



Research Article

Received:2025/03/28 Revised:2025/10/19 Accepted:2026/04/21 Online Publication:2026/09/22

Zahra Abyar (Corresponding Author) 

Assistant Professor, Islamic Studies Education Department, Farhangian University

Muslim Shojaei 

Assistant Professor, Islamic Studies Education Department, Farhangian University

A Critical Review of the Dualism of Life and Death in the Structure of Meaningfulness in Ervin Yalom's Novels Based on 'Allāma Ja'fari's Thought

Extended Abstract

Death awareness is a fundamental existential concern in Irvin Yalom's thought and plays a significant role in his understanding of human existence and the pursuit of meaning. Alongside freedom, isolation, and meaninglessness, death constitutes one of the four ultimate existential concerns confronting human beings with the finitude of their existence. Yalom argues that confronting death can deepen appreciation of life, encourage personal growth, and motivate individuals to make meaningful choices and assume responsibility for their lives. Allameh Jafari, by contrast, approaches the relationship between life, death, and meaning through a teleological understanding of existence and the concept of *ma'qul life (hayat-e ma'qul)*. He regards human life as part of a purposeful order directed toward perfection. This study comparatively examines the representation of the life-death relationship and its role in constructing meaning in Yalom's novels in light of Jafari's thought, identifying the principal points of convergence and divergence between their philosophical foundations.

Cite this Article: Ghanavti, Abyar; Zahra, Shojaei; Muslim (2026), A Critical Review of the Dualism of Life and Death in the Structure of Meaningfulness in Ervin Yalom's Novels Based on 'Allāma Ja'fari's Thought, New Intellectual Research, 11(1), pp. 183-213



The Author(s); Publisher: Islamic Science and Culture Academy

<https://doi.org/10.22081/nir.2026.68718.1446>



The study employs a descriptive-analytical method based on library research. It first examines Yalom's views on death, freedom, responsibility, and meaning, focusing on death awareness, confrontation with mortality, the "ripple effect," and commitment to life. It then analyzes Jafari's conception of life, death, meaningfulness, and *ma'qul life*. A comparative analysis is conducted along four dimensions: thrownness versus purposiveness, confronting death versus understanding the truth of life, the functional versus essential role of religion, and the creation versus discovery of meaning. These dimensions provide a framework for clarifying the ontological and anthropological differences underlying the two thinkers' approaches.

The findings reveal that Yalom and Jafari share the view that awareness of death can contribute to a more meaningful life, although they explain this relationship through different philosophical foundations. For Yalom, confronting mortality rather than denying it makes life more vivid and valuable. Awareness of finitude encourages individuals to reconsider their priorities, accept responsibility, and make more meaningful choices. His concept of the "ripple effect" further emphasizes that human influence can persist through relationships, commitments, and the transmission of personal values and experiences, even after an individual's death.

Nevertheless, Yalom's existentialist perspective emphasizes human thrownness, finitude, freedom, and individual responsibility. Because existence has no predetermined cosmic purpose within his framework, meaning is created through personal choices, relationships, and commitments. Confrontation with death thus encourages individuals to engage more fully with life and construct meaning within the limits of their finite existence.

Jafari, conversely, understands human existence within a purposeful and teleological universe. Human beings are not merely thrown into existence; their lives belong to an order directed toward perfection. Consequently, death cannot be adequately understood independently of the truth and purpose of life. Rather than representing the absolute termination of existence, death marks the end of worldly life and a transition within a broader understanding of human existence. Whereas Yalom emphasizes confronting death to overcome denial and deepen engagement with life, Jafari prioritizes understanding life's truth and purpose as the foundation for interpreting death.

A second difference concerns religion. Yalom generally examines religion from a functional perspective, emphasizing its potential to alleviate anxiety, provide psychological comfort, and contribute to meaningful living. Jafari, however, regards religion as an essential and comprehensive dimension of human existence. Within



ma'qul life, religion integrates intellectual, moral, and practical dimensions of life and directs them toward perfection. It therefore provides an objective framework for understanding human existence and its ultimate purpose rather than merely serving psychological needs.

The third major distinction concerns the source of meaning. For Yalom, meaning is created through individual agency in a world without predetermined purpose. Freedom and responsibility enable individuals to construct meaningful lives through their decisions and commitments. For Jafari, meaning is ultimately discovered rather than created, because existence is grounded in divine wisdom, purpose, and will. Meaning is therefore inherent in the structure of reality and becomes accessible through an appropriate understanding of life and its ultimate orientation.

These differences establish four principal axes of comparison: thrownness versus purposiveness, confronting death versus understanding life, the functional versus essential role of religion, and the creation versus discovery of meaning. Together, they demonstrate how differing ontological assumptions lead to distinct interpretations of death awareness and meaningful existence.

The study concludes that although Yalom and Jafari both recognize death awareness as a significant factor in meaningful living, they differ fundamentally regarding the foundations of meaning. Yalom emphasizes finitude, freedom, responsibility, and the individual's capacity to create meaning through choices and relationships. Jafari grounds meaningfulness in the purposiveness of existence, divine wisdom, and the discovery of meaning inherent in life. From Jafari's perspective, understanding death requires first understanding the truth and purpose of life. Despite these differences, their shared recognition that awareness of mortality can transform human existence provides a basis for comparative dialogue between Yalom's existential approach and Jafari's conception of *ma'qul life*.

Keywords: Cogito, Dasein, subject, world, being-in-the-world.



زهرآ آیار^۱ 
مسلم شجاعی^۲ 

نقد و بررسی دوئالیسم مرگ و زندگی در سازه معناداری در رمان‌های اروین یالوم با تکیه بر اندیشه علامه جعفری

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۱/۰۸ تاریخ اصلاح: ۱۴۰۴/۰۷/۲۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۲/۰۱ تاریخ انتشار آنلاین: ۱۴۰۵/۰۶/۳۱

چکیده

دغدغه مرگ ازجمله مسائل مشترک میان همه انسان‌هاست؛ ازاین‌رو حل معمای مرگ به متفکران اختصاص ندارد، بلکه هر انسانی به‌گونه‌ای می‌کوشد آن را برای خود حل کند. اروین یالوم، روان‌درمانگر معاصر، در رویکرد اگزیستانسیال خود، مرگ آگاهی را یکی از چهار دغدغه وجودی و دلواپسی‌های غایی انسان می‌داند و در رمان‌هایش، آن را در نسبت با زندگی و معنای آن مورد توجه قرار می‌دهد. از سوی دیگر، با توجه به اینکه علامه جعفری، از متفکران معاصر، ایده تفسیر مرگ در پرتو حیات معقول را به‌روشنی تبیین کرده و نگاهی روشمند به سازه معنای زندگی دارد، در این مقاله، با روش توصیفی-تحلیلی، دوگانه مرگ و زندگی در سازه معنای زندگی در رمان‌های یالوم، در پرتو اندیشه علامه جعفری، بررسی و نقد شده است. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که مرگ آگاهی می‌تواند زمینه‌ساز بهره‌گیری تمام و کمال از زندگی، درهم‌تنیدگی مرگ و زندگی و تأثیرگذاری آن بر کنش انسانی، غنابخشی به زندگی، پذیرش و سپری کردن بهتر زندگی، رشد خود فردی، توجه به وجوه ارزشمند زندگی و زیست اخلاقی در راستای زندگی معنادار باشد. از مهم‌ترین نقدهایی که با توجه به دیدگاه علامه جعفری بر دیدگاه یالوم وارد است، می‌توان به تأکید بر پرتاب‌شدگی به جای هدفمندی، خیره‌شدن به مرگ به جای درک حقیقت زندگی، توجه به نقش کارکردی دین به جای نگاه بالاصاله به آن و جعل معنا به جای کشف معنا اشاره کرد.

واژگان کلیدی: مرگ آگاهی، معنا، حیات معقول، اگزیستانسیالیسم، معنای زندگی، علامه جعفری، اروین یالوم.

۱. استادیار گروه آموزش معارف اسلامی، دانشگاه فرهنگیان، صندوق پستی ۱۴۶۶۵-۸۸۹ تهران، ایران. Abyar.z@cfu.ac.ir

۲. استادیار گروه آموزش معارف اسلامی، دانشگاه فرهنگیان، صندوق پستی ۱۴۶۶۵-۸۸۹ تهران، ایران. moslem.shojaei@cfu.ac.ir

استناد به این مقاله: آیار، زهرآ؛ شجاعی، مسلم (۱۴۰۴). «ارزیابی تلاش هایدگر در انحلال منطق درونی کوکیتو به‌مثابه نقطه عزیمت پرسش وجود». فصلنامه علمی پژوهشی پژوهش‌های عقلی نوین. ش ۲۱. صص ۱۸۳-۲۱۳.

 [10.22081/nir.2026.71460.1484](https://doi.org/10.22081/nir.2026.71460.1484)



ناشر: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی

 نویسندگان دارنده حق مؤلف مقاله خود بدون محدودیت هستند.



مقدمه

مرگ آگاهی، به عنوان درک و شناخت انسان از پایان حیات خویش، یکی از پیچیده‌ترین و عمیق‌ترین تجربیات بشری است. این مفهوم نه تنها در فلسفه و روان‌شناسی، بلکه در حوزه‌های مختلف علوم اجتماعی، پزشکی و اخلاق نیز مورد بررسی قرار گرفته است. باید توجه داشت که آگاهی از مرگ، بنا بر دیدگاه برخی صاحب‌نظران، مختص انسان است و غیر او موجود دیگری درباره مرگ خویش نمی‌اندیشد و به اصطلاح دغدغه مرگ ندارد؛ از این رو، مرگ آگاهی یکی از ویژگی‌های نوع بشر به شمار می‌رود (مک‌کواری، ۱۳۷۶، ص ۱۹۶).

در دنیای مدرن، پیشرفت‌های علمی و فناوریانه نیز موجب شده است مسئله مرگ و معنای آن بیش از گذشته مورد توجه قرار گیرد. آگاهی از مرگ می‌تواند تأثیرات عمیقی بر رفتار، تصمیم‌گیری و کیفیت زندگی افراد داشته باشد (Yalom, 2008, p. 15). از این منظر، مرگ آگاهی می‌تواند افراد را به بازنگری در اولویت‌ها و ارزش‌های زندگی خود سوق دهد و زمینه را برای تجربه زندگی معنادارتری فراهم سازد (Kübler-Ross, 1969, p. 104). برای مثال، افرادی که به مرگ نزدیک هستند، ممکن است توجه بیشتری به ارزش‌های خود نشان دهند و در نتیجه، روابط اجتماعی خویش را تقویت کنند (Becker, 1973, p. 27).

