

به نام خدا

سعدی و روانشناسی: گلناز بخشی مدرس پردیس شهید مفتاح شهرری

سخن آغازین:

به دنبال برگزاری "همایش سعدی، آموزش و فرهنگ" به مناسبت روز بزرگداشت سعدی (اول اردیبهشت) در پردیس شهید مفتاح شهرری و انعکاس خبر آن در سایت پردیس و ذکر نکاتی مختصر از سخنرانی اینجانب تحت عنوان "سعدی و روانشناسی" عده ای از مشتاقان خواستار دریافت کامل مقاله شدند ولی از آنجا که مطالب جهت چاپ و نشر کتاب در دست بررسی و اقدام است، لذا فشرده مطالب را بنا بر تقاضای سرپرست محترم پردیس جناب آقای دکتر بیغمی و سایر عزیزان تقدیم می نمایم.

بدیهی است که قرار گرفتن در یکی از حوزه های چهار گانه معرفت (علم، فلسفه، دین و ایدئولوژی) به معنای آن نیست که هر فرد با دیدگاه خاص و در حوزه ی مجزا به جهان و پدیده های آن می نگرد بلکه هریک از حوزه های معرفت چون حلقه های زنجیر بایکدیگر پیوند داشته و با عمیق تر شدن درک، گویی هستی و چیستی در یکدیگر ادغام گشته و به درک کلی می رسیم.

شیفتگی و جستجو در الهامات مردان بزرگ برای پیشرفت و دستیابی به ارزشهای زندگی، بسیار جذاب است. سعدی از جمله کسانیست که رفتن به فراسوی علم و نشستن در جایگاه فراشناخت را به نیکی تحقق بخشیده است. روشن است که جدا نمودن سعدی از جایگاهش امکان پذیر نیست. اما شخصیت علمی و علم بر آمده از وجود ایشان چنان است که می تواند به جایگاه ناظر، خواننده و خواهان، فرود آید و او را سیراب نماید.

نظر افکندن به سعدی با دیدگاه روانشناختی در حقیقت تماشای سعدی از منظر بلندیست که او بدین اقلیم و موضوع نظر دارد. این تعبیر "تاگور" در نمایاندن حضور شاعر در کنار ما چقدر رساست! "آه ای شاعر، شب فرا می رسد و موی تو خاکستر گون می شود. آیا در تفکرات تنهایی خود پیام آن جهان را می شنوی؟ شاعر گفت: اکنون شب است و من گوش فرا داشته ام تا مگر دلهای رمیده به هم باز گردند و دو جفت دیدگان مشتاق، از موسیقی تمنا کنند تا سکوت بشکند و به جای آنان سخن گوید..... این که مویم خاکستر گون می شود چیز نیست بی اهمیت، من تا ابد جوانتر از جوانترین و پیرتر از پیرترین مردم این روستا خواهم ماند."

این دریافت روح کلی شاعر و تأیید آن توسط "تاگور شرقی" از زبان "رابرت بلای" شاعر غربی و مترجم اشعار حافظ، سعدی و مولانا به زبان انگلیسی خطابی کاملاً رودررو و شخصی می گیرد: "عطار، حافظ، مولانا و سعدی به من شادی فراوان بخشیدند و راهگشای من بودند. یکی از شعرهای اخیر من اینگونه تمام می شود: آنچه سعدی نگفت هرگز گفته نخواهد شد."

در محضر استاد سخن: سعدی هنرمندانه و همچون روانشناسی نکته سنج، اندیشه های بلند و ظرایف اخلاقی را در قالب حکایاتی دلپذیر عرضه داشته است. به گونه ای که آراء جدی و استوار به صورتی مطبوع جلوه می نماید و تأثیر شگفت انگیزی بر ذهن و جان خواننده بر جای می گذارد. سعدی با استادی به تحلیل رفتار آدمیان می پردازد. بسیاری از گفته های وی بر روانشناسی نوین منطبق است. این نکته دین بزرگی برگردن هر روانشناسی می گذارد تا از منظر این علم به گلستان و بوستان بنگرد. آنچه تقدیم می گردد برگ سبزیست تحفه ی درویش!

