

Spiritual bereavement therapy with Hosseini's poem "peace be upon him"

ARTICLE INFO

Article Type
Research Article

Authors

Dadkhoda Hatami Gurbandi¹
Gholamreza Sotoudehnia^{*2}
Gholam Abbas Zakari³

How to cite this article

Hatami Gurbandi D, Sotoudehnia Gh, Zakari Gh A. Spiritual bereavement therapy with Hosseini's poem "peace be upon him", *Journal of Quran and Medicine*. 2023; 8(3): 118-128.

1. Phd student, Department of Persian Language and Literature, Sirjan Branch, Islamic Azad University of Sirjan, Iran.
2. Professor, Department of Persian Language and Literature, Sirjan Branch, Sirjan Islamic Azad University, Iran. (Corresponding Author)
3. Assistant Professor, Department of Persian Language and Literature, Sirjan Branch, Islamic Azad University of Sirjan, Iran.

** Correspondence:*

Email: gholamrezasotudenia@gmail.com

ABSTRACT

Purpose: One of the undeniable events of human life is moving to the rest of the world. Grief is a reaction that humans show when experiencing bitter and painful events. Poems, poems emanating from the speaker's mind, have a significant emotional impact on the audience in crisis. A poet with a spiritual perspective can complement the process of health and spiritual care of a person who is bereaved.

Method: This research is an interdisciplinary and descriptive-analytical study by referring to the poems of prominent poets from the 4th to the 7th century (Rudaki, Ferdowsi and Saadi) and aims to explain the effect of the mourning poems of Hosseini "peace be upon him" in epic writing. And what about reducing the pains of the people of the shrine "peace be upon him" with its characters, heroes and epic scenes and special care, the process of bereavement therapy with the perspective of spiritual care, with a two-way relationship between the words of the poets and the event of Ashura. To use the pains and sufferings of the people.

Findings: Ritual poets, by enhancing their epistemological perspective, make patience with adversity one of the bereavement skills in order to increase resilience, strength and stability in facing the loss of their loved ones.

Conclusion: spiritual bereavement therapy with elegiac poems, the process of mourning is more bearable and the person returns to his normal life faster. By using the excellent passages of the poems of ritual poets in lamentation and prayer, while creating spiritual vitality to improve the spirit and attributes. The bereaved person's transcendence is prepared to consider the circumstances of losing loved ones as suffering and testing and in line with divine wisdom instead of grief and panic.

Keywords: Bereavement and Bereavement Therapy, Hosseini's Poetry, Spirituality and Spiritual Therapy.

مقدمه

در فرایند سوگ، احساسات دردناک با استرس زیاد همراه است و در زمان هایی همچون از دست دادن و مرگ عزیزان بروز میکند. سوگ در افراد مختلف به طرق مختلف بروز نموده و مدت زمان آن متفاوت است. فرد دچار بهت زدگی می شود. کسی که عزیز خود را از دست می دهد، معمولاً دچار بهت زدگی، شوک، ناباوری، احساس فقدان و از دست دادن، حس بی عدالتی، احساس تنهایی، احساس خشم و عصبانیت، آستانه تحمل پایین، تحریک پذیری می شود که نیاز است اطرافیان با او مدارا کنند، در کنارش بمانند و غمخوار او باشند تا بتواند به تدریج به شرایط عادی زندگی باز گردد (۱)

از آن جایی که ادبیات حماسی و سوگ با احساس و عواطف انسانی سروکار دارد و عواملی چون عشق، مسائل اجتماعی و عرفان را شامل می شود، تأثیر رثاء و مرثیه به عنوان گونه‌ای از ادبیات در سروده‌های شاعران مسلمان پررنگ است. با استناد به آیاتی همچون «وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْواتًا...» (۲) مرگ یا به عبارت دقیق‌تر شهادت انسان‌های برجسته و معصوم همچون اهل بیت «علیهم السلام» رسیدن به درجه رفیعی از حضور در پیشگاه خدا است. این نوع اشعار، که به ظاهر در مرگ عزیز، پادشاهی یا در مسائل ناگوار اجتماعی در کلام شاعران جاری شده‌اند، به گونه‌ای به حماسه عاشورا پیوند یافته و اوج مصائب را واقعه کربلا می داند؛ گویی گوشه گوشه واقعه کربلا مجدد تکرار می شود. «کل یوم عاشورا و کل ارض کربلا».

در این پژوهش تلاش بر آن شده است تا با مطالعه میان رشته‌ای ضمن معرفی شاعران شاخص در توجه به واقعه کربلا، به جایگاه شعر مرثیه در فرایند سوگ و سوگ درمانی در از دست دادن عزیزان و تحمل مصیبت پرداخته شود.

برای پرداختن به سوگ درمانی معنوی با شعر حسینی «علیه السلام» که بالاترین مضامین رثایی را شامل می شود، نیاز به بحث اشعار رثایی با محوریت واقعه کربلا، بحث سوگ و سوگ درمانی با مرثیه و بحث معنویت است.

۱) اشعار مرثیه

در بررسی اشعار رثایی شاعران مسلمان به انواع مرثیه بر می خوریم که برخی از آنها عبارتند از: مرثی مذهب، حکومتی، شخصی، خانوادگی، فلسفی، اجتماعی و داستانی (۳ و ۴). برای نمونه در اشعار محتشم کاشانی با ساختار و قالب مطلوب، انتخاب واژگان مناسب برای مرثیه، با بهره‌مندی از واگویی (حدیث‌نفس)، تصویر آفرینی، حسن مطلع زیبا و بهره‌گیری از نغمه‌های مناسب با اشعاری همچون صبح تیره، نوحه، عزا، ماتم، آشوب، ملال، زانوی غم، کشتی شکست خورده، خاک و خون پتیده، اشک، قحط آب، تشنگان، العطش، شرم، خوف، خصم، افغان، سیل سیه، زمین قیرگون، شعله برق، زمین بی‌سکون، غرقه دریای خون، حلق تشنه، واقعه کربلا را زنده کند (۵)

دادخدا حاتمی گوربندی^۱

دانشجوی دکتری، گروه زبان و ادبیات فارسی، واحد سرجان دانشگاه آزاد اسلامی سیرجان، ایران.

غلامرضا ستوده نیا^{۲*}

استاد، گروه زبان و ادبیات فارسی واحد سیرجان، دانشگاه آزاد اسلامی سیرجان، ایران. (نویسنده مسئول)

غلام عباس ذاکری^۳

استادیار، گروه زبان و ادبیات فارسی، واحد سیرجان دانشگاه آزاد اسلامی سیرجان، ایران.

چکیده

هدف: یکی از رویدادهای غیرقابل انکار زندگی انسان، حرکت به جهان باقی است. سوگ، واکنشی است که انسان در زمان تجربه وقایع تلخ و دردناک از خود نشان می دهد. سروده‌ها، اشعاری تراوش شده از درون ذهن گوینده، تأثیر عاطفی قابل توجهی بر مخاطبان دچار بحران می گذارد. شاعر با نگاهی معنوی می تواند مکمل فرایند سلامت و مراقبت معنوی انسانی گردد که دچار سوگ گردیده است.

روش: این پژوهش به روش مطالعه میان رشته‌ای و توصیفی - تحلیلی با مراجعه به اشعار شاعران برجسته سده چهارم تا هفتم (رودکی، فردوسی و سعدی) بر آن است تا با تبیین تأثیر سوگ سروده‌های حسینی «علیه السلام» چه در حماسه سرایی و چه در کاهش آلام اهل حرم «علیهم السلام» با شخصیت‌ها، قهرمانان و صحنه‌های حماسی و مراقبتی ویژه خود، فرایند سوگ درمانی را با نگاه مراقبت معنوی، با رابطه‌ای دو سویه مضمون کلام شاعران و واقعه عاشورا را در کاهش آلام و مصیبت‌های مردم استفاده کند. یافته‌ها: شاعران آیینی با ارتقاء نگاه معرفتی، صبر بر مصیبت را از مهارت‌های سوگ درمانی رقم می زنند تا ضمن افزایش تاب آوری، صلابت و پایداری در مواجهه با از دست دادن عزیزان خود را باعث شوند.

