

روانشناسی اخلاقی اندوه

Anna Gotlib  
***The Moral Psychology of Sadness***  
Rowman & Littlefield Publishers, 2019

---

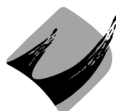
عنوان و نام پدیدآور: روان‌شناسی اخلاقی‌اندوه/ آنا گاتلیب؛  
ترجمهٔ مریم خدادادی، یاسر پوراسماعیل  
مشخصات نشر: تهران: نشر کرگدن، ۱۴۰۳  
مشخصات ظاهری: ۳۲۴ ص  
شابک: 978-622-7765-42-7  
موضوع: غصه  
شناسهٔ افزوده: خدادادی، مریم، ۱۳۶۳-، مترجم  
شناسهٔ افزوده: پوراسماعیل، یاسر، ۱۳۶۰-، مترجم  
Pouresmaeil, Yasser, 1981-  
شناسهٔ افزوده: گاتلیب، آنا  
Gotlib, Anna  
رده‌بندی کنگره: BF۵۷۵  
رده‌بندی دیویی: ۱۷۹  
شمارهٔ کتاب‌شناسی ملی: ۹۰۲۵۰۶۲

---

# روانشناسی اخلاقی اندوه

زیر نظر  
آنا گاتلیب

ترجمه  
مریم خدادادی و یاسر پوراسماعیل



نشر کرگدن

همه حقوق برای نشر کرگدن محفوظ است.  
[www.kargadanpub.com](http://www.kargadanpub.com)  
[telegram.me/kargadanpub](https://telegram.me/kargadanpub)  
[instagram.com/kargadan.pub](https://instagram.com/kargadan.pub)



مجموعه از منظر اخلاقی - ۹

دبیر مجموعه: امیرحسین خدایرست (هیئت علمی مؤسسه پژوهشی حکمت و فلسفه ایران)

روان‌شناسی اخلاقی اندوه

زیر نظر: آنا گاتلیب

مترجمان: مریم خدادادی و یاسر پوراسماعیل

مدیر هنری: سحر ترهنده

ناظر چاپ: علی محمدپور

لیتوگرافی: نقش سبز

چاپ و صحافی: زعفران

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۷۶۵-۴۲-۷

چاپ اول: ۱۴۰۳

تیراژ: ۷۰۰ نسخه

## یادداشت دبیر مجموعه

نگریستن به جهان از مناظری متفاوت میسر است. از هر یک از این مناظر، می‌توان وجوهی از جهان را مشاهده کرد که خاص آن منظر است. علم ما را با جهان تجربی پیوند می‌دهد، فلسفه دریچه‌ای به سوی بنیان‌ها و ضرورت‌های جهان می‌گشاید و حقوق چشم ما را متوجه قواعد قوام‌بخش زندگی جمعی می‌کند. تغییر منظرها در مواجهه با پدیده‌های جهان امری عادی است، به‌گونه‌ای که در زندگی روزمره، گاهی بی‌آنکه متوجه باشیم، خود را در چشم‌اندازهایی متفاوت به پدیده‌ای واحد قرار می‌دهیم. در این میان، یک منظر هست که چنان بنیادین جلوه می‌کند که گویی هرگز نمی‌توانیم آن را نادیده بگیریم و از پس ذهن خود بزدایم: اخلاق.

در عالم نظر، منظر اخلاقی همیشه با ماست و نه تنها با ماست، بلکه می‌تواند ملزمان کند که به آن اولویت دهیم؛ ارزیابی مؤثری از فعالیت‌های علمی داشته باشیم، دیدگاه‌های فلسفی را نقد کنیم و از این بحث کنیم که اعمال کدام قوانین درست یا نادرست است. در عالم عمل، وقتی از منظر اخلاقی به امور می‌نگریم، احساس می‌کنیم بی‌واسطه به عمل برانگیخته می‌شویم: قدری غریب می‌دانیم که ساخت سلاح‌های کشتار جمعی را نادرست بدانیم، ولی به کارمان در مرکزی علمی که هدفش طراحی چنین سلاح‌هایی است ادامه دهیم؛ مدافع کرامت انسانی باشیم، ولی دیدگاه‌هایی فلسفی را اشاعه دهیم که مستلزم تبعیض و تحقیر نژادی‌اند؛ و از مردم سالاری دفاع کنیم، ولی خواهان حقی ویژه برای صنف خود باشیم.

منظر اخلاقی، به‌خودی‌خود، برانگیزاننده و مقتضی عملی متناسب با اندیشه اخلاقی ماست.

با در نظر داشتن این نکات، مجموعه «از منظر اخلاقی» با دو هدف همبسته طراحی شده است: نخست، کمک کند اندیشه‌هایمان را در زمینه اخلاق بکاویم و بکوشیم آنها را روشن‌تر و سازگارتر کنیم تا بتوانیم به امور اخلاقی ذی‌ربط نگاهی جامع‌تر و دقیق‌تر بیندازیم؛ دوم، کمک کند برای نگرستن از منظر اخلاقی به امور و برانگیخته شدن بر اساس آن شور و شوقی بیشتر و عزمی استوارتر داشته باشیم. آثار اخلاقی گذشتگان و معاصران، چه در حوزه‌هایی انتزاعی‌تر، همچون فرااخلاق و نظریه اخلاق، چه در حوزه‌هایی انضمامی‌تر، همچون اخلاق کاربردی و روان‌شناسی و جامعه‌شناسی اخلاق، می‌توانند در دستیابی به این اهداف مؤثر و سودمند باشند. از این‌رو، این مجموعه میزبان آثار متنوع تألیفی و ترجمه‌ای است که همگی یک وجه مشترک دارند: دعوتی هستند به نگرستن «از منظر اخلاقی».

امیرحسین خداپرست

## فهرست

۱	موضوع‌نگاری‌های اندوه / آنا گاتلیب
۱	مقدمه
۴	عجیب و غریب‌ترین عاطفه
۱۲	روان‌شناسی اخلاقی اندوه
۲۰	موضوع‌نگاری‌های اندوه
۲۲	یادداشت‌ها
۲۵	منابع

### بخش ۱ - پدیدارشناسی‌های اندوه

۲۹	۱. غم ناگفته / اندریا سی. وستلاند
۳۰	فقدان
۳۴	غم
۳۷	فقدان روایت‌نشده
۴۴	غم‌های گفته و ناگفته
۴۸	شاهد بودن
۵۴	یادداشت‌ها
۶۰	منابع

۲. آیا باید درخصوص سناریوی قیامت شفلر احساس اندوه کنیم؟ /
- ۶۳ کریستین ویترانو- -----
- ۶۴ شادی و اندوه- -----
- ۶۶ سناریوی قیامت- -----
- ۷۱ دلایل بیشتری برای اینکه سناریوی قیامت ممکن است چندان اندوهناک نباشد- -----
- ۷۵ یادداشت‌ها- -----
- ۷۷ منابع- -----
- ۷۹ ۳. اندوه، عقل و احساس / جیمی لیندمان نلسن- -----
- ۸۱ اندوه و عشق- -----
- ۸۹ اندوهگین بودن سالم، اندوهگین بودن ناسالم- -----
- ۹۷ پی‌گفتار: آستن و متافیزیک عواطف- -----
- ۹۹ یادداشت‌ها- -----
- ۱۰۱ منابع- -----
- ۱۰۳ ۴. اندوه، میان‌سوژه‌گانی بودن و درس درون و بیرون / کلر کتس- -----
- ۱۰۵ علم اندوه- -----
- ۱۱۲ اگرستانسیالیم عواطف- -----
- ۱۱۷ از اضطراب تا اندوه- -----
- ۱۲۹ یادداشت‌ها- -----
- ۱۳۴ منابع- -----

## بخش ۲- اندوه و سایر عواطف

- ۱۳۹ ۵. مصیبت و بهبود / رایان پرستن-رودر و اریکا پرستن-رودر- -----
- ۱۴۶ استدلال از طریق بی‌اهمیتی- -----
- ۱۵۶ استدلال از طریق رها کردن- -----
- ۱۶۴ نگاهی دوباره به اضطراب‌ها- -----
- ۱۶۵ سپاسگزاری‌ها- -----
- ۱۶۶ یادداشت‌ها- -----
- ۱۷۲ منابع- -----



۶. بخشایش و روان‌شناسی اخلاقی اندوه / جفری بلاستین - - - - - ۱۷۵
- بخشایش و مسئلهٔ اندوه - - - - - ۱۷۵
- اندوه، مصیبت‌زدگی و افسردگی - - - - - ۱۸۴
- مصیبت‌زدگی و اندوه - - - - - ۱۸۴
- افسردگی و اندوه - - - - - ۱۸۷
- میان‌پرده: همسر یک مرد الکلی داستانش را تعریف می‌کند - - - - - ۱۹۲
- سرزنش و اندوه - - - - - ۱۹۳
- اندوه، احترام به خویش و احترام به اخلاق - - - - - ۲۰۲
- اندوه و بخشایش - - - - - ۲۱۰
- یادداشت‌ها - - - - - ۲۱۷
- منابع - - - - - ۲۲۶

