

تحلیل تطبیقی تنهایی وجودی در اندیشه اروین یالوم و فراق عرفانی در آثار مولوی و حافظ

زهره سادات هاشمی^۱

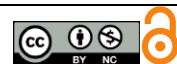
۱. استادیار گروه آموزش فلسفه و منطق، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول: hashemizs@cfu.ac.ir

چکیده

تنهایی، یکی از بنیادی‌ترین تجربه‌های انسانی در روزگار مدرن است که در دستگاه‌های معرفتی گوناگون معانی متفاوتی یافته است. در روان‌درمانی اگزیستانسیال، اروین یالوم تنهایی وجودی را یکی از چهار دغدغه اساسی هستی انسان می‌داند و آن را تجربه‌ای درونی، انفکاک‌ی و غیرقابل حذف تلقی می‌کند. در مقابل، سنت عرفانی اسلامی، به‌ویژه در آثار مولوی و حافظ، تجربه‌ی جدایی و بی‌کسی را در قالب «فراق» تفسیر می‌کند؛ مفهومی که برخلاف تنهایی یالومی، نه نشان‌پوچی، بلکه نشانه‌ای از حضور غایب معشوق الهی و آغازی برای سلوک عاشقانه به سوی وصال است. این پژوهش با هدف تحلیل تطبیقی دو دیدگاه مذکور، با روش کیفی و رویکرد تطبیقی — تحلیلی، به بررسی هستی‌شناسی، انسان‌شناسی و معناشناسی تنهایی در متون اصلی یالوم، مثنوی مولوی و دیوان حافظ پرداخته است. داده‌ها با روش تحلیل محتوای کیفی استخراج و در قالب مقوله‌های مفهومی سازماندهی شدند. یافته‌ها نشان می‌دهد که تنهایی در منظومه فکری یالوم، تجربه‌ای بی‌پناه و فردمحور است که راه‌حل آن خلق معنا از درون است؛ اما در عرفان اسلامی، فراق تجربه‌ای پناه‌دار و محبوب‌محور است که با امید وصال و اتصال به حقیقت همراه می‌شود. بر این اساس، این پژوهش ضمن ساختن تفاوت‌های بنیادین دو رویکرد، امکان گفت‌وگو میان روان‌درمانی اگزیستانسیال و عرفان اسلامی را نیز مطرح می‌کند.

کلیدواژگان: تنهایی وجودی، اروین یالوم، فراق عرفانی، عرفان اسلامی، مولوی، حافظ، معنا، اضطراب اگزیستانسیال



شیوه استناددهی: هاشمی، زهره سادات. (۱۴۰۳). تحلیل تطبیقی تنهایی وجودی در اندیشه اروین یالوم و فراق عرفانی در آثار مولوی و حافظ. گنجینه زبان و ادبیات فارسی، ۳(۲)، ۱-۱۲.

© ۱۴۰۴ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

تاریخ ارسال: ۲۴ فروردین ۱۴۰۴

تاریخ بازنگری: ۱۲ تیر ۱۴۰۴

تاریخ پذیرش: ۲۸ تیر ۱۴۰۴

تاریخ چاپ: ۱ مرداد ۱۴۰۴

The Treasury of Persian Language and Literature

Dramatic Reading of the Story of Uwais al-Qarani in Tadhkirat al-Awliya by Attar of Nishapur

Zahrasadat Hashemi^{1*}

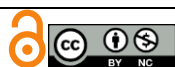
1. Assistant Professor, Department of Philosophy and Logic Education, Farhangian University, Tehran, Iran

*Corresponding Author's Email: hashemizs@cfu.ac.ir

Abstract

Tadhkirat al-Awliya by Attar is a mystical work written in simple prose, with some sections in rhymed prose (saj'), in which the life accounts of seventy-two saints and Sufi sheikhs are presented. Attar has sought to reflect the political, social, economic, and literary conditions of his time. In examining the dramatic aspects of this work, it is necessary not only to understand the mindset and language of Attar, but also to possess comprehensive familiarity and command over elements of dramatic structure, including plot motifs, genre, style, and theatrical techniques. The story of Uwais al-Qarani holds significant dramatic potential, which can be actualized through the identification of theatrical elements within the narrative and analysis of various methods of adapting these elements for performance. The central question posed in this study is: What are the dramatic aspects of this story, and how can a dramatic reading be produced through their analysis? The method employed in this research is descriptive-analytical, and the data were collected through library-based research. The findings of this study demonstrate, to a certain extent, the dramatic value of a sample narrative from Tadhkirat al-Awliya, and provide a foundation for adapting other narratives from the text into theatrical plays.

Keywords: *Tadhkirat al-Awliya by Attar, Sufism, dramatic aspects, play, Uwais al-Qarani.*



How to cite: Hashemi, Z. (2025). Dramatic Reading of the Story of Uwais al-Qarani in Tadhkirat al-Awliya by Attar of Nishapur. *The Treasury of Persian Language and Literature*, 3(2), 1-12.

