه مقالات اولین همایش تحلیل و تنظیم نظام علوم تربیتی*، تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
- شولتز، دوان. پی (۱۳۸۲). *روانشناسی کمال*. ترجمه‌گیتی خوشدل. تهران: نشر پیکان.
- صادقی شهیر، علی (۱۳۸۷). "روش‌شناسی عرفان تطبیقی". *نیمسال‌نامه تخصصی پژوهشنامه ادیان*. سال دوم، شماره ۴
- طیب‌نیا، محمد صالح (۱۳۸۳). *یک قدم تا خدا*. اصفهان: حدیث راه عشق.
- فتحی، بشارت (۱۳۸۴). "پدیدارشناسی به منزله روش پژوهش کیفی". *فصلنامه اطلاع‌شناسی*، شماره ۷ و ۸، صفحات ۱۵۷-۱۶۸.
- قاضی، قاسم (۱۳۸۳). *نظریه‌ها و روشهای مشاوره و روان‌درمانی*. اصفهان: جنگل.
- مازلو، ابراهام هارولد (۱۳۷۴). *افقهای والاتر فطرت*. ترجمه‌ی احمد رضوانی، مشهد: معاونت فرهنگی آستان قدس رضوی.
- ..... (۱۳۶۷). *انگیزش و شخصیت*. ترجمه‌ی احمد رضوانی، مشهد: معاونت فرهنگی آستان قدس رضوی.

- ..... (۱۳۷۱). *به سوی روان‌شناسی بودن*. ترجمه‌ی احمد رضوانی، مشهد: معاونت فرهنگی آستان قدس رضوی.
- میزیاک، هنریک. و سکستون، ویرجینیا (۱۳۷۱). *تاریخچه و مکاتب روان‌شناسی*. ترجمه‌ی احمد رضوانی، مشهد: آستان قدس رضوی.
- نجاتی، محمد عثمان (۱۳۸۵). *علم‌النفس روان‌شناسی از دیدگاه دانشمندان مسلمان*. ترجمه‌ی سعید بهشتی. تهران: انتشارات رشد.
- نسفی، عزیزالدین (۱۳۸۴). *مجموعه رسائل مشهور به انسان کامل*. ترجمه‌ی سید ضیاء الدین دهشیری، تهران: طهوری.
- ..... (۱۳۶۳). *زبدہ الحقایق*. تصحیح و مقدمه حق وردی ناصری، تهران: کتابخانه طهوری.
- ..... (۱۳۵۱). *مقصد اقصی*. ضمیمه‌ی اشعه‌اللمعات جامی، تهران: کتابخانه‌ی علمیه‌ی حامدی.
- Maykut, P. & Morehouse, R. (1994). *Begining Qualitative Research*. London: The Falmer press.



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی