

بِسْمِ اللَّهِ
الرَّحْمَنِ
الرَّحِيمِ

این اثر ترجمه‌ای است از

Grief

The Price of Love

Svend Brinkmann

Translated by Tam McTurk
Polity Press, 2020

سوگ

بهایی که برای عشق می پردازیم

سوئد برینکمن

ترجمه علی کریمی



مجموعه زندگی سنجیده

سوگ

بهایی که برای عشق می پردازیم

برینکمان، اسوند. Brinkmann, Svend.

سوگ: بهایی که برای عشق می پردازیم/ سوند برینکمن ؛
ترجمه علی کریمی.

سرشناسه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات نشر

مشخصات ظاهری

شابک

رده بندی کنگره

رده بندی دیویی

شماره کتابشناسی ملی

تهران: انتشارات ترجمان علوم انسانی، ۱۴۰۳.

۲۰۰ص.: مصور (بخشی رنگی)، جدول.

۹-۶-۵۷۳۴-۶۲۲-۹۷۸

۸الف/ BF۵۷۵

۱۵۵/۹۳۷

۹۷۷۱۳۵۰



نویسنده سوند برینکمن

مترجم علی کریمی

ناشر ترجمان علوم انسانی

مدیر تولید محمد مهدی پور

سرپرستار فرشته هدایتی

ویراستار فاطمه وزیری

دیزاین یونیفرم مجموعه صادق رهبری

گرافیک جلد حسین نیازی

صفحه آرا ندا صفرزاده

چاپ زیتون

نوبت چاپ اول، ۱۴۰۴

شمارگان ۱۰۰۰ نسخه

Ivan Kramskoi,

Inconsolable Grief, 1884.

حقوق چاپ و نشر در تمام

قالب ها اعم از کاغذی،

الکترونیکی و صوتی

انحصاراً برای انتشارات

ترجمان علوم انسانی

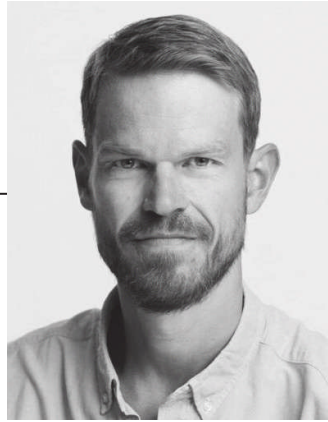
محفوظ است.

پست الکترونیکی

tarjoman.nashr@gmail.com

فروشگاه اینترنتی

www.tarjomaan.shop



سوند برینکمن استاد روان‌شناسی در دانشگاه آلبورگ دانمارک است. او به مطالعات بین‌رشته‌ای در فلسفه، اخلاق و روان‌شناسی علاقه‌مند است و همچنین در نیواسکول نیویورک، دانشگاه لندن و دانشگاه کاتولیکای میلان به عنوان استاد مدعو حضور داشته است. برینکمن، علاوه بر تدریس در دانشگاه، شخصیتی رسانه‌ای نیز به شمار می‌رود و در مجلهٔ دانمارکی پُلِیتیکِن یادداشت می‌نویسد.

ترجمهٔ این کتاب را تقدیم می‌کنم به
پدر، مادر و همسر، که در روزهایی
نه چنان دور از این، هر سه طعم تلخ
سوغ را چشیده و بیهای عشق به پدر
یا مادر را پرداخته‌اند.

مترجم

۹	دیباچه	
۱۳	مقدمه: قرن سوگ	[۱]
۳۹	سوگ به مثابه هیجان نمادین	[۲]
۷۵	پدیدارشناسی سوگ	[۳]
۱۰۳	بدن سوگوار- سوگ بدنمند	[۴]
۱۳۷	زیست بوم سوگ	[۵]
۱۵۹	سوگ به مثابه تشخیص روان پزشکی	[۶]
۱۸۵	عشق بی مأوا	[۷]
۱۹۱	فهرست اصطلاحات و مفاهیم	
۲۰۰	فهرست نام ها، پی نوشت ها، کتابنامه، نمایه	

سیاسگزاری مترجم

بررسی و فهم برخی اصطلاحات و مفاهیم کتاب، و برابرگزینی برای آن‌ها، بدون یاری این عزیزان میسر نبود، که از برخی به شکل مستقیم، و از برخی با مطالعه آثارشان، بهره بردم: عبدالکریم رشیدیان، مسعود علیا، علیرضا طهماسب، صالح نجفی، سیداحمد موسوی خوئینی، بابک حافظی، سعید قدیری، مبینا حسینی خواه و احسان محمدی. از ایشان صمیمانه سپاسگزارم، و البته مسئولیت هر خطایی در ترجمه بر عهده من است.

دیباچه

این کتاب دربارهٔ سوگ است، اما نه دست‌نامهٔ درمانی است، نه شرح‌حالی شخصی، و نه از آن دست کتاب‌های خودیاری که مسیر دل‌کندن و پشت‌سرنهادن را هموار می‌کنند. از این قبیل آثار به حد کافی نوشته و منتشر شده، که خود حاکی از علاقهٔ فراگیرِ عموم به این پدیدار و ظهور تشخیص بالینی «سوگ پیچیده» است. پُرشمارند کسانی که آغوش به‌روی داغ‌دیدگان می‌گشایند و مشتاقانه دست یاری به‌سویشان دراز می‌کنند. سوگ، که زمانی مسئلهٔ شخصی و خصوصی آدمیان بود و برای کسی جز داغ‌دیدگان اهمیت نداشت، اکنون به موضوع پژوهش متخصصان تبدیل شده، عارضه‌ای که برای علاجش دارو تجویز می‌کنند و نهاد و مؤسسه به راه انداخته‌اند. از آنجاکه تقریباً همهٔ ما سرانجام در برهه‌ای از زندگی با این پدیده روبه‌رو می‌شویم، بازار تشخیص این عارضه و معالجهٔ آن نیز پررونق است. با این همه، تمرکز این کتاب روی مداخلهٔ درمانی یا دیگر روندهای معالجاتی نیست. در عوض، غایت این کتاب تقرب به ذات سوگ است، یعنی پدیدارشناسی سوگ؛ کتاب حاضر در پی واکاوی ماهیت بنیادین سوگ

به عنوان یک وضع انسانیِ همگانی است، در عین اذعان به اینکه این پدیدار، بسته به عواملی همچون زمانه و فرهنگ، انواع گوناگونی دارد. هدف از نگارش این کتاب مهار و تعدیل مباحثاتی است که طبی سازی و بیماری انگاری سوگ از آن ها برمی آید، و من در فصل پایانی به آن ها خواهیم پرداخت.

