

تحلیلی بر شیوه های عرفانی روان درمانی در مخزن الاسرار نظامی

دکتر قربانعلی ابراهیمی^۱

دکتر عطا محمد رادمنش^۲

چکیده

شعرای پارسی بر علوم ادبی زمان، از قبیل فقه، کلام، روان شناسی، عرفان، فلسفه، تاریخ، جغرافیا، طب و نجوم از علما و دانشمندان معاصر خود بوده و با به کارگیری علوم مزبور به آثار خویش روح و لطافت بخشیده اند. یکی از این شاعران حکیم جمال الدین ابومحمد الیاس بن یوسف بن زکی مؤید نظامی گنجه ای، سخن سرای بزرگ آذربایجان ایران در قرن ششم هجری است. چنانچه از اشعار او معلوم می شود، فضیلت نظامی منحصر به شعر و شاعری نبوده و از جوانی به فنون ادب و تاریخ و قصص علاقه داشته و درتحصیل علم همت کرده است. وی اگرچه به عنوان سرآمد مثنوی سرایان دوران و کامل کننده داستان سرایی در شعر پارسی شناخته می شود اما وجود نکاتی در ابیات مخزن الاسرار او آگاهی ژرف وی را آشکار می سازد. طبیعی است که انسانها در فرود و فرازهای زندگی و کار و تحصیل گاهی با مشکلات و موانعی برخورد می کنند که آرامش را از آنان سلب و ناراحتی ها و ناهنجاری اجتماعی را در ایشان تشدید و از آنها انسانهایی خسته و ناامید می سازد. در چنین شرایطی شعر یک شاعر می تواند غمها و اندوه ها را از دل یک فرد بزدايد و به جای آن بذر امید و نشاط و باور بنشاند.

واژگان کلیدی: نظامی، مخزن الاسرار، سلامت روان.

۱- استادیار دانشگاه آزاد اسلامی، واحد نجف آباد، نجف آباد، اصفهان، ایران

ghorbanali.ebrahimi333@gmail.com

۲- استاد گروه زبان و ادبیات فارسی، واحد نجف آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، نجف آباد، اصفهان، ایران

Ataradmanesh1398@gmail.com

تاریخ پذیرش

۹۷/۱۱/۳

تاریخ دریافت

۹۷/۶/۴

مقدمه

همه کاینات و هستیها، از کوچک و بزرگ، بر پایه دقیق ترین اصول و نوامیس پدید آمده اند و بر پایه همان اصول و نوامیس، حیات و هستی همه ادامه می یابد. یکی از این نوامیس تأثیر شیء ملایم و متناسب است در نفس انسانی. انسان از هرچیز خوب و زیبا و متناسب خوش می گردد و به سوی آن جذب می شود. یکی از این چیزها، لفظ فصیح و شیرین و کلام بلیغ و متناسب است. این جعل و آفرینش الهی است که لفظ خوب، در جانها و دلها می نشیند و اثر می کند (حکیمی، ۱۳۷۸: ۳). از جمله هنرهای بشری تجلی آرمان های او در قالب نظم الفاظ می باشد. این هنر دیر پا و کهن از عهده هر فرد و شخصی بر آورده نیست، بلکه موهبتی است الهی که افراد معدودی از آن برخوردار هستند. یکی از روش های رایج ادبی در عالم فرهنگ و ادب، سرودن شعر و به نظم کشیدن کلمات و الفاظ است. شعر خود بخشی از ادبیات است که تأثیر گذاری بیشتر، آن را فاخرترین گونه ادبیات کرده تا جایی که توصیه پیشینیان بر این است که: هر آن سخن که در نثر بگویند در نظم مگوی، که نثر چون رعیت است و نظم چون پادشاه، آن چیز که رعیت را نشاید، پادشاه را هم را نشاید. در کنار شعر، هنرهای دیگری نیز پرورش می یابد که یکی از آنها موسیقی آوازی است. «شاید بدان سبب که در ایران، شعر رواج بیشتری داشته و هنرهای گوناگون موسیقی سازی، کمتر معمول بوده است و نیز علل تاریخی دیگر، موسیقی آوازی که همراه با شعر عرضه می شود اهمیت زیادتری یافته است» (دهلوی، ۱۳۸۱: ۱۷). در ادبیات فارسی، شعر و آواز به طور معمول همراه هم هستند. «شعر هنری است که به سبب «محتوایش، همیشه برتر از سایر هنرها قرار می گیرد، هیچ یک از هنرهای دیگر یارای آن ندارند که یک سوم آنچه شعر به ما می گوید، عرضه کنند» (چرنیشفسکی، ۱۳۵۷: ۱۲۷).

از آنجا که انسان موجودی است دارای جسم و جان و به قول مولانا «نیمیم ز آب و گل نیمیم ز جان و دل»، بُعد روحی انسان مجموعه ای است از کیفیات روانی همچون غم، شادی، امید، یأس، شجاعت. شعر دقیقاً همین بخش از ساحت وجودی انسان را تحت تأثیر قرار می دهد. با توجه به موقعیت شعر در فرهنگ اجتماعی که از جایگاه خاصی برخوردار است و گاه به گاه در استدلالات و اثبات آراء و نظریات به شعر شاعر تمسک بسته و احیاناً تلقی به قبول شده، باید دانست که نقش شعر و شاعر در نشر فرهنگ و حتی رونق اشیاء و

اشخاص نقش به سزایی را ایفا کرده و می کند و بلکه گاه شنونده را به گونه ای منفعل ساخته است که او را تابع رأی و نظر شاعر قرار داده است و از خود بی خود ساخته است: چنان که آورده اند امیر نصر سامانی را چون ممالک خراسان مسلم شد به دارالملک هرات رسید. هوای با اعتدال آن شهر امیر را ملایم طبع افتاد و بخارا را که تختگاه اصلی آن خاندان بود از خاطر محو شد. امرای دولت و ارکان سلطنت را چون وطن و مسکن و علاقه در بخارا بود، در زمان امیر در هرات ملول شدند. آخر الامر به دامن ابوعبدالله جعفر بن محمد رودکی نخستین شاعر بزرگ ایران توسل جستند. روزی امیر را در مجلس خاصی ذکر خرمی بخارا بر زبان گذشت؛ رودکی این ابیات را فی البداهه سرود:

بوی جوی مولیان آید همی	بوی یار مهربان آید همی
ریگ آموی و درشتی های او	زیر پایم پرنیان آید همی
آب جیحون با همه پهناوری	خنگ ما را تا میان آید همی
ای بخارا شادباش و دیر زی	شاه زی تو مهمان آید همی

گویند امیر را این قصه ساده و بی پیرایه چنان شیفته ساخت که موزه در پای ناکرده سوار شد و غربت، بخارا نمود و از قول نظامی عروضی نقل شده است که چون رودکی به این شعر رسید، امیر چنان منقلب گشت که از تخت فرود آمد و بی موزه پای در رکاب خنگ نوبتی آورد و روی بخارا نهاد: چنان که رانین و موزه تا دو فرسنگ در پی امیر ببردند و آن جا در پای کرد و عنان تا بخارا هیچ باز نگرفت (علی پاشا، ۱۳۳۸: ۱۳۹).

