

نشریه علمی

پژوهشنامه ادبیات تعلیمی

سال چهاردهم، شماره پنجاه و ششم، زمستان ۱۴۰۱، ص ۷۹-۴۸

کارکردهای درمانی عشق در غزل‌های حافظ

دکتر محمدحسین نیکدار اصل^۱

چکیده

عشق موضوعی برجسته و هویت‌بخش در دیوان حافظ است که از دیدگاه‌های گوناگون می‌توان به آن نگریست. در این زمینه پژوهش‌هایی به انجام رسید است؛ پژوهشگران همواره به مبانی عرفانی عشق حافظ توجه داشته‌اند و گاهی نیز سیر آن را در زمین و روابط انسانی جست‌وجو کرده‌اند؛ افزون‌بر اینها، این موضوع گنجایش واکاوی در نگرش‌های روان‌شناسانه را نیز دارد. حافظ بارها در غزل‌هایش به درد و درمان از دیدگاه عشق سخن گفته و خود را طیب عشق نامیده است. می‌توان گفت حافظ در مرتبه‌ای کسی که به انسان، زندگی و هستی می‌اندیشد، عشق را اکسیری می‌بیند و معتقد است بر سرشت و روان انسان اثر دگرگون‌کننده‌ای برجای می‌نهد. نگارنده در این پژوهش به این نکته پرداخته است که عشق مدنظر حافظ چه کارکردهای مثبت روانی دارد و در انجام کار با استفاده از شیوه تحلیل محتوای کیفی، داده‌ها را از غزل‌های حافظ جمع‌آوری و با بهره‌یابی از منابع گوناگون تحلیل کرده است. در واکاوی کیفی غزل‌های حافظ از منظر کارکردهای سازنده و مثبت عشق بر انسان، برآیندهای برجسته و تأمل‌برانگیزی مانند شادی، کمال انسان، جاودانگی، زندگی‌بخشی، آگاهی و تنبه و... دیده شد. در این رویکرد حافظ مسائل و گرفتاری‌های کلان و فلسفی انسان تا مسائل شخصی را درمان‌پذیر و حل‌شدنی یافته است.

واژه‌های کلیدی: حافظ؛ روان‌درمانگری؛ غزل؛ عشق

۱- مقدمه

در سال ۱۹۵۸ میلادی هاری هارلو^۱ ریاست وقت انجمن روان‌شناسان امریکا در گزارش سالیانه خود چنین نوشت: «تا به امروز روان‌شناسی در توضیح عشق و احساسات با شکست روبه‌رو بوده است. مقدار اندکی که در این باره می‌دانیم از مشاهدات ساده فراتر نرفته است و شاعران و نویسندگان بسیار بهتر از روان‌شناسان در این مورد سخن گفته‌اند» (فیروزآبادی، ۱۳۸۷: ۶۳).

اگر بگوییم غزل‌های حافظ برآیند عشق است و همین امر، نیروبخش حافظ در سرودن آن غزل‌ها بوده است، سخنی بیهوده نخواهد بود. آغاز سامان کنونی دیوان حافظ، با عشق است و ذهن و زبان حافظ با این درآمد نمایانده می‌شود. «حافظ ۲۳۴ بار از واژه عشق استفاده کرده است. اگر عشق را مرکز دایره‌ای بدانیم که وابسته‌هایی به گرد آن می‌چرخد، دایره عاشقانه‌ای بس گسترده خواهیم داشت. واژه‌هایی مانند محبت، دوستی، شوق، اشتیاق، وصل، هجران، عاشق، معشوق و بسیار واژه‌های دیگر همبسته با عشق، برآیند اینکه مهم‌ترین بن‌مایه جهان‌بینی حافظ عشق است» (یمینی و عقدایی، ۱۳۹۷: ۳۵۵). آن رند عالم‌سوز با پشت سر نهادن دریا‌های آتشین، دشواری‌های راه عشق را کرانه کرده است و به پایه والای پیر عشق دست یافته است؛ از این رو می‌توان عشق را در اندیشه و غزل وی از سویه‌های گوناگون دید و واکاوی کرد. کارکردهای عشق و نقش درمانگر عشق، زمینه‌ای در سروده‌های حافظ است که برپایه جهان‌اندیشه و روان خود، سخنان ارزشمند گفته و سروده است. در این پژوهش نگارنده در پی آن است تا دریابد کارکردهای عشق در غزل‌های حافظ چیست و چه ابعادی دارد و این جنبه‌ها چه آثار سازنده روانی بر انسان برجای می‌گذارد.

بی‌گمان حافظ به انسان، هستی، زندگی و چگونگی سپری کردن آن در این دنیا اندیشیده است و در جهان‌بینی و هستی‌شناسی خود، انسان و زندگی‌اش را در عشق با معنا یافته و طیب مشفق مسیحادم عشق را چاره‌ساز و راهگشای انسان دیده است. او همه‌چیز خود را در دولت عشق یافته و با پیمودن شب‌های تاریک و طوفانی دریای عشق و گرداب‌های سهمناک آن به ساحل آرامش رسیده و به پایه خودشکوفایی در روان

و اندیشه دست یافته است. او با رسیدن به مرتبه طب و طبیبی عشق، نبض انسان را گرفته و با روادیدن داروی عشق به درمانگری انسان آشفته نه تنها در زمانه پر آشوب خود، بلکه در گذر روزگاران پرداخته است. در روان‌درمانی عشق، حس درونی عشق باید بیش از هر چیز در وجود درمانگر آزموده شده باشد تا بتواند آن را به دیگران انتقال دهد. حافظ به این پایه بلند خود در عشق اشاره کرده و چند و چون درمان‌گری عاشقانه را در غزل‌هایش نموده است:

طیب عشق منم باده ده که این معجون فراغت آرد و اندیشه خطا ببرد
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۶۲)

از سخن حافظ، تجربه شخصی از عشق و بیان هرکس از آن را فراخور حال خود می‌توان دریافت:

این شرح بی نهایت کز زلف یار گفتند حرفیست از هزاران کاندرا عبارت آمد
(همان: ۱۸۷)

در ره عشق نشد کس به یقین محرم راز هرکسی بر حسب فکر گمانی دارد
(همان: ۱۶۰)

طیب در روان‌درمانی عاشقانه، انسان را در پی‌بردن به حقایق جهان، شناخت و بازیابی درون‌مایه‌های هستی خویش یاری می‌رساند و با نیروی عشق راستین او را از کامیابی‌ها و کشش‌های دروغین و فروکاهنده آزاد می‌کند؛ نیز به منزلگاه‌ها و رده‌های برتر زیستن راهنمایی می‌کند که آرامش، ذوق، خلاقیت و شادی درونی را به همراه دارد (کریمی، ۱۳۸۸: ۲۱۹).

۱-۱ پیشینه پژوهش

درباره عشق در دیوان حافظ پژوهش‌های چندی انجام شده است؛ اما نگارنده در هیچ‌یک از پژوهش‌های انجام‌شده، رویکرد روان‌درمانگرانه حافظ بر پایه عشق را نیافته است (رک. حسنی، ۱۳۸۸؛ نیک‌نام، ۱۳۸۱؛ باقری، ۱۳۸۷). پژوهشگران در سده گذشته معمولاً عشق حافظ را در آینه حقیقت عرفانی یا مجاز زمینی نگریسته‌اند که به برخی از

آنها اشاره می‌شود.

منوچهر مرتضوی در مقاله «عشق در دیوان حافظ» به چند و چون عشق صوفیانه پرداخته است (۱۳۳۳). وی همچنین در کتاب *مکتب حافظ یا مقدمه بر حافظ‌شناسی* به سیمای عشق عارفانه حافظ و ابعاد آن پرداخته است. هما یمینی و تورج عقدایی در مقاله «جلوه‌های عشق عرفانی در زبان حافظ» نگاه عارفانه عاشقانه حافظ را واکاوی کرده‌اند (۱۳۹۷). شیرین پورابراهیم و مریم‌سادات غیاثیان در مقاله «بررسی خلاقیت‌های شعری حافظ در مفهوم‌سازی عشق» با توجه به نظریه استعاره شناختی به بررسی عشق در دیوان حافظ پرداخته‌اند (۱۳۹۲). سپیده عبدالکریمی و پرستو مسگریان در مقاله «معنی‌شناسی مفهوم عشق در غزلیات سعدی و حافظ در چارچوب معنی‌شناختی و نقد ادراکی» یک درصد غزل‌های دو شاعر را با شیوه خوانش هرمنوتیک تشبیه‌ها و استعاره‌ها واکاوی کرده‌اند (۱۳۹۹). راضیه بهرامی و عبدالله نصرتی در مقاله «بررسی تطبیقی عشق در غزلیات مولانا، سعدی و حافظ» به همگونی‌ها و ناهمگونی‌های دیدگاه سه شاعر در عشق صوفیانه پرداخته‌اند (۱۳۹۵). افزون بر مقاله‌ها، پژوهشگران در کتاب‌هایی نیز به عشق در دیوان حافظ نگریسته‌اند؛ اما بدون توجه به سویه‌های درمانی آن و بیشتر از دید عارفانه یا رمانتیک (عشق مجازی) و گاهی آمیژه هر دو که به برخی از آنها اشاره می‌شود. علی دشتی از صفحه ۱۸۸ تا ۲۰۲ کتاب *نقشی از حافظ* به نگاه حافظ به زیبایی و وصف عاشقانه‌های وی پرداخته است (۱۳۸۰). مرتضی مطهری در کتاب *تماشاگاه راز* (عرفان حافظ) بحث و تحلیلی سراسر عارفانه از غزل‌های حافظ بیان می‌کند (۱۳۹۴). عبدالحسین زرین‌کوب در صفحه‌های ۱۷۶ تا ۲۰۳ کتاب *از کوچه رندان*، عشق حافظ و ویژگی‌های زمینی و آسمانی آن را تبیین کرده است (۱۳۷۴). علی حصوری در کتاب *حافظ از نگاهی دیگر* با بخش کردن غزل‌های حافظ به دوره‌های سنی حافظ از جوانی تا پیری، اندیشه حافظ را عارفانه نیافته است (۱۳۹۸).

