


## مؤلفه‌های روان‌شناختی سلامت معنوی در آموزه‌های عرفانی با تأکید بر اندیشه ابن عربی

✉ مسعود نادری کلرود  / دانشجوی دکتری تصوف و عرفان اسلامی دانشگاه ادیان و مذاهب

mahdinaderikalarod1@gmail.com

alim536@yahoo.com

bolhasani1261@gmail.com

jahangirzademr@gmail.com

محمد مهدی علیمردی / دانشیار گروه ادیان و عرفان دانشگاه ادیان و مذاهب

رحمان بوالحسنی / استادیار گروه تصوف و عرفان اسلامی دانشگاه ادیان و مذاهب

محمد رضا جهانگیرزاده / استادیار روان‌شناسی عمومی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی \*

دریافت: ۱۴۰۳/۰۵/۰۶ - پذیرش: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

### چکیده

مقاله حاضر به روش توصیفی - تحلیلی به بررسی مؤلفه‌های روان‌شناختی سلامت معنوی در آموزه‌های عرفانی، با تأکید بر اندیشه ابن عربی پرداخته است. سلامت معنوی به مثابه یکی از ابعاد مهم سلامت کلی، به ارتباط فرد با معنا و هدف زندگی، باورها و ارزش‌های معنوی و ارتباط با یک قدرت برتر اشاره دارد. ابن عربی یکی از بزرگ‌ترین عارفان اسلامی، در آثار خود به تبیین مفاهیم معنوی و تأثیر آنها بر سلامت فرد پرداخته است. این پژوهش نشان می‌دهد مؤلفه‌های اصلی سلامت معنوی شامل احساس معنا و هدف در زندگی، ارتباط با خود، ارتباط با دیگران، ارتباط با طبیعت و ارتباط با قدرت برتر، به طور گسترده‌ای در آموزه‌های ابن عربی منعکس شده‌اند. ابن عربی با تأکید بر عشق الهی، این مؤلفه‌ها را تبیین کرده و نشان داده است چگونه مفاهیم عمیق عرفانی می‌توانند در زندگی امروزی کاربرد داشته باشند و به بهبود سلامت روانی و معنوی فرد کمک کنند. نتایج این پژوهش بر اهمیت بازخوانی آموزه‌های عرفانی در زمینه‌های نوین و کاربردی تأکید می‌کنند و نشان می‌دهند که این مفاهیم می‌توانند نقش مهمی در بهبود کیفیت زندگی و سلامت روانی انسان امروزی ایفا کنند.

کلیدواژه‌ها: ابن عربی، روان‌شناسی، سلامت معنوی، عرفان، عشق، معنویت.

«سلامت» حالتی از رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی است که شامل تعامل و وابستگی درونی اجزای گوناگون است (سازمان بهداشت جهانی، ۱۹۷۴، ص ۴). این تعریف نشان می‌دهد که «سلامت» مفهومی جامع و نیازمند هماهنگی و توازن بین اجزای گوناگون است.

یکی از ابعاد مهم سلامت، «سلامت معنوی» است که به ارتباط فرد با معنا و هدف زندگی، باورها و ارزش‌های معنوی و ارتباط با یک قدرت برتر اشاره دارد. اصطلاح «سلامت معنوی» نخستین بار توسط پروفسور الوین اس. کی. یانگ (Elwyn S. K. Young) در دهه ۱۹۷۰ میلادی معرفی شد. او در مقاله‌ای با عنوان «الگوی برای سلامت معنوی» این مفهوم را به‌مثابه جنبه‌ای پویا و یکپارچه از رفاه کلی تعریف کرد که شامل کیفیت روابط و ارتباطات فرد در چهار حوزه اصلی است: شخصی، اجتماعی، محیطی و متعالی (یانگ، ۱۹۷۱، ص ۵). این الگو نشان می‌دهد که سلامت معنوی با سلامت جسمی، روانی و اجتماعی درهم تنیده است و تقویت رفاه معنوی می‌تواند تأثیر مثبتی بر دیگر ابعاد سلامت داشته باشد و بالعکس.

مقاله حاضر مؤلفه‌های روان‌شناختی سلامت معنوی در آموزه‌های عرفانی را با تأکید بر اندیشه ابن عربی بررسی کرده است. ابن عربی یکی از بزرگ‌ترین عارفان اسلامی، در آثار خود، آنچه را امروزه «مفاهیم معنوی» گفته می‌شود، تبیین کرده و می‌توان با خوانش معاصرانه اندیشه او، نسبت عرفان و سلامت معنوی را در آنها نشان داد. فرضیه این پژوهش آن است که مؤلفه‌های سلامت روان که در پژوهش‌های روان‌شناختی به آن اشاره شده، در آموزه‌های عرفانی، به‌ویژه اندیشه ابن عربی وجود دارد و ابن عربی این مؤلفه‌ها را با تکیه بر مفهوم «عشق» تبیین نموده است. این مقاله شامل چند بخش است که هر کدام یکی از مؤلفه‌های سلامت معنوی در آموزه‌های عرفانی را بررسی کرده است. بر اساس بررسی پژوهش‌هایی که در باب سلامت معنوی انجام شده، مهم‌ترین مؤلفه‌های سلامت معنوی عبارت‌اند از: احساس معنا و هدف در زندگی، ارتباط با خود، ارتباط با دیگران، ارتباط با طبیعت، و ارتباط با قدرت متعالی.

با تحلیل مؤلفه‌های روان‌شناختی سلامت معنوی موجود در آموزه‌های عرفانی، معلوم می‌شود که این آموزه‌ها می‌توانند تأثیرات عمیقی بر زندگی انسان امروزی داشته باشند. استفاده از آموزه‌های عرفانی به فرد کمک می‌کند تا آرامش و صلح درونی پیدا نماید، ارزش‌های اخلاقی و معنوی را تقویت کند، حس تعلق و معنویت را افزایش دهد، روابط انسانی را بهبود بخشد و صبر و پایداری بیشتری در مواجهه با مشکلات داشته باشد. همچنین عشق الهی می‌تواند به تقویت احساس همبستگی و وحدت، افزایش خلاقیت و نوآوری، تقویت مسئولیت‌پذیری اجتماعی، تقویت حس شکرگزاری و قدردانی و توسعه بینش و آگاهی فرد کمک کند. بنابراین، عشق الهی و دیگر آموزه‌های عرفانی می‌توانند در زندگی امروزی به‌مثابه منبعی برای یافتن معنا و هدف، بهبود روابط انسانی و تقویت اخلاق و معنویت نقش مهمی ایفا کنند.

## ۱. مؤلفه‌های روان‌شناختی سلامت معنوی

چهار حوزه اساسی سلامت معنوی که در نخستین پژوهش‌های یانگ مد نظر واقع شده، عبارت‌اند از: «حوزه شخصی» شامل رابطه فرد با خود که آگاهی و پذیرش خود را دربر می‌گیرد؛ «حوزه اجتماعی» که بر روابط عمیق و معنادار با

دیگران تمرکز دارد و بر شفقت و همدلی تأکید می‌کند؛ «حوزهٔ محیطی» که به ارتباط فرد با طبیعت و محیط می‌پردازد و احساس هماهنگی و تعادل را تقویت می‌نماید. «حوزهٔ متعالی» مربوط به رابطه با چیزی بزرگ‌تر از خود که می‌تواند یک قدرت برتر، جهان، یا حس هدفی فراتر از دنیای مادی باشد (یانگ، ۱۹۷۱، ص ۵).

این الگو ادعا می‌کند که سلامت معنوی تک‌بعدی نیست، بلکه امری است که با سلامت جسمی، روانی و اجتماعی درهم تنیده است. سلامت معنوی به‌مثابهٔ حالتی پویا توصیف می‌شود که می‌تواند بر اساس رشد شخصی، تجربیات زندگی و تأثیرات خارجی تغییر کند. این ماهیت پویا نیازمند پرورش و توجه مستمر است. این الگو از یک رویکرد جامع به مراقبت‌های بهداشتی حمایت می‌کند و بر انجام فعالیت‌هایی تشویق می‌کند که رفاه معنوی را به‌مثابهٔ بخشی از راهبرد جامع مراقبت‌های بهداشتی پرورش می‌دهد. این فعالیت‌ها می‌توانند شامل مداخلات مراقبت معنوی، مشاوره و تمرین‌هایی مانند ذهن‌آگاهی باشند (یانگ، ۱۹۷۱، ص ۹).

