

انسان موجودی یکروزه

عکس روی جلد از فیسبوک رسمی یالوم
برداشته شده و مجسمه مزبور اثر ساکلاریس
کو توئیزس مجسمه ساز یونانی و از دستداران یالوم است.

-
- سرشناسه: یالوم، اروین دی.، ۱۹۳۱ - م.
عنوان و نام پدیدآور: انسان موجودی یکروزه و قصه‌های دیگری از روان‌درمانی / اروین یالوم؛ ترجمه نازی اکبری.
مشخصات نشر: تهران: ققنوس، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری: ۲۷۲ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۷۸-۲۳۲-۸
وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
یادداشت: عنوان اصلی: [2015] Creatures of a day: and other tales of psychotherapy,
یادداشت: کتاب حاضر قبلاً تحت عنوان «آفریده‌های یک روز» با ترجمه پیمان رحیمی‌نژاد توسط انتشارات روان‌شناسی و هنر در سال ۱۳۹۴ فیبا گرفته است.
عنوان دیگر: آفریده‌های یک روز.
موضوع: روان‌درمانی - نمونه‌پژوهی
موضوع: روان‌درمانگر و بیمار - نمونه‌پژوهی
موضوع: روان‌درمانگر و بیمار
شناسه افزوده: اکبری، نازی، ۱۳۴۴ -
شناسه افزوده: Akbari, Nazi
رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۴ ۲۲۷/۵/۴۸۰/۵ RC
رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴
شماره کتاب‌شناسی ملی: ۴۰۴۴۷۵۸
-

انسان موجودی یکروزه

و قصه‌های دیگری از روان‌درمانی

اروین یالوم

ترجمه نازی اکبری



این کتاب ترجمه‌ای است از:

***Creatures of a Day
and Other Tales of Psychotherapy***

Irvin D. Yalom
Piatkus, 2015



انتشارات قنوس

تهران، خیابان انقلاب، خیابان شهدای ژاندارمری،
شماره ۱۱۱، تلفن ۴۰ ۸۶ ۴۰ ۶۶
ویرایش، آماده‌سازی و امور فنی:
تحریریه انتشارات قنوس

* * *

اروین یالوم

انسان موجودی یکروزه

و قصه‌های دیگری از روان‌درمانی

ترجمه نازی اکبری

چاپ دوم

۱۶۵۰ نسخه

۱۳۹۵

چاپ شمشاد

حق چاپ محفوظ است

شابک: ۸ - ۲۳۲ - ۲۷۸ - ۶۰۰ - ۹۷۸

ISBN: 978 - 600 - 278 - 232 - 8

www.qoqnoos.ir

Printed in Iran

۱۶۰۰۰ تومان

به دخترانم
مارال و مانا که با وجودشان به
هستی این موجود یکروزه معنا بخشیدند.
ن.ا.

فهرست

- یادداشت مترجم ۱۱
۱. درمان معیوب ۱۵
۲. خلوص ۳۱
۳. آرابسک ۴۹
۴. مولی، متشکرم ۷۳
۵. مرا اسیر مکن ۱۱۱
۶. ملاحظهٔ بچه‌ها تو بکن ۱۳۵
۷. افسوس گذشته‌ها را باید رها کرد ۱۶۷
۸. بروگم شو دنبال مرض کشندهٔ خودت باش: تجلیل از الی ۱۸۵
۹. سه بار گریستن ۲۱۳
۱۰. انسان موجودی یکروزه ۲۲۵
- پسگفتار ۲۵۳
- کلامی با خوانندگان ۲۵۷
- گفتگو با اروین یالوم خطاب به مخاطبینش در ایران ۲۵۹

«ما موجوداتی یکروزه‌ایم، چه به یاد آورنده چه به یاد سپرده، به یکسان. همه زودگذرند - خواه یاد و خواه آنچه به یاد سپرده می‌شود. زمان جاری است آن‌گه که همه چیز را به دست فراموشی سپرده‌ای؛ و زندگی در جریان است آن‌گه که همگان تو را به فراموشی می‌سپرنند. به خاطر داشته باش، دیری نمی‌پاید که هیچ‌کس خواهی بود، و هیچ‌کجا.»

— مارکوس اورلیوس، تأملات^۱

۱. Marcus Aurelius Antoninus: مارکوس اورلیوس از امپراتوران بزرگ روم و فیلسوفی رواقی است. او در سال ۱۲۱ میلادی متولد شد و در سال ۱۸۰ میلادی بر اثر بیماری تیفوس درگذشت. اورلیوس نمونه‌بارزی از تحقق ایده فیلسوف-شاه مورد نظر افلاطون است. کتاب تأملات او حاصل تأملاتش در زمینه مسائل بنیادین حیات آدمی است. او در این اثر کلاسیک می‌کوشد، از منظری خودکاوانه، خواننده را در بصیرت‌هایی که از تأمل در مضامینی چون محدودیت‌های حیات آدمی، ناپایداری امور، قانون عقلانی حاکم بر چیزها، کردار درست در زندگی و معرفت به نفس حاصل کرده است، شریک سازد و او را به پیمودن طریق خودشناسی ترغیب کند. - م.

یادداشت مترجم

برای اکثر کسانی که در حوزه بهداشت روان فعالیت دارند، اروین یالوم نامی آشناست. این روانپزشک هشتاد و چهار ساله که از دهه شصت میلادی به کار روان‌درمانی مشغول بوده است، طی بیش از پنجاه سال کار عملی دانش منحصر به فرد خود را به صدها تن از بیمارانش افزوده کرده است. یالوم که پدر روان‌درمانی «هستی‌گرا» است به کار نویسندگی هم می‌پردازد. از او کتاب‌های علمی-آموزشی، رمان، مجموعه جلسات روان‌درمانی و تعداد بی‌شماری مقالات علمی-فلسفی به چاپ رسیده است. کتاب تئوری و عمل گروه‌درمانی او که در سال ۱۹۷۰ به چاپ رسید امروزه همچنان یک منبع درسی معتبر است که به طور گسترده در سراسر جهان به آن استناد می‌شود.

