

# انسان کامل

## شاخص توانایی‌های انسانی

دکتر علی اصغر احمدی

فعالیت‌های شناختی، ادامه دهد و دچار آشفتگی و به هم ریختگی نشود. چنین سؤال‌هایی می‌تواند در تمامی حوزه‌های بشری، مطرح و با روش مناسب خود، سنجیده شود. در این میان، توانایی تحمل استرس یکی از مقولات مهم و بسیار تأثیرگذار در زندگی بشری است. استرس‌ها یا به عبارتی فشارهای روانی، تا حدی نقش سازنده و برانگیزاننده برای انسان دارند. همان‌گونه که فقدان محرک‌های محیطی ممکن است تعادل روانی انسان را بر هم زند، فقدان کامل استرس نیز می‌تواند موجب کم‌تحرکی و کم‌انگیزی در زندگی روزمره شود. از این رو گفته می‌شود که استرس‌های متوسط و کم، سیستم‌های روان‌تنی را فعال و انسان را آماده فعالیت بیشتر می‌کنند. با وجود اینکه استرس در مقادیر کم و قابل تحمل نقش سازنده دارد، وقتی به دیسترس یا پریشانی تبدیل می‌شود، دیگر نمی‌تواند برای سیستم روانی و بدنی انسان سازنده باشد. اینجاست که موضوع ظرفیت انسان برای تحمل استرس به میان می‌آید. انسان چه میزان استرس را می‌تواند تحمل کند؛ به گونه‌ای که در سیستم تصمیم‌گیری و مدیریت هیجان‌هایش دچار اختلال نشود؟

ظرفیت‌های انسانی و توانایی‌های انسان یکی از سؤالاتی است که گاه در حوزه‌هایی چون فلسفه و روان‌شناسی مطرح می‌شوند. مواردی چون توانایی‌های فیزیکی انسان، که در عرصه ورزش و مسابقات به نمایش در می‌آید، یکی از این نمونه‌هاست. قوی‌ترین انسان چند کیلو را می‌تواند به بالای سر ببرد؟ سریع‌ترین دوندۀ چند کیلومتر در ساعت می‌تواند بدود؟ بلندپروازترین انسان پرنده تا چه ارتفاعی می‌تواند خود را از زمین جدا کند؟ و بسیاری سؤالات مشابه تقریباً به تمامی این نوع سؤال‌ها می‌توان در میادین ورزشی، به‌ویژه در میدان رقابتی المپیک، پاسخ داد. در عرصه توانایی‌های ذهنی انسان نیز چنین سؤال‌هایی مطرح است. پاسخ دادن به این سؤال‌ها به‌سادگی سؤال‌های فیزیکی نیست لیکن تاکنون تلاش‌های گوناگونی در این زمینه، انجام گرفته است؛ برای نمونه، سؤال در این مورد که حافظه محض انسانی چند واحد اطلاعاتی را می‌تواند در خود نگهداری کند، یکی از این پرسش‌هاست. میل به پاسخ دادن به چنین سؤالی، کسی چون ایننگهوس<sup>۱</sup> را به سنجش حافظه آزمودنی‌ها به کمک واژه‌های بی‌معنی کشاند. او از این طریق سقف توانایی انسان را برای نگهداری ذهنی واژه‌هایی که امکان برقراری رابطه معنایی بین آن‌ها به‌سادگی وجود نداشت، مشخص کرد. توانایی انسان برای قرار گرفتن در شرایط بی‌تحریکی نیز سنجیده شده است. زمانی روان‌شناسان مایل بودند بدانند یک انسان تا کجا می‌تواند بدون دریافت هیچ‌گونه تحریک بیرونی به فعالیت‌های خود، از جمله

در این زمینه، دربارهٔ انواع منابع استرس<sup>۳</sup> مطالعاتی انجام گرفته است. برخی از روان‌شناسان تلاش کرده‌اند میزان فشار روانی عواملی چون مرگ نزدیکان، جدایی، از دست دادن شغل، مشکلات تحصیلی، کاری و خانوادگی و امثال آن‌ها را تعیین و نوعی طبقه‌بندی از آن‌ها ارائه کنند. علاوه بر این نوع، عامل دیگری که بر میزان

