

بررسی تفکر مثبت در منطق الطیر عطار با تأکید بر الگوی مارتین سلیگمن

خدابخش اسداللهی*، زینب برزگرماهر

گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

سال هفدهم، شماره چهارم، تیر ۱۴۰۳، شماره پی در پی ۹۸، صص ۶۶-۴۷

DOI: <http://10.22034/bahareadab.2024.17.7322>

نشریه علمی سبک‌شناسی نظم و نثر فارسی

(بهار ادب سابق)

چکیده:

زمینه و هدف: کمال و سعادت آدمی، همواره به عنوان هدف نهایی در متون عرفانی اسلامی مطرح بوده است؛ منطق الطیر عطار یکی از آثار برجسته عرفانی، در قالب سفری تمثیلی، الگوی رفتاری مشخصی را جهت دستیابی انسان به سعادت ارائه می‌کند؛ از سویی دیگر، روانشناسی مثبت‌گرا، با تأکید بر پرورش فضایل اخلاقی چون تواضع، مهرورزی، خویشتنداری، در پی ایجاد رضایت پایدار در زندگی است؛ هدف از انجام این پژوهش تطبیق شاخصه‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا در منطق الطیر عطار بر پایه الگوی مارتین سلیگمن است تا وجوه تفکر مثبت را نزد ذهن و زبان عرفانی عطار به اثبات رساند.

روش مطالعه: پژوهش حاضر، به شیوه تحلیلی و توصیفی و بر پایه منابع کتابخانه‌ای، انجام می‌شود؛ جامعه آماری منطق الطیر عطار و نمونه آماری ابیات مربوط به قصه تمثیلی پرندگان و سیمرغ است.

یافته‌ها: پژوهش حاضر نشان می‌دهد هر شش خوشه خرد، شجاعت، اعتدال، فعالیت‌های اجتماعی، انسانیت و تعالی در نظریه سلیگمن، مصادیق مشخصی در منطق الطیر عطار دارد؛ سفر در منطق الطیر به مثابه فرآیندی است که در پی خویشتن‌پذیری و خودآگاهی، سبب پرورش تفکر مثبت می‌شود؛ کنش گروهی پرندگان، تفکر انتقادی هدهد و آزادی عمل، از نمونه‌های تفکر اجتماعی مثبت در منطق الطیر هستند؛ همچنین پیوند سی مرغ با سیمرغ نمودی از مفهوم تعالی در این منظومه است که قرابت معناداری با هدف غایی در نظریه مثبت‌گرایی سلیگمن دارد. نتیجه‌گیری: نتیجه این پژوهش نشان می‌دهد پیش از آنکه نظریه‌پردازان غربی در سده اخیر به اهمیت فضایل اخلاقی، معنویت و ایمان در پرورش روان آدمی بپردازند، عرفان اسلامی در قرون گذشته، به صورت جامع و کامل در قالب آثاری چون منطق الطیر، به این مقوله پرداخته است؛ بنابراین، نظریه تفکر مثبت، پیشینه‌ای ایرانی-اسلامی دارد؛ منطق الطیر عطار در لایه‌های روانی متن، دربرگیرنده بن‌مایه‌های برجسته‌ای از تفکر مثبت بوده و با تأکید بر توانمندی‌های بالقوه آدمی، هنجار مطلوب جهت تعالی نوع انسان را ارائه می‌کند.

تاریخ دریافت: ۰۲ شهریور ۱۴۰۲
تاریخ داوری: ۰۵ مهر ۱۴۰۲
تاریخ اصلاح: ۲۰ مهر ۱۴۰۲
تاریخ پذیرش: ۰۴ آذر ۱۴۰۲

کلمات کلیدی:

منطق الطیر، فریدالدین عطار نیشابوری، مارتین سلیگمن، تفکر مثبت

* نویسنده مسئول:

asadollahi@uma.ac.ir

۳۱۵۰۵۰۰۰ (+۹۸ ۴۵)



ORIGINAL RESEARCH ARTICLE

Investigating positive thinking in al-Tayr Attar's logic with an emphasis on Martin Seligman's mode

Kh. Asadollahi*, Z. Barzgar Maher

Department of Persian Language and Literature, Faculty of Literature and Humanities, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

ARTICLE INFO

Article History:

Received: 24 August 2023

Reviewed: 27 September 2023

Revised: 12 October 2023

Accepted: 25 November 2023

KEYWORDS

al-Tir logic, Fariduddin Attar
Neishabouri, Martin Seligman,
positive thinking.

*Corresponding Author

✉ asadollahi@uma.ac.ir

☎ (+98 45) 31505000

ABSTRACT

BACKGROUND AND OBJECTIVES: Human perfection and happiness have always been mentioned as the ultimate goal in Islamic mystical texts; Al-Tayr Attar's logic, one of the outstanding works of mysticism, in the form of an allegorical journey, presents a specific pattern of behavior for man to achieve happiness; On the other hand, positive psychology, by emphasizing the cultivation of moral virtues such as humility, kindness, self-control, seeks to create lasting satisfaction in life; The purpose of this research is to apply the characteristics of positivist psychology in Attar's logic based on Martin Seligman's model in order to prove the aspects of positive thinking in Attar's mind and mystical language.

METHODOLOGY: The current research is done in an analytical and descriptive way and based on library sources, the statistical community is al-Tayr Attar region and the statistical sample of verses related to the allegorical story of birds and Simorgh.

FINDINGS: The current research shows that all six clusters of wisdom, courage, moderation, social activities, love and excellence in Seligman's theory have specific examples in the logic of Altair Attar; Traveling in Altair region is like a process that seeks self-acceptance and self-awareness; It causes positive thinking; Group action of birds, critical thinking and freedom of action are manifestations of positive social thinking in al-Tayr region; Also, the connection of thirty chickens with Simorgh is a manifestation of the concept of excellence in this system, which has a significant affinity with the ultimate goal in Seligman's positivist theory.

CONCLUSION: The result of this research shows that before the Western theorists in the last century addressed the importance of moral virtues, spirituality and faith in the development of the human psyche, Islamic mysticism in the past centuries comprehensively and completely addressed this category in the form of works such as Logical Al-Tayr. Is; Therefore, the theory of positive thinking has an Iranian-Islamic background; In the psychological layers of the text, al-Tir Attar's logic includes prominent elements of positive thinking and by emphasizing the potential capabilities of man, it provides the ideal norm for the advancement of human kind.

DOI: <http://10.22034/bahareadab.2024.17.7322>

NUMBER OF REFERENCES	NUMBER OF TABLES	NUMBER OF FIGURES
 26	 1	 1

مقدمه

عطار نیشابوری از بزرگترین عرفای قرن ششم و هفتم هجری و حلقهٔ واصل شعر عرفانی و شرعی است. (شمیسا، ۱۳۸۲: ۹۸)، آثار به جا مانده از عطار نمود برجستهٔ عرفان اسلامی هستند؛ تا آنجا که منطق الطیر عطار را میتوان مهمترین منظومهٔ عرفانی، پس از مثنوی معنوی مولوی، در نظر گرفت. (شفیعی کدکنی، ۱۳۷۸: ۳۹)

منطق الطیر قصهٔ مرغانی ست که در جست و جوی سلطان و مراد خویش، پا در سفری پر مخاطره مینهند و پس از طی مراحل مختلف، عدهٔ اندکی از مرغان به سرمنزل مقصود میرسند و سرانجام ارباب حقیقت (سیمرغ) را منعکس در وجود خویش میبینند؛ عطار در این منظومه کوشیده است، مضامین عرفانی را در قالب تمثیلی سفر مرغان به مخاطب منتقل کند، عشق، امید و عزت نفس از مضامین برجسته در منطق الطیر عطار است. (زرین کوب، ۱۳۷۸: ۱۵۰)

سفر با گردهمایی پرندگان و پرس و جو در رابطه با سیمرغ آغاز میشود، آنها متفق با هدایت هدهد، پا در سفر مینهند، اما پس از چندی، تعدادی از پرندگان به عذر و بهانه‌های مختلف، از ادامهٔ سفر، انصراف میدهند، «مقصد حقیقی عطار در این مثنوی بیان کیفیت وجود یا بر رستن طلب در دل طالب و رسیدن او به درجهٔ ارادت است.» (فروزانفر، ۱۳۸۹: ۳۱۶-۳۱۷)

عطار در طول سفر، سعی در انتقال و بیان آموزه‌های عرفانی دارد، به اعتقاد وی تنها کسانی قادرند به وصال محبوب ازلی نائل شوند که مراحل هفتگانهٔ عرفان را با جانفشانی طی کنند، این افراد شایستگی آن را خواهند داشت که محو در وجود معشوق شده و او را با خود یکی ببینند. «بی‌تردید، عطار، روانشناس ماهری بوده که توانسته ویژگیهای انسانها و سالکان راه معرفت را با ظرافت و دقت قابل ستایشی بازگو کند و آنان را به سوی خداشناسی و خودشناسی، رهنمون گردد.» (احمدی، ۱۴۰۱: ۴۱)

نکتهٔ قابل توجه آنکه عارفان در افکار و آثار خویش، به تربیت شخصیت و روان آدمی توجه خاص داشته و رهنمودهای عملی در این رابطه ارائه کرده‌اند؛ چنانکه عطار در کتاب تذکرهٔ الاولیای خود، تعلق به ذکر و عبادت را یکی از عوامل مهم در پرورش روح و روان انسان معرفی میکند. (تذکرهٔ الاولیا، ذکر ۴۶) از سویی دیگر موضوع اصلی در دانش روانشناسی بررسی کنشهای روحی، شکل‌گیری شخصیت و نوع رفتار آدمی ست، از همین رو، قرابت موضوع در ادبیات عرفانی و دانش روانشناسی، بستر مطالعات میان‌رشته‌ای را درین رابطه فراهم آورده است.