۲-۱ شیوه پژوهش

این پژوهش برپایه تحلیل محتوای کیفی مبتنی بر برجسته‌سازی درون‌مایه پنهان متن است و با استفاده از پارادایم تفسیر و واکاوی عشق و کارکردهای درمانی آن در غزل‌های

حافظ انجام شده است.

۲- کارکردهای درمانی عشق در غزل‌های حافظ

۲-۱- رهایی از خودخواهی

ویکتور فرانکل (۱۹۰۵-۱۹۹۷ م.) روان‌پزشک و پدیدآورندهٔ مکتب معنادرمانی می‌گوید: «عشق عالی‌ترین و نهایی‌ترین هدفی است که بشر در آرزوی آن است. رهایی بشر از راه عشق و در عشق است» (فرانکل، ۱۳۸۹: ۵۹). وی گرایش انسان به کسی جز خود، یعنی همان عشق‌ورزیدن را از خود برشدن می‌نامد و آنچه را که تحقق خود می‌نامد، پیامد و برآیند از خود برشدن می‌شمارد» (همان: ۷۹). او انسان بودن را نه توجه به خویش، بلکه توجه به چیزی یا کس دیگری غیر از خود می‌داند. «انسان به‌درستی به نسبتی که از خود رها باشد، خود را تحقق می‌بخشد و با خدمت به دیگران یا عشق‌ورزیدن به دیگری از خود فارغ می‌شود» (همان: ۱۴۲).

اریک فروم بر این باور است که نیک‌بختی انسان در پیوند و همبستگی عاشقانه رقم می‌خورد. «عشق نیروی فعال انسان است، نیرویی که دیوارهای جداکنندهٔ انسان از هموعانش را فرومی‌ریزد و اجازه می‌دهد که او با دیگران یگانه و همبسته شود و بر تنهایی و انزوای خود چیره شود» (فروم، ۱۳۸۸: ۴۵؛ نیز رک. زرین‌کوب، ۱۳۷۴: ۱۷۶).

حافظ گرهٔ بنیادی زندگی انسان را در خودبینی یافته است و عشق را کیمیایی می‌داند که انسان را از بزرگ‌ترین مانع خودشناسی یعنی خودخواهی می‌رهاند. انسان به هنگام عاشقی از خود فراتر می‌رود و به کسی بیرون از خود روی می‌آورد. این ویژگی عشق، رهایی از خود و خودپرستی را رقم می‌زند:

دست از مس وجود چو مردان ره بشوی تا کیمیای عشق بیابی و زر شوی
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۶۷)

وی نیروی عشق‌ورزی را از میان‌برندهٔ خود و نمود آن می‌داند و از بن، کمال آدمی را در رهایی از خودپرستی می‌بیند:

چنان پر شد فضای سیسنه از دوست که نقش خویش گم شد از ضمیرم

(همان: ۳۷۳)

ای دل مباش یک دم خالی ز عشق و مستی و آنگه برو که رستی از نیستی و هستی
گر جان به تن ببینی، مشغول کار او شو هر قبله‌ای که بینی بهتر ز خودپرستی

(همان: ۳۳۲)

موضوع عشق و عشق‌ورزی نیروی فزاینده و انرژی‌بخشی است که انسان را از خودپسندی و در خود فرورفتن آزاد می‌کند، هر نوع عشقی که چنین کشش بالنده‌ای داشته باشد، می‌تواند سرچشمه عشق‌ورزی‌های والاتر شود (کریمی، ۱۳۸۸: ۲۷۰). حافظ بزرگ‌ترین حجاب آدمی را برای رهایی و شکوفایی، خود یا من انسان می‌داند که نیروی مثبت عشق از میان‌برنده آن است:

میان عاشق و معشوق هیچ حائل نیست تو خود حجاب خودی حافظ از میان برخیر

(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۳۵)

در اندیشه حافظ ایثار زندگی برای عشق و معشوق، اصلی پذیرفته است. «هنگامی کسی عاشق می‌شود که با تمام وجود دیگری را خواهان باشد، فرایند عشق به آنجا می‌رسد که عاشق تحمل، آرامش و قرار خویش از دست می‌دهد و جدایی و دوری از معشوق برایش مصیبتی بزرگ می‌شود. به همین سبب برای رسیدن به عشق خود، حتی حاضر است جان خود را فدا کند» (مصلحتی، ۱۳۷۹: ۲۰۱).

بیا و هستی حافظ ز پیش او بردار که با وجود تو کس نشنود ز من که منم

(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۷۸)

انسان تا هنگامی که در بند خویش است، گرفتار غرور نیز می‌شود. غرور و خودبینی نیز آفت‌های اجتماعی و فردی را سبب می‌شود. پیدایش عشق در انسان این وضع را در جهت مثبت و سازنده دگرگون می‌کند. «عشق و محبت زمانی وجود دارد که ما وقت، اندیشه، توان و کوشش و سرانجام خواسته‌های خود را درست در خدمت دیگری ببینیم» (مصلحتی، ۱۳۷۹: ۲۶۰).

ای که دایم به خویش مغروری گر تو را عشق نیست معذوری

(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۴۳)

۲-۲ عشق گره‌گشای ناهمگونی‌های زبانی و نژادی

اریک فروم جدایی بشر از عشق را ریشه همه اختلاف‌ها و ناامنی‌های روانی می‌داند. «سرچشمه همه آشفتگی‌های روان، دریافت این موضوع است، دوری از عشق یعنی بریدن از هرچیز، بی‌آنکه توانایی بهره‌یابی از نیروی انسانی خود را داشته باشیم» (فروم، ۱۳۹۹: ۱۸). او پیش‌نیاز عشق‌ورزی به دیگران را توجه به این نکته برمی‌شمرد که همه آدمیان از یک گوهر و یک پیکرند؛ به همین سبب وی عشق را ورای مرزهای جغرافیایی می‌داند که اصل انسانی دارد (همان: ۷۴).

نیروی عشق علت همه ترکیب‌ها و شکل‌هایی است که انسان را با دیگر مردمان جهان و طبایع همراه می‌کند (کریمی، ۱۳۸۸: ۲۳۹). می‌توان گفت عشق کیفیتی در روان و زبان انسان به وجود می‌آورد که آن برای نوع بشر فهمیدنی است و حس همگونی و یگانگی به انسان‌ها می‌بخشد و زبان مشترک و آشنای انسان‌هاست. حافظ بر این باور است اگر ملت‌ها به نقطه همگونی‌شان، یعنی عشق پردازند و برسند، در آن حال ناسازی‌های زبانی و نژادی از میان می‌رود و از این دید، عشق، زبان یگانه بین‌المللی است که با پرداختن به آن می‌توان گره از مشکلات فروبسته بشر امروز گشود:

یکی است ترکی و تازی در این معامله حافظ
حدیث عشق بیان کن بدان زبان که تو دانی
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۶۱)

حافظ ریشه این همدلی انسان‌ها بر پایه عشق را به سرشت و هویت مشترک انسان‌ها در آفرینش و گوهر الهی عشق می‌بیند که در وجود انسان نهاده شده است:

فرشته عشق نداد که چیست ای ساقی
بخواه جام و گلابی به خاک آدم ریز
(همان: ۲۳۵)

۲-۳ یک‌رنگی و راستی

دروغ و دروغ‌گویی در بسیاری فرهنگ‌ها و ادیان نکوهش شده است؛ اما در میان انسان‌ها کم‌وبیش رایج است. دروغ‌گویی در لغت، پنهان‌کردن واقعیت و بیان سخنی است که برای گوینده واقعیت بیرونی ندارد. فرد دروغگو با دروغ‌گفتن، ضعف‌های خود را می‌پوشاند و شنونده را گمراه می‌کند و با این شیوه توجه دیگران را جلب می‌کند.

دروغگویی بزرگسالان نمونه‌ای از انعکاس و سیر قهقرایی آنان به مرحله کودکی است. جامعه دروغگو جامعه‌ای نابالغ و فروافتاده و دچار ناایمنی است. دروغ در واقع آفتی تربیتی و اجتماعی است که خوبی‌های زندگی را کم‌رنگ کرده است و اعتماد میان افراد را از میان می‌برد و بر محبت و عشق، اثر ناشایست می‌گذارد (طوسی سیلانیان، ۱۳۷۹: ۱۷۹). ریا نیز اصطلاح و مفهومی است که با دروغ همانندی زیادی دارد و در اندیشه و کلام حافظ بازتاب منفی بسیار برجسته‌ای دارد. واژه ریا از ماده «روی» یا «رای» به معنی تظاهر و ظاهر سازی به نیکی، دورویی و نفاق است (معین، ۱۳۸۸: ذیل ریا). ریا به معنی انجام کار برای نشان دادن به دیگری نیز آمده است (سیاح، ۱۳۷۸: ذیل ریا).

عالم عشق، عالم راستی و بی‌ریایی است؛ پس کسی که بی‌بهره از عشق باشد با دروغ و ریا نمی‌تواند راه به جایی ببرد و خود عشق و جوهره راستی آن، او را از معنایافتن بی‌نصیب خواهد کرد:

صنعت مکن که هر که محبت نه راست باخت عشقش به روی دل در معنی فراز کرد
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۶۴)

نیروی عشق و آشکار شدن آن در انسان سبب یک‌رنگی و راستگویی او می‌شود؛ زیرا دروغ ریشه در «من» و سوداندیشی دارد. «مرتبه عشق و عاشقی ایثار و جایگزینی دیگری در خود و به جای "من" است» (فرانکل، ۱۳۷۲: ۲۵۹).

