

بررسی نسبت یا عدم نسبت عزاداری امام حسین با افسردگی روانی

□ محمدهادی رحمانی^۱

چکیده

عزاداری برای سالار شهیدان از مختصات فرهنگی جامعه شیعی است که بعد از حادثه عاشورا تا کنون در میان شیعیان بدون وقفه استمرار داشته است. برگزاری محافل عزاداری در ایام محرم و عاشورا در طی قرن ها از اسلام و بخصوص مکتب تشیع پاسداری و پاسبانی نموده است. هدف این تحقیق دستیابی به پاسخ سوالی است که در متن ذکر شده، اینکه آیا عزاداری باعث افسردگی جامعه شیعه نمی شود؟ روش تحقیق در این مقال کتابخانه ای و بهره گیری از منابع مربوطه می باشد. نتیجه و برآیند این تحقیق آن است که بر اساس داده های روانشناختی و جامعه شناختی بخصوص طبق تجربیات عرفانی عزاداری و سوگواری برای شهدای کربلا نه تنها بیماری های روانی را به دنبال دارد بلکه سطح بهداشت روانی را در جامعه شیعه افزایش می دهد، افراد عزادار را نسبت به گذشته فعال تر، پویا تر، با انگیزتر و هدفمندتر نسبت به زندگی شان می نماید. در امور عام المنفعه مشارکت فعالانه می کنند، با الهام گیری از زیست جهان شخصیت های اخلاقی و قدسی قهرمانان حادثه کربلا حیات هدفمند و با معنی توأم با لذت و رضایت را تجربه می کنند.

کلید واژگان: عزاداری، افسردگی، حزن، اندوه، عناصر افسردگی و شادی

^۱ - کارشناس ارشد فلسفه، مجتهد عالی فقه، جامعه المصطفی (ص) العالمیه

مقدمه

عزاداری برای سالار شهیدان، حسین بن علی (ع) هر سال نه تنها در ایام محرم در جوامع تشیع به شکل گسترده برگزار می شود بلکه در طول سال به مناسبت های مختلف از قبیل مجالس نذر، توسل، فاتحه و سایر مناسبت های حزن انگیز مذهبی (شهادت سایر معصومین) دایر می گردد. در این ایام و مناسبت ها شهرها سیاه پوش می شود. از هر کوی و برزن صدای نوحه و سوگواری و ماتم به گوش می رسد. شیعیان نیز لباس سیاه بر تن دارند. شهر و روستا کاملاً صبغه غم و اندوه و حزن به خود می گیرند. تالارهای عروسی و مناسبت های شادی تا اتمام عزاداری به حالت تعطیل کامل در می آیند. هیچ مراسم شور و شوقی در آن ایام وجود ندارد. شیعیان برنامه های شادی شان را مثل مراسم عروسی یا قبل از مناسبت های حزن انگیز مذهبی یا بعد از آن می گیرند. این سنت ناشی از حدیثی است که می فرماید: «إِنَّ اللَّهَ سَبَّحَانَهُ أَطَّلَعَ إِلَى الْأَرْضِ فَاخْتَارَ لَنَا شِيعَةَ يَنْصُرُونَنَا، وَيَفْرَحُونَ لِفَرْحَانَا وَيَحْزَنُونَ لِحَزْنَانَا». به راستی که خدای سبحان توجهی فرمود به سوی زمین، و برگزید برای ما پیروانی که ما را یاری کنند، در شادی ما شادی کنند، و در اندوه ما اندوهناک باشند (آمدی، ۱۳۷۸: ۶۰۴/۱) اساساً عزاداری در فرهنگ شیعه اثناعشری از دیر باز تا کنون برای اهلیت (ع) جزء شعایر و سنن مذهبی قرار گرفته بگونه ای که هویت شیعیان به این سنت تاریخی بخیه زده شده است. سنت عزاداری در اجتماعات شیعه از روایاتی سرچشمه گرفته است که شیعیان را با وعده پاداش های کثیر اخروی و پاداش بهشت، آمرزش گناهان و مورد شفاعت اهل بیت (ع) قرار گرفتن تشویق و ترغیب به عزاداری نموده است. به چند نمونه از این احادیث اشاره می شود:

۱. خداوند چشمانی را که برای امام حسین (ع) اشک ریخته است آتش جهنم را بر او حرام می گرداند (کامل الزیارات، بی تا: ۲۰۱).

۲. این حدیث معروف را شاید همه ما در مجالس عزاداری امام حسین (ع) شنیده ایم که و عاظ و مداحان از امام صادق (ع) نقل می کنند که حضرت فرموده: «من بکی او ابکی او تبکی فی مصیبة الحسین حرمت جسده علی النار و وجبت له الجنة» (مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، ج ۴۴، باب ۳۴). هرکس در مصیبت امام حسین بگرید یا بگریاند و یا (اگر گریه

اش نیامد) خود را به حالت گریه بزند، جسدش بر آتش جهنم حرام شده و بهشت بر او واجب می‌گردد.

۳. امام صادق (ع) می‌فرماید: «کسی که به یاد امام حسین (ع) به مقدار بال مگسی، اشک از چشمانش جاری شود؛ ثوابش بر خداوند است و خداوند به کمتر از بهشت برای او راضی نمی‌شود (مجلسی، پیشین، ۲۹۱/۴۴).

