

## The study of Saadi love, based on the theory of existential psychotherapy by Ervin Yalom

DOI: [10.22111/jllr.2022.38974.2943](https://doi.org/10.22111/jllr.2022.38974.2943)

Leila Azarnivar<sup>1</sup>  | Shokrollah pouralkhs<sup>2</sup>  | Ahmadreza kiani<sup>3</sup> 

1. PhD. Student of Persian Language and Literature Department, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

Email: leilaazarnivar@yahoo.com

2. Corresponding Author, professor of Persian language and literature Department, faculty member, University of Mohaghegh Ardabil, Iran. E-mail: azizhojaji@bonabiau.ac.ir

3. Associate professor of Educational Department, University of Mohaghegh Ardabili Ardabili, Ardabil, Iran.

Email: a.kiani@uma.ac.ir

**Article history:** Received date: 2021-6-21; revised date: 2022-1-7; Accepted date: 2022-1-8.

### Abstract

Significant expansion of communication models and networks; Also, the diversity of biological and cultural needs has caused the disappearance of the contractual boundaries of disciplines and sciences, especially the humanities. Today, due to the increase in psychological problems and rising suicide rates, human beings need methods to use it to increase the psychological capacity of people. Therefore, to help theorize in disciplines such as psychotherapy, we need to use sciences such as literature; because literature-based psychotherapy can provide good services to psychotherapy due to its educational, moral and religious teachings. Saadi, a great thinker who has become world famous for her expression, moral wisdom and philosophical wisdom, has expressed the true connection and meaning of love in her works. In the present study, with descriptive-analytical methods, based on interdisciplinary studies, love in Saadi's thoughts has been studied with the approach of Yalom Existential Psychotherapy. The main purpose of the research is to answer the question of how Saadi and Yalom help human beings, through love and communication with others, to cope with their existential loneliness in life or to free themselves from it. Findings show that despite the cultural differences and temporal-spatial dimension, both thinkers have expressed their relationship with each other through "needless love" in almost the same language and manner.

**Keywords:** Saadi, Communication, Love, Yalom, Existential Psychotherapy.

### 1. Introduction

Today, due to increasing problems, psychological crises (loneliness, fear from death and entering into romantic relationships) and rising suicide rates, human beings need a variety of methods that can be used to meet the psychological capacity of individuals. So that they can overcome their mental and psychological problems. Psychological theorists and thinkers offered different views and approaches in this regard; One of these approaches is "existential psychotherapy" which has a theoretical structure and a set of techniques arises from this structure that provides a framework for many components of treatment and instead of explaining a particular school or group, explains Gives a kind of attitude and approach to human beings. This approach is not a treatment system, but a view of treatment (May, 2014:

19) and focuses on concerns that are rooted in human existence. Because existential concerns are universal and all people struggle with, this approach can play a beneficial role in helping people and reducing pain not only for patients but for the whole of humanity (Yalom ,2011: 19-20). Yalom (1931, Washington) as a contemporary existential psychotherapist, seeks to help people deal with life issues such as loneliness, the Meaningfulness fear from death, and pain and suffer. For example, loneliness is the third existential concern in his psychotherapy versus communication; In his view, psychotherapy is a cycle that begins with loneliness and ends with a relationship. In other words, we are all looking for a source of love because of our loneliness so that we can fill the gap we feel inside. In fact, she considers love and communication as a healing medicine to eliminate the fear of loneliness and existential worries.

## **2. Research Method**

In this research, descriptive-analytical methods based on interdisciplinary studies have been used from books, articles and researches about Saadi and Yalom and other written sources in this field. The area and society studied are Saadi's generalities and the works of Ervin Yalom translated by Sepide Habib.

## **3. Discussion**

Man is always aware of alone himself and is in conflict with this feeling and tries to get rid of it; because part of "you" hates living apart and fears loneliness. So this part of "you" seeks healing. Hence, the thinkers sought to find a way to reduce and overcome the suffering of loneliness. Yalom, one of the contemporary psychotherapists, introduces communication as an antidote to loneliness, which he believes is the key to improving human interactions and communication with another; because negative situations with a lack of communication, such as chronic anger or depression, expose people to more diseases. That's why Yalom tries to teach its audience; Not only in the face of loneliness, but also in the face of the horrors of death, one can help individuals to clear their inner world of confusion and ambiguity by creating a framed, demarcated, yet intimate relationship. Relieve suffering. Saadi, considering her human condition, has experienced and understood loneliness and separation with all her being, and has reflected it in her works with expressive language. Sometimes one keeps the loneliness within oneself and copes with it, but sometimes the experience of terrifying existential loneliness and like any kind of nostalgia causes mental confusion and is no longer tolerable for the person and one is forced to. Unconsciously defend yourself against this loneliness. Saadi, when he finds himself trapped in loneliness, sinks into himself, loneliness becomes painful for him, he does not see in himself the ability to cope with loneliness, the world suddenly for him He becomes unfamiliar and alienated in this state, he finds himself alone, lost and in a vacuum, and the feeling of fear overwhelms him, so he seeks a way to get rid of loneliness. For this reason, he considers love and relationship with another as the cure for his loneliness, and with an expressive expression, he calls for another return to heal the fatigue and helplessness caused by running in the emptiness of loneliness. Saadi is a master of love secrets and a teacher of ethics. Her love is like a morality full of self-sacrifice, submission and altruism. The means that leads man to the perfection of humanity. In any case, Saadi considers love as a necessity for human beings and the sense of humanity to be the source of sacrifice and forgiveness, so like Yalom, a psychotherapist believes in love free from need and adult love. It comes from his poverty, from his growth, not from his need. Saadi does not love because he needs the existence of another, but he needs to be perfect and he needs to escape from loneliness. It expresses its love in the form of altruism, empathy, forgiveness and kindness to others.

#### 4. Conclusion

The result of the research shows that Saadi, like Yalom, is a psychotherapist who deals with psychotherapy in his works. Therefore, the audience (patients) involved in life and its problems can solve problems and confusions. Existentially refer to his works and by reflecting on his sayings and poems and applying these points in themselves to create a state that is useful for improving life and getting rid of loneliness and crises. Saadi's view of love and relationship is somewhat consistent with Yalom's existential psychotherapy. Saadi, like Yalom, claims that communication with another being or divine being is a way of meaningful life and reducing loneliness. He considers love to be forgetting oneself and being impossible and d Despite their cultural differences, both thinkers offer a temporal-spatial dimension, in almost the same language and manner, to their patients (audiences) that love creates a wave of forgiveness, kindness, and trust. Therefore, it is necessary to remain in the relationship of patience, self-sacrifice, perseverance and loyalty. In fact, with love free from the need That is, love with altruism, forgiveness, empathy and oneness with another can have a happy, dynamic and enjoyable life and live meaningfully. In their view, love is a spiritual movement towards understanding the highest hidden value of the beloved and achieving human perfection and spiritual upliftment.

#### 5. References

- 1- Amiri, Mahsa, Alizamani, Abbas, 2018, **Existential study of existential loneliness in the modern world and methods to deal with it based on the views of Ervin Yalom, Western Fundamentalism**, Year 9, No. 1, pp. 1-22.
- 2- Ansari Lari, Mohammad Ibrahim, 2004, **love Saadi**, 7th Office of **Saadi Studies**, compiled by Kouros Kamali-Sorestani, Shiraz: Persian Studies Foundation, pp. 9-14.
- 3- Anvari, Hassan, 1975, **Excerpts from Saadi's lyric poems**, Tehran: Qatre, 2000
- 4- Dashti, Ali, **Saadi Realm**, Tehran: Amirkabir.
- 5- Dehkhoda, Ali Akbar, 1998, **Dictionary**, Vol 1, 2<sup>nd</sup> Ed, Tehran: University of Tehran.
- 6- Foroughi, Mohammad Ali, 2006, **Saadi Generalities**, Tehran: Hermes.
- 7- Frankl, Victor, 2019, **Man's search for Meaning**, translated by Nehzat Salehian and Mahin Milani.44 press, Tehran:Dorsa.
- 8- Jasselsen, Rutlen, 2014, **Ervin D. Yalom**, translated by Sepide Habib, Tehran: Danje.
- 9- Katozian, Mohammad Ali, 2006, **Saadi, poet of love and life**, Tehran: Markaz.
- 10- May, Rollo, 2014, **Love and Will**, translated by Sepide Habib, Tehran: Danje.
- 11- Nazari, Najme, Kamali, Rahele, 2015 , **Love from the Perspective of Saadi and Eric Fromm**, Journal of Lyrical Literature, Sistan and Baluchestan University, Year 13, No 24, pp. 282-267.
- 12- Razmjoo, Hossein, 1985, **Mention Jamil Saadi (collection of articles and poems on the occasion of Saadi's commemoration)**, effort by the National Commission for Unesco, General Directorate of Publications and Propaganda of the Ministry of Islamic Guidance.
- 13- Saadi, Moslehuddin, 2005, **correction and explanation of Golestan Saadi**, 7<sup>th</sup>ed, Tehran: Kharazmi.
- 14- TabanFard, Abbas, Rasmi, Sakineh, 2020 , **Mystical Positive Emotional Analysis in the Spiritual Masnavi with a Positive Perspective**, Literary Text Research, Vol 24, No 85, pp. 69-112.