احاطه کلی نظامی بر ابعاد وجودی انسان و شناخت نسبتا جامع وی که در اثر منحصر به فردی چون مخزن الاسرار می توان جلوه ها و نمودهای آن را مشاهده کرد، این پرسش را در ذهن ایجاد می کند که آیا مخزن الاسرار که بر پایه مبانی انسان شناسی و عرفانی سروده شده است، می تواند گزینه مناسبی برای درمانگری مشکلات روحی باشد؟ اگر چنین است برای دست یابی به هدف مورد نظر کدام یک از ویژگی نهفته در این اثر را باید مورد توجه قرار داد؟ به عبارت دیگر لایه های پنهان مخزن الاسرار که می تواند به عنوان شیوه های سلامت روان مورد استفاده قرار گیرد کدام است؟ این شیوه ها در بهداشت روانی امروز تحت چه عناوینی شناخته می شوند؟ هر کدام از این شیوه ها چه مصداق و نمونه ای در مخزن الاسرار دارند؟

گذری بر زندگی نظامی

در «تاریخ ادبیات در ایران» در باره وی آمده است که «حکیم جمال الدین ابو محمد الیاس بن یوسف بن زکی بن مؤید نظامی گنجه ای از استادان بزرگ و از ارکان شعر فارسی است... مولد شاعر را همه تذکره نویسان، گنجه دانسته اند... تاریخ ولادت او معلوم نیست؛ لیکن با دقت در بعضی از اشعار او، می توان آن را در حدود سال (۵۳۰ هجری) یا اندکی بعد از آن دانست...» (صفا، ۱۳۸۱: ج ۲: ۷۹۸-۸۰۰). «پدرش یوسف نام داشت که بومی ارانی یا مهاجر آذری است... و نظامی مادرش را هم رئیسه گرد می خواند...» (زرین کوب، ۱۳۷۲: ۱۵-۱۴). در مقدمه احوال و زندگی و شرح مخزن الاسرار، درباره مسلک او آمده است که «نظامی عارفی است زاهد و زاهدی است عارف، انسانی است کامل و کاملی است خداشناس، معرفت خدا سراسر هستی اش را فراگرفته، ذرات وجود و فکر و روحش همه در ذکر خداست. از خود تهی است و از خدای پر، واعظی مشفق است و عالمی عامل، مناعت طبع و غنای معنویتش در حد اعلاست» (زنجانی، ۱۳۷۸: ۷۹).

«نظامی در وهله اول، نخست مردی است با تقوا، پای بند به اصول اسلامی، زهد پیشه و گوشه نشین؛ و گوشه نشینی خود حاصل از معتقدات نخستین وی است؛ زیرا با توجه به اوضاع اجتماعی عصر وی، چاره ای جز گوشه نشینی نداشته است تا خویشتن را به فساد اهل زمانه نیالاید» (ثروت، ۱۳۷۰: ۳۸). وی بزرگترین داستان پرداز ادب فارسی است. هرچند پیش از نظامی شاعران بزرگی چون فردوسی، عنصری، فخرالدین اسعد گرگانی، ابوالمؤید بلخی و عیوقی و دیگران در گستره داستان سرایی قلم فرسایی کرده اند؛ اما نظامی در سرودن داستان های بزمی، چنان مهارتی از خود نشان داده است که عده زیادی بعد از او شیوه هنری اش را سرلوحه کار خود قرار داده اند و به تقلید از آثار گرانبهادر این حکیم بر آمدند. شاهکار هنری کم نظیر - اگر نگوییم بی نظیر نظامی - که سبب بلند آوازی و شهرت جهانی او گردیده است که به «پنج گنج»، «گنج نامه»، و «خمس» نیز معروف است، دفتر شعری است که او در پنج وزن سروده است. نظامی برای آفرینش این اثر نزدیک به سی سال تلاش کرده و با این کار و تلاش هنری، شعر داستانی را به اوج تکامل رسانیده است؛ تا آنجا که می توان گفت اگر شعر حماسی با فردوسی و شعر عرفانی یا غزل عاشقانه با حافظ به اوج خود رسیده اند با نظامی نیز شعر داستانی به رفعتی از شیوایی و رسایی کم نظیری دست

یافته است. پنج گنج یا خمسه نظامی شامل پنج مثنوی شامل داستان های «مخزن الاسرار»، «خسرو و شیرین»، «لیلی و مجنون»، «هفت پیکر» و «اسکندر نامه» است (خان محمدی، همتی، ۱۳۹۴: ۱۶۸-۱۴۳). نظامی تمام دستاوردهای اندیشگی- فرهنگی، و ادبی قلمروهای خاور نزدیک و میانه را در دوران خویش عمیقاً فرا گرفته و آنها را تا مرتبه بس بلند ارتقا داده است. در پهنه گشوده میراث غنی و پر بار شاعر، همواره ترانه پر شور آرزوها و صورت های ذهنی انسانگرایانه، این دغدغه دائمی آدمی مترنم است. از این روست که آثار نظامی در تمامی دوران ها همچنان طراوت و نشاط خود را حفظ کرده است. «مخزن الاسرار» نخستین اثر سترگ نظامی به شمار می آید. این اثر که آغاز گر مرحله ای نو و تعیین کننده در سرشت هنر آفرین نظامی به شمار است، در تاریخ اندیشه هنری مشرق زمین نیز برگی تازه را ورق زد. نظامی در نخستین منظومه اش که از جمله رشته آثار مکتوب خاور نزدیک و میانه به حساب می آید که مضمونی اخلاقی دارند، به بسیاری مسائل ریشه ای دامنگیر همروزگاران می پردازد و آرای خود را در خصوص اجتماع و قشرهای گوناگون آن بیان می دارد. این اندیشه گر داهی در این اثر خویش، از همه بیشتر، به شرح و روحیه فردی و سرشت آدمی می پردازد و لایه های پنهان عالم جسمانی و روحانی انسان را به تصویر می کشد. مباحثی از قبیل عدالت اجتماعی، شایستگی در نزد انسان، اخلاق بی آلیش، مناسبات مابین فرد و اجتماع، هماهنگی اجتماع با طبیعت که در آفرینش ادبی نظامی از جایگاهی ویژه برخوردار است، نخستین بار در این اثر رخ می نمایند؛ دیدگاههای اخلاقی- تربیتی، اجتماعی- سیاسی و دینی- فلسفی وی نیز نخستین بار در منظومه «مخزن الاسرار» به شرح و توصیف می آید.