۴. امام معصوم (ع) فرمود: «هر چشمی در روز قیامت به جهت سختی‌ها، گریان است؛ مگر چشمی که بر امام حسین (ع) گریسته باشد، این چشم خندان و بشاش است (کلینی، ۴۱۳۱ هـ. ق: ۲/ کتاب الدعاء و باب البكاء).

بر اساس همین احادیث است که در ایام محرم و عاشورا و دهه فاطمیه و عزاداری‌های مشابه در طول سال مظاهر شادی و شغف و خنده و تبسم کاملاً جای خود را به عزاداری و نوحه سرایی می‌دهد.

سوالی که در این مورد گاهی شنیده می‌شود اینست که: آیا این همه عزاداری بر مصایب آل رسول (ص) بخصوص برای سالار شهیدان حسین بن علی (ع) که در ایام محرم و عاشورا غمناکی و گریه به اوج خود می‌رسد باعث افسردگی و خمود روحی و روانی انسان نمی‌شود؟ آیا بین بیماری‌های روحی و روانی و سنت عزاداری بر امام حسین (ع) نسبتی برقرار است؟

فرضیه: عزاداری که مشتمل بر غمگین بودن و گریه سر دادن بر مصیبت اهلیت و به ویژه عزاداری در ایام محرم است نه تنها منجر به بیماری‌های نابهنجار روانی نمی‌شود بلکه مفید نیز می‌باشد. برای اثبات این فرضیه می‌توان به دلایل مختلفی توسل جست. نگارنده در حد بضاعت علمی و فکری خود سعی دارد که با استمداد از دلایل ذیل فرضیه مورد نظر را به اثبات برساند.

۱- دلیل علمی

الف) از لحاظ روانشناختی

در این قسمت ابتدا ماهیت «غمگینی و حزن» و سپس «گریه» را از دید روانشناختی در حد توان و حوصله این مختصر ارزیابی می‌شود تا معلوم گردد که با بیماری‌های نابهنجار روانی

سنخیت دارند یا نه؟ از نقطه نظر روانشناسی آیا هر نوع حزن و غمگینی بیماری تلقی می شود؟ در پاسخ باید گفت که غمگینی و اندوه با افسردگی با هم فرق دارند و هر کدام از یک مقوله جداگانه است، زیرا «اندوه و غم احساس بهنجار و سالم است؛ اما افسردگی یک بیماری است.» (فاسلر، ۱۳۸۴: ۲۲).

به عبارت دیگر «غمگین بودن و سوگواری واکنش های طبیعی و موقتی در مقابل تنش های زندگی هستند. در مقابل افسردگی - که غالباً به آن افسردگی بالینی یا اختلال خلق یا اختلال عاطفی اطلاق می شود- ماه ها یا حتی سال ها فرد را گرفتار می کند و بیماری افسردگی بر احساسات، افکار، رفتار و سلامت جسمانی فرد تأثیر می گذارد.» (سالمانز، ۱۳۸۹: ۱۵). بنابراین غمگینی و اندوه ذاتاً نابهنجار نیست، بلکه غمگینی و محزون بودن زمانی نابهنجار و بیماری به حساب می آید که در حد افراط برسد و شدت آن به اندازه باشد که فرد را تحت فشار قرار دهد. همان طور که کارشناسان روانشناسی معتقد اند «زمانی که این اندوه و غم در اعماق وجود شخص رخنه کند، مدتی طولانی دوام یابد یا به صورت مکرر رخ نماید می تواند نشانه افسردگی بالینی باشد» (فاسلر، پیشین، ۱۱).

البته هر نوع عمل و رفتار ما در صورتی که به افراط و تفریط منتهی شود از حد تعادل خارج شده و برای ما مضر است حتی اگر آن عمل عبادی باشد. به عنوان مثال تمام اعضای بدن ما برای رشد و نموی خود نیاز به تکثیر سلول دارد؛ اگر این عمل حیاتی در برخی اعضا متوقف شود، ما را تبدیل به یک انسان معلول خواهد کرد، بر عکس آن منجر به مرگ ما خواهد شد. یعنی تکثیر بی رویه سلول ها باعث سرطان می شود. غصه و اندوه افراطی نیز انسان را دچار افسردگی و بیماری های روانی خواهد کرد.

اگر حزن و اندوه به صورت بیماری مزمن در آید معمولاً نشانه های دارد که مهمترین آن ها عبارتند از: افول سلامتی، کنارگیری اجتماعی، احساس بی ارزشی، احساس گناه، ایده خود کشی، فاقد هدف مشخص، طولانی بودن نشانه های غم، بروز و ظهور نشانه ها به طور ناگهانی (گروه مولفان، ۱۳۸۷: ۲۸۷). چنین علائمی بیانگر بیماری افسردگی است که باید

