Journal of Interdisciplinary Studies of Persian Language and Literature

Vol. 1, No. 4, Winter 2026

Online ISSN: 3060-7515
https://jispll.urmia.ac.ir/

Phenomenology of Intention: An Examination of the Hermeneutic Phenomenology of the States and Content of Self-Awareness after "Union" (*Visāl*) in the *Ghazals* of Ḥāfeẓ

Alireza Farnam[1]

1- MD, Professor of Psychiatry, Tabriz University of Medical Sciences, Tabriz, Iran.

ARTICLE INFO

Article type:
Research Article

Received:
2025/12/24
Accepted:
2026/01/08
pp:
119- 143

Keywords:
Ḥāfeẓ;
Self-Awareness;
Phenomenology of Intention;
Cloninger.

ABSTRACT

The *Ghazals* of Ḥāfeẓ have profoundly contributed to the spiritual and psychological lives of the Iranian people. For centuries, Iranians have deeply engaged with these poems, turning to them in various life circumstances and at critical moments. Likewise, mystics and spiritual seekers have drawn upon Ḥāfeẓ's *Ghazals* as a guiding light amidst the darkness of the spiritual path. In the same vein, the passage of centuries has not diminished the influence of these *Ghazals* in the lives of Iranians, raising important questions regarding the secret behind their profound and enduring impact and appeal, not only among successive Iranian generations but also among eminent intellectual figures of different eras, such as Goethe, Nietzsche, and many others. Employing an interdisciplinary approach and a hermeneutic method, the present article aims to elucidate the function of Ḥāfeẓ's *Ghazals* from a psychiatric perspective within the framework of Cloninger's theory of self-awareness development, which regards self-awareness growth and elevation as the pinnacle of personality development and a fundamental prerequisite for attaining well-being. In this study, self-awareness is conceptualized as a multidimensional phenomenon consisting of the vertical (intensity of awareness), horizontal (breadth of the field of awareness toward the environment), and depth (the extent to which awareness penetrates the inner layers of the psyche, including thoughts, emotions, motivations, and unconscious content) dimensions. It is demonstrated that the *Ghazals* of Ḥāfeẓ possess the capacity to facilitate self-awareness growth across all three dimensions. Moreover, the five primary stages of self-awareness development —Awareness of Being, Awareness of Fee Will, Awareness of Beauty, Awareness of Truth, and Awareness of Goodness— are analyzed with reference to selected verses from Ḥāfeẓ. From a psychiatric perspective, the author believes that these *Ghazals* serve as a guidebook for self-awareness growth and elevation, provided they are interpreted through the lens of empirical psychiatry and in light of self-awareness evolution.

Citation: Farnam, A. (2026). Phenomenology of Intention: An Examination of the Hermeneutic Phenomenology of States and the Content of Self-Awareness after "Union" (Visāl) in the Ghazals of Hafez. Interdisciplinary Studies of Persian Language and Literature, 1(4), 119-143.

© The Author(s).

Publisher: Urmia Univertsity.

DOI: https://doi.org/10.30466/jispll.2026.56915.1047
DOR: https://dorl.net/dor/20.1001.1.30607515.1403.1.4.8.9

[1] **Corresponding author: Alireza Farnam, Email:** farnama@tbzmed.ac.ir**, Tell: +9809143110910**

نشریه مطالعات میان رشته‌ای زبان و ادبیات فارسی

دوره ۱، شماره ۴، زمستان ۱۴۰۴

شاپا الکترونیکی: ۷۵۱۵-۳۰۶۰

https://jispll.urmia.ac.ir/

پدیدار شناسی مقصود؛ بررسی پدیدار شناسی هرمنوتیک حالات و محتوای خودآگاهی پس از «وصال» در غزلیات حافظ

علیرضا فرنام[۱]

۱- استاد روان‌پزشکی، گروه روان‌پزشکی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، تبریز، ایران.

اطلاعات مقاله

نوع مقاله:
مقاله پژوهشی

دریافت:
۱۴۰۴/۱۰/۰۳

پذیرش:
۱۴۰۴/۱۰/۱۸

صص:
۱۴۳-۱۱۹

واژگان کلیدی:
حافظ،
خودآگاهی،
پدیدارشناسی.

چکیده

غزلیات حافظ نقش بزرگی در زندگی روحی- روانی قوم ایرانی ایفا کرده‌است. ایرانیان چندین قرن است با این غزلیات انس گرفته و در شرایط مختلف زندگی و در بزنگاه‌های خاص بدان مراجعه کرده‌اند. همچنین عارفان و سالکان راه طریقت، در مسیر اعتلای شخصی خودشان از این غزلیات به منزلهٔ چراغ راهی در تاریکی های سلوک استفاده می‌کرده‌اند و گذر سال‌ها و قرن‌ها باعث کمرنگ شدن نفوذ این غزلیات در زندگی ایرانیان نشده‌است. اما چرا غزلیات حافظ چنین تأثیر گذارند؟ و چنین نفوذی را از کجا پیدا کرده‌اند؟ و راز ماندگاری و تأثیرگذاریشان علاوه بر نسل‌های مختلف ایرانی، بر بزرگان دوره‌ها و اعصار مختلف جهان همچون گوته، نیچه و دیگران در چیست؟ مقاله حاضر با رویکردی میان‌رشته‌ای و با بهره‌گیری از روش هرمنوتیک، به تبیین کارکرد غزلیات حافظ از منظر روان‌پزشکی و در چارچوب نظریهٔ رشد خودآگاهی کلونینگر است که رشد و اعتلای خودآگاهی را عالی‌ترین سطح تحول شخصیت و شرط بنیادین دستیابی به احساس نیک‌زیستی تلقی می‌کند. در این پژوهش، خودآگاهی به‌مثابهٔ پدیده‌ای چندبعدی در سه بُعد «عمودی» (شدت و حدت آگاهی)، «افقی» (وسعت میدان آگاهی نسبت به محیط) و «عمقی» (میزان نفوذ آگاهی به لایه‌های درونی روان شامل افکار، هیجانات، انگیزه‌ها و محتوای ناخودآگاه) مفهوم‌پردازی می‌شود. نشان داده می‌شود که غزلیات حافظ ظرفیت آن را دارند که در هر سه بعد، نقش تسهیل‌گر رشد خودآگاهی را ایفا کنند. همچنین پنج مرحلهٔ اصلی رشد خودآگاهی- آگاهی بر بودن، آگاهی بر ارادهٔ آزاد، آگاهی بر زیبایی، آگاهی بر حقیقت و آگاهی بر خیر- با استناد به ابیات منتخب حافظ تحلیل می‌شود. با نگاه روانپزشکی، نگارنده به این باور رسیده که این غزلیات می‌توانند همچون دفترچهٔ راهنمایی برای رشد و اعتلای خودآگاهی عمل نمایند، به شرطی که با نگرش روانپزشکی تجربی و از منظر سیر رشد خودآگاهی این غزلیات را تفسیر نماییم.

استناد: فرنام، علیرضا. (۱۴۰۴). پدیدار شناسی مقصود؛ بررسی پدیدار شناسی هرمنوتیک حالات و محتوای خودآگاهی پس از «وصال» در غزلیات حافظ. مطالعات میان رشته‌ای زبان و ادبیات فارسی، ۱(۴)، ۱۱۹-۱۴۳.

© نویسندگان

ناشر: دانشگاه ارومیه.

DOI: https://doi.org/10.30466/jispll.2026.56915.1047

DOR: https://dorl.net/dor/20.1001.1.30607515.1403.1.4.8.9

[۱] **نویسنده مسئول:** علیرضا فرنام **پست الکترونیکی:** farnama@tbzmed.ac.ir ، **تلفن:** ۰۹۱۴۳۱۱۰۹۱۰

۱– مقدمه

غزلیات حافظ نقش بزرگی در زندگی روحی–روانی تمدن ایرانی ایفا کرده‌است. ایرانیان چندین قرن است با این غزلیات انس گرفته و در شرایط مختلف زندگی و در بزنگاه‌های خاص بدان مراجعه کرده‌اند. از اول سال و عید نوروز و شب یلدا گرفته تا شرایط خاص و دشوار زندگیشان که با تفأل زدن بدان طلب راهنمایی و پیش‌بینی مسیر زندگی را می‌کرده‌اند، همچنین عارفان و سالکان راه طریقت در راه اعتلای شخصی خودشان از این غزلیات به منزلهٔ چراغ راهی در تاریکی‌های سلوک استفاده می‌کرده‌اند و گذر سال‌ها و قرن‌ها باعث کمرنگ شدن نفوذ این غزلیات در زندگی ایرانیان نشده‌است.

پاسخ مطمئناً پر طول و تفصیل است. این غزلیات پدیده‌هایی چند بُعدی[۱] و پر راز و رمزند که عمیق‌ترین ظرفیت‌های زبان فارسی را به کار گرفته‌اند تا فضاهای انتزاعی پر لطافتی را برای خواننده ایجاد نمایند و به قول سهراب سپهری «واحه‌هایی در زمان» برای خواننده بیافرینند که دقایقی از روزمره‌گی‌ها کنده شوند و جنبهٔ استعلایی زندگی را پیش چشم آورند. این غزل‌ها را می‌توان از زوایای مختلفی نگریست و تحلیل کرد. بدیهی است که «فهم» آن چیزی است که در اندیشهٔ مفسر نقش می‌بندد. فهم هر مفسر ریشه در زمانه، جامعه، فرهنگ و تربیت او دارد؛ بنابراین فهم، امری مسبوق به پیشینهٔ تاریخی مفسر است. (ر.ک. پالمر، ۱۳۹۰)

اما با نگاه روانپزشکی، نگارنده به این باور رسیده‌است که این غزلیات می‌توانند همچون دفترچهٔ راهنمایی[۲] برای رشد و اعتلای[۳] خود آگاهی[۴] عمل نمایند به شرطی که با نگرش روانپزشکی و از منظر سیر رشد خودآگاهی این غزلیات را تفسیر نماییم. یکی از دلایل ماندگاری آنها نیز می‌تواند همین موضوع باشد، چرا که رشد و اعتلای خودآگاهی هدف ذاتی هر انسانی است (اعم از اینکه بدان آگاه باشد یا خیر).

خودآگاهی بشری محصول میلیون‌ها سال تکامل است. آغاز تاریخ بشر با شروع خودآگاهی است. گفته می‌شود، آگاهی که تقریباً با شروع حیات در کرهٔ زمین پدیدار شد، در روند بسط و گسترش خویش به نقطه‌ای رسید که بنا به گفتهٔ هگل به سمت خودش منعطف شده و شروع به آگاهی بر خود کرد. گفته می‌شود زمانی که شمپانزه به آگاهی خود آگاه شد، هوموساپینس[۵] پا به عرصهٔ وجود گذاشت. (Sadock, 2021)

قسمت اول این نوشتار از سلسله نوشتارهایی است که سعی در آشکار ساختن وجه اعتلایی[۶] حافظ با شیوهٔ هرمنوتیک اما با دید روان‌پزشکی دارد و اینکه چگونه با تکیه بر مفاهیم[۷] مُستَتَردر این غزلیات و رمزگشایی[۸] نصایح حافظ می‌توان راهی برای اعتلای خودآگاهی بشر گشود.

تکیهٔ تئوریک این نوشتارها بر دیدگاه‌های *رابرت سی کلونینگر*، شخصیت‌شناس[۹] نامی معاصر است که شخصیت را مشتمل بر سه جزء سرشت[۱۰]، منش[۱۱] و خودآگاهی می‌داند (ر.ک. کلونینگر، ۱۴۰۱). سرشت نحوهٔ بروز رفتارها را تنظیم می‌کند، وابسته به ژنتیک است و با خودمان از بدو تولد همراه داریم. سرشت تعیین می‌کند که پاسخ‌های رفتاری ما چگونه بروز پیدا می‌کنند و از نظر رفتارشناسی به سؤال «چگونه»[۱۲] جواب می‌دهد. منش جنبهٔ مفهومی شخصیت است که با تربیت و تحت تأثیر رفتارها و منش

---

[1] multidimensional
[2] guidebook
[3] transcendentation
[4] self-awareness
[5] Homosapience
[6] transcendental
[7] concept
[8] decoding
[9] personologist
[10] temperament
[11] character
[12] How

والدین هر فرد شکل می‌گیرد و نگرش ما را به هستی و زندگی شکل می‌دهد و از نظر رفتارشناسی به سؤال «چه رفتاری» و «چرا»[۱] پاسخ می‌دهد. از دید کلونینگر رشد و اعتلای خودآگاهی مهم‌ترین وجه رشد شخصیت، و مهمترین عامل در کسب «احساس خوب»[۲] است، یعنی بدون رشد خود آگاهی ما نمی‌توانیم حس خوبی داشته باشیم و برای کسب احساس آرامش و راحتی، رشد خودآگاهی شرط پایه است (Cloninger, 2011) و (Sadock, 2021).

