



سال هشتم، شماره ۲، پیاپی ۲۷ تابستان ۱۴۰۴

www.qparssi.ir

ISSN : 2783-4166

بررسی شخصیت رستم در داستان رستم و سهراب بر اساس نظریه روان‌شناسی مثبت‌گرا

غلامعلی گرائی^۱، دکتر رامین محرمی^۲، دکتر نیلوفر میکائیلی^۳

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۵/۱۵ تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۳/۰۸/۱۱

نوع مقاله: پژوهشی

(از ص ۳۴ تا ص ۶۰)

 [10.22034/CAAT.2024.468467.1102](https://doi.org/10.22034/CAAT.2024.468467.1102)

چکیده

رستم برترین شخصیت حماسی در شاهنامه است. با ورود او به شاهنامه این کتاب جلوه‌ای دیگر می‌یابد و با مرگ او دنیای شاهنامه تا حدود زیادی حیات و سرزندگی خود را از دست می‌دهد. برتری رستم فقط به دلوری‌های شگفت‌انگیزش نیست، بلکه رفتار و اقوال وی از خردمندی، هوشیاری، نرم‌خویی و پیروزی سرشار است. در این مقاله این بُعد از شخصیت رستم از منظر روان‌شناسی مثبت‌گرا بررسی می‌شود. سلیگمن، پدر روان‌شناسی مثبت‌گرا، مؤلفه‌های اصلی شخصیت را به شش قسمت تقسیم کرده است: خرد، شجاعت، عشق، عدالت، میانه‌روی و تعالی. در این جستار شخصیت رستم با توجه به مؤلفه‌های مذکور با بهره‌گیری از روش تحلیلی-توصیفی و استفاده از منابع کتابخانه‌ای بررسی شده است. در داستان‌های مربوط به رستم در شاهنامه و تنوع رفتاری او در موقعیت‌های مختلف شاهد شخصیت‌های یکسان نیستیم و نمی‌توانیم حکم کلی برای آن صادر کنیم. به همین علت تنها به بررسی شخصیت وی در داستان رستم و سهراب پرداخته‌ایم. فرضیه تحقیق مبتنی بر این اصل بود که پیروزی‌های رستم در نبردهای مختلف تنها ناشی از قدرت جسمانی نیست و باید به لحاظ شخصیتی نیز از توانایی‌های بسیار برخوردار باشد. نتیجه پژوهش نشان داد که رستم در تصمیماتی که می‌گیرد همواره خرد و دانایی را در نظر دارد، هرچند

۱. دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران. // gholamaligerai@gmail.com

۲. استاد گروه زبان و ادبیات فارسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران. (نویسنده مسئول) // moharami@uma.ac.ir

۳. استاد گروه آموزشی روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران. // nmikaeili@uma.ac.ir

گاه‌گاه به نابخردی‌هایی نیز برمی‌خوریم که با توجه به جنبه بشری او دور از انتظار نیست. به‌علاوه، شجاعت، صداقت، عشق، امید، مسئولیت‌پذیری، فروتنی و دادگستری از مؤلفه‌های اصلی شخصیت اوست. در این داستان برخی از مؤلفه‌ها مانند اشتیاق، انصاف و درک زیبایی کمتر دیده می‌شود.

کلید واژه: شخصیت، شاهنامه، رستم، روان‌شناسی مثبت‌گرا، داستان رستم و سهراب.





۱. مقدمه

همکاری و مشارکت متخصصان در علوم مختلف با یکدیگر سبب پیدایش مطالعات بین‌رشته‌ای شده است. سیستم علوم چند وجهی در نظام‌های دانشگاهی سبب شده است که تعامل بین علوم بیشتر و عمیق‌تر شود. این رویکرد در بین ادبیات و روان‌شناسی بسیار به چشم می‌خورد و اغلب روان‌شناسان برای اثبات کلام خود از حکایات و آثار ادب فارسی استفاده می‌کنند تا اثرگذاری بیشتری بر روی مخاطبان خود داشته باشند و محققان ادبی نیز به دنبال رد پای نظریه‌های روان‌شناسی در آثار بزرگان ادب پارسی هستند. در این میان یکی از آثاری که می‌توان به آن پرداخت شاهنامه فردوسی است؛ که نویسنده با اقتدار و توانمندی با پرداختن به زندگی پهلوانان نامدار و نقل حکایات آنان علاوه بر مطالب تاریخی، ما را با آموزه‌ها و نظریاتشان آشنا می‌کند.

۱-۱. بیان مسئله

ادبیات حماسی گونه‌ای از متون وصفی است که به توصیف اعمال پهلوانی و افتخارات و بزرگی‌های قومی یا فردی می‌پردازد. شاهنامه فردوسی با ارزش‌ترین شعر حماسی و ملی جاویدان ایرانیان به‌شمار می‌آید و در ردیف حماسه‌های جهانی و حتی برتر از آن قرار دارد. شاهنامه شامل تاریخ ایران از دوران باستان تا شکست ساسانیان و انقراض پادشاهی آنان به دست اعراب است. زرین کوب می‌گوید: عظمت حماسه در شگفت‌انگیزی وقایع آن است و هر قلمی که پرده‌های حیرت‌آمیز و سحرانگیز بیشتری را نقشبندی کند، دل خوانندگان را بهتر مفتون عظمت و قدرت خود ساخته است. با این توصیف از میان همه آثار حماسی جهان متمدن فقط شاهنامه است که می‌تواند در همه حال سحرانگیزی و دلفریبی کرده و به عالی‌ترین مقام حماسه جهان برسد (زرین کوب، ۱۳۸۱: ۱۵).

فردوسی شاهنامه را در قرن چهارم به نظم کشید؛ ولی در حقیقت شاهنامه آیین تمام‌نمای تمدن ایران و روح و روان ایرانی است و مانند منشوری است که از زاویه‌های مختلف می‌توان به آن نگریست و آن را تحلیل کرد. این شاهکار بزرگ ریشه در ناخودآگاه قوم ایرانی دارد و می‌تواند منبع مهمی برای مطالعات روان‌شناسانه باشد (خسروی، ۱۳۹۶: ۱۸).

رستم شخصیت بی‌همتای شاهنامه است. هنگامی که او از صحنه کتاب خارج می‌شود دنیای عظیم شاهنامه جنب و جوش و روح و حیات خود را از دست می‌دهد. انسان تمام عیاری که برتری او فقط به دل‌آوری‌های شگفت‌انگیزش نیست، بلکه رفتار و اقوال وی از خردمندی، هوشیاری، آهستگی، نرم‌خویی و پیروزی سرشار است. او حتی در بدبختی نیز بی‌همتا است. هنگامی که دچار هولناک‌ترین سرنوشت می‌شود و فرزند برومند خود را به خاک و خون می‌کشد، تحمل می‌کند و با اندوه و تأثر، اما با بردباری تسلیم قضا و قدر می‌شود (زرین کوب، ۱۳۷۰: ۳۶).



داستان رستم و سهراب از شورانگیزترین قسمت‌های شاهنامه است. موضوع نبرد پدر و پسر به گونه‌های مختلف در روایات حماسی و افسانه‌های جهان آمده است که از معروف‌ترین آنها روایت آلمانی «هیلده‌براند و هادوبراند»، روایت ایرلندی «کوکولین و کنلای»، روایت روسی «ایلیا مورمیث و سکنیک» و روایت ایرانی «رستم و سهراب» می‌توان نام برد. هر کدام از این روایت‌ها، شباهت‌ها و تفاوت‌هایی با یکدیگر دارند (خالقی مطلق، ۱۳۷۲: ۵۳). به‌طور کلی تمام روایت‌ها ناتوانی و درماندگی انسان را در برابر سرنوشت به رخ می‌کشد. جنگی که بین پدر و پسر روی می‌دهد و سبب مرگ پسر می‌شود. در ادبیات بیشتر ملت‌ها شبیه این داستان را می‌توان یافت؛ اما هیچ کدام دلربایی و جذابیت این داستان را ندارند. عظمت و قدرت هراس‌انگیز سرنوشت که فاجعه رستم و سهراب را پدید می‌آورد، هیچ‌جا این اندازه نمایان نیست؛ به همین دلیل بسیاری از نقادان، این اثر فردوسی را شاهکاری عظیم خوانده و با تراژدی‌های یونان برابر شمرده‌اند (زرین‌کوب، ۱۳۷۰: ۴۵).

۱-۲. روش پژوهش

این تحقیق، پژوهشی کیفی و به روش توصیفی-تحلیلی نوشته شده است. جامعه آماری پژوهش، داستان رستم و سهراب از شاهنامه فردوسی و تحلیل شخصیت رستم در این داستان است؛ که تلاش شده ابیاتی که دارای ویژگی‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا و فضیلت‌های شش‌گانه (خردورزی؛ شجاعت؛ انسانیت؛ عدالت؛ میانه‌روی و تعالی) بوده‌اند، تحلیل شوند.