هدف از انجام این پژوهش، بررسی تفکر مثبت در منطق الطیر عطار و تبیین نقش آن در دستیابی سالک به سعادت و تعالی است؛ پژوهش حاضر، با تأکید بر یافته‌های روانشناسی مثبت‌گرا و بر پایهٔ نظریهٔ مارتین سلیگمن انجام میشود و در پی پاسخ به دو پرسش اساسی است: ۱- تفکر مثبت چه جایگاهی در منطق الطیر دارد؟ ۲- کدام یک از مولفه‌های روانشناسی مثبت‌گرا در منطق الطیر عطار، دارای مصادیق مشخص است؟ این پژوهش در پی آن است تا در پی تعیین انطباق شاخصه‌های تفکر مثبت در این منظومهٔ تمثیلی، هنجارهای رفتاری مطلوب جهت تعالی انسان را از منظر عطار، مشخص کند.

مبانی نظری

روانشناسی مثبت‌گرا^۱ رویکردی نوین در دانش روانشناسی است که به مطالعهٔ علمی تجربیات و ویژگیهای مثبت

^۱Positive psychology:

فردی می‌پردازد، در این نظام فکری اصل بر آن است که مداخلات مثبت می‌تواند به افزایش لذت، مشارکت و معنا در زندگی فرد منتهی شود. (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000: 5-14)

ریشه‌های ظهور روانشناسی مثبت‌گرا را باید در دوره پیش از خود جست و جو کرد، یعنی دوره‌ای که انسان‌گرایی چون مزلو و راجرز، از تأثیر بی‌چون و چرای ضمیر ناخودآگاه بر رفتار آدمی سرباز زدند، انسان‌گرایان، نظریات خودشکوفایی را مطرح کردند و معتقد بودند سهم تربیت و اراده آزاد بیش از جبر و وراثت است. (Arnold, 2014:354-369)

روانشناسی مثبت‌گرا که تجربه انسان‌گرایان را پیش از خود داشت، در سال ۲۰۰۰ میلادی توسط مارتین سلیگمن^۱ رئیس وقت انجمن روانشناسی آمریکا، رسماً اعلام وجود کرد. این نظام فکری به جای تمرکز بر تجربه‌های ناموفق و نقاط ضعف فرد، وی را با توانمندی‌های بالقوه خود آشنا کرده و او را در جهت غلبه بر موانع و دست‌یابی به شادکامی یاری میکند. تلاش در جهت رسیدن به رضایت پایدار در زندگی، موضوع محوری روانشناسی مثبت‌نگر قلمداد می‌شود. (سلیگمن، ۱۳۷۹: ۱۴)

شالوده نظریه مارتین سلیگمن بر پایه تقسیم‌بندی شش‌گانه فضایل اخلاقی استوار است، فضایی که به اعتقاد سلیگمن فرد با پرورش آنها می‌تواند به تفکر مثبت دست یافته و از آسیب‌هایی که زندگی بی‌ثمر و بی‌معنی به همراه می‌آورد در امان باشد. (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000: 5-14)

خوشه‌های اخلاقی ششگانه در دیدگاه مثبت‌گرای مارتین سلیگمن بدین قرار است: خردورزی، شجاعت، انسانیت، عدالت، اعتدال و تعالی. هر یک از این خوشه‌های اخلاقی، شامل دو یا چند قابلیت رفتاری است. (Seligman & Csikszentmihalyi, 2005:412)

سلیگمن از اصطلاح تعالی برای توصیف آخرین خوشه از فضایل اخلاقی استفاده کرده است؛ وی هدف نهایی در روانشناسی مثبت‌گرا را **تعالی انسان** معرفی میکند؛ و مینویسد: «تعالی، نقاط قوت هیجانی و عاطفی است که فراتر از آدمی می‌روند تا او را به چیزی بزرگتر و ماندگارتر مرتبط کنند: به افراد دیگر، به آینده، به تکامل، به خدا، به جهان». (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۳۱)

ضرورت پژوهش

انجام پژوهش حاضر به دلایل زیر ضروری است:

- ۱- بررسی تفکر مثبت در منطق الطیر، الگوی رفتاری مطلوب، جهت تعالی انسان را از نظرگاه عطار ترسیم میکند.
- ۲- کشف لایه‌های روانی موجود در متن و ارائه آن به مخاطب، افق‌های نوینی در تحلیل محتوای منظومه منطق الطیر به دست می‌دهد و سبب میشود وجوه ناگفته متن، شناسایی و تبیین شود.
- ۳- تطبیق خوشه‌های ششگانه اخلاقی در منطق الطیر عطار، وجود ریشه‌های تفکر مثبت را در عرفان اسلامی - ایرانی، مشخص میکند.

پیشینه پژوهش

نقد و بررسی روانشناسی منطق الطیر عطار، همواره یکی از موضوعات مورد توجه پژوهشگران بوده و مقالات و پژوهش‌های مختلفی در این رابطه انجام شده است؛ اما تاکنون هیچ پژوهشی در رابطه با بررسی تفکر مثبت در منطق الطیر عطار، بر پایه الگوی مارتین سلیگمن، انجام نشده است و پژوهش حاضر در نوع خود دست اول محسوب

^۱: Martin Seligman

میشود. در ادامه به تعدادی از پژوهشهایی که با تکیه بر یافته‌های روانشناسی، به تحلیل و بررسی منطق الطیر پرداخته‌اند، و همچنین به برخی مقالات که با تکیه بر نظریه مارتین سلیگمن، آثار ادبی را بررسی کرده‌اند اشاره میشود:

"نقد و بررسی نموده‌های خودشکوفایی در منطق الطیر عطار بر اساس نظریه راجرز" (۱۳۹۵) از بیژن ظهیری ناو، به بررسی منطق الطیر از منظر روانشناسی انسان‌گرا پرداخته و نتیجه‌گیری میکند مرغان جهت رسیدن به خودشکوفایی مولفه‌های نظری کارل راجرز را در خود متجلی کرده‌اند. پژوهش دیگری تحت عنوان "بررسی شخصیت هدهد در منطق الطیر عطار بر اساس نظریه خودشکوفایی آبراهام مزلو" (۱۳۹۹) از محمد خسروی شکیب، طبق دیدگاه انسان‌گرایانه روانشناسی مزلو، به بررسی مولفه‌های خودشکوفایی در شخصیت هدهد پرداخته است. "قرائت کهن‌الگویی از منطق الطیر" (۱۳۹۳) از مجید بهره‌ور، بر اساس روانشناسی یونگ، کهن‌الگوها و فرایندهای ساختاری را درین منظومه بررسی کرده است. این پژوهش نشان میدهد توجه به انگاره‌هایی چون زن درون، فردیت، ولادت مجدد، صورتک و برخی دیگر از عناصر کهن‌الگویی، میتواند در تحلیل مبانی عرفانی منطق الطیر موثر واقع شود. "تحلیل پارادوکس در منطق الطیر عطار و روانشناسی یونگ" (۱۳۹۸) از لیلا غلامپور آهنگر، پارادوکس را به عنوان یک صنعت ادبی از منظر روانشناسی یونگ در منطق الطیر بررسی میکند. نتیجه این پژوهش نشان میدهد که عارف، کل‌نگر و تمامیت‌جو، در عناصر متضاد، وحدت وجود را اثبات میکند. "تحلیل روان‌شناختی داستان سیمرغ از منطق الطیر عطار نیشابوری بر اساس نظریه آبراهام مزلو"، از فاتح سهرابی، به بررسی تمثیل پرندگان بر اساس مولفه‌های روانشناسی انسان‌گرای مزلو میپردازد، نویسنده در این پژوهش نشان میدهد استدلالهای تمثیلی پرندگان، در هر مرحله تا حدودی با نیازهای روحی در طبقات هرم مزلو مطابقت دارد. "مثبت‌گرایی و شادمانی از دیدگاه مولوی و سلیگمن" (۱۴۰۱) از فاطمه اصغری‌مهر، با بررسی و تطبیق مثنوی معنوی و نظریه سلیگمن، به ذکر تفاوتها و تشابهات آن دو پرداخته و نتیجه‌گیری میکند مولانا و سلیگمن هر دو جهت دستیابی به شادمانی بر بعد انسانی و فضایل اخلاقی تأکید دارند. "مولفه‌های مثبت‌اندیشی در غزلیات صائب تبریزی بر مبنای نظریه مثبت‌نگر مارتین سلیگمن" (۱۴۰۲) عنوان پژوهشی از ام‌البنین باقری است، نویسنده ضمن واکاوی مولفه‌های روانشناسی مثبت‌نگر مارتین سلیگمن، به این نتیجه میرسد که دانش مدرن غربی، به شیوه‌ای زیباتر در آثار ادبی ایران، از جمله غزلیات صائب تبریزی مشهود است. "تحلیل قابوسنامه از منظر روانشناسی مثبت" (۱۴۰۰) عنوان پژوهشی از مرتضی محسنی است، نویسنده در این پژوهش، مولفه‌های روانشناسی مارتین سلیگمن را در متن قابوسنامه بررسی میکند و نتیجه میگیرد فضیلت خرد و دانش بیشترین فراوانی را در قابوسنامه دارد.

