

روان‌شناسی مثبت در الهی‌نامه‌ی عطار نیشابوری

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۹/۲۶

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۱/۱۷

محبوبه خراسانی^۱

فاطمه عربها^۲

چکیده

الهی‌نامه‌ی عطار نیشابوری، سرشار از آموزه‌های اخلاقی، عرفانی و دینی است که عطار در آن با بیان حکایت‌ها، داستان‌ها و تمثیل‌های گوناگون به‌طور مستقیم و غیرمستقیم به مسائل تربیتی و اخلاقی عنایتی ویژه داشته است. امروزه در نظریاتی که از سوی صاحب‌نظران روان‌شناسی مطرح می‌شود، می‌توان نکات دقیقی را دریافت که بسیاری از آنها را در سخن بزرگان ادب و فرهنگ این سرزمین نیز می‌توان ملاحظه نمود. روان‌شناسی مثبت‌گرا با تکیه بر استعدادها و توانایی‌های انسانی، به‌جای تمرکز بر بیماری‌ها، جای خود را در بین ادبیات و فرهنگ بشری گشوده است، تا جایی که با کمی دقت می‌توان ردپای آن را در متون ادبی اقوام مختلف جست. پژوهشگران روان‌شناسی مثبت‌نگر توانمندی‌های انسان را در شش گروه خرد و دانایی، شجاعت، نوع‌دوستی، عدالت، اعتدال و تعالی با عنوان فضیلت‌های همه‌جا حاضر، طبقه‌بندی کرده‌اند و برای هر کدام قابلیت‌هایی برشمرده‌اند. از آن‌جا که بررسی و تحلیل همه‌ی این فضیلت‌ها و قابلیت‌ها به همراه استخراج شواهد از حوصله این مقاله بیرون است، از این‌رو، در این نوشته به چند مورد از فضیلت‌ها پرداخته شده است. بررسی اشعار و حکایت‌های الهی‌نامه‌ی عطار نیشابوری، با هدف شناسایی و تبیین مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت، هدف اصلی نگارندگان در نگارش این مقاله بوده است تا شعر عطار را از منظری دیگر مطالعه و بازبینی کرده، این تصور را از ذهن علاقه‌مندان تحلیل‌های روان‌شناسی بزدايد

۱. استادیار زبان و ادبیات فارسی، واحد نجف‌آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، نجف‌آباد، ایران. نویسنده مسؤول
khorasani.m@iaun.ac.ir

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد زبان و ادبیات فارسی، واحد نجف‌آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، نجف‌آباد، ایران
fatemeh.arabha@gmail.com

که آن‌چه غربی‌ها امروزه در قالب مفاهیم و اصطلاحات نو ارائه می‌کنند، یافته‌های نوین اندیشمندان غرب نیست، بلکه بسیاری از این دیدگاه‌ها قرن‌ها پیش با شواهد و مصداق‌های دلکش‌تر در آثار و کلام فرزندان سرزمین خودمان بیان شده است.

واژگان کلیدی: الهی‌نامه، عطار نیشابوری، روان‌شناسی مثبت‌نگر، مارتین سلیگمن

مقدمه

آدمی از بدو خلقت تاکنون گرفتار مسائل اخلاقی و مشکلات روانی بوده است، اما روان‌شناسی به‌عنوان یک علم متمایز و مستقل تنها در نیمه‌ی دوم قرن نوزدهم تحقق یافت و تا آن زمان قلمرو علم روان‌شناسی کاملاً مشخص و جدا نشده بود. نکته سؤال‌برانگیز آن‌که با وجود مسائل روانی و اخلاقی آدمی از یک سو و تازگی علم روان‌شناسی از سوی دیگر، در غیاب این علم در طول تاریخ چه علمی، جوابگوی نیازهای روانی انسان و مشکلات اخلاقی او بوده و این کمبود چگونه جبران می‌شده؟ بدون شک پاسخ این است الهیات و ادبیات (هاشمی، ۱۳۷۸، مقدمه).

یکی از دلایل توجه به شعر و ادب در دنیای کنونی، می‌تواند تغییر نگرش روان‌شناسی نوین باشد، به این معنی که روان‌شناسی در گذشته بر بیماری‌ها و اختلالات روانی متمرکز بوده است ولی با شروع قرن بیست و یکم، نگرش تازه‌ای به نام روان‌شناسی مثبت شکل گرفت که درصدد درک هیجان‌ات مثبت، ایجاد فضیلت و قابلیت و ارائه رهنمود برای یافتن آن چیزی است که ارسطو آن را زندگی خوب نامیده است (بن نینک، ۱۳۹۳: ۶۰).

با اندکی ژرف‌نگری و دقت در متون کهن ایرانی (نظم و نثر) دیده می‌شود که بسیاری از عالمان و بزرگان ما در پرورش انسان سالم و شخصیت مثبت، تلاش‌های بی‌شماری را انجام داده‌اند. توصیه‌ها و سفارش‌های آنان به حرکت در مسیر فضایل اخلاقی و هیجان‌های مثبت تا جایی پیش رفته که اکنون حجمی گسترده از ادبیات، به نام ادبیات تعلیمی یا اخلاقی و هیجان‌های مثبت را در پیش روی خود داریم که می‌توانیم به‌جای تمایل به نمونه‌های غیر ایرانی، با آگاهی بیشتر و تطبیق آنها و دانش‌های نوین، بر این

منابع غنی تمرکز کنیم.

لذا بار دیگر ادب و هنر و شعر ایرانی که پر از نکات مثبت و مسائل اخلاقی است، مرکز توجه روان‌شناسی قرار گرفته است. از آثار بزرگ فرهنگ ایرانی می‌توان به شاهنامه فردوسی، مثنوی معنوی مولانا، کلیات سعدی، دیوان حافظ و الهی‌نامه عطار اشاره کرد که در بردارنده‌ی هیجان‌ها و فضایل انسانی است. در این میان، در بررسی حاضر برای مطالعه این رویکرد نوین، به شناسایی و تبیین مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت در الهی‌نامه‌ی عطار نیشابوری پرداخته می‌شود.

روان‌شناسی مثبت‌نگر

سلیگمن^۱ (۱۳۹۴: ۱۲) در جایگاه پایه‌گذار روان‌شناسی مثبت‌نگر در سال ۲۰۰۵ میلادی درباره‌ی روان‌شناسی مثبت‌نگر نوشته است: «پیام نهضت روان‌شناسی مثبت‌نگر این است که معایب و نواقص رشته روان‌شناسی را یادآوری می‌کند. روان‌شناسی فقط مطالعه‌ی بیماری، ضعف‌ها، کاستی‌ها نیست، روان‌شناسی مطالعه و بررسی نقاط قوت و جنبه‌های مثبت نیز هست. درمان فقط به معنی ترمیم خطاها و کاستی‌ها نیست، بلکه درمان بنا نهادن ویژگی‌های درست نیز هست. روان‌شناسی فقط به بیماری یا سلامتی نمی‌پردازد، بلکه به کار و فعالیت، تعلیم و تربیت، بینش، عشق، رشد و تحول و تفریح و سرگرمی نیز توجه دارد. روان‌شناسی مثبت که در جست‌وجوی بهترین‌هاست، صرفاً بر خواست‌اندیشی، خودفریبی تکیه نمی‌کند، بلکه درصدد است تا بهترین روش‌های علمی را برای مسائل و مشکلات رفتار انسانی با تمام پیچیدگی‌هایش انتخاب کند».

روانشناسی مثبت‌نگر و الهی‌نامه

از آن‌جا که الهی‌نامه عطار کتابی مملو از حکایات و اشعاری با محتوای سعادت‌گرایی، پرهیز از شتاب‌زدگی و نظارت و مدیریت هیجانات مثبت است، در واقع، می‌توان با مطالعه‌ی چنین میراث گران‌بهایی به یک فعالیت ماندگار برای رسیدن به شادکامی

1. Seligman

اصیل پرداخت، همین‌طور می‌توان با دادن آگاهی به نسل جوان، این نکته را یادآوری کرد که در گنجینه‌ی غنی فرهنگ و ادبیات فارسی، بسیاری از موضوعات و مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت نهفته است. آثار و کتب هنرمندان، شاعران و دانشمندان که مدتی است به فراموشی سپرده شده، از ارزش و جایگاه بالایی برخوردار است. حقیقت این است که مسائل نظری از جهان‌بینی و بینش سیاسی و تاریخ و موارث فرهنگی یک کشور جدا نیستند. بنابراین در جامعه ما نیز ضرورت دارد که مباحث فرهنگی بررسی گردد، چنین کاری در واقع نوعی خودیابی و خویش‌شناسی است (سالاری، ۱۳۸۶: ۴۸).