۱-۳. پیشینه پژوهش

تاکنون در این زمینه آثار انگشت‌شماری در کشور ما نوشته شده و بیشتر این پژوهش‌ها ادبیات عرفانی را بررسی کرده و ادبیات حماسی کمتر مورد بررسی قرار گرفته است. حمیده علی‌نقی لنگری (۱۳۹۷) در مقاله‌ای با نام «تحلیل شخصیت گردآفرید با رویکرد روان‌شناسی مثبت‌نگر» به تحلیل شخصیت نخستین زن حماسی ایران پرداخته است. بسیاری از پژوهش‌های دیگری نیز در زمینه ادبیات و روان‌شناسی مثبت نوشته شده؛ اما در هیچ کدام به ادبیات حماسی پرداخته نشده است.

۲. مبانی نظری پژوهش

۱-۲. روان‌شناسی مثبت‌گرا

علم روان‌شناسی در حدود قرن نوزدهم میلادی شکل گرفت. همه تلاش روان‌شناسان و متخصصان این علم، بررسی هیجان‌های منفی بود؛ مانند افسردگی، پرخاشگری، اضطراب و همه ناگواری‌هایی که حالات منفی در زندگی



انسان ایجاد می‌کند؛ اما به تدریج این علم مسیر متفاوتی را در پیش گرفت؛ یعنی روان‌شناسان به بررسی جنبه‌های مثبت؛ مانند: شادی، آرامش، علاقه، عشق و غیره پرداختند (فردریکسون، ۱۳۹۷: ۲۲).

تلاش روان‌شناسی مثبت‌گرا مطالعه و پژوهش در سه حوزه هیجانات، صفات و نهادهای مثبت و در نهایت رضایت از وضعیت کنونی خویش در جهت جلوگیری از مشکلات روانی و خوش‌بینی نسبت به آینده است. خوش‌بینی به این معنی که با وجود چیزهایی که آینده در بردارد، باور داشته باشیم که اتفاق‌های خوب در زندگی همراه با گرایش‌های مثبتی مانند اعتماد به نفس، امید، ایمان و عقیده رخ خواهد داد. تحقیقات نشان می‌دهد: مردمی که پشتکار دارند و خوش‌بین هستند، بیشتر به موفقیت دست پیدا می‌کنند، با انگیزه‌تر هستند و از سلامت بهتری برخوردارند (لیمن و دیگران، ۱۳۹۷: ۷۳). دکتر مارتین سلیگمن احساس خوشبختی را دارویی تازه کشف شده می‌داند که می‌تواند طول عمر انسان را ۸ الی ۹ سال بیشتر کند.

۲-۲. صاحب‌نظران روان‌شناسی مثبت‌گرا

زندگی شاد در زمان سقراط و افلاطون موضوع بحث‌ها و پژوهش‌های دینی بوده است. جنبش روان‌شناسی انسان‌گرایانه در دهه ۱۹۵۰ آغاز شد و در دهه‌های ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰ به اوج خود رسید. تأکید این جنبش بر رشد و خود واقعی فرد بود. کارل راجرز مفهوم شخص با کارکرد کامل را مطرح کرد و آبراهام مزلو هر می برای نیازهای انسان رسم می‌کند که در رأس آن خودشکوفایی است. در واقع مزلو نخستین روان‌شناسی بود که اصطلاح روان‌شناسی مثبت را به کار برد (بونی ول، ۱۳۹۸: ۲۷). در کل می‌توان گفت فلاسفه و بزرگان ادبی هند، یونان و ایران، از صدها سال پیش افکار و هیجانات مثبت را مورد بحث و چالش قرار داده‌اند؛ اما مارتین سلیگمن و همکارانش با استفاده از روش علمی و طبقه‌بندی توانمندی‌های انسان، مکتب جدید فکری با عنوان روان‌شناسی مثبت‌گرا، مطرح و هیجانات مثبت انسان را در مسیر حال، آینده و گذشته ترسیم کردند.

مارتین سلیگمن که پدر روان‌شناسی مثبت لقب گرفت، با تحقیقی که روی سگ‌ها انجام داد؛ پی برد که درماندگی، آموختنی است. ذهن خلاق سلیگمن، این پدیده را به افسردگی در میان انسان‌ها ربط داد و نتیجه گرفت که همانگونه که درماندگی آموختنی است، خوش‌بینی نیز آموختنی است. میهالی چیک‌سنت میهالی در اغلب پژوهش‌ها و تحقیقات با سلیگمن همراه بود. روان‌شناسانی چون کریستوفر پترسون، کارول دیوک، دانیل گیلبرت، کنون شلدون، آلبرت بندورا، سی‌آر اسنایدر و فیلیپ زیمباردو در این زمینه آثار و نظریات قابل توجهی دارند.

۲-۳. مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا

روان‌شناسان مثبت‌گرا معتقدند که تنها شیوه مؤثر برای غلبه بر انواع مشکلات این است که افراد قادر به استفاده درست از تمام توانایی‌های خود باشند. آنها این توانایی‌ها را بدین صورت طبقه‌بندی کرده‌اند:

۱. خرد و دانایی: شامل کنجکاوی، عشق به یادگیری، قضاوت، ابتکار، هوش اجتماعی و روشن‌بینی.
۲. شجاعت: شامل دلیری، پشتکار و راستی.
۳. رأفت و عشق: شامل مهربانی و دوست داشتن.
۴. عدالت: شامل شهروندی، انصاف و رهبری.
۵. میانه‌روی: شامل خودکنترلی، دوراندیشی و تواضع.

۶. تعالی: شامل درک زیبایی، قدردانی، امید، معنویت، شوخ‌طبعی و جذابیت (ر.ک. سلیگمن، ۱۳۹۷: ۲۰۶). نکته

مهم این است که هر شخص باید بداند در کدام زمینه توانایی دارد و آن را در اصول زندگی خود به کار گیرد. در روان‌شناسی مثبت‌گرا بر ساختن اجتماعاتی که در آنها افراد از لحاظ روحی و جسمی شکوفا شوند، تأکید فراوانی شده است. هنگامی که افراد در شیوه زندگی خود و شیوه‌های ارتباطی با دیگران تغییر ایجاد می‌کنند و یا با کار کردن در یک مؤسسه و با تغییرات درونی به بهبود آن کمک می‌کنند؛ باعث ترویج رفتارهای مثبت در جامعه می‌شوند (لیمون و دیگران، ۱۳۹۲: ۴۴).

۳. بحث و بررسی

رستم، پهلوان همه میدان‌ها و قهرمان همه نیکویی‌ها در قلمرو قدرت، فردی مانند دیگران است. در همه داستان‌هایی که نام رستم در میان است؛ او یک قهرمان واقعی است جز داستان رستم و سهراب که دل نازک از او به خشم می‌آید (رحیمی، ۱۳۹۷: ۲۲۸). برخورد رستم و سهراب برخورد تجربه‌پیری است با شور جوانی. رستم سرد و گرم روزگار را چشیده است، راه را از چاه بازمی‌شناسد. در مقابل، سهراب جوانی است سرشار از شور جوانی. او می‌خواهد هنوز از گرد راه نرسیده همه چیز را درهم بریزد. او می‌خواهد سازمان دو کشور ایران و توران را درهم بریزد. از دیدگاه او چو رستم پدر باشد و سهراب پسر، کاووس و افراسیاب حق دخالت ندارند. رؤیایی شیرین با پایانی تلخ. او عاشقانه و بی‌پروا به سمت هدف خود می‌تازد و در پیرامون خود هیچ چیز را نمی‌بیند (همان: ۲۰۹).

فردوسی در اغلب موارد وجود افرادی را که سمبل خرد و دانایی هستند، می‌ستاید. در شاهنامه هر جا که پادشاهان، وزیران، قهرمانان، پهلوانان و... از خرد دور می‌شوند نتیجه عملکرد آنها نابودی و تباهی است و هرگاه دل به راهنمایی‌های خردمندان سپرده‌اند به بزرگی و شکوه و شوکت دست یافته‌اند (موسوی و خسروی، ۱۳۹۵: ۱۱۹).



هرگاه رستم خردمندانه و آگاهانه عمل می‌کرد و نیروهای مثبت درون خود را می‌شناخت و تقویت می‌کرد و نیروهای منفی درونی را تضعیف می‌ساخت، پیروز می‌شد؛ اما هرگاه از این کار باز می‌ماند تنزل پیدا می‌کرد. این قهرمان آرمانی حماسه از خطا و اشتباه مصون نیست. گاه به فراز می‌رود و گاه به نشیب (خسروی، ۱۳۹۶: ۲۶). بسیاری از پهلوانان شاهنامه در گیرودار جنگ‌ها دست به نیرنگ می‌زنند و تلاش می‌کنند تا با کشتن هم‌اورد خود، جان سالم به در ببرند. در داستان رستم و سهراب این نکته مطرح می‌شود که آیا رفتار رستم برای فریفتن پسرش بخردانه بوده است یا ناجوانمردانه؟ آنچه مسلم است او حق داشته در برابر دشمنی که همه ایرانیان را به هراس افکنده و مدعی درهم نوردیدن تاج و تخت است، به نیرنگ متوسل شود و دشمن را سربه نیست کند. جنگ منطق خودش را دارد و نباید با اخلاق و دین و مذهب درهم آمیخته شود (رضایی دشت‌ارژنه، ۱۳۹۲: پیش‌گفتار ۳۵).

مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا که در شخصیت رستم در داستان رستم و سهراب به چشم می‌خورد عبارتند از:

۳-۱. خرد و دانش

اولین فضیلت که روان‌شناسان مثبت‌گرا در نظر گرفته‌اند؛ خرد و دانش است. آنها شش مؤلفه را نشانه داشتن دانش و خرد افراد می‌دانند. فردوسی خرد را نخستین آفریده و بهتر از هرچه ایزد داده است، می‌خواند. از دیدگاه او خرد برای جان که منشاء حیات است، حکم چشم را دارد و جان بدون خرد نمی‌تواند به کمالی که لازمه بقا و رسیدن به جاودانگی است، برسد. اینکه حکیم توس اثر عظیم خود را با نام خداوند جان و خرد آغاز می‌کند، براعت استهلالی بلیغ و بدیع است و نشانه‌ای از خرد خود اوست (زرین‌کوب، ۱۳۸۱: ۱۲۲-۱۲۳).

مسئله خرد در شاهنامه بنیادی است و مفهوم بسیار وسیعی دارد. فشرده کل آموزه‌های انسانی است که از آن نتیجه‌گیری درستی گرفته باشند. کمتر کتابی در دنیا می‌توان پیدا کرد که تا این اندازه تکیه بر خرد داشته باشد (اسلامی‌ندوشن، ۱۳۸۳: ۱۳). رستم خردمندترین پهلوان شاهنامه است. نابخردی‌های او در برابر خردمندی‌هایش بسیار ناچیز است و البته کنش‌های نابخردانه او سبب غنای بیشتر شاهنامه شده و نشان دهنده مطلق نبودن شخصیت‌ها و پهلوانان شاهنامه است. خواننده می‌داند که با پهلوانان زمینی و انسانی مواجه است نه شخصیت‌های ماورایی و دست‌نیافتنی. در شاهنامه به موارد زیادی از خردورزی رستم برمی‌خوریم؛ از جمله: پیشنهاد دادن به شاه که پیش از عزیمت به توران دشمن داخلی را سر جای خود بنشانیم و سپس روی به توران نهیم، آرام کردن کیخسرو بعد از کشته شدن برادرش فرود، زنده‌دار دادن به گودرز در رزم کاموس کشانی، دو شرط خردورزانه برای آشتی با تورانیان، اول تحویل‌گشندگان سیاوش و دوم پناهنده شدن پیران ویسه به ایران، فریفتن اکوان دیو و ... (رضایی دشت‌ارژنه، ۱۳۹۲: ۹۷).

۳-۱-۱. کنجکاو و علاقه به جهان

کنجکاو در حقیقت درگیر شدن فعالانه با موضوعات تازه است. افراد مثبت‌گرا، علاقه‌مند به دانستن و همیشه در جستجوی نایاب‌ها و غیرعادی‌ها هستند. نسبت به تجربه‌های جدید انعطاف‌پذیری دارند. کسل و بی‌حوصله نیستند و در مورد مسائل به دانسته‌های پیشین خود اکتفا نمی‌کنند.

رستم هنگامی که متوجه نبرد سهراب با لشکر ایرانیان شد، کنجکاوانه خود را به گیو رساند و از او درباره سهراب سؤال کرد که چگونه جنگجویی بود؟ با لشکر ایران چه کرد؟ گیو در پاسخ گفت: تاکنون کسی را مانند او ندیده‌ام. که: «امروز سهراب جنگ‌آزمای _____ چگونه به جنگ اندرآورد پای؟» چنین گفت با پهلوان گردگیو _____ کزان گونه هرگز ندیدیم نیو (فردوسی، ۱۳۹۸: ۲۹۰).

۳-۱-۲. عشق به یادگیری

شب‌هنگام که رودابه برای ابراز علاقه به سراغ رستم می‌رود و می‌گوید که عاشق پهلوانی‌ها و مردانگی او شده است؛ آنچه توجه رستم را جلب می‌کند تنها زیبایی و طنزآمیز تهمینه نیست، بلکه دانش اوست. فردوسی در وصف رودابه هم به جمال وی اشاره کرده است و هم به کمالات و دانش او.

چو رستم بدان‌سان پریچهره دید
ز هر دانشی نزد او بهره دید
(همان: ۲۶۴)

۳-۱-۳. قضاوت، تفکر انتقادی و روشن‌فکری

حلاجی کردن مسائل و چالش‌هایی که پیش می‌آید و بررسی حقایق، داده‌ها و سایر اطلاعات باعث دستیابی به این فضیلت می‌شود. شخصی که تفکر انتقادی دارد، همه امور را مرتب و سازماندهی می‌کند تا یک مشکل را شرح دهد و راه حل‌های مؤثری برای آن پیدا کند. این افراد به سرعت تصمیم‌گیری نمی‌کنند و با بررسی دقیق و سنجیدن اطلاعات هر آنچه به نفع خود و دیگران است، می‌پذیرند و هرگاه متوجه شوند که اشتباه کرده‌اند، تغییر عقیده می‌دهند. از قضاوت‌های ناگهانی پرهیز می‌کنند. خطاهای خود و دیگران را شخصی‌سازی نمی‌کنند.

در داستان رستم و سهراب وقتی رستم برای اولین بار از وجود پهلوانی به نام سهراب باخبر شد و خصوصیات او را از گیو شنید؛ بسیار متعجب شد و با خود گفت: جوانی مانند سام دلاور در جهان پیدا شده است؛ بدون شک چنین پهلوانی باید از ایرانیان باشد نه از تورانیان. پس از آن اندیشید که من از دختر شاه سمنگان پسری دارم که هنوز کودک است. مادرش می‌گوید که هنوز از دهنش بوی شیر می‌آید؛ ولی به زودی بزرگ و مانند پهلوانان می‌شود. او



نمی‌تواند اکنون مرد نبرد شده باشد. در این داستان رستم تمام جوانب امر را می‌سنجد، با اطلاعاتی که دارد به بررسی مشکل می‌پردازد؛ اما به نتیجه‌ی درستی نمی‌رسد.

من از دُختِ شاهِ سَمَنگان یکی پسر دارم و باشد او کودکی
هنوز آن گرامی نداند که چنگ توان بازکردن به هنگامِ جنگ
(همان: ۲۷۴)

او به دلیل اینکه اطلاعاتی که درباره‌ی پسرش داشته، صحیح و کامل نبوده است، نمی‌تواند درست نتیجه بگیرد. آنچه روان‌شناسی مثبت بر آن تأکید دارد این است که وقتی عملی انجام می‌دهید یا تصمیمی می‌گیرید، بعداً با دیدگاه منتقدانه، واقعه را بررسی کنید. چه چیزی خوب پیش رفت و چه چیزی مطابق میل شما نبود؟ چه کار متفاوتی می‌توانستید انجام دهید؟ آیا در مورد تصمیم و عملکرد خود راضی هستید و احساس قدرت می‌کنید؟ به طور کلی توصیه می‌کند که مسائل را با زاویه‌ی دید متفاوت بررسی کنید (لیمون، ۱۳۹۲: ۱۶۸).

در جایی دیگر نیز در باره‌ی سهراب به حلاجی کردن امور می‌پردازد؛ فکر می‌کند اگر واقعاً این جوان تورانی مانند سام خردمند باشد، نباید این‌گونه با شتاب به جنگ با ایرانیان بیاید. با خود می‌اندیشد که او وقتی درفش مرا از دور ببیند، از بزرگی و عظمت آن می‌ترسد و از جنگ منصرف می‌شود.

درفش مرا گر ببیند ز دور دلش ماتم آرد به هنگامِ سورا!
چو ماننده‌ی سامِ جنگی بود دلیر و هوشیوار و سنگی بود
بدین تیزی ایدر نیاید به جنگ نباید گرفتن چنین کار تنگ!
(فردوسی، ۱۳۹۸: ۲۷۴)

هنگامی که کیکاووس احساس درماندگی می‌کند و متوجه می‌شود که پهلوانان دیگر توانایی مقابله با سهراب را ندارند، گیو را نزد رستم می‌فرستد و از او تقاضای کمک می‌کند. رستم با تأسف می‌گوید: پادشاهان دیگر هرگاه مرا به نزد خود فرامی‌خوانند یا برای رزم بود یا بزم؛ اما از کیکاووس جز رنج و زحمت چیزی ندیدم. رستم با اینکه دل خوشی از کیکاووس ندارد، لباس رزم می‌پوشد و برای جنگ آماده می‌شود. تصمیم او برای رفتن به جنگ نشانه‌ای از روشن بینی اوست. وقتی رستم و سهراب برای بار دوم وارد صحنه نبرد می‌شوند؛ سهراب می‌گوید: دلم از مهر تو سرشار است، شخص دیگری را به جای خودت به میدان جنگ بفرست و با من آشتی کن و در بزم من بنشین. رستم این پیشنهاد را نمی‌پذیرد و می‌گوید: من هرگز فریب تو را نخواهم خورد، پس کوشش نکن. من بچه نیستم که فریب بخورم.



