

راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن و مثنوی

جمع الله منتظر^۱ | سید محمد عالمی^۲

چکیده

قرآن برای فراهم‌سازی بستر زندگی معنوی، نازل شده و انبیاء^(ع) و انسان‌های معنوی، در طول تاریخ کوشیده‌اند که دریچه‌ای برای انسان‌ها بگشایند تا عالم و آدم را از زاویه معنوی به نظاره بنشینند. یکی از مهم‌ترین مسائل معنویت‌پژوه این است که «چگونه می‌توان به زندگی معنوی مورد تأکید قرآن کریم، دست یافت». روشن است که گام نخست در این راستا، شناسایی راهکارهای رسیدن به این مهم، از منظر قرآن و منابع همسو با این کتاب آسمانی است. لذا این تحقیق با استفاده از منابع کتابخانه‌ای، به روش توصیفی تحلیلی و با هدف شناسایی و ارائه راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن و مثنوی، صورت گرفته است. یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که راهکارهای متعدد مورد نظر قرآن را می‌توان تحت سه عنوان کلی «جدیت و صداقت، اخلاقی زیستن و بزرگداشت شعائر الهی» دسته‌بندی کرد. با تتبع در مثنوی برای کشف راهکارهای رسیدن به زندگی معنوی، در این تحقیق پنج محور آن شناسایی و ارائه شده که عبارتند از «عشق، مرشد، خودسازی، آزادگی و توکل». راهکارهای قرآنی به‌صورت مکرر در مثنوی تأکید شده و برای راهکارهای مثنوی نیز در قرآن مؤیداتی مسلمی می‌توان یافت. لذا می‌توان گفت که بین راهکارهای قرآنی و مثنوی، همپوشانی وجود دارد.

کلیدواژه‌ها: معنویت، زندگی معنوی، قرآن، مثنوی، راهکارهای رسیدن به زندگی معنوی

۱. ماستری علوم قرآن و حدیث، دانشکده علوم اسلامی، جامعه المصطفی العالمیه، (نماینده افغانستان)، کابل، افغانستان

ایمیل: montazerbj@gmail.com

۲. دکتری کلام اسلامی، استاد دانشکده علوم اسلامی، جامعه المصطفی العالمیه، (نماینده افغانستان)، کابل، افغانستان

ایمیل: sm.alemi56@gmail.com

مقدمه

همه بنیان‌گذاران ادیان و مذاهب، عارفان، فرزندگان، اکثر فیلسوفان و برخی از دانشمندان علوم تجربی، برای انسان علاوه بر بعد فیزیکی، مادی و طبیعی، بعد متافیزیکی، معنوی و روحانی نیز قائل بوده‌اند. بر این اساس هر انسان این استعداد را دارد که دست‌کم دو نوع زندگی طبیعی یا مادی و روحانی یا معنوی داشته باشد. در باب زندگی معنوی بحث‌های فراوانی صورت گرفته و مخصوصاً بنیان‌گذاران ادیان و مذاهب و عارفان، از عوالمی بسیار دل‌انگیز و پرجذبه، سخن گفته و انسان‌ها را دعوت کرده که تمام هم و غم خود را در راستای رسیدن به آن قرار دهند. چه اینکه از نظر آن‌ها حیات حقیقی، درست زمانی آغاز می‌شود که انسان چشم به عالم ظاهر ببندد و دل به عالم باطن باز کند: «یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ» (انفال: ۲۴) و «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً» (نحل: ۹۷) و این نئی بریده از نیستان و غریب غربت‌کده دنیا، باید روزگار وصل خویش را بازجوید چون:

هرکسی کو دور ماند از اصل خویش

بازجوید روزگار وصل خویش (۱: ۴)

در قرآن برای انسان نوری وعده داده شده (انعام: ۱۲۲) که «انسان مرده را زنده می‌کند و در دل حیات طبیعی او حیات طیبه به او می‌بخشد و معنویت، حیات حیوانی او را به حیات عقلانی و روحانی تبدیل می‌کند (نقوی، اسعدی، میرغفوری، ۱۳۹۴، ۱۵۵). مولانا نیز این‌گونه تصویرپردازی و دستورالعمل صادر می‌کند:

بمیرید بمیرید در این عشق بمیرید در این عشق چو مردید همه روح پذیرید

بمیرید بمیرید از این مرگ مترسید کز این خاک برآید سـماوات بگیرید

یکی تیشه بگیرید پی حفره زندان چو زندان بشکستید همه شاه و امیرید

(غزل، ۶۳۶)

به این نحو سخن گفتن‌ها و تصویرپردازی‌های دل‌انگیز از زندگی و زیست معطوف به

۱. در تمام ارجاعات به مثنوی، عدد اول نشان دهنده دفتر و عدد دوم نشان دهنده شماره بیت یا ابیات است. مثلاً بیت فوق مربوط به دفتر اول بیت چهارم است.



آن عوالم (زندگی معنوی) و به سخن زندگی سراسر آرامش، امید، عشق، صفا، زیبایی، مهر و وفا و در ادیان و عرفان کم نیست. زندگی که در آن، شخص، صاحب همه خوبی‌هایی است که همه خوبان دارند و هر انسان مشتاقی را به تلاش و تکاپو وامی‌دارد و از خود خواهد پرسید که چگونه و از چه راهی می‌توان به این زندگی دست یافت. در این تحقیق بناست که راهکار دستیابی به این زندگی، از منظر قرآن و مثنوی بررسی شود. هدف اصلی پژوهش، ارائه راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن و مثنوی به منظور عملی‌سازی این راهکارها و گام‌برداری برای دستیابی به زندگی معنوی و انس و الفت با قرآن و مثنوی است. درباره موضوع مذکور، تحقیقاتی انجام شده که همه آن‌ها درخور تأمل و قابل استفاده‌اند؛ اما هیچ‌یک هدفی را که این تحقیق دنبال می‌کند، برآورده نکرده است. در ذیل به برخی از مهم‌ترین آن‌ها اشاره می‌شود:

کتاب «نظریه معنویت در قرآن» اثر محمد مسعود سعیدی. در این تحقیق تلاش شده تا چیستی معنویت در قرآن و ابعاد مختلف آن (ویژگی‌ها، شرایط، عملکردها، موانع و پیامدها) بررسی شود. در این اثر به مباحثی تحت عنوان «عملکردهای معنوی» اشاره شده که با راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی نزدیک است؛ اما آنچه ایشان از عملکردها مورد نظر دارد، با آنچه ما به عنوان راهکار می‌شناسیم، متفاوت است. در نگاه وی عملکردهای معنوی مصادیق معنویت هستند نه راه رسیدن به معنویت و در این تحقیق دنبال راه دستیابی به زندگی معنوی هستیم. علاوه بر آنکه به مثنوی نیز اشاره نشده است.

مقاله «اصول و مبانی معنویت از دیدگاه قرآن و سنت» نوشته مصباح یزدی. در این مقاله به نقش ایمان در تحقق معنویت اشاره و دانش‌های به عنوان زمینه‌های تحقق ایمان مطرح شده است. اراده و برنامه‌ریزی به عنوان راهکارهای استمرار معنویت معرفی شده است. این مقاله ارتباط زیادی با موضوع ندارد، فقط به دو راهکار و آن‌هم بیشتر با توجه به روایات اشاره شده است.