© 2025 the authors. This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

Submit Date: 13 April 2025

Revise Date: 03 July 2025

Accept Date: 19 July 2025

Publish Date: 23 July 2025

مقدمه

مسئله‌ی تنهایی یکی از بنیادی‌ترین دغدغه‌های انسان معاصر است؛ مسئله‌ای که در نظام‌های فلسفی و عرفانی، تبیین‌های متفاوتی یافته است. در اندیشه‌ی اگزیستانسیالیسم، به‌ویژه در آثار روان‌درمانگر آمریکایی، اروین یالوم، تنهایی وجودی (Existential Isolation) یکی از چهار دغدغه بنیادین هستی انسان تلقی می‌شود، در کنار مرگ، آزادی و بی‌معنایی (1). او معتقد است که انسان، حتی در صمیمی‌ترین ارتباطات، نهایتاً با تنهایی بنیادی و گریزناپذیری روبه‌روست که نه دیگران و نه روابط انسانی قادر به پر کردن آن نیستند. این تنهایی از اصل جدایی هستی‌شناختی انسان از دیگر موجودات ناشی می‌شود و در لحظات کلیدی زندگی، مانند آگاهی از مرگ، آزادی در انتخاب، یا احساس پوچی، خود را آشکارتر می‌سازد (2).

در نقطه مقابل، در سنت عرفانی اسلامی، به‌ویژه در آثار مولانا و حافظ، تنهایی انسان نه به‌عنوان یک واقعیت گریزناپذیر و بنیادین، بلکه به‌مثابه‌ی فراق از مبدأ هستی تفسیر می‌شود؛ فراق عاشقانه‌ای که انسان را در مسیر بازگشت به محبوب ازلی قرار می‌دهد. مولانا در آغاز مثنوی، «نی» را نماد انسانی می‌گیرد که از اصل خویش جدا شده و با نوای خویش، شکایت از این جدایی دارد: بشنو از نی چون حکایت می‌کند / از جدایی‌ها شکایت می‌کند

(مولوی، ۱۳۹۰، دفتر اول، بیت ۱)

و در جایی دیگر با صراحت بیان می‌کند:

هر کسی کو دور ماند از اصل خویش / باز جوید روزگار وصل خویش

(همان، بیت ۷)

در همین راستا، حافظ نیز تجربه‌ی انسان را در قالب فراق از معشوقی ازلی و از پیش موجود تبیین می‌کند:

در ازل پرتو حسنت ز تجلی دم زد / عشق پیدا شد و آتش به همه عالم زد

(حافظ، به کوشش قزوینی و غنی، غزل شماره ۱)

از منظر این دو عارف، رنجی که انسان در تنهایی می‌برد، صرفاً رنج نیست، بلکه اشتیاق به بازگشت به وصال است؛ درد فراق، نشان عشق است، نه نشانه بی‌پناهی هستی.

در پژوهش‌های معاصر، این تمایز بین نگاه اگزیستانسیالیستی و عرفانی به مسئله‌ی تنهایی مورد توجه اندکی قرار گرفته است. ملکیان (۱۳۸۵) در یکی از سخنرانی‌های خود به تفاوت میان تنهایی اگزیستانسیال و فراق عرفانی اشاره کرده و تأکید می‌کند که در عرفان، فراق همواره با امید وصال همراه است، در حالی که تنهایی اگزیستانسیالیستی فاقد چنین افق امیدبخشی است (3).

با این توضیح، مسئله‌ی اصلی مقاله حاضر آن است که:

دیدگاه اروین یالوم درباره‌ی تنهایی وجودی چه تفاوت‌های فلسفی و انسان‌شناختی با مفهوم فراق در عرفان اسلامی به‌ویژه نزد مولوی و حافظ دارد؟

هدف از این پژوهش، تحلیل تطبیقی دو نحوه‌ی تبیین تنهایی است: یکی مبتنی بر اگزیستانسیالیسم روان‌درمانگرانه در بافت سکولار مدرن، و دیگری مبتنی بر عرفان عاشقانه اسلامی با نگرش هستی‌شناسی الهی. این پژوهش می‌کوشد نشان دهد که تجربه‌ی به‌ظاهر مشترک تنهایی، چگونه در دو افق فکری متفاوت، معنایی بنیادین و متضاد می‌یابد.

پیشینه پژوهش

مفهوم تنهایی وجودی از نیمه دوم قرن بیستم تاکنون، در قلمرو فلسفه، روان‌درمانی و معنای زندگی مورد توجه اندیشمندان اگزیستانسیالیست قرار گرفته است. در میان آن‌ها، اروین یالوم جایگاه برجسته‌ای دارد. او در کتاب روان‌درمانی اگزیستانسیال تنهایی را یکی از چهار دغدغه‌ی بنیادین زندگی انسان می‌داند که در کنار مرگ، آزادی و بی‌معنایی، ساختار تجربه زیسته انسان را شکل می‌دهد (4). به اعتقاد یالوم، تنهایی وجودی با فقدان روابط میان‌فردی یا احساس بی‌کسی فرق دارد؛ بلکه به‌معنای جدایی

بنیادی انسان از دیگری، جهان، و حتی خویشتن است. این تنهایی زمانی عمیق‌تر تجربه می‌شود که فرد در مواجهه با نیستی، مرگ یا انتخاب‌های غیرقابل واگذاری قرار می‌گیرد (4).

در رمان‌های فلسفی یالوم همچون وقتی نیچه گریست و درمان شوپنهاور، تجربه تنهایی به‌صورت وجودی، درونی و گاه درمان‌ناپذیر ترسیم می‌شود؛ اما هم‌زمان، امکان مواجهه خلاقانه با آن و تلاش برای ساخت معنا نیز طرح می‌گردد (4، 5).

از سوی دیگر، در سنت اسلامی، پژوهش‌هایی در تبیین مفاهیم فراق، شوق وصال و عشق الهی در آثار عرفا به‌ویژه مولوی و حافظ انجام شده است. آثار پژوهشگرانی چون زرین کوب (۱۳۸۰) و شفیع‌کدکنی (۱۳۹۴)، در فهم لایه‌های عرفانی این متون نقش کلیدی داشته‌اند. در این مطالعات، فراق نه فقط به‌عنوان پدیده‌ای احساسی، بلکه به‌عنوان مرحله‌ای معرفتی و سلوکی تحلیل شده است (6، 7).