بحث و بررسی

خردورزی^۱

نخستین شاخصه تفکر مثبت، پایه‌ریزی زندگی بر اساس خرد است. در این تعریف، خرد به معنای بهره‌گیری از تفکر و تعقل در هدایت فرآیند زندگی است. (رایس، ۱۳۹۲: ۴۷۵) بر این اساس، آن دسته از کنشهای فردی که بر مبنای تفکر عقلانی شکل میگیرند، مصداق عینی خردورزی در نظریه سلیگمن محسوب میشوند.

در تفکر و ادبیات عرفانی معمولاً توجه به عقل، امری نکوهیده محسوب میشود؛ چنانکه در میان اشعار عطار نیز موارد مختلفی از مذمت عقل به چشم میخورد؛ اما از نظر نباید دور داشت که عقل در بینش عطار، هنگامی مذموم است که در جست و جوی مسائل مربوط به ماورالطبیعه بر میاید؛ حال آنکه از منظر عطار، توجه به دانش

و فراگیری علومی که متضمن سعادت و کمال آدمی است، نه فقط نکوهیده نیست بلکه مورد توجه بوده است. (پورنامداریان: ۱۳۸۶: ۱۸۲-۱۸۳) عطار، خود در کتاب مصیبت‌نامه، به بهره‌گیری از رهبری عقل به شرطی که مطیع امر خداوند باشد اشاره میکند:

عین عقل خویش را کن محو امر تا نگردد عین عقلت محو خمر
عقل را قل باید و امر خدای تا شود هم رهبر و هم رهنمای
علم جز بهر حیات حق مخوان وز شفا خواندن نجات خود بدان
(مصیبت‌نامه: ۱۵۶)

همچنین عطار در دیباچه منطق‌الطیر، عقل را روشنگر و عامل شناسایی امور معرفی میکند:

جان، چو در تن رفت و تن زو زنده شد عقل دادش تا بدو بیننده شد
عقل را چون دید بینایی گرفت علم دادش تا شناسایی گرفت
(منطق‌الطیر: ۴)

خرد، تفکر و تعقل نسبت به مسائل پیرامون، اولین مولفه تفکر مثبت در نظریه مارتین سلگیمن است که قابلیت‌های رفتاری مشخصی را در منطق‌الطیر عطار در بر گرفته است:

الف) کنجکاوی

کنجکاوی مهمترین توانمندی مربوط به این خوشه در دیدگاه مثبت‌گرای مارتین سلگیمن است، طبق نظر سلگیمن، کنجکاوی فرآیندی شناختی‌ست که باعث میشود آگاهی فرد نسبت به محیط پیرامون خود بسط پیدا کند. بر اساس این تعریف «کنجکاوی یعنی فعالانه با موارد جدید درگیر شدن» (سلگیمن، ۱۳۹۴: ۲۹۲) بنابراین فرد، در پی آن است تا آنچه را نمیداند، فرا بگیرد و دایره آگاهی خویش را وسعت ببخشد. طبق دیدگاه سلگیمن، «افراد کنجکاو، ابهام را دوست دارند و از آن انگیزه میگیرند.» (همان)

اولین کنش رفتاری پرندگان در قصه سیمرغ که منجر به شروع سفر میشود؛ پرسشگری و بروز احساس کنجکاوی در آنهاست؛ پرندگان در پی فهمیدن این نکته هستند که چرا سرزمینشان هیچ پادشاهی ندارد؟ در حالیکه سایر سرزمینها سلطان و پادشاه دارد. کنجکاوی به عنوان نیروی انگیزشی قوی در پرندگان، سبب میشود آنها در طلب مراد و محبوب خویش برآیند:

جمله گفتند این زمان و روزگار نیست خالی هیچ شهر از شهریار
از چه رو اقلیم ما را شاه نیست؟ بیش از این بی‌شاه بودن راه نیست
(منطق‌الطیر: ۴۳)

در طول سفر نیز پرسشگری پرندگان از چونی و چگونگی سیمرغ، نشان از وجود حس کنجکاوی آنان در مسیر شناخت سیمرغ دارد. بدین ترتیب احساس کنجکاوی به عنوان نیروی محرک موثر در طول سفر، همراه پرندگان است:

زو بپرسیدند کای استاد کار چون دهیم آخر درین ره، داد کار
ز آنکه نبود در چنین عالی مقام از ضعیفان این روش، هرگز تمام
(منطق الطیر: ۷۲)

ب) عشق به یادگیری^۱

طبق دیدگاه مثبتگرا، افراد خردورز، در مقابل فرآیند یادگیری مقاومت نمیکنند، آنها از هر فرصتی برای افزایش دانش خود بهره میبرند (Kramer, 2000: 83-101) این دسته از افراد، خود داوطلب هستند تا با قرار گرفتن در موقعیتهای جدید، معلومات تازه‌ای را به دست بیاورند؛ بر همین اساس «پذیرا بودن تجربه» (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۲۹۲) از مهمترین ویژگیهای شخصیتی افراد خردورز، در نظریه سلیگمن قلمداد میشود. میل به یادگیری، یکی از وجوه بارز رفتاری پرندگان در منطق الطیر است، آنها به دنبال آموختن هستند؛ پرس و جو درباره سیمرغ، همچنین تمایل و توصیه به کسب دانش، از نموده‌های مشخص تفکر مثبت در این قصه تمثیلی است. عطار با ذکر حدیث " اطلبوا العلم و لو بالصین " بر لزوم آمادگی جهت فراگیری دانش و پشتوانه دینی و مذهبی این مسئله صحنه میگذارد.

ابتدای کار سیمرغ ای عجب جلوه گر بگذشت بر چین نیم شب
در میان چین افتاد از وی پری لاجرم پر شور شد هر کشوری
هر کسی نقشی از آن پر برگرفت هر که دید آن نقش، کاری در گرفت
آن پر اکنون در نگارستان چین است اطلبوا العلم و لو بالصین ازین است
(منطق الطیر: ۴۶)

ج) تفکر انتقادی^۲

تفکر انتقادی دیگر قابلیت رفتاری مطرح در الگوی مثبتگرایی سلیگمن است و به «گرایش به واقع‌گرایی» (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۲۹۴) اشاره میکند؛ این توانمندی «شامل بررسی اطلاعات به طور عینی، در خدمت منافع خود و دیگران است و مخالف با اشتباهات به اصطلاح منطقیست.» (همان) بدین ترتیب انسان مثبتگرا، نسبت به آنچه در محیط اطراف خود میگذرد، بی‌تفاوت نیست، او به وقایع پیرامون، واکنش نشان میدهد و قادر است در مقابل رفتار اشتباه دیگران، موضع انتقادی داشته باشد.