در سگفتار «معنویت قدسی» و مصاحبه با عنوان «معنویت از نگاه قرآن» منتشر شده از ابوالقاسم فنایی. در سلسله درس‌های که آقای فنایی تحت عنوان معنویت قدسی برگزار کرده است (ده جلسه)، کوشیده مؤلفه‌های معنویت مورد نظر خود را معرفی کند و در تبیین



آن‌ها به قرآن نیز استناداتی داشته است. در مصاحبه مذکور نیز به سه مؤلفه معنویت از منظر قرآن اشاره شده است. بیشتر مباحث این درسگفتار را مباحث عمیق علمی تشکیل می‌دهد و هدف از آن بررسی راهکارهای زندگی معنوی از منظر قرآن (بحث عمل‌گرایانه) نبوده است. در مصاحبه مذکور نیز بحثی از راهکارها نشده است.

مقاله «قرآن و راهکارهای معنوی جهت تأمین بهداشت روانی انسان‌ها» نوشته محمدرضا نورمحمدی. در این مقاله به سلسله راهکارهای معنوی از منظر قرآن اشاره شده که می‌تواند تأمین‌کننده بهداشت روانی انسان‌ها باشد.

برخی از راهکارهای اشاره شده می‌تواند همپوشانی‌های با موضوع این تحقیق داشته باشد. در عین اینکه مسائل آن کوتاه و برخی مسائل نیز جا مانده و کار تطبیقی راهکارها از منظر قرآن و مثنوی نیز طبعاً انجام نشده است.

مقاله «مبانی و شاخص‌های رشد معنوی انسان در قرآن» محسن قاسم‌پور. در این مقاله خردورزی، ایمان، اخلاص، مهرورزی و اعتدال به عنوان شاخص‌های رشد معنوی معرفی شده‌اند. در این مقاله بحثی از راهکارهای قرآنی برای دستیابی به زندگی معنوی نشده است و صرفاً به مطالب مذکور به عنوان مؤلفه‌های رشد معنوی اشاره شده است که می‌تواند همپوشانی‌های با موضوع این تحقیق داشته باشد.

مقاله «معنویت‌گرایی در قرآن؛ مبانی، مؤلفه‌های کارکردهای معنویت قرآنی» محمدجواد رودگر. در این مقاله برخی مطالب عموماً خطابی نقل شده و کوشش شده برای مطالبی که قبلاً نویسنده در ذهن داشته، استناداتی از قرآن به دست آورد. به همین جهت این مقاله بحث دقیق علمی نیست و مطالب آن ربطی چندانی به راهکارهای زندگی معنوی ندارد.

مقاله «شاخص‌های سلامت معنوی از منظر آموزه‌های وحیانی» رحمت‌الله مرزبند و علی اصغر زکوی. در این مقاله تلاش شده مؤلفه‌های سلامت روان در قرآن تبیین شود و ارتباط با خدا را یگانه‌راه دستیابی به سلامت روان و معنویت را مبتنی بر کشف هدف واقعی و اسیل معرفی می‌کنند. بحثی در خوری برای راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن نشده است.

کتاب «قرآن و مثنوی (فرهنگ‌واره تأثیر آیات قرآن در ابیات مثنوی)» تألیف بهاءالدین خرمشاهی و سیامک مختاری. در این کتاب نویسندگان در صدد بررسی تأثیرات آیات



قرآن در محتوای مثنوی هستند و کوشش کرده‌اند ردپای برجسته آیات را در ابیات مثنوی بنمایانند. این کتاب ارتباط چندانی با معنویت و مخصوصاً راهکارهای معنوی ندارد؛ اما به جهت ارتباط با قرآن و مثنوی بسیار قابل توجه و درخور استفاده است و طبعاً اشارات در آن برای موضوع مذکور یافت می‌شود.

با توجه به سابقه پژوهش، به نظر می‌رسد، تاکنون بحث راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن و مثنوی صورت نگرفته و در این موضوع، تدوین این تحقیق می‌تواند نوآوری محسوب شود؛ زیرا آثاری که قبلاً در این زمینه نوشته شده تا آنجا که جستجو شد، راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی به گونه عام و با نگاهی به مثنوی به گونه خاص تا هنوز انجام نشده و این تحقیق می‌تواند گامی در این مسیر سخت؛ اما ارزشمند باشد. بنابراین می‌کوشد با روش توصیفی تحلیلی و با استفاده از منابع کتابخانه‌ای به این سؤال اصلی بپردازد که برای رسیدن به زندگی معنوی از منظر قرآن کریم و مثنوی معنوی، چه راهکارهایی وجود دارد؟

۱. مفهوم شناسی

به نظر می‌رسد در بخش مفهوم‌شناسی آنچه در این تحقیق نیاز به بررسی و توضیح دارد، مفاهیم «معنویت و زندگی معنوی» و «راهکارهای دستیابی» است و دو مفهوم اساسی دیگر آن؛ یعنی «قرآن» و «مثنوی» بی‌نیاز از تعریف است.

۱-۱. معنویت و زندگی معنوی

معنویت، مصدر جعلی کلمه «معنوی» است که در معانی چون حقیقی، راستی، اصلی، ذاتی، باطنی، روحانی و... در مقابل صوری، مادی و ظاهری به کار برده شده است (دهخدا، ۱۳۴۷، ذیل همین واژه).. کلمه معنوی از ریشه «معنا» اشتقاق یافته که به مقصود، مدلول و مضمون دلالت می‌کند (همان، ذیل واژه معنا). اهل نظر، واژه «الروحانیه» در زبان عربی و واژه «اسپیریچوالیتی spirituality» در زبان انگلیسی را معادل و مترادف با واژه «معنویت» در زبان فارسی به کار برده‌اند (سعیدی، ۱۳۹۹: ۳۴).

بحث از چیستی معنویت، به خاطری شخصی و درونی بودن و قابل مشاهده نبودن از



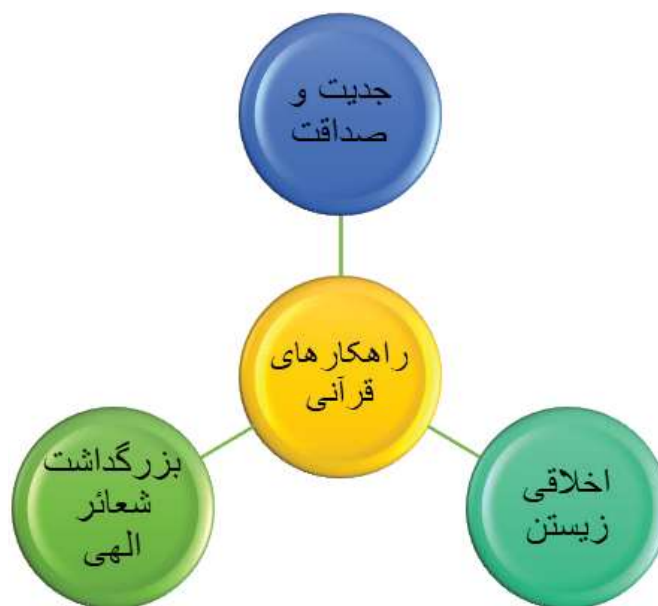
سویی و پیچیدگی و چندبعدی بودن آن از دیگر سو، در عین ضروری و دل‌انگیز بودن، اندیشمندان را با چالش فراوانی مواجه کرده است. نبود معیار و سنجه واقع‌نما و دقیق نیز بر مشکلات افزوده است (سعیدی، ۱۳۹۹: ۳۳).

