اروین د. یالوم

دژخیم عشق

وچند داستان روان‌درمانی دیگر

ترجمهٔ:
غلامحسین سدیرعابدی

دژ خیم عشق

و چند داستان روان درمانی دیگر

نویسنده: اروین دی یالوم

ترجمه‌ی غلامحسین سدیر عابدی

(nbookcity.com) شهر کتاب

سرشناسه : یالوم، اروین دی.، ۱۹۳۱ - م. Yalom, Irvin D.
عنوان و نام پدیدآور : دژخیم عشق و چند داستان روان‌درمانی دیگر/اروین.دی یالوم ؛ ترجمه غلامحسین سدیرعابدی.
مشخصات نشر : مشهد: انتشارات ترانه: دانیال دامون، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری : ۴۴۳ص.
شابک : 978-600-7061-44-2
وضعیت فهرست‌نویسی : فیپا
یادداشت : عنوان اصلی: Love's executioner and other tales of psychotherapy,c1989.
موضوع : روان‌درمانی وجودی -- گزارش‌های بالینی
موضوع : Existential Psychotherapy -- Case studies
شناسهٔ افزوده : سدیر عابدی، غلامحسین، ۱۳۲۵ -، مترجم
رده‌بندی کنگره : ۱۳۹۶ : ۲ی‌ر۹/ RC۴۸۹
رده‌بندی دیویی : ۸۹۱۴/۶۱۶
شماره کتاب‌شناسی ملی : ۴۷۷۴۶۷۸

(nbookcity.com)

تقدیم به خانواده‌ام:
همسرم: مریلین
و فرزندانم: اِوی، رید، ویکتور و بن
یالوم

تقدیم به
همسرم: سیمین خوشخوی یزدی
و فرزندانم: مریم، امیرحسین و سارا
سدیرعابدی

(nbookcity.com)شهر کتاب

مقدمه مترجم

اروین د. یالوم در ایران نویسنده و روان‌شناس شناخته‌شده‌ای است. از این استاد دانشگاه کتاب‌هایی هم‌چون: وقتی نیچه گریست، مسئله اسپینوزا، درمان شوپنهاور، روان‌درمانی اگزیستانسیال، مخلوقات فانی، مامان و معنی زندگی و آثار دیگری گاه با بیش از یک مترجم به زبان فارسی ترجمه و چاپ شده است. کتاب دژخیم عشق که ترجمه آن هم‌اکنون مقابل شما قرار دارد، شامل ده داستان روان‌درمانی است.

یالوم در این کتاب چهره پنهان بیماران روانی ساکن در آمریکا و غرب را با نوشتاری شیوا به تصویر می‌کشد. متأسفانه یالوم در این کار هنرمندانه، به نقش آشکار جامعه غرب در روان آدم‌ها نمی‌پردازد و گاه و بی‌گاه به طور گذرا به تأثیر جامعه در مشکلات روانی اشاره می‌کند. البته به نظر من نباید از او انتظار داشت که به طور گسترده به مسائل اجتماعی بپردازد. به هر حال، یالوم فساد جنسی و اخلاقی حاکم بر دنیای غرب را که ما دورادور مطالبی دربارهٔ آن می‌شنویم، به زیبایی به نقد کشیده است. بدیهی است مسائل و موضوعات فسادانگیزی که بیان شده‌اند، با توجه به فرهنگ اسلامی و افکار عمومی رایج در کشور عزیزمان ایران جایگاهی ندارند. از این رو این کتاب به هیچ عنوان قصد ندارد مصادیق غیراخلاقی، همجنس‌گرایی و سایر جنبه‌های فساد را ترویج کند.

آن‌طور که یالوم در این داستان‌ها روایت می‌کند، مهاجران از جمله آسیب‌دیدگان عمدهٔ روانی هستند و این حقیقت نمایانگر آن است که بخشی از اختلافات فرهنگی و مشکل تطابق و سازگاری با فرهنگ دنیای غرب، به مشکلات روانی منجر می‌شود. یالوم بدون پرداختن به عمق این مسئله، یکی دو مرتبه به آن اشاره می‌کند.

داستان‌های این مجموعه جدا از این مسئله، همان‌طور که خود یالوم در مقدمه و در بخش پایانی کتاب اظهار می‌دارد، داستان‌هایی گیرا و برای روان‌درمانگرهای جوان و سایر علاقه‌مندان به روان‌درمانی آموزنده هستند. در متن کتاب یالوم به صراحت اعلام می‌دارد که به روش‌های کلیشه‌ای روان‌درمانی اعتقاد ندارد و برخلاف نظر فروید، مسائل جنسی را ریشهٔ مشکلات روانی نمی‌داند. برعکس، گاهی اوقات مشکلات روانی ریشهٔ مشکلات جنسی هستند. او برای پیدا کردن علت بیماری تلاش می‌کند علت غایی پنهان در عمق را به سطح بیاورد؛ علتی که اغلب از دید بیمار پنهان است و بیمار مشکل روانی خود را به عوامل دیگری مربوط می‌داند. در ادامه، یالوم به ضعف بعضی از روان‌درمانگرهای جوان و کم‌تجربه در تشخیص و درمان اشاره می‌کند و بدبینی جامعه را نسبت به روان‌شناسی و روان‌درمانی بی‌دلیل نمی‌داند.

یالوم تقریباً ۲۵ سال پس از چاپ اول کتاب، در بخش پایانی سخن، مطالب جالبی

برای معرفی کتاب به کار برده است که کتاب را برای علاقه‌مندان به روان‌شناسی زیباتر و جذاب‌تر می‌کند. به نظرم توضیح بیش از این زائد است و متن کتاب، خود گویای دقت نویسنده در مسائل روان‌درمانی است.

در پایان از خانم دکتر رویا زجاجی که سخاوتمندانه این کتاب را برای ترجمه در اختیارم قرار دادند، تشکر کنم.

هم‌چنین از سرکار خانم مریم معصومی، ویراستار ادبی و جناب آقای احمد صیاد که زحمت ویرایش علمی کتاب را به عهده گرفتند و از انتشارات محترم ترانه به ویژه مدیر مسئول محترم آن، جناب آقای خوافی که زحمت چاپ این کتاب را نیز پذیرفتند، بی‌نهایت سپاس‌گزارم.

غلامحسین سدیرعابدی

(nbookcity.com)

سپاس‌گزاری

بخش‌های زیادی از این کتاب در فرصت مطالعاتی که با سفری خوب همراه بود، نوشته شد. از افراد و مؤسسات بسیاری از جمله: مرکز علوم انسانی دانشگاه استنفورد، مرکز مطالعات بلاجیو در بنیاد راکفلر، دکتر میکی‌کو و دکتر تسیونی‌تو هاسه‌گاوا در توکیو و هاوایی، کافه مالوینا در سان‌فرانسیسکو، برنامه نگارش خلاقِ دانشکده بنینگتون که به گرمی از من استقبال و در نوشتن این کتاب تسهیلاتی برایم فراهم کردند، سپاس‌گزاری می‌کنم.

از همسرم، مریلین (منتقد جدی و وفادارترین حامی همیشگی‌ام)، از فیبه هاس(۱) ویراستار انتشارات بیسیک بوکز(۲) که در این پروژه هم مانند کتاب‌های قبلی‌ام در این انتشارات ویراستاری توانا بوده است و لیندا کاربون، ویراستار پروژه سپاس‌گزارم. هم‌چنین از همکاران و دوستان بسیار زیادی که وقتی مرا می‌دیدند که با داستان جدیدی در دست به آن‌ها نزدیک می‌شوم، فرار یا خودشان را پنهان نمی‌کردند و مراتب نقد، تشویق و دلگرمی خودشان را نثارم می‌کردند، تشکر می‌کنم. این روند خیلی طول کشیده و شک ندارم که بسیاری از اسامی را فراموش کرده‌ام. اما به هر حال از افراد زیر تشکر و سپاس‌گزاری می‌کنم: بائوم گاردنر، هلن بلائو، مایکل کارتر، ایزابل دیویس، استنلی الکین، جان فلس‌تینر، آلبرت ژرارد، مک‌لین ژرارد، روتلن جوزلسون، هرانت کچادوریان، استینا کچادوریان، مارگرت لدربرگ، جان لهیرا(۳)، مورتون لیبرمن، دی‌لوم، کی. وای. لوم، مری جین موفات، نان روبینسون، خواهرم جین رُز، جینا سورنسن، دیوید اشپیگل، وینفرید وایس، پسرم بنیامین یالوم، دانشجویان دوره انترنی روان‌شناسی و رزیدنت‌های دوره ۱۹۸۸ استنفورد، منشی‌ام بی میچل که به مدت ده سال یادداشت‌های بالینی و نظراتی که از این داستان‌ها سرچشمه می‌گرفتند، تایپ می‌کرد. مثل همیشه از دانشگاه استنفورد به خاطر حمایت، آزادی علمی و جامعه روشنفکری که برای انجام فعالیت‌های علمی‌ام نقش اساسی دارند، بی‌نهایت سپاس‌گزارم.

بدون شک مدیون ده بیماری هستم که زینت‌بخش این صفحات هستند. هر کدام هر خط داستان خودش را خواند (به استثنای یک بیمار که قبل از اتمام کتاب فوت کرد) و به من اجازه داد آن را چاپ کنم. هر یک تغییرات مناسبی را برای ناشناس نگه‌داشتن شخصیت اصلی داستان بررسی و تصدیق کرد و کمک‌های ویراستاری بسیاری پیشنهاد داد. یکی از آن‌ها (دِیو) عنوان داستان خودش را انتخاب کرد و به من داد. بعضی اظهار داشتند که لازم نیست تغییر چهره بیمار خیلی وسیع باشد و با من بحث می‌کردند که دقیق‌تر باشد. یک زوج از خودافشاگری شخصی من یا از بعضی آزادی‌خواهی‌های شگرفی که به کار می‌بردم، ناراحت بودند، اما به هر حال به امید

این‌که داستان برای روان‌درمانگرها یا سایر بیماران مفید واقع شود، هر دو نفر رضایت واجازه خودشان را اظهار کردند. عمیق‌ترین سپاس‌گزاری خودم را به همه آن‌ها تقدیم می‌کنم.

همه این داستان‌ها واقعی هستند، اما مجبور بوده‌ام تغییرات بسیاری ایجاد کنم تا هویت بیماران مخفی بماند. اغلب ویژگی‌های معادلی را به طور نمادین جایگزین ویژگی‌های هویت و محیط زندگی بیمار کرده‌ام. گاهی بخشی از هویت یک بیمار دیگر را به شخصیت اصلی داستان پیوند زده‌ام. اغلب گفت‌وگوها تخیلی هستند و تأملات شخصی خودم را تعقیب کرده‌ام. تغییر شخصیت‌ها در هر مورد عمیق است و فقط خود بیمار آن را درک می‌کند. هر خواننده‌ای که فکر کند یکی از ده نفر را شناخته است، مطمئنم که اشتباه کرده است.

(nbookcity.com)

پیش‌گفتار

این صحنه را مجسم کنید: به سیصد تا چهارصد نفری که با یکدیگر غریبه‌اند و در یک سالن بزرگ جمع شده‌اند، گفته می‌شود که زوجی برای خود پیدا کنند و از زوج خودشان فقط یک سؤال را بارها و بارها و بارها بپرسد: «چه می‌خواهی؟»

آیا چیزی از این ساده‌تر می‌تواند باشد؟ یک پرسش و پاسخ بی‌غرضانه. و هنوز هم، بارها و بارها، این تمرین گروهی را دیده‌ام که احساسات قوی غیرمنتظره‌ای را زنده می‌کند. اغلب در چند دقیقه، اتاق از هیجان به لرزه درمی‌آید. مردان و زنانی که هیچ‌یک به هیچ عنوان مستأصل یا نیازمند نیستند بلکه آدم‌هایی موفق، خوش‌کردار و خوش‌لباسی هستند که همین‌طور که راه می‌روند لباس‌شان برق می‌زند، با تمام وجود به هیجان می‌آیند. آن‌ها افرادی را که برای همیشه از دست داده‌اند ـ والدین، همسران، فرزندان، دوستانی که از دنیا رفته‌اند یا غایب هستند ـ صدا می‌زنند: «می‌خواهم تو را دوباره ببینم»، «عشقت را می‌خواهم»، «می‌خواهم بدانم آیا به من افتخار می‌کنی؟»، «می‌خواهم بدانی که دوستت دارم و چقدر متأسفم که هرگز این را به تو نگفته‌ام»، «دوست دارم برگردی. من خیلی تنها هستم»، «دوران کودکی‌ای را که هرگز نداشته‌ام می‌خواهم»، «می‌خواهم سالم باشم و دوباره جوان باشم»، «می‌خواهم دوستم داشته باشند و به من احترام بگذارند»، «دوست دارم زندگی‌ام معنا داشته باشد»، «می‌خواهم کاری کنم. می‌خواهم مهم باشم. به من اهمیت بدهند و در خاطره‌ها زنده بمانم».

این همه خواسته، این همه آرزو و این همه درد، این‌قدر نزدیک سطح، فقط چند سانتی‌متر عمق. رنج سرنوشت. رنج وجود(۴)؛ دردی که همیشه وجود دارد و درست زیر پوسته زندگی مدام حرکت می‌کند؛ دردی که خیلی آسان برای همه محسوس است. کارهایی بسیار ـ تمرین گروهی ساده، چند لحظه تأمل عمیق، کاری هنری، سخنرانی، بحران شخصی، ازدست‌رفتگان ـ به ما یادآوری می‌کنند که عمیق‌ترین خواسته‌های‌مان: تمایل برای بازگشت جوانی، برای توقف پیر شدن، برای بازگشت بستگان و یاران از دست رفته، برای عشق ابدی، محافظت، اهمیت و برای جاودانگی هرگز برآورده نمی‌شوند.

در همان زمان که این خواسته‌های دست‌نایافتنی بر زندگی‌مان مسلط می‌شوند، برای دریافت کمک به خانواده، دوستان، مذهب ـ و گاهی اوقات به روان‌درمانگر ـ مراجعه می‌کنیم.

در این کتاب، داستان ده بیمار را بازگو کرده‌ام که به درمان روی آورده‌اند و در دوره کارشان با دردِ وجود دست و پنجه نرم می‌کرده‌اند. اما دلیل اشخاصی که برای دریافت کمک به من مراجعه کردند، این نبود. برعکس، همه ده نفر از مشکلات

مشترک زندگی روزانه، نظیر تنهایی، نفرت از خود، ناتوانی جنسی، سردرد میگرنی، وسواس جنسی(۵)، چاقی، فشار خون، اندوه، مشغولیت ذهنی عشقی سوزان، نوسان خُلق و خو و افسردگی رنج می‌بردند. اما درمان به نحوی (این «به نحوی» در هر داستان به طور متفاوتی پدیدار می‌شود) ریشه‌های عمیق این مشکلات روزانه ـ ریشه‌هایی که تا شالوده هستی گسترش یافته بودند ـ را آشکار کرد.

آوای «می‌خواهم! می‌خواهم!» در سرتاسر این داستان‌ها شنیده می‌شود. یک خانم بیمار در حال گریه فریاد می‌زد: «می‌خواهم دختر عزیزم که فوت کرده، بازگردد»، در حالی که دو پسر زنده‌اش را نادیده گرفته بود. بیمار دیگری اصرار داشت: «می‌خواهم با هر زنی که می‌بینم، هم‌بستر شوم»، ضمن این‌که سرطان لنفاوی به سرتاسر بدنش هجوم برده بود. بیمار دیگری التماس می‌کرد که: «پدر و مادر می‌خواهم، من هرگز دوران کودکی نداشتم»، در عین حال از سه نامه‌ای که خودش تحمل باز کردن آن‌ها را نداشت، رنج می‌برد. خانم دیگری اظهار می‌داشت: «می‌خواهم تا ابد جوان بمانم»، در حالی که زن مسنی بود و نمی‌توانست از عشق سوزانش نسبت به مردی که سی و پنج سال جوان‌تر از خودش بود، دست بکشد.

اعتقاد دارم که این دردِ وجود همیشه ماده اولیه روان‌درمانی است ـ و آن‌طور که اغلب ادعا می‌شود، تلاش غریزی سرکوب شده یا قطعه‌های کاملاً مدفون گذشته‌ای دردناک نیست. در روش درمان من برای هر یک از این ده بیمار، فرض بالینی اولیه‌ام (فرضیه‌ای که روش من بر اساس آن قرار دارد) اضطراب بنیادین ناشی از تلاش‌های آگاهانه و ناآگاهانهٔ شخص برای مقابله با حقایق سخت زندگی، یا همان مسلمات هستی(۶) است.

متوجه شده‌ام که چهار اصل مسلم، یعنی: حتمی بودن مرگ برای هر یک از ما و برای آنهایی که دوست‌شان داریم، آزادی ساختن زندگی‌مان به طریقی که آرزو داریم، تنهایی غایی‌مان و سرانجام، فقدان مفهوم یا معنایی بدیهی برای زندگی، عملاً به روان‌درمانی مربوط است. با وجود بی‌رحمانه بودن این مسلمات، به نظر می‌رسد که آن‌ها شامل بذرهای خرد و نجات هم هستند. امیدوارم در این ده داستان روان‌درمانی نشان دهم که امکان مقابله با حقایق هستی و مهار قدرت‌شان برای خدمت به تغییر و رشد شخصی وجود دارد.

در میان حقایق زندگی، مرگ بدیهی‌ترین و آشکارترین امر شهودی است. در سن پایین، پایین‌تر از آن‌چه اغلب فکر می‌شود، می‌آموزیم که مرگ خواهد آمد و هیچ راه فراری از آن وجود ندارد. به هر حال، بنا به گفته اسپینوزا: «هر چیزی برای بقای خودش تلاش می‌کند» و در جوهر هر فرد، تضادی دائمی بین آرزوی ادامهٔ حیات و آگاهی از مرگ حتمی وجود دارد.

برای سازگاری با واقعیت مرگ، مدام در حال اختراع روش‌هایی ابتکاری برای انکار یا فرار از آن هستیم. در جوانی، مرگ را با کمک گرفتن از اطمینان خاطر مادرانه و

افسانه‌های مذهبی و دنیوی انکار می‌کنیم، بعداً آن را با تبدیل به یک موجود، به صورت یک هیولا، فرشته خواب، یا عفریت (عفریت مرگ) مجسم می‌کنیم. به هر حال، اگر مرگ در تعقیب ماست، می‌توان راهی برای فرار از چنگ آن پیدا کرد. علاوه بر آن، وحشت از هیولای حامل مرگ ممکن است از این حقیقت که شخص آن را در زیر بال‌های فرشته مرگ خویش حمل کند، کم‌تر ترسناک باشد. در این میان، تجربه کودکانه نگرانی از مرگ را به روش‌های دیگری کاهش می‌دهد: بچه‌ها ترس از مرگ را با ریشخند کردن آن از بین می‌برند، آن را جسورانه به چالش می‌کشند، یا ضمن معاشرت با هم‌سن و سال‌های بی‌غل و غش و خوردن ذرت گرمی که با کره پخته شده و با قرار دادن خودشان به جای قهرمان داستان‌های ارواح و فیلم‌های وحشتناک، حساسیت ترس از مرگ را کاهش می‌دهند.

ضمن بزرگ‌تر شدن، می‌آموزیم مرگ را از ذهن خارج کنیم، توجه خودمان را از مرگ منحرف می‌کنیم، آن را به چیز مثبتی تبدیل می‌کنیم (درگذشتن، رفتن به خانه آخرت، به خدا پیوستن، آرامش نهایی)، با کمک افسانه‌های نیروبخش آن را انکار می‌کنیم، از طریق کارهای فناناپذیر، با پرتاب بذر خودمان از طریق فرزندان‌مان به آینده، یا با پناه بردن به اعتقادات مذهبی که جاودانگی معنوی را عرضه می‌کند، برای زنده ماندن تلاش می‌کنیم.

بسیاری از مردم با توصیف انکار مرگ به طریقی که بیان شد، مشکل دارند. آن‌ها می‌گویند: «احمقانه است! ما مرگ را انکار نمی‌کنیم. همه می‌میرند. همه این را می‌دانیم. این حقیقت بدیهی است. مگر فکر کردن به آن تأثیری هم دارد؟»

حقیقت چیزی است که آن را می‌دانیم ولی مثل این است که نمی‌شناسیم. مرگ را می‌شناسیم، از نظر عقلی از این حقیقت اطلاع داریم، اما این بخش ناآگاه ذهن است که ما را از نگرانی شدید محافظت می‌کند. در نتیجه، وحشت از مرگ را کنار می‌گذاریم، یا با آن قطع رابطه می‌کنیم. این فرایند جدا شدن ناآگاهانه است، از نظر ما ناپدید می‌شود، اما در رویدادهای نادری که ماشین انکار مرگ شکست می‌خورد و نگرانی از مرگ با تمام قوا آشکار می‌شود، از وجود آن مطمئن می‌شویم. این وضع ممکن است به ندرت، در واقع برای بعضی اشخاص فقط یک یا دو مرتبه در طول عمر روی دهد. گاهی اوقات در اثنای بیدار شدن، گاهی اوقات پس از مواجههٔ شخص با مرگ، یا زمانی که شخص محبوبی می‌میرد؛ اما نگرانی از مرگ به طور عمومی‌تر در کابوس‌های شبانه ظاهر می‌شود.

کابوس شبانه رویایی ناکام است، رویایی که نقشش نگهبانی از خواب بوده، از «نگرانی مدیریت نشده‌ای» شکست خورده است. اگرچه کابوس‌های شبانه در ظاهر با یکدیگر تفاوت دارند، اما روند اصلی همه آن‌ها یکسان است: اضطراب مرگ نارس از دست نگهبان‌هایش فرار کرده و به خودآگاه سرازیر می‌شود. داستان «در جست‌وجوی خواب‌بین(۷)» منظره پشت صحنه منحصربه‌فردی از فرار از نگرانی مرگ و کوششِ تا آخرین تلاش ذهن را برای جلوگیری از این فرار عرضه می‌کند: در این‌جا، در بحبوحه‌ای فراگیر، تصویر ذهنی مرگ تاریک در کابوس ماروین ابزاری (چوب‌دست نوک‌سفید درخشانی که خواب‌بین با آن درگیر دوئلی جنسی با مرگ است) برای حمایت از زندگی و به چالش کشیدن مرگ است.

عمل جنسی به وسیله شخصیت‌های اصلی داستان‌های دیگر نیز به صورت طلسمی دیده می‌شود که ضعف، پیر شدن و فرا رسیدن مرگ را دفع می‌کند. مثلاً بی‌قیدوبندی اجباری جنسی مرد جوان در مقابله با سرطان کشنده‌اش (در داستان «متشکرم که زندگی‌ام را نجات دادید») و چسبیدن یک پیرمرد به نامه‌های سی ساله زردرنگ که از همسر فوت‌شده‌اش دریافت کرده بود (در داستان «نرو، ای مهربان»).

در طول سال‌ها کار با بیماران سرطانی که با مرگ قریب‌الوقوعی مواجه بودند، به دو روش مشترک و قوی خاص توجه کرده‌ام که ترس از مرگ را کاهش می‌دهند؛ دو باور یا توهّم که موجب احساس ایمنی می‌شوند: یکی ایمان به استثنا بودن(۸) و دیگری اعتقاد به نجات‌دهنده نهایی است. در حالی که این واژه‌ها توهّم‌هایی هستند که اشخاص در آن‌ها «باورهای نادرست ثابتی» را نمایش می‌دهند، اما من از واژه توهّم به مفهوم تحقیرآمیز استفاده نمی‌کنم؛ این واژه‌ها باورهایی جهانی هستند که در سطحی از آگاهی همه ما وجود دارند و در چند داستان این کتاب نقش مهمی بازی می‌کنند.

«استثنا بودن» باوری است که بر اساس آن، شخص، فراسوی قوانین عادی بیولوژی و تقدیر بشری آسیب‌ناپذیر و مصون می‌ماند. هر یک از ما ممکن است در لحظه‌ای از زندگی با بحران مواجه شویم. این بحران ممکن است بیماری‌ای جدی باشد، شکست شغلی، یا طلاق یا همان‌طور که برای الوا(۹) در «هرگز فکر نمی‌کردم این بلا سر من هم بیاید» پیش آمد، رویدادی به سادگی ربودن کیف پول باشد، که ناگهان مشخص می‌کند آن شخص هم یک فرد معمولی است و این فرض همگانی را که زندگی همیشه مارپیچی تا ابد رو به بالا است، به چالش می‌کشد.

اعتقاد به «استثنا بودن» احساس امنیتی ایجاد می‌کند که از درون آن، ساز و کار مهم دیگرِ انکار مرگ، یعنی ایمان به نجات‌دهنده نهایی، به ما امکان می‌دهد احساس کنیم که نیرویی ماورایی تا ابد از ما مراقبت و محافظت می‌کند. با وجود این ممکن است دچار ضعف شویم، بیمار شویم، و با وجود این‌که ممکن است به آخر زندگی برسیم، اما مطمئن هستیم که قدرتی بی‌همتا و آشکار ظاهر می‌شود و ما را به وضع

قبلی برمی‌گرداند.
همراه با این دو نظام اعتقادی مناظره‌ای تشکیل می‌شود که به دو پاسخ کاملاً متضاد نسبت به موقعیت بشر می‌انجامد. موجود انسانی یا با ابراز وجود قهرمانانه بر خودمختاری و استقلال خود اصرار می‌ورزد یا از طریق وحدت با نیرویی برتر امنیت را جست‌وجو می‌کند. یعنی، شخص یا قیام می‌کند یا به تدریج به چیزی می‌پیوندد، جدا می‌شود یا ادغام می‌شود. شخص به والدین خودش تبدیل می‌شود یا تا ابد بچه می‌ماند.
بیش‌تر ما، اغلب با اجتناب از نگرانی نگاه به مرگ، با خنده‌ای تمسخرآمیز و در موافقت با وودی آلن که می‌گوید: «من از مرگ نمی‌ترسم. فقط وقتی مرگ فرامی‌رسد، نمی‌خواهم آن‌جا باشم»، به راحتی زندگی می‌کنیم. اما راه دیگری وجود دارد ـ یک سنت قدیمی، که برای روان‌درمانی مناسب است ـ که به ما می‌آموزد آگاهی کامل از مرگ عقل‌مان را پخته و زندگی‌مان را غنی می‌سازد. سخنان یکی از بیمارانم دربارهٔ مرگ (در داستان «متشکرم که زندگی‌ام را نجات دادید») این «حقیقت» را نشان می‌دهد که هر چند مرگ ما را از نظر جسمی مادی نابود می‌کند، اما «تفکر» درباره مرگ ما را نجات می‌دهد.

***

آزادی، یعنی یکی دیگر از مسلمات هستی، برای چند تن از این ده نفر وضعیت دشواری ایجاد می‌کرد. مثلاً وقتی بتی، یک بیمار چاق، اطلاع داد که درست قبل از آمدن نزد من پُرخوری کرده و قصد دارد به محض خروج از دفتر من دوباره پُرخوری کند، در حقیقت برای دست کشیدن از آزادی‌اش مرا ترغیب می‌کرد تا مسئولیت کنترل او را به عهده بگیرم. سراسر دوره درمان بیمار دیگری (تلما در داستان «دژخیم عشق») حول موضوع تسلیم به عاشق (و روان‌درمانگر) قبلی و جست‌وجویم برای پیدا کردن روش‌هایی دور می‌زد که برای پس گرفتن آزادی و قدرتش به وی کمک کند.
به نظر می‌رسد آزادی به‌عنوان یکی از مسلمات هستی، نقطه مقابل مرگ است. در حالی که از مرگ وحشت داریم، اما آزادی را به طور کلی آشکارا مثبت در نظر می‌گیریم. آیا تاریخ تمدن غرب با آرزوی شدید برای آزادی نشانه‌گذاری نشده و حتی به وسیله آن ترقی نکرده است؟ با این وجود، آزادی از منظر هستی‌شناسی با اضطراب که مدعای آن است، پیوند می‌خورد و برخلاف تجربه روزمره آن را درک نمی‌کنیم و سرانجام جهان خوش‌ساختار با طرح ابدی باشکوهش را ترک می‌کنیم.
آزادی به معنای این است که شخص مسئول انتخاب‌ها و اعمال و وضعیت زندگی خویش است.
هر چند ممکن است از واژه «مسئول» به شیوه‌های متفاوت بسیاری استفاده شود،

اما من تعریف سارتر را ترجیح می‌دهم: مسئول بودن، یعنی «خالق بودن». بدین ترتیب هر یک از ما موجودات انسانی، خالق طرح زندگی خویش هستیم. ما آزادیم که هر چه می‌خواهیم باشیم جز ناآزاد- بودن(۱۰). سارتر باید می‌گفت «ما محکوم به آزادی هستیم.» ضمناً، بعضی از فیلسوف‌ها خیلی بیش از این ادعا می‌کنند که معمار ذهن بشر، حتی هر یک از ما را مسئول ساختار واقعیت خارج، یعنی شکل فضا و زمان می‌داند. این‌جاست که نگرانی در نظریه خالق خود بودن(۱۱) شکل می‌گیرد: ما مخلوق‌هایی خواهان ساختن هستیم و از مفهوم آزادی که دلالت بر این دارد که پایین‌تر از ما چیزی نیست ـ بی‌پایگی(۱۲) محض ـ وحشت داریم.

هر روان‌درمانگر می‌داند که اولین مرحله اساسی در روان‌درمانی این فرض است که خود بیمار مسئول وضع نابسامان (مخمصهٔ) زندگی خودش است. تا وقتی شخص اعتقاد داشته باشد که مشکلاتش به وسیله نیرو یا سازمانی خارج از خودش ایجاد می‌شود، روان‌درمانی هیچ تأثیری نخواهد داشت. از آن گذشته اگر مشکلات خارج از آن‌جا قرار دارند، در این صورت به چه دلیل شخص باید خودش را تغییر دهد؟ این دنیای خارج (دوستان، شغل، همسر) است که باید تغییر کند ـ یا عوض شود. بدین ترتیب دیو(۱۳)(در داستان «نرو، ای مهربان») که به سختی از محبوس بودن در زندان زناشویی به وسیله همسری انحصارطلب و فضول که سرپرست زندان هم هست، شکوه می‌کند، نمی‌توانست در درمان پیش برود تا این‌که متوجه شد خودش چقدر مسئول ساختار آن زندان است.

از آن‌جا که بیماران تمایل دارند در برابر به گردن گرفتن مسئولیت مقاومت کنند، روان‌درمانگرها باید روش‌هایی ایجاد کنند تا بیماران را آگاه کنند که خودشان چگونه مشکلات خودشان را به وجود می‌آورند. یک روش مؤثر که در بسیاری از این موارد از آن استفاده می‌کنم، تمرکز بر وضعیت کنونی است. بیماران تمایل دارند در «موقعیت روان‌درمانی» همان مشکلات بین‌فردی را بازسازی کنند که در زندگی خارجی‌شان آن‌ها را آشفته کرده است، بنابراین من به جای تمرکز بر رویدادهای گذشته یا جاری، بر آن‌چه در همان لحظه بین بیمار و من روی می‌دهد، تمرکز می‌کنم. با امتحان جزئیات روابط روان‌درمانی (یا در یک گروه روان‌درمانی، روابط میان اعضای گروه) می‌توانم بفهمم که بیمار چگونه بر پاسخ‌های سایر مردم اثر می‌گذارد. بدین ترتیب، هر چند دِیو می‌توانست در مقابل پذیرش مسئولیت مشکلات زندگی مقاومت کند، اما نتوانست در برابر داده‌هایی که خودش به صورت مستقیم در گروه روان‌درمانی ایجاد کرده بود، یعنی پنهان‌کاری و مسخره کردن، مقاومت کند و رفتار گول‌زننده‌اش سایر اعضای گروه را برانگیخت تا پاسخ‌هایی خیلی شبیه به پاسخ‌های همسرش در خانه، به او بدهند.

در روشی مشابه، روان‌درمانی بتی (در داستان «خانم چاق») مادامی که می‌توانست تنهایی‌اش را به فرهنگ بی‌ریشه و مسخره کالیفرنیا نسبت دهد، بی‌نتیجه بود. فقط

زمانی که نشان دادم چگونه در ساعاتی که با هم هستیم، به سبکی سرد، خجالتی و انزواطلبانه همان محیط خشک و بی‌روح را در روان‌درمانی بازسازی می‌کند، توانست به مسئولیتش در ایجاد انزوای خود پی ببرد.

در حالی که به گردن گرفتن مسئولیت، بیمار را به آستانهٔ تغییر می‌آورد، اما این وضعیت مترادف با تغییر نیست. و این تغییر است که همیشه شکاری واقعی است. با وجود این، بسیاری از روان‌درمانگرها ممکن است سعی کنند پذیرش مسئولیت و خودشکوفایی را به بیمار بفهمانند.

آزادی نه فقط ما را مجبور می‌کند که مسئولیت انتخاب‌های زندگی‌مان را بپذیریم، بلکه مسلم می‌دارد که تغییر نیازمند عمل به اراده است. هر چند «اراده» مفهومی است که روان‌درمانگرها به ندرت از آن به صراحت استفاده می‌کنند، ولی به هر حال کوشش زیادی را صرف تأثیر بر اراده بیمار می‌کنیم. ما بی‌وقفه این فرض را که شناخت و آگاهی پیوسته موجب تغییر می‌شود، تصریح و تفسیر می‌کنیم (و این تاحدودی بی‌گدار به آب زدن است که پشتوانه تجربی ندارد). وقتی سال‌ها تفسیر در ایجاد تغییر شکست خورده باشد، مستقیماً به اراده متوسل می‌شویم و می‌گوییم: «کوشش هم لازم است. می‌دانید که باید تلاش کنید. زمان برای تفکر و تحلیل وجود دارد، اما برای عمل هم زمان لازم است.» و وقتی تشویق و ترغیب مستقیم شکست می‌خورد، روان‌درمانگر کوتاه می‌آید، همان‌طور که داستان‌های این کتاب شاهد خوبی هستند. بدین ترتیب، من ممکن است نصیحت کنم، مجادله کنم، فشار بیاورم، چرب‌زبانی کنم، تحریک کنم، التماس کنم، یا فقط تحمل کنم، به امید این‌که جهان‌بینی عصبی بیمار بر اثر خستگی محض از هم فروپاشد.

(nbookcity)

از طریق «اراده»، یعنی انگیزه اصلی عمل، آزادی‌مان متجلی می‌شود. به نظر من خواستن دو مرحله دارد: شخص از طریق خواستن به حرکت درمی‌آید و سپس از طریق تصمیم‌گیری عمل می‌کند.

بعضی‌ها نه می‌دانند چه احساسی دارند و نه می‌دانند چه می‌خواهند، گویی آرزوها و خواسته‌های‌شان مسدود شده است. بدون نظر، بدون انگیزه و بدون تمایل، به انگلی برای آرزوهای دیگران تبدیل می‌شوند. این قبیل اشخاص ملال‌آورند. بتی دقیقاً کسل‌کننده بود، زیرا آرزوهایش را خفه می‌کرد و دیگران هم از فراهم کردن آرزو و تخیل برای او خسته و بیزار شده بودند.

بیمارانِ دیگر نمی‌توانند تصمیم بگیرند. اگرچه به طور دقیق می‌دانند چه می‌خواهند و چه کاری باید انجام دهند، اما نمی‌توانند عمل کنند و به جای آن با درد و رنج تا جلوی درِ تصمیم پیش می‌روند. سائول در «سه نامه ناگشوده» می‌دانست که هر مرد عاقلی نامه‌ها را می‌گشود، با این حال هراس ناشی از محتوای آن‌ها آرزویش را فلج کرده بود. تلما (در داستان «دژخیم عشق») می‌دانست که وسواس عشقی زندگی‌اش را از واقعیت خالی می‌کند. او همان‌طور که خودش اظهار داشت، می‌دانست که در هشت سال قبل زندگی می‌کند و برای به دست آوردن دوبارهٔ زندگی، باید از شیدایی دیوانه‌وار دست بکشد. اما نمی‌توانست، یا نمی‌خواست از آن دست بکشد و بی‌رحمانه در مقابل تمام کوشش‌هایم برای تقویت اراده‌اش مقاومت می‌کرد.

تصمیم‌گیری به دلایل بسیار مشکل است. بعضی از این دلایل به مسائل عمیق درونی برمی‌گردد. جان گاردنر(۱۴) در رمان گرندل(۱۵) درباره مرد عاقلی حرف می‌زند که اسرار زندگی را در دو اصل مسلم ساده اما وحشتناک خلاصه می‌کند: «محو و نابودی چیزها، به استثنای انتخاب‌ها». پیش‌تر دربارهٔ اولین اصل مسلم، مرگ، صحبت کرده‌ام. دومی، «مستثنا کردن انتخاب‌ها» کلید مهمی برای درک علت مشکل بودن تصمیم‌گیری است. تصمیم‌گیری همیشه شامل چشم‌پوشی است: برای هر بله، باید یک نخیر هم وجود داشته باشد. هر تصمیم گزینه‌های دیگر را حذف یا می‌کشد (در زبان انگلیسی، ریشه فعل تصمیم گرفتن(۱۶) به معنای به قتل رساندن(۱۷) است، مانند: قتل نفس(۱۸) یا خودکشی(۱۹))(۲۰). بدین ترتیب، تلما به شانس بی‌نهایت کوچکی چسبیده بود که شاید بار دیگر رابطه‌اش با عاشقش زنده شود. چشم‌پوشی از آن امکان، به معنای ضعف و مرگ بود.

انزوای اگزیستانسیال، اصل مسلم سوم، به شکاف برطرف‌نشدنی بین خود و دیگران اشاره می‌کند؛ شکافی که حتی در حضور عمیق‌ترین روابط لذت‌بخش بین افراد وجود دارد. فرد نه تنها از سایر موجودات انسانی بلکه از محدوده‌ای که دنیای شخص را تشکیل می‌دهد، هم‌چنین از خود دنیا هم منزوی است. چنین انزوایی از دو نوع تنهایی دیگر: تنهایی میان‌فردی(۲۱) و درون‌فردی(۲۲) متمایز است.

شخص انزوای میان‌فردی، یا تنهایی را در صورتی تجربه می‌کند که فاقد مهارت‌های

اجتماعی یا شیوه شخصیتی‌ای باشد که تعامل اجتماعی صمیمانه را ممکن می‌سازد. انزوای درون‌فردی وقتی روی می‌دهد که اجزای شخصیتی فرد از هم جدا باشند، مانند وقتی که شخص هیجانش را از خاطره یک حادثه منشعب می‌کند. شخصیت چندگانه شدیدترین و غم‌انگیزترین شکل جدایی است، که نسبتاً نادر است (هر چند رشد آن به طور گسترده‌ای شناخته شده است). وقتی این وضعیت روی می‌دهد، روان‌درمانگر ممکن است با این معضل گیج‌کننده مواجه شود که کدام شخصیت بیمار را در ذهن خود بپروراند، همان‌طور که من در درمان مارج (در داستان «وفاداری به بیمار») با آن مواجه شدم.

در حالی که هیچ راه حلی برای تنهایی اگزیستانسیال وجود ندارد، روان‌درمانگر باید مانع راه حل‌های نادرست شود. کوشش‌های فرد برای فرار از تنهایی می‌تواند روابط شخص با سایر مردم را خراب کند. بسیاری از دوستی‌ها یا ازدواج‌ها به این دلیل شکست می‌خورند که به جای ایجاد رابطه یا اهمیت دادن به فردی دیگر، شخص از فرد دیگر به مثابه سپری در مقابل تنهایی استفاده می‌کند.

کوششی عمومی و جدی برای حل تنهایی اگزیستانسیال که در چند داستانِ این کتاب روی می‌دهد، هم‌جوشی(۲۳) است، که نرم کردن مرزهای فرد و ذوب شدن در فردی دیگر است. قدرت هم‌جوشی در آزمایش‌های ادراکی زیرآستانه‌ای نشان داده شده است که در آن پیام «مامان و من یکی هستیم»(۲۴) به قدری سریع روی پرده نمایش نشان داده می‌شود که آزمودنی‌ها(۲۵) نمی‌توانند آگاهانه آن را ببینند. در نتیجه، آزمودنی‌ها گزارش می‌کنند که آن‌ها احساس بهتر، قوی‌تر و خوش‌بینانه‌تری دارند و حتی به درمان مشکلاتی مانند سیگار کشیدن، چاقی یا درمان بی‌قراری‌های نوجوانی (با اصلاح رفتاری) بهتر از سایر مردم پاسخ می‌دهند.

یکی از تعارض‌های بزرگ زندگی خودآگاهی‌ای است که موجب نگرانی می‌شود. هم‌جوشی نگرانی را به سبکی بنیادی ـ با حذف خودآگاهی ـ ریشه‌کن می‌کند. شخص عاشقی که وارد حالت مسرت‌بخش ادغام شده باشد، در خود فرو نمی‌رود زیرا «منِ» تنهای پرسشگر (که ملازم اضطراب تنهایی است) در «ما» حل می‌شود. بدین ترتیب عاشق به بهای خودباختگی و گم کردن خود، از شر اضطراب خلاص می‌شود.

دقیقاً به همین دلیل است که روان‌درمانگرها دوست ندارند بیماری را که عاشق شده، درمان کنند. روان‌درمانی و فرد گرفتار در عشق ناسازگارند، زیرا کار روان‌درمانی به کاوشِ خودآگاهی و نگرانی‌ای نیاز دارد که سرانجام به عنوان راهنما به تعارضات داخلی خدمت می‌کند.

از آن گذشته، برای من به عنوان روان‌درمانگر مشکل است تا رابطه‌ای با بیماری که عاشق شده، ایجاد کنم. برای مثال، در داستان «دژخیم عشق» تلما با من رابطه برقرار نمی‌کرد: انرژی‌اش به طور کامل صرف مشغولیت ذهنی به عشقش شده بود. دقت کنید که دلبستگی قوی و انحصاری به شخصی دیگر، آن گونه که عده‌ای تصور

می‌کنند، دلیلی بر عشق خالص نیست. چنین وابستگی‌ای، عشقی انحصاری ـ که فقط خودش را تقویت کند بدون این‌که به دیگران چیزی بدهد یا به آن‌ها توجه کند ـ لاجرم به فرو ریختن در خودش منجر می‌شود. عشق تنها جرقه‌ای از هیجان و هوس بین دو نفر نیست. بین عاشق شدن و پایداری در عشق تفاوت زیادی وجود دارد. عشق تا حدودی روشی از هستی است؛ «بخشندگی» است، نه «شیدایی و به زنجیر افتادن»؛ به‌جای این‌که عملی محدود به شخصی منفرد باشد، حالتی از رابطه‌ای بزرگ است.

هر چند ما به شدت سعی می‌کنیم که دو نفر دو نفر یا به شکل گروهی زندگی کنیم، اما در زمان‌هایی، به خصوص هنگامی که مرگ فرا می‌رسد، این حقیقت که «ما تنها متولد می‌شویم و باید به تنهایی بمیریم» کشفی با وحشتی آشکار است. از بیماران بسیاری که در حال مرگ هستند این جمله را شنیده‌ام که وحشتناک‌ترین چیز درباره مردن این است که باید به تنهایی انجام شود. با وجود این، حتی در لحظه مرگ، تمایل برای این‌که شخص دیگری هم در آن‌جا حاضر باشد ممکن است بر تنهایی غلبه کند. همان‌طور که بیماری در داستان «نرو، ای مهربان» گفت: «حتی اگر در قایق خودت هم تنها باشی، دیدن نور قایق‌های دیگری که در همان نزدیکی بالا و پایین می‌روند، همیشه تسلی‌بخش است.»

***

(nbookcity.com

اما اگر مرگ اجتناب‌ناپذیر است، اگر همه فضیلت‌های ما، به راستی تمام منظومه شمسی، روزی در بستر نابودی قرار خواهند گرفت، اگر دنیا حادث(۲۶) است (یعنی هر چیزی می‌تواند چیز دیگری هم بوده باشد)، اگر موجودات انسانی باید دنیا و طرح انسانی را در درون دنیا بسازند، در آن صورت ثبات و پایداری در زندگی چه معنایی می‌تواند داشته باشد؟

این پرسش مردان و زنان معاصر را به ستوه می‌آورد و بسیاری در جست‌وجوی درمان هستند زیرا احساس می‌کنند زندگی‌شان بی‌هدف و بی‌معناست. ما مخلوقاتی در جست‌وجوی معنا هستیم. دستگاه عصبی ما از نظر بیولوژی به طریقی سازماندهی شده که مغز به طور خودکار محرک‌های تازه‌وارد را بر اساس آرایشی منظم دسته‌بندی می‌کند. معنا احساسی از تسلط، احساسی از درماندگی و سردرگمی را در مقابله با رویدادهای اتفاقی و بدون طرح قبلی ایجاد می‌کند. ما در جست‌وجوی منظم کردن آن‌ها هستیم و در انجام این کار، احساسی از کنترل بر آن‌ها را به دست می‌آوریم. حتی مهم‌تر از آن، معنا ارزش‌هایی خلق می‌کند و از این رو، رفتار را دسته‌بندی می‌کند. بدین ترتیب پاسخ به پرسش‌های مربوط به «چرا»(چرا زندگی می‌کنم؟) پاسخی به پرسش‌های مربوط به «چگونه»(چگونه زندگی می‌کنم؟) را تهیه می‌کند.

در این ده داستان روان‌درمانی چند بحث صریح و روشن از معنای زندگی وجود دارد. جست‌وجو برای معنا، مانند بسیاری از جست‌وجوها برای لذت، باید به طور غیرمستقیم هدایت شود. معنا از فعالیت معنادار پدید می‌آید: هر قدر عمدی‌تر آن را تعقیب کنیم، با احتمال کم‌تری آن را پیدا خواهیم کرد. پرسش‌های منطقی که شخص درباره معنا عنوان می‌کند، همیشه عمر بیش‌تری از پاسخ‌ها دارند.

در روان‌درمانی، مانند زندگی، معنادار بودن محصول تعهد است و این درست همان‌جایی است که روان‌درمانگر باید کوشش‌هایش را هدایت کند. دیگر این‌که تعهد پاسخی منطقی به پرسش‌هایی درباره معنا تهیه نمی‌کند، بلکه موجب می‌شود که این پرسش‌ها اهمیتی نداشته باشند.

این تنگنای انسانی ـ موجودی که در جست‌وجوی معنا و قطعیت در جهانی است که هیچ‌یک از آن دو را ندارد ـ ارتباط بسیار زیادی با متخصصین روان‌درمانی دارد. روان‌درمانگرها در کار روزانه‌شان، اگر با بیمارشان به شیوه‌ای صحیح ارتباط برقرار کنند، با عدم قطعیت قابل توجهی مواجه می‌شوند. مقابله بیمار با پرسش‌های بی‌جواب نه تنها روان‌درمانگر را در معرض همان پرسش‌ها قرار می‌دهد، بلکه روان‌درمانگر، مانند کاری که من در داستان «دو لبخند» انجام دادم، باید در آخر تشخیص دهد که تجربه فرد دیگر، موضوعی خصوصی، غیرقابل دسترس و ناشناختنی است.

در واقع، ظرفیت تحمل عدم قطعیت، پیش‌شرطی برای حرفهٔ روان‌درمانی است. هر

چند عامه مردم ممکن است اعتقاد داشته باشند که روان‌درمانگر بیمار را به طور منظم و با اطمینان محض از طریق مراحل قابل پیش‌بینی روان‌درمانی برای هدفی از قبل معلوم هدایت می‌کند، چنین موردی نادر است. در عوض، همان‌طور که این داستان‌ها شاهد مثال هستند، روان‌درمانگرها به کرات مردد هستند، فی‌البداهه چیزی می‌گویند و کورمال کورمال در تاریکی به دنبال راه می‌گردند. وسوسهٔ قوی برای رسیدن به قطعیت از طریق پذیرفتن آیینی اعتقادی و نظام روان‌درمانی سخت و محکم، خیانتکارانه است. چنین اعتقادی ممکن است مانع عدم قطعیت و مانع لزوم مواجههٔ خودانگیخته برای روان‌درمانی مؤثر شود.

این مواجهه، یعنی عمق روان‌درمانی، رابطه‌ای عمیق و صمیمانه بین دو نفر است، یکی (به طور کلی بیمار، اما نه همیشه)، بیش از دیگری دچار دردسر است. روان‌درمانگرها نقشی دوگانه دارند، آن‌ها باید در زندگی بیماران هم نظارت و هم شرکت کنند. به عنوان ناظر، شخص باید به اندازه کافی واقع‌نگر باشد تا راهنمایی اولیهٔ لازم را برای بیمار فراهم کند. به عنوان شرکت‌کننده، شخص وارد زندگی بیمار می‌شود و تحت تأثیر قرار می‌گیرد و گاهی اوقات در اثر مواجهه تغییر می‌کند.

در گزینه ورود کامل به زندگی هر بیمار، من، یعنی روان‌درمانگر نه فقط در معرض همان مشکلات انسانی که بیمار قرار گرفته، قرار می‌گیرم، بلکه باید آماده باشم تا آن‌ها را با قواعد تحقیق یکسانی بررسی کنم. باید فرض کنم که دانستن بهتر از ندانستن است، جسور بودن بهتر از جسور نبودن است و این‌که جادوگری و توهّم، هرچند پرمایه و جذاب است، اما بالاخره روح انسان را ضعیف می‌کند. من با تمام وجود کلمات محکم توماس هاردی را قبول دارم: «اگر راهی برای نیل به بهترین وجود داشته باشد، لازمه آن، نگاه به بدترین است.»

نقش دوگانه ناظر و شرکت‌کننده اقتضا می‌کند که تعداد زیادی از روان‌درمانگرها و هم‌چنین من در این ده داستان، پرسش‌های دردناکی را مطرح کنند. برای مثال، آیا از بیماری که درخواست می‌کند از نامه‌های عاشقانه‌اش نگهداری کنم، باید انتظار داشته باشم مسائل زیادی را حل کند که در زندگی خودم از آن‌ها دوری کرده‌ام؟ آیا امکان دارد به او کمک شود تا جلوتر از آن‌چه من رفته‌ام، برود؟ آیا باید از یک مرد در حال مرگ، یک بیوه، یک مادر داغدار و بازنشسته‌ای نگران با رویاهای متعالی پرسش‌های بی‌رحمانه‌ای مربوط به هستی بپرسم ـ پرسش‌هایی که برای‌شان پاسخی ندارم؟ آیا باید ضعف و محدودیتم را نسبت به بیماری که شخصیت دیگرش را خیلی جذاب دیده‌ام، آشکار کنم؟ آیا احتمال دارد که بتوانم با بانویی چاق که ظاهر فیزیکی‌اش مرا دفع می‌کند، رابطه‌ای صادقانه و دلسوزانه برقرار کنم؟ آیا باید زیر لوای روشنفکری، توهّمات عاشقانه غیر معقول ولی دلخوش کننده و آرام‌بخش یک پیرزن را بزدایم؟ یا به زور خواسته‌ام را به مردی تحمیل کنم که ناتوان از عمل به بهترین علایقش است و به وسیله سه نامه ناگشوده خودش را در معرض ترس و

وحشت قرار می‌دهد؟

هر چند کلمه‌های «بیمار» و «روان‌درمانگر» در این داستان‌های روان‌درمانی فراوان به کار رفته، اما اشتباه نکنید: این‌ها داستان‌های همه مردها و همه زن‌ها هستند. بیماری همیشه وجود دارد و برچسب زدن امری به شدت اختیاری است و بیش از شدت بیماری، به عوامل فرهنگی، آموزشی و اقتصادی بستگی دارد. از آن‌جا که روان‌درمانگرها نباید کم‌تر از بیماران با این مسلمات هستی مواجه شوند، لذا نگرش حرفه‌ای واقعی و بی‌طرفانه که از ضروریات روش علمی است، در این‌جا نامناسب است. ما روان‌درمانگرها به سادگی نمی‌توانیم برای همدردی حرافی کنیم و بیماران را تشویق کنیم تا سرسختانه با مشکلات‌شان مبارزه کنند. ما نمی‌توانیم به آن‌ها بگوییم «خودت» و مشکلات «خودت». در عوض باید بگوییم «ما» و مشکلات «ما»، زیرا زندگی ما، هستی ما همیشه مسحور مرگ، عشق مسحور شکست، آزادی مسحور ترس و رشد مسحور جدایی می‌شود. ما، همه ما در این مسئله با یکدیگر مشترک هستیم.

(nbookcity.com)

۱. دژخیم عشق

دوست ندارم با بیمارانی که عاشق هستند، کار کنم. شاید به دلیل حسادت، چون من نیز طالب شیفتگی هستم. شاید به این دلیل که عشق و روان‌درمانی از پایه با هم ناسازگارند. روان‌درمانگرِ خوب با تاریکی می‌جنگد و در جست‌وجوی روشنایی است، در حالی که عشق رویایی با ابهام زنده می‌ماند و با وارسی و امتحان کردن فرو می‌ریزد. از دژخیم عشق بودن بیزارم.

با وجود این تلما، در دقایق آغاز اولین جلسه مصاحبه به من گفت که به طرز مأیوس‌کننده و غم‌انگیزی عاشق شده و من بدون یک لحظه تردید، درمان او را پذیرفتم. همه‌چیز را در اولین نگاه دیدم؛ چهره چروکیده هفتاد ساله‌اش با چانه لرزان فرتوت، موی زرد ژولیده سفید کم‌پُشت و دست‌هایی با رگ‌های برجسته آبی‌رنگ نحیفش به من گفت که باید اشتباه کرده باشد و نمی‌تواند عاشق باشد. عشق چگونه می‌توانست به آن بدن پیر لرزان ضعیف آسیب وارد کند، یا در آن لباس گرمکن پولیستر بی‌شکل منزل کند؟

از آن گذشته، رایحه سعادت عشق کجا رفته بود؟ درد و رنج تلما مرا متعجب نکرد؛ وجود عشق همیشه آغشته با درد است، اما عشق او به طور هولناکی از تعادل خارج بود، ابداً لذتی در بر نداشت و زندگی‌اش سراسر رنج و عذاب بود.

بنابراین با درمانش موافقت کردم زیرا مطمئن بودم که درد می‌کشید، نه از عشق، بلکه از شکل نادری که آن را با عشق اشتباه گرفته بود. نه تنها اعتقاد داشتم که می‌توانم به تلما کمک کنم بلکه از این نظر هم کنجکاوی‌ام برانگیخته شد که این عشق قلابی شاید می‌توانست به چراغی برای روشن کردن بعضی از اسرار عمیق عشق تبدیل شود.

تلما در اولین دیدارمان شخصی سرد و خشک بود. زمانی که در اتاق انتظار به او خوشامد گفتم، به لبخندم جواب نداد و تا انتهای سالن یک یا دو قدم پشت سر من راه می‌رفت. وقتی وارد دفتر کارم شدیم، اطرافش را وارسی نکرد بلکه بی‌درنگ نشست. سپس بدون انتظارِ جمله‌ای از طرف من و بدون باز کردن دکمه‌های ژاکت ضخیمش که روی لباس گرمکن پوشیده بود، نفس عمیق پُرسروصدایی کشید و شروع به صحبت کرد:

ـ هشت سال قبل با روان‌درمانگرم رابطهٔ عشقی برقرار کردم. از آن زمان به بعد او هرگز از ذهنم خارج نشد. یک بار نزدیک بود خودم را بکشم و معتقدم دفعه دیگر موفق خواهم شد. شما آخرین امیدم هستید.

من همیشه به اولین اظهار نظر به دقت گوش می‌دهم. آن‌ها اغلب به طور خارق‌العاده‌ای حاوی اطلاعات مهمی هستند و بر نوع رابطه‌ای دلالت می‌کنند که

می‌توانم با بیمار برقرار کنم. کلمات اجازه می‌دهند تا فرد وارد زندگی شخص دیگری بشود، اما لحن صدای تلما حاوی انگیزه‌ای برای نزدیک‌تر شدن نبود.
او ادامه داد:
ـ اگر باور کردن حرف‌هایم برای‌تان مشکل است، شاید این [عکس‌ها] کمک کند!
سپس کیف زنانه طناب‌پیچی شده قرمز کهنه‌ای را باز کرد و دو عکس قدیمی به من داد. اولی رقصندهٔ زیبای جوانی بود که یک لباس رقص سیاه ابریشمی شامل بلوز و شلواری شیک و خوش‌دوخت پوشیده بود. وقتی به چهره آن رقصنده نگاه کردم، از دیدن چشمان درشت تلما که از ورای ده‌ها سال قبل به من خیره شده بود، یکه خوردم.
ـ آن عکس دیگر...
تلما وقتی دید به عکس دوم نگاه می‌کنم، گفت که آن عکس بانوی خوش‌قیافه شصت ساله اما بی‌عاطفه‌ای را نشان می‌دهد:
ـ حدود هشت سال قبل گرفته شده و همان‌طور که ملاحظه می‌کنید...
انگشتانش را در موهای ژولیده‌اش چرخاند و ادامه داد:
ـ دیگر هیچ توجهی به ظاهرم ندارم.
هر چند به سختی می‌توانستم تصور کنم که این بانوی مسن بدلباس رابطه‌ای با روان‌درمانگرش داشته باشد، اما راجع به این‌که حرف‌هایش را باور نمی‌کنم، چیزی نگفتم. در حقیقت، ابداً هیچ چیز نگفتم. سعی کرده بودم کاملاً بی‌طرف بمانم اما او باید متوجه بعضی شواهد مبنی بر ناباوری، اشاره‌ای کوچک، شاید گشاد شدن اندک چشم‌هایم شده باشد. تصمیم گرفتم به اتهام او که حرفش را باور نکرده بودم، اعتراضی نکنم. زمان نزاکت و دلجویی نبود و چیزی ناهماهنگ در نظریات این زن دل‌سوخته دل‌باخته هفتاد ساله ژولیده‌مو وجود داشت. او آن را می‌دانست، من هم می‌دانستم و او می‌دانست که من هم می‌دانم.
خیلی زود فهمیدم که این زن در طول بیست سال گذشته به شدت افسرده و تقریباً به طور پیوسته تحت معالجه روان‌درمانی بوده است. بخش زیادی از روان‌درمانی او در درمانگاه سلامت روانی محلی ایالتی توسط عده‌ای از کارآموزان انجام شده بود.
حدود یازده سال قبل درمان را با مَتیو(۲۷)، انترن روان‌درمانی جوان و خوش‌قیافه آغاز کرده بود و مدت هشت ماه هفته‌ای یک‌بار با وی در درمانگاه ملاقات کرده بود و مدت یک سال دیگر به دیدن او در مطب خصوصی‌اش ادامه داده بود. سال بعد، وقتی متیو شغلی تمام‌وقت در بیمارستان ایالتی به دست آورد، مجبور شده بود روان‌درمانی تمام بیماران خصوصی‌اش را رها کند.
تلما با غم و اندوه فراوان با او خداحافظی کرد. او تا آن زمان، بهترین روان‌درمانگری بود که آن خانم ملاقات کرده و دیوانه‌وار عاشقش شده و در طول بیست ماه مشتاقانه تمام هفته را بی‌صبرانه منتظر ساعت جلسه درمانی‌اش بود. آن خانم هرگز

قبل از آن به هیچ فردی دل نبسته بود. قبل از آن هیچ روان‌درمانگری با او این همه دقیق، صادق، روراست و مهربان نبود.

تلما چند دقیقه با شور و هیجان راجع به متیو حرف زد:

ـ او خیلی مهربان و خیلی دوست‌داشتنی بود. روان‌درمانگرهای دیگری داشتم که سعی می‌کردند گرم باشند و به من آرامش بدهند، اما متیو چیز دیگری بود. او واقعاً مهربان بود، او واقعاً مرا درک کرد. بدون توجه به این‌که چه می‌کنم، به چه چیزهای مزخرفی فکر می‌کنم، می‌دانستم آن را درک کرده و هنوز ـ چه کلمه‌ای به کار ببرم؟

ـ مرا تصدیق می‌کرد. نه، مرا تأیید می‌کرد. او به همان طریقی که روان‌درمانگرها معمولاً رفتار می‌کنند، به من کمک کرد. نه، او خیلی بیش‌تر کمک کرد.

ـ مثلاً؟

ـ او مرا با بُعد مذهبی و معنوی زندگی آشنا کرد. به من آموخت که تمام موجودات زنده را دوست داشته باشم. به من آموخت به چرایی به این جهان آمدنم بیندیشم. اما در عالم خیال سیر نمی‌کرد، بلکه همان‌جا پیش من بود.

تلما به شدت به هیجان آمده بود. کلمات را با فریاد ادا می‌کرد و ضمن حرف زدن، به پایین، به زمین و به بالا به ابرها اشاره می‌کرد. متوجه شدم دوست دارد راجع به متیو حرف بزند.

ـ عاشق روشی بودم که بدان وسیله با من سرشاخ شده بود. اجازه نمی‌داد از هیچ چیز فرار کنم. همیشه به سراغ عادت‌های زشت من می‌رفت.

این عبارت مرا متعجب کرد. با بقیه اظهاراتش هماهنگی نداشت. با وجود این، جمله‌هایش را خیلی سنجیده انتخاب می‌کرد، به طوری که فکر کردم آن‌ها حرف‌های متیو، شاید نمونه‌ای از روش دقیقش باشند. احساسات منفی‌ام نسبت به او به سرعت زیاد می‌شد، اما آن را نزد خودم نگه داشتم. جملات تلما به وضوح به من می‌گفت که هیچ انتقادی از متیو را دوست ندارد.

تلما بعد از متیو به درمان با روان‌درمان‌های دیگر ادامه داده بود، اما معتقد بود که تا کنون هیچ‌کدام نتوانسته‌اند به اندازه متیو به او کمک کنند تا برای زندگی‌اش ارزش قائل شود.

در آن صورت، مجسم کنید این خانم وقتی یک سال پس از آخرین دیدارشان، ناگهان متیو را در اواخر بعدازظهر شنبه در میدان یونیون(۲۸) در سان‌فرانسیسکو دید، چقدر خوشحال شد. به سرعت به سمت او دوید. آن‌ها خوش‌وبش کردند و برای فرار از شلوغی جمعیتی که برای خرید به خیابان آمده بودند، برای خوردن قهوه با هم به کافه‌ای در هتل سنت فرانسیس رفتند. برای صحبت کردن حرف زیاد داشتند؛ متیو می‌خواست درباره سال گذشته تلما خیلی چیزها را بداند، به همین دلیل قهوه خوردن آن‌ها تا ساعت شام ادامه یافت و تا اسکوما(۲۹) در اسکله ماهیگیرها قدم زدند تا خرچنگ چُپینو(۳۰) بخورند.

تمام این مسائل تا حدودی طبیعی به نظر می‌رسید، زیرا آن‌ها قبلاً هم بارها با هم غذا خورده بودند. در حقیقت، آن‌ها یک رابطه شدیداً حرفه‌ای داشتند که به هیچ عنوان در خارج از مرزهای رسمی روان‌درمانگر ـ بیمار گسترده نشده بود. آن‌ها آموخته بودند که در جلسات هفتگی به مدت دقیقاً پنجاه دقیقه، نه کم و نه زیاد، با یکدیگر ملاقات کنند.

اما تلما حتی حالا هم نمی‌توانست بفهمد به چه دلیل آن روز عصر او و متیو برخلاف واقعیت‌های روزمرهٔ زندگی دچار چنین لغزشی شدند. هیچ کدام به ساعت نگاه نکردند، آن‌ها بی‌سر و صدا با هم تبانی کردند تا وانمود کنند که هیچ چیز غیرمعمولی در خصوص صحبت کردن، قهوه و یا شام خوردن وجود ندارد. به نظر او طبیعی بود که یقه تا خورده پیراهن متیو را مرتب کند، پُرز را از روی ژاکت متیو با برس پاک کند و ضمن بالا رفتن از ناب هیل(۳۱) بازوی او را بگیرد. به نظر متیو نیز طبیعی می‌آمد که راجع به محل سکونت جدیدش در هایت(۳۲) صحبت کند. همین‌طور به نظر تلما خیلی طبیعی بود که بگوید برای دیدن او جانش درمی‌آمد. وقتی تلما گفت «امشب چه شب خوبی است»، هر دو زیر لب خندیدند.

تلما ادامه داد:

ـ دیگر چیزی یادم نمی‌آید. از این‌که آن شب چگونه گذشت و چه کار کردیم و کجا رفتیم، هیچ چیز یادم نمی‌آید. بدون هیچ برنامه‌ریزی قبلی و بدون این‌که تصمیم جدی گرفته باشیم، آن شب خود به خود سپری شد. تنها چیزی که به خاطر می‌آورم این است که آن شب چنان از خود بی‌خود شده بودم که یکی از عالی‌ترین لحظات زندگی‌ام رقم خورد.

ـ بعد چه اتفاقی افتاد؟

ـ از ۱۹ ژوئن تا ۱۶ ژوییه، یعنی بیست و هفت روز بعد، فوق‌العاده بود. روزی چند مرتبه تلفنی با هم صحبت می‌کردیم و چهارده مرتبه ملاقات کردیم. مثل این بود که با ناز و عشوه روی ابرها راه می‌رفتم و می‌رقصیدم.

صدای تلما آهنگین شده بود و با آهنگ ترانه هشت سال گذشته سرش را به چپ و راست می‌چرخاند. چشمانش تقریباً بسته بود، کاسهٔ صبرم به‌شدت داشت لبریز می‌شد. دوست ندارم حس کنم نادیده گرفته شده‌ام.

ـ آن شب قله زندگی‌ام بود. هیچ وقت قبل یا بعد از آن آن‌قدر خوشحال نبودم. پس از آن هر چه پیش بیاید، نمی‌تواند اثر آن‌چه را او آن شب به من داد، از بین ببرد.

ـ بعد از آن چه اتفاقی افتاد؟

ـ آخرین دفعه‌ای که او را دیدم، ساعت دوازده و سی دقیقهٔ ۱۶ ژوییه بود. به مدت دو روز نتوانسته بودم با او تماس تلفنی بگیرم، بنابراین بدون اطلاع به دفتر کارش سر زدم. متیو داشت ساندویچ می‌خورد و قبل از هدایت یک گروه روان‌درمانی تقریباً بیست دقیقه فرصت داشت. از او پرسیدم چرا به تلفن‌هایم جواب نمی‌دهد و او به

سادگی گفت «رابطه ما کار درستی نیست و هر دو هم این را می‌دانیم».
در این‌جا تلما مکث کرد و آرام گریست. با خودم فکر کردم خیلی طول کشید تا بفهمد کار درستی انجام نمی‌دهد. پرسیدم:
ـ می‌توانی ادامه بدهی؟

شهر کتاب (nbookcity.com)

ـ از متیو پرسیدم «فرض کن سال آینده یا پنج سال بعد به تو زنگ بزنم. آیا دوست داری مرا ببینی؟ آیا می‌توانیم دوباره روی پل گُلدِن گِیت(۳۳) با هم قدم بزنیم؟ آیا اجازه خواهم داشت تو را در آغوش بگیرم؟» متیو سؤال مرا با گرفتن دستم جواب داد، مرا به سمت خودش کشید و چند دقیقه مرا محکم در آغوشش نگاه داشت.

پس از آن بارها و بارها به او تلفن کردم و برایش پیام گذاشتم. اوایل به بعضی از تلفن‌هایم جواب می‌داد، اما بعد از آن دیگر ابداً چیزی از او نشنیدم. او به کلی با من قطع رابطه کرد.

تلما برگشت و از پنجره به بیرون نگاه کرد. لحن آهنگین از صدایش رفته بود. با صدایی گرفته و غم‌انگیز، ولی سنجیده‌تر صحبت می‌کرد. البته دیگر گریه نمی‌کرد. فکر کردم حالا به جای گریه کردن نزدیک است شکم متیو را پاره کند و چشمانش را با انگشت درآورد.

ـ هرگز نتوانستم بفهمم چرا، چرا این ماجرا تمام شد، فقط دوست دارم بدانم. در یکی از آخرین گفت‌وگوهای‌مان او گفت که ما باید به زندگی واقعی‌مان بازگردیم و سپس اضافه کرد که درگیر فرد جدیدی شده است. بدون کلمه‌ای حرف، در دلم گفتم ممکن است شخص جدید در زندگی متیو، بیمار دیگری باشد.

تلما مطمئن نبود که شخص جدید مرد است یا زن. او شک داشت که متیو هم‌جنس‌گرا باشد، زیرا متیو در یکی از منطقه‌های محصور هم‌جنس‌گراهای سان‌فرانسیسکو زندگی می‌کرد و به همان زیبایی مردهای هم‌جنس‌گرا، با سبیل‌های شانه شده مرتب، چهره پسرانه و پوستی سفید بود. تلما احتمالاً یکی دو سال بعد متوجه این موضوع شده بود، وقتی که برای گردش از شهر خارج شده بودند، تلما با نگرانی وارد کافه‌ای در خیابان کاسترو(۳۴) شد و از دیدن پانزده نفر شبیه متیو که در کافه نشسته بودند، تعجب کرده بود؛ پانزده مرد جوان همگی با سبیل‌های مرتب، لاغر و باریک‌اندام.

قطع ارتباط ناگهانی با متیو و ندانستن «علت» آن، خانمان برانداز و غیر قابل تحمل بود. تلما نه‌تنها ساعتی را بدون خیال‌بافی راجع به متیو نمی‌گذراند، بلکه مدام به او فکر می‌کرد. خود را با «چرا» آزار می‌داد. چرا او را رد کرد و از خود راند؟ چرا دوست ندارد او را ببیند و حتی با تلفن هم با او صحبت نمی‌کند؟

تلما پس از شکست تلاش‌هایش برای ایجاد رابطه با متیو عمیقاً مأیوس شده بود. تمام روز در خانه می‌ماند و از پنجره به بیرون نگاه می‌کرد. نمی‌توانست بخوابد، حرکت‌ها و صحبت کردنش آهسته شده بود، علاقه برای هر فعالیتی را از دست داده بود.

تمایلی به غذا خوردن نداشت و افسردگی‌اش خیلی زود از حد روان‌درمانی یا درمان ضدافسردگی گذشت. با مشاوره با سه دکتر مختلف برای بی‌خوابی و به دست آوردن نسخه‌ای برای درمان بی‌خوابی، خیلی زود به مقدار کشنده‌ای از دارو دست یافت.

دقیقاً شش ماه پس از ملاقات با متیو در میدان یونیون نامه‌ای به شوهرش، هَری

نوشت و از او که به مدت یک هفته برای کار به خارج شهر رفته بود، خداحافظی کرد. منتظر تلفن شب به خیر شوهرش از ساحل شرقی شد، تلفن را برداشت و گوشی را روی دستگاه گذاشت. تمام قرص‌ها را بلعید و به رختخواب رفت.

هری آن شب نتوانست بخوابد، چند مرتبه به تلما تلفن کرد و هر بار فقط زنگ مداوم اشغال اعلام می‌شد. به همسایه‌ها تلفن کرد ولی آن‌ها هم بدون نتیجه به در و پنجره تلما زدند و جوابی نشنیدند. آن‌ها خیلی زود به پلیس تلفن کردند که به خانه هجوم بردند و تلما را که نزدیک به مرگ بود، پیدا کردند.

زندگی تلما فقط با کوشش‌های قهرمانانه پزشکی نجات پیدا کرد. او به محض به دست آوردن هوشیاری‌اش، به متیو تلفن کرد و روی پیغام‌گیرش به او اطمینان داد که رازشان را مکتوم نگه می‌دارد و از او تقاضا کرد که برای دیدنش به بیمارستان برود. متیو به ملاقاتش آمد اما فقط پانزده دقیقه ماند و تلما گفت حضورش بدتر از سکوتش بود؛ متیو در مقابل تمام اشاره‌های تلما به بیست و هفت روز رابطه عاشقانه طفره رفت و اصرار کرد که رابطه‌ای رسمی و تخصصی داشته باشند. متیو تنها کاری که کرد این بود که از نقشی که داشت بیرون رفت: وقتی تلما از او پرسید رابطه‌اش با شخص جدید در زندگی‌اش چگونه می‌گذرد، متیو فریاد زد «لازم نیست آن را بدانی!»

ـ همه‌اش همین بود!

تلما برای اولین بار صورتش را مستقیماً به طرف من چرخاند و با لحنی ملال‌آور، حاکی از تسلیم اضافه کرد:

ـ دیگر هرگز او را ندیدم. در تاریخ‌های مهم: تولدش، ۱۹ ژوئن (تاریخ اولین دیدارمان) ۱۷ ژوئیه (تاریخ آخرین دیدارمان)، کریسمس و سال جدید به پیغام‌گیرش پیام فرستادم. هر دفعه که روان‌درمانگرم را عوض کردم، با تلفن به او اطلاع می‌دادم، اما او هرگز به تلفن‌هایم جواب نداد.

هشت سال است که فکرش از سرم بیرون نرفته است. هر روز ساعت هفت صبح نمی‌دانم که هنوز از خواب بیدار شده یا نه. ساعت هشت به این فکر می‌کنم که دارد بلغور جو می‌خورد (او عاشق بلغور جو است، چون در مزرعه نبراسکا بزرگ شده است). وقتی در خیابان قدم می‌زنم به دنبال او می‌گردم. اغلب به اشتباه فکر می‌کنم او را می‌بینم و به سمت غریبه‌ای می‌دوم تا به او سلام کنم. شب‌ها خوابش را می‌بینم. هر یک از دیدارهای‌مان در مدت آن بیست و هفت روز را در ذهنم مجسم می‌کنم. در حقیقت، بیش‌تر زندگی‌ام در آن روزهای رویایی می‌گذرد ـ به ندرت به وقایعی که در زمان حال می‌گذرند، توجه می‌کنم. زندگی‌ام در هشت سال قبل می‌گذرد.

«زندگی‌ام در هشت سال قبل می‌گذرد»؛ جمله‌ای جذاب و چشمگیر. آن را برای استفاده در آینده ذخیره می‌کنم و می‌گویم:

ـ راجع به روان‌درمانی‌هایی که در هشت سال گذشته، پس از تلاش برای

خودکشی‌ات داشته‌ای حرف بزن.
ـ طی آن مدت هیچ‌گاه بدون روان‌درمانگر نبودم. آن‌ها مقدار زیادی داروی ضدافسردگی به من دادند، که خیلی هم مؤثر نبود به جز این‌که مرا به خواب می‌برد. به خیلی از روان‌درمانی‌ها ادامه ندادم. روش معالجه با گفت‌وگو هیچ کمکی نکرد. حدس می‌زنم می‌خواهی بگویی که من به روان‌درمانگر خیلی فرصت ندادم زیرا تصمیم گرفته بودم که با صحبت نکردن از متیو یا از ماجرایم با هیچ روان‌درمانگر دیگری از متیو حفاظت کنم.
ـ منظورت این است که در هشت سال روان‌درمانی هیچ صحبتی از متیو نکرده‌ای؟
چه روش بدی! خطای تازه‌کارها. اما نتوانستم تعجبم را پنهان کنم. صحنه‌ای که ده‌ها سال است به آن فکر نکرده بودم وارد ذهنم شد: دانشجوی کلاس مصاحبه دانشکده پزشکی بودم. یک دانشجوی خوش‌قلب اما خودنما و بی‌احساس (که بعداً خوشبختانه یک جراح اُرتوپدی شد) در مقابل هم‌کلاسی‌هایش در حال انجام مصاحبه بود و کوشش می‌کرد از روش اولیه راجری(۳۵) ترغیب بیمار همراه با تکرار حرف‌های بیمار (معمولاً آخرین کلمه جمله) استفاده کند. بیمار که رفتارهای وحشتناکی را که پدر مستبدش انجام داده بود یک به یک برشمرده بود، توضیحاتش را با این جمله پایان داد: «او همبرگر را خام خام می‌خورد!» مصاحبه‌گر، که سخت تلاش کرده بود بی‌تفاوتی‌اش را حفظ کند، دیگر قادر نبود خشمش را فرو ببرد، فریاد زد: «همبرگر خام؟» بقیهٔ سال، عبارت «همبرگر خام» در اغلب سخنرانی‌ها زمزمه می‌شد و همواره کلاس از خنده منفجر می‌شد.
من که البته غرق رویای شیرینم هستم، می‌پرسم:
ـ اما امروز، تصمیم گرفتید به دیدن من بیایید و نسبت به خودتان صادق باشید. درباره این تصمیم هم حرف بزنید.
ـ درباره شما تحقیق کردم. به پنج روان‌درمانگر قبلی تلفن کردم و به آن‌ها گفتم می‌خواهم آخرین شانسم را امتحان کنم و از آن‌ها پرسیدم نزد چه کسی بروم. چهار نفر از آن‌ها شما را توصیه کردند. آن‌ها گفتند که شما یک روان‌درمانگر خوب و «آخرین سنگر» هستید. پس معلوم شد مزیتی در شما وجود دارد. اما من می‌دانستم آن‌ها دانشجویان قبلی شما بوده‌اند، بنابراین راجع به شما بیش‌تر تحقیق کردم. به کتابخانه رفتم و یکی از کتاب‌های شما را مطالعه کردم. تحت تأثیر دو چیز قرار گرفتم: شما روراست بودید ـ می‌توانستم نوشته شما را درک کنم ـ و مشتاق بودید آشکارا درباره مرگ صحبت کنید. و من قصد دارم با شما روراست باشم: من تقریباً مطمئنم که سرانجام دست به خودکشی خواهم زد. به این دلیل به این‌جا آمدم تا آخرین کوششم را برای روان‌درمانی انجام دهم. شاید راهی پیدا کنم که با ذره‌ای شادی زندگی کنم. اگر نشود، امیدوارم به من کمک کنید بمیرم و کمک کنید راهی پیدا کنم که تا حد ممکن موجب آزار کم‌تر خانواده‌ام شوم.

به تلما گفتم فکر می‌کنم بتوانیم با یکدیگر کار کنیم، اما پیشنهاد می‌کنم یک ساعت مشاوره دیگر داشته باشیم تا امور را بیش‌تر بررسی کنیم و او هم ارزیابی کند که آیا می‌تواند با من کار کند. هم‌چنین پرسیدم که آیا می‌تواند هزینهٔ کار با من را بپردازد. می‌خواستم چیزهای بیش‌تری بگویم که تلما به ساعتش نگاه کرد و گفت:

ـ می‌بینم که پنجاه دقیقه وقتم تمام شده و اگر چیز دیگری نیست، می‌دانم که توقف بیش‌تر در دفتر روان‌درمانگر خوشایند نیست.

لحن جمله آخر مرا به فکر فرو برد: نه کاملاً تمسخرآمیز، نه کاملاً عشوه‌گرانه. وقتی تلما بلند شد، در حال خروج به من گفت برای جلسهٔ بعد با منشی‌ام برنامه‌ریزی می‌کند.

بعد از این جلسه مجبور شدم خیلی فکر کنم. ابتدا متیو را در نظر گرفتم. او مرا عصبانی می‌کرد. بیماران بسیاری را دیده بودم که به خاطر سوءاستفاده روان‌درمانگرها از امیال جنسی به شدت آسیب دیده بودند. این موضوع همیشه به بیمار آسیب وارد می‌کند.

بهانه روان‌درمانگرها همیشه انحصارطلبانه و دلیل‌تراشی منفعت‌طلبانه است، مثلاً روان‌درمانگر امیال جنسی بیمار را پذیرفته و تصدیق می‌کند. در حالی که تعداد زیادی از بیمارها ممکن است نیاز به تصدیق جنسیت داشته باشند، مثل آن‌هایی که به طور آشکار غیرجذاب، به شدت چاق، یا به علت عمل جراحی بد ریخت شده‌اند، اما هنوز از یک روان‌درمانگر هم تصدیق جنسیتی یکی از آن‌ها را نشنیده‌ام. همیشه زنی جذاب برای تأیید انتخاب می‌شود. البته این روان‌درمانگرهای قانون‌شکن هستند که خودشان به تأیید جنسیتی نیاز دارند ولی فاقد منبع یا کاردانی کافی برای به دست آوردن آن در زندگی شخصی خودشان هستند.

اما متیو رازی را مطرح کرده بود. زمانی که او تلما را اغفال کرد (یا به خودش اجازه داد تا اغفال شود. به هر حال، هر دو یکی است)، تازه دانشکده تحصیلات تکمیلی را تمام کرده بود و در اواخر دهه بیست‌سالگی یا اوایل سی‌سالگی بود. پس چرا؟ چرا یک مرد جوان جذاب و احتمالاً ورزیده زنی شصت و دو ساله را که سال‌هاست افسرده و بی‌امید زندگی می‌کند، انتخاب کند؟ درباره این حدس که متیو هم‌جنس‌گرا باشد نیز فکر کردم. شاید عاقلانه‌ترین فرضیه این بود که متیو روی بعضی مشکلات روان‌جنسیتی شخصی کار (یا برون‌ریزی(۳۶)) می‌کرد و با استفاده از بیمار (یا بیمارانش) این تحقیق را انجام می‌داد.

دقیقاً به همین دلیل است که ما کارآموزها را وادار می‌کنیم تا مدتی طولانی در دوره روان‌درمانی شخصی بمانند. اما امروزه، با دوره‌های آموزشی کوتاه، سرپرستی کم‌تر، آسان‌گیری در معیارهای آموزشی و شرایط پروانه دادن، اغلب روان‌درمانگرها مردود می‌شوند و بیماران بسیاری از روان‌درمان‌گرهای فاقد دانش شخصی رنج می‌برند. نسبت به متخصص‌های بی‌مسئولیت احساس دلسوزی مختصری می‌کردم و بیماران

بسیاری را وادار کردم که روان‌درمانگرهایی که مزاحمت جنسیتی ایجاد کرده‌اند، به کمیته‌های اخلاقی تخصصی معرفی کنند. کمک‌هایی را که موقتاً می‌توان به متیو کرد، بررسی کردم، اما فکر کردم او فراسوی مقررات محدودیتی قرار دارد. با وجود این می‌خواستم بداند چه آسیبی وارد کرده است.

شهر کتاب (nbookcity.com)

توجهم را به سمت تلما برگرداندم و موقتاً مسئله انگیزه متیو را رها کردم. اما قبل از گشودن گره این روان‌درمانی بارها با آن مسئله مبارزه کرده بودم و نمی‌توانستم تمام معمای مورد تلما را حدس بزنم، این معمای متیو بود که لازم بود به طور کامل حل کنم.

به شدت تحت تأثیر سرسختی اشتغال ذهنی عشقی تلما که به مدت هشت سال بدون هیچ اجبار خارجی روح این زن را تسخیر کرده بود، قرار گرفتم. مشغولیت ذهنی سرتاسر زندگی او را اشغال کرده بود. او راست می‌گفت؛ در زندگی هشت سال قبلش زندگی می‌کرد. این مشغولیت (وسواس) ذهنی باید قدرتش را از ضعیف کردن بقیه وجود او گرفته باشد. تردید داشتم که بتوان او را بدون کمک‌های اولیه برای تقویت حوزه‌های دیگر زندگی‌اش، از این اشتغال ذهنی جدا کرد.

از میزان رابطه صمیمانه در زندگی روزانه‌اش در تعجب بودم. از آن‌چه درباره ازدواجش گفته بود، معلوم می‌شد صمیمیت کمی بین او و شوهرش وجود داشت. شاید کارکرد مشغولیت ذهنی به سادگی صمیمیت ایجاد کرده بود: او عاشق شخص دیگری اما نه شخصی واقعی، بلکه شخصی خیالی شده بود.

بیش‌ترین امیدم شاید برقراری رابطه‌ای ارزشمند و نزدیک بین ما دو نفر بود که سپس از آن رابطه به عنوان حلّالی استفاده کنم تا بدان وسیله اشتغال ذهنی تلما برطرف شود. اما این کار نباید آسان باشد. شرح درمانش وحشتناک بود. مجسم کنید که هشت سال در حال درمان باشد و هیچ چیز درباره مسئلهٔ واقعی نگفته باشد! چنین فردی باید آدم خاصی باشد، شخصی که دورویی قابل توجهی را تحمل می‌کند، شخصی که صمیمیت در فضای خیالی را غنیمت می‌شمرد ولی ممکن است در زندگی از آن دوری کند.

تلما جلسه بعد را با گفتن این جمله آغاز کرد که هفته هولناکی داشته است. روان‌درمانی همیشه معمایی برای او مطرح کرده بود:

ـ می‌دانم نیاز دارم مورد توجه قرار گیرم، بدون آن نمی‌توانم از عهده هیچ کاری برآیم. و هنوز هر وقت درباره آن‌چه اتفاق افتاده صحبت می‌کنم، هفته مصیبت‌باری را می‌گذرانم. جلسات روان‌درمانی همیشه فقط بیمار را به هیجان می‌آورد. آن‌ها هیچ وقت هیچ چیز را حل نمی‌کنند. آن‌ها همیشه اوضاع را بدتر می‌کنند.

ابداً از این حرف‌ها خوشم نمی‌آید. آیا این کلمات پیش‌نمایش جاذبه‌های آینده بودند؟ آیا تلما داشت به من می‌گفت چرا سرانجام روان‌درمانی را رها خواهد کرد؟

ـ این هفتهٔ طولانی پُر از گریه‌های بی‌مقدمه بود. متیو بی‌وقفه در ذهنم بود. نمی‌توانم با هری صحبت کنم زیرا فقط دو چیز در ذهنم دارم ـ متیو و خودکشی ـ که از فکر کردن به هر دو موضوع منع شده بودم. من هرگز درباره متیو با شوهرم صحبت نخواهم کرد. سال‌ها قبل به او گفتم که یک بار تصادفی متیو را خیلی کوتاه

دیدم. من باید خیلی حرف زده باشم زیرا بعداً هری گفت که اعتقاد دارد این متیو باید به طریقی در کوشش من برای خودکشی مقصر باشد. اگر او حقیقت را بداند، صادقانه اعتقاد دارم که متیو را خواهد کشت. هری مملو از شعارهای شرافتمندانه پیشاهنگ‌هاست ـ دسته پیشاهنگ‌ها، که همه‌اش راجع به آن‌ها فکر می‌کند ـ اما قلباً مرد خشنی است. او در زمان جنگ جهانی دوم افسر کماندوی انگلیس بوده و در آموزش روش‌های جنگ تن به تن تخصص دارد.

ـ راجع به هری بیش‌تر برایم بگو.

وقتی تلما می‌گفت که اگر هری بفهمد چه اتفاقی افتاده متیو را خواهد کشت، متوجه شور و حرارتی در صدایش شدم.

ـ با هری در سی‌سالگی وقتی رقصنده‌ای حرفه‌ای در کانتی‌ننت(۳۷) بودم، آشنا شدم. همیشه به خاطر دو چیز زندگی می‌کردم: رقص و عشق. قبول نکردم به خاطر بچه‌دار شدن از رقص دست بکشم، اما در سی‌ویک‌سالگی مجبور شدم رقص را کنار بگذارم زیرا شست پایم نقرس گرفته بود ـ مرضی که برای بالرین‌ها بیماری خوبی نیست. اما در مورد عشق، وقتی جوان‌تر بودم طرفداران زیادی داشتم. عکس مرا ببینید. صادقانه حقیقت را بگویید، آیا زیبا نبودم؟

سپس بدون این‌که منتظر جواب من باشد، ادامه داد:

ـ اما وقتی با هری ازدواج کردم، عشق تمام شد. فقط چند مرد ـ اگرچه چندتایی می‌شدند ـ به اندازه کافی جرئت داشتند به من فکر کنند و همه از هری می‌ترسیدند. هری بیست سال قبل هم‌بستر شدن را کنار گذاشت ـ او در دست کشیدن از امور، استاد است. ما اکنون حتی به ندرت یکدیگر را لمس می‌کنیم؛ شاید من هم به‌اندازه او مقصر باشم.

می‌خواستم درباره این جمله که «هری در کنار گذاشتن چیزها استاد است» سؤال کنم، اما تلما پیش‌دستی کرد. او می‌خواست صحبت کند، بدون توجه به این‌که به نظر برسد با من حرف می‌زند. او اصلاً نشان نداد که خواهان پاسخ من است. نگاه خیره‌اش به سمت دیگری نشانه رفته بود. موقع حرف زدن معمولاً به بالا نگاه می‌کرد، مثل این‌که حافظه‌اش را از دست داده باشد.

ـ چیز دیگری که به آن فکر می‌کنم اما نمی‌توانم راجع به آن حرف بزنم، خودکشی است. می‌دانم که دیر یا زود آن را عملی خواهم کرد، آن تنها راه نجات است. اما هرگز جلوی هری یک کلمه هم از آن حرف نمی‌زنم. وقتی سعی کردم خودکشی کنم، این کار من نزدیک بود او را بکشد. او یک سکته مغزی خفیف داشت و در برابر چشمانم ده سال پیرتر شد. وقتی با کمال تعجب در بیمارستان بیدار شدم، راجع به این‌که با خانواده‌ام چه کار کرده‌ام، خیلی فکر کردم و همان‌جا تصمیماتی گرفتم.

ـ چه تصمیماتی؟

نیازی به پرسش من نبود، زیرا تلما در حال شرح دادن تصمیماتش بود، اما باید با او

گفتمانی می‌داشتم. داشتم اطلاعات فراوانی به‌دست می‌آوردم، اما هیچ ارتباطی با هم برقرار نکرده بودیم. مثل این‌که در اتاق‌های جداگانه‌ای قرار داشتیم.

ـ تصمیم گرفتم چیزی نگویم یا کاری نکنم که باعث درد و رنج هری شود. تصمیم گرفتم همه چیز را به او بدهم، همه مسائل را به او واگذار کنم. او می‌خواست اتاق جدیدی برای وسایل ورزشی‌اش بسازد، اشکال ندارد. او می‌خواست برای مرخصی به مکزیک برود، اشکال ندارد. او می‌خواست با مردم در اجتماعات مذهبی ملاقات کند، اشکال ندارد.

تلما با توجه به نگاه پرسش‌آمیز من نسبت به اجتماعات کلیسایی توضیح داد:

ـ از آن‌جا که در سه سال آخر می‌دانستم که سرانجام اقدام به خودکشی می‌کنم، نمی‌خواستم با هیچ فرد جدیدی آشنا شوم. دوستان جدید فقط به معنای گفتن خداحافظی بیش‌تر و صدمه زدن به آدم‌های بیش‌تری است.

با مردم بسیاری که واقعاً سعی کرده بودند خودشان را بکشند، کار کرده بودم، اما تجربه‌شان معمولاً آن‌ها را تا حدودی دگرگون می‌کرد و به بلوغ جدید و عقلی تازه می‌رسیدند. مواجههٔ واقعی با مرگ معمولاً موجب می‌شود شخص اهدافش را صادقانه‌تر مورد سؤال قرار دهد و پس از آن زندگی‌اش را بر اساس آن هدایت کند. همین‌طور در مورد افرادی که از طریق بیماری مرگبار با مرگ مواجه می‌شوند: خیلی‌ها افسوس خورده‌اند که چرا تا حالا صبر کرده‌اند.

ـ وقتی بدنم از سرطان سوراخ سوراخ شده است، از کجا بدانم چگونه زندگی کنم، حیف که مجبور بودم تا حالا صبر کنم،

با وجود این، تلما متفاوت بود. به ندرت با فردی روبه‌رو شده‌ام که این‌قدر به مرگ نزدیک شده باشد اما این‌قدر کم از آن آموخته باشد. پس از بازیافتن هوشیاری‌اش به دنبال مصرف بیش از حد دارو، تصمیماتی به شرح زیر گرفت: آیا واقعاً می‌توانست باور کند که با تأیید بدون تأمل هر درخواست هری و حذف آرزوها و افکار خودش هری را خوشحال خواهد کرد؟ و چه چیزی برای هری بدتر از این می‌توانست باشد که همسرش آخر هفته گریه کند و هیچ چیز را با او در میان نگذارد؟ این زنی بود که در خودفریبی غرق شده بود.

خودفریبی‌اش به خصوص وقتی آشکار می‌شد که درباره متیو بحث می‌کرد.

ـ در رفتار متیو چنان ملاطفتی وجود داشت که بر زندگی هر کسی که با او تماس می‌گرفت، اثر می‌گذاشت. منشی‌ها همه دوستش داشتند. او به هر یک از آن‌ها جمله محبت‌آمیزی می‌گفت، نام همه فرزندان‌شان را می‌دانست، هفته‌ای سه یا چهار روز برای‌شان دونات می‌آورد. در مدت آن بیست و هفت روز هر بار که بیرون رفتیم، هرگز فراموش نکرد چیزی بگوید که مستخدم یا فروشنده فروشگاه را خوشحال کند. آیا چیزی درباره تمرین‌های مراقبه بودایی می‌دانی؟

ـ خوب، بله، در حقیقت، من...

اما تلما منتظر شنیدن بقیه جمله‌ام نشد و گفت:
ـ پس درباره مراقبه محبت(۳۸) می‌دانید. او روزی دو مرتبه آن را انجام می‌داد و آن تمرین را به من هم آموزش داد. دقیقاً به همین دلیل است که هرگز خوابش را هم نمی‌دیدم چنین کسی به این شکل با من رفتار کند. سکوت او مرا می‌کشت. گاهی اوقات فکر می‌کنم که امکان ندارد شخصی که به من آموخت صادق باشم، تنبیهی وحشتناک‌تر از سکوت مطلق اختراع کند. این روزها بیش از پیش...
تلما صدایش را پایین آورد و تقریباً زمزمه کرد:
ـ فکر می‌کنم او عمداً سعی می‌کند مرا به سمت خودکشی بکشاند. آیا این بیش‌تر شبیه به یک فکر احمقانه نیست؟
ـ من نمی‌دانم که این فکر احمقانه است یا نه، اما به شدت دردناک و خطرناک است.
ـ او سعی می‌کند مرا به سمت خودکشی بکشاند. بدین ترتیب من دیگر موی دماغ او نخواهم بود. این تنها توضیح ممکن است!
ـ بله، درست فکر می‌کنی، اما در تمام این سال‌ها هنوز داری از او حمایت می‌کنی. چرا؟
ـ زیرا بیش از هر چیز در دنیا، می‌خواهم متیو نسبت به من خوب فکر کند. نمی‌خواهم تنها شانسم برای نوعی شادی به خطر بیفتد!
ـ اما تلما، هشت سال است! هشت سال است که کلمه‌ای از او نشنیده‌ای!
ـ اما شانسی وجود دارد، یک شانس کوچک. به هر حال دو یا حتی یک درصد شانس بهتر از هیچ است. انتظار ندارم متیو دوباره عاشقم شود، فقط می‌خواهم به وجود من در روی این کره خاکی اهمیت بدهد. این خواسته زیادی نیست. وقتی در پارک گُلدِن گِیت قدم می‌زدیم، نزدیک بود مچ پایش پیچ بخورد، برای این‌که سعی کرد روی یک لانه مورچه پا نگذارد. چنین شخصی یقیناً می‌تواند یک پیام محبت‌آمیز برایم بفرستد!
این همه بی‌ثباتی، این همه خشم را با چنان احترامی کنار هم قرار دادن تقریباً مسخره است. هر چند من هم به تدریج وارد دنیای تجربی او می‌شدم و به سنجش مبالغه‌آمیز متیو عادت می‌کردم. اما از اظهار نظر بعدی تلما حیرت کردم.
ـ اگر سالی یک بار به من تلفن کند و فقط پنج دقیقه با من حرف بزند، حال مرا بپرسد و نگرانی‌اش نسبت به من را نشان دهد، در آن صورت می‌توانم با شادمانی زندگی کنم. آیا این تقاضای زیادی است؟
هرگز با شخصی مواجه نشده بودم که به شخص دیگری این همه قدرت بدهد. تصور کنید: این خانم ادعا می‌کرد سالی پنج دقیقه مکالمه تلفنی او را درمان می‌کند. شخصاً باور نمی‌کنم که یک تلفن این‌قدر اثر داشته باشد. از طرف دیگر، من هرگز یک تجربهٔ ناموفق را تکرار نمی‌کنم و می‌دانم که برای کسب موفقیت در روان‌درمانی

نباید به شانس تکیه کنم. خودفریبی تلما، فقدان تمایلات روان‌شناختی‌اش، مقاومتش برای درون‌نگری، تمایلش برای خودکشی، همه و همه هشدار می‌دهند که: «مواظب باش!»

مشکلش هنوز مرا مجذوب می‌کرد. مشغولیت ذهنی‌اش به عشق ـ آیا آن را می‌توان چیز دیگری نامید؟ ـ قوی و مصمم بود، هشت سال بر زندگی‌اش غلبه داشت. اما ریشه‌های این اشتغال ذهنی به نظرم بسیار سست بودند. اندکی تلاش و کمی مهارت کافی است تا تمام علف‌های هرز را ناگهان ریشه‌کن کرد. و بعد؟ در زیر این مشغولیت ذهنی چه چیزی پیدا می‌کردم؟ آیا می‌توانستم حقایق وحشیانه تجربه انسانی را که این شیفتگی را پنهان کرده بود، کشف کنم؟ در آن صورت شاید واقعاً چیزی درباره عملکرد عشق بیاموزم. پژوهشگران پزشکی در تحقیقات اوایل قرن نوزدهم کشف کردند که بهترین راه درک نقش غده داخلی این است که آن را از بدن خارج و سپس عملکرد فیزیولوژی بعدی حیوان آزمایشگاهی را مشاهده کرد. هر چند از به هم بافتن استعاره‌های غیرانسانی‌ام به وحشت افتادم، تعجب می‌کنم که آیا ممکن است همان اصل در این‌جا هم معتبر باشد؟ تا این لحظه معلوم شده بود که عشق تلما به متیو در واقعیت چیز دیگری بود ـ شاید یک فرار بود، شاید سپری در برابر پیر شدن و تنهایی بود. اگر عشق را نوع‌دوستی، ایثار و ارتباط بدون نیازمندی بدانیم، نه متیو در آن مطرح بود، نه عشق فراوان.

(nbookcity.com

توجهم به پیشگویی علامت‌های دیگر جلب شد، اما تصمیم گرفتم از آن‌ها چشم‌پوشی کنم. برای مثال، می‌توانم بیست سال مراقبت روان‌پزشکی تلما را به طور جدی‌تر در نظر بگیرم! زمانی که در درمانگاه روان‌پزشکی جان هاپکینز دانشجو بودم، کارکنان تعداد زیادی نشانه‌های مزمن «اتاق عقب» داشتند. یکی از بی‌ادبانه‌ترین این نشانه‌ها «سنگینی» بود: هر قدر پرونده بالینی بیمار سنگین‌تر بود، تشخیص بدتر بود. تلما یک زن هفتادساله با پرونده‌ای دست‌کم پنج کیلویی بود و هیچ کس، مطلقاً هیچ کس به او روان‌درمانی را توصیه نمی‌کرد.

هر وقت حالت ذهنی خودم را در آن زمان به نظر می‌آورم، متوجه می‌شوم که این نگرانی‌ها را فقط توجیه می‌کردم.

بیست سال روان‌درمانی؟ خوب، هشت سال گذشته را به خاطر رازداری تلما نمی‌توان روان‌درمانی به حساب آورد. اگر بیمار مشکل اصلی را مخفی کند، روان‌درمانی هیچ شانسی برای موفقیت ندارد.

ده سال روان‌درمانی قبل از متیو؟ خوب، آن خیلی وقت قبل بود! از آن گذشته، بیش‌تر روان‌درمانگرهایش کارآموزهای جوان بودند. به طور قطع، من می‌توانستم چیز بیش‌تری به او عرضه کنم. تلما و هری، با امکانات مالی محدود، هرگز قادر نبوده‌اند از عهده هزینه مراجعه به روان‌درمانگرهایی غیر از دانشجویان برآیند. اما هزینه من اخیراً به وسیله مؤسسهٔ پژوهشی برای مطالعه روان‌درمانی افراد مسن تأمین شده و بنابراین می‌توانستم تلما را با کم‌ترین حق طبابت ملاقات کنم. یقیناً این فرصتی غیرمعمولی برایش بود تا روان‌درمانی را زیر نظر یک متخصص باتجربه دنبال کند.

دلایل واقعی من برای پذیرش تلما جای دیگری قرار داشت: اول، من مجذوب مواجهه با وسواسی عشقی شدم که در عین حال که ریشه‌ای عمیق داشت، اما در حالت بی‌حفاظِ آسیب‌پذیری بود که تحت تأثیر کاوش و وارسی آن قرار نگرفتم، دوم، من تحت تأثیر چیزی قرار گرفتم که حالا می‌توانم آن را «تکبّر» بنامم؛ اعتقاد داشتم که می‌توانم به هر بیماری کمک کنم و کسی فراسوی مهارت من وجود ندارد. فلاسفه پیش از سقراط «تکبر» را «نافرمانی در برابر قانون الهی» تعریف کرده‌اند. بله، من نافرمانی کردم، اما نه در برابر قانون الهی، بلکه در برابر قانون طبیعت، قوانینی که بر جریان حوادث در حوزه تخصصی‌ام حاکم هستند. فکر می‌کنم دلواپسی‌ام در آن زمان این بود که قبل از اینکه کارم با تلما تمام شود، به خاطر تکبرم مورد بازخواست قرار خواهم گرفت.

در پایان ساعت دوم، دربارهٔ قرارداد درمان با تلما صحبت کردم. او به روشنی توضیح داد که خودش از عهده پرداخت هزینه درمان درازمدت برنمی‌آید و از آن گذشته، من فکر کردم که در مدت شش ماه باید بفهمم که آیا می‌توانم به او کمک کنم یا خیر. بنابراین توافق کردیم که هفته‌ای یک مرتبه به مدت شش ماه (فکر کردیم احتمالاً به

دوره‌ای شش ماهه نیاز داشته باشیم) یکدیگر را ملاقات کنیم. نظر تلما این بود که به‌طور منظم حاضر شود و در طرح پژوهشی روان‌درمانی شرکت کند، که همراه با مصاحبه پژوهشی و مجموعه آزمون‌های روان‌درمانی برای سنجش نتیجه بود و دو مرتبه در آغاز درمان و شش ماه پس از خاتمه انجام می‌شد.

خیلی رنج کشیدم تا به او بگویم که روان‌درمانی بدون شک ناراحت‌کننده است و تلاش کردم از او قول بگیرم که آن را تحمل کند.

ـ تلما، این مشغولیت فکری مداوم درباره متیو... اجازه بده آن را به طور خلاصه اشتغال ذهنی بنامیم...

او حرفم را قطع کرد و با خشم گفت:

ـ آن بیست و هفت روز نعمت بزرگی بود.

بعد ادامه داد:

ـ یکی از دلایلی که راجع به آن با روان‌درمانگرهای دیگر صحبت نکردم این است که نمی‌خواستم آن را به صورت یک بیماری در نظر بگیرند.

ـ نه، تلما، من درباره هشت سال گذشته حرف نمی‌زنم. من درباره حالا و این‌که چرا نمی‌توانی راحت زندگی کنی، حرف می‌زنم. زیرا به طور مداوم تاریخ گذشته را ورق می‌زنی. فکر کردم چون می‌خواسته‌ای جلوی عذاب کشیدن خودت را بگیری، به من مراجعه کرده‌ای.

نفس عمیقی کشید، چشمانش را بست و سرش را به نشانه موافقت تکان داد. آن‌چه را می‌خواست با اخطار به من گفته بود و حالا به صندلی‌اش تکیه داد.

ـ آن‌چه می‌خواهم بگویم این است که این مشغولیت ذهنی... اگر اصطلاح «مشغولیت ذهنی» تو را آزار می‌دهد، بیا کلمه بهتری پیدا کنیم.

ـ نه، عیبی ندارد. حالا می‌فهمم چه می‌خواهی بگویی.

ـ خوب، این مشغولیت ذهنی به مدت هشت سال بخش مرکزی ذهن تو بوده است. بیرون راندن آن مشکل است. من باید با بعضی از باورهایت بجنگم و روان‌درمانی شاید ناراحت‌کننده باشد. قول بده همراه با من این رنج را تحمل خواهی کرد.

ـ قول می‌دهم. وقتی تصمیم می‌گیرم، هرگز از تصمیم خود برنمی‌گردم.

ـ تلما، علاوه بر آن نمی‌توانم با خطر خودکشی که بالای سر خودت آویزان کرده‌ای، به خوبی کار کنم. نیاز دارم قول بدهی که در شش ماه آینده به هیچ اقدامی برای از بین بردن خودت دست نزنی. اگر احساس کردی در آستانهٔ خودکشی هستی، به من زنگ بزن. هر ساعتی بود تلفن کن، من در خدمتت خواهم بود. اما اگر هر اقدامی بکنی ـ مهم نیست چقدر بی‌اهمیت ـ در آن صورت قراردادمان فسخ می‌شود و به کار با تو ادامه نخواهم داد. ما اغلب این اظهارات را روی کاغذ می‌نویسیم و امضا می‌کنیم، اما من به ادعایت که همیشه به تصمیماتت عمل می‌کنی، احترام می‌گذارم.

در کمال تعجب دیدم که تلما سرش را به نشانهٔ مخالفت تکان داد و گفت:

ـ هیچ راهی وجود ندارد که برای این موضوع به شما قول بدهم. وقتی بفهمم این تنها راه نجات است، اقدام می‌کنم. قصد ندارم این گزینه را کنار بگذارم.
ـ من فقط درباره شش ماه آینده حرف می‌زنم. برای تعهدات طولانی‌تر درخواست نمی‌کنم، اما بدون این قول شروع نخواهم کرد. آیا می‌خواهی راجع به آن بیش‌تر فکر کنی و برای جلسه دیگری در هفته آینده برنامه‌ریزی کنیم؟
او بلافاصله رفتاری دوستانه در پیش گرفت. احتمالاً نمی‌توانست پیش‌بینی کند که این‌قدر محکم بایستم. اگرچه هیچ نشانه‌ای بروز نداد، اما معتقدم خیالش راحت شد.
ـ من نمی‌توانم یک هفته دیگر هم منتظر بمانم. می‌خواهم همین حالا تصمیم بگیریم و درمان را همین الان شروع کنیم. قبول می‌کنم که بیش‌ترین سعی خودم را به کار ببرم.
«بیش‌ترین سعی!» احساس نکردم این کافی باشد، اما پذیرش تلاش برای کنترل به این سرعت باورنکردنی است. بنابراین چیزی نگفتم و فقط ابروهایم را بالا انداختم. بعد از یک یا یک و نیم دقیقه (سکوتی طولانی در روان‌درمانی) تلما بلند شد، دستش را به طرف من دراز کرد و گفت:
ـ به شما قول می‌دهم.
هفته بعد کارمان را شروع کردیم. تصمیم گرفتم بر مسائل فوری و مربوط تمرکزی سریع داشته باشم. تلما زمان کافی (بیست سال روان‌درمانی) داشته است تا سال‌های رشدش را بررسی کند و آخرین چیزی که می‌خواستم بر آن تمرکز کنم، حوادثی بود که به شصت سال قبل برمی‌گشت.
او به شدت به درمان تردید داشت، هر چند آن را به‌عنوان تنها امیدش در نظر می‌گرفت، اما هیچ‌گاه جلسه رضایت‌بخشی نداشت. در طول ده هفته اول دریافتم که اگر احساساتش نسبت به متیو را بررسی کنم، مشغولیت ذهنی‌اش تا هفته بعد او را شکنجه خواهد داد. از طرف دیگر، اگر موضوعات دیگر، حتی مسائل مهمی مانند رابطه‌اش با هری را بررسی می‌کردیم، جلسه را تلف کردن وقت تلقی می‌کرد زیرا از مسئله اصلی که متیو باشد، چشم‌پوشی کرده بودیم.
در نتیجه نارضایتی او، زمان با هم بودن‌مان برای من هم مسرت‌بخش نبود. یاد گرفتم که از کار با تلما انتظار هیچ پاداشی نداشته باشم. هیچ‌گاه از بودن در حضور وی لذتی به من دست نداد. تا جلسه سوم یا چهارم معلوم شد که اگر چیزی از این روان‌درمانی مایه خشنودی من شود باید از حوزه روشنفکرانه ناشی شود.
بیش‌تر وقت با هم بودن‌مان به متیو اختصاص داشت. من راجع به محتوای دقیق رویای روزانه‌اش پرس‌وجو می‌کردم و به نظر می‌رسید تلما از صحبت کردن درباره آن لذت می‌برد. نشخوار ماجراها به شدت تکراری بودند: بیش‌تر تکرار نسبتاً دردناک یکی از ملاقات‌ها در مدت آن بیست و هفت روز بود. اولین مواجهه آن‌ها

متداول‌ترین بود ـ ملاقاتی تصادفی در میدان یونیون، خوردن قهوه در سنت‌فرانسیس، قدم زدن تا اسکله ماهیگیرها، تماشای چشم‌انداز خلیج از رستوران اسکوما، هیجان رانندگی به سمت پاتوق متیو، اما او اغلب فقط به یکی از مکالمه‌های تلفنی خصوصی‌اش فکر می‌کرد.

رابطه جنسی نقش کمی در این افکار داشت: تحریکات جنسی را به ندرت تجربه کرده بودند. در حقیقت، اگرچه در آن بیست و هفت روز نوازش‌های جنسی قابل توجهی با متیو داشته بود، اما فقط یک مرتبه، همان شب اول واقعاً آمیزش جنسی داشتند. آن‌ها یکی دو بار دیگر سعی کرده بودند، اما متیو ضعف نشان داده بود. حالا بیش‌تر متقاعد شدم که شمّ احساسی‌ام درباره رفتار متیو درست بود: او مشکلات روانی جنسی عمده‌ای داشت که بر روی تلما (و احتمالاً بیماران بدبخت دیگر) اجرا کرده بود.

نشانه‌های بسیار زیادی وجود داشت که انتخاب و تمرکز روی یکی از آن‌ها سخت بود. با وجود این، برای ریشه‌کن کردن مشغولیت ذهنی، ابتدا باید رضایت تلما را جلب می‌کردم. تا جایی که از زندگی شخصی خودم می‌فهمم، وسواس فکری در عشق زندگی را از واقعیاتش تهی می‌کند و از بین می‌برد. تجربیات چه خوب و چه بد هر دو جدید هستند. به راستی، بیش‌تر عمیق‌ترین عقایدم در زمینه روان‌درمانی و پرشورترین علایقم در روان‌شناسی از تجربیات شخصی‌ام نشئت گرفته‌اند. نیچه ادعا کرده که دستگاه فکری فیلسوف همیشه از سرگذشتِ خودش نتیجه می‌شود و من اعتقاد دارم که این موضوع برای تمام روان‌درمانگرها، در حقیقت، برای هر کسی که درباره اندیشه فکر می‌کند، درست است.