کتابی که در دست دارید از دل طرح پژوهشی «فرهنگ سوگ» زاده شد، طرحی که البته هنوز در جریان است و بنیاد اُپل فمیلی با گشاده دستی از آن حمایت مالی کرده است. کانون توجه این طرح پژوهشی نحوه به تجربه درآمدن سوگ است، اما علاوه بر آن، عزاداری جمعی و ربط و نسبت آن با فرهنگ معاصر را نیز ارزیابی می کند. طرح های فرعی زیرمجموعه این پژوهش -از جمله خود این کتاب- فقط بر سوگ حاصل از داغ دیدگی متمرکزند؛ گرچه می توان دامنه بحث سوگ را گسترد و آن را همچون واکنشی به طلاق، بیماری، اخراج یا دیگر تجارب تروماتیک نیز نگریست، اما این کار ورای امکانات و قلمرو این کتاب است، تا حدی بدین دلیل که تشخیص های جدید روان پزشکی سوگ را مشخصاً واکنشی به مرگ معرفی می کنند، و نیز از آن رو که بهتر است تمرکز کارمان را به هم نزنیم. نگاه این کتاب به گونه خاصی از سوگ نیست، بلکه آن را همچون پدیداری عام در نظر می آورد، یعنی آن چنان که بتوان به سیاقی کلی درباره آن سخن گفت. کتاب در پی کاوش ویژگی های عام این پدیدار و تأثیر آن بر فرد و اجتماع است. البته این فرض مقدماتی -که می توان سوگ را پدیداری عام در نظر گرفت- فرضی بی چون و چرایی نیست؛ شاید برخی منکر هرگونه شباهتی میان، مثلاً، فقدان فرزند و مرگ پدر بزرگ و مادر بزرگ شوند. با اتخاذ رویکردی پدیدارشناسانه، یعنی بررسی پدیدار چنان که به تجربه انسان ها درمی آید، می کوشم تا از ویژگی های مشترک در جلوه های گونه گون سوگ پرده بردارم. توفیق نهایی این تلاش فقط به واکاوی های موجود در این کتاب بستگی نخواهد داشت، بلکه به سایر محققانی که رویکرد مشابهی اتخاذ کنند نیز وابسته است.

می‌خواهم تشکر کنم از دوستانم در «کلیم» که از طرح اولیه انتشار کتابی درباره سوگ استقبال کردند، مخصوصاً میکِل نونبو و کمیلا روسونگور که طی سال‌ها کار علمی کمک‌حال من بوده‌اند. همچنین می‌خواهم از لوئیس نایت به خاطر انتشار نسخه انگلیسی، و تم مک‌ترک به خاطر ترجمه تحسین برانگیزش سپاسگزاری کنم. همچنین بر خود لازم می‌دانم که، به پاس گفت‌وگوهایی که درباره مضامین این کتاب داشتیم، از همکارانم در طرح «فرهنگ سوگ» قدردانی کنم: استا هالته کوفول، دیده ویندا-لیندکیست، الان کوستا، بردی واگنر، ایگناسیو برسکو، لوکا تاتئو، آنه سو، میکِل کاوس فرانزن، پیتِه کلیمنت لون، آلفرد بوردادو کولد و آناس پیترسن -مخصوصاً استا، الان و آناس به خاطر همراهی‌شان در مرور و بررسی نسخه دست‌نویس کتاب. ممنونم از همه دست‌اندرکاران انتشارات پولیتی به خاطر تمام مساعدت‌هایی که در امر انتشار نسخه انگلیسی کتاب داشتند. در پایان، لازم است مراتب قدردانی‌ام را به بنیاد اُبل فمیلی ابراز کنم، به خاطر پنج سال حمایت مالی بی‌دریغشان از طرح «فرهنگ سوگ»، به‌ویژه بریتا گراو، سرپرست این پژوهش، که از رابطه کاری خوبم با او مشعوف شدم.

انگاره‌های نظری این کتاب را نخستین بار در این مقالات مطرح کرده‌ام:

- 'The body in grief', *Mortality*
- 'Grief as an extended emotion', co-authored by Ester Holte Kofod, *Culture & Psychology*
- 'The grieving animal: Grief as a foundational emotion', *Theory & Psychology*
- 'Could grief be a mental disorder?', *Nordic Psychology*
- 'The presence of grief', co-authored by nine other scientists from 'The Culture of Grief', *Qualitative Inquiry*
- 'General psychological implications of the human capacity for grief', *Integrative Psychological and Behavioral Science*

می‌خواهم از این فرصت استفاده کنم و از ویراستاران این مجلات و داوران ارزیاب همه این مقالات تشکر کنم.

نمی‌توان به روشی کاملاً تحلیلی، بی‌طرفانه و با حفظ فاصله‌ای امن به پژوهش درباب پدیدار سوگ پرداخت، چون همه ما بزرگسالان، هرکدام به نوعی، تجربه شخصی خودمان را از سوگ و فقدان عزیزان داریم. در فوریه ۲۰۱۷، اندک زمانی پس از آغاز همکاری با طرح «فرهنگ سوگ»، پدرم را از دست دادم. از آن پس دیدگاه دوگانه غربی نسبت به سوگ خودم داشتم، دیدگاهی که از یک سو درونی و تحت تأثیر رابطه میان پدر و پسر بود و از دیگر سو، به واسطه انباشت تدریجی دانش تجربی، نظری و علمی درباره این پدیدار، به شکل بیرونی برایم حاصل شده بود. کوشیده‌ام از دریچه تجربه شخصی‌ام نسبتی نقادانه با نظریات علمی برقرار کنم، اما علاوه بر آن، باور دارم که این پژوهش در کنار آمدن با فقدان شخصی به یاری‌ام آمده است. دوست دارم این کتاب را پیشکش کنم به یاد و خاطره پدرم تی. ای. کریستنسن.