در جایگاه فردی روان‌درمانگر، پیوسته از یالوم درس‌ها آموخته‌ام. به یاد دارم سال‌ها پیش، زمانی که آموزش درمانگری می‌دیدم، تماشای فیلم‌های جلسات مشاوره و روان‌درمانی خبرگان این حوزه برایم بسیار مفید بود. زمانی که با نوشته‌های یالوم آشنا شدم، نوآموز بودم و تأثیر

نوشته‌هایش را صدچندان دیدم چراکه او قصه‌های درمانجویان خود را به زبانی ساده و شیرین بیان می‌کند و در عین حال روند درمان را صادقانه و شفاف در اختیار خواننده قرار می‌دهد که این خود همانند کتابی علمی-آموزشی برای درمانگران جوان سودمند است.

بجاست که در آغاز از مانا، دخترم، که در مقام ویرایشگر زبان انگلیسی در انتقال مفاهیم از انگلیسی به فارسی مرایاری رساند، از دکتر احمد بخارایی، همکار و همراه ماندگار، که در این کار محرک و مشوق من بوده و گام به گام در مراحل گوناگون این راه یاری‌ام داده است، و نیز از حمایت‌های بی‌دریغ سایر همراهان سپاسگزاری کنم.

ترجمه این کتاب با اجازه کتبی از پرفسور یالوم در دفتر کارم افتخار بزرگی است و توفیق مصاحبه حضوری با ایشان خطاب به طرفدارانشان در ایران، افتخاری بزرگ‌تر. متن کامل این مصاحبه در پایان این کتاب ضمیمه شده است.

ویژگی آثار یالوم منحصر به فرد بودن آن‌هاست. بدین معنا که با نگاهی کاملاً تخصصی با ظرافت و زیبایی روان‌شناسی و ادبیات را به هم پیوند می‌دهد. از رمان‌های مطرح او می‌توان از جلال عشق، درمان شوپنهاور، هنر درمان، مامان و معنای زندگی و بسیاری دیگر نام برد. رمان وقتی نیچه گریست این نویسنده یکی از برجسته‌ترین رمان‌هایی است که با مهارت و شیوایی تلفیق روان‌شناسی و ادبیات را نمایان می‌سازد. او در مقام نویسنده‌ای قادر چنان جذاب می‌نویسد که فراموش می‌شود این نوشته‌ها چکیده هفته‌ها، ماه‌ها و شاید سال‌ها جلسات روان‌درمانی است.

یالوم را می‌توان جزو افرادی دانست که در امتداد سنت روان‌شناسی انسان‌گرا همواره برای عبور از عرصه آسیب‌شناختی «روانکاوی»، با نگاهی فلسفی، دریافتی متفاوت از «انسان» و نیازهای روحی و روانی او ارائه می‌دهد. او برای درمان بیماران از مرز آسیب‌شناسی بیولوژیکی

عبور می‌کند و بر نگرانی‌ها و مشکلات ریشه‌دار برخاسته از موقعیت «وجودی» آن‌ها تأکید می‌کند.

در این کتاب - انسان موجودی یکروزه - یالوم در هشتاد و چهار سالگی، دو چالش اصلی هستی را از نگاه مراجعانش و تا حدی خودش توضیح می‌دهد: دست و پنجه نرم کردن با چگونگی پرمعنا زیستن و چگونگی با انتهای اجتناب‌ناپذیر هستی کنار آمدن. مانند کتاب جلال عشق، تمرکز این کتاب نیز بر روایات یالوم از مراجعانش است که به شکل رمانی هستی‌گرایانه نگاشته شده است. این کتاب به زبانی طنزآلود، بی‌تکلف و اغلب تکان‌دهنده، و به طور صادقانه از سختی‌ها و مبارزه انسان‌ها برای بودن حکایت می‌کند. در عین حال یالوم از میوه‌های اصلی زندگی مانند عشق، دوستی و خانواده به منزله و سایل و شیوه‌های اصلی تحمل زندگی نام می‌برد. کتاب حاضر شامل ده داستان کوتاه از تجربه‌های او است که، به زبانی شیوا، این مجموعه را به منبعی معتبر برای درمانگران در حال تعلیم، و رمانی گیرا و آموزنده برای عموم تبدیل می‌کند.

یکی از ویژگی‌های مهم نوشته‌های یالوم تأکید او بر «ارتباط و اهمیت آن در درمان» است. او معتقد است که اصلاح تعاملات انسانی و «ارتباط» با دیگری کلید درمان اختلالات خلقی و روانی است. او در این کتاب، مانند سایر آثارش، سعی کرده است تا با برقراری رابطه‌ای چارچوب‌دار و مرزبندی‌شده و در عین حال صمیمی و گرم تأثیر تعاملات انسانی را به خواننده نشان دهد.

باید توجه داشت که انتقال حس نوشتار در ترجمه از زبانی به زبان دیگر آسان نیست. شاید به همین دلیل است که جرج استاینر،^۱

۱. George Steiner: نویسنده، متفکر، زبان‌شناس و فیلسوف اجتماعی آمریکایی فرانسوی تبار. - م.

زبان‌شناس برجسته آمریکایی، جرئت و جسارت کار ترجمه را به جرئت انسان‌ها برای ساختن برج بابل تشبیه می‌کند. هر واژه در هر متنی لحن خاصی دارد که تنها با شناخت سنت و فرهنگ آن زبان می‌توان معنای مستتر در آن واژه را بیان کرد.