عمریست تا به راه غمت رو نهاده‌ایم روی و ریای خلق به یکسو نهاده‌ایم
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۹۲)

در غزل حافظ که رندی و عشق گاهی با هم به کار می‌رود، راه رسیدن به صفای دل و پرهیز از دورنگی و دروغ، عشق و رندی است:

نفاق و زرق نبخشد صفای دل حافظ طریق رندی و عشق اختیار خواهیم کرد
(همان، ۱۶۵)

۲-۴ وفا و مهرورزی

حافظ گاهی به روشنی از مذهب عشق سخن می‌گوید (همان: ۴۵). ویژگی برجسته این مذهب، پالودن درون آدمی از دوگانگی‌ها و دشمنی و کدورت است. در چنین آیینی

انسان به وفاداری و مهرورزی دست می‌یابد و از دشمن و دشمنی با خود و انسان‌های دیگر پیراسته می‌شود:

ستم از غمزه میاموز که در مذهب عشق هر عمل اجری و هر کرده جزایی دارد
(همان: ۱۵۹)

تخم وفا و مهر در این کهنه کشتزار آنکه شود عیان که بود موسم درو
حافظ جناب پیر مغان مامن وفا است درس حدیث عشق برو خوان و زو شنو
(همان: ۳۱۶)

عشق‌درمانی شیوه‌ای برای درمان روان انسان است و «می‌تواند وجود او را از نفرت و کینه پاک سازد و به جای آن، مهر و محبت و صمیمیت را جایگزین کند. در این شرایط است که دل‌تنگی و اندوه درون به گشاده‌رویی دگرگون می‌شود و انسان به مرز دوستداری خود و دیگران می‌رسد» (کریمی، ۱۳۸۸: ۲۹۴).

کدورت از دل حافظ ببرد صحبت دوست صفای همّت پاکان و پاک‌دینان بین
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۱۴)

نیروی عشق نه تنها کدورت‌ها را از دل می‌زداید، بلکه صفا و روشنی در آن می‌افروزد:

صفای خلوت خاطر از آن شمع چگل جویم فروغ چشم و نور دل از آن ماه ختن دارم
(همان: ۲۶۹)

۲-۵ کمال انسان

با آمدن عشق اندیشه‌های تقلیل‌برنده و خواسته‌های کاهنده، از وجود آدمی رخت برمی‌بندد؛ تا آنجا که جوهره شیرین عشق همه حالات، رفتارها و اندیشه‌های انسان را فرامی‌گیرد (کریمی، ۱۳۸۸: ۲۷۴). روزبهان بقلی در کمال‌بخشی عشق گفته است: «عشق سیفی است که از عاشق، سر حدوث برمی‌دارد. عشقی کمالی است که از کمال حق است، چون در عاشق پیوندد، از صرف عبودیت و حدودیت به جلال الهیت، ظاهر و باطنش ربانی شود» (بقلی شیرازی، ۱۳۴۹: ۱۳۹). در تصوف ایرانی، اهمیت عشق چنان است که همواره سبب رشد و تعالی نفس دانسته شده و به تعبیر ابوحامد غزالی غایت

قصوی از مقامات و ذروه علیا از درجات عرفانی به شمار رفته است (عشقی، پورالخاص، ۱۳۹۹: ۱۷۵).

فیروزآبادی بر این باور است که «توانایی دوست‌داشتن و مهرورزی به‌شکلی تنگاتنگ با تکامل شخصیتی و استقلال فردی ما مرتبط است» (۱۳۸۷: ۳۵). حافظ رشد و کمال انسان با نیروی عشق را با تمثیل ذره و خورشید چنین نشان داده است:

چو ذره گرچه حقیرم ببین به دولت عشق که در هوای رخت چون به مهر پیوستم
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۶۲)

مصلحتی چگونگی کمال‌بخشی عشق را به ژرف‌شناختی وجود پیوسته می‌داند: «وقتی مسئله ژرف‌شناختی وجود مطرح می‌شود، تنها عاشق توان درک آن را دارد و در جایگاهی است که می‌تواند دفینه‌های پنهانی انسان را که به او عشق می‌ورزد، شناسایی کند؛ بنابراین عشق کارآمدترین و کمال‌بخش‌ترین خلاق وجود انسان است» (مصلحتی، ۱۳۷۹: ۲۴۱-۲۴۲)؛ چنانکه در شاهد پیش از حافظ دیدیم، حافظ بارها با توجه به جایگاه والا و پرتوافشان خورشید در آسمان، تجلی عشق بر دل انسان و کمال‌بخشی آن را به تصویر کشیده است:

گر نور عشق حق به دل و جان او افتد بالله کز آفتاب فلک خوب‌تر شوی
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۶۷)

از آن زمان که بر این آستان نهادم روی فراز مسند خورشید تکیه‌گاه منست
(همان: ۱۲۲)

عشق کمال بی‌نهایت را در سرشت و جوهره خود دارد و در سخن حافظ از این موضوع، چرخ هشتم که فلک ثوابت است و مرتبه عالی از آن، اراده می‌شود و نیز آخرین مرحله دانش ستاره‌شناسان است، در هم‌سنجی با بیکرانی و کمال عشق، با طبقه هفتم زمین که مقام پستی است، برابر می‌شود:

عجب علم‌یست علم هیات عشق که چرخ هشتمش هفتم زمین است
(همان: ۱۲۳)

آشکار است که این جوهره والا و بی‌انتها اگر در وجود انسان گرفتار در فریبایی ناچیز دنیا نمایان شود، او نیز به کمال بی‌حد دست می‌یابد:

محترم دار دلم کاین مگس قندپرست تا هواخواه تو شد فرّ همایی دارد
(همان: ۱۵۹)

۶-۲ نیک‌انجامی (رستگاری)

حافظ بر این باور است که عشق و غم آن، سبب سرانجام نیک و رستگاری انسان خواهد شد؛ رنج‌های عشق و پذیرش و آزموده‌شدن در آن و آثار سازنده اخلاقی و مثبت آن، پایه حسن انجام زندگی است. روان‌شناسان معاصر نیز ضمن توجه به نیروی درونی عشق، کارایی‌های آن را نیز پذیرفته‌اند. رابینز معتقد است که «در درون انسان عشقی بی‌پایان نهفته است؛ عشقی که هر زمان بخواهید می‌توانید از آن بهره‌مند شوید؛ زیرا این نیرو گنجی بی‌انتهاست» (رابینز، ۱۳۸۹: ۱۸-۱۷). رنه آلدی، پزشک و روانکاو فرانسوی، با توجه به آثار مثبت و بی‌شمار عشق بر انسان و زندگی او، مقصد خوشبختی را از راه عشق میسر می‌داند (آلدی، ۱۳۹۸: ۲۱۵). یونگ، روانکاو نامبردار، رسیدن انسان به مرتبه فردیت (خودشکوفایی) را در واکاوی هسته مرکزی شخصیت یعنی خود^۲ با نیروی عشق میسر می‌داند (مورنو، ۱۳۸۰: ۵۱).

زیر شمشیر غمش رقص کنان باید رفت کانکه شد کشته او نیک سرانجام افتاد
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۵۱)

خلاص حافظ از آن زلف تابدار مباد که بستگان کمند تو رستگاران‌اند
(همان: ۱۹۹)

۷-۲ مثبت‌اندیشی

مارتین سلیگمن عشق و مهربانی را مهم‌ترین فضیلت روان‌شناسی مثبت‌نگر می‌داند؛ این فضیلت بیشترین ارتباط را با عرفان دارد و کارکرد بنیادی آن کنش مثبت با دیگران است (سلیگمن، ۱۳۷۹: ۱۷۲). «روان‌شناسی مثبت‌اندیشی به‌جای توجه به ناتوانی‌ها و ضعف‌های بشری بر توانایی‌های انسان تمرکز دارد، توانایی‌هایی همانند شادزیستن، لذت‌بردن، توان حل مسئله، خوش‌بینی، امید و...» (تابان‌فرد و رسمی، ۱۳۹۹: ۷۰). عشق‌ورزی خاستگاه اصلی آرامش درونی و روانی است. در سایه این محبت درونی دگرگونی نگاه و نگرش مثبت حتمی است. می‌توان گفت در اندیشه عرفانی عشق مهم‌ترین پدیده‌ای است که انسان را به مثبت‌اندیشی سوق می‌دهد (همان: ۷۱-۷۲).

در باور حافظ نیروی عشق و زیبایی معشوق نگاه انسان را به دنیا تغییر می‌دهد و سبب زیبا دیدن دنیا و نگرش مثبت می‌شود:

مرا به کار جهان هرگز التفات نبود رخ تو در نظر من چنین خوشش آراست
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۰۷؛ نیز رک. همان: ۱۲۱)

در بیت زیر نیز حافظ از اثر عشق و زیبایی یار در مثبت‌اندیشی انسان چنین سخن گفته است:

روی خوبت آیتی از لطف بر ما کشف کرد ز آن زمان جز لطف و خوبی نیست در تفسیر ما
(همان: ۱۰۱)

در لغت‌نامه لطف به معنی نرمی در کردار و گفتار، رفق، خوش‌رفتاری، مدارا، نیکوکاری، مودت، نیکویی، نرمی و مهربانی‌کردن و یاری‌کردن به کار رفته است؛ ویژگی‌ای از جمال، دقیقه‌ای از زیبایی. عارفان نیز معنایی خاص از لطف بیان کرده‌اند. «تأیید حق باشد به بقای سرور و دوام مشاهدت و قرار اندر درجت استقامت والله لطیف بعباده مقابل قهر» (سجادی، ۱۳۸۷: ۸۱-۸۰). با نگاهی به معنای واژگانی و اصطلاحی لطف و درنگ و تأمل بر بیت حافظ پیوند زیبایی یار و عشق و آثار روانی و رفتاری سازنده آن بر انسان عاشق، بهتر فهمیده می‌شود.

۲-۸ بی‌نیازی راستین (پرماگی)

در دیدگاه حافظ کسی که راه به جهان عشق ببرد، به دارایی بیکران و راستین دست یافته است و درون و روان وی چون گنج بی‌پایانی می‌شود که آثار سازنده‌ای برای مردمان در پی خواهد داشت. وین دایر^۳ به مایه‌وری و غنای راستین شخصیت و روح انسان با نیروی عشق باور دارد. «افرادی که عاشق می‌شوند و اندیشه خود را بر زندگی دلخواه و آرمانی متمرکز می‌کنند، دشواری برایشان بی‌معنی می‌شود. به نظر می‌رسد این گونه افراد کوششی در مال‌اندوزی نداشته و اجازه نمی‌دهند که پول و مادیات مهار زندگی‌شان را به دست گیرد و گرفتار بیماری حاد و دیرینه ثروت‌اندوزی نمی‌شوند. رهایی از مال دنیا یعنی تمرکز بر عشق و آنچه بدان عشق می‌ورزیم» (دایر، ۱۳۸۴: ۲۸۶).