مقدمه: قرنِ سوگ

این روزها وقتی به زندگی می‌اندیشیم، چه در فضایی محصور و خصوصی باشیم و چه در جوّ بحث‌های عمومی، سوگ همواره در کانون توجه ماست. شواهد و قرائن را نمی‌توان نادیده گرفت؛ به واسطهٔ حضور پررنگ رویدادنگاری‌ها، روایت‌های آمیخته به سوگ، و نیز برنامه‌های تلویزیونی، علاقه به این پدیدار در سپهر فرهنگی ما بازتاب یافته است. در جهان موسیقی، هنرمندانی نظیر نیک کیو، «آرکید فایر»، «ماونت ایری»، لئونارد کوهن و دیوید بویی آلبوم‌ها و قطعاتی با مضمون سوگ منتشر کرده‌اند - دوتای آخری به معنای حقیقی کلمه غزل خدا حافظی خوانده‌اند.^۱ گروه‌های هم‌اندیشی، کافه‌ها، آپراها و تئاترهایی با محوریت موضوع داغ‌دیدگی سر برآورده‌اند و شبکه‌های اجتماعی فضای

۱. ارجاع نویسنده در اینجا به آلبوم «تاریک‌تر می‌خواهی‌اش» از کوهن و آلبوم «ستارهٔ سیاه» از بویی است که هر دو در سال آخر حیاتشان (۲۰۱۶) منتشر کردند. درون‌مایهٔ قطعات آلبوم «تاریک‌تر می‌خواهی‌اش» را مفاهیمی همچون خدا، مرگ و سرشت بشر تشکیل می‌دهد. کوهن هفده روز پس از انتشار این آلبوم از دنیا رفت. در آلبوم بویی نیز قطعاتی همچون «لازاروس» و «ستارهٔ سیاه» به چشم می‌خورد که مضامینی مرگ‌اندیشانه دارند. بویی نیز تنها دو روز پس از انتشار رسمی این آلبوم از دنیا رفت [مترجم].

جدیدی برای انتشار تجربیاتِ ازدست‌دادن عزیزان، سوگ و فقدان در اختیار افراد گذاشته‌اند.

میکل ویل یاکوبسن جامعه‌شناس و متخصص حوزه مرگ است. او معتقد است که ما در «قرن سوگ» به سر می‌بریم، قری که از نظر او با حملات تروریستی ۱۱ سپتامبر ۲۰۰۱ آغاز شده است. سوگ، که زمانی در زمره تابوها به شمار می‌رفت، اکنون وارد سپهر عمومی و آگاهی جمعی شده و به گرایشی باب روز بدل گشته و، هم‌زمان، با سازوکاری طبی سازانه مقارن شده که آن را در بستر مراقبت‌های پزشکی جای داده و به تشخیص روان‌پزشکی «سوگ پیچیده» انجامیده است. این قبیل تشخیص‌های روان‌پزشکی ما را بر آن می‌دارند تا سوگ را موضوعی روان‌شناختی و طبی در نظر بگیریم، نه موضوعی مذهبی یا اگزیستانسیال. هم‌زمان نهادهای پرشماری سر برآورده‌اند که رسالتشان خدمات‌رسانی درمانی به کسانی است که والدین، خواهر و برادر، یا فرزندانشان در بستر مرگ به سر می‌برند یا از دنیا رفته‌اند.

قرن سوگ یک دوره «پسا-سکولار» است که، در آن، باور به محتو تدریجی دین و مذهب رنگ باخته است (McLennan 2010). شاهد احیای علاقه عمومی به پرسش‌های اگزیستانسیال، معنوی و مذهبی هستیم، و سوگ، به‌عنوان یک پدیدار، در قلب این مسائل سُکنا دارد. فرض مقدماتی کتاب آن است که سوگ پدیدار اگزیستانسیال بنیادینی است که به‌هنگام تلاقی عشق و مرگ روی می‌دهد. سوگ ژرفی که در این کتاب بدان پرداخته شده تنها به‌هنگام آگاهی از این نکته به تجربه درمی‌آید که محبوبِ ازدنیارفته خود را واقعاً از کف داده‌ایم و بازگشتی در کار نیست. هیچ سوگ انسانی اصیلی وجود نخواهد داشت مگر با حضور عشق و آگاهی از گریزنپذیری مرگ. این اصل ما را به انگاره محوری این کتاب رهنمون می‌شود، یعنی آنکه انسان را می‌توان حیوان سوگوار نامید، زیرا چنان‌که پیداست، قابلیت ما در برقراری پیوندی عمیق و مستحکم با هر دو مقوله عشق و مرگ یکی از ویژگی‌های معرف گونه ماست، خصوصیتی که خود شرط لازم توانایی ما در احساس کردن

سوک اصیل است. بی‌تردید سایر حیوانات نیز تنش و اضطراب جدایی را حس می‌کنند، و آن‌ها نیز می‌توانند روابط عاطفی و پایداری با دیگر موجودات پدید آورند که برای ما یادآور عشق بشری است (وفاداری سگ‌ها را در نظر بیاورید). باین حال، ادعای کتاب آن است که گونه‌های غیربشری صرفاً در ظاهر سوگ را حس می‌کنند. خوب یا بد، سوگ اصیل مختص بشر است؛ بد، چون دردناک است، و خوب، چون دردی معنادار است که سرپای شبکه روابط عاطفی مان را، همان شبکه‌ای که قوام‌بخش جوهره روان‌شناختی بنیادین زندگی ماست، شکل می‌دهد و بر آن اثر می‌گذارد. از خلال سوگ است که پیوندمان را با مرگ حفظ می‌کنیم. چنان‌که همیشه می‌گویند، و به‌درستی هم می‌گویند، سوگ بهایی است که برای عشق می‌پردازیم.

سایمن کریچلی فیلسوف نیز در بیانی مشابه نوشته است که مرگ عزیزان ما را در وضعیت «امتناع مطلق» قرار می‌دهد (2010: 40)؛ رویدادی است که هیچ تسلطی بر آن نداریم. خواستِ نمردين «دیگری» ممتنع است؛ کاری از دستان برنمی‌آید. از نظر کریچلی، سوگی که تجربه می‌کنیم به سوزگی ما هجمه می‌برد و آن را از نو برمی‌سازد. او بر آن است که آدمیان را می‌توان برحسب توانایی‌شان در سوگواری دسته‌بندی کرد، و من نیز با او هم‌نظرم (بنگرید به فصل ۲). سوگ حاکی از آن است که ما هرگز چیرگی و تفوق تام‌وتمامی بر زندگی نداریم. ناکامی سرنوشت محتوم ابدی ماست، چون به دیگرانی وابسته‌ایم که از زندگی مان محو می‌شوند. این واقعیت شاید از حیث وجودی سبب ضعف ما شود، اما کریچلی معتقد است که دقیقاً همین ضعف، همین شکنندگی بنیادین است که در مناسبات ما با دیگران الزام اخلاقی را پدید می‌آورد. در این معنا، سوگ و زیست اخلاقی دو امر تنیده‌درهم‌اند.