واژه «معنویت» و مشتقات آن در قرآن به کار نرفته است. بنابراین درباره معنویت مستقیماً چیزی نیامده؛ اما ضروری می‌نماید که تعریف منتخب، با مفاهیم قرآنی ربط و نسبت داشته باشد. با این حال می‌توان گفت «معنویت عبارت است از زیستن در محضر امر قدسی که برای شخص معنوی ویژگی‌های ذهنی و رفتاری متناسب با این نوع زندگی را در بردارد». منظور از امر قدسی «قدرت یا قدرت‌های برتر و منزه در باور و اندیشه آدمی است؛ خدا، معبودها و الهه‌ها یا هر امر متعالی و ماورایی که بشر خود را مقهور آن یا وابسته به آن احساس می‌کند» (سعیدی، ۱۳۹۹: ۵۸-۵۹). بنابراین زیستن در محضر امر قدسی؛ یعنی زیستن در محضر عالم معنا و عالم قدس که شخص، خود را مقهور یا وابسته به آن می‌داند. در قرآن کریم آنچه را ما در تعریف خود تحت عنوان «امر قدسی» یاد کردیم، با نام «الله» (خدا) نام برده شده و ویژگی‌های فراوانی نیز برای آن برشمرده است. کسی که در محضر امر قدسی (خدا) زندگی می‌کند، به گونه‌ای می‌زید که خدا وجود دارد و به هر میزان که شخص بتواند بیش‌تر بدان نحو زندگی کند و وارد رابطه عمیق‌تر با امر قدسی شود و عملاً (در حوزه ذهن و رفتار) درگیر آن باشد، به معنویت بیش‌تر دست‌یافته و معنوی‌تر خواهد بود. بنابراین معنویت؛ یعنی درک حضور امر قدسی (خدا) در زندگی و تأثیر شگرف آن در درون و بیرون انسان، در ذهن و رفتار، در زندگی فردی و اجتماعی و در خلوت و جلوت. با این توضیح تا حدود فراوانی مقصود از ویژگی‌های ذهنی و رفتاری نیز مشخص می‌شود. ذهن به افعال درونی انسان اشاره دارد که شامل سه حوزه باورها، احساسات و عواطف و خواسته‌ها می‌شود و رفتار نیز به افعال بیرونی توجه می‌دهد که شامل گفتار و کردار است (ملکیان، ۱۳۹۷: ۷ و ۱۴). وقتی سخن از ویژگی‌های ذهنی و رفتاری می‌شود، مقصود این است که انسان معنوی (کسی که در محضر امر قدسی زندگی می‌کند)، ویژگی‌هایی در حوزه باورها، احساسات و عواطف و خواسته‌ها (در ذهن) دارد که اقتضای زیستن در محضر امر قدسی است و گفتار و کردار (رفتاری) دارد که مستلزم زیست معنویانه است.



۲. راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن کریم

مقصود از راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی، هر آن چیزی است که در شرایط خاص، انسان را برای دستیابی به معنویت و زندگی معنوی، کمک می‌کند و مانند نردبانی انسان را «پله پله تا ملاقات خدا» بالا می‌برد. مقصود از شرایط خاص نیز تحقق خصوصیات است که با وجود آن خصوصیات بتوان آن کار را راهی به سوی زیستن در محضر امر قدسی تلقی کرد. با تفحص و جستجو در قرآن کریم، می‌توان به موارد بسیار متعددی دست یافت که حکایت از راهکار بودن دارند و انسان را به خودش فرامی‌خواند. به نظر می‌رسد تمام راهکارهای را که در قرآن برای دستیابی به زندگی معنوی، مستقیم یا غیرمستقیم مطرح شده است، می‌توان به سه بخش اساسی تقسیم کرد:



شکل ۱: راهکارهای قرآنی^۱

۲-۱. جدیت و صداقت

اولین راهکاری که به نظر می‌رسد برای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن کریم ضروری است، جدیت و صداقت در زندگی است. جدیت؛ یعنی تلاش و کوشش مدام برای دستیابی به حقیقت؛ یعنی استفاده از تمام فرصت و ظرفیت‌های ذهنی و روانی، علم،

۱. محتوای این شکل نیز با تغییرات اندکی از کتاب نظریه معنویت در قرآن، ص ۱۳۸ گرفته شده است.

تجربه، قدرت تفکر و عمق فهم برای شناخت و دستیابی به حق و حقیقت. جدیت؛ یعنی دوری از تبلی و دوری از شوخی گرفتن زندگی و امور مربوط به آن؛ یعنی شخص از هیچ تلاشی برای فهم و درک حقیقت. صداقت؛ یعنی بعد از اینکه شخص در اثر جدیت و در خدمت گرفتن همه توش و توان خود، به حقیقتی دست یافت، صادق باشد و قصد فریب خود و دیگری را نداشته باشد. جاذبه‌های انفرادی مثل خوش‌گذرانی و عافیت‌طلبی و جاذبه‌های اجتماعی مثل ثروت، قدرت، شهرت، محبوبیت، آبرو، حیثیت اجتماعی و علم اکادمیک مانع عمل به آن حقیقت نشود؛ بلکه بر اساس حقیقتی که با تشخیص خود بدان دست یافته، زندگی کند.

بنابراین جدیت و صداقت در کل؛ یعنی فهم و درک زندگی معنوی و عمل بر اساس مؤلفه‌های آن، جزء تفریحات و تزیینات زندگی فرد نباشد، بلکه اساس زندگی وی باشد؛ یعنی شخص برای دستیابی به معنویت، از هیچ تلاشی دریغ نکند و وقتی آن را فهمید، فریب هیچ چیزی جذابی را نخورد و از هیچ چیز و هیچ کسی نه‌راسد. صادق باشد و با صداقت آنچه را درست می‌داند، عمل کند. اگر کسی تمام وقت، فرصت‌ها، نیروها و استعدادهای خود را در موارد دیگری غیر از شناخت و دستیابی به حق و حقیقت صرف کند و کوشش در مسیر زندگی معنوی را بی‌اهمیت یا شناخت و دستیابی به آن را آسان بداند؛ به گونه‌ای که در وقت‌های اضافه عمر خود به آن پردازد، چنین کسی برای دستیابی به زندگی معنوی، جدیت و صداقت ندارد و به همین جهت هرگز به معنویت و زندگی معنوی دست نخواهد یافت.

