

حافظ اکنون زیست در الگوی پرلز

دکتر عباس عاشوری نژاد

استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوشهر

دکتر مریم پرهیزکاری

استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوشهر

مقدمه

با وجود شهرت فراوان نظریه‌پردازانی چون گوردن ویلارد آلپورت (۱۸۹۸ - ۱۹۶۷م)، کارل گوستاو یونگ (۱۸۷۵ - ۱۹۶۱م)، کارل راجرز (۱۹۰۲ - ۱۹۸۷) و آبراهام هرولد مزلو (۱۹۰۸ - ۱۹۷۰م) در روان‌شناسی آکادمیک، فریتز پرلز (۱۸۹۳ - ۱۹۷۰م) رهبر بزرگ مکتب گشتالت (Gestalt) در میان توده‌های مردم شهرت فراوان یافته است و الگوی او با عنوان انسان سالم (The "Here and now" person) هم اکنون طرفداران بسیار دارد.

در این الگو، پرلز انسان سالم را انسانی می‌داند که به‌طور کامل در زمان حال زندگی می‌کند و گذشته و آینده در پرتو این زمان معنا می‌یابد. جالب است که عارفان مسلمان هم معتقدند که «وقت به حالی گفته می‌شود که سالک در آن به سر می‌برد و باید در آن حال به کاری بپردازد که وقتش ایجاب می‌کند. سالک باید خود را در آن غرقه سازد و از بند خیال آینده و حسرت گذشته رها کند. پرداختن به گذشته، هدر دادن عمر و مایه‌ی حسرت است و دل به آینده‌ی موهوم بستن و درباره‌ی آن خیال خام پختن کاری بی‌پایه و بی‌بنیاد است؛ زیرا ممکن است که عمر بقا نکند و ساخته‌های ذهنی ما بر باد رود» (پایمرد، ۱۳۸۶: ۱۳۶). در میان عارفان خواجه شمس‌الدین محمد مشهور به حافظ (۷۲۶ - ۷۹۱ ه.ق)، شاعر بلند پایه‌ی ایرانی، نیز انسان مطلوب را انسانی می‌داند که در زمان حال زندگی کند. با مطالعه‌ی عمیق‌تر الگوی پرلز و اندیشه‌ی حافظ می‌توان به همانندی‌های شگرفی میان مؤلفه‌ها و مصادیق الگوی انسان سالم از دیدگاه پرلز و حافظ دست یافت. اگرچه این نکته‌ی مهم نباید نادیده گرفته شود که مفهوم «این جا و اکنون»ی که در روان‌شناسی مطرح است با آنچه در عرفان اسلامی و مکتب حافظ مطرح شده از نظر تخصصی متفاوت است. از منظر روان‌شناسی امروز، مفهوم مورد بحث برای درمان بیمارانی که بر اثر تمرکز کردن بر روی مشکلات و معضلات گذشته، دچار رفتارهای ناسازگارانه و بیماری‌های عصبی شده‌اند، مورد استفاده قرار می‌گیرد. از این منظر، تجربه‌ی آنچه در «این جا و اکنون» رخ می‌دهد، کیفیتی درمان‌گرانه دارد و به منزله‌ی یک شیوه‌ی روان‌شناختی مورد استفاده قرار می‌گیرد (تحصیلی، ۱۳۸۷: ۵۸) و این واژه به‌طور کامل با واژه‌های حال، اکنون، دم و واژه‌هایی نظیر این‌ها که در تاریخ ادبیات، شعر فارسی و به‌ویژه در اشعار حافظ به کار رفته، معنای منطبق نمی‌یابد ولی در یک برداشت کلی و عمومی انسان سالم از دیدگاه پرلز، انسانی است که در زمان اکنون زندگی می‌کند و گذشته و آینده‌اش در پرتو امروز ارزش می‌یابد. شاید همین فراز بلند باشد که با وجود گذشت سال‌ها از مرگ این رهبر فقید مکتب گشتالت و پرورش روان‌شناسان بزرگ دیگری در مکتب و دوران او و شکل‌گیری

مکاتب روان‌شناسی بسیار پس از او، وی هم‌چنان از محبوبیت روز افزون خود را حفظ نموده و اندیشه‌هایش در کشورهای بزرگ دنیا مورد استقبال قرار گرفته‌است.