## بخش ۳- اندوه و نوستالژی

۷. نوستالژی و شبیه‌سازی / فیلیپ دو بریگارد - - - - - ۲۳۱
- مقدمه: تاریخچهٔ کوتاهی از نوستالژی - - - - - ۲۳۱
- توصیف نوستالژی - - - - - ۲۳۴
- مؤلفهٔ شناختی نوستالژی - - - - - ۲۳۵
- مؤلفهٔ احساسی نوستالژی - - - - - ۲۴۳
- مؤلفهٔ کنشی نوستالژی - - - - - ۲۴۷
- اندیشه‌های پایانی: نوستالژی، شبیه‌سازی ذهنی و انگیزهٔ سیاسی - - - - - ۲۵۴
- یادداشت‌ها - - - - - ۲۵۷
- منابع - - - - - ۲۶۵
۸. خاطره، اندوه و تمنا؛ نوستالژی غربت به‌منزلهٔ سازگاری با فقدان / آنا گاتلیب - - - - - ۲۷۳
- مقدمه - - - - - ۲۷۳
- نوستالژی چیست؟ چند پیشینهٔ داستان - - - - - ۲۷۷
- اندوه، حافظه و نوستالژی: چند انگارهٔ اشتباه - - - - - ۲۸۱
- نوستالژی، اندوه و تمنا - - - - - ۲۸۹

- ۲۹۶ - - - - - غربت‌نشینان و شیادان: نوستالژی‌ورزی‌های پرشمار -
- ۳۰۲ - - - - - یادداشت‌ها -
- ۳۰۶ - - - - - منابع -
- ۳۰۹ - - - - - معرفی نویسندگان -

## سپاسگزاری‌ها

این کتاب بدون سخت‌کوشی و فداکاری بسیاری از افراد به سرانجام نمی‌رسید. مایل‌ام نخست از ویراستار مجموعه، مارک آلفانو، به‌خاطر اعتماد، راهنمایی و حمایت تمام‌عیارش در کل فرایند نوشتن و ویراستاری این کتاب تشکر کنم. همچنین از کیت نورلاک به‌خاطر نظرات هوشمندانه و تشویق‌هایش سپاسگزارم. با اینکه ناگفته پیداست، باز می‌گویم که بدون وجود گروهی از محققان مستعد، فداکار و سخاوتمند که مفتخرم آثارشان را در اینجا عرضه کنم هیچ قسمتی از این کار به نتیجه نمی‌رسید. به نظر من مساهمت‌های آنها در روان‌شناسی اخلاقی به‌طورکلی و در بررسی‌انده به‌طورخاص، علاوه بر اینکه گفتمان‌های جدید و جالبی را ایجاد و فراهم کرده‌اند، نمونه‌های بارزی از این امر هم به شمار می‌آیند که چگونه رویکردهای بسیار متفاوت، و گاهی حتی متناقض، به یک موضوع فلسفی پیچیده می‌توانند دقیقاً همان چیزی باشند که برای بررسی عمق و نیز وسعت آن ضروری است. همچنین مایل‌ام از ویراستار بسیار باحوصله، ایزابل کوپر-کولز، در رومن‌اند لیتفیلد اینترنشنال قدردانی کنم. در نهایت، این سپاس‌گزاری‌ها بدون قدردانی از معلم، همکار و دوست عزیزم هیلده لیندلمان کامل نخواهد بود؛ قدردان او هستم نه فقط به‌سبب پیشنهادهای بسیار مفید و مهم و راهنمایی‌های ویراستارانه‌اش بلکه همچنین به این سبب که به من یادآور شد چیزهای به‌ظاهر غیرممکن می‌توانند ممکن شوند. البته بدون وجود جف گوین، شریک من در همهٔ زمینه‌ها، هیچ کاری ممکن نبود. هرچه در اینجا بگویم باز نمی‌توانم حق مطلب را دربارهٔ او و قدرشناسی‌ام را نسبت به او ادا کنم.



## موضع‌نگاری‌های اندوه

مقدمه‌ای بر روان‌شناسی اخلاقی اندوه<sup>(۱)</sup>

آنا گاتلیب

کالج بروکلین سی‌یوان‌وای

### مقدمه

وقتی مارک الفانو، ویراستار این مجموعه، در مورد طرح‌های روان‌شناسی اخلاقی، که عموماً شامل شماری از عواطف می‌شدند، فراخوان داد، اولین چیزی که به ذهنم رسید این بود «ای کاش تا این لحظه کسی اندوه را انتخاب نکرده باشد!». شاید چنین ترجیحی برای یک نظریه‌پرداز اخلاق زیستی و اخلاق زنانه‌نگر است عجیب و غریب به نظر برسد - واقعاً چرا خشم، شهامت یا حتی عشق نه؟ از این گذشته، چرا اصلاً باید به عواطف و پدیدارشناسی‌های آنها پردازیم وقتی ادعاها دربارهٔ نقش‌ها، ظرفیت‌ها و بیان آنها مدت‌هاست ابزار قدرتمند و مؤثری در ایجاد و ابقای نابرابری‌های جنسیتی بوده است؟<sup>(۲)</sup> اگر بخواهم کوتاه پاسخ بدهم باید بگویم من یک روس هستم و عواطف - اندوه و بسیاری از دگرگشت‌هایش به‌طور خاص - جزء لاینفک میراث فرهنگی من است. اما اگر بخواهم پاسخی مفصل‌تر بدهم باید بگویم دلیلش پرسش‌هایی مبرم است که مجذوبم کرده‌اند و سال‌هاست به‌عنوان علایق فلسفی اصلی‌ام بر جای مانده‌اند: چگونه می‌توانیم به‌لحاظ فلسفی - چگونه می‌توانیم به‌طرزی معنادار - به پرسش‌هایی پاسخ دهیم

که نه تنها به این موضوع مربوطند که ما، در مقام کنش‌گرانی انتخاب‌گر، چه باید بکنیم، بلکه همچنین به این موضوع مربوطند که ما، به‌عنوان آدم‌هایی که طی تمام رخداد‌های دشوار، که غالباً از کنترل‌مان هم خارج‌اند، صاحب تجربه و احساس هستیم، چگونه باید پیش برویم؟ چگونه می‌توانیم به موضوع اندوه بپردازیم آن هم به روشی که پدیدارشناسی‌های غیرمعارف اندوه را مدنظر می‌گیرد و درعین حال جهان‌شمولی آن را به‌مثابه تجربه‌ای بشری تصدیق می‌کند؟ فرقی نمی‌کند اندوه نتیجه فقدان عزیزان باشد، یا نتیجه حس آستانه‌ای، یا نتیجه ترس از کم‌اهمیت تلقی شدن یا نتیجه تمنایی که نمی‌توان بر آن فائق آمد - من همه اینها را مصادیق عاطفه‌ای می‌دانم که با قدرت بسیار نه تنها به کیستی ما بلکه همچنین در بسیاری از موارد به کیستی ما در چشم دیگران شکل می‌دهد.

با وجود این، فراگیرندگی و پیچیدگی‌های موضع‌نگاری اندوه توجه فلسفی پایدار زیادی ایجاد نکرده است. از یک سو، با توجه به چرخش تجربی نه فقط در روان‌شناسی اخلاقی، بلکه همچنین در اخلاق هنجاری و نظریه موسعاً شرح داده‌شده ارزش، و با نادیده گرفتن معرفت‌شناسی و اخلاق عملی به‌طورکلی‌تر، فقدان نسبی توجه به عاطفه اندوه به‌عنوان حیطة خاصی از مطالعه بسیار عجیب است.<sup>(۳)</sup> از سویی دیگر، چون بررسی عموماً فلسفی عواطف هنوز هم نسبتاً نوپا است، کمبود نظریه‌پردازی درباره اندوه نباید یکسره تعجب‌برانگیز باشند.

این مطالعات باید انگیزه‌بخش باشند. من به‌عنوان کسی که نشان می‌دهد روایت‌ها می‌توانند به‌لحاظ هنجاری مؤثر و برساننده هویت شخصی و روابط اجتماعی باشند، عواطف را نشانگرهای مهمی می‌دانم که در مقایسه با مثلاً داده‌های بالینی یا گزارش‌های توصیفی از وضع امور چیز بیشتری منتقل می‌کنند.<sup>(۴)</sup> در واقع، نشان می‌دهم عواطف به عمل مفاهمه‌ای که برای مفاهمه انسانی در وهله نخست بسیار مهم است افزوده می‌شوند: آنها به فهم اخلاقی ما از خودمان ساختار و شکل می‌بخشند و آنچه را برایمان اهمیت دارد و چرایی اهمیتش را در کانون توجه قرار می‌دهند. به‌جای مفروض گرفتن نقش پی‌پدیدارگرایانه برای عواطف که فیلسوفان بسیار زیادی به آنها نسبت می‌دهند، باید بگوییم عواطف در واقع منشأ تأثیرند.

البته عواطف می‌توانند به طرقي ايضاح‌گرانه، حتى افشاگرانه، منشأ تأثير باشند - آنها همچنين مي‌توانند به نحوي مخرب برگفتمان‌هاي ما حاکم شوند. با اين حال، رديابي عواطف سخت و تحليل‌شان دشوار است. ظاهراً آنها از حيث بارشان، بروز و اهميت‌شان به طرقي متفاوتند که دلایل دست‌کم در بادي‌نظر اين چنين نيستند. به عبارت ديگر، درحالي‌که دلایل چيزهايي هستند که گفته مي‌شود ما در آنها مشترکيم، عواطف، با اينکه همه ما تجربه‌شان مي‌کنيم، ظاهراً در نحوه تجربه، ابراز و درک‌شان به لحاظ پديدارشناسانه زيادي نامتعارف، زيادي پيش‌بيني‌ناپذير و زيادي خاص‌نگرانه‌اند. از اين رو، تقريباً تا همين اواخر، فيلسوفان همچنان به اين موضوع تاحدي بدگمان بوده‌اند. حالاکه عواطف موضوعات دغدغه اخلاقي يا حتى معرفتي‌اند، ديگر خارج از پژوهش فلسفي قرار ندارند. البته به استثنای اندوه.