دنبال درمانش رفت. با توجه به این توضیحات آیا محزون بودن و اندوهگین بودن در مراسم عزاداری معصومین (ع) به خصوص امام حسین (ع) نشانه های فوق الذکر را دارا است؟ یعنی اشک و ماتم و اندوه در چنین مراسمی با از دست دادن سلامتی جسمی، انزوا طلبی، احساس بی ارزشی و گناه و... همراه است؟ بی تردید پاسخ این سؤالات منفی است. چه این که اگر حزن و اندوه در عزای سید الشهداء (ع) منجر به افسردگی و خمود افراد می شد تا هنوز جامعه تشیع تبدیل به یک جامعه بیمار و ناسالم می شد که بارزترین پیامد آن افول بهداشت روانی، اختلال در فعالیت های اجتماعی، رکود اقتصادی، خود کشی های (هر چند با آمار ناچیز) ناشی از آن و... می باشد. چرا که بیماری های روانی غیر از آثار مخرب و ویرانگر، نقطه مثبتی در آن وجود ندارد. در حالی که برپا کردن مراسم عزاداری نه تنها جامعه تشیع را با این پیامدهای ناگوار مواجه نمی سازد بلکه باعث تحرک، پویایی، اصلاح درونی، رشد و ترقی فردی و اجتماعی شیعیان نیز می شود. در ماه محرم عزاداران با اشتیاق و رغبت بیشتر در مراسم عزاداری شرکت می کنند، در ایجاد زمینه مناسب و با کیفیت عزاداری و خدمات دهی به عزاداران فعال تر از گذشته می شوند و تلاش می کنند در این ایام به خاطر کسب ثواب و جلب رضایت امام حسین (ع) کارهای خوب و به باور خود شان عام المنفعه انجام دهند. اساساً ماهیت نهضت عظیم عاشورا و سالار شهیدان جز اصلاحگری فردی و اجتماعی و ایجاد زمینه سعادت و خوشبختی انسان ها چیزی دیگری نبود. همدردی با مصیبت دیدگان کربلا نیز در واقع یاد آوری فضایل، مناقب و آرمان های مقدس آنان بوده و بدین صورت، افراد و جامعه را به سمت الگوگیری از آنان سوق می دهد.

«گریه و ماتم» در سوگ سید الشهداء (ع) نیز بیماری های روانی را در پی ندارد. بلکه از دیدگاه روانشناختی گریستن باعث تخلیه درون و آرامش روحی انسان می شود.

توضیح مطلب: خداوند متعال وجود انسان را جهت رفع نیازها مجهز با ارگانسیم های مختلفی کرده است، یکی از اورگانسیم های تعبیه شده در بدن، غدد اشکی است که در مقابل کنش های خوشایند و ناخوشایند فعال می شود و به صورت بیرون آمدن قطرات اشک از خود عکس العمل نشان می دهد. مثلاً کودک برای نشان دادن ترس خویش یا جلب توجه مادر گریه می کند، یا گریه شخصی غمگین و سوگوار در واقع واکنشی در برابر فضای غم

آلود درونی اش می باشد که اثر آن تخلیه درون و آرامش روانی خواهد بود (ر.ک: جعفری، بی تا: ۲۶۳/۲ - ۲۷۲). گریه بر سید الشهداء(ع) نیز جلوه و مظهر غم و اندوه درونی است که ناشی از جنبه عاطفی، تعلق خاطر و محبت عمیق به سالار شهیدان است.

بر این اساس کسی که گرفتار قساوت نشده باشد با شنیدن فاجعه خونین کربلا و هر فجایع مشابه دیگر احساسات و عواطف او بدون تردید جریحه دار و بی اختیار اشک از چشمانش جاری می شود. این نوع رفتار نشانه سلامتی او خواهد بود نه علامت بیماری؛ زیرا کسی که شهید شدن بهترین و پاک ترین انسان ها را بشنود که در اوج سبعت، وحشیگری، و تشنگی مانند گوسفند ذبح گردیده و بدن مبارکش مانند لانه زنبور سوراخ سوراخ شده است، علاوه بر آن کودکان و زنان مصیبت دیده که نه سلاح جنگی داشتند و نه توان رزم، ولی با قساوت بارتترین شکل ممکن مورد ضرب و شتم و هتک حرمت و آزدگی عواطف و احساسات قرار گرفتند. دردناک تر از آن طفل شش ماهه با لب های تشنه در کنار شط فرات با فجیع ترین وضع جان داد، منظره جان دادن دخترک خورد سال در خرابه در کنار سر بریده پدر و... شنیدن همه این تراژدی غمناک دل هر انسان(اعم از مسلمان و غیر مسلمان) با عاطفه را به درد می آورد و ناخود آگاه اشک هایش سرازیر خواهد شد. طبق حدیث امام صادق(ع) امام حسین(ع) هم سبب ریزش اشک هر انسان مومن می شود: *الحسین عبرة کل مؤمن(قمی، ۱۴۱۲ هـ ق: ۳۴)*.

چنین گریه ای از امور فطری و ذاتی انسان ها است که قرآن هم آن را تأیید می کند؛ چنان که حضرت یعقوب(ع) برای فرزندش آن قدر گریه کرد که چشمانش سفید و نابینا شد.