از سویی دیگر با وجود این‌که قرن‌ها از مرگ حافظ، شاعر بلند آوازه‌ی ایران، می‌گذرد و بعد از او شاعران بنامی نه تنها در ایران بلکه در گستره‌ی جغرافیای ملت‌های فارسی زبان رشد کرده‌اند، آنچه که باعث اقبال روز افزون مردم نسبت به او شده همان توجه به حال، دم غنیمت شمردن، پیام امید برای آینده و در یک کلام رویکرد مددکارانه‌ی اوست. بنابراین، انطباق مؤلفه‌های انسان مطلوب پرلز و حافظ می‌تواند ما را در فهم عمیق‌تر دیدگاه‌های حافظ و شناخت زوایایی دیگر از علل اقبال عمومی مردم نسبت به وی یاری کند.

مؤلفه‌های انسان سالم – اکنون زیست – در الگوی پرلز

یکی از ویژگی‌های برجسته‌ی انسان سالم در الگوی پرلز، اکنون زیستی اوست. انسان برای این‌که بتواند در زمان اکنون زندگی کند، باید به نگرش‌ها و بینش‌هایی رسیده باشد که مهم‌ترین آن‌ها عبارتند از:

۱. تنها واقعیت موجود زمان حال است.
۲. از گذشته عبرت بگیرد و از آن عبور کند.
۳. برای آینده برنامه‌ریزی داشته باشد ولی در بند آن گرفتار نیاید.
۴. لحظه‌های شاد زندگی را غنیمت شمرد.
۵. از موقعیت خویش آگاهی داشته باشد و ضعف‌ها و قوت‌های خویش را بشناسد.
۶. نسبت به چیستی جهان آگاه باشد.

۷. مسئولیت کارهای خود را به‌طور کامل به عهده بگیرد و مسئولیت دیگران را نپذیرد.

۸. در مقابل وقایع و حوادث تساهل و تسامح داشته باشد.

۹. در اظهار انگیزه‌ها و آرزوها آزادانه عمل کند.

۱۰. احساسات خشم و نفرت را به‌راحتی بروز دهد.

۱۱. خود را از قیود و حمایت‌های محیطی آزاد کند.

۱۲. به جای تکیه بر عقل، از نیروی احساسات و شهود یاری بگیرد. (شولتز، ۱۳۶۰ : ۱۱۴-۱۱۲)

اکنون زیستی حافظ در الگوی پرلز

با جست و جو در ژرف ساخت و روساخت اندیشه‌های حافظ می‌توان مفهوم اکنون زیستی و مصادیق مؤلفه‌های انسان سالم پرلز را مشاهده کرد و رمزی دیگر از رازهای جاودانگی حافظ را دریافت. بر اساس آن چه گذشت از منظر پرلز، اصلی‌ترین ویژگی انسان سالم این است که بزرگ‌ترین واقعیت موجود را زمان حال می‌داند. حافظ در این باره سخن‌ها دارد و تکرار و تأکید مکرر او به « می‌نوشی » و خطاب‌های مداوم او به ساقی که سراسر دیوان او را آکنده است، از همین نکته بر می‌خیزد؛ چراکه در روند جهان‌بینی حافظ بهترین به‌روزی و مهم‌ترین راه استفاده از وقت، باده نوشی است که سبب می‌شود سالک از بند گذشته و آینده رها گردد و در زمان حال مستغرق شود. (پایمرد، ۱۳۸۶: ۱۳۸)

من اگر باده خورم ورنه چه کارم با کس حافظ راز خود و عارف وقت خویشم

(غ/۳۴۱/۷)

وقت را غنیمت دان آن قدر که بتوانی حاصل از حیات ای جان این دم است تا دانی

(غ/۴۷۳/۱)

این یک دو دم که وعده دیدار ممکن است دریاب کار ما که نه پیداست کار عمر

(غ/۴۷۳/۳)

به هرزه بی می و معشوق عمر می گذرد بطالتم بس، از امروز کار خواهیم کرد

(غ/۱۳۵/۲)