خود آگاهی در سه بعد عمودی[۳]، افقی[۴] و عمقی[۵] رشد می‌کند. (Sadock, 2021) و (Cloningr, 2006)

- بعد عمودی به معنای شدت و قدرت خودآگاهی است، اینکه با چه شدت و حدتی آگاه هستیم و آن را درک می‌کنیم. در واقع میزان برانگیختگی و حدتی که با آن یک ابژه[۶] (چه بیرونی و چه درونی) درک می‌شود همین بعد عمودی را می‌سازد. مثلاً اینکه آیا در حین گفتگو با یک نفر حواسمان به دیگرانی که در دور و بر ما حضور دارند نیز متوجه است یا نه، مربوط به این بعد است.
- بعد افقی خودآگاهی به معنای وسعت خودآگاهی است، اینکه در هر زمان چه بازه‌ای از محیط را تحت نظر داریم و بر آن آگاهیم.
- بعد عمقی خودآگاهی به معنای میزان رسوخ در اعماق وجودمان همچون افکار، اندیشه‌ها، احساسات، خاطرات و انگیزه‌های آگاه و ناخودآگاه[۷] ما است؛ اینکه تا چه حدی آگاهی ما به اعماق تاریک وجودمان رسوخ می‌کند و سر منشأ و سر چشمه‌های خواست‌ها، انگیزه‌ها، افکار و احساساتمان را در آن تاریکی ها در می‌یابد. (ر.ک. کلونینگر، ۱۴۰۱) و (Cloningr, 2006)

رشد سه‌بعدی خودآگاهی به پنج مرحلهٔ رشدی می‌انجامد؛ یعنی خودآگاهی در طی رشد سه بعدی خودش از پنج مرحلهٔ مشخص[۸] می‌گذرد تا به اوج خودش برسد.

این پنج مرحله عبارتند از:

- خود آگاهی بر بودن[۹]: این که ما بر بودن‌مان به عنوان موجودی مستقل با امتداد در زمان آگاه باشیم وتداوم آن را درک نماییم. اشکال در کسب این مرحله مثلاً در مبتلایان به اختلال شخصیت مرزی باعث بروز رفتارهای فاجعه بار هنگام رویارویی با استرس‌ها[۱۰] می‌گردد.
- خود آگاهی بر ارادهٔ آزاد[۱۱]: این که ما بر وجود اراده‌ای در درون که به ما قدرت انتخاب و تصمیم می‌دهد، آگاه باشیم. این که در هر حالت و شرایطی فارغ از اینکه چقدر سخت و خشن باشد، ما نیز اراده‌ای داریم که می‌تواند تأثیرگذار باشد. افرادی که در کسب این مرحله نقص داشته باشند، به افرادی منفعل و ناتوان در تغییر شرایط محیطی تبدیل می‌شوند.
- خود آگاهی بر زیبایی[۱۲]: این که فرد قادر به درک زیبایی و احساس آن باشد. زیبایی نوعی احساس درونی است و پس از درک کلیت عناصر یک محرک زیبا به ما دست می‌دهد. کسانی که در کسب این مرحله نقص داشته باشند، فی‌المثل

---

[1] what and why
[2] feeling good
[3] vertical
[4] horizontal
[5] in depth
[6] object
[7] unconscious
[8] distinct
[9] Awareness of being
[10] annihilation fear
[11] Awareness of freewill
[12] Awareness of beauty

رنگین‌کمان را تنها ترکیبی از چند رنگ فیزیکی در آسمان خواهند دید و آن حس نفسگیر زیبایی در آنها بیدار نخواهد شد.

به هر نظر بت ما جلوه می کند لیکن کس این کرشمه نبیند که من همی‌نگرم

(حافظ: ۳۱۹)

- خود آگاهی بر حقیقت[1]: این که «حقیقت» به منزلهٔ امری مستقل و فارغ از خواست و ترجیح من وجود دارد؛ یعنی درک حقیقت مطلق به منزلهٔ کلیتی خارج از من و فراتر از خواسته‌ها و آرزوهای من و اینکه یک کل مطلق وجود دارد و من جزء کوچکی از آن هستم و این کل سیر و گذار خاص خودش را دارد.

جنگ هفتادودوملت همه را عذر بنه چون ندیدند حقیقت ره افسانه زدند

(همان: ۱۷۷)

- خود آگاهی بر خیر[2]: این که خیر در تمام سطوح هستی جاری بوده و نیروی مسلط در جهان است و این که بتوانیم خیر را حتی در اعوجاج یافته‌ترین حالت‌هایش در اتفاقات زندگی ببینیم و درک کنیم و اینکه سیر کل بهترین برآیند را برای ما که اجزایش هستیم زمینه‌سازی می‌کند. (ر.ک. کلونینگر، ۱۴۰۱).

درطریقت هرچه پیش سالک آید خیر اوست برصراط مستقیم ای دل کسی گمراه نیست

(حافظ: ۷۰)

بدیهی است همهٔ انسان‌ها همهٔ سطوح رشد را تجربه نمی‌کنند و بسیاری از افراد در سطوح اولیهٔ رشد خودآگاهی باقی می‌مانند، اما برای رسیدن به اعتلا و احساس خوب نسبت به زندگی فردی، ضروری است که از تمامی این سطوح برگذریم و فراتر رویم. لیکن رسیدن به درجات بالای خودآگاهی کاری ساده و آسان نیست و نیاز به تلاش، تغییر نگرش و البته راهنمایی دارد.

شواهد و تحلیل غزل‌های حافظ نشان می‌دهد که در راه رسیدن به درجات بالای خودآگاهی می‌توان از این غزلیات به عنوان راهنما و نقشهٔ راه[3] استفاده نمود، چرا که حافظ فردی است که تمامی مراحل بالا را گذرانده و «واصل» محسوب می‌شود. ابیاتی که در انتهای توضیح درجات بالای خودآگاهی آمد مثال‌های کوچکی شاهد بر این مدعا بود.

مراد از مقصود و مقصد و وصال در اشعار حافظ

برای درک دیدگاه حافظ، نخست لازم است درک کنیم که «مقصود» و «مقصد» در دیدگاه وی چه معنایی دارد، چرا که بدون تحلیل آنچه که در نظر حافظ غایت و مقصود محسوب می‌شود، نمی‌توان ساختار دیدگاه حافظ را درک نمود. اما چگونه می‌توان به این هدف رسید و از چه طریقی این هدف قابل حصول است؟

برای رسیدن به این هدف، غزل‌هایی که از آن‌ها مفهوم «رسیدن» متبادر می‌شود در نظر گرفته شد.

لازم به توضیح است که غزل‌های حافظ را از نظر زمان‌شناسی مقصود، به دو دسته می‌توان تقسیم کرد:

- آنها که اشاره به رسیدن در آینده دارند که اکثریت غزل‌ها را در برمی‌گیرد و در آنها اشارات تلویحی[4] یا تصریحی[5] قدرتمندی در مورد مسیر و نحوهٔ سلوک ونیز راهنمایی‌ها و نشانگری‌های ارزشمندی ارائه شده‌است.
- غزل‌هایی که اشاره به رسیدن در گذشته دارند و توصیف حالات و وضعیت‌هایی هستند که پس از رسیدن (وصل) با آن روبرو می‌توان شد. تعداد این غزل‌ها محدود است و در آنها جو شادمانی از «رسیدن» وصال[6] موج می‌زند.

---

[1] Awareness of truth
[2] Awareness of goodness
[3] road map
[4] implicit
[5] explicit
[6] arrival

لازم به توضیح است در این زمینه غزل‌هایی انتخاب شدند که کل غزل فضای «رسیدن» داشت و الّا تک‌بیت‌های زیادی هستند که در آنها به موضوع رسیدن اشاره می‌شود که در این نوشتار به جهت امتناع از اطالهٔ کلام در نظر گرفته نشده‌است (و امید است در نوشتارهای دیگری بدان‌ها پرداخته شود). همچنین قابل ذکر است که این غزل‌ها انتخاب نگارنده هستند و افراد صاحب‌نظر ممکن است این لیست را طولانی‌تر در نظر بگیرند، هر چند که در انتخاب این چند غزل نیز تلاش زیادی به کار رفته و سهل‌انگاری صورت نگرفته است.

لازم به توضیح است که دیوان حافظ به کار گرفته شده در این نوشتار، دیوان حافظ به سعی سایه (هوشنگ ابتهاج) منتشر شده در نشر کارنامه است.

در کل غزلهایی که برای این مقصود انتخاب شدند عبارت بوده‌اند از غزل‌هایی با مطلع زیر:

سال‌ها دل طلب جام جم از ما می کرد آنچه خود داشت ز بیگانه تمنا می‌کرد
(حافظ: ۱۳۷)

روز هجران و شب فرقت یار آخر شد زدم این فال و گذشت اختر و کار آخر شد
(همان: ۱۶۰)

دوش وقت سحر از غصه نجاتم دادند وندر آن ظلمت شب آب حیاتم دادند
(همان: ۱۷۶)

دوش دیدم که ملائک در میخانه زدند گل آدم بسرشتند و به پیمانه زدند
(همان: ۱۷۷)

سال‌ها پیروی مذهب زندان کردم تا به فتوای خرد حرص به زندان کردم
(همان: ۳۱۰)

تحلیل غزل‌ها

غزل ۱۳۷

سال‌ها دل طلب جام جم از ما می کرد آنچه خود داشت ز بیگانه تمنا می‌کرد
گوهری کز صدف کون و مکان بیرون است طلب از گمشدگان لب دریا می‌کرد
بی‌دلی در همه احوال، خدا با او بود او نمی دیدش و از دور«خدایا» می‌کرد
مشکل خویش بر پیر مغان بردم دوش کو به تأیید نظر حل معما می‌کرد
دیدمش خرم و خندان، قدح باده به دست واندر آن آینه صد گونه تماشا می‌کرد
گفت:« آن یار کزو گشت سر دار بلند جرمش این بود که اسرار هویدا می‌کرد»
آنکه چون غنچه لبش راز حقیقت بنهفت ورق خاطر ازین نکته محشّا می‌کرد
آن همه شعبده‌ها عقل که می‌کرد آنجا ساحری پیش عصا و ید بیضا می‌کرد
گفتم:«این جام جهان بین به تو کی داد حکیم؟» گفت:«آن روز که این گنبد مینا می‌کرد»
فیض روح‌القدس ار باز مدد فرماید دیگران هم بکنند آن چه مسیحا می‌کرد
گفتمش: «سلسلهٔ زلف بتان از پی چیست؟» گفت: «حافظ گله ای از دل شیدا می‌کرد»

تحلیل برخی ابیات غزل:

- سال‌ها دل طلب جام جم از ما می‌کرد آنچه خود داشت ز بیگانه تمنا می‌کرد

به دست آوردن جام جهان‌نما و جام جم: به نظر می‌رسد از دید حافظ ظرفیتی برای خودآگاهی بسیار وسیع در درون ما وجود دارد که می‌تواند به وسعت هستی گسترش یابد. از دید حافظ توانایی درک دورترین عرصه‌های هستی در خودآگاهی بشری تعبیه شده است. هرچند که درک در اینجا با شناخت متعارفی که ما نسبت به محیط بلاواسطه‌مان داریم متفاوت است (ر.ک. کلونینگر، ۱۴۰۱). در ادامه حافظ در مورد جام جم بیشتر توضیح می‌دهد.

- گوهری کز صدف کون و مکان بیرون است طلب از گمشدگان لب دریا می‌کرد

گوهری که خارج از ظرف مکان[۱] و زمان و حتی خارج از بودن[۲] و نبودن است؛ نکته اینجاست که این ظرفیت دقیقاً درون ما موجود است و برای به دست آوردن آن نیاز نیست به کسی یا چیزی متشبث شویم.

این ظرفیت از زمان شروع جهان[۳] در ما تعبیه شده است و در واقع نقشهٔ راهی که از زمان آغاز جهان[۴] وجود داشته و حرکت جهان را شکل می‌داده، به سمت و سویی می‌رفته که چنین ظرفیت وچنین جام جهان‌نمایی را در ما ایجاد نماید. از این منظر دیدگاه حافظ شباهت به نظریهٔ تکامل خلاق «هانری برگسون» یعنی « Elan vital» دارد (Bergson, 1983).

لذا به نظر می‌رسد حافظ نهایت رشد فردی را رسیدن به ظرفیتی از آگاهی می‌داند که محدودیت‌های[۵] مکانی و فضایی[۶] نمی‌تواند بر آن مهار بزند و به اصطلاح آگاهی است که «نامکان[۷]» است و فرد را قادر به تماشا و فهم بلاواسطهٔ کلیت هستی و فرآیندهای آن می‌گرداند. یک مشخصهٔ مهم این وضعیت، رهایی از تقلا برای رسیدن به هدف خاص است.