این منظومه علاوه بر مقداری مقدمات و مناجات، حاوی بیست مقاله است؛ نظامی در هر کدام از این مقالات ها، یکی از مسائل مهم را اساس سخن خود قرار داده، پس از تشریح فحوا، با آوردن حکایاتی گیرا، جوانب آن را روشن می کند. شاعر در جامعه نتیجه گیری از هر حکایت، خطاب به همروزگاران خود و حکمروایان بیدادگر، شحنة های خشونت پیشه، و وزیران و دیوانیان، آنان را به رعایت عدل و داد فرا می خواند. در این اثر می توان منظره ای روشن از دوران نظامی و تصویری هنرمندانه از سلوک آحاد متعلق به طبقات اجتماعی مختلف مشاهده کرد. وی پادشاهان بیدادگر را از زبان مرغان اندرز می دهد و پیر زاهدی را

می ستاید که کفن بر گردن انداخته، شاه را با سخنان برنده اش شرمگین می کند؛ یا پیر زنی را که دامن سلطان سنج را گرفته و با اصرار امنیت ملک را از وی می طلبد (نظامی، ۱۳۸۰: ۲۹).

پیشینه پژوهش

در بررسی پیشینه پژوهش مشخص شد، تحقیقاتی مانند: ادبیات تعلیمی در خمسه نظامی «محمدحسین خان محمدی، حجت‌اله همتی» و همچنین تحلیل ساختار و مضمون توسل در اشعار نظامی گنجوی «ابراهیم ابراهیمی و سیده زهرا موسوی» و در عین حال بررسی آموزه های تعلیمی در بعضی از کتب عرفانی پرداخته شده است. ولی روش های متنوع و متعدد «روان درمانی در مخزن الاسرار نظامی» به طور خاص مد نظر قرار نگرفته است. این پژوهش در پی آن است که با توجه به روش کتابخانه ای و با کمک فیش برداری از متون و مبانی نظری به تحلیل و بررسی روشهای متنوع روان درمانی در مخزن الاسرار نظامی بپردازد.

بحث و بررسی

در هرکدام از منظومه های نظامی، موضوع داستان، تاریخ، جایگاه اجتماعی و شخصیت ها متفاوت است و شاعر نیز در هرکدام از آنها زبان مخصوص خود را دارد. در عین حال، این منظومه ها باید به نحوی مکمل و همچنین تکمیل کننده شخصیت شعری نظامی باشند. البته فراز و فرودهایی وجود دارد و همان طوری که در این مقاله مورد توجه است، آثار آغازین شاعر کامل تر از آثار بعدی وی می نماید. در منظومه نخست «مخزن الاسرار» که منظومه تعلیمی و زهدی است مقالات بیست گانه، همه معرف شخصیت زاهدگونه شاعر، سیر و سلوک، صفای دل، پای بندی و تعهد وی نسبت به شرع مقدس است. نظامی از جمله شاعرانی است که با شناخت کامل از انسان، نابسامانی های روحی را مورد توجه قرار داده و نسخه های درمانی لازم را در کتاب مخزن الاسرار آورده است.

۴-۱- شعر درمانی

هر اثر ادبی و هنری زیبایی های خاص ذوقی، زبانی، موسیقایی و تأثیر و جذابیت هایی دارد که نادیده گرفتن هرکدام از این عناصر سبب می شود آن اثر ادبی یا بخت و اقبال خود را در مورد قبول شدن از دست بدهد و یا نسبتاً از مخاطبان آن کاسته شود. از سوی دیگر،

شعرا و نویسندگان و به طور کلی اربابان هنر تأثیر گذارند و مردم نیز پیام یک اثر هنری را زودتر از ارائه شدن آن موضوع به شیوه های دیگر در می یابند و فطرت پاک و صادقانه مردم، مخاطب ذوق و هنر رسا و تأثیر گذار هنرمندان است. انواع درمان های مبتنی بر هنر بیانی یا خلاق شامل، هنر درمانی، نمایش درمانی، شعر درمانی و... است. این نوع درمان ها با استفاده از کیفیت های هنری و خلاقانه مداخله های عمدی در زمینه ارتباطی و تربیتی و درمانی، به تقویت سلامت، ارتباط و بیان می پردازند (ر.ک: تامسون: ۱۳۸۸: ۱۴۶). به عبارت دیگر هرکار هنری که بتواند میان تجربیات درونی و بیرونی فرد، ارتباطی به وجود آورد، می تواند اثر درمانی داشته باشد. یکی از این شیوه های هنری مؤثر، شعر درمانی است. «شعر درمانی یک هنر درمانی خلاق است که شعر و دیگر شکل های برانگیزنده ادبیات را برای رسیدن به اهداف درمانی و رشد شخصی به کار می گیرد. در این شکل منحصر به فرد درمان، مراجعه کننده فرصتی متفاوت برای تعریف هویت خود و نشان دادن خود به درمانگر با صدای درونی خودش دارد. این خود افشایی توسط مراجعه کننده یک رابطه خوب با درمانگر را تقویت می کند. شعر درمانگران، ادعا دارند که شعر، چه توسط مراجعین نوشته شده باشد چه در درمان استفاده شود، نسبت به گفتگوهای سنتی، توانایی ایجاد سطوح عمیق تری از بینش هیجانی در مراجعین را دارد. شعر، افراد را قادر به بیان گفته هایی می کند که ممکن است به هیچ شیوه دیگری نتوانند آن را بیان کنند. گروهی از پژوهشگران زیست پزشکی به رهبری روان شناس آمریکایی، پنیکر (۱۹۸۸) نشان داده اند که آزاد سازی کلامی به سیستم ایمنی ما در مبارزه با بیماری ها کمک می کند» (محمدی و همکاران، ۱۳۸۹: ۱۰). شعر درمانی با بالابردن عزت نفس و ایجاد بهبود در شناخت و بیان احساسات و نیز خود اکتشافی و خود اظهاری، آشفتگی های روانی مخاطبان را می زداید و روان آنان را آماده دریافت زیبایی ها و واقعیات زندگی می کند (نصراصفهانی، شیر، ۱۳۹۳: ۱۶۸-۱۴۵). برجسته ترین شیوه تعلیمی در مخزن الاسرار نظامی تمثیل و ارسال المثل است. به کار بردن تمثیل در زندگی اجتماعی امروزی، یکی از شیوه های تعلیم و تربیت است که به کمک آن می توان بدون اشاره مستقیم نکته و مطلب مورد نظر را به خواننده القاء کرد و همین شیوه غیر مستقیم و کار آمد اهمیت ضرورت ادبیات تمثیلی - تعلیمی را بیان می کند و نظامی نیز به خوبی به تأثیر این شیوه یادگیری واقف بوده و در امور تعلیمی ملموس و

