



ORIGINAL RESEARCH ARTICLE

Investigating the Existential Meaning in Saadi Thoughts Relying on Existential Psychotherapy by Ervin Yalom

L. Azarnivar<sup>1</sup>, Sh. Pouralkhas<sup>1\*</sup>, A.R. Kiani<sup>2</sup>

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

2- Department of Educational Sciences, Mohaghegh Ardabili University, Ardabil, Iran.

ARTICLE INFO

Article History:

Received: 20 March 2021

Reviewed: 04 April 2021

Revised: 19 April 2021

Accepted: 19 June 2021

KEYWORDS

Saadi, Yalom, meaning, Existential psychotherapy, Nonsense; Life

\*Corresponding Author

✉ [Pouralkhas@uma.ac.ir](mailto:Pouralkhas@uma.ac.ir)

☎ (+98 45) 31505000




**BACKGROUND AND OBJECTIVES:** Existentialism is one of the traditional schools in contemporary philosophy and has been able to open its place in many fields of humanities such as literature, art and especially psychology. Psychological theorists and thinkers have offered different views and approaches in this regard. Yalom is a contemporary existential psychotherapist who helps people deal with life issues such as isolation, alienation, meaninglessness (fear), fear of death, pain and suffering. In his theory of psychotherapy, the question of the meaning of life is the most important and necessary component that is the basis of his psychotherapy. In this research, we try to study the existential meaning and ways to achieve the meaning of life, as well as to provide solutions to deal with the problem of meaninglessness in Saadi Park and Golestan.

**METHODOLOGY:** The method of collecting library information and the method of organizing it is descriptive-analytical. In this research, books, articles and existing researches about Saadi and Yalom and other written sources in this field have been used. The study area and society are Saadi Park and Golestan, edited by Gholam Hossein Yousefi and translated works (Sepideh Habib) by Ervin Yalom, a contemporary psychotherapist.

**FINDINGS:** The research findings indicate that despite the cultural, temporal and spatial differences, both thinkers in almost the same language and manner seek to provide solutions to achieve the true meaning of life and get rid of emptiness and emptiness. They are semantic. One of these strategies is moral values. For Sa'adi, life is inherently absurd and meaningless, but it has a considerable value that man himself is the creator of, and it depends on the observance of a series of moral principles

**CONCLUSION:** Sa'adi tries to learn to think about the meaning of life. His goal is to guide man towards moral virtues and create meaning in life; Provided that we are ready to accept hardships and suffer in the face of adversity as part of the process of finding meaning. The words that arise from Saadi's heart are sincere and deep enough for man to see the slightest hint of deception in it. His words are still practical and valuable after several centuries, just as the student turns to the teacher for the activity he is involved in. Existential turmoil should refer to Saadi's works and by reflecting on his sayings and poems and applying these points in themselves to obtain a state that is useful for improving life and getting rid of emptiness. Therefore, the more a person pays attention to his quality of life and moral values such as sacrifice, kindness, benevolence, forgiveness and altruism, the more meaningful life will be for him.

DOI: [10.22034/bahareadab.2022.14.6205](https://doi.org/10.22034/bahareadab.2022.14.6205)

NUMBER OF REFERENCES	NUMBER OF TABLES	NUMBER OF FIGURES
 21	 0	 0

## نشریه علمی سبک‌شناسی نظم و نثر فارسی (بهار ادب)

### مقاله پژوهشی

#### بررسی معنای وجودی در افکار سعدی با تکیه بر روان‌درمانگری اگزیستانسیال اروین یالوم

لیلا آذر نیوار<sup>۱</sup>، شکرالله پورالخاص<sup>۲\*</sup>، احمدرضا کیانی<sup>۲</sup>

۱- گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

۲- گروه علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

### چکیده:

**زمینه و هدف:** اگزیستانسیالیسم از جمله مکاتب سنتی است که در فلسفه معاصر مطرح می‌شود و توانسته در بسیاری از حوزه‌های علوم انسانی مثل ادبیات، هنر و بویژه روانشناسی، جایی برای خود باز کند. نظریه پردازان و اندیشمندان روانشناسی دیدگاهها و رویکردهای متفاوتی در این خصوص ارائه داده‌اند. یالوم یکی از روان‌درمانگران اگزیستانسیال معاصر است که به افراد در مواجهه با مسائل زندگی از قبیل انزوا، بیگانگی، بی‌معنایی (پوچی)، ترس از مرگ، درد و رنج کمک می‌کند. در نظریه روان‌درمانگری وی پرسش درباره معنای زندگی، مهمترین و ضروریترین مؤلفه است که اساس روان‌درمانگری او بشمار میرود. در این پژوهش سعی می‌شود معنای وجودی و راههای دستیابی به مفهوم معنای زندگی و همچنین ارائه راهکارهایی برای مقابله با معضله بی‌معنایی در بوستان و گلستان سعدی بررسی شود.

**روش مطالعه:** روش گردآوری اطلاعات کتابخانه‌ای و روش تنظیم آن توصیفی - تحلیلی است. در این پژوهش از کتابها و 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، بوستان و گلستان سعدی به تصحیح غلامحسین یوسفی و آثار ترجمه‌شده (سپیده حبیب) از اروین یالوم روان‌درمانگر معاصر است.

**یافته‌ها:** یافته‌های پژوهش گویای آن است که با وجود تفاوت فرهنگی، زمانی و بُعد مکانی، هر دو اندیشمند به زبان و شیوه‌ای تقریباً یکسان در صدد ارائه راهکارهایی برای دستیابی به معنای واقعی زندگی و رهایی از پوچی و بی‌معنایی هستند. یکی از این راهکارها ارزشهای اخلاقی است. از نظر سعدی زندگی ذاتاً پوچ و بی‌معناست، اما ارزش قابل‌ملاحظه‌ای دارد که خود بشر مبدع آن است و آن منوط به رعایت یک سری اصول اخلاقی است.

**نتیجه‌گیری:** سعدی سعی می‌کند تفکر در مورد معنای زندگی را بیاموزد. هدف او، هدایت انسان بسوی فضایل اخلاقی و ایجاد معنا در زندگانی است؛ بشرطی که آماده پذیرش سختیها و رنج بردن در برابر مشکلات بعنوان بخشی از فرایند یافتن معنی باشیم. واژه‌هایی که از دل سعدی برمیخیزد، صادقانه و عمیقتر از آن است که انسان کوچکترین رنگی از فریب در آن ببیند. سخنهای او با گذار چندین قرن هنوز کاربردی و ارزشمند است، همانطور که هنرجو برای فعالیتی که درگیر آن است، به آموزگار رجوع می‌کند، بیمارانی (مخاطبان) که درگیر زندگی و مشکلات آن و روان‌نژندی هستند میتوانند برای حل مشکلات و رفع نقصها و آشفتگیهای وجودی به آثار سعدی مراجعه کنند و با تأمل در گفته‌ها و شعرهای او و بکارگیری این نکته‌ها در خود حالتی را بدست آورند که برای بهبود زندگی و رهایی از پوچی مفید باشد. بنابراین هرچه انسان بیشتر به کیفیت زندگی خود و ارزشهای اخلاقی از قبیل فداکاری، نیکی، احسان، گذشت و نوع‌دوستی توجه داشته باشد، زندگی برایش معنادارتر خواهد شد.

تاریخ دریافت: ۲۰ اسفند ۱۳۹۹

تاریخ داوری: ۱۵ فروردین ۱۴۰۰

تاریخ اصلاح: ۳۰ فروردین ۱۴۰۰

تاریخ پذیرش: ۲۹ خرداد ۱۴۰۰

### کلمات کلیدی:

سعدی، یالوم، معنا، روان‌درمانگری اگزیستانسیال، بی‌معنایی؛ زندگی.

\* نویسنده مسئول:

Pouralkhas@uma.ac.ir

۳۱۵۰۵۰۰۰ (۹۸ ۴۵)

## مقدمه

اگزیستانسیالیسم<sup>۱</sup> از جمله مکاتب سنتی است که در فلسفه معاصر مطرح می‌شود و توانسته در بسیاری از حوزه‌های علوم انسانی مثل ادبیات، هنر و بویژه روانشناسی جایی برای خود باز کند. نظریه‌پردازان و اندیشمندان روانشناسی، دیدگاهها و رویکردهای متفاوتی در این خصوص ارائه داده‌اند؛ یکی از این رویکردها «روان‌درمانی اگزیستانسیال»<sup>۲</sup> است که ساختاری نظری دارد. مجموعه فونونی از این ساختار برمیخیزد که چارچوبی برای بسیاری از مؤلفه‌های درمان فراهم می‌آورد و بجای تبیین یک مکتب یا گروه خاص، توضیح‌دهنده یک نوع نگرش و رویکرد به انسان است. به عبارتی یک نظام درمانی نیست، بلکه نگرشی به درمان است (روانشناسی وجودی، می: ص ۱۹).

یالوم، یکی از روان‌درمانگران اگزیستانسیال معاصر، در تلاش است به افراد در مواجهه با مسائل زندگی از قبیل انزوا<sup>۳</sup>، بیگانگی<sup>۴</sup>، بی‌معنایی (پوچی)<sup>۵</sup>، ترس از مرگ<sup>۶</sup> و درد و رنج<sup>۷</sup> کمک کند. در نظریه روان‌درمانگری وی پرسش درباره معنای زندگی، مهمترین و ضروریت‌ترین پرسش است؛ بنابر باور او «افرادی که معنای ژرفی را در زندگی حس کنند، زندگی کاملتری دارند و نسبت به کسانی که زندگیشان عاری از معناست، با ناامیدی کمتری با مرگ روبرو میشوند» (روان‌درمانی اگزیستانسیال، یالوم: ص ۵۹۶). به همین خاطر در آثار خود با برانگیختن نگرانیهای اگزیستانسیال، بدنبال یافتن معنایی برای زندگی است.

با توجه به جامعه امروز و بروز مشکلات فراوانی که گریبانگیر آدمیان است و همچنین بالا رفتن آمار خودکشی و اعتیاد، روان‌درمان‌گران ریشه خودکشی و اعتیاد را مرتبط با فقدان معنا میدانند و این نشان میدهد که در فرهنگ معاصر ما از معنای زندگی کاسته شده است. حال، با توجه به ادبیات و فرهنگ غنی کشورمان که شهرت جهانی دارد و زبان و ادبیات فارسی نیز آیینۀ تمام‌نمایی از تجارب اقوام، مردم و اندیشمندان سرزمین در ادوار مختلف تاریخ است که در قالب اسطوره، شعر، نثر، حکایت، ضرب‌المثل و داستان به دستمان رسیده است و خبر از فلسفه، سبک زندگی و روشهای مواجهه با مشکلات فردی و جمعی میدهند، با استفاده از این متون بدنبال معنادار کردن زندگی هستیم. یکی از این متون، آثار اندیشمند بزرگ، سعدی، است. او در روزگاری که امید به زندگی، خوشبختی و آسایش از مردم سلب شده، در مورد مسلمات هستی داد سخن داده است. به قول هنری ماسه سعدی از جمله شاعرانی است که در آثار خود «بوستان» و «گلستان»، به مردمانی که در عرصه شطرنج حوادث، همچون پیاده‌های عاج هستند، با دادن یک انگیزه تازه، آنها را به ادامه فعالیت و زندگی تشویق میکند (تحقیق درباره سعدی، ماسه: ص ۵۰). در واقع سعدی، در مقام هنرمند و روانشناس بزرگ، بسیاری از نکات باریک و اندیشه‌های بلند خود را در لباس حکایات دلپذیر عرضه داشته است و از این طریق پاسخگوی خیلی از مشکلات روحی و معضلات بی‌معنایی زندگی افراد جامعه شده است (مقدمه گلستان، یوسفی: ص ۱۸).