نتیجه‌گیری: سوگ درمانی معنوی با اشعار مرثیه، فرایند سوگ قابل تحمل تر و فرد با سرعت بیشتری به زندگی طبیعی خود بر می گردد. با استفاده از فرازهای عالی اشعار شاعران آیینی در نوحه و روضه ضمن ایجاد نشاط معنوی محملی برای ارتقای روحیه و صفات متعالی فرد سوگوار فراهم می گردد تا به جای جزع و فزع، شرایط از دست دادن عزیزان را ابتلا و امتحان و در راستای حکمت الهی بداند.

واژگان کلیدی: سوگ و سوگ درمانی، شعر حسینی، معنویت و معنویت درمانی.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۵/۲۹

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۲۰

* نویسنده مسئول: gholamrezasotudenia@gmail.com

باز این چه شورش است که در خلق آدم است باز این چه نوحه
و چه عز او چه ماتم است
باز این چه رستخیز عظیم است کز زمین بی نفخ صور خاسته
تا عرش اعظم است
(۵)

جن و ملک بر آدمیان نوحه می کنند
گویاعزای اشرف
اولاد آدم است
(۵)

آنچه در انتخاب موضوعات مختلف مرثیه به آن پرداخته شده،
بیشتر ابیات برجسته و قابل توجه واقعه کربلا از شاعران است. به
نظر می رسد که این قدرت بیان و محتوای سخن شاعران برجسته،
تأثیرپذیری از مضامین عاشورا بوده است که کلام آن‌ها را سوزناک
و تأثیرگذار جلوه می دهد. شخصیت‌های تعزیه با ذکر بهترین و
سوزناکترین مرثیه‌ها، نمونه ای به عنوان شاهد مثال این تأثیر گذاری
شعر مرثیه ای است. در بررسی آثار پژوهشی به ندرت به نگاه
تطبیقی تأثیر شعر مرثیه در سوگ درمانی پرداخته شده است.
کتاب‌هایی همچون «مرثیه‌سرایی در ادبیات فارسی» نوشته دکتر
نصرالله امامی از جمله آثاری است که تنها به بحث مرثیه در اشعار
پارسی پرداخته است.

در ضرورت و اهمیت این پژوهش همین بس که از دیرباز مرثیه چه
مرثیه سرایی، چه مرثیه خوانی و چه مرثیه شنیدن در طومار تاریخ
و آداب و رسوم ملت‌ها بوده است و در این بین شیعیان و علاقه
مندان به اهل بیت «علیهم السلام» خاصه سیدالشهدا «علیه السلام»
در اوج مصیبت‌های خود با یاد و خاطره مصائب کربلا و اسیری
اهل بیت سیدالشهدا «علیهم السلام» آرام می گرفتند. شاعران آیینی با
تأثیرپذیری از قهرمانان و صحنه‌های واقعه کربلا اشعاری نگارش
نمودند که ضمن تخلیه مصیبت، نشاط معنوی را برای مخاطبان آن
به همراه داشته است (۶)

(۱،۱) **حضرات معصومین «علیهم السلام»**، اولین کسانی هستند
که در سوگ سیدالشهدا مویه کرده اند و با اشعاری آن
واقعه را زنده نگه داشته اند. نمونه آن سوگ حضرت
سجاد «علیه السلام» است وقتی ذبح حیوانات را می
دیدند (۷)

(۱،۲) در بین غیرمعصومین، نخستین مرثیه سرای دینی در
فارسی زبانان، **ابوالحسن مجدالدین کسایی مروزی**
است که حدود ۱۲ سال پس از وفات چهارمین نایب
امام عصر «عج»، ابوالحسن علی بن محمد سمری، و در
ابتدای غیبت کبری در سال ۳۴۱ قمری متولد شده و در
دوره سامانیان می زیسته و از شعرای طبقه اول و معاصر
حکیم ابوالقاسم فردوسی است. مضامین مصیبت که به
۲۱ بیت از بخش دوم شعر بهاریه (سوگنامه شهیدان
کربلا)، حال و هوای مقتل می دهند، اشعاری در اشاره
به سر بریده، تشنگی، بر خاک افتادن، تنهایی، غربت،

لشکر عظیم دشمن، غلبه ظاهری دشمن، حرص دشمن به
خونریزی، شهادت طفل شیرخوار و غم و اشک و اسارت
مخدرات حرم دارد. در مقتل کسایی علاوه بر نامهای
مبارک حضرت رسالت و شاه ولایت «صلوات الله
علیهما» به نام های حضرت امام حسین «علیه السلام»،
طفل شیر خواره «سلام الله علیه»، حضرت زینب
کبری «سلام الله علیها»، جناب شهربانو «علیها سلام» و
حضرت زهرا «سلام الله علیها» که سلام و درود بی پایان
الهی بر آنان باد، اشاره دارد.

مقتول کربلا را تازه کنم تو گلا
نازش محمد پیغمبر مؤبد

آن سید مجتهد شمع و چراغ دنیا
سر بریده در خاک خوانبیده

(۱،۳) **رودکی**، شاعر آغاز قرن چهارم، به سبب مقام بلندش در
شاعری و پیشوایی پارسی‌گویان و شروع بسیاری از انواع
شعر فارسی، «استاد شاعران» لقب داده‌اند (۸). او یکی از
پیشگامان بزرگ شعر فارسی است که مرثیه سرای
ینموده است. نخستین شاعری است که «شهادت» و
«شهادت طلبی» را به مفهوم امروزی در ادبیات کهن
پارسی بکار برده و پیشی گرفتن در شهادت را توصیه می
کند.

کاروان شهید رفت از پیش و آن ما رفته گیر و می اندیش از شمار
دو چشم یک تن کم وز شمار خرد هزاران بیش
(۹)

(۱،۴) **ابوالقاسم حسن منصور** معروف به **ابوالقاسم فردوسی**،
شاعر و حماسه‌سرای در قرن چهارم، گویا از صحنه
کربلا در پردازش اشعارش استفاده نموده است. اصل این
ابیات و داستان که در کتاب «یادگار زبیران» به زبانی
سوزناک آمده است، در ده هزار بیت در قسمت
گشتاسب در شاهنامه ذکر شده و می توان چنین استنباط
نمود که واقعه جانگداز کربلای امام حسین «علیه
السلام» را به تصویر می کشد؛ جایی که نعش علی‌اکبر
«علیه السلام» را می‌بیند و بدن مثله‌شده او را می‌بیند و
در آغوش می‌کشد. جایی که امام حسین «علیه السلام»
بدن عبدالله بن الحسن «علیه السلام» - پسر برادرش امام
حسن مجتبی «علیه السلام» - را به سینه می‌چسباند و با
آه و حسرت از دست دادن برادرزاده‌اش آن را فقدان
بزرگ بر می‌شمارد. در جایی، بدن نازک علی‌اصغر
«علیه السلام» را تشنه قطره ای آب است و بوسیله تیر
زهرا آگین دشمن به شهادت رسیده را در آغوش می‌فشارد
و در آخرین لحظاتی که امام حسین «علیه السلام» می -
خواهد از خاندانش خداحافظی کند، گفتگوی آنها را
منظوم می‌کند. الگوی غیرت و شجاعت حضرت عباس

ورکشتن تو دهند فتویدر کشتن خود به تاختن باشماند حسین بر سر
دار در کشتن و سوختن حسن باش
(۱۴)

۱۰.۸ آموزگار عشق و اخلاق مصلح الدین سعدی شیرازی هم
در دیوان اشعار و هم در بوستان، به واقعه عاشورا
پرداخته و خون پاک شهیدان کربلا را از آب که مایه
حیات است، «اولی تر» می داند.