برخلاف زبان فارسی، در زبان انگلیسی بین نگارش و گویش تفاوت فاحشی نیست و بیان حس صمیمیت در رابطه از طریق لحن گفتار و استفاده از اصطلاحات خاص منتقل می‌شود. در نتیجه برای ارائه ترجمه‌ای صحیح و توانا در ادای جان کلام، آشنایی با فرهنگ این زبان الزامی است. من در این برگردان برای حفظ امانت و انتقال حس صمیمیت در رابطه یالوم با درمانجویانش از زبان محاوره استفاده کرده‌ام، به این امید که تأکید او بر رابطه و اهمیت آن در درمان را به شیوه خود وی به نمایش بگذارم.

یالوم در این اثر سعی دارد به خوانندگان بیاموزد که حتی در مقابله با وحشت از مرگ نیز می‌توان با ایجاد رابطه‌ای یاری‌دهنده به افراد کمک کرد تا دنیای درونی خود را از اغتشاش، ابهام، درد و رنج‌هایی بخشند. تجربه شخصی من در جایگاه روان‌درمانگر هم غیر از این نیست. چراکه به گفته خود یالوم، «انسان‌ها از رابطه به وجود می‌آیند، در رابطه رشد می‌کنند، در رابطه آسیب می‌بینند و در رابطه ترمیم می‌شوند». و این چنین است که کسی می‌آید و کسی می‌میرد!

نازی اکبری

پاییز ۲۰۱۵

لندن

درمان معیوب

جناب دکتر یالوم، من به مشاوره نیازمندم. من رمان وقتی نیچه گریست شما را خوانده‌ام و می‌خواهم بدانم آیا شما حاضرید به همکار نویسنده خود که دچار انسداد نوشتاری شده است کمک کنید؟

— پل آندروز^۱

شکی نیست که پل آندروز سعی کرده بود با این ایمیل علاقه و توجه مرا به خود جلب کند و موفق هم شده بود. من هیچ‌گاه دست رد به سینه همکار نویسنده‌ام نخواهم زد. وقتی به انسداد نوشتاری فکر کردم، حس کردم چه خوش اقبال بوده‌ام، چراکه این هیولا هیچ‌گاه دست به گریبانم نینداخته است. با این اوصاف مشتاق بودم برای غلبه بر این مشکل به وی کمک کنم. ده روز بعد پل سر قرارمان حاضر شد. از مشاهده ظاهرش مبهوت شدم. بدون هیچ دلیلی توقع داشتم با نویسنده‌ای میانسال و سرحال و شاید کمی گرفته روبه‌رو شوم، در حالی که کسی که وارد اتاق من شد پیرمردی چروکیده بود. شدت خمیدگی پشتش در حدی بود که به نظر

1. Paul Andrews

می‌رسید با وسواس مشغول و ارسی کف اتاق من است. همچنان‌که به‌کندی وارد اتاق می‌شد من در این اندیشه بودم که او چگونه توانسته است خود را به مطب من، که بالای تپه^۱ راشن^۱ قرار دارد، برساند. در حالی که تقریباً صدای ناله مفاصلش به گوش می‌رسید، کیف دستی مندرسش را از او گرفتم. بازویش را گرفتم و به طرف صندلی هدایتش کردم.

«مرسی، مرسی مرد جوان. چند سال‌تونه؟»

پاسخ دادم: «هشتاد سالمه.»

«آه، اگر دوباره هشتادساله می‌شدم.»

«شما چی؟ چند سال‌تونه؟»

«هشتادوچهار. بله، درسته، هشتادوچهار. می‌دونم بهت زده‌تون کردم.»

اکثراً فکر می‌کنم من سی‌وچند سالمه.»

با دقت به چهره‌اش نگاه کردم و برای لحظه‌ای نگاهمان در هم گره خورد. احساس کردم مفتون چشمان شیطان و لبخند بازیگر نقش‌بسته در گوشه لبانش شده‌ام. همان‌طور که در سکوت نشسته بودیم و به یکدیگر می‌نگریستیم، در تصوراتم هر دویمان را به‌سان مسافران کشتی‌ای می‌دیدم که تشعشع و گرمای رفاقت کهنسالی را تجربه می‌کنند. مسافرانی که در یک شب مه‌آلود و سرد در عرشه این کشتی به گفتگو می‌نشینند و پی می‌برند که در همسایگی یکدیگر رشد کرده و بزرگ شده‌اند. ما به‌سرعت همدیگر را شناختیم: والدینمان رکود بزرگ آمریکا^۲ را از سر

1. Russian Hill

۲. Great Depression: رکود بزرگ یکی از سخت‌ترین دوره‌های افت اقتصادی در آمریکای شمالی، اروپا و سایر نواحی صنعتی‌شده دنیا بود که از سال ۱۹۲۹ میلادی آغاز شد و تا سال ۱۹۳۹ ادامه داشت. این دوره را یکی از طولانی‌ترین و سخت‌ترین دوره‌های رکود اقتصادی در دنیای صنعتی غرب می‌شمارند. -م.

گذرانده بودند، هر دوی ما شاهد نبرد افسانه‌ای [جو] دی ماجیو و تد ویلیامز^۱ بودیم و جیره‌بندی کره و بنزین را به یاد داشتیم و روز پیروزی اروپا^۲ را، و کتاب خوشه‌های خشم اشتاین‌بک و لاینگان جوان فارل را. نیازی به گفتگو از هیچ‌کدام نبود. ما تمامی این را شریک بودیم و پیوندمان برقرار و امن بود. زمان زمان شروع کار بود.