در کنفرانسی تقریباً دو سال قبل از ملاقات با تلما، با خانمی مواجه شدم که پس از آن به ذهنم، به اندیشه‌هایم و به رویاهایم هجوم می‌برد. تصویرش در ذهنم خانه کرده بود و تمام کوشش‌هایم برای بیرون کردن آن شکست می‌خورد. اما زمانی که سرحال بودم، این مشغولیت ذهنی را دوست داشتم و بارها و بارها آن را مزه مزه کردم. چند هفته بعد، همراه با خانواده‌ام برای مرخصی یک هفته‌ای به جزیره زیبای کارائیب رفتم. فقط بعد از چند روز بود که متوجه شدم از این سفر زیبای ساحلی، از گیاهان شگفت‌انگیز، حتی از هیجان غواصی و ورود به دنیای زیر آب هیچ لذتی نمی‌برم. تمام این واقعیات باشکوه به علت وسواس ذهنی‌ام از دیدم پنهان مانده بود. من غایب بودم. در ذهنم زندانی شده بودم و یک چیز مسخره بی‌معنا را بارها و بارها تماشا می‌کردم. اضطراب سراسر وجودم را فرا گرفته بود. پس یک بار دیگر به روان‌درمانی رو آوردم و پس از چند ماه دشوار، ذهنم دوباره مال خودم شد و توانستم به شغل هیجان‌انگیز ماهرانه زندگی‌ام «همان‌طور که اتفاق افتاد»، بازگردم (یک چیز هیجان‌انگیز: روان‌درمانگرم سرانجام به دوست نزدیکم تبدیل شد و سال‌ها بعد به من گفت در همان زمان که مرا معالجه می‌کرد، خودش گرفتار عشق زن

ایتالیایی جذابی شده بود که خود او نیز مجذوب شخص دیگری بود. و بدین ترتیب، چرخ فلک وسواس‌گونه عشق از بیمار به روان‌درمانگر و از روان‌درمانگر به بیمار می‌چرخد).(۳۹)

(nbookcity.com) شهر کتاب

بنابراین، در کارم با تلما، با فشار روانی بسیار به او گفتم که مشغولیت ذهنی چگونه زندگی‌اش را ضایع کرده و به همین دلیل، اغلب اوقات جمله قبلی‌اش را تکرار می‌کند که دارد در هشت سال قبل زندگی می‌کند. هیچ تعجبی ندارد که از زنده بودنش نفرت داشته باشد. زندگی‌اش در اتاقی بدون پنجره، بدون هوا در حال خفگی است، تنها با آن بیست و هفت روزی که مدت‌ها قبل او را ترک کرده‌اند، نفس می‌کشد.

اما حالا فکر می‌کنم که تلما هرگز با دلایل خوبی این نظر را قانع‌کننده نیافت. با تعمیم تجربه خودم به تجربیات او، به اشتباه فکر کردم زندگی باشکوهی داشته که به خاطر مشغولیت ذهنی‌اش خراب شده است. تلما حس کرد ـ اگرچه در آن زمان به صراحت نگفت ـ که مشغولیت ذهنی به مراتب بیش‌تر از تجربه زندگی‌اش دارای شور و نشـاط بوده است (هم‌چنین با کم‌ترین برخورد، بعدها نتیجه گرفتیم که عکس این فرمول [در مورد تلما] صادق است، یعنی به خاطر عدم غنای زندگی‌اش به وسواس فکری(۴۰) پناه برده است).

تقریباً تا جلسه ششم، به تدریج او را از پا درآوردم ـ فکر می‌کنم این جمله را باید به حساب شوخ‌طبعی من بگذارید ـ و او قبول کرد که وسواس فکری دشمن است و باید ریشه‌کن شود. چند جلسه پشت سر هم فقط مشغولیت ذهنی (وسواس فکری) را شناسایی می‌کردیم. به نظر من، منبع نفوذ آن در قدرتی بود که این خانم به متیو داده بود. تا وقتی آن قدرت را از بین نمی‌بردیم، نمی‌توانستیم هیچ کاری انجام دهیم.

ـ تلما، در مورد این احساس که تنها موضوع مهم این است که متیو نظر خوبی نسبت به تو داشته باشد، هر چه می‌دانی به من بگو.

ـ بیان آن با کلمات مشکل است. این‌که او از من متنفر است، غیرقابل تحمل است. او تنها شخصی است که «همه چیز» را راجع به من می‌داند. بنابراین حقیقت این است که او هنوز هم عاشق من است، این‌که او همه چیز را می‌داند، خیلی اهمیت دارد.

فکر می‌کنم دقیقاً به همین دلیل روان‌درمانگرها نباید از نظر عاطفی گرفتار بیماران شوند؛ به خاطر نقش محرمانه‌شان، دسترسی‌شان به احساسات عمیق و اطلاعات محرمانه، واکنش‌شان همیشه خیلی پر معنی پنداشته می‌شود. برای بیماران تقریباً غیرممکن است که روان‌درمانگرها را به همان صورت واقعی که هستند، ببینند.

بنابراین در حالی که به شدت نسبت به متیو خشمگین بودم، گفتم:

ـ اما تلما، او هم فقط یک آدم است. هشت سال است که او را ندیده‌ای. چه فرقی می‌کند که او نسبت به تو چه فکر می‌کند؟

ـ نمی‌توانم به تو بگویم چرا. می‌دانم فایده‌ای ندارد، اما با تمام روح و وجودم، اعتقاد دارم که حق با من است؛ اگر او نسبت به من نظر خوبی داشته باشد، من خوشحال خواهم شد.

این تفکر، این باورِ از بنیان غلط، دشمن بود. من باید آن را از ذهنش بیرون می‌کردم.

پس خطابه پرشوری تهیه کردم:
ـ تو، تو هستی، تو وجود خودت را داری، از لحظه‌ای به لحظه‌ای دیگر، از یک روز به روز دیگر، همان شخصی هستی که زندگی خودت را داری. اساساً هستی تو تحت تأثیر اندیشه‌های زودگذر، تحت تأثیر امواج ملایم الکترومغناطیسی که از بعضی ذهن‌های ناشناخته بروز می‌کنند، قرار نمی‌گیرد. سعی کن آن را ببینی. تمام قدرتی که متیو دارد ـ هر ذره از آن را ـ تو به او داده‌ای.
ـ از اندیشه‌هایی که مرا تحقیر می‌کند، حالم به هم می‌خورد.
ـ این‌که در ذهن شخص دیگر چه می‌گذرد، شخصی که هرگز حتی او را نمی‌بینی، شخصی که احتمالاً حتی از هستی‌ات آگاه نیست، فردی که به چالش‌های زندگی خودش چسبیده است، شخص تو را تغییر نمی‌دهد.
ـ اوه! او خیلی خوب از هستی‌ام آگاه است. من تعداد زیادی پیام روی پیغام‌گیر تلفنش گذاشته‌ام. در حقیقت، هفته گذشته پیامی برایش فرستادم تا بداند که به دیدن شما می‌آیم. من فکر می‌کنم متیو باید بداند که دارم با شما راجع به او صحبت می‌کنم. در طول سال‌های گذشته هر وقت روان‌درمانگرم را تغییر داده‌ام، همیشه به او تلفن کرده‌ام.
ـ اما فکر می‌کنم با هیچ‌یک از این روان‌درمانگرها راجع به او بحث نکرده‌ای.
ـ نه نکرده‌ام. من به او قول داده‌ام ـ اگرچه او هیچ‌گاه درخواست نکرده است ـ و تا حالا به قولم وفادار بوده‌ام. حتی در تمام این سال‌ها هم راجع به او صحبت نکرده‌ام، اما هنوز فکر می‌کنم او باید بداند که کدام روان‌درمانگر را می‌بینم. بسیاری از آن‌ها از دانشکده او بوده‌اند. آن‌ها حتی ممکن است از دوستانش باشند.
به خاطر احساس کینه‌جویانه‌ام نسبت به متیو، از سخنان تلما ناراحت شدم و به همین دلیل وقتی آشفتگی متیو را هنگام گوش کردن به پیام‌های ظاهراً نگران تلما از پیغام‌گیرش در طول سال‌ها مجسم کردم، لذت بردم. شروع به کنار گذاشتن افکار مقابله به مثل با متیو کردم. این خانم می‌دانست چگونه او را تنبیه کند و در این کار مهم به کمک من نیاز نداشت.
ـ برگردیم به آن‌چه قبلاً گفتم. نمی‌توانی ببینی که با خودت چه کار می‌کنی؟ اندیشه‌های متیو واقعاً نمی‌توانند شخصی مثل تو را تغییر دهند. تو به او اجازه دادی در تو نفوذ کند. او هم آدمی درست مثل تو یا من است. اگر کمی راجع به آدمی فکر کنی که هرگز با تو تماس ندارد، آیا این افکار ـ آن تصورات ذهنی که در مغزت دَوَران می‌کنند و فقط تو آن را می‌دانی ـ بر آن شخص اثر می‌گذارند؟ تنها چیزی که می‌تواند اتفاق بیفتد، از طریق آیین وودو(۴۱) است! چرا قدرتت را به متیو واگذار می‌کنی؟ او شخصی است مثل آدم‌های دیگر، او هم تلاش می‌کند زندگی کند، پیر می‌شود، مریض می‌شود و خواهد مرد.
تلما هیچ پاسخی نداد. به خطابه‌ام ادامه دادم:

ـ قبلاً گفتی که یک فرد به سختی می‌تواند عمداً رفتاری طراحی کند که با احتمال بیش‌تری به تو صدمه وارد کند. هم‌چنین فکر کرده بودی که شاید او سعی می‌کند تو را به سمت خودکشی سوق دهد. او به سعادت تو علاقه ندارد. بنابراین چه معنایی دارد که مقام او را این‌قدر بالا ببری؟ که باور کنی که هیچ چیز مهم‌تر از نظر او برای سعادت تو در زندگی وجود ندارد؟

ـ من واقعاً باور نمی‌کنم که او سعی داشته باشد مرا به سمت خودکشی سوق بدهد. این فقط فکری است که گاهی اوقات به سراغم می‌آید. احساساتم نسبت به متیو به سرعت بد و خوب می‌شود. بیش‌تر وقت‌ها مهم این است که او آرزوی سعادت مرا دارد.

ـ اما چرا آرزوی او این‌قدر برای تو مهم است؟ تو او را تا مقام اَبَرمرد بالا برده‌ای. با وجود این، او شخصی به‌خصوص عصبی به نظر می‌آید. تو خودت مشکلات جنسی قابل توجه او را خاطر نشان کردی. به مشکل کلی شرافت ـ در مقررات اخلاقی او ـ نگاه کن. او مقررات اساسی هر حرفه مفیدی را زیر پا گذاشته است. به اضطرابی که در تو ایجاد کرده توجه کن. هر دو می‌دانیم که این کار برای روان‌درمانگر متخصصی که سوگند خورده تا بیش‌ترین اهمیت را برای بیمارش قائل شود، تا به کسی آسیب نرساند، نادرست است. او به تو صدمه زده است.

اما مثل این بود که سخنانم باد هواست، چون تلما گفت:

ـ فقط از زمانی که او به تخصص‌اش عمل کرد، وقتی به نقش رسمی برگشت، به من صدمه زد. وقتی ما فقط دو موجود انسانی عاشق هم بودیم، او گران‌بهاترین هدیه دنیا را به من داد.

این موضع‌گیری عمیقاً ناامیدکننده بود. تلما «آشکارا» مسئول وضع ناگوار زندگی خودش بود. این‌که متیو قدرتی واقعی روی تلما داشت، «آشکارا» توهّم بود. «بدیهی بود» که او به متیو آن قدرت را داده بود تا هر کوششی برای آزادی خودش و مسئولیتش برای تشکیل زندگی خودش را انکار کند. غیر از تمایل برای برگرداندن آزادی‌اش از متیو، او میل شدیدی به تسلیم و فرمان‌برداری داشت.

البته من از ابتدا می‌دانستم که قدرت خالص بحث‌هایم به اندازه کافی نافذ نیست تا تغییر مؤثری ایجاد کند. تقریباً هیچ اثری نکرده بود. وقتی خودم هم به روان‌درمانی مشغول بودم نیز هیچ‌گاه بر من تأثیر نداشت. فقط وقتی شخص بینشی را تا مغز استخوانش حس می‌کند، روان‌درمانی اثر می‌کند. فقط در آن صورت فرد می‌تواند به آن بینش عمل و تغییر کند. روان‌شناس‌های عوام‌پسند تا ابد راجع به «فرضیه مسئولیت‌پذیری» صحبت می‌کنند، اما لُبّ کلام این است: فوق‌العاده سخت و حتی وحشتناک است که خودت به این بینش برسی که خودت و فقط خودت طرح زندگی‌ات را می‌سازی. بدین ترتیب، مشکل روان‌درمانی همیشه این است که چگونه از درک روشنفکرانه بی‌حاصل یک حقیقت درباره خود شخص به سوی تجربیاتی

عاطفی از آن حقیقت حرکت کرد. این موضوع فقط وقتی تحقق می‌یابد که روان‌درمانی هیجانات عمیقی را که به نیرویی قوی برای تغییر تبدیل می‌شود، به خدمت بگیرد.

و «ناتوانی» مشکل روان‌درمانی من با تلما بود. کوشش‌هایم برای ایجاد قدرت با کمال تأسف و شرمساری، ناهنجار و عمدتاً شامل خرده‌گیری‌های ناشیانه و چرخه‌ای تکراری از مشغولیت ذهنی او و انتقادی شدید از آن بود.

بی‌تردید در لحظات بحرانی نظیر این لحظه به شدت مشتاق بودم تا توصیه‌های سنتی مؤثر واقع شوند. روان‌کاوی، که در دانشکده‌های نظری روان‌درمانی بارزتر از بقیه روش‌ها آموزش داده می‌شود، همیشه باورهای قوی درباره روش‌های فنی لازم را ضروری می‌داند. در واقع، به نظر می‌رسد روان‌کاوها بیش‌تر از من که از «هیچ چیز»(۴۲) مطمئن نیستم از «همه چیز»(۴۳) مطمئن هستند. چنین حسی چقدر آرامش‌بخش است! اما برای من فقط یک بار اتفاق افتاد که دقیقاً فهمیدم در کار روان‌درمانی چه کار دارم می‌کنم و به‌عنوان مثال بر حسب وظیفه، مراحل دقیق روند روان‌درمانی را در توالی مناسب طی کردم.

البته همهٔ آن توهّم بود. اگر آن‌ها برای بیمار اصلاً مفید باشند، مکاتب نظری با الهامات و تلقین‌های مابعدالطبیعهٔ پیچیده‌شان موفق می‌شوند، زیرا آن‌ها نگرانی «بیمار» را فرو نمی‌نشانند، بلکه نگرانی «روان‌درمانگر» را برطرف می‌کنند (و بدین ترتیب به روان‌درمانگر اجازه می‌دهند تا با اضطرابِ روند روان‌درمانگری مواجه شود). هر قدر روان‌درمانگر بیش‌تر قادر به تحمل نگرانی ندانستن باشد، کم‌تر نیاز خواهد داشت که به سنّت پناه ببرد. اعضای خلاق آیین سنتی، هر آیینی، سرانجام مقررات سنتی را زیر پا خواهند گذاشت.

اگرچه درباره روان‌درمانگران مطلع چیز دلگرم‌کننده‌ای مبنی بر این‌که همیشه هر وضعیتی را تحت کنترل دارند، وجود دارد، اما درباره یک روان‌درمانگر ناشی هم می‌تواند چیز جذاب قدرتمندی وجود داشته باشد، یعنی روان‌درمانگری که مشتاق است خود را همراه با بیمار درگیر مخمصه کند تا همراه با هم به طور اتفاقی چیزی توانمند را کشف کنند. با وجود این، حیف که تلما قبل از پایان این مورد، قرار بود به من بیاموزد که روان‌درمانی خیلی استثنایی ممکن است برای بیمار وقت تلف کردن باشد.

در جست‌وجویم برای قدرت از مرزها فراتر رفتم. سعی کردم او را به لرزه درآورم و آزارش دهم:

ـ برای یک لحظه، فکر کن متیو مرد! آیا این موضوع می‌تواند تو را آزاد کند؟

ـ پیش‌تر سعی کرده‌ام این موضوع را هم مجسم کنم. فرض کردم که او مرده است، غم و اندوهی بزرگ بر من نازل شد. در دنیایی تهی زندگی می‌کردم. هیچ‌گاه نمی‌توانم فکر کنم که او درگذشته باشد.

ـ چگونه می‌توانی خودت را از این مسئله نجات بدهی؟ چگونه می‌توان تو را نجات داد؟ آیا متیو می‌تواند تو را نجات دهد؟ آیا تا حالا گفت‌وگویی را مجسم کرده‌ای که در آن متیو تو را رها کند؟

تلما به این سؤال لبخند زد. چنان به من نگاه کرد که فکر کردم از آن لحظه احترام بیش‌تری برایم قائل است. او از توانایی خواندن ذهن من تحت تأثیر قرار گرفت. چون من آشکارا از خیال‌پردازی استفاده کردم.

ـ اغلب، خیلی وقت‌ها.

ـ برایم شرح بده. چطور می‌توان این کار را انجام داد؟

من به نقش بازی کردن یا تغییر صندلی فکر نکرده بودم اما به نظر می‌رسید موقعیت مناسبی برای آن فراهم شده است. پس گفتم:

ـ بیا نقش بازی کنیم. ممکن است روی آن صندلی بنشینی و نقش متیو را بازی کنی و با تلما که روی این صندلی نشسته، حرف بزنی؟

چون تلما با هر چیزی که پیشنهاد می‌کردم، مخالفت می‌کرد، در حال آماده کردن دلایلم برای قانع کردن او بودم که با کمال تعجب دیدم با شور و شوق آن را پذیرفت. شاید، در مدت بیست سال روان‌درمانی، او با روان‌درمانگرهای گشتالت‌گرا(۴۴) کار کرده بود که از این روش استفاده می‌کردند، شاید نمونه درخشانی از تجربه وی در صحنه نمایش بود. تقریباً از روی صندلی‌اش جهید، صدایش را صاف کرد، بی‌صدا نقشِ بستن کراوات و بستن دکمه‌های ژاکتش را بازی کرد، وانمود کرد پرهیزکارانه لبخند می‌زند و به‌طور اغراق‌آمیزی قیافه بزرگ‌منشانه خیرخواهانه مطبوعی به خود گرفت. صدایش را صاف کرد، روی صندلی دیگر نشست، به متیو تبدیل شد و گفت:

ـ تلما، آمده‌ام کارمان در روان‌درمانی را دوستانه به تو یادآوری کنم و بگویم که مانند یک دوست به تو علاقه دارم. از معاشرت با تو لذت بردم. از خندیدن درباره عادت‌های زشت تو لذت بردم. من با تو صادق بودم. هر چیزی که به تو گفتم، تک تک آن‌ها جدی بودند. و بعد حادثه‌ای روی داد که تصمیم گرفتم درباره آن چیزی به تو نگویم و آن حادثه باعث شد نظرم نسبت به تو تغییر کند. تو باعث آن نشده بودی ـ چیزی مربوط به تو نبود، چیز بدی نبود، هر چند ما وقت کافی نداشتیم تا رابطه‌ای پایدار بسازیم. آن‌چه اتفاق افتاد، مربوط به زنی به نام سونیا بود.

در این‌جا تلما برای چند ثانیه نقشش را کنار گذاشت و زمزمه کرد:
ـ دکتر یالوم عزیز، سونیا نام من در زمان رقصندگی بود.
سپس دوباره به متیو تبدیل شد و ادامه داد:
ـ این زن، سونیا، وارد صحنه شد و فهمیدم که زندگی با او برای من بهتر است. سعی کردم از تو کنار بکشم، سعی کردم به تو بگویم دیگر تلفن نزن و صادقانه بگویم، اگر حرفم را قبول نکنی، ناراحت می‌شوم. بعد از اقدام به خودکشی‌ات، فهمیدم خیلی باید مراقب حرف زدنم با تو باشم و به همین خاطر نسبت به تو سرد شدم. با روان‌پزشکی ملاقات کردم که به من توصیه کرد به طور کامل سکوت کنم. تو کسی هستی که من به عنوان یک دوست به او علاقه‌مندم، اما هیچ راهی وجود ندارد که به این دوستی به‌طور آشکار ادامه دهیم. تو با هری خودت باش، من هم با سونیا خواهم بود.
در این‌جا از سخن گفتن بازایستاد و در صندلی‌اش فرو رفت. شانه‌هایش خمیده شد، لبخند خیرخواهانه‌اش از بین رفت و با حالتی خسته و کوفته دوباره به تلما تبدیل شد.
در سکوت روبه‌روی هم نشسته بودیم. همان‌طور که به سخنانی فکر می‌کردم که در دهان متیو گذاشته بود، می‌توانستم به آسانی گیرایی آن‌ها و دلیل این را که این خانم بی هیچ تردیدی نقش آن‌ها را بارها مرور کرده است، درک کنم: آن‌ها چشم‌انداز او درباره واقعیت را تصدیق می‌کردند، آن‌ها متیو را از هر مسئولیتی مبرا می‌کردند (از آن گذشته، این روان‌پزشکش بود که به او توصیه کرده بود سکوت کند) و آن‌ها تأکید می‌کردند که هیچ عیبی در تلما یا هیچ کار ناشایسته‌ای در رابطه‌شان وجود نداشته است، بلکه فقط این متیو است که تعهد بزرگ‌تری به دیگری داشت. این زن دیگر سونیا؛ یعنی خود تلما به‌عنوان زنی جوان بود، که به من توصیه می‌کرد باید وقت بیش‌تری برای نگاه کردن به احساسات تلما درباره پیر شدنش صرف کنم.
من مجذوب نظریه «رهایی» شدم. آیا آن سخنان متیو واقعاً تلما را رها می‌کنند؟ ناگهان نوری از تعامل با یک بیمار در اولین سال دوره آموزش تخصصی‌ام (اولین تجربه‌های بالینی به خاطر تأثیر در نخستین روزهای تخصصی با انسان باقی می‌ماند) به مغزم تابید. آن بیمار که خیلی بدگمان بود، اصرار می‌کرد که من دکتر یالوم نیستم، بلکه جاسوس اف‌بی‌آی هستم، و برای اثبات هویتم کارت شناسایی‌ام را مطالبه کرد. وقتی در اولین جلسه، صادقانه شناسنامه، گواهی‌نامه رانندگی و گذرنامه‌ام را نشان دادم، او اظهار داشت که به درستی به او اثبات کرده‌ام، چون گفت «فقط رابط‌های اف‌بی‌آی می‌توانند این‌قدر سریع مدارک جعلی درست کنند!» اگر سیستمی بی‌نهایت در حال گسترش باشد، شخص نمی‌تواند به آن احاطه یابد.
البته تلما بدگمان نبود، اما تعجب می‌کنم چرا او هم هر نظری درباره رهایی، حتی جملاتی از طرف متیو را، با مطالبه نامحدود برای اثبات و تضمین بیش‌تر شکست

می‌داد. به هر حال، در بازگشت به این ماجرا، اعتقاد دارم که در آن لحظه باید به طور جدی وارد کردن متیو را ـ نه آن متیوی آرمانی تلما، بلکه متیو واقعی زندگی را، آن متیوی با طبیعت بشری را ـ به روند روان‌درمانی بررسی می‌کردم.

ـ نظرت درباره نقش بازی کردن چیست، تلما؟ آیا برای تو مشکلی ایجاد می‌کند؟

ـ احساس می‌کنم به یک ابله تبدیل شده‌ام. این برای فردی به سن من احمقانه است که مثل یک نوجوان احمق رفتار کند.

ـ آیا در این کار به دنبال پرسشی هستم؟ آیا فکر می‌کنی من هم همان احساس تو را دارم؟

ـ صادقانه بگویم (غیر از قولی که به متیو داده‌ام)، به دلیل دیگری درباره او با روان‌درمانگرها یا فرد دیگری صحبت نکرده‌ام. می‌دانم آن‌ها خواهند گفت که این شیفتگی یا پایمال شدن یا انتقال عواطف است. حالا می‌توانم بفهمم که «هر کسی ممکن است عاشق روان‌درمانگر خودش شود» یا عاشق چیز دیگری که راجع به آن صحبت می‌کنند. وقتی روان‌درمانگر چیزی را به بیمار انتقال می‌دهد، شما به آن چه می‌گویید؟

ـ انتقال متقابل(۴۵).

ـ بله، انتقال متقابل. در حقیقت، هفته گذشته وقتی درباره متیو و اینکه مشکلات شخصی‌اش را در درمان با من حل می‌کرد، صحبت می‌کردید، داشتید به همین موضوع اشاره می‌کردید. صادقانه می‌گویم (همان‌طور که شما به من گفتید در روان‌درمانی صادق باشم) که او اعصابم را خُرد می‌کرد. مثل این بود که من اهمیت نداشتم، مثل این بود که من تماشاگرِ معصوم ماجرایی بودم که او داشت با مادرش بازی می‌کرد.

جلوی زبانم را گرفتم. حق با او بود، این جملات دقیقاً افکار خود من هم بود. «تو و متیو هر دو «تماشاگر معصوم» بودید. هیچ کدام از شما دو نفر واقعاً با دیگری رابطه نداشت، بلکه با خیال دیگری ارتباط داشت. تو به خاطر نمایشی که متیو برایت بازی کرد، عاشق او شدی، یعنی عاشق کسی شدی که به طور کامل و بی قید و شرط عاشق تو باشد، کسی که به طور کامل خودش را وقف سعادت تو، آرامش و رشد تو کرده باشد، کسی که کاری به سن تو ندارد و مثل وقتی جوان بودی، عاشق سونیای زیبای تو بود، کسی که برای تو فرصت فرار از درد جدایی را فراهم کند و سعادت پیوند فداکارانه را به تو تقدیم کند. ممکن است عاشق شده باشی، اما یک چیز قطعی است: تو عاشق متیو نبودی، تو هرگز شخص متیو را نشناخته‌ای.

و متیو؟ او عاشق چه کسی یا چه چیزی شده بود؟ هنوز نمی‌دانم، اما فکر نمی‌کنم که «به دام عشق» افتاده باشد، یا عاشق شده باشد. او عاشق تو نبود، تلما، او از تو استفاده کرد. او هیچ محبت صمیمی به تلما، برای تلما، این انسان خاکی نداشت! نظرت درباره مشغولیت ذهنی شدید او در مورد مادرش احتمالاً حدس بدی نیست.»

گویا تلما ذهن مرا خواند. چانه‌اش را بلند کرد و مثل این‌که برای جمعیت زیادی صحبت می‌کند، با صدایی رسا ادامه داد:
ـ از آن‌جایی که مردم فکر می‌کنند ما واقعاً عاشق یکدیگر نبوده‌ایم، عشقی را که به یکدیگر داشتیم تحقیر می‌کنند. این نظر عمق آن را نادیده می‌گیرد و آن را به هیچ تبدیل می‌کند. عشق همان‌طور که هست، واقعی بود. تا کنون برای من هیچ چیز واقعی‌تر از آن نبوده است. آن بیست و هفت روز نقطه اوج زندگی من بود. آن بیست و هفت روز بهشت بود و هیچ چیز را با آن عوض نمی‌کنم!
فکر کردم «چه خانم پرقدرتی!» او خط قرمزش را بسیار پُررنگ رسم کرده بود: «به نقطه اوج زندگی‌ام لطمه نزنید. به تنها چیز واقعی که تا کنون برای من اتفاق افتاده، صدمه نزنید.» چه کسی می‌تواند این مصائب را به فرد دیگری تحمیل کند؟ چه برسد به زن هفتاد ساله افسرده‌ای که خودکشی هم کرده است!
اما من قصد نداشتم به این زن باج بدهم. حالا تسلیم شدن به این زن مطلقاً برای من بی‌فایده بود. بنابراین با لحنی حق به جانب ادامه دادم:
ـ درباره سرخوشی‌ای که داشتی، هر چه را به یاد می‌آوری برایم بگو.
ـ آن تجربه‌ای غیرجسمانی بود. مثل احساس بی‌وزنی معلق شده بودم. مثل این بود که آن‌جا نبودم، یا دست‌کم بخشی از وجودم که به من صدمه می‌زد و مرا پایین می‌کشید، وجود نداشت. از فکر کردن دست کشیده بودم و نگران خودم نبودم. من به ما تبدیل شده بودم.
«تنهایی من در شور و شوق ما حل شده بود.» بارها این جمله را شنیده‌ام! این جمله وجه مشترک همه اَشکال سعادت ـ عاطفی، جنسی، سیاسی، مذهبی و عارفانه ـ بود. همه به این ادغام سعادتمند علاقه دارند و از آن استقبال می‌کنند. اما در مورد تلما فرق می‌کند؛ این چیزی نیست که او می‌خواهد، بلکه «چیزی است که باید به آن برسد تا از خطری در امان بماند.»
ـ این موضوع دقیقاً با آن‌چه درباره رابطه با متیو گفتی، تطبیق می‌کند. یعنی مهم نبود که او در خود تو باشد. مهم این بود که او به تو وصل شود یا حتی در تو ذوب شود.
ـ درست است. وقتی گفتم شما خیلی فراتر از رابطه جنسی رفته‌اید، منظورم همین بود. رابطه جنسی، خودش نقش خیلی مهمی بازی نمی‌کرد.
ـ این موضوع به ما کمک می‌کند تا خوابی را که دو هفته قبل دیده بودی، درک کنیم.
دو هفته قبل تلما خواب نگران‌کننده‌ای را گزارش کرد؛ تنها خوابی که در کل مدت روان‌درمانی گزارش کرده بود:

با مرد سیاه‌پوست قدبلندی می‌رقصیدم. سپس او به متیو تبدیل شد. ما روی کف

سالن رقص دراز کشیدیم و هم‌بستر شدیم. به محض شروع کام‌جویی، در گوشش زمزمه کردم: «مرا بکش!» او ناپدید شد و سپس به تنهایی در کف سالن رقص دراز کشیده بودم.

ـ این درست مثل آن است که می‌خواهی از شرّ جدایی‌ات خلاص شوی، خودت را گم و گور کنی (که در خواب با نماد «مرا بکش» مشخص می‌شد) و متیو به ابزاری تبدیل شود که بدان وسیله این اتفاق بیفتد. آیا درباره این اتفاق در کف سالن رقص نظری داری؟

ـ قبلاً گفتم که در تمام زندگی فقط در آن بیست و هفت روز احساس سرخوشی داشته‌ام. این موضوع به طور کلی حقیقت ندارد. هر وقت می‌رقصیدم، اغلب احساس سرخوشی می‌کردم. در آن صورت اغلب همه چیز، خود من و هر چیز دیگر ناپدید می‌شد، فقط همان لحظه و رقص وجود داشت. وقتی در خواب‌هایم می‌رقصم، به معنای آن است که دارم سعی می‌کنم هر چیز بد را ناپدید کنم. فکر می‌کنم این به معنای آن است که دوباره جوان شده‌ام.

ـ ما درباره احساساتت درباره هفتاد ساله بودن خیلی کم صحبت کرده‌ایم. درباره آن چه فکر می‌کنی؟

ـ حدس می‌زنم اگر به جای این‌که هفتاد ساله باشم، چهل ساله بودم، گرایش متفاوتی در روان‌درمانی داشتم. چیزی داشتم که به جست‌وجویش بپردازم. آیا روان‌پزشک‌ها ترجیح نمی‌دهند با جوان‌ترها کار کنند؟

می‌دانستم که در این‌جا نکتهٔ مهمی وجود دارد. به شدت فکر می‌کردم که ترس تلما از پیر شدن و مرگ، مشغولیت ذهنی‌اش را تشدید می‌کند. یکی از دلایلی که می‌خواست در عشق ادغام شود و به وسیله آن محو شود، فرار از وحشت نابودی مشرف به مرگ بود. نیچه گفته است: «پاداش نهایی مرده، این است که دیگر نمی‌میرد.» با وجود این، هنوز فرصت شگفت‌انگیزی برای کار کردن روی رابطه‌مان وجود داشت. هر چند دو موضوعی که کاوش کرده بودیم (پرواز از آزادی و پرواز از انزوای جدایی) برابر بودند و می‌توانستند به برابری با هم ادامه دهند، حس کردم که محتوای گفتمان‌مان بهترین شانسم برای کمک به تلما برای توسعه رابطه‌ای ارزشمند است. امیدوار بودم برقراری یک پیوند صمیمانه با من شاید علاقه او به متیو را به اندازه کافی کاهش دهد به طوری که این زن بتواند به زور هم شده خودش را از چنگ او رها کند. فقط در آن صورت ما به تشخیص هویت و از بین بردن سدهایی بازمی‌گشتیم که مانع او از برقراری روابط صمیمانه در زندگی اجتماعی‌اش بودند.

ـ تلما، وقتی پرسیدی که آیا روان‌پزشک‌ها ترجیح نمی‌دهند با بیمارهای جوان‌تر کار کنند، به نظرم آمد که پرسشی شخصی در آن وجود دارد.

تلما طبق معمول از شخصی شدن دوری کرد:

ـ این موضوع به دلیل این است که در کار با مثلاً یک مادر جوان دارای سه فرزند مطالب بیش‌تری به دست می‌آید. او تمام زندگی خودش را در برابر خودش قرار داده و شرایط روانی اصلاح شده وی به نفع فرزندانش و فرزندان فرزندانش خواهد بود.

من پافشاری کردم:

ـ منظورم این بود که فکر می‌کردم پرسشی داری، پرسشی شخصی، شاید می‌خواهی از من چیزی بپرسی که شامل تو و من می‌شود.

ـ آیا روان‌درمانگرها درمان یک بیمار سی‌ساله را به درمان بیمار هفتادساله ترجیح نمی‌دهند؟

ـ آیا ما می‌توانیم به جای روان‌درمانی، روان‌درمانگرها و بیمارها، روی تو و من تمرکز کنیم؟ آیا تو نمی‌خواستی این پرسش را بپرسی: «تو، ایرو...»

تلما در این‌جا لبخند زد. او به ندرت مرا با این اسم صدا می‌کرد، معمولاً با اسم کامل یا نام خانوادگی صدا می‌کرد. ادامه دادم:

ـ درباره معالجه من، تلما، که زنی هفتادساله است، چه حسی داری؟

پاسخی نداد. از پنجره به بیرون خیره شده بود. سرش همیشه به آهستگی تکان می‌خورد. لعنت به من! او چقدر سرسخت است!

ـ درست می‌گویم؟ سؤالت همین بود؟

ـ آن یک سؤال است! که لزوماً همین سؤال نیست. اما اگر شما فقط به همان طریق که من آن را مطرح کردم به سؤالم پاسخ داده بودی، من هم به سؤالی که همین الان پرسیدی، جواب می‌دادم.

ـ منظورت این است که عقیده مرا درباره این‌که روان‌درمانگرها به طور کلی از درمان بیمارهای سالخورده نه چندان پیر چه احساسی دارند، درک کرده‌ای و در آن صورت فرض کرده‌ای که من هم نسبت به درمان تو همان احساس را دارم؟

تلما به نشانه موافقت سر تکان داد.

ـ اما آن روش غیرمستقیمی است و ممکن است دقیق نباشد. نظر کلی‌ام ممکن است حدسی درباره حوزه کل بوده باشد، نه این‌که ابراز احساسات شخصی‌ام نسبت به تو باشد. چه چیزی مانع شد که این سؤال واقعی را مستقیماً از من بپرسی؟

ـ این از آن موضوع‌هایی است که با متیو روی آن‌ها کار می‌کردم. این دقیقاً چیزی است که او آن را «عادت‌های کثیف خودم» می‌نامید.

این جمله لحظه‌ای مرا وادار به مکث کرد. آیا می‌خواهم به هر طریق با متیو همدست شوم؟ با وجود این یقین داشتم که این مسیر درستی است و باید آن را دنبال کنم.

ـ اجازه بده پاسخ به سؤالت را امتحان کنم، سؤال کلی‌ای که پرسیدی و سؤال شخصی‌ای که نپرسیدی. با سؤال کلی‌تر شروع می‌کنم. شخصاً دوست دارم با بیمارهای مسن‌تر کار کنم. همان‌طور که از تمام پرسش‌نامه‌هایی که قبل از شروع کار با من پر کردی، می‌دانی، من در وسط برنامه پژوهشی هستم و با تعداد زیادی بیمار که در دهه شصت و هفتادسالگی بوده‌اند، کارمی‌کنم. متوجه شده‌ام که آن‌ها در روان‌درمانی همانند بیماران جوان‌تر و شاید هم بهتر عمل می‌کنند و کار با آن‌ها مایه مسرت من بوده است.

از سؤالت درباره مادری جوان و تأثیر بالقوه‌اش تقدیر می‌کنم، اما به نوع متفاوتی به آن نگاه می‌کنم. تو هم اثر زیادی داری. تمام جوان‌هایی که با آن‌ها تماس داری به تو به عنوان راهنما یا سرمشقی برای مراحل بعدی زندگی نگاه می‌کنند. و از دیدگاه انفرادی‌ات، معتقدم امکان دارد در هفتادسالگی دیدگاه جدیدی کشف کنی که به تو اجازه دهد کل زندگی گذشته‌ات را با معنی و مفهوم جدیدی بازنگری کنی. می‌دانم که حالا درک این وضعیت برایت مشکل است، اما به من اعتماد کن، این وضعیت اغلب اتفاق می‌افتد.

حالا اجازه بده به بخش شخصی پرسش پاسخ دهم ـ درباره کار با تو چه احساسی دارم؟ مایلم تو را ببینم. فکر می‌کنم که دردت را درک می‌کنم و به همین دلیل همدردی زیادی با تو حس می‌کنم، چون خودم در گذشته با نوعی از همین درد مواجه بوده‌ام. به مشکلی که با آن دست و پنجه نرم می‌کنی علاقه‌مندم و فکر می‌کنم می‌توانم به تو کمک کنم. در حقیقت، من متعهد شده‌ام به تو کمک کنم. دشوارترین بخش برای من در کار مشترک‌مان، سرخوردگی از فاصله‌ای بود که بین ما ایجاد کردی. قبلاً گفتی که با پرسیدن سؤالی غیرشخصی می‌توانی پاسخی به پرسشی شخصی پیدا کنی (یا دست‌کم حدس خوبی درباره آن بزنی). اما اثر آن بر شخص دیگر را در نظر بگیر. وقتی به پرسیدن سؤال غیرشخصی از من ادامه می‌دهی، همان کاری که چند دقیقه قبل انجام دادی، من حس می‌کنم کنار زده می‌شوم.

ـ این دقیقاً همان چیزی است که متیو عادت داشت بگوید.

لبخند زدم و دندان‌هایم را به آرامی روی هم ساییدم. سخن راهگشایی به ذهنم نرسید. این تعامل از نظر دشواری و دلسردکنندگی نمونه بود. مشابه این مشاجره‌ها زیاد داشتیم.

این کاری سخت و بی‌نتیجه بود. چند هفته متوالی جانم به لبم رسید. سعی کردم الفبای زبان صمیمیت را به او بیاموزم. مثلاً، از تلفظ من و تو چگونه استفاده کنیم، احساسات را (با شروع از تفاوت بین احساسات و افکار) چگونه تشخیص دهیم، چگونه «خودش» و احساساتش را نشان دهد. احساسات اولیه (بدی، غم، دیوانگی و شادی) را به او آموزش دادم. برای کامل کردن منظورم جملاتی ساختم. برای مثال، ایرو، وقتی این کلمه را می‌گویی، حس می‌کنم تو نسبت به من...

او گنجینه عظیمی از گزارش‌های نامربوط داشت. مثلاً برای چیزی که می‌خواست بگوید، باید مقدمه‌ای خسته‌کننده و طولانی بیان می‌کرد. وقتی این مطلب را به او یادآوری کردم، تصدیق کرد که حق با من است، اما سپس ماجرایی را شرح داد که چگونه هنگامی‌که شخصی از او ساعت را پرسیده بود، او سخنرانی طولانی‌ای درباره ساعت‌سازی ارائه داده بود. چند دقیقه بعد وقتی آن حکایت را (با تکمیل شرح تاریخی کاملی از این‌که چگونه او و خواهرش ابتدا عادت بیان داستان‌های حاشیه‌ای غیرمستقیم را توسعه دادند) تمام کرد، ما ناامیدانه از نقطه شروع بحث‌مان منحرف شدیم و من در واقع از آن دور شده بودم.

یک بار تصدیق کرد که مشکل مهمی با ابراز وجودش دارد. او در زندگی بزرگسالی‌اش خودش را به طریقی کاملاً خودانگیخته در دو موقعیت قرار داده بود: یک بار وقتی می‌رقصید و یک بار وقتی او و متیو در آن بیست و هفت روز ظاهراً عاشق یکدیگر شده بودند. این بخش مهمی از دلیلی است که چرا پذیرا بودن (و توجه) متیو به او این‌قدر بزرگ جلوه می‌کند: «او جزو چند نفر انگشت‌شمار اشخاصی است که تا کنون مرا آن‌طور که واقعاً هستم، یعنی کاملاً روراست و بدون شیله و پیله شناخته‌اند.»

وقتی از او می‌پرسیدم که کار امروزمان چطوری بود، یا از او می‌خواستم تمام احساساتی را که در جلسه امروز نسبت به من داشته، شرح دهد، به ندرت جواب می‌داد. معمولاً انکار می‌کرد که احساسی داشته است، اما گاهی اوقات با گفتن این‌که اکنون احساس صمیمیت خیلی زیادی دارد، مرا کاملاً خلع سلاح می‌کرد؛ در آن لحظات او را گنگ و سرد احساس می‌کردم. واکاوی اختلاف دیدگاه‌های‌مان خطرناک بود، زیرا پس از آن احتمالاً واکنشی منفی ابراز می‌کرد.

همان‌طور که شواهد نشان می‌داد، بین ما هیچ رابطه معناداری توسعه نمی‌یافت. احساس می‌کردم سردرگم و طرد شده‌ام. تا جایی که می‌توانستم بگویم، خودم را در دسترس او قرار دادم. با وجود این او نسبت به من بی‌تفاوت ماند. سعی کردم این پرسش را با او مطرح کنم اما بدون توجه به این‌که آن را چگونه طرح کنم، احساس کردم به شخصی نق‌نقو تبدیل شده‌ام. در ذهنم از او می‌پرسیدم: «چرا مرا به اندازه متیو دوست نداری؟»

ـ می‌دانی، تلما، همراه با نظرت راجع به این‌که متیو به معنای همه چیز است، چیز دیگری در جریان است: تو ابداً قبول نمی‌کنی که نظر من باید به معنای همه چیز برای تو باشد. از آن گذشته، من هم مانند متیو چیزهای زیادی راجع به تو می‌دانم. من نیز یک روان‌درمانگر هستم. در حقیقت، من بیش از بیست سال تجربه دارم و احتمالاً عاقل‌تر از متیو هستم. تعجب می‌کنم چرا آن‌چه را درباره تو فکر و حس می‌کنم، به حساب نمی‌آوری.

او به محتوای سؤالم پاسخ داد ولی به هیجان همراه آن اعتنا نکرد. مرا آرام کرد:

ـ تقصیر شما نیست. مطمئن هستم که شما در این حرفه کاملاً مجرب هستید. من با هر روان‌درمانگر دیگری هم به همین طریق رفتار می‌کردم. اما چون از متیو خیلی صدمه دیده‌ام، نمی‌خواهم خودم را در معرض آسیب روان‌درمانگر دیگری قرار دهم.

ـ تو برای همه چیزها جواب‌های خوبی داری، اما تمام این‌ها را که با هم جمع کنی، این معنا را می‌دهد: «نزدیک نشوید.» نمی‌توانی به هری نزدیک شوی، زیرا نمی‌خواهی با گفتن افکار صمیمانه‌ات به او درباره متیو و خودکشی به او لطمه بزنی. نمی‌توانی با دوستانت صمیمی شوی مبادا وقتی که بالاخره به خودکشی اقدام کردی به آن‌ها صدمه بزنی. نمی‌توانی با من صمیمی شوی زیرا روان‌درمانگر دیگری، هشت سال قبل به تو صدمه زده است. آهنگ در تمام موارد یکی است، اما شعر ترانه در هر مورد فرق می‌کند.

بالاخره در ماه چهارم علائمی از پیشرفت به وجود آمد. تلما از جنگ با هر موضوع دست کشید و با کمال تعجب یک جلسه را با گفتن این جمله شروع کرد که هفته گذشته وقت زیادی صرف کرده تا فهرستی از تمام روابط نزدیکش و این‌که چه بر سر آن‌ها آمده، تهیه کند. متوجه شده بود که هر گاه به کسی نزدیک شده، به هر طریق راهی برای به هم زدن رابطه‌اش پیدا کرده است.

ـ شاید حق با شما باشد، شاید من مشکلی جدی با نزدیک شدن به مردم دارم. فکر نمی‌کنم در سی سال گذشته با یک زن دوستی صمیمانه برقرار کرده باشم. اصلاً مطمئن نیستم که در تمام عمرم دوست نزدیکی داشته باشم.

این بینش می‌توانست نقطه عطفی در روان‌درمانی‌مان باشد، زیرا برای اولین بار، تلما متوجه مشکل خاصی شد و مسئولیت آن را به گردن گرفت. حالا امیدوار شدم که بتوانم به کار واقعی بپردازم. در عوض، حادثه مخالفی روی داد: او با ادعای این‌که مشکلش با صمیمی شدن باعث شکست کارمان در روان‌درمانی می‌شود، حتی بیش‌تر از قبل خودش را عقب کشید.

به شدت سعی کردم او را تشویق کنم که باور کند این چیزی که در روان‌درمانی ظاهر شده، نکتهٔ مثبتی است. بارها و بارها توضیح دادم که مشکلات صمیمی شدن، فترت و سکونی نیست که فقط مانع درمان شود، بلکه مشکل اصلی است. این یک اتفاق مثبت است نه منفی، که در این موقعیت ظاهر شده و حالا می‌توانیم آن را بررسی کنیم.

با وجود این ناامیدی‌اش تشدید شد. حالا همین هفته، هفته بدی شد. او خود را بیش‌تر آزار می‌داد، بیش‌تر گریه می‌کرد، از هری بیش‌تر فاصله می‌گرفت، وقت بیش‌تری را صرف نقشه کشیدن برای اقدام به خودکشی می‌کرد. خیلی بیش‌تر از قبل از روان‌درمانی انتقاد می‌کرد. او ادعا کرد که جلسات‌مان فقط در «دوبه‌هم‌زنی» و افزایش ناآرامی او موفق است و متأسف است که متعهد شده شش ماه در روان‌درمانی شرکت کند.

زمان به سرعت می‌گذشت. حالا در ابتدای ماه پنجم بودیم و هر چند تلما به من اطمینان داد که شرافتمندانه به تعهدش پایبند است، اما روشن کرد که هیچ علاقه‌ای ندارد بیش‌تر از شش ماه ادامه دهد. احساس ناامیدی می‌کردم. تمام تلاش‌های مجدّانه‌ام بی‌اثر شده بود. حتی موفق نشده بودم یک پیوند روان‌درمانی محکم با او ایجاد کنم. هر ذره از انرژی هیجانی‌اش به متیو وصل بود و من حتی راهی پیدا نکرده بودم تا به زور هم شده آن را سست کنم. زمان آن رسیده بود که آخرین برگ برنده‌ام را بازی کنم.

ـ تلما، از دو ماه قبل که برای یک ساعت نقش متیو را بازی کردی و کلماتی مبنی بر این‌که او باید تو را رها کند بر زبان آوردی، درباره دعوت او به دفترم و تشکیل جلسه‌ای سه‌نفره ـ تو، من و متیو ـ به دقت فکر کرده‌ام. ما فقط هفت جلسه دیگر داریم، مگر این‌که تو در تصمیمت برای پایان دادن به درمان تجدید نظر کنی.

تلما سرش را قاطعانه به نشانهٔ مخالفت تکان داد. ادامه دادم:

ـ فکر می‌کنم برای این‌که جلوتر برویم، به کمک احتیاج داریم. دوست دارم از تو اجازه بگیرم که به متیو تلفن کنم و از او دعوت کنم که به ما بپیوندد. من فکر می‌کنم فقط یک جلسه سه‌نفره کافی باشد، اما باید آن را زودتر برگزار کنیم، زیرا فکر می‌کنم به چند جلسه پس از آن نیاز داریم تا به تکمیل آن‌چه آموخته‌ایم، بپردازیم.

(nbookcity.com

تلما که با بی‌علاقگی در صندلی‌اش ولو شده بود، ناگهان مثل تیر راست نشست. کیف پولش از روی دامنش به کف اتاق افتاد، اما توجهی به آن نکرد و با چشمانی که از تعجب گشاد شده بودند، به حرف‌هایم گوش داد. بالاخره، توجه او را جلب کردم و او چند دقیقه ساکت نشست و به حرف‌هایم فکر کرد.

هر چند به طور کامل به پیشنهادم فکر نکرده بودم، اما می‌دانستم که متیو با ملاقات با من موافق خواهد بود. امیدوار بودم که شهرتم در این حوزه او را وادار به همکاری کند. از آن گذشته، پیغام‌های تلفنی ضبط شده تلما در مدت هشت سال باید به دست او رسیده باشد و مطمئن بودم که او نیز مایل به رهایی است.

معلوم نبود در این جلسه فوق‌العاده سه‌جانبه چه خواهد گذشت، با وجود این، به طرز عجیبی احساس اطمینان می‌کردم که هر چه باشد، بهترین کار است و هر نوع اطلاعاتی مؤثر خواهد بود. به هر حال، آشنایی با واقعیت به من کمک خواهد کرد تا تلما را از دلبستگی‌اش به متیو آزاد کنم. بی‌توجه به عمق ضعف شخصیت متیو ـ هیچ تردیدی نداشتم که آن راه نجات قابل توجهی بود ـ مطمئن بودم که او در حضور من کاری برای ترغیب خیال‌پردازی‌های تلما برای تجدید دیدار نهایی نخواهد کرد.

تلما بعد از سکوت طولانی غیرمعمولی اظهار داشت که به وقت بیش‌تری نیاز دارد تا درباره آن فکر کند. او گفت:

ـ به‌نظرم نکات مثبت بیش‌تر از نکات منفی است...

آهی کشیدم و در صندلی‌ام آرام نشستم. می‌دانستم که تلما بقیه ساعت را به تنیدن تارهای وسواسی‌اش خواهد گذراند.

ـ از جنبه مثبت حدس می‌زنم که این ملاقات مشاهدات دست اولی به دکتر یالوم خواهد داد.

با اندوه آهی عمیق‌تر کشیدم. فکر کردم «اوضاع دارد بدتر از معمول می‌شود، او دارد از من در مقام سوم شخص حرف می‌زند!» خاطر نشان کردم او طوری حرف می‌زند مثل این‌که من در همین اتاق با او نیستم، اما نتوانستم انرژی‌ام را جمع کنم؛ او مرا خسته و کوفته کرده بود.

ـ از جنبه منفی، می‌توانم چند احتمال را در نظر بگیرم. ابتدا، تلفن شما او را از من بیزار می‌کند. من حالا یک یا دو درصد شانس دارم که او بالاخره به طرف من بازگردد. تلفن شما شانس مرا به صفر یا پایین‌تر کاهش خواهد داد.

به وضوح داشتم عصبانی می‌شدم و فکر می‌کردم «تلما، هشت سال گذشته و تو هنوز نمی‌توانی پیام را درک کنی؟ از آن گذشته، شانس تو چگونه می‌تواند کم‌تر از صفر شود؟ تو بچه‌ای؟» این واقعاً آخرین برگ من بود و حس می‌کردم که او مرا شکست خواهد داد، اما سکوت کردم.

تلما ادامه داد:

ـ دوم این‌که تنها انگیزه متیو برای شرکت کردن، کمک تخصصی به بیماری خواهد

بود که از ادامه زندگی‌اش عاجز است. سوم این‌که...
فکر کردم «خدای من! او دوباره دارد از فهرست حرف می‌زند!» و دیگر نتوانستم تحمل کنم. اما او ادامه داد:
ـ سوم این‌که متیو احتمالاً حقیقت را خواهد گفت، اما طرز بیانش ترحم‌آمیز و به‌شدت تحت تأثیر حضور دکتر یالوم خواهد بود. فکر نمی‌کنم بتوانم مورد ترحم قرار بگیرم. چهارم این‌که این جلسه او را از نظر تخصصی در موقعیتی رسواکننده و آزاردهنده قرار خواهد داد. او هرگز مرا به خاطر این کار نخواهد بخشید.
ـ اما تلما، او یک روان‌درمانگر است. او می‌داند برای این‌که بهبود پیدا کنی، باید راجع به او حرف بزنی. اگر او از نظر روانی همان شخصی باشد که تو فکر می‌کنی، در آن صورت به طور قطع در رنج و اندوه تو به شدت مقصر است و باید از کمک به تو خوشحال شود.
اما تلما آن‌قدر مشغول توسعه فهرستش بود که صدای مرا نمی‌شنید:
ـ پنجم این‌که کمک احتمالی که می‌توانم از جلسه سه‌جانبه به دست بیاورم، چیست؟ تقریباً هیچ شانسی وجود ندارد او چیزی را بگوید که من امیدوارم بگوید. حتی برایم مهم نیست که او به آن اهمیت ندهد. فقط مایلم بگوید که نگران من است. اگر چیزی را که می‌خواهم و به آن نیاز دارم به دست نیاورم، چرا خودم را در معرض رنج و درد قرار دهم؟ من به اندازه کافی صدمه دیده‌ام. چرا باید این کار را بکنم؟
تلما از صندلی‌اش بلند شد و تا پنجره قدم زد. به شدت نگران شده بودم. او خودش را گرفتار کار هیجانی غیرعاقلانه‌ای می‌دید و داشت مانع آخرین شانسم برای کمک به خودش می‌شد. نوبت من بود و باید راجع به سخنانی که می‌خواستم بگویم، به دقت فکر می‌کردم.
ـ بهترین پاسخی که می‌توانم به تمام پرسش‌هایت بدهم، این است که صحبت با متیو ما را به حقیقت نزدیک‌تر خواهد کرد. قطعاً خواهان آن هستی؟
او پشتش را به من کرده بود، اما فکر کردم تکان آهسته سرش را به علامت موافقت دیدم. پس ادامه دادم:
ـ تو نمی‌توانی با دروغ یا توهّم زندگی کنی! می‌دانی، چند مرتبه راجع به تشخیص نظری روش درمانی من سؤال کرده‌ای. من اغلب پاسخ نداده‌ام زیرا فکر می‌کنم که صحبت کردن درباره مکتب‌های روان‌درمانی ما را از گفتمان شخصی که به آن نیاز داریم، دور می‌کند. اما حالا به آن پرسش جواب می‌دهم. شاید در نزد من مهم‌ترین اعتقاد روان‌درمانگری این باشد که «زندگی بدون تجربه کردن ارزش زیستن ندارد.» آوردن متیو به این دفتر ممکن است کلیدی باشد برای بررسی و درک واقعی بلاهایی که در هشت سال گذشته بر سر تو آمده است.
پاسخ من تلما را آرام کرد. او به سمت صندلی‌اش برگشت، نشست و گفت:

ـ این مطالب غوغایی در ذهنم به راه می‌اندازند. سرم گیج می‌رود. اجازه بده یک هفته راجع به آن فکر کنم. اما یک چیز را به من قول بده، قول بده که بدون اجازه من به متیو زنگ نزنی.

قول دادم که در هفته آینده تا وقتی او موافقت نکرده، به متیو زنگ نزنم و دست دادیم. نزدیک بود تضمین بدهم که هرگز تلفن نخواهم کرد، اما خوشبختانه او چنین چیزی از من نخواست.

جلسه بعد که تلما وارد دفترم شد، ده سال جوان‌تر به نظر می‌آمد و جست‌وخیزکنان راه می‌رفت. موهایش را کوتاه کرده بود و به جای لباس ورزشی یا لباس گشاد شُل و ول، دامن پشمی چهارخانه رنگی و جوراب ساق‌بلند زنانه زیبایی پوشیده بود. او بلافاصله روی صندلی‌اش نشست و کار را شروع کرد.

ـ تمام هفته راجع به ملاقات با متیو فکر کردم. تمام جنبه‌های مثبت و منفی آن را به‌دقت بررسی کردم و حالا معتقدم حق با شماست؛ من در چنان وضعیت بدی قرار دارم که احتمالاً هیچ چیز حال مرا بدتر نخواهد کرد!

ـ تلما من این حرف‌ها را نزدم. من گفتم...

اما او توجهی به سخنان من نداشت و حرف مرا قطع کرد:

ـ اما نقشه‌تان برای تلفن زدن به او پیشنهاد خوبی نبود. اگر ناگهان به او تلفن کنید، ضربه روحی شدیدی به او وارد خواهد شد. بنابراین تصمیم گرفتم با او تماس بگیرم تا برای تلفن شما آماده باشد. البته به او دسترسی نداشتم، اما درباره پیشنهادتان به پیغام‌گیرش پیام فرستادم و به او پیغام دادم که به من یا شما تلفن بزند... و... و...

در این‌جا، با نیشخند بزرگی به پهنای صورتش، مکث کرد تا اضطراب و انتظار ایجاد شده را ببیند. تعجب کرده بودم. هیچ‌گاه قبلاً نقش او را مجسم نکرده بودم. پرسیدم:

ـ و؟

ـ خوب، بیش‌تر از آن‌چه فکر می‌کردم، نفوذ دارید. برای اولین بار در هشت سال گذشته، به تلفنم جواب داد و بیست دقیقه دوستانه خوش‌وبش کردیم.

ـ از صحبت کردن با تو چه احساسی داشت؟

ـ شگفت‌انگیز! نمی‌توانم بگویم چقدر شگفت‌انگیز بود. مثل روزهایی بود که قبلاً با هم صحبت می‌کردیم. او همان شخص مهربان قدیم، همان متیوی مهربان بود.

او همه چیز را درباره من سؤال کرد. نگران افسردگی‌ام بود. از این‌که شما را ملاقات می‌کنم، خوشحال شد. گفت‌وگوی خوبی با هم داشتیم.

ـ می‌توانی به من بگویی راجع به چه موضوعی بحث کردید؟

ـ نه، به خدا نمی‌دانم. ما فقط وراجی کردیم.

ـ درباره گذشته یا حال؟

ـ می‌دانید، احمقانه است، اما هیچی یادم نمی‌آید.

ـ واقعاً هیچ چیز؟

بسیاری از روان‌درمانگرها درباره روشی که بدان وسیله این زن مرا ساکت کرد، تفسیری ارائه می‌دهند. شاید من هم باید همین کار را می‌کردم، اما نمی‌توانستم منتظر بمانم. لعنت به من! چقدر کنجکاو شده بودم! این همان تلمایی بود که فکر نمی‌کرد من هم ممکن است آرزوهایی داشته باشم.

ـ می‌دانید، من سعی نمی‌کنم چیزی را مخفی کنم. فقط به یاد نمی‌آورم. خیلی هیجان‌زده شده بودم. اوه، بله، او گفت که ازدواج کرده و بعد طلاق گرفته و به خاطر طلاق، ناراحتی و آشفتگی زیادی را پشت سر گذاشته است.

ـ اما موضوع اصلی این است که او مشتاق شرکت در ملاقات سه‌جانبه بود. می‌دانید، مسخره بود، او حتی مشتاق‌تر به نظر می‌رسید، مثل این‌که من از او دوری می‌کردم! به او گفتم برای شرکت در ساعت مقرر من هفته آینده به دفترتان بیاید، اما گفت از شما بخواهم اگر ممکن است، این جلسه زودتر تشکیل شود. حالا که تصمیم گرفته‌ایم این کار را انجام دهیم، او می‌خواهد اگر ممکن است، هر چه زودتر جلسه را تشکیل دهیم. حدس می‌زنم من هم همین حس را دارم.

زمانی را برای دو روز بعد پیشنهاد کردم و تلما گفت به متیو اطلاع خواهد داد. پس از آن، مکالمه تلفنی‌اش را یک بار دیگر مرور کردیم و برای جلسهٔ بعد برنامه‌ریزی کردیم. تلما هیچ‌گاه تمام جزئیات مکالمه تلفنی‌اش را به خاطر نیاورد، اما چیزی را که درباره آن صحبت نکرده بودند، به خاطر می‌آورد:

ـ پس از این‌که گوشی تلفن را گذاشتم، به خاطر این‌که ترسیده بودم و دو سؤال واقعاً مهم را از متیو نپرسیده بودم، به خودم پس‌گردنی زدم. اول، هشت سال قبل واقعاً چه روی داد؟ چرا قطع رابطه کردی و ساکت ماندی؟ دوم، حالا نسبت به من چه احساسی داری؟

ـ مطمئنم که هنوز جلسه سه‌جانبه تمام‌نشده می‌خواهی خودت را به خاطر پرسشی که نپرسیده‌ای، تنبیه کنی. قول می‌دهم به تو کمک کنم تا تمام پرسش‌هایی را که می‌خواهی، بپرسی؛ تمام سؤال‌هایی که ممکن است تو را از قدرتی که به متیو داده‌ای، رها کند. وظیفه اصلی من در این جلسه تحقق این مطالب است.

در بقیه ساعت، تلما مقدار زیادی از مطالب قدیمی را تکرار کرد: درباره احساساتش نسبت به متیو حرف زد، این‌که چرا احساساتش انتقال نیافتند، متیو چگونه بهترین روزهای عمرش را به او داده است. به نظرم رسید که او ساعت‌هاست دارد وراجی می‌کند، از موضوعی به موضوعی می‌رود و از آن گذشته مثل این است که هر موضوع را اولین بار است که به من می‌گوید. متوجه شدم که خیلی کم تغییر کرده و به شدت به اتفاقات شورانگیز جلسه آینده دل بسته است.

در روز موعود تلما بیست دقیقه زودتر به دفترم رسید. من مکاتبات صبح را بررسی می‌کردم و ضمن این‌که با منشی‌ام تبادل نظر می‌کردم، از او خواهش کردم در اتاق انتظار منتظر بماند. او لباس زیبایی ـ یک لباس بافتنی آبی تیره چسبان ـ که انتخاب نامناسب جسورانه‌ای برای یک زن هفتاد ساله بود، پوشیده بود، اما فکر کردم که آن لباس به او می‌آید. بعداً وقتی او را به اتاقم دعوت کردم، از لباسی که پوشیده بود، تعریف کردم و او در حالی که انگشتش را به علامت سکوت روی لبش گذاشته بود، دسیسه‌گرانه گفت:

ـ هیس! بیش‌تر هفته را صرف خرید کرده‌ام.

این لباس، اولین لباس جدیدی بود که در هشت سال گذشته خریده بود.

ضمن آن‌که به روژ لبش دست می‌زد، به من گفت که متیو یک یا دو دقیقه دیگر، دقیقاً سرِ وقت می‌رسد. متیو به تلما گفته بود که نمی‌خواهد وقت زیادی را در اتاق انتظار صرف کند، زیرا می‌خواست احتمال غیبت از محل کارش را که ممکن بود توجه همکارانش را جلب کند، به حداقل برساند. من نمی‌توانم او را به خاطر این موضوع سرزنش کنم.

ناگهان حرفش را قطع کرد. من در دفترم را نیمه‌باز گذاشته بودم و ما فهمیدیم که متیو وارد شده و با منشی‌ام صحبت می‌کند:

ـ زمانی‌که این بخش در ساختمان قدیمی بود، من برای بعضی از دروس به این‌جا می‌آمدم. چه وقت به این‌جا نقل مکان کردید؟... من واقعاً فضای دل‌باز و نورگیر این ساختمان را دوست دارم، شما چطور؟

تلما دستش را روی سینه‌اش گذاشت، مثل این‌که می‌خواست ضربان قلبش را آرام کند و زمزمه کرد:

ـ می‌بینید؟ می‌بینید مهربانی‌اش را چه طبیعی ظاهر می‌کند؟

متیو وارد شد. این اولین باری بود که در هشت سال گذشته تلما را دیده بود و اگر به هر حال از مشاهده پیری فیزیکی‌ای که تلما از سر گذرانده بود، یکه خورده بود، لبخند پسرانه طبیعی‌اش هیچ نشانه‌ای از آن بروز نداد. او از آن‌چه انتظار داشتم، مسن‌تر بود، شاید در اوایل دهه چهل‌سالگی و لباسی را که اعضای حزب محافظه‌کار می‌پوشند، بر تن داشت که به سبک لباس‌های سه قطعه کالیفرنیایی بود. غیر از این، او خیلی شبیه به چیزی بود که تلما توصیف کرده بود: لاغراندام، سبیلو و برنزه.

من آماده صداقت و صراحت بیان او بودم بنابراین شگفت‌زده نشدم (فکر می‌کنم که افراد جامعه‌ستیز اغلب خودشان را خوب جلوه می‌دهند.)
خیلی خلاصه از آمدنش تشکر کردم و او بی‌درنگ پاسخ داد:
ـ سال‌هاست که خواهان چنین جلسه‌ای هستم. وظیفهٔ من است که از شما به خاطر تشکیل چنین جلسه‌ای تشکر کنم. از آن گذشته، سال‌هاست کتاب‌های شما را می‌خوانم. ملاقات با شما باعث افتخار من است.
فکر می‌کنم کمی جذاب بود، اما نمی‌خواستم در بحث تخصصی یا شخصی بی‌ربط با متیو درگیر شوم. فکر کردم «بهترین کار این است که در این جلسه آرام بنشینم و اجازه بدهم تلما و متیو تا حد ممکن با هم گفت‌وگو کنند.» پس جلسه را به دست آن‌ها سپردم:
ـ امروز برای گفت‌وگو خیلی حرف داریم. از کجا شروع کنیم؟
تلما شروع کرد:
ـ خنده‌دار است، هنوز داروهایم را افزایش نداده‌ام.
سپس به سمت متیو چرخید و گفت:
ـ هنوز داروهای ضدافسردگی مصرف می‌کنم. هشت سال گذشته است. خدای من! هشت سال! باورش مشکل است، اما هشت سال گذشته است. من احتمالاً هشت داروی ضدافسردگی جدید را امتحان کرده‌ام و هیچ کدام کارگر نبوده‌اند. اما جالب این است که تمام آثار جانبی امروز حادتر شده‌اند. دهانم آن‌قدر خشک می‌شود که به سختی حرف می‌زنم. اما چرا باید این‌طور باشد؟ آیا فشار روانی آثار جانبی را افزایش می‌دهد؟
تلما به پرت‌وپلاگویی ادامه می‌داد و بخش زیادی از وقت گران‌بهای‌مان را با مقدمه بر مقدمه ضایع می‌کرد. بر سر دوراهی قرار گرفته بودم: در شرایط عادی، شاید سعی می‌کردم عواقب سخنرانی غیرمستقیم او را روشن کنم. مثلاً ممکن بود خاطر نشان کنم که او دارد نقش فرد آسیب‌پذیری را بازی می‌کند که فوراً مانع بحث آزادی می‌شود که می‌گفت آرزوی آن را دارد. یا این‌که او متیو را به این‌جا دعوت کرده تا آزادانه صحبت کند و با وجود این ممکن بود بی‌درنگ با یادآوری این نکته به متیو که از وقتی تلما را ترک کرده، تلما هنوز به درمان افسردگی ادامه می‌دهد، گناه او را بزرگ کند. اما چنین تفسیرهایی می‌توانست فقط به این منجر شود که از بیش‌تر وقت به صورت جلسه روان‌درمانی انفرادی معمولی استفاده شود ـ دقیقاً چیزی که هیچ‌یک از ما سه نفر خواهان آن نبودیم. از آن گذشته، اگر به طریقی رفتار این زن را مسئله‌ای مشکل‌ساز تلقی می‌کردم، احساس حقارت می‌کرد و هیچ وقت مرا به خاطر آن نمی‌بخشید.
اما خیلی چیزها به این ساعت بستگی داشت. لذا نمی‌توانستم تحمل کنم که تلما این فرصت را با پراکنده‌گویی‌های غیرمستقیم هدر دهد. این فرصت حق او بود که

سؤال‌هایی بپرسد، زیرا او بود که هشت سال از درد و غم رنج می‌برد. این شانس او برای رهایی بود.

ـ تلما، ممکن است یک دقیقه حرفت را قطع کنم؟ اگر شما دو نفر موافق باشید، دوست دارم امروز نقش وقت‌نگهدار را داشته باشم و تمرکزمان را حفظ کنم. ممکن است یک یا دو دقیقه صرف تنظیم دستور جلسه کنیم؟

زمان کوتاهی سکوت حاکم بود تا آن‌که متیو آن را شکست.

ـ امروز به این‌جا آمدم تا برای تلما مفید واقع شوم. می‌دانم که او ایام تلخی را گذرانده و می‌دانم که من مسئول آن وضعیت هستم. تا حد ممکن برای پاسخ صادقانه به هر سؤالی آماده‌ام.

این سرنخ کاملی برای تلما بود. نگاه سریعی به تلما کردم که شروع کند. او متوجه شد و شروع کرد:

ـ چیزی بدتر از احساس طرد شدن نیست؛ این‌که حس کنی در دنیا مطلقاً تنها مانده‌ای. وقتی بچه بودم، یکی از محبوب‌ترین کتاب‌هایی که عادت داشتم با خودم به پارک لینکلن در واشنگتن دی‌سی ببرم تا روی نیمکت‌های آن‌جا بخوانم، کتاب...

در این‌جا نگاه تند کوتاهی به تلما افکندم؛ ناخوشایندترین نگاهی که می‌توانستم. او متوجه شد.

ـ متوجه شدم. حدس می‌زنم موضوع اصلی این است که...

او به آرامی و به دقت به سمت متیو چرخید و گفت:

ـ تو چه احساسی نسبت به من داری؟

با خودم گفتم «آفرین دختر!» با قاطعیت به او لبخند زدم.

پاسخ متیو مرا از نفس انداخت. او مستقیم به تلما نگاه کرد و گفت:

ـ هشت سال است که هر روز به تو فکر می‌کنم! من نگران تو هستم. خیلی نگرانم. می‌خواهم بدانم چه بر سر تو می‌آید. آرزو می‌کنم در دنیا راهی وجود داشت که هر چند ماه یک بار یکدیگر را ملاقات کنیم تا بتوانم گذشته را جبران کنم. من مایل به قطع ارتباط نیستم.

ـ پس چرا تمام این سال‌ها ساکت بودی؟

ـ گاهی اوقات مهربانی با سکوت بهتر بیان می‌شود.

تلما سرش را تکان داد و گفت:

ـ این هم یکی از معماهای ذن است که من هیچ‌گاه آن را نفهمیدم.

متیو ادامه داد:

ـ هر وقت سعی کردم با تو حرف بزنم، اوضاع بدتر شد. تو این‌قدر سؤال می‌پرسی تا به نقطه‌ای می‌رسی که من دیگر نمی‌توانم حرفی بزنم. روزی یک دو جین به من تلفن می‌زنی. وقت و بی‌وقت در اتاق انتظار دفتر کارم ظاهر می‌شوی. سپس وقتی نزدیک بود خودت را بکُشی، می‌دانستم ـ و روان‌درمانگرم هم با آن موافق بود ـ که

بهترین کار این بود که به طور کامل قطع رابطه کنم.
فکر می‌کنم جمله متیو با داستان رهایی که تلما در جلسه نقش بازی کردن‌مان مطرح کرده بود، شباهتی غیرعادی داشت! تلما توضیح داد:
ـ طبیعی است که اگر چیزی به این مهمی ناگهان از شخصی گرفته شود، احساس بی‌کسی کند.
متیو به نشانهٔ درک آن‌چه تلما می‌گوید، سرش را تکان داد و دستش را چند لحظه روی دست‌های تلما گذاشت. سپس به سمت من برگشت:
ـ فکر می‌کنم لازم است بدانید که هشت سال قبل دقیقاً چه اتفاقی افتاد. من همین الان چیزهایی غیر از آن‌چه تلما قبلاً درباره این داستان بیش از یک‌بار به شما گفته است، خواهم گفت.
رو به تلما کرد و گفت:
ـ متأسفم، تلما تو باید یک بار دیگر تمام این داستان را بشنوی.
بعد کاملاً به سمت من چرخید و شروع کرد:
ـ بیان این داستان برای من آسان نیست. بهترین راه برای انجام آن این است که آن را به سادگی بیان کنیم. پس گوش بفرمایید. هشت سال قبل، حدود یک سال بعد از اتمام دوره آموزشی‌ام، گرفتار یک دگرگونی روان‌پریشانه جدی شدم. در اثنای آن مدت به شدت به آیین بودائی علاقه‌مند شده بودم و ویپاسانا(۴۶) ـ شکلی از مراقبه بودائی ـ را تمرین می‌کردم.
وقتی متیو دید من سرم را به علامت تصدیق تکان می‌دهم، داستانش را قطع کرد و گفت:
ـ به نظر می‌رسد با آن آشنا هستید. خیلی علاقه‌مندم نظرتان را راجع به آن بدانم. اما حدس می‌زنم بهتر است امروز قضیهٔ خودمان را ادامه دهم... روزی سه تا چهار ساعت به صورت ویپاسانا می‌نشستم. در نظر داشتم به یک راهب بودائی تبدیل شوم و برای یک دوره گوشه‌نشینی سی روزه به هندوستان رفتم و در ای‌گاپوری(۴۷)، روستایی کوچک در شمال بمبئی به مراقبه پرداختم. روش این مراقبه شامل سکوت مطلق، انزوای کامل و روزی چهارده ساعت نشستن بی‌وقفه، برایم خیلی سنگین بود و داشتم مرزهای انسانیِ خود را از دست می‌دادم. در هفته سوم دچار توهّم شدم و فکر می‌کردم که می‌توانم پشت دیوار را ببینم و به طور کامل به زندگی گذشته و آینده دسترسی دارم. راهب‌ها مرا به بمبئی بردند و یک پزشک هندی مرا تحت درمان ضدروان‌پریشی قرار داد. بعد به برادرم تلفن کرد که به هندوستان بیاید و مرا به خانه بازگرداند. به مدت چهار هفته در لس‌آنجلس بستری شدم. پس از مرخص شدن، بی‌درنگ به سان‌فرانسیسکو پرواز کردم و روز بعد بود که به‌طور کاملاً تصادفی در میدان یونیون با تلما برخورد کردم، هنوز در وضعیت ذهنی به شدت از هم گسیخته‌ای قرار داشتم. من آیین بودائی را به یک دیوانگی واقعی تبدیل کرده بودم و

باور داشتم در حالت یکی شدن با همه قرار دارم. از برخورد اتفاقی با تلما خوشحال شدم.

شهر کتاب (nbookcity.com)

و رو به تلما کرد:
ـ از برخورد با تو، تلما، از دیدنت خوشحال شدم. این ملاقات به من کمک کرد تا دوباره حس کنم تکیه‌گاهی دارم.
متیو به سمت من برگشت و تا داستانش را تمام نکرد، دیگر به تلما نگاه نکرد:
ـ چیزی غیر از سلامتی برای تلما نمی‌خواهم. من با تلما احساس یگانگی می‌کردم. دوست داشتم هر چه در زندگی می‌خواهد به دست آورد. بیش از آن، فکر می‌کنم خواست او برای شادمانی، خواست من هم هست. این خواستی واحد بود، او و من یک چیز واحد بودیم. از آیین بودا، فقط به معانی لفظی و آموزه‌های یگانگی جهانی و نفی خودپرستی توجه داشتم. نمی‌دانستم کجا به آخر رسیدم و دیگری از کجا شروع شد. هر چه او خواست، به او دادم. او می‌خواست من نزدیکش باشم، می‌خواست با من به خانه بیاید، از من محبت می‌خواست و من مایل بودم همه چیزهایی را که در حالت یگانگی و عشق کامل وجود دارد، به او بدهم.
اما او بیش‌تر می‌خواست و من نمی‌توانستم بیش‌تر بدهم. بنابراین آشفته‌تر شدم. بعد از سه یا چهار هفته توهّم‌زدگی‌ام(۴۸) برگشت و مجبور شدم به بیمارستان برگردم ـ و این دفعه شش هفته بستری شدم. هنگامی که خبر تلاش تلما برای خودکشی را شنیدم، زمان زیادی نبود که از بیمارستان مرخص شده بودم. نمی‌دانستم چه کار کنم. فاجعه‌آمیز بود. بدترین چیزی بود که تا آن زمان بر سرم آمده بود. هشت سال پریشان و دلواپس بودم. اوایل به تلفن‌هایش جواب می‌دادم، اما آن‌ها (توهّم‌ها) دست از سرم برنمی‌داشتند. بالاخره روان‌درمانگرم توصیه کرد تمام ارتباط‌ها را قطع کنم، کاملاً سکوت کنم. او گفت که برای سلامت عقل خودم لازم است و یقین داشت که این برای تلما هم بهترین کار خواهد بود.
ضمن این‌که به حرف‌های متیو گوش می‌دادم، سرم گیج می‌رفت. انواع فرضیات را درباره رفتار متیو در نظر گرفته بودم، اما ابداً آماده رویارویی با داستانی که می‌شنیدم، نبودم.
ابتدا، آیا متیو راست می‌گفت؟ او یک جادوگر زیبا بود. او آرام و مؤدب بود. آیا همه این‌ها صحنه‌سازی برای من بود؟ نه، شک نداشتم چیزهایی که می‌گفت، درست به همان صورت بوده‌اند: سخنانش بی‌تردید حاکی از حقیقت بود. او آزادانه نام بیمارستان‌ها و پزشک‌های معالجش را به من گفت تا اگر مایل باشم به آن‌ها تلفن بزنم. از آن گذشته، تلما ـ که متیو گفت در گذشته این ماجرا را برایش گفته بوده ـ شش دانگ گوش می‌کرد و هیچ اعتراضی نداشت.
چرخیدم تا به تلما نگاه کنم، اما او نگاهش را برگرداند. بعد از این‌که متیو سخنانش را تمام کرد، تلما از پنجره به بیرون خیره شد. تلما که تمام این ماجرا را از اول می‌دانست، به چه دلیل آن را از من مخفی کرده بود؟ آیا او آن‌قدر مجذوب افسردگی و نیازهای خودش بود که به طور کلی از حالت روحی متیو بی‌خبر بود؟ یا مدت

کوتاهی چیزهایی می‌فهمید و بعد این اطلاعات را به خاطر تضاد با دروغ‌های حیاتی خودش سرکوب کرده بود؟

فقط تلما می‌توانست جواب این پرسش‌ها را به من بگوید. اما کدام تلما؟ تلمایی که مرا فریب داده بود؟ تلمایی که خودش را فریب داده بود؟ یا تلمایی که از خودش فریب خورده بود؟ شک داشتم که بتوانم پاسخ این پرسش‌ها را پیدا کنم.

به هر حال در ابتدا توجهم روی متیو متمرکز شده بود. در چند ماه گذشته، به بینشی ـ یا بهتر است بگویم، به چند بینش جانشین ـ درباره او دست یافته بودم: متیوی جامعه‌ستیز(۴۹)، مسئولیت‌ناپذیری که از بیمارانش سوءاستفاده می‌کرد، متیوی سنگدل و سردرگم از نظر جنسی که مشکلات شخصی خودش را (با زن به طور کلی یا به خصوص با مادرش) برطرف می‌کرد، یک خائن، روان‌درمانگر جوان پُرمُدعا که «مطلوب عشق» را با «لزوم عشق» اشتباه گرفته بود.

با وجود این، او هیچ‌یک از این‌ها نبود. او چیز دیگری بود، چیزی که هرگز انتظار نداشتم. اما چه؟ یقین نداشتم. یک قربانی خیرخواه؟ یک شفادهنده زخمی، شمایلی از مسیح که شرافت خودش را قربانی تلما کرده بود؟ به طور قطع، دیگر به او به چشم روان‌درمانگری دردسرساز نگاه نمی‌کردم: او به همان اندازه تلما بیمار بود و از آن گذشته (نمی‌توانستم با اندیشه‌ای درخشان ـ به تلما که هنوز از پنجره به بیرون خیره شده بود ـ فکر کنم) او یک بیمار فعال، بیماری دوست‌داشتنی بود.

به یاد می‌آورم که احساس آشفتگی می‌کردم، زیرا آن همه ساخته‌های ذهنی در چند دقیقه محو شدند. متیویی که به عنوان جامعه‌ستیز یا روان‌درمانگر سوءاستفاده‌کن ساخته بودم، تا ابد از بین رفت. در عوض یک پرسش آزاردهنده سر برآورد: «در این رابطه، چه کسی از چه کسی سوءاستفاده کرده بود؟»

این تمام اطلاعاتی بود که در دست داشتم (و تمام آن‌چه فکر کردم نیاز دارم). از بقیهٔ ساعت فقط خاطره ضعیفی برایم مانده است. به خاطر می‌آورم متیو تلما را تشویق می‌کرد که سؤال‌های بیش‌تری بپرسد. مثل این بود که او هم احساس کرده بود که تلما فقط به وسیله اطلاعات می‌تواند آزاد شود، که توهّماتش نمی‌توانستند نور حقیقت را تحمل کنند. فکر می‌کنم متیو متوجه شده بود که فقط از طریق رهایی تلما می‌توانست رهایی خودش را به دست آورد. به خاطر می‌آورم که تلما و من سؤال‌های فراوانی پرسیدیم، که متیو به طور کامل به هر یک از آن‌ها جواب داد. همسرش چهار سال قبل او را ترک کرده بود. متیو و همسرش دیدگاه‌های به شدت متفاوتی نسبت به مذهب داشتند و او نمی‌توانست از معاشرت متیو با فرقه بنیادگرای مسیحی پیروی کند.

نه، متیو هم‌جنس‌گرا نبود. هیچ‌وقت هم هم‌جنس‌گرا نبوده است، هر چند تلما اغلب از او در این‌باره سؤال می‌کرده است. فقط در این لحظه بود که لبخند متیو از بین رفت و اثری از خشم در صدایش پدیدار شد:

ـ تلما، بارها به تو گفته‌ام که افراد غیرهم‌جنس‌گرا هم در خیابان هایت(۵۰) زندگی می‌کنند.

نه، او هیچ‌گاه رابطه‌ای شخصی با هیچ بیمار دیگری نداشته بود. در حقیقت، در نتیجه روان‌پریشی‌اش و آن‌چه به خاطر تلما بر سرش آمده بود، چند سال قبل متوجه شده بود که مشکلات روان‌شناختی‌اش سدی برطرف‌نشدنی ایجاد کرده‌اند و از روان‌درمانگر بودن دست کشیده بود. اما به خاطر تعهدش به زندگی شغلی، به مدت چند سال تحت آزمون روان‌شناختی قرار گرفته بود، سپس در یک آزمایشگاه بیوفیدبک(۵۱) کار کرده و اخیراً مدیر اجرایی سازمان حفظ سلامت مسیحیت شده بود.

من درباره تصمیم حرفه‌ای متیو به فکر فرو رفتم، حتی تعجب کردم که چرا او تا نقطه‌ای پیش رفته که باید به روان‌درمانی بازگردد ـ شاید او بتواند به یک روان‌درمانگر استثنایی تبدیل شود ـ در همین لحظه متوجه شدم که وقت‌مان تقریباً به پایان رسیده بود.

پرسیدم که آیا همه چیز را بررسی کرده‌ایم. از تلما خواستم که خودش را در آینده مجسم کند و ببیند چند ساعت دیگر چه احساسی خواهد داشت. و آیا سؤالی دارد که نپرسیده باشد.

با کمال تعجب دیدم با چنان شدتی شروع به گریه کرد که حتی نمی‌توانست به راحتی نفس بکشد. اشک‌هایش روی لباس آبی جدیدش می‌ریخت و متیو قبل از من جعبه دستمال کاغذی را به او داد. به محض این‌که هق‌هق گریه‌اش فروکش کرد، گفت:

ـ من باور نمی‌کنم، من به سادگی باور نمی‌کنم که متیو واقعاً نگران آن‌چه بر سر من می‌آید، باشد.

سخنان او نه مستقیماً متوجه متیو و نه من بود، بلکه خطاب به نقطه‌ای از اتاق در بین ما دو نفر بیان می‌شد. با کمال مسرت متوجه شدم تنها کسی نبودم که تلما به عنوان سوم شخص به او اشاره می‌کرد.

بعد سعی کردم به تلما کمک کنم تا حرف بزند. پرسیدم:

ـ چرا؟ چرا حرف‌های او را باور نداری؟

ـ او این حرف‌ها را می‌زند چون مجبور است. گفتن این حرف‌ها، کار درستی است. تنها چیزی که می‌تواند بگوید، همین است.

متیو بهترین کار را انجام داد، اما تبادل نظر به خاطر گریه تلما دشوار بود.

ـ منظور من دقیقاً همان بود که گفتم. در این هشت سال هر روز به تو فکر کرده‌ام. نگران حوادثی هستم که برایت اتفاق می‌افتد. خیلی نگرانت هستم.

ـ اما نگرانی‌ات چه اهمیتی دارد؟ می‌دانم نگران هستی. تو نگران فقرا، مورچه‌ها، گیاهان و دستگاه‌های جمعیت‌شناسی هم هستی. من دوست ندارم یکی از

مورچه‌هایت باشم!
بیست دقیقهٔ دیگر هم گذشت. با این‌که تلما هنوز آرامش خودش را بازنیافته بود، مجبور بودم جلسه را متوقف کنم. برای روز بعد با او قرار گذاشتم، نه فقط برای حمایت، بلکه به این دلیل که تا هنوز جزئیات این ساعت در ذهنش تازه بودند، هر چه سریع‌تر او را ببینم.
سه نفرمان جلسه را با طوماری از عقاید ذهنی و دست دادن با یکدیگر به پایان رساندیم. چند دقیقه بعد، ضمن این‌که داشتم قهوه آماده می‌کردم، متوجه شدم تلما و متیو در راهرو با یکدیگر گفت‌وگو می‌کنند. متیو سعی می‌کرد نکته‌ای را به تلما یادآوری کند، اما تلما رویش را از او برمی‌گرداند. کمی بعد، دیدم که در دو جهت مختلف از یکدیگر دور شدند.
تلما تا روز بعد هم به وضع عادی برنگشته بود و در سرتاسر جلسه هم فوق‌العاده ناآرام بود. اغلب گریه می‌کرد و گاهی اوقات ناگهان خشم در او شعله‌ور می‌شد. تلما ابتدا ابراز تأسف کرد که متیو چنان نظر پیش پا افتاده‌ای نسبت به او داشت. او این جمله متیو که گفت نگران تلما بود ـ و اکنون به نظرش توهین‌آمیز بود ـ را بررسی کرد و از آن ناراحت بود. تلما خاطر نشان کرد که متیو به هیچ‌یک از ویژگی‌های مثبت او اشاره نکرده بود. بنابراین خودش را متقاعد کرد که برخورد کلی متیو نسبت به او «غیردوستانه» بوده است.
از آن گذشته، او متقاعد شده بود که احتمالاً به خاطر حضور من، متیو از لحاظ درمان‌شناسی، رفتار و صدایی اختیار کرده بود که کاملاً ساختگی و غیرواقعی بود و تلما آن را ارباب‌منشانه تلقی می‌کرد. تلما پرت و پلاهای زیادی به هم بافت و چند مرتبه بین بازسازی جلسه و واکنشش به آن تغییر نظر داد.
ـ حس می‌کنم قطع رابطه ایجاد شده را دوست دارم. چیزی از من گم شده است. با وجود اخلاقیات ظاهراً ارزشمند متیو، من معتقدم خیلی نجیب‌تر از او هستم، به ویژه در روایت خود او که چه کسی از چه کسی سوءاستفاده کرده است.
تلما در مورد این موضوع پنهان‌کاری می‌کرد و من هم برای توضیح بیش‌تر به او فشار نمی‌آوردم. اگر چه بی‌صبرانه در انتظار پیدا کردن چیزی بودم که «واقعاً» روی داده بود، اشاره تلما به «قطع رابطه» حتی مرا کنجکاوتر کرد.
او ادامه داد:
ـ من درباره متیو هیچ تصور غیرواقعی نداشتم. دیگر خیال‌بافی نمی‌کنم. اما می‌خواهم در آغوش رویایی گرم فرو بروم. دنیا سرد است و من احساس پوچی می‌کنم. حالا دیگر هیچ چیز وجود ندارد.
مانند قایقی که طناب لنگرگاهش پاره شده باشد، سرگردان شده بودم. فکر کردم «اما قایقی که دارای شعور است، با جدیت به جست‌وجوی لنگرگاه می‌پردازد، هر لنگرگاهی که باشد.» حالا تلما در حالتی غیرمعمولی بین مشغولیت‌های ذهنی

گوناگون معلق مانده بود. این همان فرصتی بود که منتظرش بودم. چنین حالت‌هایی زیاد طول نمی‌کشند: مشغولیت ذهنی بی‌حد و مرز، مانند اکسیژن آزاد به سرعت در تصویر یا نظریه‌ای ذهنی ادغام می‌شود. این لحظه، این بازه زمانی کوتاه بین مشغولیت‌های ذهنی، قبل از این‌که تلما تعادل خود را با آویزان شدن به چیزی یا کسی برقرار کند، زمان مهمی برای کار ما بود. به احتمال خیلی زیاد تلما جلسه‌ای را که با متیو بود، به گونه‌ای بازسازی خواهد کرد تا با برداشتش از واقعیت یک بار دیگر بتواند به خیال همجوشی با متیو تداوم ببخشد.

به نظرم آمد که یک پیشرفت واقعی روی داده بود: جراحی کامل بود، حالا وظیفه من بود که جلوی او را برای حفظ شاخ و برگ‌های قطع شده و وصل مجدد سریع آن‌ها بگیرم. فرصت مورد نظرم خیلی زود، به محض شروع تلما به سوگواری برای گم‌شده‌اش، به دست آمد.

ـ پیش‌بینی‌هایم از آن‌چه ممکن بود روی دهد، بیش‌تر به حقیقت پیوسته بود. دیگر امیدی ندارم، هیچ‌گاه رضایت خاطر دیگری نخواهم داشت. می‌توانستم با یک درصد شانس زندگی کنم. مدتی طولانی با آن زندگی کرده‌ام.

(nbookcity.com)

ـ از چه رضایت داشتی، تلما؟ یک درصد شانس برای چه؟
ـ برای چه؟ برای آن بیست و هفت روز. تا دیروز هنوز این شانس وجود داشت که متیو و من به آن زمان بازگردیم. ما آن‌جا بودیم، احساس واقعی بود، عشق را هر وقت حس کنم، می‌شناسم. تا وقتی متیو و من زنده بودیم، این شانس را داشتیم که به آن بازگردیم. تا دیروز در دفتر کار شما.
هنوز آثار توهّم به طور جدی وجود داشت. مشغولیت ذهنی را از بین برده بودم. زمان تمام کردن وظیفه بود.
ـ تلما، آن‌چه الان باید بگویم شاید زیاد خوشایند نباشد، اما فکر می‌کنم مهم است. اجازه بده افکارم را به وضوح بیان کنم. اگر دو نفر در لحظه‌ای مشترک یا در احساسی بین خودشان سهیم باشند، اگر هر دو نفر احساس یکسانی داشته باشند، در آن صورت می‌خواهم بدانم از کجا معلوم که آن احساس گران‌بها را تا زنده هستند بین خودشان دو نفر حفظ کنند؟ این روند خیلی ظریف و دقیق است، اما شاید هنوز در حوزه احتمالات قرار داشته باشد. از آن گذشته، آدم‌ها تغییر می‌کنند و عشق هرگز ماندگار نیست. آن‌ها می‌توانند به طور کامل با هم ارتباط داشته باشند، آن‌ها می‌توانند سعی کنند به رابطه اصیل عمیقی برسند. از آن‌جا که عشق اصیل حالتی مطلق است، باید حدس زد که آن‌ها قبلاً چه رابطه‌ای داشته‌اند.
اما فرض کن هیچ‌گاه تجربه مشترکی وجود نداشته باشد! فرض کن دو نفر تجربه‌های کاملاً متفاوتی داشته باشند. و فرض کن یکی از آن‌ها (زن) به اشتباه فکر کند که تجربه‌اش با تجربه فرد دیگر (مرد) یکی است.(۵۲)
چشمان تلما روی من ثابت مانده بود. یقین داشتم که منظور مرا کاملاً درک می‌کند. ادامه دادم:
ـ آن‌چه دیروز از متیو شنیدم، دقیقاً همین بود. تجربهٔ او و تجربه تو خیلی با هم متفاوت بودند. آیا می‌توانی بفهمی چقدر برای هر دو نفرتان غیرممکن بود که حالت روحی خاصی را که تو در آن بودی، بازسازی کنید؟ شما دو نفر نمی‌توانید در این مسئله به یکدیگر کمک کنید، زیرا این مسئله حالت مشترکی نبود.
او در موقعیت خودش و تو در موقعیت دیگری قرار داشتی. او در روان‌پریشی خودش گم شده بود. نمی‌دانست حد و مرزش کجاست؛ کجا خاتمه داده و تو از کجا شروع کرده‌ای. او می‌خواست تو خوشحال باشی، زیرا فکر می‌کرد خودش همان تو است. او تجربه عشقی نداشت، زیرا نمی‌دانست چه کسی است. تجربه تو خیلی متفاوت بود. تو نمی‌توانستی حالت عشق رویایی مشترک خودتان دو نفر را بازسازی کنی تا معلوم شود کدام‌یک عمیقاً عاشق دیگری بوده است. زیرا «از اول هم عشقی در کار نبود.»
فکر نمی‌کنم چیز بی‌رحمانه‌تری می‌توانستم بگویم، اما برای این‌که خودم را هم وادار به شنیدن کنم، مجبور بودم کلمات را خیلی محکم و قاطع بگویم تا نه تحریف و نه

فراموش شوند.
بدون شک نظریاتم درست به هدف می‌خورد. تلما دیگر گریه نمی‌کرد، فقط سر جایش نشسته بود و سخنان مرا بررسی می‌کرد. بعد از چند دقیقه سکوت سنگینی را که برقرار شده بود، شکستم:
ـ تلما، درباره حرف‌هایی که گفتم چه احساسی داری؟
ـ دیگر نمی‌توانم چیزی حس کنم. چیزی وجود ندارد که حس کنم. باید راهی پیدا کنم تا عمرم را سپری کنم. حس می‌کنم فلج شده‌ام.
ـ در هشت سال گذشته فقط به یک طریق زندگی و فقط یک چیز را حس کرده‌ای و حالا ناگهان در بیست و چهار ساعت تمام آن از تو بیرون کشیده شده است. در چند روز آینده احساس سرگردانی زیادی خواهی داشت. احساس خواهی کرد که گم شده‌ای. اما ما باید انتظار آن را داشته باشیم. آیا وضعیت می‌تواند غیر از این باشد؟
این حرف‌ها را به این دلیل گفتم که اغلب بهترین راه برای جلوگیری از واکنش مصیبت‌بار، پیش‌بینی آن است. راه دیگر این است که به بیمار کمک شود تا از آن خارج شود و به نقش ناظر تبدیل شود. بنابراین افزودم:
ـ بهتر است این هفته ناظر باشی و حالت درونی خودت را ثبت کنی. دوست دارم حالت درونی‌ات را هر چهار ساعت، وقتی هوشیار هستی، وارسی کنی و مشاهدات خودت را یادداشت کنی. هفته آینده آن‌ها را بررسی می‌کنیم.
اما تلما هفته بعد، برای اولین بار، در قرار ملاقاتش حاضر نشد. شوهرش تلفن کرد تا به جای همسرش عذرخواهی کند، زیرا او خواب مانده بود. جلسه را به دو روز بعد موکول کردیم.
وقتی برای خوشامدگویی به تلما به اتاق انتظار رفتم، از وخامت وضع جسمی او وحشت کردم. با همان لباس گرمکن سبزرنگ برگشته بود. موهایش را شانه نکرده بود و حتی سعی نکرده بود سر و وضعش را مرتب کند. از آن گذشته، برای اولین بار، همراه شوهرش بود؛ مردی قد بلند با موهای سفید و بینی کوفته‌ای بزرگ که کنارش نشسته بود و در هر دستش یک تقویت‌کننده مچ را به شدت فشار می‌داد. گفته تلما را به یاد آوردم که هری در زمان جنگ، مبارزه تن به تن را آموزش می‌داده است. من همیشه او را در حال خفه کردن شخص دیگری مجسم می‌کردم.
فکر کردم عجیب است که هری آن روز همراه تلما آمده است. تلما برخلاف سنش از نظر جسمی خوب بود و همیشه خودش تا دفتر کارم رانندگی می‌کرد. در اتاق انتظار از شنیدن حرف تلما که هری امروز می‌خواست مرا ملاقات کند، کنجکاوی‌ام بیش‌تر برانگیخته شد. پیش‌تر یک بار در جلسهٔ سوم یا چهارم او را همراه با تلما به مدت پانزده دقیقه ـ برای این‌که ببینم چه نوع شخصی است و از دیدگاهش درباره ازدواج مطلع شوم ـ دیده بودم. قبل از این، هرگز درخواست ملاقات با من را نکرده بود.
بدیهی است موضوع مهمی روی داده بود. موافقت کردم تا در ده دقیقه آخرِ وقت

تلما با او صحبت کنم. هم‌چنین معلوم شد من مختار هستم که تمام گفت‌وگوی‌مان را به تلما گزارش کنم.

تلما خسته به نظر می‌آمد. در صندلی‌اش ولو شده بود و به آهستگی و نرمی با لحنی حاکی از تسلیم حرف می‌زد:

ـ این هفته هولناک بود، جهنم محض! حدس می‌زنم مشغولیت ذهنی‌ام از بین رفته است، تقریباً از بین رفته است. به جای نود درصد، کم‌تر از بیست درصد از وقت قدم زدنم را صرف فکر کردن به متیو کردم و حتی آن بیست درصد هم متفاوت بود. اما به جای آن چه کار دیگری انجام دادم؟ هیچ چیز. مطلقاً هیچ چیز. روزی دوازده ساعت می‌خوابیدم. تمام کاری که کردم این بود که بخوابم، بنشینم و آه بکشم. اشک‌هایم خشک شده‌اند. دیگر حتی نمی‌توانم گریه کنم. هری که تقریباً هیچ‌گاه از من ایراد نمی‌گرفت، دیشب وقتی میز شام را جمع می‌کردم ـ این هفته تقریباً هیچ چیز نخورده‌ام ـ گفت «آیا دوباره برای خودت غصه می‌خوری؟»

ـ می‌توانی بگویی چه بر سرت آمده؟

ـ مثل این است که در یک نمایش سحرآمیز قرار داشته‌ام و حالا بیرون آمده‌ام؛ و بیرون خیلی خسته‌کننده و بی‌روح است.

مو بر تنم راست شد. قبلاً هرگز نشنیده بودم تلما با استعاره حرف بزند. انگار شخص دیگری داشت حرف می‌زد.

ـ درباره آن‌چه حس می‌کنی، بیش‌تر حرف بزن.

ـ حس می‌کنم پیر شده‌ام، واقعاً پیر شده‌ام. برای اولین بار فهمیدم هفتاد ساله، هفت صفر شده‌ام؛ یعنی پیرتر از نود و نه درصد آدم‌هایی که دور و برم قدم می‌زنند. حس می‌کنم یک مردهٔ متحرک هستم که از قبر فرار کرده است، زندگی‌ام تهی شده، به بن‌بست رسیده‌ام. هیچ کاری جز سپری کردن عمرم ندارم.

این سخنان را به سرعت گفت، اما آهنگ صدایش در جمله آخر آهسته شد. سپس رو به من کرد و چشم‌هایش را به من دوخت. کاری که به نوبه خودش غیرعادی بود، زیرا او به ندرت مستقیم به من نگاه می‌کرد. شاید اشتباه می‌کردم، اما فکر می‌کنم چشم‌هایش گفتند «حالا راضی شدی؟» هیچ توضیحی برای زل زدن او نداشتم.

ـ تمام این حوادث به دنبال جلسه ما با متیو روی دادند. در آن جلسه چه اتفاقی افتاد که تو را به این روز انداخت؟

ـ چقدر احمق بودم که هشت سال از او حمایت کردم!

خشم تلما او را به جنب‌وجوش آورد. کیف دستی‌اش را از روی دامنش برداشت، آن را روی کف اتاق گذاشت و انرژی زیادی به سخنانش داد:

ـ چه پاداشی به دست آوردم؟ به شما خواهم گفت. در حقم نامردی کرد! اگر در تمام این سال‌ها رازش را از روان‌درمانگرهایم پنهان نکرده بودم، ممکن بود مهره‌های بازی طور دیگری قرار بگیرند.

ـ من نمی‌فهمم. چه نامردی‌ای در حقت کرد؟
ـ خودتان که آن‌جا بودید. خودتان که دیدید. شما که بی‌رحمی و سنگدلی او را دیدید. او حتی به من سلام یا خداحافظ نگفت. به پرسش‌هایم جواب نداد. چه زحمتی برایش داشت؟ او هنوز به من نگفته که چرا قطع رابطه کرده!
سعی کردم به او توضیح بدهم که موضوعات را طور دیگری دیده‌ام و چرا متیو از نظر من با او (یعنی تلما) گرم بوده و چگونه جزئیات دردناک و طولانی را درباره علت قطع رابطه شرح داده بود. اما تلما با عجله حرف مرا قطع کرد و بدون توجه به توضیحاتم گفت:
ـ متیو فقط در مورد یک چیز واضح حرف زد، متیو جنینگز بیمار است و از تلما هیلتون خسته است. شما به من بگویید: داستان کاملی که عاشق سابق را به سمت خودکشی سوق داد، چیست؟ «طرد ناگهانی بدون ارائه هیچ دلیلی». این دقیقاً همان کاری است که او با من کرده است! دیروز در یکی از کابوس‌هایم متیو را دیدم.
هشت سال قبل بود و او با خودستایی به یکی از دوستانش می‌گفت که می‌تواند با استفاده از دانش روان‌پزشکی‌اش ابتدا مرا اغفال و سپس در بیست و هفت روز به طور کامل نابود کند، و روی آن شرط هم می‌بندد!
تلما تکیه داد، کیفش را باز کرد و بریده روزنامه‌ای درباره جنایت را از آن بیرون آورد. چند دقیقه صبر کرد تا آن را بخوانم. با مداد قرمز زیر پاراگرافی خط کشیده بود که ادعا می‌کرد خودکشی در واقع قتل نفس دوگانه است.
ـ من این مقاله را در روزنامه یکشنبه گذشته دیدم. آیا این می‌تواند در مورد من هم حقیقت داشته باشد؟ شاید وقتی سعی کردم اقدام به خودکشی کنم، واقعاً می‌خواستم متیو را بکشم؟ شما می‌دانید که این درست است. همین درست است.
به قلبش اشاره کرد و گفت:
ـ من قبلاً هرگز به این موضوع این‌طور فکر نکرده بودم!
سعی کردم تعادلم را حفظ کنم. طبیعتاً نگران افسردگی تلما بودم. و او البته هنوز در ناامیدی به سر می‌برد. از کجا معلوم غیر از این باشد؟ فقط عمیق‌ترین ناامیدی می‌تواند توهّمی با این قدرت و سماجت ایجاد کند که مدت هشت سال دوام بیاورد. و اگر من این توهّم را ریشه‌کن کنم، در آن صورت مجبورم آماده مواجهه با ناامیدی‌ای باشم که پنهان بوده است. بنابراین، اضطراب تلما همان‌قدر که بد بود، علامت خوبی هم بود؛ علامت روی هدفی که درست به آن زدیم. همه چیز خوب پیش می‌رفت. آمادگی بالاخره کامل شده بود و می‌توانستیم درمان واقعی را شروع کنیم.

در حقیقت، از قبل شروع شده بود! تعجب تلما طغیان کرده بود، غلیان ناگهانی خشمش به سمت متیو علامتی بود که حمایت‌های قدیمی دیگر نمی‌توانست جلوی آن را بگیرد. او در حالتی بی‌ثبات قرار داشت. هر بیماری با وسواس شدید، دارای مرکز خشم است و من آماده بروز آن در تلما بودم. روی هم رفته، به رغم مؤلفه‌های غیرمنطقی، خشمش را پیشرفتی عالی در نظر گرفتم. ذهنم آن‌قدر مشغول این افکار و نقشه‌هایی برای کار آینده‌مان بود که بخش اول جمله بعدی تلما را متوجه نشدم، اما آخر جمله را خیلی واضح شنیدم.

ـ... و به همین دلیل باید روان‌درمانی را متوقف کنم!

با زحمت زیاد پاسخ دادم:

ـ تلما! چطور می‌توانی حتی به آن فکر کنی؟ این بدترین زمان ممکن برای توقف روان‌درمانی است. حالا وقت آن است که به طور واقعی پیشرفت کنی.

ـ دیگر نمی‌خواهم به روان‌درمانی ادامه بدهم. بیست سال بیمار بوده‌ام و از این‌که مثل یک بیمار با من رفتار شود، خسته شده‌ام. متیو با من مثل یک بیمار، و نه یک دوست رفتار کرد. شما هم مثل بیمار با من رفتار می‌کنید. من می‌خواهم مثل دیگران باشم.

دنباله سخنانم را به یاد نمی‌آورم، فقط می‌دانم که تمام نکات را بیرون کشیدم و بیش‌ترین فشار را بر او وارد کردم تا تجدید نظر کند. تعهد شش‌ماهه او را یادآوری کردم که پنج هفته از آن باقی مانده بود.

اما او در واکنش به حرف‌هایم ادامه داد:

ـ شما حتی قبول کردید زمانی می‌رسد که مجبورید از خودتان حفاظت کنید، چراکه میزان بیش‌تری از این درمان می‌تواند غیرقابل تحمل باشد.

او با لبخندی ناامیدانه اضافه کرد که فکر می‌کند اگر این درمان کمی بیش‌تر ادامه یابد، بیمار را خواهد کشت.

تمام دلایلم با سرنوشت مشابهی مواجه شد. اصرار می‌کردم که پیشرفتی واقعی داشته‌ایم. به او یادآوری کردم که در اصل به این دلیل به دیدن من آمده تا ذهنش را از مشغولیتش آزاد کنم و ما گام‌های بلندی به سمت آن برداشته‌ایم. حالا زمان آن بود که به مفهوم نهفته پوچی و بیهودگی که وسواس را تغذیه می‌کند، بپردازیم.

اما پاسخش این بود که آن‌چه از دست داده، خیلی عظیم است؛ بیش‌تر از آن‌چه بتواند تحمل کند. او امید به آینده را از دست داده بود. منظورش از این عبارت این بود که یک درصد شانس خودش را برای آشتی از دست داده بود. او بهترین ایام زندگی‌اش یعنی آن بیست و هفت روز را از دست داده بود (اگرچه من به او نشان داده بودم که آن‌ها واقعی نبودند، در آن صورت او این خاطره تقویت‌کننده نقطه اوج زندگی‌اش را از دست داده بود). از طرف دیگر، او هم‌چنین هشت سال فداکاری را از دست داده بود (و اگر او از یک توهّم حفاظت می‌کرده، پس فداکاری‌اش بی‌معنا

بوده است).
سخنان تلما آن‌قدر قدرتمند بود که هیچ راه مؤثری برای مقابله با آن پیدا نکردم، غیر از این‌که آن‌چه را از دست داده بود، تصدیق کنم و بگویم که او با ماتم بزرگی روبه‌رو شده است و من هم آماده‌ام در این اندوه بزرگ به او کمک کنم. هم‌چنین سعی کردم خاطر نشان کنم که تحمل پشیمانی و تأسف برای شخصی که خودش گرفتار آن بوده، فوق‌العاده دردناک است، اما می‌توانیم کارهای دیگری نیز انجام دهیم تا مانع از افزایش تأسف بیش‌تر شویم. برای مثال، تصمیمی را در نظر بگیریم که او در آن لحظه با آن روبه‌رو است: آیا او یک ماه یا یک سال دیگر از این تصمیم که درمان را متوقف کند، عمیقاً پشیمان و متأسف نخواهد بود؟
تلما جواب داد که هرچند ممکن است حق با من باشد، اما او به خودش قول داده است روان‌درمانی را متوقف کند. سپس جلسه سه نفره‌مان را با زمانی مقایسه کرد که مشکوک به مبتلا به سرطان هستید و برای کسب اطمینان با پزشک ملاقات می‌کنید.
ـ شما در وحشتی عظیم به سر می‌برید، آن‌قدر ترسناک که این ملاقات را خارج از وقت و برای چندمین مرتبه درخواست کرده‌اید. پزشک تأیید می‌کند که شما سرطان دارید و تمام ناآرامی‌تان از ندانستن به پایان می‌رسد، اما چه چیزی برای‌تان باقی می‌ماند؟
ضمن این‌که سعی می‌کردم احساساتم را متمرکز کنم، متوجه شدم که یکی از اولین پاسخ‌هایم برای جلب توجه این است: «چطور می‌توانی با من این‌طور رفتار کنی؟»
هر چند، بدون شک، بخشی از خشم من از احساس شکست ناشی می‌شد، اما از طرف دیگر یقین داشتم که دارم به احساسات تلما نسبت به خودم پاسخ می‌دهم. شخصاً مسئول هر سه گم‌شده تلما بودم. جلسه سه‌نفره نظر من بود و من بودم که او را از توهّماتش جدا کردم، من او را از خواب غفلت بیدار کردم. به نظرم آمد که دارم کاری بی اجر و مزد انجام می‌دهم. حتی عبارت «از خواب غفلت بیدار کردن»، با وجود بار منفی‌اش که به طور ضمنی بر پوچ‌گرایی دلالت می‌کند، باید به من هشدار بدهد. به یاد نمایشنامه مرد یخی می‌آید(۵۳) نوشته اونیل(۵۴) و سرنوشت هیکی، شخصی که دیگران را از خواب غفلت بیدار کرد، افتادم. آن‌هایی که او سعی می‌کند به سوی واقعیت برگرداند، سرانجام از او روی برمی‌گردانند و دوباره وارد زندگی خیالی می‌شوند.
موضوعی را به یاد آوردم که چند هفته قبل از این‌که تلما بفهمد من را چگونه تنبیه کند و دیگر به کمک من نیاز ندارد، کشف کرده بودم. فکر می‌کنم سعی برای خودکشی‌اش کوشش جنایتکارانه‌ای بود و حالا معتقدم که تصمیمش برای توقف روان‌درمانی نیز شکلی از قتل نفس دوگانه بود. او پایان دادن به درمان را به صورت حمله‌ای علیه من در نظر می‌گرفت و درست فکر می‌کرد! او متوجه شده بود که موفقیت برای من تا چه حد مهم است، تا کنجکاوی روشنفکرانه‌ام را برای «پیگیری

هر چیز تا به آخر» ارضا کنم.
انتقام او از من این بود که هر یک از این اهداف را نقش بر آب کند، بدون توجه به این‌که بلایی که می‌خواهد به سر من بیاورد، دامن خودش را هم خواهد گرفت. در حقیقت، تمایلات آزارگرایانه- آزارخواهانه‌اش(۵۵) آن‌قدر آشکار بود که جذب نظریه قربانی کردن دوجانبه شده بود. در این‌جا به طور شیطنت‌آمیزی متوجه شدم که اگر بخواهم به رسوم تشخیص حرفه‌ای‌ام بازگردم، باید نسبت به او خشمگین شوم.
سعی کردم این نظریات را با تلما بررسی کنم:
ـ من متوجه خشمت نسبت به متیو شده‌ام، اما تعجب می‌کنم چرا از دست من ناراحت نیستی. اگر از دست من عصبانی بودی معنی خیلی زیادی داشت. از آن گذشته، تو باید به طریقی حس کنی که من تو را به مخمصه انداختم. این نظر من بود که متیو را دعوت کنیم، نظر من بود که سؤالاتی را که برایت مطرح است از او بپرسی.
متوجه شدم که سرش را به علامت تأیید تکان می‌دهد. پس ادامه دادم:
ـ اگر این‌طور است، بهتر نیست حالا که به این‌جا رسیده‌ایم، به روان‌درمانی ادامه بدهیم؟
تلما با شدت بیش‌تری سرش را به علامت موافقت تکان داد و گفت:
ـ عقلم می‌گوید که حق با شماست. اما گاهی مجبورید کاری را انجام دهید که باید انجام شود. به خودم قول داده‌ام که دیگر بیمار نباشم و قصد دارم به قولم پایبند بمانم.
تسلیم شدم. با دیواری سنگی روبه‌رو بودم. مدت‌ها بود که وقت‌مان تمام شده بود و من هنوز به هری هم ده دقیقه قول داده بودم. قبل از این‌که با یکدیگر دست بدهیم، به زور چند قول از تلما گرفتم: او موافقت کرد که درباره تصمیمش فکر کند و سه هفته بعد دوباره مرا ملاقات کند. علاوه بر این، قول شرف داد که به تعهدش در پروژه تحقیقاتی با ملاقات شش‌ماهه با روان‌شناسان پژوهشی و تکمیل مجموعه پرسش‌نامه‌ها پایبند باشد. جلسه را با این فکر پایان دادم که با وجود این‌که او ممکن است مسئولیت پژوهشی‌اش را اجرا کند، اما شانس کوچکی هم وجود دارد که روان‌درمانی را از سر بگیرد.
در حالی‌که پیروزی بدتر از شکستش را در چنگ داشت، کمی سخاوت به خرج داد و ضمن این‌که دفترم را ترک می‌کرد، از من به خاطر کوشش‌هایم تشکر کرد وگفت اگر بخواهد به درمان بازگردد، من اولین کسی خواهم بود که به عنوان روان‌درمانگر انتخاب خواهد کرد.
تلما را تا اتاق انتظار بدرقه کردم و هری را به دفتر کارم دعوت کردم. او فردی چابک و صادق بود:
ـ آقای دکتر می‌دانم کار شما مثل راندن یک کشتی نفوذناپذیر است ـ سی سال در

ارتش همین کار را انجام می‌دادم ـ و می‌بینم که تأخیر داشته‌اید. این به معنای آن است که هر روز تأخیر دارید، این‌طور نیست؟

سرم را به علامت تأیید تکان دادم اما به او اطمینان دادم که برای ملاقات با او وقت دارم.

