

۴ - ایران باستان و رواندرمانی

آنچه درباره ایران باستان و آداب و سنن آنست، تا آنجا که اطلاع از آن بکار رواندرمانی می‌خورد، در جریان مباحث این مجموعه خواهد آمد. فرآیندهای روانزندی و روان‌پریشی و درمان آنها از اوهام، ترسها و باوریهای مردمی جدا نیست بیشترین آنها در حول و حوش آئین زردشت گرد آمده است. اجداد ما از سازندگان و صادر کنندگان دین بودند: آئین مزدک و مانی و پیش از آنها میترائیسم^۱ نمونه‌هایی از آنست. هنوز در زبان روزمره، آداب و عادات سالیانه، ماهانه، هفتگی و شبانه‌روزی ما، در مناطق مختلف، آثار این ادیان دیده می‌شود.

انسان و اهورا مزدا:

زرتشت این باوری را آورد که اگر انسان بنا به سرشت خود که نیکی و راستی است رفتار کند روان و خرد او با روان و خرد کل هستی که همان اهورا مزدا است یگانه می‌گردد. راه رسیدن به جاودانگی یا امسرات (امرداد) آنست که از درجات روحانی و معنوی ششگانه (شش امشاسپندان) بگذریم. اینها شش فرزند، اهورائی هستند:

- ۱- اشا و هیشتا (راستی و پاکی)
- ۲- هومن (منش پاک)
- ۳- خشتروئیریه (سلطنت اهورایی)
- ۴- سپنتا آریمنی (عشق و محبت و فروتنی)
- ۵- هروتات (کمال در این جهان)
- ۶- امرتات (بی‌مرگی و جاودانگی)^۲

زرتشت در گاته‌ها چنین راز و نیاز می‌کند:

"پروردگارا چه شگرف است نیروی تو چقدر آرزو دارم ای خداوند خردها با کردار نیک و خدمت به بشر و در پرتو راستی و منش و دستگیری از وارستگان و بیچارگان به تو پیوندم. پروردگارا از تو می‌پرسم هرگاه شخصی نیک‌اندیش و با تاب و توان در راه پیشرفت خانه و کشور و پیشرفت راستی و درستی کوشش کند از وصال تو برخوردار خواهد گردید؟ ای مزدا اهورا، کی و چگونه چنین آرزویی برآورده خواهد شد؟"^۳

^۱ آئین میترا، تالیف مارتن و مارزن، ترجمه بزرگ نادرزاده، انتشارات دهخدا ۱۳۴۵ صفحه ۵ تا ۱۱.

^۲ فروغ مزدیسنی، ارباب کیخسرو و شاهرخ - چاپ سوم ۱۳۴۰ صفحه ۲۱۲-۲۵۲

انسان و جهان عرصه ستیزه و جنگ سپنتامن "من نیک و مقدس" با "منش زشت" یا اهرمن است. وظیفه آدمی آنست که با اعمال خود موجب شود که سرانجام منش پاک بر منش ناپاک پیروز شود. واژه (من) که در دو واژه سپنتا من و اهرمن آمده است در زبانهای باستانی ایران به معنای "اندیشه" است که امروز در واژه "بهمن" و "دشمن" بجای مانده است. واژه‌های "وهو" و "وه" به معنای نیک است و واژه "بهمن" که در اصل "وهومن" بوده است به معنای نیک اندیش است. واژه "دش" که در واژه "دشنام" و "دشمن" بجای مانده یعنی زشت و دشمن یعنی زشت‌اندیش و دشنام یعنی زشت نام. واژه "Mind" انگلیسی و "معنی" عربی با "من" فارسی به معنی اندیشه از یک ریشه است.

"انکره" یعنی پلید و ناپاک که این واژه در زبان پهلوی "آهر" شده است، بنابراین "اهرمین" یا "اهریمن" با "اهرمین" همان "انکره مینو" است که به معنی اندیشه و خرد ناپاک و پلید است. واژه "سپنتا" به معنای "مقدس" است.

