

Najaf school mysticism and humanistic psychotherapy (with a comparative approach and case study of Mullah Hossein Gholi Hamedani and Rolumi)

Abstract:

Humanistic mysticism and psychotherapy have theoretical and practical issues for human growth and development. We have been in the form of three pillars and dimensions: a) mysticism and humanistic therapist, b) guide and therapist, c) seeker and therapist. After examining and applying the theoretical foundations, according to the proposed elements, the similarities in the first part include: the subject of man, self-creation and his inner self, achieving unity and inner peace, knowing man, the importance of the past and experiences, perfection of love and affection, removing anger and resentment. The evolution of the human soul, the legitimacy of guidance and the length of the process of self-construction. In the second part, the importance of an informed and experienced guide and the need for effective communication. , Offering the inner states to the guide and in connection with the distinctions of the first part, the duality of the value of mysticism and the universality of psychotherapy, the roots of mysticism in transmission and hearing and psychotherapy in the intellect. In the second part, considering the old man as a conduit of divine grace and the psychoanalyst as a therapist, the divine duty to consider guidance and arrest for the old man and the benefit for the psychoanalyst, the impossibility of changing the old man and the guide as opposed to the therapist, sanctifying the guide and seeker. The professionalism and rationality of the relationship with the psychoanalyst. In the third part, considering behavior as the duty of every Muslim and paying attention to God's pleasure in every action instead of its therapeutic aspect.

Keywords: Mysticism, Najaf School, Humanistic Psychotherapy, Mollah Hossein Gholi Hamedani, Rolumi

عرفان مکتب نجف و روان‌درمانگری انسان‌گرایانه (با رویکرد تطبیقی و مطالعه موردی ملاحسین قلی همدانی و رولومی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۴/۱۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۶/۰۷

محمد رضا رجبی^۱جمشید قربانی^۲فاطمه پورانی^۳

چکیده:

عرفان و روان‌درمانگری انسان‌گرایانه دارای مباحث نظری و عملی برای رشد و تکامل انسانند. در این پژوهش به دنبال خوانش روش تربیتی عارفان مکتب عرفان و روان‌درمانگری انسان‌گرایانه (با رویکرد تطبیقی و مطالعه موردی ملاحسین قلی همدانی رولومی) و احصاء تشابهات و تمایزات این دو مکتب در قالب ارکان و ابعاد سه‌گانه بوده ایم: الف) عرفان و روان‌درمانگری انسان‌گرایانه، ب) راهنما و درمانگر، ج) سالک و درمانجو. پس از بررسی و تطبیق مبانی نظری، به تفکیک ارکان مطرح، تشابهات در بخش اول شامل: موضوعیت انسان، خودسازی و باطن او، رسیدن به وحدت و صلح درونی، شناخت انسان، اهمیت گذشته و تجربیات، کمال عشق و محبت، زدودن خشم و کینه، تکامل روح آدمی، تشریحی بودن هدایت و طولانی بودن فرایند خودسازی و در بخش دوم، اهمیت راهنمای آگاه و صاحب تجربه و لزوم ایجاد ارتباط موثر و در بخش سوم نیز، اهمیت فرایند فردیت، لزوم نیت و قصد فردی و تعهد عملی به انجام دستورات، عرضه داشتن حالات درونی به راهنما و در ارتباط با تمایزات بخش اول، دوجوانی بودن ارزش عرفان و جهانی بودن روان‌درمانگری، ریشه داشتن عرفان در نقل و سمع و روان‌درمانی در عقل. در بخش دوم نیز تلقی از پیر بعنوان مجرای فیض الهی و روان‌کاوا بعنوان یک درمانگر، وظیفه الهی انگاشتن هدایت و دستگیری برای پیر و انتفاع برای روان‌کاوا، عدم امکان تغییر پیر و راهنما برعکس درمانگر، مقدس انگاشتن راهنما و سالک و ارتباط تبعیدی و تقدسی با او و تخصصی و تعقلی بودن رابطه با روان‌کاوا. در بخش سوم، تلقی از سلوک بعنوان وظیفه هر مسلمان و توجه به رضای خدا در هر عملی بجای وجهه درمانی آن.

کلمات کلیدی: عرفان، مکتب نجف، روان‌درمانگری انسان‌گرایانه، ملاحسین قلی همدانی، رولومی

^۱ استادیار، دانشکده الهیات، دانشگاه تهران (دانشکده‌گان فارابی)، تهران، ایران.

Rajabi.mr@ut.ac.ir

^۲ (نویسنده مسئول) دانشجوی کارشناسی ارشد رشته ادیان و عرفان دانشگاه تهران، ایران. / کارشناسی ارشد مدیریت دولتی، مرکز آموزش مدیریت دولتی،

تهران، ایران.

jamshidghorbani@gmail.com

^۳ کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، واحد علوم تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. / کارشناسی ارشد رشته مدیریت دولتی، مرکز آموزش

مدیریت دولتی، تهران، ایران. Poorani1352@yahoo.com

مقدمه:

انسان، در طول حیات خود، همواره در پی شناخت درونی‌ترین لایه‌های وجود خویش بوده است. در قدیم، عرفان و فلسفه حوزه شناخت روح و روان بوده اند و اکنون، روانشناسی با درون مایه پژوهش‌های تجربی، علوم اعصاب، روانکاوی و ارزیابی‌های ذهنی، در امتداد آن‌ها گام بر می‌دارد. شناخت خویشتن در فلسفه و مذهب و علم مانند یک موتور محرکه می‌باشد که در آنها اشکال مختلف به خود می‌گیرد و این جوهر معرفت آدمی را می‌توان در این فراز خلاصه کرد که خودت را بشناس تا خدایت را بشناسی. (شناخت نفس، ۱۳۹۲)

امروزه محققان به کمک بن مایه‌های روان‌شناختی و روان‌کاوی موجود در متون عرفانی و صوفیانه، رهیافتی نوین در تصوف پژوهی ارائه کرده اند و مبنای پژوهش حاضر نیز، رویکرد روان‌شناختی به عرفان و تصوف و واکاوی تشابهات و تمایزات آن می‌باشد. موضوع و محور اصلی عرفان، انسان و خودسازی و خویشتن‌شناسی اوست زیرا تا انسان خود را نشناسد، به هدف نهایی که شناخت حق است هرگز نخواهد رسید و به همین منظور علما و عرفا بر اساس «من عرف نفسه فقد عرف ربه» خویشتن‌شناسی را مقدمه خداشناسی دانسته و بر رابطه دوگانه بین «انسان» و «خدا» تأکید ورزیده اند و در این ارتباط، عرفان عملی را سلوک و مجاهده‌ای دانسته اند که در پی نوسازی انسان و معیار بخشی به وی، در تنظیم رابطه‌های خود با خویشتن و دیگران است و چیزی جز این نیست که «کمالات بالقوه انسان به فعلیت برسد».

