



<https://jpll.ui.ac.ir/?lang=en>

Research on Mystical Literature

E-ISSN: 2476-3292

Document Type: Research Paper

Vol. 17, Issue 1, No.50, Spring & Summer 2023, pp. 103-121

Received: 11/11/2022

Accepted: 21/06/2023

## Designing a Pattern and Package of Spiritual Counseling based on the Theme of Love in Mawlawi's *Masnavi*

**Masoumeh Mohseni Ezhiyeh**

PhD Student in Counseling, Department of Counseling, Khomeini Shahr Branch, Islamic Azad University, Khomeini Shahr, Isfahan, Iran  
m.mohseni.e@gmail.com

**Mohammad Reza Abedi \***

Professor, Department of Counseling, Khomeini Shahr Branch, Islamic Azad University, Khomeini Shahr, Isfahan, Iran  
m.r.abedi@edu.ui.ac.ir

**Fateme Javadzadeh Shahshahani**

Assistant Professor, Department of Counseling, Khomeini Shahr Branch, Islamic Azad University, Khomeini Shahr, Isfahan, Iran  
javadzadeh@jaukhkh.ac.ir

**Mostafa Khanzadeh**

Assistant Professor, Department of Counseling, Faiz al-Islam Institute of Higher Education, Khomeinishahr, Isfahan, Iran  
mostafakhanzadeh@yahoo.com

### Abstract

Introduction: In recent years, spirituality has been recognized as one of the positive structures in mental health. Based on this, the current interdisciplinary research aims to design a model of spiritual counseling based on *Masnavi Manavi*. *Masnavi* is one of the most important

\* Corresponding author

Mohseni Ezhiyeh, M., Abedi, M. R., Javadzadeh Shahshahani, F., & Khanzadeh, M. (2023). Compilation of a model and package of spiritual counseling based on (The subject of love) *Masnavi Ma'navi* Maulavi. *Research on Mystical Literature*, 17 (1), 103-121.

2476-3292 © The Author(s).

This is an open access article under the CC BY-NC 4.0 License (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>)



10.22108/JPLL.2023.135700.1736

sources of spirituality in the world based on Islamic mysticism. Rumi is one of the greatest Islamic mystics who defined and used love in its deepest and widest form.

**Methods:** This research was conducted using the qualitative method of content analysis based on the categories extracted from Mawlavi's *Masnavi* and articles related to spirituality. Considering the keywords of mysticism and *Masnavi*, 542 verses from six *Masnavi* books were extracted, coded, and classified in a table.

**Findings:** Out of a total of 558 central categories, there were 67 categories of common concepts, which were categorized into three stages: Spiritual Awakening, Spiritual Maturity (love), and Spiritual Manifestation (characteristics of love) along with the related subsets. Finally, the model of spirituality was designed.

**Conclusion:** This model can play an important role in the growth and excellence of today's humans due to its harmony with the modern approaches of psychology as well as its adaptation to mystical culture and texts. From this model, twelve therapy sessions were extracted as a package of spiritual counseling.

**Keywords:** Spiritual Counseling, *Masnavi Manavi* of Mawlavi (Rumi), Spirituality, Love.

## Introduction

In the last ten years, a wave of spirituality among psychologists has led to the introduction of spiritual therapy as an independent approach to modern therapies. Spiritual counseling is based on two important principles: one is to reach a mental life that requires the love of others, love of work, and love of belongings; and the other is to reach a spirituality that requires belief in religion, belief in oneness, and belief in change. Mysticism is a kind of intuitive and direct cognition. In Islamic mysticism, it specifically means self-knowledge and theology. Rumi is one of the Islamic mystics who is world famous for his *Masnavi* and other works. *Masnavi* along with metaphors, allegories, and stories can be one of the best spiritual resources that has been used in this research to design a model of spiritual counseling.

## Materials and Methods

In the present study, a qualitative content analysis method was used to find the main components of the spiritual counseling model based on *Masnavi*. According to the six steps of the research, the researcher explained the research problem and its limitations and formulated the components of the model and then defined and specified the variables. In this study, purposeful sampling was used, which was obtained from *Masnavi* verses and spiritual counseling texts and experts in this field based on the relationship with the problem and objectives of the research. The extraction units of 'love' and related words were coded and categorized in the form of verses (542 verses from six *Masnavi* books). To name the codes, a set of concepts was used in the fields of psychology, counseling, and mysticism literature, as well as practical words and terms of experts in the relevant fields. Finally, they

were summarized according to the similarities of terms and words, and the final model was designed.

## Research Findings

Out of 558 central categories, 67 categories of common concepts were categorized into three spiritual stages, namely spiritual awakening, spiritual maturity (love) and spiritual manifestation (characteristics of love), and related subsets. Based on the first stage of this model, 12 treatment sessions were extracted from the proposed model as a spiritual counseling package.

The resulting model defines three spiritual stages:

1) **Spiritual awakening** is a set of factors that cause human 'awareness' and 'insight', which includes internal and external factors. Originality, reflection and meditation are internal factors, and the challenges of life are external factors of spiritual awakening.

2) **Spiritual maturity (love)** is when a person engages in self-awareness and self-improvement in the spiritual path, which includes:

- a) Self-awareness: the choice of spiritual life,
- b) Disillusionment: momentary separation from the connections and dependencies,
- c) Resilience: patience in the face of difficulties,
- d) Assignment: trusting or performing a duty and entrusting the result of work to a superior power,
- e) Attachment: contentment or lack of inner attachment,
- f) Sufficiency: no need for anyone and pure need or poverty for God, and
- g) Surrender: accepting the current situation with satisfaction and satisfaction and without judgment.

3) **Spiritual manifestation (characteristics of love)**: In *Masnavi*, characteristics are described for the lover and require going through the stages of self-knowledge and self-creation and reaching love, which is expressed in the attitude, behavior, and emotion of the lover. These manifestations are:

- a) Spiritual attitude: Wisdom is the attainment of an intellect that goes beyond the rational mind that Rumi defines as 'partial intellect'.
- b) Integrity: The view of totalitarianism and oneness with all human beings and the whole universe, which is one of the spiritual human characteristics.
- c) Self-expansion: The tendency to perfection, growth, and spiritual excellence that forces the spiritual man or lover to pass through the habitual self and replace the divine and spiritual characteristics.
- d) Spiritual action: The behavior of a spiritual person in *Masnavi* that includes prayer, secrecy, humility, truth (honesty), righteousness, compassion, purity, commitment, and forgiveness in the form of romantic behavior.
- e) Spiritual feeling: The refined emotions of a spiritual person that are openness, healing, and spiritual honor or self-esteem.

### **Discussion of Results and Conclusions**

According to Abdulrahimi and Fa'ali (2016), in addition to explaining and comprehensively classifying love based on psychoanalysis, Rumi, and Eastern mysticism, lovemaking is ultimately considered to be the same as true spirituality. This model is based on the generalities of Islamic mysticism, which can transcend religious, geographical, and historical boundaries. Karimi (2004) believes that human beings today need love therapy or mystical psychotherapy based on a rich and powerful source such as *Masnavi*. This model also applies to many psychological approaches, including Gestalt therapy, semantics and other existential approaches, positive psychology, as well as postmodern approaches such as mindfulness therapy, acceptance and commitment therapy, compassion therapy, and spiritual therapy, including Richards' integrated approach.



نشریه علمی پژوهش‌های ادب عرفانی

سال هفدهم، شماره اول، پیاپی ۵۰، بهار و تابستان ۱۴۰۲، صص ۱۰۳-۱۲۱

تاریخ وصول: ۱۴۰۱/۸/۲۰ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۳/۳۱

## طراحی الگو و بسته مشاوره معنوی بر پایه موضوع عشق در مثنوی معنوی مولوی<sup>۱</sup>

معصومه محسنی اژیبه، دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، اصفهان، ایران

m.mohseni.e@gmail.com

محمد رضا عابدی\*، استاد گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

m.r.abedi@edu.ui.ac.ir

فاطمه جوادزاده شهشانی، استادیار گروه مشاوره، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، اصفهان، ایران

javadzadeh@jaukhkh.ac.ir

مصطفی خانزاده، استادیار گروه مشاوره، دانشگاه فیض الاسلام، خمینی شهر، اصفهان، ایران

mostafakhanzadeh@yahoo.com

### چکیده

**بیان مسئله:** معنویت در سال‌های اخیر از سازه‌های مثبت در سلامت روان است. بر همین اساس پژوهش حاضر، مطالعه‌ای بین‌رشته‌ای برای طراحی الگویی از مشاوره معنوی براساس مثنوی معنوی با موضوع عشق است. مثنوی یکی از مهم‌ترین منابع معنویت در جهان براساس عرفان اسلامی است. مولانا از بزرگ‌ترین عارفان اسلامی است که عشق را به ژرف‌ترین و گسترده‌ترین شکل، تعریف و کاربردی کرده است. **روش:** این تحقیق به روش کیفی تحلیل محتوا براساس مقوله‌های مستخرج از مثنوی معنوی مولوی و مقالات مرتبط با معنویت انجام شده است. کلیدواژه عرفان اسلامی و مثنوی، یعنی «عشق» استخراج (۵۴۲ بیت از شش دفتر مثنوی) و در جدولی کدگذاری و مقوله‌بندی شد. **یافته‌ها و نتایج:** از ۵۵۸ مقوله مرکزی، ۶۷ دسته از مفاهیم مشترک بود که در سه مرحله «بیداری معنوی»، «بلوغ معنوی» (عشق) و «نمود معنوی» (ویژگی‌های عشق) و زیرمجموعه‌های مرتبط دسته‌بندی، و سرانجام، الگوی معنوی طراحی شد. این الگو به دلیل هماهنگی با رویکردهای فرانونین روان‌شناسی و انطباق بر فرهنگ و متون عرفانی می‌تواند نقش مهمی در رشد و تعالی انسان امروزی داشته باشد. از این الگو، دوازده جلسه درمانی به‌منظور بسته مشاوره معنوی نیز استخراج شد.

### واژه‌های کلیدی

مشاوره معنوی؛ مثنوی معنوی؛ مولوی؛ معنویت؛ عشق

\* مسؤول مکاتبات

محسنی اژیبه، معصومه، عابدی، محمد رضا، جوادزاده شهشانی، فاطمه، خانزاده، مصطفی. (۱۴۰۲). طراحی الگو و بسته مشاوره معنوی براساس (موضوع عشق) در مثنوی معنوی مولوی. پژوهش‌های ادب عرفانی، ۱۷ (۱): ۱۰۳-۱۲۱.



2476-3292 © The Author(s).