تأثیرگذاری استرس بر انسان مداخله دارد، ظرفیت روانی و تاب‌آوری هر شخص در مواجهه با آن‌هاست؛ یعنی علاوه بر ماهیت منبع استرس، شخصیت انسان و ظرفیت روانی وی را نیز باید در نظر داشت. تعبیری چون صبر، سعهٔ صدر و شرح‌صدر بیانگر این جنبه از تأثیرگذاری استرس بر انسان هستند. نقش این ملاک، در تاب‌آوری انسان در مقابل استرس مهم‌تر و بنیادی‌تر از نوع منبع استرس است. از این‌رو متغیر تاب‌آوری در روان‌شناسی، بیش از انواع استرس‌ها توانسته است پژوهش‌ها و مداخلات روان‌شناختی را به سمت خود متمایل کند. اینک این سؤال مطرح می‌شود که انسان تا کجا می‌تواند فشارهای روانی گوناگون را تحمل کند؛ تا جایی که دچار چنان آشفتگی و پریشانی‌ای نشود که تعادل



روان‌شناختی و جسمانی‌اش را از دست بدهد و نتواند اهداف و برنامه‌های خود را تا رسیدن به نتیجه، هشیارانه مدیریت کند. پاسخ دادن به این سؤال بدون در نظر گرفتن آزادی و اختیار انسان در استقبال یا اجتناب از منابع استرس امکان‌پذیر نیست. بسیاری از استرس‌ها بدون اختیار انسان و غیرمترقبه پیش می‌آیند؛ ولی برخی از آن‌ها کاملاً در اختیار انسان‌اند و به تصمیم و انتخاب او بستگی دارند. وقایعی چون مرگ، مجروحیت، بیماری و بحران‌های اجتماعی اغلب از دامنهٔ اختیار انسان خارج‌اند و وی را غافل‌گیر می‌کنند؛ در حالی که شرایطی وجود دارد که انسان با انتخاب خود، وارد میدان استرس می‌شود. مبارزات سیاسی، رقابت‌های ورزشی، بلندپروازی‌های اقتصادی و اجتماعی، همگی شرایط استرس‌زایی ایجاد می‌کنند که وجه اختیاری و ارادی آن‌ها بسیار زیاد است. در شرایط غیرارادی و غیر اختیاری، انسان چاره‌ای جز تحمل ندارد و مجبور به تحمل است ولی وقتی پای اختیار در میان باشد، هر زمان که انسان اراده کند می‌تواند از شرایط استرس‌زا خارج شود. در چنین شرایطی، باید دید یک انسان تا کجا تاب می‌آورد و پا از میدان بیرون نمی‌کشد. به این ترتیب، باید میان تاب‌آوری اختیاری و اجباری تفاوت قائل شد. معمولاً تاب‌آوری‌های اجباری را می‌توان از طریق مدل‌های پس‌رویدادی مورد مطالعه قرارداد؛ در حالی که