با این حال، پیامدهای مرگ آگاهی همواره مثبت نیست. مواجهه با مرگ و آگاهی از پایان‌پذیری حیات می‌تواند در برخی افراد به اضطراب و افسردگی منجر شود؛ به‌ویژه هنگامی که فرد با عدم قطعیت و ترس از ناشناخته‌ها مواجه باشد (Pyszczynski et al., 2007, p. 78). از این رو، بررسی مرگ آگاهی و نسبت آن با زندگی، به‌ویژه از حیث پیامدهای آن بر تجربه زیسته انسان، اهمیت ویژه‌ای دارد. چنین بررسی‌ای نه تنها می‌تواند به فهم بهتر رابطه انسان با مرگ و زندگی کمک کند، بلکه می‌تواند در بهبود کیفیت زندگی و ارتقای خدمات روان‌شناختی و پزشکی به بیماران در مراحل پایانی زندگی نیز مؤثر باشد (Neimeyer, 2000, p. 155).

با توجه به اینکه شیوه مواجهه انسان با مقوله مرگ تأثیر شگرفی بر شیوه زیستن او دارد و می‌تواند او را به‌سوی زندگی اصیل و معنادار سوق دهد یا یأس، ناامیدی، پوچی و بی‌معنایی زندگی بینجامد، فیلسوفان و اندیشمندان بسیاری درباره آن نظریه‌پردازی کرده‌اند. در این میان، اروین یالوم، روان‌درمانگر و نویسنده آگزیستانسیالیست، بخش قابل توجهی از آثار خود را به بررسی مسائل بنیادین وجود انسان، از جمله مرگ و معنای زندگی، اختصاص داده است.



او در سال‌های پایانی زندگی، با معطوف کردن نگاه در مانگرانه خود به خویشتن، به بررسی تجربه‌های شخصی و ارتباطاتی پرداخته است که در شکل‌گیری «خود» درونی‌اش نقش داشته‌اند. یالوم با آشکار ساختن آسیب‌پذیرترین لایه‌های زندگی شخصی خود، می‌کوشد آموزه‌هایی را که سال‌ها برای «معنادار زیستن» به دیگران توصیه کرده است، در زندگی نیز به کار گیرد و با پایان اجتناب‌ناپذیر هستی مواجه شود.

وی در روایت زندگی خود، ضمن بیان دشواری‌ها و مبارزات شخصی، به مواجهه با موانع فرهنگی و نژادی نیز می‌پردازد و می‌کوشد با تلفیق روان‌شناسی و فلسفه، بینشی درباره وضعیت انسانی ارائه دهد. توجه او به مسئله مرگ، ریشه در دغدغه‌های اگزیستانسیالیستی‌اش دارد؛ چنان‌که در آثارش از دشواری‌ها و مبارزات خویش برای «بودن» و نیز هراس از مرگ سخن می‌گوید: «فکر مرگ اغلب در ذهن در حال بیدار شدنم شناور بود و در خواب‌هایم مرا به وحشت می‌انداخت» (یالوم، ۱۴۰۳، ص ۱۱-۱۲).

با توجه به اهمیت پیوند میان نحوه مواجهه با مرگ و چگونگی زیستن، پژوهش حاضر می‌کوشد دوگانه مرگ و زندگی و تأثیر آن بر شکل‌گیری معنای زندگی را در پرتو اندیشه علامه جعفری بررسی و نقد کند؛ اندیشمندی که با طرح ایده «حیات معقول»، جایگاه مهمی در تبیین مسئله معناداری زندگی در اندیشه معاصر دارد.

۲. پیشینه تحقیق

عزیزی و عباس زمانی (۱۳۹۴) در مقاله «بررسی دیدگاه یالوم درباره ارتباط دغدغه‌های وجودی مرگ‌اندیشی و معنای زندگی»، به بررسی مسئله فلسفی ناشی از ارتباط میان دو مقوله مرگ‌اندیشی و معنای زندگی و امکان پیدایش بی‌معنایی پرداخته‌اند. آنان پاسخ یالوم به این مسئله را در قالب نظریه «موج‌زنی» و ارتباط آن با مقوله تعهد تبیین کرده‌اند.

هاشمی و دیگران (۱۳۹۷) نیز در مقاله «مرگ‌اندیشی از منظر یالوم و تأثیر آن بر معنابخشی به زندگی» به این نتیجه رسیده‌اند که یالوم می‌کوشد نشان دهد مواجهه مستقیم با مرگ و پذیرش واقعیت آن می‌تواند انسان را از زندگی تکراری و ملال‌آور روزمره فاصله دهد.

در پژوهشی مرتبط با دیدگاه علامه جعفری، آبیاری و دیگران (۱۳۹۶) در مقاله «کارکردهای اخلاقی مرگ‌آگاهی در زندگی معنادار، از دیدگاه علامه جعفری» نتیجه گرفته‌اند که از منظر علامه جعفری، تفسیر حیات معقول در گرو



تفسیر صحیح مرگ است. بر اساس یافته‌های این پژوهش، مرگ آگاهی از طریق مؤلفه‌هایی همچون تعالی‌یافتگی، کنترل اخلاقی، افزایش کیفیت زندگی دنیوی و تراکم اخلاقی، می‌تواند زمینه‌ساز حیات معنادار و معقول و برخوردار از زندگی دنیوی متعالی شود.

وجه تمایز این تحقیق با پژوهش‌های انجام‌شده در این است که دیدگاه یالوم به بحث مرگ در رمان‌هایش که هم کاربردی و هم پرخواننده است با نظر به دیدگاه متفکری چون علامه جعفری که برای این دغدغه وجودی بشر سخن‌ها دارد، مورد تحلیل و بررسی قرار نگرفته؛ از این رو در این مقاله با روش توصیفی تحلیلی ضمن بازخوانی اندیشه یالوم درباره دوگانه مرگ و زندگی، نقاط قوت و ضعف این رویکرد نیز مورد واکاوی قرار خواهد گرفت.

وجه تمایز پژوهش پیش‌رو با مطالعات انجام‌شده در این است که تاکنون دیدگاه یالوم درباره مسئله مرگ در رمان‌های او، که از آثاری کاربردی و پرمخاطب به شمار می‌روند، با تأکید بر دیدگاه متفکری همچون علامه جعفری، که به‌طور گسترده به این دغدغه وجودی انسان پرداخته است، تحلیل و تطبیق نشده است. از این رو، نویسندگان این پژوهش می‌کوشند با روش توصیفی-تحلیلی، ضمن بازخوانی اندیشه یالوم درباره دوگانه مرگ و زندگی، آن را در پرتو دیدگاه علامه جعفری بررسی کنند و نقاط قوت و ضعف این رویکرد را واکاوی نمایند.

۳. مبانی هستی‌شناسی و انسان‌شناسی یالوم در دغدغه‌های وجودی

یالوم از روان‌شناسان وجودی است که در جست‌وجوی معنای زندگی، چهار دغدغه بنیادین انسان، یعنی مرگ، آزادی، تنهایی و پوچی، را مورد توجه قرار می‌دهد. این چهار دلوایسی غایی، چارچوب اصلی روان‌پویشی آگزیستانسیال را شکل می‌دهند و در سطوح مختلف ساختار روانی فرد و نیز در فرایند بالینی، نقشی اساسی ایفا می‌کنند. افزون بر این، این دغدغه‌ها به‌عنوان اصلی سامان‌دهنده، چارچوبی محوری برای فهم تجربه و وضعیت وجودی انسان فراهم می‌آورند (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۲۵-۲۷). این دیدگاه بر مبانی هستی‌شناختی و انسان‌شناختی زیر استوار است:

۳-۱. مبانی هستی‌شناسی

مادی‌انگاری، نفی غایت‌مندی هستی و دشواری دست‌یابی به معنای زندگی، از مهم‌ترین مبانی هستی‌شناختی اندیشه یالوم است که در تبیین مرگ آگاهی نیز نمود برجسته‌ای دارد. یالوم در پاسخ به این پرسش که آیا هستی غایتی را دنبال می‌کند یا نه، می‌گوید: «چطور کسی که نیازمند معناست، آن را در جهانی فاقد معنا بیابد» (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۵۸۶).



از این منظر، انسان در جهانی زندگی می‌کند که فاقد هدف و غایت از پیش تعیین شده است و از این رو، دستیابی به معنا برای او دشوار و گاه طاقت‌فرساست.

این دیدگاه یالوم را می‌توان در پیوند با تلقی او از مادی‌انگاری و بی‌خدایی نیز تحلیل کرد؛ چنان‌که وی، با لحنی کنایه‌آمیز، در پاسخ به این پرسش که چرا انسان باید معنا و هدف زندگی خود را تعیین کند، می‌گوید: «اگر خدایی هم باشد، چرا باید از این قانون تبعیت کند که برای زندگی و مهم‌تر از آن، هدفی برای هر یک از ما قرار دهد. فراموش نکنیم که این انسان است که ذهنش درگیر هدف است نه خدا» (یالوم، ۱۳۹۴، ص. ۶۴۰).

۳-۲. مبانی انسان‌شناسی

رویکرد یالوم به مسئله مرگ و معنای زندگی، افزون بر مبانی هستی‌شناختی، بر مجموعه‌ای از مبانی انسان‌شناختی نیز استوار است. مهم‌ترین این مبانی عبارتند از: اصالت وجود انسان، تقدم وجود بر ماهیت، تعالی وجودی، آزادی و انتخاب، تک‌ساحتی بودن انسان، پرتاب‌شدگی در جهان، فناپذیر نبودن انسان و غایت‌مندی مرگ.

در فلسفه اگزیستانسیالیسم، وجود اصیل به انسان اختصاص دارد؛ بدین معنا که عوامل و اجبارهای بیرونی نمی‌توانند اراده و انتخاب او را به‌طور کامل تحت تأثیر خود قرار دهند (بیات، ۱۳۹۸، ص ۲۵). در این دیدگاه، انسان برخلاف دیگر موجودات، فاقد طبیعتی از پیش تعیین شده است و ماهیت خویش را از طریق انتخاب و عمل خود شکل می‌دهد. انسان، موجودی مسئول سرنوشت خویش است و با آزادی و انتخاب، مسیر وجودی خود را رقم می‌زند. در فلسفه اگزیستانسیالیسم نیز انسان در نسبت با جهان و در چارچوب روابط وجودی خود با آن بررسی می‌شود (نوالی، ۱۳۷۳، ص ۱۷ و ۲۲).

یالوم نیز با اتکا به چنین مبانی، در بحث از دغدغه‌های وجودی انسان، بر توانایی و ظرفیت‌های وجودی او تأکید می‌کند و معتقد است انسان باید معنای زندگی خویش را بیافریند. وی در تبیین دیدگاه سارتر درباره «اضطراب بی‌پایگی» بیان می‌کند که نکته حقیقتاً هراس‌انگیز آن است که مرگ انسان به معنای فروپاشی جهان اوست؛ زیرا با «مرگ من»، هم معنا بخش جهان و هم تماشاگر آن از میان می‌رود و انسان با پوچی مواجه می‌شود (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۳۱۵).