سعدی بر این باور است که ناصحی است که " در موعظه شافی را در سلک عبارت کشیده و داروی تلخ نصیحت را به شهد ظرافت در آمیخته تا طبع ملول مردمان از دولت قبول محروم نماند."

این شاعر بزرگ، سرشتی **نوگرا** دارد و الگوهای والدینی و فرهنگی به جای مانده در ضمیر ناهشیار او، وی را از کسب تجربه های ارزشمند باز نداشته است. منش **خود جهت ده** او منجر به واقع نگری و بیزاری از خرافه پرستی و باورهای غیر منطقی و ساخته اذهان بیمار شده است. نسبت به توانمندیهای خود، باوری متعادل دارد و هر جاکه از ناپختگی و کودکی خود سخنی به میان می آورد، خود شکوفایی و تحول را بر خود لازم می داند. نوشته های سعدی سرشار از احساس مسئولیت نسبت به انسانهاست و با رشد "من بالغ" و "فرامن" (نظام ارزشی و وجدان اخلاقی) "من کودک" خود را تحت انقیاد هشیاری در آورده است و این نشانه رشدیافتگی وی است.

صبور، آرام و منطقی و به دور از جاه طلبی، اهداف خیر خواهانه خود را دنبال می کند و همواره مصلحت عموم را بر منفعت شخصی ترجیح می دهد.

اگرچه نیمکره چپ او غالب است و خردورزی و اندیشه را بر تصمیم گیری بر اساس احساس ترجیح می دهد اما به گونه ای از واقعیتهای پیرامون تصویرپردازی می کند که خواننده را با تمامی احساسش به حضور در صحنه ی حکایت فرا می خواند.

" **چو از قومی یکی بی دانشی کرد** **نه که را منزلت ماند و نه مه را** "

" **آن را که عقل و تدبیر ورای نیست** **خوش گفت پرده دار که کس در سرای نیست** "

سعدی چون دیگر شاعران بزرگ، گویی از این جهان به جهانی دیگر سفر کرده و به مرکز هستی ناب نزدیک شده است و نوعی تولد دوباره را تجربه نموده است. و این فرایند، وجود وی را گسترش و تعالی بخشیده است.

" **از در درآمدی و من از خود به در شدم** **گفتی کزین جهان به جهانی دگر شدم** "

" **می بهشت ننوشم ز دست ساقی رضوان** **مرا به باده چه حاجت که مست روی تو باشم** "

" **هزاربا دیه سهل است با وجود تو رفتن** **وگر خلاف کنم سعدی یا به سوی تو باشم** "

اساس گلستان بر چشم انداز به زندگیست، در عین حال حضور پدیده مرگ در آن بسیار پررنگ است. گویی زندگی و مرگ فرایندیست که جهت رشد و تحول و خود شکوفایی گریزی از آن نیست و این به معنای انحلال تمامی تعارضهای روانشناختی در ارتباط با مرگ است. به عبارتی مرگ برای سعدی مثبت باز شده ایست که روایتگر هیچ معمایی نیست. او فراتر از یک روانشناس "وجودی" برای مقابله با اضطراب مرگ توصیه های دلپذیری دارد.

" عروسی بود نوبت ماتمت گرت نیک روزی بود خاتمت "

"چنان زی که ذکرت به تحسین کنند چو مردی، نه بر گور نفرین کنند "

زبان سعدی زبان تمثیل است و به گفته "یوسفی" ۴۰۰ جمله و بیت سعدی حکم مثل پیدا کرده است. حکایات گلستان و بوستان مفاهیم دشوار و انتزاعی را ساده و عینی نموده و در یاگیری مشارکت دو نیمکره را فرا خوانده است. جذابیت کلام سعدی به حکایات، قابلیت به یادسپاری و کاربرد پذیری برای سنین مختلف را داده است. حکایتها ی سعدی تجربه مشترک قومی ماست و در هر دو سطح هشیار و ناهشیار وارد عمل می شوند و با ویژگی فرا زمانی و فرا مکانی گذشته رابه حال متصل می نمایند. و هر خواننده ی بالغی با مطالعه آنها فکر و عملش را باز نگری می کند.