با وجود این که در الگوی انسان سالم، زمان گذشته مورد توجه جدی قرار نمی گیرد ولی این نکته را نباید از نظر دور داشت که رها ساختن کامل خاطرات گذشته امکان پذیر و مفید نیست. انسان در مواجهه با گذشته باید به یاد داشته باشد که تجربه های نشاط آور دیروز، به او نیرو و انرژی برای بهتر زندگی کردن در زمان امروز می دهد و به یاد داشتن خاطرات گذشته می تواند برای او مایه ی عبرت باشد تا در زمان حال به تکرار کارهای بدفرجام نپردازد. از این گذشته، در الگوی پرلز انسان باید پیوسته در حال تکمیل موقعیت های ناتمام گذشته باشد و نسبت به گذشته آگاهی داشته باشد؛ اما مهم این است که در گذشته زندگی نکند و باید پس از عبرت آموزی، از گذشته عبور کند. در واقع باید گذشته در خدمت اکنون او قرار داشته باشد (شولتز، ۱۳۶۰: ۱۰۴). در اندیشه ی حافظ نیز یادآوری گذشته جایگاه قابل توجهی دارد:

یاد باد آن که سر کوی توام منزل بود دیده را روشنی از خاک درت حاصل بود

(غ/۱/۲۰۷)

آن عهد یاد باد که از بام و در مرا هر دم پیام یار و خط دلبر آمدی

(غ/۶/۴۳۹)

البته هدف حافظ از این یادآوری، عبرت آموزی است، وی پس از عبرت اندوزی از گذشته، از آن عبور می‌کند:

مزرع سبز فلک دیدم و داس مه نو یادم از کشته خویش آمد و هنگام درو

(غ/۱/۴۰۷)

کرده‌ام توبه به دست صنم باده فروش که دگر می‌نخورم بی رخ بزم آرای

(غ/۳/۴۹۰)

مطابق با الگوی پرلز، انسان سالم باید برای آینده برنامه ریزی داشته باشد، در غیر این صورت رشد خود را متوقف نموده است. او باید همان‌گونه که قادر به برنامه‌ریزی برای آینده است، دچار اضطراب‌های ناشی از چگونگی رخدادهای آینده نشود. او این نکته را به خوبی دریافته است که بسیاری از پیش‌بینی‌های ما نسبت به آینده درست نخواهد بود؛ بنابراین خود را از اضطراب رخدادی که تحقق آن در حالت امکانی است، می‌رهاند و نیروی خود را صرف انجام بهتر فعالیت‌های زمان حال می‌کند. حافظ نیز در مواجهه با آینده همین‌گونه برخورد می‌کند:

بر سر آنم که گر ز دست بر آید دست به کاری زنم که غصه سر آید

(غ/۲۳۲)

چو باد عزم سر کوی یار خواهم کرد نفس به بوی خوشش مشکبار خواهم کرد

(غ/۱۳۵)

نفاق و زرق نبخشد صفای دل حافظ طریق رندی و عشق اختیار خواهم کرد

(غ/۱۳۵)

از منظر پرلز، خوشبختی چیزی خارج از وجود انسان و اتفاقی نیست که قرار است در آینده رخ دهد، بلکه خوشبختی در واقع همان لذت بردن از لحظه‌های شاد زمان حال، غنیمت شمردن این لحظات و استفاده از آن است. درمکاتب عرفانی شرق نیز بر روی این موضوع تأکید ویژه شده و این تفکر، با بیان‌های متفاوت و به‌طور گسترده در اشعار حافظ موجود است:

ای دل ار عشرت امروز به فردا فکنی مایه نقد بقا را که ضمان خواهد شد

(غ/۱۶۴)

به خلدم دعوت ای زاهد مفرما که این سیب زرخ ز آن بوستان به

(غ/۴۱۹)

در الگوی پرلز، افرادی از سلامت روانی برخوردارند که نسبت به آن‌که و آن‌چه هستند، هشیاری دارند؛ یعنی نقاط ضعف و قوت خویش را می‌شناسند و می‌پذیرند. استعدادهای خود را دریافته‌اند و می‌دانند توانایی انجام چه کارهایی دارند و قادر به انجام چه کارهایی

نیستند. آنان هم‌چنین می‌دانند چه کسی هستند و چه کسی می‌توانند باشند؛ بنابراین بیهوده کوشش نمی‌کنند که کسی یا چیزی باشند که نمی‌توانند. این افراد آرمان‌ها و هدف‌هایی را که می‌دانند به آن دست نمی‌یابند، دنبال نمی‌کنند. پس وقت خود را بیهوده هدر نمی‌دهند و از زمان حال خویش به طور بهینه استفاده می‌کنند.

