



## اثر بخشی معنا و هدفمندی در روان‌شناسی مثبت‌گرا از نظر سلیگمن و تطبیق آن با اشعار عطار

زهرا جعفری

دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی، دانشکده زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساوه، ساوه، ایران

رضا حیدری نوری (نویسنده مسئول)<sup>۱</sup>

استادیار گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشکده زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه آزاد واحد ساوه، ساوه، ایران

هومن نامور

استادیار گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشکده زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساوه، ساوه، ایران

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۶/۹ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۰/۶

### چکیده

روان‌شناسی مثبت‌گرا یکی از جدیدترین شاخه‌های روان‌شناسی است. این زمینه خاص از روان‌شناسی بر موفقیت انسان تمرکز دارد. درحالی‌که بسیاری دیگر از شاخه‌های روان‌شناسی بر رفتارهای نابهنجار و دارای اختلال تمرکز دارند. روان‌شناسی مثبت‌گرا تمرکزش بر کمک به افراد برای شاد زیستن و رضایت و هدفمندی است. این رویکرد، تأثیر هدف در زندگی و سپری کردن یک زندگی با معنا را - که فراتر از زندگی خوب است - تأکید می‌کند و آن را یکی از اصول شادکامی می‌داند. سلیگمن از روان‌کاوانی است که در نظریه مثبت‌گرایی در پی هدفی است تا زندگی هدفمند و با ارزش را با ایجاد شرایطی که قابلیت‌های انسانی را پرورش و ارتقا می‌دهد

<sup>۱</sup> . r.heydarinoori@yahoo.com

به شکوفایی برساند. وی برای افرادی که قابلیت‌ها و توانمندی‌های خود را نمی‌شناسند، توصیه‌ها و راهکارهایی برای ایجاد زندگی با معنا و هدفمند ارائه می‌دهد که در حوزه عرفان نیز قابل بررسی است. عالمان ادبیات و ادبیات عرفانی با استفاده از آموزه‌های تربیتی و دینی که با روان و باطن انسانها در ارتباط است، با پرورش رشد قابلیت‌ها و فضیلت‌های انسانی، سعی در دگرگون کردن حالات انسان، از تضادها و تعارض‌ها، و آماده ساختن بستری برای شکوفایی انسان در مراحل مختلف زندگی و ایجاد هدف و معنا در تکامل انسانها و زندگی با ارزش را دارند.

این مقاله با روش توصیفی - تحلیلی و با استفاده از آموزه‌های دینی، به بررسی اشعار عطار و تطبیق آن با نظریه معنایابی در روان‌شناسی مثبت‌گرا در ارائه راه‌های حصول آرامش و امنیت روانی انسان معاصر می‌پردازد. رسالت انسان عطار و سلیگمن، چراغ راه خود بودن و جستجوگر روشنایی در وجود خود است. انسان جستجوگر تلاش می‌کند تا معنای زندگی را بشناسد و رسیدن به هسته وجودی خود، شور و سرمستی هستی را درک کند و این یعنی رسیدن به شادمانی اصیل و بهزیستی که باعث می‌شود انسان هدفمند، احساس آرامش و امنیت کند و ارزشمند باشد.

کلیدواژه: عطار، سلیگمن، معنایابی، ارزشمندی، عرفان، انسان، مثبت‌گرایی، امنیت روانی

## ۱. مقدمه

### ۱-۱. بیان مسأله

بعد از جنگ جهانی دوم، گرچه پیشرفتهای زیادی در زمینه اختلالات روانی حاصل شد اما روان‌شناسی از دو رسالت دیگر خود غافل ماند. در واقع روان‌شناسی به صورت یک رشته فرعی از مشاغل بهداشتی درآمد که به طور سنتی بر کمبودها و ناتوانیهای روانی تاکید داشته، به گونه‌ای قربانی هدف دیگری شده است.

یکی از نظریه‌های اساسی روان‌شناسی این بود که عوامل محیطی موجب شکل‌گیری رفتار انسان می‌شود و نظریه رایج دیگر این که وضعیت روانی انسان ناشی از تعارضهای مدل‌های اولیه کودکی است. در روان‌شناسی سنتی، نگرش به انسان به صورت موجودی منفعل بود.

پژوهشهای روان‌شناسی به طور عمده روی بخش درمان اختلالات روانی متمرکز شدند: مانند طلاق، سوءاستفاده‌های جسمی و جنسی، عاداتهای آسیب‌زا، عوامل آسیب‌زای کودکی و آسیبهای مغزی و نظایر آن، درحالی‌که روان‌شناسی تنها مطالعه بیماری و ضعف و آسیبها و ترمیم آنها نیست و درمان تنها

درست کردن نادرست و تنها محدود به بیماری نیست. بلکه باید شامل مطالعه توانمندیها و شناخت فضائل انسانی، ساختن و سازندگی، خلاقیت و نوآوری، احساس رضایت از کار، تحصیل، عشق، رشد، تعالی و خردورزی نیز باشد روان‌شناسی مثبت تنها یک آرمان‌گرایی نیست که فقط تکیه بر آرمان و آرزو کند یا به‌گونه‌ای خودفربیی کند، بلکه رویکرد علمی است که از بهترین روشهای علمی برای تحقق مسائل منحصر به فرد انسانی استفاده می‌کند.

به نظر سلیگمن الگوی پزشکی در ۵۲ سال گذشته کمکی به پیشگیری از اختلالات روانی نکرده است. زیرا پیشگیری به طور عمده مبتنی بر دیدگاهی متمرکز بر نقاط قوت است نه فقط اصلاح نقاط ضعف، در روان‌شناسی مثبت فرض بر این است که تواناییهایی در انسان وجود دارند مانند شجاعت، آینده‌نگری، خوش بینی، ایمان، امید، پشتکار و معنا که به‌عنوان سپر علیه بیماریهای روانی عمل می‌کنند و با شناخت آنها و رشد قابلیت‌های فردی و اجتماعی به بستر شادکامی اصیل فراهم می‌شود.

در اغلب آثار گذشتگان به‌ویژه در متون عرفانی، مثبت‌نگری و تمایل به سمت فضایل اخلاقی دیده می‌شود. در سالهای اخیر با توجه به پیشرفت علم روان‌شناسی، شاخه‌های روان‌درمانی مطرح شده که مؤلفه‌های آن را می‌توان در این‌گونه متون تشخیص داد. از این‌رو سنجش آثار ادبی با اصول روان‌شناسی می‌تواند رهیافتی باشد به درون انسانهای گذشته و اندیشمندانی که اهمیت سخنان مثبت را دریافته، از آن برای ایجاد تغییر مثبت در جامعه استفاده می‌کنند.

از ادبیات عرفانی و سبک فکری عطار، این بزرگ‌مرد عارف شاعر، و اشعار نغزی که فقط از یک انسان وارسته از تعلقات و واصل شده به جان وجود برمی‌آید می‌توان برای ایجاد تفکر مثبت و حس ارزشمندی و رهایی از وابستگیهای مادی و جسمی بهره وافر برد و می‌توان گفت این حکیم خردمند به‌عنوان روان‌شناس آگاه به زوایای درونی انسان با اشعار نغز می‌تواند راه‌گشایی باشد که روح انسان گرفتار معاصر را التیام بخشد و انسان امروز را که در دریایی از اطلاعات و اخبار بد غوطه‌ور است، همانند سفینه‌ای نجات‌بخش به کمکش بشتابد و او را از این غرقگی برهاند و برای به ثمر رساندن شخصیت آدمی در شعاع جاذبیت کمال، انسان را به تکاپو در آورد و در جستجوی مقصودی والاتر قرار دهد.

این مقاله با روش کتابخانه‌ای و توصیفی - تحلیلی و با استفاده از آموزه‌های دینی. اسلامی و عرفانی و تطبیق اشعار عطار با معنایابی در روان‌شناسی مثبت‌گرا سعی بر نشان‌دادن بهترین راه‌های حصول آرامش و امنیت روانی انسان معاصر را دارد. پرسشهایی که در این مقاله مطرح است. ۱. معنایابی چه تأثیری بر

زندگی انسان معاصر دارد؟ ۲. معنایابی و هدفمندی در روان‌شناسی مثبت‌گرا و اندیشه عطار چیست؟ ۳. معنایابی در نظرات مثبت‌گرایی سلیگمن و عطار چه نقشی در امنیت روانی انسان دارد؟ این تحقیق به روش توصیفی - تحلیلی با استفاده از منابع کتابخانه‌ای انجام گرفته است و معیار آن نظریه روانکاوی مارتین سلیگمن است که اشعار عاشقانه عطار بر اساس آن تحلیل می‌شود.