- بی‌دلی، درهمه احوال، خدا با او بود او نمی‌دیدش و از دور«خدایا» می‌کرد

انسان همواره در حالت تمنا قرار دارد. همواره در حالتی است که انگار گمشده‌ای دارد و برای رسیدن به آن گمشده مدام در حالت برانگیختگی است و انتظار می‌کشد. به عبارت دیگر خودآگاهی به تعبیر هگل ذاتاً همان تمنا و میل است. هر انسانی به نوعی مهمیزی[۸] درونی را احساس می‌کند که وی را به سمتی که برای خودش هم دقیقاً معلوم نیست کجاست، می‌راند. این حالت که تا حدودی می‌تواند شبیه «Existential anxiety» هایدگر باشد و محصول زمانمندی وجود آگاه (Dasein) است که ناقص و ناکامل بودن زمان حال را در می‌یابد. (ر.ک. لوکنر، ۱۳۹۴ و هایدگر، ۱۴۰۴) و در تمنای رسیدن به حالت ایده‌آلی است که در آن نیاز به حرکت به هیچ سمتی نباشد (انچه که فروید «Nirvana state» می‌نامید). این حالت همواره باعث ایجاد حالت انتظار[۹] و نارضایتی از وضع موجود می‌گردد و به نظر می‌رسد این احساس به نوعی حالت «جزئی» باشد که چون از «کل» جدا شده تمنای رسیدن و پیوستن مجدد[۱۰] با کل را دارد، حال آنکه این پیوستگی از دیدگاه حافظ عملاً اتفاق افتاده است و خدا (تمثیلی از کل مطلق) عملاً با هر انسانی (که جزء است) در حالت اتحاد است و ندیدن این پیوستگی بین کل و جزء باعث بی‌دلی و دلتنگی و شیدایی (بی‌دلی) می‌گردد.

---

[1] space
[2] being- existence
[3] universe
[4] bing bang
[5] restraints
[6] spatial
[7] non local
[8] spur
[9] expectation
[10] reintegration

تأکید حافظ بر این است که در همه حال در واقع مقصود ما حاصل است. فقط آگاهی بر این مطلب وجود ندارد و «رنج» از این مسئله حاصل می‌شود.

- آن همه شعبده‌ها که عقل می‌کرد آنجا ساحری پیش عصا و ید بیضا می‌کرد

در واقع تمام تلاشی که فرد از نظر ذهنی و عقلی (شناختی) برای پی بردن به این اتحاد و یگانگی می‌کند همچون شعبده‌های جعلی یک ساحر در برابر معجزات اصیل، هوسی بی‌ارزش و بی‌پایه است و رسیدن به این اتحاد یک امر وجودی و فراتر از شناخت[1] صرف است.

- گفت: «آن یار کز او گشت سر دار بلند جرمش این بود که اسرار هویدا می کرد

حافظ به نظر می‌رسد در این بیت شرط می‌گذارد و آن اینکه رسیدن به این مرحله نیازمند راز نگه‌داری و خودداری از وسوسه‌های پرگویی و راز آشکارسازی است.

- مشکل خویش بر پیر مغان بر دم دوش کو به تأیید نظر حل معما می‌کرد

پیر مغان سالک پر تجربه‌ای است که در این راه به نهایت رسیده و خودآگاهی او به حد کمال است. او که با نگاه انداختن به مسئله، از آنجا که مسائل را از زاویهٔ درستی می‌بیند و در درک آنها مشکلی ندارد لذا به راحتی قادر به حل مسائل است. تأیید نظر در اینجا نیروی نظر و بینش است. در قسمتی از داستان «سیذارتا» اثر «هرمان هسه» سیذارتا تأکید می‌کند که چیزی نمی‌داند و دانشی با خود یدک نمی‌کشد، اما هنگامی که با مسئله‌ای روبرو شود چون سنگی که درون آبی پرتاب شود از کوتاه‌ترین راه به عمق آب خواهد رسید و به راحتی به اعماق هر مسئله‌ای رسوخ خواهد کرد. (ر.ک. هسه، ۱۳۶۷) و این سبک پیر مغان است. در نگرش وی زیاد دانستن مطرح نیست بلکه هر چه هست سادگی است و این که به دلیل سبک باری ذهنی به راحتی و بی‌تقلا[2] می‌تواند به عمق مسائل رسوخ کند و راه حل صحیح را پیدا نماید.

- دیدمش خرم و خندان، قدح باده به دست وندر آن آینه صد گونه تماشا می‌کرد

در اشعار حافظ از تمثیل آینه زیاد استفاده می‌شود و بیشتر آن را به دل نسبت می‌دهد. آینه تمثیلی از دلی است که چنان صیقل یافته و در اثر تحمل اصطکاک‌ها و سختی‌های مربوط به آشوب‌های هیجانی ناشی از رنج‌ها و مرارت‌های سلوک صیقل یافته که دیگر گرد و غبار احساسات و هیجانات منفی مانند خشم و کینه و حسد بر آن نمی‌نشیند و می‌تواند همچون آینه‌ای آنچه را در هستی می‌گذرد دقیقاً به همانگونه که هست به ما نشان دهد.

یک هایکوی قدیمی ژاپنی که مربوط به عارف ذنیست «باشو» است می گوید که اگر برکه آرام باشد تصویر ماه را درست نشان می‌دهد. برکهٔ متلاطم تصویر مخدوشی از ماه ارائه می‌کند. (ر.ک. پاشایی، ۱۳۹۰)

ما دنیا را در برکهٔ دلمان تماشا می‌کنیم. دل آرام و بی‌تلاطم تصویر درست و دقیقی از دنیا به ما ارائه می‌کند، لیکن دل متلاطم تصاویر حقیقت را مخدوش منعکس می‌کند و لذا درک درستی به خودآگاهی فرد منتقل نخواهد کرد. از دید عصب‌شناسی برای اینکه فرآیندهای کورتیکال مغزی تصور و بازتاب درستی از دنیای اطرافمان که اطلاعاتش از طریق احساسات پنجگانه منتقل می‌شود ارائه نماید، نیاز به کارکرد متعادل سیستم لیمبیک[3] (مرکز هیجانات) و به ویژه هستهٔ امیگدال[4] (مرکز عواطف منفی همچون ترس و خشم) دارد.

---

[1] cognition
[2] effortless
[3] Limbic system
[4] Amygdal

یکی از چیزهایی که موجب ناآرامی دل می‌شود وسوسه‌های ذهنی است؛ افکار مزاحم، بیهوده و بی‌ربطی[۱] که در ذهن می‌چرخند و ناآرامی دل را باعث می‌شوند و تلاطم‌های بیهوده در دل ایجاد می‌کنند. باده یکی از پیشنهادات حافظ برای آرام کردن این وسوسه‌های ذهنی است. باده تنها «مِی» نیست و هر امکانی که بتواند ذهن را آرام و بی‌وسوسه کند، می‌تواند چون باده‌ای عمل کند که مانعی از تلاطم‌های بیهودهٔ دل شود و درک و تصویر درستی از هستی به مراکز بالاتر پردازش روان بشری ارائه نماید.

- گفتم: «این جام جهان بین به تو کی داد حکیم؟» گفت:«آن روز که این گنبد مینا می‌کرد»

اشاره به ایجاد ظرفیت داشتن جام جهان‌بین در انسان از همان آغاز خلقت؛ اشاره به این نکته که گویا زمانی که خلقت دست اندر کار شروع و پایه‌گذاری جهان بوده، بروز این ظرفیت پایه‌گذاری شده‌است؛ اشاره‌ای به این نکته که خلقت نقشهٔ راهی در درونش دارد و رسیدن هر انسانی به این سطح خودآگاهی از زمان آغاز جهان پایه‌ریزی شده بوده‌است. عملاً نیز زمانی که سیر تکامل را می‌نگریم چنین می‌نماید که طرح کلی برای رسیدن به حداکثر پیچیدگی و افزایش ظرفیت اطلاعاتی را در موجودات شاهدیم. از اتم‌های منفرد و هیدروژن در آغاز «bing bang» هر چه جلوتر آمده‌ایم محتوای اطلاعاتی[۲] مولکول‌ها و پدیدارها و پیچیدگی آنها بیشتر و بیشتر شده‌است. خودآگاهی انسانی اوج پیچیدگی و سیالیت خلقت است. در برابر تکامل داروینی، «هانری برگسون»، فیلسوف فرانسوی، مفهوم «Elan VitaL» را ارائه کرده‌است که بیانگر وجود نوعی طرح و هدف در روند حرکت جهانی[۳] است و حرکت در سطح کلی بدون هدف و تصادفی نیست. لذا در این بیت، حافظ وجود طرح کلی را تأیید می‌نماید و هستی را هدفمند می‌داند.

- فیض روح‌القدس ار باز مدد فرماید دیگران هم بکنند آن چه مسیحا می‌کرد

در این بیت حافظ راه اعتلا را برای همه باز می‌گذارد و اعتلای روحی را مختص افراد خاصی همچون اولیا نمی‌داند. عنایتی از طرف «کل» می‌تواند هر کسی را به بالاترین درجه برساند و اساساً مسیر اعتلای آگاهی مسیری مستقیم است. در این مسیر بیشتر باید خود را آمادهٔ دریافت فیض کرد، نه اینکه مستقیماً تقلا برای اعتلای آگاهی فردی نمود. چنین می‌نماید که حافظ در این بیت به طبیعت ناسببی[۴] و نامکانی[۵] سلوک اشاره می کند (Bohem, 1980)، اینکه در این مسیر از منابع[۶] دیگری غیر از وجود خودمان، باید عنایتی و هدایتی[۷] شود، تا ما بتوانیم به اوج دست یابیم.

- گفتمش «سلسلهٔ زلف بتان از پی چیست؟» گفت: «حافظ گله‌ای از دل شیدا می‌کرد!»

حافظ چنین می‌گوید که هر گاه از بی‌قراری‌های دل آشفته شاکی باشیم چاره و علاج، بستن دل با زلف معشوق است. عشق خوب‌رویان توانایی جمع و جور کردن و منسجم کردن دل بی‌قرار را دارد. هر چند مهر خوب‌رویان و عشق زمینی خود عامل متلاطم‌کنندهٔ بزرگی است لیکن با قدرت برانگیختگی[۸] که دارد توانایی به نظم درآوردن و یکپارچه کردن دل بشر را دارد.

هر چند عشق باعث برانگیختگی و ناآرامی دل می‌شود اما به دلیل قدرت بزرگ و شدیدش باعث حذف تلاطم‌های کوچک‌تر می‌شود و همان گونه که گره سینوسی در قلب با فرستادن امواج[۹] قدرتمند، ظرفیت انقباضی سایر تارهای عضلانی را مقهور می‌سازد و همهٔ امواج را یک‌کاسه و متحد می‌کند (pace maker) و گام‌های عناصر سازندهٔ قلب (تارهای عضلانی) را هم‌سو و هم‌جهت می‌نماید و قلب را چون دستگاه واحد و منظمی در راه هدف به کار می‌اندازد، عشق نیز مانع از لرزیدن و تلاطم دل ما در برابر استرس‌های متنوع زندگی می‌گردد و دل بشر را یک پارچه می‌کند؛ لذا برای جمع و جور کردن دل شیدای فرد که که هر لحظه به

---

[1] out of context
[2] Information content
[3] universal
[4] non causality
[5] non locality
[6] source
[7] gift
[8] arousal
[9] pulse

سمت و سویی رو می‌کند زلف بتان ضروری است تا با بستن دل مانع از تلاطم‌های بی‌جا شود. «زیبایی» تجلی جذابیت‌های «کل» است برای آنکه خودآگاهی بشر در خود محصور نماند و آگاهی «جزء» به سمت کل دوباره معطوف شود.

غزل ۱۶۰

روز هجران و شب فرقت یار آخر شد — زدم این فال وگذشت اختر و کار آخر شد
آن همه ناز و تنعم که خزان می‌فرمود — عاقبت درقدم باد بهار آخر شد
شکر ایزد که به اقبال کله گوشهٔ گل — نخوت باد دی وشوکت خار آخر شد
صبح امّید که شد معتکف پردهٔ غیب — گو برون آی که کار شب تار آخر شد
بعد ازین نور به آفاق دهم از دل خویش — که به خورشید رسیدیم و غبار آخر شد
آن پریشانی شب‌های دراز وغم دل — همه درسایهٔ گیسوی نگار آخر شد
باورم نیست ز بدعهدی ایام هنوز — قصهٔ غصه که دردولت یار آخر شد
ساقیا لطف نمودی، قدحت پرمی باد — که به تدبیر تو تشویش خمار آخر شد
در شمار ار چه نیاورد کسی حافظ را — شکر کان محنت بی‌حد و شمار آخر شد

تحلیل برخی ابیات غزل:

- روز هجران و شب فرقت یار آخر شد زدم این فال و گذشت اختر و کار آخر شد

در این غزل حافظ به پایان تاریکی‌ها و تغییر شرایط اشاره می‌کند. اشارهٔ او در اینجا به یک بعد خاص از وصل است؛ وصل کامل و ممتد حافظ با یار. هر چند او به یار اشاره می‌کند لیکن یار می‌تواند مفهومی درونی نیز داشته باشد. در این زمینه می‌توان به مفهوم «آنیما و آنیموس» که از مفاهیم ارائه شده توسط «کارل گوستاو یونگ» هستند اشاره نمود. از دید یونگ در عمق روان هر مردی عنصر ناخودآگاه زنانه‌ای وجود دارد که یونگ آن را آنیما می‌نامید، و در عمق روان هر زنی عنصر ناخودآگاه مردانه‌ای وجود دارد که یونگ آن را آنیموس می‌نامید. یونگ اعتقاد داشت که در نیمهٔ اول زندگی (تا ۴۰ سالگی) آنیما و آنیموس نقش چندانی در زندگی فرد بازی نمی‌کنند و رفتارهای فرد تحت تأثیر جنسیت ظاهری است و در آن راستا توسعه می‌یابد. مثلاً مرد قاطع‌تر و عمل‌گراتر می‌شود و زن منعطف‌تر وپذیرنده‌تر. طبق نظر یونگ اگر فردی در راستای جنسیتش به رشد کافی برسد در آن صورت عناصر رفتاری و نگرشی جنس مخالف که در آنیما و آنیموس مستتر است مجال بروز می‌یابد. برای مثال مرد عمل‌گرای موفق کم کم منعطف‌تر، پذیرنده‌تر و مهربان‌تر می‌شود و زن منعطف و مهربان، قاطع‌تر و عمل‌گراتر. هستهٔ مشتمل بر عناصر نگرشی جنس مخالف در آنیما و آنیموس اولاً به افراد کمک می‌کند که نظرات جنس دیگر را بهتر دریابند و از طرف دیگر به فرد در یافتن جفت و همسر آینده کمک می‌کند. نظر یونگ چنین بود که در واقع عشق تجلی بیرونی احساس عمیقی است که ما نسبت به آنیما و آنیموس خودمان داریم و تمایل به در هم پیوستن «ego» و آنیما و یا آنیموس را نشان می‌دهد. از دید یونگ روان زمانی کامل می‌شود که ego وارد اتحاد با آنیما یا آنیموس شود. از دید یونگ «ازدواج مقدس» که در متون رمزی عرفانی مسیحی بدان اشاراتی شده‌است در واقع همان اتحاد ego خودآگاه با آنیما و آنیموس است که در صورت رشد کافی ego می‌تواند حاصل شود. یونگ باور به رشد ego داشت و اظهار نظر معروف او چنین است: «ناخودآگاه مردی ضعیف هرگز به او کمک نخواهد کرد». ego بعد از رشد و به اوج رسیدن است که رو به درون می‌گرداند و با پذیرفتن عناصر متناقض و متضاد جنس مخالف رو به کمال می‌گذارد. می‌دانیم که «کمال» در صورت به هم پیوستن عناصر متناقض پدیدار می‌شود. اما در این جا یک مرحلهٔ واسطه وجود دارد و آن عاشق شدن فرد است به فردی از جنس مخالف که خصوصیات و خصلت‌های آنیما و آنیموس را باز می‌تاباند. در واقع از دید یونگ ما عاشق کسی می‌شویم که یادآور خصوصیات آنیما و آنیموس ما است، به ویژه عشق‌هایی که در یک نگاه اتفاق می‌افتند و هیچ توجیه دیگری برای اتفاق افتادنشان نداریم. در واقع عشق و عاشق شدن به نوعی آگاه شدن و بسط آگاهی ما است به تصویری که ما از

معشوق در عمق ناخودآگاهمان داریم و بدان آگاه نیستیم. یونگ تجلی آنیما و آنیموس را در رؤیاها به صورت فردی توصیف می‌کرد که از جنس مخالف است و لباس سیاه پوشیده است (که اشاره به حضور آن در اعماق ناخوداگاهی است). (رک. یونگ، ۱۳۵۹ و یونگ، ۱۳۷۲ و همو، ۱۳۷۱ و فوردهام، ۱۳۴۶) به هر حال می‌دانیم که عشق و یار نیز در اشعار حافظ معنایی منحصراً جنسی[۱] ندارند و عملاً در خدمت رشد معنوی[۲] فرد قرار دارند؛ لذا لفظ یار نیز در اشعار حافظ به نوعی به کار گرفته می‌شود که جنبه‌ای ابهامی دارد و نمی‌توان دقیقاً گفت که یار بیرونی (فرد) است یا یار درونی (آنیما،آنیموس) و این ابهام[۳] دقیقاً امری سنجیده و هوشمندانه است، چرا که خود مطلب اساساً مطلبی کاملاً روشن و دقیق نیست، ابهامی که در افکار حافظ و به طور کلی در شعر ایرانی- عرفانی دیده می‌شود نمی‌تواند مقوله‌ای تصادفی یا از روی ناچاری باشد؛ چرا که حافظ نشان داده که در تصریح و شفاف‌سازی ایده‌هایش حتی در قالب غزل هیچ مشکلی ندارد و به راحتی می‌تواند کاملاً شفاف صحبت کند، لیکن این که چنین نمی‌کند به خاطر ضرورت ابهام است. اساساً حقیقت[۴] در همهٔ اشکالش همواره شفاف و واضح[۵] نیست و می‌تواند جمع تناقض‌ها را در بر داشته باشد.

به هر حال یار در اشعار حافظ هم جنبهٔ بیرونی[۶] و هم درونی[۷] دارد. بعید است وصال یار بیرونی هر قدر هم که جذاب و وسوسه انگیز باشد بتواند چنین نقطهٔ عطفی را در زندگی بشر بازی کند که احساس تغییر کلی در وضعیت[۸] انسانی ایجاد نماید و بیشتر به نظر می‌رسد وصالی درونی اتفاق افتاده باشد که ego خودآگاه حافظ با آنیما دیدار کرده و با وی در پیوسته و لذا تراز[۹] روان را به مراتب بالاتر ارتقا داده باشد که حافظ از آن با تعبیر پایان کار (کار آخر شد) یاد می‌کند.

- آن همه ناز و تنعم که خزان می‌فرمود عاقبت در قدم باد بهار آخر شد

امید و امیدواری در این بیت جایگاه بزرگی دارد. هر چند که نخوت عناصر، وابسته به دوران‌های ادبار بزرگ و غیر قابل تحمل است لیکن باد بهار در نهایت وزیدنی است و با همهٔ لطافتش نخوت گران و سنگین خزان را متلاشی خواهد ساخت. نابودگرسختی‌ها و دشواری‌ها لازم نیست که زمخت و سنگین باشد. پدیدهٔ لطیفی چون باد بهار می‌تواند متلاشی‌کننده نخوت و غرور خزان باشد.

- شکر ایزد که به اقبال کله گوشهٔ گل نخوت باد دی وشوکت خار آخر شد

هر چند پدیده‌های مرده‌دوست و سوزانندهٔ هستی مدتی ممکن است صاحب شوکت و قدرت و نخوتی باشند لیکن غلبه در نهایت با پدیدارهای زنده و پویا است و زیبایی و سرزندگی در نهایت غلبه خواهد کرد و البته این چرخه بارها تکرار خواهد شد چرا که ذات هستی و حیات چنین است.

- صبح امید که شد معتکف پردهٔ غیب گو برون آی که کار شب تار آخر شد

امید از دست نباید داد[۱۰]؛ چرا که سیر هستی به سوی روشنایی و آگاهی است و هر چند در مقاطعی حقیقت ممکن است در تاریکی گم شود و آگاهی بدان سخت شود، لیکن در سیر هستی در نهایت بیرون آمده و زیر نور آگاهی قرار خواهد گرفت.

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

---

[1] sexual
[2] spiritual
[3] ambiguity
[4] truth
[5] clear
[6] External
[7] Internal
[8] status
[9] plane
[10] Hopefulness

باز ابهام در کار است. سایهٔ گیسوی نگار باعث رفع پریشانی شب‌ها می‌شود. پریشانی نوعی حالت روحی[۱] است که در آن ناراحتی[۲] به همراه پراکندگی و تفرق[۳] عناصر درون روانی احساس می‌شود. وقتی کارکردهای ego (همچون واقعیت سنجی حافظه، اراده، حرکت، زبان و ...) حالت هم‌آهنگی و هم‌راهی[۴] را از دست بدهند و هر کارکردی برای خودش و مستقلاً و بدون هماهنگی با سایر عناصر عمل کند، در نتیجه آشفتگی دردناکی بر روان حاکم می‌شود و انسجام درونی به هم می‌خورد و چاره گیسوی نگار است که دستگیر می‌شود و انسجامی به روان می‌دهد (عشق) و عاطفهٔ دوست داشتن[۵] غلبه می‌کند و انسجامی دوباره به روان می‌دهد و غم از دل می‌رود.

- باورم نیست زبدعهدی ایام هنوز قصّهٔ غصه که در دولت یار آخر شد

اشاره به بدعهدی ایام؛ این که به سیر وقایع بیرونی نمی‌توان دل بست و سیر آن چندان مطابق انتظارات ما پیش نمی‌رود.

- ساقیا لطف نمودی قدحت پر می باد که به تدبیر تو تشویش خمار آخر شد

معنای بیت از نظر مفهوم مورد بحث ما کاملاً آشکار نیست؛ لیکن می‌تواند به این معنی باشد که حالت متعارف خودآگاهی که ما در غیر حالت بیداری و روشنایی اعتلایی در آن هستیم نوعی حالت «خماری» است. خمار در لفظ به معنای حالت «پوشیدگی» است. چشم خمار، چشمی است که پس از رفع نشئهٔ مستی حالت نیمه‌پوشیدگی دارد و نیمه بسته است و لذا بدیهی است که دید و بینایی در این حالت فاقد حدت[۶] باشد؛ پس حالت متعارف ما نوعی ضعف بینایی، بدن و آگاهی است که پس از رفع حالت مستی رخ می‌دهد. آیا حافظ چنین در نظر داشته که ما در دوره‌ای از زندگی بیدار و هوشیار بوده‌ایم و سپس خماری بر ما غلبه کرده و حال با عنایت مرجعی خارج از وجود فیزیکی ما دوباره آگاهی به دست آورده‌ایم؟

- در شمار ار چه نیاورد کسی حافظ را شکر کان محنت بی‌حد و شمار آخر شد

احتمالاً نظر بر این است که بیداری و اعتلا لزوماً در کسانی که از طرف دیگران بزرگ و قابل اعتنا ارزیابی می‌شوند رخ نمی‌دهد بلکه ممکن است در کسانی رخ دهد که چندان احتمال چنین واقعهٔ بزرگی در درون آنها از طرف دیگران نمی‌رود. پس منطق درونی روی دادن چنین اتفاق بزرگی با منطق متعارف[۷] و معمول جامعه فرق دارد. همان گونه که سهراب سپهری می‌گوید: «چشم ها را باید شست، جور دیگر باید دید» (سپهری، ۱۳۸۹: ۱۸۴).

اتفاقات بزرگ درون روانی[۸] لزوماً در کسانی رخ نمی‌دهد که دیگران بزرگ و آماده می‌پندارند. منطق دنیای درون (که بیشتر به تفکر اولیه و شهود[۹] مرتبط است) با منطق دنیای بیرون که امورات آن با تفکر ثانویه و عقل[۱۰] بیشتر پردازش می‌شود تفاوت‌های اساسی دارند و موفقیت در یکی لزوماً و قطعاً با موفقیت در دیگری همراه و همسان نیست. مثلاً می‌دانیم که اراده[۱۱] هر چند در دنیای بیرون اثرگذاری بالایی دارد و تأثیرش بزرگ است اما در دنیای درون خواست شدید و تلاش و تقلا می‌تواند نتیجهٔ عکس بدهد. مثلاً اراده برای خوابیدن یا تلاش برای راندن فکری خاص از ذهن یا احساسی خاص از دل (مثلاً بیرون راندن ترس از دل) عملاً نتایج معکوس می‌دهد و خواب از سر می‌پرد و فکر بدتر به ذهن هجوم می‌آورد؛ لذا ممکن است کسانی به اعتلای درونی برسند که چندان از طرف دوستان و آشنایان در حساب نباشند و موفقیت‌های در خور کسب نکرده باشند، هر چند که احتمال اعتلا در چنین کسانی از دید صاحب‌نظران و روشن‌بینان نمی‌تواند دور بماند.

---

[1] psychic state
[2] distress
[3] disintegration
[4] integration
[5] love emotion
[6] acuity
[7] ordinary
[8] Intrapsychic
[9] primary process thinking and intuition
[10] secondary process thinking and intellect
[11] Intention

غزل ۱۷۶

دوش وقت سحر از غصّه نجاتم دادند ونـدر آن ظلمت شب، آب حیاتم دادند
بی‌خود از شعشعهٔ پرتو ذاتم کردند باده از جام تجلّیّ صفاتم دادند
چه مبارک سحری بود و چه فرخنده شبی آن شب قدر که این تازه براتم دادند
بعد ازین روی من و آینهٔ وصف جمال که در آنجا خبر از جلوهٔ ذاتم دادند
من اگر کامروا گشتم و خوشدل چه عجب مستحق بودم و اینها به زکاتم دادند
هاتف آن روز به من مژدهٔ این دولت داد که بدان جور و جفا صبر و ثباتم دادند
این همه شهد و شکر کز سخنم می‌ریزد اجر صبری است کزان شاخ نباتم دادند
همّت حافظ و انفاس سحرخیزان بود که ز بند غم ایّام نجاتم دادند

تحلیل برخی ابیات غزل:

- دوش وقت سحر از غصّه نجاتم دادند ونـدر آن ظلمت شب، آب حیاتم دادند

یک نکتهٔ مهم پس از رسیدن مقصود از دید حافظ رهایی از غصه است. غصه و غم[1] عواطف[2] مربوط به فقدان[3] هستند (Sadock, 2021). زندگی بشر آکنده از تأسف است. چون در بهترین و ایده‌آل ترین حالت هم عمر بشر به سرعت در حال گذر است و بودن در حال تبدیل شدن به نبودن است. ظاهراً از دید حافظ پس از رسیدن به مقصود، اتفاقی می‌افتد که غم و غصه به کناری می‌رود و در بیت دوم اشاره به کیفیت این اتفاق می‌کند؛ درک اینکه بودن قرار نیست به نبودن تبدیل شود یا اینکه بعد از نبودن هم نوعی «existence» تداوم خواهد داشت این دقیقاً همان ایرادی است که «هانری کربن» بر «مارتین هایدگر» می‌گرفت و از این که فلسفهٔ وجودی وی با استحالهٔ بودن به نبودن پایان می‌پذیرد ناراضی بود (ر.ک. شایگان، ۱۳۷۲).

