

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and  
Research in Persian culture, language and literature

## رویکردهای روان درمانبخش مولوی در قصه‌های منظوم مثنوی برای کودکان و نوجوانان

سیده اسماء نجات

### چکیده

هدف از این پژوهش، بررسی رویکردهای روان درمانبخش اشعار مثنوی برای کودکان و نوجوانان است. روان‌درمانی فرآیندی علمی و ارزشمند است که امروزه برای کمک به افراد به کار برده می‌شود تا مشکلاتی که عملکرد زندگی آنان را مختل ساخته، بهبود بخشند. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد ابیات ارزشمند مثنوی علاوه بر محتوای عمیق معنوی و عرفانی و کارکردهای متعدد دیگر از دیدگاه روان‌درمانی نیز می‌تواند مورد توجه ویژه قرار گیرد و جایگزین مناسبی برای انواع روان‌درمانی‌ها باشد و کلیت مثنوی به عنوان اثر منظوم ادبی در شعر درمانی و محتوای اشعار آن از زوایای مختلف می‌تواند بر کودکان و نوجوانان اثر بگذارد و او را از تنگناهای زندگی به سوی آرامش هدایت نماید. روش پژوهش توصیفی-تحلیلی است. نگارنده در این مقاله به بررسی شیوه‌های روان‌درمانی از قبیل: شعر درمانی، معنا درمانی و... برای کودکان و نوجوانان در مثنوی پرداخته و مصداق‌ها و نمونه‌های هر یک از این شیوه‌ها را با اشاره به حکایت‌های مرتبط با هر شیوه در این اثر ارزشمند ارائه داده است.

واژه‌های کلیدی: مولوی، مثنوی، قصه‌های منظوم، کودک و نوجوان، روان‌درمانی.

### ۱- مقدمه

اصطلاح روان‌درمانی معمولاً همراه با مشاوره و در کنار آن به کار می‌رود، این درحالی است که مشاوره در مورد افراد سالم کاربرد دارد و روان‌درمانی به منظور کمک به بیماران روانی به کار گرفته می‌شود؛ تفاوت این دو از نظر کیفیت عملکرد و شیوه اجراست اما هدف

<sup>۱</sup> -دکتری زبان و ادبیات فارسی از دانشگاه تهران، پژوهشگر و نویسنده و مربی کانون

پرورش فکری کودکان و نوجوانان، ایمیل: asma.nejat2017@gmail.com

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

غایی هردو، ایجاد زندگی سالم برای افراد است. «هدف علم روان شناسی مطالعه رفتار آدمی برای جلوگیری از آسیب های فردی و اجتماعی و درمان افراد مبتلا به بیماری های روانی است» [۲۳] دکتر فرانکل می نویسد «روان درمانی به گنجایش کاری انسان و ظرفیت لذت بردن وی از زندگی توجه دارد» [۱۱]. یکی از ویژگی های مهم نظریه های روان شناسی، کاربردی بودن اصول و مفاهیم مطرح در آنهاست. «برای جامعیت نظریه های روانشناسی در بین محققان، باید جنبه های درمانی نیز مد نظر قرار گیرند در غیر این صورت این نظریه ها در پیشگیری یا درمان اختلالات روانی نمی تواند نقشی ایفا کند» [۲۱]. سال هاست که دانشمندان علم روانشناسی، با نگاهی ویژه به موضوع روان درمانی پرداخته و نظریه ها و روش های متعددی در این زمینه ارائه کرده اند. از آن جا که دوران کودکی سرشار از تحولاتی شگرف، پر رمز و راز، سریع، عمیق و تأثیرگذار است. از این رو این تحولات در زندگی انسان از اهمیت ویژه ای برخوردار است و کم توجهی به آن ها موجب بروز سازش نایافتگی های گوناگون در کودک و نظام های مرتبط با او می شود. از سویی دیگر سلامت روانی در دوره کودکی با سلامت روان-شناختی در سنین نوجوانی و بزرگسالی مرتبط است. احاطه کلی مولانا بر ابعاد وجودی انسان و شناخت نسبتاً جامع وی که در اثر منحصر به فردی چون مثنوی می توان جلوه ها و نمودهای آن را مشاهده کرد، این پرسش را در ذهن ایجاد می کند که آیا مثنوی مولانا که بر پایه مبانی انسان شناسی سروده شده است می تواند گزینه مناسبی برای درمانگری مشکلات روحی کودکان و نوجوانان باشد؟ و عاملی در جهت هدایت کودک برای یک زندگی سالم باشد؟ به عبارت دیگر، لایه های پنهان مثنوی که می تواند به عنوان شیوه های روان درمانی مورد استفاده قرار گیرد، کدام است؟ هر کدام از این شیوه ها چه مصداق ها و نمونه هایی در مثنوی دارند؟

## ۲- پیشینه پژوهش

آثار مختلفی در زمینه بررسی ابعاد روان شناسی در مثنوی و مثنوی پژوهی از دیدگاه روانشناختی و حتی تطبیق برخی از نظریه های روان درمانی با اندیشه مولوی به رشته تحریر درآمده است. آثاری چون: «آن چه گفتم جملگی احوال توست. درآمدی بر بررسی مفاهیم روان شناختی در آثار مولوی»، (احمد کتابی، ۱۳۹۰)؛ «برداشت های روان درمانی از مثنوی» (محمدصادق مؤمن زاده، ۱۳۷۸)؛ «با پیر بلخ» (محمدجعفر مصفا، ۱۳۸۷)، «تحلیل کهن الگویی داستان پادشاه و کنیزک»، (نصراصفهانی و شیرینی، ۱۳۹۳)، «عشق درمانی، روان درمانی عارفانه»، (کریمی، ۱۳۸۳)، «تحلیل داستان پادشاه و کنیزک بر مبنای شیوه تداعی آزاد و شیوه سقراطی»، (هاشمیان و عابدی نصر آبادی، ۱۳۸۹) و مقالات متعددی که هر کدام بارویکردی خاص در این زمینه به رشته تحریر درآمده است اما در هیچ یک از این آثار،

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and  
Research in Persian culture, language and literature

موضوع روش‌های متنوع و متعدد روان‌درمانی در مثنوی به طور خاص برای کودکان، مد نظر قرار نگرفته است.

