

نوع مقاله: پژوهشی

صفحات ۵۶ - ۲۳

معنا در مانی مناسک دینی در مثنوی بر اساس نظریه ویکتور فرانکل

مجید براری بازارمحلله^۱علی اکبر باقری خلیلی^۲مسعود روحانی^۳سیاوش حق جو^۴

چکیده

مسائل و مشکلات بشر، کتمان ناشدنی هستند. در این گذر مکاتب و آرا و اندیشه‌های اندیشمندان و روان‌شناسان به یاری مشکلات انسان‌ها آمده‌اند. از جمله راه کارهای حل معضلات بشری، نظریه‌ی معنادرمانی یا لوگوتراپی از دکتر فرانکل است. وی باور دارد که کوشش فرد برای یافتن معنا در زندگانی مهم‌ترین نیروی محرکه وی است. مولوی شاعر و عارف فرهیخته نیز به گونه‌ای در مثنوی خویش از معنای زندگی و به تبع معنادرمانی جهت رفع رنج‌های انسانی می‌گوید. این پژوهش بر آن است که معنادرمانی در مثنوی را از منظر مولانا و بر طبق نظر فرانکل مورد بررسی قرار دهد. در این گذر خواهیم دید که زندگی و درد و رنج و مرگی که در آن نهان است، پوچ و بی اساس نیستند بلکه با دریافت معنای آنان و الگو گرفتن از آن‌ها و مطابقت زندگی خویش با نامالایمت‌های طبیعی آن می‌توان به آرامش رسید. قابل ذکر است که عشق و وصول به پروردگار از راهکارهای معنادرمانی مولانا است "از یک سو و از سوی دیگر مناسک دینی و مفاهیم نمادین و ثانویه آن‌ها و کارکردهای اجتماعی و روان‌شناختی آن از دیگر ساز و کارهایی است که او برای معنا بخشیدن به زندگی مورد تاکید قرار می‌دهد" و ویکتور فرانکل نیز خدامحوری و دوری از پوچی را مهم‌ترین نسخه‌ی معنادرمانی می‌داند.

واژگان کلیدی

معناداری، مثنوی مولانا، فرانکل، زندگی، مناسک دینی.

۱. دانشجوی دکتری ادبیات فارسی (عرفانی)، دانشگاه مازندران، ساری، ایران.

Email: Majidbarari.99@gmail.com

۲. استاد ادبیات فارسی دانشگاه مازندران، ساری، ایران. (نویسنده مسئول)

Email: aabagheri@umz.ac.ir

۳. استاد ادبیات فارسی دانشگاه مازندران، ساری، ایران.

Email: Ruhani46@yahoo.com

۴. دانشیار دانشگاه مازندران، ساری، ایران.

Email: S.haghjoy@umz.ac.ir

پذیرش نهایی: ۱۴۰۲/۱۲/۱۹

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۹/۲۳

طرح مسأله

بسیاری از صاحب نظران معنادرمانی یا تحلیل وجودی را بعد از نظرات فروید و آدلر، کارآمدترین نظریه می‌دانند. معنادرمانی بر این عقیده است که «زیست انسان دارای سه بعد است: زیست جسمانی، زیست روانی و زیست روحانی. زیست روحانی سازمان‌دهی شخصیت انسان است. بنابراین، شوق یا نیاز به داشتن مفهوم زیستن لزوماً نشان‌دهنده بیماری یا آسیب دیدگی روانی نیست و این همان چیزی است که من آن را معنویت یا معناجویی انسان نامیده‌ام» (فرانکل، ۱۳۷۸: ۱۸). درمانگری که بعد معنوی شخصیت انسان را نادیده انگارد، در واقع از ذخیره معنوی خود چشم پوشیده و یا اساساً آن را به‌درستی نشناخته‌است. در حالی که درست به اعتبار همین توانمندی شخصی یا معناجویی اوست که حداقل امکان شناخت نابه‌سامانی روانی یا شوریدگی ذهنی مراجعه‌کننده‌اش را خواهدیافت و به درمان یا تسکین دارو خواهدپرداخت» (همان: ۱۹). با شنیدن اصطلاح «درمان» در نام‌گذاری «معنادرمانی» نباید انگاشت که این نظریه مخصوص بیماران اعصاب و نیازمندان به داروهای اعصاب و روان است، بلکه «هدف از معنادرمانی تنها به کمال رساندن روان‌درمانی و به این ترتیب، ساختن تصویر کامل از انسان است که در برگیرنده بعد روحانی نیز می‌باشد. بنابراین، درمان معطوف به روح انسان، در مواردی انجام می‌شود که بیمار برای کمک به فرونشاندن اندوه معنوی و روحانی به پزشک مراجعه کرده باشد و نه به خاطر بیماری» (همان: ۲۲).

مثنوی معنوی از جنبه‌های گوناگون، مثل دینی، عرفانی، فلسفی، اخلاقی، تربیتی و روان-شناختی قابل بررسی است و موضوعات آن، قابلیت انطباق با نظریه‌های جدید انسان‌شناسی را دارند. از این‌رو، یکی از اهداف این پژوهش تحلیل اهمیت و کارکرد معنادرمانی پاره‌ای از موضوعات مطرح در مثنوی است. اهتمام مولانا در سراسر مثنوی معنابخشی وجودی به انسان و تبیین اهداف زندگی او در چرخه هستی است چنان‌که فرانکل نیز معتقد است تلاش انسان برای معنایابی اساسی‌ترین نیروی محرکه او در زندگی است. مولوی در مثنوی با ارائه تعالیم آشکار و نهان، مخاطب را به حرکت و پویای درونی وا می‌دارد و همین حرکت به سمت تحلیل اسرار عالم درون است که انسان در سفر بدان به خود بازمی‌گردد و با جوهر وجودی خویش پیوند می‌خورد. پیامد این پیوند نجات‌بخش، رهایی انسان دردمند و بحران‌زده از غربت بیگانگی، دل‌مردگی و ناامیدی و پیوستن به معنا و یافتن انگیزه و اهداف حیات است.

۱- پرسش‌های پژوهش

مقاله حاضر درصدد است تا به این پرسش‌ها پاسخ دهد که:

- ۱) شیوه‌های معنادرمانی مولانا در مثنوی معنوی چیست؟
- ۲) همانندی و ناهمانندی‌های معنادرمانی در مثنوی معنوی با رویکرد ویکتور فرانکل کدامند؟ چه وجوه تشابهی میان نظریه معنا درمانی و درمان در مثنوی مولانا است؟

۲- روش پژوهش

روش این پژوهش توصیفی-تحلیلی و واحد تحلیل بیت‌هایی است که در آن‌ها معنای زندگی، معنایابی و معنادرمانی مطرح شده‌باشد. بعد از مطالعه مثنوی معنوی، آن دسته از بیت‌هایی که بیشترین پیوند را با معنادرمانی داشته و می‌توانستند به پیش‌برد سؤال‌ها و هدف‌های پژوهش کمک کنند، انتخاب، طبقه‌بندی و در نهایت، تحلیل شدند.

۳- پیشینه پژوهش

در حوزه مثنوی و روان‌شناسی کتاب‌ها و مقاله‌های فراوانی نوشته شده که بعضی از آن‌ها عبارتند از:

- ۱) حاج زین‌العابدین، فاطمه و همکاران (۱۴۰۰)، «تلفیق عرفان و معنادرمانی در مثنوی مولوی و انعکاس مفاهیم قرآنی در آن».
- نویسندگان براساس نظریه معنادرمانی فرانکل به تحلیل مفهوم معنی و شوق زندگی در مثنوی معنوی پرداخته و مؤلفه‌های رنج، تحمل‌پذیری، مسئولیت‌پذیری، عشق و دینداری نظریه فرانکل را در مثنوی معنوی تبیین و تفسیر کرده‌اند.
- ۲) بختیاری نصرآبادی، حسنعلی و همکاران (۱۳۹۸)، «واکاوی تطبیقی جایگاه قناعت در مثنوی معنوی مولوی و بوستان سعدی با تأملی در دیدگاه مکتب معنادرمانی و ارائه الگویی از آن».

غالب شاهکارهای ادبی با بهره‌گیری از فرهنگ اسلامی و آموزه‌های قرآنی خلق شده و کوشیده‌اند تا فضایل اخلاقی را در پرتو معنابخشی به زندگی رهنمون سازند. قناعت از جمله این فضایل است و مولوی و سعدی در این باره نظرگاهی دینی و تربیتی دارند. نویسندگان دیدگاه‌های مولوی و سعدی را در باره معنادرمانی قناعت با تکیه بر نظرات فرانکل بررسی کرده‌اند.

- ۳) میرانی، ارسطو (۱۳۹۳)، «معنادرمانی دینی رنج در مثنوی معنوی و بهشت گمشده» نویسنده بر آن است که رنج واقعیتی اجتناب‌ناپذیر بوده و یکی از اهداف دین و دانش بشری کاهش و تسکین رنج است، چنان‌که یکی از اهداف معنادرمانی تسکین یا تسهیل تحمل رنج از طریق یافتن معنا برای آن است. بهشت گمشده و مثنوی معنوی دو متن بسیار مهم در

فرهنگ‌های مسیحی و اسلامی به‌شمار می‌آیند. اگرچه هردو در تسکین رنج خوانندگان‌شان بسیار مؤثرند، اما مثنوی معنوی بسیار کاربردی‌تر از بهشت گمشده است.

۴) نصر اصفهانی، زهرا و مائده شیری (۱۳۹۳)، «هفت شیوه درمانی در مثنوی»، پژوهش‌های ادب عرفانی (گوهر گویا)، سال ۸، شماره ۱، پیاپی ۲۶، صص ۱۴۵-۱۶۸.

نویسندگان معتقدند مولوی قرن‌ها قبل و با روشی منحصر به‌فرد، بسیاری از شیوه‌ها و روش‌های روان‌درمانی مطرح و شناخته‌شده امروزی را در مثنوی به‌کار برده‌است. شعردرمانی، روان‌درمانی عارفانه (عشق درمانی)، تکنیک خواب و رؤیا، مذهب‌درمانی و روش‌های هفتگانه آن، واقعیت‌درمانی، طنزدرمانی و معنادرمانی در مثنوی، مصداق‌ها و نمونه‌های هریک از این شیوه‌ها را در این اثر ارزشمند ارائه داده‌اند.

۵) مؤمن‌زاده، محمدصادق (۱۳۷۸)، برداشت روان‌درمانی از مثنوی.

محور اصلی این کتاب بررسی نقاط مشترک عرفان ایرانی و روان‌درمانی است. هم‌چنین نویسنده شباهت‌های میان اندیشه مولانا و فروید را بررسی کرده‌است. هاشمی (۱۳۹۷)، پیغام سروش، و رحمانی (۱۳۸۸)، مولانا/از دیدگاه روان‌شناسی، از دیگر کتاب‌هایی هستند که در حوزه روان‌شناسی در مثنوی معنوی نوشته شده‌اند.

۶) محرمی، رامین (۱۳۸۷)، تفسیر عرفانی دعا در مثنوی معنوی.

به بررسی دعا به‌عنوان یکی تجربه عرفانی پرداخته و از مقامات صوفیانه در اثنای بحث و مفاهیم مرتبط با آن و دعا در آثار سایر عرفا پرداخته و رابطه آن را با مناسک دینی و روان‌شناختی یا اخلاق بررسی نکرده است.

۷) شفیعی، محمد(بی‌تا)، سیمای نماز در مثنوی معنوی با استناد به آیات و روایات.

نویسنده بر ضرورت عبادت و نماز شرایط قبولی و احکام فقهی آن بحث کرده است به آیات و احادیث استناد نموده ولی از تاثیر آن از منظر روان‌شناختی سخن نگفته است.

وجه بارز این پژوهش آن است که وجوه مشترک کبانی اندیشه‌ای فرانکل و مولانا به‌طور جامع و نه جزئی، مورد بحث قراردارد و نقش مناسک دینی را در معنابخشی به زندگی، ایجاد پویایی در حیات فردی و اجتماعی به بحث گذاشته است و رابطه بین اخلاق و مناسک دینی و تأثیرات روان‌شناختی آن بر کنش فردی و اجتماعی آحاد جامعه متمرکز شده است و پیوند روان‌شناسی، دین و اخلاق در زیرساخت این مقاله مورد اهتمام بوده و از وجوه متمایز آن نسبت به دیگر پژوهش‌ها تلقی می‌گردد.