## ۱-۲. پیشینه پژوهش

در زمینه روان‌شناسی مثبت‌نگر در ادبیات فارسی برخی تحقیقات انجام گرفته است اما درباره آثار عطار هنوز چنین کاری انجام نگرفته است و تنها در مواردی بحث‌های معنویت اشعار وی مطرح شده است. برخی پژوهشها که مرتبط با این تحقیق است در اینجا درج می‌گردد. «گلی زاده و همکاران ۱۳۹۵» در مقاله «تحلیل اندیشه‌های مثبت‌گرایانه در مثنوی معنوی از منظر علم روان‌شناسی» با بررسی مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت و تطبیق آن با آراء مولانا تلاش کرده‌اند گامی در مسیر تبیین اثرگذارها و اثرپذیرهای دو مقوله روان‌شناسی و ادبیات بردارند. در این مقاله، ضمن تعریف روان‌شناسی مثبت‌گرا مؤلفه‌هایی همچون عشق، انفاق، صبر، احسان و امیدواری در نظر گرفته شده، نمودهای آن در مثنوی مولوی نشان داده شده است. نتیجه تحقیق این است که مولوی همواره جهان را به واسطه تجلی نور حق زیبا می‌بیند و تأکیدش بر این است که کلید هر معمایی را باید در باطن جست و دل و ذهن را که محل تجلی حق است از افکار تیره زدود. حسینی صدیقی (۱۳۹۴) در پایان‌نامه کارشناسی ارشد خود با عنوان «روان‌شناسی مثبت‌نگر در شعر حافظ با توجه به رویکرد مارتین سلیگمن» باهدف تحلیل محتوا به تبیین دیدگاه حافظ در زمینه آموزه‌های روان‌شناسی مثبت‌نگر پرداخته است. مؤلفه‌های این تحقیق بر اساس شادی، رضایت، لذت، فضیلت، خوش‌بینی و ... است که در دیوان حافظ بررسی شده، به این نتیجه رسیده است که از میان فضایل یاد شده در روان‌شناسی مثبت‌نگر، رأفت و عشق بیشترین بسامد را در دیوان حافظ دارد. در این میان شادی، دوراندیشی، احتیاط، تواضع، خودکنترلی، شجاعت و عدالت نیز از جمله موارد پربسامد هستند. گلزاری (۱۳۹۱) در پایان‌نامه کارشناسی ارشد خود با عنوان «کار تطبیقی بین بررسی فضایل اساسی انسان در روان‌شناسی مثبت و مقایسه آن با سعدی (آثار و اندیشه)» نگاه سعدی به انسان را از جنبه روان‌شناسی مثبت‌نگر بررسی کرده، به این نتیجه رسیده است که کلیات سعدی گنجینه‌ای است از معرفت‌های دینی و آموزه‌های انسانی و والاترین فضایل انسانی و صفات مثبت اخلاقی. اصفهانی و شیرینی (۱۳۹۳) در مقاله «هفت شیوه روان‌درمانی در مثنوی» شیوه‌های مولوی را

در به‌کارگیری آموزه‌های مذهبی و اخلاقی بیان کرده‌اند. این روشها عبارت است از: شعردرمانی، عشق درمانی، استفاده از خواب و رؤیا، مذهب درمانی، واقعیت درمانی، طنز درمانی و معنادرمانی. تاج‌بخش و همکاران (۱۳۹۲) در مقاله «باز نمودن فرا روایت نجات‌بخشی عرفان اسلامی در گفتمان و روایت تذکره الاولیای عطار» با طرح دو پرسش درباره چگونگی فرا روایت نجات‌بخشی عرفان اسلامی و این که عطار چگونه این فرا روایت را با گفتمان همراه می‌کند، تذکره الاولیا را بررسی کرده و به این نتیجه رسیده‌اند باتوجه به این که در عرفان عملی سخن از نقطه آغاز و از مقصد و منازل و مراحل است که سالک باید به ترتیب طی کند تا به مقصد نهایی برسد، مفاهیم عرفانی تذکره الاولیا نیز با نمایش رفتار و روایت احوال تبیین می‌شود. عطار مفاهیمی چون اعراض از دنیا، آخرت‌گرایی، عشق به حقیقت مطلق، دوری از تعلقات دنیا، تساهل، مدارا، خوف، رجا، شکر، قرب و... را با روایت نشان می‌دهد که نمایانگر عرفان عملی است که مشایخ در سیر مقامات معنوی خود با تمسک به آنها متحول می‌شوند. قبادی و همکاران (۱۳۹۰) در مقاله «پیامهای جهانی عطار برای مشکلات فکری انسان معاصر» ضمن اشاره به بحرانهایی که بشر امروز با آن درگیر است، آثار عطار را به‌عنوان التیامی بر این جراحات بررسی کرده‌اند. این تحقیق به شیوه توصیفی - تحلیلی و باتکیه بر رهیافت هرمنوتیک انجام گرفته است. در این مقاله مباحث خودشناسی، خداشناسی و وحدت‌گرایی، ایمان و آرامش درونی، پذیرش تفاوت نگاه و تمایل به چند آوایی، بلندهمتی برای پویدن راه کمال اشاره شده، نمونه‌های آن از اشعار عطار آورده شده است.

### ۱-۳. اهمیت و ضرورت تحقیق

در طول تاریخ اتفاقات و حوادث ناگواری برای انسان روی می‌دهد. تاریخ گواهی می‌دهد که انسانها هیچگاه در آرامش کامل به سر نبرده، همواره در مسیر آنها موانعی ایجاد شده که گاه فردی و گاه گروهی و ملی بوده است. نمونه مصائب فردی را می‌توان در مرگ عزیزان و مسائل اقتصادی، بیماریها، افسردگیهای روحی دید و نمونه مصائب گروهی نیز در جنگ و کشتار و حمله به سرزمین و قتل و غارت‌های محلی و ملی و بیماریهای اپیدمی دیده می‌شود که افسردگی روحی و عدم اعتماد به نفس و بی‌هدفی بی‌معنایی زندگی و ناامیدی مردم را به دنبال دارد.

یکی از مؤلفه‌های مبتلا به انسانها در جامعه امروز، بروز بی‌ارزشی و غم و اندوه و افسردگیهایی است که در اثر نوع زندگی مدرن و تمایل به مادی‌گرایی و تجمل ایجاد شده است.

عالمان ادبیات و بلاخص ادبیات عرفانی با استفاده از آموزه‌های تربیتی و دینی که با روان و باطن انسانها در ارتباط است. با پرورش و رشد قابلیت‌ها و فضیلت‌های انسانی، سعی در دگرگون کردن حالات انسان، از تضادها و تعارضها، و آماده ساختن بستری برای رشد و شکوفایی مراحل مختلف ارزشمندی و ایجاد هدف و معنا را در تکامل انسانها دارند

## ۲. متن

### ۱-۲. نظریه معنادرمانی در روان‌شناسی

معنادرمانی از مکاتب حوزه روان‌درمانی است که برخی مؤلفان آن را تحت عنوان روان‌پزشکی وجودی طبقه‌بندی کرده‌اند. مکاتب روان‌درمانی، اهداف اصلی خود را زدودن نشانه‌های اضطراب و پدیدآوردن احساس امنیت روانی قرار داده‌اند. رویکردهای گوناگون روان‌درمانی با استفاده از روشها و راهبردهای متفاوت، سعی و تلاش لازم را برای پیشگیری از ابتلا به اضطراب و افسردگی، مبذول داشته‌اند. برخی از رویکردهای جدید روان‌درمانی به تأثیر دین‌وایمان نیز در سلامت و بهداشت روان اشاره کرده‌اند. ایمان به خدا از نگاه این دسته از روان‌شناسان، سرچشمه‌ای بیکران برای آرامش روانی قلمداد شده است که انسان را در برابر هرگونه اضطراب و نگرانی بیمه کرده، در برابر هرگونه فشار درونی و بیرونی به انسان مصونیت می‌بخشد (جیمز، ۱۳۵۶: ۱۷۸)

معنادرمانی به تحلیل صرف ذهنیت اکتفا نمی‌کند و تنها با وجود و هستی سروکار ندارد بلکه به شکل اختصاصی معنا را نیز مورد بررسی قرار داده، نه تنها یک تحلیل است بلکه یک درمان نیز هست. فرانکل شباهت بین تحلیل وجودی و معنادرمانی را در این می‌داند که تحلیل وجودی نیز به‌مانند معنادرمانی تلاش می‌کند معنای نهفته وجود بیمار را بر او آشکار کنند ولی برای این کار از یک فرایند استفاده می‌کند. در این معنا تحلیل وجودی به فرایند درمان‌بخش تحلیلی اشاره می‌کند که نیازهای معنوی و وجود بیمار را در برمی‌گیرد. فرانکل بر این باور است که معنادرمانی فراتر از تحلیل وجود یا تحلیل هستی است. (محمدپور، ۱۳۸۵)

فرانکل دانشمندی است که نظریه «معنادرمانی» را مطرح کرده، منظور وی، درمان روحی افراد دارای مشکلات خاص به‌وسیله مؤلفه‌های معنایی و معنا‌گرایی است. این روان‌شناس اتریشی در خانواده‌ای یهودی به دنیا آمده که خانواده‌اش دارای عرق مذهبی بوده‌اند. (ر.ک: محمدپور)

فرانکل این اصطلاح را در دهه ۱۹۲۰م، ابداع کرد، ولی تا مدتها از اصطلاح «تحلیل وجود» استفاده می‌کرد. او این اصطلاح را در خلال دهه ۱۹۳۰م، به کاربرد و منظور از به‌کاربردن این اصطلاح هشیار کردن معنای نهفته یا بعد معنوی درمان جو بود. اما با انتشار آثار مؤلفان آمریکایی در مورد تحلیل وجود او دریافت که آنها این اصطلاح را با ترجمه تحلیل وجودی به کار می‌برند وی برای پرهیز از آمیختگی، اصطلاح معنادرمانی را به کاربرد.

