

بِسْمِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

معانی مرگ

محمد صافی دستجردی

سر شناسه : صافی دستجردی، محمد، ۱۳۳۸.
 عنوان و نام پدیدآور : معمای مرگ / محمد صافی دستجردی.
 مشخصات نشر : اصفهان : سرود اندیشه، ۱۳۹۴.
 مشخصات ظاهری : ۲۲۴ ص.
 شابک : 978-600-91609-6-9
 وضعیت فهرست نویسی : فیفا
 ناشر : کتابخانه : ص. ۲۱۳-۲۲۲. همچنین به صورت زیر نویس.
 موضوع : مرگ
 موضوع : مرگ -- جنبه های مذهبی
 موضوع : مرگ در ادبیات
 موضوع : سوگمندی
 رده بندی کنگ : ۱۳۹۴ م ۶ ۲ ص / ۴۴۴ BD
 رده بندی دیویی : ۱۲۸۰
 شماره کتابشناسی ملی : ۳۹۸۸۶۹۷



مؤلف	محمد صافی دستجردی
ناشر	انتشارات سرود اندیشه
نوبت چاپ	اول
تاریخ نشر	۱۳۹۴
تیراژ	۱۰۰۰
تعداد صفحات	۲۲۴
لیتوگرافی	هشت بهشت
چاپ	طلوع
صحافی	سلام
طرح جلد و صفحه آرایی	محمدعلی نریمانی
قیمت	۱۲۰۰۰ تومان
شابک	۹-۶-۹۱۶۰۹-۶۰۰-۹۷۸

مرکز بخش :

۱) اصفهان : میدان امام حسین "ع" (دروازه دولت) انتهای چهارباغ پایین - انتشارات قائم -

۳۲۲۲۱۹۹۵-۰۹۱۳۱۱۶۱۳۸۶

۲) میدان آزادی - دانشگاه اصفهان - انتشارات جهاد دانشگاهی واحد اصفهان - ۳۶۶۸۰۰۶۲

۹	مقدمه
	فصل اول: دیدگاه‌های یونان‌گونی نسبت به مرگ
۱۳	واژه‌شناسی مرگ
۱۴	ماهیت مرگ
۱۷	انواع مرگ
۲۹	جایگاه مرگ در ادیان و مذاهب
۳۰	مرگ در باور یهودیان
۳۲	مرگ در آیین بودایی
۳۲	مرگ از دیدگاه زرتشتیان
۳۴	مرگ در آیین هندوان
۳۷	مرگ در باور مسیحیان
۳۸	مرگ از دیدگاه اسلام
۴۱	سیمای مرگ در قرآن
۴۲	سیمای مرگ در روایات
۴۴	اعتقاد به معاد در میان اقوام و ادیان دیگر
۴۸	مرگ از نظر اندیشمندان
۴۹	دیدگاه فلاسفه درباره مرگ
۴۹	دیدگاه بودا درباره مرگ
۵۰	دیدگاه کنفوسیوس درباره مرگ
۵۰	دیدگاه متقراط درباره مرگ
۵۲	دیدگاه کارل باسیرس درباره مرگ
۵۲	مرگ از نگاه شاعران
۵۳	مرگ از نگاه فردوسی

۵۴	مرگ از نگاه نظامی
۵۵	مرگ از نگاه خاقانی
۵۶	مرگ از نگاه سعدی
۵۶	مرگ از نگاه مولوی
۶۰	مرگ از نگاه حافظ
۶۰	مرگ از نگاه پروین اعتصامی
۶۱	مرگ از نگاه شهریار
۶۱	مرگ از نگاه فریدون مشیری
۶۲	مرگ از نگاه قیصر امین پور
۶۳	مرگ از نگاه گونگون

فصل دوم: فک مرگ

۶۷	مرگ اندیشی
۷۰	یاد مرگ و آثار آن
۷۳	آثار و نتایج مرگ اندیشی
۸۰	آسیبهای مرگ اندیشی
۸۰	چگونگی مرگ
۸۳	ترس از مرگ
۸۵	علل ترس از مرگ
۸۹	راههای غلبه بر ترس از مرگ
۹۱	زمان مرگ
۹۳	پی‌خبری از زمان مرگ
۹۵	مرگ پدیده‌ای برای تمام فصول
۹۸	مرگ و میانسانی
۹۸	پیری و آمادگی پذیرش مرگ
۱۰۲	سالمندی و ترس از مرگ
۱۰۵	عملکرد انسان در مواجهه با مرگ
۱۰۷	تأثیر دعا در به تأخیر انداختن مرگ
۱۰۸	تجربه نزدیک به مرگ
۱۱۰	نظریه‌های تجربه نزدیک به مرگ
۱۱۲	کاربردهای ادراک لحظات نزدیک به مرگ

