

بررسی تطبیقی نمودهای انسان‌گرایی در گلستان سعدی با رویکرد روان‌شناسی انسان‌گرا*

مرضیه میدانی^۱

کارشناس ارشد روانشناسی دانشگاه یزد

دکتر علیرضا بخشایش

استادیار روانشناسی دانشگاه یزد

چکیده

گلستان سعدی از جمله آثار کلاسیک فارسی است که هم در داخل و هم در خارج از ایران مورد اقبال مردم قرار گرفته است. شاید به این علت که سعدی «انسان» را در مرکزیت قرار می‌دهد و به همه جنبه‌های مربوط به او توجه خاص دارد. در گلستان سعدی می‌توان مفاهیم و مسائلی را یافت که شاخه‌های مختلف علوم انسانی از جمله فلسفه و روان‌شناسی متأثر از آن است. به گونه‌ای می‌توان گفت سعدی انسان‌گرایی است که لحظاتی که سوار بر مرکب خیال در وادی حقایق حرکت می‌کند، بخش ناهشیار وجود او الگوی جامعی از انسان را در اشعار و نوشته‌هایش ارائه داده است. روان‌شناسان انسان‌گرا نیز از هنر انسان شدن سخن به میان می‌آورند و معتقدند که هرگاه شخصی از مکانیسم‌های دفاعی، مسئولیت‌پذیری، سخت‌کوشی، شیوه‌های نوین آزمون و نیازهای درونی خود آگاه باشد و آنها را بشناسد به سوی کمال انسانی راه می‌یابد.

در این مقاله سعی شده است علاوه بر ایجاد ارتباط میان دو علم ادبیات و روان‌شناسی و قرابت زیاد بین اندیشه‌های سعدی با اندیشه‌های روان‌شناسان انسان‌گرا، به بررسی تطبیقی مفاهیم انسان‌گرایی در گلستان سعدی با الگوهای ارائه شده از سوی روان‌شناسان انسان‌گرا پرداخته شود. شیوه پژوهش کتابخانه‌ای و اسناد پژوهی است. یافته‌های این طرح بیشتر در حوزه شباهت‌های فکری سعدی و روان‌شناسان انسان‌گرا است. نتیجه این گونه پژوهش‌ها بازکاوی نواز متن و طرح همسانی‌های اندیشگی میان اندیشمندان است که می‌تواند زمینه‌ای خوب برای هم‌اندیشی فرهنگ‌ها و مکاتب فکری باشد.

کلیدواژه‌ها: سعدی، انسان‌گرایی، گلستان سعدی، روان‌شناسی انسان‌گرا.

تاریخ پذیرش نهایی: ۹۰/۱۱/۱۷

* تاریخ دریافت مقاله: ۸۹/۲/۴

۱- نشانی پست الکترونیکی نویسنده مسئول: abakhshayesh@yazduni.ac.ir

مقدمه

شناخت به انسان و ارزش و مقام او در هستی، از دیرباز مورد توجه بشر بوده است. هرچند گرایش به انسان در برخی از ادوار تاریخی کمرنگ شده است؛ اما با این حال توجه به مفاهیم انسانی، هرگز از نظرگاه اندیشمندان دور نمانده است. در مغرب زمین در دوران قرون وسطی، انسان مغلوب کلیسا و نیروهای مافوق طبیعی شناخته شده بود، اما پس از سپری شدن این دوره، بشر ارزش و مقام خود را بازیافت و برای خود، حق آزادی و انتخاب قائل شد و انسان‌گرایی شاخه‌های مختلف علوم انسانی را تحت تأثیر خود قرار داد. (ظهیری و دیگران، ۱۳۸۷، ص ۹۲)

در نخستین سال‌های دهه ۱۹۶۰، در پی اعتراض و نارضایتی جوانان در آلمان علیه جنبه‌های ماشین‌گرایی و ماده‌گرایی فرهنگ معاصر، جنبشی پدید آمد که به عنوان روان‌شناسی انسان‌گرا (Humanistic Psychology) یا نیروی سوم شناخته شده است. از اصطلاح نیروی سوم چنین استنباط می‌شود که، روان‌شناسی انسان‌گرایی قصد داشت جای دو نیروی قدرتمند روان‌شناسی، یعنی رفتارگرایی (Behaviourism) و روان-کاوی (Psychoanalysis) را بگیرد (شولتز (Schultz) و شولتز (Schultz)، ۱۳۸۶، ص ۵۲۹). دانشجویان و ترک‌تحصیل‌کنندگان دانشگاه‌ها که افراد ضد فرهنگ و معترض را تشکیل می‌دادند، دارای پاره‌ای از ارزش‌های مشترک بودند که با رویکرد انسان‌گرایانه به روان‌شناسی هماهنگی داشت این مشترکات عبارتند از: تأکید بر زمان حال و لذت‌جویی (Hedonism)، اعتقاد به قابلیت آدمی برای رسیدن به کمال، خودافشایی (self-disclose)، (بیان آزاد اندیشه‌ها) و تحقق قابلیت‌های شخصی. (اسمیت (Smith)، ۱۹۹۰؛ به نقل از شولتز و شولتز، ۱۳۸۶، ص ۵۳۱)

روان‌شناسی انسان‌گرایی از رویکرد اگزیستانسیالیسم (Existentialism)، که ریشه در فلسفه دارد، نشأت گرفته است. مشخص‌ترین اصل اگزیستانسیالیست‌ها توجه به هستی و ماهیت بودن انسان است. مکتب انسان‌گرایی برخلاف روان‌کاوی، امیال و آرزوهای سرکوب شده دوران کودکی و یا جبر و عدم اختیار انسان در زندگی را قبول ندارد؛ از

نظر این دیدگاه خوشبختی و بدبختی هر انسانی به دست خود اوست، زیرا انسان آزاد است و حق انتخاب دارد. طبق این دیدگاه عمده‌ترین عاملی که انسان را به حرکت وادار می‌دارد نگرشی است که او نسبت به خود و دنیای اطرافش دارد؛ بنابراین انسان‌گرایان هر گونه جبری را در زمینه‌های زیستی-اجتماعی-اقتصادی و روانی رد می‌کنند. (گنجی، ۱۳۸۶، ص ۲۰)

رویکرد انسان‌گرایی بر پدیدارشناسی (Phenomenology) تأکید دارد و به مطالعه توانایی‌های ذاتی در انسان علاقه‌مند است. تلاش بسیاری از روان‌شناسان در زمینه پدیدارشناختی، دستیابی به تجربه به همان صورتی است که روی می‌دهد و همچنین بررسی زندگی به همان نحوی که انسان تجربه می‌کند بدون غفلت از انسانیت او. روش پدیدارشناختی یعنی آزمایش کردن هر آنچه در آگاهی است یا به عبارت دیگر، داده‌ها یا پدیده‌های آگاهی. توجه اولیه آن، بخش آگاهی (Consciousness) نیست، بلکه احساس آگاهی است. برای مثال، یعنی هر آنچه که ادراک و تصور می‌شود، درباره آن می‌توان تردید کرد یا بدان عشق ورزید. هدف نهایی، رسیدن و پی بردن به چیزهایی است که در آگاهی به چشم می‌خورد. (میزیاک (Misiak) و سکستون (Sexton)، ۱۳۷۱، ص ۶۱۴)

علاوه بر این، کارل راجرز (Carl Rogers) روان‌شناس انسان‌گرا، درباره رویکرد پدیدارشناختی چنین می‌گوید: «چهارچوب درونی هر انسانی مناسب‌ترین زاویه دید برای فهم و درک رفتار اوست». (راجرز، ۱۹۵۱؛ به نقل از هیلگارد (Hilgard) و همکاران، ۱۳۸۳، جلد دوم، ص ۱۰۱)

روان‌شناسی انسان‌گرا درباره کشف استعدادهای انسان و کمک به رشد آنهاست. انجمن روان‌شناسان انسان‌گرای آمریکا، این نهضت را چنین تعریف کرده است: «روان‌شناسی انسان‌گرا شیوه‌ای است که همه روان‌شناسی، و نه حیطه خاصی از آن را در بر می‌گیرد و بر اصولی همچون احترام به ارزش‌های فرد، عدم تعصب نسبت به روش‌های پذیرفته‌شده دیگر و علاقه‌مندی به کشف جنبه‌های جدید رفتار انسان تکیه

