

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۴/۱۱

فصلنامه علمی عرفان اسلامی

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۶/۱۶

سال بیستم، شماره ۷۸، زمستان ۱۴۰۲

مقاله پژوهشی

کارکرد اضطراب عرفانی در رشد و تعالی روانی

یداله نصراللهی^۱

رحیم یوسفی^۲

جعفر غیبی^۳

چکیده

یکی از مفاهیم برجسته در عرفان اسلامی که جزو سنن الهی برای اصلاح و تربیت بشر است، سنت ابتلا است که عصاره آن در واژه «اضطراب» تبلور یافته است. درحقیقت، شخص مبتلا، به اضطراب افکنده می شود تا در صورت توجه و توبه، ضمن نجات از آن موقعیت خطیر، بصیرتی نو بیابد و در ادامه مسیر رشد و تعالی، از آن بهره مند شود. ما این موضوع را با مفاهیمی مانند «عقدۀ یونس» و «خودشکوفایی» که از روان شناسی مکتب انسان گرایی وام گرفته ایم، تقویت کرده ایم، تا نقش و کارکرد ویژه اضطراب در عرفان اسلامی را که به نظر ما کشف ویژه عرفا از متون دینی و مؤلفه اصلی برای غلبه بر عقدۀ یونس و رسیدن به خودشکوفایی در عرفاست، معرفی نماییم. مطالب این مقاله به شیوۀ کتابخانه ای - اسنادی جمع آوری شده و به روش توصیفی - تحلیلی، صورت حصولی پذیرفته است. حاصل اینکه برآورده شدن نیاز فرد مضطر در سخت ترین شرایط به خاطر بریدن از دستاویزهای مادی و توکل کامل به وقوع می پیوندد که در نهایت موجب غلبه بر عقدۀ یونس و خودشکوفایی وی می شود.

کلید واژه ها: اضطراب، عرفان، عرفا، عقدۀ یونس، خودشکوفایی

۱- دانشیار گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران. نویسنده مسئول:

y.nasrollahi@gmail.com

۲- دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران.

۳- دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی (گرایش ادبیات عرفانی)، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران

پیشگفتار

آنچه در ادبیات عرفانی تحت عنوان انسان کامل مطرح شده است، با انسان سالمی که روان‌شناسی انسان‌گرا ترسیم می‌کند، قابل مقایسه است. در اندیشه اهل معرفت و روان‌شناسان، از میان برداشتن موانع رسیدن به خودشکوفایی و کمال، اصلی پذیرفته شده است. یکی از مهم‌ترین موانع در مسیر خودشکوفایی و کمال، مانعی به نام «عقده یونس» است که توسط آبراهام مزلو - روان‌شناس انسان‌گرا - از داستان حضرت یونس (ع) استخراج و معرفی شده است. هدف ما در این مقاله، مقایسه عرفا با افراد خودشکופا نیست، بلکه معرفی واژه عرفانی «اضطرار» به عنوان موتور محرک و عامل اصلی در غلبه بر عقده یونس و رسیدن به کمال و خودشکوفایی در عرفاست. اما در این راستا خصوصیتی از منظر روان‌شناسان برای افراد خودشکופا بیان شده که مستقیماً به موقعیت‌های اضطرابی و رویکرد این افراد در آن شرایط اشاره دارد و کمابیش مشابه و مطابق با نگرش و موضع عرفاست.

از منظر کارل راجرز و آبراهام مزلو، افراد در مسیر رشد، آماده کسب تجارب جدید و چالش‌برانگیز هستند و از روبرو شدن با مسائل و مشکلات حتی اگر آن را تهدیدکننده ببینند، نمی‌هراسند. بلکه به استقبال آن می‌شتابند و آن را معتنم می‌شمارند تا از میان این وضعیت دشوار و موقعیت تهدید، فرصتی برای غنی و قوی شدن خود بسازند. این افراد در مواقع اضطرابی و دشوار با درک صحیح از واقعیت موجود و سنجش دقیق شرایط و پرهیز از دید منفی به موضوع - که کلید اولیه یافتن راه چاره است - سعی می‌کنند با در انداختن طرحی نو، راه‌حلی منطقی برای خروج از بحران و مدیریت آن بیابند. آنان در این وضعیت به فکر یافتن دریچه‌های امید هستند و وظایف خود را متعهدانه پیگیری می‌کنند و نمی‌گذارند ناامیدی آنان را از پا درآورد یا از میدان به درکند. بلکه فعالانه به دل مشکلات می‌زنند تا از درون آن ضمن کسب تجارب جدید، سربلند بیرون بیابند و کارآمدتر از پیش در مسیر کمال گام بردارند. (شولتس، ۱۳۹۷: ۱۰۲-۵۲)

عرفا نیز با کاربست این خصوصیات، در مسیر تعالی روحی خود در حرکتند. اما نکته قابل تأمل این است که آنان بنابر تفکرات الهی و فراطبیعی خود موقعیت‌های اضطرابی را فرصتی از جانب خدا برای کمال روحی خویش می‌پندارند، بنابراین برای اضطرار، خواص شگفت‌آوری بیان داشته‌اند که در کتب عرفانی مضبوط است. آنان خاصیت اضطرار برای نیل به کمال را از متون دینی، به خصوص قرآن اخذ کرده و آن را پرورده‌اند و بر این باورند که خداوند برای هدایت نوع بشر و جلوگیری از انحراف وی

از مسیر کمال، راه‌های مختلفی را اراده فرموده تا هرکس به فراخور استعداد، از هدایت تکوینی و تشریحی برخوردار گردد. از جمله این راه‌ها، اعطای عقل برای درک صحیح از خطا، ارسال رسل و کتب آسمانی و معجزات انبیا برای تنبیه و بیداری انسان‌هاست. گاهی این روش‌های هدایت، در مورد عده‌ای، -به واسطه نسیان بشری- از درجه انتفاع ساقط می‌شود، بنابراین خداوند برای بازگرداندن این افراد به چرخه کمال، بر حسب سنت جاریه، ایشان را به بلاها و مصیبت‌ها دچار می‌کند. آفریدگار متعال فطرت نوع بشر را طوری آفریده که در زمان مواجهه با مصائب و ناتوانی در تحمل درد و رنج ناشی از آن، در اثر یأس از دستاویزهای مادی، چاره‌ای جز توجه و بازگشت به سمت خدا نداشته‌باشد و چنانچه در این شرایط با صدق دل دست به دعا بردارد، خدای متعال بلافاصله رنج و محنت را از بنده خود زایل گردانیده و او را از آن موقعیت خطیر نجات داده و بصیرتی به وی عطامی‌کند که در ادامه مسیر روشنگر راهش باشد.