تفکر انتقادی از مشخصه‌های اصلی شخصیت دهد در منطق الطیر است؛ او نسبت به وضعیت پرندگان دیگر، احساس مسئولیت میکند؛ و هر زمان رفتار پرندگان را مغایر با کمال و سعادت میبیند از ایشان، انتقاد میکند. به عبارت دیگر، دهد در فرآیند سفر، به دفعات به بررسی اطلاعات عینی از جنبه‌های مختلف میپردازد تا تصویری صحیح از واقعیت را پیش روی پرندگان دیگر قرار دهد؛ انتقاد دهد، نه بر اساس قضاوتهای شخصی بلکه بر مبنای دستیابی به رشد و کمال است، بدین ترتیب دیگر فضیلت اجتماعی مثبتگرا تحت عنوان تفکر انتقادی در رفتار دهد، مشخص و برجسته شده است:

دهدش گفت ای ز دولت بی نشان مرد نبود هر که نبود جان فشان
دهدش گفت ای به صورت مانده باز بیش از این در عشق رعنائی مناز
دهدش گفت ای چو گوهر جمله رنگ چند لنگی، چند آری عذر لنگ

^۱ love of learning

^۲ critical thinking

هدهدش گفت ای غرورت کرده بند سایه در چین، بیش از این بر خود مخند
(منطق‌الطیر: ۴۹-۵۱-۵۶-۵۹)

(و) دورنما (ذهن آگاهی)^۱

دورنما یا چشم‌انداز عنوان قابلیت رفتاری دیگری است که سلیگمن آن را در ارتباط مستقیم با توانایی رهبری میداند؛ (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۲۹۷) وی دورنما را «بالغ‌ترین نقاط قوت» معرفی کرده و معتقد است اگر انسان، به این فضیلت، مجهز باشد، افرادی که دچار مسائل و مشکلاتی هستند، به او رو می‌آورند تا از تجربه‌اش کمک بگیرند، بر این اساس فرد «نگاهی به دنیا دارد که برای خود و اطرافیانش منطقی و معقول است.» (همان)

این قابلیت رفتاری، در منطق‌الطیر عطار، به دفعات در شخصیت هدهد نمود و بروز یافته است؛ دانایی، تعقل و تجربه فراوان باعث شده است تا پرندگان شرح مشکلات، مسائل و دغدغه‌های خود را به نزد هدهد ببرند، و از او طلب خیر و چاره‌گری داشته باشند:

چون بترسیدند آن مرغان ز راه جمع گشتند آن همه یک جایگاه
پیش هدهد آمدند از خود شده جمله طالب گشته و بخرد شده
چون بپرسیم از تو مشکلهای خویش بستریم این شبهت از دل‌های خویش
(منطق‌الطیر: ۹۷)

به عبارت دیگر طبق مولفه‌های روانشناسی مثبت‌گرا، ذهن‌آگاهی و روشنائی ضمیر هدهد، سبب شده است تا پرندگان از سر اعتماد و شوق، به سوی هدهد، تمایل پیدا کنند، عطار در بیان بصیرت و آگاهی هدهد، ابیاتی از این دست را ذکر میکند:

حله‌ای بود از طریقت در برش افسری بود از حقیقت بر سرش
تیز فهمی بود در راه آمده از بد و از نیک، آگاه آمده
گفت مرغان منم بی هیچ ریب هم برید حضرت و هم پیک غیب
هم ز حضرت من، خبردار آمدم هم ز فطرت، صاحب اسرار آمدم
(منطق‌الطیر: ۴۳)

شجاعت

شجاعت دومین فضیلت در الگوی مثبت‌گرای مارتین سلیگمن است؛ اگرچه شاید تعریف شجاعت در ابتدای امر، به نظر ساده بیاید؛ با این حال این فضیلت اخلاقی در روانشناسی مثبت‌گرا، تعریف خاصی را به خود اختصاص داده است، بر این اساس، شجاعت انجام کاری را داشتن، لزوماً انجام فعالیت‌های خارق‌العاده نیست؛ بلکه تعریف صحیح، آن است که فرد چیزی را که درست است انجام دهد حتی اگر برابر این عمل، چیزهای زیادی را از دست بدهد. (Peterson, C., & Seligman, 2004:29) این فضیلت، دربرگیرنده قابلیت‌های رفتاری مشخصی است، که مصادیق آن در منطق‌الطیر بررسی میشود:

الف) جرئت و تحمل

طبق دیدگاه سلیگمن، جرئت داشتن و مقاومت در مقابل مشکلات، هنجارهای رفتاری لازم جهت دستیابی فرد به موفقیت محسوب میشوند و «منعکس‌کننده واکنش هوشیارانه اراده جهت به دست آوردن اهداف ارزشمند است».

(سلیگمن، ۱۳۹۴: ۲۹۸) بنابراین تلاش بی‌وقفه انسان در مسیر معین، از وجوه برجسته تفکر مثبت قلمداد میشود که موجب تحقق آمال و آرزوهای فرد میشود.

در منطق الطیر عطار، تمثیل سفر، فرآیند ناشناخته‌ای است که ابعاد پیچیده و دشواری را پیش پای پرندگان قرار داده است؛ این سفر آنگونه که عطار به دفعات و در قالب ابیات متفاوت توصیف کرده است موقعیتهای بحرانی فراوانی را شامل میشود که جز ایمان و مجاهدت نمیتوان از عهده آنها به سلامت برآمد.

از همین رو است که در منطق الطیر عطار، شجاعت، جرئت و پشتکار، الگوی رفتاری مطلوب قلمداد میشود؛ در بیانی نزدیک به دیدگاه مثبتگرا، تنها پرندگانی به سرمنزل نهایی میرسند که شجاعانه جهت دستیابی به هدفی ارزشمند، در مقابل مسائل مختلف، تاب بیاورند:

مرد میباید تمام این راه را جان فشاندن باید این درگاه را
دست باید شست از جان مردوار تا توان گفתי که هستی مرد کار
(منطق الطیر: ۴۶)

(ب) صبر و پیوستگی

مطابق با دیدگاه مارتین سلیگمن، صبر و بردباری از وجوه برجسته تفکر مثبت محسوب میشود و موجب مداومت تلاش انسان حتی در سختترین شرایط میشود. بر این اساس انسان مثبتگرا «هر کاری را که باشد، انجام میدهد و این کار را با روحیه خوب و حداقل شکایت انجام میدهد.» (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۳۰۰) بدین ترتیب، صاحبان تفکر مثبت، اگر چه در مسیر موفقیت، با دشواریهای مختلف، رو به رو میشوند، با گشاده‌رویی و طیب خاطر، از تلاش فروگذار نکرده و مصمم و پا بر جا به سمت هدفی مشخص، حرکت میکنند. (Finfgeld, 1999-803-814)

در منطق الطیر نیز، پیوستگی در تلاش پرندگان و الزام آنها به وجود صبر و اراده قوی در طول سفر، از ویژگیهای رفتاری برجسته‌ای است که مورد تأکید عطار بوده است؛ وجه مشخص دیدگاه سلیگمن در این رابطه یعنی رضایتمندی و شکایت نداشتن از سختیها، قرابت نزدیکی با نظرگاه عطار در تمثیل پرندگان سالک دارد؛ عطار به دفعات از پرندگانی که ضعف اراده دارند و دستاویز عذر و بهانه‌های مختلف میشوند، انتقاد میکند:

لیک چون راهی دراز و دور بود هر کسی از طی آن رنجور بود
گرچه ره را بود هر یک کارساز هر یکی عذر دگر گفتند باز
(منطق الطیر: ۴۷)

بر اساس اندیشه حاکم بر این ابیات، بهانه‌گیریهایی در پی پرندگان، مانع از دستیابی آنها به کمال میشود. این نکته، به اندازه‌ای در نزد ذهن و زبان عطار مهم است که سالها پیوستگی و مداومت در طلب را لازمه این سفر بر می‌شمرد:

جد و جهد اینجاست باید سالها زانک اینجا قلب گردد کارها
در میان خونت باید آمدن وز همه بیرونست باید آمدن
(منطق الطیر: ۲۰۷)

انسانیت

انسانیت به عنوان خوشه سوم اخلاقی در الگوی مثبتگرای مارتین سلیگمن، بر وجود تعلقات عاطفی و روابط انسانی اشاره دارد. طبق این فضیلت، فرد قادر است با دیگران روابط ارزشمندی برقرار کند، آزادگی دارد و به همه کائنات مهر می‌ورزد. (کار، ۱۳۸۵: ۲۸۸) انسانیت در روانشناسی مثبتگرا دربرگیرنده دو قابلیت رفتاری برجسته میشود:

الف) عشق

سلیگمن وجود عشق را از عوامل موثر در ایجاد شادکامی و رضایت پایدار در زندگی میداند؛ بر این اساس فرد این توانایی را دارد تا دیگران را دوست داشته باشد و به دور از خودمحوری، به دیگران عشق بورزد. «این نقطه قوت فراتر از مفهوم غربی به نام عشق و عاشقی است» (همان: ۳۰۳) اگر این قابلیت رفتاری، تقویت شود؛ خودخواهی کمتری در شخصیت فرد مشاهده خواهد شد، موضوع عشق در منطق الطیر، گستره وسیعی از احساسات و عواطف را به خود اختصاص داده و یکی از پایه‌های بنیادین فکری در این منظومه تمثیلی به حساب می‌آید، عشق نزد عطار، به عنوان «مهمترین رکن طریقت» (انصاری، ۱۳۷۸: ۸۴) در نقطه مقابل تکبر قرار دارد، غرور را میسوزاند و باعث ازخودگذشتگی میشود.

