

سخن سردبیر

و اما مرگ:

میل به بازگشت به دوران کودکی یا ترس از مرگ با مشاهده سرایشی نیمه دوم زندگی

کمتر کسی را می‌توان سراغ داشت که از دوران خوش کودکی سخن نگوید و تمایل به بازگشت به دوره کودکی اولیه را نداشته باشد. آیا واقعاً دوران کودکی بسیار لذت‌بخش و شاد و شورانگیز است که باعث می‌شود انسان در هر مرحله از زندگی به آن فکر کند، یا انسان برای رهایی از دوران یکنواخت زندگی و جداسدن از دنیای پرهیاهو و پراز تنش، دوران کودکی را آرام می‌یابد و بازگشت به آن را آرزو می‌کند، و یا این که انسان وقتی در سرایشی نیمه دوم زندگی قرار می‌گیرد مشاهده اضمحلال تدریجاً فزاینده سازمان‌یافتگی‌های روانی و جسمانی به‌طور ناهشیار در او میل به بازگشت به دوران کودکی را با شدت بیشتری زنده می‌کند؟

کاوش دوران کودکی هر فردی از دو منظر قابل بررسی است. این که کودک مورد توجه و حمایت همه مراقبان و اطرافیان خود است و هیچ‌گونه مسئولیتی در برابر کارهای خوب و بد خود ندارد دوره کودکی را لذت‌بخش می‌سازد ولی از منظر دیگر نیز می‌توان چنین در نظر گرفت که کودک از خود هیچ‌گونه استقلال ندارد، هیچ کاری را بدون اجازه نمی‌تواند انجام دهد، حتی در نوشیدن و خوردن و خوابیدن و بیدار شدن و مدرسه رفتن و پوشیدن هیچ‌گونه اختیاری ندارد. کودک ممکن است از سوی والدین کاملاً محدود شده باشد و در چارچوب مشخص تعیین شده حرکت کند و والدین آرزوهای برآورده‌نشده خودشان را در او جستجو کنند؛ بنابراین دوره کودکی دوره بکن‌نکن‌ها و بگو‌نگوها و چراغ قرمز و سبزهایی است که توسط والدین و مراقبان و جامعه تجویز می‌شود. از سویی دیگر کودک جهت تأمین نیازهای خود به والدین وابسته است و به‌طور مداوم دچار تعارض و تنش می‌گردد به همین خاطر کودک همیشه آرزوی بزرگ شدن و مستقل شدن دارد ولی وقتی که بزرگ و بزرگ‌تر شد و در سرایشی نیمه دوم عمر خود قرار گرفت از دوران کودکی به عنوان دوره شاد و پر نشاط یاد می‌کند و دوست دارد به همان دوران کودکی بازگردد. کدام بزرگسالی می‌تواند ادعا کند که در دوران کودکی اش آرزوی بزرگ شدن و مستقل شدن نداشته است و کدام بزرگسال را می‌توان سراغ داشت که از دوران خوش کودکی سخن نگوید! درحالی که همان دوره کودکی هیچ‌گونه استقلال و اختیاری نداشت و آرزوی بزرگ شدن را داشت. اینجاست که این فرضیه شکل می‌گیرد که میل به بازگشت به دوران کودکی شاید در واقع ترس از مرگ و میل به جاودانگی باشد.

روزهای پایان زندگی نقطه مقابل روزهای نخست زندگی است و از هم‌پاشیدگی سازمان‌یافتگی‌های جسمانی و روانی انسان در پایان زندگی درست در مقابل شکل‌گیری‌های آغاز راه قرار می‌گیرد و در نهایت مرگ فرا می‌رسد. مرگ چیست و چگونه می‌توان آن را در آغوش گرفت؟ مرگ خوب است یا بد؟ باید که به پیشواش رفت یا از آن ترسید؟ آیا زندگی شایستگی بیشتر زیستن را دارد؟ نکته حائز اهمیت این است که دانش بشر درباره مرگ بسیار فقیر است (آن که سرشار از حیات است نمی‌تواند مرگ را به خوبی درک کند). انسان وقتی به درجه‌ای از آگاهی برسد احساس بوجی و بیهودگی می‌کند. همه ما ریتم شبانه‌روزی از خواب بیدار شدن، سوار ماشین شدن، کار کردن در محل کار، خوردن و خوابیدن و این تکرار مکررات را طی می‌کنیم ولی زمانی که فقط کلمه ساده **چرا** را از خود پرسیم بوجی و بیهودگی به ما روی می‌آورد. این نقطه می‌تواند آغازی برای تولدی دوباره و عصیان برعلیه روزمرگی باشد و یا آغاز افسردگی و درهم‌گسستگی سازمان‌یافتگی‌های روانی! خستگی از روزمرگی، پایان یک زندگی ماشینی است و فرد با پرسیدن کلمه ساده **چرا**، می‌تواند مقدمات حرکت وجدان را فراهم و آن را بیدار کند.

