



## بررسی تطبیقی معنای زندگی از دیدگاه مولوی و یالوم معصومه قاسملوقیداری<sup>۱</sup>

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

### چکیده

پرسش از معنای زندگی همواره از دغدغه‌های اساسی اندیشمندان بوده است. این که آدمی چگونه می‌تواند به زندگی خود معنا بدهد و از پوچی و تهی‌شدگی‌های رهایی‌یافتنی‌ترین مسائل روانشناسی بهره‌مند شود؟ پاسخی درخور بیابند. در این پژوهش کوشیده‌اند به اشکال گوناگون برای این پرسش که معنای زندگی چیست؟ پاسخی برجسته‌ی غرب، روانشناس شهیر، اروین یالوم بر رویکردی بررسی کنیم و به بیان اشتراکات و افتراقات دیدگاه‌های این دو پردازیم.

پژوهش حاضر به روش توصیفی تحلیلی و به شیوه استقرایی بر اساس گزاره‌های روانشناسی اگزیستانسیال و به طور خاص آراء اروین یالوم و سروده‌های مولانا جلال‌الدین بلخی صورت گرفته است. مولانا در پس‌ظاهر زندگی، معنای زندگی را جستجو می‌کند و معتقد است اگر انسان بعد معنوی خود را بهتر بشناسد، این به زندگی او معنا و مفهوم می‌بخشد؛ خدا در زندگی وی نقش محوری دارد که همه چیز حول این مفهوم می‌گردد. اما یالوم که از روانشناسان اگزیستانسیالیست است، معتقد است دنیا تصادفی است و معنایی در کار نیست هیچ خط و مشی جز آنچه خود فرد خلق می‌کند وجود ندارد. اما یالوم و مولانا علی‌رغم تباین آشکار در آراء و عقاید در برخی از مولفه‌هایی همچون آزادی، مرگ، تنهایی، پوچی و... که به جاودانگی حقیقی و

<sup>۱</sup> . masomehghasemloo۷۱@gmail.com

معنادار بودن زندگی انسان منجر می‌شود متفق القول‌اند. و برآیندی که از این بررسی به عمل آمده نشان می‌دهد معنای زندگی در سروده‌های مولانا بر اساس روانشناسی وجودی یالوم منوط به رعایت اصولی هم چون مسئولیت، عشق، اخلاق و ... است که خود انسان، آنها را ابداع کرده است. ضمن اینکه از دید مولانا بازگشت به اصل در کنار سایر مولفه‌ها عامل رهایی انسان از پوچی و بی‌معنایی است ولی یالوم به این جنبه‌های ما بعدالطبیعه اعتقادی ندارد.

واژگان کلیدی: آگزیستانسیالیسم، معنای زندگی، مولانا، خدامحوری، یالوم

## ۱. مقدمه

### ۱-۱. بیان مسأله

آگاهی انسان از موقعیت خود در جهان و آشنایی او با پیچیدگی‌های عالم هستی، نقطه آغازین جستجوی معنای زندگی است: در واقع وقتی انسان خود را در برابر عظمت جهان و ظرایف عالم هستی می‌بیند با حیرت بسیاری از خود می‌پرسد: هدف خلقت چیست؟ معنا و هدف زندگی چیست؟ به قدری این پرسش‌ها اهمیت دارد که اندیشمندان و متفکران بزرگ تاریخ را به خود مشغول داشته و هر کدام را برای مدتی و شاید تا پایان عمر درگیر نموده است.

صرف نظر از گرایش ذاتی انسان به فهم و معنای زندگی و اینکه هر متفکری که به هستی خدا و دین می‌پردازد به شکلی دغدغه این مسئله را خواهد داشت؛ اما رواج این اندیشه و توجه جدی به آن از اواخر قرن هجدهم به این طرف با توجه به تغییراتی که در زندگی بشر به واسطه صنعتی و ماشینی شدن آن روی داده است، این‌گونه پرسش‌ها بسیار افزایش یافته است. موضوعاتی از قبیل معنای زندگی، ارزش و هدف زندگی در دنیای امروزی به دلیل مدرنیته و سرعت تغییرات و دگرذیسی‌های بیش از حد، زندگی، ذهن و زبان انسان‌ها را به خود مشغول داشته تا جایی که انسان را وادار به اندیشیدن و تفکر درباره‌ی معنای زندگی نموده است.

بنابراین پرسش از معنای زندگی مسأله‌ای برای عموم ابناء بشر است که حل آن ادامه حیات آدمی را توجیه و کیفیت زیستن آنها را تعیین می‌کند.

در اثر حاضر با توجه به افزایش اندیشه‌های نیهیلیستی و تفکراتی که زندگی انسان را پوچ و بی فایده می‌شمارند، پرداختن به این بحث از اهمیت بیشتری برخوردار شده است. در واقع مسأله‌ی معنای زندگی و اینکه انسان برای چه آفریده شده و چه هدفی را در زندگی دنبال می‌کند را می‌توان از مهمترین دغدغه‌های ذهن بشر به حساب آورد. برای همین است که اندیشمندان بسیاری در قالب مکاتب مختلف بشری سعی کرده‌اند تا پاسخی برای سوال از معناداری زندگی بیابند. این مهم در میان اندیشمندان اسلامی و غربی، از جایگاه ویژه‌ای برخوردار بوده است.

مولانا برای زندگی، معنایی عمیق و ژرف قائل است معنایی که که فرای ظواهر زندگی است و اعتقاد به همین معنویت است که به زندگی روح و معنا می‌بخشد:

گفت المعنی هو الله شیخ دین بحر معنی های رب العالمین

(مولوی ۱/۳۳۳۸)

از نظر یالوم یکی از اهداف آگزیستانسیال رفع ناامیدی و یاس در انسان‌هاست و این ناامیدی هیچ ارتباطی به مسائل مادی ندارد و منشاء وجودی دارد. یالوم می‌گوید تنها حقیقت مطلق این است که هیچ چیز مطلقاً وجود ندارد، از دیدگاه یالوم، دنیا تصادفی است و هر آنچه هست، می‌توانست به شکل دیگری باشد، یعنی خود انسان‌ها هستند که دنیای خود و موقعیت‌شان را در آن می‌سازند، یعنی معنایی در کار نیست، جهان از نقشه‌ای از این برخوردار نیست، هیچ خط مشی‌ای جز آنچه خود انسان می‌آفریند وجود ندارد.

یالوم پوچی را دغدغه چهارم وجودی فرد می‌داند که با فقدان معنای زندگی در جهانی که در ذات خود بی‌معناست ایجاد می‌شود و همچنین او معتقد است که انسانها موجوداتی هستند در جستجوی معنا که باید با دردسر پرتاب شدن در درون دنیایی که خود ذاتاً بی‌معناست کنار بیاید. یالوم در مورد خدا موضع مشخصی ندارد و در بیان نظریه‌ها و ایده‌های خود کاری با مذهب ندارد.

علی‌رغم تباین آشکار آراء یالوم و مولانا در باب نقش قانون الهی در معنابخشی زندگی، در مؤلفه‌هایی همچون عشق، مرگ، تنهایی، خدمت به دیگران و... که به جاودانگی حقیقی و معنادار بودن زندگی انسان منجر می‌شود، متفق القول‌اند. هدف پژوهش، بیان ابعاد متفاوت زندگی و اهمیت آن و نیز واکاوی و استخراج جنبه‌های مشابه و متفاوت آراء یالوم و مولانا است.