هیجان‌های مثبت در شعر عطار با شش فضیلتی که سلیگمن (پدر روان‌شناسی مثبت) ارائه کرده است و نیز با بیست و چهار قابلیت (توانمندی) که از دل آن شش فضیلت برآمده، قابل انطباق است. در این بخش از مقاله به بررسی و تبیین فضیلت‌ها و قابلیت‌ها در الهی‌نامه عطار می‌پردازیم.

هیجان‌های مثبت

شادی

در تعریف روان‌شناسانه‌ی شادی می‌توان گفت: «شادی واکنش مثبتی است که در مواجهه با صحنه‌ها و رویدادهای رضایت‌بخش پدید می‌آید و احساس خوشایندی است که بر اثر دستیابی به آن چه آرزو و انتظارش را داریم، پدیدار می‌گردد. بعضی نیز گفته‌اند که شادی عبارت است از مجموع لذت‌های بدون درد. شادی، آرامش خاطر و رضایت باطن است و شادی آن کیفیت زندگی است که همه آرزوی یافتنش را دارند» (آیزنک، ۱۳۷۵: ۱۷۲).

ایرانیان از گذشته‌های دور بر اهمیت شادی در زندگی فردی و اجتماعی واقف بوده‌اند، چنان‌که در بند اول کتیبه‌ای از داریوش در شوش چنین آمده است: «بغ بزرگ است اهورامزدا، که این جهان را آفرید که آن جهان را آفرید و شادی را برای مردم آفرید (رستگارفسایی، ۱۳۸۱: ۵۶). این سخن داریوش بازتاب بینش ایرانیان باستان است به اقرار بر این که اهورامزدا آفریننده‌ی مردم، دنیا و آخرت است، اما هم‌سنگ قراردادن

شادی با دنیا و آخرت، دلیل ارزش عظیم و مقام رفیع شادی در میان ایرانیان است. عطار انسانی آسان‌گیر، بی‌تکلف، سالم و خرسند است، اما آسان‌گیر نه در معنای سهل‌انگار، دنیا را محل گذر می‌داند، نه قرار. نکته‌ی جالب از دیدگاه عطار این است که آن‌چه در زندگی برای ما اتفاق می‌افتد، تعیین‌کننده‌ی شادی ما نیست، بلکه بیشتر نوع واکنش ما نسبت به آن رخدادهاست که نقش مهم را ایفا می‌کند:

مخور غم چون جهان بی‌غمگسار است	و گر غم می‌خوری هر دم هزار است
خوشی در ناخوشی بودن کمال است	که نقد دل‌خوشی جستن محال است
چو خواهد بود آخر زین بتر نیز	که صد غم هست و می‌آید دگر نیز
از آن شادی که غم زاید چه خواهی	وجودی کز عدم زاید چه خواهی
ترا شادی بدو باید و گر نه	غم بی‌دولتی می‌خور دگر نه
بدو گر شاد می‌باشی زمانی	تو داری نقد شادی جهانی

(عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۲۰۶)

عطار انسان خردمند و زیرک را کسی می‌داند که در فرصت کوتاه عمر به‌جای زانوی غم بغل کردن و به عمر گذشته تأسف خوردن و نگرانی و دلهره نسبت به آینده، زمام امور خود را دست خدا بسپارد که «بد الله فوق ایدیه‌م» (قرآن، فتح: ۱۰) و بهره خود را از نعمت‌های خدادادی بستاند و با شادی و امید و پرداختن به کارهای نیک به بالندگی و خرمی خود کمک کند. این رویکرد عطار به زندگی انسان و وضعیت دنیا با سه مسیری که سلیگمن ترسیم می‌کند، یعنی نگرش مثبت انسان در زمان حال در مقایسه با آینده و گذشته، کاملاً قابل تطبیق و تبیین است. مثال دیگر را می‌توان در حکایت دیدار شیخ ابوبکر واسطی با دیوانه جست:

روزی واسطی در دیوانه‌ستان دیوانه‌ای را سرمست و خندان می‌بیند که:

لبش پر خنده و جانش پر آتش	سرش از باده‌ی دیوانگی خوش
ز شادی چون سپندی برفکنده	میان رقص یعنی برجهنده

واسطی با دیدن این وضع به او می‌گوید:

به پاسخ واسطی گفت «ای ز ره دور
چو دربندی تو این شادیت از چیست؟
زبان بگشاد پیش شیخ مجنون
دلّم در بند نیست و اصلم این است
یقین می‌دان تو کاین مشکل گشادند
میان بند مانده شاد و مسرور
چو مستی بنده آزادیت از چیست؟
که «گو دربند دارم پای اکنون
چو دل بگشاد دارم وصلم این است
و گر بستند پایم، دل گشادند»
(عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۲۲۷)

امید

امید یک منبع نیرومند انگیزشی است، به‌خصوص آنگاه که هدف‌های متعالی را دربرگیرد. نیرویی که ما را در پی برآوردن مقاصد و رسیدن به خواسته‌ها و نیازها و آسودگی‌هایمان برمی‌انگیزد، ساختار و مفهومی است که با خوش‌بینی در ارتباط تنگاتنگ است و دو مفهوم عمده در خود دارد: یکی توانایی برنامه‌ریزی برای رسیدن به هدف و دیگری منبع و یا نیروی برانگیزاننده به منظور بهره‌گیری از آن.

امید در روان‌شناسی به سطح زندگی اجتماعی انسان و به اموری چون فعالیت‌های شغلی و فراغت، روابط و تعاملات فردی و اجتماعی و سلامت روانی می‌پردازد. نمونه بارز امید در حکایت سوم از مقاله اول الهی‌نامه قابل مشاهده است. در این حکایت سلیمان نبی علت تلاش و مشقت موری را در پاک کردن تل خاک می‌پرسد و او در جواب می‌گوید که معشوق به او گفته است که اگر این تل خاک از این جا بیفگنی و ره پاک کنی، من این فرسنگ هجران را از سر راه تو بر می‌دارم:

تو منگر در نهاد بُنیت من
یکی مور است کز من ناپدید است
نگه کن در کمال نیت من
به دام عشق خویشم در کشیده است
به من گفته است گر این تل پر خاک
از اینجا بفگنی و ره کنی پاک
من این فرسنگ هجران تو از راه
براندازم نشینم با تو آن گاه

(همان: ۱۴۸)

در حکایتی دیگر می‌گوید که یک علوی، یک عالم و یک مخنث در روم اسیر کافران می‌شوند. از آنها خواسته می‌شود که در برابر بت سجده کنند. علوی به امید شفاعت جد

خود و عالم به امید شفاعت از علم و دین خود به پیش بت زنار می‌بندند، اما مخنث که امید به شفاعت کسی ندارد، سجده‌ی بت را مایه‌ی هلاک می‌داند:

شما را چون شفیع است و مرا نیست ز من این سجده کردن پس روا نیست
چو شمعی گر برندم سر چه باک است نیارم سجده بت کان هلاک است

(همان: ۱۴۷)

البته در اینجا با نوع بسیار خاص و نادری از مصداق امیدواری روبه‌رو می‌شویم. مخنث کار باطل را به امید شفاعت و میانجی‌گری بزرگی نمی‌پذیرد و بر اساس آن ترجیح می‌دهد ایمانش را به کفر نیامیزد.

رضایت و خشنودی

رضا و تسلیم به معنی رهاکردن مهار زندگی خویش و سپردن آن به شخص یا سازمان یا جهان‌بینی دیگری نیست. منظور از رضا و تسلیم این است که به نیروها و اصولی که همیشه در این جهان کمال یافته و در عمل هستند، اعتماد کنیم. درست به همان شیوه‌ای که به اصولی که ما را بدل به موجودی قادر به کار کردن و عشق ورزیدن می‌کند، تسلیم می‌شویم بدون آن که چیزی از این بابت مطالبه کنیم، یا علیه‌شان قیام بنماییم و یا آنها را مورد سؤال قرار دهیم و یا حتی سعی در فهم‌شان کنیم. درست همانند تسلیم شما به اصول بزرگ‌تری که بر همه کائنات و موجودات درون آن حاکم است (وین‌دایر، ۱۳۷۷: ۳۵۴).