قابل فهم انسانی با استفاده از تمثیل، نکات اخلاقی و اجتماعی بسیاری را در آثار خود آورده است. نظامی می گوید:

شعر تو را سدره نشانی دهد سلطنت ملک معانی دهد
شعر تو از شرع بدانجا رسد کز کمرت سایه به جوزا رسد

(نظامی، ۱۳۹۲: ۴۳)

عشق و امید یکی از چشم اندازهای اساسی در شعر شاعران است. شاعران با این جان مایه های گران سنگ خود را به ابدیت زندگی و عظمت ارزشها پیوند می زنند و فردا را امید بخش و نوید دهنده می کنند. نظامی به یأس تن نداده و امید به آینده و شوق به زندگی را نوید داده است. در اشعار وی عشق و زندگی نمود تاب و همبستگی آدمیان است.

در لغت عشق، سخن جان ماست ما سخنییم این طلل ایوان ماست

(همان: ۷۸)

علامه طباطبایی معتقد است قوانین دین فطری، وسیله ای برای از بین بردن نقص و رسیدن به کمال می باشند و هر کدام یکی از این نیازهای حقیقی انسان را برآورده می نمایند. در صورت پذیرش توحید و عمل به قوانین دین فطری، نیروهای فطری شکوفا می گردند و ظرفیت روانی فرد گسترش می یابد. در غیر این صورت ظرفیت روانی او بسیار محدود خواهد بود و قدرت توجیه جهان هستی را ندارد و احساس نا خوشایند و زندگی تیره و تاری خواهد داشت (حسینی، ۱۳۸۷: ۳۱). مبانی دینی جز لاینفک مخزن الاسرار به شمار می رود. نظامی با آن چنان مهارتی اندیشه های ناب دین مدارانه را به مخاطب القاء می کند و تفکرات مذهبی را در اعماق دل و جان او رسوخ می دهد که خواننده با اطمینان و اعتماد از آن بهره می جوید و با دقت آن گویی به آرامشی ژرف دست می یابد. در واقع این خود نظامی است می کوشد تا بیماران رنجور از دردهای اخلاق، رذایل نفسانی و بیماری های روحی را درمان کند و نور حق را بر اعماق تاریک دل و جان آنان بتاباند و دلهای ایشان را تجلیگاه نور معرفت و حقیقت نماید. در آثار نظامی نقش غنای معنوی شخصیت و تکوین تربیتی- اخلاقی در تأثیر گذاری بر سرنوشت بشریت اهمیت زیادی می یابد. از دیده نظامی، تشکیل جامعه ای سعادت مند و رها از نقص ها و کمبودهای اخلاقی تنها از طریق تزکیه معنوی و

اخلاقی میسر است. نظامی اندیشه هایی شاعرانه، فلسفی و اخلاقی را به آموزه هایی پیشین در این حوزه افزوده و درباره وسایل یاری رسان تربیت جامعه ای سالم نیز اندیشیده است. نظامی در یکی از سفرها قهرمانش را به دیاری می برد که در آن وادی، رمه ها بی چوپان، خانه ها بدون بند و کلون، باغ ها بی حصار و فاقد نگهبان است. در این دیار حاکم و محکوم، فقیر و غنی وجود ندارد، همگان برابرند. دروغ، دزدی و نظر تنگی برای این انسانها مفاهیمی به کلی بیگانه اند. آنان نمی دانند مرگ ناغافل چیست. در سوک کهنسالانی که به مرگ طبیعی در گذشته اند، نمی نشینند. وضعیت اجتماعی چنین سعادتمند که بر راستی و کار حلال متکی است، اسکندر شاه را حیران می کند. وی که اقصای دنیا را زیر پا نهاده، پی می برد که گمشده اش را باز یافته است:

به دل گفت از این رازهای شگفت	اگر زیرکی پند باید گرفت
نخواهم دگر در جهان تاختن	به هر صیدگه دامی انداختن
مرا بس شد از هرچه اندوختم	حسابی کزین مردم آموختم

(نظامی، ۱۳۹۰: ۱۱۳۹)

در این نقطه از جهان است که شاعر به سفر دراز و جنگ های گسترده اسکندر پایان می دهد و گفتنی ها را می گوید و این عقیده خود را بیان می کند که جز از راه اعتلای معنوی و رسیدن انسان به کمال معرفت و خداشناسی، داشتن محیط سالم و صفا و صمیمیت در بین افراد امکان پذیر نیست. رشد و ارتقای ساحت اخلاقی زندگی بشر دغدغه همه اندیشمندان از جمله روان شناسان است. روان شناسان باور دارند که زندگی اخلاقی مایه پیشرفت سلامت روانی جامعه و باز دارنده از دچار شدن به بیماریهای روانی است. جنبش روان شناسی مثبت، والاترین فضیلت های اخلاقی مورد پسند ادیان بزرگ جهان را وارد ادبیات روان شناسی کرد.