بدو گفت رستمی که ای نامجوی! ز گُستی گرفتگی سخن بود دوش
 نه من کودکم، گر تو هستی جوان
 نبودیم هرگز بدین گفت‌وگوی
 نگیرم فریب تو، زین در مکوش!
 به گُستی کمر بسته‌ام بر میان
 (همان: ۲۹۳)

۳-۱-۴. ابتکار، نوآوری، هوش عملی و کارگشتگی

در این مؤلفه شخص برای حل مشکلات فقط از روش‌های معمول و مرسوم استفاده نمی‌کند، بلکه سعی می‌کند با ابتکار و نبوغ و تمرکز بر شیوه‌های جدید، مسائل را حل کند. افراد با رفتارهای جدید اما مناسب و قابل پذیرش برای رسیدن به اهداف تلاش می‌کنند.

در این داستان، قبل از جنگ، شب که تاریکی همه جا را فرا می‌گیرد، رستم به نزد کیکاووس می‌رود و از او می‌پرسد که آیا می‌شود با لباسی ناشناس به میان لشکر تورانیان برود تا بتواند پهلوان تورانی را ببیند و بشناسد. کیکاووس با رفتن او موافقت می‌کند. رستم لباسی همانند ترکان تورانی می‌پوشد و به سوی دژ سپید، که جایگاه سپاه توران بود، حرکت می‌کند. این نشانه‌ای بر خلاقیت و نوآوری اوست.

تَهْمَتَن بِيَامَد بَه نَزْدِيكِ شَهَاه
 كِه دَسْتُور بَاشَد مَرَا تَاجُور
 مِيَان بَسْتَه مَر جَنگ رَا كِيْنَه خَوَاه
 كَز اِيْدَر شُوم بِي كَلَاه وَ كَمَر
 بِيْنِم كِه اِيْن نُوْجَهَانْدَار كِيْسْت؟
 بَزْرگان كَدَامَ سَالَار كِيْسْت؟
 (همان: ۲۷۸)

هنگامی که رستم به جنگ با سهراب می‌پردازد، در برخورد اول توان مبارزه در مقابل او را ندارد. سهراب مانند شیری به میان لشکر افتاده بود و به هر طرف می‌راند و عده زیادی را کشت. رستم نزد او رفت و گفت: اکنون روز به پایان رسیده است، پس جنگ را به پایان ببریم و فردا با طلوع خورشید با هم می‌جنگیم.

بَدُو گُفت رَسْتَم كِه شَد تِيْرَه رُوز
 بَگَرْدِيْم شَبْگَ يِر بَا تِيْغ كِيْن
 چُو پِيَسَدَا كَنْد تِيْغ گِيْتِي فَرُوز
 تُو رُو، تَا چَه خَوَاهَد جَهَانْ اَفْرِيْن
 (همان: ۲۸۹)

وقتی رستم و سهراب برای بار دوم وارد صحنه نبرد می‌شوند و رستم مغلوب سهراب می‌شود، درحالی که سهراب با خنجر در دست بر روی سینه رستم نشسته است و می‌خواهد سر از تن او جدا کند، رستم فکری به سرش می‌زند و می‌گوید: ای جوان! رازی هست که مایلیم برای تو آشکار کنم. در رسم و رسوم ما ایرانیان چنین است که



اگر کسی در گشتی برای اولین بار بر حریف خود چیره شود، سر او را جدا نمی‌کند و اگر بار دوم غلبه کند او را می‌کشد.

کسی که به گُستی نبرد آورد سر مهتری زیر گرد آورد،
نخستین که پشتش نهد بر زمین نبرد سرش، گرچه باشد به کین
(همان: ۲۹۳)

۳-۱-۵. هوش اجتماعی، هوش شخصی و هوش هیجانی

هوش شخصی و اجتماعی یعنی شما از انگیزه‌ها و احساسات خود و دیگران آگاه هستید. کسی که از این ویژگی بهره‌مند است با توجه به تفاوت‌های افراد به ویژه خلیقات، روحیات و انگیزه‌های افراد مختلف، عملکردهای مختلفی انجام می‌دهد. در همان ابتدای داستان رستم و سهراب، هنگامی که رخس گم می‌شود و رستم برای یافتن آن به سمنگان می‌رود؛ شاه سمنگان به او می‌گوید: چه شده که کسی مانند تو به شهر ما آمده است؟! همگی ما گوش به فرمان تو هستیم. رستم با استفاده از هوش اجتماعی خود، پی می‌برد که شاه سمنگان گمان بدی ندارد؛ پس با آرامش با آنها صحبت می‌کند و از آنان می‌خواهد که در یافتن اسبش او را یاری کنند.

چو رستم به گفتار او بنگرید ز بدها گمانیش کوتاه دید
(همان: ۲۶۲)

افراد با هوش اجتماعی بالاتر، دیدگاه بازتری نسبت به بقیه افراد دارند. همیشه به اطراف خود توجه می‌کنند و می‌خواهند که بدانند چه چیزی در اطراف آنها در حال وقوع است. وقتی رستم برای اولین بار از وجود پهلوانی به نام سهراب باخبر شد و خصوصیات او را از گیو شنید؛ بسیار متعجب شد و با خرد و هوش اجتماعی خود و در نظر گرفتن ویژگی‌های مطرح شده، با خود گفت: جوانی مانند سام دلاور در جهان پیدا شده است؛ بدون شک چنین پهلوانی باید از ایرانیان باشد نه از تورانیان.

که مانده سام گرد از مهران سواری پدید آمد لندر جهان
از آزادگان این نباشد شگفت ز ترکان چنین یاد نتوان گرفت!
(همان: ۲۷۴)

افرادی که از هوش اجتماعی بالاتری برخوردار هستند، به تفاوت‌های میان افراد توجه می‌کنند. نقاط قوت دیگران را در نظر می‌گیرند. در این داستان هنگامی که رستم با سهراب نبرد می‌کند و توان و نیروی او را می‌بیند؛ با خود می‌گوید: من هرگز کسی را با این قدرت و توان ندیده‌ام. من با دیو سپید جنگیدم و او را از پای درآوردم؛ اما این پهلوان بسیار تنومند و قدرتمندتر از من است.



همی‌گفت رستم که هرگز نهنگ
 ندیدم بدین‌سان که آید به جنگ
 مرا خـــــــوار شد رزمِ دیو سپید
 ز مـــــــردی شد امروز دل ناامید
 (همان: ۲۸۸ و ۲۹۱).

۳-۱-۶. روشن‌بینی

مارتین سلیگمن این توانمندی را بالغانه‌ترین قابلیت می‌داند و معتقد است که بیش از بقیه مؤلفه‌ها به معنای خرد نزدیک است. در این مؤلفه شخص با تجربیات قبلی خود به حل مشکلات می‌پردازد. مسائل را به طور کلی در نظر می‌گیرد. به واقعیت‌های هر حادثه بیشتر توجه می‌کند. نکته‌های متفاوتی را در نظر می‌گیرد و با شیوه‌ای معقول به جهان می‌نگرد.

وقتی که رستم برای جنگ آماده می‌شود، شب که تاریکی همه جا را فرا می‌گیرد، رستم به نزد کیکاووس می‌رود و از او می‌پرسد که می‌شود با لباسی مانند ترکان به میان لشکر تورانیان برود تا بتواند پهلوان تورانی و بقیه بزرگان آنها را ببیند و بشناسد؟ کیکاووس نیز موافقت و برای او دعا می‌کند. در این بخش از داستان با چندین مؤلفه روبه‌رو هستیم: اول روشن‌بینی و خرد رستم نمایان می‌شود. دوم با شجاعت و دلیری او مواجه می‌شویم که حاضر می‌شود، برای کسب اطلاعات از سپاه دشمن نیمه‌شب به میان آنها برود. سوم دوراندیشی و احتیاط او را می‌بینیم که با لباسی ناشناس با احتیاط و آینده‌نگری که دارد می‌خواهد حریف خود را بشناسد و از نزدیک ببیند. چهارم تواضع و فروتنی او را نسبت به کیکاووس می‌بینیم با اینکه خود اختیار کامل دارد؛ اما از شاه برای انجام کاری که در نظر دارد اجازه می‌گیرد.