از سویی می‌توان گاليله را مثال زد که به راحتی وقتی زندگی خود را در خطر دید و کشف علمی خود را انکار کرد تا زندگی کند و از سویی دیگر می‌توان افرادی را دید که به خاطر مسائل بسیار بی‌ارزش دچار حالات افسردگی شدید یا تمایل به خودکشی می‌شوند. ما در طول زندگی شاهد از دست دادن و پرپر شدن عزیزترین عزیزان خود هستیم ولی همیشه فکر می‌کنیم تیری که از کمان مرگ رها می‌شود در خانه همسایه را می‌کوبد. مردم چنان زندگی می‌کنند که از مرگ بی‌خبرند. فرد با گذشت سن و سال کودکی ابتدا جوانی و سپس میانسالی و پیری خود را لمس و تصدیق می‌کند و درمی‌یابد که به زمان تعلق دارد و در دهشتی وصف‌ناپذیر قرار می‌گیرد که خطرناک‌ترین دشمن خود را می‌شناسد (مرگ) و اینجاست که میل به بازگشت به دوران کودکی در او پدیدار می‌گردد. بدیهی است افراد بر حسب نژاد، فرهنگ، و مذهب احساس‌های متفاوتی در برابر پدیده مرگ دارند ولی کم‌وبیش حتی در افراد مذهبی که به زندگی پس از مرگ اعتقاد دارند حداقل در برابر مرگ عزیزان خود به‌شدت افسرده و مضطرب می‌شوند؛ بنابراین زندگی از مرگ بیزار است و تنها درهم‌آمیختن آن با سازه‌های معنوی به آن معنا می‌بخشد. در این نگاه اخلاقی و معنوی، مرگ عروج است و جسم چونان صدف است که گوهر جان را در میان گرفته و زمانی که مرگ حادث می‌شود، صدف جسم است که آسیب می‌بیند نه گوهر جان. خودمیان‌بینی انسان‌ها ما را در عدم توجه و ترس از مرگ

یاری می‌کند و به ما انرژی ادامه دادن می‌دهد. هرچه انسان بیشتر از مرگ بترسد کمتر آن را می‌شناسد باید زندگی را با شادی و زیبایی نگریست، باید هدیه‌های زندگی را درک کرد و با سخاوت هنرمند به آن نگریست. مرگ در زندگی است و نمی‌توان بدون همجوار بودن با آن زندگی کرد با یادزدودگی و پشت کردن به مرگ انسان در آرامش قرار نمی‌گیرد پس نباید مرگ را فراموش کرد که باید آن را در خدمت زندگی درآورد. باید مانند هنرمند نگریست و زندگی کرد زیرا هنرمند مانند یک سرباز بشریت (نه قاضی)، عمیق‌ترین حس‌ها را از ساده‌ترین چیزها استخراج می‌کند و هیچ‌گونه کینه‌ورزی و تحقیری در او حضور ندارد و از قید قضاوت آزاد است.

وظیفه روان‌شناس آموزش و اکنش روانی مناسب به افراد جامعه است تا علیه اضمحلال نیروهای جسمانی خود بکار ببرند اما آیا وقتی مرگ فرا می‌رسد سازش یافتن به معنای تسلیم شدن نیست؟ با این حال به نظر می‌رسد کوشش در راه آمادگی برای مرگ آرامشی ایجاد می‌کند که انسان را در بهتر زیستن کمک می‌کند. اگر انسان با مرگ سازش نکند زندگی رضایت‌بخشی نخواهد داشت.