ـ خوب، سعی می‌کنم حرف‌هایم را خلاصه کنم، من مثل تلما نیستم. هیچ وقت حاشیه نمی‌روم. مستقیم سر موضوع می‌روم. آقای دکتر، همسرم، تلمای قدیمی را به من برگردان؛ درست همان‌طور که قبلاً بود.

صدای هری به جای این‌که ترسناک باشد، ملتمسانه بود. درست با همین رفتار، تمام توجه مرا به خود جلب کرد ـ و همان‌طور که حرف می‌زد، نمی‌توانستم خودم را قانع کنم که به دست‌های بزرگش مثل این‌که می‌خواست کسی را خفه کند، نگاه نکنم. او ادامه داد و حالا سرزنش و ملامت وارد صدایش شده بود تا شرح دهد که حال تلما از وقتی من و او شروع به کار با یکدیگر کرده‌ایم، بدتر شده است. بعد از شنیدن حرف‌هایش، سعی کردم با شروع این جملات که افسردگی طولانی تقریباً به همان نسبت بیمار بر خانواده هم اثر می‌گذارد، او را دلداری دهم. با چشم‌پوشی از موضوع بحث، پاسخ داد که تلما همیشه زن خوبی بوده و شاید به خاطر این‌که او خیلی به سفر و این طرف و آن طرف می‌رود، باعث وخیم شدن مشکلات تلما شده است.

بالاخره وقتی تصمیم تلما را در مورد پایان دادن به درمان به او اطلاع دادم، آرام و خوشحال شد و گفت چند هفته است که برای این کار به تلما اصرار و به او فشار وارد می‌کند.

بعد از این‌که هری دفتر کارم را ترک کرد، خسته و مبهوت و عصبانی همان‌جا نشستم. خدایا، این‌ها دیگر چه زن و شوهری بودند! مرا از دست هر دو نفرشان نجات بده! بازی سرنوشت را ببین. احمق پیر می‌خواهد «تلمای قدیم‌اش برگردد»! آیا او این‌قدر «غایب» بوده که اصلاً متوجه نشده تلمای قدیم هیچ‌گاه مال او نبوده است؟ تلمای قدیم هیچ وقت در خانه نبوده است: نود درصد هشت سال گذشته را صرف زندگی گم‌شده‌اش در توهّم عشقی کرده است که هرگز نداشته است. هری نیز به توهّمی متوسل شده که کم‌تر از تلما نیست. سروانتس(۵۶) در جایی پرسیده است: «کدام را دارید: دیوانگی خردمندانه یا عقل احمقانه؟» و آشکار بود که هری و تلما کدام را انتخاب می‌کردند!

اما من از گرفتن انگشت اتهام به سوی تلما و هری یا از تأسف خوردن برای ضعف روح انسانی (روح ضعیفی که بدون توهّم، بدون سحر و جادو یا خیال‌های باطل یا دروغ‌های حیاتی، قادر به نجات نیست) کمی تسکین یافتم. زمان آن بود که با حقیقت روبه‌رو شوم: من این مورد را خارج از اطمینان سرهم‌بندی کردم و نمی‌توانستم بیمار یا شوهرش یا شرایط انسانی را سرزنش کنم.

چند روز پس از این ماجرا، ذهنم مملو از تهمت‌زنی به خودم و نگرانی درباره تلما بود. ابتدا نگران خودکشی بودم، اما خودم را با این فکر تسکین دادم که خشم او آشکار و ظاهراً آن‌قدر هدایت شده بود که بعید بود به سمت خودش بازگردد. برای مبارزه با تهمت زدن به خودم، تلاش کردم روی این نکته تمرکز کنم که من یک روش روان‌درمانی مناسب را به کار برده‌ام: تلما وقتی با من مشاوره کرد، در حالتی بحرانی قرار داشت و باید کاری انجام می‌شد. هر چند او حالا هم در وضعیت بدی قرار دارد، اما بدتر از وقتی نیست که شروع کرده بود. چه کسی می‌داند، شاید او بهتر شده بود، شاید به طور موفقیت‌آمیزی او را مأیوس کرده بودم و شاید او نیاز داشت که قبل از شروع به هر نوع روان‌درمانی مدتی زخم‌هایش را در خلوت درمان کند؟ برای چهار ماه روشی محافظه‌کارانه را امتحان کرده بودم و فقط وقتی معلوم شد هیچ گزینه دیگری ندارم، به سیاست مداخله‌جویانه بنیادی بازگشتم.

اما همه این حرف‌ها خودفریبی بود. می‌دانستم که دلیل خوبی برای گناهکار بودن دارم. یک بار دیگر گرفتار این باور پرطمطراق شدم که می‌توانم هر کسی را درمان کنم. به خاطر شور و شوق ناشی از تکبر و کنجکاوی‌ام، از ابتدا به بیست سال شاهدی که تلما داوطلب ضعیفی برای روان‌درمانی بود، اعتنا نکردم و او را در بازنگری‌ای که احتمال ضعیفی از موفقیت داشت، در معرض مواجهه‌ای دردناک قرار دادم. اما تمام سیستم دفاعی را بدون ساختن چیزی که جانشین آن شود، از بین بردم.

شاید حق با تلما بود که در این نقطه خودش را از من حفاظت کند. شاید در گفتن این جمله که «کمی درمان بیش‌تر بیمار را خواهد کشت»، حق با تلما بود. روی هم رفته، سزاوار این بودم که تلما و هری از من انتقاد کنند. هم‌چنین از رفتار

متخصص‌مآب خودم در عذابم. دو هفته قبل در همایش آموزشی، در شرح روان‌درمانی او علاقه‌ام به طور قابل توجهی برانگیخته شد و حالا خودم را در نظر همکاران و دانشجویانی خوار کرده‌ام که در هفته‌های آینده از من خواهند خواست «جزئیات را به طور کامل برای‌مان شرح بده. همه این امور چگونه یک جا جمع شدند؟»

همان‌طور که انتظار داشتم، تلما در جلسهٔ سه هفته بعد شرکت نکرد. به او تلفن کردم و مکالمه‌ای خلاصه اما مهم داشتیم. هر چند او به طور قاطع بر تصمیم خود درباره ترک زمینه بیماری تأکید کرد، اما متوجه کم‌ترین خصومتی در صدایش نشدم. نه تنها روان‌درمانی را داوطلبانه کنار گذاشته بود، بلکه هیچ نیاز دیگری هم به آن نداشت. حس می‌کرد حالش خیلی بهتر شده است، به طور قطع خیلی بهتر از سه هفته قبل شده است! او با بی‌نزاکتی به من گفت که دیدن متیو در روز گذشته کمک خیلی بزرگی کرده است.

ـ چی؟ متیو؟ چطور این اتفاق افتاد؟

ـ اوه، من ضمن خوردن قهوه گفت‌وگوی لذت‌بخشی با او داشتم. ما موافقت کردیم هر ماه یک مرتبه یکدیگر را ملاقات کنیم و خوش‌وبشی داشته باشیم.

از شدت کنجکاوی دیوانه شده بودم و با صمیمیت از او سؤال کردم. او ابتدا با لحنی تمسخرآمیز پاسخ داد:

ـ به شما گفته بودم که هر کاری لازم باشد، انجام می‌دهم.

سپس به سادگی توضیح داد که من دیگر حق ندارم پرسش‌های شخصی بپرسم. متوجه شدم که باید بیش‌تر یاد بگیرم. پیش از خداحافظی به طور تشریفاتی گفتم که هر گاه تصمیمش را تغییر داد، به عنوان یک روان‌درمانگر در خدمت او خواهم بود. اما ظاهراً هیچ‌گاه دوباره تمایلی برای نوع درمان من نداشت و دیگر چیزی درباره او نشنیدم.

شش ماه بعد، گروه پژوهشی با تلما مصاحبه کرد و به بازبینی مجموعه ابزارهای روان‌شناختی پرداخت. وقتی گزارش نهایی تحقیق منتشر شد، به سرعت به بررسی‌شان از مورد تلما مراجعه کردم.

به طور خلاصه، تلما هیلتون، یک زن قفقازی متأهل هفتادساله است که در نتیجه یک دورهٔ پنج‌ماهه روان‌درمانی و هفته‌ای یک بار به طور قابل ملاحظه‌ای بهبود یافته است. در حقیقت، از بیست و هشت موضوع مربوط به بیماری سالخوردگان که در این مطالعه در نظر گرفته شده بود، در بیش‌تر آن‌ها نتیجه کار مثبت بود.

او به طور قابل توجهی کم‌تر افسرده است. تمایل به خودکشی که در او به شدت بالا بود، به حدی کاهش پیدا کرده که دیگر ممکن نیست به خودکشی فکر کند. اعتماد به نفس وی بهبود یافته و در چند مسئله دیگر: نگرانی، خودبیمارانگاری، روان‌پریشی و گرایش به افکار وسواسی، به همان نسبت بهبودی مهمی حاصل شده

بود.

گروه پژوهشی به طور کلی از طبیعت روان‌درمانی که این نتایج چشمگیر را ایجاد کرده است، اطلاع کافی ندارد، زیرا بیمار بدون عذر موجه به پنهان‌کاری درباره جزئیات درمان ادامه می‌دهد. معلوم شده است که روان‌درمانگر به طور موفقیت‌آمیزی از طرح روش درمان نشانه‌محور(۵۷) استفاده کرده است که به جای بینش عمیق یا تغییر شخصیت، برای ایجاد آرامش طراحی می‌شود. از آن گذشته، او در روند درمان به طور مؤثر از رهیافت سیستم‌ها استفاده می‌کند و شوهر و دوست دیرین بیمار را (که مدتی طولانی است با او قطع رابطه کرده) وارد می‌کند.

آفرین بر این گزارش شجاعانه! این گزارش آرامش کمی برایم فراهم کرد.

(nbookcity.com)

۲. متشکرم که زندگی‌ام را نجات دادید.

ـ بیمارتان یک احمق عوضی است و دیشب در گروه درست همین کلمات را به او گفتم!

سارا که یک دانشجوی جوان دوره دکتری تخصصی روان‌پزشکی است، در این‌جا مکث کرد. در چشمانش عصبانیت شعله می‌کشید و همین مسئله مرا وادار کرد از او انتقاد کنم.

بدیهی است چیزی غیرعادی روی داده بود. اما یک دانشجو حق ندارد به دفترم هجوم بیاورد و بدون ترس از عواقب ـ و حتی با افتخار و جسورانه ـ به من بگوید که به طور زبانی به یکی از بیمارانم حمله کرده، به ویژه بیماری که مبتلا به سرطان پیشرفته است.

ـ سارا، ممکن است بنشینی و به من بگویی چه شده؟ قبل از این‌که بیمار بعدی برسد، چند دقیقه وقت دارم.

سارا ضمن این‌که تلاش می‌کرد خویشتن‌داری کند، شروع به صحبت کرد:

ـ کارلوس خشن‌ترین و منفورترین آدمی است که تا حالا دیده‌ام!

ـ خوب، می‌دانی که او از نظر من هم شخص مطلوبی نیست. قبل از این‌که او را به تو ارجاع دهم، این را به تو گفتم.

حدود شش ماه کارلوس را در درمان انفرادی دیده بودم و چند هفته قبل، او را به سارا ارجاع دادم تا در گروه درمانی خودش قرار دهد.

ـ اما ادامه بده. متأسفم که سخنت را قطع کردم.

ـ همان‌طور که می‌دانید، او کلاً آدم نفرت‌انگیزی است. مثل این‌که سگ است! وقتی به خانمی می‌رسد، او را بو می‌کشد و شکلک‌های آزاردهنده‌ای درمی‌آورد. او به هر چیز دیگری که در گروه روی می‌دهد، بی‌اعتنایی می‌کند. دیشب مارتا ـ زن جوانی از اعضای گروه که به اختلال مرزی وضعیت مبتلاست و تقریباً همیشه ساکت است ـ درباره این‌که سال گذشته مورد تعرض به عنف قرار گرفته، شروع به صحبت کرد. فکر نمی‌کنم پیش‌تر این مطلب را به صراحت در گروه مطرح کرده باشد. خیلی ترسیده بود و به شدت گریه می‌کرد. از بیان ماجرا رنج می‌برد و معلوم بود که یادآوری آن برایش بسیار دردناک است. همه سعی می‌کردند به او کمک کنند تا حرف بزند. درست یا غلط، تصمیم گرفتم به مارتا کمک کنم، بنابراین گفتم که سه سال قبل من هم مورد تجاوز به عنف قرار گرفته‌ام.

ـ من این موضوع را نمی‌دانستم، سارا!

ـ هیچ‌کس دیگری هم نمی‌داند!

سارا ساکت شد و چشم‌های نمناکش را آهسته پاک کرد. متوجه شدم گفتن این

مطلب برایش خیلی سخت بود، اما در آن لحظه نتوانستم مطمئن شوم که چه چیزی بیش‌تر آزارش می‌دهد: صحبت درباره تجاوز به عنف با من، یا فاش کردن راز خودش تا حد افراط در برابر گروه (آیا من که مربی برنامهٔ روان‌درمانی گروهی بودم، باید امور را برایش پیچیده می‌کردم؟) یا بیش‌تر به این دلیل غمگین بود که هنوز چیزهایی بود که باید به من می‌گفت؟ تصمیم گرفتم نسبت به آن بی‌تفاوت بمانم.

ـ و بعد؟

ـ خوب، همین موقع کارلوسِ شما وارد عمل شد.

با خود گفتم «کارلوسِ من؟ خنده‌دار است! گویی او بچه من است و من باید به خاطر او جواب پس بدهم!»(به هر حال این حقیقت دارد که من سارا را وادار کردم تا او را بپذیرد؛ سارا مایل نبود یک بیمار مبتلا به سرطان را در گروهش بپذیرد. اما از طرف دیگر، گروه او به پنج نفر کاهش پیدا کرده بود و به اعضای جدید نیاز داشت.) هیچ‌گاه سارا را غیرمنطقی و این‌قدر چالش‌برانگیز ندیده بودم. ترسیدم از این مسئله دوم خیلی زجر کشیده باشد و نمی‌خواستم با اشاره انتقادی به آن، اوضاع را بدتر کنم.

ـ او چه کار کرد؟

ـ پرسش‌های زیادی دربارهٔ آن اتفاق از مارتا پرسید؛ چه وقت، کجا، چی، چه کسی. ابتدا به مارتا کمک کرد که حرف بزند، اما به محض این‌که من درباره حمله به خودم صحبت کردم، مارتا را فراموش کرد و شروع به پرسیدن همان چیزها از من کرد. سپس شروع به پرسیدن جزئیات ماجرا از هر دو نفر ما کرد. آیا مهاجم لباس‌های شما را هم پاره کرد؟ آیا شما را خیلی اذیت کرد؟ آیا او چیزی به بدن‌تان فرو کرد؟ آیا از کار او لذت هم بردید و یا فقط آزاردهنده بود؟ تمام این رفتار خیلی بی سر و صدا روی داد، قبل از این‌که گروه برانگیختگی جنسی او را درک کند. پس از آن وقفه‌ای ایجاد شد و او سر جایش نشست. او به هیچ عنوان با مارتا و من ابراز همدردی نکرد، مثل این بود که از رفتارش لذت می‌برد. فهمیدم که او بیش از ما به دلسوزی نیاز دارد ـ اما او واقعاً یک حیوان پست است.

ـ ماجرا چگونه پایان یافت؟

ـ خوب، گروه بالاخره متوجه اوضاع شد و شروع به مقابله با او و بی‌عاطفگی‌اش کرد، اما او به هیچ وجه ابراز پشیمانی و همدلی نکرد. در حقیقت، او به مارتا و من بیش‌تر حمله کرد و ما (و همه قربانیان تعرض جنسی) را متهم کرد که خودمان مسئول این وضعیت هستیم. او پرسید «مگر چه شده؟» و سپس ادعا کرد که اگر یک زن جذاب او را مورد تعرض جنسی قرار دهد، شخصاً اعتراضی ندارد. و نیش آخر او به گروه حرف‌های نفرت‌انگیز بیش‌تری بود که برای آزار گروه بر زبان آورد. در این موقع بود که من گفتم «اگر به حرف‌هایی که می‌زنی اعتقاد داشته باشی، یک حیوان بی‌شعور نادان هستی!»

ـ فکر کردم اقدام درمانی تو این بود که او را احمق عوضی خطاب کنی!
این حرف باعث شد خشم سارا کمی فروکش کند و هر دو لبخند زدیم.
ـ همین طور است، من واقعاً خونسردی‌ام را از دست دادم.
می‌خواستم کلماتی سودمند و مؤثر به کار ببرم، اما آن‌ها به نظرم فضل‌فروشانه‌تر از چیزی بودند که در نظر داشتم.
ـ سارا، به خاطر داشته باش که اگر با موقعیت‌های بحرانی مثل این مورد به دقت برخورد شود، اغلب می‌توان با دگرگون کردن موقعیت به خوبی به اوضاع پایان داد. از هر چیزی که اتفاق می‌افتد می‌توان به نفع روان‌درمانی استفاده کرد. بیا سعی کنیم این ماجرا را به تجربه‌ای آموزشی برای کارلوس تبدیل کنیم. فردا او را می‌بینم و به شدت روی این موضوع کار می‌کنم. اما می‌خواهم مطمئن شوم که مواظب خودت خواهی بود. اگر بخواهی امروز یا هر وقت دیگری با کسی صحبت کنی، من آماده‌ام کمک کنم.
سارا تشکر کرد و گفت برای فکر کردن به این موضوع، احتیاج به زمان دارد. ضمن این‌که از دفتر کارم خارج می‌شد، فکر کردم که حتی اگر او تصمیم بگیرد با شخص دیگری درباره مشکل خودش صحبت کند، من هنوز باید سعی کنم او را بعداً ملاقات و آرام کنم و ببینم که آیا می‌توانیم این مسئله را برایش به یک تجربه آموزشی تبدیل کنیم. ماجرایی که از سر گذرانده بود، برایش خیلی مهم بود و من هم به جای او همین حس را داشتم، اما به نظرم آمد که او با روان‌درمانی غیرمجاز برای خودش در گروه، مرتکب اشتباه شده است. فکر می‌کنم بهتر بود ابتدا درباره روان‌درمانی شخصی خودش کار می‌کرد و بعد حتی اگر تصمیم می‌گرفت در گروه صحبت کند ـ که آن هم مشکل‌ساز بود ـ بهتر بود آن را برای اعضایی مطرح می‌کرد که نگران این قبیل مسائل هستند.
سپس بیمار بعدی وارد شد و توجهم را به او معطوف کردم. اما نتوانستم از فکر کردن به کارلوس دست بردارم و نمی‌دانستم جلسه بعد چگونه باید با او برخورد کنم. این‌که او وارد ذهنم شود، غیرعادی نبود؛ زیرا او یک بیمار غیرعادی بود که طی چند ماه گذشته، بیش از یک یا دو ساعت در هفته صرف ملاقات با او کرده بودم.
«کارلوس گربه‌ای با ۹ جان است، اما حالا به نظر می‌رسد که به جان نهم رسیده است.» این اولین چیزی بود که سرطان‌شناسی که او را برای درمان روان‌پریشی‌اش به من ارجاع داده بود، به من گفت. آقای دکتر ادامه داد که کارلوس لنفوم(۵۸) با رشد آهسته نادری دارد که مشکلاتی برای او ایجاد کرده است که بیش از آن‌که به‌خاطر بدخیمی‌اش باشد، به‌خاطر اندازه آن است. غده سرطانی به مدت ده سال به خوبی به درمان پاسخ داده بود اما حالا به ریه‌اش حمله کرده بود و با پیشروی بیش‌تر به قلبش رسیده بود. پزشک‌های معالجش تمام گزینه‌ها را امتحان کرده بودند: او را در معرض بیش‌ترین تشعشع ممکن قرار داده بودند و تمام راهنماهای دارویی

شیمی‌درمانی کشور را زیر و رو کرده بودند. آن‌ها از من پرسیدند تا چه حد باید صادق باشند؟ به نظر نمی‌آمد گوش کارلوس به این حرف‌ها بدهکار باشد. آن‌ها یقین نداشتند که او واقعاً چقدر به خودش علاقه‌مند است. آن‌ها نمی‌دانستند که او افسردگی عمیق و رو به رشدی دارد، و به نظر می‌آمد هیچ کس را ندارد تا بتواند از او درخواست کمک کند.

کارلوس واقعاً تنها و بی‌کس بود. غیر از یک دختر و پسر هفده‌ساله ـ دوقلوی دو تخمکی، که با همسر سابقش در آمریکای جنوبی زندگی می‌کردند ـ هیچ کس دیگر را نداشت. او در سی‌ونه‌سالگی خودش را از هر نظر در دنیا بی‌کس و کار می‌دید. خودش تک‌فرزندی بود که در آرژانتین بزرگ شده بود. مادرش را در کودکی از دست داده بود و پدرش بیست سال قبل در برابر همین سرطان که حالا داشت کارلوس را می‌کشت، به زانو درآمده بود. او هیچ‌گاه دوستی از جنس مذکر نداشته بود. یک بار به من گفت «چه کسی به آن‌ها نیاز دارد؟ من هرگز با کسی ملاقات نکرده‌ام که به خاطر یک دلار، یا شغل یا یک زن هرزه به تو بی‌اعتنایی نکند.» فقط مدت کوتاهی متأهل بوده و هیچ رابطه مهم دیگری با زن‌ها نداشته بود. او می‌گفت «آدم باید خیلی احمق باشد که بیش از یک مرتبه با زنی هم‌بستر شود!» وی بدون نشانه‌ای از شرم یا خودآگاهی گفت هدفش در زندگی این است که تا می‌تواند با زنان مختلف هم‌بستر شود.

(nbookcity.com

به هر حال، در اولین ملاقات نتوانستم در شخصیت کارلوس، یا در ظاهر فیزیکی‌اش، چیزی دوست‌داشتنی پیدا کنم. او شخصی لاغراندام و پر از غده (با غده‌های لنفی به شدت آشکار و متورم در آرنج‌ها، گردن و پشت گوش‌هایش) بود و در نتیجه شیمی‌درمانی، تمام موهایش ریخته بود. کوشش‌های آرایشی دلخراشش ـ یک کلاه پانامایی با لبه پهن، نقاشی روی ابروها و شال‌گردنی که غده‌های متورم روی گردنش را می‌پوشاند ـ فقط در کاهش توجه ناخواسته اضافی به ظاهرش موفق شده بود.

او ـ به دلیل موجهی ـ آشکارا افسرده بود و با تلخی و بی‌حوصلگی درباره تجربه دشوار ده‌ساله سرطانش صحبت می‌کرد. سرطان لنفی‌اش مرحله به مرحله داشت او را می‌کشت. بیماری تقریباً بخش عمده‌ای از انرژی، قدرت و آزادی‌اش را از بین برده بود (کارلوس مجبور بود نزدیک بیمارستان استنفورد در تبعید و غربت دائم از فرهنگ بومی‌اش زندگی کند). و مهم‌تر از همه، این بیماری زندگی اجتماعی‌اش را کشته بود. منظور او از زندگی اجتماعی، زندگی زناشویی بود: در زمانی که شیمی‌درمانی می‌کرد، کاملاً ناتوان شده بود. وقتی دوره‌ای از شیمی‌درمانی را به پایان رساند و تمایلات جنسی‌اش شروع به غلیان کرد، به دلیل ریختن موهایش حتی نمی‌توانست نظر هیچ زن هرزه‌ای را هم جلب کند. او گفت حتی وقتی موهای عقب سرش چند هفته بعد از شیمی‌درمانی درآمدند، هنوز نمی‌توانست نظر زنی را جلب کند، زیرا آن‌ها فکر می‌کردند غده‌های بزرگ لنفی، نشانه ابتلا به ایدز است. حالا از تمام مواهب جنسی زندگی محروم شده بود و دلش فقط به دیدن فیلم‌های ویدئویی کرایه‌ای آزارگرایانه ـ آزارخواهانه خوش بود.

این حقیقت داشت ـ فقط وقتی وادارش کردم، گفت ـ که منزوی شده بود و بله مشکلاتی ایجاد کرده بود، اما فقط در زمان‌هایی که خیلی ضعیف بود نمی‌توانست به نیازهای جسمی‌اش توجه کند. او با نظریه لذت بردن از ارتباط انسانی نزدیک (غیر از روابط جنسی) بیگانه بود. یک استثنا وجود داشت: فرزندانش. وقتی کارلوس از آن‌ها صحبت می‌کرد، هیجانی واقعی، هیجانی که من هم می‌توانستم از آن لذت ببرم، شکوفا می‌شد. از دیدن تب و تاب جسم ضعیفش همراه با هق‌هق گریه ضمن شرح ترسش از این‌که آن‌ها نیز ممکن است او را ترک کنند، نظرم عوض شد: شاید مادرشان بالاخره موفق به مسموم کردن ذهن آن‌ها علیه او بشود، یا این‌که آن‌ها از ترس ابتلا به سرطان او را طرد کنند و از او روی برگردانند.

ـ کارلوس، برای کمک به تو چه کاری می‌توانم انجام دهم؟

ـ اگر می‌خواهید کمکم کنید، به من بیاموزید که چگونه از گورکن‌ها(۵۹) متنفر شوم!

کارلوس یک لحظه از تعجب من لذت برد و سپس شروع کرد به توضیح این‌که آن‌ها با تصویرسازی بصری ـ که شکلی از کوشش خوددرمانی بسیاری از بیماران سرطانی است ـ کار می‌کرده‌اند. استعاره بصری او برای شیمی‌درمانی جدیدش (که

سرطان‌شناسش با اصطلاح BP به آن اشاره می‌کند) B ها و P های بزرگ(۶۰)، خرس‌ها و خوک‌های بزرگ بودند، استعاره‌اش برای غده لنفی سرطانی سخت گورکن پوست‌استخوانی(۶۱) بود. بدین ترتیب، در جلسات مراقبه، خرس‌ها و خوک‌هایی را مجسم می‌کرد که به گورکن‌ها حمله می‌کردند. مشکل این بود که نمی‌توانست خرس‌ها و خوک‌هایش را به اندازه کافی وحشی و درنده سازد تا گورکن‌ها را تکه‌پاره و نابود کنند.

به رغم ترس از سرطان و ضعف روحی‌اش، کششی نسبت به کارلوس پیدا کردم. شاید این سخاوتی بود که از خوش‌اقبالی‌ام ناشی می‌شد که این او بود، نه من، که داشت می‌مرد. شاید هم دلیل آن، عشقش به فرزندانش یا شیوهٔ حزن‌آلودی بود که هنگام ترک دفتر کارم دستم را با هر دو دستش محکم می‌فشرد. شاید طنز شیطنت‌آمیزی در درخواستش بود: «نفرت از گورکن‌ها را به من بیاموز.»

بنابراین، ضمن بررسی این‌که آیا می‌توانم او را درمان کنم، موانع بالقوه را برای درمان و تشویق خودم ـ در این مورد که او بیش از آن‌که به طرز شرارت‌آمیزی ضداجتماعی باشد، غیراجتماعی است ـ کاهش می‌دادم. از سوی دیگر، بسیاری از خصلت‌ها و باورهای زیان‌بار نرم و آماده اصلاح بودند. از تصمیم خودم اصلاً پشیمان نبودم، زیرا مطمئن بودم که هنوز اهداف درمانی واقعی و مناسبی باقی مانده بودند. آیا من به سادگی او را برای این دوره شیمی‌درمانی بدرقه کردم؟ (کارلوس مانند بسیاری از بیمارها در اثنای شیمی‌درمانی به طور مرگ‌باری افسرده و ناامید شده بود). اگر وارد فاز پایانی می‌شد، آیا متعهد بودم تا لحظه مرگش با او بمانم؟ آیا با پیشنهاد حضور و حمایت محض راضی می‌شدم؟ (شاید این کافی باشد. خدا می‌داند که او هیچ‌کس دیگری را ندارد تا با هم حرف بزنند!) البته تنهایی‌اش تقصیر خودش بود، اما آیا باید به او کمک کنم تا این مطلب را بفهمد یا آن را تغییر دهد؟ به نظر می‌رسد این ملاحظات در مواجهه با مرگ بی‌اهمیت هستند. یا شاید هم اهمیت دارند؟ آیا امکان داشت که کارلوس بتواند چیزی بیش‌تر از «جاه‌طلبی» در روان‌درمانی انجام دهد؟ نه، نه، نه! صحبت درباره جاه‌طلبی چه تأثیری بر درمان شخصی دارد که گستره زندگی قابل پیش‌بینی‌اش در بهترین حالت چند ماه است؟ آیا کسی، مثلاً من، مایل بود در طرحی چنین ناپایدار زمان و انرژی صرف کند؟

کارلوس به سادگی قبول کرد با من ملاقات کند. طبق روش طعنه‌آمیز همیشگی‌اش گفته بود سیاست بیمه‌اش این است که نود درصد هزینه را می‌پردازد و او معاملهٔ شیرینی مثل آن را رد نمی‌کند. از آن گذشته، او شخصی بود که می‌خواست هر چیزی را یک مرتبه امتحان کند و قبلاً هیچ‌گاه با روان‌پزشک صحبت نکرده بود. من قرارداد درمان‌مان را روشن نکردم، غیر از گفتن این‌که کسی را دارم که وقتی احساسات و افکار دردناک را با او در میان می‌گذارم، همیشه کمک کرده است. پیشنهاد کردم که شش مرتبه یکدیگر را ملاقات کنیم و سپس بررسی کنیم که آیا درمان مفید است یا

خیر.

کارلوس با کمال تعجب از روان‌درمانی بهره‌ای عالی برد و پس از شش جلسه، توافق کردیم به درمان ادامه دهیم. او هر ساعت با فهرستی از مشکلاتی می‌آمد که می‌خواست درباره آن‌ها صحبت کند، مثلاً رویاها یا مشکلات کاری (در تمام دوره بیماری‌اش به عنوان یک تحلیلگر مالی موفق به کار ادامه داده بود). گاهی درباره رنج و درد جسمی و نفرتش از شیمی‌درمانی حرف می‌زد، اما بیش‌تر گفت‌وگوهای‌مان درباره زنان و رابطه جنسی بود. در هر جلسه از مواجهه‌اش با آدم‌ها در آن هفته صحبت می‌کرد (اغلب گفته‌هایش شامل چیزی بیش‌تر از نگاهی حسرت‌بار در هنگام خرید نبود) و مشغولیت ذهنی‌اش هر لحظه درباره چیزهایی بود که در صورت متأهل بودن باید انجام می‌داد. فکرش چنان مجذوب ازدواج با زنان بود که به نظر می‌آمد فراموش می‌کند مبتلا به سرطانی است که به طور خزنده و فعال به تمام نقاط بدنش نفوذ کرده است. محتمل‌ترین نکته در مشغولیت ذهنی‌اش این بود که هجوم همه‌جانبه به سراسر بدنش را فراموش کند.

اما دلبستگی‌اش به زن‌ها کهنه‌تر از سرطانش بود. او همیشه در پی شکار زن‌ها بود، با آن‌ها بدرفتاری می‌کرد و آن‌ها را با جملات زشت و اهانت‌آمیز آزار می‌داد. بنابراین گزارش سارا راجع به کارلوس به اندازه‌ای که در گروه ناراحت‌کننده بود، مرا متعجب نکرد. می‌دانستم که رفتاری چنان بی‌ادبانه و بدتر از آن هم از کارلوس ممکن بود.

اما در جلسه بعد درباره این موضوع چگونه باید با او برخورد کنم؟ از همه مهم‌تر، دوست داشتم رابطه‌مان را حفظ و از آن حمایت کنم. ما در حال پیشرفت بودیم و درست همین الان من تنها رابط انسانی اصلی‌اش بودم. اما ادامه حضورش در گروه‌درمانی هم مهم بود. شش هفته قبل کارلوس را وارد گروه کردم تا او را با جامعه‌ای ارتباط دهم که به شکست تنهایی‌اش کمک کند و هم‌چنین به او کمک شود تا تشخیص دهد که باید بعضی از ناخوشایندترین رفتارهای اجتماعی‌اش را تغییر دهد و تأکید شود که می‌تواند در زندگی اجتماعی‌اش ارتباط‌هایی هم به وجود آورد. در پنج هفته اول، از گروه به طور عالی استفاده کرد تا این‌که رفتارش را به طرز عجیبی تغییر داد. اگر چنین رفتار ناپسندی را بروز نداده بود، یقین دارم تمام اعضای گروه را از خودش بیزار نمی‌کرد!

جلسه بعدی ما بی‌اعتنا به آن‌چه روی داده بود، شروع شد. کارلوس حتی به گروه اشاره هم نکرد، به جای آن می‌خواست درباره روث(۶۲) صحبت کند، زن جذابی که در یک انجمن کلیسایی(۶۳) با او ملاقات کرده بود (کارلوس عضو نیم‌دوجین انجمن کلیسایی بود، زیرا اعتقاد داشت که آن‌ها برایش فرصت‌هایی برای آشنایی با زن‌ها فراهم می‌کنند). او خیلی کوتاه با روث صحبت کرده بود، اما بعد روث به دلیل این‌که باید به خانه می‌رفته، عذرخواهی و خداحافظی کرده بود. کارلوس هم خداحافظی کرده اما بعد متقاعد شده بود به خاطر این‌که به روث پیشنهاد نکرده

بود او را تا اتومبیلش بدرقه کند، فرصتی طلایی را از دست داده بود. در حقیقت، کارلوس خودش را قانع می‌کند که شانس مناسبی، شاید ده تا پانزده درصد شانس برای ازدواج با روث داشته است. تمام هفته به خاطر نداشتن سرعت عمل بیش‌تر خودش را ملامت کرده بود. این ملامت، شامل توهین زبانی به خودش و تنبیه فیزیکی ـ نیشگون گرفتن خودش و کوبیدن سرش به دیوار ـ بوده است.

(nbookcity.com) شهر کتاب

احساساتش نسبت به روث را دنبال نکردم (هر چند آن‌ها آشکارا آن‌قدر غیرمعقول بودند که در آن لحظه نمی‌توانستم به آن بپردازم) زیرا فکر می‌کردم بحث درباره گروه ضروری‌تر است. به او گفتم که با سارا درباره جلسه صحبت کرده‌ام و پرسیدم:

ـ دوست داری امروز راجع به گروه صحبت کنیم؟

ـ نه، چیز مهمی نبود. به هر حال می‌خواهم گروه را ترک کنم. من خیلی از گروه برترم.

ـ منظورت چیست؟

ـ هیچ‌کس آن‌جا صادق نیست، همه نقش بازی می‌کنند. من تنها شخصی هستم که در آن‌جا با شهامت کافی حقیقت را می‌گویم. همه مردهای گروه آدم‌های بخت‌برگشته‌ای هستند، وگرنه به آن‌جا نمی‌آمدند. آن‌ها احمق‌های بیدل و جرئتی هستند که هاج و واج آن‌جا نشسته‌اند و تنها کاری که انجام می‌دهند، آه و ناله کردن است.

ـ به نظر تو در آن جلسه چه اتفاقی افتاد؟

ـ سارا درباره تعرض جنسی که به وی شده بود، صحبت کرد. به شما گفته است؟

سرم را به علامت تأیید تکان دادم و او ادامه داد:

ـ مارتا هم در این‌باره حرف زد. مارتا! اوه خدایا! او از همان اشخاصی است که برای شما ساخته شده‌اند! او یک آدم آشفته است. این خانم یک بیمار واقعی است. او یک بیمار روانی است که فقط باید داروی آرام‌بخش مصرف کند. من در گروهی با آدم‌هایی مثل این خانم، چه غلطی می‌کنم؟ اما گوش کن. نکته مهم این است که هر دو نفرشان درباره تعرض جنسی حرف زدند و همه با دهان باز، همین‌طور ساکت آن‌جا نشسته بودند. فقط من واکنش نشان دادم و از آن‌ها سؤالاتی پرسیدم.

ـ سارا گفت بعضی از سؤال‌هایت اصلاً مفید نبودند.

ـ کسی باید با آن‌ها صحبت کند. از آن گذشته، من همیشه نسبت به تعرض به عنف کنجکاو بوده‌ام. شما نیستید؟ آیا همه مردها کنجکاو نیستند؟ در مورد این‌که این اتفاق چگونه روی می‌دهد، هم‌چنین درباره تجربه قربانی تجاوز به عنف؟

ـ اوه، کارلوس، دست بردار! این مزخرفات چیست که سرهم می‌کنی؟ اگر به دنبال این مطلب بودی، می‌توانستی آن را در کتابی بخوانی. در آن‌جا، آدم‌های واقعی نشسته‌اند، نه منابع اطلاعاتی. رفتار تو نشان‌دهندهٔ چیز دیگری است.

ـ شاید این‌طور باشد. حرفت را تصدیق می‌کنم. وقتی وارد گروه می‌شدم، توصیه شما این بود که در بیان احساساتم صادق باشم. باور کن، قسم می‌خورم، من تنها شخص صادق گروه در جلسهٔ آخر بودم. تصدیق می‌کنم که من بحث را گرم کردم. فکر می‌کنم آن یک جلسه پُرشور خارق‌العاده بود که به سارا خیلی فشار آمد. وقتی چهره برافروخته او را به یاد می‌آورم، خنده‌ام می‌گیرد. داشت منفجر می‌شد. می‌خواستم با او رفیق شوم. به خاطر این‌که مانع شدی او را به بیرون دعوت کنم، هرگز

نمی‌بخشمت!

شش هفته قبل، وقتی کارلوس برای اولین بار وارد گروه شد، گفت‌وگوی طولانی داغی درباره رفتار سارا داشتیم، زیرا شیفته سارا شده و متقاعد شده بود که سارا مشتاق است با او به گردش برود. برای کمک به کارلوس که با گروه همسان شود، در چند جلسه اول، رفتار اجتماعی مناسب را به او آموزش دادم. با سختی زیاد او را متقاعد کردم که فکر رابطه با سارا را از سرش بیرون کند، زیرا برداشتش نادرست و بی‌نتیجه بود.

ـ از آن گذشته، این‌که بعضی از مردها از تعرض جنسی لذت می‌برند، بر کسی پوشیده نیست. متوجه شدم سایر مردهای گروه به من لبخند می‌زنند. به شغل پردرآمد فروش عکس‌های پورنو توجه کن! آیا تا به حال با دقت به کتاب‌ها و نوارهای ویدئویی درباره تعرض جنسی یا بردگی در آمریکا نگاه کرده‌ای؟ این کار را بکن! به تندرلوین(۶۴) برو و از مغازه‌های فروش عکس‌های پورنو بازدید کن ـ این کار برای دانش شما خوب است. در آن‌جا تصاویر پورنو را برای مشتریان نقاشی می‌کنند، مطمئن هستم آن‌جا بازارهای غیرقانونی هم وجود دارند. می‌خواهم حقیقتی را به تو بگویم. اگر تعرض به عنف جایز بود، هر از گاهی آن را انجام می‌دادم.

کارلوس ساکت شد و با لبخندی حاکی از رضایت خاطر به من خیره شد. آیا با آن لبخند موذیانه شیطنت‌آمیز، برای برادری در تعرض به عنف مرا به جایگاهی در کنار خودش دعوت می‌کرد؟

چند دقیقه ساکت نشستم و سعی کردم گزینه‌هایم را شناسایی کنم. موافقت با سارا آسان بود: کارلوس گمراه به نظر می‌آمد. با وجود این متقاعد شدم بخشی از آن خالی‌بندی بود و راهی برای رسیدن به چیزی بهتر، چیزی بالاتر در او وجود داشت. من به آن علاقه‌مند بودم، به خاطر چند کلمه آخرش خدا را شکر کردم «هر از گاهی». این کلمات که تقریباً پس از فکر کردن اضافه کرد، باقی‌مانده خودآگاهی یا شرم را به نظر می‌آورد.

ـ کارلوس، تو به صداقت خودت در گروه افتخار می‌کنی. اما آیا واقعاً صادق‌ترین آن‌ها بودی؟ یا فقط تا حدودی صادق، یا صادقی بی‌تکلف بودی؟ این درست است که رک‌گوتر از سایر مردهای گروه بودی. تو بخشی از احساسات جنسی واقعی خودت را گفته‌ای. دربارهٔ این‌که این احساسات چقدر شایع هستند هم قطعاً حق با توست. حرفه فروش عکس‌ها و فیلم‌های مستهجن باید چیزی را عرضه کنند که غریزه همه مردها خواهان آن است.

اما آیا کاملاً صادق‌ترین هستی؟ چرا درباره بقیه احساساتی که در درونت جاری است، حرفی نزده‌ای؟ اجازه بده به چیزی که حدس می‌زنم، اشاره کنم: وقتی درباره تعرض جنسی به سارا و مارتا گفتی «مگر چه شده»، آیا امکان دارد به سرطان خودت

هم که تمام‌وقت با آن درگیر هستی، فکر می‌کردی؟ مواجهه با چیزی که در حال حاضر زندگی تو را تهدید می‌کند، به مراتب سخت‌تر از چیزی است که یکی دو سال قبل اتفاق افتاد.

شاید دوست داری گروه نسبت به تو دلسوزتر باشد، اما وقتی این‌قدر نامهربانی می‌کنی، چطور می‌خواهی آن را به دست آوری؟ تو هنوز راجع به این‌که سرطان داری، حرف نزده‌ای.

به کارلوس اصرار کرده بودم به گروه بگوید که سرطان دارد، اما او می‌ترسید که مورد ترحم قرار گیرد و نمی‌خواست فرصت داشتنِ رابطه با زنان عضو گروه را ضایع کند.

کارلوس نیشخند زد و گفت:

ـ خوب زور می‌زنی، دکتر جان! این تلاش خیلی معنا دارد. شما افکار خوبی دارید. اما من صادق‌ترین خواهم بود. فکر سرطان هیچ‌گاه وارد ذهنم نمی‌شود. چون دو ماه قبل شیمی‌درمانی را رها کرده‌ام و روزهاست که بدون فکر به سرطان زندگی می‌کنم. این خیلی خیلی خوب است، این‌طور نیست؟ فراموش کردن آن بد است؟ آزاد شدن از آن، این‌که قادر باشی برای مدتی هم که شده به طور عادی زندگی کنی، بد است؟

با خودم فکر کردم «پرسش خوبی است! آیا فراموش کردن آن خوب است؟» مطمئن نبودم. چند ماه است که کارلوس را مرتب می‌بینم، متوجه شده بودم که می‌توانم نمودار دوره سرطانش را با توجه به چیزهایی که به آن‌ها فکر می‌کند، با دقتی حیرت‌آور رسم کنم. هر گاه سرطانش بدتر می‌شد و او به طور جدی با مرگ روبه‌رو می‌شد، اولویت‌های زندگی‌اش را بازسازی می‌کرد و به مردی بافکرتر، مهربان‌تر و عاقل‌تر تبدیل می‌شد. از طرف دیگر، وقتی در حال بهبودی نسبی بود، با حفظ روحیه خودش و به طور قابل توجهی با بی‌اهمیت و کم‌اهمیت جلوه دادن آن، مثل این‌که خودش آن را کنار زده است، سرمشق دیگران می‌شد.

یک بار کارتونی از مرد کوچک خپله‌ای که گم شده بود را در یک روزنامه دیدم که می‌گفت: «ناگهان، یک روز در چهل یا پنجاه‌سالگی‌ات، همه چیز روشن می‌شود... و سپس همه چیز دوباره ناپدید می‌شود.» آن کارتون درست خود کارلوس بود، به جز این‌که او یک نفر نبود، بلکه رویدادی تکراری از شخصی مشخص بود ـ و آن‌ها همیشه ناپدید می‌شدند. اغلب فکر می‌کنم که اگر می‌توانستم راهی پیدا کنم تا او را پیوسته نسبت به مرگ و این امر واضح که مرگ حادث می‌شود، آگاه نگاه دارد، می‌توانستم به او کمک کنم تا تغییرات بزرگی را در روش ارتباط با زندگی و مردم ایجاد کند.

از روش ظاهراً درستی که امروز و چند روز قبل در گروه صحبت می‌کرد، آشکار بود که سرطانش دوباره ساکت شده و دیگر این‌که مرگ همراه با عقل وابسته به آن، از ذهنش فاصله گرفته است.

حرکت دیگری را امتحان کردم:

ـ کارلوس، قبل از شروع گروه‌درمانی، سعی کردم منطق اساسی فراسوی گروه‌درمانی را برایت توضیح دهم. به خاطر می‌آوری چگونه تأکید کردم که از هر چه در گروه روی دهد می‌توانیم برای کمک به روان‌درمانی استفاده کنیم؟

او سرش را به علامت تأیید تکان داد و ادامه دادم:

ـ و دیگر این‌که یکی از مهم‌ترین اصول گروه‌ها این است که گروه، یک نسخه کوچک از دنیاست. هر محیطی که در گروه می‌سازیم، روشی را منعکس می‌کند که ما برای زندگی کردن انتخاب کرده‌ایم. به یاد می‌آوری که گفتم که هر یک از ما در گروه همان نوع دنیای اجتماعی را برقرار می‌کنیم که در زندگی واقعی‌مان داریم؟

(nbookcity.com) شهر کتاب

او دوباره سرش را به علامت تأیید تکان داد. خیلی خوب داشت گوش می‌داد.
ـ حالا، ببین در گروه چه بر سر خودت آورده‌ای! با افردی شروع به کار کردی که ممکن بود با آن‌ها رابطه نزدیکی برقرار کنی. وقتی شروع کردی، توافق کردیم که باید به طریقی برای توسعه روابط کار کنی. به همین دلیل کار در گروه را شروع کردی، به یاد می‌آوری؟ اما حالا بعد از شش هفته، همه اعضا و دست‌کم یکی از همکاران روان‌درمانی به طور کلی تو را طرد می‌کنند. و این نتیجه کار خودت است. تو در گروه همان کاری را کردی که در خارج از گروه انجام می‌دهی! از تو می‌خواهم صادقانه به من جواب بدهی: حالا راضی شدی؟ آیا این همان چیزی است که از رابطه‌ات با دیگران می‌خواستی؟
ـ دکتر جان! کاملاً می‌فهمم چه می‌گویی، اما یک ایراد در استدلال شما وجود دارد. من به کسی توهین نکردم، به هیچ‌کس، به هیچ‌یک از اعضای گروه بد و بیراه نگفتم. آن‌ها آدم‌های واقعی نیستند. من هرگز دوست ندارم با آدم‌های بخت‌برگشته‌ای مثل آن‌ها معاشرت کنم. نظرشان برای من هیچ اهمیتی ندارد. من نمی‌خواهم به آن‌ها نزدیک‌تر شوم.
کارلوس را در موارد دیگری مثل این مورد کاملاً شناخته بودم. شک دارم که او در یک یا دو هفته عاقل‌تر شود و در شرایط عادی، فقط باید صبور باشم. مگر این‌که چیزی به سرعت تغییر کند؛ او باید از گروه کناره‌گیری می‌کرد یا اگر تا هفته آینده روابطش را اصلاح نمی‌کرد، ارتباطش با سایر اعضای گروه قطع می‌شد. چون شک دارم که پس از این حادثه فریبنده قادر باشم روان‌درمانگر گروه دیگری را تشویق کنم تا او را بپذیرد. البته پافشاری خواهم کرد اما امید ندارم.
ـ من عصبانیت و احساسات داوری‌کننده آن‌ها را شنیده‌ام و می‌دانم که تو هم آن‌ها را واقعاً درک می‌کنی. اما، کارلوس، برای چند دقیقه دور آن‌ها پرانتز بگیریم و ببینیم که آیا تو می‌توانی با شخص دیگری ارتباط برقرار کنی. سارا و مارتا هر دو گرفتار درد بزرگی هستند. درباره آن‌ها چه احساسی داری؟ درباره احساسات اصلی یا غالب حرف نمی‌زنم، بلکه درباره جرقه‌های دیگری که ممکن است داشته باشی، صحبت می‌کنم.
ـ می‌دانم دنبال چه هستید. شما بهترین کار ممکن را برای من انجام می‌دهید. می‌خواهم به شما کمک کنم. اوضاع را مرتب خواهم کرد. شما به من محبت می‌کنید. درست همین‌جا، همین دفتر، تنها جایی است که می‌توانم حقیقت را بگویم. و حقیقت بیش از هر چیزی دیگری این است: می‌خواهم آن دو زن هرزه گروه را سر جای‌شان بنشانم! وقتی گفتم «هر از گاهی»، منظورم این بود که باید حق این دو زن نابکار را کف دست‌شان بگذارم.
به احتمال بسیار زیاد منظورش بیش‌تر سارا بود، اما من چیزی نپرسیدم. آخرین کاری که می‌خواستم انجام دهم این بود که با او وارد این بحث شوم. احتمالاً رقابت اودیپی

مهمی بین ما دو نفر در جریان بود که ارتباط را مشکل‌تر می‌کرد. او هیچ فرصتی را برای توصیف آن‌چه دوست داشت با سارا انجام دهد، در واژه‌هایی واضح از دست نمی‌داد، هر چند فکر می‌کرد که ما دو نفر به خاطر او با هم رقابت می‌کنیم. می‌دانم که فکر می‌کرد علت این‌که قبلاً مانع او شدم تا سارا را دعوت کند، این بود که می‌خواستم سارا را برای خودم نگه دارم. اما حالا این تفسیر به طور کلی بی‌فایده بود. او خیلی قاطع بود وحالت دفاعی گرفته بود. اگر می‌خواستم حرف خودم را بقبولانم، باید از چیزی قانع‌کننده‌تر استفاده می‌کردم.

تنها راه باقی‌مانده که فکر کردم می‌توانم آن را هم امتحان کم، فوران عاطفه بود که در جلسه اول‌مان دیده بودم. این روش به نظر آن‌قدر مدبرانه و آن‌قدر ساده بود که احتمالاً نتوانستم نتیجه حیرت‌انگیزی را که به وجود می‌آورد، پیش‌بینی کنم.

ـ خیلی خوب، کارلوس، بیا این جامعه ایده‌آلی را که تو تصور و از آن پشتیبانی می‌کنی، در نظر بگیریم؛ جامعه‌ای که تعرض به عنف در آن اشکال ندارد. حالا برای چند دقیقه راجع به دخترت فکر کن. زندگی در جامعه‌ای که در آن تعرض جنسی مجاز است، چگونه خواهد بود؟ از یک دختر هفده‌سالهٔ بی‌کس و تنها در برابر مردهای هوسرانی که می‌توانند هر زن و دختری را بدون ترس از مجازات به زور مورد تعرض قرار دهند، چه کاری ساخته است؟

کارلوس ناگهان از نیشخند زدن دست کشید. آشکارا اخم کرد و به سادگی گفت:

ـ اصلاً دوست ندارم به او آسیبی وارد شود.

ـ اما دخترت در کجای دنیایی که ساخته‌ای، آرامش خواهد داشت؟ فقط در زندان صومعه راهبه‌ها؟ تو باید مکانی بسازی که او بتواند در آن‌جا زندگی کند. این کاری است که پدرها انجام می‌دهند؛ آن‌ها دنیایی برای بچه‌های‌شان می‌سازند. قبلاً هیچ‌گاه از تو نپرسیدم که واقعاً برای دخترت چه آرزویی داری؟

ـ دوست دارم با مردی دوست‌داشتنی ازدواج کند و خانواده‌ای دوست‌داشتنی تشکیل دهد.

ـ اما اگر پدرش حامی دنیایی با تجاوز جنسی باشد، این اتفاق چگونه ممکن است روی دهد؟ اگر می‌خواهی او در دنیایی دوست‌داشتنی زندگی کند، در آن صورت این به تو بستگی دارد که این دنیا را بسازی، و باید با رفتار خودت آن را شروع کنی. تو نمی‌توانی خارج از قانون خودت قرار بگیری، زیرا این اساس هر دستگاه اخلاقی است.

جوّ جلسه تغییر کرده بود. دیگر جر و بحث یا بی‌نزاکتی در بین نبود. حسابی جدی شده بودیم. احساس می‌کردم بیش‌تر از یک روان‌درمانگر، شبیه یک معلم فلسفه یا مذهبی شده‌ام، اما می‌دانستم که این تنها راه مناسب بود. و این‌ها چیزهایی بودند که باید قبلاً می‌گفتم. او اغلب درباره ناهماهنگی خودش شوخی می‌کرد. به خاطر می‌آورم یک بار با خوشحالی داستانی از گفت‌وگوی دور میز شام با بچه‌هایش را شرح می‌داد (آن‌ها سالی دو یا سه مرتبه به دیدنش می‌آمدند). در آن موقع به دخترش

گفته بود که آرزو دارد شاهد ازدواج او با مردی که تأییدش می‌کند، باشد. بعد به پسرش اشاره کرده بود و گفته بود «همین‌طور دوست دارم تو را با دختری که می‌خواهی ازدواج کنی، هر دختری که خودت دوست داشته باشی، ببینم.»

بدون هیچ پرسشی، تصمیم گرفتم فشارم را از سه جهت افزایش دهم و به همان مطلب از جهت دیگری برسم:

ـ کارلوس، همین الان چیز دیگری به ذهنم رسید. خواب خودت را با ماشین هوندای سبزرنگ به یاد می‌آوری؟ بیا یک بار دیگر به آن برگردیم.

او از کار روی خواب‌هایش لذت می‌برد و خیلی خوشحال می‌شد که ذهنش را روی این خواب متمرکز کند و با انجام این کار، از بحث دردناک درباره دخترش دست بکشد.

دو هفته پیش کارلوس خواب دیده بود که برای کرایه یک ماشین به بنگاه رفته بود، اما تنها ماشین موجود در آن‌جا هوندا سیویک (۶۵)ـ اتومبیلی بود که کم‌ترین علاقه را به آن داشت. از چند رنگ موجود، او رنگ قرمز را انتخاب کرد. اما وقتی به پارکینگ رفته بود، تنها رنگ موجود، سبز بود ـ رنگی که کم‌ترین علاقه را به آن داشت!

مهم‌ترین حقیقت درباره یک خواب، هیجان آن است و این خواب، به رغم محتوای مطبوعش، پر از وحشت بود: این خواب او را بیدار کرده بود و چند ساعت موجب نگرانی شدیدش شده بود.

دو هفته قبل قادر نبودیم به خواب بپردازیم. آن‌طور که به یاد می‌آورم، کارلوس موضوع را به سمت معاشرت با منشی‌های زنِ بنگاه‌های کرایه اتومبیل کشاند. اما امروز خواب را در نوری متفاوت می‌بینم. او سال‌ها قبل اعتقادی شدید به تناسخ پیدا کرده بود، اعتقادی که آرامشی مطبوع از ترس درباره مرگ به او بخشیده بود. در یکی از اولین ملاقات‌های‌مان، کارلوس از استعاره‌ای به این معنا استفاده کرد که مرگ به سادگی داد و ستدی ـ درست مانند داد و ستد یک اتومبیل قدیمی ـ بین جسم شما و جسمی دیگر است. آن استعاره را به او یادآوری کردم:

ـ کارلوس، بیا فرض کنیم که آن خواب چیزی بیش‌تر از خواب درباره اتومبیل است. بدیهی است که کرایه کردن اتومبیل نه فعالیتی ترسناک است و نه چیزی است که به کابوس تبدیل شود و تو را تمام شب بیدار نگه دارد. من فکر می‌کنم که خواب درباره مرگ و زندگی آینده است و در آن از مقایسه نماد تو برای مرگ و تجدید حیات با داد و ستد اتومبیل استفاده می‌کند. اگر بدین طریق به خواب نگاه کنیم، می‌توانیم به مفهوم ترس شدیدی که خواب حامل آن بود، پی ببریم. از این حقیقت که تنها نوع ماشین موجود که می‌توانستی انتخاب کنی، هوندا سیویک سبزرنگ بود، چه برداشتی داری؟

ـ از رنگ سبز و هوندا سیویک متنفرم. اتومبیل محبوب من مازِراتی(۶۶) است.

ـ اما اگر اتومبیل‌ها در خواب نماد بدن هستند، چرا باید در زندگی آینده‌ات، سوار

جسمی یا زندگی‌ای شوی که بیش از همه از آن متنفری؟
کارلوس چاره‌ای جز پاسخ دادن نداشت. ادامه دادم:
ـ تو بسته به آن‌چه انجام داده‌ای یا روش زندگی‌ات در حال حاضر، آن‌چه را که مستحق آن هستی، به دست می‌آوری. تو می‌توانی عروج یا نزول کنی.
کارلوس متوجه شد که این بحث به کجا منجر می‌شود و شروع به عرق ریختن کرد. جنگل انبوهی از نفهمی و بدبینی او را احاطه کرده بود که همیشه کسانی را که با او ملاقات می‌کردند، شوکه می‌کرد و فراری می‌داد. حالا نوبت او بود که شوکه شود. به عمیق‌ترین اعتقادات درونی او، عشقش به فرزندانش و اعتقاداتش درباره تناسخ هجوم برده بودم.
ـ ادامه بده، کارلوس. این خیلی مهم است. آن را به خودت و زندگی‌ات مربوط کن.
او هر کلمه را به آهستگی ادا کرد:
ـ این خواب می‌گوید که من درست زندگی نمی‌کنم.
ـ موافقم. من هم فکر می‌کنم که آن‌چه خواب می‌گوید، همین است. از افکارت راجع به زندگی درست بیش‌تر حرف بزن.

(nbookcity.com

قصد داشتم درباره چیزهایی که زندگی خوب را در هر نظام مذهبی تشکیل می‌دهند، مانند عشق، سخاوت، دلسوزی، افکار باشکوه، طلب نیکی، خیریه و... داد سخن بدهم، اما هیچ‌یک لازم نشد. کارلوس مرا مطمئن کرد که منظورم را فهمانده‌ام. او گفت که گیج شده و دیگر این‌که در یک روز راجع به آن خیلی بحث کرده بودیم. احتیاج به زمان داشت تا در طول هفته آینده راجع به آن فکر کند. با توجه به اینکه هنوز پانزده دقیقه وقت داشتیم، تصمیم گرفتم کاری در جبهه‌ای دیگر انجام دهم.

به مسئله اولی که او در آن ساعت مطرح کرده بود، برگشتم: تصورش از این‌که فرصتی طلایی با روث را از دست داده بود، خانمی که زمان کوتاهی در انجمن کلیسا ملاقات کرده بود و پس از آن سرش را به دیوار کوبیده بود و خودش را برای بدرقه نکردن روث تا اتومبیل سرزنش و ملامت کرده بود. عملکرد این باور غیرمنطقی‌اش کاملاً آشکار بود. تا وقتی او به این باور ادامه دهد که فردی است وسوسه‌انگیز که هر زن جذابی به سادگی به او علاقه‌مند می‌شود، می‌تواند از این باور حمایت کند که هیچ فرقی با اشخاص دیگر ندارد و هیچ چیز واقعاً نادرستی در او وجود ندارد، که او نه بدقیافه و نه به‌طور مهلکی بیمار است.

در گذشته به انکار او کاری نداشتم. به طور کلی، بهترین کار این است که وسیله دفاعی کسی را تضعیف نکنید، مگر این‌که مشکلاتی بیش‌تر از راه حل ایجاد کند و یا این‌که چیز بهتری جانشین آن کنید. اعتقاد به تناسخ مثال مناسبی است: هر چند شخصاً آن را شکلی از انکار مرگ در نظر می‌گیرم، اعتقادی که به خوبی به کارلوس خدمت کرد (و همین‌طور به عده زیادی از مردم دنیا). در حقیقت، به جای تضعیف آن، همیشه از آن حمایت کرده بودم و در این جلسه با اصرار بر این‌که او با دیدی موافق به تمام تأکیدات ضمنی تناسخ توجه کرده، از آن پشتیبانی کردم. اما زمان چالش با بعضی از بخش‌های کم‌تر مفید نظام انکار او فرا رسیده بود.

ـ کارلوس، آیا تو واقعاً اعتقاد داری که اگر روث را تا اتومبیلش بدرقه می‌کردی، ده تا پانزده درصد شانس ازدواج با او را به دست می‌آوردی؟

ـ یک چیز ممکن است به چیز دیگری منجر شود. یک اتفاقی داشت بین ما دو نفر می‌افتاد. آن را حس می‌کردم. می‌فهمم چه می‌گویم!

ـ اما تو هر هفته همین حرف را می‌زنی! آن خانم در سوپرمارکت، منشی مطب دندان‌پزشکی، بلیت‌فروش سینما! تو حتی حس کردی می‌توانی با سارا ازدواج کنی! ببین، چند مرتبه تو یا هر مردی که خانمی را قدم‌زنان تا اتومبیلش بدرقه کرده، با آن خانم ازدواج نکرده است؟

ـ خیلی خوب، خیلی خوب! شاید نزدیک به یک درصد یا نیم درصد شانس باشد، اما هنوز شانس بود ـ به شرط آن‌که من آن‌قدر نفهم نبودم. من حتی فکر نکردم که از او بپرسم دوست دارد تا ماشین بدرقه‌اش کنم!

ـ این‌ها چیزهایی است که تو برای سرزنش خودت انتخاب کرده‌ای! کارلوس،

می‌خواهم آدم کودنی باشم. آن‌چه تو می‌گویی، ابداً مفهومی ندارد. تمام حرف‌هایی که درباره روث به من گفتی (تو فقط پنج دقیقه با او حرف زده بودی) این است که او خانمی بیست و سه ساله با دو بچه کوچک است که اخیراً طلاق گرفته است. بیا کمی واقع‌بین باشیم ـ آن‌طور که گفتی، این‌جا باید صادق باشی. درباره سلامتی‌ات می‌خواهی به او چه بگویی؟

ـ وقتی او را بهتر شناختم، حقیقت را به او خواهم گفت؛ این‌که من سرطان دارم، این‌که حالا تحت کنترل است، که پزشک‌ها می‌توانند آن را معالجه کنند.

ـ و...؟

ـ این‌که پزشک‌ها مطمئن نیستند چه روی خواهد داد، این‌که هر روز روش‌های درمانی جدیدی کشف می‌شود، این‌که ممکن است بیماری من در آینده عود کند.

ـ پزشک‌ها به تو چه گفتند؟ آیا آن‌ها گفتند که ممکن است عود کند؟

ـ حق با تو است. بیماری ممکن است در آینده عود کند، مگر این‌که درمانی کشف شود.

ـ کارلوس، من نمی‌خواهم بی‌رحم باشم، اما واقع‌بین باش. خودت را جای روث بگذار ـ بیست و سه ساله، با دو فرزند کوچک، که در دوران سختی قرار دارد، ترجیحاً در جست‌وجوی یک حامی قوی برای خودش و فرزندانش است، داشتن دانشی غیر تخصصی و ترس از سرطان ـ آیا تو می‌توانی امنیت و حمایتی را که او در جست‌وجویش است برایش تأمین کنی؟ آیا او حاضر است بلاتکلیفی موجود نسبت به سلامت تو را بپذیرد؟ آیا خطر قرار گرفتن در موقعیتی را می‌پذیرد که شاید مجبور به پرستاری از تو شود؟ واقعاً چه شانسی برای او وجود دارد تا خودش را قانع کند که به همان طریقی که تو می‌خواهی، تو را بشناسد و به تو دلبسته شود؟

کارلوس با صدایی غم‌آلود و ملال‌آور گفت:

ـ احتمالاً کم‌تر از یک در میلیون.

بی‌رحم شده بودم. گزینه بی‌رحم نبودن، فقط به‌خاطر دلخوشی او، و به‌خاطر تأیید تلویحی این‌که او قادر به دیدن واقعیت نبود، باز هم ظالمانه‌تر بود. توهّم او درباره روث باعث شده بود حس کند که هنوز انسان دیگری می‌تواند با او دوست شود و از او مراقبت کند. امیدوار بودم او درک کند اشتیاق من برای توجه به او، به جای این‌که پشت سرش چشمک بزنم، کاری است که از روی دوستی و همدردی انجام می‌دهم.

تمام هارت و پورت‌ها خوابیدند. کارلوس با صدایی ملایم پرسید:

ـ بنابراین این سرطان چه وقت و کجا رهایم می‌کند؟

ـ اگر آن‌چه واقعاً الان می‌خواهی صمیمیت است، پس وقت آن است که تمام این حرارت درباره پیدا کردن همسر را از خودت دور کنی. چند ماه است می‌بینم که خودت را برای پیدا کردن همسرسرزنش می‌کنی. فکر می‌کنم حالا وقت آن است که استراحت کنی. تو تازه یک دوره سخت شیمی‌درمانی را تمام کرده‌ای. چهار هفته قبل

نمی‌توانستی غذا بخوری یا از رختخواب بلند شوی یا جلوی استفراغ کردن را بگیری. وزنت به شدت کم شده بود، تازه توانایی‌ات را بازیافته‌ای. همین الان از توقع پیدا کردن همسر دست بردار، در این‌باره خیلی از خودت سؤال می‌کنی. یک هدف عاقلانه برای خودت در نظر بگیر. می‌توانی مثل من رفتار کنی. روی داشتن یک مصاحب خوب تمرکز کن. سعی کن دوستی‌ات را با افرادی که قبلاً می‌شناختی عمیق کنی.

متوجه شدم لبخند روی لب‌های کارلوس در حال شکل گرفتن است. او جمله بعدی مرا پیش‌بینی کرد:

ـ و برای شروع چه جایی بهتر از گروه؟

کارلوس بعد از آن جلسه دیگر آدم قبلی نبود. قرار بعدی ما فردای جلسه گروه بود. اولین چیزی که گفت این بود که باور نمی‌کردم چقدر در گروه خوب رفتار کرده است. افتخار می‌کرد که حالا دلسوزترین و بااحساس‌ترین عضو گروه است. به طور عاقلانه تصمیم گرفته بود با گفتن بیماری سرطانش به گروه، خود را از دردسر نجات دهد. ادعا کرد که رفتارش به طور چشمگیری تغییر کرده است و حالا اعضای گروه هم حمایتگرانه به او می‌نگرند. سارا هم طی هفته‌های بعد آن را تأیید کرد

(nbookcity.com

از جلسه قبلی‌مان ستایش کرد:
ـ جلسه آخر بهترین جلسه‌ای بود که تا حالا داشته‌ایم. ای کاش هر دفعه جلسه‌ای مثل آن داشتیم. دقیقاً به یاد نمی‌آورم درباره چه چیزی گفت‌وگو می‌کردیم، اما آن جلسه خیلی به تغییر من کمک کرد.
یکی از نظراتش را به‌طور خاصی خنده‌دار یافتم.
ـ نمی‌دانم چرا، اما حتی با مردهای گروه به طور متفاوتی ارتباط برقرار کرده‌ام. آن‌ها همه از من مسن‌تر هستند، اما مسخره است، با آن‌ها به گونه‌ای رفتار می‌کردم مثل این‌که آن‌ها پسرانم بودند!
این‌که او محتوای جلسه آخرمان را فراموش کرده بود کمی مرا نگران کرد. اما فراموش کردن آن‌چه دربارهٔ آن صحبت کرده بودیم، خیلی بهتر از احتمال مخالف است (گزینه‌ای متداول‌تر برای بیماران)، یعنی این‌که هرچه راجع به آن گفت‌وگو می‌کردیم به یاد بیاورد اما بدون تغییر باقی بماند.
بهبودی کارلوس به طور فزاینده‌ای رو به افزایش بود. دو هفته بعد، جلسه‌مان را با اعلان این‌که او در اثنای آن هفته، به دو بینش عمده دست یافته بود، شروع کردیم. او به نامی که به بینش‌ها داده بود، افتخار می‌کرد. پس به یادداشت‌هایش نگاهی انداخت و آن‌ها را به این صورت ابراز داشت: «هر شخصی قلب دارد» و «من کفش‌هایم نیستم.»
سپس توضیح داد:
ـ هر کس قلب دارد. در اثنای جلسه هفته قبل گروه، هر سه خانمِ گروه مقدار زیادی از احساسات خودشان را درباره این‌که مجرد بودن چقدر سخت است، درباره تنهایی، درباره غصه خوردن برای والدین‌شان، و درباره کابوس‌های شبانه در میان گذاشته بودند. نمی‌دانم چرا، اما ناگهان به شکل متفاوتی به آن‌ها نگریستم! آن‌ها مثل خود من بودند! آن‌ها همان مشکلاتی را دارند که من دارم. قبلاً همیشه زنان را این‌طور مجسم می‌کردم که روی کوه المپ(۶۷) نشسته‌اند و صفی از مردها را که جلوی آن‌ها ایستاده‌اند برانداز می‌کنند ـ این یکی به درد من می‌خورد، از آن یکی خوشم نمی‌آید!
اما در آن لحظه، به بینشی از قلب‌های پاک و بی غل و غش آن‌ها دست یافتم. دیوار سینه آن‌ها شکافته شد، درست مثل چیزی که ذوب می‌شود، حفره چهارگوشهٔ آبی ـ قرمزی با دیوارهای استخوان دنده ظاهر شد که در وسط آن قلب درخشانی به رنگ جگر با صدای منظمی تَپ تَپ می‌کرد. در تمام هفته گذشته تپش قلب هر کس را به وضوح می‌شنیدم و با خودم می‌گفتم «هر کسی قلب دارد، هر کسی قلب دارد.» قلب همه را دیده‌ام: گوژپشت بدقواره‌ای که در پذیرش کار می‌کند، خانم مسنی که کف بیمارستان را جارو می‌کند، حتی مردهایی که با آن‌ها کار می‌کنم، همه قلب دارند!

نظر کارلوس چنان شادمانی‌ای در من ایجاد کرد که اشک به چشمانم آمد. فکر می‌کنم با چشم دل آن‌ها را دیده است، اما دلش به حال من سوخت و بدون هیچ توضیحی با عجله وارد بینش بعدی شد:

ـ من کفش‌هایم نیستم.

سپس یادآوری کرد که در جلسه گذشته‌مان بحثی درباره نگرانی بزرگ او در مورد سخنرانی قریب‌الوقوعش در محیط کار داشتیم. او همیشه هنگام صحبت در برابر جمعیت با مشکل بزرگی روبه‌رو بود: حساسیتی کشنده نسبت به هر انتقاد. اغلب گفته بود به هر کس که هر ویژگی سخنرانی‌اش را مورد سؤال قرار دهد یا خودش را مورد تمسخر قرار دهد، عکس‌العملی شدید نشان می‌دهد.

کمک کردم متوجه شود که چشم‌انداز مرزهای شخصی‌اش را از دست داده است. به او گفتم این طبیعی است که هر کس باید به حمله به بخش مرکزی شخصیتش به طور قاطع پاسخ دهد ـ به هر حال، در آن وضعیت بقای شخص در خطر است. اما خاطر نشان کرده بودم که کارلوس مرزهای شخصی‌اش را آن‌قدر گسترش داده بود که کارش را نیز در بر گرفته بود. در نتیجه، به هر انتقاد ملایم دربارهٔ کارش طوری پاسخ داده بود که انگار حمله‌ای اخلاقی به وجود مرکزی‌اش صورت گرفته است.

به کارلوس اصرار کرده بودم که بین خودش و دیگران، ویژگی‌ها و فعالیت‌های حاشیه‌ای فرق بگذارد. در غیر این صورت ممکن بود در تشخیص بخش‌های غیر اصلی اشتباه کند: آن‌ها ممکن است چیزی را نمایش دهند که او دوست دارد، یا دوست داشت، یا برای آن ارزش قائل بود ـ اما آن‌ها خود او نیستند، وجود مرکزی او هم نیستند.

کارلوس نسبت به این ساختار کنجکاو شده بود. او نه تنها موضع دفاعی کارش را شرح داد، بلکه توانست این رفتار «عدم تشخیص» را به الگویی برای بدنش گسترش دهد. به عبارت دیگر، حتی اگر بدنش به خطر می‌افتاد، خودش، وجود حیاتی‌اش سالم می‌ماند.

این تفسیر خیلی از نگرانی‌هایش را تسکین داد و سخنرانی در محل کارش در هفته گذشته به طور فوق‌العاده‌ای درخشان و بدون تدافع برگزار شده بود. هیچ‌گاه بهتر از این کار نکرده بود. در سرتاسر سخنرانی در محل کارش، کلماتی همچون صدای گردش چرخ مانترای(۶۸) کوچکی در مغزش تکرار می‌شد: «من کارم نیستم.» وقتی کارش تمام شد و کنار رئیسش نشست، ذکر هنوز ادامه داشت: «من کارم نیستم، سخن خودم هم نیستم، لباس‌هایم نیستم. هیچ‌یک از این چیزها نیستم.»

پاهایش را روی هم انداخت و به کفش‌های فرسوده و رنگ و رو رفته‌اش توجه کرد:

ـ من کفش‌هایم نیز نیستم.

سپس شروع به تکان دادن انگشت‌های پایش کرد. به این امید که بالا و پایین رفتن پاهایش توجه رئیسش را جلب کند تا به رئیسش هم اعلام کند: «من کفش‌هایم

نیستم.»

دو بینش کارلوس ـ بهتر از هر چیزی برای بیان ـ هدیه‌ای برای من و دانشجویانم بود. این دو بینش، که هر کدام با شکل متفاوتی از روان‌درمانی ایجاد شده بودند، به شکلی اصیل اختلاف بین آن‌چه را شخص می‌تواند از گروه‌درمانی به دست آورد، با تمرکز روی ارتباط «بین افراد» و روان‌درمانی انفرادی با تمرکز روی ارتباط در «درون» توضیح می‌دهد. من هنوز هم از بینش‌های روشن او برای توضیح تدریسم استفاده می‌کنم.

کارلوس در چند ماه باقی‌مانده زندگی‌اش تصمیم گرفت به بذل و بخشش ادامه دهد. او یک گروه خودیاری سرطانی را سازماندهی کرد (این گروه با شوخی‌های بامزه درباره کارلوس همراه بود، زیرا وی این گروه را به عنوان «آخرین ایستگاه» برای برقراری رابطه شکار کرده بود). او هم‌چنین سرپرستی بعضی از گروه‌های مهارتی بین افراد را در یکی از کلیساها به عهده گرفته بود. سارا که حالا به یکی از مهم‌ترین حامی‌های وی تبدیل شده بود، به عنوان سخنران مهمان به گروهش دعوت شده بود و رهبری مسئولانه و شایسته‌اش را تصدیق می‌کرد.

اما بیش از همه، به فرزندانش که متوجه تغییرات او شده بودند، محبت می‌کرد و آن‌ها تصمیم گرفتند با ثبت نام در دانشکده‌ای نزدیک، یک نیم‌سال تحصیلی با او زندگی کنند. او پدری حامی و سخاوتمندی شگفت‌انگیز بود. همیشه حس می‌کردم که روش مقابله شخص با مرگ عمدتاً با نمونه‌ای مشخص می‌شود که والدین فرد تعیین کرده‌اند. آخرین هدیه‌ای که یک پدر می‌تواند به فرزندانش بدهد این است که از طریق مثال به آن‌ها بیاموزد چگونه با شکیبایی با مرگ مواجه شوند ـ و کارلوس درس فوق‌العاده قشنگی داد. مرگ وی یکی از درگذشت‌های مرموز پوشیده و مبهم نبود. او و فرزندانش تا آخرین لحظات زندگی‌اش درباره بیماری‌اش صادق بودند و هنگامی که چشم‌هایش را می‌بست و نفس‌نفس‌زنان به سرطان لنننننننفاوی‌اش اشاره می‌کرد، با یکدیگر می‌خندیدند.

اما او هیچ هدیه‌ای گرانبهاتر از آن‌چه کمی قبل از مرگش به من داد، به کسی نداده بود. آن هدیه، پاسخ مثبت به این پرسش بود که آیا تلاش برای روان‌درمانی «بلندپروازانه» برای بیمارانی که گرفتار بیماری درمان‌ناپذیر هستند، در تمام زمان‌ها منطقی یا مناسب است. وقتی در بیمارستان او را ملاقات کردم، آن‌قدر ضعیف شده بود که به زحمت می‌توانست حرکت کند، اما سرش را بلند کرد، دستم را فشرد و زمزمه کرد:

ـ متشکرم. متشکرم که زندگی‌ام را نجات دادید.

۳. بهترین فرزندم ناعادلانه مُرد

چند سال قبل، در حالی که مشغول تهیه طرح پژوهشی درباره مصیبت داغ‌دیدگی بودم، مقاله کوتاهی در روزنامه‌ای محلی منتشر کردم که با پیام زیر به پایان می‌رسید:

دکتر یالوم در اولین مرحله طرحش برای پژوهش مایل است با افرادی مصاحبه کند که قادر نبوده‌اند بر اندوه خود غلبه کنند. داوطلبانی که مایل به مصاحبه هستند، لطفاً با شماره ۶۳۵۲ـ۵۵۵ تماس بگیرند.

از سی و پنج نفری که برای درخواست قرار تلفن کردند، پنی نفر اول بود. او به منشی‌ام گفته بود که سی و هشت ساله است و طلاق گرفته، که چهار سال قبل دخترش را از دست داده است و التماس می‌کند که بی‌درنگ برایش قرار ملاقات گذاشته شود. هر چند او هفته‌ای شصت ساعت به رانندگی با تاکسی اشتغال داشت، اما تأکید کرده بود که در هر ساعتی از شبانه‌روز آماده است برای مصاحبه بیاید. بیست و چهار ساعت بعد روبه‌روی من نشسته بود: یک زن قوی‌هیکل عضلانی، از شکل‌افتاده، خرد شده، متکبر و لرزان. می‌توانستید بگویید که مصیبت‌های زیادی بر سرش آمده است. او مرا به یاد مارجوری ماین(۶۹)، هنرپیشه خوش‌سخن دهه ۱۹۳۰ سینما انداخت، که مدت‌ها قبل مرده بود.

این حقیقت که پنی در حالتی بحرانی بود، یا می‌شد گفت بوده است، مرا بر سر دوراهی قرار می‌داد. احتمالاً نمی‌توانستم او را درمان کنم؛ اصلاً فرصت اضافی نداشتم تا بیمار جدیدی را بپذیرم. هر دقیقه از وقتم صرف تکمیل طرح پژوهشی می‌شد و ضرب‌العجل برای تحویل درخواست به سرعت نزدیک می‌شد. در اصل به این دلیل که این طرح به اولویت اصلی زندگی‌ام تبدیل شده بود، برای داوطلبان فراخوان داده بودم. از آن گذشته، از آن‌جا که به مدت سه ماه به فرصت مطالعاتی می‌رفتم، زمان کافی برای دوره مناسبی از روان‌درمانی وجود نداشت.

برای جلوگیری از هر بدفهمی، تصمیم گرفتم بهترین کار را انجام دهم، یعنی قبل از این‌که به طور عمیق به مسئله پنی بپردازم، قبل از این‌که حتی بپرسم چرا چهار سال پس از مرگ دخترش به ملاقات فوری نیاز دارد، ابتدا لازم بود مسئله روان‌درمانی را روشن کنم.

بنابراین ابتدا از او به خاطر داوطلب شدنش برای صحبت به مدت دو ساعت درباره مصیبت داغ‌دیدگی‌اش تشکر کردم. بعد به او اطلاع دادم بهتر است قبل از موافقت با ادامهٔ کار بداند که این جلسه برای روان‌درمانی نیست، بلکه مصاحبه‌ای برای

پژوهش است. حتی اضافه کردم که هر چند این شانس وجود دارد که گفت‌وگو مفید باشد، اما امکان دارد به طور موقت ناراحت‌کننده باشد. با وجود این اگر فکر کنم روان‌درمانی لازم است، خوشحال خواهم شد که برای انتخاب روان‌درمانگر کمکش کنم.

مکث کردم و به پنی نگاه کردم. کلاً از سخنانم راضی بودم، زیرا از خودم در برابر انتقادات احتمالی محافظت کرده بودم و به اندازه کافی روشن بود که جلوی هر بدفهمی را گرفته بودم.

پنی سرش را به علامت تأیید تکان داد. از صندلی‌اش بلند شد. برای یک لحظه زنگ خطر بیخ گوشم به صدا درآمد، زیرا فکر کردم که می‌خواهد از اتاق خارج شود. اما او فقط روپوش جین بلندش را به آرامی درآورد، دوباره نشست و پرسید اشکالی ندارد سیگار بکشد. وقتی زیرسیگاری را به دستش دادم، سیگارش را روشن کرد و با صدایی عمیق و قوی شروع کرد:

ـ من نیاز به صحبت کردن دارم، خیلی خوب، اما نمی‌توانم از عهده هزینه روان‌درمانی برآیم. من از نظر مالی در مضیقه‌ام. پیش‌تر به دو روان‌درمانگر ارزان مراجعه کرده‌ام که یکی از آن‌ها هنوز دانشجو بود و در درمانگاه ایالتی کار می‌کرد. اما آن‌ها از من ترسیدند. هیچ کس دوست ندارد درباره مردن یک بچه حرف بزند. وقتی هجده‌ساله بودم، برای مشاوره به درمانگاه مبارزه با معتادان به الکل مراجعه کردم، خانمی که کارشناس آن‌جا بود خانم خوبی بود و خودش قبلاً الکلی بود. او سؤال‌های درستی می‌پرسید. شاید به دکتر اعصابی نیاز داشته باشم که او هم فرزندش را از دست داده باشد! شاید به یک متخصص واقعی نیاز دارم. احترام زیادی برای دانشگاه استنفورد قائلم. همیشه فکر می‌کردم دخترم اگر زنده مانده بود، به دانشگاه استنفورد می‌رفت.

او مستقیم به من نگاه می‌کرد و راحت صحبت می‌کرد. من که زنان جدی را دوست دارم، از روش او خوشم آمد. متوجه شدم که خودم هم دارم کمی جدی‌تر صحبت می‌کنم.

ـ من به شما کمک می‌کنم تا حرف بزنید. ممکن است سؤال‌های سختی بپرسم. اما قصد ندارم زندگی‌ات را سر و سامان بدهم.

ـ شما را درک می‌کنم. شما فقط به من کمک کنید که راه بیفتم. من هم مواظب خودم خواهم بود. زیرا از وقتی ده‌ساله بودم، مادرم کار می‌کرد و خودم از خودم مراقبت می‌کردم.

ـ خوب، حالا بگو چرا می‌خواستی بی‌درنگ به ملاقات من بیایی. منشی‌ام گفت مستأصل به نظر می‌آمدی. چه اتفاقی برایت افتاده است؟

ـ چند روز قبل، داشتم از سر کار به طرف منزل رانندگی می‌کردم ـ حدود ساعت یک صبح کارم را تمام می‌کنم ـ و چند ثانیه خوابم برد. از خواب پریدم و متوجه شدم در

جهت خلاف جاده رانندگی می‌کنم و مثل یک حیوان زخمی فریاد کشیدم. اگر اتومبیلی از طرف دیگر جاده می‌آمد، من الان این‌جا نبودم.

این نحوه شروع ما بود. از تجسم زنی که مثل حیوانی زخمی فریاد می‌کشید، اعصابم خُرد شد و چند دقیقه‌ای طول کشید تا آن را از ذهنم پاک کنم. سپس شروع به پرسیدن سؤال کردم. دخترِ پنی، کریسی، وقتی نه‌ساله بود گرفتار شکل نادری از سرطان خون شده بود و چهار سال بعد، یک روز قبل از تولد سیزده‌سالگی‌اش فوت کرده بود. کریسی در مدت این چهار سال سعی کرده بود مدرسه را رها نکند اما در نیمه آن زمان از پا درآمده بود و هر سه یا چهار ماه یک‌بار در بیمارستان بستری می‌شد.

سرطان و درمانش برای او هر دو به شدت دردناک بودند. در مدت چهار سال بیماری، با کمک بسیاری از دوره‌های شیمی‌درمانی به زندگی‌اش ادامه داد، اما هر دفعه او را به طور کشنده‌تری بیمارتر و همراه با ریزش مو ترک می‌کردند. از کریسی چندین مرتبه به طور دردناکی مغز استخوان کشیدند و از رگ‌هایش خون گرفتند تا این‌که بالاخره هیچ رگ دیگری پیدا نشد. در طول سال آخر زندگی‌اش، پزشکان یک لوله دائمی داخل رگش نصب کردند تا تعویض خونش آسان شود.

پنی گفت مرگ کریسی دردناک بود ـ و من نتوانستم مجسم کنم چقدر دردناک. در این لحظه او شروع به گریه کرد. با توجه به آن‌که قول داده بودم از او سؤال‌های سخت بپرسم، اصرار کردم به من بگوید که چرا مرگ کریسی خیلی دردناک بود.

پنی از من خواسته بود او را وادار به حرف زدن کنم و اولین پرسشم به طور شانسی سیلابی از احساسات را روانه ساخت (بعداً فهمیدم هر کجا را واکاوی کنم، به درد عمیق پنی دست می‌یابم). کریسی بالاخره از ذات‌الریه مرده بود: قلب و ریه‌اش از کار افتاده بودند؛ او دیگر نمی‌توانست نفس بکشد و بالاخره در سیلاب خون خودش غرق شد.

پنی در وسط هق‌هق گریه‌اش به من گفت بدترین چیز این بود که نمی‌توانست مرگ دخترش را به خاطر آورد و آخرین ساعت زندگی کریسی را فراموش کرده بود. تمام چیزی که به خاطر می‌آورد این بود که آن روز عصر در کنار تخت دخترش به خواب رفته بود ـ پنی در مدت بستری بودن کریسی در بیمارستان روی یک تخت سفری در کنار کریسی می‌خوابید و خیلی وقت‌ها بالای تختِ کریسی در حالی که بازوهایش را به دور سر دختر عزیزش حلقه کرده بود، می‌نشست.

پنی شروع به صحبت درباره گناه خودش کرد. او به خاطر رفتارش در مدت مرگ کریسی خود را سرزنش می‌کرد. نمی‌توانست خودش را ببخشد. صدایش بلندتر شد، لحن کلامش به گونه‌ای بود که خودش را بیش‌تر متهم می‌کرد. او به نظر شبیه دادستانی بود که سعی می‌کرد مرا نسبت به جرم خودش متقاعد کند.

ـ می‌توانید باور کنید که حتی نمی‌توانم به یاد بیاورم که «چه وقت»، نمی‌توانم به یاد

بیاورم که «چگونه» متوجه شدم که کریسی مرده است؟
او مطمئن بود و خیلی زود مرا متقاعد کرد که راست می‌گفت که گناه درباره رفتار خجالت‌آورش به این دلیل بود که نمی‌توانست کریسی را به حال خود رها کند. این دلیل اندوهی بود که مدت چهار سال او را سر جایش میخکوب کرده بود.
مجبور بودم طرح پژوهشی‌ام را تعقیب کنم، تا جایی که امکان داشت درباره داغ‌دیدگی مزمن بیاموزم و صورت جلسه مصاحبه ساختارمندی را طرح‌ریزی کنم. به هر حال، چون به‌نظر کارهای درمانی زیادی وجود داشت که باید انجام می‌شد، ناگهان متوجه شدم دارم پژوهش را فراموش می‌کنم و به تدریج وارد حال و هوای درمان می‌شوم. چون به نظر می‌رسید مشکل اصلی، احساس گناه باشد، بقیه دو ساعت مصاحبه را تا جایی که امکان داشت، به کندوکاو درباره گناه پنی پرداختم.
پرسیدم:
ـ چه گناهی مرتکب شدی؟ اتهامات چه هستند؟

(nbookcity.com)

مسئولیت اصلی که به گردن خودش می‌انداخت این بود که واقعاً در کنار کریسی حضور نداشت. آن‌طور که خودش می‌گفت، به شدت خیال‌پردازی می‌کرد و هرگز به خودش اجازه نداد باور کند که کریسی ممکن است بمیرد، در حالی که پزشک به او گفته بود که کریسی به طور نسیه زندگی می‌کند. و دیگر این‌که هیچ کس تا به حال از این بیماری نجات نیافته است. حتی وقتی پنی برای آخرین بار وارد بیمارستان شد، پزشک بدون مقدمه و بدون ملاحظه حال او گفته بود که کریسی دیگر نمی‌تواند بیش‌تر زندگی کند، اما پنی حاضر نبود باور کند که کریسی دوباره خوب نخواهد شد. وقتی پزشک به سینه‌پهلوی آخر به عنوان نعمتی اشاره کرد که دیگر نباید در آن مداخله کرد، پنی به شدت عصبانی شد.

در حقیقت، او حتی حالا هم پس از چهار سال نپذیرفته بود که کریسی مرده است. درست یک هفته قبل «متوجه شده بود» در یک داروخانه در صف صندوق ایستاده است و یک حیوان تاکسیدِرمی شده در دستش بود، تا به عنوان هدیه برای کریسی بخرد. و در یک لحظه از مصاحبه با من، به جای این‌که بگوید کریسی «هفده‌ساله می‌شد»، گفت که کریسی ماه آینده «هفده‌ساله خواهد شد».

من پرسیدم:

ـ آیا چنین رفتاری جنایت است؟ آیا امیدوار بودن جنایت است؟ کدام مادری می‌تواند باور کند که فرزندش مرده است؟

پنی پاسخ داد که برای عشق به کریسی تظاهر نمی‌کرد اما حاضر بود پیش‌مرگ دخترش شود. چطوری؟ او هرگز به کریسی کمک نکرده بود تا درباره واهمه‌ها و احساساتش صحبت کند. کریسی چگونه می‌توانست درباره مرگ با مادری گفت‌وگو کند که تظاهر می‌کرد چنین اتفاقی نمی‌افتد؟ در نتیجه، کریسی مجبور شد با افکارش تنها بماند. چه فرقی می‌کرد که او در کنار دخترش بخوابد؟ او واقعاً به خاطر دخترش آن‌جا نبود. بدترین چیزی که می‌تواند برای کسی روی دهد این است که در تنهایی بمیرد و او گذاشته بود دخترش این طوری بمیرد.

سپس پنی گفت که اعتقاد عمیقی به تناسخ داشته است؛ اعتقادی که وقتی نوجوان و بدبخت و فقیر بود شروع شد. از این فکر که در زندگی بارها سرش کلاه رفته، خیلی رنج می‌کشید و فقط با این باور که شانس دیگری برای زندگی دوباره داشته باشد، خودش را تسلی می‌داد. پنی می‌دانست که دفعه بعد خوشبخت‌تر و شاید پولدارتر بشود. هم‌چنین می‌دانست که کریسی به زندگی دیگری، سالم‌تر و شادتر ادامه خواهد داد.

با وجود این، او به کریسی کمک نکرده بود تا بمیرد. در حقیقت، پنی متقاعد شده بود این گناه او بود که مرگ کریسی این‌قدر طول کشیده بود. کریسی به خاطر مادرش زنده مانده بود، دردش را طولانی کرده بود و رهایی‌اش را به تأخیر انداخته بود. اگرچه پنی ساعات آخر زندگی کریسی را به یاد نمی‌آورد، اما یقین داشت آن‌چه

را لازم بود بگوید، نگفته بود: «برو! برو! حالا زمان رفتن توست. دیگر لازم نیست به خاطر من این‌جا بمانی.»

یکی از پسرانم در آن زمان ده‌ساله بود و همان‌طور که پنی حرف می‌زد، شروع به فکر کردن به همان پسرم کردم. آیا می‌توانستم این کار را با او انجام دهم؟ از دستش نجات پیدا کنم؟ به او کمک کنم که بمیرد؟ «برو، حالا وقت رفتن است؟» چهره شاداب او در برابر چشم دلم بال بال می‌زد و موجی از نگرانی وصف‌ناپذیر مرا احاطه کرده بود.

به خودم گفتم «نه!» و به خودم نهیب زدم تا از این فکر و خیال خلاص شوم. جاری شدن سیلابی از عواطف احتمالاً چیزی بود که برای روان‌درمانگرهای دیگری که نتوانسته بودند به او کمک کنند اتفاق افتاده بود. متوجه شدم که باید با پنی کار کنم. لازم بود عقلم را به کار بیندازم (و مغلوب احساساتم نشوم).

ـ خوب، گفتی که درباره دو موضوع اصلی احساس گناه می‌کنی. اول، به دلیل این‌که به کریسی کمک نکردی تا درباره مرگ صحبت کند و دوم، به دلیل این‌که اجازه ندادی زودتر بمیرد.

پنی سرش را به علامت تأیید تکان داد. با آهنگ تحلیل من هق‌هق‌کنان گریه می‌کرد و سپس گریه و زاری‌اش را متوقف کرد.

در روان‌درمانی هیچ چیز بیش‌تر از خلاصه‌ای صریح، به‌خصوص فهرستی خلاصه از مشکلات بیمار، امنیتی کاذب به او نمی‌دهد. سخنان خودم به من جرئت دادند. ناگهان مشکل روشن‌تر، آشناتر و خیلی قابل کنترل‌تر به نظر آمد. با خودم گفتم هر چند قبلاً با هیچ کسی که فرزندش را از دست داده باشد، کار نکرده‌ام، اما باید بتوانم به او کمک کنم زیرا بخش بیش‌تری از اندوه او به گناه تبدیل شده بود. گناه و من در هر دو زمینه شخصی و تخصصی از آشناهای قدیمی بودیم.

پنی قبلاً به من گفته بود که در ارتباط دائمی با کریسی است؛ هر روز در قبرستان او را ملاقات و روزی یک ساعت سنگ قبرش را تمیز می‌کرد و با او به گفت‌وگو می‌پرداخت. پنی انرژی و توجه خیلی زیادی به کریسی اختصاص داده بود به طوری که زندگی زناشویی‌اش از هم پاشید و شوهرش حدود دو سال قبل او را برای همیشه ترک کرد. پنی گفت رفتن شوهرش برایش مهم نبود.

به عنوان یادبودی از کریسی، پنی اتاق او را با تمام لباس‌ها و متعلقاتش دست نخورده حفظ کرده بود. حتی آخرین تکالیف ناتمام مدرسه روی میز تحریر بود. فقط یک چیز تغییر کرده بود: پنی تختخواب کریسی را به اتاق خودش برده بود و هر شب روی آن می‌خوابید. بعداً، پس از این‌که با افراد داغدیده بیش‌تری گفت‌وگو کردم، متوجه شدم که این رفتار چقدر عادی بود. اما بعد، با ساده‌لوحی فکر کردم این کار وحشتناک و غیرطبیعی بود، کاری که باید تصحیح شود.

ـ بنابراین الان با چسبیدن به کریسی، با احساس گناهت کنار می‌آیی، به جای آن‌که

به زندگی‌ات ادامه بدهی.
ـ من فقط نمی‌توانم کریسی را فراموش کنم. می‌دانید، آدم نمی‌تواند به همان راحتی که کلید را خاموش و روشن می‌کند، اندوه مرگ فرزندش را فراموش کند.
ـ رها کردن او به معنای فراموش کردن نیست. هیچ‌کس از تو نمی‌خواهد که کلید بزنی.
متقاعد شدم که دادن پاسخ درست به پنی، خیلی مهم است. حس کردم وقتی من محکم بایستم، او انعطاف‌پذیرتر می‌شود.
ـ فراموش کردن کریسی مثل این است که بگویید هرگز او را دوست نداشته‌ام! درست مثل این است که بگویید عشق من به تنها دخترم چیزی موقتی بوده است، چیزی که ناپدید می‌شود. من هرگز او را فراموش نخواهم کرد.
ـ خوب فراموشش نکن. اما این با آن‌که از تو درخواست کنند کلیدی را بزنی، تفاوت دارد.
او منظور مرا از تفاوت بین فراموش کردن و بی‌خیال شدن درک نکرد، من هم از آن گذشتم.
ـ قبل از این‌که از کریسی دست بکشی، لازم است آن را بخواهی، به انجام آن علاقه داشته باشی. بیا سعی کنیم معنای آن را با یکدیگر درک کنیم. برای یک لحظه، وانمود کن به خاطر خواست خودت به کریسی آویزان شده‌ای. این کار برایت چه ارزشی دارد؟
ـ متوجه منظورتان نمی‌شوم.
ـ خیر، می‌فهمی! فقط با من شوخی می‌کنی. از آویزان شدن به کریسی چه چیزی عایدت می‌شود؟
ـ وقتی داشت می‌مرد، وقتی به من احتیاج داشت، رهایش کردم. به هیچ وجه قصد ندارم دوباره رهایش کنم.
پنی هنوز نفهمیده بود. او خودش را در تضادی آشتی‌ناپذیر بین قاطعیتش برای ایستادن با کریسی و اعتقادات تناسخش زندانی کرده بود. پنی اندوهش را در سینه حبس کرده بود، آن را زندانی کرده بود. شاید اگر با این تضاد مواجه می‌شد، می‌توانست دوباره سوگواری را شروع کند.
ـ پنی، تو هر روز با کریسی صحبت می‌کنی. کریسی کجاست؟ کریسی کجا زندگی می‌کند؟
چشمان پنی گشاد شدند. هیچ‌کس تا به حال چنین سؤال‌های سرراست و بی‌پرده‌ای از او نپرسیده بود.
ـ روزی که فوت کرد، روحش را به خانه بازگرداندم. می‌توانستم او را در ماشین در کنار خودم حس کنم. اوایل دور و بر من می‌ایستاد. گاهی اوقات در اتاقش قدم می‌زد. بعدها همیشه توانستم با او در قبرستان تماس بگیرم. او معمولاً می‌دانست در

زندگی من چه می‌گذرد، اما می‌خواست راجع به دوستان و برادرهایش هم چیزهایی بداند. با تمام دوستانش تماس می‌گرفتم تا بتوانم درباره آن‌ها به او اطلاع دهم.
پنی مکث کرد. پرسیدم:
ـ و حالا؟
ـ حالا او به تدریج محو می‌شود. که خوب است. این به معنای آن است که در زندگی بعدی حیات تازه‌ای یافته است.
ـ آیا از این زندگی چیزی به یادش می‌آید؟
ـ نه. او در زندگی دیگری است. من به این مزخرفات درباره به یاد آوردن زندگی‌های گذشته اعتقاد ندارم.
ـ پس او آزاد شده است تا به زندگی بعدی‌اش ادامه دهد و با وجود این، بخشی از تو اجازه نمی‌دهد که او برود.
پنی چیزی نگفت. فقط به من خیره شد.
ـ پنی تو قاضی سختگیری هستی. خودت را به خاطر این جنایت محاکمه کردی که وقتی کریسی داشت می‌مرد، به او اجازه ندادی برود و خودت را به خاطر نفرت از خودت مجازات کردی. شخصاً فکر می‌کنم تو خودت را بی‌رحمانه محاکمه کردی.
والدینی را به من نشان بده که کار دیگری انجام داده‌اند. حقیقت این است که اگر فرزند من هم داشت می‌مرد، نمی‌توانستم جلویش را بگیرم. اما حتی بدتر از آن، این است که این مجازات خیلی سنگین است، خیلی خیلی سنگین. به نظر می‌رسد گناه و اندوهت تقریباً زندگی زناشویی‌ات را نابود کرده است. و مدت مجازات! چیزی است که واقعاً باعث می‌شود عقل از سرم بپرد. تا حالا چهار سال شده است. چقدر طولانی؟ یک سال دیگر؟ چهار سال؟ ده سال؟ مجازات ابد؟
افکارم را جمع کردم. سعی کردم بفهمم چگونه به او کمک کنم تا بفهمد چه بر سر خودش آورده است. او بی‌حرکت نشسته بود. یک سیگار در زیرسیگاری روی دامنش آرام آرام دود شد. چشمان خاکستری‌اش روی من ثابت مانده بود. به نظر می‌رسید به سختی نفس می‌کشد.
ادامه دادم:
ـ من که این‌جا نشسته‌ام دارم سعی می‌کنم از آن سر دربیاورم و درست همین الان نظریه‌ای به ذهنم رسید. تو در واقع خودت را برای کاری که چهار سال قبل هنگام مرگ کریسی انجام داده‌ای، مجازات نمی‌کنی. خودت را به خاطر کاری که الان داری انجام می‌دهی، مجازات می‌کنی، کاری که درست همین لحظه انجام می‌دهی.
می‌خواهی او را نگه داری، سعی می‌کنی او را در همین زندگی نگه داری، در صورتی که می‌دانی او به جای دیگری تعلق دارد. این‌که اجازه دهی او برود، نشانه آن نیست که از او دست کشیده‌ای یا دیگر او را دوست نداری، بلکه درست برعکس، نشانه عشق واقعی‌ات به اوست، نشانه علاقه به اندازه کافی به اوست که اجازه می‌دهی

به زندگی دیگری برود.

شهر کتاب (bookcity.com)

پنی همین‌طور خیره به من نگاه می‌کرد. هیچ حرفی نمی‌زد اما به نظر می‌آمد که از سخنان من تکان خورده است. سخنانم قوی به نظر می‌آمدند و می‌دانستم بهترین کار این است که او همین‌طور ساکت بنشیند. تصمیم گرفتم چیز دیگری بگویم. این سخن احتمالاً تندروی بود.

ـ به آن لحظه برگرد، پنی، آن لحظه‌ای که باید اجازه می‌دادی کریس برود، آن لحظه که از حافظه‌ات پاک شده است. آن لحظه حالا کجاست؟

ـ منظورتان چیست؟ من نمی‌فهمم.

ـ خوب، کجاست؟ کجا رفته؟

پنی نگران به نظر می‌آمد و از این‌که تحت فشار یا تمسخر قرار گرفته بود، کمی عصبانی شده بود.

ـ نمی‌دانم دنبال چه هستید. آن لحظه گذشته است. رفته است.

ـ آیا هیچ خاطره‌ای از آن وجود دارد؟ در کریسی؟ مگر نمی‌گویی که او تمام نشانه‌های این زندگی را فراموش کرده است؟

ـ بله، تمام آن‌ها رفته‌اند. او چیزی به خاطر نمی‌آورد. من هم به خاطر نمی‌آورم. خوب...؟

ـ اما تو به شکنجهٔ خودت به خاطر آن لحظه ـ یک «لحظهٔ موهوم» که دیگر وجود ندارد، ادامه می‌دهی. اگر فرد دیگری را می‌شناسی که همین کار را انجام می‌دهد، فکر می‌کنم او را احمق بنامی.

حالا با نگاه کردن به گذشته، در سخنانم سفسطهٔ بیش‌تری مشاهده می‌کنم. اما در آن لحظه آن‌ها را ناگزیر و پرمحتوا حس می‌کردم. پنی که به خاطر کارکشتگی‌اش همیشه برای همه چیز جواب حاضر و آماده‌ای داشت، مثل این‌که شوکه شده باشد، همین‌طور ساکت نشسته بود.

دو ساعت وقت‌مان داشت به آخر می‌رسید. اگرچه پنی درخواستی برای وقت بیش‌تر نکرد، اما آشکار بود که دوباره یکدیگر را ملاقات خواهیم کرد. اتفاقات زیادی روی داده بود. این‌که به او برای وقت اضافی پیشنهاد نکنم، از نظر تخصصی غیرمسئولانه بود. به نظر نمی‌رسید از پیشنهاد وقت اضافی تعجب کرده باشد. بی‌درنگ موافقت کرد که هفته بعد در همین ساعت مراجعه کند.

«خُشکش زده بود» ـ استعاره‌ای که اغلب برای اندوه شدید به کار برده می‌شود ـ سخنی دقیق و مناسب است. جسم سفت، چهرهٔ منقبض، سرد و افکار تکراری مغز را مسدود می‌کنند. پنی خُشکش زده بود. آیا مواجههٔ ما ممکن است طلسم سکوت را بشکند؟ من خوش‌بین بودم. در حالی که نمی‌توانستم حدس بزنم چگونه می‌توانم او را نجات بدهم، اما در طول هفته احساساتم به طور قابل توجهی برانگیخته شده بود و بی‌صبرانه منتظر ملاقات بعدی با او بودم.

در ابتدای جلسهٔ بعد، پنی خودش را محکم روی صندلی انداخت و گفت:

ـ پسر از دیدنت خوشحالم! درست یک هفته گذشته است.
با خوشرویی ساختگی ادامه داد و گفت که اتفاق‌های خوبی برای او در هفته گذشته روی داده است، لذا گناه کم‌تری حس می‌کرد و با کریسی کم‌تر درگیر بود. اما خبر بد این بود که یک درگیری خشن با جیم، پسر بزرگ‌ترش، داشته و در عوض تمام هفته بین خشم و غضب و گریه و زاری در نوسان بوده است.
پنی دو پسر به نام‌های برنت و جیم داشت. هر دو از مدرسه اخراج شده بودند و به سمت دردسرهای جدی کشیده شده بودند. برنت شانزده سال داشت و به خاطر دزدی در مرکز بازپروری جوانان بزهکار زندانی بود. جیم نوزده‌ساله هم به شدت به مواد مخدر معتاد بود. دعوای اخیر یک روز بعد از جلسه آخر شروع شد، زمانی که پنی متوجه شد جیم در سه ماه گذشته قسط خودش را برای آرامگاه خانوادگی واریز نکرده است.
«آرامگاه خانوادگی»؟ فکر کردم اشتباه شنیده‌ام و از او خواهش کردم سخنش را تکرار کند. «آرامگاه خانوادگی» چیزی بود که او گفت، خیلی خوب. حدود پنج سال قبل، وقتی کریسی هنوز زنده اما ضعیف شده بود، پنی قراردادی برای یک آرامگاه خانوادگی گران امضا کرد. او خاطر نشان کرد که آرامگاهی به اندازه کافی بزرگ (مثل این‌که این چیزها نیازی به اثبات ندارد) که تمام خانواده را با یکدیگر نگه دارد. همه اعضای خانواده ـ پنی، شوهرش جف و دو پسرش ـ بعد از فشار شدید از طرف پنی موافقت کردند که هر کس سهم هزینهٔ خودش را به صورت قسط در طول هفت سال بپردازد.
با وجود این، برخلاف قولی که داده بودند، تمام هزینه سنگین مالی آرامگاه بر دوش پنی افتاد. جف دو سال است که آن‌ها را ترک کرده و دیگر نمی‌خواهد، زنده یا مرده، هیچ کاری با پنی داشته باشد. پسر کوچک‌ترش که اینک زندانی است، بدیهی است که قادر به پرداخت سهمش نیست (او قبلاً از کار بعد از مدرسه‌اش مقدار کمی می‌پرداخت). و حالا پنی متوجه شده است که جیم به او دروغ گفته و قسط‌هایش را نپرداخته است.
من در شرف اظهار نظر درباره انتظار عجیب و غریب پنی از این دو مرد جوان بودم، که آشکارا مشکلات کافی با مسائل رشدشان دارند و هزینه آرامگاه ابدی‌شان را هم از حالا باید بپردازند، که پنی به شرح ماجراهای دردناک هفته از دیدگاه خودش پرداخت.
شب بعد از جر و بحث با جیم، دو مرد که بی‌تردید توزیع‌کننده مواد بودند، برای دیدن جیم به درِ خانه مراجعه کردند. وقتی پنی به آن‌ها گفت که او خانه نیست، یکی از آن‌ها به پنی دستور داد که به جیم بگوید یا بدهی‌اش را بپردازد یا بازگشت به خانه را فراموش کند، زیرا هیچ خانه‌ای باقی نخواهد ماند که او بتواند به آن بیاید.
پنی به من گفت که چیزی مهم‌تر از خانه‌اش برای او وجود ندارد. بعد از این‌که

پدرش وقتی او هشت‌ساله بود فوت کرد، مادرش او و خواهرهایش را دست‌کم بیست مرتبه از این آپارتمان به آن آپارتمان برد. در هر آپارتمان اغلب دو یا سه ماه اقامت می‌کردند تا این‌که به خاطر پرداخت نکردن اجاره، آن‌ها را بیرون می‌کردند. او با خودش عهد کرد که روزی صاحب خانه‌ای واقعی برای خانواده‌اش شود؛ عهدی که برای اجرای آن دیوانه‌وار کار کرد. اقساط ماهیانه وام مسکن خیلی بالا بود و بعد از این‌که جف آن‌ها را ترک کرد، به تنهایی تمام این بار سنگین را به دوش گرفت. حتی همین الان که ساعت‌های طولانی کار می‌کند نیز به سختی از عهده آن برمی‌آید.