این موضوع در مکتب انسان دوستانه و کمال جویانه‌ی حافظ این‌گونه بیان می‌شود؛ او از این‌که قدرت و توانایی بدی، دروغ، ریا و رذایل اخلاقی را ندارد، خیالش راحت است؛ بنابراین نقاط ضعفش، برایش نقطه قوت است:

من از بازوی خود دارم بسی شکر که زور مردم آزاری ندارم
(غ/۳۲۳/۶)

دیگر مکن نصیحت حافظ که ره نیافت گم گشته‌ای که باده نابش به کام رفت
(غ/۸۴/۹)

صلاح و توبه و تقوا ز ما مجو حافظ ز رند و عاشق و مجنون کسی نیافت صلاح
(غ/۹۸/۸)

البته حافظ نقاط قوت خود را به خوبی می‌شناسد و بیش‌ترین استفاده را از آن می‌کند:
حافظ این چه طرفه شاخ نباتی است کلک تو کش میوه دلپذیرتر از شهد و شکر است
(غ/۳۹/۱۰)

حافظ ار بر صدر ننشیند ز عالی مشربی است عاشق دردی کش اندر بند مال و جاه نیست

(غ/۱۱/۷۱)

حافظ چو آب لطف ز نظم تو می چکد حاسد چگونه نکته تواند بر آن گرفت

(غ/۱۰/۸۷)

گفتنی است که نه تنها حافظ بلکه عموم شاعران بزرگ و بزرگان فضل و کمال ما در آثار منشور خود، خود را حقیر، ناتوان و نادان معرفی کرده‌اند ولی در کار منظوم از تعریف، تمجید خود و کار خود دریغ نداشته‌اند (جمالزاده، ۱۳۷۹: ۱۱۳). در همین راستا نیز حافظ در ۱۰۳ بیت از دیوانش درباره‌ی خوش گویی و خوش سخنی خویش سخن گفته است (اشتری، ۱۳۸۵: ۱۴۵).

از منظر پرلز، آگاهی از وضعیت جهان مکمل شناخت خویش است و کسانی که تصویر و تصور درستی از جهان هستی ندارند، نمی‌توانند نسبت به خویش ادراک درستی داشته باشند؛ چراکه انسان در درون جهان هستی معنا می‌یابد و در همین جهان است که باید نقش خود را ایفا کند. حافظ نیز نسبت به این مقوله بی‌اعتنا نبوده، وی در این باره بسیار اندیشیده است و در نهایت دنیا را توقف‌گاهی زودگذر می‌داند که باید از لحظه لحظه‌ی آن بیش‌ترین استفاده را برد:

حافظا چون غم و شادی جهان در گذر است بهتر آن است که من خاطر خود خوش دارم

(غ/۷/۳۲۶)

آخر الامر گل کوزه‌گران خواهی شد حالیا فکر سبو کن که پر از باده کنی

(غ/۲/۴۸۱)

جهان و هرچه در او هست سهل و مختصر است ز اهل معرفت این مختصر دریغ مدار

(غ/۲۴۷)

می خور که هر که آخر کار جهان بدید از غم سبک برآمد و رطل گران گرفت

(غ/۸۷)

در الگوی گشتالت، اشخاص سالم مسئولیت زندگی خویش را می‌پذیرند و مسئولیت خود را به خویشان، دوستان و هیچ منبع خارجی واگذار نمی‌کنند. آن‌ها می‌دانند که در نهایت، خودشان مسئول بدبختی یا خوش‌بختی خودشان هستند. آنان مسئولیت دیگران را هم نمی‌پذیرند؛ چراکه معتقدند این کار مداخله در زندگی دیگران است. پذیرفتن مسئولیت دیگران به معنای سلب استقلال و اعتماد به نفس آنان و ناتوان کردن آن‌هاست.