اما اگر قلبی با شنیدن این همه فجایع تکان دهنده متأثر و منقلب نشود و به درد نیاید معلوم می شود که او بیمار است و باید خود را معالجه کند. چرا که واکنش طبیعی هر انسان در برابر چنین مصیبتی گریستن و احساس غم و اندوه است و گرنه چنین قلبی مشمول سرزنش قرآن خواهد شد آنجا که می فرماید: *ثُمَّ قَسَتْ قُلُوبُكُمْ مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ فَهِيَ كَالْحِجَارَةِ أَوْ أَشَدُّ قَسْوَةً(بقره/۷۴)*. پس با این معجزه بزرگ چنان سختدل شدید که دلهایتان چون سنگ یا سخت تر از آن شد. بنابراین سوگواری و ماتم سرایی یک فرد مؤمن و محب اهل بیت برای امام حسین(ع) نه تنها حالتی نابهنجار و بیمار گونه محسوب نمی شود بلکه چه بسا غمگین

نبودن و اندوهگین نشدن او علامت بیماری و یا رفتار نابهنجار تلقی می گردد. درست شبیه کسی که بهترین عزیزش را از دست داده است اگر در قبال این مصیبت هیچ متأثر و غمگین نشود، هرکسی او را سرزنش می کند و رفتار او را نشانه بیماری و قساوت قلب در وی می داند. همانطور که امام علی (ع) می فرماید: «ما جفت الدموع الا لقسوة القلوب، و ما قست القلوب الا لكثرة الذنوب» (مجلسی، پیشین، ۳۵۴/۷۰) یعنی خشکیدن اشک از چشم‌ها، نتیجه قساوت دل و آن، نتیجه زیاد شدن گناهان است. در برخی ادعیه است که بنده از چشمی که اشک نمی ریزد به خدا پناه می برد: «واعوذ بك من قلب لا یخشع و من عین لا تدمع» پناه می برم به تو از قلبی که خاشع و چشمی که اشک بار نباشد. به هر حال اشک ریختن برای امام حسین (ع) از نظر روانشناسی یک نوع تخلیه هیجانی است که به دنبال آن آرامش و شفافیت قلب را به دنبال دارد.

ب) از لحاظ جامعه شناختی

انسان طبعاً اجتماعی آفریده شده است و به تنهایی نمی تواند ادامه حیات دهد؛ در واقع زندگی در میان گروه های مختلف- مانند گروه های خانواده، مدرسه، همبازی ها، همسالان، همکاران، گروه های مذهبی، سیاسی، اجتماعی و ... - است که زمینه شکوفایی استعداد های او در عرصه های گوناگون فراهم می شود. هر کس به تناسب اندیشه ها، ایده ها، عقاید و گرایشات درونی که دارد گروهی را برای فعالیت های مختلف زندگی خویش بر می گزیند (آنتونی گدنز، ۱۳۸۳: ۵۳-۵۹ و ۸۶-۹۶). یک فرد شیعه متدین نیز در ایام محرم در گروه های عزادار بیشتر احساس نشاط و آرامش می کند تا در گروه های شاد و بی غم که به ایمان و معتقدات او اصلاً باور ندارند و حتی ممکن است خلاف ایده ها، باورها و احساسات او نیز رفتار کنند.

به قول شاعر: کبوتر با کبوتر باز با باز

کند همجنس با همجنس پرواز

او در گروه ناهمسان خود به مانند یک بزرگ سال در میان کودکان، یا یک فرد در میان جمعیت ناآشنا و بیگانه و یا یک متفکر و اندیشمند در میان آدم های عادی و عوام احساس

تنهایی و غربت می کند. همانطور که علی(ع) درد هایش را با چاه در میان می گذاشت که شاعر آن درد و تنهایی حضرت را چنین سروده است:

شب بود و اشک بود و علی بود و چاه بود

فریاد بی صدا، غم دل بود و آه بود

هم صحبتی نداشت که در نیمه های شب

حرفش به چاه بود و نگاهش به ماه بود

زیرا پرندۀ اندیشه و احساسات حضرت امیر(ع) در افق های سیر می کرد که هیچ کسی را یارای پرواز در آنجا را نبود و او را درک نمی کردند. فقط پیامبر(ص) و فاطمة زهرا(ع) همدم و رفیق تنهایی های او بودند و او را درک می کردند که آن ها نیز در پیشگاه خداوند منزل گزیدند؛ از این رو می فرمودند: فقد الاحبة غربة (نهج البلاغه، ترجمه محمد دشتی، حکمت ۶۵). از دست دادن دوستان غربت و تنهایی است. به همین خاطر اندیشمندان در میان مردم عادی همیشه احساس غربت و تنهایی می کنند. شکی نیست که احساس تنهایی موجب پژمردگی روحی و اختلالات روانی خواهد شد. اما فرد متدینی که دل در گروی اهل بیت (ع) دارد بودن در گروه عزاداران و هم باوران و شرکت در سوگ سالار شهیدان به حیات خویش هدف و معنی می بخشد؛ در مجالس عزاداری است که احساس می کند دارد به سمت یک زندگی هدفمند و ثمربخش گام بر می دارد. این همان حیات طیبه است که قرآن در بعضی آیات به آن اشاره می کند و می فرماید: مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْثَى وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً (نحل/۹۷) ترجمه: از مرد و زن، هر کس کار شایسته انجام دهد در حالی که مؤمن است، مسلماً او را به زندگی پاک و پاکیزه ای زنده می داریم.

در حالی که بودن در محافل دیگر یا در کنار دیگران که با عواطف و باورهای او سازگار است امکان دارد احساس بی معنایی و گناه به او دست دهد و این احساس قطعاً برایش ناخوشایند و آزاردهنده خواهد بود. بنابراین نه تنها شرکت در عزاداری برای چنین افرادی باعث افسردگی و اختلال روحی نمی شود بلکه بر عکس سلامتی و نشاط او را نیز تضمین می کند. چرا که آنجا و آن فضا با روحیه او سازگار است.