نظریه معنادرمانی بر مبنای توجه انسان به مفهوم زندگی و دانستن این نکته است که انسان دارای اختیار، اراده و آزادی است و آنچه بخواهد می‌تواند در پرتو تلاش و خواست خود به انجام برساند. این نظریه را ویکتور فرانکل بنا نهاد، معتقد است انسان برای رسیدن به خواسته‌های خود باید خود را بشناسد و زندگی را دارای معنا بداند و انگیزه تحرک در خود ایجاد کند. این نظریه به خود انسانی اهمیت داده، می‌گوید «هنگامی که تعالی خود انسان نادیده انگاشته می‌شود وجود نیز منحرف می‌شود به سطح جسمانی تنزل می‌یابد و صرفاً تا حد یک شیء پایین می‌آید. وجود انسان عاری از شخصیت می‌شود و فاعل به منفعل تبدیل می‌شود... این مادی شدن است که در را برای به بازی گرفته شدن می‌گشاید و برعکس. اگر قرار است کسی انسانها را به بازی بگیرد ابتدا باید آنها را جسمانی کند و برای نیل به این مقصود باید طرف‌داری از جبرگرایی را به آنها تلقین نماید» (فرانکل، ۱۳۸۳: ۵۱-۵۰)

معنا درمانی سومین مکتب روان‌شناسی وین در کنار مکاتب روان‌کاوی فروید و روان‌شناسی فردی آدلر محسوب می‌گردد که هرکدام از این مکاتب نقطه نظر متفاوتی دارند. مکتب روان‌کاوی فروید مبتنی بر اراده معطوف به لذت و روان‌شناسی فردی مبتنی بر اراده معطوف به قدرت و مکتب معنادرمانی فرانکل مبتنی بر اراده معطوف به معنا است. (محمدپور، ۱۳۸۵)

در واقع فرانکل زندگی را در نهایت چیزی جز یافتن پاسخی درست برای مسائل زندگی و انجام صحیح وظیفه‌هایی که بر عهده ماست، نمی‌داند. در این معنا فرد در موقعیتی قرار می‌گیرد که بایستی بین راهی که راه پیشرفت و تحول نیروهای بالقوه او را میسر می‌کند و احترام گذاشتن به نیاز شخص دیگر دست به انتخاب بزند؛ بنابراین در بهترین شرایط، ممکن است انتخابها با درد و رنج همراه باشند و تعارض حل نشود بلکه معنایی در ورای آن نهفته باشد. چنان که ابراهیم اسماعیل (ع) را قربانی کرد نکته مهم این است که ابراهیم (ع) در نهایت اسماعیل را از دست نداد؛ بنابراین تمرکز اصلی بر انتخاب‌گری است. (محمدپور، ۱۳۸۵)

به عقیده فرانکل همان‌طور که تنش بسیار بالا، تهدیدی برای بهداشت روان شمرده می‌شود، فقدان تنش نیز سلامت روان را به مخاطره می‌اندازد. وقتی می‌گوییم هر انسانی در جستجوی تنش است؛ به این معناست که او در پی جست‌وجوی وظایفی است که به انجام رساندن آنها ممکن است، معنایی را به وجود او بیفزاید. در صورتی که فرد، چنین وظایفی را در زندگی خود پیدا نکند و از تنش مشخص آن، محروم بماند، کم‌کم ظرفیت خود را برای تحمل آنها از دست خواهد داد و به‌نوعی بیماری عصبی دچار خواهد شد (فرانکل، ۱۳۹۳: ۱۶۱).

## ۲-۲. معنایابی در روان‌شناسی مثبت‌گرا

روان‌شناسی مثبت‌گرا، بر یافتن هدف در زندگی، سپری کردن یک زندگی با معنا که فراتر از زندگی خوب است، تاکید می‌کند. معنا، متصل شدن به یک چیزی بزرگ‌تر است. آن ماهیتی که شما خود را به آن متصل می‌کنید هراندازه بزرگ‌تر باشد معنای بیشتری به زندگی شما خواهد داد (سلیگمن، ۱۳۹۸: ۲۰) از دیدگاه روان‌شناسی مثبت‌گرا، انسان دارای خرد و برخوردار از شش توانمندی است که بیست و چهار توانمندی از آن حاصل می‌شود که رسیدن و پرداختن به آنها انسان را در شرایط افزایش شادی پایدار قرار می‌دهد و نشان می‌دهد که چگونه می‌توان زندگی خود را در بالاترین سطح از شادی ممکن قرارداد و چطور ممکن است که ارزشمند شد و از آرامش روانی و امنیت خاطر بهره مند شد. شش گروه از تواناییهای آدمی در این نظریه:

- خرد و دانایی: شامل خلاقیت، کنجکاوی، باز و پذیرا بودن در مقابل تجارب جدید، عشق به یادگیری و وسعت نظر.

- شجاعت: شامل خودباوری، پایداری، کمال و سرزندگی.

- نوع‌دوستی: شامل عشق، مهربانی و هوش اجتماعی.

- عدالت‌جویی: شامل رعایت حقوق شهروندی، بی‌طرفی و رهبری.

- اعتدال: شامل بخشش و دلسوزی، فروتنی و آزر، احتیاط و نظم بخشیدن به عملکرد خود.

- تعالی: شامل دانستن ارزش زیباییها و شگفتیها، قدرشناسی، امیدواری، شوخ‌طبعی و معنوی

(سلیگمن، ۱۳۹۸: ۲۵۵)

به نظر سلیگمن، تعالی، همان نقاط قوت هیجانی و عاطفی است که فراتر از انسان پیش می‌رود و انسان را به چیزی بزرگ‌تر و ماندگارتر مرتبط می‌سازد: به افراد دیگر، به آینده، به تکامل، به خدا یا به جهان



هستی این دیدگاه به انسان باورهای محکم و منسجمی را درباره هدف و معنای والاتر می‌دهد که به ارزش جایگاه انسان در جهان هستی می‌رسد و پیامد این باورها اعمال انسان را شکل می‌دهد که منبعی برای امنیت روانی و آرامش انسان به وجود می‌آورد و روان‌شناسان دیگر نمی‌توانند اهمیت ایمان برای افراد را نادیده بگیرند و با این نظریه که زندگی هدف و معنای قدرتمندی برای زندگی وزنده بودن دارد، رسیده‌اند. (سلیگمن، ۱۳۹۷: ۳۱۳)

### ۲-۳. عرفان و معنای زندگی

عرفان، مسیرش حیات معقول و مقصدش قرارگرفتن در جاذبه کمال مطلق است که به لقاءالله منتهی می‌گردد. این نگرش مثبت عرفان است که هیچ حقیقتی را از عالم هستی اعم از آنکه مربوط به انسان باشد یا غیر انسان، حذف نمی‌کند، بلکه همه عالم را با یک عامل ربانی درونی صیقلی می‌کند و شفافش می‌سازد و انعکاس نور الهی را در تمامی ذرات و روابط اجزا این عالم نشان می‌دهد.

در عرفان مثبت، نفی من به هیچ وجهی معنایی ندارد، بلکه آنچه واقعیت دارد، این است که من آدمی به جهت تخلق به اخلاق الله و تأدیب به آداب الله می‌تواند به مرحله‌ای از کمال برسد که مانند شعاعی از اشعه نور روح الهی گردد همان گونه که در روایتی در کتاب اول کافی ج ۲ ص ۱۶۴ از ابو بصیر نقل شده است که می‌گوید: از امام صادق علیه السلام شنیدم که فرمود: "المؤمن اخوالمؤمن كالجسد الواحد اذا اشتكى شي منه وجد ألم ذالك في سائر جسده و ارواحهما من روح واحدة" وان روح المومن لاشد اتصل لابروح الله من اتصال شعاع الشمس بها (مؤمن برادر مؤمن است. مانند اعضای یک پیکر که اگر عضو از آن به درد آید، دیگر اندامها آن درد را حس می‌کنند و ارواح آنان از یک روح است). و قطعی است که روح مؤمن به روح الهی متصل تر است از شعاع خورشید به خورشید. این است معنای انالله و انالیه راجعون (البقره، آیه: ۱۵۶) از خداییم و به سوی او بازمی‌گردیم. من انسان به وسیله تکامل عقلی و قلبی از خود طبیعی می‌گذرد و به من ملکوتی راه می‌یابد این من ملکوتی است که اشراف واقعی به جهان هستی را نصیب او می‌سازد. در عرفان اسلامی نیز معنایابی در موقعیتهای نامطلوب با درک حکمت کلی و یا جزئی موقعیتهای حاصل می‌شود.

نیاز انسان به جامعه در راستای نیازی اساسی‌تر، یعنی معناجویی و تحقق خود قابل فهم است. انسان می‌تواند در ارتباط با شخص یا اشخاصی غیر از خود، معنایی بسیار عمیق برای خود بیابد و ویژگی مسئولیت‌پذیری خود را غنا بخشد، ضمن اینکه در این ارتباط هرگز از تفرد و آزادی انسانی خود

چشم‌نپوشیده، به اسارت قید و بندهای ناشی از اجتماع در نمی‌آید. او با یافتن معنای ویژه زندگی خود در اجتماع ارزشمند شده، همین ارزشمندی ویژه او را در جامعه یگانه و ممتاز می‌سازد. (بافرانی، ۱۳۸۹: ۲۴)

## ۲-۴. معناجویی در عرفان عطار

معناجویی در عرفان عطار، بر اساس جهان‌بینی الهی و واقعیت غیبی شکل می‌گیرد و در آیات و روایات اسلامی ریشه دارد.