بنابراین، چون آن دو مرد حرف نادرستی به زبان آورده بودند، بعد از این‌که آن‌ها رفتند، او چند دقیقه جلوی در مات و مبهوت ایستاده بود. سپس جیم را به خاطر این‌که به جای پرداخت اقساط آرامگاه پولش را صرف مواد کرده بود، لعنت کرد و پس از آن، همان‌طور که خودش می‌گوید «کنترلش را به طور کامل از دست داد» و اشک‌هایش سرازیر شد. آن‌ها قبلاً سوار ماشین شده و رفته بودند، اما او به داخل وانت بزرگش که موتورش را تقویت کرده بود، پرید و با سرعت زیاد در بزرگراه به تعقیب آن‌ها پرداخت و سعی کرد در جاده به ماشین آن‌ها بکوبد. چند بار به پهلوی ماشین آن‌ها کوبید ولی آن‌ها با شتاب دادن به ماشین بِ‌اِم‌و خودشان و رساندن سرعتش به بیش از صد و پنجاه کیلومتر در ساعت فرار کردند.

او سپس درباره تهدید به پلیس اطلاع داد (البته درباره تعقیب و گریز در بزرگراه چیزی نگفت) و در بقیه هفته در منزل تحت مراقبت پلیس بود. جیم اواخر شب به خانه آمد و بعد از شنیدن آن‌چه روی داده بود، لباس‌هایش را با عجله به داخل کوله‌پشتی انداخته و از شهر رفته بود. پس از آن هیچ اطلاعی از او نداشت. در صدای پنی هیچ نشانه‌ای از تأسف برای رفتارش مشاهده نمی‌شد، برعکس، به نظر می‌آمد از گفتن این داستان لذت هم می‌برد. به هر حال درگیری عمیق‌تری وجود داشت. اواخر آن شب بیش‌تر آشفته شد، به سختی خوابید و این خواب خوب و پرمعنی را دید:

تمام اتاق‌های یک خانه قدیمی را جست‌وجو می‌کردم. بالاخره دری را باز کردم و دو پسر کوچک را دیدم که روی سکویی ایستاده‌اند، مثل این‌که نمایش بازی می‌کردند. آن‌ها مثل دو پسر من بودند، اما موهای دخترانه بلند داشتند و لباس دخترانه پوشیده بودند. همه چیز وارونه بود: لباس‌های‌شان کثیف بود و پشت و رو پوشیده بودند. کفش‌های‌شان را هم عوضی (چپه) پوشیده بودند.

حس کردم از پا درآمده‌ام. با این‌همه نشانه‌های نویدبخش نمی‌دانستم کدام را انتخاب کنم. ابتدا، به آرزوی بی‌نتیجه پنی برای نگه داشتن همه با هم فکر کردم، تا بتواند خانواده محکمی ایجاد کند که در دوران بچگی هرگز نداشته است، و آن‌که

این آرزو چگونه خودش را در ترس او مجسم ساخته بود که با خرید خانه شخصی و آرامگاه خانوادگی آن را برآورده سازد. و حالا واضح بود که این مرکزیت نمی‌توانست پایدار بماند. نقشه‌ها و خانواده‌اش متلاشی شده بود: دخترش مرده بود، شوهرش رفته بود، یکی از پسرانش در زندان بود و دیگری مخفی شده بود.

تمام کاری که می‌توانستم انجام دهم این بود که افکارم را با پنی در میان بگذارم و با او همدردی کنم. خیلی دوست داشتم وقت کافی داشتم تا روی آن خواب، به خصوص بخش نهایی درباره دو بچه کوچکش کار کنم. اولین خواب‌هایی که بیماران به روان‌درمانی می‌آورند، به ویژه خواب‌هایی که مفصل و همراه با جزئیات است، اغلب به‌طور عمیقی روشنگرند.

از او خواهش کردم که احساسات اصلی‌اش در خواب را شرح دهد. پنی گفت گریه‌کنان از خواب بیدار شده، اما نمی‌توانست انگشتش را روی بخش غمناک خواب بگذارد.

ـ درباره آن دو پسربچه چه می‌گویی؟

(nbookcity.com

او گفت چیز رقت‌انگیز و شاید غمناکی درباره لباس پوشیدن ـ کفش‌هایی که عوضی پوشیده بودند، لباس‌های کثیف پشت و رو ـ وجود داشت.

ـ و لباس‌های دخترانه؟ درباره موهای بلند و لباس‌های دخترانه چطور؟

پنی نمی‌توانست مفهومی به آن‌ها بدهد، به جز این‌که بگوید شاید پسردار شدن کلاً اشتباه بوده است. شاید او دوست داشت آن‌ها دختر بودند؟ کریسی یک بچه رویایی، دانش‌آموزی خوب، زیبا و در زمینه موسیقی با استعداد بود. به گمانم، کریسی امید پنی برای آینده بود؛ او بود که می‌توانست خانواده را از سرنوشت فقر و جنایت نجات دهد.

بعله! پنی با اندوه ادامه داد:

ـ خواب درباره پسرانم درست است؛ لباس پوشیدن عوضی، کفش پوشیدن عوضی. همیشه یک جای کارشان عیب دارد، همیشه همین طور بوده است. آن‌ها چیزی غیر از دردسر نداشته‌اند. من سه بچه داشتم، یکی فرشته بود و دو نفر دیگر... به آن‌ها نگاه کن: یکی در زندان و دیگری اسیر اعتیاد. من سه فرزند داشتم و بهترین فرزندم ناعادلانه مُرد.

پنی که به نفس‌نفس افتاده بود، دستش را روی دهانش گذاشت:

ـ قبلاً به آن فکر کرده بودم اما هیچ‌گاه با صدای بلند آن را نگفته بودم.

ـ منظورت از این حرف‌ها چیست؟

سرش را پایین برد و تقریباً روی دامنش گذاشت. اشک از صورتش سرازیر شده بود و روی دامن جینی که پوشیده بود، می‌ریخت:

ـ غیرانسانی بود!

ـ نه، برعکس، من فقط احساساتی انسانی را شنیدم. شاید به‌نظر خوب نیاید، اما آن‌چه روی می‌دهد، اقتضای وجودمان است. موقعیت خودت و سه فرزندت را نگاه کن. کدام پدر و مادری احساسی غیر از این داشتند اگر بهترین فرزندشان می‌مُرد؟ قطعاً همین اتفاق روی می‌داد!

نمی‌دانستم چگونه حمایت و تأییدی بیش از این را به او عرضه کنم، اما او هیچ اشاره‌ای به آن‌چه از من شنیده بود، نکرد. بنابراین تکرار کردم:

ـ اگر من هم جای تو بودم، همین احساس را داشتم.

او سرش را پایین نگه داشته بود اما به طور تقریباً نامحسوس با تکان دادن سرش تأکید کرد.

ضمن این‌که جلسهٔ سوم‌مان به آخر می‌رسید، دیگر تظاهر به این‌که من و پنی وارد فرآیند روان‌درمانی نشده‌ایم، بی‌معنی بود. بنابراین آن را آشکارا تصدیق کردم و پیشنهاد کردم که شش مرتبه دیگر یکدیگر را ملاقات کنیم و تا جایی که می‌توانیم تلاش کنیم. نگران بودم که به خاطر سایر مسئولیت‌ها و نقشه‌های سفر ممکن نباشد که بیش از شش هفته یکدیگر را ملاقات کنیم. پنی پیشنهاد مرا پذیرفت، اما گفت که

نداشتن پول برایش مشکل بزرگی است و پرسید آیا می‌تواند حق‌الزحمه را به طور قسطی و در طول چند ماه بپردازد؟ به او اطمینان دادم که هیچ حق‌الزحمه‌ای لازم نیست، زیرا ما به عنوان بخشی از کار پژوهشی یکدیگر را ملاقات کرده‌ایم. در آن لحظه نمی‌توانستم با آگاهی کامل ناگهان قراردادم را تغییر دهم و از او وجهی دریافت کنم.

در حقیقت، هیچ مشکلی درباره دیدن پنی بدون حق‌الزحمه نداشتم. من می‌خواستم درباره داغ‌دیدگی بیش‌تر بیاموزم و او ثابت کرده بود که معلمی عالی بود. او در آن چند ساعت به من این مفهوم را داده بود که برای تمام کارهای آینده من با داغ‌دیدگان مفید است: «اگر قرار است زندگی با مردگان را بیاموزیم، ابتدا باید زندگی با زندگان را یاد بگیریم.» به نظر می‌رسید پنی در روابطش با زندگی ـ به ویژه با پسرانش و شاید با شوهرش ـ خیلی کار کرده و من فرض کردم که همین مسئله نشان می‌دهد که شش ساعت باقی‌مانده‌مان را چگونه سپری کنیم.

«بهترین فرزندم ناعادلانه مُرد. بهترین فرزندم ناعادلانه مُرد.» قرار بود طی جلسهٔ بعد به شکل‌های متعدد این عبارت بی‌رحمانه و خشن بپردازیم ـ روشی که در بین اهل فن با عنوان «بینش‌یابی»(۷۰) به آن اشاره می‌شود. پنی خشم عمیقی را نسبت به پسرانش ابراز می‌کرد؛ نه فقط به خاطر روشی که زندگی می‌کنند بلکه به این دلیل که چرا زنده هستند! فقط بعد از این‌که از پا افتاده بود، فقط پس از این‌که جرئت کرد بگوید چه احساسی در طول آن هشت سال داشته است (از اولین زمانی که شنید کریسی سرطان کشنده‌ای دارد)، از زمانی که دو پسرش را به امان خدا رها کرد، که برنت در شانزده‌سالگی، تقریباً بدون کمک رها شده بود، و آن سال‌هایی که پنی از خدا درخواست می‌کرد ای کاش می‌توانست بدن جیم را به کریسی بدهد (جیم چه نیازی به بدنش دارد؟ او به هر حال به زودی آن را با مواد، با ایدز از بین خواهد برد. چرا جیم باید بدنی قوی داشته باشد و کریسی که او این‌قدر دوستش دارد، بدن ضعیفی داشته باشد، که آن هم با سرطان به تدریج تحلیل می‌رود؟) فقط وقتی پنی همه این حرف‌ها را گفت، توانست ساکت شود و به آن‌چه گفته بود عکس‌العمل نشان دهد.

فقط توانستم بنشینم و گوش کنم و گاهی اوقات به او اطمینان دهم که این احساسات انسانی بودند و این‌که او تنها انسانی بود که به فکر آن‌ها بود. بالاخره زمان آن رسید که به او کمک کنم تا توجهش را به سمت پسرانش بازگرداند.

پرسش‌هایی مطرح کردم، که ابتدا آرام و به تدریج چالش‌برانگیز شدند: آیا پسرانش همیشه مشکل‌ساز بوده‌اند؟ تولدشان سخت بود؟ در زندگی آن‌ها چه اتفاقی افتاد که آن‌ها را به سمت آن‌چه انتخاب کرده‌اند، سوق داد؟ وقتی کریسی فوت کرد، چه بر سر آن‌ها آمد؟ چقدر ترسیده بودند؟ آیا کسی درباره مرگ با آن‌ها صحبت کرد؟ درباره خرید آرامگاه ابدی چه احساسی داشتند، آرامگاهی نزدیک کریسی؟ درباره

پدرشان که آن‌ها را ترک کرده بود، چه احساسی داشتند؟
پنی از سؤال‌هایم خوشش نیامد. در ابتدا پرسش‌ها او را شگفت‌زده کردند، سپس ناراحت شد. بعد شروع به درک این مطلب کرد که هیچ‌گاه به دیدگاه پسرانش به آن‌چه در خانواده اتفاق افتاده توجه نکرده است. او هیچ‌گاه رابطه مثبتی با یک مرد نداشته است و احتمالاً پسرانش به خاطر آن غرامت می‌پردازند. با هم مردهای زندگی او را بررسی کردیم: پدر (از خاطره شخصی محو شده بود اما مادرش همیشه با نفرت و دشنام از او یاد می‌کرد) که وقتی پنی هشت‌ساله بود، به خاطر مرگش او را ترک کرده بود، شوهران متعدد مادرش که خیلی زود از آن‌ها طلاق می‌گرفت و پنی خاطره خوبی از آن‌ها نداشت، اولین شوهر خودش که یک ماه بعد از عروسی در هفده‌سالگی متارکه کردند و شوهر الکلی و بی‌ادبش که سرانجام او را در غم و اندوه ترک کرد.
در هشت سال گذشته بدون هیچ دلیلی از پسرانش غفلت کرده بود. وقتی کریسی بیمار بود، پنی بخش عمده‌ای از وقتش را صرف او می‌کرد. بعد از مرگ کریسی، پنی هنوز هم از دسترس پسرانش دور بود. خشمی که نسبت به آن‌ها حس می کرد، بیش‌تر به این دلیل بود که آن‌ها به جای کریسی زنده مانده‌اند و این احساس، سکوت مهلکی بین‌شان ایجاد می‌کرد. پسرانش سخت و بدون مهر و عاطفه بزرگ شدند، اما یک بار، قبل از این‌که احساسات‌شان را از او پنهان کنند، گفتند که محبت بیش‌تری از او انتظار داشتند. آن‌ها دوست داشتند به جای این‌که چهار سال سر قبر کریسی بنشیند، دست‌کم روزی یک ساعت هم برای آن‌ها وقت بگذارد.
آیا این اثر مرگ روی پسرانش نبود؟ وقتی بیماری کشنده کریسی در حال گسترش بود، آن‌ها پسرانی هشت و یازده‌ساله بودند. به همین دلیل باید از آن‌چه بر سر خواهرشان می‌آمد وحشت کرده باشند؛ که آن‌ها هم اندوهگین بودند، که آن‌ها هم شاید از مرگ خودشان آگاه شده و از آن ترسیده بودند. پنی هرگز هیچ‌یک از این احتمالات را در نظر نگرفته بود.
و یک چیز مهم، اتاق خواب پسرانش بود. خانه کوچک پنی سه اتاق خواب کوچک داشت و اتاق خواب پسرها همیشه مشترک بود، در حالی که کریسی یک اتاق خواب شخصی داشت. از پنی پرسیدم:
ـ بدون شک وقتی کریسی زنده بود آن‌ها از آن چیدمان ناراحت نبودند، اما حالا درباره خشم آن‌ها از این‌که پس از فوت کریسی، نمی‌پذیری آن‌ها از اتاق خواهرشان استفاده کنند، چه می‌گویی؟ آن‌ها درباره مشاهده آخرین آرزو و وصیت‌نامه کریسی که طی چهار سال گذشته با یک توت‌فرنگی آهنربایی روی یخچال چسبانده شده است، چه احساسی دارند؟
فکر می‌کنی آن‌ها باید از کوشش تو برای زنده نگه داشتن یاد کریسی، مثلاً برگزاری جشن تولد سالانه کریسی ناراحت نشوند! اما تو برای تولد آن‌ها چه کار می‌کنی؟

پنی از خجالت سرخ شد و با لحنی تند و مثل این‌که با خودش حرف می‌زند، پاسخ داد:

ـ همان کارهای معمولی.

می‌دانستم، فهمیدم.

شاید مقدّر بود ازدواج پنی و جف شکست بخورد، اما به نظرم مسئله کوچک این بود که اندوه، به فروپاشی نهایی سرعت بخشید. پنی و جف برای ابراز غم و غصه روش‌های مختلفی داشتند: پنی خودش را در خاطرات غرق کرد، جف پنهان‌کاری و بی‌توجهی را ترجیح داد. هر چند در مسائل دیگر با هم سازگار بودند اما به نظر می‌رسید در این نکته به طور جزئی اختلاف داشتند: آن‌ها به هیچ وجه در سوگواری خویش هماهنگ نبودند، هر کدام روشی را ترجیح می‌داد که مخالف روش فرد دیگر بود. جف چگونه می‌توانست غصه‌اش را فراموش کند وقتی که پنی دیوارها را با عکس‌های کریسی می‌پوشاند، در تختخواب کریسی می‌خوابید و چراغ اتاقش را برای یادبود روشن می‌کرد؟ پنی چگونه می‌توانست بر اندوه خود غلبه کند وقتی که جف حاضر نبود حتی راجع به کریسی صحبت کند؟ وقتی جف شش ماه پس از مرگ کریسی حاضر نشد در مراسم فارغ‌التحصیلی دوره اول دبیرستان کریسی شرکت کند؟ (و این باعث مشاجره هولناکی شد.)

با پرسش متفاوتی که پنی در ساعت پنجمِ کار روی فراگیری زندگی بهتر با زندگان طرح کرد، جلسه دچار وقفه شد. هر قدر درباره خانواده‌اش، دختر فوت شده‌اش و دو پسرش بیش‌تر فکر می‌کرد، بیش‌تر به این فکر می‌افتاد که «برای چه زندگی می‌کنم؟ هدف نهایی از این زندگی چیست؟» سرتاسر زندگی بزرگسالی‌اش با یک اصل جلو رفته است: به فرزندانش زندگی‌ای بهتر از آن‌چه خودش داشته است، بدهد. اما حالا پس از گذشت بیست سال چه چیزی می‌تواند نشان دهد؟ آیا عمرش را تلف نکرده است؟ و حالا آیا نکته‌ای غیر از ادامه همان راه برای تلف کردن زندگی‌اش وجود داشت؟ چرا برای پرداخت حق مسکن باید خودش را هلاک کند؟ چه آینده‌ای برایش وجود داشت؟

بنابراین تمرکزمان را تغییر دادیم. بررسی رابطه پنی با پسرانش و شوهر سابقش را رها کردیم و بررسی مشخصهٔ مهم دیگری از والدین داغدیده ـ از دست دادن معنی زندگی ـ را شروع کردیم. از دست دادن والدین یا یک دوست دیرین اغلب از دست دادن گذشته است: شخصی که فوت می‌کند ممکن است تنها شاهد زنده دیگری برای رویدادهای طلایی خیلی وقت قبل باشد. اما از دست دادن فرزند، از دست دادن آینده است: چیزی که از دست می‌رود، کم‌تر از برنامه و طرح زندگی شخص نیست؛ چیزی که انسان برای آن زنده است، شخص خودش را در آینده چگونه تصور می‌کند، چگونه امید داشته باشد که به فراسوی مرگ برود (به راستی، فرزند آدم به طرح فناناپذیری شخص تبدیل می‌شود). بدین ترتیب، به زبان تخصصی، مرگ والدین «از

دست دادن شیء(۷۱)»(۷۲) است (شیء، شخصیتی است که در تشکیل دنیای داخلی شخص نقش مهمی بازی می‌کند)، در صورتی که مرگ فرزند «از دست دادن طرح(۷۳)» است (فقدان اصل مرکزی سازمان‌دهنده زندگی شخص، که نه تنها تهیه‌کننده «چرایی»، بلکه «چگونگی» زندگی فرد نیز هست). تعجب ندارد که مرگ فرزند سخت‌ترین مرگی است که انسان باید تحمل کند. به همین دلیل بسیاری از والدین حتی پس از پنج سال اندوهگین هستند و بعضی هرگز از غم و غصه نجات نمی‌یابند.

(nbookcity.com) شهر کتاب

اما در توضیح‌مان از اهداف زندگی خیلی جلو نرفته بودیم (نه حتی به اندازه پیشرفتی که می‌توان انتظار داشت: مشکل به جای این‌که زندگی باشد، نبود هدف در زندگی بود) که پنی دوباره موضوع را تغییر داد. تا به حال به این‌که او تقریباً هر ساعت نگرانی جدیدی را مطرح کند، عادت کرده‌ام. آن‌طور که اول فکر می‌کردم، این به دلیل آن نبود که او آدمی بی‌ثبات بود و نمی‌توانست تمرکزش را حفظ کند. او در آشکار کردن اندوه چند لایه‌اش شجاع بود. با خودم فکر کردم «چند لایهٔ دیگر را برای من آشکار خواهد کرد؟»

در یک جلسه، فکر می‌کنم، جلسه هفتم، پنی با گزارش دو حادثه شروع کرد: یک خواب واضح و دیگری بیهوشی موقت و گذرا.

بیهوشی گذرا شامل بیدار شدن او در یک داروخانه بود (همان داروخانه‌ای که یک بار قبلاً وقتی حیوانی تاکسیدِرمی شده را در دست داشت، در آن‌جا بیدار شده بود) گریه می‌کرد و کارت فارغ‌التحصیلی دبیرستان را محکم در دستش نگه داشته بود.

هر چند آن خواب کابوس نبود، اما مملو از شکست و نگرانی بود:

یک جشن عروسی در حال برگزاری بود. کریسی داشت با پسری در همسایگی ما ـ یک احمق واقعی ـ ازدواج می‌کرد. مجبور بودم لباسم را عوض کنم. در خانه بزرگی به شکل نعل اسب بودم که تعداد زیادی اتاق کوچک داشت. یکی یکی اتاق‌ها را امتحان می‌کردم تا اتاق درستی برای تعویض لباس پیدا کنم. به جست‌وجو در اتاق‌ها ادامه دادم، اما نتوانستم اتاق درست را پیدا کنم.

و لحظه‌ای بعد، بخشی از یک «تعقیب و گریز»:

در یک ترن بزرگ بودم. سرعت قطار بیشتر شد و بعد در یک قوس بزرگ در آسمان بالا رفت. خیلی زیبا بود. تعداد زیادی ستاره آن‌جا بود. جایی در آن‌جا، شاید عنوانی بود (اما نه، نمی‌توانست عنوان باشد، چون من نتوانستم آن را هجی کنم) کلمه تحول بود ـ احساساتی قوی درباره آن کلمه وجود داشت.

خواب از یک جهت به کریسی مربوط بود. ما کمی درباره ازدواج بد او در خواب صحبت کردیم. داماد شاید مرگ بود: بی‌تردید این ازدواجی نبود که پنی برای دخترش می‌خواست.

و تحول؟ پنی گفته بود که در سرِ قبرِ کریسی دیگر با وی ارتباطی حس نمی‌کند (حالا به هفته‌ای دو یا سه مرتبه کاهش یافته بود). من خواب را چنین معنی کردم:

ـ شاید تحول دلالت بر این دارد که کریسی به راستی این‌جا را ترک کرده و به زندگی دیگری رفته است.

شاید، اما پنی برای غم و غصه هم در بیهوشی گذرا و هم رویا توضیح بهتری داشت. وقتی او از بیهوشی در داروخانه بیدار شد، قوی‌ترین احساسی که داشت این بود که کارت فارغ‌التحصیلی در دستش متعلق به کریسی نبود (که در این زمان باید از دبیرستان فارغ‌التحصیل می‌شد) بلکه مربوط به خود پنی بود. پنی هرگز مدرسه را تمام نکرده بود و کریسی قصد داشت به جای هر دو نفر آن‌ها این کار را انجام دهد (هم‌چنین قصد داشت به جای هر دو نفرشان در دانشگاه استنفورد ادامه تحصیل بدهد).

پنی فکر می‌کرد که رویا درباره عروسی و جست‌وجو برای اتاق تعویض لباس، درباره خود پنی و ازدواج‌های ناموفق و کوشش‌های اخیرش برای تغییر زندگی بوده است. ارتباط وی با ساختمان رویا این دیدگاه را تقویت می‌کرد: ساختمانی که در رویا دیده بود شباهت زیادی به درمانگاهی داشت که دفتر کار من در آن قرار دارد.

تحول نیز به پنی اشاره دارد، نه به کریسی. پنی آماده تغییر بود. او سرسختانه تصمیم گرفته بود متحول و در دنیای متشخص موفق شود. سال‌ها در فاصله بین انتقال مشتری‌های شرکت تاکسیرانی، به نوارهای کاست خودسازی در مورد افزایش دامنه لغات، آثار بزرگ و نقدهای هنری گوش داده بود. حس می‌کرد که بااستعداد بوده اما هیچ‌گاه استعدادش را پرورش نداده، زیرا از سیزده‌سالگی به بعد برای تأمین مخارج زندگی‌اش مجبور بوده کار کند. اگر می‌توانست کار نکند، می‌توانست برای خودش کاری بکند، دبیرستان را تمام کند، به طور تمام‌وقت به دانشکده برود، بدون توقف مطالعه کند و از آن‌جا «پرواز کند»(در ترنی که در خواب سوار بود، به آسمان «پرواز کرد»!)

تأکید پنی شروع به تغییر کرد. به جای گفت‌وگو درباره مصیبت کریسی، دو ساعت بعد را صرف توصیف مصیبت‌های زندگی خودش کرد. ضمن این‌که به جلسه نهم و آخرین ساعت می‌رسیدیم، بقیهٔ وقت آزادم را فدا کردم و به پنی پیشنهاد کردم که سه ساعت دیگر، درست تا زمان پرواز برای فرصت مطالعاتی‌ام یکدیگر را ببینیم.

به دلایل متعددی، متوجه شدم که پایان دادن به جلسات در این نقطه مشکل است: عظمت محض درد و رنج‌های او مرا وادار کرد تا با وی بمانم. نگران شرایط بالینی وی بودم و احساس مسئولیت می‌کردم. زیرا هفته به هفته، ضمن این‌که موارد جدیدی پدیدار می‌شد، او به تدریج افسرده‌تر می‌شد. من تحت تأثیر استفاده او از روان‌درمانی قرار گرفتم: هیچ‌گاه بیماری نداشتم که این‌قدر ثمربخش کار کند. بالاخره ـ شاید آدم شریفی هم باشم ـ از آشکار شدن ماجراهای غم‌انگیز مات و مبهوت شدم، زیرا هر هفته یک ماجرای جدید هیجان‌انگیز و غیر قابل پیش‌بینی مطرح می‌کرد.

پنی دوران کودکی‌اش را در آتلانتا و جورجیا، در خانواده‌ای فقیر و به طرز بی‌رحمانه‌ای بدبخت به یاد می‌آورد. مادرش، زنی مشکوک و بدخُلق برای تأمین غذا و پوشاک پنی و دو خواهرش به سختی در فشار بود. پدرش به عنوان مأمور تحویل

کالا در یک فروشگاه زندگی نسبتاً خوبی داشت، اما اگر به حرف‌های مادرش بتوان اعتماد کرد، مردی خوش‌گذران و بی‌عاطفه بود که وقتی پنی هشت‌ساله بود، به خاطر افراط در نوشیدن مشروب فوت کرد. وقتی پدرش درگذشت، همه چیز تغییر کرد. هیچ پولی نداشتند. مادرش روزی دوازده ساعت رختشویی می‌کرد و بیش‌تر شب‌ها هم در یک مسافرخانه محلی از مهمانان پذیرایی می‌کرد. از همین زمان بود که روزهای آوارگی پنی شروع شد.

پس از آن، خانواده‌اش هیچ‌گاه یک خانه پایدار نداشتند. آن‌ها از یک خانه اجاره‌ای به خانه دیگری نقل مکان می‌کردند، که اغلب به خاطر نپرداختن اجاره از خانه بیرون‌شان می‌کردند. پنی از سیزده‌سالگی مشغول کار شد. در پانزده‌سالگی از مدرسه اخراج شد. در شانزده‌سالگی به نوشیدن مشروب روی آورد. قبل از هجده‌سالگی ازدواج کرد و خیلی زود طلاق گرفت. در نوزده‌سالگی دوباره ازدواج کرد و برای نجات از فقر به سواحل غربی رهسپار شد. در آن‌جا سه فرزند به دنیا آورد. خانه خرید. دخترش را دفن کرد. از شوهرش طلاق گرفت و اقدام به خرید اقساطی یک آرامگاه خانوادگی بزرگ کرد.

به طور خاص تحت تأثیر دو موضوع قوی از زندگی او بنا بر روایتی که خودش شرح می‌داد، قرار گرفتم. یکی این‌که تا هشت‌سالگی همه به او کلک می‌زدند و هیچ چیز بر وفق مرادش نبود. صمیمانه‌ترین آرزو برای زندگی بعدی، هم برای خودش و هم برای کریسی، این بود که «تا بخواهی پولدار» شوند. موضوع بعدی «فرار» بود، منظور فرار فیزیکی از آتلانتا، از خانواده‌اش، از چرخش فقر و الکل نبود، بلکه فرار از سرنوشتی بود که می‌خواست او را به «زن پیر دیوانهٔ فقیری» مثل مادرش تبدیل کند. پنی اخیراً متوجه شده بود که مادرش در چند سال گذشته، چند مرتبه در بیمارستان روانی بستری شده است.

فرار از سرنوشت ـ از سرنوشت طبقه اجتماعی و از سرنوشت خانم پیر دیوانهٔ فقیر ـ درون‌مایه اصلی زندگی پنی بود. او به این دلیل به دیدن من آمد تا از دیوانه شدن فرار کند. او گفت که می‌توانست مراقب باشد تا فقیر نشود. در حقیقت، فرار از سرنوشت بود که او را به سمت اعتیاد به کار سوق داده بود و در نتیجه، به ساعت‌های کار طاقت‌فرسای طولانی عادت کرده بود.

خنده‌دار است که شتاب او برای فرار از فقر و شکست، فقط با تقدیر عمیق‌تری ـ محدودیت ذاتی در زندگی ـ متوقف شد. پنی بیش‌تر از خیلی از ما، هیچ‌گاه با اجتناب‌ناپذیری مرگ کنار نیامد. او شخصی اصالتاً فعال بود ـ به این فکر می‌کنم که توزیع‌کنندگان مواد مخدر را در بزرگراه تعقیب کرده و وانتش را به پهلوی اتومبیل آن‌ها کوبیده است ـ و یکی از مشکل‌ترین چیزها در اثنای مرگ کریسی، تنهایی و درماندگی‌اش بود.

با وجود این حقیقت که به ماجراهای جدید مهمی که پنی فاش می‌کرد، عادت کرده

بودم، اما حاضر نبودم در جلسه یازدهم، یعنی ماقبل آخرمان رویداد غیرمترقبه‌ای را مثل بمب منفجر کند. ما درباره پایان روان‌درمانی صحبت کرده بودیم و او شرح داد که چقدر به ملاقات‌های هفتگی با من عادت کرده و چقدر سخت است که هفته آینده از من خداحافظی کند، چقدر سخت است که مرا در مجموعه از دست دادگانش قرار دهد، که ناگهان بدون مقدمه گفت:

ـ تا به حال گفته‌ام که وقتی شانزده‌ساله بودم یک دوقلو به دنیا آوردم؟

می‌خواستم فریاد بزنم «چی؟ دوقلو؟ در شانزده‌سالگی؟ منظورت چیست که «آیا تا به حال گفته‌ام؟ تو لعنتی می‌دانی چه می‌گویی!» اما با توجه به این‌که فرصت‌مان فقط بقیه این جلسه و جلسه بعد بود، مجبور بودم از ماجرایی که می‌خواست فاش کند، چشم‌پوشی کنم تا فقط به اصل موضوع بپردازیم.

ـ نه هرگز نگفته بودی. خوب، بگو ببینم چه خبر است.

ـ در پانزده‌سالگی حامله شدم و به همین دلیل از مدرسه اخراج شدم. به هیچ‌کس چیزی نگفتم تا این‌که آن‌قدر دیر شد که دیگر کاری از کسی ساخته نبود. به ناچار به کمک بهزیستی بچه‌هایم را به دنیا آوردم؛ دو دختر دوقلو.

(nbookcity.com

پنی به خاطر ناراحتی ناشی از درد گلو مکث کرد. بدیهی است صحبت درباره این ماجرا خیلی سخت‌تر از آن بود که پنی وانمود می‌کرد. پرسیدم:
ـ خوب چه بر سر دوقلوها آمد؟
ـ سازمان بهزیستی گفت که من مادری ناتوان هستم ـ حق با آن‌ها بود. پیش‌تر حدس می‌زدم. اما قبول نکردم که از بچه‌ها دست بکشم. سعی کردم آن‌ها را حفظ کنم، اما بعد از شش ماه، بهزیستی بچه‌ها را از من گرفت. چند مرتبه به دیدن بچه‌ها رفتم تا آن‌که خانواده‌ای آن‌ها را به فرزندی قبول کرد. از آن زمان تا به حال هیچ چیزی راجع به آن‌ها نشنیده‌ام. هرگز هم سعی نکرده‌ام آن‌ها را پیدا کنم. آتلانتا را ترک کردم و هرگز به پشت سرم هم نگاه نکردم.
ـ خیلی راجع به آن‌ها فکر می‌کنی؟
ـ تا حالا خیر. آن‌ها چند مرتبه بعد از مرگ کریسی فقط به ذهنم خطور کردند، اما در هفته اخیر به فکر آن‌ها افتاده‌ام. فکر می‌کنم آن‌ها کجا هستند، چه کار می‌کنند، آیا پولدار هستند ـ این تنها موضوع مورد علاقه‌ام است که از سازمان بهزیستی پرسیده‌ام. آن‌ها گفتند سعی می‌کنند به من خبر بدهند. حالا تمام مدت در روزنامه‌ها داستان‌هایی درباره مادران فقیری می‌خوانم که نوزادشان را به خانواده‌ای پولدار می‌فروشند. اما من احمق چرا از این موضوع اطلاع نداشتم؟
بقیهٔ این ساعت و بخشی از ساعت نهایی‌مان را صرف کاوش عواقب این اطلاعات جدید کردیم. افشاگری وی به طریقی به کنجکاوی ما کمک کرد تا به خاتمه روان‌درمانی بپردازیم، به اولین خواب اسرارآمیزی بازگشتیم که در آن دو پسر کوچکش لباس دخترانه پوشیده بودند و در مؤسسه‌ای روی صحنه نمایش قرار داشتند. مرگ کریسی و نومیدی عمیق پنی از هر دو پسرش باید موجب برانگیختن تأسف عمیقش به خاطر از دست دادن دختران دوقلویش شده باشد، هم‌چنین باعث برانگیختن این احساسش شده باشد که چرا نه تنها باید فرزند شایسته‌اش بمیرد، بلکه سرپرستی فرزندان ناخواسته‌اش را نیز از دست بدهد.
من پرسیدم که آیا به خاطر از دست دادن فرزندانش احساس گناه می‌کند. پنی پاسخ داد حقیقت این است که آن‌چه انجام داده، بهترین کار برای او و برای آن‌ها بوده است. اگر در شانزده‌سالگی دو دخترش را نگه داشته بود، او هم به همان سرنوشت مادرش گرفتار شده بود. و این وضعیت به فاجعه‌ای برای فرزندان منجر می‌شد. او به عنوان مادری تنها قادر نبود چیزی به آن‌ها بدهد. این‌جا بود که درس دیگری آموختم مبنی بر این‌که چرا پنی قبلاً از مطرح کردن ماجرای دوقلوها خودداری کرده بود. او خجالت‌زده بود؛ شرمسار از این‌که به من بگوید هویت پدر بچه‌ها را پنهان کرده بود. او به خاطر اطلاع نداشتن از سرنوشت دوقلوها به شدت آشفته بود. در حقیقت، بنا به گفته خودش، او یک «دخترمدرسه شلخته»(۷۴) بود و به هیچ عنوان از دوران تحصیلش رضایت نداشت. هیچ‌کس از افراد زندگی فعلی‌اش، حتی شوهرش، از

گذشته‌اش، از ماجرای دوقلوها یا بدنامی و علت اخراجش از مدرسه اطلاع نداشت. به دلیل همین چیزها سعی کرده بود از آتلانتا فرار کند.

جلسه را با گفتن این عبارت پایان داد:

ـ شما تنها کسی هستید که این موضوع را می‌دانید.

ـ حالا که به من گفتی چه احساسی داری؟

ـ قاطی کردم. خیلی فکر کردم تا متقاعد شدم که به شما بگویم. تمام هفته گذشته در ذهنم با شما حرف می‌زدم.

ـ چه چیز را قاطی کردی؟

ـ ترس، خوب، بد، بالا، پایین...

پنی این کلمات را به سرعت بیان کرد. او با تحمل احساسات لطیف بحث‌برانگیز عصبی می‌شود. وقتی کمی بر خودش مسلط و آرام شد، ادامه داد:

ـ حدس می‌زنم از قضاوت شما درباره خودم می‌ترسیدم. می‌خواستم هفته آینده در جلسه آخرمان که هنوز برایم احترام قائلید، این موضوع را مطرح کنم.

ـ آیا فکر می‌کنی برایت احترام قائل نیستم؟

ـ از کجا بدانم؟ تنها کاری که می‌کنید این است که فقط سؤال می‌پرسید!

او راست می‌گفت. به آخر جلسه یازدهم رسیده بودیم و زمانی باقی نمانده بود که مضایقه کنم.

ـ پنی، لازم نیست نگران من باشی. هر قدر بیش‌تر حرف می‌زنی، بیش‌تر به تو علاقه‌مند می‌شوم. به خاطر مشکلاتی که بر آن‌ها غلبه کرده‌ای و آن‌چه در زندگی انجام داده‌ای، سر تا پا تحسینت می‌کنم.

پنی زد زیر گریه. به ساعت مچی‌اش اشاره کرد تا به من یادآوری کند که وقت‌مان تمام شده است و با عجله از دفتر کارم بیرون رفت، در حالی که صورتش را در دستمال کاغذی پنهان کرده بود.

یک هفته بعد، در دیدار نهایی‌مان متوجه شدم که گریه و زاری در بیش‌تر هفته ادامه داشته است. پس از جلسه قبل، در سر راهش به خانه به گورستان می‌رود، سر قبر کریسی می‌نشیند و مثل اغلب اوقات برای دخترش گریه می‌کند. اما آن روز اشک‌ها پایان نمی‌یابند. او دراز می‌کشد، سنگ قبر را در آغوش می‌کشد و ـ حالا نه فقط برای کریسی، بلکه برای همه رفتگان، برای همه دیگران ـ به شدت گریه می‌کند.

او برای پسرانش، برای سال‌های غیر قابل بازگشت، برای ویران شدن زندگی آن‌ها گریه می‌کند. برای دو دختر گم‌شده‌اش که هرگز آن‌ها را نمی‌شناسد، گریه می‌کند. برای پدرش، هر که بود و هر چه بود، گریه می‌کند. برای شوهرش، برای جوانی از دست رفته‌اش، برای ایام امیدبخشی که با هم بودند، گریه می‌کند. حتی برای مادر پیر فقیرش و خواهرانی که بیست سال قبل از زندگی‌اش محو شدند، گریه می‌کند. اما

بیش‌تر از همه برای خودش گریه می‌کند، برای زندگی‌ای که خوابش را دیده بود و هرگز به آن دست نیافت.

وقت‌مان خیلی زود به پایان رسید. هر دو ایستادیم. تا دم در قدم زدیم، با یکدیگر دست دادیم و خداحافظی کردیم. پایین رفتنش از پله‌ها را تماشا می‌کردم. او متوجه شد که نگاهش می‌کنم، برگشت و گفت:

ـ نگران من نباشید. به خاطر داشته باشید، من خوب خواهم شد.

زنجیر نقره‌ای را که به گردن داشت، درآورد و ادامه داد:

ـ من یک بچه بی‌سرپرست بودم.

سخن آخر

پنی را یک بار دیگر، سال بعد، وقتی از فرصت مطالعاتی بازگشتم، دیدم. خوشبختانه، خیلی خوب شده بود. با وجود این‌که به من اطمینان داد که خیلی خوب شده، اما خیلی نگرانش بودم. هرگز بیماری نداشتم که مشتاق افشای چنان موضوع‌های دردناکی در زمانی کوتاه باشد. و نه بیماری که این‌قدر با سر و صدا گریه کند (منشی‌ام که دفتر کارش چسبیده به دفتر من است، از روی عادت در اثنای ساعت روان‌درمانی پنی قهوه ساعت استراحت را تمدید می‌کرد.)

پنی در جلسه اول گفته بود «فقط مرا راه بینداز. بقیه راه را خودم می‌روم.» در واقع، همین اتفاق هم روی داد. سال بعد از روان‌درمانی، پنی با هیچ‌یک از روان‌درمانگرهایی که به او پیشنهاد کرده بودم، مشاوره نکرده بود، او به تنهایی به پیشرفت ادامه داده بود.

در جلسات بعد واضح بود که اندوهش که به بن‌بست رسیده بود، خیلی ملایم‌تر شده بود. پنی هنوز زنی مضطرب بود، اما ارواح شریری که او را آزار می‌دادند، به جای گذشته، در زمان حال مستقر شـده بودند. چیزی که حالا از آن رنج می‌برد، این نبود که حوادثی که مرگ کریسی را احاطه کرده بودند، فراموش کرده بود، بلکه این بود که از دو پسرش غفلت کرده بود.

در حقیقت، رفتارش با پسرانش ملموس‌ترین رفتاری بود که تغییر کرده بود. هر دو پسرش به خانه بازگشته بودند و هرچند تضاد بین مادر و فرزند هنوز خشن بود، اما مشخصه‌اش تغییر کرده بود. پنی و پسرانش دیگر درباره اقساط آرامگاه خانوادگی و جشن تولد کریسی بحث نمی‌کردند، بلکه درباره این‌که برنت وانت را قرض بگیرد و ناتوانی جیم برای ماندن در یک شغل، صحبت می‌کردند.

از آن گذشـته، پنی به جدا کردن خودش از کریسی ادامه می‌داد. دیدارهایش از آرامگاه کوتاه‌تر و کم‌تر شده بود. بسیاری از لباس‌ها و اسباب‌بازی‌های کریسی را بخشیده بود و اتاقش را به برنت بازگردانده بود. آخرین وصیت کریسی را از روی یخچال برداشته بود. تلفن کردن به دوستانش را متوقف کرده بود و از تجسم رویدادهایی که اگر کریسی زنده بود انجام می‌داد ـ مثل شرکت در دانشکده یا

مهمانی یادبود ـ دست کشیده بود.

شهر کتاب (nbookcity.com)

پنی جان سالم به در برده بود. فکر می‌کنم از اول هم این را می‌دانستم. اولین ملاقات‌مان را به یاد می‌آورم و این‌که چگونه قصد داشتم در دام پیشنهاد روان‌درمانی وی گرفتار نشوم. با وجود این، پنی آن‌چه را می‌خواست ـ روان‌درمانی بدون پرداخت هزینه به استاد استنفورد ـ به دست آورد. این اتفاق چگونه روی داد؟ آیا همه چیز مطابق خواست او پیش رفت؟ یا من را ماهرانه پیش برد؟

یا شاید این من بودم که ماهرانه پیش بردم؟ اما واقعاً اهمیت ندارد. من نیز از رابطه‌مان سود بردم. می‌خواستم درباره داغ‌دیدگی بیاموزم و پنی فقط در دوازده ساعت، لایه به لایه تا درونی‌ترین هسته سوگ پیش رفت.

ابتدا گناه را کندوکاو کردیم، حالتی از ذهن چند نجات‌یافته که موفق به فرار شده بودند. پنی به خاطر فراموشی، به خاطر صحبت نکردن بیش‌تر با دخترش درباره مرگ، احساس گناه می‌کرد. سایر بازماندگان برای چیزهای دیگر، برای انجام ندادن کار کافی، برای جست‌وجو نکردن کمک پزشکی به موقع، برای مراقبت نکردن بیش‌تر و پرستاری نکردن بهتر، احساس گناه می‌کردند. یکی از بیمارهای من، یک همسر بسیار دلسوز، که چند هفته آخر بستری شدن شوهرش در بیمارستان به سختی از کنار شوهرش دور می‌شد، خودش را سال‌های زیادی به این دلیل رنج می‌داد که شوهرش در همان چند دقیقه‌ای که او برای خرید روزنامه بیرون رفته بود، فوت کرده بود.

این عقیده که شخص باید «کار بیش‌تری انجام دهد»، به نظر من آرزویی نهفته برای کنترل چیزی غیرقابل کنترل را منعکس می‌کند. از آن گذشته، اگر شخص به خاطر انجام ندادن کاری که باید انجام می‌شده است، گناهکار باشد، در آن صورت معلوم می‌شود کاری وجود داشته است که «می‌توانسته است» انجام شود؛ فکر آرامش‌بخشی که ما را از درماندگی آشکار در مواجهه با مرگ منحرف می‌کند. هر یک از ما دست‌کم تا بحران میانسالی با پنهان شدن در توهّمی پیچیده از قدرت و پیشرفت نامحدود، بر این باور صحه می‌گذاریم که هستی، شامل حرکت ابدی مارپیچ رو به بالایی از موفقیت است و فقط به اراده بستگی دارد.

این توهّم تسلی‌بخش ممکن است با تجربه‌ای بی‌بازگشت و ضروری که فیلسوف‌ها اغلب به آن «تجربه مرزی» می‌گویند، از بین برود. از تمام تجربه‌های مرزی ممکن، هیچ‌یک نمی‌تواند به اندازه داستان کارلوس (در داستان «متشکرم که زندگی‌ام را نجات دادید.») ما را به طور مؤثرتر با حادثه‌ای قطعی‌تر و قریب‌الوقوع‌تر از مرگ خودمان مواجه کند (و هیچ‌یک قادر نیست اثری بی‌درنگ و شگرف بر تغییر شخص داشته باشد).

تجربهٔ مرزی ناگزیر دیگر، مرگ شوهر یا زن یا دوست مهم دیگری است که توهّم آسیب‌ناپذیری خودمان را نقش بر آب می‌کند. از نظر بیش‌تر مردم، مرگ فرزند مصیبت بسیار بزرگی است. در آن صورت به نظر می‌رسد از هر سو به زندگی حمله

شده است: والدین به خاطر ناتوانی از اقدام برای جلوگیری از مرگ فرزند احساس گناه و وحشت می‌کنند، آن‌ها از ناتوانی و بی‌تفاوتی آشکار کادر پزشکی خشمگین می‌شوند، ممکن است از بی‌عدالتی خدا یا دنیا شکوه کنند (بسیاری در نهایت به این ادراک می‌رسند که آن‌چه به نظر بی‌عدالتی می‌رسد، در واقع بی‌تفاوتی کائنات است). والدین داغ‌دیده قادر نبوده‌اند از یک فرزند بی‌دفاع محافظت کنند و همین‌طور که شب بعد از روز می‌آید، آن‌ها این حقیقت تلخ را درک کرده‌اند که از خودشان هم به نوبه خود حفاظت نخواهد شد. و همان‌طور که جان دان(۷۵) نوشته است: «بنابراین، هیچ‌گاه به دنبال این نباشید که بدانید زنگ‌ها برای چه کسی به صدا درمی‌آید، آن‌ها برای شما به صدا درمی‌آیند.»

ترس پنی از مرگ خودش، اگرچه در روان‌درمانی به طور مستقیم آشکار نشد، اما خودش را به‌طور غیرمستقیم نشان داد. برای مثال، او به شدت درباره این‌که «زمان شتابان می‌گذرد»، «زمان کمی برای کسب آموزش و مرخصی گرفتن باقی مانده»، «به جا گذاشتن ارثیه قابل توجه و وقت کمی که برای‌مان باقی مانده تا کارمان را تمام کنیم» نگران بود. از آن گذشته، او در اوایل روان‌درمانی شواهد قابل توجهی از نگرانی درباره مرگ را در خواب‌هایش نشان داده بود. در دو خواب از طریق غرق شدن با مرگ روبه‌رو شده بود: در اولی، او به قطعات الوار شناور ضعیفی چسبیده بود در حالی که سطح آب بی‌امان به سمت دهانش بالا می‌آمد. در دیگری، او باقی‌مانده‌های خانه‌اش را در آغوش گرفته بود و از پزشکی که لباس سفید به تن داشت، تقاضای کمک می‌کرد، اما پزشک به جای نجات پنی از آب، با پا به انگشت‌های پنی می‌کوبید.

در بررسی این خواب‌ها به نگرانی‌های او درباره مرگ اشاره نکردم. دوازده ساعت روان‌درمانی زمان خیلی کوتاهی برای شناسایی و توضیح درباره مرگ و انجام کاری مفید برای از بین بردن نگرانی از مرگ است. به جای آن، از موضوع خواب برای کاوش مطالبی استفاده کردم که قبلاً در کارمان ظاهر شده بودند. این نوع استفاده عملی از خواب در روان‌درمانی معمول است. خواب، مانند نشانه بیماری، هیچ توضیح منفردی ندارد: خواب‌ها از نظر روان‌شناسی دارای تعابیر بسیار و مفاهیمی با سطوح بسیار متفاوت هستند. هیچ‌کس تا به حال خواب را به طور جامع تحلیل نکرده است. بیش‌تر روان‌درمانگرها ـ همان‌طور که انتظار می‌رود ـ به بررسی مضامینی از رویا می‌پردازند که به کار فوری روان‌درمانی شتاب ببخشد.

به این دلیل، روی مضمون از دست دادن خانه‌اش و این‌که بنیان زندگی‌اش را آب شست و با خود برد، تمرکز کردم. هم‌چنین از خواب‌ها برای کار روی رابطه‌مان استفاده کردم. شیرجه رفتن به داخل آب عمیق هر چند کار غیرمعمولی نیست، اما نماد عملیِ نفوذ به عمق ضمیر ناخودآگاه شخص است. و البته من پزشکی بودم که لباس سفید به تن داشت و نپذیرفت که به او کمک کند و به جای آن به

انگشت‌هایش لگد کوبید. پنی در بحث بعدی برای اولین بار آرزویش برای حمایت و راهنمایی از طرف من و رنجش خودش را از کوشش‌هایم برای در نظر گرفتن او به عنوان موضوعی پژوهشی به جای بیمار آشکار کرد.

از روشی منطقی برای بررسی گناهش و محکم چسبیدنش به خاطرات دخترش استفاده کردم: او را با ناسازگاری بین اعتقاداتش به تناسخ و رفتارش مواجه کردم. متوسل شدن به چنین اعتقاداتی به هر دلیل اغلب بی‌نتیجه است، اما پنی به طور بنیادی شخصی کاردان و برای پذیرفتن سخنان متقاعدکننده به خوبی آماده بود.

در مرحله بعدی روان‌درمانی، این نظریه را بررسی کردیم که «شخص قبل از این‌که زندگی با مردگان را بیاموزد، باید زندگی با زندگان را یاد بگیرد.» همین الان فراموش کرده‌ام که آیا این سخنان پنی بود یا سخنان من یا هر دو آن را بیان کرده بودیم، اما یقین دارم که او مرا از اهمیت این مفهوم آگاه کرد.

پسران او از جنبه‌های بسیار زیادی قربانی‌های واقعی این فاجعه بودند ـ که اغلب در مورد خواهر و برادرهای فرزندانی که فوت کرده‌اند، حقیقت دارد. گاهی اوقات، مانند مورد خانواده پنی، فرزندانی که زنده مانده‌اند به علت این‌که مقدار زیادی از انرژی والدین معطوف فرزند فوت شده می‌شود، آسیب می‌بینند، زیرا آن‌ها هم خاطرات را زنده می‌کنند و هم آرمان‌ها را به یاد می‌آورند. بعضی از فرزندانی که زنده مانده‌اند به خاطر انرژی و وقتی که والدین صرف فرزند فوت شده‌شان می‌کنند، مملو از خشم و انزجار نسبت به خواهر یا برادر فوت شده‌شان هستند. این خشم و انزجار اغلب در کنار اندوه و درک خودشان از تنگنایی به وجود می‌آید که والدین‌شان گرفتار آن هستند. چنین ترکیبی رابطه‌ای کامل برای ایجاد حس گناه در فرزندی می‌شود که زنده مانده است و برداشتی از بی‌ارزشی و بد بودن را القا می‌کند.

ماجرای ممکن دیگری که خوشبختانه درباره پنی روی نداد، برای والدینی است که بی‌درنگ بچه دیگری را برای جانشین کردن به دنیا می‌آورند. محیط اغلب برای چنین موردی مناسب است، اما گاهی اوقات مشکلاتی بیش‌تر از آن‌که حل شده است، به وجود می‌آید. به هر دلیل، این وضع می‌تواند به روابط با فرزندان زنده مانده آسیب وارد کند. از آن گذشته، اگر اندوه والدین برطرف نشود، فرزند جانشین نیز به طور خاصی آسیب می‌بیند. با بزرگ شدن بچه جانشین امیدهایی به والدین تحمیل می‌شود که فرد مجبور خواهد شد اهداف شکوفا نشده زندگی‌شان را که به اندازه کافی سخت است، برآورده سازد، اما فشار اضافی حاصل از حضور روح خواهر یا برادر فوت شده ممکن است در روند دقیق و ظریف تشکیل هویت تأثیر مخرب داشته باشد.

داستان مشترک دیگر در والدین، حفاظت بیش از حد از فرزندان زنده مانده است. با پیگیری بیش‌تر متوجه شدم که پنی هم شکار این موضوع شده است: وحشت رو به

رشد او از رانندگی پسرانش به این منجر شده بود که رغبتی نداشت وانت را به پسرانش قرض دهد و سرسختانه به آن‌ها اجازه نمی‌داد که موتورسیکلت بخرند. از آن گذشته، به دفعاتی غیرضروری اصرار به معاینه کلی پزشکی می‌کرد تا معلوم شود که سرطان ندارند.

در بحث‌مان درباره پسرانش، حس کردم مجبور هستم احتیاط را کنار بگذارم و خودم را راضی کردم که برای کمک به او، عواقب مرگ کریسی را از دیدگاه پسرانش تصدیق کنم. نمی‌خواستم احساس گناه پنی این‌قدر زود کنار گذاشته شود، تا غفلت شدید او از پسرانش «کشف شود» و او خودش را به این موضوع جدید بچسباند. سرانجام چند ماه بعد، او متوجه قصور در روابطش با پسرانش شد، اما آن زمان بهتر توانست آن را تحمل کند و با تغییر رفتارش آن را اصلاح کرد.

متأسفانه سرنوشت ازدواج پنی در خانواده‌هایی که فرزندشان فوت شده، کاملاً مشترک بود. پژوهش نشان داده است برخلاف آن‌چه انتظار می‌رود که فاجعه مرگ فرزند ممکن است خانواده را به یکدیگر وابسته کند، اما بسیاری از والدین داغ‌دیده ناسازگاری‌های زناشویی افزایش‌یافته‌ای را گزارش کرده‌اند. توالی رویدادها در ازدواج پنی الگوی نمونه‌ای است: نحوه سوگواری شوهر و زن متفاوت بود ـ در حقیقت، کاملاً برعکس هم بود. شیوه آن‌ها اغلب به گونه‌ای بود که قادر به درک و حمایت یکدیگر نبودند و سوگواری هر همسر که عملاً با سوگواری همسر دیگر مقابله می‌کرد، موجب اصطکاک و بیگانگی و سرانجام طلاق می‌شد.

روان‌درمانی به والدین داغ‌دیده خیلی کمک می‌کند. درمان زوج‌ها ممکن است سرچشمه تنش زناشویی را روشن کند و به والدین کمک کند تا حالت اندوه طرف مقابل را تشخیص بدهند و به آن احترام بگذارند. روان‌درمانی انفرادی ممکن است به تغییر عملکرد نامناسب سوگواری کمک کند. اگرچه من همیشه مراقب کلی‌گویی هستم، اما در این مورد، گفتار کلیشه‌ای که دربارهٔ زنان و مردان وجود دارد، اغلب درست است. بسیاری از زن‌ها مانند پنی نیاز دارند که با عبارت‌های مکرر از گذشته فرزند فوت‌شده‌شان دور شوند و به موضوع‌هایی که فرزندان زنده‌شان با آن درگیر هستند، به طرح‌های‌شان، به تمام چیزهایی که ممکن است مفهومی برای زندگی خود آن‌ها تأمین کند، متوسل شوند. به مردها معمولاً باید آموزش داد تا اندوه خود را (به جای این‌که سرکوب و از آن فرار کنند) تحمل و آن را مطرح کنند.

در مرحله بعدی کار روی اندوه، پنی اجازه داد که دو خوابش ـ قطار پرنده و تحول، عروسی و جست‌وجویش برای اتاق تعویض لباس ـ او را به کشف فوق‌العاده مهمی هدایت کند تا اندوهش برای کریسی با غصه برای آرزوها و استعدادهای نهفته شکوفا نشده خودش درهم آمیزند.

پایان رابطه‌مان پنی را به کشف لایه نهایی اندوهش سوق داد. او از پایان روان‌درمانی به چند دلیل وحشت داشت: به طور طبیعی راهنمایی تخصصی من و

خود من را هم به طور شخصی از دست می‌داد. از همه بدتر، او هیچ‌گاه قبلاً مشتاق اعتماد و پذیرفتن کمک از هیچ مردی نبوده است. اما فراسوی آن، پایان دادن به تجسم خاطرات پُرشورِ تمام چیزهای از دست رفته دردناکی بود که تا آن زمان تحمل کرده بود اما هیچ‌گاه به خودش اجازه نداده بود آن‌ها را حس و برای‌شان سوگواری کند.

حقیقت این است که بخش زیادی از تحول روان‌پزشکی پنی خودانگیخته و خودراهبر بود که شامل درس مهمی برای روان‌درمانگرها می‌شود. یکی از استادهایم در اوایل تحصیل کلمات تسلی‌بخشی را برایم مطرح کرد: «به خاطر داشته باش که تو نمی‌توانی تمام کار را انجام دهی. از کمک به بیماری که می‌فهمد باید چه کاری انجام دهد، خوشحال باش و سپس به آرزویش برای رشد و تغییر اعتماد کن.»

(nbookcity.com)

۴. خانم چاق

بهترین بازیکنان تنیس جهان روزی پنج ساعت آموزش می‌بینند تا ضعف‌های‌شان را برطرف کنند. اساتید ذن به طور بی‌پایان آرزو دارند ذهن را ساکت کنند. رقصنده‌های باله به تعادل درآمدن را به کمال می‌رسانند و روحانیون همواره مراقب وجدان خود هستند. هر حرفه‌ای ذاتاً عرصه‌ای از امکانات دارد که متخصص در آن به جست‌وجوی کمال می‌پردازد. آن حوزه برای روان‌درمانگر، برنامه آموزشی پایان‌ناپذیری از خودسازی است که هیچ‌گاه از آن فارغ‌التحصیل نمی‌شود و در این حرفه به آن «انتقال متقابل(۷۶)» می‌گویند. در حالی که «انتقال»(۷۷) به احساساتی اشاره می‌کند که بیمار به اشتباه به روان‌درمانگر نسبت می‌دهد («منتقل می‌کند») اما در حقیقت از روابط قدیمی‌تری سرچشمه می‌گیرد، در صورتی که انتقال متقابل برعکس احساسات غیرمعقول مشابهی است که روان‌درمانگر نسبت به بیمار دارد. گاهی اوقات انتقال متقابل خیلی شورانگیز است و روان‌درمانی را به شدت غیرممکن می‌سازد: فرض کنید یک یهودی یک نازی را درمان کند، یا زنی که یک بار مورد آزار جنسی قرار گرفته، یک فرد متجاوز را درمان کند. اما انتقال متقابل در هر دوره‌ای خود را به شکل ملایم‌تری در روان‌درمانی وارد می‌کند.

روزی که بتی وارد دفترم شد، بی‌درنگ متوجه شدم که وزن حدود یکصد و پانزده کیلویی و هیکل ۱۶۰ سانتی‌متری خودش را به طرف صندلی اداری شیک دفتر کارم می‌کشد، همان لحظه متوجه شدم که دردسر بزرگی از انتقال متقابل برای من در شُرف وقوع است.

هیچ‌وقت از زنان چاق خوشم نیامده است. آن‌ها به نظرم موجودات مشمئزکننده‌ای می‌آیند: راه رفتن‌شان مثل راه رفتن اردک خنده‌دار است، انحنای بدن‌شان غیب شده است؛ شکم، گردن، شانه، پایین‌تنه، استخوان گونه، «همه چیزشان»، همه چیزهایی که انسان دوست دارد در آدم دیگری ببیند، در کوهی از گوشت پنهان شده است. و از همه بدتر لباس‌های بدقواره، گشاد یا بدتر از آن، شلوار آبی جین بدریخت سفت با ران‌های خمره‌ای است. آن‌ها با چه رویی هیکل‌شان را به بقیهٔ مردم نشان می‌دهند؟

هیچ‌گاه حتی فکر نکردم که منشأ این احساسات غم‌انگیز را جست‌وجو کنم. آیا آن‌ها آتشی در دل دارند ولی خاموش نشسته‌اند، چیزی که هرگز با پیش‌داوری بررسی نکرده‌ام. اما توضیحی وجود دارد که خواهان آن هستم؛ گمان می‌کنم بتوانم به خانواده‌ای چاق، به زنانی سلطه‌جو از جمله و به ویژه مادر خودم ـ که زندگی دوران کودکی مرا کنترل می‌کرد ـ اشاره کنم. چاقی، که در خانواده من شایع بود، بخشی از چیزهایی بود که وقتی من، اولین نسل جاه‌طلب متولد آمریکا که از اروپای

شرقی رانده شده بودم، تصمیم گرفتم برای همیشه خاک شهرک روسی یهودی‌نشین را از کفش‌هایم بتکانم، پشت سر گذاشتم.

می‌توانم چیزهای دیگری حدس بزنم. من همیشه، شاید بیش‌تر از بسیاری از مردان، زیبایی بدن زن را به عنوان آفریده خدا تحسین کرده‌ام. نه فقط تحسین کرده‌ام، بلکه مقامش را بالا برده‌ام، کمال مطلوب خلقت دانسته‌ام، تا حدی مجذوب آن شده‌ام که آن را از تمام شواهد (خلقت) برتر دانسته‌ام. آیا من از زنان چاق به خاطر بی‌حرمتی به آرزوهایم، برای پف کردن و بد شکل کردن اعضای زیبای بدن مورد ستایش آزرده‌خاطر شده‌ام؟ آیا به خاطر نابود کردن توهّم شیرین من و آشکار کردن مبنای نفسانی ـ نفسانیتی که دست به وحشیگری می‌زند ـ رنجیده‌ام؟

من در شهر واشنگتن دی‌سی که پُر از تبعیض نژادی است، به عنوان تنها پسر تنها خانواده سفیدپوست در میان همسایگان سیاه‌پوست بزرگ شده‌ام. سیاه‌پوستان به خاطر سفید بودنم در خیابان، و سفیدپوست‌ها در مدرسه به خاطر یهودی بودنم به من حمله می‌کردند. اما همیشه چاق‌ها، بچه‌های چاق، بدن‌های بزرگ، آماج خنده و شوخی قرار می‌گرفتند. آن‌ها را آخر از همه برای گروه‌های ورزشی انتخاب می‌کردند. آن‌ها قادر نبودند دور میدان ورزش بدوند. من هم به کسی احتیاج داشتم تا از او متنفر باشم. شاید این نقطه‌ای است که نفرتم از آن‌جا شروع شد.

البته من در جبهه‌گیری‌ام تنها نیستم. حمایت از فرهنگ خودی همه‌جا مشاهده می‌شود. چه کسی تا به حال از واژه‌ای محبت‌آمیز برای بانویی چاق استفاده کرده است؟ اما نفرت من از تمام هنجارهای فرهنگی جلو زده است. در اوایل شروع به کارم، در یک زندان فوق امنیتی کار می‌کردم که در آن کم‌ترین جرم شنیعی که یکی از بیمارانم مرتکب شده بود، یک قتل منفرد بود! با وجود این در پذیرش آن بیماران مشکل کمی داشتم، که عبارت از تلاش برای درک آن‌ها و پیدا کردن راه‌هایی برای حمایت از آن‌ها بود.

اما وقتی می‌بینم یک خانم چاق غذا می‌خورد، چند پله از نردبان درک شأن انسانی نزول می‌کنم. می‌خواهم تمام غذاها را دور بریزم. «بس کن! چقدر غذا درون معده‌ات فرو می‌کنی! تو را به خدا هنوز سیر نشده‌ای؟» دوست دارم آرواره‌اش را با سیم به هم بدوزم!

بتی بینوا ـ خدا را شکر، خدا را شکر ـ همان‌طور که معصومانه به سمت صندلی من قدم برمی‌داشت، از هیچ‌یک از این حرف‌ها خبر نداشت. بدنش را به آهستگی پایین آورد، خودش را روی صندلی پهن کرد و در حالی که پایش کاملاً به کف اتاق نمی‌رسید، مشتاقانه به من نگاه کرد.

با خودم فکر کردم «حالا چرا پاهایش به زمین نمی‌رسند؟ او که قدکوتاه نیست.» او از صندلی بالاتر نشسته بود، مثل این‌که روی ران‌هایش نشسته بود. آیا می‌توانست به این دلیل باشد که ران‌ها و پایین‌تنه‌اش آن‌قدر مسطح شده‌اند که پاهایش برای

رسیدن به زمین باید دورتر بروند؟ به سرعت این معما را از ذهنم پاک کردم. از آن گذشته این شخص برای گرفتن کمک به من مراجعه کرده بود. لحظه‌ای بعد، متوجه شدم در حال فکر کردن به زن چاق کوچک در فیلم «مری پاپینز»(۷۸) هستم؛ زنی که آواز «هر چیزی را نمی‌توان با کلمات واقعی آن‌طور که تو دوست داری، وصف کرد» می‌خواند. در واقع این بتی بود که آن زن را به یادم آورد. با تلاش و کوشش آن را نیز از ذهنم زدودم. و بقیهٔ ساعت به همین طریق با او سپری شد؛ برای این‌که کاملاً به او توجه کنم، ذهنم را از افکار تحقیرکننده‌ای که یکی پس از دیگری به آن هجوم می‌آوردند، پاک می‌کردم. میکی ماوس، شاگرد جادوگر در «فانتازیا»(۷۹) به ذهنم خطور کرد. تمام افکار مزاحم را از ذهنم بیرون می‌انداختم تا مجبور شوم آن تصویر را از ذهنم پاک و به بتی توجه کنم.

طبق معمول، با پرسش‌های جمعیت‌شناسانه(۸۰) شروع به پیدا کردن راه خودم کردم. بتی گفت که بیست و هفت ساله و مجرد است و در روابط عمومی یک شرکت زنجیره‌ای خرده‌فروشی بزرگ که مرکزش در نیویورک است، کار می‌کند و سه ماه قبل برای کمک به افتتاح نمایندگی جدید به مدت هجده ماه به کالیفرنیا منتقل شده است.

او تنها فرزند خانواده‌ای بود که در مزرعه‌ای کوچک در تگزاس بزرگ شده بود. مادرش از زمان مرگ پدرش در پانزده سال قبل تا به حال به تنهایی در آن‌جا زندگی می‌کرد. بتی دانش‌آموز خوبی بود، در دانشگاه ایالتی ثبت نام کرد، برای کار به یک فروشگاه در تگزاس رفت و بعد از دو سال به دفتر مرکزی در نیویورک منتقل شد. همیشه اضافه‌وزن داشت، او در اواخر نوجوانی به طور چشمگیری چاق شده بود. غیر از دو یا سه دوره کوتاه که بیست یا بیست و پنج کیلو با رژیم‌های غذایی فشرده وزن کم کرده بود، از وقتی بیست و یک ساله بود تا به حال بین نود تا صد و پانزده کیلو نوسان داشت.

شروع به کار کردم و پرسش‌های اولیه معمولی‌ام را پرسیدم:

ـ مشکلت چیست؟

ـ همه چیز! هیچ چیز در زندگی‌ام درست پیش نمی‌رود.

او گفت در حقیقت اصلاً زندگی ندارد. هفته‌ای شصت ساعت کار می‌کند، در کالیفرنیا هیچ دوستی ندارد، زندگی اجتماعی ندارد، هیچ فعالیتی ندارد. آن‌طور که می‌گفت، زندگی‌اش در نیویورک بود، اما اگر الان تقاضای انتقال کند، شغلش را که قبلاً هم به خاطر عدم محبوبیت بین همکارانش در مخاطره بود، به کلی از دست خواهد داد. شرکتش از ابتدا او را همراه با هشت کارآموز جدید در دوره سه ماهه فشرده‌ای آموزش داده بود. بتی نگران بود زیرا به خوبی هشت هم‌کلاسش در تبلیغات کار نمی‌کرد و پیشرفتی هم نداشت. او گفت در یک آپارتمان مبله در حومه بدون انجام هیچ کاری فقط زندگی می‌کرد. تمام روزها فقط کار می‌کرد و می‌خورد و

روزشماری می‌کرد تا هجده ماه به پایان برسد.

شهر کتاب (nbookcity.com)

روان‌درمانگری به نام دکتر فاربر(۸۱) در نیویورک که تقریباً به مدت چهار ماه به دیدنش می‌رفت، او را با داروی ضدافسردگی درمان می‌کرد. اگرچه بتی به مصرف دارو ادامه می‌داد، اما هیچ کمکی به او نکرده بود. عمیقاً افسرده بود، هر شب گریه می‌کرد، آرزو می‌کرد بمیرد، خوابش نامنظم بود و همیشه تا چهار یا پنج صبح بیدار بود. بی‌حوصله دور حیاط می‌چرخید و روزهای یکشنبه، روز تعطیلی‌اش، هیچ‌گاه لباس نمی‌پوشید و تمام روز را جلوی تلویزیون می‌نشست و شیرینی می‌خورد. هفته قبل، به دکتر فاربر تلفن کرده بود و او هم نام مرا به بتی داده و پیشنهاد کرده که برای مشاوره به من تلفن بزند.

خواهش کردم درباره موضوع‌هایی که در زندگی با آن‌ها چالش دارد، بیش‌تر توضیح دهد. بتی گفت:

ـ خورد و خوراکم خارج از کنترل است.

خندید و ادامه داد:

ـ ممکن است فکر کنید که خورد و خوراکم همیشه خارج از کنترل بوده، اما حالا واقعاً خارج از کنترل شده است. در سه ماه گذشته وزنم حدود ده کیلو افزایش یافته و بیش‌تر لباس‌هایم برایم تنگ شده‌اند.

این حرف مرا متعجب کرد، لباس‌هایش بدون مدل به نظر می‌آمدند، بنابراین قطعاً می‌شد آن‌ها را گشادتر کرد. لذا نمی‌توانستم مجسم کنم که آن‌ها را کنار بگذارد.

ـ به چه دلایل دیگری تصمیم گرفتی که درست حالا مراجعه کنی؟

ـ هفته قبل برای سردرد به پزشک مراجعه کردم و او گفت که فشار خونم به طرز خطرناکی بالا است، یعنی حدود ۲۲۰ روی ۱۱۰ و این‌که باید شروع به کم کردن وزن کنم. آقای دکتر ناآرام به نظر می‌آمد. نمی‌دانم او را چقدر جدی بگیرم ـ همه در کالیفرنیا از نظر سلامتی کمی خُل‌وضع هستند. آن آقای دکتر هم در مطبش لباس جین و کفش ورزشی پوشیده بود.

او تمام این حرف‌ها را با لحن دوستانه شادی بیان می‌کرد، مثل این‌که درباره شخص دیگری صحبت می‌کرد، یا مثل این‌که او و من دو دانشجوی هم‌کلاسی بودیم و در یک بعدازظهر یکشنبه بارانی در خوابگاه نشسته بودیم و برای یکدیگر داستان تعریف می‌کردیم. سعی می‌کرد مرا تشویق کند که مثل او بگویم و بخندم. داستان‌های خنده‌دار تعریف می‌کرد. استعدادی خدادادی برای تقلید لهجه‌ها و مسخره کردن پزشک خونسرد ایالت مارین، مشتری‌های چینی و رئیس نیمه‌غربی‌اش داشت. در طول جلسه دست‌کم بیست مرتبه خندید. روح بلندش ظاهراً به هیچ وجه از جواب ردّ قیافه عبوس من که با زور وارد خنده‌های او می‌شد، آرام نگرفت.

من همیشه مسئله ورود به قرارداد درمان با بیمار را خیلی جدی می‌گیرم. وقتی کسی را برای درمان می‌پذیرم، خودم را متعهد به معالجه آن شخص می‌دانم تا تمام وقت و تمام انرژی لازم برای بهبود بیمار را به کار ببرم و بیش از همه با شیوه‌ای

صحیح و معتبر و صمیمی بیمار را درک می‌کنم.
اما آیا می‌توانستم با بتی رابطه ایجاد کنم؟ خیلی تلاش کردم تا چهره‌اش را که لایه لایه در گوشت پوشانده شده بود، در ذهنم نگه دارم. داستان‌های مسخره و بی‌معنی‌اش نیز دلچسب نبودند. تا پایان جلسه اول احساس کردم کلافه و خسته شدم. آیا می‌توانستم با او صمیمی شوم؟ به سختی می‌توانستم فکر کنم بتی تنها شخصی است که اشتیاق کمی برای صمیمی شدن با او دارم. اما این مشکل از بتی نبود، از طرف من بود. بعد از بیست و پنج سال طبابت، وقت آن بود که تغییر کنم. بتی نهایت چالش انتقال متقابل را عرضه کرده بود و به همین دلیل، من هم سر ضرب خودم را به عنوان روان‌درمانگرش پیشنهاد کردم.
به طور قطع هیچ کس نمی‌تواند از تلاش یک روان‌درمانگر برای اصلاح روش کارش انتقاد کند. اما من چه؟ من با ناراحتی با خود فکر کردم، پس حقوق بیمار چه می‌شود؟ آیا بین یک روان‌درمانگر که دوست دارد صدمات نامناسب انتقال متقابل را از بین ببرد و یک رقصنده یا استاد ذن که مشتاق رسیدن به کمال در مقررات حرفه خود هستند، تفاوتی وجود ندارد؟ یک چیز مهم است، بین اصلاح ضربه تنیس با ارتقاء مهارت به خرج شخصی ضعیف و مشکل‌دار تفاوت وجود دارد.
تمام این افکار به ذهنم رسید اما متوجه شدم باید آن‌ها را کنار بگذارم. این حقیقت داشت که بتی فرصتی به من داد تا مهارت‌های شخصی‌ام را به عنوان روان‌درمانگر اصلاح کنم، اما به هر حال، بیماران آینده‌ام از رشدی که به دست می‌آوردم، بهره‌مند می‌شدند. از آن گذشته، خدمات تخصصی همیشه بر روی بیماران زنده تمرین شده‌اند. هیچ جانشینی وجود ندارد. برای مثال، آموزش پزشکی بدون همکاری دانشجویان بالینی چگونه می‌تواند دوام بیاورد؟ از آن گذشته، متوجه شده‌ام که روان‌درمانگرهای تازه‌کار مسئولی که مفهوم اشتیاق و علاقه را درک می‌کنند، اغلب روابط درمانی عالی‌ای تشکیل می‌دهند که می‌تواند به اندازه متخصص باتجربه مؤثر باشد.
رابطه بین بیمار و روان‌درمانگر موجب مداوا می‌شود. «رابطه شفابخش است، رابطه درمان می‌کند» این شعار تخصصی من است. این شعار را اغلب به دانشجویان می‌گویم. مطالب دیگری درباره روش ایجاد رابطه با بیمار، مثل احترام بدون قید و شرط مثبت، پذیرش بدون قضاوت، تعهد کاری اصیل و معتبر، درک مسلم و قاطع را هم به آن‌ها می‌گویم. بتی را چگونه می‌توانم از طریق رابطه‌مان درمان کنم؟ چگونه می‌توانم صحیح، قاطع یا پذیرا باشم؟ چقدر صداقت به خرج بدهم؟ هنگامی که او از احساساتم نسبت به خودش سؤال می‌کند، چگونه باید پاسخ دهم؟ امیدوار بودم که من هم مانند بتی تغییر کنم و در روان‌درمانی‌اش (روان‌درمانی‌مان) پیشرفت کنم. فعلاً به نظرم رسید که تعامل‌های اجتماعی بتی خیلی ابتدایی و سطحی هستند، به طوری که تحلیل دقیقی از رابطه بیمار ـ روان‌درمانگر بی‌معنا بود.

در خفا امیدوار بودم که قیافه ظاهری‌اش با خصوصیات میان‌فردی‌اش ـ یعنی با نشاط محض یا چالاکی ذهنی که در چند زن چاق سراغ داشتم ـ جبران شود، اما افسوس که چنین نشد. هرقدر بیش‌تر او را شناختم، به نظرم کم‌تر جالب آمد.

بتی در چند جلسه اول مشکلاتی را که در کار با مشتری‌ها، همکاران و رؤسایش مواجه بود با جزئیات بی‌پایان شرح داد. او اغلب برخلاف غُرغُرهای درونی‌ام، بعضی مکالمه‌های به خصوص عادی را با اجرای چند نقش توضیح می‌داد و من همیشه از این کار نفرت داشتم. او برای چندمین بار جزئیات خسته‌کننده تمام نقشه‌های مذبوحانه و دقیقی را که در محل کار برای جلب مردهای جذاب و چند کلمه گفت‌وگو با آن‌ها طرح می‌کرد، شرح داد و در مقابل هر کوششی که برای رفتن به عمق مسائل انجام می‌دادم، مقاومت کرد.

نه تنها «وراجی‌های پراکنده» محتاطانه اولیه‌مان به طور نامحدودی طولانی شده بودند، بلکه احساسی قوی داشتم که حتی وقتی از این مرحله بگذریم، هنوز در سطح مسائل گیر کرده‌ایم، زیرا هر وقت که بتی و من یکدیگر را ملاقات می‌کردیم، مقدر شده بود که درباره وزن، رژیم غذایی، بدبختی‌های جزئی کار و دلایلی که او به خاطر آن به کلاس آیروبیک نمی‌رود، صحبت کنیم. ای خدای بزرگ، این چه بدبختی‌ای بود که خودم را گرفتارش کردم؟

هر یک از یادداشت‌هایم از جلسات اولیه شامل چنین عبارت‌هایی بود: «یک جلسه خسته‌کننده دیگر»، «امروز تقریباً هر سه دقیقه یک‌بار به ساعت نگاه کردم»، «خسته‌کننده‌ترین بیماری که تا کنون داشته‌ام»، «امروز تقریباً به خواب رفتم، مجبور شدم در صندلی‌ام راست بنشینم تا بیدار بمانم. نزدیک بود از صندلی بیفتم.»

در حالی که داشتم انتقال به صندلی غیرراحت سختی را بررسی می‌کردم، ناگهان به یادم آمد که وقتی با رولو می(۸۲) روان‌درمانی داشتم، او عادت داشت روی صندلی چوبی با پشت راست بنشیند. او گفت پشتش درد می‌کند، اما پس از سال‌ها او را به خوبی می‌شناختم و هرگز نشنیده بودم که به مشکل درد پشت اشاره کرده باشد. آیا ممکن بود که او هم متوجه حالت من شده باشد؟

بتی خاطر نشان کرد که از دکتر فاربر خوشش نمی‌آمد زیرا او اغلب در اثنای ساعت روان‌درمانی می‌خوابید. حالا می‌فهمم چرا. وقتی تلفنی با دکتر فاربر صحبت کردم، او به چرت زدن خودش اشاره نکرد، اما یادآوری کرد که بتی نتوانسته به طور مفید از روان‌درمانی استفاده کند. درک این مطلب مشکل نبود که چرا دکتر فاربر دارو درمانی را شروع کرده بود؛ ما روان‌درمانگرها وقتی نمی‌توانیم چیزی از روان‌درمانی به دست آوریم، اغلب به تجویز دارو متوسل می‌شویم.

از کجا شروع کنیم؟ چطور شروع کنیم؟ سعی کردم چند راه حل پیدا کنم. اگر ابتدا به وزن می‌پرداختیم، نتیجه‌ای عایدمان نمی‌شد. بتی بی‌درنگ روشن کرد که امیدوار است روان‌درمانی به او کمک کند به نقطه‌ای برسد که بتواند به طور جدی کاهش

وزن را بررسی کند، اما در حال حاضر فاصله زیادی تا آن نقطه هست.
ـ وقتی این‌قدر افسرده هستم، خوردن تنها چیزی است که مرا زنده نگه می‌دارد.
اما وقتی روی افسردگی‌اش تمرکز کردم، به طور متقاعدکننده‌ای اظهار داشت که افسردگی واکنش مناسبی از وضعیت فعلی زندگی او است. اگر کسی را به مدت هجده ماه در آپارتمان مبله کوچک غیرشخصی در حومه کالیفرنیا، جدا از زندگی واقعی‌اش ـ خانه خودش، فعالیت‌های اجتماعی و دوستانش ـ نگه دارند، آیا افسرده نمی‌شود؟
بنابراین پس از آن کوشش کردم به او کمک کنم تا زندگی‌اش را سر و سامان دهد، اما پیشرفت کمی داشتم. او به مسائل دلهره‌آور فراوانی اشاره کرد. به آسانی با کسی دوست نمی‌شد و خاطر نشان کرد که هیچ زن چاقی به آسانی با کسی دوست نمی‌شود (در این مورد به توضیح متقاعد کننده‌ای نیاز نداشتم). مردم کالیفرنیا باندبازی جانبدارانه خود را دارند و با غریبه‌ها معاشرت نمی‌کنند. تنها تماس اجتماعی‌اش در محل کار بود، که در آن‌جا هم همکارانش از نقش سرپرست بودنش ناراحت بودند. از آن گذشته، آن‌ها مثل همه کالیفرنیایی‌ها در موج‌سواری و سقوط آزاد مهارت داشتند. آیا ممکن بود او را در حال انجام این ورزش‌ها ببینم؟ صحنه غرق شدن آهسته او روی یک تخته موج‌سواری را در خیال مجسم کردم و تصدیق کردم که چرا می‌گوید آن‌ها ورزش مورد علاقه‌اش نیستند.
او پرسید که گزینه‌های دیگر چه هستند؟ دنیای مجردها برای آدم‌های چاق قابل تحمل نیست. برای اثبات این نظر، او خواستگاری نومیدانه‌ای را که ماه قبل داشت ـ تنها مورد خواستگاری در طول سال‌ها ـ شرح داد. او به یک آگهی ازدواج در بخش شخصی یک روزنامه محلی به نام بِی گاردیَن(۸۳) پاسخ داد. اگرچه در بیش‌تر آگهی‌های تقاضای ازدواج مردها به صراحت اظهار می‌دارند که خواهان ازدواج با زنان لاغر هستند، اما این یکی مشخص نکرده بود. او تلفن کرد و با متقاضی به نام جورج قرار گذاشت که برای شام به رستوران بروند. جورج از او خواهش کرد که یک سنجاق گل رز به موهایش بزند و یکدیگر را در رستوران محلی ملاقات کنند.
بتی توضیح داد به محض این‌که نگاه جورج به او افتاد، سرش را پایین انداخت، با این حال به خاطر شخصیت محترمی که داشت، خودش را معرفی کرد و در سرتاسر شام مثل یک اصیل‌زاده رفتار کرد. بعد از آن ملاقات، بتی هرگز خبری از جورج نشنید، اما اغلب به او فکر می‌کرد.
در گذشته در چند مورد دیگر، بتی با مردانی که در روزنامه آگهی ازدواج داده بودند، قرار ملاقات گذاشته بود، اما آن‌ها احتمالاً از دور او را نظاره کرده بودند و بدون این‌که حرفی بزنند، محل قرار ملاقات را ترک کرده بودند.
در چند مورد از این ناامیدی‌ها روش‌هایی به کار بردم که برای بتی مفید باشد. شاید (در کوشش برای پنهان کردن احساسات منفی‌ام) خیلی تلاش کردم و با پیشنهاد

گزینه‌های دیگر مرتکب اشتباه تازه‌کارها شدم. آیا او به باشگاه سیرا(۸۴) مراجعه کرده است؟ نه، او قدرت پیاده‌روی ندارد. یا شکموهای گمنام(۸۵) که ممکن است شبکه‌ای اجتماعی ایجاد کند؟ نه، او از این گروه‌ها متنفر است. پیشنهادهای دیگر هم به همان سرنوشت دچار شدند. باید راه‌های دیگری وجود داشته باشد.

اولین گام موفقیت در تمام تحول‌های درمانی، پذیرش مسئولیت از سوی بیمار است. اگر شخص برای گرفتاری خودش به هیچ طریق مسئولیتی حس نکند، چگونه می‌توان آن را تغییر داد؟ این وضعیت دقیقاً در مورد بتی صادق بود: او به طور کامل مسئله را به محیط خارج مربوط می‌کرد. او این وضع را ایجاد نکرده بود: انتقال محل کار، یا فرهنگ خشک کالیفرنیا، یا نبود رویدادهای فرهنگی، یا صحنه جامعه ورزشکاری، یا بینش رقت‌بار جامعه نسبت به افراد چاق موجب ایجاد چنین وضعی شده بود. با وجود بیش‌ترین کوششی که به کار برده بودم، بتی منکر هر گونه سهم خودش در وضعیت نابسامان زندگی‌اش بود.

(nbookcity.com)

اوه بله، او در سطحی روشنفکرانه قبول می‌کرد که اگر از خوردن دست بکشد و وزنش را کم کند، دنیا ممکن است طور دیگری با وی رفتار کند. اما انجام چنین کاری خیلی بعید و خیلی طولانی به نظر می‌رسید و میل به خوردن به نظر خیلی قوی‌تر از اراده او بود. از آن گذشته بحث‌های دیگر را به سمتی هدایت می‌کرد که مسئولیت از گردنش برداشته شود: عنصر وراثت (چاقی قابل توجهی در هر دو تیره خانوادگی‌اش، خانواده پدری و مادری، وجود داشت) و تحقیقات جدید نشان داده‌اند که ناهنجاری‌های فیزیولوژی در افراد چاق، از آهنگ‌های پایین‌تر سوخت‌وساز (متابولیسم) بنیادی تا وزنی که برنامه‌ریزی حاضر نسبتاً بر آن بی‌تأثیر است، تغییر می‌کند. خیر، این روش هم کارگر نخواهد بود. سرانجام مجبور خواهم شد به او کمک کنم تا مسئولیت قیافه ظاهری‌اش را به عهده بگیرد، اما در حال حاضر هیچ اهرمی برای نیل به آن در دسترسم نیست. باید با چیزی مستقیم‌تر شروع کنم. یک راه می‌شناسم.

ارزشمندترین ابزار عملی روان‌درمانگر، تمرکز بر فرآیند(۸۶) است. فرآیند را در مقابل محتوا(۸۷) در نظر بگیرید. محتوا در گفت‌وگو شامل مسائل اساسی مورد بحث، یعنی کلماتی است که عملاً بر زبان آورده می‌شود، اما فرآیند چگونگی بیان محتوا و به خصوص چیزی است که حالت بیان را در رابطه بین افراد شرکت‌کننده در بحث، آشکار می‌کند.

آن‌چه باید انجام می‌دادم، پرهیز از محتوا بود تا برای مثال، کوشش بتی برای تهیه راه‌حل‌های ساده‌انگارانه را متوقف کنم و روی فرآیند ـ یعنی روی نحوه ارتباط ـ تمرکز کنم. یک مشخصه برجسته در رابطه‌مان وجود داشت و آن «بی‌حوصلگی و ملال» بود. و این دقیقاً جایی بود که انتقال متقابل امور را پیچیده می‌کرد. مجبور بودم درباره میزان ملالتی که مسائلم ایجاد می کرد، درباره میزان بی‌حوصلگی‌ام نسبت به زنان چاق شفاف باشم.

بنابراین خیلی محتاطانه پیش رفتم. احساسات منفی‌ام از سرعتم کم می‌کرد. خیلی می‌ترسیدم که نفرتم آشکار شود. هیچ‌گاه با هیچ بیماری که حتی بیش‌تر دوستش می‌داشتم، این‌قدر صبور نبودم. خودم را به شدت کنترل می‌کردم تا عجولانه اقدام نکنم. اگر می‌خواستم برای بتی مفید واقع شوم، مجبور بودم احساساتم را مرتب کنم، به آن‌ها اعتماد کنم و طبق احساساتم رفتار کنم.

در حقیقت، بتی زن واقعاً ملال‌آوری بود و من مجبور بودم با روشی قابل قبول با او برخورد کنم. او می‌توانست مسئولیت هر چیزی ـ نداشتن دوست در زندگی فعلی‌اش، حس جدی مجرد بودن، وحشت از زندگی در حومه ـ را انکار کند، اما اجازه نمی‌دادم که مسئولیت خسته کردن مرا هم منکر شود.

جرئت نداشتم کلمه «ملال‌آور» را به زبان بیاورم ـ زیرا هم مبهم و هم خیلی رنج‌آور بود. مجبور بودم دقیق و سازنده باشم. از خودم پرسیدم چه چیزی درباره

بتی دقیقاً ملال‌آور است و دو ویژگی بدیهی را مشخص کردم. قبل از همه، او هیچ‌گاه هیچ صمیمیتی را درباره خودش آشکار نکرده بود. دوم، خنده نخودی لعنتی‌اش، شادمانی زورکی‌اش و بی‌میلی‌اش برای این‌که به طور مناسبی جدی باشد.
آگاه کردن او از این مشخصه‌ها بدون رنجاندنش مشکل بود. بر اساس روشی کلی تصمیم گرفتم. تصمیم اساسی‌ام این بود که به او نزدیک‌تر شوم اما خصلت رفتاری‌اش اسباب دردسر بود. فکر کردم مشکل این بود که هر انتقادی از رفتارش را به‌خصوص اگر به موضوع بحث مربوط بود، بی‌احترامی به خودش تلقی می‌کرد. او فقط از خواسته من برای بهتر شناختن خودش استقبال می‌کرد. دل به دریا زدم، تصمیم گرفتم با خودداری‌اش از افشای احساسات درونی، به‌خصوص در اواخر کسالت‌بار جلسه شروع کنم.
ـ بتی، بعداً توضیح خواهم داد که چرا این سؤال را می‌پرسم، اما دوست دارم امروز چیز جدیدی را امتحان کنم. آیا ممکن است امروز به خودت بین یک تا ده نمره بدهی، درباره این‌که در اثنای جلسه امروزمان چه مقدار از چیزهای مربوط به خودت را آشکار کردی؟ فرض کن نمرهٔ ده به خاطر آشکار کردن مهم‌ترین چیزی که می‌توانی مجسم کنی و نمرهٔ یک برای مطالبی است که مثلاً در صف سینما می‌توانی به یک غریبه بگویی.
این‌جا هم اشتباه کردم. بتی چند دقیقه وقت صرف کرد تا توضیح دهد که چرا تنهایی به سینما نمی‌رود. او مجسم می‌کند که اگر بدون دوست به سینما برود، مردم با دلسوزی و ترحم به او نگاه خواهند کرد. وقتی بخواهد کنار آن‌ها بنشیند، ترس‌شان را از این‌که ممکن است به آن‌ها فشار بیاورد، حس می‌کند. وقتی مردم به او نگاه می‌کنند که ببینند آیا می‌تواند در صندلی یک‌نفره باریک سینما خودش را جا دهد، کنجکاوی و حیرت را در چهره‌شان می‌خواند.
وقتی شروع به پرت و پلا گفتن بیش‌تر کرد ـ بحث را به صندلی‌های هواپیما کشاند که وقتی خم می‌شود تا در راهروی هواپیما صندلی خود را پیدا کند، چهرهٔ مسافرانی که قبلاً نشسته‌اند، از ترس سفید می‌شود ـ حرفش را قطع کردم، درخواستم را تکرار کردم و «یک» را به عنوان گفت‌وگوی سطحی در محیط کار تعریف کردم.
بتی در پاسخ به خودش نمره ده داد. من تعجب کردم (انتظار دو یا سه را داشتم) اما او گفت که همان ده است. او از نمره خودش بر این اساس دفاع کرد که چیزهایی را به من گفته که قبلاً هیچ‌گاه با کسی در میان نگذاشته است: این‌که مثلاً یک مرتبه یک مجله از داروخانه دزدیده است و درباره این‌که از تنها به رستوران یا سینما رفتن وحشت دارد.
همین وضعیت را چند مرتبه تکرار کردیم. بتی اصرار می‌کرد که او به خطرهای خیلی بزرگی دست می‌زند. با وجود این به او گفتم:
ـ بتی تو به خودت ده می‌دهی، اما از نظر من این‌طور نیست. احساس نمی‌شود که

تو در حضور من واقعاً خطر می‌کنی.
ـ هرگز به هیچ‌کس دیگری این چیزها را نگفته‌ام، حتی به دکتر فاربر.
ـ از گفتن این حرف‌ها به من چه احساسی داری؟
ـ احساسی عالی دارم.
ـ آیا می‌توانی از کلمه‌ای غیر از «عالی» استفاده کنی؟ این‌که می‌گویی برای اولین بار این حرف‌ها را می‌زنی، باید خیلی ترسناک یا خیلی آزادی‌خواهانه باشد!
ـ از گفتن آن‌ها احساس خوبی به من دست می‌دهد. می‌دانم که شما به‌عنوان یک متخصص گوش می‌دهید. این خوب است. احساس خوبی دارم. من نمی‌فهمم شما چه می‌خواهید.
ـ از کجا مطمئنی که من به‌عنوان متخصص گوش می‌دهم؟ هیچ شکی نداری؟
مواظب باش، مواظب باش! نمی‌توانستم قول بدهم راستگوتر از آن‌چه مایلم، هستم. هیچ راهی وجود نداشت که او بتواند با افشای احساسات منفی‌ام کنار بیاید. بتی هر شکی را انکار می‌کرد ـ و در این نقطه، درباره به خواب رفتن دکتر فاربر در یکی از جلسات‌شان صحبت کرد و اضافه کرد که من خیلی مشتاق‌تر از دکتر فاربر به نظر می‌رسم.
من از او چه می‌خواستم؟ خیلی از دیدگاه‌هایش را فاش کرده بود. باید مطمئن باشم که واقعاً او را می‌شناسم. پس منتظر چه چیزی بودم که او افشا نکرده بود؟ به نظرم همیشه چیزهایی را افشا می‌کرد که در جای دیگری، در زمان دیگری، در محل دیگری روی داده بود. او قادر نبود یا میل نداشت خودش را در لحظه‌ای که ما دو نفر در آن حضور داشتیم، فاش کند. از این رو هر وقت درباره احساسات این‌جا و حالا می‌پرسیدم، پاسخ سربالای «خوب» یا «عالی» را می‌داد.
این اولین کشف مهم من درباره بتی بود: او به شدت منزوی بود و فقط به واسطه خیالات موهوم قوی که زندگی خصوصی‌اش جای دیگری در جریان است، زنده مانده بود. دوستانش، حلقه آشنایانش در این‌جا نبودند، بلکه جای دیگری در نیویورک، در تگزاس، در گذشته بودند. در حقیقت، هر چیز مهم در جایی دیگر بود. در این زمان بود که برای اولین بار احساس کردم برای بتی «این‌جا» وجود ندارد.
چیز دیگر: اگر او خودش را نزد من بیش‌تر از هر کس دیگری افشا کرده بود، پس طبیعت رابطه نزدیکش چه بود؟ بتی پاسخ داد معروف بود که او با همه راحت صحبت می‌کند. او گفت که ما همکار هستیم: او روان‌درمانگر همه بود. سپس اضافه کرد که تعداد زیادی دوست دارد، اما هیچ‌یک او را نمی‌شناسند. خصلت بارز او این بود که خوب گوش می‌داد و فردی شوخ‌طبع بود. او از این افکار متنفر بود، اما این دید قالبی درست بود: او یک زن چاق شنگول بود.
این موضوع به طور طبیعی به دلیل مهم دیگری که من بدان وسیله بتی را ملال‌آور یافته بودم، منجر شد: او با سوء نیت با من رفتار می‌کرد، در گفت‌وگوی رو در رو

هرگز صادق نبود، همواره تظاهر می‌کرد و خودش را به دروغ خوشحال نشان می‌داد.
ـ من به آن‌چه درباره بودن، یا به جای آن درباره تظاهر به شاد بودن گفتید، واقعاً علاقه دارم. فکر می‌کنم شما مجبورید، مطلقاً متعهد هستید که با من خوش‌رفتاری کنید.
ـ هووووم، نظریه جالب، دکتر واتسون(۸۸).
ـ شما از اولین ملاقات‌مان تا به حال این رفتار را با من داشته‌اید. شما درباره زندگی پُر از ناامیدی با من صحبت کردید، اما این رفتار را با شور و نشاط انجام دادید.
ـ آیا ما اوقات خوبی با هم نداریم؟
ـ من اصولاً همین‌طوری هستم.
ـ وقتی خودت را این‌قدر خوشحال نشان می‌دهی، من درد و رنجت را نادیده می‌گیرم.
ـ این کار بهتر از غوطه خوردن در درد و رنج است.
ـ اما تو برای کمک گرفتن از من به این‌جا آمده‌ای. پس چه لزومی دارد این‌قدر مرا سبک و سنگین کنی؟
بتی برافروخته شد. او که به نظر می‌آمد از مواجهه من گیج شده، با غرق شدن در افکارش عقب‌نشینی کرد و برای وقت‌کشی، پیشانی‌اش را با دستمال کوچکی پاک کرد.
ـ اگر به کسی که به همه چیز شک دارد بگویید یک قدم بردار، او پنج قدم برمی‌دارد.
ـ بتی، امروز می‌خواهم خیلی محکم باشم. چه می‌شود اگر از تلاش برای سرگرم کردن من دست برداری؟
ـ من در کمی شاد بودن، ایرادی نمی‌بینم. نمی‌دانم چرا همه چیز را این‌قدر جدی می‌گیریم. شما همیشه خیلی جدی هستید. از آن گذشته، من همین‌طوری هستم، من همیشه این‌طوری هستم. مطمئن نیستم بفهمم راجع به چه چیزی صحبت می‌کنید. منظورتان از این‌که من شما را سرگرم می‌کنم، چیست؟
ـ بتی این موضوع مهم است؛ مهم‌ترین مسئله‌ای که تاکنون به آن پرداخته‌ایم. اما حق با توست. ابتدا باید منظور مرا دقیقاً بفهمی. کاملاً حق با توست، اما اگر در جلسات آینده‌مان داشتی مرا سرگرم می‌کردی، می‌توانم حرفت را قطع کنم و خاطر نشان کنم که «ها... آیا الآن همین کار را نمی‌کنی؟»

بتی قبول کرد. به سختی می‌توانست نظر مرا رد کند و من دیگر ابزار آزادسازی جدی خودم را در اختیار گرفته بودم. حالا اجازه داشتم هر وقت او هِرهِر خندید یا با یک لهجه مسخره حرف زد، یا کوشش کرد مرا بخنداند یا به هر طریق تحقیرآمیز سعی کرد امور را بی‌اهمیت جلوه دهد (البته با یادآوری قرارداد جدیدمان)، بی‌درنگ حرفش را قطع کنم.

در اثنای سه یا چهار جلسه، رفتار «سرگرم‌کننده» او از بین رفت، چون برای اولین بار با جدیت شایسته‌ای شروع به صحبت درباره زندگی‌اش کرد. او شرح داد که برای علاقه‌مند نگه داشتن مردم به خودش مجبور بوده آن‌ها را بخنداند. من هم توضیح دادم که در این دفتر خلاف آن درست است: هر قدر بیش‌تر سعی کند مرا بخنداند، من فاصلهٔ بیش‌تر و علاقه کم‌تری حس خواهم کرد.

اما بتی گفت غیر از این، رفتار دیگری بلد نیست. از او خواهش کردم تمام مجموعه اجتماعی‌اش را دور بریزد. آیا می‌تواند خودش باشد؟ اگر بخواهد خودش باشد، چه رفتاری خواهد داشت؟ چیزی در داخل وجود نداشت. او کاملاً تهی بود (کلمه «تهی» ضمن پیشرفت روان‌درمانی بارها و بارها شنیده می‌شود. «تهی بودن» از نظر روان‌شناسی مفهومی مشترک در درمان افرادی است که گرفتار ناهنجاری خوردن هستند.)

در آن لحظه، تا جایی که امکان داشت، از او حمایت کردم. به بتی خاطر نشان کردم که حالا مبادرت به خطر کند. حالا می‌تواند در مقیاس افشاگری تا هشت یا نُه ارتقا یابد. آیا می‌تواند اختلاف را حس کند؟ او به سرعت نکته را گرفت. گفت که احساس ترس می‌کند «مثل پریدن بدون چتر نجات از هواپیما است.»

حالا کم‌تر خسته می‌شدم. خیلی کم‌تر به ساعت نگاه می‌کردم و در اثنای جلسه بتی مثل قبل گاه و بیگاه زمان را وارسی نمی‌کردم تا دقیقه‌ها را بشمرم تا ببینم چقدر دیگر باید تحمل کنم. اما حالا برای این‌که ببینم برای شروع موضوع جدید وقت کافی باقی مانده، به ساعت نگاه می‌کنم.

زمان آن بود که افکار تحقیرآمیز درباره قیافه ظاهری او را از ذهنم پاک کنم. دیگر به ظاهرش توجه نداشتم و به جای آن به چشمانش نگاه می‌کردم. در حقیقت، با کمال تعجب به اولین نشانه‌های همدردی در خودم توجه کردم. وقتی بتی گفت یک مرتبه به یک کافهٔ کابوی‌ها رفته که در آن‌جا دو جوان با دستمال‌گردن قرمز پاورچین پاورچین پشت سر او راه رفتند و برای مسخره کردن او صدای گاو درآوردند، احساس کردم به بتی توهین شده و همین را هم به او گفتم.

احساسات جدیدم نسبت به بتی باعث شد از واکنش اولیه‌ام نسبت به او شرمنده باشم و آن را پس بگیرم. هنگام تأمل نسبت به تمام زن‌های چاق دیگری که با تعصب با آن‌ها ارتباط گرفته بودم، به طور غیرارادی از خودم چندشم می‌شد.

همهٔ این تغییرات دلالت بر این داشت که پیشرفت می‌کردیم: ما به طور

موفقیت‌آمیزی به انزوای بتی و اشتیاقش برای نزدیک شدن به مردم پرداختیم. امیدوار بودم شخص دیگری را نشانش بدهم که بتواند او را به طور کامل بشناسد و کماکان با او مهربان باشد.

بتی حالا به طور متفاوتی به روان‌درمانی می‌نگریست. او در بین جلسات به بحث‌های‌مان فکر می‌کرد، در طول هفته هم گفت‌وگوهای فرضی طولانی با من داشت، مشتاقانه منتظر دیدارهای‌مان بود و وقتی سفر کاری باعث می‌شد دیدارمان را از دست بدهد، احساس خشم و تأسف می‌کرد.

اما او در همین زمان بدون عذر موجهی غمگین‌تر شده بود و اندوه و نگرانی بیش‌تری را گزارش می‌کرد. من فرصت را غنیمت شمردم تا این رشد را درک کنم. هرگاه بیمار با توجه به رابطه با روان‌درمانگر شروع به رشد نشانه‌های بیماری می‌کند، روان‌درمانی تازه شروع شده است و پژوهش در این نشانه‌ها راه را به سمت مسائل بنیادین باز می‌کند.

نگرانی او به وابسته شدن یا اعتیاد پیدا کردن به روان‌درمانی مربوط می‌شد. جلسات ما به مهم‌ترین موضوع زندگی‌اش تبدیل شده بود. نمی‌دانست اگر این «قرارهای ثابت» هفتگی را نداشته باشد، چه بر سرش خواهد آمد. به نظر من او با اشاره به «قرار ثابت» به جای اشاره به «من»، هنوز در برابر دوست‌یابی مقاومت می‌کرد و من هم به تدریج به همان شکل با او روبه‌رو می‌شدم.

ـ بتی، اگر مرا برای خودت مهم فرض کنی، چه خطری خواهد داشت؟

ـ مطمئن نیستم. می‌ترسم، مثل این‌که خیلی به شما نیاز داشته باشم. مطمئن نیستم که به خاطر من به این‌جا می‌آیید. می‌دانید که تا یک سال دیگر قرار است از کالیفرنیا بروم.

ـ یک سال زمان زیادی است. پس به این دلیل از من فرار می‌کنی که همیشه من در اختیارت نخواهم بود؟

ـ می‌دانم که این کار بی‌معنی است. اما من با کالیفرنیا هم همین احساس را دارم. نیویورک را دوست دارم و نمی‌خواهم کالیفرنیا را دوست داشته باشم. می‌ترسم در این‌جا با کسی دوست شوم و سپس این‌جا را دوست داشته باشم، بعد ممکن است نخواهم از این‌جا بروم. موضوع دیگر این است که فکر می‌کنم چرا برای خودم دردسر درست کنم؟ من فقط برای زمان کوتاهی این‌جا هستم. چه کسی خواهان دوستی موقتی است؟

ـ مشکل این نگرش این است که تو یک زندگی بی‌محتوا را به آخر می‌رسانی. شاید این بخشی از علت آن است که تو درونت را خالی حس می‌کنی. به هر حال، هر رابطه روزی به پایان می‌رسد. چیزی وجود ندارد که برای تمام عمر تضمین شود. مثل این است که حاضر نیستی از تماشای طلوع خورشید لذت ببری، چون از غروب آن متنفری.

ـ این‌طور عمل کردن دیوانگی به نظر می‌رسد، اما این همان کاری است که من انجام می‌دهم. وقتی با فرد جدیدی که از او خوشم می‌آید، ملاقات می‌کنم، درست همان لحظه مجسم می‌کنم که خداحافظی با او چگونه خواهد بود.

می‌دانستم این مسئله مهمی است و باید به آن بازگردیم. اُتو رنک(۸۹) این طرز تلقی از زندگی را با عبارتی عالی و بی‌نظیر توصیف می‌کند: «خودداری از قرض گرفتن از زندگی برای اجتناب از بدهکار شدن به مرگ.»

بتی حالا وارد افسردگی‌ای شده بود که عمرش کوتاه بود و گرایشی عجیب و متناقض داشت. او از رابطه نزدیک و صداقت تعامل‌مان به جنب‌وجوش آمده بود، اما به جای این‌که از آن لذت ببرد، از درک این‌که زندگی‌اش تا به حال به گونه‌ای عاری از صمیمیت بوده، غصه می‌خورد.

بیمار دیگری به یادم آمد که سال قبل درمان می‌کردم، او خانم دکتری چهل و چهار ساله، بسیار باوجدان و به شدت وظیفه‌شناس بود. یک شب در میان بحث زناشویی، بدون علت معلومی زیاده‌روی می‌کند و کنترلش را از دست می‌دهد، بشقاب‌هایی را به سمت دیوار پرتاب می‌کند و از فاصله‌ای نزدیک ظرف شیرینی را به سمت شوهرش پرتاب می‌کند اما به شوهرش نمی‌خورد. دو روز بعد به ملاقات من آمد، ظاهراً خودش را مقصر می‌دانست و افسرده بود. در کوشش برای آرام کردنش، سعی کردم به او بفهمانم که از دست دادن کنترل همیشه فاجعه نیست. اما او حرف مرا قطع کرد و گفت که من بد برداشت کرده‌ام: او احساس گناه نمی‌کند بلکه برعکس از فرط تأسف از پا درآمده است که چرا تا چهل‌وچهارسالگی صبر کرده بود و از ابراز احساسات واقعی‌اش صرف نظر و آن‌ها را کنترل کرده بود.

برخلاف صد و بیست و پنج کیلو وزن بتی، من و او به ندرت درباره خوردن و وزن او بحث می‌کردیم. او اغلب درباره تلاش‌های حماسی (و همواره بی‌نتیجه) که همراه با مادر و سایر دوستانش برای کمک به کنترل خوردنش انجام داده بود، صحبت می‌کرد. من به طور مشخص از بحث در آن‌باره خودداری می‌کردم، به جای آن، به این فرض تکیه می‌کردم که اگر بتوانم به رفع موانع کمک کنم تا او در مسیر درستی قرار بگیرد، بتی خودش برای مراقبت از جسمش پیش‌قدم خواهد شد.

تا کنون با نشان دادن انزوایش، مانع اصلی را تقریباً از سر راه برداشته بودم. افسردگی بتی از بین رفته بود و برای خودش زندگی اجتماعی ایجاد کرده بود. دیگر به غذا به عنوان تنها منبع خرسندی نگاه نمی‌کرد. اما آن وضعیت تا وقتی ادامه داشت که او به طور تصادفی با افشاگری فوق‌العاده‌ای درباره خطرات از دست دادن وزن برخورد کرد تا توانست تصمیم بگیرد رژیم غذایی‌اش را شروع کند. آن‌چه در این مورد اتفاق افتاد، فقط همین بود.

پس از چند ماه روان‌درمانی، متوجه شدم که اگر او مثل درمان انفرادی در گروه‌درمانی هم کار کند، پیشرفتش شتاب خواهد گرفت. به هر دلیل، مطمئن بودم

که ایجاد یک گروه حمایتی برای کمک به حفظ او در روزهای سخت رژیم غذایی آینده‌اش عاقلانه است. از آن گذشته، یک گروه‌درمانی برای بتی فرصتی فراهم می‌کرد تا مشکلات بین‌فردی ـ پنهان‌کاری، نیاز به سرگرم کردن، احساس این‌که چیزی ندارد تا ارائه دهد ـ را که در روان‌درمانی‌مان مطرح می‌کنیم، بررسی کند. هر چند بتی خیلی وحشت کرده بود و ابتدا در برابر پیشنهادم مقاومت کرد، اما شجاعانه پذیرفت و وارد گروه درمانی‌ای شد که به وسیله دو دانشجوی دوره تخصصی روان‌پزشکی اداره می‌شد.