تعالی‌یافتگی انسان، محور کاوش‌های فلسفی در تفکر اگزیستانسیال است. از نظر یالوم، انسان از امکانات و



ظرفیت‌های بالقوه‌ای برخوردار است که باید آنها را به فعلیت برساند. انسانی که نتواند بر وجود فی‌نفسه جهان تأثیر بگذارد و از امکانات و فرصت‌های زندگی برای تحقق ظرفیت‌های انسانی خویش بهره‌گیرد، در معنا بخشیدن به زندگی خود ناکام مانده است (یالوم، ۱۳۸۸، ص ۱۳۱). بر اساس همین مبنا، یالوم در مواجهه و درمان اضطراب مرگ، بر توانایی‌ها و ظرفیت‌های وجودی انسان تأکید می‌کند و بر این باور است که فرد می‌تواند با تکیه بر این ظرفیت‌ها، به خلق معنا در زندگی خویش بپردازد.

یالوم، آزادی و انتخاب را از مبانی اساسی انسان‌شناختی خود می‌داند و معتقد است که انسان موجودی مسئول است و از مسئولیت خویش نیز آگاهی دارد. از این منظر، انسان درمی‌یابد که سرنوشت، گرفتاری‌های زندگی، احساسات و رنج‌های او تا حد زیادی حاصل انتخاب‌ها و اعمال خود اوست (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۳۱۳). بر همین اساس، یالوم معتقد است انسان در پدیدآوردن اعمال خویش آزاد است؛ با این حال، این آزادی همواره با اضطراب همراه است؛ زیرا جهان از پیش دارای ساختاری منظم و طرحی تعیین‌شده نیست و انسان می‌تواند با انتخاب‌های خود طرحی نو در آن بیافریند. از این رو آزادی به این معناست که انسان مسئول انتخاب‌ها، اعمال و وضعیت خویش در زندگی است (یالوم، ۱۳۸۶، ص ۵).

یالوم در تبیین دغدغه وجودی مرگ، بر تک‌ساحتی بودن و فناپذیری انسان تأکید می‌کند و فناپذیری را یکی از آشکارترین حقایق زندگی می‌داند؛ حقیقتی که انسان را با وجود رویارویی با نابودی و ترس از آن، به ادامه زندگی فرامی‌خواند (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۵۶). افزون بر این، یالوم از «پرتاب‌شدگی» انسان سخن می‌گوید (یالوم، ۱۳۹۱، ص ۱۸۴) و معتقد است انسان بدون انتخاب قبلی و در شرایطی از پیش تعیین‌نشده، در جهان افکنده شده است. این مبنا با تلقی یالوم از بی‌هدفی هستی پیوند دارد؛ چنان‌که آشکارا تأکید می‌کند: «هیچ طرح و هدف از پیش تعیین‌شده‌ای در جایی نیست» (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۶۳۸). بر این اساس، انسان در جهانی فاقد غایت و طرح از پیش تعیین‌شده، ناگزیر است مسیر زندگی و معنای آن را خود شکل دهد.

۴. تبیین دغدغه وجودی ترس از مرگ و غلبه بر آن

از نظر یالوم، علت ترس از مرگ تنها به ترس از نابودی جسمانی یا نگرانی درباره زندگی پس از مرگ محدود نمی‌شود، بلکه خودِ رویداد مرگ و آنچه پس از آن رخ می‌دهد نیز می‌تواند منشأ ترس باشد. با این حال، یالوم علت اصلی این



ترس را نه مواجهه با آینده، بلکه گسست از گذشته و قطع ارتباط با آن می‌داند (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۲۷). آنچه اضطراب وجودی را برمی‌انگیزد، در واقع «دیگر زنده نبودن» است (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۲۷)؛ وضعیتی که در صورت مواجهه نادرست با مرگ‌اندیشی، می‌تواند سرانجام به اضطراب مرگ بینجامد. از نظر یالوم، غلبه بر این ترس به شیوه‌های مختلفی امکان‌پذیر است که در ادامه به آنها پرداخته می‌شود:

۴-۱. عشق به سرنوشت

برای غلبه بر ترس از مرگ، می‌توان به اندیشه «عشق به سرنوشت» یا تقدیرگرایی اشاره کرد. بر اساس این دیدگاه، اگر فرد سرنوشت خویش را نوعی ضرورت بداند که تحقق آن اجتناب‌ناپذیر بوده است، باید آن را بپذیرد و دوست بدارد؛ زیرا تقدیرگرایی تنها به معنای تحمل آنچه رخ می‌دهد یا نادیده انگاشتن آن نیست، بلکه عشق‌ورزی به آن را نیز دربرمی‌گیرد.

از نظر یالوم، التفات به مرگ در پیوندی تام با نحوه زیستن معنا می‌یابد. به باور او، وحشت از مرگ تا حدی ناشی از آن است که افراد زندگی مطلوب و رضایت‌بخشی را تجربه نکرده‌اند و از این‌رو از مرگ نیز بیم دارند. بر همین اساس، هرچه میزان رضایت از زندگی کمتر باشد، اضطراب مرگ نیز افزایش می‌یابد. یالوم یکی از علل اصلی ترس از مرگ را استفاده نکردن از امکانات و فرصت‌های زندگی می‌داند. او با اشاره به تعبیر «به هنگام بمیر» از نیچه در چنین گفت زرتشت (نیچه، ۱۳۵۲، ص ۸۴)، «هنگام» مرگ را زمانی می‌داند که فرد از امکانات و ظرفیت‌های وجودی خویش بهره گرفته باشد. یالوم این وضعیت را با ایده «تمام چیزهایی که انجام نداده‌ام» توضیح می‌دهد؛ مفهومی که به زندگی نازیسته اشاره دارد. بر این اساس، هرچه انسان بیشتر احساس کند هنوز امکانات بالقوه و عرصه‌هایی از زندگی وجود دارد که آنها را تجربه نکرده است، اضطراب او در مواجهه با مرگ افزایش می‌یابد (یالوم، ۱۳۸۶، ص ۱۱۸).

از این‌رو، یالوم بر اهمیت اندیشیدن به مرگ تأکید می‌کند و آن را عاملی برای بازنگری در شیوه زیستن و بهره‌گیری از امکانات زندگی می‌داند (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۵۶).

۴-۲. توجه به موقعیت‌های مرزی

یالوم، تحت تأثیر اگزیستانسیالیست‌ها، توجهی ویژه‌ای به موقعیت‌هایی دارد که فرد را به تأمل درباره مرگ وامی‌دارند. از نظر او، یاسپرس نیز از فیلسوفانی است که توجه خاصی به این تجربه‌های منحصر به فرد دارد و آنها را «موقعیت‌های



مرزی» یا «سرحدی» می نامد؛ موقعیت هایی که نقاط نهایی در زندگی روزمره هستند و نمی توان ورای آنها را دید (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۵۸).

این تجربه ها، جدا از علتی که آنها را پدید می آورد، می توانند زمینه ساز مرگ آگاهی شوند و انسان را از روزمرگی و زندگی غیراصیل رهایی بخشد. البته این رهایی به معنای گریز از اندیشه مرگ نیست؛ بلکه به معنای ورود به سطحی عمیق تر از آگاهی نسبت به زندگی است؛ یعنی عبور از سطح و حرکت به سوی عمق، به گونه ای که انسان با آگاهی بیشتر، نسبت خود را با زندگی و مرگ بازاندیشی کند.

۴-۳. ارتباط داشتن با دیگران

یکی از راهکارهایی که یالوم برای مواجهه با مرگ و غلبه بر هراس ناشی از آن پیشنهاد می کند، برقراری ارتباط با دیگران است. از نظر او، ارتباط نداشتن با دیگران می تواند به افزایش اضطراب مرگ بینجامد. یالوم معتقد است فرهنگ غربی با ایجاد نوعی سکوت و انزوا پیرامون مرگ، افراد را از گفت و گو و مواجهه مستقیم با این واقعیت بازمی دارد. یکی از دلایل این امر آن است که انسان ها، در چنین بستر فرهنگی، از ترس مواجهه شخصی با مرگ خویش، می کوشند تا حد امکان درباره آن سخن نگویند، از نزدیک شدن به آن بپرهیزند و در نتیجه، خود و دیگران را در عزلت باقی گذارند. این در حالی است که همدردی، از نیرومندترین ابزارهای ارتباط با عمق احساسات دیگران است و می تواند همچون نوازشی، تسلاهی دوسویه برای طرفین ارتباط فراهم آورد؛ هرچند تحقق چنین ارتباطی به هیچ وجه آسان نیست (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۲۷).

این دیدگاه در سطحی گسترده تر و کاربردی، می تواند در قالب شکل گیری گروه های داوطلبانه و حمایتی تحقق یابد. چنین گروه هایی، خواه به صورت مجازی در فضای سایبری و خواه در قالب اجتماعات و جلسات حضوری شکل گیرند، می توانند زمینه ارتباط، همدلی و مواجهه مشترک با مسئله مرگ را فراهم کنند و پیامدهای رضایت بخشی داشته باشند؛ به ویژه برای افرادی که با بیماری های مهلک و درمان ناپذیر مواجه هستند.

۴-۴. ارتباط مرگ، زندگی و معنا

یالوم مرگ را، در صورت مواجهه صحیح با آن، نجات بخش می داند و پوچ گرایی را پیامد مواجهه نادرست با



نقد و بررسی دونا لیس مرگ و زندگی در سازه معناداری در رمان‌های اروین یالوم با تکیه بر اندیشه علامه جعفری

مرگ‌اندیشی تلقی می‌کند. باین حال، هدف اصلی او از طرح و بسط مفهوم مرگ‌اندیشی، تبیین رویکردی است که بتواند تأثیری مثبت بر معنای زندگی داشته باشد. یالوم این تأثیر را با بهره‌گیری از ایده «موج‌زنی» تبیین می‌کند:

۵-۱. موج زدن

«موج‌زدن» یا «موج‌آفرینی» به این معناست که انسان نه تنها از مرگ نمی‌گریزد، بلکه زندگی خود را به گونه‌ای سامان می‌دهد که در مواجهه با مرگ، معنای بیشتری بیابد. یالوم با طرح مفهوم «موج‌زدن» بر این نکته تأکید می‌کند که هر یک از ما، غالباً بدون قصد و ناآگاهانه، دوایری متحدالمرکز از تأثیر بر دیگران ایجاد می‌کنیم که شاید سال‌ها یا حتی نسل‌ها تداوم یابد. به بیان دیگر، تأثیری که فرد بر دیگری می‌گذارد، می‌تواند به نوبه خود از طریق او به فرد دیگری منتقل شود؛ درست مانند موج‌های دایره‌واری که بر سطح آب یک استخر شکل می‌گیرند و به تدریج از دید محو می‌شوند، اما همچنان در لایه‌های عمیق‌تر ادامه می‌یابند. از این رو این باور که انسان می‌تواند، حتی بدون آگاهی از آن، اثری از خود بر جای گذارد، پاسخی نیرومند به این دیدگاه است که پایان‌پذیری و گذرا بودن زندگی را ناگزیر به بی‌معنایی می‌انجامد (یالوم، ۱۳۸۸، ص ۸۲).