عرفا اصل و اساس این امر را از آیات ۶۳ سوره انعام «قُلْ مَنْ يُنَجِّيْكُمْ مِنْ ظُلُمَاتِ الْبَرِّ وَ الْبَحْرِ تَدْعُونَهُ تَضَرُّعًا وَ خُفْيَةً...» و ۶۲ سوره نمل «أَمْ مَنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَا وَ يَكْشِفُ السُّوءَ» اخذ کرده‌اند که در این آیات خدای متعال به صراحت بیان می‌دارد که نجات‌بخش گرفتاران فقط اوست و دعای خسته‌دل مضطر را در همان لحظه دعا، به درجه قبول و استجابت می‌رساند. از این رو در متون عرفانی به اضطراب و ملازمات معنایی و مفهومی آن همچون توبه و فقر و خاصیت آن برای رسانیدن فرد مضطر به کمال اشاره و تأکید شده‌است.

پیشینه تحقیق

هدف از این پژوهش، معرفی اضطراب به‌عنوان نقطه عطف در سلوک عرفانی و نشان‌دادن نقش و کارکرد ویژه آن در تحول روانی عرفا برای غلبه بر عقده یونس و رسیدن به خودشکوفایی در آنان است. در هیچ‌یک از متون عرفانی، اضطراب به آن شکلی که ما در این مقاله به آن نگریسته‌ایم مورد توجه جدی واقع نشده و کارکرد روان‌شناختی که در پس پشت این مفهوم مستتر است، تاکنون در هیچ مقاله‌ای، مورد بررسی قرار نگرفته‌است. البته در روان‌شناسی مفهومی با عنوان «رشد پس از سانحه» وجود دارد که تا حدودی از لحاظ نتیجه و برآیند شباهت‌هایی با نتایج اضطراب عرفانی دارد.

بر اساس پژوهش‌های تدسکی و کالهن، پدیده رسیدن به سطح بالاتر از عملکرد روانی پس از اتفاق ناگوار، به رشد پس از سانحه (posttraumatic growth) معروف شده‌است. رشد پس از سانحه با تغییرات مثبت روان‌شناختی پس از دست‌وپنجه نرم‌کردن با شرایط چالش‌برانگیز زندگی شناخته شده‌است و پنج حیطه دارد؛ الف: ارتباط با دیگران که به معنای توسعه شبکه روابط و صمیمیت بیشتر با آن‌هاست؛ ب: احتمالات جدید که نشان‌دهنده ایجاد یک مسیر یا فرصت جدید است؛ ج: توان شخصی که اشاره به افزایش قدرت درونی و توانایی اتکا به خود در سختی‌ها دارد؛ ه: تغییر معنوی که

به فهم تجارب و تقویت باورهای معنوی اشاره دارد؛ و: قدردانی از زندگی که به معنای پی بردن به ارزش زندگی است. (تدسکی و کالهن، ۱۹۹۶: ۷۸-۷۷)

در ذیل به چند نمونه از مقالات، اشاره می شود

«بررسی تطبیقی نموده‌های خودشکوفایی در قرآن و روان‌شناسی»، نوشته علیرضا بخشایش که در آن به بررسی تطبیقی ویژگی‌های افراد خودشکופا با خصوصیات انسان کامل از نظر قرآن پرداخته و اشتراکاتی یافته است. (بخشایش ۱۳۹۱: ۷۲-۵۷)

در مقاله دیگری که با عنوان: «انسان خودشکופا و خودشکوفایی سعدی با رویکرد تطبیقی به نظریه مزلو» نویسندگان به بررسی زوایای مختلف نظریه مزلو در دو کتاب گلستان و بوستان پرداخته- اند. (مهدوی دامغانی و صادقی ۱۳۹۷: ۳۶-۱)

در مقاله «بررسی تطبیقی نموده‌های خودشکوفایی در مثنوی با روان‌شناسی انسان‌گرایانه آبراهام مزلو»، نویسندگان آن به تطبیق نموده‌های خودشکوفایی با خصایص شخصیتی و اخلاقی انسان کامل در مثنوی پرداخته‌اند و صفاتی مشترکی مانند: آزاداندیشی، استقلال اراده، دوری از تقلید، سادگی و... را برای انسان کامل و خودشکופا یافته‌اند. (ظهیری ناو و همکاران ۱۳۸۷: ۱۲۴-۹۱)

«بررسی شاخصه‌های تجربه اوج عرفانی در غزل‌های بیدل دهلوی بر اساس نظریه خودشکوفایی آبراهام مزلو» عنوان مقاله‌ای است که در آن به تجربه اوج در غزلیات بیدل پرداخته شده است. (جلیلی و ملک مرزبان ۱۳۹۸: ۷۰-۴۳)

باید اذعان داشت که در برخی از متون عرفانی نیز به صورت جسته و گریخته و در خلال حکایات، مطالبی دال بر قدرت شگفت‌انگیز اضطراب آمده است. مثلاً در کتاب «فرج بعد از شدت» - آنگونه که از نامش نیز پیداست - تا حدودی به مرزهای مورد نظر نویسندگان این مقاله رسیده، اما نویسنده در مرحله اخذ نتیجه، بیشتر به صبر و شکیبایی در حل مصائب تکیه کرده و به خاصیت اضطراب و قدرت آن در فعال کردن روان آدمی با اتصال به منبع همه دانایی‌ها و توانایی‌ها (خدا) در حل مشکلات، اشاره چندانی ننموده است.

روش تحقیق

ما با پیش‌زمینه مطالعاتی که در حوزه روان‌شناسی، به خصوص مکتب انسان‌گرایی داشته‌ایم، به رابطه طولی مفهوم اضطراب عرفانی با بحث عقده یونس و خودشکوفایی در روان‌شناسی پی برده و برای قوام موضوع، این دو اصطلاح را از مکتب انسان‌گرایی وام گرفته‌ایم و به فیش‌برداری از متون عرفانی پرداخته‌ایم. بنابراین مطالب به شیوه کتابخانه‌ای، اسنادی و فیش‌برداری جمع‌آوری شده و سعی گردیده

تا ضمن معرفی اضطراب به عنوان نقطه عطف در تحول روحی انسان از منظر عرفا، نقش آن در تقویت برخی از صفات افراد کمال جو و خودبسندگی که عرفا نیز از آن دسته‌اند، بیان شود.

سوال‌های اصلی این تحقیق به قرار زیر است:

آیا برای غلبه بر «عقده یونس»، «اضطراب عرفانی» نقش محوری دارد؟

اضطراب، چه نقشی در حل عقده یونس و رسیدن به کمال و خودشکوفایی دارد؟

هدف نهایی دعوت انسان‌ها در اضطراب و غلبه بر عقده یونس چیست؟

و فرض‌هایی که می‌توان بر آن متصور شد، عبارتند از:

«اضطراب عرفانی» عامل اصلی ایجاد شرایط مساعد برای غلبه بر «عقده یونس» است.