یکی از اولین جلسات گروه اتفاقاً جلسه‌ای به شدت غیرمعمولی بود که در آن کارلوس که در روان‌درمانی انفرادی هم با من بود (در داستان «متشکرم که زندگی‌ام را نجات دادید.») سرطان لاعلاج خودش را به گروه اطلاع داد. پدر بتی وقتی او دوازده‌ساله بود، بر اثر ابتلا به سرطان مرده بود و از آن به بعد بتی از بیماری وحشت داشت. بتی در دانشکده ابتدا یک درس دوره مقدماتی پزشکی را انتخاب کرده بود اما به خاطر ترس از تماس با بیماران سرطانی آن را رها کرده بود.

طی چند هفته بعد، تماس با کارلوس نگرانی بسیار شدیدی در بتی ایجاد کرده بود، به طوری که چند مرتبه او را در بخش فوریت‌های پزشکی دیدم و متقاعد کردن او برای ادامه گروه‌درمانی مشکل شده بود. نشانه‌های جسمانی ناراحت‌کننده‌ای، از جمله سردرد (پدرش از سرطان مغز مرده بود)، درد پشت و تنگی نفس در او ظاهر شده بودند و از افکار وسواس‌گونه‌ای که مبادا خودش هم سرطان گرفته باشد، رنج می‌برد. چون از معاینه به وسیله پزشک وحشت داشت (به دلیل خجالت از دیده شدن بدنش، به ندرت اجازه داده بود معاینه بدنی شود و هیچ‌گاه حتی به پزشک زن هم اجازه نداده بود لگن خاصره‌اش را معاینه کند) لذا به سختی می‌شد او را مطمئن کرد که مرگ به سراغش نمی‌آید.

مشاهده کاهش وزن هشداردهنده کارلوس به یاد بتی آورد که چگونه در یک دوره دوازده‌ماهه مشاهده کرده بود که پدرش از یک مرد چاق به اسکلتی تبدیل شده بود که در لایه‌ای از پوست خالی پیچیده شده بود. هر چند تصدیق می‌کرد که فکری غیرمنطقی است، اما تصور می‌کرد که از زمان مرگ پدرش تا به حال اعتقاد داشته که کاهش وزن او را مستعد ابتلا به سرطان می‌کند.

او احساساتی قوی درباره ریزش مو هم داشت. وقتی برای اولین بار به گروه پیوست، کارلوس (که در نتیجه شیمی‌درمانی موهایش ریخته بود) کلاه‌گیس به سرش گذاشته بود، اما روزی که درباره سرطانش به گروه اطلاع داد، با سر بی‌مو به جلسه آمده بود. بتی وحشت‌زده بود و منظره کچلی پدرش ـ که برای جراحی مغز موهای سرش را تراشیده بود ـ به یادش آمد. هم‌چنین به یاد آورد که در آن موقع چقدر ترسیده بود. خودش هم به خاطر رژیم‌های غذایی سخت قبلی از ریزش شدید مو رنج برده بود. این احساسات اضطراب‌انگیز مشکلات وزن بتی را به شدت وخیم کرده بود. غذا نه

تنها شکل منحصربه‌فردی از کامروایی را به او تقدیم می‌کرد، نه تنها روشی برای تسکین احساس پوچی بود، نه تنها رنج حاصل از زنده کردن خاطره مرگ پدرش را کاهش می‌داد، بلکه ناخودآگاه حس می‌کرد که کم کردن وزن ممکن است به مرگش منجر شود.

نگرانی شدید بتی به تدریج فروکش کرد. او دیگر مثل قبل آشکارا درباره این مشکلات صحبت نمی‌کرد. شاید پالایش روانی(۹۰)(تخلیه روانی) محض کمک کرد، شاید شناخت طبیعت شگفت‌انگیز افکارش برای او مفید بود، و شاید حساسیت بعضی از افکار هراسناکش با گفت‌وگو درباره آن‌ها با سبکی منطقی در سایه آرامش به سادگی از میان رفته بود.

(nbookcity.com)

در این دوران، کارلوس هم به طور خاص مفید بود. والدین بتی تا همین اواخر جدی بودن بیماری پدرش را انکار کرده بودند. چنین انکار چشمگیری همیشه به بازماندگان آسیب وارد می‌کند؛ بتی نه تنها برای مرگ پدرش آمادگی نداشت، بلکه فرصتی هم نداشت تا با پدرش خداحافظی کند. اما کارلوس برای سرنوشت خودش روش خیلی متفاوتی را پیاده کرد: او با احساساتش درباره بیماری و مرگ قریب‌الوقوع خودش شجاع، منطقی و صادق بود. از آن گذشته، او به طور خاصی با بتی مهربان بود ـ شاید به این دلیل که می‌دانست بتی بیمار من است، شاید وقتی کارلوس به آدم سخاوتمندی تبدیل شده بود (همه قلب دارند) با بتی آشنا شده بود، شاید هم فقط به این دلیل که همیشه شیفته زنان چاق بود (خجالت می‌کشم بگویم که همیشه به دنبال دلیل بیش‌تری دربارهٔ انحراف او بوده‌ام).

بتی باید حس کرده باشد که موانع کم کردن وزن به اندازه کافی از بین رفته بودند، زیرا شاهد تردیدناپذیری ارائـه داد که مبارزه اصلی فقط باید در شروع کردن باشد. از وسعت و پیچیدگی آرایش‌های تدارکاتی تعجب کردم.

ابتدا، در برنامه اختلال در خورد و خوراک در درمانگاهی نام‌نویسی کرد که در آن‌جا کار می‌کردم و صورت‌جلسه‌های مورد تقاضای‌شان را تکمیل می‌کردم، که شامل بررسی‌های جسمانی پیچیده و مجموعه آزمون‌های روان‌شناسی بود. سپس غذاهای موجود در آپارتمانش، تمام قوطی‌ها، تمام بسته‌ها و تمام بطری‌های خوراکی را دور ریخت. برای جایگزین کردن فعالیت‌های اجتماعی برنامه‌ریزی کرد: خاطر نشان کرد که حذف ناهار و شام مانعی در تقویم اجتماعی شخص ایجاد می‌کند. او با کمال تعجب من، توضیح داد که به یک گروه رقص چهارگوشه(۹۱)(با خودم گفتم خیلی جرئت به خرج داده است) و مسابقات دوره‌ای بولینگ هفته‌ای پیوسته است؛ وقتی بچه بود، پدرش اغلب او را برای بازی بولینگ می‌برد. یک دوچرخه ثابت دست دوم خریده بود و آن را جلوی مجموعه دستگاه تلویزیونش مستقر کرده بود. سپس گفت از تمام دوستان قدیمی‌اش ـ چیپس گرنی گوس(۹۲) که به سبک هاوایی سیب‌زمینی برشته می‌کند، شیرینی شکلاتی خانم فیلدز و از همه سخت‌تر شیرینی دونات عسلی ـ خداحافظی کرد.

آمادگی درونی قابل توجهی نیز وجود داشت که بتی شرح آن‌ها را مشکل می‌دید به غیر از این‌که بگوید «عزم درونی‌اش را جزم» کرده است و منتظر لحظهٔ درست برای شروع رژیم غذایی است. من نیز بی‌صبر شده بودم و خودم را با راه رفتن به سبک کشتی‌گیر سنتی غول‌پیکر ژاپنی، و با ژست گرفتن مانند او و با غُرغُر کردن برای آمادگی، سرگرم می‌کردم.

او ناگهان شروع کرد! یک رژیم غذایی جانشین با مایعات را بدون هیچ غذای جامد، به همراه چهل دقیقه دوچرخه‌سواری صبحگاهی، پنج کیلومتر پیاده‌روی در بعدازظهر و هفته‌ای یک بار رقص چهارگوشه و بولینگ شروع کرد. شکم گنده‌اش

شروع به کوچک شدن کرد. شروع به لاغر شدن کرد. لایه‌های بزرگ گوشت‌های آویزان ذوب و شسته شدند. به زودی وزن اضافی ـ یک، یک و نیم، دو و گاهی اوقات هفته‌ای حدود سه کیلو ـ در جوی اراده جاری شدند.

بتی هر جلسه را با گزارش پیشرفت شروع می‌کرد: پنج، بعد ده، دوازده، پانزده کیلو کم شد. وزن او تا صد و بیست، بعد صد و پانزده و صد کیلو پایین آمد. این روند با کمال تعجب سریع و آسان به نظر می‌آمد. من هم از موفقیت او خوشحال بودم و هر هفته به شدت از کوشش‌هایش تعریف و تمجید می‌کردم. اما در هفته‌های اول از ندای بی‌رحمانه‌ای در درون خودم نیز آگاهی داشتم، ندایی که می‌گفت: «ای خدای من، اگر او این‌قدر سریع وزن کم می‌کند، فکر کن چه قدر غذا باید دور بریزد!»

هفته‌ها گذشت، مبارزه ادامه داشت. بعد از سه ماه وزن او به صد و پنج کیلو رسید. سپس به صد رسید. بیست و پنج کیلو کاهش وزن بد نیست. سپس به نود و پنج کیلو رسید. مقاومت سخت شد. گاهی اوقات پس از یک هفته بدون غذا خوردن و بدون هیچ کاهش وزنی اشک‌ریزان به دفترم می‌آمد. کاهش هر کیلو از وزنش جنگی سخت می‌طلبید، اما بتی بر رژیم غذایی پافشاری می‌کرد.

آن ماه‌ها ایام شومی بودند. بتی از همه چیز نفرت داشت. زندگی‌اش سراسر رنج و درد بود: غذاهای مایعی که جانشین غذای درست و حسابی شده بود، دوچرخه‌سواری ثابت، درد و رنج گرسنگی، تبلیغات اهریمنی همبرگر مک‌دونالد در تلویزیون و بوها، بوهایی که همه جا پخش شده بودند: بوی ذرت بو داده (پاپ‌کورن) در سینما، پیتزا در خیابان باشگاه بولینگ، بوی نان برشته در مرکز خرید، بوی خرچنگ کبابی در اسکله ماهیگیرها و بوهای فراوان دیگر که دل آدم را آب می‌کرد. آیا هیچ جایی در دنیا نبود که بوی غذا در آن پخش نشود؟

همه روزها بد شده بودند. هیچ چیزی در زندگی به او لذت نمی‌داد. همه افراد دیگری که عضو گروه کاهش وزن در درمانگاه اختلال در خورد و خوراک بودند از رژیم غذایی دست کشیده بودند، اما بتی سرسخت بود. احترامم نسبت به او افزایش یافته بود.

من هم غذا خوردن را دوست دارم. اغلب تمام روز مشتاقانه منتظر یک وعده غذای مخصوص بودم و وقتی اشتهای شدید هجوم می‌آورد، هیچ مانعی نمی‌تواند راه مرا به سمت رستوران‌های با میز غذاهای ارزان(۹۳) یا میز غذاهای سرپایی متحرک در خیابان(۹۴) سد کند. اما چون امتحان سخت بتی ادامه داشت، نسبت به خوردن احساس گناه می‌کردم ـ مثل این‌که من هم به خاطر ایمان به او باید غذا نخورم. هر وقت می‌نشستم که پیتزا یا پاستای آل پستو(۹۵) یا بشقاب غذاهای مرکب دریایی ـ گیاهی با سس مکزیکی(۹۶) یا کیک‌بستنی شکلاتی آلمانی(۹۷) یا هر غذای مخصوصی که می‌دانستم بتی دوست دارد، بخورم، به فکر او بودم. وقتی به شام او فکر می‌کردم، با قوطی بازکنی که در دست داشت و باید غذای مایع جانشین غذای

اصلی را بخورد، پشتم می‌لرزید. گاهی اوقات چند ثانیه به احترامش ساکت می‌نشستم.

اتفاقاً در همین ایام وزنم از حد مجاز بالاتر رفت و مجبور شدم به مدت سه هفته رژیم غذایی بگیرم. چون رژیم غذایی من فقط شامل حذف مقدماتی بستنی و غذاهای سرخ شده بود، به سختی می‌توانستم به بتی بگویم که در حمایت از او به رژیم غذایی سریع پیوسته‌ام. به هر حال، در مدت این سه هفته محرومیت او را خیلی عمیق‌تر حس کرده‌ام. حالا وقتی او می‌گفت که چگونه از فرط گریه کردن به خواب می‌رفت، منظورش را می‌فهمیدم. وقتی شرح می‌داد که کودک درونش از فرط گرسنگی فریاد می‌زد: «به من غذا بدهید! به من غذا بدهید!» دلم برایش می‌سوخت.

ـ نود. هشتاد و پنج. چهل کیلو وزن کم کردم!

حالا خُلق و خوی بتی به شدت بی‌ثبات شده بود و من هم به طور فزاینده‌ای نگران حالش بودم. او در دوره‌های کوتاهی احساس افتخار می‌کرد و شاداب بود (به خصوص وقتی برای خرید لباس‌های مخصوص افراد در حال رژیم می‌رفت) اما عمدتاً چنان احساس دل‌مُردگی عمیق می‌کرد که هر روز صبح هر کاری می‌توانست انجام می‌داد تا خودش را برای رفتن به سر کار آماده کند.

گاهی اوقات زودرنج می‌شد و چند ظلم و بی‌عدالتی قدیمی را برای من مطرح می‌کرد. آیا من او را برای رها کردن غم و اندوهش به گروه‌درمانی ارجاع دادم یا دست‌کم برای این‌که غم و غصه‌هایش را با گروه در میان بگذارد و یا بخشی به خاطر این‌که از دستش خلاص شوم؟ چرا از او درباره عادتش به غذا خوردن بیش‌تر نپرسیدم؟ از همه بالاتر، خوردن زندگی او بود. عشق او، عشق به خوردن بود.

(مواظب باش! مواظب باش! او همین نزدیک تو نشسته است.) چرا وقتی فهرستی از دلایلش برای مناسب نبودن دانشکدهٔ پزشکی برای خودش را مطرح کرد (سن، نداشتن تاب و توان، تنبلی، گذراندن چند دوره مقدماتی و نداشتن بودجه) با او مخالفت نکردم؟ او حالا به من می‌گوید که پیشنهادم درباره شغل مناسب در پرستاری به نظرش تحقیرآمیز می‌آمد و مرا به خاطر گفتن جمله زیر متهم می‌کند: «دخترها برای دانشکده پزشکی به اندازه کافی باهوش نیستند، پس پرستاری هم خوب است!»

گاهی کم‌حوصله بود و پسرفت (سیر قهقرایی) داشت. برای مثال، یک‌بار وقتی درباره علت این‌که چرا در گروه‌درمانی‌اش غیرفعال است، سؤال کردم، فقط نگاه تندی به من انداخت و از جواب دادن خودداری کرد. وقتی او را تحت فشار گذاشتم که بگوید در مغزش دقیقاً چه می‌گذرد، با صدای آهنگین بچه‌گانه‌ای گفت:

ـ اگر به من شیرینی ندهی، من هم تکالیفم را انجام نمی‌دهم.

در اثنای یکی از دوره‌های افسردگی‌اش، یک خواب واضح دیده بود:

در یک معبد بودم، جایی که مردم به طور قانونی می‌توانند خودکشی کنند. همراه خانمی بودم که دوست نزدیکم بود اما اسمش یادم نمی‌آید. این خانم می‌خواست با

پریدن به داخل یک تونل عمیق خودکشی کند. به او قول دادم بدنش را پیدا کنم، اما بعد متوجه شدم اگر بخواهم این کار را انجام بدهم، باید از این تونل وحشتناک با انواع مرده‌ها و بدن‌های متلاشی شده که همه‌جا پراکنده‌اند، سینه‌خیز پایین بروم. فکر نمی‌کردم که قادر به انجام آن باشم.

بتی گفت که روز قبل از خواب، داشته فکر می‌کرده که تمام بدن انسانی را از دست داده است: او چهل کیلو از وزنش را کم کرده بود و خانمی در اداره کار می‌کرد که فقط چهل کیلو وزن داشت. در همان زمان به نظرش آمد که با کالبدشکافی و برگزاری مراسم تدفین «بدنی» که از دست داده، موافقت کرده است. به گمان بتی، این افکار وحشتناک، در تصویر خواب پیدا کردن بدن مرده دوستش از تونل انعکاس یافته بود.

از میزان خیال‌پردازی و عمق خواب تعجب کردم که چه‌قدر پیشرفت کرده است. زن سطحی چند ماه قبل و خنده‌های نخودی‌اش را به سختی به یاد می‌آوردم. حالا بتی در هر لحظه از هر جلسه تمام توجهم را به خودش جلب می‌کرد. چه کسی می‌توانست باور کند که این شخص حساس، قابل احترام و خوش‌فکر چگونه می‌توانست از آن زن وراج، پوچ و بی‌محتوا که من و روان‌درمانگر قبلی‌اش را به شدت کسل می‌کرد، بیرون بیاید؟

(nbookcity.com

هشتاد. پدیدهٔ دیگری داشت آشکار می‌شد. یک روز در دفترم به دقت به بتی نگاه کردم و برای اولین بار متوجه شدم که او دامن پوشیده است. دوباره نگاه کردم. آیا همیشه دامن می‌پوشیده؟ شاید حالا بیش‌تر به او توجه می‌کنم. فکر نمی‌کنم. بدن او همیشه از چانه تا شست پا یکسان و یک اندازه بود، اما حالا به آرامی تغییر شکل می‌داد. یکی دو هفته بعد، متوجه ظهور برجستگی‌های بدنش شدم، ابتدا خط چانه‌اش، بعد چانه و ابروها دیده شدند. ای بابا او هم که مثل بقیه آدم‌هاست! یک خانم محترم و باشخصیت، که متأسفانه در انبوهی از گوشت دفن شده بود، بالاخره خودش را نشان داد.

دیگران، به ویژه مردها متوجه این تغییرات شده بودند و حالا در طی گفت‌وگو، با مشاهده این تغییرات واکنش نشان می‌دادند. مردی که در دفتر کار می‌کرد، بتی را تا ماشینش بدرقه کرد. آرایشگرش به طور رایگان پوست سرش را ماساژ داده بود. او مطمئن بود که رئیسش نیز متوجه این تغییرات شده و با تعجب به او خیره شده است.

یک روز بتی اعلام کرد «هفتاد و هفت» و اضافه کرد که این «محدوده دخترانگی» است، یعنی او از دبیرستان تا به حال وزنی در محدوده هفتاد و پنج کیلو نداشته است. هر چند واکنش من این پرسش بود که آیا نگران ورود به «دوره زنانگی» بوده است ـ که یک طنز غم‌انگیز بود. این پرسش خواهی نخواهی به بحث مهمی درباره مسائل جنسی منجر شد.

اگرچه بتی زندگی جنسی خیالی فعالی داشته، اما هیچ‌گاه با هیچ مردی تماس نداشته و با هیچ‌یک از خواستگارهایش حتی نامزد هم نشده است. او همیشه آرزو داشت ازدواج کند و از این‌که نگرش جامعه به سمتی بود که افراد چاق محکوم به محرومیت جنسی هستند، خشمگین بود. فقط حالا، از وقتی به وزنی رسیده که جنس مقابل ممکن است از آن فرار نکند، فقط حالا که خواب‌هایش مملو از شخصیت‌های مذکر تهدیدآمیز شده (یک پزشک نقابدار یک آمپول بزرگ زیرپوستی را به شکمش تزریق می‌کرد، یک مرد چشم‌چران با نگاه خیره‌اش زخم بزرگی در شکمش ایجاد کرد)، متوجه شده که از رابطهٔ جنسی خیلی وحشت دارد.

این بحث‌ها سیلابی از خاطرات دردناک درباره یک عمر خودداری مردها از ازدواج با او را جاری ساخت. هرگز در مهمانی‌های مدرسه، جشن تولد یا مراسم خاص مثل اعیاد شرکت نکرده بود و هرگز کسی از او برای رفتن به رستوران یا کافه دعوت نکرده بود. او نقش محرم اسرار را به خوبی اجرا کرده و به بسیاری از دوستانش برای برگزاری مراسم عروسی آن‌ها کمک کرده بود. همه آن‌ها حالا ازدواج کرده بودند و او دیگر نمی‌توانست از خودش پنهان کند که تا ابد باید نقش ناظری غیر منتخب را بازی کند.

از این مسائل سطحی خیلی زود به بررسی عمق مشکلات هویت جنسیتی اصلی او

پرداختیم. بتی شنیده بوده که پدرش قبلاً دوست داشته یک پسر داشته باشد و وقتی بتی به دنیا آمد بدون این‌که بر زبان آورد، افسرده شده بود. یک شب دو خواب درباره برادر دوقلوی گم‌شده‌اش دید. در یک خواب، او و برادرش پلاک‌های تشخیص به لباس‌شان نصب کرده بودند و آن‌ها را به یکدیگر نشان می‌دادند. در خواب دیگر برادرش را از دست داد: برادرش به زور سوار یک آسانسور شلوغ شد اما بتی (به خاطر بزرگ بودنش) نتوانست خودش را جا کند. بعد آسانسور سقوط کرد، تمام مسافران کشته شدند و بتی با زیر و رو کردن باقی‌مانده جسد برادرش به حال خود رها شد.

در خواب دیگری، پدرش یک اسب به نام «او یک خانم است» به بتی داد. او همیشه از پدرش یک اسب می‌خواست و در خواب نه تنها آرزوی دوران کودکی برآورده شد، بلکه پدرش رسماً او را با لقب «خانم» غسل تعمید داد.

بحث ما درباره مسائل جنسیتی و هویت جنسیتی‌اش مفهوم عذاب‌آوری از پوچی و نگرانی‌های خیلی زیادی ایجاد کرد به‌طوری که چند مرتبه هوس کرد شیرینی و دونات بخورد. حالا به بتی اجازه داده‌اند که کمی غذای جامد بخورد ـ روزی یک وعده غذای آماده ـ اما این رژیم غذایی برایش خیلی مشکل‌تر از رژیم غذایی تنها شامل مایعات بود.

نشانهٔ نمادین مهمی که از دور ظاهر می‌شد، کاهش پنجاه کیلوگرم از وزنش بود. این هدف خاص، که هرگز به دست نیامده بود، دلالت ضمنی قوی بر گرایش جنسیتی داشت. به همین دلیل کارلوس چند ماه قبل به شوخی به بتی گفته بود که اگر پنجاه کیلو از وزنش را کم کند، به عنوان جایزه در یکی از تعطیلات آخر هفته او را به هزینه خودش به هاوایی خواهد فرستاد. از آن گذشته، در بخشی از آمادگی ذهنی پیش از رژیم، بتی به خودش قول داده بود که وقتی پنجاه کیلو از وزنش کم کرد با جورج، مردی که به آگهی ازدواجش پاسخ داده بود، تماس خواهد گرفت، تا به خاطر تشکر از رفتار آقامنشانه‌اش هیکل جدیدش را به او نشان دهد به این امید که شاید مایل به ازدواج با بتی شود.

در کوشش برای کاهش نگرانی‌اش، من اصرار به میانه‌روی کردم و پیشنهاد دادم برای این‌که ترسش از مردها از بین برود، با گام‌های کم‌تر جدی به مسئله نزدیک شود. مثلاً ابتدا با مردها صحبت کند و در کلاس‌های آموزش مسائل جنسی شرکت کند تا با آموزش علمی نگرانی‌اش کم شود. توصیه کردم موضوعات مربوطه را بخواند و او را تشویق کردم که با خانم‌های باتجربه مشاوره کند و این قبیل مشکلات را با دوستان مؤنث خودش و خانم‌های عضو گروه درمانی مطرح کند.

در سرتاسر این دوره کاهش سریع وزن، پدیده فوق‌العاده دیگری در حال وقوع بود. بتی با بازگشت به هیجانات گذشته روبه‌رو بود و بخش زیادی از وقت روان‌درمانی را اشک‌ریزان صرف بحث درباره خاطرات فوق‌العاده پُرشور می‌کرد، مثلاً روزی که

تگزاس را ترک کرد و به نیویورک منتقل شد، یا فارغ‌التحصیلی‌اش از دانشگاه، یا عصبانی شدن از دست مادرش که برای شرکت در جشن فارغ‌التحصیلی دبیرستان خیلی کم‌جرئت و ترسو بود.

در ابتدا به نظر می‌رسید بازگشت به گذشته، همراه با تغییر شدید خُلق و خو، رویدادی اتفاقی و آشفته است، اما بتی چند هفته بعد متوجه شد که آن‌ها از یک الگوی منسجم پیروی می‌کنند: او ضمن کاهش وزن، حوادث حل نشده یا تلخ اصلی زندگی‌اش را که در زمانی روی داده بودند که او در وزنی خاص بود، دوباره تجربه می‌کرد. بدین ترتیب کاهش وزنش از صد و بیست و پنج کیلو باعث چرخش رو به عقب از طریق حوادث هیجانی مؤثر در زندگی‌اش شد: ترک تگزاس به قصد نیویورک (صد و پنج کیلو)، فارغ‌التحصیلی از دانشگاه (نود و پنج کیلو)، تصمیم برای رها کردن دوره مقدماتی پزشکی (و رها کردن رویای کشف درمان سرطانی که پدرش را کشت)(نود کیلو) تنها بودنش در جشن فارغ‌التحصیلی دبیرستان، حسادتش به سایر دخترها و پدرها، ناتوانی‌اش برای قرار ملاقات با دوستانش برای رفتن به گردش و یا مهمانی (هشتاد و پنج کیلو)، جشن فارغ‌التحصیلی از مدرسه راهنمایی و این‌که در آن جشن چقدر دلش برای پدرش تنگ شده بود (هفتاد و هفت کیلو). دلیلی شگفت‌انگیز از حوزه ناخودآگاه! جسم بتی چیزهایی را به یاد آورده بود که ذهنش مدت‌ها قبل فراموش کرده بود.

خاطرات پدرش بر این بازگشت به گذشته(۹۸) سایه افکنده بود. هر قدر دقیق‌تر نگاه می‌کردیم، آشکارتر می‌شد که همه چیز به پدرش، به مرگ پدرش بازمی‌گردد و در آن زمان وزن بتی تقریباً ۷۵ کیلو بود. هر قدر بیش‌تر به آن وزن نزدیک می‌شد، بیش‌تر افسرده می‌شد و ذهنش در احساسات و خاطرات پدرش بیش‌تر غرق می‌شد.

خیلی زود تمام جلسات را صرف گفت‌وگو درباره پدرش کردیم. زمان آن رسیده بود که به عمق هر چیز دست یابیم. بی‌درنگ او را در خاطرات گذشته غرق کردم و تشویقش کردم تا همه چیزهایی را که درباره بیماری پدرش به یاد می‌آورد، مرگش، چهره‌اش در آخرین مرتبه‌ای که در بیمارستان دیده بود، جزئیات مراسم خاکسپاری‌اش، لباسی که خودش پوشیده بود، خطابه کشیش و مردمی که شرکت کرده بودند، توضیح دهد.

قبلاً درباره پدرش صحبت کرده بودیم اما هیچ‌گاه با چنین شدت و عمقی نبود. قبلاً هرگز چنین احساسی درباره از دست دادن پدرش نداشت و در مدت دو هفته دائم گریه می‌کرد. هفته‌ای سه مرتبه یکدیگر را ملاقات می‌کردیم و سعی می‌کردم به او کمک کنم تا منشأ اشک‌هایش را درک کند. بخشی از گریه‌اش به خاطر چیزی بود که از دست داده بود، اما بخش عمده‌اش به این دلیل بود که زندگی پدرش را به صورت فاجعه‌ای در نظر می‌گرفت: پدرش هیچ‌گاه تحصیلاتی را که خواهانش بود (یا تحصیلاتی که بتی برای پدرش می‌خواست) به دست نیاورد و درست قبل از

بازنشستگی فوت کرد و هیچ‌گاه از سال‌های فراغتی که مشتاق آن بود، لذت نبرد. با وجود این، به او خاطر نشان کردم که توصیف او از فعالیت‌های زندگی پدرش ـ خانواده گسترده‌اش، حلقه اجتماعی وسیعش، جلسات روزانه خودمانی با دوستانش، عشق او به وطن، جوانی‌اش در نیروی دریایی، ماهیگیری‌های بعدازظهرهایش ـ تصویر زندگی کاملی بود که پدرش در اجتماعی از مردمی که می‌شناخت و دوست داشت، غرق شده بود.

اصرار کردم که زندگی پدرش را با زندگی خودش مقایسه کند. او متوجه شد که بخشی از غصه‌هایش بی‌مورد است: این زندگی خودش بود، نه زندگی پدرش، که به طور اسف‌باری از آن ناراضی بود. پس چه مقدار از غم و اندوهش به خاطر آرزوهای تحقق نیافته بود؟ این پرسش به طور خاص برای بتی دردآور بود، زیرا در آن زمان با متخصص زنان ملاقات کرده بود و به او گفته شده بود که اختلالاتی در غده درون‌ریز(۹۹) دارد که ممکن است بچه‌دار شدن او را غیرممکن سازد.

در طول این هفته‌ها به خاطر رنج‌هایی که روان‌درمانی‌مان فاش ساخت، حس کردم بی‌رحم شده‌ام. هر جلسه امتحان سختی بود و بتی در حالی که بدجوری تکان خورده بود، دفترم را ترک می‌کرد. شب‌ها در معرض حمله‌های دردناک شدیدی قرار می‌گرفت و خواب‌های ناراحت‌کننده بسیاری می‌دید و به قول خودش، هر شب دست‌کم سه مرتبه می‌مرد. نمی‌توانست خواب‌ها را به یاد آورد به جز دو خواب تکراری که در نوجوانی، کمی پس از مرگ پدرش دیده بود. در یک خواب، او که فلج شده بود، در یک پستوی کوچک که قرار بود تیغه‌اش کنند، دراز کشیده بود. در دیگری، روی تخت بیمارستانی دراز کشیده بود و شمعی که در بالای تخت می‌سوخت، روحش را نشـان می‌داد. می‌دانست وقتی شعله شمع خاموش شود، خواهد مرد و در حالی که شمع کوچک‌تر و کوچک‌تر می‌شد، درمانده و ناتوان آن را تماشا می‌کرد.

بحث درباره مرگ پدرش آشکارا موجب ترس او از مرگ خودش شده بود. از بتی خواهش کردم درباره اولین تجربیات و مفاهیم اولیه‌اش از مرگ صحبت کند. هنگام زندگی در مزرعه، با مرگ بیگانه نبود. وقتی مادرش جوجه‌ها را می‌کشت، او هم تماشا می‌کرد و وقتی خوک‌ها را ذبح می‌کردند، صدای ضجهٔ آن‌ها را می‌شنید. وقتی نُه ساله بود، از مرگ پدربزرگش به شدت آشفته شده بود. طبق گفته مادرش (بتی به من گفت هیچ خاطره‌ای از این مرگ نداشت) والدینش به او اطمینان داده بودند که فقط افراد مسن فوت می‌کنند، اما بعداً چندین هفته با تکرار این‌که نمی‌خواهد بزرگ شود و با تکرار این پرسش از والدینش که «شما چند سال دارید؟» آن‌ها را کلافه کرده بود. اما فقط کمی بعد از مرگ پدرش این حقیقت را درک کرد که مرگ خودش هم امری اجتناب‌ناپذیر است. او لحظه دقیق مرگ پدرش را به یاد می‌آورد.

ـ چند روز بعد از مراسم خاکسپاری، هنوز از مدرسه فرار می‌کردم. معلم گفت وقتی

حس کردم آماده هستم، برگردم. من می‌توانستم زود برگردم، اما این کار درست به نظر نمی‌آمد؛ نگران بودم مبادا مردم فکر کنند که به اندازه کافی غمگین نیستم. در مزرعه‌های پشت خانه‌ها قدم می‌زدم. هوا سرد بود. بخار دهانم هنگام تنفس دیده می‌شد و به خاطر ناهموار بودن زمین، راه رفتن سخت بود. هوا آن‌قدر سرد بود که ستاره‌های دُب اکبر هم یخ زده بودند! به پدرم که زیر خروارها خاک خوابیده بود فکر می‌کردم که چقدر باید سردش باشد و ناگهان صدایی از بالا شنیدم که به من می‌گفت «نفر بعدی تو هستی!»

شهر کتاب (nbookcity.com)

بتی ساکت شد و به من نگاه کرد. پرسید:
ـ فکر می‌کنید دیوانه شده بودم؟
ـ نه، قبلاً به تو گفته‌ام، هیچ‌کس چاره‌ای برای مرگ ندارد.
او لبخند زد و گفت:
ـ هیچ‌گاه آن ماجرا را به کسی نگفته‌ام. در حقیقت، سال‌هاست که آن را فراموش کرده بودم، تا این هفته که به یادم آمد.
ـ خوشحالم که به من اعتماد کردی و آن را گفتی. این خیلی مهم است. درباره «نفر بعدی» بودن بیش‌تر برایم بگو.
ـ مثل این است که پدرم دیگر این‌جا نیست تا از من حمایت کند. او جایی بین من و قبر ایستاده است. بدون او در آن‌جا، نفر بعدی در صف من بودم.
بتی شانه‌هایش را خم کرد و به خودش لرزید.
ـ آیا می‌توانید باور کنید که وقتی به این موضوع فکر می‌کنم، هنوز هم احساس وحشت می‌کنم؟
ـ مادرت چطور؟ تمام این مدت او کجا بود؟
ـ قبلاً به شما گفته بودم، همین دور و بر، پشت صحنه بود. او غذا می‌پخت و می‌داد من بخورم ـ او واقعاً در انجام این کار خیلی عالی بود. اما آدم ضعیفی بود و من تنها کسی بودم که از او مواظبت می‌کرد. می‌توانید باور کنید که یک تگزاسی نتواند رانندگی کند؟ من در دوازده‌سالگی وقتی پدرم بیمار شد، رانندگی را شروع کردم، زیرا مادرم می‌ترسید یاد بگیرد.
ـ بنابراین کسی نبود که از تو حمایت کند؟
ـ درست در همین زمان کابوس‌هایم شروع شد. آن خواب درباره شمع را باید بیست مرتبه دیده باشم.
ـ آن خواب مرا وادار کرد راجع به آن‌چه قبلاً درباره ترس از کم کردن وزن و درباره سنگین ماندن گفته بودی تا مثل پدرت به خاطر سرطان فوت نکنی، فکر کنم. اگر شعله شمع پُرفروغ می‌ماند، تو زنده می‌ماندی.
ـ شاید، اما غیرطبیعی به نظر می‌آمد.
مثال خوب دیگری که راجع به آن فکر کردم، بی‌نتیجه بودن عجله روان‌درمانگر برای تفسیر آن، حتی تفسیر خوبی مثل این بود. بیماران مثل هر شخص دیگری، از حقیقتی که خودشان کشف کنند، بیش‌تر سود می‌برند.
بتی ادامه داد:
ـ همان سال به این نظریه رسیدم که قبل از سی‌سالگی خواهم مرد. می‌دانید، من هنوز به این باور فکر می‌کنم.
این بحث‌ها انکار مرگ از سوی او را تضعیف کرد. بتی احساس ناامنی می‌کرد. همواره در برابر خطر ـ موقع رانندگی، دوچرخه‌سواری، عبور از خیابان ـ مواظب

خودش بود. ذهنش مشغول این مسئله شده بود که مرگ بوالهوسانه به سراغ آدم‌ها می‌رود. او گفت:

ـ هر لحظه، حتی درست زمانی که اصلاً انتظارش را نداری، ممکن است مرگ به سراغت بیاید.

پدرش سال‌ها پول پس‌انداز کرده بود و نقشه یک سفر خانوادگی به اروپا را طرح کرده بود اما فقط کمی قبل از تاریخ مقرر سرطان مغز به سراغش آمد.

ـ او، من، هر کسی ممکن است در هر لحظه به کام مرگ فرو رود. هر کسی، همین‌طور خود من، چگونه می‌تواند با این افکار کنار بیاید؟

حالا متعهد شده بودم به طور کامل در «خدمت» بتی باشم، سعی کردم از هیچ‌یک از پرسش‌های او یکه نخورم. من هم مشکلات خودم را هنگام مواجهه با مرگ به او گفتم، هر چند حقیقت مرگ نمی‌تواند تغییر کند، اما نگرش شخص می‌تواند به طور وسیع تحت تأثیر آن قرار گیرد. از تجربه شخصی و تخصصی‌ام به این باور رسیده بودم که ترس از مرگ همیشه در افرادی که احساس می‌کنند زندگی غنی و کاملی نداشته‌اند، بیش‌تر است. یک فرمول کاربردی خوب چنین است: هر قدر زندگی ناموفق‌تر، یا استعدادهای شکوفا نشده بیش‌تر باشد، ترس از مرگ بیش‌تر است.

به بتی گفتم حدسم این بود که وقتی او به طور کامل‌تری وارد زندگی شود، بخشی از ترسش از مرگ، نه تمام آن، از بین می‌رود (در همه ما نگرانی‌هایی درباره مرگ به وجود می‌آید. این نگرانی بهای اعتراف به خودآگاهی است).

بتی بعضی وقت‌ها خشمش را از این‌که او را وادار می‌کردم تا به موضوع‌های وحشتناک فکر کند، ابراز می‌کرد:

ـ چرا به مرگ فکر کنم؟ ما که نمی‌توانیم کاری درباره آن انجام دهیم!

سعی می‌کردم به او کمک کنم که این مسئله را درک کند، اگرچه حقیقت مرگ ما را از بین می‌برد، اما فکر مرگ ما را نجات می‌دهد. به عبارت دیگر، آگاهی‌مان نسبت به مرگ می‌تواند چشم‌انداز متفاوتی از زندگی ایجاد کند و موجب شود در اولویت‌های‌مان در زندگی تجدید نظر کنیم. کارلوس آن درس را فرا گرفت ـ این درسی بود که در بستر مرگ هنگام گفت‌وگو درباره نجات زندگی‌اش بیان کرد.

به نظر من مهم‌ترین درسی که بتی از آگاهی نسبت به مرگ می‌توانست بیاموزد این بود که از حالا باید زندگی کند. زندگی را نمی‌توان به طور نامحدود به عقب انداخت. قرار دادن راه‌هایی در برابرش تا از زندگی دوری کند، مشکل نبود: بی‌میلی‌اش برای جلب نظر دیگران (زیرا از جدایی وحشت داشت)، پُرخوری و چاقی‌اش، که منجر به این شد که این‌قدر از زندگی دور بیفتد، اجتنابش از لحظه حاضر که با لغزیدن سریع به گذشته یا آینده ایجاد می‌شود. چندان مشکل نبود به او ثابت کنم که با توجه به قدرت درونی‌اش می‌تواند این الگوها را تغییر دهد. در حقیقت از قبل شروع کرده بود: توجه کنید که چطور هر روز مرا به خودش جلب می‌کرد.

تشویقش کردم تا با اندوه خودش درگیر شود. از او خواستم تا هر وجه از اندوهش را کاوش و بیان کند. بارها و بارها همان سؤال را تکرار کردم:
ـ به خاطر چه کسی یا چه چیزی غصه می‌خوری؟
ـ فکر می‌کنم به خاطر عشقم اندوهگین هستم. بابا جونم تنها مردی بود که مرا در آغوشش گرفته بود. او تنها مرد، تنها شخصی بود که به من گفت دوستت دارم. مطمئن نیستم این وضع دوباره برایم پیش بیاید.
می‌دانستم وارد عرصه‌ای شده‌ایم که هیچ‌گاه دوباره جرئت نخواهم کرد پا به آن بگذارم. به سختی به یاد می‌آورم که کم‌تر از یک سال قبل حتی نگاه کردن به بتی برایم مشکل بود. امروز مسئولیت پدرانه مثبتی نسبت به او حس می‌کنم. سعی کردم راهی برای پاسخ پیدا کنم، اما این هنوز کم‌تر از چیزی بود که می‌خواستم تقدیمش کنم.
ـ بتی، عاشق بودن شانس یا تقدیر محض نیست. بیش از آن‌چه فکر می‌کنی می‌توانی در دیگران نفوذ کنی. تو الان خیلی بیش‌تر از چند ماه قبل برای عاشق شدن و ازدواج شانس داری. من متوجه هستم، تفاوت را حس می‌کنم. تو بهتر شده‌ای، بهتر ارتباط برقرار می‌کنی، الان خیلی خوش‌برخوردتر و آماده‌تر هستی.
بتی نسبت به من خیلی روراست‌تر شده بود و با احساسات مثبت‌تری به من نگاه می‌کرد و خیال‌بافی‌های دور و درازش را که در آن پزشک یا روان‌درمانگر می‌شد، با من در میان می‌گذاشت و من و او دوش به دوش هم در یک طرح تحقیقاتی کار می‌کردیم. آرزویش برای این‌که ای کاش من پدرش بودم هر دو نفر ما را به یک جنبه نهایی از اندوهش که همیشه باعث رنج زیاد او می‌شد، سوق داد. به موازات علاقه شدید به پدرش، احساسات منفی هم داشت: از داشتن پدری مثل او، از هیکل ظاهری‌اش (او به شدت چاق بود)، به خاطر فقدان جاه‌طلبی و تحصیلاتش، به خاطر بی‌خبری‌اش از امکانات اجتماعی خجالت‌زده بود. بتی ضمن گفتن این حرف‌ها بی‌اختیار گریه کرد. او گفت صحبت کردن درباره این مسائل خیلی سخت است، زیرا خیلی شرمنده است که باید به خاطر پدرش خجالت‌زده شود.
همان‌طور که در جست‌وجوی جواب بودم، از اولین تحلیلگرم، اولیو اسمیت(۱۰۰) چیزی به یادم آمد، که سی سال قبل به من گفته بود (آن را خیلی خوب به یاد می‌آورم، زیرا تنها موضوع شخصی دور و مفیدترین چیزی بود که خانم اسمیت در ششصد ساعت کار به من گفته بود). من به شدت از بیان احساسات هولناک درباره مادرم تکان خورده بودم و خانم اولیو اسمیت به سمت کاناپه خم شد و به آرامی گفت: «به‌نظر می‌رسد ما را این‌گونه بنیاد نهاده‌اند.»
من عاشق آن کلمات شدم و حالا سی سال پس از آن، این نعمت را به بتی منتقل کردم و به او گفتم. پس از ده‌ها سال اصلاً از قدرت نیروبخش آن کم نشده بود. بتی نفس عمیقی کشید، خودش را آرام کرد و به صندلی‌اش تکیه داد. من اضافه کردم

شخصاً می‌دانستم که برای بزرگسال‌های تحصیل‌کرده چقدر سخت است که با والدین کارگر بی‌سوادشان ارتباط برقرار کنند.

یک سال و نیم مأموریت بتی در کالیفرنیا داشت به روزهای آخرش می‌رسید. او نمی‌خواست روان‌درمانی متوقف شود و از شرکتش درخواست کرد که مأموریتش در کالیفرنیا را تمدید کنند. وقتی تقاضایش پذیرفته نشد، فکر کرد برای یافتن شغلی در کالیفرنیا اقدام کند، اما سرانجام تصمیم گرفت به نیویورک بازگردد.

چه زمان بدی توقف کردیم؛ در وسط کار روی مسائلی مهم و همراه بتی که به خاطر بسته شدن جاده هنوز خارج از هفتاد و پنج کیلو گرم اردو زده بود. در ابتدا فکر کردم که زمان‌بندی نمی‌توانست بدتر از این باشد. با وجود این، با تأمل بیش‌تر، متوجه شدم که بتی ممکن است برخلاف چارچوب زمانی محدودمان، خیلی عمیق در روان‌درمانی غوطه‌ور شود. سنتی قدیمی در روان‌درمانی وجود دارد که به کارل راجرز(۱۰۱) و قبل از او به اُتو رنک بازمی‌گردد که متوجه شدند اگر زمان پایان از قبل تنظیم شده باشد، اثر روان‌درمانی افزایش می‌یابد. اگر بتی نمی‌دانست که فرصت محدودی در روان‌درمانی دارد، ممکن بود مدت بیش‌تری طول بکشد تا عزم خود را برای شروع کاهش وزن مطلوبش جزم کند.

(nbookcity.com

از آن گذشته، به هیچ وسیله‌ای معلوم نبود که ما می‌توانستیم بیش‌تر از این جلو برویم. در ماه آخر روان‌درمانی‌مان، به نظر می‌رسید بتی به‌جای رازگشایی از مسائل جدید، بیش‌تر به حل مشکلاتی علاقه‌مند بود که قبلاً مطرح شده بود. وقتی توصیه کردم که در نیویورک به روان‌درمانی ادامه دهد و نام روان‌درمانگر مناسبی را به او پیشنهاد کردم، محتاطانه اظهار داشت که مطمئن نیست به روان‌درمانی ادامه دهد. دیگر این‌که شاید به اندازه کافی انجام شده است.
علائم دیگری نیز وجود داشتند که بتی شاید بیش‌تر ادامه ندهد. هر چند پرخوری نبود، اما او دیگر رژیم غذایی نداشت. توافق کردیم که او بر حفظ وزن جدیدش یعنی هشتاد کیلو تمرکز کند و در پایان، بتی به اندازه یک کمد، لباس جدید خرید.
و اما خوابی که این ارتباط را در روان‌درمانی روشن کرد:

خواب دیدم که نقاش‌ها مشغول رنگ کردن نمای بیرونی منزلم هستند. آن‌ها خیلی زود تمام خانه را اشغال کردند. در هر پنجره کارگری با پمپ رنگ‌پاش کار می‌کرد. به سرعت لباس پوشیدم و سعی کردم جلوی آن‌ها را بگیرم. آن‌ها نمای خارج خانه را به طور کامل رنگ کرده بودند. حلقه‌های دود از لابه‌لای درزهای تخته‌های کف اتاق‌ها در سرتاسر خانه بالا می‌آمد. نقاشی را دیدم که صورتش را با جوراب زنانه پوشانده بود و به داخل خانه رنگ می‌پاشید. به او گفتم فقط می‌خواستم نمای بیرونی رنگ شود. او گفت من دستور دارم همهٔ چیزها را در داخل و خارج رنگ کنم. من پرسیدم این دود چیست؟ او گفت باکتری هستند و اضافه کرد آن‌ها در آشپزخانه بوده‌اند و باکتری‌های مرگباری را کشت می‌دهند. من وحشت کردم و بارها و بارها گفتم «فقط می‌خواستم نمای بیرون رنگ بخورد.»

بتی در ابتدای روان‌درمانی، واقعاً می‌خواست فقط نمای بیرونی رنگ بخورد اما به طور اجتناب‌ناپذیری به کار بازسازی در اعماق درونی خانه کشیده شد. علاوه بر آن، روان‌درمانگر ـ نقاش مرگ، مرگ پدرش، مرگ خودش را در خانه بتی پاشیده بود. حالا او می‌گوید که به اندازه کافی جلو رفته و زمان توقف کار است.
ضمن این‌که به جلسه پایانی نزدیک می‌شدیم، آرامش و نشاط فزاینده‌ای را حس می‌کردم، مثل این‌که از مجازات خطایی در امان مانده بودم. یکی از اصول متعارف روان‌درمانی این است که احساسات مهمی که شخص برای دیگری دارد، اگر به طور شفاهی بیان نشود، همیشه به طریقی غیرشفاهی منتقل می‌شود. تا جایی که می‌توانم به یاد بیاورم، به دانشجویانم آموخته‌ام که اگر چیز مهمی در رابطه وجود ندارد که راجع به آن (به وسیله بیمار یا روان‌درمانگر) صحبت کنید، در آن صورت چیز مهم دیگری برای بحث وجود نخواهد داشت.
با وجود این‌که روان‌درمانی درباره بتی را با احساساتی به شدت منفی شروع کردم ـ

احساساتی که هرگز راجع به آن‌ها با او صحبت نکردم و او هم هیچ‌گاه متوجه آن‌ها نشد ـ به هر حال، بی‌شک، ما مسائل مهمی را مورد بحث قرار دادیم. بدون شک در روان‌درمانی پیشرفت داشتیم. آیا من این دستورالعمل (آموزه) را زیر پا گذاشته بودم؟ آیا در روان‌درمانی «اصول مطلقی» وجود ندارد؟

سه جلسه آخرمان به کار روی اضطراب بتی در جدایی در شرف وقوع‌مان اختصاص داشت. آن‌چه او در اوایل معالجه از آن وحشت داشت، سپری شده بود: در خودش نسبت به من احساسات عمیقی ایجاد کرده بود و حالا داشت مرا از دست می‌داد. اصلاً در اعتماد به من چه نکته‌ای وجود داشت؟ همان‌طور که او در ابتدا گفته بود «نه رابطه‌ای صمیمانه، نه جدایی.»

من از ظهور مجدد این احساسات قدیمی وحشت نداشتم. اول، ضمن این‌که به پایان نزدیک می‌شویم، بیماران موقتاً به وضعیت قبلی برمی‌گردند (این قطعی و مسلم است). دوم، مسائل یک‌باره و برای همیشه در روان‌درمانی حل نمی‌شوند. به جای آن، روان‌درمانگر و بیمار به ناگزیر بارها و بارها بازمی‌گردند تا فراگیری را تنظیم و تقویت کنند. به همین دلیل، روان‌درمانی را اغلب «درمان ادواری»(۱۰۲) هم می‌نامند.

کوشش کردم با یادآوری به بتی که رشدش نه در اختیار من است و نه در اختیار هیچ موجود خارجی بلکه بخشی از خودش است، بخشی که او باید با خودش حمل کند، به یأس و ناامیدی و این باورش که وقتی مرا ترک کند تمام تلاش‌مان هیچ خواهد شد، بپردازم. برای مثال، اگر او قادر بود بیش از هر کس دیگری به من اعتماد و اسرارش را نزد من فاش کند، در آن صورت در درون خودش تجربه‌ای دارد که او را قادر می‌سازد این کار را دوباره هم انجام دهد. برای این‌که نکات مهمی که گفته‌ام به یادش بماند، در جلسه آخر کوشش کردم تا از خودم به عنوان مثال استفاده کنم.

ـ من هم همین‌طور هستم، بتی. من هم دلم برای ملاقات‌های‌مان تنگ می‌شود. من هم در نتیجه شناخت تو تغییر کرده‌ام.

او شروع به گریه کرد. چشمانش را به پایین دوخته بود، اما با سخنانم هق‌هق گریه‌اش متوقف شد و مشتاقانه به من نگاه کرد.

ـ چه تغییری؟

ـ خوب، قبلاً به تو یادآوری کردم که من تجربه تخصصی زیادی با... اه... با مسئله چاقی نداشتم.

متوجه شدم که چشمان بتی با ناامیدی پایین افتاد و در سکوت مرا به خاطر این رفتار غیرانسانی ملامت کرد.

ـ خوب، منظورم این است که قبلاً با بیمارهای سنگین‌وزن کار نکرده بودم و برای مسائل مربوط به آدم‌های چاق شناخت جدیدی...

از نگاه او متوجه شدم که حتی عمیق‌تر از قبل مأیوس شده است. ادامه دادم:

ـ منظورم این است که نگرش من درباره چاقی خیلی تغییر کرده است. وقتی درمان را شروع کردیم، از معاشرت با آدم‌های چاق احساس راحتی نمی‌کردم...
بتی با لحنی به طور غیرمعمولی عصبانی حرف مرا قطع کرد و گفت:
ـ اوه! اوه! اوه! «احساس راحتی نمی‌کردید» کم‌ترین چیزی است که می‌توانید بگویید. آیا می‌دانید که در شش ماه اول حتی به سختی به من نگاه می‌کردید؟ و در تمام این یک سال و نیم هرگز با من دست نداده‌اید؟ حتی یک بار با من دست نداده‌اید!
دلم فرو ریخت. خدای من، حق با اوست! هرگز با او دست نداده‌ام. من خیلی ساده این موضوع را نفهمیدم. و حدس می‌زنم اغلب به او نگاه هم نمی‌کردم. انتظار نداشتم او متوجه شده باشد!
به تته‌پته افتاده بودم.
ـ می‌دانی، روان‌درمانگرها معمولاً با بیماران‌شان...
ـ اجازه بدهید قبل از این‌که چند دروغ دیگر به هم ببافید و بینی‌تان مثل پینوکیو دراز و درازتر شود، حرف‌تان را قطع کنم.
مثل این‌که بتی از شرمساری من خوشش آمده بود.
ـ اجازه بفرمایید یادآوری کنم که من با کارلوس در یک گروه هستم و اغلب بعد از جلسه گروه، درباره شما خوش و بش می‌کنیم.
آره، حالا فهمیدم که گیر افتاده‌ام. انتظار این موضوع را نداشتم. کارلوس، با سرطان غیرقابل علاجش، خیلی منزوی بود و احساس می‌کرد برای این‌که او را از سر راهم دور کنم و با او تماس نداشته باشم و ظاهراً برای حمایت از او تصمیم گرفته‌ام از او فاصله بگیرم. من قبل و بعد از هر جلسه با کارلوس دست می‌دادم و وقتی از دفتر کارم بیرون می‌رفت، معمولاً دستم را روی شانه‌اش می‌گذاشتم. یک مرتبه، وقتی متوجه شد که سرطان به مغزش سرایت کرده، او را در حالی که گریه می‌کرد، در آغوش گرفتم.
نمی‌دانستم چه بگویم. نمی‌توانستم به بتی بفهمانم که کارلوس موردی استثنایی بود که به این نوع محبت نیاز داشت. خدا می‌داند شاید بتی هم به آن نیاز داشت. حس کردم سرخ شده‌ام. متوجه شـدم چاره‌ای ندارم جز آن‌که قبول کنم.
ـ خوب، تو به یکی از نقاط کور من اشاره کردی! درست است ـ یا بهتر است بگویم، درست بود. آن اوایل که تازه جلسات را شروع کرده بودیم، خودم را کنار می‌کشیدم تا به تو برخورد نکنم.
ـ می‌دانم. می‌دانم. خیلی زیرکانه نبود.
ـ بتی، به من بگو، با دانستن این موضوع ـ فهمیدن این‌که به تو نگاه نمی‌کنم یا از ملاقات با تو راحت نیستم ـ چرا صبر کردی؟ چرا از ملاقات با من منصرف نشدی و سراغ شخص دیگری نرفتی؟ این همه دکتر اعصاب این‌جا هست (هیچ چیز مثل یک

پرسش نمی‌تواند فرد بی‌قرار و عصبانی را سر جایش بنشاند!)
ـ خوب، می‌توانم دست‌کم به دو دلیل فکر کنم. اول، به خاطر داشته باشید که من به آن عادت دارم. مثل این است که انتظار چیز دیگری را ندارم. همه با من به همان طریق شما رفتار می‌کنند. مردم از قیافه من نفرت دارند. هیچ‌کس تا به حال مرا در آغوش نگرفته است. یادتان می‌آید که به همین دلیل وقتی آرایشگرم دست محبت به سرم کشید، تعجب کردم؟ و حتی اگرچه شما به من نگاه هم نکردید، اما دست‌کم به آن‌چه می‌گفتم علاقه‌مند بودید. نه، نه، این درست نیست. شما به چیزهایی علاقه‌مند بودید، مثل این‌که من از شنگول بودن دست بکشم، می‌توانستم بگویم، یا شاید باید می‌گفتم که عملاً رفتارتان مفید بود. هم‌چنین شما در جلسات به خواب نرفتید. این عمل بهتر از رفتار دکتر فاربر بود.
ـ گفتی دو دلیل وجود دارد.
ـ دلیل دوم این است که می‌توانستم آن‌چه را حس می‌کردید، درک کنم. شما و من دست‌کم در یک چیز خیلی شبیه هم بودیم. زمانی را که مرا وادار می‌کردید به انجمن پرخورهای گمنام بروم به یاد می‌آورید؟ تا با مردم چاق دیگر ملاقات کنم، با آن‌ها دوست شوم و چند قرار ملاقات بگذارم؟
ـ بله، به یادم دارم. تو گفتی از این گروه‌ها متنفری.
ـ خوب، درست است. من از گروه‌ها متنفرم. اما این تمام حقیقت نیست. دلیل واقعی این است که من نمی‌توانم آدم‌های چاق را تحمل کنم. آن‌ها حالم را به هم می‌زنند. نمی‌خواهم مثل آن‌ها دیده شوم. بنابراین چطور می‌توانم شما را به خاطر داشتن همین احساس ترک کنم؟
وقتی منشی گفت وقت تمام شده، هر دو روی لبه صندلی‌های‌مان نشسته بودیم. گفت‌وگوی‌مان نفسم را بند آورده و مرا مات و مبهوت کرده بود و دلم نمی‌خواست جلسه تمام شود. نمی‌خواستم دیدن بتی به پایان برسد. می‌خواستم به مصاحبت و شناخت او ادامه دهم. اما مجبور بودیم خداحافظی کنیم. با هر دو دست با او دست دادم.
ـ اوه نه، نه، تو مرا به یاد پدرم می‌اندازی و مثل او هستی، لطفاً مثل دخترت مرا بغل کن. این تنها راهی است که می‌توانی گذشته خودت را جبران کنی.
وقتی او را در آغوش گرفتم، تعجب کردم زیرا به‌قدری لاغر شده بود که توانستم دست‌هایم را به دور او حلقه کنم.

۵. هرگز فکر نمی‌کردم این بلا سر من هم بیاید

از الوا(۱۰۳) در اتاق انتظارم استقبال کردم و فاصله کوتاه تا دفتر کارم را با یکدیگر پیمودیم. اتفاقی روی داده بود. او امروز با روزهای دیگر فرق می‌کرد، راه رفتنش سنگین، لرزان و مأیوسانه بود. در چند هفته اخیر شور و نشاطی در راه رفتنش ایجاد شده بود، اما امروز همانند زن غمگین سنگینی شده بود که هشت ماه قبل برای اولین بار او را ملاقات کردم. اولین کلماتش را به یاد می‌آورم: «فکر می‌کنم احتیاج به کمک دارم. به نظرم زندگی ارزش زیستن ندارد. شوهرم یک سال است که مرده، اما هیچ چیزی بهتر نشده است. شاید من در یاد گرفتن امور کند هستم.»

اما او ثابت نکرده بود که شاگرد ضعیفی است. در حقیقت، روان‌درمانی به طور چشمگیری خوب پیشرفت کرده بود ـ شاید خیلی آسان پیش رفته بود. پس چه چیزی باعث شده بود که به این روز بیفتد؟

الوا ضمن این‌که می‌نشست، آهی کشید و گفت:

ـ هرگز فکر نمی‌کردم این بلا سر من هم بیاید.

کیف دستی‌اش را دزدیده بودند. بنا بر توضیحات الوا این موضوع به نظر یک دزدی معمولی بود. بدون شک دزد در رستوران مونتری(۱۰۴) در کنار دریا الوا را زیر نظر گرفته و دیده بود که بهای غذای سه نفر از دوستانش را که هر سه زن‌های بیوه کهنسالی بوده‌اند، پرداخته است. دزد باید او را تا محوطه پارکینگ اتومبیل‌ها تعقیب کرده باشد اما صدای پایش در غرش امواج خفه شده بود. به سرعت دویده بود و بدون توقف، کیف الوا را چنگ زده و به سرعت به داخل ماشینش که در همان نزدیکی قرار داشت، پریده و فرار کرده بود.

الوا با وجود پاهای متورمش، کشان‌کشان به رستوران بازگشته و درخواست کمک کرده بود، اما خیلی دیر شده بود. چند ساعت بعد، پلیس کیف خالی را که از بوته کنار جاده آویزان شده بود، پیدا کرده بود.

سیصد دلار برایش خیلی مهم بود و الوا چند روز به خاطر پولی که از دست داده بود، آشفته و پریشان بود. آن نگرانی به تدریج از بین رفت و خاطره تلخی باقی گذاشت، خاطره‌ای که با این عبارت بیان می‌شد: «هرگز فکر نمی‌کردم این بلا سر من هم بیاید.» همراه با کیف و سیصد دلارش، توهّمی ـ توهّم خاص بودنش ـ هم از الوا ربوده شده بود. او همیشه جزو قشر مرفه بود، نه مثل آن افراد غیر قابل تحمل، آن آدم‌های معمولی پُردردسر نامطبوعی که در همه‌جا دیده می‌شوند، آن توده‌های انبوه اخبار رادیو و تلویزیون و روزنامه‌های مختلف که همیشه مورد سرقت یا ضرب و جرح قرار می‌گیرند.

سرقت همه چیز را تغییر داد. آرامش رفته بود، عطوفت از زندگی‌اش رفته بود،

امنیت رفته بود. در خانه‌اش همیشه به پُشتی‌ها، باغ، رختخواب‌ها و قالی‌های گرانش اشاره می‌کرد. حالا به قفل‌ها، درها، دزدگیرها و تلفن‌ها نگاه می‌کرد. هر روز صبح ساعت شش با سگش به پیاده‌روی می‌رفت. صبح‌ها هنوز تهدیدآمیز به نظر می‌آیند. او و سگش لحظه به لحظه می‌ایستند و به صدای خطر گوش می‌دهند.

هیچ‌یک از این موضوع‌ها قابل توجه نیست. الوا آسیب دیده بود و حالا از فشار روانی بعد از آسیب رنج می‌برد. بیش‌تر مردم پس از یک حادثه یا اذیت و آزار احساس ناامنی می‌کنند، تا این‌که آستانه وحشت افزایش یابد و هوشیاری کافی به دست آید. سرانجام زمان اثر حادثه را کم‌رنگ می‌کند و قربانی‌ها به تدریج به حالت خوش‌بینی قبلی‌شان بازمی‌گردند.

اما این حادثه برای الوا بیش از یک اذیت و آزار ساده بود. جهان‌بینی‌اش آسیب دیده بود. او اغلب آرام بود. «تا وقتی شخص چشم، گوش و دهان دارد، می‌توانم دوستی با او را گسترش دهم.» اما حالا دیگر نه. اعتقادش به خیراندیشی، به آسیب‌ناپذیری شخصی‌اش را از دست داده بود. احساس می‌کرد امنیتش از بین رفته است. خیلی عادی بی‌پناه شده است. اثر واقعی این سرقت، فروپاشیدن این توهّم بود و در حالتی بی‌رحمانه، تأییدی بر مرگ شوهرش بود.

البته او می‌فهمید که آلبرت مرده است. بیش از یک سال و نیم قبل مرده و دفن شده بود. او تمام مراسمی که از یک بیوه انتظار می‌رفت، از تشخیص سرطان، شیمی‌درمانی سمی ترسناک شکم و معده، آخرین دیدارشان همراه هم از کارمل(۱۰۵)، آخرین رانندگی‌اش در ال کامینو ریل(۱۰۶)، مراقبت‌های بیمارستانی در منزل، مراسم تدفین، تمام کارهای دفتری، دعوت به شام برای یادبود متوفی، باشگاه مردان و زنان بیوه و تحمل شب‌های طولانی تنهایی را انجام داده بود. کل مصیبت ترسناک بود.

با وجود همه این‌ها، الوا احساساتش درباره ادامه حیات آلبرت و بدین وسیله تداوم امنیت و شهرت خودش را حفظ کرده بود. او به گونه‌ای به زندگی ادامه می‌داد «مثل این‌که» دنیا امن بود و «مثل این‌که» آلبرت هنوز آن‌جا، در کارگاه پشت گاراژ کار می‌کرد.

توجه داشته باشید، من از توهّم حرف نمی‌زنم. او به طور منطقی می‌دانست که آلبرت درگذشته است، اما الوا هنوز طبق روال قبل زندگی می‌کرد؛ زندگی روزمره پشت لفافی از توهّم درد را تسکین می‌داد و نور خیره‌کننده دانستن را ملایم می‌کرد. بیش از چهل سال قبل، او قراردادی با زندگی بست که منشأ و شرایط آن با زمان فرسوده شده بود اما طبیعت اساسی آن واضح بود: آلبرت تا ابد از الوا مراقبت خواهد کرد. بر اساس این قول ناآگاهانه، الوا تمام دنیای فرضی‌اش را بنا کرده بود، دنیایی که امنیت و نیک‌خواهی پدرمآبانه را نمایان می‌کرد.

آلبرت یک کاربلد حرفه‌ای بود. او سقف‌ساز، مکانیک اتومبیل، کارگر فنی همه‌کاره و پیمان‌کار بود. خلاصه هر کاری انجام می‌داد. اگر عکسی از مبلمان یا بعضی وسائل

در روزنامه یا مجله‌ای نظرش را جلب می‌کرد، به ساختن آن در کارگاهش می‌پرداخت. من که همیشه با بی‌کفایتی ناامیدانه به کارگاه نگاه می‌کردم، با شیفتگی گوش می‌دادم. چهل و یک سال زندگی با یک کاربلد همه‌فن‌حریف به شدت آرامش‌بخش است. مشکل نیست بفهمیم چرا الوا به این احساس چسبیده است که آلبرت هنوز در آن‌جا، ضمن این‌که در کارگاه چیزهایی را تعمیر می‌کند، مراقب او هم هست. چگونه می‌توانست از این تفکر دست بکشد؟ چرا باید آن را رها کند؟ آن خاطره، که با چهل و یک سال تجربه تقویت می‌شد، یک پیله دور الوا بافته بود که تا وقتی کیفش را چنگ نزده بودند، مانع درک او از واقعیت می‌شد.

از اولین ملاقات با الوا در هشت ماه قبل، تا به حال به سختی توانسته بودم به او توجه کنم. او زنی کوتاه‌قد، چاق و بدقیافه بود، کمی مثل مجسمه شیطان روی گنجه، کمی مثل پری و هر دو وجه بداخلاق و عبوس بود. از دیدن چهره‌اش که مدام تغییر شکل می‌داد، میخکوب شدم: چشمک می‌زد، شکلک درمی‌آورد و یک یا هر دو چشمش از حدقه درمی‌آمدند. به نظر می‌آمد با برس لباسشویی روی پیشانی‌اش شیارهایی ایجاد شده بود. زبانش همیشه دیده می‌شد، اندازه زبانش ضمن این‌که از دهانش بیرون می‌آمد و به داخل می‌رفت یا لب‌های لاستیک‌مانند مرطوبش را دور می‌زد، به طور آشکار تغییر می‌کرد. به یاد می‌آورم که با تجسم معرفی او به بیمارانی که در دورهٔ درمان آرام‌بخش درازمدتی به حرکت‌پریشی تأخیری(۱۰۷) پیشرفته مبتلا هستند، خودم را سرگرم می‌کردم (دارویی که به طور غیرطبیعی عضلات چهره را تحریک می‌کند). بیماران در چند ثانیه به شدت ناراحت خواهند شد زیرا ممکن است فکر کنند که الوا دارد آن‌ها را مسخره می‌کند.

اما آن‌چه واقعاً از الوا نمی‌پسندیدم، خشمش بود. او از خشم عرق می‌ریخت. در چند ساعت اولی که با یکدیگر بودیم، درباره هر کس که می‌شناخت، البته به غیر از آلبرت حرف‌های رکیک و زشتی زد. از دوستانی که دیگر او را دعوت نکرده بودند، نفرت داشت. از افرادی که او را از نگرانی بیرون نیاوردند، متنفر بود. بدون استثنا یا با استثنا، همه چیز برای او یکسان بود: در هر کسی چیزی برای متنفر بودن پیدا می‌کرد. از پزشک‌هایی که به او می‌گفتند آلبرت فوت کرده، نفرت داشت. حتی از کسانی که امید واهی می‌دادند بیش‌تر متنفر بود.

آن ساعت‌ها به من سخت می‌گذشت. در ایام جوانی‌ام ساعت‌های فراوانی را در سکوت صرف نفرت از حرف‌های رذیلانه مادرم کرده بودم. بازی‌های دوران بچگی را به یاد می‌آورم که در آن‌ها سعی می‌کردم موجودی، عمه یا خاله‌ای مهربان اختراع کنم که از کسی نفرت نداشته باشد! پدربزرگی که برای آن زن قصه بگوید، یک هم‌بازی مسن‌تر که از آن خانم دفاع کند، اما هیچ‌گاه شخص دیگری را پیدا نکردم. البته غیر از پدرم و او واقعاً بخشی از آن خانم بود، سخنگوی او بود، دشمن او بود، مخلوقی که (بنا بر قانون اول روباتیک آسیموف) نمی‌توانست علیه سازنده‌اش اقدامی

کند. به خاطر دعاهایم یک بار، پدر خواهش می‌کنم، فقط یک بار، علیه او اقدام کن.

شهر کتاب (nbookcity.com)

تمام کاری که می‌توانستم برای الوا انجام دهم این بود که با صبر و حوصله حرفش را تا آخر گوش کنم، آن ساعت را تحمل کنم و از تمام مهارتم بهره ببرم تا چیزی حمایت‌کننده بگویم ـ معمولاً اظهار نظر بی‌مزه‌ای درباره این‌که چقدر باید برای الوا سخت باشد تا این‌همه خشم را در خود نگه دارد. گاهی اوقات به طور شیطنت‌آمیزی از سایر بستگانش پرس‌وجو می‌کردم. یقیناً باید شخصی قابل احترام وجود داشته باشد. اما هیچ‌کس در امان نبود. پسرش؟ الوا به او آسانسوری می‌گوید که «تا طبقه آخر نرفت». او «غایب» بود. «حتی وقتی جلوی شما ایستاده باشد، باز هم غایب است!» و درباره عروسش؟ به زبان الوا «شلخته خانم! یک شاهزاده غیریهودی آمریکایی». پسرش هنگامی که به سمت خانه رانندگی می‌کند، با تلفن اتومبیلش به همسرش تلفن می‌زند تا بگوید او همین الان شام می‌خواهد. مشکلی نباشد. زنش باید همین کار را انجام می‌داد. الوا به من یادآوری کرد تمام وقتی که شلخته خانم لازم داشت شام بپزد «نُه دقیقه» بود؛ همان‌طور که یک سرآشپز خبره لاغر، شام تلویزیونی را در ماکروفر می‌پزد.

هر کسی یک اسم خودمانی داشت. نوه‌اش که دختر بود، «زیبای خفته»(با چشمکی بزرگ و اشاره سر نجوا می‌کرد) دو توالت داشت. «دو تا، می‌فهمی؟» پرستار و خدمتکارش که استخدام شده بود تا بار تنهایی او را کم کند، لونی تینز(۱۰۸) بود، و این‌قدر بی‌حرف بود که الوا سعی می‌کرد برای مخفی کردن سیگار کشیدن او دود سیگار را با کشیدن سیفون توالت از خانه خارج کند. هم‌بازی بریج پُرمدعایش «دِیم می وایتی»(۱۰۹) بود (و دِیم می وایتی در مقایسه با بقیهٔ دوستانش بانوی تیزهوشی بود، در حالی که طبق گفته الوا همه کسانی که انجمن‌های بازی بریج را در سان‌فرانسیسکو تشکیل می‌دادند، مرده‌های متحرک آلزایمری و آدم‌های بی‌حالی بودند که شمع عمرشان رو به خاموشی بود).

اما به هر ترتیب، با وجود بدخواهی دیرین او و بیزاری من از او و زنده شدن خاطرات مادرم، این جلسات را برگزار کردیم. خشم و رنجشم را تحمل کردم، کمی نزدیک شدم، انتقال متقابلم را با جدا کردن مادرم از الوا حل کردم و خیلی آهسته شروع به گرم گرفتن با او کردم.

فکر می‌کنم روزی به نقطه چرخش رسیدیم که او خودش را روی صندلی دفترم انداخت و گفت: «آخیش، خسته‌ام!» در پاسخ به بالا رفتن ابروهایم، توضیح داد که با خواهرزاده بیست ساله‌اش هجده دور گلف بازی کرده است (الوا شصت سال سن، صد و پنجاه سانتی متر قد و دست‌کم هشتاد کیلو وزن داشت).

من شادمانه پرسیدم:

ـ حال‌تان چطور است؟

که در واقع به معنای ادامه گفت‌وگو از طرف من بود.

الوا به جلو خم شد، در حالی که دستش را کنار دهانش می‌گرفت، مثل این‌که کسی

در اتاق است که نمی‌خواست او صدایش را بشنود، تعداد دندان‌های بی‌شمارش را به من نشان داد و گفت:

ـ چنان کوبیدمش که شلوارش را خراب کرد!

مرا به طرز فوق‌العاده‌ای به خنده انداخت. شروع به خندیدن کردم و آن‌قدر خندیدم که چشمانم پر اشک شد. الوا از خندیدن من خوشش آمد. بعداً به من گفت این اولین عمل خودانگیخته «آقای دکتر پرفسور»(۱۱۰)(نام مستعار و خودمانی من) بود و او هم با من خندید. بعد از آن حسابی با هم خودمانی شدیم. شروع به ارج نهادن به الوا، شوخ‌طبعی خیلی عالی‌اش، تیزهوشی‌اش و مسخره‌بازی‌اش کردم. او یک زندگی پُربار و پُرماجرا را پیش برده بود. از بسیاری جهات شبیه یکدیگر بودیم. او هم مثل من جهش نسلی بزرگی را پشت سر گذاشته بود. والدین من در دهه بیست‌سالگی خودشان به صورت مهاجران تهیدستی از روسیه به ایالات متحده وارد شده بودند. والدین او مهاجران ایرلندی فقیری بودند و او در منطقه بین ساختمان‌های اجاره‌ای ایرلندی بوستن جنوبی و باشگاه مسابقات چندجانبه بریجِ(۱۱۱) ناب هیل(۱۱۲) در سان‌فرانسیسکو بزرگ شده بود.

یک ساعت کار با الوا در آغاز روان‌درمانی واقعاً مشکل بود. وقتی می‌رفتم تا او را از اتاق انتظار بیاورم، با زحمت راه می‌رفتم. اما بعد از چند ماه، همه چیز تغییر کرد. من در انتظار زمان فرا رسیدن جلسه بودم. هیچ کدام از جلسات‌مان بدون خنده‌ای خوب نگذشت. منشی‌ام می‌گفت که از لبخندم می‌توانست بگوید که آن روز با الوا بوده‌ام.

چند ماه هفته‌ای یک‌بار یکدیگر را ملاقات می‌کردیم و روان‌درمانی خوب پیش می‌رفت، در واقع هرگاه روان‌درمانگر و بیمار از یکدیگر لذت ببرند، روان‌درمانی خوب پیش می‌رود. ما درباره دوران بیوه بودن او، نقش اجتماعی تغییر یافته‌اش، ترسش از تنها بودن، اندوهش از این‌که به طور فیزیکی با همسرش تماس ندارد، صحبت می‌کردیم. اما مخصوصاً درباره خشمش، درباره این‌که چگونه خانواده و دوستانش را از خودش دور می‌کند، گفت‌وگو می‌کردیم. به تدریج او بی‌خیال شد، نرم‌تر و مهربان‌تر شد. ماجراهایش با لونی تینز، زیبای خفته، دِیم می وایتی و گروه‌های بازیکن‌های آلزایمری بریج کم‌تر تلخ شدند. آشتی برقرار شد، ضمن این‌که خشمش فروکش کرد، خانواده و دوستانش دوباره در زندگی‌اش ظاهر شدند. او آن‌قدر خوب رفتار می‌کرد که درست قبل از دزدیدن کیفش نگران شده بودم که آیا پس از پایان دوران درمان، دلم برایش تنگ خواهد شد؟

اما وقتی سرقت واقع شد، احساس کرد همه چیز باید از نو شروع شود. سرقت بیش از همه چیز به او فهمانده بود که او هم فردی معمولی است، عبارت «هرگز فکر نمی‌کردم که این بلا سر من هم بیاید»، واکنش او برای از دست دادن باور شخصیت استثنایی‌اش بود. البته او هنوز هم در این‌که کیفیت‌ها و استعدادهای خاصی دارد،

این‌که پیشینه زندگی منحصربه‌فردی داشته است، این‌که هیچ‌کس تا به حال مثل او زندگی نکرده است، خود را شخصیتی خاص می‌دانست. این تفکر وجه منطقی دربارهٔ استثنایی بودن است. اما همه (بعضی‌ها بیش‌تر از دیگران) حسی غیرمنطقی از استثنایی بودن دارند. یکی از افکار عمده غیرمنطقی، انکار مرگ است و وظیفه اصلی بخشی از ذهن ما آرام کردن ترس از مرگ است که باوری غیرمنطقی ایجاد می‌کند که ما آسیب‌ناپذیریم، که چیزهای ناخوشایند مثل پیر شدن و مرگ ممکن است برای دیگران روی دهد و ما از آن مبرّا هستیم، که ما فراسوی قانون، فراسوی بشریت و تقدیر بیولوژیکی زندگی می‌کنیم.

هر چند الوا به دزدیدن کیف به طریقی پاسخ داد که ظاهراً غیرمنطقی به نظر می‌رسید (برای مثال، اظهار داشت که نمی‌تواند خودش را با زندگی در روی زمین سازگار کند، می‌ترسد خانه‌اش را خالی بگذارد) اما آشکار بود از این‌که به طور غیرمنطقی مورد سرقت قرار گرفته، واقعاً رنج می‌برد. این احساس خاص بودن، احساس جذاب بودن، احساس استثنایی بودن، احساس تا ابد تحت حفاظت بودن، تمام احساس خودفریبی که در خدمت او بودند، خیلی ناگهانی قدرت اقناع‌کنندگی خودشان را از دست دادند. او از طریق این توهّم‌ها به خودش نگاه کرد و تمام توهّمی که او را تحت حفاظت گرفته بود، حالا به طرز ترسناکی در برابرش قرار گرفته بود.

حالا اندوه صدمه خوردن به طور کامل در برابرش آشکار شده بود. فکر کردم حالا زمانی است که باید این اندوه را کاملاً آشکار کرد، آن را از بین برد و امکان درمان مستقیم و واقعی آن را فراهم کرد. پس گفتم:

ـ وقتی می‌گویی هرگز فکر نمی‌کردی این بلا سر تو هم بیاید، دقیقاً می‌فهمم منظورت چیست. برای من هم خیلی سخت است که بپذیرم تمام این مصیبت‌ها ـ پیر شدن، گم کردن، مرگ ـ برای من هم اتفاق خواهد افتاد.

الوا با سر تأیید کرد، ابروهای پُرپُشتش نشان داد که از گفته‌های شخصی‌ام درباره خودم تعجب کرده است.
ـ فکر می‌کنم حس می‌کنی که اگر آلبرت زنده بود، این اتفاق هرگز برایت روی نمی‌داد.
پاسخ سربالای او را که اگر آلبرت زنده بود او سه مرغ پیر را برای ناهار بیرون نمی‌برد، نادیده گرفتم.
ـ بنابراین سرقت این حقیقت را به ارمغان آورده که آلبرت واقعاً درگذشته است.
چشمانش پر از اشک شد، اما حس کردم حق با من بود، این دستور جلسه باید ادامه یابد.
ـ من می‌دانم، تو هم از قبل می‌دانستی. اما بخشی از وجودت نپذیرفته است. حالا واقعاً می‌فهمی که او مرده است. او دیگر در محوطه نیست. او در کارگاه پشتی هم نیست. او هیچ کجا نیست. او فقط در خاطرات تو حضور دارد.
الوا حالا داشت واقعاً گریه می‌کرد و جثه فربه‌اش به مدت چند دقیقه با هق‌هق گریه بالا و پایین رفت. قبلاً هرگز در حضور من گریه نکرده بود. در حالی که روی صندلی‌ام نشسته بودم و تعجب کرده بودم، با خودم گفتم «حالا باید چه کار کنم؟» اما خوشبختانه شمّ غریزی‌ام مرا به سمت باز کردن موضوع صحبت هوشمندانه‌ای هدایت کرد. چشمم یک‌دفعه به کیف او افتاد ـ که خیلی غلط‌انداز بود و دزدها را وسوسه می‌کرد. گفتم:
ـ بدشانسی آوردن به کنار، اما نمی‌توانی کیف بزرگ‌تری با خودت این طرف و آن طرف ببری؟
الوا مثل همیشه جسورانه، در توجه به جیب‌های بیش از حد پُر شده‌ام و انبوه درهم و برهم چیزهای روی میز کنار صندلی‌ام خطا نکرد. او اعلام کرد که کیفش «اندازه متوسط» است.
من جواب دادم:
ـ کمی بزرگ‌تر. تو به یک باربر نیاز داری تا آن را این طرف و آن طرف ببرد.
او بدون توجه به طعنه من گفت:
ـ همه چیزهای داخل آن را لازم دارم.
ـ داری شوخی می‌کنی؟ بگذار ببینم!
الوا کیف را روی میزم گذاشت و گفت:
ـ بیا خوب داخلش را نگاه کن.
زیپ کیف را باز کرد و آن را خالی کرد. اولین چیزهایی که بیرون ریخت، سه کیسه خالی حمل توله سگ بود.
پرسیدم:
ـ در مواقع اضطراری دو کیسه دیگر هم لازم داری؟

الوا یک خنده نخودی کرد و به خالی کردن کیفش ادامه داد. همراه با آن هر کالا را وارسی کردیم و درباره‌اش حرف زدیم. الوا بر سه جعبه دستمال کاغذی و دوازده قلم (به‌علاوه سه ته‌مانده مداد) که به راستی غیرضروری بودند، سرپوش گذاشت، اما دو شیشه ادکلن و سه برس موی سر را محکم نگه داشت و با حرکت غرورآمیز دستش آن‌ها را بیرون آورد. به چراغ‌قوه بزرگش، دفترچه یادداشت قطورش و دسته خیلی بزرگ عکس‌هایش اعتراض کردم.

دربارهٔ هر چیزی جر و بحث کردیم. لوله پنجاه سکه ده سنتی. سه جعبه شیرینی (البته کم‌کالری). او به پرسشم کرکر خندید:

ـ الوا، آیا باور می‌کنی که هر قدر بیش‌تر غذا می‌خوری، لاغرتر می‌شوی؟

یک کیسهٔ پلاستیکی حاوی پرتقال پوست‌کنده کهنه («الوا، هرگز نمی‌دانی این پرتقال‌ها را چه موقع پوست کنده‌اند»)، یک دسته میل بافتنی (فکر می‌کنم شش میل برای بافتن یک ژاکت!)، یک پاکت نان پیش‌غذا، نیمی از کتاب جلد مقوایی داستان استیفن کینگ(۱۱۳)(الوا بخش‌هایی از صفحاتی را که خوانده بود، دور می‌ریخت: او توضیح داد که آن‌ها ارزش نگه داشتن ندارند)، یک ماشین دوخت کوچک («الوا، این دیگر دیوانگی است!»)، سه عینک آفتابی و کالاهایی مثل سکه‌های متنوع، گیره کاغذ، ناخن‌گیر، قطعاتی از کاغذ سنباده و چیزهایی که شبیه باند پزشکی بودند و در گوشه‌های داخلی کیف از چشم پنهان مانده بودند.

وقتی کیف بزرگ بالاخره کاملاً خالی شد، الوا و من با تعجب به محتویاتی که به ردیف روی میزم چیده شده بود، خیره شدیم. از این‌که خالی کردن کیف به پایان رسیده بود، متأسف شدیم. او چرخید، لبخندی زد و با مهربانی به یکدیگر نگاه کردیم. این یک لحظه فوق‌العاده صمیمانه بود. به هر حال هیچ بیماری تا کنون چنین رفتاری نکرده بود؛ او همه چیز را به من نشان داد و من همه چیز را پذیرفته بودم و حتی طالب بیش‌تر هم بودم. تمام سوراخ‌سنبه‌های کیفش را نشانم داد، چه شگفت‌انگیز است که کیف یک پیرزن هم برای ایام تنهایی و هم برای زمانی که با دوستان صمیمی‌اش وقت می‌گذراند به صورت ابزاری در خدمتش باشد: انزوای مطلقی که لازمه هستی است و صمیمیتی که ترس و وحشت را می‌زداید، در غیر این صورت باید حقیقت انزوای مطلق را پذیرفت.

آن ساعت دگرگون کننده بود. زمان محبت ما به یکدیگر ـ آن را مهربانی بنامید، محبت کردن بنامید ـ زمان رهایی و رستگاری بود. الوا در آن ساعت از موقعیت بی‌کسی به حالتی امیدوار منتقل شد. او زنده شد و یک بار دیگر توانایی‌اش برای صمیمی شدن قوّت گرفت.

فکر می‌کنم آن بهترین ساعت روان‌درمانی‌ای بود که تا آن روز ارائه داده بودم.

۶. نرو، ای مهربان

نمی‌دانستم چه جوابی بدهم. قبلاً هرگز بیماری نداشتم که از من درخواست کند نامه‌های عاشقانه را برایش نگه دارم. دِیو دلایلش را با صراحت مطرح کرد. مردی شصت و نه ساله که اطلاع یافته بود ممکن است ناگهان بمیرد. در این صورت، همسرش شاید نامه‌ها را پیدا کند و از خواندن آن‌ها ناراحت شود. هیچ‌کس دیگری وجود نداشت تا از او بخواهد که آن‌ها را برایش نگه دارد، حتی هیچ دوستی نداشت که جرئت کند راجع به این موضوع با او صحبت کند. همسر سابقش، محبوب اولش، ثریا، سی سال قبل هنگام به دنیا آوردن نوزادش مرده بود ـ البته نوزاد زنده مانده بود. دِیو به سرعت اضافه کرد که خدا می‌داند چه بر سر نامه‌هایش به ثریا آمده است!

پرسیدم:

ـ می‌خواهی با آن‌ها چه کار کنم؟

ـ هیچ کار. اصلاً هیچ کاری نمی‌خواهد انجام دهید. فقط آن‌ها را نگه دارید.

ـ آخرین مرتبه‌ای که آن‌ها را خواندی، کی بود؟

ـ دست‌کم بیست سال است که آن‌ها را نخوانده‌ام.

من جسارتاً عرض کردم:

ـ آن‌ها به نظر مثل سیب‌زمینی داغ هستند. اصلاً چرا می‌خواهی آن‌ها را نگه داری؟

دِیو با ناباوری به من نگاه کرد. فکر کنم شک لرزه بر اندامش انداخت. آیا من واقعاً احمق بودم؟ آیا او در این فکر که من به اندازه کافی برای کمک به او حساس هستم، اشتباه کرده بود؟ بعد از چند ثانیه گفت:

ـ هیچ‌گاه آن‌ها را از بین نخواهم برد.

این کلمات پایانی بر این نگرش بود؛ اولین علامت فشار در رابطه‌ای که ما در طول شش ماه گذشته شکل داده بودیم. نظرم اشتباه بود، پس به طور مسالمت‌آمیز عقب‌نشینی کردم و مسئله‌ای را که جواب قطعی نداشت، مطرح کردم:

ـ دِیو، قدری بیش‌تر درباره نامه‌ها و این‌که چه مفهومی برایت دارند، صحبت کن.

دِیو شروع به صحبت درباره ثریا کرد، تنش در چند دقیقه از بین رفت و شادابی اعتماد به نفس خیلی زود به او برگشت. زمانی که مدیریت شاخه‌ای از یک شرکت آمریکایی را در بیروت به عهده داشت، با ثریا ملاقات کرد. او زیباترین زنی بود که تا آن زمان فتح کرده بود. «فتح» واژه‌ای بود که دِیو به کار برد. دِیو همیشه با گفتن چنین عباراتی مرا متعجب می‌کرد، کلماتی که بخشی ماهرانه و بخشی فلسفی‌مآب بود. چرا او کلمه «فتح» را به کار برد؟ آیا خودآگاهی‌اش حتی از آن‌چه من فکر کرده بودم، کم‌تر بود؟ یا شاید خیلی روشنفکرتر از من بود و خودش و مرا نیز با طنزی

ظریف مسخره می‌کرد؟

او عاشق ثریا شد، یا دست‌کم، او تنها محبوبش بود (و آن‌ها با یکدیگر ازدواج کردند) و به همین دلیل دِیو به راحتی به او گفت «دوستت دارم». او و ثریا چهار سال به شادی و پنهان از خانواده دِیو با هم زندگی کردند. (نه شاد و پنهان، بلکه به طور «پنهانی شاد») ـ درباره این موضوع کمی توضیح خواهم داد ـ و پنهان‌کاری، محور شخصیت دِیو بود که همه چیزهای دیگر حول آن می‌چرخید. او با پنهان‌کاری برانگیخته و جلب می‌شد و اغلب با هزینه شخصی عظیمی به پیشواز آن می‌رفت. بسیاری از روابطش، به‌خصوص روابطش با سه همسر قبلی و همسر فعلی‌اش به خاطر بی‌میلی او به روراست بودن یا درباره هر چیز صادق بودن، دگرگون و متلاشی شده بود.

بعد از چهار سال، شرکت دِیو او را به نقطه دیگری از دنیا منتقل کرد و در شش سال بعد تا موقع مرگ ثریا، دِیو و ثریا به خاطر مخالفت خانواده ثریا با عزیمت او به همراه شوهرش، فقط چهار مرتبه یکدیگر را ملاقات کردند. اما تقریباً هر روز با هم مکاتبه می‌کردند. او نامه‌های ثریا (صدها نامه) را نگه داشته و به خوبی پنهان کرده بود. گاهی اوقات آن‌ها را با دسته‌بندی عجیب در کمد پرونده‌های بایگانی قرار می‌داد (با عنوان «گ» برای «گناهکار»، یا «الف» برای «افسردگی» ـ تا در موقع افسردگی عمیق بتواند نامه مطلوبش را به آسانی پیدا کند و بخواند).

یک مرتبه، به مدت سه سال آن‌ها را در صندوق امانات نگه داشته بود. تعجب کردم، اما درباره رابطه همسرش با کلید صندوق امانات چیزی نپرسیدم. با توجه به اطلاع از علاقه او به پنهان‌کاری و تبانی، می‌توانستم تصور کنم که چه روی داده بود: او به طور اتفاقی به همسرش اجازه داده بود که کلید را ببیند و سپس یک داستان آشکارا جعلی سرهم کرده بود تا کنجکاوی همسرش را تحریک نکند. سپس ضمن این‌که همسرش نگران‌تر و کنجکاوتر شده بود، دِیو همسرش را به خاطر بدگمانی ناپسند نسبت به خودش و به خاطر فضولی و برای محدود کردن او تحقیر کرده بود. دِیو بارها این قبیل ماجراها را به نمایش درآورده بود.

ـ حالا نسبت به نامه‌های ثریا خیلی بیش‌تر نگرانم و تعجب می‌کنم چرا آن‌ها را نگه نمی‌دارید. این کار خیلی ساده‌ای است.

هر دو به کیف مردانه باد کرده بزرگ او نگاه کردیم که روی آن نوشته شده بود «نامه‌های عاشقانه ثریا»؛ ثریای عزیز که سال‌ها قبل مُرده و مغز و جسمش از بین رفته است، که مولکول‌های «دی‌اِن‌اِی» پراکنده شده‌اش ذره ذره در حوضچه‌های زمین فرو رفته‌اند و سی سال است که دیگر به دِیو یا هیچ چیز دیگری فکر نکرده است.

تعجب می‌کردم که چرا دِیو به گذشته بازمی‌گردد تا شاهد رفتار خودش باشد. تا ببیند که چقدر مسخره است، چقدر مذبوحانه است، که یک مرد مسن که تلوتلو

خوران به سمت مرگ می‌رود، آن‌چنان شیفته شده باشد که فقط با در آغوش گرفتن چند نامه احساس آرامش کند و با به دوش کشیدن پرچم راه‌پیمایی مربوطه اعلام کند که یک بار و فقط یک بار آن هم سی سال قبل عاشق بوده است. آیا دیدن آن تصویر کمکی به دِیو می‌کرد؟ آیا می‌توانستم به او کمک کنم تا بدون این‌که احساس کند او و نامه‌ها را تحقیر می‌کنم، قیافه خودش را در حالی که «شاهد خودش است» مجسم کند؟

از نظر من، روان‌درمانی «خوب»(که آن را با روان‌درمانی عمیق یا نافذ یکی می‌دانم، اما متأسفم بگویم که با روان‌درمانی مؤثر یا حتی مفید یکسان نیست) که با یک بیمار «خوب» پیش برده می‌شود، در اصل اقدامی جسورانه برای جست‌وجوی حقیقت است. وقتی تازه‌کار بودم، در جست‌وجوی کشف حقیقتِ گذشته بودم تا تمام مختصات زندگی را ردیابی کنم و به وسیله آن، آسیب‌ها، انگیزه‌ها، کردارها و زندگی فعلی شخص را تعیین کنم و توضیح دهم.

عادت داشتم صد درصد مطمئن شوم. چه تکبر و غروری! و حالا آهسته آهسته به چه نوعی از حقیقت نزدیک می‌شوم؟ فکر می‌کنم به شکار توهّم می‌پردازم. من با سحر و جادو می‌جنگم. اعتقاد دارم که هر چند توهّم اغلب شادی‌بخش و آرامش‌بخش است، اما سرانجام و ناگزیر روح را ضعیف و محدود می‌کند.

اما زمان‌بندی و قضاوت هم مهم است. اگر چیز بهتری ندارید که عرضه کنید، هیچ‌گاه هیچ چیز را دور نریزید. مواظب عریان کردن حقیقت برای بیماری باشید که نمی‌تواند سردی واقعیت را تحمل کند. و خودتان را به خاطر جنگیدن با خرافات عوام از بین نبرید: شما حریف آن نیستید. گرایش به خرافات بسیار قوی است، ریشه‌هایش بسیار عمیق و استحکامات فرهنگی‌اش خیلی قدرتمند است.

با وجود این من بی‌ایمان نیستم، دعای من برای رستگاری مادر مقدس همان وردی است که سقراط حکیم می‌گفت. «زندگی بدون تجربه کردن، ارزش زیستن ندارد.» اما این ایمان دِیو نبود. بنابراین کنجکاوی‌ام را مهار کردم. دِیو درباره مفهوم نهایی دسته نامه‌هایش وحشت‌زده تعجب کرده بود و حالا محکم و خونسرد، پذیرای چنین پرس‌وجویی نبود. بنابراین حالا و شاید هیچ‌وقت دیگر چنین سؤالی مفید نباشد.

علاوه بر آن، پرسش‌هایم دور باطل بودند. هم‌چنین متوجه شدم دِیو از خیلی جهات شبیه خودم است و برای دورویی‌هایم مرزی وجود دارد. من نیز پاکتی از نامه‌های عاشقانه‌ای دارم که خیلی وقت قبل فراموش شده‌اند. من نیز آن‌ها را زیرکانه (در دستگاه کامپیوترم با عنوان «خ» برای خانه قانون‌زده(۱۱۴)، داستان مورد علاقه‌ام از چارلز دیکنز) پنهان کرده‌ام، تا وقتی زندگی به مأیوسانه‌ترین حالتش رسید، آن‌ها را بخوانم. من نیز آن نامه‌ها را هیچ‌گاه دوباره نخوانده‌ام. هر گاه سعی کردم آن‌ها را بخوانم، به جای آرامش، عذابم دادند. پانزده سال است در کمد بایگانی دست‌نخورده مانده‌اند و من نیز نتوانسته‌ام آن‌ها را از بین ببرم.

آیا من بیمار خودم هستم (یا روان‌درمانگر خودم هستم)؟ آیا باید بگویم «فرض کن نامه‌ها را دور ریخته بودی، از بین رفته بودند یا گم شده بودند، چه احساسی داشتی؟ به آن احساس متوسل شو، آن را بررسی کن.» اما خودم نتوانستم. اغلب فکر می‌کردم ای کاش آن‌ها را سوزانده بودم، اما آن فکر همیشه درد وصف‌ناپذیری به دنبال دارد. می‌دانم علاقه شدیدم به دیو و فوران کنجکاوی و شیفتگی‌ام نسبت به موضوع از کجا ناشی شد: از دِیو خواهش کردم کار مرا به جای من انجام دهد، یا به درمان هر دو نفرمان بپردازد.

(nbookcity.com) شهر کتاب

از ابتدا حس کرده بودم دِیو توجه مرا به خودش جلب کرده است. شش ماه قبل در اولین جلسه‌مان، بعد از کمی تعارف، پرسیدم:
ـ مشکل چیست؟
او جواب داد:
ـ دیگر نمی‌توانم آن‌ها را دور بریزم!
تعجب کردم. به خاطر می‌آورم وقتی او را برانداز می‌کردم: قدبلند، باریک‌اندام، بدنی نیرومند، موی سرش کاملاً سیاه و براق و چشمان شیطنت‌آمیز سرزنده‌اش او را شصت و نه ساله نشان نمی‌داد و به فکر فرو رفته بودم. «کلاه شاپو را از سرش برداشت!» پدرم اولین عمل جراحی قلبش را در چهل و هشت‌سالگی انجام داد. امیدوار بودم وقتی شصت و نه‌ساله شدم، آن‌قدر سرزنده و شاداب باشم که بتوانم نگران «دور ریختن نامه‌ها» باشم.
دِیو و من هر دو در زندگی گرایش شدیدی به رفاقت با دیگران داشتیم. من بهتر از او بر خودم و رابطه با دوستانم تسلط داشتم و دوستان قدیمی زیادی داشتم، اما یاد گرفته بودم که مانع از سلطهٔ رفاقت بر زندگی‌ام شوم. هم‌چنین اشتیاق دِیو برای پنهان‌کاری را نداشتم و با افراد زیادی از جمله آشنایان همسرم ـ که همه چیز را با او در میان می‌گذاشتم ـ نیز دوست بودم.
به نامه‌ها بازگردیم. چه کار باید می‌کردم؟ آیا باید نامه‌های دِیو را نگه می‌داشتم؟ خوب، چرا نه؟ همه چیز به کنار، آیا این علامت فرخنده‌ای نبود که او با اشتیاق به من اعتماد کرده است؟ هرگز نتوانسته بود به هیچ‌کس و یقیناً به هیچ مردی اعتماد کند. هرچند دلیل واضح او برای مراجعه به من ناتوانی جنسی بود، اما حس کردم مسئله اصلی روان‌درمانی، بهبود نحوه ارتباط با دیگران است. شرط لازم برای در میان گذاشتن بعضی مسائل در روان‌درمانی، رابطه‌ای مبتنی بر اعتماد است و شاید نقش مهمی در تغییر نیاز بیمارگونهٔ او به پنهان‌کاری داشته باشد. نگه داشتن نامه‌ها شاید پیوندی از اعتماد بین ما پدید آورد.
شاید نامه‌ها قدرت بیش‌تری به من بدهند. هرگز حس نکرده بودم که دِیو در روان‌درمانی هم پنهان‌کاری را وارد کند، هر چند در مورد ناتوانی جنسی او کار خوب پیش می‌رفت. روش من تمرکز بر ناسازگاری زناشویی بود و چنین به نظر می‌رسید که همراه با مقدار زیادی خشم و بدگمانی متقابل در رابطه باید انتظار ضعف را هم داشت. دِیو که اخیراً (برای چهارمین بار) ازدواج کرده بود، ازدواج اخیرش را هم به همان سبک ازدواج‌های قبلی‌اش شرح داد: حس می‌کرد که زندانی شده و همسرش نگهبان زندان است. به مکالمات تلفنی‌اش گوش می‌دهد و نامه‌ها و مقاله‌های شخصی‌اش را می‌خواند. به او کمک کردم بفهمد که اگر در زندان بود، این زندان را خودش ساخته بود. البته، همسرش سعی می‌کرد اطلاعاتی راجع به او به دست آورد. البته همسرش نسبت به اعمال و مکاتبات او کنجکاو بود. اما این دِیو بود که با رد

مطرح کردن حتی بخش‌های بی‌اهمیت اطلاعاتی درباره زندگی‌اش، کنجکاوی همسرش را تحریک کرده بود.

دِیو به این رویکرد به خوبی پاسخ داد و کوشش‌های قابل ملاحظه‌ای به کار برد تا بخش‌های بیش‌تری از زندگی و تجربهٔ درونی‌اش را با همسرش در میان بگذارد. عمل دِیو دور باطل را شکست، همسرش نرم شد، خشم دِیو از بین رفت و عملکرد رابطهٔ جنسی با همسرش بهتر شد.

حالا با بررسی انگیزه ناخودآگاه به درمان پرداختم. دِیو از این باور که او زندانی همسرش نیست، چه پاداشی به دست آورد؟ انگیزه هیجانی‌اش برای پنهان‌کاری چیست؟ چه چیزی مانع می‌شد که او حتی یک رابطه صمیمانه غیرجنسی با مرد یا زنی برقرار کند؟ چه چیزی مانع اشتیاق او برای ایجاد رابطه صمیمانه شده بود؟ آیا این اشتیاق، حتی حالا در شصت‌ونه‌سالگی، می‌توانست از اعماق به سطح بیاید، دوباره زنده و درک شود؟

اما به نظر می‌رسید این‌ها بیش‌تر از آن‌که پروژه دِیو باشند، پروژه من هستند. شک داشتم که او به سادگی با بررسی انگیزه‌های ناآگاه موافقت کند. او دوست داشت با من صحبت کند، اما معتقدم که جاذبه اصلی، فرصتی برای یادآوری خاطرات گذشته بود تا خاطرات شیرین دوران پیروزی عاشقانه را زنده نگه دارد. ارتباط من با او محتاطانه بود. همیشه حس می‌کردم که اگر خیلی کاوش کنم، خیلی به نگرانی‌اش نزدیک شوم، شاید به سادگی ناپدید شود و در قرار ملاقات بعدی‌اش حاضر نشود و من هم هرگز قادر نخواهم بود دوباره با او تماس بگیرم.

اگر نامه‌ها را نگه دارم، آن‌ها به صورت طناب مهار عمل خواهند کرد: او به سادگی نمی‌تواند از موضوع منحرف و ناپدید شود. در بدترین حالت، مجبور خواهد بود درباره پایان دادن به جلسات پیش‌قدم شود، با من روبه‌رو شود و درخواست کند که نامه‌ها را به او برگردانم.

از آن گذشته، حس کردم مجبورم نامه‌ها را قبول کنم. دِیو خیلی زودرنج بود. چگونه می‌توانستم نامه‌ها را بدون نادیده گرفتن احساساتش نپذیرم؟ او در قضاوت هم به شدت عجول بود. یک اشتباه ممکن بود مهلک باشد؛ او به ندرت به مردم شانس دوباره می‌داد.

با وجود این هنوز از درخواست دِیو ناراحت بودم. دلایل خوبی برای نپذیرفتن نامه‌ها داشتم. من باید با سایه‌اش پیمان می‌بستم، پیمانی با آسیب‌شناسی می‌بستم. درباره درخواست هم توطئه‌ای در کار بود. رابطه ما مثل رابطه دو پسربچه بدجنس شده بود. آیا می‌توانستم یک رابطه روان‌درمانی محکم را روی چنان بنیان‌های ضعیفی بنا کنم؟

نظرم برای نگه داشتن نامه‌ها تصمیم دِیو برای پایان دادن به روان‌درمانی را سخت‌تر می‌کرد، چیزی که به سرعت متوجه شدم کار بی‌معنایی بود. من این ترفند را رد کردم،

زیرا فقط یک دسیسه بود؛ یکی از اقدام‌های عوام‌فریبانه، احمقانه و فریبنده که همیشه نتیجه معکوس می‌داد. دسیسه‌ها یا حیله‌ها برای این‌که دِیو با دیگران مستقیماً و به درستی رابطه برقرار کند، کمک نمی‌کردند. مجبور بودم رفتاری شرافتمندانه و صادقانه به کار ببرم.

از آن گذشته، اگر می‌خواست روان‌درمانی را متوقف کند، راهی پیدا می‌کرد که نامه‌هایش را پس بگیرد. بیماری را به یاد آوردم که بیست سال قبل روان‌درمانی‌اش به خاطر دورویی به من آسیب وارد کرد. این خانم یک بیمار چندشخصیتی بود که دو شخصیتش (که آن‌ها را بلوش(۱۱۵) و برازن(۱۱۶) می‌نامم) یک جنگ فریبکارانه علیه یکدیگر به راه انداخته بودند. شخصیتی که من معالجه می‌کردم، بلوش بود؛ یک زن جوان خشکه‌مقدس مقید، در حالی که برازن که به ندرت با او مواجه می‌شدم، خودش را فروشنده «بازار مکاره کالیفرنیا» معرفی می‌کرد. بلوش اغلب با تعجب از خواب بیدار می‌شد تا برازن را پیدا کند که حساب بانکی او را خالی کرده تا لباس‌های شیک نیمه‌برهنه، لباس‌خواب‌های قرمز توری و بلیت هواپیما برای گشت و گذار در سواحل مکزیک و لاس‌وگاس بخرد. یک روز به بلوش اعلام خطر شده بود که بلیت سفر هوایی به دور دنیا را در گنجه‌اش پیدا کند و فکر می‌کرد که او می‌تواند با قفل کردن تمام کمدهای لباس‌های نامناسب برازن در دفتر کار من، مانع سفر برازن شود. تا حدودی آشفته و مایل بود هر جایی را یک بار امتحان کند، من موافقت کردم و لباس‌هایش را زیر میز کارم پنهان کردم. یک هفته بعد، وقتی صبح زود به دفتر کارم رسیدم، در دفتر شکسته شده بود و اموالم را دزدیده بودند، لباس‌ها هم ربوده شده بود. همان‌جا صبر من نیز تمام شد. دیگر هیچ‌وقت بلوش (یا برازن) را ندیدم.

فرض کنید دِیو در اثنای روان‌درمانی با من فوت کرد! با وجود وضعیت مناسب سلامتی‌اش، او شصت و نه سال دارد. خیلی‌ها در شصت‌ونه‌سالگی می‌میرند. در آن صورت، باید با نامه‌ها چه کار کنم؟ از آن گذشته، در کدام جهنمی آن‌ها را نگه دارم؟ آن نامه‌ها باید پنج کیلو وزن داشته باشند، برای یک لحظه مجسم می‌کنم آن‌ها را همراه با خودم دفن کنم. اگر آن‌ها کشف شوند، ممکن است پاپوشی برای من درست شود.

اما مسئله اصلی واقعی در نگهداری نامه‌ها، به روان‌درمانی گروهی مربوط می‌شد. چند هفته قبل به دِیو پیشنهاد کردم که وارد گروه‌درمانی شود و طی سه جلسه این موضوع را به‌طور مفصل مورد بحث قرار دادیم. علاقه وافرش به پنهان‌کاری، تمایلات منحرفش هنگام بحث در مورد زنان، ترس و بی‌اعتمادی‌اش نسبت به همه مردان، به نظر من تمام این ویژگی‌ها موضوع‌هایی عالی برای کار در گروه‌درمانی بود. او با بی‌میلی موافقت کرد که گروه‌درمانی را با من شروع کند و جلسه آن روز، آخرین جلسه دونفرهٔ ما بود.

درخواست دِیو از من برای نگهداری نامه‌ها نیز در همین زمینه درک می‌شود. ابتدا کلاً ممکن بود که انتقال قریب‌الوقوع به گروه، عامل اصلی این درخواست باشد. بدون شک به خاطر از دست دادن ارتباط اختصاصی‌اش با من متأسف بود و از این نظریه که ارتباطش با من را با اعضای گروه در میان بگذارد، رنجیده‌خاطر شده بود. بدین ترتیب، تقاضا از من برای نگه داشتن نامه‌ها شاید راهی برای تداوم بخشیدن به رابطه اختصاصی و شخصی‌مان بود.

خیلی خیلی با ملاحظه سعی کردم آن نظریه را بیان کنم، تا حساسیت شدید دِیو را تحریک نکند. مواظب بودم با بیان این‌که از نامه‌ها به عنوان وسیله‌ای برای رسیدن به هدف استفاده می‌کند، نامه‌ها را تحقیر نکنم. هم‌چنین مواظب بودم به نظر نیاید که رابطه‌مان را زیر نظر دارم. این زمانی برای به کمال رساندن [ارتباط‌مان] بود.

دیو، شخصی بود که به زمان زیادی در روان‌درمانی نیاز داشت تا به جای بررسی این‌که آیا چیزی واقعی در رابطهٔ ما وجود دارد، به سادگی بیاموزد که چگونه از آن استفاده کند. حق دارید که این برداشت مرا مسخره کنید. او اصرار می‌کرد فقط به دلیل این‌که همسرش حالا دارد خانه‌تکانی می‌کند و کارش را بی‌وقفه انجام می‌دهد و یقیناً محلی را که نامه‌ها را مخفی کرده بود، پیدا می‌کرد، از من می‌خواست فعلاً نامه‌ها را نگه دارم.

من جوابی ندادم، اما درخواست کردم لحظه‌ای بدون برخورد صبر کند. موقتاً بی‌خیالش شدم. حتی بیش‌تر نگران بودم که نگه داشتن نامه‌ها سرانجام باعث کارشکنی در کار گروه‌درمانی‌اش شود. می‌دانستم که گروه‌درمانی برای دِیو پیروزی بزرگی بود اما کار مخاطره‌آمیز بزرگی هم بود و دوست داشتم ورودش به آن را آسان کنم.

ممکن بود این کار مزایای زیادی داشته باشد. گروه می‌توانست جامعه امنی به دِیو تقدیم کند تا در آن مشکلات میان‌فردی‌اش و تجربهٔ رفتاری جدید را شناسایی کند. مثلاً شاید بخش بیش‌تری از ذات خودش را آشکار می‌کرد، به سایر مردها نزدیک‌تر می‌شد و با زنان به جای افرادی که فقط باید تولید مثل کنند، به صورت موجودات انسانی مخلوق خدا رابطه برقرار می‌کرد. دِیو ناآگاهانه اعتقاد داشت که هر یک از این موارد به حادثه‌ای مصیبت‌بار منجر می‌شود. گروه عرصه‌ای آرمانی بود تا بطلان این فرضیات را تأیید کند.