ببینم که این نوجوهاندار کیست؟
 بزرگان کدامند و سالار کیست؟
 بدو گفت کاووس کاین کارِ توست
 که بیــــــــــــــداردل بادی و تندرست
 تهمتن یکی جامهٔ ترک‌وار
 بپوشید و آمد دوان تا حصــــــــــــار
 (همان: ۲۷۹)

نامبردارترین جهان‌پهلوان شاهنامه در خدمت امر شهریاری است؛ اما همین که با بدعهدی و پیمان‌شکنی مواجه می‌شود؛ جور دیگری برخورد می‌کند؛ مثلاً در داستان سیاوش وقتی افراسیاب پیمان می‌شکند و سیاوش را بی‌گناه می‌کشد، رستم خشمگین و دمان خاک توران را به توبره می‌کشد و دمار از روزگار تورانیان برمی‌آورد و از عملکرد خویش در زمین توران شرم‌منده نیست و احساس گناه نمی‌کند (مسکوب، ۱۳۸۹: ۱۳۰). آنچه همواره برای پهلوانان مهم بوده نام است که در جای جای شاهنامه به آن اشاره شده و نیرومندترین انگیزه برای رفتار و کردار پهلوانان



است. در نبرد رستم و اسفندیار همه نگرانی او از رویارویی با اسفندیار این است که مبدا «نام او به ننگ باز گردد». در داستان رستم و سهراب نیز هنگامی که رستم از رفتار خام و بیخردانه کاووس خشمگین می‌شود، می‌خواهد که به راه خود برود تنها بیم از پست شدن نام است که او را وادار به بازگشت می‌کند (کزازی، ۱۳۸۰: ۸۲). توجه به نام و در نظر گرفتن موقعیت، نشانه‌ای از روشن‌بینی شخص است.

در نبرد میان رستم و سهراب، وقتی سهراب آمادگی جسمانی خود را به رخ رستم می‌کشد و می‌گوید: من می‌توانم با یک مُشت تو را از پای دریاورم، رستم از تجربه‌های قبلی خود استفاده می‌کند. او می‌داند که توان سهراب بسیار زیاد است، پس او را به آرامش و صبر دعوت می‌کند و می‌گوید: با پیران کهنسال با زبانی نرم سخن بگو نه با تندی و درشتی.

بدو گفت: نرم ای جوانمرد، نرم!
به پیری بسی دیدم آوردگاه
زمین سرد و خشک و سخن چرب و گرم!
بسی بر زمیــــــــــــن پست کردم سپاه
(فردوسی، ۱۳۹۸: ۲۸۷)

رستم پس از اینکه برای اولین بار با سهراب نبرد می‌کند به نزد شاه می‌رود و از نیروی زیاد سهراب و شجاعت و هنرهایش سخن می‌گوید. از بازو و ران این جوان که سترتر و قوی‌تر از اسب است و همچنین می‌گوید که به چندگونه تیغ و تیر و کمند او را آزمودم؛ او بسیار نیرومند است.

دو بازو و رانــــــــــــــــش ز رانِ هیون
به گرز و به تیغ و به تیر و کمند
همانا که دارد ستبری فزون
ز هــــــــــــــــر گونه‌ای آزمودیم بند
(همان: ۲۹۰)

۳-۲. شجاعت

دومین فضیلت از نظر مثبت‌اندیشان، شجاعت است که در سرتاسر جهان قابل ستایش است. کسی که علاوه بر دلیری، از ویژگی پشتکار و راستی بهره‌مند است؛ این فضیلت را داراست. شخص درستکار فقط حقیقت را نمی‌گوید؛ بلکه زندگی کردن او به شیوه‌ای صادقانه است. اهل عمل ریاکارانه نیست. نسبت به تعهدات خود پایبند است. به وعده‌هایی که می‌دهد عمل می‌کند. با خود و دیگران صادق است. این فضیلت سه توانمندی دارد: ۱. دلیری و بی‌باکی، ۲. پشتکار، کوشایی و کوشش پیوسته. ۳. راستی، صداقت و درستکاری.

۳-۲-۱. دلیری و بی‌باکی

ایده دلیری اغلب در طول تاریخ از شجاعت‌های میدان جنگ سرچشمه گرفته است و با شنیدن واژه دلیری و بی‌باکی صحنه‌های نبرد در ذهن انسان تداعی می‌شود؛ ولی امروزه شامل شجاعت اخلاقی و شجاعت روان نیز



می‌شود. در داستان‌هایی که از رستم روایت می‌شود، هم شاهد دلیری او در میدان‌های جنگ و هم شاهد شجاعت اخلاقی و روانی او هستیم؛ رستم با دیدن رنج و دشواری نه تنها خودش را کنار نمی‌کشد، بلکه با دلیری تمام با موقعیت‌های ترسناک روبه‌رو می‌شود.

تهمینه وقتی برای اولین بار رستم را می‌بیند به او می‌گوید: من درباره‌ی تو افسانه‌های زیادی شنیده‌ام. تو از دیو و شیر و پلنگ هیچ ترسی نداری و با آنها می‌جنگی. در شب تاریک تنها به توران می‌روی و برمی‌گردی. هر کس در دست تو گرز سنگینت را ببیند، گریزان می‌شود.

شب تیره تنها به توران شوی
 هر آنکه که گرز تو ببیند به جنگ
 بگردی بر آن مرز و هم بغنوی
 بدر دل شیر و چنگ پلنگ!
 (همان: ۲۶۳)

در جای دیگر این داستان، رستم برای شناسایی سهراب و بقیه پهلوانان تورانی شبانه به صورت ناشناس به دژ سپید می‌رود و به طور پنهانی شاهد بزمی است که برای سهراب آماده کرده‌اند. در این هنگام زنده‌رزم بیرون می‌آید و رستم را می‌بیند. چون در تاریکی شناسایی رستم ممکن نبود، زنده‌رزم با خشم دست رستم را می‌گیرد تا به جایی بیاورد که روشنایی هست؛ اما رستم با مشت که بر گردن او می‌زند، جانش را می‌ستاند.

تهمت یکی مشت بر گردنش
 بدن جایگه خشک شد زنده‌رزم
 بزد تا برون شد روان از تنش
 سرآمدش رزم و سرآمدش بزم
 (همان: ۲۷۹)

در میدان جنگ، هنگامی که سهراب خروشی برآورد و نیزه‌ای برداشت و شتابان خود را به سراپرده کیکاووس رساند، همه پهلوانان پریشان و درمانده شدند. شاه گفت: یکی از شما به رستم خبر برساند و بگوید کسی حریف این پهلوان تورانی نمی‌شود؛ طوس خود را به رستم رساند. رستم ببر بیان بر تن می‌کند و کمر بند کیانی بر کمر می‌بندد و به سرعت بر رخس سوار می‌شود و به سمت میدان جنگ حرکت می‌کند.

بفرمود تا رخس را زین کنند
 سواران بروها پر از چین کنند
 بزد دست و پوشید ببر بیان
 ببست آن کیانی کمر بر میان
 (همان: ۲۸۶)

پس از اینکه رستم و سهراب با هم گفتگو‌هایی کردند و تلاش آنها برای شناختن یکدیگر بی‌نتیجه ماند، نبرد آن دو آغاز شد. ابتدا با نیزه حمله کردند؛ سپس شمشیر بر گرفتند و به جنگ پرداختند تا شمشیرها درهم شکست و



ریز ریز شد. پس از آن به گرز گران دست بردند و چندان به جنگ ادامه دادند که بازوی دو پهلوان از کار فروماند و اسب‌های آنها از نفس افتاد. زره‌ها بر تنشان پاره پاره شد و خسته و تشنه شدند (همان ۲۸۷ و ۲۸۹).

۳-۲-۲. راستی، صداقت و درستکاری

زمانی که رستم برای یافتنِ رخس به سمنگان می‌رود، پادشاهِ سمنگان از رستم می‌خواهد که امشب میهمان ما باش و خوش بگذران و مطمئن باش که اسبت را پیدا خواهیم کرد. تهمت‌ن وقتی صداقت و راستی را در کلام شاه و اطرافیان می‌بیند، شاد می‌شود و دلش از اندوه رها می‌گردد.

تهمت‌ن ز گفتار او شاد شد روانش از اندیشه آزاد شد
(همان: ۲۶۳)

هنگامی که رستم از دژ سپید باز می‌گردد به نزد پادشاه می‌رود و آنچه را دیده است، صادقانه با کیکاووس در میان می‌گذارد. از قد و بالا و زور سهراب سخن می‌گوید و اعتراف می‌کند که نه از ترکان و نه از ایرانیان هیچ‌کس را مانند او ندیده است. گویی به راستی خود سام است.