This is an open access article under the CC BY-NC 4.0 License (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>)



10.22108/JPLL.2023.135700.1736

## ۱- مقدمه

در نگاهی تاریخی درباره گرایش بشر به معنویت یا روحانیت (spirituality) می‌توان گفت، فطرت حقیقت‌جو و تعالی‌گرای بشر همواره به دنبال یافتن پاسخ درخور و اقناع‌کننده به سؤالاتی بوده که ذهن او را درباره اهداف خلقت و حیاتش روی کره خاکی اشغال کرده است. در این کنجکاوی و جست‌وجو (جست‌وجوی اهداف زندگی در معنای گسترده کلمه و ارائه پاسخ آرامش‌دهنده)، معنویت جایگاه خطیری داشته است و با وجود فراز و فرودهای مفهومی و محتوایی فراوان، همواره در مقاطع مختلف تاریخ زندگی بشر شاهد تجدید حیات توجه به معنویت هستیم (گل‌پرور، ۱۳۹۷، ص. ۱۹). طرح معنویت و مذهب به‌طور روزافزونی در موضوعات روان‌شناسی معاصر اهمیت یافته است. وارد شدن «مشکلات معنوی یا مذهبی (Religious or Spiritual Problem)» در چهارمین مجموعه آماری و تشخیصی طبقه‌بندی اختلالات روانی (DSM-IV) بیانگر پیشرفت علمی معناداری در این زمینه است؛ برای اولین بار تجربیات آشفته‌ساز مذهبی یا معنوی تحت عنوان مشکلات غیرپاتولوژیک (problems nonpathological) پذیرفته و تصدیق شد و در پنجمین ویراست<sup>۲</sup> برای تشخیص هر اختلالی، تصریح موضوعات مربوط به فرهنگ مطرح شد. معنویت یک بُعد اساسی تجربه بشری در سراسر جهان است که به‌سوی یکی از محوری‌ترین مباحث روان‌شناختی حرکت می‌کند. با توجه به اینکه شمار بسیاری از مردم جهان معنویت خدامحور را در زندگی خود پذیرفته‌اند، محققان به کارکرد این مفهوم در زندگی سالم توجه کرده‌اند. دفاع از مفهوم معنویت در اینجا مدنظر نیست؛ اینکه انسان از معنویت چه می‌خواهد، اهمیت بسیاری دارد. معنا، هدف (به‌ویژه هدف غایی و خدا)، ارزش، عقلانیت، درستی و سعادت، عشق، فرا روی و بینش باطنی، تحول، شفا و دگرگونی و حتی لذت و آرامش از جمله مفاهیمی هستند که نیاز انسان‌ها به معنویت را برجسته می‌کنند و یا با تجارب معنوی به دنبال کسب آنها هستند (جان‌بزرگی، ۱۳۹۵، ص. ۱۷۴). اصطلاح «معنویت» در سال‌های اخیر وارد روان‌شناسی شده است و قبل از آن در قالب دین در نظریه‌های روانکاوی (Psychoanalysis) و روان‌شناسی انسان‌گرا (Humanism) مطرح شده بود. الکین (Alkin) یکی از جامع‌ترین تعریف‌ها را درباره معنویت ارائه می‌دهد: (۱) معنویت پدیده‌ای جهان‌شمول است؛ به عبارتی، معنویت در اعضای هیچ دین، فرهنگ، قوم یا گروه خاصی نیست و هرکس به فراخور توانایی‌اش می‌تواند از آن بهره‌مند شود. (۲) معنویت و معنویت‌گرایی یکی از توانایی‌های ذاتی بشر است؛ بنابراین، معنویت‌گرایی پدیده‌ای درونی است، نه بیرونی. (۳) معنویت هسته‌ای مشترک و جلوه‌های متعددی دارد؛ به‌طوری‌که بیشتر مراسم معنوی از جمله سماع، ریاضت و خلوت کردن‌ها، خودسازی‌ها، راز و نیازهای شبانه یا زیستن و حضور در دل طبیعت، همگی با هدف رهاشدن از خویش و ارتباط با موجودی ماورای طبیعی انجام می‌شود. (۴) معنویت با تمایل به متعالی‌دیدن خود و حیات در ارتباط است. به این ترتیب، انسان با دیدی فراتر از نگاه مادی به جهان خود و دیگر پدیده‌ها می‌نگرد. (۵) معنویت با اعتقاد به انرژی و قدرت بیکران در هستی مرتبط است. (۶) عشق و نوع‌دوستی با معنویت پیوند خورده است. بدون عشق به خود و دیگر موجودات هستی، معنویت معنایی ندارد (مقیمیان و سلمانی، ۱۳۸۹، ص. ۴۲).

امروزه «معنویت‌درمانی» (Spirituality therapy) یکی از درمان‌های فرانونین و زمینه‌گرا (Postmodern and contextualtherapies) است. مشاوره معنوی بر دو اصل مهم استوار است: یکی رسیدن فرد به سرزندگی روان که مستلزم عشق به دیگران، عشق به کار و عشق به متعلقات است و دیگری رسیدن فرد به معنویت که نیازمند اعتقاد به

معنویات، یگانگی و اعتقاد به دگرگونی (معاد) است. در این روش، مشاور با پرورش یک وجود سرزنده و معنوی و هدایت درمان، بر پایه شش اصل یادشده می‌تواند مراجع را به خود حقیقی خویش برساند (محسنی اژیبه، ۱۳۹۴، ص. ۲۱).

«دین» (Religion) و معنویت رابطه عمیقی دارند. یک ویژگی مشترک این است که هر دوی آنها بر «ایمان» مبتنی هستند؛ بنابراین، آنها با هم مرتبط و درهم تنیده، به هم پیوسته و تعویض پذیر هستند؛ پس نیازی نیست که آنها را در تقابل با یکدیگر دید. امروزه معنویت یک پدیده روان‌شناختی و یک موضوع تحقیقاتی متمایز از «دین‌داری» شناخته شده است. دین‌داری یک پدیده جامعه‌شناختی است که مستلزم وابستگی و درگیری با یک دین سنتی و شرکت در فعالیت‌های مذهبی است که به شیوه‌ها و آموزه‌های گروهی یا اجتماعی اشاره دارد؛ درحالی‌که معنویت، روان‌شناختی و شامل اعتقادات شخصی، ارزش‌ها، رفتار و تجربیات است. از نظر برخی، دین از معنویت جامع‌تر است؛ ولی از دیدگاه برخی دیگر، معنویت ممکن است منبع و قلب دین باشد؛ بنابراین گسترده‌تر و برتر است (Altunli & Coleman, 2015).

درحالی‌که روان‌تحلیل‌گران (اولین موج روان‌شناسی) مخالف دین بودند، ویلیام جیمز (William James)، پیشگام مطالعه مذهب و معنویت در روان‌شناسی، معتقد است ایمان بدون شک، مؤثرترین درمان اضطراب، و نیرویی است که باید برای کمک به انسان در زندگی وجود داشته باشد. نبود ایمان زنگ خطر است که ناتوانی انسان را در برابر سختی‌های زندگی اعلام می‌دارد (Altunli & Coleman, 2015, p. 171).

مشاوره و روان‌درمانی تحت عنوان «رویکرد یکپارچه‌نگر» ارائه دادند. آنان با ذکر جزئیات، فهرست کلی مداخله‌های ممکن را ارائه و توضیح می‌دهند. این مداخله‌ها عبارت است از: دعا (pray) برای مراجعان و ترغیب آنان به دعا کردن، بحث درباره مسائل الهی، استفاده از متون مقدس در درمان، استفاده از فنون تن‌آرامی معنوی و تصویرسازی و ذهن‌آگاهی (mindfulness). از جمله مداخله‌های دیگر در درمان‌های معنوی، می‌توان به تمرکز (focusing)، مراقبه (meditation)، ترغیب مراجعان به بخشایشگری (forgiveness) و ایثار، کمک کردن به مراجعان برای هماهنگی و همخوان بودن با ارزش‌های معنوی، خودفاش‌سازی عقاید و تجربه‌های معنوی، همراهی و خدمت (service)، نوشتن یادداشت روزانه (Journal writing)، کتاب‌درمانی (Bibliotherapy)، آموزش‌های اخلاقی (Moral training) نیز اشاره کرد (Bergin & Richards, 2005). کنت پارگامنت (Kenneth Pargament) با تلقی دین مانند تأمین‌کننده «معنا» به طراحی نظریه «مقابله دینی» پرداخته است (شریعت باقری، ۱۳۹۲). «عرفان» از ریشه معرفت، به نوعی شناخت شهودی و بی‌واسطه اطلاق می‌شود. عرفان اسلامی به‌طور خاص به معنی خودشناسی و خداشناسی<sup>۴</sup> است (میرباقری‌فرد، ۱۳۹۲، ص. ۲۵).

معرفت نفس اساس خلقت هستی و انسان در ادیان آسمانی و عامل مشترک آنها با روان‌شناسی است (زری‌فام و همکاران، ۱۳۹۳، ص. ۷۵). عرفان اسلامی در قرآن و سنت پیامبر (ص) ریشه دارد. این عرفان در قرون پس از هجرت رشد کرد و در جهان اسلام به تصوف یا صوفی‌گری معروف شد و یکی از عرفان‌های ریشه‌دار شرقی به شمار می‌رود. البته برخی مورخان و نویسندگان از جمله ابوریحان بیرونی درباره پیشینه آن در ادیان و فرهنگ‌های دیگر نظرپردازی کرده‌اند (دهباشی و میرباقری‌فرد، ۱۳۹۴، ص. ۱۳۲). در متون عرفانی مراحل خودشناسی و خداشناسی عارف را «سفر» یا «سیروسلوک» می‌نامند (میرباقری‌فرد، ۱۳۹۱، ص. ۶۹). این سفر درونی یا «سفر انفسی» همانند سفرهای بیرونی یا «سفر آفاقی» منازلی دارد که در واقع نشانه‌های مسیرند که به‌طور کلی می‌توان در هشت منزل آن را تعریف کرد: ۱) یقظه و