- بی‌خود از شعشعهٔ پرتو ذاتم کردند باده از جام تجلّی صفاتم دادند

بی‌خودی[4] را می‌توان نوعی مستحیل شدن ego در ساختار وسیع‌ترِ وجود دانست. در سایر اشعار حافظ به مستحیل شدن «من» و خود فرد در مرجع عمیق‌تر و وسیع‌تری اشاره شده است و هر چند «من خودآگاه[5]» بشر محصول میلیون‌ها سال تکامل است و بر هر انسانی ضروری است که از خود به منزلهٔ وجودی جدا از سایر پدیده‌ها آگاهی کامل پیدا کند و با رشد و گسترش ظرفیت‌های آن در راه اعتلا قدم بردارد لیکن پس از طی مراحلی این خود به یک مانع در راه رشد و اعتلا تبدیل می‌شود و باید کنار رود تا عرصه برای تجلی‌های عمیق‌تر هستی فراهم شود. توجیه روانکاوانهٔ این مقوله و به ویژه تفاوت‌های نظری دیدگاه‌های فروید و یونگ در بخش‌های دیگر همین نوشتار مورد بررسی قرار گرفته است. به هر حال باید پذیرفت که «من» یا ego، ساختاری موقتی برای رشد فردی، و محصول تکامل زبان‌شناختی و هیجانی انسان است و در عین حال که ساختاری استثنائی و پیچیده و شاهکار خلقت است، اما در عین حال خود موجد رنج‌ها و آلام بزرگی برای بشر است. خود احساس «جدا افتادگی[6]» که ego ایجاد می‌کند و مولوی به طور تمثیلی آن را به جدا شدن نی از نیستان تشبیه می‌کند و موجد رنج و درد عظیم و ترس و نگرانی دردناکی است که مولانا آن را با عبارت «از نفیرم مرد و زن نالیده‌اند» توصیف می‌کند. (مولوی، ۱۴۰۲: ۱)

[1] sadness and sorrow
[2] emotions
[3] loss
[4] selflessness
[5] conscious ego
[6] separateness

این همان ترس و نگرانی است که باعث رنج و غصهٔ مداوم بوده و اشتیاق نی به بازگشت به نیستان را باعث می‌شود اما بازگشتی که همراه با آگاهی است. جزء از کل جدا می‌شود و آنگاه آگاهانه مجدداً به آغوش کل باز می‌گردد و قطره در دریا مستحیل می‌شود اما آگاهی[1] باقی می‌ماند.

در توجیه[2] «تجلی صفات» گفته می‌شود که در عرفان ایرانی–اسلامی ظهور انوار حق در دل عارف بر سه قسم است: تجلی ذات، تجلی صفات و تجلی افعال. «تجلی ذات» موجب فنای ذات سالک و تلاشی صفات اوست. «تجلی صفات» موجب خضوع و خشوع یا سرور و انس سالک است. «تجلی افعال» مایهٔ بی‌تفاوتی نسبت به دیگران و نفی نفع و ضرر از کارهای ایشان است (Jung, 1974).

به نظر می رسد فوران مرکز ثقل دیگر روان[3] که مرکزکلیت روان ما است (نه مانند ego مرکز بخش خودآگاه روان)، موجب مستحیل شدن «من» ego و در نتیجه پایان یافتن تمام رنج‌ها و اضطراب‌ها و حسرت‌ها و غصه‌ها می‌گردد. شادی واقعی زمانی حاصل می‌شود که «من» در هویتی وسیع‌تر حل گردد و دامنهٔ خودآگاهی هر چه گسترده‌تر شود.

- چه مبارک سحری بود و چه فرخنده شبی آن شب قدر که این تازه براتم دادند

این بیت وصف پر برکت بودن آن دمی است که این تغییر اساسی در وی اتفاق افتاده‌است؛ اشاره به این مطلب که تغییر بزرگ وجابجایی مرکز ثقل روان و شخصیت به صورت ناگهانی و در دمی اتفاق می‌افتد و روندی کند و تدریجی نیست. به نظر می‌رسد پتانسیل تغییر به صورت تجمعی[4] فشرده می‌گردد لیکن تغییر بزرگ به طرفةالعینی اتفاق می‌افتد. افزایش پتانسیل می‌تواند ناشی از سبک زندگی یا ریاضت‌ها یا ذکرها باشد. در بقیهٔ غزل‌ها حافظ به صورت تمثیلی در مورد نحوهٔ سلوک و تجمع پتانسیل تغییر و بایدها و نبایدهایی که در این راه باید مد نظر داشت، صحبت نموده‌است.

- بعد ازین روی من و آینهٔ وصف جمال که در آنجا خبر از جلوهٔ ذاتم دادند

بیت نشان می‌دهد که پس از این اتفاق آگاهی بر زیبایی[5] به اوج خود رسیده و درک زیبایی در روان حافظ به نحو سترگی منبسط شده است و از طرف دیگر به هر طرف که می‌نگرد زیبایی می‌بیند و این می‌تواند تا حدودی نشانگر رشد آگاهی بر خیر[6] نیز باشد. حافظ ادامه می‌دهد که درک زیبایی در واقع باعث بروز «جلوهٔ ذات» شده است و عامل فنای «من» ego گردیده است و ظاهراً استغراق در زیبایی، رابطه‌ای دو سویه با بیداری و اعتلا دارد. درک زیبایی باعث اعتلا می‌شود و بیداری و اعتلا درک زیبایی را عمق می‌بخشد و شدیدتر می‌کند.

- من اگر کامروا گشتم و خوش‌دل چه عجب مستحق بودم و اینها به زکاتم دادند

از دید حافظ به نظر می‌رسد فقط یک کامروایی وجود دارد و آن بیداری و اعتلا است. حافظ از لفظ «کامروا» به صورت مطلق یاد می‌کند یعنی این که تنها یک کامروایی واقعی وجود دارد و آن بیداری و اعتلا به معنای مستحیل شدن ego در self است و بقیهٔ کامروایی‌ها و اهداف دیگر در مقابل این کامروایی اصلی رنگ می‌بازد و اشاره به این مطلب که خوش‌دلی واقعی و اصلی نیز به معنای مطلق محصول این بیداری است.

حافظ به استحقاق خود اشاره می‌کند. استحقاق در این جا به معنای زمینه‌سازی و ظرفیت‌سازی درون روانی برای وقوع بیداری است. روش‌های ظرفیت‌سازی مقوله‌ای است که در بیت بعدی و غزل‌های بعدی بدان اشاره می‌شود.

- هاتف آن روز به من مژدهٔ این دولت داد که بدان جور و جفا صبر و ثباتم دادند

---

[1] awareness
[2] explanation
[3] self
[4] cumulative
[5] Awareness of beauty
[6] Awareness of goodness

صبر و ثبات[1] شرط اصلی برای امر اعتلای خودآگاهی در نظر گرفته می‌شوند. طبیعتاً مسیر سلوک راهی دشوار و پرمرارت است و ضروری است که راهرو سختی‌ها و رنج‌های متعددی ببیند و جور و جفا و طاقت از کف ندهد. تسلط بر نفس برای اعتلای خودآگاهی امری پایه و ضروری است.

- این همه شهد و شکر کز سخنم می‌ریزد اجر صبری است کزان شاخه نباتم دادند

این بیت اشارهٔ مجدد به صبر و اهمیت کلیدی آن در مسیر سلوک است.

- همّت حافظ و انفاس سحر خیزان بود که ز بند غم ایّام نجاتم دادند

تأکید بر این نکته که همت و مصمم بودن فرد[2] با دعاها و عنایات سایر رهروان سلوک باید جمع شود تا در نهایت اعتلا حاصل گشته و رهایی از غم‌های روزمره انجام شود. از دید حافظ تنها یک هدف ارجمند و والا وجود دارد و آن رسیدن به بیداری و اعتلا است و سایر غم‌ها و فقدان‌های روزمره دارای چنان ارزشی نیستند که بدان‌ها مشغول شویم، لیکن ما را از آنها گریزی نیست و تنها با بیداری از آنها خلاصی کامل می‌یابیم. اما برای رسیدن به این هدف تنها همت فردی کافی نیست و حافظ به نقش مرموز دیگر رهروان راه سلوک در این زمینه اشاره می‌کند. این که چگونه دعاها و عنایات رهروان دیگر در تجمع پتانسیل تغییر در یک فرد و رسیدن وی به هدف کمک می‌کنند. امری که چگونگی آن هنوز بر ما پوشیده‌است ولی به نظر می‌رسد حافظ سلوک را مقوله‌ای کاملاً فردی نمی‌داند.

غزل ۱۷۷

دوش دیدم که ملائک در میخانه زدند گل آدم بسرشتند و به پیمانه زدند
ساکنان حرم ستر و عفاف ملکوت با من راه‌نشین بادهٔ مستانه زدند
آسمان بار امانت نتوانست کشید قرعهٔ کار به نام من دیوانه زدند
جنگ هفتاد و دو ملت همه را عذر بنه چون ندیدند حقیقت ره افسانه زدند
شکر ایزد که میان من و او صلح افتاد صوفیان رقص‌کنان ساغر شکرانه زدند
آتش آن نیست که از شعلهٔ او خندد شمع آتش آن است که در خرمن پروانه زدند
کس چو حافظ نگشاد از رخ اندیشه نقاب تا سر زلف عروسان سخن شانه زدند

تحلیل برخی ابیات غزل:

- دوش دیدم که ملائک در میخانه زدند گل آدم بسرشتند و به پیمانه زدند

در این غزل به نظر می‌رسد به عمق رسوخ خودآگاهی تا مرز بی‌زمانی[3] اشاره می‌شود. گویی خودآگاهی توانسته به باستانی‌ترین[4] پیشینهٔ تاریخ روان راه یابد و نظاره‌گر نخستین[5] اتفاقات شکل‌گیری روان بشری باشد؛ نظاره‌گر روی آمدن سرچشمه‌های اولیهٔ روان بشری.

[1] patience and consistence (persistence)
[2] resoluteness and decisiveness
[3] timelessness
[4] archaic
[5] primitive

آیا یادآوری وقایع باستانی روان امکان‌پذیر است؟ با کشف حافظهٔ غیر شفاف[1] در مقابل حافظهٔ شفاف[2] مشخص شده چنین امکانی وجود دارد. حافظهٔ غیر شفاف مشتمل بر به یاد سپردن وقایعی است که قبل از تکامل هیپوکامپ[3] اتفاق افتاده‌اند. از آنجا که هیپوکامپ در ۳-۲ سالگی تکامل می‌یابد لذا قبل از این سن توانایی به یاد آوردن شفاف اتفاقات مقدور نیست اما در حافظهٔ غیر شفاف وقایع قبل ازآن زمان (ازجمله زمان تولد) را می‌تواند در خود حفظ نماید. کشف این حافظه سندی بود بر حقانیت «اتورانک[4]» و نظریهٔ «ضربهٔ تولد» او که خاطرهٔ تولد را به منزلهٔ ترومایی روانی که همواره همراه فرد است و زمینهٔ اضطرابی وجودی را در وی ایجاد می‌کند، ارائه نمود. (Sadock, 2021).

لذا در این بیت به نظر می‌رسد خودآگاهی شاعر تا به جایی در عمق رسوخ کرده که تمام ظرفیت حافظه را یادآوری وقایع حتی مبهم و سمبلیک به کار کشیده‌است؛ حافظه‌ای که تنها معطوف به یادآوری وقایع زندگی فردی بشر نیست بلکه به کارگیری عناصری از حافظه و خاطره است که احتمالاً ظرفیت‌های ژنتیکی انسان‌ها برای حفظ و نگهداری خاطرات مربوط به نسل بشر را در لابه‌لای پیچش‌های DNA را به کار می‌گیرند تا آنچه را که به یاد ماندنی است به عرصهٔ آگاهی بکشانند؛ به یادآوری مبهم خاطراتی فرانسلی[5] که نقاط عطف تاریخ تکامل بشر را فرایاد می‌آورد. این تجربه با ایدهٔ «ناخودآگاه جمعی» یونگ که باور داشت هر انسانی تجربیات کل بشریت را با خود همراه دارد همخوانی دارد.