در زمینه معنای زندگی، تاکنون مقالات و پایان نامه‌هایی با رویکردهای دینی، فلسفی و روانشناختی نگاشته شده است از جمله:

ابوالمعالی و آل یاسین (۱۳۹۵) در پژوهشی با عنوان «بررسی فضای زندگی از دیدگاه امام علی (ع) و مقایسه آن با دیدگاه ویکتور فرانکل» این مقوله را بررسی کرده است. آقایی (۱۳۹۴) در پژوهش خود «معنای زندگی از دیدگاه مولوی و دکتر فرانکل» این پژوهش در رویکردی خدا محور معنای زندگی را از دیدگاه دو شخصیت برجسته مورد بررسی قرار می‌دهد. اصغری (۱۳۹۱) در پژوهش با عنوان «معنای زندگی از دیدگاه مولانا و کی برکگور» به بررسی مولفه‌های ارزش بخش به زندگی از دیدگاه کی برکگور پرداخته می‌شود و نیز معنای زندگی از دیدگاه مولانا بررسی شده و سرانجام به بررسی تطبیقی این مبحث از دیدگاه هر دو متفکر پرداخته شده است. پورالخاص و فرجی (۱۳۹۱) در تحقیقی با عنوان «ارتباط معناداری زندگی با اعتقاد به خدا از منظر مولانا» آورده، در این پژوهش نگارنده حیات را از منظر مولوی بررسی می‌کند و سپس بر اساس داده‌های به دست آمده به تبیین دیدگاه مولانا در باره حیات معنادار در پرتو اعتقاد به خدا و دیدگاه طرفداران فلسفه پوچی پرداخته است. و....

## ۲. متن

### ۲-۱. معنای زندگی از دید یالوم

اروین د. یالوم براین باور است که ما موجوداتی در جستجوی معنا هستیم که باید با دردسر پرتاب شدن به درون دنیایی که خود ذاتاً بی‌معناست، کنار بیاییم (یالوم ۱۳۸۹: ۲۱). از نظر یالوم زندگی ذاتاً بی‌معناست و ما باید معنای زندگی را جعل کنیم نه کشف، به باور او زندگی‌ای معنادار است که در آن یک سری اصول و قوانین اخلاقی، روانشناختی که توسط خود انسان خلق و ابداع شده رعایت شود.

از نظر یالوم معنای زندگی در ارتباط با سه مؤلفه ارزش، دل‌پایسی‌های غایی و فرهنگ تحقق می‌یابد. مهم‌ترین مؤلفه‌های هستی‌شناختی معنای زندگی مسؤولیت، عشق، موفقیت، مرگ، ترس، تنهایی و... است. او دغدغه‌های وجودی را در چهار گروه کلی قرار می‌دهد که عبارتند از: دغدغه-های ناشی از مرگ، تنهایی، آزادی و پوچی) (وی جهان را عاری از خدا می‌داند و اعتقاد

به خدا و همچنین ماورای طبیعت را از شروط اصلی و ضروری زندگی معنادار نمی‌داند (شایان فر: ۱۳۹۸، شماره ۱۵). از نظر او، مرگ به قدری اهمیت دارد که اگر درست با آن مواجه شویم، می‌تواند دیدگاه ما را به زندگی دگرگون کند (شایان فر ۱۳۹۸)

## ۲-۲. معنای زندگی از دید مولانا

مولانا در مقام عارفی بزرگ، زندگی را سایه‌ای از زندگی واقعی می‌داند و انسان را از تعلق خاطر داشتن به آن منع می‌کند برای این که زندگی دنیوی گذرا، عبث و رنج آور است. او عامل اصلی معناداری زندگی را عشق به خداوند و سیر حرکت به سوی او و مرگ را جزو اصلی زندگی و عامل پیوند و تکامل روح می‌داند (مقاله ۱۳۹۷: شماره ۸۸). از منظر مولانا اعتقاد به خداوند، عشق، نوع دوستی، مرگ و تنهایی از مؤلفه‌های معنا بخش زندگی هستند.

## ۲-۳. مؤلفه‌های معنای زندگی از دیدگاه یالوم و مولانا در اشعار مولانا

### ۲-۳-۱. عشق

عشق از موضوعات جهان‌شمولی است که یالوم و مولانا در برخی جنبه‌ها هم‌سو و هم‌رای اند و در برخی جنبه‌ها اختلاف نظرهایی با هم دارند. از دید یالوم «عشق نوعی از خود، بی‌خودی و سواس گونه و ذهنیتی افسون شده است که تمام زندگی فرد را در تصرف خود در می‌آورد. معمولاً تجربه چنین حالتی باشکوه است» (یالوم ۱۳۹۶: ۵۱۷). به عقیده او «انسان بیشتر دل‌باخته اشتیاق خویش است تا آنچه اشتیاقش را برانگیخته است؛ ولی در مواقع شیدایی و از خود بی‌خودی، پیش از آن که لذت بیافریند، پریشانی می‌آورد». (یالوم ۱۳۸۱): برای خودم و برای همه شما عشق و ارتباطی بالغانه و رشدیافته آرزو می‌کنم، نه مفاتی تند و به ظاهر آتشین و در باطن پوچ و کودکانه (یالوم ۱۳۹۶: ۵۱۹).

یالوم معتقد است که عشق باید بالغانه و رشدیافته باشد. او دوست داشتن را به معنای توجه فعال به زندگی و تلاش برای رشد دیگری می‌داند؛ یعنی معتقد است: عشق با خود مسؤولیت به دنبال می‌آورد و فرد عاشق باید در برابر نیازهای جسمانی و روانی معشوق پاسخگو باشد و برای منحصر به فرد بودن او ارزش قائل شود (یالوم ۱۳۹۶: ۵۱۷). مولانا نیز دقیقاً بر همین مسأله تأکید دارد و معتقد است که «عشق به زندگی معنا و گرمی می‌دهد و همچنین عشق با خود مسؤولیت به دنبال می‌آورد و عاشق، همه‌ی سختی‌ها، مشقت‌ها و مرارت‌ها را به خاطر وجود معشوق ماه‌روی تحمل می‌کند:

تلخ، از شیرین لبان خوش می‌شود  
خار، از گلزار خارکش می‌شود

خانه از هم‌خانه، صحرا می‌شود	حفظ از معشوق، خرما می‌شود
بر امید گل‌عذار ماه‌وش	ای بسا، از نازنینانِ خارکش
از برای دلبر مه‌روی خویش	ای بسا، حمال گشته پشتریش
تا که شب آید بیوسد روی ماه	کرده آهنگر جمال خود، سیاه
ز آنک سروری در دلش کردست بیخ	خواجه تا شب بر دُگانی، چارمیخ
آن به مهر خانه‌نشینی می‌دود	تاجری دریا و خشکی می‌رود
بر امید زنده، سیمایی بود	هر کرا با مُرده، سودایی بُود

(مولوی ۱۳۷۸: ۳/ ۵۴۵-۵۳۴)

بار دیگر در بیت پایانی بر اهمیت عشق در معنابخشیدن به زندگی و مرارت‌های آن صحنه گذاشته می‌گوید هر که کارش با مُرده‌ها و اشیاء بی‌جان است تلخی این کار را به امید دیدن سیمای حیات-بخش معشوق به جان می‌خرد.

یالوم معتقد است، درمانگر باید به عشق، به‌عنوان نوعی «منش» که امری خاص در شیوه نگرش عاشق به دنیاست نگاه کند (یالوم ۱۳۹۶: ۲۳۳/ ۲۱۲). او عشق ورزیدن بالغانه را دارای اجر و ثواب می‌داند. زیرا معتقد است این نوع عشق ورزیدن فرد را بی‌نیاز، متحول و توانا می‌سازد و از این طریق تنهایی اگزیستانیسال فرد، فروکش می‌کند (یالوم ۱۳۹۶: ۵۱۹-۵۱۷).