گر خطا گوید و خطا مگوگر بود پر خون شهید او را مشو
خون این شهیدان را از آب اولی تر استاین خطا را صد ثواب اولتر
است

(۱۵)

سعدی، در جای دیگری، خون شهیدان کربلا را آنچنان مقدس می
داند که خود خداوند را به خون شهیدان کربلا سوگند می دهد که
«مرحمی» بر دلها باشد.

فردا که هر کسی به شفیعی زند دستماییم و دست و دامن معصوم
مرتضی

پیغمبر آفتاب منیر است در جهان وینان ستارگان بزرگند و مقتدا
یارب به نسل طاهر اولاد فاطمه یارب به خون پاک شهیدان کربلا
دل های خسته را به کرم مرحمی فرستای نام اعظمت در گنجینه صفا
(۱۶)

با تأمل در ابیات سعدی به نظر می رسد که سعدی با تأسی جستن
از واقعه کربلا، تأثیر کلام خود را در قصاید خود دوچندان نموده
است. او بقای عمر را نمی خواهد بلکه نوع زندگی باعثت را بر
زندگی با ذلت ترجیح می دهد (۱۷). همچنین امام حسین «علیه
اسلام» در کربلا بعد از شهادت علی اکبر «علیه السلام» فرمود: «أف
بر دنیا که بعد از علی زندگی بی معناست، دلخوشی ام این بود که
فرزندم عصای دستم باشد» ولی دیده شد که امام حسین «علیه
السلام»، فرزندش علی اکبر «علیه السلام» را که قطعه قطعه شده بود،
روی دست گرفت (۱۸). مواردی بلا تشبیه با این قصاید سعدی در
هیجوم وحشیانه مغول به بغداد اتفاق افتاده است. بنظر می رسد سعدی
از یک طرف برای سوزناک نشان دادن قصایدش و تأثیر کلامش در
خوانندگان، به واقعه کربلا و حمله وحشیانه دستگاه یزید بر اهل -
بیت پیغمبر - امام حسین «علیه السلام» و خاندان ایشان - توجه
نموده و از طرف دیگر، از این قصاید برمی آید که کلام جذاب و
گیرای او در اشعار شاعران آیینی تأثیر بسزایی می گذارد. از یک
طرف سوزاندن شهر که سعدی از آن ها به خوبی نام می برد، ساختار
فیزیکی و صحنه پردازی این قصیده شبیه واقعه کربلا است و به آتش
زدن خیمه ها نظر دارد و از طرف دیگر، فرار زنان و کودکان و
انسان های بی پناه در حمله مغول به فرار کودکان و زنان اهل بیت
«علیه السلام» اشاره دارد. تأثیر واقعه کربلا در مضمون آفرینی سعدی
در مرثیه با اسب هایی که بر بدن های سر از تن جدا، نعل تازه زده و
می تاختند تا بدن های آن ها را قطعه قطعه کنند، کاملاً مشخص است.
سنگدلی یزید و یزیدیان زمان حماسه بزرگ کربلا را با قساوت

«علیه السلام» با سقایی تشنگان، با دست های قلم شده و با
فرق شکافته و ذکر مصیبت بدن های مطهر در زیر سم
اسبان دشمن، تأثیر شاهنامه و اشعار مرثیه گونه اش را
بر گرفته از صحنه سازی های قیام خونین و تاریخی کربلا
می سازد. مویه خواهر بر نعش او نمونه هایی از توصیف،
تحلیل و مقایسه صحنه های فردوسی با جریان
کربلاست (۱۰). در اشعار این شاعر بزرگ شباهت های
زیادی با حادثه کربلا دیده می شود که ممکن است از
دید خوانندگان پنهان بماند. بدین ترتیب می توان دریافت
که فردوسی در شخصیت پردازی به شخصیت های
عاشورایی و در انتقال مفاهیم جانسوز آن توجه ویژه ای
داشته است.

سر جاودان جهان بی درفش مرو را بیفکند و برد آن درفش
چو آگاهی کشتن او رسید به شاه جهانجوی و مرگش بدید
(۱۱)

۱۰.۵ ناصر خسروی قبادیانی، از شعرای بزرگ قرن پنجم
هجری، شیعی مذهبهو انقلابی، بیش از شاعران زمان خود
به حادثه کربلا توجه داشته است. در قصاید او، در بیشتر
از هفت قصیده، به ماجرای عاشورا اشاره شده است.

من دگرم یادگر شده است جهانم هست جهانم همان و من نه همان
سفله جهان را به سفلگان بسپردم کو به سرایش چنانچه زو به فاعنم
ای طلبد جهان مرا مطلب هیچگم شده انگار از میان و کرانم
من که زخون حسین پر غم و دردم شاد چگونه کنند خون رزانم
(۱۲)

۱۰.۶ سنایی غزنوی (ابوالمجد مجدود بن آدم)، نخستین شاعر
با مضامین عرفانی در شعر فارسی، مظاهر عرفان شهادت
را در رهیافت عرفان به واقعه کربلا می نگارد. شهید،
در عرفان سنایی، سالکی است که به مقام «لقاء الله» و
فنا فی الله می رسد. سنایی، شهادت امام حسین «علیه
اسلام» را در راستای «بلا»ی الست ذکر کرده است.

خرمی چون باشد اندر کوی دین کز بهر حقخون روان گشتست از
حلق حسین در کربلا
از برای یک بلی کاندرازل گفت است جانتا ابد اندر دهد مرد بلا
تن در بلا
(۱۳)

۱۰.۷ فرید الدین عطار نیشابوری، از عارفان و شاعران نامی
قرن ششم هجری، شهادت حسین بن علی (ع) را اصل
عرفان عملی می دانست و در غزلی تعلیمی به مریدان
خویش سفارش کرد که در کشاکش زندگی مانند امام
حسین «علیه السلام» از جان مایه خویش بگذرند تا
جاودانه شوند.

گر روی بدین حدیث داری چون ابراهیم بت شکن باشورگویندت
بباید سوختتو خود ز برای سوختن باش

۲،۲) **علائم سوگ**، بطور معمول شامل از دست دادن تمرکز یا مشکلات جسمی باشد که ابعاد عاطفی، رفتاری، فلسفی و اجتماعی و ... را دارد. سوگ، معمولاً یکی از عوامل ایجاد غم می شود. گریه از بخش‌های طبیعی سوگ است که نتیجه تحریک عواطف است. سوگواری، در کشورهای مختلف بر اساس آداب و سنت‌های مردمان آنها به اشکال مختلف اجرا می شود. سوگ، از سوختن می آید. سوگوار، سخت اندوهگین، عزادار، ماتم‌زده و مویه‌گر آمده است. صفت سوگ با اندوه بسیار از ریشه‌سوز در اوستا هم آمده است (میرشکاری، ۱۳۹۵، دفتر ششم، ذیل واژه سوگ).

علایمسوگ می‌تواند بسته به فرهنگ، پیشینه، خلق و خو، سن، شدت دل‌بستگی، نوع فقدان، خاطرات بازممانده، دریافت حمایت اجتماعی یا آموزش‌های انجام شده، از فردی به فرد دیگر متفاوت باشد. گاهی سوگ خود را به صورت نشانه‌های جسمانی مانند سردردهای مفرط، فشار خون بالا، گرفتگی عضلات سینه، تغییر میزان قند خون و تغییرات هورمونی مثل عادن ماهیانه شدن پیش از موعد بروز کند. گاهی این علائم بر توانمندی شغلی و روابط اجتماعی فرد سوگوار تأثیر گذاشته و اختلال محسوس را به همراه دارد. گاهی دچار وسواس ذهنی شده یا حافظه اش به هم می‌ریزد یا علائم انکار را دارد. برای مثال فراموش می‌کند که عزیزی را از دست داده است. در برخی موارد علائم احساسی و هیجانی مانند خشم زیاد و خارج از کنترل یا خستگی و گیجی و کرختی است. در مواردی هم، سوگ تمام ابعاد زندگی فرد را در بر گرفته و او را در اندوه فرو می‌برد و حتی گاه‌ها در اعتقادات و باورهایش شک ایجاد می‌شود (۲۳)

