

Study of empathy in Shahnameh characters*

Mina Nabaei

PhD student in Persian language and literature, Saveh Azad University

Dr. Reza Fahimi¹

Assistant Professor of Persian Language and Literature, Saveh Azad University

Abstract

By the definition of the World Health Organization, empathy is one of the ten life skills. In this research, the characters of the Shahnameh have been psychologically analyzed in terms of this skill. Thus, different types of empathy are explored in this valuable work. The concept of empathy in psychology has also been explored. It is explained who in which style of behavior and why is more proficient than others, and whether all the empathies of the Shahnameh are genuine and effective. Reflecting on the Shahnameh, we find that ministers, advisers, servants, members of the kings and heroes' families have the greatest role of empathy in this immortal work. The empathy in the book is sometimes supportive and affectionate, sometimes expedient and sometimes used to reject an inappropriate request. In the Shahnameh, those whose communication style is daring usually empathize with others because they have healthy, decisive and appropriate speech and behavior.

Keywords: Shahnameh, Ferdowsi, Life skills, Empathy, Wisdom.

* Date of receiving: 2019/10/08

Date of final accepting: 2020/06/10

- email of responsible writer: fahimi.ltr@gmail.com

فصلنامه علمی کاوش نامه
سال بیست و یکم، زمستان ۱۳۹۹، شماره ۴۷
صفحات ۲۸۹-۲۵۵

همدلی؛ مهارتی آرامبخش در شاهنامه* (مقاله پژوهشی)

مینا نبئی

دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی دانشگاه آزاد ساوه

دکتر رضا فهیمی^۱

استادیار زبان و ادبیات فارسی دانشگاه آزاد ساوه

چکیده

همدلی، یکی از مهارت‌های دهگانه زندگی در تعریف سازمان جهانی بهداشت است. در پژوهش حاضر، با تکیه بر این مهارت، شخصیت‌های شاهنامه فردوسی مورد واکاوی روان‌شناختی قرار گرفته و از این رهگذر، انواع همدلی در این اثر ارزشمند بررسی شده است. این که مفهوم مهارت همدلی در علم روان‌شناسی چیست؛ چه کسانی در کدام سبک رفتاری و به چه علت بیشتر از دیگران از این مهارت برخوردارند و این که همه همدلی‌های شاهنامه حقیقی و موثرند یا خیر، از مباحث محوری این نوشتار است.

با نگاهی در شاهنامه، درمی‌یابیم وزیران و مشاوران، پرستندگان (خدمتکاران) و اعضای خانواده شاهان و پهلوانان بیشترین نقش‌های همدلانه را در این اثر ماندگار دارند. همدلی‌ها گاهی، حمایتی و مهرورزانه هستند و گاه، از حالت حمایتی، به مصلحتی تبدیل می‌شوند و گاه، برای رد درخواستی ناروا اتفاق می‌افتند. در شاهنامه، کسانی که سبک ارتباطی آنها جراتمندانه است، معمولاً با دیگران همدلی بهتری دارند؛ زیرا بیان و رفتاری سالم، قاطع و مناسب دارند.

واژه‌های کلیدی: شاهنامه، فردوسی، مهارت‌های زندگی، مهارت همدلی، همدلی خردمندانه.

تاریخ پذیرش نهایی: ۱۳۹۹/۰۳/۱۲

* تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۸/۰۷/۱۳

^۱ - نشانی پست الکترونیکی نویسنده مسئول: fahimi.ltr@gmail.com

۱- مقدمه

همدلی، در لغت به معنای هم‌احساسی و در اصطلاح متداول به مفهوم دیدن دنیا از دریچه چشم دیگران و توانایی درک احساسات آنهاست. در زبان انگلیسی معادل واژه *empathy* و از نظر ریشه‌شناختی، برگرفته از ریشه یونانی *em* (درون) و *pathos* (احساس هم‌دردی) است (اسکروچی، ۱۳۹۶: ۲۶۲ و ۶۳۸). همدلی، یک مهارت است. این مهارت، کمک موثری در برقراری رابطه عمیق و کیفی بین انسان‌ها می‌کند؛ چنانچه ما آگاهی داشته باشیم که طرف مقابل از چه چیزی در رنج است و با او به گونه‌ای رفتار کنیم که دریابد وضعیتش را درک می‌کنیم و از وجود این شرایط، متأثر و ناخرسندیم، در این حالت، همدلی رخ داده است.

در واقع، بین همدلی با همدردی، ترحم یا مهربانی تفاوت معناداری وجود دارد. قانون طلایی در مهارت همدلی، ظهور احساس خوشایند درک شدن در طرف مقابل رابطه است. راه‌های تقویت این مهارت، گوش دادن فعالانه به هنگام همدلی - یعنی توجه به تمامی واژگان، حرکات، حالات چهره و به‌طور کلی زبان بدن طرف دیگر - است؛ به گونه‌ای که به درک کامل احساسات وی بینجامد و دریافت او این باشد که برایش ارزش و احترام قائل هستیم و از دید او، به مشکل می‌نگریم. در عین حال، قصد نصیحت نداریم؛ او و مشککش را با خود و دیگران مقایسه نمی‌کنیم؛ به دنبال مقصر شناختن و سرزنش وی نیستیم؛ تا او نخواهد راه حل نمی‌دهیم و ترحم و قضاوت هم نمی‌کنیم؛ بلکه شرایطش را دلسوزانه درک می‌کنیم؛ حتی اگر نتوانیم او را یاری‌دهیم. مهارت همدلی پیوند تنگاتنگی با مهرورزی، نوع دوستی و مسئولیت‌پذیری اجتماعی دارد.

پیشینه تحقیق

موضوع این جستار به شکل مستقل درباره شاهنامه، هیچ‌گونه پیشینه‌ای ندارد و بیشتر پژوهش‌ها در شاخه‌های علوم روان‌شناسی روز است؛ در ادبیات ایران و جهان در دو دهه گذشته، مقالات و کتاب‌های زیادی از جنبه‌های مختلف فلسفی، اخلاقی، روان‌شناسی، تربیتی و ادبی درباره همدلی نوشته شده است. بخشی از این آثار در مقاله همدلی در شعر جنگ، نوشته فریده پورگیو، در نخستین همایش بین‌المللی ادبیات: زبان همدلی، دانشکده خبر شیراز در سال ۱۳۹۶ بدین گونه آمده است: کوپ مان (Koopmam) و هکمولدر (Hakemulder) در مقاله‌ای با عنوان «تأثیر ادبیات بر همدلی و خودنگری» در پی اثبات این مدعا هستند که ادبیات ظرفیت برانگیختن همدلی دارد و مدلی برای آن ارائه می‌دهند.

همچنین رابرتز (Roberts) مقالات بسیاری درباره ادبیات، روان‌شناسی و همدلی نوشته است؛ از جمله «هوش احساسی، همدلی و قدرت برانگیزی شعر، دیدگاه دلوز (Deleuze) و گتاری (Guattari)» که در ۲۰۱۰ منتشر شده است. وی معتقد است که استفاده از شعر در آموزش به پرستاران سلامت روان تأثیر بسزایی دارد. زرین‌تن و دیگران نیز در مقاله‌ای با عنوان «بنی آدم، سعدی شیرازی و مفهوم همدلی» به بررسی بیت مشهور سعدی و ارتباط آن با همدلی می‌پردازند.

یکی از آخرین رساله‌های دکتری با موضوع همدلی در سال ۲۰۱۴ در کانادا دفاع شد و عنوان آن «همدلی و همدردی در پزشکی و ادبیات در سده‌های اول و دوم بعد از میلاد» بوده است. مارتین هافمن (Martin Hoffman) روان‌شناس و استاد دانشگاه نیویورک، سال‌ها درباره همدلی پژوهش و مطالعه کرده و درحقیقت، تخصص وی همدلی است. در سال ۲۰۰۰ هم انتشارات دانشگاه کمبریج کتاب مشهور وی را با عنوان «همدلی و رشد اخلاقی» چاپ کرد.

وی معتقد است که بشر با قابلیت درک همدلی به دنیا می‌آید. جالب‌ترین کتاب که خود به بهترین نحو، بیانگر اهمیت همدلی است در سال ۲۰۱۳، از سوی باب سورن سان (Bob Sornson) با عنوان «کفش‌های منو بیوش: کودکان درباره همدلی یاد می‌گیرند»، چاپ شده است. این کتاب به زبانی ساده به کودکان یاد می‌دهد که چگونه به احساسات دیگران عکس‌العمل نشان دهند و ارزش این کار را بیاموزند.

در همین همایش، حسن رضایی در مقاله «ادبیات: زبان همدلی یا زبان مشترک عواطف انسان‌ها» (۱۳۹۶) به نقش موثر ادبیات در ایجاد احساس همدلی در انسان‌ها می‌پردازد. عبدی قیداری در مقاله «آموزش همدلی در کتاب‌های تعلیمی کلیه و دمنه و مرزبان‌نامه» موضوع‌هایی چون همدلی، خویش‌داری، مسئولیت‌پذیری و همکاری را در دو کتاب مذکور به شکل عام و نه تخصصی، بررسی می‌کند.

