



The Representation of Death Anxiety in 'Aṭṭār Nīshābūrī's Tadhkirat al-Awliyā'

A Psychological and Mystical Analysis

Nafise Irani¹  | Milad Movahhedi Rad² 

1. Assistant Professor, Department of Persian Language and Literature Education, Faculty of Literature and Languages, Farhangian University, Tehran, Iran. Email: n.irani@cfu.ac.ir

2. Corresponding Author, PhD, Department of Persian Language and Literature Education, Faculty of Literature and Humanities, Farhangian University, Alborz, Iran. Email: m.movahedirad@cfu.ac.ir

Abstract

The question of death and the anxiety arising therefrom constitutes one of the most fundamental human concerns throughout history. Existential psychology regards death as the primary source of anxiety and holds that confronting it represents the most consequential human experience. In Islamic mysticism (taṣawwuf), death is conceived not as an end but as a bridge toward union (wiṣāl) with Ultimate Reality. 'Aṭṭār Nīshābūrī's Tadhkirat al-Awliyā', as one of the most distinguished works of Persian mystical prose, contains narratives that reflect various manifestations of death anxiety and the strategies employed to confront it.

This study employs qualitative content analysis within the framework of existential psychology to examine death anxiety in the hagiographical accounts of ten renowned mystics presented in this work. The findings reveal three principal levels in the management of death anxiety within these narratives: (1) the level of negation, wherein conventional mechanisms of eschatological reward and punishment are rejected (as exemplified by Rābi'a al-'Adawiyya); (2) the transformative level, wherein death-awareness becomes the primary catalyst for spiritual and moral transformation (as seen in Fuḍayl 'Iyād, Ibrāhīm Adham, and Dāwūd Ṭā'ī); and (3) the transcendental level, wherein death is interpreted as union and perfection of the path (as demonstrated by Ḥallāj and Bāyazīd Bisṭāmī).

This classification demonstrates that 'Aṭṭār, through his narration of the saints' lives, transforms death anxiety from a psychological threat into the driving force of mystical wayfaring (sulūk). Accordingly, Tadhkirat al-Awliyā' offers a rich paradigm for 'authentic living in the light of death,' possessing analytical value from both psychological and mystical perspectives.

Keywords: Death anxiety, Tadhkirat al-Awliyā', Islamic mysticism, Existential psychology, Death-awareness.

Introduction

Death anxiety, as one of humanity's existential concerns, is rooted in the awareness of the inevitability of life's termination and has received serious attention from schools of existential psychology, notably those of Yalom and Becker. This school considers death anxiety not merely as a source of pathology but as the primary impetus for meaning-making in life and spiritual growth. Within the tradition of Islamic mysticism, death is viewed from a religious perspective as the conclusion of worldly life and the commencement of the hereafter; however, in the mystics' vision, death constitutes a 'bridge' and gateway to 'union with the Real' (wiṣāl bi-l-Haqq), rather than a catastrophe. This study emphasizes the significance of 'Aṭṭār Nīshābūrī's Tadhkirat al-Awliyā', as this work represents a treasury of spiritual experiences that aptly reflects the tension and interaction between this



existential anxiety and the mystical strategies for overcoming it. The objective of this article is to analyze and classify the methods of confronting and managing death anxiety employed by the mystics of the Tadhkira, utilizing the conceptual tools of existential psychology.

Research Findings

The results of qualitative content analysis of the hagiographical accounts of ten prominent mystics in Tadhkirat al-Awliyā' reveal three distinct and developmental levels in the representation and management of death anxiety:

1. The Level of Negation

At this level, the individual manages anxiety through the rejection of traditional mechanisms. For instance, the conduct and utterances of Rābi'a al-'Adawiyya exemplify the negation of the popular conception of eschatological reward and punishment.

2. The Transformative Level

At this stage, death-awareness functions as a powerful catalyst that compels the individual toward radical change in lifestyle and spiritual wayfaring. Exemplary figures such as Fuḍayl 'Iyāḍ, Ibrāhīm Adham, and Dāwūd Ṭā'ī attain moral transformation and embark upon the spiritual path through death-awareness.

3. The Transcendental Level

At the highest level, anxiety is entirely transmuted into tranquility and yearning. Death is no longer perceived as a threat but is interpreted as perfection and union with the Absolute Beloved. Mystics such as Ḥallāj and Bāyazīd Bisṭāmī at this stage perceive death as liberation and ascension, welcoming it with open embrace.

Conclusion

The present study confirms that mystical literature, particularly Tadhkirat al-Awliyā', constitutes a rich resource for understanding humanity's existential confrontation with death. The tripartite levels identified in the management of death anxiety (negational, transformative, and transcendental) represent not merely a classification but express varying degrees of spiritual and epistemological maturity among the mystics upon the path of wayfaring. While existential psychology seeks to overcome the fear of death to attain meaning in life, Islamic mysticism, by transmuting fear into the yearning for union, achieves the highest level of transcendence. This analysis demonstrates how 'Aṭṭār's mysticism has succeeded in offering a transformative narrative of death—as an experience not merely psychological but thoroughly epistemological—thereby providing a comprehensive response to this fundamental human predicament.

Cite this article: Irani, N., & Movahhedi Rad, M. (2026). The Representation of Death Anxiety in 'Aṭṭār Nīshābūrī's Tadhkirat al-Awliyā': A Psychological and Mystical Analysis. *Religions and Mysticism*, 58 (2), 515-534. (in Persian)

Publisher: University of Tehran Press.

Authors retain the copyright and full publishing rights.

DOI: <https://doi.org/10.22059/jrm.2025.405409.630698>



Article Type: Research Paper

Received: 1-Nov-2025

Received in revised form: 12-Nov-2025

Accepted: 24-Dec-2025

Published online: 13-Jan-2026

بازنمایی اضطراب مرگ در تذکرة الاولیای عطار نیشابوری

واکاوی روان‌شناختی و عرفانی

نقیسه ایرانی^۱ | میلاد موحدی راد^۲ ✉

۱. استادیار، گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشکده ادبیات و زبان‌ها، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران. رایانامه: n.iranii@cfu.ac.ir

۲. نویسنده مسئول، دانش‌آموخته دکترا، گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه فرهنگیان، البرز، ایران. رایانامه: m.movahedirad@cfu.ac.ir

چکیده

مسئله مرگ و اضطراب ناشی از آن، یکی از بنیادی‌ترین دغدغه‌های انسان در طول تاریخ بوده‌است. روان‌شناسی وجودی، مرگ را سرچشمه اصلی اضطراب می‌داند و معتقد است که مواجهه با آن، سرنوشت‌سازترین تجربه انسان است. در عرفان اسلامی نیز مرگ، نه پایان که پلی به سوی وصال با حقیقت مطلق تلقی می‌شود. تذکرة الاولیاء عطار نیشابوری به عنوان یکی از برجسته‌ترین متون نثر عرفانی فارسی، در بردارنده روایت‌هایی است که جلوه‌هایی گوناگون از اضطراب مرگ و شیوه‌های مواجهه با آن را بازتاب می‌دهد. این پژوهش با روش تحلیل محتوای کیفی و با بهره‌گیری از چارچوب روان‌شناسی وجودی، به واکاوی اضطراب مرگ در حکایات ده عارف نامدار در این اثر می‌پردازد. یافته‌ها نشان می‌دهد که می‌توان سه سطح عمده در مدیریت اضطراب مرگ در این حکایات تشخیص داد: (۱) سطح انکاری، که در آن سازوکارهای متعارف پاداش و کیفر اخروی نفی می‌شود (مانند رابعه عدویه)؛ (۲) سطح تحولی، که مرگ‌آگاهی به محرک اصلی دگرگونی معنوی و اخلاقی بدل می‌شود (مانند فضیل عیاض، ابراهیم ادهم و داوود طائی)؛ و (۳) سطح استعلایی، که در آن مرگ به مثابه وصال و کمال راه تفسیر می‌گردد (مانند حلاج و بایزید بسطامی). این طبقه‌بندی نشان می‌دهد که عطار با استفاده از روایت اولیا، اضطراب مرگ را از یک تهدید روان‌شناختی به موتور محرک سلوک عرفانی تبدیل کرده‌است. بنابراین، می‌توان گفت تذکرة الاولیاء الگویی غنی برای «زیستن اصیل در پرتو مرگ» ارائه می‌دهد که هم از منظر روان‌شناسی و هم از منظر عرفانی واجد ارزش تحلیلی است.

کلیدواژه‌ها: اضطراب مرگ، تذکرة الاولیاء، عرفان اسلامی، روان‌شناسی وجودی، مرگ‌آگاهی.

استناد: ایرانی، نقیسه، و موحدی راد، میلاد (۱۴۰۴). بازنمایی اضطراب مرگ در تذکرة الاولیای عطار نیشابوری: واکاوی روان‌شناختی و عرفانی. ادیان و عرفان، ۵۸ (۲)، ۵۱۵-۵۳۴.