استفاده از اصطلاح «سلامت معنوی» توسط یانگ موجب شد پژوهشگران و متخصصان به بررسی بیشتر این مفهوم بپردازند. برای نمونه، الگوی «سلامت معنوی» الیسون و پالوتزبان (۱۹۸۲) دو بعد اصلی برای سلامت معنوی تعریف می‌کند: «بهداشت وجودی» (Existential Well-being) که به معنای احساس معنا و هدف در زندگی و رضایت از زندگی به طور کلی است؛ «بهداشت مذهبی» (Religious Well-being) که این بعد به معنای ارتباط با یک قدرت برتر یا خداوند و تجربهٔ ایمان و معنویت در زندگی است.

چاندلر و همکاران (۱۹۹۱) الگوی چهاربعدی برای سلامت معنوی معرفی می‌کنند که شامل این موارد است:

۱. پیوستگی شخصی (Personal Coherence): به معنای توانایی فرد در درک و پذیرش خود و زندگی با توجه به ارزش‌ها و باورهای خود؛
۲. همبستگی بین فردی (Interpersonal Coherence): به معنای توانایی برقراری ارتباط مثبت و مؤثر با دیگران و تجربهٔ همدلی و محبت؛
۳. پیوستگی فراشخصی (Transpersonal Coherence): به معنای تجربهٔ ارتباط با یک قدرت برتر، خداوند یا معنای عمیق‌تر در زندگی؛
۴. پیوستگی محیطی (Environmental Coherence): به معنای تجربهٔ هماهنگی و ارتباط با طبیعت و محیط زیست. پارگمنت (۱۹۹۷) به بررسی نقش معنویت در مقابله با تنش‌ها و دشواری‌ها پرداخته است و مؤلفه‌های گوناگون سلامت معنوی را موارد ذیل می‌داند:

الف. پیوستگی معنوی (Spiritual Connectedness) یا تجربهٔ ارتباط با یک قدرت برتر یا خداوند؛

ب. پشتیبانی معنوی (Spiritual Support) یا دریافت حمایت و اطمینان از معنویت در مواجهه با مشکلات؛

ج. معنایابی معنوی (Spiritual Meaning) یا یافتن معنا و هدف در زندگی از طریق معنویت.

الگوی «سلامت معنوی» فری و همکاران (۲۰۰۰) بر اساس تحقیقاتی که در زمینه روان‌شناسی مثبت‌گرا انجام شده، سه بعد اصلی برای سلامت معنوی معرفی می‌کند:

یک. معنا و هدف (Meaning and Purpose):

دو. ارزش‌ها و باورها (Values and Beliefs):

سه. ارتباطات (Connections).

مطالعات دیگر، نقش احساس معنا و هدف در زندگی به‌منزله یکی از ابعاد سلامت معنوی را پررنگ‌تر کردند. مطالعه رازقی و دیگران (۱۳۹۴) به بررسی و تحلیل مجدد مفهوم «سلامت معنوی» پرداخته و اجزای آن را بر اساس دیدگاه‌های مختلف جهانی تعریف کرده است. یکی از ویژگی‌های کلیدی مفهوم مزبور در این الگو، داشتن معنایی در زندگی و یافتن هدف آن در چارچوب فرهنگ و دین است. پژوهش‌هایی که به اهمیت بُعد معنوی در سلامت، رفاه و کیفیت زندگی بیماران می‌پردازند نیز بر نیاز به داشتن معنا و هدف در زندگی تأکید دارند (ال. رز، ۱۹۹۵، ص ۳).

به طور خاص، مطالعات نشان می‌دهند معنویت و هدف زندگی به طور قابل توجهی با رفاه افراد مبتلا به HIV مرتبطاند (لینونچوک، ۲۰۰۷، ص ۳). پژوهش‌هایی که به تعریف «سلامت معنوی» و راهبردهای مداخله برای ارتقای آن می‌پردازند، معنای زندگی و هدف در زندگی را به‌مثابه اجزای سلامت معنوی بررسی می‌کنند (هاوکر و ربه‌کا، ۱۹۹۵). الگو - نظریه‌ای که سیورد (۱۹۹۱) برای ارتقای سلامت معنوی ارائه می‌دهد، شامل داشتن هدفی معنادار در زندگی به‌مثابه یکی از اجزای اساسی روح انسانی است.

مطالعاتی نیز در باب ارتباط سلامت معنوی با ابعاد دیگر سلامت انجام شده است. مقاله کوئینگ یک بررسی جامع و نظام‌مند از تأثیر دین و معنویت بر سلامت روانی و جسمانی ارائه می‌دهد. این بررسی شامل پژوهش‌های گوناگون از سال ۱۸۷۲ تا ۲۰۱۰ است و به بررسی روابط دین و معنویت با نتایج مثبت و منفی سلامت روانی و جسمانی می‌پردازد. کوئینگ الگویی نظری برای توضیح چگونگی و چرایی تأثیر دین و معنویت بر سلامت جسمانی ارائه می‌دهد. این الگو شامل مسیرهای زیستی، رفتاری و اجتماعی است که می‌توانند تأثیرات دین و معنویت بر سلامت را توضیح دهند (کوئینگ، ۲۰۱۲، ص ۶).

دو همایش در سال‌های ۲۰۱۲ و ۲۰۱۳ با هدف دستیابی به توافق درباره رویکردهای ادغام معنویت در ساختارهای مراقبت‌های بهداشتی و توسعه راهبردهایی برای ایجاد نظام‌های مراقبتی مهربان‌تر برگزار شد. این همایش‌ها بر مبنای همایش سال ۲۰۰۹ در خصوص بهبود کیفیت مراقبت معنوی به‌عنوان بخشی از مراقبت تسکینی برگزار شدند. در همایش‌های ۲۰۱۲ و ۲۰۱۳، معیارها و راهبردهایی برای ادغام مراقبت معنوی در سراسر مجموعه مراقبت‌های بهداشتی پیشنهاد و تدوین شدند. این معیارها و راهبردها به بهبود کیفیت مراقبت معنوی در کل نظام‌های مراقبتی اشاره دارند. شواهد نشان می‌دهند که مراقبت معنوی زمانی که توسط هر دوی بیماران و ارائه‌دهندگان مراقبت بهداشتی به رسمیت شناخته شوند، مؤثرترند (پاچالسکی و دیگران، ۲۰۰۹، ص ۸). از این رو به نظر می‌رسد که ادغام مؤلفه‌های معنوی در مراقبت‌های بهداشتی به بهبود کیفیت مراقبت و ایجاد نظام‌های مراقبتی مهربان‌تر کمک می‌کند.

با بررسی این پژوهش‌ها مشخص می‌شود مؤلفه‌های روان‌شناختی سلامت معنوی را که در تمام این پژوهش‌ها تکرار شده است، می‌توان در موارد ذیل خلاصه کرد:

۱. معنا و هدف در زندگی؛
۲. ارتباط با خود؛
۳. ارتباط با دیگران؛
۴. ارتباط با طبیعت؛
۵. ارتباط با قدرت برتر یا معنای عمیق‌تر.

## ۲. مؤلفه‌های سلامت معنوی در آموزه‌ها عرفانی

مفهوم «سلامتی» در آثار عرفا به‌طور مستقیم و غیرمستقیم بررسی گردیده است. عرفا در آثار خود به جنبه‌های گوناگون سلامتی پرداخته‌اند که شامل سلامت جسمی، روانی و معنوی می‌شود. ابوسعید ابوالخیر به اهمیت سلامت معنوی و تأثیر آن بر سایر ابعاد سلامتی اشاره کرده است. او بر این باور بود که توجه به عبادات و اعمال نیکو می‌تواند به بهبود سلامت روانی و جسمی کمک کند (چیتیک، ۱۹۸۹، ص ۱۹۸).