هدف اين کتاب اين است که از طريق واکاوي اندوه به‌عنوان بخشي از پژوهش فلسفي روبرشد در خصوص روابط ميان عواطف و حيات اخلاقي‌مان به اين گفتمان‌ها غنا ببخشد. آنچه در اين پروژۀ انگيزه‌بخش است نه ميل به سخن‌گفتن با صدايي واحد و تحکم‌آمیز است و نه کندوکاو برای دستيابي به دقتي دانشنامه‌اي. بلکه، نويسندگان اين کتاب مجموعه‌اي چندصدائي از منظرها، ديده‌گاه‌ها، رويکردها و روش‌شناسي‌ها را با خود به‌همراه مي‌آورند. با اينکه هيچ‌يک از نوشته‌ها تعريفی قطعي از چيستي اندوه - يا از اينکه ما دقيقاً چگونه بايد اندوه را به‌عنوان عاطفه‌اي اخلاقي تعبير کنيم - ارائه نمي‌کند، هرکدام با دشواري‌ها، تفاوت‌هاي جزئي و معاني آن در زندگي اخلاقي‌مان دست‌وپنجه نرم مي‌کنند. عاملي که به اين مشارکت‌ها وحدت مي‌بخشد اين باور است که اندوه بايد جايگاهش را در گفتمان‌ها درباره ماهيت و بجا بودن عواطف، اهميت‌شان در هنجارمندی حيات و رشد اخلاقي و نقش‌شان در ادراک ما از خودمان و از همدیگر بيبابد. از اين رو، اين کتاب نه‌تنها به برسي اندوه به‌مثابه احساسی عميقاً انساني اختصاص مي‌يابد که ماهيت، کارکرد و اهميتش در زندگي ما متأسفانه به‌لحاظ فلسفي دست‌کم گرفته شده و به‌لحاظ نظري به آن کم پرداخته شده است، بلکه به تنش‌هاي دروني موجود در نظريه‌پردازي درباره اندوه و درنتيجه عمومي‌سازي آن، که خصوصي‌ترين عاطفه است نيز مي‌پردازد.

این مقدمه برای این رسالت پیش‌رو به‌نحوی ترتیب یافته است که امیدوارم هم بر اهمیت و هم بر دشواری‌های نهفته در پرداختن به چیزی که به‌اندازه آندوه برای تجربه‌های زیسته ما بنیادین است پرتوی بیفکند. نخست کار را با ملاحظه بعضی از موانعی آغاز می‌کنم که بر سر راه بررسی عاطفه آندوه به‌مثابه یک موضوع مستقل مطالعه (فلسفی) قرار دارند. در طول این مسیر به دشواری‌های منحصر به فردی می‌پردازم که در دل نظریه‌پردازی درمورد آندوه نهفته است. در وهله دوم، اجمالاً خلاصه‌ای از مقالات در این مجموعه ارائه و آنها را در نسبت با هم ملاحظه می‌کنم. در نهایت، با ارائه چند نظر درباره نقش‌هایی که آندوه در حیات اخلاقی ما ایفا می‌کند بحث را به پایان می‌برم و مسیرهای بیشتری برای تحقیق در موضع‌نگاری‌های چندجانبه آندوه پیشنهاد می‌دهم.

### عجیب و غریب‌ترین عاطفه

با توجه به بررسی نایکدست فیلسوفان از عواطف به‌طور کلی، نباید این نظر مایه حیرت شود که ارزیابی آندوه به صورت عاطفه‌ای اخلاقی چالش‌انگیز است. اگر کار را با اپیکوریان و رواقیان آغاز کنیم، باید بگوییم عواطف در بهترین حالت غیرعقلانی و در بدترین حالت چیزی تلقی می‌شوند که باید روح و جان را از آن پاک و پالوده کرد.<sup>(۵)</sup> با چشم‌پوشی کردن از قرن‌های بسیاری پس از آنها، به فیلسوفان و به‌طور خاص آنهایی که به فلسفه ذهن و نیز به رشته در حال گسترش روان‌شناسی اخلاقی اشتغال داشتند می‌رسیم که رفته‌رفته به بررسی پرسش از رابطه اخلاق و عواطف روی آوردند - به‌ویژه چگونگی امکان‌آیندای اخلاق در عواطف و روان‌شناسی ما.<sup>(۶)</sup> مثلاً جسی پرینتس ادعاهایی از این دست را پیش کشید که «عواطف با احکام اخلاقی هم‌زمان رخ می‌دهند» و در واقع «عواطف بر احکام اخلاقی تأثیر می‌گذارند.»<sup>(۷)</sup> علاقه فلسفی و میان‌رشته‌ای به عواطف، و به‌ویژه به عواطف منفی همچون شرم، انزجار و گناه،<sup>(۸)</sup> رو به فزونی داشته و بازتاب‌دهنده صداهایی فمینیستی است که مدت مدیدی به موضوع مرکزیت دادن به عواطف در گفتمان‌های هنجاری اشتغال داشته‌اند بی‌آنکه بر ظرفیت‌های عاطفی صرفاً به‌عنوان تابعی از تفاوت جنسیتی تمرکز کنند.<sup>(۹)</sup>



اما هیچ توجه خاصی، دست‌کم در تلاش‌های فلسفی، به اندوه مبذول داشته نشده است که این خود موجب می‌شود بپرسیم چرا. در اینجا می‌خواهم چند دلیل بیاورم - بی‌تردید برخی از این دلایل بهتر از بقیه‌اند.

دلیل نخست به غرابت و درونی بودن خود تجربه‌اندوه برمی‌گردد؛ دومین دلیل به بی‌رغبتی فرهنگی (عمدتاً، اما نه منحصراً، امریکایی) در پرداختن به اندوه و در عوض، تأکید بر روایت‌های «خوشبینانه» برمی‌گردد که در آنها شادی معمولاً دست بالا را دارد. به‌منظور ارائه‌ی صدرروایتی مثبت‌تر از این موانع و چالش‌ها، این بخش را با نکاتی مفید درباره‌ی اندوه به‌مثابه‌ی یگانه‌موضوع پژوهش که می‌تواند جایگاه خودش را در تحقیقات بیابد به پایان می‌برم. اما اول به سراغ نگرانی‌ها درباره‌ی غرابت اندوه و پیامدهایش می‌روم.

اندوه عاطفه‌ای عجیب است، درعین‌حال که به‌لحاظ پدیدارشناختی فراگیر است، به‌لحاظ معرفت‌شناختی - شاید حتی به‌لحاظ اخلاقی - مبهم است. فیلسوفان به‌جز تحقیقات درباره‌ی مصیبت، افسردگی و سایر عواطف ناگهانی‌تر، درمورد دیگر موارد تقریباً چیزی نمی‌گویند.<sup>(۱۰)</sup> این امر چند دلیل احتمالی دارد. ممکن است اندوه، برخلاف مصیبت، افسردگی و دیگر عواطف مرتبط علت شناخته‌شده‌ای نداشته باشد؛ ممکن است ظاهراً تمام‌نشده‌ی باشد؛ ممکن است غیرقطعی باشد: از همه‌ی اینها گذشته، اگر بگویم افسرده‌ام، احتمالاً توجه را به وضعیتی بالینی جلب می‌کنم؛ اگر دچار مصیبت باشم، معمولاً مصیبت‌زدگی من موضوعی دارد، اما اگر بگویم اندوه‌گینم، احتمالاً در حال توصیف چیزی شبیه افسردگی یا مصیبت‌زدگی‌ام - یا احتمالاً یک نوع/ز افسردگی یا مصیبت‌زدگی - اما درعین‌حال ممکن است در حال توصیف چیزی باشم که عاطفه‌ی «نااخلاقی» یا «سلبی» اندوه نامیده می‌شود.<sup>(۱۱)</sup> به توصیف آن به‌عنوان نوعی فضای منفی توجه کنید: «نااخلاقی»، «سلبی» - فقدان چیزی، بدون شواهد آشکاری از دیدگاه ایجابی، از یک حضور، یک متعلق، اعم از اخلاقی یا غیر آن. بنابراین اندوه همچنان نوعی عاطفه‌ی آستانه‌ای است - با توجه به حضور همه‌جایی‌اش فراگیر است هرچند مبهم، نامتمرکز، نامطلوب و در جمع فیلسوفان، عمدتاً بررسی‌نشده.