۴-۲- روان درمانی عارفانه (عشق در مانی)

اصطلاح روان درمانی عرفانی یا عشق درمانی، در قلمرو روان شناسی بالینی و راهنمایی و مشاوره، دارای تعریف ها و برداشت های متفاوتی است؛ هدف اصلی عرفان، شناخت خود و یافتن نیروها، استعدادها و ابعاد پنهان شده وجود است برای رسیدن به اوج خود شکوفایی و تحقق «خود» که درون مایه خویشستن واقعی است. گشودن کتاب وجود با زبان وجود امکان

پذیر است، زبان عرفان زبان وجود است، زبانی که با اشارت و رمز و راز در آمیخته است و از این طریق می توان به راز گشایی شناخت خود و خدای خویش دست یافت (ر.ک: کریمی، ۱۳۸۳: ۱۱۴) در واقع این مفهوم چیزی جز مصداق حدیث شریف «من عرف نفسه، فقد عرف ربه» نیست. نظامی از این کارکرد عرفان به خوبی آگاه است:

حلقه زن خانه به دوش توایم	چون در تو حلقه به گوش توایم
داغ تو داریم و سگ داغدار	می‌پذیرند شهان در شکار
هم تو پذیری که ز باغ توایم	قمری طوق و سگ داغ توایم
بی طعمیم از همه سازنده ای	جز تو نداریم نوازنده ای
از پی تست این همه امید و بیم	هم تو ببخشی و ببخش، ای کریم
چاره ما ساز، که بی داوریم	گر تو برانی، به که روی آوریم

(نظامی، ۱۳۹۲: ۱۱)

۴-۳- مذهب درمانی

تکیه بر دستورات مذهبی و توکل و اعتماد به خداوند در تسکین و درمان مشکلات روانی، از شیوه هایی است که اثربخشی آن از دیر باز به تجربه اثبات شده است.

۴-۳-۱- درمان از طریق یاد خدا

همه انسانها در زندگی به دنبال موفقیت و رسیدن به خواسته های خود یعنی کمال و آرامش هستند. لازمه تأمین چنین اهدافی داشتن ارتباطات قوی و مؤثری است که بتواند نیازهای ما را برآورده و در رسیدن به خواسته هایمان ما را یاری نماید.

پای به رفتار یقین سر شود	سنگ به پندار یقین زر شود
گر قدمت شد به یقین استوار	گرد ز دریا، نم از آتش برآر
هرکه یقین را به توکل سرشت	بر کرم «الرزق علی الله» نوشت
بر در او رو، که از اینان به اوست	روزی ازو خواه، که روزی ده اوست

(همان: ۱۱۴)

۴-۳-۲- درمان با قرآن و دعا

«دعا عین عبادت است، دعا خواندن است یا خواستن. اگر خواندن است، عین ثنا است، وخواستن است بنده را سزا است، وهر دو عبادت است و نجات را وسیلت. یحیی معاذ گفت:

عبادت، الله خزاینه ای است. کلید این خزینه دعا، و دندانهای این کلید لقمه حلال و شرط دعا تضرع و زاری، و بر درگاه عزت خود را بیفکندن بخواری» (میبدی، ۱۳۳۹، ج ۳، ص ۶۴۱). دعا دارای آثار تربیتی و سازنده فراوانی است که موجب تلطیف روح در سایه ارتباط با معبود و در پی آورنده پاکی و طهارت است که سبب تسکین آلام روحی و روانی است. دعا امید بخش است زیرا در پرتو آن انسان خود را با بزرگترین منبع فیض هستی در ارتباط تنگاتنگ و صمیمانه می بیند و از تنهایی و بی کسی نجات می یابد. «وَأَذْكُرُ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرَّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ»؛ و در دل خویش پروردگارت را بامدادان و شامگاهان با تضرع و ترس بی صدای بلند یاد کن و از غافلان مباش (سوره اعراف/آیه ۲۰۵) نظامی توجه به قرآن کریم و آموزه های قرآنی را همواره فرا یاد مخاطبان می آورد.

یار شو ای مونس غمخوارگان	چاره کن ای چاره بیچارگان
قافله شد واپسی ما ببین	ای کس ما بی کسی ما ببین
بر که پناهیم تویی بی نظیر	در که گریزیم تویی دستگیر
جز در تو قبله نخواهیم ساخت	گو ننوازی که خواهد نواخت
دست چنین پیش که دارد که ما	زاری از این بیش که آرد که ما
در گذر از جرم که خواهند ایم	چاره ما کن که پناهنده ایم

(نظامی، ۱۳۹۰: ۷)

حکیم گنجه طبق روایت، حالت تضرع و درماندگی را پیش زمینه دعا می داند.

نه من چاره خویش دانم	تو دانی چنان کن که دانی و بس
طلبکار تو هرکسی بر امید	یکی در سیاه و یکی در سپید
بدان تا ز باغ تو یابد بری	تضرع کنان هرکسی بر دری

(همان: ۵)

«أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَ يَكْشِفُ السُّوءَ وَ يَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ إِلَهٌ مَعَ اللَّهِ قَلِيلًا مَّا تَذَكَّرُونَ» (نمل / آیه ۶۲).

۴-۳-۳- هدایت کردن انسانها

نظامی در جای جای مخزن الاسرار، انسانها را به رعایت احکام و اطاعت از فرمان خدا فرا می خواند تا بدین وسیله گامی در راه سلامت فرد و جامعه برداشته باشد. «در حقیقت امر به معروف و نهی از منکر را می توان نوعی روان درمانی هدایتی خواند که موجبات تغییر و اصلاح در جامعه می شود» (حسینی، ۱۳۸۷: ۲۴۴)

هر که یقینش به ارادت کشد خاتم کارش به سعادت کشد
راه یقین جوی ز هر حاصلی نیست مبارک تر از این منزلی

(نظامی، ۱۳۹۰: ۱۱۴)

۴-۳-۴- امید به خدا

از آنجا که خداوند بزرگ می خواهد همه آفریده هایش، به ویژه انسانها، به درگاه او روی آورند و چشم امیدشان به سرای جاودانه او باشد و زندگی پاک و جاودانه ای را در جهان دیگر جستجو کنند از بندگان می خواهد که به هنگام رنج و دشواری امید خود را از دست ندهند و به خدا توکل کنند و نتیجه کارها را به او واگذار کنند زیرا خدا برای حل همه مشکلات کافی است.