در روان‌شناسی مثبت‌نگر چون رضایت و خشنودی بر کسی دست داد، او خود را خوشبخت و به تعبیر ادبا سعادتمند می‌بیند. عطار نیز هم‌چون دیگر ادبا تسلیم شدن در برابر خواست الهی را مایه‌ی رهایی از غم و اندوه می‌داند:

چنین گفته‌ست آن پاکیزه ذاتی که «گر یابد کسی از حق وفاتی
از اول روز ماتم داری‌اش تو دوم روز و سوم هم داری‌اش تو
چهارم تا به هفتم می‌گذازی چو هفتم بگذرد هشتم چه سازی؟
چو آخر روز باید کرد تسلیم چه می‌پیچی؟ در اول گیر تعلیم»

(عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۲۲۴)

و در جایی دیگر می‌گوید:

مدامت این حکایت حسب حال است	که از حکم ازل گشتن محال است
چه برخیزد ز تدبیری که کردند	که ناکام است تقدیری که کردند
همی از نقطه تقدیر اول	نگه می‌کن مشو در کار احوال
چو کار او نه چون کار تو آید	گلی گر بشکفد خار تو آید

(عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۱۸۹)

عطار با آوردن حکایت "یعقوب و یوسف (ع)" از مقاله سوم یادآوری می‌کند که در برابر حکم ازلی شایسته است که انسان خود را تسلیم کند و شکرگزار باشد که از عهده تحمل آن به‌خوبی برآمده است. زمانی که یعقوب و یوسف (ع) به یکدیگر رسیدند، پدر (یعقوب) زبان به شکوه گشود که چرا به من یک نامه نفرستادی و این‌گونه در حق من بیداد کردی؟ حضرت یوسف (ع) پس از نشان دادن نامه‌هایی که از آنها فقط "بسم الله" باقی مانده بود و مابقی مانند برف سفید شده بود، چنین پاسخ می‌دهد:

رسیدی جبرئیل آنگه ز جبار	که نفرستی بدو یک نامه زنهار
که گر نامه فرستی سوی آن پیر	شود خط همچو قیر و نامه چون شیر

(همان: ۱۵۸)

اگرچه خواستم من حق نمی‌خواست
از آن کاری نشد بر دست من راست
(همانجا)

هم‌چنین عطار در حکایتی دیگر شرح احوال ارواحی را بیان می‌کند که تسلیم خواست و رضای خداوند می‌شوند و چون خود را قادر به تصمیم‌گیری برای انتخاب راه خود نمی‌دانند، بنابراین زمام امور خود را به حق می‌سپارند و از حق تعالی می‌خواهند که برای آنها تصمیم بگیرد، آن زمانی که هنوز جان‌های عالی وارد جسم نشده بودند، همه را جمع کردند و به یک صف در آوردند:

پس آنگه از پی جان‌ها به یکبار	برأی‌العین دنیا شد پدیدار
چو آن جان‌ها همه دنیا بدیدند	زده جان، نه سوی دنیا دویدند
وزان قسمی که ماند آنجای‌گه باز	بهشت افتادشان بر راست آغاز

چو این قسم ای عجب جنت بدیدند
 بماندند اندکی ارواح بر جای
 نه دنیا را نه جنت را گزیدند
 خطاب آمد که ای جان‌های مجنون
 ز ده جان، نه سوی دوزخ رمیدند
 که ایشان را نماند از هیچ سو رای
 نه از دوزخ سر مویی رمیدند
 شما آن جا چه می‌خواهید اکنون
 (عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۲۳۵)

خروشی از آن جان‌های سرگردان برآمد که:

که ای دارای عرش و فرش و کرسی
 ترا خواهیم ما یکسر همه هیچ
 چو تو داناتری از ما چه پرسی؟
 تویی حق‌الیقین، دیگر همه هیچ
 (همان: ۲۳۶)

در جواب خطاب آمد که «اگر خواهان ما هستید، به اندازه‌ی موی جانوران، ریگ بیابان،
 قطره‌ی باران، برگ شاخساران و بیش از آنها بر شما رنج و بلا فروریزم:
 خسک سازم هزاران آتشین بیش
 نهم‌تان هر زمان در هر زمین بیش
 (همانجا)

آن جان‌های خرسند و راضی وقتی خطاب حق را شنیدند:

چو آن جان‌ها خطاب حق شنیدند
 که جان ما فدای آن بلا باد
 از آن شادی خروشی برکشیدند
 به ما هرچ آن تو می‌خواهی به ما باد
 بلای تو به جان می‌بازگیریم
 نه یک دم جاودان می‌بازگیریم
 (همانجا)

عطار در پایان این حکایت این‌گونه نتیجه‌گیری می‌کند که:

چو با هر جانس ستری در میان است
 که صاحب سرّ آن درگه جز او نیست
 گمان سرّ هر جانی چنان است
 ز سرّ معرفت آگه جز او نیست
 (همانجا)

هم‌چنین در حکایت سیزدهم از مقاله‌ی سیزدهم (مناجات آن بزرگ با حق تعالی)
 و حکایت ششم از فصل خاتمه کتاب (حکایت ایوب پیغامبر) می‌توان قابلیت رضا و
 خشنودی را به‌خوبی مشاهده کرد.

فضایل و نیروهای منش

خرد و دانش

آنچه از مفهوم خرد در محیط بیرون از حوزه‌ی علمی و آموزشی مقصود نظر است، غالباً خرد حسابگر و معاش‌اندیش است. در روان‌شناسی نیز خرد در مفاهیمی چون خلاقیت، خودمختاری، هویت و مخصوصاً "مرحله‌نهایی رشد شخصیتی" تعبیر می‌شود، اما کار (Carr, 2004: 75) خرد را به عنوان یکی از فضیلت‌های همه جا حاضر می‌داند که سلیگمن (۱۳۸۸: ۲۰۵) در روان‌شناسی مثبت‌نگر مطرح می‌کند. خرد آن فضیلتی است که شامل دستاوردها و یافته‌ها و توانایی به‌کارگیری، آن دانش و آگاهی است که از طریق کنجکاوی، شور و اشتیاق، عشق به یادگیری، خلاقیت، قضاوت عادلانه، تعادل و انعطاف و داشتن توان و ظرفیت ایجاد میدان دید وسیع و ساختن تصویری بزرگ از زندگی در ذهن است.

عطار در اشعار خود با خرد در مفهوم معاشی آن چندان رابطه خوشی ندارد و اگر از خرد حرف می‌زند، بیشتر در مفهوم ترک رذایل اخلاقی و کسب فضایل اخلاقی و انسانی است:

و لیکن کور می‌گوید محال است	همه عالم، جمال اندر جمال است
ز بینایی خویش آگاه گردی	اگر بیننده این راه گردی
ز هر جزویت صد بستان برآید	دلت گر پاک از این زندان برآید
مه و خورشید را مستوره تو	کند هر ذره خاک شوره تو

(عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۱۷۰)

عطار معتقد است که اصحاب دیده (خردمندان) با وجود موانع و مشکلات به مدد خرد و بصیرت خود به مقصود می‌رسند:

به سلطان ره برند اصحاب دیده	جهانی گر بود تیغ کشیده
-----------------------------	------------------------

(همان: ۱۷۵)

روشن‌بینی و فرزاندگی

توانمندی روشن‌بینی و فرزاندگی باعث می‌شود که افراد خوش‌بین دیگران را در حل مشکلات‌شان و دستیابی به راه‌حل صحیح، برای رسیدن به خشنودی و سعادت کمک کنند. سلیگمن (۱۳۸۸: ۱۷۲) روشن‌بینی را بالغانه‌ترین قابلیت در بین قابلیت‌های مربوط به توانمندی خرد و دانش می‌داند. وی معتقد است که روشن‌بینی بیش از دیگر توانمندی‌ها به لحاظ معنایی به خرد نزدیک است.

روشن‌بینی و فرزاندگی توانایی ارائه راهنمایی و تدابیر عاقلانه به دیگران است. افراد روشن‌بین به نحوی به جهان می‌نگرند که قادرند در کی روشن برای خود و دیگران فراهم آورند (مگیار موئه، ۱۳۹۲: ۷۷).