ز سهراب و از برزبالای او ز بازو و کتف و بر و پای او
که هرگز ز ترکان چون او کس نخاست! به کردار سروسست بالاش راست!
(همان: ۲۸۰)

در این مؤلفه، انسان نه تنها به شیوه خالصانه و بی‌ریا خودش را نشان می‌دهد، بلکه دیگران را نیز همانگونه که هستند ارزیابی می‌کند. وقتی رستم برای نخستین بار با سهراب نبرد می‌کند و توان و قدرت او را می‌بیند، به کیکاووس می‌گوید: من چه بسیار مردان پهلوان را در میدان جنگ دیده‌ام و آنها را از روی زین بر گرفته‌ام؛ اما هیچ کدام مانند این پهلوان تورانی نبوده‌اند. من حتی نتوانستم او را اندکی از روی زین تکان بدهم. همانگونه که باد نمی‌تواند کوه را حرکت دهد.

همی‌خواستم کش ز زین برگنم چو دیگر کسانش به خاک افگنم
گر از باد جُمان شود کوه خار بجمبید بر زین بر آن نامدار
(همان: ۲۹۰)

۳-۳. رأفت و عشق

این قابلیت مربوط به تعاملات اجتماعی مثبت با خانواده، دوستان، همکاران و حتی افراد غریبه است. در این مؤلفه دو توانمندی وجود دارد؛ ۱. مهربانی و سخاوت. ۲. دوست داشتن و اجازه دادن به خود برای دوست داشته شدن توسط دیگران.

پس از آن در جایی که گیو نگران دیر رفتن به نزد پادشاه است، رستم او را به آرامش دعوت می‌کند و فرمان می‌دهد تا رخس را آماده کنند و بر شیپور جنگ بدمند. سپاهیان با شنیدن صدای نوای جنگ لباس‌های جنگی می‌پوشند و آماده جنگ می‌شوند.

بدو گفت رستم که مندیش از این
 که با ما نشورد کس اندر زمین
 بفرمود تا رخس را زین کنند
 دم اندر دم نای رویی کننند
 (همان: ۲۷۴)

رهبری رستم بدین گونه است که وقتی می‌خواهد به جنگ با سهراب برود تمام نقشه‌ها را برای برادرش توضیح می‌دهد و او را هدایت می‌کند. احتمالات را در نظر می‌گیرد و توصیه می‌کند در صورت مرگ من چه کاری باید انجام دهی. پس از اولین نبرد رستم با سهراب و بازگشت او به سمت لشکرگاه به برادرش زواره گفت: من سحرگاه فردا به جنگ پهلوان تورانی می‌روم. تو چشم به راه من بایست، اگر پیروز میدان باشم به لشکرگاه می‌آیم تو نیز سپاه و درفش و دیگر جنگ‌افزارهای مرا بیاور؛ ولی اگر کار به گونه‌ای دیگر پیش رفت، زاری و بی‌تابی نکنید. جنگ را ادامه ندهید و به زابلستان برگردید. به نزد زال و مادرم رودابه برو و آنها را دلداری بده و بگو که سرنوشت من این گونه بود. به آنها بگو که در این سوگ خود را پر از اندوه نکنند و برای همیشه سوگواری نکنند.

چنین راند پیش برادر سخن
 که بیدار دل باش و سستی مکن!
 گر آیدون که پیروز باشم به جنگ
 بدان دشت کین بر نسازم درنگ
 (همان: ۲۹۱)

۵-۳. میانه‌روی

در این فضیلت انسان به سرکوب تمایلات خود نمی‌پردازد؛ بلکه منتظر فرصت‌های مناسب برای برطرف کردن آنهاست، به طوری که نه آسیبی به خودمان برسد نه به دیگران. این مؤلفه دارای سه قابلیت است؛ ۱. خودکنترلی. ۲. دوراندیشی، بصیرت و احتیاط. ۳. تواضع و فروتنی.

۵-۳-۱. خودکنترلی

در این فضیلت با اینکه تأکید بر این است که شخص امیال و خواسته‌های خود را سرکوب نکند؛ اما باید بتواند در صورت نیاز امیال خود را کنترل کند و هیجانات خود را سامان دهد. احساسات ناخوشایند خود را به احساسات مثبت بدل کند.



در این داستان سهراب در دل خود مَه‌ری را نسبت به رستم حس می‌کند و به او می‌گوید: من گمان می‌کنم تو رستمی و از نژاد نریمان هستی. رستم به او می‌گوید: من رستم نیستم و از نژاد سام نریمان هم نیستم. رستم پهلوان است و من کِه‌تر او هستم.

چنین داد پاسخ که رستم نیم
هم از تخمه سام نیمم
که او پهلوان است و من کِه‌ترم
نه با تخت و کام و نه با افسرم
(همان: ۲۸۷)

۳-۵-۲. دوران‌دیشی، بصیرت و احتیاط

انسان‌های دوران‌دیش و آینده‌نگر معمولاً جوانبِ امور را می‌سنجند، مراقبِ کلام و رفتار خود هستند که مبادا حرفی بزنند یا کاری انجام بدهند که موجب پشیمانی آنها شود. در نبرد رستم و سهراب، دوران‌دیشی و آینده‌نگری رستم بسیار جالب است؛ هرچند که با تمام این دوران‌دیشی‌ها نتیجه به دست آمده، ناخوشایند بود؛ اما رستم کار صحیح را انجام داد. هنگامی که رستم با تهمینه پیوند زناشویی بستند و با یکدیگر جفت گردیدند، رستم مَه‌رای را به تهمینه داد و از او خواست اگر فرزند ما دختر بود این مَه‌ره را به گیسوان او ببند و اگر پسر بود آن را به بازوانش ببند تا من هر کجا فرزندم را دیدم، او را بشناسم.

بدو داد و گفتش که این را بدار
بگیـر و به گیسوی او بـدر بدوز
ور ایدون که آید از اخیـتر پسر
اگر دختر آرد تو را روزگار
به نیک‌اختر و فال گیتی‌فروز
بینـدش به بازو نشان پدر
(همان: ۲۶۴)

در آن قسمت از داستان که رستم اصل و نسبِ خود را از سهراب پنهان می‌کند، نشانه‌هایی از احتیاط و دوران‌دیشی را می‌توان مشاهده کرد؛ زیرا می‌خواهد ترس از رستم و اُبَهِت او همچنان باقی بماند.

رستم پس از اینکه برای نخستین‌بار با سهراب روبه‌رو می‌شود و قدرت و توان او را می‌بیند، نزد شاه می‌رود و از دلیری‌ها و قدرتِ سهراب سخن می‌گوید. سپس بیان می‌کند که فردا هنگام جنگ او را خواهیم آزمود و با او پیکار می‌کنم تا ببینم پیروزی از آن کیست؛ یعنی سنجش امور و داشتن آگاهی برای یک نبرد سخت.

چو فردا بیاید به دشت نبرد
به گُستی همی‌بایدم چاره کرد
(همان: ۲۹۰)

۳-۵-۳. تواضع و فروتنی

در این مؤلفه شخص به دنبال مطرح کردن خود نیست. فروتن است و اجازه می‌دهد رفتار و اعمالش معرف او باشند، تا خود از موفقیت‌هایش سخن بگوید. در ادبیات حماسی اغلب برعکس این قضیه رخ می‌دهد. پهلوانان از جنگاوری و رشادت‌های خود سخن می‌گویند، قدرت و توان بدنی خود را به رخ می‌کشند و منتظر نمی‌مانند تا موفقیت‌هایشان معرف آنها باشد؛ مانند تمام رجزخوانی‌هایی که قبل از جنگ‌ها با آن روبه‌رو می‌شویم؛ اما همین پهلوانان هنگامی که با پادشاه و یا پهلوانی دیگر مواجه می‌شوند تواضع و فروتنی دارند. در داستان رستم و سهراب زمانی که رستم برای ارزیابی سپاه توران می‌خواهد با لباسی ناشناس به میان لشکر تورانیان برود تا بتواند پهلوان تورانی را ببیند و بشناسد نزد کیکاووس می‌رود و از او کسب تکلیف می‌کند؛ این نشانه‌ای از تواضع رستم در برابر کیکاووس است. نکته‌ای در اینجا باید به آن اشاره کرد این است که رستم و خاندان او پشتیبان نظام پادشاهی به هر قیمت نیستند. آنان پیرو فریدون و کیخسرو دانا و دادگستر هستند نه تابع هوسبازی‌های کاووس؛ یعنی زمانی که پادشاهی به فکر منافع و هوسبازی‌های خود بود، نه تنها با او همراه نمی‌شدند بلکه در مقابل او می‌ایستادند (رحیمی، ۱۳۹۷: ۲۳۴).

در قسمتی از این داستان، رستم پس از اینکه برای اولین بار، با سهراب روبه‌رو می‌شود می‌گوید: هرگز کسی در جهان جوانی به این شجاعت و شیرمردی ندیده است. او قد و بالای بلندی دارد، تا حدی که دستش به آسمان‌ها نیز می‌رسد. تنش بسیار قوی و زورمند است.