وقوف به این نکته که سوگ درد ساده‌ای چونان سردرد نیست که بتوان مداوایش کرد، بلکه تجربه‌ای معنادار و ارزشمند است که درپی فقدان می‌آید، در فرهنگ عمومی نیز بازتاب دارد. افراد هر روز بیشتر درمی‌یابند که هدف نه حذف و زدودن سوگ، نه «دل‌کندن» و اموات را پشت‌سرنهاده‌ن، بلکه مداومت در زیستن

با آن هاست. این فهم کاملاً همساز است با نظریات متأخری دربارهٔ سوگ که بر استمرار تعلقات تأکید می‌کنند (Klass, Silverman & Nickman 1996)، درحالی‌که مثلاً فروید معتقد بود که باید رشته‌های پیوند با متوفا را از هم گسیخت و نیروی روانی را در روابط جدید به کار انداخت (Freud 2005). البته که روابط جدید مهم و نیروبخش‌اند، اما خوشبختانه امروزه کم‌شمارند کسانی که شکل‌گیری این روابط جدید را متوقف بر گسستنِ تعلق عاطفی از متوفا بدانند. اگر بخوایم در اینجا، در آغاز کتاب، جسارت کنم و کمی به سیاق هنجاری حرف بزنم، بخش کانونی دیدگاهم را این‌طور صورت‌بندی می‌کنم که ما باید متوفا را با زندگی‌مان درآمیזیم، نه اینکه در را به روی او ببندیم. اما در بستر زندگی روزمره، این به چه معناست؟

بازگشت به خود چیزها

عزیمتگاه کتاب تبیین این ضرورت است که برای تشخیص ماهیت سوگ ناچاریم رویکردی پدیدارشناسانه اتخاذ کنیم. از زمان ادموند هوسرل، یعنی بیش از صد سال پیش، شعار پدیدارشناسی «بازگشت به خود چیزها!» بوده است. به بیان دیگر، هدف پدیدارشناسی آن است که، پیش از ابداع نظریات علمی دربارهٔ جهان، به نحوهٔ تجربهٔ آدمیان از جهان نور بتاباند (در نمونهٔ سوگ، پیش از آنکه به عنوان بیماری مد نظر قرار گیرد یا شالوده‌های عصب‌شناختی آن بررسی شود). این کتاب نیز مدعی است که تشریح ماهیت ذاتی سوگ به ما کمک می‌کند تا بفهمیم چه چیز ویژه‌ای در انسان‌ها وجود دارد و کدام مؤلفه است که ما را از سایر مخلوقات زنده مجزا می‌کند. بدین ترتیب، پدیدارشناسی مطالعه‌ای فلسفی و علمی (در این مورد، روان‌شناختی) حول این محور است که پدیدار چگونه خودش را در تجربهٔ ما آشکار می‌کند. هدف پدیدارشناسی تشریح ساختار ذاتی پدیدار است، یعنی آنچه بدن پایدار هم می‌توان گفت - به بیان دیگر، هدف پدیدارشناسی تشریح آن چیزی است که در خلال آشکارگی‌های گوناگون پدیدار پابرجا می‌ماند.

در این نقطه، خوب است کمی توقف کنیم و به ترسیم تاریخچه طرح پدیدارشناختی‌ای بپردازیم که این کتاب بر آن بنا شده است. پدیدارشناسی با جریان غالب نظریات روان‌شناسی تفاوت دارد و، برخلاف آن‌ها، در پی نورتاباندن بر روابط علی و اعلام عمومی آن‌ها نیست. به تعبیری، پدیدارشناسی به فلسفه باستان و ازجمله به ارسطو بازمی‌گردد (به نقل از Nussbaum 1986) که باور داشت هر مطالعه‌ای باید با تشریح عمیق پدیدار مورد مطالعه آغاز شود؛ تشریح پدیدار باید مقدم داشته شود بر هر تبیینی از چرایی رخداد آن و چگونگی کارکرد آن. ارسطو معتقد بود که باید روش علمی را با پدیدار مورد مطالعه وفق دهیم، نه آنکه پدیدار را به زور به قامت الگوهای علمی ازپیش معین درآوریم، چراکه فی‌المثل پدیدارهای ریاضیاتی مستلزم روش‌هایی متفاوت از پدیدارهای اخلاقی‌اند.

انگاره تقدم پدیداریکی از پیش شرط‌های اساسی طرح پدیدارشناختی است. هوسرل پدیدارشناسی مدرن را حوالی سال ۱۹۰۰ بنیان گذاشت. مارتین هایدگر آن را در قالب فلسفه اگزیستانسیال حک و اصلاح کرد و ارتقا داد، و ژان پل سارتر و موریس مرلوپونتی بعدتر آن را در مسیری اگزیستانسیال- دیالکتیکی پیش بردند (برای جزئیات بیشتری درباره تاریخ پدیدارشناسی، ن.ک: Brinkmann & Kvale 2015). هدف آنان صرفاً این نبود که پدیدار را فی حد ذاته تشریح کنند، بلکه می‌خواستند به تشریح آن ساختارهای زیربنایی تجربه بپردازند که ممکن می‌ساخت یک چیز سرشت خاص خودش را داشته باشد. در ابتدا و تحت تأثیر هوسرل، تمرکز نخستین پدیدارشناسی آگاهی و زندگی به مثابه امری به تجربه درآمده بود، اما حوزه تمرکز پدیدارشناسی بعدها گسترش یافت و کل تجربه انسانی را در بر گرفت، و در ادامه، در اندیشه مرلوپونتی و سارتر، بدن و کنش انسانی در بافت‌های تاریخی نیز به آن ضمیمه شد. به بیان کلی‌تر، اکنون هدف پژوهش پدیدارشناختی فهم پدیدارهای روان‌شناختی و اجتماعی از منظر بازیگران خود این عرصه است، و نیز تشریح جهان آن چنان که افراد تجربه‌اش می‌کنند. اگر بخواهیم

ساده‌تر بگوییم، پژوهش پدیدارشناختی مبتنی است بر این فرض که آنچه دربارهٔ واقعیت مهم است نحوهٔ تجربهٔ افراد از آن است.