۴- مبانی نظری

۴-۱- معنادرمانی

ویکتور امیل فرانکل پایه‌گذار مکتب معنادرمانی در سال ۱۹۰۵ در شهر وین به دنیا آمد و در همان شهر به تحصیل دانش همت گماشت. از سال ۱۹۳۰ به بعد در مقام استاد عصب‌شناسی در ونکو و بخش روان‌پزشکی بیمارستان وین مشغول به کار شد و در سال ۱۹۴۶ ریاست بیمارستان اعصاب پلی‌کلینیک وین را به‌عهده گرفت (فرانکل، ۱۳۷۵: ۲۱۷) و در دانشگاه‌های مختلف آمریکا، مثل هاروارد به‌عنوان مدعو تدریس کرد. مجموعاً ۳۲ کتاب منتشر کرده که به ۴۰ زبان ترجمه شده‌اند. نظریات فرانکل براساس تجربه‌هایش از زمان اسارت و شکنجه‌شدن به‌دست نازی‌ها شکل گرفته‌است. سعی او در *انسان در جستجوی معنا* این است که نکات معنادرمانی در خلال روایتش از دوران اسارت و دیگر رخدادها بیان شود تا ارزنده‌تر و مؤثرتر واقع گردد. با این‌حال، از مشخص نمودن قسمت‌های مختلف داستان و ارتباط آن با مؤلفه‌های معنادرمانی خودداری کرده؛ شاید بدین سبب که معتقد است معناجویی برای هر شخص منحصر به‌فرد است و هر شخص از داستان‌ها و حوادث، معنای مورد نیاز خود را برداشت و دریافت می‌کند. باری، فرانکل معتقد است بزرگ‌ترین رازی که بدان دست‌یافته، این است که رهایی بشر از راه عشق و در عشق امکان‌پذیر است (همان: ۶۲).

بعضی از پژوهشگران از معنادرمانی تحت عنوان روان‌پزشکی وجودی یاد کرده‌اند. با این‌که فرانکل اصطلاح معنادرمانی را در دهه ۱۹۲۰ وضع کرد ولی تا مدت‌ها از اصطلاح تحلیل وجود استفاده می‌کرد. او اصطلاح تحلیل وجود را در خلال دهه‌ی ۱۹۳۰ به‌کار برد و منظور از به‌کاربردن این اصطلاح هشیار کردن معنای نهفته یا بعد معنوی درمان‌جو بود، ولی با انتشار آثار مؤلفان آمریکایی در مورد تحلیل وجود، دریافت که مؤلفان این اصطلاح را با ترجمه‌ی تحلیل وجودی به‌کار می‌بردند. فرانکل برای پرهیز از درهم آمیختگی، اصطلاح معنادرمانی را به‌کار برد. او «شباهت بین تحلیل وجودی و معنادرمانی را در این می‌داند که تحلیل وجودی نیز به‌مانند معنادرمانی تلاش می‌کند معنای نهفته وجود بیمار را بر او آشکار کند، اما برای این کار از یک فرآیند تحلیلی سود می‌جوید. در این معنا تحلیل وجودی اشاره به فرآیند درمان‌بخش تحلیلی دارد که نیازهای معنوی و وجودی بیمار را در برمی‌گیرد. فرانکل بر این باور است که معنادرمانی فراتر از تحلیل وجود یا تحلیل هستی است. معنادرمانی به تحلیل صرف ذهنیت اکتفا نمی‌کند و تنها با وجود و هستی سروکار ندارد بلکه به شکل اختصاصی معنا را نیز مورد بررسی قرار داده و نه تنها یک تحلیل است بلکه یک درمان نیز هست» (محمدپور، ۱۳۸۴: ۱۲۱).

در واقع، معنا درمانی یک نظام فلسفی روان‌شناختی است که به بیماران کمک می‌کند تا به رغم سوگ یا ناامیدی، بر از دست رفته‌ها تمرکز نکنند، بلکه در جستجوی معنا باشند. در نتیجه،

زندگی از نگاه معنادرمانی تحت هر شرایطی معنادار است. افراد با اراده‌ معطوف به معنا برانگیخته می‌شوند و انسان دارای اراده‌ آزاد است. «هم‌چنین فرانکل معتقد است که معنادرمانی بر توانا ساختن بیماران برای غلبه بر مثلث غم‌انگیز زندگی، یعنی درد، گناه و رنج تمرکز می‌کند. به‌طور کلی، آن‌چه در معنادرمانی اهمیت دارد، معنای هستی و ابعاد وجودی انسان از قبیل آزادی، مسؤلیت، معنویت و سایر مسایل انسانی، نظیر عشق، کار، رنج، اضطراب و دلهره است» (همان: ۱۴۹).

به عقیده‌ فرانکل «انگیزه‌ انسان از چیزی به‌نام میل معنا نشأت می‌گیرد که آن را «تلاشی برای یافتن معنای زندگی» نام‌گذاری کرده‌است. بنابر استدلال او، زندگی حتی در بدترین شرایط می‌تواند معنادار باشد و موجب پیدایش انگیزه برای ادامه‌ زندگی شود. او معتقد است همه چیز را می‌توان از یک نفر گرفت، به‌جز آخرین آزادی، یعنی انتخاب نگرش در هر شرایطی. لوگوتراپی که به‌وسیله‌ پاره‌ای از نویسندگان، مکتب سوم روان‌درمانی در وین خوانده‌شده، به‌معنای هستی انسان و جستجوی او برای رسیدن به این معنا تکیه دارد. بنابر اصول لوگوتراپی تلاش برای یافتن معنا در زندگی، اساسی‌ترین نیروی محرکه‌ هر فرد در دوران زندگی اوست. به این دلیل، من از معناجویی به‌عنوان نیروی متضاد با لذت طلبی که روان‌کاوی فروید بر آن استوار است و قدرت‌طلبی که مورد تأیید آدلر است، سخن می‌گویم» (همان: ۱۴۳).

فرانکل مکتب معنادرمانی را بر نوعی انسان‌شناسی بنیان نهاده که در آن انسان موجودی فعال، تلاشگر، از خود فرارونده و آزاد است. با حوادث و شرایط روزگار و محیط پیرامون خود درگیر می‌شود. برای تعالی خود تلاش می‌کند و تصمیم می‌گیرد در برابر رویدادها چه کنش و یا واکنشی نشان داده، به چه ارزش‌هایی پای‌بند باشد. انسان بودن جز در حضور معنای زندگی، تحقق بخشیدن به آن و عملی ساختن ارزش‌ها تبلور نمی‌یابد. انسان با آرمان‌ها و ارزش‌ها زندگی می‌کند و هستی او بدون تلاش برای تعالی ساختن خویش بی‌اعتبار است (فرانکل، ۱۳۹۹: ۶۰). از دیدگاه فرانکل، نخست این که معنا را باید به‌دست آورد؛ زیرا هدایی نیست؛ دیگر این که باید آن را کشف کرد نه ابداع. انسان با مراجعه به وجدان خود به مسیر مناسب جستجوی معنا هدایت می‌شود. می‌توان وجدان را به‌عنوان استعداد شهودی انسان به‌منظور فهمیدن معنای یک وضعیت توصیف کرد (همان: ۷۱-۷۲).

فرانکل همواره اذعان دارد هیچ شکی نیست که معنای زندگی را باید یافت و نمی‌توان جعل کرد. او با صراحت بیان می‌دارد که معنای زندگی انسان امری درونی و روانی نیست بلکه معنا را باید پیدا کرد. معانی به‌جای این که صرفاً ذهنی و پنداری باشند، عینی هستند. معنا وابسته به اذهان انسان‌ها نیست بلکه معنا امری واقعی و عینی است. معنای زندگی انسان از طریق ارزش‌های تعالی کشف می‌شود، نه این که خلق شود (قربانی، ۱۳۸۸: ۴۰).

۲-۴- نفی جبرگرایی مطلق

یکی از مبانی مکتب معنادرمانی نفی جبرگرایی مطلق است. فرانکل معتقد است جبرگرایی مطلق یک بیماری فراگیر است که بسیاری از معتقدان به مذهب را طعمه خود ساخته، اما معتقدان به مذهب باید بدانند با داشتن چنین نگرشی، به مذهب پشت پا می‌زنند؛ چون ما باید بپذیریم که انسان آزاد است خدا را بپذیرد یا نه؛ عقیده را قبول کند یا رد. در غیراین صورت، مذهب، پنداری واهی می‌شود و آموزش و پرورش سرابی بیش نیست (فرانکل، ۱۴۰۱: ۱۸۲). انسان موجودی مشروط و اعمالش قابل پیش‌بینی در شرایط خاص نیست، بلکه موجودی آزاد هست و در لحظه تصمیم می‌گیرد که چه کند. بنابراین، انسان موجوی است که سرنوشت خویش را رقم می‌زند. این نگرش، توانایی تغییر انسان را در هر زمان و مکان می‌پذیرد. کافی است که اراده کند.

۳-۴- راه‌های کشف معنا

فرانکل معتقد است انسان، خود، معنای زندگی‌اش را شکل می‌دهد؛ زیرا معناجویی مهمترین انگیزه‌ای است که او را از دیگر موجودات متمایز می‌سازد. فرانکل راه‌های کشف معنا در زندگی را «ارزش» می‌نامد. این ارزش‌ها بر پایه معنای تجربه‌شده بسیاری از افراد قرار دارند. در صورتی زندگی معنادار می‌شود که این سه دسته از ارزش‌ها ادراک و فهمیده شوند:

۱) ارزش‌های خلاق: چیزی است که انسان براساس خلاقیت‌های خود به دنیا می‌دهد.
 ۲) ارزش‌های تجربی: چیزی است که او در مواجهه و رویارویی با رخدادها و پدیده‌ها و تجربه‌های خود، از دنیا می‌گیرد.

۳) ارزش‌های نگرشی: موضعی است که او در قبال تقدیری که قادر به تغییر آن نیست، می‌گیرد. به سبب همین اراده و قدرت انتخاب، زندگی همواره معنادار است. به یاری این ارزش یا روش است که او به مثک غم‌انگیز زندگی، یعنی درد، گناه و رنج معنا می‌بخشد (فرانکل، ۱۴۰۱: ۸۶-۸۹).

اخلاق

در این مقال لازم است در باب چیستی اخلاق و انسانی که باید بدان پایبند باشد اندکی سخن گفته شده یکی از بحث‌ها بسیار پر دامنه در حوزه علوم انسانی و اسلامی و اخلاق است. آنچه مسلم است این است که اخلاق انسان را به سوی ارزش‌های انسانی و الهی رهنمون می‌شود و باعث پالایش جان از آلودگی هاست و زمینه رشد جامعه را در ابعاد گوناگون فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی و علمی و نظایر آن فراهم می‌سازد مسئولیت‌پذیری را در وجود انسان‌ها زنده و بارور نگه می‌دارد. حرکت بر مدار اخلاق پسندیده رشد اسعدادها را به دنبال دارد و آدمی را از رخوت و سستی، بی‌انگیزشی و یأس‌رهایی می‌بخشد و تعارضات درونی آدمی را تقلیل

می‌دهد و اعتدال و آرامش را به رفتار و منش فرد ارزانی می‌دارد. خواجه نصیرالدین لب و عصاره اخلاق را در اعتدال بین قوای متباین نفسانی می‌داند او برای نفس آدمی سه نیرو قائل است که به اعتبار آن قوا و مشارکت اراده آدمی از انسان افعال مختلف صادر می‌شود. او این قوا را بر سه قسم می‌داند و فواید اعتدال در هر یک را سبب ظهور یکی از فضایل اخلاقی برمی‌شمارد: اول قوت ناطقه آن را نفس ملکی خوانند و آن مبداء فکر و تمیز و شوق نظر در حقایق امور بود. دوم قوت غضبی که آن را نفس تبعی گویند و آن مبداء غضب و دلیری و اقدام بر احوال و شوق تسلط باشد. سوم قوت شهوانی که آن را نفس بهیمی نامند و مبداء شهوت و شوق به مآکل و مشارب بود. (همایی، ۱۳۷۴: ۱۵)

اگر هر یک از اقسام سه گانه فوق بر مدار اعتدال حرکت کنند یکی از فضایل اخلاقی نمایان می‌شود اعتدال در حرکت نفس ناطقه سبب حدوث علم و به تبعیت آن فضیلت حکمت حاصل می‌شود هر گاه نفس سبعی به اعتدال بود از آن فضیلت حلم و به تبع آن شجاعت حاصل می‌شود و اگر نفس بهیمی به اعتدال بود از آن عفت پدید می‌آید و از ترکیب این سه فضیلت عدالت حاصل می‌گردد و لذا جملگی حکما فضایل را بر چهار قسم می‌دانند حکمت، شجاعت، عفت و عدالت و از این‌ها به عنوان مکارم اخلاق نام می‌برند. (همان: ۱۶)