عالم خوش خور، که زکس کم نه ای غصه مخور، بنده عالم نه ای
...دل به خدا بر نه و خرسندی اینت جداگانه خداوندی

(نظامی، ۱۳۹۲: ۷۸)

نظامی براین باور است اگر انسان دست خالی به سوی خدا آمده است به خاطر این است که به لطف خداوند امید وار است:

پیش تو گر بی سر و پا آمده ایم هم به امید تو خدای آمدم

(همان: ۱۱)

۴-۳-۵- توبه کردن

توبه در نظر اهل طریقت، توبه اولین مقام است. (گوهرین، ۱۳۶۸، ج ۳، ص ۲۳۱) توبه به معنای رجوع و بازگشت از گناه و به عبارتی پذیرش توبه واقعی بنده معصیت کار از گناهی که مرتکب شده می باشد. هرچه توبه و استغفار از خدا به گناه انجام گرفته، توسط فرد گناهکار نزدیکتر باشد انسان زودتر سبکبال شده و بنابراین روح و دل او صفا یافته و در

نتیجه به ایمان نزدیکتر خواهد بود؛ لذا او را به کار خوب نزدیک تر می کند که این موجب می گردد، حسنات انجام گرفته سیئاتش را پاک کند.

حاصل دنیا چو یکی ساعت است طاعت کن کز همه به طاعت است
طاعت کن روی بتاب از گناه تا نشوی چون خجلان عذر خواه

(نظامی، ۱۳۹۰: ۱۰۲)

۴-۳-۶- دوری از آزار مردم

غارت دارایی ضعیفان و خوردن مال یتیم و ستم کردن به دیگران، روز قیامت در محضر داور عادل به داوری گذاشته می شود و چنین اعمالی برای انسانها جز شرمساری و خجلت حاصلی نخواهد داشت. پس باید به جای مردم آزاری به فکر راحتی مردم باشیم.

راحت مردم طلب، آزار چیست؟ جز خجلی حاصل این کار چیست؟
مست شده عقل به خوشخواب در کشتی تدبیر به غرقاب در
ملک ضعیفان به کف آورده گیر مال یتیمان به ستم خورده گیر
روز قیامت که بود داوری شرم نداری که چه عذر آوری؟

(نظامی، ۱۳۹۲: ۷۹)

شاعر می گوید: به سبب مستی و خوشخوابی عقل و افتادن کشتی تدبیر به غرقاب هلاکت، فرض کن مال یتیم و ملک ضعیف را بردی، در روز قیامت چه جواب خواهی داد؟ پس انسان تا آن جایی که می تواند باید سعی کند که دلها را شاد نماید و غمی از انسانهای دیگر بردارد.

عمر به خشنودی دلها گذار تا ز تو خشنود بود کردگار
سایه خورشید سواران طلب رنج خود و راحت یاران طلب

(همان: ۸۲)

اسلام دینی اجتماعی است و حتی احکام فردی آن نیز در جهت اصلاح روابط اجتماعی و تقویت اهداف قرآنی استفاده می شود.

ما همه جسمیم، بیا جان تو باش ما همه دیویم، سلیمان تو باش

(همان: ۶۹)

امام صادق (ع) می فرمایند: «همزیستی خوب و نیکی با خلق خدا در غیر معصیت، از زیادتی فضل و لطف الهی است نسبت به بنده خود. پس با مردم معاشرت خوب داشته باشیم برای خدا نه به خاطر فایده دنیوی» (مصباح الشریعه، ۱۳۸۱: ۶۷)

هر که به نیکی عمل آغاز کرد نیکی او روی بدو باز کرد
گنبد گردنده ز روی قیاس هست به نیکی و بدی حق شناس
(نظامی، ۱۳۹۰: ۴۳)

۴-۳-۷- توجه به کار و تلاش

در «مخزن الاسرار» قدر و قیمت کار و زحمت جایگاهی ویژه دارند. نظامی از انسانهای ساده ای که با دسترنج خود روزگار می گذرانند، به مهر یاد می کند؛ از دهقان پیری که آخرین دانه های بذر را به خاک می افشاند، آن را با اشک چشم آبیاری می کند و با ناخن خاک را شخم می زند، از پیر خشت زنی که در سوز سرمای زمستان و هُرم گرمای تابستان تکاپو می کند تا دستش را نزد این و آن دراز نکند.

پیر یکی روز درین کار و بار کار فزایش در افزود کار
آمد از آنجا که قضا ساز کرد خوب جوانی سخن آغاز کرد
کاین چه زبونی و چه افکندگیست کاه و گل، این پیشه خربندگیست
خیز و وزن بر سپر خاک تیغ کز تو ندارند یکی نان دریغ
چند کلوخی به تکلف کنی در گل و آبی چه تصرف کنی؟
پیر بدو گفت جوانی مکن درگذر از کار و گرانی مکن
دست بدین پیشه کشیدم که هست تا نکشم پیش تو یک روز دست
(نظامی، ۱۳۹۲: ۱۱۱)

۴-۳-۸- دوری از بازگویی عیوب دیگران

عیب جوایی یکی از رذایل اخلاقی است که قرآن با تعبیرهای مختلف از آن نهی کرده و عیب جو را مورد نکوهش قرار داده است. عیب جوایی نتیجه عداوت و حسد است به این معنا که اگر کسی کینه و دشمنی دیگری را در دل داشته باشد به دنبال عیوب او می افتد تا آن ها را پیدا و رسوایش کند. عیب جوایی مایه ریخته شدن آبروی دیگران، باعث تهییج کینه ها و عداوت باعث از بین رفتن محبت و از دست دادن دوستان و موجب از هم گسیختگی نظام و شیرازه اجتماع می شود.

چشم فرو بسته ای از عیب خویش	عیب کسان را شده آینه پیش
عیب نویسی مکن آینه وار	تا نشوی از نفسی عیب دار
یا به درافکن هنر از غیب خویش	یا بشکن آینه عیب خویش
دیده ز عیب دگران کن فراز	صورت خود بین و درو عیب ساز
در همه چیزی هنر و عیب هست	عیب مبین، تا هنر آری به دست

(همان: ۱۲۵)

۴-۳-۹- آموختن هنر

از دیدگاه نظامی، ارجمند داشتن هنر و استعداد ضروری است؛ وی ارجگذاری به هنر را خود نوعی هنر می داند.