## ۳- روش پژوهش

روش نگارنده در این پژوهش، روش کتابخانه‌ای و اسنادی بوده است. با مراجعه به کتاب‌ها و مقالات متعددی که در زمینه روان‌درمانی و شیوه‌های آن تألیف شده، ابتدا تعریفی از انواع شیوه‌ها و روش‌های روان‌درمانی به مخاطب ارائه شده است، سپس با استقصای کامل در مثنوی مولانا، مصداق‌ها و نمونه‌های هر یک از این شیوه‌ها در معرض مطالعه خوانندگان قرار داده شده است.

## ۴- اهداف پژوهش

در صورت این تحقیق همین کافی است که بدانیم که مولانا در شناخت ریشه‌های مشکلات، ناامنی‌ها و نامالایمات روانی از علائم سطحی و نشانه‌های ظاهری عبور کرده و به منابع اصلی و عوامل پدیدآورنده کاستمندی‌های روح آدمی دست یافته است. او در عین برخورداری از شناخت شهودی و معرفت الهامی از انسان، با مدد جستن از وقایع روزمره آن هم به شکل نمادین، پرده از اسرار درون برمی‌دارد تا طیبیان روح و تن را از ظاهربینی و معلول‌نگری آزاد سازد. این حکمت موزون به طیبیان ظاهرنگر و روان‌درمانگرهای تنگ‌نظر و کوتاه‌اندیش تذکر می‌دهد که علت بیماری و اختلال نه تنها در علائم و منافذ خروج مشکل بلکه در منابع و عوامل تولید آن نهفته است. بنابراین دستورالعمل‌ها و مضامین مثنوی در همه زمان‌ها و برای همه انسان‌ها کاربردی است. از آن‌چه بیان شد می‌توان دریافت علم روان‌شناسی و مثنوی مولانا حداقل در بعضی سطوح، هدف مشترکی دارد و شناخت چنین هدفی در پرتو بررسی دقیق این کتاب ارزشمند امکان‌پذیر است. یافتن شیوه‌ها و نظریه‌های روان‌درمانی در اثر ارزشمند مثنوی گواه این است که قرن‌ها قبل از انتشار نظریه‌های انسان‌شناسی و روان‌درمانی از سوی دانشمندان غربی، بزرگ‌مردی چون مولانا که دست پرورده عرفان ناب اسلامی است به بعد روحی- روانی انسان سالم توجه خاص داشته و برای تأمین آن راه‌کارهای ارزنده‌ای به کار گرفته است و آن‌چه موجب اهمیت بیشتر این موضوع می‌گردد، مهارت ویژه مولوی در ارائه شیوه‌های درمانی چون شعردرمانی، مذهب‌درمانی، طنزدرمانی و... است که با زبانی ادبی و استعاری، به مخاطب ارائه شده است.

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

## ۵- شیوه‌های روان‌درمانی در مثنوی

مولانا از جمله شاعرانی است که با شناخت کامل از انسان، نابسامانی‌های روحی او را مورد توجه قرار داده و نسخه‌های درمانی لازم را در کتاب مثنوی آورده است. کتاب مثنوی از جمله منابعی است که مخاطب با مراجعه به آن، شیوه‌های درمانی شاعر را دریافت می‌کند، برمی‌گزیند و به کار می‌برد، بدون آنکه احساس ناخوشایندی داشته باشد. «در عصر حاضر، مثنوی مرجعی است که راه را از بی‌راه و خوب را از بد می‌شناساند و در هنگام ضرورت، راه‌هایی برای نجات انسان‌ها می‌تواند ارائه دهد» [۱۰]. علامه محمدتقی جعفری در کتاب «مولوی و جهان‌بینی‌ها»، به نمونه‌هایی از ژرف‌اندیشی و معرفت علمی مولانا از جمله بینش دقیق او در بیان عقده‌های روانی (کمپلکس‌ها)، اصول و خواص عقده‌های روانی و راه‌کارهای مقابله با آن اشاره کرده است. [۶]. وی با آوردن شاهد مثالی از دفتر اول مثنوی بر نظر خود مهر تأیید می‌زند:

چون کسی را خار در پایش خلد	پای خود را بر سر زانو نهد
وز سر سوزن همی جوید سرش	ور نیابد، می‌کند با لب ترش
خاردریا شد چنین دشواریاب	خاردل چون بود واده جواب [۱۶]

روان‌درمانی عارفانه مولانا که اوج آن در قصه شاه و کنیزک نمایان شده است، نشان از آگاهی ژرف و گسترده او از لایه‌ها، ساختارها و دهلیزهای درهم‌تنیده روح و روان انسان است. «ما با نافذترین و مؤثرترین شیوه‌های روان‌درمانی، در ابعاد مختلف سبب‌شناسی، مشکل‌شناسی، موقعیت‌شناسی، زبان‌شناسی، روش‌شناسی، مخاطب‌شناسی، آن‌هم با رویکرد فاعلی و به سبب درون‌گری فعال و خود‌بنیاد آشنا می‌شویم» [۱۳]. «یکی از جنبه‌های مفید کارمولوی این است که در عین آن‌که مسأله انسان را بسیار عمیق، ریشه‌ای و خامت‌آمیز ترسیم می‌نماید، او را در یأس و بن‌بست رها نمی‌کند. بعد از این‌که به روشنی باز می‌نماید که مسأله انسان یک مسأله ذاتی و فطری نیست و بر او عارض شده است، برای مسأله او - با وجود ریشه‌های عمیق آن - راه علاج نیز باز می‌نماید» [۱۸]. ابتدا به عنوان یک اصل کلی می‌گوید:

خوی بد در ذات تو اصلی نبود	کز بد اصلی نیاید جز جحود
آن بد عاریتی باشد که	آرد قرار و شود او توبه جو

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

همچو آدم ذلتش عاریه بود      لاجرم اندر زمان توبه نمود  
چون که اصلی بودجرم آن بلیس      ره نبودش جانب توبه نفیس [۱۶]

همانطور که گفته شد، علم روان شناسی و مثنوی مولانا حداقل در بعضی سطوح، هدف مشترکی دارد و شناخت چنین هدفی در پرتو بررسی دقیق این کتاب ارزشمند امکان پذیر است. یافتن شیوه‌ها و نظریه‌های روان‌درمانی در اثر ارزشمند مثنوی گواه این است که قرن‌ها قبل از انتشار نظریه‌های انسان شناسی و روان‌درمانی از سوی دانشمندان غربی، بزرگ مردی چون مولانا که دست پرورده عرفان ناب اسلامی است به بعد روحی-روانی انسان سالم توجه خاص داشته و برای تأمین آن راه کارهای ارزنده ای به کار گرفته است.

## ۱-۵- شعر درمانی

انواع درمان‌های مبتنی برهنر بیانی یا خلاق شامل هنردرمانی، نمایش درمانی، موسیقی‌درمانی، شعردرمانی و... است. «این نوع درمان‌ها با استفاده از کیفیت‌های هنری و خلاقانه هنگام مداخله‌های عمدی در زمینه‌های ارتباطی و تربیتی و درمانی، به تقویت سلامت، ارتباط و بیان می‌پردازند» [۴]. به عبارت دیگر، هرکار هنری که بتواند میان تجربیات درونی و بیرونی فرد، ارتباطی به وجود آورد، می‌تواند اثر درمانی داشته باشد. یکی از این شیوه‌های هنری مؤثر، شعردرمانی است. شعردرمانی یک هنردرمانی خلاق است که شعر و دیگر شکل‌های برانگیزنده ادبیات را برای رسیدن به اهداف درمانی و رشد شخصی به کار می‌گیرد. در این شکل منحصر به فرد درمان، مراجعه کننده فرصتی متفاوت برای تعریف هویت خود و نشان دادن خود به درمانگر با صدای درونی خودش دارد. این خودافشایی توسط مراجعه کننده، یک رابطه خوب با درمانگر را تقویت می‌کند. شعر درمانگران ادعا دارند که شعر، چه توسط مراجعین نوشته شده باشد چه در درمان استفاده شود، نسبت به گفتگوهای سنتی، توانایی ایجاد سطوح عمیق‌تری از بینش هیجانی در مراجعین را دارد. شعر، افراد را قادر به بیان گفته‌هایی می‌کند که ممکن است به هیچ شیوه دیگری نتوانند آن را بیان کنند. «یکی از اهداف شعردرمانی، به جریان درآوردن هیجانات سرکوب شده و آزادسازی تنش‌ها و نیز کشف معانی جدید از طریق نظرات، بصیرت‌ها و اطلاعات جدید است» [۴]. شعردرمانی با بالا بردن عزت نفس، ایجاد بهبود در شناخت و بیان احساسات و نیز خوداکتشافی و خود اظهاری، آشفتگی‌های روانی کودکان را می‌زداید و روان آنان را آماده دریافت زیبایی‌ها و واقعیات زندگی می‌کند. با توجه به تنوع موضوع و

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

جذابیت موجود در قصه‌های منظوم مثنوی برای کودکان، مهم‌ترین نکته‌ای که قصه‌های مثنوی را برای کودکان و نوجوانان اثربخش می‌کند، همانندسازی آنان به هنگام شنیدن قصه‌ها با شخصیت نخست داستانی است که نقل می‌شود. کودکان خود را جای قهرمان داستان می‌گذارند و با گرفتاری‌ها و خوشحالی‌های وی همراه می‌شوند، آن‌ها همراه قهرمان داستان رشد می‌کنند و از تجربه‌هایی استفاده خواهند کرد که بدون آزمودنشان و درگیر شدن و بهائی را از دست دادن، آن‌ها را فرا می‌گیرند. قصه‌های مثنوی ساده، کوتاه و جذاب بوده و به شکلی هستند که کودک از شروع نمی‌تواند پایان آن را حدس بزند و در پایان این قابلیت را دارند که در کودک تأثیری مثبت بر جای می‌گذارد. از دیگر امتیازات قصه‌های منظوم مثنوی از جهت اثر درمانبخشی آن برای کودکان این است که این داستان‌ها با ظرفیت روانی، احساسات، علائق، فضای ذهنی، فرهنگ اجتماعی و تطابق با شرایط زمانی کودک تناسب دارند. «مولانا توانسته است با تکنیک‌های ظریف شعری خود، هنرمندانه، فهم گسترده‌ای فراتر از جمع آوری قصه‌ها و گوش دادن به محتوا و مفاهیم مواج حکایت‌ها ایجاد کند. نبض کاردر دست او بوده است و چون کارگردانی توانا، داستان‌ها را با تمام صحنه‌ها بازآفرینی می‌کند و به قصه‌ها و شعر تحلیل‌گرای جاودانه خود، اثر درمانی می‌بخشد».[۲۲].