عطار در آثار خود مانند *منطق‌الطیر* به سلامتی اشاره کرده و معتقد است: رسیدن به حقیقت و شناخت خداوند موجب آرامش و سلامت روحی و روانی می‌شود. او در داستان‌های خود نشان می‌دهد که سلامتی جسمی و روانی با رسیدن به مرحله‌ای از خودشناسی و خداشناسی حاصل می‌شود (کنیش، ۲۰۱۷، ص ۱۴۵).

مولانا به رابطه میان جسم، روح و معنویت پرداخته، تأکید می‌کند که سلامت واقعی تنها از طریق ارتباط با خداوند و رسیدن به عشق الهی ممکن است (رومی، ۱۳۷۰، دفتر اول، بخش ۲۹). او در *مثنوی معنوی* و *دیوان شمس* به سلامت روانی و معنوی اشاره کرده و بر این باور است که عشق الهی و ارتباط با خداوند می‌تواند بهبوددهنده و شفابخش باشد. مولانا بر این باور بود که عشق الهی می‌تواند هر نوع بیماری روانی و جسمی را درمان کند (شیمل، ۱۹۷۵، ص ۳۲۱).

ابن عربی به نقش معنویت در حفظ سلامت جسمی و روحی اشاره کرده و تأکید نموده که شناخت خداوند و ارتباط با او اساسی‌ترین عامل برای دستیابی به سلامتی کامل است (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۲، ص ۲۵۶). وی باور داشت که سلامت جسمی و روانی ارتباط مستقیمی با سلامت معنوی دارد و هرگونه اختلال در این سلامت‌ها می‌تواند نشانگر عدم تعادل در بعد معنوی فرد باشد (چیتیک، ۱۹۸۹، ص ۲۳۴).

عبارات اهل عرفان به‌خوبی نشان می‌دهند مفهوم «سلامتی» در اندیشه ایشان به صورت جامع و کل‌نگر مطرح شده است و بر ارتباطی عمیق میان جسم، روح و معنویت تأکید دارند. بر این اساس می‌توان با استفاده از ظرفیتی که در این آثار وجود دارد، مؤلفه‌های روان‌شناختی سلامت معنوی را در آنها جست. در اندیشه اهل عرفان هریک از این مؤلفه‌ها تفسیر متفاوتی می‌یابد و نتایج این بررسی می‌تواند نسخه‌ای کارآمد و شرق‌بنیاد برای انسان معاصر فراهم آورد که پایگاه اصلی آن منابع اسلامی است.

به دیگر سخن، می‌توان در آثار عرفا و عرفای مسلمان، پاسخی برای پرسش از چیستی و چگونگی هریک از مؤلفه‌های سلامت معنوی یافت که اندیشه‌ی ایشان را متفاوت از دیدگاه‌های دیگر می‌گرداند؛ زیرا به تمام این مؤلفه‌ها رنگی الهی می‌زند. برای نمونه، ابن عربی در آثار خود به تمام این جنبه‌ها پرداخته است و با مفهوم «عشق» به‌مثابه‌ی نخ تسبیح، آنها را به هم پیوند زده است. او از یک‌سو عشق را عنصر معنابخش به زندگی می‌داند و از دیگر سو، از عشق‌ورزیدن به خود، دیگران، جهان و خداوند سخن می‌گوید. دیگر عرفا نیز به این مضمون اشاره داشته‌اند. در ادامه هر یک از مؤلفه‌های مذکور در اندیشه‌ی عارفانه بررسی می‌گردد:

### ۱-۲. احساس معنا و هدف در زندگی

«احساس معنا و هدف داشتن در زندگی» به این معناست که فرد دارای فهمی عمیق از علل و انگیزه‌های خود برای زندگی است. این احساس می‌تواند از منابع گوناگونی مانند باورهای دینی، اهداف شخصی، ارتباطات اجتماعی و عشق به دیگران نشئت بگیرد (فرانکل، ۱۹۶۴، ص ۱۰۶).

عرفا بر اهمیت احساس معنا و هدف در زندگی از طریق ارتباط با خداوند و تجربه‌های عرفانی تأکید می‌کنند. آنها معتقدند: زندگی بدون معنا و هدف، بی‌ارزش است و تنها از طریق شناخت خداوند و عشق الهی می‌توان به معنای واقعی زندگی دست یافت. مولانا به اهمیت جست‌وجوی معنا و هدف نهایی زندگی از طریق عشق الهی اشاره کرده و آن را بازگشت به سوی خداوند و وصال یافتن دانسته است (رومی، ۱۳۷۰، دفتر اول، بیت ۷).  
عطار در *منطق‌الطیر* به سفر پرندگان برای یافتن سیمرغ به‌منزله‌ی نمادی از جست‌وجوی معنای زندگی اشاره کرده است (عطار، ۱۳۷۸، ص ۱۱۵).

ابن عربی معتقد است: هدف نهایی زندگی انسان رسیدن به حقیقت الهی و شناخت عمیق‌تر از وجود است. او معتقد است: خداوند خود را در جهان آفرینش به اشکال گوناگون نشان می‌دهد و انسان باید از طریق تجربه و معرفت، این تجلیات را درک کند. ابن عربی به وضوح بیان می‌کند که خداوند خود را به‌عنوان گنج پنهان معرفی کرده است که می‌خواهد شناخته شود (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۲، ص ۵۶).

عشق الهی مرکز اندیشه‌ی ابن عربی است. او معتقد است: عشق به خداوند نیرویی است که انسان را به سوی کمال و حقیقت الهی هدایت می‌کند. این عشق می‌تواند به او کمک کند تا از محدودیت‌های دنیوی فراتر رود و به حقیقت الهی نزدیک شود. (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۳، ص ۲۱۰).

فناء فی‌الله (از بین رفتن در خداوند) و بقاء بالله (باقی ماندن به وسیله خداوند) غایت عشق الهی است. ابن عربی معتقد است: انسان باید از نفس خود فراتر رود و در عشق و اراده‌ی الهی فانی شود تا به بقای الهی برسد (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۴، ص ۳۸۹) بنابراین، در اندیشه‌ی ابن عربی، معنای زندگی در شناخت خداوند، عشق الهی، فناء فی‌الله و بقاء بالله خلاصه می‌شود. او معتقد است: انسان از طریق تجربه‌های عرفانی و ارتباط عمیق با خداوند می‌تواند به معنای واقعی زندگی دست یابد و به کمال برسد.

## ۲-۲. ارتباط با خود

ارتباط با خود به پذیرش خود، خودآگاهی و خودشناسی اشاره دارد. این مؤلفه به فرد کمک می‌کند تا احساس هماهنگی و یکپارچگی درونی داشته باشد. ابن عربی بیان می‌کند که خودشناسی مقدمه‌ای برای خدانشناسی است و این دو به صورت پیوسته و غیرقابل تفکیک بر یکدیگر تأثیر می‌گذارند. او با استفاده از حدیث «من عرف نفسه فقد عرف ربه» (هر که خود را بشناسد، خدا را شناخته است)، این ارتباط را توضیح می‌دهد (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۲۱۵).

وی به تفصیل به مراتب گوناگون شناخت نفس و حق پرداخته و بیان کرده است که شناخت نفس در دو سطح ممکن است: اول. شناخت از آن جهت که تو هستی (من حیث انت)؛ و دوم. شناخت از آن جهت که او هست (من حیث هو). این دو نوع شناخت، هر دو به شناخت حقیقی خداوند منجر می‌شوند (ابن عربی، ۱۳۸۰، ص ۹۱-۹۲).