در عرصه داخلی، مصطفی ملکیان (۱۳۸۵، ۱۳۹۳) در چند سخنرانی، تفاوت تنهایی اگزیستانسیال با فراق عرفانی را با دقت مطرح کرده و بر امیدبخشی نهفته در عرفان اسلامی تأکید نموده است. در حوزه اندیشه غربی نیز آثار نویسندگانی مانند گوردون مارینو با تمرکز بر مواجهه معنوی با اضطراب اگزیستانسیال، زمینه‌ای برای گفت‌وگوی بین سنت‌های معنوی و فلسفه وجود فراهم کرده‌اند (3، 8).

در روان‌شناسی معاصر، ارتباط میان تنهایی و سلامت روان نیز بررسی شده است. برای نمونه، Maslow (۱۹۶۸) بر نقش خودشناسی در پذیرش تنهایی تأکید دارد (9)، در حالی که Fromm (۱۹۶۳) عشق را پاسخی به انزوای بنیادین انسان می‌داند. چنین مطالعاتی، نقطه اتصال میان دیدگاه یالوم و نگرش عرفانی اسلامی را روشن‌تر می‌سازد، زیرا در هر دو رویکرد، تجربه‌ی جدایی به‌عنوان لحظه‌ای سرنوشت‌ساز در مسیر معنایابی انسان دیده می‌شود (10).

با وجود مطالعات فوق، تاکنون پژوهش جامعی که دیدگاه یالوم درباره تنهایی وجودی را به‌صورت تطبیقی با مفهوم فراق در عرفان مولانا و حافظ بررسی کند، انجام نشده است. پژوهش حاضر، در پی پر کردن این خلأ نظری، از طریق تحلیل تفاوت‌های هستی‌شناختی و معناشناختی دو رویکرد مذکور است.

مبانی نظری و چارچوب مفهومی

۱. تنهایی وجودی در دیدگاه اروین یالوم

اروین یالوم (Irvin D. Yalom)، روان‌درمانگر برجسته‌ی مکتب اگزیستانسیال، در کتاب مشهور خود Existential Psychotherapy، تنهایی را یکی از چهار دغدغه‌ی بنیادین هستی انسان می‌داند، در کنار مرگ، آزادی و بی‌معنایی (1). او میان سه نوع تنهایی تمایز قائل می‌شود:

۱. تنهایی بین‌فردی (interpersonal loneliness).

۲. تنهایی درون‌فردی (intrapersonal loneliness).

۳. تنهایی وجودی (existential isolation).

یالوم تأکید دارد که تنهایی وجودی از آن‌جا ناشی می‌شود که هیچ فردی، هرچند نزدیک، نمی‌تواند تجربه هستی فرد دیگر را به‌طور کامل درک کند یا جای او را بگیرد. او می‌نویسد:

ما به تنهایی زاده می‌شویم و به تنهایی خواهیم مرد؛ هیچ رابطه‌ای even (عاشقانه‌ترین‌شان) نمی‌تواند شکاف نهایی میان ما و جهان را از میان بردارد (1).

در نگاه او، انسان به‌عنوان موجودی آگاه از مرگ و آزادی، در جهانی فاقد ساختار از پیش تعیین‌شده زندگی می‌کند. تنهایی وجودی زمانی به‌وضوح آشکار می‌شود که فرد درمی‌یابد در تصمیمات مهم و در لحظه‌ی مرگ، کاملاً تنهاست و هیچ همراهی نمی‌تواند از این یگانگی بنیادین وجودی بکاهد (2). راه مواجهه با این تنهایی، نه انکار آن، بلکه پذیرش آگاهانه و تلاش برای ساخت معنا از درون خویشتن است (11).

۲. انسان و فراق در عرفان مولوی

مولوی، شاعر و عارف بزرگ قرن هفتم هجری، تنهایی انسان را به شکلی کاملاً متفاوت می‌فهمد. در مثنوی معنوی، آغازگر داستان انسان نه پوچی هستی، بلکه دوری از اصل الهی خویش است: بشنو از نی چون حکایت می‌کند / از جدایی‌ها شکایت می‌کند (مولوی، ۱۳۹۰، دفتر اول، بیت ۱)

«نی» در این بیت نماد روح انسانی است که از نیستان ازلی جدا شده و اکنون در عالم ماده گرفتار آمده است. این تنهایی، برخلاف تنهایی یالومی، دردی مقدس است که نشانه‌ی آگاهی از فراق محبوب ازلی است و انسان را به سوی بازگشت و سلوک می‌کشاند:

هر کسی کو دور ماند از اصل خویش / باز جوید روزگار وصل خویش (همان، بیت ۷)

مولانا تنهایی را فقدان معشوق نمی‌بیند، بلکه شور وصال را در دل همان فراق می‌بیند. به تعبیر زرین‌کوب، درد فراق در عرفان مولوی نه اندوهی فلج‌کننده، بلکه جاذبه‌ای است آسمانی برای رجعت انسان به معشوق خویش (۶). این فراق نه پوچی، بلکه مقدمه‌ی سلوک است.