حال سؤال اصلی این است، با توجه به فانی بودن انسان، چه چیزهایی باعث معنابخشی زندگی انسان میشود؟ در پژوهش حاضر با بررسی معنای اگزیستانسیال در دو اثر مهم سعدی، «بوستان» و «گلستان»، براساس نظریه

1. Existentialism

2. Existential Psychotherapy

3. Isolation

4. Alienation

5. meaningfulness

6. fear from death

7. pain and suffer

روان‌درمانگر معاصر اروین یالوم، نشان می‌دهد سعدی چگونه به انسان‌های نیازمند معنا کمک می‌کند تا به معنای واقعی در زندگی دست یابند. این به خودی خود دستاوردی باارزش است؛ زیرا تنها همین واقعیت درخور آموختن و آموزش‌پذیر بودن است. هدف پژوهش یافتن پاسخی به سؤالی‌های زیر است:

سعدی از چه شگردی برای انتقال معنا بهره برده است؟

عکس‌العمل او در مقابل بی‌معنایی (پوچی) چگونه است؟

### سابقه پژوهش

سعدی از جمله شاعران و نویسندگان بزرگی است که بخاطر بیان، حکمت اخلاقی و مشرب فلسفی خود شهرت جهانی پیدا کرده است. پژوهش‌های متعددی براساس رویکردها و نظریه‌های مختلف در قالب کتاب، پایان‌نامه، مقاله و طرح‌های پژوهشی درمورد او انجام گرفته است. در مقاله‌ای با عنوان «معنادرمانی مکتب سعدی» از یآوری (۱۳۸۹)، به معنابخشی از دیدگاه فرانکل و مفاهیمی از قبیل رنج جزء لاینفک زندگی انسان، بدنبال رنج گنج وجود دارد، و هر فرد پاسخگوی زندگی خویش است، پرداخته شده است. نگارنده اذعان کرده معنابخشی سعدی قابل مقایسه با نظریه فرانکل است، اما بطور کامل آن را توضیح نداده است. در «واکاوی تطبیقی جایگاه قناعت در مثنوی معنوی مولوی و بوستان سعدی با تأملی در دیدگاه مکتب معنادرمانی و ارائه الگویی از آن» از بختیاری نصرآبادی و همکاران (۱۳۹۸) به بررسی جایگاه قناعت در مثنوی مولوی و بوستان سعدی مطابق با معنادرمانی فرانکل پرداخته‌اند. اما پژوهشی درباره بررسی معنای اگزیزستانسیال سعدی با تکیه بر نظریه روان‌درمانگری اروین یالوم انجام نگرفته است؛ بنابراین پژوهش حاضر تازگی دارد و می‌تواند در شناخت جنبه دیگری از اندیشه سعدی در روان‌درمانگری اگزیزستانسیال و معنابخشی زندگی آدمی یاری‌رسان باشد.

### روش مطالعه

روش گردآوری اطلاعات کتابخانه‌ای و روش تنظیم آن توصیفی - تحلیلی است. با تکیه بر رویکرد روان‌درمانگری اگزیزستانسیال اروین یالوم به بررسی معنای وجودی در افکار سعدی پرداخته شده است. از کتابها، پژوهش‌ها و دیگر منابع مکتوب موجود در خصوص سعدی و یالوم در این پژوهش استفاده شده است.

### بحث و بررسی

#### بی‌معنایی (پوچی) و تبعات آن

اروین یالوم، روانشناس اگزیزستانسیال و نویسنده آمریکایی، پوچی و معضل بی‌معنایی را چهارمین دغدغه وجودی فرد میداند (روان‌درمانی اگزیزستانسیال، یالوم: صص ۲۰-۲۱). او به تبعیت از اگزیزستانسیالیست‌ها معتقد به تصادفی بودن دنیا است؛ «بدلیل دغدغه‌های غایی و هستی‌شناخته اگزیزستانسیال و نگاه پوچ‌گرایانه‌ای که به کل نظام هستی و از جمله وجود انسان دارد، زندگی را به خودی خود عاری از هرگونه معنایی میداند» (مابعدالطبیعی معنای زندگی به روایت اروین یالوم، شایان فر و قلعه: صص ۶۷). او همچون روان‌درمانگران وجودی، معتقد است نزدیک بی‌ست در صد روان‌نژندی‌هایی که در تجربه بالینیش با آنها روبرو می‌شود، منشأ «ذهن-زاد»<sup>۱</sup> دارد؛ یعنی ناشی از فقدان معنا در زندگی» (روان‌درمانی اگزیزستانسیال، یالوم: صص ۵۸۱) است. بنابراین روان‌نژندی

<sup>۱</sup>. noogenic

اگزیستانسیالیست را معادل بحران بی‌معنایی یا پوچی میدانند. به نوعی روان‌نژندی را میتوان رنج یک روح انسانی دانست که معنای خویش را نیافته است.

### معنادرمانی<sup>۱</sup>

«معنادرمانی» یکی از مهمترین رویکردهای روان‌درمانی انسانگرا است که بر جنبه معنوی انسان و معنای وجود انسان تأکید دارد. رویکردی فلسفی دربارهٔ مردم و وجود آنها که به مضامین و موضوعات مهم زندگی، مانند معنای رنج، خلأ وجودی، مرگ و زندگی، آزادی، مسئولیت‌پذیری درقبال خود و دیگران، انزوا و تنهایی وجودی، معنایی و کنار آمدن با بی‌معنایی میپردازد. این رویکرد انسانها را وامیدارد تا آنسوی مشکلات و وقایع زندگی روزمره را ببینند» (روان‌درمانی اگزیستانسیالیست، یالوم: ص ۵۹۸). معنادرمانی یکی از جنبشهای اساسی در چارچوب درمانی جدید است، انسان را موجودی می‌شناسد که توجه ویژه‌ای به یافتن معنی در زندگی و شکوفایی ارزشها دارد. به عبارتی ارزشها و راه و رسم رفتارها را می‌آموزد تا انسانها در سایه معنای زندگی منسجمی برای خود داشته باشند (در جستجوی معنا، فرانکل: ص ۱۰۷).

«ویکتور فرانکل» از معدود روان‌درمانگرانی است که بر نقش معنا در ناهنجاریهای روانی و روان‌درمانی متمرکز شد. او در کتاب «انسان در جستجوی معنا»، اصطلاح «لوگوتراپی» را برای تئوری خود یعنی «معنی» برگزید. او هنگام صحبت از نومیادی اگزیستانسیالیست، به وضعیت بی‌معنایی یا پوچی اشاره میکند؛ همچنین در صحبت از درمان، به فرایند کمک به بیمار در جهت آموزش مسئولیتها در یافتن معنا اشاره دارد (پزشک و روح، فرانکل: ص ۱۴)؛ یعنی بیمار باید بطور مستقل بسوی معنای ذاتی وجود خویش پیش رود. یالوم در این حوزه چندان به بحثهای نظری نپرداخته است. او مکتب روان‌درمانی وجودی را بعنوان جستجوی راههای زندگی بامعنا تعریف میکند. فرانکل در پی این بود تا شیوهٔ درمانی ابداع کند که برای همهٔ بیماران چه بی‌دینان و چه دینداران کاربرد داشته باشد. در واقع رویکرد او به معنا از اساس مذهبی است. یالوم نیز تا حدودی در معنایی به فرانکل توجه داشته است و دو نظر متناقض به دین و مذهب در خصوص معنای زندگی در نظریهٔ او دیده میشود؛ او از طرفی زندگی را ذاتاً بی‌معنا میدانند و هیچ نقشی برای دین و مذهب قائل نیست و «استفاده از قانون الهی برای معنابخشی زندگی را توهین به شعور انسانی و محدودکنندهٔ آزادی انسان میدانند» (بررسی تنهایی اگزیستانسیالیست در دنیای مدرن و روشهای مواجهه با آن با تکیه بر آراء اروین یالوم، مظاهری، عباس زمانی: ص ۹۱)، اما از طرف دیگر زندگی افراد مذهبی و خداپاوار را معنادارتر از بی‌دینها میدانند و پوچ‌گرایی انسانهای مدرن را به کمرنگ شدن دین در زندگی آنها ربط میدهد.

### کشف یا جعل معنا

از مهمترین مباحث معنای زندگی در میان فیلسوفان اگزیستانسیالیست غرب، بحث کردن از کشف یا جعل معناست. منظور از کشف معنا یعنی از قبل برای انسان معنا و هدفی در جهان مهیا شده است تا انسان آن را بجوید، اما منظور از جعل معنا یعنی از قبل هیچ برنامه و هدفی برای انسان مهیا نشده است تا انسان آن را بجوید و این تنها خود اوست که باید برای زندگی خود بلحاظ سیر درونی و انفسی معنا خلق کند (روان‌درمانی اگزیستانسیالیست، یالوم: ص ۶۰۵). یالوم همانند دیگر فیلسوفان اگزیستانسیالیست، انسان را موجوی پرتاب شده در

<sup>۱</sup>Logotherapy

جهان بیمعنا میدانند که مجبور است معنای زندگی خود را با انتخابهای آزادانه‌اش، بطور پیوسته خلق کند» (همان: ص ۵۸۹).