سپنتا مینو و اهرمن دو گوهر همزادند که در تمام نموده‌های هستی وجود دارد و پیوسته درحال ستیزه‌اند و سرانجام سپنتا مینو بر انکره مینو پیروز می‌گردد و روشنائی و داد و راستی بر جهان گسترده می‌شود. در گاته آمده است:

((هنگامی که آن دو گوهر به هم رسیدند زندگی و نازندگی پدید آورند، هواخواهان دروغ و تبهکاران به بدترین وضع روانی دچار و طرفداران راستی و نیکوکاری از بهترین منش با راحتی خیال برخوردار خواهند گردید و این امر تا پایان هستی ادامه خواهد یافت)).

"از میان این دو گوهر دیوهای بدی را در خوبی درست بازشناخته‌اند، چه هنگامیکه آنان با هم در گفت و شنود بودند فریب به آنان فرا رسید، آنچنان که منش بدتر را برگزیدند، آنگاه با هم بسوی خشم شتافتند تا زندگی مردم را تباہ کنند."

تصور اینکه انسان صحنه کارزار فرشتگان خوبی و بدی است در تاریخ رواندرمانی اهمیت، زیاد دارد. انسان بابلی، آشوری و مصری به عفریت‌ها معتقد بودند اما هیچگاه تصور مبارزه عفریت بدی و خوبی را در وجود انسان نداشتند. این اندیشه به یهودیان و مسیحیان

^۳ از قدیمترین و اصیلترین آثار باقی مانده از آئین زرتشت است که بوسیله ابراهیم پورداود با عنوان (ترجمه گاتها) به چاپ رسیده است. و نسخه دیگری از آن به وسیله موبد فیروز آذرگشسب در دست ترجمه است.

^۱ گاتها سرودهای زرتشت، ترجمه و تفسیر فیروز آذرگشسب، انتشارات فروهر ۱۳۵۱-ص ۲۶۵ و ۲۶۶

سرایت کرد و تا این اواخر روانپزشی‌ها را نتیجه تسلط عفریت یا ارواح پلید بر وجود فرد می‌دانستند. بخشی از کتاب مقدس اوستا، باعنوان و ندیداد برای مبارزه با ارواح پلید است که در آن دستوراتی اخلاقی، پزشکی برای مبارزه با بیماری‌ها داده شده است. در آنجا می‌خوانیم که ارواح اهریمنی موجب بیماری می‌شوند.

مرگ و رستاخیز^۱

همین که شخص می‌میرد روح او بعد از سه شبانه‌روز ارتباط خود را با جسم برقرار می‌کند جسم و جان مردگان در این مدت در عذاب و راحتی شریک‌اند. در صبح چهارم اگر آن مرد نیکوکار باشد بادی خوش بو به او می‌وزد و اگر بدکار باشد بادی متعفن و ناراحت کننده. این بادهای مرده نیکوکار را به نزد جوانی هدایت می‌کند و بدکار را به کنار پیروزنی می‌نشانند درحالی که اولی و دومی جوانی یا پیری حقیقی و دنیائی نیستند، بلکه آن دو صورتی از اعمال و کارهای خوب اوست که به شکل جوان و پیر درآمده است. آن دو صورت او را بسوی میزان، حساب و دادگاه می‌کشاند.

در این دادگاه سه داور که در میان ایشان (میترا) قرار دارد ایستاده‌اند و با میزانی که در دست دارند نیکی و بدی او را می‌سنجند. در این بخش همه بديها و همه خوبیها را با هم می‌سنجند و کفه هرکدام چربید نتیجه کار معلوم می‌شود زیرا در دیانت زردشت آمرزش و توبه از گناه وجود ندارد. زیرا این دین فقط بر عدالت پایه گذاری شده نه بر رحمت و بخشش. پس از صدور حکم دادگاه بر له و یا علیه چنین کسی اگر پاداش او نیکو است و در ردیف پاکان شمرده شد از راهی که بسیار وسیع است و بر بالای جهنمی تاریک کشیده شده می‌گذرد و به سوی نوری که اهورا مزدا در آنجا به استقبالش می‌آید روانه می‌شود. این پاداش پس از انجام (کارنیک، گفتارنیک و اندیشه نیک) به او می‌رسد و او در پناه (مزدا) به سعادت ابدی می‌رسد.

سپس همان راهی که بر نیکوکاران فراخ بود بر بدکاران چنان تنگ می‌شود که مانند مویی باریک چون پرتگاهی خطرناک است و از همانجا در جهنم تاریکی سقوط می‌کند بطوری که در میان دیگران خود را در رنج و تنهایی سخت احساس می‌کند.