روان‌درمانگری انسان‌گرایانه نیز به عنوان یک روش درمانی، بی‌همتا بودن هر فرد آدمی و گرایش طبیعی وی به سوی رشد و خودشکوفایی را در مدار توجه قرار داده، بی‌آنکه رفتار آدمی تعبیر و تفسیر شود (چنانکه شیوه روانکاوان است) و به عنوان رویکردی فلسفی به مردم و مشکلات انسانیت و وجود و عمدتاً به درون مایه‌های زندگی، نظیر: مرگ و زندگی، آزادی، مسئولیت‌پذیری در قبال خود و دیگران، یافتن معنای زندگی و کنار آمدن با احساس پوچی، آگاه شدن از خود و نگرستن به فراسوی مشکلات موجود و وقایع روزمره و همچنین برقراری روابط صادقانه و صمیمی با دیگران تأکید دارد تا بر روشها، درمانهای انسان‌گرایانه بر روی توسعه‌ی خود، رشد و مسئولیت‌پذیری تمرکز و مبتنی بر این عقیده اند که همه‌ی ما به طور طبیعی به سمت انجام کارهای خوب حرکت می‌کنیم، اگرچه، تجربه‌های سخت زندگی ممکن است به صورت موقت مانع دستیابی به اهداف مان شوند، با حمایت مناسب، همه‌ی ما توانایی دستیابی به اهداف خود را داریم. (رولومی، ۱۳۹۹) عرفان و روان‌درمانگری انسان‌گرایانه دارای مباحث نظری و عملی برای رشد و تکامل انسانند. در این پژوهش به دنبال خوانش روش تربیتی عارفان مکتب نجف و روان‌درمانگری انسان‌گرایانه (بارویکرد تطبیقی و مطالعه موردی ملاحسین قلی همدانی رولومی) و احصاء تشابهات و تمایزات این دو مکتب در قالب ارکان و ابعاد سه‌گانه خواهیم بود.

مبنای نظری و پیشینه تحقیق:

در میان محققان و مترجمان ایرانی تالیفات و تحقیقاتی در قالب کتب و نگارش مقالاتی در حوزه روانکاوی، روانشناسی و فراروانشناسی در ارتباط با نقش آموزه‌های عرفان و تصوف در بهداشت و درمان روان، کجروی‌های اخلاقی و اجتماعی و... انجام یافته است. از آن جمله است:

- محمود شیخ (۱۳۹۷) در مکتب اخلاقی و عرفانی نجف به شرح و تبیین آراء و عقاید ملاحسینقلی همدانی پرداخته.
- مرتض آقا تهرانی (۱۳۹۵) در باعشریان به دستور العمل ها و آموزه های ملاحسینقلی همدانی اشارات فراوانی نموده.
- تذکره المتقین (۱۳۹۳) نامه ها و دستورالعمل های عرفانی و آداب سیر و سلوک، بخشی به ایشان اختصاص داده شده.
- احمدنثاری (۱۳۴۷) شمع جمع در ارتباط با شرح حال آیت الله ملاحسینقلی همدانی
- محمدحسین وکیلی (۱۳۹۳) در پایگاه اطلاع رسانی به شاخص های عرفانی مکتب نجف پرداخته است.
- امیرپوررستگار و محمد نیری (۱۴۰۰) مقاله واکاوی رویکرد روانشناختی تصوف در پژوهش های شرق شناسان.
- بابک شمشیری وزهرا فریدون (۱۳۹۳) در مقاله مفهوم خود از دیدگاه روانشناسی انسان‌گرا و عرفان اسلامی باتاکید بر روش تطبیقی
- جرالذکری (۱۳۸۹) نظریه و کاربرد مشاوره و روان‌درمانی، ترجمه یحیی سید محمدی در ارتباط با درمان
- کارول شاو آشتاد (۱۳۹۰) نظریه های روان‌درمانی و مشاوره، ترجمه مهرداد فیروز بخت
- ریچارد شارف (۱۳۹۰) نظریه های مشاوره و روان‌درمانی، ترجمه مهرداد فیروز بخت
- جیمز او پروچاسکا، و جانسی نورکراس (۱۳۹۰) نظریه های روان‌درمانی، ترجمه یحیی سید محمدی
- رولومی (۱۳۸۷) انسان در جستجوی خویشتن؛ ترجمه سید مهدی ثریا
- عارفان مکتب نجف (ملاحسینقلی همدانی) و روان درمانگری انسان‌گرایانه (رولومی):
- عرفان و روان درمانگری انسان‌گرایانه دارای مباحث نظری و عملی برای رشد و تکامل انسانند. در این پژوهش به دنبال خوانش این دو جریان در قالب ارکان و ابعاد سه گانه هستیم:
- الف) عرفان و روان درمانگری انسان‌گرایانه ، ب) راهنما و درمانگر، ج) سالک و درمانجو
- الف) عرفان و روان درمانگری انسان‌گرایانه:
- بخش اول: عرفان
- عرفان در لغت به معنی شناخت و آگاهی و موضوع و محوواصلی آن، انسان و خودسازی و خویشتن شناسی اوست، زیرا تا انسان خود را نشناسد، به هدف نهایی که شناخت حق است هرگز نخواهد رسید و به همین منظور علما و عرفا بر اساس «من عرف نفسه فقد عرف ربه» خویشتن شناسی را مقدمه خداشناسی دانسته و بر رابطه دوگانه بین «انسان» و «خدا» تأکید ورزیده اند. (یثربی، ۱۳۹۹)

البته در یک تقسیم بندی عرفان به، عرفان نظری، که بعنوان یک علم و آموزه، عبارتست از مجموعه تعابیر عرفا، از آگاهی و دریافت های شهودی خویش درباره حقیقت جهان و انسان و عرفان عملی که عبارت است از روابط و وظایف انسان با خودش، با جهان و با خدا، که بعنوان علم عملی، سیرو سلوک نامیده می شود، تقسیم می گردد. (مطهری، ۱۴۰۰)

مکتب نجف (ملاحسینقلی همدانی)

مکتب عرفانی نجف با بیدآبادی شروع و با آموزه های سید مرتضی کشمیری و شاگرد او ملاحسینقلی همدانی ادامه یافت. روش سلوکی معرفت النفس، از رویکردهای اصلی مکتب و مباحث اخلاقی را به منظور غلبه بر نفس دنبال می کند. از دید این مکتب معرفت نفس موجب انصراف انسان از عالم کثرات و حرکت به سوی وحدت است و سبب می شود انسان به فقر ذاتی خود، که ملازم با ادراک غنی بالذات است، پی ببرد. انسان سالک با نفی خواطر که از راه توجه به نفس و ذکر امکان پذیر می شود، به معرفت نفس دست می یابد. معرفت نفس به نوبه خود باب مکاشفات زیادی را به روی انسان باز کرده و آثار شگفت انگیزی از انسان می تواند ظهور کند. (جلالی، ۱۳۹۳)