فصل سوم: رویارویی با مرگ

۱۱۷	رویارویی با مرگ
-----	-----------------

۱۲۰	مهارت‌های مقابله با مرگ
۱۲۵	عوامل آسان‌کننده مرگ
۱۳۰	راه‌های سازگاری با مرگ و پذیرفتن آن
۱۳۵	عوامل درک حقیقت مرگ و اصلاح نگرش نسبت به آن
۱۳۷	راهکارهای حفظ آرامش در هنگام مصیبت
۱۴۰	روش‌های غلبه بر غم و اندوه
۱۴۲	فرایند کاهش غم و اندوه
۱۴۳	علائم بهبود وضعیت روحی

فصل چهارم: فرایند سوگ

۱۴۵	چگونگی فهم فرایند سوگ
۱۴۸	مراحل سوگ
۱۴۹	تکلیف سوگ
۱۵۳	افسردگی بعد از مرگ
۱۵۴	شیوه‌های عملی مقابله با افسردگی و غمزدگی
۱۵۵	کودکان و مرگ عزیزان
۱۵۷	روش‌های مشاوره و کمک به کودکان داغدار
۱۵۷	والدین و مرگ فرزندان
۱۶۴	زندگی بعد از مرگ فرزندان
۱۶۷	واکنش‌های نه‌گانه والدین نسبت به مرگ فرزندان
۱۶۹	عرفا و مرگ
۱۷۰	گفتار عارفان، درباره مرگ فرزندان
۱۷۲	دیدار مردگان با خانواده‌هایشان

فصل پنجم: مرگ و تدفین در فرهنگ و ادب فارسی

۱۷۵	مرگ در فرهنگ ایرانی
۱۷۸	سه نگاه متفاوت به مرگ در ادب فارسی
۱۹۶	شیوه‌ها و مراسم تدفین در ادیان مختلف
۲۰۱	تدفین در دین زرتشتی
۲۰۴	تدفین در مسیحیت
۲۰۴	تدفین در مرگ در مسیحیت
۲۰۵	تدفین و احکام مردگان در دین یهود
۲۰۵	سوگواری در یهودیت
۲۰۶	آیین‌های عزاء و سوگواری در دین یهود

۲۰۷	تدفین در اسلام
۲۰۹	تشریفات مرگ مدرن
۲۱۲	سخن آخر
۲۱۳	منابع و مآخذ

www.ketab.ir

مقدمه

مرگ پدیده‌ای است که از ابتدای آفرینش با زندگی پیوستگی داشته و نه تنها به قلمرو حیات بشری تعدی نکرده، بلکه ذاتی زندگی است. مرگ نه تصادف که قانون است. مدهی مرگ از دیر باز ذهن بشر را به خود مشغول داشته، چنانچه پیوسته در پی آن بوده است که راهی به این دنیای مجهول و مرموز پیدا کند. البته اکثر قریب به اتفاق اقوام مختلف در تمام ادوار تاریخ، به زندگی پس از مرگ هم اعتقاد داشته و مرگ را پل ارتباطی و سبیل انتقال به حیات ابدی می دانسته اند. همه ی آنها به جاودانگی روح معتقد بودند و اندک اندک را موجودی فنا ناپذیر نمی دانسته اند؛ اما ادیان توحیدی به ویژه اسلام، مرگ را نهی گرگونی و تکامل زندگی انسانی دانسته و بر توجه و اهتمام به آن توصیه و تاکید بسیار کرده اند. از نظر قرآن، مرگ، مکمل حیات انسانی و فصل مشترک زندگی همه موجودات است و هر موجودی آن را تجربه می کند.