عشق بالغانه یعنی عشقی که در اثر آن، فرد، قدرتمند و مستقل شود نه ضعیف، نه ناتوان و وابسته. بنابراین برای غلبه کردن به دروغ عشق می‌گوید: از آنجایی که عقل من می‌گوید، چه چیزی بهتر است پس من باید یاد بگیرم برای رهایی از درد عشق، تحت هدایت عقلم زندگی کنم (یالوم ۱۳۹۶: ۳۵۰-۳۴۹). پس راهکار یالوم برای رهایی از این دغدغه یک راهکار عقلانی است.

همچنین باید به بیماران عاشق متذکر شد که عشق تنها در وجود کسی است که عشق می‌ورزد، نه در وجود کسی که مورد عشق ورزیدن قرار می‌گیرد (همان ۲۰۱۲، ۲۳۳). مولانا هم از همین رهگذر، عاشقی را کار هر کسی نمی‌داند و می‌گوید در کوره‌ی عشق بسیاری فقط می‌سوزند و جمعی

هم از میانه‌ی راه می‌گریزند. چون در این راه عشق همه چیز تو را می‌گیرد و می‌سوزاند بجز معشوق تا تو را بیازماید.

مولانا که تاحدودی با نظرات یالوم همسو و هم عقیده است در مراحل بعد از این عشق مجازی فراتر می‌رود:

بر امید زنده‌ای کن اجتهاد کو نگردد بعد روزی دو، جماد  
مونسى مگزين خسى را از خسى عاريت باشد درو آن مونسى

مولوی ۱۳۷۸: ۳/ ۵۴۸-۵۴۷

به باور مولانا عشق می‌تواند همه‌ی این‌ها باشد، اما مراقب باش چیزی به زندگی معنا بدهد که بعدها تهی نباشد و زنهار می‌دهد که عاشق امور ناپایدار و بی ارزش مباش. (عشق ماندگار و اندیشمند برای خودت انتخاب کن).

ز آنکه عشق مردگان پاینده نیست ز آنکه مرده سوی ما آینه نیست  
عشق زنده در روان و در بصر هر دمی باشد ز غنچه تازه تر  
عشق آن زنده گزین، کو باقیست کز شراب جان فزایت ساقیست  
عشق آن بگزين که جمله انبیا یافتند عشق اوکار و کیا

(مولوی ۱۳۷۸: ۱/ ۲۲۰-۲۱۷)

بر امید زنده ای کن اجتهاد کونگردد بعد روزی دو جماد  
(مولوی ۱۳۷۸: ۳/ ۵۴۷)

مولانا می‌گوید: خودت را به منشای متصل کن که صفت مرگ در او نباشد و همیشگی وازلی باشد.

به عقیده‌ی مولانا حتی عشق مجازی هم تجربه‌ای است که راه تجربه‌ی عشق حقیقی را هموار می‌کند ولی شرط این است که عاشق ادب عاشقی را بداند و در اکسیر عشق به فنای خودپرستی برسد. مولانا در دفتر اول مثنوی در قصه کنیزک و پادشاه به زیباترین شیوه بیان، غرور، حسادت، خودپرستی و مقام و کبر پادشاهی را در کوره عشق کنیزک ذوب می‌کند و پادشاه را از مسیر عشق مجازی به شاهراه عشق حقیقی می‌کشاند:

عشق آن شعله است که چون برفروخت هر چه جز معشوق باقی جمله سوخت  
(مولوی ۱۳۷۸: ۵/۵۸۶)

مولانا شرط اول تجربه‌ی عاشقی را چیره شدن بر تمایلات نفسانی و خودپرستی می‌داند. در قصه کنیزک و پادشاه، ابتدا عشق پادشاه به کنیزک سراسر هوس و خواهندگی است به همین دلیل فرمان می‌دهد کنیزک را قصر او آوردند و بیاراند و به بالینش بیاورند. این کار خودخواهانه‌ی او باعث بیماری و زردی روی کنیزک و به بستر مرگ افتادن او می‌شود.

در گام نخست ترس پادشاه از مرگ کنیزک که پاسخی به درمان طبیبان جسمانی نمی‌دهد. او با تواضع و برهنه پا به شبستان مسجد می‌رود و در اوج عجز بشری، درمان کنیزک را فقط از درگاه احدیت طلب می‌کند. در خواب به او وعده می‌دهد که طبیبی روحانی به آن منطقه می‌آید که قادر به درمان کنیزک است و... روز موعود فرا می‌رسد و پادشاه به استقبال طبیب روحانی می‌رود و با تواضع بیمار خود را به دست او می‌دهد.

طبیب به او می‌گوید کنیزک دل در گروه مرد زرگری دارد که برای بهبود حال او باید فرمان‌دهی مرد زرگر بیاید و کنیزک با او کامجویی کند، حسادت پادشاه از ویژگی‌های عشق مجازی است باید در راه تجربه‌ی عشق حقیقی رنگ ببازد، پادشاه فرمان می‌دهد و مرد زرگر می‌آید و کنیزک رو به بهبودی می‌رود و پادشاه ناکام.

طبیب روحانی که پادشاه را در راه عشق استوار می‌یابد درسی دیگر به او می‌آموزد و آن خوراندن سم تدریجی به مرد زرگر و دگرگون شدن او و دل کنیزک قبل از مردن او می‌میرد. طبیب روحانی می‌خواهد که پادشاه بداند که:

عشق‌هایی کز پی رنگی بود عشق نبود عاقبت ننگی بود

(مولوی ۱۳۷۸: ۱/۲۰۵)

مرد زرگر می‌میرد و کنیزک در قصه می‌ماند و دل سوی پادشاه می‌آورد. اما پایان قصه چنین می‌شود که پادشاه با این تجربه عشق و دل‌دادگی و سوزاندن هوس، حسادت، کبر، خودپرستی وارد وادی دیگری از عشق حقیقی شده که دیگر وصال و کامجویی از کنیزک خواسته‌ی پادشاه نیست و وسعت قلب او عشقی بزرگتر را در خود جای داده است.



پی بردن به دستگاہ فکری مولانا، گام نخست در شناخت دیدگاه او نسبت به عشق است. او نه فقط تئوری عشق را می‌شناسد بلکه با یک تجربه‌ی عاشقانه گام به گام رهرو و سالک عشق را هدایت می‌کند.

با این توضیحات مختصر می‌توان بیان کرد که: حیات روانی انسان از دیدگاه روانشناس وجودی (یالوم) و عارف شرقی (مولوی) نوعی همخوانی دارد که یکی از طریق تجربیات علمی و دیگری از طریق تجربیات علم حضوری و شهودی که شیوه‌ی دیگر از دریافت حقیقت است. به مطالعه‌ی انسان پرداخته‌اند. که در بین دیدگاه‌های آنها نقاط اشتراک وجود دارد.

## ۲-۳-۲. رابطه مرگ و زندگی در اندیشه یالوم و مولانا:

تفکر درباره مرگ و معنای زندگی و رابطه‌ی میان آن دو همواره در بستر تاریخ تفکر بشری وجود داشته و خواهد بود. بیشتر فیلسوفان و متفکران غربی و شرقی موضوع مرگ را مورد بررسی، تحلیل و کنکاش قرار داده و نظریه‌های فراوانی ارائه نمودند. یالوم و مولانا نیز از این گروه می‌باشند.