### «انسان کامل به انسان آموخت که ظرفیت انسان برای استرس حدی ندارد»

در تاب‌آوری‌های اختیاری می‌توان از طریق آزمایش اقدام کرد. سنجش چنین ظرفیتی از انسان در شرایط آزمایشی، با منابع استرس بی‌خطر امکان‌پذیر است ولی وقتی موقعیت‌های خطرناک و تهدیدکننده‌ای به میان می‌آیند، نمی‌توان آن‌ها را به شکل آزمایشی سنجید. اگر قرار باشد در جریان یک آزمایش روان‌شناختی حتی سلامت یک نفر به خطر بیفتد، نمی‌توان به چنین سنجشی برای تعیین ظرفیت انسان در تاب‌آوری در مقابل منابع استرس دست زد. برای روشن‌تر شدن این وضعیت، می‌توان موقعیت‌هایی فرضی را که امکان بروزشان نیز وجود دارد، در نظر گرفت. در ساده‌ترین موارد می‌توان موقعیت‌های به اصطلاح «روکم‌کنی» را مثال زد. گاهی انسان در موقعیتی قرار می‌گیرد که ناگزیر به رقابت می‌شود. برای نمونه، وقتی با کسی در مورد جای پارک خودرو اختلاف پیدا می‌کنیم، خود را وارد موقعیتی استرس‌زا کرده‌ایم. بسیاری از انسان‌ها در همان وهلهٔ اول عقب‌نشینی می‌کنند، حق را به ظاهر به دیگری می‌دهند و موقعیت را ترک می‌کنند. این گروه از افراد چنین میدانی را بسیار زود به حریف واگذار می‌کنند ولی وقتی دو نفر با سماجت مدعی یک جای پارک هستند، باید دید هر یک از طرفین تا کجا استرس این موقعیت را می‌تواند تحمل کند و کدام‌یک زودتر از دیگری میدان را ترک خواهد کرد. فرض کنید علاوه بر بگومگو دربارهٔ حقانیت خود، پای آسیب زدن به خودرو نیز به میان بیاید؛ یعنی یکی از طرفین ضربه‌ای به خودروی طرف دیگر بزند. دیگری هم مقابله‌به‌مثل کند و ضربهٔ مشابهی بزند. این ضربات ممکن است پیش رود و به آسیب



تبدیل شود؛ یکی چراغ خودروی حریف را بشکند و دیگری شیشه خودروی او را؛ یکی با شیئی نوک‌تیز خطی روی خودروی حریف بکشد و دیگری با شیئی سنگین خودروی دیگری را غر کند و به همین ترتیب، لطمه زدن به خودروی یکدیگر ادامه یابد. در این تعامل، هر یک از طرفین که زودتر کوتاه بیاید و عقب‌نشینی کند، به تعامل تضاری<sup>۱</sup> پایان خواهد داد. این فرایند تا حد زیادی در اختیار طرفین است. این با یک حادثه تصادف که ممکن است خسارت‌های بسیار بزرگ‌تری به دو اتومبیل وارد کند، فرق دارد. به‌راستی در چنین موقعیت‌هایی یک انسان عاقل متعادل چه خواهد کرد و تا کجا پیش خواهد رفت؟ اگر شما در چنین موقعیتی قرار بگیرید، در کدام مرحله به غائله پایان خواهید داد؟

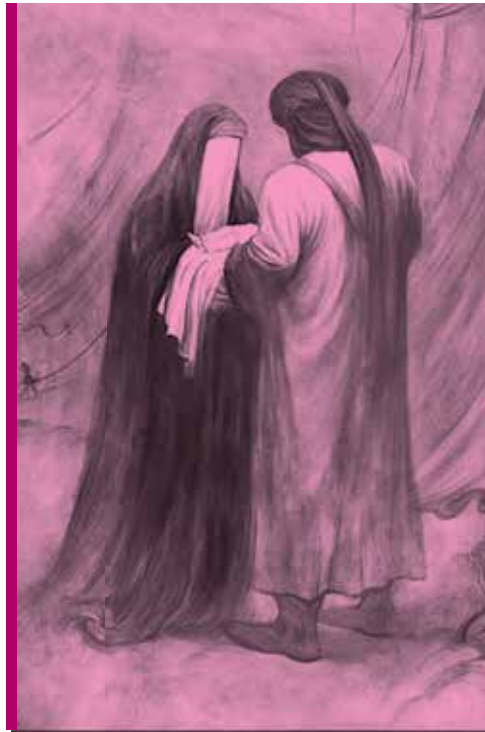
برای سنجش خود می‌توانید موقعیت‌هایی مشابه در شرایطی چون اختلافات خانوادگی بین زن و شوهر، خواهر و برادر، دو جاری، عروس و مادر شوهر و یا خواهر شوهر و نیز در موقعیت‌های اجتماعی مانند اختلاف دو همسایه، دو رهگذر، دو همکار و یا در موقعیت‌های اقتصادی، مانند مواجه‌شدن با یک گران‌فروشی و یا کم‌فروشی، معاملات مشکل‌دار خانه و امثال آن و نیز هنگام تقسیم ارث را در نظر بگیرید.