غابی، نیز در مقاله «بازتاب همدلی در آثار مولوی (بررسی و تحلیل محتوایی)» (۱۳۹۶) در همین همایش به معنای عام همدلی در آثار مولوی پرداخته است. در این جستار، تحلیل‌ها سلیقه‌ای و غیرتخصصی هستند. مقاله «شهریار، شاعر صلح و همدلی»، (۱۳۹۶) نوشته باقر صدری‌نیا، نیز در همایش شیراز از همین دست است و بیشتر به مفاهیم صلح و آشتی و آشتی‌جویی محمدحسین شهریار در سروده‌ها و آثارش نظر داشته و این که وی به کرات جنگ را در آثارش نکوهیده و صلح را ستوده و به این موضوع هم می‌پردازد که «حیدر بابایه سلام» وی که به زبان ترکی است، همدلی و همگرایی در خور توجهی را میان مردم ایران و سرزمین‌های همسایه پدید آورده است. در واقع، این مقاله هم به اصطلاح همدلی از جنبه تخصصی آن در علم روان‌شناسی عنایت نداشته است.

از این رهگذر نتایج پژوهش‌های پیشین را نمی‌شود با یافته‌های پژوهش حاضر قیاس کرد؛ اما وزیری و لطفی عظیمی در مقاله «تأثیر آموزش همدلی در کاهش پرخاشگری نوجوانان» (۱۳۹۰) موضوع همدلی را در معنای تخصصی آن در علم

روانشناسی در دوره ۸ مجله روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی) بررسی کرده‌اند و در این پژوهش به میزان اثربخشی آموزش مهارت همدلی در کاهش رفتارهای پرخاشگرانه پرداخته و نتایج حاصل از دارا بودن و نبودن این مهارت را که در خور تأمل است، گزارش کرده‌اند.

روش تحقیق

در این پژوهش، که در حوزه مطالعاتی روان‌شناسی ادبیات قرار می‌گیرد و مستخرج از رساله دکتری یکی از نگارندگان است، با تأمل بر مهارت‌های دهگانه زندگی در تعریف سازمان جهانی بهداشت، تمامی ارتباطات انسانی از داستان‌های شاهنامه استخراج و دسته‌بندی شده و سپس، شخصیت‌های شاهنامه و عملکردشان تحلیل و نمونه‌های ممتاز آن که مرتبط با موضوع این مقاله است نقد شده‌اند و در پی آن، چیره‌دستی فردوسی در ترسیم و توصیف ظرایف و لایه‌های عمیق روانی شخصیت‌های اثرش، همچنین شناخت ژرف وی از انسان و مهارت‌هایش، به سبب استعداد ذاتی و گستره دانش وی، از دیدگاه مهارت مذکور بررسی و انواع همدلی‌های موجود در روابط میان‌فردی شاهنامه گزارش شده است.

روش پژوهش حاضر تجزیه و تحلیل محتوای کیفی اطلاعات، فیش‌برداری و مقایسه فیش‌ها با دیدگاه مورد نظر و تطبیق نهایی است. گردآوری اطلاعات از مطالعات کتابخانه‌ای و استخراج مفاهیم و آموزه‌های دارای پیوند با موضوع جستار، از کتاب‌ها و مقالات در مجلات علمی است. این پژوهش بر روی همه متن شاهنامه صورت گرفته است.

مبانی تحقیق

ادبیات و شاهنامه

ادبیات همه سرزمین‌ها به گونه‌ای نرم و دلنشین، قوانین نانوشته و بنیادین زندگی را به آدمی می‌آموزاند. «ادبیات به انسان یاری می‌رساند تا بتواند بر آنچه برای زندگی ضروری است، تکیه کند» (جی. لیوکنز، ۱۳۸۲: ۱۳۷). دومین رهاورد ادبیات، درک همدلانه است. چنین درکی، حاصل کاوش در «وضعیت انسان» است؛ یعنی کشف سرشت وی و به عبارتی شناخت نوع انسان است.

ادبیات، جاذبه‌های ویژه و گیرایی‌های در خور بسیاری برای خوانندگان خود دارد؛ چرا که بیانگر انگیزه‌های انسانی و طرح چند و چون چنین انگیزه‌هایی است (همان: ۱۴۰-۱۴۱). با ادبیات و هنر، انسان در طول قرن‌ها احساسات و عواطف گوناگون خود را به بهترین شکل بیان کرده و بعد از قرن‌ها به قلب انسان‌های آینده منتقل ساخته است (حسن رضایی، ۱۳۹۶: ۱۰).

حکیم توس، شاهنامه، شاهکار ادبی خویش را که مجموعه کاملی از ارزش‌ها و باورها و نمایندۀ معتبری از فرهنگ ایرانی و سرشار از حکمت، دانایی و تمدن ایرانیان است، برای انسان همه دوران‌ها و سرزمین‌ها بی‌هیچ مرز و محدوده، به یادگار گذاشته است. شالوده این اثر ماندگار، بر خردمندی، مهرورزی، آشتی‌جویی، نوع‌دوستی، اخلاقیات و انسانیت استوار است؛ و ایفای نقش هنرمندانه شخصیت‌ها در شاهنامه، به برکت ذهن پویای حکیم توس و دیگر شاهنامه‌نویسان پیش از وی، در ظرایف ارتباطات میان‌فردی است که به عملکردهای آن‌ها معنا می‌بخشد و روند و کنش داستان‌ها را در اوج زیبایی و هنرمندی به معجزه ادبیات، سهل و ممتنع، به پیش می‌برد.

در واقع، همین جزئیات تأمل‌برانگیز روابط دو برادر، دو پهلوان، شاهی با همسرش، شاهزاده‌ای با پدرش و نامادری‌ای با فرزند همسر است که اثری متعلق به هزار سال پیش را سزاوار این اندازه پژوهش و واکاوی از هر دیدگاه و جهان‌بینی می‌کند. از نظر مزلو (Maslow)، مبدع نظریه روان‌شناسی انسان‌گرایانه، انسان دارای نیازهایی است که

همه‌غریزی، ذاتی و دارای یک نظام سلسله‌مراتبی هستند و ارضای نیاز قبلی، همیشه نسبت به نیاز بعدی اولویت دارد.

این نیازها به پنج گروه تقسیم می‌شوند که عبارتند از: ۱) نیازهای فیزیولوژیکی مثل آب، اکسیژن، غذا، غریزه جنسی؛ ۲) نیازهای امنیتی مثل امنیت، نظم و پایداری؛ ۳) نیازهای مربوط به احساس مالکیت، عشق، محبت، دوست‌داشتن، دوست‌داشته شدن؛ ۴) نیازهای مربوط به عزت‌نفس مثل شایستگی، تأیید، احترام؛ ۵) خودشکوفایی (پارسا، ۱۳۸۸: ۳۲). روشن است که تمامی کنش‌ها و واکنش‌های انسان در زندگی از همین نیازها و اینکه به کدام سطح از آن‌ها و چه اندازه از تعالی روح و اندیشه رسیده‌باشیم، شکل می‌گیرد. مزلو «شکوفایی» را در معنای «تعالی» به کار می‌برد.

برخی از مهم‌ترین ویژگی‌های افراد خودشکوفای دیدگاه مزلو چنین است: درک بهتر واقعیت و برقراری رابطه سهل‌تر با آن، پذیرش خود، دیگران و طبیعت، مساله‌مداری، حس‌همدلی، توانایی برقراری روابط بین‌فردی سالم، بی‌تعصبی، خلاقیت (مزلو، ۱۳۷۳: ۲۱۶). بسیاری از این ویژگی‌ها در حقیقت دارای مشترکاتی با مهارت‌های زندگی هستند؛ مهارت‌های زندگی، گونه‌ای از توانایی‌های انسانی در بُعد تعالی روح و اندیشه و سرانجام رفتار خردمندانه، سازگاران و هوشمندانه اجتماعی هستند که برای هر انسانی در تمامی دوران‌ها به‌منظور ارتقا سطح سلامت زندگی، یک نیاز و ضرورت جدی است؛ فراگیری روابط بین‌فردی صحیح مانند همدلی، اهمیتی بسزا در ایجاد سلامت روانی، رشد شخصیت، هویت‌یابی، افزایش کیفیت زندگی، افزایش سازگاری و خودشکوفایی دارد.

همدلی در شمار مهارت‌های زندگی

همدلی در شمار یکی از مهارت‌های دهگانه زندگی است. سازمان جهانی بهداشت درست زمانی که در آستانه قرن بیست و یکم همه چیز از تکنولوژی و رفاه بود؛ اما

خشنودی و رضایتمندی کافی در ارتباطات حاکم نبود؛ اقیانوسی از اطلاعات سطحی بود؛ ولی پروردگی کافی نداشت و بسیاری از مسائل زندگی با روش‌های معمولی لاینحل می‌ماند، با احساس نیاز به ضرورت تبدیل دانش به مهارت، برای حل مسائل به‌ظاهر پیش‌پا افتاده روزانه و به‌منظور ارتقای سطح سلامت روحی و اجتماعی مردم، مهارت‌های زندگی را در برنامه آموزش‌های ضروری، کاربردی و عمومی خود، در سال ۱۹۹۴ تعریف کرد.