«خب، پل، آگه اشکال نداره به اسم کوچیک صداتون کنم؟»

سرش را به نشانه تأیید تکان داد. «البته.»

«اونچه من از شما می‌دونم در حد ایمیل کوتاهیه که برام فرستادین. نوشته بودین که همکار نویسنده من هستین، کتاب نیچه منو خوندین و انسداد نوشتاری دارین.»

«درسته. و برای همین تقاضای تنها یک جلسه مشاوره دارم. همین.»

درآمد من ثابت و توانایی مالی من بیشتر از این اجازه نمی‌ده.»

«من همه سعی می‌کنم. پس بذارین سریع شروع کنیم تا نهایت استفاده رو از وقت ببریم. حالا اونچه فکر می‌کنین لازمه در مورد این انسداد بدونم برام توضیح بدین.»

«اگر از نظر شما اشکالی نداره بذارین از تاریخچه زندگی شخصی‌م

شروع کنم.»

«باشه، بسیار خوب.»

«باید به دوره تحصیلی‌م برگردم. به فلسفه علاقه داشتم و در دانشگاه

پرینستون مشغول نوشتن تز دکتری‌م بودم. سعی داشتم درباره ناسازگاری

۱. Joe Dimaggio and Ted Williams: ستاره‌های تیم بیسبال آمریکا از دهه چهل تا دهه شصت میلادی. - م.

۲. Victory in Europe Day (VE): روز پیروزی در اروپا مصادف است با پایان جنگ جهانی دوم. هشتم مه ۱۹۴۵ تاریخی است که نیروهای متفقین در جنگ جهانی دوم رسماً تسلیم شدن بی قید و شرط آلمان را پذیرفتند و به رایش سوم آدولف هیتلر خاتمه دادند. - م.

بین عقاید نیچه در زمینهٔ قانون جبر و شادمانی‌اش در تحول درونی بحث کنم، اما نتوانستم اون رو تموم کنم. نامه‌نگاری‌های غیرعادی نیچه، خصوصاً نامه‌هایش به استریندبرگ،^۱ دوست و همقطارش، دائماً افکارم رو پریشون می‌کرد. به تدریج علاقه‌م بهش در مقام یک فیلسوف کم شد و بیشتر به چشم هنرمند بهش پرداختم. به نقطه‌ای رسیدم که نیچه رو شاعری با صدایی قدرتمند در تاریخ یافتم، صدایی باشکوه که عقایدش رو تحت الشعاع قرار داده بود. و به نقطه‌ای رسیدم که چاره‌ای برام نمونده بود غیر از این که تغییر رشته بدم و تز دکتری‌م رو به جای فلسفه در ادبیات بنویسم. سال‌ها از پی هم گذاشتن، تحقیقاتم به خوبی پیش می‌رفت اما به سادگی می‌تونم بگم توانایی نوشتن نداشتم. بالاخره به این نتیجه رسیدم که تنها از طریق هنر می‌شه هنرمندی رو تصویر کرد، پس تز دکتری رو رها کردم و در عوض تصمیم گرفتم رمانی در مورد نیچه بنویسم. اما با وجود تغییر پروژه‌م این انسداد نوشتاری نه اهل گول خوردن بود نه اهل انصراف. مثل کوهی از سنگ خارا، قدرتمند و غیرقابل حرکت، در جای خودش ایستاده بود. هیچ پیشرفتی ممکن نبود. و این همچنان ادامه پیدا کرد تا امروز.»

مات و مبهوت شدم. پل هشتاد و چهار سال داشت. به احتمال زیاد کار پروژه دکتری‌اش را در اواسط دههٔ سوم زندگی‌اش آغاز کرده است، یعنی شصت سال پیش. من در مورد دانشجویان حرفه‌ای شنیده بودم، اما شصت سال؟ یعنی زندگی‌اش را شصت سال در انتظار نگه داشته است؟ نه، امیدوار بودم چنین نباشد. امکان نداشت چنین باشد.

۱. Johan August Strindberg: یوهان آوگوست استریندبرگ نویسنده و نمایشنامه‌نویس سوئدی است که در زمرهٔ یکی از مهم‌ترین و تأثیرگذارترین نویسندگان اسکاندیناوی به شمار می‌آید. - م.

«پل، در مورد زندگیت از روزهای دانشگاه به بعد بگین.»
«گفتنی زیاد نیست. البته به تدریج دانشگاه زنگ خطر رو به صدا درآورد و به این نتیجه رسید که من بیش از مدت مجاز تحصیل در دانشگاه مانده‌م و هویت دانشجوییم رو فسخ کرد. اما علاقه به کتاب در خون من بود و هیچ‌وقت نتونستم از اون فاصله بگیرم. بعد از اون در کتابخونه یک دانشگاه دولتی استخدام شدم و تمام این سال‌ها تا لحظه‌ی بازنشستگی سعی کردم بنویسم، اما بدون هیچ موفقیتی. همه‌ش همینه. این زندگی منه. یک دوره زندگی.»

«بیشتر برام بگین، خانواده‌ت؟ افراد و اشخاص زندگیت؟»
پل به نظر بی‌طاقت می‌رسید. با شتاب عجیبی مسلسل‌وار صحبت می‌کرد: «خواهر و برادر ندارم. دو بار ازدواج کردم. دو بار طلاق گرفتم. ازدواج‌های کوتاهی داشتم. بچه هم ندارم. خدا رو شکر.»
با خودم گفتم خیلی عجیب و غریب است. در ابتدا بسیار مشتاق بود اما حالا به نظر می‌رسد قصد دارد حداقل اطلاعات را در اختیار من بگذارد. جریان چیست؟ به روی خودم نیاوردم.