عطار که خود شاعری نکته‌سنج است، این قابلیت را در ضمن چندین حکایت بیان کرده است از آن جمله: جمعی به امام محمد غزالی می‌گویند که فردی ملحد تو را مانند شمع خواهد کشت. او از ترس جاننش، چندین روز خود را در خانه زندانی می‌کند، اما پس از چندی خانه‌نشینی، بالاخره خسته می‌شود و کسی را به نزد کوشهدی می‌فرستد و از وی می‌خواهد که او را درمان کند، کوشهدی در جواب او می‌گوید:

امام خواجه را گو کای ز ره دور	چو تو حق را نه دمسازی نه دستور
چو حق می‌کرد در اول پدیدت	بپرسید از تو چون می‌آفریدت
به مرگت هم نپرسید از تو هیچی	تو خوش می‌باش حالی چند پیچی؟
چو آوردند بی تو در میانت	کنند آخر ترا بی تو روانت
چو غزالی شنید این شیوه پیغام	دلش خوش گشت و بیرون جست از دام

(عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۲۴۳)

هم‌چنین در حکایت یازدهم از مقاله دوازدهم آمده است که فردی از شبلی می‌پرسد که راهنما و مرشد تو در رسیدن به درگاه حق چه کسی بوده است، وی پاسخ می‌دهد:

سگی را گفت دیدم بر لب آب	که یک ذره نداشت از تشنگی تاب
چو دیدی روی خود در آب روشن	گمان بردی سگی دیگر معین
نخوردی آب از بیم دگر سگ	بجستی از لب آن آب در تگ

چو گشت از تشنگی دل بیقرارش
 به آب افکند خود را ناگهانی
 چو او از پیش چشم خویش برخاست
 چو برخاست این چنین روشن حسابم
 ز خود فانی شدم کارم برآمد
 ز اندازه برون شد انتظارش
 که تا شد آن سگِ دیگر نهانی
 خود او بود آن حجاب، از پیش برخاست
 یقینم شد که من خود را حجابم
 سگی در راهم اول رهبر آمد

(همان: ۲۶۷)

در حکایت "حسن بصری و شمعون" یکی از مشخصه‌های بارز روشن‌بینی و فرزاندگی، یعنی اراده‌ی راهنمایی و تدابیر عاقلانه به دیگران به‌خوبی مشهود است. حسن بصری همسایه‌ای گبر به نام شمعون داشت که دچار بیماری شد و حسن بصری به عیادت او رفت، وقتی به منزل همسایه گبر خود می‌رسد، او را سیاه‌گشته از دود و آتش، بی‌جامه و آشفته می‌بیند:

زبان بگشاد شیخ و گفت ای پیر
 همه عمر از هوس بر باد دادی
 بیازردی خدای خویشتن را
 بترس آخر ز حق تا کی ز تقصیر
 میان آتش و دود اوفتادی
 گرو کردی به دوزخ جان و تن را

(همان: ۲۵۵)

و ادامه می‌دهد که روزگاری است که آتش پرست هستی، بالاخره آتش تو را خواهد سوزاند، ولی من که از دل و جان خدا را می‌پرستم، اینک دست بر آتش می‌نهم تا تو آگاه شوی که جز حق هیچ‌کس در عالم نگهدار نیست:

بگفت این و در آتش برد دستی
 چو دست شیخ دید این گبر فرتوت
 بتافت از پرده صبح آشنایی
 که در مویش نیامد زان شکستی
 ز دست شیخ حیران گشت و مبهوت
 چو شمعی یافت شمعون روشنایی

(همان: ۲۵۶)

وقتی شمعون روشنایی نور حق را در وجود خود احساس می‌کند، از حسن بصری تقاضای تعهدنامه‌ای دارد، مبنی بر این‌که خداوند او را بی‌هیچ آزاری می‌پذیرد. حسن بصری خواسته او را می‌پذیرد و خطی می‌نویسد و مردان عادی شهر بصره بر آن گواهی

می‌دهند:

خط آورد و به شمعون داد آن‌گاه
مسلمان گشت شمعون نکوخواه
(همان: ۲۵۶)

عطار در پایان حکایت توصیه می‌کند:

اگر درمان کنی، درمان چنین کن
پذیرفتاری ایمان چنین کن
(همان: ۲۵۷)

از این دست موارد دیگری است، چون حکایت چهاردهم از مقاله‌ی سیزدهم (شعبی و آن مرد که صعوه‌ای گرفته بود)، حکایت اول از مقاله‌ی چهاردهم (اسکندر و وفات او)، حکایت نهم از مقاله‌ی چهاردهم (حکایت مجنون با آن سائل که سؤال کرد)، حکایت یازدهم از مقاله‌ی چهاردهم (حکایت سلطان محمود با ایاز) و حکایت نهم از مقاله‌ی پانزدهم (حکایت محمود با درویش بر سر راه).

تفکر انتقادی (قضاوت و موشکافی)

برای این‌که افراد بتوانند تصمیم مهمی در زندگی بگیرند، می‌بایست قدرت تجزیه و تحلیل و ارزیابی و قضاوت نسبت به شرایط زندگی خود و دیگران را داشته باشند. داشتن توانایی و مهارت تفکر انتقادی به اشخاص اجازه می‌دهد تا بتوانند در زندگی، اطلاعات پیرامون خود را پردازش نمایند.

سلیگمن (۱۳۹۴: ۲۴۳) می‌گوید: «منظورم از قضاوت، بررسی اطلاعات به طور عینی و منطقی، در خدمت منافع خود و دیگران است. قضاوت در این معنی، هم‌معنا با مفهوم تفکر انتقادی است. این نوع تفکر، شامل گرایش به واقع‌گرایی و مخالفت با اشتباهات به اصطلاح منطقی است که بسیاری از افراد افسرده با آنها درگیر هستند».

عطار در همین معنا حکایتی نقل می‌کند با این مضمون که زمانی سلطان سنجر به پیش رکن‌الدین اکاف می‌رود، شیخ زبان به انتقاد از وی می‌گشاید:

زبان بگشاد شیخ و گفت «آنگاه
کزین شاهی نیاید ننگت ای شاه
که هرگز پیر زالی پرنیازی
نسازد خویشان را پی پیازی

که تا زان پی پیاز آن زن زال بنستانی تو چیزی در همه حال»
(عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۳۱۳)

شیخ منتقد در جواب می‌گوید: وقتی زالی ناتوان به خون دل ریسمانی را می‌ریسد و آن را می‌فروشد و پیه و پیاز و هیزم می‌خرد، تو بخشی از آن را سهم خودت می‌دانی و به‌عنوان مالیات از وی می‌گیری. با این انتقاد منطقی سنجر به اشتباه خود پی می‌برد و به‌خاطر این تذکر، مالیات و عوارض چندین بازار را می‌بخشد.

در حکایت هارون با بهلول نیز مؤلفه‌ی تفکر انتقادی و قضاوت دیده می‌شود. هارون‌الرشید از بهلول می‌خواهد که او را نصیحت کند، بهلول نظر خود را چنین بیان می‌کند:

که «نزد آن که با عقل است و داناست	نشان اهل دوزخ در تو پیدااست
ز رویت محو گردان آن نشانی	و گرنه چون بگفتم من، تو دانی»
دگر ره گفت «اگر دوزخ نشینم	کجا رفت آن مسلمانی و دینم!»
بدو گفتا «نمی‌بینی همه سال	که همچون اصل دوزخ داری اعمال»
دگر ره گفت: «اگرچه بوالفضولم	شب نقد است باری از رسولم»
بدو گفتا که «چون قرآن شنیدی	فَلا انسابَ از یزدان شنیدی»
دگر ره گفت: «هان ای کم‌بضاعت	امیدم منقطع نیست از شفاعت»
بدو گفتا که «بی‌اذن الهی	شفاعت نیست از من می‌چه خواهی»
سپه را گفت هارون «هین برانید	که او ما را بگشت و می‌ندانید»

(همان: ۳۲۱)

از این دست مورد دیگری است چون حکایت چهارم از مقاله‌ی سوم (حکایت پیری که پسر صاحب جمال داشت).

عشق به یادگیری

عشق به یادگیری به معنای علاقه به فراگرفتن مهارت‌ها و انواع دانش است. کسانی که از این ویژگی مثبت بهره‌مند هستند، از یاد گرفتن فعالیت‌های جدید لذت می‌برند

و حتی اگر این یادگیری منفعت‌آنی نداشته باشد، نیاز به کنجکاو‌ی خود را ارضاء می‌کنند. عشق به یادگیری موجب می‌شود که افراد هنگام مواجه شدن با موانع و ناکامی‌های آموزشی، به راه خود ادامه دهند و تحصیل را رها نکنند. پیامبر اکرم (ص) در باب اهمیت علم و فراگیری آن می‌فرماید: «طلب العلم فریضه علی کل مسلم»، یعنی جست‌وجوی علم فریضه است بر همه مسلمانان.