۵-۲. موج زدن و تعهد

یالوم در چارچوب روان‌درمانی، پیوند میان آزادی و مرگ را در نسبت با مفهوم «موج‌زدن» و تعهد تبیین می‌کند. او به عنوان روان‌درمانگر، افراد عادی را نیز مدنظر دارد؛ افرادی که ممکن است توانایی خلق آثار ماندگار نداشته باشند. از این رو، مسئله تعهد را به عنوان یکی از راه‌های معنادار ساختن زندگی مطرح می‌کند. فرد با پذیرفتن مسئولیتی مشخص و تلاش برای ایفای درست آن می‌تواند به زندگی خویش معنا ببخشد و همین تعهد، او را در مواجهه با اندیشه مرگ مقاوم‌تر سازد.

از نظر یالوم، مسئولیت‌پذیری باید به تدریج در فرد شکل گیرد و این وظیفه روان‌درمانگر است که تشخیص دهد چه میزان مسئولیت برای هر فرد مناسب است. بسیاری از بیماران به ماه‌ها درمان نیاز دارند تا آمادگی پذیرش مسئولیت را بیابند، بنابراین قرار دادن مسئولیت‌پذیری کامل به عنوان پیش شرط درمان، واقع‌بینانه نیست. باین حال، در برخی موقعیت‌ها ممکن است درمانگر از همان آغاز، پذیرش درجاتی از مسئولیت را از بیمار بخواهد. برای نمونه، بسیاری از



درمانگران در مواجهه با بیمارانی که در معرض خطر بالای خودکشی قرار دارند، با آنان «پیمان خودکشی ممنوع» منعقد می‌کنند که بر اساس آن، بیمار متعهد می‌شود برای مدت مشخصی دست به خودکشی نزند. یالوم معتقد است استفاده صحیح از این رویکرد می‌تواند خطر خودکشی را به میزان چشمگیری کاهش دهد (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۳۵۳).

یالوم، زندگی حرفه‌ای خود را نیز به عنوان روان‌درمانی متعهدانه، نمونه‌ای از تحقق استعدادها و توانایی‌های بالقوه و در نتیجه مصداقی از ایده «موج‌زدن» می‌داند (یالوم، ۱۳۹۱، ص ۱۵۰). از نظر او، موج‌زدن با تعهد، پیوندی اساسی دارد و خود متعهد شدن می‌تواند به زندگی انسان معنا ببخشد؛ به این معنا که احساس معناداری، تا حد زیادی حاصل تعهد به زندگی و مسئولیت‌های آن است. تعهد، به لحاظ منطقی، پرسش‌های مهلک و بنیادین زندگی را از میان نمی‌برد، اما موجب می‌شود این پرسش‌ها، اهمیت کمتری بیابند. یالوم در همین زمینه، با اشاره به دیدگاه ویتگنشتاین، بیان می‌کند که راه‌حل مسئله زندگی در پاک کردن مسئله است (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۶۶۵).

بر این اساس، راه دستیابی به وجود اصیل، تلقی زندگی خویش به مثابه جریانی است که به سوی مرگ پیش می‌رود و در این مسیر، اصالت و فردیت انسان تحقق می‌یابد. این وضعیت زمانی حاصل می‌شود که انسان با عزم و اراده و با توجه به ندای وجدان، به سوی مرگ روی آورد. از این منظر، اگر روان‌درمانگر بخواهد در فرایند درمان، یاری‌رسان باشد، نباید تنها درصدد نفی یا مبارزه با پرسش‌های بنیادین انسان برآید، بلکه باید منشأ این پرسش‌ها را شناسایی کند، منشأیی که در وجود اصیل و فردیت انسان ریشه دارد.

۶. تأثیر مرگ آگاهی بر سازه معنای زندگی

به طور کلی، مکاتبی که به بحث معنای زندگی می‌پردازند، در دو رویکرد اصلی طبیعت‌گرایی و فراطبیعت‌گرایی دسته‌بندی می‌شوند. طبیعت‌گرایان می‌کوشند معنای زندگی را در چارچوب نظام طبیعت جست‌وجو کنند و معنایی مستقل از آن را نمی‌پذیرند. از دیدگاه طبیعت‌گرایانه، وجود خدا و روح ممکن است در معناداری زندگی نقش داشته باشد، اما شرط ضروری آن نیست؛ از این رو زندگی معنادار می‌تواند از شیوه‌های بودن و عمل کردن در همین جهان و مطابق با آنچه علم درباره جهان بیان می‌کند، حاصل شود (متز، ۱۳۸۷، ص ۴).

در مقابل، در رویکرد فراطبیعت‌گرایی، معناداری زندگی در گرو اعتقاد به خدا و پذیرش ساحت دوگانه انسان



است. این رویکرد را می‌توان به دو دسته نظریه‌های روح محور و خدامحور تقسیم کرد. در دیدگاه خدامحور، برقراری نوعی ارتباط و نسبت خاص با مبدأ، شرط لازم و کافی برای معناداری زندگی تلقی می‌شود؛ اما در نظریه‌های روح محور، معنای زندگی به قرار گرفتن در وضعیت یا حالت خاصی وابسته است. بر اساس این دیدگاه، زندگی زمانی معنا دارد که ارزش زیستن داشته باشد. از آنجا که حیات محدود، ارزش کافی برای زیستن معقول را ندارد، زندگی شایسته گزینش، نیازمند مضمون و محتوایی نامحدود است؛ ازاین‌رو زندگی تنها در صورتی می‌تواند واجد معنایی ابدی باشد که پایان‌پذیر نباشد (متز، ۱۳۸۷، ص ۱۰).

یالوم با نگاهی طبیعت‌گرایانه و درعین حال کارکردی به مرگ آگاهی، اثرات آن را بر زندگی و معنای آن در قالب داستان‌های واقعی مراجعانش به تصویر کشیده است.

۶-۱. بهره‌گیری تمام و کمال از زندگی

یالوم برای اینکه بتواند ترسیم ملموسی از مرگ ارائه دهد ضمن اینکه از کارهای بالینی که روی بیماران خود انجام داده و کسانی که روبه مرگ بودند، اندیشه کردن در مورد مرگ را به نگاه کردن به خورشید قیاس می‌کند و می‌گوید: «هیچ‌کس قادر نیست مستقیم به خورشید و مرگ خیره شود» و از این عنوان برای نام‌گذاری کتاب خود استفاده می‌کند و ادامه می‌دهد که اگرچه نمی‌توان مستقیماً به خورشید خیره شد؛ ولی خیره شدن مستقیم به مرگ نتایج خوبی به دنبال دارد و از این زاویه خیره شدن به خورشید را به چالش می‌کشد و در سراسر کتاب خود، در تلاش است تا نشان دهد که رویارویی با مرگ تجربه‌ای تکان‌دهنده است تجربه‌ای که به ما می‌آموزد چگونه تمام و کمال زندگی کنیم (یالوم، ۱۴۰۳، ص ۳۳۳). علاوه بر بهره‌گیری بهتر از زندگی، آگاهی نسبت به مرگ اضطراب‌هایی (هم از دست دادن آینده و هم از دست دادن گذشته) را به همراه دارد (همان، ص ۳۳۴). این اضطراب در بسیاری از رویدادهای مهم زندگی ما نهفته است از سندرم آشیانه خالیتا بازنشستگی، بحران‌های میان‌سالی و تجدیددیدار دوستان دبیرستان و دانشگاه- همان‌طور که در سوگواری‌هایمان برای مرگ دیگران (همان، ص ۳۳۵).

یالوم برای ارائه تصویری ملموس از مرگ، ضمن بهره‌گیری از تجربه‌های بالینی خود در مواجهه با بیماران و افرادی که در آستانه مرگ قرار داشته‌اند، اندیشیدن درباره مرگ را به نگاه کردن به خورشید تشبیه می‌کند. او می‌گوید:



«هیچ کس قادر نیست مستقیم به خورشید و مرگ خیره شود» و از همین تعبیر برای نام‌گذاری کتاب خود بهره می‌گیرد. باین حال، وی در ادامه تأکید می‌کند که اگرچه نمی‌توان به‌طور مستقیم به خورشید خیره شد، خیره شدن مستقیم به مرگ می‌تواند پیامدهای مثبتی داشته باشد. از این منظر، یالوم تشبیه «خیره شدن به خورشید» را به چالش می‌کشد و در سراسر کتاب می‌کوشد نشان دهد که رویارویی با مرگ، هرچند تجربه‌ای تکان‌دهنده است، می‌تواند به انسان بیاموزد که چگونه زندگی را تمام و کمال زیست کند (یالوم، ۱۴۰۳، ص ۳۳۳).

افزون بر بهره‌گیری بهتر از زندگی، آگاهی از مرگ می‌تواند با برانگیختن اضطراب‌هایی همراه باشد که هم فقدان آینده و هم فقدان گذشته را دربرمی‌گیرد (یالوم، ۱۴۰۳، ص ۳۳۴). این اضطراب در بسیاری از رویدادهای مهم زندگی انسان نهفته است؛ از «سندرم آشیانه خالی»^۱ گرفته تا بازنشستگی، بحران‌های میان‌سالی و تجدید دیدار با دوستان دوران دبیرستان و دانشگاه؛ همان‌گونه که در سوگواری‌های ناشی از مرگ دیگران نیز نمود می‌یابد (یالوم، ۱۴۰۳، ص ۳۳۵).

۶-۲. درهم تنیدگی مرگ و زندگی و اثرگذاری آن بر کنش انسان

یالوم درهم‌تنیدگی اشتیاق به زندگی و کابوس ناشی از اضطراب مرگ را در کنار یکدیگر به تصویر می‌کشد و می‌گوید: «ما با هر نفس، مرگ را از خود دور می‌کنیم؛ درحالی‌که پیوسته در حال دست یافتن به ماست. با علاقه و اشتیاق زندگی می‌کنیم، بااینکه می‌دانیم قطعاً و بدون تردید مرگ در کمین ماست، ولی در حال درست کردن بزرگ‌ترین حباب هستیم» (یالوم، ۱۳۹۱، ص ۷). به بیان دیگر، انسان در عین آگاهی از مرگ، همواره می‌کوشد زندگی را بهتر و کامل‌تر زیست کند.