شناختن به سوی مرگ حتی در آنهایی که یک عمر به مرگ عشق می‌ورزند زیربنای اعتقادی و مذهبی دارد و مسئله وجود زندگی پس از مرگ از دیدگاه مذهبی قصه دیگری است که در تخصص من نیست و حتی نمی‌توان با کمک روش علمی به آن پرداخت. اما چه نفعی زندگی پس از مرگ و چه پذیرش آن باعث می‌شود که انسان بخواهد زندگی کند و از لذت‌های این دنیا سیراب شود و دیگران را سیراب کند. نیروی زندگی قوی‌تر از مرگ است حتی فردی که عزیزترینش را از دست می‌دهد باز هم در صف نانوائی و اتوبوس ساعت‌ها منتظر می‌ماند تا زندگی را زندگی کند. اگر نگرش انسان بر این عقیده استوار باشد که از خود ردی معنادار در جهان هستی بر جای گذارد تا دیگران و نسل‌های بعد نهایت بهره و سودآوری را از آن ببرند از اضطراب مرگ کاسته خواهد شد. با افزایش کیفیت زندگی و معنا دادن به آن، چنان باید اثرگذار باشیم تا به قول حضرت مولانا وقتی که از خاک ما گندم برآید از آن گران پزی مستی فزاید. از دیدگاه عرفا، روز مرگ، روز ملاقات با معشوق است و در این روز باید «خوش لقا» بود و این روز، روز ماتم و غم و اندوه نیست.

آنچه اهمیت دارد این است که بیشتر و یا شاید همه مذاهب، شرایط زندگی آن‌جهانی را تابع و نتیجه زندگی در این دنیا می‌دانند پس نتیجه این که باید خوب زندگی کرد و خوب زندگی کردن در این دنیا و دریافت هدیه‌های زندگی در این دنیا بازی دوسربرد است. به جای این که برای همدیگر فقط آرزوی خوشبختی کنیم بهتر است آرزوی خوش‌وقتی کنیم؛ یعنی تمام وقت و زمان امروز و فعلی‌شان را دریابند و از آن معنا استخراج کنند و فقط در آرزوی دستیابی به بخت و اقبال خوب در آینده نباشند و از لحظه‌لحظه زندگی‌شان بهره ببرند و به دیگران بهره رسانند. بنابراین نباید آرزوی بازگشت به دوران کودکی داشت که باید مانند یک کودک از ساده‌ترین چیزها بیش‌ترین خوشی‌ها و لذت‌ها را برد. مسئولیت روان‌شناس این است که افراد را در سراسیمگی نیمه دوم عمر به سمت گذاشتن ردی از خود سوق دهد و از آنها بخواهد به کاری که باید تا حال انجام می‌داده و نداده‌اند و قبل از مرگ باید آن را انجام دهند، پردازند و با انجام فعالیت‌های ناتمام خویش اثری ماندگار از خویش بر جای نهند. این تکلیف می‌تواند اضطراب مرگ را در افراد کاهش دهد. انسان میانسال و سالمند به جای حسرت خوردن بر دوران کودکی باید با نگرش عشق‌گونه به زندگی، دستگیر و همراه هموعان و اطرافیان باشد چه آرزوی بازگشت به دوران کودکی شاید به‌نوعی آرزوی جبران مافات عملکرد گذشته فرد باشد که آن را به‌اشتباه آرزوی بازگشت به کودکی که امری غیرواقعی است تلقی می‌کند. انسان آگاه نیک می‌داند که اگر بارها به فرض محال هم به کودکی بازگردد باز هم نیمه دوم زندگی فرا می‌رسد، پس بهتر آن است که نیک زیستن را بیاموزد و نیک پرورش دادن را.

من این سخن را به انگیزه پاسخ دادن به پرسش‌های جامعه درباره مرگ نوشتم که در جهت برانگیختن سؤال‌ها و پرسش‌های بیشتر منتشر کردم. بهترین پاسخ‌ها، آنهایی هستند که پرسش‌های بیشتری را برانگیزند و سر به ابتدال هر گونه پاسخی فرود نیاورند. هدف اصلی از این سخن، آگاه ساختن و بیدار کردن افرادی است که گرفتار روزمرگی شدند و غرق در شهوت، ثروت، لذت، هم خود را فراموش کرده‌اند و هم دیگران را؛ و چنان به دنیا چسبیده‌اند که لحظه به لحظه گذار عمرشان و قرار گرفتن در نیمه دوم زندگی، آنها را مضطرب می‌سازد و میل به بازگشتن به سنین پایین‌تر در آنها همیشه فعال است. نکته آخر این که میل به بازگشت به دوران خوش کودکی پوسته دیگری نیز دارد و آن تمایل فطری انسان‌ها به جاودانگی است که بحث آن در این سخن نمی‌گنجد.

دکتر عباسعلی حسین‌خانزاده

دانشیار دانشگاه گیلان

۲۵ دی ماه ۱۳۹۶ ه.ش.