۳. فراق و عشق در اندیشه حافظ

حافظ نیز با بیانی شاعرانه و توأم با ظرافت‌های زبانی، مفاهیم عرفانی همچون فراق، بی‌کسی، درد، و وصال را به تصویر می‌کشد. برخلاف یالوم که معتقد است انسان در تنهایی، در جهانی خاموش و بی‌پاسخ رها شده است، حافظ جهان را صحنه‌ی گفت‌وگوی عاشق و معشوق می‌بیند:

در ازل پرتو حسنت ز تجلی دم زد / عشق پیدا شد و آتش به همه عالم زد (حافظ، غزل شماره ۱)

حافظ از رنج فراق می‌گوید، اما در همه‌جای دیوان او، این رنج همواره با امید وصال، با شوق «ساقی»، و با رویای طلوع صبح وصال همراه است:

درد ما را نیست درمان الغیث / ای دواداران، مسیحانفسی (غزل شماره ۲۳۵)

از نظر شفیعی کدکنی، «حافظ تنهایی را به رسمیت می‌شناسد اما آن را بدون امید رها نمی‌کند؛ این امید، برآمده از نگاهی قدسی به هستی و جایگاه انسان در نسبت با معشوق ازلی است» (۷).

مبنای هستی‌شناسی: پوچی بی‌پاسخ یا غایت‌مندی الهی

دیدگاه یالوم: در نظام فکری یالوم، که ریشه در اگزیستانسیالیسم الحادی دارد، هستی فاقد غایت متعالی و ساختار از پیش تعیین شده است. جهان برای انسان معنایی ندارد مگر آن‌که خود فرد دست به آفرینش معنا بزند (۱). این دیدگاه انسان را در جهانی "خاموش، بی‌هدف و غیرپاسخ‌گو" رها می‌داند (۱۲).

تنهایی در این فضا، نه برآمده از فراق یا جدایی از یک مبدأ ازلی، بلکه ناشی از بی‌خانمانی هستی‌شناختی و فقدان یک جایگاه از پیش تعیین شده برای انسان است. یالوم بر این باور است که انسان، حتی در اوج روابط صمیمی، نمی‌تواند شکاف نهایی میان خود و جهان را پر کند. این شکاف ناشی از "تولید شدن تنها و مردن تنها" است و هیچ قدرت بیرونی یا متافیزیکی برای پر کردن آن وجود ندارد.

دیدگاه مولانا و حافظ: در نقطه مقابل، مولانا و حافظ، جهان را سراسر تجلی حق و آینه‌ی جمال معشوق ازلی می‌دانند. هستی برای آن‌ها نه بی‌غایت، بلکه سرشار از اشارات و تجلیات الهی است.

مولانا این حضور هستی‌بخش را این‌گونه بیان می‌کند:

«جهان جمله فروغ روی حق دان / حق اندر وی ز پیدایی ست پنهان» (مثنوی معنوی، دفتر دوم، بیت ۳۲۸۷)

این بیت به وضوح نشان می‌دهد که هستی سراسر حضور و تجلی حق است، و پنهانی حق از شدت پیدایی اوست، نه از غیبتش.

حافظ نیز با همین دیدگاه، جهان را نه مکانی برای پوچی، بلکه صحنه‌ای از تجلیات و زیبایی‌های معشوق می‌داند:

«این همه عکس می‌و نقش نگارین که نمود / یک فروغ رخ ساقی‌ست که در جام افتاد» (دیوان حافظ، غزل ۴۵۳)

این غزل تأکید می‌کند که هر آنچه در جهان دیده می‌شود، عکس و جلوه‌ای از "رخ ساقی" (که استعاره‌ای از معشوق ازلی و خداوند است) می‌باشد. این نگاه هستی‌شناختی کاملاً در تضاد با جهان‌بینی یالوم قرار دارد؛ در نگاه یالوم، جهان ذاتاً بی‌معناست تا انسان به آن معنا بخشد، اما در نگاه مولانا و حافظ، جهان سرشار از معنا و تجلی الهی است و تنهایی انسان (فراق) از دوری موقت از این مبدأ سرشار از معنا نشأت می‌گیرد.

در دیدگاه یالوم، تنهایی حاصل غیبت ساختار معنادار در هستی و فقدان پاسخی بیرونی است. انسان در مواجهه با نیستی و پوچی، بی‌کس و تنهاست. اما در عرفان اسلامی، فراق نشانه‌ای از حضور است؛ فقدان، از وفور معنا و حقیقت ناشی می‌شود. رنج فراق نه از بی‌معنایی، بلکه از دور ماندن عاشق از معشوقی سرشار از معناست. این تفاوت ریشه‌ای در هستی‌شناسی، مبنای تمام تمایزات بعدی در انسان‌شناسی و تجربه تنهایی را شکل می‌دهد.

مبنای انسان‌شناسی: خودبنیادی در برابر وابستگی عاشقانه

دیدگاه یالوم: یالوم، انسان را موجودی خودبنیاد (self-sufficient) و مسئول آفرینش معنا می‌داند. فرد باید خودش مسئولیت هستی و انتخاب‌هایش را بر دوش بکشد؛ نه نجات‌دهنده‌ای هست و نه تکیه‌گاهی بیرون از خود (2).

حتی عشق نیز در نگاه یالوم، نوعی تلاش برای تسکین اضطراب تنهایی است، نه پاسخ نهایی به آن. عشق به دیگری، به نوعی تلاش برای پر کردن شکاف تنهایی وجودی است، اما هرگز نمی‌تواند این شکاف بنیادی را کاملاً از میان بردارد (13). انسان در این

دیدگاه، به دلیل فردیت ریشه‌ای و آگاهی از مرگ و انتخاب‌هایش، اساساً تنهاست.

دیدگاه مولانا و حافظ: در عرفان اسلامی، انسان نه خودبسنده بلکه وابسته به معشوق ازلی است. هویت انسان در گرو ارتباط و عشق با مبدأ هستی شکل می‌گیرد.