### ماهیت معنای وجودی در اندیشهٔ سعدی و یالوم

سعدی شیرازی از جمله اندیشمندانی است که سخنانش در میان فارسی‌زبانان کشورهای مختلف، زنده، پویا، فرازمانی و فرامکانی است. گویی وی شرایط اجتماعی روزگاران بعد از خود را بعینه دیده و مجسم کرده است. «بوستان» و «گلستان» دو اثر برجستهٔ او یکی در مورد اخلاق، تربیت و وعظ، و دیگری دربارهٔ تهذیب و تربیت نفس است. سعدی در این کتابها سیمای مردم دنیادیده و پخته و اندیشه‌ور را در ذهن تداعی میکند که در سرا سر عمر فرازون شیبهای بسیاری را پشت سر گذاشته‌اند. آنچه در این آثار بیش از هر چیز بچشم می‌آید، پیامهای اخلاقی و تجربه‌های فراوان و متنوع در زندگی اوست که میتواند در هر دوره‌ای، بویژه دورهٔ معاصر، سرمشق انسانها قرار گیرد (مقدمهٔ گلستان، یوسفی: ص ۲۵). سعدی در این دو اثر، بخصوص گلستان، زندگی فعال بشری را بنمایش میگذارد و انسانها را به گذشت روزگار و تزلزل سرنوشت هشدار میدهد:

مشقت نیرزد جهان داشتن      گرفتن به شمشیر و بگذاشتن

(بوستان: ص ۶۹)

جهان ای پسر ملک جاوید نیست      ز دنیا وفاداری امید نیست

(همان: ص ۹۰)

و سعی میکند به آنها بفهماند این دنیای گذرا و ناپایدار فرصتی برای دست یافتن به کمال است. علاوه‌براین مخاطب را متوجه مضمون و معنی حقیقی زندگی میکند تا معنی دیگری از زندگی را دریابد و معنی سطحی را رها کنند. به نوعی آرزوی سعدی دستیابی به معنای واقعی زندگی و خوشبختی در این دنیا است.

یار ناپایدار دوست مدار      دوستی را نشاید این گذار..

... برگ عیشی به گور خویش فرست      کس نیارد ز پس، ز پیش فرست

(همان: ص ۵۲)

سعدی در حکایت‌های «بوستان» و «گلستان» گاهی در لباس جدّ و زمانی در کسوت هزل، سخنانی لطیف و حکمت‌آموز آورده» (مقدمهٔ گلستان، خزائلی: ص ۶۱) و توجه فراوانی به معنادرمانی داشته است. او همچون روان‌درمانگران وجودی از طریق ارتباط کلامی «معنی راستین و حقیقی زندگی که موجب رهایی و سلامت روانی حتی استعلا انسان میشود را به آنها گوشزد میکند» (شیوهٔ بیان سعدی در برخورد با افسردگی در بوستان و گلستان، خانیان: ص ۱۸۴) و امکان تجربهٔ رفتار اخلاقی والاتری را میدهد که در هریک از این رفتارها هدفی نهفته است. در نظر او مبنای اخلاق فردی، احساس آزادی استقلال و تعدیل میلیهاست» (مقدمهٔ گلستان، خزائلی: ص ۶۱).

بیا تا برآریم دستی زدل      که نتوان برآورد فردا ز گل

(بوستان: ص ۳۶۶)

ما انسانها موجوداتی هستیم در جستجوی معنا و این سؤال مشغلهٔ فکری ما و بسیاری از انسانها چه مرد و چه زن است که برای چه زندگی میکنیم؟ و «دل بستن به حطام این دنیا، که در یک لحظه باید ترکش گفت، حاصل چه دارد» (گلستان: ص ۱۸۶)؛ زیرا «هرچه نباید دلبستگی را نشاید» (همان: ص ۵۴) و در زندگی احساس بی‌هدفی و

بی معنایی میکنند؛ در نتیجه رخداد‌های زندگی مایهٔ رنج و تجربهٔ دردسرها برای آنها میشود. زندگی حتماً باید معنای عمیقی داشته باشد که باعث تداوم آن شود.

از نظر یالوم فقدان حس معنا در زندگی، منجر به رنج و سختیهای فراوان، یأس، ناامیدی، بیهودگی و پوچی میشود. او معتقد است رابطه‌ای کمابیش خطی با ناهنجاری روانی وجود دارد: یعنی هرچه حس معنا کمتر باشد، شدت ناهنجاری روانی بیشتر میشود. هر یک از اختلالهای روانی در صورت تداوم، باعث اختلالهای دیگر و در نهایت منجر به پایان دادن زندگی و خودکشی میشود (ر.ک: روان‌درمانی اگزیستانسیال، یالوم: ص ۶۳۴). پس بیچاره کسی که زندگی برایش معنا، هدف، انگیزه و مقصدی نداشته باشد و چیزی او را به زندگی گره زند. به قول سعدی

بی‌فایده هر که عمر درباخت چیزی نخرید و زر بینداخت  
(گلستان: ص ۱۷۰)

البته این منطقی است که مایوس شوند و نتیجه بگیرند که زندگی ارزش زیستن ندارد. تنها زمانی خواهند توانست در شرایط دشوار و بیرحم، زندگی بهتری داشته باشند که معنایی برای زندگی خود انتخاب کنند. در نگاه سعدی مسئلهٔ معنای زندگی بغایت حائز اهمیت است. مثلاً در ضمن حکایتی تحسّر و احساس پوچی خود را بعد از مرگ یکی از دوستانش اینگونه بیان میکند:

نباید بستن اندر چیز و کس دل که دل برداشتن کاری است مشکل  
(گلستان: ص ۱۴۳)

«بعد از مفارقت او عزم کردم و نیت جزم که بقیت زندگانی فرش هوس درنوردم و گرد مجالست نگردم».

دوش چون طاووس مینازیدم اندر باغ وصل دیگر امروز از فراق یار میپیچم چو مار  
(همانجا)

این حسرت و غم جدایی سبب ناهنجاریهای روانی وی شده است. او دیگر کسی را دوست ندارد و نمیخواهد به کسی دل ببندد. به نوعی افرادی که عزیزان خود را از دست داده‌اند در جستجوی مفری برای دردشان هستند و ایدهٔ مرگ بیشتر راه‌حل مناسبی بنظرشان میرسد تا تهدید «(هنر درمان، یالوم: ص ۱۸۸). سعدی نیز در فراق دوست، ناامید و زندگی خود را بیمعنا حس میکند و دچار بیماری و ناهنجاری میشود و برای خود نیز آرزوی مرگ میکند.

کاش کان روز که در پای تو شد خار اجل دست گیتی بزدی تیغ هلاکم بر سر  
تا در این روز جهان بی تو ندیدی چشمم این منم بر سر خاک تو که خاکم بر سر!  
(همان: ص ۱۴۳)

او با ذکاوت ذاتی و تجاربی ارزنده همچنین بدلیل زندگی در بین اقشار و جوامع مختلف و همنشینی با افراد گوناگون و کسب علوم و معارف لازم بویژه علوم انسانی به فضایل اخلاقی اشراف داشته است. بخاطر شناخت دقیق از مسائل روحی و روانی جامعه و مردم عصر خویش، رفتار، گفتار، حرکات و سکنت آدمی از دید تیزبین او دور نمانده است. او با تیغ زبانش روح و روان ملول اهل دنیا را جراحی مینماید تا بدان، تلخی روزگار و ناامیدی را از روان مردم بزدايد و در عوض امید و معنای تازه‌ای به زندگی آنها ببخشد (شیوهٔ بیان سعدی در برخورد با افسردگی در بوستان و گلستان، خانیان: ص ۱۸۳).

چه خوش‌گفت یک روز داروفروش: شفا بایدت داروی تلخ نوش  
 اگر شربتی بایدت سودمند ز سعدی ستان تلخ داروی پند  
 به پرویزن معرفت بیخته به شهید عبارت برآمیخته  
 (بوستان: ص ۱۰۱)

سعدی با سخنان همچون شهید خود حس زیبادوستی را به مخاطبان القا میکند. وی با تأکید فراوان بر روح و روان مخاطبان در پی ترغیب آنها برای معناآفرینی است؛ یعنی با بیان خود حس آرامش دلپذیر و لذت بردن از زندگی را به انسانها هدیه میدهد تا بتوانند به تعادل روحی و روانی دست یابند و به زندگی خود ادامه دهند. این همان هدفی است که روان‌درمانگران وجودی آن را اساس کار خود قرار داده‌اند.

فرانکل سه روش برای کشف و جستجوی معنا پیشنهاد داده است؛ ۱- انجام کارهای ارزشمند. ۲- تجربه ارزش والا. ۳- تحمل درد و رنج (در جستجوی معنا، فرانکل: ص ۱۱۵). یالوم نیز به تبعیت از فرانکل، در روان‌درمانگری خود به ارتباط معنا و ارزشها تأکید دارد؛ زیرا ایجاد معنا باعث زاده شدن ارزشها و ارزشها نیز بنوبه خود، حس معنا را در فرد تقویت میکنند (ر.ک: روان‌درمانگری اگزیزستان سیال، یالوم، ص ۶۳۸)؛ بدین معنی ارزشها در عمل خلق میشوند و معیار چیزهایی هستند که فرد بخاطر آن میخواهد جانش را فدا کند.

سعدی همچون یالوم معتقد به ارتباط بین ارزشها و معنادار بودن زندگی است؛ یعنی هرچه انسان بیشتر به کیفیت زندگی خود و ارزشهای اخلاقی توجه داشته باشد، به همان اندازه زندگی برایش معنادار خواهد شد. یعنی معنادار کردن زندگی بستگی به دیدگاه و اعمال و رفتار آدمی دارد که چطور به آن نگاه میکند؛ مثلاً زندگی در نگاه شخص ریاکار و خودفروش تیره و سیاه است، اما کسی که به ارزشهای اخلاقی توجه دارد، زندگی برایش زیبا و معنادار است (حدیث خوش سعدی، زرین کوب: ص ۸۸). در واقع او روان‌درمانگری است که با تکریم از هنر، فضیلت و ارزشهای اخلاقی تلاش میکند با رفع دغدغه‌های عمده آدمی و رهایی از بی‌معنایی به کمک انسانها بشتابد. معنادارمانی سعدی بیشتر به جنبه ارزشهای اخلاقی گرایش دارد. به عبارتی سعدی در مورد اخلاقیات به پند و نصیحت ابنای بشر میپردازد.

سخنهای سعدی مثال است و پند بکار آیدت گر شوی کاربند  
 (بوستان: ص ۱۵۵)

خواننده باید پندهای اخلاقی را در بین سطور حکایت جستجو کند. از این پندهای گوناگون یک فلسفه علمی حاصل میشود که به واقع اندکی مبهم و دشوار یاب، اما نسبتاً کامل است. بر این اخلاق که به آدمی طرز رفتار در برابر هم‌نوعان را تعلیم میدهد، یک رشته نکات روانشناسی نیز برحسب وضع اجتماعی شخص، افزوده میشود و ترسیم سیمای انسان آرمانی سعدی را میسر میسازد (ر.ک: تحقیق درباره سعدی، ماسه: ص ۱۶۹). در خلال این پندهای اخلاقی با بیماری (مخاطبی) که داستان خود را بازگو میکند رودررو مینشیند و روان‌درمانگر (سعدی) به حرفهای او گوش میدهد و به روان‌درمانگری میپردازد.

بنابراین همچون فیلسوف و روان‌درمانگر وجودی با نگاهی زیبا به هستی و ابعاد وجودی انسان، با استفاده از نیکی و عشق بدنبال معنادارمانی و حل معماها و معنابخشی زندگی است. او خود را موظف میداند مادام که انسان ناآگاه به مسئولیت خود، زندگی را تنها یک واقعیت پندارد، به او بیاموزد که زندگی را مانند حکمی در نظر گیرد. در حقیقت تربیت او حکمت عملی و ذوق زندگی است.