«برنامه داشتن رمانی در مورد نیچه بنویسین و در ایمیلتون اشاره کردین که رمان وقتی نیچه گریست من رو هم خوندین. ممکنه در این باره بیشتر توضیح بدین؟»

«سؤال شما برای من مفهوم نیست، منظورتون چیه؟»
«در مورد رمان من چه احساسی داشتین؟»
«آغاز کندی داشت ولی به تدریج تند شد. علی‌رغم زبان مغلق و سبک لطیف و دیالوگ‌های متکلف، نجسب بود.»
«نه، نه، منظور من واکنش شما به این کتاب بود. در حالی که خود شما

سعی داشتن در مورد نیچه بنویسین، قاعدتاً این کتاب باید حسی در شما برانگیخته باشه.»

پل طوری سرش را حرکت داد که گویی ترجیح می‌داد با طرح این سؤال مزاحمش نشوم. در مانده در انتخاب قدم بعدی، ادامه دادم.

«برام بگین، منو چطوری پیدا کردین؟ آیا رمانم دلیل انتخاب شما برای مشاوره با من بود؟»

«حالا به هر دلیلی، فعلاً ما این جاییم.»

با خودم گفتم لحظه به لحظه مسائل بغرنج‌تر می‌شود. اما من برای این‌که به او مشاوره مفیدی بدهم، بایستی در مورد زندگی وی بیشتر می‌دانستم. به پرسش «قابل اعتماد» قدیمی متوسل شدم، پرسشی که برای کسب اطلاعات بیشتر هیچ‌گاه ردخور نداشت: «پل، من نیاز دارم در مورد شما بیشتر بدونم. آگه جزئیات بیست و چهار ساعت از زندگی خودتون رو با من در میون بذارین، مطمئنم به کار امروزمون کمک می‌کنه. یک روز از این هفته رو انتخاب کنین. چطوره از اول صبح که بیدار می‌شین شروع کنیم؟» این پرسشی است که من همیشه در جلسات مشاوره‌ام می‌پرسم. این پرسش باعث می‌شود اطلاعات وسیعی در مورد زندگی درمانجو و جوانب مختلف زندگی‌اش به دست آورم - خواب، رؤیا، خورد و خوراک و الگوهای کاری روزانه - اما از همه مهم‌تر چگونگی حضور دیگران در زندگی اوست.

موشکافی مشتاقانه من از چشم پل پنهان ماند چراکه تنها سرش را به آرامی تکان داد جویری که انگار پرسش مرا پس می‌زند. «موضوع مهم‌تری هست که باید در موردش صحبت کنیم. من سال‌ها با استاد راهنمای تز دکتری‌م مکاتبه داشتم، پرفسور کلود مولر.^۱ اونو می‌شناسین؟»

«بله با کتاب زندگینامه نیچه‌ی اون آشنایی دارم. فوق‌العاده است.»
«خوبه. خیلی خوبه. بی‌نهایت از این بابت خوشحالم.»
پل در حالی که این کلمات را به زبان می‌آورد دستش را به طرف کیفش
برد و کلاسور سنگینی را از آن بیرون کشید.
«من همه اون مکاتبات رو با خودم آوردم و دوست دارم که شما هم
اون‌ها رو بخونین.»

«کی؟ منظورت اینه که الان بخونم؟»

«بله، توی مشاوره امروز ما هیچ چیزی مهم‌تر از این نیست.»
به ساعت‌نگاهی انداختم. «ولی ما تنها همین یک جلسه رو داریم و
خوندن این‌ها یکی دو ساعت زمان می‌بره و این خیلی مهم‌تره که ما -
«دکتر یالوم عزیز، من می‌دونم چی می‌خوام، به من اعتماد کنید. لطفاً
شروع کنید.»

گیج شده بودم. حالا باید چه کنم؟ مشخصاً عزمش جزم بود.
محدودیت زمانی‌مان را به او یادآوری کردم تا به خاطر بیاورد که ما تنها
یک جلسه با هم داریم. از طرفی فکر کردم شاید او واقعاً می‌داند چه
می‌کند و به دنبال چیست. شاید باور دارد که این مکاتبات اطلاعات لازم
را در اختیار من قرار خواهد داد. بله، بله، هر چقدر بیشتر فکر می‌کنم
بیشتر به این یقین می‌رسم: باید همین باشد.

«پل، به نظرم می‌رسد که سعی دارین به من بفهمونین که این مکاتبات
اطلاعات زیادی در مورد شما به من خواهد داد؟»

«اگه این فرضیه برای شما لازمه تا اون‌ها رو بخونین، پس پاسخ مثبته.»
چقدر غریب و غیرمعمول. من در برقراری گفتگوهای صمیمانه
همیشه حرفه‌ای بوده‌ام و فضای صمیمیت قلمرو خانگی من است.
فضایی که در آن همیشه راحت و آسوده بوده‌ام. اما در این گفت و شنود

گویی همه چیز کج و معوج و بیرون از قاعده است. شاید باید از شدت تلاشم بکاهم و خود را به جریان و روند این گفتگو بسپارم. در ثانی، این یک ساعت به او تعلق دارد. و اوست که هزینه وقت مرا می‌پردازد. احساس سرگیجه می‌کردم. با این حال تن در دادم و دستم را برای گرفتن نوشته‌ها دراز کردم.