عطار دارای آثار فراوانی در عرفان و طی منازل آن است. «شعر عطار بعد از سنایی دومین اوج شعر عرفانی فارسی و یکی از اصیل‌ترین مراحل تکامل آن است که نشان‌دهنده جهان‌بینی فکری و اعتقادی اوست. این جهان‌بینی نتیجه تجربیات روحی و عرفانی ناشی از پرواز در عالم ملکوتی و باطنی است. عطار عارفی واصل و متشرعی دردمند بود که آشنایی عمیق و دقیقی با حقیقت دین و جوهره عرفان داشت» (نیک‌روز، ۱۳۸۷: ۲۱۰)

عطار با توسل به تدبیر و حکمت خداوند با معنایابی از رنجها و سختیها از وجود جنبه‌های مثبت ابتلائات، پیش از وقوع آنها اطلاع می‌دهد و به این ترتیب مخاطب را به کاهش هیجانات اولیه منفی ترغیب می‌کند او با معنایابی برای سختیها و نامرادیها برای کاهش هیجانات منفی و نامطلوب انسان و کنار آمدن با آنها، سالکان را راهنمایی می‌کند و به واسطه وجود تدبیر و حکمت خداوند در ورای همه موقعیتهای خیر و شر، رضایتمندی از این موقعیتهای و همه زندگی را از سالکان خواهان است.

از نظر عطار انسان کامل در پی دریافت معنای زندگی باید به ارزشمندی خود آگاه شود:

گنج معنی داری، گنج تو جای ازدهاست	نقش ایزد داری و نقش تو نقش آزرست
هست نفس شوم تو چون ازدهای هفت سر	جان تو با ازدهای هفت سر در شش درست
گر طلسم نفس بگشایی زمعی برخوری	و آن کسی بر خورد از این معنی که بی خواب و خورست
شمع چو آتش زد اندر خویش شد بی خواب و خور	لاجرم از روشنایی جمع را جان پرور است
شیر مردا، ساغری خواه از کف ساقی جان	زانکه دریاها عالم رشح آن ساغر است
گر از آن صد ساغر ت بخشند جز تشنه مباش	کانکه او سیراب شد نه رهرو ونه رهبر است

(عطار: ۱۳۸۹ ص ۶۳)

انسان همواره به نوعی در جستجوی آرامش درون بوده است که ایجاد آرامش پس از سیر و سلوک درونی آغاز می شود و به دوست داشتن خود و ارزشهای خود می رسد و اگر به اصل خود پی ببریم به قول لستر لوسون ما در اصل موجودات نامحدودی هستیم که تنها با معیارهای محدود کننده ای که در ذهنمان هست محدود می شویم. (میر یوسفی، ۱۳۹۹: ۸)

و این وجود بیکران ما اگر طلسم نفس را بگشاییم زمینی بالاتری برخوردار می شویم و انقدر نامحدود هستیم که شیر مردا ساغری خواه از کف ساقی جان زیرا که دریاها عالم رشح ساغر است و نامحدود بودن انسان در فضای یکی بودن با هستی خود است که معنای باارزشی به وجود زیبای این مخلوق اشرف می دهد.

## ۲-۵. مؤلفه های ایجاد معنا از نظر آموزه های اسلامی

بررسی و پژوهش در آیات قرآن کریم و سایر منابع دین اسلام حاکی از اهمیت نگرش مثبت به خود و رویدادهای مختلف زندگی در سلامت افراد است. در بیان تفاوت مثبت نگری اسلامی و مثبت نگری صرفاً عامی، می توان گفت که مثبت نگری اسلامی بر اساس منابع و مفاهیم اسلامی (نوری و جان بزرگی، ۱۳۹۲: ۶۲) مانند قرآن کریم (توانایی و سلیم زاده، ۱۳۸۹: ۳۹) نهج البلاغه (صادق و الهیاری نژاد، ۱۳۹۲: ۶۳) و انتظار فرج (مرادی و قلم کاریان، ۱۳۹۳: ۱) تلاش می کند تا نگرش افراد را مورد باز بینی و تصحیح قرار دهد. به علاوه مثبت نگری اسلامی به بعد معنوی و اخروی تغییر نگرشها نگاه ویژه ای دارد و اهمیت نگرش انسان به زندگی می تواند بر سلامت روان فرد و موفقیت اجتماعی او تأثیرات مهمی بر جای گذارد.

۲-۱- «شناخت و داوری صحیح از نعمتهای مادی و معنوی و توجه به زیباییهای عالم خلقت و منشأ این نعمتها و سرچشمه این زیباییها و طبق خواستهها و گرایشهای فطری خویش عمل کردن، انسان هرگز دچار نگرانی و ناامنی روانی نمی شود. بهرامی (۱۳۹۰) در پژوهشی بیان می کند که اعتقاد و ایمان به خدا و انجام اعمال و مناسک مذهبی توسط افراد نقش مؤثرتری در سلامت روانی و جسمانی آنها دارد و در شکل گیری شخصیت و سبک زندگی سالم نقش مهمی ایفا می کند - عدم شناخت خداوند موجب فراموشی او و تکیه نداشتن بر امری حقیقی است و از این رو انسان بدون پشتوانه مانده، امنیت روانی اش به خطر می افتد و دچار بدبینی می شود.

۲-۲- منابع غنی اسلام، به ویژه قرآن کریم واحادیث وروایات منسوب به پیامبر اعظم(ص)وامامان معصوم(ع)سرمشار از آیات وبیاناتی است که محتوای آنها به مردم آموزش می‌دهد که به هنگام مواجهه با حوادث، به جای هراس و وحشت، در پی یافتن راه حل مناسب باشند تا از این امتحان سربلند بیرون بیایند و در عین حال خداوند به آنها وعده یاری وکمک داده است. (ایزدی طامه، ۱۳۸۹)

۲-۳- باتوجه به آیه ۲۸ سوره رعد: «الا بذكر الله تطمئن القلوب» خداوند خود تاکید کرده که تنها چیزی که دلها با آن آرامش می‌یابد یاد خداست. دعا کردن، سخن گفتن مستقیم با خدا و مرجع آفرینش است یعنی با کسی که بالاتر از او وجود ندارد. وصل شدن به منتهای وجود، به انسان آرامش و اطمینان می‌بخشد و موجب توکل و اعتماد می‌گردد. «هنگامی که انسان دانست خداوند عالم است و حضور مداوم حضرت حق را به‌عنوان احاطه او به طور قطع و یقین دانست آرامش و اطمینان می‌یابد و یاد علم او به پنهان و آشکار، حیا و پاکدامنی به همراه می‌آورد و کسی که دانست تمام کارهای او زیر نظر است با عشق و دلگرمی زندگی می‌کند و اندوه‌های برخاسته از کاستیهای حیات مادی موجودیت او را به خطر نمی‌افکند همان‌گونه که نمی‌گذارد سرمستی غرقه شدن در کامجوییها راز نهانی شخصیت آدمی را از بین ببرد توجه و یاد این حضور دل را صفا و جلا می‌دهد و زنگار غفلتها و خود فراموشیها را می‌زداید.» (طباطبایی، ۱۴۱۷: ج ۱۱: ۳۵۳)

۲-۴- توجه پیدا کردن به پناهگاهی امن و مطمئن که هر لحظه انسان را رصد می‌کند و قدرت لایزالی که همواره او را یاری می‌دهد. نتیجه اش داشتن روحیه سالم و حس اعتماد به نفس و دوری از یأس و ناامیدی است که در عمق جان متبلور می‌گردد و امنیت روانی ایجاد می‌کند. از خود بیگانگی و در نتیجه، از خدا بیگانگی و روگردانی از یاد خداست که باعث دشواری و سختی زندگی می‌شود و در مقابل، یاد خداوند متعال، باعث امنیت و آرامش روانی انسان است. یاد خداوند متعال موجب می‌شود که انسان به امیال و آرزوهای بی‌پاسخ‌گویی نیازهای خویش دانسته، احتمال وقوع رویدادهای خوشایند را انسانهای معتقد، همواره به یاد خدا هستند، به ویژگیها، نعمتها و الطاف خداوند توجه داشته، خداوند را قادر مطلق، حاضر و ناظر و پاسخ‌گویی نیازهای خویش دانسته، احتمال وقوع رویدادهای خوشایند را برای خود بیشتر دانسته، رویدادهای منفی را با توکل به خداوند به راحتی پشت سر می‌گذارند، از این رو، از آرامش و امنیت روانی بهره‌مندند.» (حسنی، ۱۳۹۰: ۹۱)

۲-۶. عشق مهم‌ترین مؤلفه روان‌شناسی مثبت‌گرا

سلیگمن عشق را یکی از راه‌های کشف معنای زندگی و از جمله عناصر مهم در شاد زیستن می‌داند و هنر عشق‌ورزیدن را برای ادامه حیات بشری ضروری می‌داند که قوه تدقیق، هوش، حسن مشاهده استنباط عواطف روحی بشری را می‌افزاید با هنر عشق‌ورزی و تفکر مثبت، می‌توان ثقل و کدورت عارضی را از روان آدمی زدود و مردمی با حس ارزشمندی پیشرو داشت.