این ده مهارت، که به عنوان مهارت‌های اصلی زندگی، از سوی یونیسف و یونسکو نیز شناخته شده‌اند، عبارتند از: مهارت تصمیم‌گیری، مهارت حل مسأله، مهارت تفکر خلاق، مهارت تفکر نقاد، توانایی برقراری ارتباط موثر، مهارت ایجاد و حفظ روابط بین‌فردی، خودآگاهی، مهارت همدلی‌کردن، مهارت رویارویی با هیجان‌ها، مهارت رویارویی با استرس (همان: ۱۸-۱۹).

سازمان جهانی بهداشت، مهارت‌های زندگی را چنین تعریف کرده است: توانایی انجام رفتار سازگارانه مثبت، به‌گونه‌ای که فرد بتواند با چالش‌ها و ضروریات زندگی روزمره کنار بیاید. یونیسف نیز مهارت‌های زندگی را به این صورت تعریف می‌کند: یک رویکرد مبتنی بر تغییر یا شکل‌دهی رفتار که برقراری توازن میان سه حوزه را مد نظر قرار می‌دهد. این سه حوزه عبارتند از دانش، نگرش و مهارت (همان: ۱۶).

سلامت، از نظر سازمان جهانی بهداشت به‌معنای برخورداری از رفاه جسمی، ذهنی و اجتماعی است؛ بنابراین مقوله سلامت صرفاً به مفهوم نداشتن بیماری و نقص‌اندام نیست؛ بلکه شامل تعادل در سه مولفه جسم، ذهن و اجتماعی است. در تعریف قدیمی از سلامت، فقط مفهوم بیمار نبودن مدنظر بود (برزکار، ۱۳۹۷: ۱۹۴).

اصطلاح همدلی را نخستین بار لیبز (lipps) در اوایل قرن بیستم، در پژوهش‌های روان‌شناسی به کار برد. از آن زمان تاکنون تلاش‌هایی برای تعریف مناسب از همدلی انجام شده است که دامنه‌ای از بینش اجتماعی تا توانایی برای فهم حالات عاطفی و

شناختی و تجربه هیجانانگیز مشابه با دیگران را شامل می‌شود (رفاهی و مقتدری، ۱۳۹۲: ۴). این مهارت، پدیده‌ای پیچیده و چند بعدی است که متفکران و نظریه‌پردازان علوم مختلف از جمله جامعه‌شناسی، روان‌شناسی، زبان‌شناسی و زیبایی‌شناسی را به خود مشغول کرده است. بسیاری آن را توانایی فرد برای درک احساسات دیگری به گونه‌ای که خود را به جای او بگذارد، تعریف کرده‌اند (کهنوجی، ۱۳۹۵: ۱۷۳).

از نظر روان‌شناسان، همدلی یعنی «توان درک دیگری به همان شکل که او خودش را درک می‌کند. فرد همدل می‌تواند در جلد فرد دیگر فرو رود» (بولتون، ۱۳۸۱: ۳۷۳). روابط بین‌فردی، مهم‌ترین مؤلفه زندگی انسان از آغاز تولد تا هنگام مرگ است و توانمندی‌های بالقوه انسان، جز در سایه روابط بین‌فردی رشد نمی‌کنند؛ از این رو یادگرفتن مهارت‌هایی با این مولفه، ضروری می‌نماید.

«همدلی، یک مهارت و توانایی است و مانند هر توانایی دیگر، نیاز به آموزش، تمرین و تجربه دارد. همدلی، به فرد این امکان را می‌دهد که بتواند احساسات و حالاتی را در دیگری بفهمد که تا کنون تجربه نکرده است. همدلی باعث می‌شود که از سطح خودمان فراتر رفته و دیگران را عمیق‌تر درک نماییم. به این ترتیب همدلی قدرت و ظرفیت درک انسان‌ها را افزایش می‌دهد» (فتی، موتابی، محمدخانی و کاظم زاده عطوفی، ۱۳۹۱: ۵۷-۵۸).

مهم‌ترین روش‌های همدلی عبارتند از: گوش دادن فعال، بازپردازی، انعکاس احساسات، انعکاس محتوا یا معانی، انعکاس تلخیصی، تمرکز بر کلمات احساسی، توجه بر محتوای کلی پیام، مشاهده زبان بدن، پرسیدن این سوال از خود که «اگر من چنین وضعیتی را تجربه می‌کردم، چه احساسی داشتم؟» (همان: ۵۸). درحقیقت، این‌گونه رفتارها در شمار خرده مهارت‌های ارتباطی است که سبب تداوم روابط اجتماعی‌اند و احتمال دریافت تقویت اجتماعی را به بیشترین حد می‌رساند. در دیدگاه دیویس (Davis) (۱۹۸۳) همدلی، یک سازه تک‌بعدی تعریف نمی‌شود (شناختی یا

هیجانی؛ بلکه مجموعه‌ای از سازه‌ها را تشکیل می‌دهد که درعین متفاوت بودن، همگی به‌نحوی با حساسیت نسبت به دیگری، در ارتباط می‌باشند. چهار مؤلفه آن اینها هستند: (۱) دیدگاه‌گیری: توانایی برای در نظر گرفتن دیدگاه دیگران (۲) خیال: جایگزینی خود به صورت خیالی در قالب احساسات و اعمال شخصیت‌های تخیلی کتاب‌ها و فیلم‌ها (۳) توجه همدلانه: میزان احساسات همدلانه دیگر محور و نگرانی برای افراد در مانده (۴) درماندگی شخصی: احساسات خود محور، نگرانی شخصی و ناآرامی و تنیدگی در شرایط بین فردی می‌باشد (فیض‌آبادی، عزیزی و صالحی، ۱۳۸۷: ۱۶۲).

«همدلی، یکی از توانایی‌های هیجانی مهم است که نشانه‌ها و نمودهای آن از اوایل کودکی آغاز می‌شود» (وزیری و لطفی‌عظیمی، ۱۳۹۰: ۱۶۹). این توانایی بی‌نظیر از هنگام تولد حضور داشته و به طور افزایشی از نوزادی و کودکی تا نوجوانی متحول می‌شود. «به اعتقاد دانشمندان، حس همدلی و نوع دوستی از ۱۸ ماهگی در کودک ظاهر می‌شود» (کاظمی، ۱۳۸۶: ۴۷). علاوه بر این، در میان موجودات «هیچ موجودی در حد انسان نوع دوست نیست» (همان) و همچون انسان نسبت به هم نوع خود احساس همدلی ندارد. نکته مهم آن است که همدلی به معنی تأیید درست بودن رفتارهای یک فرد نیست. در بسیاری از موارد، افراد برخورد همدلانه نشان نمی‌دهند؛ چون تصور می‌کنند همدلی به معنی تأیید درست یا غلط بودن رفتارهاست و اگر همدلی نشان دهیم، به این معنی است که رفتار فرد، درست و صحیح است و چون فرد در این مورد اشتباه می‌کند، پس نباید رفتار همدلانه از خود نشان دهیم. به یاد داشته باشید که همدلی فقط به این معنی است که طرف مقابل و شرایط او را می‌توانیم درک کنیم و بفهمیم، ولی این که این رفتار درست یا غلط است، ارتباطی با همدلی ندارد (محمدخانی، موسوی چلک، نوری و موتابی، ۱۳۹۶: ۱۲۲).

در علم روان‌شناسی اجتماعی نیز ویژگی همدلی، در شمار «رفتارهای حمایتی» و «رفتارهای معین اجتماعی» قرار می‌گیرد؛ یعنی رفتاری که ماهیت تعاون دارد (کاوایی و

موسوی، ۱۳۸۹: ۹۹). حسّ همدلی معمولاً در جنایتکاران وجود ندارد؛ بیشتر آنها در یک ناهنجاری روانی یعنی فقدان حسّ وحدت و همدلی با دیگران با هم مشترکند؛ نداشتن حسّ همدلی موجب ناتوانایی درک دیگران در این گونه افراد می‌شود و به آنها اجازه می‌دهد برای انجام آن عملِ خطا به خود دروغ بگویند؛ از این رو، روان‌شناسان نداشتن احساس همدلی را یکی از پیچیده‌ترین نقایص عاطفی به حساب می‌آورند که درمان آن بسیار دشوار است. (گلمن، ۱۳۸۳: ۳۷).

سبک‌های رفتاری

«روان‌شناسان، شیوه‌های ارتباطی انسان‌ها را به سه نوع طبقه‌بندی می‌کنند: سبک ارتباطی منفعلانه، سبک ارتباطی جرأت‌مندانه و سبک ارتباطی پرخاشگرانه» (محمدخانی و دیگران، ۱۳۹۶: ۱۶۹). از میان این سبک‌ها، سبک سالم و مثبت رفتاری، سبک جرأت‌مندانه است که در پژوهش حاضر، بنا بر ضرورت، تنها به سبک اخیر می‌پردازیم؛ آنچه در تقابل با ویژگی‌های سبک جرأت‌مندانه قرار گیرد، مربوط به سبک‌های رفتاری دیگر است.