دارد. این روان‌شناسی بیشتر متوجه موضوعاتی است که در نظام‌ها و نظریه‌های موجود جای کمی را اشغال کرده است، مانند عشق، خلاقیت، مفهوم «خود»، ارگانیزم، خویش‌سازي (Actualization)، خودجوشي (Spontaneity) یا صرافت طبع، حالت طبیعی و غیرتصنعی انسان، تعالی «من» (Ego experience)، ارزش‌های متعالی شدن (Higher values)، خودمختاری و استقلال، احساس مسئولیت، داشتن قصد در اعمال، داشتن تجارب متعالی، داشتن اوج ادراک (Peak Experience)، جسارت و جرأت و بسیاری مفاهیم دیگر». (شکرکن و همکاران، ۱۳۷۷، ص ۵۲۹)

«زمینه‌های اصلی روان‌شناسی انسان‌گرایی به شرح زیر است:

۱- تأکید بر تجربه ناهشیار؛

۲- اعتقاد بر تمامیت طبیعت آدمی؛

۳- توجه به آزادی اراده، خودانگیختگی و نیروی خلاق فرد؛

۴- مطالعه همه عوامل مربوط به وضعیت انسان». (شولتز و شولتز، ۱۳۸۶، ص

۵۲۹)؛

«به طور کلی رویکرد پدیدارشناختی، برخلاف تأکید روان‌کاوی بر سائق‌ها، انگیزه‌ها، غرایز، ناهشیار، کاهش تنش و تأکید بر سال‌های اولیه در رشد شخصیت، همچنین بر ادراک، احساس و گزارش‌های فردی، خودشکوفایی و فرایند تغییر تکیه دارد». (پروین (Pervin) و جان (John)، ۱۳۸۶، ص ۱۳۹)

همچون دیگر مکاتب و نهضت‌ها، روان‌شناسی انسان‌گرایی نیز پیشگامان و رهبرانی دارد، کارل راجرز و آبراهام مزلو (Abraham Maslow)، از چهره‌های برجسته تثبیت روان‌شناسی انسان‌گرا به عنوان نیروی سوم محسوب می‌شوند.

اما در شرق، بویژه در ایران، انسان‌گرایی به مفهوم غربی آن مطرح نبوده است؛ بلکه گرایش‌های انسان‌گرایانه متأثر از عواملی چون دین، عرفان، فرهنگ و اوضاع اجتماعی، شکلی دیگر یافته است. البته این سخن به این معنا نیست که مفاهیمی از قبیل آزادی و مسئولیت انسان، مورد توجه ایرانیان نبوده است؛ بلکه منظور ما این است که این مفاهیم

از نظرگاهی متفاوت با دیدگاه غربی، مطرح بوده است. (ظهیری و دیگران، ۱۳۸۷، ص ۹۲)

ادبیات ما سرشار از نمونه‌های بارزی است که نشان دهنده ارزش و اهمیت مفاهیم انسانی است. هر گوشه‌ای از این ادبیات غنی، طرحی از انسان تعالی یافته، مطابق با الگوهای ذهنی دوران خود ارائه می‌دهد و از امکان تعالی آدمی، در یک نظام ارزشی پذیرفته شده سخن به میان می‌آورد. (همان، ص ۹۳)

به عنوان مثال، سعدی در قرن هفتم، درباره ابعاد مختلف روح انسانی صحبت کرده است و از امکان ارتقای او به عالی‌ترین مراتب ارزشی و انسانی سخن به میان آورده است. همان چیزی که در قرن حاضر روان‌شناسان انسان‌گرا از آن به عنوان تحقق توانایی‌های «خود» یاد می‌کنند. در این مقاله تشابهات بین الگوهای ارائه شده توسط روان‌شناسان انسان‌گرا با الگویی که سعدی ارائه می‌دهد، بیان می‌شود.

دیدگاه پدیدارشناسانه

بر اساس موضوع پدیدارشناسانه راجرز، هر فرد دنیای منحصر به فردی دارد و جهان را همان‌گونه که خود درک می‌کند، می‌شناسد و کسی نمی‌تواند به دنیای درونی فرد نفوذ کند مگر اینکه او را بهتر بشناسد و اطلاعات بیشتری در مورد فرد داشته باشد. (بخشایش، ۱۳۷۹، ص ۳۲۲) شهرت راجرز به سبب رویکرد درمانی معروفی است که درمان متمرکز بر شخص (Person-Centered Therapy) نامیده می‌شود. وی از داده‌های حاصل از روش درمانی خود نظریه‌ای در شخصیت تدوین کرد که به انگیزه‌ای نیرومند و منحصر به فرد معطوف است و به مفهوم خودشکوفایی مزلو شباهت دارد. مزلو، پدر روحانی روان‌شناسی انسان‌گرایی خوانده می‌شود و بیشترین سهم را در پیشبرد این جنبش بر عهده داشته است. آبراهام مزلو پی‌درپی پنج دیدگاه متفاوت از خودشکوفایی و سه تئوری مختلف از انگیزش شامل: تئوری نیازهای اساسی، تئوری نقص و رشد انگیزش و تئوری فراانگیزش و ارزشمند بودن را استادانه مطرح ساخت.

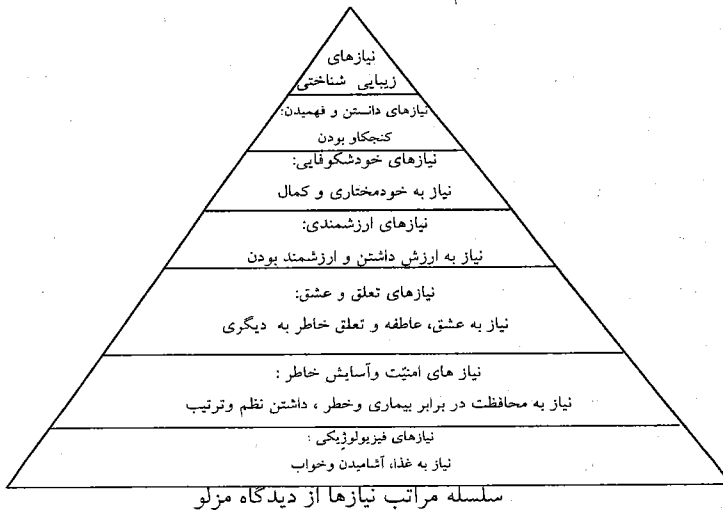
(لئونتیو (Leontiev)، ۲۰۰۸، ص ۴۵) وی نمونه کوچکی از افرادی را که از نظر روانی برجسته بودند مورد مطالعه قرار داد تا بالاترین استعدادهای بالقوه انسان را بشناسد. او همچنین به انگیزش‌ها اهمیت زیادی داده و سلسله مراتبی از نیازهای انسان را ارائه نموده که شهرت زیادی برای او به ارمغان آورده است.

نیازهای انسان

نیازهای بشر از بدو تولد زندگی او را تحت تأثیر قرار می دهند. این نیازها به دو دسته با نام نیازهای اولیه و نیازهای ثانویه یا نیازهای حیاتی (Survival needs) (زیستی) و نیازهای اساسی (Basic needs) روانی تقسیم می شوند. (محمودیان و دیگران، ۱۳۸۷، ص ۸۷)

مزلو معتقد است کلید رشد انسان ارضاء نیازهاست. این نیازها در سلسله مراتب خاص خود قرار دارند. انسان قبل از این که نیازهای بالاتر را ارضاء کند، باید به ارضاء نیازهای حیاتی بپردازد. (جورارد (Jourard) و لندسمن (Landsman)، ۱۳۸۷، ص ۳۴)

بعضی اوقات طرح مزلو به شکل یک مثلث لایه لایه ارائه می شود که اصلی ترین نیازها در قاعده مثلث و نیازهای کم اهمیت تر در لایه های باریک تر آن قرار دارند.