۲،۳) **مراحل سوگ**، بطور معمول شامل پنج مرحله است که برخی از افراد ممکن است فقط دو مرحله آن را تجربه کنند و برخی از افراد ممکن است مراحل بعدی را در زندگی خود بازبینی کنند. یکی از نتایج مثبت این مدل این است که تأکید می‌کند غم ابعاد مختلفی دارد و تجربه غم از طریق احساسات و عواطف بسیار طبیعی است. این مراحل عبارتند از: انکار، خشم، چانه زنی، افسردگی، پذیرش و پذیرفته‌شدن. برخی از کارشناسان این مدل را به هفت مرحله گسترش داده‌اند که عبارتند از: شوک و انکار، درد و گناه، عصبانیت و چانه زنی، افسردگی، چرخش به سمت بالا، بازسازی و کار از طریق مختلف، پذیرش و امید (۲۴)

۲،۴) **علل سوگ**، شامل هر نوع فقدان می‌تواند باشد. ممکن است از بین رفتن یک رابطه در اثر پیمان یا عهدشکنی، از دست دادن شغل، فاصله جغرافیایی از خانواده، از دست دادن حیوان خانگی و حتی از دست دادن اشیای گرانبها باعث بروز واکنش‌های سوگ و داغیدگی شود (۲۳)

۲،۵) **انواع سوگ**، می‌تواند شامل سوگ بهنجار (مانند خستگی، غم، خشم و...)، سوگ تاخیری (تداعی در ماه‌ها یا سال‌ها بعد از دست دادن)، سوگ اغراقی (صحبت و فکر کردن در مورد سوگ و دست نزدن به اشیای فرد از دست رفته یا آثار مربوط به او تا مدت

وحشی‌گرانه مغول به گونه‌ای جذاب نسبت می‌دهد. وقتی در کلام سعدی نگاه به کشته‌ها و ریختن اشک‌ها دیده می‌شود، انگار آن لحظاتی است که حضرت زینب «سلام الله علیها» و اهل‌بیتی که به اسارت برده می‌شوند، بر کشته‌هایشان سیلی از اشک جاری می‌کنند و این اوج مصیبت را در مرثیه سعدی می‌توان دید. از یک طرف نگاه به صحنه کربلا و از طرف دیگر تأثیر این قصیده سعدی بر روضه‌خوانان امام حسین «علیه السلام» از دوره صفویه به بعد را می‌توان به وضوح در این اشعار مشاهده نمود. هرچند نمی‌توانیم سعدی را شاعر مرثیه‌سرا بنامیم اما اوج این مرثیه سرایی گواه بر این مدعاست که مرثیه‌سرایی را جزو یکی از ارکان زندگی خود به شمار می‌آورد.

۱،۹) **مولانا جلال‌الدین بلخی**، با جذب انقلاب پرشور حسینی، با شیوایی تمام در رثا و گاه در ستایش امام حسین «علیه السلام» می‌سراید.

کجایی ای شهیدان خداییلاجویان دشت کربلایی کجایی ای سبک روحان عاشقپرنده تر ز مرغان هوایی
(۱۹)

۱،۱۰) **سیف فرغانی**، از شاعران بزرگ قرن هفتم و شیعی مذهب، بارها در اشعار خود از حادثه کربلا یاد نموده است.

ای قوم در این عزا بگرییدبر کشته کربلا بگرییدبا این دل مرده خنده تا چندامروز در این عزا بگریید
فرزند رسول را بگشتند از بهر خدای را بگرییداز خون جگر سرشک سازیدبهر دل مصطفی بگریید
وز معدن به اشک چون دربر گوهر مرتضی بگرییدبا نعمت عافیت به صد چشمبر اهل چنین بلا بگریید
(۱۷)

۱،۱۱) **محتشم کاشانی**، از شاعران اوایل عهد صفوی، با اهتمام ویژه در سرودن مدایح و مرثیه‌های خاندان رسالت، ترجیع بندی در دوازده بند در رثای شهیدان کربلا دارد که شهره عام و خاص است.

باز این چه شورش است که در خلق عالم استباز این چه نوحه و چه عزا و چه ماتم است
(۵)

۲) سوگ و سوگ درمانی

سوگ، به معنای اندوه، پرسه، حزن، رثا، سوک، سوگواری، سوگواری، عزا، غم، ماتم و مصیبت است (۲۱)

۲،۱) **سوگ**، پاسخ و عکس‌العملی به از دست دادن فرد یا چیزی که متعلق به یک شخص یا گروه خاص است، خطاب می‌شود. سوگ یک واکنش طبیعی و بهنجار است که به آرام شدن و گذر از مصیبت کمک می‌کند.

استفاده می شود. در برخی از موارد مهارکننده های انتخابی بازجذب سروتونین (SSRIs)، در کاهش علائم سوگ استفاده می شود. داده های مربوط به اثربخشی روان درمانی نسبت به داروها قوی تر است (۲۳) کودکان پیش دبستانی، مرگ را موقتی و قابل برگشت می دانند اما کودکان ۵ تا ۹ ساله کمی بیشتر شبیه بزرگسالان فکر می کنند. از جمله روش های متداول در سوگ درمانی کودکان، بازی درمانی، هنر درمانی و روایت درمانی است (۲۳)

۲،۶،۲) سوگ درمانی در کودکان می تواند با مهارت هایی همراه شود. از جمله آنها مهارت تبیین تداوم از دست رفته است؛ بدین معنا که وقتی کسی می میرد، دیگر نمیتوان او را به زندگی برگرداند و تنها استثنای آن شهادت است که به اذن الهی زنده اند (۲). در مورد حیوانات هم مثال مرگ ماهی در تنگ سفره هفت سین را می توان مثال زد که وقتی مرد دیگر زنده نمی شود. مهارت دیگر، اجتناب ناپذیری یا عمومیت است؛ بدان معنا که همه موجودات زنده سرانجام می میرند. ممکن است تا قبل از بحران از دست دادن، کودک فکر کند، برخی افراد نمی میرند مثل خودش، بچه ها و آدم های خوب یا افرادی مثل پدر بزرگ و مادر بزرگ که با او صمیمی هستند. در برخی از موارد از مهارت توقف یا بی کارکردی استفاده می شود. در این مهارت بیان می شود که تمام کارکردهای زندگی هنگام مرگ متوقف میشوند. در کودکان ۱۰-۱۲ سال، برخی فکر میکنند مرده ها میتوانند فکر یا احساس کنند که البته بخشی از آن به فرهنگی که در آن رشد یافته اند، باز می گردد (۲۶) و با متون دینی ما هم تطابق دارد؛ چراکه به اذن الهی به خانواده و منزل خود سر می زنند (۲۷) مهارت دیگر، قابلیت کاربرد است که بیان می کند مرگ در موجودات زنده اتفاق می افتد. در بیان علیت مرگ هم، مرگ را به علت از کار افتادن دستگاه ها و عملکرد بدن بیان می کنند. بهتر است با اشاره به اطلاعات زیست شناختی یا علم عملکرد دستگاه های بدن (فیزیولوژی) مثل تپش قلب و آگاه کنیم (۲۸). برخی از مهارت های مداخله ای در سوگ، بسته به گروه سنی می تواند شامل کتاب خواندن تا مرز فهمیدن مثل داستان شهدا و اسرای کربلا برای بروز احساسات و هیجانات، نقاشی با معجزه رنگ ها و ابراز همدلی در قالب نقاشی تا درباره فقدان از دست دادن صحبت شود و نقاشی صحنه عاشورا و رنج و سختی از دست دادن عزیزی همچون فرزند، پدر و برادر، تماشای آلبوم عکس هایی که از گذشته گان است یا نقاشی های تمثیلی که از واقعه کربلاست؛ مثل تابلوهای استاد فرشچیان، گفتگو در مورد افرادی که از گذشته از دست داده ایم ولی یاد و خاطره آنها همچنان زنده است، نامه نوشتن به فرد از دست رفته و سپردن آن به آب روان یا یادآوری خاطرات خوبی که با او داشته است و صحبت کردن در مورد احساساتی که درباره ندیدنش دارد. شرکت در مراسم سوگواری، عزاداری و مراسم ختم عزیزان از دست رفته یا مراسم آیینی همچون محرم، فاطمیه و شهادت حضرات معصومین «علیهم السلام» که در آن تخلیه هیجانات منفی و رسیدن به نشاط معنوی، آرامش و پذیرش نهفته