یالوم پذیرش مرگ و آگاهی از آن را یکی از مولفه‌های مهم در معنا بخشی به زندگی می‌داند و در آثار خود به چگونگی معناداری زندگی از طریق این واقعه و همچنین راه‌های کاهش ترس از مرگ پرداخته است. «رو یارویی با مرگ که به زندگی غنا می‌بخشد» (یالوم ۱۳۸۸: ۳۷)

از نظر یالوم مرگ، واضح‌ترین نگرانی غایی انسان است، و او می‌گوید: اکنون وجود داریم و روزی خواهد رسید که دیگر وجود نخواهیم داشت. پس گریز و راه فراری از مرگ وجود ندارد. اما مرگ از نظر مولانا گسستن یا پایان زندگی نیست بلکه انسان پس از مرگ به زندگی جاوید و ابدی می‌رسد. مولانا نیز همانند یالوم مرگ را جزو اساسی زندگی و عامل اصلی معنا بخشی به زندگی می‌داند.

یالوم تسلط یافتن بر این دلواپسی غایی، یعنی آگاهی از مرگ و نابودی دردناک‌ترین و سخت‌ترین کار می‌داند، و معتقد است: باید تلاش کنیم در بطن نهایی اگزستانسیالمان (در اعماق وجودمان) معنایی پیدا کنیم و مسئولیت آنچه را که به علت آزادی انتخاب و اراده‌مان برگزیده‌ایم، برعهده بگیریم. با وجود این روزی خواهد رسید که دیگر نیستیم و زندگی می‌کنیم در حالیکه سعی در پنهان کردن این آگاهی هستیم.

او می‌گوید: برای کنار آمدن با مسأله هراس از مرگ و دست یافتن به معنای زندگی، باید آن را پذیرفت و در این خصوص با طبیعت هماهنگ بود و برخلاف آن عمل نکرد (یالوم ۱۳۹۰: ۲۰۲). از نظر یالوم یکی دیگر از عوامل تاثیر گذرا غلبه بر ترس از مرگ، احساس مفید و ارزشمند بودن برای دیگران است و معتقد است: اگر فردی به علت بیماری از مرگ می‌ترسد باید به ارزشمندی وجودش برای دیگران بیندیشد و تغییر و تحولی اساسی در خود ایجاد کند. پس اگر فرد بیماری حس کند می‌تواند برای دیگران مفید واقع شود، حتی در حال مرگ، ترسش از مرگ کاهش می‌یابد (یالوم ۱۳۹۰: ۱۱۴).

یالوم بر این باور است که: که زندگی کردن با مرگ فوایدی هم دارد؛ می‌دانم که گر چه حقیقت (نفس) مرگ نابودمان می‌سازد، تصور مرگ نجاتمان می‌دهد، این همان حکمت قدماست، به همین دلیل قرن‌ها راهبان در حجره‌هایشان از مجموعه‌ها نگهداری می‌کردند و آگاهی از مرگ، مدت‌ها به زندگی‌ام روح بخشیده و یاری‌ام داده بود که جزئیات را جزئی ببینیم و برای چیزی که حقیقتاً گرانبهاست ارزش قائل شوم (یالوم: ص ۱۶۲).

درجایی دیگر می‌گوید: ما می‌خواهیم که باشیم، از نبودن می‌هراسیم، پس قصه‌های خوشایندی می‌آفرینیم و در آن همه‌ی خواسته‌هایمان به حقیقت می‌پیوندند، مقصد نامعلومی که در انتظار ماست، روح بردبار، بهشت، نامیرایی، خدا، رستاخیز، مسیح، تمامی این اوها، شیرین کننده‌هایی است برای کاستن از تلخی میرندگی و... (یالوم: ص ۴۶).

با توجه به نظریات یالوم درباره مرگ اینطور استنباط می‌شود که مرگ از نظر یالوم پایان زندگی و سرچشمه اضطراب و آشفتگی است. چون انسان خود را موجودی فانی می‌داند از این رو رویارویی با مرگ برایش اضطراب آور است سعی در سرکوب کردن آگاهی از مرگ و همچنین فرار از آن می‌باشد. نتیجه این روش منجر به نابهنجاری روانی و زندگانی غیر اصیل شود. و یا اینکه رویارویی صادقانه بامرگ و پذیرش مرگ و رویارویی صادقانه با آن و به جان خریدن اضطراب ناشی از آن، انسان را از نابهنجاری روانی دور می‌کند و امکان زندگانی اصیل را فراهم می‌کند (یالوم ۱۳۹۶: ۷).

اما مرگ از دیدگاه مولوی یکی از مراحل اصلی زندگی و همچنین عامل پیشرفت انسان و انتقال او به عالم بالا از عالم پست و پایین است. در حقیقت مرگ باعث عروج انسان می‌شود. و همچنین

مولوی بر این باور است که ترس از مرگ برای عارفان مایه ریشخند است، زیرا او از نظر عارفان جسم مانند صدفی است که گوهر جان را در درون خود تعبیه کرده، وقتی مرگ حادث می‌شود صدف جسم است که آسیب می‌بیند نه گوهر جان:

کس نیابد بر دل ایشان ظفر بر صدف آید ضرر نه به گهر

(مولوی ۱۳۷۸: ۱/ ۳۴۵۳)

از نظر مولانا این دنیا جایگاه اصلی انسان نیست و انسان قبل از آمدن به دنیای فانی در سرای دیگر با اصل وجود متحد و یگانه بوده است.

مولانا در آغاز مثنوی در نی‌نامه از جدایی خود از نیستان شکوه و شکایت می‌کند و به درصد اثبات آن است که روح انسان جایگاهی والا و آسمانی دارد و قبل از هبوط به این دنیا از حیات برخوردار بوده است.

در واقع مولانا با بیان این اشعار و حکایت می‌خواهد انسان را از غربت و دوری روحش از جایگاه اصلی و ابدی آگاه سازد و سپس دست او را برای شروع سیر و سلوک عارفانه بگیرد و راه‌های وصال را به او بیاموزد تا بتواند بار دیگر به اصل و مبداء خود بپیوندد.

بشنو از نی چون حکایت می‌کند از جدایی‌ها شکایت می‌کند  
 کز نیستان تا مرا ببریده‌اند از نفیرم مرد زن نالیده‌اند  
 سینه خواهم شرحه شرحه ازفراق تا بگویم شرح درد اشتیاق  
 هر کسی کو دور ماند از اصل خویش باز جوید روزگار وصل خویش

(مولوی ۱۳۷۸: ۱/ ۴-۱)

مولانا در ابیات مذکور به این اشاره دارد که خداوند انسان را از جایگاه ابدی جدا می‌سازد تا به جهان مادی سفر کند و در این سفر پخته شده و تکامل برسد.

مولانا این عارف وارسته اصل وجود انسان را جهان مادی نمی‌داند و او را از دنیای غیر مادی و ماورایی طبیعت می‌داند که گرفتار غربت و دوری از اصل خویش شده است و خود را تنها و غریب می‌داند؛ به همین دلیل در اندیشه بازگشت به جایگاه اصلی خویش می‌افتد و تمام هم و غم خویش را

صرف رسیده به مرتبه والای انسانیت و بازگشت به اصل خود می‌داند. که این موضوع را از همان آغاز مثنوی در نی‌نامه به وضوح ابراز می‌داند و توصیه می‌کند که جزءها باید به کل بپیوندند.

اصل ایشان بُود آتش ز ابتدا      سوی اصل خویشان رفتند انتها  
هم از آتش زاده بودند      آن فریق جزوها را سوی کل باشد طریق

(مولوی ۱۳۷۸: ۱/ ۸۷۵-۸۷۴)

## ۲-۲-۳ کمک کردن به دیگران (نیکی و...)

یالوم معتقد است که کمک کردن به دیگران می‌تواند به زندگی انسان معنا ببخشد: «می‌توانم بگویم معنای زندگی را از این دنیای انسانی در کمک به دیگران میدانم» (یالوم ۱۳۸۸: ۲۲۴) مولانا نیز نوع دوستی، کمک کردن به دیگران و... به عنوان صفتی والا و با ارزش می‌شناسد و مردم را برای دستیابی به آن تشویق می‌کند.