در چنین شرایطی، شما جزء کدام دسته هستید؟ آنانی که زودتر میدان مخاصمه و منازعه را ترک می‌کنند یا آنان که تا گرفتن حقی که برای خود قائل‌اند، به منازعه ادامه می‌دهند؟ اگر جزء دسته اول هستید، به احتمال قوی مورد سرزنش اطرافیان

برای جامعه اسلامی شیعی، امام حسین (ع) الگویی همه‌جانبه است که یکی از مهم‌ترین ابعاد آن میزان تحمل و مقاومت روانی او در مقابل دشمن است. برای هر کس که در عاشورا، سیاه‌پوش و عزادار حسین (ع) است، این الگو خودآگاه یا ناخودآگاه تکرار می‌شود که باید در مقابل دشمن، به‌ویژه دشمن دین و کشور، به لحاظ روحی و روانی تا حد رهبرش (ع) ایستادگی کند. و این بسیار بنیادی‌تر و دشمن‌شکن‌تر از ایستادگی تا آخرین قطره خون است



## اولین انفعال‌های انسان در مقابل استرس، انفعال‌های هیجانی و عاطفی است؛ عصبانیت، ناامیدی، درماندگی و احساس ناتوانی از جمله این پیامدهاست. در حوزه شناخت نیز، انسان دچار انواع اختلالات می‌شود؛ وسواسی شدن فکر، درک نادرست واقعیت و تصمیمات نا به جا و غلط از جمله این اختلالات است. در زمینه رفتارها نیز انسان انواع اختلالات را نشان می‌دهد؛ خطا در عمل، دست‌پاچی، دستور غلط دادن و وسواسی عمل کردن نمونه‌هایی از اختلال در رفتارند



قرار می‌گیرید و با صفت‌هایی چون بی‌عرضه یا بی‌جربزه مواجه می‌شوید؛ هر چند که ممکن است در واقع، چنین صفت‌هایی در مورد شما صادق نباشد و در چنین شرایطی تنها برای حفظ ارزش‌هایی بالاتر و والاتر، مانند حفظ روابط خانوادگی و یا کمک به کسی که نیاز بیشتری دارد، میدان را ترک کرده باشید نه برای فرار از استرس و بی‌عرضگی.

گذشته از صفت‌هایی که به شما می‌دهند و قضاوتی که در مورد شما می‌شود، می‌توانید این سؤال را برای خود مطرح کنید که من تا چه حد، ظرفیت تحمل فشارهای مشابه در مقابل منابع استرس‌زایی چون این‌گونه اختلافات را دارم. علی‌القاعده، یکی از تفاوت‌های مهم انسان‌ها با یکدیگر در همین زمینه‌هاست. استرس‌ها طیف بسیار گسترده‌تری از این‌گونه اختلافات و مشکلات را شامل می‌شوند و مثال‌های فوق تنها ناظر بر منابع استرسی است که انسان تا حد زیادی می‌تواند با اختیار و اراده، خود را در معرض آن‌ها قرار دهد یا از آن‌ها اجتناب کند. به‌هرحال، سؤال اصلی این است که انسان در عالی‌ترین سطح و درجه خود، تا کجا می‌تواند منابع استرس را به شکل اختیاری در زندگی تحمل کند؟ برای پاسخ‌گویی به چنین سؤالی بهتر است در میان موارد آشنا و گاه تاریخی جست‌وجو کنیم. هرکسی می‌تواند در ذهن خود جست‌وجویی کند و مواردی از این‌گونه را شناسایی و بررسی نماید. یکی از مواردی که می‌توان در تاریخ معاصر ایران جست‌وجو کرد، میزان تحمل استرسی است که رزمندگان و خانواده‌های آنان در طول جنگ تحمیلی با آن مواجه بوده‌اند. با توجه به اینکه بسیاری از رزمندگان، داوطلبانه در این عرصه حضور یافته‌اند، می‌توان به ظرفیت انسان‌های برجسته‌ای همچون شهدا، جانبازان و آزادگان رجوع کرد و بر اساس اسناد روایی، ظرفیت‌های آنان را در تحمل استرس‌های گوناگون مورد بررسی قرار داد؛ منابع استرس همچون