به گفتهٔ مزلو هر فردی دارای تعدادی نیازهای غریزی و فطری است که فعال‌کننده و هدایت‌کنندهٔ رفتارهای اوست. این نیازهای غریزی با ما به دنیا می‌آیند، اما رفتارهایی که ما برای ارضای این نیازها به کار می‌بریم ذاتی نیستند، بلکه آموختنی هستند. بنابراین افراد مختلف در نحوهٔ ارضای انگیزه‌های خود ممکن است تفاوت‌های زیادی پیدا کنند. (کریمی، ۱۳۸۵، ص ۱۵۱)

بدون تردید، قدرت غلبهٔ نیازهای فیزیولوژیک از همهٔ نیازها بیشتر است. منظور از این بیان این است که فردی که همه چیز خود را در زندگی از دست داده، به احتمال قوی انگیزش اصلی در او برآورده ساختن نیازهای فیزیولوژیک است نه چیز دیگر. شخصی که فاقد غذا، ایمنی، محبت و احترام است بدون شک اشتیاق او به غذا قوی‌تر از هر اشتیاق دیگری است. (مزلو، ۱۳۶۷، ص ۷۱)

سعدی در کتاب ارزشمند گلستان، در باب فضیلت قناعت به نیازهای فیزیولوژیکی که از جمله مفاهیم بنیادی در روان‌شناسی انسان‌گراست، چنین اشاره می‌کند:

خوردن برای زیستن و ذکرکردن است

تو معتقد که زیستن از بهر خوردن است
(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۱۱)

در سلسله مراتب نیازها، نیازهایی که در پله‌های پایین‌تر نردبان انگیزشی هستند، باید پیش از نیازهایی که در پله‌های بالاتر نردبان قرار دارند، ارضا شوند. به عبارت دیگر، تا زمانی که نیازهای سطح پایین‌تر تا حدی ارضاء نشوند، نیازهای سطح بالاتر در فرد متجلی نمی‌شوند. این مفهوم در شعر زیر از سعدی در باب اخلاق درویشان بخوبی دیده می‌شود:

ای گرفتار و پایبند عیال

دگر آزادگی مبند خیال

غم فرزند و برگ و جامه و قوت

بازت آرد ز سیر در ملکوت

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۰۰)

حکایت از این قرار است که: «یکی از پادشاهان عابدی را پرسید که اوقات عزیزت چون می‌گذرد؟ گفت: همه شب در مناجات و سحر در دعای حاجات و همه روز در بند اخراجات. ملک را مضمون اشارت عابد معلوم گشت. فرمود تا وجه کفاف او معین دارند تا بار عیال و اطفال از دل او برخیزد». (همان، ص ۱۰۰)

همانطور که از حکایت برمی‌آید سعدی نیز ارضاء نیازهای اولیّه را مقدم بر نیازهای دیگر می‌شمارد.

نکته دیگر اینکه، انسان در یک زمان به وسیله همه نیازها به پیش رانده نمی‌شود. در یک زمان تنها یک نیاز غالب است. علاوه بر این برای برآورده شدن یک نیاز رده بالاتر، لازم نیست که نیاز قبلی به طور کامل ارضاء شده باشد. (کریمی، ۱۳۸۵، ص ۱۵۲)

سعدی مقصود همین مطلب را در حکایت زیر از باب اخلاق درویشان این چنین بیان می‌کند:

«عابدی را حکایت کنند که شبی ده من طعام بخوردی و تا سحر ختمی بکردی. صاحب‌دلی بشنید و گفت: اگر نیم نانی بخوردی و بختی [بسیار] از این فاضل‌تر بودی». (سعدی، ۱۳۷۳، ص ۹۵)

انـدرون از طـعام خـالی دار
تا در او نور معرفت بینی
تـهی از حکـمتی به علـت آن
کـه پـری از طـعام تا بینی
(همان، ص ۹۵)

و یا:

ظـاهـر حـال عـارفاـن، دـلق اسـت
این قـدر بس، چـو رـوی در خـلق اسـت
در عـمل کـوش و هـر چـه خـواهی پـوش
تـاج بـر سـر نـه و عـلـم بـر دوش

ترک دنیا و شهوت است و هوس

پارسایی، نه ترک جامه و بس

(همان، ص ۸۸)

بنابراین از جمله مسائلی که سعدی به آن توجه می‌کند رفع نیازهای انسان به حد ضرورت است، اما نه رفع آنها به طور کامل. به عبارت دیگر برطرف نشدن تمام و کمال یک نیاز، مانع از صعود به مراتب بالاتر نمی‌شود.

مزلو نیازهای انسان را تا رسیدن به مرحله خودشکوفایی و حتی بالاتر از آن برمی‌شمارد: «همه این نیازهای اساسی را می‌توان صرفاً گام‌هایی در مسیر خودشکوفایی کلی که همه نیازهای اساسی می‌توانند تابع آن باشند، تلقی کرد». (مزلو، ۱۳۷۱، ص ۱۷۲) اما به اعتقاد رنه (Rennie) مزلو می‌توانست حمایت بیشتر و درست‌تری از فرمول سلسله مراتب نیازهایش ارائه بدهد، بویژه در مورد نیازهای عالی. (رنه، ۲۰۰۸، ص ۴۴۵)

سعدی در باب تأثیر تربیت به گام‌های رسیدن به خودشکوفایی اینگونه اشاره کرده

است:

فرشته‌خوی شود آدمی به کم خوردن

و گر خورد چو بهائم بیوفند چو جماد

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۶۲)

تحقق نفس

از ویژگی‌هایی که مزلو برای افراد خودشکופا در نظر می‌گیرد، پذیرش کامل ماهیت خود و یا همان تحقق خود است که از مفاهیم اساسی در روان‌شناسی انسان‌گرایی است. مهمترین اشاره انگیزشی پیدایش خود این است که گرایش شکوفای شدن (Actualizing Tendency) تا اندازه‌ای در بخشی از ارگانیزم که «خود» نامیده می‌شود، آشکار می‌گردد. این بدان معنی است که فرد علاوه بر گرایش شکوفای شدن، نیروی انگیزشی دیگری کسب کند که همان گرایش خودشکوفایی است. شکوفایی و خودشکوفایی یکی نیستند. (فورد (Ford)، ۱۹۹۱، ص ۱۰۴)

همین که خود پدیدار گشت، گرایش تحقق خود نمایان می‌شود. این فرایند که از دوران کودکی آغاز می‌شود در سراسر زندگی ادامه می‌یابد و مهمترین هدف زندگی انسان است. تحقق خود، روند خود شدن و پرورش ویژگی‌ها و استعدادها ی یکتای فرد است. به اعتقاد راجرز در بشر میلی ذاتی برای آفرینندگی هست و مهمترین آفریده هر انسان، خود اوست. (شکرکن و همکاران، ۱۳۷۷، ص ۴۴۰)

مزلو یکی از موانع خودشکوفایی را این می‌داند که بسیاری از افراد به سادگی توان‌های بالقوه خود را نمی‌بینند. آنها نه می‌دانند که این توان‌ها وجود دارند و نه لذت ناشی از خودافزایی (Self-Enhancement) را درک می‌کنند. در عوض تمایل دارند تا نسبت به توانایی‌های خود شک کنند و یا حتی از آن بترسند. به همین جهت است که شانس تحقق بخشیدن به خود را کاهش می‌دهند. (یارمحمدیان و کمالی، ۱۳۸۶، ص ۲۱۵)

چنان که سعدی در باب ضعف و پیری می‌گوید:

ز خود بهتری جوی و فرصت شمار

که با چون خودی گم کنی روزگار

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۵۰)

راجرز در وجود آدمی به یک انگیزش اصلی اعتقاد دارد که همان صیانت، فعلیت، اعتلای تمام جنبه‌های شخصیت است و آن را میل فعلیت بخشیدن یا میل تحقق توانایی‌های بالقوه نامیده است. او این انگیزش را فطری می‌داند و معتقد است که هیچ‌یک از جنبه‌های رشد و تکامل آدمی مستقل از گرایش فطری بخشیدن عمل نمی‌کند. (شولتز، ۱۳۶۲، ص ۵۱)

راجرز بر آنچه خوب و شکوفا کننده است، تأکید دارد. انسان در میان سایر انواع یگانه است و آنچه در این منحصر به فرد بودن اساسی است، آگاهی از خویشتن و حرکت به سوی خودشکوفایی است. خودشکوفایی مستلزم پذیرش دائمی تجربه‌ها و توانایی‌ها برای یکپارچه کردن آنها در خویشتن توسعه یافته و متمایز شده است. افراد

خودشکوفای خود و دیگران هستند، انعطاف‌پذیر و خودانگیخته‌اند، در خلاقیت آزادانه و تجربه‌های خود و دیگران نیز واقعی و غیر دفاعی و توانا عمل می‌کنند. حداکثر خودشکوفایی زمانی حاصل می‌آید که به آنچنان احساسی از خویشتن و مقامی از خود دست یابیم که به سادگی تهدید نشود. (پروین، ۱۳۷۳، ص ۲۲۷)

ویژگی‌های افراد خودشکوفای

به طور کلی ویژگی‌های افراد خودشکوفای به شرح زیر است:

- ادراک عینی از واقعیت؛
- پذیرش کامل ماهیت خود؛
- تعهد نسبت به نوعی کار و صرف وقت در راه آن؛
- سادگی و طبیعی بودن رفتار؛
- نیاز به خود پیروی، با خود بودن و استقلال شخصی؛
- تجارب عرفانی یا اوجی؛
- همدلی با همه انسان‌ها و مهر و عاطفه نسبت به آنان؛
- مقاومت در برابر هم‌رنگی با جماعت؛
- ساخت شخصیتی آزادمنشانه؛
- داشتن نگرش خلاق؛
- درجه بالایی از علاقه اجتماعی. (شولتز و شولتز؛ ترجمه سیف و دیگران، ۱۳۸۶، ص ۵۳۳)؛

رفتارهایی که منجر به خودشکوفایی می‌شوند:

- تجربه کردن زندگی به شیوه کودکان، یعنی مجذوب‌وار و با همه وجود؛
- آرمودن شیوه‌های جدید به عوض پناه بردن به راه‌های راحت و امن؛

- در ارزیابی تجربه‌ها بیشتر به ندای احساس پاسخ دادن تا به سنت و مرجعیت و اکثریت؛

- صداقت یعنی احتراز از تظاهر به «نقش بازی کردن»؛

- آمادگی برای تحمل بی‌اعتنایی دیگران در شرایطی که عقاید شخص با اکثر مردم هماهنگ نیست؛

- مسئولیت پذیری؛

- سخت کوشی در اجرای تصمیم‌ها؛

- شناخت دفاع‌های روانی خویش و شهامت داشتن برای کنار گذاردن آنها.

(هیلگارد و همکاران؛ ترجمه براهنی و دیگران، ۱۳۸۳، ص ۱۰۴)؛

در ادامه، برخی از ویژگی‌های ذکر شده در گلستان سعدی مورد بررسی قرار می‌گیرند:

عزت نفس

خودشکوفایی تنها به وسیله توجه مثبت فرد نسبت به خود یا توسط حرمت نفس تحقیق می‌یابد. (ساعتچی، ۱۳۷۴، ص ۱۳۳)

سعدی در حکایت زیر از باب سیرت پادشاهان به وضوح به این مطلب اشاره نموده است:

«دو برادر یکی خدمت سلطان کردی و دیگر به سعی بازو [نان] خوردی. باری توانگر گفت درویش را: چرا خدمت نکنی تا از مشقت کار کردن برهی؟ گفت: تو چرا کار نکنی تا از مذلت خدمت رهایی یابی؟ که حکما گفته‌اند: نان خود خوردن و نشستن به از کمر زرین به خدمت بستن». (سعدی، ۱۳۷۳، ص ۸۳)

به دست آهن تفته کردن خمیر

به از دست بر سینه پیش امیر

(همان، ص ۸۳)

و یا:

عمرِ گران‌مایه در این صرف شد

تا چه خورم صیف و چه پوشم شتا

ای شکم خیره به نانی بساز

تا نکنی پشت به خدمت دوتا

(همان، ص ۸۳)

چنانچه ملاحظه می‌شود سعدی صراحتاً عزت نفس را مورد احترام و ارزش قرار داده است و در اشعار خود نیز با ظرافت به این مطلب توجه دارد و کسی را که برای خود حرمتی قائل نشود مورد مذمت و سرزنش قرار می‌دهد.

خداوند در قرآن کریم به حفظ عزت نفس اشاره کرده و می‌فرماید: «آنها پنهانی می‌گویند اگر به مدینه مراجعت کردیم، البته باید اربابان عزت و ثروت مسلمانان ذلیل (فقیر) را از شهر بیرون کنند و حال آنکه عزت مخصوص خدا و رسول و اهل ایمان است ولیکن منافقان از این معنی آگاه نیستند.» (منافقون/۸)

یکی از وزراء پیش ذوالنون مصری رفت و همت خواست که روز و شب به خدمت سلطان مشغولم و به خیرش امیدوار و از عقوبتش ترسان.

ذوالنون بگریست و گفت اگر من خدای را عزوجل چنین می‌پرستیدمی که تو سلطان را از جمله صدیقان بودمی. (اسکندریور، ۱۳۸۶، ص ۳۳)

سعدی نیز می‌گوید:

گر نبودی امید و بیم راحت و رنج

پای درویشان بر فلک بودی

ور وزیر از خدا بترسیدی

همچنان کز ملک، ملک بودی

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۸۰)

کوپر اسمیت (Coopersmith) در مطالعه‌ای که در زمینه عزت نفس انجام داده، عزت نفس را یک ارزشیابی فردی معرفی کرده است که معمولاً با توجه به خویشتن

حفظ می‌شود. به این ترتیب، عزت‌نفس عبارت است از قضاوتی فردی از شایستگی که ویژگی عام شخصیت است، نه یک نگرش لحظه‌ای یا اختصاصی برای موقعیت‌های خاص. (پروین، ۱۳۷۳، ص ۲۲۳)

سعدی مفهوم عزت‌نفس را در حکایت زیر از باب فضیلت قناعت چنین آورده است:

«حاتم طائی را گفتند که از تو بزرگ همت‌تر در جهان دیده‌ای یا شنیده‌ای؟ گفت: [بلی]، یک روز چهل شتر قربان کرده بودم امرای عرب را و خود به گوشه صحرا (به حاجتی) بیرون رفتم. خارکنی را دیدم پشته فراهم نهاده، گفتم: به مهمانی حاتم چرا نروی که خلقی بر سماط (سفره) او گرد آمده‌اند گفت: هر که نان از عمل خویش خورد

مَنْت حاتم طائی نبرد

من او را به [همت و جوانمردی از خود] برتر دیدم». (سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۱۴)

ارضای نیاز به عزت‌نفس به احساساتی از قبیل اعتماد به نفس، ارزش، قدرت، لیاقت، کفایت و مفید و مثرثمر بودن در جهان منتهی خواهد شد. اما بی‌اعتنایی به این نیازها موجب احساساتی از قبیل حقارت، ضعف و درماندگی می‌شود. (مزلو، ۱۳۶۷، ص ۸۲)

در همین باب، سعدی حکایت دیگری را می‌آورد که، «درویشی را شنیدم که در آتش فاقه می‌سوخت و تسکین خاطر خود به این بیت می‌کرد:

به نان خشک قناعت کنیم و جامه دلق

که بار محنت خود به که بار منت خلق

کسی گفتش: چه نشینی که فلان [در این شهر] طبعی کریم دارد و کرمی عمیم، میان به خدمت (آزادگان) بسته است و بر در دل‌ها نشسته. اگر بر (صورت) حال تو چنان که هست مطلع گردد، پاس خاطر عزیزان [داشتن] منت دارد [و غنیمت شمارد]. گفت: خاموش که به گرسنگی مردن به که حاجت به کسی بردن». (سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۱۰)

همچنانکه سعدی در باب آداب صحبت می‌گوید: «خلعت سلطان اگر چه عزیز است، جامهٔ خلقان (کهنه) خود از آن به عزت‌تر و خوان بزرگان اگر چه لذیذ، خردهٔ انبان خویش از آن به لذت‌تر». (سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۸۴)

سرکه از دسترنج خویش و تسره

بهتر از نان دهخدا و بسره

(همان، ص ۱۸۴)

و یا در باب سیرت پادشاهان می‌گوید:
تو بر سر قدر خویشتن باش و وقار

بازی و ظرافت به ندیمان بگذار

(همان، ص ۶۹)

به نظر می‌رسد که افراد در قضاوت از خویشتن تحت تأثیر فرایند ارزیابی انعکاس یافته (Reflected Appraisal) قرار دارند که در آن عقاید آنها دربارهٔ خود از کسانی اخذ می‌شود که برایشان مهم‌اند و سپس این عقاید را در قضاوت‌هایشان از خویشتن به کار می‌گیرند (پروین، ۱۳۷۳، ص ۲۲۴).