از نظر یالوم، نگرش انسان به مرگ بر شیوه زندگی، فرایند تکامل و حتی نحوه بیماری او تأثیر می‌گذارد؛ زیرا زندگی و مرگ درهم‌تنیده‌اند و هم‌زمان با یکدیگر حضور دارند، نه اینکه یکی پس از دیگری فرارسد. مرگ همواره در زیرپوست زندگی در جریان است و تأثیری عمیق بر تجربه و رفتار انسان دارد. ازاین‌رو، مرگ را می‌توان سرچشمه و

۱. سندرم آشیانه خالی به احساس اندوه و تهایی‌ای گفته می‌شود که ممکن است پس از ترک خانه توسط فرزندان، با هدف آغاز زندگی مستقل یا ورود به دانشگاه، در والدین یا سرپرستان آنان پدید آید (یالوم، ۱۴۰۳، ص ۳۳۵).



منشأ اصلی اضطراب و در نتیجه، یکی از عوامل بنیادین ناهنجاری‌های روانی دانست (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۵۵). همچنین، همین مواجهه با مرگ می‌تواند به عاملی مهم در ایجاد تغییرات اساسی در زندگی انسان تبدیل شود (یالوم، ۱۳۸۸، ص ۳۶).

۶-۳. غنا بخشی به زندگی

تأثیر دیگر مرگ آگاهی بر زندگی انسان، غنا بخشیدن به آن است (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۷۶). یالوم معتقد است بسیاری از افراد به این نتیجه رسیده‌اند که مرگ، بخشی جدایی ناپذیر از زندگی است و توجه دائمی به آن، بیش از آنکه زندگی را تهی و فقیر سازد، به آن غنا می‌بخشد. هرچند خود مرگ در ظاهر به نابودی انسان می‌انجامد، آگاهی و اندیشیدن درباره آن می‌تواند نجات‌بخش باشد. یالوم برای تبیین چگونگی این نجات‌بخشی، به اندیشه هایدگر استناد می‌کند. از نظر هایدگر، دو وجه اساسی برای هستی وجود دارد: مرتبه «فراموشی هستی» و مرتبه «اندیشیدن به هستی». هنگامی که فرد در مرتبه فراموشی هستی قرار دارد، خود را در سرگرمی‌ها و دل‌مشغولی‌های روزمره زندگی غرق می‌کند؛ به گونه‌ای که در سطح «وراجی‌های بی ارزش» فروکاسته شده و در آن مستغرق می‌شود. در این وضعیت، فرد خود را به جهان روزمره و دلوپسی درباره شیوه وجود امور می‌سپارد و از تأمل در اصل وجود بازمی‌ماند. در مقابل، در مرتبه اندیشیدن به هستی، شگفتی انسان تنها به شیوه وجود امور محدود نمی‌شود، بلکه خود وجود امور، او را به تحسین و شگفتی وامی‌دارد. زیستن در این مرتبه، به معنای برخورداری از آگاهی مستمر نسبت به هستی است (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۵۷). از آنجاکه فقط در مرتبه هستی‌شناختی است که فرد با خود آفرینندگی خویش در تماس است، تنها همین‌جاست که نیروی تغییر خویش را به چنگ می‌آورد.

اما چگونه انسان از طریق این نوع اندیشیدن به زندگی می‌تواند به خود آگاهی نسبت به مرگ دست یابد؟ یالوم، با استناد به اندیشه هایدگر، معتقد است انسان تنها از طریق تفکر، تحمل کردن و دندان به هم فشردن، از مرتبه «فراموشی هستی» به مرتبه آگاهانه‌تر و اضطراب‌انگیز «اندیشیدن به هستی» نمی‌رسد. موقعیت‌های خاص، غیرقابل‌تغییر و جبران‌ناپذیری وجود دارند که می‌توان از آنها با عنوان «تجربیات مبرم» یاد کرد. این تجربیات می‌توانند فرد را از درون تکان دهند و او را از روزمرگی هستی بیرون کشیده، به مرحله اندیشیدن به هستی وارد کنند. مرگ یکی از مهم‌ترین



تجربیات مبرم زندگی است و از موقعیتی ممتاز و منحصر به فرد برای انسان برخوردار است. از نظر یالوم، مرگ موقعیتی است که امکان زندگی اصیل و موثق را برای انسان فراهم می‌کند.

یالوم در ادامه می‌گوید این دیدگاه که «مرگ سهمی بسزا در زندگی دارد» به راحتی پذیرفته نمی‌شود. انسان‌ها معمولاً مرگ را مصیبتی تمام عیار می‌دانند؛ از این رو پیشنهاد می‌کند نگاه ارزشی به مرگ را کنار بگذاریم و یا آن را به تعویق بیندازیم و زندگی را بدون مرگ تصور کنیم. از همین روست که یالوم می‌گوید اگر مرگ وجود نداشت، زندگی شور و هیجان خود را از دست می‌داد و همچنین کوچک و ناقص می‌شد (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۵۸).

۶-۴. پذیرش و سپری کردن بهتر زندگی

از نظر یالوم، انسان همواره با دلواپسی مرگ در کشمکش است و می‌کوشد به نحوی با آن کنار بیاید. کنار آمدن با اضطراب مرگ، امری سطحی نیست که توصیف یا درک آن به آسانی ممکن باشد. این اضطراب نیز به دوران بزرگسالی اختصاص ندارد (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۱۴۹)؛ بلکه عمیقاً در گذشته ریشه دارد و در طول زندگی، در پیوند با دغدغه امنیت و بقا، تغییرات گسترده‌ای می‌یابد (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۱۱۶).

از همین رو یالوم معتقد است درباره مرگ، تبلیغات منفی بسیاری صورت گرفته است. اگرچه شادی اندکی می‌توان در مرگ یافت، با این حال، مرگ، هیولایی شرور نیست که انسان را به کام خود و به مکانی هولناک و غیرقابل تصور بکشاند. بنابراین باید پیام‌آموزیم مرگ را اسطوره‌زدایی کنیم و آن را همان گونه که هست، ببینیم. منظور یالوم این است که مرگ، بخشی از زندگی است و این ما هستیم که رنگ ترس بر آن می‌زنیم (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۳۸). از این رو وی معتقد است: «پذیرش مشتاقانه و صادقانه مرگ، اجازه می‌دهد زندگی را به شیوه‌ای غنی‌تر و راضی‌کننده‌تر سپری کنی» (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۴۱).

۶-۵. رشد فردی خود

یالوم همچنین معتقد است آگاهی از مرگ موجب تغییر درونی و، به عبارتی، رشد معنا دار فردی می‌شود. از یک سو، مرگ دیگران انسان را به اندیشیدن درباره مرگ خویش و رویارویی با آن وامی‌دارد و از سوی دیگر، این مواجهه می‌تواند تحولات مثبتی در فرد ایجاد کند (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۱۸۵). همچنین، هنگامی که فرد به مرگ خویش آگاه می‌شود،



نقد و بررسی دونالد ایسم مرگ و زندگی در سازه معناداری در رمان‌های اروین یالوم با تکیه بر اندیشه علامه جعفری

نسبت به خرد و ژرفای وجودی خود نیز آگاهی می‌یابد. این خودآگاهی و خودشکوفایی، به نوبه خود، می‌تواند به کاهش اضطراب و ترس از مرگ بینجامد، بنابراین میان مرگ‌آگاهی و زندگی معنادار، رابطه‌ای متقابل وجود دارد (یالوم، ۱۳۹۱، ص ۴۳۲).

از همین رو، یالوم معتقد است رویارویی با مرگ و آگاهی از آن نباید به ناامیدی و از دست دادن معنای زندگی بینجامد، بلکه برعکس، می‌تواند انسان را به زندگی سرشارتر ترغیب کند. به تعبیر او، «هرچند مادیت مرگ نابودمان می‌کند، فکر مرگ نجاتمان می‌دهد» (یالوم، ۱۳۸۸، ص ۱۵).

۶-۶. توجه به وجه ارزشمند زندگی

برخی ترس از مرگ را تحمل‌ناپذیر می‌دانند و معتقدند با مرگ همه چیز نابود می‌شود و از این رو، زندگی بی‌معناست (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۲۱). این افراد برای روح انسان، جاودانگی قائل نیستند و «در تصور زندگی پس از مرگ تسلائی نمی‌جویند» (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۲۲). با این حال یالوم معتقد است پرداختن به مرگ می‌تواند به آگاهی از وجه هستی‌شناختی انسان و وجود فناپذیر بینجامد (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۴۰).

یالوم می‌گوید بررسی زندگی کسانی که به نوعی با مرگ روبه‌رو بوده‌اند، نشان می‌دهد آنان به جای ناامیدی، پس از رویارویی با مرگ، تغییراتی چشمگیر و ماندگار را در زندگی خود تجربه کرده‌اند؛ از جمله، برخورداری از قدرت انتخاب در انجام کارهایی که پیش‌تر تمایلی به انجام آنها نداشتند، برقراری پیوندی محکم‌تر با دوستان و قدردانی از مقاطع اساسی زندگی؛ مانند تغییر فصل‌ها، زیبایی طبیعت و آخرین کریسمس یا سال نو (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۴۰). افزون بر این تغییرات چشمگیر، مرگ‌آگاهی سبب می‌شود انسان امور روزمره و جزئیات کم‌اهمیت زندگی را در جایگاه واقعی خود ببیند و برای امور ارزشمند و گران‌بهای زندگی اهمیت بیشتری قائل شود. به بیان دیگر، مرگ‌آگاهی به فرد امکان می‌دهد جنبه‌های ارزشمند زندگی را بهتر ببیند و از امور گذرا و ناچیز چشم‌پوشی کند (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۱۶۱).

۶-۷. زیست اخلاقی

اندیشیدن درباره مرگ منجر به در پیش گرفتن زندگی اخلاقی می‌شود؛ همچنین موجب در پیش گرفتن زندگی توأم با



شفقت می‌شود (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۱۶). اندیشیدن درباره مرگ از روزگاران قدیم زمینه‌ای برای خوب زندگی کردن بوده است (یالوم، ۱۳۸۸، ص ۳۹)؛ از همین روست که تفکر درباره مرگ موجب عبرت‌گیری و کنش بر اساس آن می‌شود به تعبیری «هرچند مادیت مرگ نابودمان می‌سازد فکر مرگ نجاتمان می‌دهد» (همان).