اضطراب از بعد عرفانی بستر مناسبی برای دعا از عمق وجود، خلوص و رسیدن مدد الهی و از بعد

روانی با ایجاد حالات پایداری و مقاومت در برابر مشکلات و مسئولیت‌پذیری، مقدمات غلبه بر عقده

یونس و نیل به کمال و خودشکوفایی را فراهم می‌کند.

وارستگی و خودشکوفایی انسان، غایت نظر و جهد عرفان و روان‌شناسی انسان‌گرایی است.

اهمیت و ضرورت تحقیق

نویسندگان این مقاله برآنند که وجه کارکردی مغفول مفهوم واژه اضطراب از نظر عرفا را که در کنار مفهوم حل عقده یونس و خودشکوفایی بیشتر نمود می‌یابد، معرفی نمایند. این قدرت شگفت، از دیدگاه عرفا، اتصال به منبع لایزال الهی و حضور وی در دل عارف است که باعث خلوص، روشن-بینی، سکینه قلبی و در نتیجه کشف سوء و حل مشکلات سلوک می‌گردد. از دیدگاه روان‌شناسان مکتب انسان‌گرایی نیز این موضوع، باعث فراهم‌شدن شرایطی برای عقده‌گشایی روانی می‌گردد که با مسئولیت‌پذیری و مداومت در برابر مشکلات و سعی در تحقق فرایندها، موجب ارتقای روحی و خودشکوفایی انسان می‌شود. درحقیقت می‌توان گفت، هدف سالک در قبول مشکلات سلوک، ارتقای حال و مقام و نهایتاً لقای الهی و کشف سوء کلی است و هدف انسان در مکتب انسان‌گرایی، غلبه بر عقده‌های روانی دست‌وپاگیر و گذشتن از آنها برای رسیدن به خودشکوفایی و تعالی است.

تبیین موضوع

فرایند حل عقده یونس و خودشکوفایی و برآیند اضطراب عرفانی، هر دو در حقیقت ارتقای روحی و روانی شخص را در پی دارد. اما قبل از ورود به بحث و تبیین موضوع، تعریف چند اصطلاح وام‌گرفته شده از روان‌شناسی خالی از فایده نیست، چراکه در ادامه، ناگزیر از استفاده از آنها خواهیم بود.

- خودشکوفایی (Self-Actualization): این نظریه بر آن است که انسان دارای سلسله‌ای از نیازهاست که موجب انگیزش برای انجام کارهای مختلف می‌شود. این نیازها به صورت هرم از سطح

پایین به بالا قرار گرفته‌اند و در بالاترین سطح هرم، نیاز به خودشکوفایی قرار دارد. منظور از خودشکوفایی، تلاش برای تحقق بخشیدن به استعداد های بالقوه در عالی‌ترین سطح ممکن است. (شولتز: ۱۳۷۷: ۳۵۴-۳۴۳)

- تجربیات اوج (Peak Experiences): «افراد خودشکوفای از لحاظ وجد شدید که بی‌شبهت به تجربیات عمیق مذهبی نیستند و می‌توانند تقریباً در هر فعالیتی یافت شوند، آگاه هستند. مزو این رویدادها را تجربیات اوج نامید.» (شولتز و شولتز: ۱۳۹۸: ۴۰۴) تجربه اوج در اصل یکی از ویژگی‌های افراد خودشکوفاست که در آن حال، احساس شغف ناشی از یگانگی با کائنات و فروتنی در عین قدرت را تجربه می‌کنند. (شولتز: ۱۳۷۷: ۳۵۴-۳۴۳)

- عقده یونس (Jonah Complex): به این معنی است که انسان از مواجهه با مشکلات و شرایط اضطراری و بروز نهایت توانایی خود برای حل آن تردید و هراس دارد. به همین خاطر به دنبال یک حمایت‌گر می‌گردد، تا به جای حل مشکل، خود را از این وضعیت اضطراری نجات دهد. از نظر مزلو، عقده یونس یکی از بزرگ‌ترین موانع بر سر راه خودشکوفایی است. وی در کتاب خود اظهار می‌دارد: «ما اغلب از مسئولیت‌هایی که طبیعت یا سرنوشت برای ما تعیین کرده، گاهی به عمد و گاهی به طور تصادفی، فرار می‌کنیم، همانطور که یونس تلاش کرد - بیهوده - از سرنوشت خود فرار کند.» (مزلو و همکاران: ۱۹۹۳: ۳۴)

- اضطراب: در لغت به معنای نیاز، حاجتمندی، تنگدستی، اجبار، ناگزیری، بیچارگی و درماندگی است و مضطر به کسی اطلاق می‌شود که تنگدست، حاجتمند، ضرر رسیده، بی‌اختیار و ناچار است. (دهخدا: ذیل مدخل اضطراب و مضطر) در متون عرفانی هم با تعریفی که برای مضطر ارائه شده کمابیش برخی دیگر از زوایای معنایی واژه اضطراب روشن می‌شود. «بزرگان چنین گفته‌اند که مضطر آن باشد که خویشتن را در هر دو کون به هیچ چیز تعلق نبیند.» (مستملی بخاری ۱۳۶۳/ ج ۴: ۱۷۶۳)

از نظر روان‌شناسان، ما صاحب دو نیروی انگیزشی متضاد هستیم؛ یکی انگیزه رشد که برآمده از نیاز درونی ما برای ایجاد تغییر و گرایش به پیشرفت است (نیاز به خودشکوفایی) و دیگری انگیزه امنیت که از میل درونی ما به حفظ ثبات و سکون و فرار از چالش‌ها ناشی می‌شود. (عقده یونس) تکانه امنیت عاملی است که در مواقعی که ممکن است اضطراب تولید شود، با عقب‌نشینی یا میل به نیمه‌کاره رها کردن امور، باعث حفظ ثبات و آرامش ارگانسیم می‌شود، اما این کار از جهت دیگر از رشد و پیشرفت فرد جلوگیری به عمل می‌آورد.

ابداع مفهوم عقده یونس و تجربه اوج در جریان خودشکوفایی توسط مزلو، نشأت گرفته از داستان حضرت یونس (ع) در تورات است. آن‌گونه که می‌دانیم، نقد روان‌شناختی یک اثر، بر جنبه‌های هنری معطوف نیست، اما غوامض امر را می‌کاود و «می‌تواند سرنخ‌های مهم برای کشف رازهای نمادین تماتیک (درون‌مایه‌ای یا موضوعی) یک اثر هنری ارائه دهد.» (گورین و همکاران: ۱۳۷۰: ۱۳۹) سیر

رویدادها در این حکایت تمثیلی به شکلی است که ما با تلفیق نظریه مزلو و نگاه عرفانی، می‌توانیم توضیحی منطقی‌تر از رویدادها به دست‌دهیم و کارکرد اضطراب را در آن لمس کنیم.