تمایز دیدگاه برجسته سلیگمن و جنبش روان‌شناسی مثبت‌نگر از سایر دیدگاه‌ها، تأکید روی شادی، عشق و مسئولیت‌پذیری است. به بیان اختصاصی‌تر تأکید روی چیزی است که به آن تجربه‌های مثبت مردم (شادی) و صفات فردی مثبت (مثل عشق) و ارزشهای مثبت شهروندی و گروهی و مسئولیت‌پذیری می‌گویند از نظر سلیگمن، عشق بسیار بیش از عاطفه‌ای است که در قبال آنچه که انتظار به دست آوردن آن را داریم نثار دیگران می‌شود. عشق، پاسخ انتخاب طبیعی به تناقضهاست و عشق ظرفیت انسان را برای تعهدی فراتر از حد عادی نشان می‌دهد و مسلم است که امتیازها و قابلیت‌های انسانها بیش از حد شمارش است و انسان آگاه به عشق درون خود و درک و شناخت عظمت وجود خود هدفی برای زندگی می‌یابد. و انسانی که به کشف گوهر وجود خود نائل شود و از عشق درون خود که ودیعه الهی است آگاه شود به همه مخلوقات خداوند عشق می‌ورزد و عشق می‌آفریند و در تحقیقات اخیر نشان داده شده است که افرادی که تجربه پیوند پایدار و رمانتیک سراسر با عشق را داشته‌اند از همه شادترند و در پیوند دو نفر اگر این فرصت را به خود بدهند که قابلیت‌های اختصاصی خود را به کار گیرند بهتر عمل کنند در واقع در این پیوند، عشق وسیله‌ای برای خشنودی هرروزه خواهد شد. (سلیگمن، ۲۳۹:۱۳۹۸)

عشق در روان‌شناسی مثبت‌گرا یکی از مؤلفه‌های مهم از سه ارکان اصلی سلیگمن است:

- ۱) تجاری‌گری که مردم برای آنها ارزش قائل‌اند مثل: امید، خوش‌بینی و شادی
  - ۲) صفات فردی مثبت مثل ظرفیت عشق، کار، فعالیت، قریحه و مهارت‌های میان‌فردی
  - ۳) ارزشهای مثبت گروهی و شهروندی مثل: مسئولیت‌پذیری، دلگرمی دادن و شکیبایی
- (سلیگمن، ۱۳۹۸: ۸)

## ۷-۲. عشق از نظر اندیشمندان روان‌شناس

روان‌شناسان می‌گویند، عشق حاصل معرفت است و اگر از معرفت به عشق رسید آن دوست داشتن است، چون وقتی عشق باشد، همه چیز را در معشوق می‌پذیرد. ذات عشق آگاهی‌بخشی است، مازلو

به‌عنوان یکی از نظریه‌پردازان انسان‌گرا، عشق را به دو قسمت تقسیم می‌کند، یک نوع عشق که خودخواهانه، تسخیری و حریص است و به دنبال نیازهای برآورده نشده فرد است، یعنی فرد دیگران را به این دلیل دوست دارد که نیازهایش را ارضا کند، مازلو این عشق را عشق کمبود می‌نامد. نوع دیگر عشق، عشق وجودی است، عشق بالغ و فروتن که باز و خودمختار و متکی به خویش است و آزادانه ارزانی می‌شود. میل به سخاوت و تمایل به بخشش و خشنود کردن دیگری در این نوع عشق دیده می‌شود.

## ۲-۸. فروم

در نظریه فروم انواع عشق دارای تمایز است: عشق برادرانه، مادرانه، جنسی، عشق به خود، به خدا از نظر وی عشق فعال‌بودن است، نه فعل‌پذیری؛ پایداری است نه اسارت. به‌طور کلی خصیصه فعال عشق را می‌توان چنین بیان کرد که عشق در درجه اول نثار کردن است نه گرفتن. گذشته از عنصر نثار کردن، خصیصه فعال عشق متضمن عناصر اساسی دیگری است که همه در جلوه‌های گوناگون عشق مشترک‌اند که عبارت‌اند از: دلسوزی، احساس مسئولیت، احترام و دانایی.

از نظر فروم عشق در وهله نخست بستگی به یک شخص خاص نیست، بلکه بیشتر نوعی رویه و جهت‌گیری منش آدمی است که او را به تمامی جهان، نه به یک معشوق خاص، می‌پیوندد. اگر انسان فقط یکی را دوست بدارد و نسبت به دیگران بی‌اعتنا باشد، پیوند او عشق نیست، بلکه یک نوع وابستگی یا خودخواهی گسترش‌یافته است عشق یک استعداد درونی است. با وجود این که اکثر مردم فکر می‌کنند علت عشق وجود معشوق است، نه استعداد درونی. در حقیقت آنان فکر می‌کنند که چون هیچ‌کس دیگری را جز معشوق دوست ندارند، این خود دلیلی بر شدت عشقشان است. این همان اشتباهی است که قبلاً به آن اشاره شد. چون مردم نمی‌توانند درک کنند که عشق نوعی فعالیت و نوعی توانایی روح است، خیال می‌کنند تنها چیز لازم پیدا کردن یک معشوق مناسب است و از آن پس همه چیز به خودی خود ادامه خواهد یافت.

به عقیده فرانکل نیز، از رهگذر عشق محبوب خود را قادر می‌سازیم تا معنایی را به وجود آورده، با این کار معنایی را برای خود رشد می‌دهیم. فرانکل به عشق از منظر «معنای وجودی» می‌نگرد و در مورد عشق می‌گوید: عشق عالی‌ترین و نهایی‌ترین هدفی است که بشر در آرزوی آن است و در ادامه می‌گوید: و در اینجا بود که به معنای بزرگ‌ترین رازی که شعر و اندیشه و باور بشر باید آشکار سازد، دست یافتیم: «رهای بی‌شر از عشق است و در عشق است». به نظر او بشر در شرایطی که در خلاء کامل

به سر می برد و رنجهای بسیاری را تحمل می کند، فقط از راه اندیشیدن به معشوق و تجسم خاطرات عاشقانه ای که از معشوقی دارد می تواند خود را خشنود سازد. (فرانکل ۱۳۹۳: ۵۹-۶۰)

به واسطه عشق، انسان خود را فراموش کرده، به علایق خود اهمیت نمی دهد و تمام هدف او معطوف به معشوق می شود از این رو غمهای مادی مشکلات دنیایی او را ناراحت نمی کند و همواره برای رسیدن به وصال تلاش کرده، از یاد معشوق احساس سرور و شادی می کند.

از نظر فرانکل عشق تنها جمال نیست بلکه یک افسون هم هست و می گوید: عشق برای عاشق، طرحی نو در جهان می افکند و جهان را ارزش بیشتر می بخشد. عشق قابلیت پذیرش ارزشها را افزایش می دهد و عاشق را توانا می سازد تا ارزشها را ببیند. فرانکل علاوه بر جمال معشوق و افسون عشق، عامل سومی را هم در عشق مؤثر می داند و آن معجزه عشق است. چون از طریق عشق، آنچه فهم ناشدنی است انجام می گیرد و شخصی تازه به زندگی گام می نهد، شخصی که با سر یگانگی و تفرد هستی خویش، به خودی خود کامل است. (فرانکل، ۲۳۶)

## ۲-۹. عشق از نظر عرفان و عطار

عشق به معبود و خود و همنوع و جهان هستی شالوده آفرینش است. زندگی ارمغان خداوند به انسان است و هنر عشق ورزیدن و چگونه زیستن هدیه ما به خداوند است.

عشق حقیقی به وجود متعالی که امید وصال و یکی شدن با او را به دنبال دارد موجب می شود انسان از همه تعلقات مادی بگسلد و تنها به او بیندیشد، عاشق تجلی زنده و شادمان حیات است و از این طریق همه دشواریها را بر خود آسان می کند. از این رو عشق و امید ملازم یکدیگر بوده، چون وعده الهی بر تحقق وصال بندگان عاشق است و این عشق قلب و تن و ذهن و آگاهی و هستی عاشق را لبریز می کند و در تمام جریان هستی ساطع می شود.

عشق از مفاهیم کلیدی عرفان است. عرفا عشق را همان امانت الهی می دانند که موجب تمایز انسان با سایر موجودات است همچنین اصل آفرینش و انگیزه وجود کائنات نیز عشق بوده است. از دیدگاه عرفا، جهان برای این به وجود آمده که مظهر و جلوه گاه عشق الهی باشد.

به عقیده عطار انسان زمانی به هستی پای نهاده که عشق قبل از آفرینش انسان در عالم پدید آمده است. یعنی آفرینش هیچگاه بدون عشق نبوده، از بدو خلقت با آن عجین بوده است.

ما ز خرابات عشق مست الست آمدیم      نام بلی چون بریم چون همه مست آمدیم

پیش ز ما جان ما خورد شراب الست  
 ما همه زان یک شراب مست الست آمدیم  
 ساقی جام الست چون و سقیهم بگفت  
 ما ز پی نیستی عاشق هست آمدیم  
 خیز و دلا مست شو از می قدسی از آنک  
 ما نه بدین تیره جای بهر نشست آمدیم  
 دوست چو جبار بود هیچ شکستی نداشت  
 گفت شکست آورید ما به شکست آمدیم  
 گوه‌ر عطار یافت قدر و بلندی ز عشق  
 گرچه ز تأثیر جسم جوهر پست آمدیم  
 (عطار: ۱۳۶۸، ۵۰۸)

عشق و محبت نوید صلح و آرامش و اعتماد است و می‌تواند نقش مهمی در دیدگاه انسانها داشته باشد. باتوجه‌به ادبیات عرفانی، عشق مولود تجارب عمیق روحانی انسان است.