پرلز در نیایش گشتالت ذکر می‌کند: «من در پی کار خود و تو دنبال کار خویش»، وی استدلال می‌کند که چنان‌چه مسئولیت شخص دیگری را بپذیریم، به قادر مطلق تبدیل شده و در زندگی آنان دخالت کرده‌ایم و به حمایت از آنان گرایش خواهیم یافت و این از استقلال و حس مسئولیت آنان خواهد کاست. باید مناسبات ما با دیگران طبیعی و صادقانه باشد؛ یعنی آن‌گونه که هستیم، باشیم و اجازه دهیم آنان آن‌گونه باشند که هستند "تو" تویی و "من" من» (شولتز، ۱۳۶۰: ۱۱۳).

این نگرش و بینش بحث برانگیز، در اشعار حافظ نیز تبلوری قاطع دارد:

من اگر نیکم اگر بد تو برو خود را باش هر کسی آن درود عاقبت کار که کشت

(غ/۸۰)

در نظربازی ما بی خبران حیرانند من چنینم که نمودم دگر ایشان دانند

(غ/۱۹۳)

عیب رندان مکن ای زاهد پاکیزه سرشت که گناه دگران بر تو نخواهند نوشت

(غ/۸۰)

در الگوی پرلز، انسان سالم به راحتی آمال و آرزوهای خود را بیان می‌کند، در پی پنهان کردن جنبه‌های منفی شخصیت خود نیست و به همین دلیل همواره در آرامش به سر می‌برد (همان: ۱۱۳). آنان می‌دانند دروغ و پنهان کاری، منشا بسیاری از استرس‌ها، فشارهای روانی و بیماری‌های جسمانی است (هی، ۱۳۸۷)؛ بنابر این به راحتی اجازه می‌دهند که دیگران از افکار و آرزوهایشان اطلاع پیدا کنند. حافظ نیز بی باک و بی پروا از هر گونه مصلحت اندیشی اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و اعتقادی ایده‌ها و آرزوهای خود را بیان کرده است:

رند عالم سوز را با مصلحت بینی چه کار کار ملک است آن که تدبیر و تامل بایش

(غ/۲۷۶)

فاش می‌گویم و از گفته خود دلشادم بنده عشقم و از هر دو جهان آزادم

(غ/۳۷۱)

چرخ بر هم زخم ار غیر مرادم گردد من نه آنم که زبونی کشم از چرخ فلک

(غ/۳۰۱)

لازمه‌ی این‌که انسان بتواند به راحتی با خویش و دیگران ارتباط برقرار کند، این است که جنبه‌های وجودی خویش و دیگران را دریابد و بپذیرد که این امر مستلزم داشتن انعطاف، تساهل و تسامح است (شولتز، ۱۳۶۰ : ۱۱۴). در این موضوع، می‌توان حافظ را یکی از شاعران برجسته تلقی کرد. او شخصیتی لطیف و آسان‌گیر دارد، ایمان وی نیز «از نوع ایمان معتقدان عالی مشرب و وسیع المشرب است که سخت کیشی و سخت کوشی ندارد و خوش باش، خندان، آسان‌گیر و حقیقت بین است» (خرمشاهی، ۱۳۸۷ : ۱۵۴). این انعطاف پذیری در اشعار او به راحتی قابل دریافت است:

گفت آسان گیر بر خود کارها کز روی طبع/ سخت می گیرد جهان بر مردمان سخت کوش

(غ/۲۸۶)

خواهی که سخت و سست جهان بر تو بگذرد/ بگذر ز عهد سخت و سخن‌های سست خویش

(غ/۲۹۱)

نه عمر خضر بماند و نه ملک اسکندر نزاع بر سر دنیای دون مکن درویش

(غ/۲۹۰)

آسایش دوگیتی تفسیر این دو حرف است با دوستان مروت با دشمنان مدارا

(غ/۵)

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

(غ/۱۸۴)