سعدی نیز در باب فضیلت قناعت بار دیگر به مفهوم عزت نفس اشاره می‌کند:

نخورد شیر نیم خوردهٔ سگ

ور بمیرد به سختی اندر غار

تن به بیچارگی و گرسنگی

بنه و دست پیش سفله مدار

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۱۴)

ماهیت انسان

اندیشهٔ غالب سعدی دربارهٔ استعداد ذاتی انسان مطابق با اصل دوگانهٔ نیک و بد است؛ به عبارت دیگر، شخصیت انسان در بدو تولد شکل گرفته است و انسان‌ها یا

نیک‌سرشتند یا بد سیرت. در واقع، اندیشهٔ ثنویّت و دوگانگی اخلاقی، بن‌مایهٔ تفکر سعدی دربارهٔ فطرت انسان است. نگرش فطری بودن خوبی و بدی انسان یکی از ویژگی‌های اندیشهٔ سعدی است که با بسامد زیادی در آثارش دیده می‌شود. هرچند شاعر به نقش تعلیم و تربیت انسان اهمیّت می‌دهد، تنها کسانی به کمال اخلاقی می‌رسند که دارای سرشتی نیک و گوهری قابل هستند. (جوکار، رحیمی و دبیری، ۱۳۸۸، ص ۱۱)

«سعدی در جای دیگر بر هوشیاری در مقام انسان بودن پیش از آنکه کار از کار بگذرد و عمر سرآید تأکید کرده و می‌گوید:

هر دم از عمر می‌رود نفسی

چون نگه می‌کنم نمانده بسی

ای که پنجاه رفت و در خوابی

مگر این پنج روزه دریابی

عمر برف است و آفتاب تموز

اندکی ماند و خواجه غرهٔ هنوز

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۵۲)

«در بیت اوّل پیرامون کوتاه بودن عمر و در بیت دوم در مورد غفلت آدمی و از

دست رفتن وقت هشدار می‌دهد.» (هاشمی، ۱۳۷۸، ص ۲۷)

«در ابیات بعدی مادی‌گرایی را که لذّتی ناپایدار است مانع رشد شخصیت انسان و

آگاهی از مواهب اصیل زندگی می‌داند و می‌گوید:

هر که آمد عمارتی نو ساخت

رفت و منزل به دیگری پرداخت

وان دگر پخت همچنین هوسی

این عمارت بسر نبرد کسی

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۵۲)

سعیدی انسان شدن را امری فردی می‌داند که هیچ‌کس دیگر نمی‌تواند آن را به جای انسان انجام دهد و بر فردیت آدمی تأکید می‌کند؛ به عبارت دیگر، هرکس مسئولیت نیل به مقام انسانی خویش را دارد و دیگری نمی‌تواند آن را به جای انسان و برای او انجام دهد.» (هاشمی، ۱۳۷۸، ص ۲۸)

مزلو نیز که مانند راجرز معتقد بود که طبیعت و سرشت اصلی انسان همانا خودشکوفایی است، برخلاف او، خودشکوفایی را به عنوان تنها منبع رفتار انسان قبول نداشت. (ساعتچی، ۱۳۷۷، ص ۳۷۲)

وی نسبت به نوع بشر خوش‌بین بوده و معتقد است که آدمی ضمن نشو و نما می‌تواند استعدادها و ویژگی‌های خود را به عرصه ظهور برساند، به کمال خود نزدیک شود و دارای شخصیتی سالم، استوار و قائم به ذات گردد. (سیاسی، ۱۳۷۱، ص ۲۴۲)

طبق تحقیقات انجام شده، افراد انسانی زمانی که در گروهی قرار می‌گیرند سعی دارند خود را با آن گروه همسو و هم‌رنگ نمایند و از اعمال و رفتار آنها پیروی کنند. مصداق این مطلب ضرب‌المثل معروف زیر است:

خواهی نشوی رسوا

هم‌رنگ جماعت شو

(دهخدا، ۱۳۸۸، ج ۲، ص ۷۵۲)

ولی از نظر مزلو، افراد خودشکופا وسیله را با هدف اشتباه نمی‌گیرند و در مقابل هم‌رنگ شدن با فرهنگ و آداب و رسوم ایستادگی می‌کنند، ماورای شرایط محیطی خود به حرکت در می‌آیند و همواره تمایلات دموکراتیک (مردمی) خود را حفظ می‌کنند. مزلو صفاتی چون پرمعنا، مبارز و مهیج را بهتر از صفاتی چون شادی، برای تشریح زندگی آنان می‌داند. (راس (Ross)، ۱۳۷۳، ص ۱۶۴)

بنابراین وی، یکی دیگر از ویژگی‌های افراد خودشکופا را ساخت شخصیتی آزادمنشانه و مقاوم در برابر هم‌رنگی با جماعت معرفی می‌نماید.

این معنا را می‌توان از اشعار سعیدی در باب آداب صحبت در گلستان استنباط کرد:

عالم اندر میان جاهل را

مثلی گفته‌اند صدیقان

شاهدی در میان کوران است

مصحفی در سرای زندیقان

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۸۰)

و یا در باب اخلاق درویشان:

همی گریختم از مردمان به کوه و به دشت

که جز خدای نبودم به دیگری پرداخت

قیاس کن که چه حالم بود درین ساعت

که در طویله نامردمم بیاید ساخت

(همان، صص ۱۰۰-۹۹۹)

به عقیده مزلو، هر فرد دارای گرایش ذاتی برای رسیدن به خودشکوفایی است.

(مزلو، ۱۹۷۰؛ نقل از شولتز و شولتز، ۱۳۸۶، ص ۵۳۳) بنابراین مسیر رسیدن به

خودشکوفایی توسط خود انسان مشخص می‌گردد.

کیفیت کناره‌گیری، نیاز به خلوت و تنهایی

تصمیم‌گیری روزمره درباره اینکه «مطابق ماهیت درونی» عمل کنیم یا «مطابق

اولویت‌های فرهنگی»، تصمیم‌گیری بی‌اهمیتی نیست. ترجیحات و اولویت‌های

اجتماعی، به صورت روش‌های مطلوب رفتارکردن، با همه نوع حمایت، از جمله

مشوق‌ها، پاداش‌ها، تأیید، عشق، پیام‌های تبلیغاتی، درخواست‌های اجتماعی، مقررات،

هنجارها، انتظارات، به ما انتقال یافته و به اجرا گذاشته می‌شوند. رهنمودهای درونی،

برخلاف فرهنگ پیرامون ما به صورت سازمان‌یافته ما را به انجام دادن کارها ترغیب

نمی‌کنند. بنابراین در زندگی روزمره، رهنمودهای درونی ما نسبتاً خاموش هستند در

حالی که انتظارات اجتماعی و اولویّت‌های فرهنگی نسبتاً برجسته هستند. طبق روانشناسی انسان‌گرا، اگر کسی ماهیّت خود را به نفع اولویّت‌های اجتماعی رد کند، رشد شخصی و سلامت روانی خود را به خطر می‌اندازد. (ریو (Reeve)، ۱۳۸۵، ص ۴۴۵)

سعدی حکایتی را در همین رابطه از باب سیرت پادشاهان آورده است:
«یکی از وزراء معزول شد و به حلقه درویشان درآمد و [برکت] صحبت ایشان در وی سرایت کرد و جمعیت خاطرش دست داد. ملک [بار دیگر] با وی دل خوش کرد و عمل فرمود. قبول نکرد و گفت: معزولی، [به نزد خردمندان]، به که مشغولی».

آنان که به کنج عافیت بنشستند

دندان سگ و دهان مردم بستند

کاغذ بدریدند و قلم بشکستند

وز دست زیان حرف‌گیران رستند

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۶۹)

بنابراین طبق دیدگاه مزلو، افراد خودشکوکا به ماهیّت درونی خود توجه می‌نمایند و مطابق با آن عمل می‌کنند و به این طریق سلامت روانی آنها تضمین می‌شود.

خویشتن

به نظر راجرز، هر فرد رویدادها و تجربه‌های پیرامون خود را دریافت می‌کند و به آنها معنا می‌بخشد. این مجموعه ادراکی و معنایی، میدان پدیداری فرد را به وجود می‌آورد. بخش‌هایی از میدان پدیداری که انسان آنها را به عنوان «خود»، «مرا» (Me) یا «من» (I) می‌شناسد، خویشتن را به وجود می‌آورد. مفهوم «خودپنداره» (Self-Concept) الگویی سازمان‌یافته و پایدار از ادراکات را بیان می‌کند. اگرچه خویشتن تغییر می‌کند، ولی خصوصیات سازمان‌یافته، یکپارچه و ویژه خودپنداره همیشه حفظ می‌شود. (پروین

و جان، ۱۳۸۶، ص ۱۴۰)

به اعتقاد راجرز خودپنداره به طور مستقیم رفتار را تعیین و سازمان‌دهی نمی‌کند، بلکه این رابطه از طریق خود پدیداری یا ادراکی صورت می‌گیرد. (قاضی طباطبایی و عسکری، ۱۳۸۵، ص ۸۵)

سعدی نیز در باب اخلاق درویشان می‌فرماید:
عالم که کامرانی و تن‌پروری کند

او خویشتن گم است، که را رهبری کند؟

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۰۴)