^۱ پژوهش در آرمان پارسائی در ایران، نوشته دکتر حسین وحید، چاپ دوم، انتشارات فروهر ۱۳۵۳،

اما کسانی که نیکی و بدیهایشان برابر باشد در میان آسمان و زمین سرگردان و از تمام تغییرات هوا یعنی سرما و گرمای شدید در رنج و عذاب سخت قرار می‌گیرند اینان همواره در، آرزوی نجات و رهائی از سرگردانی و شکنجه هستند.

تصویر نهائی از حیات دیگر در یشت‌ها چنین است:^۱

"تا که آنان گیتی را نوسازند، (یک گیتی) پیر نشدنی، نمردنی، نگندیدنی، نبوسیدنی، جاودان زنده، جاودان بالنده و کامروا، در آن هنگامی که مردگان دیگر باره برخیزند و پرنندگان به بی‌مرگی روی کنند پس آنگاه او (سوشیانت) بدرآید و جهان را به آرزوی خویش تازه کند."

درمانگری:

پزشکی در ایران باستان^۲ دارای شیوه‌ها و دستورالعمل‌های ویژه بوده است.^۳ از پزشکان مشهوری مانند تریتا^۴ (و فریدون بعنوان مؤسسین آن نام برده شده است. درمانها بوسیله گیاهان، آتش و سخن صورت می‌گرفته است.

روان‌درمانی سخن:

در تاریخ روان‌درمانی این نخستین بار است که با شیوه‌ای از روان‌درمانی رسمی و رایج مواجه می‌شویم. روان‌درمانی با سخن، همراه با آگاهی و نظم ویژه‌ای که بنحو حیرت‌آوری، تجربه و دانش آدمی را بکار می‌گیرد. این نکته که سخن درمان کننده است را در میان تمام ملل و تمدنها با تشکیل اوراد، اذکار، دعاها، سرودها می‌بینم. اما این افتخار را پدران ماداشته‌اند. که راز نهفته سخن را در درمان جسم و روان کشف کنند و آن را وسیله و شیوه‌ای رسمی در میان سایر وسایل درمانی بشمار آورند و بکار گیرند. ما حق داریم که درمان با سخن را آنطوری که در فصول دهم و یازدهم و نوزدهم اوستا آمده است گامی بلند بدانیم که از فاصله هزاران سال به روزگار ما گذاشته شده است و امروز لاکان^۵ فیلسوف و روان‌کاو معاصر فرانسوی و شاگردان او سخن را معرف ساخت و نمایشگر کیفیت روان‌زندی و روان‌پزشکی و وسیله درمان آن‌ها می‌دانند. نظم و شیوه حساب شده سخن‌درمانی آنطوری که در اوستا آمده

^۱ یشتها، گزارش پورداود، انتشارات دانشگاه تهران ۱۳۵۶، صفحه ۳۳۲، جلد دوم

^۲ پزشکی در ایران باستان، تالیف سهراب خدابخشی

^۳ یکتاپرستی در ایران باستان - تالیف اورنگ - انتشارات ارتش، ۱۳۳۷ صفحه ۲۵۴

^۴ Thritha

^۵ Lacan

همانند نظام هندسه اقلیدسی به صورت یک طرح کلی در اغلب شیوه‌های روان‌درمانی و تلقینی^۱ اثر خود را حفظ کرده است. بدلیل اهمیت این پدیده سعی می‌کنیم فصلهائی از وندیداد را که در این باره است با تغییراتی اندک نقل کنیم.

سخن درمانی

سخن درمانی^۲ شیوه‌ای از روان‌درمانی است که بر نظریه‌های آدلر^۳ و هستی‌گرایان^۴ متکی است. علاوه بر آن اصطلاحات دیگری مانند (درمان گویائی کودکان^۵)، (ترس از سخن گفتن^۶)، (بیماری پرگوئی^۷)... را بکار می‌بریم که در مجموعه نمایانگر پهناوری آسیب‌های روانی و درمانی است که امروز بر گویائی و سخن متکی است. با برخی از این اصطلاحات در بخشها و فصول این مجموعه آشنا خواهیم شد.