یونس(ع) در مقابل وظیفه بزرگی که به وی محول شده، به‌خاطر ناتوان انگاشتن خود از به سرانجام رساندن آن، از این مأموریت مهم ترسیده و شانه خالی می‌کند. این فرار از مسئولیت نوعی مقابله با اضطراب و رسیدن به آرامش از طرف یونس(ع) است. (ایجاد عقده یونس) اما آنچه سرنوشت و مقدرات الهی رقم‌زده، مبدل شدن وی به پیامبری بزرگ است که باید ناجی شهر نینوا باشد. (هدایت تکوینی: حرکت به سمت خودشکوفایی) بنابراین خداوند، یونس(ع) را با بلعیده شدن توسط ماهی، به حال اضطراب می‌افکند تا مطابق سنت ابتلا، دل وی را دوباره متوجه خود کند و از سهو و خطی که مرتکب شده، توبه دهد. (اضطراب اجباری) به محض توبه و انابه، خدای مهربان او را با افق‌های جدیدی از توانایی‌هایش آشنا کرده و از مهلکه نجات می‌دهد و یونس(ع) با روشن‌بینی و بصیرتی که از این ماجرا حاصل کرده (تجربه اوج: نتیجه اضطراب)، به سمت قبول مسئولیت و نجات شهر نینوا حرکت می‌کند. (تبدیل شدن به پیامبری بزرگ: خودشکوفایی)

مزلو بر این باور است که «اکثر افراد خودشکفته، تجربه‌های عرفانی و روحی دارند.» (شعاری- نژاد ۱۳۷۰: ۶۴۰) و «آن‌ها از احساسات مشابهی سخن گفته‌اند که مبتنی بر گشوده شدن افق‌هایی نامحدود در برابر دیدگان وجودشان است. در این لحظه‌ها افراد خودشکوفاء، از احساسی نیرومندتر... برخوردار شده‌اند. همچنین، احساس شدید وجد، حیرت و هیبتی که با زمان و مکان سازگاری ندارد، برجسته است؛ زیرا فردی که چنین وضعیتی را تجربه کرده، در زندگی روزانه خود با دگرذیسی‌های مثبتی روبه‌رو شده است.» (کریمی ۱۳۸۹: ۱۵۶) در این لحظه‌ها آدمی به شرایطی می‌رسد که یکپارچه‌تر، از خود بیخودتر و فعال‌تر رفتار می‌کند و از تسلط بیشتری در برابر جهان احساس برخوردار می‌شود. (جوارد و لاندسمن ۱۳۸۷: ۳۴)؛ با این حال وی برخلاف نظر عرفاء، نقش اضطراب و دعا، و نتیجه آن یعنی تجربه اوج را کم‌رنگ جلوه داده و رد پای خدا در اصلاح امور و تعالی بندگان را نادیده می‌گیرد و تجربه اوج را که قطعاً یک پدیده متافیزیکی است، از منظر علمی می‌نگرد. «مزلو بر این باور است که این تجربه لزوماً سرچشمه دینی و فراطبیعی ندارد و می‌تواند جسمانی باشد و در گستره علم تبیین شود!» (دارابی ۱۳۸۸: ۲۳۰) ظاهراً به نظر او، این یک پدیده مغزی است که با فعال شدن سلول‌های حساس عصبی مغز در پی واکنش‌های شیمیایی و ترشح آندروفین (نوعی مورفین طبیعی) پدیدار می‌شود و به متافیزیک و امور قدسی ارتباط ندارد.

کارکرد اضطراب برای غلبه بر عقده یونس

کسانی که در مسیر رشد روانی و تکامل روحی گام برمی‌دارند، برای رسیدن به خودبستگی و شکوفا کردن استعدادهای خود، ویژگی‌هایی را در خود پرورش می‌دهند که در این سیر و سلوک آنان را

یاری دهد. این صفات و ویژگی‌ها در حقیقت ابزاری برای مقابله با ترس‌ها و تردیدها و غلبه بر مشکلات و تنگناها و سربلند بیرون آمدن از موقعیت‌های خطیر است. اما ابزاری که این صفات را در افراد خودشکوفایا - که به‌زعم ما، عرفا نیز از این جرگه هستند - به‌وجود آورده و رشد و پرورش می‌دهد اضطراب است. این صفات که موقعیت‌های اضطرابی آن‌ها را می‌سازد عبارتند از: گشودگی در برابر کسب تجارب جدید، ادراک صحیح واقعیت، خلاقیت، کنش‌گری و چالش‌پذیری. (شولتس، ۱۳۹۷: ۱۰۲-۵۲) در فرایند خودشکوفایی (۱) فرد با یک موقعیت خطیر زندگی مواجه می‌شود. (۲) اگر از مواجهه و تلاش برای حل آن ابا کند، درحقیقت دچار عقده یونس گردیده که باید درمان شود. (۳) چنانچه از مهابت و هیمنه کار نهراسد و با گشودگی در برابر کسب تجربه، درک و تحلیل صحیح موقعیت و خلاقیت و کنش‌گری، برای حل مسئله بکوشد، (۴) با فعال شدن سلول‌های مغزی و نهایتاً تجربه اوج، حل عقده یونس اتفاق می‌افتد و (۵) با بصیرت کسب‌شده، به حل مسئله دست می‌یازد و این یعنی خودشکوفایی و تعالی شخصیت. در جریان اضطراب عرفانی نیز تقریباً همین روند وجود دارد، با این تفاوت که عارف با روشن‌بینی و تجربه حاصله، حضور خدا را با تمام وجود در همه امور درک - می‌کند و این خداآگاهی و حس حضور عمیق، موجب رشد و تعالی شخصیت وی می‌شود.

با توجه به نص صریح قرآن و شواهد فراوان موجود در متون عرفانی، تصور ما این است که حال اضطراب با فراهم کردن شرایطی برای تحول روانی فرد، موجب فیضان و جوشش عنایات ویژه الهی و حل مشکلات و کشف سوء می‌شود. با این دیدگاه عرفانی حتی می‌توان بر این باور بود که در امور دنیوی و در اکثر اختراعات و کشفیات بشر نیز، این احساس نیاز بسیار شدید (اضطراب) موجبات تمرکز و خلوص فرد و درنهایت دریافت الهامات و تجربیات اوج شده و موتور محرکه برای یافتن راه حل مسائل می‌باشد و نقش پررنگ‌تری نسبت به قدرت ذهن آدمی دارد. بنابراین با واکاوی متون عرفانی، نقش و کارکرد شگفت‌انگیز اضطراب در سلوک عرفانی که حاصل اندیشه عرفا و برداشت آنان از نص صریح قرآن است، برجسته‌تر و روشن‌تر می‌شود.