سوی قصه گفتنش می‌داشت گوش سوی نبض و جستش می‌داشت هوش [۱۶]

«مولوی روان‌درمانگری است که فقط یک بار به موضوعی نمی‌پردازد بلکه با توجه به مقتضیات فکری و نیاز خواننده و با اداره صحیح جلسات درمان، خواننده را جذب مفاهیم درمانی کرده و ناخودآگاه او را با خود به جلسات بعدی اشعارش دعوت می‌کند».[۲]. در واقع این شیوه الگوسازی، تأثیرشگرفی بر کودکان و نوجوانان دارد. «درمانگر در الگوسازی رفتار درمانی، مراجع را با الگوی رفتاری مناسبی مواجه می‌کند تا مراجع اعمال و رفتار الگوی مورد نظر را از راه تقلید بیاموزد»[۷] و این (الگوسازی) همان است که مریبان و متعلمان تعلیم و تربیت کودک برای اثر بخشی موارد تربیتی و اخلاقی مود نظر خود در کودک، به عنوان ابزاری در جهت هدایت و پرورش وی استفاده می‌کنند:

حاشالله این حکایت نیست هین نقد حال ما وتوست این خوش بین [۱۵]

از دیدگاه آدلر، روانشناس فردنگر اطریشی، اثر این الگوها در شعر و داستان موجب تشویق و تهییج و ایجاد اعتماد در استفاده‌کننده می‌شود. [۸]. نکته شایان ذکر این است که بر

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

اساس تجربیات کارشناسان علوم رفتاری در تعلیم و آموزش و نیز درمان، استفاده از روش‌های غیرمستقیم و مضمّن، تأثیر چشمگیرتری نسبت به روش‌های مستقیم بر کودکان دارد. آن‌چه باید مورد توجه قرار بگیرد این است که «تعلیم و تربیت از راه بیان قصه و ملاحظه احوال و سرگذشت عبرت آموز دیگران آسان تر و مؤثرتر انجام می‌پذیرد تا این که آدمی را به طور مستقیم مورد خطاب و اندرز قرار دهند یا درباره او ستایش یا نکوهش روا دارند و این نکته در دانش روانشناسی نیز از دیرباز بررسی و اثبات شده است» [۲۰]. در نهایت می‌توان گفت: مثنوی مولانا به عنوان یک اثر شعری آموزنده، با طرح حکایات مختلف می‌تواند به عنوان وسیله‌ای برای روان درمانی و نیز محملی برای ارائه الگوهای رفتاری مناسب، تأثیر ویژه‌ای در کودکان و نوجوانان ایجاد نماید و به عنوان ابزاری کارآمد در اختیار روان درمانگر قرار گیرد؛ این نکته ای است که شخص مولانا به آن احاطه و آگاهی کامل داشته است به طوری که خود درباره تأثیر درمانی داستان‌های منظوم مثنوی می‌گوید:

بازگو تا قصه درمان‌ها شود      بازگو تا مرهم جان‌ها شود [۱۵]

## ۲-۵- امید درمانی

امید درمانی یک رویکرد جدید در روانشناسی است به فرد کمک می‌کند تا باور کند که مسئولیت زندگی وی، برعهده او بوده و می‌بایست با به دست گرفتن کنترل امور، تلاش کند تا شرایط بهتری را برای خود فراهم کند. یکی دیگر از روش‌های روان درمانی، امیددرمانی است. افرادی که در برابر نداشته‌ها و مصائب دچار افسردگی و نگرانی می‌شوند با داشتن امید به آینده‌های روشن، خود را از اسارت در چنگال یأس و رنجوری رهایی می‌بخشند. «اعتقاد به اصل امید درمانی (Hope Psychotherapy) در معیار اجتماعی، اعتقاد به پیروزی نهایی و جهانی پیروان حق بر باطل را موجب می‌شود» [۵]. مولانا نیز عاقبت هرتلاشی را در سایه الطاف الهی، نیک می‌داند:

سایه حق بر سر بنده بود      عاقبت جوینده یابنده بود  
گفت پیغمبر که چون کوبی دری      عاقبت زآن در برون آید سری  
چون ز چاهی می‌کنی هر روز خاک      عاقبت اندر رسی در آب پاک [۱۵]

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

«مولوی انسانی امیدوار است و رشته طلایی امید به گونه‌ای ناگسستنی با تار و پود اشعار وی پیوند یافته است. گاه به روشنی از درخشش «آفتاب امید» در وجود خود می‌گوید و گاه از این که نباید راه «کوی نومیدی» گرفت و به «سوی تاریکی» رفت، سخن می‌راند: «نامیدی را خدا گردن زده است» (مثنوی، دفتر اول، بیت ۳۸۳۶) و ثمره آن را جز «دوری» نمی‌داند» [۱۲].

که گفت که آن زنده جاوید بمرد؟      که گفت که آفتاب امید بمرد؟ (۱۷)

کوی نومیدی مرو امیدهاست      سوی تاریکی مرو خورشیدهاست [۱۵]

مولوی با آوردن حکایاتی چون ربوده شدن موزه پیامبر اکرم (ص) به دست عقاب و «بردن به هوا و نگون کردن و از موزه مارسپاه افتاد» و ماجرای «عاشقی که از عسس به باغی ناشناخته گریخت و معشوق را در آن جا یافت». (ر.ک مثنوی، دفتر چهارم از بیت ۴۰ به بعد). نشان می‌دهد که به «عسی ان تکرهوا شیئاً و هوخیرلکم» عمیقاً ایمان دارد و معتقد است، گاه وقوع بلایی «دفع بلاهای بزرگ» است و دیدن زبانی «منع زیان‌های سترگ». (ر.ک مثنوی، دفتر سوم ابیات ۲۳۶۴-۲۳۶۳) و چه بسا رویدادهایی با ظاهر تلخ که باطن و نتیجه‌ای شیرین دارد. نظیر داستان مسجد مهمان کُش. (ر.ک مثنوی، دفتر سوم ابیات- ۱۸۲۰-۱۸۲۳۵). این گونه قصه‌ها و حکایات مثنوی با داشتن پیام‌های روان شناختی مهم به کودکان کمک می‌کند که بیشتر با مفاهیم ضمیر ناخودآگاه آشنا شوند و بر مشکلات روان شناختی رشد پیروز شوند. به عبارت دیگر، روایت داستان‌ها و قصه‌های مثنوی با بازآفرینی متناسب با گروه سنی کودک و درک آنان، به کودکان آموزش می‌دهد که مشکلات جزئی از زندگی هستند و همواره باید با آن‌ها به مبارزه پرداخت و ناامید نشد و در صورتی که فرد با مشکلات به شکل ثابت و محکم بجنگد بر تمام آن‌ها فائق شده و پیروزی از آن او خواهد شد.