نوع مقاله: علمی-پژوهشی

دریافت: ۱۴۰۴/۰۸/۱۰

بازنگری: ۱۴۰۴/۰۸/۲۱

پذیرش: ۱۴۰۴/۱۰/۰۳

انتشار: ۱۴۰۴/۱۰/۲۳

ناشر: مؤسسه انتشارات دانشگاه تهران

حق چاپ و حقوق نشر برای نویسندگان محفوظ است.

DOI: <https://doi.org/10.22059/jrm.2025.405409.630698>



مقدمه

مرگ یکی از بنیادی‌ترین مفاهیم اندیشه بشری است که همواره ذهن انسان را به خود مشغول داشته است و در اغلب سنت‌های فکری و دینی به منزله نقطه‌ای سرنوشت‌ساز در زندگی آدمی تلقی شده است. در ادبیات کلاسیک فارسی نیز بازتاب گسترده‌ای از مرگ‌اندیشی دیده می‌شود؛ به‌ویژه در عرفان اسلامی، جایگاهی کانونی یافته است. عارفان مسلمان مرگ را نه پایان، بلکه گذار از حیات جسمانی به زندگی حقیقی می‌دانند. آنان مرگ را دروازه وصال و لحظه بازگشت به اصل و حقیقت هستی تعبیر کرده‌اند. برای نمونه مولانا در مثنوی معنوی، مرگ را گذرگاه رسیدن به عالم بقا توصیف می‌کند، و مرگ را شادی وصال می‌داند.^۱ بدین‌سان، اضطراب مرگ در این سنت فکری، تنها یک تجربه منفی و تهدیدکننده نیست، بلکه می‌تواند به عامل بیداری، تحول و تعالی معنوی بدل شود (نصر، ۱۳۷۹: ۲۸-۲۹؛ زرین‌کوب، ۱۳۷۸: ۴۹۸ - ۵۰۰). در این میان، عطار نیشابوری با نگارش تذکرة الاولیاء مجموعه‌ای منحصر به فرد از سرگذشت و اقوال مشایخ صوفیه فراهم آورده است که در آن، مرگ و اضطراب ناشی از آن، از زوایای متعددی قابل تأمل است.

اهمیت این مسئله زمانی آشکارتر می‌شود که بدانیم در روان‌شناسی مدرن، مرگ و اضطراب مرگ به عنوان مهم‌ترین سرچشمه اضطراب وجودی معرفی شده است. اروین یالوم (۱۹۸۰) و اریک فروم (۱۹۴۱) بر این باورند که آگاهی از مرگ، انسان را با تجربه‌ای یگانه و غیرقابل اجتناب مواجه می‌سازد که می‌تواند هم موجب رنج و هم سرچشمه معنا شود. مقایسه این دیدگاه‌ها با آموزه‌های عرفانی، نشان می‌دهد که عارفان مسلمان با بازتعریف اضطراب مرگ در قالب سلوک معنوی، پاسخی متفاوت و عمیق‌تر به این تجربه بنیادین ارائه کرده‌اند. بنابراین، بررسی اضطراب مرگ در تذکرة الاولیاء نه تنها از منظر مطالعات عرفانی و ادبی، بلکه از زاویه روان‌شناسی وجودی نیز اهمیت دوچندان دارد. این اثر می‌تواند الگویی ارزشمند از مواجهه خلاق با مرگ ارائه دهد؛ الگویی که در آن، اضطراب مرگ نه به انکار یا فرار، بلکه به تعالی و خودشناسی منتهی می‌شود. پژوهش حاضر با هدف واکاوی نظام‌مند مفهوم اضطراب مرگ در تذکرة الاولیاء عطار نیشابوری و تحلیل آن در چارچوب روان‌شناسی وجودی انجام شده است. از جمله اهداف این پژوهش عبارتند از:

شناسایی و طبقه‌بندی جلوه‌های اضطراب مرگ در حکایات و اقوال اولیای الهی در تذکرة الاولیاء؛ بررسی سازوکارهای روان‌شناختی و عرفانی که عارفان برای مدیریت اضطراب مرگ به کار گرفته‌اند؛ تبیین نقش اضطراب مرگ در سیر و سلوک عرفانی و معنوی اولیا؛ مقایسه این نگرش‌ها با مفاهیم کلیدی روان‌شناسی وجودی و نشان دادن ظرفیت‌های تطبیقی آن‌ها و ارائه الگویی سه‌سطحی (انکاری، تحولی، استعلائی) از مواجهه با اضطراب مرگ در عرفان اسلامی.

این پژوهش می‌کوشد تا به سؤالات زیر پاسخ گوید:

۱. اضطراب مرگ در حکایات تذکرة الاولیاء چه جلوه‌هایی دارد؟

۲. عارفان روایت شده در این اثر چه سازوکارهایی برای مواجهه با اضطراب مرگ ارائه می دهند؟
۳. آیا می توان الگوی مشخصی برای دسته بندی انواع مواجهه عرفا با اضطراب مرگ در این اثر ارائه کرد؟
۴. چه نسبتی میان نگرش عرفان اسلامی به اضطراب مرگ و نظریه های روان شناسی وجودی برقرار است؟

ادبیات موضوع و پیشینه پژوهش

موضوع مرگ و اضطراب مرگ در مطالعات ادبی، روان شناختی و عرفانی همواره مورد توجه پژوهشگران بوده است، اما هر یک از این حوزه ها از زاویه ای خاص بدان نگریسته اند.

در حوزه روان شناسی، نظریه های اگزیستانسیال به ویژه از اروین یالوم (۱۹۸۰) و ویکتور فرانکل (۱۹۵۹) مرگ را اصلی ترین منبع اضطراب وجودی معرفی کرده اند. از دیدگاه آنان، آگاهی از فناپذیری انسان را وامی دارد تا به جستجوی معنا بپردازد. در ایران نیز شماری از تحقیقات روان شناختی به بررسی ارتباط میان اضطراب مرگ و متغیرهایی چون دینداری، امید و رضایت از زندگی پرداخته اند (نادری و شکوهی، ۱۳۸۸). این پژوهش ها اگرچه اهمیت تجربه مرگ را نشان داده اند، اما کمتر به پیوند آن با سنت عرفانی پرداخته اند.

در زمینه عرفان اسلامی، آثار متعددی به بررسی جایگاه مرگ در اندیشه صوفیه پرداخته اند. زرین کوب (۱۳۷۸) در سرّ نی مرگ را از نظرگاه مولانا به عنوان پلی به سوی حقیقت مطرح کرده است. همچنین بدیع الزمان فروزانفر (۱۳۶۱) در نقد آثار عطار، مرگ اندیشی او را عامل تعمیق تجربه عرفانی دانسته است. با این حال، بیشتر این آثار رویکردی تفسیری و الهیاتی داشته و به تحلیل روان شناختی اضطراب مرگ نپرداخته اند.

در خصوص عطار و تذکرة الاولیاء، پژوهش های متعددی بر جنبه های ادبی و تاریخی و مقالاتی نیز به تحلیل مضامین اخلاقی و عرفانی حکایات پرداخته اند، اما کمتر مطالعه ای به طور مستقیم به اضطراب مرگ به عنوان یک مفهوم روان شناختی در این اثر پرداخته است. محمدی (۱۳۹۸) در پژوهشی با عنوان «فلسفه مرگ و نسبت آن با زندگی در اندیشه شاعران عارف» به این نکته بنیادین اشاره می کند که اساس جهان بینی عرفا نسبت به مرگ، فلسفی بوده است. از نگاه ایشان، «اگر مرگ نبود، فلسفه هستی خویش مطرح نمی شد». این دیدگاه، مرگ را نه به عنوان یک پایان، بلکه به عنوان محرکی برای جستجوی معنا و درک فلسفه وجودی انسان قلمداد می کند. این نگرش، پایه نظری مناسبی برای تبیین این مسئله است که چگونه معنویت می تواند با تغییر نگرش به مرگ، از آن به عنوان یک تهدید به یک عامل معنا آفرین تبدیل شود.

در سطحی ژرف تر، براتی (۱۳۹۱) در پژوهشی با عنوان «حکمت های مرگ از نظرگاه مولوی در مثنوی» به تبیین حکمت های مرگ می پردازد. از دیدگاه او، «مرگ حقیقی، در کنار ضد خود زیستن

است» و با بیان ضدیت روح و تن، با تمثیل‌های روشنگرانه، رنج و عذابی را که روح در اثر همنشینی با تن متحمل می‌شود، شرح می‌دهد. این نگاه عرفانی، اضطراب مرگ را ناشی از وابستگی روح به کالبد فانی می‌داند و مرگ را به عنوان رهایی و وصال معنا می‌کند. چنین دریافتی، مکانیزم قدرتمندی را برای کاهش اضطراب مرگ ارائه می‌دهد؛ چرا که ترس از فرآیند مرگ را به آرزوی رسیدن به حقیقت وجود تبدیل می‌کند.