گرت از دست برآید، دهنی شیرین کن      مردی نه آنست که مشتی بزنی بر دهنی  
(گلستان: ص ۱۰۶)  
تا توانی درون کس مخراش      کاندر این راه خارها باشد  
(همان: ص ۸۳)

حال این ارزشها که فرانکل و بعدها یالوم باعث معناداری زندگی میدانند، کدام ارزشها هستند؟ هر انسانی در هر موقعیتی از زندگی، همیشه برای خود ارزشها و ایده‌هایی دارد که محرک زندگی اوست، که از این طریق میتواند به تحقق استعدادهای شخصی خود برسد و بخاطر آنها جان خود را بدهد. مثلاً در زندگی یک نفر عشقی وجود دارد که باعث پیوند بین فرزندان یا همسرش میشود:

تورا عشق همچون خودی ز آب و گل      رباید همی صبر و آرام دل  
(بوستان: ص ۱۶۳)

در زندگی دیگری استعدادی که بتواند به چیزهای جدید دست یابد یا خاطره‌هایی که ارزش حفظ کردن دارد. تمامی این رشته‌های ظریف و نامرئی در زندگی به شکل یک انگاره استوار درمیاید که تعبیری از معنا است (در جستجوی معنا، فرانکل: صص ۱۲۰-۱۲۱).

مورد دیگر کشف یا جعل معنا از دیدگاه سعدی است؛ یعنی آیا جهان ذاتاً دارای معناست و ما باید معنای جهان را کشف کنیم؟ یا اینکه جهان پوچ و بی‌معناست و ما باید با این بی‌معنایی مبارزه کنیم و معنایی برای زندگی خود بسازیم؟

یار ناپایدار دوست مدار      دوستی را نشاید این غدار..  
برگ عیشی به گور خویش فرست      کس نیارد ز پس، ز پیش فرست  
(گلستان: ص ۵۲)

سعدی با زبانی شاعرانه به ناپایداری و بی‌معنایی هستی پرداخته است و بجای بدبینی و انزوا، آدمی را به تلاش و فعالیت فرامیخواند و میخواهد برای معنادار کردن زندگی گام مؤثری بردارند. به نوعی طرفدار جعل معناست. از نظر او جعل معنا تنها از عهده انسانی برمیآید که در دنیا گرفتار است. در غزلهایش نیز با شوق تمام به توصیف لذت زندگانی این جهانی میپردازد، اما ناگهان در میان دلنشینترین اوصاف، دردناکترین حسرتها و هشدارها را به گوش مخاطبان میرساند که، زندگی بس کوتاه است و در آن همه چیز بسیار زودگذر است؛ پس باید هنگام مواجهه با پوچی، باشکوه زندگی کرد. مطابق این گرایش، او در گلستان و برخی قسمتهای بوستان، انسان را موجودی میدانند که میتواند واکنش خود را در برابر رنجها و سختیهای ناخواسته ولی پیش‌آمده و شرایط محیطی خود انتخاب کند و سرنوشت خویش را بدست گیرد؛ یعنی انسانها با اعمال و رفتار خود همچون نوع دوستی، فداکاری برای آرمان و بخشش و... باعث خلق معنا در زندگی میشوند؛ چراکه انسان تنها زندگی نمیکند بلکه بسته به شرایط اجتماعی، روحی و روانی خود میتواند در هر لحظه تصمیمهای متفاوتی بگیرد یا اینکه اراده کند که چگونه زندگی کند و هیچ کس را جز خود او یارای آن نیست که این حق را از او بازستاند. انسان وقتی میتواند از بی‌تفاوتیهای جهان فراتر رود و به مقام واقعی خود نائل شود که در این مدت محدود، معنایی برای زندگی خود خلق کند.

سعدی راههای خاصی برای معنادار کردن زندگی آدمی پیشنهاد میکند. یکی از آنها تحمل رنج و سختیهاست.

غواص اگر اندیشه کند ز کام نهنگ هر گز نکند دُرّ گرانمایه به چنگ  
(گلستان: ص ۱۲۲)

«رنج جزئی لاینفک از زندگی است، پس باید معنایی در رنج نهفته باشد و اگر انسان بتواند به رنج خود معنا دهد، آن رنج دیگر آزاردهنده نیست» (سعدی در روانشناسی نوین، هاشمی: ص ۲۲۷). سعدی در طول زندگی شاهد رنجها و سختی‌هایی بوده است و از توانایی بشر در چیرگی بر شرایط موجود و کشف حقیقتی روشنگر آگاهی کافی دارد. «او اساساً قصد دارد دستورهای عملی‌ای برای دشواری‌های بیشماری که انسان در زندگی با آن مواجه است را به آدمی بیاموزد» (قلمرو سعدی، دشتی: ص ۲۲۷).

درد و رنج بهترین جلوه‌گاه ارزش وجودی انسان است. شیوه و نگرش فرد به رنج و روشی که این رنج را به دوش میکشد، مهم است؛ اگر از سختیها بترسی هیچوقت به حقیقت و ارزش زندگی پی نخواهی برد.

به سختی بنه گفتش، ای خواه، دل کس از صبر کردن نگردد خجل  
چو از گلبنی دیده باشی خوشی روا باشد ار بار خارش کشی  
(بوستان: ص ۳۰۱)

برای مثال سعدی در سن پنجاه سالگی در شهر حلب گرفتار غم غربت شد که هرکس دیگر را، در چنان احوالی که او در آن قرار داشت، خسته و افسرده میکرد، اما چیزی از شور و شیدایی سالهای جوانی او نکاست. او همچنان زندگی را با کنجکاو، شوق و خوشباشی مینگریست، آن را دوست میداشت، به نوعی دنبال معنای زندگی بود و با وجود سختیهای زیاد آن را تحمل میکرد؛ مطابق نظریه روان‌درمانگری یالوم، معنا را باید با پذیرش سختیها بدست آورد.

خداوندان کام و نیکبختی چرا سختی خورند از بیم سختی  
برو شادی کن ای یار دل‌افروز غم فردا نشاید خورد امروز  
(گلستان: ص ۱۵۶)

سعدی همچون یالوم معنای زندگی را ساخته فرهنگ میدانند. معتقد است «پوچی و بی‌معنایی زندگی، ارتباط تنگاتنگی با رفاه و رهایی دارد؛ یعنی هر چقدر انسان درگیر امور روزمره زندگی خویش و بقایش باشد، کمتر متوجه پوچی و بی‌معنایی میشود» (روان‌درمانی اگزیستانسیال، یالوم: ص ۶۱۹).

سعدی در فصل سوم در حکایت «مشت‌زن»، معنا را همچون گنجی میداند که بدنبال تحمل رنج و سختی بدست می‌آید. «تا رنج نبری گنج برنداری» (گلستان: ص ۱۲۵). در تأیید این موضوع از زبان شخصیت داستان میگوید: نبینی به اندک رنجی که بردم چه تحصیل راحت کردم و به نیشی که خوردم چه مایه عسل آوردم (همان: ص ۱۲۶).

معنادرمانی، جوهر وجودی و اصل انسان را در پذیرفتن مسئولیت میداند. انسان زمانی که بتواند به شیوه‌ای درست، سرنوشت و مسئولیت رنج‌هایش را بر دوش بکشد، فرصت آن را خواهد یافت که در سختترین شرایط، معنایی عمیق به زندگی خود ببخشد. در این صورت زندگی شرافتمندانه و قهرمانانه خواهد داشت. تنها خود فرد، پاسخگوی پرسشهای زندگی خویش است. زندگی‌ای که خود او مسئول آن است.

مبین آن بی مرّوت را که هر گز نخواهد دید روی نیکبختی  
که آسانی گزیند خویش‌تن را زن و فرزند بگذارد به سختی  
(همان: ص ۷۰)

از نظر سعدی پیشامدهای جزئی زندگی حتی بی‌معنی‌ترین آنها به ظاهر بر معنایی عمیق دلالت دارند، این پیشامدها بر اثر انقلابها و دگرگونیها رخ میدهد. در واقع او هر موقعیت از زندگی را فرصتی طلایی میداند که به انسان امکان دست‌وپنجه نرم کردن با مشکلات را میدهد. به تعبیری این شانس را به انسانها میدهد که گره‌های زندگی خود را با دستهایشان بکشایند.

سعدیا دی رفت و فردا همچنان موجود نیست  
چو پنجاه سالت برون شد ز دست  
در میان این و آن، فرصت شمار امروز را  
غنیمت شمر پنج روزی که هست  
(بوستان: ص ۱۸۲)

انسان باید از فرصتهای خود در زندگی نهایت استفاده را بکند و آنها را غنیمت بداند؛ در غیر این صورت کارش ناقص میماند و به نتیجه نخواهد رسید.

سعدی در این بیتها به معنای شخصی زندگی و مجموعه‌ای از رهنمودها برای هدایت زندگی پرداخته است. ما میتوانیم با معنتم شمردن شبههای ناامیدیمان و رویایی با کانون گرداب بی‌معنایی، معنایی نو برای زندگی بسازیم. بنابر عقیده سعدی نیز هدف اصلی زندگی گریز از درد و رنج و لذت بردن نیست، بلکه معنی‌جویی است که به زندگی مفهوم واقعی میبخشد. به همین دلیل انسانها درد و رنجی را که معنی و هدفی دارد تحمل میکنند؛ اگر رنج را شجاعانه بپذیریم تا واپسین دم زندگی معنی خواهد داشت؛ پس

ز کار بسته میندیش و دل شکسته مدار  
که آب چشمه حیوان درون تاریکی است  
(گلستان: ص ۷۱)

باید از موقعیت و شرایط دشوار که در پیشروی انسان قرار میگیرد، سود جست. او مدعی است «قدر عافیت کسی داند که به مصیبتی گرفتار آید» (همان: ص ۶۵).

