



کوزه‌ای از آب بحر

گورهای ژ لب بحر [هفت درس زندگی از مثنوی مثنوی] / نوشته محمدرضا سرگلزایی. — مشهد: مرقع، ۱۳۸۴.
۱۶۰ ص.

ISBN 961-9921-08-7

نهرستویسی بر اساس اطلاعات فیبا:
کتابخانه جیب ۱۵۸ - ۱۶۰.

۱. مولوی، جلال‌الدین محمد بن محمد ۶۰۴ - ۶۷۲ ق. — مطبوعات روکش‌نویسی. ۲. روان درمانی. ۳. عرفان — جنبه‌های روانشناسی. ۴. مولوی، جلال‌الدین محمد بن محمد ۶۰۴ - ۶۷۲ ق. — مثنوی — نقد و تفسیر. ۵. مولوی، جلال‌الدین محمد بن محمد ۶۰۴ - ۶۷۲ ق.، مثنوی. برگزیده بد عنوان: چ عنوان: مثنوی برگزیده. د عنوان: هفت درس زندگی از مثنوی مثنوی.

۸۵۱/۳۶
۸۹۳-۸۵۸

PIR۵۳۰۱/۱۶۱
کتابخانه ملی ایران

کوزه‌ای از آب بحر

(هفت درس زندگی از مثنوی معنوی)

دکتر محمد رضا سرگلزایی



انتشارات نی نگار



نشر مرندیز

۰۲۱-۶۶۹۶۴۱۶۴

*

۰۵۱۱-۸۴۱۲۹۰۴

● گوزه‌ای از آب‌بهر ●

نوشته: دکتر محمدرضا سرگلزایی

نوبت چاپ: اول ۱۳۸۵

شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

چاپ: مهشید

شابک: ۷-۰۸-۹۹۲۱-۹۶۴

قیمت: ۱۶۰۰ تومان

■ کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است ■

مرکز پخش:

تهران - پخش کتاب پارسیان - خیابان انقلاب - خیابان اردیبهشت، بالاتر از

لبافی نژاد - کوچه وحید پلاک ۳ واحد ۲

تلفن: ۶۶۴۸۸۲۰۴ - ۶۶۹۶۴۱۶۴

فهرست مطالب

۷	مقدمه
	درس اول
۹	«احساس تنهایی»، رفج بزرگ انسان
	درس دوم
۱۳	نیازهای برآورده نشده، از جایی سرپا می‌کنند
	درس سوم
۲۹	ناپایداری دلبستگی‌های زندگی
	درس چهارم
۴۹	«اخلاق» براساس «سطح آگاهی» تغییر می‌کند
	درس پنجم
۷۷	«زندگی بیرونی» نمودی است از «زندگی درونی»
	درس ششم
۱۰۹	«غرایز» هم ابزار رسیدن به حقیقت هستند
	درس هفتم
۱۲۹	«زندگی» با «مرگ»
	سخن پایانی
۱۵۵	«هر چیز در زمان درست اتفاق می‌افتد»
۱۵۸	منابع

مقدمه

وقتی اولین بار - با نگاه یک روان‌پزشک - به کتاب گرانقدر مثنوی معنوی نگریستم، برایم جالب توجه بود که مولانا، در اولین حکایت مثنوی، ماجرای یک مورد روانپزشکی را نقل کرده است. داستان کنیزکی که دچار بیماری می‌شود و بیماری او گرچه تمام بدنش را تحت تأثیر قرار می‌دهد، اما اساس آن یک دلبستگی حل و فصل نشده و به تعبیر دیگر یک نیاز روانی برآورده نشده است:

رنجش از سودا و از صفرا نبود بوی هر هیزم پدید آید ز دود
دیسد از زارش کوا و زار دل است تن خوش است و او گرفتار دل است

می‌توان آنچه را در فرهنگ ما «عرفان» نامیده می‌شود، یک مدل روان‌درمانی دانست. مدلی که در آن همچون سایر انواع روان‌درمانی، تلاش می‌شود، رنج‌های روانی انسانها کاهش یابد و به آنها در برآوردن نیازهای روانی‌شان کمک شود. کتاب مثنوی، سرشار است از درس‌هایی در این جهت.

و کتاب حاضر، نگاهی است روانشناسانه به یک میراث گرانقدر.
کوشیده‌ام تا مدل روان‌درمانی مولانا را در قالب درس‌های روانشناسی به دنیای امروز معرفی کنم، گرچه:

گربریزی بحر را در کوزه‌ای چند گنجد قسمت یک روزه‌ای

محمد رضا سرگلزایی

پاییز ۱۳۸۴