من که ره بردم به گنج حسن بی پایان دوست

صد گدای همچو خود را بعد از این قارون کنم

(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۸۳)

استغنا مرتبه ذاتی عشق است؛ بنابراین عاشق بنابه سرشت عشق به رتبه بی نیازی

باطن و روان دست می‌یابد:

گریه حافظ چه سنجد پیش استغنا عشق کاندرین دریا نماید هفت دریا شبنمی

(همان: ۳۵۶)

شخصیت راستین و والا زاییده گنج بی‌پایان عشق است که به انسان عاشق پیش‌کش

می‌شود:

مبین حقیر گدایان عشق را کاین قوم شهان بی کمر و خسروان بی کله‌اند

(همان: ۲۰۲)

۹-۲ همت عالی

واژه همت به قصدکردن، خواستن، اراده، خواست، سعی و کوشش، اراده قوی و عزم

جزم، بلندنظری، دلیری و کمال مطلوب معنی شده است (معین، ۱۳۸۸: ذیل واژه همت).

حافظ در ابیاتی «همت» را در اصطلاح عرفانی توجه قلبی و باطنی با تمام نیروی خود

به‌جانب حق برای حصول کمال خود یا دیگری (دهخدا، ۱۳۷۷: ذیل همت) به کار برده

است؛ اما در ابیاتی که به کارکردهای روانی و درمانی عشق پرداخته، معنای واژگانی آن

را در نظر داشته است. وی یکی از داده‌های عشق به انسان را اراده استوار، کوشش و بلند

نظری بیان کرده است:

جناب عشق بلند است همتی حافظ که عاشقان ره بی همتان به خود ندهند

(همان: ۲۰۲)

کریمی در گفتمان عشق‌درمانی معتقد است «جاذبه عشق آدمی را به کوشش همیشگی

و ادا می‌کند، چنانکه رنگ سستی، خستگی، افسردگی و بی‌حوصلگی از عالم درون

رخت برمی‌بندد. نیروی حرکت‌بخش و منبع جوشش و کوشش او برای سیر به کمال و

پیشرفت عشق است» (کریمی، ۱۳۸۸: ۲۲۱). در بحث آثار مثبت فیزیولوژیک عشق بر

مغز و در نتیجه رفتار انسان آمده است: «رفتار هدفمند، انگیزه بالا و تمرکز فراوانی که فرد

درگیر عشق دارد، می‌تواند به افزایش فعالیت دوپامینی مربوط باشد. تحریک مستقیم

نرون‌های دوپامینی، سبب افزایش انرژی، کم‌خوابی و سرخوشی و پرفعالیتی می‌شود» (فیروزآبادی، ۱۳۸۷: ۹۵-۹۴).

زهی همت که حافظ راست از دنیی و از عقبی نیاید هیچ در چشمش به جز خاک در کویت (حافظ، ۱۳۸۷: ۱۴۱)

تو و طوبی و ما و قامت یار فکر هرکس به قدر همت اوست (همان: ۱۲۳)

۲-۱۰ رهایی از غم دنیا

یکی از ویژگی‌های عشق عارفانه این است که با از میان بردن هویت عاشق در معشوق و تفویض بی‌خبری بر ذات او، او را از هرچه به‌جز عشق و محبوب و نگرانی‌های مربوط به دنیا و دلبستگی‌های آن بیمه می‌کند (تابان فرد، رسمی، ۱۳۹۹: ۸۵). نیروی عشق جان‌مایه حیات زاینده و درمانگر دردهای دیرینه و رنج‌های فرساینده آدمی است؛ آن کس که در عشق غوطه‌ور می‌شود، آلاینده‌های او پاک خواهد شد و باطن او از حرص و طمع و فقر دنیوی آزاد می‌شود (کریمی، ۱۳۸۸: ۲۷۳).

در دیدگاه انسان‌شناسانه حافظ، فلسفه هستی انسان و هویت‌یافتن او در این دنیا، با عشق رقم خورده است؛ بنابراین زمانی که این گوهر گمشده، در دل انسان نمایان شود، وی به خاستگاه انرژی بی‌پایان می‌پیوندد که دنیا و دلبستگی به آن برایش گیرایی نخواهد داشت:

مژده وصل تو کو کز سر جان برخیزم طایر قدسم و از دام جهان برخیزم
به ولای تو که گر بنده خویشم خوانی از سر خواجگی کون و مکان برخیزم
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۵۷)

وقتی دل آدمی جایگاه عشق شود، رویدادهای این دنیا نمی‌تواند زنگ اندوه بر دل بنشانند. آنچه انسان شایسته است از این دنیا به دست بیاورد، نیروی عشق است که دل و روح او را روشنی و بی‌نیازی می‌بخشد:

دل از جواهر مهرت چو صیقلی دارد بود ز زنگ حوادث هرآینه مصقول
(همان: ۲۵۷)

یار با ماست چه حاجت که زیادت طلبیم دولت صحبت آن مونس جان ما را بس

(همان: ۲۳۶)

در مکتب و دیدگاه حافظ، پیر مدّ نظر و دلخواه وی، راه رهایی از غم و درد دنیا را عشق و عاشقی می‌داند:

نصیحتی کنت یاد گیر و در عمل آر که این حدیث ز پیر طریقتم یاد است
غم جهان مخور و پند من مبر از یاد که این لطیفه عشقم ز رهروی یاد است
(همان: ۱۱۴)

عشق راستین میان دو انسان که پیراسته و بی‌شائبه باشد، می‌تواند به آزادی و رهایی انسان بینجامد (مصلحتی، ۱۳۷۹: ۲۶۰). حال عشق به آفریننده جهان و بیکرانی آن به شیوه‌ای والاتر به این نتیجه می‌انجامد:

حافظ از جور تو حاشا که بگرداند روی من از آن روز که در بند توام آزادم
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۶۳)

عشق و نیروی پیش‌برنده و آزماینده و کامل‌کننده آن برابر با آزادی از دنیا و شور و شر آن است:

من همان دم که وضو ساختم از چشمه عشق چار تکبیر زدم یکسره بر هرچه که هست
(همان: ۱۰۸)

(نیز رک. همان: ۱۱۶، ۱۳۴، ۲۶۶، ۱۱۳، ۲۶۳، ۳۱۴)

۲-۱۱ عشق نیروی زندگی بخش

عشق را می‌توان نوعی غریزه زندگی دانست؛ نیرویی مقاوم‌ناپذیر که ما را به سوی رابطه عاطفی و تغذیه از منبعی دیگر هدایت می‌کند. این نیرو ژرف‌ترین نیاز عاطفی انسان است (فیروزآبادی، ۱۳۸۷: ۳۵). مصلحتی دنیا را نیازمند عشق و انسان را نیز نیازمند آن می‌داند؛ «زیرا عشق آثار مثبت روحی و جسمی دارد. مردی که توانایی مهرورزی به یک زن و زنی که یارای عشق‌ورزیدن به مردی را داشته باشد، می‌تواند به دوستان، انسان‌ها و خدا به شیوه‌ای درست عشق بورزند» (مصلحتی، ۱۳۷۹: ۲۰۴). فرانکل دریافت ارزش‌های زندگی را منوط به عشق می‌داند و بر این باور است که این فرایند به تعریفی نو از دنیا و زندگی می‌انجامد (فرانکل، ۱۳۷۲: ۲۳۶).

حافظ در ابیات زیر با توجه به معجزه عیسی که مردگان را زندگی می‌بخشید، به

توصیف معشوق و نیروی زندگی‌بخش او پرداخته است. عشق و دشواری‌های آن درحقیقت به عاشق زندگی می‌بخشد:

از روان‌بخشی عیسی نزنم دم هرگز زانکه در روح‌فزایی چو لب‌ت ماهر نیست
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۲۹)

حافظ گاهی از داستان آب حیات برای توصیف و به تصویر کشاندن زندگی راستین استفاده کرده است که زائیده جذبه‌های زیبایی یار و عشق است:

آب حیوان اگر این است که دارد لب دوست روشن است اینکه خضر بهره سراپی دارد
(همان: ۱۶۰)

سامان و رهایی زندگی از پریشانی به باور حافظ در عشق و وصال یار رقم می‌خورد:
اگر به کوی تو باشد مرا مجال وصول رسد به دولت وصل تو کار من به اصول
(همان: ۲۵۷)

فرانکل عشق را مهم‌ترین راه دستیابی انسان به معنی می‌داند (فرانکل، ۱۳۹۰: ۱۴۶).
رنج‌ها و گداختگی‌های راه عشق برای پالودن روح آدمی گنج و نعمتی فزاینده است که سبب شکوفایی استعدادها و گشودن لایه‌های نهفته وجود انسان می‌شود (کریمی، ۱۳۸۸: ۲۸۳).
حافظ رنج‌ها و سخت‌های راه عشق را زندگی‌بخش و مایه معنیافتن انسان می‌داند:

من شکسته بدحال زندگی یابم در آن زمان که به تیغ غمت شوم مقتول
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۵۷)

سرشت و ماهیت عشق، به انسان و زندگی او معنا می‌بخشد و کسی که به عشق دست نیابد، درحقیقت به فلسفه هستی نرسیده است که عشق‌ورزی و معنیابی از آن است:
هر آن کسی که در این حلقه نیست زنده به عشق

بر او نمرده به فتوی من نماز کنید
(همان: ۲۲۴)

گاهی حافظ در بیانی اسطوره‌ای و درونمایه‌ای عرفانی از زندگی‌بخشی ازلی عشق سخن گفته است:

ندای عشق تو دیشب در اندرون دادند فضای سینه حافظ هنوز پر ز صداست
(همان: ۱۰۸)

صدا و بازتاب آن نشانه زندگی و نقطه مقابل تاریکی و سکوت است؛ حافظ در واقع زندگی انسان در این عالم را پیامد عشق می‌داند که زنگ و بازتاب صدای سخن عشق در سینه آدمی، زندگی را به او یادآوری می‌کند. باری حافظ هدف زندگی و حاصل و برآیند آن را در عشق و معشوق خلاصه می‌بیند:

حاصل کارگه کون و مکان این همه نیست باده پیش آر که اسباب جهان این همه نیست
از دل و جان شرف صحبت جانان غرض است غرض این است و گرنه دل و جان این همه نیست

(همان: ۱۳۲)

۲-۱۲ شکوفایی توان شعر و سخنوری

عشق سبب شکوفایی و تحقق انسان می‌شود؛ «انسان عاشق و عاشق خداگونه به دور از دل‌بستگی‌ها و پیروی کورکورانه و اسارت‌زا در پیمودن راه عشق یا سلوک عارفانه، با هم‌دستی و هم‌داستانی سایر طبایع وجود و اجزای جهان هستی، به قصد بروز گوهر وجودی خویش، در مدار بالندگی و زاینده‌گی قرار می‌گیرد» (کریمی، ۱۳۸۸: ۲۳۹).