## ۳-۵- واقعیت درمانی

واقعیت درمانی یکی از جدیدترین تلاش‌های درمانگران در راه توصیف انسان، تعیین قوانین رفتاری و چگونگی نیل به رضایت، خوشبختی و موفقیت محسوب می‌شود. «دراین شیوه درمان، مواجه شدن با واقعیت، قبول مسئولیت و قضاوت اخلاقی درباره درست و نادرست بودن رفتار و در نتیجه نیل به هویت توفیق مورد تأکید است. این نوع درمان را فقط در مورد اکثر رفتارهای غیرعادی به کار نمی‌بندند بلکه در مورد تمام افراد عادی و مسائل مورد علاقه آن‌ها و تدوین شیوه صحیح تعلیم و تربیت نیز از آن استفاده



# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

می‌کنند». [۷]. مولانا در موارد متعدد به این تکنیک درمانی اشاره می‌کند و از مخاطب می‌خواهد واقع بین باشد. وی در حکایت «هلال پنداشتن آن شخص خیال را در عهد عمر» به این نکته اشاره می‌کند و می‌گوید:

موی کز چون پرده گردون بود چون همه اجزات کز شد، چون بود؟ [۱۵]

از داستان‌های مرتبط مثنوی با واقعیت درمانی برای کودکان، می‌توان به داستان «استاد و شاگرد احوال» اشاره کرد. این داستان کوتاه به کودکان یاد می‌دهد که تا به پیرامون خود با دیدگانی باز بنگرند و در تشخیص واقعیات، اسیر امیال و هواها نباشند. مقصود از «دوبین» در قصه مذکور، کسی است که فاقد اعتدال در قضاوت و دقت در مشاهده است، به درستی نمی‌نگرد و احوال و اوضاع را بی شائبه اغراض مورد داوری قرار نمی‌دهد؛ گرفتار حب و بغض است و از این رو قادر به درک حقایق امور جهان نیست و یا حکایت «اختلاف کردن در چگونگی و شکل پیل». (ر.ک مثنوی دفتر سوم، ابیات ۱۵۵۵-۱۵۴۳). حکایت «کشیدن موش مهارشتررا». (ر.ک مثنوی مولوی دفتر دوم ابیات ۳۴۳۶ تا ۳۴۷۷) که مولانا در هر کدام از آن‌ها، همواره با بیانی ادیبانه مخاطب (کودک) را به عالم واقع دعوت می‌کند.

## ۴-۵- طنز درمانی

امروزه طنز در روانشناسی مثبت کاربرد بسیاری دارد. «در نظریه روانکاو فروید به این نکته اشاره شده است که محتویات ناخودآگاه ذهن فرد، به سهولت در سطح خودآگاه ظاهر نمی‌شود؛ لذا برای این که امیال سرکوب شده ناخودآگاه به سطح هوشیاری آورده شوند، باید از راه‌های غافلگیر کننده‌ای مثل رؤیایها و یا شوخی‌ها استفاده کرد» [۸]. پس از این که لطیفه‌هایی گفته شد (یا یک لطیفه عملی انجام شد)، «نیروی روانی به شکل خنده تخلیه می‌شود، خنده علامت لذت یا تخلیه هیجانی است. بر اساس نظریه رهایی (در این نظریه، شوخی روشی قابل قبول از نظر اجتماعی برای آزادسازی تنش‌ها و فشارهای عصبی است) لطیفه، ساز و کاری است که به کمک آن می‌توان عقده‌های سرکوب شده را دوباره بیدار کرد و با آزاد شدن این انرژی ذهنی، مخاطب لطیفه به رهایی می‌رسد». [۷]. مولانا در بسیاری از داستان‌های مثنوی، آمیزه‌ای از طنز و واقعیت را به مخاطب عرضه می‌دارد تا ضمن شیرین سازی گفتار و ایجاد سهولت در دریافت آن، اثرات درمانی شوخ طبعی را نیز در مخاطب ایجاد نماید، روش درمانی مناسبی که با زبان استعاره به آن رنگ ادبی داده و مخاطب را زیرکانه به سکون و آرامش می‌رساند. این ارتباط استعاره‌ای هم برای شاعر و هم برای مخاطب نوعی ابزار است. ارتباط استعاره‌ای به شکل داستان‌ها، اساطیر، حکایات،

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

داستان‌های افسانه‌ای و خنده‌دار مورد استفاده قرار می‌گیرد و در مشاوره و روان‌درمانی به عنوان روشی برای رسیدن به قابلیت‌های شناخته نشده یا استفاده نشده فرد، به کار گرفته می‌شود [۴]. نمونه و شواهد مرتبط با این نوع تکنیک روان‌درمانی برای کودکان در داستان‌های متعدد مثنوی از جمله: نزاع چهار هندو در نماز، (ر.ک: مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۳۰۲۷ تا ۳۰۴۵). جوحی و کودکی که در کنار جنازه پدرونوحه می‌کرد، (ر.ک: مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۳۱۱۶ تا ۳۱۵۴)، طوطی و بقال (ر.ک: مثنوی، دفتر اول، ابیات ۲۴۷ تا ۳۲۳). نزاع برسرانگور، (ر.ک: مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۳۶۸۱ تا ۳۷۱۲). استاد و شاگردان، (ر.ک: مثنوی، دفتر دوم، ابیات ۲۶۰ تا ۲۷۱)، قابل مشاهده است.