مفهوم عشق از حدود قرن هفتم به بعد در آموزه‌های عرفانی بیشترین اهمیت را به خود اختصاص داده است. در این دوران، تصوف که به‌گونه‌ای زاهدانه و خائفانه آغاز شده بود، به‌تدریج به سمت عرفان عاشقانه پیش می‌رود و عشق و محبت را بیش از هر چیز در آموزه‌های خود مورد تأکید قرار می‌دهد. در این زمینه، چیتیک معتقد است: «به‌رغم تعداد بسیار زیاد نویسندگانی که راجع به عشق الهی و عشق انسانی می‌نوشتند، ابن عربی و رومی را می‌توان بزرگ‌ترین شیوخ این سنت به حساب آورد.» (چیتیک، ۱۳۸۸: ۱۳۴)

عشق مفهوم گسترده‌ای دارد و تنها منحصر به عشق میان انسان و خدا نیست. غیر از عشق انسان به انسان و عشق به خدا، انسان می‌تواند به چیزهای دیگری هم عشق بورزد. انگیزه اولیه عشق، همواره زیبایی و جمال بوده است. «عشق که نخستین فرزند جمال است، با خود گرما و نیرویی را به همراه دارد که همه موجودات عالم هستی را به حرکت درآورده، در مکتب جمال همه حرکات هستی از نیروی عشق سرچشمه می‌گیرد. همه ترانه‌های جان‌بخش و همه نغمه‌های سرمست کننده که در جهان شنیده می‌شود، از عشق است.» (افراسیاب پور، ۱۳۸۰: ۷۵-۷۶)

عشق ممکن است به طبیعت یا موجودات که جلوه‌ای از جمال الهی هستند و یا این که فقط برای زیبایی وجود خودشان دوست داشته شوند. عشق و امید از فضایی هستند که با نوع دوستی و انسانیت نیز در ارتباط‌اند؛ بنابراین می‌توان این دو مقوله را از جمله فضایی بر شمرد که علاوه بر جنبه شخصی، منافع اجتماع را نیز شامل شده و موجبات شادی روحی شخص را فراهم می‌کند.



عطار همانند سایر عرفا اعتقاد به وجودی عالی دارد که همه عالم نمود اوست. عشق حقیقی این وجود متعالی که امید وصال و یکی شدن با او را به دنبال دارد موجب می شود انسان از همه تعلقات مادی بگسلد و تنها به او بیندیشد و از این طریق همه دشواریها را بر خود آسان کند. از این رو عشق ملازم امید بوده، چون وعده الهی بر وصال بندگان عاشق تحقق یافتنی است، عاشق هیچگاه غمگین نبوده همواره نسبت به آینده خود خوش بین است.

هر دل که از عشق بی نشان رفت	در پرده نیستی نهان رفت
از هستی خود پاک بگریز	کاین راه به نیستی توان رفت
تا تونکنی ز خود کناره	کی بتوانی از این میان رفت
صدگنج میان جان کسی رفت	کی بتوانی از این میان رفت
راهی که به عمرها توان رفت	مرد ره او بیک زمان رفت

(عطار: ۲۳۰)

عطار در غزلیات خود از جمله شاعران درون گراست.

وی در سیر درونی خود به یکی از مهم ترین مباحث عرفان اسلامی که همان عشق است برخورد می کند

«عشق نیرویی است که طالب، به مدد آن به مطلوب می رسد» (شجیعی، ۱۳۷۳: ۱۶۱)

از عشقت سوختم ای جان کجایی	بماندم بی سرو سامان کجایی
نه جانی و نه غیر از جان چه چیزی	نه در جان نه برون از جان کجایی
ز پیدایی خود پنهان بماندی	چنین پیدا چنین پنهان کجایی
هزاران درد دارم لیک بی تو	ندارد درد من درمان کجایی

(عطار، ص ۶۴۸)

عشق مهم ترین حرف عطار در غزلیات است. این مؤلفه مانند محوری است که عناصر دیگری همچون:

مهر، دوستی، فنا، بقا، شادی و غم و امید را موجب می شود. سخن عطار در بیان رموز عاشقی و اطوار

روحانی قدرت و شوری دیگر دارد. (همایونی، ۱۳۸۴: ۲۳)

عشق دارای مراتبی است. «در اصطلاح، عشق به دو صورت حقیقی و مجازی و تقسیم

می شود. اما این دو اصطلاح از ابداعات صوفیان متأخر است زیرا در دوره های گذشته از انواع عشق با

تعبیر چون عشق الهی، عشق طبیعی و عشق انسانی یاد می‌شود. این اصطلاحات حتی در نوشته‌های صوفیه قرن پنجم هم دیده نشده است. نویسندگان دوره پیشین از عشق به عنوان عشق به خالق و عشق به مخلوق نام می‌برند.» (پورجوادی، ۱۳۷۵: ۸)

بی‌گمان آنچه درباره عشق از دیوان عطار می‌خوانیم عشق حقیقی است. عطار در عشق پایبند به پیمان ازلی است و هنگامی که می‌گوید:

ز زلفت زنده می‌دارد صبا انفاس عیسی را      ز رویت می‌کند روشن خیالت چشم موسی را  
(عطار، ۱۳۶۹: ۱)

تردید نیست که عطار به صفات جمال الهی نظر دارد و همه چیز را در دنیا اثر معبودی نادیده می‌داند. شبستری نیز در گلشن راز تصریح می‌کند که تجلی خداوند به دو گونه جمال و جلال است:

تجلی گه جمال و گه جلال است      رخ و زلف آن معانی را مثال است  
(دزفولیان، ۱۳۸۲: بیت ۷۱۹)

لاهیجی در شرح این بیت می‌گوید: «تجلی و ظهور حق جمالی و جلالی است. تجلی جمالی آن است که مستلزم لطف و رحمت و قرب باشد.» (لاهیجی، ۱۳۳۷: ۴۶۶)

چنان‌که می‌دانیم «بنای عشق بر جمال و زیبایی است و مکتب عرفان که مکتب عشق است، در حقیقت رویکردی جمال‌گرایانه دارد. با این تفاوت که «جمال» در این مکتب، چیزی فراتر از جمال در معنای سطحی و ظاهری آن است. عارفان همواره در پی بازنمایی نوعی زیبایی از هستی و پدیده‌های آن بوده‌اند که جز با تمرین و ممارست و مکاشفه حاصل نمی‌شود. زیبایی‌شناسی وقوف به غیر محسوسها و فراطبیعیها و ظرافتهای طبع خود دل است. آن زیبایی‌شناسی و درک حسن و خوبی که چشم و گوش ظاهری تنها بینندگان و مستمعان خاموش‌اند، نه شرکت‌کنندگان حاضر و آماده آن.» (لویزن، ۱۳۷۹: ۲۷۴)

رخ: مظهر جمال و روشنائی است. لاهیجی نیز می‌گوید: «از رخ صفات الهی مراد باشد.» (همان: ۵۵۴)

در نظر عطار «شوق روحانی» بر «ذوق جسمانی» (همان: ۲) برتری دارد و امید به پرده برداشتن از روی معبود است که او را چنین عاشق نگه داشته است.

تردیدی نیست که عطار به صفات جمال الهی نظر دارد و همه چیز را در دنیا اثر معبودی نادیده می‌داند. زرین کوب غزلیات عطار را از هر نوع که باشد حاصل تجربه واقعی از عشق می‌داند که در آنها عشق به‌عنوان یک واقعیت محسوس نه خیالی هذیان‌آمیز صرفاً شاعرانه نشان داده‌شده، به نحوی است که عشق مجازی را هم به امری روحانی تبدیل می‌کند. (زرین کوب، ۱۳۷۸: ۶۳)

در دیوان وی دائماً عشق و عاشقی را به‌وضوح به شکلی حقیقی می‌بینیم. معشوق وی شخصیتی والاست که از جان نیز عزیزتر است به‌طوری که در برابر بودن او، جان در دل نمی‌گنجد. مقصود عطار این است که برای رسیدن به وصال معشوق حقیقی باید از جان نیز گذشت:

مرا با عشق تو جان در نگنجد      چه از جان به بود آن در نگنجد

اگر یک ذره عشقت رخ نماید      به صحن صد بیابان در نگنجد

(عطار، ۱۳۶۹: ۱۲۹)

فروزانفر نیز اشعار عرفانی او را مشتمل بر وصف عشق حقیقی و ارتباط با شاهد غیبی می‌داند. (فروزانفر،

۱۳۵۳: ۸۲)

عشق در نظر عطار همچون کیمیایی است که اسرار را عیان می‌کند:

عشق عطار به خداوند در حدی است که در برابر خواست وی حاضر است از همه چیز چشم‌پوشد و با همه سختیها مبارزه کند. از دید عطار سختیهای راه عشق را می‌توان با نگرش مثبت و امید به وصال یار تبدیل به آسانی کرد:

روزی گرم بخوانی از بس که شاد گردم      گره بود بر آتش بیم خطر ندارم

گر چه از سر پای کردم چون قلم در راه عشق      پا و سر پیدا نیامد این بیابان مرا

یک شعله آتش از رخ تو بر جهان فتاد      سیلاب عشق در دل مشتی خراب بست

در عالم عرفان رضایتمندی در هر حال امکان‌پذیر است. فرد عاشق چون همه چیز را از خدا می‌داند درد و غم عالم برایش یکسان است از این رو همیشه در سرمستی و خوشی است.