از دیدگاه یک شیعه متدین و متعبد امام حسین (ع) و یارانش ناخدایان سفینه فضایل و ارزش های انسانی هستند و کربلا صحنه نمایش دیالکتیک رذیلت و فضیلت، روشنایی و ظلمت، حق و باطل، عدل و ظلم است. در مجالس عزاداری امام حسین (ع) یک عزادار می آموزد که چگونه با الگوگیری از سیره و سنت سید الشهداء و یارانش می توان نقب به خودسازی و روشنایی خویشتن بزند و بر اساس آن زیست جهان مومنانه را انتخاب کند و در فضای آکنده از معنویت و عشق وصف ناپذیر به قهرمانان صحنه کربلا تا ژرفنای وجود خویش را صیقل دهد و به این صورت است که شیعه و جامعه شیعی در مسیر اصلاحات قرار می گیرند. حدیث معروف «ان الحسین مصباح الهدی و سفینه النجاة» که از زبان پیامبر (ص) نقل شده است نیز ناظر به اصلاحات و رشد و پویایی اجتماعی و فرهنگی است که عزاداری توأم با شور و شعور در سوگ سالار شهیدان بستر چنین توسعه اصلاحی را فراهم می کند. همانطور که علامه محمد تقی جعفری نیز در ذیل این حدیث نکته در خور توجه را بیان کرده است: «حرکت کشتی نجات آدمیان، احتیاجی به دریا ندارد. این کشتی بر روی قطره اشکی مقدس که برای امام حسین (ع) ریخته می شود، می گذرد، اشکی که از اعماق دل بر می آید و جان را می شوراند و آن گاه رهسپار پیشگاه اقدس خداوندی می شود» (جعفری، ۱۳۸۰: ۵).

۲- دلیل عقلی

خداوند آدمی را با سرشت غم و شادی آفریده است، هیچ انسانی نمی تواند بی غم و یا بی شادی زندگی کند، همچنان که ما استعداد خندیدن داریم از استعداد گریه کردن هم برخورداریم؛ در منطق قدیم انسان را «حیوان ضاحک» تعریف نموده است. یعنی حیوان خنده کننده، همچنین تعریف او به «حیوان باکی» نیز درست است. زیرا انسان به همان سان که ضاحک است باکی نیز می باشد؛ منتهی هر کدام در جای خودش لازم و شایسته است. به قول مولوی:

گریه و خنده و غم و شادی دل
هر یکی از معدنی دان مستقل
هر یکی را مخزن و مفتاح آن

ای برادر در کف فتاح دان (مولای بلخی، دفتر پنجم، بیت ۹۰۹).
زندگی ملغمه ی از غم و شادی است. غم ها اقتضای گریه را دارد و شادی ها خنده را به دنبال دارد. هیچ کدام این دو پدیده دوام دار نیست. اگر آدمی لحظه ای در چنگال غم اسیر است لحظه ی دیگر در فضای شادی تنفس می کشد. شهید سید اسماعیل بلخی گفته بود:

بین هر شادی و غم نیم نفس فاصله نیست

خواب راحت به دم سیل دمادم مطلب

از آنجایی که تمام کارهای خداوند بر محور حکمت و مصلحت می چرخد، مجهز نمودن انسان را به نیروی گریستن نیز مبتنی بر فایده و حکمت است. به تعبیر دیگر قرار دادن توانایی گریستن در نهاد آدمی این است که در موارد مناسب و ضروری باید گریه کند. آنجایی که به قول سهراب سپهری ترنم موزون حزن شنیده می شود ممکن است با گریه و اشک ریختن غبار حزن نشسته بر آینه وجود آدمی محو و بر طرف می شود. همانطور که در مواردی هم ضرورت دارد خنده نماید وگرنه وجود این استعدادها در انسان لغو و بیهوده خواهد بود و خداوند از هر گونه کار بیهوده پیراسته و منزه است: «ربنا ما خلقت هذا باطلا سبحانک» (آل عمران/ ۱۹۱). یعنی بارالها! این را بیهوده نیافریده ای تو منزهی! چرا که او حکیم است و حکیم بودن با بیهودگی تضاد ذاتی دارد (ر.ک: صدرالمآلهین، بی تا: ۲۱۵). حالا که گریستن از ویژگی ذاتی آدمی است، بدون شک شایسته تر از گریستن در مواردی چون:

فضیلت طلبی و کمال خواهی، مانند گریه بر نبود پیامبر، امام معصوم، بندگان پاک و ارزشمند در جامعه و ...، گریه برای خدا به انگیزه خوف از عذاب یا شوق به لقای الهی و گریه بر مظلومیت اشرف مخلوقات یعنی سالار شهیدان (ع) نخواهد بود. چه این که تراژدی خونبار کربلا علی رغم این که عواطف و احساسات هر آدم پاک فطرت را جریحه دار نموده و سیلاب اشک بر گونه هایش جاری می سازد، این حادثه سراسر عبرت و درس برای انسان های فهیم و خردمند است. به تعبیر قرآن: لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ عِبْرَةٌ لِأُولِي الْأَلْبَابِ (یوسف/ ۱۱۱). به راستی در داستان ایشان عبرتی است برای خردمندان.