همان‌طور که پل کلاسور حجیم را در اختیار من می‌گذاشت اضافه کرد که این نوشته‌ها نتیجهٔ چهل و پنج سال مکاتبه است که با مرگ پرفسور مولر در سال ۲۰۰۲ خاتمه یافت. شروع کردم به ورق زدن تند صفحات تا بیشتر با متن آن آشنا شوم. این کلاسور با دقت خاصی تهیه شده بود. به نظر می‌رسید پل تمامی مکاتباتشان را با دقت فهرست‌بندی و بایگانی کرده و تاریخ زده بود، چه یادداشت‌های کوتاه و غیررسمی و چه نامه‌های بلند و تفصیلی. تمامی نامه‌های پرفسور مولر تر و تمیز و مرتب تایپ شده بودند و در پایان هر یک امضای کوچک و پیچیده‌ی وی به چشم می‌خورد. در حالی که در پایان نامه‌های پل - چه نامه‌های قدیمی کاربن کپی شده چه نامه‌های اخیر فتوکپی شده - تنها حرف «پ» به چشم می‌خورد.

پل سرش را به طرف من چرخاند. «لطفاً شروع کنین.»

چندین نامهٔ اول را خواندم، بسیار مؤدبانه و جذاب نوشته شده بودند. اگرچه پرفسور مولر احترام خاصی برای پل قائل بود، وی را برای شیفتگی‌اش در رقص با کلمات ملامت کرده بود. در اولین نامه‌اش نوشته بود: «آقای آندروز، مشاهده می‌کنم که شما عاشق لغات هستید. از رقص با کلمات لذت می‌برید. اما لغات تنها مشتی یادداشت‌اند. این ایده‌ها هستند که ساختار زندگی ما را تعیین می‌کنند.»

«به گناهم اعتراف می‌کنم»، این پاسخ متعاقب پل به پرفسور مولر بود.

«من لغات را هضم نمی‌کنم، من عاشق رقص با لغاتم و آرزو مندم همواره به این گناه محکوم باشم.» در چندین نامه بعدی، بدون در نظر گرفته شدن نقش‌های اجتماعی و تفاوت نیم‌قرنی سنی بین آنان، عنوان‌های رسمی آقا و پرفسور برداشته شده بود و هر دو یکدیگر را به اسم کوچکشان خطاب می‌کردند. پل و کلود.

در نامه دیگری، نوشته‌ای از پل توجهم را جلب کرد: «من همیشه باعث گيجی همراهانم می‌شوم.»

بنابراین من در این مقطع یکی از همراهان او بودم! «از این رو همیشه در آغوش تنهایی به سر می‌برم. بر این واقفم که فرضیه من در این‌که دیگران هم مانند من برای لغات زیبا شور و شوق دارند نادرست است. و می‌دانم که این شور و اشتیاق را به آن‌ها تحمیل می‌کنم. حالا می‌توانید تصور کنید که چگونه موجودات به محض حضور من پخش و پلا می‌شوند و فرار می‌کنند.»

با خودم گفتم این خیلی مهم است، «آغوش تنهایی» عبارت تزیینی دلفریبی است که به مفهوم بی‌کسی پوشش شاعرانه‌ای می‌بخشد. اما به تصور من این شخص پیرمردی بسیار تنهاست.

با مطالعه چند نامه دیگر، نوری در تاریکی دیدم. قطعه‌ای که شاید می‌توانست کلید اصلی درک تمامی این مشاوره فراواقعی باشد. پل نوشته بود: «کلود، بنابراین می‌بینید که چیزی برای من باقی نمانده است غیر از سعی در یافتن شخصی با زیرک‌ترین و آزاده‌ترین ذهن. من به ذهنی نیازمندم تا قادر به تحسین روحیه حساس من و عشقم به شعر باشد. ذهنی جسور و نافذ تا توان پیوند با گفتگوهای مرا داشته باشد. کلود، آیا کلام من باعث افزایش ضربان قلب شما نشده است؟ من برای این رقص در جستجوی همپایی سبک‌بالم. این افتخار را به من می‌دهید؟»

صدای انفجار درک مطلب را مانند غرش رعد در ذهنم شنیدم. حالا دیگر متوجه شده بودم که چرا پل تا این حد در خواندن نامه پافشاری می‌کرد. کاملاً واضح است. من چطور متوجه نشده بودم؟ پرفسور مولر دوازده سال پیش از دنیا رفته بود و پل به دنبال شخص دیگری بود برای هم‌رقص شدن با او! این جاست که رمان من در مورد نیچه به صحنه می‌آید! تعجبی نداشت که تا این حد گیج شده بودم. من در این تصور بودم که با او مصاحبه می‌کنم در حالی که در واقع او بود که با من مصاحبه می‌کرد. قاعدتاً باید چنین باشد.

برای چند لحظه به سقف خیره شدم، در این اندیشه که چگونه این بینش روشنگر را با وی در میان بگذارم که پل با اشاره به ساعتش رشته افکارم را پاره کرد و یادآوری کرد که: «دکتر یالوم، زمان داره می‌گذره، لطفاً به خوندن ادامه بدین.»

به خواسته‌اش پاسخ مثبت دادم. نامه‌ها ترغیب‌کننده بودند و من با خوشحالی به خواندن آن‌ها ادامه دادم.

در دوازده نامه اول، رابطه بین معلم و شاگرد محسوس بود. کلود معمولاً برای او تکلیف درسی تعیین می‌کرد. به طور مثال: «پل پیشنهاد می‌کنم در مورد مقایسه زن ستیزی نیچه و استریندبرگ قطعه‌ای بنویسی و آن‌ها را با هم مقایسه کنی.» فرض من بر این بود که پل آن‌ها را انجام می‌داده است و از آنجایی که در هیچ کجای دیگری در مکاتبات سخنی از آن‌ها نیامده بود به احتمال زیاد رو در رو در مورد آن‌ها بحث کرده‌اند.