مبارزه با دیو بوسیله کلام ایزدی (فصل دهم از وندیداد اوستا^۸)

۱- زردشت از اهورا مزدا پرسید و گفت: ای اهورامزدا، ای خرد نیکوکار ای آفریننده جهان جسمانی و ای مقدس، بگو بدانم، چگونه می‌توانم با دروج ناسو که از جسد مرده به زنده حمله می‌کند مبارزه نمایم. چگونه می‌توانم با دروج ناسو که از جسد مرده بیرون آمده و با زنده محشور می‌شود مبارزه نمایم.

۲- اهورا مزدا پاسخ داد و گفت:

- باید کلام گاتها را به آواز بلند در دو بار تلاوت نمائی
 - باید کلام گاتها را به آواز بلند در سه بار تلاوت نمائی
 - باید کلام گاتها را به آواز بلند در چهار بار تلاوت نمائی
- سخنهایی که باید دوبار تلاوت کرد:

^۱ Subjectif

^۲ Logotherapie

^۳ Adler

^۴ Existentialistes

^۵ Logopedie

^۶ Logophobic

^۷ Logorrhee

^۸ مجموعه قوانین زردشت یا وندیداد اوستا، تالیف جیمس دارمستر، ترجمه دکتر موسی جوان، انتشارات رنگین ۱۳۴۲- ص ۱۹۵

- ای آفریننده جهان جسمانی و ای مقدس، بگو بدانم، کدام است کلام گاتها که در دوبار باید تلاوت نمود.

- اهورا مزدا پاسخ داد و گفت، این است کلام گاتها که باید دوبار خوانده شود. این کلام را به آواز بلند در دو بار تلاوت کن.

اهمیه یسا Ahga Yasa اوروانم Urvanen (یستا ۲۷ بند ۲)

هموصه تانم Humarteram مسهی Mahi (یستا ۳۵ بند ۲)

.....

.....

- پس از خواندن این بیشمروتها^۱ فیروزمند و درمان دهنده زیر، را به آواز بلند تلاوت نمائی:

"من اهریمن را از این خانه، از این برزن، از این بخش و از این کشور بیرون می‌اندازم و حتی از تن مردی یا زنی که به جسد مرده آلوده شده بیرون می‌اندازم و از تن رئیس خانه، رئیس برزن، رئیس بخش، رئیس کشور و از تن همه مردم نیک بیرون می‌اندازم."

من دیو ناسو را بیرون می‌اندازم. من سرایت مستقیم و سرایت نامستقیم از وی را از این خانه، از این برزن، از این بخش، از این کشور و از همه مردم بیرون می‌اندازم."

سخنهایی که سه بار باید تلاوت کرد:

- ای آفریننده جسمانی و ای مقدس، بگو بدانم کدام است کلام گاتها که سه بار باید خوانده شود.

- اهورا مزدا پاسخ داد و گفت، این است کلام گاتها که در سه بار باید خوانده شود. این کلامها را به آواز بلند در سه بار تلاوت کن.

اشم و هو Ashem Vohu (یستا ۲۷ بند ۴)

یه سه ویشتو Ye Se Vishto پتی Paiti (یستا ۳۳ بند ۱۱)

.....

.....

^۱ ادعیه‌ای که از جزوات گاتها و یسا باید در دوبار خوانده شود در اصطلاح اوستا به نام بیشمروت Bishmruta و آنچه باید در سه بار خوانده شود بنام ترشمروت، Thrishmuta و آنچه باید در چهار بار خوانده شد بنا کاتریشمروت، Cathrushmuta خوانده می‌شود.

- پس از خواندن تریشمروتها باید به آواز بلند این کلامهای فیروزمند و درمان دهنده راتلاوت نمائی:

"من دیو اندرا Indra را بیرون می‌اندازم. من دیو سورو Sauru را بیرون می‌اندازم من دیو نونهیته Nonhaithya را بیرون می‌اندازم از این خانه، از این برزن، از این بخش، از این کشور و از تن هر مرد و زنی که جسد مرده ناپاک شده و از تن رئیس خانه، رئیس برزن، رئیس بخش، رئیس کشور و از تن همه مردمان نیک".