- 15- Yalom, Ervin David, 2009, **Love executioner and tales of psychotherapy**, translated by Mahshid Yāsai, Tehran: Azmoun.
- 16 Yalom, Ervin David, 2010(1), **Art Therapy: an Open Letter to the New Generation**, translated by Sepide Habib, Tehran: Qatre.
- 17 Yalom, Ervin David, 2010(2), **Mom and the meaning of life** (psychotherapy stories), translated by Sepide Habib, Tehran: Qatre.
- 18- Yalom, Ervin David, 2011, **Existential Psychotherapy**, translated by Sepide Habib, Tehran: Ney.
- 19- Yalom, Ervin David, 2013 , **The Spinoza Problem**, translated by Zahra hoseinian, Mohammad Reza Fayazi bordbar, with introduction by Shima Mohseniehishini. Mashhad: Song .
- 20- Yousefi, Gholam Hosein, 2004, **in the desire for good and beauty** (excerpt from Saadi Bostan), Tehran: Sokhan.
- 21- Zarrinkob, Abdolhosein, 1999, **Good speech Saadi** (about Saadi's life and thought), Tehran: Sokhan.

## بررسی عشق سعدی بر اساس نظریه روان‌درمانگری اگزیستانسیال اروین یالوم

لیلا آذر نیوار<sup>۱</sup> | شکرالله پورالخاص<sup>۲</sup> | احمد رضا کیانی<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی دکتری گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه محقق اردبیلی. اردبیل. ایران. رایانامه: [leilaazarnivar@yahoo.com](mailto:leilaazarnivar@yahoo.com)
۲. نویسنده مسئول، استاد گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه محقق اردبیلی. اردبیل. ایران. رایانامه: [pouralkhas@uma.ac.ir](mailto:pouralkhas@uma.ac.ir)
۳. دانشیار گروه علوم تربیتی دانشگاه محقق اردبیلی. اردبیل. ایران. رایانامه: [kiani@uma.ac.ir](mailto:kiani@uma.ac.ir)

### چکیده

گسترش چشم‌گیر مدل‌ها و شبکه‌های ارتباطی؛ همچنین تنوع نیازهای زیستی و فرهنگی باعث از بین رفتن مرزهای قراردادی رشته‌ها و علوم به‌ویژه علوم انسانی شده است. امروزه باتوجه به افزایش مشکلات روانی و بالارفتن آمار خودکشی، بشر نیازمند روش‌هایی است، تا با استفاده از آن بتواند گنجایش روانی افراد را بالا ببرد. بنابراین برای کمک به نظریه‌سازی در رشته‌هایی چون روان‌درمانی نیاز به بهره‌مندی از علمی نظیر ادبیات هستیم؛ زیرا روان‌درمانی مبتنی بر ادبیات به علت وجود آموزه‌های تعلیمی، اخلاقی و دینی، می‌تواند خدمات شایسته‌ای به روان‌درمانگری کند. سعدی متفکر بزرگی که به خاطر بیان، حکمت اخلاقی و مشرب فلسفی خود شهرت جهانی پیدا کرده است، در آثار خود به بیان ارتباط و معنای واقعی عشق‌ورزی پرداخته است. در پژوهش حاضر با روش‌های توصیفی-تحلیلی، مبتنی بر مطالعات میان‌رشته‌ای به بررسی عشق در افکار سعدی با رویکرد روان‌درمانگری اگزیستانسیال یالوم پرداخته شده است. هدف اصلی پژوهش پاسخ به این سؤال است که سعدی و یالوم چگونه به انسان‌ها کمک می‌کنند، تا از طریق عشق و ارتباط با دیگری، با تنهایی اگزیستانسیال خود در زندگی کنار بیایند یا خود را از آن برهانند؟ یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد، با وجود تفاوت فرهنگی و بُعد زمانی-مکانی، هر دو اندیشمند با زبان و شیوه‌ای تقریباً یکسان به بیان برقراری ارتباط با دیگری از طریق «عشق عاری از نیاز» پرداخته‌اند. **کلیدواژه‌ها:** سعدی، ارتباط، عشق، یالوم، روان‌درمانگری اگزیستانسیال.

### ۱. مقدمه

امروزه با توجه به افزایش مشکلات، بحران‌های روانی (تنهایی، ترس از مرگ و ورود به روابط عاشقانه) و بالارفتن آمار خودکشی، بشر نیازمند شیوه‌ها و روش‌هایی گوناگونی است که با استفاده از آن بتواند گنجایش روانی افراد را بالا ببرد، تا بتواند بر مشکلات روحی و روانی خود فائق آید. نظریه‌پردازان و اندیشمندان روان‌شناسی دیدگاه‌ها و رویکردهای متفاوتی در این خصوص ارائه دادند؛ یکی از این رویکردها «روان‌درمانی اگزیستانسیال» (Existential Psychotherapy) است که

ساختاری نظری دارد و مجموعه فنونی از این ساختار برمی خیزد که چارچوبی برای بسیاری از مؤلفه‌های درمان فراهم می‌آورد و به جای تبیین یک مکتب یا گروه خاص، توضیح‌دهنده یک نوع نگرش و رویکرد نسبت به انسان است. این رویکرد یک نظام درمانی نیست، بلکه نگرشی به درمان است (می، ۱۳۹۳: ۱۹) و بر دلواپسی‌هایی تمرکز می‌کند که در هستی انسان ریشه دارد. از آنجا که دغدغه‌های اگزستانسیال جهان‌شمول است و تمام افراد با آن دست‌وپنجه نرم می‌کنند این رویکرد می‌تواند در کمک به افراد و کاهش آلام نه تنها بیماران بلکه کل بشر نیز نقش مفیدی داشته باشد (یالوم، ۱۳۹۰: ۱۹-۲۰). یالوم (Ervin David Yalom، ۱۹۳۱م، واشنگتن) یکی از روان‌درمانگران اگزستانسیال معاصر، در تلاش است تا به افراد در مواجهه با مسائل زندگی از قبیل: تنهایی (Alone)، بی‌معنایی (پوچی) (Meaningfulness)، ترس از مرگ (Fear from death) و درد و رنج (pain and suffer) کمک‌کند. برای مثال تنهایی سومین دغدغه وجودی است که در روان‌درمانگری او در مقابل ارتباط مطرح می‌شود؛ یعنی روان‌درمانگری از نظر او چرخه‌ای است که از تنهایی آغاز و به رابطه ختم می‌شود. به عبارتی همه ما به دلیل تنهایی مان در جستجوی منبع عشقی هستیم تا بتوانیم آن کمبودی را که در درون خود حس می‌کنیم، پر کنیم. یالوم عشق و ارتباط را داروی شفابخشی برای از بین بردن وحشت تنهایی و دغدغه‌های وجودی می‌داند.

### ۱-۱- بیان مسأله و سؤالات تحقیق

با توجه به مهارتی که سعدی در حوزه اخلاق و توصیف احوال و حالات انسانی دارد می‌توان گفت عشق و ارتباط با دیگری از جمله مباحث مطرح در آثار او یعنی بوستان و گلستان بخصوص غزلیات است. بنابراین در پژوهش حاضر محققان براساس رویکرد روان‌درمانگر اگزستانسیال یالوم در پی پاسخگویی به سؤالاتی زیر هستند؛ سعدی و یالوم از چه شگردی برای مواجهه با تنهایی بهره‌برده‌اند؟ یا سعدی و یالوم چگونه به انسان‌ها کمک می‌کنند، تا از طریق عشق و ارتباط با دیگری، با تنهایی اگزستانسیال خود در زندگی کنار بیایند یا خود را از آن برهانند؟

### ۲-۱- اهداف و ضرورت تحقیق

شعرها و نثرهای سعدی مبلغ دوستی، عشق، وفاداری و تجربه‌های نیک زندگی آمیخته به هشیاری اجتماعی و فردی است؛ براین اساس هدف از تحقیق حاضر، اثبات رسیدن از تنهایی به عشق و دوستی در اشعار و آثار سعدی براساس نظریه روان‌درمانگری یالوم است و ضرورت آن در این است که پیوند میان ادبیات و نظریات علوم جدید را نشان می‌دهد که می‌تواند در شناخت جنبه دیگری از اندیشه سعدی در روان‌درمانگری اگزستانسیال و معنابخشی زندگی آدمی یاری‌رسان باشد.

### ۳-۱- روش تحقیق

در این پژوهش، به روش‌های توصیفی-تحلیلی مبتنی بر مطالعات میان‌رشته‌ای از کتاب‌ها، مقاله‌ها و پژوهش‌های موجود در خصوص سعدی و یالوم و دیگر منابع مکتوب موجود در این زمینه استفاده شده است. محدوده و جامعه مورد مطالعه، کلیات سعدی و آثار اروین یالوم ترجمه سپیده حبیب است.