و یا:

نبیند مدّعی جز خویشتن را

که دارد پرده پندار در پیش

گرت چشم خدایینی ببخشد

نبینی هیچکس عاجزتر از خویش

(همان، ص ۸۹)

در نظر راجرز، در رابطه با خودپنداره خویش است که فرد دست به ارزیابی تجربه‌ها می‌زند. مردم میل دارند به نحوی رفتار کنند که با خودانگاره (Self-Image) آنان همساز و همخوان باشد. تجربه‌ها و احساساتی که با خودانگاره شخص همسازی ندارند تهدید کننده‌اند و ممکن است به حیطة هشیاری راه داده نشوند. (هیلگارد و همکاران، ۱۳۸۳، ص ۱۰۱)

سعدی نیز حکایتی را با همین مضمون در باب سیرت پادشاهان بیان کرده است:

«پادشاهی با غلامی عجمی در کشتی نشست و غلام هرگز دریا ندیده بود و محنت کشتی نیازموده، گریه و زاری درنهاد و لرزه بر اندامش اوفتاد، چندانکه ملاحظت کردند آرام نمی‌گرفت و ملک را عیش از او منغص (تیره و ناگوار) شد. چاره ندانستند. حکیمی در آن کشتی بود، [ملک را] گفت: اگر فرمان فرمایی من او را خاموش کنم.

گفت: غایت لطف باشد. بفرمود تا غلام را به دریا انداختند. باری چند غوطه خورد. مویش گرفتند و سوی کشتی آوردند. دست در خطام [= مهار] کشتی زد، چون برآمد به گوشه‌ای بنشست و آرام یافت. ملک را پسندیده آمد گفت: که در این چه حکمت بود؟ گفت: اول محنت غرقه شدن نچشیده بود و قدر سلامت کشتی نمی‌دانست. همچنین قدر عافیت کسی داند که به مصیبتی گرفتار آید». (سعدی، ۱۳۷۳، ص ۶۵)

ای سیر، تو را نان جوین خوش ننماید
معشوق من است آنکه به نزدیک تو زشت است
حوران بهشتی را دوزخ بود اعراف
از دوزخیان پرس که اعراف، بهشت است
(همان، ص ۶۵)

وی در باب عشق و جوانی می‌فرماید:
آن شنیدی که شاهدهی به نهفت
با دل از دست‌رفته‌ای می‌گفت:
تا تو را قدر خویشتن باشد

پیش چشمت چه قدر من باشد؟
(همان، ص ۱۳۵)

خویشتن دیگر در نظریهٔ راجرز، خویشتن آرمانی (Ideal Self) است. در همهٔ ما تصویری دربارهٔ اینکه چگونه آدمی می‌خواهیم بشویم وجود دارد. هر چه خویشتن آرمانی به خویشتن واقعی نزدیک‌تر باشد، فرد راضی‌تر و خشنودتر خواهد بود. فاصلهٔ زیاد بین خویشتن آرمانی و خویشتن واقعی به نارضایی و ناخشنودی منجر می‌گردد. (هیلگارد و همکاران، ۱۳۸۳، ص ۱۰۱)

چنانکه سعدی نیز در باب عشق و جوانی، به خویشتن آرمانی اشاره می‌کند:
تو که در بند خویشتن باشی
عشق‌بازی دروغ‌زن باشی

گر نشاید به دوست ره بردن

شرط یاریست در طلب مردن

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۳۴)

بنابراین اگر بخواهیم به آنچه آرزوی ماست دست یابیم باید از هر چه که هستیم پا را فراتر نهاده و احتمال خطای آن را نیز بپذیریم تا جایی که خویشتن کنونی خود را به خویشتن آرمانی نزدیک و نزدیک‌تر نماییم.

یکی از جلوه‌های ادراک قوی و آزمون‌های سعدی در زندگی، مردم‌شناسی اوست و معرفت او به روحیات افراد بشر که به صور گوناگون در گلستان به نظر می‌رسد. این ویژگی دیگری است که مزو برای افراد خودشکوفای در نظر می‌گیرد، درجه بالایی از علاقه اجتماعی و همدلی با همه انسان‌ها و مهر و عاطفه نسبت به آنان. سعدی در باب سیرت پادشاهان به وضوح این مطلب را بیان کرده است:

دوست مشمار آنکه در نعمت زند

لاف یاری و برادرخواندگی

دوست آن دامنم که گیرد دست دوست

در پریشان‌حالی و درماندگی

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۷۱)

یا:

بنی آدم اعضای یکدیگرند

که در آفرینش ز یک گوهرند

چو عضوی به درد آورد روزگار

دگر عضوها را نماند قرار

[تو کز محنت دیگران بی غمی

نشاید که نامت نهند آدمی]

(همان، ص ۶۶)

همچنین:

نیم نانی گر خورد مرد خدای

بذل درویشان کند نیمی دگر

(همان، ص ۶۰)

تجربه عرفانی، تجربه اوج

مزلو اصطلاح «احساس اوج» را برای توجیه برخی از حالت‌های لحظه‌ای انسان به کار می‌برد. حالت‌هایی چون احساس شادی و رضایت حاصل از دیدن کسی که دوستش داریم، ارضاء و اطفاء جنسی، احساس ناشی از تکمیل یک پروژه یا حل یک مشکل درازمدت، یا حتی خوردن یک لقمه کوچک پس از مدت‌ها محرومیت و گرسنگی، پیروزی در یک بازی و غیره، می‌تواند همان احساس اوج باشد. مزلو معتقد است که جهان در حین احساس اوج یا پس از آن در ذات و هستی خودش دیده می‌شود، همچنانکه در نفس خود است. وی اضافه می‌کند که این لحظات اوقاتی هستند که فرد یکپارچه‌تر، از خود بی‌خودتر، فعال‌تر و با احاطه بیشتر عمل می‌کند و در مقابل جهان احساس ضعف و خواری کمتری دارد. (جورازد و لندسمن، ۱۳۸۷، ص ۳۴)

«یکی از شرایط لازم برای رسیدن به تجربه اوج یا اوچمندی دست کشیدن از نفس به معنی فراموش کردن خویشتن، رهاپیش ذهنی از امور عادی و غرق شدن و جذب شدن در جهان بی‌خویشتنی و بی‌خود شدن از خود است به طوری که به خویشتن به عنوان یک تماشاچی یا نظاره‌گر نقاد چشم ندوزیم.» (هاشمی، ۱۳۷۸، ص ۳۵) «به عقیده آبراهام مزلو، اگر انسان زیاده از حد، از نفس و نیازهای ابتدایی خود هشیار و نسبت به آنها مقید باشد برای اعتلا و رشد ایجاد مانع می‌کند و سدی بر سر راه تعالی نفس و تجربه اوج و به تعبیر سعدی «رؤیت خداوند» می‌گردد.» (همان، ص ۳۶)

علاوه بر این ویژگی‌هایی که برای افراد خودشکوکا برشمردیم، ادراک عینی از واقعیت نیز ویژگی دیگر این افراد است. این افراد دنیا را همان‌گونه که هست می‌پذیرند، با تمام فراز و نشیب‌های احتمالی آن. در حکایات گلستان از موارد نقص و

عیب یا استعداد نیکوی انسان بسیار سخن می‌رود. همه جا دیده‌ واقع بین سعدی است که حقایق تلخ و شیرین را می‌بیند و ما را با آنها آشنا می‌کند. وی در باب تأثیر تربیت، به این مطلب اشاره می‌کند:

جور دشمن چه کند گر نکشد طالب دوست

گنج و مار و گل و خار و غم و شادی بهم‌اند
(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۶۷)

مسئله شرارت

روانشناسی انسان‌گرا بی‌تردید فرض می‌کند که ماهیت انسان ذاتاً خوب است. راجرز طبیعت انسان را نیک می‌پنداشت و در مقابل، اجتماع را بی‌حرکت، انعطاف‌پذیر و محدود تصور می‌کرد. طبیعت انسان طوری است که «خود» همواره نگران «بودن» و «شدن» خویش است. (شکرکن و همکاران، ۱۳۷۷، ص ۴۳۸)

وی معتقد بود اگر فرد محبت و پذیرش کافی از سوی مراقبت‌کنندگان خود دریافت کند، با آنها ارتباط اصیل برقرار می‌نماید و در این صورت قطعاً خیر را بر شر ترجیح می‌دهد. (راجرز (Rogers)، ۱۹۸۲، ص ۸)