از دیدگاه تکاملی عاشق شدن برای مرد اهمیت بیشتری نسبت به زن داشته است. «پژوهش‌های روان‌شناسی نیز این موضوع را تأیید می‌کند که مردان بیش از زنان عاشق می‌شوند و تجربه شدیدتری از آن دارند و تحت تأثیر آن بیش از زنان به شعرخوانی و آواز روی می‌آورند» (فیروزآبادی، ۱۳۸۷: ۶۰).

شکوفاشدن طبع شعری و توان سخنوری به سبب عشق و عاشقی، به‌خوبی در منظومه لیلی و مجنون دیده می‌شود. اشعار عاشقانه مجنون که بر هر کوی و برزن خوانده می‌شد، از عشق راستین مجنون به لیلی مایه و توان می‌یافته است. همین حال را در غزل‌های حافظ نیز می‌بینیم. «اصولاً یکی از پیامدهای عاشقی، حس نیرومند سخنوری و شاعری است که به سبب کارایی عشق بر مغز و هورمون‌های آزادشده آن تردیدناپذیر است» (همان: ۸۶).

حافظ شعر شیرین و دلکش خود و نکته‌پردازی‌های دلچسب در «طرز غزل» خاص خود را زاینده عشق به یار می‌داند:

این همه شهد و شکر کز سختم می‌ریزد اجر صبریست کز آن شاخ نباتم دادند

(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۹۳)

آنکه در طرز غزل نکته به حافظ آموخت یار شیرین سخن نادره گفتار من است
(همان: ۱۲۱)

ترکیب طرز غزل در واقع ارزش سبک‌شناسی دارد. در بیت دیگر از نظم پریشان سخن گفته‌است که آن نیز ارزش سبک‌شناسی دارد و روشنگر نوآوری خاص حافظ در غزل است؛ شمیسا از آن به غزل تلفیق یاد کرده است (شمیسا، ۱۳۹۸: ۲۳۰)؛ بنابراین حافظ نه تنها شاعری خود را هدیه عشق و معشوق می‌داند، بلکه نوآوری‌هایش در غزل را نیز از همان نیرو دانسته است:

حافظ آن ساعت که این نظم پریشان می‌نوشت طایر فکرش به دام اشتیاق افتاده بود
(همان: ۲۰۸)

شاگردی حافظ در مکتب عشق، سبب سخنوری اوست و نامبرداری و ستایش مردم از غزل‌گویی حافظ، نتیجه عاشقی حافظ است:

تا مرا عشق تو تعلیم سخن گفتن کرد خلق را ورد زبان مدحت و تحسین من است
(همان: ۱۲۱؛ نیز رک. همان: ۲۱۱)

دلنشانی و اثربخشی سخن حافظ به سبب یک نکته بیش نیست و آن عشق و معشوق است:

دلنشان شد سختم تا تو قبولش کردی آری آری سخن عشق نشانی دارد
(همان: ۱۶۰)

(نیز رک. همان: ۲۶۵، ۲۴۰، ۱۲۵، ۲۳۲، ۲۶۵)

۲-۱۳ جاودانگی

جاودان شدن یا بی‌مرگی آرزو یا خواست انسان در روزگاران بوده است. از کهن‌ترین اسطوره‌ها (گیل‌گمش) تا تازه‌ترین پژوهش‌ها، خواست انسان به ماندگاری و گریز از تلخی مرگ را می‌توانیم ببینیم. در سامان فکری حافظ نیز ماندن و جاودانگی و چگونگی همیشه ماندن، ارزش ویژه دارد. از نظر وی، عشق و نیروی آن ماندگار است و عاشق را نیز جاودان می‌کند.

فرانکل ابدیت را ویژگی جوهری و سرشتی عشق می‌داند؛ «ضمانت ماندگاری عشق

از خود عشق حاصل می‌شود. در عاشقی چیزی بیشتر از عشق به دست می‌آید: جاودانگی عشق. عشق را تنها می‌توان به‌عنوان چیزی ابدی تجربه کرد» (فرانکل، ۱۳۷۲: ۲۵۳). وی در بازنمود چگونگی این جاودانگی گفته است: «آنچه عشق اراده می‌کند، جوهر شخص دیگری است. این جوهر در نهایت مستقل از هستی است؛ جوهر مشروط به وجود نیست و از آنجا که این جوهر از آزادی برخوردار است، از وجود والاتر است. به همین علت عشق پس از معشوق نیز ادامه می‌یابد و به این ترتیب می‌توان درک کرد که چرا عشق پس از مرگ معشوق نیز ادامه می‌یابد. می‌توان فهمید که چرا عشق از مرگ قوی‌تر است، ممکن است هستی معشوق با مرگ هیچ شود، اما جوهر و سرشت عشق او را مرگ نمی‌تواند لمس کند. همچون همه جوهرهای واقعی، وجود یگانه او چیزی بی‌زمان و بنابراین فناپذیر است» (همان: ۲۴۳-۲۴۱). از سخن فرانکل درمی‌یابیم عشق کیفیتی مجرد و روحانی است. نکته دیگر آن است که جاودانگی ماهیت عشق است؛ بنابراین در نبود جسم نیز عشق معنا دارد و به زندگی ادامه می‌دهد و عاشق به این دلیل جاودان می‌شود. با این توضیح سخن حافظ درباره جاودان شدن عاشق فهمیده می‌شود:

هرگز نمیرد آنکه دلش زنده شد به عشق ثبت است بر جریده عالم دوام ما
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۰۲)

حکیم نظامی ضمن تأکید بر جاودانگی نیروی عشق و دوری آن از شهوت، بر جاودانگی مجنون به‌سبب شناخت درست عشق اشاره دارد و ماندگاری نام خود را نیز به‌سبب، هم‌ذات‌پنداری کنایی با مجنون و عاشقی می‌داند:

عاشقی که نه عشق جاودانیست	بازیچه شهوت جوانی است
مجنون که بلند نام عشق است	از معرفت تمام عشق است
تا زنده به عشق بارکش بود	چون گل به نسیم عشق خوش بود
و اکنون که گلش رحیل یاب است	این قطره که ماند از او گلاب است
من نیز بدان کلاب خوشبوی	خوش می‌کنم آب خود در این جوی

(نظامی، ۱۳۸۴: ۷۸)

در راز و نیاز مجنون در کنار کعبه نیز دعای مجنون نشان‌دهنده نیروی جاودانه عشق و در نتیجه جاودانگی عاشق است (همان: ۸۰).

رنه آلدی روانکاو فرانسوی (۱۹۴۲-۱۸۸۹ م.) در نگرشی عارفانه، عشق را در جهان جاری می‌بیند و هم‌سویی انسان با آن را برابر جاودانگی می‌داند: «راه رسیدن به برترین مقامات معنوی اتحاد با اصل جاودانه کیهان است. این اتحاد نخست از ندایی که همانند دعوت آرزوست، نتیجه می‌شود. روح یا جوهر عالم نخست در آفریده‌هایی که از آن جان می‌گیرند، دیده می‌شود. پس ابتدا باید عاشق بود، در این صورت عشق رهنمون روان به سوی بی‌مرگی خواهد بود. فقدان عشق برابر است با افتادن در کران‌مندی، انزوا و مرگ» (آلدی، ۱۳۹۸: ۲۱۵-۲۱۴). وقتی گستره عشق به اندازه آغاز و انجام هستی است و زندگی در این دامنه رقم می‌خورد، انسان با گرویدن به عشق و همسان‌کردن ارتعاش‌های ذهنی و قلبی خود با این عشق کیهانی در چرخه ازل ابدی قرار می‌گیرد و بی‌اختیار به جاودانگی می‌پیوندد:

در ازل بست دلم با سر زلفت پیوند تا ابد سر نکشد وز سر پیمان نرود
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۱۴)

(نیز رک. همان: ۱۰۸، ۱۴۲)

بیان حماسی و فخرآمیز حافظ را در پیوستن به چرخه عشق بیکران کیهانی و جاودان‌شدنش را در بیتی دیگر می‌بینیم:

جز دل من کز ازل تا به ابد عاشق رفت جاودان کس نشنیدیم که در کار بماند
از صدای سخن عشق ندیدم خوش‌تر یادگاری که در این گنبد دوار بماند
(همان: ۱۹۰)

۲-۱۴ پاک‌چشمی (پالایش روان)

در رویکرد درمان‌گرایانه عشق، همه هنر درمان‌جو، میراندن نیازهای دروغین و خواسته‌های نفسانی است تا از این میرندگی به بالندگی برسد (کریمی، ۱۳۸۸: ۲۹۱). سختی‌های راه عشق و چالش‌های دردناک آن برای پالایش و والایش روان آدمی است (همان: ۲۸۰). مصلحتی درباره آثار اخلاقی سازنده عشق می‌گوید: «همواره میان عشق و روش اخلاقی تضادی وجود ندارد، حقیقت عشق کمال آیین اخلاقی است» (مصلحتی، ۱۳۷۹: ۲۰۲). عشق پاک عفت‌زاست و عاشق راستین هم عقیف و پاکدامن است. حافظ شرط دیدار جمال و زیبایی معشوق را پاک‌چشمی و دوری از هوی و هوس می‌داند؛ به