در روان‌شناسی، مشخصاً آمِدیو جُرجی بود که از دههٔ ۱۹۷۰ به این سو دست به ابداع روشی پدیدارشناختی زد تا بتواند «ساختار یا گونه‌های ساختارِ آگاهی» را که «هر شیء، رویداد یا فردی بر آن آشکار می‌شود» مطالعه کند (Giorgi 1975: 83). براساس نظر مرلوپونتی (2012)، روش پدیدارشناختی تشریح پدیدار با بیشترین میزانِ دقت و کمال ممکن است، نه تلاش برای تبیین یا تحلیل آن. این کار مستلزم آن است که به پدیدار وفادار بمانیم تا بتوانیم، از طریق کندوکاو ویژگی‌های عام آن، به فهمی از ذات آن برسیم، یعنی به فهمی از خود هستی پدیدار. هوسرل چنین روشی را «گونه‌گون‌سازیِ آزادانه به مدد خیال» نام نهاد. به بیان دیگر، پدیدارشناس آزادانه تمامی گونه‌های محتمل یک پدیدار خاص را در ذهن مجسم می‌کند، و آنچه در این بازآوری‌های پُرشمار پایدار می‌ماند همان هستی پدیدار است. این فرایند مستلزم تحویل پدیدارشناختی است، یعنی بی‌اعتنایی به دیدگاه‌هایی که دربارهٔ وجود یا عدم یک تجربهٔ خاص در میان همگان متداول است. «درپرائزنهادن» نیز نام مناسبی برای این فرایند است، چراکه مستلزم کنار نهادن دانش پیشرفتهٔ نظری و عمومی دربارهٔ پدیدار است تا بدین طریق توصیف غیرسوگیرانه‌ای از هستی آن حاصل آید (ن.ک: Brinkmann & Kvale 2015: 49). خالی از لطف نیست که گریزی به دستورالعمل مرلوپونتی برای پدیدارشناسی بزنیم، دستورالعملی که بر تجارب دست‌اول ما از جهان مبتنی است:

تمامی دانش من نسبت به جهان، حتی اگر بخشی از آن به واسطهٔ علم به دست آمده باشد، از منظری برایم محضّل شده است که از آن من است، یا از طریق تجربه‌ای از جهان حاصل شده است که، بدون آن، نمادهای علمی بی‌معنا خواهند بود. کلیت جهان علم بر روی جهان زیسته بنا شده است، و چنانچه می‌خواهیم

با موشکافی در علم غور کنیم و با دقت معانی و امکانات آن را دریابیم، باید ابتدا آن سنخ از تجربه جهان را برانگیزانیم که علم تجلی مرتبه دوم آن است (Merleau-Ponty 2012: p. lxxii).

در مواجهه با مناظر طبیعی، اولاً و مستقیماً با جنگل‌ها، شهرها و دشت‌ها روبه‌رو می‌شویم؛ نقشه جغرافیایی درواقع چیزی جز انتزاع ما پس از این رویارویی مستقیم نیست. به همین قیاس، و بر مبنای رویکرد پدیدارشناختی، مطالعه علمی نیز انتزاعی است که از پسِ تجارب بی‌واسطه ما در جهان و مبتنی بر آن‌ها حاصل می‌شود، و برای توصیف این تجربه‌ها باید دوباره به خودشان بازگشت؛ باید از خودمان بپرسیم که «منظره» اجتماعی، روان‌شناختی یا هیجانی ما پیش از آنکه آن را در قالب نظریات علمی طراحی و نقشه‌برداری کنیم چه شکل‌وشمایی دارد، چراکه مثلاً تجاربی که از سوگ داریم بر شناخت نظری و علمی ما از آن مقدم است. از زمان هوسرل، هایدگر، سارتر و مرلوپونتی تاکنون (که بعداً در کتاب به همه آن‌ها بازمی‌گردم)، پدیدارشناسی پیشرفت زیادی داشته است و امروزه حتی حوزه‌ای به نام «پسا-پدیدارشناسی» پا به عرصه وجود نهاده که دایره نگاهش صرفاً به ساختارهای تجربی سوژه‌های دخیل منحصر نیست، بلکه کل جهان فناورانه و مادی را نیز در بر می‌گیرد. شاید بتوان گفت که فلسفه زبان ویتگنشتاین، که از نیمه قرن بیستم تأثیر فراگیری بر جای گذاشته، نوعی پدیدارشناسی زبانی است که به تفصیل به نحوه کاربست زبان در برخی بافت‌ها نظر می‌کند و بدین طریق به پرسش‌های فلسفی نزدیک می‌شود (Gier 1981). ویتگنشتاین عزیمتگاه دیگر این کتاب است، به‌ویژه این مدعای او که آن دسته از مطالعات علمی که تشریح‌گر بافت‌هایی هستند که ما در آن بافت‌ها مفاهیمی زبانی را درباره هیجانات به کار می‌بندیم چیزهای فراوانی به ما می‌آموزند. سوگ صرفاً وضع و حالتی صامت نیست که ما در بدنمان حمل می‌کنیم، بلکه مفهومی است که آن را فرامی‌گیریم تا در برخی موقعیت‌ها فعالانه به کارش بندیم. بدین لحاظ، کسب آگاهی از

نحوه فراگرفت و کاربست چنین مفاهیمی به ما در فهم پدیدار کمک شایانی می‌کند. اگر سوگ را هیجان در نظر بگیریم، در آن واحد هم نوعی تجربه بشری است، هم وضع و حالتی بدنمند، هم قالبی بیناسوژه‌ای برای برقراری ارتباط، و هم چیزی عمیقاً ریشه‌دوانده در سازوکارهای اجتماعی فرهنگ‌ها. من معتقدم که فهم ژرفا و گستره سوگ متوقف بر رویکرد پدیدارشناختی پُردامنه‌ای نسبت به آن است. این کتاب طرح پیشنهادی جامعی برای چنین رویکردی عرضه می‌کند.

ساختار کتاب

این فصل مقدماتی با ترسیم تاریخچه مختصری از سوگ به پایان می‌رسد. سپس در فصل ۲ نشان می‌دهم که سوگ پدیداری بی‌همتا برای ما انسان‌هاست، چراکه ما از یک سو مرگ را به مثابه نقطه نهایی و ناگزیر زندگی فهم می‌کنیم، و از دیگر سو این توانایی را داریم که به برخی افراد عشق بورزیم. عشق و مرگ دو پیش شرط سوگ‌اند. البته گونه‌های دیگر موجودات نیز احساس افسردگی را تجربه می‌کنند و به اضطراب جدایی مبتلا می‌شوند، که در ظاهر مشابه سوگ است، اما در فصل دوم حرف من آن است که تجربه آن‌ها سوگ واقعی نیست؛ دست‌کم به همان معنایی نیست که انسان‌ها سوگواری می‌شوند. سوگ مستلزم آگاهی بازتابی^۱ نسبت به پایان‌پذیری و روابط عاطفی است که گونه‌های دیگر موجودات صرفاً واجد سطحی رشد نیافته و ابتدایی از آن‌اند.

۱. reflexive. در این کتاب اصطلاح «reflection» را به اقتضای معنایی که در نظر نویسنده دارد به «اندیشه بازتابی»، و کلماتی همچون «reflexive»، «reflexivity»، «reflexively»، و «self-reflexive» را به ترتیب به «بازتابی»، «خودبازتابی»، «بازتابانه»، و «خودبازتاب» برگردانده‌ام. اصطلاحات «تأمل»، «تأملی»، و «خودتأملی» نیز در بعضی موارد با معنایی که نویسنده در نظر دارد مطابق است، اما به سبب گستره معنایی فراگیری که این خوشه‌واژه در جای جای این کتاب و در نگاه متفکران مختلفی که به آن‌ها ارجاع داده شده دارد، و نیز به سبب پیوستگی معنایی موجود در این کاربردها، وحدت‌بخشی به معادل‌ها را با قید این توضیح مناسب‌ترین حالت ممکن یافتم [مترجم].