مولانا عشق را نه صرفاً احساسی بین دو انسان، بلکه جریان هستی و نیروی محرکه انسان به سوی حقیقت می‌داند:

«عشق آمد و شد چو خونم اندر رگ و پوست / تا کرد مرا تهی و پر کرد ز دوست» (کلیات شمس، غزل ۵۳۹)

این بیت بیانگر فنای خودیت و پر شدن وجود انسان از معشوق است. در این نگاه، رهایی از تنهایی در گرو رهایی از "خود" و پیوستن به "دوست" است.

حافظ نیز از همان آغاز بر اهمیت عشق تأکید می‌کند و آن را راهی برای رسیدن به مقصود از هستی می‌داند:

«عاشق شو ار نه روزی کار جهان سر آید / ناخوانده نقش مقصود از کارگاه هستی» (دیوان حافظ، غزل ۲۴)

این غزل نشان می‌دهد که نقش مقصود و معنای هستی انسان، تنها از طریق عشق قابل دستیابی است. انسان بدون عشق، درک درستی از هدف و معنای وجودی خود ندارد. در این دیدگاه، تنهایی (فراق) نه از خودبستگی، بلکه از دوری و عدم اتصال به مبدأ عاشقانه هستی ناشی می‌شود. راه نجات نیز نه در تقلیل عشق به ابزاری برای تسکین اضطراب، بلکه در عمق بخشیدن به عشق و رسیدن به وصال است.

در انسان‌شناسی یالومی، فرد تنهاست چون اصالتاً "خودش" است و باید مسئولیت هستی‌اش را بپذیرد. این تنهایی اجتناب‌ناپذیر و درمان‌ناپذیر در معنای مطلق است. در عرفان، فرد تنهاست چون از یار دور شده است؛ و راه نجات، بازگشت و اتصال دوباره به معشوق است، نه پافشاری بر فردیت و خودبنیادی. این دیدگاه

عرفانی، امید به وصال را در دل فراق جای می‌دهد و تنهایی را به انگیزه‌ای برای سلوک تبدیل می‌کند.

تجربه تنهایی: اضطراب یا انگیزه سلوک

در آثار یالوم، تجربه تنهایی وجودی همواره با اضطراب، ترس از نیستی و تجربه خلأ همراه است. او می‌نویسد:

در مواجهه با نیستی، هیچ‌کس نمی‌تواند به ما کمک کند. این همان لحظه‌ای است که تنهایی وجودی را در کامل‌ترین وجه تجربه می‌کنیم (Yalom, 1980, p. 360).

در مقابل، در عرفان اسلامی، تنهایی نه مهلکه بلکه مهلت است؛ انسان در فراق، راهی وصال را می‌پیماید. مولانا اشک را نه نشانه‌ی ضعف، بلکه ابزار سلوک می‌داند:

این گریه بی‌سبب نبود / زین سوز دل، طلب نبود؟
(مثنوی، دفتر اول، بیت ۹۸)

و حافظ نیز با زبان دعا، تنهایی را پل امید به حضور می‌بیند:

درد ما را نیست درمان الغیث / ای دواداران، مسیحانفسی
(غزل ۲۳۵)

تحلیل: تنهایی نزد یالوم، نتیجه جدایی ذاتی انسان از جهان و دیگری است؛ اما در عرفان، فراق، نشانه عشق است و انگیزه وصال.

راه نجات: خلق معنا یا رجعت به مبدأ

در اندیشه یالوم، نجات در پذیرش آگاهانه اضطراب و درونی‌سازی معنا است. راه نجات از تنهایی نه پناه بردن به دین یا خدا، بلکه زیستن اصیل و شجاعانه است (14).

در مقابل، در عرفان، رهایی از تنهایی در اتصال با مبدأ هستی است. مولوی رهایی را در فنا و عشق می‌بیند:

هر که او بیدارتر، پر دردتر / هر که او آگاه‌تر، رخ زردتر
(مثنوی، دفتر اول)

و حافظ نیز خطاب به ساقی، استعاره‌ای از رحمت الهی، طلب وصال دارد:

ساقیا برخیز و درده جام را / خاک بر سر کن غم ایام را
(غزل ۱)

جدول ۱. نتایج تحلیل تطبیقی

مولانا و حافظ	یالوم	محور تحلیل
جهان‌آینه‌ی جمال حق	جهان بی‌غایت، خاموش	هستی‌شناسی
عاشق وابسته به معشوق	فرد خودبنیاد، تنهای مطلق	انسان‌شناسی
فراق، انگیزه‌ی سلوک	اضطراب، خلا هستی	تجربه تنهایی
وصال به معشوق، فنا در عشق	پذیرش فردیت، خلق معنا	راه نجات

بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش، تلاش شد تا مفاهیم «تنهایی وجودی» در اندیشه اروین یالوم و «فراق عرفانی» در سنت فکری مولانا و حافظ به صورت تطبیقی بررسی شوند. نتایج این تحلیل میان‌رشته‌ای آشکار ساخت که اگرچه این دو تجربه در ظاهر شباهت‌هایی دارند—از جمله تجربه درد، جدایی، و خلأ—اما در بنیادهای هستی‌شناختی، انسان‌شناختی و معناشناختی تفاوت‌های بسیار عمیقی میان آن‌ها وجود دارد. یالوم تنهایی را تجربه‌ای ناگزیر و درونی در متن هستی بی‌غایت و سکولار می‌داند که راه‌حل آن نیز درون‌زاست: پذیرش واقعیت تلخ تنهایی، مسئولیت‌پذیری، و خلق معنا توسط خود فرد. در مقابل، مولانا و حافظ، فراق را نه یک بحران روانی، بلکه مرحله‌ای معنوی در سلوک عاشقانه می‌بینند؛ مرحله‌ای که از آن، سالک می‌تواند به سوی وصال و اتصال با حقیقت مطلق حرکت کند. بنابراین در حالی که یالوم تنهایی را انتهای راه انسان در جهان بی‌پناه مدرن ترسیم می‌کند، عرفای اسلامی آن را آغازی می‌دانند برای یک بازگشت روحانی به اصل هستی.