درمانگر و معلم میتوانند بانقل آنها مراجع و فراگیر را برای درک آنچه قصد گفتنش را دارند، آماده سازند و بهم پیوستگی تار و پودهای فکری، عاطفی، شناختی و حوادث اجتماعی تمثیلهای سعدی می تواند فرد را در حل مشکلات رفتاری و فکری اش رهبری کند. در روانکاوی تمثیل نقش درمانگری دارد زیرا به حل تعارضات درونی انسانها کمک می کند. نمونه آن قصه های هزار و یک شب شهرزاد قصه گوست که به درمان جنون شاه انجامید.

حسن تمثیل آن است که شنونده را مستقیم مورد خطاب قرار نمی دهد و فرد با کشف نقاط ضعف خود از طریق آن مقاومت کمتری برای پذیرش و تغییر نشان می دهد. ذهن و نظام اندیشه خواننده و شنونده را به چالش فرا می خواند تا محدودیت نقص موجود در نقشه ها یا برداشتهای شخصی خود را ببیند و به بینش جدیدی دست یابد. با کمک حکایات سعدی به راحتی میتوان تحریفهای شناختی همچون اغراق، فاجعه پنداری، نتیجه گیری شتاب زده و تعمیم مبالغه آمیز و.... و طرحواره های ناسازگار مانند احساس طردشدگی، نیاز به تأیید و مهرطلبی و.... و باورهای غیرمنطقی رابه چالش کشید. برای نمونه به دو حکایت زیر توجه نمایید:

"پرهیزگاری مهمان پادشاه بود. کم خورد و نمازش را طولانی کرد تا شاه به او گمان نیک برد. در خانه غذا خواست. پسرش گفت مگر در خانه ی سلطان غذا نخوردی؟ گفت در نظر ایشان چیزی نخوردم که بکار آید. گفت نماز را هم قضا کن که چیزی نکردی که بکار آید."

"عابدی که مهمان پادشاه بود گفت: دارویی بخورم تا لاغر شوم ولی سم بود و او بمرد."

مطالعه حکایت‌های سعدی در خواننده خلقی خوش ایجاد می‌کند گویی منبعی برای کسب انرژی مثبت و بر انگیزاننده برای زندگی است. پژوهش‌ها نشان داده که هنگام مطالعه ی تمثیل به دلیل تغییر امواج مغزی از بتا به آلفا هشیاری و خلاقیت بیشتری در مغز فرد ایجاد می‌شود.

در نظر سعدی حقوق فردی به ویژه حق حیات بر سایر قواعد اجتماعی برتری دارد و بخشش مهمتر از عدالتی است که مستلزم خشونت است:

"درویشی را ضرورتی پیش آمد. گلیمی از خانه ی یاری دزدید. وقتی صاحب گلیم فهمید که می خواهند دست او را قطع کنند. از اوشفاعت می‌کند و می‌گوید تمام اموال درویشان وقف محتاجان است."

سعدی عشق زمینی را رها نکرده است ولی ظاهراً پسندیده هم نیست شاید اجتناب از پیامد آن ، علت این مسأله باشد.

" دلارامی که داری ،دل در او بند دگر چشم از همه عالم فروبند "

" وفا داری مدار از بلبلان چشم که هر دم بر گلی دیگر سرایند "

" هرکجا سلطان عشق آمد،نماید قوت بازوی تقوا را محل "

" گفتم به شهر اندر نیایی؟ بگفت آنجا پریرویان نغزند. چون گل بسیار شد، پیلان بلغزند."

فضایلی چون گذشت، فروتنی،بخشش،اعتدال در رفتار، قدر دانی، گشاده رویی و خوش خلقی که سعدی در جای جای گلستان و بوستان بر آن تأکید می‌ورزد ، در کتاب روانشناسی مثبت نوشته ی خانم " آلن کار" به عنوان فضائلی یاد شده که احساس رضایتمندی و خشنودی افراد را در زندگی افزایش می‌دهد.

" مبر حاجت به نزدیک ترشروی که از خوی بدش فرسوده گردی "

" ببخش ومنت منه که نفع آن به تو بازگردد."

"درون فرو ماندگان شاد کن ز روز فرو ماندگی یاد کن "

"حریص به جهانی گرسنه است و قانع به نانی سیر."

"گفتم این شرط آدمیت نیست مرغ تسبیح گوی و من خاموش."