نقش محوری اضطراب در تعالی شخصیت عرفا

یکی از گویاترین حکایات که اضطراب در آن نقش محوری داشته و موجد حال توبه و انابه و نرم شدن دل فرد در برابر خواست الهی - که درحقیقت رشد و اعتلای شخصیت آن فرد است - گردیده؛ و از لحاظ زمینه و فراز و فرود، شبیه داستان حضرت یونس است، حکایت توبه نصوح است که در دفتر پنجم مثنوی ص ۷۳۰ آمده است. در این حکایت، نصوح در دفعات متعددی که سعی در توبه دارد، به مرز توبه واقعی و از صدق دل نمی‌رسد و چندین بار توبه می‌شکند و به کار دلاکی در حمام زنانه ادامه می‌دهد. این موضوع نشانگر آن است که از درون، وی قابلیت رشد و بدل شدن به انسانی با شخصیت سالم را داشته و به‌دنبال فرصتی برای شکوفا کردن شخصیت خود بوده است. اما در هنگام گم

شدن گوهر شاهزاده در حمام و جست‌وجوی گوهر از حاضران، این فرصت به صورت قهری (اضطراب اجباری) از سمت خدا برای وی فراهم می‌شود و فشار و استرس به قدری بالا می‌رود که در آن حال اضطراب و درماندگی رو به درگاه الهی می‌آورد و توبه‌ای می‌کند که بازگشتی در آن نیست. وقتی نوبت به تفتیش بدنی وی می‌رسد از ترس برملا شدن هویت و جنسیت، از هوش می‌رود و پس از به هوش آمدن، متوجه می‌شود که مشمول لطف ویژه خدا قرار گرفته است و رازش آشکارا نگشته است. بنابراین برای همیشه و تا آخر عمر بر سر آن توبه باقی می‌ماند.

در متون عرفانی برای رسیدن به مرز اضطراب و در پی آن شکوفا شدن استعداد درونی سالک (روشن‌بینی به خاطر اجابت دعا و تمایل بیشتر به سمت هدایت تکوینی)، مقدمات و شروطی ابراز شده از قبیل: اظهار عجز، تلاش برای فقر (مادی و معنوی)، رضا و توکل. در شرح تعرف عجز و بیچارگی را شرط اجابت دعا و ادعای قدرت را موجب رانده شدن از درگاه دانسته‌اند. «هر که قدرت دعوی کند او را به او بازگذارند، و هر که عجز پیش برد او را دست گیرند. نبینی که حق تعالی گفت: اَمَّنْ يُجِيبُ...» (مستملی بخاری ۱۳۶۳/ج ۴: ۱۶۸۲)

در مثنوی معنوی نیز در دو حکایت از دفتر اول و چهارم، دو پادشاه برای خلاص و نجات دلدار و دلبندشان، یکی از چنگ مرض و دیگری از چنگ جادوی کابلی، در حال اضطراب به درگاه خدا روی می‌آورند و دعای هر دو بلافاصله مستجاب می‌شود. (مولوی ۱۳۸۶/۱/۶۵-۵۵) و (همان/۴/۳۱۸۷-۳۱۵۹)

مولانا با هوشمندی تمام در جای دیگری از مثنوی نیز به این موضوع به صورت واضح، اذعان کرده و آن را تأیید و تأکید می‌کند.

چون خدا خواهد که مان یاری کند	میل ما را جانب زاری کند
ای خنک چشمی که آن گریان اوست	وی همایون دل که آن بریان اوست
هر کجا آب روان سبزه بود	هر کجا اشک روان رحمت شود
باش چون دولاب نالان، چشم تر	تا ز صحن جانان بر روید خضر

(مولوی ۱۳۸۶/۱/۸۲۴-۸۲۰)

در تذکره الاولیاء، وصال با دلدار، حصر به تضرع صبحگاهی شده و از متن چنین برداشت می‌شود که جز تضرع و زاری و قدرت شگفت‌انگیز آن راه دیگری وجود ندارد. «و گفت: این حدیث در تضرع صبحگاه جویند؛ اگر آنجا نیابند، هیچ جای دیگر نجویند که نیابند.» (عطار ۱۹۰۵/ج ۲: ۱۵۶)

سمعانی نیز در روح‌الارواح به این موضوع اذعان دارد و اظهار تذلل و تضرع و افلاس در درگاه عزت را تنها راه نجات معرفی می‌کند و از بیان وی چنین برمی‌آید که با این کار، بنده خداگونه می‌شود.

«آنان که از شهوت شهرت پاک گشته‌اند و از کلّ دعاوی بیزار شده، و از خویشتن بینی برهنه آمده، و دیده در جمال حضرت نهاده، و دمیدن صبح وصال را منتظر نشسته، بر مثال آن ذره‌اند که چون آفتاب جلال سر از برج جمال برزند نیازمند حضرت و مستمند عزّت و عاجز راه و افتاده درگاه به زانوی تذلل و تضرّع درآیند و دست نیاز بردارند و در لباس افلاس پیش آیند کرم پادشاهی و جود الهی خلعتی از نور خاص در ایشان پوشاند که در این خلعت بر دیده‌ها آشکارا گردد.» (سمعانی، ۱۳۸۴: ۱۱۹)

نویسنده کتاب فرج بعد از شدت نیز به این قدرت اعجاب‌انگیز دعا در وقت اضطرار پی‌برده، و می‌گوید: «چون کسی در مضیقه گرفتار شود و کار بر وی سخت گردد، باید که تا تواند شکیبایی و تجلد را کار فرماید و ثبات و صبوری بر دست گیرد و... که بیشتر آن بود که خدای فرج بخشد. (المویدی ۱۳۹۱/ج ۲: ۵۸۷) شواهدی از این دست که اضطرار را موجب استجاب دعا و اتصال به لایزال دانسته، بسیار است.