هدف رسیدن به نهایت درجه عبودیت و بندگی، معرفت خداوند و لقای او می باشد. از دیدگاه عارفان بزرگ نجف موثرترین راه برای رسیدن به مقام معرفه الله، معرفت نفس می باشد و معرفت نفس کلید معرفه الله است و همه عبادتها و ریاضتها و شور و عشقها مقدمه آن. (مظلومی زاده، ۱۳۹۸)

راهکارهای حرکت به سوی لقاء الله

الف: لزوم ولایت اهل بیت علیهم السلام. حقیقت سلوک به تعبیری سیر در مراتب نفس امام است و حقیقت امام که همان مقام ولایت است حجاب اقرب می باشد و وصول به توحید جز با عبور از آن ممکن نیست. (وکیلی، ۱۴۳۹ ه.ق)

ب: تعبد تام به شریعت: از دیگر شاخصه های این مکتب عرفانی، اعتنای فراوان به شرع مقدس است به طوریکه گاه از نگاه برخی نوعی افراط به حساب می آید. تنها راه رسیدن به لقاء الهی، ترک محرّمات و اتیان واجبات و در گام بعدی ترک مکروهات و اتیان مستحبات است.

مرحوم آیت الله حاج ملا حسینقلی همدانی در آغاز پیام خود به برادران دینی می فرماید:

مخفی نماناد بر برادران دینی که به جز التزام به شرع شریف در تمام حرکات و سکنتات و تکلمات و لحظات و غیرها راهی به قرب حضرت ملک الملوک جلّ جلاله نیست.

ج: عشق و محبت. در این مکتب محرک سالک به سوی خداوند متعال عشق و محبت به خداوند است که به تبع آن عشق و ارادت به رسول خدا و اوصیای وی صلوات الله علیهم در نفس سالک محقق می‌گردد و در مرتبه بعد محبت و ارادت به هر موجودی از حیث ارتباطش با خداوند پیدا می‌نماید.

د: ضرورت استاد. حقیقت راه عرفان، مسافرت و سیری است که سالک در آن در هر لحظه، در منزلی از منازل راه قرار می‌گیرد و باید خود را با آثار و لوازم آن منزل و آن عالم منطبق نماید. ورود واردات مختلف در هر مرحله و اختلاف نفوس سبب می‌شود که بسیاری از بایدها و نبایدهای راه سلوک، دارای ضابطه کلی نباشد و نمی‌توان آن را با یک قاعده کلی و فراگیر در کتابی نوشت و همگان را به آن ارجاع داد؛ بلکه محتاج استادی خبیر و راهنمایی آگاه از منازل و حالات نفوس است که در هر مرحله راه را نشان دهد. سیره مرحوم آخوند حاج ملاحسینقلی همدانی و شاگردان ایشان چنین بوده که علاوه بر ارائه دستورات کلی و ارشادات عمومی، از نفوس دستگیری نموده و به هر کس به حسب ظرف خود، دستورات شخصی می‌دادند که در همه شرح حالها به تفصیل آمده است.

علاوه بر این راهنمایی‌ها که از آن به هدایت تشریحی استاد تعبیر می‌شود، اساتید این سلسله با تصرف و عنایت باطنی خود نیز به تربیت و رشد شاگردان می‌پرداخته‌اند و شاگرد از هدایت تکوینی ایشان نیز برخوردار بوده است و چنانکه همه موجودات به واسطه نفس امام از خداوند استفاضه می‌نمایند، و با توجه به امام علیه السلام بهره‌شان از فیوضات ربانی بیشتر می‌گردد، شاگرد با عنایت استاد، بهره‌اش از فیوضات نازل از نفس امام علیه السلام بیشتر می‌گردد.

هـ: همراهی مراقبه و فکر و ذکر در مکتب عرفانی عرفای نجف نیز مراقبه از ارکان طی طریق است و دارای مراتبی است که به حسب حال سالک متفاوت است. کشیک کشیدن نفس است از انجام عملی بر خلاف رضای خداوند و از توجه به غیر او که موجب تحصیل محبت الهی می‌گردد، نه صرف مراقبت از ترک برخی امور و انجام برخی، بدون توجه به خداوند که موجب قوت انانیت و استکبار و تقویت نفس و احساس استقلال می‌گیرد

از دید این مکتب تا مراقبه تام نسبت به ترک معاصی نباشد، ذکر و فکر اثر نمی‌نماید؛ مرحوم حاج ملاحسینقلی همدانی می‌فرماید:

اگر بی مراقبت مشغول به ذکر و فکر شود، بی فایده خواهد بود، اگر چه حال هم بیاورد، چرا که آن حال دوام پیدا نخواهد کرد، گول حالی را که ذکر بیاورد بی مراقبه نباید خورد.

و- رفق و مدارادر مکتب تربیتی مرحوم آیت الحق حاج ملاحسینقلی همدانی قدس سره، به علت شرط بودن استاد کامل در سلوک و رعایت رفق و مدارا، افسردگی و خستگی و گفتن شطحیات هرگز دیده نشده است

و البته، از آنجاکه آبشخور و رستگاه روش تربیتی مکتب اخلاقی عرفانی نجف شریعت اسلام بوده، عزلت و گوشه نشینی نفی و حضور در اجتماع توصیه می‌گردد و بزرگان این نحله فاقد لباس و شرایط ظاهری، آداب و رسوم مختص و القاب خاص بوده اند. (شیخ، ۱۳۹۹)

روانکاوی به عنوان یک روش درمانی، گفت‌وگوی درمانی عمیق است که تلاش می‌کند تا افکار و احساسات ناهشیار یا عمیق مدفون در ناهشیار را به بخش هشیار ذهن منتقل کند. با انجام این کار تجارب و احساسات سرکوب شده، که بیش‌تر در کودکی و نوجوانی رخ داده‌اند به سطح آگاهی می‌آیند و روانکاو می‌تواند به بررسی آن‌ها به کمک درمانجو بپردازد. زیگموند فروید بنیان‌گذار روانکاوی، نخستین کسی بود که رویکرد روانکاوی را در جهان گسترش داد. اما با گذر زمان روانکاوان تازه‌ای گام به این راه می‌گذارند و دانش روانکاوی زیرشاخه‌هایی پیدا می‌کند که هر کدام نمایانگر رویکرد گروهی از روانکاوان نسبت به دانش روانکاوی است. (فیرس، ۱۴۰۰)

پنج تکنیک روانکاوی:

۱- تفسیر. تمام نظرات و گفته‌های درمانجو نسبت به خودش، دیگران و زندگی ارزیابی و تحلیل می‌شود. روانکاو به کمک تفسیر تلاش می‌کند تا درمانجو را با ریشه و ماهیت احساسات، افکار و رفتارهای ناکارآمدی که دارد روبرو کند.

۲- تحلیل رویا. در روانکاوی، تحلیل رویا برای آشکارسازی افکار ناخودآگاه به کار گرفته می‌شود.