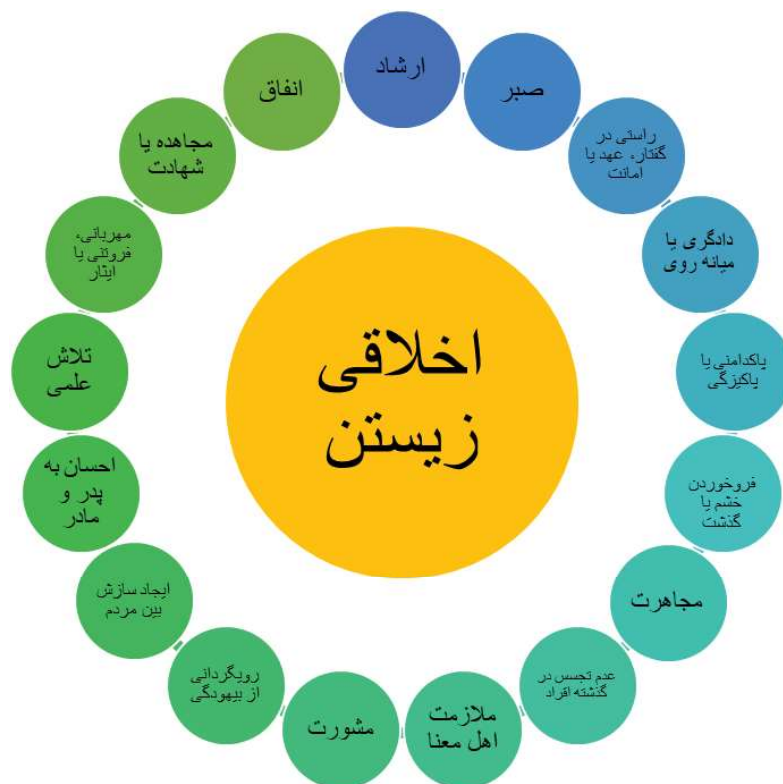
در قرآن موارد متعددی داریم که به این مسئله بسیار اساسی و مهم اشاره دارد. شاید صریح‌ترین آیه که به این بحث پرداخته، آخرین آیه سوره عنکبوت است. آنجا که می‌فرماید: «وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا» (عنکبوت: ۶۹). هدایت و معنویت رابطه متقابل دارند. هر آن چیزی که در قرآن مقدمه یا ملازم هدایت باشد، راهکاری برای دستیابی به زندگی معنوی و معنویت تلقی خواهد شد. در این آیه نیز خداوند برای دستیابی به هدایت، دو شرط مطرح کرده؛ یکی تلاش و مجاهده و دیگر در راه حق بودن این مجاهده.

۲-۲. اخلاقی زیستن

امور اخلاقی همچون عدالت، احسان، صداقت، تواضع و... بالذات ارزشمند و مورد



تأکید است. این امور فارغ از آنکه قرآن به آن‌ها دستور بدهد یا ندهد، برای انسان قابل درک و مورد قبولند و در زندگی فردی و اجتماعی انسان، کارایی دارد. نکته اساسی در مورد این امور آن است که به اتفاق همه مکاتب معنویت باور و همه‌کسانی که دل درگرو زندگی معنوی دارند، رعایت این امور جزء ضروری‌ترین مقدمات دستیابی به زندگی معنوی است. انسان به هیچ عنوان نمی‌تواند به معنویت و زندگی معنوی دست یابد، بدون اینکه اخلاقی زندگی کند و اخلاق را پاس بدارد. این امور را بر اساس تحقیقی که صورت گرفته، به گونه ذیل احصا کرده‌اند:



شکل ۲: زیر مجموعه‌های اخلاقی زیستن^۱

در این شکل از حیث آماری از بالا به پایین از تعداد کدها کم می‌شود. بنابراین ارشاد، صبر و انفاق بیشترین آمار را در قرآن به خود اختصاص داده‌اند.

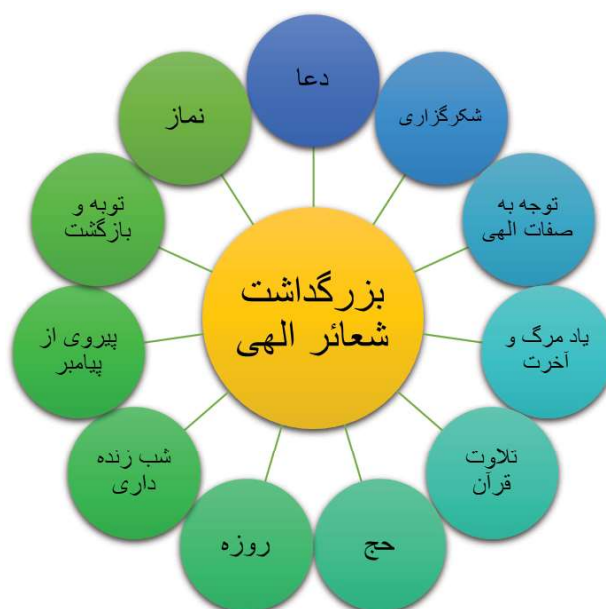
۱. محتوایات این شکل نیز برگرفته از کتاب نظریه معنویت در قرآن، ص ۱۳۹ است.



۲-۳. بزرگداشت شعائر الهی

راهکار دیگری که قرآن برای دستیابی به زندگی معنوی طرح کرده و آن را مقدمه دستیابی به معنویت دانسته، بزرگداشت شعائر الهی است. آنچه را ما با تاسی به برخی آیات (بقره: ۱۵۸؛ مائده: ۲؛ حج: ۳۲ و ۳۶) «شعائر الهی» نامیدیم، در قرآن کریم با تعبیر دیگر همچون حدود الهی (بقره: ۱۸۷، ۲۲۹ و ۲۳۰؛ نساء: ۱۳ و ۱۴؛ توبه: ۹۷ و ۱۱۲؛ مجادله: ۴؛ طلاق: ۱) و مناسک (بقره: ۱۲۸ و ۲۰۰) نیز یاد شده است. منظور از شعائر، حدود یا مناسک، همان امور عملی و مربوط به بایدها و نبایدهای دینی است.

بزرگداشت شعائر الهی، حرمت نهادن به حدود امر قدسی (خداوند) و اقامه مناسک، بندگی خداوند است. البته هر کار نیکی که انسان به قصد رضایت الهی انجام دهد عبادت و بندگی محسوب می‌شود؛ اما در قرآن برخی امور خاصی نیز ذکر شده که این امور صرفاً به درد بندگی می‌خورد و فقط می‌تواند عبادت باشد و نه چیز دیگر. نکته اساسی که در این نوع اعمال و رفتار اهمیت دارد این است که شخص، باید این نوع اعمال و رفتار را با نیت خاص که می‌توان آن را دستیابی به زندگی معنوی (زیستن در محضر امر قدسی) تلقی کرد، انجام دهند. در غیر آن این نوع اعمال و رفتار کارکرد معقولی ندارد (سعیدی، ۱۳۹۹: ۱۳۷).



شکل ۳: بزرگداشت شعائر الهی^۱

۱. محتوای این شکل از کتاب آقای سعیدی، نظریه معنویت در قرآن، ص ۱۴۰ گرفته شده است.



در این شکل نیز از بالا به پایین از حیث آماری، تعداد کدها کم می‌شود. بنابراین دعا، نماز و شکرگزاری بیشترین آمار را دارند.