شرایط دشوار جنگی، دوری از امکانات رفاهی، اضطراب ناشی از وجود خطر مستقیم، مشاهده صحنه‌های ناگوار از مجروحیت و شهادت یاران و اطرافیان، مواجه شدن با تعداد زیادی مجروح یا شهید در یک‌زمان و یک‌مکان و تحمل دردها و فشارهای ناشی از مجروحیت خود ... با توجه به وجود مدارک و شواهد مربوط به جنگ تحمیلی، که هنوز در اذهان رزمندگان و خانواده‌های آنان و نیز موارد مکتوب و مضمونی که به شکل عکس، فیلم و صدا و سایر مدارک سرزمینی و ادوات جنگی وجود دارد، می‌توان به تحقیقات قابل توجهی در زمینه میزان مقاومت رزمندگان و جانبازان و آزادگان و خانواده‌های آنان در مقابل منابع گوناگون استرس، پرداخت. فاصله گرفتن تدریجی ما از جنگ می‌تواند منابع بسیار ارزشمندی از خاطرات زنده در اذهان شاهدان عینی را به تدریج از دسترس ما خارج کند.

دانش‌آموختگان رشته‌های روان‌شناسی و مشاوره، این زمینه را به‌خوبی در اختیار دارند که بتوانند تحقیقاتی در این باب، چه در قالب پژوهش‌های دانشگاهی و چه در قالب پژوهش‌های مستقل، به انجام رسانند و نتایج آن‌ها را منتشر کنند. این منبع مهم در حال حاضر در اختیار اهل تحقیق و علاقه‌مند به حفظ و حراست از سرمایه زنده، در اذهان شاهدان صحنه جنگ تحمیلی قرار دارد. امید است که شاهد شکل‌گیری برخی تحقیقات روان‌شناختی و جامعه‌شناختی در این زمینه باشیم.

در مورد شواهد تاریخی از جنگ‌ها می‌توان بررسی‌های گوناگونی انجام داد. شاید در یک بررسی میان‌رشته‌ای بین تاریخ و روان‌شناسی، بتوان وقایع گوناگونی از شرایط استرس‌زای تاریخی را پیدا کرد و آن‌ها را از این منظر مورد تجزیه و تحلیل قرار داد. دور از انتظار نیست که بسیاری از کسانی که این سطور را مطالعه می‌کنند، به یاد واقعه بی‌نظیری چون عاشورا بیفتند؛ واقعه منحصربه‌فردی که در آن منابع استرس‌زای شدیدی بر روان همه، به‌ویژه بر سرور شهیدان حسین‌بن‌علی (ع) و حضرت زینب (س) سنگینی کرده است. با توجه به اینکه این صحنه، بر اساس باور شیعه و شواهد موجود، با وجه انسانی و نه ملکوتی سالار شهیدان رقم خورده است، می‌توان ظرفیت تحمل اختیاری انسان در مقابل منابع استرس‌زای شدیدی را که هر یک از آن‌ها می‌تواند تمام توان یک انسان معمولی را از بین ببرد و او را وادار به فروپاشی و تسلیم کند، مورد توجه و تحلیل قرار داد. اینکه یک امام در جایگاه امامت خود، یعنی در جایگاه یک پیشوا، یک الگو، یک راهبر، به پیروان خود چه حدی از تحمل فشارهای روحی را نشان می‌دهد، نمونه‌ای از پاسخ به سؤال کلی ما درباره تحمل استرس‌هاست.