ما مسیم و این نفسهای بدرد      بر امید کیمیایی می‌زنیم

روز و شب بر درگه سلطان جان      تا ابد کوس وفایی می‌زنیم

(عطار، ۱۳۶۹: ۵۰۷)

عطار برای کسانی که در زمره عارفان عاشق نیستند تأسف می‌خورد که وجود خود را نشناخته‌اند. وی به آنها توصیه می‌کند به ناپایداری دنیا بیندیشند و از شهوات زودگذر اجتناب کنند و بدانند لذتهای ناپایدار عذابی طولانی را به دنبال دارد:

ای دریغا می‌ندانی کز چه دور افتاده‌ای  
آخر ار شوقیست در تو ذوق این معنی بیاب  
چون چراغ عمر تو بی‌شک بخواهد مُرد زود  
خویشتن را همچو شمعی ز آتش شهوت متاب  
آخر ای شهوت‌پرست بی‌خبر گر عاقلی  
یک‌دمی لذت کجا ارزد به صدساله عذاب  
(عطار، ۱۳۶۹: ۷۳۸)

عطار لذت خود را در فنا شدن می‌داند زیرا وجود خداوند را باقی دانسته و معتقد است در وصل او جاودانگی است:

در بقا عزّت ترا و در فنا لذّت مرا  
مستمی گر با تو خود را من برابر گویمی  
(همان: ۸۳۸)

عطار عشق را اساس هستی می‌شمارد و معتقد است کسی که به مقام واقعی عشق رسیده باشد دیگر چیزی را جز آن قبول ندارد و لذت عشق را بالاترین خوشی می‌شمارد:

اگر دمی به مقامات عاشقی برسی  
شود یقینت که جز عاشقی خرافاتست  
چه داند آنکه نداند که چیست لذت عشق  
از آنکه لذت عاشق و رای لذاتست  
(همان: ۳۳)

ز کفر و دین و ز نیک و بد وز علم و عمل  
برون گذر که برون زین بسی مقاماتست  
(همان: ۳۳)

در سایه لذتهای پایداری که عاشق را در بر می‌گیرد، درد و رنج این دنیایی اهمیت ندارد. عطار خطاب به خود می‌گوید که وجود تو همان چیزی است که در ذهن تو بگنجد اگر زمانی به جایگاه حقیقت برسی و خود را کامل بشناسی در بند حدوث و قدم نمی‌مانی زیرا در این وقت خود را ذره‌ای از وجود او می‌دانی که جدایی ندارد و نمی‌تواند حادث باشد. در این جا عطار به نحوی وحدت وجود را بیان می‌کند که میان خالق و مخلوق اتحاد برقرار کرده است:

عشق در نظر عطار همچون کیمیایی است که اسرار را عیان می‌کند:

عشق عطار به خداوند در حدی است که در برابر خواست وی حاضر است از همه چیز چشم پوشد و با همه سختیها مبارزه کند. از دید عطار سختیهای راه عشق را می‌توان با نگرش مثبت و امید به وصال یار تبدیل به آسانی کرد:

روزی گرم بخوانی ازبس که شاد گردم      گر ره بود بر آتش بیم خطر ندارم  
(همان: ۲)

گر چه از سر پای کردم چون قلم در راه عشق      پا و سر پیدا نیامد این بیابان مرا  
یک شعله آتش از رخ تو بر جهان فتاد      سیلاب عشق در دل مشتی خراب  
بست (همان: ۲)

انسان در عرفان اسلامی تنها گزینه خداوند است که می‌تواند به کمال برسد. این موجود تنها آفریده‌ای است که امانت به وی سپرده شده، آن را حمل کرده است گر چه خداوند به همین دلیل او را ظلم و جهول خوانده، اما به نظر ملاصدرا، علوم و جهول بودن انسان، کرامتی است که به وی عطا شده است زیرا برای رسیدن به کمال باید احساس عجز و نیاز وجود داشته باشد. از نظر وی موجودی می‌تواند واردات الهی و خلعتهای نورانی را دریافت کند که در مقام احتیاج و عجز باشد. آنچه مانع رسیدن به کمال می‌شود توهم غنی بودن و افتخار بدان است که وصفی شیطانی و موجب استکبار و رانده شدن از بارگاه الهی است (صدرالمآلهین، ۱۳۶۱: ج ۲: ۳۱۳) به نظر وی، فضیلت انسان بر فرشتگان نه در ماده و نه در روح است بلکه به موجب آیات (۳۰-۲۷) سوره فجر: «یا ایتهالانفس المطمئنه ارجعی الی ربک راضیه مرضیه فادخلی فی عبادی و ادخلی جنتی» در بازگشت وی به سوی خداست یعنی حرکت به سوی کمال (همان)

این تعبیر از آیه نشان می‌دهد که در نظر ملاصدرا هدف خلقت تکامل انسان بوده است که خود دارای مراحل و شرایطی است که در فلسفه و عرفان به آن پرداخته شده است.

از دیدگاه امام علی انسان دارای ارزشهایی که اگر به آن واقف باشد سمت گناه نمی‌رود و من کرمت علیه نفسه لم یهنها بالمعصیه (( تمیمی الآمدی، ۱۳۸۸: روایت ۴۶۱۰، ۲۳۱) کسی که جانش نزد او گرامی باشد با گناه و معصیت آن را خوار و پست نمی‌کند این سخن نشان‌دهنده کرامت و ارزش ذاتی

است که در همه انسانها هست ولی برخی چون آن را نمی‌شناسند از گناه کردن پرهیز ندارند. باین وجود این گوهر در آنها وجود دارد.

عطار نیز انسان را آینه جمال الهی می‌داند که صفات خدا را متجلی می‌کند. باتوجه به جهان‌بینی و معتقدات عطار می‌توان گفت که انسان متعالی از دید او کسی است که سه مرحله شریعت، طریقت و حقیقت را پشت سر گذاشته باشد و به اعتقاد او رسیدن به حقیقت جز از جاده شریعت و طریقت امکان‌پذیر نیست. عطار انسان کامل را آینه حق می‌داند که هر زیبایی در وجود او، عکس آن جمال مطلق است؛ دل او جام جهان‌نما و تجلی‌گاه اسرار الهی است. او قطب عالم است که همه چیز بر مدار او می‌گردد و حتی گردش افلاک نیز به حرمت اوست. (حجازی، ۱۳۷۸: ۳۶)

ابیاتی که عطار در آنها به آینه اشاره دارد، واژگانی چون: دل و جمال و جان نیز در هم آمده است. دل مؤمن به عنوان عضوی صیقل داده شده، دارای پاکی فطری، قدرت دار که جمال خداوند را منعکس کند. در بیت زیر «جمال ذات» همان جمال خداوندی است که در دل تجلی می‌کند:

دل قابل صورت حیاتست ای جان      جان آینه جمال ذاتست ای دل

(عطار، ۱۳۶۸: ۳۶)

عطار انسان کامل را قطب عالم می‌داند که همه چیز بر مدار او می‌گردد. «شیخ با اینکه وجود آدمی را در برابر عظمت خلقت جهان هیچ و ناچیز می‌شمارد ولی چنان که دیده شد، دنیا را بر نهاد آدمی پا بر جا می‌داند. وافلاک و انجم را در مرتبه ای پست تر از وی قرار می‌دهد و جایگاه انسان را بسیار والاتر و با ارزشتر از هر موجود زنده ای می‌داند که برای رشد خود تلاش می‌کند تا به سرمنزل مقصود برسد.

### ۳. نتیجه‌گیری

انسان امروز، گرفتار ناکامی در پی یافتن معنای زندگی است. گذشتگان باتکیه بر ادیان تعریف جامع و مانعی برای زندگی داشتند و می‌توانستند معنایی برای زندگی پیدا کنند.

ولی انسان امروز مبتلا به پوچ‌گرایی شده است فرسنگها از درخشش وجود خود دور مانده، با خود بیگانه شده است. در حقیقت در جستجوی معنای زندگی هزارتوی راه‌های مختلف را رفته و راه درست را نیافته، غافل از آنکه معنای زندگی جدا از خودشکوفایی و رشد و تعالی نیست و خطیرترین کار، همت به خودکاوای خود است و اگر خویشتن را خوب بشناسد. نقاط قوت و نقاط ضعف خودش را دریابد و در مقابل خود قرار گیرد و. خودشناسی پیشه کند و بعد با تأمل و مراقبه و وقت‌گذشتن، به درک درستی از

خود برسد آن زمان است که در پی یافتن مقصدی روان می‌شود که متضمن شکوفاشدن آن من انسانی است و. به میزانی که به شکوفایی قابلیت‌ها و توانمندی‌های خود آگاهی یابد به بالاترین مرحله سلوک انسان وارد شده است که به دنبال آن به تصفیه خود و زدودن زنگارها همت می‌گمارد تا به سرمنزل مقصود که همان یافتن معنای زندگی و تکامل انسان است برسد که عطار به زیباترین طریق و با اشعاری نغز انسان را در مقابل وجودی ارزشمند قرار می‌دهد و فنای کامل در این وجود را به تولدی دوباره برای او رقم می‌زند. در روان‌شناسی خودکامی به تیپولوژی یاد می‌شود که به شناخت شخصیت می‌پردازد و اگر که به تصویر درستی از خود رسیدند و به میزانی که به شکوفاشدن خود همت گماشتند چنین کسی جستجوگر می‌شود و در پی دریافت چرایی زندگی خود است تا به چگونگی آن برسد اما اگر در تشخیص تیپولوژی خود دچار خطا شود و به خودشناسی و کشف گوهر وجود خود نائل نشود. تا آن هنگامی که در خطا و اشتباه از شناخت خود است، معنای زندگی‌اش محقق نمی‌شود به دلیل آن که تصویر درستی از خودش نداشته است. در نتیجه مرحله اول بسیار خطیر است.