## ۵-۵- لوگو تراپی (معنا درمانی)

معنادرمانی اصطلاحی است معادل لوگو تراپی (logotherapy) که ویکتور فرانکل، روان‌پزشک اتریشی، نظریه پرداز آن است. «ویکتور فرانکل، متخصص اعصاب و روان پزشکی، رئیس بخش اعصاب بیمارستان روچیلد در وین» [۹]. بنیان‌گذار مکتب لوگو تراپی یا معنا درمانی است. در نظام فکری فرانکل، تنها یک انگیزش بنیادی وجود دارد: «اراده معطوف به معنا و آن‌چنان نیرومند است که می‌تواند همه انگیزش‌های دیگر انسان را تحت الشعاع قرار دهد. اراده معطوف به معنا برای سلامت روان، حیاتی و برای کمترین اندازه بقا ضروری است. زیرا در زندگی بی معنا دلیلی برای زیستن نیست» [۹]. روانشناسان علاقه‌مند به حیطه روانشناسی مثبت نگر توجه خود را بر منابع بالقوه احساس‌های مثبت نظیر احساس شادکامی معطوف کرده‌اند. «شادکامی عبارت از مقدار ارزش مثبتی که یک فرد برای خود قائل است» [۱۹]. این سازه دو جنبه دارد، یکی عوامل عاطفی که نمایانگر تجربه هیجانی شادی، سرخوشی، خوشنودی و سایر هیجان‌های مثبت است و دیگری ارزیابی شناختی رضایت از قلمروهای مختلف زندگی که بیانگر شادکامی و بهزیستی روانی است. «با وجود این، شادکامی نشانه فقدان افسردگی نیست بلکه نشان دهنده وجود شماری از حالت‌های شناختی و هیجانی مثبت است» [۱]. تلاش برای یافتن معنا در زندگی نیروی اصیل و بنیادی است و تنها انسان قادر است که این معنا را تحقق بخشد. انسان به دنیا می‌آید، مراحل مختلف رشد را طی می‌کند و سپس از این جهان می‌رود. آیا روند و سیر تکاملی انسان همین است؟ آیا این چرخه همیشگی با هدف خاصی صورت می‌گیرد و تداوم می‌یابد؟ اصلاً منظور از رشد و تکامل انسان چیست؟ سؤال‌هایی از این دست، روزگاری

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

اساس علم روانشناسی را تشکیل می‌داد، متأسفانه به نظر می‌رسد که با پیشرفت روز افزون علم در دنیای فرا مدرن امروز، نه تنها پاسخی جامع به سؤال‌های بالا ارائه نشده، بلکه اصولاً، این پرسش‌ها جای خود را به سؤال‌هایی از نوع دیگر داده‌اند. روان‌شناسی به جای کنکاش درباره ماهیت انسان، به «علمی» بودن پدیده‌های مربوط به انسان پرداخته است. «البته علم و روش علمی، مهمترین اصل روان‌شناسی بوده و هست، ولی تا جایی که به انسان و ماهیت انسانی مربوط می‌شود، تجربه نشان داده که علم نمی‌تواند پاسخگوی همه ابعاد انسان باشد. پدیده‌هایی در جهان وجود دارد که اثبات یا حتی پرداختن به آن‌ها در چارچوب علم نمی‌گنجد» [۱۹]. اگر بپذیریم هدف مکاتب روانشناسی چیزی جز سعادت درونی، شادی و سرور زندگی انسان‌ها نیست و در پی آنان تا روح و روان انسان را از پریشانی و اضطراب به سوی آرامش و نشاط سوق دهند و او را از پوچی و بی‌معنایی برهانند و به زندگی و افکار و اندیشه‌های آدمی معنی بخشند، بی‌گمان پهنه ژرف و گسترده ادبیات نیز یکی از جلوه‌های مهم برای تحقق این آرمان انسانی است. «هنر و ادبیات از بهترین وسایل صیقل دل و روح آدمی هستند و ادبیات یک نیاز انسانی است» [۳]. اما در این بین رویکرد معنا درمانی با مثنوی درمانی تکمیل و غنی شده است، چرا که مولانا به ابعادی فراتر از رفتارهای آدمی می‌پردازد و محدودیت رایج روانشناسی فعلی را با در نظر گرفتن کلیت آدمی، از طریق معنادرمانی غنی شده با مثنوی درمانی می‌توان برداشت و طرحی نو در ایجاد آرامش و رشد آدمی در اندازیم. چنان‌چه مولانا خود می‌گوید:

معنی آن باشد که بستاند تو را      بی‌نیاز از نقش گرداند تو را

معنی آن نبود که کور و کر کند      مرد را بر نقش عاشق تر کند [۱۵]

هنگامی که انسان در رنج خود معنا می‌یابد و روابط علت و معلولی را می‌بیند، از نقش بازی کردن و چهره سازی برای فرار از رنج بی‌نیاز می‌گردد اما اگر معنای زندگی بی‌معنایی باشد گمراه‌تر می‌گردد و برای فرار از این شاخ به آن شاخ می‌پرد تا غرق گردد» [۲۲] در تعبیر مولانا، رنج دریچه‌ای است به سوی فتح و گشایش که نه تنها روح را جلا می‌بخشد بلکه انعام و الطاف الهی را به سوی انسان روانه می‌سازد:

مرتو را هر زخم کآید ز آسمان      منتظر می‌باش خلعت بعد آن [۱۵]

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

مولانا معنای هر شکستی را نیک تعبیر می‌کند و درون هر دشمنی، کیمیایی می‌یابد:  
چون نشان مؤمنان مغلوبی است لیک در اشکست مؤمن خوبی است

در حقیقت هر عدو داروی توست کیمیا و نافع و دلجوی توست [۱۶]