جرأت‌ورزی یا رفتار قاطعانه را به شرح زیر تقسیم نموده‌اند: (۱) ردّ قاطعانه: در این شیوه فرد، به صورتی که اجتماع‌پسندانه باشد، درخواست‌های تحمیلی دیگران را رد می‌کند؛ (۲) بیان قاطعانه: در این شیوه فرد توانایی بیان احساسات مثبت مثل قدردانی از دیگران، ابراز محبت و علاقه و بیان تمجید و ستایش را دارد؛ (۳) درخواست قاطعانه: در این شیوه فرد، توانایی بیان و مطرح کردن درخواست‌هایی را از دیگران به منظور تسهیل تأمین نیازهای فردی یا رسیدن به اهداف خود دارد» (رحیمیان بوگر، شاره، حبیبی عسگرآبادی و بشارت، ۱۳۸۶: ۳۳).

روشن است که افراد در سبک رفتاری جرأت‌مندانه معمولاً قادر به همدلی بهتری با دیگران هستند؛ زیرا بیانی مناسب و قاطع برای این مهارت دارند. همدلی‌های شاهنامه

در سه جایگاه و وضعیت شکل می‌گیرد: (۱) در هنگام پیشامد مشکل یا رنجشی برای کسی؛ (۲) در هنگام رد خواسته‌ای نابجا و تحمیلی؛ (۳) در چاره‌اندیشی برای حل یک مشکل. مورد آخر بیشتر تظاهر به همدلی یا همدلی مصلحت‌اندیشانه است و با تعریف مهارت همدلی در علم روان‌شناسی اندکی فاصله دارد.

۱- همدلی‌های حمایتی

اینگونه همدلی‌ها مانند رفتارهای حمایتی دیگر چون فداکاری، کمک و دلجویی اغلب به عنوان رفتاری داوطلبانه در جهت منافع دیگری رخ می‌دهند (کاوایانی و موسوی، ۱۳۸۹: ۹۹). بدین شکل که اطرافیان شخص آسیب‌دیده از یک مشکل یا اتفاق ناخوشایند، برای کاهش رنج و اندوه وی، از طریق توجه کافی و حمایت و هم‌احساسی، با او به همدلی و مهربانی می‌پردازند. در شاهنامه این نقش همدلانه را بیشتر زنان، پرستندگان (خدمتکاران)، مشاوران، وزیران و اعضای خانواده پهلوانان و شاهان ایفا می‌کنند. این نوع از همدلی‌ها در شاهنامه، حقیقی‌ترین مفهوم این مهارت هستند.

۱-۱- همدلی‌های حمایتی مهرورزانه

در این گونه همدلی‌ها شخص دارای مهارت، بیشتر به سبب مهرورزی است که از طرف دیگر رابطه حمایت می‌کند.

همدلی گرسیوز با افراسیاب

در داستان سیاوش، افراسیاب در پی دیدن کابوسی هولناک درباره شکست از ایرانیان مانند کسی که هذیان می‌گوید، ناله‌کنان و در حالی که می‌لرزد، از خواب می‌پرد. برادر وی، گرسیوز، خود را بر بالین شاه می‌رساند. به درخواست شاه، وی را در برمی‌گیرد؛

آنگونه که او می‌خواهد، خاموشی برمی‌گزیند و پس از چندی که شاه روبه‌راه‌تر می‌شود، به آرامی سخن‌گفتن را با افراسیاب آغاز می‌کند تا وی را به حال طبیعی بازگرداند. شاید بتوان گفت این بهترین نمونه از مهارت همدلی در شاهنامه است؛ در واقع همدلی این نیست که با دیگران چنان رفتار کنیم که دلمان می‌خواهد با ما رفتار شود؛ به عکس، مفهوم همدلی به نوعی این است که اتفاقاً با دیگران رفتاری نکنیم که خوشایند ماست؛ زیرا ممکن است رفتاری دیگر دلخواه آنها باشد؛ پس بایسته است که با توجه به نیاز و خواسته هر شخص در کردارمان سویه‌گیری کنیم؛ از این رو می‌توان گفت شاید همدلی به‌راستی کشف و عمل به همین خواسته‌ها در ارتباطات میان فردی با شخص آسیب‌دیده باشد.

به تیزی بیامد به نزدیک شاه
به بر در گرفتش بپرسید زوی
چنین داد پاسخ که پرسش مکن
بدان تا خرد بازیابم یکی
ورا دید بر خاک خفته به راه
که این داستان با برادر بگوی
مگوی این زمان هیچ با من سخن
به بر گیر و سختم بدار اندکی
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۴۹، ۷۰۵-۷۰۹)

هنگامی که افراسیاب با رفتار همدلانه و بجای برادر رفته‌رفته تسکین می‌یابد و به همدلی وی اعتماد می‌کند، با او از کابوسی دهشتناک در بیابانی خشک و پر از مار و عقاب می‌گوید که فرزندی چهارده ساله از کاووس وی را می‌کشد:

دو هفته نبودی ورا سال بیش
دمیدی به کردار غرنده میغ
خروشیدمی من فراوان ز درد
چو دیدی مرا بسته در پیش خویش
میانم بدو نیم کردی به تیغ
مرا ناله و درد بیدار کرد
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۵۰، ۷۲۸-۷۳۰)

گرسیوز با اینکه از تعبیر خواب آگاه نیست، همدلانه با وی سخن می‌گوید تا دلش آرام و نگرانی‌اش برطرف گردد:

بدو گفت کرسیوز این خواب شاه نباشد جز از کامه نیک خواه
همه کام دل باشد و تاج و تخت نگون گشته بر بدسگال تو بخت
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۷۳۱-۷۳۲)

در داستان پادشاهی فریدون، در پی حسادت سلم و تور، ایرج به منظور همدلی نزد برادران مهتر می‌رود و ابراز می‌کند که حال آنها را می‌فهمد و حاضر است که برای خوشنودی سلم و تور، از بخشش پدر که ناخواسته تخم نفاق میان او و برادرانش کشته، صرف‌نظر کند؛ وی با مهربانی با تور می‌گوید:

من ایران نخواهم نه خاور نه چین نه شاهی نه گسترده روی زمین
بزرگی که فرجام او بتریست برآن برتری بر بیاید گریست
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۱، ۱۲۰، ۴۸۵-۴۸۶)

مرا تخت ایران اگر بود زیر کنون گشتم از تاج و از تخت سیر
سپر دم شما را کلاه و نگین ترا زین پس از من مباد ایچ کین
مرا با شما نیست ننگ و نبرد روان را نباید برین رنجه کرد
زمانه نخواهم به آزارتان اگر دورمانم ز دیدارتان
جز از کهتری نیست آیین من مباد آز و گردن‌کشی دین من
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۱، ۱۲۰، ۴۸۸-۴۹۲)

حال آنکه او می‌توانست با آنها وارد جنگ شود و خطر بزرگ کین‌خواهی را به جان نخرد. «به نظر می‌رسد ایرج در لایه‌های درونی ذهن و روح و روان خویش به برادرانش

حق می‌دهد؛ از این رو، سعی می‌کند به مهر و داد، دل آن‌ها را به دست آورد؛ اما سرانجام حقارت ریشه‌دوانده در دل سلم و تور، به فاجعه بزرگی می‌انجامد» (تلخابی، ۱۳۹۶ : ۱۴۵) و با اینکه ایرج همدلانه در پی آرام و کامیابی برادران است؛ اما این برادران کینه توز چنان در آتش انتقام و حسد گرفتارند که در پی قتل برادر کهنتر، بی‌آن که به خواسته رسیده باشند و مساله‌ای را حل کرده باشند، دست خالی هریک به سرزمین خود باز می‌گردند؛ این رویارویی مهر و کین در اوج زیبایی، از ویژگی‌های درخشان شاهنامه است:

برفتند باز آن دو بیداد شوم یکی سوی ترک و یکی سوی روم
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۱، ۱۲۰، ۴۸۸-۴۹۲)

همدلی سیاوش با کاووس در خطای سودابه

سیاوش، شاهزاده و پهلوان نجیب ایرانی وقتی حال و اندوه کاووس را در ماجرای تعرض و تهمت سودابه درک می‌کند، با همدلی تلاش می‌کند تا غمگسار پدر باشد؛ از این رو برای به آرامش رسیدن وی می‌پذیرد تا از آتش گذر کند:

بدانگه که شد پیش کاووس باز فرود آمد از اسب و بردش نماز
رخ شاه کاووس پر شرم دید سخن گفتنش با پسر نرم دید
سیاوش بدو گفت انده مدار کزین سان بود گردش روزگار
سری پر ز شرم و بهایی مراسم اگر بی گناهم رهایی مراسم
ور ایدونک زین کار هستم گناه جهان آفرینم ندارد نگاه
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۳۵، ۴۸۹-۴۹۳)

وقتی که با سربلندی از آتش بیرون می‌آید، کاووس شاه، خرسند از پاکی پسر، سه روز می‌گساری می‌کند؛ در روز چهارم با بزرگان، درباره مجازات سودابه سخن می‌گوید. همه یکصدا وی را سزاوار پادافره مرگ می‌دانند؛ سیاوش که بار دیگر درماندگی و درد پدر را از عمق جان درک می‌کند، دست به میانجی‌گری می‌زند تا از اندوه وی بکاهد و آرامش از دست رفته کاووس را بازگرداند:

چو سوداوه را روی برگاشتند	شبستان همه بانگ برداشتند
دل شاه کاووس پردرد شد	نهان داشت رنگ رخس زرد شد
سیاوش چنین گفت با شهریار	که دل را بدین کار رنجه مدار
به من بخش سوداوه را زین گناه	پذیرد مگر پند و آیین و راه

(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۳۸، ۵۳۷-۵۴۰)

و بدین ترتیب کاووس که هنوز دل در گرو عشق سودابه داشت و از ناگزیری تن به مجازات وی داده بود، آرام می‌گیرد.