### ۴-۱- پیشینه پژوهش

«عشق» از مقوله‌هایی است که بخاطر بسامد زیاد آن در اشعار سعدی، پژوهش‌های متعددی براساس رویکردها و نظریه‌های مختلف در قالب کتاب، پایان‌نامه، مقاله و طرح‌های پژوهشی انجام گرفته است که به جهت حجم بالای پژوهش‌ها تنها به ذکر نمونه‌هایی از آن‌ها اکتفا می‌شود. مقاله‌هایی با عنوان «عشق از دیدگاه سعدی و اریک فروم» از نجمه نظری و راهله کمالی (۱۳۹۴)، در این پژوهش ضمن مقایسه تحلیلی میان دیدگاه سعدی و اریک فروم، به بیان شباهت‌های میان آن‌ها پرداخته شده است. فروم همچون سعدی عشق‌ورزیدن را پاسخی به مسأله وجودی انسان می‌داند، مانند سعدی معتقد است عشق حقیقی و سالم، روح و روان انسان را پرورش می‌دهد. «بررسی تطبیقی عشق در غزلیات مولانا، سعدی و حافظ» (۱۳۹۵)، نوشته

راضیه بهرامی و عبدالله نصرتی. در این مقاله به شیوه تطبیقی، عشق در غزلیات سه شاعر بررسی شده، یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد، این شاعران به دشواری‌های بی‌پایان ازلی و ابدی بودن عشق، رجحان عشق بر عقل و بی‌توجهی به عیب‌جویی‌های مدعیان تأکید دارند. «واسازی عشق در غزلیات سعدی» نوشته امیرعلی نجومیان (۱۳۹۰)، مقاله دیگری در مورد عشق سعدی است. در این پژوهش به بررسی پارادوکس عشق در غزلیات سعدی پرداخته شده است. نگارندگان برای بیان سخن خود به عشق متنی و فرامتنی، عشق کمال و نقصان، عشق خود و دیگری و ... پرداخته‌اند. مقاله دیگر «معنی‌شناسی مفهوم عشق در غزلیات سعدی و حافظ در چارچوب معنی‌شناسی شناختی و نقد ادراکی» نوشته سپیده عبدالکریمی و پرستو مسگریان (۱۳۹۹)، در این پژوهش مفهوم عشق در غزل‌های سعدی و حافظ در چارچوب نقد ادراکی؛ یعنی نقدی که صرفاً ساخت‌گرایانه و شکل‌گرا و نه صرفاً مارکسیستی، بلکه تلفیقی از نقدهای نامبرده است. به همین منظور به بررسی استعاره‌ها و تشبیه‌های مرتبط با مفهوم عشق پرداخته شده است. یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد نگاه سعدی به عشق مخیل‌تر از حافظ است. البته ناگفته‌نماند کتاب‌هایی نیز در مورد عشق سعدی نوشته شده است مانند «سعدی، شاعر عشق و زندگی» از محمدعلی کاتوزیان (۱۳۸۵)، اما تاکنون پژوهشی در مورد سعدی با تکیه بر نظریه روان‌درمانگری اگزستانسیال یالوم، انجام نگرفته است.

## ۲- بحث

### ۲-۱- تنهایی اگزستانسیال

آدمی همواره به تنهایی خود واقف و با این احساس و دریافت عمیق روحی در کشمکش است و برای رهایی از آن تلاش می‌کند؛ زیرا قسمتی از وجود «تو» از زندگی در جدایی متنفر است و از تنهایی وحشت دارد؛ بنابراین این قسمت از «تو» در پی درمان است. از این رو متفکران درصددند تا راهکاری برای کاهش رنج تنهایی و غلبه بر آن پیداکنند. در لغت‌نامه «تنهایی» به معانی متعددی از قبیل؛ انزوا، جدایی، خلوت، اعتزال و ... (دهخدا، ۱۳۷۷: ۷۰۷۴/۵) آمده است. «تنهایی» در حوزه‌های مختلف خود را به گونه‌ای نشان می‌دهد و هر گروهی تعبیر خاصی برای آن ارائه داده‌اند. مثلاً از نظر وجودگراها ما «تنها به دنیا می‌آییم و تنها از دنیا می‌رویم و در طول زندگی هم مدام باید تنش میان آرزویمان برای ارتباط با دیگران و آگاهی‌مان از تنها بودن خویش را مدیریت کنیم» (جاسلسن، ۱۳۹۳: ۷۵). از دیدگاه یالوم، درمانگر بالینی با سه شکل متفاوت تنهایی روبرو است؛ تنهایی بین‌فردی، تنهایی درون‌فردی و تنهایی اگزستانسیال. اما تنهایی مطرح در روان‌درمانگری یالوم، «تنهایی اگزستانسیال» است که افراد اغلب از دیگران و از اجزای خود جدایی‌افتد؛ ولی در عمق این جداافتادگی‌ها، تنهایی اساسی‌تری جای دارد که به هستی مربوط است، تنهایی‌ای که به رغم رضایت‌بخش‌ترین روابط با دیگران و به رغم خودشناسی و انسجام درونی تمام عیار، همچنان باقی است (یالوم، ۱۳۹۰: ۴۹۰-۴۹۳)؛ یعنی «تنهایی‌ای که بالذات در ماست و با ماست و هیچ ترکمان نمی‌کند. فقط گاهی با مشغول کردن خودمان حواسمان را از این ترس عمیق از حس کردن تنهایی وجودی‌مان پرت می‌کنیم» (امیری، علی زمانی، ۱۳۹۷: ۷)

### ۲-۲- یالوم و عشق وجودی

اروین یالوم؛ روانپزشک دانشگاه استنفورد آمریکا، روان‌درمانگر وجودگرایی است که به کار نویسندگی هم می‌پردازد. از او کتاب‌های علمی، آموزشی، رمان (مجموعه جلسات روان‌درمانی) و تعداد بی‌شماری مقالات علمی و فلسفی به چاپ رسیده است. وی خالق آثاری همچون دژخیم عشق، وقتی نیچه گریست و درمان شوپنهاور و ... است (یالوم، ۱۳۹۲: ۱۲)، او با نگاهی کاملاً تخصصی در مقام نویسنده‌ای قادر چنان با ظرافت و زیبایی، روان‌شناسی و ادبیات را به هم پیوند می‌زند که فراموش می‌شود این نوشته‌ها چکیده هفته‌ها، ماه‌ها و شاید سال‌ها جلسات روان‌درمانی اوست. با توجه به اینکه وجودگرایی فن و تکنیک نیست، بلکه یک نگرش و دید برای فهم و شناخت همه جانبه انسان است؛ روان‌درمانگران وجودگرا تا حد امکان در پی به‌کاربردن راهکارهایی برای شناخت واقعی هستند. یالوم نیز در آثارش با زبان هستی‌گرایانه به دو چالش اصلی از نگاه



درمانجویانش و تاحدی شخص خود می‌پردازد. بیشتر افرادی که به او مراجعه می‌کنند، افرادی هستند که در شکل‌دهی و برقراری رابطه‌ای سازنده با دیگران دچار مشکل هستند. یالوم همواره برای عبور از عرصه آسیب‌شناختی روانکاوی، با نگاهی فلسفی، دریافتی متفاوت از انسان و نیازهای روحی و روانی آنها ارائه می‌دهد برای مثال عشق و دوستی را میوه اصلی زندگی می‌داند که باعث معنابخشی به زندگی می‌شود. در واقع یکی از ویژگی‌های مهم نوشته‌های یالوم تأکید بر ارتباط و اهمیت آن در درمان است؛ یعنی از نظر او اصلاح تعاملات انسانی و ارتباط با دیگری، کلید اختلالات خلقی و روانی به شمار می‌رود. به عبارت دیگر ویژگی‌های منفی مانند خشم مزمن یا افسردگی، همراه با کمبود ارتباط، انسان‌ها را در معرض بیماری‌های بیشتری قرار می‌دهد. یالوم تلاش می‌کند به خواننده بیاموزد که نه تنها در مقابله با تنهایی حتی در هنگام مواجهه با وحشت مرگ نیز می‌توان با ایجاد رابطه‌ای چارچوب‌دار، مرزبندی شده و یاری‌دهنده، در عین حال صمیمی به افراد کمک کرد تا دنیای درونی خود را از اغتشاش و ابهام، درد و رنج‌های بخشند (یالوم، ۱۳۸۹: ۱۴-۱۸)؛ زیرا عشق، علاوه بر سازگار کردن انسان با موقعیت‌های بیرونی و هنجارپذیر، در ابعاد اجتماعی و فرهنگی، عامل اصلی تغییر نگرش انسان نسبت به مسائل پیرامون نیز به شمار می‌رود. به طوری که انسان را قادر می‌سازد در اوج سختی‌ها و گرفتاری‌ها با تمرکز بر دوستی معشوق با برجسته کردن نکات کوچک و جزئی؛ زندگی شاد و لذت‌بخشی را تجربه کند. به گونه‌ای که هیچ حادثه و رنج دنیوی نتواند او را از این لذت‌های درونی و انتزاعی محروم کند. چنین شخصی مرگ را که بزرگ‌ترین چالش و دغدغه انسان مادی‌گرا است، شیرین می‌بیند و حتی از فکر کردن به آن لذت می‌برد (تابان‌فرد، رسمی، ۱۳۹۹: ۷۲).