باز در تعریف اخلاق آمده است که ویژگی‌های پایدار نفسانی که با اراده و اختیار صورت می‌گیرد. (محموظی، ۱۳۹۰: ۹۳) آنچه مشخص و معلوم است اینکه اخلاق درباره انسان مطرح می‌شود و البته درباره انسان و ابعاد شخصیتی او سخن بسیار است اما مراد از انسان در این بحث آن انسانی است که جانشین خدا در روی زمین است و فطرتی الهی دارد انسان به تعبیر اسلامی جانشین خداوند (خلیفه الله) بر روی زمین است برای اعمال خود در پیشگاه خداوند مسئول است خدا گونه آفریده شده، برای جاودانگی آفریده شده و با وفاداری به این شرط حق سلطه به زمین را دارد. (نصر، ۱۳۸۸: ۳۲۶). و البته در مقابل این انسان، انسان عاصی قرار می‌گیرد که خداوند و واقعیت باطنی خود را به دست فراموشی سپرده زندگی را تجارت خانه آزاد و بزرگی می‌بیند در ناپایداری و بی‌قراری مستغرق گشته و طوق بندگی طبیعت نازله خود را با ادعای آزادی برگردن انداخته و جریان رو به نزول را منفعلانه دنبال می‌کند. (همان: ۳۲۸). اخلاق در واقع طرح تربیت و پاسداشت انسان نوع اول است که در ادوار مختلف مورد اهتمام اندیشمندان بوده است. در کیمیای سعادت نیز ضمن طرح مباحث انسان شناسی مبنی بر آن که انسان دارای دو ساحت است یکی ظاهر و یکی باطن. حقیقت وجود آدمی را باطن آدمی می‌شمارد. حقیقت تو آن معنی باطن است و هر چه جز از این است همه تبع اوست و لشکر و خدمتکار اوست و ما آن را نام دل خواهیم نهادن. (غزالی، ۱۳۸۷: ۱۵). غزالی به چهار گونه اخلاق بهایم، سباع، شیاطین و فرشتگان معتقد است. اخلاق هر فرد را وجه بارز هر یک از این صفات چهارگانه تلقی می‌کند. پس چون

بدانستی که در باطن تو این چهار قهرمان (سگی و خوکی و دیوی و فریشتگی) کارفرمای هست مراقب باش تا از این چهار در طاعت کدामी و به حقیقت بشناس که هر حرکتی که بکنی صفتی در دل تو حاصل آید که آن در تو بماند و در صحبت تو بدان جهان آید و آن صفات را اخلاق گویند. (همان: ۲۴).

معنادرمانی و اخلاق

بسیار بدیهی است که یکی از راه های ارتباط بین احاد جامعه اخلاق است و سلامت جسمانی و روانی انسان ها زمینه ارتباط سازنده تر و بهتری را بین آنها فراهم می آورد و کسانی که از این سلامت برخوردار باشند رفتاری بهنجار، بهتر و علی القاعده متناسب با خواست اطرافیان و هموعان از خود نشان می دهند و بدیهی است که افراد نابهنجار، افسرده و بی توجه به مبادی و مبانی دینی و اخلاقی و انسانی می توانند بر نگرش ها و تعاملات فردی و اجتماعی، خانوادگی و گروهی تأثیر نامطلوب داشته باشند. آگاهی از حقایق هستی و شناخت محیط پیرامونی و فلسفه اتفاقات جهان اطراف به آدمی کمک می کند تا موضع منطقی تر و درست تری اتخاذ کند. اما ذهن مبتلا به خلاء وجودی، افسردگی، بی ایمانی و بی دینی و بدون چارچوب نگرشی سالم نمی تواند نه در زندگی فردی و نه در تعاملات اجتماعی درست و سازنده و به هنگام عمل کند، اما در باب ارتباط مناسک دینی و اخلاق باید گفت انجام مناسک دینی به الزام در درستی و حق بودن اندیشه و عمل به تناسب آن عمل دینی منتهی می شود و اگر انجام فرائض با رعایت این التزام همراه نباشد قطعاً نتیجه مورد انتظار حاصل نمی شود. اینجاست که بین مناسک دینی و اخلاق و فلسفه وجودی انسان پیوندی استوار دیده می شود. مناسک دینی هم در فلسفه عبادی و هم در شرایط قبولی عبادت و ثواب مترتب بر آن مقوم انگاره های اخلاقی هستند آنها را در وجود فرد نهادینه می سازند و به شکل سجایای اخلاقی رشد داده و تعالی می بخشند و همچون سدی نفوذناپذیر در برابر زوال باورها و فضایل نیک اخلاقی خود را نشان می دهند و یک بستر فکری - روان شناختی برای افکار و اعمال نیک فراهم می آورند.

۵- بحث اصلی

۵-۱- معنایابی با بازگشت به اصل

مولانا در مقدمه دفتر اول هدف از سرودن مثنوی را به روشنی بیان کرده: «هذا کتاب المثنوی... مثل نور کمشکات فیها مصباح، یشرق اشراقاً انوار من الاصباح و... انه شفاء الصدور و جلاء الاحزان و تطیب الاخلاق و... این است کتاب مثنوی... مَثَل نور آن هم چون چراغ دانی است، در آن چراغی تابان که پرتوافشانی می کند، درخشان تر از روشنی بامدادان... این کتاب شفای بیماری های روحی و زداینده اندوهها و پیراینده اخلاق از هر زشتی و پلیدی و... است»

(۱۳۸۹، ج ۱: ۱۷۹). از این روست که مثنوی با حکایت شکایت انسان از اصل و گرفتار آمدن در غرب غربت و بیگانگی از خویشتن آغاز می‌گردد. گویی با این هبوط و جدایی، معنا از وجود انسان رخت بر می‌بندد و مولانا بازیابی آن را در پیدایی و اتصال به اصل می‌جوید:

هر کسی کو دور ماند از اصل خویش باز جوید روزگار وصل خویش

(نشانی را بنویس)

مثنوی ما را با نیاز به معناجویی و حقایق و دقایق آن آشنا می‌گرداند، تاجایی که شاید نتوان هیچ کتابی را با آن مقایسه کرد. از نظر مولوی جستجوی معنا یک رکن اصلی وجود انسان است. چنانچه شخصی گمان کند انسان همین شکل عینی یا همین حواس ظاهری است و در پی شناخت خویشتن واقعی‌اش بر نیاید، در حقیقت، از شناخت خالق هستی دور می‌افتد و راز فلسفه آفرینش از او پنهان می‌ماند. از این رو، خودشناسی را برابر با خداشناسی می‌داند:

بهر آن پیغمبر این را شرح ساخت هر که خود بشناخت یزدان را شناخت

(۱۳۸۹، ج ۲: ۱۳۱۲)

شاید به همین سبب است که فرانکل قرن‌ها بعد از مولوی این نکته را مطرح می‌کند که «تلاش در یافتن معنایی در زندگی خود نیرویی اصیل و بنیادی است و نه توجه ثانویه از کشش‌های غریزی او» (فرانکل، ۱۳۹۷: ۱۴۵). مولوی در جای‌جای مثنوی به تبیین رابطه میان جنبه مادی و آفاقی وجود انسان با جنبه روحانی و انفسی وی می‌پردازد تا معنایی را به‌عنوان کشش و نیاز سرشتی انسان تبیین نماید. در زبان تمثیلی او، شباهت جوهر وجودی انسان با این انسان ظاهری، شباهت تخم مرغابی به تخم مرغ خانگی است که مادر و دایه طبیعت و همرنگی‌های جامعه، وی را به این وضع، زمین‌گیر کرده و از رفتن به دریا و پرواز به آسمان می‌ترساند و باز می‌دارد. این ترسایی و ایستایی برابر با بی‌معنایی است و تنش‌ها و تکانه‌های شدید روحی را در پی دارد، اما زمانی که میل به دریایی‌شدن در درون مرغ خانگی پدید آید و ندای وجدان درون را برای جستجوی خویشتن خویش و اصل وجودی‌اش بشنود، دایه و خشکی و عوامل ترس و تنش را به کناری می‌نهد و وارد دریای معنا می‌شود و به اصل خویش می‌پیوندد:

تخم بطلی گرچه مرغ خانه‌ات	کرد زیر پر چو دایه تربیت
مادر تو بط آن دریا بد است	دایه‌ات خاکی بد و خشکی پرست
میل دریا که دل تو اندر است	آن طبیعت جانت را از مادر است
میل خشکی مر ترا زین دایه است	دایه را بگذار کو بد دایه است
دایه را بگذار در خشک و بران	اندر آ در بحر معنی چون بطان
گر تو را مادر بترساند ز آب	تو مترس و سوی دریا ران شتاب

(مولوی، ۱۳۸۹، ج ۱: ۶۵۶)

فرانکل دوری از حقایق و ارزش‌های وجودی را موجب بروز تنش‌هایی می‌داند که از آن تحت عنوان ناکامی وجودی یاد می‌کند.

- نوروهای اندیشه‌زاد

اگرچه معناجویی و معناخواهی نیروی بینادی در زندگی است، اما همیشه همراه با کام‌یابی نیست و ممکن است با ناکامی روبه‌رو شود. در معنادرمانی از این ناکامی با نام ناکامی وجودی یاد می‌شود که می‌تواند موجب بروز نوروهای شود که معنادرمانی، آن‌ها را «نوروهای نئوژنتیک یا اندیشه‌زاد» می‌خواند و به جنبه روحانی انسان مربوط می‌شود (فرانکل، ۱۴۰۱: ۱۳۲-۱۳۳). عامل ایجاد نوروها تعارض و تنش بین ارزش‌ها و اخلاقیات است، نه غرایز. وجود تعارض در فرد نه تنها الزاماً دلیل بر نورویتیک بودن او نیست، بلکه تنش در حد متعادل نشانه سلامت است، چنان‌که هر درد و رنجی دلیل بر بیماری عصبی نیست، بلکه می‌تواند سبب پیشرفت فرد هم بشود. درمان نوروهای اندیشه‌زاد روش‌های رایج روان‌درمانی نیست، بلکه معنادرمانی است که می‌کوشد محتوای ناخودآگاه فرد را آشکار و معنای بالقوه وجود او را پدیدار ساخته، او را به‌سوی تحقق خویش و شکوفایی خود پیش برد. بنابراین، تفاوت عمده معنادرمانی با روان‌کاوی در این است که معنادرمانی در صدد شکوفایی استعدادهای بالقوه وجود آدمی است و نه ارضای غرایز فطری (همان: ۱۳۴-۱۳۷).

نوروهای اندیشه‌زاد در مثنوی مولانا

علت یجاد و ظهور نوروهای نئوژنتیک، تعارض و کشمکش بین سائق‌ها و غرایز نیست بلکه حاصل برخورد "ارزش‌ها" است. به عبارت دیگر تعارضات اخلاقی و حتی آشکارتر بگویم مشکلات روحانی علت اصلی ایجاد این دسته از نوروهاست. در این گونه موارد ناکامی وجودی نقش اصلی را ایجاد می‌کند. (فرانکل، ۱۳۸۷: ۱۵۳).

مولانا، برخورد دو ارزش و تعارضات بین دو خواهش در انسان را در داستان تمثیلی مجنون و ناقه‌اش - که مجنون رمز امیال روحانی انسان و ناقه رمز امیال جسمانی است - به این شکل بیان می‌کند:

همچو مجنون‌اند و چون ناقه‌اش یقین	می‌کشد آن پیش و این واپس به کین
میل مجنون پیش آن لیلی روان	میل ناقه پس پی کره دوان
یک دم ار مجنون ز خود غافل بدی	ناقه گردیدی و واپس آمدی
عشق و سودا چون که پر بودش بدن	می‌نبودش چاره از بیخود شدن
آن که او باشد مراقب عقل بود	عقل را سودای لیلی در ربود

(مولانا، ۱۳۸۹: ج ۲، ۱۰۴۳)

یا در جایی دیگر می‌گوید:

از تناقض‌های دل‌پشتم شکست بر سرم ای جان بیا می‌مال دست
«تعارضات و تنش در حد متعادل، دلیل بر نئوژنیک بودن آن نیست. تعارضات و تنش در حد متعادل عادی و نشانه سلامت است» (فرانکل، ۱۳۹۷: ۱۵۵).

- خلأ وجودی

خلأ وجودی که حکایت از بی‌ارزشی و بی‌معنایی کامل زندگی دارد، به شکل ملالت و بی‌حوصلگی پیوسته خودنمایی می‌کند. فرانکل خلأ وجودی را محصول دو عامل می‌داند، یکی حق انتخاب فعالانه کارهایی که انسان باید انجام دهد؛ دیگری بحران و ضایعه‌ای که انسان در زندگی گرفتار آن شده‌است. به‌گونه‌ای که هرچه تأثیر دین یا قراردادهای اجتماعی کاهش یابد، او تنهاتر و مسؤول‌تر می‌شود. نه غریزه‌اش به او می‌گوید که چه کند و نه سنتی به او می‌گوید که چگونه رفتار نماید. در نتیجه یا همرنگ جماعت شده و کارهای آنان را انجام می‌دهد یا آن‌چه را که دیگران از او می‌خواهند، انجام می‌دهد و تبعیت و تقلید مطلق از دیگران را می‌پذیرد.