مؤلفه‌ی دیگر انسان سالم در الگوی پرلز، اظهار آزادانه‌ی خشم و نفرت خویش است. وی در توضیح این وجه از سلامتی انسان می‌گوید: «عده‌ی زیادی از انسان‌ها آموخته‌اند که باید محرک‌ها و انگیزه‌های خود را فرو نشانند و در نتیجه از بیان آن‌ها بیم دارند، در حالی که محرک‌ها و احساسات سرکوب شده به راحتی ناپدید نمی‌گردند بلکه به شکلی دیگر نمایان می‌شوند؛ مثلاً پرخاش‌گری عقیم شده به صورت حرکات و انقباض‌های عصبی، رقابت بروز نیافته به شکل زخم معده، آرزوهای جنسی تحقق نیافته به شکل رفتارهای افراطی پرهیزکارانه و استقلال محقق نشده به شکل یک یا چند هراس شدید بروز می‌کند». بنابراین انسان سالم، احساسات خود را به راحتی بروز می‌دهد، آن‌ها را به دیگران فرا نمی‌افکند، دیگران را متهم نمی‌کند و اجازه می‌دهد خویش و دیگران به راحتی زندگی کنند. پرلز به ویژه بر اظهار خشم تاکید خاص دارد و آن را از بدترین موقعیت‌های ناتمامی می‌داند که انسان با خود حمل می‌کند. وی می‌گوید: «بسیاری از افراد خشمگین به بن بست رسیده‌اند، نه راه پیش دارند و نه راه پس، نه می‌توانند به مبارزه با آن‌چه آن‌ها را خشمگین کرده، بپردازند و نه می‌توانند عامل خشم را فراموش کنند. راه‌گشای آن‌ها در این موقعیت، بیان خشم خویش است. این تنها راهی است که آن‌ها را از بن بست رها کرده و به آن‌ها تسکین می‌دهد» (شولتز، ۱۳۶۰: ۱۰۶). یکی از علل اقبال مردمان ایران زمین نسبت به حافظ همان ستیز بی‌باکانه‌ی او با اهل دروغ، ریا و تملق است. او خشم خود را نسبت به طایفه‌ی ریاکاران، خواه از طبقه‌ی حاکمان یا روحانیون دین فروش یا از هر طبقه‌ی دیگری باشد، به راحتی بروز داده است:

دور شو از برم ای واعظ و بیهوده مگوی من نه آنم که دگر گوش به تزویر کنم

(غ/۳۴۷)

واعظان کین جلوه بر محراب و منبر می کنند/چون به خلوت می روند آن کار دیگر می کنند
(غ/۱۹۹)

جام می گیرم و از اهل ریا دور شوم یعنی از اهل جهان پاک دلی بگزینم
(غ/۳۵۵)

من و هم صحبتی اهل ریا دورم باد از گرانان جهان رطل گران ما را بس
(غ/۲۸۶)

انسان سالم در الگوی پرلز، انسانی است که موفق شده خود را از قیود و حمایت‌های محیطی آزاد کند؛ چراکه اعضای محیط زندگی، اعم از خانواده و دیگران با نیت مثبت یا منفی و از همان دوران کودکی همواره می‌کوشند تا با استفاده از ابزارهایی که در اختیار دارند، ما را تحت اختیار خود در آورند و مطابق میل خود سازند. پرلز در توضیح این مسأله می‌گوید: «تمام ارگانیسم‌های زنده - گیاهان، انسان‌ها و حیوانات - یک هدف فطری دارند که فعلیت بخشیدن به خود مطابق طبع خویش و آن‌گونه که هستند، است؛ مثلاً گل سرخ خود را به صورت گل سرخ محقق می‌سازد نه به شکل یک کانگرو، فیل خود را به شکل فیل محقق می‌کند نه به شکل یک پرنده و ما نیز به عنوان انسان با استفاده از استعداد خویش، با بودن آن‌چه که هستیم باید خود را محقق سازیم نه آن‌چه که دیگران از ما می‌خواهند» (همان: ۱۱۱). حافظ نیز در جهت فعلیت بخشیدن به خود و کسب استقلال راه‌های طولانی پیموده است:

در نظربازی ما بی خبران حیرانند من چنینم که نمودم دگر ایشان دانند
(غ/۱۹۳)

می خواره و سرگشته و رندیم و نظرباز / آن کس که در این شهر چو ما نیست کدام است

(غ/۴۶)