منظورم از «فضای منفی» اندوه چیست؟ چند مثال می‌توانند در اینجا روشن‌گر باشند. نخست برویم سراغ موردی که نسبتاً بی‌مناقشه است: اگر من به‌خاطر فقدان یا سرخوردگی احساس اندوه می‌کنم، احساسات من و دلایل‌شان در بیشتر موارد قابل فهم یا دست‌کم بیان‌پذیرند. دیگران می‌توانند با آنچه من احساس می‌کنم همدردی کنند حتی اگر نتوانند حقیقتاً بفهمند آن احساس برای من چه حالی دارد.<sup>(۱۲)</sup> در اینجا، اندوه این امکان را به ما می‌دهد که فهم اخلاقی‌مان را به اشتراک بگذاریم، به این معنا که هم بیان و هم تصدیق رنج عاطفی اخلاقاً قابل فهم باشند. اما موارد بسیاری از اندوه وجود دارند که این چنین سراسر نیستند. ایدهٔ اندوه به‌عنوان مفهومی هنجاری دچار مشکل می‌شود اگر شدت آن نامعمول باشد، اگر به‌طرزی تعجب‌برانگیز بیش از حد طول بکشد یا اگر نحوهٔ بروز آن عادی نباشد. بدین ترتیب، تصور کنید کسی حیوان خانگی محبوبش را از دست داده است و بعد از گذشت یک‌سال هنوز هم اندوهگین و سوگوار است. در اینجا ممکن است بپرسیم آیا این شخص با ماندن در این حالت اندوه آن هم به مدتی که به نظر متناسب نمی‌آید مرتکب خطایی اخلاقی می‌شود یا اینکه ما در اشتباهیم که به این شخص سوگوار خاطر نشان می‌کنیم باید از کنار این موضوع «بگذرد». ممکن است در مورد اولویت‌های فرد سوگوار اما و اگر کنیم؛ ممکن است در مورد حد و مرزهای همدردی خودمان اما و اگر کنیم. به عبارت دیگر، اگر اندوه کسی شدیدتر و عمیق‌تر از حدی باشد که معمولاً در مورد رخداد اندوهناک خاصی انتظارش می‌رود، بدون عمومیت‌بخشی اخلاقی یا جزئی‌سازی بیش از اندازهٔ واکنش او چه می‌توانیم دربارهٔ بجا بودن یا پارامترهای اندوه بگوییم؟ درمقابل، اگر کسی در مورد چیزی که عموماً اندوه‌برانگیز تلقی می‌شود از اندوهگین بودن امتناع کند یا به نظر برسد نمی‌تواند اندوهگین باشد چطور؟ آیا می‌توانیم در مورد او بگوییم این شخص به‌خاطر تجربه نکردن آنچه براساس هنجارهای اخلاقی باید تجربه کند به‌نحوی دچار نقص اخلاقی است، مثل همان حرفی که در مورد کسانی که نمی‌توانند معنای سنگدلی یا رنج دیگری را درک کنند می‌گوییم؟ به‌علاوه، حتی اگر کسی اندوه را تجربه می‌کند، باید پرسید تا چه حد، برای چه مدتی و به چه نحو آن را تجربه می‌کند؟ این امر همچنین دربارهٔ

هنجارمندی اندوه چه چیزی غیر از این می‌گوید که این موضوعی مربوط به تفاوت در ظرفیت، شدت و حدت، اولویت و سازگاری است؟

در نهایت، شاید نگران‌کننده‌ترین موضوع این است که یکی از دشواری‌های خاص اندوه ابهام معرفتی و گزاره‌ای آن است: ظاهراً متعلقات عاطفی اندوه، برخلاف متعلقات حسرت یا عشق، پراکنده‌ترند، تعیین کمتری دارند و به نظر می‌رسد خود عاطفهٔ اندوه از مرزهای مفهومی مشخص زیادی برخوردار نیست. یعنی، ممکن است فقط به‌طور کلی اندوه‌گین باشم - ممکن است صرفاً احساس / اندوه‌کنم یا اندوه‌گین باشم، بدون اینکه متعلق قابل‌تشخیصی برای اندوه در کار باشد، یا بدون اینکه بتوان به چیزی به‌عنوان دلیلی برای آن یا توجیهی برای آن اشاره کرد. بنابراین درحالی‌که ممکن است درمورد کارها، اتفاقات یا تصمیم‌هایی خاص دچار حسرت شویم و درحالی‌که ممکن است آدم‌ها، یا گروه‌هایی از آدم‌ها، چیزها یا جاهایی را دوست داشته باشیم، ظاهراً نمی‌توانیم این معطوف به متعلق بودن را درمورد اندوه تصور کنیم. این ماهیت ظاهراً معلق اندوه - کمی یادآور حس تمنایی است که برانگیزانندهٔ احساسات نوستالژیک است - موجب پیدایش پرسش‌هایی نه‌تنها دربارهٔ تناسب، انگیزه و درواقع حتی درمورد سلامت روان می‌شود بلکه پرسش‌هایی دربارهٔ نقش اندوه در خود اخلاق هم ایجاد می‌کند زیرا اخلاق هم مستلزم نوعی دربارگی است و هم ابزاری است برای تعامل با یکدیگر از طریق برخی اشتراکات در ارجاع و فهم. آیا این ابهام معرفتی نشان از آن دارد که اندوه می‌تواند از جهات مهمی عمیقاً غیرقابل اشتراک باشد یا دست‌کم به آن نحوی که سایر عواطف ممکن است قابل اشتراک باشند نباشد؟ درواقع این احتمال وجود دارد، اما از این گذشته، به نظر می‌رسد درونی بودن و معطوف نبودن اندوه با تمایل ما برای گفتن، روایت کردن، ایضاح و روشن ساختن درد و رنج‌مان به‌عنوان بخشی از حیات اخلاقی مشترک‌مان تنشی شدید دارد. یا همان‌طور که آندریا وستلاند به‌نحوی تأثرانگیز در همین کتاب می‌گوید می‌خواهیم «از غم [مان] حرف بزنیم». و از این رو به ناهماهنگی در دسر سازی می‌رسیم که در قلب نظریه‌پردازی دربارهٔ اندوه جای دارد: از یک سو، اندوه ظاهراً برای حیات اخلاقی ما محوری است - اینکه آیا اندوه‌گینیم، چگونه و چرا اندوه‌گینیم، چگونه اندوه‌مان را ابراز می‌کنیم و اینکه

دیگران چگونه این بروزات را ادراک می‌کنند امری اساساً هویت‌ساز است و از این رو این امر موضوعی برای پژوهش‌های فلسفی، تجربی و اخلاقی جدی است. از سوی دیگر، اندوه به‌عنوان عاطفه‌ای اخلاقی نگرانی جدی‌ای هم برای ما مطرح می‌کند: از آنجا که اندوه ظاهراً واجد نوعی بیان‌ناپذیری، نوعی درونی بودن و جنبه منحصراً فردی است که سایر عواطف از آنها برخوردار نیستند (یا دست‌کم نه تا این حد)، چگونه می‌توانیم از آن به‌عنوان عاطفه‌ای که هم بر احکام اخلاقی تأثیر می‌گذارد و هم از آنها تأثیر می‌گیرد سردر بیاوریم - چیزی که باید در موردش پرسش و پژوهش کرد و در گفتمان‌های هنجاری رو به گسترش که در روان‌شناسی اخلاقی بسط می‌یابند ظاهر می‌شود؟ ظاهراً بی‌نظیر بودن اندوه در مقام موضوعی برای پژوهش ریشه در تناقض‌های بسیار آن دارد.

اما دلایل آستانه‌ای بودن نظری اندوه در ابهام معرفتی آن خلاصه نمی‌شوند. در واقع، می‌توان آن را همچنین تا حدی با نگرش نهفته فرهنگی که من آن را کاوش خوشبختی<sup>۱</sup> می‌نامم تبیین کرد: شاه‌روایت، که کاملاً در امریکا (البته همچنین در جاهای دیگر، به‌ویژه در نیم‌کره شمالی انگلیسی‌زبان) غلبه دارد خوشبختی را به‌عنوان نگرش عاطفی راجح می‌ستاید - و اندوه، نقطه مقابل آن، به‌عنوان وضعیتی، حقیقتاً عذاب‌آور، که باید از آن اجتناب شود. خوشبختی، که جستجویش در روایت امریکایی ستوده می‌شود، به‌طور خاص در ایالات متحده به چشم چیزی شبیه به یک حق مسلم نگریسته می‌شود؛ فقدان آن، یک تراژدی است.<sup>(۱۳)</sup> به‌تبع تمرکز کلرکتس (در این کتاب) بر فیلم درون و بیرون<sup>۲</sup> به‌مثابه نقدی ملایم از تمرکز بی‌وقفه بر مطلوبیت شادی به‌عنوان مرکز حیات عاطفی ما، ظاهراً مشغولیت ذهنی ما به خوشبختی فرهنگی، شخصی، حتی سیاسی کاملاً مبرهن و آشکار است. البته، باربارا ارنرایک در *لبخند بزن یا بمیر: چگونه مثبت‌اندیشی امریکا و جهان را تحمیق کرده است*<sup>۳</sup> نه‌تنها از صنعت چند میلیارد دلاری مثبت‌اندیشی، بلکه از باور به شاه‌روایت‌های آن از خوشبختی به هر قیمتی نیز انتقاد می‌کند.<sup>(۱۴)</sup> به‌رغم این واقعیت که این مثبت‌بودن تحمیلی از رساندن

1. happiness-mining

2. *Inside Out*

3. *Smile or Die: How Positive Thinking Fooled America and the World*

ثروت‌های یک‌شبهه یا درمان سرطان (یا هر بیماری جدی دیگری) ناکام بوده است، پیام آن در جهان تجارت گسترش یافته است همراه با آن انبوه نوشته‌های خودیاری و انگیزشی که با عبارتی نسبتاً مطمئن به خواننده می‌گویند خوشبختی او حقیقتاً به خود او وابسته است - و اینکه تنها از طریق مثبت بودن، قدرشناسی و لبخند زدن‌های بسیار بر ذهنش مسلط خواهد شد و از این طریق بر مسیر و هدف زندگی‌اش هم تسلط خواهد یافت.<sup>(۱۵)</sup> درواقع، نگرشی مثبت و شاد چیزی شبیه به جادو است.