عبارت دیگر، پالودگی نفس و عشق را در بایست هم می‌داند:

او را به چشم پاک توان دید چون هلال
هر دیده جای جلوه آن ماه پاره نیست
(حافظ، ۱۳۸۷: ۱۳۱)

عشق‌بازی کار بازی نیست ای دل سر بیاز
زانکه گوی عشق نتوان زد به چوگان هوس
(همان: ۲۳۶)

در حقیقت معشوق و عشق چنان جایگاه والایی در اندیشه حافظ دارند که با نگاه ناپاک نمی‌توان آن زیبایی را دید:

چشم آلوده نظر از رخ جانان دور است
بر رخ او نظر از آینه پاک انداز
(همان: ۲۳۴)

نظر پاک تواند رخ جانان دیدن
که در آینه نظر جز به صفا نتوان کرد
(همان: ۱۶۶)

حافظ برای دیدار یار و رسیدن به مرتبه پاک‌چشمی و پالایش درون از تیرگی‌ها، در مرحله‌ای از روان‌پالایی و کمال از گریه سخن گفته است. معتمدی از دیدگاه روان‌شناسی گریه را به چند سطح بخش‌شدنی می‌داند؛ «در والاترین سطح آن، احساسات ژرف‌تر و متعالی‌تری در کارند؛ مانند گریستن هنگام نیایش یا درک ژرف یک پدیده یا حالت عرفانی. در پاره‌ای متون از گریه زیباشناختی یاد می‌شود که به تأثیر درک آثار هنری گرانمایه نسبت دارد. البته همه کسان به این پایه نمی‌رسند؛ زیرا دستیابی به آن سزاوار آگاهی ژرف‌تر از خویشتن و جهان و پیوندهای میان آنها است» (معتمدی، ۱۳۸۹: روزنامه همشهری).

غسل در اشک زدم کاهل طریقت گویند
پاک شو اول و پس دیده بر آن پاک انداز
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۳۴)

حافظ در ارتباط نگاه و نظر با عشق و معشوق افزون‌بر پاک‌نظری و پالودگی روان، از گامی فراتر سخن گفته است و «صفت» جان‌بینی را شرط دیدار یار برای چشم دانسته است. چنین چشمی به‌درستی باید به ترازوی از پیراستگی و صفای باطن رسیده باشد و توان مجرد و روحانی یافته باشد:

دیدن روی تو را دیده‌ جان‌بین باید وین کجا مرتبه چشم جهان‌بین من است
(همان: ۱۲۱)

۲-۱۵ شادی و سرمستی

امروزه روان‌شناسان، شادی و سرمستی را در نیرو و اثر مثبت عشق، در دو زمینه روانی رفتاری و آثار فیزیولوژیک بر مغز بررسی کرده‌اند. مصلحتی فرایند رسیدن عاشق به شادی و سلامت روان را در آرامشی می‌داند که عشق به انسان هدیه می‌دهد و هدفمند شدن شخص عاشق در زندگی پاسخگوی همه خواسته‌های روحی انسان است و سبب آرامش روان و شادی می‌شود (مصلحتی، ۱۳۷۹: ۲۰۹). از دیدگاه عشق‌درمانی راز افسردگی، دل‌مردگی و فرسودگی روح و روان، نبود عشق در زندگی است. اگر عشق در زندگی نورافشانی کند و دل و ذهن از آن تغذیه شود، همه جهان هستی در نزد آدمی نمود شور و شادی می‌شود (کریمی، ۱۳۸۸: ۲۲۱-۲۲۰). فیروزآبادی بر این باور است که عشق به‌طور برجسته یک برانگیختگی هیجانی و فیزیولوژیک است؛ اما جنبه شناختی و رفتاری نیز دارد. «یکی از مهم‌ترین مواد شیمیایی که به هنگام عاشقی تراوش می‌شود، فیل اتیل آمین (PEA) است. این ماده شبه آمفتامینی مایه بالابردن خلق و انرژی، احساس شادی، قدرت و خوش‌بینی می‌شود. اثر این ماده با تراوش هم‌زمان هورمون‌های اضطرابی همانند آدرنالین و نورآدرنالین بیشتر می‌شود. ترکیب این مواد حالت هیجانی و سرخوشی شدید ایجاد می‌کند» (فیروزآبادی، ۱۳۸۷: ۸۶). سیستم دوپامینی مغز نیز در حالت‌های روانی عاشقان کارایی دارد. «رفتار هدفمند، انگیزه بالا و تمرکز فراوانی که فرد درگیر در عشق رومانتیک دارد، می‌تواند به افزایش کنش سیستم دوپامینی مربوط باشد. برانگیختن مستقیم نرون‌های دوپامینی سبب افزایش انرژی، سرخوشی، پرفعالیتی و کم‌خوابی می‌شود» (همان: ۹۴-۹۵).

حافظ یکی از آثار سازنده عشق را شادی می‌داند و با تعبیرها و ترکیب‌های گوناگون و فراوان، آن را بیان کرده است که کوشش می‌شود با دسته‌بندی این موضوع سویه‌های آن بررسی شود.

۲-۱۵-۱ طرب

عاشقان همواره پندناپذیرند؛ اما اگر برپایه و مایه نیروی عشق و عاشقی - که شادی

بی‌پایان به آنها بخشیده است - بخواهند اندرز دهند، دیگران را به طرب و شادی عاشقانه و رهایی دنیای ناپایدار فرامی‌خوانند. در واقع این دنیا ریشه غم‌های انسان است؛ اما عشق او را از این اندوه رها می‌کند.

پند عاشقان بشنو وز در طرب بازآ کاین همه نمی‌ارزد شغل عالم فانی
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۵۸)

گر دیگران به عیش و طرب خرمند و شاد ما را غم نگار بود مایه سرور
(همان: ۲۲۸)

۲-۱۵-۲ توان، زندگی، شادی

در دنیایی که آدمی به مرگ روان و تن گرفتار است و دل‌آزاری توان می‌رباید و اندوه، دل را - که باید کانون روشنی و معرفت و عشق باشد - تسخیر می‌کند، پیوند با عشق و زیبایی یار، نیروبخش، زندگی‌ساز و شادی‌آفرین است.

درآ که در دل خسته توان درآید باز بیا که در تن مرده توان درآید باز
غمی که چون سپه زنگ ملک دل بگرفت ز خیل شادی روم رخت زداید باز
(همان: ۲۳۲)

۲-۱۵-۳ سرمستی راستین

در نگاه حافظ، مستی و شادی زاینده عشق و دوست است و شراب دنیوی در برابر آن شادی بی‌مرز چیزی جز رنج نیست.

ما را ز خیال تو چه پروای شرابست خم گو سر خود گیر که خمخانه خراب است
گر خمر بهشت است بریزید که بی‌دوست هر شربت عذبم که دهی عین عذاب است
(همان: ۱۱۰)

حافظ در پاره‌ای از ابیات خود با منش و شیوه عارفانه از عشقی فراگیر سخن می‌گوید که در آغاز آفرینش، معشوق ازلی در وجود انسان نهاده است. وی از نوعی تجربه معنوی گفت‌وگو می‌کند که به آن رسیده و آن را درون خود یافته و مستی و شادی بی‌انجام اثیری را تجربه کرده است.

سر زمستی برنگیرد تا به صبح روز حشر

هرکه چون من در ازل یک جرعه خورد از جام دوست

(همان: ۱۲۶)

۲-۱۵-۴ بهار، باده و معشوق

بافت اندیشه حافظ در ابیات یا غزل‌هایی، ذهن خواننده را به نگاه عاشقانه رمانتیک و شادکامی با یار گرایش می‌دهد. این دسته ابیات بیشتر به بهاریه‌سرایی‌های وی بازمی‌گردد. در بیت زیر حافظ با رویکرد غنیمت‌زمان و سپری کردن آن با معشوق و باده، شادی را برآیند بزم دلدار در فصل گل می‌داند و دیگران را نیز به این شیوه فرامی‌خواند.

حافظ منشین بی می و معشوق زمانی
کایام گل و یاسمن و عید صیام است

(همان: ۱۱۹)

۲-۱۵-۵ پیری، عشق، شادی و جوانی

حافظ در ابیاتی از روزگار پیری خود سخن می‌گوید؛ درحالی‌که هنوز سرخوش و سرمست از نیروی عشق، حس جوانی و طراوت دارد. می‌توان گفت حافظ درحقیقت پیر عشق است؛ روزگار را با عشق به پیری کرانه کرده است و آن نیرو دلش را همواره جوان و شاد نگه داشته است:

قدح پر کن که من در دولت عشق
جوان بخت جهانم گرچه پیرم

(همان: ۲۷۳)

هرچند پیر و خسته‌دل و ناتوان شدم
هرگه که یاد روی تو کردم جوان شدم

(همان: ۲۶۵)

عشق زمان نمی‌شناسد و همواره دل را جوان، شاد و باطراوت نگه می‌دارد. حافظ که خود سرنمونه انسانی است که عشق و آثار آن را آزموده و چشیده است، در پیری چنین از عشق شادی می‌چیند. کافی است تصور کنیم سالخورده‌گان روزگار آشفته ما، دلی سرشار از عشق داشته باشند یا با عشق زندگی کرده باشند:

بر سر تربت من بی می و مطرب منشین
تا به بویست ز لحد رقص‌کنان برخیزم

خیز و بالا بنما ای بت شیرین حرکات
کز بر جان و جهان دست‌فشان برخیزم

گرچه پیرم تو شبی تنگ در آغوشم گیر
تا سحرگه ز کنار تو جوان برخیزم

(همان: ۲۷۵)

ترکیب‌های زیر نیز گویای شادی‌بخشی عشق در اندیشه حافظ است:

گشایش دل (همان: ۲۰۶)؛ طرب‌سرای محبت (همان: ۱۸۵)؛ کار و باری خوش (همان: ۲۴۷)؛ سرمستی عاشقانه (همان: ۱۸۵)؛ دل خوش (همان: ۱۵۱)؛ جان‌بخشی یار (همان: ۱۵۳)؛ دل‌آرامی و خاطرخوشی (همان: ۱۰۰)؛ دم خوش (همان: ۱۳۱)؛ گنج طرب (همان: ۱۲۳)؛ زوال غم (همان: ۱۳۹)؛ نیروی روان و زندگی (همان: ۱۴۵)؛ شکوفایی و طرب (همان: ۲۰۳).