" رهرو آن نیست که گه تند و گهی خسته رود رهرو آن است که آهسته و پیوسته رود "

سعدی برای سخن گفتن آداب بسیار دارد:کجا ،کی ،باجه شیوه ای و با چه کسی سخن بگوییم و چه مواردی را هنگام سخن گفتن رعایت کنیم و کجا سخن نگوییم؟

" خداوند تدبیر و فرهنگ و هوش نگوید سخن تا نبیند خموش "

" نه در سخن بحث کردن رواست خطا بر بزرگان گرفتن خطاست "

" در سخن با دوستان آهسته باش تا ندارد دشمن خونخوار گوش "

"خبری که دانی دلی بیازارد، تو خاموش تا دیگری بیارد."

سعدی ضرورت بکار گرفتن مهارت‌های گفتگو، کنترل خشم، تفکر انتقادی و خلاق، تصمیم‌گیری عاقلانه، رفتار جرأت‌مندانه، همدلی و گوش کردن فعال را که مؤید هوش هیجانی بالاست در حکایت سوم از باب اول بوستان، که داستان مردیست که به دلیل شایستگی شاه وزارت را بدو می‌سپارد اما وزیر قدیمی به او حسادت می‌ورزد، به زیبایی آموزش می‌دهد.

در روانشناسی ترس به عنوان یک هیجان نامطلوب مورد توجه است اما سعدی آنجا که ما را به ترس از ستم به ضعیفان، مهارت دوراندیشی و ترس از گناه هشیار می‌سازد از آن به عنوان یک عامل مثبت بازدارنده از رفتار نامطلوب یاد می‌کند ولی ترس از خرج کردن، ترس از مرگ و اضطراب آینده را موهوم و منفی می‌داند.

"گرت وحشت آمد ز تاریک جای بهش باش و با روشنایی در آی "

"یکی زهره خرج کردن نداشت زرش بود و یارای خوردن نداشت"

"گزند کسانش نیاید پسند که ترسد که در ملکش آید گزند "

سعدی معلمان را نیز از آموزه های خود بی نصیب نمی‌گذارد. از آنان می‌خواهد که چون روانشناس ابتدا تیپ شخصیتی دانش آموزان را بشناسند تا متناسب با ویژگیهای آنان سخن بگویند. و تکرار را جایز نمی‌شمارد.

"بر مزاج مستمع گوی اگر خواهی که دارد با تو میلی "

"سخن گرچه دل‌بند و شیرین بود سزاوار تصدیق و تحسین بود "

چو یک بار گفتی مگو باز پس که حلوا چو یک بار خوردند بس "

سعدی درباره تربیت آموزه های گرانبهایی را به خواننده عرضه می‌دارد: تغییر را یک ضرورت می‌داند اما آمادگی را اساس کار قرار می‌دهد. " نرود میخ آهنین بر سنگ "

"هر که در خریدش ادب نکنند در بزرگی فلاح از او برخاست "

"از بدان جز بدی نیاموزی نکند گرگ پوستین دوزی "

"تورا پرسند عملت چیست نگویند پدرت کیست؟ "

" گفتار نرم چو آتش است بر آتش مرد گرم . "

سعدی، زیبا اندیش و قدر دان نعمات خداوند است و کسانی را که به جای تلاش و ایجاد تغییر در وضعیت موجود، گله مند و ناسپاسند، مورد نکوهش قرار می دهد.

" قدر عافیت کسی داند که به مصیبتی گرفتار آید."

" و آنکه خوابش بهتر از بیداریست آن چنان بد زندگانی مرده به "

رعایت نکات اخلاقی که در روانشناسی انسانگرا جهت تحکیم ارتباطهای مفید بین فردی و خودشکوفایی به عنوان یک ضرورت بر آن تأکید می ورزیم، نوشته های سعدی را آذین بسته است.

"یکی از بزرگان گفت پارسایی را چگویی در حق فلان عابد که دیگران در حق وی به طعنه سخنها گفته اند؟ گفت: بر ظاهرش عیب نمی بینم و در باطنش غیب نمی دانم

"تا توانی درون کسی مخراش کاندرین راه خارها باشد"

"دگر ره چون نداری طاقت نیش مکن انگشت در سوراخ کژدم"

"با بد اندیش هم نکویی کن دهن سگ به لقمه به"

"نه مرد است آن به نزدیک خردمند که با پیل دمان پیکار جوید"

"به یک ناتراشیده در مجلسی برنجد دل هوشمندان بسی"

سعدی با دیدگاهی شناختی به کسانی که تحمل شدائد دنیا را ندارند به واقعیت ناپایداری غصه های دنیا نوید می دهد.