دل به هنر ده، نه به دعوی پرست	صید هنر باش به هر جا که هست
آب صدف گرچه فراوان بود	دُر ز یکی قطره باران بود

(همان: ۱۵۰)

نظامی خود هنرمند است. هنر در آثار نظامی، به معنای «بسیاری از قبیل حسن و شجاعت و حرفه و پیشه و فنون رزمی و سخنوری و شاعری و پیکرتراشی و نوازندگی و تقوی و حتی هر عمل به ظاهر بد، که منتهی به خیری باشد، به کار برده شده» (فرشبافیان صادقی، ۱۳۷۲: ۱۰۴) و با این توصیف روشن می شود که در اشعار نظامی، هم نگاه جامع و سنتی به هنر دیده می شود و هم نگرش خاص به آن. (نظامی، ۱۳۹۲: ۱۵۰)

۴-۳-۱۰- دوری از کینه

کینه ورزی و دشمنی، انحرافی روانی، گناهی بزرگ و بیماری مهلکی است که اگر و بال نکبت بار آن گریبان گیر آدمی گردد، آرامش روح را از بین برده، سلامت روان را دستخوش عوارض خسارت بار خود کرده، روح اخوت و برادری را در معرض فنا و نابودی قرار می دهد. خوبی ها و بدی ها انسان هر دو به خودش بر می گردد.

هرچه کنی، عالم کافر ستیز	بر تو نویسد به قلمهای تیز
و آنچه گشایی ز در عز و ناز	بر تو همان در بگشایند باز
نیک و بد آنان که بسی دیده اند	نیک بلی، بد نپسندیده اند

(همان: ۱۷۰)

کینه‌توزی اغلب ناشی از حسد و حسد هم ناشی از کبر می باشد و برای رشد و تکامل روحی، سدی محکم و برای ایجاد بیماری قلبی و جسمی، میکرب و ویروس قوی است. هیچ دل از حرص و حسد پاک نیست معتمدی بر سر این خاک نیست دین سره نقدی ست به شیطان مده یارۀ فغفور به سگبان مده (همان: ۱۳۶)

۴-۳-۱۱- داشتن دوستی صمیمی

از آنجایی که همه می دانیم انسان موجودی ذاتاً اجتماعی است و علاقه مند به ارتباط و کنجکاوی در فضای اجتماعی است آن چیزی که سبب رشد و ارتقای شخصیتی و فکری فرد می شود مدیریت این علاقه مندی است.

دوست بود مرهم راحت رسان گرنه، رها کن سخن ناکسان (نظامی، ۱۳۹۰: ۱۴۹)

تشخیص یک فرد مناسب برای معاشرت و دوستی در همین راستا می باشد چرا که انسان دارای عقل و دانش تکوینی است؛ پس فردی که وی را به صورت مناسب در این مسیر همراهی کند و با یآوری او بتوان ضعف های خود را بشناسد و به بهترین راه حل برطرف کند موضوعی منطقی و مشخصی است.

چون دل تو بند ندارد بران قفل چه خواهی ز دل دیگران
چون بود از همنفسی ناگزیر همنفسی را ز نفس وامگیر
پای نهادی چو درین داوری کوش که همدست به دست آوری
تا شناسی گهر یار خویش یاوه مکن گوهر اسرار خویش (نظامی، ۱۳۹۲: ۱۶۳)

۵- نتیجه گیری

مخزن الاسرار قدیمی ترین منظومه خمسه است و خصوصیت آن با بقیه فرق دارد و به جای داستان، منظومه‌ای کاملاً عرفانی است با حکایات تمثیلی به سبک حدیقه سنایی یا مثنوی جلال‌الدین رومی. روان درمانی به عنوان فرآیندی علمی و روشمند، برای رفع مشکلات روحی و روانی راهکارهایی دارد. شعر یکی از روشهای شناخته شده روان درمانی است. نظامی از جمله شاعرانی است که با شناخت کامل از انسان، نابسامانیهای روحی او را مورد توجه قرار داده و نسخه های درمانی لازم را در کتاب مخزن الاسرار آورده است.

نظامی در مخزن الاسرار به زبان شعر سخن گفته و شعر یکی از روشهای است که به فرد کمک می کند، آشفتگی های روانی خویش را از بین برده و حقایق و زیبایی های زندگی را دریافت کند. زیرا که هدف نظامی شناخت خود بوده تا بدین وسیله فرد با اتصال به سرچشمه لایزال هستی و منبع قدرت مطلق، حیات و قدرت حقیقی را تجربه کند. نظامی روان درمانگری است که فقط یک بار به موضوعی نمی پردازد بلکه با توجه به مقتضات فکری و نیاز، خواننده را جذب مفاهیم درمانی کرده است.

نظامی روش درست و سالم زیستن براساس آموزه های دینی را به کار می گیرد. وی برای ایجاد آرامش، او را به ذکر خدا و یاد خداوند، خواندن قرآن و کمک به هموعان و دوری از رذایل اخلاقی توصیه می نماید.

نظامی علاوه بر این که در موارد متعدد از تأثیر ویژه مؤانست با قرآن در تصفیة دل و تزکیة روح و جان سخن گفته است، در جای جای مخزن الاسرار از آیات قرآن به طرق مختلف تلمیح، و اشاره استفاده کرده است