به دیگر سخن، خودشناسی در اندیشه او دارای دو مرتبه طولی است: مرتبه اول: شناخت نفس به شناخت رب منجر می‌شود. این شناخت ابتدایی از طریق مشاهده کمالات الهی در خود حاصل می‌شود. مرتبه دوم: شناخت رب به شناخت نفس منجر می‌شود. در این مرتبه، انسان به مظاهر الهی در خود پی می‌برد و خود را جلوه‌ای از حق تعالی می‌داند.

ابن عربی بر این باور است که قلب انسان مکانی برای تجلیات الهی است و عارف حقیقی باید با چشمان درون خود، این تحولات و تجلیات را مشاهده کند. این دیدگاه نشان‌دهنده اهمیت شناخت نفس به عنوان مقدمه‌ای برای درک و شناخت عمیق‌تر خداوند است (ابن عربی، ۱۴۲۲، ج ۲، ص ۳۳۵ و ۳۶۶). وی در تفکر خود، به وحدت وجود و تجلی حق در مخلوقات تأکید دارد. او معتقد است: نفس انسان همان حق است که در قالب‌های گوناگون تجلی یافته و حجاب‌هایی بر چهره حق مطلق ایجاد کرده است. بنابراین، «خودشناسی» به معنای درک این تجلیات و بازشناسی حق در مظاهر گوناگون است (ابن عربی، ۱۴۲۲، ج ۲، ص ۱۵۳).

ابن عربی خودشناسی را شناخت کامل نفس و پی بردن به صفات الهی درون خود می‌داند که در نتیجه آن تزکیه، ذکر و تفکر حاصل می‌شود. این در حالی است که در روان‌شناسی و به طور خاص مکتب روان‌کاوی، «خودآگاهی» به معنای آگاهی به حالات و احساسات کنونی خود، ریشه‌های آن و در نهایت، پی بردن به نقاط قوت و ضعف فردی است (فروم، ۱۹۴۷، ص ۱۶۷).

این‌راهای خودشناسی در اندیشه ابن عربی عبارت‌اند از:

### ۱-۲-۲. تزکیه جسم و نفس

ابن عربی بر این باور است که جسم و نفس هر دو بر یکدیگر تأثیر می‌گذارند و برای رسیدن به خودشناسی و کمال نفسانی، باید به پاک‌سازی جسم نیز توجه داشت. او توصیه می‌کند که برای حفظ سلامت جسمانی و تعادل روح، باید عدالت را در قوای جسمانی برقرار کرد و از افراط و تفریط در نیازهای جسمانی پرهیز کرد (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۶۲). این امر به ایجاد تعادل و هماهنگی بین جسم و روح کمک می‌کند. او بر این نکته تأکید دارد که سلامت جسمانی

می‌تواند در تعادل روح و روان تأثیر بسزایی داشته باشد. «تزکیه نفس» به معنای پاک‌سازی روح، قلب و نفس از صفات رذیله و آلودگی‌های اخلاقی است (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۸۴). این فرایند شامل شناخت صفات منفی و تلاش برای رفع آنها و جایگزینی با صفات مثبت می‌شود.

ابن عربی معتقد است: تنها راه شناخت، پاک‌سازی صفات منفی و تقویت صفات مثبت است. یکی از راه‌های پاک‌سازی نفس، محبت است که دل را برای بروز حقایق و تجلیات الهی آماده می‌سازد (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۶۶). همچنین ابن عربی بر اهمیت مهار خواطر (افکار و تصورات نفسانی) در این مسیر تأکید می‌کند. او معتقد است: با تمرکز بر افکار و اعمال، و حذف خواطر منفی، می‌توان به تجلیات و کشف‌های روحانی دست یافت و حقیقت خویشتن را یافت (قیصری، ۱۳۷۰، ص ۵۹).

### ۲-۲-۲. تفکر و ذکر

تفکر در سنت اسلامی جایگاه ویژه‌ای دارد و برتر از عبادت دانسته شده است. (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۲، ص ۵۵). ابن عربی معتقد است: تفکر صحیح و آگاهانه به انسان کمک می‌کند تا به وحدت و یکپارچگی درونی دست یابد و به درک عمیق‌تری از خود و خداوند برسد. وی بر این باور است که تفکر می‌تواند به درک صفات و اسماء الهی کمک کند و انسان را به حقیقت نزدیک‌تر سازد؛ زیرا می‌تواند به روشن شدن ذهن و قلب و تقویت یاد خدا یاری کند. البته ابن عربی تفکر را مکمل ذکر می‌داند (ابن عربی، ۱۳۷۵، ص ۱۰۲).

او معتقد است که تفکر و ذکر باید در کنار یکدیگر به کار گرفته شوند تا انسان بتواند به تعالی روحی دست یابد. «ذکر» به معنای یادآوری خداوند است و نقش مهمی در پاک‌سازی درون و رسیدن به خودشناسی دارد (پارسا، ۱۳۵۴، ص ۳۳). ابن عربی معتقد است: با تداوم ذکر، فرد می‌تواند به درجات عمیق‌تری از صفای قلب دست یابد و به تجلیات اسماء و صفات الهی نزدیک شود. وی ذکر را دارای مراتب گوناگونی می‌داند که از ذکر زبانی تا ذکر قلبی و درونی ادامه دارد. او بر این باور است که ذکر باید به تدریج به لایه‌های عمیق‌تر قلب و روح نفوذ کند تا انسان بتواند به حقیقت اسما و صفات الهی پی ببرد و به خودشناسی واقعی دست یابد (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۱۶۵).

### ۲-۲-۳. خلوت

«خلوت» به معنای انزوا و دوری از هیاهو و مشغولیت‌های دنیوی است که به فرد اجازه می‌دهد تا با تمرکز بر درون و تفکر عمیق، به شناخت بهتری از خود، جهان و خداوند دست یابد (سعیدی، ۱۳۸۳، ص ۴). ابن عربی خلوت را به‌مثابه ابزاری ضروری برای سلوک معنوی معرفی می‌نماید که به سالک کمک می‌کند تا از تأثیرات منفی دنیای خارج فاصله بگیرد و به درون خود توجه نماید (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۳، ص ۱۲۰).

ابن عربی معتقد است: خلوت به انسان اجازه می‌دهد تا به صورت عمیق‌تری به حالات و احساسات درونی خود توجه کند. او بر این باور است که با خلوت، سالک می‌تواند به درک بهتری از نفس خود دست یابد و به شناخت حقیقی



از صفات الهی برسد (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۳، ص ۱۳۰). وی خلوت را وسیله‌ای برای ارتباط مستقیم و بی‌واسطه با خداوند می‌داند. او بر این باور است که در خلوت، سالک می‌تواند به نوعی گفت‌وگوی درونی با خداوند بپردازد و از طریق این ارتباط به درک عمیق‌تری از حقیقت الهی دست یابد (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۵۲).

ابن عربی خلوت را یکی از مراحل مهم در مسیر تزکیه نفس می‌داند. او معتقد است: خلوت به انسان کمک می‌کند تا از صفات رذیله پاک شود و به صفات الهی نزدیک‌تر گردد. این فرایند شامل مراحل گوناگونی، از جمله تمرکز بر ذکر، مراقبه بر افکار و اعمال و دوری از مشغولیت‌های دنیوی است که همگی به تعمیق خودشناسی و شناخت الهی منجر می‌شوند (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۳، ص ۱۴۰).

### ۳-۲. ارتباط با دیگران

ارتباط با دیگران به توانایی فرد برای ایجاد و حفظ روابط معنادار و حمایتی با دیگران اشاره دارد. این مؤلفه شامل همدلی، شفقت، عشق‌ورزی و حمایت اجتماعی است. ابوسعید ابوالخیر به سبب دیدگاه‌های انسان‌دوستانه و شفقت‌گرایانه خود شناخته می‌شود. ابوسعید تمام انسان‌ها را بدون توجه به نژاد، جنس و دین دوست داشته و محبت او نسبت به انسان‌ها، علاوه بر قرآن و سنت پیامبر، تحت تأثیر آموزه‌های عارفان بزرگ ایرانی، همچون بایزید بسطامی، منصور حلاج، ابوالعباس قصاب املی و ابوالحسن خرقانی بوده است (شفیعی کدکنی، ۱۳۸۷، ص ۳۷).