بهبانه همی جست از آن کار شاه	بدان تا ببخشد گذشته‌گناه
------------------------------	--------------------------

(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۳۸، ۵۴۳)

همدلی سیاوش در این داستان، جنبه مصلحت‌اندیشانه هم دارد؛ چرا که او می‌داند که پس از مرگ سودابه، آتش اندوه و پشیمانی کاووس بی‌گمان دامان وی را خواهد گرفت.

همدلی سهراب با رستم پیش از مرگ

سهراب قبل از مرگش، رستم را از شیون و سوگواری و اندوه منع می‌کند و با شیوه‌ای همدلانه که از درک والایش از اندوه پدر سرچشمه می‌گیرد، با او می‌گوید: آنچه رخ داده از تقدیر است و گناه تو نیست:

همی ریخت خون و همی کند موی سرش پر ز خاک و پر از آب روی
بدو گفت سهراب کین بترست به آب دو دیده نباید گریست
ازین خویشتن خستن اکنون چه سود چنین بود و این بودنی کار بود
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۱۸۷، ۸۷۹-۸۸۱)

همدلی فرماندهان با رستم بعد از مرگ سهراب

در همین تراژدی پس از مرگ سهراب، لشکریان و فرماندهان سپاه ایران چون حال زار و جامه دریده و خاک سرد و سیاه سر و روی تهمتن را می‌بینند و از مرگ سهراب، خبر می‌یابند، با وی به سوگواری و همدلی و هم‌احساسی می‌پردازند:

همه برگرفتند با او خروش نماند آن زمان با سپهدار توش
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۱۸۹، ۹۰۷)

تهمتن بار دیگر به بالین فرزند باز می‌گردد و در صدد نابودی خود برمی‌آید؛ اما بزرگان همدلانه مانع این اقدام می‌شوند:

چو برگشت ازان جایگه پهلوان پیامد بر پورِ خسته‌روان
بزرگان برفتند با او بهم چو طوس و چو گودرز و چون گسته‌هم
همه لشکر از بهر آن ارجمند زبان برگشادند یکسر ز بند

که درمان این کار یزدان کند
یکی دشنه بگرفت رستم به دست
مگر کاین سخن بر تو آسان کند
که از تن برود سر خویش پست
بزرگان بدوی اندر آویختند
ز مژگان همی خون فرو ریختند
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۱۹۰، ۹۱۴-۹۱۹)

سرانجام گودرز او را به کلام آرام می‌کند که هیچ کس جاودان نخواهد زیست و مرگ تو دردی را درمان نمی‌کند:

بدو گفت گودرز کاکنون چه سود
تو بر خویشتن گر کنی صد گزند
که از روی گیتی برآری تو دود؟
چه آسانی آید بدین ارجمند؟!
اگر زانک ماند به گیتی زمان
بماند، تو بی‌رنج با او بمان
وگر زین جهان این جوان رفتنیست
به گیتی نگه کن که جاوید کیست
شکاریم یکسر همه پیش مرگ
سری زیر تاج و سری زیر ترگ
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۱۹۰-۱۹۱، ۹۲۰-۹۲۴)

دایگان و پرستندگان نیز در شاهنامه با ایفای نقش‌های همدلانه غالباً شاهزاده خانم‌ها را به معشوق می‌رسانند. در بیشتر موارد کار آنها میانجی‌شدن میان زنان دربار با مردان دلخواه آنهاست. پرستندگان رودابه، سودابه، تهمینه، منیژه، مالکه از این گروهند (سرامی، ۱۳۸۳: ۸۴۱). در واقع روشن است که «حضور پرستار در شاهنامه در مراقبت از افرادی که دارای طبقات اجتماعی بالا بودند، معنی می‌یابد که لزوماً بیمار هم نیستند؛ از این رو پرستار به واسطه نزدیکی که با این افراد داشته، دارای ویژگی‌هایی بوده که او را شایسته این حضور می‌کرده است» (مظلوم و میرحقی، ۱۳۹۲: ۲).

همدلی پرستندگان با رودابه در وصال زال

پرستندگان رودابه در پی دلدادگی وی، او را پند می‌دهند؛ اما چون درمی‌یابند که در حال شیدایی و استیصال است، همدلانه با وی سخن می‌گویند تا بداند که غمخوار اویند؛ واکنش حاکی از درک آنها سرانجام رودابه را به آرامش می‌رساند. «بین داستان‌های عاشقانه شاهنامه از همه عالی‌تر و کامل‌تر داستان دلدادگی رودابه و زال است» (اسلامی‌ندوشن، ۱۳۷۰: ۳۰).

پرستنده آگه شد از راز اوی چو بشنید دل خسته آواز اوی
به آواز گفتند ما بنده‌ایم به دل مهربان و پرستنده‌ایم
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۱، ۱۸۹-۱۹۰، ۳۷۸-۳۷۹)

اگر جادویی باید، آموختن به بند و فسون چشمها دوختن
بپریم با مرغ و آهو شویم بپویم و در چاره جادو شویم
مگر شاه را نزد ماه آوریم به نزدیک او پایگاه آوریم
لب سرخ، رودابه پرخنده کرد رخان مُعَصَفَر سوی بنده کرد
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۱، ۱۸۹-۱۹۰، ۳۸۳-۳۸۶)

همدلی برای پرستاران از نظر فردوسی والاترین مرتبه شریک شدن در تقدیر فرد است. او تعادلی برای این رابطه وصف نمی‌کند و این سهیم‌شدن را تا یکپارچگی و وحدت کامل پیش می‌برد؛ و این یعنی احساس کردن، تجربه کردن و مشترک شدن در آنچه که دیگران احساس و تجربه می‌کنند، لازمه این حالت به‌کارگیری هیجان‌ات است و در مقابل بی‌تفاوتی قرار می‌گیرد که یک عمل ضدانسانی است (مظلوم و میرحقی، ۱۳۹۲: ۵).

۱-۲- همدلی‌های حمایتی مصلحت‌اندیشانه

این گونه همدلی‌ها در عین حال که جنبه حمایت از طرف دیگر رابطه را دارند، مصلحت‌اندیشانه هم هستند:

همدلی زرمهر با قباد

زرمهر، فرزند سوفرای، با درک والای خویش، آگاهی از خطای پدر، وضعیت اسفبار مملکت و قباد تصمیم می‌گیرد در جهت منافع ملی با حمایت همدلانه از قباد و صلح و دوستی با وی، از جنگ و غارت و خونریزی، پیشگیری و مشکل تفرقه و آشوب داخلی را حل و فصل کند؛ حتی برای کشته پدر هوشمندانه به خواستگاری می‌رود و حاصل این ازدواج می‌شود کسری انوشیروان.

بدو گفت زرمهر کای شهریار
پدر گر نکرد آنچ بایست کرد
زبان را بدین باره رنجه مـدار
ز مرگش پسر گرم و تیمار خورد
ترا من به سان یکی بنده‌ام
به پیش تو اندر پرستنده‌ام
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۷، ۶۲-۶۳، ۱۳۵-۱۳۷)

قیدافه و همدلی با اسکندر

قیدافه، فرمانروای آندلس (اسپانیا)، از زنان کاردان شاهنامه و مظهر ارتباط موثر است. وی با درایت و هوشمندی، با اسکندر که در موضع ضعف و آسیب است، همدلی می‌کند و به او اطمینان خاطر می‌دهد که در آندلس در امان خواهد بود و بدین ترتیب مصلحت‌اندیشانه با ایجاد حس خشنودی، با وی پیمان صلح و دوستی می‌بندد و بحران‌ها را مدیریت می‌کند:

تو ایمن بباش و به شادی برو چو رفتی یکی کار برساز نو
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۶، ۶۳، ۸۶۷)

تو تا ایدری، بیطقون خوانمت برین هم نشان دور بنشانمت
بدان تا نداند کسی راز تو همان نشنود نام و آواز تو
فرستمت بر نیکوی باز جای تو باید که باشی خداوند رای
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۶، ۶۳، ۸۷۳-۸۷۵)

همدلی پیران و افراسیاب با سیاوش

در داستان سیاوش، سرانجام وی از نابخردی و بیداد کاووس و ناپاکی و تعرض سودابه از سرِ درد و ناچاری با حالی خراب و دلی خسته و پر اندیشه به توران پناهنده می‌شود:

سیاوخش لشکر به جیحون کشید از آب دو دیده رخس ناپدید
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۸۲، ۱۲۱۶)

پیران، وزیرخردمند افراسیاب، با درک عمیق از شرایط آشفته روحی وی شخصاً به پیشواز فرزند خردمند شاه بی‌خرد می‌رود و با فروتنی و روی خوش از سیاوش استقبال می‌کند و همدلانه وی را به سخنان نرم خویش دلگرم می‌کند.