ها بعد از فقدان مثل حفظ اناق کودک از دست رفته یا حفظ لوح تقدیرها بر روی دیوار با وجود بر شکستگی و صحبت کردن از شکوه کاری که از دست داده است)، سوگ پنهان (با اختلالات اضطرابی، وابستگی، ترسو یا علائم جسمانی مانند میگرن، مشکلات قلبی، گوارشی، تنفسی و...) و سوگ پیچیده (با زمان طولانی و اثرگذار بر عملکرد روزانه فرد سوگوار که گاهی او را به خطر خودکشی میل می دهد) باشد (۲۳)

۲،۶،۶) مشاوره و سوگ درمانی، در سنین مختلف می تواند متفاوت باشد.

۲،۶،۱) در بزرگسالان، هدف اصلی در بیشتر مشاوره های سوگ، کمک به مراجعه کننده است تا واقعیت از دست دادن را در زندگی آینده خود ادغام کند و به او کمک شود تا پیوندی سالم با کسی که از دست داده است را حفظ کند. اختلال غم و اندوه طولانی مدت یا سوگ پیچیده از روند عادی سوگ خارج و نیاز به اقدام تخصصی تری دارد. بطور معمول روان درمانی هدفمند برای سوگ درمانی طولانی مدت توصیه می شود. روش های دیگر درمان شامل روان درمانی و دارودرمانی است که با مشارکت فرد سوگوار و خانواده انجام می شود. از جمله روش های روان درمانی سوگ، CGT است که یک روان درمانی ساختاریافته است که برای تسهیل پاسخ طبیعی فرد سوگوار به از دست دادن انجام می شود تا جایگزین پاسخ های ذاتی طبیعی شود یا بر اساس فطرت پاسخ های ذاتی انسان را تقویت کند (۲۵) در این روش درمانی، عملکرد مؤثر فرد با ایجاد شور و شوق برای آینده توانبخشی می گردد و به سوگوار کمک می شود تا به مرگ فکر کند بدون اینکه احساسات شدید خشم، گناه یا اضطراب برانگیخته شود. با درک غم و اندوه، مدیریت احساسات دردناک، فکر کردن به آینده، تقویت روابط، گفتن داستان سوگ و مرگ، یادگیری زندگی با یادآوری و یادآوری فردی که مرده یا از دست رفته، در قالب فردی یا گروهی این روش قابل انجام است (۲۴) در درمان شناختی رفتاری (CBT) در سوگ، تمرکز بر افکار تأثیر گذار بر احساسات و رفتارهاست، همان رفتارها و هیجان هایی که بعدها می توانند بر شناخت تأثیر بگذارد. در این درمان از مهارت هایی همچون پذیرش از دست دادن، اصلاح نتایج ناسازگاری مرتبط با غم و اندوه و کاهش رفتارهای اجتنابی نام برد. با مداخله درمانی در آموزش روانی فرآیند سوگ طبیعی و طولانی مدت، با قرار گرفتن در معرض دردناک ترین جنبه های از دست دادن، با بازسازی شناختی از دست دادن برای ایجاد امکان تغییر و فعال سازی رفتاری اصلاح شده برای سوگ، برای کمک به بیماران برای شرکت مجدد در فعالیت های معنادار قبلی این سوگ درمانی انجام می شود. این فرایند می تواند به صورت فرد سوگوار و خانواده او انجام شود. در سوگ درمانی خانوادگی (FBP)، راهبردهای مقابله فعال آموزش داده می شود و افکار منفی در مورد عوامل استرس زا کاهش داده می شود و عزت نفس سوگوار را بهبود می بخشد (۲۳) در برخی موارد پیچیده سوگ، از دارو درمانی

معنویت، به گرایش انسان در جستجوی معنی اشاره دارد. هدف معنویت در زندگی، صلح درونی، پذیرش، بخشش، هماهنگی، امید، زیبایی و ... است. اصطلاح دین، معمولاً به شیوه‌های معنوی و اعتقادات سازمان‌یافته اطلاق می‌شود. معنویت و دین «ذاتاً در هم آمیخته‌اند» (۳۰) معنویت به عنوان یک مفهوم، با بسیاری از مفاهیم دیگر همپوشانی دارد. معنویت به خاطر ارتباط آن با خداوند متعال از چیزهای دیگر متمایز است (۳۰) معنویت شامل اعتقاد به رابطه-ای با قدرتی بالاتر، نیرویی خلاق، وجود الهی یا منبع بی‌نهایت انرژی است (۳۱)

۳.۱ کاربرد گزاره‌های معنوی

در کاربرد گزاره‌های معنوی مؤلفه‌هایی همچون زمان معنوی، متون معنوی و نمادهای معنوی مطرح است.

۳.۱.۱ زمان معنوی

روز جشن و عروسی معنوی، روز‌های عید، مناسبت‌های معنوی، روز تولد، مسافرت‌های ماندگار و شیرین (زیارتی و سیاحتی)، مناسبت‌های خانوادگی مثل پیاده روی خانوادگی اربعین، مناسبت‌های ملی و مذهبی مثل تاسوعا و عاشورای حسینی، بین الطلوعین (طلوع فجر تا طلوع آفتاب)، از جمله زمان‌های معنوی دارد. دم جان بخش نسیم سحری را دریاب پیش از آن کز نفس خلق مکدر گردد

(۳۲)

۳.۱.۲ متون معنوی

خواندن متن کتاب آسمانی و روایات، زیارات و ادعیه معصومین «علیهم السلام»، آشنایی با رهبران دینی معصوم «علیه السلام»، آشنایی با قدرت برتر (خداوند متعال)، آشنایی با قوانین الهی، آشنایی با تدابیر درمانی در کتاب‌های آسمانی و آشنایی با تاریخ اقوام و ادیان از جمله راه‌های رسیدن به سلامت و مراقبت معنوی است.

چون تو در قرآن حق بگریختی با روان انبیا آمیختی

هست قرآن حال‌های انبیا ماهیان بحر پاک کبریا

(۱۹)

۳.۱.۳ نمادهای معنوی

از جمله نمادهای معنوی، گنبد و گلدسته اماکن معنوی، اشیاء معنوی مثل تربت، تسبیح و ... پوشش معنوی مثل چادر، مزار و مضجع و ضریح و صحن‌های معصومین «علیهم السلام» و محل عبادت یا مراقبه مثل بیت النور حضرت فاطمه معصومه «سلام الله علیها» است.