### ۲-۳- سعدی و تنهایی اگزیستانسیال

هر شخصی در زندگی فردی، اجتماعی و شخصی خود با یک سری دغدغه‌های درونی و مشکلات روحی مواجه است. سعدی همچون آینه‌ای تمام احساسات، عواطف، عشق‌ها، مصیبت‌ها و دردها، دغدغه‌ها و کشمکش‌های درونی را که مایه تحریک، اضطراب، امید یا موجب تأثر و تنگدلی و خشم بشر می‌شود با زبانی رسا در آثارش منعکس کرده است:

تو چه دانی که بر تو نگذشته‌ست      شب هجران و روز تنهایی

(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۶۹۸)

مطابق نظر یالوم «تنهایی بین فردی و تنهایی اگزیستانسیال ایستگاه‌های فرعی یکدیگر هستند از این رو برای روبه‌رو شدن با تنهایی لازم است خود را از دیگری جدا کند زیرا برای تنهایی اگزیستانسیال باید تنهایی فردی را تجربه کرد» (یالوم، ۱۳۹۰: ۵۰۴). سعدی نیز برای روبه‌رو شدن با تنهایی تصمیم به خلوت‌نشینی می‌گیرد و خود را از دیگران جدای می‌کند. «...بعد از تأمل این معنی مصلحت آن دیدم که در نشیمن غزلت نشیمن و دامن از صحبت فراهم چینم ...» (گلستان، ۱۳۸۴: ۵۳). سعدی با جدایی از آمیختگی بین فردی، خود را به کام تنهایی اگزیستانسیال می‌افکند. تنهایی‌ای که همچون مگاک می‌انسان و هر موجود دیگری دهان باز کرده است (یالوم، ۱۳۹۰: ۴۹۴).

درون خلوت ما غیر در نمی‌گنجد      برو که هر که نه یار منست بار منست

(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۸۳)

سعدی با زبان خاصی به این تنهایی پرداخته و فاصله بین خود و دیگران را به زیبایی به تصویر کشیده است. فاصله‌ای که حتی در روابط بسیار عمیق عاشقانه او نیز دیده می‌شود.

چو هر ساعت از تو به جایی رود دل      به تنهایی اندر صفایی نبینی

(گلستان، ۱۳۸۴: ۹۶)

از آنجا که تعارض‌های وجودی، منحصر به افراد روان‌رنجور نیست و هر فرد فشار حاصل از موقعیت‌های زندگی بشری



را به شیوه‌ای کاملاً فردی تجربه می‌کند. سعدی هم باتوجه به موقعیت انسانی خود با تمام وجود تنهایی و فراق را تجربه و درک کرده‌است؛ و همچنین مقاومت افراد و شیوه کنار آمدنشان با مسلمات وجودی از جمله تنهایی نیز متفاوت است. گاهی فرد تنهایی را در درون خود نگه می‌دارد و با آن کنار می‌آید اما گاهی تجربه تنهایی اگزیستانسیال وحشتناک و مانند هر نوع دلتنگی باعث آشفتگی ذهنی می‌شود و دیگر برای فرد قابل تحمل نیست و آدمی مجبور می‌شود به‌طور ناخودآگاه از خود در برابر این تنهایی دفاع کند، اما رفته‌رفته این دفاع‌ها به‌صورت خودآگاه درمی‌آید و فرد به دنبال درمان و راه چاره‌ای برای تنهایی خود می‌گردد (یالوم، ۱۳۹۰: ۵۰۴).

اگر کنجی به‌دست آرم دگر بار  
منم زین نوبت و تنها نشستن  
و لیکن صبر تنهایی محال است  
که نتوان در به روی دوست بستن  
(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۵۱۲)

سعدی، وقتی خود را در کام تنهایی گرفتار می‌بیند، در خود فرومی‌رود، تنهایی برای او رنج‌آور می‌شود، در خود آن توانایی را نمی‌بیند که با تنهایی کنار بیاید. به‌عبارتی چیزی میان او و دیگری و دنیای او فاصله‌می‌اندازد، میان او و دوستانش میان او و همه ارزشهایش، همه آنچه متعلق به اوست رنگ‌می‌بازد و تباه می‌شود، کسی نمی‌ماند که به او تکیه کند، دنیا ناگهان برایش ناآشنا و بیگانه می‌شود در این حالت خود را تنها، گمشده و در خلأ می‌بیند و احساس ترس بر او غالب می‌شود. آشکارا به گوش مخاطبان می‌رساند که:

با فراق چند سازم برگ تنهاییم نیست  
دستگاه صبر و پایاب شکیبایم نیست  
ترسم از تنهایی احوالم به رسوایی کشد  
ترس تنهاییست و نه بیم رسوایم نیست  
(همان، ۱۲۱)

#### ۴-۲- رابطه عشق و تنهایی

در پاسخ سؤالی که سعدی و یالوم از چه شگردی برای مواجهه با تنهایی بهره‌برده‌اند، باید گفت، بنابه اعتقاد یالوم، تنهایی اگزیستانسیال درمانی ندارد. درمانگران باید از راه‌حل‌های کاذب بپرهیزند؛ زیرا تلاش برای گریز از تنهایی ممکن است به روابط فرد با دیگران آسیب‌بزند و دوستی‌ها و ازدواج‌ها به جدایی ختم شود (یالوم، ۱۳۸۸: ۱-۱۳). سعدی نیز به زبان ساده و شیرین خود در حکایتی از گلستان این‌گونه آورده‌است؛ «پیری حکایت کند که دختری خواسته‌بودم و حجره گل آراسته و به خلوت با او نشسته و دیده‌ودل در او بسته، شب‌های دراز نخفتمی و بذله‌ها و لطیفه‌ها گفتمی، باشد که مؤانست پذیرد و وحشت نگیرد... فی‌الجمله امکان موافقت نبود به مفارقت انجامید» (گلستان، ۱۳۸۴: ۱۵۰). به روایت سعدی، پیرمرد کهنسال در کشمکش با تنهایی و محدودیت‌های پیری خود به‌جای اینکه خواهان ارتباط واقعی با زن جوان باشد و نسبت به او دلسوزی کند، او را وسیله‌ای برای گریز از تنهایی خود دانسته‌است. به خواسته خود نمی‌رسد و منجر به طلاق می‌شود؛ یعنی ما برای گریز از غربت، جهان را به عنوان ابزار می‌بینیم و خود را مجذوب گمراهی‌هایی می‌کنیم که خود آن را ایجاد کرده‌ایم. در این مواقع است که ما با اضطراب نیستی مواجه می‌شویم و هیچ‌کس نمی‌تواند به ما کمک کند و همین لحظات، امکان تجربه تنهایی اگزیستانسیال را به ما می‌دهد پس «فرد باید بیاموزد با دیگری ارتباط برقرار کند بی‌آنکه او را تا سطح ابزاری برای دفاع در برابر تنهایی پایین آورد تا از این طریق بتواند به آرزوی فرار از تنهایی پروبال دهد» (یالوم به نقل از هایدگر، ۱۳۹۰: ۵۰۱). در واقع «تنهایی اگزیستانسیال بخشی از هستی انسان است و نمی‌توان آن را از بین برد، اما از طریق روابطی همچون عشق اصیل می‌توان آن را کاست» (یالوم، ۱۳۸۸: ۲۳)؛ به شرطی که «بتوانیم موقعیت‌های تنها و منفرد خویش را در هستی بشناسیم و سرسختانه با آن‌ها روبرو شویم، در این‌صورت قادر خواهیم بود رابطه‌ای مبتنی بر عشق و دوستی با دیگران برقرار کنیم. این ارتباط با دیگری، گاهی با موجودی همچون خود (عشق مجازی و مادی)، گاهی هم موجود الهی است» (یالوم، ۱۳۹۰: ۵۰۵).

یالوم در کتاب روان‌درمانگری اگزستانسیال مثال جالبی در این خصوص آورده‌است؛ هر یک از ما کشتی‌هایی تنها در دریایی تیره و تاریک. نور کشتی‌های دیگر را می‌بینیم، کشتی‌هایی که به آن‌ها دسترسی نداریم؛ ولی حضورشان و شرایط مشابهی که با ما دارند، آرامش زیادی به ما می‌بخشد؛ یعنی ما از تنهایی محضمان آگاهیم، ولی اگر بتوانیم سلول‌های بی‌روزنمان را بشکافیم، متوجه می‌شویم، دیگرانی هم هستند که با وحشتی مشابه دست به‌گریبانند. احساس تنهایی، راهی برای همدردی با دیگران به رویمان می‌گشاید و بدین ترتیب، دیگر چنان وحشت‌زده نخواهیم بود (همان، ۵۵۲). سعدی به‌نوعی از تنهایی وحشت دارد در عمق وجودش درد، محنت و عذاب سخت جدایی را حس می‌کند. او در تلاش است این وحشت را از طریق یک رابطه بین فردی تسکین دهد.

تا کی ای دلبر دل من بار تنهایی کشد      ترسم از تنهایی احوالم به رسوایی کشد

(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۲۰۹)

او خود را نیازمند کسی می‌داند تا هستی خود را به اثبات برساند. بنابر اعتقاد او صمیمیت و عشق باعث تحمل بحران‌های عمیق می‌شود.

زنده‌شود هر که پیش دوست بمیرد      مرده‌دلست آن‌که هیچ دوست نگیرد

(همان، ۱۹۸)

یعنی با عشق قدرتمند و عمیق حتی می‌توان بر مرگ نیز غلبه کرد. در واقع عشق برای او همچون پادزهر و نجات‌بخشی است که هیچ محدوده‌ای نمی‌شناسد و می‌تواند وحشت تنهایی او را از بین ببرد، اما شخص باید مشتاق باشد تا بتواند تمام وجودش را به آن تسلیم کند، فقط در این صورت است که مرهم عشق جریان می‌یابد.