تمثیل پرندگان و سیمرغ نیز از تأثیر عشق برکنار نیست، جایگاه عشق در این منظومه تمثیلی، قرابت نزدیکی با تعاریف یاد شده از عشق، نزد مثبت‌گرایان دارد، چرا که در نقطه مقابل خودبینی قرار گرفته است:

هدهد رهبر چنین گفت آن زمان کان که عاشق شد میندیشد ز جان
عشق را با کفر و با ایمان چه کار عاشقان را با تن و با جان چه کار
(منطق الطیر: ۷۲-۷۳)

ب) مهرورزی

از سویی دیگر، سلیگمن معتقد است عشق، سبب تلطیف شخصیت و بهبود روابط انسان میشود، (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۳۰۴) بنابراین در زندگی انسانهای عاشق، احساس عطوفت و محبت جاری است، این دسته از افراد، عشق را اسیر روزمرگیهای معمول نمیکند؛ بلکه معنای زندگی را در عشق جست و جو میجویند؛ بر این اساس، وجهه مشخصه عشق در نظریه مارتین سلیگمن، اثرگذاری آن بر بینش افراد در جریان زندگی است. عطار نیز در بیان وادی دوم، از تأثیر عشق، بر ابعاد شخصیتی انسان سخن میگوید. فرآیند تحول شخصیت فرد عاشق، از وی انسانی گرمرو و با عاطفه ساخته است، لایه‌های روانی چنین شخصیتی مملو از مهر و عطوفت است تا جایی به گفته عطار، بدون عاقبت‌اندیشی، غرق در احساس است:

عاشق آن باشد که چون آتش بود گرمرو، سوزنده و سرکش بود
عاقبت‌اندیش نبود یک زمان غرق در آتش، چو آن برق جهان
(منطق الطیر: ۲۱۴)

همچنین مولفه مهرورزی در حکایاتی از منطق الطیر نیز مشاهده میشود که عطار، در اثنای تمثیل پرندگان ذکر و در آنها، به مهرورزی در تعاملات انسانی اشاره میکند؛ به نظر میرسد عطار با این شیوه، سعی در بیان این نکته دارد که تأثیر سلوک عارفانه، لازم است در عاطفه بشری و روابط بین‌فردی نیز منعکس شود، از همین رو گاه در میان قصه تمثیلی پرندگان، حکایاتی را ذکر میکند که به محوریت مهرورزی و عاطفه انسانی ساخته و پرداخته شده‌اند:

روز دیگر چون به ایوان باز رفت خاطر شه از پی انباز رفت
هر کسی میگفت شاها او گداست شاه گفتا هرچ هست انباز ماست
چون پذیرفتیم، رد نتوانش کرد این بگفت و همچو خود سلطاننش کرد
(منطق الطیر: ۹۹)

عدالت^۱

تعامل، پایه و اساس زندگی اجتماعی است و آدمی جهت حضور فعال در جامعه ناگزیر از داشتن روابط اجتماعی است، « این خوشه از نقاط قوت، خود را در فعالیتهای مدنی نشان میدهد و منعکس کننده این واقعیت است که فرد چقدر قادر است در گروه کار کند.» (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۳۰۵) سلیگمن، قابلیت‌های رفتاری مختلفی را مرتبط با این مفهوم اجتماعی بر می‌شمرد که مصادیق آن از سفر تمثیلی پرندگان قابل دریافت است:

(الف) کنش گروهی^۲

انجام فعالیت به شیوه گروهی در روانشناسی مثبت‌گرا، از مهمترین عواملی است که انسانها را در دستیابی به زندگی شاد و رضایت پایدار یاری میرساند، در جریان همین ارتباطات است که شناخت و شخصیت، تکوین مییابد و انسان، رفتاری را که جهت زندگی اجتماعی لازم است، می‌آموزد. (Diebel, &etc, 2016: 117-129)

یکی از نکات قابل توجه در قصه سیمرغ آنکه پرندگان به صورت جمعی و بر اساس فعالیت مشارکتی جهت دستیابی به هدف مشترک در تلاش هستند؛ در کنش ایشان، منفعت جویی و غرض‌ورزیهای فردی، مشاهده نمیشود پرندگان در این تمثیل، به صورت جمعی تصمیم به آغاز سفر گرفتند؛ به صورت گروهی در برابر مشکلات مقاومت کردند، و در قالب یک مجموعه منظم و هماهنگ، به موفقیت دست یافتند:

مجمعی کردند مرغان جهان آنچ بودند آشکارا و نهان
(منطق الطیر: ۴۳)

انجام امور محول به صورت گروهی، علاوه بر اینکه باعث میشود اشخاص با انرژی بیشتری به انجام وظایف بپردازند، در میان اعضای گروه، نشاط، امید و شادی به وجود میآورد. بر همین اساس، فرآیند سفر، در منطق الطیر، خاستگاه جمعی دارد و توسط گروه پرندگان انجام میپذیرد:

پس همه با جایگاهی آمدند بر سر جوای شاهی آمدند
جمله مرغان شدند آن جایگاه بقرار از عزت آن پادشاه
(منطق الطیر: ۴۷)

(ب) رهبر مثبت‌گرا^۳

بر اساس دیدگاه مارتین سلیگمن، لازمه موفقیت یک گروه، بهره‌مندی اعضا، از وجود رهبری مثبت‌گرا است، رهبری که شأن انسانی اعضای گروه را رعایت کند و محیطی امن و سالم برای اعضا فراهم آورد؛ «رهبری با معیارهای انسان‌مدارانه پیش از هر چیز باید رهبری تأثیرگذار باشد، و بتواند افراد را به خوبی به انجام کارها و وظایف وا دارد، و همزمان به حفظ روابط خوب میان اعضا، به گروه کمک کند.» (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۳۰۷)

از سویی دیگر، اعضای گروه نیز تحت حمایت رهبران مثبت‌گرا هستند و مشکلات و مسائل خود را با آنها در میان می‌گذارند. بدین ترتیب، وجود قابلیت رهبری در فرد سبب میشود بر نگرش و باورهای زیر مجموعه خود، نفوذ داشته و آنها را در مسیر مورد نظر خود سازماندهی کند. (Glen, 2003:158)

در ادبیات عرفانی، همواره انسان کامل، مراد و پیر، شخصیتی است که خطاهای سالک را گوشزد میکند، خطرات راه را نشان میدهد، و به او یاری میرساند تا به سلامت، به سر منزل مقصود برسد، طبق تفکر عرفانی، جهان همواره

^۱ justice

^۲ team work

^۳ leader ship

یک انسان کامل در قلب خود دارد؛ «از آن جهت که همه موجودات، همچون یک شخص است و انسان کامل، دل آن شخص است.» (نسفی، ۱۳۶۲: ۵) و هم اوست که از دشواریهای طریقت و پیچیدگیهای مسیر باخبر است و با نبوغ و مهارت ذاتی، شاگردان نوپای عرفان را پرورش داده و تحت لوای خویش در میاورد. منطق‌الطیر عطار نیز به عنوان نمونه‌ای برجسته از ادبیات عرفانی از این قاعده برکنار نبوده است؛ هدهد به عنوان راهبر و پیر سفر، نمود مشخصی از رهبر مثبت‌گرا در فرآیند سفر پرندگان است. پرندگان، او را به عنوان شخصیتی کاردان و باتجربه پذیرفته‌اند و از همین رو، هدهد نسبت به افراد گروه، نفوذ داشته و به پرسشهای آنها پاسخ می‌دهد:

جمله مرغان چو بشنیدند حال سر به سر کردند از هدهد سوال
کای سبق برده ز ما در رهبری ختم کرده مهتری و برتری
(منطق‌الطیر: ۶۸)

از نظر نباید دور داشت تنها هنگامی اعضای یک گروه قادرند مخالفت خود را نسبت به خواسته رهبر ابراز کنند، که رهبر گروه، آزادی و فرصت لازم جهت بیان عقاید اعضا را فراهم کرده باشد، مسلماً در فضای خفقان‌آور و اجبار، امکان ابراز شفاف تمایلات و خواسته‌های افراد گروه وجود نداشته و اعضا مجبور به اطاعت از رهبر هستند، سلیگمن درین رابطه معتقد است «یک رهبر تأثیرگذار هنگامی که با روابط بین گروهها سر و کار دارد، بیشتر از پیش، اصول انسانی را رعایت میکند؛ و در رعایت حق و حقوق بسیار جدی است.» (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۳۰۷) کنش هدهد در منطق‌الطیر نشان‌دهنده احترام به حق اختیار و آزادی دیگران است؛ پرندگان، آزادانه خود تصمیم میگیرند که در پی دغدغه‌های فردی خویش بروند یا تحت رهنمودهای هدهد، راهی سفر بشوند، بدین ترتیب، آن دسته از پرندگان که سخنان رهبر گروه را با آمال و آرزوهای خویش هماهنگ و همسو میبینند پا در مسیر نهاده و سفر را آغاز میکنند.