اندیشیدن درباره مرگ، انسان را به سوی در پیش گرفتن زندگی اخلاقی و زیستی توأم با شفقت هدایت می‌کند (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۱۶). این اندیشیدن از دیرباز زمینه‌ای برای خوب زیستن بوده است (یالوم، ۱۳۸۸، ص ۳۹) و از همین رو، تفکر درباره مرگ می‌تواند به عبرت‌گیری و کنش بر اساس آن بینجامد؛ به تعبیر یالوم، «هرچند مادیت مرگ، نابودمان می‌سازد، فکر مرگ نجاتمان می‌دهد» (یالوم، ۱۳۸۸، ص ۳۹).

۷. نقد و بررسی

نظر به اینکه در این مقاله درصدد نقد و ارزیابی دیدگاه یالوم با نظر به اندیشه علامه جعفری هستیم پیش از پرداختن به بررسی، به اجمال دیدگاه علامه را درباره حیات و مرگ اشاره می‌شود، هرچند هدف اصلی بیان دیدگاه علامه نیست. میان تفسیر علامه جعفری از حیات و مرگ آگاهی‌پوندی و وثیق وجود دارد؛ بدین معنا که آگاهی از مرگ در گرو فهم حیات و زندگی انسان است. از این رو علامه بحث از فلسفه حیات و پرسش از معنای زندگی را پیش می‌کشد (جعفری، ۱۳۶۸، ص ۱۱؛ جعفری، ۱۳۶۶، ج ۷، ص ۵۲۶). در همین راستا، ایشان حیات را به دو نوع «حیات طبیعی محض» و «حیات معقول» (معنادار) تقسیم می‌کند (جعفری، ۱۳۸۱، ص ۳۴۱). مهم‌ترین مختصات حیات معقول عبارتند از: جلوه‌ای عالی از حقیقتِ رو به کمال، زندگی آگاهانه نسبت به حقایق والای هستی، وحدت بخشی به زندگی در مسیر هدف اعلای آن، و ورود به آستانه ابدیت و رهایی از کمیت زمان (جعفری، ۱۳۷۵-۱۳۷۸، ج ۶، ص ۶).

دستیابی به چنین حیاتی، خواسته اصیل انسان‌های آگاه و هوشیار است (جعفری، سخنرانی ۸ اسفند ۱۳۶۷). چنین انسانی هنگام فرارسیدن اجل، در پاسخ به پرسش‌هایی درباره مقصد، وضعیت کشتی و قطب‌نما، از موقعیتی روشن برخوردار است و به تعبیر علامه، در مسیر سعادت حقیقی قرار دارد (جعفری، سخنرانی نهم محرم ۱۳۷۲). به تعبیر دیگر، چنین انسانی هرگاه از جایگاه خود در جهان هستی پرسش کند، موقعیت خویش را درمی‌یابد و خود را



رهاشده و بی‌هدف نمی‌بیند.

پرسش از معنای زندگی نیز برای چنین انسانی مطرح می‌شود؛ بدین معنا که هر فرد هوشیاری که بتواند لحظاتی «من» خویش را از غوطه‌ور شدن در اندوه‌ها و شادی‌های ناپایدار و خواسته‌های ضروری حیات طبیعی رها سازد و حیات را در برابر خود قرار دهد، پرسش از فلسفه و معنای زندگی برای او شکل می‌گیرد (جعفری، ۱۳۷۵-۱۳۷۸، ج ۷، ص. ۵۵۱؛ نصری، ۱۳۸۳، ص ۲۱۸). در مقابل، بی‌توجهی به فلسفه حیات، پوچ دانستن خلقت، نفی ابدیت و تفسیر نادرست از فلسفه مرگ، موجب می‌شود انسان جهان هستی را جدی نگیرد و به تخیل حیات پردازد (نصری، ۱۳۹۱، ص ۳۱۷).

علامه دیدگاه مرگ به مثابه پایان زندگی را تنها یک شوخی می‌داند و معتقد است که اندیشیدن درباره مرگ می‌تواند انسان را به درک جدیت همه شئون حیات رهنمون سازد. از آنجاکه علامه انسان را جزئی از عالم هدفمند می‌داند (جعفری، ۱۳۵۷-۱۳۷۸، ج ۱، ص ۶)، این هدفمندی اقتضا می‌کند که انسان معنای حیات را بشناسد. از این رو علامه معتقد است پیش از آنکه به آستانه مرگ برسیم، باید حیات را بشناسیم و از آن بهره‌برداری کنیم.

از منظر جعفری، شناخت حقیقت حیات جز با فاصله گرفتن از حیات طبیعی ممکن نیست؛ زیرا ادعای شناخت حقیقت حیات در حالی که در زندگی مادی غوطه‌ور هستیم، مانند آن است که ماهی غوطه‌ور در آب بخواهد حقیقت آب را درک کند. اگر انسان بتواند با فراتر رفتن از حیات طبیعی، حقیقت حیات را دریابد، حقیقت مرگ را نیز خواهد فهمید (جعفری، ۱۳۵۷-۱۳۷۸، ص ۲۲۱). وی معتقد است همان‌گونه که شناخت حقیقت حیات می‌تواند شناخت حقیقت مرگ و نسبت این دو با معناداری زندگی را روشن سازد، شناختن حیات حقیقی نیز تصویری منفی و مخرب از مرگ پدید می‌آورد و در نتیجه، مرگ را به یکی از مهم‌ترین عوامل بی‌معنایی زندگی تبدیل می‌کند.

از همین رو علامه معتقد است برای طرفداران حیات معقول، مرگ پایان زندگی دنیوی است، نه پایان حیات (جعفری، ۱۳۵۷-۱۳۷۸، ج ۵، ص ۳۲). حیات معقول، وجه تمایز حق از باطل و طرفداران هر یک از آن دو است. برای کسی که از حیات معقول برخوردار است، مرزی میان زندگی و مرگ وجود ندارد.

حال با نظر به بحث فوق، مهم‌ترین نقدهایی که بر دونالیسم مرگ و زندگی و نسبت آن با معناداری در آثار یالوم



قابل تأمل است عبارت است از:

۱-۷. پرتاب شدگی به جای هدفمندی زندگی

از نظر یالوم، وجود انسان فاقد نقشه‌ای ازپیش تعیین شده است، بلکه انسان موجودی است که به درون هستی پرتاب شده و ازاین‌رو وجود او بر ماهیتش مقدم است. یالوم معتقد است انسان با وجود ویژگی‌هایی که به او داده شده و خود علت آنها نیست، موجودی آگاه است و می‌داند که مسئول خویشتن است؛ ازاین‌رو خود باید به زندگی خویش معنا ببخشد. از این منظر توجه به مرگ یکی از دغدغه‌های معناآفرین زندگی است.

در مقابل، با توجه به اندیشه علامه جعفری، به‌عنوان مفسر نهج‌البلاغه و اندیشمندی متأثر از مبانی اندیشه اسلامی، انسان در مسیری تکاملی قرار دارد و چون جزئی از هستی هدفمند است، حیات او نیز باید غایتی داشته باشد (جعفری، ۱۳۵۷-۱۳۷۸، ج ۱، ص ۶). از نظر علامه جعفری، حقیقت حیات یکی از مبانی شناخت ماهیت مرگ است و خاستگاه مرگ و زندگی انسان، به امور ملکوتی و ماورایی بازمی‌گردد. معناداری زندگی از این منظر بدان معناست که انسان جزئی از کل هستی است و زندگی او به این چند روز حیات دنیوی محدود نمی‌شود، بلکه وجودش مستند به اراده و حکمت الهی است. بنابراین، انسان هنگامی که در مسیر الهی حرکت کند، شخصیتش شکوفا می‌شود و به حیاتی معنادار دست می‌یابد (جعفری، ۱۳۵۷-۱۳۷۸، ج ۱، ص ۱۲۰).

۲-۷. خیره شدن به مرگ به جای درک حقیقت زندگی

یالوم مرگ را یکی از دغدغه‌های اگزیستانسیال می‌داند که موجب ترس انسان می‌شود. او همانند علامه جعفری، به این دغدغه مهم توجه دارد؛ بااین‌حال، نحوه مواجهه ایشان با مرگ متفاوت است. یالوم معتقد است برای غلبه بر ترس ناشی از مرگ، نباید گذرا بودن زندگی را انکار کرد؛ زیرا چنین انکاری می‌تواند به بی‌معنایی زندگی، تنگ شدن عرصه حیات درونی، تیره‌وتار شدن بصیرت، کند شدن عقلانیت و در نهایت، خودفریبی بینجامد (یالوم، ۱۳۸۸، ص ۲۴۶). از نظر یالوم، به دلیل برخورداری انسان از خودآگاهی، «انکار مرگ در هر سطحی منجر به انکار ماهیت اساسی انسان می‌شود. همچنین محدودیت فراگیر آگاهی و تجربه را به دنبال دارد» (یالوم، ۱۳۹۴، ص ۶۰). ازاین‌رو باید با مرگ روبه‌رو شد و به آن «خیره نگریست». همان‌گونه که از عنوان کتاب او نیز برمی‌آید، نحوه مواجهه با مرگ چنین است:



نقد و بررسی دونالدلیسم مرگ و زندگی در سازه معناداری در رمان‌های اروین یالوم با تکیه بر اندیشه علامه جعفری

«خیره شدن به چهره مرگ با راهنمایی، نه فقط هراس را فرومی‌نشاند، بلکه زندگی را تند و تیزتر، گران‌بهاتر و حیاتی‌تر می‌کند. چنین برداشتی از مرگ به دستور زندگی منجر می‌شود؛ به این منظور به چگونگی تشخیص و به‌کار بستن تجارب برانگیزاننده پرداخته‌ام» (یالوم، ۱۳۸۸، ص ۲۴۶).

در مقابل، از نظر علامه جعفری، انسان پیش از آنکه بتواند مرگ را درک کند، باید به شناخت حیات دست یابد و از آن بهره‌برداری کند. این شناخت زمانی حاصل می‌شود که انسان از حیات طبیعی فراتر رود و حقیقت زندگی را دریابد. از سوی دیگر، شناخت کامل زندگی حقیقی در گرو مرگ‌آگاهی است؛ زیرا میان این دو جدایی وجود ندارد. اگر اندیشه فرد بر این مبنا باشد که همه چیز در همین زندگی دنیوی و در لذت و رنج چندروزه آن خلاصه می‌شود، طبیعی است که مرگ را پدیده‌ای رنج‌آور بیندارد. علامه معتقد است مرگ نگران‌کننده، مرگی است که انسان در برابر حوادث ناخودآگاه، عوامل طبیعی و خواسته‌های حیوانی تسلیم باشد (جعفری، ۱۳۵۷-۱۳۷۸، ج ۸، ص ۴۰۸-۴۰۹). از این رو حقیقت مرگ را می‌توان در بلوغ و پختگی انسان دانست؛ گویی بدن انسان در دوران حیات، همچون غنچه‌ای است که با مرگ شکوفا می‌شود (جعفری، ۱۳۸۱، ص ۱۸۶). بر اساس این تلقی از مرگ و حیات، مرگ‌آگاهی نه تنها زندگی را بی‌معنا نمی‌کند، بلکه زندگی معنادار در گرو مرگ‌آگاهی است.