نتیجه این که گریه و ماتم - که جلوة از استعداد نهفته درسرشت انسان است - برای امام حسین (ع) نه تنها نشانه بیماری است بلکه بیانگر متعادل و نرمال بودن رفتار انسان مؤمن

است. به عبارت دیگر یک فرد دل‌بسته و مشتاق اهل بیت (ع) - حد اقل یک فرد مسلمان - اگر در چنین مواردی اشک بریزد و عزاداری کند از وضعیت روانی بهنجار برخوردار است؛ اما در صورتی که فردی با این ویژگی، از لحاظ روانشناختی «فاقد نشانگان غم، یا منع از بروز نشانگان غم و یا تأخیر در بروز نشانگان عزاداری داشته باشد، این شیوه رفتاری او نابهنجار تلقی می‌گردد. بر خلاف افرادی که هیچ وابستگی با امام حسین (ع) ندارد از نظر روانشناسی وجود علائم سه گانه در او نشانه سالم و بهنجار بودنش شمرده می‌شود» (گروه از مولفان، پیشین، ۲۸۹).

دلیل عرفانی

بعضی از عارفان و سالکان مسلمان که روحیه ای درون‌گرا دارند شادی و نشاط حقیقی را در غم و اندوه و اشک و سوز دل جستجو می‌کنند و معتقدند که خنده و شادی حقیقی و جاویدانه در گریه و اشک است: زان که ظاهر خاک اندوه و بکاست
در درونش صد هزاران خنده هاست (شبستری، ۱۳۶۵: ۲۳۱، بیت ۱۳۷۲).

امروزه از دیدگاه روان‌شناسی اجتماعی، شادی برابر است با حاصل جمع رضایت و سطح لذت (ر.ک: آیزنک، مایکل، روانشناسی شادی، بی تا: ۱۶ - ۱۹). طبق نگاه عرفای چون مولوی در گریه عرفانی هم در آن رضایت است و هم لذت؛ چرا که عارف با اراده خود طریق الی الله را انتخاب کرده و از پیمودن آن بیشترین لذت را می‌برد به همین دلیل در دورنش صد هزاران خنده موج می‌زند.

غبار غم برود، حال به شود حافظ

تو آب دیده ازین رهگذر دریغ مدار

ارسطو سه نوع شادی را ذکر می‌کرد: شادی ناشی از لذت، شادی برخاسته از عمل نیک و شادی نشأت گرفته از تفکر که بصیرت و آگاهی را برای انسان به ارمغان می‌آورد. ارسطو از این سه نوع شادی نوع سوم را شادی عالی و ماندگار توصیف می‌کند (مرکز فرهنگ و معارف قرآن، ۱۳۸۵: ۲۱۰/۱) اگر به گریه های عرفانی بنگریم چنین شادی (نوع سوم) را نصیب سالک الی الله می‌کند. زیرا سوز دل و گریه مردان الهی از درک بسیار بالا و فهم و شعور

عرفانی آنان سر چشمه می گیرد. قرآن در این مورد می فرماید: «قُلْ آمَنُوا بِهِ أَوْ لَا تُؤْمِنُوا إِنَّ الَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ مِنْ قَبْلِهِ إِذَا يُتْلَىٰ عَلَيْهِمْ يَخِرُّونَ لِلْأَذْقَانِ سُجَّدًا». (اسراء/۱۰۷) بگو: خواه به قرآن ایمان بیاورید و خواه ایمان نیاورید، آنانی که پیش از آن به آنها دانش داده شده، هنگامی که آیات قرآن برای آنها خوانده می شود سجده کنان به خاک می افتند. به دنبال آن در دو آیه بعد از همین سوره می فرماید: «وَ يَخِرُّونَ لِلْأَذْقَانِ يَبْكُونَ وَ يَزِيدُهُمْ خُشُوعًا» (اسراء/۱۰۹) گریه کنان بر خاک می افتند، بر خشوع شان افزوده می شود.

هرچه سوز دل و احتراق و خلوص بیشتر به سالک الی الله دست دهد، به همان سان به مقام قرب الهی نزدیک تر شده و به تبع آن آرامش، ابتهاج و لذت به او دست می دهد. امام سجاد(ع) می فرماید: «محبوب ترین قطره نزد خداوند متعال، قطره اشکی است که مخلصانه، در تاریکی شب و از ترس خدا ریخته شود» (مجلسی، پیشین، ۳۲۹/۹۰) چنین اشکی نزد خداوند از ارج و ارزش بالای برخوردار است و . چنین بنده محزون که از خوف خدا در دل شب اشک می ریزد محبوب الهی است. همانطور که پیامبر اکرم(ع) نیز فرموده است: ان الله يحب كل قلب حزين (مجلسی، ۱۴۰۳ ق: ۱۵۷/۷۳). خدای متعال هر دل محزون را دوست می دارد. تردیدی نیست که دوست داشتن حضرت حق، به معنای جذب بنده به سوی خود و به تبع آن قرار گرفتن عارف بالله در حال جذبه و در لذت و ابتهاج به سوی معبود و معشوق خویش است و بی اختیار اشک شوق وصال می ریزد.

خنده ها در گریه ها آمد کتیم

گنج در ویرانه ها جو ای سلیم (مولوی بلخی، بی تا: بیت ۹۹۴).