از میان خطرات بسیار، از یک ماجرای خاص وحشت داشتم. فرض کردم دِیو نه تنها نپذیرد که اطلاعات مهم (یا بی‌اهمیت) درباره خودش را با گروه در میان بگذارد بلکه به صورتی خجالتی یا ناراحت‌کننده رفتار کند. اعضای گروه ممکن است سؤال کنند و سپس تقاضای مطالب بیش‌تری داشته باشند، اما دِیو با در میان گذاشتن اطلاعات کمی به درخواست‌شان پاسخ دهد. گروه ممکن است خشمگین شوند و او را متهم کنند که آن‌ها را به بازی گرفته است. دِیو شاید احساس کند صدمه خورده و

گرفتار دردسر شده است. بدگمانی و ترسش از اعضای گروه تأیید خواهد شد و از گروه کنار خواهد کشید، سپس منزوی‌تر و ناامیدتر از زمان شروع خواهد شد.
به نظرم آمد اگر قرار شود نامه‌ها را نگه دارم، با استفاده از روان‌درمانی متقابل، با علاقه شدید او به پنهان‌کاری همدست شده‌ام. حتی قبل از شروع جلسات گروهی، او وارد دسیسه‌ای با من شده بود که سایر اعضای گروه از آن کنار گذاشته شده بودند.
بالاخره با سبک و سنگین کردن تمام این ملاحظات پاسخم را انتخاب کردم.
ـ دیو، فهمیدم که چرا نامه‌ها برایت مهم هستند و از این‌که تنها کسی هستم که مشتاقانه با اطمینان آن‌ها را به من می‌سپاری، ممنونم. با وجود این، تجربه من این است که گروه‌درمانی وقتی به بهترین وجه مؤثر است که همه اعضای گروه و از جمله سردسته گروه، تا حد امکان صادق باشند. واقعاً می‌خواهم گروه برایت مفید باشد و فکر می‌کنم بهترین کار این است که ما هم روراست باشیم. خوشحال خواهم شد که نامه‌ها را در صندوقی قرار دهم، درِ آن را قفل کنم و تا وقتی تو دوست داشته باشی آن‌ها همان‌جا بمانند، به شرط این‌که موافق باشی درباره توافق‌مان به گروه اطلاع دهی.
دِیو بهت‌زده نگاه کرد. انتظار این را نداشت. آیا او طفره رفته بود؟ چند دقیقه‌ای تأمل کرد و بعد گفت:
ـ نمی‌دانم. باید راجع به آن فکر کنم. بعداً به شما مراجعه می‌کنم.
سپس در حالی که کیف دستی و نامه‌های بی‌خانمانش را به دنبال خودش می‌کشید، دفتر کارم را ترک کرد.
دِیو دیگر هیچ‌گاه به خاطر نامه‌هایش به من مراجعه نکرد ـ دست‌کم نه به طریقی که انتظار داشتم ـ اما به گروه پیوست و صمیمانه در چند جلسه اول شرکت کرد.
از شوق و اشتیاق او واقعاً گیج و مبهوت شده بودم. تا جلسه چهارم به ما گفت که گروه نقطه اوج زندگی هفتگی اوست و متوجه شده است تا رسیدن جلسه بعدی روزشماری می‌کند. افسوس که دلیلِ پشت این اشتیاق و جذبه و کشش، خودشناسی نبود، بلکه حضور چهار خانم جذاب در گروه بود. او فقط بر آن‌ها تمرکز کرده بود و بعداً متوجه شدیم که سعی کرده با دو تن از آن‌ها خارج از گروه قرار ملاقات بگذارد و خوشبختانه موفق نشده بود.
همان‌طور که انتظار داشتم، دِیو چهره واقعی خودش را به خوبی در گروه پنهان نگه داشته بود و در حقیقت رفتارش از طرف عضو پنهان‌کار دیگر گروه تقویت می‌شد؛ زن بیوه زیبا و مغروری که او هم مثل دِیو ده سال جوان‌تر از سن خودش به نظر می‌رسید. در یک جلسه از او و دِیو خواسته شد که سن خود را اعلام کنند. اما هر دو رد کردند. خیلی وقت قبل (وقتی مسائل جنسی «مسائل خصوصی» تلقی می‌شد) گروه‌های روان‌درمانی تمایلی به گفت‌وگو درباره مسائل خصوصی نداشتند. با وجود

این، در دو دهه گذشته، گروه‌ها درباره مسائل خصوصی راحت‌تر صحبت می‌کنند، ولی پول به موضوعی خصوصی تبدیل شده است. در هزاران جلسه گروهی که اعضای آن کاملاً بی‌پروا فرض می‌شوند، هنوز می‌شنوم که اعضای آن درآمد خود را مخفی می‌کنند.

اما در گروه دیو، سن به رازی جنجالی تبدیل شده بود. دِیو درباره آن مسخره‌بازی درمی‌آورد و شوخی می‌کرد اما قاطعانه از بیان آن خودداری می‌کرد. او شانس خود را برای موفقیت در ازدواج احتمالی با یکی از خانم‌های گروه به خطر نمی‌انداخت. در یک جلسه وقتی یکی از خانم‌های گروه او را تحت فشار قرار داد تا سن خود را بگوید، دِیو پیشنهاد مبادله کرد: رازش، یعنی سنش را می‌گوید در عوض خانم تعداد کفش‌هایش را بگوید.

از میزان مخالفت در گروه نگران شده بودم. نه فقط دِیو و نه فقط پنهان‌کاری در گروه، بلکه شوخی‌ها و ادا و اطوارهایش کل گفتمان گروه‌درمانی را به سطح کم‌مایه‌ای تنزل داده بود.

با وجود این، در یک جلسه، لحن گفت‌وگو به شدت جدی شد. یک خانم اعلام کرد به تازگی متوجه شده که نامزدش سرطان دارد. این خانم متقاعد شده بود که نامزدش به زودی خواهد مرد؛ هر چند پزشک‌ها ادعا کرده بودند که با وجود تضعیف شرایط جسمی و سن بالایش (نامزد خانم شصت و سه سال داشت) آینده‌اش ناامید کننده نیست.

من به جای دِیو به خودم لرزیدم: مردی «سالخورده» در شصت‌وسه‌سالگی، که هنوز شش سال از او جوان‌تر بود. اما دِیو به روی خودش نیاورد و در حقیقت، بسیار صادقانه شروع به صحبت کرد:

ـ شاید آن چیزی است که باید درباره‌اش در گروه صحبت کنم. من از بیماری و مرگ خیلی می‌ترسم و حاضر نیستم نزد دکتر ـ دکتر واقعی ـ بروم.

با حرکت سر و دست به طور شیطنت‌آمیزی به من اشاره کرد و ادامه داد:

ـ آخرین آزمایش‌های پزشکی‌ام بیش از پانزده سال قبل انجام شده است.

عضو دیگر گروه گفت:

ـ دیو، سن و سالت هر چه هست، اما خوب به نظر می‌رسی.

ـ متشکرم. من مواظب خودم هستم. با شنا کردن، تنیس و پیاده‌روی، دست‌کم روزی دو ساعت ورزش می‌کنم. ترزا، تو و نامزدت را درک می‌کنم، اما نمی‌دانم چطور می‌توانم کمک کنم. من درباره پیر شدن و مرگ خیلی فکر کرده‌ام، اما افکارم آن‌قدر وحشتناک هستند که نمی‌توانم درباره آن‌ها صحبت کنم. صادقانه بگویم، من حتی دوست ندارم افراد بیمار را ملاقات کنم یا به صحبت درباره بیماری گوش بدهم. آقای دکتر...

مجدداً با سر و دست به من اشاره کرد:
ـ همیشه می‌گوید من مسائل را در گروه جدی نمی‌گیرم. شاید دلیلش همین باشد!
پرسیدم:
ـ دلیل چه چیزی همین است؟
ـ خوب، اگر بخواهم جدی باشم، شروع می‌کنم به صحبت درباره این که چقدر از پیر شدن متنفرم، چقدر از مرگ می‌ترسم. شاید روزی دربارهٔ کابوس‌های شبانه‌ام برای شما صحبت کنم.
ـ دِیو، تو تنها کسی نیستی که از این چیزها می‌ترسی. شاید اگر بدانی که همه در یک قایق هستیم، مفید باشد.
ـ نه، تو در قایق خودت تنها هستی. این وحشتناک‌ترین بخش درباره مردن است. شما باید به تنهایی بمیرید.
یکی دیگر از اعضای گروه گفت:
ـ حتی اگر چنین باشد، حتی اگر در قایق خودت تنها باشی، همیشه دیدن نور قایق‌های دیگری که در همان نزدیکی بالا و پایین می‌روند، آرامش‌بخش است.
ضمن این‌که جلسه را به پایان می‌بردیم، بیش از اندازه امیدوار شده بودم. مثل این‌که جلسه موفقیت‌آمیزی بود. دِیو درباره چیز مهمی صحبت کرده بود. او تغییر کرده بود، واقع‌بین شده بود و اعضای دیگر با مهربانی پاسخ داده بودند.
در جلسه بعد، دِیو به خواب عجیبی که شب بعد از جلسه قبل دیده بود، اشاره کرد. آن خواب به وسیله یک دانشجوی ناظر کلمه به کلمه ثبت شده بود:

مرگ دور و برم پرسه می‌زند. بوی مرگ را حس می‌کنم. بسته‌ای در دستم است که پاکتی در آن قرار دارد و پاکت حاوی چیزی است که از مرگ یا فروپاشی یا بدتر شدن اوضاع در امان است. آن را پنهان می‌کنم. بعد می‌روم که آن را بردارم و لمس کنم، ناگهان متوجه می‌شوم که پاکت خالی است. از این موضوع به شدت پریشان می‌شوم و متوجه می‌شوم که درز پاکت باز شده است. بعداً چیزی را که فکر می‌کردم داخل پاکت بود در خیابان پیدا کردم و آن کفش کهنه کثیفی است که تخت آن برداشته شده بود.

این خواب مرا گیج و مبهوت کرد. اغلب به نامه‌های عاشقانه‌اش فکر می‌کردم. آیا ممکن است شانس دوباره‌ای به دست بیاورم تا مفهوم آن‌ها را همراه با دِیو کاوش کنم؟
هر چند دوست داشتم گروه‌درمانی انجام شود، اما صورت کلی آن مشکل مهمی برایم بود: بررسی مشکلات عمیق‌تر وجود انسانی(۱۱۷) اغلب در گروه‌درمانی ممکن نبود. بارها در گروه با اشتیاق به نشانه زیبایی خیره شده‌ام که ممکن بود مرا به

ژرفای وجود شخص هدایت کند، اما باید خودم را با وظیفه عملی (و مفیدتر) اصلاح روابط بینِ فردی راضی کنم. با وجود این، نتوانستم این خواب را نادیده بگیرم. این خواب شاهراه ورود به قلب جنگل بود. تا به حال به ندرت شنیده‌ام که خوابی برای یک معمای ناخودآگاه جوابی به این روشنی عرضه کند.

نه دِیو و نه هیچ‌یک از اعضای گروه نمی‌دانست که با این خواب چه کار کند. آن‌ها چند دقیقه تقلا کردند. سپس برای نشان دادن راهی به آن‌ها با بی‌اعتنایی از دِیو پرسیدم که آیا خودش هیچ مشارکتی در خواب داشته است؟ مثلاً پاکتی را مجسم کند که به طور محرمانه نگه داشته باشد؟

می‌دانستم که دست به مخاطره زده‌ام. این حرکتی اشتباه بود، احتمالاً یک خطای مرگبار؛ یا دِیو را وادار می‌کند که سرانجام رازش را فاش کند یا مجبور خواهم شد اطلاعاتی را فاش کنم که در جلسات خصوصی قبل از شروع گروه‌درمانی در اختیارم گذاشته بود. فکر می‌کردم پرسشم در حاشیه امن قرار می‌گیرد: من با موضوع خواب به درستی پیش رفتم و دِیو به آسانی می‌توانست با رد مشارکت مقتضی با آن مخالفت کند.

او شجاعانه، اما نه بدون طفره رفتن‌های متداولش ادامه داد. او گفت که شاید خواب به نامه‌هایی اشاره می‌کند، نامه‌هایی از «رابطه‌ای معیّن» که آن‌ها را به طور مخفیانه نگه می‌دارد. کنجکاوی اعضای گروه برانگیخته شد، او را سؤال‌پیچ کردند تا این‌که دِیو مطالبی را دربارهٔ همسر محبوب سابقش ثریا و مسئله پیدا کردن مکانی مناسب برای نگه داشتن نامه‌های وی شرح داد. او نگفت که سی سال از مسئله گذشته است. هم‌چنین به مذاکراتش با من و پیشنهادم برای نگه داشتن نامه‌هایش در صورت موافقت او که در گروه مطرح شود، اشاره‌ای نکرد.

گروه بر مسئله پنهان‌کاری تمرکز کرد، نه بر مسئله‌ای که حالا مرا بیش‌تر مجذوب کرده بود، هر چند به هر حال آن هم یک مسئله مربوط به درمان بود. اعضا از مخفی‌کاری دِیو تعجب کرده بودند، بعضی می‌توانستند تمایلش برای مخفی نگه داشتن نامه‌ها از همسرش را درک کنند، اما هیچ‌یک نمی‌توانست افراط در پنهان‌کاری را هضم کند. برای مثال، چرا دِیو نپذیرفت که به همسرش بگوید به روان‌درمانی می‌رود؟ هیچ‌کس بهانه غیرموجه او را قبول نکرد که اگر همسرش بفهمد او به روان‌درمانی می‌رود، خیلی وحشت خواهد کرد و مبادا فکر کند دِیو به خاطر شکایت از او به این‌جا می‌آید و هم‌چنین هر هفته با بازجویی از دِیو درباره حرف‌هایی که در گروه گفته است، روزگارش را سیاه خواهد کرد.

آیا او به راستی نگران آرامش خاطر همسرش بود؟ آن‌ها خاطر نشان کردند «نگاه کنید چقدر همسرش باید عصبانی باشد که نمی‌داند دِیو هر هفته کجا می‌رود. به تمام عذرهای بدتر از گناهی که هر هفته برای ترک خانه و شرکت در گروه برای همسرش می‌آورد، توجه کنید (دِیو بازنشسته شده بود و هیچ شغلی در خارج از خانه

نداشت). و نگاه کنید به دسیسه‌بازی‌هایی که باید انجام دهد تا پرداخت هزینه ماهانه شهریه روان‌درمانی را پنهان کند. این‌همه پنهان‌کاری! برای چیست؟ حتی قراردادهای بیمه‌اش به صندوق پستی واقع در اداره پست فرستاده می‌شود!» اعضا از مخفی‌کاری‌های دِیو در گروه نیز شکایت داشتند. آن‌ها به خاطر اکراه او از اعتماد به آن‌ها از او فاصله گرفتند. چرا او باید در اوایل جلسه، بگوید «نامه‌هایی از رابطه‌ای معیّن»؟

آن‌ها مستقیماً با او به مقابله پرداختند:

ـ دیو، بفرما بگو، چقدر پول به تو بدهیم تا از لاک خودت بیرون بیایی و بگویی «نامه‌های عاشقانه»؟

اعضای گروه، که آدم‌های پاکی بودند، درست همان کاری را انجام می‌دادند که باید انجام دهند. آن‌ها آن بخش از خواب ـ موضوع پنهان‌کاری ـ را انتخاب کردند که بیش از همه به چیزهایی مربوط بود که دِیو برای آن‌ها حکایت کرده بود و به زیبایی به آن ضربه زدند. اگرچه به نظر می‌آمد دِیو کمی نگران شده باشد، اما به نحو خوشایندی با موضوع درگیر شد. «امروز دیگر بازی بس است.»

اما من مشتاق شده بودم. آن خواب طلای ناب بود و می‌خواستم آن را استخراج کنم. پرسیدم:

ـ آیا کسی درباره بقیه خواب چیزی به ذهنش خطور کرده است؟ مثلاً درباره بوی مرگ و این حقیقت که پاکت حاوی چیزی بود که «در برابر مرگ، فروپاشی و بدتر شدن اوضاع در امان بود»؟

گروه چند دقیقه ساکت ماند. سپس دِیو به سمت من چرخید و گفت:

ـ شما چه فکر می‌کنید، دکتر؟ واقعاً علاقه‌مندم بشنوم.

حس کردم به دام افتاده‌ام. واقعاً نمی‌توانستم بدون افشای بعضی از اطلاعاتی که دِیو در جلسه خصوصی‌مان با من در میان گذاشته بود، پاسخ بدهم. برای مثال، او به گروه نگفته بود که ثریا سی سال پیش مرده است، که خودش شصت و نه سال دارد و حس می‌کند مرگش نزدیک است، که از من خواهش کرده بود نامه‌ها را نگه دارم. با وجود این، اگر این موضوع‌ها را فاش کنم، دِیو احساس خیانت خواهد کرد و احتمالاً گروه را ترک خواهد کرد. به چه دامی قدم گذاشته بودم! تنها راه خروج این بود که کاملاً صادق باشم.

ـ دیو، پاسخ به پرسش تو واقعاً برایم سخت است. نمی‌توانم افکارم درباره خواب را بدون فاش کردن اطلاعاتی که قبل از ورود به گروه با من در میان گذاشته‌ای، بیان کنم. می‌دانم که درباره موضوعات شخصی‌ات خیلی نگران هستی و نمی‌خواهم به اعتمادت خیانت کنم. پس باید چه کار کنم؟

به پشتی صندلی تکیه دادم. درود بر خودم! یک روش عالی! درست چیزی که همیشه به دانشجویانم گفته‌ام. «اگر در مخمصه‌ای گرفتار شدید، یا دو احساس قوی

متضاد داشتید، بهترین کاری که می‌توانید انجام دهید این است که بیمار را در مخمصه یا هر دو احساس شریک کنید.»

دِیو گفت:

ـ شلیک کن! بفرمایید، شروع کنید. من هزینه عقیدهٔ شما را پرداخت می‌کنم. من هیچ چیز برای مخفی کردن ندارم. هر چه به شما گفته‌ام، بدون شیله و پیله بوده است. بحث‌مان درباره نامه‌ها را به این دلیل بازگو نکردم که نمی‌خواستم با شما مصالحه کنم. درخواست من از شما و پیشنهاد متقابل شما هر دو کمی عجیب بودند.

(nbookcity.com) شهر کتاب

وقتی اجازه دِیو را کسب کردم، به اعضای گروه اطلاع دادم که او مبادله با ما را تا به حال در هاله‌ای از ابهام پوشانده بود. موضوع از این قرار است: اهمیت زیاد نامه‌ها برای دیو، مرگ ثریا سی سال قبل، مخمصه دِیو درباره این‌که نامه‌ها را کجا نگهداری کند، درخواست او از من که آن‌ها را نزد خود نگه دارم و پیشنهادم که او تا کنون نپذیرفته است، این بود که به شرطی نامه‌ها را نگه می‌دارم که قبول کند تمام مذاکرات را به گروه اطلاع دهد. مواظب بودم با فاش نکردن سن دِیو یا هر موضوعِ نامربوطِ دیگر، به زندگی خصوصی دِیو لطمه‌ای وارد نکنم.

سپس به خواب برگشتم. فکر کردم خواب به این پرسش که چرا نامه‌ها برای دِیو فرستاده شده بود، جواب می‌دهد. و البته، چرا نامه‌ها برای من فرستاده شده بود. اما راجع به نامه‌های خودم حرف نمی‌زنم: محدویت‌هایی برای جسارتم وجود دارد. البته دلایل موجهی دارم. بیماران برای درمان من به این‌جا نیامده‌اند بلکه به خاطر درمان خودشان به این‌جا آمده‌اند. زمان نیز در گروه ارزش دارد ـ هشت بیمار و فقط نود دقیقه وقت ـ و انصاف نیست که بیماران وقت خودشان را صرف شنیدن مشکلات روان‌درمانگر کنند. بیماران باید اعتقاد داشته باشند که روان‌درمانگرشان با مشکلات آن‌ها مواجه می‌شود و آن‌ها را حل می‌کند.

اما این‌ها به راستی توجیه مسئله بودند. مشکل واقعی، نیاز به جسارت بود. من همیشه در خودافشاگریِ کم به جای خیلی زیاد اشتباه کرده‌ام، زیرا هرگاه بخش بزرگی از مشکلات خودم را با بیماران در میان گذاشته‌ام، آن‌ها از دانستن این‌که من هم مثل خودشان با مشکلات بشری دست و پنجه نرم می‌کنم، بدون استثنا سود برده‌اند.

من ادامه دادم که این خوابی درباره مرگ بود. با «مرگ مرا احاطه کرده است» شروع شد. «بوی مرگ را حس می‌کنم». تصویر مرکزی پاکت بود، پاکتی که محتوی چیزی مصون از مرگ و بدتر شدن اوضاع بود. چه چیزی می‌توانست روشن‌تر باشد؟ نامه‌های عاشقانه پناهگاه بودند، ابزاری برای انکار مرگ بودند. آن‌ها پیر شدن را دفع می‌کردند و هیجانات دِیو را نسبت به زمان ثابت نگه می‌داشتند. عاشق واقعی بودن، به یاد محبوب ماندن، تا ابد مجذوب دیگری بودن، امری فناناپذیر و پناهگاهی در برابر تنهایی در قلب انسان است.

دِیو در ادامه خواب دیده بود که درز پاکت باز، و پاکت خالی شده است. اما چرا؟ شاید او حس کرده اگر نامه‌ها را با شخص دیگری در میان بگذارد، قدرت‌شان را از دست خواهند داد. چیزی آشکارا غیرمنطقی و خصوصی درباره توانایی نامه‌ها وجود داشت که پیر شدن و مرگ را دفع می‌کرد؛ جادویی که وقتی زیر نور سرد منطق قرار می‌گرفت، بخار می‌شد.

یکی از اعضای گروه پرسید:

ـ درباره کفش کهنه کثیف که تخت آن کنده شده بود، چه می‌گویید؟

من نمی‌دانستم، اما قبل از این‌که اصلاً بتوانم جوابی بدهم، عضو دیگر گفت، آن به جای مرگ قرار گرفته است. کفش روحش را از دست داده است، و ر ـ و ـ ح را هجی کرد.

البته، روح، نه تخت کفش!(۱۱۸) خیلی زیبا بود! چرا من به آن فکر نکردم؟ من به نیمه اول چسبیده بودم: می‌دانستم که کفش کهنه کثیف دِیو را نشان می‌دهد. یکی دو مرتبه (مثلاً وقتی از خانمی که چهل سال از خودش جوان‌تر بود، تعداد کفش‌هایش را پرسید)، نزدیک بود که گروه دِیو را «پیرمرد کثیف» بنامد. من به جای او به خودم لرزیدم و خوشحال بودم که این لقب با صدای بلند بیان نشد. اما در بحث گروه، دِیو آن را به خودش نسبت داد.

ـ خدای من! پیرمرد کثیفی که نزدیک است روحش از بدنش خارج شود! از نظر من همه چیز درست است!

در چاهی افتاد که خودش کنده بود. کسی که عاشق بازی با کلمات بود (او به چند زبان حرف می‌زد) از اشتباه گرفتنِ کلمات روح و کف کفش دچار شگفتی شد.

معلوم بود که دِیو با وجود شوخ‌طبعی‌اش با مشکلات دردناکی درگیر است. یکی از اعضا از او خواهش کرد درباره احساسی مثل پیرمرد کثیف بیش‌تر توضیح دهد. دیگری پرسید فاش شدن وجود نامه‌ها برای گروه چه احساسی در او ایجاد کرد؟ آیا این موضوع نگرش او را درباره اعضا تغییر داد؟ دیگری به او یادآوری کرد که همه با چشم‌انداز پیری و ضعف روبه‌رو هستند و او را تشویق کرد که درباره انبوه احساساتش بیش‌تر توضیح دهد.

اما دِیو سرش را پایین انداخته بود. او تمام کارهایی که قرار بود انجام دهد، آن روز انجام داد.

ـ امروز هزینه‌ای که برای کلاس پرداختم، زنده کردم. برای هضم تمام این موضوع‌ها به زمان نیاز دارم. تقریباً هفتاد و پنج درصد وقت کلاس در اختیار من بود و می‌دانم که دیگران هم امروز برای صحبت کردن وقت می‌خواهند.

با کمال بی‌میلی، دِیو را رها کردیم و به موضوعات دیگر گروه پرداختیم. ما نمی‌دانستیم که این خداحافظی دائمی است. دِیو دیگر به جلسات گروه برنگشت (خیر، معلوم نشد که او به ازسرگیری روان‌درمانی انفرادی با من یا با فرد دیگری علاقه داشته باشد).

هیچ‌کس بیش‌تر از من از خودش سؤال نکرده بود. چه کار کردیم که دِیو را از خودمان راندیم؟ آیا خیلی در زندگی خصوصی‌اش دخالت کردیم؟ آیا خیلی سریع سعی کردیم یک پیرمرد عاقل را احمق جلوه بدهیم؟ آیا من به او خیانت کردم؟ آیا به یک دام قدم گذاشتم؟ بهتر نبود راجع به نامه‌ها حرفی نمی‌زدم و بی‌خیال خواب می‌شدم؟ (کار تفسیر خواب موفقیت‌آمیز بود، اما بیمار مرد!)

شاید بهتر بود از رفتن او جلوگیری کنیم، اما شک دارم. تا این زمان مطمئن بودم که

رازداری دیو، کناره‌گیری و انکارش سرانجام به همین نتیجه منجر می‌شد. از ابتدا قویاً حدس زده بودم که او گروه را رها می‌کند (به هر حال، این حقیقت که من به جای روان‌درمانگر بهتر بود غیبگو می‌شدم، کمی به من آرامش داد).

بیش از هر چیز غصه می‌خوردم. برای دیو، برای انزوایش، برای متکی بودنش به توهّم، برای نیازش به شجاعت، برای بی‌علاقگی‌اش در روبه‌رو شدن با حقایق سخت و عریان زندگی غصه می‌خوردم.

و سپس به رویای شیرین نامه‌های خودم لغزیدم. اگر (به «اگر» خودم خندیدم) بمیرم، چه روی خواهد داد و آیا آن‌ها پیدا خواهند شد؟ شاید باید آن‌ها را به مورت(۱۱۹) یا جِی(۱۲۰) یا پیت(۱۲۱) بدهم تا برایم نگه دارند. چرا درباره این نامه‌ها برای خودم دردسر درست می‌کنم؟ چرا خودم را از این همه مایه عذاب نجات نمی‌دهم و آن‌ها را نمی‌سوزانم؟ چرا همین الان این کار را نمی‌کنم؟ همین الان! اما فکر کردن درباره آن هم آزارم می‌دهد. مثل خنجری است که به سینه‌ام فرو رفته باشد. اما چرا؟ چرا به خاطر آن نامه‌های زرد شده این‌قدر عذاب بکشم؟ یک روز باید در این‌باره کاری انجام دهم.

(nbookcity.com)

۷. دو لبخند

بعضی بیماران سخت‌گیر نیستند. آن‌ها حاضر و آماده برای تغییر در دفتر کارم حضور می‌یابند و روان‌درمانی خود به خود جلو می‌رود. گاهی کمی کوشش از طرف من لازم است تا نحوه کار را اختراع کنم، سؤالی طرح کنم یا تفسیری عرضه کنم که به سادگی به خودم و به بیمار قوت قلب دهد، که من همان شخصیت لازم برای انجام این کار هستم.

ماری یکی از بیماران سخت‌گیر بود. هر جلسه کار با او به کوشش بزرگی نیاز داشت. وقتی سه سال قبل برای اولین بار به دیدنم آمد، تقریباً چهار سال از مرگ شوهرش می‌گذشت، اما او هنوز دو دستی به اندوه مرگ شوهرش چسبیده بود. ظاهرش مثل سنگ شده بود، هم‌چنین قدرت تخیلش، جسمش، امیال جنسی‌اش، کل جریان زندگی‌اش سرد و بی‌روح شده بود. مدتی طولانی بی‌حال و بی‌رمق در روان‌درمانی باقی مانده بود و من به جای دو نفر کار می‌کردم. حتی مدتی طولانی پس از این‌که افسردگی‌اش از بین رفت، چنان انجمادی در کارمان و سردی و خشکی‌ای در رابطه‌مان باقی ماند که قادر به تغییر آن نبودم.

امروز، روز تعطیلی روان‌درمانی بود. ماری قرار بود با یک مشاور مصاحبه کند و من قرار بود از نعمت مشارکت یک ساعت با او بهره‌مند شوم و در جلسه به صورت «تماشاچی» حضور داشته باشم. چند هفته بود که او را تشویق می‌کردم تا به روان‌درمانگری که با استفاده از هیپنوتیزم با بیمار مشاوره می‌کند، مراجعه کند. اگرچه او تقریباً در برابر هر تجربه جدیدی مقاومت می‌کرد و به طور خاص از هیپنوتیزم وحشت داشت، اما بالاخره موافقت کرد با این شرط که در تمام مدت جلسه من هم حضور داشته باشم. در حقیقت، برای من مهم نبود. این نظریه را پسندیدم که کنار بنشینم و تماشاچی مشاوره باشم و مایک سی(۱۲۲)، یک دوست که همکارم نیز بود، کار را انجام دهد.

از آن گذشته، ناظر بودن برای من فرصتی فراهم می‌کرد تا ماری را دوباره ارزیابی کنم. پس از سه سال ممکن بود دیدگاه من نسبت به او ثابت و محدود شده باشد. شاید او به طور چشمگیری تغییر کرده بود و من هیچ توجهی به آن نکرده بودم. شاید دیگران با روشی خیلی متفاوت با روش من او را ارزیابی کنند. حالا زمان آن رسیده بود که او را از منظری دیگر مشاهده کنم.

ماری اسپانیایی‌تبار بود و هجده سال قبل از مکزیکوسیتی مهاجرت کرده بود. شوهرش را که جراح بود در زمانی که خودش در یکی از دانشگاه‌های مکزیک دانشجو بود، ملاقات کرده بود. او یک شب وقتی پس از دریافت تلفنی اضطراری از بیمارستان با اتومبیلش به سمت بیمارستان می‌رفت، در اثر تصادف کشته شده بود.

ماری زنی بی‌اندازه خوش‌قیافه و قدبلند با بینی باریک و موهای سیاه بلند بود که آن‌ها را با روبانی پشت سرش می‌بافت. چندساله بود؟ شاید بیست و پنج‌ساله. بدون آرایش سی‌ساله به نظر می‌آمد. اما غیرممکن بود باور کرد که او چهل‌ساله است.

ماری ابهتی رعب‌انگیز داشت و بیش‌تر مردم از زیبایی و غرورش می‌ترسیدند و از او فاصله می‌گرفتند. از طرف دیگر، من به شدت جذب شخصیت او شده بودم. از هیبت او تکان خورده بودم، می‌خواستم آسایش داشته باشد، دوست داشتم هر کاری از دستم ساخته است انجام دهم تا قیافه یخ‌زده‌اش رنگ زندگی بگیرد. اغلب از میزان جذب خودم به بیمارانم تعجب می‌کردم. ماری عمه زیبایم را به یادم می‌آورد که موهایش را به همان مدل می‌بافت و وقتی من در عنفوان جوانی بودم، نقش راهنمایم را بازی می‌کرد. شاید این خودش بود. شاید به همین دلیل ساده بود که افتخار می‌کردم تنها معتمد و تنها حامی این زن باشکوه بودم.

او عمق افسردگی‌اش را پنهان می‌کرد. هیچ‌کس نمی‌توانست حدس بزند که او زندگی‌اش را تمام شده حس می‌کند، که او به شدت تنها بود، که هر شب گریه می‌کرد، که در هفت سال گذشته از وقتی شوهرش مرده بود، حتی یک بار با هیچ مردی رابطه نداشته است، حتی یک گفت‌وگوی شخصی با مردی انجام نداده بود.

در چهار سال اول دوران داغ‌دیدگی‌اش، خودش را کاملاً از مردها دور نگه داشته بود. در دو سال گذشته، ضمن این‌که افسردگی‌اش کاهش می‌یافت، به این نتیجه رسید که تنها راه نجات این است که با مرد رویایی دیگری ازدواج کند، اما آن‌قدر مغرور و رعب‌آور بود که مردها او را دست‌نیافتنی می‌دیدند. چند ماه تلاش کرده بودم تا با اعتقادش مبنی بر این‌که «زندگی واقعی فقط وقتی می‌تواند معنا داشته باشد که مردی عاشقش باشد» مبارزه کنم. سعی کردم برای گسترش افق دیدش به او کمک کنم تا علایق جدیدش را توسعه دهد و برای رابطه‌اش با زنان ارزش قائل شود. اما اعتقادات او به شدت محکم بودند. سرانجام متوجه شدم که این زن شکست‌ناپذیر است و توجهم را به آموزش او معطوف کردم تا با یکی از مردانی که از او خواستگاری می‌کنند، ازدواج کند.

اما تمام کارمان چهار هفته قبل متوقف شد؛ وقتی ماری از یک تله‌کابین در سان‌فرانسیسکو پرتاب شد و آرواره‌اش شکست، صورت و دندانش به شدت آسیب دید و در صورت و گردنش بریدگی عمیق ایجاد شد. بعد از این‌که یک هفته در بیمارستان بستری بود، شروع به درمان با یک جراح دهان کرد تا دندان‌هایش را معالجه کند. آستانه درد ماری، به خصوص دندان‌درد پایین بود و از ملاقات‌های مکرر با جراح دهان وحشت داشت. از آن گذشته، یکی از عصب‌های صورتش آسیب دیده بود و از درد بی‌امان و شدید در یک طرف صورت رنج می‌برد. درمان هیچ فایده‌ای نداشت و قرار شد تا از بین رفتن درد صبر کنند. به این دلیل بود که یک مشاوره هیپنوتیزمی را پیشنهاد کردم.

ماری در شرایط معمولی می‌توانست یک بیمار مشکل‌ساز باشد، اما بعد از حادثه با کمال تعجب به یک بیمار لجوج و ناسازگار تبدیل شده بود که به هر رهنمودی با طعنه و کنایه واکنش نشان می‌داد.

ـ هیپنوتیزم برای آدم‌های احمق یا مردمانی با اراده‌ای ضعیف کارساز است. آیا به همین دلیل آن را برای من پیشنهاد می‌کنید؟

ـ ماری، چطور می‌توانم تو را قانع کنم که هیپنوتیزم کاری به قدرت اراده یا هوش افراد ندارد؟ توانایی هیپنوتیزم شدن فقط ویژگی‌ای است که فرد با آن متولد می‌شود. چه خطری دارد؟ تو به من می‌گویی که درد غیرقابل تحمل است. امکان خوبی وجود دارد که یک ساعت مشاوره راه نجاتی عرضه کند.

ـ به نظر شما ساده است، اما من دوست ندارم مرا مسخره کنند. من هیپنوتیزم را در تلویزیون دیده‌ام. قربانی‌های بدبخت مثل ابله‌ها به نظر می‌رسند؛ در حالی که روی یک سکوی خشک قرار دارند، فکر می‌کنند که دارند شنا می‌کنند، یا در حالی که روی یک صندلی نشسته‌اند، فکر می‌کنند دارند در قایق پارو می‌زنند. یک بار هم زبان یک خانم از دهانش بیرون افتاده بود و نمی‌توانست آن را به داخل دهانش برگرداند.

ـ اگر فکر می‌کردم که آن نوع اتفاق برای من هم روی می‌داد، به اندازه تو نگران می‌شدم. اما بین هیپنوتیزم تلویزیونی و هیپنوتیزم پزشکی یک دنیا تفاوت هست. به تو گفتم که دقیقاً باید انتظار چه چیز را داشته باشی. موضوع اصلی این است که هیچ‌کس نمی‌خواهد بر تو مسلط شود. به جای آن، تو یاد می‌گیری که خودت را در حالت ذهنی‌ای قرار دهی که بتوانی درد را مهار کنی. مثل این است که تو هنوز با اعتماد به من و پزشک‌های دیگر مشکل داری.

ـ اگر دکترها قابل اعتماد بودند، باید فکر می‌کردند که فوراً به یک جراح اعصاب تلفن کنند و شوهر من هنوز زنده بود!

ـ امروز این‌جا موارد بسیاری را بررسی کردیم، مسائلی خیلی زیاد: درد تو، دلواپسی‌هایت (و بدفهمی‌هایت) درباره هیپنوتیزم، ترس از احمق به نظر رسیدن، خشم و بی‌اعتمادیت نسبت به دکترها، از جمله خود من. نمی‌دانم ابتدا به کدام‌یک بپردازیم. آیا تو هم همین حس را داری؟ فکر می‌کنی امروز از کجا باید شروع کنیم؟

ـ شما دکتری، نه من.

و بدین ترتیب روان‌درمانی جلو می‌رفت. ماری متزلزل، تندخو و با وجود اظهار قدرشناسی‌اش از من، اغلب طعنه می‌زد و مرا عصبانی می‌کرد. او هیچ‌گاه روی هیچ مشکلی به طور دقیق تمرکز نمی‌کرد بلکه سریعاً به مشکل دیگری توجه می‌کرد. گاهی اوقات متوجه ناسازگاری خودش می‌شد و بلافاصله به خاطر غرض‌ورزی عذرخواهی می‌کرد، اما بدون استثنا چند دقیقه بعد بار دیگر خشمگین می‌شد و نسبت به خودش دلسوزی می‌کرد. می‌دانستم مهم‌ترین کاری که به خصوص در این زمان بحرانی می‌توانستم برای او انجام دهم این بود که رابطه‌مان را حفظ کنم و به او

اجازه ندهم که مرا از خود براند. تا این‌جا استقامت کرده بودم، اما صبرم نامحدود نبود و به ذهنم خطور کرد که بخشی از بار را بر دوش مایک بگذارم.

شهر کتاب (nbookcity.com)

هم‌چنین خواستار حمایت یک همکار بودم؛ این انگیزه پنهانی من از مشاوره بود. فرد دیگری را می‌خواستم تا شاهد چیزی باشد که با ماری می‌گذرانم، کسی که به من بگوید «او خیلی سرسخت است. تو کار جهنمی‌ات را با او به خوبی انجام داده‌ای.» بخش محتاج من در جهت خدمت به بیش‌ترین علاقه ماری عمل نمی‌کرد. نمی‌خواستم مایک یک مشاوره آسان و هموار داشته باشد: از او خواستم به همان شدتی که من مجبور بودم تلاش کنم، کوشش کند. بله، تصدیق می‌کنم که بخشی از وجودم از ماری برای بدرفتاری با مایک حمایت می‌کرد. «بفرما، ماری خانم، این گوی و این میدان!»

اما در کمال تعجب، آن جلسه خوب پیش رفت. ماری یک سوژه هیپنوتیزمی فوق‌العاده بود و مایک با مهارت به او القا کرد و به او آموزش داد چگونه به خلسه فرو رود. سپس با استفاده از روش بی‌حس کردن به بررسی درد پرداخت. او پیشنهاد کرد که ماری خودش را روی صندلی دندان‌پزشکی در حالی مجسم کند که دکتر آمپول بی‌حسی به او تزریق کرده است.

ـ به آرواره و گونه‌ات فکر کن که آرام آرام بی‌حس‌تر می‌شود. حالا گونه‌ات به راستی بی‌حس شده است. به آن دست بزن و ببین چقدر بی‌حس شده است. به دستت به عنوان مخزنی از بی‌حسی فکر کن. وقتی به گونه بی‌حس شده‌ات دست می‌زنی، دستت نیز بی‌حس می‌شود و بی‌حسی را به هر بخش دیگر از بدنت منتقل می‌کند. بدین‌طریق انتقال بی‌حسی به تمام نقاط دردناک چهره و گردنش برای ماری مرحله ساده‌ای بود. چه عالی! می‌توانستم آرامش را در چهره‌اش ببینم.

سپس مایک در مورد درد با او بحث کرد. ابتدا عملکرد درد را شرح داد: این‌که چگونه به صورتِ اخطار عمل می‌کند تا به او اطلاع دهد که چقدر می‌تواند آرواره‌اش را حرکت دهد و با چه سختی می‌تواند چیزی را بجود. این توضیح لازم بود، درد کارکردی (درد واقعی)(۱۲۳) برعکس درد غیرلازم است که از خشم، از اعصاب ملتهب و آزرده سرچشمه می‌گیرد ـ که در خدمت هیچ هدف مفیدی نیست.

مایک پیشنهاد کرد اولین گام ماری این باشد که هر چه بیش‌تر درباره درد بیاموزد، تا تفاوت بین درد کارکردی و درد غیرلازم را تشخیص دهد. بهترین راه برای انجام این کار پرسیدن سؤال‌های درست بود تا دردش را با جراح دهان خودش به طور عمیق مورد بحث قرار دهد. جراح تنها شخصی بود که بیش‌تر از بقیه می‌دانست چه اتفاقی در صورت و دهان ماری افتاده است.

اظهارات مایک بیش از اندازه صریح و روشن بود و با ترکیب مناسبی از جنبه تخصصی و لحن پدرمآبانه ابراز می‌شد. ماری و مایک یک لحظه چشم در چشم هم دوختند. سپس ماری لبخند زد و سرش را به علامت فهمیدن تکان داد. مایک متوجه شد که ماری پیام را دریافت و درک کرده است.

مایک که آشکارا از پاسخ ماری راضی بود، آخرین وظیفه‌اش را شروع کرد. ماری

خیلی سیگار می‌کشید و یکی از انگیزه‌هایش برای موافقت با مشاوره با مایک، جلب کمک او برای ترک سیگار بود. مایک که در این زمینه هم متخصص بود، تمرینی خوب و نمایشی لطیف را شروع کرد. او به سه نکته اصلی تأکید کرد: این‌که ماری می‌خواهد زنده بماند، این‌که برای زنده ماندن به جسمش نیاز دارد و این‌که سیگار برای بدنش سَم است.

مایک برای روشن شدن مطلب پیشنهاد کرد:

ـ به سگ خودت فکر کن یا اگر حالا سگ نداری، به یک توله سگ دوست‌داشتنی فکر کن. حالا قوطی‌های غذای سگ را که با برچسب «سمی» مشخص شده‌اند، مجسم کن. تو به سگت غذای سمی نمی‌دهی، درست است؟

دوباره ماری و مایک چشم در چشم هم دوختند و یک بار دیگر ماری با سر تأیید کرد. اگرچه مایک می‌دانست که بیمارش مفهوم را گرفته است، اما به هر حال نکته اصلی را کاملاً تفهیم کرد:

ـ پس چرا با جسمت نباید مانند سگت رفتار کنی؟

مایک در زمان باقی‌مانده دستورالعملش را روی خودهیپنوتیزمی تقویت کرد و به ماری آموخت که چگونه با خودهیپنوتیزمی به میل شدید برای سیگار کشیدن و به آگاهی فزاینده (ادراک بالا(۱۲۴)، آن‌طور که خودش آن را بیان کرد) از این حقیقت که به جسمش نیاز دارد، پاسخ دهد تا زنده بماند ولی دارد آن را مسموم می‌کند.

این مشاوره‌ای عالی بود. مایک کاری درجه یک انجام داد: با ماری به خوبی به تفاهم رسید و به نحوی مؤثر به تمام اهداف مشاوره نائل شد. ماری آشکارا با رضایت خاطر دفتر مایک را ترک کرد و از کاری که انجام داده بودند، کاملاً راضی بود.

بعد از آن، درباره جلسه‌ای که سه نفری در آن شرکت داشتیم، فکر کردم. هرچند مشاوره از نظر تخصصی مرا راضی کرد، اما حمایت و قدردانی شخصی‌ای را که در جست‌وجویش بودم، به دست نیاوردم. البته، مایک از آن‌چه واقعاً از او می‌خواستم، هیچ اطلاعی نداشت. کمی از نیازهای خام خودم را نزد همکاری که خیلی از من پایین‌تر بود، اقرار کردم. علاوه بر آن، او نمی‌توانست حدس بزند که ماری چه بیمار سخت‌گیری بوده و چه کار توان‌فرسایی با او و با مایک انجام داده‌ام. ماری شاید از لحاظ لجاجت محض به صورت بیماری نمونه راه خود را باز کرده بود.

البته، تمام این عقاید از مایک و ماری پنهان نگه داشته شده بود. سپس از هر دو نفرشان ـ از آرزوهای برآورده نشده‌شان، افکار پنهان‌شان و نظرات‌شان درباره مشاوره ـ تعجب کردم. فرض کنید از حالا تا یک سال بعد، مایک و ماری و من خاطراتی از زمان با هم بودن را بنویسیم. تا چه حد با یکدیگر موافق خواهیم بود؟ شک دارم که هر یک از ما به راحتی قادر به تشخیص آن جلسه از گزارش دیگری باشیم. اما چرا یک سال؟ فرض کنید آن را یک هفته دیگر می‌نوشتیم، یا درست همین الان، آیا قادر خواهیم بود که واقعیت را، ماجرای این جلسه را به طور قطع بازسازی

و ضبط کنیم؟
این پرسش بی‌اهمیتی نیست. روان درمانگرها معتقدند بر اساس اطلاعاتی که بیماران به‌طور گزینشی از وقایعی که مدت‌ها قبل روی داده است، در اختیارشان می‌گذارند، معمولاً می‌توانند یک زندگی را بازسازی کنند، یعنی می‌توانند حوادث مهمی را که سال‌ها قبل روی داده است، مثل طبیعت واقعی رابطه با هر یک از والدین، رابطه بین والدین، رابطه با خواهر و برادر، مجموعه خانواده، تجربه درونی همراه با ترس‌ها و آزردگی‌های اوایل زندگی، بافت دوستی‌های دوران کودکی و نوجوانی را کشف کنند.
با وجود این، آیا روان‌درمانگرها یا تاریخ‌نویس‌ها یا زندگی‌نامه‌نگارها می‌توانند زندگی را با هر درجه‌ای از دقت بازسازی کنند حتی اگر واقعیت یک ساعت از آن زندگی را در اختیار نداشته باشند؟ سال‌ها قبل سرپرستی آزمایشی را به عهده داشتم که در آن بیمار و من هر کدام دیدگاه خودمان را از هر ساعت روان‌درمانی می‌نوشتیم. بعداً وقتی آن‌ها را مقایسه کردیم، گاهی اوقات مشکل بود باور کنیم که هر دو، رویداد ساعت معین یکسانی را شرح داده‌ایم. حتی دیدگاه‌های‌مان درباره آن‌چه مفید بود با یکدیگر فرق می‌کرد. تفسیرهای دقیق من؟ آن خانم هیچ‌گاه تفسیرهای دقیق و روشن مرا حتی گوش نکرده بود! در عوض توضیح‌های حمایتی، شخصی و خودمانی را که من بیان کرده بودم، به یاد می‌آورد و به آن‌ها ارج می‌نهاد. (۱۲۵)
در چنان زمان‌هایی انسان به شدت مشتاق است که قضاوتی از واقعیت یا تصویر لحظه‌ای واضحِ موثقی از آن ساعت را به دست آورد. چقدر نگران‌کننده است وقتی متوجه شویم شرکت‌کنندگانی که در بهترین حالت آزادی رویدادی را تفسیر کرده‌اند، به اتفاق آرا نتیجه گرفته‌اند که واقعیت توهّمی بیش نبوده است.
اگر قرار بود شرح مختصری از آن ساعت را بنویسم، آن را حول دو لحظه «واقعی» خاص بنا می‌کردم: آن دو لحظه‌ای که ماری و مایک چشم در چشم یکدیگر دوختند و ماری لبخند زد و سرش را به علامت تأیید تکان داد. لبخند اول به دنبال توصیه مایک بود که ماری درد را جزء به جزء با جراح دهانش مورد بحث قرار دهد و لبخند دوم وقتی بود که مایک این نکته را به طور کامل تفهیم کرد که ماری نباید به سگش غذای سمی بخوراند.
بعداً با مایک گفت‌وگویی طولانی درباره آن ساعت داشتم. او از نظر تخصصی آن جلسه را مشاوره‌ای موفق در نظر می‌گرفت. ماری یک سوژه هیپنوتیزمی خوب بود و مایک به هر دو هدف مشاوره‌اش نائل شده بود. علاوه بر آن، بعد از یک هفته بد که طی آن دو بیمار را در بیمارستان بستری کرده بود و با رئیس بخش جر و بحث کرده بود، آن جلسه تجربه شخصی خوبی بود. او از این‌که من تأیید کردم کارش را ماهرانه، مؤثر و با کفایت اجرا کرده بود، سپاس‌گزاری کرد. مایک از من جوان‌تر بود و

همیشه به کارم احترام می‌گذاشت. نظر مثبت من نسبت به او برایش اهمیت زیادی داشت. چقدر مسخره بود که آن‌چه را من از او خواسته بودم، او از من به دست آورد.

از او درباره آن دو لبخند سؤال کردم. آن‌ها را به خوبی به یاد می‌آورد و مطمئن بود که آن‌ها بر تأثیر و ارتباط دلالت داشتند. لبخندها وقتی ظاهر شدند که او قوی‌ترین سخنانش را بیان می‌کرد و نشانهٔ این بودند که ماری پیام مایک را درک کرده و آن‌ها ماری را تحت تأثیر قرار داده بودند.

با وجود این، به خاطر رابطه طولانی‌ام با ماری، آن لبخندها را به گونه کاملاً متفاوتی تفسیر کردم. اولی را در نظر بگیرید: وقتی مایک به ماری پیشنهاد کرد که اطلاعات بیش‌تری را از جراح دهانش، دکتر زِد(۱۲۶) جست‌وجو کند. چه ماجرایی فراسوی رابطه ماری با دکتر زد وجود داشت؟

بیست سال قبل وقتی ماری در یکی از دانشگاه‌های مکزیک با دکتر زِد هم‌کلاس بود، برای اولین بار او را ملاقات کرده بود. در آن زمان دکتر زِد قاطعانه سعی کرده بود از ماری سوء استفاده جنسی کند، اما موفق نشده بود نظر ماری را جلب کند. ماری دیگر دکتر زِد را تا زمان تصادف اتومبیل شوهرش ندیده بود. دکتر زِد که به ایالات متحده مهاجرت کرده بود، در بیمارستانی کار می‌کرد که شوهر ماری را پس از تصادف به آن‌جا برده بودند و در مدت دو هفته‌ای که شوهرش در حال اغما با جراحت کشنده سر بستری بود، دکتر زد حامی و منبع مهمی از اطلاعات پزشکی برای ماری بود.

تقریباً بلافاصله پس از مرگ شوهرش، دلبستگی دکتر زِد به ماری، با وجود داشتن همسر و پنج فرزند، تازه شد و سرِ صحبت را با او باز کرد. ماری با عصبانیت به او بی‌اعتنایی کرد، اما دکتر زِد دست‌بردار نبود. با تلفن، در کلیسا، حتی در دادگاه (ماری از بیمارستان به خاطر غفلت در درمان شوهرش شکایت کرده بود) سعی می‌کرد خودش را به ماری نزدیک کند. به نظر ماری رفتارش نفرت‌انگیز بود و به تدریج در جواب ردی که داده بود، جدی‌تر شد. دکتر زِد فقط وقتی خودش را کنار کشید که ماری به او گفت از او متنفر است، که او آخرین مردی است که ممکن است مورد توجهش قرار گیرد و اگر به مزاحمت‌هایش ادامه دهد، به زنش، زنی ترسناک، اطلاع خواهد داد.

تا این‌که ماری از تله‌کابین سقوط کرد، سرش به زمین خورد و یک ساعت بیهوش بود. وقتی از شدت درد بیدار شد، احساس کرد به شدت تنها است. هیچ دوست نزدیکی نداشت و دو دخترش برای تعطیلات به اروپا رفته بودند. وقتی پرستار اتاق فوریت‌های پزشکی از او نام پزشکش را پرسید، او ناله‌کنان گفت: «به دکتر زِد تلفن بزنید.» بنا به عقیده همگانی، او بااستعدادترین و باتجربه‌ترین جراح فک و دهان در منطقه بود و ماری احساس کرد به خطرش نمی‌ارزد که به جراحی ناشناس مراجعه

کند.

شهر کتاب (nbookcity.com)

دکتر زِد در اثنای عمل جراحی اصلی اولیه‌اش جلوی احساساتش را گرفت (از قرار معلوم، کارش را خیلی عالی انجام داده بود). اما در دوره پس از عمل جراحی احساساتش را به زبان آورد. او مردی طعنه‌زن و سلطه‌جو بود و به باور من، فردی بود که از آزار دیگران لذت می‌برد. او خودش را متقاعد کرده بود که ماری به طور جنون‌آمیزی واکنشی بیش از اندازه نشان می‌دهد، لذا از تجویز درمانی کافی برای تسکین یا آرام کردن درد خودداری می‌کرد. دکتر زِد ماری را با اظهارات غیرمسئولانه درباره اشکالات یا تغییر شکل خطرناک صورت به وحشت انداخت و تهدید کرد که اگر به اعتراض بیش از حد ادامه دهد، درمان را رها خواهد کرد. وقتی با دکتر زِد درباره نیاز به تسکین درد صحبت کردم، او ستیزه‌جویانه به من یادآوری کرد که خیلی بیش‌تر از من از درد عمل جراحی اطلاع دارد. شاید بهتر بود می‌گفت که از صحبت دربارهٔ درمان خسته شده و می‌خواست که به طور خاص مسئله را بررسی کند. من به طور محرمانه دستور دادم که داروهای مسکن ماری را کاهش دهند.

ساعت‌های طولانی به شکایت‌های ماری درباره دردش و درباره دکتر زِد گوش کردم (ماری مطمئن بود که اگر تقاضای نامربوط دکتر زِد را پذیرفته بود، تا حالا درد دهان و صورتش درمان شده بود). جلسات دندان‌پزشکی در مطب دکتر زد تحقیرآمیز بود: هر گاه دستیارش اتاق را ترک می‌کرد، او اظهارات معنی‌دار قبلی خودش را تکرار می‌کرد و مثلاً تصادفی رفتاری می‌کرد که به آزار ماری منجر می‌شد.

پیدا کردن راهی برای ماری در موقعیتی که با دکتر زِد قرار داشت، بی‌فایده بود. من به شدت توصیه کردم که دکترش را عوض کند. در نهایت، او را تشویق کردم که با جراح دیگری مشورت کند و نام چند جراح عالی را در اختیارش گذاشتم. او از آن‌چه روی می‌داد متنفر شده بود و از دکتر زِد هم متنفر بود، اما هر پیشنهاد من با «اما» یا «بله، اما» مواجه می‌شد. او مهارت قابل توجهی در «بله، اما... اگر» داشت (اهل فن این افراد را چنین می‌نامند: «شِکوه‌گرانی که کمک را رد می‌کنند»). یکی از «اما»های مهم او این بود که چون دکتر زِد عمل را شروع کرده، خود او ـ و فقط خود او ـ واقعاً می‌داند که در دهانش چه می‌گذرد. او از تغییر شکل دائمی صورت یا دهانش وحشت کرده بود (دلواپسی شدید همیشگی درباره قیافه ظاهری‌اش، حالا که وارد دنیای مجردها شده بود، بیش‌تر هم شده بود). هیچ‌چیز ـ نه خشم، نه غرور یا آزارهای حیوانی دکتر ـ هیچ‌یک اولویتی بر عملکرد و بهبود ظاهری‌اش نداشت.

یک ملاحظه مهم و اضافی وجود داشت. چون تله‌کابین هنگامی‌که ماری از آن پیاده می‌شده، کج شده و باعث سقوط او شده بود، ماری شکایتی علیه شورای شهر به جریان انداخته بود. ماری به خاطر مجروح شدن کارش را از دست داده بود و موقعیت مالی‌اش هم به مخاطره افتاده بود. او روی بازپرداخت مالی قابل توجهی حساب می‌کرد و از تحریک دشمنی دکتر زِد واهمه داشت، زیرا شهادت مؤثر او درباره وسعت جراحت و صدماتش برای پیروزی در دادگاه ضروری بود.

به این ترتیب، ماری و دکتر زِد در یک بازی پیچیده به هم گره خورده بودند، که مراحل آن شامل یک جراح طرد شده، یک دادخواست یک میلیون دلاری، یک فک شکسته، چند دندان آسیب‌دیده و سینه‌ای داغ‌دیده بود. در این کلاف سردرگم بود که مایک ـ که البته هیچ‌یک از این موضوع‌ها را نمی‌دانست ـ این پیشنهاد معصومانه منطقی را عرضه کرد که ماری در جست‌وجوی این باشد که دکتر، دردش را درک کند. و به همین دلیل بود که ماری لبخند زده بود.

دفعه دومی که ماری لبخند زد، در پاسخ به پرسش صادقانه و بی‌طرفانه مایک بود:

ـ آیا باید به سگت غذای سمی بدهی؟

پشت آن لبخند نیز ماجرایی وجود داشت. ماری و چارلز، شوهرش، نُه سال قبل سگی پاکوتاه و بدقواره به نام اِلمِر خریدند. هر چند المر واقعاً سگ چارلز بود و هر چند ماری از سگ‌ها به کلی بیزار بود، اما به تدریج در دلش محبتی نسبت به المر پیدا شد، به طوری که سال‌های طولانی در رختخواب ماری می‌خوابید.

المر پیر، بداخلاق و به درد مفاصل گرفتار شد. اما بعد از مرگ چارلز، به شدت مورد توجه ماری قرار گرفت، به طوری که المر هم متقابلاً به ماری خدمت می‌کرد. مشغولیت اجباری اغلب دوستِ داغ‌دیدگان است و المر در مراحل اولیه سوگواری، مشغولیت دلپذیری فراهم کرده بود (مشغولیت در فرهنگ ما ممکن است با تدارکات کفن و دفن و کاغذبازی‌های بیمه پزشکی و انتقال املاک و دارایی‌ها ایجاد شود).

افسردگی ماری بعد از حدود یک سال روان‌درمانی از بین رفت و او توجه خود را به بازسازی زندگی‌اش معطوف کرد. متقاعد شده بود که فقط از طریق پیوند می‌تواند شادی‌اش را به دست آورد. هر کار دیگری مقدمه بود، انواع دیگر دوستی‌ها، تمام تجربه‌های دیگر به‌سادگی راه‌های انتظار کشیدن برای شروع یک زندگی جدید از طریق ازدواج با مرد دلخواهش بود.

اما المر به صورت مانع بزرگی بین ماری و زندگی جدیدش ظاهر شده بود. با وجود این، وقتی او با مرد دلخواهش ازدواج کرد، المر ظاهراً فکر می‌کرد این مرد به عنوان خدمتکار استخدام شده است. او با دیدن غریبه‌ها، به خصوص مردها پارس می‌کرد و سعی می‌کرد آن‌ها را گاز بگیرد. بی‌اختیار ادرار می‌کرد: نمی‌پذیرفت که خارج از خانه ادرار کند، بلکه منتظر می‌ماند تا اجازه ورود به خانه را به دست آورد، سپس قالی اتاق نشیمن را خیس می‌کرد. هیچ آموزش یا تنبیهی مؤثر نبود. اگر ماری او را از خانه بیرون می‌کرد، آن‌قدر پارس می‌کرد که همسایه‌ها حتی همسایه‌های چند خانه آن طرف‌تر به ماری تلفن می‌کردند و خواهش و تقاضا می‌کردند که کاری بکند تا سگ ساکت شود. اگر ماری به هر طریقی المر را تنبیه می‌کرد، سگ با عصبانیت فرش‌های اتاق‌های دیگر را خیس می‌کرد.

بوی ادرار المر تمام خانه را پُر کرده بود. این بو از جلوی در خانه مهمانان را آزار می‌داد و هیچ حجمی از تهویه، شامپو، خوشبوکننده یا هیچ عطری نمی‌توانست هوای

خانه را تمیز کند. ماری از دعوت کردن مهمان به خانه خجالت‌زده می‌شد. ابتدا سعی کرد برای جبران مهمان‌ها را به رستوران دعوت کند، اما به تدریج از داشتن زندگی اجتماعی واقعی قطع امید کرد.

من سگ‌ها را دوست ندارم، اما این یکی به نظر بدترین سگ دنیاست. وقتی ماری المر را به دفتر کارم آورد، او را دیدم؛ یک موجود مریض‌احوال که غرش می‌کرد و در مدت یک ساعت جلسه بدن خودش را با سر و صدا لیس می‌زد. شاید این‌جا بود که متوجه شدم المر باید برود. اجازه نمی‌دادم که زندگی ماری یا زندگی مرا خراب کند.

اما موانع چشمگیری وجود داشت. مشکل این نبود که ماری مصمم نبود. فرد دیگری در خانه بود که بوی نامطبوعی را در خانه پخش می‌کرد. بنا به گفته ماری، او مستأجری بود که رژیم غذایی‌اش ماهی گندیده بود. در آن موقعیت، ماری با رغبت تمام وارد عمل شد. او نصیحت مرا به کار بست و مستقیماً با آن خانم روبه‌رو شد و وقتی مستأجر نپذیرفت که عادت آشپزی‌اش را تغییر دهد، ماری با ترس و تردید زیاد از آن خانم درخواست کرد که منزل را تخلیه کند.

اما ماری احساس می‌کرد در دام المر گرفتار شده است. المر سگ چارلز بود و بخشی از خاطرات چارلز هنوز در المر زنده بود. ماری و من به طور بی‌پایان درباره گزینه‌هایش بحث می‌کردیم. تشخیص پر هزینه و جامع بی‌اختیاری ادرار توسط دامپزشک، تأثیر و ارزش کمی داشت. ملاقات با روان‌شناس و تربیت‌کننده حیوانات خانگی نیز بی‌فایده بود. ماری به تدریج و به طور غم‌انگیزی (البته با تشویق از طرف من) درک کرد که او و المر باید از یکدیگر جدا شوند. ماری به تمام دوستانش تلفن کرد و از آن‌ها پرسید آیا دوست دارند المر را نگه دارند، اما هیچ‌کس آن‌قدر احمق نبود که آن سگ را بپذیرد. در روزنامه آگهی چاپ کرد، اما حتی قبول پرداخت هزینه غذای سگ هم امیدی ایجاد نکرد.

این تصمیم اجتناب‌ناپذیر به نظر می‌آمد. دخترانش، دوستانش، دامپزشکش، همه او را تشویق کردند که المر را راحت کند. من نیز به طور نامحسوس او را به سمت این تصمیم هدایت کردم. ماری بالاخره موافقت کرد. او با شست رو به پایین علامت داد و صبح یک روز ابری برای آخرین بار المر را خوب نگاه کرد و تحویل دامپزشک داد.

هم‌زمان با این حوادث، در جبهه‌ای دیگر مشکلی بروز کرد. پدر ماری که در مکزیکو زندگی می‌کرد آن‌قدر ضعیف شده بود که ماری تصمیم گرفت از پدرش دعوت کند تا با او زندگی کند. به نظر من این راه حلی ضعیف برای ماری بود زیرا از پدرش می‌ترسید و از او نفرت داشت و دیگر این‌که سال‌ها بود که با پدرش ارتباط کمی داشت. در حقیقت، آرزوی فرار از خودکامگی پدرش عامل عمده در تصمیمی بود که هجده سال قبل برای مهاجرت به ایالات متحده اتخاذ کرده بود. انگیزه دعوت پدرش برای این‌که بیاید و با او زندگی کند، به جای نگرانی یا مهر پدری، احساس گناه بود. ضمن اشاره این مطلب به ماری، هم‌چنین عاقلانه بودن بیرون آوردن مردی

هشتادساله ـ که اصلاً قادر نیست انگلیسی حرف بزند ـ از زمینه فرهنگی‌اش را زیر سؤال بردم. او سرانجام متقاعد شد که امکانات نگهداری و پرستاری از پدرش را در مکزیک فراهم کند.

نظر ماری درباره روان‌پزشکی چه بود؟ او اغلب با دوستانش این موضوع را مسخره می‌کرد:

ـ برو یک روان‌پزشک را ببین. آن‌ها فوق‌العاده هستند. ابتدا می‌گویند مستأجرت را بیرون کن، بعد پدرت را به خانه سالمندان می‌فرستند و بالاخره وادارت می‌کنند سگت را بکشی!

وقتی مایک خم شد تا از او با مهربانی سؤال کند که «تو به سگت غذای سمی نمی‌دهی، درست است؟» او لبخند زده بود.

بنابراین از دیدگاه من، دو لبخند ماری هیچ نشانه‌ای از توافق با مایک نداشت، بلکه لبخندی کنایه‌آمیز بود. لبخندهایی که می‌گفت «اگر فقط می‌دانستی...». وقتی مایک از او خواهش کرد که با جراح دهانش صحبت کند، تجسم کردم که او باید فکر می‌کرد «باید گفت‌وگویی طولانی با دکتر زد داشته باشم! افتضاح است! همه حرف‌هایم را خواهم زد! وقتی درمان شدم و دادخواستم به نتیجه رسید، با زنش و با هر آدم دیگری که می‌شناسم، صحبت خواهم کرد. با شیپور با چنان شدتی به گوش‌های آن حرامزاده خواهم نواخت که صدایش هیچ‌گاه خاموش نشود.»

(nbookcity.com

و بی‌تردید لبخند درباره غذای سمی سگ هم کنایه‌آمیز بود. او باید فکر کرده باشد «اوه، من به او غذای سمی نخواهم داد ـ مگر این‌که کمی پیر و دردسرساز شود. سپس او را با یک لگد بیرون می‌اندازم!»

وقتی در جلسه خصوصی بعدی‌مان، جلسه مشاوره را مورد بررسی قرار دادیم، از او درباره دو لبخند سؤال کردم. او هر دو را به خوبی به یاد می‌آورد.

ـ وقتی دکتر سی به من توصیه کرد که با دکتر زِد درباره دردم صحبت کنم، ناگهان خجالت کشیدم. فکر کردم که شما همه چیز را درباره من و دکتر زِد به او گفته‌اید. من دکتر سی را خیلی دوست دارم. او مردی جذاب و باشخصیت است؛ از آن مردهایی است که اگر از من خواستگاری کند، بی‌درنگ با تقاضایش موافقت می‌کنم.

ـ و درباره لبخند چه می‌گویی، ماری؟

ـ خوب، بدیهی است که دستپاچه شدم. آیا دکتر سی فکر می‌کند من یک زن بی‌بند و بار هستم؟ اگر واقعاً درباره آن فکر کرده بودم (که واقعاً نکرده بودم)، حدس می‌زنم آن لبخند به تبادلی از خوبی‌ها خلاصه می‌شد. من به دکتر زِد نیاز دارم و به او اجازه می‌دهم به رویاهای شیرینی که درباره من در سر دارد، دل خوش کند. در عوض، از کمکش در دادخواست استفاده می‌کنم.

ـ پس لبخند چه می‌گوید؟

ـ لبخندم چه می‌گوید؟ چرا این‌قدر به لبخندهای من علاقه‌مند شده‌اید؟

ـ ادامه بده.

ـ حدس می‌زنم لبخندم گفت «دکتر سی لطفاً به چیز دیگری بپردازید. راجع به دکتر زِد بیش از این از من سؤال نکنید. امیدوارم ندانید که بین ما چه می‌گذرد.»

ـ و لبخند دوم؟

آن‌طور که من فکر کرده بودم، لبخند دوم هم یک نشانه کنایه‌آمیز درباره مراقبت از سگ نبود، بلکه کلاً چیز دیگری بود.

ـ وقتی دکتر سی گفت‌وگو درباره سگ و سم را ادامه داد، به شدت خنده‌ام گرفته بود. می‌دانستم که درباره المر چیزی به او نگفته بودید، وگرنه او برای روشن شدن منظورش، سگ را انتخاب نمی‌کرد.

ـ و...؟

ـ خوب، گفتن همه این حرف‌ها سخت است. اما به رغم این‌که من خیلی نشان نمی‌دهم و تشکر کردن را خوب بلد نیستم، از آن‌چه در چند ماه اخیر برایم انجام داده‌اید، واقعاً سپاس‌گزارم. بدون کمک شما قادر نبودم این‌قدر تغییر کنم. من شوخی با روان‌پزشکان را به شما گفته‌ام (دوستانم خیلی آن را دوست دارند)«ابتدا، مستأجرت، سپس پدرت را بیرون می‌کنند، بعد هم وادارت می‌کنند که سگت را بکشی!»

ـ بنابراین؟

ـ بنابراین فکر می‌کنم شاید فراتر از یک دکتر نقش خودتان را اجرا کردید. به شما گفتم که صحبت در این‌باره واقعاً سخت است. فکر می‌کردم روان‌پزشک‌ها وظیفه ندارند مستقیماً نصیحت کنند. شاید شما اجازه دادید که احساسات شخصی‌تان درباره سگ‌ها و پدرها آشکار شود!

ـ و آن لبخند چه می‌گوید؟

ـ خدایا، چقدر سمج هستید! آن لبخند گفت «بله، بله، آقای دکتر سی، من نکته را گرفتم. حالا، زود به موضوع دیگری بپردازیم. دیگر درباره سگم سؤال نکنید، لطفاً. من نمی‌خواهم دکتر یالوم را وادار کنم نسبت به من بد فکر کند.»

درباره پاسخش احساسات متفاوتی داشتم. آیا راست می‌گفت؟ آیا به احساساتم اجازه دادم به آن مسیر وارد شوند؟ هر قدر بیش‌تر درباره آن فکر می‌کردم، بیش‌تر متقاعد می‌شدم که جوابش درست نیست. همیشه احساسات گرمی نسبت به پدرم داشته‌ام و از فرصتی که او را دعوت کنم در خانه من زندگی کند، استقبال می‌کردم. و سگ‌ها؟ این حقیقت دارد که نسبت به المر احساس همدردی نمی‌کردم، اما از فقدان علاقه‌ام به سگ‌ها هم اطلاع داشتم و با دقت خودم را کنترل می‌کردم. همه افرادی که از موقعیت ماری اطلاع داشتند، او را نصیحت کردند که خودش را از شر المر خلاص کند. بله، مطمئن بودم بهترین راه حلی را که به ذهنم رسید، در مورد او به کار برده‌ام. از این رو، از پذیرش حمایت ماری از مهارت خودم معذب بودم. هر چند تصدیق می‌کنم که چیزی را مخفی می‌کردم ـ شاید این کار توطئه‌آمیز به نظر برسد. با وجود این، اطلاع داشتم که ماری قدردانی‌اش را نسبت به من ابراز کرده بود و این عالی بود.

بحث ما درباره لبخندها چنان موضوع پُرباری برای روان‌درمانی گشود که تفکرم درباره اختلاف دیدگاه‌مان از واقعیت را کنار گذاشتم و به ماری کمک کردم تا تحقیر کردن خودش به خاطر سازشی که با دکتر زد صورت داده را به دقت بررسی کند. او هم‌چنین احساساتش نسبت به من (واهمه‌هایش از وابستگی، قدردانی و خشم) را با صداقت بیش‌تری بررسی کرد.

هیپنوتیزم به ماری کمک کرد تا درد را تحمل کند، تا این‌که پس از سه ماه، فک شکسته‌اش معالجه شد، کار دندان‌پزشکی‌اش به پایان رسید و درد صورتش فروکش کرد. افسردگی‌اش از بین رفت و خشمش کاهش یافت، با وجود این پیشرفت‌ها، هرگز نتوانستم ماری را آن‌طور که می‌خواستم، دگرگون کنم. او هم‌چنان مغرور مانده بود و نسبت به نظریات جدید مقاوم و بدبین بود. ملاقات‌های‌مان کماکان ادامه یافت، اما به نظر مسائل کم‌تر و کم‌تری برای صحبت وجود داشت و بالاخره چند ماه بعد، موافقت کردیم که به کار روان‌درمانی خاتمه دهیم. ماری در چهار سال بعد، هر چند ماه یک‌بار برای بحران‌های کوچک به دیدن من می‌آمد و بعد از آن هرگز ملاقاتی با یکدیگر نداشتیم.

دادخواست سه سال طول کشید و او با کمال تأسف با دریافت مبلغ کمی صلح کرد. تا آن زمان خشمش نسبت به دکتر زِد را کنار گذاشته بود و تصمیمش را برای بلند کردن صدایش علیه او به فراموش سپرده بود. سرانجام با مردی باشخصیت و دوست‌داشتنی که مسن‌تر از خودش بود، ازدواج کرد. مطمئن نیستم که بعد از آن واقعاً خوشبخت شده باشد. اما می‌دانم که دیگر هرگز لب به سیگار نزد.

سخن آخر

ساعت مشاوره ماری شاهدی برای حدود شناخت است. هر چند او، من و مایک در آن ساعت سهیم بودیم، اما هر یک از ما تجربه‌ای به شدت متفاوت و غیرقابل پیش‌بینی داشتیم. آن ساعت یک جلسه سه‌جانبه بود؛ هر وجه چشم‌انداز، برداشت و دلواپسی، عامل به وجود آورنده خودش را بازتاب می‌کرد. شاید اگر به مایک اطلاعات بیش‌تری درباره ماری داده بودم، دیدگاه او خیلی بیش‌تر شبیه دیدگاه من می‌شد. اما آیا صد ساعتی که من با ماری بودم، چیزی بود که بشود آن را با کسی در میان گذاشت؟ عصبانیتم را؟ بی‌صبری‌هایم را؟ دلسوزی‌ام نسبت به خودم که این چه شغلی است که به خاطر آن باید ماری را تحمل کنم؟ شاد شدن به خاطر مشاهده پیشرفت در او؟ لذت بردن از پیشرفت کار؟ کنجکاوی روشنفکرانه‌ام؟ آرزویم برای تغییر بینش ماری، تا به او بیاموزم که به درون نگاه کند، تا خواب ببیند، تا خیال‌پردازی کند، تا افق دیدش را گسترش دهد؟

با وجود این اگر چند ساعت با مایک وقت می‌گذاشتم و تمام این اطلاعات را در اختیارش قرار می‌دادم، هنوز به اندازه کافی نمی‌توانستم تجربه‌ام دربارهٔ ماری را به او منتقل کنم. برداشت من از او، شادمانی‌ام، بی‌صبری‌ام نسبت به او دقیقاً مانند هر فرد دیگری نیست که قبلاً می‌شناختم. من به سراغ کلماتی، استعاره‌هایی، قیاس‌هایی رفتم که هیچ‌گاه واقعاً مؤثر نبودند؛ در بهترین حالت، تقریب‌هایی ضعیف از تصاویری غنی بودند که یک مرتبه به ذهنم خطور می‌کردند.

مجموعه‌ای از پیش‌فرض‌های تحریف‌شده مانع شناخت دیگران می‌شود. قبل از اختراع گوشی پزشکی، پزشک با چسباندن گوش به قفسه سینه بیمار به صدای قلب گوش می‌داد. دو ذهن را مجسم کنید که محکم به یکدیگر بچسبند و مانند دو پارامسی(۱۲۷) که هسته‌های ریزشان را مبادله می‌کنند، تصاویر تفکر را مستقیماً منتقل کنند. در این صورت با وحدتی بی‌نظیر مواجه خواهیم بود. شاید هر هزار سال یک‌بار چنین وحدتی ـ پادزهری نهایی برای انزوا، یعنی مصیبت بنیادی تنهایی ـ پدیدار شود. در حال حاضر، سدهای عظیمی برای این نوع وحدت ذهنی وجود دارد. ابتدا، سد بین تصویر و زبان است. ذهن از طریق تصاویر می‌اندیشد، اما برای مبادله آن با دیگری، باید تصویر را به اندیشه تبدیل کند و سپس اندیشه را به زبان آورد.

این انتقال از تصویر به اندیشه، و از اندیشه به زبان چندان هم قابل اعتماد نیست. حوادثی روی می‌دهند: بافت نرم و پُربار تصویر، شکل‌پذیری و انعطاف‌پذیری فوق‌العاده‌اش، نمای هیجانی خاطره‌انگیز خصوصی‌اش، هنگامی که تصویر با شتاب بر زبان رانده می‌شود، همگی از بین می‌روند.

شهر کتاب (nbookcity.com)

هنرمندان بزرگ کوشش می‌کنند تا تصویر را مستقیماً از طریق توصیه، استعاره و شاهکارهای زبان‌شناسی طوری منتقل کنند که تصویری مشابه در ذهن خواننده پدید آید. اما آن‌ها سرانجام به ناکافی بودن ابزارهای‌شان برای انجام این مهم پی می‌برند. به ضجه و زاری فلوبر(۱۲۸) در کتاب مادام بواری گوش کنید:

حقیقت این است که تمامیت روح گاهی اوقات می‌تواند در بی‌محتوایی کامل بر زبان جاری شود، اما هیچ‌یک از ما تا کنون نتوانسته است اندازه دقیق نیازها، افکار یا اندوه‌هایش را بیان کند. نطق انسان مانند قابلمه ترک برداشته‌ای است که بر روی آن آهنگ‌های ناپخته‌ای می‌نوازیم که خرس‌ها به رقص درمی‌آیند، در حالی که آرزو داریم آهنگی بنوازیم که ستاره‌ها به رقص درآیند.

دلیل دیگری که هیچ‌گاه نمی‌توانیم فرد دیگری را به طور کامل بشناسیم این است که خود ما نیز برای چیزی که قرار است فاش کنیم، گزینش شده‌ایم. ماری کمک مایک را برای اهداف غیرشخصی جست‌وجو می‌کرد، تا درد و سیگار کشیدن را مهار کند و او را انتخاب کرده بود تا بخشی از ویژگی‌های خودش را برایش فاش کند. در نتیجه، مایک در درک مفهوم لبخندهای ماری اشتباه کرد. من ماری و لبخندهایش را بهتر می‌شناختم. اما من نیز در شناخت مفهوم آن‌ها اشتباه کردم: آن‌چه از او می‌دانستم، بخش کوچکی از چیزی بود که او باید و شاید می‌توانست درباره خودش به من بگوید.

زمانی در گروهی با بیماری کار می‌کردم که در مدت دو سال روان‌درمانی، به ندرت به طور مستقیم مرا مورد خطاب قرار می‌داد. یک روز جِی(۱۲۹) با اظهار («اعتراف» تکیه‌کلام او بود) این‌که هر چیزی تا حالا در گروه گفته است ـ پسخوراندش نسبت به دیگران، افشاگری درباره خودش، تمام سخنان محبت‌آمیز و خشمگینانه‌اش ـ همه و همه در واقع فقط به خاطر کمک به من بوده است، من و سایر اعضای گروه را متعجب کرد. جی تجربیات زندگی‌اش را در خانواده‌اش، که در آن‌جا مشتاق مشاهده محبت پدرش بود اما هرگز نتوانسته بود آن را مطالبه کند، در گروه به طور خلاصه بیان کرده بود. در گروه، در بسیاری از داستان‌های غم‌انگیز مشارکت کرده بود اما همیشه علیه افق دیدی بود که ممکن بود از من به دست آورد. هر چند وانمود می‌کرد که با سایر اعضای گروه صحبت می‌کند، اما او از طریق آن‌ها با من صحبت می‌کرد تا به طور پیوسته تأیید و حمایت مرا جست‌وجو کند.

در آن لحظه اعتراف، تمام آن‌چه از جی نزد خودم ساخته بودم، بر باد رفت. فکر می‌کردم او را یک هفته، یک ماه، شش ماه قبل شناخته بودم. اما هیچ‌گاه جی اسرارآمیز واقعی را نشناخته بودم و بعد از آن اعتراف، مجبور شدم تصویری را که از او در ذهنم داشتم، بازسازی کنم و مفاهیم جدیدی برای تجربه‌های گذشته تعیین

کنم. اما این جی جدید، این آدم چالش‌برانگیز، تا چه مدت دوام می‌آورد؟ از چه مدت قبل اسرار جدیدش را جمع می‌کرد؟ چه مدت طول کشید تا این لایه جدید را آشکار کند؟ می‌دانستم که با گذشت زمان، تعداد نامحدودی جی ظاهر خواهد شد و هیچ‌گاه نخواهم توانست مچ «جی واقعی» را بگیرم.

مانع سوم برای شناخت کاملِ فردِ دیگر در کسی که خودش موضوعاتی را در میان می‌گذارد قرار نمی‌گیرد، بلکه در دیگری قرار می‌گیرد، در کسی که می‌خواهد طرف را بشناسد، کسی که باید صحنه‌های مطرح‌شده را تعبیر و زبان را به تصویر ترجمه کند تا ذهن بتواند آن نسخه را بخواند. خیلی بعید است که تصویر دریافت‌کننده همانند تصویر ذهنی اصلی فرستنده باشد.

خطای ترجمه با خطای جبهه‌گیری(۱۳۰) تشدید می‌شود. ما دیگران را با نظریات و آشکال(۱۳۱) برتری که با سلیقه خودمان به زور برای آن‌ها در نظر می‌گیرم، تحریف می‌کنیم، روندی که پروست(۱۳۲) به زیبایی توصیف می‌کند:

خطوط اصلی فیزیکی مخلوقی را که می‌بینیم با تمام نظریاتی که قبلاً درباره او شکل داده‌ایم، انباشته می‌کنیم و آن نظریات در تصویر کاملی که از او در ذهن‌مان تشکیل داده‌ایم، به طور قطع جایگاه اصلی را دارند. در نهایت آن‌ها به طور کامل انحنای گونه‌هایش را پر می‌کنند تا دقیقاً خط بینی را دنبال کنند. آن‌ها چنان به طور موزون در لحن صدایش درهم می‌آمیزند که به نظر می‌رسد بیش‌تر از یک پوشش شفاف نیستند، به طوری که هر زمان چهره‌ای را می‌بینیم یا صدایی می‌شنویم، آن‌چه تشخیص می‌دهیم و آن‌چه می‌شنویم، فقط نظریات خودمان درباره او است.

«هر زمان چهره‌ای را می‌بینیم... آن‌چه تشخیص می‌دهیم، نظریات خودمان درباره او است.» این کلمات، کلید درک بسیاری از روابط شکست خورده را در اختیار ما قرار می‌داد. دَن(۱۳۳)، یکی از بیمارانم، در یک دورهٔ مراقبه شرکت می‌کرد که در آن‌جا به تریپوزا(۱۳۴) می‌پرداختند؛ روشی که در آن دو نفر به مدت چند دقیقه دست‌های یکدیگر را می‌گیرند، به چشم‌های یکدیگر خیره می‌شوند و به طور عمیق روی یکدیگر مکاشفه می‌کنند و سپس روند را با بازیگر جدیدی تکرار می‌کنند. دَن بعد از تعداد زیادی از چنین تعامل‌هایی می‌توانست بین شرکت‌کننده‌ها به وضوح فرق بگذارد: با بعضی‌ها رابطه کمی برقرار می‌کرد، در حالی که با دیگران دلبستگی قوی حس می‌کرد. فردی با این‌همه قدرت، با این‌همه نفوذ متقاعد شده بود که با بعضی‌ها وارد پیوند معنوی شده و با دیگران قوم و خویشی روحی برقرار کرده است!

هرگاه دَن چنین تجربه‌ای را مورد بحث قرار می‌داد، مجبور بودم جلو شک‌ورزی و منطق‌گرایی را بگیرم:

ـ پیوند روحی، راست می‌گویی! دَن، آن‌چه در این‌جا داریم، یک رابطه رویایی است.

تو این شخص را نمی‌شناسی. از دیدگاه پروست، تو این آدم را مملو از صفاتی می‌بینی که آرزو داری آن‌چنان باشد. تو عاشق چیزی شده‌ای که خودت خلق کرده‌ای.
البته هیچ‌گاه این احساسات را به وضوح بیان نکرده‌ام. فکر نمی‌کنم دَن دوست داشته باشد با فردی کار کند که این‌قدر شکاک است. با وجود این، مطمئنم که با روش‌های غیرمستقیم بسیاری نظیر نگاه پرسش‌آمیز، درخواست وقت برای توضیح یا پرس‌وجو، علاقه نشان دادن به بعضی موضوع‌ها و ابراز بی‌تفاوتی به موضوع‌های دیگر، دیدگاهم را ابراز داشته‌ام.
دَن متوجه این گوشه و کنایه‌ها شد و در دفاع از خودش، به نقل قولی از نیچه استناد کرد که در جایی گفته بود «وقتی برای بار اول کسی را ملاقات می‌کنید، همه‌چیز را درباره او می‌فهمید. در ملاقات‌های بعدی، خودتان را نسبت به عقل خودتان به نفهمی می‌زنید.» نیچه اهمیت زیادی نزد من دارد و این نقل قول مرا به فکر فرو برد. شاید در اولین ملاقات، نگهبان‌ها خوابیده‌اند، شاید شخص هنوز تصمیم نگرفته چه نقابی به چهره بزند. شاید اولین نشانه‌ها، دقیق‌تر از دومین یا سومین نشانه‌ها باشند. اما این موضوع خیلی دورتر از همدلی معنوی با دیگری است. علاوه بر آن، اگر نیچه در زمینه‌های بسیاری اهل بصیرت است، اما او راهنمای روابط میان افراد نبود. و آیا هرگز انسانی تنهاتر و منزوی‌تر از نیچه زندگی کرده است!

(nbookcity.com

آیا دَن راست می‌گفت؟ آیا او از طریق راهی اسرارآمیز چیزی حیاتی و واقعی درباره شخص دیگری کشف کرده بود؟ یا به سادگی نظریات خودش را روی هم گذاشته بود و خواهان سیمایی انسانی بود، سیمایی که فقط به دلیل بر پا کردن هم‌نشینی‌های دوستانه، پرمحبت و پرورشی آن را جالب یافته بود؟

ما هیچ‌گاه نتوانستیم موقعیت تریپوزا را امتحان کنیم، زیرا چنین دورهٔ مراقبه‌ای معمولاً از قواعد «سکوت محض» پیروی می‌کنند: هیچ سخنی به هیچ عنوان مجاز نیست. اما در چند مورد او با خانمی اجتماعی مواجه شد، به او خیره شد و احساس کرد به طور معنوی در وی ذوب شده است. با استثناهای کمی متوجه شده بود که وحدت معنوی سراب است. آن خانم از این فرض که پیوند عمیقی بین آن‌ها وجود دارد، متعجب و هراسان شده بود. اغلب زمان زیادی طول می‌کشید تا دَن متوجه این موضوع شود. گاهی اوقات از این‌که او را با دیدگاهم نسبت به واقعیت مواجه کنم، احساس بی‌رحمی می‌کردم.

ـ دَن، این صمیمیت شدیدی که نسبت به دیانا حس می‌کنی شاید به امکان رابطه‌ای در آینده اشاره می‌کند، اما به حقایق نگاه کن. او به تلفن‌هایت جواب نمی‌دهد، او متأهل است و الان که در حال طلاق گرفتن است، بستگانش قرار ازدواج با فرد دیگری را برایش در نظر گرفته‌اند. به آن‌چه می‌گوید، گوش کن.

گاهی خانمی که دَن به چشم‌هایش خیره می‌شده است، همان پیوند عمیق معنوی را حس می‌کرده است و آن‌ها عاشق یکدیگر می‌شده‌اند، اما این عشق همواره و به سرعت از بین می‌رفته است. گاهی اوقات به سادگی به تدریج کم‌اهمیت شده است، گاهی اوقات به تهمت زدن‌های حسادت‌آمیز خشن تبدیل شده است. اغلب دَن یا طرف مقابلش یا هر دو با افسردگی به رابطه‌شان پایان داده‌اند. راه ناپایدار عشق هر قدر طول بکشد، نتیجه نهایی یکی است: هیچ‌یک آن‌چه را می‌خواهند از دیگری به دست نمی‌آورند.

متقاعد شدم که در این‌گونه دلباختگی‌هایی که در اولین ملاقات به وجود می‌آید، دَن و آن خانم هر یک آن‌چه را در دیگری می‌دید، با چه چیزی اشتباه می‌گرفت. هر یک از آن‌ها بازتاب نگاه ملتمسانه و مجروح خود را دیده است و آن را با آرزو و کمال خود اشتباه گرفته است. هر یک از آن‌ها جوجه‌های تازه به پرواز درآمده‌ای با بال‌های شکسته بودند که با چنگ انداختن به پرنده بال‌شکسته دیگری، به جست‌وجوی پرواز پرداختند. آدم‌هایی که احساس پوچی می‌کنند هرگز با وحدت با شخص ناکامل دیگری شفا نمی‌یابند. برعکس، دو پرنده بال‌شکسته با جفت شدن با یکدیگر، ناشیانه‌تر به پرواز درمی‌آیند. هر قدر هم صبر کنند، به پرواز کمکی نخواهد شد و سرانجام هر یک باید با زور از دیگری جدا شود و جراحتش را با یک تخته شکسته‌بندی (آتل) مجزا درمان کند.

شناخت‌ناپذیری ذاتی دیگران نه تنها در مسائلی مثل ساختارهای عمیق تصویر و

زبان، تصمیم عمدی و غیرعمدی فرد برای پنهان کردن، و نقاط کور(۱۳۵) ناظر ـ که شرح دادم ـ بلکه در شکوه، جلال و پیچیدگی گسترده هر انسان نیز نهفته است. در حالی که برنامه‌های پژوهشی گسترده در جست‌وجوی کشف فعالیت بیوشیمیایی و الکتریکی مغز هستند، جریان تجربه هر فرد آن‌قدر پیچیده است که تا ابد از فناوری استراق سمع جدید جلو زده است.

جولیان بارنز(۱۳۶) در طوطی فلوبر(۱۳۷) به سبکی زیبا و شیطنت‌آمیز پیچیدگی پایان‌ناپذیر انسان را تشریح می‌کند. نویسنده تصمیم می‌گیرد فلوبر واقعی، انسانی که فراسوی افکار عمومی قرار دارد را کشف کند. بارنز سرخورده از روش‌های سنتی مستقیم زندگی‌نامه‌نویسی می‌کوشد جوهر فلوبرِ بدون نقاب را با استفاده از ابزارهای غیرمستقیم به چنگ آورد. برای مثال، علایقش به قطار، حیواناتی که نسبت به آن‌ها کششی حس می‌کند، یا استفاده از راه‌ها و رنگ‌های مختلف برای توصیف چشم‌های اِما بواری(۱۳۸) را بررسی می‌کند.

البته بارنز هیچ‌گاه جوهر انسانی فلوبر را به چنگ نیاورد و سرانجام وظیفه معمولی‌تری را برای خودش ایجاد کرد. بارنز در بازدید از دو موزه فلوبر ـ یکی در خانه دوران کودکی فلوبر و دیگری در خانه‌ای که در بزرگسالی در آن‌جا می‌زیست ـ در هر کدام طوطی خشک‌شده‌ای را دید که هر دو موزه ادعا می‌کردند مدلی است که فلوبر برای لولو(۱۳۹)، طوطی مشهور در کتاب یک روح ساده استفاده می‌کرد. این وضعیت واکنش‌های تحقیقاتی بارنز را برانگیخت: به خدا قسم، اگرچه او نتوانست جایگاه فلوبر را مشخص کند، اما دست‌کم معلوم خواهد کرد کدام طوطی واقعی و کدام قلابی است.

ظاهر فیزیکی دو طوطی هیچ فرقی نمی‌کند: آن‌ها به شدت شبیه یکدیگر هستند و هر دو کم و بیش با توضیحی که فلوبر درباره لولو ارائه داده است، مطابقت دارند. سپس در یک موزه، نگهبان سالخورده دلیل آورد که طوطی‌اش واقعی است. روی نشیمن طوطی‌اش مُهری به این شرح بود: «موزه روئن(۱۴۰)» و سپس به بارنز نسخه‌ای از رسیدی را نشان داد که ثابت می‌کرد فلوبر بیش از یک‌صد سال قبل، طوطی موزه شهرداری را امانت گرفته است (و بعداً برگردانده است). نویسنده که از نزدیک شدن به راه حل به وجد آمده بود، با عجله به موزه دیگر رفت فقط برای کشف این‌که روی نشیمن طوطی رقیب هم مُهری با همان مشخصات وجود دارد یا نه. بارنز بعداً با کهنسال‌ترین عضو زنده انجمن دوستداران فلوبر(۱۴۱) صحبت کرد؛ کسی که داستان واقعی طوطی‌ها را به او گفت. وقتی دو موزه (مدت‌ها بعد از مرگ فلوبر) در حال ساخت بودند، هر یک از دو سرپرست با در دست داشتن نسخه‌ای از رسید، جداگانه به موزه شهرداری مراجعه و طوطی فلوبر را برای موزه‌اش درخواست می‌کند. هر دو سرپرست به اتاق بزرگی از حیوانات تاکسیدِرمی شده که شامل دست‌کم پنجاه طوطی عملاً یکسان است، هدایت می‌شود! به هر دو گفته می‌شود:

«بفرما، طوطی‌ات را بردار.»
عدم امکان کشف طوطی اصیل بر این اعتقاد بارنز نقطهٔ پایان می‌گذارد که آرزوی شناخت فلوبر «واقعی» یا هر چیز «واقعی» دیگر موضوعی فریبنده است. اما بسیاری از مردم هرگز وجود حماقت در چنین پژوهشی را کشف نمی‌کنند و به این باور ادامه می‌دهند که در صورت داشتن اطلاعات کافی می‌توانند شخصیت هر فردی را مشخص و معین کنند. در میان روان‌درمانگرها و روان‌پزشک‌ها همیشه بحث درباره اعتبار شناخت شخصیت وجود دارد. بعضی به شایستگی‌های اقدام جسورانه و اختصاص زندگی‌شان در دقت به طبقه‌بندی بهتر اعتقاد دارند. دیگران که خودم را هم جزو آن‌ها می‌دانم، در شگفت هستند که کسی بتواند تشخیصی جدی بدهد، زیرا هیچ‌گاه نمی‌توان بیش از چند علامت و ویژگی رفتاری ساده را بررسی کرد. به هر حال، خودمان را زیر فشاری فزاینده (از طرف بیمارستان‌ها، شرکت‌های بیمه و بنگاه‌های دولتی) می‌بینیم تا فردی را با اصطلاحی معین و طبقه‌بندی عددی تشخیص دهیم.
حتی لیبرال‌ترین نظام‌های نام‌گذاری روان‌پزشکی خلاف یکدیگر رفتار می‌کنند. اگر با مردمی که اعتقاد دارند می‌توانیم آن‌ها را طبقه‌بندی کنیم، ارتباط برقرار کنیم، متوجه خواهیم شد بخش‌های حیاتی آن‌هایی را که فراتر از دسته‌بندی قرار می‌گیرند، نه می‌توانیم بشناسیم و نه می‌توانیم پرورش دهیم. رابطه توانمند همیشه فرض می‌کند که دیگری هیچ‌گاه به طور کامل قابل شناسایی نیست. اگر مجبور شوم یک برچسب تشخیص رسمی به ماری نسبت دهم، از فرمولی پیروی می‌کنم که در راهنمای آماری و تشخیص اختلال‌های روانی فعلی توصیف شده و به دقت و تشخیص شش قسمت ظاهراً رسمی رسیده است. با وجود این می‌دانم که طبیعت انسانی ماری ـ که همیشـه مرا متعجب می‌کرد و از دسترس من دور بود ـ با ماری دو لبخند ارتباط کمی خواهد داشت.

۸. سه نامه ناگشوده

ـ صبح روز دوشنبه اولین کسی بودم که وارد شدم. روزی که مثل هر روز دیگر شروع شد. صبح را صرف کار روی یک مقاله کردم و حدود ظهر تا ابتدای مسیر ماشین‌رو پیاده رفتم تا نامه‌ها را جمع کنم. معمولاً ضمن خوردن ناهار نامه‌ها را می‌خوانم. به هر دلیل، مطمئن نیستم که چرا نگران بودم که امروز یک روز معمولی نبود. به صندوق پستی رسیدم و... و...

سائول(۱۴۲) دیگر نمی‌توانست ادامه بدهد. صدایش دورگه شده بود. سرش را پایین انداخته بود و سعی می‌کرد خودش را جمع و جور کند. هرگز او را این‌قدر بدحال ندیده بودم. صورتش از ناامیدی چروک شده بود، به طوری که او را خیلی پیرتر از شصت و سه ساله نشان می‌داد. چشم‌های غمزده پف‌کرده‌اش سرخ شده بودند. پوست پر از لک و پیسش از عرق می‌درخشید.

بعد از چند دقیقه سعی کرد ادامه دهد:

ـ در نامه‌ای که آمده بود، دیدم... من... من نمی‌توانم ادامه بدهم. نمی‌دانم باید چه کار بکنم...

سائول سه یا چهار دقیقه بعد در دفتر کارم بود. او خودش را در حالتی آشفته و عمیق گرفتار کرده بود. تند تند نفس می‌کشید، نفس‌هایی بریده‌بریده، منقطع و کوتاه. سرش را بین زانوهایش گذاشته بود تا نفسش را نگه دارد، اما فایده‌ای نداشت. سپس از روی صندلی‌اش بلند شد، در دفترم شروع به قدم زدن کرد و با نفس‌های عمیق هوا را فرو داد. نفس‌نفس‌زدن‌ها بیش‌تر شدند و متوجه شدم که نزدیک است غش کند. ای کاش یک پاکت قهوه‌ای کاغذی داشتم تا در آن نفس بکشد، اما چون نداشتم، پس آن روش درمان عامیانه (به همان مفیدی سایر روش‌های مقابله با نفس‌نفس‌زدن‌های سریع) عملی نبود و سعی کردم با صحبت کردن او را آرام کنم.

ـ سائول، هیچ اتفاقی برایت نمی‌افتد. تو برای کمک گرفتن به دیدنم آمده‌ای و این همان کاری است که برای انجامش آموزش دیده‌ام. ما می‌توانیم با کمک یکدیگر از عهده این کار مهم برآییم. خواهش می‌کنم هر کاری می‌گویم، انجام بده. روی کاناپه دراز بکش و روی تنفست تمرکز کن. ابتدا نفس عمیق و سریع بکش، سپس به تدریج آن را آهسته خواهیم کرد. از تو می‌خواهم فقط روی یک چیز تمرکز کنی. صدایم را می‌شنوی؟ فقط به هوایی که وارد بینی‌ات می‌شود، توجه کن که همیشه احساس می‌کنی سردتر از هوایی است که از بینی‌ات بیرون می‌رود. تمام حواست را روی آن متمرکز کن. خیلی زود متوجه خواهی شد که ضمن آن‌که آهسته‌تر نفس می‌کشی، هوایی که در بازدم بیرون می‌دهی، گرم‌تر به نظر می‌رسد.

این پیشنهاد از آن‌چه انتظار داشتم، مؤثرتر واقع شد. سائول در چند دقیقه آرام شد،

تنفسش آهسته شد و نگاه وحشتزده‌اش از بین رفت.
ـ سائول، به نظر می‌رسد بهتر شدی. حالا اجازه بده به کار اصلی برگردیم. یادت می‌آید می‌خواستی اطلاعاتی در اختیارم قرار بدهی ـ سه سال است که تو را ندیده‌ام. دقیقاً بگو چه بلایی بر سرت آمده است؟ همه چیز را بگو. می‌خواهم تمام جزئیات را بشنوم.
جزئیات حیرت‌آور هستند. آن‌ها آموزنده و تسکین‌دهنده هستند و بر نگرانی حاصل از انزوا اثر می‌گذارند: بیمار احساس می‌کند همین‌که از جزئیات مطلع شوید، وارد زندگی‌اش شده‌اید.
سائول تصمیم گرفت هیچ سابقه‌ای در اختیارم قرار ندهد. او به شرح رویدادهای اخیر ادامه داد؛ به شرح داستان زندگی خودش از جایی که رها کرده بود:
ـ طبق معمول، یک مشت آت و آشغال مثل تبلیغات تجاری و درخواست‌های خیریه صندوق را پر کرده بودند. همه را برداشتم و به خانه برگشتم. در میان آن‌ها یک پاکت رسمی قهوه‌ای خیلی بزرگ از مؤسسه پژوهشی استکهلم(۱۴۳) بود. بالاخره آمد! چند هفته بود که از فکر دریافت آن نامه وحشت‌زده بودم و حالا بالاخره آمده بود. نمی‌توانستم آن را باز کنم.
مکث کرد.
ـ بعد چه شد؟ همه چیز را بگو.
ـ فکر می‌کنم روی صندلی آشپزخانه ولو شدم و همان‌جا نشستم. سپس نامه را تا زدم و در جیب عقب شلوارم گذاشتم. شروع به درست کردن ناهار کردم.
یک بار دیگر مکث کرد.
ـ ادامه بده. سعی کن هیچ چیز را از قلم نیندازی.
ـ دو عدد تخم‌مرغ آب‌پز کردم و سالاد تخم‌مرغ درست کردم. مسخره است اما درست کردن ساندویچ سالاد تخم‌مرغ همیشه آرامش‌بخش است. فقط وقتی ناراحتم ـ بدون کاهو، بدون گوجه‌فرنگی، بدون کرفس یا پیاز خرد شده ـ آن را می‌خورم. فقط تخم‌مرغ له شده، نمک، فلفل و سس سالاد را روی نان سفید خیلی پف‌کرده پخش می‌کنم و می‌خورم.
ـ آیا اثر داشت؟ آیا ساندویچ تو را آرام کرد؟
ـ هنگام درست کردن آن‌ها خیلی به من سخت گذشت. ابتدا، از دریافت پاکت پریشان شده بودم ـ لبه‌های دندانه‌دندانه‌اش مثل خار به چشمم فرو می‌رفت. نامه را از جیبم بیرون آوردم و شروع به بازی با آن کردم. می‌دانید چه کار می‌کردم؟ آن را جلوی نور چراغ می‌گرفتم، سبک سنگین می‌کردم، سعی می‌کردم حدس بزنم چند برگ کاغذ دارد. البته هیچ فرقی هم نمی‌کرد. می‌دانستم پیامش باید کوتاه و ناخوشایند باشد.
با وجود کنجکاوی، تصمیم گرفتم به سائول فرصت بدهم داستان را به سبک خودش

و طبق میل خودش بگوید.
ـ ادامه بده.
ـ خوب، ساندویچ‌ها را خوردم. حتی آن‌ها را به همان طریقی که در ایام کودکی دوست داشتم ـ یعنی با تکه‌تکه کردن سالاد تخم‌مرغ ـ خوردم و شکمی از عزا درآوردم. اما آن هم فایده‌ای نکرد. به آرام‌بخش قوی‌تری نیاز داشتم. این نامه خیلی خانمان‌برانداز بود. بالاخره آن را در کشویی در میز مطالعه‌ام پنهان کردم.
ـ هنوز آن را باز نکرده‌ای؟
ـ نه، باز نکرده‌ام. هنوز هم باز نکرده‌ام. چرا آن را باز کنم؟ می‌دانم داخل آن چیست. خواندن کلمات دقیق، زخم را حتی بیش‌تر هم باز خواهد کرد.
نمی‌دانستم سائول راجع به چه چیزی حرف می‌زند. حتی از ارتباط او با مؤسسه استکهلم هم چیزی نمی‌دانستم. به هر حال تا آن لحظه از کنجکاوی بی‌تاب شده بودم، اما از بروز ندادن بی‌تابی‌ام لذت می‌بردم. شخصاً عادت داشتم به محض دریافت هدیه‌ای به سرعت آن را باز کنم. فرزندانم همیشه به خاطر آن سربه‌سرم می‌گذاشتند. به طور قطع صبرم در آن روز نشانه این بود که به درجه‌ای از بلوغ رسیده‌ام. برای چه عجله کنم؟ سائول خیلی زود همه چیز را خواهد گفت.
ـ نامه دوم هشت روز بعد دریافت شد. پاکت همانند اولی بود. آن را هم باز نکرده، در همان کشو روی نامهٔ اولی گذاشتم. اما مخفی کردن آن‌ها فایده‌ای نداشت. نه می‌توانستم به آن‌ها فکر نکنم و نه می‌توانستم فکر کردن به آن‌ها را تحمل کنم. ای کاش هرگز به مؤسسه استکهلم نرفته بودم!
آه کشید.
ـ ادامه بده.
ـ زمان زیادی از دو هفته اخیر را در خیال‌پردازی گذراندم. مطمئناً می‌خواهید تمام ماجرا را بشنوید.
ـ بله، البته. از خیال‌بافی‌ها برایم حرف بزن.
ـ خوب، گاهی اوقات فکر می‌کردم در دادگاه هستم. در برابر اعضای بنیاد ایستاده‌ام. آن‌ها کلاه‌گیس به سر و لباس رسمی به تن داشتند. دفاعم محشر بود. من با طریقی که به هر اتهام پاسخ دادم، هر نظری را رد و همه را مبهوت کردم. به زودی معلوم شد که هیچ چیزی برای مخفی کردن نداشتم. دادگاه به هم ریخت. قاضی‌ها یکی یکی جایگاه‌شان را ترک کردند و به سمت من هجوم آوردند تا اولین کسی باشند که به من تبریک می‌گویند و از من طلب عفو کردند. این یک خیال‌بافی بود که چند دقیقه‌ای حالم را بهتر کرد. بقیه به این خوبی نبودند، خیلی بیمارگونه بودند.
ـ درباره آن‌ها بگو.
ـ گاهی اوقات در سینه‌ام احساس گرفتگی می‌کردم و فکر می‌کردم سکته کرده‌ام، یک سکته خفیف. علائم عبارتند از: هیچ دردی حس نمی‌کنم، فقط مشکل تنفسی و

گرفتگی سینه دارم. سعی کردم نبضم را حس کنم اما هر وقت خواستم این کار را انجام دهم، اصلاً نتوانستم نبض لعنتی را پیدا کنم. وقتی بالاخره یک ضربان را حس کردم، متوجه نمی‌شدم که از سرخرگ زند زبرین(۱۴۴) ناشی شده، یا از مویرگ‌های نازک سر انگشتانم که به مچ دستم فشار وارد می‌کنند.

بیست و شش ضربان در پانزده ثانیه حس کردم. بیست و شش ضرب‌در چهار، برابر با صد و چهار ضربان در یک دقیقه است. بعد نمی‌دانستم که یک‌صد و چهار ضربان خوب است یا بد. نمی‌دانستم که سکته خفیف همراه با تند یا کند شدن ضربان است. شنیده‌ام که ضربان بیورن بورگ(۱۴۵) پنجاه است.

بعد درباره قطعه‌قطعه شدن سرخرگ خیال‌بافی کردم؛ فشار کم می‌شود و خون بیرون می‌ریزد. با صد و چهار ضربان در دقیقه، چقدر طول می‌کشد تا تاریکی تو را در بر بگیرد؟ سپس درباره سریع‌تر شدن ضربان فکر کردم تا باعث شود که خون سریع‌تر خارج شود. می‌توانستم روی دوچرخه ثابت ورزش کنم! در چند دقیقه، می‌توانستم ضربانم را تا صد و بیست بالا ببرم.

گاهی ریختن خون در فنجان کاغذی را مجسم می‌کردم. می‌توانستم صدای فرو ریختن تدریجی قطرات خون روی دیوارهای فنجان را بشنوم. شاید صد قطره خون فنجان را پُر کند ـ فقط پنجاه ثانیه طول می‌کشد. سپس در این‌باره که مچ دستم را چگونه قطعه‌قطعه کنم، فکر می‌کردم. با چاقوی آشپزخانه؟ یا چاقوی کوچک تیز دسته‌سیاه؟ یا با یک تیغ ریش‌تراشی؟ اما برش با تیغ ریش‌تراشی که دیگر چیزی نیست، درست به همان بی‌خطری تزریق یک آمپول است. هیچ‌گاه قبلاً به مردن با تیغ ریش‌تراشی فکر نکرده بودم. فکر کردم که آن هم راهی برای مردن است. بدون هیچ همهمه‌ای. شاید کسی در لحظاتی اتفاقی به من فکر کند همان‌طور که من به تیغ ریش‌تراشی یک‌لبه منسوخ فکر می‌کنم.

با وجود این، به برکت افکارم هنوز زنده‌ام. می‌دانید، هیچ فردی که در زمان کودکی من بزرگسال بود، حالا دیگر زنده نیست. پس دوران کودکی من مرده است. روزی به همین زودی، شاید در طول چهل سال، هیچ‌یک از افرادی که تا به حال مرا می‌شناخته‌اند، دیگر زنده نخواهند بود. در آن زمان من واقعاً مرده‌ام. در آن زمان در خاطره هیچ‌کس حضور ندارم. من درباره شخص خیلی پیری که آخرین فرد زنده‌ای است که بعضی اشخاص یا گروهی از اشخاص را می‌شناخته است، خیلی فکر کرده‌ام. وقتی فرد مسنی می‌میرد، تمام گروه نیز می‌میرد و از خاطره زنده‌ها محو می‌شود. در حیرتم که آن شخص چه‌کاره من خواهد بود. مرگ چه کسی باعث می‌شود که من هم واقعاً بمیرم؟

سائول که طی چند دقیقه گذشته با چشمان بسته حرف می‌زد، ناگهان چشم‌هایش را باز کرد و به من خیره شد.
ـ دنبال همین بودید؟ از من می‌خواهید باز هم ادامه بدهم؟ این موضوع خیلی وحشتناک است.
ـ سائول، می‌خواهم همه چیز را بدانم. می‌خواهم بدانم دقیقاً چه بلایی بر سرت آمده است.
ـ یکی از بدترین چیزها این بود که کسی را نداشتم با او صحبت کنم. هیچ‌جایی نداشتم که بروم. نه دلگرمی‌ای، نه دوست قابل اعتمادی که با جرئت بتوانم با او راجع به این مسائل گفت‌وگو کنم.
ـ پس من چه‌کاره‌ام؟
ـ نمی‌دانم یادتان می‌آید، پانزده سال طول کشید تا تصمیم گرفتم برای اولین بار با شما ملاقات کنم. نمی‌توانستم روسیاهی برگشت برای دیدن شما را تحمل کنم. ما خیلی خوب با هم کار کرده بودیم و من نمی‌توانستم سرافکندگی یک شکست‌خوردهٔ مراجعت کرده را توضیح بدهم.
منظور سائول را درک می‌کردم. یک سال و نیم به نحو ثمربخشی با یکدیگر کار کرده بودیم. سه سال قبل، ضمن این‌که به روان‌درمانی پایان می‌دادیم، سائول و من به تغییراتی که در وی ایجاد شده بود، به شدت افتخار می‌کردیم. جلسهٔ آخرمان جشن فارغ‌التحصیلی باشکوهی بود؛ فقط یک دسته موزیک کم داشت که گام‌های پیروزمندانه او را در دنیا همراهی کند.
ـ بنابراین سعی کردم خودم آن را بررسی کنم. می‌دانستم آن نامه‌ها چه معنایی دارند: آن‌ها قضاوت نهایی‌ام، مکاشفات شخصی‌ام بودند. فکر می‌کنم شصت و سه سال است که درست پیشاپیش آن‌ها ایستاده‌ام. حالا شاید به دلیل این‌که کم‌تحرک شده‌ام ـ سنم، وزنم، اتساع مجاری و ایجاد حباب‌های هوا در ریه‌هایم(۱۴۶) ـ بر من غلبه کرده‌اند. من همیشه روش‌هایی برای تأخیر در قضاوت داشته‌ام. آیا به خاطر می‌آورید؟
با سر تأیید کردم.
ـ بعضی از آن‌ها را.
ـ خیلی عذرخواهی می‌کردم، خودم را به خاک می‌انداختم، با گوشه و کنایه شایع می‌کردم که سرطان پیشرفته دارم (که هرگز درمان نشده است). و همیشه، اگر چیز دیگری مؤثر نباشد، همیشه پول نقد برای حق‌السکوت وجود داشته است. فهمیدم که تمام فاجعه مؤسسه استکهلم با پنجاه هزار دلار درمان می‌شود.
ـ چه چیزی نظرت را تغییر داد؟ چرا تصمیم گرفتی به من تلفن کنی؟
ـ دلیل این کار، نامه سوم بود. حدود ده روز بعد از نامه دوم دریافت شد. آن نامه به همه چیز، به تمام نقشه‌هایم، به هر امید فراری پایان داد. حدس می‌زنم به غرورم

نیز پایان داد. چند دقیقه پس از وصول، به همه چیز پایان داد. گوشی را برداشتم و به منشی‌ات تلفن کردم.