غنوی و همکاران (۱۴۰۳) در «مقایسه اثربخشی مداخلات معنوی و مراقبت معنوی در درمان اضطراب مرگ» به‌طور مستقیم به مقایسه این دو رویکرد پرداخته و اشاره کرده‌اند که هر دو «مداخله معنوی» و «مراقبت معنوی» از روش‌های مهم در مهار اضطراب مرگ هستند. آن‌ها مکانیزم اثر معنویت را در اتصال انسان به یک نیروی برتر و معنادار کردن زندگی می‌دانند. این تمایز کلیدی نشان می‌دهد که مداخلات معنوی فعالانه‌تر و ساختاریافته‌تر هستند و درصدد ایجاد یا تقلیل یک باور و ارتباط هستند، در حالی که مراقبت معنوی ممکن است شکلی حمایتی و همراهی‌کننده داشته باشد. در مجموع، می‌توان گفت که خلأ اصلی پژوهش‌های پیشین، فقدان رویکرد میان‌رشته‌ای است. تاکنون کمتر کوششی برای پیوند دادن نظریه‌های روان‌شناسی وجودی با متون کلاسیک عرفانی صورت گرفته است. پژوهش حاضر می‌کوشد با تحلیل نظام‌مند اضطراب مرگ در تذکرةالاولیاء، این خلأ را جبران کند و الگویی سه‌سطحی از مواجهه عرفا با مرگ ارائه دهد.

۱. چارچوب نظری

۱-۱. تعریف و ابعاد اضطراب مرگ

روان‌شناسی وجودی بر این امر مسلم تأکید دارد که هستی انسان آغشته به نیستی است. یالوم (۲۰۰۸) تصریح می‌کند که آگاهی انسان موهبتی است که به بهای گزافی به دست می‌آید. دانستن اینکه می‌بالیم و روزی ناگزیر می‌میریم، این تنش میان آگاهی از فناپذیری اجتناب‌ناپذیر و آرزوی غایی برای ادامه زندگی، تعارض اصلی اگزیستانسیال‌هاست. از دیدگاه بکر (۱۹۷۳)، انسان‌ها منحصر به فردند زیرا باید زندگی کردن را بیاموزند و در عین حال، با آگاهی از فناپذیری خود سازگار شوند. تامر و الیاسون (۱۹۹۶) اضطراب مرگ را اصطلاحی تعریف کرده‌اند که برای تصور هراس و بیم ایجادشده به واسطه آگاهی از مرگ استفاده می‌شود. این مفهوم یک واکنش هیجانی منفی است که با پیش‌بینی شرایطی که در آن شخص وجود ندارد، برانگیخته می‌شود.

۲-۱. مکانیسم‌های دفاعی روان‌شناختی

بیشتر افراد ترجیح می‌دهند به مرگ نیندیشند و راهبردهایی چون سرکوب، انکار و پرهیز را در پیش می‌گیرند. با این حال، انکار مرگ نه تنها جلوی احساسات منفی را نمی‌گیرد، بلکه اضطراب مبهم و از خودبیگانگی را تشدید می‌کند (یالوم، ۱۳۹۰: ۲۴۶). در مواجهه با مرگ قریب‌الوقوع، مدل کلاسیک

کوبلر راس پنج مرحله واکنش هیجانی را ترسیم می‌کند: انکار و انزوا، خشم، چانه‌زنی، افسردگی و پذیرش، که البته امید به عنوان یک پاسخ هیجانی ششم در تمام مراحل وجود دارد (آریس، ۱۹۷۵: ۱۰۷-۱۰۳؛ کوبلر راس، ۱۳۸۶: ۵۰-۹۵)

۳-۱. مرگ در عرفان اسلامی

در مقابل دیدگاه روان‌شناختی که مرگ را نیستی یا پایان می‌داند، منطق قرآنی و عرفان اسلامی آن را انتقال و آغاز می‌دانند. مرگ در منطق قرآنی به معنای فنا و نابودی نیست، بلکه یک امر وجودی است. خداوند در قرآن مرگ را همانند زندگی یک آفریده از آفریده‌های خویش می‌داند: «الذي خلق الموت و الحیوه» (ملک، آیه ۲). تعبیر «توفی» و «رجوع» قرآن از مرگ به توفی (دریافت کامل روح از تن) تعبیر می‌کند که به معنای بازگشت به سوی خداوند است. این انتقال به معنای بازگشت به جهانی وسیع‌تر و آمیخته با ابدیت است. در دیدگاه قرآنی مرگ نه تنها باعث پوچی زندگی نمی‌شود، به زندگی این جهانی معنا و مفهوم می‌بخشد و آفرینش هستی را از بیهودگی خارج می‌سازد.

عرفان اسلامی با تکیه بر مبانی قرآنی، اضطراب مرگ را با مفاهیمی چون فناء فی‌الله و موت اختیاری متعالی می‌سازد. عارف نه منتظر مرگ طبیعی، بلکه جویای مرگ پیش از مرگ است. این مرگ، فنا شدن اراده و نفس اماره در اراده و بقای الهی است. این تجربه وجودی، ترس از مرگ را به شوق لقاء (وصال) تبدیل می‌کند. در اوج تجربه عرفانی، مرگ نه دروازه نابودی، بلکه سرآغاز زندگی جاوید اخروی، گذرگاه وصال (عروسی) با حقیقت مطلق (معشوق ازلی) تلقی می‌شود.^۱

در این پژوهش از چارچوب روان‌شناسی وجودی برای شناسایی و طبقه‌بندی تجلیات اضطراب مرگ در حکایات تذکرة الاولیاء استفاده شده و از منطق عرفانی و قرآنی برای تفسیر و معنابخشی به پاسخ‌های خاص اولیا بهره گرفته شده است.

مبانی روان‌شناسی وجودی (یالوم و بکر) به ما اجازه می‌دهد تا اضطراب (به جای ترس) را در ساحت اولیا تشخیص داده و آن را نیروی محرک پشت رفتارهای زاهدانه و مجاهدت‌های اخلاقی بدانیم. این چارچوب توضیح می‌دهد که چرا واکنش عارفان به مرگ متفاوت از الگوهای رایج روان‌شناختی (مانند مراحل کوبلر-راس) است. عارفان مراحل دفاعی (انکار و خشم) را نفی کرده یا آن را به یک موتور تحول و معرفت تبدیل می‌کنند.

۴-۱. جایگاه عطار و تذکرة الاولیاء

عطار نیشابوری (۵۴۰ - ۶۱۸ ق) یکی از برجسته‌ترین شاعران و متفکران عرفان ایرانی - اسلامی است که آثار منظوم و منثور او در شکل‌گیری سنت عرفانی فارسی نقشی بنیادین داشته است. او در کنار سنایی و مولوی، از ارکان اصلی ادبیات عرفانی شناخته می‌شود و به تعبیر بدیع‌الزمان فروزانفر (۱۳۶۱:

^۱. ابیات بسیاری در این زمینه از مولانا موجود است برای نمونه بیت زیر که از مرگ به عروسی و وصال تعبیر کرده است: «مرگ ما غُرس است ای یارانِ خوش / زین جهان بر آسمان بُردن رُخش» (مثنوی معنوی، دفتر سوم، بیت ۳۹۰۹)

۵۴) اندیشه‌هایش «تداوم‌دهنده و تکمیل‌کننده سنت عرفانی خراسان» است. عطار با بهره‌گیری از حکایات، تمثیل‌ها و زبان شاعرانه، مضامین پیچیده عرفانی را برای مخاطب عینی و ملموس ساخته و تجربه‌های درونی را در قالب روایت‌های آموزنده بازآفرینی کرده است.

در میان آثار متعدد عطار، تذکرة الاولیاء جایگاه ویژه‌ای دارد. این کتاب، نخستین و جامع‌ترین تذکره به زبان فارسی است که زندگی و سخنان بیش از هفتاد تن از اولیای الهی، زاهدان و صوفیان سده‌های نخستین اسلام را روایت می‌کند. برخلاف آثار منظوم عطار که بیشتر بر مباحث نظری و تمثیلی عرفان تمرکز دارند، تذکرة الاولیاء اثری مستند و مبتنی بر گزارش‌های تاریخی-روایی است. همین ویژگی، آن را به منبعی معتبر برای مطالعه تاریخ تصوف، سلوک عملی و نگرش‌های روان‌شناختی و معنوی مشایخ تبدیل کرده است (استعلامی، ۱۳۹۱: ۳۵-۳۶).