- ساکنان حرم ستر و عفاف ملکوت با من راه‌نشین بادهٔ مستانه زدند

باز به نظر می‌رسد در این بیت رسوخ عمقی خودآگاه مورد نظر است؛ رسوخ به سطحی که سخن‌های باستانی (آرکه‌تایپ‌ها) در آن عمل می‌نمایند. به نظر می‌رسد ستر به معنای پوشیدگی[6] مشخصهٔ این عناصری است که ego خودآگاه شاعر با آنها دیدار کرده‌است و پوشیدگی چیزی نمی‌تواند باشد جز محصور بودن در اعماق ناخودآگاه. این بیت شباهت تجربیات عرفانی حافظ را با تجربیات مشابه کامل گوستا ویونگ، روانپزشک شهیر سوئیسی، آشکار می‌نماید؛ سفرهای درون روانی یونگ به اعماق ناخودآگاه که به شیوه‌ای شهودی[7] انجام می‌شد و دیدارهای مکرر وی با عناصرمتعین ناخودآگاه همچون آنیما، پیر خردمند و ... تکرار می‌شد. در واقع در این سلسله سفرها که یونگ با دقتی زیاد توصیف نموده است، ego یونگ با عناصر عمیق‌تر سازندهٔ روان در اعماق ناخودآگاه روبرو می‌شد. بر خلاف فروید که ناخودآگاه را عملاً محفظه‌ای می‌دانست که برای حبس خواسته‌ها و تکانه‌های نامقبول و غیر قابل پذیرش برای خودآگاه ایجاد شده، یونگ ناخودآگاه را به منزلهٔ سر منزل با ارزش‌ترین داشته‌های روانی بشر و سرچشمهٔ شور زندگی و انتظام روان پذیرفته بود. (ر.ک. یونگ، ۱۳۷۱)

در این بیت آشکار است که خودآگاهی فرد با مرکزیت ego، آن قدر در اعماق ناخودآگاه فرورفته که با عمیق‌ترین نیروهای تعین یافتهٔ روان (آرکه‌تایپ‌ها) که سرچشمه‌های انرژی و نظم روان هستند رویارو شده‌است. (Jung, 1974) همان گونه که می‌دانیم خودآگاهی ساختاری است که در میانهٔ دنیای درون و دنیای بیرون شکل می‌گیرد و بعد شروع به گسترش در سه بُعد عمق، ارتفاع و سطح می‌نماید. در این غزل تأکید بیشتر بر گسترش عمقی خودآگاهی و پدیدارشناسی آن است.

- آسمان بار امانت نتوانست کشید قرعهٔ کار به نام من دیوانه زدند

اشاره به آیهٔ «اِنّا عَرَضنَا الأَمانَةَ عَلَی السَّمواتِ وَ الأَرضِ وَ الجِبالِ فَأَبَینَ أَن یحمِلنَها وَ أَشفَقنَ مَنها وَ حَمَلَها الأِنسانُ اِنَّهُ کانَ ظَلوماً جَهولاً» (احزاب/آیهٔ ۱۷۲) (ما برآسمان و زمین و کوه‌ها امانت را عرضه داشتیم، همه از بردن این بار خودداری کردند و از آن بیمناک شدند و انسان پذیرفت و وی (نیز در ادای امانت) بسیار ستمکار و نادان بود) دارد.

---

[1] non declarative memory
[2] declarative memory
[3] Hippocampus
[4] Otto Rank
[5] beyond generations
[6] Veil
[7] intuitive

هر چند در مورد معنای امانت بحث زیاد است ولی به نظر می‌رسد مفهوم «خودآگاهی» بیشتر مدنظر باشد. در باب خودآگاهی می‌توان گفت احتمالاً متعلق به انسان است و سایر عناصر هستی فاقد این خصیصه هستند. می‌دانیم در آسمان اجرام سماوی و سایر پدیده‌ها همچون کهکشان‌ها و سیاهچاله‌ها حاوی حجم اطلاعات[1] بسیار بالایی هستند و بنا به گفتهٔ «استفن هاوکینگ»، تنها نور نیست که از مرز سیاهچاله نمی‌تواند فرار کند؛ اطلاعات نیز نمی‌تواند از این مرز عبور کنند و لذا حجم اطلاعات متراکم در این اجرام بسیارعظیم است اما شواهدی از وجود خودآگاهی در این اجرام در دست نداریم. (ر.ک. هاوکینگ، ۱۴۰۲)

ظاهراً حافظ هنگام سرایش این بیت در حال به یاد آوردن آن لحظهٔ ازلی است که در روند آفرینش وتکامل از بین میلیاردها پدیده سربرآورده و از جریان‌های گوناگون هستی تنها یکی و آن هم در قاموس انسانی توانست پذیرای خودآگاهی (آگاهی بر آگاهی) گردد.

- جنگ هفتاد و دو ملت همه را عذر بنه چون ندیدند حقیقت ره افسانه زدند

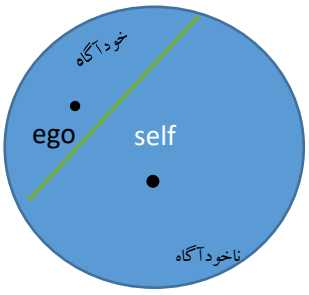
حافظ جنگ بین فرقه‌ها را ناتوانی در دیدن حقیقت[2] می‌داند. دیدن حقیقت (آن گونه که هست) تکلیف بشر را روشن می‌کند و یگانگی حقیقت مانع از بروز اختلاف می‌شود. اما برای «دیدن» باید که چشم بینا داشت و چشم بینا ساده به دست نمی‌آید. چشم بینا محصول سلوک است؛ سبکی از زندگی که طی آن شیوهٔ زیستن برای حصول رشد و اعتلا تطبیق یافته‌است.

زندگی مقوله‌ای از سر تصادف و سرسری‌گری نیست؛ سیری است منظم و هدفدار که مقصدش رسیدن به دیدن حقیقت است، آنچنان که هست؛ سیری که در آن بنا به گفتهٔ اریک فروم «بودن» بر «داشتن» غلبه می‌کند.

- شکر ایزد که میان من و او صلح افتاد صوفیان رقص‌کنان ساغر شکرانه زدند

به نظر می‌رسد در این بیت «او» نه وجودی بیرونی بلکه هویتی درونی دارد. ساختاری درون روانی که متفاوت با «من» ماست. لازم به توضیح است که وجود ساختار دوگانه در روان بشری از مدت‌ها قبل برای انسان‌ها شناخته شده بوده‌است و بعد از ارائهٔ ساختار دوگانهٔ «خودآگاه، ناخودآگاه» توسط فروید، فرمولاسیونی عملی و روانکاوانه پیدا کرد.

اما کسی که این فرمولاسیون را به دقت توضیح داد کارل گوستاو یونگ بود. شکل ۱ فرمولاسیون یونگ را نشان می‌دهد، از دید یونگ ego یا «من» مرکز روان خودآگاه ماست؛ اما کلیت روان، (اعم از خودآگاه و ناخودآگاه) مرکز دیگری نیز دارد؛ مرکزی که مرکز تمامیت دایرهٔ وجود ما را ایجاد می‌کند. این مرکزیت توسط یونگ «خویشتن» (self) نامیده شد.



شکل ۱: ساختار دوگانهٔ «خودآگاه، ناخودآگاه» فروید

اگر هر فرد به خواب‌ها و رؤیاهایش توجه کند متوجه می‌شود که از جایی در درون روان ما نگرش‌هایی متفاوت با آن چه ما خودآگاهانه در ذهن داریم سربرمی‌آورد. رؤیا به منزلهٔ چشمه‌ای از بصیرتی عمیق به باطن مسائل و رویدادها، از محصولات «خویشتن» است. همچنین self آن سرچشمه‌ای است که تصاویر و خیال‌های رنگارنگ و افکار گوناگون لاینقطع از آن سر برمی‌آورند. تمام تلاش روانکاوی فروید و روانشناسی تحلیلی یونگ و سایر روانکاوان بزرگ در واقع نزدیک کردن هر چه بیشتر

[1] information
[2] Awareness of truth

ego به self و بلکه منطبق کردن این دو بر هم است و برای این کار بسط[۱] هر چه بیشتر خودآگاه و رسوخ آن به تمامی گوشه‌ها و زوایای ناخودآگاه ضروری است.

باید ذکر کنم که از این نظر تفاوتی بین فروید و یونگ وجود داشت. فروید روان را سیستم بسته‌ای[۲] می‌دانست که باید تعادل هیدرولیک نیروها را در آن مطالعه نمود، اما یونگ روان را سیستم بازی[۳] می‌دانست که ازطریق «ناخودآگاه جمعی»[۴] با سایر انسان‌ها و بعد حیوانات و عمیق‌تر با گیاهان و بعد با تمام عناصر هستی اشتراک می‌یابد. از دید یونگ مرکز روان بشری در واقع همان مرکزیت هستی یا جان جهان[۵] است و لذا مسیر روانشناسی تحلیلی وی از طریق بسط خودآگاهی منجر به مستحیل شدن «من» در «جان جهان» می‌گردید؛ امری که در عرفان شرقی روشن‌شدگی یا «ساتوری» نامیده می‌شود. در متون عرفانی فراوان به این نکته اشاره شده است و در قرآن نیز خداوند با مخاطب قرار دادن پیامبر و فرمودن و اظهار واقعه به صورت «ما رَمیت إذ رَمَیت» (انفال/آیهٔ ۱۷) به این نکته اشاره می‌کند که تیر انداز واقعی در واقع نه «من» پیامبر بلکه مرکزیتی بسیار عمیق‌تر بوده‌است.

«اویگن هریگل» آلمانی که استاد فلسفه بوده است و سال‌های طولانی از عمرش را در راه یافتن به مکتب «ذن» صرف نمود، در کتاب *ذن در هنر کمانگیری* اظهار می‌دارد که از آنجا که برای پذیرفته شدن در مکتب ذن ضروری است که هر فردی هنری را در حد استادی فرابگیرد، و وی کمانگیری را انتخاب نموده بود، حدود ۱۰ سال را صرف آموختن هنر کمانگیری می‌نماید و در این راه استاد وی بارها به وی تذکر داد که هنگام رها کردن تیر حالتش به گونه‌ای باشد که انگار نه هریگل، بلکه این «او» است که تیر را پرتاب می کند. (ر.ک. هریگل، ۱۴۰۴ و همو، ۱۴۰۳)؛ تمرین برای درک وجود مرکزیتی دیگر در درون که باید «من» ما در آن مستحیل شود و وحدتی درونی حاصل گردد. شاید در واقع همان پدیده‌ای که در عرفان با لفظ «فنا» از آن نام برده می‌شود، فنای «من» در مرکزیتی عمیق‌تر است. به نظر می‌رسد در این بیت حافظ تجربه‌ای مشابه را توصیف می‌کند. دیگر بین «من» و «او»ی درونی جدایی و مفارقت و مخالفتی نیست و هر دو مرکز روان از در صلح درآمده‌اند؛ واقعه‌ای چنان بزرگ که به شکرانهٔ آن حوریان به رقص درآمده‌اند و ساغر شکرانه زده‌اند. در عرفان ایرانی و از جمله در اشعار حافظ چنین می‌نماید که واقعه‌ای از این دست جزو اهداف بزرگ هستی محسوب می‌شود و گویی با اتفاق افتادن چنین روشن‌شدگی‌هایی (که نادر هست و زمان طولانی طول می‌کشد تا هر از گاهی انسانی به چنین مرتبه‌ای برسد) شور و شعفی در عالم عرش پدیدار می‌گردد و هستی یک گام به هدف غایی نزدیک می‌شود و لذا برای شکرانهٔ این اتفاق که در درون عارف سالک می‌افتد در بالاترین مرتبهٔ عالم حوریان به حرکت در می‌آیند (یا به تعبیر افلاطونی صور مثالی به جنبش در می‌آیند).

- آتش آن نیست که از شعلهٔ او خندد شمع آتش آن است که در خرمن پروانه زند

اشاره به شور درونی برای رسیدن به هدف است. بر انگیختگی که از شدت «خواستن» به مرحلهٔ سوزانندگی می‌رسد. در واقع بیت به بعد عمودی خودآگاهی اشاره می‌کند؛ آگاهی یافتن بر میل به اعتلا و فراروی در حدی که به سوزانندگی می‌رسد و البته سوزانندگی در اینجا وجهی واقعی دارد؛ چرا که برانگیختگی‌های شدید با تغییری که در وضعیت اتونومیک[6] و تعادل سیستم سمپاتیک و پاراسمپاتیک ایجاد می‌کنند و با تغییری که در خون‌رسانی به اعضای مختلف بدن و نیز خشکی مخاطات انجام می‌شود واقعاً احساس سوختن به فردی که در اوج بر انگیختگی ناشی از شور و اشتیاق قرار دارد دست می‌دهد.

---

[1] expansion
[2] closed system
[3] open system
[4] Social unconsciousness
[5] Anima mundi
[6] autonomic state

درک و تحمل بر انگیختگی‌های سوزان و اشتیاق‌های شدید و وقار رفتاری پیشه کردن در برابر آنها از مراحل سلوک است. بدون تجربهٔ این آتش‌های سوزان، سیستم‌های روانی–فیزیکی[۱] بشر به درجه‌ای از انبساط[۲] نمی‌رسد که پذیرای حقیقت‌های بزرگ باشد و ظرفیت رویارویی و دیدن هستی آن گونه که هست را در خود پرورش داده باشد.

آتشی که در خرمن پروانه زده شده باعث شور و بی‌قراری وی برای فنا می‌گردد، همانگونه که شور عشق باعث فنای«من» (ego) در پیشگاه «خویشتن» (self) می‌شود.