از این گذشته، اندوه نه‌تنها از لحاظ فرهنگی به حواشی عواطف مطلوب بشری تنزل داده می‌شود، بلکه همچنین، همان‌طور که براک بسچیان می‌گوید، «سطوح عادی اندوه، افسردگی و اضطراب معمولاً آسیب‌انگاری و به مسئله‌ای پزشکی تبدیل می‌شوند: به چشم انحرافی از هنجارهای مطلوب به آنها نگریسته می‌شود».<sup>(۱۶)</sup> درواقع، فقط مطالعهٔ اجمالی آثار حرفه‌ای در روان‌شناسی، روان‌پزشکی، جامعه‌شناسی و سایر رشته‌ها مقاله از پس مقاله‌هایی را به دست می‌دهند که به اندوه به‌مثابهٔ حالتی از بیماری، نوعی پیچیده از درهم‌شکستگی یا راهی برای پی بردن به (و درمان) افسردگی<sup>(۱۷)</sup> و وضعیت‌های روان‌شناختی دیگر می‌پردازند. قسمت عمدهٔ این پژوهش، حتی آن نوع پژوهشی که می‌کوشد اندوه را از ارزیابی‌های صرفاً بالینی خلاص کند، همچنان به فراتحلیل‌هایی از این امر می‌پردازد که چگونه اندوه در سایر دسته‌های مربوط به بیماری‌های روان‌شناختی و فیزیکی جا می‌گیرد بی‌آنکه وقتی را صرف پرداختن به این کند که خود اندوه (و نه افسردگی یا تشخیص بالینی دیگری) چه می‌تواند باشد، چرا مهم است و چگونه بر خویش‌فهمی ما تأثیر می‌گذارد و غیره.<sup>(۱۸)</sup>

بدین ترتیب، هم فشار برای اندوه‌گین نبودن (یا دست‌کم تا حد امکان به خوشحالی نزدیک بودن) و هم تمرکز بر اندوه به‌مثابهٔ بیماری به دو جهت‌گیری ناگوار انجامیده است: نخست، کم شدن ارزش اندوه به‌منزلهٔ یک عاطفهٔ اخلاقاً مهم؛ دوم، تعمیق حس انزوا و در آستانه بودن‌آهایی که با روایت‌های خوشبختی اجباری یا دست‌کم با خوشبینی مواجه‌اند.<sup>(۱۹)</sup> پس وادادن در مقابل احساسات اندوه در بهترین حالت نوعی بیماری و در بدترین حالت نوعی شکست - شخصی،

اجتماعی، اخلاقی - است. یک شخص اندوهگین کسی است که تخت‌بند شده است، کسی که (به‌طور نامناسب) نشخوار ذهنی می‌کند، کسی که از پیش رفتن سر باز می‌زند - کسی که در مقام کنش‌گری اخلاقی گرفتار مانده است. شاید هم به‌خاطر همه این دلایل، مطالعات اندوه به‌عنوان یک حیطة متمایز پژوهش، برخلاف مطالعات خوشبختی، که با مجله مطالعات خوشبختی<sup>۱</sup> اش کامل می‌شود، (هنوز) وجود ندارند. اما شاید وجود آن بایسته باشد.

در واقع محدود نشانه‌هایی (غیر از این کتاب) در کارند که بر این امر دلالت می‌کنند که اندوه‌پژوهی احتمالاً سرانجام، با استفاده توأمان از روش‌شناسی‌های تجربی و فلسفی در حال یافتن جایگاهش است. از جنبه فلسفی، برای مثال، دیوید گلدمن در «تعدیل نگرش‌های واکنشی»<sup>۲</sup> موضع پی. اف. استراسن را در «آزادی و رنجش»<sup>۳</sup> علیه حذف گسترده نگرش‌های واکنشی، مثل رنجش و انزجار، می‌پذیرد.<sup>(۲۰)</sup> گلدمن می‌گوید «بدیلی برای رنجش: شکلی از اندوه اخلاقی در باره ستم ... مشارکت ما را در روابط میان‌اشخاصی حفظ می‌کند. اگر این اندوه اخلاقی را جایگزین رنجش و انزجار کنیم، به تغییری عمیق و پردامنه در نحوه ارتباطمان با یکدیگر خواهیم رسید - و درعین حال روابط میان‌اشخاصی را سر جایشان نگه خواهیم داشت».<sup>(۲۱)</sup> پس نوعی اندوه «تندوتیزشده» به «واکنش غیر خصمانه» جایگزینی به رخدادهای رنجش‌آور مثل مواردی از نژادپرستی بدل می‌شود که «می‌توانند همان کار واکنش‌های خصمانه را انجام دهند» و درعین حال «روابط میان‌اشخاصی را هم‌زمان با از میان بردن واکنش‌های خصمانه» و حسن نیت را «حفظ کنند».<sup>(۲۲)</sup> گلدمن اشاره می‌کند که واکنش «اندوه تندوتیزشده» ای که مطرح می‌کند می‌تواند به‌شایستگی جواب آسیب اخلاقی‌ای را بدهد که فرد نژادپرست وارد کرده بی‌آنکه هم‌زمان هر گونه رابطه‌ای را که ممکن است با فرد خاطی برقرار باشد از میان ببرد. بدون اینکه این تربیت را تضعیف‌کننده کنشگری فرد نژادپرست بدانم، رنجش من از او ممکن است کم شود یا به‌کلی از میان برود. می‌توانم بگویم مایه اندوه است که این‌طور بد با من رفتار می‌کنی. از تو بیشتر از اینها انتظار دارم

1. *Journal of Happiness Studies*
2. Modification of the Reactive Attitudes
3. Freedom and Resentment

و تو این انتظارات را برنیاورده‌ای. از دستت خشمگین نیستیم، اما بسیار ناامید شده‌ام / رنجش من، با اینکه همچنان تقاضا می‌کند که فرد نژادپرست روادار باشد و حسن نیت نشان دهد، ممکن است جای خود را به اندوه یا ناامیدی از سوء نیت فرد نژادپرست بدهد»<sup>(۲۳)</sup>. طبق این تحلیل، اندوه فقط عاطفه‌ای اخلاقی نیست به این معنا که بخشی از پدیدارشناسی‌های اخلاقی مشترک ما باشد بلکه عاطفه‌ای ترمیمی هم هست به این معنا که اختلاف اخلاقی را بدون گسست اخلاقی ممکن می‌سازد. وانگهی، اندوه به‌منزلهٔ عاطفه‌ای که می‌تواند اختلاف‌های اخلاقی عمیق ما را پیگیری کند و درعین حال امکان مهار نگرش‌های واکنش‌گرانه‌مان را بدهد به‌نحوی که گفتمان اخلاقی تا حد ترمیم‌ناپذیری گسسته نشود، به میزان قابل توجهی از تجربه‌های عاطفی منفرد فراتر می‌رود و وارد انواعی از فضاهاى اخلاقی می‌شود که در آنها نومی‌دی از یکدیگر در مقام کنشگر مانع از عالم اخلاقی مشترک و احتمالاً ترمیم‌پذیری نمی‌شود.

در جانب تجربی‌تر (که عمدتاً روان‌شناسی و رشته‌های مرتبط در آن قرار دارند)، اندوه در قالب موضوع غیربالینی نیز در حال ظهور است. به علاوه نگرانی‌هایی دربارهٔ پزشکی‌سازی بیش از حد اندوه<sup>(۲۴)</sup> می‌توانیم آثار وردوین و لاورینسن را بیابیم که رابطه میان طول مدت و تأثیر عواطف را بررسی کرده‌اند. در یک مطالعه از این دست، آنها از ۲۳۳ دانشجو خواستند رخداد‌های عاطفی تازه را به‌خاطر آورند، راهبردهایی را که با استفاده از آنها با این رخدادها دست و پنجه نرم کردند و اساساً طول مدت این عواطف را گزارش کنند. از میان مجموعه‌ای از بیست و هفت عاطفه که این پژوهش شاملشان می‌شود، پژوهشگران گزارش داده‌اند که اندوه بیش از بقیه طول کشید (درحالی‌که بقیه مثل شرم، اشمئزاز، ترس و غیره به نظر می‌رسد به مدت بسیار کوتاه‌تری دوام می‌آورند). برای نمونه، با اینکه برطرف شدن اندوه متوسط ۱۲۰ ساعت طول کشید، طبق این گزارش اشمئزاز و شرم پس از سی دقیقه از میان رفتند. پژوهشگران اشاره کرده‌اند که اولاً وجود نشخوار ذهنی عامل تعیین‌کنندهٔ محوری در چرایی بیشتر طول کشیدن بعضی از عواطف است و ثانیاً عواطف مرتبط با سطوح بالاتر نشخوار ذهنی بیشتر از بقیه طول می‌کشند زیرا عواطف طولانی‌مدت مثل اندوه معمولاً دربارهٔ چیزی بسیار مهم‌اند.<sup>(۲۵)</sup>

بنابراین، به نظر می‌رسد اندوه واجد نوعی تأمل‌گری است که سایر عواطف کمتر متکی بر نشخوار ذهنی واجدش نیستند. اندوه با این کار ما را به درگیری با بعضی از جنبه‌های عمیق‌تر و شاید کمتر واضح هویت‌هایمان وادارد، از این طریق که احتمالاً معنادارترین چیز را به ما نشان می‌دهد. اندوه متناوباً تکه‌ای از خویشتن‌های اخلاقی ما را - و خودش را به صورت یک عاطفه اخلاقی متمایز - برایمان آشکار می‌کند.