اهمیت تذکرة الاولیاء در پژوهش حاضر از دو جنبه است: نخست آنکه عطار در این کتاب، مرگ و اضطراب ناشی از آن را در قالب روایت‌هایی زنده و انسانی به تصویر می‌کشد. هر یک از اولیا با مرگ‌آگاهی خاص خود مواجه می‌شوند؛ از اضطراب رابعه عدویه در قطع رابطه با معشوق تا اشتیاق حلاج برای شهادت، از دگرگونی ابراهیم ادهم در مواجهه با گور تا آرامش پارادوکسیکال بایزید بسطامی. دوم آنکه این حکایات، الگویی متنوع از مکانیسم‌های روان‌شناختی و عرفانی در برابر اضطراب مرگ ارائه می‌دهند که می‌تواند با نظریه‌های مدرن روان‌شناسی وجودی مقایسه و تحلیل شود. از این منظر، تذکرة الاولیاء تنها یک کتاب تاریخی یا ادبی نیست، بلکه متنی چندلایه است که هم بُعد الهیاتی و عرفانی دارد، هم جنبه ادبی و روایی، و هم ظرفیت تحلیل روان‌شناختی. همین چندلایگی باعث می‌شود که بررسی اضطراب مرگ در این اثر، علاوه بر غنای ادبی، افقی نو در مطالعات میان‌رشته‌ای میان عرفان و روان‌شناسی بگشاید.

۲. بحث و بررسی اضطراب مرگ در تذکرة الاولیای عطار

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که می‌توان سه سطح عمده و متمایز را در شیوه‌های مدیریت اضطراب مرگ عارفان در تذکرة الاولیاء تشخیص داد. این طبقه‌بندی سه‌گانه، مسیر تحول نگاه عارف از نفی سازوکارهای دفاعی تا رسیدن به شوق وصال را ترسیم می‌کند. این سه سطح عبارتند از:

۲-۱. سطح انکاری

سطح انکاری در متن تذکرة الاولیاء شامل عارفانی است که به صراحت سازوکارهای متعارف مدیریت اضطراب مرگ را نفی می‌کنند. در سنت‌های دینی، ترس از عذاب دوزخ و طمع به پاداش بهشت، از کارآمدترین ساز و کارهای دفاعی برای تعدیل اضطراب مرگ به شمار می‌روند، اما عارفان این سطح، این سازوکارها را غیراصیل می‌دانند و آن‌ها را از چرخه عبادت حذف می‌کنند. این رویکرد، اضطراب را از یک مسئله پاداش و تنبیه اخروی، به یک دغدغه رابطه‌ای و وجودی تبدیل می‌سازد. در

تذکرة الاولیاء، رابعه عدویه بارزترین و تنها چهره این سطح است. گفتمان رابعه عدویه در تذکرة الاولیاء، مؤید گذار از مدیریت اضطراب مبتنی بر پاداش و تنبیه به یک نظام وجودی است. اضطراب رابعه دیگر از فنا، قبر یا کیفر جسمانی سرچشمه نمی‌گیرد؛ بلکه از امکان قطع رابطه با معشوق (خداوند) ناشی می‌شود. چنانکه آمده است (عطار، ۱۳۹۱: ۶۹):

نقل است که رابعه دایم گریان بودی. گفتند: «چرا می‌گریی؟» گفت: از قطعیت می‌ترسم.
که با او خو کرده‌ام، نباید که وقت مرگ ندا آید که: ما را نشایی!.

و در جای دیگر آمده است (همان: ۷۴):

گفت خداوندا اگر تو را از خوف دوزخ می‌پرستم، در دوزخم بسوز و اگر به امید بهشت می‌پرستم بر من حرام گردان و اگر از برای تو، تو را می‌پرستم جمال باقی از من دریغ مدار.

این موضع، محور اضطراب را از برون‌فردی (ترس از جهنم) به درون‌فردی (ترس از طرد شدن) منتقل می‌کند و عشق محض را به عنوان تنها سپر دفاعی نهایی در برابر مرگ جایگزین می‌سازد. در واقع، رابعه از اضطراب مرگ فیزیکی گذر کرده و به اضطراب رابطه با حضرت حق رسیده است. تأکید وی بر نماز به مثابه آخرین عبادت، تجلی مرگ‌آگاهی فعال است که هر لحظه را به موقعیتی برای تعالی وجودی تبدیل می‌کند. تعالی قلب، که غایت سیروسلوک عرفانی است. در واقع رابعه، از اضطراب مرگ فیزیکی گذر کرده و به اضطراب رابطه با معشوق (خداوند) رسیده است. این موضع، نمایانگر بازتعریف اضطراب مرگ در چارچوب دلبستگی عرفانی به حضرت حق است که در آن مرگ پایان حیات نیست بلکه امکان حیات مجدد است. وی می‌گوید:

بد بنده‌ای بود که خداوند خود را از بین عبادت یا به طمع مزد پرستد (همان: ۷۱).

این گفتار به صراحت سازوکارهای دفاعی استاندارد در برابر اضطراب مرگ؛ یعنی سیستم پاداش و تنبیه اخروی را نفی می‌کند. رابعه با این نگرش، سپرهای فرهنگی مبتنی بر بهشت و دوزخ را غیراصیل خوانده و الگویی انقلابی در مدیریت اضطراب مرگ ارائه می‌دهد که در آن، عبادت نه برای گریز از مرگ، بلکه برای تعالی رابطه عرفانی و الهی طراحی شده است. او در دعای مشهور خود، این نفی را به اوج می‌رساند:

خداوندا اگر تو را از خوف دوزخ می‌پرستم، در دوزخم بسوز و اگر به امید بهشت می‌پرستم بر من حرام گردان و اگر از برای تو تو را می‌پرستم جمال باقی از من دریغ مدار (همان: ۷۴).

رابعه، مرگ آگاهی را از یک تهدید وجودی به یک تکنیک روان‌شناختی برای زیستن اصیل تبدیل می‌کند. او با تمرین حضور در لحظه، هر لحظه را به یک موقعیت برای تعالی وجودی مبدل می‌سازد. وی می‌گوید (همان: ۷۰):

چون این خطاب شنیدم چنان دل از دنیا منقطع گردانیدم و امل کوتاه کردم که سی سال است که چنان نماز کردم که گفتم: این بازپسین نماز من خواهد بود.

علاوه بر این، رابعه با وارونه‌سازی رابطه سنتی میان انسان و دوزخ، در واقع سلسله‌مراتب وحشت را دگرگون می‌سازد:

بار خدایا اگر مرا فردای قیامت به دوزخ فرستی سَری آشکارا کنم که دوزخ از من به هزارساله راه‌گریزد (همان: ۷۵).

رابعه، مرگ آگاهی را از یک تهدید وجودی به یک تکنیک روان‌شناختی برای زندگی اصیل تبدیل می‌کند. تمرین حضور در لحظه از طریق تصور آخرین نماز، نمایانگر کاربردی کردن نظریه مدیریت اضطراب مرگ در قالب یک کوشش عرفانی است که هر لحظه را به موقعیتی برای تعالی وجودی مبدل می‌سازد. در ادامه نیز، اوج استعلا اضطراب از طریق بازتعریف نمادهای ترس را نشان می‌دهد. رابعه با وارونه‌سازی رابطه سنتی میان انسان و دوزخ، در واقع سلسله‌مراتب وحشت را دگرگون می‌سازد. این موضع، مؤید دستیابی به مرحله‌ای از قدرت وجودی است که در آن، رابعه، نه مقهور نمادهای مرگ‌آفرین، بلکه مسلط بر آن‌ها می‌شود.

۲-۲. سطح تحولی

این سطح در تذکره‌الاولیاء شامل بیشترین تعداد عارفان و متنوع‌ترین روش‌های مدیریت اضطراب مرگ است. سطح تحولی، نشان می‌دهد که چگونه مرگ آگاهی از یک تهدید، به محرک دگرگونی، انضباط اخلاقی و کنشگری وجودی تبدیل می‌شود. در این سطح، عارفان، برخلاف سطح انکاری که سپرهای دفاعی را نفی می‌کردند، اضطراب مرگ را به طور مستقیم به یک ابزار وجودی و اخلاقی برای زندگی تبدیل می‌کنند. آن‌ها مرگ را نه پایان، بلکه هشدار فعال می‌بینند که دگرگونی وجودی و سیر سلوک را سرعت می‌بخشد. در این مرحله، اضطراب به طور کامل رفع نمی‌شود، بلکه مقبول واقع شده و برای کنترل رفتار و تقویت هویت به کار گرفته می‌شود. عارفان برجسته این سطح عبارتند از: فضیل عیاض، ابراهیم ادهم، داوود طائی، شقیق بلخی، احمد بن حرب، سهل تستری و ذوالنون مصری.

۲-۱. فضیل عیاض: تحول ناگهانی و تعمیم دغدغه

در حکایت فضیل، اضطراب مرگ با یک برانگیختگی معرفت‌شناختی ناگهانی (شنیدن آیه‌ای از قرآن) آغاز و به یک تحول ریشه‌ای و انقلابی در زندگی منجر می‌شود:

یکی این آیت می‌خواند: *الم یأْن الذین آمنوا أن تخشع قلوبهم لذكر الله؟ آیا وقت آن نیامد که دل خفته شما بیدار گردد؟ چون تیری بود که بر دل فضیل آمد. گفت: آمد آمد و نیز از وقت گذشت (عطار، ۱۳۹۱: ۷۷).*

فضیل نمونه بارز تأثیر مرگ‌آگاهی در دگرگونی تحولات معنوی است. مواجهه با آیه قرآن برای وی نوعی برانگیختگی معرفت‌شناختی ایجاد می‌کند که فوراً به تغییر رفتار می‌انجامد. نگرانی وی نشان می‌دهد که چگونه مرگ‌آگاهی، دغدغه‌های دنیوی را به نگرانی‌های اخروی تبدیل می‌کند. در ادامه روایت اضطراب مرگ فضیل در تذکرة الاولیاء (عطار، ۱۳۹۱: ۷۹) می‌خوانیم:

هارون درآمد. فضیل چراغ بنشانند تا روی هارون را نباید دید. هارون دست برد. ناگاه بر دست فضیل آمد. فضیل گفت: چه نرم دستی است اگر از آتش دوزخ خلاص یابد.