۳. راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر مثنوی

مثنوی کتاب انسان‌سازی است؛ زیرا اولاً موضوع آن، بُعد روحانی انسان است. قرآن کریم و مثنوی معنوی این ویژگی انسان‌سازی را دارد؛ به این معنا که این کتاب‌ها هیچ هدف، جز تغییر انسان‌ها و ساخت انسان جدید از نظر معنوی، ندارد. همان که مولانا از وی چنین یاد می‌کرد:

دی شیخ با چراغ همی گشت گرد شهر
کز دیو و دد ملولم انسانم آروزست

(مولانا، ۱۳۸۵: ۴۴۱)

یا حافظ از آن به آدم نو تعبیر می‌کرد:

آدمی در عالم خاکی نمی‌آید به دست
عالم دیگر بیاید ساخت وز نو آدمی

(حافظ، غزل ۴۷۰)

با مطالعه اجمالی مثنوی معنوی و کمک گرفتن از آثاری که در این زمینه نگاشته شده، می‌توان موارد ذیل را از جمله راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی، از منظر مثنوی دانست:

۳-۱. عشق

عشق از قدیمی‌ترین مفاهیم پربسامد در مکاتب گوناگون است، ولی بیش از هر مکتب و مسلکی، مکاتب عرفانی در این باب سخن گفته‌اند. یکی از کسانی که در عرفان اسلامی در باب عشق بسیار سخن گفته، مولانا است. می‌توان عصاره اندیشه مولانا را در این خلاصه کرد که «انسان از اصل خود جدا افتاده، این جدایی باعث رنج انسان است و تنها راه رهایی از آن، عشق است»، اینکه:

هر چه جز عشق خدایی احسن است
گر شکر خواری است خود جان کندن است

(۳۷۰۲:۱)

مولانا پڑوهان، هجده بیت اول مثنوی معنوی را کل پیام مولانا و هسته اصلی آن می‌دانند که مولانا در طول شش دفتر، به شرح و بسط آن پرداخته و کوشیده است راز و رمز آن را بگشاید (افلاکی، ۱۳۸۵: ۷۴۰، زرین کوب، ۱۳۷۴: ۱۸، شریفی، ۱۳۹۸: ۱: چهل و هفت).

در این هجده بیت که به «نی‌نامه» شهرت یافته، مولانا از درد جدایی شکایت می‌کند و برای آن در شش دفتر مثنوی حکایت‌ها می‌سازد؛ حکایت‌های که برای رهایی، انسان را به عشق دعوت می‌کند. آنجا که از شنیدن شکایت و حکایت نی سخن می‌گوید:

بشنو این نی چون شکایت می‌کند از جدایی‌ها حکایت می‌کند
کز نیستان تا مرا بیریده‌اند در نفیرم مرد و زن نالیده‌اند
سینه خواهم شرحه شرحه از فراق تا بگویم شرح درد اشتیاق
هر کسی کو دور ماند از اصل خویش باز جوید روزگار وصل خویش...
در نیابد حال پخته هیچ خام پس سخن کوتاه باید والسلام

(۱: ۱۸-۱)

روشن است که مولانا همان اندیشه جدایی انسان از اصل خویش حکایت و بریدن نی از نیستان را شکایت می‌کند و راه رهایی را عشق معرفی می‌کند؛ عشقی که سر منشأ همه جوشش‌ها و جنبش‌هاست. چون مولانا معتقد است:

هر که را جامه ز عشقی چاک شد اوز حرص و عیب کلی پاک شد
شاد باش ای عشق خوش سودای ما ای طیب جمله علت‌های ما
این عشق دوی همه دردها و طیب شفابخش همه بیمارهای جسمانی و روحانی و معنوی است. اگر عشق آمد، تمام عیب‌ها و بیماری‌ها و مشکلات حل می‌شود. «عشق درمانی، از تعالیم برجسته در آموزه‌های مولانا است. از منظر مولانا، عشق همچون طیب معنوی و روحانی بر بالین انسان می‌آید و بیماری‌ها و آلام روحی او را شفا می‌دهد»





(خواجہ گیر، ۱۳۸۷: ۸۸).

بی غرض نبود به گردش در جهان
غیر جسم و غیر جان عاشقان

(۲۸۱۵:۱)

از دید عرفا عشق مرکب رسیدن به خداست و اگر انسان «با مرکب عشق حرکت کند و منازل بین راه را زیر نظر یک انسان کامل تر طی کند، پایان این راه این است که پرده میان او و خدا بکلی برداشته می شود و به تعبیر خودشان به خدا می رسد» (مطهری، ۱۳۷۲: ۲۳، ۲۰۰). بنابراین عشق رهایی بخش است. عشق در نگاه عارفانه مولانا، موجی است که انسان را به خدا می رساند و «عشق اصطربلاب حقیقی اسرار حق و گامی به سوی تکامل و معنویت است» (مردانی ورپشتی و دیگران، ۱۴۰۲، ۱۲۳). همان گونه که خود می فرماید:

علت عاشق ز علت ها جداست
عشق اصطربلاب اسرار خداست

(۱۱۰:۱)

دلیل این همه تاکید در عرفان این است که کاخ معنویت انسانی، بر مخروبه انانیت بنا می شود و انانیت فقط با عشق از میان برمی خیزد. جز عشق هیچ چیز دیگر نمی تواند انسان را از انانیت رهایی بدهد. بدون آن اگر هم از یک مرحله و مرتبه انانیت رهایی یافت، در مراحل و مراتب دیگر آن که «هزار نکته بارک تر ز مو» دارد، گیر می ماند و نمی تواند خود را رهایی بدهد. فقط بعد از فنای آنا است که گل معنویت در انسان می شکفت و می تواند دم از انسانیت بزند.

کی شود کشف از تفکر این انا
آن انا مکشوف شد بعد از فنا

(۴۱۴۸:۵)



گر همی خواهی که بفروزی چو روز
هستی همچون شب خود را بسوز

(۳۰۲۵:۱)

۳-۲. مرشد

جان فشان ای آفتاب معنوی
این جهان کهنه را بنمای

(۲۲۳۳:۱)

برای تربیت بعد اخلاقی و معنوی انسان، راه‌های متنوعی از سوی اندیشمندان و بزرگان معرفی شده که می‌توان به (۱) الگو و اسوه، (۲) علم نافع، (۳) تنهایی گزیدن و خلوت نشینی، (۴) یادداشت روزانه، (۵) آگاهی از احوال گذشتگان و (۶) تمرکز، اشاره کرد.^۱ در بین این راه‌ها، مهم‌ترین یا یکی از مهم‌ترین این راه‌ها، ارائه الگوی عملی است. داشتن الگوی و نقش تربیتی آن از دیرباز مورد توجه بوده و همه بزرگان عرصه دین و عرفان و دیانت و معنویت به این مهم توجه داشته‌اند. داشتن «پیر، مراد و خضر» راه از مهم‌ترین ویژگی‌های عرفان است.

منازل و مراحل سلوک عرفانی را «باید با اشراف و مراقبت یک انسان کامل و پخته که قبلاً این راه را طی کرده و از رسم و راه این منزل‌ها آگاه است، صورت گیرد و اگر همت انسان کاملی بدرقه راه نباشد، خطر گمراهی است. عرفان از انسان کاملی که ضرورتاً باید همراه نوسفران باشد گاهی به طایر قدس و گاهی به خضر تعبیر می‌کنند» (مطهری، ۱۳۸۹: ۲۰۶-۲۰۷).