۳- تداعی آزاد. در تداعی آزاد از بیمار خواسته می‌شود که درباره هر چیزی که آزادانه به ذهنش می‌رسد سخن بگوید و خطرات سرکوب شده معمولاً در فرآیند تداعی آزاد نمایان می‌شوند.

۴- مقاومت میل به پرهیز از ابراز آزادانه مطلب ناخودآگاه.

۵- انتقال. شرایطی که در آن درمانجو احساسات و نیازهای اولیه‌ای که در گذشته به افراد مهم زندگیش داشته است را به روانکاو منتقل می‌کند. (ساعتچی، ۱۳۹۹)

مشکلات روانی انسان مدرن

استفاده روز افزون از روان از روانشناسی در سراسر دنیا در سال‌های اخیر، به طرز انکارناپذیری ثابت می‌کند که خود آگاه مدرن، اندکی از حقایق مادی و بیرونی فاصله گرفته به سمت وسوی حقایق ذاتی و درونی متمایل شده است. استفاده کنندگان از این خدمات انتظاراتی از روح دارند، انتظاراتی که دنیای بیرون از آنها دریغ داشته و چنین بر می‌آید که برای انسان مدرن مذاهب درونی نبوده و ناشی از روح نیستند، بلکه از بیرون تحمیل می‌شوند. گویا روحی ماورای دنیای مادی وجود ندارد که بتوان با یک الهام درونی آن را تسخیر کرد، حتی برعکس به انسان مدرن پیشنهاد می‌کند از میان مذاهب و اعتقادات به میل خود انتخابی به عمل آورد و به صورت تن پوشی برای روز خاص آن رابپوشد و بعد بعنوان لباس کهنه از تن درآورد.

وقایع روانی امروز شباهت‌های عمیقی با قرون پیشین یافته و در میان نهضت‌های مختلف، مهمترین نهضت از نظر تعداد اعضا بی تردید نهضت عرفان است. (یونگ، ۱۴۰۰)

امروزه هدف اصلی روانکاوی مداوا نیست، بلکه توسعه حداکثر تواناییها و استعدادهای شخص و تحقق بخشیدن به فردیت اوست، و به قول افلاطون ((پزشک روح است)). در این حوزه فکری، اگر کسی انسجام اخلاقی و فکری خود را نتقص کند، تمامی شخصیت خود را و متزلزل و حتی فلج ساخته، در نتیجه اندوه و رنج بر وجود او چیره می گردد. (فروم، ۱۴۰۰)

روان درمانی انسانگرا و رویکردهای آن

تعمق در شکایت های مردم نشان می دهد که مشکل اصلی و زیر بنائی آنان نداشتن یک میل یا یک نیاز مشخص و معین است. این احساس معمولاً ناشی از آن است که فرد خود را در تاثیرگذاری بر زندگی خود و دنیایی که در آن به سر می برد، ناتوان میپندارد. ویژگی دیگر انسان امروزی، احساس تنهایی است که افراد معمولی آن را جدایی یا دور افتادگی و به قول بعضی ها «از خود بیگانگی» می نامند. (رولومی، ۱۴۰۰)

دلیل جدی ترس از تنهایی این است که انسان در ارتباط با انسانهای دیگر خود را می شناسد و وقتی تنهاست و با دیگران در ارتباط نیست، از اینکه شناخت خودش را از دست بدهد و نداند چی است و چه کسی است وحشت می کند. (رولومی، ۱۴۰۰)

دلیل دیگر؛ قابل قبول بودن در نظر دیگران، راهکار اصلی ما برای اجتناب از دلهره و اضطراب است. از این روست که همیشه سعی می کنیم به خودمان ثابت کنیم که در زندگی اجتماعی موفق هستیم. اما عامل مهمتر در دلهره مردم از گذشت زمان، وحشتی است که از تهی بودن و زندگی در خلا روحی و روانی دارند. در زندگی روزانه بی حوصلگی و حوصله سررفتگی نماد این دلهره و اضطراب است (رولومی، ۱۴۰۰)

رواندرمانی وجودگرا به عنوان رویکردی فلسفی به مردم و مشکلات انسانیت و وجود، عمدتاً به درون مایه های زندگی سروکار دارد تا به فنون. این درون مایه ها عبارتند از:

مرگ و زندگی، آزادی، مسئولیت پذیری در قبال خود و دیگران، یافتن معنای زندگی و کنار آمدن با احساس پوچی، آگاه شدن از خود و نگرستن به فراسوی مشکلات موجود و وقایع روزمره و همچنین برقراری روابط صادقانه و صمیمی با دیگران (رولومی، ۱۴۰۰).

اگر چه در این درمان از برخی فنون هم استفاده می شود ولی بیشتر بر معضلات و درون مایه ها تاکید می شود تا بر روشها. روان درمانی وجودی عمدتاً نوعی نگرش نسبت به برخی مضامین محسوب می شود تا یک رشته فنون و روشها. رواندرمانی وجودی محصول کارهای فلاسفه اروپایی است. (شارف، ۱۳۹۹)

رواندرمانی وجودگرا به عنوان رویکردی فلسفی به مردم و مشکلات انسانیت و وجود، عمدتاً به درون مایه های زندگی سروکار داشته و بر پایه مفاهیم اصلی زیر بنا شده است:

-انسان ها ذاتاً موجوداتی خوب هستند و به طور طبیعی برای بهتر کردن خود و دنیای پیرامونشان تلاش می کنند.

-مردم به دنبال خودشکوفایی هستند و می‌خواهند به بهترین نسخه از خود تبدیل شوند.

-افراد تجارب منحصر به فرد و ذهنی دارند که می‌تواند و باید به عنوان نقطهٔ آغاز درمان آن‌ها مورد استفاده قرار گیرد.

درمان باید بر درک کل‌نگر یک فرد متمرکز باشد.

-هنگامی که انسان‌ها با توجه مثبت بی‌قید و شرط رفتار کنند، می‌توانند به بهترین شکل به رشد دست یابند (روانشناسی، ۱۳۹۸)

رویکرد رولومی به روان‌درمانی تلفیقی از مفاهیم روانکاوانه و مضامین وجودی است، از نظر او اساسی‌ترین مشکل مردم در حال حاضر، تهی بودن آنان است. تعمق در شکایت‌های مردم نشان می‌دهد که مشکل اصلی و زیربنایی آنان نداشتن یک میل یا یک نیاز مشخص و معین است.

همانگونه عنوان شد، روان‌درمانی وجودگرا به عنوان رویکردی فلسفی به مردم و مشکلات انسانیت و وجود، عمدتاً به درون مایه‌های زندگی سروکار دارد تا به فنون. (هاشملو، ۱۴۰۰)

واژه‌های کلیدی در ادبیات روانشناسان انسان‌گرا عبارتند از: اراده‌ی آزاد، خودآگاهی، رشد و کمال، خودشکوفایی، رفتار اخلاقی، خلاقیت، توانمندی‌های بالقوه و بالفعل انسانی (متمم، ۱۳۹۸)

یافته‌ها :

مبانی فلسفی معنادرمانی بعنوان شاخه‌ای از روش درمان انسان‌گرا

معنا درمانی مبتنی بر تئوری و نظریه و یا عبارتی چشم‌انداز یا جهان بینی است و مبتنی بر فلسفه روشنی از زندگی است.