سعدیا گر به تو درد است به درمان برسی      هر که دردی نکشد لایق مرهم نشود

(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۲۹۹)

دلم در بند تنهایی بفرسود      چو بلبل در قفس روز بهاران

(همان، ۴۵۲)

آه سعدی جگر گوشه‌نشینان خون‌کرد      خرم آن روز که از خانه به صحرا آیند

(همان، ۲۵۴)

او همچون بلبلی در قفس تنهایی فرسوده‌است و می‌خواهد به سوی یار پرواز کند. هوای عشق بر او غلبه می‌کند و فریفته جمال یار می‌شود. بنابراین برای احساس زنده‌بودن خود، از تنهایی فرار کرده فضای تنهایی را با دیگران پُر می‌کند.

گوشه‌گرفتم زخلق و فایده‌ای نیست      گوشه‌چشمت بلای گوشه‌نشین است

(همان، ۸۶)

با تو برآمختمم آرزوست      وز همه کس وحشت و بیگانگی

(همان، ۵۹۲)

سعدی خواهان شکستن حصار خود و فرارفتن از خود و آمیختگی با معشوق است. به‌نوعی آرزو می‌کند، تنهایی خود را در ارتباط با دیگری و مشغول‌بودن با او از میان بردارد. برای رهایی از تنهایی هر نوع جفا و بدعهدی یار را تحمل می‌کند.

تو ملولی و مرا طاقت تنهایی نیست      تو جفاکردی و من عهد وفا نشکستم

(همان، ۳۶۷)

مشتاق توام با همه جور و جفایی      محبوب منی با همه جرمی و خطایی

(همان، ۶۹۳)

عشق را مرهم تنهایی خود می‌داند و با بیانی رسا خواهان برگشت دیگری است تا خستگی و درماندگی ناشی از دوییدن در برهوت تنهایی را التیام بخشد.

من بی تو زندگانی خود را نمی‌پسندم کاسایشی نباشد بی‌دوستان بقا را

(سعدی، ۱۳۸۵: ۷/غ)

البته نباید فراموش کرد که گاهی «خود عشق نیز ضرورت تنهایی را فراچشم می‌آورد. گویا آدم‌هایی که در خویشتن به قدر کافی خلوتی نکرده‌اند و طعم تنهایی را به خوبی نچشیده‌اند، غنای کافی برای تجربه‌ای عاشقانه و سرشار ندارند، اما این ارتباط دوسویه است. عشق ما را قادر به کشف تنهایی مان می‌کند، کشف ابعادی از تنهایی مان که پیش‌تر پیدا نبوده‌است» (امیری، علی زمانی، ۱۳۹۷: ۱۱).

## ۲-۵- روان‌درمانگری عشق

در روان‌شناسی دسته‌بندی‌های متفاوتی از عشق ارائه شده‌است. در نظر گروهی عشق به معنی وجود احساسات و هیجان‌های قدرتمند است، عده‌ای دیگری آن را یک نوع کشش و جاذبه جنسی می‌دانند و در تعریف بعضی از روان‌شناسان نیز، عشق یک تحریک عصبی بیمارگونه است که شخص را از حالت طبیعی خارج می‌کند، اما یالوم رویکرد منحصر به فردی در روان‌درمانی دارد که رویه کاری او را از دیگران متمایز می‌کند. او عشق را «نوعی از خودبی‌خودی و سواس گونه (obsession) و ذهنیتی افسون‌شده می‌داند که تمام زندگی فرد را به تصرف خود درمی‌آورد» (یالوم، ۱۳۸۹: ۲۲۳) (۱). در حقیقت تمرکز او بر رابطه عمیق مبتنی بر «عشق بالغانه» یا «عاری از نیاز» است. عشق عاری از نیاز را بهترین راهکار برای مقابله با تنهایی اگریستانسیال می‌داند. از نظر یالوم اگر فرد بخواهد رابطه‌ای حقیقی با دیگری برقرار کند، باید به دیگری گوش فرادهد: گفتارها و رفتارهای قالبی و توقع دیگری را کنار بگذارد و اجازه دهد پاسخ دیگری به او شکل دهد. برای ارتباط با دیگری به شیوه «عاری از نیاز»، فرد یا باید خود را نادیده بگیرد یا خود را تعالی بخشد (یالوم، ۱۳۹۰: ۵۰۶-۵۱۰) و سعدی عاشق و عشق‌شناسی است که عشق‌ورزیدن هنر اوست:

ز خاک سعدی بیچاره بوی عشق آید هزار سال پس از مرگش از بیویی

(سعدی، ۱۳۸۵: ۷۰۰/غ)

عشق آمد آن‌چنان به دلم در زد آتشی کز وی هزار سوز مرا در جگر افتاد

(همان، ۱۷۳)

عشق مهم‌ترین تجربه انسانی و سرگذشتی جانکاه که با زندگی سعدی عجین شده‌است و ارزش غایی محسوب می‌شود. عشق برآمده از زندگی حتی خود زندگی اوست. «سروده‌های سعدی درباره عشق انسان به انسان در شرح لذت و درد عشق، ستایش زیبایی معشوق، وصال، فراق عشق و... به طرز شایسته در یک‌جا جمع شده‌است و این نشانه تسلط عمیق و گسترده شاعر در عاشقی است» (کاتوزیان، ۱۳۸۵: ۳۵۲). از آنجا که عشق دارای دو جنبه مجازی و روحانی است؛ عشق در کلام او امری جدی است و بازیچه هوی و هوس نیست. عشق او «از عشق به انسان تجاوز و به تمام کائنات تسری پیدا می‌کند و سرانجام به عشق الهی منتهی می‌شود. او عشق را نه یک تجلی غریزه در دوران جوانی بلکه یک مسیر کمال و تکامل در تمام مدارج زندگانی تلقی می‌کند» (زرین کوب، ۱۳۷۸: ۱۱۵).

هر که عاشق نبود مرد نشد نقره فایق نگشت تا نگداخت

(سعدی، ۱۳۸۵: ۳۴/غ)

در واقع او عاشق پاکی است که برای مطلوب از وجود خود می‌گذرد. عشق را از مخلوق شروع و به خالق می‌رساند. به بیان دیگر عشق او به جمال انسانی محدود نمی‌شود، روح، تقوا، طبیعت خدا و سراسر کاینات نیز موضوع این عشق

است (زرین کوب، ۱۳۷۸: ۹۱). بنابر اعتقاد او هر چیزی در دنیای بیرونی حاوی پیامی در مورد اذهان درونی است. نماها و نواهای طبیعت، خلقت عاشقانه را به یاد او می‌آورد.

به جهان خرم از آنم که جهان خرم از اوست      عاشقم بر همه عالم که همه عالم از اوست

(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۱۰۱)

عاشق شدن برای بسیاری از مردم به صورت یک رویداد اتفاقی جلوه می‌کند اما از نظر معنوی چنین نیست و این لحظه، لحظه ورود به سفر بی‌انتهای عشق است.

هلاک ما به بیابان عشق خواهد بود      کجاست مرد که با ما سر سفر دارد

(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۱۸۴)

سفر دراز نباشد به پای طالب دوست      که زنده ابد است آدمی که کشته اوست

(همان، ۹۸)

سعدی دست‌یافتن به چنین عشقی والا و معنوی - نه عشق صوری و از پی رنگ - را که رمز تکامل روحی آدمی است چونان عارفان صاحب‌دل روشن ضمیر، در تهذیب نفس و زدودن زنگارهای درونی و صفای قلب می‌شناسد (رزمجو، ۱۳۶۴: ۲۹). وقتی آدمی به جدایی نیندیشد و به دنبال عشق واقعی باشد، معشوق در آیینۀ وجود او منعکس می‌شود و انسان به احساس فراوان، سرافرازی، تجلیل و شادی می‌رسد. در این صورت نمود عشق چندین برابر می‌شود و به صورتی مقدس درمی‌آید که بیان‌کننده تمامیت است. در واقع سعدی دردمند هجران کشیده‌ای است که درونش پر از درد، شور و تسلیم است.

ز حد گذشت جدایی میان ما ای دوست      بیا بیا که غلام توام، بیا ای دوست

اگر جهان همه دشمن شود ز دامن تو      به تیغ مرگ، شود دست من رها ای دوست

(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۱۰۴)

وی بی‌تردید عاشقی راستین است که با تشویق آدمی به عشق‌ورزیدن، به او نوید می‌دهد که عشق قبله‌گاه عاشق است و می‌تواند وی را از صفاتی چون خودبینی و خودپرستی رهایی بخشد.

دل هوشمند باید که به دلبری سپاری      که چو قبله‌ایت باشد به از آن که خودپرستی

(همان، ۵۲۳)

#### ۱-۵-۲- عشق عاری از نیاز

حال این سؤال ذهن را درگیر می‌کند که «عشق عاری از نیاز» چه نوع عشقی است؟ عشق عاری از نیاز، «شیوه فرد برای ارتباط با دنیاست. از این منظر یعنی یگانگی با همه انسان‌ها که مشخصه اصلی آن فقدان انحصارگرایی است. در این نوع عشق، دیگری را فقط به خاطر خودش دوست داشته باشیم، بدون اینکه فایده‌ای از او ببریم بی‌آنکه انتظار تلافی داشته باشیم، بی‌نیروی محرکه دل‌باختگی، شهوت و تحسین یا بی‌آنکه به خود خدمتی کنیم» (یالوم، ۱۳۹۰: ۵۰۶).