نگه کرد رستم بدان سرفراز
 بدو گفت نرم ای جوانمرد، نرم!
 بدان بُرزبالا، رکیبِ دراز،
 زمین سرد و خشک و سخن چرب و گرم!
 (فردوسی، ۱۳۹۸: ۲۸۷)

روانشناسان مثبت‌گرا معتقدند که افراد متواضع، موفقیت‌ها و شکست‌های خود را به یک اندازه بی‌اهمیت می‌دانند. در یک مقیاس وسیع موفقیت‌ها یا ناکامی‌ها چندان مهم نیستند (سلیگمن، ۱۳۹۷: ۱۹۹). در داستان رستم و سهراب هنگامی که رستم قدرت و نیروی سهراب را می‌بیند، احساس می‌کند که شاید در این جنگ به دست این پهلوان تورانی کشته شود؛ به همین دلیل از برادرش زواره می‌خواهد اگر چنین اتفاقی افتاد نزد رودابه و زال برود و آنها را دلداری بدهد. همچنین می‌خواهد که به آنها بگوید اگر هزار سال هم در جهان بماند، سرانجام کارش همین است.

مشو جـــــاودانه ز مرگم نژندا!
 بگویش که دل را درین غم میند

(فردوسی، ۱۳۹۸: ۲۶۵)

۳-۶-۳. امید، خوش‌بینی و آینده‌نگری

تلاش انسان برای رسیدن به آرزوها و هدف‌ها از امید نشأت می‌گیرد. انتظار وقوع حوادث خوب نشان‌دهنده خوش‌بینی به آینده است. افرادی که سطح امیدواری بالایی دارند، وقتی در زندگی با مسائل و مشکلاتی روبه‌رو می‌شوند؛ اغلب مسائل مهم و بزرگ را به مسائل کوچک و قابل اداره تجزیه می‌کنند (کار، ۱۳۹۹: ۱۸۸).

در این داستان پس از آنکه رستم مَهْرَه مخصوص خودش را به تهمینه می‌دهد، به او امید می‌دهد که فرزند ما به بزرگی و عظمت سام خواهد شد و در مردانگی نیز مانند او خواهد بود. عقاب را از آسمان‌ها به زمین می‌آورد و آفتاب نیز توانایی تندی کردن با او را ندارد. در کلام او با همسرش، امید به آینده و خوش‌بینی موج می‌زند.

در جای دیگر از داستان هنگامی که رستم از خصوصیات سهراب آگاه می‌شود، اضطراب به خود راه نمی‌دهد و به گیو و همراهانش امید به پیروزی بر پهلوان تورانی را می‌دهد. از آنها می‌خواهد که به شادی جام بگیرند و به آینده امیدوار باشند.

بباشیم و یک روز و دم برزنیم یکی بر لب خشک نم برزنیم
 (فردوسی، ۱۳۹۸: ۲۷۴)

۳-۶-۴. معنویت، حس هدفمندی، ایمان و مذهبی بودن

در این مؤلفه باورهای قوی و منسجم در مورد اهداف و معنای کلی جهان مطرح می‌شود. داشتن فلسفه‌ای روشن برای زندگی و همچنین پیوند انسان با نیرویی بزرگ‌تر و برتر را شامل می‌شود و هنگامی که رستم برای شناسایی سهراب می‌خواهد وارد قلعه تورانیان شود، به نزد کیکاووس می‌رود تا برای رفتن اجازه بگیرد. کیکاووس می‌گوید: این کار سزاوار توست و هیچ کس جرئت انجام چنین کاری را ندارد و سپس می‌گوید از یزدان می‌خواهم که تو را یاری کند و همیشه آگاه دل و تندرست باشی.

بدو گفت کاووس کین کار توست که بیداردل بادی و تندرست
 (همان: ۲۷۹)

پس از مواجهه رستم با سهراب و آزمودن او، رستم می‌گوید: من فردا به نبرد با پهلوان تورانی می‌پردازم و با او کشتی می‌گیرم، تا ببینم که پیروز جنگ کیست و خداوند بزرگ نظرش چه خواهد بود. تلاش برای رسیدن به هدف و واگذاری نتیجه به خداوند، همان معنویت و ایمان است.

بکوشم، ندانم که پیروز کیست ببینم تا رای یزدان به چیست



(همان: ۲۹۰)

پس از نبرد بین رستم و سهراب و رها شدن رستم از دست فرزندش، او برخاست و از میدان دور شد سر و تن خودش را شستشو داد، مقداری آب نوشید و برای نیایش به درگاه خداوند جهان‌آفرین رفت و از او پیروزی و توانایی خواست.

همی‌خـــــواست پیروزی و دستگاه
به پیش جهان‌آفرین شد نخست
نبود آگه از بخش خورشید و ماه
(همان: ۲۹۴)

۳-۶-۵. بخشش و گذشت

از توانایی‌هایی که در اصول روان‌شناسی مثبت مطرح می‌شود، گذشت و فراموش کردن است. بتوانیم کسانی که در حق ما بدی کرده‌اند، ببخشیم. معمولاً بخشش به صورت متقابل است.

در نبرد رستم و سهراب، کیکاووس از دیر آمدن رستم خشمگین می‌شود و با او تندی می‌کند. رستم هم با عصبانیت دربار را ترک می‌کند و می‌گوید که در این جنگ شرکت نمی‌کند. پس از ماجراهای فراوان و وساطت گودرز، رستم به دربار باز می‌گردد. کیکاووس وقتی رستم را از دور می‌بیند از جای بلند می‌شود و از او عذرخواهی می‌کند و می‌گوید که من آدم تندخویی هستم و وجود این پهلوان تورانی مرا بیشتر عصبی کرده بود، به همین دلیل از دیر آمدن تو خشمگین شدم. رستم هم به کیکاووس می‌گوید که تو پادشاه ایران زمین هستی و هر چه تو بگویی همان است. من اکنون به درگاه تو آمده‌ام تا هر چه فرمایی اجرا کنم. بخشش و گذشت در اینجا به صورت متقابل انجام شده است و هر دو یکدیگر را بخشیدند.

چون از دور شد، شاه بر پای خاست
بدو گفت رستم که گیهان تو راست
بسی پوزش اندر گذشته بخواست
همه بندگانیم و فرمان تو راست
(همان: ۲۷۷)

۳-۶-۶. نشاط و شوخ‌طبعی

شادمانی و شادی بخش بودن از جمله توانمندی‌های انسان مثبت‌گراست. در این قابلیت، شخص دوست دارد بخندد و هم باعث لبخند زدن دیگران بشود. شخص مثبت‌اندیش جنبه‌های مثبت امور را می‌بیند و بامزه و سرگرم‌کننده است. شادی و نشاط دارد.

در میدان‌های جنگ و اموری که جدی هستند، کمتر با خنده و شوخی مواجه می‌شویم؛ اما هنگام شب که جنگ برای مدتی تمام می‌شود و افراد نیاز به تقویت روحیه دارند، خنده و شوخی باعث ایجاد نشاط و انگیزه گرفتن لشکریان



می‌شود. رستم هنگامی که به طور ناشناس به دژ سپید می‌رود، در هنگام بازگشت لشکریان ایران جلوی او را می‌گیرند و به گمانشان که او از تورانیان است، در برابر او می‌ایستند. رستم که می‌داند گیو سردسته سپاه است با خنده‌ای او را آگاه می‌کند. گیو از شنیدن صدای رستم به سمت او می‌آید و می‌پرسد که در این شب با پای پیاده از کجا می‌آیی؟

بدانست رستم کز ایران سپاه به شب گیو باشد طلایه به راه
 بخنجدید و زان پس فغان برکشید طلایه چون آواز رستم شنید...

(همان: ۲۸۰)

۳-۶-۷. جذابیت، شور و اشتیاق

آنچه در روان‌شناسی مثبت به عنوان جذابیت مطرح می‌شود، شور و شوقی است که شخص هنگام انجام دادن کاری نشان می‌دهد. شخص مثبت‌گرا صبح با اشتیاق برای روبه‌رو شدن با چالش‌های آن روز از خواب بیدار می‌شود و بسیار سرزنده و شاداب است. این تعریف با جذابیت از دیدگاه ظاهری متفاوت است. اگر بخواهیم از دیدگاه ظاهری در نظر بگیریم، رستم جذابیت‌هایی دارد که سبب می‌شود تهمینه به او پیشنهاد ازدواج دهد و خود را شیفته و دلباخته رستم معرفی کند.

برهنه چو تیغ تو بیند عقاب نیارد به نخجیر کردن شتاب
 چون این داستان‌ها شنیدم ز تو بسی لب به دندان گزیدم ز تو

(فردوسی، ۱۳۹۸: ۲۶۴).