- کس چو حافظ نگشاد از رخ اندیشه نقاب تا سر زلف عروسان سخن شانه زدند

در این بیت حافظ به قدرت کلامی خود اشاره می‌کند. اعتلای روحی باعث ایجاد ظرفیتی زبانی[۳] شده است که توان ابراز کلامی تجربیات عمیقی را که بعضاً غیر قابل ابراز می‌نمایند پیدا کرده‌است.

قدر مسلم ما صاحب دانشی غیر کلامی هستیم که به زبان نمی‌آیند. این تجربیات که محصول پردازش‌های لوب راست[۴] (که نگرشی کلی نگر[۵] به محیط پیرامون دارد) و هسته‌های زیر کورتکس[۶] هستند به ما نوعی آگاهی می‌دهند که احساس می‌شوند اما به کلام در نمی‌آیند، همان گونه که سهراب سپهری در توصیف سفر درون روانی خود[۷] می گوید: «رو به آن وسعت بی‌واژه که همواره مرا می‌خواند» (سپهری، ۱۳۸۹: ۲۴۲).

اندیشه‌ها و احساساتی که به آنها ناآگاه[۸] یا نیمه‌آگاه[۹] هستیم و لذا در نقاب پوشیده مانده‌اند و این «حافظ» است که به دلیل گسترش توانمندی‌های خودآگاهی و اعتلاییش[۱۰] قدرت به کلام کشیدن این اندیشه‌های پنهان و پوشیده در نقاب را یافته‌است. (Sadock, 2021)

غزل ۳۱۰

سال‌ها پیروی مذهب رندان کردم تا به فتوای خرد حرص به زندان کردم
من به سر منزل عنقا نه به خود بردم راه قطع این مرحله با مرغ سلیمان کردم
از خلاف‌آمد عادت بطلب کام که من کسب جمعیّت از آن زلف پریشان کردم
سایه‌ای بر دل ریشم فکن ای گنج روان که من این خانه به سودای تو ویران کردم
توبه کردم که نبوسم لب ساقیّ و کنون می‌گزم لب که چرا گوش به نادان کردم
نقش مستوری و مستی نه به دست من و توست آنچه سلطان ازل گفت بکن آن کردم
دارم از لطف ازل جنت فردوس طمع گر چه دربانی میخانه فراوان کردم
این که پیرانه‌سرم صحبت یوسف بنواخت اجر صبری‌ست که در کلبهٔ احزان کردم
صبح‌خیزیّ و سلامت‌طلبی چون حافظ هرچه کردم همه از دولتِ قرآن کردم
هیچ حافظ نکند در خم محراب فلک این تنعّم که من از دولت قرآن کردم
گر به دیوان غزل صدر نشینم چه عجب سال‌ها بندگی صاحب دیوان کردم

[1] psychophysical
[2] expansion
[3] linguistic
[4] right lobe
[5] holistic
[6] subcortical nuclei
[7] intrapsychic journeys
[8] unconscious
[9] subconscious
[10] transcendental

شرح برخی ابیات غزل:

- سال‌ها پیروی مذهب رندان کردم تا به فتوی خرد، حرص به زندان کردم

در این بیت به یک نکتهٔ مهم در رسیدن به هدف اعتلای خودآگاهی اشاره می‌شود و آن غلبه بر حرص و ولع[۱] است. نیازهای بشری البته مسائلی قابل تأملند و همانگونه که در هرم نیازهای «آبراهام مازلو» به آن اشاره شده است باید نیازهای پایه مد نظر قرار گرفته و برآورده شود تا نوبت به نیازهای بالاتر و انسانی تر برسد (Sadock, 2021)، اما یکی از مشکلات در این زمینه حرص و ولع و تمایل به انباشت و اقناع نیازهاست. ریشهٔ ولع از دید فروید تثبیت[۲] در مرحلهٔ مقعدی[۳] رشد سایکوسکسوال است. مرحلهٔ مقعدی مرحله‌ای است که در آن کودک با مفاهیم انباشت و کنترل آشنا می‌شود، به این صورت که با کنترل یافتن کودک بر اسفنکترهایش و آگاهی یافتن بر این نکته که با مهار و رهاسازی اسفنکترها در مواقع مناسب می تواند رضایت والدین را جلب و با رهاسازی در مواقع نامناسب و آلودن محیط اطراف آنها را آزرده خاطر نماید، با مفاهیم انباشت و کنترل آشنا می‌شود. کودکانی که رشد روانیشان از این مرحله جلوتر نرود در آینده تبدیل به انسان‌هایی می شوند که «کنترل‌گری» و «انباشت‌گری» تبدیل به رویکرد اولیه‌شان در رویارویی با «اضطراب وجودی[۴]» می‌گردد و در شرایط استرس، هر چه بیشتر به این دو رویکرد روی می‌آورند؛ یعنی انباشت‌گرتر و کنترل‌کننده‌تر می‌شوند. حرص، ولع و انباشتگری از عواقب تثبیت‌شدگی در مرحلهٔ مقعدی و ناتوانی در پیش رفتن و رشد یافتگی روانی است. تثبیت باعث انباشت‌گری می شود و از طرف دیگر انباشت‌گری باعث تثبیت و گیرافتادگی هر چه بیشتر در آن مرحله می‌شود (رک. فروید، ۱۳۴۷ و Sadock, 2021) و لذا حرص و ولع خود باعث ایجاد مانع در راه رشد می‌گردد و باید بر آن غلبه کرد و همانگونه که خود حافظ در این بیت اشاره کرده‌است فتوای خرد آن است که از دست حرص و ولع رهایی یابیم؛ اما روشی که حافظ برای رهایی از حرص و ولع ارائه می کند خود شایسته توجه و تامل است؛ رندی!

«رندی» در اشعار حافظ معمولاً در مقابل «زهد» قرار می‌گیرد که خود زهد به معنای نگرش صوری و ظاهرگرایانه[۵] به راه و مسیر است. در مقابل رند فردی است که جوهر راه را دریافته و نگرش هرمنوتیک[۶] و باطن‌گرایانه به سلوک دارد و منطق درونی و بنیادین هر حرکت و تمرین را درمی‌یابد و در قید و بند ظاهر رفتارها و اینکه توسط دیگران چگونه تفسیر شود ندارد. می‌توان از منظری دیگر، زاهد را کسی دانست که نگرش خطی به سلوک دارد و پیشروی را تنها جلو رفتن در خط صاف می‌داند، حال آن که «رند» نگرش غیر خطی دارد و می‌داند سلوک همیشه سیر مستقیم ندارد و ممکن است پیشروی در ظاهر نمودی پسروانه داشته باشد. این نکته را حافظ در بیت دیگر همین غزل هم تأکید کرده‌است.

- از خلاف آمد عادت بطلب کام که من کسب جمعیت از آن زلف پریشان کردم

همه چیز همان طوری پیش نمی رود که ما عادت[۷] داریم. در طی سلوک به مراحلی ممکن است برسیم که مسیر آن چنان که ما عادت داریم پیش نرود.

مهمترین قسمت عادت ما عادت‌های شناختی[۸] ماست. ما از هر راهی و هر حرکتی شِمایی[۹] در ذهن داریم و معمولاً بر اساس آن شِما عمل می‌کنیم و از چهارچوب شِما خارج نمی‌شویم. ما در مورد زندگی و اهدافمان و نیز نحوهٔ رسیدن به اهدافمان تعریف‌های

[1] voracity
[2] fixation
[3] anal
[4] Existential anxiety
[5] formalistic
[6] Hermeneutic
[7] habit
[8] cognitive habits
[9] cognitive schemas

اولیه[1] داریم که این تعاریف همان شِماها را شکل می‌دهند، اما بعضی مواقع این شِماها با واقعیات مسیر همخوانی ندارند اما ما بر تداوم و پیروی از آنها اصرار می‌ورزیم، چرا که به آنها عادت کرده‌ایم.

از دید «ژان پیاژه» تجربیات ما دو گونه اثر بر شِماهای ذهنی ما می‌گذارند؛ یا تجربه با شِمای ذهنی سازگار است و تنها تغییرات جزئی در آن شِما ایجاد می کند که آن را assimilation می‌نامد، یا تجربهٔ ما سازگاری با شِما ندارد و با آن در تناقض است که در آن صورت این پروسه accommodation نامیده می‌شود که منتهی به تغییراساسی فرد می‌گردد. accommodation فرآیندی پر زحمت است که انرژِی روانی بالایی می‌طلبد و در دورهٔ گذار شِمای قدیمی به شِمای جدید رنج روانی[2] زیادی به فرد تحمیل می‌شود. از این جهت است که ما به شِماهای کهنه‌مان عادت می‌کنیم و به آنها سخت می‌چسبیم و از رها کردن آنها امتناع می‌ورزیم. اما در طی سلوک که مسیری پر از شگفتی‌ها و تغییرات پی در پی است، سیالیت ذهنی[3] بالایی لازم است و پی در پی باید نو شد و شیوه‌هایی بدیع در کار نمود و در این کار بر عادت‌های شناختی، طبیعتاً خودآگاهی ما رشد می‌یابد و منبسط می‌گردد (Sadock, 2021).

- من به سر منزل عنقا نه به خود بردم راه قطع این مرحله با مرغ سلیمان کردم

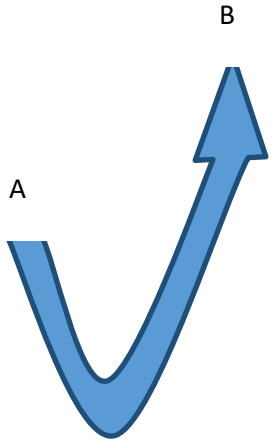
رسیدن به اوج از دید حافظ به تنهایی ممکن نیست و در این بیت صحبت از مرغ سلیمان می‌شود. مرغ سلیمان در این جا همان هدهد است که انتقال‌دهندهٔ پیغام‌های سلیمان بود و به نظر می‌رسد در اینجا اشاره به آن هاتف درونی است که می‌تواند راهنمای درونی ما در سیر و سلوک باشد. در این که یک راهنمای درونی در درون ما است که مسیر رشد و سلوک را به ما نشان می‌دهد بحثی نیست. به نظر می‌رسد نقشهٔ راهی مربوط به رشد روانی در درون ما وجود دارد که به ما مسیر را و کارهایی را که باید انجام دهیم و کارهایی را که نباید انجام دهیم، معرفی می‌کند. مهم‌ترین نمود این راهنماییها در رؤیاها[4] پدیدار می‌شوند. هر کسی که با تعبیر روانکاوانهٔ رؤیاها (به ویژه در مکتب یونگ) آشنا باشد، متوجه می‌شود که مرهمی درونی در ما هست که دغدغهٔ رشد روانی ما را دارد و تفسیر رؤیاها می‌تواند ما را در راه رشد روانی‌مان کمک نماید و پندهای سودمند و خارق‌العاده‌ای بر اساس شرایط در اختیارمان قرار دهد. نکتهٔ جالب دربارهٔ تعبیر رؤیاها این است که این اشارات و راهنمایی‌ها تنها دغدغهٔ رشد روانی ما را دارند و اهمیت چندانی به نگرانی‌های روزمرهٔ ما و حل و فصل آنها نشان نمی‌دهند. بروز این راهنمایی‌ها تنها منحصر به خواب و رؤیا نیست و الهامات درونی[5] نیزاز همان مرجع صادر می‌شوند و از دید حافظ ضروری هستند بدان الهامات گوش بسپاریم و در کار کنیم. در مورد الهامات علاوه بر جنبهٔ معنوی آن یک توجیه عصب‌شناسی نیز می‌توان ارائه کرد. نیمکرهٔ راست یک نیمکره با نگرش کل‌نگر است که تصویری کلی از رویدادها و وقایع می‌سازد و به نظر می‌رسد نقشهٔ راه و پتانسیل‌های درونی ما نیز در آن مندرج است و زمانی که نیاز به اطلاعات مندرج در آن باشد، از طریق corpus callosum اطلاعات را به نیمکرهٔ چپ (که نیمکرهٔ جزئی‌نگر و دقیق است) می‌فرستد. چون ساختارهای زبانی در نیمکرهٔ چپ مستقرند، اطلاعات نیمکرهٔ راست در نیمکرهٔ چپ قالب زبانی به خود می‌گیرند و به صورت الهامات کلامی بر فرد جلوه‌گر می‌شوند. مشخصهٔ این الهامات آن است که در حین بروز فرد کاملاً آگاه است که این نداها از درون برمی‌خیزند و این وجه تفاوت آنها با توهمات[6] و illusion هاست (ر.ک. جینز، ۱۴۰۳). به هر حال حافظ اهمیت نداهای درون و ضرورت توجه به آنها را در این بیت یادآور می‌شود.