۱۶-۲ آرامش و آسودگی خاطر

در لغتنامه دهخدا آرامش به معنی «حالتی نفسانی همراه با آسودگی و ثبات» آمده است. در فرهنگ معین آرامش به معنی «آرمیدن، صلح، آشتی، امنیت و فراغت» است. هرچند در بحث آرامش از عوامل بیرونی و محیطی زیاد سخن گفته می‌شود، در درمانگری عشق، بنیان آن در درون انسان جست‌وجو می‌شود و می‌توان گفت آرامش فکری در واقع یک حس درونی است. اریک فروم ریشه همه اختلاف‌ها و ناامنی‌های روانی را دوری انسان از عشق می‌داند (فروم، ۱۳۹۹: ۱۸). آبرهام مزلو در تبیین سلسله‌مراتب نیازهای آدمی، از نیاز به تعلق (دلبستگی) سخن گفته است. نیاز به تعلق از جمله نیازهایی است که در روابط بین‌فردی از راه عشق به دست می‌آید. این دلبستگی مهرورزانه تنها در حد یک‌سری نیازهای دوسویه انسان باقی نمی‌ماند؛ بلکه می‌تواند به محبت انسان به خدا رشد یابد (کریمی، ۱۳۸۸: ۲۳۸). هنگامی که نیاز انسان در تعلق و دلبستگی به معشوق برآورده شود، بی‌تردید امنیت خاطر و آرامش پیامد طبیعی آن خواهد شد. حال اگر سیر این دلبستگی به آفریدگار جهان رشد یابد، این آرامش و خاطر جمعی درونی انسان می‌تواند بیکرانه شود (مصلحتی، ۱۳۷۹: ۲۰۹). عشق کیهانی که پایه آفرینش و هستی است، درحقیقت سبب آرامش و تکیه‌گاه آفریده‌هاست:

آرام و خواب خلق جهان را سبب تویی زان شد کنار دیده و دل تکیه‌گاه تو
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۱۷)

حافظ آسوده‌خاطری و آرامش دل را در عشق و معشوق یافته است؛ حال در کنار یار باشد یا نباشد:

چو پیراهن شوم آسوده‌خاطر گرش همچون قبا گیرم در آغوش

(همان: ۲۴۳)

هرچند کان آرام دل دامن نبخشد کام دل نقش خیالی می کشم فال دوامی می‌زنم

(همان: ۲۷۹)

در دیدگاه حافظ زیبایی یار در خداوند ریشه دارد؛ همانطور که طبیعت زیبایی آرام‌بخش خود را از خداوند دارد، عاشق نیز که دلدادۀ زیبایی است، در راه عشق صبر و آرامش از خداوند می‌یابد. به عبارت دیگر عشق و زیبایی بنیان الهی دارد و آرامش و صبوری نیز از همان بی‌کرانه حاصل می‌شود:

آنکه رخسار تو را رنگ گل و نسرين داد صبر و آرام تواند به من مسکين داد

(همان: ۱۵۲)

راه رهایی انسان از سرگردانی و پریشان‌خاطری در این دنیا، عشق‌ورزی است. پریشان‌خاطری و آشفته‌حالی در راه عشق به آرامش روان می‌انجامد:

سر عاشق که نه خاک در معشوق بود کی خلاصش بود از محنت سرگردانی

(همان: ۳۵۷)

در خلاف‌آمد عادت بطلب کام که من کسب جمعیت از آن زلف پریشان کردم

(همان: ۲۶۴)

حافظ ضمن توجه به دشواری‌ها و غم عشق که البته تربیت‌کننده انسان است، بر این باور است که این احوال درنهایت آرامش دل و حال نکو را رقم می‌زند. عشق دولت سعادت است که مهیاشدنش پایان اندوه و آغاز آرامش است:

آن پریشانی شب‌های دراز و غم دل همه در سایه گیسوی نگار آخر شد

باورم نیست ز بدعهدی ایام هنوز قصه غصه که در دولت یار آخر شد

(همان: ۱۸۴؛ نیز رک. همان: ۱۸۰)

۲-۱۷ بیداری جان و روشندلی

پاراسلوس پزشک نامدار سوئسی در دوره رنسانس به کارکرد آگاهی‌بخش عشق باور داشت. «آن کس که هیچ نمی‌داند، به هیچ چیز عشق نمی‌ورزد. کسی که قادر بر انجام هیچ کاری نیست، چیزی نمی‌فهمد؛ اما آن کسی که می‌فهمد، عشق هم می‌ورزد، تیزبین است، می‌بیند. آگاهی بیشتر نسبت به ذات هرچیز، زاییده عشق بزرگ‌تری است»

(مصلحتی، ۱۳۷۹: ۲۰۲). دانش ژرف برای انسان پیامد سازنده عشق است (همان: ۲۵۰). «برخی از روان‌شناسان اجتماعی دیدگاه دو عاملی عشق را مطرح می‌کنند. به نظر آنها هر دو عامل اندیشه و احساس در عشق نقش دارند» (فیروزآبادی، ۱۳۸۷: ۷۸). فرایند فردیت در اندیشه یونگ نیز با عشق پیوند دارد. «معشوق درحقیقت فرافکنی ویژگی‌های زنانه یا مردانه تحقق‌نیافته انسان است و احساس شور و شوق عاشقانه، بازتابی از روند فعلیت‌یافتن ظرفیت‌های خود یا فرایند فردیت است» (همان: ۷۹). فرانکل نیز در معنادرمانی، شناخت و بینش را زاینده عشق می‌داند (فرانکل، ۱۳۷۲: ۲۵۹).

نقطه مشترک این دیدگاه‌ها در عشق، تأکید و تأیید بر گونه‌ای بینش، آگاهی و اندیشه انسان به هنگام عاشقی است که او را به شناخت می‌رساند. در دیدگاه حافظ، عشق، روان و دل انسان را سرشار از آگاهی، نور و بیداری می‌کند:

ای نسیم سحری خاک در یار بیار که کند حافظ از او دیده دل نورانی
(حافظ، ۱۳۸۷: ۳۵۷)

خیال روی تو در هر طریق هم‌ره ماست نسیم موی تو پیوند جان آگه ماست
(همان: ۱۰۸)

در دیدگاه حافظ انسان تا عشق را تجربه نکرده است، از هستی و وجود خودش چیزی نمی‌داند؛ اما وقتی طعم عشق و غم‌های آن را چشید، به بینش و آگاهی می‌رسد. به عبارت دیگر، نیروی عشق هوشیاری و بینش می‌بخشد. اریک فروم از این حال به شکوفایی درون با نیروی عشق یاد می‌کند (فروم، ۱۳۹۱: ۲۹). حافظ نکته‌دانی و نکته‌پردازی خود را که از هوشی خاص حکایت دارد، برآیند عشق می‌داند:

اول ز تحت و فوق وجودم خبر نبود در مکتب غم تو چنین نکته‌دان شدم
(حافظ، ۱۳۸۷: ۲۶۵)

در غزل‌های حافظ معمولاً عشق و باده با هم پیوند دارد. گاهی این ترکیب در تناقضی شگرف و اسطوره‌وار به سرراست‌شدن و اصلاح اندیشه‌های نادرست انسان می‌انجامد:

طیب عشق منم باده ده که این معجون فراغت آرد و اندیشه خطا ببرد
(همان: ۱۶۲)

فلسفه وجودی انسان عاشق‌شدن و در پی آن روشندلی و هنر درست‌دیدن با نیروی عشق است:

خیره آن دیده که آتش نبرد گریه عشق تیره آن دل که در او شمع محبت نبود
(همان: ۲۰۵)

۳- نتیجه‌گیری

نگرش و ژرف‌اندیشی حافظ در عشق، هویت بخش غزل اوست. حس، عاطفه و اندیشه وی در آن زمینه پیوند شگرف یافته است. آن رند عالم‌سوز با درنوردیدن دریا‌های آتشین عشق، دشواری‌های آن را کرانه کرده و در بوتۀ عشق چنان آزموده شده که به پایه‌ی والای پیر عشق دست یافته است؛ از این رو می‌توان در غزل‌های این پیر عشق، از سویه‌های گوناگون، عشق را نگرست و واکاوی کرد. او بر خویشکاری‌های عشق و نقش اکسیری آن در ساخت سرشت و منش انسان درنگ و ژرف‌نگری داشته است. درباره‌ی عشق در غزل‌های حافظ بسیار سخن گفته شده است؛ اما کسی به جنبه‌های درمانگر و کارکردهای سازنده‌ی آن در چارچوب عشق‌درمانی نپرداخته است که در این پژوهش به آن اهتمام شد. حافظ که با عشق و در عشق به مرز شکوفایی روان و اندیشه رسیده است، عشق را چون طیبی یافته که درمانگر دردهای انسان است.

حافظ عشق را نیرویی بیکران و سازنده یافته است که ویژگی‌های ذاتی و جوهری دارد. به همین سبب، این صفات را نیز در عشق پایانی نیست. آدمی در این دنیا دردمندی است که اگر بتواند با این چشمه‌ی زاینده و پاینده‌ی درون خود و جاری در هستی سیراب شود، به ارزش‌ها و صفت‌هایی همگون با آن نیروی ازلی و ابدی می‌رسد. روان‌درمانی عاشقانه، ره‌یافتی درونی است که می‌تواند انسان‌ها را نه تنها در روزگار حافظ، بلکه در این زمانه‌ی پریشان، با مزه‌ی گوارا و جاودانه‌ی خرسندی درون‌زا و خوشبختی خودانگیخته رهنمون کند.