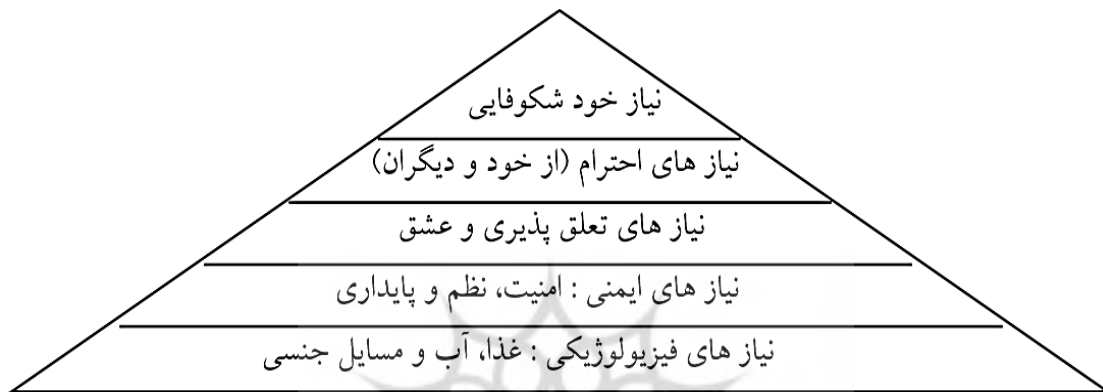


انتباه، ۲) طلب و اراده، ۳) تزکیه نفس، ۴) احوالات، ۵) عشق، ۶) سکر و حیرت، ۷) فناء فی الله و بقاء بالله و ۸) توحید. منزل سوم، یعنی تزکیه نفس یا «خودسازی» پس از بیداری و جست‌وجوی مسیر است که شامل هفت «مقام» عبور از لایه‌های زمخت جسمانی و آمادگی برای دریافت لطافت الهی است که عبارت‌اند از: توبه، ورع، زهد، فقر، صبر، توکل و رضا. منزل چهارم احوالات عرفانی است که ده مرحله از «مراقبه» تا «یقین» را در بر دارد (میرباقری‌فرد، ۱۳۹۲، ص. ۷۳)؛ «مقام عشق» در میانه راه سیروسلوک عرفانی و نقطه عطف آن برای خودشناسی و خودآگاهی و رسیدن به خداشناسی است. «عشق» از ویژگی‌های عرفان اسلامی و «عقل» مشخصه فلسفه است. عارفان اسلامی عشق را «سیر تکاملی هر موجود برای اتصال به کل» تعریف می‌کنند که در وجود انسان و کل هستی سریان دارد (میرباقری‌فرد و حجتی‌زاده، ۱۳۹۲، ص. ۱۸). کل سیروسلوک به دو مرحله مجاهده و مشاهده است. تفاوت عمده این دو در کوشش و وجود «خود» در مرحله مجاهده است؛ ولی در مشاهده، «خود» از میان رفته است و سالک با کشش و جذبۀ الهی سیروسلوک می‌کند (دهباشی و میرباقری‌فرد، ۱۳۹۴، ص. ۳۲). اعتقاد بر این است که در ظرف وجودی انسان، دو چیز با هم نمی‌گنجند: «خود یا خدا» (میرباقری‌فرد، ۱۳۹۱، ص. ۷۱). در مقام عشق این کیمیاگری رخ می‌دهد و عارف به عاشقی خالی از «خود» تبدیل می‌شود که بی سر و پا در پی معشوق افتاده است و مست و حیران وارد مقام «سکر و حیرت» می‌شود. در مقام «فنا» از خود بیگانه و فانی می‌شود و آمادگی دریافت نور الهی و یکی شدن به معشوق را در مقام هفتم و هشتم پیدا می‌کند. در واقع در این مسیر معنوی، انسان به تدریج از خود و آمیختگی‌ها، لایه‌به‌لایه خالی می‌شود و آمادگی دریافت ویژگی‌های متعالی و الهی را در خود ایجاد می‌کند (رشیدآبادی، ۱۳۹۲). مولانا جلال‌الدین محمد بلخی (۶۷۲-۶۰۴ ق.) پرچمدار عشق در میان عارفان اسلامی به شمار می‌رود. عشق در مثنوی مولوی به گسترده‌ترین و عمیق‌ترین شکل ممکن نمایش داده شده است (میرباقری‌فرد و رضایی، ۱۳۸۹، ص. ۱۵۱).

مثنوی معنوی معروف‌ترین اثر مولاناست. مثنوی مهم‌ترین منظومه تعلیمی عرفانی نیز به شمار می‌آید. از نظر زبان و نگارش، مخاطبان زیادی دارد و بسیاری از غیرفارسی‌زبانان به آن توجه کرده‌اند. مولانا در این اثر برای بیان مطالب و تعلیم اندیشه‌ها، قالب داستان را برگزیده است و موضوعات مختلف متناسب با احوال خود و مخاطبان را بیان می‌کند. حکایات و تمثیلات پی‌درپی و درهم‌تنیده مثنوی نیز مجال مناسبی را برای بیان مفاهیم دقیق و پیچیده عرفانی به‌نحوی مؤثر و در حد فهم فراهم می‌کند و نیز مانع سوءبرداشت عوام می‌شود. طرح داستان در مثنوی فی‌البداهه و بی‌مقدمه نیست؛ بلکه هر حکایت با چند بیت مقدمه چینی می‌شود و خواننده ناگزیر است هر داستان را از چندین بیت قبل از آن مطالعه کند تا سیر ماجرا را متناسب با هدف مولانا دریابد. هر واژه ذهن مولانا را به سویی می‌برد و زمینه طرح مطلبی تازه را فراهم می‌کند و باز تمثیلی دیگر در دل داستان اصلی شکل می‌گیرد. مثنوی از نظر طرح مطالب گوناگون به کمک داستان‌های تودرتو مشابه کلیله و دمنه است (فروزانفر، ۱۳۹۴، ص. ۱۵). پرسش اساسی این است که «آیا تعالیم مولانا می‌تواند پاسخگوی نیاز امروزی انسان باشد؟». قبل از هر چیزی باید بدانیم «نیاز واقعی انسان امروزی چیست؟». همه انسان‌ها با نیازهای شبه‌غریزی به دنیا می‌آیند. این نیازهای مشترک، انگیزه رشد و کمال و تحقق «خود» قرار می‌گیرد و انسان را به تبدیل شدن به آنچه در توان اوست فرامی‌خواند. نیازها در نظریه انتخاب (Choice theory) ویلیام گلسر (William Glasser, 1925-2013) نیز از مفاهیم بنیادی در کنار سه مفهوم دیگر، یعنی خواسته‌ها، رفتار و دنیای ادارکی انسان است.



در یک نگاه کلی، نظریه انتخاب بر این دیدگاه استوار است که رفتارهای هر انسان، انتخاب‌های او برای ارضای نیازهایش است. پنج نیاز اساسی انسان براساس این نظریه عبارت‌اند از نیاز به بقا، نیاز به عشق و احساس تعلق و معنویت، نیاز به قدرت (موفقیت، ارزشمندی شخصی، شهرت)، نیاز به آزادی و خودمختاری و نیاز به تفریح. نیاز خودشکوفایی موضوعی است که روانشناسان انسانگرا به‌ویژه آبراهام مزلو (۱۹۷۰-۱۹۰۸) به آن پرداخته‌اند. به نظر مزلو، روان‌شناسان با بررسی فقط مسائل نابهنجار انسان یعنی افرادی که از نظر هیجانی آشفته هستند، ویژگی‌های مثبت انسان مثل خوشبختی رضایت‌خاطر و آرامش ذهن را نادیده می‌گیرند (شولتز، ۱۳۷۵، ص. ۴۲). مزلو نیاز به خود شکوفایی را نیازی فطری و در رأس نیازهای دیگر می‌داند که برای رسیدن به آن باید از نیازهای پایه‌ای قبل از آن عبور کرد.



شکل شماره ۱: سلسله مراتب نیازهای مازلو (شولتز و شولتز، ۱۳۸۴، ص. ۳۴۲)

نیاز به سلامتی از نیازهای اساسی انسان است. سازمان جهانی بهداشت (World Health Organization (WHO)) با دیدگاهی کل نگر (Holistic) به انسان‌ها، آنها را موجوداتی جسمانی، روانی، اجتماعی، اخلاقی و معنوی می‌داند؛ بنابراین اقدامات انجام‌شده برای ارتقای سلامتی باید به همه جوانب سلامتی فردی (جسمی و روانی و معنوی) و سلامت کلی جامعه توجه داشته باشد (West, 1950/1387). نیاز به خودشناسی و خودآگاهی از دیرباز در نهاد آدمی بوده است. پاسخ به پرسش «من کیستم؟» بشر را به فلسفه، عرفان و روان‌شناسی سوق داده است. خودآگاهی اولین و مهم‌ترین مهارت از مهارت‌های دهگانه زندگی است. مسئله واکاوی حقیقت انسان از اساسی‌ترین تأملات فلسفی، دینی و جامعه‌شناسی است. در مکاتب عرفانی نیز شناخت ویژگی‌های انسان معنوی و راه‌های وصول وی به سعادت، در رأس واقع است. عالمان و عارفان بی‌شماری، چه در غرب و چه در شرق، به این موضوع پرداخته و به نتایج متفاوتی دست یافته‌اند. هویت یا خودانگاره (identity) نیز پاسخی آشکار و یا ناآشکار به پرسش «من کیستم؟» است؛ مفهومی است که با توجه به فرهنگ فرد، ایدئولوژی مخصوص او و انتظارات جامعه از او شکل می‌گیرد و به تعهدی دیرپای ولی منعطف در حوزه‌های شغلی، جنسی و مذهبی و سیاسی می‌انجامد. نوع دیدگاه مولانا به جهان و انسان منحصر به فرد بوده و دیدگاهش به هویت انسانی، دیدگاهی متفاوت است. عارفان زمینه جست‌وجو و کسب «هویت» آدمی را ژرفا و باطن وجود او معرفی کردند. سیر معنوی کسب هویت در عرفان و غیر آن معکوس است. در عرفان هرچه از هویت بخشی‌های صوری (جمعی / ملی) دورتر شویم، به هویت اصیل نزدیک‌تر خواهیم شد و هرچه از انانیت کم شود، هویت یگانه‌تر و قوی‌تری عاید خواهد

شد (اسپرهم، ۱۳۹۴). نیاز به آرامش در سلامت روان نقش اساسی دارد و از جمله نیازهای پایه‌ای از نگاه مزلو و گلسر است. مولوی آرامش را امری درونی می‌داند و نه یک امر بیرونی؛ همچنان که منشأ زیبایی، جهان درون است نه برون و بر این اساس، ایمان، خوش‌خویی، کودکی، اخلاص، توکل، مصاحبت، قناعت، صداقت، خیال‌خوش، خواب، سفر، سماع، عشق از مهم‌ترین لوازم آن به شمار می‌روند. آسایش و آرامش زندگی، حلقه مفقوده انسان امروزی است که با وجود پیشرفت همه‌جانبه در عرصه‌های گوناگون، از وصول به آن بازمانده و در اضطراب و نگرانی عمیقی فرورفته و در نتیجه، از سعادت و کمال واقعی خود بسی دور مانده است (عبادی، ۱۳۹۴، ص. ۱۸).