گاهی میان مشایخ در مورد رجحان اضطرار حاصل از فقر اجباری و اختیاری تشّت آرا وجود دارد. به نظر می‌رسد اکثراً اضطرار حاصل از فقر اختیاری، از نظر ایشان ارزشمندتر و دایمی‌تر است و آن را موجب ارتقای مقام سالک می‌دانند؛ ولی برخی نیز معتقدند، خدا آن بندگان را که دوست‌تر می‌دارد، با فقر اجباری به مرحله اضطرار می‌رساند تا نجات داده و سریع‌تر به کمال برساند. «و هم از وی می‌آید که گفت... دنیا بر من فراخ گردان آنکاه مرا از آفت آن نگاه دار و اندر تحت این رمزیست یعنی نخست دنیا بده تا شکر آن بکنم آنگاه توفیق آن ده تا از برای تو دست از ان بدارم و روی از ان بگردانم تا هم درجه شکر و انفاق یافته‌باشم و هم مقام صبر و تا اندر فقر مضطر نباشم کی فقر مرا به اختیار باشد و این رده‌ست بران پیر معاملت کی گفت آنک فقرش به اضطرار بود تمام‌تر از ان بود کی به اختیار کی اگر به اضطرار بود او صنعت فقر بود و اگر به اختیار بود فقر صنعت او بود و چون کسب وی از جلب فقر منقطع بود بهتر از ان بود کی بتکلف خود را درجتی سازد گوئیم صنعت فقر ظاهرتر آنگاه بود کی اندر حال غنا ارادت آن بر دلش مستولی شود.» (هجویری ۱۳۷۵: ۸۰)

اضطرار، اعجاز و کرامت

به نظر می‌رسد ظهور کرامات یا وقوع اعجاز، که معادل تجربه اوج در روان‌شناسی است، با رسیدن فرد به مرز اضطرار در ارتباط است. چه آن فرد مؤمن باشد یا کافر، چه دعا بکند یا نه، خداوند شرایط ظهور و بروز کرامت یا اعجاز را فراهم می‌کند. در حکایت مشهور کنیزک مثنوی، پادشاه پس از بریدن از اسباب و علل مادی و گریه بسیار و پابرنه به جانب مسجد دویدن و دعا و استغاثه به مرز اضطرار می‌رسد. (مولوی ۱۳۸۶/۱/۵۵-۶۵) ولی در موارد دیگری امکان دارد بدون این مقدمات این امر میسر

شود. «و گروهی چنین گفتند، کرامت خود بی سؤال باشد. اندر بیابانی [مؤمن] مضطر گردد. طعام پدید آید یا شراب یا مرکوب.» (مستملی بخاری ۱۳۶۳/ج ۳: ۹۵۹)

گاهی نیز برای رسیدن به مرحله اضطراب، اسباب و عللی مانند گریه یک کودک بی‌گناه لازم است تا درهای رحمت الهی گشوده شود و کرامت به‌ظهور برسد. در حکایتی که در مثنوی معنوی منسوب به شیخ احمد خضرویه است، با عنوان «حلوا خریدن شیخ احمد خضرویه قدس الله سره العزیز جهت غریمان به الهام حق» (مولوی ۱۳۸۶/۱/۴۴۶-۳۷۸) و در کتاب اسرارالتوحید به ابوسعید ابوالخیر نسبت داده شده است، (منور میهنی ۱۳۹۳: ۹۶) این اتفاق می‌افتد و کودک حلوافروش که تمام حلواهای خود را به غریمان شیخ می‌دهد و منتظر دریافت وجه می‌ماند، با دیدن اوضاع نابسامان مالی شیخ و مأیوس شدن از دریافت وجه حلواها، شروع به گریه می‌کند و در آن حال اضطراب، فردی با کیسه‌های زر فرامی‌رسد و ضمن پرداخت بهای حلواها، کل وام شیخ به غریمان را آنگونه که شیخ پیش‌بینی کرده بود، می‌پردازد.

در فلسفه گرسنگی کشیدن و رنج و ریاضت اهل سلوک شاید تاکنون کسی به این نکته توجه نکرده باشد، که ایشان می‌خواسته‌اند با این کار، همواره خود را به مرز اضطراب و مقام توکل نزدیک نمایند، تا درهای رحمت خدا بر ایشان همواره گشوده باشد. البته این نکته را به شکل غیرمستقیم بیان داشته‌اند. «گفته‌اند هر که چهل روز هیچ چیز نخورد، لابد چیزی از عجایب ملکوت بر وی آشکارا شود.» (غزالی ۱۳۸۳/ج ۲: ۴۸)

شاید یکی از دلایل صرف اموال معتابه اهدایی به خانقاه توسط مشایخ در یک روز و باقی نگذاشتن حتی سکه‌ای از آن برای فردا و روزهای مبادا - که در ذهن منکران مشایخ این امر اسراف تلقی می‌شد ولی خودشان با صفت ابن‌الوقتی آن را توجیه می‌کردند- رگه‌هایی از توجه به اضطراب دایم و توکل کامل باشد، که همواره خود را در شرایط نداری، فقر، اضطراب و بروز کرامت قرار دهند. حکایات فراوانی از این دست در متون مختلف وجود دارد که یکی از بهترین نمونه‌ها حکایت صفحه ۱۰۳ اسرارالتوحید می‌باشد. در این حکایت، بازرگانی نیشابوری شیخ را تنگی عود و هزار دینار زر، پیشکش می‌کند و شیخ دستور می‌دهد، عین هزار سکه را در همان روز صرف میهمانی برای اهل خانقاه کنند و همه عود را به یکبار در تنوره‌ای بسوزانند و شمع بسیاری که خریده بودند در روشنایی روز روشن کنند؛ که این کار مورد اعتراض یکی از محتسبان شهر نیشابور قرار می‌گیرد و آن را اسراف دانسته و خلاف قوانین شرع تلقی می‌کند. (منور میهنی ۱۳۹۳: ۱۰۳)

اضطراب و توبه

از دیگر برآیندهای اضطراب که کم از اعجاز و کرامت نیست، توبه است که نقش عظیمی در تحول روحی و شکوفا شدن افق‌هایی جدید از شخصیت فرد دارد. به نظر می‌رسد اضطراب باعث توبه حقیقی و

بدون بازگشت می‌شود. این مطلب هم از فحوای کلام الهی و هم از حکایاتی که در آن اضطراب باعث توبه شده‌است، برمی‌آید. در قرآن به این مطلب اشاره شده که هر چقدر هم بنده‌ای کافر نعمت بوده و خدا را فراموش کرده‌باشد، زمانی که در درون کشتی در حال غرق، در میان موج‌های هایل به دام افتاده‌است، در ته دل به خدا رجوع می‌کند تا موجب نجات وی از این ورطه هلاک گردد. «قل من ینجیکم من ظلمات البر والبحر تدعونه تضرعا و خفیه لئن انجانا من هذه لکنونن من الشاکرین» (انعام: ۶۳) عرفا هم با فهم و اخذ فحوای آیات و تنظیم رویکرد خود در این راستا، این ضرورت را درک کرده و فرصت مغتنمی برای تعالی روحی خود می‌دانستند، بنابراین خود به استقبال بلا برای رسیدن به اضطراب و توبه می‌شتافتند. «اگر حق تعالی بر ما تفضل نفرماید به توبه نصوح، که ما را بدان تدارک فرماید و جبر کند. پس بخواهیم از حق تعالی که ما را توبه دهد، بلکه بخواهیم از او که سرایر دل ما را آرزومند توبه گرداند.» (غزالی ۱۳۸۶/ج ۴: ۳۲۱)