فضیل در اینجا از مدیریت اضطراب فردی، فراتر رفته و آن را به یک دغدغه اجتماعی تعمیم می‌دهد. نگرانی او درباره وضعیت اخروی هارون، نشان از تبلور یک اخلاق مرگ‌آگاه دارد که در آن، فرد نه تنها به فکر نجات خویش، بلکه مسئول هدایت دیگران نیز هست. لطیفه‌ای که در عرفان ایرانی-اسلامی، یکی از اساسی‌ترین شروط سلوک الی الله است. موضع فضیل عیاض، توسعه نظریه مدیریت اضطراب مرگ را از حیطه فردی به حوزه اجتماعی نشان می‌دهد.

پس گفت: می‌ترسم از روی خوبت که به آتش دوزخ مبتلا شود و زشت گردد (همان: ۷۹).
و در آخر عمر می‌گفت: از پیغامبران رشک نیست، که ایشان را هم لحد هم قیامت و هم دوزخ و هم صراط در پیش است... از فرشتگان هم رشک نیست، که خوف ایشان از خوف بنی آدم هم زیادت است... من آن نخواهم. لیکن از آن کسی رشکم آید که از مادر نخواهد زاد (همان: ۸۵).

اینجا، اوج تحول روان‌شناختی فضیل، در مواجهه با اضطراب مرگ است. تمایل به عدم تولد در واپسین روزهای عمر، اوج آگاهی از سنگینی مسئولیت وجودی در پرتو مرگ است. این نگرش، که در روان‌شناسی وجودی با مفهوم انکار رادیکال شرایط انسانی شناخته می‌شود، نشان می‌دهد که فضیل به درکی از سنگینی مسئولیت وجودی رسیده که آرزوی خروج از دایره هستی را برایش به ارمغان آورده است. این گفتار، یک سازوکار دفاعی برای حفاظت از خود شکننده تحول‌یافته است که نمی‌خواهد دوباره به دام غفلت بیافتد.

۲-۲-۲. ابراهیم ادهم: مرگ آگاهی و هویت مقاوم

ابراهیم ادهم، نماد عارفی است که از طریق مرگ آگاهی بالینی، یعنی مواجهه مستقیم با نمادهای مرگ (دیدن گور در آینه)، نظام ارزشی خود را کاملاً تغییر می‌دهد.

نقل است که از او پرسیدند: که تو را چه رسید که آن مملکت را بماندی. گفت: روزی بر تخت نشسته بودم. آینه‌ای در پیش من داشتند در آن آینه نگاه کردم، منزل خود گور دیدم و در او انیسی و غمگساری نه. و سفری دیدم دور و راه درازی در پیش (همان: ۹۴).

دیدن گور در آینه، به مثابه شکستن تمام سازوکارهای دفاعی متعارف (ثروت، قدرت و انکار مرگ) عمل می‌کند. در این لحظه، او به هویت اصیل و اگزیستانسیل خود پی می‌برد که در معرض فنا قرار دارد. تجربه ابراهیم ادهم، نشان‌دهنده شکست سازوکارهای دفاعی متعارف در برابر مرگ است. همچنین استعاره «جستجوی شتر بر بام» در شاهد زیر نمایانگر پوچی جستجوی معنویت در قالب‌های مادی است:

یک شب بر تخت خفته بود. نیم‌شب سقف خانه بجنید. چنانکه کسی بر بام بود. گفت: کیست؟ گفت: آشنایم شتر گم کرده‌ام. گفت: ای نادان شتر بر بام می‌جویی؟ شتر بر بام چگونه باشد؟ گفت: ای غافل! تو خدای بر تخت زرین و در جامه اطلس می‌جویی. شتر بر بام جستن از آن عجیب‌تر است؟ از این سخن هبیتی در دل وی پدید آمد (عطار، ۱۳۹۱: ۸۷).

در جای دیگری از تذکرةالاولیا (همان: ۹۷) از او نقل شده است:

گفت: چرا از خلق می‌گریزی؟ گفت: دین خویش در کنار گرفته‌ام و از این شهر بدان شهر و از این سر کوه بدان سر کوه می‌گریزم تا هر که مرا بیند پندارد که حمالی‌ام یا وسواس دارم تا مگر از دست شیطان به سلامت ایمان را به دروازه مرگ برم (همان: ۹۷).

در نتیجه، تصویر «گور» در آینه، نوعی «روان‌درمانی اگزیستانسیل» است که وی را وادار به بازتعریف وجودی می‌کند. فرار پیگیر او از شهرها «تا ایمان را به دروازه مرگ برم» نشان از آن دارد که مرگ آگاهی برای وی محرکی برای خلق هویت مقاوم در برابر وسوسه‌های دنیوی شده است. رفتار ابراهیم ادهم، نمایانگر سازوکار دفاعی فعال در برابر تهدیدهای محیطی است. فرار ابراهیم نه نشانه ضعف، بلکه استراتژی هوشمندانه‌ای برای حفاظت از خود شکننده تحول‌یافته در برابر وسوسه‌های دنیایی محسوب می‌شود. تشبیه ایمان به کالایی ارزشمند که باید به دروازه مرگ رسانده شود، حاکی از درک وی از مرگ به عنوان محل آزمون نهایی معناست. این نگرش، مرگ را از نقطه پایان به مقصد نهایی سلوک (فنا) تبدیل می‌کند. ادهم، نمایانگر الگویی از مدیریت اضطراب مرگ است که در آن، مرگ آگاهی نه به تدریج، بلکه به صورت انقلابی و از طریق رویداد محوری ایجاد می‌شود.

۲-۳. داوود طائی: نظارت اخلاقی و تخلیه اضطراب

در مدخل داوود طائی، اضطراب مرگ به یک نظارت اخلاقی مستمر و دائمی تبدیل می‌شود که کوچک‌ترین اعمال او را تحت کنترل دارد.

ابوبکر عیاش گوید: به حجره داوود رفتم. او را دیدم پاره‌ای نان خشک در دست داشت و می‌گریست. گفتم یا داوود! چه بوده است تو را؟ گفت: می‌خواهم که این پاره نان بخورم و نمی‌دانم که حلال است یا نه؟ (عطار، ۱۳۹۱: ۲۲۸).

و در جای دیگری (عطار، ۱۳۹۱: ۲۲۹) در باب او آمده است:

نقل است که شبی مهتاب بود به بام درآمد و به آسمان نگریست و در ملکوت تفکری می‌کرد و می‌گریست تا بی‌خود شد و بیفتاد بر بام همسایه.

این تجربه، نشان‌دهنده تخلیه کاتارسیس اضطراب وجودی از طریق ترکیب تفکر عمیق و گریه است. گریه‌های داوود نه نشان ضعف، بلکه نمایانگر تخلیه هیجانی سازنده است که به حالت تغییر یافته آگاهی (بی‌خودی) منجر می‌شود. این مسیر، الگویی بدیل برای مدیریت اضطراب مرگ ارائه می‌دهد که در آن، تسلیم هیجانی به عنوان مسیری برای تعالی شناختی عمل می‌کند.

نقل است که او را دیدند که در نماز می‌دوید. گفتند: چه شتاب است؟ گفت: لشکر بر در شهر است و منتظر من است. گفتند: کدام لشکر؟ گفت: مردگان گورستان (همانجا).

در شاهد فوق، اضطراب دائمی داوود «لشکر بر در شهر است و منتظر من است» نوعی مرگ‌آگاهی بالینی است که به سازوکاری برای نظارت اخلاقی مستمر تبدیل شده است. گریه بر سر تردید در حلال بودن نان، نشان می‌دهد چگونه مرگ‌آگاهی می‌تواند به «سوپرایگوی فرافردی» تقویت شده‌ای بینجامد که کوچک‌ترین اعمال را تحت الشعاع قرار می‌دهد. استعاره قدرتمند شاهد فوق، اضطراب مرگ را از مفهوم انتزاعی به تهدیدی عینی و فوری تبدیل می‌کند. تصویر لشکر مردگان، نمایانگر برانگیختگی حاد مرگ‌آگاهی است که به صورت فیزیکی در بدن داوود (دویدن در نماز) تجلی می‌یابد. این شاهد نشان می‌دهد که اضطراب مرگ در سطوح پیشرفته سلوک، می‌تواند به انرژی کنشی تبدیل شود که رفتاری غیرقابل پیش‌بینی را در لحظه حاضر و عینی شکل می‌دهد. اضطراب او از طریق گریه عمیق و تفکر پیگیر، به صورت فیزیکی تخلیه می‌شود و منجر به حالت بی‌خودی یا تسکین موقت می‌گردد. این رفتار نشان می‌دهد که او اضطراب را به انرژی کنشی تبدیل می‌کند که باید مصرف شود (دویدن).