### روان‌شناسی اخلاقی اندوه

همان‌طور که پیش‌تر اشاره کردم، این کتاب قرار نیست اندوه را با صدای مرجع واحدی تعریف یا درباره‌اش نظریه‌پردازی کند. از جهات زیادی هدف آن برعکس این است: ارائه برداشت‌های گوناگون از اندوه از جانب انواع محققان میان‌رشته‌ای که شاید چشم‌اندازهایشان درباره اهمیت، نقش و قابلیت اندوه متفاوت باشد، اما با این حال در تمایل به پرداختن به پیچیدگی‌ها، ظرافت‌ها و معانی اخلاقی آن با هم شریک‌اند. شاید خواننده متوجه این نکته هم شود که در بعضی از موارد، مشارکت‌کنندگان به سایر حالات احساسی، مثل مصیبت [یا غصه]، بخشایش، نوستالژی، افسردگی و غیره می‌پردازند تا مسیرشان را به سوی اندوه پیدا کنند. هرچند شاید دلایلی که هرکدامشان برای چنین کاری دارند مخصوص خودشان باشد، نامعقول نیست که تصور کنیم این طیف رویکردها و روش‌شناسی‌ها نه فقط به گستردگی حیطه کاوش نشده اندوه بلکه همچنین به نوعی از درک اشاره می‌کند، درک اینکه مسیرهای پرشمار منتهی به اندوه دلیلی قوی برای محوریت آن در حیات اخلاقی ما به دست می‌دهند. در این بخش، خلاصه‌های کوتاهی از فصل‌های کتاب و نیز ایده‌هایی درباره اینکه آنها به چه نحوه‌هایی ممکن است با هم مرتبط باشند و با یکدیگر گفت‌وگو کنند به دست خواهیم داد.

این کتاب به سه بخش تقسیم می‌شود. بخش اول، «پدیدارشناسی‌های اندوه»، چهار رویکرد مختلف را به حال و هوای احتمالی تجربه، ابراز و ارزیابی شایستگی اندوه ارائه می‌کند. اندریا وستلاند در فصل اول، «غم ناگفته»، امکان‌ها و پیامدهای این نوع اندوه را بررسی می‌کند، اندوهی که با فقدان بزرگ سرعت می‌گیرد و



ممکن است فراسوی کلمات و فراسوی زبان باشد - آنچه اندوه «روایت‌نشده» و «تصورنشده» می‌نامد. تعبیر او «غم ناگفته» به اندوهی اشاره می‌کند که هم به‌زبان‌نیاوردنی است و هم بی‌حد. و با اینکه هر فقدانی عادات متعارف معنایابی از طریق پیوندهایمان با اشخاص، مکان‌ها یا چیزها را از بین می‌برد، یعنی اموری که در ارتباط با آنها به درکی از خودمان به‌مثابه اشخاصی با قوس‌های روایی خاص می‌رسیم، وستلاند استدلال می‌کند که «ماهیت مهارناپذیر و بازگشت‌ناپذیر فقدان چالشی خاص پیش روی این شکل از خویش‌فهمی می‌گذارد». وستلاند در واکاوی پیوندها میان فقدان، معناداری و روایت‌پذیری (یا روایت‌ناپذیری) غم، به نظر من به‌درستی استدلال می‌کند که غم «برزبان‌آمده» پیوندهای ما را با اشیای ازدست‌رفته‌ای که دغدغه‌شان را داشته‌ایم و با آنهایی که پس از فقدان باقی می‌مانند تغییر می‌دهد. او ادعا می‌کند غم «گفته» (یا حتی «گفتنی») غمی است که با آن می‌توان به زندگی ادامه داد زیرا تجربه‌ای را که در غیر این صورت روایت‌ناپذیر می‌بود برای دیگران قابل‌ترجمه می‌کند؛ دیگرانی که ممکن است خودشان غمی را درک کنند که در غیر این صورت فهم‌ناپذیر می‌بود. با توجه به نگرش‌های روایت‌گرایانه‌ام، ادعاهای وستلاند را فوق‌العاده‌گیرا می‌یابم از این رو که او هم متوجه است که وحشتناکی و داغ دائمی بعضی از تجربه‌ها ممکن است از توانایی ما در ارتباط برقرار کردن فراتر بروند - و درعین حال متوجه است که ما در تلاش‌هایمان برای گفتن ممکن است از امکان شنیده شدن و دیده شدن در غممان مقداری تحمل و معنا به دست آوریم.

در فصل دوم از بخش اول، «آیا باید درخصوص سناریوی قیامت شفلر احساس اندوه کنیم؟» می‌بینیم که کریستین ویترا، همانند وستلاند، پرسش‌هایی را حول وحوش نقش اندوه در هدایت تجربه‌های آسیب‌زای حداکثری می‌کاود. با این حال او، برخلاف وستلاند، می‌گوید که این هدایت ضرورتاً آسیب‌زا یا غم‌انگیز نیست. او با بررسی این استدلال سموتل شفلر آغاز می‌کند که هرچند باورهای ما درباره «یک زندگی پس از مرگ» (در اینجا استمرار وجود گونه‌ای ما پس از مرگ خودمان) ممکن است طوری باشند که آن را مهم ندانیم، به‌کلی در اشتباه‌ایم. شفلر استدلال کرده است که زندگی پس از مرگ برای ما

مهم است، زیرا شرط استمرار بسیاری چیزهای دیگری است که دغدغه‌شان را داریم. به این ترتیب، شفلر می‌گوید سناریوی قیامت که در آن جهان و هرچیز و هرکسی در آن سی روز پس از مرگ خودمان نابود می‌شوند، علاوه بر «دلهره»، موجب «غصه، اندوه و تألم» هم می‌شود. و در احساس این احساسات منفی حق داریم، زیرا «مشخصه‌های چنین جهانی عبارت‌اند از دل‌مردگی، ناهنجاری و استیصال؛ فرسایش نهادهای اجتماعی و همبستگی اجتماعی؛ وخیم‌تر شدن محیط فیزیکی؛ و فقدان گسترده پایبندی به ارزش یا هدف در بسیاری از فعالیت‌ها».<sup>(۲۶)</sup>

وقتی نوشته‌ ویترانو را می‌خواندم، نتوانستم به فرزندان/انسان فکر نکنم - رمان ۱۹۹۲ پی. دی. جیمز و تازگی‌ها فیلمی در سال ۲۰۰۶. موقعیت آن جامعه‌ای است که توان تولید مثل ندارند - یعنی به تعبیر ویترانو، «زندگی پس از مرگ» ندارند - و این پیام واضح مطرح می‌شود که امید بر امکان نسل‌های آینده مبتنی است و استیصال، اندوه و رفتار غیرانسانی چیزهایی‌اند که در غیاب چنین امکانی باقی می‌مانند. در نتیجه، کمی شگفت‌زده شدم از اینکه تحت تأثیر ادعاهای او قرار گرفتم که حتی با فرض سناریوی قیامت هم اندوه و استیصال لزوماً حاکم نمی‌شود. به جای این، ویترانو نظر سوزان ولف و هری فرنکفورت را درباره سناریوی قیامت شفلر مطرح می‌کند که فرض‌های او را درباره اینکه ما چگونه واکنش نشان می‌دادیم و باید واکنش نشان دهیم به چالش می‌کشند و استدلال می‌کند که ولف (تا حد کمتری) و فرنکفورت (تا حد بیشتری) تصویری از واکنش ما به نبود زندگی پس از مرگ به دست می‌دهند که مقبولیت توصیفی و هنجاری بیشتری دارد و بدین وسیله دلایلی به دست می‌دهند برای اینکه سناریوهای قیامت موجب اندوه نمی‌شوند.

در فصل سوم، «اندوه، عقل و احساس»، جیمی لیندمان نلسن استدلال می‌کند که می‌توان افراد را به خاطر اندوهشان و ماهیت این اندوه ستایش یا سرزنش کرد و اینکه هرچند می‌توانیم از احساس اندوه سخن بگوییم، خود این برای واقعاً اندوهگین بودن کافی نیست. فصل او ابتدا با به چالش کشیدن این تلقی که اندوه ذاتاً جزء خانواده احساسات است انگیزه‌ای برای این دیدگاه‌ها به دست می‌دهد.

او با این کار از عشق - عاطفه‌ای که بسیاری وقت‌ها با اندوه مرتبط دانسته می‌شود - بهره می‌گیرد تا اندوه را از احساساتش متمایز سازد.

ثانیاً، نلسن به فارقی ظاهری میان عشق و اندوه می‌پردازد - اینکه هنجارها و آزمون‌هایی بر عشق حاکم‌اند، درحالی‌که در مورد اندوه چنین نیست. او برای اینکه بتواند این کار را بکند به سراغ عقل و احساس آستن می‌رود و اشاره می‌کند که اندوه و عشق هر دو به روی تأمل اخلاقی گشوده‌اند و اینکه اندوه نیز می‌تواند روابط ما را با دیگران خراب کند. همان‌طور که خود نلسن اشاره می‌کند، «همچنین آستن به من کمک می‌کند پیش‌دستانه به انتقادی اخلاقی به مطلب این مقاله بپردازم: تلاش برای اخلاقی‌سازی اندوه پروژه افراد حق‌به‌جانب است.»<sup>(۲۷)</sup> آنچه در مورد ادعاهای نلسن خصوصاً گیرا می‌یابم این است که او نگرانی‌هایی را درباره «تشکل اخلاقی» ما - فعالیت‌های مربوط به اشخاصی اخلاقی شدن - گرد هم می‌آورد و درباره قابلیت عواطف ما، یعنی اندوه، پرسشگری می‌کند. برایم جالب است که این استدلال او که «شرافت اقتضای» ارزیابی و دوباره‌ارزیابی مستمر واکنش‌های عاطفی ما را می‌کند محور یکی از تصورات ما از عواطف به‌منزله اموری دارای تأثیر هنجاری است و مخصوصاً محور اندوه به‌منزله چیزی بیش از امری صرفاً واکنشی.