اعتدال^۱

اعتدال، از شاخصه‌های مثبت رفتاری در نظریه سلیگمن است؛ بر این اساس، فرد با تکیه بر خودآگاهی و اراده آزاد، رفتارهای خود را مورد بازبینی، دقت و اصلاح قرار میدهد تا از افراط و تفریطهای احتمالی در جریان زندگی، در امان بماند، سلیگمن قابلیت‌های رفتاری مشخصی را در ارتباط با اعتدال شخصیت انسان برمی‌شمرد که از کنش پرندگان سالک در منطق‌الطیر نیز قابل درک و دریافت است:

الف) خویشنداری (خود تنظیمی)

خویشنداری یکی از توانمندیهای اخلاقی است که طبق دیدگاه مثبت‌گرا منجر به حفظ اعتدال در شخصیت انسان میشود، فضیلت خویشنداری در این تعریف، به کنترل رفتار آدمی توسط خود او، اطلاق میشود، بر اساس این قابلیت رفتاری، فرد قادر است «به آسانی امیال، نیازها و تکانه‌های خود را در هنگام لزوم، در کنترل خود داشته باشد.» (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۳۰۸)

این مولفه، تأکید میکند فرد، قادر است رفتار خود را در جهت رسیدن به آرامش پایدار تنظیم و تعدیل کند. سفر پرندگان در منطق‌الطیر سفری ناظر بر تفکر و تحقق خویشستن است، پرندگان به سطحی از آگاهی و شناخت

۱: temperance

رسیده‌اند که تفاوتها را درک میکنند، خودتنظیمی در منطق الطیر بر اساس همت و اراده هر فرد در طاعت الهی، معنا میشود؛ بنابراین پرندگان سعی در تنظیم رفتار و اتخاذ کنشی مناسب جهت حصول رضایت الهی دارند:

هر که فرمان کرد، از خذلان برست
طاعتی بر امر در یک ساعت
بهرتر از بی‌امر عمری در طاعت
(منطق الطیر: ۱۵۶)

همچنین، وجه دیگری از خودتنظیمی پرندگان را در منطق الطیر عطار میتوان در قطع تعلق خاطر ایشان نسبت به امور دنیوی مشاهده کرد؛ آنها، از سر درک و آگاهی، تصمیم گرفته‌اند خود را از قید و بند زندگی مادی رها سازند، (سجادی، ۱۳۸۶: ۸۶) بنابراین نسبت به بهره‌اندک دنیا احساس بی‌نیازی میکنند و از جاه و مقام، چشم پوشیده‌اند:

چون درین زندان بسی نتوان نشست
خویشتن را باز کش از هر چ هست
دستها اول ز خود کوتاه کن
بعد از آن آنگاه عزم راه کن
(منطق الطیر: ۱۶۱)

ب) فروتنی و خاکساری

فروتنی از دیگر قابلیت‌های مربوط به خوشه اعتدال است؛ بر اساس این قابلیت « فرد به دنبال برجسته شدن خود نیست، تواضعی که به دنبال این نوع باور به دست می‌آید، صرفاً یک نمایش نیست، بلکه نگرش کلی شما به شخصیت خود شماست. » (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۳۱۰)

پرهیز از غرور و نخوت در منطق الطیر، با احساس بندگی و فروتنی در مقابل خدای عالمیان پیوند خورده است، مشخص است انسانی که در تمام جهان هستی جز خداوند نمیبیند، در طول زندگی نیز از خودبرتربینی و خودخواهیهای نفس، برکنار خواهد بود، به عبارت دیگر، احساس تواضع و خاکساری در منطق الطیر ارتباط مستقیمی با درک یگانگی خداوند دارد:

نیست آن یک کان احد آید تو را
زان یکی کان در عدد آید تو را
چون برونست از احد و این از عدد
از ازل قطع نظر کن وز ابد
(منطق الطیر: ۲۳۳)

عطار بر پایه نظام فکری الهی، معتقد است کوششهای انسانی که در پرده خودبینی مانده است، ارزشی ندارد و چه بسا به سرنگونی و شکست منتهی شود:

تا تو در پندار خویشی ای عزیز
خواندن و راندن نیززد یک پیشیز
(منطق الطیر: ۱۸۷)

تعالی^۱

پرورش شخصیت متعالی و امیدوار، مهمترین کارکرد و هدف نهایی در نظریه مارتین سلیگمن است؛ تعالی از این منظر به احساس درونی سالم اطلاق میشود. (Fisher, 2009:151-167) بدین ترتیب، مطابق با دیدگاه روانشناسی مثبت‌گرا نیاز و ضرورت وجود معبود در زندگی فرد از موارد مهم در روند تعالی آدمی است. «ایمان، معتقدات مذهبی، دستورات مذهبی، مراسم و آیینهای مذهبی همه عواملی هستند که میتوانند در امر درمان و

پیشگیری از اختلالات روانی به نحو موثری به کار برده شوند.» (قربانی، ۱۴۰۲: ۱۳۶) قابلیت‌های رفتاری مرتبط با تعالی انسان در دیدگاه مثبت‌گرا، با تمثیل عرفانی پرندگان در منطق الطیر، تناسب و تطبیق دارد. الف) معنویت و ایمان بر اساس این قابلیت رفتاری، ارتباط انسان با قدرتی فرابشری، به زندگی او، انرژی مثبت و آرامش میبخشد، «پس از نیم قرن بیتوجهی، روانشناسان دیگر بار در حال مطالعه جدی معنویت و مذهب هستند و دیگر نمیتوانند اهمیت ایمان برای افراد را نادیده بگیرند.» (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۳۱۴) بنابراین کیفیت زندگی افرادی که دارای معبود هستند با سایرین، متفاوت است، انسانها در ارتباط با خداوند از یأس و تنهایی فاصله میگیرند و قادر هستند اضطراب و تنش را در فرآیند زندگی به شیوه‌ای بهتر، کنترل کنند. (Yousef, 2011: 23-40)

ارتباط و یگانگی با وجود معبود، از مشخصه‌های فکری حاکم بر منطق الطیر عطار به ویژه قصه تمثیلی پرندگان است، پرندگان سالک، هر چه در مسیر سفر به سمت نهایت پیش میروند، ارتباطشان با منشأ هستی بیشتر شده و در نتیجه در پایان سفر از احساسات موهوم، فریب و پلیدیها نجات یافته‌اند: (زرین کوب، ۱۳۷۴: ۲۲۲)

صد هزاران سایه جاوید تو گم شده بینی ز یک خورشید تو
بحر کلی چون به جنبش کرد رای نقشها بر بحر کی ماند به جای
(منطق الطیر: ۲۴۷)

ب) امید و خوش بینی^۱

سلیگمن در ادامه مباحث مربوط به تعالی انسان، توانمندیهای اخلاقی این افراد را بر میشمرد، وی امیدواری و خوشبینی را یکی از مهمترین وجوه شخصیتی آنان میداند؛ و معتقد است اشخاصی که به تعالی شخصیت رسیده‌اند ذهنیتی رو به آینده و امیدوار دارند، این دسته از افراد مطمئن هستند در آینده «رویدادهای خوب، اتفاق خواهند افتاد.» (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۳۱۳) بنابراین شخصیت متعالی با اطمینان به مسیری که برگزیده است، به نتایج مطلوب آن، امیدوار است.