بقیهٔ ماجرا را می‌دانستم. منشی‌ام درباره تلفنش به من گفته بود «هر وقت دکتر بتواند مرا ببیند. می‌دانم سرش چقدر شلوغ است. بله، یک هفته بعد از سه‌شنبه عالی است. نه هیچ حادثه غیرمترقبه‌ای روی نداده است.»

وقتی منشی‌ام تلفن دومش را چند ساعت بعد از اولی اطلاع داد «دوست ندارم دکتر را اذیت کنم، اما خوشحال می‌شوم اگر بتواند حتی به مدت چند دقیقه، فقط کمی زودتر به من وقت دهد»، نشانه ناامیدی بزرگ سائول را شناختم. به او تلفن کردم تا برای یک مشاوره فوری قرار بگذارم.

سپس سائول به بیان خلاصهٔ حوادث زندگی‌اش از آخرین دفعه‌ای که یکدیگر را دیده بودیم، پرداخت. او یک عصب‌زیست‌شناس(۱۴۷) ورزیده بود که کمی پس از پایان روان‌درمانی، حدود سه سال قبل، یک بورسیهٔ پژوهشی ممتاز، شامل شش ماه همکاری با مؤسسه پژوهشی استکهلم در سوئد دریافت کرد. شرایط بورسیه سخاوتمندانه بود: پنجاه‌هزار دلار حقوق ثابت، بدون هیچ قید و شرطی و او مختار بود که پژوهش را با انجام کم و بیش تدریس پیگیری کند و همکارانش را نیز خودش انتخاب کند.

وقتی وارد مؤسسه استکهلم شد، دکتر کی(۱۴۸)، بیولوژیست سلولی مشهور از او استقبال کرد. دکتر کی شخصیت برجسته‌ای بود: با لهجه بی‌نقص فارغ‌التحصیلان آکسفورد حرف می‌زد و با وجود هفتاد و پنج سال دارای قامتی راست بود و همهٔ کارکنان بلندقامتش (با میانگین صد و نود سانتی‌متر) را در نظام اداری یکی از بلندمرتبه‌ترین مؤسسات دنیا (مؤسسهٔ استکهلم) استخدام کرده بود. سائول بیچاره چانه و گردنش را بالا کشید تا به ۱۶۵ سانتی‌متر برسد. اگرچه دیگران برای لهجه بروکلینی سنتی‌اش احترام قائل بودند، اما خودش از لحن صدایش احساس حقارت می‌کرد. در حالی که دکتر کی هیچ‌گاه برنده جایزه نوبل نشده بود (هر چند همه می‌دانستند که در دو نوبت نامزد دریافت این جایزه شده بود) اما بدون تردید به خاطر کارهایش به شهرت رسیده بود. سائول که به مدت سی سال از دور و الان در حضورش او را ستایش می‌کرد، به سختی می‌توانست با خیال راحت به چشم‌های این مرد بزرگ نگاه کند.

وقتی سائول هفت‌ساله بود، والدینش در یک تصادف اتومبیل کشته شدند و او نزد عمه و عمویش بزرگ شد. از آن به بعد موضوع مهم تکراری در زندگی‌اش، جست‌وجوی بی‌پایان برای خانه، محبت و تأیید بود. شکست همیشه جراحاتی سهمگین به او وارد کرده بود، اما به آهستگی مداوا شده و احساس بی‌اهمیت بودن و تنهایی‌اش را تشدید کرده بود. موفقیت شگفت‌انگیزی پیشنهاد شده بود اما شادی حاصل از آن زودگذر بود.

لحظه‌ای که سائول وارد مؤسسه پژوهشی استکهلم شد و دکتر کی از او استقبال کرد، او به طرز عجیبی متقاعد شد که هدف در چنگش است، این‌که امیدی برای آرامش نهایی وجود دارد. لحظه‌ای که سائول دست نیرومند دکتر کی را فشار می‌داد، به بینشی رهایی‌بخش و خجسته برای هر دو نفر، خودش و دکتر کی، برای کار کردن شانه به شانه به صورت همکارانی تمام‌وقت نائل شد.

در چند ساعت و با طرحی ناکافی، سائول پیشنهاد کرد که او و دکتر کی روی مرور منابع جهانی درباره تفاوت سلول‌های عضلانی همکاری کنند. سائول پیشنهاد کرد ترکیبی خلاق ارائه دهند و درخشان‌ترین مسیرهای پژوهش‌های آینده را مشخص کنند. دکتر کی گوش کرد، با احتیاط هشدار داد و قبول کرد که هر دو هفته یک‌بار با سائول که پژوهش‌های کتابخانه‌ای را انجام می‌دهد، ملاقات کند. سائول شتابزده و با هیجان بدون ذره‌ای تفکر خودش را به درون پروژه‌ای پرتاب کرد و برای ساعات مشاوره با دکتر کی ارزش زیادی قائل شد تا او و دکتر کی در آن ساعات پیشرفت‌های سائول را مرور کنند و به جست‌وجوی الگوهای مهمی در منابع پژوهشی اساساً متفاوت بپردازد.

سائـول چنان از لذت رابطه همکاری سرمست شده بود که توجه نکرد پژوهش کتابخانه‌ای سودمند نیست. در نتیجه، وقتی دو ماه بعد دکتر کی نومیدی‌اش را از کار ابراز داشت و توصیه کرد که کار متوقف شود، تعجب کرد. سائول هیچ‌گاه در زندگی‌اش در اجرای هیچ طرحی شکست نخورده بود. اولین واکنش او این بود که پیشنهاد کرد به تنهایی کار را ادامه دهد. دکتر کی پاسخ داد «البته من نمی‌توانم مانع شما بشوم، اما این کار را غیرعاقلانه می‌بینم. به هر حال، می‌خواهم خودم را از این طرح کنار بکشـم.»

سائول شتابزده و بدون فکر نتیجه گرفت که طرحی دیگر (از بند ۲۶۱ تا ۲۶۲ در کتاب‌شناسی وی به این موضوع اختصاص دارد) از ادامه همکاری با دکتر بزرگ خیلی کم‌اعتبارتر خواهد بود و بعد از چند روز بررسی، پروژه دیگری را پیشنهاد کرد. سائول یک بار دیگر پیشنهاد کرد که ۹۵ درصد کار را انجام دهد. دکتر کی یک بار دیگر با احتیاط موافقت کرد. سائول در چند ماه باقی‌مانده در مؤسسه استکهلم به طور خستگی‌ناپذیر کار می‌کرد. از قبل با تدریس و پذیرش مسئولیت مشاوره به همکاران جوان‌تر، برنامه خودش را سنگین کرده بود، از این رو مجبور بود با کار زیاد شبانه خودش را برای جلسات با دکتر کی آماده کند.

در پایان دوره شش‌ماهه‌اش، پروژه هنوز تمام نشده بود، اما سائول به دکتر کی قول داده بود که آن را کامل کند و ببیند که در مجله علمی معتبری چاپ شده است. سائول در ذهنش ویراستاری داشت که دانشجوی سابقش بود و غالباً مقالات را از سائول می‌دزدید. سه ماه بعد، سائول مقاله را کامل کرد و بعد از به دست آوردن تأیید دکتر کی، آن را به مجله تحویل داد، اما پس از یازده ماه به او اطلاع دادند که

ویراستار به شدت به بیماری مزمنی مبتلا شده و ناشرها با کمال تأسف تصمیم گرفته‌اند به انتشار مجله ادامه ندهند و از این رو تمام مقاله‌های تحویل شده را برگردانده‌اند.

سائول که تا آن زمان هشدارهای زیادی دریافت کرده بود، بی‌درنگ مقاله را به مجله دیگری ارسال کرد. شش ماه بعد، یادداشتی مبنی بر نپذیرفتن مقاله دریافت کرد، چیزی که در بیست و پنج سال گذشته سابقه نداشت. یادداشت توضیح می‌داد که با احترام به مقام شامخ مؤلفین، چرا مجله نمی‌تواند مقاله را چاپ کند: در هجده ماه گذشته، سه مقاله پژوهشی شایسته دیگر از همین منابع منتشر شده‌اند و از آن گذشته گزارش‌های پژوهشی مقدماتی در چند ماه اخیر از نتایجی که سائول و دکتر کی برای مسیرهای درخشان در این زمینه دست یافته بودند، حمایت نمی‌کنند. با وجود این، اگر مقاله به روز شود، مضمون اساسی تغییر کند، نتایج و توصیه‌ها دوباره فرمول‌بندی شوند، مجله با کمال مسرت آن را دوباره بررسی خواهد کرد.

سائول نمی‌دانست چه کار کند. نمی‌توانست با شرمندگی به دکتر کی بگوید که حالا بعد از هجده ماه، مقاله‌شان هنوز برای چاپ پذیرفته نشده است. سائول مطمئن بود که دکتر کی هیچ‌گاه مقاله رد شده نداشته است ـ دست‌کم نه تا زمانی که با این نیویورکی قدکوتاه، سمج و متقلب هم‌گروه شده بود. سائول می‌دانست که مقاله‌های پژوهشی به خصوص در زمینه رو به رشدی مثل بیولوژی سلولی به سرعت کهنه می‌شود. او هم‌چنین تجربه کافی درباره هیئت ویراستاری داشت تا بداند که ویراستارهای مجله صرفاً مؤدب بوده‌اند: مقاله فراسوی استفاده مجدد بوده مگر این‌که خودش و دکتر کی وقت زیادی را صرف تجدید نظر در آن بکنند. از آن گذشته، تجدید نظر کامل با مکاتبه از طریق پست بین‌المللی مشکل بود و به همکاری رو در رو نیاز داشت. دکتر کی بر روی پروژه‌های بسیار مهم‌تری کار می‌کرد و سائول مطمئن بود که دکتر کی به سادگی ترجیح می‌دهد کلاً از این طاعون دست بکشد.

و دیگر این‌که به بن‌بست رسیده بود: هر تصمیمی که گرفته می‌شد، سائول مجبور بود به دکتر کی اطلاع دهد چه اتفاقی روی داده است. سائول نمی‌توانست خودش را برای انجام این کار قانع کند. بنابراین طبق عادتی که در این مواقع داشت، هیچ کاری نکرد.

در ادامه اوضاع بدتر شد: او مقاله مهمی در رابطه با همین موضوع نوشت که بلافاصله برای چاپ پذیرفته شد. در آن مقاله او به چند نظریه اشاره کرده بود که به دکتر کی نسبت داده بود و به مقاله چاپ نشده‌شان استناد کرده بود. مجله به سائول اطلاع داد که سیاست جدیدشان به او اجازه نمی‌دهد به کسی بدون رضایت کتبی شخص (برای اجتناب از سوءاستفاده از اسامی مشهور) استناد کند. به همین دلیل، مجله نمی‌توانست به مقاله‌های منتشر نشده بدون رضایت کتبی مؤلفین همکار

اجازه ارجاع دهد.
سائول بیچاره شده بود. نمی‌توانست بدون خاطر نشان کردن سرنوشت مخاطراتی که برای همکارانش روی داده، با دکتر کی مکاتبه کند تا اجازه‌اش را برای استناد به نظریات به دست آورد. سائول دوباره هیچ کاری نکرد.
چند ماه بعد، مقاله‌اش (بدون اشاره به دکتر کی و بدون استناد به کار مشترک‌شان) به صورت مقاله اصلی یک مجله معروف بیولوژی عصبی منتشر شد.
و سائول در این‌جا با اندوه بسیار به من گفت:
ـ حالا بیا و درستش کن! از چاپ این مقاله به وحشت افتادم. می‌دانستم که دکتر کی آن را می‌خواند. می‌دانستم که درباره من چه فکر می‌کند و چه حس می‌کند. می‌دانستم که در چشم او و در چشم تمام انجمن مؤسسه استکهلم، من یک شیاد، یک دزد، بدتر از دزد هستم. منتظر بودم که از او چیزی بشنوم و نامه اول را چهار هفته بعد از انتشار مجله دریافت کردم؛ درست طبق برنامه زمانی قابل پیش‌بینی، یعنی زمان کافی برای این‌که مجله به اسکاندیناوی برسد، دکتر کی آن را بخواند، تا برای داوری بفرستد، تا حکم صادر شود. زمان کافی برای این‌که نامه‌اش در کالیفرنیا به دست من برسد.
سائول ساکت شد. چشمانش به من التماس می‌کرد و می‌گفت «دیگر نمی‌توانم ادامه بدهم. این همه مشکل را حل کن. این درد را از بین ببر.»

(nbookcity.com

هرچند هیچ‌گاه سائول را این‌قدر قابل ترحم ندیده بودم، اما متقاعد شدم که باید به سرعت به او کمک کنم. از این رو نظر مؤثرم را برای انجام وظیفه در نظر گرفتم. اما نمی‌دانستم که او چه نقشه‌ای داشته و چه گام‌های دیگری برداشته است؟ او مردد بود و بعد از آن گفت که تصمیم گرفته پنجاه‌هزار دلار دستمزد را به مؤسسه استکهلم بازگرداند! از جلسات قبلی‌مان می‌دانست که من با علاقه وافر او برای پرداخت رشوه برای خروج از موقعیت‌های دشوار مخالفم. سائول به من فرصت نداد تا پاسخ دهم بلکه با عجله ادامه داد و اظهار داشت که هنوز برای بهترین روش تصمیم نگرفته است. او در حال بررسی نوشتن نامه‌ای بود که اطلاع دهد پول را بازخواهد گرداند، زیرا از زمان همکاری‌اش در مؤسسه به طور مفید استفاده نکرده است. امکان دیگر این بود که یک هدیه ساده صریح به مؤسسه استکهلم تقدیم کند ـ هدیه‌ای که آشکارا معلوم کند به هیچ چیز دیگری مربوط نیست. چنین هدیه‌ای شاید یک حرکت ماهرانه باشد. او فکر می‌کرد که یک سیاست تضمینی امکان هر انتقادی از رفتارش را از میان بر خواهد داشت.

می‌توانستم متوجه ناراحتی سائول از فاش کردن این نقشه‌ها بشوم. می‌دانست که موافق نیستم. او از رنجاندن دیگران متنفر بود و به همان اندازه که از دکتر کی انتظار داشت، خواهان تأیید من هم بود. از این‌که این‌قدر مشتاق بود این مسائل را با من در میان بگذارد، احساس آرامش می‌کردم؛ یعنی تنها نقطه روشنی که تا به حال در این جلسه دیده بودم.

مدتی کوتاه هر دو سکوت کردیم. سائول خسته و بی‌رمق به صندلی تکیه داده بود، او واقعاً از پا درآمده بود. من هم به صندلی‌ام تکیه داده بودم و موقعیت را ارزیابی می‌کردم. تمام داستان مثل کابوس مضحکی بود؛ داستان کلاف سردرگمی که سائول به‌خاطر بی‌عرضگی اجتماعی‌اش هرچه بیش‌تر خود را در دام پیشگویی‌های عجیب و غریب آن گرفتار کرده بود.

اما هیچ‌چیز خنده‌داری در ظاهر سائول وجود نداشت. به نظر می‌رسید حالش خیلی خراب است. او همیشه دردش را کوچک جلوه می‌داد ـ همیشه از «ناراحت کردن» من می‌ترسید. اگر هر علامت اضطراب را ده برابر می‌کردم، باید همان را در نظر می‌گرفتم: اشتیاق او برای پرداخت پنجاه‌هزار دلار، افکار بیمارگونه‌اش، تعمق درباره خودکشی (او پنج سال قبل تلاشی جدی برای خودکشی کرده بود)، بی‌اشتهایی، بی‌خوابی، درخواستش برای این‌که مرا زودتر ببیند، فشار خونش (قبلاً به من گفته بود) تا نوزده روی دوازده افزایش یافته بود و شش سال قبل، زمانی که دچار فشار روانی شده بود، به سکته قلبی شدید تقریباً کشنده‌ای دچار شده بود.

بنابراین واضح بود که نباید وخامت اوضاع را دست‌کم بگیرم. سائول در حالتی بحرانی قرار داشت و من باید بی‌درنگ به او کمک می‌کردم. فکر می‌کردم واکنش عصبی او به طور کلی غیرمنطقی بود. خدا می‌داند در آن نامه‌ها چه چیزی نوشته

شده بود. شاید در آن‌ها اعلانی نامربوط، ملاقاتی علمی یا خبر انتشار یک مجله جدید درج شده بود. اما از یک چیز مطمئن بودم: آن نامه‌ها، با وجود زمان‌بندی‌شان، نامه‌هایی سرزنش‌آمیز از طرف دکتر کی یا مؤسسه استکهلم نبودند و بدون شک به محض این‌که آن‌ها را می‌خواند، اضطرابش از بین می‌رفت.

قبل از این‌که جلوتر برویم، جنبه‌های مختلفی را در نظر گرفتم: چرا این‌قدر عجول و پرجنب و جوش هستم؟ پس انتقال متقابلم چه شد؟ حقیقت این است که نسبت به سائول بی‌صبر و بی‌تابم. تمام این چیزها احمقانه است! بخشی از من می‌خواهد بگوید «برو خانه و آن نامه‌های لعنتی را بخوان!» شاید من هم از این‌که روان‌درمانی قبلی‌ام با او علائمی از فرسودگی نشان داده بود، ناراحت هستم. آیا غرور آزرده شده‌ام باعث می‌شود که نسبت به سائول ناشکیبا باشم؟

هرچند این حقیقت دارد که روزی او را احمق فرض کرده‌ام، اما در اصل همیشه او را خیلی دوست داشته‌ام. از همان اولین لحظهٔ ملاقات به او علاقه‌مند شدم. یکی از چیزهایی که در اولین ملاقات‌مان به من گفت، او را نزد من عزیز کرد:

ـ به زودی پنجاه و نُه‌ساله می‌شوم. دوست داشتم روزی بتوانم در خیابان یونیون قدم بزنم و بعدازظهر را صرف تماشای ویترین مغازه‌ها کنم.

همیشه به بیمارانی که با مشکلاتی مشابه مشکلات من دست و پنجه نرم می‌کنند، علاقه‌مند می‌شوم. با آرزوی پیاده‌روی در یک بعدازظهر به خوبی آشنا هستم. چند مرتبه آرزو کردم که بعدازظهر چهارشنبه با خاطری آسوده و راحت در سان‌فرانسیسکو قدم بزنم؟ با وجود این، من هم مثل سائول به طور مقاومت‌ناپذیری به کار ادامه داده‌ام و برنامه تخصصی‌ام مجابم کرده که آن پیاده‌روی غیرممکن است. می‌دانستم که هر دو توسط همان مرد تفنگ به دست تعقیب می‌شویم.

هر قدر بیش‌تر به خودم نگاه می‌کردم، مطمئن‌تر می‌شدم که احساسات مثبتم نسبت به سائول دست‌نخورده مانده‌اند. با وجود ظاهر ناخوشایندش، نسبت به او احساس محبت‌آمیزی داشتم، تصور می‌کردم که دست‌هایش را به گرمی در دست‌هایم گرفته‌ام و نظریاتی موافق پیدا کرده‌ایم. مطمئن بودم که حتی وقتی بی‌حوصله هستم، بهترین کار را برای او انجام می‌دهم.

هم‌چنین متوجه شدم که نقاط ضعف معینی در این‌همه جنب و جوش وجود دارد. روان‌درمانگر بیش‌فعال اغلب بیمار را در عقب‌ماندگی نگه می‌دارد: بنا به گفته مارتین بوبر(۱۴۹)، او برای «حل مشکل» دیگری، نه او را راهنمایی و نه کمک می‌کند، بلکه خودش را به دیگری تحمیل می‌کند. به هر حال، متقاعد شدم که می‌توانم کل این بحران را در یک یا دو جلسه حل کنم. در پرتو این باور، خطر بیش‌فعالی، ناچیز به نظر آمد.

هم‌چنین (همان‌طور که فقط بعداً با دیدگاه عینی‌تر خودم توانستم تصدیق کنم) از بدشانسی سائول بود که در مرحله‌ای از شغل تخصصی‌ام با من مشورت کرده بود که

من بی‌صبر و از نظر مدیریتی ضعیف بودم و به بیمار اصرار می‌کردم بی‌درنگ و به طور کامل با احساساتش نسبت به همه چیز، از جمله مرگ (حتی اگر آن‌ها را بکشد) مقابله کند. سائول تقریباً در همان زمانی به من تلفن کرد که در حال کار روی ماجرای جنجالی وسواس عشقی تلما (در داستان «دژخیم عشق») بودم. هم‌چنین در همان زمانی بود که داشتم ماروین را وادار می‌کردم که متوجه شود مشغولیت ذهنی جنسی‌اش در واقع بازتاب نگرانی از مرگ بود (در داستان «در جست‌وجوی خواب‌بین») و بی‌خردانه به دِیو (در داستان «نرو، ای مهربان») فشار می‌آوردم تا بفهمد که دلبستگی‌اش به نامه‌های عاشقانه قدیمی، یک کوشش بی‌فایده برای انکار ضعف فیزیکی و پیر شدن است.

بنابراین، خوب یا بد، تصمیم گرفتم روی نامه‌ها تمرکز کنم و آن‌ها را در حداکثر دو جلسه باز کنم. در آن سال‌ها سرپرستی گروه‌درمانی بیمارانی بستری در بیمارستان را که دوره اقامت‌شان عموماً کوتاه بود، بر عهده داشتم. با وجود این‌که فقط چند جلسه آن‌ها را ملاقات می‌کردم، در کمک به بیماران آن‌قدر کارکشته شده بودم که به سرعت دستورالعمل واقعی و مناسب را برای اهداف روان‌درمانی‌شان تنظیم، و روی اجرای مؤثر آن تأکید می‌کردم. در جلساتم با سائول از آن روش‌ها کمک گرفتم.

ـ سائول، از کجا می‌دانی امروز می‌توانم کمکت کنم؟ بیش‌تر دوست داری چه کاری برایت انجام دهم؟

ـ می‌دانم طی چند روز حالم خوب خواهد شد. فقط نمی‌توانم به طور واضح فکر کنم. باید بی‌درنگ نامه‌ای به دکتر کی بنویسم. دارم روی نامه‌ای برای او کار می‌کنم که مرحله به مرحله تمام جزئیاتی را که روی داده، در آن شرح بدهم.

ـ آیا قصد داری این نامه را قبل از باز کردن آن سه نامه بفرستی؟

از فکر این‌که سائول با عملی احمقانه کارش را پیش ببرد، متنفر بودم. می‌توانستم تعجب را در چهره دکتر کی هنگام خواندن نامه بلند سائول که در آن از خودش در برابر اتهاماتی که دکتر کی هرگز وارد نکرده بود، دفاع می‌کرد، مجسم کنم.

ـ وقتی فکر می‌کنم چه کار باید انجام دهم، اغلب صدای شما را می‌شنوم که پرسش‌هایی منطقی می‌پرسید. به هر حال این مرد چه کاری می‌تواند برایم انجام دهد؟ آیا دکتر کی کسی بود که به مجله نامه‌ای بنویسد و در آن به من توهین کند؟ او هرگز این‌قدر خودش را کوچک نمی‌کند. او به اندازه من خودش را بی‌اعتبار نمی‌کند. بله، می‌توانم سؤالاتی را که می‌پرسید، بشنوم. اما باید به خاطر بیاورید که من کاملاً منطقی فکر نمی‌کنم.

چیزی این‌جا پنهان بود، اما سرزنش بی‌تردیدی در این سخنان وجود داشت. سائول همیشه خودشیرینی می‌کرد و بخش زیادی از روان‌درمانی قبلی‌مان بر مفهوم و تصحیح آن رفتار متمرکز شد. بنابراین از این‌که قادر بود جایگاه استوارتری نسبت به من داشته باشد، ممنون بودم. اما از یادآوری این‌که اشخاص افسرده لزوماً منطقی فکر

نمی‌کنند، متأسف شدم.
ـ خیلی خوب، پس داستان غیرمنطقی خودت را به من بگو.
با خود فکر کردم «به دَرَک، همه چیز که درست از آب درنمی‌آید! دارد به من لطف می‌کند، چیزی که ابداً حس نمی‌کنم. اما قبل از آن وقت دارم پاسخم را اصلاح کنم.» سائول بر حسب وظیفه‌شناسی در جواب پیش‌قدم شد. به طور طبیعی در روان‌درمانی باید مطمئن شوم که به این توالی بازگردم و آن را تحلیل کنم، اما آن روز فرصتی برای این نکته‌سنجی وجود نداشت.
ـ شاید از کار علمی دست بکشم. چند سال قبل سردرد شدیدی داشتم و عصب‌شناس برای تشخیص مرا برای عکس‌برداری با اشعهٔ ایکس فرستاد، با گفتن این جمله که «بدون تردید میگرن است اما امکان کمی هم وجود دارد که غده باشد.» واکنش من این بود که حق با عمه‌ام بود: اساساً اشکالی در من وجود داشت. وقتی هشت‌ساله بودم، حس کردم عمه‌ام اعتمادش را به من از دست داده و اگر اتفاق بدی برایم روی می‌داد، اهمیت نمی‌داد.
از کارمان در سه سال قبل، می‌دانستم که این عمه، کسی که او را پس از مرگ والدینش بزرگ کرده، زنی کینه‌جو و تندخو بود.

(nbookcity.com

پرسیدم:
ـ اگر این موضوع درست باشد که او راجع به تو چنین فکر بدی داشت، چرا آن‌قدر به تو فشار آورد که با دخترش ازدواج کنی؟
ـ این اتفاق فقط وقتی روی داد که دخترش به سی‌سالگی رسید. هیچ شانسی نداشت. حتی داشتن دامادی مثل من بهتر از این بود که دختری ترشیده داشته باشد.
«بیدار شو! چه‌کار دارم می‌کنم؟» سائول داشت همان چیزی را که من پرسیدم، انجام می‌داد و داستان غیرمنطقی‌اش را مطرح کرده بود و این منم که آن‌قدر ابله هستم که آن را نفهمیدم. «حواست را جمع کن!»
ـ سائول، چه برنامه‌ای داری؟ خودت را به آینده می‌سپاری؟ آیا سه نامه را طی یک ماه آینده باز خواهی کرد؟
ـ بله، شکی نیست، آن‌ها را در طول یک ماه باز خواهم کرد.
«خوب، این شد یک چیزی!» بیش‌تر از آن‌چه انتظار داشتم. بیش‌تر از آن‌چه سعی کردم.
ـ آیا نامه‌ها را قبل از ارسال نامه به دکتر کی باز خواهی کرد؟ همان‌طور که گفتی، من فردی منطقی هستم، بالاخره یکی از ما باید منطقی باشد.
سائول به این حرف روی خوش نشان نداد. شوخ‌طبعی‌اش به کلی از بین رفته بود. مجبور شدم شوخی را کنار بگذارم، دیگر نمی‌توانستم به این طریق با او ارتباط برقرار کنم.
ـ به نظر منطقی می‌آید که ابتدا آن‌ها را بخوانی.
ـ مطمئن نیستم. اصلاً مطمئن نیستم. می‌دانم که شش ماه تمام در مؤسسه استکهلم بودم و فقط سه روز مرخصی رفتم. حتی شنبه‌ها و یکشنبه‌ها هم کار کردم. گاهی بعضی دعوت‌های اجتماعی، حتی از طرف دکتر کی را رد کردم، زیرا نمی‌خواستم از کتابخانه بیرون بروم.
فکر می‌کنم به خاطر تغییر پروژه به زحمت افتاده بود. داشت سر مرا با حرف‌های خوشمزه گرم می‌کرد. «حواست جمع باشد!»
ـ چه فکر می‌کنی؟ آیا نامه‌ها را قبل از فرستادن پنجاه‌هزار دلار باز خواهی کرد؟
ـ مطمئن نیستم که بفرستم یا نه.
فکر کردم فرصت مناسبی است. مبادا پول را قبلاً فرستاده باشد! اگر چنین کاری کرده باشد، در آن صورت در دامی از دروغ گفتن به من گرفتار خواهد شد که کارمان را واقعاً به خطر خواهد انداخت. باید حقیقت را کشف کنم.
ـ سائول، ما باید به همان شرایط حسن‌نیتی که قبلاً داشتیم، بازگردیم. لطفاً به من بگو، آیا پول را قبلاً فرستاده‌ای؟
ـ نه، هنوز نه. اما با شما صادق هستم. این کار خیلی عاقلانه‌تر است و من احتمالاً همین‌طور صادق خواهم بود. ابتدا باید بخشی از سهام را بفروشم تا آن مقدار پول

نقد به دست بیاورم.
ـ خوب، من یک فکری دارم. ظاهراً به این دلیل به دیدن من آمده‌ای تا برای باز کردن نامه‌ها کمکت کنم.
در این‌جا کمی فریبکارانه رفتار کردم، چون او واقعاً چنین حرفی نگفته بود. ادامه دادم:
ـ هر دو می‌دانیم که سرانجام و به طور قطع در ماه آینده...
فریبکاری بیش‌تری به خرج دادم زیرا می‌خواستم حدس اولیه سائول را به تعهدی محکم تبدیل کنم:
ـ آن‌ها را باز خواهی کرد. هم‌چنین هر دو ما می‌دانیم ـ و من دارم به جای بخش منطقی تو حرف می‌زنم ـ که غیرعاقلانه است که قبل از باز کردن آن‌ها، گام مهم غیرقابل برگشتی برداری. به نظر من پرسش‌های واقعی عبارتند از: چه وقت آن‌ها را باز خواهی کرد؟ بهترین کمکم به تو چه می‌تواند باشد؟
ـ باید نامه‌ها را باز کنم. اما مطمئن نیستم. اصلاً نمی‌فهمم چرا باید آن‌ها را باز کنم.
ـ دوست داری آن‌ها را با خودت به این‌جا بیاوری و آن‌ها را در دفتر من باز کنیم؟
آیا روی رفتار سائول کار می‌کردم یا صرفاً به دنبال لذت حاصل از تماشای یک صحنه جذاب بودم (خیلی شبیه به گاوصندوق آل‌کاپون یا گاوصندوق تایتانیک که در برنامه تلویزیونی گشوده شد)؟
ـ می‌توانستم آن‌ها را به این‌جا بیاورم و با تو بازشان کنم. و اگر سکته می‌کردم، تو مواظبم بودی. اما نمی‌خواهم این کار را انجام دهم. می‌خواهم به روشی که بزرگسال‌ها رفتار می‌کنند به آن بپردازم.
فکر کردم «آفرین، مرحبا! مجادله سختی در پیش داری.» اعتماد به نفس سائول امروز خیلی قابل توجه بود. انتظار چنین سماجتی را نداشتم. فقط آرزو داشتم این سماجت در خدمت دفاع از دیوانگی درباره نامه‌ها نباشد. سائول واقعاً محکم ایستاده بود، هر چند من با اصرار شروع به پیگیری گزینه خودم با رویکردی مستقیم کردم.
ـ یا شاید از من می‌خواهی در خانه به دیدنت بیایم و برای باز کردن آن‌ها در آن‌جا کمک کنم؟
حس کردم که این فشار خام باعث پشیمانی خواهد شد، اما نمی‌توانستم جلوی خودم را بگیرم.
ـ یا هر راه دیگری؟ اگر تو بتوانی برای زمان با هم بودن برنامه‌ای طرح کنی، بهترین راه ممکن برای این‌که بتوانم کمک کنم، چیست؟
سائول تکان نخورد و فقط گفت:
ـ واقعاً نمی‌دانم.
چون تقریباً پانزده دقیقه هم از وقت‌مان گذشته بود و من بیمار دیگری داشتم که

در حالتی بحرانی منتظر بود، با بی‌میلی به جلسه پایان دادم. با چنین نگرانی‌هایی سائول (و گزینه‌ام برای برنامه‌ریزی) را ترک کردم، زیرا می‌خواستم روز بعد دوباره او را ببینم. با وجود این، در برنامه‌ام هیچ وقتی وجود نداشت و قرار جلسه را برای دو روز دیگر تنظیم کردیم.

در زمان ملاقات با بیمار بعدی، به سختی می‌توانستم از فکر سائول خارج شوم. از مقاومتی که ابراز می‌داشت، تعجب کرده بودم. بارها و بارها با دیواری بتونی برخورد کردم. به هیچ وجه با فردی مثل سائول آشنا نشده بودم که به نظر خودش همیشه به طور بیمارگونه آن‌قدر خوش‌مرام است که مردم بسیاری از او سوءاستفاده می‌کنند. دو همسر قبلی‌اش خسارت سخاوتمندانه هنگفتی از طلاق توافقی به دست آوردند (سائول احساس می‌کرد در بیست سال گذشته برای این‌که تنها بماند، در مقابل درخواست‌های دیگران از خودش خیلی دفاع نکرده است). دانشجویان به طور عادی مساعدت‌هایی افراطی از او به دست می‌آوردند. او طبق معمول برای خدمات مشاوره‌ای تخصصی‌اش مبالغی زیر قیمت مطالبه می‌کرد (و طبق معمول زیر قیمت پرداخت می‌کرد).

من نیز به تعبیری از این ویژگی سائول سوءاستفاده کرده بودم (اما به خاطر خوبی خودش) به خودم گفتم «او برای جلب رضایت من قیمت مناسبی برای خدماتش می‌پردازد و بسیاری از درخواست‌هایی را که نمی‌خواسته با آن‌ها موافقت کند، رد کرده است.» تغییر در رفتار (حتی اگر از ذهن روان‌رنجوری که مایل به کسب و حفظ محبت من است، بگذرد) از مارپیچی انعطاف‌پذیر آغاز می‌شود و موجب تغییرات سالم بسیار دیگری می‌شود. من با نامه‌ها همان رویکرد را امتحان کردم و انتظار داشتم سائول بنا به درخواستم آن‌ها را بی‌درنگ باز کند. اما بدیهی است اشتباه فکر کرده بودم. سائول چنان قدرتمند شده بود که در برابر من ایستاد. من باید از قدرت جدیدش اگر به ضرر خودش تمام نشود، خیلی خوشحال باشم.

سائول در قرار بعدی حاضر نشد. حدود سی دقیقه قبل از جلسه، به منشی‌ام تلفن کرد تا به من اطلاع دهد که کمرش درد می‌کند و نمی‌تواند از رختخواب بیرون بیاید. بلافاصله به او تلفن کردم اما فقط جواب منشی را از دستگاه شنیدم. پیام گذاشتم که به من تلفن کند، اما چند ساعت بدون هیچ جوابی از طرف او گذشت. دوباره تلفن کردم و پیامی وسوسه‌انگیز گذاشتم: «به من تلفن بزن، زیرا باید چیز خیلی مهمی را به تو بگویم.»

وقتی سائول اواخر آن شب تلفن کرد، از طنین صدای گرفته و غمگینش وحشت کردم. می‌دانستم که پشتش آسیب ندیده (او اغلب از برخوردهای ناخوشایند با تظاهر به بیماری دوری می‌کرد) و می‌دانست که من هم این را می‌دانم، اما لحن قاطع صدایش بی‌شک به من هشدار می‌داد که دیگر حق ندارم راجع به آن حرف بزنم. چه باید کرد؟ برای سائول احساس خطر می‌کردم، نگران تصمیم‌های نسنجیده

بودم. نگران خودکشی بودم. نه، به او اجازه نمی‌دهم به درمان خاتمه دهد. باید او را به دام بیندازم تا مرا ببیند. از این نقش خودم متنفرم، اما هیچ راه دیگری باقی نمانده است.

ـ سائول، قبول دارم که درباره میزان رنجی که تحمل می‌کنی اشتباه قضاوت کردم و خیلی به تو فشار آوردم تا نامه‌ها را باز کنی. درباره این‌که چه کار باید انجام دهیم، نظر بهتری دارم. اما از یک چیز مطمئن هستم، این‌که حالا زمان از دست دادن جلسات نیست. پیشنهاد می‌کنم تا وقتی که حالت برای حرکت به اندازه کافی خوب نیست، برای دیدنت به منزلت بیایم.

سائول مخالفت کرد، بهانه‌های زیادی آورد، اعتراضاتی قابل پیش‌بینی: او تنها بیمارم نبود، من خیلی گرفتارم، حالش تقریباً بهتر شده است، هیچ عجله‌ای ندارد، او به زودی قادر خواهد بود به دفتر کارم بیاید. هر قدر بیش‌تر اصرار می‌کردم، او بیش‌تر مخالفت می‌کرد. بالاخره موافقت کرد صبح زود روز بعد مرا بپذیرد.

روز بعد در راه منزل سائول، احساس خوشحالی می‌کردم. تقریباً این نقش را فراموش کرده بودم. از آخرین باری که بیماری را در منزل ملاقات کرده بودم، زمان زیادی می‌گذشت؛ فکر می‌کردم در روزهای دانشجویی دوره پزشکی‌ام بودم. به ایامی فکر می‌کردم که در بوستون جنوبی به دیدار خانگی کارمندان می‌رفتم، به چهره بیماران خیلی وقت قبل فکر می‌کردم، به بوهای خانه‌های اجاره‌ای ایرلندی فکر می‌کردم: بوی کلم، غذاهای مانده، نوشیدنی‌های روز گذشته، لگن بیمارها، پیرمردها و پیرزن‌ها. به بیمار پیر منظمی در دوره‌های بازدیدم که قند خون داشت و هر دو پایش از زیر زانو قطع شده بود، فکر می‌کردم. او مرا با اطلاعات جدیدی که از روزنامه صبح گلچین کرده بود، سؤال‌پیچ می‌کرد: «کدام سبزی حاوی قند بالایی است؟ پیاز! نمی‌دانستید؟ این روزها در دانشکده پزشکی چه چیزهایی به شما آموزش می‌دهند؟»

وقتی به منزل سائول رسیدم، با خودم فکر می‌کردم که آیا پیاز واقعاً دارای قند زیادی است؟ درِ جلو نیمه‌باز بود، آن‌طور که به من گفت باید همیشه نیمه‌باز باشد. از او نپرسیدم که اگر او مجبور بود در بستر بماند، چه کسی در را نیمه‌باز گذاشته است. زیرا بهتر بود که سائول تا جایی که ممکن است کم‌تر به من دروغ بگوید. چند سؤال درباره پشتش یا این‌که چگونه از او مراقبت می‌شود، پرسیدم. با علم به این‌که می‌دانستم دختری شوهر کرده دارد که در همان نزدیکی زندگی می‌کند، به طور نامحسوس به او فهماندم که تصور می‌کنم آن دختر کارهای خانه‌اش را انجام می‌دهد.

اتاق خواب سائول ساده و بی‌تجمل بود. دیوارها دارای گچ‌بری ساده و کف چوبی، بدون تزئینات محسوس و بدون عکس‌های خانوادگی بودند و اثری از احساس زیباشناسی (یا اثر حضور زن) در آن دیده نمی‌شد. او بی‌حرکت، طاق‌باز به پشت

دراز کشیده بود و اشتیاق کمی درباره نقشه درمانی جدید که تلفنی خاطر نشان کرده بودم، ابراز داشت. ضمناً آن‌قدر بیگانه به نظر می‌رسید که ابتدا تصمیم گرفتم کاری انجام دهم تا به رابطه‌مان علاقه‌مند شود.

ـ سائول، روز سه‌شنبه درباره نامه‌ها به راه حلی رسیدم که یک جراح در مورد یک دُمل خطرناک بزرگ اتخاذ می‌کند.

در گذشته جراحی مشابهی روی سائول انجام شده بود. از زمان تحصیل در دانشکده پزشکی (که قبل از مشارکت در یک پژوهش مربوط به سرطان شرکت کرده بود) با آن آشنا بود. از آن گذشته، پسرش یک جراح بود.

ـ متقاعد شدم که دُمل باید شکافته و خشکانده شود و کار دیگری که باید انجام دهیم این است که تو را تشویق کنم تا به من اجازه این کار را بدهی. شاید عجله می‌کنم. شاید دُمل هنوز نرسیده است. شاید بتوانیم درمان‌های معادل روان‌پزشکی را با گرما و استفاده منظم از آنتی‌بیوتیک امتحان کنیم. فعلاً اجازه بده باز کردن نامه‌ها را از بحث‌مان خارج کنیم، واضح است که هر وقت آماده شدی، آن‌ها را باز خواهی کرد.

مکث کردم. برای اغوای او پافشاری می‌کردم تا مرجعی برای یک برنامه زمانی ماهیانه بسازم تا تعهدی رسمی بدهد، الان زمان فریب‌کاری نبود ـ چون سائول متوجه فریب‌کاری من می‌شد.

سائول به جای پاسخ دادن دراز کشیده بود و چشم‌هایش را برگردانده بود. با لحنی تشویق‌آمیز پرسیدم:

ـ موافقی؟

با بی‌اعتنایی سرش را به علامت موافقت تکان داد.

ادامه دادم:

ـ در یکی دو روز گذشته به تو فکر کرده‌ام.

حالا به مجموعه نقشه‌های جذابم رسیده‌ام! بعضی‌ها عقیده دارند روان‌درمانگری که خارج از ساعت برنامه‌اش به بیمار فکر می‌کند، هرگز در برانگیختن علاقه بیمار شکست نمی‌خورد. تجربهٔ من درستی این عقیده را تأیید می‌کند.

اما هیچ اثری از علاقه در چشمان سائول مشاهده نشد. حالا واقعاً نگران شده بودم. دوباره تصمیم گرفته بود هیچ اظهار نظری درباره گوشه‌گیری‌اش نکند. در مقابل، به جست‌وجوی راهی برای ارتباط با وی برآمدم.

ـ هر دو قبول داریم که واکنش تو نسبت به دکتر کی افراطی بوده است. این واکنش به من یادآوری می‌کند که احساسات قوی‌ای که اغلب ابراز می‌کنی، هرگز به جایی تعلق نداشته است. فکر می‌کنم عمه‌ات اغلب به تو یادآوری کرده است که شانس آورده‌ای به جای این‌که به یتیم‌خانه فرستاده شوی، او مراقبت از تو را تقبل کرده است.

ـ تا به حال به شما گفته‌ام که او هرگز مرا به فرزندی قبول نکرد؟

سائول ناگهان دوباره پشتش را به من کرد. نه، واقعاً نه؛ ما با یکدیگر گفت‌وگو نمی‌کردیم، بلکه به جای این‌که رو در رو حرف بزنیم، هم‌زمان با هم صحبت می‌کردیم.

ـ وقتی دو دخترعمه‌ام بیمار شدند، پزشک خانوادگی را با تلفن به منزل فرا خواند. وقتی من مریض شدم، مرا به بیمارستان ایالتی برد و فریاد زد «این بچه یتیم را معالجه کنید!»

نمی‌دانم آیا سائول متوجه شده بود که بالاخره در شصت و سه سالگی دکتر را با تلفن به خانه‌اش آورده بود.

ـ بنابراین واقعاً هیچ‌گاه به هیچ‌جا تعلق نداشته‌ای. هیچ‌گاه واقعاً «در خانه» نبوده‌ای. به چیزی که درباره تختخوابت گفتی، همان تخت تاشو که هر شب مجبور بودی آن را در اتاق نشیمن خانهٔ عمه‌ات باز کنی، فکر می‌کنم.

ـ آخرین کسی بودم که باید می‌خوابید و اولین کسی بودم که باید بیدار می‌شد. شب‌ها تا وقتی که همه از اتاق نشیمن بیرون نرفته بودند، نمی‌توانستم تختخوابم را باز کنم و صبح مجبور بودم قبل از این‌که کسی از خواب بیدار شود و به اتاق نشیمن بیاید، آن را جمع کنم.

نسبت به اتاق خوابش هوشیارتر می‌شدم، به ناخوشایندی اتاقی درجه دو در هتلی در جهان سوم بود و هم‌چنین به توصیفی که از برهنه ویتگِنشتاین(۱۵۰)، دربارهٔ حجره گچ‌مالی شده در کمبریج خوانده بودم، فکر می‌کردم. مثل این بود که سائول هنوز اتاق خواب نداشت، هنوز اتاقی نداشت که به طور قطع مال خودش باشد.

ـ تعجب می‌کنم که دکتر کی و مؤسسه استکهلم مأمنی واقعی در اختیارت نگذاشته باشند. بالاخره جایی پیدا کردی که به آن تعلق داشته باشی، خانه و شاید پدری که همیشه در جست‌وجوی آن بوده‌ای.

ـ شاید حق با تو باشد، دکتر.
بودن و نبودن من چه اهمیتی داشت؟ برای سائول هم مهم نبود که مورد احترام قرار بگیرد. ما در این‌باره صحبت می‌کردیم که باید چیز مهمی وجود داشته باشد. آرام‌تر شدم چون در آب‌هایی آشنا حرکت می‌کردیم.
سائول ادامه داد:
ـ یکی دو هفته قبل کتابی درباره نگرانی دغل‌باز(۱۵۱) در کتاب‌فروشی دیدم. این کتاب به خوبی با من مطابقت داشت. من همیشه خودم را بد جلوه داده‌ام، همیشه حس می‌کردم یک شیاد هستم، همیشه وحشت داشتم که رسوا شوم.
این مسیری عالی بود. بارها به این مسائل پرداخته بودیم و هر وقت از خودش انتقاد می‌کرد، من اعتراض نمی‌کردم. هیچ فایده‌ای نداشت. در گذشته اغلب اعتراض می‌کردم و او برای هر چیز جوابی آماده داشت. «تو یک شغل علمی به شدت موفق در یک دانشگاه رتبه دوم در یک گروه رتبه سوم داری، دویست و شصت و سه اثر چاپ شده داری، من در طول چهل و دو سال فقط سالی شش مقاله منتشر کرده‌ام. از آن گذشته، هر یک کم و بیش سه صفحه هستند. من اغلب یک مقاله را به پنج طریقه مختلف نوشته‌ام، هم‌چنین، آن مقاله‌ها شامل مقدمه، کتاب‌هایی که مطالعه شده‌اند و چند فصل است ـ که تقریباً هیچ‌یک موضوع اصلی نیستند و...»
من در عوض گفتم (و می‌توانستم با حلقه اقتدار همین کار را انجام دهم، زیرا داشتم درباره خودم و او صحبت می‌کردم):
ـ وقتی گفتی که این نامه‌ها تمام عمر در تعقیب تو بوده‌اند، منظورت همین بود! مهم نیست چه کاری انجام داده‌ای. مهم نیست که به جای سه نفر کار کرده‌ای. تو همیشه از قضاوت در شرف وقوع و رسوا شدن می‌ترسیده‌ای. چطور می‌توانم این موضوع را برایت رفع کنم؟ چطور به تو کمک کنم تا بفهمی این احساس گناه بدون داشتن تقصیر است؟
ـ جرم من در غلط عرضه کردن است. در اصل در این زمینه هیچ کاری انجام نداده‌ام. این را می‌دانم، دکتر کی هم حالا آن را می‌داند و اگر چیزی درباره بیولوژی عصبی می‌دانستید، شما هم آن را می‌فهمیدید. هیچ‌کس غیر از خودم در جایگاهی قرار ندارد که قضاوت دقیق‌تری از کارم عرضه کند.
بی‌درنگ فکر کردم «نه، «غیر از خودم» درست نیست. باید بگویی «غیر از من». تنها جرم واقعی تو، استفاده از شکل غلط ضمیر اول شخص است.»
سپس توجه کردم که هر وقت سائول عصبی یا پرخاشجو می‌شود، من چگونه نکته‌سنج می‌شوم. خوشبختانه تمام نظراتم را برای خودم نگه می‌دارم؛ همان‌طور که اظهار نظر بعدی‌ام را نزد خودم نگه داشتم.
ـ سائول، اگر همان‌قدر که می‌گویی بد هستی، اگر همان‌طور که اصرار داری، فاقد تمام فضیلت‌ها و تمام استعدادهای روانی برای تشخیص هستی، چرا باید فکر کنی که

قضاوتت، به خصوص قضاوت درباره خودت، مبرا از خطا و فراسوی سرزنش است؟
پاسخی نداد. چشم‌های سائول در گذشته لبخند می‌زدند و با چشم‌های من تلاقی می‌کردند، اما امروز آشکارا دل و دماغ بازی کردن با کلمات را نداشت.
جلسه را با انعقاد یک قرارداد تمام کردم. موافقت کردم به هر شکلی که بتوانم کمک کنم و در طول بحران‌ها او را ببینم، و تا وقتی لازم باشد او را در خانه ملاقات کنم. سپس پرسیدم که آیا قبول می‌کند هیچ تصمیم غیرقابل بازگشتی نگیرد. به صراحت از او قول گرفتم که به خودش آسیبی نرساند، (بدون مشورت قبلی با من) به دکتر کی نامه‌ای ننویسد و حق‌الزحمه همکاری را به مؤسسه استکهلم بازنگرداند.
قرارداد مبنی بر خودکشی نکردن (به‌صورت قراردادی کتبی یا شفاهی که در آن بیمار قول می‌دهد هر وقت خطر خودکشی را حس کرد، با تلفن به روان‌درمانگر اطلاع دهد و اگر بیمار با کوشش برای خودکشی قرارداد را نقض کرد، روان‌درمانگر حق دارد به درمان خاتمه دهد) همیشه به شکل مسخره‌ای به من ضربه زده است («اگر خودت را بکشی، دیگر تو را درمان نخواهم کرد!») با وجود این، به طور چشمگیری می‌تواند مؤثر باشد و من با انعقاد چنین قراردادی با سائول خیلی خاطر جمع‌تر خواهم بود. ملاقات در خانه نیز برای بیماران فایده داشت: هرچند برای من مناسب نبود، آن نوع قرارداد سائول را به من بدهکار می‌کرد و قدرت قرارداد را افزایش می‌داد.
جلسه آینده‌مان، دو روز بعد، در امتداد همان خط پیش رفت. سائول به شدت برانگیخته شده بود که پنجاه‌هزار دلار هدیه را پس بفرستد و من به شدت به مخالفت با آن فکر ادامه می‌دادم و سابقه علاقه شدیدش به باج دادن برای حل مسائل را در نظر می‌آوردم.
او توصیف وحشتناکی از اولین قراردادش با پول ارائه داد. از ده تا هفده‌سالگی در بروکلین روزنامه می‌فروخت. عمویش یک مرد بی‌ادب و خشن ـ که سائول به ندرت از او یاد می‌کرد ـ مکانی نزدیک ورودی قطار زیرزمینی برایش تهیه کرده بود و هر روز صبح ساعت پنج و سی دقیقه او را آن‌جا پیاده می‌کرد و سه ساعت بعد او را دوباره سوار می‌کرد تا به مدرسه برساند. اهمیت نداشت که سائول به ناچار ده یا پانزده دقیقه تأخیر داشته باشد و هر روز مدرسه را با توبیخ شروع کند.
سائول با این‌که هفت سال هر پشیزی که به دست می‌آورد به عمه‌اش تحویل می‌داد، اما هیچ‌گاه حس نکرد پول کافی نصیبش نمی‌شود، به همین دلیل شروع به تنظیم اهداف غیرقابل حصولی کرد مبنی بر این‌که هر روز چقدر پول کسب می‌کند. خودش را در هر شکستی به خاطر نرسیدن به این اهداف با نخوردن بخشی از ناهار یا تمام آن تنبیه می‌کرد. آخر سر یاد گرفت آهسته بجود، غذایش را در دهانش نگه دارد، یا آن را طوری در بشقابش پراکنده کند تا به نظر برسد که تمام شده است. اگر عمو یا عمه‌اش به او خیره می‌شدند، غذا را به زور می‌بلعید (این به معنای آن نبود

که باور کند آن‌ها به فکر تغذیهٔ او هستند). یاد گرفت بعد از غذا به آرامی در دستشویی استفراغ کند. درست همان‌طور که یک مرتبه کوشش کرده بود از خانواده‌اش باج‌خواهی کند، حالا هم سعی می‌کرد با پرداخت رشوه، جایگاهی امن در فهرست دکتر کی و مؤسسه استکهلم به دست آورد.

ـ فرزندانم به پول نیاز ندارند. پسرم دوهزار دلار به خاطر هر عمل جراحی قلب دریافت می‌کند و اغلب روزی دو عمل دارد. شوهر دخترم حقوق شش‌رقمی دارد. ترجیح می‌دهم حالا پول را به مؤسسه استکهلم بدهم تا این‌که یکی از زنان سابقم بعداً آن را به چنگ آورد. درباره پنجاه هزار دلار هدیه تصمیم خودم را گرفته‌ام. چرا نه؟ من از عهده‌اش برمی‌آیم. بیمه تأمین اجتماعی و حقوق بازنشستگی که دانشگاه به من می‌پردازد، خیلی بیش‌تر از چیزی است که برای زندگی نیاز دارم. هدیه را با نام مستعار می‌فرستم. می‌توانم رسید سفارش پول را نگه دارم و اگر اتفاق بدتری روی داد، می‌توانم همیشه شاهدی ارائه دهم که پول را برگردانده‌ام. اگر هیچ‌کدام از این‌ها لازم نشد، در آن صورت همه چیز هنوز درست است. این نظر آرمانی خوب است؛ بهترین آرمانی که می‌شناسم.

ـ گرفتن تصمیم مهم نیست، بلکه مهم این است که چگونه و چه وقت آن را انجام دهی. بین «تمایل» برای انجام کاری و «اجبار» به انجام آن (برای پرهیز از خطر) تفاوت وجود دارد. من فکر می‌کنم که تو همین الان در «وضعیت اجبار» عمل می‌کنی. اگر دادن پنجاه‌هزار دلار فکر خوبی است، یک ماه بعد هم فکر خوبی خواهد بود. سائول به من اعتماد کن؛ بهترین کار این نیست که وقتی به شدت در فشار عصبی هستی، تصمیم برگشت‌ناپذیر بگیری و (همان‌طور که خودت یادآور شدی) کلاً غیرمنطقی عمل کنی. سائول، من از تو فقط وقت می‌خواهم. فقط فعلاً هدیه دادن را به عقب بینداز، تا وقتی که بحران بگذرد، تا وقتی که نامه‌ها باز شوند.

یک بار دیگر سرش را به علامت توافق تکان داد. یک بار دیگر شک کردم که مبادا قبلاً پنجاه‌هزار دلار را فرستاده باشد و مایل نیست به من بگوید. چنین کاری از او بعید نبود. در گذشته موضوعات بالقوه ناراحت‌کننده‌ای را که مطرح می‌کردم، او به سختی در میان می‌گذاشت. در پانزده دقیقه آخر هر جلسه، زمان «رازهای برگزیده»، به صراحت از او خواهش می‌کردم که عجله کند و رازهایی را که در بخش‌های قبلی جلسه روان‌درمانی پنهان کرده، با من در میان بگذارد.

سائـول و من چند جلسه بدین طریق پیش رفتیم. صبح زود به خانه‌اش می‌رسیدم. از در وارد می‌شـدم و در به طور اسرارآمیزی نیمه‌باز بود. روان‌درمانی را در کنار تخت سائول که در آن‌جا با حال نزاری که هر دو می‌دانستیم ساختگی است، صاف دراز کشیده بود، ادامه می‌دادم. اما به نظر می‌رسید کارها خوب پیش می‌رود. هر چند کم‌تر از گذشته با او درگیر بودم، کارهایی می‌کردم که یک روان‌درمانگر به طور سنتی قرار است انجام دهد: الگوها و مفاهیمی را روشـن می‌کردم، به سائول کمک می‌کردم بفهمد که چرا نامه‌ها چنین ضربه مرگباری به او زده‌اند، چرا فقط بدبیاری حرفه‌ای فعلی را نشان نمی‌دهند بلکه دلالت بر جست‌وجویی می‌کنند که در طول عمر برای پذیرش و تأیید انجام شده است. جست‌وجوی او به شدت پُرجوش و خروش و شتاب‌زده بود و نیازش آن‌قدر به او فشـار آورد که خودش را شکست داد. برای مثال، در این مورد اگر او نیازمند تأیید دکتر کی نبود، می‌توانست ـ با انجام همان کاری که هر همکار دیگری انجام می‌دهد ـ خیلی راحت با در جریان گذاشتن مؤلف مشترک درباره پیشـرفت‌های کار مشترک‌شان، از کل مشـکل دوری کند.

شرح و بسط اولیه این الگوها را ترسیم کردیم. صحنه‌های معین، مانند (کودکی که همیشه آخرین نفری بود که می‌خوابید، اولین فردی بود که بیدار می‌شد، در بزرگسالی اگر به اندازه کافی روزنامه نفروخته بود، خودش را تنبیه می‌کرد و غذا نمی‌خورد اما به زور عمه‌اش آن را قورت می‌داد، «این بچه یتیم را معالجه کنید.») تصویرهای فشرده‌ای بودند ـ آن‌طور که میشل فوکو آن‌ها را می‌نامید، «معرفت»(۱۵۲)، که به شکل شفاف الگوهای کل زندگی نشان داده می‌شوند.

اما سائول در ارائهٔ پاسخ صحیح به روان‌درمانی مرسوم شکست خورد و هر ساعت عمیق‌تر و بیش‌تر در یأس و ناامیدی فرو رفت. هماهنگی عاطفی‌اش ویران شده بود. چهره‌اش کم‌فروغ‌تر می‌شد و اطلاعات کم‌تر و کم‌تری در اختیار من می‌گذاشت. تمام شوخ‌طبعی و حس هماهنگی‌اش را از دست داده بود. حس خودکم‌بینی‌اش ابعاد مهیبی پیدا کرده بود. برای مثال، در اثنای یک جلسه هنگامی که به او یادآوری کردم که چقدر در مؤسسه استکهلم به همکاران و دانشکده کارشناسی به طور افتخاری و رایگان تدریس کرده است، اظهار داشت نتیجه کاری که برای این دانشجویان جوان بااستعداد انجام داده، یادآوری علم بیست سال گذشته برای خودش بوده است! در ضمن صحبت او، در بحر تفکر فرو رفته بودم و ضمن این‌که به او نگاه می‌کردم،

لبخند می‌زدم. انتظار داشتم عبارتی شاد و خنده‌دار در چهره‌اش ببینم. اما تا فهمیدم که این بازی نیست، جانم به لبم رسید زیرا سائول حسابی جدی بود.

بیش از پیش سخنان ملال‌آوری را که بیش‌تر به پرت‌وپلاگویی شبیه بود دربارهٔ نظریات پژوهشی که دزدیده بود، زندگی‌هایی که ویران کرده بود، ازدواج‌هایی که خراب کرده بود، دانشجویانی که ظالمانه مردود کرده بود (یا ارتقا داده بود) تکرار می‌کرد. البته دامنه و گستردگی وخامت وضعیتش نشانگر شدت وحشتی بود که به نوبه خود پوششی بر مفهوم عمیق‌تر بی‌ارزشی و بی‌اهمیتی کشیده بود. در اثنای این بحث، یکی از اولین بیمارانم را به یاد آوردم که در دوره آموزش تخصصی‌ام به من واگذار شـده بود، یک کشاورز روان‌پریش سرخ‌رو با موهای حنایی که اصرار داشت شخصاً جنگ جهانی سوم را شروع کرده است! بیش از سی سال بود که به این کشـاورز فکر نکرده بودم و حتی نامش را نیز به خاطر نداشـتم. رفتار سائـول او را به یاد من آورد که خودش علامت تشخیص شومی بود.

سائول به شدت بی‌اشتها و وزنش به سرعت کم شده بود. خوابش به شدت آشفته و تخیلات خودویرانگر مداوم ذهنش را نابود کرده بود. او در حال عبور از مرز بحرانی بود که شخص نگران، رنجور و پردردسر را از روان‌پریش جدا می‌کرد. علائم نحسی به سرعت در رابطه‌مان افزایش می‌یافتند: ویژگی‌های انسانی در حال از بین رفتن بودند، سائول و من دیگر مثل دو دوست یا دو هم‌پیمان با یکدیگر ارتباط نداشتیم، دیگر به طور روحی یا فیزیکی به یکدیگر لبخند نمی‌زدیم و حتی با هم دست نمی‌دادیم.

شروع به تجسم عینی او کردم: سائول دیگر شخصی افسرده نبود بلکه بنا بر کتاب راهنمای تشخیص و آمار اختلال‌های روانی(۱۵۳) به وضوح خود «افسردگی» بود، که افسردگی عمده(۱۵۴) از نوعی مالیخولیای تکرار شوندهٔ شدید با بی‌تفاوتی، کندی روانی حرکتی(۱۵۵)، فقدان نیرو، بی‌نظمی در خواب و اشتها، اندیشه برگشت به گذشته، بدگمانی و خودکشی است. در تعجب بودم چه درمانی را باید امتحان کنم و او را کجا باید بستری کنم.

هیچ‌گاه دوست نداشتم با کسانی کار کنم که از مرز روان‌پریشی عبور می‌کنند. بیش از هر چیز دیگر، برای حضور روان‌درمانگر و تعهد در روند روان‌درمانی ارزش بالایی قائل بودم، اما حالا می‌دیدم که رابطه سائول و خودم مملو از پنهان‌کاری بود. خود من هم کم‌تر از او مخفی‌کاری نمی‌کردم. من هم در ساختن داستان‌های خیالی درباره آسیب پشتش با او همدست شده بودم. اگر به راستی زمین‌گیر شده بود، چه کسی به او کمک می‌کرد؟ چه کسی به او غذا می‌داد؟ اما هیچ‌گاه نپرسیدم، زیرا می‌دانستم چنین پرس‌وجویی او را بیش‌تر از من دور می‌کند. به نظرم بهترین کار این بود که بدون مشاوره با او، وضعیتش را به فرزندانش اطلاع دهم. نمی‌دانستم درباره پنجاه‌هزار دلار چه موضعی بگیرم. اگر سائول قبلاً پول را به مؤسسه استکهلم فرستاده باشد، آیا نباید به آن‌ها توصیه کنم که هدیه را برگردانند؟ یا دست‌کم موقتاً

آن را خرج نکنند؟ آیا حق چنین کاری را داشتم؟ یا مسئولیتی نسبت به آن داشتم؟ آیا انجام ندادن آن سهل‌انگاری نبود؟

اغلب هنوز راجع به نامه‌ها فکر می‌کنم (هر چند شرایط سائول آن‌قدر خطرناک شده که به جراحی مشابه برای «خشک کردن دُمل» کم‌تر اطمینان داشتم). ضمن این‌که در خانه سائول قدم‌زنان به طرف اتاق خواب می‌رفتم، با نگاه به اطراف سعی می‌کردم میزی را که نامه‌ها در کشوی آن نگهداری می‌شود، پیدا کنم ـ همه روان‌پزشکان تا حدودی دارای ویژگی‌های کاراگاه‌های خصوصی هستند. آیا باید کفش‌هایم را دربیاورم و با نوک پا دزدکی به دنبال آن‌ها بگردم؟ آیا باید آن‌ها را پیدا کنم، باز کنم و به سائول بدهم تا به شیوه‌ای عاقلانه از محتوای نامه‌ها مطلع شود؟

وقتی هشت یا نه‌ساله بودم، یک کانون درد شدید در مچ دستم ایجاد شده بود. پزشک خانوادگی مهربان دستم را به نرمی گرفت، مثل این‌که می‌خواست آن را معاینه کند. سپس ناگهان با کتاب سنگینی که دزدکی در دست دیگرش نگاه داشته بود، محکم به مچ دستم کوبید و کانون دردم ناپدید شد. با یک درد کشنده آنی، درمان تمام شد و از عمل جراحی گسترده نجات یافتم. آیا تا به حال در روان‌پزشکی، محلی برای چنان خودکامگی خیرخواهانه وجود داشته است؟ نتیجه عالی بود و دردم درمان شد. اما این موضوع به سال‌هایی بسیار قبل تعلق دارد، قبل از آن‌که مشتاق باشم بار دیگر با یک پزشک دست دهم.

(nbookcity.com

استاد پیرم، جان وایت‌هورن(۱۵۶) به من آموخت که می‌توان روان‌پریشی را با طبیعت رابطهٔ درمانی تشخیص داد. او توصیه کرد که اگر روان‌درمانگر حس کند او و بیمارش با یکدیگر متفق نیستند، بیمار را باید به عنوان «روان‌پریش» در نظر گرفت تا سلامت روانی بیمار به دست آید. با این محک، سائول روان‌پریش بود. دیگر وظیفه من این نبود که به او کمک کنم تا آن سه نامه سربسته را باز کند، یا گستاخ‌تر شود یا تا سر ظهر از خودش پذیرایی کند. به‌جای آن، وظیفه من دور نگه داشتن او از بیمارستان و جلوگیری از آسیب زدن به خودش بود.

سردرگمی من ادامه داشت تا این‌که حادثه غیرمنتظره‌ای روی داد. شب قبل از یکی از دیدارها پیامی از سائول دریافت کردم که پشتش خوب شده است، که حالا مجدداً قادر است راه برود و در نوبت قرارمان برای دیدنم به دفتر کارم می‌آید. ظرف چند ثانیه پس از دیدن او، قبل از این‌که حرفی بزند، متوجه شدم به طور چشمگیری تغییر کرده است: سائول پیر ناگهان به حمایت از من برخاست. مردی که در ناامیدی دست و پا می‌زد و خودش را از انسانیت، از خنده و از خودآگاهی محروم کرده بود، دیگر وجود نداشت. چندین هفته خودش را در روان‌پریشی زندانی کرده بود، به طوری که من مثل دیوانه‌ها درباره در و پنجره وراجی می‌کردم. حالا به طور غیرمنتظره‌ای دیوارهای زندان را شکسته و به طور اتفاقی دوباره به من پیوسته بود. فکر می‌کنم فقط یک چیز می‌توانست این کار را انجام داده باشد: نامه‌ها.

سائول مدت زیادی مرا در بلاتکلیفی نگه نداشت. روز قبل، یکی از همکارانش به او تلفن می‌زند و از او می‌پرسد که آیا درخواست کمک هزینه را بررسی کرده است. در اثنای گفت‌وگو، آن دوست می‌پرسد که آیا از دکتر کی خبری شنیده است. سائول با نگرانی جواب می‌دهد که او بستری بوده و در چند هفته گذشته با کسی تماس نداشته است. همکارش می‌گوید که دکتر کی در اثر لخته شدن خون(۱۵۷) در ریه‌هایش به طور ناگهانی فوت کرده و در حال تحقیق درباره علت مرگ هستند. سائول به سختی جلوی خودش را گرفت تا حرف دوستش را قطع نکند و فریادی از خوشحالی نکشد.

ـ در دلم می‌گفتم «برایم مهم نیست چه کسی با او بوده، چگونه مرده، کجا دفن شده، چه کسی در مراسم کفن و دفن و یادبود سخنرانی کرده است! هیچ‌یک از این چیزها برایم مهم نیست! فقط به من بگویید چه زمانی مرد!»

سرانجام سائول زمان دقیق مرگ را فهمید و پس از چند محاسبه سریع، معلوم شد که دکتر کی باید قبل از رسیدن مجله به دستش فوت کرده باشد و بدین ترتیب نتوانسته مقاله سائول را بخواند. دکتر کی متوجه چیزی نشده است! وحشت حاصل از نامه‌ها بی‌درنگ از بین رفت و او آن‌ها را از میز بیرون آورد و باز کرد.

نامه اول از همکار فوق تخصصی مؤسسه استکهلم بود و از سائول خواهش کرده بود نامه‌ای برای حمایت از درخواستش برای شغلی در دانشکده کارشناسی در یک

دانشگاه آمریکایی بنویسد.
نامه دوم اطلاعیه‌ای ساده درباره مرگ دکتر کی و برنامه مراسم یادبود بود. این نامه به تمام همکاران گذشته و حال و دانشکده‌های مؤسسه پژوهشی استکهلم ارسال شده بود.
نامه سوم یادداشتی کوتاه از بیوه دکتر کی بود که در آن نوشته بود فکر می‌کند تا به حال خبر مرگ دکتر کی را شنیده است. دکتر کی همیشه با احترام از سائول حرف می‌زد، و او فکر کرده بود که شاید سائول از او بخواهد نامه ناتمامی را که در میز دکتر کی پیدا کرده، برایش بفرستد. سائول یادداشت دستنویس کوتاهی از دکتر کی مرحوم را به دستم داد:

همکار عزیزم پرفسور سی
قصد دارم به ایالات متحده سفر کنم، این اولین سفرم در دوازده سال گذشته است. دوست دارم دیدار از کالیفرنیا نیز جزو برنامه سفرم باشد، به شرط این‌که شما در کالیفرنیا اقامت داشته و مایل به دیدنم باشید. دلم برای خوش‌وبش‌کردن‌های‌مان تنگ شده است. مثل همیشه، این‌جا احساس تنهایی می‌کنم. همکاری حرفه‌ای در مؤسسه استکهلم نادر است. هر دو می‌دانیم که اتحاد مخاطره‌آمیز ما ممکن نیست آخرین کوشش‌مان باشد، اما از نظر خودم، موضوع مهم این است که فرصتی در اختیار من قرار گرفت که بعد از آشنایی و احترام به کار سی‌ساله‌تان، شما را بهتر بشناسم.
یک درخواست دیگر...

در این‌جا نامه پایان می‌یافت. شاید به دفعات زیاد آن را خواندم، اما به نظر آمد که دکتر کی در جست‌وجوی چیزی از سائول بود، چیزی درست به همان اهمیت تأییدی که سائول از او درخواست می‌کرد. اما گمانه‌زنی به کنار، به این موضوع یقین داشتم: تمام دلواپسی فاجعه‌بار سائول از مصیبت‌هایی که پیش‌بینی می‌کرد، بی‌مورد بود.
لحن نامه بدون شک قابل قبول، حتی با محبت و احترام‌آمیز بود.
سائول از ثبت نام در این مورد (درخواست کمک‌هزینه) کوتاهی نکرد و آثار حیات‌بخش نامه، فوری و عمیق بود. افسردگی‌اش با تمام علائم «بیولوژیکی» وحشتش در چند دقیقه ناپدید شد و او شروع به ارزیابی افکار و رفتارش در چند هفته گذشته کرد، مثل این‌که برایش بیگانه و باورنکردنی بوده‌اند. از آن گذشته، او به سرعت اقدام به برقراری مجدد رابطه گذشته‌مان نمود. بار دیگر با من به گرمی رفتار کرد، به خاطر تحمل کردنش تشکر کرد و از این‌که چنان ایام سختی را در چند هفته گذشته به من تحمیل کرده، ابراز پشیمانی و تأسف کرد.
سلامتی‌اش بازگشت. سائول آماده بود تا به درمان پایان دهد اما موافقت کرد که دو جلسه دیگر ـ هفته آینده و یک ماه پس از آن ـ به دفتر کارم بیاید. در اثنای این

جلسات سعی کردیم از آن‌چه در این مدت روی داده بود، سر دربیاوریم و پاسخی کاربردی برای فشارهای عصبی آینده پیدا کنیم. تمام جنبه‌های کارکردی‌اش را که برای من دردسر آفریده بود، اقدام به تخریب خودش، حس شدید بد بودن، بی‌خوابی و بی‌اشتهایی‌اش را ارزیابی کردم. بهبودی او به طور چشمگیری آشکار شد. از آن گذشته، به نظر می‌آمد نمی‌توانیم کار بیش‌تری انجام دهیم و از یکدیگر جدا شدیم.

بعداً به نظرم آمد که اگر سائول این‌قدر بد درباره احساسات دکتر کی قضاوت کرده، پس احتمالاً درباره احساسات من هم برداشت غلطی داشته است. آیا اصلاً درک کرده بود که من چقدر نگرانش بودم، چقدر از او می‌خواستم کاری را که در گذشته انجام داده، فراموش کند و از پیاده‌روی‌های بعدازظهر در خیابان یونیون لذت ببرد؟آیا هرگز فهمید که چقدر دوست داشتم با او همدل شوم، شاید یک کاپوچینو با یکدیگر بخوریم؟

اما با کمال تأسف، هیچ‌گاه این حرف‌ها را به سائول نگفتم. دیگر با یکدیگر ملاقات نکردیم و متوجه شدم سه سال بعد فوت کرده است. کمی بعد از آن در یک مهمانی، مرد جوانی را ملاقات کردم که تازه از مؤسسه استکهلم بازگشته بود. در یک گفت‌وگوی طولانی درباره بورس سالانه‌اش، خاطر نشان کردم که زمانی دوستی داشتم به نام سائول که به او نیز اقامت در آن‌جا اعطا شده بود. او سائول را می‌شناخت. در حقیقت، به طرز عجیبی، بورس او نیز بخشی به خاطر «رابطه خوبی بود که سائول بین دانشگاه و مؤسسه استکهلم برقرار کرده بود». و پرسید آیا شنیده بودم که سائول به میل خودش ارثیه‌ای به مبلغ پنجاه‌هزار دلار برای مؤسسه استکهلم اختصاص داده بود؟

(nbookcity)

۹. وفاداری به بیمار

ـ من هیچ‌چیز نیستم. یک آشغال. یک آدم پست. یک آدم بی‌اهمیت. من زباله‌های اردوگاه‌ها را دزدکی می‌خورم. الهی بمیرم! الهی وقتی می‌میرم، در پارکینگ سوپرمارکت‌های زنجیره‌ای سِیف‌وِی(۱۵۸) پخش زمین بشوم، بعد شیلنگ آب آتش‌نشانی مرا بشوید و دور بریزد. هیچ چیز باقی نماند، هیچ چیز، حتی نوشته‌های با گچ روی پیاده‌رو که می‌گوید «لکه ننگی که روزگاری نامش مارج وایت(۱۵۹) بود»، باقی نخواهد ماند.

اواخر شب و تلفن دیگری از مارج! ای خدااااا، از این تلفن‌ها جانم به لبم رسید! این تلفن‌ها مزاحمتی در زندگی‌ام ایجاد نمی‌کرد و پذیرفته بودم که باید منتظر آن‌ها باشم. به هر حال، این تلفن‌ها بخشی از طبیعت شغلی‌ام هستند. یک سال قبل وقتی برای اولین بار مارج را به عنوان بیمار پذیرفتم، می‌دانستم به محض ملاقات با این خانم، مرتب به من تلفن خواهد کرد. می‌دانستم چه چیزی در انتظارم است. برای تشخیص علائم افسردگی شدید به تجربه زیادی نیاز نبود. سر و شانه‌های افتاده‌اش فریاد می‌زدند «افسردگی»، مردمک‌های گشاد چشمانش و دست‌ها و پاهای بی‌قرارش داد می‌زدند «نگرانی و اضطراب». هر چیز دیگری درباره او ـ ضرب‌در اقدام به خودکشی، اختلال در خورد و خوراک، تحمل آزارهای جنسی در نوجوانی، تفکر روان‌پریشانه پراکنده، بیست و سه سال روان‌درمانی ـ فریاد می‌زد «اختلال مرزی»؛ چیزی که در دل یک روان‌پزشک میانسالِ در حال جست‌وجوی آرامش، هراسی عظیم می‌اندازد.

این خانم به من گفته بود که سی‌وپنج‌ساله و تکنسین آزمایشگاه است و مدت ده سال نزد یک روان‌پزشک به درمان مشغول بوده که بعداً به شهر دیگری منتقل شده است. دیگر این‌که این خانم به شدت تنها بود و این‌که دیر یا زود، بسته به زمان، خودش را خواهد کشت.

در اثنای جلسه به طرز وحشتناکی سیگار می‌کشید. اغلب قبل از این‌که سیگارش را با عصبانیت خاموش کند، دو یا سه پُک عمیق می‌زد، اما چند دقیقه بعد سیگار دیگری روشن می‌کرد. در طول جلسه نمی‌توانست آرام بنشیند. سه مرتبه بلند شد، ایستاد و چند قدم بالا و پایین رفت. چند دقیقه روی کف اتاق در گوشه‌های مقابل اتاق کارم روی زمین نشست و مثل شخصیت فیلم کارتونی فایفر(۱۶۰) به خودش می‌پیچید.

اولین واکنش من این بود: «برو به جهنم، گورت را گم کن! امیدوارم دیگر تو را نبینم.» با خودم گفتم یک بهانه بیاور، هر بهانه‌ای. «وقتم پُر است، می‌خواهم برای چند سال از کشور بروم، برای یک کار پژوهشی تمام‌وقت عازم سفرم». اما خیلی زود

صدایم را شنیدم که قرار جلسه دیگری را به او پیشنهاد می‌کرد.
شاید زیبایی‌اش، یا موهای سیاه چتری‌اش که صورت خیلی سفیدش را احاطه کرده بود، توجه مرا به خود جلب کرد. یا شاید اجباری بود که به عنوان یک معلم در شغلم حس می‌کردم؟ اخیراً از خودم، با وجود تمام حسن نیت، می‌پرسم آیا می‌توانم به تدریس روان‌درمانی به دانشجویان ادامه دهم و در همان حال معالجه بیماران مشکل را نپذیرم؟ حدس می‌زنم مارج را به دلایل بسیار به عنوان بیمار پذیرفتم، اما بیش از هر چیز، اعتقاد دارم دلیلش شرم و خجالت بود؛ خجالت از انتخاب زندگی آسان، شرم در فاصله گرفتن از بیماران بسیاری که بیش از بقیه به من نیاز دارند.
بنابراین انتظار تلفن‌های افراد درمانده‌ای مثل او را داشتم. منتظر بحرانی پس از بحرانی دیگر بودم. انتظار داشتم که شاید لازم باشد او را در جایی بستری کنم. خدا را شکر که از ملاقات‌های صبح زود با کارمندان بخش در بیمارستان، نوشتن دستورات، اذعان علنی به قصوراتم، و پیاده رفتن خسته‌کننده هر روزه به بیمارستان نجات یافتم. زمان زیادی را باید صرف این کارها می‌کردم.
نه، تلفن‌هایی که از آن‌ها بیزار بودم، مزاحمت یا حتی مشکلی ایجاد نمی‌کردند؛ نحوه‌ای که صحبت می‌کردیم، نفرت‌انگیز بود. به هر دلیل، مارج هر کلمه را با لکنت زبان بیان می‌کرد. همیشه وقتی آشفته و پریشان می‌شد، با لکنت حرف می‌زد ـ زبانش می‌گرفت و چهره‌اش کج و معوج می‌شد. می‌توانستم چهره زیبایش را که با اخم و انقباض زشت شده بود، تصور کنم. در مدتی که آرام بود، در زمان‌هایی که ساکت می‌نشست، من و مارج درباره انقباض‌های صورت صحبت می‌کردیم و مشخص کردیم که این انقباض‌ها، حرکتی برای زشت کردن خودش بودند؛ دفاعی بدیهی برای مقابله با امیال جنسی، این انقباض‌ها وقتی ایجاد می‌شدند که از نظر جنسی از بیرون یا درون تهدید می‌شد. تفسیر خیلی خوبی بود، مثل پرتاب سنگریزه به کرگدن: به محض شنیدن عبارت «رابطه جنسی» چهره‌اش منقبض می‌شد.
لکنت زبانش همیشه مرا نگران می‌کرد. می‌دانستم که خود او هم در عذاب است، اما هنوز باید جلوی خودم را بگیرم و نگویم: «مارج، بفرما! ادامه بده! کلمه بعدی که می‌خواهی بگویی، چیست؟»
اما بدترین چیز درباره این تلفن‌ها، بی‌عرضگی خودم بود. او مرا در بوته امتحان قرار می‌داد و من همیشه کم می‌آوردم. سال گذشته باید دست‌کم بیست مرتبه به من تلفن کرده باشد و من حتی یک مرتبه راهی برای کمک مورد نیاز او پیدا نکردم.
مشکل آن شب این بود که متوجه شده بود سوژهٔ مقاله اصلی روزنامه استنفورد دیلی(۱۶۱)، همسرم بود. همسرم بعد از ده سال از مقام مدیر اجرایی مرکز پژوهشی استنفورد درباره زنان کناره‌گیری کرده بود و روزنامه دانشگاه با آب و تاب از او تمجید کرده بود. برای این‌که اوضاع بدتر شود، مارج آن شب به یک سخنرانی عمومی رفته بود که با بلاغت بسیار زیاد به وسیله یک خانم فیلسوف جذاب جوان ارائه شده

بود.
افراد کمی را دیده‌ام که به اندازه مارج از خودشان نفرت داشته باشند. این احساسات هرگز ناپدید نمی‌شدند مگر در بهترین حالات خوشی که فقط به وضع سابق برمی‌گشت و باز در فرصت مناسب با یک اشاره عود می‌کرد. هیچ اشاره‌ای قوی‌تر از موفقیت تحسین‌برانگیز زن دیگری به سن و سال خودش نبود: سپس نفرت از خود تمام وجود مارج را فرا می‌گرفت و بیش‌تراز معمول به خودکشی فکر می‌کرد.
ناشیانه در جست‌وجوی کلماتی برای همدردی بودم:
ـ مارج چرا با خودت این‌طور رفتار می‌کنی؟ دربارهٔ کارهایی که انجام نداده‌ای، در مورد برآورده نشدن آرزوهایت، تطابق نداشتن با زندگی حرف می‌زنی، اما هر دو می‌دانیم که این نظریات، ذهنی هستند. آن‌ها ربطی به واقعیت ندارند! به خاطر می‌آوری دو هفته قبل چه حس باشکوهی درباره خودت داشتی؟ خوب، در دنیای بیرون چیزی تغییر نکرده است. پس تو حالا هم دقیقاً همان شخص دو هفته قبل هستی!
در مسیر درستی قرار داشتم. توجهش را جلب کرده بودم. متوجه شدم به خوبی گوش می‌دهد، پس ادامه دادم:
ـ این ماجرای مقایسه نامناسب خودت با دیگران همیشه خودویرانگر است. به خودت فرصت بده. تصمیم نگیر که خودت را با پرفسور جی که ممکن است برجسته‌ترین سخنران در تمام دانشگاه باشد، مقایسه کنی. به همسرم در روزی که برایش جشنی بر پا شده و پُرافتخارترین روز زندگی‌اش است، نگاه نکن. اگر بخواهی خودت را عذاب بدهی، همیشه امکان دارد کسی را پیدا کنی تا به طور مغرضانه خودت را با او مقایسه کنی. من این احساس را می‌شناسم، من هم همین کار را انجام داده‌ام.
ببین، چرا یک بار کسی را انتخاب نمی‌کنی تا چیزهایی را که تو داری، او نداشته باشد؟ تو همیشه نسبت به دیگران محبت کرده‌ای. به خدمات داوطلبانه خودت به بی‌خانمان‌ها فکر کن. تو هیچ‌گاه به خاطر آن به خودت امتیازی نداده‌ای. خودت را با کسی مقایسه کن که نسبت به دیگران احساس دلسوزی نمی‌کند. مثلاً چرا خودت را با یکی از مردم بی‌خانمانی که به آن‌ها کمک می‌کنی، مقایسه نمی‌کنی؟ شرط می‌بندم که همه آن‌ها خودشان را به طور مغرضانه با تو مقایسه می‌کنند.
صدای قطع تلفن آن‌چه را بی‌درنگ فهمیده بودم، تأیید کرد: اشتباه بزرگی مرتکب شده بودم. آن اندازه با مارج آشنا شده بودم که بدانم او با اشتباه من دقیقاً چه کار خواهد کرد: او خواهد گفت که من احساسات واقعی‌ام را به زبان آورده‌ام، این‌که من فکر می‌کنم او آن‌قدر ناامید شده که تنها شخصی که شاید خودش را با او به طور مطلوب مقایسه کند، بدبخت‌ترین آدم روی زمین است.
مارج فرصت را از دست نداد و جلسهٔ روان‌درمانی منظم بعدی را ـ خوشبختانه صبح

روز بعد ـ با ابراز احساسات شدید شروع کرد. سپس با لحنی سرد ادامه داد و با صدایی بریده بریده «حقایقی واقعی» از زندگی خودش را برایم بازگو کرد:
ـ من سی و پنج ساله هستم. در سراسر عمر از نظر روانی بیمار بوده‌ام. از دوازده‌سالگی به روان‌درمانگر مراجعه کرده‌ام و بدون کمک آن‌ها نمی‌توانم زندگی کنم. بقیه عمرم هم مجبورم دارو مصرف کنم. بیش‌ترین امیدم این است که خارج از بیمارستان روانی زندگی کنم. هرگز ازدواج نکرده‌ام. هیچ‌گاه نمی‌توانم بچه‌دار شوم. هیچ‌گاه به خواستگارهایم جواب مثبت نداده‌ام و امید ندارم که با کسی ازدواج کنم. هم‌چنین فاقد ظرفیت دوست شدن با کسی هستم. هیچ‌کس در روز تولدم به من تلفن نمی‌زند. پدرم که وقتی بچه بودم مرا کتک می‌زد، حالا مرده است. مادرم زنی عصبانی و دیوانه است و من هم هر روز بیش‌تر شبیه او می‌شوم. برادرم بیش‌تر عمرش را در بیمارستان روانی گذرانده است. من هیچ استعدادی، هیچ توانایی خاصی ندارم. همیشه در مشاغل پَست کار خواهم کرد. همیشه فقیر خواهم ماند و همیشه بیش‌تر حقوقم را صرف درمان بیماری روانی‌ام خواهم کرد.

(nbookcity.com)

ساکت شد. فکر می‌کنم انرژی‌اش تمام شد، اما گفتن این چیزها سخت بود زیرا او مثل یک مجسمه با آرامشی عجیب حرف می‌زد، فقط لب‌هایش حرکت می‌کردند، انگار نفس نمی‌کشید، دست‌هایش، چشمانش، حتی گونه‌هایش بی‌حرکت بودند.
ناگهان مثل یک عروسک مکانیکی کوکی که هنوز مقداری از انرژی‌اش باقی مانده، دوباره شروع کرد:
ـ به من می‌گویید صبور باشم. می‌گویید آماده نیستم، آماده نیستم تا درمان را متوقف کنم، آماده نیستم که ازدواج کنم، آماده نیستم که بچه‌دار بشوم، آماده نیستم که سیگار نکشم. من انتظار کشیده‌ام. تمام عمر انتظار کشیده‌ام. دیگر خیلی دیر است، خیلی دیر است تا زندگی کنم.
در اثنای شرح این مصیبت‌های دور و دراز (روده‌درازی مکرر) آرام نشسته و زل زده بودم، یک لحظه از این‌که بی‌حرکت نشسته بودم، احساس شرمندگی کردم. اما این رفتارم سنگ‌دلی و بی‌رحمی نبود. قبلاً این حرف‌ها را شنیده بودم و به یاد می‌آورم که دفعه اولی که مارج آن‌ها را تعریف می‌کرد، چقدر ناآرام بودم و از روی همدلی و اندوه آن‌طور که همینگوی به آن اشاره می‌کند به «روان‌درمانگر یهودی بی‌بو و خاصیتی» تبدیل شده بودم.
بدتر از آن، خیلی بدتر (و تصدیق آن سخت است)، این‌که من با او موافق بودم. او «سابقه بیماری واقعی‌اش» را چنان با سوز و گداز و آن‌چنان متقاعدکننده ارائه داد که درخواستش را پذیرفتم. او به شدت عقب مانده بود. احتمالاً هیچ‌گاه ازدواج نخواهد کرد. واقعاً یک وصله ناجور بود. فاقد ظرفیت نزدیک شدن به دیگران بود. شاید برای سال‌های زیادی، شاید برای همیشه به روان‌درمانی نیاز داشته باشد. چنان در ناامیدی و بدبینی‌اش غرق شده بودم که به آسانی توانستم متوجه گرایش او به خودکشی شوم. به سختی می‌توانستم کلمه‌ای برای آرام کردن او پیدا کنم.
یک هفته تا جلسه بعد طول کشید تا بفهمم که این شکواییه مکرر چیزی جز علائم افسردگی نیست. این داستانِ افسردگی او بود و من آن‌قدر احمق بودم که درستی آن را پذیرفتم. «به تمام این تحریف‌ها دقت کن. به چیزهایی که نگفته، توجه کن.» او (وقتی صورتش کج نمی‌شد) زنی فوق‌العاده جذاب، خلاق و باهوش بود. علاقه‌مند شدم که او را ملاقات و درمان کنم. من به این‌که او با وجود درد و رنجش همیشه به دیگران خدمت می‌کرد و تعهدش را برای خدمت به جامعه حفظ می‌کرد، احترام می‌گذاشتم.
بنابراین حالا، با شنیدن دوباره این شکواییه مکرر، فکر کردم چگونه باید او را از این حالت ذهنی خارج کنم. در موارد مشابه در گذشته، او به شدت در افسردگی فرو می‌رفت و چند هفته در همان حال باقی می‌ماند. می‌دانستم که با عمل به موقع می‌توانستم به او کمک کنم تا نسبت به این همه درد بی‌اعتنا باشد.
ـ مارج این سخنان از افسردگی تو ناشی می‌شوند و به خودت مربوط نیستند. به

خاطر بیاور که هر وقت در افسردگی غوطه‌ور شده‌ای، از آن بیرون آمده‌ای. تنها چیز خوب درباره افسردگی این است که همیشه پایان می‌یابد.
به طرف دیگر میزم رفتم. پرونده او را باز کردم و بخش‌هایی از نامه‌ای را خواندم که فقط سه هفته قبل هنگامی که از زندگی لذت می‌برد، نوشته بود:

روزی افسانه‌ای بود. جین و من در خیابان تلگراف قدم می‌زدیم. لباس‌های شب دهه ۱۹۴۰ را در فروشگاه لباس‌های قدیمی امتحان می‌کردیم. چند صفحه موسیقی قدیمی کی استار(۱۶۲) را پیدا کردم. در اطراف پل گُلدِن گِیت قدم می‌زدیم، در رستوران سبزها صبحانه‌ناهار(۱۶۳) مفصلی خوردیم. به هر حال در سان‌فرانسیسکو این نوع زندگی هم هست. من همیشه فقط اخبار بد را به شما می‌دهم، فکر کردم بعضی موضوع‌های خوب را هم با شما در میان بگذارم. به امید دیدار. پنجشنبه...

نسیم گرم بهاری از پنجره باز به داخل می‌وزید، اما در دفتر کارم زمستان بود. صورت مارج یخ زده بود. به دیوار خیره شده بود و انگار حرف‌های مرا نمی‌شنید. پاسخش سرد و بی‌روح بود:
ـ شما فکر می‌کنید من هیچ‌چیز نیستم. به جمله‌ای که درباره مقایسه با بی‌خانمان‌ها گفتید، توجه کنید. این همان ارزشی است که شما برایم قائلید.
ـ مارج، از رفتارم معذرت می‌خواهم. رفتار عجولانه‌ام پشت تلفن برای این‌که مفید باشم، خوب نبود. آن کوشش بیجا و نسنجیده‌ام اشتباه بود. اما باور کن قصدم این بود که کمکی کرده باشم. به محض این‌که آن جمله را گفتم، فهمیدم که اشتباه کرده‌ام.
به نظرم این حرف‌ها مؤثر واقع شد. صدای نفس‌های عمیقش را می‌شنیدم.
شانه‌های قوز کرده‌اش آرام شدند، صورتش شُل شد و سرش خیلی آرام به طرف من چرخید.
چند سانتی‌متر نزدیک‌تر شـدم.
ـ مارج، تو و من قبلاً بارها وقتی مثل همین الان که احساس خیلی بدی داشته‌ای، بحران‌هایی را از سر گذرانده‌ایم. چه چیزی در گذشته مفید بود؟ به یاد دارم بارها وقتی از دفتر کارم بیرون می‌رفتی، احساس خیلی بهتری داشتی. چه فرقی کرده؟ چه کار می‌کردی؟ من چه کار می‌کردم؟ بیا با هم آن را مشخص کنیم.
مارج ابتدا نتوانست به این پرسش پاسخ دهد، اما به آن علاقه نشان داد. علائم بیش‌تری پدیدار شدند: بینی‌اش را گرفت، موهای سیاه بلندش را به یک طرف پرتاب کرد و سپس با انگشتانش آن‌ها را مرتب کرد. با همان پرسش سؤال‌پیچش کردم و سرانجام به طور مشترک شروع به بررسی نموده و با یکدیگر روی آن کار کردیم.
او گفت برایش خیلی مهم است که به حرف‌هایش گوش کنند، این‌که هیچ‌کسی جز

من و هیچ‌جایی جز دفتر کار من ندارد تا دردهایش را بیان کند. او هم‌چنین می‌دانست که وقتی ما حوادثی را که بر افسردگی سرعت می‌بخشند، به دقت بررسی می‌کنیم، مفید است.

خیلی زود شروع به بررسی یک به یک تمام حوادث ناراحت‌کننده هفته کردیم. غیر از ناراحتی‌هایی که پشت تلفن برایم شرح می‌داد، چیزهای دیگری هم بود. مثلاً در تمام جلسات آزمایشگاه دانشگاه جایی که او کار می‌کرد، کارمندان آموزشی و تخصصی به طور معناداری او را نادیده می‌گرفتند. با او همدردی کردم و گفتم که از اشخاص بسیار دیگری در موقعیت او ـ از جمله همسرم ـ شنیده‌ام که از چنین رفتاری شکایت دارند. سپس موضوع همسرم را مطرح کردم که از گرایش استنفورد برای اعطای امتیازات محدود و احترام کم به کارمندان غیرآموزشی عصبانی شده بود.

مارج به موضوع عدم موفقیتش بازگشت و این‌که زن سی‌ساله‌ای که رئیسش بوده، چقدر از او موفق‌تر بوده است.

با خودم گفتم «چرا باید این مقایسه‌های غیرمنصفانه را تعقیب کنیم؟ این کار خودتنبیهی و خیلی لجبازانه است، مثل ساییدن دندانی است که درد می‌کند.» به او گفتم که من هم خیلی اوقات خودم را به طور غیرمنصفانه با دیگران مقایسه می‌کنم (جزئیات مشخص‌تری ارائه ندادم، شاید باید این کار را می‌کردم. این مثل آن بود که این رفتار در شرایط یکسان با او صورت می‌گرفت).

من از استعاره ترموستات(۱۶۴) برای تنظیم عزت نفس استفاده می‌کردم. ترموستات او خیلی بد کار می‌کرد، زیرا خیلی نزدیک سطح بدنش قرار داده شده بود. این نوع ترموستات نمی‌توانست عزت نفس او را ثابت نگه دارد بلکه در تطابق با رویدادهای خارجی به شدت نوسان داشت. اگر اتفاق خوبی روی می‌داد، او احساسی عالی داشت. اما وای به روزی که کسی از او انتقاد می‌کرد! تمام روزش خراب می‌شد. مثل این بود که سعی کنید منزل‌تان را با ترموستات کوره‌ای که خیلی نزدیک پنجره قرار داده‌اید، گرم کنید.

تا آخر جلسه به من نگفت که چقدر حالش بهتر شده، اما می‌توانستم در نفس کشیدنش، در راه رفتنش و در لبخندش هنگامی که از دفتر کارم بیرون می‌رفت، بهتر شدن حالش را ببینم.

بهبودی حاصل شد. او هفته‌ای عالی داشت و هیچ تلفن بحران‌زایی از او نداشتم. وقتی یک هفته بعد دوباره مارج را دیدم، تقریباً پُرجوش و خروش بود. همیشه اعتقاد داشتم که پیدا کردن چیزی که حال شخصی را بهتر می‌کند، به همان مهمی چیزی است که معلوم کنید چه چیزی حال شخص را بدتر می‌کند. بنابراین از او پرسیدم چه شده است.

مارج گفت:

ـ جلسه آخرمان امور را «به نحوی» تغییر داد. این‌که شما در چنان زمان کوتاهی مرا

از آن جهنم بیرون آوردید، تقریباً معجزه بود. واقعاً خوشحالم که شما روان‌درمانگرم هستید.

شهر کتاب (nbookcity.com)

هر چند از تعریف و تمجیدهای صادقانه‌اش لذت بردم، اما از این دو نکته: از «به نحویِ» اسرارآمیز و از نگاهش به من به عنوان معجزه‌گر ناراحت شدم. تا وقتی افکار مارج به همین شکل باشد، او بهتر نخواهد شد زیرا سرچشمه کمک یا خارج از خودش یا فراسوی فهمش بود. وظیفه‌ام به‌عنوان روان‌درمانگر (که بی‌شباهت به والدین نیست) این است که خودم را بیگانه نشان دهم تا به بیمار کمک شود که به مادر یا پدر خودش تبدیل شود. من نمی‌خواستم او بهتر شود، می‌خواستم کمک کنم تا مسئولیت بهتر شدن خودش را به عهده بگیرد و روند بهبودی تا حد امکان برایش آشکار شود. به همین دلیل از «به نحویِ» او ناراحت شدم و تصمیم گرفتم آن را بررسی کنم.

پرسیدم:

ـ در جلسه آخر دقیقاً چه چیزی برایت مفید بود؟ در چه لحظه‌ای حس کردی حالت بهتر می‌شود؟ بیا آن را با هم بررسی کنیم.

ـ خوب، نکتهٔ اول، روش شما در استفاده از بدبختی بی‌خانمان‌ها بود. در حقیقت، من می‌توانستم از آن برای متنبه کردن شما استفاده کنم؛ می‌دانم که در گذشته همین کار را با روان‌پزشکان انجام داده‌ام. اما وقتی شما آن را با بی‌تفاوتی بیان کردید ـ قصدتان هر چه بود ـ متوجه شدم که نباید جار و جنجال به راه بیندازم.

ـ به نظر می‌رسد اظهارنظرم به تو اجازه می‌دهد رابطه‌ات را با من قطع نکنی. چون تو را می‌شناسم، زمان‌هایی که شدیدتر از بقیهٔ ایام افسرده هستی، زمان‌هایی هستند که ارتباط خودت را با همه قطع می‌کنی و واقعاً تنها می‌شوی. پیام مهمی در این رفتار وجود دارد و آن این است که «با مردم زندگی کن.» اما پرسش من این بود که در اثنای آن ساعت چه اتفاق مفیدی روی داد؟

ـ در حقیقت، مسئله اصلی که مرا تغییر داد، لحظه‌ای بود که آرامش برقرار شد، لحظه‌ای که به من گفتید همسرتان در محیط کارش مشکلات مشابه من داشته است. حس کردم که خیلی بد هستم، خیلی چندش‌آور هستم و همسرتان خیلی پرهیزگار است، به طوری که هر دو هم‌زمان نمی‌توانستیم شبیه هم باشیم. این‌که با خوش‌نیتی گفتید او و من مشکلات مشابهی داریم، به من ثابت کرد که برای من هم احترام قائلید.

نزدیک بود اعتراض کنم و اصرار کنم که همیشه برای او احترام قائل بوده‌ام، اما او حرفم را قطع کرد.

ـ می‌دانم، می‌دانم. شما اغلب به من گفته‌اید که برایم احترام قائلید و دوستم دارید، اما آن‌ها فقط حرف بودند. من واقعاً هرگز آن‌ها را باور نکرده بودم. این دفعه فرق می‌کرد، شما به فراسوی کلمات رفتید.

از سخنان مارج خیلی به هیجان آمدم. او در انگشت گذاشتن روی مسائل حیاتی مهارت داشت. «به فراسوی کلمات رفتن» یکی از آن‌ها بود. این کاری است که من

«انجام دادم»، نه آن‌چه گفتم. این کاری است که عملاً برای بیمار «انجام می‌دهم». مطرح کردن چیزی درباره همسرم، «عملِ درمانی»، نه «واژه درمانی»، کاری بود که برای مارج انجام دادم، که مثل هدیه‌ای به او بود.

از این نظریه چنان به هیجان آمده بودم که به سختی می‌توانستم تا پایان جلسه منتظر بمانم تا راجع به آن بیش‌تر فکر کنم. اما در آن لحظه توجهم را به مارج معطوف کردم، زیرا چیزهای بیش‌تری برای گفتن داشت.

ـ وقتی به پرسش از من ادامه دادید که چه چیزی در گذشته به من کمک کرده نیز خیلی مفید بود. شما مسئولیت را به من واگذار کردید، مرا وادار کردید که مسئولیت جلسه را به عهده بگیرم. این کار خیلی خوب بود. وقتی افسرده می‌شوم، معمولاً چند هفته اخم و تخم می‌کنم، اما شما در چند دقیقه مرا وادار کردید که بفهمم چه اتفاقی افتاده است.

در حقیقت، فقط این سؤالی که پرسیدید «در گذشته چه چیزی کمک کرده» مفید بود، زیرا این پرسش به من اطمینان داد که راهی برای بهتر شدن وجود دارد. این سؤال هم‌چنین به این دلیل مفید بود که شما وارد نقش جادوگری نشدید که پاسخ پرسش‌هایی را که از من می‌خواهد حدس بزنم، می‌داند. از روش شما که قبول کردید نمی‌دانستید و سپس از من دعوت کردید تا آن را با یکدیگر ارزیابی کنیم، خوشم می‌آید.

موسیقی برای گوش‌هایم! در تمام طول یک سالی که با مارج کار می‌کردم، فقط یک قاعده واقعی منفرد در کارم داشتم: با او مثل یک نفر برابر با خودم رفتار کنم. سعی کرده بودم او را توجیه نکنم، به او ترحم نکنم، یا کاری نکنم تا فاصله‌ای از نابرابری بین ما ایجاد شود. با بیش‌ترین توانایی‌ام از آن قاعده پیروی کردم و حالا وقتی می‌شنوم که این روش مفید بوده، خیلی لذت می‌برم.

طرح «درمان» بیماری‌های روانی از طریق روان‌پزشکی پر از تناقضات درونی است. وقتی روان‌درمانگر شخص دیگری را معالجه می‌کند، بیمار از آغاز متوجه می‌شود دو نفری که پیمان روان‌درمانی را منعقد کرده‌اند، با یکدیگر برابر یا به طور کامل یکسان نیستند، یکی مضطرب و اغلب آشفته است، در حالی که از دیگری انتظار می‌رود از مهارت‌های تخصصی برای بررسی و حل مشکلات عینی که فراسوی اضطراب و آشفتگی قرار گرفته است، استفاده کند. از آن گذشته، بیمار به شخصی که او را معالجه می‌کند، حق‌الزحمه می‌پردازد. حتی همین کلمه معالجه بر نابرابری دلالت دارد. «درمان کردن» شخص به صورت برابر، به این معناست که روان‌درمانگر باید طوری بر رفتارش غلبه یا آن را پنهان کند و طوری رفتار کند مثل این‌که دیگری با او برابر است.

بنابراین، در درمان مارج به صورت برابر، آیا من صرفاً به او (و به خودم) وانمود می‌کردم که برابر بودیم؟ شاید توصیف روان‌درمانی به صورت رفتار با بیمار به

صورت فردی بزرگسال دقیق‌تر باشد. این موضوع ممکن است شبیه سفسطه فردی مُلانُـقَطی به نظر آید، با وجود این چیزی در روان‌درمانی مارج روی می‌داد که مرا وادار کرد نسبت به آن‌چه می‌خواهم به او یا هر بیمار دیگری منتقل کنم، شفاف باشم.

حدود سه هفته بعد، سه هفته بعد از این‌که اهمیت عمل درمان‌شناسی را کشف کردم، حادثه شگفت‌انگیزی روی داد. مارج و من در وسط یک جلسه معمولی بودیم. او یک هفته معمولی را پشت سر گذاشته بود و داشت جزئیات را برایم شرح می‌داد. خونسرد به نظر می‌رسید، دامنش چین و چروک و پیچ خورده بود، موهایش شانه نزده و صورتش از ترس و شکست خط افتاده بود.

در وسط وراجی‌هایش، ناگهان چشمانش را بست، اما نه طبق معمول که در طول جلسه به حالت خودهیپنوتیزم فرو می‌رفت. مدت‌ها قبل تصمیم گرفته بودم با زخم زبان اذیتش نکنم ـ اما از فرو رفتن به حالت هیپنوتیزم هم پیروی نکنم ـ بلکه به جای این کارها از آن حالت خارجش کنم. گفتم:

ـ مارج...

و نزدیک بود بقیه جمله را با فریاد به زبان بیاورم که: «ممکن است لطفاً به حالت قبل بازگردی؟» اما پیش از آن، صدایی دورگه و عجیب از دهانش بیرون آمد:

ـ شما مرا نمی‌شناسید!

او راست می‌گفت. شخصی که حرف می‌زد را نمی‌شناختم. صدا خیلی متفاوت، خیلی ترسناک و خیلی آمرانه بود. یک لحظه به اطراف دفتر کارم نگاه کردم و فکر کردم شاید شخص دیگری وارد شده باشد.

پرسیدم:

ـ شما کی هستید؟

ـ خودم! خودم هستم!

سپس مارجی که عوض شده بود از جایش پرید و شروع به بالا و پایین رفتن در دفتر کرد. با دقت به قفسه‌های کتاب، به عکس‌هایی که صاف روی دیوار نصب شده بودند، نگاه می‌کرد و مبلمان مرا وارسی می‌کرد. او مارج بود، اما نه مارج همیشگی. همه چیز ـ حالت بدنش، صورتش، اعتماد به نفسش، راه رفتنش ـ غیر از لباس‌هایش تغییر کرده بود.

مارج جدید به طور غیرمتعارفی پُرنشاط و به نحوی دوست‌داشتنی ادا و اطواری شده بود. صدایی عجیب و به شدت بم اعلام کرد:

ـ تا وقتی قصد دارید وانمود کنید که یک روشنفکر یهودی هستید، شاید لازم باشد دفتر کارتان را هم به سبک آن‌ها مبلمان کنید. آن روکش کاناپه به فروشگاه گودویل تعلق دارد، آن‌ها ممکن است آن را بخرند. و آن تابلوفرش مندرسی که شکر خدا دارد می‌پوسد! و آن عکس‌ها را از ساحل کالیفرنیا گرفته‌اید. یکی از عکس‌های خانه

روان‌پزشکان را برای من کنار بگذارید!
او زرنگ و ناقلا، لجباز و جذاب شده بود. راحت شدن از مارجی که دائم نق‌نق و وراجی می‌کرد، مایه آرامش است! احساس نگرانی می‌کردم، با این وجود از این خانم خوشم آمده بودم. به افسانه لورلای(۱۶۵) فکر می‌کردم ولی می‌دانستم صبر کردن در این مورد خطرناک است، هر چند فقط چند دقیقه از نمایش را دیده بودم.
پرسیدم:
ـ چرا آمده‌ای؟ چرا امروز آمده‌ای؟
ـ برای جشن پیروزی. من برنده شده‌ام، می‌دانید.
ـ چه چیزی برده‌ای؟
ـ خودتان را به حماقت نزنید! شما می‌دانید که من مارج نیستم! فکر نکنید هر چه می‌گویید، خیلی عالی است. فکر می‌کنید قصد دارید به مارج کمک کنید؟
صورتش به طرز عجیبی تغییر می‌کرد. سخنانش را با ریشخند وسیعی بیان می‌کرد؛ همان چیزی که از شخصیت منفی داستان ملودرام ویکتوریایی(۱۶۶) انتظار می‌رود.
او با لحنی مغرورانه و تمسخرآمیز ادامه داد:
ـ می‌توانید او را سی سال در درمان نگه دارید، اما باز هم من برنده‌ام. در یک روز می‌توانم زحمات یک سال شما را بر باد دهم. اگر لازم باشد می‌توانم او را وادار کنم که از لبه جدول خیابان خودش را به زیر یک ماشین در حال حرکت پرتاب کند.
ـ چرا؟ چه چیزی از این کار عایدت می‌شود؟ اگر او ببازد، تو هم می‌بازی.

شاید می‌خواستم مدت بیش‌تری از آن‌چه لازم است با او بمانم. صحبت درباره مارج با او غلط بود. برای مارج هم خوب نبود. به هر حال جاذبه این زن، قوی و تقریباً مقاومت‌ناپذیر بود. برای زمان کوتاهی موجی از تهوعی مخوف حس کردم، مثل این‌که از درون شکافی در یک ساختمان از واقعیت به چیزی ممنوع، به موادی خام، به شکاف‌ها و چین و چروک‌های یاخته‌های در حال تکوین و جنینی به همان صورت که در نظم طبیعی موجودات وجود دارند ـ اما نه به شکلی که در خلقت کامل شده انسان دیده می‌شوند ـ به دقت خیره شده بودم. به هر حال توجهم کاملاً معطوف او شده بود.

ـ مارج یک آدم پست است. شما می‌دانید که یک آدم پست است. چگونه می‌توانید او را تحمل کنید؟ آدم پست! آدم پست!

سپس، در حیرت‌انگیزترین اجرای نمایش‌نامه‌ای که تا به حال دیده‌ام، شروع به تقلید رفتار مارج کرد. هر حرکتی که در طول این چند ماه شاهدش بودم، هر شکلکی که مارج درمی‌آورد، هر عملی را در مقابل من به ترتیب زمانی اجرا کرد. همان مارج که برای اولین بار با خجالت و کمرویی با من ملاقات کرد. او در گوشه دفتر کارم نقش بر زمین شد و با چشمان بزرگ پُردرد ملتمسانه از من تقاضا می‌کرد که از کمک به او دریغ نکنم. این او بود که در حالت خودهیپنوتیزم، با چشمان بسته و پلک‌های لرزان، اجرای هنرمندانهٔ جنون‌آمیزی را به نمایش می‌گذاشت. و حالا با صورت منقبض، مثل گوژپشت نتردام، با هیکل کج و معوج وحشتناکی، که به سختی می‌توانست حرف بزند، آن‌جا پشت صندلی مثل مارج طبق عادت در زمانی که می‌ترسید کز کرده بود. از درد شدید ناگهانی در سینه و شکمش به طرز رمانتیک و تمسخرآمیزی ناله می‌کرد. آن‌جا داشت لکنت زبان مارج و بعضی از آشناترین جملات او را مسخره می‌کرد:

ـ من خخخخخییلللی خخخخخووووششششششحال هستم که شما

روان‌درمانگگگگگگگر مممممممن هستتتتید!

روی زانو خم شد:

ـ آییییییییا مممممممرا دودودوست داداداريد، دک دک دکتر یالوم؟ لللللطفاً

مممممرا رررررررها نکنید. وق‌وق‌وقتی شما این‌جا نباشید، من من من من از بببببین می‌روم.

اجرای نمایش فوق‌العاده بود: مثل این‌که از هنرپیشه‌ای که در یک شب چند نقش را بازی کرده بود دعوت کنند به جلوی پرده بیاید و برای مدتی کوتاه، شاید برای چند ثانیه در هر یک از نقش‌هایش ظاهر شود و با هنرنمایی خود حضار را سرگرم کند. برای یک لحظه فراموش کردم که هنرپیشه در این نمایش هنرپیشه واقعی نبود بلکه فقط یکی از نقش‌ها بود. هنرپیشه واقعی، خودآگاهی مسئول، پشت پرده پنهان ماند.