به تدریج در نیمه‌های سال نقش معلم-شاگردی در بین آن‌ها رو به تحلیل رفت. به تکالیف درسی به ندرت اشاره می‌شد و در جاهایی تشخیص این که در این میان چه کسی معلم و چه کسی شاگرد است هم بسیار سخت بود. کلود چندین قطعه از اشعارش را برای پل فرستاده و خواهان نظر

تخصصی وی شده بود و پاسخ پل چیزی نبود جز حفظ حرمت و تشویق کلود در رهایی از نگاه روشنفکری و توجه بیشتر به فوران احساسات درونی‌اش. در مقابل، انتقاد کلود به اشعار پل به خاطر توجه بیش از حد وی به شور و هیجان و کم‌توجهی او به محتوای مفهومی آن بود.

رشد صمیمیت و قوت رابطه آن‌ها با تبادل هر نامه بیشتر مشاهده می‌شد. در این اندیشه بودم که شاید آنچه در دستان من ورق می‌خورد خاکستر عشقی عظیم و زیبا باشد، و شاید تنها عشق در زندگی پل. شاید پل از سوگواری مزمن حل نشده رنج می‌برد. بله، بله — قطعاً همین‌طور است. دقیقاً این مطلبی است که وی سعی دارد از طریق تشویق من به خواندن کامل این مکاتبات به من بفهماند.

همین‌طور که زمان می‌گذشت فرضیات من یکی پس از دیگری شکل عوض می‌کردند اما هیچ‌یک از آن‌ها توضیح کاملی را که من به دنبالش بودم در بر نداشتند. هرچه بیشتر نامه‌ها را می‌خواندم سؤالاتم چند برابر می‌شد. چرا پل خواسته مرا ببیند؟ او مشکل اصلی‌اش را انسداد نوشتاری معرفی کرده بود. پس چرا هیچ علاقه‌ای به باز کردن و کاوش این انسداد نشان نمی‌داد؟ چرا از بیان جزئیات زندگی‌اش سر باز می‌زد؟ و چرا در این لحظه خاص از من می‌خواست تمام وقتمان را صرف خواندن نامه‌های مربوط به گذشته‌های دور بکنیم؟ ما بایستی برای همه این‌ها معنایی پیدا می‌کردیم. بایستی قبل از جدا شدن از پل برای حل و فصل این ماجرا موضوعاتی را مطرح می‌کردم.

ولی نامه دیگری باعث درنگ من شد. «پل، تجلیل و بزرگنمایی بیش از اندازه تجارب بدیهی، شما را به بیراهه خطرناکی سوق می‌دهد. باید یک بار دیگر یادآور شوم که همان‌طور که سقراط متذکر شده بود، زندگی بررسی نشده ارزش زیستن ندارد.»

با خودم در سکوت گفتم: عالی گفتمی، کلود! نظر من هم دقیقاً همین است. من هم کاملاً در تشویق پل برای بررسی زندگی اش موافقم. اما نامه بعدی پاسخ شدید پل را در بر داشت. «برای انتخاب بین بررسی زندگی یا زیستن، ترجیح می‌دهم برای روز زندگی کنم. از مرض توضیح دادن اجتناب می‌کنم و پیشنهاد من این است که شما هم چنین کنید. رانش برای توضیح، بیماری مسری در افکار مدرن است و ناقلان اصلی آن درمانگران معاصرند: با هر درمانگری که روبه‌رو شدم از این بیماری رنج می‌برد، و این مرضی اعتیادآور و واگیردار است. توضیح یک خیال‌واهی است، یک سراب، یک ساختار، یک لالایی ملایم و لطیف. توضیح وجود خارجی ندارد. بهتر است نام مناسب آن را بگذاریم دفاعی بزدلانه در مقابل خوف، وحشت تکان‌دهنده تزلزل، بی‌علاقگی و هوسبازی مطلق هستی.» این قطعه را دوباره و سه‌باره خواندم و احساس تزلزل و بی‌ثباتی کردم. راه‌حل من برای ارائه آنچه در ذهنم در حال جوش و خروش بود یکباره پاک شد. مطمئن بودم که پل دعوت به رقص مرا نخواهد پذیرفت.

هرازگاهی سر برمی‌داشتم و نگاهی به پل می‌انداختم. چشمان وی بر روی من می‌خکوب شده بود، تمامی واکنش‌های مرا زیر نظر داشت و با اشاره مرا به ادامه خواندن نوشته‌ها تشویق می‌کرد. اما بالاخره زمانی که متوجه شدم تنها ده دقیقه از وقتمان باقی مانده است کلاسور را بستم و قاطعانه کنترل اوضاع را به دست گرفتم.

«پل، وقت زیادی نمونده و خیلی چیزها هست که می‌خوام در موردشون صحبت کنیم. من ناراحتم چون به انتهای جلسه مون رسیدیم بدون این‌که به مسئله اصلی، که شما به خاطرش به من رجوع کردین، رسیدگی کنیم - مشکل اصلی شما، انسداد نوشتاری.»

«من هیچ‌وقت این رو نگفتم.»

«ولی در ایمیلتون به من گفتین ... ایناها، چاپش کردم...» پوشه‌ام را باز کردم، اما قبل از این‌که موفق شوم ایمیل را پیدا کنم پل پاسخ داد:
«کلام خودم رو می‌شناسم: 'به مشاوره نیاز مندم. رمان وقتی نیچه گریست شما را خوانده‌ام. می‌خواهم بدانم آیا شما حاضرید به همکار نویسنده خود که دچار انسداد نوشتاری شده است کمک کنید؟»

سرم را بلند کردم و در انتظار مشاهده یک پوزخند به صورتش نگاهی انداختم، اما با چهره کاملاً جدی او مواجه شدم. او گفته بود که انسداد نوشتاری دارد، اما به وضوح برچسب مشکل و دلیل تقاضای کمک بر آن نزده بود. این یک دام کلامی بود و من با حس خشمی که برای بازیچه قرار گرفته شدنم آغاز شده بود مبارزه می‌کردم.