انسان در مواجهه با سختیها و رنجهای بناچار باید این حقیقت را بپذیرد که رنجهای مختص به اوست و هیچ‌کس نمیتواند او را از رنجهایش برهاند و یا بجای او رنج برد؛ یعنی رنجهایش را بعنوان وظیفه -وظیفه‌ای استثنایی و یگانه- بداند (روان‌درمانی اگزیستانسیال، یالوم: ص ۸۰-۸۱)؛ زیرا «معنی از شکافهای زندگی شیخون‌زده [آدمی] نشئت میگیرد» (روان‌درمانی و جستجوی شادکامی، دورزن: ص ۹۴). بنابراین به آدمی یادآور میشود که منشین ترش از گردش ایام که صبر تلخ است اما بر شیرین دارد  
(گلستان: ص ۷۱)

اگر به جد مایلید از ناامیدیها و گرفتاریها کنار بمانید، تنها فرصت موجود، بستگی به نحوه برخورد آدمی با مشکلات و تحمل مشقات و صبر دارد. این میتواند شعاری هدایت‌کننده برای انسانی باشد که در زندگی بدنبال معناست؛ چون زمانی که آدمی در زندگی چرایی و هدفی برای خود نداشته باشد زندگی بی‌معنا و ناامیدکننده است. مطابق روان‌درمانگران اگزیستانسیال خود را تهی میبیند و دیگر قادر به ادامه زندگی نخواهد بود. حال در جواب سؤالی که آیا زندگی از نظر سعدی ارزش زیستن دارد؟ باید گفت درست است سعدی فیلسوف نیست، اما شاعری است که «تعلیم اخلاقی میدهد، تعلیم‌دهنده اخلاق به معنی دقیق کلمه، یعنی مصتفی که رسوم و عادات، افعال و خلقیات افراد معاصر خود را مطالعه میکند» (تحقیق درباره سعدی، ماسه: ص ۱۶۷). حال باید دید سعدی چگونه هنر زیستن را بیان میکند. این مقصد وجودگراها برای یافتن هدف زندگی، همان بیت معروف مولانا را تداعی میکند

ز کجا آمده‌ام آمدنم بهر چه بود به کجا میروم آخر نمایمی وطنم

(مولانا، غزلیات: ص ۱)

بر این اساس اگر از ما سؤال شود، برای چه زنده‌ایم؟ یا بر چه اساسی زندگی می‌کنیم؟ مطابق روان‌درمانگری اگزیستانسیال یالوم، پرسش درباره زندگی به گفتگو درباره اهدافی نظیر نوع‌دوستی، لذت‌پرستی، فداکاری در راه یک هدف، خلاقیت و خود شکوفایی منجر می‌شود که همگی آنها باعث معنابخشی زندگی می‌شود. بنابراین باید گفت: ما زنده‌ایم تا توانایی‌هایمان را محقق و شکوفا سازیم و به تکامل برسیم.

ما نیز موجوداتی اخلاقی هستیم که انتظار داریم جهان بنیانی برای قضاوت اخلاقی خود فراهم کنیم. یکی از مهارت‌های شاخص سعدی هم این است که از کوچکترین حادثه زندگی خود درسی اخلاقی می‌دهد. برای نمونه در «بوستان» و «گلستان» به نوعی به باور انسانگرایی رسیده و سعی دارد یک فضای اخلاقی ایجاد کند که نظام معنایی و طرح کلی ارزشها را بطور تلویحی در آن بنمایش بگذارد؛ به نوعی هر یک از این ارزشها سرچشمه زلال زندگی و ارکان اساسی سعادت بشر و مایه تعالی و تکامل مادی و معنوی او بشمار می‌رود. در حقیقت او با نشان دادن ارزشها تلاش می‌کند تفکر در مورد معنای زندگی را به افراد بیاموزد. دیدگاههای او بر اصل «مغتنم شمردن فرصتها»، «نومیدیها»، «شکستها» و رویارویی با بی‌معنایها و ایجاد معنایی نو برای زندگی استوار است.

چه سالهای فراوان و عمرهای دراز که خلق بر سر ما بر زمین بخواهد رفت  
چنانکه دست بدست آمدست مُلک به ما به دستهای دگر همچنین بخواهد رفت

(گلستان: ص ۷۹)

او می‌خواهد پی‌ببرد چگونه می‌تواند به انسان کمک کند تا به شایستگی برجسته و کمال واقعی دست یابد. به همین منظور او در معنادرمانی خود، ضمن بیان گذرایی و ناپایداری هستی و وجود انسانی، آنها را به انجام کارهای خوب از قبیل نیکی، گذشت، فداکاری و... فرامی‌خواند.

نگویم چو جنگ‌آوری پای دار چو خشم آیدت عقل بر پای دار

(بوستان: ص ۲۳)

تلاش کن تا می‌توانی بر دل و تن و مغز خویش تسلط داشته باش و از نخستین واکنشها احتراز کن. مثلاً صبر آموز، صبر تلخ است ولیکن بر شیرین دارد. از این منظر به معنای شخصی زندگی و مجموعه‌ای از رهنمودها برای هدایت زندگی دست یافته است. باید گفت رنجها و سرنوشت نامطلوب آدمی نیست که انسانها را از پای درمی‌آورد؛ بلکه این بی‌معنا شدن زندگی است که باعث سقوط زندگی آدمی می‌شود. سعدی روان‌درمانگر، مخاطبان (بیمار) خود را که در نومیدی دست و پا می‌زنند رها نمی‌کند و اجازه نمی‌دهد بیمار سقوط کند؛ بلکه با شگرد خاص خود او را به زندگی امیدوار می‌کند.

ندانند کسی قدر روز خوشی مگر روزی افتد به سختی‌کشی

(بوستان: ص ۱۷۲)

از نظر او انسان فقط هنگامی احساس خوشبختی می‌کند که نخست طعم بدبختی را بچشد؛ زیرا «انسان وقتی با وضعی اجتناب‌ناپذیر مواجهه یا با سرنوشتی تغییرناپذیر روبرو می‌شود، مانند بیماری درمان‌ناپذیر یا مبتلا به انواع سرطان، این فرصت را می‌یابد که به عالیترین ارزشها و عمق معنای زندگی یعنی رنج کشیدن دست یابد» (در جستجوی معنا، فرانکل: ص ۱۱۸). پس مطابق روان‌درمانگران وجودی تنها لذت و خوشی معناآفرین نیست، بلکه

با تحمل سختیهاست که میتوان به معنای واقعی دست یافت. در دنیای سعدی انسان بدون درد سر به خوشی دست نمیباید.

سود در یا نیک بودی گر نبودی بیم موج      صحبت گل خوش بدی گر نیستی تشویش خار  
(گلستان: ص ۱۳۸)

انسان هر چه قدر خواهان زندگی منطقی و پرمعنا باشد، باید مشکلات و سختیهای زیادی را تحمل کند. از آنجاکه زندگی بسیار کوتاه است و «جان در حمایت یک دم است و دنیا وجودی میان دو عدم» (همان: ص ۱۹۴)، مطابق نظریه اگزیستانسیال یالوم برای پرهیز از پوچگرایی، فرد باید وظیفه‌های مضاعفی را در زندگی برعهده بگیرد. از این رو لازم است طرحی سترگ برای معنای زندگی خود ابداع کند که پشتوانه زندگی او باشد. پس تدبیری بیندیشیم تا عمل ابداعمان را فراموش کنیم و خود را متقاعد سازیم که ما معنای زندگی را ابداع نکرده‌ایم، بلکه کشفش کرده‌ایم، به عبارتی این معنا وجودی مستقل دارد (مامان و معنای زندگی، یالوم: ص ۴۶)

جهان بی ما بسی بودست و باشد      برادر جز نکونامی میندوز  
منه دل بر سرای عمر، سعدی      که بر گنبد نخواهد ماند این گوز  
(سعدی، دیوان غزلیات: غ ۳۱۳)

### معنا و انواع آن

همانطور که قبلاً ذکر شد، از نظر یالوم انجام کارهای والا و ارزشمند نقش اساسی در معنابخشی زندگی دارد. یالوم در روان‌درمانگری اگزیستانسیال خود معنا را به دو دسته الف: معنای کیهانی، ب: معنای شخصی — دنیوی طبقه‌بندی کرده است (روان‌درمانی اگزیستانسیال، یالوم: ص ۵۸۵-۵۸۹).

### معنای کیهانی

در معنای کیهانی، هدف زندگی بشر پیروی از خداوند است و خداوند تجسم کمال است. هدف اساسی زندگی نیز تلاش برای رسیدن به کمال است. یالوم شیوه‌های دستیابی به کمال را اینگونه توصیف میکند: «اولی کمال مالکیت مادی، که آن را موهوم، ناپایدار و مردود می‌شمارد؛ دومی کمال جسمانی که در آن تفاوتی میان انسان و حیوان قائل نیست. سومی کمال اخلاقی و آن را درخور ستایش میدانند ولی محدودیتش آن است که بیشتر در خدمت دیگران است تا خود انسان. چهارمی، کمال عقلانی، از دیدگاه او کمال حقیقی انسان است و از طریق آن انسان، انسان میشود. این کمال هدف غایی است و به انسان اجازه درک و دریافت خداوند را میدهد. به عبارتی از نظر یالوم معنای کیهانی دید مذهبی به دنیا و پدیدآورنده آن دارد. حتی یونگ معتقد است کسی درمان نمیشود یا معنایی در زندگی نمیباید مگر آنکه دیدگاه مذهبیش را بازیابد (روان‌درمانی اگزیستانسیال، یالوم: ص ۵۸۶ - ۵۸۷). این طرز تفکر کمال‌یابی یالوم تا حدودی منطبق با دیدگاه سعدی است که فرد بی‌ایمان به آفریدگار را بشری ناقص میدانند و بارها مسئله ارتباط بین انسان و خداوند را طرح میکنند، بدین ترتیب خود را ناچار میبینند که گوشه‌هایی از فلسفه اولی را به صورتی بسیار ساده مطرح سازد» (تحقیق درباره سعدی، ماسه: ص ۱۶۹).

ره عقل جز پیچ بر پیچ نیست      بر عارفان جز خدا هیچ نیست  
(بوستان: ص ۱۸۲)

دمادم شراب الم درکشند      و گر تلخ بینند دم درکشند  
(همان: ص ۱۶۲)

به عبارتی توجه به معنویات زندگی را پر معنا و باهدف میسازد؛ اگرچه یالوم در ابتدا ایمان مذهبی را همیشه مابۀ سردرگمی خود میدانست، اما در کتاب روان‌درمانی اگزستانسیال مذاهب را عامل کاهش اضطراب بشری و تسکین میداند. برای مثال جایی که ترس شدیدتر است، ایمان بیشتر میشود. نکته همینجاست که ترس ایمان را بوجود می‌آورد؛ ما نیازمند خداییم و او را جستجو میکنیم، ولی طلب بتنهایی کاری از پیش نمیبرد. ایمان هر قدر محکم، خالص و کارآمد باشد، حقیقت وجود خدا را اثبات نمیکند (هنر درمان، یالوم: ص ۴۳). دوران در کتاب معنای زندگی آورده است: از وقتی که ایمان دینی‌ام را از دست دادم در مورد معنای زندگی بیشتر فکر میکنم (دربارۀ معنای زندگی، دوران: ص ۴). توجه به معنای حقیقی زندگی آدمی را ارزشمند میسازد و باعث کمال آدمی میشود.