چو دیدم تو را روشن و تندرست نیایش کنم پیش یزدان نخست
ترا چون پدر باشد افراسیاب همه بنده باشند ازین روی آب
مرا نیز پیوسته بیش از هزار پرستندگانند با گوشوار
مراگر پذیری تو با پیر سر ز بهر پرستش ببندم کمر
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۸۳، ۱۲۳۷-۱۲۴۰)

در طی مسیر، سیاوش با دیدن فضای پر شور و شغف اطراف و صدای موسیقی به یاد زابلستان و دوره خوشی با رستم و خاطراتش در ایران می‌افتد و اشک از چشمانش سرازیر می‌شود و روی از پیران می‌گرداند تا درد جانسوزش نهان بماند؛ پیران که مهارت همدلی را به تمامی داراست، و حرکات و حالات سیاوش را پوشیده می‌پاید، متأثر می‌شود:

از ایران دلش یاد کرد و بسوخت به کردار آتش همی برفروخت
ز پیران بپوشید و بیچید روی سپهبد بدید آن غم و درد اوی
بدانست کاو را چه آمد بیاد غمی گشت و دندان به لب بر نهاد
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۸۴، ۱۲۴۶-۱۲۴۹)

از این پس، پیران با همدلی بیشتر می‌کوشد تا با سخنانی خوشایند و دلگرم‌کننده بار اندوه را از دوش جان سیاوش بزداید:

چنین گفت کای نامور شهریار ز شاهان گیتی توی یادگار
سه چیزست بر تو که اندر جهان کسی را نباشد ز تخم مهان
یکی آنک از تخمه کیقباد همی از تو گیرند گویی نژاد
و دیگر زبانی بدین راستی به گفتار نیکو بیاراستی
سدیگر که گویی که از چهر تو ببارد همی بر زمین مهر تو
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۸۴، ۱۲۵۳-۱۲۵۷)

اما سیاوش، که ناآرام و نامطمئن، گام در سرزمین دشمن نهاده، بی‌تاب است و سرانجام آنچه در سر دارد، به زبان می‌آورد:

گر ایدونک با من تو پیمان کنی شناسم که پیمان من نشکنی
گر از بودن ایدر مرا نیکویست برین کرده خود نباید گریست

و گر نیست، فرمای تا بگذرم نمایی ره کشوری دیگرم
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۸۴-۲۸۵، ۱۲۶۰-۱۲۶۲)

چون سیاوش از هراس و حس ناامنی‌اش با پیران می‌گوید، وی بار دیگر به شاهزاده
آشتی‌جوی ایرانی همدلانه و با مهرورزی چون پدری بر فرزند دلخسته خویش،
اطمینان‌خاطر و آرامش می‌دهد:

بدو گفت پیران که مندیش زین چو اندر گذشتی از ایران زمین
مگردان دل از مهر افراسیاب مکن هیچ‌گونه برفتن شتاب
پراگنده نامش به گیتی بدیست ولیکن جز آنست مرد ایزدیست
خرد دارد و رای و هوش بلند به خیره نتابد به راه گزند
مرا نیز خویشی ست با او به خون همش پهلوانم همش رهنمون
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۸۵، ۱۲۶۳-۱۲۶۷)

فدای تو بادا همه هرچ هست گر ایدر کنی تو به شادی نشست
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۸۵، ۱۲۷۲)

سیاوش بدان گفته‌ها رام گشت برافروخت و اندر خور جام گشت
به خوردن نشستند یک با دگر سیاوش پسر گشت و پیران پدر
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۸۶، ۱۲۷۶-۱۲۷۷)

افراسیاب نیز همدلانه به پیشواز سیاوش می‌آید و با گفتاری نرم دل رنج‌دیده پهلوان
پر آزر را گرم می‌کند:

کنون شهر توران ترا بنده اند همه دل به مهر تو آکنده اند
مرا چیز با جان همه پیش تست سپهد به جان و به تن خویش تست
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۸۷، ۱۲۸۸-۱۲۸۹)

۲- همدلی در هنگام رد جراتمندان در خواستی نابجا

این نوع همدلی، که بیشتر در گفتار و کردار پهلوانان جراتمند و خودآگاه شاهنامه پدیدار می‌شود، در واقع توانایی ردّ جراتمندان در خواست‌های نابجا است؛ اما به شیوه‌ای که به طرف دیگر رابطه در این «نه» شنیدن، آسیب کمتری برسد؛ یا هیجانات منفی و آسیب‌رسان وی، شخص جراتمند را گرفتار نسازد.

این توانایی در شمار مهارت‌های ارتباطی دشواری است که در سبک‌های رفتاری دیگر، ممکن است در شیوه ابراز نامناسبی سبب رنجش و کینه و دشمنی شود. گفتن «نه» همدلانه از ویژگی‌های خردمندان و کسانی است که دارای سبک‌رفتاری جراتمندان هستند؛ زنان شاهنامه نیز گاه در هنگام دادن پاسخ منفی به خواستگاری که مطلوبشان نیست، از این نوع همدلی بهره می‌جویند؛ پاسخ گردیه به خاقان چین و گردآفرید، به سهراب با یادکرد از ترک و تورانی بودن وی، ازین شمارند.

همدلی سیاوش با سودابه

پس از آن که سودابه دختران را به سیاوش می‌نمایاند و در پس آن راز دل بر او افشا می‌کند، سیاوش از بدسگالی و دستان سودابه در اندیشه می‌افتد که باید با همدلی درخواست ناسزای وی را رد کند:

چنین گفت با دل که از کار دیو مرا دور دارد گیهان خدیو
نه من با پدر بی وفایی کنم نه با اهرمن آشنایی کنم

وگر سرد گویم بدین شوخ چشم بجوشد دلش گرم گردد ز خشم
یکی جادوی سازد اندر نهان بدو بگرود شهریار جهان
همان به که با او به آواز نرم سخن گویم و دارمش چرب و گرم
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۲۱، ۲۷۹-۲۸۳)

سپس برای ایمنی از آسیب، نامادری را به زبانی چرب می ستاید و در لفافه و احترام،
به وی پاسخ منفی می دهد:

سیاوخش از آن پس به سوداوه گفت که اندر جهان خود ترا نیست جفت
نمانی مگر نیمه ماه را نشایی کسی را جز از شاه را
کنون دختری بس که باشد مرا نباید جز او کس که باشد مرا
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۲۱، ۲۸۴-۲۸۶)

در لحظه آخر نیز سودابه را عامدانه مادر خطاب می کند و شبستان را با نگرانی و
اندوه ترک می کند:

سر بانوانی و هم مهتری من ایدون گمانم که تو مادری
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۲، ۲۲۲، ۲۹۳)

همدلی زال با مهرباب

در داستان پادشاهی منوچهر، مهرباب، پادشاه کابل، که از نژاد ضحاک است، زال را به
خانه خود دعوت می کند و زال با همدلی، پوزش می خواهد و ضمن نواختن مهمان
خود، ابراز می کند که به سبب اختلافات اعتقادی دو خانواده و مخالفت سام و منوچهر،
از پذیرش دعوت وی معذور است:

چنین داد پاسخ که این رای نیست
نباشد بدین سام همداستان
به خان تو اندر مرا جای نیست
همان شاه چون بشنود داستان
سوی خانه بت پرستان شویم
که ما می‌گساریم و مستان شویم
به دیدار تو رای فرخ نهم
جزان هر چه گویی تو پاسخ دهم
(فردوسی، ۱، ۱۸۵، ۳۰۷-۳۱۰)

«نه» گفتن رستم به اسفندیار با همدلی

در داستان نبرد رستم و اسفندیار، رستم در آخرین مرحله زندگی حماسی خویش به سر می‌برد؛ از این رو عصاره اعمال، رفتار و شخصیت پانصدساله وی، در این داستان نمود چشمگیرتری دارد. او طی سه روز جنگ با اسفندیار، «همه ذخایر روح خود را به کار می‌گیرد، چنان که گویی در همین سه روز به اندازه یک عمر زندگی کرده است» (اسلامی ندوشن، ۱۳۵۱: ۹۵). در این داستان، با وجود آنکه اسفندیار برای بند کردن وی و تصاحب نام او آمده است، رستم با لحنی پدرانانه و با همدلی با او سخن می‌گوید تا مگر با ترغیب وی به تفکر، جان او را آگاه کند:

همی جان من در نکوهش نهی
چرا دل نه اندر پژوهش نهی؟
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۵، ۳۶۳، ۸۴۴)

مکن شهریارا جوانی مکن
چنین بر بلا کامرانی مکن
مکن شهریارا دل ما نزنند
میاور به جان من و خود گزند
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۵، ۳۶۳، ۸۴۶-۸۴۷)

تو را بی نیازی است از جنگ من وزین کوشش و کردن آهنگ من
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۵، ۳۶۳، ۸۴۹)

تہمتن، به هر گونه تلاش می‌کند تا به گفتگو با اسفندیار همدلانه به او بفهماند که حال خراب او را که از افزون‌خواهی گشتاسب سرچشمه گرفته، می‌فهمد و در احساس او شریک است؛ اما اسفندیار بر تعصب کور خود پای می‌فشارد. رستم، با صفاتی چون «یکتادل و ندیده جهان»، «کسی که جهان را به چشم جوانی می‌بیند» و «دو چشم خرد را پوشیده» انحراف اسفندیار را در سه عامل خلاصه می‌کند: ۱) جوانی و بی‌تجربگی؛ ۲) غرور؛ ۳) خردمندانه عمل نکردن (ستاری، صفارحیدری و محرابی کالی، ۱۳۹۴: ۸۸).