"من دیو تورو Tauru را بیرون می‌کنم. من دیو زری Zari را بیرون می‌کنم، از این خانه، از این برزن، از این بخش، از این کشور و حتی از تن مردی که به جسد مرده آلوده شده و از تن زنی که از جسد مرده ناپاک شده است. از تن رئیس خانه، رئیس برزن، رئیس بخش، رئیس کشور و از تن همه مردمان جهان بیرون می‌کنم^۱."

سخنهاییکه چهار بار باید تلاوت کرد:

- ای آفریننده جهان جسمانی و ای مقدس، بگو بدانم کدام کلام گاتها است که باید چهار بار خوانده شود.

- اهورا مزدا پاسخ داد و گفت، این است کلام گاتها که باید چهار بار خوانده شود. این کلام را به آواز بلند باید چهار بار تلاوت نمائی.

یته اهوریه^۲ (یسنه ۲۷ بند ۱۳)

مزدا آت مویی رلتوآهوم (یسنه ۳۶ بند ۱۵)

پس از خواندن ادعیه کاتروشمروت باید کلام فیروزمند و درمان دهنده زیر را تلاوت نمائی:

"من دیو خشم سلاحدار قتال را بیرون می‌کنم. من دیو اکاتاشا Akatasha را از، این خانه، از این برزن، از این کشور، و حتی از تن رئیس خانه، رئیس برزن، رئیس بخش، رئیس کشور و از تن همه مردمان نیک بیرون می‌کنم".

^۱ دیوهائی که در این متن نامبرده شده‌اند، شش دیو بزرگ هستند به منزله سرداران اهریمن می‌باشند و با شش امشاسپند برابری و رقابت می‌نمایند.

^۲ Yatha ahu vairyō

"من دیوهای ورنه (یا گیلان و دیلم) را بیرون می‌کنم. من دیو باد بسد را از این خانه، از این برزن، از این بخش، از این کشور و حتی از تن مردمی که به جسد مرده آلوده شده و از تن زنی که از جسد مرده ناپاک شده و از تن رئیس خانه، رئیس برزن، رئیس بخش، رئیس کشور و از تن مردمان نیک جهان بیرون می‌کنم."

بر انداختن دیوها و پاک کردن چیزها (فصل یازدهم ازوندیداد اوستا):

- زرتشت از اهورا مزدا پرسید و گفت: ای اهورا مزدا، ای خرد نیکوکار، ای آفریننده جهان جسمانی وای مقدس، بگو بدانم، چگونه می‌توانم خانه را تطهیر نمایم. چگونه آتش، آب، زمین، گاو، گیاه، مرد پارسا و زن پارسا، ستارگان، ماه، خورشید، روشنی بی پایان و موجودات نیک مزدا آفریده را که تخمه آنها در خیر و نیکی قرار است تطهیر نمایم؟

- اهورا مزدا پاسخ داد و گفت: ای زردشت باید کلام تطهیر را تلاوت نمائی. تو باید این کلام فیروزمند و درمان دهنده تراز همه را بخوانی و دعای اهومن وریه را پنج بار بخوانی: "تیه اهوریه - میل و اراده خداوند، دستور خیر و نیکی است که انسان را محافظت می‌کند." زردشت از اهورا مزدا پرسید و گفت: ای اهورا مزدا، ای خرد نیکوکار، ای آفریننده جهان، "کمنه مزدا - کدام حمایت گرو پشتیبان، ای مزدا برای من عطا نمودی. "که ورترم - جبهه - کدام فیرومند است که دین مزدا را حمایت می‌کند ای مزدا و ای اسفندار مذ، خواهش می‌کنم ما را از شر و مزاحمت بدکار محافظت کن."

اگر تو بخواهی خانه را طاهر سازی باید کلام زیر را به آواز بلند تلاوت نمائی: تا زمانی که بیماری در خانه مسکن گزیده حمایتگر من کسی است که خیر و نیکی تعلیم می‌دهد."

اگر بخواهی آتش را پاک نمائی این کلام زیر را به آواز بلند تلاوت کن:

"ما پیش از همه ای اهورا مزدا، آتش تو را ستایش می‌کنیم."

اگر بخواهی زمین را پاک نمائی کلام زیر را به آواز بلند تلاوت کن:

ما این زمین را همراه زنان ستایش می‌کنیم، زمینی که ما را در بر دارد و زنائی که به تو تعلق دارند ای اهورا مزدا."