در کنش پرندگان واصل به قرب الهی نیز، امیدواری، شور و اشتیاق حاصل از آن مشاهده میشود؛ پرندگان پس از رسیدن به سرمنزل نهایی، به نور امیدی اشاره میکنند که در سایه ارتباط با محبوب، معنا یافته و رهنمون آنها در تمام طول سفر بوده است:

مدتی شد تا درین راه آمدیم از هزاران سی به درگاه آمدم
بر امیدی آمدم از راه دور تا بود ما را درین حضرت حضور
(منطق الطیر: ۲۴۷)

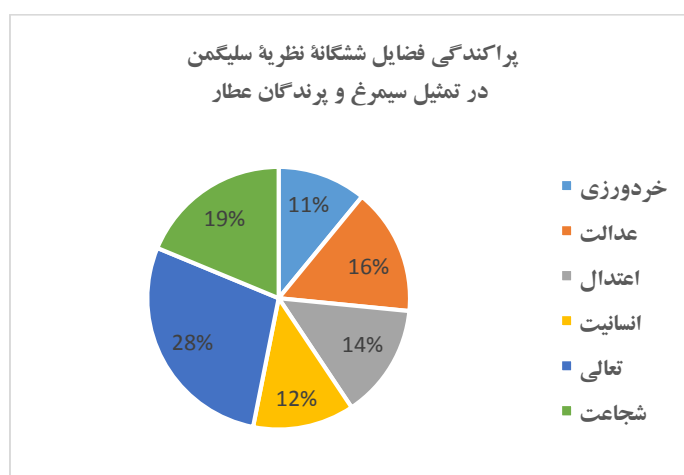
ج) درک و قدردانی از زیبایی^۲ طبق دیدگاه مثبت‌گرای سلیگمن، فردی که دارای شخصیت متعالی است، زیبایی و نیکوییهای محیط اطراف خود را میستاید، ز سوی دیگر این ستایش، خود انرژی مثبت و رضایتمندی از زندگی را موجب میشود؛ سلیگمن در این رابطه مینویسد: «تقدیر و قدردان بودن میتواند به سوی موارد غیر شخصیت و منابع غیرانسانی، هدایت شود؛ مانند خدا، طبیعت، حیوانات؛ اما نمیتواند به سوی خود فرد هدایت شود.» (سلیگمن، ۱۳۹۴: ۳۱۲)

۱: optimism

۲: gratitude

آنچه از رفتار پرندگان در نقطه پایانی سفر بر می آید، کرنش و ستایش در برابر آفتاب حقیقت است، آنها زیباییهای معشوقی ازلی را به زبان معنا، میستایند، بدین ترتیب، پرندگان سالک، در نور محض، محو میشوند و از همین روست که نشاطی ماندگار در حیات آنها پدید می آید:

ما به سی مرغی بسی اولی‌تریم ز آنکه سیمرغ حقیقت گوهریم
محو ما گردید در صد عز و ناز تا به ما در خویش را یابید باز
محو او گشتند آخر بر دوام سایه در خورشید گم شد والسلام
(منطق الطیر: ۲۶۳-۲۶۴)



نمونه بیت شاخص از منطق الطیر	وجه تفکر مثبت در منطق الطیر عطار
از چه رو اقلیم ما را شاه نیست؟ / بیش از این بی شاه بودن راه نیست	کنجکاو
آن پر اکنون در نگارستان چین‌ست / اطلبوا العلم و لو بالصین ازین‌ست	میل به یادگیری
ای گدایان، چند از این بی حاصلی / راست ناید عاشقی و بددلی	تفکر انتقادی
هم ز حضرت من، خبردار آمدم / هم ز فطرت، صاحب اسرار آمدم	دور نما
دست باید شست از جان مرد وار / تا توان گفتمی که هستی مرد کار	جرئت و تحمل
جد و جهد اینجات باید سالها / زانک اینجا قلب گردد کارها	صبر و پیوستگی
عاشق، آتش در همه خرمن زند / اره بر فرقش نهند او تن زند	عشق

مهرورزی	هر کسی میگفت شاهها او گدا ست / شاه گفتا هر چه هست انباز ماست
کنش گروهی	یک دگر را شاید از یاری کنیم / پادشاهی را طلب‌کاری کنیم
رهبری مثبت‌گرا	جمله او را رهبر خود ساختند / گر همی فرمود سر، میباختند
تواضع	تا تو در پندار خویشی ای عزیز / خواندن و راندن نیز زد یک پیشیز
خویش‌نداری	هر که فرمان کرد، از خذلان برست / از همه دشواری آسان برست
معنویت و ایمان	صد هزاران سایه جاوید تو / گم شده بینی ز یک خورشید تو
امیدواری	بر امیدی آمدیم از راه دور / تا بود ما را درین حضرت حضور
درک و قدردانی از زیبایی	ما به سیمرغی بسی اولی‌تریم / زانک سیمرغ حقیقی گوهریم

وجوه تفکر مثبت مطابق با نظریهٔ مارتین سلیگمن، در منطق الطیر عطار

نتیجه‌گیری

نتیجه پژوهش حاضر نشان می‌دهد تمام هر شش شاخصهٔ تفکر مثبت در نظریهٔ مارتین سلیگمن: خردورزی، شجاعت، عشق، اعتدال، فعالیت‌های مدنی و تعالی در منطق الطیر عطار دارای تناسب و مصادیق معین است؛ از منظر ترتیب و توالی، قرارگیری خوشه‌های اخلاقی در منطق الطیر عطار، تقریباً مشابه الگوی مارتین سلیگمن است؛ اولین فضیلت مطرح در هر دو دیدگاه خردورزی است که با قابلیت‌هایی چون کنجکاوی و میل به یادگیری در آغاز تمثیل پرندگان، نمود یافته است؛ روند سفر در منطق الطیر دربرگیرندهٔ سایر فضایل اخلاقی بوده و نهایتاً به خوشهٔ اخلاقی ششم در نظریهٔ سلیگمن، تحت عنوان تعالی منتهی می‌شود.

از نتایج دیگر پژوهش آن‌که وجود شخصیت‌دهنده به عنوان رهبر مثبت‌گرا در منطق الطیر، با تأکید و تکیه بر فضایی چون گفت و گو محوری، آزادی بیان، تفکر انتقادی از عوامل موثر در حصول نتیجه بوده است؛ از سوی دیگر طراحی سفر به شیوهٔ مشارکتی و جمعی، از وجوه مثبت در فرآیند سفر است که سبب پویایی و همدلی پرندگان سالک شده است.

نتیجهٔ پژوهش حاضر حاکی از آن است که وجود معبود در هر دو الگوی مثبت‌گرای سلیگمن و منطق الطیر عطار، مهمترین رکن در دستیابی آدمی به تعالی است. بر این اساس، عطار هفت وادی عرفان را در قالب سفری تمثیلی، به عنوان مراحل تقرب به معبود پیشنهاد کرده است و مارتین سلیگمن، تقسیم‌بندی شش خوشهٔ اخلاقی را تحت نظریهٔ روانشناسی مثبت‌گرا معرفی می‌کند، به هر طریق، در هر دو دیدگاه، حضور منبعی فرا بشری، و تأثیر آن در دستیابی انسان به آرامش، شادی پایدار و تعالی، مشخص و مشهود است.

بر اساس نتایج این پژوهش، بُعد معنوی و ارتباط با خداوند از منظر عطار، برجسته‌تر بوده و سایر فضایل اخلاقی نیز در منطق الطیر، متأثر از جهان‌بینی اسلامی است، عطار تحقق فضایل اخلاقی را در سایهٔ بندگی و اطاعت از خداوند میسر میداند، در حالیکه حضور معبود در دیدگاه مثبت‌گرای مارتین سلیگمن، تنها در خوشهٔ ششم، تحت عنوان تعالی مشاهده می‌شود.

مشارکت نویسندگان

این مقاله با تجزیه و تحلیل داده‌ها و پژوهش آقای دکتر خدابخش اسداللهی از دانشگاه محقق اردبیلی بعنوان نویسنده مسئول و همچنین سرکار خانم زینب برزگر ماهر پژوهشگر دیگر این مقاله که در تنظیم متن نهایی نقش داشته‌اند. در نهایت تحلیل محتوای مقاله حاصل تلاش و مشارکت هر دو پژوهشگر بوده‌است.

تشکر و قدردانی

نویسندگان بر خود لازم میدانند مراتب تشکر خود را از مسئولان پژوهشی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه محقق اردبیلی که نویسندگان را در ارتقاء کیفی پژوهش یاری رساندند، اعلام کند.

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.