نکته مهم این‌که گاه ناکامی وجودی در قدرت‌طلبی به شکل‌هایی چون لذت‌طلبی، عملیات جنسی و شهوت‌بارگی یا پول‌پرستی پدیدار می‌شود و منجر به خلأ وجودی می‌گردد. از این‌رو، معنادرمانی می‌کوشد تا به عوامل مختلف خلأ وجودی معنا ببخشد (فرانکل، ۱۴۰۱: ۱۴۱-۱۴۳).

مولانا در مثنوی، یکی از عوامل بی‌معنایی زندگی و در سلوک عرفانی، یکی از موانع سالک‌الی‌الله و وصول به حقیقت را تقلید و تبعیت بی‌قید و شرط از دیگران می‌داند. به اعتقاد او، تقلید ستون و اساس زندگی این جهان است و کمتر کسانی اهل تعقل و تفکراند:

گرچه تقلید است استون جهان هست رسوا هر مقلد ز امتحان

(۴۰۵۳/۵)

صاحب مثنوی آفت‌ها و زیان‌های فراوانی را برای اهل تقلید برمی‌شمرد، مثل حجاب دل، پست‌کننده شخصیت آدمی، بر باد دهنده هویت انسانی، تنزل‌دهنده به مرتبه حیوانی، تباه‌کننده عقل و خرد (زمانی، ۱۳۸۶: ۸۱۴):

زآن‌که بر دل نقش تقلید است بند رو به آب چشم بندش را برند

زآن‌که تقلید آفت هر نیکوی است که بود تقلید اگر کوه قوی است

(۴۸۴-۴۸۳/۲)

به اعتقاد مولوی خلأ وجودی موجب می‌شود، شخص با درمان‌های مجازی و دروغین، از

خودی به بی‌خودی بگریزد و از هوشیاری به مستی پناه ببرد:

جمله عالم ز اختیار و هست خود می‌گریزد در سر سرمست خود

تا دمی از هوشیاری وارهند
جمله دانسته که این هستی فسخ است
می‌گیرزند از خودی در بیخودی
نگ خمر و زمر بر خود می‌نهند
فکر و ذکر اختیاری دوزخ است
یا به مستی یا به شغل ای مهتدی

(۱/ ۱۴۶۶)

مولانا لذت‌ها را به دو دسته آفاقی و انفسی تقسیم می‌کند و معتقد است سرچشمه همه آن‌ها درونی و معنوی است. این ضمیر انسان است که به واقعیت‌های بیرونی معنا می‌بخشد. از این‌رو، ارزش یا روش نگرشی مولانا است که به حالات، رفتار و اعمال انسان معنا می‌بخشد و آن‌ها را ارزشمند و تحمل‌پذیر می‌گرداند. براساس ارزش نگرشی است که او خوشی و ناخوشی را در مفاهیم ذهنی جسته، آن‌ها را عینیت بخشیده و به واقعیات حیات تبدیل می‌کند. با این روش، او دیگر لذت را نه در بیرون و قصر و باغ، بلکه در ذهن و ضمیر و ویرانه درون خویش می‌یابد:

راه لذت از درون دان، نه از بیرون
آن یکی در کنج مسجد، مست و شاد
قصر چیزی نیست، ویران کن بدن
این نمی‌بینی که در بزم شراب
راهی دان جستن قصر و حصون
و آن دگر در باغ، ترش و بی‌مراد
گنج در ویرانی است ای میر من
مست آنکه خوش شود، کو شد خراب؟

(۳۴۲۳-۳۴۲۰/۶)

فرانکل قرن‌ها بعد از مولانا و بعد از تجربه‌اندوزی‌های طولانی‌مدت در اردوگاه‌های اسارت و کلینیک روان‌درمانی بدین نتیجه رسید که «هیچ معنای انتزاعی که انسان عمری را صرف یافتنش نماید، وجود ندارد، بلکه هریک از ما دارای وظیفه و رسالتی ویژه در زندگی است که می‌بایست بدان تحقق بخشد. او در انجام این وظیفه و رسالت جانشینی ندارد و زندگی قابل برگشت نیست مسئولیت او بی‌مانند و منحصر به فرد و فرصتی که برای انجام آن دارد نیز بی‌همتا است» (۱۳۹۷: ۱۶۸).

آن‌چه مسلم هست این‌که نگرش مولانا در معنابخشی به عوامل خلأ وجودی، نگرش دینی و عرفانی است. از نظر او آن‌چه به بی‌معنایی وجودی معنا می‌بخشد، شناخت فلسفه وجودی خویش و سلوک در وادی جان است. به اعتقاد او آن‌که بر خلأ وجودی فاتق می‌آید سالک جان است و نه سالک تن؛ زیرا سالک تن به سبب رفتن به بیراهه قادر به معنایابی نخواهد بود:

لیک بعضی رو سوی دم کرده‌اند
لیک آن سر پیش این ضالان گم
آن ز سرمی یابد آن داد این ز دم
قوم دیگر پا و سر کردند گم
گرچه سر اصل است، سر گم کرده‌اند
می‌دهد داد سوری از راه دم

(۱/ ۱۷۷۲)

ارزش معناجویی و اهمیت تحقق میل معناخواهی را از نظر مولانا بررسی کردیم. اما اگر معناخواهی انسان محقق نشود، شخص دچار دام درمان‌های دروغین و تزویری میشود. این درمان و معناهای مجازی به جای برداشتن درد، خود دردی هستند اضافه بر دردها.

گفت دردت چینم او خود درد بود مات بود ار چه به ظاهر برد بود
رو ز درمان دروغین می‌گریز تا شود دردت مصیب و مشک بیز

(همان، ۱۷۰۹)

علت این درمان‌های دروغین خلأ وجودی است. در نظر مولانا نیافتن معنایی که به زندگی ارزش و تداوم بخشد، باعث سرنگونی و سردرگمی شخص می‌شود.

خلأ وجودی باعث می‌شود، شخص با درمان‌های مجازی و دروغین، از خودی به بی خودی بگریزد و از هوشیاری به مستی و شغل پناه ببرد.

جمله عالم ز اختیار و هست خود می‌گریزد در سر سرمست خود
تا دمی از هوشیاری وارهند ننگ خمر و زمر بر خود می‌نهند
جمله دانسته که این هستی فح است فکر و ذکر اختیاری دوزخ است
می‌گریزند از خودی در بیخودی یا به مستی یا به شغل ای مهتدی

(همان، ۱۴۶۶)

«هیچ معنای انتزاعی که انسان عمری را صرف یافتنش نماید، وجود ندارد، بلکه هریک از ما دارای وظیفه و رسالتی ویژه در زندگی است که می‌بایست بدان تحقق بخشد. او در انجام این وظیفه و رسالت جانشینی ندارد و زندگی قابل برگشت نیست مسؤلیت او بی‌مانند و منحصر به فرد و فرصتی که برای انجام آن دارد نیز بی‌همتا است» (فرانکل، ۱۳۹۷: ۱۶۸). تا اینجا به نظر می‌رسید که مؤلفه‌های معنادرمانی، معناجویی، ناکامی وجود، نوروزهای اندیشه زادپویایی اندیشه و خلا وجودی، بامثنوی مطابقت دارد.

-معناجویی از نظر فرانکل

فرانکل معتقد است که سه ویژگی اصلی در زندگی انسان وجود دارد، که نظریه و روش درمانی او مبتنی بر این ویژگی‌هاست؛ اول این‌که، هر فرد دارای یک ذات سلیم است. دوم، تمرکز اصلی بر این است که دیگران نسبت به توانایی‌ها و ظرفیت‌های درونی خود آگاه شوند و ابزارهای مناسب برای شکوفایی ذات خود را بیابند و سوم این‌که، زندگی هدف و معنی را ارائه می‌دهد، اما شکوفایی و خوشبختی را تضمین نمی‌کند. وی می‌گوید: «تلاش در یافتن معنایی در زندگی خود نیرویی اصیل و بنیادی است و نه توجه ثانویه از کشش‌های غریزی او. این معنی منحصر به فرد و ویژه خود اوست و از این‌رو، این اوست و تنها او که باید و قادر است به آن

تحقق بخشد و تنها در آن صورت است که معنی‌جویی او ارضا خواهد شد» (فرانکل، ۱۳۷۵: ۱۴۵)

- جهان بینی معنادرمانی

در معنادرمانی شناخت رنج و یافتن معنای زندگی اهمیت بسیاری دارد. در جهان بینی این مکتب، معنایابی حقیقت الهام بخش وجود انسان است. در همین راستا فرانکل می‌نویسد: «معنایابی در اغلب انسان‌ها یک حقیقت است، نه یک ایمان و عقیده. هنگامی که انسان با موقعیتی ناامیدکننده روبه‌رو می‌شود، هنوز فرصتی دیگر برای تحقق معنا دارد. او می‌تواند بالاترین ارزش را درک کند تا عمیق‌ترین معنا را کامل نماید. فرانکل فرض می‌کند، که رنج‌بردن زمانی معنادار است که موقعیت غیرقابل تغییر باشد، در این‌جا روش برخورد قهرمانانه مطرح است تا آزارطلبانه» (حسن‌آبادی، ۱۳۸۳: ۱۳).

-ایمان روان پزشکی و انسانیت در روانپزشکی

اعتقاد فرانکل بر این است که، درمانگران سنتی، آزادی انتخاب و اراده را در انسان نادیده می‌گیرند در صورتی که باید به بعد معناجویی و معنوی انسان توجه شود: «یک بیمار "روان پریش" غیر قابل درمان ممکن است، کارایی و مفید بودن خود را از دست داده باشد، ولی شأن و مقام انسانی هنوز در او باقی است. این همان چیزی است که من آن را ایمان روان پزشکی نامیده‌ام. بدون این ایمان روانپزشک بودن ارزش چندانی ندارد. به خاطر چه کسی؟ تنها به خاطر ماشین آسیب دیده‌ی مغزی که قابل تعمیر نیست» (همان: ۲۱۴).

-معنا جویی از منظر مولانا

-پویایی اندیشه

در ادامه‌ی داستان تمثیلی مجنون و ناقه‌اش می‌خوانیم زمانی که مجنون، خود را در تعارض با ناقه‌اش - که مجنون رمز روح و ناقه، خواهش‌های جسمانیست - دید، متوجه می‌شود که رنج پیاده روی و رسیدن به هدف و "معنای مقصود" بهتر از طی مسیر در آسودگی سواری است که از مقصود خود دور ماند.

نیستت بر وفق من مهر و مهار	کرد باید از تو عزلت اختیار
این دو هم‌ره هم‌دگر را راه زن	گمره آن جان کاو فرو ناید ز تن
جان ز هجر عرش اندر فاقه‌ای	تن ز عشق خار بن چون ناقه‌ای
جان گشاید سوی بالا بال‌ها	در زده تن در زمین چنگال‌ها
تا تو با من باشی ای مرده وطن	پس ز لیلی دور ماند جان من

(مولانا، ۱۳۸۹: ج ۲: ۱۰۴۴)

- خودشناسی

مولانا معتقد است که حیات معنوی انسان از آنجا آغاز می‌شود که آدمی برای لحظه‌ای از سیر مکرر روزمرگی‌هایش فارغ گردد و به خویشتن خویش بازگردد. رکن اصلی حیات معنوی راه، رهایی از غفلت دنیوی که محصول توجه به درونیات و خودشناسی است؛ تشکیل می‌دهد. مولانا در سرتاسر آثارش بالاخص مثنوی معنوی به این مهم اشاره می‌کند و همواره انسان‌ها را به خودشناسی و باز کردن گره از وجود خود توصیه می‌نماید:

عقده را بگشاده گیر ای منتهی عقده‌ی سخت است بر کیسه‌ی تهی
در گشاد عقده‌ها گشتی تو پیر عقده‌ی چندی دگر بگشاده گیر

(همان: ۵۶۰-۵۶۱)

در واقع، مولانا «گام اول در راه رسیدن به ارزش و معنای زندگی را در خودشناسی می‌داند و معتقد است برای آنکه انسان درک درستی از معنای زندگی خود داشته باشد باید پیش و پیش از هر چیز به شناسایی خود بپردازد. در آنجاست که می‌فهمد همه‌ی عوالم هستی در اوست و خدای عالم در او موجود است» (کمپانی زارع، ۱۳۹۰: ۲۴).

- خودسازی و پیشرفت خودی

مولوی آدمیان را اندرز می‌دهد که در پی تقویت و تعالی خودی خویش باشند و امکانات و قابلیت‌های نهفته در آن را شکوفا سازند. او در مورد این قابلیت‌ها می‌گوید:

چشمه شیر است در تو بی‌کنار تو چرا می‌شیر جویی از تغار
منذی داری به بحر ای آبگیر نگ دار از آب جستن از غدیر

(همان: ۱۲۵۴-۱۲۵۳)

بنابر بر عقیده‌ی مولوی خودسازی کاری ساده نیست و عملی دشوار است. چیزی است در حد نوزایی و کسی که می‌خواهد انسان کامل شود، باید بارها تولد یابد و نوزایی‌های متعدد را تجربه کند.