قیامت کسی بینی اندر بهشت	که معنی طلب کرد و دعوی بهشت
به معنی توان کرد دعوی درست	دم بی قدم تکیه‌گاهی است سست

(بوستان: ص ۱۴۱)

در اندیشهٔ سعدی همانند یالوم، تعالی و کمال انسان از رهگذر پیوند با همین دنیای مادی بدست می‌آید. ما باید همواره در پی ارتباط عمیق و معنادار با هستی باشیم و با پیوستن به دریای بیکران معرفت، به زندگی خود معنای گسترده‌ای بخشیم و با وجود ناملايمات، بتوانیم به زندگی ادامه دهیم و همچنین یالوم بی‌معنایی زندگی در دنیای مدرن را به دین‌گریزی ربط میدهد. به عبارتی معنای کیهانی به معنای وجود نقشه‌ای خارج و برتر از فرد است و بی‌چون و چرا به نظمی جادویی یا معنوی در جهان اشاره دارد (روان‌درمانی یاگزستانسیال، یالوم: ص ۵۸۶).

شب از بهر آسایش تست و روز	مه روشن و مهر گیتی فروز
اگر باد و برف است و باران و میغ	وگر رعد چوگان زند، برق تیغ
همه کارداران فرمانبرند	که تخم تو در خاک میپورند

(بوستان: ص ۱۷۱)

معنای این جهانی بنیانهایی کاملاً این جهانی دارد؛ بدین معنا که فرد ممکن است بدون یک نظام معنایی کیهانی، دارای حس معنایی شخصی باشد. کسی که دارای حس معنایی کیهانی است، معمولاً معنای این جهانی مطابق با آن را نیز تجربه میکند (ر.ک: روان‌درمانی اگزستانسیال، یالوم: ص ۵۸۴).

### معنای شخصی - دنیوی

ادامۀ زندگی و چیره آمدن بر مصائب و شرایط تلخ تنها هنگامی ممکن است که انسان معنایی در زندگی داشته باشد، معنایی که اختصاصی و شخصی است و تنها انسان با معنویت خود میتواند آن را تحقق بخشد. هرگز نباید فراموش کرد هر انسان در جهان یکتاست، هیچ معنایی هم مطلق نیست؛ یعنی هرکسی در زندگی خویش معنای مخصوص به خود دارد که برحسب افراد مختلف و لحظه به لحظه بشکل متفاوتی بروز میکند (پزشک و روح، فرانکل: ص ۲۰). بعضی افراد سراسر زندگی را جنگی کین خواهانه میبینند و معنای آنها تنها پیروزی است، گروهی غرق در نومیدی تنها رؤیای صلح، رهایی و آزادی از رنج را در سر میپوراندند، برخی زندگیشان را فدای موفقیت، ثروت، قدرت یا حقیقت میکنند، برخی دیگر در پی تعالی خویشند و در علتی یا موجود دیگر - معشوق یا ذات الهی - غوطه‌ور میشوند (هنر درمان، یالوم: ص ۲۲)، بعضی هم مثل سعدی معنای زندگی را در خدمت به دیگران

می‌بینند؛ به تعبیری معنای زندگی نسبی است. بنابراین نمیتوان معنای زندگی را تعریف و فرمولی واحد برای آن ارائه و پرسش درمورد معنای زندگی را با عبارات گسترده و کلی پاسخ داد. این به معنی مبهم بودن آن نیست، بلکه برعکس چیزی بسیار واقعی و قابل لمس است. در ادامه به مواردی از معنای شخصی مدنظر سعدی اشاره میشود:

### نیکی کردن

نیکوکاری همیشه مفهومی مرکب و گسترده دارد. در نزد سعدی نیکی عبارت است از مهربانی، کرم، جوانمردی، دادگری، همدردی و دیگر هنجارهای اخلاقی که هرکس بنا به موقعیت اجتماعی و به اندازه توانایی خویش باید گامی به سود و برای بهبود دیگران و جامعه بردارد. برای او کم و کیف نیکوکاری مهم نیست، بلکه نفس آن، به هر شکل و از هر کسی بنا به وسع او مهم است (حکمت سعدی، هخامنشی: ص ۱۵۳).

نکوکار مردم نباشد بدش نوزد کسی بد که نیک افتدش

(بوستان: ص ۸۲)

او سعی دارد دنیا را به بهترین جای برای زیستن بدل کند، از نظر او خدمت به دیگران و نیکی کردن و شرکت در کارهای خیر والاترین فضیلت است، همه این فعالیتها خوب و درستند و به زندگی بسیاری از انسانها معنا میبخشند.

نیک و بد چون همی ببا ید مرد خنک آن کس که گوی نیکی برد

(گلستان: ص ۵۲)

«در نیکوکاری گام برداشتن یک عنصر خوشبختی است: هر قدر بیشتر نیکویی را پیشه خود سازیم همان اندازه خوشبختتر خواهیم شد» (تحقیق درباره سعدی، ماسه: ص ۲۱۳).

خواهی که خدای بر تو بخشد با خلق خدای کن نکویی

(گلستان: ص ۷۴)

یا انسان به همان نسبت سزاوار نیکی است که در حق دیگران نیکی کرده باشد؛ یعنی در هر شرایطی خواهان نیکویی کردن است. به بیان دیگر نیکی و احسان را عامل کنترل کننده و بازدارنده ای میداند که آدمی را از سقوط در منجلاب تباهی و پوچی محافظت میکند. سعدی مدعی است «هر که در حال توانایی نکویی نکند در وقت ناتوانی سختی بیند» (همان: ص ۱۸۶) بنابراین

بد و نیک مردم چو میبگذرد همان به که نامت به نیکی بر ند

(بوستان: ص ۴۳)

در نظر او عفو، بخشش و کرم در معنابخشی زندگی نقش اساسی دارند.

بدی را بدی سهل باشد جزا اگر مردی احسن الی من آسا

(همان: ص ۱۴۹)

گر گزندت رسد تحمل کن که به عفو از گناه پاک شوی

(گلستان: ص ۱۰۵)

«بخشش کاری است که باعث سودمند بودن برای دیگران و قشنگتر کردن زندگی برای خود است و سرچشمه قدرتمند معنا بشمار میرود» (روان‌درمانی اگزیزستانسیال، یالوم: ص ۵۹۹). سعدی نیز بخشش، عفو و نیکویی را عناصر خوشبختی و به نوعی گامی در جهت دستیابی به معنا میداند:

بزرگی بایدت بخشندگی کن که دانه تا نیفشانی نروید  
(گلستان: ص ۷۳)

کرم مایه شادمانی بود کرم حاصل زندگانی بود  
(همان: ص ۲۵)

### نوع دوستی

نوع دوستی با خدمت به دیگران و شرکت در کارهای خیر حاصل میشود. همه این فعالیتها خوب و شایسته هستند و جزو فضیلت‌های اخلاقی نیز بشمار میروند. «از نظر یالوم بسیاری از آرمانها شالوده‌ای نوع‌دوستانه دارند: بصورت وقف خدمت بی‌واسطه‌اند یا جنبشهای پیچیده‌تری هستند که سمت و سویی نهایتاً عملگرا و سودمند دارند» (روان‌درمانی اگزیزستانسیال، یالوم: ص ۶۰۰). فعالیت‌های بشردوستانه همواره به زندگی حس هدفمندی خاصی میبخشد و دنیا را به بهترین جای برای زیستن تبدیل میکند. معنابخشی آن نیز بیشتر بخاطر تأثیری است که بر دیگران میگذارد. او همدلی و نوع دوستی را بعنوان مهمترین راههای درمان خود بکار میگیرد. از دغدغه‌های اصلی سعدی در بوستان و گلستان رنج محرومان و آشفته‌دلان و خستگان است. «او به فکر سلامت جامعه سپس مردم است و میخواهد افراد را به شاهراه صلاح و حسن اخلاق رهنمون سازد» (قلمرو سعدی، دشتی: ص ۲۴۷). به همین خاطر همچون روان‌درمانگری عمل میکند که خطاها و عیب‌ها را میبیند و سعی میکند در اشعار خود آداب و قواعد بهتری برای روان‌درمانی و دستیابی به معنا پیشنهاد کند؛ به همین منظور قبل از پرداختن به انسانها، به موضع‌گیری وی در برابر همنوعان مینگرد. او مدعی است

جوانمردی و لطف است آدمیت همین نقش هیولانی مپنندار  
چو انسان را نباشد فعل و احسان چه فرق از آدمی تا نقش دیوار  
بدست آوردن دنیا هنر نیست یکی را گر توانی دل بدست آر  
(گلستان: ص ۱۵۹)

اگر نوع دوستی و کمک به دیگران پیش‌زمینه معنای زندگی فردی باشد، او باسانی میتواند ارزشها یا رهنمودهایی پدید آورد که به آنها اجازه دهد بگوید: این رفتار درست است یا این رفتار نادرست است. او ارزشهای حاصل شده در جستجوی معنای زندگی را عاملی مهم و ضروری برای استحکام معنای زندگانی میدانند (روان‌درمانگری اگزیزستانسیال، یالوم: ص ۶۴۰-۶۴۲). سعدی «بجای آنکه تفرّد خطرناکی را توصیه کند، آدمی را در جمع همنوعان مورد نظر قرار میدهد» (تحقیق درباره سعدی، ماسه: ص ۲۰۵). نوع دوستی از منظر او اهمیت فراوانی دارد. بنا به باور سعدی کمک به دیگران موج کوچکی می‌آفریند تا افرادی را که با زندگی یک نفر تماس دارد با خود همراه کند و فایده ببخشد. او به شناخت مشکلات و تعارضات اصلی شخص پرداخته، راه‌حلهای بنیادین و نهادینه را که برگرفته از نواندیشی و علاقه ژرف او به مردمان است، براساس نوآوری ارائه میکند. وی عالمانه و صمیمانه به درد و رنج اشخاص دست مییابد و به سلب بدبینی و بی‌اعتمادی، درمورد درمان رنجهای بشری برمی‌آید. سعدی تمامی دانش، علم و آگاهی و تجربه خویش را بکار میگیرد تا با شناخت دقیق، بایسته‌ها را پی‌ریزد. درنهایت از در پند و اندرز درمی‌آید، فرد را بسوی هدایت میکند که از نقطه نظر جهان بینی وی شرایط مطلوبتری را برای زیستن فراهم مینماید.

سعدی درمانگر وجودی است که دردهای مردم او را آزار میدهد و شادیهایشان وی را شاد میکند؛ یعنی دردهای مردم را تماماً تجربه و با آنها همدلی میکند.