بر پایه‌ی کتاب *واژه‌نمای حافظ به انضمام فرهنگ بسامدی*، تألیف مهین دخت صدیقیان و ابوطالب میرعابدینی (۱۳۸۳)، کلمه‌ی عشق ۲۳۱ بار، عاشق ۸۱ بار، عاشقانه ۲ بار، عاشق‌کش ۳ بار، عاشق‌کشی ۳ بار، عاشق‌وش ۱ بار، عاشقی ۱۰ بار، عشق‌بازی ۹ بار،

عشق باز ۲ بار و عشق نوازی ۱ بار در دیوان حافظ - البته بر پایه نسخه تصحیح شده پرویز ناتل خانلری - به کار رفته است. اگر به وابسته‌های عشق نیز پرداخته شود، بی شک این شمار بسیار بیشتر از این تعداد خواهد شد. در این پژوهش با تمرکز بر کارکردهای درمانی عشق، ۱۸۶ بیت از دیوان حافظ به تصحیح غنی و قزوینی یادداشت برداری شد. در ۲۴ بیت، شاعر مستقیم به درمانگری عشق یا معشوق پرداخته است. حافظ در ابیاتی به شخصی بودن تجربه عشق، بیان ناپذیری سر عشق، گستردگی عشق، ناتوانی دانش انسان از درک عشق و مرتبه آن، سودهای عشق پرداخته است (۶ مورد). اهمیت عدد اخیر در آن است که نشان درک درست و ژرف شاعر از عشق و تجربه شخصی وی در آن است و آزمون گستره آن از سرا تا ثریاست.

در این پژوهش با نگرشی کیفی به غزل‌های حافظ از منظر کارکردهای سازنده و مثبت عشق بر انسان، این برایندها برجسته و تأمل برانگیز دیده شد که نویسنده به بخشی از آنها در این مقاله پرداخته است: شادی (۳۲ بار)؛ گره‌گشایی از گرفتاری‌های فکری و فلسفی انسان در این دنیا (۱۳ بار)؛ معنابخشی به زندگی (۱۲ بار)؛ آرامش خاطر (۱۳ بار)؛ شکوفایی طبع شعر و توان سخنوری (۱۲ بار)؛ رهایی از خودپرستی (۱۱ بار)؛ بلندهمتی (۹ بار)؛ جاودانگی (۶ بار)؛ استغنا (۶ بار)؛ والامنشی (۶ بار)؛ آزادی و رهایی از دنیا (۶ بار)؛ زییادیدن زندگی (۶ بار)؛ پاکدامنی و پاک‌چشمی (۵ بار)؛ بیداری و روشن‌دلی (۵ بار)؛ کمال‌بخشی عشق (۴ بار)؛ مهرورزی و کینه‌پرهیزی (۴ بار)؛ شکیبایی (۳ بار)؛ نیک‌انجامی (۳ بار)؛ یک‌رنگی و راستی (۲ بار)؛ رحمت الهی (۲ بار)؛ امیدواری (۲ بار).

با توجه به این داده‌ها می‌توان گفت فارغ از نگاه حافظ به ماهیت و چیستی عشق و چگونگی عاشق شدن انسان یا کشف آن نیرو در درون خود که خود موضوعی دیگر است، عشق از دیدگاه حافظ، کارکردهای سازنده روان‌شناسانه دارد و تنوع و گستره و ژرفای نظر وی در آن بیانگر دستیابی به شیوه‌ای تربیتی و روان‌درمانگری است.

پی‌نوشت

1. Harry Harlow
2. Self
3. Wayne Dyer

منابع

۱. آلدی، رنه (۱۳۹۸). عشق، ترجمه جلال ستاری، چاپ سوم، تهران: توس.
۲. افلاطون (۱۳۳۳). پنج رساله، ترجمه محمود صناعتی، تهران: بنگاه ترجمه و نشر کتاب.
۳. باقری، بهادر (۱۳۸۷). فرهنگ شرح‌های حافظ، تهران: امیرکبیر.
۴. بقلی شیرازی، روزبهان (۱۳۴۹). عبهرالعاشقین، به کوشش جواد نوربخش، تهران: خانقاه نعمت‌اللهی.
۵. بهرامی، راضیه؛ نصرتی، عبدالله (۱۳۹۵). «بررسی تطبیقی عشق در غزلیات مولانا، سعدی و حافظ»، بهارستان سخن (ادبیات فارسی)، دوره ۱۳، شماره ۳۴، ۲۴-۱.
۶. پورابراهیم، شیرین؛ غیاثیان، مریم سادات (۱۳۹۲). «بررسی خلاقیت‌های شعری حافظ در مفهوم‌سازی عشق»، نقد ادبی، سال ۶، شماره ۲۳، ۸۲-۵۹.
۷. تابان‌فرد، عباس؛ رسمی، سکینه (۱۳۹۹). «تحلیل هیجان مثبت عشق عرفانی در مثنوی معنوی با رویکرد مثبت‌گرا»، متن پژوهی ادبی، دوره ۲۴، شماره ۸۵، ۱۱۲-۶۹.
۸. حافظ، شمس‌الدین محمد (۱۳۸۷). دیوان حافظ، تصحیح علامه قزوینی و قاسم غنی، چاپ هفتم، تهران: اساطیر.
۹. حسن‌لی، کاووس (۱۳۸۸). راهنمای موضوعی حافظ‌شناسی، شیراز: نوید.
۱۰. حصوری، علی (۱۳۹۸). حافظ از نگاهی دیگر، تهران: چشمه.
۱۱. دایر، وین (۱۳۸۴). عرفان داروی دردهای بی‌درمان، ترجمه محمدحسین نعیمی، بی‌جا: کتاب آیین.
۱۲. دشتی، علی (۱۳۸۰). نقشی از حافظ، چاپ دوم، تهران: اساطیر.
۱۳. دهخدا، علی‌اکبر (۱۳۷۷). لغتنامه، تهران: دانشگاه تهران.
۱۴. رایبیز، آنتونی (۱۳۸۹). سرآغاز عشق، ترجمه مجید پزشکی، تهران: نواندیش.
۱۵. زرین‌کوب، عبدالحسین (۱۳۷۴). از کوچه رندان، چاپ نهم، تهران: سخن.
۱۶. سجادی، سید جعفر (۱۳۸۶). فرهنگ اصطلاحات و تعبییرات عرفانی، چاپ هشتم، تهران: طهوری.

۱۷. سلیگمن، مارتین (۱۳۷۹). *کودک مثبت‌گرا*، مترجم: ناهید ایران‌نژاد، تهران: دایره.
۱۸. سیاح، احمد (۱۳۷۸). *فرهنگ بزرگ جامع نوین*، ج ۱، قم: انتشارات اسلامی.
۱۹. شمیسا، سیروس (۱۳۹۸). *سبک‌شناسی شعر*، چاپ هشتم، تهران: میترا.
۲۰. صدیقیان، مهین‌دخت؛ میرعابدینی، ابوطالب (۱۳۸۳). *فرهنگ واژه‌نمای حافظ به انضمام فرهنگ بسامدی* (براساس حافظ دکتر پرویز ناتل‌خانلری)، تهران: سخن.
۲۱. طوسی سیلانیان، علی (۱۳۷۹). «دروغ (بررسی عوامل مؤثر بر دروغ‌گویی)»، *مجله تخصصی زبان و ادبیات دانشکده ادبیات و علوم انسانی مشهد*، دوره ۳۳، شماره ۱-۲، ۱۲۸-۱۳۹، ۱۷۹-۲۰۲.
۲۲. عبدالکریمی، سپیده؛ مسگریان، پرستو (۱۳۹۹). «معنی‌شناسی مفهوم عشق در غزلیات سعدی و حافظ در چارچوب معنی‌شناختی و نقد ادراکی»، *متن‌پژوهی ادبی*، دوره ۲۴، شماره ۸۳، ۲۵۶-۱۲۳.
۲۳. عشقی، جعفر؛ پورالخاص، شکرالله (۱۳۹۹). «مقام معشوقی در عرفان (با تکیه بر مقام معشوقی شمس تبریزی و مولانا)»، *دوفصلنامه پژوهشنامه عرفان*، سال ۱۱، شماره ۲۲، ۱۹۲-۱۷۳.
۲۴. فرانکل، ویکتور (۱۳۹۰). *انسان در جستجوی معنای غایی*، ترجمه احمد صبوری و عباس شمیم، تهران: آشیان.
۲۵. فرانکل، ویکتور (۱۳۷۲). *پزشک روح*، مترجم: فرخ سیف بهزاد، تهران: درسا.
۲۶. فروم، اریک (۱۳۹۹). *هنر عشق‌ورزیدن*، ترجمه پوری سلطانی، تهران: مروارید.
۲۷. فروم، اریک (۱۳۹۱). *گریز از آزادی*، ترجمه عزت‌الله فولادوند، تهران: مروارید.
۲۸. فیروزآبادی، علی (۱۳۸۷). *عشق*، بی‌جا: نوید شیراز.
۲۹. مرتضوی، منوچهر (۱۳۳۳). «عشق در دیوان حافظ»، *مجله دانشکده ادبیات و علوم انسانی تبریز*، شماره ۳۳، ۳۸۷-۴۳۴.
۳۰. معتمدی، غلامحسین (۱۳۸۹). «روانشناسی گریه»، *روزنامه همشهری*.
۳۱. مصلحتی، حسین (۱۳۷۹). *ازدواج و ازدواج‌درمانی*، تهران: البرز.

۳۲. مطهری، مرتضی (۱۳۹۴). تماشگاه راز (عرفان حافظ)، چاپ ۳۴، تهران: صدرا.
۳۳. معین، محمد (۱۳۸۸). فرهنگ فارسی معین، چاپ ۲۶، تهران: امیرکبیر.
۳۴. مورنو، آنتونیو (۱۳۸۰). یونگ خدایان و انسان، ترجمه داریوش مهرجویی، تهران: مرکز.
۳۵. نظامی گنجه‌ای (۱۳۸۴). لیلی و مجنون، به‌کوشش سعید حمیدیان، چاپ پنجم، تهران: قطره.
۳۶. نیک نام، مهرداد (۱۳۸۱). کتاب‌شناسی حافظ، شیراز: مرکز حافظ‌شناسی.
۳۷. یمینی، هما؛ عقدایی، تورج (۱۳۹۷). «بازتاب جلوه‌های عشق عرفانی در زبان حافظ»، فصلنامه عرفان اسلامی، سال ۱۵، شماره ۵۷، ۳۷۷-۳۵۳.