مولانا در مثنوی معنوی و در دیوان شمس در بیان جلوه‌های صلح و آشتی، کمک کردن به دیگران، بشر دوستی، از تناسب و سازگاری اضداد موجود در عالم شروع کرده و به صلح آشتی انسانها با یکدیگر، با خداوند که کاملترین و بارزترین نمونه آن است، اشاره می‌کند.

آشتی اضداد در عالم برای ادامه حیات موجودات امری حیاتی و ضروری است.

با توجه به بررسی‌های بعمل آمده روشن گردید که نظرات وی با دیدگاه یالوم در نوع دوستی و کمک کردن به دیگران مطابقت دارد و اشعار او شواهدی است برای اثبات موضوع.

ترجمانی هر چ ما را دردلست      دست‌گیری هر که پایش در گِلست

(مولوی ۱۳۷۸: ۱/ ۹۸)

چون نهالی کاشتی، آتش بده      چون گشادش داده ای بگشا گره

(مولوی: ۷۵۷/۴)

در یکی گفته که واجب، خدمتست      ورنه، اندیشه توکل تهمتست

(مولوی: ۱/ ۴۶۹)

مولانا خدمت کردت به دیگران (برطرف کردن حاجات مردم) را از واجبات به شمار می‌آورد.

خیر کن با خلق بهر ایزدت      یا برای راحت جان خودت  
تا همواره دوست بینی در نظر      در دلت ناید ز کین ناهوش صُور

مولوی: ۱۹۸۱/۴-۱۹۸۰

## ۲-۲-۴. آزادی

در باب موضوع آزادی و معانی آن بحث‌ها و نظریات متعددی وجود دارد، که این نظریات فقط مختص نظریه پردازان معاصر نیست بلکه متفکران و اندیشمندان نسل گذشته نیز نظریه‌های مفیدی در این زمینه ارائه نموده اند.

البته واژه آزادی در نزد قدما و عرفا به معنای سیاسی و اجتماعی نیست و یا در این معانی کمتر به کار رفته است. با بررسی اندیشه‌ها و آثار یالوم و مولانا به این نتیجه می‌رسیم که هر دو آن‌ها برای آزادی اهمیت و ارزش قائل هستند و بر آزادی انسان تاکید می‌کنند. یالوم در کتاب روان‌درمانی اگزیستانیسال نوشته است که: «آزادی خواهی اندیشه است که قصد دارد انسان را از هر قید و بندی که مانع رشد و اعتلا و سعادت او می‌شود، رها سازد» (یالوم ۱۳۹۶: ۴۹۶).

معمولاً برداشت انسان‌ها از آزادی مفهومی مثبت دارد. اما در ذهن خلاق و پویای مولانا و یالوم آزادی مفهومی غیر از این دارد. از نظر یالوم و مولانا عمیق‌ترین مفهوم آزادی این است که ما مسئول اعمال خودمان هستیم. نه تنها در برابر اعمال خود بلکه در برابر کوتاهی‌های هم مسئولیت داریم. (یالوم ۱۳۹۶: ۳۱۴)

آزادی در اندیشه یالوم نوعی معرفت‌شناسی اگزیستانی است که معتقد است انسان در این دنیا پرتاب شده است و برای ساختن خویش نه قانونی در اختیار دارد و نه مبدا ماورایی وجود دارد تا او را راهنمایی کند. (یالوم ۱۳۹۶)

اما در معرفت‌شناسی مولانا هم خدا وجود دارد هم قانون و راهنما.

مولانا نیز در مثنوی همانند یالوم آزادی را رهایی از تعلقات مادی و ظواهر دنیا می‌داند که این رهایی و آزادی انسان را به سعادت و آرامش درونی رهنمون سازد. اما از نظر مولوی آزادی به خودی خود سبب سعادت نیست. زمانی عامل سعادت است که در دست انسان‌های بزرگ و آگاه باشد.

بد دلان از بیم جان در کارزار      کرده اسباب هزیمت اختیار

پر دلان در جنگ هم از بیم جان حمله کرده سوی صف دشمنان

(مولوی: ۲۹۱۸/۴-۲۹۱۷)

مولانا آزادی را شرط آزادی می‌داند و به همین جهت در آغاز کتاب مثنوی به فرزندان معنوی خویشان توصیه می‌کند که اولین نیاز انسان رهایی از تعلقات درونی است.

بند بگسل باش آزاد ای پسر چند باشی بند سیم و زر  
گر بریزی بحر را در کوزه‌ای چند گنجد قسمت یک روزه‌ای  
کوزه چشم حریصان پر نشد تا صدف قانع نشد پر در نشد

(مولوی ۱۳۸۷: ۱/۲۱-۱۹)

یالوم بر این باور است که: دوران طلایی زمان آزادی بزرگ است، زمانی که آزادی به همه‌ی تعهدات بی‌ارزش نه بگویی، خود را به تمامی وقف چیزی کنی که از چیزهای دیگر برایت مهمتر است (یالوم ۱۳۹۶: ۴۳).

مولانا نیز آزادی را وسیله‌ای برای کشف خلاقیت‌های بشری می‌داند که انسان می‌تواند به وسیله‌ی آن تمام رموز هستی را شناسایی کرده و بیندیشد و بهتر زندگی کند.

از نظر یالوم مفهوم آزادی فراتر از مسئول بودن در برابر دنیا (به معنای آکدن دنیا از اهمیت است) علاوه بر آن فرد کاملاً در برابر زندگی خویش مسئول است، نه فقط در برابر اعمال خود، بلکه در برابر کوتاهی‌هایش هم مسئولیت دارد (یالوم: ۱۳۹۶: ۳۱۴).

مهم‌ترین عامل آزار دهنده در اندیشه یالوم نوع معرفت‌شناسی اگزیستانسیالیستی است که معتقد است انسان در این دنیا پرتاب شده است و برای ساحت خویش نه قانونی دارد نا مبدأ ماورایی، تا راهبر او باشد.

اما در معرفت‌شناسی مولانا هم قانون و هم مبدأ ماورایی (خدا) وجود دارد و آنچه سبب رنجش آزادی است نحوه عملکرد به قانون است.

مولانا پیروی از انبیا را وظیفه خود می‌داند و در تمام مثنوی همانند یک نبی و رسول به راهنمایی و ارشاد انسان‌ها پرداخته و آن‌ها را به سوی آزادی و آزادی رهنمون می‌شود.

هر پیمبر در میان امتان همچنین تا مخلصی می خواندشان

(مولوی ۱۳۷۸: ۱/۱۰۰۲)

چون به آزادی نبوت هادی است مومنان را ز انبیا آزادی است  
ای گروه مومنان شادی کنید همچو سرو و سوسن آزادی کنید  
(مولوی ۱۳۷۸: ۴۵۴۲-۴۵۴۱)

## ۲-۲-۵. تنهایی

تنهایی نگرانی انسان در طول تاریخ بوده و هست و دارای معانی متعددی است که در حوزه-های مختلف فلسفه، عرفان، روان‌شناسی، جامعه‌شناسی و... قابل بحث و بررسی است.

یالوم که معتقد است انسان از چهار دلواپسی غایی (مرگ، آزادی، تنهایی و بی معنایی) رنج می‌برد سومین دلواپسی را تنهایی وجودی ذکر کرده است (یالوم ۱۳۹۶: ۳۹۳). وی سه نوع تنهایی و انزوا مطرح می‌کند که درمانگر بالینی با هر سه شکل آن به عنوان نوعی بیماری روبروست: بین فردی، درون فردی و آگزیتانسیالیسم.