بخش اول با واکاوی کلرکتس از نقش اندوه با توجه به پیچیدگی تغییر در حیات عاطفی ما در «اندوه، میان‌سوژه‌گانی بودن و درس و درون و بیرون» خاتمه می‌یابد. کتس استدلال می‌کند که اندوه برای معنای کیستی ما به‌مثابه انسان‌ها اهمیت بنیادی دارد همان‌طور که ترس برای صرف بقای ما ضروری است؛ یعنی اندوه مشخصاً محور خوش‌زیستی ماست، درحالی‌که عواطف در کل نه‌فقط برای شکوفایی انسان بلکه برای میان‌سوژه‌گانی بودن ما هم ضروری‌اند. کتس هنگام پرداختن به این میان‌سوژه‌گانی بودن انسان بودن مضامینی را از فیلم ۲۰۱۵ پیکسار با عنوان درون و بیرون بررسی می‌کند و بر آنچه «اگزیستانسیالیسم عواطف»، در مقابل علم عواطف، می‌نامد متمرکز می‌شود. او بحثش را با توصیف کوتاهی از فیلم آغاز می‌کند و سپس چند جستاری را بررسی می‌کند که از منظر علمی به این فیلم واکنش نشان داده‌اند. سپس کتس به سراغ بحث کوتاهی از اگزیستانسیالیسم

می‌رود و این سؤال را مطرح می‌کند که اگر عواطفی همچون اندوه جای تحلیل‌های سنتی اضطراب‌محور و باطن‌محور از وضع بشر را می‌گرفتند، چه می‌شد. او دوباره به سراغ درون و بیرون می‌رود و استدلال می‌کند که اندوه شخصیت اصلی این فیلم، رایلی، آن چیزی است که امری تازه و عمیقاً میان‌سوژه‌گانی را درخصوص تجربه انسانی مشترک ما عیان می‌کند. امری که اضطراب و باطنیت نمی‌توانند بدان دست یابند. کتس، برخلاف ویترانو، تأکید می‌کند از آنجا که ما میان‌سوژه‌گانی هستیم، به اندوهمان نیاز داریم. درواقع، یکی از بینش‌های محوری‌ای که کتس به دست می‌دهد به این ادعای او مربوط است که «محرک عواطف ما ... درواقع اندوه است»، زیرا ما از طریق اندوه حاصل از تغییر و رفتن‌ها هم آسیب‌پذیر می‌شویم و هم پذیرای یکدیگر و در نتیجه پذیرای ارزش، شکندگی و زیبایی روابط، پیوندها و درگیری‌هایمان می‌شویم.

بخش دوم کتاب، «اندوه و سایر عواطف»، بر روابط پیچیده میان اندوه و سایر عواطف و حالات احساسی متمرکز است. اریکا پرستن-رودر و رایان پرستن-رودر استدلال می‌کنند که هرچند اندوه جنبه‌ای از مصیبت است، اندوهی که مستقیماً با مصیبت پیوند دارد خصوصیات متمایزی دارد. اندوه مرتبط با مصیبت، برخلاف اندوهی که شخص ممکن است بدون هیچ دلیل واضحی تجربه‌اش کند، با مصیبت درباره چیزی پیوند دارد. در مواردی که پرستن-رودرها درباره‌شان بحث می‌کنند، شخص مصیبت‌زده درباره مرگ کسی اندوهگین است که رابطه‌ای شخصی با او دارد. به این ترتیب، همان‌طور که آنها اشاره می‌کنند بررسی‌شان درباره ماهیت و اهمیت مصیبت بررسی انواع خاصی از اندوه نیز هست.

نویسندگان به دو ادعای مرتبط می‌پردازند که این تلقی را به چالش می‌کشند که وقتی کسی نسبتاً زود از مصیبت مرگ عزیزی بهبود می‌یابد، کوتاهی این مصیبت نشان‌دهنده نقص شدیدی در رابطه او با شخص درگذشته است. اولاً آنها درباره آنچه استدلال از طریق بی‌اهمیتی می‌نامند بحث می‌کنند؛ استدلالی که دن مالر در مقاله‌اش «عشق و مرگ» شرح و بسط می‌دهد و طبق آن وقتی کسی نسبتاً زود از مصیبت مرگ معشوقش بهبود می‌یابد، بهبودش از یک جهت مشکل‌دار است، زیرا به این معناست که شخص درگذشته برای او نسبتاً بی‌اهمیت بوده است.

ثانیاً آنها به *استدلال از طریق رها کردن* می‌پردازند که می‌گوید وقتی کسی اندکی بعد از مرگ معشوقش حالش بهتر می‌شود و به زندگی‌اش ادامه می‌دهد، بهبودش تأسف‌برانگیز است زیرا شکلی از رها کردن شخص درگذشته است. سپس استدلال پیچیده و ظریفی که پرستن-رودرها مطرح می‌کنند احتمالات و لوازم گوناگون تاب‌آوری پس از مرگ یک عزیز را بررسی می‌کند. این‌طور به نظر می‌رسد که این مقاله با مقاله نلسن کاملاً پیوند دارد زیرا هر دو آنها، البته به شیوه‌های متفاوتی (از این جهت که پرستن-رودرها بر رابطه میان اندوه و مصیبت تمرکز می‌کنند)، به شایستگی اندوه با توجه به رخدادها و موقعیت‌های اندوه‌آور می‌پردازند؛ یعنی هر دو پرستشی ناخوشایند اما اخلاقاً حیاتی را مطرح می‌کنند: آیا برای اینکه چگونه، چه وقت و تا چه حد باید اندوهگین باشیم محدودیتی در کار است؟ و هرچند ممکن است چنین پرستشی در بدو نظر فاقد حساسیت‌های لازم از جهت اندوه طرف مقابل به نظر آید، هر دو مقاله از دیدگاه نسنجیده فراتر می‌روند و به تصوراتی دشوارتر و به جرئت می‌توانم بگویم شجاعانه‌تر از اندوه به‌منزله عاطفه‌ای اخلاقی می‌رسند.

جفری بلاستین در «بخشایش و روان‌شناسی اخلاقی اندوه» به سود تصویری از بخشایش استدلال می‌کند که اندوه برایش محوریت دارد و آنچه را وستلاند غم «گفتنی» می‌نامد بازگو می‌کند، از طریق بررسی اینکه اندوه فهم‌پذیر و ابرازشدنی چگونه می‌تواند به بخشایش‌ورزی شکل و معنا بدهد. او با این کار دیدگاه دیگری دربارهٔ اندوه مطرح می‌کند که برای کنشگری فاعلان اخلاقی محوریت دارد. مشخصاً بلاستین علیه آنچه «تیین معیار از بخشایش میان‌اشخاصی» در مکتوبات فلسفی می‌نامد استدلال می‌کند؛ بخشایشی که با آن فرد بخشاینده «از رنجش» و مجموعهٔ عواطف منفی مرتبط با آن «دست می‌کشد». بلاستین اشاره می‌کند که همچنان «مقاومتی قابل‌توجه» در برابر این امر وجود دارد که وقتی ستمی جدی به ما می‌شود، اندوه عاطفهٔ مناسبی است و همچنین در برابر تبیینی از بخشایش که شامل دست‌کشیدن از آن می‌شود نیز مقاومت وجود دارد؛ یعنی هرچند اندوه را معمولاً واکنش عاطفی متناسبی به ستم قلمداد نکرده‌اند، بلاستین این دیدگاه را به چالش می‌کشد و بحث‌های بخشایش را تعمیم و توسعه می‌دهد

تا شامل تلقی‌ای اخلاقی از اندوه به مثابه «باور به اینکه شخص سزاوار چنین برخوردی نبوده است»<sup>(۲۸)</sup> بشود. من این ادعای بلاستین را که اندوه و بخشایش نه فقط با هم سازگارند بلکه به یکدیگر غنا می‌بخشند و یکدیگر را اخلاقاً عمیق می‌کنند هم‌گیرا می‌یابم و هم شهوداً صحیح. به نظر می‌رسد که اندوه گذشته از اینکه امری قابل انتقال است بلکه چیزی است که می‌تواند جای عواطف انتقام‌جویانه‌تر را بگیرد و فضاهای اخلاقی بحث دربارهٔ بخشایش را گسترش می‌دهد.

در پایان، در بخش سوم کتاب، «اندوه و نوستالژی»، فیلیپ دو بریگارد و من اندوه را از جهت رابطه‌اش با عاطفه‌ای مشخص و به همان اندازه کمتر نظریه‌پردازی شده بررسی می‌کنیم - نوستالژی.