انسان دوستی و عشق به تمام هستی از ویژگی‌های مهم عرفان و عرفان خراسان است. در عرفان خراسان همدلی با انسان‌ها و جانداران امری اجتناب‌ناپذیر و ضروری است (زرین کوب، ۱۳۶۸، ص ۹۸) ابوسعید به انسان دوستی و مهرورزی با تمام موجودات می‌پرداخت و از روی مدارا و اغماض رفتار می‌کرد. از جمله رفتارهای محبت‌آمیز او بخشیدن جبه به جوانی سیدموی و کمک به نیازمندان است. وی در برخورد با مخالفان و گناهکاران نیز رفتاری دوستانه و انسانی داشت. برای مثال، داستان برخورد او با قصابی که به وی دشنام داده بود، نشان‌دهنده بخشش و شفقت اوست (اسفندیار، ۱۳۷۵، ص ۱۱۷).

ابوسعید به تعامل مثبت و انسان‌دوستانه با اقشار مختلف جامعه، بدون توجه به نژاد، دین و جنسیت، تأکید داشت. او به همه انسان‌ها به چشم مخلوقات الهی می‌نگریست و محبت خود را به همه نشان می‌داد (شفیعی کدکنی، ۱۳۸۷، ص ۷۴). رفتار او با زنان، زرتشتیان، مسیحیان و یهودیان نیز به طور خاص بررسی شده است. وی با احترام و محبت با همه این اقشار برخورد می‌کرد و بسیاری از آنان تحت تأثیر شخصیت و معنویت او قرار گرفته، به اسلام گرویدند (اسفندیار، ۱۳۷۵، ص ۱۲۸).

عشق انسانی در عرفان اسلامی به مثابه نیرویی که انسان را به کمال و حقیقت سوق می‌دهد، مد نظر بوده است. این عشق می‌تواند به والدین، همسر، فرزندان، دوستان و حتی به طبیعت و زیبایی‌های جهان باشد. عارفان، از جمله رابعه عدویه، مولانا، ابن‌فارض و عین‌القضاة همدانی، عشق انسانی را پلی برای رسیدن به عشق الهی دانسته‌اند. رابعه عدویه عشق انسانی را وسیله‌ای برای تجربه عشق الهی معرفی کرده است (عطار، ۱۳۷۸، ص ۳۳).

مولانا آن را «عشق مجازی» نامیده (رومی، ۱۳۷۰، دفتر اول، بیت ۲۳) و ابن فارض عشق انسانی را تجلی عشق الهی دانسته است (ابن فارض، ۱۹۷۱، بیت ۱۱۰). عین القضاة همدانی نیز عشق را نیرویی برای هدایت به سوی کمال الهی معرفی کرده است (عین القضاة همدانی، ۱۳۸۰، ص ۸۰). در مقابل، برخی عرفا مانند حسن بصری و برخی متکلمان اسلامی، عشق انسانی را مانعی برای عشق الهی دانسته و بر ترجیح عشق به خداوند بر عشق‌های دنیوی تأکید کرده‌اند (عطار، ۱۳۷۸، ص ۴۰).

عرفای خراسانی بر این باورند که عشق به دیگران باید همراه با همدلی و شفقت باشد. این همدلی موجب می‌شود که افراد نسبت به درد و رنج دیگران حساس باشند و در جهت کاهش آن بکوشند. یکی از ویژگی‌های مهم عشق انسانی از منظر عرفا، مدارا و اغماض در برابر خطاها و اشتباهات دیگران است. این نگرش موجب کاهش تنش‌ها و درگیری‌های اجتماعی می‌شود و محیطی آرام‌تر و دوستانه‌تر فراهم می‌آورد. عرفا به کرامت و ارزش ذاتی هر انسان، بدون توجه به نژاد، دین و جنسیت، تأکید دارند. این نگرش احترام به حقوق و آزادی‌های فردی و بهبود روابط اجتماعی را به دنبال دارد. ابوالحسن خرقانی در این زمینه می‌گوید: «هر که در این سرای درآید، نانش دهید و از ایمانش مپرسید» (تورتل، ۱۳۸۵، ص ۵۴).

این دیدگاه احترام و تکریم به همه افراد جامعه را تقویت می‌کند. عشق انسانی از منظر عرفا شامل ترویج محبت و دوستی در جامعه است. این محبت نه تنها روابط فردی، بلکه روابط اجتماعی را نیز بهبود می‌بخشد. بایزید بسطامی محبت به خلق را یکی از اصول اساسی عرفان معرفی می‌کرد و بر این باور بود که محبت به انسان‌ها ایجاد همبستگی و انسجام اجتماعی را در پی دارد (محمدی، ۱۳۸۰، ص ۵۰).

ابن عربی در آثار خود دو توصیف از عشق انسانی پیش می‌نهد:

۱. او بر این باور است که عشق انسانی می‌تواند به مثابه پلی برای رسیدن به عشق الهی عمل کند و اگر به درستی هدایت شود، می‌تواند انسان را به سوی عشق الهی رهنمون گردد. به عبارت دیگر، عشق به مخلوقات می‌تواند انسان را به شناخت بهتر و عمیق‌تر از خداوند برساند. ابن عربی می‌نویسد: «هرگاه عشقی خالص و پاک در دل انسانی ظهور کند، آن عشق می‌تواند او را به سوی عشق به خداوند هدایت کند» (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۱۲۰).

۲. ابن عربی عشق انسانی را تجلی عشق الهی در عالم می‌بیند. او معتقد است: عشق به مخلوقات، بازتابی از عشق الهی است که در وجود انسان‌ها نمود پیدا می‌کند. این عشق می‌تواند انسان را به تفکر و تأمل درباره خداوند و صفات او وادارد و بدین‌روی پلی به سوی عشق الهی باشد. او در آثار خود به تجربیات عملی از عشق انسانی اشاره می‌کند و آنها را به منزله مثال‌هایی برای درک عشق الهی معرفی می‌نماید. او بیان می‌کند که محبت و عشق به نزدیکان، می‌تواند انسان را به تفکر درباره محبت و عشق خداوند نسبت به بندگان وادارد. این تجربه‌های عملی می‌توانند مقدماتی برای درک عمیق‌تر عشق الهی به‌شمار آیند (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۳، ص ۱۸۰).

به طور خلاصه، ابن عربی معتقد است: عشق انسانی می‌تواند همچون وسیله‌ای برای رسیدن به عشق الهی عمل کند؛ زیرا عشق به مخلوقات، بازتاب عشق الهی است و می‌تواند انسان را به تفکر دربارهٔ خداوند وادار سازد. این دیدگاه نشان‌دهندهٔ رابطهٔ عمیق و پیچیده بین عشق انسانی و عشق الهی در فلسفهٔ ابن عربی است.

#### ۴-۲. ارتباط با طبیعت

ارتباط با طبیعت به احساس هماهنگی و اتصال با جهان طبیعی اشاره دارد. این مؤلفه به انسان کمک می‌کند تا احساس آرامش و تعادل را در زندگی خود تجربه کند (سیوارد، ۱۹۹۱، ص ۵).

در عرفان اسلامی، عالم طبیعت یکی از حضرات خمس الهی است که تجلی حضرت حق محسوب می‌شود. حضرت حق از طریق تجلی اول یا فیض اقدم به صورت اعیان ثابتة ظهور می‌کند و از مقام خفا به مقام ظهور می‌رسد. سپس اعیان ثابتة که حقایق موجودات هستند، به تجلی دوم یا فیض حق ظهور می‌کنند و عوالم کلی شکل می‌گیرند. این عوالم به‌مثابهٔ حضرات الهیه شناخته می‌شوند که هر یک مظهر حق هستند. عالم ناسوت یا طبیعت نیز یکی از این حضرات الهیه است که شأن الهی دارد. هر موجودی در طبیعت به‌مثابهٔ نشانهٔ خداوندی، مظهر حق است (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۸۵).