دو گلدسته می‌آورم تا نگویند مگر این بلا پیشه خواهر ندارد

(۳۳)

۳.۲ شبکه‌سازی مراقبت معنوی

این شبکه، مجموعه افراد و عوامل هم‌فکر است که نظام‌یابی‌گیری، مراقبتی، درمانی و توانبخشی را برای اجرای اهداف مشخص گروهی و تشکیلاتی، طراحی و اجرا می‌کنند. نمونه آن هم‌نوایی و سوگواری

است، وداع نمودن با او یا خواندن زیارت وداع در زیارات معصومین «علیهم السلام» که بیان ارتباط با اوست، حضور در آرامستان و اماکن متبرکه امامان و امامزادگان «علیهم السلام» و مساجد و حسینیه‌ها، صحبت درباره مرگ به عنوان پلی بین این عالم و عالم برزخ و عالم‌های دیگر با جملات ساده و قابل فهم، و اینکه حتی پیامبران الهی و بسیاری از مردم هر روز از این دنیا در حال مردن و رفتن به عالم بعدی هستند حتی همه جانداران زنده هم همیشه زنده نیستند و روزی می‌میرند، گفتن اینکه اگر قرار بود همه برای همیشه زنده بمانند دیگر جایی برای ما نمی‌ماند، ابراز غم و اندوه با گریه و بیان سوگ، به رسمیت شناختن احساسات و عواطف سوگ، فراهم سازی فضایی امن و راحت برای احساسات سوگوار، پرهیز از بیان جملاتی مانند او رفته و برمیگردد؛ مثل یک سفر طولانی با بازگشت، شفافیت در بیان و ابراز همدردی، متناسب سازی جملات با سن، جنس، تحصیلات و آداب و رسوم سوگوار است (۲۵)

۲،۶،۳ در سوگ مرحله نوجوانی، سوگوار نوجوان در سن درگیری بین وابستگی و استقلال است. نوجوان به دلیل اینکه هنوز با مسائل و افکار دوران کودکی در ارتباط است، دلهره دارد. در این دوره سنی، نوجوان در ادغام نمودن منطقی فکر کردن و عمل نمودن با واقعیت‌های زندگی روزمره مشکل دارد در واقع به داسته‌های خود بطور معمول در این مقطع سنی عمل نمیکنند. برای مثال می‌داند که فرایند مرگ ادامه دارد و فرد از دست رفته دیگر بر نمی‌گردد اما مقاومت می‌کند و به آن بی‌توجه می‌شود و دوست دارد که از دست رفته برگردد. نوجوانان به طور معمول، احساس آسیب‌ناپذیری دارند و در پذیرش مفهوم اجتناب‌ناپذیری دچار دوگانگی میشوند. آنها می‌بینند افراد نزدیک به آنها آسیب پذیر بوده‌اند و از دست رفته‌اند. نوجوانان با وجود حس نمودن و درک کردن احساسات مختلفی همچون غم، خشم و اندوه و انکاراما در به زبان آوردن احساسات و عواطف خود و بروز آنها دچار مشکل هستند. توانایی تحمل درد ناشی از فقدان و از دست دادن عزیزان در آنها پایین‌تر است. نوجوانان کمتر راجع به مشکلات خود صحبت میکنند چون ترس این را دارند که متفاوت به نظر بیایند و طرد شوند. از جمله علایم سوگ و از دست دادن عزیزان در نوجوانان، پرخاشگری، دعوا، فریاد، عصبانیت و در برخی از موارد افسردگی و اضطراب است. در نگاه مقایسه‌ای بین نوجوانان پسر و دختر، واکنش‌های پسران از واکنش‌های دختران برون‌گرایانه‌تر است. از جمله مهارت‌های مواجهه با سوگ و از دست دادن عزیزان در نوجوانی، حضور، همراهی، همدلی با فرد داغ‌دیده، گوش شنوا بودن به صحبت‌های او، صحبت کردن با او درباره احساساتش، پنهان نکردن فوت عزیزان، شرکت نوجوان در مراسم سوگواری و خاکسپاری، اجازه دادن به فرد سوگوار برای سپری نمودن دوره سوگ و وداع و جدا شدن او از فرد از دست رفته است (۲۹)

۳ معنویت و معنویت درمانی

اطرافمانو آشنایی با برخی از موانع خوش بینی و مثبت اندیشی همچون سوء ظن، حسد و بخل است (۳۱)

۴) تأثیر شعر حسینی «علیه السلام» در سوگ درمانی

فرهنگ عاشورا در اشعار مرثیه سرایان و شاعران در ابعاد مختلف انسان، خانواده و جامعه می تواند راهگشا و تأثیرگذار باشد. دیروزت اگر رو به قتل آوردیم در پاسخ تو زبان لال آوردیم امروز به خیمه گاه آن دعوت ناب صد علقمه لبیک زلال آوردیم (۲۸)

لب تشنه ام، از سپیده آیم بدهیدجامی ز زلال آفتابم بدهید
من پرشش سوزان حسینم یار انبا حنجره عشق جوابم بدهید (۱۸)

تلفیق فرهنگ عاشورا با نیازهای معنوی و درمان آسیب های روحی و روانی افراد سوگوار یا آسیب دیده، جایگاه ویژه ای در شعرهای آیینی و مذهبی خاصه مرثیه های اهل بیت «علیهم السلام» به ویژه مصائب حسینی «علیه السلام» به خود اختصاص داده است.

از حیث ساختاری هم، شاعرانو مرثیه سرایان مذهبی، بر مبنای تعهد دینی و مذهبی خود شعر می گویند. برای چنین کسانی انجام رسالت خویش بر ساختار و فرم سخن ارجحیت دارد. بنابراین این افراد تعصب خاصی در گزینش قالب و ساختار ندارند و آثار خود را در قالب های مختلفی چون غزل، رباعی و اشعار نو عرضه می کنند. در واقعا شعار حسینی «علیه السلام» در قالب غزل و رباعیات و ... تنهاستایش معشوق نیستند بلکه توصیف وقایع و اشخاصی هستند که بالاتر و بالاتر از افراد این روزگارند.

همواره دلم لبالب از یاد تو بادخورشید ششم نام سحرزاد تو باد
حاشا که به جز حرف تو حرفی بزنم این حنجره ارزانی فریاد تو باد
در بررسی انواع مرثیه های مذهبی و معنوی، مرثیه عاشورایی دارای تأثیرات احساسی عاطفی فوق العاده ای است که ضمن روشنگری بصیرت افزا، روحیه توجه به اعضای خانواده و شراکت در غم و اندوه هم و پشتیبانی و حمایت را تبلور می بخشد. به اشعاری که در سوگ امام حسین «علیه السلام» و واقعه جانگداز کربلا سروده می شود، مرثیه عاشورایی می گویند چرا که در این نوع مرثیه ها، شاعر به وقایع روز عاشورا و شهادت امام حسین «علیه السلام» و یارانش می پردازد. عمده ترین ویژگی محتوایی این نوع مرثیه ها بیان مظلومیت امام و سختی ها و مصائب کربلا و گریه محور بودن آن است. شاعر با عاطفه و احساس خود - که حالت شخصی دارد - به روایت این حادثه به زبان شعر می پردازد. محور شعر، امام حسین «علیه السلام» و شهادت اوست. این نوع مرثیه، قالب مشخص و خاصی ندارند. از عمده ترین قالب های شعری مرثیه می توان به قصیده در آغاز کار و ترکیب بند در اوج مرثیه عاشورایی در قرن سیزده قمری اشاره نمود. قالب های مرثیه عاشورایی معاصر به صورت مثنوی، غزل، شعر آزاد و شعر سپید است.

نوحه جزو اشعار و نوعی از مرثیه مذهبی است که با آهنگ های خاص در مجالس سوگواری امام حسین «علیه السلام» همراه با

دسته جمعی در هیأت و مجلس یا جمع شاعران و مادحین اهل بیت «علیهم السلام» و مخاطبین را شامل می شود (۳۴)

۳،۳ سوگ درمانی بر اساس دیدگاه اسلامی

از جمله روش های درمانی مبتنی بر نگاه دینی و آیینی، دعا درمانی، ذکر درمانی، توبه درمانی، توسل درمانی و شناخت درمانی، مثبت نگری و تاریخ درمانی است (۳۵)

۳،۴ علت نیاز درمانی به کمک معنویت و دین برای درمان

مهمترین علل نیاز درمانی به کمک معنویت و دین در درمان، می تواند شامل درک بهتر تعارض های فرد سوگوار، طراحی مداخلاتی برای مطابقت با دیدگاه و ایدئولوژی او، تشخیص و کشف منابع دینی و معنوی برای آرامش و تسکین و استحکام در روابط درمانی باشد (۲۵)

۳،۵ چگونگی کمک معنویت و دین به روان درمانی سوگ

با کمک معنویت و دین می توان به درمان سوگ کمک کرد. از جمله آن کمک ها، مسلح نمودن فرد سوگوار به فلسفه حیات برای راهنمایی و هدفمندی، تقویت اراده و عقل انسان و پاسخ به نیازهای اساسی روح و روان فرد سوگوار همچون عشق و جاودانگی با نگاه الهی است (۳۶)