عطار که به علوم زمان خود هم‌چون فقه، تفسیر، فنون و حکمت واقف است و آگاهی کامل به تفسیر قرآن و حدیث و قصه‌های مذهبی و احادیث و روایات دارد (شجعی، ۱۳۷۳: ۱۲۱)، در باب این قابلیت، حکایتی نقل می‌کند که روزی بایزید از بازار صوفیان در حال عبور، قلاشی گناهکار را می‌بیند که او را بی‌نهایت حد می‌زنند و خون بسیاری از او جاری است:

در آن سختی نمی‌کرد آه قلاش که می‌خندید و پس می‌گفت ای کاش
که دایم هم‌چنینم می‌زدندی به تیغ آتشینم می‌زدندی
(عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۲۵۰)

شیخ دین از این حالت قلاش در تعجب می‌ماند و از او می‌پرسد:
که چندین زخم خورده خون برفته تو چون گل مانده خندان و شکفته
(همانجا)

قلاش در جواب بایزید می‌گوید:
ستاده بهر من معشوق بر پای چگونه من نباشم پای بر جای؟
(همانجا)

وقتی بایزد سخنان آن رند بی‌سروپا را می‌شنود:
به دل می‌گفت «ای پیر سیه‌روز از آن قلاش، راه دین درآموز
همه کار تو در دین باژگونه‌ست ببین تا خود تو چونی او چگونه‌ست؟
ترا زین رند دین می‌باید آموخت گر آموزی چنین می‌باید آموخت»
(همانجا)

عطار در پایان این حکایت نتیجه‌گیری می‌کند:

بسی باشد که در دین اهل تسلیم
 ز کمتر بنده‌ای گیرند تعلیم
 (همانجا)

خلافت (ابتکار و نبوغ)

آبراهام لینکلن^۱ می‌گوید: «مردم به همان اندازه خوشبخت هستند که خوشبختی در ذهن خود بیافرینند و تصمیم به نیک‌بختی را در ذهن خود بپرورانند» وین دایر^۲ (۱۳۷۷: ۳۵۴)، نیز می‌نویسد: «آینده‌ی ما به‌واسطه‌ی شیوه‌ی تفکری که اغلب خود برمی‌گزینیم، تعیین می‌شود. در واقع، ما بدل به آن‌چه پیرامون آن می‌اندیشیم، می‌شویم. به همه این نعمت و موهبت اعطاء شده که نمایشنامه زندگی خود را بنویسند و این برای من یک واقعیت مطلق است و به اندازه‌ی درخشندگی آفتاب حقیقت دارد». هم‌چنین کار (۱۳۸۵: ۲۸۷) معتقد است: «خلافت توان تولید اثری نو و مفید است». عطار هم‌چون روان‌شناسان مثبت‌نگر معتقد است، هنگام مواجه شدن با مسائل و مشکلات در مسیر زندگی باید با خلافت و نبوغ درصدد یافتن رفتاری مناسب برای حل مسائل و رفع مشکلات باشیم و حکایتی با همین مضمون دارد:

به دام افتاد روباهی سحرگاه
 به روبه بازی اندیشید ناگاه
 که گر صیاد بیند همچینیم
 دهد، حالی به گازر پوستینم
 پس آنکه مرده کرد او خویشتن را
 ز بیم جان فرو افکنده تن را
 چو صیاد آمد او را مرده پنداشت
 نمی‌یارست روبه را کم انگاشت
 ز بن ببرد، حالی گوش او لیک
 که گوش او به کار آید مرانیک
 به دل روباه گفتا ترک غم گیر
 چو زنده ماندی یک گوش کم گیر
 (عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۲۹۲)

بگفت این و به صد دستان و تزویر
 بجست آزاد همچون از کمان تیر
 (همان: ۲۹۳)

آخرین حکایت الهی‌نامه با این توانمندی روان‌شناسی مثبت همسو است:

1. Abraham Lincoln
 2. Wayne W. Dyer

بشر حافی در اول روز از راهی می‌گذرد، در آن راه، پاره کاغذی می‌یابد که بر آن نام جلاله نوشته شده است. تنها دارایی خود را که یک جو است، می‌فروشد و با بهای آن مشک می‌خرد و شبانگاه نام حق را با آن مشک معطر و خوشبو می‌کند:

در آن شب دید وقت صبح خوابی که کردند به سوی وی خطابی
 که ای برداشته نام من از خاک به حرمت کرده هم خوشبوی و هم پاک
 ترا مرد حقیقت‌جوی کردیم همت پاک و همت خوش بوی کردیم
 (همان: ۴۱۲)

کنجکاو

نظریه‌ی "شکاف اطلاعاتی"، بر این باور است که کنجکاو احساسی از محرومیت است که فرد به شکافی در دانش خودش پی می‌برد و برای جستجوی اطلاعاتی که این حس محرومیت را بهبود بخشد، برانگیخته می‌شود. شکاف اطلاعاتی تفاوت بین آنچه شخص می‌داند و آنچه می‌خواهد بداند، می‌باشد. او معتقد است همان‌طور که دانش فرد در یک موضوع خاص افزایش می‌یابد، از شکاف اطلاعاتی که در آن حوزه دانش دارد نیز آگاه می‌شود، بنابراین شرط کنجکاو افزایش می‌یابد. افراد کنجکاو به راحتی ابهام را تحمل نمی‌کنند، آنها ابهام را دوست دارند و از آن انگیزه می‌گیرند (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۲۹۴).

جستجو و اکتشاف از دیدگاه عطار گاه موجب رستگاری و سعادت افراد می‌شود تا آن‌جا که در ارتباط با این موضوع، حکایتی آورده است که در شام پیر معمری بود، هرگاه تورات می‌خواند و به نام پیغامبر می‌رسید، آن نام را یا محو می‌کرد یا می‌برید. روزی از این کار خود دلگیر می‌شود و به شکاف در دانش خود پی می‌برد، با خود می‌گوید:

مگر حق است این رهبر که برخاست به عزم راه یثرب راهبر خواست
 (عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۳۳۴)

وقتی آن پیر به یثرب رسید، یک هفته از رحلت پیامبر گذشته بود. بسیار گریان و پریشان می‌شود و وقتی از شور ماتم او کاسته می‌شود:

یهودی گفت «یک کارم برآید مرا یک جامه پیغامبر آرید»
 (همان: ۳۳۵)

مَرَقَع چَوَن بَدُو دَادَنَد پُوشِید چو بوی او بدو زد خوش بجوشید
 چو آن بویی به صدقش آشنا خواست مسلمان گشت و خاک مصطفی خواست
 (همانجا)

پشتکار (پایداری، کوشش)

پشتکار همان نیرومندی لازم برای ادامه مسیر به سمت اهداف در مواجهه با موانع و فشارهاست. «همان‌طور که ترس پیش‌نیاز شجاعت است، چالش هم پیش‌نیاز استقامت است. نمی‌توان تنها با اندازه‌گیری این‌که فرد چه مدت درگیر تکلیفی است که در دست دارد، به ماهیت استقامت او پی برد، می‌پرسید چرا؟ چون تداوم انجام تکلیفی شاید به‌خاطر این است که آسان یا مفرح است و نیازی به غلبه بر موانع یا ناکامی ندارد» (وین، ۱۳۹۲: ۶۲).

وینست (۱۳۷۹: ۸۸) در کتابی تحت عنوان "شما می‌توانید اگر باور کنید می‌توانید" می‌گوید: «مانند آنهایی نباشید که با کوچک‌ترین مشکل کار را رها کرده، از ادامه راه منصرف می‌شوند. این افراد با کوچک‌ترین پیشامد و بدون توجه به ظرفیت‌های وجودشان، خود را شکست‌خورده و ازبین‌رفته، می‌دانند. در وجود هر کس استعداد به دست آوردن موفقیت نهفته است، استعدادی که منتظر است، تحت فشار انگیزه‌ای واقعی خود را نشان داده، به کمال برسد».