تفریح یک نیاز اساسی در زندگی ماست که خود را در بسیاری از اقداماتمان نشان می‌دهد. تفریح باعث ایجاد و تقویت هیجان مثبت در انسان می‌شود. شاید آنچه مشخصه انسانی در زندگی هیجانی است، توانایی ما در گشودن ذهن خود برای دستیابی به عمق و کنه ارتباط با «خدا» یا قدرت برتر دیگر است. این فضای ذهنی توسعه یافته می‌تواند سرچشمه‌ای از هیجانات عمیق را ارائه دهد که بسیاری از آنها مثبت‌اند؛ از این رو، اعمال مذهبی می‌تواند طریق مختص انسانی در پرورش مؤثر هیجان‌های مثبت با فواید سازگارانه همراه با آن باشند (فردریکسون، ۱۳۸۷، ص. ۱۸). البته مهم‌ترین مسئله جهان اندیشه مولانا، مسئله شخصیت الهی و انسانی فرد است که با نقل قصص و ارائه تعالیم اسرار و نهان، مخاطب را به حرکت و پویای درونی وامی‌دارد. این حرکت و سفر نمادین، یک پیمایش انفسی برای تحلیل اسرار درون است. در این سفر است که انسان به خود بازمی‌گردد و با جوهر الهی خویش پیوند می‌خورد. حاصل این بازگشت و پیوند مجدد، دستیابی به نشاط است. پیامد این پیوند نجات‌بخش، رهایی انسان دردمند و بحران‌زده از دام‌های بیگانگی، خودباختگی، دلمردگی و نومیدی و دست‌یافتن به انبساط شادی‌بخش و نشاط وجدآور است؛ شادی و نشاطی بس متفاوت از شادی‌های سطحی و زودگذری که مردمان عادی به آن دلخوش هستند و در نهایت، موجب دلمردگی و پژمردگی آنها می‌شود؛ نشاطی که برخاسته از سطوح بالاتر نفس است. در سطوح بالاتر، خودکنترلی، خودزایی و خودواقع‌بینی وجود دارد که باعث تعیین‌گری اهداف و وحدت‌بخشی فراجاهانی و رشد و بالندگی فرد می‌شود (جان‌بزرگی، ۱۳۹۵، ص. ۱۸۳). نیاز به عشق در هرم نیازهای مزلو از نیازهای اساسی انسان و پیش‌نیاز حرمت و خودشکوفایی اوست. عشق‌درمانی یا روان‌درمانی عرفانی و روان‌درمانی مبتنی بر عرفان و عشق نیاز بشر است و لازم است که این رویکرد در درمان‌های روانی نهادینه شود. هدف اصلی عرفان و رویکردهای عارفانه به حیات بشری، شناخت خود و یافتن نیروها و استعدادها و ابعاد پنهان‌شده وجود برای رسیدن به اوج خودشکوفایی و تحقق خود، یعنی همان درون‌مایه‌های خویشتن واقعی است (کریمی، ۱۳۸۳، ص. ۲۵). هدف اصلی عرفان، شناخت هرچه بیشتر خود، یعنی همان خودشناسی به قصد خویشتن گسترده است که در واقع خمیرمایه آن، عشقی است که مولانا در تعالیم خود به بهترین نحو تعریف و کاربردی کرده است (میرباقری‌فرد و حجتی‌زاده، ۱۳۹۲، ص. ۳۵). مولوی پرخواننده‌ترین شاعر امریکای شمالی خوانده شده است. مولانا خود را شاعر نمی‌داند و مثنوی را منبع غنی معنویت معرفی می‌کند:

گر شادی عطشان بحر معنوی      فرجه ای کن در جزیره مثنوی  
فرجه کن چندانگ اندر هر نفس      مثنوی را معنوی بینی و بس

(مولوی، ۱۳۷۹، د ۶، ص. ۶۸) ۵

به غیر از رویکرد یکپارچه‌نگر ریچاردز و برگین و دیگر رویکردهای مبتنی بر معنویت، پارگامنت با تلقی دین مانند تأمین‌کننده معنا به طراحی نظریه مقابله دینی پرداخته است. جان بزرگی (۱۳۹۵) درمان چندبعدی معنوی تدوین کرد که امکان تبیین پدیده‌های روانی (سلامتی و اختلال) با سازه‌های معنوی شخصیت براساس منابع دینی (اسلامی) بود. نوروزی و همکاران (۱۳۹۶، ص. ۴۱) در پژوهش خود با هدف مقایسه اثربخشی معنادرمانی مبتنی بر اندیشه‌های مولانا با درمان پذیرش و تعهد بر بهزیستی روان‌شناختی سالمندان دریافتند که اولاً می‌توان آرا و اندیشه‌های مولانا را به صورت مؤثری در قالب روان‌درمانی برای سالمندان تنظیم کرد؛ ثانیاً اثربخشی معنادرمانی مبتنی بر اندیشه‌های مولانا به اندازه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد روی بهزیستی سالمندان اثرگذار است. تقی‌یاره (۱۳۹۱، ص. ۵۳) اقدام به تدوین بسته درمانی براساس روان‌درمانگری وجودی براساس اندیشه مولانا کرده‌اند. عبدالرحیمی (۱۳۹۵) نیز به مقایسه سلامت معنوی از نظر مولانا و فروم با عنوان «نقش شناخت و درک حقیقت در سلامت معنوی به روایت فروم و مولوی» پرداخته است. همچنین عبدالرحیمی و فعالی (۱۳۹۴)، تأثیر عشق بر سلامت معنوی را نزد فروم و مولوی بررسی کرده‌اند. دیگران نیز برخی مفاهیم روان‌شناسی را در تعالیم مولانا جست‌وجو کرده‌اند؛ از جمله می‌توان به مقایسه نظریه مولانا و مزلو درباره انسان سالم و کامل (شریعت باقری، ۱۳۹۲)، تحلیل رفتار متقابل جنبه «بالغ» و «والد» در شخصیت‌های داستانی مثنوی براساس نظریات اریک برن (زری‌فام و همکاران، ۱۳۹۳)، هویت انسانی (اسپرهم، ۱۳۹۴)، استعاره شناختی عشق در مثنوی مولانا (اسپرهم و تصدیقی، ۱۳۹۷)، آرامش (رشیدآبادی، ۱۳۹۲)، عشق و درمان‌گری آن (کریمی، ۱۳۸۳) و هفت شیوه روان‌درمانی شناخته‌شده از جمله شعردرمانی، روان‌درمانی عارفانه (عشق‌درمانی)، تکنیک خواب و رؤیا، مذهب‌درمانی و روش‌های هفتگانه آن، واقعیت‌درمانی، طنزدرمانی و معنادرمانی در مثنوی (نصر اصفهانی و شیری، ۱۳۹۳) اشاره کرد.

## ۱-۱ روش پژوهش

در پژوهش حاضر، برای یافتن مؤلفه‌های اصلی مدل مشاوره معنوی براساس مثنوی از روش کیفی تحلیل محتوا (content analysis) استفاده شد. ابتدا با روش توصیفی — تحلیلی به گردآوری داده‌های لازم، از منابع کتابخانه‌ای و مقالات پژوهشی پرداخته شد. جامعه آماری، مثنوی معنوی در شش دفتر بود. پژوهشگر با توجه به گام‌های ششگانه مراحل پژوهش، به تبیین مسئله پژوهش و تحدید آن و تدوین مؤلفه‌های مدل و سپس به تعریف و مشخص کردن متغیرها پرداخت. در این پژوهش از نمونه‌گیری هدفمند (purposive) استفاده شد که براساس ارتباط با مسئله و اهداف پژوهش از ابیات مثنوی و متون مشاوره معنوی و متخصصان این حوزه به دست آمد. ابتدا همه واژه‌ها یا ابیات مرتبط با «مشورت»، «مشاوره»، «معنویت»، «معنا» و «معنی» از مثنوی استخراج شد؛ ولی براساس نظر استادان فن، فقط واحدهای استخراجی «عشق» و واژه‌های مرتبط با آن (اصطلاح خاص معنویت در مثنوی) در قالب ابیات (۵۴۲ بیت از شش دفتر مثنوی)، در جدول، کدگذاری و مقوله‌بندی شد. فرایند کدگذاری در این مرحله از طریق مقایسه مستمر داده‌ها با یکدیگر و از طریق سه مرحله کدگذاری باز، کدگذاری محوری و کدگذاری انتخابی برای ارائه نظریه یا چارچوب مفهومی ادامه یافت (بخشی از کدگذاری در جدول ۱ نشان داده شده است). برای نام‌گذاری کدها از مجموعه مفاهیم موجود در حوزه‌های روان‌شناسی، مشاوره و ادبیات عرفان و همچنین لغات و اصطلاحات کاربردی متخصصان حوزه‌های مربوط استفاده شد.

جدول شماره ۱: بخشی از کدگذاری

واحد‌های معنی ابیات عشق	کدگذاری باز مفاهیم	کدگذاری محوری مقوله‌های فرعی	کدگذاری گزینشی مقوله‌های اصلی	کدگذاری فرایند مقوله مرکزی
ملت عشق از همه دین‌ها جداست عاشقان را ملت و مذهب جداست (مولوی، ۱۳۷۹، د ۲: ۱۷۷۴)	مذهب عشق از همه مذاهب‌ها جداست؛ زیرا ملت و مذهب آنان فقط جداست	عشق سکر و حیرت فنا بقا	عبور از ظاهر به باطن عبور از قشر به مغز عبور از شریعت به طریقت	خداگونگی
لعل را گر مهر نبود باک نیست عشق در دریای غم غمناک نیست (مولوی، ۱۳۷۹، د ۲: ۱۷۷۵)	عاشق سراپا شادی و شوق است حتی اگر آن را در دریای غم غرق کنند. عشق غم سوز است.	تزکیه نفس رضا عشق سکر و حیرت	بی واکنشی فراغت از اتفاقات بیرونی رهایی از احساسات ذهنی سرور دائمی درونی	پذیرش سعه صدر
سینه باید پر ز عشق و درد و دود اعمی‌ای روشن دل آمد، در میند (مولوی، ۱۳۷۹، د ۲: ۲۰۸۳)	انسانی که سینه‌اش پر از درد عشق است حتی اگر ناپینا باشد، روشن دل است و شایسته هم‌نشینی و سخن گفتن است.	عشق درد عشق سوختن من در درون	فضاگشایی صبر	روشن‌دلی
هر کجا شمع بلا افروختند صد هزاران جان عاشق سوختند (مولوی، ۱۳۷۹، د ۲: ۲۵۸۳)	هر جا که دل‌های مستعد را متوجه عشق کردند، عاشقان زیادی گرفتار شدند. عشق بلاخیز است.	صبر ابتلا رضا عشق	پایداری بی‌واکنشی	تاب‌آوری

از ۵۵۸ مقوله‌های مرکزی، ۶۷ دسته مفاهیم مشترک بود که به پیشنهاد استاد راهنما در سه مرحله معنوی، یعنی بیداری معنوی، بلوغ معنوی (عشق) و نمود معنوی (ویژگی‌های عشق) و زیرمجموعه‌های مرتبط دسته‌بندی شد.

## ۲- یافته‌های پژوهش

سرانجام با دسته‌بندی محدودتر براساس معانی کاربردی در عرفان، معنویت و روان‌شناسی، مدل مشاوره معنوی طراحی شد.

### شکل شماره ۲: مدل مشاوره معنوی براساس مثنوی مولوی



از این مدل، بسته دوازده جلسه‌ای مشاوره معنوی نیز با توجه مفاهیم عمیق معنویت، جهان‌بینی و انسان‌شناسی مولانا در مثنوی و استناد به شرح مثنوی و با استفاده از اشعار، داستان‌ها و تمثیل‌های مثنوی زیر نظر استاد راهنما و مشاور استخراج شد و با برخی بسته‌های معنویت‌درمانی موجود از جمله بسته ریچاردز و برگین اعتبارسنجی شد که می‌توان از آن برای افراد و زوج‌ها استفاده کرد (رک. جدول شماره ۲).