یکی از نکات مهمی که در سلوک و در نگاه عرفانی به هستی وجود دارد و از دیدگاه عطار عبارت از این است که انسان خود را در عالم تنها بیابد؛ و از دایرة کثرت فراتر رود و به امری ورای این کثرت بیندیشد یا به تعبیری از دام کثرت برهد، و در مبدأ عزیمت قرار گیرد و از خود برون شود و به خود آید. در اشعار عطار نیز، انسان از دام کثرت رهیده، خویش را در این عالم متفاوت یا تنها تجربه می‌کند و وصل را بعد از جدایی از کثرت تجربه می‌کند. در داستان زیبای سیمرغ از جایی این «تنهایی» بدل به «جدایی» می‌شود و وقتی به وصال می‌رسند و بر آن جدایی فائق می‌آیند، می‌بینند که خود پادشاه خود هستند وحدت و کثرت یکی می‌شود. در نتیجه با بررسی و تطبیق اشعار عطار با نظریه مارتین سلیگمن بر مبنای عشق و معنای زندگی و نتایج آن بر روح و روان انسانها، بهترین راهکار روانکامی برای درمان سردرگمی و زیاده‌خواهیها و دردهای مادی بشر را، راهیابی انسانها به درک عوالم معنوی، رشد، تعالی، شناخت فضیلتها و توانمندیهای باارزش خود دانست و به علت اینکه عطار میان بنده و خالق جدایی نمی‌بیند و عشق را در همه جای هستی جاری و ساری می‌داند، و تنها عشق وجودی و امید رسیدن به کمال و یکی شدن با خالق می‌تواند بهترین معنای زندگی انسان باشد مقاله آغاری، پژوهشی بر یک انجام است، و امید است که به همت صاحب‌نظران و پژوهشگران کاستیهایش کاستی گیرد و روز به روز ارتقا پذیرد.

## منابع

- ایزدی طامه، احمد (۱۳۸۹) مقایسه تأثیر آموزش صبر حل مسائل ترکیبی نشریه روان‌شناسی نظامی ش، ۳، صص ۷۲۰-۵۹.
- بافرانی، طلعت (۱۳۸۹) روان‌شناسی ودین، ش ۴.
- پورجوادی، نصرالله (۱۳۷۵) باده عشق سیر تحولات معنای عشق (عشق حقیقی، مجازی) نشر دانش، ش ۶۸.
- (۱۳۸۰) مقاله‌ها و نقدها چاپ اول. تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- تیمی آمدی، عبدالواحد (۱۳۸۸) غررالحکم و دررالکلم، ترجمه لطیف راشدی، قم: پیام علمدا..
- جنسی، رمضان‌علی وهمکاران (۱۳۹۰) بررسی رابطه خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته شده سلیگمن و امنیت روانی، روان‌شناسی ودین، سال ۴، ش ۴، صص ۱۰۲-۷۵.
- جیمز، ویلیام (۱۳۵۶) دین و روان، ترجمه مهدی قائن، موضوعی و محتوایی در غزلیات عطار، مجله تاریخ ادبیات، ش ۳، پیاپی ۶۱ صص ۵-۲۶.
- (۱۳۵۶) دین و روان، ترجمه مهدی قائن، وع موضوعی و محتوایی در غزلیات عطار، مجله تاریخ ادبیات، ش ۳، پیاپی ۶۱ صص ۵-۲۶.
- چیتیک، ویلیام (۱۳۸۸) درآمدی بر تصوف و عرفان اسلامی، ترجمه جلیل پروین، چاپ اول، تهران: انتشارات حکمت.
- دزفولیان، کاظم (۱۳۸۲) گلشن راز، متن و شرح براساس قدیمی ترین و مهمترین شروع گلشن راز: شرح صابین الدین علی ترکه، شرح شاه داعی الی الله شیرازی و تهران: طلایه.
- عطار، فرید الدین (۱۳۶۸) به اهتمام و تصحیح نقی تقضلی، تهران: علمی و فرهنگی.
- زرین‌کوب، عبدالحسین (۱۳۷۸) صدای بال سیمرغ، تهران: سخن.
- شجیعی، پوران (۱۳۷۳) جهان‌بینی عطار، تهران: موسسه نشر و ویرایش.
- فرانکل (۱۳۸۹). انسان در جست‌وجوی معنا، ترجمه نهضت صالحیان و مهین میلانی، تهران: درسا.
- (۱۳۹۱). انسان در جست‌وجوی معنای غایی، ترجمه شهاب‌الدین عباسی، تهران: پارسه.
- فروزانفر، بدیع‌الزمان (۱۳۵۳) شرح احوال و نقد و تحلیل آثار عطار نیشابوری، ج ۲، تهران: دهخدا.
- فروم، اریک (۱۳۸۸). هنر عشق‌ورزیدن، ترجمه سمیه سادات آل‌حسینی، تهران: جاجرمی.
- لاهیجی، محمدین یحیی (۱۳۳۷) مفاتیح الاعجاز فی شرح گلشن راز، تهران: علم.
- لو یزن، لئونارد (۱۳۷۹) شیخ محمود شبستری، ترجمه مجدالدین کیوانی، تهران: مرکز.
- محمدپور، احمد رضا (۱۳۸۵) انسان در جست‌وجوی معنا نهایی فرانکل فصلنامه نقد و نظر، ش ۴۴.
- نیکروز، یوسف (۱۳۸۷) بررسی مفهوم درد در شعر عطار، کاوش نامه، سال ۹، ش ۱۷.



همایونی، مسعود (۱۳۸۴) سیری در افکار و زندگی عارف بزرگ ایرانی شیخ فرید الدین عطار نیشابوری، نشر حافظ، ش ۱۸، صص ۲۷-۲۲.

### Sources and references

۱. Izadi Tameh, Ahmad (۲۰۱۰) Comparison of the effect of teaching patience to solve compound problems Journal of Military Psychology, ۳, pp. ۷۲۰-۵۹.
۲. Bafarani Jasni, Talat (۲۰۱۰) Psychology and Religion, Vol.
۳. Pourjavadi Nasrollah (۱۳۷۵) The wind of love The evolution of the meaning of love (real, virtual love) Danesh Publishing, Vol. ۶۸.
۴. ----- (۲۰۰۱) Articles and Reviews First Edition. Tehran: University Publishing Center.
۵. Tamimi Amadi, Abdul Wahed (۲۰۰۹) Gharr al-Hakam and Dar al-Kalam, translated by Latif Rashedi, Qom: Payam Alamda. .
۶. Jasni, Ramazan Ali et al. (۲۰۱۱) A Study of the Relationship between Islamic Optimism, Seligman Learned Optimism and Psychological Security, Psychology and Religion, Vol. ۴, No. ۴, pp. ۱۰۲-۷۵.
۷. James, William (۱۳۵۶) Religion and psyche, translated by Mehdi Ghaen, thematic and content in Attar's lyric poems, Journal of Literary History, Vol. ۳, ۶۱, pp. ۵-۲۶.
۸. ----- (۱۳۵۶) Religion and psyche, translated by Mehdi Ghaen, thematic and content in Attar's lyric poems, Journal of History of Literature, Vol. ۳, ۶۱, pp. ۵-۲۶.
۹. Chitik, William (۲۰۰۹) An Introduction to Sufism and Islamic Mysticism, translated by Jalil Parvin, first edition, Tehran: Hekmat Publications.
۱۰. Dezfulian, Kazem (۲۰۰۳) Golshan Raz, text and description based on the oldest and most important explanations of Golshan Raz: Sharj Sainuddin Ali Torkeh, Sharh Shah Dai to Allah Shirazi and Tehran: Talaieh.
۱۱. Divan Attar, (۱۹۸۹) by Taghi Tafazli, Tehran: Scientific and Cultural.
۱۲. Zarrinkoob, Abdolhossein (۱۳۷۸) The Voice of Simorgh Wing, Tehran: Sokhan.
۱۳. Shajiei, Pouran (۱۳۷۳) Jahanbin Attar, Tehran: Publishing and Editing Institute.
۱۴. Rankel (۱۳۸۹). Man in Search of Meaning, translated by Salehian and Mahin Milani Movement, Tehran: Dersa.

۱۵. ---- (۱۳۹۱). *Man in Search of the Ultimate Meaning*, translated by Shahabuddin Abbasi, Tehran: Parseh.
۱۶. Forouzanfar, Badi-ol-Zaman (۱۳۵۳) *Description of the situation and critique and analysis of the works of Attar Neyshabouri*, Ch ۲, Tehran: Dehkhoda.
۱۷. Fromm, Eric (۱۳۸۸). *The Art of Love*, translated by Somayeh Sadat Al-Hosseini, Tehran: Jajarmi.
۱۸. Lahiji, Mohammad Ibn Yahya (۱۳۳۷) *Mafatih al-Ijaz fi Sharh Golshan Raz*, Tehran: Alam.
۱۹. Lewisen, Leonard (۱۳۷۹) *Sheikh Mahmoud Shabestari*, translated by Majdaldin Kiwani, Tehran: Center.
۲۰. Mohammadpour Ahmad Reza, (۲۰۰۶) *Man in Search of the Final Meaning of Frankel* Quarterly Journal of Criticism and Opinion, Vol.
۲۱. Nikroz, Yousef (۲۰۰۸) *A Study of the Concept of Pain in Attar's Poetry*, Kavoshnameh, Vol. ۹, No. ۱۷.
- ۲۲ Homayouni, Massoud (۲۰۰۵) *A Journey into the Thoughts and Life of the Great Iranian Mystic Sheikh Farid-ud-Din Attar Neyshabouri*, Hafez Publishing, Vol. ۱۸, pp. ۲۷-۲۲