از این رو سوگ بیانگر واقعیتی دربارهٔ ذات انسان است و آن اینکه انسان را می‌توان حیوانِ سوگوار یا دست‌کم حیوانی با استعداد سوگواری دانست. اگر این حرف درست باشد، آنگاه نباید انسان را، هم‌نوا با ارسطو، صرفاً حیوان ناطق (یا هومو ساپینس، انسان خردمند) خواند، بلکه در سطحی عمیق‌تر، باید او را موجودی با استعداد داشتن روابط عاطفی با جهان و دیگرانسان‌ها دانست (شاید بتوان چنین گونه‌ای را هومو سنتیمنتالیس [انسان واجد احساسات] نامید)، استعدادی که خودش را خاصه در سوگ آشکار می‌کند.

فصل ۳ با مطالعهٔ پدیدارشناختی متمرکزتری دربارهٔ هستی سوگ دنبال می‌شود. براساس پدیدارشناسی هوسرل - و به‌ویژه کاربری آن در پژوهش‌های توماس فوکس (2018) و ماثیو رنکلیف در باب سوگ - در این فصل تبیین می‌شود که سوگ چگونه خودش را همچون فقدانِ «نظام امکان‌ها» آشکار می‌کند (Ratcliffe 2017). تعبیر دیگر همین معنا آن است که داغ‌دیدگان با دل‌بستگی عمیقاً ریشه‌داری نسبت به کسی که از دست داده‌اند یک‌و تنها رها می‌شوند. به بیان شاعرانه، سوگ همان عشقی است که بی‌مأوا گشته است. با این وصف، من در ادامه ادعا خواهم کرد که پدیدارشناسی هوسرل در این نقطه با مرزهای خود مواجه می‌شود، چراکه تجربهٔ فقدان را به چیزی در حد بازنمایی‌های فرد داغ‌دار از متوفا (که یک «نظام امکان‌ها»ی ازدست‌رفته است) فرومی‌کاهد. در مقام نتیجه‌گیری، این موضع را با پدیدارشناسی رادیکال‌تر امانوئل لویناس تکمیل می‌کنم که فروکاستنِ متوفا به اهمیتش نزد خویشتن^۱ فرد سوگوار را به نقد می‌کشد. نزد لویناس، سوگ نه صرفاً ازکف‌دادنِ «نظام امکان‌ها»، که چیزی بنیادین‌تر است؛ سوگ یعنی محبوب رفته است و دیگر در این جهان نخواهد بود. درواقع لازم است به فهمی نه‌فقط روان‌شناختی، که هستی‌شناختی از سوگ نائل آییم.^۲ این رویکرد توضیح خوبی است برای این سؤال که چرا در فقدان سوپرستارها یا سلبریتی‌هایی که، اگرچه هیچ‌گاه

۱. «خویشتن» را در این کتاب برابر «self» گذاشته‌ام تا با «خود» در حالت ضمیر انعکاسی اشتباه نشود. همچنین بر همین اساس، «selfhood» را به «خویشتن‌بود» برگردانده‌ام [مترجم].

به ما نزدیک نبوده‌اند، بدان‌ها علاقه داریم یا از آنان برای خودمان بت ساخته‌ایم نیز سوگوار می‌شویم. در این فصل به معرفی برخی پی‌آیندهای روان‌شناختی سوگ نیز خواهیم پرداخت که تبیین‌های علی، کارکردگرایانه (مثل روان‌شناسی فرگشتی) و اتمیستی روان‌شناسی معیار را به چالش می‌کشند. خواهیم دید که سوگ، به‌عنوان پدیداری اگزستانسیال، بینشی دربارهٔ انسان و روان‌شناسی به ما عرضه می‌کند که، مطابق آن، انسان موجودی رابطه‌مند است و روان‌شناسی با قلمرویی از واقعیت سروکار دارد که نمی‌توان آن را به‌آسانی به تبیین‌های فرگشتی یا علی فروکاست.

تمرکز ویژه فصل ۴ بر سوگ در مقام یک هیجان بدنمند است. از تراژدی‌های یونان باستان گرفته تا نگاره‌های مدرن، ظهور و بروز جسمانی سوگ شکل‌وشمایلی کم‌وبیش پایداری داشته است. این فصل نشان می‌دهد که چگونه تجربهٔ فقدان در بدن فرد داغ‌دار هویدا و قابل‌بازشناسی است. سوگ خودش را در ما حکاکی می‌کند و ما آن را در بدنمان نمایان می‌سازیم. سخن اصلی آن است که سوگ به‌نوعی ریشه در جسمانیت ما دارد و خود بدن عملاً در حال موبیدن است. با تحلیل بدنمندی سوگ، به بینشی مهم دربارهٔ زیست هیجانی انسان و رابطهٔ میان ذهن، بدن و جهان دست خواهیم یافت.

فصل ۵ سوگ را از آن جهت بررسی می‌کند که نه صرفاً در بدن، بلکه در فرهنگ، در قالب مناسک مادی و نظاماتِ نمادها حضور دارد. احساس سوگ، و تحقق آن، در جمع و در معیتِ دیگران روی می‌دهد، در سپهری فرهنگی که گورستان‌ها، یادبودها، آلبوم‌های عکس، مرده‌ریگ‌ها و مواردی از این دست را در بر می‌گیرد. به بیان دیگر، سوگ واجد دو جنبهٔ همگانی مادی و اجتماعی است. روان‌شناسی امروز به فردگرایی دست‌وپاگیری مبتلاست که سوگ و سایر پدیدارهای روان‌شناختی را به‌حالاتی منحصر «در ذهن» فرد بدل ساخته است. فهم سوگ به‌مثابهٔ یک پدیدار همگانی مادی و اجتماعی خط بطلانی است بر این فردگرایی. از اینجا درمی‌یابیم که سوگ چطور در دل مناسک سنتی فرهنگ‌ها به اشتراک گذاشته می‌شود و حتی به

دیگرانی همچون مویه‌گران یا «نوحه‌خوانان» ایرلندی «برون سپاری» می‌شود. موسیقی، تشریفات آیینی و اشیای فیزیکی موجب می‌شوند سوگ صور گونه‌گونی به خود بگیرد. بدین لحاظ، این فصل به بافت اجتماعی-مادی تجربه فقدان و سوگ نظر می‌کند.