۳،۶ مکاتب درمانی در ارتباط با دین و معنویت

در ارتباط با دین و معنویت برخی مکاتب درمانی دیده می شوند که برخی از آنها رفتارگرایی شناختی، درمان انسان گرایانه، روانشناسی فرافردی، دعا درمانی معنوی، تصویرسازی معنوی، بخشایشگری معنوی، مشاوره و گفتگو با رهبران معنوی، کنار آمدن با استرس و عصب شناسی تجربیات معنوی است (۳۷)

۳،۷ روان درمانی های معنوی در سوگ

در درمان سوگ از روش های مختلف و از جمله روان درمانی استفاده می شود. گروه درمانی معنوی- مذهبی، گروه درمانی در ارتقاء کیفیت زندگی، درمان ترکیبی گروه درمانی معنوی و شناختی، مراقبت معنوی بر اضطراب مرگ، آموزش مولفه های هوش معنوی بر میزان اضطراب مرگ سالمندان، روان درمانی شناختی- رفتاری مذهب محور، گروه درمانی معنوی بر کاهش میزان افسردگی و اضطراب مرگ در سرطان، نوحه درمانی و زیارت درمانی و ... از آن جمله هستند (۳۷)

۳،۸ مؤلفه های خوش بینی

بخشی از فرایند مدیریت سوگ با استفاده از معنویت، حرکت به سمت خوش بینی است. برخی از مهارت های خوش بینی عبارت از توجه مثبت به ابعاد مختلف زندگی، تفسیر منطقی رویدادها و واقع گرایی به جای تخیل پردازی غیر واقع بینانه، آزمایش دانستن سختی ها و حوادث ناگوار، ناپایدار دانستن رویدادهای مثبت و منفی، مؤثر دانستن خواست و حکمت الهی، اعمال خودمان و نقش دیگران در وقوع حوادث و رویدادها، انتظار مثبت، شناخت توانمندی ها، شناخت نقاط ضعف و قوت خودمان و تهدیدها و فرصت های

تفصیلات می توان عمده ترین ویژگی های این نوع مرثی را جزئی نگر بودن، روایی بودن، توجه داشتن به حماسه عاشورا، سادگی زبان و کاربرد قالب مثنوی دانست. از جمله مقاتل منظوم در شعر فارسی، می توان روضه الاسرار، اثر شمس الشعراء سروش اصفهانی، گنجینه الاسرار عمان سامانی، مثنوی بیت الاحزان اثر صابر همدانی، مثنوی گنج نهفته اثر شیخ عبدالسلام تربتی و مثنوی عاشورایی زبده الاسرار اثر صفی علیشاه را نام برد.

دارم اندر دست خونین خامه ای تا که بنویسم مصیبت نامه ای
لیک می ترسم که سوزد خامه ام همچنان ننوشته ماند نامه ای

کیست این پنهان مرا در جان و تنکز زبان من همی گوید سخن
این که گوید از تن من راز کیست بنگرید این صاحب آواز کیست
(۳۰)

در آثار شعر و نوحه حسینی «علیه السلام» و یاد عاشورا، همین بس که فرد سوگوار را درگیر واقعه ای تاریخی در عالم می کند که شبیه ندارد و فرد سوگوار با قرار گرفتن در آن فضای مصیبت و سختی، مصیبت خود را کم رنگ می بیند و از دست دادن را برایش تحمل پذیر می کند. خداوند متعال در قرآن کریم می فرماید: «اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَالَّذِينَ كَفَرُوا أَوْلِيَاؤُهُمُ الطَّاغُوتُ يُخْرِجُونَهُم مِّنَ النُّورِ إِلَى الظُّلُمَاتِ أُولَئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ» (۲) «خداوند، ولی و سرپرست کسانی است که ایمان آورده اند؛ آنها را از ظلمتها، به سوی نور بیرون می برد. (اما) کسانی که کافر شدند، اولیای آنها طاغوتها هستند که آنها را از نور، به سوی ظلمتها بیرون می برند. آنها اهل آتشند و همیشه در آن خواهند ماند.» کشاکش حالات روحی، رفتارهای عینی و افکار ذهنی هر یک از افراد در همین بستر می تواند اتفاق بیافتد. در یک سو مسیری روشن قرار دارد که انبیا، الهی در پیش رو قرار داده اند و گام نهادن در آن موجب رشد، آرامش و رسیدن به قله های سعادت است و در سوی دیگر فضایی ظلمانی است که شیاطین جنی و انسی آن را رهبری می کنند و افتادن در ورطه آن، به جز اضطراب و تنزل و هلاکت چیزی بدنبال ندارد. یاد و خاطره مصائب و سختی های حضرت امام حسین «علیه السلام» و اهل بیت ایشان «علیهم السلام» و اصحاب باوفایشان نمایانگر و برپایی مجالس عزاداری، روضه و یادبود عاشورای حسینی «علیه السلام» با اشعار معنوی بیانگر این شعار است که «كُلُّ يَوْمٍ عاشورا و كُلُّ اَرْضٍ كَرْبَلَا». آنچه در مرثی و اشعار آیینی مشخص است همانگونه که اصحاب سیدالشهدا «علیه السلام» در روز عاشورا به والاترین درجات عرفانی رسیدند و قله های عبودیت را فتح کردند، سایر محبین و شیعیان نیز می توانند با زنده نگه داشتن یاد و خاطره کربلا و تداعی تقابل تاریخی حق و باطل در تمام عرصه های زندگی، در پرتو همراهی و معیت با سیدالشهدا «علیه السلام»، امکان تاب آوری بالاتر و تحمل سختی و رنج های به علت از دست دادن عزیزان را پیدا کنند و رشد و تعالی یابند (۳۲)

مراسم سینه زنی یا روضه خوانده می شود. شعرهایی که برای نوحه سروده شده، از وزن برخوردار است اما از حیث وزن و قافیه متنوع تر از قالب های شعر سنتی فارسی است و با ضرب آهنگ های سینه زنی متناسب و هماهنگ شده است. علاوه بر آن تساوی مصراع ها در آن رعایت نمی شود و از این نظر شباهتی به شعر آزاد نیمایی دارد. نخستین نوحه ها در دوره قاجار شکل گرفته است. در دیوان صباحی بیدگلی (۳۹) قصیده ای وجود دارد که از نظر آهنگ به نوحه بی شباهت نیست. از این نظر بعضی آن را نخستین نوحه ضبط شده دانسته اند. مطلع این قصیده چنین است:

امروز عزای شاه دین استاز ناله، سپهر چون زمین است
(۳۹)

میرزا ابوالحسن یغمای جندقی (۴۰)، نخستین شاعری است که بخشی از دیوان او به نوحه اختصاص یافته است. شیوه او در نوحه سرایی ابداعی و مرثی مذهب خود را در اوزان جدید آورده و نوحه سینه زنی یا سنگ زنی نامیده است. همچنین می توان نمونه چنین نوحه هایی را در کتاب مُحرق الفؤاد اثر ملارضا محزون الذاکرین رشتی و کلیات صامت بروجردی از شاعران متأخر یافت.

محتوای نوحه ها غالباً برشی از حوادث کربلاست که نوحه سرا از نگاه خاص خود به مرثیه سرایی می پردازد؛ مثلنوحه حضرت عباس «علیه السلام»، وداع امام حسین «علیه السلام» با حضرت زینب کبری «علیها السلام» و بیان مصائب امامان به طریقه زبان حال.