- سایه‌ای بر دل ریشم فکن ای گنج روان که من این خانه به سودای تو ویران کردم

ویرانی و خرابی درون به منزلهٔ پیش‌شرطی برای رشد وسلوک در نزد حافظ جایگاه ویژه‌ای دارد. به هر حال ساختارهای درون روانی ما به ویژه آن دسته که منشأ آنها مربوط به عناصر منش است که نگاه ما را به هستی و زندگی شکل می‌دهند، مسیر ما را برایمان

[1] Basic definitions
[2] distress
[3] mental fluidity
[4] dreams
[5] revelations
[6] hallucination

ترسیم می‌کنند، تمایل به تداوم و ممانعت از تغییر دارند (هموستاز) و تمایلی به تغییر حتی در راستای رشد و بهتر شدن نشان نمی‌دهند. اما تا این ساختارها (اعم از شناختی و هیجان) حاضر و پایدارند، ساختارهای جدید نمی‌توانند شکل بگیرند و لذا نیاز به انهدام آنها است. از این جهت است که گفته می‌شود رشد روان از نقطهٔ A به نقطهٔ B از نظر سازگاری انطباقی خط مستقیم نیست و U شکل است (شکل ۲).



شکل ۲: رشد روان از نقطهٔ A به نقطهٔ B

یعنی از نظر انطباقی با محیط، نخست فرد این انطباق را تا حد زیادی از دست می‌دهد و نزول می‌کند و پس از تجربهٔ عمق، رو به بالا صعود می‌نماید و درجهٔ بالاتر سطح شخصیت و انطباق با محیط را تجربه می‌نماید. یعنی در هر رشد واقعی روحی–روانی دوره‌ای از برزخ هست که فرد در آن از نظر انطباقی افت ونزول می‌کند. در مورد این نزول گفته می‌شود که همچون زه کمانی عمل می‌کند که هر چه پایین‌تر کشیده شود فرد را بعداً بالاتر پرتاب خواهد نمود (Sadock, 2021). حافظ برای رشد خودآگاهی در مقاطعی تن به ویرانی و به هم خوردن ساختارهای درون روانی (البته به شیوه‌ای هدفمند و اعتلاگرایانه) داده است تا ساختارهای منعطف‌تر و عمیق‌تر سربرآورند.

- نقش مستوری و مستی نه به دست من و توست آنچه سلطان ازل گفت بکن آن کردم

همانگونه که رشد جسمی ریشه در مندرجات ژن‌های ما دارد، رشد روانی نیز مقوله‌ای بی‌هدف و بی‌انسجام نیست و ضرورت آن در عمیق‌ترین قسمت وجود ما (یعنی ژن‌ها) درج است و این مندرجات در نهایت تعیین می‌کنند که چه باید کرد تا رشد خودآگاهی جامهٔ عمل پوشد؛ اما «راه» برای هر کس ویژه و منحصر به فرد است (personalized). راه یکی از مستی می‌گذرد و راه دیگری از پوشیدگی و مستوری و هر چه هست در ازل مشخص شده و در ژن‌های ما درج است.

- دارم از زلف ازل جنت فردوس طمع گر چه دربانی میخانه فراوان کردم

در این جا مجدداً به مقولهٔ تناقض اشاره شده‌است. اساساً رشد روانی زمانی محقق می‌شود که ما توان در کنار هم نهادن و پذیرفتن احساسات و مفاهیم متناقض را داشته باشیم (که البته کار دشواری است). پدیده‌هایی را که ما متناقض می‌پنداریم «هستی» مکمل هم قبول دارد. عشق و نفرت برای یک ذهن متعارف مقولاتی متضاد و متناقض است که در یک جا جمع نمی‌شوند اما هستی چنین تقسیم‌بندی را قبول ندارد و فردی ممکن است چنین احساساتی را هم‌زمان در دل ما بیدار کند. در این صورت ذهن متعارف ما دو راه دارد؛ یا یکی از این دو احساس را به ناخودآگاه بفرستد (repression) یا با تغییر نگرش خود هر دو احساس را هم‌زمان در خودآگاهی جا بدهد و به این ترتیب خودآگاه خود را طوری بسط دهد که هر دو احساس را با هم درک نماید. یک ذهن بالغ[1] و یک خودآگاهی رشدیافته قادر به درک و تحمل تناقض‌ها هستند.

- اینکه پیرانه سرم صحبت یوسف بنواخت اجر صبری است که در کلبه احزان کردم

[1] mature mind

اهمیت صبوری و تحمل احساسات دردناک با وقار و خویشتن‌داری در این بیت مؤکد می‌شود. یک مفهوم روانکاوانه تحت عنوان «کف نفس» یا نگهداشت هیجانی[1] دقیقاً به این مسئله اشاره می‌کند. تحمل هیجانات منفی تند مانند خشم و غم و ترس و ممانعت از بروز و آزادسازی بی‌مهار و ابراز آن باعث رشد روحی– روانی می‌گردد. خودآگاهی زمانی گسترش می‌یابد که ما هیجانات تند را درک کرده آن را کنترل نماییم و مانع از بروز نسنجیده و متناقض با طرح های ذهنی خودآگاه آن شویم. آزادسازی بی‌مهار و بی‌حساب و کتاب عواطف و تبدیل سریع آن به رفتار (چه کلامی و چه حرکتی) مانع از رشد خودآگاهی می‌گردد و آن را در مراحل رشد نایافته و حتی شبه حیوانی نگاه می‌دارد. لذا صبر بر هیجانات تند و وقار در حین تحمل آنها باعث می‌شود در نهایت شاهد مراد در آغوش کشیده شود.

- هیچ حافظ نکند در خم محراب فلک این تنعم که من از دولت قرآن کردم

اشاره به استفاده از متون مقدس (قرآن) در سیر و سلوک؛ متنی که از عمیق‌ترین مرکز هستی و از مرکز واقعی کل یعنی ذات باری تعالی صادر شده‌است. نگاه به قرآن به منزلهٔ چراغ راهنمایی است که مسیر را به سالک نشان می‌دهد، از پیچ و خم‌های طریقت می‌گذراند و موجب تنعم و موفقیت حافظه شده‌است.

شیخ شهاب‌الدین سهروردی، رهروان را پند می‌داد که قرآن را چنان بخوانید انگار که تنها برای شما نوشته شده‌است. (ر.ک. شایگان، ۱۳۷۲)

بدیهی است فیضی که حافظ با تأمل و تدبر در مفاهیم قرآن در سیرخودشناسی و رشد برده، هیچ حافظ قرآن دیگری که تمرکزش بر کلمات و نه مفاهیم مستور و پنهان بوده نبرده‌است.

- گر به دیوان غزل صدر نشینم چه عجب سال‌ها بندگی صاحب دیوان کردم

اشارهٔ اساسی در این بیت به بندگی است؛ این که از خودخواهی و خودمحوری[2] رها بشویم و برای این رهایی نیاز به بندگی و فرمانبری از مرجع دیگری غیر از تمنیات و وسوسه‌های جسمی، هیجانی و ذهنی[3] است. بندگی و گوش سپردن به فرامین در مسیر طریقت که به بهترین وجهی در قرآن بیان شده است، تضمینی است برای رهایی از خودمحوری و گیرافتادن در گرداب‌های درونی که انرژی روانی را هدر می‌دهند و مانع از تجمع آن برای ممکن ساختن رشد خودآگاهی می‌کردند.

دوباره در این بیت حافظ رابطهٔ بیداری خودآگاه را با رشد یافتگی زبانی متذکر می‌شود. شعر گفتن و در شعر به اوج رسیدن نشانگر استحکام زبانی قدرتمند فرد است و در چند شعر حافظ رابطهٔ قدرتمندی بین بیداری خودآگاه و توانمندی‌های زبانی می‌بینند. از آنجا که بعضی محققین ساختار روان را یک ساختار زبانی می‌بینند (از جمله ژاک لاکان)، به نظر می‌رسد این بیت به این معنی است که گسترش خودآگاهی عملاً رابطه‌ای دو سویه با رشد ساختار زبان شناختی فرد دارد.

۴– نتیجه‌گیری

بررسی غزل‌هایی که از اتفاق افتادن یک واقعهٔ بزرگ درون روانی[4] خبر می‌دهند، نشان می‌دهد که این اتفاق بزرگ از سنخ گسترش خودآگاهی است؛ گسترشی فورانی که به صورت ناگهانی اتفاق می‌افتد اما محصول سالها تمرین و ممارست و نیز تأمل در عرصهٔ خودشناسی و هنر خویشتن‌داری است.

مهم‌ترین مؤلفه‌های این دگردیسی[5] عظیم عبارتند از:

[1] Emotional containment
[2] egocentrism
[3] somatic,emotional,cognitive
[4] Intrapsychic
[5] Transformation

- گسترش خودآگاهی به فراتر از مرزهای «من» فردی[1] وکسب آگاهی نامکان[2] از اجزای هستی
- برهم‌نهش و پیوند دو مرکز بنیادین روان بشری یعنی Ego و Self و حصول وحدت روانی
- دسترسی آزاد به منابع عظیم دانش غیرکلامی موجود در نیمکرهٔ راست
- کسب توانمندی‌های زبانی- کلامی[3] خارق‌العاده
- رهایی از اضطراب وجودی ناشی از قرارداشتن در حالت انتظار
- رهایی از صفات و عواطف منفی و نامطلوب همچون حرص و ولع و نیز غم و غصه

منابع

قرآن کریم.

پاشایی، عَ، (۱۳۹۰)، هایکو، شعر معاصر ژاپن، تهران: نشر نظر.

پالمر، ریچارد، (۱۳۹۰)، علم هرمنوتیک، ترجمهٔ محمدسعید حنایی کاشانی، تهران: نشر هرمس.

جینز، جولیان، (۱۴۰۳)، خاستگاه آگاهی در فروباشی ذهن دوجایگاهی، ترجمهٔ سعید همایونی، تهران: نشر نی.

حافظ شیرازی، (۱۳۷۸)، حافظ به سعی سایه، تصحیح امیرهوشنگ ابتهاج، چاپ ششم، تهران: نشر کارنامه

سپهری، سهراب، (۱۳۸۹)، هشت کتاب، تهران: نشر گفتمان اندیشهٔ معاصر.

شایگان، داریوش، (۱۳۷۲)، هانری کربن (آفاق تفکر معنوی در اسلام ایرانی)، ترجمهٔ باقر پرهام، تهران: نشر آگاه.

فروید، زیگموند، (۱۳۴۷)، تعبیر خواب و بیماری‌های روانی، ترجمهٔ ایرج پورباقر، مؤسسهٔ انتشارات آسیا.

فوردهام، فریدا، (۱۳۴۶)، مقدمه‌ای بر روانشناسی یونگ، ترجمهٔ مسعود میربها، تهران: سازمان انتشاراتی اشرفی.

کلونینگر، رابرت، (۱۴۰۱)، احساس خوب، ترجمهٔ علیرضا فرنام، تهران: نشر ارجمند.

لوکنر، آندره آس، (۱۳۹۴)، درآمدی به وجود و زمان، ترجمهٔ احمدعلی حیدری، تهران: نشر علمی.

مولوی، جلال‌الدین محمد، (۱۴۰۲)، مثنوی معنوی، تصحیح محمدعلی موحّد، ۲ ج، تهران: نشر هرمس و فرهنگستان زبان و ادب فارسی.

هاوکینگ، استفن، (۱۴۰۲)، تاریخچهٔ زمان، ترجمهٔ داود نعمت‌اللهی، تهران: نشر معیار اندیشه.

هایدگر، مارتین، (۱۴۰۴)، هستی و زمان، ترجمهٔ علی رشیدیان، تهران: نشر نی.

هریگن، اویگن، (۱۴۰۳)، روش ذن، ترجمهٔ علی پاشایی، تهران: سازمان انتشاراتی ابتکار.

هریگن، اویگن، (۱۴۰۴)، ذن در هنر کمانگیری، ترجمهٔ علی پاشایی، تهران: سازمان انتشاراتی ابتکار.

هسه، هرمان، (۱۳۶۷)، سیذارتا، ترجمهٔ پرویز داریوش، تهران: انتشارات اساطیر.

یونگ، کارل گوستاو، (۱۳۵۹)، انسان و سمبل‌هایش، ترجمهٔ ابوطالب صارمی، تهران: انتشارات کتاب پایا.

یونگ، کارل گوستاو، (۱۳۷۲)، جهان‌نگری، ترجمهٔ جلال ستاری، تهران: انتشارات طوس.

یونگ، کارل گوستاو و پلایانه، آنه، (۱۳۷۱)، خاطرات، رؤیاها و اندیشه‌ها، ترجمهٔ پروین فرامرزی، تهران: انتشارات جامی.

Bergson, H and Creative Evolution, (1983), L'Évolution créatrice, Henry Holt and Company, University Press of America.

[1] Transpersonal
[2] nonlocal
[3] Linguistic

Bohm David, (1980), Wholeness and the Implicate Order, First published by Routledge & Kegan Paul.

Cloninger Robert, (2010), ‘A Person-Centered Approach to Clinical Practice’, M.D Kathleen M. Wong, M.D. , FOCUS, Spring 2010, Vol. VIII, No. 2.

Cloninger Robert, (2006), ‘Fostering Spirituality and Well-Being in Clinical Practice’, PSYCHIATRIC ANNALS, 36:3.

Cloninger Robert, (2009), ‘Evolution of Human Brain Functions: The Functional Structure of Human Consciousness’, Aust N Z J Psychiatry 43: 994.

Jung C.G,(1974), Four archelypes, Routlrdge and Kegan Paul Ltd.

Sadock, Benjamin, J., Sadock, Virginia A. Ruiz, Pedro, (2021), Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry, 9th Edition.