- چهار مقوله‌ی اصلی که در معنا درمانی از نظر مثنوی و فرانکل مشترکند:

۱- معنای مافوق یا خدادرمانی

از نظر فرانکل: «معنای غایی و نهایی به ناچار ماورای توانایی درک و فهم بشر قرار می‌گیرد. در لوگوترایی ما از آنها به عنوان معنای مافوق نام می‌بریم. انسان باید ناتوانی خود را در درک معنای بی‌قید و شرط زندگی، از راه منطق بپذیرد» (فرانکل، ۱۳۷۵: ۱۸۷). در (مثنوی، ۱۳۸۹ ج ۶) مقدمه جلد ششم، در بیان معنای مافوق، آمده است: «که مصباح ظلام وهم و شبهت و خیالات و شک و ریب باشد این مصباح را به حس حیوانی ادراک نتوان کردن زیرا مقام حیوانی اسفل

السافلین است که ایشان را از بحر عمارت صورت عالم اسفل آفریده‌اند و بر حواس و ادراک ایشان دایره‌ای کشیده‌اند که از آن دایره تجاوز نکنند. "ذالک تقدیر و العزیز العظیم"، یعنی مقدار رسیدن عمل ایشان و جولان نظر ایشان پدید کرد چنان که هر ستاره‌ای را مقداری است و کارگاهی از فلک که تا آن حد عمل او برسد و همچو حاکم شهری که حکم او در آن شهر نافذ باشد پس در ورای توابع آن شهر او حاکم نباشد. عَصَمَنَا اللهُ مِنْ حَبْسِهِ وَ حَتْمِهِ وَ مَا حَجَبَ بِهِ الْمَحْجُوبِينَ آمِينَ رَبَّ الْعَالَمِينَ (خداوند ما را از زندان و بند خویش و از آنچه غافلان در حجاب مانده‌اند مصون دارد) (همان: ۱۴۵۳).

گر جنین را کس بگفتی در رحم	هست بیرون عالمی بس منتظم
یک زمین خرمی با عرض و طول	اندر او صد نعمت و چندین اکول
کوه‌ها و بحر‌ها و دشت‌ها	بوستان‌ها باغ‌ها و کشت‌ها
آسمانی بس بلند و پرضیا	آفتاب و ماهتاب و صد سه‌ها...
او به حکم حال خود منکر بدی زین	رسالت معرض و کافر شدی

(مولانا، ۱۳۸۹: ج ۱، ۶۷۲)

پایه، کانون و مقصد اندیشه‌ی مولانا خداست، خدای واحد لایتنه‌ای، که به ذات او هرگز نتوان رسید و بهتر است هرگز موضوع اندیشه و غور قرار نگیرد. زیرا:

هرچه اندیشی پذیرای فناست آنک در اندیشه ناید آن خداست

(همان: ۳۰۷)

گاهی خدا را به عقل کل خطاب می‌کند:

این جهان یک فکرت است از عقل کل عقل چون شاه است و صورتها رسل

(مولانا، ج ۴، ۳۲۵۸)

این خدای به اندیشه در نیامدنی وصف ناپذیر خویشتن را در همه جا متجلی می‌سازد، زیرا او عامل و عالم به همه چیز است. «او تنها علت نخستین و محرک نامتحرکی نیست که در ورای همه چیز هست، بلکه سرچشمه‌ی همه‌ی عشق‌هاست، یا اینکه خود همان عشق پوینده است، و در نهایت حتی برتر از همه‌ی تجلیات عشق است» (شیمل، ۱۳۷۴: ۳). شعر و نثر مولانا همه برگرد آن وجود می‌گردد که آثار صنعتش در همه کائنات هویدا است. مولانا به مخاطبان خود پیوسته این درس را می‌دهد و آنها را دعوت می‌کند که به زندگی و پدید آمدن امکانات همیشه و نو و حادث از این بازی اضداد بنگرند. زیرا قرآن می‌گوید: «کل یوم هو فی شأن» (سوره، ۵۵، آیه ۲۹) خداوند از احتیاجات و نیازمندی‌های آفریده‌های خویش آگاه است و هر روز با تجلیات تازه‌ای خود را بدان‌ها می‌نمایاند خواه این تجلی مسرت‌انگیز باشد خواه درماندگی. اما اگر کسی

بپرسد پس این همه رنج و بدبختی در روی زمین چه معنایی دارد، مولانا با اعتقاد راسخ جواب می‌دهد که در همه اینها معنایی نهفته است. خداوند که خود را خیرالماکرین (سوره، ۳ آیه ۵۴) خوانده است راه‌هایی مخصوص به خود دارد که انسان‌ها از آن سر در نمی‌آورند و رحمت او چه بسا که در غضب او نهفته است همچنان که گران‌بهای ممکن است در خاک پنهان باشد» (همان: ۸۶).

۱-۱. مناسک دینی و معنادرمانی

یکی از سازوکارهای مولانا در حل مشکلات و آشفتگی‌های روانی ناشی از خلاء وجودی و یأس و ناامیدی و تهی بودن زندگی از معنا تبیین کارکرد و تأثیر مناسک دینی است. احساس تهی بودن و بی‌معنایی، فی‌نفسه یک ناامیدی وجودی و یک درماندگی روحی است نه یک بیماری عاطفی یا مرض روانی. بیمار روانی از نظر منشأ ممکن است روان‌زادی (روان رنجوری) باشد یا بدن‌زادی (روان‌پریشی) باشد اما شبه روان رنجوری‌های ذهن‌زادی و روان‌پریشک‌زادی نیز وجود دارند و بالاخره خلاء وجودی نیز وجود دارد که به هیچ وجه روان رنجوری نیست بلکه جامعه‌زادی است. (فرانکل، : ۱۷۲). با این وصف مولانا با شناخت و درک عمیق از این گونه مبانی و در عین پایبندی به اصول و قوانین شرعی و فقهی مناسک دینی از تأثیر روان‌شناختی و جامعه‌شناختی آنها غافل نبوده و با عبور دادن نگرش‌های عادت‌مدار مخاطب از مناسک دینی و گره زدن مفاهیم بلند آن به روح و جان انسان از سویی و سوق دادن معرفت‌گرایانه به مبدأ هستی توانسته است نقش بی‌بدیل مناسک دینی در معنا بخشی به زندگی را به روشنی بیان کند.

ذیلاً به نمونه‌هایی از تأثیرات روان‌شناختی و مناسک دینی به بحث گذاشته می‌شود:

۱-۱-۱. نماز

پرداختن مولانا به مقوله‌ی نماز در مثنوی خود موضوع یک بحث جداگانه است اما آنچه در این جا مورد نظر است آنست که مولانا توجه پیوسته به مفاهیم مستتر در ارکان و اذکار نماز و درک دقیق و درست آنها و به تبع آن تغییر در رفتار و نگرش آدمی در حرکت به سوی تعالی را نتیجه حقیقی و اعلای نماز می‌شمارد و معتقد است صرف رکوع و قیام و قعود در نماز و قرائت و تفصیل نتیجه‌ی اساسی مترتب بر نماز را به دنبال ندارد و ممکن است نمازگزار صورت ظاهری را به انجام رساند ولی از دستیابی به معانی و نتایج عظیم این فریضه که همانا اتصال به منبع بیکران و لایزال قدرت، رحمت و حکمت الهی است، بازماند؛ او ضمن توجه دادن انسان به مفاهیم نمادین نهفته در ارکان و اذکار نماز آدمی را از نماز بی‌نتیجه که همانا به مثابه سرکوفتن

مرغ بر زمین است بر حذر می‌دارد:

در نماز این خوش اشارت‌ها ببین
تا بدانی کین بخواهد شد یقین
بچه بیرون آر از بیضه نماز
سر مزن چون مرغ بی تعظیم و ساز

(مولوی ۱۳۷۳، ۲۲۱۱/۳ - ۲۲۱۰)

توجه عمیق به حمد در نماز در تثبیت این معنا که خداوند هادی و حامی بشر در زندگی است و تنها کسی که می‌تواند به مادر بزنگاه‌های شک و یقین، هدایت و گمراهی، سعادت و شقاوت کمک کند و از منظر سیاسی و اجتماعی نیز به وضوح این آیات چابک‌نویسی نزد صاحبان زر و زور و در یوزگی از متنفذان در دستگاه قدرت سیاسی، اقتصادی و اجتماعی را برای بنده نمازگزار نفی می‌کند و از منظر روانی تنها نقطه قابل اتکا برای هدایت و حمایت را ذات باری تعالی معرفی می‌کند:

هست این ایاک نعبد حصر را
در لغت و ان را پی نفی ریا
هست ایاک نستعین هم بهر حصر
حصر کرده استعانت را و قصر
اهدنا گفتی صراط المستقیم
دست بگرفت و بردت تا نعیم

(مولوی ۱۳۷۳، ۳۴۲۰/۴)

و باز از منظر اجتماعی و سلامت در روان مولانا نماز را یک عامل مؤثر و گره گشا تلقی می‌کند.

جوشش و افزونی زر در زکات
عصمت از فحشا و منکر در صلوات

(مولوی ۱۳۷۳، ۳۵۷۷/۶)

۱-۱-۲. روزه

روزه که در معنای متعارف آن دم فرو بستن از خوردن و آشامیدن و پرهیز از اعمال دیگری است که این فریضه الهی را باطل می‌کند از منظر مولانا روزه سفره ای آسمانی است که برای انسان فرصت درک تجربه‌های تازه نظیر آنچه را که فرشتگان تجربه می‌کنند فراهم می‌آورد؛ زیرا قوت و قوت فرشتگان غذای معمولی نبود بلکه از دیدار خلاق و دود بود:

قوت جبریل از مطبخ نبود
بود از دیدار خلاق و دود

(مولوی ۱۳۷۳، ۶/۳)

لب فرو بند از طعام و از شراب
سوی خوان آسمانی کن شتاب
دم به دم بر آسمان می‌دار امید
در هوای آسمان رقصان چو بید
دم به دم از آسمان می‌آیدت
آب و آتش رزق می‌افزایدت

(مولوی ۱۳۷۳، ۱۷۳۳/۵ - ۱۷۳۰)

علاوه بر این روزه به عنوان تمرینی در بازداشتن تن از نیازهای جسمانی که سبب تقویت قدرت تحمل سختی‌ها و نامالایمات زندگی می‌شود از منظر اجتماعی و سلامت رفتار فرد در جامعه به واسطه منع شرعی و تأثیر روانی از بروز جرم و جنایت در جامعه پیشگیری نموده و یا حداقل در کاهش آن نقش آشکاری دارد:

اشکم خالی بود زندان دیو کش غم نان مانع است از مکر و دیو
اشکم پر لوت دان بازار دیو تاجران دیو را در وی غریو

(مولوی ۱۳۷۳، ۴۷۳۱/۶-۴۷۳۰-۴۷۳۰)

۱-۱-۳. امر به معروف و نهی از منکر

از آنجایی که بسیاری از آشفتگی‌های روانی ریشه در نگرش و رفتار حاکم و رایج در جامعه دارد به تعبیری که قبلاً گفته شد جامعه زاد است بنابراین مولانا با اشراف کامل بر زوایایی گوناگون و ظریف این مهم و با تبیین مفاهیم و مصادیق امر به معروف و نهی از منکر پرداخته است و نقش بسیار سازنده، مهم و کلیدی این فریضه دینی را در ایجاد و تثبیت سلامت رفتاری و روانی جامعه باز نموده و کارکردهای دینی، روانی، اجتماعی آن را به خوبی آشکار ساخته است. بیان همه مصادیق این بایدها و نبایدهای اجتماعی در این مجال نمی‌گنجد اما اجمالاً باید گفت که پذیرش قضا و قدر الهی، جستجوگری و طلب مدام، صبر، مشورت (ایجاد همگرایی فکری در تصمیم‌های اجتماعی و بهره‌مندی در زندگی فردی) تواضع، مدارا و ... از جمله این بایدها (اوامر) و نبایدها (نواهی) اجتماعی هستند:

گر شود ذرات عالم حيله پیچ با قضای آسمان هیچ اند هیچ

(مولوی ۱۳۷۳، ۴۵۰/۳)

تو به هر جای که باشی می طلب آب می جو دایماً ای خشک لب

(مولوی ۱۳۷۳، ۱۴۵۴/۳)

کاین طلب کاری مبارک جنبش است این طلب در راه حق مانع کش است

(مولوی ۱۳۷۳، ۱۴۵۸/۳)

صبر باشد مشتتهای زیرکان هست حلو آرزوی کودکان

(مولوی ۱۳۷۳، ۱۶۰۰/۱)

صد هزاران کیمیا حق آفرید کیمیایی همچو صبر آدم ندید

(مولوی ۱۳۷۳، ۱۸۸۴/۳)

عقل را با عقل یاری یار کن امرهم شورا بخوان و کار کن

(مولوی ۱۳۷۳، ۱۶۸/۵)

گرچه عقلت هست با عقل دگر یار باش و مشورت کن ای پدر
با دو عقل از بس بلاها وارهی پای خود بر اوج گردون مانهی

(مولوی ۱۳۷۳، ۱۳۷۴/۴ - ۱۳۷۳)

۱-۱-۴. دعا

اهمیت دعا در آن است که خداوند در قرآن به دعا امر کرده است و اجابت آن را نیز خود پذیرفته است و تلویحاً آن را از مصادیق عبادت دانسته و سرباز زدن از آن را به منزله ورود به جهنم برشمرده است. (غافر ۶۰) اعتقاد به دعا انسان را از یادگیری صرف و محصور ماندن در پیله‌ی آفرینش مادی نجات می‌دهد و او را با عوالم و قدرت‌های دیگری آشنا می‌سازد که تأثیر نامرئی ولی مداوم در هستی و حیات او دارند پس دعا نقض جهد و عمل نیست بلکه تأثیر امیدبخشی به انسان در هنگام ناکارآمدی جهد و تلاش و اسباب و علل است دعا نافی جهد و تلاش نیست بلکه مکمل آن است یعنی انسان می‌تواند در عین استفاده از اسباب و علل دعا هم بکند و در عین اعتقاد به دعا به تلاش هم بپردازد (محرمی، ۱۳۸۷: ۱۵۶).