عارفان اسماء خداوند را به «اسماء جمال» و «اسماء جلال» تقسیم می‌کنند. خداوند بر اساس اسماء جمالی خود، ظاهر و بر اساس اسماء جلالی در خفاست. بنابراین، همهٔ موجودات به‌مثابهٔ مظهر حق، زیبا هستند و این زیبایی امری وجودی است، برخلاف دیدگاه فلسفهٔ امروزی که زیبایی را امری ذهنی می‌داند. نتیجهٔ اینکه در عرفان اسلامی، طبیعت به‌عنوان مظهر حق، زیبا و نمایانگر حکم مطلق الهی است (سجادی، ۲۰۰۱، ص ۳۵).

در ادامه به برخی از جنبه‌های ارتباط با طبیعت در عرفان اشاره می‌شود:

#### ۴-۲-۱. تجلیات الهی

طبیعت یکی از تجلیات الهی به‌شمار می‌آید. عرفا معتقدند: خداوند از طریق خلق طبیعت و موجودات زنده، صفات و اسامی خود را به نمایش می‌گذارد. هر جزء از طبیعت نشانه‌ای از وجود و عظمت الهی است و می‌تواند به شناخت بهتر خداوند کمک کند (ناصر، ۲۰۰۷، ص ۵۳).

#### ۴-۲-۲. ذکر و مراقبه در طبیعت

بسیاری از عرفا برای ذکر و مراقبه، به دل طبیعت می‌روند. طبیعت با سکوت و آرامش خود، محیطی مناسب برای تمرکز بر ذکر و مراقبه فراهم می‌کند. این تجربه‌های معنوی در طبیعت می‌تواند به تقویت ارتباط فرد با خداوند منجر شود (کوربین، ۱۹۸۱، ص ۱۲۳).

#### ۴-۲-۳. یادگیری از طبیعت

در عرفان، طبیعت یک معلم به‌حساب می‌آید. عرفا با مشاهده و تأمل در طبیعت، درس‌هایی دربارهٔ زندگی، صبر، توکل و رضایت از خداوند می‌آموزند. برای مثال، رفتار حیوانات و رشد گیاهان می‌تواند به‌منزلهٔ نمادهایی از اصول اخلاقی و معنوی مورد استفاده قرار گیرد (چیتیک، ۲۰۰۳، ص ۸۲).

۴-۲. هماهنگی با طبیعت

عرفا به اهمیت هماهنگی با طبیعت و زندگی ساده و بی‌آلایش باور دارند. این هماهنگی شامل احترام به طبیعت، حفظ محیط‌زیست و استفاده مسئولانه از منابع طبیعی است. این رویکرد به زندگی، نشان‌دهنده اعتقاد به وحدت وجود و ارتباط عمیق بین انسان و جهان است (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۴۵).

۵-۴-۲. جلوه‌گاه عشق الهی

طبیعت به مثابه جلوه‌گاهی از عشق الهی مطمح نظر قرار می‌گیرد. عشق به طبیعت و موجودات زنده به مثابه بخشی از عشق به خداوند دیده می‌شود. عرفا معتقدند: محبت به طبیعت می‌تواند راهی برای تقویت محبت به خداوند باشد (شبلی، ۱۹۹۳، ص ۷۳).

در مجموع، طبیعت در عرفان، نه تنها به عنوان محیطی برای زندگی مادی، بلکه منبعی برای تأملات معنوی و معرفت الهی محسوب می‌شود. ارتباط با طبیعت می‌تواند راهی برای تقویت ایمان، افزایش شناخت الهی و تجربه‌های عمیق معنوی باشد. ابن عربی عشق را واسطه‌ای برای اتصال میان مخلوقات و خداوند می‌داند. او معتقد است: عشق نیرویی است که مخلوقات را به خداوند متصل می‌کند و از او بهره‌مند می‌سازد. این اتصال به معنای نزدیکی معنوی و روحانی به خداوند است و به رشد و تکامل معنوی مخلوقات منجر می‌شود. به نظر ابن عربی، عشق واسطه‌ای است که مخلوقات را قادر می‌سازد حقیقت الهی را بشناسند و به او نزدیک شوند. او بر این باور است که عشق نیرویی است که انسان‌ها و تمام مخلوقات را به تجربه وحدت وجود سوق می‌دهد. عشق به خداوند دل انسان را از هرگونه جدایی و دوگانگی پاک کرده، او را به سوی وحدت وجود هدایت می‌کند. این وحدت وجود به معنای مشاهده یگانگی در تمام موجودات است و موجب می‌شود انسان‌ها خود را جزئی از کل بزرگ‌تر و الهی ببینند (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۶۶).

بنا بر این مبنا، جهان طبیعت از عشق خداوند پر شده است و برای ارتباط با آن، باید در رابطه‌ای گشوده و عاشقانه با طبیعت قرار گرفت. این مضمون در سخن ادیبان پارسی تکرار شده است (سعدی، ۱۳۹۲، مواضع، غزل ۱۳). این نگاه سبب می‌شود که انسان در ارتباطی عمیق‌تر با طبیعت قرار گیرد.

ابن عربی تجربه شهود زیبایی الهی از طریق عشق را راهی برای شناخت عمیق‌تر حقیقت الهی بیان می‌کند. این تجربه در دل عارفان شکل می‌گیرد و آنها را به سوی فهم بیشتری از حقیقت و جمال الهی هدایت می‌کند. او در آثار خود نقل می‌کند که در یکی از روزهای تأمل در طبیعت، نوری الهی بر دلش تابید و عشقی عمیق به خداوند در وجودش شعله‌ور شد. او تمام مخلوقات را آینه‌هایی دید که تجلیات جمال الهی را منعکس می‌کنند. هر برگ درخت، هر گل، هر قطره آب و هر ذره خاک برای او نشانی از جمال الهی داشت و این مشاهدات او را به سوی حقیقت و وحدت وجود هدایت می‌کرد. در این حالت شهود، او احساس کرد تمام جهان تجلیاتی از یک حقیقت واحدند و همه چیز به سوی خداوند اشاره دارد. این تجربه نه تنها دلش را از هرگونه آلودگی پاک کرد، بلکه نشان داد که عشق به خداوند می‌تواند راهی برای درک و تجربه زیبایی الهی باشد (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۲، ص ۲۲۰).

بر این اساس به نظر می‌رسد ارتباط با طبیعت در عرفان، نقش اساسی در شکل‌گیری جهان‌بینی انسان دارد. انسان در حالی که خود را در اتصال با طبیعت می‌یابد، خود را در ارتباط با منشأ طبیعت می‌بیند و با عشق‌ورزیدن به آن، خود را غرق در عشق الهی می‌یابد.

#### ۴-۵. ارتباط با قدرت برتر

«ارتباط با قدرت برتر» به اعتقاد و ارتباط انسان با یک قدرت برتر، خدا یا موجود معنوی دیگر اشاره دارد. این مؤلفه می‌تواند به انسان احساس حمایت و راهنمایی بدهد (صاحب‌الزمانی و دیگران، ۲۰۱۳).

در عرفان اسلامی، ارتباط با خداوند غایت و هدف است. در این نگرش برقراری نسبت با خداوند در قالب رابطه‌ای عاشقانه تصور می‌شود. حسن بصری عشق الهی را هدف نهایی سیر و سلوک عرفانی معرفی می‌کرد و آن را پاک‌ترین و والاترین نوع عشق می‌دانست (عطّار، ۱۳۷۸، ص ۳۱). حسین بن منصور حلاج عشق الهی را به‌گونه‌ای عمیق تجربه کرد و عشق را راهی به سوی فناء فی الله و بقاء بالله می‌دانست (حلاج، ۱۳۰۵، ص ۳۰).