گاهی نیز خدا، بنده‌ای را که دوست دارد ولی به واسطه غفلت، از غفرانش دور افتاده، خود به بلا و گرفتاری دچار می‌کند تا با فراهم کردن شرایط توبه، او را به سمت خود بکشاند؛ زیرا سنت الهی بر آن است که غافلان را با این ابتلا به بلاها و مصیبت‌ها به مرحله اضطراب اجباری بکشاند تا به سمت خدا برگردند و از غیر او روگردان شوند و از شرک خواسته و ناخواسته دور شوند. «قل هو قادر علی ان یبعث علیکم عذابا من فوقکم ... (انعام: ۶۵) و لقد اخذناهم بالعذاب ... (مومنون: ۷۷-۷۶)

این آیات بیانگر این مطلب است که خدای متعال طوری بنده عاصی را در ابتلا و اضطراب قرار می‌دهد که به کسی جز او امید نبندد و توبه‌ای بدون بازگشت انجام دهد و بدین طریق او را در جوار رحمت خود مهلتی دوباره برای زندگی پاک ببخشد. مولانا در مثنوی با فهم این امر مهم، آن را بدین صورت بیان می‌دارد.

وانکه خواهی کز بلایش و آخری جان او را در تضرع آوری

(مولوی ۱۳۸۶/۵/۱۶۰۳)

«واسطی گوید توبه نصوح آن بود کی بر صاحب او اثر معصیت نماند پنهان و آشکارا.» (قشیری ۱۳۷۴: ۱۴۲) همچنین در حکایتی دیگر که مشترک میان مثنوی (مولوی ۱۳۸۶/۱/۲۰۷۶ الی ۲۰۹۶) و اسرارالتوحید (منور میهنی ۱۳۹۳: ۱۰۷) است و در آن پیری چنگی به واسطه کهولت، بازارش کساد شده، مضطر و پریشان به گورستان می‌رود و این بار فقط به خاطر خدا می‌نوازد و به خاطر اضطراب و صدق گفتار مورد تفقد الهی قرار می‌گیرد و خداوند پس از قبول توبه از وی، او را به جهان باقی انتقال می‌دهد.

نتیجه‌گیری:

«به نظر مزلو هرگونه ارضای حقیقی نیازها، فرد را در مسیر پیشرفت و رشد سالم سوق می‌دهد.» (مزلو ۱۳۷۱: ۱۰۴) منظور وی از نیاز در این گفتار، نیازهای مادی صرف نیست، بلکه فرایندها نیز مدنظر وی است که شباهت فراوانی با منش و رویکرد عارفان برای سیر و سلوک عرفانی دارد. برآیند تلاش در مسیر فرایندها، خودشکوفایی است که عرفا با غلبه بر فرآسب‌ها و رفع موانعی مانند عقده یونس، در سایه ویژگی‌هایی از قبیل: آمادگی کسب تجربه، خلاقیت، ادراک صحیح واقعیت و کنش-گری تعهدمدارانه که بستر بروز و پرورش آنها را موقعیت‌های حساس و اضطرابی فراهم می‌آورد، به این مهم دست می‌یابند. از منظری دیگر می‌توان غلبه بر عقده یونس را که رسیدن به غایت توانش فرد پس از مواجهه با مشکلات و حالات اضطرابی است، نوعی رشد پس از سانحه در نظر گرفت. اما این خودشکوفایی در افراد مختلف به روش، کمیت و کیفیت متفاوتی امکان وقوع دارد. گاهی سالک با ریاضت و ایجاد حال اضطراب خودخواسته و دوری‌گزینی از وساوس نفسانی (=خواسته‌های نهاد) این راه را برای خود هموار می‌کند که ما در این مقاله به این نوع از حل عقده یونس و رسیدن به خودشکوفایی، روش اضطراب اختیاری نام نهاده‌ایم. زیرا در این روش فرد با پیگیری فرایندهایی مانند کمال‌جویی، یگانگی، حقیقت‌دوستی و معنادار ساختن زندگی، به صورت داوطلبانه به سراغ موقعیت-های اضطرابی می‌رود. معمولاً خودشکوفایی این دسته از عرفا هم از لحاظ کمی و هم کیفی سطح بالاتری دارد. به این معنی که هم دوام اتصال دارند و هم تعداد دفعات اتصال (= تجربه اوج در نظریه مزلو) و بهره‌مندی از کرامات بیشتری را نسبت به عرفای دیگر تجربه می‌کنند. برخی ضرورت این نکته را برای کمال‌جویی و خودشکوفایی دریافته‌اند و چنین گفته‌اند: «و لیکن بنده را باید جهد کردن که چون جهد نکنند، پدیدآید که نیازش درست نیست که اضطراب از پس جهد درست شود.» (قلانسی نسفی ۱۳۸۵: ۱۹۷) مثال بارز این نوع از عرفا ابوسعید ابوالخیر و بایزید بسطامی است که شرح ریاضات و کراماتشان در کتب مختلف مضبوط است. گاهی نیز بدون اینکه فرد کششی به سمت غایت و هدف نهایی خود داشته‌باشد، یا حتی اطلاعی از آن داشته‌باشد، خداوند شرایطی پدیدمی‌آورد که او به این هدف، گرایش پیدا کند و از حقیقت وجودی خود دورتر نشود که معمولاً عرفایی که در ابتدای گرایش خود به سمت عرفان تجربه توبه داشته‌اند از این قسم هستند. ما این نوع از رسش و خودشکوفایی را، روش اضطراب اجباری نامیده‌ایم. زیرا سنت الهی در اینگونه موارد به اضطراب افکندن فرد است که پس از چاره‌جویی‌های مادی و ناامیدی، به سمت خدا رجوع می‌کند و خدا با دستگیری و اجابت دعای مضطر او را به کمال رهنمون می‌شود.