کیفیت انسانی و همگانی پدیدار سوگ برآمده از گریزناپذیری مرگ و حس به حاصل‌آمده فقدان است، و سوگ، بنا به همین اقتضا، امری کم‌وبیش بی‌بدیل است. با این حال، چنان‌که انسان‌شناسان اجتماعی و فرهنگی نشان داده‌اند (مثلاً ن.ک: Scheper-Hughes 1993)، سوگ در نقاط مختلف جهان خودش را به انحاء گوناگونی آشکار می‌کند، و همین لازم می‌آورد که هنگام تمایز نهادن میان جنبه‌های خاص و عام سوگ محتاطانه گام برداریم. در سال‌های اخیر، این احتیاط به‌ویژه در روان‌پزشکی ضرورت بیشتری یافته است، به‌ویژه با ظهور مقوله تشخیصی «سوگ پیچیده» که گویا قرار است اعتبار گسترده‌ای کسب کند و این اعتبار از مرز فرهنگ‌ها نیز فراتر رود. در مقابله با این پس‌زمینه، در فصل ۶ به مجادله رایج درباره طبی سازی سوگ باز خواهیم گشت و اساسی منطقی و عقلانی تشخیص «سوگ پیچیده» را به بحث خواهیم کشید؛ به تشخیص‌های جدید سوگ در پرتو چهار نظریه غالب آسیب‌شناسی روانی نظر خواهیم کرد و نتیجه خواهیم گرفت که اگرچه سوگ می‌تواند به‌غایت دردناک و حتی طاقت‌فرسا باشد، ما هنوز دلیل بسنده‌ای در دست نداریم که آن را فی حد ذاته امری بیماری‌گون قلمداد کنیم. در برخی موارد، سوگ ممکن است به اختلالات روانی (به‌ویژه افسردگی) منجر شود، اما باید تا جای ممکن در برابر گرایش به طبی سازی آن مقاومت کرد. کتاب در فصل هفتم و با بحثی درباره جایگاه سوگ در بافت‌های اجتماعی و فرهنگی معاصر به پایان می‌رسد. این فصول مجموعاً فهمی کل‌نگرانه به سوگ را عرضه می‌کنند - از اینکه سوگ چگونه به‌واسطه خویشتن و ازطریق پدیدارشناسی به تجربه می‌آید گرفته تا فهمی از اهمیت بدن، اجتماعیت و مادیت. با این حال، می‌شود این فصول را مستقلاً نیز مطالعه کرد. فصل ۵، در باب زیست‌بوم سوگ، احتمالاً

چالشی‌ترین فصل است، زیرا مسیر بحث را آشکارا از فهم فردگرایانه غالبی که از سوگ وجود دارد جدا می‌کند. همچنین شاید بهتر آن است که پیش از مطالعه فصل ۷ ابتدا این مقدمه را تمام و کمال خوانده باشید.

علم، هنر و فرهنگ

اگرچه هدف این کتاب در وهله نخست افاده چشم‌اندازهای عام روان‌شناختی درباره سوگ است، من بر آنم تا بحث را با ارجاع به بن‌مایه‌هایی از جهان هنر و فرهنگ پیش ببرم که از جمله در شعر و داستان (جوان دیدیون و نایا ماریه آیت)، برنامه‌های تلویزیونی («آینه سیاه»)، هنرهای تجسمی (ون گوگ، مونک)، و تئاتر (تراژدی یونانی و نمایش‌نامه تجربی مدرن) به چشم می‌خورد. این اشارات صرفاً با هدف دسترس‌پذیرتر کردن کتاب به آن الحاق نشده‌اند، بلکه بازنمای این باور من‌اند که هنر چیزی بیش از تجلی قدرت خلاقه خردگريزو عاری از بافت هنرمند است، و علاوه بر آن برابر است با مطالعه نظام‌مند پدیدارها و ابعاد پرشمار تجربه انسانی که شامل سوگ نیز می‌شود. علم جهان را با روش‌های بخصوصش مورد مطالعه قرار می‌دهد و سپس افاده نتایج می‌کند، اما هنر کاری بیش از روایت صرف انجام می‌دهد، یعنی، سوای روایت، پدیدار مورد بررسی را نشان می‌دهد، که این کار، در قیاس با آنچه در روش‌های خطی پژوهش مقدور است، فهم باریک‌بینانه‌تری را میسر می‌سازد. ضمن در نظر داشتن این نکته، امید دارم این کتاب برای متخصصان حوزه‌هایی همچون روان‌شناسی، روان‌پزشکی، فلسفه، جامعه‌شناسی، انسان‌شناسی و الهیات و نیز هرکسی که دغدغه سوگ به عنوان یک تجربه بنیادین انسانی را دارد مفید واقع شود. این کتاب در وهله نخست سوگ را هیجانی قلمداد می‌کند که معمولاً از پی مرگ یکی از نزدیکان می‌آید، اما علاوه بر آن، سوگ آن وضع آگزیستانسیال بنیادینی معرفی می‌شود که در هنر بهتر از علم فراچنگ می‌آید. سورن اولریک تامسن، در دفتر شعرش با عنوان ریستت اسپایل (آینه لرزیده)، این‌گونه از سوگ می‌سراید:

خردسالان نیز رؤیای گذشته می‌بافند

بس شگرف و ظلمانی

آکنده از روایح، مملو از آشکالِ گنگ

که روی سنگ‌های صیقلی زمین منعکس می‌شوند.