۲-۴. شقیق بلخی: عقلانی سازی و تکنیک خودسازی

شقیق، اضطراب را به یک تکنیک عقلانی و عملی برای خودسازی تبدیل می کند. شواهد زیر در تذکره الاولیا در باره شقیق بلخی آمده است:

گفت: هرکه با او سه چیز نبود از دوزخ نجات نیابد: امن و خوف و اضطراب (عطار، ۱۳۹۱: ۲۰۵).

گفت: حق تعالی اهل طاعت را در حال مرگ زنده گرداند و اهل معصیت را در حال زندگانی مرده گرداند (همان: ۲۰۶).

گفت: مرگ را ساخته باید بود که چون مرگ بیاید باز نگردد (همانجا).

«گفت: بدان که چون او را چیزی از دنیا فوت شود، آن را غنیمت شمرد (همانجا).

تأکید شقیق بر «مرگ را ساخته باید بود» و «غنیمت شمردن فوت دنیا»، مرگ آگاهی را به تکنیکی برای خودسازی تبدیل می کند و مرگ آگاهی را به یک معیار برای غنیمت شمردن زمان و اولویت بندی امور بدل می سازد. تمایز قاطع وی بین «زنده بودن اهل طاعت» و «مرده بودن اهل معصیت»، نشان از کاربرد مرگ به عنوان معیاری برای سنجش حیات حقیقی دارد. از مرگ به عنوان ابزاری برای تمایز «زنده بودن اهل طاعت» از «مرده بودن اهل معصیت» استفاده می کند. او معتقد است کسی که از مرگ نمی ترسد، در حقیقت زندگی نکرده است. این گزاره ها، نمایانگر درکی فعال و پویا از مواجهه با مرگ است. شقیق بلخی با مرگ آگاهی، حالات انفعالی را به فرآیند خودسازی تبدیل می کند. او، نمایانگر الگوی عقلانی-عملی در مدیریت اضطراب مرگ است و با ترکیب آمادگی فعال و بازتعریف معرفت شناختی عرفانی، مسیری متعادل و قابل دسترس برای مواجهه سازنده با مرگ ارائه می دهد. این الگو، به ویژه از منظر ارزشمندی درباره چگونگی تبدیل تهدیدهای وجودی به فرصت های رشد است.

۲-۵. احمد بن حرب: بیداری اگزیستانسیل

در حکایت احمد بن حرب، اضطراب به صورت عدم قطعیت و بی خوابی دائمی نمود پیدا می کند.

نقل است که احمد در همه عمر شب هیچ نخفت، شبی گفتند: اگر دمی بیاسایی چه باشد؟ گفت: کسی را که بهشت از بالا می آرایند و دوزخ در زیر می تابند و او نداند که از اهل کدام است چگونه خوابش آید؟ (عطار، ۱۳۹۱: ۲۵۴).

بی خوابی احمد «چگونه خوابش آید؟» تجسم عینی «بیداری اگزیستانسیل» در پرتو مرگ آگاهی است. این بی خوابی، انتخاب آگاهانه برای ماندن در حالت «حضور» در برابر امکان مرگ لحظه ای است. حضوری دائمی در برابر حضرت حق که از دشوارترین مراحل معرفت نفس و سلوک عرفانی است.

۲-۶. سهل تستری: الگوی تلفیقی و مراقبت مادام‌العمر

سهل تستری، اضطراب مرگ را به عنوان یک تکنیک روان‌شناختی مداوم برای خودشناسی معرفی می‌کند. او «خوف خاتمت» را به عنوان مهم‌ترین محور سلوک خود معرفی می‌کند. این ترس، که ریشه در عدم قطعیت لحظه آخر دارد، به مراقبت مادام‌العمر و نظارت مستمر بر نفس تبدیل می‌شود:

پس پرسیدم که خوفناک‌تر چیزی در دنیا که خوف شما از آن بیشتر شد چه بود؟ گفتند: خوف خاتمت (عطار، ۱۳۹۱: ۲۶۹).

تأکید سهل بر مراقبت تا به مرگ و تمایز بین «فوت دنیا» و «فوت آخرت»، مرگ‌آگاهی را به تکنیکی مداوم برای خودشناسی تبدیل می‌کند. این نگاه، تمرین مرگ را به پروژه‌ای مادام‌العمر برای عارف بدل می‌سازد.

گفت: بهترین خایفان مخلصان‌اند و بهترین مخلصان آن قوم‌اند که اخلاص ایشان تا به مرگ برسد (همان: ۲۷۱).

این گزاره نشان‌دهنده تلفیق عمیق دو مفهوم خوف و اخلاص در دستگاه فکری سهل تستری است. از منظر روان‌شناختی، این بیان حاوی چندین لایه تحلیلی است. در واقع اخلاص به عنوان سازوکار دفاعی متعالی، نه به عنوان یک فضیلت اخلاقی صرف، بلکه کارآمدترین سازوکار دفاعی در برابر اضطراب مرگ معرفی می‌شود. اخلاص نوعی فضیلت وجودی ایجاد می‌کند که فرد را از دوگانگی‌های اضطراب‌زا، رها می‌سازد علاوه بر این، تداوم اخلاص تا نقطه مرگ تأکید بر تا به مرگ رسیدن اخلاص، نشان‌دهنده درک سهل از آزمون نهایی است. از دیدگاه روان‌شناسی اضطراب مرگ، این نگاه مؤید آن است که مدیریت اضطراب مرگ یک فرآیند مستمر است که تا آخرین لحظه حیات ادامه دارد.

گفت: مراقبت آن است که از فوت دنیا نترسی و از فوت آخرت بترسی (همان: ۲۷۶).

سهل با ایجاد تمایز بین فوت دنیا و فوت آخرت، در واقع ارزش‌های متعارف درباره آنچه باید از آن ترسید را وارونه می‌سازد. این موضع، مبتنی درک عمیق از اولویت‌های وجودی است. سهل تستری بر خلاف عارفان دیگر در مواجهه با اضطراب مرگ، بر تلفیق حالات قلبی تمرکز می‌کند و بر دیالکتیک خوف و شوق، تلفیق خوف و اخلاص تأکید دارد. او نمایانگر الگوی تلفیقی در مدیریت اضطراب مرگ است و نشان می‌دهد که کارآمدترین راه مدیریت اضطراب مرگ، نه سرکوب آن و نه تسلیم شدن در برابر آن، بلکه هدایت هوشمندانه آن از مسیر اخلاص و مراقبت است. این الگو از آن جهت ارزشمند است که هم به واقعیت اضطراب اعتراف می‌کند (با پذیرش خوف) و هم راه خروج از آن را نشان می‌دهد (از طریق اخلاص و مراقبت).

۲-۷. ذوالنون مصری: تعادل پویای شوق و خوف

ذوالنون اضطراب را به ماده‌ای تبدیل می‌کند که باعث حرکت و اشتیاق به وصال می‌شود. او اضطراب (خوف) را مکمل شوق می‌داند و معتقد است که ترس از مرگ، ناشی از جهل و عدم درک حقیقت وجودی است.

نقل است چون در بیماری مرگ افتاد گفتند: «چه آرزو داری؟» گفت: آن که پیش از آنکه بمیرم اگر همه یک لحظه بود- او را بدانم. و این بیت را بخواند:
الخوف امرضی و الشوق احرقنی / والحب اضانی والله احسانی (عطار، ۱۳۹۱: ۱۳۶).

بیت «الخوف امرضی و الشوق احرقنی» نشان می‌دهد که چگونه اضطراب مرگ در دستگاه عرفانی به ماده‌ای برای تحول معنوی تبدیل می‌شود. این دیالکتیک، مرگ را از موضوعی برای هراس به محملی برای اشتیاق بدل می‌کند.

ذوالنون در آستانه مرگ، به کیفیت معرفت بیش از کمیت زمان اهمیت می‌دهد. این موضع، چند جنبه روان‌شناختی دارد که تقدم معرفت بر طول عمر را نشان می‌دهد و تغییر در نظام معرفت‌شناختی را تبیین می‌کند. در این مورد ذوالنون مصری در مقایسه با داوود طائی که اضطراب مرگ را به نگرانی‌های اخلاقی تبدیل می‌کند، مستقیماً با خود پدیده مرگ مواجه می‌شود. ذوالنون مصری الگویی منحصر به فرد از مدیریت اضطراب مرگ ارائه می‌دهد که در آن، تعادل پویا بین مکانیسم‌های مختلف، جایگزین غلبه یک مکانیسم بر دیگران می‌شود.