همتم بدره راه کن ای طایر قدس
که دراز است ره مقصد و من نوسفرم

(حافظ، غزل ۳۲۸)

۱. این روش‌ها را مصطفی ملکیان در یک سخنرانی تحت عنوان «آموزش فضایل زندگی» به آدرس: <https://t.me/MalekianMedia/815> تبیین کرده است.



در عرفان نیز به عنوان یکی از مکاتب فکری - معنوی، بیش از هر مکتب دیگر به نقش مرشد و پیر و مراد تأکید شده است و از جمله مولانا در مثنوی در هر شش دفتر آن و بیش از همه در دفتر اول درباره جایگاه و نقش پیر در تحول معنوی و اخلاقی شخصیت انسان سخن گفته و با تعبیری چون انسان کامل، ابدال، عارفان، اولیا، پیران، پاکان، اهل دل، اهل حق، خاصان، شیوخ، مرشدان از آن‌ها یاد کرده است (تلمذ حسین، ۱۳۷۸: ۴۶۳-۴۶۵).

جز به تدبیر یکی شیخ خیر
چون روی؟ چون نبودت قلبی بصیر

(۴۰۸۶:۶)

گرچه شیری چون روی ره بی‌دلیل
خویش بین و در ضلالی و ذلیل

(۵۴۳:۴)

در اندیشه عرفای چون مولانا، مرشد طبیب روحانی است که متناسب با ویژگی‌های مرید برای درمان بیمارهای معنوی و اخلاقی او نسخه می‌پیچد و دقیقاً همان شأنی را که طبیب جسمی دارد، مرشد نیز همان شأن را نسبت به روح متربی خود دارد. وی سلوک بی‌پیر را افتادم در دام‌های گمراهی می‌داند:

هر که در ره بی‌قلاووزی رود هر دو روزه راه، صد ساله شود
هر که تازد سوی کعبه بی‌دلیل همچو این سرگشتگان گردد ذلیل
هر که گیرد پیشه بی‌اوستا ریشخندی شد به شهر و روستا

(۵۸۸:۳-۵۹۰)

«یافتن پیر و مرشد، دیگر لازمه سلوک و کسب کمالات معنوی است؛ زیرا طی این طریق بدون راهنما ممکن نیست، چنانکه آموختن هیچ حرفه و صنعتی بدون استاد و راهنما، میسر نیست. این نکته از تعلیمات کلیدی و بسیار بنیادی مولانا است. او بسیار بر این نکته تأکید دارد و به کرات گوشزد می‌کند که بی‌دلیل راه، نمی‌توان به جایی رسید» (شریفی، ۱۳۹۸،



۱: چهل و سه) و دستور می‌دهد:

اندیرین وادی مرو بی‌این دلیل لا احب الالفین گو چون خلیل
رو ز سایه آفتابی را بیاب دامن شه شمس تبریزی بتاب

(۴۳۱-۴۳۰:۱)

در دید او پیامبر^(ص) برای علی^(ع) نیز دستور داده که:

یا علی از جمله طاعات راه برگزین تو سایه بنده اله
هر کسی در طاعتی بگریختند خویشان را مخلصی انگیختند
تو برو در سایه عاقل گریز تارهی زان دشمن پنهان ستیز
از همه طاعات اینت بهتر است سبق یابی بر هر آن سابق که هست

(۲۹۸۳-۲۹۸۰:۱)

در برخی موارد، مولانا به تبعیت مطلق از مرشد، تأکید می‌کند:

گرچه کشتی بشکند تو دم مزن
گرچه طفلی را کشد تو مو مکن

(۲۹۸۶:۱)

بنابراین در اندیشه مولانا پیروی بی‌چون و چرا از مرشد و قدم برداشتن به دستور او و با دو زانوی ادب در مقابل او نشستن و حضور قلب داشتن در محضر او و خدا حافظی با سستی و تبلی در انجام دستورات او، یکی دیگر از راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی محسوب می‌شود (نصر اصفهانی، ۱۳۷۷: ۲۳۰-۲۴۵).

من نجویم زین سپس راه اثر پیر جویم، پیر جویم، پیر پیر
پیر باشد نردبان آسمان تیر پران از که گردد؟ از کمان

(۴۱۳۸-۴۱۳۷:۶)

برای او مرشد همه چیز است و غیر آن چیزی دیگری نمی‌خواهد:



ظل او اندر زمین چون کوه قاف روح او سیمرغ بس عالی طواف
گر بگویم تا قیامت نعت او هیچ آن را مقطع و غایت مجو

(۲۹۷۷-۲۹۷۸:۱)

۳-۳. خودسازی

انسان یگانه موجودی است که مهندسی وجودش به خودش وا گذاشته شده و او با دو ویژگی آگاهی و اراده، می‌تواند راه خود را برگزیند و فردای خود را امروز انتخاب کند. در وجود انسان کشش‌ها و میل‌های متنوعی وجود دارد و هر یک انسان را به سمت خود می‌کشاند. خودسازی برای دستیابی به خودبرتر و تبدیل انسان متعارف به انسان متعالی است. مولانا «انسان سالک را نه به شهوت‌ستیزی دعوت می‌کند و نه شهوت‌گریزی» (به نقل از: ربیعی، ۱۳۸۹: ۵۳)، بلکه از او می‌خواهد انسان باید میل و شهوت خود را در مسیری قرار دهد که او را به جای اسفل السافلین، به اعلی العلیین برساند.

میل همیشه به چیزی تعلق می‌گیرد. اگر انسان نتواند میل خود را مدیریت کند، هر روز به چیزی تعلق می‌گیرد. به این صورت انسان عمر خود را در پی دستیابی به میل‌های بیهوده و باطل صرف می‌کند و همواره در شکار سایه خواهد بود.

صد هزاران دام و دانه ست ای خدا	ما چو مرغان حریص بی‌نوا
دم به‌دم ما بسته دام نویم	هر یکی گر باز و سیمرغی شویم
می‌رهانی هر دمی ما را و باز	سوی دامی می‌رویم ای بی‌نیاز
ما در این انبار گندم می‌کنیم	گندم جمع آمده گم می‌کنیم
می‌نیشیم آخر ما به هوش	کین خلل در گندم است از مکر موش
موش تا انبار ما حفره زده ست	وز فنش انبار ما ویران شده ست
اول ای جان دفع شر موش کن	وانگهان در جمع گندم جوش کن
گر نه موشی دزد در انبار ماست	گندم اعمال چل ساله کجاست
ریزه ریزه صدق هر روزه چرا	جمع می‌ناید در این انبار ما
بس ستاره آتش از آهن جهید	وان دل سوزیده پذیرفت و کشید



لیک در ظلمت یکی دزدی نهان می‌نهد انگشت بر استارگان
می‌کشد استارگان را یک به یک تا که نفروزد چراغی از فلک
گر هزاران دام باشد در قدم چون توبا مایی نباشد هیچ غم

(۳۸۹-۳۷۶:۱)

بنابراین انسان اگر بخواهد از عملکرد خود نتیجه بگیرد، نیازمند توجه است و در این زمینه مثل تمام عرفا سه مرحله محادثه، مراقبه و محاسبه را پیشنهاد می‌کند. داستان رومیان و چینیان برای بازگویی همین نکته است که وقتی خودت را صافی کردی، همه چیز را بهتر از آئینه و نقاشی‌های جهان خواهی دید. تزکیه نفس، پالایش دل، صفای جان و ریاضت و سخت‌گیری بر نفسانیات از مهم‌ترین تعابیری‌اند که برای افاده این مفهوم در عرفان به کار رفته‌اند و یکی از راه‌های دستیابی به معنویت و به کمال رسیدن محسوب می‌شود (نصر اصفهانی، ۱۳۷۷: ۲۰۰).