ممکن است در دنیا این شور و نشاط که در آن سوی گریه و اشک پنهان است برای کسی معلوم نشود، اما در صحنه محشر که روز ظهور بواطن و به تعبیر قرآن «یوم تبلی السرائر» (طارق/۹) است این حقیقت برای همه هویدا خواهد شد که در پس پرده گریه و سوز دل انسان های سالک الی الله چه آرامش و لذت شور آفرین وجود داشته است. این طرف گریه کردن است و در همان حال آن سوی قضیه، به حضرت معبود نزدیک شدن و اوج لذت وصال را تجربه کردن است.

حافظا شاید اگر در طلب گوهر وصل

دیده دریا کنم از اشک و در او غوطه خورم

امام صادق در این زمینه می فرماید: کل عین باکیه یوم القيامة الا ثلاثة: عین غضت عن محارم الله و عین سهرت فی طاعة الله و عین بکت فی جوف اللیل من خشية الله. کلینی، ۱۴۱۳ق: ۲/ کتاب الدعاء، باب البكاء). یعنی هر چشمی در روز قیامت گریان است جز سه چشم؛ چشمی که از محارم خدا اجتناب کند و چشمی که شب را در اطاعت خدا بیدار باشد و چشمی که در دل شب از خشیت خدا گریه کند». این حدیث نشان می دهد که در آن سوی خشیت از خدا وسوز و گریه، آرامش و اطمینان و ابتهاج موج می زند. بنابراین در وادی عرفان برترین شیوة کسب نشاط، آرامش حقیقی و لذت جاویدانه، گریه و سوز دل است نه دل مشغولی به ابزار لذت آور دنیوی که چنین لذتی زود گذر و آمیخته با غم و رنج است.

بر این اساس کسی که به گریه و اشک با دید عرفانی بنگرد نه تنها باعث بیماری و خمودگی او نمی شود بلکه این سوز و گداز دل، علاج هر دردی و درمان هر بیماری است. گریستن و اشک و ماتم بر سالار شهیدان (ع) و بر مصیبت خاندانش نیز از جنس اشک ریختن برای خدا و در طریق اوست، همانطور که امام صادق (ع) به فضیل فرمودند: أتجلسون و تحدثون؟ قال نعم جعلت فداک، قال: ان تلک المجالس احبها فاحیوا امرنا یا فضیل فرحم الله من احیی امرنا یا فضیل من ذکرنا او ذکرنا من عینه مثل جناح الذباب غفر الله له و ذنوبه و لو کانت اکثر من زبد البحر (مجلسی، بی تا: ۲۸۲/۴۳ و ۲۸۹). یعنی «ای فضیل! آیا مجالس عزا بر پا می کنید و از اهل بیت و آنچه بر آنان گذشته است صحبت می کنید؟ فضیل گفت: آری قربانت گردم، امام فرمود: این گونه مجالس را دوست دارم، پس امر ما را زنده گردانید که هر کسی امر ما را زنده کند مورد لطف و مرحمت خدا قرار می گیرد. ای فضیل: هر کس از ما یاد کند، یا نزد او از ما یاد شود و به اندازه بال مگس اشک بریزد، خدا گناهانش را می آموزد، اگر چه بیش از کف دریا باشد». طبق این حدیث - و احادیث مشابه که مجال ذکر آنها نیست - عزاداری و اشک ریختن برای سالار شهیدان، ابا عبدالله الحسین (ع) از بزرگ ترین اسباب تقرب به خداوند و چشمه زلال گناه زدایی می باشد.

سوگواری برای امام حسین (ع) علیرغم این که باعث جلب رحمت الهی و موجب غوطه ور شدن در اعماق بی کران بهجت و سرور ناشی از مقام قرب الهی می شود، خود ماهیتاً دارای

دو جنبه ظاهری و باطنی است؛ جنبه ظاهری آن همان حزن، اندوه، نوحه سرایی و حالت اشکبار است که مشاهده می شود اما جنبه باطنی آن صحنه ها و منظره های زیبا، جذاب و بی بدیلی است که برای درک و مشاهده آن چشم بصیرت و سلوک معنوی لازم است.

چشم دل باز کن که جان بینی

آنچه نادیدنی است آن بینی

همانطور که در حادثه دلخراش عاشورا چشمان ظاهر بین جز زشتی، تیرگی، قساوت و خونریزی، تلخکامی و مرارت - آن هم در بالاترین حد - چیزی نمی دید؛ اما چشمان نافذ و باطنی، زیبایی ها و تجلیات حضرت حق را در آن صحنه مشاهده می کند، همانگونه که حضرت زینب کبری (ع) در مقابل طعنه و طنز دشمن نسبت به این حادثه فرمودند: ما رأیت الا جمیلاً (مجلسی، بی تا: ۱۱۶/۴۵). جز زیبایی چیزی ندیدم.