یکی از مقوله‌های بسیار گسترده در مثنوی دعا و مناجات است. درک اهمیت دعا از منظر مولانا تنها با هم جوشی روانی با او و استغراق مستمر در مثنوی قابل درک است. اتصال را که مولانا با ذکر لطیف‌ترین معانی در دعا با خدا ایجاد می‌کند و در لا به لای آن به پرسش‌های مقدر مخاطبان پاسخ می‌دهد و بسیاری دیگر از ویژگی‌های مندرج در آن به روشنی نشان می‌دهد دعا چه کارکردهای مفید و سازنده‌ای دارد.

دعا از آن جهت که توجه انسان را از علل مادی به یک وجود متعالی رهنمون می‌شود در حقیقت نقش معنابخشی و تبلور اعتقاد به پروردگار را نمایان می‌سازد. بنابراین از جمله کارکردهای مناجات‌های مولانا اتصال روحی، روانی و اعتقادی مخاطب به یک منبع فیض و قدرت مطلق در عالم هستی که همانا خداست، می‌باشد. این دقیقاً زمانی رخ می‌دهد که آدمی رشته مددخواهی و گشایش او از همه جا و همه کس بریده می‌شود و آدمی کاملاً دچار استیصال می‌گردد.

از نظر مولانا دعا کننده و اجابت کننده دعا خداست نگرش وحدت وجودی مولانا یک نیروی عظیمی از امید را ایجاد می‌کند و توحید و یگانگی را در قالب دعا تعلیم می‌دهد:

این دعا تو امر کردی ز ابتدی ورنه خاکی را چه زهره این بدی
چون دعامان امر کردی ای عجاب این دعای خویش را کن مستجاب

(مولوی ۱۳۷۳، ۲۳۲۰/۶ - ۲۳۱۹)

هم دعا از تو اجابت هم ز تو ایمنی از تو مهابت هم ز تو
(مولوی ۱۳۷۳، ۶۹۲/۲)

توفیق دعا کردن را مولانا از تعالیم خداوند و از الطاف او می‌داند:
این دعا هم بخشش و تعلیم توست ورنه در گلخن گلستانه از چه رست
(مولوی ۱۳۷۳، ۲۴۴۹/۲)

دعا سبب رهایی و آزادی از قیود و اسباب بشری در نیل به اهداف متعالی است و البته که
تضرع و دل شکستگی اجابت آن را تضمین می‌کند:

من غلام آن مس همت پرست کو به غیر کیمیا نارد شکست
دست اشکسته برآورد در دعا سوی اشکسته پرد فضل خدا
گر رهایی بایدت زین چاه تنگ ای برادر رو برآذر بی درنگ
(مولوی ۱۳۷۳، ۴۹۴/۵ - ۴۹۲)

با توجه به آن چه از نوع نگاه مولوی به مناسک دینی و تأثیر آن در نگرش و رفتار فرد گفته می‌شود و نیز آنچه از مبانی معنادرمانی فرانکل سخن به میان آمد به روشنی می‌توان دریافت که از منظر مولوی نقش مناسک دینی در ایجاد باور به خداوند و تثبیت و تازه نگه داشتن این باور و اتکا بشر به یک منبع قدرت، لطف، هدایت و حمایت بسیار پررنگ است و از سوی دیگر حضور عمل گرایانه مناسک دینی در زندگی همواره ترمیم کننده خلاء وجودی و یأس و ناامیدی بوده و ضمن ایجاد نشاط و سرزندگی، انگیزه تحرک و پویایی فردی و اجتماعی را دوام و قوامی دوچندان می‌بخشد این همان از خود فرارفتن و تعالی و رسیدن به معنا (خدا) است که فرانکل بر آن تأکید داشته است.

۲- معنادرمانی عشق

«عشق تنها شیوه‌ای است که با آن می‌توان به اعماق وجود انسانی دیگر دست یافت. هیچکس توان آن را ندارد جز از راه عشق به جوهر وجود انسانی دیگر، آگاهی کامل یابد. در لوگو تراپی عشق عاملی نیست، که از سائقه‌ای غریزه‌ای جنسی مشتق شده باشد. همچنین عشق شکل اعتلا یافته‌ی میل جنسی نیز نیست بلکه عشق خود مانند میل جنسی پدیده‌ای اصلی و بنیادی است» (همان: ۱۷۸) راه دیگری که فرانکل برای کشف معنای درمانی ارائه می‌دهد، عشق است «جنبه‌ی روحانی عشق است که ما را یاری می‌دهد تا صفات اصلی و ویژگی‌های واقعی محبوب را ببینیم. و حتی چیزی را که بالقوه در اوست و باید شکوفا گردد، درک کنیم. علاوه بر این عاشق به قدرت عشق توان می‌یابد که معشوق را در آگاه شدن از استعدادهای خود و تحقق بخشیدن به آنها یاری کند» (فرانکل، ۱۳۹۷: ۱۷۳).

مولوی نیز عشق را، طبیعی می‌داند که درمان همه بیماری‌هاست " ای طیب جمله علت‌های ما "عشق چنان مقام بالایی دارد که عقل از شرح آن عاجز است.

کسب دین عشق است و جذب اندرون قابلیت نور حق دان ای حرون
کسب فانی خواهدت این نفس خس چند کسب خس کنی بگذار بس
ننگرم کس را وگر هم بنگرم او بهانه باشد و تو منظر م
عاشق صنع تو ام در شکر و جد عاشق مصنوع کی باشم چو گبر

(مولوی، ۱۳۸۹: ۵۷۷)

هر که را جامه ز عشقی چاک شد او ز حرص و عیب کلی پاک شد
شاد باش ای عشق خوش سودای ما ای طیب جمله علت‌های ما

(مولوی ۱۳۷۳، ۱/۲۳-۲۲)

به عقیده‌ی مولوی در زندگی بشر ارزش‌هایی وجود دارد که در شکل بخشیدن به سرنوشت خودی سهیم می‌باشند، یعنی شخصیت بشری را به کمال می‌رسانند و خود به آزادگی و جاودانگی نایل می‌آید. از نظر مولانا عشق عبارت است از: نیستی در عین هستی، اوج بندگی در عین خدایی شدن، فنای محض عین بقای ازلی و چنین می‌گوید:

مطرب عشق این زند وقت سماع بندگی بند و خداوندی صداع
پس چه باشد عشق دریای عدم درشکسته عقل را آنجا قدم

(مولوی ۱۳۷۳، ۳/۴۷۷۴-۴۷۷۳)

دور گردونها ز موج عشق دان گر نبودی عشق بفسردی جهان

(مولانا ۱۳۷۳، ۵/۳۸۵۴)

۳- معنادرمانی رنج

هنگامی که انسان با رنجی گریز ناپذیر مواجه می‌شود و قادر به تغییر موقعیت نیست می‌تواند زاویه دید خود را تغییر دهد. انسان در اتخاذ موضع نسبت به موقعیت تغییر ناپذیر آزاد است. مواجهه با رن

ج در انسان‌ها بسیار متفاوت است و برخی با آن به ستیزه برخاسته و برخی دیگر آن را به اجبار تحمل می‌کنند. معنادرمانی شیوه‌ای از تفکر است که می‌خواهد به انسان کمک کند تا معنای رنج و دردهایش را بیابد و شرایط دشوار را به آرامش و راحتی تبدیل کند. انسان با کشف معنا و تحمل رنج‌ها شایستگی این را پیدا می‌کند که در مقابل سرنوشت بایستد و آن را به سمت درست هدایت کند. فرانکل می‌گوید: «انگیزه‌ی اصلی و هدف زندگی، گریز از درد و لذت بردن نیست بلکه معنی‌جویی زندگی است که به زندگی مفهوم می‌بخشد» (فرانکل، ۱۳۹۷: ۱۸۳).

مولانا در این باره چنین می‌سراید:

تمثیل صابر شدن مومن چون بر سر و خیر بلا واقف شود:

سگ شکاری نیست او را طوق نیست	خام و ناجوشیده جز بی ذوق نیست
گفت نخود چون چنین است ای ستی	خوش بجوشم یاریام ده راستی
تو در این جوشش چو معمار منی	کفچلیزم زن که بس خوش میزنی
همچو پیلیم بر سرم زن زخم و داغ	تا نبینم خواب هندستان و باغ
تا که خود را در دهم در جوش من	تا رهی یابم در آن آغوش من
زانکه انسان در غنا طاغی شود	همچو پیل خواب بین یاغی شود
پیل چون در خواب بیند هند را	پیلبان را نشنود آرد دغا

(مولوی ۱۳۷۳: ۳/۴۲۴۳-۴۲۴۹)

مولانا در حکایت واعظ می‌گوید، هر رنجی که به آدمی می‌رسد الزاماً شر نیست چنانکه هر لذتی الزاماً خیر نیست چون برخی سختی‌ها و رنج‌ها همچون ضربه‌ای بیدار کننده، موجب بیداری و هوشیاری انسان است. زیرا در پس هر دردی درسی نهان است.

او درد و رنج را درمانی بر تألمات روحی می‌داند:

هست حیوانی که نامش اشغر است	او به زخم چوب زفت و لمتر است
تا که چوبش میزنی به می‌شود	او ز زخم چوب فربه می‌شود
نفس مومن اشغری آمد یقین	گو به زخم رنج زفت است وسمین
زین سبب بر انبیا رنج وشکست	از همه خلق جهان افزونتر است

(مولانا، ۱۳۸۹، ج ۴، ۹۷-۱۰۰)

در مبحث «رنج» از منظر مولانا نکاتی چند حائز اهمیت است که در ذیل به آنها اشاره

می‌شود:

۱- عامل حرکت و توجه به حق

غم ورنج عامل حرکت و توجه آدمی به سوی حق است وهرچیزی به جز غم، سنت استدراج- که مطابق آن نعمت‌ها انسان را به سوی غفلت، دوری از خدا، گناه و سقوط می‌کشاند-به شمار می‌آید:

حق همی گوید که آخر درد و رنج	مر ترا لابه کنان و راست کرد
این گله زان نعمتی دان کت زند	ازدر ما دور و مطرودت کند

(مولوی ۱۳۷۳، ۴/۹۴-۹۳)

غم یکی گنج است ورنج توچو کان لیک کی درگیرد این در کودکان
(مولوی ۱۳۷۳، ۵۱۴/۳)

۲- رحمت حق

رحمت حق همانند گنجی است که در پوشش درد ها و رنج ها پنهان شده است و آسیب هایی که آدمی از رهگذر این درد و رنج می بیند به مثابه کنار زدن پوشش آن گنج عظیم است که به آدمی قدرت نواندیشی و طراوت فکر ارزانی می دارد:

رنج گنج آمد که رحمت ها در اوست مغز تازه شد چو بخراشید پوست
(مولوی ۱۳۷۳، ۲۲۸۳/۲)

۳- لطافت روح

رنج باعث لطافت روح می شود و آدمی را از افسردگی و گرانجانی می رهاند:

آدمی را پوست نامدبوغ دان کز رطوبت ها شده زشت و گران
تلخ و تیز و مالش بسیار ده تا شود پاک و لطیف بافره
(مولوی ۱۳۷۳، ۱۰۶/۴-۱۰۵)

۴- اصلاح نفس

غم و رنج برای اهل ایمان به مثابه سازوکاری است که نفس سرکش را اصلاح می کند و سبب استقامت روح می شود. مولوی از حیوانی نام می برد (اشغر) که با چوب فربه می شود نفس مومن نیز این چنین است :

نفس مومن اشغری آمد یقین کو به زخم رنج زفت است و سمین
(مولوی ۱۳۷۳، ۱۰۰/۴)