«من عادت دارم به افرادی که با مشکل روبه‌رو هستن کمک کنم. این کاریه که درمانگرها می‌کنن. پس به راحتی می‌شه فهمید که چرا من چنین فرضی داشتم.»

«کاملاً می‌فهمم.»

«بسیار خوب، بیاین از اول شروع کنیم. بهم بگین من چطوری می‌تونم بهتون کمک کنم؟»

«نظرتون در مورد مکاتبات؟»

«می‌تونین واضح‌تر صحبت کنین؟ این به من کمک می‌کنه که به نظرهام چارچوب بدم.»

«همه و هر مشاهده‌ای برای من حکم کمک رو داره.»

«بسیار خوب.» کلاسور را باز کردم و صفحات را ورق زدم.

«همون‌طور که می‌بینین، من فرصت داشتم بخش کوچکی از این‌رو بخونم، ولی به طور کلی منو درگیر خودش کرد، پل، این نوشته‌ها سرشار از ذکاوت، علم و فضیلت بالاییه. تغییر نقش‌ها توجه منو جلب کرد. اولش

شما شاگرد بودین و ایشون معلم. ولی مشخصاً شما شاگرد خاصی بودین، و در عرض چند ماه این شاگرد جوان و این پرفسور معروف در مقامی برابر با هم مکاتبه می‌کنن. شکی نیست که او برای نظرها و قضاوت‌های شما احترام زیادی قائل بود. او نثر شما رو می‌پسندید، به انتقادهای شما به کاراش ارزش می‌داد و تصور می‌کنم وقت و انرژی‌ای که ایشون صرف شما می‌کرد خیلی بیشتر از اون‌ی بود که ممکن بود برای هر دانشجوی دیگه‌ای صرف کنه. و البته با توجه به این‌که این مکاتبات تا مدت‌ها بعد از پایان دوره دانشجویی شما ادامه داشته، شکی نیست که هر دوی شما اهمیت فوق‌العاده‌ای برای همدیگه داشتین.»

به پل نگاه کردم. مجسمه‌وار نشسته بود و با چشمانی اشکبار مشتاقانه گفته‌های مرا می‌بلعید، و به روشنی تشنه بیشتر شنیدن بود. آه... بالاخره... بالاخره درون یکدیگر رخنه کردیم. بالاخره، توانستم به وی چیزی عرضه کنم. توانستم بر واقعه خارق‌العاده‌ای که برای پل از اهمیت فوق‌العاده‌ای برخوردار بود شهادت دهم. من، و من به تنهایی، توانستم تصدیق کنم که مردی بزرگ پل آندروز را شخصی مهم تلقی کرده بود. اما این مرد بزرگ، سال‌ها پیش، دار فانی را وداع گفته بود و پل به مرحله شکنده‌ای از زندگی‌اش رسیده بود که تحمل بار این واقعیت به تنهایی برایش دشوار بود. و حال او به یک شاهد نیاز داشت، شاهدی قدر باقامتی رسا، و برای این نقش او مرا انتخاب کرده بود. درست است، شکی ندارم. از این تعبیر رایحه واقعیت به مشام می‌رسید.

حال باید بخشی از این افکار را که می‌توانست برای پل ارزشمند باشد نقل کنم. با مروری بر تعبیر و بینش‌های متعددی که از ذهنم گذشته بود و کوتاهی چند دقیقه وقت باقیمانده، نمی‌دانستم از کجا شروع کنم. در نهایت تصمیم گرفتم که از واضح‌ترین بخش آغاز کنم: «پل، چیزی که بیش

از حد منو در مکاتباتتون شگفت زده کرد شدت و حس گرم پیوندی بود که بین شما و پرفسور مولر ایجاد شده بود. عشقی عمیق. مرگ اون حتماً خیلی برات وحشتناک بوده. نمی دونم آیا هنوز هم از این از دست دادن هولناک درد می کشی و دلیل این که از من مشاوره خواستی هم همینه یا نه؟
چی فکر می کنی؟»

پل پاسخی نداد. در عوض دستش را برای گرفتن نوشته‌ها به طرف من دراز کرد و آن‌ها را پس گرفت. در کیفش را باز کرد، کلاسور را درون کیف گذاشت و زیپ آن را بست.

«درست می گم پل؟»

«من از شما تقاضای مشاوره کردم چون اینو می خواستم. و الان هم مشاوره‌م را داشتم و اون چیزی رو که دقیقاً آرزو می کردم به دست آوردم. شما خیلی به من کمک کردین، در حد خیلی زیاد. غیر از این هم توقعی نداشتم. متشکرم.»

«قبل از این که بری، پل، یه لحظه صبر کن لطفاً. من همیشه برام مهمه که بدونم چه چیزی به مراجعانم کمک می کنه. ممکنه برام شرح بدی از من چی گرفتی؟ من معتقدم روشن شدن بیشتر این قضیه هم به خودت در آینده کمک می کنه و هم به من در رابطه با مراجعان آینده.»

«ارو، متأسفم که باید تو رو با معماهای بسیاری ترک کنم، ولی افسوس که وقتمون تموم شده.» تلوتلوخوران و لرزان از جایش برخاست. دستم را دراز کردم و بازویش را گرفتم تا ثابت بایستد. قامت راست کرد و سخت و راسخ ایستاد، دستش را برای دست دادن به طرف من دراز کرد و با گام‌های محکم و بلند مطب مرا ترک کرد.