عاشق و رند و نظر بازم و می گویم فاش تا بدانی که به چندین هنر آراسته ام

(غ/۳۱۱)

من نخواهم کرد ترک لعل یار و جام می زاهدان معذور دارم که اینم مذهب است

(غ/۳۱)

در نهایت این که رهبر بزرگ و پر طرفدار گشتالت در بیان یکی از جنجال برانگیزترین دیدگاه‌های خود درباره‌ی انسان سالم معتقد است که استفاده از عقل در سلامت روانی انسان چندان اهمیت ندارد، به همین دلیل بسیاری از روان‌شناسان و حتی همکارانش او را ضد عقل معرفی کرده اند. پرلز معتقد است که انسان سالم به جای تکیه بر عقل، بر احساسات و عواطف خویش تکیه می‌کند. وی ادامه می‌دهد «عقل بیش از اندازه در پی پاسخ علت پدیده‌ها و رخدادهاست و این موضوع توانایی انسان را در تجربه‌ی کامل پدیده‌ها و رخدادها محدود می‌کند. او در تحلیل نهایی خویش، توضیح عقلانی پدیده‌ها را کم اهمیت تر از فهم شهودی آن‌ها می‌داند» (همان: ۱۱۸). حافظ نیز به عنوان یکی از قله‌های ادبیات عرفانی «حریم عشق را بسی بالاتر از عقل می‌داند و معتقد است خودنمایی عقل در برابر عشق چون شعبده‌ی سامری پیش عصا و ید بیضا و تدبیر عقل در ره عشق چون رقمی است که شب‌نمی‌ناچیز بر بحری زخار می‌کشد» (مرتضوی، ۱۳۸۴: ۴۱۴).

حریم عشق را درگاه بسی بالاتر از عقل است / کسی آن آستان بوسد که جان در آستین دارد

(غ/۱۲۱)

قیاس کردم و تدبیر عقل در ره عشق / چو شب‌نمی است که بر بحر می کشد رقمی

(غ/۴۷۱/۲)

عقل اگر داند که دل دربند زلفش چون خوش است / عاقلان دیوانه گردند از پی زنجیر ما

(غ/۱۰۴/۹)

عاقلان نقطه پرگار وجودند ولی عشق داند که در این دایره سرگردانند

(غ/۱۹۳/۲)

بس بگشتم که بیرسم سبب درد فراق مفتی عقل در این مساله لایعقل بود

(غ/۲۰۷/۷)

در کارخانه‌ای که ره عقل و فضل نیست فهم ضعیف رای فضولی چرا کند

(غ/۱۸۶/۵)

حافظ آن قدر از عشق، شهود و اشراق سخن گفته است که می توان گفت مشرب حافظ، مشرب اشراق است. «او به برکت سیر و سلوک پاک و مجرد، اشراق و روشنی ضمیر را کشف می‌کند و برای گفتن آن با بربط و پیمانه به در صومعه می‌رود و در پرتو این نور هدایت چون شمع خنده زنان ترک سر می‌کند. تابناک‌ترین غزل مکاشفه آمیز حافظ، غزل:

دوش وقت سحر از غصه نجاتم دادند و اندر آن ظلمت شب آب حیاتم دادند

(غ/۱۸۳)

است که در آن اسباب، حالات و برکات شهود را بیان می‌کند و نجات از بند غم و ایام وصال به کامرانی و خوشدلی را از آثار پر برکت اشراق ذکر می‌کند:

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

(غ ۱۸۳ / ۵) « (باقری خلیلی، ۱۳۸۸: ۳۰).