تو را سال برنامه از روزگار ندانی فریب بد شهریار
تو یکتادلی و ندیده جهان جهانبان به مرگ تو کوشد نهران
گر ایدونک گشتاسب از روی بخت نیابد همی سیری از تاج و تخت
به گرد جهان بر دواند ترا بهر سختی ای پروراند ترا
به روی زمین یکسر اندیشه کرد خرد چون تبر هوش چون تیشه کرد
که تا کیست اندر جهان نامدار کجا سر نیچاند از کارزار
کزان نامور بر تو آید گزند بماند بدو تاج و تخت بلند
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۵، ۳۶۳-۳۶۲، ۸۳۶-۸۴۲)

«سفر اسفندیار به سیستان به سبب زرتشتی کردن رستم است؛ چنان که رسالت اسفندیار است و هرآینه مراد از بند، بند دین می‌باشد؛ یعنی بندی که هر زرتشتی باید به کمر می‌بست. در صورت پذیرش این فرض، اصرار اسفندیار کاملاً معنی دار است؛ زیرا همه کوشش او برای عرضه دیانت جدید به رستم است» (شمیسا، ۱۳۷۶: ۴۰-۳۹)، اما رستم با اینکه بر عقیده‌اش استوار پای می‌فشارد و قاطعانه و جرأت‌ورزانه حتی از

دینی که اصول و چهارچوب‌هایش را تهدید کند، روی بر می‌گرداند، در تمام طول داستان همدلانه و مهرورزانه بیان می‌کند که جز تن دادن به بند همه خدمتی می‌کند:

ز من هرچه خواهی فرمان کنم
مگر بنده، کز بند، عاری بود!
ز دیدار تو رامش جان کنم
شکستی بود؛ زشت کاری بود
نبیند مرا زنده با بند کس!
که روشن روانم، برین است و بس!
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۵، ۳۳۵-۵۲۳-۵۲۵)

با این اندازه انعطافی که شاید ثمره پختگی است، رستم در گفتگو با اسفندیار، گاه نیز به خودابرازی می‌پردازد تا جایگاه خود و حد شاهزاده متکبر را بر وی بنمایاند که من تا به امروز با کسی چنین به نرمی سخن نگفته‌ام و این همه افتادگی برای من آسان نیست.

چه نازی بدین تاج لهراسپی؟
که گوید برو دست رستم ببند؟
بدین تازه آیین گشتاسپی؟
نبندد مرا دست چرخ بلند!
که گر چرخ گوید مرا کین نیوش
به گرز گرانش بمالم دو گوش
من از کودکی تا شدستم کهن
بدین گونه از کس نبردم سخن
مرا خواری از پوزش و خواهش است
از این نرم گفتن مرا کاهش است
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۵، ۳۵۴-۳۵۵-۷۵۰-۷۵۴)

در واقع اسفندیار با درخواست بند، بر روی معنویت، خردمندی و احساسات خود پا گذاشته است. رستم با واقع‌بینی در میان همه تناقض‌ها و تنش‌هایی که اسفندیار برایش به وجود آورده است، عاقبت شاهزاده را به او می‌نماید (شکیبی، ۱۳۸۷: ۱۰۵) و همدلانه می‌گوید برایت نگرانم و نمی‌خواهم از من بر تو گزند برسد. غرور را کنار

بگذار و نخواه که بر دست من تباه شوی که نام من به ننگ گراید، جوانی تو بر باد رود
و پدر آزمندت گرفتار پادافره این ستم شود:

بترسم که چشم بد آید همی سر از خواب خوش برگراید همی
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۵، ۳۳۴، ۵۱۷)

از این خواهش من مشو بدگمان مدان خویشتن برتر از آسمان
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۵، ۳۴۱، ۶۰۲)

ز مـانـه همی تاختت با سپاه که بر دست من گشت خواهی تباه
(فردوسی، ۱۳۸۶، ۵، ۳۶۳، ۸۵۰)

رستم با تمام وجود، حتی شاید با تشبیه اسفندیار به سیاوش، از همان دیدار آغازین می‌کوشد به او بفهماند که «تو هم سرنوشتی همچون سیاوش خواهی داشت؛ زیرا مانند او نادانسته و کورکورانه عمل می‌کنی و قربانی سبکسری پدر می‌شوی و من همان‌گونه که به داغ او نشستم، به داغ تو نیز خواهم نشست» (فردوسی، ۱۳۸۲: ۱۰۱)، اما اسفندیار متعصب و مغرور به هیچ روی دست از دستور گشتاسب نمی‌کشد و همدلی رستم را درک نمی‌کند.

در این داستان، که سرشتی متفاوت نسبت به دیگر داستان‌های شاهنامه دارد و آمیزه‌ای از مهر و کین، ستایش و نکوهش و دوستی و دشمنی است، در تقابل اندیشه و کشمکش عمیق روانی، باز نمود شخصیت رستم، که هر یک از عناصر آن در گوشه و کنار داستان‌های گوناگون متجلی است، با تمامیت خویش در برابر داوری و دید قرار می‌گیرد (حمیدیان، ۱۳۸۳: ۳۵۵).

این اندازه از همدلی و فروتنی برای ابر پهلوان تاج‌بخشی چون رستم، که می‌بایست در روزگار کهنسالی، خداوندگار غرور ناشی از خودآگاهی باشد؛ شگفتی توصیف ناپذیری در انسان به وجود می‌آورد که ذهن را بران سوق می‌دهد که داغ جانکاه فرزند، وی را از نزدیک شدن به ریسمان سیاه و سپید بدعهدی روزگار ترسانده است و این گونه ورز دادن اندیشه مخاطب در جهت مطلوب سراینده، تنها می‌تواند از هنرمندی حکیمی باشد که می‌خواهد در هزارتوی معنایی داستان‌هایش حکمت بیاموزد و راه نشان دهد. فردوسی در این داستان بیشتر از رزم به توصیف اندیشه و روحیات قهرمانان اصلی می‌پردازد و حدود دو سوم ابیات را به سخنانی اختصاص می‌دهد که میان رستم و اسفندیار رد و بدل شده است (غفوری، ۱۳۸۹: ۱۰).

۳- همدلی چاره‌گرانه یا تظاهر به همدلی

این گونه همدلی‌های ظاهری که بیشتر در هنگام تهدید شخص یا موقعیتش انجام می‌پذیرد، در شاهنامه غالباً در تعرض‌ها و زمانی رخ می‌دهد که طرف دیگر رابطه در موضع قدرت است؛ از این رو کسی که تظاهر به همدلی می‌کند، توان رویارویی با وی و ردّ جرأت‌مندان درخواست‌تحمیلی را ندارد؛ پس به منظور حل مساله و مصلحت بینانه همدلی می‌کند تا در آرامش به مقصودی جز آنکه طرف دیگر رابطه می‌اندیشد، دست یابد و به تعرض وی، نه آئی و در گفتار که با طمانینه و در عمل دست رد بزند. این واکنش هرچند به‌ظاهر همدلی است؛ اما با تعریف واقعی همدلی در علم روانشناسی متفاوت است و بیشتر حکم ابزاری برای چاره‌اندیشی دارد که در تعریف مهارتی دیگر می‌گنجد.

همدلی شیرین و شیرویه

شیرین، همسر خسرو پرویز در دو عرصه در شاهنامه همدلی می‌کند؛ یکی در هنگام زندانی شدن خسرو، که تیماردار و غمخوار وی است. دیگری نقش مهم و غم‌انگیز او پس از مرگ خسرو پرویز و در پی ابراز عشق و خواستگاری شیرویه. شیرین در یک همدلی ظاهری و با چاره‌گری در عملی عشق‌ورزانه به خسرو، با هلاک خویشتن بر بالین همسر، به شیرویه «نه» می‌گوید. «وفاداری شیرین به شوی که حتی پس از مرگ پرویز نیز ادامه می‌یابد، شورانگیز و دلکش است» (سرامی، ۱۳۸۳: ۷۰۷) و شیرین برای رهایی از شرّ عشق ناخوشایند فرزندخوانده، چاره‌ای چیره، جز تظاهر به همدلی و مرگ خودخواسته نمی‌بیند.