۱- تنهایی بین فردی: فرد به دلیل داشتن استشارگر یا قضاوتگر، قادر به برقراری ارتباط با دیگران نباشد و بنابراین احساس تنهایی کند (یالوم، ۱۳۹۶: ۴۹۴).

۲- تنهایی درون فردی: این نوع تنهایی یکی از رایج‌ترین شکایت‌های افراد در اتاق‌های مشاوره است. تنهایی درون فردی فرآیندی است که در آن فرد با اجزای مختلف وجود خود ناآشناست (یالوم ۱۳۹۶: ۴۹۴).

۳- تنهایی بنیادی (وجودی): انزوای آگزیتانسیال، موضوعی بسیار ژرف‌تر است، بنیادی-ترین و اساسی‌ترین و ریشه‌ای‌ترین نوع تنهایی است که متمرکز بر هستی است و به مغاکی میان خود و دیگران اشاره دارد که نمی‌توان بر آن پل زد (یالوم ۱۳۹۶: ۴۹۶).

از دیدگاه یالوم «تنهایی بنیادین، ورای سایر انواع تنهایی هاست» در این نوع تنهایی، انسان از مخلوقات و دنیا جدا افتاده و هر چقدر به یکدیگر نزدیک شویم، همیشه فاصله‌ای هست، شکاف قطعی و غیر قابل عبور؛ هر یک از ما تنها به هستی پا می‌گذاریم و باید به تنهایی ترکش کنیم. این تنهایی به «اضطراب تنهایی» مشهور است (یالوم ۱۹۸۰: ۹). البته تنهایی فقط لفظ مشترکی است بین

نظریات این دو اندیشمند متفاوت است و دارای معانی و انواع متعددی است؛ که بعضی از این انواع مطلوب و خوشایند و بعضی دیگر ناخوشایند است.

مولانا به دو نوع تنهایی قائل است: یکی خلوت، به معنای تنهایی و انزوا و دیگری فراق. مولانا در جای جای مثنوی به این دو نوع تنهایی اشاره نموده و در برخی از ابیات در مورد تنهایی و هم‌صحبتی مطالبی را بیان نموده است.

در داستان ابوالخیر، اقطع تینانی که در کوه، گوشه نشینی و عزلت اختیار کرده بود، در مورد خلوت و لذت انزوا و عزلت بیان می‌کند که این درویش، گوشه نشینی را ندیم و مونس خود کرده بود و چون از الطاف الهی به او آرامش می‌رسید، از همدمی و انس با مردم دلتنگ بود:

بود درویشی به کهساری مقیم      خلوت او را بود هم خواب و ندیم  
چون ز خالق می‌رسید او را شمول      بود از انقباس مرد و زن، ملول

(مولوی ۱۳۷۸: ۳/ ۱۶۱۴-۱۶۱۳)

در ابیاتی دیگر در مورد خلوت، بیان می‌کند که انسان خردمند در عمق چاه، خلوت‌نشینی اختیار می‌کند؛ زیرا در خلوت صفای دل می‌یابد:

قعر چه بگزید، هر که عاقل است      ز آن‌که در خلوت صفاهای دل است  
ظلمت چه به که ظلمت‌های خلق      سر نبرد آن کس که گیرد پای خلق

(مولوی ۱۳۷۸: ۱/ ۱۳۰۰-۱۲۹۹)

مولوی در دفتر ششم در داستان مناظره «مرغ و صیاد» به تفصیل در مورد خلوت و هم‌نشینی سخن گفته است. در این داستان صیاد که نماد سالک خلوت و مرغ نماد سالک اهل صحبت و معاشرت است هر کدام از آن‌ها دلایل خود را در این زمینه ارائه می‌دهد. مولانا در این داستان هیچ‌کدام از این دو مسأله را بر دیگری ترجیح نمی‌دهد و هیچ‌کدام را به طور قاطع رد نمی‌کند. در تاکید بر خلوت و صحبت یار خدایی می‌گوید:

چون ز تنهایی تو نومید شوی      زیر سایه یار خورشید شوی  
رو بجو یار خدایی را تو زود      چون چنان کردی خدا یار تو بود



آن که در خلوت، نظر بردوختست  
آخر آن را هم ز یار آموختست  
(مولوی ۱۳۷۸: ۲ / ۲۴-۲۲)

## ۲-۲-۶. تنهایی به معنای جدایی

مسأله جدایی و فراق که نوع دیگر تنهایی از دید مولانا است. جدایی در مثنوی به دو صورت، جدایی از عالم معنا و جدایی از دیگران مطرح شده است، واژه فراق در مثنوی در سطح بسیار گسترده به کار رفته است. مولانا فراق از هر چیز مثبتی را سبب نقص و عیب آن چیز می‌داند:

دوزخ از فرقت چنان سوزان شدست  
پیر از فرقت چنان لرزان شدست

(مولوی ۱۳۸۷: ۱ / ۳۶۹۵)

فراق همان احساس تنهایی و جدایی است که در ادبیات عرفانی برای عارفان و سالکان واقعی حادث می‌شود. مولانا فراق عارف و انسان کامل را از اصل و منشاء خودش (عالم معنا) با بیانی تمثیلی و زیبا در ابیات آغازین مثنوی از زبان ننی بازگو می‌کند. ننی نامه سرگذشت روح درمندی است که از نیستان جان‌ها جدا افتاده است و همین‌طور داستان روح مهجوری است که از اصل خویش دور افتاده است و آرزوی بازگشت بدان اصل را دارد (زرین کوب ۱۳۶۲: ۱۸۱):

بشنو از ننی چون حکایت می‌کند  
از جدایی‌ها شکایت می‌کند  
کز نیستان تا مرا ببریده‌اند  
از نفیرم مرد و زن نالیده‌اند

(مولوی ۱۳۸۷: ۱ / ۱-۲)

روح انسان کامل به سبب جدایی خود از عالم روحانی و افتادن در جهان مادی بیگانه، شکوه و شکایت سر می‌دهد.

اما جدایی دیگری که در مثنوی مطرح شده، جدایی از دیگران است. در این نوع جدایی گاهی فرد در جمع دوستان و یاران خویش به ظاهر شاد و با نشاط است؛ ولی در باطن غمگین و دلتنگ است این نوع تنهایی اساسی و بنیادین یا همان فراق از عالم معناست که کمتر کسی آن را درک می‌کند (علیزمانی، ۱۳۹۷: ۶۰۹۱). به نظر می‌رسد این تنهایی با تنهایی وجودی یا اگزستانسیال یالوم (مطابقت دارد تنهایی بنیادی (وجودی) یا انزوای اگزستانسیال مورد نظر یالوم، موضوعی بسیار ژرف بوده بنیادی‌ترین و اساسی‌ترین و ریشه‌ای‌ترین نوع تنهایی است که متمرکز بر هستی است و به مغاکی

میان خود و دیگران اشاره دارد که نمی‌توان بر آن پل زد (یالوم، ۱۳۹۶: ۴۹۶)؛ اما عارفی که از قفس تن رها شده و به وصال معشوق (حق) پیوسته در عمق وجودش شاد و خوشحال است؛ اگر چه به ظاهر غمگین جلوه کند. در میان مردم است اما احساس جدایی از مردم را دارد:

سینه خواهم شرحه شرحه از فراق      تا بگویم شرح درد اشتیاق  
من به هر جمعیتی نالان شدم      جفت بدحالان و خوش حالان شدم  
هر کسی از ظن خود شد یار من      از دورن من نجست اسرار من  
سر من از ناله‌ی من دور نیست      لیک چشم و گوش را آن نور نیست

(مولوی ۱۳۸۷: ۱/۶-۳)

یالوم و مولانا هر دو درباره‌ی دغدغه و نگرانی انسان از تنهایی و جدایی سخن گفتند؛ ولی منظور هر دو از تنهایی، نه تنهایی بین فردی و نه تنهایی درون فردی بلکه تنهایی وجودی یا تنهایی اگزستانسیال است.