در مجموع می‌توان گفت که عارفان سطح تحولی، مرگ را از یک پدیده بیرونی ترسناک به یک پدیده درونی و سازنده تبدیل می‌کنند. در این سطح، اضطراب به هشدار دهنده تبدیل می‌شود که فرد را به دگرگونی ریشه‌ای و انضباط اخلاقی هدایت می‌کند. این مسیر، الگوی غالب برای سالکان است که در آن، اضطراب به ابزاری برای رسیدن به حیات اصیل بدل می‌شود.

۲-۳. سطح استعلایی

این سطح شامل عارفانی است که به بازتعریف بنیادین مفهوم مرگ دست زده و آن را نه به‌عنوان یک تهدید اگزستانسیل، بلکه به مثابه کمال راه، وصال، و پیروزی معنوی تفسیر کرده‌اند. در این دیدگاه، مرگ به عروسی تبدیل می‌شود و اضطراب مرگ به‌طور کامل با شوق به لقاء جایگزین می‌گردد. حلاج و بایزید بسطامی نمونه‌های بارز این سطح هستند.

۲-۳-۱. حلاج: استحاله معنایی مرگ و تبدیل آن به شهادت عشق

در حکایات حلاج، سازوکار دفاعی در برابر اضطراب مرگ نه با پنهان کردن آن، بلکه با غلبه فعال و استحاله معنایی آن محقق می‌شود. حلاج، مرگ فیزیکی خود را به یک فرایند کمالی و شهادت عشق تبدیل می‌کند و این عمل، کارکرد اضطراب‌زدایی دارد:

نقل است که درویشی در آن میان از او پرسید که عشق چیست؟ گفت: امروز بینی و فردا و پس فردا. آن روزش بکشتند و دیگر روز بسوختند و سیوم روز به بادش دادند، یعنی عشق این است (عطار، ۱۳۹۱: ۵۱۶).

حلاج نمایانگر اوج مدیریت اضطراب مرگ از طریق استحالة معنایی آن است. تعریف عشق به مثابه «امروز و فردا و پس فردا...»، مرگ را به بخشی از فرآیند وصال (بقا بعد از فنا) تبدیل می‌کند. توصیف دار، به عنوان «معراج مردان» و تفسیر قطع دست به مثابه قطع تعلقات، نشان از بازتعریف رادیکال مفاهیم رنج و مرگ دارد. این بازتعریف، مرگ جسمانی را به پیروزی معنوی تبدیل می‌کند.

پس بر سر دار شد. جماعت مریدان گفتند: چه گویی در ما که مریدیم و آن‌ها که منکرانند و تو را سنگ خواهند زد؟ گفت: ایشان را دو ثواب است و شما را یکی. از آنکه شما را به من حسن‌الظنی بیش نیست، و ایشان از قوت توحید به صلابت شریعت می‌جنبند و توحید در شرع اصل بود و حسن‌الظن فرع (همان: ۵۱۷).

این تحلیل حلاج از رفتار دشمنانش، نشان‌دهنده دستیابی به منظری فرافردی است. وی با تبیین روان‌شناختی عمل سنگ‌زدن به خود، در واقع از سطح قضاوت اخلاقی به سطح تبیین وجودی ارتقا اندیشه می‌یابد. این موضع، نمایانگر استقرار در خود فرافردی است که اضطراب ناشی از طرد اجتماعی را خنثی می‌سازد.

چون به زیر طاقش بردند به باب‌الطاق، پای بر نردبان نهاد. گفتند: حال چیست؟ گفت: معراج مردان سر دار است (همانجا).

این استعاره، اوج بازتعریف خلاقانه مفهوم مرگ را نشان می‌دهد. حلاج با تبدیل دار به معراج، در واقع نماد مرگ فیزیکی را به نماد مرگ متعالی (شهادت) بدل می‌کند. این بازآفرینی نمادین، مؤثرترین تکنیک برای خنثی‌سازی اضطراب مرگ است، چرا که هم‌زمان هم واقعیت مرگ را می‌پذیرد و هم آن را در خدمت معناپردازی قرار می‌دهد. در واقع، او تمام نمادهای بیرونی ترس (دار، قطع دست و پا، سوختن) را خلع سلاح کرده و به نمادهای وصال و پیروزی تبدیل می‌کند.

پس دستش جدا کردند خنده‌ای بزد. گفتند: خنده چیست؟ گفت: دست از آدمی بسته جدا کردن آسان است، مرد آن است که دست صفات که کلاه همت از تارک عرش در می‌کشد قطع کند (عطار، ۱۳۹۱: ۵۱۷).

این تمایزگذاری، نشان از تثبیت هویت متعالی در حلاج دارد. وی با تفکیک قطعیت فیزیکی از قطعیت وجودی، در واقع مرگ جسمانی را به امری ثانویه تبدیل می‌کند. این نگرش، اضطراب مرگ را به اشتیاق‌رهای و تعالی وجودی می‌رساند، مسئله‌ای که نهایت مسیر عرفانی هر فرد را به تصویر می‌کشد.

۲-۳-۲. بایزید بسطامی: آرامش پارادوکسیکال و جاودانگی نمادین

بایزید بسطامی، اضطراب مرگ را به یک آرامش پارادوکسیکال تبدیل می‌کند که در آن، ترس (خوف) و شادمانی (شوق) نه در تضاد، بلکه در کمال وحدت قرار دارند. دیدگاه او، نوعی جاودانگی نمادین و مسئولیت وجودی فرافردی را نشان می‌دهد. او مرگ مفاجا (ناگهانی) را به عنوان کم‌ارزش‌ترین نوع مرگ معرفی می‌کند. این موضع نشان می‌دهد که مرگ فیزیکی بدون تحول درونی، از نظر او ارزشی ندارد.

از بایزید پرسیدند که: “مرد را در این راه چه به؟” گفت: دولت مادرزاد. گفتند اگر نبود؟ گفت: دلی دانا. گفتند: اگر نبود؟ گفت: چشم بینا گفتند: اگر نبود؟ گفت: گوش شنوا. گفتند: اگر نبود؟ گفت: مرگ مفاجا (عطار، ۱۳۹۱: ۱۳۹).

پاسخ بایزید، نمایانگر درکی ظریف از عوامل تعدیل‌کننده اضطراب مرگ است. بایزید با پاسخ نهایی و قاطع مرگ مفاجا، نشان می‌دهد که مرگ‌آگاهی اگرچه محرک مهمی است، اما در مقایسه با سازوکارهای درونی (دولت مادرزاد، دل دانا، حواس بیدار) از جایگاه پایین‌تری برخوردار است. این نگاه، بر اولویت تحول درونی بر محرک‌های بیرونی تأکید دارد.

نقل است که گفت: شبی به خواب دیدم که فریشتگان آسمان اول پیش من آمدند و گفتند: برخیز تا خدای عزوجل را یاد کنیم. گفتم: مرا زبان ذکر او نیست و فریشتگان آسمان دوم پیامدند و همین گفتند و من همان جواب دادم. تا فریشتگان هفت آسمان پیامدند و من همان جواب دادم. پس گفتند: زبان ذکر اولی داری؟ گفتم: آنکه که اهل دوزخ در دوزخ قرار گیرند و اهل بهشت در بهشت و قیامت بگذرد. بایزید گرد عرش خدای عزوجل برگردد و گوید: الله الله (همان: ۱۵۲).

این رویا نمونه‌ای بارز از تعالی وجودی است. بایزید با پیشنهاد ذکر که پس از گذشتن قیامت انجام می‌شود، در واقع مرزهای زمان خطی را درنور دیده و به زمان قدسی رسیده است. این موضع، نمایانگر دستیابی به جاودانگی نمادین یا بقا بعد از فناست.

گفت که می‌خواهم زودتر قیامت برخاستی تا من خیمه خود بر طرف دوزخ زدمی که چون دوزخ مرا ببند پست شود تا من سبب راحت خلق باشم (همان: ۱۵۷).

گفتار بایزید در اینجا، نشان‌دهنده گذار از مدیریت اضطراب فردی به مسئولیت وجودی جمعی است. بایزید با آرزوی استقرار در کنار دوزخ برای نجات دیگران، در واقع سپر دفاعی خود را به پناهگاه جمعی تبدیل می‌کند. این نگرش، نمایانگر تحقق خود فرافردی است که در آن، مرزهای خود و دیگران محو شده است. نقطه عطفی که کم و بیش، در بینش عارفان مورد بررسی ما مشهود است. به عبارتی دیگر، بایزید، با فراتر رفتن از دغدغه نجات فردی، مسئولیت وجودی جمعی را بر عهده می‌گیرد. این موضع،

بیانگر دستیابی به مرحله‌ای از جاودانگی نمادین است که بقای فرد در بقای جامعه معنوی محقق می‌شود، حتی در حیطة دوزخ.

و گفت: الهی! اکنون که می‌ترسم به تو چنین شادم، چگونه شادمان نباشم اگر ایمن گردم (همان: ۱۸۰).