.....

"من دیو پری Pairika را که روی آتش، روی زمین، روی گاو، روی گیاه می‌نشیند، برمی‌اندازم، من ناپاکی را که روی آتش، روی آب، روی زمین، روی گاو، روی گیاه می‌نشیند برمی‌اندازم.

پرنه توی Perne Twi اهرمن حقیر و پست را بیرون می‌کنم از آتش، از آب، از زمین، از گاو، از گیاه، از مرد پارسا، از زن یا از مرد از ستاره‌ها از ماه از خورشید از روشنی بی پایان و از همه موجودات نیک مزدا آفریده که تخمه آنها در خیر و نیکی قرار گرفته.

.....

 تو این کلام فیروزمند و درمان دهنده تراز همه را باید بخوانی. تو باید چهار بار دعای مزدا ات موئی را تلاوت نمائی:

"ای مزدا خواهش می‌کنم کلام خود را و اعمال نیک را برای من اعلام کن تا بوسیله اندیشه نیک بتوانم وظیفه خود را در ستایش ادا نمایم. خواهش می‌کنم ای مزدا، با توانائی و میل و اراده خودت جهان رستاخیز را ظاهر و آشکار کن".

.....
 خواهش می‌کنم ای مزدا و ای اسفندار مذ ما را از شر کسی که آزار می‌دهد محافظت کن. نابود باش ای دروج دیو آسا، نابود باش ای آفریننده دیوها، نابود باش ای کانون دیوها، نابود باش ای کسی که دیوها را بزرگ می‌پنداری، نابود باش ای دروج، نابود باش برای همیشه از مناطق شمال تا توانی جهان مادی نیک را تباہ سازی"
 ملاحظه می‌شود: آهنگ، آواز بلند، تکرار کلمات، تکرار بندها، تلقین‌ها، انتقال‌ها... از فرآیندهای رواندرمانی است که در سخن‌درمانی بکار گرفته می‌شود بیان قاطع تلقین کننده را که ناشی از الوهیت سخن‌هاست باید بر این ارزشها افزود.

نماز و پرستش

نمازها شکل سازمان یافته روزانه اوراد و دعاها است که همراه با آداب و اعمال و شرایط خاص اجرا می‌شود. اوقات نماز با نظم ویژه ای تعیین شده که بنحو تکراری و دائمی و در فرصتهای مناسب فرد را به نیایش و توبه می‌کشاند.

شبانه روز به پنج قسمت تقسیم شده بود و برای هر قسمت نماز انجام می‌گرفت:

- ۱- از برخاستن آفتاب تا نیمروز
 - ۲- از نیمروز تا سه ساعت بعد از ظهر
 - ۳- از سه ساعت بعد از ظهر تا فرو رفتن آفتاب
 - ۴- از فرو رفتن آفتاب تا نیمه شب
 - ۵- از نیمه شب تا برآمدن آفتاب
- هر یک از اوقات به نام فرشته ای نامیده می‌شود که در زمستان و تابستان اندک تفاوت می‌کند^۱ اورادی که در نمازها ذکر می‌شود الفاظ و جملات تکراری است که برای راستی، درستی، پاکی و پارسائی است. متن یکی از نمازها چنین است:^۲
- خوشنود گردانم اهورا مزدا را با شکستن و خوار کردن روح خبیث تیره دلی و زشت نهادی بوسیله نیکوکاری کردن آن جوری که بایسته نیکوکاران است. همی ستایم نیک اندیشی و نیک کرداری و نیک گفتاری را. اختیار کنم و ارجمند دارم حمله نیک اندیشی و نیک گفتاری و نیک کرداری را، خوار دارم و ترک نمایم بدانندیشی و بدگفتاری و بدکرداری را.^۳
- بخشش فرشته بهمن از آن کسی است که تنها برای رضای خدا کار کند.
- در اول نماز خاطرها به صفات اشونی و خدا پرستی متوجه می‌شود، نیایش فرشتگان پاسبان اوقات و ستایش امشاسپندان و ایزدان آغاز می‌شود و از اهورا مزدا نیروی روشن دلی و اعمال نیک و فرزندان خداپرست نیکوکار و زندگی درست و صحت تن و روان درخواست می‌گردد و سپاس بخشایشها و نعمتهای الهی بجا آورده می‌شود و در این قسمت از نماز علاوه بر اینکه می‌شناساند خدا قادر واحد چه خدائست راه خدانشناسی و خوشنود ساختن او را نیز بوسیله اندیشه و گفتار و کردار نیک و پاکی و راستی و داد و دهش عملاً خاطر نشان می‌کند.