مولانا هم مانند یالوم بر این باور است که همه‌ی انسان‌ها در بن وجودی خود، تنها هستند. با این تفاوت که مولانا حقیقت این جهان را سایه و پرتوی از جهان حقیقی می‌داند، و معتقد است که روح انسان از اصل خود (عالم معنا) جدا شده و در قفس تن گرفتار شده و همین تن آدمی همانند پرده و حجابی او را از اصل و مبدا خویش جدا ساخته است. در نتیجه تمام شکایت او از این جدایی است و آرزوی نهایی او پیوستن به اصل خود است:

کز نیستان تا مرا بریده‌اند      از نفیرم مرد و زن نالیده‌اند  
هر کسی کو دور ماند از اصل خویش      باز جوید روزگار وصل خویش

(مولوی ۱۳۸۷: ۱/۴-۲)

لذا تنهایی از دید مولانا جدایی انسان از عالم معناست و تنهایی از دید یالوم، تنهایی وجودی است که پس از تصور مرگ در انسان حادث می‌شود و در حقیقت به معنای جدایی انسان از دنیای مادی و مخلوقات است به گفته خود او «تنهایی اگزستانسیال، به معنای اشاره دارد که میان انسان و هر موجود دیگری، دهان گشوده، پلی هم نمی‌توان بر آن زد» (یالوم ۱۳۹۶: ۴۹۶).

همچنین او باور دارد که «تنهایی وجودی» درمان ندارد. او می‌گوید: «هیچ رابطه‌ای قادر به از میان بردن تنهایی نیست، هر یک از ما در هستی تنهایییم و برای محافظت از خود در برابر وحشت تنهایی غایی، می‌توان بخشی از آن تنهایی را در وجود خود نگاه داشت و آن را به سختی تحمل کرد اما برای باقی مانده آن باید با دیگران رابطه برقرار کرد، فرقی نمی‌کند با موجودی مثل خود او یا موجودی الهی» او در ادامه می‌گوید: «من معتقدم اگر بتوانیم موقعیت‌های تنها و منفرد خویش را در هستی بشناسیم و سرسختانه با آن روبرو شویم، قادر خواهیم بود، رابطه‌ای مبتنی بر عشق و دوستی با دیگران برقرار کنیم، در صورتی که در برابر مگاک تنهایی، وحشت بر ما غلبه کند نمی‌توانیم دستانمان را به سوی دیگران بگشاییم بلکه باید دست و پا بزنیم تا در هستی غرق نشویم» (یالوم ۱۳۹۶: ۵۰۷).

در حالیکه مولانا تنها راه نجات از جدایی و تنهایی را پیوستن به نیستان عالم معنا می‌داند (اسلامی ندوشن ۱۳۷۰: ۳۴۶).

## ۲-۷. رهایی از پوچی:

یالوم، پوچی را دغدغه‌ی چهارم وجودی فرد می‌داند که با فقدان معنای زندگی در جهانی که در ذات خود بی‌معناست ایجاد می‌شود، ما موجوداتی در جستجوی معنا هستیم که باید با دردسر پرتاب شدن به درون دنیایی که خود ذاتاً بی‌معناست، کنار بیاییم (یالوم ۱۳۹۰: ۲۱). در دیدگاه مولوی گرایش به ردیلت‌های اخلاقی همچون ترس، نومیدی، اندوه و بریدن از عالم معنی، زمینه ساز پوچ‌گرایی می‌باشد و درمان آن در پیوستن به فضیلت‌ها و عالم معنی است.

در نکوهش گرایش به ردیلت‌های اخلاقی نیز می‌گوید:

روح می‌بردت	سوی	چرخ‌برین	سوی آب و گل شدی در اسفلین (مولوی ۵۳۷/۱)
ترس و نومیدت	دان	آوازغول	می کشد گوش تا قعر سفول (مولوی ۱۹۵۷/۳)

در باب بریدن از عالم معنا چنین می‌گوید:

ز آن سبب که جمله اجزای مفید	جزو را از کل چرا بر می‌کنید؟
جزو از کل قطع شد، بی‌کار شد	عضو از تن قطع شد مردار شد
تا نپيوندد به کل بار دگر	مرده باشد، نبودش از جان خبر

(مولوی ۱۹۳۵: ۳-۱۹۳۷)

از دیدگاه یالوم نیز زندگی خلاق پرمعناست، آفرینش چیزی نو، چیزی که پژواک تازگی یا زیبایی و هماهنگی است، پادزهر نیرومند احساس پوچی و بی‌معنایی است (یالوم، ۱۳۹۳).  
مولوی دلیل پوچ‌گرایی و خودکشی را بی بهره بودن از عشق و بصیرت می‌داند و مرگ برای چنین انسانی شروع عذاب است و جرأت او در استقبال مرگ ناشی از نادانی اوست.  
از نظر مولوی سرشت عشق به گونه ای است که هراسی از مرگ ندارد و جهان در برابر عظمت عشق که بال‌های زیادی دارد بی ارزش و ناچیز است:

عشق را پانصد پرست و هر پری از فراز عرش تا تحت الثری  
زاهد با ترس می تازد به پا عاشقان پران تر از برق و هوا  
کی رسند آن خایفان در گرد عشق؟ کاسمان را فرس سازد درد عشق

(مولوی ۲۱۹۳/۵-۲۱۹۱)

مولوی معتقد است راه‌هایی از پوچ‌گرایی هدفمندی، تلاش، مثبت اندیشی، عشق و ایمان است:

اندرین ره می‌تراش و می‌خراش تا دم آخر دمی فارغ مباش  
(مولوی ۱۳۷۸: ۱/۱۸۲۳)

در نزد او گرایش به ایمان راه‌گریز از پوچ‌گرایی است. یالوم و مولوی معتقدند: «آنچه انسان برای معنابخشی به زندگی نیاز دارد تا او را از پوچی نجات دهد، تلاش و تکاپو برای هدفی است که برایش گران‌مایه و ارزشمند باشد و همچنین دل‌بستگی و عشق به یک چیز با یک مقام روحانی است».

### ۳. نتیجه‌گیری

در گذشته به این دلیل که احساس پوچی و بیهودگی، کمتر دغدغه‌ی فکری آدمی بوده مسأله- ای به اسم «معنای زندگی» در میان نبود اما انسان امروزی به مرحله‌ای رسیده است که به عدم وجود معنا در زندگی خود واقف شده است. با این حال معنای زندگی را می‌توان در لابه‌لای مفاهیم عرفای اسلامی همچون مولانا دریافت. اگر چه آنها به صراحت در مورد «معنای زندگی» اثری نگاشته‌اند

ولی در بین کلام خود به این موضوع مهم پرداخته‌اند. آنچه از زندگی مولانا و کتاب عظیم مثنوی او به دست می‌آید این است که او از جمله عارفانی بود که دغدغه معنای زندگی داشته و این موضوع را محور آراء خود قرار داده و آثار خود را حول این محور به رشته تحریر درآورده است.