مطالعه حاضر نشان داد که تفاوت دیدگاه یالوم و عرفای اسلامی، به‌ویژه مولوی و حافظ، تنها در تعبیر تنهایی و فراق نیست، بلکه در تلقی بنیادین آنان از انسان، هستی، و هدف زندگی است. یالوم از چشم‌اندازی انسان‌محور و غیرمتافیزیکی به انسان می‌نگرد؛ موجودی مستقل و خودبسنده که در دل جهانی خاموش و بی‌هدف رها شده و باید معنای زندگی را با تلاش فردی خود بیافریند. از

سوی دیگر، مولوی و حافظ، انسان را موجودی عاشق، نیازمند و متصل به حقیقتی برتر می‌دانند که فراق و جدایی‌اش از معشوق ازلی، نه یک محکومیت، بلکه یک مسیر تربیتی برای رشد روحانی است. بدین ترتیب، تنهایی در نگاه یالوم به اضطراب، خلأ، و بحران ختم می‌شود، حال آنکه در نگاه عرفانی، همین وضعیت می‌تواند به یک فرصت برای تعالی، عشق و بازگشت تبدیل شود.

بررسی داده‌ها نشان داد که در دیدگاه یالوم، تنهایی یک وضعیت انفکاک و رنج‌آلود است که پاسخی بیرونی برای آن وجود ندارد. هیچ نیرویی بیرونی نمی‌تواند خلأ وجودی انسان را پر کند، زیرا این خلأ، ذاتی بودن انسان است. در مقابل، در نظام فکری مولوی و حافظ، فراق اگرچه همراه با درد است، اما نشانه‌ای است از حضور معشوقی که موقتاً غایب است تا سالک را مشتاق‌تر سازد. این درد، نه نشانه تهی‌بودگی، بلکه نشانه دلالت بر غایت است؛ نوعی فقدان آگاهانه که حضور را یادآوری می‌کند. از این منظر، تجربه فراق می‌تواند به غنای معنوی فرد بیفزاید و او را به مرحله‌ای از خودشناسی و خداشناسی سوق دهد که در آن، معنا ازلی، حاضر، و پیشاپیش موجود است، و انسان صرفاً باید آن را دریابد.

از دیگر نکات مهم این پژوهش، پیشنهاد ایجاد پل گفت‌وگو میان رویکردهای اگزیستانسیالیستی مدرن و سنت‌های عرفانی اسلامی است. هرچند این دو سنت در مبانی متافیزیکی و معرفتی خود تفاوت‌های فاحشی دارند، اما هر دو بر اهمیت مواجهه درونی با رنج، و ضرورت خودآگاهی تأکید دارند. یالوم انسان را دعوت می‌کند تا با تنهایی خود روبرو شود، آن را بپذیرد، و از دل آن معنا بیافریند؛ همان‌طور که مولوی انسان را به تأمل در فراق، کشف باطن، و حرکت به سوی حقیقتی پنهان فرا می‌خواند. هر دو رویکرد، درد را نقطه آغاز می‌دانند، نه نقطه پایان؛ هر دو، در دل فقدان، امکان شکل‌گیری معنا و دگرگونی را می‌بینند؛ هرچند که ابزار، زبان و غایت این معنا با یکدیگر متفاوت است.

از نظر تربیتی و کاربردی، این مطالعه دلالت‌های مهمی برای آموزش، روان‌درمانی، و معنادرمانی در جامعه معاصر دارد. در جهانی که نسل جوان با بحران معنا، تنهایی و اضطراب اگزیستانسیال مواجه است، بازخوانی متون عرفانی کلاسیک مانند مثنوی و دیوان حافظ می‌تواند راهی برای تأمل هستی‌شناختی و فلسفی درباره رنج و تنهایی فراهم آورد. در مقابل با تمرکز صرف بر رویکردهای غربی روان‌درمانی، ممکن است ابعاد عمیق‌تری از معنای زندگی که در سنت‌های بومی و دینی نهفته است، مغفول بماند. مفهوم فراق، به‌عنوان مفهومی برآمده از عرفان اسلامی، می‌تواند مبنای یک الگوی بومی روان‌درمانی قرار گیرد؛ الگویی که نه در خودپسندگی، بلکه در پیوند هستی‌شناختی با حقیقت و معشوق ازلی، پاسخ به تنهایی را می‌جوید.

با این حال، پژوهش حاضر نیز با محدودیت‌هایی روبرو بوده است. از جمله تفاوت بنیادین در زبان، دستگاه مفهومی، و هدف متون مورد مطالعه. در حالی که زبان یالوم تحلیلی و روان‌شناختی است، زبان مولوی و حافظ عمدتاً شاعرانه، استعاری و چندلایه است. همچنین، هدف یالوم از پرداختن به تنهایی، درمان رنج‌های روانی انسان معاصر است، اما هدف عرفا، تعالی روح و رسیدن به حق است. از این رو، مقایسه میان این دو رویکرد نیازمند دقت و احتیاط نظری بوده تا گرفتار تقلیل‌گرایی یا سوءبرداشت نشود. با اتکا به شرح‌ها و تفاسیر معتبر عرفانی، تلاش شد مفاهیم معنوی در بستر اصیل خود فهمیده و تحلیل شوند.