بنی‌آدم اعضای یکدیگرند که در آفرینش ز یک گوهرند  
(گلستان: ص ۶۶)

«در سالهای جنگهای صلیبی، این اندیشه که انسانها برادرند و هرکس از درد و اندوه دیگران بی‌تأثر باشد شایسته نام انسان نیست، برای سعدی دلنواز بود» (حدیث خوش‌سعدی، زرین‌کوب: ص ۵۸)؛ بنابراین

چون بیند کسی زهر در کام خلق کیش بگذرد آب نوشین به خلق  
(بوسستان: ص ۵۳)

به روزگار سلامت شکستگان دریاب که جبر خاطر مسکین بلا بگرداند  
(گلستان: ص ۹۳)

به همین دلیل سعدی خواهان این است که

بهم بر مکن تا توانی دلی که آهی جهانی بهم برکنند  
(همان: ص ۴۳)

### خلاصیت

یالوم در کتابهای روان‌درمانی خود علاوه بر فداکاری و نوع‌دوستی خلاصیت را نیز باعث معنابخشی زندگی میداند. زندگی خلاق چگونه باعث پرمعنا بودن زندگی میشود؟ بیشتر فعالیتهای زندگی، اگر با دیدی خلاق نگریسته شوند، انسان را آکنده از معنا میکند. «آفرینش چیزی نو، چیزی که پژواک تازگی یا زیبایی و هماهنگی است، پادزهر نیرومند احساس پوچی و بی‌معنایی است» (روان‌درمانی اگزیستانسیال، یالوم: ص ۶۰۰). جان هینز هلمز در جواب سؤال ویل دورانت در مورد معنای زندگی، حس توانایی خلاصه‌اش را معنابخش میداند. «حس توانایی خلاصانه‌ام، هرچندکه در قیاس با توانایی خلاصانه در قلب عالم، ذره‌ای بیش نیست، مرا برای زیستن قوت میبخشد و پشتوانه و سفره شاهانه‌ای برای من در کسب و کار فراهم میکند!» (درباره معنای زندگی، دورانت: ص ۶۸). لازم به ذکر است «مسیر خلاصانه معنا به هیچوجه مختص هنرمند نیست، کشف علمی نیز عملی است خلاصانه در بالاترین مرتبه، حتی به مقررات خشک اداری نیز میتوان با رویکردی خلاق نگریست... حتی رویکرد خلاق به تدریس، آشپزی، بازی، مطالعه، باغبانی و غیره چیزی ارزشمند به زندگی می‌افزاید» (روان‌درمانی اگزیستانسیال، یالوم: ص ۷۰۰). خلاصیت حتی در رابطه عاشقانه نیز وجود دارد، مثل زنده کردن چیزی در دیگری، بخشی از عشق بالغانه و فرایند خلاق است» (دژخیم عشق، یالوم: ص ۶۰).

به سودای جانان ز جان مُشتغل به ذکر حبیب از جهان مُشتغل  
به یاد حق از خلق بگریخته چنان مست ساقی که می ریخته  
(بوسستان: ص ۱۶۴)

جنبه روحانی عشق ما را یاری میدهد تا صفات اصلی و ویژگیهای واقعی محبوب را ببینیم، حتی چیزی را که بالقوه در اوست و باید شکوفا گردد، درک کنیم. علاوه بر این عاشق به قدرت عشق میتواند معشوق را در آگاه شدن از استعدادهای خود و تحقق بخشیدن به آنها یاری کند.

سعدی در صدد خلق اندیشه‌های نوین است و به مصلحت عمومی می‌اندیشد. مشربها و بینشهای گوناگون را به محک آزمایش مینهد و براساس باورهای هر گروه در صدد عرضه شیوه نوین زندگی توأم با مسالمت و بهزیستی است. او با تأمل و تفکر در مورد اهداف و مقاصد افراد و نگرشهای خاص آنها به زندگی، در پی کمک به افراد برای

گسترش و تحکیم شیوه شخصی خودشان در رویارو شدن با چالشهای زندگی است تا بتوانند دوباره راهشان را پیدا کنند؛ بنابراین با خلق آثار خلاقانه خود بخصوص بوستان و گلستان باعث معنابخشی زندگی شده است.

دوست آن دانم که گیرد دست دوست      در پریشان حالی و درماندگی  
حذر کن ز دود درونهای ریش      که ریش درون عاقبت سرکند  
(گلستان: ص ۷۱)

او سعی میکند افرادی را که در نتیجه بحران معنا دچار رنج و ناامیدی شده‌اند، در مسیر درست هدایت کند. یکی از جلوه‌های خلاقانه و ادراک قوی و آزمونهای سعدی در زندگی، مردم‌شناسی او است و معرفت وی به روحیات افراد بشر که به صور گوناگون در گلستان دیده میشود. در حکایات «گلستان» از موارد نقص و عیب یا استعداد نیکویی انسان بسیار سخن می‌رود، همه جا دیده واقع بین سعدی حقایق تلخ و شیرین را میبندد و ما را با آنها آشنا میکند» (گلستان: ص ۲۵). در حقیقت هدف مشاوره وجودی و معنادرمانی سعدی به نوعی تحصیل مهارت در هنر زیستن است تا جایی که فرد بتواند با چالشهای زندگی بدون ترس و اضطراب رویارو شود و از آنها لذت ببرد و تا حد امکان از دنیا بهره‌مند شود و با لطف و خوشی با دیگران رفتار کند.

که فردا چو پیک اجل دررسد      به حکم ضرورت زبان درکشد  
(همان: ص ۵۳)

زندگی محدود و مرگ پایان زندگی دنیوی است؛ ولی ما در این محدوده فرصت داریم همانطور که میخواهیم زندگی کنیم و خلاقیت داشته باشیم.

کمک به هم‌نوع و همدردی با آدمیان از جمله فعالیت‌های معنابخش زندگی است که سعدی با دید خلاقانه به آن مینگرد. مثلاً برای آدمی که در دست قویتر از خود گرفتار است راهکار پیشنهادی او، صبر و تحمل به امید روزی که قدرتمند و توانا شود، است. قدرتمندان باید سایه الطاف خود را بر همه اطرافیان خویش، خواه قوی خواه ضعیف بیفکنند.

تحمل کن ای ناتوان از قوی      که روزی تواناتر از وی شوی  
به همت برآر از ستیهنده شور      که بازوی همت به از دست زور  
(بوستان: ص ۳۱)

#### فداکاری برای یک آرمان (از خودگذشتگی)

یکی از مقوله‌هایی که یالوم آن را باعث معنابخشی زندگی معرفی میکند، فداکاری و از خودگذشتگی است؛ یعنی گذشتن از نفع شخصی خود و تلاش برای چیزی یا کسی بیرون یا «برتر» از خود (روان‌درمانی‌اگزیه‌ستان سیال، یالوم: ص ۶۰۶). سعدی نیز شیوه مردمی و گذشت و جوانمردی را دو ست میدارد و آن را به زیباترین شکل در اشعار خود بازگو میکند:

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: ص ۲۳۹)

از جمله مفاهیمی که در دنیای طبیعی و مادی آن را برخی بی‌معنا میدانستند، اما از نظر یالوم «افراد با از خودگذشتگی - یعنی با چیزی خارج از وجود خود مثلاً عشق به یک هدف، یک فرد یا ذات خداوندی هدایت

شوند- به معنای و اهمیتی ژرفتر و نیرومندتر خواهند رسید (مامان و معنای زندگی، یالوم: ص ۱۶۷). «شرط مودت نباشد به اندیشه جان دل از مهر جانان برگرفتن» (گلستان: ص ۱۳۴).

برای مثال در یک رابطه عاشقانه نه تنها فراتر رفتن از خود مطرح می‌شود بلکه توجه به هستی دیگری نیز مطرح می‌شود (دژخیم عشق، یالوم: ص ۲۰). سعدی سفارش می‌کند؛

اگر مرد عشقی کم خویش گیر      وگرنه 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 خویشت رهایی دهد

(بوستان: ص ۱۸۷)

«نه تنها فدا کردن زندگی می‌تواند به زندگی معنا بدهد؛ بلکه می‌تواند زندگی حتی در صورتیکه صاحب آن دیگر نباشد نیز معنا و مفهوم داشته باشد» (پزشک و روح، فرانکل: ص ۱۹۹). بدین معنی اگر فعالیتی دارای معناست باعث شود فرد از خود بیرون بیاید و در مسیری فراتر از خود قدم بردارد، حتی اگر آشکارا نوع دوستانه نباشد، مهم به نظر می‌آید. این از خودگذشتگی کانون معنای زندگی است.

خُنک آن که آسایش مرد و زن      گزینند بر آرایش خویشتن

(بوستان: ص ۶۷)

حتی زمانی که رنج و سختی معنایی همچون گذشت و فداکاری داشته باشد، دیگر آزاردهنده نیست برعکس لذت‌بخش نیز است. در واقع معنا باعث تغییر نگرش و برخورد نسبت به زندگی و مشکلات آن می‌شود.

آن که بی او بسر نشاید برد      گر جفائی کند ببايد برد..  
...نکنند دوست زینهار از دوست      دل نهادم بر آنچه خاطر اوست

(گلستان: ص ۱۳۷)

آثار سعدی بخصوص بوستان سرشار از فروغ انسانیت، فداکاری و از خودگذشتگی است، مثل عاشقی که جان خود را فدای معشوقش می‌کند.

### نتیجه‌گیری

سعدی و یالوم با توجه به بُعد زمانی و مکانی تقریباً در برخی تفکرات شبیه هم هستند. هر دو آنان این نیاز را احساس می‌کنند که به مخاطبان خود (مردم) پندهایی دهند که نه تنها مختص به قشر خاص باشد، بلکه فراگیرتر از آن، متعلق به همه مردم باشد. سعدی همچون روان‌درمانگر اگزستانسیال برای مجاب کردن مخاطبان و بیماران به منطق خشک متمسک نمی‌شود، بلکه با آوردن حکایتهای به بیان اندیشه‌های ظریف خود می‌پردازد. او بر این باور است که زندگی ذاتاً پوچ و بی‌معناست، اما ارزش قابل‌ملاحظه‌ای دارد که خود بشر مبدع آن است و آن منوط به رعایت یک سری اصول اخلاقی است. بنابراین با ایجاد فضایی اخلاقی که از ارکان اساسی سعادت بشر و مایه‌تعالی و تکامل مادی و معنوی است، سعی می‌کند به افراد تفکر در مورد معنای زندگی را بیاموزد نه اینکه بگوید که چگونه زندگی کنند. او همچنین مانند وجودگراها می‌خواهد به انسان کمک کند تا به شایستگی برجسته و کمال واقعی در زندگی دست یابند. درحقیقت معتقد به جعل معنا در زندگی است. بنابراین هرچه انسان بیشتر به کیفیت زندگی خود و ارزشهای اخلاقی مثل نیکی، گذشت، فداکاری و... توجه داشته باشد زندگی بیشتر برایش معنادار خواهد شد.

واژه‌هایی که از دل سعدی برمی‌خیزد، صادقانه و عمیقتر از آن است که انسان کوچکترین رنگی از فریب در آن ببیند. سخنهای او با گذر چندین قرن هنوز کاربردی و ارزشمند است، همانطور که هنوز برای فعالیتی که درگیر آن است، به آموزگار رجوع میکند. به همین منوال بیماری (مخاطبان) که درگیر زندگی و مشکلات آن و روان‌نژندی هستند میتوانند برای حل مشکلات و رفع نقصها و آشفتگیهای وجودی به آثار سعدی مراجعه کنند و با تأمل در گفته‌ها و شعرهای او و بکارگیری این نکته‌ها در خود حالتی را بدست آورند که برای بهبود زندگی و رهایی از پوچی مفید باشد. پس میتوان نتیجه‌گرفت هدف سعدی، هدایت انسان بسوی فضایل اخلاقی و ایجاد معنا در زندگانی است، به شرطی که آماده پذیرش سختیها و رنج بردن در برابر مشکلات بعنوان بخشی از فرایند یافتن معنی باشیم.