توبه:

توبه بخشی از نمازها را شامل می‌شده است. در قسمت دوم نماز شبانه‌روزی توبه و استغفار از دشمت، دوزخت، دژورشت یعنی اندیشه و گفتار و کردار زشت و ناسزا است. به این معنی که شخص نمازگزار می‌گوید: ای خدای بزرگ هرگاه دانسته و نادانسته گناهی از

^۱ فروغ مزدیسنی، ارباب کیسخر، چاپ سوم ۱۳۴۰ صفحه ۶۸

^۲ آئین مزدیسنی، ارباب کیسخر، چاپ ۱۳۳۷ صفحه ۴۱

روی خیال یا گفتار یا کردار از من سر زد از تو درخواست آمرزش می‌کنم و در حضور تو با جان و دل اقرار می‌کنم که بعد از این دارای صفت هومت، هومت و هوروشت یعنی نیک اندیشی، نیک گفتاری و نیک کرداری باشم و با این صفات خود را شایسته گروثمان یعنی آن مقام برتر و بهتر که جای ارواح نیکان و پاکان حقیقت‌شناس می‌باشد، سازم. متن توبه چنین است:

”به اندیشه نیک و گفتار نیک و کردار نیک از هرگونه گناهی که از راه اندیشه یا گفتار یا کردار خواه بوسیله تن یا روان نسبت به دنیا و آخرت از من سرزده است اندوهگین و پشیمان شده‌ام و توبه می‌کنم“^۱

نمادها:

برای آشنائی که در تخصص رواندرمانی بخوانند در ایران زمین به کار پردازند آگاهی به زبان نمادین آئینهای پیش از اسلام ضروریست. ادبیات نظم و نثر ضرب المثل‌های عامیانه اشعار و ترانه‌های مردمی جشنها و مراسم سالیانه ... سرشار از تعبیر و اصطلاحاتی است که در مفهوم نمادین خود دنیای درون و رفتارهای برونی مردم ما را در برمی‌گیرد^۲ به همان اندازه که آگاهی از اسلام و عرفان اسلامی برای دانشجویان روانشناسی و رواندرمانی ضروریست اطلاع از اصول و نمادهای آئین زرتشت میترا، مانی، مزدک، افسانه‌های باستانی و ارزشهای نمادین آنها لازم است.^۳

کتاب یشتها^۴ از نمادهای بسیاری یاد می‌کند و گزارش می‌دهد که از آن جمله است، ماههای سال: بهمن، اردیبهشت، شهریور، خرداد و مرداد مهر ... قهرمانان: جمشید، ضحاک، فریدون، گرشاسب، افراسیاب، سیاوش ... مظاهر و عوامل طبیعت مانند: آب، آتش، خاک، باد، ماه، خورشید... حیوانات مانند: خروس، سیمرغ، گاو، رخس رستم، شب‌دیز خسرو پرویز ... زنان مانند: سودابه، فرنگیس...

^۱ این عبارت در اوستا به زبان پازند یعنی پهلوی خالص و ساده است.

^۲ علاوه بر منابعی که تا به حال یاد کردیم خوانندگان می‌توانند به آثار زیر مراجعه نمایند:

- یکتاپرستی در ایران باستان، اورنگ، انتشارات ارتش ۱۳۳۷.

- دیانت زردشتی، ترجمه فریدون وهمن، انتشارات بنیاد فرهنگ ایران.

^۳ برای دریافت و آگاهی بیشتر از ارزش نمادها به کتاب، زبان از یاد رفته نوشته اریک فروم ترجمه

ابراهیم امانت انتشارات مروارید ۱۳۵۵ مراجعه شود.

^۴ یشتها گزارش پورداد، انتشارات دانشگاه تهران ۱۳۵۶- جلد اول و دوم.