### جدول شماره ۲: بسته مشاوره معنوی براساس مثنوی

جلسات	بیداری معنوی	تمثیل یا شعر	محتوا
اول	معارفه	معنویت و روان‌شناسی	معنویت، ضرورت معنویت، بعد معنوی انسان در روان‌شناسی
دوم	اصالت	دفتر اول: ۱-۱۸	آسیب‌شناسی از دیدگاه مولانا، اصالت انسان از دیدگاه مولانا، عشق و غربت
سوم	اصالت	دفتر چهارم: ۱۴۴۸-۱۵۲۸	انسان‌شناسی مولانا: آفرینش انسان، ماهیت انسان، خودحقیقی و خودمجازی
چهارم	خودآگاهی	دفتر چهارم: ۲۵۴۱-۲۵۶۲	جهان‌بینی مولانا: عرفان اسلامی، زندگانی، سیر و سلوک، سنت و مشرب مولانا
پنجم	خودآگاهی	دفتر چهارم: ۳۶۳۸-۳۶۶۸	جهان‌بینی مولانا: اطوار و منازل خلقت آدمی از ابتدا، سیر استکمالی عشق و آگاهی
ششم	خودآگاهی	دفتر اول: ۳۵-۲۴۲	عاشق شدن پادشاه بر کنیزک رنجور، عشق مجازی و عشق حقیقی
هفتم	تأمل	دفتر اول: ۴۲۵-۴۱۰	قصه دیدن خلیفه لیلی را: بیداری، مردن به ذهن، ذهن آگاهی، توهم زدایی

قصه مفلس بی‌خانمان: شناخت ذهن، رهایی از زندان ذهن	دفتر دوم: ۵۸۸-۶۹۰	تأمل	هشتم
داستان پیر چنگی: شناخت ذهن، مراقبه، حضور، بازگشت به خویشتن	دفتر اول: ۲۱۶۳-۲۰۸۳۰	مراقبه	نهم
داستان مجنون و ناقه، چالش عقل با نفس، خودآگاهی، انتخاب، وارستگی	دفتر چهارم: ۱۵۳۴-۱۵۶۴	مراقبه	دهم
قصه بانو و نخود: تاب‌آوری، اضطراب، چالش‌های زندگی، معنای زندگی، پذیرش	دفتر سوم: ۴۱۶۲-۴۲۱۴	رنج	یازدهم
قصه اعرابی و زنش: توکل، بی‌نیازی، بیخودی، واهمانیدگی قصه چینیان و رومیان: شناخت خود متعالی، خودشکوفایی، فراروندگی	دفتر اول: ۲۲۶۳-۲۹۴۶ دفتر اول: ۳۱۸۱-۳۵۱۰	چالش اختتامیه	دوازدهم

### ۳- بحث و نتیجه‌گیری

کمابیش همه‌الگوها و نظریه‌های روان‌شناختی، مبتنی بر جهان‌بینی و انسان‌شناسی، نظریه پرداز آن معتبر است؛ بنابراین برای ارائه‌الگوی کاربردی از تعالیم مولانا باید دیدگاه مولانا را نسبت به جهان و انسان بررسی کرد. از دیدگاه مولانا، اساس آفرینش، عشق (حرکت جزء به کل) است. او اصالت انسان را الهی می‌داند که از اصل جدا شده و در این دنیا موجودی دوبعدی شده است. بُعد ظاهری که همان جسم مادی (حیوان‌گونه) است و بُعد روحانی (فرشته‌گونه) که با تعبیر «باطن»، «جان»، «دل»، «روح»، «نفس» و... تعریف می‌شود که باید با دو ابزار اختیار و انتخاب، خود را از بُعد مادی (خود مجازی) بیرون کشد و بُعد معنوی (خود حقیقی) خود را ارتقا بخشد و اصالت خود را دریابد. این بازگشت به اصل و خویشتن خویش با عشق امکان‌پذیر است. با جست‌وجوی واژه عشق در مثنوی و طبقه‌بندی آنها معلوم شد که مولانا عشق را فقط به یک مقام یا وادی در سیر و سلوک عرفانی اختصاص نمی‌دهد؛ بلکه آن را اساس مسیر می‌داند. مولانا مانند دیگر عارفان، خود را به تفکیک منازل و مقام‌ها مقید نمی‌کند و رنگ عشق را بر همه مقام‌ها و احوالات می‌پاشد. در الگوی طراحی شده، سه مرحله معنوی براساس عشق تعریف می‌شود: بیداری معنوی، بلوغ معنوی و نمود معنوی.

الف) بیداری معنوی: دعوت به بیداری، اساس آموزه‌های مثنوی است. بینش و بصیرت (insight) هدف روانکاوی و بسیاری از رویکردهای روان‌شناسی است. آگاهی (awareness) قلب گشتالت‌درمانی<sup>۶</sup> (Gestalt therapy) است. فریتز پرز (Fritz Perls)، پایه‌گذار گشتالت‌درمانی، آگاهی را به‌خودی‌خود، شفافبخش می‌داند. خودآگاهی از اصلی‌ترین ابزارهای رویکردهای مختلف روان‌شناسی و مهارت‌های زندگی است. در واقع خودآگاهی، رصد کردن لحظه‌به‌لحظه درون و بیرون خود و مدیریت رفتار و احساسات در زمان حال است که در عرفان به «حضور» تعبیر می‌شود. در مثنوی تأکید بر یافتن خود حقیقی (خود معنوی) و تمیز آن از خود مجازی (خود عادت‌ی) است. خودآگاهی و بیداری در مثنوی، عبور از عقل جزوی و دیدار با عقل کلی (عشق) و به‌نوعی همان مردن پیش از مرگ است.

عقل را قربان کن اندر عشق دوست      عقل‌ها باری از آن سوی است کوست

(مولوی، ۱۳۷۹، د ۴، ص. ۱۴۲۵)

روی در روی خود آر ای عشق کیش نیست ای مفتون ترا جز خویش خویش  
(مولوی، ۱۳۷۹، د ۶، ص. ۱۹۹۰)

در این الگو، بیداری معنوی در اثر عوامل درونی (معناجویی) یا تلنگرهای بیرونی حاصل می‌شود. «طلب» یا جست‌وجوی معنا، اساس معنادرمانی<sup>۷</sup> (logo therapy) و ویکتور فرانکل (Viktor Frankl) (۱۹۰۵-۱۹۹۷) است که بر مبنای تجربه‌های شخصی و بیماران فراوانش عقیده دارد که شما نمی‌توانید از رنج و عذاب دوری کنید؛ اما می‌توانید طرز برخورد با آن را خودتان انتخاب کنید. او مانند دیگر فیلسوفان و روان‌شناسان وجودگرا<sup>۸</sup> (Existential)، اضطراب حاصل از رنج‌های درونی را در انسان‌ها، بیماری روانی نمی‌داند؛ بلکه تلنگری برای تأمل در آنها و یافتن معنای زندگی تعریف می‌کند. برخی شرایط ذاتی در وجود هستند که ما را برای گریختن از آگاهی برمی‌انگیزد. این شرایط ما را دچار «اضطراب وجودی» می‌کند که دلیل آن، آگاهی از اساسی‌ترین پرسش‌های زندگی یعنی، مرگ، تنهایی، معنا و آزادی و عشق است.

علت عاشق ز علت‌ها جداست عشق اضطراب اسرار خداست  
(مولوی، ۱۳۷۹، د ۱، ص. ۱۱۰)

عوامل بیرونی، شامل چالش‌ها و رنج‌ها در مسیر زندگی است که لزوم معنویت را اثبات می‌کند. سوگ، بحران هویت، بحران‌های مذهبی و معنوی، بحران میان‌سالی، رویارویی با مرگ و بیماری‌های صعب‌العلاج و... که از دیدگاه مولانا نشانه بیداری به عشق است.

بس شکنجه کرد عشقش بر زمین خود چرا دارد ز اول عشق کین  
عشق از اول چرا خونی بود تا گریزد آنک بیرونی بود  
(مولوی، ۱۳۷۹، د ۳، ص. ۴)

اصالت: در درمان‌های وجودی، هدف اصلی رسیدن به «اصالت» است و «صداقت» راه حل اصلی در مقابل دروغی است که انسان به خود، دیگران و طبیعت می‌گوید. آنها اصالت را در سه عنصر پیوند دوباره آدمی با خود، دیگران و طبیعت می‌دانند؛ اما مولانا به اصالت ازلی و ابدی انسان اعتقاد دارد و مثنوی را بانی‌نامه و شکایت و حکایت انسان از جدایی آغاز می‌کند و درد انسان را در بی‌معنایی و دورشدن از اصالت خود می‌داند. او درمان را در جست‌وجوی معنا و پیوند با اصل از طریق عشق می‌داند. تأمل (reflection) به معنای درنگ یا مکث، نوعی درون‌پویی همراه با آگاهی و نگرش و لازمه بیداری است. ذهن آگاهی<sup>۹</sup> (mindfulness) نیز فرایندی روان‌شناختی با آوردن توجه به تجربیات زمان حال بدون قضاوت است. معنای مراقبه در عرفان اسلامی بسیار وسیع‌تر از معنای مدیتیشن (meditation) یا ذهن آگاهی در روان‌شناسی است؛ ولی هم‌پوشانی‌های زیادی با هم دارد و می‌تواند ابزاری برای رسیدن به مقام مراقبه باشد.

(ب) بلوغ معنوی (عشق)

بلوغ معنوی در مثنوی با عشق عجین شده است که دو مرحله اساسی آن عبارت از کوشش (مجاهده) عاشقانه در سیر و سلوک که شامل تلاشی خستگی‌ناپذیر برای پاکسازی درونی است و دیگری، کششی (مشاهده) است که عاشق تجاربی شیرین از عالم معنا می‌چشد تا شور و شوق وصال به معشوق در او بیشتر شود. مازلو این رویدادها را تجارب اوج



(peak experiences) نامید که طی آن، خود (self) متعالی می‌شود و شخص به صورت عالی خود را قدرتمند، مطمئن و مصمم احساس می‌کند.

انتخاب: از دیدگاه وجودگرایی انسان برای جست‌وجوی معنا و یافتن مسیر و پالایش خود به‌خاطر داشتن آزادی و اختیار می‌تواند به انتخاب دست زند. ویلیام گلاسر نیز انتخاب را لازمه رشد انسانی و آگاهی و برآوردن نیازهای اساسی او می‌داند. مولانا انتخاب عاشقانه را توصیه می‌کند. انتخابی که هر لحظه با اختیار و آگاهی در مسیر رشد صورت گیرد، همان عشق است و این همان لحظه‌ای است که انسان انتخاب می‌کند و ویژگی‌های الهی را جایگزین ویژگی‌های خود کند و در اینجا عشق تعالی بخش و معشوق حقیقی است.