در نهایت، می‌توان گفت که این پژوهش زمینه‌ای فراهم آورده است برای بازاندیشی در نسبت انسان مدرن با رنج، تنهایی، و معنا. اینکه آیا می‌توان تنهایی را نه به‌مثابه تهدیدی روان‌شناختی، بلکه به‌مثابه دعوتی معنوی نگریست؟ آیا می‌توان به‌جای گریز از فراق، آن را مقدمه‌ای برای وصال و بازگشت به حقیقت دانست؟ این پرسش‌ها، در دل خود حامل امکان‌هایی تازه برای گفت‌وگو میان روان‌درمانی مدرن و عرفان اسلامی هستند؛ گفت‌وگویی که

می‌تواند افق‌های تازه‌ای در برابر تعلیم و تربیت، معنادرمانی، و فهم انسان از خویشتن بگشاید.

مشارکت نویسندگان

distance from the Beloved, which paradoxically signals His presence through absence. In Rumi's metaphor of the reed flute, the yearning sound is a complaint of severance from its origin—a symbol of the human soul's lament of separation from its divine source. Hafez, likewise, presents the pain of separation as an evidence of primordial love ignited at the dawn of creation. This comparative inquiry aims to delineate how these two traditions interpret and navigate the experience of existential aloneness, and how these interpretations are rooted in distinct ontological and anthropological assumptions. Yalom's theoretical framework originates from secular existentialism and situates the human being as an isolated self within a silent, purposeless cosmos. In his existential psychotherapy, the confrontation with one's ultimate isolation is not only inevitable but necessary for authentic living (4). He distinguishes existential isolation from interpersonal or intrapersonal loneliness by its irreducibility—no matter how emotionally connected we are to others, the individual ultimately dies alone, makes unsharable decisions alone, and faces the void of meaning alone. This confrontation, while anxiety-inducing, is also an invitation to construct one's own values and meanings from within,

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

EXTENDED ABSTRACT

The present study conducts a comparative analysis of two fundamentally divergent yet phenomenologically overlapping experiences of human solitude: Ervin Yalom's concept of "existential loneliness" and the notion of "mystical separation" (firaq) in the works of two eminent Islamic mystics, Rumi and Hafez. As modern existential psychology frames loneliness as one of the four ultimate existential concerns—alongside death, freedom, and meaninglessness—Yalom conceptualizes existential isolation not as a transient emotional state but as a foundational ontological reality (1, 2). He asserts that existential isolation is inherent in the human condition, irreducible through interpersonal intimacy or social interaction, as no relationship can ever fully bridge the inherent chasm between self and other. This view resonates particularly during moments of existential crisis, such as the confrontation with death or the recognition of radical freedom. In contrast, Islamic mysticism interprets human solitude not as an inescapable void but as a spiritually significant rupture—an ontologically purposeful separation from the Divine. The motif of "firaq," poetically rendered in Rumi's *Masnavi* and Hafez's ghazals, reflects a metaphysical

without recourse to metaphysical guarantees or religious comforts (11). Yalom's narratives, as portrayed in novels like *When Nietzsche Wept* and *The Schopenhauer Cure*, dramatize this inner struggle, showing characters who wrestle with inner despair yet find purpose through meaning-making. In this model, love and relationship, while valuable, serve primarily to alleviate the existential ache rather than to ontologically complete the self. Fromm, similarly, sees love as a human solution to the problem of separateness (10). On the other hand, Maslow highlights the necessity of self-knowledge and transcendence in embracing solitude (9). These views coalesce into a psychological paradigm wherein existential anxiety is both threat and opportunity—a call to existential maturity in the face of an indifferent universe.

Islamic mysticism, particularly in the works of Rumi and Hafez, offers a sharply contrasting perspective on solitude. Rather than being framed as an ontological void, solitude is experienced as “firaq”—a spiritual estrangement from the Divine that evokes longing, devotion, and mystical journeying. Rumi constructs the human soul's isolation not as a metaphysical curse, but as a sign of its celestial origin and a catalyst for spiritual ascent. His verses declare that the one who is “cut off” from their origin perpetually seeks reunion: “Whoever is kept away from his origin / Will seek the day of reunion again” (Masnavi, Book I). This pain of separation is interpreted not as despair but as divine magnetism; the

ache itself is evidence of connection, a sacred wound that draws the seeker toward the Beloved. In Zarrinkoub's analysis, Rumi's portrayal of firaq is not paralyzing sorrow but an ontological thirst for union with the Real (6). Similarly, Hafez poeticizes the primordial light of Divine Beauty as the source of existential love and longing: “At the dawn, the ray of your beauty emerged / Love arose and set fire to the entire world.” The cosmic drama of love and absence infuses Hafez's poetry with hope and esoteric depth. For Shafiei Kadkani, Hafez's recognition of loneliness is never devoid of hope; it is a mystical solitude always pregnant with the promise of reunion (7). Thus, unlike the secular isolation of Yalom, mystical solitude is not meaningless—it is a form of sacred discontent that redirects the soul toward its divine telos.