نتیجه

ایفای نقش هنرمندانه شخصیت‌های شاهنامه در ظرایف ارتباطات میان‌فردی است که به عملکردهای آن‌ها معنا می‌بخشد و روند و کنش داستان‌ها را به پیش می‌برد؛ در واقع همین جزئیات تأمل برانگیز روابط دو برادر، دو پهلوان، شاهی با همسرش، شاهزاده‌ای با پدرش و نامادری‌ای با فرزند همسر است که اثری متعلق هزار سال پیش را، سزاوار این اندازه پژوهش و واکاوی از هر دیدگاه و جهان‌بینی می‌کند. همدلی، یکی از همان روابط میان‌فردی است که در شاهنامه به سه‌گونه مشاهده می‌شود.

همدلی‌های حمایتی، همدلی‌های چاره‌گرانه و مصلحتی و همدلی‌هایی که به منظور ردّ درخواستی نابجا رخ می‌دهد. وزیران و مشاوران، پرستندگان، نزدیکان شاهان و پهلوانان بیشترین نقش‌های همدلانه را در این اثر ارجمند ایفا می‌کنند. گاهی همدلی‌هایی اعجاب‌انگیز و غیرقابل باوری نیز بی‌هیچ‌کینه‌ای از سوی آزادگان ایران زمین اتفاق می‌افتد که هر خواننده‌ای را متحیر و میخکوب می‌کند. همدلی سهراب با پدری، که قاتل اوست و همدلی سیاوش با کابوس برای شفاعت نامادری‌ای که نابکار است و

درصدد بدنمایی وی، از این دست همدلی‌هاست. همدلی گرسیوز تورانی با برادر پس از دیدن کابوس، به تمامی مصداق این مهارت است؛ همدلی پیران و افراسیاب با سیاوش و همدلی رستم با اسفندیار نیز از همدلی‌های بسیار تاثیرگذار و بی‌همتای شاهنامه است.

منابع

الف) کتاب‌ها

۱. اسلامی ندوشن، محمدعلی (۱۳۵۱). داستان داستان‌ها، تهران، انجمن آثار ملی.
۲. ----- (۱۳۷۰). آواها و ایماها، تهران، یزدان.
۳. اسکروچی، رامتین (۱۳۹۶). ریشه‌شناسی کاربردی در واژگان انگلیسی، کرج، نوای فرهنگ و هنر
۴. برزکار، ابراهیم (۱۳۹۷). مقدمه‌ای بر موضوعات شناختی (فرآیندهای ذهنی مبتنی بر پژوهش‌های مغز و روان‌شناختی)، تهران، آرتینه.
۵. بولتون، رابرت (۱۳۸۱). روان‌شناسی روابط انسانی، ترجمه حمیدرضا سهرابی، تهران، رشد.
۶. پارسا، حسن (۱۳۸۸). انگیزش و هیجان، چاپ دهم، تهران، دانشگاه پیام نور.
۷. حمیدیان، سعید (۱۳۸۳). درآمدی بر اندیشه و هنر فردوسی، چاپ دوم، تهران، ناهید.
۸. دبیرسیاقی، سید محمد (۱۳۸۰). برگردان روایت گونه شاهنامه فردوسی به نثر، تهران، قطره.
۹. سرآمی، قدمعلی (۱۳۸۳). از رنگ گل تا رنج خار، تهران، علمی و فرهنگی.
۱۰. شمیسا، سیروس (۱۳۷۶). طرح اصلی داستان رستم و اسفندیار. تهران: میترا.
۱۱. فتی، لادن و فرشته موتابی و شهرام محمدخانی و مهرداد کاظم زاده عطوفی (۱۳۹۱). آموزش مهارت‌های زندگی، تهران، میانکوشک.

۱۲. فردوسی، ابوالقاسم (۱۳۸۲). شاهنامه، بر اساس چاپ مسکو. به کوشش سعید حمیدیان. تهران: قطره.
۱۳. ----- (۱۳۸۶). شاهنامه، تصحیح جلال خالقی مطلق، تهران، مرکز دایرةالمعارف بزرگ اسلامی.
۱۴. مزلو، آبراهام اچ. (۱۳۷۳). انگیزش و شخصیت. ترجمه احمد رضوانی، چاپ سوم. تهران: آستان قدس رضوی.
۱۵. محمدخانی، شهرام و حسن موسوی چلک و ربابه نوری و فرشته موتابی (۱۳۹۶). مهارت‌های زندگی (مهارت‌های رفتاری - ویژه والدین)، تهران: طلوع دانش.

ب) مقالات

۱. تلخابی، مهري (۱۳۹۶). «نگاهی به مهم‌ترین برادرکشی‌های شاهنامه از منظر نظریه عقده حقارت آدلر»، فصلنامه تخصصی تفسیر و تحلیل متون زبان و ادبیات فارسی، شماره ۳۱، صص ۱۳۷-۱۵۶.
۲. جی. لیوکنز، ربکا (۱۳۸۲). «ادبیات چیست»، ترجمه شهرام اقبال‌زاده، کتاب ماه کودک و نوجوان، شماره ۷۷، صص ۱۳۶-۱۴۱.
۳. حسن رضایی، حسین (۱۳۹۶). ادبیات: زبان همدلی یا زبان مشترک عواطف انسان‌ها، نخستین همایش بین‌المللی ادبیات: زبان همدلی، شیراز، دانشکده خیر شیراز. صص ۱۰-۱.
۴. رحیمیان‌بوگر، اسحاق، شاره، حسین، حبیبی‌عسگرآبادی، مجتبی و بشارت، محمدعلی (۱۳۸۶). «بررسی تأثیر شیوه‌های جرأت‌ورزی بر سازگاری اجتماعی»، مجله نوآوری‌های آموزشی، ۶(۲۳)، صص ۲۹-۵۴.
۵. رفاهی، ژاله و نازفر مقتدری (۱۳۹۲). «اثربخشی آموزش مهارت همدلی به شیوه گروهی بر افزایش صمیمیت زوجین». فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۳(۱)، صص ۴۴-۵۶.

۶. شکیبی ممتاز، نسرین (۱۳۸۷). «نقش گفتگو در داستان رستم و اسفندیار»، فصلنامه علوم انسانی دانشگاه الزهراء، شماره ۷۴، صص ۹۱-۱۱۱.
۷. ستاری، رضا و حجت صفارحیدری و منیره مهربانی کالی (۱۳۹۴). شخصیت رستم بر اساس داستان رستم و اسفندیار در شاهنامه و نظریه «خودشکوفایی» آبراهام مزلو، مجله متن پژوهی ادبی: ۱۹(۶۴)، صص ۸۳-۱۰۹.
۸. غفوری، فاطمه (۱۳۸۹). «بررسی تطبیقی کانون روایت در شاهنامه فردوسی و مثنوی مولانا با تأکید بر داستان رستم و اسفندیار و داستان دقوقی»، مجله اندیشه‌های ادبی دوره جدید سال دوم شماره ۳، صص ۱-۳۲.
۹. فیض آبادی، زهرا و لیلا عزیزی و مریم صالحی (۱۳۸۷). تحلیل عامل اکتشافی و تأییدی پرسشنامه فرسودگی شغلی مزلاج در کارکنان دانشگاه تهران، مجله مطالعات روانشناختی دانشگاه الزهراء، ۴(۳)، صص ۷۳-۹۲.
۱۰. کاظمی، حامد (۱۳۸۶). ریشه‌های نوع‌دوستی در طفولیت، فصلنامه روانشناسی و اطلاع رسانی، شماره ۱، صص ۶۲-۴۴.
۱۱. کاویانی، محمد و موسوی، سیده‌سادات (۱۳۸۹). «تحلیل روان‌شناختی دیدگاه مولوی در موضوع نوع‌دوستی»، دوفصلنامه علمی تخصصی علامه، سال دهم، شماره ۲۶، صص ۹۷-۱۲۶.
۱۲. کهنوجی، مرضیه (۱۳۹۵). «بررسی ابعاد همدلی در بین اعضای هیأت علمی دارای پست‌های مدیریتی با توجه به نقش جنسیتی»، فصلنامه مطالعات منابع انسانی، ۵(۲۰)، صص ۱۸۶-۱۷۱.
۱۳. گلמן، دانیل (۱۳۸۳). «همدلی و نوع‌دوستی نشانه هوش عاطفی توست»، ترجمه حمیدرضا بلوچ، مجله روان‌شناسی جامعه، ۲(۱۵ و ۱۶)، صص ۳۶-۳۸.
۱۴. مظلوم، سیدرضا و امیرحسین میرحقی (۱۳۹۲). «مضامین اخلاقی پرستار در شاهنامه»، مجله پژوهش پرستاری ایران، ۸(۲۸)، صص ۸-۱.

همدلی: مهارتی آرامبخش در شاهنامه ۲۸۹

۱۵. وزیری، شهرام و افسانه لطفی عظیمی (۱۳۹۰). «تأثیر آموزش همدلی در کاهش پرخاشگری نوجوانان»، روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)، ۸(۳۰)، صص ۱۷۵-۱۶۷.