کتاب نامه

قرآن کریم

- ابراهیمی، ابراهیم. ۱۳۹۲. «ساختار و مضمون توسل در اشعار نظامی گنجوی با تکیه بر قرآن و حدیث». فصلنامه علمی-پژوهشی. «پژوهش های ادبی- قرآنی» سال اول. شماره دوم. تابستان ۱۳۹۲. صص: ۱۸۸-۱۶۷.
- بطحایی، سید هاشم. ۱۳۸۱. «شعر و نقش آن در جامعه». مجله دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه تهران. زمستان ۱۳۸۱: صص ۱۸۲-۱۶۱.
- ثروت، منصور. ۱۳۷۰. گنجینه حکمت در آثار نظامی. تهران: امیر کبیر.
- حسینی، سیدابوالقاسم. ۱۳۸۷. اصول بهداشت روانی. مشهد: به نشر.
- حکیمی، محمدرضا. ۱۳۷۸. ادبیات و تعهد در اسلام. قم: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- جعفر بن محمد، امام صادق^(ع). ۱۳۸۱. مصباح الشریعه و مفتاح الحقیقه. گردآوری و ترجمه عباس عزیزی. قم: انتشارات صلاه.
- چرنیشفکی. ۱۳۵۷. رابطه هنر با واقعیت از دیدگاه زیبایی شناسی. ترجمه مجید امین موید. تهران: انتشارات رز.
- خان محمدی، محمدحسین، همتی، حجت‌اله. ۱۳۹۴. «انعکاس آموزه های تعلیمی در خمسه نظامی». نشریه علمی پژوهشی. سال هفتم. شماره ۲۷. ۱۶۸-۱۴۳.
- زرین کوب، عبدالحسین. ۱۳۷۲. پیر گنجه در جستجوی ناکجاآباد؛ (درباره زندگی آثار و اندیشه های نظامی). چاپ نخست، تهران: انتشارات سخن.
- زنجانی، برات. ۱۳۷۸. احوال و آثار و شرح مخزن الاسرار نظامی؛ چاپ پنجم، تهران: مؤسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران.
- صفا، ذبیح‌اله. ۱۳۸۱. تاریخ ادبیات در ایران. جلد ۲. چاپ پانزدهم، تهران: انتشارات فردوس.
- علی پاشا، صالح. ۱۳۳۸. آداب فن سخن. چاپ دوم. تهران
- فرشافیان صادقی، احمد. ۱۳۷۲. «پیرامون هنر و هنرمند در آثار نظامی». ادبستان فرهنگ و هنر. شماره ۴۷. صص ۱۰۵-۱۰۴.
- گوهرین، سیدصادق. ۱۳۶۸، شرح اصطلاحات تصوف، تهران، زوار.

- میبدی، رشیدالدین ابوالفضل. ۱۳۳۹. کشف الاسرار و عده الابرار. (ج ۱۰-۱). به اهتمام علی اصغر حکمت. تهران: چاپخانه سپهر.
- نصر اصفهانی، شیرین. زهرا، مائده. ۱۳۹۳. «هفت شیوه روان درمانی در مثنوی». نشریه علمی- پژوهشی. سال هشتم. شماره اول. پیاپی ۲۶. بهار و تابستان ۱۳۹۳. صص ۱۶۸-۱۴۵.
- نظامی، نظام الدین الیاس. ۱۳۹۰. خمسه نظامی. تهران: هرمس.
- ، -----، ۱۳۹۲. مخزن الاسرار. تصحیح و حواشی: حسن وحید دستگردی. تهران: نشر قطره.
- ، -----، ۱۳۸۹. هفت پیکر نظامی. به اهتمام دکتر برات زنجانی. تهران: موسسه انتشارات امیر کبیر.
- ، -----، ۱۳۸۸. مخزن الاسرار. براساس متن علمی- انتقادی. آکادمی علوم شوروی. زیر نظر ا. برتلی. چاپ سوم. تهران: انتشارات ققنوس

References

Holy Quran

- Ibrahimi, Ibrahim(2013): "the structure and theme of resorting in poems of Nizami Ganjavi relying of Quran and Hadith". Journal of research. "literary-Quranic researchs" first year. NO.2nd. summer 2013. Pp:167-188
- Bathaie, sayed Hashem. (2002). "poem and its role in society". Journal of Faculty of Literature & Humanities University of Tehran. Winter 2002: pp 161-182
- Servat, Mansour. (1991): pp 161-182.
- Huseinie, sayed abu-al- ghasem (2008). Principles of Mental Health. Mashhad: Beh-Nashr
- Hakimi, Muhammad-reza. (1999). "literature and commitment in Islam. Qum: Islamic Culture Publishing Office.
- Jafar Ibn-Muhammad, Imam Sadiq (as). (2002)." Mesbah al-Sharia and Maftah al-Haghigha ". collected and translated by Abbas Azizi. Qum: Salat publishing.
- Chernyshfki(1978). "The relation between art and reality from the viewpoint of aesthetics". Translated by Majid Amin Muayed. Tehran: Roz publishing.

- Khan-Muhammadi, Muhammad Hussain. Himmati, Hojjat allah. (2015). "the reflection of teaching doctrines in khamsa of Nizami". Journal of research. Seventh year. No. 27. Pp 143-168.
- Zarrin Kob, Abdul Hussein.(1993). "old one of Ganjea looking for nowhere" (it's about works and thoughts of Nizami). First edition, Tehran: Sokhan publishing.
- Zanjani, Barat. (1999). "biography and works and explanation of Makhzan al-Asrar of Nizami Ganjavi", fifth edition, Tehran: institution of Publications and Printing of Tehran University .
- Safa, Zabih-allah. (2002). "Literature history in Iran" Vol.2. fifteenth edition, Tehran: Ferdows publishing.
- Ali Pasha, Saleh. (1959). "the mores of speech". 2nd edition. Tehran.
- Farshbafian Sadeghi, Ahmed. (1993). "around of art and artist in works of Nizami". The school of culture and art. No. 47. Pp 104-105.
- Gowharin, sayed Sadegh, (1989), "the expression of Sufism terms", Tehran, Zavvar.
- Meybodi, Rashid al-din Abolfazl. (1960). " Kashf al-asrar va va ouddat al-abrar". (Vol. 1-10). In partnership with: Ali Asghar Hikmat. Tehran: Sepehr printing.
- Nasr-Isfahani, Shiri. Zahra, Maedeh. (2014). "seven ways of psychotherapy in masnavi". Journal of research. Eighth year, No. 1st- 26. Spring and summer 2014. Pp 145-168
- Nizami, Nizam al-din Elyas. (2011). "khamsa of Nizami". Tehran: Hermes.
- (2010). "Makhzan al-Asrar". Correction and annotation by Hassan Vahid Dastgerdi. Tehran: Ghatrah publishing.
- (2010) " The Seven Beauties of Nizami". In partnership with: Dr. Barat Zanjani. Tehran: institute of Amir Kabir Publishing.
- (2009). "Makhzan al-Asrar". Based on scientific-critical text. The academy of Soviet sciences. Under the purevision of A. Bretly. Third edition. Yehran: Phoenix Publishing
- .