۷-۳. نقش کارکردی دین به جای نقش بالاصاله

توجه به دین و نقش آن در معناداری زندگی در اندیشه یالوم رویکردی کارکردگرایانه است که دین بالاصاله نقش ایفا نمی‌کند بدین معنی که یالوم خود را پایبند دین و آیین خاصی نکرده است که این امر ناشی است نوع رفتار دیندارانه‌ای است که در زندگی شخصی خود (از مهارت‌های خام فضل فروشانه‌ی معلم‌های تعلیمات دینی ابتدایی) تجربه کرده است (همان، ص ۱۶۹-۱۷۰). همچنین وی علت اصلی این نوع نگاه به دین را تصادفی دانستن آفرینش و هدفمند نبودن آن دانسته است (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۱۷۰). با وجود چنین نگرشی کارکردهایی چون احساس خوب، آرامش خاطر، پرهیزکاری (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۱۷۷) و فرونشاندن اضطراب (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۴۳) را برای دین برمی‌شمرد. تکیه بر شالوده اخلاق به جای دین موجب می‌شود دیگر نیازی به دین احساس نشود (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۱۷۷).

توجه به دین و نقش آن در معناداری زندگی در اندیشه یالوم، رویکردی کارکردگرایانه دارد؛ به این معنا که دین



فی نفسه و به طور ذاتی نقشی در معناداری زندگی ایفا نمی کند. یالوم خود را به دین و آیین خاصی مقید نمی داند و این امر را ناشی از تجربه ای می داند که از رفتار دین دارانه در زندگی شخصی خود داشته است؛ تجربه ای که از «مهارت های خام فضل فروشانه معلم های تعلیمات دینی ابتدایی» متأثر بوده است (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۱۶۹-۱۷۰). همچنین، وی علت اصلی این نوع نگاه به دین را تصادفی دانستن آفرینش و هدفمند نبودن آن می داند (یالوم، ۱۳۸۸، ص ۱۷۰).

باوجود چنین نگرشی، یالوم کارکردهایی همچون ایجاد احساس خوب، آرامش خاطر و پرهیزکاری را برای دین برمی شمرد (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۱۷۷) و آن را در فرونشاندن اضطراب نیز مؤثر می داند (یالوم، ۱۳۸۹، ص ۴۳). باین حال، از نظر او، تکیه بر شالوده اخلاق به جای دین موجب می شود انسان دیگر نیازی به دین احساس نکند (یالوم، ۱۳۸۸، ص ۱۷۷).

اما از نظر علامه جعفری، دین تنها راه کامل و جامع برای معناداری زندگی است. اگرچه عمل بر اساس تکالیف دینی یکی از راه های معنادار شدن زندگی به شمار می رود، علامه «حیات معقول» را صورت کامل زندگی دین دارانه و نظام عملی یک زندگی معنادار می داند (جعفری، ۱۳۵۷-۱۳۷۸، ج ۲، ص ۱۲-۱۳). به تعبیر دیگر، دین از ظرفیت معنادار کردن زندگی برخوردار است. هدفی که علامه جعفری در نظام «حیات معقول» ترسیم می کند، فراتر از شنون زندگی طبیعی انسان است و همان هدف اعلای حیات به شمار می رود که عبارت است از: «قرار گرفتن در جاذبه کمال ربوبی به وسیله تکاپوی آگاهانه و آزادانه» (جعفری، ۱۳۸۱، ص ۴۹). بنابراین، «حیات معقول» نظامی است که علامه در پرتو آن، فعالیت های فکری و اعتقادی و سطوح مختلف زندگی انسان را جهت دهی می کند (جعفری، ۱۳۷۵، ص ۶) و از این طریق، زمینه معناداری زندگی را فراهم می سازد.

۴-۷. جعل به جای کشف

یکی از مهم ترین مباحث معنای زندگی در میان فیلسوفان اگزیستانسیالیست غرب، بحث کردن از کشف یا جعل معناست. منظور از کشف کردن معنای زندگی، یعنی، از قبل برای انسان معنا و هدفی در جهان مهیا شده است تا انسان آن را بجوید. همچنین منظور از جعل کردن معنای زندگی، یعنی از قبل هیچ برنامه و هدفی برای انسان مهیا



نشده است تا انسان آن را بجوید و این تنها خود انسان است که باید برای زندگی خود، به لحاظ سیر درونی و آنفسی معنا خلق کند. بر اساس این دو نظر، یالوم به گروه دوم تعلق دارد، یعنی معتقد است: جهان ذاتاً بی‌معناست و قرار گرفتن در موقعیت‌های اگزستانسیال، مسئولیت جعل معنا را به انسان می‌دهد؛ اما از نظر علامه جعفری با توجه به رویکرد الهی و هدفمندی جهان هستی، معنا جعل کردنی نیست؛ بلکه بر اساس حکمت و اراده الهی، جهان هدفمند خلق شده است و این هدفمندی در خود معنادار بودن را دارد یعنی اجازه نمی‌دهد تفکر پوچ‌گرایی و بی‌معنایی بر زندگی غلبه کند از این رو زندگی دارای هدف است (جعفری، ۱۳۵۷-۱۳۷۸، ص ۲۱۱). زمانی که انسان در راستا هدف زندگی کند این زندگی معنادار است (جعفری، ۱۳۶۶، ص ۳۲). از این رو می‌توان گفت علامه معنا را باهدف مترادف دانسته‌اند و هدف در چنین حالتی قابل کشف خواهد بود نه جعل کردنی.

یکی از مهم‌ترین مباحث، معنای زندگی در میان فیلسوفان اگزستانسیالیست غرب، مسئله «کشف» یا «جعل» معناست. منظور از کشف معنای زندگی آن است که معنا و هدف زندگی انسان از پیش در جهان مهیا شده است و انسان باید آن را بجوید. در مقابل، جعل معنای زندگی بدین معناست که از پیش، هیچ برنامه و هدفی برای انسان تعیین نشده است و خود انسان باید برای زندگی خویش، در سیر درونی و آنفسی، معنا خلق کند.

بر اساس این دو دیدگاه، یالوم به گروه دوم تعلق دارد؛ یعنی معتقد است جهان ذاتاً بی‌معناست و قرار گرفتن انسان در موقعیت‌های اگزستانسیال، مسئولیت جعل معنا را بر عهده او می‌گذارد. در مقابل، از نظر علامه جعفری، با توجه به رویکرد الهی و هدفمندی جهان هستی، معنا، جعل کردنی نیست، بلکه جهان بر اساس حکمت و اراده الهی، هدفمند آفریده شده است و همین هدفمندی، مستلزم معناداری هستی است و اجازه نمی‌دهد تفکر پوچ‌گرایانه و بی‌معنایی بر زندگی غلبه کند. از این رو زندگی، دارای هدف است (جعفری، ۱۳۵۷-۱۳۷۸، ص ۲۱۱) و هنگامی که انسان در راستای این هدف زندگی کند، زندگی او معنادار خواهد بود (جعفری، ۱۳۶۶، ص ۳۲). بنابراین می‌توان گفت علامه جعفری معنا را در پیوند با هدف تبیین می‌کند و در چنین چارچوبی، هدف زندگی، امری قابل کشف است، نه جعل کردنی.



نتیجه گیری

دغدغه بودن مرگ برای انسان در میان هر دو اندیشمند مشترک است، اما نحوه مواجهه آنان با این اضطراب متفاوت است. علامه جعفری، بر مبنای تفکر خدامحورانه خود، از رویکردی شهودی برای تبیین این مسئله بهره می گیرد و معتقد است مرگ آگاهی زمانی می تواند به معناداری زندگی بینجامد که در چارچوب «حیات معقول» مورد توجه قرار گیرد. در مقابل، یالوم با اتخاذ رویکردی طبیعت گرایانه و از طریق مواجهه و کنار آمدن با دلواپسی مرگ، می کوشد انسان را به بهره گیری هر چه بیشتر از زندگی کنونی رهنمون شود.

هر دو متفکر به نوعی، به اصالت وجود پایبندند؛ با این حال، این اصل در اندیشه آنان، با وجود برخی اشتراکات، تفسیر متفاوتی می یابد. علامه جعفری انسان را در مسیر سیر و تکامل می داند و معتقد است که چون انسان جزئی از هستی هدفمند است، حیات او نیز باید غایتی داشته باشد. در مقابل، از نظر یالوم، وجود انسان فاقد نقشه ای از پیش تعیین شده است، بلکه انسان موجودی است که به درون هستی پرتاب شده و قرار گرفتن در موقعیت های اگزستانسیال، مسئولیت جعل معنا را بر عهده او می گذارد. از این رو، یالوم بر این باور است که انسان باید معنای زندگی خویش را جعل کند؛ در حالی که از نظر علامه جعفری، معنا و هدف زندگی از پیش در نظام هستی تعیین یافته و انسان باید آن را کشف و در مسیر تحقق آن حرکت کند.

تأثیر مرگ آگاهی در زندگی معنادار نیز میان هر دو اندیشمند مشترک است. در نگاه علامه جعفری و یالوم میان زندگی و مرگ پیوند وجود دارد؛ به نحوی که اگر مرگ به عنوان حقیقتی کاملاً مستقل و بی ارتباط با زندگی در نظر گرفته شود با فرارسیدن مرگ، زندگی بی معنا خواهد بود. جعفری معتقد است که معناداری مرگ و زندگی، در ارتباط با یکدیگر است. بدون یک زندگی معنادار، مرگ، معنادار نخواهد بود و بدون ارائه تفسیری معقول از مرگ هم نمی توان زندگی را معنادار دانست. اگر مرگ معنادار باشد، یعنی به دنبال آن، حیات دیگری باشد، زندگی آدمی می تواند معنادار باشد. در واقع، بدون پذیرش حیات پس از مرگ، زندگی توجیه منطقی پیدا نمی کند. وی مرگ و زندگی را دو حقیقت جدا از هم نمی داند. به عقیده ایشان قبل از آنکه انسان مرگ را درک کند باید به شناخت حیات برسد و از آن استفاده کند و این شناخت در صورتی اتفاق می افتد که انسان بتواند از حیات طبیعی بگذرد و حقیقت زندگی را درک کند. یالوم



مرگ را یکی از دغدغه‌هایی اگزیستانسیالی می‌داند که موجب ترس بشر شده است او هم مانند علامه جعفری به این دغدغه مهم توجه دارد؛ اما نحوه مواجهه با مرگ از نظر یالوم متفاوت است. وی برای غلبه بر ترس ناشی از مرگ، معتقد است نباید گذرا بودن زندگی را انکار کنیم تا موجب بی‌معنایی زندگی و تنگ شدن عرصه‌ی زندگی درونی، تیره‌وتار شدن بصیرت، کند شدن عقلانیت و سرانجام خودفریبی شود؛ بلکه بهترین راه، مواجهه و روبه‌رو شدن با مرگ است همان چیزی که یالوم از آن به «خیره شدن» یاد می‌کند. نکته مهم‌تر اینکه تحلیل دوگانه مرگ و حیات در اندیشه یالوم، در پرتو نگاه به همین حیات دنیوی صورت می‌گیرد درحالی‌که علامه با طرح ایده «حیات معقول» یا به تعبیری دیگر حیات معنادار مرگ را وارد سازه معناداری می‌کند به‌گونه‌ای که همین حیات طبیعی محض هم ارزش زیستن پیدا می‌کند.