به پای خویشتن آیند عاشقان به کمندت      که هر که را تو بگیری ز خویشتن برهانی

(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۶۵۷)

عشقبازی چیست سر در پای جانان باختن      با سر اندر کوی دلبر عشق نتوان باختن

(همان، ۵۱۲)

در حقیقت عشق عاری از نیاز، به معنای رابطه‌ای مبتنی بر از خودگذشتگی، نوع دوستی و یکی شدن با دیگری است. «در این مواقع فرد خود و آگاهی از خود را کنار می‌گذارد، ارتباط برقرار می‌کند بدون این تفکر که او درباره من چه فکر می‌کند؟ یا این که چه سودی برای من دارد؟ اگر فرد با از خودگذشتگی ارتباط برقرار کند، آزاد است که همه بخش‌های آن دیگری را

تجربه‌کند نه فقط آن بخشی را که سودی برایش دارد» (یالوم، ۱۳۹۰: ۵۰۷). «باتوجه به روحیه جمال‌پرست سعدی و دل‌عاشق او که در برابر هر زیبایی بی‌اختیار می‌لرزد، شاید در بادی امر چنین تصوّر شود که سعدی عشق را برای لذت و بهره‌وری جسمانی می‌خواهد» (نظری و کمالی، ۱۳۹۶: ۲۰۵).

من با تو نیامدم که صحرا بینم  
یا بر لب جویی بهوس بنشینم  
مقصود من آن است که تو لاله و گل  
می‌چینی و من گل ز رخت برچینم  
(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۳۹۴)

سعدی نیز حدیث کام جسمانی را انکار نمی‌کند؛ زیرا با توجه به «حکم فطرت بشری، انسان چه در جوانی، چه در پیری در معرض لغزش‌های غریزه جنسی قرار می‌گیرد و این سرگذشتی است که قابل اغماض نیست» (دشتی، ۱۳۵۴: ۲۵۱)، اما «در اکثر قریب به اتفاق غزلیات سعدی، عشق، انگیزه و جایگاهی بس بالاتر از جسم و مسائل مادی دارد. عشق سعدی، به‌خصوص در غزلیات غالباً منزّه از مسائل صرف جنسی و جسمی است و بیشتر برای سیراب‌گرداندن روح است» (نظری و کمال، ۱۳۹۶: ۲۰۵). پس عشق غیر از شهوترانیست. اطفاء شهوت غریزه‌ایست مشترک میان انسان و حیوان. در این مرحله آنچه انسان را از حیوان متمایز می‌کند، عشق است.

هرکسی را نتوان گفت که صاحب‌نظر است  
عشقبازی دگر و نفس‌پرستی دگرست  
آدمی صورت اگر دفع‌کند شهوت نفس  
آدمی خوی شود و نه همان جانورست  
(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۶۶)

## ۲-۵-۲- از خودگذشتگی و نوع دوستی در عشق وجودی

سعدی استاد رموز عاشقی و آموزگار اخلاق است. در وجدان او نیکی که هدف اخلاق است از زیبایی که غایت عاشقی است، جدا نیست. نزد وی عشق چنان از خودپرستی دور است که در آن از عاشق و خواست و کام او نشانی نیست. عشق او همچون اخلاق سرشار از خودگذشتگی، تسلیم و نوع دوستی است. وسیله‌ای که انسان را به کمال آدمیت می‌رساند و وجود او را با رشته محبت به سراسر کائنات می‌پیوندد؛ زیرا وقتی آدمی تمامی هستی خود را در جهان از دست داده‌است، هنوز می‌تواند به خوشبختی و عشق بیندیشد. از این‌رو چیزی معنوی‌تر، اخلاقی‌تر، روحانی‌تر از عشق وی نمی‌توان یافت (زرین‌کوب، ۱۳۷۸: ۹۱).

مرا با وجود تو هستی نماند  
به یاد توام خودپرستی نماند  
(بوستان، ۱۳۸۳: ۱۶۷)

سعدی در هر حال و مقامی عشق را لازمه انسان و حس بشریت می‌داند که باعث تشخیص زیبایی‌های صوری و معنوی همچنین پیدایش حالت شریف انسانیت، مبدأ و منشأ فداکاری و گذشت می‌شود. از نظر او انسان خاکی وابسته به غرایز به نحوی در چنگال آن گرفتار است و انسان آرمانی را نیز بی‌عشق انسانیتی نیست (انوری، ۱۳۷۹: ۱۱). در چنین دل‌عاشقی هم سوز و درد وجود دارد هم تسلیم و از خودگذشتگی و نوع دوستی، اما عشق به بد و بدی در او راه ندارد، عاشق زیبایی و نیکی است. جهان را زیبا می‌بیند و به هرگونه زیبایی که به صورت انسانی تجسم می‌یابد عشق می‌ورزد. احساس زیبایی او یعنی شناخت حقیقت و شناخت حقیقت همان عشق ورزیدن. او «با زیبایی و لطافت کم‌نظیر در بیان عشق و محبت در سال‌های سیاه و جان‌فرسا در قرن هفتم به تلطیف روابط انسانی کمک شایانی کرد. غزل‌ها و حکایات سعدی در آن دوران تاریک و وحشتناک مانع از آن شد که روح عشق، جلای خود را از دست بدهد» (انصاری‌لاری، ۱۳۸۳: ۱۲). سعدی که معتقد به ارتباط حقیقی است، حال با عشق مجازی و معنوی به ما نشان می‌دهد چطور ممکن است دیگری را فقط به خاطر خودش نه بخاطر سود و منفعتی دوست داشت و چه چیزی را می‌توانیم به دنیا و دیگران اهداء کنیم. وی در غزلیات عاشقانه خود به چهار مرحله

عشق پرداخته است؛ یعنی به محض آنکه احساسات انسان‌ها نسبت به دیگری فراتر رود و به وابستگی شدید تبدیل شود، ما شاهد چهار حالت عشق هستیم؛ مثل وابستگی، شیفتگی، اظهار عشق، صمیمیت. در واقع از طریق صمیمیت، یگانگی دو انسان شروع می‌شود. از نگاه سعدی، عشق صرفاً یک شور و هیجان لحظه‌ای بین دو فرد نیست، عشق نوعی بودن و بخشش است نه شیفتگی؛ یعنی انسان بتواند با افراد بسیاری ارتباط برقرار کند و خود را محدود به یک فرد نکند. به تعبیری همان عشقی که «علاوه بر بخشیدن، اجزای اساسی همچون توجه، پاسخگویی، احترام و درک را نیز داراست. دوست داشتن یعنی توجه فعال به زندگی و رشد دیگری. فرد باید پاسخگوی نیازهای دیگری (چه جسمانی، چه روانی) باشد. فرد باید به یگانگی و منحصر به فرد بودن دیگری احترام بگذارد، او را همان‌طور که هست ببیند و به او کمک کند تا رشد کند و راه خویش را پیدا کند آن هم فقط به خاطر خودش، نه با هدف خدمت به او» (یالوم، ۱۳۸۹: ۲۲۶) (۱). از این منظر «عشق عملی مثبت و سازنده است، نه هیجانی منفعل؛ بخشش است نه ستاندن، نوعی ایستادن است نه افتادن» (یالوم، ۱۳۸۸: ۱۳).

تو آنکه شوی پیش مردم عزیز	که مر خویشتن را نگیری به چیز
بزرگی که خود را نه مردم شمرد	به دنیا و عقبی بزرگی ببرد

(بوستان، ۱۳۸۳: ۲۳۹)

در واقع عشق بالغانه سعدی متأثر از غنای اوست نه از تهیدستی‌اش، از رشد ناشی می‌شود نه از نیاز. سعدی عشق نمی‌ورزد که چون نیاز به وجود دیگری دارد، بلکه نیاز به کامل بودن دارد. این عشق خود را به صورت نوع دوستی، همدلی، بخشش و نیکی به دیگران ابراز می‌کند بنابراین او نیازمند فرار از تنهایی است. در نگاه وی دایره عشق وسعت می‌یابد و به معنویات می‌رسد و ما را به عشق و بخشش می‌رساند؛ زیرا عشق بر اساس بخشش رشد می‌کند. در حقیقت یکی از مقاصد اصلی عشق در نظر سعدی رشد و تعالی است. در این رشد، احساسات کم عمق دروغین جای خود را به عواطف حقیقی و عمیق می‌دهد و بدین ترتیب همدردی، اعتماد، فداکاری، وفاداری و خدمت به واقعیت می‌پیوندد.

جوانمردی و لطف است آدمیت	همین نقش هیولانی مپندار
چو انسان را نباشد فضل و احسان	چه فرق از آدمی تا نقش دیوار
بدست آوردن دنیا هنر نیست	یکی را گر توانی دل بدست آر

(گلستان، ۱۳۸۴: ۱۵۹)

می‌توان گفت آثار سعدی سرشار از فروغ انسانیت، از خودگذشتگی، فداکاری و نوع دوستی است و به نوعی بازتاب افرادی است که در راه معشوق و هدف خود از جان خود گذشته‌اند. «افراد با از خودگذشتگی - یعنی اگر با چیزی خارج از وجود خود مثلاً عشق به یک هدف، یک فرد یا ذات خداوندی هدایت شوند - به معانی و اهمیتی ژرف‌تر و نیرومندتر خواهند رسید» (یالوم، ۱۳۸۹: ۱۶۷) (۲).