از سوی دیگر، مقاتل منظوم، نوعی مرثیه مذهبی هستند که می توان نام دیگر آن را شعرحماسه و سوگ نامید. این نوع مرثیه همانند مرثیه عاشورایی و برخی از نوحه ها در رثای امام حسین «علیه السلام» و یاران شریف اوست. تفاوت این نوع مرثیه با مرثیه عاشورایی در این است که مرثیه عاشورایی به صورت کلی به موضوع کربلا و شهادت امام حسین «علیه السلام» توجه می کند و امام حسین «علیه السلام» و گریستن بر مظلومیت او محور شعر است و از چند بیت شروع می شود و حداکثر تا یکصد بیت ادامه دارد اما مقتل، جزئی نگر است و واقعه عاشورا را به صورت یک منظومه حماسی عرفانی و به شکل یک داستان مطرح می کند. در این منظومه عاشورایی وقایع تاریخی مطرح نیست زیرا خواننده از پیش با موضوع آشناست. شاعر بدون مقدمه سراغ وقایع جانسوز و حزن انگیز عاشورا می رود و آن را از دیدگاه عرفانی حماسی به صورت مفصل بیان می کند. شعر مقتل برخاسته از احساسات و عواطف درونی شاعر است و چنان می نماید که شاعر خود در صحنه نبرد شرکت داشته و آنچه دیده به تصویر کشیده است و گاه شاعر در حوادث عاشورا دخالت می کند و برداشت های ذهنی خود را - که غالباً تفکر عرفانی است - بیان می کند و از حوادث به وجود آمده نتیجه عرفانی می گیرد. نمونه آن صفی علی شاه در منظومه عرفانی حماسی زبده الاسرار است. قالب مسلط و مسلم مقاتل منظوم مثنوی است زیرا به شاعر مجال آزادی خیال و اندیشه می دهد تا واقعه کربلا را به تصویر بکشد. این نوع منظومه ها غالباً ساده و روان است. با این

جزع و گریه‌ای مکروه است مگر جزع و گریه کردن بر حضرت امام حسین «علیه السلام» (۱۷)

نتیجه‌گیری

در بررسی اشعار مذهبی و آیینی شاعران خاصه در آثار مرثیه‌رودکی، فردوسی و سعدی به شخصیت‌های واقعه کربلا توجه ویژه شده است، گویی تأثیرپذیری مضمون و محتوای شعر شاعران برگرفته از صحنه‌های جانسوز واقعه کربلاست. از سوی دیگر در حد اعلای سوگ و مصیبت، بیان شعرگونه و روضه مصائب حضرت سیدالشهدا و اولاد و اصحابش و اهل بیت کرامش «علیهم السلام» در واقعه کربلا و اسرای کربلا و خاصه مصیبت حضرت زینب کبری «سلام الله علیها» محملی برای تحمل و تخلیه سوگ از دست دادن عزیزان شده است. در معنویت درمانی سوگ یا به عبارت دیگر سوگ درمانی معنوی با اشعار مرثیه، فرایند سوگ قابل تحمل تر و فرد با سرعت بیشتری به زندگی طبیعی خود بر می‌گردد. با استفاده از فرازهای عالی اشعار شاعران آیینی در نوحه و روضه ضمن ایجاد نشاط معنوی محملی برای ارتقای روحیه و صفات متعالی فرد سوگوار فراهم می‌گردد تا به جای جزع و فزع، شرایط از دست دادن عزیزان را ابتلا و امتحان و در راستای حکمت الهی بداند.

از شیخ جعفرین قولویه قمی در کتاب کامل الزیارات (۱۳۵۶ق، ۴) از ابن خارجه روایت است که: «روزی در خدمت حضرت امام صادق (علیه السلام) بودیم و امام حسین (علیه السلام) را یاد کردیم. حضرت بسیار گریست و ما گریستیم، پس حضرت سر برداشتند و فرمود که امام حسین (علیه السلام) فرمود: که من کشته گریه و اشکم؛ هیچ مؤمنی مرا یاد نمی‌کند مگر آنکه گریان می‌گردد» (۳۳) در ارزش مرثیه سرایی همین بس که حضرت امام صادق «علیه السلام» فرمود: «هر که شعری در مرثیه حضرت حسین (علیه السلام) بخواند و پنجاه کس را بگریاند، بهشت او را واجب گردد و هر که سی کس را بگریاند، بهشت او را واجب گردد و هر که بیست کس را و هر که ده کس را و هر که پنج کس را و هر که یک کس را بگریاند، بهشت او را واجب گردد و هر که مرثیه بخواند و خود بگرید، بهشت او را واجب گردد و هر که او را گریه نیاید، پس تباهی کند، بهشت او را واجب گردد» (۴۳). در نهایت چون قیامت بر پا شود حضرت رسول «صلی الله علیه و آله» بیاید و حضرت امام حسین «علیه السلام» با او باشد و حضرت رسول «صلی الله علیه و آله» دست خود را بر سر مبارک امام حسین «علیه السلام» گذاشته باشد و خون از آن ریزد، پس فرماید: «پروردگارا! سؤال کن از امت من که به چه سبب پسر مرا کشتند!». سپس حضرت فرمود: «هر

References

1. V AAl. principles of treating mental illnesses, Qom: Sepehr Hekmat.2022.
2. Holy Quran
3. M ZA. Persian poetry and literature, Tehran: Zarin.1856.
4. Z AH. Bammad Islam, Tehran: Amir Kabir.2013.
5. S O. Ganjineh al-Asrar, Tehran: Nistan.2018.
6. V A A. quantum cleansing, forty steps of purity and peace, Qom: Sepehr Hekmat.2021.
7. K AW. Masa al-Husayn "peace be upon him" between Al-Sa'el and Al-Mujib, Qom: Al-Razi.1984.
8. S Z. History of Literature in Iran, Tehran: Ferdous.1995.
9. S A. Zabdeh al-Asrar, Tehran, Safi Alisha.1856.
10. A G. Harvard University Mental Health Center research results, edited by: Mohammad Golzari, Tehran: Iran University of Medical Sciences Mental Health Research Center.1999.
11. Q A. (known as Muhaddith Qomi), Mantehi al-Amal, Qom: Hijrat.2014.
12. D AA. Dekhoda dictionary, Tehran: Amirkabir.1978.
13. F HA. Shahnameh (based on the Moscow edition), Tehran: Peyman.2010.
14. M MB. Bihar al-Anwar, Tehran: Islamia.1892
15. A E, A S. Muqatil al-Talebin, Tehran: Ganj Marafat.2003.
16. M J. Divan Shams, edited by: Badie Al Zaman Forozanfar, Tehran: Amir Kabir.1998.
17. M M. Persian Dictionary, Tehran: Amir Kabir.2002
18. M J. Dictionary of approved words, Tehran: Persian Language and Literature Academy.1996.
19. K, S. Summary of Psychiatry, translated by: Farzin Rezaei et al., Tehran: Arjamand.2002.
20. V AA. Restoring a wounded soul, soul health skills, Tehran: Andisheh Javan.2023.
21. K MbY. Kafi, Tehran: Dar al-Kutub al-Islamiyya.1986.

22. K M. bereavement and bereavement in children and adolescents, a guide for assessing, treating and teaching life skills, Tehran: Arjmand.2018.
23. B L. Psychology of Development, translated by: Yahya Seyed Mohammadi, 57th edition, Tehran: Arsbaran.2023.
24. V A. Principles of Progress and Success, Qom: Sepehr Hekmat.2023.
25. S T MA. Poetry Diwan, Tehran: Negah.2023.
26. L AA. Qaseid and Ghazliat, Tehran: Farda.2012.
27. KF M. religious therapy and application of Islamic positivism in psychotherapy, Pegah Hozha, p. 74.2004.
28. S S. psychotherapy and spirituality, Tehran: Rushd.2017.
29. H SH. Afaq Ashura, Qom: Afaq.1989
30. V A. Principles of Progress and Success, Qom: Sepehr Hekmat.2023.
31. MY MT. Cultural Invasion, Qom: Imam Khomeini Educational and Research Institute.1985.
32. Y J. M A. Pure Ghazals, Tehran: Komesh.2007.
33. I QJ. Kamel al-Ziyarat, Najaf Ashraf: Dar al-Mortazawieh.1977.