با توجه به اینکه در روز عاشورا شکست ظاهری سپاه امام حسین (ع) از ابتدا محرز و آشکار بود و نیز با عنایت به اینکه بار روانی ضربه‌های گوناگونی که در هر لحظه حادث می‌شد در درجه اول بر دوش امام بود، باید او را شاخصی از تحمل فشارهای روانی بر روی یک انسان، در جایگاه امام و پیشوای گروهی از انسان‌ها در نظر گرفت. در میان شجاع‌ترین و مقاوم‌ترین انسان‌ها در عرصه جنگ، تسلیم شدن و گاه خود را به دم تیغ و تیر دادن و

حتی خودکشی‌هایی از آن نوع که به هیتلر نسبت می‌دهند، امری متداول است. فرماندهان معمولی در جنگ‌های متداول انسانی، در هنگامه ناامیدی از پیروزی، اگر نتوانند یاران خود را تنها گذارند و مخفیانه از معرکه بگریزند، یا تسلیم می‌شوند یا خود را پیش از دیگران به دم تیر می‌دهند و به نوعی خودکشی می‌کنند و یا با ابزارهایی که از قبل پیش‌بینی کرده‌اند، خود را نابود می‌کنند. از منظر روان‌شناسی، چنین تصمیم‌هایی زمانی گرفته می‌شود که ظرفیت روانی فرماندهان در تحمل فشارها به پایان رسیده باشد. چنین نقطه‌ای، حد نهایی ظرفیت روانی یک فرمانده است.

در عاشورا، امام (ع) در جایگاه فرمانده و پیشوای جنگ، در شرایطی بسیار متفاوت با آنچه ما در جنگ‌های متداول می‌شناسیم، قرار داشت؛ اول اینکه او همراه خانواده خود و خانواده‌های برخی از یارانش در معرکه حضور داشت. دوم اینکه سپاه او، یا از صمیمی‌ترین و صادق‌ترین یاران و یا نزدیک‌ترین اعضای فامیلش بودند. سوم اینکه معرکه جنگ بسیار دور از محل زندگی اصلی او (مدینه) و بسیار نزدیک به شهر و دیار دشمنان او (کوفه) بود؛ این ویژگی موجب خستگی، فرسودگی، قلت توش و زاد و اندک بودن یاران امام و در مقابل، شرایط مناسب از نظر آمادگی جسمی و خسته نبودن و نیز در اختیار داشتن تجهیزات جنگی و کثرت نفرات برای دشمنان او شده بود. چهارم، شرایط دشواری بود که دشمن علاوه بر جنگ، بر او و خانواده‌اش تحمیل کرده بود؛ مانند تشنگی و مسدود کردن تمامی راه‌های تماس و ارتباط با بیرون از معرکه. تمامی این شرایط، فشار روانی ویژه‌ای را به امام و اطرافیانش وارد می‌کرد. چقدر تفاوت دارد که یک فرمانده نظامی در یک جنگ، هر لحظه شاهد کشته شدن سربازی باشد که اصلاً او را نمی‌شناسد، تا فرمانده‌ای که شاهد کشته شدن برادر و یا فرزندش در میدان جنگ است! این دو موقعیت، فشار روانی واحدی را بر دو فرمانده وارد نمی‌کند. فشار روانی معرکه دوم قابل‌مقایسه با معرکه اول نیست. مشاهده اضطراب، درماندگی، نگرانی و حتی التماس و استدعای زنان و کودکان به فرمانده، در میداین جنگ‌های معمولی وجود ندارد و یا بسیار کم و محدود است؛ در حالی که برای امام حسین (ع) این فشارها در اوج خود قرار داشت و بسیاری از موارد دیگر که بیان آن‌ها نیازمند توضیحات زیادی است. با وجود این در هر مرحله، برای امام امکان‌پذیر بود که به نقطه نهایی تحمل استرس برسد و تاب‌آوری خود را از دست ندهد و یکی از اقدامات چهارگانه یعنی فرار شخصی، تسلیم، خود را به دم تیغ دشمن دادن و یا به حیات خود پایان دادن را در پیش گیرد، ولی او چنین نکرد و تا پایان کار تحمل کرد و خود به‌عنوان آخرین رزمنده به میدان آمد و تا به پایان رسیدن مقاومت جشمش جنگید و به لحاظ جسمانی از پای درآمد و به شهادت رسید. او حتی در گودال قتلگاه نیز نشان داد که به لحاظ روانی به پایان راه نرسیده است و در همان شرایط بود که گفت: «و این لم یکن لکم دین و لا تخافون المعاد فکونوا أحراراً فی دنیاکم»؛ «اگر دین ندارید لافل آزاده باشید.» با این بیان، او پیام‌های گوناگونی به بشر داد و از جمله گفت که درست است که من به لحاظ جسمانی از پای درآمده‌ام ولی به لحاظ روانی پایان‌نپذیرفته‌ام و این چنین بود که