از مجموع حکایات آثار منظوم و منثور عطار و احاطه‌ی او بر علوم زمان، می‌توان استنباط کرد که عطار خود دارای پشتکار بوده است. وی در چندین حکایت، پشتکار و کوشش را امری مثبت و دارای فضیلت می‌داند:

فرس می‌راند نوشروان چو تیری
 به ره در چون کمانی دید پیری
 درخت چند می‌بنشانند آن پیر
 شهش گفتا «چو کردی موی چون شیر
 تو روزی چند را باقی نمانی
 به شاه آن پیر گفتا «حجت بس
 چو کشتند از برای ما بسی کس
 که تا امروز از این جا بهره داریم
 برای دیگران ما هم بکاریم
 به وسع خود ببايد رفت گامی
 که در هرگام می‌باید نظامی»
 (عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۱۵۰)

ترا امروز باید کرد کاری که بی‌کارت نخواهد بود باری
(همان: ۱۵۰)

در حکایتی دیگر این توانمندی در مناظره‌ی مرد درویش و امام جعفر صادق (ع) تجلی دارد:

مگر پرسید آن درویش، حالی به صدق از جعفر صادق سؤالی
که از چیست این همه زهدت شب و روز جوابش داد آن شمع دل‌افروز
که چون کارم یکی دیگر نمی‌کرد کسی روزی غمِ چون من نمی‌خورد
چو کار من مرا بایست کردن فکندم کاهلی کردن ز گردن
(همان: ۱۸۶)

بی‌باکی و دلیری

دلیری به معنای داشتن توانایی دست به عمل زدن و کمک به دیگران است، هنگامی که آنها در معرض خطر هستند. این ویژگی به افراد کمک می‌کند تا از فرار کردن از تهدیدها، چالش‌ها و یا درد مرتبط با تلاش برای انجام کارهای خوب اجتناب کنند. اعمال دلیرانه به صورت داوطلبانه و با علم کامل به خطر بالقوه انجام می‌پذیرد. افراد دلیر برای ارزش‌ها و فضایل، بیشترین اهمیت را قائلند و به نتیجه‌ی اعمال‌شان فکر نمی‌کنند (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۲۹۸).

از نظر عطار، دلیری و شجاعت تنها خاص میادین جنگ نیست، بلکه در زندگی روزمره و لحظه‌لحظه‌های آن هم شجاعت در تفکر، شجاعت در تصمیم‌گیری و شجاعت در عمل و پایداری برای رسیدن به اهداف نیاز است. معشوق می‌تواند نماد هر هدف و خواسته‌ی مهمی باشد که شخص باید دلیرانه به‌سوی آن برود و از سرزنش دیگران باکی نداشته باشد تا به دستش آورد:

چو مردان پای نه در کوی معشوق مترس از نام و ننگ هیچ مخلوق
که هر دل کو به قیوم است قایم نترسد ذره‌ای از لوم لایم
بیا مردانه در کار خدا باش کم اغیار گیر و کار را باش
(عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۱۹۴)

شور و اشتیاق

سرزندگی و اشتیاق یعنی زندگی توأم با هیجان و انرژی، عدم انجام کارها به صورت نیمه‌کاره، ناقص و سرسری، سپری کردن زندگی به صورت ماجراجویانه و احساس سرزندگی و فعال بودن (مگیار موئه، ۱۳۹۲: ۸۶). سلیگمن (۱۳۸۸: ۲۰۵) فردی را سرزنده و پرشور می‌داند که تمام کارهایی که مسؤولیت آنها را پذیرفته است، با دل و جان انجام می‌دهد، وقتی که صبح از خواب بیدار می‌شود، از این که روز جدیدی فرار رسیده است، احساس خوبی دارد و احساس با انگیزه بودن می‌کند.

عطار شور و اشتیاق را در بی‌خیالی نسبت به نداشته‌ها و استفاده بهینه از داشته‌ها می‌داند. وی معتقد است که نباید به چیزهای محال و دست‌نیافتنی دلخوش بود، بلکه باید از آن چه داریم، نهایت استفاده را ببریم. عطار در ارتباط با این مضمون، حکایت دیوانه‌ی چوب‌سواری را نقل می‌کند:

یکی دیوانه چوبی برنشسته	سبک می‌شد چو اسبی تنگ بسته
دهانی داشت همچون گل ز خنده	چو بلبل جوش در عالم فکنده
یکی پرسید ازو «کای مرد درگاه	چنین گرم از چه می‌تازی تو در راه»
چنین گفت او که «در میدان عالم	هوس دارم سواری کرد یکدم
چو دستم می‌فرو بندند ناکام	بجنبید یک سر مویم بر اندام»

(همان: ۳۰۰-۲۹۹)

موارد دیگر:

اگر خواهی که باشی روز و شب شاد
مکن تا تو تویی از روز و شب یاد
(همان: ۲۸۷)

تو می‌باید که بی‌خود گردی از شور
شوی پاک از خود و از کار خود کور
(همان: ۲۸۷)

راستی و درستکاری

اگر کسی بتواند به صداقت روی آورد، خود را از رنج‌های گرانی نجات داده، چرا که عامل ایجاد بیشتر رنج‌ها، دروغ و ریا است. صداقت و درستکاری یکی از عوامل مهم

رسیدن به شادی و موفقیت در زندگی به‌شمار می‌رود. درستکاری فقط به گفتن حقیقت خلاصه نمی‌شود، بلکه زندگی کردن به شیوه‌ای صادقانه و اصیل را هم شامل می‌شود (سلیگمن، ۱۳۸۸: ۲۱۶).

عطار راستی و درستکاری را عامل رسیدن به هدف و مقصود می‌داند. در نظر عطار، انسان‌های کثرتار به‌سر منزل مقصود نمی‌رسند:

همه تن گر شود چون مار پایت	گریزی نیست ممکن هیچ جایت
ندیدی وقت رفتن مار را هیچ	که در ره می‌رود پرتاب و پرپیچ
ولیکن چون به سوراخ آورد روی	درو کژی نماند یک سر موی
که تا نهد ز سر آن پیچ پیچی	نیابد راه در سوراخ هیچی
تو هم گزی ز خود بفکن پس آنگاه	به سوراخ نماید راستی، راه

(عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۲۲۴)

عطار در این حکایت (شیخ یحیی معاذ با بایزید) راستی و صداقت را عدم تظاهر و ریا و صادقانه صحبت کردن می‌داند:

ز یحیی بن المعاذ آن شمع اسلام	خطی آمد به‌سوی مرد بسطام
که شیخ دین چه می‌گوید در آن کس	که خورد او شربتی پاک مقدس
که سی سال است در لیل و نهارش	سری بوده‌ست بگرفته خمارش
رسید از بایزید او را جوابی	که اینجا هست مردی را شرابی
که دریا و زمین و عرش و کرسی	به یکدم خورد، ازو دیگر چه پرسی
هنوزش نعره‌ هل من مزید است	گر او را می‌ندانی بایزید است

(همان: ۳۴۳)

عشق و نوع دوستی

عشق و نوع دوستی از جمله ویژگی‌هایی است که انسان را از تنگ‌نظری و حصار خودمحوری خارج ساخته، موجب می‌شود تا در برابر دیگران از خود ایثار، فداکاری و گذشت نشان دهد و با آنها پیوند صمیمانه برقرار کند. پذیرش این مسأله که انسان‌ها در جامعه بشری به یکدیگر وابسته هستند و هر درد و رنجی برای اعضای جامعه بی‌تردید

مستقیم یا غیرمستقیم بر زندگی افراد دیگر اثر می‌گذارد، تأثیر بسزایی در ایجاد تفکر ایثارگرانه دارد، چرا که قبول این اصل باعث می‌شود تا افراد مشکلات دیگران را به منزله‌ی مشکلات خود بدانند و دلسوزانه در پی حل آن برآیند و بی‌تفاوت از کنار آن نگذرند.