"دوران چو باد صحرا بگذشت تلخی و خوشی وزشت و زیبا بگذشت

پنداشت ستمگر که جفا بر ما کرد درگردن او بماند و برما بگذشت "

سعدی درباب مشاوره ازدواج نیز راهنمای حاذق است .

"زن جوان را اگر تیری در پهلوی نشیند به که پیری."

"زن کز بر مرد بی رضا برخیزد بس فتنه و جنگ از آن سرا بر خیزد "

"زن جوانی که بعد از طلاق از پیری با جوان بد خلق ازدواج کرده به خلق می گوید : الحمدلله که از آن عذاب الیم برهیدم و بدین نعیم مقیم برسیدم .

"با این همه جور و تند خویی بارت بکشم که خوبرویی "

کلام آخر

به یقین سعدی روانشناسی است که با ظرافت و نگرشی عالمانه و عمیق احوالات انسانها را بررسی کرده و مسیر سعادت و آرامش را به ایشان نشان داده است. امید آنکه پند گیریم و بکار بندیم .

منابع

- ۱- آتش پور، حمید (۱۳۸۷) ، **مهارت‌های زندگی**، تهران، انتشارات ابو عطا
- ۲- آزادی، محمدکریم (۱۳۷۳)، **تعلیم و تربیت از دیدگاه سعدی**، شیراز، انتشارات راه گشا
- ۳- دستغیب، عبدالعلی (۱۳۸۰)، **سعدی غزلسرای حکایت پرداز**، سعدی شناسی ، به کوشش کوروش کمالی سروستانی، جلد ۶ ، مرکز سعدی شناسی، شیراز، انتشارات پرواز
- ۴- زرین کوب، عبدالحسین (۱۳۸۶)، **حدیث خوش سعدی**، تهران ، انتشارات سخن
- ۵- سعدی، شیخ مصلح الدین (۱۳۷۰) **بوستان**، تصحیح علی کوچکی، چاپ اول، ناشر مهتاب و بوستان
- ۶- سعدی، شیخ مصلح الدین، **گلستان**، تصحیح محمدعلی فروغی و استاد عبدالعظیم قریب
- ۷- صاحبی، علی (۱۳۸۹)، **قصه درمانی، گستره تربیتی و درمانی تمثیل**، تهران، انتشارات ارجمند
- ۸- صاحبی ، علی (۱۳۸۷)، **تمثیل درمانگری** ، کاربرد تمثیل در بازسازی شناختی، تهران ، انتشارات سمت
- ۹- کار، آلن (۱۳۸۵) ، **روانشناسی مثبت** ، علم شادمانی و نیرومندی انسان ، ترجمه دکتر حسن پاشا شریفی و دکتر جعفر نجفی با همکاری دکتر باقر ثنایی، تهران ، انتشارات سخن
- ۱۰- گلמן ، دانیل (۱۳۸۳) **هوش هیجانی** ، ترجمه نسرين پارسا، تهران، انتشارات رشد
- ۱۱- محمدی، رضا (۱۳۸۶) **آینه و نگاه**، تهران ، نشر روزگار
- ۱۲- نظری ، جلیل و دیگران (۱۳۹۱)، **نقد روانشناختی گلستان سعدی** ، پژوهش نامه ادبیات و زبان شناسی ، دانشگاه آزاد واحد فیروز آباد، سال اول، شماره ۱
- ۱۳- هاشمی، جهان (۱۳۷۸) ، **سعدی و روانشناسی نوین**، تهران ، شرکت سهامی انتشار
- ۱۴- هد فیلد، ژ.آ (۱۳۷۴)، **روانشناسی و اخلاق**، ترجمه علی پریور، تهران ، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی
- ۱۵- یوسفی، غلامحسین (۱۳۸۶)، **چشم روشن، دیداری با شاعران**، تهران، انتشارات علمی