سه فرضیه بنیادین معنادرمانی:

۱- آزادی اراده:

انسان در انتخاب رویکر خود نسبت به شرایط زیستی، روانشناختی و یا جامعه‌شناختی دارای آزادی است، اما آزادی موجود محدودی چون انسان حد و مرزهایی دارد.

۲- اراده معطوف به معنا:

وقتی جهت‌گیری بسوی معنا شکل می‌گیرد، مرحله‌ای از رشد و تکامل فرا می‌رسد که در آن آزادی مورد تأکید فلسفه وجود گرایان تبدیل به مسئولیت می‌شود، انسان در واقع مسئول تحقق معنای خاص زندگی خویش است و البته عده‌ای وجود خود را نه بر حسب مسئولیت در برابر چیزی، بلکه نسبت به کسی، یعنی خدا تفسیر میکنند.

۳- معنای زندگی:

هیچ معنا درمانگری معنایی را تجویز نمیکند، اما به خوبی میتواند آن را توصیف کند. معنا درمانگر به شیوه ای پدیدار شناختی نگرش بیمار را برحسب معانی و ارزش ها وسیع تر میکند و در شکل پیشرو نشان میدهد که زندگی هرگز داشتن یک معنی و حفظ آن تا آخرین لحظه زندگی نیست. (فرانکل، ۱۴۰۰)

به نظر فرانکل، برای یافتن معنای زندگی سه راه وجود مهم وجود دارد:

اول: فعالیت. چیزی مثل خلق یک اثر، خواه هنری باشد یا کاری از سر عشق

دوم: معنا ممکن است در تقدیر از طبیعت، آثار هنری یا فقط دوست داشتن و عشق ورزیدن یافت شود.

سوم: چگونگی سازگاری و واکنش افراد در مقابل محدودیت های غیرقابل اجتناب زندگی.

بطور خلاصه، زندگی ما از طریق اعمال مان، دوست داشتن، ورنج کشیدن معنا پیدا میکند. (فرانکل، ۱۳۹۹)

نظر روان شناسان غالباً بر کارکردهای معنویت و معنا درمانی بوده و به طور خاص تعریفی مشخص از معنا و معنویت در روان شناسی ارائه نشده است. (فولاد چنگ، ۱۳۹۹)

برداشت رولومی از ماهیت انسان

جنبش وجودی قایل بر احترام به انسان، کاوش ویژگی های جدید رفتار او و روش های گوناگون برای شناختن افراد انسان است.

تمرکز این رویکرد بر درمانجویانی است که دنیا احساس تنهایی می کنند و با اضطراب این انزوا رو به رو هستند. در درمان های وجودی انسانها دائماً در حالت تحول، شکل گرفتن، تکامل یافتن و شدن هستند. انسان بودن اشاره دارد به اینکه ما به وجودمان پی می بریم و به آن معنی می دهیم. همان سوالهایی را مطرح میشود که فیلسوفان در طول تاریخ غرب مطرح کرده اند: من کیستم؟ چه چیزی را می توانم بدانم؟ چه کاری باید انجام دهم؟ چه امیدی می توانم داشته باشم؟ به کجا می روم؟ (شارف، ۱۳۹۰)

در این دیدگاه شخصیت، یک فرآیند پدیداری و غیر ثابت است، در درون شخص روی نمی دهد، بلکه بین افراد و دنیای آنها هم واقع می شود. وجود به بهترین وجه، به صورت «بودن در دنیا» درک می شود و دنیایی که با آن ارتباط داریم. (پروچاسکا، ۱۳۹۰)

ب) راهنما و درمانگر:

بخش اول: راهنما

واژه عارف از گذردین یونانی به اروپا راه یافته و در عربی، فارسی و ترکی (سه زبان عمده دنیای اسلام) بنام صوفی می آید. هر چند این دو اصطلاح دقیقاً مترادف نیستند، زیرا ((صوفی)) با معنایی خاصی دارد و تنها به عارفان مسلمان اطلاق می گردد. (نیکلسون، ۱۳۸۲)

یکی از مهم ترین مسائلی که در عرفان مطرح می شود، مسئله راهنما و استاد سیر و سلوک است. سالک باید تحت راهنمایی و ارشاد مرشد قرار گرفته و با توجه به هدایت های او سلوک نمایندو مهم ترین رکن از ارکان تربیتی تصوف، رابطه مریدی و مرادی است (هاشمی، ۱۳۹۲)

بحرالعلوم می گوید: طالب را از رجوع به راهنما یا خلیفه یا نائب آن یا فهم از کلمات آن چاره ای نیست. و چون استنباط این مرحله و استخراج دقائق آن و شناختن امراض نفسانیه و معالجات آن و مصالح و مفاسد و مقدار دوائی هر شخصی و ترتیب معالجه آن بخصوصه، وامری است بس خفی و دقیق، لهذا طالب را چاره ای جز از رجوع به راهنما یا قائم مقام او که تعبیر به استاد یا شیخ، می شود نیست. (بحرالعلوم، ۱۳۹۴)

از این روست که جایگاه مرشد و دلیل راه و استاد راهنما و لزوم بهره مندی از هدایت او، در هرشش دفتر مثنوی با عبارات و بیانات گوناگون مورد تاکید و تسجیل قرار گرفته و مولوی می گوید: طاعات و عبادتها و ریاضتها همه قشر و پوست است، و ایمان و تسلیم پیش حق و حقیقت و اطاعت خضر راهبر، مغز و اصل مقصود است. (همای، ۱۳۹۳)

البته از پیربا عناوینی چون اولیا نیز نام می برد. او خطاب به اسیران دنیا می گوید: به ندای معنوی اولیا پاسخ دهید تا به حیات حقیقی برسید و با نور معرفت و حقیقت آنان، روح و روان تاریک خود را روشن سازید و به شادمانی حقیقی دست یابید. دم حیات بخش اولیا در دل و جان طالبان حقیقت، سبزه زار معرفت و حقیقت می رویاند. (ناصری، ۱۳۹۵)

در ارتباط با ضرورت استاد که از اصول روش تربیتی عرفای مکتب تربیتی نجف است در بخش پیشین سخن به میان آمد. بخش دوم: درمانگر

روانکاو، یک روان شناس است که در درمان اختلالات روانی از رویکردها و شیوه های درمانی روانکاو بهره می گیرد و افزون بر داشتن مدرک روان شناسی، دوره های تخصصی روانکاو را نیز روانکاو گذرانده است وظیفه و نقش درمانگر