خلق اطفال‌اند جز مست خدا

نیست بالغ جز رهیده از هوا

(۳۴۴۶:۱)

گر ز نام و حرف خواهی بگذری

پاک کن خود را ز خود هین یکسری

(۳۴۷۴:۱)

۳-۴. آزادگی

این جهان زندان و ما زندانیان حفره کن زندان و خود را وارهان
چيست دنیا از خدا غافل بدن نی‌قماش و نقره و میزان و زن

(۹۸۹-۹۸۸:۱)

معمولاً در راه رسیدن به هر مطلوبی، موانعی نیز در کار است. انسانی که می‌خواهد



به زندگی معنوی به عنوان یک هدف اساسی برسد، باید از بند هر مانعی (تهدیدها و دلمشغولی‌ها) رها و آزاد باشد. انسان نیز می‌تواند از دو ناحیه محدود شود؛ یکی محدودیت بیرونی و توسط دیگران و دیگری محدودکننده‌های درونی.

این جهان خود حبس جان‌های شماس است هین روید آن‌سو که صحرای شماس است
این جهان محدود و آن خود بی‌حد است نقش و صورت پیش آن معنی سد است

(۵۲۹:۱-۵۳۰)

مولانا در داستانی، مرغی را که از حرص رهاست، «امام جمله آزادگان» معرفی می‌کند و می‌گوید:

باز مرغی فوق دیواری نشست دیده سوی دانه دامی بیست
هر که او را مقتدا سازد پرست در مقام امن و آزادی نشست
بارها در دام حرص افتاده‌ای خلق خود را در بریدن داده‌ای

(۲۸۶۳-۲۸۷۱:۳)

در بیانات مولانا، آزادی و رهایی از تن، رهایی از جویای امیری، رهایی از غم، رهایی از حيله‌ها نیز مطرح است (۴۴۵۴-۴۴۶۱:۶). به همین ترتیب رهایی از دنیا و درد و رنج آن، یکی دیگر از مصادیق آزادی است (۳۵۳۶-۳۵۴۵:۳). متعلقات این نوع آزادی، هیچ کدام ربطی به قید و بندهای مثل خانواده، سیاست، اقتصاد، تعلیم و تربیت، اخلاق، حقوق و دین و مذهب ندارد و بازگشت همه آن‌ها به خود انسان است. تمام محدودکننده‌های نوع دوم را می‌توان در ترس و طمع، جمع کرد؛ یعنی انسان یا «می‌ترسد» یا «طمع» دارد که خود را محدود می‌کند.

رهایی از تعلقات، نموده‌ها و مصادیق بی‌شماری دارد. مهم‌ترین و در کلی‌ترین صورت آن، رهایی از تعلقات و دستیابی به آزادگی؛ یعنی رهایی از دنیاست. به تعبیر زیبای فروزانفر: «دنیا نزد محققان صوفیه هر چیزی است که انسان را از خدا مشغول دارد و حظ نفس در آن باشد. بدین معنا، حالتی است از احوال قلب و آن توجه به دل است به لذت عاجل و هر چه مانع سالک از راه حق و حجاب او از وصول به کمال انسانیت باشد» (فروزانفر،

۱۳۶۶: ۳۸۱).

در نگاه مولانا آزادگی معنای ژرف‌تر و دقیق‌تری می‌یابد و آن نه تنها رهایی ترس و طمع، بلکه رهایی از هر چیزی است که انسان را به خود مشغول کند و باعث غفلت از خدا شود (همایی، ۱۳۶۹: ۱۶۰). روشن است که به هر میزان انسان از غیر فارغ شود، به همان میزان می‌تواند به خدا مشغول باشد.

۳-۵. توکل

آنچه از مثنوی معنوی بر می‌آید این است که برای دستیابی به مقام قرب و زندگی معنوی، دو نوع عامل لازم و مؤثر است: یکی عامل خدایی و غیر مکسبی که همان جذبه و عنایت و عنایات حق است و دوم عامل بشری که همان مجاهده و کوشش خود شخص برای دستیابی به چنین هدفی است (ضرابی‌زاده، ۱۳۸۴: ۸۷). اینجاست که بحث توکل، برجسته می‌شود؛ به این معنا که شخص آنچه را که در اختیار و توان دارد، انجام دهد و از هیچ تلاش و کوششی در راه رسیدن به مقصد و مقصود فروگذار نکند؛ اما نتیجه‌اش را به خدا واگذارد و بداند که تمام علل و عوامل دستیابی به هدف در اختیار او نیست. به تعبیر مولانا:

گفت آری گر توکل رهبر است این سبب هم سنت پیغمبر است
 گفت پیغمبر به آواز بلند با توکل زانوی اشتر بیند

(۹۱۹-۹۱۸:۱)

یک عنایت به ز صد گون اجتهاد
 جهد را خوف است از صد گون فساد

(۳۸۵۲:۶)

گفت من به از توکل بر ربی
 می‌ندانم در دو عالم مکسبی

(۲۴۲۶:۵)

البته اندیشه توکل به معنای ترک عمل و منتظر نشستن برای رسیدن لطف و عنایت



خداوند نیست؛ زیرا هرچند تمام تلاش‌های انسان، رسیدن به هدف را قطعی نمی‌سازد؛ اما آن را لازم و ضروری و بخشی از علت می‌داند.

ذره‌ای سایه عنایت بهتر است
از هزاران کوشش طاعت‌پرست

(۳۸۸۲:۶)

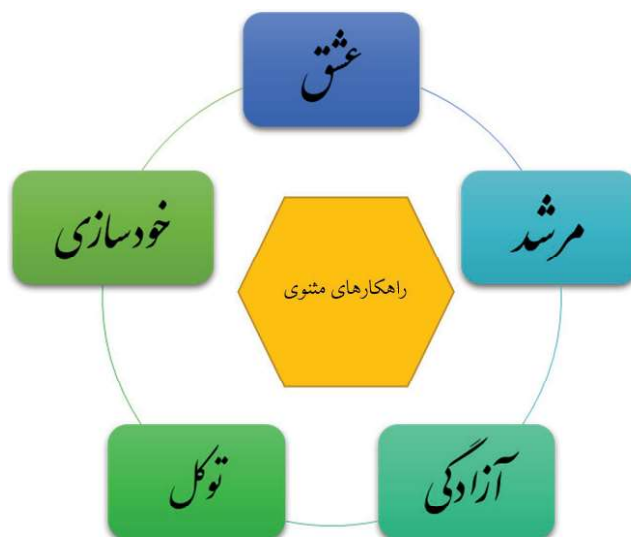
دست‌کم مجاهده و کوشش انسان علت ناقصه و زمینه‌ساز دستیابی به هدف است:

اصل خود جاذبه است لیک از خواجه تاش
کار کن موقوف آن جاذبه مباش

(۱۴۸۱:۶)

نور خواهی مستعد نور شو دور خواهی خویش بین و دور شو
ور رهی خواهی از این سجن خرب سرمکش از دوست واسجد واقترب

(۳۶۲۳-۳۶۲۲:۱)



شکل ۴: راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر مثنوی



نتیجه‌گیری

فلسفه وجودی تمام پیامبران، از جمله پیامبر خاتم^(ص)، فراهم‌سازی بستری برای زیست معنویانه در جهان طبیعت است. مقصود از معنویت، «زیستن در محضر امر قدسی که برای شخص معنوی، ویژگی‌های ذهنی و رفتاری متناسب با این نوع زندگی را در بر دارد». بنابراین زندگی معنوی، نوع خاصی از زیست انسانی است که در آن، شخص به گونه زندگی می‌کند که گویا در محضر امر قدسی (خدا) است و ویژگی‌های ذهنی (باورها، احساسات و خواسته‌ها) و رفتار (گفتار و کردار) متناسب با این نوع زندگی را دارد. از این جهت وقتی از راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی از منظر قرآن و مثنوی سخن به میان می‌آید، منظور راه‌ها و روش‌های است که با استفاده از آن - در صورت فراهم بودن شرایط و فقدان موانع - بتوان حضور امر قدسی (خدا) را در زندگی کشف و تقویت کرد و استمرار بخشید.

مطالعه قرآن کریم نشان می‌دهد که راهکارهای دستیابی به زندگی معنوی در سه محور خلاصه می‌شود: یکی جدیت و صداقت؛ یعنی تلاش مستمر برای حقیقت‌جویی و عمل به آن. دوم اخلاقی زیستن؛ یعنی رعایت اصولی مانند راستی، وفای به عهد، امانت‌داری و عدالت و سوم بزرگداشت شعائر الهی؛ یعنی مناسک دینی مانند دعا، نماز و شکرگزاری که تقویت‌کننده حضور امر قدسی در زندگی است. مثنوی نیز به پنج اصل برای زندگی معنوی اشاره دارد؛ عشق به عنوان نیروی اصلی، مرشد برای هدایت، خودسازی و مدیریت خواسته‌ها، سبک‌باری از تعلقات دنیوی و توکل به عنوان مکمل تلاش انسان.

با مقایسه این دو منبع، می‌توان دریافت که مولانا همان اصول قرآن را در مثنوی مطرح کرده است و آموزه‌های او در بسیاری از موارد با راهکارهای قرآنی هماهنگی دارد، هرچند تأکیدات او در برخی موضوعات متفاوت است. لذا با دقت بر راهکارهای قرآنی و راهکارهای که از مثنوی نقل شد، می‌توان مدعی شد که تمام آنچه از قرآن کریم نقل شد، مورد تأکید و توجه مولانا در مثنوی نیز هستند و بارها در سراسر مثنوی از جدیت و خلوص در راه دستیابی به زندگی معنوی گفته و بر امور فوق‌الذکر تأکید کرده است. راهکارهای پنجگانه که از مثنوی نقل شد، فی الجمله مورد تأیید قرآن کریم نیز هستند و همه آن‌ها در قرآن کریم نیز شاهد مثال‌هایی دارند. هرچند شاید تأکیدی مولانا در مثنوی، در قرآن کریم آن گونه مورد تأکید نباشد.

فهرست منابع

قرآن کریم

۱. افلاکی العارفی، شمس الدین احمد، (۱۳۸۵)، مناقب العارفین، (به کوشش تحسین یازجی)، تهران: دنیای کتاب.
۲. تلمذ حسین، (۱۳۷۸)، مرآت المثنوی، (به کوشش بهاءالدین خرمشاهی)، تهران: نشر گفتار.
۳. حافظ شیرازی، محمد، (۱۳۹۰)، دیوان حافظ، (براساس نسخه محمد قزوینی و دکتر قاسم غنی)، تهران: انتشارات فراروی.
۴. خواجه‌گیر، علیرضا، (۱۳۸۷)، «تعالی معنوی انسان در آموزه‌های مولانا»، فصلنامه فلسفه و کلام اسلامی آینه معرفت دانشگاه شهید بهشتی، سال ششم، شماره ۱۷.
۵. دهخدا، علی اکبر، (۱۳۴۷)، لغتنامه دهخدا، تهران: دانشگاه تهران.
۶. ربیعی، مهدی، (۱۳۸۹)، «اهداف تعلیم و تربیت از دیدگاه مولانا براساس دفتر اول مثنوی معنوی (قسمت دوم)، حافظ، شماره ۷۵.
۷. سعیدی، محمد مسعود، (۱۳۹۹)، نظریه معنویت در قرآن، قم: بی‌نا.
۸. شریفی، محمد، (۱۳۹۸)، نردبان آسمان: گزارش کامل مثنوی به نثر، ویراستار محمدرضا جعفری، چاپ اول، تهران: فرهنگ نشر نو با همکاری نشر آسیم.
۹. ضرابی‌زاده، سعید، (۱۳۸۴)، «آموزه‌های عملی مولانا در مثنوی معنوی»، مجله کتاب ماه ادبیات و فلسفه، شماره ۹۵.
۱۰. فروزانفر، بدیع الزمان، (۱۳۶۶)، شرح مثنوی شریف، تهران: زوار.
۱۱. مردانی ورپشتی، مریم، دیگران، (۱۴۰۲)، «بررسی تطبیقی انسان معنوی در اندیشه مولانا و وین دایر»، ادبیات عرفانی و اسطوره‌شناختی، سال نوزدهم، شماره ۷۰.
۱۲. مطهری، مرتضی، (۱۳۸۹)، کلیات علوم اسلامی، تهران: نشر صدرا.
۱۳. مطهری، مرتضی، (۱۳۷۲)، مجموعه آثار، ج ۳۰، چاپ ۸، تهران: نشر صدرا.





۱۴. ملکیان، مصطفی، (۱۳۹۷)، «بازگشت به معنویان جهان؛ زمین از دریچه آسمان در گفت‌وگو با مصطفی ملکیان»، روزنامه اعتماد، سال شانزدهم، شماره ۴۲۴۵.

۱۵. ملکیان، مصطفی، آموزش فضایل زندگی، <https://t.me/MalekianMedia/815>

۱۶. مولانا بلخی، جلال الدین محمد، (۱۳۹۶)، مثنوی معنوی، (تصحیح رینولد نیکلسون)، تهران: نشر صدای معاصر.

۱۷. نصر اصفهانی، محمد رضا، (۱۳۷۷)، سیمای انسان در اشعار مولانا، اصفهان: هشت بهشت.

۱۸. نقوی، سیدعلی، میرمحمد اسعدی و سید حبیب الله میرغفوری، (۱۳۹۴)، «الگوی معنویت سازمانی در آموزش عالی مبتنی بر آموزه‌های اسلامی»، فصلنامه علمی-پژوهشی مدیریت اسلامی، سال ۲۳، ش ۲، ص ۱۴۵-۱۷۷.

۱۹. همایی، جلال الدین، (۱۳۶۹)، مولوی‌نامه، تهران: نشر هما.