نی حدیث راه پر خون می‌کند قصه‌های عشق مجنون می‌کند

(مولوی، ۱۳۷۹، د ۱، ص. ۳)

عاشقی شو شاهدی خوبی بجو صید مرغابی همی کن جوبه جو

(مولوی، ۱۳۷۹، د ۵، ص. ۲۲)

واهمانیدگی: انسان وقتی از اصل خود جدا شد، جاودانگی، آگاهی و شادمانی (ویژگی‌های ذاتی او) را فراموش کرد. در این فراموشی برای فرار از مرگ، نادانی و اندوه، تلاشی بیهوده را برای همانیدگی (هم‌هویت‌شدگی) با دانش مجازی، خودهای کاذب و اشیا و انسان‌های پیرامون خود (در بیرون) و با افکار و احساسات و فرآورده‌های ذهن خود (در درون) آغاز کرد تا از تنش و اضطراب جدایی خود بکاهد. مولانا تنها راه‌هایی را «خودسوزی» می‌داند که این سوختن در آتش عشق امکان‌پذیر است. عشق کردن لحظه‌به‌لحظه از آمیختگی‌ها و وابستگی‌ها یا همان واهمانیدگی است (شهبازی، ۱۳۹۴، ص. ۱۵). هدف عشق، رسیدن به «بی‌خودی» و یکی شدن با معشوق است. برای همین است که راه عشق راهی پر رنج و دردناک تعبیر می‌شود. واهمانیدگی در سیر سلوک عرفانی، مراحل تزکیه نفس از جمله پرهیزگار، نادلپستگی (زهد) و بسندگی و بی‌نیازی (فقر) است. درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (Acceptance And Commitment Therapy)، مشکلات روانی انسان را ناشی از سه نوع آمیختگی می‌داند: آمیختگی با افکار و باورها، آمیختگی با احساسات و آمیختگی با خود که درمان به ترتیب، با گسلش از افکار، پذیرش احساسات و درک خود متعالی، در سایه ذهن آگاهی و شناخت ارزش‌ها و تعهد به آنها امکان‌پذیر است (Hayes, 2011).

هرکه را جامه ز عشقی چاک شد او ز حرص و عیب، کلی پاک شد

(مولوی، ۱۳۷۹، د ۱، ص. ۲۲)

عاشقان را شادمانی و غم اوست دست مزد و اجرت خدمت هم اوست

غیر معشوق ار تماشایی بود عشق نبود هرزه سودایی بود

عشق آن شعله ست کو چون بر فروخت هرچه جز معشوق باقی جمله سوخت

(مولوی، ۱۳۷۹، د ۱، ص. ۲، ۳)

تاب‌آوری: صبر در دنیای درون، بی‌واکنشی هیجانی و رفتاری در مقابله با بلا است. مولانا عشق و صبر را لازم و ملزوم یکدیگر می‌داند و معتقد است که در سیر و سلوک عاشقانه، رنج و بلا بسیار در مسیر عاشق است و تنها وظیفه

عاشق بردباری و تاب آوری است که همراه با توکل (انجام وظیفه و واگذاری) به خرسندی یا شادمانی اصیل (رضا) و سرسپردگی (تسلیم) محض در برابر اراده الهی همراه با سپاسگزاری منجر می شود. تاب آوری (Resiliency) پدیده‌ای است که از پاسخ‌های انطباقی طبیعی انسان حاصل می شود و با وجود رویارویی فرد با تهدیدهای جدی، وی را در دستیابی به موفقیت و غلبه بر تهدیدها توانمند می کند. تاب آوری ظرفیت مثبت افراد برای سازگاری با استرس و فجایع و توان بازگشت به تعادل اولیه (Base line homeostasis) یا رسیدن به تعادل سطح بالاتر (در شرایط تهدیدکننده) است و از این رو سازگاری موفق در زندگی را فراهم می کند.

هرکجا شمع بلا افروختن صد هزاران جان عاشق سوختند

(مولوی، ۱۳۷۹، د ۲، ص. ۲۵۸۳)

(ب) نمود معنوی (ویژگی‌های عاشقی)

در مثنوی ویژگی‌هایی برای عاشق توصیف می شود که این ویژگی‌ها مستلزم گذر از مراحل خودشناسی و پاکسازی و رسیدن به منزل عشق (خودسوزی) است که نگرش، رفتار و هیجان عاشق را دگرگون می کند. نمودهای عشق عبارت‌اند از:

(۱) نگرش معنوی

خرد: عشق در فرهنگ مولانا، دیوانگی است. جایی که باید انسان عقل استدلالی «عقل جزوی» خود را بسوزاند و به وادی فرزندی وارد شود. «عقل کلی» که بتواند بی دریغ مهر ورزد، نتیجه عشق است. مولانا خالی شدن از خو، پندار یا ذهن را خردورزی می داند. گیلبرت و سیموس در «درمان مبتنی بر شفقت (Compassion Focused Therapy)» خرد را «مغز آگاه» می داند که با ذهن آگاهی و مهرورزی ایجاد می شود و انسان را به سمت شفقت با خود و دیگران سوق می دهد (Gilbert & Simos, 2022).

عقل را قربان کن اندر عشق دوست عقل‌ها باری از آن سوی است کوست

(مولوی، ۱۳۷۹، د ۴، ص. ۱۴۲۵)

عاشقم من بر فن دیوانگی سیرم از فرهنگی و فرزندی

(مولوی، ۱۳۷۹، د ۶، ص. ۵۷۸)

یکپارچگی: به معنای وحدت و یگانگی با کل هستی است که در روان‌شناسی، ویژگی انسان خودشکوفاست. از دیدگاه وجودگرایی، انسان یکپارچه ارتباطی اصیل و صادقانه با خود، دیگران و طبیعت دارد. یکپارچگی در مثنوی در سایه عشق امکان‌پذیر است؛ زیرا عشق، حرکت اجزای هستی به سمت کل و کمال است و انسان معنوی نیز از این امر مستثنا نیست.

آفرین بر عشق کل اوستاد صد هزاران ذره را داد اتحاد

(مولوی، ۱۳۷۹، د ۲، ص. ۱۵)

خویشتن گستری: گرایش به خودشکوفایی، کمال، رشد و تعالی معنوی است که انسان معنوی یا عاشق را وادار به گذر از خودهای عادی و جایگزین کردن ویژگی‌های الهی و معنوی می کند؛ به طوری که این عشق به او کلیت و یگانگی می بخشد. عاشق کل است و خود کل است او عاشق خویش است و عشق خویش جو

(مولوی، ۱۳۷۹، د ۱، ص. ۱۵۸۴)

۲) کردار معنوی: رفتار انسان معنوی با تغییر نگرش به خود و هستی در پرتو عشق نیز دچار دگرگونی می‌شود و خرد، یکپارچگی و خویشستن گسترتری باعث انتخاب لحظه به لحظه رفتار معنوی به جای رفتار عادت‌ی می‌شود. او عاشقانه، با رفتارهایی معنوی نظیر نیایش، رازداری، فروتنی، راستی (صداقت)، درستی، مهرورزی (شفقت)، خلوص، تعهد و بخشش و... خزانه رفتاری خود را غنی می‌کند.

خاک را من خوار کردم یک سری تا ز خواری عاشقان بویی بری

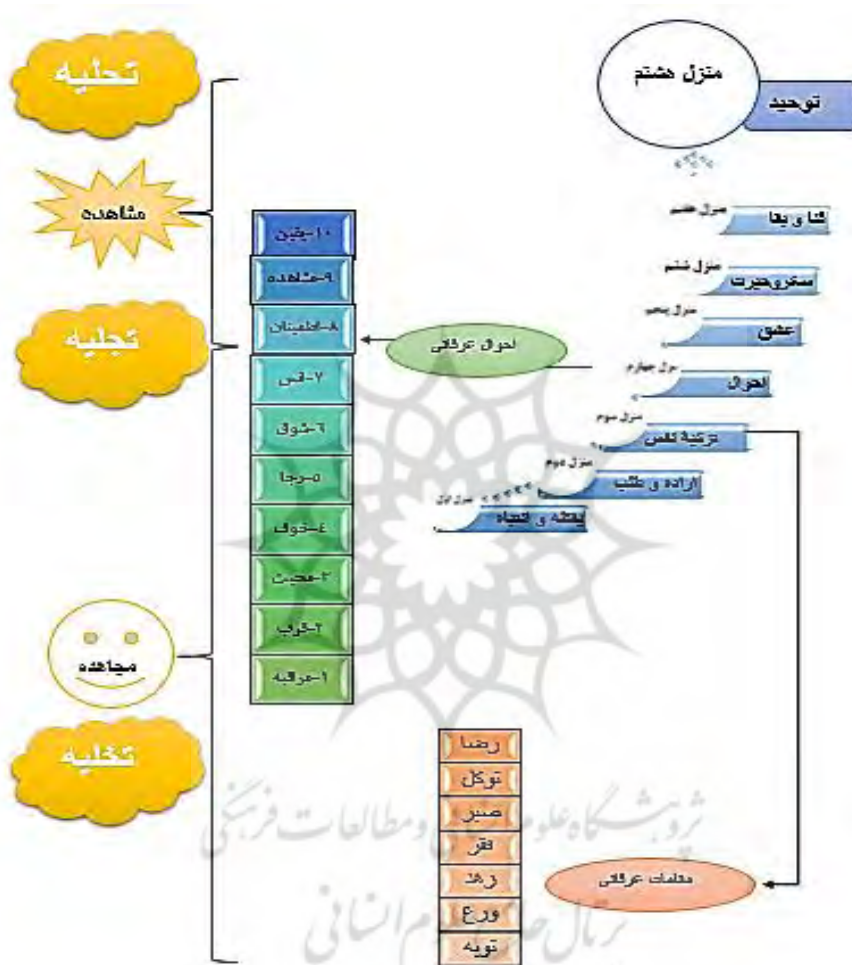
(مولوی، ۱۳۷۹، د ۵، ص. ۲۷۴۴)

۳) احساس معنوی: در نظر مولانا، احساسات و هیجانات پالایش شده عاشق در مسیر عشق عبارت‌اند از:

گشودگی یعنی استقبال از همه رویدادهای زندگی، بدون قضاوت و بدون مقاومت که نتیجه آن پذیرش است. التیام یعنی رهایی از رنج‌های پاک و ناپاک درونی یا بیرونی که نتیجه آن، آرامشی ژرف همراه با شادکامی است. شرافت معنوی مولانا عشق را عامل شرف انسانی و احساس عزت نفس ناشی از متصل بودن به مبدأ و غایتی الهی و رهایی از تأیید دیگران می‌داند. رهایی از ترس، اضطراب، غم، اندوه و رنج نتیجه نهایی مسیر عاشقانه از دیدگاه مولانا است. مولانا دیوانگی عشق را بر فرزندگان در بند برتر می‌داند و تنها راه رهایی را پندار و توهم و مردن پیش از مرگ و بی‌خودی و هیچی می‌داند. مؤلفه‌های این الگو و بسته استخراجی از آن با مؤلفه‌های رویکرد یکپارچه‌نگر ریچاردز و برگین هماهنگی دارد که شامل هشت مؤلفه روانی — معنوی است: خودآگاهی و گوش دادن به نداها، درونی؛ ارتباط با خدا و گفت‌وگوی درونی با خدا؛ نیایش و دعا؛ شکر؛ توکل و توسل؛ صبر و تحمل؛ بخشش و نادیده گرفتن خشم؛ خواندن متون مقدس و استفاده از متون معنوی و مذهبی. اریک فروم (Erich Fromm, 1900-1980)، علاوه بر تبیین و تعریف و طبقه‌بندی جامع عشق به پیروی از روانکاوی، مولانا و عرفان شرق، تمرین‌های عشق‌ورزی را در انضباط مداوم در عشق، تمرکز، مراقبه حضور در لحظه، بردباری، خودداری از گفت‌وگوهای مبتذل و علاقه شدید می‌داند. او معتقد است که عشق از مادر شروع می‌شود و در این مسیر رشد می‌کند و گسترش می‌یابد؛ تاجایی که تمام بشریت را شامل می‌شود و به خداوند می‌رسد. و درنهایت عشق‌ورزی را عین معنویت واقعی می‌داند. او لازمه عشق را اخلاق و به‌ویژه انصاف می‌داند و می‌نویسد عشق به تکامل فروتنی، واقع‌بینی و خرد نیاز دارد در مثنوی نیز عشق، قوانین و ملزومات خود را دارد. او عشق را تنها راه تکامل بشر می‌داند که این الگو از نظر روان‌شناسی با نظریه اریک فروم و رولومی (Rollo May, 1909-1994) تطابق دارد. می (۱۴۰۱) معتقد است در دنیای اسکیزوئید<sup>۱۰</sup> ما که حاصل کامل شکست ارزش‌های درونی‌مان را به نظاره نشسته‌ایم، بسیار مهم است که به جست‌وجوی سرچشمه عشق و اراده برخیزیم. همچنین او به‌زیبایی، عشق در سنت غرب را به میل جنسی (sex)، اروس (eros) یا عشق برای آفرینش، فیلیا (philia) یا عشق انسانی و برادرانه، و آگاپه (agape) یا عشق الهی تبیین کرده است که در فلسفه افلاطون و سقراط ریشه دارد.