۵- عامل شادی و شادمانی

آن چه از شادی ها نصیب آدمی می شود، از دل غم ها نشأت می گیرد و غم ها با تغییر نگرش آدمی در حوادث روزگار در حقیقت مرهم گذار زخم های اساسی سرشت آدمی هستند:

قند شادی میوه باغ غم است این فرح زخم است و آن غم مرهم است

(مولوی ۱۳۷۳، ۳۷۹۸/۳)

۶- لذت از حصول نتیجه

رنج بردن سبب لذت بردن بعد از حصول نتیجه و وصول به مقصد است؛ زیرا اگر همه ی خواسته های آدمی فراهم باشد، مایه ی دلزدگی و افسردگی می شود؛ هم چنان که قوم سبا از

بسیاری نعمت‌ها، از شکرگزاری و ذوق اطاعت و عبادت محروم شدند و دچار افسردگی گشتند:
 قوم گفته شکر ما را برد غول ما شدیم از شکر و از نعمت ملول
 ما چنان افسرده گشتیم از عطا که نه طاعتمان خوش آید نه خطا
 (مولوی ۱۳۷۳ ۳/۲۷۱۷-۲۷۱۶)

۴- معنادرمانی و مرگ

وقتی موضوعی به نام مرگ مطرح می‌شود این احساس ایجاد می‌شود که معنای زندگی معضلی دارد. در واقع، اغلب گمان بر این است، که پرسش از معنای زندگی به این دلیل مطرح می‌شود که زندگی ما به مرگ می‌انجامد» (یالوم، ۱۳۹۰: ۱۶۶). فرانکل در مورد مرگ می‌نویسد: «چنین به نظر می‌رسد که رنج و پریشانی و مرگ، معنی زندگی را می‌ربایند اما من هرگز از گفتن این نکته خسته نخواهم شد که، آنچه که واقعا در زندگی از کف می‌رود امکانات و توانایی‌هاست و لحظه‌ای که این امکانات و توانایی‌ها شکوفا شود، به واقعیت پیوسته و جز گنجینه‌های پر بهای بشر به گذشته جاویدان تعلق پیدا می‌کند. گذشته‌ای که هیچ چیز در آن گم نمی‌شود و همه چیز دست نخورده پابرجاست» (ولف، ۱۳۸۷: ۳۰) به همین دلیل به نظر فرانکل گذرایی و انتقال زندگی چیزی را از معنای آن کم نمی‌کند، بلکه در انسان احساس مسئولیت و وظیفه را بیدار می‌کند. به عقیده‌ی او انسان پیوسته در میان موج عظیمی از توانایی‌ها و امکانات نهفته خود در حال «گزینش» است که کدامین آنها می‌بایست شکوفا گردد و کدامین محکوم به نابودی است. کدام باید تحقق و واقعیت یابد، واقعیتی ابدی و جاودانه چون «ردپایی در شن زار زمانه» انسان باید در هر لحظه تصمیم بگیرد، تصمیمی برای بهتر شدن یا سقوط، تصمیم برای اینکه اثر ماندگار او در این زندگی گذرا چه خواهد بود. در واقع لوگوتراپی با در نظر گرفتن گذرایی هستی انسان بجای بدبینی و انزوا انسان را به تلاش و فعالیت فرا می‌خواند. فرانکل معتقد است از فناپذیری باید چیزی را بوجود آورد که به زندگی انسان معنا بدهد نه چیزی که معنایش را از آن بگیرد. فرانکل در این مورد می‌گوید: «اغلب می‌شنویم که مرگ معنا را از زندگی دور می‌کند یعنی اینکه در پایان تمام کوشش‌های آدمی بی‌معناست، چون مرگ در نهایت آنها را ضایع می‌کند. آیا مرگ واقعا از بامعنایی زندگی می‌کاهد؟ به عقیده فرانکل اگر زندگی ما فناپذیر نبود پیامدهای این چنینی را ممکن بود داشته باشد که ما هر فعالیتی را به فردا یا روز بعد و یا یکسال یا ده سال بعد موکول کنیم. اما در برابر مرگ که پایانی مطلق برای آینده‌ی ما و مرزی برای امکاناتمان به شمار می‌رود، موظف هستیم که از زندگی حداکثر بهره را ببریم و نگذاریم حتی فرصتی هم از دستمان برود زیرا که کل این فرصت‌ها سازنده‌ی کل این زندگی هستند. بنابراین مرگ و فرجام‌پذیری نه تنها از ویژگی‌های اصلی زندگی انسان است، بلکه عامل با معنا بودن آن

نیز به شمار می‌رود. معنای هستی انسان برپایه‌ی ماهیت برگشت ناپذیری آن استوار است» (فرانکل، ۱۳۸۷: ۱).

دیدگاه و نگرش مولانا نسبت به مرگ (مرگ اجباری) برای پاسخ‌گویی به کسانی که مرگ را پایان زندگی و فنا و نابودی انسان پنداشته و از این رو احساس پوچی و بی‌معنایی در زندگی می‌کنند نیز قابل توجه است. در آثار مولانا آنقدر که به مرگ پرداخته شده است، به هیچ مطلب دیگری توجه نشده است. مولانا معتقد است اگر مرگی در کار نبود، جهان بی‌ارزش بود، زیرا زنجیره‌ی تکامل از هم می‌گسست و کمال منقطع می‌شد و بشر بسان خرمنی ناکوفته که گاه و دانه‌اش به هم درآمیخته است مهمل بر زمین می‌ماند و نیز اگر مرگ نبود انسان بر حیات ناسره‌ی خویش حریص بود. حال آنکه مرگ جداکننده‌ی روح از بدن و فارق سره از ناسره است و منتقل‌کننده‌ی او از جایی تنگ به عرصه‌ی بیکران» (زمانی، ۱۳۸۲: ۱۷۹).

آن یکی می‌گفت: خوش بودی جهان گر نبود پای مرگ اندر میان

(مولانا، ۱۳۸۹: ج ۲، ۱۷۱)

مرگ را تو زندگی پنداشتی تخم را در شوره‌ی خاکی کاشتی

عقل کاذب هست خود معکوس بین زندگی را مرگ بیند ای غبین

(مولانا، ۱۳۸۹، ج ۵، ۱۷۶۳-۱۷۶۴)

بنا بر عقیده‌ی مولانا مرگ و حشر به آدمی معرفت و خودآگاهی نسبت به حقیقت روحش می‌بخشد و با مرگ انسان از خواب غفلت بیدار می‌شود و جدایی و مفارقت نهایی اضداد روی می‌دهد» (چیتیک، ۱۳۸۲: ۱۱۹).

کشتن و مردن که بر نقش تن است چون انار و سیب را بشکستن است

آنچه شیرین است آن شد ناردانگ و آنکه پوشیده است نبود غیر بانگ

رو به معنی کوش ای صورت پرست زانکه معنی بر تن صورت پرست

(همان: ۷۰۹-۷۰۷)

باد تند است و چراغم ابتری زو بگی‌رانم چراغ دیگری

تا بود کز هر دو یک وافی شود گر به باد آن یک چراغ از جا رود

همچو عارف کز تن ناقص چراغ شمع دل افروخت از بهر فراغ

تا که روزی کین بمیرد ناگهان پیش چشم خود نهد او شمع جان

او نکرد این فهم، پس داداز غرر شمع فانی را به فانی ای دگر

(مولانا، ۱۳۸۹، ج ۴، ۳۱۰۷-۳۱۱۱)

این نگرش، مولانا را در مقام زندگی شناسی به عرصه‌ی مرگ شناسی و توصیه به مردن سوق می‌دهد. او معتقد است که برای داشتن حیاتی معنوی باید ابتدا از مراتب پست حیات گذر کرد و جان را به کمالات عالیه خود رساند. از این رو توصیه می‌کند که از وضعیت نامطلوب موجود به وضعیت ناموجود مطلوب انتقال یابید. او این انتقال را مرگ مینامد، از آنکه فرد انسانی از مرتبه‌ای پست جدا شده و به مرتبه‌ای بالاتر صعود می‌یابد:

بی حجابت باید آن ای ذولباب! مرگ را بگزین و بر در آن حجاب
نه چنان مرگی که در گوری روی مرگ تبدیلی که در نوری روی
مرد بالغ گشت، آن بچگی بمرد رومی شد، صبغت زنگی سترد
خاک زر شد، هیات خاکی نماند غم فرح شد، خار غمناکی نماند

(همان، ۲۲۷۱-۲۲۷۳)

در اندیشه مولانا مرگ سبب آزادی عناصر بدن است:

چار مرغند این عناصر بسته پا مرگ و رنجوری و علت پا گشا

(مولوی ۱۳۷۳، ۳ / ۴۴۲۸)

برخلاف اکثر انسان‌ها که مرگ را خط بطلان بر هستی انسان می‌دانند، مولانا مرگ را رهایی از چاه (دنیا) از یک ماتم سرا به عرصه‌ای فراح و جایگاهی پسندیده و نوشیدن باده‌ای راستین می‌داند و حسرت مردگان را از مرگ نمی‌داند، بلکه از کم بودن توشه‌ی آن‌ها (تقوی) بر می‌شمارد:

هیچ مرده نیست پرحسرت زمرگ حسرتش آنست کش کم بود برگ
ورنه از چاهی به صحرا افتاد در میان دولت و عیش و گشاد

(مولوی ۱۳۷۳ ۱۷۶۷/۵-۱۷۶۶)

از این منظر مولانا با فرانکل همراه می‌شود؛ فرانکل نیز معتقد است حیات انسان فرصت عظیم و گسترده‌ای برای بهرمندی از امکانات در جهت رشد و تعالی است و بهره‌مندی از ایام حیات و نتایج ارزنده‌ای از آن باقی می‌ماند و به گذشته جاودان می‌پیوندد و ابدی می‌شود (فرانکل، ۱۴۰۱: ۱۶۴).

مولانا نه تنها مرگ را کربه و زشت نمی‌داند، بلکه انسان را به پذیرفتن آن و مرگ جو بودن دعوت می‌کند (۵/۲۵۳۳) و (۶۷۳۸) از منظر او مرگ پیش از مرگ نوعی ایمنی از عذاب به شمار می‌آید (۲۲۹۲/۴-۲۲۹۰) و او انسانی را که قبل از مرگ خویش بمیرد، تحسین می‌کند:

ای خنک آن را که پیش از مرگ مرد یعنی او از اصل این رز بوی برد

(مولوی ۱۳۷۳، ۴ / ۱۳۸۳)

مولانا درک ارزش زندگی را منوط به درک مرگ می داند و اگر مرگ نبود زندگی ارزشی نداشت:

آن دگر گفت از نبودى مرگ هیچ که نیرزیدی جهان پیچ پیچ
(مولوی ۱۳۷۳ ۱۷۶۱/۵)

مرگ در ظاهر، مرگ است، اما در باطن زندگی و حیات است:
ظاهرش مرگ و به باطن زندگی ظاهرش ابتر نهان پابندی
(۱:۳۹۲۸)

در واقع اندیشیدن به مرگ منجر به بیداری انسان از خواب غفلت می‌گردد. غفلت از اینکه این تن و دنیای خاکی ماندگار نیستند و نباید به آنها دل بست و منزل حقیقی انسان جایی دیگر است که چنین نگرشی به مرگ داشتن موجب تغییر در شیوهی زندگی و معناداری آن و هدفمندی اعمال و کردار آدمی و کمال و تعالی او می‌گردد.