درمانگران وجودی عمدتاً به شناختن دنیای ذهنی درمانجویان اهمیت می دهند تا به آنها کمک کنند به آگاهی و گزینه های تازه ای برسند. تمرکز روی شرایط فعلی درمانجویان است نه روی کمک کردن به آنها در بازیابی گذشته خویش. معمولاً درمانگران وجودی در انتخاب روش درمان خود آزادی عمل زیادی دارند به طوری که روش آنها نه تنها از درمانجویی به درمانجوی دیگر بلکه با یک درمانجو در مراحل مختلف فرآیند درمان تفاوت دارد. آنها از درمانجویان می خواهند مسئولیت بپذیرند. (کوری، ۱۳۸۹)

(ج) سالک و درمانجو:
سالک:

هدف دین بیان روش و هدایت انسان در مسیر قرب الهی است و سالک کسی است که راه رسیدن به هدایت و قرب الهی را طی کند و این موضوع به گستره تمامی آموزه های دینی است، بنابراین امکان شرح تمامی جزئیات برنامه سیر و سلوک به سوی خدای تعالی در این مقال وجود نداشته و آنچه در ذیل می آید قطره ای از دریاست. (طهرانی، ۱۳۹۵)

سلوک در لغت به معنی راه رفتن است و در اصطلاح، به تعبیر رفتن از جهل به علم است، و از اخلاق بد به اخلاق نیک و از هستی خود به هستی خدا. بنابراین، ابتدای سلوک برای رسیدن به حقیقت، تحصیل علم و به دست آوردن معرفت است. در این راه هیچ آفتی بدتر و خطرناک تر از جهل نیست. (شجاری، ۱۳۸۹)

و البته راه رفتن و طی طریق به اموری چند بستگی دارد که باید تمامی آنه به نحو احسن و اکمل رعایت شود: اول، ترک عادات و رسوم و تعارفات. دوم، عزم، سوم، رفق و مدارا. چهارم، رفاقت. پنجم، ثبات و نگاهداشتن. دوازدهم، نیت. سیزدهم، صمت. چهاردهم، جوع و کم خوری. پانزدهم، خلوت. شانزدهم، سهر. هفدهم، دوام طهارت. هجدهم، مبالغه در تضرع. نوزدهم، احتراز از لذائذ. بیستم، کتمان سر. بیست و یکم، شیخ و استاد. بیست و دوم، ورد. بیست و سوم، چهارم و بیست و پنجم، نفی خواطر و ذکر و فکر. (طهرانی، ۱۳۹۵)

در نگاه مولانا نیز سلوک بیشتر ناظر بر تصفیه قلب و وجود سالک است و آنچه در اهمیت می یابد لزوم ایجاد تناسب و سنخیت میان سالک و منبع کشف و شهود است (عاشق و معشوق) و اگر سالک می خواهد که به بیراهه نرود، باید اعمالی را بجای آورد که عمدتاً ناظر بر شریعت اسلام و برگرفته از آن باشد. (یوسفی و شیخ، ۱۴۰۰)

خود شناسی

کلید سعادت دوجوهانی، شناخت نفس است و شناخت خود، موجب شوق به تحصیل کمالات و تهذیب اخلاق و باعث سعی در رفع رذائل می گردد، زیرا که آدمی بعد از آنکه حقیقت خود را شناخت و دانست که حقیقت جوهری است از عالم ملکوت، که به این عالم جسمانی آمده، به تحصیل فوائد تعلق نفس به بدن بر می آید، و خود را به تدریج به سر منزل شریفی که باید می رساند. (نراقی، ۱۴۰۰)

درمانجو:

درمان جو فردی در پی درمان بوده و باید تمایل داشته باشند که خود را نسبت به فرایند عمیق و بلند مدت متعهد سازند. (محمدصادق، ۱۳۹۸)

در حالیکه در روان کاوی گفته می شود هر چه به ذهن می رسد بازگو کن، رهنمود وجودنگری این است که هر چه می خواهی باشی، همان باش. بیماران اجازه دارند خود را همان گونه که معمولاً با دنیا ارتباط برقرار می کنند نشان دهند.

درمانگر، در اوایل درمان مداخله اندکی دارد. به تدریج بیماران ترغیب می شوند آزادانه و صادقانه، هر آنچه را که در حال حاضر تجربه می کنند، ابراز نمایند، هر چند به طور سنتی این گونه ابراز «آزاد» در واقع به ابراز کلامی و رفتاری محدود می شود. (پروچاسکا، ۱۳۹۰)

درمانجویان از همان لحظه آغاز درمان، با مسئولیت سنگین انتخاب مواجه می شوند. این مسئولیت زمانی آشکار می شود که آیا خطر تغییر دادن جنبه های اساسی از وجودش را بپذیرد یا نه. تجربه باز کردن درها به روی خویشتن اغلب ترسناک، هیجان انگیز، شادی بخش، افسرده کننده یا آمیزه ای از تمام اینهاست. با اینکه دامنه آزادی های افراد محدود است اما با برداشتن گام های کوچک این دامنه گسترش می یابد. (کوری، ۱۳۸۹)

جمع بندی و نتیجه گیری :

تطبیق و احصاء تشابهات و تمایزات روش تربیتی عارفان مکتب نجف و روان درمانگری انسانگرایانه در خوانش دوباره:

برخی تطابق و تشابهات :

الف) عرفان و روان درمانگری انسانگرایانه

-طریق توجه به نفس، طریقه مرحوم آخوند ملا حسینقلی همدانی بوده است و شاگردان ایشان همه طریق معرفت نفس را می پیموده اند، مانند آنچه در روانکاوی و رواندرمانگری انسانگرایانه وجود داشته و مورد تاکید قرار دارد.

-عرفان مانند درمان درمانگری انسانگرایانه بر پایه مفاهیم اصلی زیر بنا شده است:

انسانها ذاتاً موجوداتی خوب هستند و به طور طبیعی برای بهتر کردن خود و دنیای پیرامونشان تلاش می کنند.

انسان هابه دنبال خودشکوفایی هستند و می خواهند به بهترین نسخه از خود تبدیل شوند.

افراد تجارب منحصر به فرد و ذهنی دارند که می تواند و باید به عنوان نقطه آغازسلوک و درمان آنها مورد استفاده قرار گیرد.

-تلاش هردو جریان بر کمک به افراد برای یافتن راههایی برای تحمل مشکلات زندگی و یافتن حس هدف و معنا متمرکز است و نشان می دهد که یافتن معنا در زندگی می تواند به بهبود و تسکین کمک نماید.

-هردو رویکرد به انسان کمک می کنند تا جایگاه خود را در جهان بهتر درک نموده و مسئولیت انتخاب های خود را بپذیرند و تشخیص دهند که قدرت ایجاد تغییرات را دارند.

-در عرفان و روش درمانی به آزادی انسان و جایگاه او توجه ویژه ای شده و انسان با بهره مندی از این امکان سرنوشت خویش را رقم میزند.

-در هردو جریان تقسیم بندی متفاوتی از گناه انجام یافته که در نادیده انگاشتن استعداد های انسانی و یا انکار آن تحقق می یابد.