مولانا نیز بر این مراحل عشق صحه می‌گذارد و سلسله‌مراتب عشق را نه تنها در کل هستی، بلکه در روابط انسانی نیز لازم می‌داند. اصول و ضوابط عشق‌ورزی در مثنوی می‌تواند راهگشای هر انسانی در جست‌وجوی معنی، معنویت و معنا باشد. همچنین این الگو بر کلیات سیروسلوک عرفان اسلامی است که می‌تواند مرزهای دینی و جغرافیای و تاریخی را

درنورد و جهان شمول باشد. بشر امروز به عشق درمانی یا روان درمانی عارفانه بر مبنای منبعی غنی و قوی مانند مثنوی نیازمند است (میرباقری فرد، ۱۳۹۲، ص. ۶۵). در مطالعات اخیر در روان شناسی، لزوم بازگشت به منابع کهن معنوی از جمله عرفان های شرقی با تأثیر چشمگیر آن در درمان تأیید شده است. از جمله محدودیت های این پژوهش، محدود شدن مطالعه به یک شهر (اصفهان) و همه گیری کرونا و نبودن امکان پیگیری، تعمیم نتایج را با مشکل روبه رو می کند. به کارگیری طرح های تجربی به منظور بررسی تأثیر معنویت به تفکیک جنسیت و سن از جمله پیشنهاد های پژوهشی این تحقیق است.



شکل شماره ۳: شمایل کلی سیروسلوک در عرفان اسلامی

## یادداشت ها

- این مقاله برگرفته از پایان نامه تدوین مدل مشاوره معنوی براساس مثنوی مولوی و تبیین اثربخشی آن بر روابط، نگرش به عشق و رضایتمندی زناشویی، رشته مشاوره و راهنمایی با مجوز پژوهشی است.
- کتاب راهنمای تشخیصی و آماری اختلال های روانی (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders | DSM)، کتابی است که در کشورهایی همچون ایران و آمریکا برای مرجع واحد در تشخیص سلامت روان استفاده می شود و «انجمن روان شناسی آمریکا» (Association | APA American Psychiatric) آن را تألیف کرده است. ویرایش چهارم آن در سال ۱۹۹۴ ارائه شد که اکنون منسوخ شده است. ویرایش پنجم آن در سال ۲۰۱۳ منتشر شد و در سال ۲۰۲۲ ویرایشی

به نام DSM-5-TR در دسترس عموم قرار گرفت. هر ویرایش نسبت به ویرایش قبلی تغییراتی دارد و همواره باید آخرین ویرایش مدنظر قرار داده شود.

۳. روان‌کاوی منشأ روان‌درمانی است که مبتنی بر صحبت‌درمانی (Talk therapy) است و اولین بار در اوایل دهه ۱۸۹۰ زیگموند فروید آن را ابداع کرد. انسان‌گرایی مکتبی در روان‌شناسی است. انسان‌گرایان و هستی‌گرایان هر دو به معنی زندگانی می‌اندیشند. خودآگاهی در مرکز جست‌وجوی انسان‌گرایان برای پیدا کردن معنای زندگی قرار دارد. اصطلاح انسان‌گرایی معنی‌های بسیار و تاریخچه‌ای طولانی دارد. نظریه انسان‌گرایی در دهه‌های ۱۹۶۰-۱۹۵۰ و در پاسخ به روان‌کاوی و الگوهای رفتارگرایی، به نیروی سوم روان‌شناسی امریکا تبدیل شد. روان‌کاوی انسان را اسیر تعارض‌های ناهیسیار می‌داند و رفتارگرایی بر این باور است که انسان به واسطه محیط شکل می‌گیرد؛ اما انسان‌گرایی، انسان و خودآگاهی را در مرکز توجه می‌داند و باور دارد که اشخاص حق آزادی، خودشکوفایی و رفتار اخلاقی دارند.

۴. من عرف نفسه فقد عرف ربه (پیامبر اکرم ص) و العارف من عرف نفسه (حضرت علی ع: غررالحکم و دررالکلم ص ۴۲).

۵. ارجاعات به اشعار مولوی (برای سهولت دسترسی) به شماره آیات است.

۶. درمان‌گشتالتی که فریزرلز و همسزش لورا در دهه ۱۹۴۰ بنا نهادند، نوعی رویکرد وجودی — پدیدارشناختی و مبتنی بر این اصل است که افراد را باید در بستر رابطه جاری آنها با محیط شناخت.

۷. لوگو تراپی مبتنی بر تجزیه و تحلیل وجودی است و بر اراده و تلاش برای یافتن معنا تمرکز دارد.

۸. درمان وجودی نگرشی است که از جهت‌گیری فراتر می‌رود یا نوعی درمان پویشی است که به نگرانی‌های اساسی

زندگی می‌پردازد.

۹. ذهن‌آگاهی - ویکی‌پدیا، دانشنامه آزاد <https://fa.wikipedia.org/wiki/ذهن‌آگاهی>

۱۰. گریزنده از روابط صمیمی، ناتوان در احساس

## سپاسگزاری

از همه کسانی که در این پژوهش همکاری داشتند، سپاس‌گزاری می‌شود. این مقاله تحت حمایت کرسی مولوی پژوهی وابسته به صندوق حمایت از پژوهشگران و فناوران کشور (iran national science fandation:INSF) است.

## منابع

اسپهرهم، داوود (۱۳۹۴). مولانا و هویت انسانی. *کهن‌نامه ادب پارسی*، ۶(۴)، ۱-۲۰.

[https://classicalit.ihcs.ac.ir/article\\_2243.html](https://classicalit.ihcs.ac.ir/article_2243.html)

اسپهرهم، داود، و تصدیقی، سمیه (۱۳۹۷). استعاره شناختی عشق در مثنوی مولانا. *متن‌پژوهی ادبی*، ۲۲(۷۶)، ۸۷-۱۱۳.

[10.22054/LTR.2018.8834](https://doi.org/10.22054/LTR.2018.8834)

تقی‌یاره، فاطمه (۱۳۹۱). استخراج مؤلفه روان‌های درمانگری وجودی از اندیشه جلال‌الدین محمد مولوی. *انسان‌پژوهی*

[https://raj.smc.ac.ir/article\\_2285.html](https://raj.smc.ac.ir/article_2285.html)، ۷۸-۵۳، ۹(۲۸).

جان‌بزرگی، مسعود (۱۳۹۵). درمان چندبعدی معنوی: امکان تبیین پدیده‌های روانی (سلامتی و اختلال) با سازه‌های

معنوی شخصیت براساس منابع دینی. *روانشناسی بالینی و شخصیت* (دانشور رفتار)، ۱۴(۲)، ۱۷۳-۱۸۹.

دهباشی، مهدی، و میرباقری‌فرد، سید علی اصغر (۱۳۹۴). *تاریخ تصوف* (ج. ۱). سمت.

رشیدآبادی، زکیه (۱۳۹۲). بازتاب وجوه عشق در مثنوی با رویکردی به درمانگری آن. *عرفان اسلامی*، ۱۱(۴۴)، ۱۶۷-۱۷۹.



زری فام، حسین، دهقان، علی، و فرضی، حمیدرضا (۱۳۹۳). تحلیل رفتار متقابل جنبه «بالغ» و «والد» در شخصیت‌های داستانی مثنوی براساس نظریات اریک برن. *پژوهشنامه نقد ادبی و بلاغت*، ۴(۲)، ۱۳۳-۱۵۲.

[10.22059/JLCR.2016.57570](https://doi.org/10.22059/JLCR.2016.57570)

شریعت باقری، محمد مهدی (۱۳۹۲). مطالعه تطبیقی نظریات مولوی و مزلو درباره انسان سالم و کامل. *مطالعات روانشناختی*، ۱۸(۴)، ۱۳۲-۱۴۵. [10.22051/PSY.2013.1734](https://doi.org/10.22051/PSY.2013.1734)

شولتز، دوان (۱۳۷۵). *روانشناسی کمال*، (گیتی خوشدل، مترجم). البرز.

شولتز، دوان، و شولتز، سیدنی آلن (۱۳۸۴). *نظریه‌های شخصیت*، (یحیی سید محمدی، مترجم). ویرایش.

عبادی، کرم (۱۳۹۴). بررسی اسباب و زمینه‌های آرامش در مثنوی. *نشریه ادب و زبان*، ۱۸(۳۷)، ۱۸۹-۲۱۱.

عبدالرحیمی، محمد (۱۳۹۵). نقش شناخت و درک حقیقت در سلامت معنوی به رایت فروم و مولوی. *پژوهشنامه عرفان اسلامی*، ۱۳(۴۷)، ۱۲۳-۱۴۸. [https://mysticism.zanjan.iau.ir/article\\_542276.html](https://mysticism.zanjan.iau.ir/article_542276.html)

عبدالرحیمی، محمد، و فعالی، محمد تقی (۱۳۹۴). تأثیر عشق بر سلامت معنوی نزد فروم و مولوی. *پژوهشنامه ادیان*، ۹(۲)، ۷۳-۱۰۶. [https://jrs.srbiau.ac.ir/article\\_9681.html](https://jrs.srbiau.ac.ir/article_9681.html)

فردریکسون، باربارا ال (۱۳۸۷). دین چگونه به سلامتی و بهزیستی (ما) کمک می‌کند؟. (سید هانی موسوی، مترجم).

*روانشناسی و دین*، ۱(۳)، ۱۲۹-۱۴۲. <https://ravanshenasi.nashriyat.ir/node/40>

فروزانفر، بدیع الزمان (۱۳۹۴). رساله در تحقیق احوال و زندگانی مولانا جلال‌الدین محمد مشهور به مولوی، مصحح: محمود جنیدی جعفری. دانشگاه تهران.