ناگفته پیدا است که هر گاه معرفت و دل بستگی و تعلق خاطر شیعه ای امام حسین (ع) تا بدانجا رسد که زندگی و مرگ خویش را قرین حیات و ممات اهل بیت آرزو کند: اللهم اجعل محیای محیا محمداً و آل محمد و مماتى ممات محمد و آل محمد (فرازی از زیارت عاشورا) طبیعی است که در سوگواری و عزاداری سالار شهیدان تنها اشک و ماتم را تجربه نخواهد کرد بلکه همچون مقتدایش زینب کبری (ع) زیبایی های معنوی - مثل شجاعت، وفاداری، ادب، ایمان، اخلاص، تسلیم محض در مقابل اراده حضرت حق، عشق، فداکاری، عبودیت و... که همه این فضایل در اوج قرار دارند - را نیز درک می کند و بی تردید مشاهده زیبایی ها مسرت بخش و نشاط آور است نه حزن انگیز و نابهنجار. مطمئناً کسی که بتواند فهم خویش را از سطح نمود و ظاهر پدیده عزاداری ارتقا دهد و از افق بالاتر به آن بنگرد، آرامش روحی، رضایت و مسرت خاطر را بعد از اتمام سوگواری در چهره عزاداران واقعی می نگرد. برگردیم به این سوال که آیا بین بیماری های روانی (مثل افسردگی) و عزاداری امام حسین نسبتی برقرار است؟ با توجه به توضیحات مفصل که تا اینجا داده شد نسبتی بین آنها از قبیل نسبت تباین است. یعنی هیچ سنخیتی بین آنها وجود ندارد. نسبت بین آنها مثل نسبت بین انسان و سنگ است که هیچ وجه اشتراکی بین آنها نیست.

نتیجه گیری

از مباحث فوق نتیجه که دستگیر ما می شود اینست: به دلایل مختلفی که ارائه شد برگزاری مراسم محرم و عاشورا و سایر مناسبت های حزن انگیز مذهبی در جوامع تشیع و اشک ریختن در سوگ سید الشهداء و سایر شهیدای کربلا نه تنها باعث اختلالات و ناهنجاری های بیمارگونه در رفتار، گفتار و فعالیت های روزمره شیعیان نمی شود، بلکه اگر مراسم پر شور حسینی بر مبنای شعور و عقلانیت دایر گردد؛ یعنی در آن افراط گری، زیاده روی و آمیخته با خرافات نباشد و مدیحه سرایی و عزاداری در راستای اهداف و آرمان مقدس سالار شهیدان باشد نه تنها باعث ایجاد بیماری های روانی و افسردگی در افراد و اجتماع شیعیان نمی گردد، بلکه اشک ریختن برای مصایب شهدای کربلا و شهادت سایر معصومین (ع) یک امر طبیعی و مطابق با نیاز روانی باورمندان به آنها است. گفته شد که حاصل جمع رضایت و لذت از چیزی را شادی گویند. در محافل عزاداری امام حسین (ع) این دو عنصر کاملاً مشهود است. چرا که شیعیان عزادار هم از شرکت کردن در مجالس عزا احساس رضایت می کنند و هم از گوش دادن به نوای دلنواز مداحی و نوحه سرایی و هم از کسب اطلاعات و آگاهی های تاریخی و مذهبی در مراسم عزاداری لذت می برند. به هر میزانی که آستانه رضایتمندی و کسب لذت آنها افزایش یابد به همان میزان شادی و خرسندی از مراسم عزاداری نصیب شان می گردد. پس عزاداری و ماتم سرایی برای امام حسین نه تنها عناصر شادی را از آنها نفی و سلب نمی کند بلکه آنان را تأمین می کند.

کتابنامه

- آیزنک، مایکل، روانشناسی شادی، ترجمه مهرداد فیروز بخت، تهران، بدر، ۱۳۷۵.
- جعفری، محمد تقی، امام حسین (ع)، شهید فرهنگ پیشرو انسانیت، تهران، مؤسسه تدوین و نشر آثار علامه جعفری، چاپ اول، ۱۳۸۰.
- سالمانز، ساندر، افسردگی، ترجمه میر مجید خلخالی زاویه، تهران، جوانه رشد، چاپ دوم، ۱۳۸۹.
- قمی، شیخ عباس، نفس المهموم، بیروت، دار الرسول الاکرم، ۱۴۱۲هـ. ق.
- شبستری، محمود بن عبدالحکیم، مجموعه آثار شیخ محمود شبستری، تهران، طهوری، ۱۳۶۵ ص ۲۳۱، بیت ۱۳۷۲.
- صدر المتألهین، محمد بن ابراهیم (ملاصدرا)، الشواهد الربوبیه، مترجم: جواد مصلح، تهران، انتشارات سروش، چاپ اول.
- فاسلر، دیوید جی، لین اس، دومس، کمکم کن غمگینم، ترجمه نسرين پارسا، تهران، انتشارات رشد، چاپ اول، ۱۳۸۴.
- کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، تهران، دار الکتب الاسلامیه، چاپ دوم، ۱۴۱۳ق، ج ۲.
- گروه از مولفان، پاسخ ها و پرسش ها (ویژه محرم)، قم، دفتر نشر معارف، چاپ چهاردهم، ۱۳۸۷.
- گزیده موضوعی کلمات امیرالمومنین (علی)، قم، ج ۱، دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم، چاپ دوم، ۱۳۷۵.
- گیدنز، آنتونی، جامعه شناسی، ترجمه منوچهر صبوری، تهران، نشر نی، چاپ سیزدهم، ۱۳۸۳.
- مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، ج ۴۳ و ۴۵ داراحیاء التراث العربی، ۱۴۰۳هـ. ق.
- محمدی اشتهاردی، محمد، سوگنامه آل محمد، قم، انتشارات ناصر، چاپ شانزدهم.
- مرکز فرهنگ و معارف قرآن، امام حسین علیه السلام و قرآن (مجموعه مقالات)، قم، بوستان کتاب، ج ۱، چاپ سوم، ۱۳۸۵.
- مولوی بلخی، جلال الدین، مثنوی معنوی.