برخلاف بسیاری از انسان‌ها که با مردن تمام می‌شوند، او جاودانه شد. در مورد تأثیر فشارهای روانی بر انسان، تنها نباید به وقایعی که در میدان جنگ اتفاق می‌افتد و انسان را به انتخابی خاص می‌کشاند، اکتفا کرد بلکه فشارهای روانی که به تدریج افزوده می‌شوند، رفتار انسان را از جهات گوناگون تحت تأثیر قرار می‌دهند. اولین انفعال‌های انسان در مقابل استرس، انفعال‌های هیجانی و عاطفی است؛ عصبانیت، ناامیدی، درماندگی و احساس ناتوانی از جمله این پیامدهاست. در حوزه شناخت نیز، انسان دچار انواع اختلالات می‌شود؛ وسواسی شدن فکر، درک نادرست واقعیت و تصمیمات نا به‌جا و غلط از جمله این اختلالات است. در زمینه رفتارها نیز انسان انواع اختلالات را نشان می‌دهد؛ خطا در عمل، دست‌پاچگی، دستور غلط دادن و وسواسی عمل کردن نمونه‌هایی از اختلال در رفتارند. بعضی از این‌گونه اختلالات در مجموعه‌ای به نام «سندرم استرس» توضیح داده می‌شوند. بنابر آنچه از رفتارهای امام (ع) در تمامی لحظات عاشورا نقل شده است، نشانه‌های استرس در ایشان مشاهده نمی‌شود. شاید این جنبه از شخصیت امام (ع) را با قاطعیت نتوانیم بر اساس نوع گزارش‌هایی که از روز عاشورا در دست است و احتمال مخلوط کردن آرزوها با واقعیت‌ها در آن بسیار است، به‌دقت توصیف کنیم ولی آنچه درباره واکنش ایشان در میدان نبرد و در جایگاه یک فرمانده و امام گفتیم، قطعیت یقینی دارد.

برای جامعه اسلامی شیعی، امام حسین (ع) الگویی همه‌جانبه است که یکی از مهم‌ترین ابعاد آن میزان تحمل و مقاومت روانی او در مقابل دشمن است. برای هر کس که هر عاشورا، سیاه‌پوش و عزادار حسین (ع) است، این الگو خودآگاه یا ناخودآگاه تکرار می‌شود که باید در مقابل دشمن، به‌ویژه دشمن دین و کشور، به لحاظ روحی و روانی تا حد رهبرش (ع) ایستادگی کند. و این بسیار بنیادی‌تر و دشمن‌شکن‌تر از ایستادگی تا آخرین قطره خون است. روح مقاوم دلیل بر زنده بودن مقاومت است و جسم مقاوم، نشان پایان یافتن مقاومت؛ همان‌گونه که شیعیان روح مقاومت را از امام حسین (ع) گرفته‌اند و با به زمین افتادن جسمشان به پایان نمی‌رسند بلکه تا ابد استمرار پیدا می‌کنند. از این‌روست که مقاومت شیعی، بیش از انتحار به انتظار پویا رسیده است؛ همان چیزی که در پس ظاهر سلاح‌ها دشمنان کشور را می‌ترساند؛ یعنی سرباز حسینی خودش از سلاحش ترسناک‌تر است. به این ترتیب، امام حسین (ع) چگونه زنده ماندن را آموخت نه مردن و خلاص شدن را، نه تسلیم شدن و فراموش شدن را، و نه گریختن و گریختن را. به این ترتیب، انسان کامل به انسان آموخت که ظرفیت انسان برای تحمل استرس حدی ندارد.

#### پی‌نوشت‌ها

1. Ebbinghaus
2. Distress
3. Stressor
4. Harmful interaction