داستان‌های مثنوی به لحاظ موضوع و ساختار به گونه‌ای است که به کودکان می‌آموزد که مبارزه علیه مشکلات شدید در زندگی اجتناب ناپذیر و بخشی طبیعی در حیات بشری است و اگر انسان عقب نشیند و ثابت و استوار با سختی غیر منتظره، بر تمام موانع غلبه می‌کند و در نهایت پیروز می‌گردد. شیر و نخچیران، (ر.ک: مثنوی، دفتر اول، ابیات ۵۵۱ تا ۵۶۲)، طوطی و بازرگان، (ر.ک: مثنوی، دفتر اول، ابیات ۳۶۱ تا ۳۸۳)، صیادان و آبگیر و سه ماهی، (ر.ک: مثنوی، دفتر چهارم، ابیات ۱۱۴۵ تا ۱۱۶۱)، مسجد مهمان کش، (ر.ک: مثنوی دفتر سوم، ابیات ۲۵۸۱ تا ۲۶۱۰)، مرد روستایی و فریفتن مرد شهری، (ر.ک: مثنوی، دفتر سوم، ابیات ۳۲۱۴ تا ۳۳۲۴) از نمونه حکایت‌های مرتبط با تکنیک معنا درمانی است. در این روش درمانگر با تلفیق مبانی علمی و فنی و محتوایی قادر است با ارتباط علم روانشناسی و قصه و داستان‌های جذاب و پر ماجرای مثنوی در راه مداوای گروه‌های سنی (کودک و نوجوان) مورد نظرش تلاش کند. از دیگر تأثیر قصه‌های مثنوی بر کودکان، ایجاد الگوهای مثبت و اثربخش برای زندگی سالم‌تر است. کودک و نوجوان در گذر زمان الگوهای متفاوتی را برای خود انتخاب می‌کنند و با آن‌ها در رویاهای خود زندگی می‌کنند. چه بهتر که الگوهایی را انتخاب کنند که آن‌ها، بار ارزشی و مفهومی بهتری داشته باشند. آن‌ها همراه قهرمان داستان رشد می‌کنند و از تجربه‌هایی استفاده خواهند کرد که بدون آزمودن شان و درگیر شدن و بهایی را از دست دادن، آن‌ها را فرا می‌گیرند. هنگامی که یک قصه گفته می‌شود، موضوع شکل می‌گیرد، مسائل مختلف آشکار می‌شود و شخصیت‌ها و اشیای قصه با افکار و هیجان‌ها و رفتارهای خاص پاسخ می‌دهند که قصه‌ای را که با یکی از تجربیات خودش در زندگی واقعی شباهت دارد را بازگو کند. در مورد نقش ادبیات فارسی در ارائه نکته‌های اخلاقی و دستورهای روانشناسی در لابه لای اشعار و آثار ادبی شعرای پارسی زبان تردیدی وجود ندارد، اما آن‌طور که شایسته ادب پارسی باشد؛ به این خصوصیت مهم توجه نشده است. یکی از نقاط مشترک ادبیات و روانشناسی قصه و قصه گویی است قصه‌ها در دوران رشد روانی به گونه‌ای غیر قابل توصیف می‌تواند در سازندگی شخصیتی محکم و آگاه نقش داشته باشد. در روند تکامل روحی و روانی به کمک قصه‌ها می‌توان بسیاری از نکات مثبت و سازنده را در روان کودک و نوجوان نهادینه ساخت؛ و به وی کمک کرد تا در مسیر زندگی، پایدار، سالم و موفق باشد. در این بین مثنوی «آینه شفاف است که هر کس خود را آن گونه که هست در آن مشاهده می‌کند و زشت و زیبای خود را می‌بیند و در جهت کمال از آن بهره می‌برد» [۱۴]. با توجه به اصل

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

تغییر تدریجی نگرش، از هر داستان به مقتضای نیاز، دریچه تازه‌ای در مقابل چشمان کودک گشوده می‌شود. این دریچه‌ها نهایتاً یک جهان‌بینی را تشکیل می‌دهند. در آخر کلام را با این شعر مولانا به سرانجام می‌رسانیم:

گر خطا گفتیم اصلاحش تو کن      مصلحی تو ای تو سلطان سخن

کیما داری که تبدیلیش کنی      گرچه جوی خون بود نیلش کنی

این چنین میناگری‌ها کار توست      این چنین اکسیرها اسرار توست [۱۶]

## ۶- نتیجه

آنچه که امروز تحت عنوان نظریه‌ها و فنون روانشناسی و مشاوره، عمدتاً از کشورهای دیگر به عاریت گرفته شده است، نیاز است با توجه به محیط فرهنگی و سابقه تاریخی کشورمان، بومی شود. با مطالعه بخشی از فرهنگ خودمان - که مثنوی معنوی مولانا - یکی از درخشانترین بستر و تجلی‌گاه آن به حساب می‌آید، شاید بتوانیم گام‌هایی هر چند کوچک در این راستا برداریم و در نهایت تکنیک‌هایی کامل‌تر و متناسب‌تر با نظام فکری و فرهنگی خود فرمول بندی کنیم. مولانا انسان را موجودی محترم می‌داند که روح ظریف و بلندی دارد که به مرور زمان و با پشتکار فراوان قابل تغییر است. مشخصه مولانا در حل مشکلات روحی و شخصیتی، آن است که واقع‌گرایی و مددگیری از تحلیل رفتار، افکار و عواطف، طریقه تغییر و تحول شخصیت را باز می‌نماید. دانشمندان بزرگ علم روانشناسی همانند مولانا، انسان را موجودی محترم و هدف‌گایی و نهایی زندگی آدمی را تعالی‌جویی می‌دانند. در هر شش دفتر مثنوی و در بیشتر داستان‌هایش، انسان علاقه‌مند می‌تواند حالات و مشکلات روانی خود یادگیری را، در لابه‌لای این داستان‌ها تجربه کند. افشاکاری امور زندگی مهمترین وجوه درمانی داستان‌هاست که استفاده از مفاهیم موجود در آن می‌تواند نهایت تأثیرگذاری را بر مخاطب کودک و نوجوان داشته باشد. نکته قابل توجه در داستان‌های مثنوی این است که مولوی سخن را هوشیارانه به کار می‌برد و در داستان‌های او از همه اقشار استفاده شده است. هر مخاطبی با هر مرتبه‌ای می‌تواند از داستان‌های مثنوی بهره بگیرد او برای کودکان زبان کودکی می‌گشاید و برای نوجوان، جوان و میان‌سال با زبان مناسب آن‌ها سخن می‌گوید. داستان‌های مثنوی می‌تواند جایگزین مناسبی برای انواع روان‌درمانی‌ها باشد و کلیت مثنوی به عنوان اثر منظوم ادبی در شعر درمانی و محتوای اشعار آن از زوایای مختلف می‌تواند بر کودکان و نوجوانان اثرگذار