نتیجه‌گیری

در داستان رستم و سهراب، که از شورانگیزترین قسمت‌های شاهنامه است، ناتوانی و درماندگی انسان را در برابر سرنوشت می‌بینیم. جنگی که بین پدر و پسر روی می‌دهد و سبب مرگ پسر می‌شود؛ اما آنچه در این مقاله حائز اهمیت است بررسی رفتار رستم و مطابقت آن با مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت‌گراست. در داستان‌های ادبی شاهد شخصیت‌های یکسان نیستیم و نمی‌توانیم حکم کلی برای آن صادر کنیم. بسیاری از توانایی‌ها و ویژگی‌هایی که سلیگمن و همکارانش بیان می‌کنند با شخصیت اصلی داستان رستم و سهراب؛ یعنی رستم هماهنگ است. رستم در تصمیماتی که می‌گیرد همواره خرد و دانایی را در نظر دارد و آنچه انجام می‌دهد با در نظر گرفتن خردمندی است، هرچند که گاه به نابخردی‌هایی نیز برمی‌خوریم که حاکی از این است که با پهلوانی زمینی و انسانی مواجهیم؛ اما بخردی‌های او بسیار بیشتر است.

در دومین مؤلفه که شجاعت نام دارد؛ بیشتر از آنچه مثبت‌گرایان در نظر دارند با شجاعت روبه‌رو می‌شویم. دلیری، بی‌باکی، پشتکار، صداقت و درستکاری که از زیرمجموعه‌های این مؤلفه است به وفور در شخصیت رستم به چشم می‌خورد. در شخصیت رستم هم شاهد دلیری او در میدان‌های جنگ هستیم و هم شاهد شجاعت اخلاقی و روانی او؛ رستم با دیدن رنج و دشواری نه تنها خودش را کنار نمی‌کشد، بلکه با دلیری تمام با موقعیت‌های ترسناک روبه‌رو می‌شود. رأفت و عشق را در برخوردش با انسان‌ها و حیوانات شاهد هستیم. بیقراری در نبودن رخس و ابراز علاقه به او پس از پیدا شدنش. در بخش تعالی با شکرگزاری و امید بیش از دیگر فضیلت‌ها مواجه می‌شویم. داشتن نگاه امیدوارانه نسبت به مسائل، انجام اعمال مثبت برای رسیدن به نتیجه‌ای رضایت‌بخش و شکرگزاری از نکات قابل تأمل است.

در اغلب جنگ‌ها رهبری و هدایت سپاهیان را برعهده می‌گیرد، مسئولیت اشتباهاتش را می‌پذیرد. گروه را به انجام دادن فعالیت‌ها مؤثر تشویق می‌کند و حفظ نظم و ارتباط خوب با افراد برایش مهم است. در برابر بزرگان و پادشاهان متواضع و فروتن است؛ اما او و خاندانش پشتیبان نظام پادشاهی به هر قیمت نیستند. آنان پیرو فریدون و کیخسرو دانا و دادگستر هستند نه تابع هوسبازی‌های کاووس؛ یعنی زمانی که پادشاهی به فکر منافع و هوسبازی‌های خود باشد، نه تنها با او همراه نمی‌شوند بلکه در مقابل او می‌ایستند.

در داستان رستم و سهراب از بین بیست‌وچهار ویژگی که مثبت‌گرایان برشمرده‌اند برخی از آنها به چشم نمی‌خورد مانند شور و اشتیاق، حقوق شهروندی، انصاف و برابری، درک زیبایی. مسلم است در نبردی که نتیجه آن تأسف‌بار است، درک زیبایی، شور و شوق کمتر به چشم می‌خورد.

منابع

- اسلامی ندوشن، محمدعلی. (۱۳۸۳). چهار سخنگوی وجدان ایران. فردوسی، مولوی، سعدی، حافظ. تهران: قطره. اصلانی، فرهاد و پورتقی، معصومه. (۱۳۹۹). بیت‌یاب شاهنامه فردوسی. تهران: سخن.
- بونوی‌ول، ایلونا. (۱۳۹۸). روان‌شناسی مثبت در یک نگاه (علم شادکامی). ترجمه حسن پاشا شریفی و سیمین‌دخت رضاخانی. تهران: رشد.
- جوینی، عزیزالله. (۱۳۹۲). شاهنامه. جلد ۳. تهران: دانشگاه تهران.
- خالقی مطلق، جلال. (۱۳۷۲). گل رنج‌های کهن. به کوشش علی دهباشی. تهران: مرکز.
- خالقی مطلق، جلال. (۱۳۹۸). شاهنامه فردوسی. جلد ۱. تألیف ابولقاسم فردوسی. تهران: سخن.
- خسروی، اشرف. (۱۳۹۶). شاهنامه از دیدگاه روان‌شناسی تحلیلی یونگ. تهران: علمی و فرهنگی.
- رضایی دشت ارژنه، محمود. (۱۳۹۲). شکوه خرد در شاهنامه فردوسی. سنجش تحلیلی کنش شخصیت‌ها در سنجه خرد. تهران: علمی و فرهنگی.
- زرین‌کوب، عبدالحسین. (۱۳۷۰). با کاروان حله. تهران: علمی.
- زرین‌کوب، عبدالحسین. (۱۳۸۱). نامورنامه. درباره فردوسی و شاهنامه. تهران: سخن.
- سلیگمن، مارتین. (۱۳۹۶). خوش‌بینی آموخته شده. ترجمه فروزنده داورپناه و میترا محمدی. تهران: رشد.
- سلیگمن، مارتین. (۱۳۹۶). کودک خوش‌بین. ترجمه فروزنده داور پناه. تهران: رشد.
- سلیگمن، مارتین. (۱۳۹۷). شادمانی درونی. ترجمه مصطفی تبریزی، رامین کریمی و علی نیلوفری. تهران: دانژه.
- سلیگمن، مارتین. (۱۳۸۸). روان‌شناسی مثبت‌نگر در خدمت خوشنودی پایدار. ترجمه مصطفی تبریزی و همکاران. تهران: نشر دانژه.
- فردریکسون، باربارا. (۱۳۹۷). مثبت‌گرایی. ترجمه نسرین پارسا و هامایاک آوادیس یانس. تهران: رشد.
- کار، آلان. (۱۳۹۹). روان‌شناسی مثبت علم شادمانی و نیرومندی‌های انسان. ترجمه حسن پاشا شریفی و جعفر نجفی زند. تهران: سخن.
- کزازی، میرجلال‌الدین. (۱۳۸۰). مازهای راز. جستارهایی در شاهنامه. تهران: مرکز.
- لیمن، آوریل و مک ماهن، گلادیانا. (۱۳۹۲). مثبت‌اندیشی. ترجمه مهدی دوایی و شیرین کوهپایه. تهران: سخن.
- لیمن، آوریل و مک ماهن، گلادیانا. (۱۳۹۷). روان‌شناسی مثبت. ترجمه فریبا مقدم. تهران: آوند دانش.
- مسکوب، شاهرخ. (۱۳۸۹). تن پهلوان و روان خردمند. پژوهش‌هایی تازه در شاهنامه. تهران: طرح نو.
- موسوی، سیدکاظم و خسروی، اشرف. (۱۳۹۵). پیوند خرد و اسطوره در شاهنامه. تهران: علمی و فرهنگی.
- هفرن، کیت و بونوی‌ول، ایلونا. (۱۳۹۵). روان‌شناسی مثبت‌نگر. ترجمه محمدتقی تبیک و محسن زندی. قم: دارالحدیث.



Investigation of Rostam's character in the story of Rostam and Sohrab based on the theory of positive psychology

Gholamali Geraei¹, Ramin Moharrami², Niloofar Mikaeili³

Abstract

Today, the field of education and research in interdisciplinary studies has expanded significantly, so that in all universities of the world, the priority of research is based on interdisciplinary research. The communication of the experts of the disciplines with each other has sometimes led to the creation of new interdisciplinary areas and the spread of new research areas. Literature and psychology have many common themes to compare and contrast. Positive psychology, which has recently received the attention of psychologists; It mentions the components that have received much attention in our literature. Seligman, the father of positive psychology, has divided the effective components in this field into six parts: wisdom, courage, love, justice, moderation and excellence. The present essay has investigated the most prominent character of the Shahnameh, namely Rostam, in the sad story of Rostam and Sohrab, using analytical-descriptive methods and using library sources. The component of wisdom, which is the first principle of the positivists, is very important to Ferdowsi and Rostam. Courage is also seen as the second principle at the highest level in Rostam's personality. Love and being loved are among the things that have been given a lot of attention. Components such as the understanding of beauty, fairness and equality and citizenship rights are less seen in this tragedy.

Keywords: personality, Rostam, positive psychology, Rostam's story and Sohrab Shahnameh.

¹.PH.D , student of of persian language and literature, Faculty of Literature and Humanities, university of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.// gholamaligerai@gmail.com

² . Professor of persian language and literature, Faculty of Literature and Humanities, university of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.(**Corresponding author**)// moharami@uma.ac.ir

³ . Mikaeili, Professor of Psychology, Faculty of Education and Psychology, university of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.// nmikaeili@uma.ac.ir