اگر مرد عشقی کم خویشتن گیر	و گرنه ره عافیت پیش گیر
مترس از محبت که خاکت کند	که باقی شوی گر هلاکت کند
تو را با حق آن آشنایی دهد	که از دست خویشتن رهایی دهد

(بوستان، ۱۳۸۳: ۱۸۷)

سعدی سعی می‌کند با نادیده گرفتن نفع شخصی خود به چیزی یا کسی بیرون یا «برتر» از خود دست یابد. بدین معنی فعلیتی که دارای معناست باعث می‌شود فرد از خود بیرون بیاید و در مسیری فراتر از خود قدم بردارد، حتی اگر آشکارا نوع دوستانه نباشد، مهم به نظر بیاید. در نگاه او عشق با از خودگذشتگی و نادیده گرفتن خود معنادار می‌شود. نه تنها عشق بلکه زمانی که رنج و سختی معنایی همچون گذشت و فداکاری داشته باشد، دیگر آزاردهنده نیست، برعکس لذت بخش نیز است.

به بیان دیگر سعدی با معنادار کردن عشق باعث تغییر نگرش و برخورد نسبت به زندگی و مشکلات آن شده‌است. در این نوع عشق او در انتظار پاداشی از طرف دیگر نیست، بلکه دستیابی به رشد و تکامل است؛ زیرا مطابق نظر یالوم «عشق بالغانه و کامل، عشق به تحوّل و رشد آن دیگری» (یالوم، ۱۳۸۹: ۲۲۶) (۱) است. نباید فراموش کرد که عشق عاری از نیاز و بالغانه بدون پاداش نیست، فرد تغییر می‌کند، غنی و توانمند می‌شود و از تنهایی اگزستانسیالش نیز کاسته می‌شود؛ همچنین با محبت کردن، مورد محبت واقع می‌شود. این پاداش‌ها حاصل محبتی بی‌ریا است (همان، ۵۱۹). به همان میزان که فرد به دیگری رومی‌کند به همان میزان خود تغییر می‌کند. به همان میزان که به دیگری زندگی می‌بخشد، خود بیشتر زنده می‌شود پس:

آن‌که بی او بسر نشاید بُرد      گر جفائی کند بیاید بُرد  
نکند دوست زینهار از دوست      دل نهادم بر آنچه خاطر اوست  
(گلستان، ۱۳۸۴: ۱۳۷)

به باور سعدی کمک به دیگران موج کوچکی می‌آفریند تا دیگران را با خود همراه کند و به زندگی فایده و معنا ببخشد و نیز موجب کاهش درد تنهایی او شود.

بنی آدم اعضای یکدیگرند      که در آفرینش ز یک گوهرند  
(گلستان، ۱۳۸۴: ۶۶)

در این نوع عشق؛ فرد در پی تحسین، پرستش، تسکین جنسی، قدرت و پول نیست و فقط با دیگری در ارتباطی بزرگوارانه است. بر دیگری می‌بخشد اما تسلیم دیگری نمی‌شود.

### ۳-۵-۲- یکی شدن با دیگری

یکی از تلاش‌های معمول و بسیار جدی یالوم برای حل مسأله تنهایی اگزستانسیالیستی ارتباط و یکی شدن با دیگری است. «یکی شدن با دیگری یعنی فرد خود را در دیگری مستحیل کند» (یالوم، ۱۳۸۸: ۱۰). در نظر یالوم از ویژگی‌های عشق مطلوب آن است که به خود تعلق‌نگیرد و انسان را از خودی به دیگری بکشد؛ یعنی «عشق با از خودگذشتن یا به تعبیر فرانکل با فراموش کردن خود و فراترفتن از خود امکان‌پذیر می‌شود» (همان). بنابراین «یک عشق کامل، خطر نابودی همه چیز را در خود دارد. این شدت آگاهی، مشابه خلسه عارف است در یکی شدن با خدای خویش» (می، ۱۳۹۳: ۱۲۹).

به سودای جانان زجان مُشتغل      به ذکرِ حبیب از جهان مُشتغل  
(بوستان، ۱۳۸۳: ۱۶۴)

پس در عشق‌ورزی باید ظرفیتی برای تسلیم و دست برداشتن از خود وجود داشته باشد که «شرط مودت نباشد به اندیشه جان دل از مهر جانان برگرفتن» (گلستان، ۱۳۸۴: ۱۳۴). در عشق بالغانه نیز «یگانگی به شرط حفظ تمامیت و فردیت است. انسان خود را به دیگری ارزانی می‌کند، او را موجودی دارای احساس و آگاهی می‌بیند که همزمان دنیایی برای خویش ساخته‌است در این پارادوکس دو موجود یکی می‌شوند و باز دو موجود می‌مانند» (یالوم، ۱۳۹۰: ۵۱۲). به عبارتی در نگاه روان‌درمانگران وجودی، عشق عبارت است از اتحاد درونی که به وحدت وجود تعبیر می‌شود.

زان بیخودم که عاشق صادق نباشدش      پروای نفس خویشتن از اشتغال دوست  
(سعدی، ۱۳۸۵: غ/ ۱۰۹)

هرکه با یار آشنا شد گو زخود بیگانه باش      تکیه بر هستی مکن در نیستی مردانه باش  
(همان، ۳۵۵)

سعدی عاشق صادقی است که عشق را فراموشی خود و مستحیل و غرق شدن در دیگری می‌داند. در نظر او عشق حرکتی روحانی به سوی درک والاترین ارزش نهفته معشوق است بنابراین مانند روان‌درمانگری به مخاطبان خود پیشنهاد می‌کند:



تو که در بندِ خویشتن باشی      عشق‌قباز [ی] دروغ‌زن باشی  
گر نشاید به دوست ره‌بردن      شرطِ یاری است در طلبِ مردن  
(گلستان، ۱۳۸۴: ۱۳۴)

او همواره می‌کوشد دل و جان خود را به معشوق ازلی ببیوندد و خود را در وجود او محو کند.  
سعدی زخود برون شو گر مرد راه عشقی      کان کس رسید در وی، کز خود قدم برون زد  
(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۱۸۶)

در این شرایط ولو برای لحظه‌ای کوتاه، می‌آموزیم که عشق از جسم معشوق بسی فراتر می‌رود و معنای ژرف خود را در هستی معنوی و درون او می‌یابد. البته اهمیتی ندارد که معشوق زنده باشد یا مرده بلکه آنچه مهم است، تصویر معشوق در ذهن آدمی است و هیچ چیزی نمی‌تواند بر نیروی عشق و تصویر او تأثیری بگذارد (فرانکل، ۱۳۹۸: ۳۵).

از هرچه می‌رود سخن دوست خوشتر است      پیغام آشنا نفس روح‌پرور است  
هرگز وجود حاضر غایب شنیده‌ای      من در میان جمع و دلم جای دیگر است  
(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۶۷)

معمولاً «تجربه چنین حالتی باشکوه است. به زعم او انسان بیش‌تر دلباخته اشتیاق خویش است تا آنچه اشتیاقش را برانگیخته است. البته در مواقع شیدایی و از خودبی‌خودی، بیش از آن که لذت بیافریند، پریشانی می‌آورد» (یالوم، ۱۳۸۹: ۲۲۳) (۱)  
چنان به موی تو آشفته‌ام به بوی تو مست      که نیستم خبر از هرچه در دو عالم هست...  
(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۴۵)

قدرت و تأثیر آمیختگی و یکی شدن با دیگری معادل جمله من و تو یکی هستیم، است. در واقع عشق، رابطه «تو» را برای به حرکت درآوردن به سوی خروج از حس محدود «من»، «مرا- به من» به درون یک هویت توسعه یافته؛ یعنی ما به کار می‌برد. به نوعی معنی عشق رهاشدن از کشمکش‌ها و دست و پا زدن‌های «من» است.

یک روز به اتفاق صحرا من و تو      از شهر برون شویم تنها من و تو  
دانی که من و تو کی به هم خوش باشیم      آن وقت که کس نباشد الا من و تو  
(همان، ۱۶۸)

یعنی چیزی بیشتر از «من» می‌کوشد با «دیگری» ارتباط برقرار کند. دیگر «من»ی در میان نیست، آنچه هست فقط واژه «ما» است. در نتیجه «من» از رابطه با «تو» تأثیری عمیق می‌پذیرد. وقتی فرد با یک «تو» ارتباط برقرار می‌کند، همه وجودش درگیر می‌شود؛ نمی‌تواند بخشی از خود را دریغ کند و برای خویش نگه‌دارد. یعنی بالکل در وجود دیگری محو می‌شود (یالوم، ۱۳۹۰: ۴۹۰).

ای مرغ سحر، عشق ز پروانه بیاموز      کان سوخته را جان شد و آواز نیامد  
(گلستان، ۱۳۸۴: ۵۰)

در حقیقت «احساس فانی بودن، عشق ما را فقط غنی‌تر نمی‌کند بلکه خمیره آن را می‌سازد. به عبارتی عشق حاصل جفت‌گیری فنا و نامیرایی است» (می، ۱۳۹۳: ۱۳۱). می‌توان گفت عشق لذت و ویرانی را با هم به ارمغان می‌آورد. سعدی در همه حال وجود معشوق را بر خود مقدم می‌شمارد و در برابر حضور معشوق، هیچ وجودی برای خود قائل نمی‌شود.