At the level of metaphysics, the dissimilarity between the two frameworks becomes most evident. Yalom's worldview, grounded in atheistic existentialism, perceives reality as structurally meaningless, where meaning must be fabricated through individual effort. There is no cosmic order to reveal the purpose of human life; the universe is silent, devoid of inherent value (1, 12). Consequently, existential loneliness emerges from the recognition that there is no ultimate Other to receive or respond to one's cries. In contrast, Rumi and Hafez envisage a cosmos filled with divine presence. The world is not mute but speaks in signs and symbols; it is not empty but reflective of the Beloved's beauty. “The

entire world is the glow of His face / God is hidden within it by His manifestness," Rumi declares, articulating a metaphysics where being is imbued with divine radiance. Hafez continues this theme, suggesting that every image in the world is a reflection of the wine-bearer's (i.e., God's) face. Hence, mystical solitude is not an experience of ontological abandonment, but of divine imminence. The perceived absence is a veil over the all-present. These radically different ontologies—the silent cosmos of Yalom versus the theophanic world of Rumi and Hafez—inform their respective interpretations of loneliness as either meaninglessness or mystical yearning. Anthropologically, Yalom and the mystics also diverge significantly. Yalom views the individual as a self-responsible, autonomous being whose identity is formed through personal choices and inner strength (2, 13). He calls upon individuals to accept their solitariness and create meaning without reliance on external absolutes. This vision prioritizes self-authorship and internal coherence over relational dependence. Even love, in Yalom's framework, is seen as a subjective attempt to ameliorate existential dread, not a path to ontological fulfillment. By contrast, Rumi and Hafez portray the self as relational, incomplete, and defined by its longing for the Other. For Rumi, love is not therapeutic but the animating force of existence: "Love entered and flowed like blood in my veins and skin / It emptied me and filled me with the Beloved." Hafez, too, insists that

the true meaning of life emerges only through love: "Become a lover, or else one day / The workshop of the world will end, and you'll have read the design of life in vain." In this view, the human being is not an isolated island of consciousness but a lover estranged from its origin, whose ultimate purpose lies in returning to its Source. Therefore, while Yalom's individualism culminates in personal responsibility, the mystics' vision culminates in self-transcendence.

From a psychological standpoint, the experience of solitude in Yalom's model is tied to anxiety, dread, and an inevitable confrontation with nothingness. He maintains that "facing the void, no one can help us; this is the moment of absolute existential isolation" (1). Such loneliness is stark, inescapable, and must be navigated alone. However, in the mystical framework, solitude is not terror but transformation. Rumi sees the tears of separation not as weakness, but as signs of inner awakening. Hafez invokes the messianic breath of the beloved to transform pain into ecstasy: "There is no remedy for our pain, O help us! / O healers with Jesus-like breath." In both poets, the experience of *firaq* generates not despair, but movement—toward remembrance, longing, and ultimately reunion. Where Yalom calls for courageous confrontation, the mystics invite soulful surrender. Yet both perspectives affirm that solitude, properly understood, can catalyze profound inner evolution—whether through self-authored meaning or divine connection.

In conclusion, this comparative study has illuminated how two vastly different worldviews interpret and respond to the universal experience of human aloneness. Yalom, rooted in secular existentialism, frames loneliness as an existential given, an ontological rupture without cosmic consolation, to be met with courage and creative meaning-making. Rumi and Hafez, drawing from the spiritual wellspring of Islamic mysticism, understand solitude as *firaq*—a sacred ache that invites the soul to return to its origin. While Yalom's therapy aims for psychological integration in a disenchanted world, the mystics aim for divine union in a cosmos radiant with meaning. These divergent responses to loneliness offer distinct pathways for navigating the human condition—one grounded in self-creation, the other in mystical love and surrender. Rather than viewing them as mutually exclusive, this study proposes that existential psychotherapy and Sufi metaphysics, in their shared recognition of solitude as transformative, may offer complementary insights for those seeking to live authentically in a fragmented world. By integrating the rigor of psychological realism with the depth of mystical longing, contemporary readers and practitioners may find a more holistic framework for understanding and inhabiting the complexity of being alone.

References

1. Yalom ID. *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books; 1980.
2. Yalom ID. *Staring at the Sun: Overcoming the Terror of Death*. San Francisco: Jossey-Bass; 2008.
3. Malekian M. *Loneliness, Silence, and Love*. Niloofar Cultural Website. 2006.
4. Yalom ID. *Existential Psychotherapy*. Tehran: Nei Publishing; 2011.
5. Yalom ID. *When Nietzsche Wept*. Tehran: Karvan Publishing; 2005.
6. Zarrinkoub A. *The Secret of the Reed: A Commentary on the Masnavi-ye Ma'navi*. Tehran: Elmi Publishing; 2001.
7. Shafiei-Kadkani MR. *Under the Shadow of the Palm of Guardianship: A Reflection on the Mysticism of Hafez*. Tehran: Sokhan Publishing; 2015.
8. Malekian M. *Loneliness: Reality or Illusion?* Niloofar Cultural Website. 2014.
9. Maslow A. *Toward a Psychology of Being*. New York: D. Van Nostrand; 1968.
10. Fromm E. *The Art of Loving*. New York: Bantam Books; 1963.
11. Krug OT. A comparative study of James Bugental and Irvin Yalom: Two masters of existential psychotherapy. *Existential Analysis*. 2007;18(2):149-66.
12. Heidegger M. *Being and Time*. New York: Harper & Row; 1962.
13. Josselson R. Irvin D. Yalom: *On Psychotherapy and the Human Condition*. New York: Jorge Pinto Books; 2008.
14. Yalom ID. *The Gift of Therapy: An Open Letter to a New Generation of Therapists and Their Patients*. New York: HarperCollins; 2002.