منابع و مأخذ

- (۱) قرآن مجید
- (۲) المویدی، حسین بن سعد بن الحسین. ۱۳۹۱. فرج بعد از شدت. مصحح: ابوتراب خسروی. تهران: پارسه.
- (۳) بخشایش، علیرضا. ۱۳۹۱. «بررسی نموده‌های خودشکوفایی در قرآن و روا نشناسی». *الهیات تطبیقی*. س ۳. ش ۸. صص ۷۲-۵۷.
- (۴) جلیلی، رضا و فقیه ملک مرزبان، نسرین. ۱۳۹۸ «بررسی شاخصه‌های تجربه‌ای اوج عرفانی در غزل‌های بیدل دهلوی بر اساس نظریه خودشکوفایی آبراهام مزلو». *فصلنامه ادبیات عرفانی و اسطوره شناختی*. س ۱۵. ش ۵۶. صص ۷۰-۴۳.
- (۵) جورارد، سیدنی. ام و لاندسمن، تد. ۱۳۸۷. *شخصیت سالم از دیدگاه روان‌شناسی انسان گرا*. ترجمه فرهاد منصف. اصفهان: جهاد دانشگاهی.
- (۶) دارابی، جعفر. ۱۳۸۸. *نظریه‌های روان‌شناسی شخصیت (رویکرد مقایسه‌ای)*. تهران: آبیژ.
- (۷) دهخدا، علی اکبر. ۱۳۶۹. *لغت نامه دهخدا*. تهران: انتشارات دانشگاه تهران.
- (۸) سمعانی، احمد. ۱۳۸۴. *روح الأرواح فی شرح أسماء الملك الفتحاح*. مصحح: نجیب مایل هروی. تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.
- (۹) شعاری‌نژاد، علی اکبر. ۱۳۷۰. *روان‌شناسی عمومی*. ج ۱. چ ۴. تهران: توس.
- (۱۰) شولتز، دوان. ۱۳۷۷. *نظریه‌های شخصیت*. مترجم: یحیی سیدمحمدی. چاپ اول. تهران: نشر هما.
- (۱۱) شولتز، دوان و شولتز، سیدنی ال. ۱۳۹۸. *نظریه‌های شخصیت*. مترجم: یحیی سیدمحمدی. چاپ چهل و دوم. تهران: نشر ویرایش.
- (۱۲) شولتز، دوان. ۱۳۹۷. *روان‌شناسی کمال (الگوهای شخصیت سالم)*. مترجم: گیتی خوشدل، تهران: نشر پیکان.
- (۱۳) ظهیری ناو، بیژن و همکاران. ۱۳۸۷. «بررسی تطبیقی نموده‌های خودشکوفایی در مثنوی با روان‌شناسی انسان‌گرایانه آبراهام مزلو». *گوهر گویا*. س ۲. ش ۷. صص ۱۲۴-۹۱.
- (۱۴) عطار نیشابوری، فریدالدین. ۱۹۰۵م. *تذکره الاولیاء*. مصحح: رینولد آلین نیکلسون. دو جلدی. لیدن: مطبعه لیدن.
- (۱۵) غزالی، ابوحامد محمد. ۱۳۸۳. *کیمیای سعادت*. مصحح: حسین خدیو جم. دو جلدی. تهران: علمی و فرهنگی.
- (۱۶) ----- ۱۳۸۶. *ترجمه احیاء علوم الدین*. مترجم: مؤید الدین خوارزمی. مصحح: حسین خدیو جم. چهار جلدی. تهران: علمی و فرهنگی.

- ۱۷) قشیری، ابوالقاسم عبد الکریم. ۱۳۷۴. ترجمه رساله قشیریه. مترجم: ابوعلی عثمانی. مصحح: بدیع الزمان فروزانفر. تهران: علمی و فرهنگی.
- ۱۸) قلانسی نسفی، عبد الله بن محمد بن ابی بکر. ۱۳۸۵. ارشاد در معرفت و وعظ و اخلاق. مصحح: عارف نوشاهی. تهران: میراث مکتوب.
- ۱۹) کریمی، یوسف. ۱۳۸۹. روان‌شناسی شخصیت. ج ۱۵. تهران: ویرایش
- ۲۰) گورین، ویلفرد و همکاران. ۱۳۷۰. راهنمای رویکردهای نقد ادبی. ترجمه زهرا میهن-خواه. تهران: اطلاعات.
- ۲۱) مزلو، ابراهام‌اچ. ۱۳۷۱. به سوی روان‌شناسی بودن. مترجم: احمد رضوانی. مشهد: آستان قدس رضوی.
- ۲۲) مستملی بخاری، اسماعیل. ۱۳۶۳. شرح التعرف لمذهب التصوف. مصحح: محمد روشن. پنج جلدی. تهران: اساطیر.
- ۲۳) مهدوی دامغانی، محمود و صادقی، علیرضا. ۱۳۹۷. «نسان خودشکوفای و خودشکوفایی سعدی با رویکرد تطبیقی به نظریه مزلو». پژوهشنامه ادبیات تعلیمی. س ۱۰. ش ۴۰. صص ۱-۳۹.
- ۲۴) مولوی، جلال الدین. ۱۳۸۶. مثنوی معنوی. مصحح: عبدالکریم سروش. تهران: علمی و فرهنگی.
- ۲۵) میهنی، محمد بن منور. ۱۳۹۳. اسرار التوحید فی مقامات ابی سعید. مصحح: محمدرضا شفیعی کدکنی. تهران: آگه.
- ۲۶) هجویری، ابوالحسن علی. ۱۳۷۵. کشف المحجوب. مصحح: وژوکوفسکی و والتین آلکسی یریچ. تهران: طهوری.

27) Abraham Maslow & etal, "The Jonah Complex". The Further Reaches of Human Nature. Arkana, 1993

28) Tedeschi RG, Calhoun LG. The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. Journal of Traumatic Stress. 1996

The Function of Mystical Urgency in Mental Growth and Excellence

Jafar Gheibi, Yadollah Nasrollahi*, Rahim Yusefi

PhD Student, Persian Language and Literature, Azarbaijan Shahid Madani

University, Tabriz Iran

Associate Professor, Department of Persian Language and Literature, Azarbaijan

Shahid Madani University, Tabriz Iran. *Corresponding Author, y.nasrollahi@gmail.com

Associate Professor, Department of Psychology, Azarbaijan Shahid Madani

University, Tabriz Iran

Abstract

One of the prominent concepts in Islamic mysticism, which is one of the divine traditions for the reform and education of human beings, is the tradition of entanglement, the principle of which is crystallized in the word "urgency". In fact, the afflicted person suffers from God, so if he pays attention and repents, while rescuing himself from that dangerous situation, he will gain new insight and enjoy it in the path of growth and excellence. We have reinforced this with concepts such as the "Jonah complex" and "self-actualization" borrowed from the psychology of the school of humanism to emphasize the special role of urgency in Islamic mysticism, which we believe mystics derive from religious books. They have discovered and urgency is the main factor in overcoming the Jonah complex and achieving self-realization in mysticism. The contents of this article have been collected through library, documentary and descriptive-analytical methods. As a result, meeting the needs of the anxious person in the most difficult situations occurs due to the cessation of material excuses and complete trust, which ultimately leads to overcoming the Jonah complex and self-actualization

Keywords: urgency, mysticism, mystics, Jonah complex, self-actualization