این کلام، مؤید دستیابی به آرامش پارادوکسیکال است. بایزید توانسته ترس و شادی را نه متضاد، بلکه دو بعد مکمل تجربه وجودی یکپارچه کند. این یکپارچگی و وحدت در ترس و شادی، کارآمدترین مکانیسم برای خنثی‌سازی اضطراب مرگ محسوب می‌شود و مؤید دستیابی به تعادلی اگزستانسیل است که در آن، فرد واقعیت ترس را می‌پذیرد اما آن را در چارچوب معنای بزرگ‌تر وصال جذب می‌کند.

در حال نزع هم آن الله می‌گفت. پس گفت: یارب تو را هرگز یاد نکردم مگر به غفلت و اکنون که جان می‌رود از طاعت تو غافلم. ندانم تا حضور کی خواهد بود (همان: ۱۸۱).

این اعتراف صادقانه، اوج تواضع وجودی بایزید را نشان می‌دهد. بایزید در حساس‌ترین لحظه مواجهه با مرگ، به جای توسل به مکانیسم‌های دفاعی، به ناتوانی معرفت‌شناسی خود اعتراف می‌کند. این موضع، نمایانگر تحولی نهایی است پذیرش مرگ خود یا مرگ اختیاری پیش از مرگ جسمانی یا اجباری.

نتایج

پژوهش حاضر با هدف واکاوی نظام‌مند مفهوم اضطراب مرگ در تذکرة الاولیاء عطار نیشابوری و تحلیل آن در چارچوب روان‌شناسی وجودی انجام شد. تحلیل کیفی حکایات اولیای الهی نشان داد که عطار با درکی عمیق از ماهیت این دغدغه بنیادین بشری، صرفاً به انعکاس اضطراب مرگ نپرداخته، بلکه الگویی سه‌سطحی و تکاملی از مواجهه با آن در فرایند سلوک عرفانی ارائه داده است. این الگو، که متضمن مسیری از نفی تا تعالی است، پاسخ عرفان اسلامی را به چالش‌های هستی‌شناختی مرگ آشکار می‌سازد. تحلیل شواهد نشان داد که تذکرة الاولیاء نظام پیچیده‌ای از سازوکارهای مدیریت اضطراب مرگ را ارائه کرده که در سه سطح قابل دسته‌بندی است؛ از این رو محور اصلی بحث و بررسی این پژوهش قرار گرفت:

۱. سطح انکاری: این سطح (نمونه: رابعه عدویه) شامل نفی انقلابی سازوکارهای دفاعی متعارف در سنت دینی (ترس از دوزخ یا طمع بهشت) است. این موضع، عبادت را بر پایه عشق محض استوار ساخته و مرگ‌آگاهی فعال را به تکنیکی برای زیستن اصیل در لحظه (مانند نماز واپسین) بدل می‌سازد.

۲. سطح تحولی: این سطح (نمونه‌ها: فضیل عیاض، ابراهیم ادهم، داوود طائی) مسیر غالب سلوک را نشان می‌دهد که در آن، اضطراب مرگ به عنوان محرک اصلی دگرگونی وجودی و

انضباط اخلاقی به کار گرفته می‌شود. در این مرحله، مرگ آگاهی به ابزاری برای سرعت بخشیدن به سلوک تبدیل می‌گردد. فضیل با برانگیختگی ناگهانی (آیه قرآن) و ابراهیم با مواجهه بالینی با نمادهای مرگ (گور در آینه)، الگوی تحول انقلابی را نشان می‌دهند، در حالی که عارفانی چون داوود طائی و سهل تستری اضطراب را به نظارت اخلاقی مستمر و مراقبت مادام‌العمر بدل می‌کنند.

۳. سطح استعلایی: این سطح (نمونه‌ها: حلاج و بایزید بسطامی) اوج تجربه عرفانی است که در آن، مرگ به طور بنیادین به وصال، کمال راه و پیروزی معنوی بازتعریف می‌شود. حلاج با استحاله معنایی، دار را معراج مردان می‌داند و مرگ فیزیکی را به شهادت عشق تبدیل می‌کند. بایزید با دستیابی به آرامش پارادوکسیکال، ترس و شادی را یکپارچه می‌کند.

مقایسه این الگوها با نظریه‌های روان‌شناسی وجودی نشان داد که عارفان مسلمان با بازتعریف اضطراب مرگ در قالب سلوک معنوی، پاسخی عمیق‌تر و خلاقانه‌تر به این تجربه بنیادین ارائه کرده‌اند. این پژوهش نشان می‌دهد که اضطراب مرگ، که در دیدگاه روان‌شناختی تهدیدی برای فروپاشی معناست، در دستگاه فکری عارفان به موتور محرک سلوک عرفانی و تعالی معنوی بدل می‌شود. تذکرةالاولیاء در این تحلیل، صرفاً یک منبع تاریخی نیست، بلکه الگویی غنی برای زیستن اصیل در پرتو مرگ را فراهم می‌کند. این الگو، بر خلاف فرار یا انکار، به سالک می‌آموزد که چگونه قطعیت مرگ را به عنوان یک آگاهی فعال بپذیرد و آن را به انرژی کنشی برای دگرگونی درونی و پیوند با حقیقت مطلق تبدیل کند.

منابع

قرآن کریم.

برک، لورا. (۱۳۸۹). روان‌شناسی رشد از نوجوانی تا پایان زندگی. ترجمه یحیی سید محمدی. تهران: ناشر ارسباران.

زرین کوب، عبدالحسین. (۱۳۷۸). سرّ نی. تهران: امیرکبیر.

عطار نیشابوری. (۱۳۹۱). تذکرة الاولیاء. بررسی، تصحیح متن، توضیحات و فهرس. به تصحیح محمد استعلامی. چاپ چهل و یکم. تهران: انتشارات زوار.

فروزانفر، بدیع‌الزمان. (۱۳۶۱). شرح احوال و نقد آثار عطار. تهران: امیرکبیر.

کوبلر راس، الیزابت. (۱۳۸۶). چرخ زندگی. ترجمه فرناز فرود. تهران: انتشارات حمیدا.

نادری، فرح و شکوهی، مینا. (۱۳۸۸). رابطه خوشبینی، شوخ طبعی و بلوغ اجتماعی با اضطراب مرگ در پرستاران بیمارستان گلستان اهواز. یافته‌های نو در روان‌شناسی، ۴ (۱۰)، صص ۹۴ - ۸۵.

نصر، سید حسین، (۱۳۷۹). سه حکیم مسلمان. تهران: طرح نو.

یالوم، اروین. (۱۳۹۰). خیره به خورشید (غلبه بر هراس از مرگ). ترجمه مهدی غبرایی. تهران: نشر جیحون.

References

The Holy Quran.

Aries, Philippe. (1975). *Western Attitudes toward Death: From the Middle Ages to the Present*. London: Johns Hopkins University press.

Attar Neyshaburi (2012/1391 SH). *Tadhkirat al-Awliyā' (The Memorial of the Saints)* (Ed. M. Estelami). 41st ed. Tehran: Zavvar Publications. (in Persian)

Becker E. (1971). *The birth and death of meaning*. New York: Free Press.

Berk, L. (2010/1389 SH). *Developmental Psychology from Adolescence to the End of Life* (Trans. Y. Seyed Mohammadi). Tehran: Arasbaran Publishers. (in Persian)

Forouzanfar, B. (1982/1361 SH). *Commentary on the Life and Critique of Attar's Works*. Tehran: Amirkabir Publications. (in Persian)

Frankl, Viktor. (1959). *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press.

Fromm, Erich. (1941). *Escape from Freedom*. New York: Farrar & Rinehart.

Kubler-Ross, E. (2007/1386 SH). *The Wheel of Life* (Trans. F. Foroud). Tehran: Hamida Publications. (in Persian)

Naderi, F., & Shokouhi, M. (2009/1388 SH). The Relationship between Optimism, Sense of Humor, and Social Maturity with Death Anxiety in Golestan Hospital Nurses, Ahvaz. *New Findings in Psychology*, 4(10), 85-94. (in Persian)

Nasr, S. H. (2000/1379 SH). *Three Muslim Sages*. Tehran: Tarh-e No Publications. (in Persian)

Tomer, A. Eliason, G & Wong, P. (2008). *Existential and spiritual Issue in death Attitude (led)*. Mahwah, NJ: Lawerence Erlbaum.

Yalom, I. D. (2011/1390 SH). *Staring at the Sun: Overcoming the Terror of Death* (Trans. M. Ghabraee). Tehran: Jeyhun Publications. (in Persian)

Yalom, Irvin D. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.

Yalom, Irvin. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy*. Fifth edition. New York: Basic books, Inc.

Yalom, L.D. (2008). *Staring at the sun*. Sanfrancisco: jossey-bass.

Zarrinkoub, A. (1999/1378 SH). *The Secret of the Reed (Sirr-e Ney)*. Tehran: Amirkabir Publications. (in Persian).