پس مرگ و زندگی از همان ابتدای آفرینش به هم آمیخته و ضریب همنگ خلقت را به وجود آورده است. لذا می توان سرچشمه مرگ را در زمان با منشأ حیات جستجو کرد. در حقیقت ما زندگی را با مرگ پیمانه می کنیم. می توان گفت که مفهوم و معنای تمام جنبه های اساسی زندگی از مرگ به دست می آید. از سوی دیگر نیز باید پذیرفت که در حقیقت مرگ به زندگی تعلق دارد و به قول ترمس، این شرط مقدس زندگی است. و تنها زندگان می توانند به مرگ بیندیشند.^۱

تاریخ تفکر بشر نیز از ابتدا ناظر بر موضوع آمیزش مرگ و زندگی بوده است. تا جائیکه می توان گفت فلسفه چیزی جز بحث در مسئله حیات و ممات نیست. متفکران از دیدگاههای گوناگون و گاه متضاد به تدقیق در امر مرگ و زندگی و رابطه میان آن دو پرداخته اند و برخی مانند خردمند چینی چونگ تزه، همنوایی مرگ

و زندگی را همچون شب و روز ذاتی طبیعت هستی دانسته اند و حتی بعضی از تشابه آن دو سخن گفته اند.^۱

گروهی دیگر مرگ را در برابر زندگی قرار می دهند و معتقدند که تضاد میان این دو پدیده، بنیادی ترین تضادی است که در انسان وجود دارد. در این گروه عده ای از آنجا که زندگی را مستلزم حضور تنش می دانند با نگاهی پذیرا و موافق به وجود این تضاد می نگرند و مانند مولوی بر این باورند که بدون مرگ و نفی زندگی یا به عبارت دیگر بدون نفی کهنه و اثبات نو حرکت و تکامل امکان پذیر نیست. عده ای دیگر به داوری می نشینند و مانند امپدوکلس حیات را امری مثبت و وجودی و مرگ را امری منفی و سلبی می شمارند و یا چون اریک فروم با ارزیابی اخلاقی می اندیشند که آنچه به سلامت و استقامت است خیر و هر آنچه در خدمت مرگ قرار دارد شر است. و برخی بسیار بدبینانه، نه مرگ را، بلکه زندگی را در برابر زندگی قرار می دهند و مانند شوپنهاور بر این باورند که زندگی چیزی جز نبرد با زندگی نیست! نبردی که به مرگ می انجامد. شاید اگر مرگ تا این اندازه مبهم و مجهول نبود، انسان به خاطر آن مضطرب نمی شد و حکم احساس به درد یافتن راه تسلائی برای آن بر نمی آمدند. آرای متفکرانی که مرگ را زندگی جدا نمی کنند و در تقابلی منفی و بی حاصل با آن قرار نمی دهند چنان برای انسان ناشایست و فزاج و هراسان از مرگ تسلی بخش است که به او فرصت می دهد تا از سوی سبب در مردن نیز معنایی برای زندگی پیدا کند و از سوی دیگر دریابد که برای خوب مرگ باید خوب زیست. لذا با پذیرش همنوایی مرگ و زندگی، انسان مرگ آگاه از بند دوگانگی های مارت بار حیات و هراس از مرگ رها می شود و در حقیقت به آزادی دست می یابد، آزادی در پرتو مرگ. آنگاه این انسان آزاده می تواند با ایمانی شگفت آور بر قلمی رتر از تمامی تضادها و جایگاهی والا تر از مرگ و زندگی قرار گیرد.^۲

به این ترتیب انسان را از تفکر در باب مرگ و کوشش برای شناخت آن گریزی نیست. بخصوص انسانی که به اندازه تمایل به سامان بخشیدن به زندگی خویش، خواستار انتخاب مرگ خود نیز هست. پس مرگ را هم باید آموخت و هم از آن غافل نماند زیرا غفلت از این اصل بی تردید موجب تنزل هستی می شود.

۱ - آشنایی با ادیان بزرگ، ص ۵۸.

۲ - انسان و مرگ، ۱۳۸۷.

بنابراین مرگ اندیشی به عنوان یکی از روش های تربیتی خودسازی، در اخلاق و عرفان مطرح بوده و پیامدهای روانی نیز برای فرد به ارمغان می آورد. به عقیده روان شناسان، باورهای دینی، اندیشه در باره ی مرگ و اعتقاد به زندگی پس از مرگ، فرد را در رویارویی با تنش های زندگی مقاوم می سازد و بحران های زندگی را برای او تعدیل می کند.