بنابراین، انسان‌ها به این دلیل بدخواهانه رفتار می‌کنند که قبلاً صدمه دیده‌اند. خشونت بیانگر تاریخچه روابط آکنده از قدرت و کنترل است. (موهلنهارد و کیمز (Muehlenhard & Kimes)، ۱۹۹۹، ص ۲۳۹) در گلستان هم از فضائل عالی بشری سخن می‌رود و هم از اغراض و تمایلات پست و فرومایه اشخاص، چنانکه وی در باب سیرت پادشاهان چنین به فطرت انسان اشاره می‌کند:

شمشیر نیک از آهن بد چون کند کسی؟

ناکس به تربیت نشود، ای حکیم، کس

باران که در لطافت طبعش خلاف نیست

در باغ لاله روید و در شوره بوم خس

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۶۲)

پرتو نیکان نگیرد هر که بنیادش بد است

تربیت ناهل را چون گردکان بر گنبد است

(همان، ص ۶۱)

شرارت، از خودبزرگ‌بینی و خودپنداره معیوب فرد ناشی می‌شود و اعمال فجیع را توجیه می‌کند. به نظر می‌رسد که علت در فرهنگ‌پذیری نهفته باشد نه در ماهیت انسان. (ریو، ۱۳۸۵، ص ۴۶۸)

با بدان یار گشت همسر لوط

خانندان نبوتش گسم شد

سگ اصحاب کهف روزی چند

پی نیکان گرفت و مردم شد

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۶۲)

زیستن در زمان حال

یکی دیگر از مفاهیمی که راجرز، بخصوص در رویکرد درمانی خود از آن استفاده می‌کند، زیستن در زمان حال است. وی معتقد است انسان سالم کسی است که نه افسوس گذشته را دارد و نه نگران آینده است.

سعدی در کتاب گلستان این حالت را به نحو زیبایی تشریح کرده است: بازرگانی را دیدم که صد و پنجاه شتر بار داشت و چهل بنده و خدمتکار. شبی در جزیره کیش مرا به حجره خویش برد. همه شب دیده بر هم نبست از سخنان پریشان گفتن که فلان انبازم به ترکستان است و فلان بضاعت به هندوستان و این قبالة فلان زمین است و فلان مال را فلان کس ضمین. گاه گفتم: خاطر اسکندر به دارم که هوایی خوش است. باز گفتم: نه، [که] دریای مغرب مشوش است. سعدیا، سفر دیگر [م] در پیش است، اگر کرده شود بقیت عمر به گوشه‌ای بنشینم. گفتم آن کدام سفر است؟ گفت: گوگرد پارسی خواهم بردن به چین که شنیدم عظیم قیمتی دارد و از آنجا کاسه چینی به روم [آوردم] و دیبای رومی به هند و فولاد هندی به حلب و آبگینه حلبی به یمن و بُرد

یمانی به پارس و از آن پس ترک تجارت کنم و به دگانی بنشینم. [انصاف]، از این ماخلولیا چندان فرو گفت که بیش طاقت گفتنش نماند. گفت: [ای سعدی]، تو هم سخن بگوی از [آنها که] دیده‌ای و شنیده‌ای. گفتم:

آن شنیدستی که روزی تاجری

در بیابانی بیفتاد از ستور

گفت: چشم تنگ دنیا دار را

یا قناعت پر کند یا خاک گور

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۱۱۷)

با توجه به این حکایت متوجه می‌شویم که تا چه اندازه اشتهای خواجه برای جمع‌آوری مال و ثروت سیری ناپذیر بوده و به این لحاظ چگونه همه شب را در التهاب و آشفتگی به سر می‌برده در حالی که باید از خود می‌پرسید که آیا صد و پنجاه شتر بار و چهل بنده و خدمتکاری که فعلاً دارم مرا راضی کرده است؟ و یا آیا آنوقت که یک بار شترم به یکصد و پنجاه و یک بندهام به چهل افزایش یافت بر آرامش روانی من افزوده شد؟ که باز هم برای کسب بیشتر همت گمارم. مسلماً نه، که فقط رنج من بیشتر شد و آنگاه تا این اندازه پریشان‌حال نبودم، یا می‌توانست با خود بگوید در عوض این همه رؤیاهای دور و دراز از همین ساعت ترک تجارت کنم و بر دگانی بنشینم و این است معنی ریشه داشتن در زمان حال و نه آنکه کامیابی را به زمان آینده نامعلوم و نامحدود و غیر قابل کنترل منوط کردن و مشروط کردن به یکی دیگر، همان یکی دیگر که هیچ‌گاه تحقق نمی‌یابد.

سعدی در باب سیرت پادشاهان این مطلب را چنین آورده است:

دریاب کنون که نعمت هست به دست

کاین نعمت و ملک می‌رود دست به دست

(سعدی، ۱۳۷۳، ص ۸۰)

و یا در باب تأثیر تربیت می‌فرماید:

خداوندان کام و نیک‌بختی

چرا سختی خورند از بیم سختی؟

بروشادی کن ای یار دلفروز

غم فردا نشاید خوردن امروز

(همان، ص ۱۵۶)

نکته اخیر بویژه از لحاظ روان‌شناسی بسیار حساس و درخور تأمل است. این یک عادت بسیار متداول است که افراد از غصه رودرویی با فلان بدبختی در آینده از هم اکنون احساس بدبختی در پیش می‌گیرند و زمان حال را از دست می‌دهند. (هاشمی، ۱۳۷۸، ص ۱۸۲)

بالاخره اینکه زیستن در زمان حال باعث می‌شود که انسان از لحظه لحظه زندگی خود لذت ببرد و فرصت‌ها را از دست ندهد.

نتیجه‌گیری

در این مقاله بیشتر سعی شده شباهت دیدگاه سعدی با روان‌شناسان انسان‌گرا مطرح گردد. چنانکه دیدیم سعدی شاعر قرن هفتم هجری قمری بسیاری از مفاهیم روان‌شناسی انسان‌گرایی از جمله، سلسله مراتب نیازهای انسان، خودشکوفایی، تحقق خویشتن، عزت نفس و ادراک عینی از جهان پیرامون را در اشعار خود در کتاب گلستان، آورده است. آنچه مسلم است این است که برخی از اشعار وی مضمون بسیاری از این مفاهیم را به وضوح در بر می‌گیرند. در زمینه سلسله مراتب نیازها می‌توان مراحل را که مزلو مطرح ساخته است در اشعار سعدی یافت. همچنین در مورد ویژگی‌های افراد خودشکوفا، انطباق بیشتری بین دیدگاه سعدی و الگوهای ارائه شده‌ی مزلو و راجرز وجود دارد. سعدی در بیشتر مواقع بر واقعیت‌های موجود در جهان به عنوان قوانینی بدیهی و غیر قابل انکار تأکید می‌کند. آنچه از نظر سعدی مهم و

مورد توجه است، نیت درونی و نفس عمل و یا همان ماهیت درونی هر فرد است، نه رعایت تکلیفات صوری و ظاهری. همچنانکه با نقل داستان وزیر در باب سیرت پادشاهان، بخوبی این موضوع را مطرح می‌کند. ویژگی دیگر افراد خودشکوفای خودمختاری، استقلال و اراده است. از نظر مزلو افراد خودشکوفای خودشان تصمیم می‌گیرند، خودشان داوری می‌کنند و مسئول سرنوشت خود هستند. سعدی نیز با اعتقاد به این امر در سراسر گلستان، کسانی را که عنان اختیار خود از کف داده و عزت نفس خود را زیر پا گذاشته‌اند مورد نکوهش قرار می‌دهد چنانکه با بیان داستان های دو برادر، درویش و حاتم طائی، به حفظ حرمت نفس سفارش می‌نماید و عدم خودمختاری و استقلال درونی افراد را عامل گمراهی آنان می‌شمارد. افراد خودشکوفای مبنای دوستی و احترام به افراد را داشتن منش انسانی می‌دانند و نه توجه به مقام و موقعیت و شهرت. سعدی انسان را به طور کامل می‌پذیرد، برای او صفات پسندیده‌ای قائل است و او را لایق رسیدن به مراتب عالی انسانی می‌داند و در یک کلام گلستان سرشار از مفاهیم انسانی مطرح شده از سوی روان‌شناسان انسان‌گرا و مؤلفه‌های خودشکوفایی است. آنچه مسلم است اینکه مفاهیم انسانی مطرح شده توسط سعدی، صدها سال قبل از شکل‌گیری این مفاهیم در روان‌شناسی انسان‌گرایانه وجود داشته و مورد بحث قرار گرفته است و این مسأله حاکی از غنای فرهنگی و ادبی اندیشمندان پارسی زبان است که متأسفانه در جامعه ما مورد غفلت قرار گرفته و در عوض علوم امروزه غربی و پیشرفته روان‌شناسی مؤید این نظریات هستند.