از نظر مولانا علاوه بر اعتقاد به خدا و جهان آخرت، بازگشت به اصل وجودی خود... که مهم‌ترین مؤلفه‌های هستی‌شناختی و مابعدالطبیعه (می‌باشد مؤلفه‌های دیگری چون عشق، کمک به دیگران، آزادی، تنهایی و... می‌تواند به زندگی انسان معنا بخشیده و او را از پوچی و بیهودگی نجات بخشد. بدون تردید در نزد مولانا این مفهوم (معنی) است که محور همه مباحث او قرار می‌گیرد.

اروین یالوم از روان‌شناسان وجودی و درمانگر آگریستانسیال معتقد است که دنیا تصادفی است و هر آنچه که وجود دارد می‌توانست به شکل دیگری باشد؛ یعنی خود انسان‌ها هستند که دنیای خود و پیرامونشان را می‌سازند. این جهان تصادفی بوجود آمده و از برنامه و نقشه‌ی عظیمی برخوردار نیست و در حقیقت معنایی در کار نیست جز این‌که خود انسان آن را خلق می‌کند.

پس مشکل اصلی از نظر یالوم این است که چگونه می‌توان در جهان بی‌معنا، معنایی یافت. او همچنین معتقد است که زندگی ذاتاً بی‌معناست و ما باید معنای زندگی را جعل کنیم نه کشف، پس زندگی معنادار از نظر او منوط به رعایت یک سری از اصول اخلاقی، روان‌شناختی است که خود بشر آن را ابداع کرده است. این اصول و قوانین روان‌شناختی مبتنی بر مؤلفه‌هایی است که مولانا نیز در این اصول با او هم‌سو بوده است مهم‌ترین این مؤلفه‌ها عبارتند از: مسئولیت، عشق، احساس گناه، مرگ، آرزو و اضطراب و ترس، تنهایی و...<sup>۱۱</sup>

یالوم در اعتقاد به اصل بنیادی جهان با مولانا هم عقیده نیست یالوم زندگی را بدون حضور خدا و ماورای الطبیعه هم معنادار می‌داند ولی مولانا معتقد به این مؤلفه‌ها (حضور خدا و ماورای الطبیعت) سخت معتقد است. از دید یالوم چون انسان از فانی بودن زندگی محدود خود، آگاه است، رویارویی با این واقعیت برایش اضطراب‌آور می‌شود. در حالی که از دیدگاه عارف شرقی زندگی، سرشار از شعور و معناست و مرگ پایان تلخ این راه پر معنا نیست؛ بلکه نقطه عطفی در حیات آدمی است و راه رسیدن به کمال و تکامل اوست.

- یالوم، اروین. د، وقتی نیچه گریست، ترجمه میرمغری، مهشید (۱۳۸۱)، نشر نی.
- یالوم، اروین. د، روان‌درمانی اگزستانسیال، ترجمه حبیب، سپیده (۱۳۹۶).
- یالوم، اروین. د، خیره به خورشید (غلبه بر هراس از مرگ)، ترجمه نمیرایی، مهدی (۱۳۸۸) مشهد: نشر نیکو.
- مولانا جلال‌الدین محمد بلخی، مثنوی معنوی (۱۳۷۸)، چاپ پایا.
- یالوم، اروین. د، مامان و معنی زندگی: داستان‌های روان‌درمانی، ترجمه حبیب، سپیده (۱۳۸۹) تهران: نشر قطره.
- یالوم، اروین. د، درمان شوپنهاور. ترجمه حبیب، سپیده، (۱۳۹۱) تهران: نشر قطره.
- فروزانفر، بدیع‌الزمان، شرح مثنوی شریف (۱۳۸۱) تهران: انتشارات زوار، ۳ جلدی.
- ملکیان، مصطفی، در رهگذر باد، (۱۳۹۴). تهران: نشر نگاه معاصر.
- زرین کوب، عبدالحسین، و آریان، قمر، از نی نامه: برگزیده مثنوی معنوی (۱۳۹۰) تهران: انتشارات سخن.
- اسلامی، ندوشن و ۱۳۷۹: باغ سبز عشق.
- اکبرزاده، فریبا و همکار، (۱۳۹۳) مقاله بررسی تحلیل تطبیقی مرگ و رابطه آن با معنای زندگی از دیدگاه مولوی و هایدگر، سال پنجم شماره ۱۱.
- عزیزی، میلاد و همکار (۱۳۹۴) مقاله بررسی دیدگاه اروین یالوم درباره ارتباط دغدغه‌های وجودی مرگ اندیشی و معنای زندگی، جمله علمی و پژوهشی، سال چهارم (شماره ۸).
- روحانی، رضا، مقاله مولوی و آزادی (مفهوم آزادی و موانع راه‌های رسیدن به آن در مثنوی معنوی) دانشگاه کاشان.
- علیزمانی، امیرعباس و همکار (۱۳۹۷) مقاله بررسی مواجهه با رنج تنهایی اگزستانسیال در اندیشه اروین یالوم و رنج عارفانه فراق در اندیشه مولوی. مقاله ۵، دوره ۲۰ (شماره ۷۸).
- شایان‌فر، شهناز (۱۳۹۸). مقاله مؤلفه‌های ما بعدالطبیعی معنای زندگی به روایت اروین یالوم، مجله علمی پژوهشی‌های هستی‌شناختی، سال هشتم (شماره ۱۵).

### Sources and references

Yalom, Ervin.D., When Nietzsche Wept, translated by Mirmoazi, Mahshid (۲۰۰۱), Nei Publishing

Yalom, Ervin D., existential psychotherapy, translated by Habib, Sepideh (۲۰۱۶)

-Yalom, Ervin D., Gazing at the Sun (overcoming the fear of death), translated by Nimirai, Mehdi (۲۰۰۸) Mashhad: Niko Publishing

- Maulana Jalaluddin Muhammad Balkhi, Masnavi Manavi (۱۳۷۸), Paya edition

-Yalom, Ervin D., Mom and the meaning of life: psychotherapeutic stories, translated by Habib, Sepideh (۲۰۰۹) Tehran: Qatre Publishing

Yalom, Erwin D., Derman-Schopenhauer. Translated by Habib, Sepideh, (۱۳۹۱) Tehran: Nash Ghatrah

- Forozanfar, Badi-ul-Zaman, Commentary on Masnavi Sharif (۱۳۸۱), Tehran: Zovar Publications, ۳ volumes

Malekian, Mustafa, in the passage of the wind, (۲۰۱۴). Tehran: Naghah Maazareh Publishing House

- Zareen Koob, Abdul Hossein, and Arian, Qamar, from Ne Nameh: Selected Masnavi Manavi (۱۳۹۰), Tehran: Sokhn Publications

- Islamic, Nadushan and ۱۳۷۹: Green garden of love

Akbarzadeh, Fariba and co-workers, (۲۰۱۳) an article on the comparative analysis of death and its relationship with the meaning of life from Molavi and Heidegger, ۵th year, number ۱۱

- Azizi, Milad and co-workers (۲۰۱۴), an article examining Ervin Yalom's point of view on the relationship between the existential concerns of thinking about death and the meaning of life, scientific and research article, fourth year (number ۸)

- Rouhani, Reza, Molavi and Azadi essay (the concept of freedom and the obstacles to reach it in Masnavi Ma'navi), Kashan University

Ali Zamani, Amir Abbas et al. (۲۰۱۷) The article examines the encounter with the suffering of existential loneliness in Ervin Yalom's thought and the mystical pain of separation in Molavi's thought. Article ۵, Volume ۲۰ (No. ۷۸)

Shayanfar, Shahnaz (۲۰۱۸). The article on our metaphysical components of the meaning of life according to Ervin Yalom, *Ontological Research Journal*, ۸th year (number ۱۵)