کریمی، عبدالعظیم (۱۳۸۳). *عشق‌درمانی (روان‌درمانی عارفانه)*، براساس قصه شاه و کنیزک. نشر دانژه.

گل‌پرور، محسن (۱۳۹۷). تحلیلی بر نقش شخصیت پیش رو در رابطه سرمایه معنوی و بهزیستی معنوی تعالی‌گرا.

*پژوهشنامه روان‌شناسی مثبت*، ۴(۱)، ۱۹-۳۴. [10.22108/PPLS.2018.96482.0](https://doi.org/10.22108/PPLS.2018.96482.0)

محسنی اژیبه، معصومه (۱۳۹۴). *مقایسه اثربخشی معنویت‌درمانی و یوگا بر تمایز یافتگی و دل‌بستگی ایمن زنان متأهل شهر اصفهان*، [پایان‌نامه کارشناسی ارشد منتشر شده]. اصفهان: دانشگاه آزاد اسلامی خمینی شهر.

مقیمیان، مریم، و سلمانی، فاطمه (۱۳۸۹). مطالعه هم‌بستگی سلامت معنوی و امید در بیماران مبتلا به سرطان مراجعه‌کننده به مرکز آموزشی مرکز درمانی سیدالشهدا وابسته به دانشگاه علوم پزشکی اصفهان. *مجله دانشگاه علوم پزشکی قم*، ۶(۳)، ۴۰-۴۵.

مولوی، جلال‌الدین محمد بن محمد (۱۳۷۹). *مثنوی*، مقدمه، تحلیل، توضیح و فهرست‌ها، محمد استعلامی. سخن.

می، رولو (۱۴۰۱). *عشق و اراده (حیب سپیده)*، مترجم. دانژه.

میرباقری فرد، سید علی اصغر (۱۳۹۲). *طریق کمال در مثنوی*. فصلنامه *انجمن*، ۵، ۷۳۳-۸۸.

میرباقری فرد، سید علی اصغر (۱۳۹۱). عرفان نظری و عملی یا سنت اول و دوم عرفان؟ (تأملی در مبانی نظری تصوف و

عرفان اسلامی). *پژوهش‌های ادب عرفانی (گوهر گویا)*، ۶(۲)، ۶۵-۸۸. [https://jpll.ui.ac.ir/article\\_16417.html](https://jpll.ui.ac.ir/article_16417.html)

میرباقری فرد، سید علی اصغر، و حاجتی‌زاده، راضیه (۱۳۹۲). جایگاه عشق در مبانی سنت‌های اول و دوم عرفانی. *فصلنامه*

*ادبیات عرفانی و اسطوره‌شناختی*، ۱(۳۰)، ۱۲۸-۱۴۳.

میرباقری فرد، سید علی اصغر، رضایی، مهدی (۱۳۸۹). نقد و تحلیل تعاریف صوفی و تصوف. *زبان و ادبیات فارسی*، ۱۸ (۶۹)، ۱۳۷-۱۷۴.

نصر اصفهانی، زهرا، و شیر، مائده (۱۳۹۳). هفت شیوه روان‌درمانی در مثنوی. *پژوهش‌های ادب عرفانی* (گوه‌ر گویا)، ۱ (۱)، ۱۴۵-۱۶۸. [https://jpll.ui.ac.ir/article\\_16454.html](https://jpll.ui.ac.ir/article_16454.html)

نوروزی، اصغر، مرادی، علیرضا، زمانی، کریم، و حسنی، جعفر (۱۳۹۶). مقایسه اثربخشی معنادرمانی مبتنی بر اندیشه‌های مولانا با پذیرش و تعهد در بهزیستی روانشناختی سالمندان. *پژوهش در سلامت روانشناختی*، ۱۱ (۳)، ۴۱-۵۸. [10.29252/rph.11.3.41](https://doi.org/10.29252/rph.11.3.41)

وست، ویلیام (۱۳۸۷). *روان‌درمانی و معنویت* (شهریار شهیدی و علی شیرافکن، مترجم). رشد. (اثر اصلی منتشر شده در ۱۹۵۰)

## References

- Abdulrahimi, M. (2016). The status of "knowledge and truth" and their effects on spiritual health in the views of Forum and Rumi. *Research Journal of Islamic Mysticism*, 12(47), 123-148. [https://mysticism.zanjan.iau.ir/article\\_542276.html](https://mysticism.zanjan.iau.ir/article_542276.html) [In Persian].
- Abdulrahimi, M., & Fa'ali, M. (2016). The effect of love on spiritual health from the point of view of Forum and Mawlawi. *Journal of Religious Studies*, 9(2), 73-106. <https://jrs.srbiau.ac.ir/article9681.html> [In Persian].
- Altinli-Macic, M., & Coleman, T. J. (2015). 7 Spirituality and religion: An empirical study using a Turkish Muslim sample. In *Psychology of Religion in Turkey* (pp. 160-176). Leiden, the Netherlands: Brill. 10.1163/9789004290884\_008
- Dehbashi, M., & Mirbaghari Fard, S. A. A. (2015). *History of Sufism*. Samt Publication. [In Persian].
- Ebadi, K. (2015). A study of the causes and grounds of peace in Masnavi. *Journal of Literature and Language*, 18(37), 189-211. <http://ensani.ir/fa/article/345687> [In Persian].
- Estelami, M. (Ed.) (2000). *Rumi's Masnavi*. Sokhan Publication. [In Persian].
- Forouzanfar, B. (2015). *Treatise on researching the life of Rumi*. Zavar Publication. [In Persian].
- Frederickson, B. (2008). How does religion help our health and well-being?. (H. Mousavi, Trans) *Psychology and Religion*, 3, 129-142. [In Persian].
- Gilbert, P., & Simos, G. (2022). *Compassion focused therapy: Clinical practice and applications*. Routledge.
- Golparvar, M. (2018). Analysis of the role of proactive personality on the relationship between spiritual capital and transcendental spiritual well being. *Positive Psychology Research*, 4(1), 19-34. 10.22108/pprs.2018.96482.0 [In Persian].
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2011). *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change*. Guilford Press.
- Janbozorgi, M. (2017). Spiritual multidimensional therapy: Explanation of psychological phenomena (health and disorder) with spiritual constructs of personality based on religious resources. *Clinical Psychology and Personality*, 14(2), 173-189. 10.22070/14.2.173 [In Persian].
- Karimi, A. (2004). *Love therapy (mystical psychotherapy), based on the story of the king and the maid*. Danjeh Publication. [In Persian].
- May, R. (2022). *Translation of Rollo May's love and will*. (S. Habib, Trans). Danjeh Publication. [In Persian].
- Mirbagheri Fard, S. A. A. (2013). Through perfection in Masnavi. *Anjoman Journal*, 5, 73-88. [In Persian].
- Mirbagheri Fard, S. A. A. (2012). Practical and intellectual mysticism or first and second mystical traditions (contemplation on the foundations of Islamic Sufism and Mysticism). *Research on Mystical Literature (Gowhar Guya)*, 6(2), 65-88. [https://jpll.ui.ac.ir/article\\_16417.html](https://jpll.ui.ac.ir/article_16417.html) [In Persian].
- Mirbagheri Fard, S. A. A., & Hojjatizadeh, R. (2013). The place of love in the foundations of the first and second mystic traditions. *Quarterly Journal of Mytho-Mystic Literature*, 1(30), 128-143. [In Persian].



- Persian].
- Mirbagheri Fard, S. A. A., & Rezaei, M. (2008). A criticism analysis of the definitions of Sufism and Mysticism. *Journal of Persian Language and Literature*, 18(69), 137-174. [In Persian].
- Moghimian, M., & Salmani, F. (2010). The study of the correlation between spiritual well-being and hope in cancer patients referring to Seyyed al-Shohada training-therapy center of Isfahan University of Medical Sciences. *Qom University of Medical Sciences Journal*, 6(3), 40-45. [In Persian].
- Mohseni Eje'i, M. (2015). *Comparison of the effectiveness of spiritual therapy and Yoga on differentiation and safe attachment of married women in Isfahan*. [UnPublished MA Thesis]. Islamic Azad University of Khomeini Shahr, Khomeini Shahr. [In Persian].
- Nasr Isfahani, Z., & Shiri, M. (2014). Seven methods of psychotherapy in Masnavi. *Research on Mystical Literature (Gowhar Goya)*, 8(1), 145-168. [https://jpll.ui.ac.ir/article\\_16454.html](https://jpll.ui.ac.ir/article_16454.html) [In Persian].
- Noruzi, A., Moradi, A., Zamani, K., & Hassani, J. (2017). The comparison of the effectiveness of logotherapy based on Rumi's thoughts with acceptance and commitment therapy on the psychological well-being of the elderly. *Journal of Research in Psychological Health*, 11(3), 41-58. [10.29252/rph.11.3.41](https://doi.org/10.29252/rph.11.3.41) [In Persian].
- Rashidabadi, Z., & Gholamhosen Zadeh, Gh. (2016). Reflection of love aspects in Masnavi with an approach to its therapy. *Journal of Islamic Mysticism*, 11(44), 167-179. [In Persian].
- Richards, S., & Bergin, A. E. A. (2005). *spiritual strategy for counseling and psychotherapy*. American Psychological Association.
- Schultz, D. (1996). *Growth psychology* (G. Khoshdel, Trans). Alborz Publication. [In Persian].
- Schultz, D., & Schultz, E. (2005). *Theories of personality* (Y. Seyed Mohammadi, Trans). Virayesh Publication. [In Persian].
- Shariat Bagheri, M. M. (2013). A comparative study of Rumi and Maslow's theories about healthy and perfect human beings. *Psychological Studies*, 8(4), 131-145. [10.22051/PSY.2013.1734](https://doi.org/10.22051/PSY.2013.1734) [In Persian].
- Sparham, D. (2015). Rumi and human identity. *Classical Persian Literature*, 6(4), 1-20. [https://classicalit.ihcs.ac.ir/article\\_2243.html](https://classicalit.ihcs.ac.ir/article_2243.html) [In Persian].
- Sparham, D., & Tasdighi, S. (2018). The conceptual metaphor of love in Rumi's Masnavi. *Literary Text Research*, 22(76), 87-113. [10.22054/ltr.2018.8834](https://doi.org/10.22054/ltr.2018.8834) [In Persian].
- Taqiyare, F. (2013). Development of existential psychotherapy components in accordance with Mowlana's thoughts. *Religious Anthropology*, 9(28), 53-78. [https://raj.smc.ac.ir/article\\_2285.html](https://raj.smc.ac.ir/article_2285.html) [In Persian].
- West, W. (1950). *Psychotherapy and spirituality*. (S Shirafkan & S. Shahidi, Trans). Roshd Publication. [In Persian].
- Zarifam, H., Dehqan, A., & Farzi, H. (2016). Transactional analysis of "Adult" and "Parent" aspects in characters of Masnavi relying on Erick Bern's theories. *Journal of Literary Criticism and Rhetoric*, 4(2), 133-152. [10.22059/jlcr.2016.57570](https://doi.org/10.22059/jlcr.2016.57570) [In Persian].