منابع و مأخذ

الف) کتاب‌ها

- ۱- اسکندرپور، علیرضا (۱۳۸۶)، گلستان سعدی در آینه قرآن، ناشر، پیام حجت.
- ۲- بخشایش، علیرضا (۱۳۷۹)، روان‌شناسی عمومی، انتشارات یزد.

- ۳- پروین، لارنس ا (۱۳۷۳)، روان‌شناسی شخصیت (نظریه و تحقیق)، ترجمه جوادى و کدیور، چاپ دوم، تهران، موسسه خدمات فرهنگی رسا.
- ۴- پروین، لارنس ا؛ جان، الیور بی (۱۳۸۶)، شخصیت (نظریه و پژوهش)، ترجمه جوادى و کدیور، چاپ دوم، تهران، آبیژ.
- ۵- جورارد، سیدنی. ام و لندسمن، تد (۱۳۸۷)، شخصیت سالم، ترجمه فرهاد منصف. انتشارات جهاد دانشگاهی واحد اصفهان.
- ۶- دهخدا، علی اکبر، (۱۳۸۸)، امثال و حکم، چاپ پانزدهم، تهران، انتشارات امیرکبیر.
- ۷- راس، آلن ا (۱۳۷۳)، روان‌شناسی شخصیت (نظریه‌ها و فرایندها)، ترجمه جمال‌فر، تهران، موسسه انتشارات بعثت.
- ۸- ریو، جان مارشال (۱۳۸۵)، انگیزش و هیجان، ترجمه یحیی سید محمدی، چاپ نهم، تهران، ویرایش.
- ۹- ساعتچی، محمود (۱۳۷۴)، مشاوره و روان‌درمانی (نظریه‌ها و راهبردها)، موسسه نشر ویرایش.
- ۱۰- ----- (۱۳۷۷)، نظریه‌پردازان و نظریه‌ها در روان‌شناسی، انتشارات سخن.
- ۱۱- سعدی شیرازی، مصلح بن عبدالله (۱۳۷۳)، گلستان با تصحیح و توضیح غلامحسین یوسفی، چاپ سوم، تهران، خوارزمی.
- ۱۲- سیاسی، علی اکبر (۱۳۷۱)، نظریه‌های شخصیت یا مکاتب روان‌شناسی، تهران، انتشارات دانشگاه تهران.
- ۱۳- شکرکن و همکاران (۱۳۷۷)، مکتب‌های روان‌شناسی و نقد آن، چاپ دوم، تهران، انتشارات سمت.
- ۱۴- شولتز، دو آن پی (۱۳۶۲)، روان‌شناسی کمال، ترجمه گیتی خوشدل، تهران، نشر نو.

- ۱۵- شولتز، دوآن پی و شولتز سیدنی الن (۱۳۸۶)، تاریخ روان‌شناسی نوین، ترجمه علی‌اکبر سیف و دیگران، چاپ هشتم، تهران، نشر دوران.
- ۱۶- کریمی، یوسف (۱۳۸۵)، روان‌شناسی شخصیت، چاپ یازدهم، تهران، موسسه نشر ویرایش.
- ۱۷- گنجی، حمزه (۱۳۸۶)، روان‌شناسی عمومی، چاپ چهل و سوم، تهران، ساوالان.
- ۱۸- محمودیان و دیگران (۱۳۸۷)، دانش خانواده، چاپ دهم، تهران، سمت.
- ۱۹- مزلو، آبراهام اچ (۱۳۶۷)، انگیزش و شخصیت، ترجمه احمد رضوانی، مشهد، آستان قدس رضوی.
- ۲۰- ----- (۱۳۷۱)، به سوی روان‌شناسی بودن، ترجمه احمد رضوانی، مشهد، آستان قدس رضوی.
- ۲۱- میزیاک، هنریک و سکستون، ویرجینیا استاوت (۱۳۷۱)، تاریخچه و مکاتب روان‌شناسی، ترجمه احمد رضوانی، مشهد، آستان قدس رضوی.
- ۲۲- هاشمی، جمال (۱۳۷۸)، سعدی و روان‌شناسی نوین، تهران، جمال هاشمی، شرکت سهامی انتشار.
- ۲۳- هیلگارد و همکاران (۱۳۸۳)، زمینه روان‌شناسی (جلد دوم)، ترجمه براهنی و دیگران، چاپ دوازدهم، تهران، رشد.

ب) مقالات فارسی

- ۱- جوکار، نجف؛ چنگیز رحیمی و محمدرضا دیری (۱۳۸۸)، تحلیل شخصیت در آثار سعدی و تطبیق آن با روان‌شناسی شناختی جورج کلی، نشریه دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهید باهنر کرمان، دوره جدید، شماره ۲۵ (پیاپی ۲۲)، صص ۳۱-۱.

- ۲- ظهیری‌ناو، بیژن؛ مریم علایی ایلخچی؛ سوران رجبی، (۱۳۸۷)، بررسی تطبیقی نمونه‌های خودشکوفایی در مثنوی با روان‌شناسی انسان‌گرایانه آبراهام مزلو، نشریه علمی- پژوهشی گوهر گویا، دانشگاه اصفهان؛ سال دوم، شماره ۷، صص ۹۱-۱۲۴.
- ۳- قاضی طباطبایی، سید محمود و عسکری، علی (۱۳۸۵)، مطالعه رفتار تغذیه دانشجویان بر پایه نظریه مراجع محور کارل راجرز، پژوهش‌های روان‌شناختی، دانشگاه تهران؛ ۹ (۳-۴ (پیاپی ۱۸))، صص ۸۵-۱۰۳.
- ۴- یارمحمدیان، احمد و فاطمه کمالی، (۱۳۸۶)، بررسی رابطه هوش هیجانی با خودشکوفایی دانش‌آموزان پایه اول دبیرستان، مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز؛ ۲۶ (۳ (پیاپی ۵۲))، صص ۲۱۱-۲۲۶.

ج) مقالات لاتین

- ۱- Ford, J. G. (۱۹۹۱). Rogerian self- actualization: A clarification of meaning. *Journal of Humanistic Psychology*, ۳۱, ۱۰۱- ۱۱۱.
- ۲- Leontiev, Dmitry A. (۲۰۰۸). Maslow Yesterday, Today, and Tomorrow. *The Journal of Humanistic Psychology*, s ۴۸ (۴), ۴۵۱.
- ۳- Muehlenhard, C. L., & Kimes, L. A. (۱۹۹۹). The social construction of violence: The case of sexual and domestic violence. *Personality and Social Psychology Review*, ۳, ۲۳۴- ۲۴۵.
- ۴- Rennie, David L. (۲۰۰۸). Two Thoughts on Abraham Maslow. *The Journal of Humanistic Psychology*; ۴۸(۴), ۴۴۵.
- ۵- Rogers, C. R. (۱۹۸۲). Notes on Rollo May. *Journal of Humanistic Psychology*, ۲۲, ۸- ۹.

A Study of Golestan of Saadi in terms of Humanistic Psychology

Marziyeh Meydani, M.A
Ali R. Bakhshayesh, Ph.D.
Yazd University

Abstract

Golestan of Saadi is one of the classical Persian literature works which has been warmly accepted both inside and outside Iran; it is perhaps because Saadi sets human at the center and pays special attention to all of his aspects. There can be found some concepts and issues in Golestan which have influenced different branches of humanities such as philosophy and psychology. Therefore, it can be said that Saadi is a person who moves in reality while is "on the horse-back of imagination", i.e., the unconscious part of his being presents a general pattern of human in his poetry. Humanistic psychologists also talk about the art of "becoming human" and believe that whenever one is aware of his defensive mechanisms, responsibility taking, hard-working qualities, new means of evaluations, and internal requirements he can find his way to human perfection. In this paper an attempt has been made to compare humanistic concepts in Golestan with the patterns suggested by the humanistic psychologists, in addition to the development of a relation between literature and psychology and approximation of Saadi's ideas to those of humanistic psychologists. The results of this study show the similarities of the Saadi's ideas to the psychological studies of human which prepare the way to see the amount of relationship between different cultures and schools of thought among nations in terms of understanding human.

Key words: *Humanism, Golestan of Saadi, Humanistic psychology*