-توجه به نفس در عرفان موجب انصراف انسان از عالم کثرات و حرکت به سوی وحدت است، در رواندرومانی نیز موجب ایجاد واستمرار صلح درونی میگردد.

- در عرفان نجف و روان درمانی انسانگرا، به حضور در عرصه اجتماع و برقراری ارتباط سازنده با دیگران تاکید شده است.

-در این مکتب محرک سالک به سوی خداوند متعال عشق و محبت است که به تبع آن عشق و ارادت به دیگران و بلکه هر موجودی در نفس سالک محقق، مانند جلوه عشق در روان درمانگری انسانگرایانه که در بعد مهرورزی تبلور یافته و عشق بی طرفانه است.

- بسیاری از بایدها و نبایدهای راه سلوک، دارای ضابطه کلی نبوده و نمی توان آنها را با یک قاعده کلی و فراگیر در کتابی نگاشت و همگان را به آن ارجاع داد، بلکه مانند روان درمانگری برای هر فرد موقعیت خاص و تجویز ویژه ای مورد نظر است.

- فرایند هدایت در هر دو مکتب تشریحی و نمایانگر آنست که انسان قادر است با راهنمایی دستیابی به کمال خود را طی و تسریع نماید و نمیتوان آن را امری ناخودآگاه و غیر اختیاری دانست که از بیرون قابل تحریک و تاثیر نیست.

-تاکید بر فلسفه (حکمت) در هردو روش تربیتی مشهود میباشد.

-در عرفان و درمان نیت و عبارتی « قصدمندی » بسیار مهم و هردو سعی دارند حجاب از ملاحظات رفتارهای بیرونی یعنی نیت های آگاهانه برداشته شود تا انسان به درک ریشه و ناخودآگاه نائل گردد.

- در عرفان و روانکاو، زدودن خشم، نفرت، کینه و پاک کردن ضمیر از شروط اولیه برای آرامش و وصول به حقیقت است.

- سلوک مانند فرایند درمان در روانکاو دارای روند طولانی مدت است.

ب) راهنما و روانکاو

-در مکتب عرفانی نجف وجود استادی خبیر و راهنمایی آگاه از منازل که در هر مرحله راه را نشان دهد، ضروری است، مانند روان درمانگر آموزش دیده و با تجربه در فرایند روان درمانی.

- راهنما مانند درمانگر، باید با رابطه ی موثر فضایی امن و حمایتی ایجاد تادر آن مراجع بتواند خود و استعداد های خود را کشف کند و در نهایت به سمت رشد شخصی، ذهنی، عاطفی و معنوی خود حرکت کند.

-عرفان و درمان سفری است که راهنما و سالک و درمانجو ان را طی می کنند.

-تشخیص حالات و واردات صحیح (رحمانی) از نادرست، توسط پیر مانند روانکاو، برای هر کس امکان پذیر نیست.

ج سالک- درمانجو

- فرایند فردیت (که اساسا فرایندی شناختی است) یکی از مسائل مهم و مشترک در عرفان و روانکاوی است.
- در روش عرفانی ملاحسینقلی همدانی به هرکس به حسب شرایط، دستورات شخصی ارائه، و در روان درمانی انسانگرا نیز نه تنها از درمانجویی به درمانجوی دیگر، بلکه با یک درمانجو در مراحل مختلف فرآیند درمان تفاوت دارد.
- در هر دو طلب، اراده، قصد و نیت فرد و مراجع مهم است (چه سالک برای طی طریق و چه در بیماری برای درمان).
- سالک و درمانجواز همان لحظه آغاز درمان، با مسئولیت سنگین انتخاب مواجه می شوند. این مسئولیت زمانی آشکار می شود که آنان باید تصمیم بگیرد، آیا خطر تغییر دادن جنبه های اساسی از وجودش را می پذیرد یا نه.
- در عرفان گناه زمانی رخ میدهد که انسان قدرلطیفه ایمانی خود را نداند و از منظر روان درمانی انسانگرایانه زمانی گناه ایجاد میشود که شخص استعداد های خود را انکار کند.
- در عرفان حال طلب زمانی برای سالک رخ میدهد که در پی تکامل و هدایت تشریحی باشد و در روان درمانی اضطراب زمانی ایجاد میشود که فرد با مسئله تحقق بخشیدن به استعداد های خود روبرو شود.
- حقیقت راه عرفان، مسافرت و سیری است که سالک در آن در هر لحظه، در منزل از منازل راه قرار می گیرد و باید خود را با آثار و لوازم آن منزل و آن عالم منطبق نماید، مراجع نیز باید بتواند خود و استعداد های خود را کشف کند و در نهایت به سمت رشد شخصی، ذهنی، عاطفی و معنوی خود حرکت کند.
- اینکه در فرایند هدایت و یا درمان، سالک و درمانجویان تغییر و تحول می یابند یا نه، بیشتر به آمادگی و تعهد ایشان بر فرایند تغییر بستگی دارد.
- در عرفان ملاک حال افراد است، مانند بیشتر تکنیک های درمان انسانگرا به این جا و اکنون درمانجو تمرکز دارند.
- سالک و درمانجو باید خود را نسبت به فرایند بلند مدت متعهد سازند.
- برخی از عدم تطابق و تمایزات :
- الف) عرفان و روان درمانگری انسانگرایانه
- عرفان ریشه در نقل دارد اما روان درمانی مورد توصیه عقل میباشد.
- از شاخصه های این مکتب عرفانی، اعتنای فراوان به شرع مقدس است، اما در روان درمانی انسانگرایانه به موضوع و مفاهیم آسمانی توجهی نمیشود.
- رسیدن به توحید و فناء که هدف عرفان مورد نظر ملاحسینقلی همدانی است، جز با تمسک به ولایت ممکن نیست، اما در روان درمانی، چنین چیزی مفهوم و موضوعیت ندارد.
- رویکرد مکتب ملاحسینقلی همدانی، آنجهانی (و بلکه دوجوانی) ولی رویکرد درمان اینجهانی است.

-در عرفانانجام عمل برحسب رضای خداوند و برای تحصیل محبت الهی است و نه صرف مراقبت بمنظور کسب سلامتی تن و روان.

ب) راهنما و درمانگر

-محور رابطه سالک با راهنما تعبد و تقدس اما در ران درمانی تخصص و تعقل می باشد.

-علاوه بر راهنمایی هایی که از آن به هدایت تشریحی استاد تعبیر می شود، اساتید مکتب ملاحسینقلی همدانی، با تصرف و عنایت باطنی خود نیز به تربیت و رشد شاگردان می پرداخته اند، اما در روان درمانی مفهوم مشابه موضوعیت نداشته و اساسا از نظر تخصص و تعقل مردود میباشد. (بعبارتی در عرفان، پیر مجرای فیض الهی است اما درمانگر صرفا یک فرد متخصص است).

- برای راهنما دستگیری از مریدان و هدایت آنان به منزله وظیفه و نقش باطنی است که از سوی خداوند برای او در نظر گرفته شده است و از این رو، بر وی فرض و واجب شمرده می شود و بر عکس درمان که رویکرد انتفاعی داشته و محدودیت های مالی و یا زمانی یکی از موانع حصول هدف و درمان کامل میباشد.