نتیجه‌گیری

مهمترین اقدام ویکتور فرانکل، بنیان نهادن مکتب «معنادرمانی» است، و از این رهگذر به افراد زیادی کمک می‌کرد تا معنا و مفهوم زندگی‌شان را دریابند. فرانکل تلاش دارد که ارتباط محکمی بین مقوله‌هایی همچون «خداباوری»، «عشق»، «رنج» و «مرگ»، با معناداری ایجاد کند. فرانکل با تمایز نهادن میان معنای لحظه‌ای و معنای غایی، تاکید می‌کند که باور به وجود خداوند اساسی‌ترین رمز معناداری زندگی است. به عقیده‌ی فرانکل معنا از رهگذر پاسخگویی به خواسته‌های موقعیت پیش آمده کشف می‌شود در نتیجه معنا با تعهد نسبت به تکلیف منحصر به فرد زندگی تجربه می‌شود. در اینجا بایستی به خود اجازه دهیم تا تجربه لحظه را درک کرده و به یک معنای نهایی اعتماد نماییم. در واقع فرانکل معنا را از امور یافتنی در زندگی می‌داند که باید آن را کشف کرد، زیرا از نظر او معنا امری قراردادی، جعلی، ذهنی و پنداری نیست بلکه واقعی و عینی است. از نظر مولانا و فرانکل معناداری و بی‌معنایی زندگی ریشه در تصویر و تلقی ما از زندگی دارد. معنا چیزی نیست که پس از تحقق زندگی به آن تزریق شود. از نظر آنها معنا یک حقیقت است و نه یک امر صرفاً ذهنی بلکه یک امر عینی و حقیقی است. آنها با تکیه بر قدرت آزادی و اختیار انسان و ویژگی منحصر به فرد بودن او، قائل به این امر می‌باشند که انسان با تغییر در شیوه‌ی نگرش خود نسبت به زندگی و اموری همچون مرگ، درد و رنج و اتفاقاتی که در زندگی هر انسانی رخ می‌دهد، می‌تواند زندگی خود را معنادار ساخته و از خلال همین امور معنا را کشف کند و بیابد. مولانا تنها معنا و هدف زندگی انسان را خدا می‌داند. از نظر مولانا همه چیز در عالم تجلی خداوند است و این جهان و هر آنچه در آن است صورتی بیش نیست. فرانکل معتقد است که جنبه‌های گذرای زندگی نیروهای بالقوه آدمی را تشکیل می‌دهند، او هرچه زودتر بتواند این نیروهای بالقوه را بالفعل کند زودتر خود را به یک واقعیت تبدیل کرده است و در نتیجه از نابودی و از شر گذشته خلاص می‌شود. هر چند فرانکل به سنت فکری و دینی متفاوت از مولانا تعلق دارد و نمی‌توان به همسانی این دو اندیشمند در خصوص معنای زندگی به طور کامل قائل شد اما حائز توجه است که او نیز معنای نهایی زندگی انسان را خدا می‌داند. از نظر او زندگی بدون تصور خدا بی‌معنا می‌باشد. به همین خاطر، فرانکل ارزش‌های تجربی، خلاق و نگرشی را تجلی سطحی چیزی بسیار اساسی‌تر می‌داند و آنرا معنای غایی یا تعالی می‌نامد. به عقیده فرانکل تصور تحمل درد، رنج، مرگ و همه‌ی مصیبت‌ها و حوادث بزرگ زندگی بدون وجود خداوند ممکن نیست. نیز وی یکی از راه‌های معنا بخشیدن به زندگی را درک و دریافتن فرد دیگری از راه عشق می‌داند که موجب می‌شود انسان از خود فراتر رود و به این طریق درد و رنج خود را فراموش کند؛ کاری که خودش در زندان تجربه کرد. فرانکل در این مورد در کتاب انسان

در جستجوی معنا می‌نویسد که تمام شکنجه‌های زندان را به خاطر عشقی که به همسر و مادرم داشتم و به امید دیدار آنها تحمل می‌کردم.

از نظر مولانا عشق یعنی، نیستی در عین هستی، اوج بندگی در عین خدایی شدن، فزونی محض عین بقای ازلی. در عشقی که مولانا معرفی می‌کند خودی باقی نمی‌ماند و انسان جز معشوق چیزی نمی‌بیند. هیچ یک از دو متفکر عشق را جسمانی نمی‌دانند و متوجه عشق مادی و ظاهری نیستند و به جنبه‌ی روحانی عشق توجه دارند عشقی که منجر به تعالی نفس و روح انسان می‌شود. نکته قابل توجه این است که هم فرانکل و هم مولانا جنبه درمانی برای عشق قائل می‌باشند و عشق را درمانگر تمام دردهای انسان می‌دانند.

نگرش مولانا و فرانکل نسبت به رویدادهایی همچون مرگ و دردها و رنج‌هایی که در زندگی رخ می‌دهند نیز قابل توجه است. در اینجا فرانکل ارزش‌های گرایشی را معرفی می‌کند. به اعتقاد فرانکل، در ناپیمودنی‌ترین راه‌ها و در یاس‌آورترین وضعیت‌ها می‌توان عظیم‌ترین معنا را یافت. به عبارت دیگر اگر فرد در شرایطی قرار بگیرد که نتواند شرایط را عوض کند، می‌تواند نگرش خود را نسبت به وضعیت انتخاب کند، این کار نوعی متعالی کردن خود از طریق معنایی است به خصوص هنگامی که رنج کشیدن اجتناب‌ناپذیر است. مولانا نیز معتقد است که در حادثه‌ترین شرایط نیز می‌توان معنا را یافت و باید نحوه نگرش خود را نسبت به آن وضعیت انتخاب کرد.

نگرش مشترک بین مولانا و فرانکل به این مسئله اشاره دارد که مولانا به جهان بیرون و انسان‌های دیگر کاری ندارد.

برای مولانا رابطه انسان با درون خودش بسیار حائز اهمیت است رابطه انسان با خودش هست که او را به درجه انسان کامل می‌رساند رابطه انسان با خودش هست که می‌تواند فرشته بشود یا حتی از آن هم بهتر بشود.

در چهارچوب ارزش‌هایی نگرشی که فرانکل بر آن تاکید دارد انسان نگرش خود را بازگشت به اصل قرار می‌دهد.

که یکی از همین راه‌ها معنا یابی است ناکامی‌ها تلاش‌ها اضطراب‌ها باعث اندیشه زائد میشود که اینها همه باعث خلأ وجودی میگردد. بنابراین بیان تنش‌ها مقدم بر بحث خلأ وجودی است و پس از آن باید راه‌های درمانی آن معنا درمندی دینی مطرح شود یعنی بیان آثار تربیتی نماز روزه حج و دعا مطرح می‌گردد.

نماز انسان را از گناهان و زشتیها دور و به فضایل اخلاقی نزدیک می‌کند. خداوند در قرآن میفرماید: «إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ» (سوره عنکبوت آیه ۴۵) حضرت علی (ع) نیز در نهج البلاغه میفرماید: «خداوند بندگانش را، با نماز و زکات و تلاش در روزهداری، حفظ کرده

است تا اعضا و جوارحشان آرام، و دیدگان‌شان خاشع، و جان و روانشان فروتن، و دل‌هایشان متواضع باشد و کبر و خودپسندی از آنان رخت بر بندد؛ چرا که در سجده، بهترین جای صورت رابه خاک مالیدن فروتنی آرد و گذاردن اعضای پر ارزش بدن بر زمین، اظهار کوچکی کردن است.» (نهج البلاغه، ۲۷۹)

مولانا با تکیه بر مفاهیم والای قرآنی، معتقد است که نماز موجب صیانت نفس از آلودگی به گناه و زشتی می‌شود؛ از نگاه‌ها و نمازگزار حقیقی به دنبال گناه و زشتی نمی‌رود.

جوشش و افزونی زر در زکات عصمت از فحشا و منکر در صلوات
آن زکات کیسه‌ها را پاسبان آن صلوات هم ز گرگانت شبان

(مولوی ۱۳۷۳، ۳۵۷۷/۶-۳۵۷۶)

باد خشم و باد شهوت باد آز برد او را که نبود اهل نماز

(مولوی ۱۳۷۳، ۳۸۷۴/۱)

پلیدیها موجب باطل شدن نماز می‌شوند.

روح لطیف انسانی در اصل گوهری عالی و ربّانی است اما وقتی در کنار مادیات و نفسانیات قرار می‌گیرد، آلوده می‌شود. عارفان واقعی معتقدند که تنها پلیدی و نجاستهای ظاهری موجب ابطال نماز نمی‌شوند بلکه پلیدیهای درونی و نفسانی هم وجود دارند که فضایل معنوی را از بین می‌برند و باید با تزکیه نفس این پلیدیها را زدود.

با نماز او بیالوده ست خون ذکر تو آلوده تشبیه و چون
خون پلید است و به آبی می‌رود لیک باطن را نجاستها بود
کان به غیر آب لطف کردگار کم نگردد از درون مرد کار
در سجودت کاش روگردانیی معنی سبحان ربی دانیی

(مولوی ۱۳۷۳، ۱۸۱۲/۲-۱۸۱۶)

فهرست منابع

قرآن کریم

۱. بختیاری نصرآبادی، حسنعلی و همکاران (۱۳۹۸)، «واکاوی تطبیقی جایگاه قناعت در مثنوی معنوی مولوی و بوستان سعدی با تأملی در دیدگاه مکتب معنادرمانی و ارائه الگویی از آن»، پژوهش‌نامه ادبیات تعلیمی، سال ۱۱، شماره ۴۴، صص ۱-۲۶.
۲. چیتیک، ویلیام (۱۳۸۲)، راه عرفانی عشق، تعلیم معنوی مولوی، ترجمه شهاب‌الدین عباسی، تهران: پیکان.
۳. حاج زین‌العابدین، فاطمه و همکاران (۱۴۰۰)، «تلفیق عرفان و معنادرمانی در مثنوی مولوی و انعکاس مفاهیم قرآنی در آن»، نامه الهیات، سال ۱۳، شماره ۵۷، صص ۱۳-۳۵.
۴. حسن‌آبادی، حمیدرضا (۱۳۸۳)، شخصیت سالم از منظر فرانکل و معارف قرآنی، سروش اندیشه، شماره ۹، صص ۲-۲۹.
۵. زمانی، کریم (۱۳۸۲)، میناگر عشق، تهران، نشر نی.
۶. شیمیل، آنماری (۱۳۷۴)، ابعاد عرفانی اسلام، ترجمه عبدالرحیم گواهی، تهران: علمی و فرهنگی.
۷. فرانکل، ویکتور امیل (۱۳۷۵)، انسان در جستجوی معنی، ترجمه نهضت صالحیان و مهین میلانی، چ ۴۹، تهران: درسا.
۸. فرانکل، ویکتور امیل (۱۳۷۹)، پزشک و روح، ترجمه فرخ سیف بهزاد. چ ۴، تهران: درسا.
۹. فرانکل، ویکتور امیل (۱۳۸۷)، خاطرات ویکتور فرانکل، ترجمه مهرداد فیروزبخت، تهران: شناخت.
۱۰. فرانکل ویکتور (۱۳۹۳) خدا در ناخودآگاه، ترجمه ابراهیم یزدی، چاپ سوم، تهران: موسسه فرهنگی رسا
۱۱. فرانکل، ویکتور (۱۳۹۹)، میل به معنا، ترجمه کیومرث پارسای، چ ۲، تهران: تمدن علمی.
۱۲. فرانکل، ویکتور (۱۴۰۱)، معنادرمانی، ترجمه مهین میلانی، چ ۱۱، تهران، لیوسا.
۱۳. کمپانی زارع، مهدی (۱۳۹۰)، حیات معنوی مولانا، تهران: نگاه معاصر.
۱۴. محرمی، رامین (۱۳۸۷)، تفسیر عرفانی دعا در مثنوی، فصلنامه دانشکده ادبیات و علوم انسانی، سال ۳، شماره های ۹ و ۸، تابستان ۱۳۸۷
۱۵. محمدپور، احمدرضا (۱۳۸۴)، ویکتور امیل فرانکل بنیان‌گذار معنادرمانی فرادیدی بر روان‌شناسی و روان‌درمانی وجودی، تهران: دانژه.

۱۶. مولوی، جلال‌الدین محمد (۱۳۷۳)، *مثنوی معنوی*، چاپ دوم، نشر طلوع.
۱۷. مولوی، جلال‌الدین محمد (۱۳۸۹) *مثنوی معنوی*، دفتر اول و دوم، به اهتمام محمود نامنی و زهرا اسفندیاری، ج ۱، تهران: نامن.
۱۸. مؤمن‌زاده، محمدصادق (۱۳۷۸)، برداشت روان‌درمانی از مثنوی، چاپ اول، تهران: سروش
۱۹. میرانی، ارسطو (۱۳۹۳)، «معنادرمانی دینی رنج در مثنوی معنوی و بهشت گمشده»، *پژوهش‌نامه/دیپان*، سال ۸، شماره ۱۵، صص ۱۴۱-۱۶۴.
۲۰. ولف، سوزان (۱۳۸۷)، *معنای زندگی*، ترجمه محمدعلی عبداله‌هی، نقد و نظر، شماره ۲۳-۹۰، صص ۹۷-۲۸.
۲۱. هاشمی، جمال (۱۳۹۷)، *پیغام سروش*، تهران: شرکت سهامی انتشار.
۲۲. یالوم، اروین. د (۱۳۹۰)، *روان‌درمانی و اگزیزتانیسیال*، ترجمه سپیده حبیب، تهران: نشر نی.
۲۳. قربانی، هاشم (۱۳۸۸)، *معنای زندگی از دیدگاه ویکتور فرانکل*، تأملات فلسفی، سال ۱، شماره ۳، صص ۳۰-۵۷.
۲۴. نصر، سیدحسین (۱۳۸۸)، *معرفت و معنویت*، ترجمه انشاءالله رحمتی، چاپ چهارم، تهران: دفتر پژوهش و نشر سهروردی.
۲۵. همایی، جلال‌الدین (۱۳۷۴)، *منتخب اخلاق ناصری*، چاپ ششم، تهران: موسسه نشر هما.
۲۶. غرالی طوسی، ابوحامد امام محمد (۱۳۸۷)، *کیمیای سعادت*، جلد اول، چاپ چهاردهم، به کوشش حسین خدیوچم، تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.