از منظر عطار که خود عارفی عاشق است، عاشق واقعی کسی است که جان خود را در راه معشوق فدا می‌کند و از هرگونه ایثار دریغ نمی‌کند. با حضور معشوق اگر هزاران تیر بلا بر او ببارد، همه را به جان می‌خرد و اجازه‌ی آه کشیدن ندارد:

دلا معشوق را در جان نشان تو	نشارش کن ز چشم درفشان تو
چو او بنشت بر تخت دل تو	بینداخت آن همه رخت دل تو
تو از شادی او از جای می‌رو	گهی تا سرگهی تا پای می‌رو
تماشا می‌کن و می‌خور جهانی	که تو خوردی جهانی هر زمانی
ولی گر خلق گرد آید هزاران	کنند از جهل بر تو تیرباران
چو معشوق تو با تو در حضور است	اگر آهی کنی از کار دور است

(همان: ۲۴۹-۲۵۰)

عطار در حکایت مجنون و لیلی، عاشق را به‌خاطر داشتن سوزنی که به‌وسیله آن خار از پای خود در می‌آورد، سرزنش می‌کند، زیرا باید در راه معشوق خار بیابان‌ها را نیز تحمل کرد. از این‌رو، روزی مجنون فرصت دیدار لیلی را پیدا می‌کند. لیلی از او می‌پرسد که هر چه با خود داری بیاور. مجنون در جواب می‌گوید: نه در جگر آبی و نه در دیده خوابی دارم، چون عشق تو عقل مرا غارت کرده است. تنها یک جان برایم باقی است که:

اگر جان خواهی اینک می‌دهم من	یقین می‌دان که بی‌شک می‌دهم من
زبان بگشاد لیلی دلاور	کز اینت کی خرم، چیزی بیاور

(همان: ۳۴۷)

مجنون سوزنی را که برای بیرون کشیدن خار بیابان همراه دارد، به لیلی تقدیم می‌کند: چنین گفت آن زمان لیلی به مجنون «که این می‌جستم از تو به اکنون اگر در عشق صادق بودی تو بدین سوزن چه لایق بودی تو»

اگر در جستن چون من نگاری
 به سوزن آن برون کردم روا نیست
 یکی خاری که چندانش کمال است
 به سوزن آن برون کردن دریغ است
 چو در پای تو خار از بهر ما شد
 شود در پایت ای شوریده خاری
 و گر بیرون کنی باری وفا نیست
 که دائم چاوش راه وصال است
 که عاشق جز به خون خوردن دریغ است»
 گلی می‌دان که با تو در قبا شد
 (همان: ۳۴۷-۳۴۸)

از این دست موارد دیگری است چون حکایت یازدهم از مقاله‌ی بیستم (حکایت سلطان محمود و ایاز)، حکایت هفتم از مقاله‌ی هشتم (حکایت آن دزد که دستش بریدند)، حکایت هفتم از مقاله‌ی بیستم (حکایت یوسف (ع) با زلیخا)، حکایت دوازدهم از مقاله‌ی بیستم (حکایت مجنون و لیلی) و هم‌چنین ابیات (۱۹۶۸-۱۹۷۱)، (۲۴۳۲-۲۴۶۰)، (۲۴۳۹-۲۴۳۶) و (۳۰۷۱-۳۰۷۷).

نیکی و مهربانی

علاوه بر علم روان‌شناسی، در ادیان و مذاهب گوناگون نیز درباره‌ی نیکی و احسان سفارش‌های فراوانی شده است. شاید دلیل آن این است که نیکی و مهربانی کردن در حق دیگران نه تنها رضایت و خشنودی خداوند را به همراه دارد، بلکه افراد نیکوکار خود نیز از خوبی کردن به دیگران لذت می‌برند. سلیگمن و پترسون (Seligman & Peterson, 2004: 35) در کنار عشق و هوش اجتماعی، توانمندی‌ها و صفات پسندیده را "انسانیت" می‌دانند و درباره‌ی آن می‌نویسند: «مهربانی توجه مثبت به غیر خود است. دلسوزی و همدردی با دیگران و یاری رساندن به آنها، بدون این‌که در کوتاه‌مدت یا درازمدت و بدون این‌که انگیزه آن دست‌یابی به غرض شخصی و سودجویانه و حتی کسب اعتبار اجتماعی باشد».

از دیدگاه عطار نیکی کردن و مهربانی در این سرای، گاه موجب سعادت و رهایی از آتش دوزخ در سرای دیگر می‌شود و پاداشی بزرگ هم‌چون قرار گرفتن در بهشت را دارد.

پیمبر گفت بس مفسد زنی بود
مگر می‌رفت در صحرا به راهی
سگی را دید آنجا ایستاده
بشفقت ترک کار خویش کرد
کشید آبی به سگ داد و خدایش
شب معراج دیدم همچو ماهش
که در دین همچو گل تردامنی بود
پدید آمد میان راه چاهی
زبان از تشنگی بیرون فتاده
ز موزه دلو و از چادر رسن کرد
گرامی کرد در هر دو سرایش
بهشت عدن کرده جایگاهش
(عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۴۰۵)

عطار با بیان این حکایت نتیجه می‌گیرد که:

زنی مفسد سگی را داد آبی
اگر یک دل کنی آسوده یکدم
جزا بودش زحق چندان ثوابی
ثوابش برنتابد هر دو عالم
(همان: ۴۰۶)

هوش اجتماعی (هوش هیجانی)

هوش هیجانی به معنای توانایی، درک و شناخت صحیح هیجان‌ها و عواطف خود و دیگران، آن‌گونه که هستند می‌باشد و دربرگیرنده‌ی دو جنبه از هوش است که عبارتند از: ۱- در خودتان به معنای درک اهداف، تفکرات، رفتار و مقاصد؛ ۲- درک دیگران و احساسات آنها» (سلیگمن، ۱۳۸۸: ۲۲۰).

در واقع، هوش هیجانی توانایی درک، ارزیابی، بیان هیجان‌ها و تولید احساسات برای تحصیل فعالیت‌های شناختی است. بنابراین می‌دانیم که هرچه یک حادثه هیجانی‌تر باشد، ماندگارتر است. پس می‌توان گفت تولید احساسات به تسهیل شناخت‌های هیجانی، توانایی درک مفاهیم با هیجان‌ها و کاربرد زمان مربوط به هیجان‌ها خود و دیگران، برای رسیدن به رشد کمک می‌کند. نشناختن به موقع احساسات، می‌تواند نشانه‌ای از ناتوانی فرد نسبت به انگیزه‌های خویش باشد و او را در زندگی شخصی و اجتماعی دچار مشکل کند (مگیار موئه، ۱۳۹۲: ۸۵).

در حکایتی، مردی خفته در راه به پرسش سلطان محمود، جوابی برخاسته از هوش و درایت می‌دهد و به مقام عمیدی خراسان می‌رسد. سلطان محمود در شبی سرد

سراپرده را کنار زد و دید همه از سوز سرما گوشه‌ای خزیده و آرمیده‌اند:

براندیشید سلطان گفت «امشب
غم سلطان که خواهد خورد یا رب
بباید رفت تا بینم نهفته
که در سرما بدین در کیست خفته؟»
(عطار نیشابوری، ۱۳۸۷: ۲۶۲)

وقتی سلطان سر خود را از خیمه بیرون کرد:

ندید از هیچ سو یک پاسبان را
مگر یک خفته بیدار جان را
قبایی از نمدا فکنده در بر
ز میخ خیمه بالش، خاک بر سر
(همان: ۲۶۳)

مرد خفته از صدای پای سلطان برمی‌خیزد و بر شاه بانگ می‌زند که تو کیستی؟ سلطان پاسخ می‌دهد که من سلطان عالم هستم. آن‌گاه از مرد می‌پرسد که تو کیستی؟ مرد با زیرکی جواب می‌دهد که من مردی شبان‌بی‌وطن هستم که وطن‌گاه من، جز درگاه شاه نیست:

وطنگاهم بجز درگاه شه نیست
مرا تا جان و تن همراه باشد
مرا جز خدمت شه هیچ ره نیست
سرم آن‌جا که پای شاه باشد
شهبش گفتا که فرمان دادمت من
عمیدی خراسان دادمت من
(همان: ۲۶۲)

عطار آگاهی از احساسات و انگیزه دیگران و نگفتن چیزی که احساس دیگران را جریحه‌دار می‌کند، به‌عنوان یکی از مشخصه‌های هوش اجتماعی در قالب حکایتی دیگر آورده است:

پیرمردی مشوش‌روزگار نزد فضل ربیع آمد و از روی نادانی عصایی بر پشت پای فضل زد، به‌طوری‌که خون از پای فضل جاری شد. فضل هیچ عکس‌عملی نشان نداد تا مرد حاجت خود را بیان کرد. پس از برآورده شدن حاجتش، خوش‌دل مجلس را ترک کرد. بزرگی در آنجا خطاب به فضل گفت: چرا لب به اعتراض نگشودی و دردت را تحمل کردی؟
چنین گفت او که ترسیدم که آن پیر
خجل گردد خورد زان کار تشویر
زج رم خویشتن در قهر ماند
ز حاجت خواستن بی‌بهر ماند

ز بار فقر چندان خواری او را روا نبود چنین سرباری او را
(همان: ۲۸۱)

معنویت (ایمان، مذهب)

یکی از نخستین کسانی که مسأله‌ی معنویت و روان‌درمانی را مطرح کرد " ویلیام جیمز"^۱ فیلسوف و روان‌شناس آمریکایی بود. او می‌گوید: «ایمان بدون شک مؤثرترین درمان اضطراب است»، وی اضافه می‌کند: «ایمان نیرویی است که باید برای کمک به انسان در زندگی وجود داشته باشد. فقدان ایمان زنگ خطری است که ناتوانی انسان را در برابر سختی‌های زندگی اعلام می‌دارد» (سلیگمن، ۱۳۸۸: ۲۶۱).