دیدگاه‌های گوناگونی دربارهٔ دستیابی به عشق الهی وجود دارد. حسن بصری و سهروردی بر ریاضت و تزکیهٔ نفس تأکید دارند (سهروردی، ۱۳۸۰، ص ۱۳۰؛ عطّار، ۱۳۷۸، ص ۳۱)، در حالی که حلاج و ابوسعید ابوالخیر معتقدند: عشق الهی یک نعمت الهی است که می‌تواند بدون تلاش‌های سخت نیز به انسان اعطا شود (حلاج، ۱۳۰۵، ص ۳۰؛ ابوروح، ۱۳۸۴، ص ۱۰۵).

مولانا نیز عشق الهی را قابل دستیابی از طریق تجربه‌های عاطفی و روحی می‌داند و بیان می‌کند که عشق انسانی می‌تواند به عشق الهی تبدیل شود (رومی، ۱۳۷۰، بیت ۱۲۰). ابن عربی نیز عشق انسانی و عشق الهی را دو جنبهٔ مکمل از یک حقیقت واحد می‌بیند (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۲۶۰).

ابن عربی عشق الهی را عالی‌ترین و خالص‌ترین نوع عشق می‌داند و معتقد است: این عشق نیروی محرکه‌ای است که تمام موجودات را به سوی کمال و حقیقت الهی هدایت می‌کند. او عشق الهی را نهایت سیر و سلوک عرفانی معرفی می‌کند که انسان را به فناء فی الله و بقاء بالله می‌رساند.

در ادامه، هر یک از مؤلفه‌های عشق الهی را با تفصیل بیشتری بررسی می‌کنیم:

#### ۴-۵-۱. عشق الهی به‌مثابهٔ نیروی محرکه

ابن عربی در *الفتوحات المکیه* بیان می‌کند که عشق الهی نیرویی است که موجب تجلی و ظهور ذات الهی در تعینات خلقی می‌شود. این عشق نیرویی است که تمام موجودات را به سوی کمال و حقیقت الهی هدایت می‌کند. او معتقد است: عشق الهی همان نیرویی است که موجب حرکت و تکامل تمام موجودات به سوی خداوند می‌شود (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۲، ص ۱۵۱). این نیروی محرکه همه چیز را به سوی مقصد نهایی، یعنی خداوند سوق می‌دهد و در این مسیر، موجودات را از نقصان به کمال می‌برد.

### ۲-۵-۲. عشق الهی به مثابه نهایت سیر و سلوک عرفانی

ابن عربی عشق الهی را نهایت سیر و سلوک عرفانی معرفی می‌کند. او معتقد است: نهایت سیر و سلوک عرفانی رسیدن به عشق الهی و فنای در آن است. عشق الهی انسان را به فناء فی الله و بقاء بالله می‌رساند. در این حالت، انسان از خود و تمام وابستگی‌های دنیوی فانی می‌شود و در خداوند باقی می‌ماند.

ابن عربی می‌نویسد: «عشق الهی نهایت تمامی عشق‌هاست. در این عشق، انسان از خود و تمامی وابستگی‌های دنیوی فانی می‌شود و تنها خداوند باقی می‌ماند» (ابن عربی، ۱۴۲۲ق، ج ۳، ص ۱۹۹). این بیان نشان‌دهنده جایگاه والای عشق الهی در سیر و سلوک عرفانی است.

### ۲-۵-۳. عشق الهی به مثابه تجلی ذات الهی

ابن عربی معتقد است: عشق الهی تجلی ذات الهی در عالم است. او بیان می‌کند که خداوند به وسیله عشق، خود را در تمام موجودات تجلی می‌دهد و این عشق نیرویی است که همه موجودات را به سوی خداوند جذب می‌کند. عشق الهی همان نیرویی است که موجب حرکت و تکامل موجودات به سوی خداوند می‌شود (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۵۸). این تجلی نشان‌دهنده حضور و تأثیر خداوند در تمام جنبه‌های آفرینش است و عشق الهی به مثابه راهی برای درک این تجلی مطرح می‌شود.

### ۲-۵-۴. عشق الهی به مثابه تجربه شخصی و عرفانی

ابن عربی عشق الهی را به عنوان یک تجربه شخصی و عرفانی تبیین می‌کند. او معتقد است: عشق الهی تجربه‌ای است که در دل عارفان و عاشقان خداوند شکل می‌گیرد. این عشق تجربه‌ای است که از طریق ریاضت‌های روحی و جسمی و تزکیه نفس حاصل می‌شود. ابن عربی بیان می‌کند که عشق الهی تجربه‌ای است که موجب نزدیکی و اتصال انسان به خداوند می‌شود و او را به سوی کمال و حقیقت الهی هدایت می‌کند (ابن عربی، ۱۳۶۶، ص ۱۱۲). این تجربه شخصی یک سفر درونی است که انسان را به عمق معنویات و ارتباط نزدیک‌تر با خداوند می‌برد.

تبیینی که عرفان از عشق الهی ارائه می‌دهد، می‌تواند تأثیرات عمیقی بر زندگی انسان امروزی داشته باشد. این عشق می‌تواند به انسان کمک کند تا آرامش و صلح درونی پیدا نماید (اصلان‌دوگان، ۲۰۰۷). ارزش‌های اخلاقی و معنوی را تقویت نماید و حس تعلق و معنویت را افزایش دهد (میلانی، ۲۰۲۲). روابط انسانی را بهبود بخشد (آبراهاموف، ۲۰۰۳) و صبر و پایداری بیشتری در مواجهه با مشکلات داشته باشد (قدری، ۲۰۲۱).

همچنین این عشق می‌تواند به تقویت احساس همبستگی و وحدت (حسین، ۲۰۲۲)، افزایش خلاقیت و نوآوری (صفی، ۲۰۱۸)، تقویت مسئولیت‌پذیری اجتماعی (کنیش، ۲۰۱۹)، تقویت حس شکرگزاری و قدردانی (ژورایف و آن، ۲۰۲۳) و توسعه بینش و آگاهی فرد کمک کند (آزداجیچ، ۲۰۱۶).

با توجه به این تأثیرات، می‌توان گفت: مفاهیم عرفانی عشق الهی می‌توانند در زندگی امروزی به مثابه منبعی برای یافتن معنا و به هدف بهبود روابط انسانی و تقویت اخلاق و معنویت نقش مهمی ایفا کنند.

## نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف بررسی این فرضیه انجام شد که مؤلفه‌های سلامت روان که در پژوهش‌های روان‌شناختی به آن اشاره شده، در آموزه‌های عرفانی، به‌ویژه در اندیشهٔ ابن‌عربی وجود دارد و وی این مؤلفه‌ها را با تکیه بر مفهوم «عشق» تبیین کرده است. نتایج حاصل از این بررسی تأیید می‌کند که مؤلفه‌های کلیدی سلامت روان، از جمله معنا و هدف در زندگی، خودشناسی، ارتباط با دیگران، ارتباط با طبیعت و ارتباط با قدرت برتر، به طور گسترده‌ای در آثار و اندیشه‌های ابن‌عربی منعکس شده‌اند. او به‌عنوان یکی از بزرگ‌ترین عارفان اسلامی، بر اهمیت عشق الهی به‌مثابهٔ نیروی محرکی که تمام موجودات را به سوی کمال و حقیقت الهی هدایت می‌کند، تأکید دارد.

این پژوهش نشان می‌دهد که مؤلفه‌های روان‌شناختی سلامت معنوی که در تحقیقات امروزی نیز بر آن تأکید شده است، در آموزه‌های ابن‌عربی نیز به شکلی عمیق و معنادار وجود دارند. ابن‌عربی با تأکید بر عشق الهی، این مؤلفه‌ها را تبیین و به تفصیل بیان نموده است. این یافته‌ها می‌توانند به‌منزلهٔ پل ارتباطی بین آموزه‌های عرفانی و مفاهیم امروزی سلامت روانی عمل کنند و نشان دهند که چگونه مفاهیم عمیق عرفانی می‌توانند در زندگی امروزی کاربرد داشته باشند و به بهبود سلامت روانی و معنوی فرد کمک کنند.