نتیجه گیری

فریتز پرلز (۱۸۹۳ - ۱۹۷۰م) رهبر بزرگ مکتب گشتالت (Gestalt) در بیان نظریه‌ی معروف خویش با عنوان انسان سالم (The "Here and now" person) معتقد است که انسان سالم، انسان اکنون زیست است؛ یعنی انسانی که از گذشته عبرت می‌گیرد، از آن عبور می‌کند و برای آینده برنامه ریزی می‌کند ولی در بند آن گرفتار نمی‌شود. او همچنین چندین ویژگی دیگر برای انسان سالم بر می‌شمارد که همگی در جهت یاری رساندن به او برای بهتر زیستن در زمان حال است. خواجه شمس الدین محمد مشهور به حافظ (۷۲۶ - ۷۹۱ ه.ق) نیز مانند بسیاری از عارفان عاشق، انسان مطلوب را انسانی می‌داند که در زمان حال زندگی می‌کند، از لحظه لحظه‌ی زندگی خویش بهره می‌برد و به تعبیر او «دم» را غنیمت می‌شمارد و دیگران را نیز به سرخوشی و خوش‌باشی دعوت می‌کند. از یافته‌های مهم این پژوهش صرف نظر از دیدگاه‌های پرلز بر مبنای مختصات علم روانشناختی به منظور درمان بیماران روانی این است که بسیاری از مباحث مطرح در نظریه‌ی پرلز به زیبایی و لطافت بیش‌تر و برای عموم مردم توسط حافظ بیان شده است و یکی از علل مهم توجه‌ی ویژه‌ی مردم به اشعار حافظ همین نگاه عام درمان‌گرانه‌ی اوست. دیگر این که برخی از مؤلفه‌های انسان سالم از دیدگاه پرلز آن چنان با دیدگاه‌های حافظ تطبیق می‌کند که

گویی این رهبر بزرگ مکتب گشتالت نه تنها با اندیشه‌های حافظ آشنایی داشته، بلکه تحت تاثیر اندیشه‌های او بوده است؛ از جمله‌ی این مؤلفه‌ها توجه و تمرکز ویژه‌ی حافظ و پرلز بر اکنون زیستی، استفاده از کشف و شهود برای رفع مشکلات و گشودن راهی برای بهتر زندگی کردن انسان‌ها است.

در پایان می‌توان گفت که مطالعات میان رشته‌ای می‌تواند دریچه‌های نوینی را بر روی دانشجویان و دانشمندان رشته‌های مختلف بگشاید و افق‌های جدیدی را در جهت معرفت افزایی و کاربری در حوزه‌ی عمل بگشاید. در این میان مطالعات میان رشته‌های ادبیات و روان‌شناسی، به لحاظ تمرکز هر دو رشته بر روح و روان آدمیان با هدف ایجاد شرایط بهتر برای اندیشیدن و زندگی کردن از جذابیت و ارزش ویژه‌ای برخوردار است.

کتاب نامه

الف) کتاب ها:

۱. اشتری، بهرام (۱۳۸۵)، این راه بی نهایت، جلد اول، تهران: انتشارات مرکز نشر دانشگاهی.
۲. پایمرد، منصور (۱۳۸۶)، سلوک باطنی حافظ، شیراز: انتشارات نوید شیراز.
۳. جمالزاده، سید محمد علی (۱۳۸۴)، به کوشش علی دهباشی، تهران: انتشارات سخن.
۴. حافظ شیرازی (۱۳۷)، دیوان حافظ، به کوشش خلیل خطیب رهبر، تهران: انتشارات صفی علیشاه.
۵. خرمشاهی، بهالدین (۱۳۸۷): حافظ، تهران: طرح نو.
۶. هی، لوییز (۱۳۸۷): شفای زندگی، ترجمه‌ی گیتی خوشدل، تهران: نشر پیکان.

ب) مقالات:

- ۱- باقری خلیلی، علی اکبر (۱۳۸۸)، «مبانی عیش و خوشدلی در غزلیات حافظ»، فصلنامه‌ی پژوهش‌های ادبی، سال ۶، شماره‌ی ۲۴.
- ۲- تحصیلی، علی (۱۳۸۷)، «روانشناسی و اجتماع؛ این جا و اکنون راهبردی موثر در روانشناسی»، فردوسی، شماره‌ی ۶۹ و ۶۷.
- ۳- شولتز، دوان (۱۳۶۰)، «الگوی پرلز (انسان این مکانی و این زمانی)»، ترجمه‌ی گیتی خوشدل، نشریه‌ی آرش، شماره‌ی ۲۲.
- ۴- نیکدار، محمد حسن (۱۳۸۵)، «تساهل و تسامح در دیوان حافظ»، مجله‌ی بوستان ادب دانشگاه شیراز، دوره‌ی اول، شماره‌ی ۲.