عطار مردی معتقد و مؤمن و پایه‌ی افکار عرفانی و موعظه‌های اخلاقیش مبتنی بر اصول شریعت است. می‌گوید به هر دینی که هستی، بدان پای‌بند و مؤمن باش! جهود محکم و متقن بودن از مرد خام‌دین ناتمام، بهتر است:

مخنت‌وار رفتن ره نکو نیست که هر رعنا مزاجی مرد او نیست
به مردی رو در آن دینی که هستی که نامردی است در دین بت‌پرستی
(همان: ۱۸۳)

در جایی دیگر می‌گوید:

جهود صرف باید بود ناکام که بهتر این جهود از مردم خام
تو نه اینی و نه آن، این حرام است که در دین ناتمامی ناتمام است
تو نه در کفر و نه در دین تمامی بگو آخر که تو در چه مقامی؟
(همان: ۱۸۴)

عطار حکایتی نیز با همین مضمون دارد:

گبری، بسیار معتقد و دینداری کامل بود. پلی از مال خود بر روی رودخانه‌ای بست که مسافران به راحتی از آنجا عبور کنند. سلطان محمود روزی از آنجا گذشت، وقتی آن پل را دید، پرسید: این کار خیر را که کرده است؟ او را نزد من آورید. گبر را به حضور سلطان آوردند. سلطان گفت مقدار زری که خرج این پل کرده‌ای، از ما بستان. پیر گفت:

1. William James

نه بفروشم نه زر بستانم این را که این بنیاد کردم بهر دین را
(همانجا)
سلطان متحیر شد و دستور داد که او را به زندان افکنند و شکنجه دهند، چون شکنجه
از حد گذشت:

به شه پیغام داد و گفت برخیز درآور پای این ساحت به شب‌دیز
یکی استاد بر، با خود گرامی که این پل را کند قیمت تمامی
(همانجا)

شاه دلشاد گشت و با گروهی از همراهان به کنار پل آمد. گبر را هم از زندان به آنجا
آوردند. ایستاد و گفت ای شاه! من خود را بر سر این پل به آب می‌افکنم و تو جواب من
و بهای پل را بدان سر پل که صراط است، بازخواهی داد. خود را به آب افکند و موج
خروشان او را با خود برد و ناپدید گردید:

تن و جان باخت، دل از دین پرداخت چو آن بودش غرض با این پرداخت
(همانجا)

مورد دیگر:

اگر بر تو نخواهد گشت حالت نخواهد بود عمرت جز وپالت
چو در ظلمت‌گذاری زندگانی چه حیوانی چه تو چون می‌ندانی
همه اعضای خود در بند دین کن اگر خواهی چنان، خواهی چنین کن
مبین مشنو مگر الا به فرمان که تا کافر نمیری ای مسلمان
(همان: ۲۹۵)

با توجه به ابیات بالا، عطار معتقد است مسلمان واقعی کسی است که همه اعضای خود
را در بند دین کند و گوش و چشم و زبانش به فرمان حق باشد، نه این‌که فقط به ظاهر
ادعای مسلمانی داشته باشد.

نتیجه

از آن چه بیان شد، برمی آید که انسان امروز که در تلاطم زندگی ماشینی و در این دنیای پرهیاهوی پر شروشور دست و پا می زند که خود را وارهاوند، می تواند خویشتر خویش را به کار اندازد و با شادی و امید، خوش بینانه قدم در مسیر تعالی و تکامل بردارد و با ساختن جهانی آرام و امن، رضای خالق و مخلوق را بجوید و زندگی خود را با طراوت و خرم تر نماید. آن چه روان شناسان غرب در قالب مفاهیم و اصطلاحات نو که از روزگاران افلاطون، ارسطو، بودا، کنفوسیوس و دیگران مطرح شده و انسان همواره دانسته یا نادانسته در پی آن بوده است، در جامه ای آراسته و نو و خوشایند دوستداران غرب، جلوه داده اند. بزرگان دانش و اندیشه و فرهنگ ما قرن ها پیش از سلیگمن و همتایانش، با زبان دلکش تر و شیرین تر بیان کرده اند، بزرگانی چون فردوسی، خیام، سعدی، حافظ، مولانا، عطار و دیگر فرزندان دانش و هنر این مرز و بوم نسخه سلامت و سعادت جامعه ی ما را نوشته و به دست ما سپرده اند.

آب در کوزه و ما تشنه لبان می گردیم یار در خانه و ما گرد جهان می گردیم در گشت و گذار میان ابیات الهی نامه با رویکرد روان شناسی مثبت نگر در جستجوی شواهد ابیات در این زمینه و با شمارشی که به عمل آمد، معلوم شد که از حدود ۱۷۳ حکایت از الهی نامه عطار نیشابوری به تصحیح شفیع کدکنی، بیانگر هیجانات و صفات مثبت هستند. به تعبیر دیگر، در الهی نامه نسبت هیجانات مثبت به غیر مثبت - که عمدتاً به مسائل خاص عرفانی مرتبط بود - ۹۰ حکایت در برابر ۷۳ حکایت است.

منابع

- قرآن کریم.
- آیزنک، مابل (۱۳۷۵). روان شناسی شادی. ترجمه ی مهداد فیروزبخت و خشایار بیگی. تهران: بدر.
- بن نینک، فردریک (۱۳۹۳). رفتار درمانی شناختی مثبت نگر: از کاستن درد و رنج تا افزایش موفقیت. ترجمه ی اکرم خمسه. تهران: کتاب ارجمند.

- رستگار فسایی، منصور (۱۳۸۱). *فردوسی و هویت‌شناسی ایرانی*. تهران: طرح نو.
- سالاری، امیر (۱۳۸۶). *جهان‌بینی فرهنگی*. تهران: سروش.
- سلیگمن، مارتین ای. پی. (۱۳۸۸). *روان‌شناسی مثبت‌گرا در خدمت خوشنودی پایدار*. ترجمه‌ی مصطفی تبریزی و همکاران. تهران: دانژه.
- ----- (۱۳۹۴). *شکوفایی روان‌شناسی مثبت‌گرا*. ترجمه‌ی امیر کامکار و سکینه هژبریان. تهران: روان.
- شجیعی، پوران (۱۳۷۳). *جهان‌بینی عطار*. تهران: ویرایش.
- عطار نیشابوری، فریدالدین محمد بن ابراهیم (۱۳۸۷). *الهی‌نامه*. تصحیح محمدرضا شفیعی کدکنی. تهران: سخن.
- کار، آلن (۱۳۸۵). *روان‌شناسی مثبت‌علم‌شادمانی و نیرومندی‌های انسان*. ترجمه‌ی حسن‌پاشا شریفی و جعفر نجفی زند. تهران: سخن.
- مگیار موئه، جینا ال. (۱۳۹۲). *مداخلات روان‌شناسی مثبت‌نگر*. ترجمه‌ی علی‌اکبر فروغی و جلیل اصلانی. تهران: کتاب ارجمند.
- وین، بن (۱۳۹۲). *آشنایی با توانمندی پایدار*. ترجمه‌ی علی فیضی. تهران: بهشتیان.
- دایر، وین دبلیو. (۱۳۷۷). *درمان با عرفان*. ترجمه‌ی جمال هاشمی. تهران: شرکت سهامی انتشار.
- وینسنت، پیل نورمن (۱۳۷۹). *شما می‌توانید اگر باور کنید می‌توانید*. ترجمه‌ی فریبا جعفری نمینی. تهران: نسل نواندیش.
- هاشمی، جمال (۱۳۷۸). *سعدی و روان‌شناسی نوین: ردیابی مکتب‌ها و نظریه‌های روان‌شناسی*. تهران: شرکت سهامی انتشار.
- Carr, Alan (2004). *Positive psychology. The science of happiness and human strengths*. New York: Brunner – Routledge.
- Seligman, Martin E. P; Peterson, Christopher (2004). *Character strengths and virtues*. Oxford University press.



پروہشگاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی
پرتال جامع علوم انسانی