بنابراین، فرضیهٔ پژوهش مبنی بر وجود مؤلفه‌های سلامت روان در آموزه‌های عرفانی و تبیین آنها توسط ابن‌عربی با تکیه بر مفهوم «عشق» تأیید می‌شود. این نتایج بر اهمیت بازخوانی آموزه‌های عرفانی در زمینه‌های نوین و کاربردی تأکید می‌کنند و نشان می‌دهند که این مفاهیم می‌توانند نقش مهمی در بهبود کیفیت زندگی و سلامت روانی انسان امروزی ایفا کنند.

## منابع

- ابن عربی، محیی‌الدین (۱۳۷۵). *رسائل*. تهران: مولی.
- \_\_\_\_\_ (۱۳۸۰). *علوم الحقائق*. تصحیح سعید رحیمیان. شیراز: کوشامهر.
- \_\_\_\_\_ (۱۴۲۲ق). *الفتوحات المکیه*. بیروت: دارصادر.
- \_\_\_\_\_ (۱۳۶۶). *فصوص الحکم*. تهران: الزهراء.
- ابن فارض، شرف‌الدین عمر بن علی (۱۹۷۱). *دیوان تائیه*. تصحیح عبدالعلی محمد. قاهره: دارالکتب المصریه.
- ابوروح، لطف‌الله بن سعد (۱۳۸۴). *حالات و سخنان ابوسعید ابوالخیر*. تهران: سخن.
- اسفندیار، محمودرضا (۱۳۷۵). *آشنایان ره عشق*. تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- پارسا، خواجه‌محمد (۱۳۵۴). *قدسیه*. تهران: طهوری.
- تورتل، کریستین (۱۳۸۵). *شیخ ابوالحسن خرقانی*. ترجمه‌ی محمد روح‌بخشان خرقانی. تهران: مرکز.
- حلاج، حسین بن منصور (۱۳۰۵). *دیوان منصور حلاج*. هند: علوی.
- رازقی، نغمه و دیگران (۱۳۹۴). *تحلیل مفهوم معنویت در پرستاری*. *پرستاری ایران*، ۲۸ (۹۳-۹۴)، ۱۱۸-۱۳۱.
- رومی، جلال‌الدین محمد (۱۳۷۰). *مثنوی معنوی*. ترجمه و شرح رینولد نیکلسون، تهران: علمی و فرهنگی.
- زرین‌کوب، عبدالحسین (۱۳۶۸). *جستجو در عرفان ایران*. تهران: امیرکبیر.
- سعدی، مصلح بن عبدالله (۱۳۹۲). *کلیات*. تهران: بیهق کتاب.
- سعیدی، گل‌بابا (۱۳۸۳). *فرهنگ اصطلاحات عرفانی*. تهران: شفیعی.
- سهروردی، شهاب‌الدین (۱۳۸۰). *حکمة الاشراق*. ترجمه‌ی سیدجلال‌الدین آشتیانی. تهران: مؤسسه حکمت و فلسفه ایران.
- شفیعی کدکنی، محمدرضا (۱۳۸۷). *طعم وقت*. تهران: سخن.
- عطار، محمد بن ابراهیم (۱۳۷۸). *تذکرة الاولیاء*. ویراسته‌ی محمد استعلامی، تهران: زوار.
- عین‌القضاة همدانی، ابوالمعالی عبدالله بن محمد (۱۳۸۰). *تمهیدات*. تصحیح عقیق عسیران. تهران: اساطیر.
- قیصری، داود بن محمود (۱۳۷۰). *شرح فصوص الحکم*. تهران: امیرکبیر.
- کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷ق). *الکافی*. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- محمدی، کاظم (۱۳۸۰). *بایزید بسطامی*. تهران: طرح نو.
- Abrahamov, B. (2003). Divine love in Islamic mysticism: The teachings of al-Ghazālī and al-Dabbāgh. *Journal of the Royal Asiatic Society*, 13(2), 193–206.
- Aslandogan, Y. A. (2007). Present and potential impact of the spiritual tradition of Islam on contemporary Muslims: From Ghazali to Gülen. in *Muslim World in Transition, Contributions, Gulen Conference*. 1-15.
- Azdajic, D. (2016). *Divine love and human consciousness: Islamic perspectives*. Sarajevo: Ibn Sina Institute.
- Chittick, W. C. (1989). *The Sufi Path of Knowledge: Ibn al-Arabi's Metaphysics of Imagination*. Albany: SUNY Press.
- Chittick, W. C. (2003). *The Sufi Path of Love: The Spiritual Teachings of Rumi*. State University of New York Press.
- Corbin, H. (1981). *The Voyage and the Messenger: Iran and Philosophy*. North Atlantic Books.
- Eshkevari, M. F. (n.d.). *The Concept of the Perfect Man in Islamic Mysticism*. Academia.edu.
- Frankl, V. (1946). *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press.



- Fromm, E. (1947). *Man for himself: An inquiry into the psychology of ethics*. New York: Holt Paperbacks.
- Hawks, S. R., Hull, M. L., Thalman, R. L., & Richins, P. M. (1995). Review of spiritual health: Definition, role, and intervention strategies in health promotion. *American Journal of Health Promotion*, 9(5), 371–378.
- Hussein, M. A. (2022). Inward tranquillity in the divine love: A Sufi study of Elif Shafak's "The Forty Rules of Love". *Adab Al-Basrah*, 35(2), 123–145.
- Juraev, Z., & Ahn, Y. J. (2023). Illumination of divine love: Rediscovering the Hikmats of Sufi Ahmad Yasawi. *Afkar: Jurnal Akidah & Pemikiran Islam*, 25(1).
- Knysh, A. (2017). *Sufism: A New History of Islamic Mysticism*. Princeton: Princeton University Press.
- Knysh, A. (2019). *Sufism: A new history of Islamic mysticism*. Princeton: Princeton University Press.
- Koenig, H. G. (2012). *Religion, Spirituality, and Health: The Research and Clinical Implications*. ISRN Psychiatry.
- Litwinczuk, K., & Groh, C. (2007). The relationship between spirituality, purpose in life, and well-being in HIV-positive persons. *Journal of the Association of Nurses in AIDS Care*, 18(3), 13–22.
- Milani, M. (2022). *Mysticism in the Islamicate World: The Question of Neoplatonic Influence in Sufi Thought. Later Platonists and Their Heirs among Christians and Muslims*. Liden: Brill.
- Nasr, S. H. (2007). *The garden of truth: The vision and promise of Sufism, Islam's mystical tradition*. New York: HarperOne.
- Pargament, K. I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York: Guilford Press.
- Puchalski, C. M., Vitillo, R., Hull, S. K., & Reller, N. (2009). Improving the spiritual dimension of whole person care: Reaching national and international consensus. *Journal of Palliative Medicine*, 12(10), 885–904.
- Qadri, M. T. (2021). *Patience and perseverance in Islamic teachings*. Lahore: Minhaj Publications.
- Ross, L. (1995). The spiritual dimension: its importance to patients' health, well-being and quality of life and its implications for nursing practice. *International Journal of Nursing Studies*. 32(5), 457-468.
- Safi, O. (2018). *Radical love: Teachings from the Islamic mystical tradition*. Google Books.
- Sahebalzamani, M.; Farahani, H.; Abasi, R., & Talebi, M. (2013). The relationship between spiritual intelligence with psychological well-being and purpose in life of nurses. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*. 18, 38-41.
- Sajjadi, S. (2001). *Islamic Mysticism. An Introduction*. Routledge.
- Schimmel, A. (1975). *Mystical dimensions of Islam*. Chapel Hill: University of North Carolina Press.
- Seaward, B. (1991). Spiritual Wellbeing: A Health Education Model. *Journal of Health Education*. 22, 166-169.
- Shibli, N. (1993). *Islamic Mysticism and the Nature of Nature*. Oxford University Press.
- World Health Organization. (1947). *Constitution of the World Health Organization*.
- World Health Organization. (2020). *Constitution of the World Health Organization*.
- Young, E. S. K. (1971). A model for spiritual health. *Journal of Religion and Health*, 10(3), 30-42.