REFERENCES

- Ahmadi Zahra, Shahram Mohageg arumi (2022) rewritw and explain Logic of al-Tir Atar Fariduddin, Tehran, Aftab Andishe.
- Attar Farid al-Din (1998) Logic of al-Tir, by Seyyed Sadegh Goharin, Tehran: Scientific and Cultural Publications
- Atar Fariduddin (2006) Tragedy, edited by Mohammad Reza Shafiei Kodkani, Tehran: Sokhn.
- Attar Farid al-Din (2011) Tazkira al-Awaliya, Mohammad Istalami, Tehran: Zovar.
- Arnold, Kyle. (2014) "Behind the Mirror: Reflective Listening and its tain in the Work of Carl Rogers". The Humanistic Psychologist. Pp:354-369
- Ansari, Qasim (1999) Basics of Sufism and Mysticism, Tehran: Payam Noor
- Diebel, T., Woodcock, C., Cooper, C., & Brignell, C. (2016). Establishing the effectiveness of a gratitude diary intervention on children's sense of school belonging. Educational and Child Psychology.pp: 117–129.
- Faruzanfar, Badi Al-Zaman (2010) description of the condition and criticism and analysis of the works of Sheikh Fariduddin Mohammad Attar Neishaburi, Tehran, Zowar.
- Fisher, J. W. (2009). Investigating Australian education students' views about spiritual well-being as schools. International Journal of compared with teachers in Children's Spirituality, pp: 151–16

- Finfgeld, D. L. (1999), *Courage as a process of pushing beyond the struggle. Qualitative Health Resources*. pp: 803–814.
- Ghorbani, omolbanin, Njar Nobari, EfFAT, Moseni Hnjeni, Friade, Lotfi Azimi, Afsane (2023) Investigating positive thinking components in Saeb Tabrizi s sonnets based on Mrtin Seligman s positivist theory. *Journal of thw stylistic of Persian poem and prose*. (16)87. pp:119-143.
- Kar, Alan (2006) *Positive psychology, the science of happiness and human power*, translated by Hasan Pasha Sharifi, and Jafar Zandi-Zand, Tehran: Sokhan.
- Kramer, D.A. (2000), *Wisdom as a classical source of human strength: Conceptualization and empirical inquiry. Journal of Social and Clinical Psychology*, 19 (1)
- Nasfi, Azizuddin (1983) *Al-Insan al-Akamal*, corrected by Maghiran Moule, translated by Ziauddin Deshidi, Tehran: Tahuri.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004), *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press/Washington, DC: American Psychological Association
- Pournamdarian, Taqi (2006) *Meeting with Simorgh, Attar's poetry and mysticism and thoughts*, Tehran: Research Institute of Humanities and Cultural Studies.
- Rice, Philip (2012) *Psychology of Development*, translated by Mahshid Foroughan, Tehran: Arjmand.
- Sajjadi, Seyyed Jafar (2010), *Dictionary of Mystical Terms and Interpretations*, Tehran: Tahori.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive psychology: An introduction*. Am Psychol,
- Seligman, Martin (2000) *The Positive Child*, translated by Nahid Irannejad, Tehran: Dayere
- Seligman E.P, Angela Lee Duckworth, Tracy A. Steen, (2005) *POSITIVE PSYCHOLOGY IN CLINICAL PRACTICE*, first published online as a Review in Advance on December 17, 2004.
- Seligman, Martin (2014) *Prosperity of Positive Psychology*, translated by Amir Kamkar, Sakineh Hejbarian, Tehran: Ravan.
- Shafi'i Kodkani, Mohammad Reza (1999) *Farsi Psalms*, Tehran: Aghah.
- Shamisa, Siros (2003) *poetry stylistics*, Tehran: Ferdous.
- Yusuf, M. B. (2011). *Effects of spiritual capital on Muslim economy: The case of Malaysia. Research on Humanity and Social Science*. pp:23-41
- Zarin Koob, Abdul Hossein (1999) *Simorgh's Voice*, Tehran: Sokhan

فهرست منابع فارسی

احمدی، زهرا؛ محقق ارومی، شهرام (۱۴۰۱) منطق الطیر فریدالدین عطار نیشابوری، بازنویسی و شرح، تهران: آفتاب اندیشه.

انصاری، قاسم (۱۳۷۸) مبانی تصوف و عرفان، تهران: پیام نور.
پورنامداریان، تقی (۱۳۸۶) دیدار با سیمرغ شعر و عرفان و اندیشه‌های عطار، تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.

رایس، فیلیپ (۱۳۹۲) روانشناسی رشد، ترجمه مهشید فروغان، تهران: ارجمند.
زرین کوب، عبدالحسین (۱۳۷۸) صدای بال سیمرغ، تهران: سخن.
سجادی، سید جعفر (۱۳۸۹) فرهنگ اصطلاحات و تعبیرات عرفانی، تهران: طهوری.
سلیگمن، مارتین (۱۳۷۹) کودک مثبت‌گرا، ترجمه ناهید ایران‌نژاد، تهران: دایره.
سلیگمن، مارتین (۱۳۹۴) شکوفایی روانشناسی مثبت‌گرا، ترجمه امیر کامکار، سکنه هژیریان، تهران: روان.
شفیعی کدکنی، محمدرضا (۱۳۷۸) زبور فارسی، تهران: آگاه.
شمیسا، سیروس (۱۳۸۲) سبک شناسی شعر، تهران: فردوس.
عطار فرید الدین (۱۳۸۱) منطق الطیر، تصحیح و تعلیق حمید حمید، تهران: طلوع.
عطار فرید الدین (۱۳۸۶) مصیبت‌نامه، تصحیح محمدرضا شفیع کدکنی، تهران: سخن.
عطار فرید الدین (۱۳۹۱) تذکره الاولیا، محمد استعلامی، تهران: زوار.
قربانی، ام‌البنین؛ نجار نوبری، عفت؛ محسنی هنجنی، فریده؛ لطفی عظیمی، افسانه (۱۴۰۲) بررسی مولفه‌های مثبت‌اندیشی در غزلیات صائب تبریزی بر مبنای نظریه مثبت‌نگر مارتین سلیگمن، نشریه علمی سبک شناسی نظم و نثر فارسی (بهار ادب) ۸۸/۱۶، صص ۱۱۹-۱۴۳.
فروزانفر، بدیع الزمان (۱۳۸۹) شرح احوال و نقد و تحلیل آثار شیخ فریدالدین محمد عطار نیشابوری، تهران: زوار.
کار، آلن (۱۳۸۵) روانشناسی مثبت علم شادمانی و نیروی انسانی ترجمه حسن پاشا شریفی، و جعفر زندی زند، تهران: سخن.

نسفی، عزیز الدین (۱۳۶۲) الانسان الاکامل، تصحیح ماژیران موله، ترجمه ضیاءالدین دهشیدی، تهران: طهوری.
Arnold, Kyle. (2014) "Behind the Mirror: Reflective Listening and its tain in the Work of Carl Rogers". The Humanistic Psychologist. Pp:354-369
Diebel, T., Woodcock, C., Cooper, C., & Brignell, C. (2016). Establishing the effectiveness of a gratitude diary intervention on children's sense of school belonging. Educational and Child Psychology.pp: 117-129.
Fisher, J. W. (2009). Investigating Australian education students' views about spiritual well-being as schools. International Journal of compared with teachers in Children's Spirituality, pp: 151-16
Finfgeld, D. L. (1999), Courage as a process of pushing beyond the struggle. Qualitative Health Resources. pp: 803-814.
Kramer, D.A. (2000), Wisdom as a classical source of human strength: Conceptualization and empirical inquiry. Journal of Social and Clinical Psychology
Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004), Character strengths and virtues: A handbook and classification. New York: Oxford University Press/Washington, DC: American Psychological Association

- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *Am Psychol*
- Seligman E.P, Angela Lee Duckworth, Tracy A. Steen, (2005) POSITIVE PSYCHOLOGY IN CLINICAL PRACTICE
- Yusuf, M. B. (2011). Effects of spiritual capital on Muslim economy: The case of Malaysia. *Research on Humanity and Social Science*.pp:23-41

معرفی نویسندگان

خدابخش اسداللهی: استاد گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
(نویسنده مسئول: Email: asadollahi@uma.ac.ir)

زینب برزگر ماهر: دانشجوی دکتری گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
(Email: z.barzegar@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.

Introducing the authors

Khodabakhsh Asadollahi: Professor of the Department of Persian Language and Literature, Faculty of Literature and Humanities, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.
(Email: asadollahi@uma.ac.ir : Responsible author)

Zainab Barzegar Maher: Ph.D. student, Department of Persian Language and Literature, Faculty of Literature and Humanities, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.
(Email: z.barzegar@uma.ac.ir)