حتی پیرانِ پیر نیز عاجز می‌مانند

وقتی به در و دیوارِ سراچه ماتشان برده

و به ناگاه به خاطرشان خطور می‌کند

که والدینی از کف داده‌اند^۳

رشته‌های علقه‌ای که میان خودمان و دیگران می‌تنیم هم موهبت‌اند و هم مصیبت، و بدین قرار، سوگ مُصاحبی مادام‌العمر است. این ته‌مایهٔ مالیخولیایی و ماتم‌بار، که به سان هاله‌ای حیاتمان را فراگرفته، در این زمانهٔ شادکامی زده و مثبت‌گرایی که در آن به سر می‌بریم در حکمِ نهیبی نابهنگام است. و با این وصف، دلیل خوبی برای انگشت‌نهادن بر آن داریم، و آن اینکه نمایانگر چیزی عمیقاً انسانی است. کلایو سیلِ جامعه‌شناس پژوهش‌های مفصلی دربارهٔ اهمیت مرگ و سوگ برای جامعه انجام داده است. او در کنار «سوگ کلان»، که در پی مرگ می‌آید، به معرفی «سوگ خُرد» می‌پردازد که در موجوداتی همچون ما، یعنی موجوداتی که ساکن بدنی آسیب‌پذیرند و از گریزناپذیری مرگ آگاه‌اند، پیوسته در زیر سطح کمین کرده است (Seale 1998). هایدگر (1962) نیز وجود انسانی را اساساً «هستن-به‌سوی-مرگ» می‌نامد. بارها و بارها فقدان‌های خُرد و کوچک را تجربه می‌کنیم، همچون هنگامی که پیوندهای اجتماعی مان به انحای کم‌وبیش تأثیرانگیزی از هم می‌گسلند. سیل می‌نویسد که آنچه سوگ می‌خوانیم اساساً نسخهٔ فزونی‌یافتهٔ «غم روزمره» است که وقتی می‌کوشیم توجهمان را از پایان‌پذیریِ خودمان برگیریم و به مشغولیتِ مداومتِ زندگی معطوف سازیم، با آن مواجه می‌شویم (Seale 1998: 211). سیل از آن دست جامعه‌شناسان و روان‌شناسان اجتماعی است که معرفت انسان به میرایی و تکریم آن را بنیاد

مهمی برای ساختن جامعه انسانی و حراست از آن می‌دانند. او می‌نویسد که کلیت زیست فرهنگی و اجتماعی نهایتاً چیزی نیست جز «برساختی انسانی در رویارویی با مرگ». به همین دلیل، کلیت زیست اجتماعی «دفاعی در برابر 'سوگ'» نیز هست که «ناشی از اشراف بر بدنمندی» است (8: 1998). پیتر برگر جامعه‌شناس نیز فکر مشابهی را پیش می‌کشد و آن اینکه جامعه متشکل از افرادی است که در رویارویی با مرگ به هم پیوند خورده‌اند (به نقل از 21: 1999 Walter). ارنست بکر در اثر کلاسیکش، که در ۱۹۷۳ و با عنوان انکار مرگ منتشر شد، مرگ‌هراسی را وضع اصلی بشر و نیروی محرکه روندهای اجتماعی توصیف می‌کند (Becker 2011). از قرار معلوم، هگل نیز دوستاندانی سال پیش گفته است که جوهره تاریخ جهان همان نحوه نسبت برقرارکردن آدمی با مرگ است (ن.ک: 19: 2016 Jacobsen). کتاب حاضر در پی احیای تفکر پدیدارشناختی درباره مفهوم وجود و ترسیم ارتباط پدیدارشناسی با تحلیل‌های روان‌شناختی و اجتماعی است، به‌ویژه با نظر به کارکرد قوام‌بخشی که سوگ برای خویشتن و جامعه دارد.

تاریخچه متأخر سوگ

مقصود اصلی این کتاب، همساز با رویکرد اجمالاً پدیدارشناختی آن، کاوش خود هستی سوگ است. به آسانی نمی‌توان به این سؤال که ماهیت سوگ تا چه اندازه از فرهنگ‌ها و اعصار فراتر می‌رود پاسخ داد. با این همه، برنهاد کتاب آن است که در آنچه سوگ خوانده می‌شود امری همگانی و جهان‌شمول وجود دارد، و این یعنی مثلاً می‌توانیم از تراژدی‌های یونانی، با وجود فاصله بیش از دوهزارساله‌ای که از آن‌ها داریم، فهمی حاصل کنیم. هم‌زمان باید هشیار بود که سوگ جنبه‌های بس بسیاری دارد که در خلال زمان و مکان رنگ‌های مختلف به خود می‌گیرند، و این را در فصول آتی خواهیم دید. در این بخش، مقدمه کتاب را با مرور مختصری بر تاریخچه سوگ در قلمرویی که خود در آن زندگی می‌کنم، یعنی دانمارک و جهان غرب، و با تمرکز بر دوسده اخیر به پایان می‌برم.

بنا به نظر هورویتز و ویکفیلد، کهن‌ترین متن مکتوب در باب سوگ در حماسهٔ بابلی گیلگمش از هزارهٔ سوم پیش از میلاد یافت شده است (Horwitz & Wakefield 2007: 30). وقتی شاه گیلگمش رفیقش انکیدو را از دست می‌دهد، سوگ او سخت پرشور و پرسوزوگداز توصیف شده، تا آنجا که خاک و خاشاک روی خودش می‌ریزد و بی‌تابانه در بیابان سرگردان می‌شود. این احساسات در نظر ما مردمان مدرن چند هزاره بعدتر نیز قابل درک‌اند. تصویر مشهورتری از سوگ را هومر ۱۵۰۰ سال بعدتر ترسیم کرده است؛ در ایلید، آشیل نیز پس از آنکه رفیقش پاتروکلُس را از دست می‌دهد، خاک بر بدن می‌ریزد و موی از سر برمی‌کند. کوفول (2017) خط‌سیری تاریخی برای سوگ مدوّن کرده است که از یونانیان باستان آغاز می‌شود که سوگ در نظر آنان «ممارستی اخلاقی» و مؤلفه‌ای اساسی از خرد بشری به حساب می‌آمد. در نظر افلاطون و ارسطو، هدف سوگواری آن بود که افراد هیجان‌ناشان را، به سیاقی متناسب با موقعیت، تنظیم و تعدیل کنند. بعدها و تحت تأثیر مسیحیت، فرهنگ قرون وسطایی رنگی مذهبی به سوگ بخشید. اما شاید مهم‌ترین تغییر در قرن نوزدهم روی داد که رمانتیسیسم آن «سوگ کیهان‌شناختی» قرون وسطایی و باستانی را - که به بیرون و به یک نظم کیهانی معنادار نظر داشت - با «سوگ درونی» جایگزین کرد که افراد را درگیر مکالمه با خویشتن درونی‌شان می‌کرد. به تعبیری، این تغییر گذاری از کیهان‌شناسی به روان‌شناسی بود.

استرنز و نَپ (1996) در تبیینی که از چشم‌اندازهای تاریخی دربارهٔ سوگ دارند مدعی می‌شوند که واکنش‌های سوگوارانه، تا حدی، بر ساخت‌های فرهنگی‌اند. آن‌ها چرخش تاریخی مهم در ادراک سوگ را به اوایل قرن نوزدهم منتسب می‌کنند، یعنی زمانی که شیوه‌های سنتی (و پیش‌تر ملایم) غرب برای ابراز سوگ جای خود را به مناسک عزای پرسوزوگدازتری دادند که تا سرحد پرستش سوگ در عصر ویکتوریایی پیش رفت. ادعای آنان این است که واکنش‌های سوگوارانهٔ ما در جهان مدرن، گرچه طبیعی به نظر می‌آیند، قدمتی