پس می آموزیم که زندگی با مرگ به نتیجه می رسد و از طریق همین نتیجه گیری نیز معنا می شود. تنها در مرگ است که می توان به شناخت زندگی همچون یک کن نائل شد، زیرا با مرگ روندی که آن را زندگی می نامیم به صورتی منطقی و عین، خاتمه یافته و در تمامیت و جامعیت خود آشکار می شود. از اینرو سیستم نظای می گوید:

همان به کاین، سیاحت یادگیریم که پیش از مرگ یک نوبت بمیریم^۱

بدانیم که انسان را در مرگ برنامه ریزی شده و مقصد نهایی جستجوی انسان در راه پر پیچ و خم شناخت مرگ، پذیرش آن است و تنها با پذیرش مرگ می توان از آن فراتر رفت و به حقیقت دست یافت. اما با همه ی این تفاسیر، در برخورد با مرگ، همه یکسان نمی اندیشند و البته نمی توان هم گفت هیچ واکنش درست یا نادرستی نسبت به مرگ وجود دارد. همه ی ما در مواجهه با مرگ نزدیکان و عزیزانمان نیاز داریم که به روش خود و در زمان مختص به خود اندوهگین باشیم. ممکن است این اندازه برای برخی به صورت گریه کردن باشد و برای سایرین واکنشی دیگر. در برخی افراد این دوره ماه ها و سال ها به طول می انجامد و در برخی پس از مدتی کوتاه به پایان می رسد. تفاوت حساسی با گذشت زمان و هنگامی که فرد فرا می گیرد که چگونه خود را با شرایط هماهنگ سازد، شدت خود را از دست می دهد. در هر حال مرگ رویداد مهمی به نام زندگی ماست که باید آن را باور داشت. مرگ هم مانند زندگی یک فرایند است. به این گونه که زندگی صورتهای مختلفی دارد مرگ نیز به اشکال گوناگون روی می دهد و هر دو پذیرفتنی است.

انگیزه‌ی نوشتن این کتاب که در تیرماه ۱۳۹۴ به پایان رسید، گرامی داشت یاد و خاطره فرزند عزیزم مهدی (ره) بود که در ۵ رمضان ۱۴۰۳ مصادف با ۷ تیر ۱۳۶۱ به دنیا آمد و در ۲۸ رمضان ۱۴۲۷ برابر با ۳۰ مهر ۱۳۸۵ دعوت حق را لبیک گفت. آری او در رضائی آمد و در رضائی دیگر رفت !.....

فریبنده زاد و فریبا بمیرد	شنیدم که چون قوی زیبا بمیرد
رودگوشه‌ای دور و تنها بمیرد	شب برگ تنها نشیند به موجی
که خود در میان غزل ها بمیرد	در آن گوشه چندان غزل خواند آن شب
کجا عاشقی کرد آنجا بمیرد	گروهی بر آنند که این مرغ شیدا
که از مرگ غافل شود تا بمیرد	شب مرغ از باب آنجا شتابد
ندیدم که قویی به صحرا بمیرد شبی	من این نکتہ گیرم که ساور نکردم
هم در آغوش دریا بمیرد ^۱	چو روزی زاعن من دریا برآمد

آری مهدی عزیز در تمام مایل زندگی کوتاهش نمونه‌ی یک انسان نیکخواه، خیر اندیش، پرتلاش و ساعی بود. فاش در باورمان نگجید. هنوز بر این باوریم که در کنار ماست و با ما زندگی می‌کند. از میان عروجش راه‌های گوناگونی را برای بزرگداشت روح او و آرامش خاطر خدای از موده ایم. در طی این مدت مطالعه‌ی کتاب‌ها، مقالات و بهره‌گیری از تجربیات افرادی که چنین ضایعه‌ای در زندگی‌شان رخ داده بود، عاملی شد تا مجموعه‌ای را در این خصوص فراهم آورم، تا راهگشا و مایه‌ی تسلی خاطر کسانی باشد که مرگ عزیزان را تجربه کرده‌اند. امید آن که ثمره آن باعث شادی روح مهدی عزیز و تمامی رفتگان گردد.

با توجه به این که هیچ اثری بدون عیب و نقص نیست، لذا از خوانندگان گرامی بالاخص صاحب نظران ارجمند تقاضا دارد با ارائه نظرات و پیشنهادهای سازنده در بهبود کار و انجام اصلاحات لازم یاری نمایند. در پایان از کلیه کسانی که در تهیه و تنظیم مطالب، آماده سازی و ویراستاری این مجموعه، اینجانب را یاری رسانیدند کمال تشکر و امتنان را دارد.

محمد صافی دستجردی^۲