تأثیر مرگ‌آگاهی بر زندگی معنادار نیز در اندیشه هر دو اندیشمند مشترک است. در نگاه علامه جعفری و یالوم، میان زندگی و مرگ پیوندی وثیق وجود دارد؛ به‌گونه‌ای که اگر مرگ به‌عنوان حقیقتی مستقل و بی‌ارتباط با زندگی در نظر گرفته شود، با فراسیدن آن، زندگی بی‌معنا خواهد شد. از نظر علامه جعفری، معناداری مرگ و زندگی در ارتباط متقابل با یکدیگر شکل می‌گیرد؛ بدین معنا که بدون یک زندگی معنادار، مرگ نیز معنادار نخواهد بود و بدون ارائه تفسیری معقول از مرگ، نمی‌توان زندگی را معنادار دانست. اگر مرگ، معنادار باشد، یعنی در پی آن حیاتی دیگر وجود داشته باشد، زندگی انسان نیز می‌تواند معنادار باشد. در واقع، از نظر وی، بدون پذیرش حیات پس از مرگ، زندگی از توجیه منطقی برخوردار نخواهد بود. ازاین‌رو، علامه مرگ و زندگی را دو حقیقت جدا از یکدیگر نمی‌داند و معتقد است انسان پیش از آنکه بتواند مرگ را درک کند، باید به شناخت حیات دست یابد و از آن بهره‌برداری کند. این شناخت نیز زمانی حاصل می‌شود که انسان بتواند از حیات طبیعی فراتر رود و حقیقت زندگی را دریابد.

یالوم نیز مرگ را یکی از دغدغه‌های اگزیستانسیال و منشأ ترس انسان می‌داند و همانند علامه جعفری، به این دغدغه مهم توجه دارد؛ بااین‌حال، نحوه مواجهه او با مرگ متفاوت است. یالوم برای غلبه بر ترس ناشی از مرگ، بر این باور است که نباید گذرا بودن زندگی را انکار کرد؛ زیرا چنین انکاری می‌تواند به بی‌معنایی زندگی، تنگ شدن عرصه زندگی درونی، تیره‌وتار شدن بصیرت، کند شدن عقلانیت و در نهایت، خودفریبی بینجامد. از نظر او، راه مناسب



سال یازدهم، شماره بیست یکم، بهار و تابستان ۱۴۰۵

مواجهه با این ترس، رویارویی مستقیم با مرگ است؛ چیزی که یالوم از آن با تعبیر «خیره شدن» یاد می‌کند. نکته مهم‌تر آن است که تحلیل دوگانه مرگ و حیات در اندیشه یالوم، بیشتر در چارچوب همین حیات دنیوی صورت می‌گیرد؛ درحالی‌که علامه جعفری با طرح ایده «حیات معقول» یا، به تعبیری، حیات معنادار، مرگ را نیز در ساختار معناداری زندگی وارد می‌کند؛ به گونه‌ای که همین حیات طبیعی محض هم ارزش زیستن پیدا می‌کند.



نقد و بررسی دونا لیسیم مرگ و زندگی در سازه معناداری در رمان‌های اروین یالوم با تکیه بر اندیشه علامه جعفری

منابع و مآخذ

- آبیار، زهرا؛ حسینی حجازی، فاطمه سادات؛ شیر، زهرا (۱۳۹۸). «کارکردهای اخلاقی مرگ‌آگاهی در زندگی معنادار، از دیدگاه علامه جعفری». مطالعات اخلاق کاربردی، سال ۹، شماره ۳۳، صص. ۹۵-۱۱۹.
- ایمانی‌فر، حمیدرضا؛ بستان، قاسم؛ دودمان، فرح؛ رئیسی، روح‌الله (۱۳۹۰). «مواجهه با مرگ از دیدگاه قرآن و روان‌شناسی». پژوهش‌های میان‌رشته‌ای قرآن، سال ۲، شماره ۴، صص. ۶۵-۷۲.
- بیات، عبدالرسول (۱۳۹۸). فرهنگ واژه‌ها: درآمدی بر مکاتب و اندیشه‌های معاصر. تهران: سمت.
- جعفری، محمدتقی (۱۳۶۰). ترجمه و تفسیر نهج‌البلاغه. تهران: دفتر نشر و فرهنگ اسلامی.
- جعفری، محمدتقی (۱۳۶۱). حیات معقول. تهران: انتشارات بنیاد انتقال به تعلیم و تربیت اسلامی.
- جعفری، محمدتقی (۱۳۶۶). تفسیر و نقد و تحلیل مثنوی. تهران: انتشارات اسلامی.
- جعفری، محمدتقی (۱۳۶۸). فلسفه و هدف زندگی. تهران: کتابخانه صدر.
- جعفری، محمدتقی (۱۳۵۷-۱۳۷۸). ترجمه و تفسیر نهج‌البلاغه، ج ۲، ۶، ۷، ۸، ۱۳ و ۱۵. تهران: دفتر نشر و فرهنگ اسلامی.
- جعفری، محمدتقی (۱۳۷۵). رساله زیبایی و هنر از دیدگاه اسلام. تهران: نشر کرامت.
- جعفری، محمدتقی (۱۳۸۱). امام حسین شهید فرهنگ، پیشرو انسانیت. تهران: مؤسسه تدوین و نشر آثار علامه جعفری.
- جعفری، محمدتقی (۱۳۹۳). تحلیل شخصیت خیام. تهران: مؤسسه تدوین و نشر آثار علامه جعفری.
- عزیزی، میلاد و علی عباس زمانی، امیر (۱۳۹۴). «بررسی دیدگاه اروین یالوم درباره ارتباط دغدغه‌های وجودی، مرگ‌اندیشی و معنای زندگی». پژوهش‌های هستی‌شناختی، سال ۴، شماره ۸، صص. ۱۹-۳۷.
- مک‌کواری، جان (۱۳۷۶). فلسفه وجودی. ترجمه سعید حنایی کاشانی. تهران: انتشارات هرمس.
- متر، تدئوس (۱۳۸۷). «آثار جدید درباره معنای زندگی». ترجمه محسن جوادی. نقد و نظر، سال ۸، شماره‌های ۱ و ۲، صص. ۲۶۷-۳۱۳.
- نصری، عبدالله (۱۳۸۳). تکاپوگر اندیشه‌ها: زندگی، آثار و اندیشه‌های استاد علامه محمدتقی جعفری. تهران: انتشارات پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی.
- نوالی، محمود (۱۳۷۳). فلسفه‌های اگزیستانس و اگزیستانسیالیسم تطبیقی. تبریز: دانشگاه تبریز.
- نیچه، فریدریک ویلهلم (۱۳۵۲). چنین گفت زرتشت: کتابی برای همه و هیچ‌کس. ترجمه داریوش آشوری. تهران: آگه.
- هاشمی، زهرا سادات؛ علی عباس زمانی، امیر؛ مهدی، خوش‌طینت، ولی‌الله (۱۳۹۷). «مرگ‌اندیشی از منظر اروین یالوم و تأثیر آن بر معنا بخشی به زندگی». قبسات، شماره ۸۸، صص. ۱۲۱-۱۵۰.
- هایدگر، مارتین (۱۳۸۶). هستی و زمان. ترجمه سیاوش جمادی. تهران: ققنوس.



سال یازدهم، شماره بیست و یکم، بهار و تابستان ۱۴۰۵

- یالوم، اروین (۱۳۷۵). روایت‌هایی از روان‌درمانی: روان‌شناسی وجودی. ترجمه مهشید یاسایی. تهران: نشر آمون.
- یالوم، اروین (۱۳۸۶). دژخیم عشق. ترجمه مهشید یاسایی. تهران: نشر آزمون.
- یالوم، اروین (۱۳۸۶). و نیچه گریه کرد. ترجمه مهشید میرمعزی. تهران: نشر نی.
- یالوم، اروین (۱۳۸۸). خیره به خورشید. ترجمه اورانوس قطبی نژاد آسمانی و پروانه والی. تهران: ایران‌بان.
- یالوم، اروین (۱۳۸۹). مامان و معنای زندگی. ترجمه سپیده حبیب. تهران: قطره.
- یالوم، اروین (۱۳۹۱). درمان شوپنهاور. ترجمه حمید طوفانی و زهرا حسینیان. مشهد: ترانه.
- یالوم، اروین (۱۳۹۴). روان‌درمانی اگزیستانسیال. ترجمه سپیده حبیب. تهران: نشر نی.
- یالوم، اروین (۱۴۰۳). آنگه که خود را یافتم. تهران: ققنوس.
- یالوم، اروین و روتلن جاسلسن (۱۳۸۹). روان‌درمان قصه‌گو. ترجمه سپیده حبیب. تهران: نشر دانژه.



- Becker, E. (1973). *The Denial of Death*. New York: Free Press.
- Gray, J. Glenn (1951). "The Idea of Death in Existentialism." *The Journal of Philosophy*, 48(5), p.113–127.
- Kübler-Ross, E. (1969). *On Death and Dying*. New York: Scribner.
- Neimeyer, R. A. (2000). "Narrative Strategies in Grief Therapy." *Journal of Constructivist Psychology*, 13(1), p.83–90.
- Pyszczynski, T., Greenberg, J., & Solomon, S. (2004). *In the Wake of 9/11: The Psychology of Terror*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Wong, P. T. P., & Wong, L. C. J. (2012). *The Human Quest for Meaning: A Handbook of Psychological Research and Clinical Applications*. New York: Routledge.
- Yalom, I. D. (2008). *Staring at the Sun: Overcoming the Terror of Death*. San Francisco: Jossey-Bass