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

و او را در تنگناهای زندگی به سوی آرامش هدایت نماید. به عبارت دیگر کودک دیر یا زود ضرورت تطابق و سازش با معیارها را در خود احساس می کند تا بتواند مشکلات درونی خویش را حل کند اما مسأله مهم این است که نابسامانی های عاطفی یا شناختی وی به طور سیستماتیک یا سازمان دار مورد تجزیه و تحلیل و نتیجه گیری قرار نمی گیرد و اینجاست قصه نقش اصلی خود را ایفا کرده، در شکل بخشیدن و مفهوم دادن به وجود کودک به میدان می آید و به بیان مولانا، وقتی سردلبیران در حدیث دیگران آورده می شود قابل فهم تر و ملموس تر می گردد.

بازگو تا قصه درمان ها شود  
بازگو تا قصه کان شادی فزاست  
بازگو تا مرحم جان ها شود  
روح ما را قوت و دل را دواست

## ۶- فهرست منابع

- ۱- آکس لینلی، استفن ژوزف، (۱۳۸۸)، روانشناسی برای همه، مترجم: احمد برجعی، سعیدعبد الملکی، تهران، پنجره.
- ۲- پورنامداریان، تقی، (۱۳۸۳)، رمز و داستان های رمزی در ادب فارسی، تهران، علمی و فرهنگی.
- ۳- پایمرد، منصور (۱۳۸۹)، با مدعی مگوئید، شیراز، نوید.
- ۴- تامسون، رزماری، (۱۳۸۸)، نظریه ها و فنون مشاوره، ترجمه معصومه اسماعیلی، تهران: علمی و فرهنگی.
- ۵- حسینی، ابوالقاسم، (۱۳۸۵)، اصول بهداشت روانی (بررسی مقدماتی اصول بهداشت روانی، روان درمانی و برنامه ریزی در مکتب اسلام)، مشهد، آستان قدس رضوی.
- ۶- جعفری، محمدتقی، (۱۳۹۷). مولوی و جهان بینی ها، تهران، موسسه تدوین و نشر آثار علامه جعفری
- ۷- خشوعی، مهدیه سادات، (۱۳۸۶)، روان شناسی شوخ طبعی، اصفهان، کنکاش.
- ۸- شفیق آبادی، عبدالله و ناصر، غلامرضا، (۱۳۸۰)، نظریه های مشاوره و روان درمانی ، تهران، مرکز نشر دانشگاهی.

# چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and Research in Persian culture, language and literature

- ۹- شولتس، دوان، (۱۳۸۸)، روانشناسی کمال، ترجمه گیتی خوشدل، تهران، پیکان.
- ۱۰- شریفی، شهلا؛ عرفانیان قونسولی، لیلا (۱۳۸۹)، بررسی عرفان و معنا در حکایت امیر و خفته از معنوی، مجله ادبیات و عرفان، دوره ۳۴، شماره ۲، ص ۷۷ - ۷۹.
- ۱۱- فرانکل، ویکتور، (۱۳۷۱)، انسان در جستجوی معنی، ترجمه مهین اصلانی و صالحیان، تهران، توس.
- ۱۲- قبادی، حسینعلی، (۱۳۸۶)، تحلیل امید و یاس در اندیشه و داستان پردازی مثنوی، فصلنامه پژوهش‌های ادبی، شماره ۱۷، سال ۴، ص ۱۹.
- ۱۳- کریمی، عبدالعظیم، (۱۳۸۳)، عشق درمانی (روان درمانی عارفانه)، تهران، دانژه.
- ۱۴- مؤمن زاده، محمد صادق (۱۳۷۸)، برداشت‌های روان درمانی از مثنوی، چاپ اول، تهران، سروش.
- ۱۵- مولوی رومی، جلال‌الدین محمد، (۱۳۷۵)، مثنوی معنوی، مصحح توفیق سبحانی، تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- ۱۶- مولوی، جلال‌الدین محمد، (۱۳۸۰)، مثنوی معنوی، مقدمه استاد فروزانفر، تهران، میلاد.
- ۱۷- مولوی، جلال‌الدین محمد (۱۴۰۰)، کلیات شمس، تصحیح بدیع الزمان فروزانفر، تهران، هرمس.
- ۱۸- مصفا، محمد جعفر ۱۳۸۷، با پیربلخ، انتشارات نفس، چاپ سیزدهم، تهران.
- ۱۹- وست، ویلیام. (۱۳۸۳)، روان درمانی و معنویت، ترجمه شهریار شهیدی و سلطانعلی شیرافکن، تهران، انتشارات رشد.
- ۲۰- وزین پور، نادر (۱۳۸۸)، آفتاب معنوی (چهل داستان از مثنوی جلال‌الدین محمد مولوی، شرح لغات و اصطلاحات عرفانی)، تهران، امیرکبیر.
- ۲۱- هرگنهن، بی.آر. والسون، متیو، اچ. (۱۳۸۸)، مقدمه ای بر نظریه‌های یادگیری، ترجمه علی اکبرسیف، تهران دوران، چاپ ۲۳.
- ۲۲- هاشمی، جمال، (۱۳۸۲)، پیغام سروش (مکتب مولانا و روان شناسی نوین)، تهران، شرکت سهامی انتشارات.

چهارمین کنفرانس ملی نوآوری و تحقیق در  
فرهنگ، زبان و ادبیات فارسی

The 4th National Conference on Innovation and  
Research in Persian culture, language and literature

- 23- Woolfolk, A. (2004). *Educational psychology*. (9th ed)-  
Boston: Allyn & Bacon.5-