-عدم امکان تغییر مرشد و راهنما در عرفان و حداقل در کوتاه مدت و در صورت صلاحدید، بنابر توصیه راهنما و مرشد، برعکس رابطه درمانی که تغییر عندالمطالبه و بدلائل گوناگون رخ میدهد.

-در عرفان پیر آشنا به راه و طریق است و امکان خطا برای او متصور نیست، اما برای درمانگر امکان خطا داشته متصور میباشد.

ج) سالک و درمانجو

در عرفان، مرید بودن یک وظیفه الهی و هدف دین بیان روش و هدایت انسان در مسیر قرب الهی و این موضوع به گستره تمامی آموزه های دینی است، اما درمانجو در پی درمان و سلامتی روان و تن است.

-فرایند راهنمایی و سلوک در عرفان از طریق بیعت با مشایخ و پیر کامل و تشریف انجام می یابد اما در فرایند درمانی، مراجعه و تشخیص به نیاز درمان، کافی میباشد.

منابع:

۱- شیخ، محمود. (۱۳۹۹). مکتب اخلاقی و عرفانی نجف، قم: سا زمان انتشارات پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی.

۲- شفیعی، سید محمد سعید. (۱۳۹۹). مکتب اخلاقی عرفانی نجف اشرف، تهران: انتشارات خلق

۳- مظلومی زاده، کمال الدین. (۱۳۹۸) الگوی تربیت عرفانی مکتب نجف، قم: انتشارات آموزشی پژوهشی امام خمینی

۴- وکیلی، محمد حسین: (۱۳۹۰)، شاخصه های مکتب عرفانی نجف، حکمت عرفانی، شماره ۱

۵- ریچارد، شارف. (۱۳۹۹) نظریه های مشاوره و روان درمانی (ترجمه مهرداد فیروزبخت). تهران: انتشارات رسا

- ۶- جیمز او پروچاسکا، وجانسی نورکراس. (۱۴۰۰). نظریه های رواندرمانی. (ترجمه یحیی سیدمحمدی). تهران: انتشارات روان
- ۷- رولومی. (۱۴۰۰). انسان در جستجوی خویشتن. (ترجمه سید مهدی ثریا). تهران: انتشارات دانژه
- ۸- رولومی. (۱۳۹۵). روانشناسی وجودی. (ترجمه میرجوادسیدحسینی). تهران: انتشارات ارجمند
- ۹- رولومی. (۱۳۹۸). آزادی و سرنوشت. (ترجمه سیدمحمدباقرحسینی فیاض). تهران: انتشارات ارجمند
- ۱۰- رولومی. (۱۴۰۰). عشق و اراده. (ترجمه سپیدهحیب). تهران: انتشارات دانژه
- ۱۱- رولومی (۱۳۹۹). کشف هستی، روانشناسی اگزیستاسیالیسم. (ترجمه محمدمهدی علی نیا). تهران: انتشارات آشیان
- ۱۲- رولومی (۱۳۹۵). شجاعت و اخلاقیات (ترجمه حسین کیانی). تهران: انتشارات دانژه
- ۱۳- رولومی (۱۳۹۴). هنر مشاوره (ترجمه خدیجه علوی و نادیا شاملو). تهران: انتشارات دانژه
- ۱۴- مطهری، مرتضی. (۱۴۰۰). آشنایی با علوم اسلامی کلام-عرفان-حکمت عملی. تهران: انتشارات صدرا
- ۱۵- فروم، اریک (۱۴۰۰). روانکاوی و دین (ترجمه آرسن نظریان). تهران: انتشارات پویش
- ۱۶- فولادچنگ، سمیرا. (۱۳۹۹). مقایسه ی تعریف معنویت در نظریه ی فرانکل و آموزه های قرآنی (محوریت سوره ی ق) اولین همایش قرآن و روانشناسی
- ۱۷- نیکلسون، الن (۱۳۸۲). عرفان عارفان مسلمان. (ترجمه اسدالله آزاد). مشهد: دانشگاه فردوسی
- ۱۸- شجاری، مرتضی. (۱۳۸۹). غایت سیر و سلوک از دیدگاه ابن عربی. نشریه ادبیات عرفانی، شماره ۱۱
- ۱۹- یوسفی، امیر: شیخ، محمود. (۱۴۰۰). نسبت سلوک و شهود در عرفان مولانا. نشریه ادبیات عرفانی، سال سیزدهم، شماره ۲۴
- ۲۰- نراقی، ملااحمد (۱۳۸۸). معراج السعاده. قم: نشر جمال
- ۲۱- جلالی، غلامرضا. (۱۳۹۳). مکتب های عرفانی حوزه های علمیه. مجموعه مقالات دومین همایش ملی سیره و معارف رضوی «معنویت». مشهد: دانشگاه فردوسی مشهد
- ۲۲- فیرس، ای، جری و جی. (۱۴۰۰). روانشناس بالینی. (ترجمه مهرداد فیروزبخت). تهران: انتشارات رشد
- ۲۳- کارل گوستاو یونگ (۱۳۸۹). مشکلات روانی انسان مدرن. (ترجمه محمود بهفروزی). تهران: انتشارات جامی

۲۴- فرانکل، ویکتور (۱۴۰۰) روان درمانی واگزستانسیالیسم. (ترجمه نورالدین رحمانیان). تهران: نشر آشیان

۲۵- هاشمیان، احمد. (۱۳۹۲). علم النفس. دانشگاه پیام نور

۲۶- ناصری، ناصر. (۱۳۹۵) جلوه های بسط (عوامل صعودبه عوالم ملکوت) درمثنوی مولانا دانشگاه. نشریه عرفان اسلامی، شماره ۴۹

۲۷- همایی، جلال الدین. (۱۳۷۶) مولوی نامه. تهران: موسسه نشرهما

۲۸- طباطبائی، سید محمد مهدی (۱۳۹۵) رساله سیروسلوک. مشهد: انتشارات نورملکوت قرآن

۲۹- حسینی طهرانی، سید محمد (۱۳۹۵) رساله لب اللباب در سیر وسلوک اولی الالباب. تهران: انتشارات علامه طباطبائی

۳۰- یشربی، سیدیحیی (۱۳۸۰) عرفان نظری. قم: ناشر بوستان کتاب قم، دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم

۳۱- هاشملو، جعفر. (۱۴۰۰)، نظریه های روانشناسی رولومی <http://jafarhashemlou.blogfa.com>

۳۲- روانشناسی. (۱۳۹۸)، روان درمانی وجودی <https://mrpsychologist.com>

۳۳- متمم. (۱۳۹۸)، روانشناسی انسانگرا <https://motamem.org>

۳۴- کارگاه آموزش معنادرمانی (۱۳۹۷)، <https://ravanrahnama.ir/rollo-may>.