### مشارکت نویسندگان

این مقاله از پایان‌نامه دوره دکترای زبان و ادبیات فارسی مصوب در دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه محقق اردبیلی استخراج شده است. آقای دکتر شکرالله پورالخاص راهنمایی این پایان‌نامه را بر عهده داشته و طراح اصلی این مطالعه بوده‌اند. سرکار خانم لیلا آذرنیوار به عنوان پژوهشگر این رساله در گردآوری داده‌ها و تنظیم متن نهایی نقش داشته‌اند. آقای دکتر احمدرضا کیانی نیز با کمک به تجزیه و تحلیل داده‌ها و راهنماییهای تخصصی، نقش مشاور این پژوهش را ایفا کردند. در نهایت تحلیل محتوای مقاله حاصل تلاش و مشارکت هر سه پژوهشگر بوده است.

### تشکر و قدردانی

نویسندگان بر خود لازم میدانند مراتب تشکر خود را از مسئولان آموزشی و پژوهشی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه محقق اردبیلی و هیئت داوران پایان‌نامه که نویسندگان را در انجام و ارتقاء کیفی این پژوهش یاری دادند، اعلام نمایند.

### تعارض منافع

نویسندگان این مقاله گواهی مینمایند که این اثر در هیچ نشریه داخلی و خارجی به چاپ نرسیده و حاصل فعالیت‌های پژوهشی تمامی نویسندگان است، و ایشان نسبت به انتشار آن آگاهی و رضایت دارند. این تحقیق طبق کلیه قوانین و مقررات اخلاقی اجرا شده و هیچ تخلف و تقلبی صورت نگرفته است. مسئولیت گزارش تعارض احتمالی منافع و حامیان مالی پژوهش به عهده نویسنده مسئول است، و ایشان مسئولیت کلیه موارد ذکر شده را بر عهده میگیرند.

### REFERENCE

Amiri, M & Alizamani, A. (2019). Study of "Existential Loneliness" in the modern world and methods of dealing with it based on the views of "Ervin Yalom.

- Fundamental Western Studies*, Institute of Humanities and Cultural Studies. ninth year, Number one, Pp. 1-23.
- Saadi Kingdom, 4nd ed. Tehran: Amir kabir, p.227, 247..Dashti, A. (1975).
- Dorzan, A. (2018). Psychotherapy and the search for happiness based on the existential perspective of Fan, translated by AhmadReza Kiani, Yasman Jamshidian, Tehran: Arjmand book, p.94.
- Durant, W. (nd). On the meaning of life, translated by Shahabuddin Abbas, electronic version.
- Physician and Soul. translated by Seif Behzad, Tehran: Dorsa. Frankel, V. (1994)
- Frankel, V. (1984). In Search of Meaning, translated by Salehian and Mahin Milani, Tehran: Dorsa.
- Hakhamaneshi, K. (1974). Hekmat Sa'adi, Tehran: Amirkabir, p.153.
- Hashemi, J. (1999). Sa'adi in Modern Psychology, Tehran: Anteshar Co, p.227.
- Khanian, H. (2012). Saadi's expression in dealing with depression in Bustan and Golestan, *Persian Quarterly of Poetry and Poetry* (Bahar Adab), 5 (2), pp. 181-195.
- Shayanfar, Sh and Qaleh, E. (2020). Metaphysical meaning of life according to Ervin Yalom, ontological research bi-monthly scientific research, 8 (51), spring and summer, pp. 67-93.
- Maseh, H. (1991). Research on Saadi. translated by Mohammad Hassan Mahdavi Ardebili, Gholam Hossein Yousefi, 2nd ed, Tehran: Toos.
- Mazaheri, H & Alizamani, A. (1991). A study of facing the suffering of existential freedom and ways to escape the suffering of freedom from the perspective of Ervin Yalom and Rumi, *Researches of Philosophy of Religion, Scientific Association of Philosophy*, 6 (1), Pp. 89-107.
- May, R. (2012). *Discovery of Existence (Existential Psycholog)*. translated by Seyed Mohammad Baqer Hosseini Fayyaz, Tehran: Danjeh, p.19.
- Yalom, E. (2009). *Dezhkhim Eshgh*. translated by Mahshid Yasai, 2nd ed. Tehran: Azmun, p.20, 60.
- Yalom, E. (2010). *Mom and the meaning of life (psychotherapy stories)* translated by Sepideh Habib, Tehran: Qatreh, p.46, 167.
- Yalom, E. (2010). *The Art of Healing: An Open Letter to the New Generation*. translated by Sepideh Habib, Tehran: Qatreh, p.22, 43, 188.
- Yalom, E. (2011). *Existential Psychotherapy*. translated by Sepideh Habib, Tehran: Ney.

- Yousefi, Gh. (2004). In the dream of goodness and beauty (excerpt from Saadi Park). 9th ed, Tehran: Sokhan.
- Yousefi, Gh. (2005). Correction and explanation of Golestan Saadi. 7th ed, Tehran: Kharazmi.
- Sokhan, p.58, 88. Zarrinkoob, A. (2000). Saad's happy words about Saadi's life and thought, Tehran.

### فهرست منابع فارسی

- بررسی تنهایی اگزستانسیال در دنیای مدرن و روشهای مواجهه با آن با تکیه بر آراء اروین یالوم، امیری، مهسا و علیزمانی، امیرعباس (۱۳۹۷)، *عرب‌شناسی بنیادی*، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، (۱) ۹، صص ۱-۲۳.
- بررسی مواجهه با رنج آزادی اگزستانسیال و راه‌های گریز از رنج آزادی از منظر اروین یالوم و مولانا، مظاهری، حبیب و علیزمانی، امیرعباس (۱۳۹۶) *جستارهای فلسفه دین*، انجمن علمی فلسفه، (۱) ۶، صص ۸۹-۱۰۷.
- پزشک و روح، فرانکل، ویکتور (۱۳۷۲)، *ترجمه سیف بهزاد*، تهران: درسا.
- تحقیق درباره سعدی، ما سه، هانری (۱۳۶۹)، *ترجمه محمدحسن مهدوی اردبیلی و غلامحسین یوسفی*، چاپ دوم، تهران: توس.
- گلستان، سعدی شیرازی (۱۳۸۴)، *تصحیح و توضیح غلامحسین یوسفی*، چاپ هفتم، تهران: خوارزمی.
- حدیث خوش سعدی (درباره زندگی و اندیشه سعدی)، زرین کوب، عبدالحسین (۱۳۷۸)، تهران: سخن.
- حکمت سعدی، هخامنشی، کیخسرو (۱۳۵۳)، تهران: امیرکبیر.
- در آرزوی خوبی و زیبایی (گزیده بوستان سعدی)، یوسفی، غلامحسین (۱۳۸۳)، چاپ نهم، تهران: سخن.
- در جستجوی معنا، فرانکل، ویکتور (۱۳۶۳)، *ترجمه نهضت صالحیان و مهین میلانی*، تهران: درسا.
- درباره معنای زندگی، دورانت، ویل (بی‌تا)، *ترجمه شهاب‌الدین عباس*، نسخه الکترونیکی.
- دژخیم عشق، یالوم، اروین، دیوید (۱۳۸۸)، *ترجمه مهشید یاسایی*، چاپ دوم، تهران: آزمون.
- روان‌درمانی اگزستانسیال، یالوم، اروین دیوید (۱۳۹۰)، *ترجمه سپیده حبیب*، تهران: نی.
- روان‌درمانی و جستجوی شادکامی بر مبنای چشم‌انداز وجودی، دورزن، امی فان (۱۳۹۶)، *ترجمه احمدرضا کیانی و یاسمن جمشیدیان*، تهران: کتاب ارجمند.
- سعدی در روانشناسی نوین، هاشمی، جمال (۱۳۷۸)، تهران: شرکت سهامی انتشار.
- شیوه بیان سعدی در برخورد با افسردگی در بوستان و گلستان، خانیان، حمید (۱۳۹۱)، *فصلنامه تخصصی سبک‌شناسی نظم و نثر فارسی (بهار ادب)*، (۲) ۵، صص ۱۸۱-۱۹۵.
- قلمرو سعدی، دشتی، علی (۱۳۵۴)، چاپ چهارم، تهران: امیرکبیر.

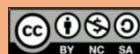
کشف وجود (روانشناسی وجودی)، می، رولو (۱۳۹۱)، ترجمه سیدمحمدباقر حسینی فیاض، تهران: دانژه.  
گلستان، سعدی شیرازی (۱۳۴۴)، شرح محمد خزائی، تهران: علمی.  
مابعدالطبیعی معنای زندگی به روایت اروین یالوم، شایانفر، شهناز و قلعه، الهه (۱۳۹۸)، پژوهش‌های  
هستی‌شناختی، (۵۱) ۸، صص ۶۷-۹۳.  
مامان و معنی زندگی (داستانهای روان‌درمانی)، یالوم، اروین دیوید (۱۳۸۹)، ترجمه سپیده حبیب، تهران: قطره.  
هنر درمان: نامه‌ای سرگشاده به نسل جدید، یالوم، اروین دیوید (۱۳۸۹)، ترجمه سپیده حبیب، تهران: قطره.

#### معرفی نویسندگان

لیلا آذرنیوار: دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.  
(Email: [leilaazarnivar@yahoo.com](mailto:leilaazarnivar@yahoo.com))  
شکرالله پورالخاص: استاد گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.  
(Email: [Pouralkhas@uma.ac.ir](mailto:Pouralkhas@uma.ac.ir)) نویسنده مسئول  
احمدرضا کیانی: دانشیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.  
(Email: [a.kiani@uma.ac.ir](mailto:a.kiani@uma.ac.ir))

#### COPYRIGHTS

©2021 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. no permission is required from the authors or the publishers.



#### Introducing the authors

**Leila Azarnivar:** PhD student in Persian language and literature, Mohagheh Ardabili University, Ardabil, Iran.  
(Email: [leilaazarnivar@yahoo.com](mailto:leilaazarnivar@yahoo.com))  
**Shokrallah Pouralkhas:** Professor, Department of Persian Language and Literature, Mohagheh Ardabili University, Ardabil, Iran.  
(Email: [Pouralkhas@uma.ac.ir](mailto:Pouralkhas@uma.ac.ir) : Responsible author )  
**Ahmad Reza Kiani:** Associate Professor, Department of Educational Sciences, Mohagheh Ardabili University, Ardabil, Iran.  
(Email: [a.kiani@uma.ac.ir](mailto:a.kiani@uma.ac.ir))