فیلیپ دو بریگارد در «نوستالژی و شبیه‌سازی ذهنی» آنچه را تصور «سنتی» دربارهٔ نوستالژی می‌نامد به چالش می‌گیرد (این تصور که نوستالژی واجد مؤلفه‌ای شناختی، مؤلفه‌ای احساسی و مؤلفه‌ای کنشی است). او استدلال می‌کند که هرچند باید نوستالژی را رخدادی ذهنی مشتمل بر مؤلفه‌ای شناختی، احساسی و کنشی دانست، توصیف سنتی از این مؤلفه‌ها نادرست است. تقریر او از نوستالژی اولاً نوستالژی را از خاطرهٔ خودزندگینامه‌ای جدا می‌کند. ثانیاً او براساس شواهد تجربی فزاینده استدلال می‌کند که رخدادهای نوستالژیک بار منفی ندارند (یعنی ابتدائاً بر نوعی از اندوه مبتنی نیستند) بلکه بارشان ترکیبی است. ثالثاً او استدلال می‌کند که هرچند نوستالژی در بردارندهٔ عنصری از شوق یا میل است، این عنصر همواره معطوف به بازگشت به وطن نیست - نه فقط به این دلیل که این میل می‌تواند دربارهٔ چیز دیگری باشد بلکه همچنین به این دلیل که بسیاری اوقات بازگشت به وطن خویش شوق مرتبط با نوستالژی را برطرف نمی‌کند. به‌جای این، دو بریگارد می‌گوید «رخدادهای نوستالژیک به‌لحاظ کنشی در بردارندهٔ میل به از میان بردن ناهمخوانی احساسی‌ای هستند که عاطفهٔ دارای بار ترکیبی را پدید می‌آورد و این کار از طریق تلاش برای سازگار کردن محتواهای رخدادهای شبیه‌سازی شده با محتواهای شرایط فعلی انجام می‌شود».<sup>(۲۹)</sup> او مقاله‌اش را با حدسی کوتاه پایان می‌دهد دربارهٔ اینکه دیدگاه مجدداً نظریه‌پردازی شده‌اش دربارهٔ نوستالژی چگونه آن را انگیزهٔ سیاسی نیرومندی در نظر می‌گیرد.

در پایان، من در «خاطره، اندوه و تمنا: نوستالژی غربت به‌منزله سازگاری با فقدان» با اینکه بر نوستالژی متمرکز می‌شوم، ادعاهایم بر پدیدارشناسی نوستالژی به‌منزله واکنشی به انواع خاصی از اندوه است که غربت‌نشینان تجربه می‌کنند. کسانی که خواه به انتخاب خود، خواه به ضرورت و خواه به اجبار زادگاه‌شان را ترک کرده‌اند و خود را به‌لحاظ معرفتی، اجتماعی و حتی اخلاقی در آستانه می‌یابند. در واقع با اینکه ایده تمنا پس‌نگرانه‌ای که متعلق‌تاش گاهی گنگ و ناروشن‌اند تجربه انسانی تقریباً عامی است و با اینکه بیشتر موارد نوستالژی با نوع خاصی از اندوه همراه‌اند، آن نوع نوستالژی که برای من مهم است بر فقدان‌های عمیق‌تری مبتنی است، از جمله فقدان خانه، اجتماع، فرهنگ، زبان و گاهی خویش‌ن. من استدلال می‌کنم که نوستالژی این امور زاده فقدان و تمناست. و نوعی اندوه که ممکن است نه فقط به کنشگری اخلاقی بلکه به هویت این افراد نیز آسیب بزند. در این فصل انواع گوناگون نوستالژی و انگیزه‌هایشان را از هم متمایز می‌کنم و این سؤال را می‌پرسم که آیا نوستالژی اندوه‌محور یک غربت‌نشین را می‌توان نجات داد و عاطفه اخلاقی ارزشمند و اساساً ضروری‌ای دانست.

مشخصاً نوعی از نوستالژی را جدا و از آن دفاع می‌کنم که دو خصوصیت محوری دارد: نخست، «نوستالژی ناساز» که تقاضای شاه‌روایت‌های منفرد را درباره هویت جمعی یا فردی برنمی‌تابد؛ و دوم «نوستالژی زیبایی‌شناسانه» که معانی تازه و معمولاً ظریفی از دل اندوه پس‌نگرانه شخص و از دل شرایط کنونی او خلق می‌کند و خویش‌ن‌هایی امکانی و حتی دائماً در حال‌تطور می‌سازد. من این دیدگاه را مطرح می‌کنم که این نوستالژی‌ها از جهات مهمی با انواع خبیثانه‌ای از نوستالژی فرق دارند؛ انواعی که ممکن است شخص را به دام خواب و خیال گذشته بیندازند یا از این بدتر، آنهایی که با احساساتی مآبی‌های دروغینِ خطابه‌های دارای انگیزه سیاسی در قالب قصه درمی‌آیند و ابزارهایی برای تبدیل تقدیس گذشته «طلایی» به سلاح‌اند. نوستالژی ممکن است صرفاً نوعی اقدام گنگ، خلاقانه و رهایی‌بخش باشد که اندوهی معمولاً به‌زبان نیامدنی را به امکان‌هایی برای معانی و خویش‌ن‌های تازه بدل می‌کند.

### موضع‌نگاری‌های اندوه

این کتاب، که از نوشته‌هایی میان‌رشته‌ای تشکیل می‌شود با دیدگاه‌هایی دربارهٔ معانی، نقش‌ها، تناسب و تلقی‌های کلی از اندوه که همیشه باهم تطابق ندارند، به این امید عرضه نمی‌شود که مشخص شود چه کسی درست می‌گوید یا دیدگاه‌های چه کسی باید غلبه یابد بلکه به دلیلی کاملاً برعکس عرضه می‌شود: فتح باب و توسعهٔ بحثی تازه و در حال‌تطور دربارهٔ رابطه میان اخلاق و عواطف و مخصوصاً عاطفهٔ اندوه. چه این کتاب به صورت مقالاتی مجزا خوانده شود و چه به صورت گفتگویی میان محققان، امید من این است که حکم نقشه یا دست‌کم بخشی از یک نقشه را داشته باشد که خواننده را به موضع‌نگاری‌های اندوه راهنمایی می‌کند - مرزهای پرشمار آن، طرح کلی‌اش، سرازیری‌ها و دره‌هایش، خصوصیات زمین‌های پرشمارش.

من در کارهایم دربارهٔ اخلاق روایی و اخلاق زیستی، بسیاری وقت‌ها با این اندیشه روبه‌رو شده‌ام که عواطف - اعم از اندوه، ترس، خوشحالی یا حتی عشق - با سایر مؤلفه‌های حیات اخلاقی ما فرق دارند، دست‌کم تاحدی به این دلیل که خیلی وقت‌ها موضوع ارادهٔ کنشگرانه یا انتخاب آگاهانه و متأملانه نیستند. ممکن است همین‌طوری اندوهگین شوم یا عاشق شوم یا دچار ترس شوم و غیره، به‌رغم آنچه ممکن است آرزویش را داشته باشم، میل داشته باشم، برایش برنامه‌ریزی کرده باشم یا حتی تصدیقش کرده باشم. به‌عبارت‌دیگر من عمدتاً همان چیزی‌ام که برایم اتفاق می‌افتد و همان‌گونه‌ام که این اتفاق موجب می‌شود احساس کنم. اما آیا این سخن به این معناست که ما کنشگران انتخابگر عاقل و ناخدایان کشتی‌هایمان نیستیم؟ وانگهی چگونه از میان تصورات متضاد دربارهٔ کیستی‌مان دست به انتخاب می‌زنیم؟ هیچ‌یک از این دوگزینه کاملاً مطلوب به نظر نمی‌رسند. درمورد نخست تا حد زیادی کنشگری اخلاقی را کنار می‌گذاریم و در دومی چیزی را کنار می‌گذاریم که ظاهراً مهم‌ترین چیز دربارهٔ انسان بودن است.

اما آثار در حال‌ظهور و‌تطور دربارهٔ عواطف که از روان‌شناسی اخلاقی، عصب‌اخلاق‌شناسی و سایر رشته‌های مربوط در داخل و خارج فلسفه بهره می‌گیرند چنین انتخاب‌هایی را هم بیش از حد ساده و هم غیرضروری کرده‌اند. با اینکه



بسیاری وقت‌ها عواطف به‌راستی ما را در چنگ‌شان دارند و مسحور خودشان می‌کنند، طرزفکرهایی دربارهٔ آنها مطرح‌اند که همچنین پرسش‌هایی دربارهٔ مناسب بودن، مطلوبیت، کارکرد، تفهیم‌پذیری، شایستگی - و اساساً همان‌طور که جیمی نلسن می‌گفت حتی شرافت - پیش می‌کشند. به‌عبارت‌دیگر راه‌های آشکارا ثمربخشی برای تلفیق دلیل‌ورزی اخلاقی‌مان با خویش‌های عاطفی‌مان درکارند که نه ما را از قابلیت‌هایمان در مقام کنشگران اخلاقی عاری می‌کنند و نه ما را از آنچه به عمیق‌ترین وجه احساس می‌شود عریان می‌سازند. من اعتقاد بسیار واثقی دارم به اینکه محققان این کتاب آغازگر گفتگویی‌اند که این مباحث و سایر مباحث مرتبط با عواطف را به‌طورکلی و مباحث مرتبط با اندوه را به‌طورخاص روبه‌جلو می‌برند. عجالتاً این مجموعه به امید یکپارچه‌سازی، گسترش و تعمیق این بحث‌ها، این بار با تمرکز بر اندوه، به خوانندگان عرضه می‌شود.