بکش چنان که توانی که سعدی آن کس نیست      که با وجود تو دعوی کند که من هستم  
(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۴۰۶)

این یکی شدن باعث احساس قدرت بیشتر و خوبی حال و خوش‌بینی می‌شود. کسی که عاشق می‌شود و وارد مرحله یکی شدن با دیگری می‌شود، دیگر به خود فکر نمی‌کند؛ زیرا که «من» تنهای او در پی اضطراب ناشی از تنهایی در «ما» حل می‌شود. علاوه بر این قدرت آمیختن «من» خود با «من» دیگری به وجود آورنده نوعی احساس امنیت نیز می‌شود. جوهر اصلی عشق، فروریختن ناگهانی بخشی از مرزهای خویش است که در آن، فرد این امکان را می‌یابد تا هویت خود را با دیگری یکی سازد. از نظر یالوم «یکی از تناقضات زندگی این است که خودآگاهی موجب اضطراب می‌شود. یکی شدن با دیگری اضطراب را ریشه‌کن می‌کند، البته با کاهش خودآگاهی» (یالوم، ۱۳۸۸: ۱۲).

چو در میدان عشق افتادی ای دل      بیايد بودندت سرگشته چون گوی

(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۶۷۴)

به‌همین دلیل «درمانگران مایل نیستند کسی را که عاشق است درمان‌کنند درمان با این وضعیت ناسازگار است؛ زیرا درمان با خودآگاهی سروکار دارد. در پی آن با اضطرابی که سرانجام به درمانگر و بیمار کمک‌می‌کند تا تضادهای درونی آشکار شود. برای درمانگران برقراری ارتباط با فرد عاشق آسان نیست» (یالوم ۱۳۸۸: ۲۰). سعدی نیز معتقد است که:

دردیست درد عشق که هیچش طیب نیست      گر دردمند عشق بنالد غریب نیست

(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۱۲۸)

با این وجود درد عشق را بر تندرستی ترجیح می‌دهد:

درد عشق از تندرستی خوشترست      گر چه بیش از صبر درمانیش نیست

(همان، ۱۳۲)

فرانکل در کتاب در جستجوی معنا می‌نویسد: پی‌بردم که چگونه بشری که همه چیزش را در این جهان از دست داده، هنوز می‌تواند به خوشبختی و عشق بیندیشد. بشر در شرایطی خلأ کامل را تجربه می‌کند. نمی‌تواند نیازهای درونی‌اش را به شکل مثبتی ابراز نماید. تنها کاری که از او برمی‌آید این است که در حالی که رنج‌هایش را به شیوه‌ای شرافتمندانه تحمل می‌کند از راه اندیشیدن به معشوق و تجسم خاطرات عاشقانه‌ای که از معشوقش دارد، خود را خشنودگرداند (فرانکل، ۱۳۹۸: ۴۲).

دیدار تو حل مشکلات است      صبر از تو خلاف ممکنات است

(سعدی، ۱۳۸۵: غ/۵۷)

### ۳- نتیجه

نتیجه پژوهش گویای این است که سعدی همچون یالوم روان‌درمانگر قصه‌گویی است که در آثار خود به روان‌درمانگری می‌پردازد. از این رو مخاطبان (بیماران) درگیر زندگی و مشکلات آن می‌توانند برای حل مشکلات و آشفتگی‌های وجودی خود به آثار او مراجعه‌کنند و با تأمل در گفته‌ها و شعرهای او و به‌کارگیری این نکته‌ها در خود حالتی را ایجادکنند که برای بهبود زندگی و رهایی از تنهایی و بحران‌ها مفید باشد. دیدگاه سعدی در مورد عشق و ارتباط تاحدودی منطبق و هم‌سو با روان‌درمانگری اگزستانسیال یالوم است. سعدی همچون یالوم مدعی است، ارتباط با موجودی دیگر یا موجودی الهی از راه‌های معنا بخشی زندگی و کاستن وحشت تنهایی است. عشق را فراموش کردن خود و مستحیل و غرق شدن در دیگری می‌داند. هر دو متفکر با وجود تفاوت فرهنگی، بُعد زمانی- مکانی، به زبان و شیوه‌ای تقریباً یکسان به بیماران (مخاطبان) خود پیشنهاد می‌دهند که عشق موجی از بخشش، مهربانی و اعتماد را ایجاد می‌کند. بنابراین لازمه ماندن در ارتباط، صبر، از خودگذشتگی، پایداری و وفاداری است. در واقع با «عشق عاری از نیاز» یعنی عشق همراه با نوع دوستی، بخشش، همدلی و یکی شدن با دیگری می‌توان زندگی شاد، پویا و لذت‌بخشی داشت و پرمعنا زیست. در نظر آن‌ها عشق حرکتی روحانی به سوی درک والاترین ارزش نهفته معشوق و دستیابی به کمال انسانی و اعتلای روحی است.

#### ۴-منابع

۱. امیری، مهسا، علیزمانی، عباس، ۱۳۹۷، بررسی تنهایی اگزستانسیال در دنیای مدرن و روش‌های مواجهه با آن با تکیه بر آرای اروین یالوم، غرب‌شناسی بنیادی، سال نهم، شماره ۱، صص ۱-۲۲.
۲. انصاری لاری، محمدابراهیم، ۱۳۸۳، عشق سعدی، دفتر هفتم سعدی‌شناسی، گردآوری کوروش کمالی‌سروستانی، شیراز: بنیاد فارسی‌شناسی، صص ۱۴-۹.
۳. انوری، حسن، ۱۳۷۹، گزیده غزلیات سعدی، تهران: قطره.
۴. تابان‌فرد، عباس، رسمی، سکینه، ۱۳۹۹، تحلیل هیجان مثبت عرفانی در مثنوی معنوی با رویکرد مثبت‌گرا، متن‌پژوهی ادبی، سال ۲۴، شماره ۸۵، صص ۱۱۲-۶۹.
۵. جاسلسن، روتلن، ۱۳۹۳، اروین د. یالوم، ترجمه سپیده حبیب، تهران: دانژه.
۶. دشتی، علی، ۱۳۵۴، قلمرو سعدی، تهران: امیرکبیر.
۷. دهخدا، علی‌اکبر، ۱۳۷۷، لغت‌نامه، جلد ۱، چاپ دوم، تهران: دانشگاه تهران.
۸. زرین‌کوب، عبدالحسین، ۱۳۷۸، حدیث خوش سعدی (درباره زندگی و اندیشه سعدی)، تهران: سخن.
۹. رزمجو، حسین، ذکر جمیل سعدی، ۱۳۶۴، (مجموعه مقالات و اشعار به مناسبت بزرگداشت سعدی)، گردآوری کمیسیون ملی یونسکو، اداره کل انتشارات و تبلیغات وزارت ارشاد اسلامی.
۱۰. سعدی، مصلح‌الدین، ۱۳۸۴، تصحیح و توضیح گلستان سعدی، چاپ هفتم، تهران: خوارزمی.
۱۱. فرانکل، ویکتور، ۱۳۹۸، انسان در جستجوی معنا، ترجمه نهضت صالحیان و مهین میلانی، چاپ پنجاه و سوم، تهران: انتشارات درسا.
۱۲. فروغی، محمدعلی، ۱۳۸۵، کلیات سعدی، تهران: هرمس.
۱۳. کاتوزیان، محمدعلی، ۱۳۸۵، سعدی شاعر عشق و زندگی، تهران: مرکز.
۱۴. می، رولو، ۱۳۹۳، عشق و اراده، ترجمه سپیده حبیب، تهران: دانژه.
۱۵. نظری، نجمه، کمالی، راهله، ۱۳۹۴، عشق از دیدگاه سعدی و اریک فروم، پژوهشنامه ادبیات‌غنایی، دانشگاه سیستان و بلوچستان، سال سیزدهم، شماره ۲۴، صص ۲۸۲-۲۶۷.
۱۶. یالوم، اروین دیوید، ۱۳۸۸، دژخیم عشق، ترجمه مهشید یاسایی، تهران: آزمون.
۱۷. یالوم، اروین دیوید، ۱۳۸۹(۱)، هنردرمان: نامه‌ای سرگشاده به نسل جدید، ترجمه سپیده حبیب، تهران: قطره.
۱۸. یالوم، اروین دیوید، ۱۳۸۹(۲)، مامان و معنای زندگی (داستان‌های روان‌درمانی)، ترجمه سپیده حبیب، تهران: قطره.
۱۹. یالوم، اروین دیوید، ۱۳۹۰، روان‌درمانی اگزستانسیال، ترجمه سپیده حبیب، تهران: نی.
۲۰. یالوم، اروین دیوید، ۱۳۹۲، مسأله اسپینوزا، ترجمه زهرا حسینیان، محمدرضا فیاضی‌بردبار، با مقدمه شیما محسنی‌شینی. مشهد: ترانه.
۲۱. یوسفی، غلامحسین، ۱۳۸۳، در آرزوی خوبی و زیبایی (گزیده بوستان سعدی)، تهران: سخن.