اجرای نمایش هنرمندانه بود. اما اجرا به وسیله «خود من»(۱۶۷) هم اجرایی

وحشتناک ظالمانه بود (نمی‌دانستم او را چه چیز دیگری بنامم). ضمن این‌که به بدنام کردن مارج ادامه می‌داد، چشمانش از نفرت برق می‌زد و می‌گفت که مارج علاج‌ناپذیر، ناامید، بیچاره و مفلوک است. مارج که او را «خود من» می‌نامید (در این‌جا شروع به خندیدن کرد)، گفت که «خود من» باید سرگذشتش را بنویسد و عنوان آن را «زاده شده برای بدبختی» بگذارد.

برخلاف میلم به عبارت «زاده شده برای بدبختی» لبخند زدم: این خانم زیباروی خودشیفته، زنی ترسناک و باصلابت بود. احساس می‌کنم به مارج به خاطر پیدا کردن رقیبی این‌قدر جذاب، که با مسخره کردن او مرا متحیر کرد، خیانت کرده‌ام.

ناگهان قطعه تمام شد! نمایش به پایان رسید. «خودِ من» چشمانش را به مدت یک یا دو دقیقه بست و وقتی آن‌ها را باز کرد، ناپدید شده بود و مارج گریان و ترسان برگشته بود. او سرش را بین زانوهایش گذاشت، نفس‌های عمیق می‌کشید و به آهستگی آرامش خودش را به دست می‌آورد. چند دقیقه هق‌هق گریه کرد و بالاخره درباره آن‌چه روی داده بود، حرف زد (او به خوبی صحنه‌ای را که تازه روی داده بود به یاد می‌آورد). هیچ‌گاه قبلاً شخصیتش تقسیم نشده بود. «اووه چرا، فقط یک مرتبه.» شخصیت سومی به نام روث آن(۱۶۸) ـ اما این خانمی که امروز آمد، هیچ‌گاه قبلاً ظاهر نشده بود.

از آن‌چه روی داده بود، گیج شده بودم. تک‌قاعده اساسی‌ام ـ رفتار برابر با مارج ـ دیگر کافی نبود. کدام مارج؟ مارج گریان که در برابر من نشسته یا آن مارج لاابالی و هرزه؟ به نظرم آمد که بررسی رابطه بین خودم با بیمارانم مهم است، مثلاً بین مارج و من ـ ماهیت رابطه(۱۶۹)(یکی از مجموعه‌های بی‌پایان تعبیرهای آزاردهنده مارتین بوبر) اهمیت داشت. مگر این‌که بتوانم از آن رابطه حمایت کنم و نسبت به آن وفادار بمانم، در غیر این‌صورت هر امیدی به روان‌درمانی از بین می‌رفت. لازم بود که قاعده بنیادی‌ام، «رفتار با بیمار به عنوان برابر» را به شکل «وفادار بودن نسبت به بیمار» اصلاح کنم. از همه بالاتر، نباید اجازه بدهم که آن یکی مارج مرا اغفال کند.

بیمار می‌تواند خارج از زمان جلسه‌ای که به خودش تعلق دارد بی‌وفایی روان‌درمانگر را تحمل کند. هر چند درک می‌شود که روان‌درمانگر از روابط دیگری استقبال می‌کند، زیرا ممکن است بیمار دیگری منتظر فرصت باشد تا جلسه به پایان برسد، به هر حال اغلب توافقی اعلام نشده وجود دارد که در روان‌درمانی به آن اشاره نمی‌شود. به هر حال ممکن است روان‌درمانگر و بیمار بدون نقشه قبلی با یکدیگر تبانی و وانمود کنند که تنها همین یک رابطه وجود دارد. روان‌درمانگر و بیمار هر دو به طور پنهانی امیدوارند که وجود و ورود بیمار دیگری با جلسه آن‌ها تلاقی نکند. به راستی، برای جلوگیری از چنین رویدادی، بعضی روان‌درمانگرها برای دفترشان دو در می‌سازند؛ یکی به ورود و دیگری به خروج اختصاص دارد.

اما بیمار حق دارد در اثنای جلسه از روان‌درمانگر توقع داشته باشد که به تعهدش

وفادار باشد. قرارداد ضمنی من با مارج (هم‌چنین با تمام بیمارانم) این است که وقتی با او جلسه دارم، به طور کامل و جامع و از صمیم قلب به درمان او بپردازم. مارج بُعد دیگری از آن قرارداد را روشن کرد: به جای این‌که به این خود یکپارچه(۱۷۰)، به پدرش، که از او سوءاستفاده می‌کرده و و در رشد جنسی کاذب او نقش داشته است، باید به خود اصلی او بپردازم. در این مورد نباید اشتباه کنم.

راستگو بودن آسان نبود. حقیقت این بود که دوست داشتم بار دیگر «خود من» را ببینم. با وجود این‌که کم‌تر از یک ساعت با او روبه‌رو شده بودم، اما مجذوبش شده بودم. این شبح سرگرم‌کننده پیشینه کسل‌کننده یک دوجین ساعتی را که با مارج گذرانده بودم، با روشنایی خیره‌کننده‌ای آشکار کرد. شخصیت‌هایی مثل او اغلب در زندگی ظاهر نمی‌شوند.

من نامش را نمی‌دانستم و او هم آزادی زیادی نداشت، اما هر دو می‌دانستیم دیگری را چطور پیدا کنیم. در جلسه بعد، چند مرتبه سعی کرد به دیدن من بیاید. متوجه شدم که مارج پلک‌هایش را به هم می‌زند و سپس آن‌ها را می‌بندد. فقط یک یا دو دقیقه دیگر و بعد ما دوباره با یکدیگر خواهیم بود. احساس حماقت و اشتیاق می‌کردم. خاطرات گذشته به آرامی به ذهنم هجوم آوردند. به یاد آوردم در فرودگاهی در کالیفرنیا که حاشیه آن پر از درخت نخل بود منتظر فرود هواپیما و پیوستن به نامزد محبوبم بودم.

این زن، این «خود من» مرا درک می‌کرد. او می‌دانست که خسته شده‌ام، از ناله‌ها و لکنت زبان مارج خسته شده‌ام، از واهمه‌هایش، از این‌که زیر میز پنهان و در گوشه‌های دفتر کارم نقش بر زمین شود و از لحن کلام بچه‌گانه نازکش خسته شده‌ام. می‌دانست که یک زن واقعی می‌خواهم. می‌دانست که فقط وانمود می‌کنم که با مارج به طور برابر رفتار می‌کنم. می‌دانست ما برابر نیستیم. چطور می‌توانیم برابر باشیم وقتی که مارج مثل دیوانه‌ها رفتار می‌کند و من با تحمل دیوانگی‌هایش از او حمایت می‌کنم؟

اجرای نمایش «خود من» که در آن او طوطی‌وار تمام قطعه‌های رفتار مارج را تقلید کرد، مرا متقاعد کرد که او و من هر دو (و فقط او و من) می‌فهمیم که در رابطه با مارج چه بر من گذشته است. کار او عالی بود، کارگردان به زیبایی این فیلم را خلق کرده بود. هر چند توانستم یک مقاله بالینی درباره مارج بنویسم یا با همکارانم درباره دوره درمان گفت‌وگو کنم، اما هرگز نتوانستم ماهیت تجربه‌ام با او را تفهیم کنم. این کار غیرقابل توصیف است. اما «خود من» می‌دانست. اگر او می‌توانست تمام آن نقش‌ها را بازی کند، باید هوش و ذکاوت پشت آن‌ها را نیز پنهان و هدایت کند. ما در چیزی سهیم بودیم که فراسوی کلمات قرار داشت.

اما وفاداری! وفاداری! من به مارج قول داده بودم. اگر با «خود من» موافق بودم، این دیگر برای مارج فاجعه بود، زیرا او به بازیگری درجه دوم، شخصیتی قابل

جایگزین تبدیل می‌شد. و البته، این همان چیزی است که «خود من» دقیقاً می‌خواست. «خود من» یک لورلای بود، زیبا و جذاب، اما خطرناک. او مظهر تمام خشم و نفرت از مارج بود.

بنابراین وفادار ماندم و وقتی برای مثال، حس کردم «خود من» نزدیک می‌شود، یعنی وقتی مارج چشمانش را می‌بست و شروع به خلسه می‌کرد، به سرعت او را تکان می‌دادم و با فریاد «مارج، برگرد» او را بیدار می‌کردم.

بعد از این‌که چند مرتبه این اتفاق روی داد، متوجه شدم امتحان نهایی هنوز در راه است: «خود من» به طور بی‌وقفه نیرو جمع می‌کرد و مأیوسانه سعی می‌کرد به طرف من بازگردد. لحظه‌ای که نیاز به تصمیم‌گیری بود، تصمیم می‌گرفتم از مارج حمایت کنم. برابری او با مارج را زیر پا می‌گذاشتم، پرهایش را قیچی می‌کردم، او را تکه تکه می‌کردم و ذره ذره او را به مارج می‌خوراندم. روش خوراندن، تکرار یک پرسش معمولی بود:

ـ مارج، اگر او این‌جا بود، چه می‌گفت؟

(nbookcity.com)

بعضی از پاسخ‌های مارج قابل پیش‌بینی نبودند، بعضی‌ها آشنا بودند. یک روز وقتی دیدم او با ترس و لرز لوازم دفتر کارم را وارسی می‌کند، گفتم:

ـ ادامه بده، حرف بزن، مارج. به جای «او» حرف بزن.

مارج نفس عمیقی کشید و صدایش را بالا برد:

ـ اگر می‌خواهی وانمود کنی که یک روشنفکر یهودی هستی، چرا دفتر کارت را مثل اتاق او تزیین نمی‌کنی؟

مارج این عبارت را طوری گفت مثل این‌که یک فکر بنیادی بود و واضح بود که تمام چیزهایی را که «خود من» گفته بود، به یاد نمی‌آورد. نتوانستم جلوی لبخندم را بگیرم، زیرا خوشحال بودم که من و «خود من» رازهای مشترکی را مطرح می‌کنیم.

ـ مارج، از همه پیشنهادهایت استقبال می‌کنم.

و با کمال تعجب، چند چیز خوب پیشنهاد کرد:

ـ اتاقت را به دو بخش تقسیم کن. مثلاً با آویزان کردن یک گیاه معلق، یا با نصب پرده، میز شلوغت را از بقیه دفتر کارت جدا کن. اگر می‌خواهی آن عکس ساحل را نگه داری، یک قاب قهوه‌ای تیره برایش درست کن. و از همه مهم‌تر، خودت را از شر آن تابلوفرش‌هایی که به دیوار آویزان کرده‌ای نجات بده. این تابلو آن‌قدر شلوغ است که از دیدن آن سردرد می‌گیرم. از آن برای هیپنوتیزم خودم استفاده می‌کرده‌ام.

ـ مارج، از همهٔ پیشنهادهایت خوشم آمد، به جز این‌که دست روی تابلوفرشم گذاشتی. آن یک دوست قدیمی است. سی سال قبل آن را در ساموآ (۱۷۱) خریدم.

ـ دوستان قدیمی شاید در خانه راحت‌تر از دفتر کار باشند.

به او خیره شدم. خیلی سریع حرف می‌زد. آیا واقعاً داشتم با مارج صحبت می‌کردم؟ چون امیدوار بودم اتحاد یا تلفیقی از دو مارج برقرار کنم، مواظب بودم در جبهه مثبت هر دو نفر قرار داشته باشم. اگر به هر طریق با «خود من» دشمنی کنم، او به سادگی سر مارج تلافی می‌کند. بنابراین، برای مثال، می‌ترسیدم به مارج بگویم (فکر می‌کردم «خود من» همه چیز را می‌شنود) چقدر از بی‌پروایی، شور و نشاط و جسارت «خود من» لذت می‌برم.

اما مجبور بودم یک دوره سخت را دنبال کنم. اگر خیلی صادق باشم، مارج متوجه می‌شود که چقدر آن یکی مارج را ترجیح می‌دهم. احتمالاً «خود من» قبلاً مارج را به خاطر آن مسخره کرده بود، اما من هیچ نشانی از آن نمی‌دیدم. مطمئن بودم آن یکی مارج یعنی «خود من» به من علاقه‌مند شده است. شاید به این دلیل به من علاقه‌مند شده بود که مایل بود من رفتارش را تغییر دهم! به طور قطع او می‌دانست که من از ویران‌سازی نانجیبانه متنفرم.

اما وجهی از روان‌درمانی که هنگام آموزش چیزی از آن نمی‌آموزیم، عبارت است از: داشتن رابطه عاطفی با بدترین دشمن بیمارتان و در آن صورت، دشمن به طور قطع عاشق شما می‌شود؛ از آن عشق استفاده کنید تا حمله او به بیمارتان را خنثی کنید.

در جلسات بعدی روان‌درمانی، به وفاداری به مارج ادامه دادم. گاهی اوقات سعی می‌کرد راجع به روث آن، همان شخصیت سوم، با من صحبت کند، یا به آغوش هیپنوتیزم بغلتد و به سنین اولیه بازگردد، اما اجازه نمی‌دادم با هیچ‌یک از این وسایل اغفال‌کننده گولم بزند. بیش از هر چیز، مصمم بودم در کنار او «حضور» داشته باشم و هر وقت با لغزیدن به هر سن یا به هر نقشی شروع به نادیده گرفتن حضورم می‌کرد، بی‌درنگ فریاد می‌زدم «برگرد.»

زمانی که برای اولین بار به عنوان روان‌درمانگر شروع به کار کردم، از روی سادگی اعتقاد داشتم که گذشته ثابت و قابل شناخت است. دیگر این‌که اگر من به اندازه کافی بصیرت داشته باشم، می‌توانم اولین حرکت نادرستی را که اثری سرنوشت‌ساز دارد و به زندگی‌ای منجر شده که در مسیر نادرستی سپری شده، کشف کنم، و دیگر این‌که می‌توانم بر اساس این کشف طوری عمل کنم تا همه چیز را دوباره روبه‌راه کنم. اگر در آن روزها با مارج روبه‌رو شده بودم، حالت هیپنوتیزم مارج را تشدید می‌کردم، او را به عقب برمی‌گرداندم، از او می‌خواستم آسیب‌های اولیه ـ مثلاً اذیت و آزار پدرش ـ را کندوکاو کند و او را وادار می‌کردم تا تمام احساسات همراه با آن‌ها، ترس، تحریک، خشم و خیانت را دوباره تجربه و سپس تخلیه کند.

اما در طول سال‌ها آموخته‌ام وظیفه روان‌درمانگر این نیست که خود را با بیمار در حفاری‌های زندگی گذشته درگیر کند. اگر تا به حال به هیچ بیماری به آن سبک کمک نشده، به دلیل جست‌وجو و پیدا کردن مسیر نادرست نبوده است (زندگی هیچ‌گاه به خاطر مسیر نادرست به خطا نرفته، بلکه به دلیل غلط بودن مسیر اصلی به خطا رفته است). نه، روان‌درمانگر با بررسی گذشته به بیمار کمک نمی‌کند، بلکه با حضور محبت‌آمیز با آن بیمار، با اعتماد، علاقه‌مندی و با اعتقاد به این‌که فعالیت مشترک‌شان سرانجام نجات‌بخش و مداوا کننده است، می‌تواند به بیمار کمک کند. نمایش‌نامه بازگشت به سن پایین و خلاصه ضرب و شتم دوران کودکی (یا هر پالایش مربوط به بیماری روانی یا طرح روشنفکرانه) فقط به این دلیل که برای روان‌درمانگر و بیمار فعالیت مشترک جالبی تهیه می‌کند درمان‌بخش است، در حالی که نیروی اصلی درمانی ـ یعنی رابطه ـ در عمل به نتیجه می‌رسد.

بنابراین خودم را ملزم کردم که حاضر و وفادار باشم. ما به هضم آن یکی مارج ادامه دادیم. با صدای بلند با خود گفتم: «او در این وضعیت چه چیزی باید بگوید؟ چه لباسی خواهد پوشید یا چگونه راه خواهد رفت؟ امتحان کن. مارج، برای یک یا دو دقیقه وانمود کن او هستی.»

پس از چند ماه، مارج به هزینه مارج دیگر چاق شد. صورتش گرد شد، بدنش پُرتر شد. بهتر به نظر می‌رسید، لباس بهتری می‌پوشید، صاف می‌نشست، جوراب‌های نقش‌دار می‌پوشید و درباره کفش کهنه من اظهار نظر می‌کرد.

گاهی اوقات فکر می‌کردم کار ما مثل آدم‌خورهاست. مثل این بود که آن یکی مارج

را به بانک سازمان روان‌پزشکی واگذار کرده بودیم. حالا و بعد، وقتی پایگاه دریافت‌کننده به خوبی آماده شد، بعضی قسمت‌های «خود من» را برای عمل پیوند اهدا خواهیم کرد. مارج شروع کرد که به طور برابر با من رفتار کند؛ سؤالاتی از من پرسید، کمی خوش و بش کرد.

ـ وقتی کار درمان تمام شد، شما بدون من چه کار خواهید کرد؟ مطمئنم دل‌تان برای تلفن‌های آخر شب‌هایم تنگ خواهد شد.

برای اولین مرتبه، شروع به پرسیدن سؤال‌های شخصی کرد:

ـ چرا تصمیم گرفتید وارد این حرفه شوید؟ آیا تا به حال پشیمان نشده‌اید؟ آیا حالا خسته و بی‌حوصله نشده‌اید؟ از دست من چطور؟ با مشکلات‌تان چه کار می‌کنید؟

مارج بعضی ویژگی‌های جسورانه آن یکی مارج را به همان صورتی که من وادارش می‌کردم انجام دهد، دزدیده بود و اهمیت داشت که هر یک از پرسش‌های او را بپذیرم و به آن احترام بگذارم. به هر یک از آن‌ها تا جایی که امکان داشت، به طور کامل و صادقانه جواب دادم. مارج از پاسخ‌های من تکان خورد، جسورتر شد اما در گفت‌وگو با من ملایم‌تر شد.

و آن یکی مارج؟ نمی‌دانستم که دیگر چه چیزی از خودش به جا گذاشته است؟ یک جفت پاشنه میخ‌دار خالی؟ یک نگاه جسور اغفال‌کننده که مارج هنوز جرئت نکرده بود به خود نسبت بدهد؟ مثل اشباح، لبخند خیالی گربه چشایر(۱۷۲)؟ کجاست هنرپیشه‌ای که با چنان درخششی نقش مارج را بازی کرد؟ مطمئنم او رفته است. آن نمایش انرژی بسیار زیادی لازم داشت و من و مارج تا کنون تمام عصاره او را مکیده‌ایم. حتی اگر به کار مشترک‌مان برای مدت‌های طولانی پس از آن ساعتی که «خود من» ظاهر شد، ادامه دادیم و اگرچه مارج و من سرانجام به گفت‌وگو درباره او پایان دادیم، من هرگز او را فراموش نخواهم کرد. او در زمان‌هایی غیرقابل پیش‌بینی به ذهنم خطور می‌کند و سپس از آن خارج می‌شود.

قبل از این‌که روان‌درمانی را شروع کنیم، به مارج اطلاع دادم که به خاطر برنامه فرصت مطالعاتی‌ام حداکثر هجده ماه می‌توانیم یکدیگر را ملاقات کنیم. حالا که آن فرصت به‌پایان رسیده، کار ما هم تمام شده است. مارج تغییر کرده است: واهمه‌هایش به ندرت بروز می‌کنند، تلفن زدن به گذشته تعلق دارد، او شروع به ساختن زندگی اجتماعی کرده است و دو دوست نزدیک دارد. او همیشه یک عکاس بااستعداد بوده و حالا برای اولین بار پس از سال‌ها، دوربینش را برداشته است و بار دیگر از این نوع بیان خلاقیت لذت می‌برد.

از کارمان احساس رضایت می‌کردم اما به بیراهه کشیده نشد تا او به روان‌درمانی پایان دهد، اصلاً تعجب نکردم که با فرا رسیدن جلسه نهایی مشاهده کنم بعضی علائم قدیمی‌اش تکرار شوند. او تمام تعطیلات آخر هفته را در رختخواب مانده بود، به شدت و به مدتی طولانی گریه کرده بود. به نظر می‌رسید فکر خودکشی دوباره

ظاهر شده بود. درست پس از آخرین ملاقات‌مان نامه غم‌انگیزی از او دریافت کردم:
همیشه فکر می‌کردم ممکن است چیزی درباره من بنویسید. دوست داشتم اثری بر زندگی شما گذاشته باشم. من نمی‌خواهم فقط «یک بیمار دیگر» باشم. می‌خواستم «فرد» ویژه‌ای باشم. می‌خواهم چیزی باشم، یک چیزی باشم. حس می‌کنم هیچ چیز، هیچ کس نیستم. اگر اثری بر زندگی شما بگذارم، شاید یک کسی شده باشم، کسی که شما فراموش نخواهید کرد. پس از آن زنده‌ام.
مارج، لطفاً بفهم که اگر داستانی درباره تو نوشته باشم، این کار را به این خاطر انجام نداده‌ام که بتوانم تو را زنده نگه دارم. تو بدون فکر من یا نوشته‌ای از من درباره خودت زنده هستی، درست همان‌طور که من بدون این‌که تو به من فکر کنی، زنده می‌مانم.
به هر حال، این داستان هستی(۱۷۳) است. اما نوشته‌ای برای مارجی دیگر است، شخصی که دیگر زنده نیست. مشتاق بودم دژخیم او باشم، تا او را برای تو قربانی کنم. اما او را فراموش نکرده‌ام؛ او با سوزاندن تصویرش در خاطره من انتقام خودش را گرفت.

(nbookcity.com)

۱۰. در جست‌وجوی خواب‌بین

ـ مسائل جنسی ریشه همه چیز است. آیا این همان چیزی نیست که شما آقایان همیشه می‌گویید؟ خوب، شما ممکن است در مورد من راست بگویید. نگاهی به این بیندازید؛ این ارتباط جالب توجه بین سردرد میگرنی من و زندگی جنسی‌ام را به شما نشان خواهد داد.

آقای ماروین از کیف‌دستی‌اش یک بسته کاغذ لوله شده ضخیم بیرون آورد، از من خواهش کرد یک انتهای آن را نگه دارم و با احتیاط یک نمودار یک متری را باز کرد که در آن پرونده سردردهای میگرنی‌اش و هم‌چنین تجربیات جنسی‌اش در چهار ماه گذشته با دقت و وسواس ثبت شده بود. با یک نگاه پیچیدگی نمودار آشکار می‌شد. هر میگرن، شدتش، زمان دوره‌اش و درمانش با رنگ آبی تدوین شده بود. هر رابطه جنسی بر طبق عملکرد ماروین از انزال زودهنگام تا عدم موفقیت، به تفکیک در پنج مقیاس با رنگ قرمز مشخص شده بود.

درک این مطالب با یک نگاه خیلی مشکل بود. من گفتم:

ـ این نمودار با مهارت و استادانه تهیه شده است. برای تهیه آن باید چند روز وقت صرف کرده باشی.

ـ دوست داشتم این کار را انجام دهم. در این کار مهارت دارم. مردم فراموش می‌کنند که ما حسابدارها در رسم نمودار مهارت‌هایی داریم که هیچ‌گاه از آن در کار مالیاتی استفاده نمی‌کنیم. در این‌جا، به ماه ژوییه نگاه کنید: چهار سردرد میگرنی و هر یک همراه با ناتوانی جنسی تا عدم موفقیت درجه یک یا درجه دو در عملکرد جنسی پیش آمده است.

انگشت ماروین را تماشا می‌کردم که به تغییرات بین میگرن و ناتوانی جنسی اشاره می‌کرد. حق با او بود: همبستگی چشمگیر بود، اما داشتم به شدت عصبانی می‌شدم. زمان‌بندی‌ام داشت مُفت و مُسلّم از بین می‌رفت. تازه جلسه اول را شروع کرده بودیم و قبل از این‌که آماده امتحان نمودار ماروین باشم، مطالب زیادی وجود داشت که می‌خواستم بدانم. اما او چنان با قدرت روی این موضوع پافشاری می‌کرد که چاره دیگری جز تماشای مسیر انگشت کوتاه و گوشتالویش در ترسیم روابط خصوصی زناشویی‌اش در ماه ژوییه گذشته نداشتم.

ماروین در شصت‌وچهارسالگی، شش ماه قبل، ناگهان برای اولین بار در زندگی‌اش دچار سردرد کشنده میگرنی شد. با متخصص اعصاب مشورت کرد، اما او موفق به کنترل سردردهای ماروین نشد و سپس ماروین را به من معرفی کرد.

چند دقیقه قبل وقتی به اتاق انتظارم رفتم تا ماروین را به دفتر کارم بیاورم، برای اولین بار او را دیدم. صبورانه آن‌جا نشسته بود: مردی قدکوتاه با سری بی‌مو، چاق و

تُپُل با کله‌ای براق و چشمانی جغد مانند که هیچ‌گاه باز و بسته نمی‌شد، از پشت عینک کرُمی براق که بزرگ‌تر از اندازه معمولی بود، به دقت به همه چیز نگاه می‌کرد.

خیلی زود متوجه شدم که ماروین به طور خاصی به عینک علاقه‌مند است. بعد از این‌که با من دست داد، در حالی که همراه من به سمت اتاقم حرکت می‌کرد، اولین سخنش تعریف و تمجید از عینک من بود و اسم سازنده آن را سؤال کرد. فکر کردم اگر اعتراف کنم که نام سازنده را نمی‌دانم، آبرویم می‌رود. اوضاع وقتی بدتر شد که عینکم را برداشتم تا نام تجاری را از روی دسته‌اش بخوانم، آن وقت بود که فهمیدم بدون عینک نمی‌توانم چیزی بخوانم. زیاد طول نکشید تا بفهمم که چون عینک‌های دیگرم الان در خانه هستند، راهی وجود ندارد تا بتوانم اطلاعات بی‌اهمیت مورد علاقه او را در اختیارش قرار دهم، بنابراین عینکم را برداشتم و به او دادم تا برچسب آن را بخواند. ای خدا، او هم که دوربین بود و بدین ترتیب چند دقیقهٔ اول ملاقات‌مان صرف تلاش او برای خواندن برچسب عینک شد.

چند دقیقه بعد، قبل از این‌که بتوانم به طریق معمول با او مصاحبه کنم، متوجه شدم در دام نمودار مدادی قرمز و آبی دقیق او گرفتار شده‌ام. نه، ما آماده شروع خوبی نبودیم. از آن گذشته برای این‌که مسئله بدتر شود، تازه جلسه طاقت‌فرسایی را با بیوه‌ای پریشان و مسن تمام کرده بودم که اخیراً کیفش را دزدیده بودند. بخشی از ذهنم هنوز معطوف او بود و باید خودم را به گونه‌ای کنترل می‌کردم تا تمام توجهم را که حق ماروین بود، روی او متمرکز کنم.

با دریافت یک یادداشت مشاوره‌ای مختصر از متخصص اعصاب، عملاً چیزی درباره ماروین برای شروع جلسه نداشتم. بنابراین با پرسیدن «مشکل چیست؟» تشریفات افتتاحیه عینک را کامل کردیم. آن وقت بود که او بدون مقدمه گفت:

ـ «شما آدم‌های نازنین» فکر می‌کنید که مسائل جنسی منشأ همه چیزها است.

ضمن این‌که نمودار را لوله می‌کردم، به ماروین گفتم آن را بعداً به تفصیل مطالعه می‌کنم و با خواهش از او که تمام داستان بیماری‌اش را از ابتدا برایم شرح دهد، کوشش کردم به جلسه نظم بدهم.

او گفت که حدود شش ماه قبل، برای اولین بار در زندگی‌اش به سردرد مبتلا شده است. علائم نشان‌دهندهٔ یک میگرن متعارف بود: پیش‌حمله اخطار بصری (چراغ‌های چشمک‌زن(۱۷۴)) و توزیع درد کشنده در یک طرف سر که ساعت‌ها او را درمانده می‌کرد و اغلب لازم می‌شد در اتاقی تاریک در بستر استراحت کند.

ـ و می‌گویی بر اساس دلایل واضحی به این نتیجه رسیده‌ای که عملکرد جنسی موجب میگرن می‌شود؟

ـ ممکن است فکر کنید که این موضوع برای مردی به سن و موقعیت اجتماعی من عجیب است، اما نمی‌توانید حقایق را زیر سؤال ببرید. این دلیلش است!

به کاغذ لوله شده که حالا روی میز بود، اشاره کرد و گفت:
ـ در چهار ماه گذشته، بیست و چهار ساعت قبل از هر ناتوانی جنسی میگرن وجود داشته است.
ماروین با لحنی سنجیده و فضل‌فروشانه صحبت می‌کرد. بدیهی است که این روش را قبلاً تمرین کرده بود.
ـ سال گذشته خُلق و خوی به شدت متغیری داشتم. از احساساتی خیلی خوب به سرعت دچار احساساتی می‌شدم که فکر می‌کردم به آخر دنیا رسیده‌ام. همین الان با عجله نتیجه‌گیری نکنید.
در این‌جا برای تأیید بیش‌تر انگشتش را به سمت من تکان داد.
ـ وقتی می‌گویم حال خوبی داشتم، منظورم این نیست که به شیدایی مبتلا هستم. آن راه را با متخصص اعصاب پیموده‌ام، او سعی کرد بیماری افسردگی ـ شیدایی مرا با لیتیوم(۱۷۵) درمان کند، اما کاری به جز نابود کردن کلیه‌هایم انجام نداد. حالا می‌فهمم چرا علیه دکترها اقامه دعوی می‌شود. آیا تا حالا دیده‌اید که حالت افسردگی شیدایی در شصت‌وچهارسالگی شروع شود؟ آیا فکر می‌کنید باید برای من لیتیوم تجویز می‌کرد؟
پرسش‌های او آزارم می‌دادند. آن‌ها پریشان‌کننده بودند و من نمی‌دانستم چه جوابی بدهم. آیا او علیه متخصص اعصابش اقامه دعوا می‌کرد؟ نمی‌خواستم در آن دخالت کنم. مطالب بسیار زیادی برای بررسی وجود داشت. برای کارآیی بهتر، خواهش کردم که:
ـ خوشحال می‌شوم که بعداً به این پرسش‌ها بازگردیم، اما اگر ابتدا تمام ماجرای بالینی‌ات را صاف و پوست‌کنده بشنوم، از وقت امروزمان بیش‌ترین استفاده را برده‌ایم.
ـ حق با شماست. خیلی خوب، از موضوع منحرف نشویم. همان‌طور که داشتم می‌گفتم، بین حال خوب و احساس نگرانی و افسردگی نوسان می‌کردم و سردرد همیشه در حالت افسردگی بروز می‌کرد. تا شش ماه قبل اصلاً هیچ سردردی نداشتم.
ـ و رابطه بین افسردگی و رابطه جنسی از کجا آمد؟
ـ متوجه شدم که...
حس کردم باید مواظب باشم و بی‌صبری‌ام را بروز ندهم. واضح است که او به سبک خودش ماجرا را شرح خواهد داد، نه به سبک من. «تو را به خدا، او را دستپاچه نکن!»
ـ خوب، باور کردن آن‌چه می‌خواهم بگویم سخت است اما خُلق و خوی من در دوازده ماه گذشته به طور کلی با رابطه جنسی مهار شده است. اگر با همسرم هم‌بستری خوبی داشتم، دنیا برایم بهشت بود. اگر نه، وای به روزم! افسردگی و سردرد روزگارم را سیاه می‌کرد!
ـ درباره افسردگی‌هایت برایم بگو. آن‌ها شبیه چه چیزی بودند؟

ـ مثل یک افسردگی معمولی. افسرده و دلتنگ می‌شدم.
ـ بیش‌تر توضیح بده.
ـ چه باید بگویم؟ همه چیز سیاه به نظر می‌آمد.
ـ در زمان افسردگی به چه چیزی فکری می‌کنی؟
ـ هیچ چیز. مشکل همین است. آیا تمام این چیزها راجع به افسردگی نیست؟
ـ گاهی اوقات وقتی انسان‌ها افسرده می‌شوند، افکار معینی در ذهن‌شان دور می‌زند.
ـ دائم خودم را سرزنش می‌کردم.
ـ چطوری؟
ـ احساس می‌کردم که همیشه در هم‌بستر شدن ناکام خواهم شد، یعنی زندگی‌ام به‌عنوان یک مرد به پایان رسیده است. وقتی افسردگی ادامه می‌یافت، در مدت بیست‌وچهار ساعت بعد به میگرن شدیدی دچار می‌شدم. پزشک‌ها به من گفته بودند که در دور باطلی گرفتار می‌شوم. خوب ببینیم، این دور باطل چه کار می‌کند؟ وقتی افسرده‌تر می‌شوم، ناتوان هم می‌شوم و سپس چون ناتوان شده‌ام، افسرده می‌شوم. بله، همین است. اما دانستن این موضوع مانع از وقوع آن نمی‌شود، دور باطل را از بین نمی‌برد.
ـ چه چیزی آن را از بین می‌برد؟
ـ فکر می‌کنید بعد از شش ماه باید جواب را بدانم؟ من نسبتاً تیزبین هستم، همیشه بوده‌ام. به خاطر همین ویژگی به حسابدار خوب حقوق می‌دهند. اما مطمئن نیستم. یک روز نزدیکی خوبی با همسرم دارم و همه‌چیز دوباره خیلی عالی می‌شود. چرا آن روز و نه روز دیگری؟ اصلاً نمی‌دانم.

و جلسه به همین طریق ادامه یافت. شرح و تفسیر ماروین دقیق اما زننده و کم‌اهمیت بود و با مطالب مبتذل، پرسش و تفسیر پزشک‌های دیگر آن را رنگ و لعاب می‌داد. او به طور فوق‌العاده‌ای خونسرد و بی‌احساس بود. با وجود این‌که جزئیات زندگی خصوصی‌اش را مطرح کرده بود، اما هیچ سرآسیمگی، حالت عصبی و در واقع هیچ احساس عمیق‌تری را نشان نمی‌داد.

یک لحظه سعی کردم به عمق واژه محبت‌آمیز «مردان خوش‌بنیه» پی ببرم.

ـ ماروین، نباید برایت آسان باشد که از ویژگی‌های خصوصی زندگی‌ات با یک غریبه صحبت کنی. یادآوری کردی که قبلاً هیچ‌گاه با هیچ روان‌پزشکی صحبت نکرده‌ای.

ـ مسئله فقط مربوط به مسائل خصوصی زندگی نیست، بلکه بیش‌تر مربوط به روان‌پزشکی است ـ من به روان‌پزشک‌ها اعتقاد ندارم.

ـ تو باور نداری که ما وجود داریم؟

کوشش احمقانه‌ای برای یک شوخی بی‌مزه بود، اما ماروین متوجه شوخی‌ام نشد.

ـ نه، نه، این‌طور نیست. فقط به آن‌ها ایمان ندارم. همسرم، فیلیس(۱۷۶) هم به آن‌ها ایمان ندارد. ما دو زوج را می‌شناختیم که مشکلات زناشویی داشتند و به روان‌پزشک مراجعه کردند و هر دو زوج کارشان به دادگاه طلاق کشید. شما نمی‌توانید مرا به خاطر حالت تدافعی‌ام سرزنش کنید، مگر نه؟

تا آخر جلسه، هنوز نمی‌توانستم هیچ توصیه‌ای بکنم و یا برای جلسه مشاوره دیگر برنامه‌ریزی کنم. ما دست دادیم و ضمن این‌که او از دفتر کارم بیرون می‌رفت، متوجه شدم از رفتنش خوشحال هستم. از دیدن دوباره او واقعاً متأسف می‌شدم.

از دست ماروین حسابی عصبانی شده بودم. اما چرا؟ آیا به خاطر سطحی بودن او، به خاطر نیش زدن‌هایش، به خاطر این‌که انگشتش را به طرف من تکان داد، به خاطر لحن «شما آقایان» گفتنش؟ به خاطر گوشه و کنایه‌هایش درباره اقامه دعوی علیه متخصص اعصابی که به او مراجعه کرده بود ـ و کوشش برای این‌که مرا وارد آن کند؟ آیا به این دلیل که خیلی سلطه‌جو بود؟ او جلسه را با کنجکاوی احمقانه در مورد عینک شروع کرد و سپس با قاطعیت و بدون توجه به خواستهٔ من، به نموداری چسبید که در دست‌هایم قرار داده بود. فکر کردم آن نمودار را ریز ریز و هر قطعه‌اش را به سمتی پرتاب کنم.

اما این‌همه خشم و رنجش برای چه؟ برای این‌که ماروین در روند جلسه اخلال کرد؟ خوب که چه؟ او صادق بود، او به بهترین وجهی که می‌توانست به من فهماند چه چیزی آزارش می‌دهد. او طبق برداشتش از روان‌پزشکی به شدت کار کرده بود. از همه گذشته، نمودارش مفید بود. از این‌که با نظریات خودم مطابقت داشت، از آن خوشم آمد. شاید آن نمودار بیش از این‌که مشکل او باشد، مشکل من بود. آیا به این سن می‌رسم؟ آیا در آن سن این‌قدر قوی و گردن‌کلفت خواهم بود؟ آیا آن‌قدر محکم و استوار خواهم بود که اگر امور شخصی با شور و هیجان و مطابق دلخواهم پیش

نروند، غرغر نکنم و پا به زمین نکوبم؟
آن شب در حال رانندگی به سمت منزل، بیش‌تر به او، به ماروین، همان مردی که به دفترم آمد و به ماروین آرمانی فکر می‌کردم. این ماروین آدمی آزاردهنده و کسل‌کننده بود. اما ماروینِ طرح پژوهشی جالب بود. به این داستان عجیب و غریب فکر کن: مرد شصت و چهار ساله‌ای که قبلاً سالم و پایدار اما کسل‌کننده بوده است، اینک پس از چهل و یک سال زندگی زناشویی و استفاده از مواهب هم‌بستر شدن با همان یک زن، ناگهان نسبت به عملکرد رابطه جنسی‌اش به شدت حساس می‌شود. تمام سعادت او در گرو عملکرد نزدیکی با همسرش قرار می‌گیرد. حادثه جدی (سردردهای میگرنی‌اش به طور چشمگیری ناتوان‌کننده است)، غیرمنتظره (هم‌بستر شدن قبلاً هیچ‌گاه هیچ مشکلی غیرعادی ایجاد نکرده بود) و ناگهانی بود (این مشکل دقیقاً شش ماه قبل با تمام قدرت حمله‌ور شده بود).
شش ماه قبل! بدیهی است کلید پاسخ آن‌جا قرار داشت و من جلسه دوم را با کندوکاو رویدادهای شش ماه قبل شروع کردم. در آن هنگام چه تغییری در زندگی‌اش روی داده بود؟
ماروین گفت:
ـ هیچ چیز مهمی روی نداده است.
من پافشاری کردم:
ـ غیرممکن است.
و همان پرسش را بارها به شیوه‌های مختلف مطرح کردم. بالاخره فهمیدم که شش ماه قبل ماروین تصمیم گرفته بود که بازنشسته شود و شرکت حسابداری‌اش را بفروشد. اطلاعات به آهستگی بیرون آمدند، نه به دلیل این‌که علاقه نداشت درباره بازنشستگی به من چیزی بگوید، بلکه به این دلیل که اهمیت کمی برای این رویداد قائل بود.
حس کردم چیز دیگری هم وجود دارد. نشانه‌های مراحل زندگی انسان همیشه مهم هستند و چند نشانه خیلی مهم‌تر از بازنشستگی هستند. چطور ممکن است بازنشستگی موجب ایجاد احساسات عمیق درباره گذر و ناپایداری زندگی، درباره مفهوم و اهمیت تمام طرح زندگی شخص نشود؟ برای کسانی که به درون نگاه می‌کنند، بازنشستگی زمان بازنگری به زندگی، جمع‌بندی آن، زمان افزایش شدید آگاهی از پایان‌پذیری و نزدیک شدن مرگ است.
اما برای ماروین این‌طور نبود.
ـ مشکلاتی درباره بازنشسته شدن؟ دارید شوخی می‌کنید؟ این چیزی است که برای آن کار کرده‌ام، بنابراین می‌توانم بازنشسته شوم.
ـ دلت برای کدام بخش از کارت تنگ شده است؟
ـ فقط سردرد. و حدس می‌زنم می‌توانید بگویید راهی پیدا کرده‌ام تا آن‌ها را با خودم

حمل کنم! منظورم میگرن است.
نیش ماروین تا بناگوش باز شد، آشکارا از شوخی‌ای که به طور اتفاقی آن را کشف کرده بود، به خود می‌بالید.
ـ راستش را بخواهید، سال‌ها بود که از کارم خسته و کسل شده بودم. فکر می‌کنید دلم برای چه چیزی تنگ شده است؟ فرم‌های جدید مالیاتی؟ گاهی اوقات بازنشستگی احساسات مهمی به وجود می‌آورد، زیرا نقطه عطف بسیار مهمی در زندگی است. بازنشستگی گذر عمر را به ما یادآوری می‌کند. چه مدت کار کرده‌اید؟ چهل و پنج سال؟ و حالا ناگهان بیکار می‌شوید، به مرحله جدیدی گام می‌گذارید. فکر می‌کردم وقتی بازنشسته شوم، خیلی واضح‌تر از آن‌چه تا حالا دانسته بودم خواهم فهمید که زندگی آغاز و پایانی دارد. دیگر این‌که به آهستگی از یک نقطه به نقطه دیگر گذر می‌کنم. و دیگر این‌که دارم به پایان نزدیک می‌شوم.
کارم راجع به پول است. این اسم بازی است. بازنشستگی واقعاً به این معنا است که من آن‌قدر پول به دست آورده‌ام که به بیش از آن نیاز ندارم. چه نکته‌ای در آن هست؟ می‌توانم با سود آن خیلی راحت زندگی کنم.
ـ اما، ماروین، آیا معنای آن این است که دوباره کار نکنی؟ تمام زندگی‌ات کار کرده‌ای. معنی زندگی‌ات را در کار یافته‌ای. دلم گواهی می‌دهد که چیز ترسناکی در دست کشیدن از کار وجود دارد.
ـ چه کسی به کار نیاز دارد؟ بعضی از همکارانم خودشان را می‌کشند تا پول کافی روی هم تلنبار کنند تا بتوانند با سود مورد علاقه‌شان زندگی کنند. من این کار را دیوانگی می‌نامم. آن‌ها باید به روان‌پزشک مراجعه کنند.
«بحث گذشته، بحث گذشته»(۱۷۷). ما هر دو راجع به گذشته، گذشته دیگری صحبت کردیم. پشت سر هم از ماروین می‌خواستم به درون نگاه کند، تا حتی اگر یک دقیقه هم ممکن باشد خودش را با چشم‌انداز کیهانی مطابقت دهد، تا نگرانی‌های عمیق‌تر وجودش ـ احساس پایان‌پذیری خودش، احساس پیر شدن و ضعف، ترسش از مرگ، منبع اهداف زندگی‌اش ـ را تشخیص دهد. اما هر دو از گذشته صحبت کردیم. او مرا نادیده گرفت و مرا درک نکرد. به نظر می‌رسید به ظاهر امور می‌چسبد.
خسته از این دورویی‌ها و موش و گربه بازی کردن‌ها، تصمیم گرفتم به دلواپسی‌های ماروین نزدیک‌تر شوم. درباره کار صحبت کردیم. متوجه شدم که وقتی هشت‌ساله بوده، والدین و بعضی از معلم‌هایش او را یک نابغه ریاضیات دانسته‌اند. از او برای نمایش رادیویی «مسابقات اطلاعات عمومی بچه‌ها» امتحان شفاهی گرفتند، که موفق نشد. اما او هیچ‌گاه زندگی‌اش را بر اساس آن گواهی اولیه بنا نکرد.
فکر می‌کنم وقتی این حرف‌ها را می‌زد، آهی کشید و گفت:
ـ آن شکست باید زخم بزرگی در انسان ایجاد کند. آیا این جراحت به خوبی درمان

شد؟
سپس اظهار داشت:
ـ شاید کوچک‌تر از آن بودم که تصدیق کنم پسربچه‌های هشت‌سالهٔ زیادی در آن مسابقات شکست خوردند.
ـ احساسات همیشه از قاعده‌های منطقی پیروی نمی‌کنند. در حقیقت، معمولاً پیروی نمی‌کنند.
ـ اگر هر دفعه که شکست می‌خوردم تسلیم احساسات می‌شدم، هرگز به جایی نمی‌رسیدم.
ـ متوجه شدم که صحبت درباره جراحات برایت خیلی سخت است.
ـ من یکی از صدها نفر بودم. شکست مشکل بزرگی نبود.
ـ هم‌چنین متوجه شدم که هر وقت سعی کردم به تو نزدیک‌تر شوم، به من فهماندی که به چیزی نیاز نداری.
ـ برای کمک گرفتن به این‌جا آمده‌ام. به تمام پرسش‌های شما هم جواب می‌دهم.
واضح بود که درخواست مستقیم ارزشی نداشت. زمان زیادی طول کشید تا ماروین آسیب‌پذیری‌اش را مطرح کند. برای جمع‌آوری حقیقت مجبور شدم کوتاه بیایم.
ماروین، فرزند نسل اول والدین یهودی فقیری در نیویورک بود. از دانشکده شهر کوچکی در رشته ریاضیات لیسانس گرفته بود و مدت کوتاهی هم در دانشکده تحصیلات تکمیلی درس خوانده بود. اما بی‌صبرانه مشتاق بود ازدواج کند، از این رو در پانزده‌سالگی با فیلیس نامزد شد و چون هیچ منبع مالی نداشت، تصمیم گرفت دبیر دبیرستان شود.
ماروین پس از شش سال تدریس مثلثات احساس کرد درمانده شده است. به این نتیجه رسید که زندگی وقتی ارزش دارد که پولدار شود. با این نظریه نتیجه گرفت که زندگی تا سی و پنج سال دیگر با حقوق ناچیز دبیر دبیرستان غیر قابل تحمل است. او مطمئن شد که تصمیم تدریس در دبیرستان اشتباهی جدی بوده است و در سی‌سالگی تصمیم به اصلاح آن گرفت. بعد از طی یک دوره حسابداری فشرده، از دانش‌آموزان و همکارانش خداحافظی کرد و یک شرکت حسابداری باز کرد، و سرانجام ثابت کرد که به شدت سودآور است. سپس با سرمایه‌گذاری عاقلانه در املاک کالیفرنیا به یک مرد ثروتمند تبدیل شد.
ـ ماروین، این کار ما را به امروز رسانده است. در ادامهٔ مسیر زندگی به کجا می‌خواهی بروی؟
ـ خوب، همان‌طور که گفتم، جمع‌آوری پول بیش‌تر هیچ ارزشی برایم ندارد. من بچه ندارم.
در این‌جا صدایش غمگین شد.
ـ هیچ فامیل فقیری ندارم، هیچ آرزویی هم ندارم که بخواهم آن را برآورده سازم.

ـ وقتی راجع به نداشتن فرزند صحبت کردی، غمگین به نظر آمدی.
ـ این موضوع دیگر قدیمی شده است. من بعد از آن مأیوس شدم، اما این مربوط به خیلی وقت قبل، مربوط به سی و پنج سال قبل است. نقشه‌های زیادی دارم. می‌خواهم سفر کنم. می‌خواهم کلکسیون‌هایم را زیاد کنم - شاید آن‌ها جایگزینی برای فرزندان باشند: تمبرها، نشان‌های مبارزات سیاسی، لباس‌های ورزشی بیسبال قدیمی و مجله‌های ریدرز دایجست(۱۷۸) ارثیه‌ای به جای فرزندانم بشوند.
بعد، درباره رابطه ماروین با همسرش پرس‌وجو کردم که ماروین اصرار می‌کرد به شدت با یکدیگر سازگار بوده‌اند.
ـ بعد از چهل و یک سال هنوز احساس می‌کنم همسرم خانمی متشخص است. دوست ندارم حتی یک شب هم از او دور باشم. در حقیقت، وقتی در آخر روز او را می‌بینم، در درونم شادمانی حس می‌کنم. تمام خستگی‌ام از بین می‌رود. شاید بتوانید بگویید که او قرص آرام‌بخش من است.
طبق گفته ماروین، زندگی خصوصی زناشویی‌شان تا شش ماه قبل فوق‌العاده عالی بود؛ با وجود گذشت چهل‌ویک سال، به نظر می‌رسید که شکوه و هیجان این رابطه حفظ شده بود. وقتی ناتوانی جنسی دوره‌ای ماروین شروع شد، فیلیس در ابتدا درک و صبر زیادی نشان داد، اما در یکی دو ماه آخر، کج‌خُلق شده بود. فقط یکی دو هفته قبل، شکوه کرده بود که از این وضعیت، یعنی از این‌که پس از مقدمه‌چینی برای نزدیکی با ناکامی رها شود، خسته شده است.
ماروین ارزش زیادی برای احساسات فیلیس قائل بود و وقتی فکر می‌کرد او را آزرده است، به شدت ناراحت می‌شد. هر بار بعد از بروز ناتوانی به فکر فرو می‌رفت و برگرداندن ماروین به حالت تعادل، کلاً به همسرش بستگی داشت. گاهی اوقات فیلیس به سادگی به ماروین اطمینان می‌داد که او هنوز مردی خوش‌بنیه و قوی است، اما ماروین به طور کلی به آرامشی جسمانی نیاز داشت. فیلیس در حمام بدن ماروین را می‌شست و صورتش را اصلاح می‌کرد، او را مشت و مال می‌داد، با او شوخی می‌کرد و با دلداری دادن او را به زندگی امیدوار می‌کرد.
در جلسه دوم هم مانند جلسه اول متوجه شدم که ماروین در داستان زندگی خودش چیز جالبی نمی‌بیند. از خودم پرسیدم کنجکاوی‌اش نسبت به چنین تغییر چشمگیری در زندگی، نسبت به حس جهت‌یابی، به شادی‌اش، حتی آرزویش برای زنده ماندن که حالا به طور کلی به توانایی‌اش در انجام وظیفه زناشویی گره خورده بود، کجا رفته بود؟
حالا وقت توصیه به ماروین درباره درمان بود. فکر نمی‌کردم که او داوطلب خوبی برای روان‌درمانی آشکار و عمیق باشد. چند دلیل برای این وضعیت وجود داشت. من همیشه درمان اشخاصی با چنین کنجکاوی اندک را مشکل یافته‌ام. هر چند ممکن است در آشکار کردن کنجکاوی کمک کند، اما روند نامحسوس و طولانی با آرزوی

ماروین برای درمان مؤثر و کوتاه سازگار نیست. همان‌طور که به دو جلسه گذشته فکر می‌کردم، متوجه شدم که او در مقابل هر دعوت من برای کندوکاو عمیق‌تر احساساتش مقاومت می‌کرد. به نظر نمی‌آمد درک کند که ما هر دو راجع به گذشته یکدیگر حرف می‌زدیم، هیچ علاقه‌ای به مفهوم درونی رویدادها نداشت. او هم‌چنین در برابر تلاش‌هایم برای این‌که او را با مسایل شخصی‌تر و مستقیم‌تر درگیر کنم، برای مثال وقتی درباره آسیبش یا درباره نادیده گرفتن تمام کوشش‌هایم برای نزدیک‌تر شدن به خودش اشاره کردم، مقاومت کرد.

وقتی می‌خواستم به‌عنوان اقدام بعدی یک دوره رفتاردرمانی (رهیافتی بر اساس تغییر خصوصیات معین رفتار، به خصوص ارتباطات زناشویی و نگرش‌ها و عمل جنسی) را به او توصیه کنم، ماروین خاطر نشان کرد که در طی هفته چند خواب دیده است.

(nbookcity.com)

درباره خواب در اولین جلسه گفت‌وگو پرس‌وجو کرده بودم و مانند بسیاری از بیماران دیگر، او پاسخ داد که هر چند هر شب خواب می‌بیند، اما نمی‌توانست جزئیات هیچ خوابی را به یاد بیاورد. پیشنهاد کرده بودم یک دفترچه یادداشت کنار تختش بگذارد تا خواب‌هایش را بنویسد، اما او به نظر خیلی کم به باطن می‌پرداخت به طوری که شک کردم بتواند این کار را انجام دهد و بنابراین در جلسه دوم از پرس‌وجو غافل شدم.
اما حالا دفترچه یادداشتش را بیرون آورد و شروع به خواندن مجموعه‌ای از خواب‌ها کرد:

فیلیس آشفته بود به‌طوری که رفتار خوبی با من نداشت. او مرا ترک کرد و به سمت خانه روان شد. اما وقتی به دنبالش به آن‌جا رفتم، او مرده بود. می‌ترسیدم جسم مرده او را در این قلعه بزرگ در روی کوه بلندی پیدا کنم. بعد سعی کردم از پنجره به داخل اتاقی بروم که ممکن بود جسدش آن‌جا باشد. روی لبه طاقچه باریک بلندی ایستاده بودم. نمی‌توانستم جلوتر بروم، اما آن طاقچه آن‌قدر باریک بود که نمی‌توانستم دور بزنم و برگردم. می‌ترسیدم سقوط کنم و بعد بیش‌تر ترسیدم که بپرم و خودکشی کنم.

فیلیس و من لباس‌های‌مان را درمی‌آوردیم تا به رختخواب برویم. ونت‌ورث(۱۷۹)، دوستم، که وزنش صد و بیست کیلو بود، در اتاق حضور داشت. مادرش بیرون اتاق بود. ما مجبور شدیم چشم‌هایش را ببندیم تا بتوانیم به کارمان ادامه دهیم. وقتی از اتاق خارج شدم، نمی‌دانستم درباره بستن چشم‌های او به مادرش چه بگویم.

اردوگاهی از کولی‌ها درست جلوی راهروی دفتر کارم در حال بر پا شدن بود. همه آن‌ها بسیار کثیف بودند. دست‌های‌شان، لباس‌های‌شان، کیف‌هایی که با خود داشتند، همه کثیف بودند. متوجه شدم مردها به طریقی تهدیدآمیز درگوشی صحبت می‌کنند و در حال توطئه هستند. تعجب می‌کردم چرا مسئولین مملکتی به آن‌ها اجازه داده‌اند در فضای باز اردو بزنند.

زمین زیر خانه‌ام داشت پُر آب می‌شد. یک مته غول‌پیکر داشتم و می‌دانستم باید گودالی به عمق شصت و پنج فوت(۱۸۰) حفر کنم تا خانه‌ام را نجات دهم. به یک لایه سنگی سخت برخورد کردم و ارتعاشات مرا از خواب بیدار کرد.

چه خواب‌های جالبی! آن‌ها از کجا آمده بودند؟ آیا ممکن بود ماروین خودش آن‌ها را خواب دیده باشد؟ نگاه کردم، ناباورانه انتظار داشتم شخص دیگری روبه‌روی من

نشسته باشد. بله او هنوز آن‌جا بود، صبورانه منتظر پرسش بعدی‌ام بود و چشمانش از پشت عینک براقش بهت‌زده به نظر می‌آمدند.

فقط چند دقیقه وقت مانده بود. از ماروین پرسیدم آیا با هیچ جنبه‌ای از این خواب‌ها ارتباط داشته است. فقط شانه‌هایش را بالا انداخت. آن خواب‌ها برای خود او هم اسرارآمیز بودند. من از خواب‌هایش سؤال کرده بودم و او هم آن‌ها را بازگو کرده بود. این پایان ماجرا بود.

با وجود این خواب‌ها، یک دوره روان‌درمانی زناشویی را توصیه کردم، که شاید هشت تا دوازده جلسه ادامه یابد. چند گزینه را پیشنهاد کردم: خودم با هر دو نفر ملاقات کنم، آن‌ها را به شخص دیگری ارجاع دهم، یا فیلیس را برای یکی دو جلسه به یک خانم روان‌درمانگر ارجاع دهم و سپس هر چهار نفرمان ـ من، فیلیس، ماروین و آن خانم روان‌درمانگر ـ در جلسات مشترک شرکت کنیم.

ماروین به آن‌چه می‌گفتم با دقت گوش داد، اما ظاهر چهره‌اش چنان یخ کرده بود که هیچ سرنخی از آن‌چه حس می‌کرد، به دست نیاوردم. وقتی از واکنش او سؤال کردم، به طرز عجیبی رسمی شد و گفت «پیشنهادات شما را بررسی می‌کنم و تصمیم خودم را به اطلاع‌تان می‌رسانم.»

آیا مأیوس شده بود؟ آیا حس می‌کرد طرد شده است؟ مطمئن نبودم. در آن زمان به نظرم آمد که توصیه درستی کرده بودم. اختلالِ کارکرد ماروین حاد بود و فکر کردم ممکن است به رویکرد (درمان) شناخت رفتاری کوتاه‌مدت پاسخ بدهد. از آن گذشته، متقاعد شده بودم که او از روان‌درمانی انفرادی سود نمی‌برد. همه چیز علیه آن گواهی می‌داد: او خیلی مقاوم بود، به زبان حرفه‌ای به سادگی می‌توان گفت «علاقه‌مندی‌اش به روان‌شناسی» خیلی کم بود.

به هر حال، با کمال تأسف فرصت کار عمیق با او را از دست دادم: پویایی موقعیتش مرا جادو کرده بود. یقین داشتم که اولین برداشتم به نشانه‌ها نزدیک شده بود: بی‌تردید بازنشستگی قریب‌الوقوعش موجب ایجاد نگرانی‌های خیلی بنیادی درباره پایان‌پذیری، پیر شدن و مرگ شـده بود و دیگر این‌که کوشش می‌کرد تا از طریق تسلط بر هم‌بستر شدن با همسرش این نگرانی را کنار بزند. آن‌قدر به عمل جنسی وابسته بود که باعث می‌شد فشـار زیادی بر او وارد شود، تا سرانجام از پا بیفتد.

معتقدم وقتی ماروین گفت رابطه جنسی ریشه تمام مشکلاتش بود، کاملاً در اشتباه بود. به هیچ وجه این چنین نبود. رابطه جنسی فقط وسیله مؤثری برای تلاش در تضعیف هجوم نگرانی‌هایی بود که از سرچشمه‌های بنیادی‌تری فوران می‌کنند. گاهی اوقات، همان‌طور که فروید برای اولین بار به ما نشان داد، اضطراب ناشی از امیال جنسی از طریق شیوه‌های غیرمستقیم دیگری ابراز می‌شود.

شاید درست به همان دلیل اغلب خلاف آن حقیقت دارد: یعنی نگرانی‌های دیگر به صورت نگرانی‌های ناشی از امیال جنسی ظاهر می‌شوند. خواب درباره مته غول‌پیکر

نمی‌توانست از این واضح‌تر باشد: زمین زیر پای ماروین پُر آب شده بود (یک تصویر بصری الهام‌بخش از پوچ و هیچ شدن) و داشت تلاش می‌کرد که با حفاری به وسیله اسبابی به اندازه شصت و پنج فوت (یعنی شصت و پنج سال) با پوچی مبارزه کند.

خواب‌های دیگر شاهدی از دنیای بی‌رحم واقع در زیر ظاهر خونسرد ماروین ارائه می‌کردند؛ دنیایی مملو از مرگ، کشتار، خودکشی، خشم به سمت فیلیس، واهمه‌هایی از کثیفی و اشباح تهدیدآمیزی که از درون فوران می‌کردند. مردی با چشمان بسته در اتاقی که قرار بود با فیلیس هم‌بستر شود، فوق‌العاده جالب بود. موقع بررسی مشکلات جنسی پرسیدن یک سؤال همیشه مهم است: آیا در اثنای هم‌بستر شدن بیش از دو نفر حضور دارند؟ حضور دیگران ـ ارواح والدین، رقبا، عشاق دیگر ـ به طور گسترده عمل جنسی را پیچیده می‌کند.

نه، روان‌درمانیِ رفتاری بهترین گزینه بود. بهتر است روی این عالم ناشناختهٔ مردگان سرپوش گذاشت. هر قدر بیش‌تر راجع به آن فکر می‌کردم، از خودم بیش‌تر ممنون می‌شدم که توانسته بودم با مهار کنجکاوی‌ام، از روی نوع‌دوستی و حساب شده در جهت بیش‌ترین منفعت بیمار عمل کنم.

اما به ندرت به منطق و دقت در روان‌درمانی پاداش داده می‌شود. چند روز بعد، ماروین تلفن کرد و قرار ملاقات دیگری خواست. انتظار داشتم که فیلیس هم همراه او باشد، اما او تنها وارد شد. نگران، خسته و نزار به نظر می‌آمد. آن روز بدون هیچ تشریفاتی شروع به صحبت کرد. یک‌راست به سراغ اصل موضوع رفت:

ـ امروز روز بدی بود. احساس بدبختی می‌کنم. اما ابتدا می‌خواهم بگویم که از توصیه هفته قبل شما بسیار سپاس‌گزارم. صادقانه بگویم، انتظار داشتم به من توصیه کنید که به مدت سه یا چهار سال آینده، هفته‌ای سه یا چهار مرتبه به دیدن شما بیایم. به من هشدار داده بودند که شما روان‌درمانگرها اهمیتی به مشکلات نمی‌دهید. نه این‌که بخواهم شما را سرزنش کنم، به هر حال شماها شغل‌تان این است و برای زندگی کردن باید درآمد داشته باشید. نصیحت شما درباره روان‌درمانی زوج‌ها برایم مهم بود. فیلیس و من، بیش از آن‌چه هفته قبل به شما گفتم، مشکلات ارتباطی داریم. در واقع، مسئله را به طور سربسته برای شما بیان کردم. من با روابط خصوصی زناشویی ـ نه به بدی حالا ـ مشکلاتی داشته‌ام که در بیست سال گذشته موجب نوسانات زیادی در خُلق و خویم شده است. بنابراین تصمیم گرفتم از مشاوره شما استفاده کنم، اما فیلیس همکاری نمی‌کند. او با تمام قدرت ملاقات با دکتر اعصاب، روان‌درمانگر ازدواج، روان‌درمانگر مسائل زناشویی و هر روان‌درمانگر دیگری را رد می‌کند. از او خواهش کردم امروز بیاید و با شما صحبت کند، اما او پاهایش را در یک کفش کرد و نپذیرفت.

ـ چرا؟

ـ دلیلش را خواهم گفت، اما اول دو چیز مهم دیگر وجود دارد که می‌خواهم امروز

به آن بپردازم.
ماروین ساکت شد. ابتدا فکر کردم همین‌طور که نفسش را در سینه حبس کرده، دنبال جمله مناسبی می‌گردد. اما او داشت خودش را کنترل می‌کرد. او برگشت، بینی‌اش را گرفت و دزدکی چشمانش را پاک کرد. سپس ادامه داد:
ـ خیلی افسرده‌ام. این هفته بدترین میگرن را در طول عمرم داشتم، به طوری که پریشب برای تزریق آمپول مجبور شدم به مرکز فوریت‌های پزشکی مراجعه کنم.
ـ امروز خیلی افسرده به نظر می‌رسی.
ـ سردرد دارد مرا می‌کشد. برای این‌که اوضاع بدتر شود، خواب هم به چشمانم راه نیافت. شب قبل کابوسی داشتم که باعث شد تا ساعت دو نیمه‌شب بیدار بمانم و آن را تمام طول شب در ذهنم مرور کنم. حتی هنوز هم نمی‌توانم آن را از مغزم بیرون کنم.
ـ اجازه بده آن را بررسی کنیم.
ماروین به سبکی آن‌چنان مکانیکی شروع به خواندن خواب کرد که متوقفش کردم و شیوه فریتز پرلز(۱۸۱) پیر را به کار بردم و از او خواستم دوباره بخواند و خواب را با افعال زمان حال بیان کند، مثل این‌که همین الان دارد خواب می‌بیند. ماروین دفترچه یادداشتش را کنار گذاشت و آن را از حفظ خواند:

دو مرد قدبلند رنگ‌پریده خیلی لاغر را می‌بینم که در چمنزاری تاریک در سکوت کامل به آرامی حرکت می‌کنند. آن‌ها سر تا پا سیاه پوشیده‌اند. با کلاه‌های سیلندری سیاه بلند، با بالاپوش‌های بلند دنباله‌دار، کفش‌ها و ساق‌پوش‌های سیاه، شبیه کارگران اعتدالی(۱۸۲) یا مأموران کفن و دفن عصر ویکتوریا هستند. آن‌ها به یک کالسکه سیاه که از چوب آبنوس ساخته شده بود و حامل گهواره یک دختربچه قنداق شده در یک پارچه توری سیاه بود، حمله کردند. یکی از مردها بدون یک کلمه حرف شروع به هل دادن کالسکه کرد. بعد از مسافت کوتاهی ایستاد، به سمت جلو قدم برداشت و با چوب نیشکر سیاهی که نوک سفید درخشانی داشت، از هیچ آزاری کوتاهی نکرد، پارچه توری را پاره و با اسلوبی منظم نوک سفید را به بدن بچه فرو می‌کرد.

از شنیدن این خواب سر جای خودم میخکوب شده بودم. تصاویری تلخ بی‌درنگ در ذهنم شکل گرفتند. با حیرت و شگفتی به ماروین نگاه می‌کردم، که از قدرت ایجاد دستاورد خودش بی‌حرکت و بی‌سپاس‌گزاری آرام نشسته بود و اما به نظرم می‌آمد که این خواب او نبود، نمی‌توانست خواب خودش باشد. خوابی مثل آن نمی‌توانست از او منشأ بگیرد. او فقط واسطه‌ای بود که این خواب از لب‌هایش تراوش کردند. از خودم می‌پرسیدم که چگونه می‌توانم خواب‌بین (شخصی که خواب را دیده بود) را ملاقات کنم؟

ماروین به راستی این تصور شیطنت‌آمیز را تقویت کرد. او هیچ حس الفتی با خواب نداشت و مثل این بود که درباره داستانی بیگانه صحبت می‌کرد. پس از بازگو کردن آن هنوز از ترس می‌لرزید و سرش را طوری تکان می‌داد که انگار می‌خواهد طعم تلخ خواب را تُف کند.

من روی نگرانی تمرکز کردم.

ـ چرا این خواب یک کابوس شبانه بود؟ دقیقاً چه بخشی از آن وحشتناک بود؟

ـ حالا که راجع به آن فکر می‌کنم، آخرین چیز، فرو کردن نی به بدن بچه، بسیار هولناک بود. اما وقتی خواب می‌دیدم، به نظرم این‌طور نبود. همه چیزهای دیگر، صدای پاها در سکوت، سیاهی، همه و همه حس دلشوره عمیق ترسناکی ایجاد می‌کردند. هاله‌ای از ترس تمام خواب را فرا گرفته بود.

ـ راجع به فرو کردن نی به بدن بچه در خواب چه احساسی داشتی؟

ـ به هر حال، آن قسمت به نظر تقریباً تسکین‌دهنده می‌آمد، مثل این‌که خواب را آرام می‌کرد، یا شاید سعی می‌کرد آرام کند. اما واقعاً آرام نکرد. هیچ‌یک از این رویدادها هیچ حسی در من ایجاد نکرد. هیچ‌گاه به خواب اعتقاد نداشته‌ام.

می‌خواستم روی خواب درنگ کنم اما باید به نیازهای لحظه بازمی‌گشتم. این حقیقت که فیلیس، حتی برای یک مرتبه، علاقه‌ای به صحبت با من ندارد، تا به شوهرش که در حال حاضر در حالت بحرانی است، کمک کند و دروغ ماروین را از این‌که ازدواجش صمیمانه و موفق است، آشکار کرد. در این‌جا باید به خاطر ترس او (که طبیعتاً فیلیس هم در آن سهیم بود) از این‌که روان‌درمانگرها فضول هستند و به مشکلات زناشویی دامن می‌زنند، با دقت پیش می‌رفتم، اما باید مطمئن می‌شدم که فیلیس حتماً با روان‌درمانی زوجین مخالف است. هفتهٔ گذشته به این فکر افتادم که مبادا ماروین حس کرده باشد که از طرف من طرد شده است. شاید ترفندی بود که مرا طوری به بازی بگیرد که به روان‌درمانی انفرادی او ادامه دهم. ماروین واقعاً چقدر سعی کرده بود تا فیلیس را تشویق کند که همراه خودش در روان‌درمانی شرکت کند؟

ماروین به من اطمینان داد که فیلیس در تصمیماتش خیلی یک‌دنده است.

ـ به شما گفتم که او به روان‌درمانی اعتقاد ندارد، بلکه خیلی فراتر از آن می‌رود. او دوست ندارد هیچ دکتری را ملاقات کند، او در پانزده سال گذشته حتی یک آزمایش ساده پزشکی هم نداده است. وقتی دندان‌درد دارد، او را به زور نزد دندان‌پزشک می‌برم.

ناگهان، وقتی از مثال‌های دیگری که لجبازی فیلیس را نشان می‌دهند، سؤال کردم، موضوع‌های غیرمنتظرهٔ دیگری را به میان آورد.

ـ خوب، شاید بهتر باشد حقیقت را به شما بگویم. هیچ معنا ندارد که پول زیادی خرج کنم و این‌جا بنشینم و به شما دروغ بگویم. فیلیس مشکلاتی دارد. موضوع این

است که می‌ترسد از خانه بیرون برود. این موضوع اسمی دارد که آن را فراموش کرده‌ام.

ـ ترس از مکان‌های باز(۱۸۳).

ـ بله، خودش است. سال‌های زیادی است که گرفتار آن است. او به ندرت به دلیلی از خانه بیرون می‌رود.

صدای ماروین آهسته و توطئه‌گرانه شد:

ـ مگر بخواهد از ترس دیگری فرار کند.

ـ چه ترس دیگری؟

ـ ترس از مردمی که برای دیدن خانه می‌آیند!

(nbookcity.com)

او ادامه داد که سال‌هاست، واقعاً ده‌ها سال است که در منزل از هیچ مهمانی پذیرایی نکرده‌اند. اگر موقعیت ایجاب کند ـ مثلاً اگر بستگانی از شهر دیگری بیایند ـ فیلیس دوست دارد از آن‌ها در رستوران پذیرایی کند:

ـ یک رستوران ارزان، زیرا فیلیس از پول خرج کردن متنفر است.

ماروین اضافه کرد که پول دلیل دیگری برای مخالفت فیلیس با روان‌درمانی بود.

علاوه بر آن، فیلیس به ماروین هم اجازه نمی‌دهد از کسی در خانه پذیرایی کند. مثلاً چند هفته قبل، بعضی از مهمان‌های خارج از شـهر به او تلفن کردند که اگر اشکالی نداشته باشد، مایلند از کلکسیون نشان‌های سیاسی ماروین بازدید کنند. از نظر او اشکالی نداشت ولی باید از فیلیس می‌پرسید. ماروین می‌دانست که فیلیس جهنمی بر پا می‌کند. ماروین گفت که اگر سعی می‌کرد دربارهٔ این موضوع پافشاری کند، قبل از این‌که بتواند «گرد و خاک را فرو بنشاند»، «یک ماه یکشنبه»(۱۸۴) طول می‌کشید. در نتیجه، همان‌طور که قبلاً بارها این کار را انجام داده بود، بخش زیادی از روز را صرف بسته‌بندی تمام کلکسیونش کرد تا آن را در دفتر کارش نمایش دهد.

این اطلاعات جدید روشن‌تر کرد که ماروین و فیلیس خیلی بیش‌تر به روان‌درمانی زناشویی نیاز دارند. اما حالا یک چرخش جدید وجود داشت. اولین خواب‌های ماروین مملو از پیکرنگاری ابتدایی بود، به طوری که هفته قبل ترسیده بودم روان‌درمانی انفرادی مُهر این ناخودآگاهی خروشان را بشکند و فکر کردم روان‌درمانی زناشویی شاید بی‌خطرتر باشد. حالا با وجود این شواهد آسیب‌شناسی جدی در رابطه بین آن‌ها، نگران بودم که مبادا روان‌درمانی زوجین نیز شیاطین درونی را رها کند.

به ماروین گوشزد کردم که با وجود بررسی تمام موضوع‌ها، هنوز معتقدم که روان‌درمانی زوجین با جهت‌گیری رفتاری، برای روان‌درمانی زناشویی بهتر است. اما روان‌درمانی زوجین به هر دو نفر نیاز دارد و به ماروین گفتم اگر فیلیس هنوز مایل به آمدن نیست (که ماروین بی‌درنگ تأیید کرد)، مشتاقانه آماده‌ام ماروین را در یک روان‌درمانی انفرادی معالجه کنم.

ـ اما از قبل هشدار بدهم که درمان انفرادی به احتمال زیاد ماه‌ها طول خواهد کشید، حتی یک سال یا بیش‌تر و از همین الان بگویم که درِ باغ سبز نشانت نمی‌دهم. ممکن است افکار یا خاطرات دردناکی ظاهر شوند که موقتاً تو را از آن‌چه الان هستی، ناراحت‌تر کنند.

ماروین اظهار داشت که در چند روز گذشته راجع به این موضوع فکر کرده است و می‌خواهد بی‌درنگ شروع کند. ما قرار گذاشتیم هفته‌ای دو جلسه تشکیل دهیم.

واضح بود که هر دو نفرمان از قبل وقت کافی برای جلسات در نظر گرفته بودیم.

ماروین ادامه داد که نسبت به کار روان‌درمانی شک دارد و علاقه کمی برای سفر به درون نشان داد. او گفت روان‌درمانی را فقط به دلیل میگرنی که او را به زانو

درآورده و هیچ راه دیگری برایش باقی نگذاشته است، قبول می‌کند. من به سهم خودم، به این دلیل وقتی را در نظر گرفته بودم که نسبت به درمان خیلی بدبین بودم: قبول کردم با او کار کنم زیرا به نظرم هیچ گزینه روان‌درمانی قابل اجرای دیگری مؤثر نبود.

اما می‌توانستم او را به شخص دیگری ارجاع دهم. دلیل دیگری هم وجود داشت: آن صدا، صدای آن موجودی که آن خواب‌های حیرت‌آور را خلق کرده بود. آیا جایی در میان دیوارهای منزل ماروین شخصی مدفون شده که خواب می‌بیند و یک پیامِ وجودی(۱۸۵) ضروری را به بیرون ارسال می‌کند؟ من به سمت چشم‌انداز خواب، به سمت سکوت، به دنیای تاریک مردهای لاغراندام، به چمنزار سیاه و به سمت دختربچه‌ای با قنداق سیاه کشیده شدم. به نوک برافروخته نی نیشکر و اعمال آزاردهنده‌ای فکر کردم که نه آزار جنسی، بلکه فقط کوششی بی‌معنی برای دفع وحشت و ترس بود.

با خودم فکر می‌کردم که اگر تغییر چهره لازم نبود، اگر خواب‌بین می‌توانست بدون نیرنگ و تزویر با من حرف بزند، چه می‌گفت؟ «من پیر هستم. به آخر زندگی‌ام رسیده‌ام. فرزندی ندارم و با ترس و وحشت کامل به مرگ نزدیک می‌شوم. من دارم در تاریکی خفه می‌شوم. دارم از سکوت مرگ خفه می‌شوم. فکر می‌کنم راه نجاتی را می‌شناسم. سعی می‌کنم با جادوی هم‌بستر شدن تاریکی را بشکافم. اما این کارها کافی نیست.» اما این‌ها حرف‌های ماروین نبودند، بلکه بازتاب اندیشه‌های خودم بودند. از او خواهش کردم نظرش را درباره خواب بگوید، درباره آن فکر کند و هر چیزی را که به ذهنش می‌رسد، بگوید. هیچ چیز نیامد. او فقط سرش را تکان داد.

ـ سرت را فوراً تکان ندادی. دوباره سعی کن. به خودت فرصت بده. هر بخش از خواب را در نظر بگیر و اجازه بده ذهنت با آن حرکت کند.

ـ هیچ خبری نیست.

ـ نظرت راجع به نی با نوک سفید چیست؟

ماروین لبخند تمسخرآمیزی زد و گفت:

ـ از این‌که دنبال آن می‌گردید تعجب می‌کنم! آیا قبلاً نگفتم که شما آقایان رابطه جنسی را ریشه همه چیز می‌دانید؟

اتهام او به نظر به طور خاصی طعنه‌آمیز بود، زیرا اگر فقط یک چیز متقاعدکننده درباره او می‌دانستم، این بود که رابطه جنسی منشأ مشکلات او نیست.

ـ اما ماروین، آن خواب تو است. و نی نیشکر تو. تو آن را خلق کرده‌ای، از آن چه ساخته‌ای؟ منظورت از اشاره به مرگ، مأمور کفن و دفن، سکوت، تاریکی، تمام آن جوّ ترس و اضطراب چیست؟

در انتخاب بحث درباره خواب از دیدگاه مرگ یا رابطه جنسی، ماروین به سرعت دومی را انتخاب کرد.

ـ خوب، شاید به چیزی راجع به هم‌بستر شدن علاقه‌مند باشی که دیروز بعدازظهر اتفاق افتاده است ـ که باید حدود ده ساعت قبل از رویا باشد. در حالی که تازه از میگرن نجات یافته بودم، در رختخواب دراز کشیده بودم. فیلیس وارد شد و سر و گردنم را مشت و مال داد. سپس به مشت و مال پشت، پاهایم و سایر اعضای بدنم ادامه داد. او لباس‌های مرا درآورد و می‌خواست هم‌بستر شویم.

این وضعیت باید رویدادی غیرمعمولی باشد، چون ماروین به من گفته بود که او همیشه شروع‌کننده بوده است. شک کردم که مبادا فیلیس برای جبران نیامدن به روان‌درمانی این کار را انجام داده باشد.

ـ ابتدا ممانعت کردم.

ـ چرا؟

ـ حقیقت این است که می‌ترسیدم. تازه از بدترین میگرن عمرم نجات یافته بودم و می‌ترسیدم شکست بخورم و میگرن دیگری شروع شود. اما فیلیس دست‌بردار نبود، و بالاخره با خودم گفتم «به جهنم! هرچه باداباد!» اما به محض این‌که پاسخ مثبت دادم...

ماروین ساکت شد.

ـ چرا ساکت شدی؟

ـ سعی می‌کنم به دقت به سخنان فیلیس فکر کنم. به هر حال تازه شروع کرده بودم، که ناگهان فیلیس گفت «برای خلاص شدن تو از فشار روحی با تو هم‌بستر نشده‌ام.» خوب، یک لحظه خشکم زد.

ـ ماروین، آیا به فیلیس گفتی حالا موقع این حرف‌ها نیست؟

ـ اصلاً موقعیت‌شناس نیست، هیچ‌وقت خوب نبوده است. اما من هم عصبانی‌تر از آن شدم که بتوانم حرف بزنم. از آن‌چه می‌خواستم بگویم، می‌ترسیدم. اگر یک حرف نادرست بزنم، روزگارم را سیاه می‌کند و تمام روزنه‌های محبت‌آمیز زناشویی را کور می‌کند.

ـ مثلاً ممکن است چه چیزی بگویی؟

ـ از غرایزم می‌ترسم. از این‌که به خاطر غرایزم دست به جنایت بزنم، می‌ترسم.

ـ منظورت از این حرف‌ها چیست؟

ـ آیا به یاد می‌آورید که سال‌ها قبل، در یک داستان خبری اعلام شد که مردی با پاشیدن اسید به روی زنش او را کشته است؟ ماجرای وحشتناکی بود! به هر حال من اغلب به آن جنایت فکر می‌کنم. می‌توانم درک کنم که چگونه خشم نسبت به یک زن می‌تواند به چنان جنایتی منجر شود.

خدای من! ناخودآگاهی ماروین از آن‌چه فکر می‌کردم به سطح نزدیک‌تر شده بود. به خودم یادآوری کردم که نباید درپوش چنین احساسات بنیادی را ـ دست‌کم در

مراحل اولیه درمان ـ بردارم. موضوع را از جنایت به هم‌بستر شدن تغییر دادم!
ـ ماروین گفتی که از غرایز جنسی‌ات نیز می‌ترسی. منظورت چیست؟
ـ غریزه مردانه‌ام همیشه خیلی قوی بوده است. این موضوع در مورد بسیاری از مردهای کچل درست است، البته قابل کنترل. آیا قبول دارید؟
نمی‌خواستم به حواس‌پرتی‌اش دامن بزنم. در جواب شانه‌هایم را بالا انداختم و گفتم:
ـ ادامه بده.
ـ خوب، من تمام عمرم مجبور بوده‌ام چهار چشمی مواظب او باشم، زیرا فیلیس عقایدی بی‌چون و چرا درباره روابط جنسی زناشویی دارد و عقایدش همیشه یکسان بوده است.
ـ آیا تو هم نظراتی درباره این روابط داری؟
ـ بله. اما فکر می‌کنم گاهی اوقات قید و بند چیز خوبی است. بدون قید و بند آدم ممکن است بی‌بندوبار شود.
ـ این جمله شاید کمی کنجکاوی باشد. اما منظورت از این‌که «آدم ممکن است بی‌بندوبارشود»، چیست؟ آیا منظورت مواردی خارج از ازدواج است؟
پاسخم ماروین را تکان داد.
ـ من هیچ‌گاه به فیلیس بی‌وفا نبوده‌ام! هرگز هم نخواهم بود!
ـ خوب منظورت از «آدم ممکن است بی‌بندوبار شود» چیست؟
ماروین کلافه شده بود. احساس می‌کردم که او هیچ‌گاه قبلاً درباره این قبیل موضوع‌ها با کسی بحث نکرده است. من به جای او دچار هیجان شده بودم. این جلسه به یک ساعت کاری عالی تبدیل شده بود. از او خواستم ادامه دهد و منتظر نشستم.
ـ من نمی‌دانم منظورم چیست، اما گاهی اوقات فکر می‌کنم ای کاش با زنی ازدواج کرده بودم که خودش به اندازه من خواهان رابطه زناشویی بود و از آن لذت می‌برد.
ـ به چه فکر می‌کنی؟ آیا زندگی‌ات با آن‌چه ادعا می‌کنی خیلی تفاوت داشت؟
ـ اجازه بده کمی به عقب برگردم. چند دقیقه قبل نباید از کلمه «لذت» استفاده می‌کردم. فیلیس از هم‌بستر شدن لذت می‌برد. فقط هیچ‌گاه به نظر نمی‌آید که طالب آن باشد. در عوض، او... این کلمه که می‌خواهم بگویم، چیست؟... از آن بگذریم... اگر من آدم خوبی هستم. گاهی اوقات حس می‌کنم سرم کلاه رفته و عصبانی می‌شوم.

ماروین مکث کرد. یقه پیراهنش را شُل کرد، به گردنش دست کشید و سرش را به اطراف چرخاند. داشت از شر فشار عصبی نجات می‌یافت، اما به نظرم آمد که به اطراف اتاق نگاه می‌کند، مثل این‌که می‌خواست مطمئن شود هیچ کس دیگری به حرف‌هایش گوش نمی‌دهد.

ـ ناراحت به نظر می‌آیی. چه احساسی داری؟

ـ بی‌وفایی. ای کاش این حرف‌ها را راجع به فیلیس نگفته بودم. تقریباً مثل این است که آن‌چه را گفتم، شنیده است.

ـ تو قدرت زیادی به او داده‌ای. دیر یا زود به هر چه در این‌باره نیاز داریم، دست خواهیم یافت.

ماروین به نحو خوشایندی در اثنای چند هفته اول درمان به باز کردن مشکلات ادامه داد. روی هم رفته، خیلی بهتر از آن‌چه انتظار داشتم جلو رفت. رفتارش کمک‌کننده بود، از ناباوری ستیزه‌جویانه‌اش درباره روان‌پزشکی دست کشیده بود، وظایفش را انجام می‌داد، خودش را برای جلسات آماده می‌کرد. مصمم بود به وظایفش عمل کند و از سرمایه‌گذاری‌اش استفاده کند. اعتمادش به روان‌درمانی با پاداش زودهنگام غیرمنتظره‌ای تقویت شد: میگرن‌های اسرارآمیزش به محض شروع درمان تقریباً ناپدید شدند (هر چند نوسانات شدید خُلق و خوی وی در مسائل جنسی ادامه یافت).

در اثنای مرحله اولیه روان‌درمانی، بر دو مشکل: ازدواجش (به دلیل مقاومتش با وسعتی کم‌تر) و پیامدهای بازنشستگی‌اش تمرکز کردیم. اما مواظب بودم بر خط نهایی گام نگذارم. مثل جراحی بودم که ناحیهٔ عمل جراحی را آماده می‌کند اما برش عمیقی نمی‌زند. از ماروین خواستم این مشکلات را بررسی کند، اما نه خیلی دقیق ـ نه به حدی که تعادل زناشویی لرزانی که او و فیلیس از قبل تثبیت کرده بودند، تضعیف شود (و بدین ترتیب موجب شود که ماروین بی‌درنگ روان‌درمانی را ترک کند) و نه به اندازه‌ای که موجب نگرانی بیش‌تری از مرگ شود (و در نتیجه، میگرن‌ها را شعله‌ورتر کند).

در همان زمان که این آقای محترم را راهنمایی می‌کردم، یعنی درگیر روان‌درمانی تا حدودی سخت با ماروین بودم، درگیر گفتمانی جذاب با خواب‌بین نیز بودم که به طور وسیع آدمک ساکن، یا شاید بهتر است بگویم زندانی شده توسط ماروین را روشن کرده بود. اما ماروین یا از وجود این خواب‌بین بی‌خبر بود یا به او اجازه داده بود در قالب روح فردی بی‌اعتنا ولی مهربان با من ارتباط برقرار کند. در حالی که ماروین و من به آرامی و با بی‌تکلفی در سطحی کم‌عمق گفت‌وگو می‌کردیم، خواب‌بین جریان ثابتی از پیام‌ها را از اعماق به بیرون پرتاب می‌کرد.

شاید گفتمان من با خواب‌بین نتیجه معکوس می‌داد. شاید به دلیل مواجهه خودم با خواب‌بین علاقه‌مند بودم به ماروین اجازه دهم آهسته‌تر قدم بردارد. به یاد می‌آورم

در شروع هر جلسه از دیدن ماروین به هیجان نمی‌آمدم، بلکه از پیش‌بینی اطلاعات جدیدی که ممکن بود خواب‌بین در اختیارم بگذارد، هیجان‌زده بودم.
گاهی اوقات خواب‌ها، مثل خواب‌های اول، نمودی وحشتناک از نگرانی هستی‌شناسی بودند، گاهی چیزهایی را حکایت می‌کردند که در روان‌درمانی ظاهر می‌شوند.
بعضی وقت‌ها مثل زیرنویس‌هایی برای روان‌درمانی بودند، که ترجمان واضحی از حالت‌های احتیاطی ماروین را برای من تهیه می‌کردند.
بعد از چند جلسه اول، شروع به دریافت پیام‌های امیدبخش کردم:

معلمی در مدرسه شبانه‌روزی در جست‌وجوی بچه‌هایی بود که به نقاشی روی بوم سفید بزرگ علاقه‌مند بودند. بعد با یک پسربچه چاق کوچک ـ به طور بدیهی خودم ـ درباره نقاشی حرف می‌زد و او آن‌چنان به هیجان آمد که جیغ کشید.

هیچ اشتباهی در این پیام نبود: «ماروین حس می‌کرد شخصی به او فرصتی داده است ـ بدون شک شما، روان‌درمانگرش ـ تا همه چیز را دوباره شروع کند.» چقدر هیجان‌انگیز که به شخص فرصت دیگری داده شود تا زندگی‌اش را دوباره روی بومی سفید نقاشی کند. خواب‌های امیدبخش دیگر در زیر بیان می‌شود:

من در جشن عروسی هستم. خانمی به طرفم می‌آید و می‌گوید دختر خود من است که مدت‌هاست او را فراموش کرده‌ام. تعجب می‌کنم، زیرا نمی‌دانستم که دختری داشته‌ام. او میانسال است و لباس‌هایی به رنگ قهوه‌ای تیره پوشیده است. ما فقط یکی دو ساعت گفت‌وگو کردیم. درباره شرایط زندگی‌اش پرسیدم، اما نتوانست چیزی در آن‌باره بگوید. از رفتنش متأسف شدم، اما توافق کردیم با یکدیگر مکاتبه کنیم.

پیام: «ماروین، برای اولین بار، دخترش ـ زنانگی، یعنی بُعد لطیف‌تر و حساس‌تر خودش ـ را کشف می‌کند. او مجذوب این خواب شده بود. احتمالات نامحدود هستند. او ارتباطات تثبیت‌شدهٔ مستمر را در نظر می‌گیرد. شاید بتواند جزایر کوچک تازه کشف شده خودش را آباد کند.»
خواب دیگر:

از پنجره به بیرون نگاه می‌کنم و سر و صدایی از داخل بوته‌زار می‌شنوم. یک گربه به دنبال موشی می‌دود. دلم به حال موش می‌سوزد و برای نجات او بیرون می‌روم. چیزی که پیدا می‌کنم دو بچه‌گربه هستند که هنوز چشم‌های‌شان را باز نکرده‌اند. به طرف خانه می‌دوم تا به فیلیس بگویم، زیرا او عاشق گربه است.

پیام: «ماروین درک می‌کند، واقعاً درک می‌کند، که چشم‌هایش هنوز بسته است و این‌که بالاخره حاضر می‌شود آن‌ها را باز کند. او به خاطر فیلیس که او هم قرار است چشم‌هایش را بازکند به هیجان آمده است.» اما مواظب باش! ماروین گمان می‌کند که تو موش و گربه بازی می‌کنی.
به زودی هشدارهای بیش‌تری دریافت کردم:

فیلیس و من در یک رستوران فکسنی داریم شام می‌خوریم. خدمات خیلی ضعیف است. وقتی خدمتکار را صدا می‌زنی، هیچ خدمتکاری در آن‌جا حضور ندارد. فیلیس به او می‌گوید که کثیف است و لباس‌های فقیرانه‌ای پوشیده است. اما از این‌که غذا آن‌قدر خوب است، تعجب می‌کنم.

پیام: «ماروین دارد پرونده‌ای علیه تو می‌سازد. فیلیس می‌خواهد تو از زندگی‌شان خارج شوی. تو برای هر دو نفر آن‌ها به شدت ترسناک هستی. مواظب باش که در آتشی دوسویه گرفتار نشوی. مهم نیست غذایت چقدر خوب است، تو حریف یک زن نمی‌شوی.»
و سپس خوابی که مصیبت‌های خاصی به وجود آورد:
در حال تماشای عمل پیوند قلب هستم. جراح دراز کشیده است. شخصی او را متهم می‌کند که چرا به تنهایی مبادرت به عمل پیوند قلب کرده و چگونه بی‌اعتنا به این محیط کثیف، از دهنده قلب گرفته است. جراح تأیید کرد که راست می‌گویید. خانم پرستاری در اتاق عمل بود که گفت هیچ مسئولیتی در این مورد ندارد. اما شاهد تمام این کثافت‌کاری بوده است.

پیام: «عمل پیوند قلب، البته همان روان‌درمانی است. درود بر تو باد، دوست خواب‌بین عزیز! «پیوند قلب»؛ چه نماد دیداری زیبایی برای روان‌درمانی به تو الهام شده است! ماروین حس می‌کند شما آدم سرد و بی‌روحی هستید و علاقه شخصی خیلی کمی به زندگی او دارید. او چطور به شخصی که امروز هست، تبدیل شده است؟»

خواب‌بین به من توصیه می‌کرد که چگونه ادامه بدهم. هرگز استاد راهنمایی مثل او نداشته‌ام. آن‌چنان مجذوب خواب‌بین شدم که چشم‌انداز انگیزه او را از دست دادم. آیا او به عنوان نماینده ماروین عمل می‌کرد تا به من کمک کند که به نوبه خود به ماروین کمک کنم؟ آیا او امیدوار بود که ماروین تغییر کند؟ در آن صورت او یعنی خواب‌بین آزادی خودش را از طریق یکپارچگی با ماروین به دست می‌آورد؟ یا او عمدتاً به این دلیل عمل می‌کند که تنهایی خودش را با کوشش زیادی که برای حفظ

رابطه‌اش با من به کار می‌برد، تسکین دهد؟
اما بدون توجه به انگیزه‌اش، توصیه‌اش خردمندانه بود. او راست می‌گفت: من خودم را واقعاً به ماروین متعهد نکرده بودم! ما در چنان سطحی رسمی ایستاده بودیم که همدیگر را به نام کوچک صدا کردن، نامناسب به نظر می‌رسید. ماروین خودش را خیلی جدی می‌گرفت. در واقع او تنها بیمارم بود که نمی‌توانستم با او شوخی کنم یا سربه‌سرش بگذارم. اغلب سعی می‌کردم روی روابط‌مان تمرکز کنم، اما غیر از چند متلک در اولین جلسات (مثل «شما آقایان فکر می‌کنید که مسائل جنسی ریشه همه چیز است») پس از آن دیگر با من شوخی نکرد. او با عزت و احترام فراوان با من رفتار می‌کرد و به طور کلی به درخواست‌هایم درباره احساساتش نسبت به من با عبارت‌های محترمانه‌ای بدین مضمون پاسخ می‌داد که من باید بدانم که از وقتی او از میگرن نجات پیدا کرده است، چه‌کاری انجام دهم.
پس از گذشت شش ماه، تا حدودی بیش‌تر مواظب ماروین بودم، اما هنوز هیچ علاقه عمیقی به او نداشتم. این وضعیت خیلی عجیب بود زیرا به شدت به خواب‌بین علاقه‌مند شده بودم: به شجاعت و صداقت شدیدش علاقه‌مند شده بودم. هر از گاهی، مجبور می‌شدم به خودم یادآوری کنم که خواب‌بین خود ماروین است؛ خواب‌بین مجرایی روباز به درونی‌ترین بخش هستی ماروین، به حلقه پیچ در پیچ خویشتن وجودی‌اش که خودآگاهی و عقل مطلقی را در اختیار داشت، فراهم کرده بود.

(nbookcity.com

خواب‌بین درست می‌گفت که من نباید با جزئیات کثیف منشأ قلب برای انتقال متقابل درگیر شوم. من نسبت به تجربیات و الگوهای زندگی اولیه ماروین خیلی خیلی بی‌اعتنا بودم. در نتیجه، دو جلسه بعدی را به بررسی جزئیات دوران کودکی ماروین اختصاص دادم. یکی از جالب‌ترین چیزهایی که فهمیدم این بود که وقتی ماروین هفت یا هشت‌ساله بوده، یک رویداد فاجعه‌بار محرمانه خانواده‌اش را زیر و رو کرده و باعث شده مادرش برای همیشه پدرش را از اتاق خوابش بیرون بیندازد. هر چند طبیعت آن رویداد هیچ‌گاه برای ماروین فاش نشده بود، اما حالا بر اساس چند اظهار نظر پراکنده از مادرش معتقد بود که پدرش نسبت به مادرش بی‌وفا یا قماربازی بی‌اراده بوده است.

بعد از طرد پدرش، ماروین جوان‌ترین پسر خانواده، به مصاحب ثابت مادرش تبدیل شد. همراهی با مادرش در تمام فعالیت‌های اجتماعی وی وظیفه ماروین بود، به طوری که سال‌های زیادی تمسخر دوستانش را برای قرار گذاشتن با مادرش تحمل کرد.

نیازی به گفتن نیست که وظیفه خانوادگی جدید ماروین علاقه به پدرش را ـ که حضور کم‌رنگی در خانواده داشت و سپس به سایه‌ای صرف تبدیل شد و به زودی برای همیشه محو شد ـ افزایش نداد. دو سال بعد، برادر بزرگ‌ترش از پدرشان کارت‌پستالی دریافت کرد که می‌گفت هنوز زنده و خوب است و مطمئن بود که خانواده بدون او حال و روز بهتری دارند.

بدیهی است این ماجرا، دلیل بنیادین مشکلات اودیپی عمده در روابط ماروین با زنان بود. رابطه‌اش با مادرش منحصربه‌فرد و بسیار صمیمانه بود و چون زمانی طولانی با یکدیگر خیلی صمیمی بودند، نتایج مصیبت‌باری برای رابطه‌اش با مردها ایجاد کرده بود. ضمناً به طور چشمگیری فکر می‌کرد که در غیبت پدرش سهیم بوده است. در آن صورت تعجب‌آور نبود که بفهمیم ماروین از رقابت با مردها بیمناک بود و بیش از حد از زنان خجالت می‌کشید. فیلیس اولین و آخرین کسی بود که ماروین به خواستگاری‌اش رفت. دوران نامزدی او و فیلیس کوتاه بود و خیلی زود عروسی کردند. فیلیس شش سال جوان‌تر بود، او هم خجالتی بود و مثل ماروین تجربه‌ای با جنس مخالف نداشت.

به نظرم، جلساتی که در آن‌ها خاطرات گذشته را یادآوری می‌کردیم، نسبتاً مفید بودند. من با مشخصاتی که در ذهن ماروین مستقر بودند، بیش‌تر آشنا می‌شدم و الگوهای مکرر معین مهمی از زندگی او را شناسایی می‌کردم (و با او سهیم می‌شدم). مثلاً روشی که به کمک آن بخشی از الگوی والدینش را در زندگی زناشویی خودش بازسازی کرده بود، یعنی زنش، مانند زنِ پدرش، با قطع خواسته‌های روابط زناشویی، کنترل امور را به دست می‌گرفت.

ضمن آشکار شدن این موضوع‌ها، احتمال داشت که مشکلات فعلی ماروین را از هر یک از سه چشم‌انداز مختلف زیر درک کرد: «وجودی»(با تمرکز بر نگرانی

هستی‌شناسی که با عبور از نقطه عطف اصلی زندگی ایجاد شده بود)، «فرویدی»(با تأکید بر اضطراب اودیپی که از عمل هم‌بستر شدن نتیجه شده بود و با اضطراب حاصل از مصیبت‌های اولیه جوش خورده بود) و «ارتباطی»(۱۸۶)(با تأکید بر نحوه تعادل پویای زناشویی که با رویدادهای اخیر زندگی، که به زودی مطالبی درباره آن بیان خواهد شد، آشفته شده بود).

ماروین مثل همیشه، سخت تلاش می‌کرد تا اطلاعات لازم را فراهم کند، اما همان‌طور که خواب‌هایش ایجاب می‌کرد، به زودی علاقه‌اش را به منشأ الگوهای زندگی فعلی از دست داد. او گفت که این رویدادهای غبارآلود به عصر دیگری، تقریباً به قرن دیگری تعلق دارد. او هم‌چنین با افسوس اظهار داشت که ما داستان غم‌انگیزی را مورد بحث قرار می‌دادیم که در آن هر شخصیتی که خودش را نجات می‌داد، مرده بود.

خواب‌بین خیلی زود مجموعه‌ای از پیام‌ها را درباره واکنش ماروین به هجوم تاریخی ما برایم فرستاد:

اتومبیلی با شکلی عجیب دیدم، که مثل جعبه بلند و بزرگی روی چرخ سوار بود. سیاه‌رنگ بود و با چرم روشن براق پوشیده شده بود. من از این واقعیت که تنها پنجره‌های جعبه در عقب و خیلی کج بودند، به طوری که واقعاً نمی‌توانستی از آن‌ها به بیرون نگاه کنی، تعجب کردم.

وسیله نقلیه دیگری با مشکلاتی مثل آینه دیدِ عقب هم وجود داشت. این وسیله پنجره‌هایی رو به عقب با نوعی توری داشت که به بالا و پایین می‌لغزیدند، اما به آن گیر کرده بودند.

در حال ارائه یک سخنرانی موفقیت‌آمیز بودم. بعد پروژکتور دستگاه اسلاید دچار مشکل شد. نمی‌توانستم اسلاید را از پروژکتور بیرون بیاورم تا اسلاید دیگری در آن قرار دهم. این اسلاید عکس سر یک مرد بود. بعد نمی‌توانستم اسلاید را میزان کنم. سپس سرهای مردم در مسیر صفحه نمایش قرار گرفتند. در سرتاسر سالن سخنرانی حرکت کردم تا منظره‌ای بدون مانع ایجاد کنم، اما هرگز نتوانستم تمام اسلاید را ببینم.

پیامی که معتقدم خواب‌بین برایم فرستاد:

«سعی می‌کنم به عقب نگاه کنم اما دیدم خطا می‌کند. هیچ پنجره رو به عقبی وجود ندارد. هیچ آینه دید عقبی وجود ندارد. اسلایدی که سر آدم روی آن قرار دارد، جلوی دید را می‌گیرد. گذشته، داستانی واقعی، شرح رویدادهای واقعی غیرقابل بازیابی است. سر در اسلاید ـ سر خودم، بینش من، حافظه‌ام ـ راه را سد کرده است.

من گذشته را فقط با پالایش از طریق چشم‌های حاضر می‌بینم، آن هم نه به طریقی که آن را می‌شناختم و در همان زمان تجربه کرده‌ام، بلکه به صورتی که الان تجربه می‌کنم. یادآوری تاریخی، فعالیتی بی‌نتیجه برای برداشتن موانع از سر راه است. گذشته نه تنها تا ابد از بین رفته، بلکه آینده نیز مسدود است. اتومبیل با چرم روشن، آن جعبه، تابوت من، هیچ پنجره رو به جلویی هم ندارند.»

ماروین به تدریج، با کمک نسبتاً کمی از طرف من، شروع به شیرجه رفتن به آب‌های عمیق‌تر کرد. شاید او قطعاتی از گفتمان من با خواب‌بین را شنیده بود. اولین تداعی او از ماشین، جعبه سیاه بر روی چرخ، این بود که بگوید «این تابوت نیست.» سپس با توجه به این‌که ابروهایم را بالا انداختم، لبخندی زد و گفت: مگر یکی از شما آقایان نگفته بود که با مبالغه خیلی زیاد خودتان را لو می‌دهید؟

ـ ماروین، ماشین پنجره جلو نداشت. به آن فکر کن. چه چیزی به نظرت می‌آید؟

ـ نمی‌دانم. بدون پنجره جلو شما نمی‌دانید به کجا می‌روید؟

ـ چه مقدار از زندگی فعلی‌ات، در زندگی‌ای که در پیش رو داری، به کار خواهد آمد؟

ـ بازنشستگی. دارم به آهستگی و به تدریج به بازنشستگی می‌رسم. نگران بازنشستگی نیستم. چرا چیزی حس نمی‌کنم؟

ـ بفرما این هم احساس. احساس به خواب‌هایت رخنه می‌کند. شاید حس کردن خیلی دردناک باشد. شاید درد میان‌بر زده و روی چیزهای دیگری قرار گرفته باشد. نگاه کن چند مرتبه گفته‌ای «چرا باید این‌قدر نگران هم‌بستر شدن با همسرم باشم؟ این معنا ندارد.» یکی از وظایف اصلی‌مان مرتب کردن امور و برگرداندن احساسات به جایی است که به آن‌جا تعلق دارند.

ماروین خیلی زود مجموعه‌ای از خواب‌ها را با موضوع‌هایی صریح درباره پیر شدن و مرگ گزارش کرد. برای مثال، خواب دیده بود که در زیرزمین ساختمان بتونی بزرگ و ناتمامی قدم می‌زند. یک خواب به طور خاص بر او اثر کرده بود:

سوزان جنینگز(۱۸۷) را دیدم. او در یک کتاب‌فروشی کار می‌کرد. افسرده به نظر می‌آمد و به سویش رفتم تا با او ابراز همدردی کنم. به او گفتم که دیگران را هم می‌شناسم، شش نفر دیگر که همین احساس را نسبت به او دارند. او به من نگاه کرد، صورتش اسکلتی پر از غدد مخاطی نفرت‌انگیز بود. بعد با وحشت بسیار زیاد از خواب بیدار شدم.

ماروین با این خواب خوب کار کرد.

ـ سوزان جنینگز؟ سوزان جنینگز؟ چهل و پنج سال قبل در دانشگاه با او آشنا شدم.

فکر نمی‌کنم از آن به بعد حتی یک بار هم به او فکر کرده باشم.
ـ حالا به او فکر کن. چه چیزی به ذهنت می‌آید؟
ـ می‌توانم صورتش را ببینم: گرد، چاق و با عینک‌های بزرگ.
ـ آیا فرد دیگری را به یادت می‌آورد؟
ـ نه، اما می‌فهمم چه می‌خواهید بگویید؛ این‌که او شبیه من است: صورت گرد و عینک‌های بزرگ‌تر از حد معمول. اوه، یک چیز به یادم آمد، خیلی خوب. دیروز داشتم با فیلیس راجع به تمام دوستان‌مان که مرده‌اند و هم‌چنین درباره مقاله‌ای در روزنامه راجع به مردمی که بلافاصله پس از بازنشستگی می‌میرند، صحبت می‌کردم. به او گفتم که خبرنامه فارغ‌التحصیلان دانشگاه را خوانده‌ام و متوجه شده‌ام که شش نفر از هم‌کلاسی‌های دانشکده‌ام مرده‌اند. آن باید همان «شش نفر دیگری که همین احساس را در خواب دارند» باشند. عالی بود!
ـ ماروین، در این خواب و در تمام کابوس‌های شبانه دیگرت ترس زیادی از مرگ وجود دارد. همه از مرگ می‌ترسند. هیچ کسی را نمی‌شناسم که از مرگ نترسد. اما بیش‌تر مردم بارها و بارها در طول عمرشان روی آن کار می‌کنند. به نظر می‌رسد در کنار تو تمام آن ترس‌ها یک‌باره باطل شده‌اند. من به شدت حس می‌کنم که این فکر بازنشستگی است که آن‌ها را مشتعل می‌کند.
ماروین خاطر نشان کرد که نیرومندترین خواب، همان اولین خواب در شش ماه قبل، خواب آن دو مرد لاغراندام، نی سفید و کودک بود. آن تصاویر، به خصوص تصویر مأموران کفن و دفن عصر ویکتوریا یا انجمن ضد مشروب‌خواری به ذهنش هجوم می‌آوردند. گفت که آن خواب شاید نشان‌دهنده خود او بوده است: او میانه‌رو بوده است، خیلی میانه‌رو بوده است. در یکی دو سال گذشته فهمیده است که در تمام عمر احساسات خودش را فرو می‌نشانده است.
ماروین مرا متعجب می‌کرد. او با چنان عقل و منطقی حرف می‌زد که به سختی می‌توانستم باور کنم دارم با همان شخص قبلی صحبت می‌کنم. وقتی از او پرسیدم یکی دو سال قبل چه روی داده، حادثه‌ای را شرح داد که تا آن روز آن را حتی به فیلیس هم نگفته بود. ضمن این‌که یک نسخه از مجله پسیکولوژی تودِی(۱۸۸) را در مطب دندان‌پزشکی ورق می‌زد، از مقاله‌ای به هیجان آمده بود که اظهار می‌داشت هر شخصی کوشش می‌کند تا با هر شخص مهمی که از زندگی‌اش محو می‌شود، برای آخرین بار به طور هدفمند گفت‌وگو کند.

یک روز که تنها بود، این نظریه را امتحان کرد. او مجسم کرد که با پدرش درباره این‌که چقدر دلش برایش تنگ شده و چقدر دوست داشت که او را می‌شناخت، صحبت می‌کرد. پدرش جواب نداد. او آخرین خداحافظی پدر و مادرش را مجسم کرد، مادرش در صندلی گردان چوبی‌اش مقابل پدرش نشسته بود. پدر بدون هیچ ابراز محبتی حرف می‌زد. پدر دندان‌هایش را به هم می‌فشرد و سعی می‌کرد احساساتش را به زور ابراز کند. اما چیزی از آن به دست نمی‌آمد. او بر مفهوم کلمه «هرگز» تمرکز کرده بود، که او هرگز، هرگز دوباره مادر را نخواهد دید. ماروین به یاد می‌آورد که مشتش را به میز تحریر کوبید، سپس خودش را وادار کرد سردی پیشانی مادرش را هنگامی که در تابوتش قرار داده بودند و آن را بوسید، به یاد آورد. اما هیچ چیز به یادش نیامد. بلند فریاد کشید: «من هرگز تو را دوباره نخواهم دید.» با وجود این، چیزی ظاهر نشد. در همین زمان فهمید که احساسات خودش را فرو می‌نشانده است.

آن روز در دفتر کارم گریه کرد. برای تمام چیزهایی که از دست داده بود، برای تمام سال‌هایی که خودش را در زندگی‌اش آرام کرده بود، گریه کرد. گفت چقدر غمگین بود که تا به حال منتظر مانده تا زنده بودن را امتحان کند. برای اولین بار حس کردم خیلی به ماروین نزدیک شده‌ام. ضمن این‌که هق‌هق گریه می‌کرد، شانه‌هایش را گرفتم.

در پایان این جلسه، خسته و متأثر شده بودم. فکر کردم بالاخره بر سدهای نفوذناپذیر غلبه کرده‌ایم، به طوری که سرانجام ماروین و خواب‌بین در یکدیگر ذوب شده و با یک صدا صحبت کرده بودند.

حال ماروین بعد از جلسه‌مان بهتر و به شدت خوش‌بین شده بود تا این‌که چند روز بعد حادثه عجیبی روی داد. او و فیلیس تازه شروع به نزدیکی کرده بودند که ماروین ناگهان گفت:

ـ شاید دکتر راست می‌گوید، شاید تمام نگرانی من از هم‌بستر شدن، در واقع نگرانی از مرگ است!

هنوز این جمله را تمام نکرده بود که ناگهان جهنمی بر پا شد و تمام لذتش بر باد رفت. فیلیس همان‌طور که انتظار می‌رفت از انتخاب این موضوع برای صحبت کوتاهی در حال هم‌بستر شدن به خشم آمد. ماروین به خاطر بی‌عاطفگی‌اش نسبت به فیلیس و به خاطر ناکامی‌اش بلافاصله شروع به سرزنش خودش کرد و در افسردگی عمیقی فرو رفت. خیلی زود یک پیام هشداردهنده و فوری از خواب‌بین دریافت کردم:

مبلمان جدیدی به خانه آورده بودم، اما بعد از آن نتوانستم در جلو را ببندم. شخصی وسیله‌ای آن‌جا گذاشته بود تا در باز بماند. سپس ده یا دوازده نفر را با چمدان در خارج از خانه دیدم. آن‌ها شیاطین بودند، مردمانی هولناک، به ویژه

پیرزن عجوزه بی‌دندانی که صورتش مرا به یاد سوزان جنینگز می‌انداخت. او مرا به یاد مادام دوفارج(۱۸۹) در فیلم «داستان دو شهر» می‌انداخت، همان زنی که به گیوتینی که سرها از آن آویزان بودند، چسبیده بود.
پیام: «ماروین خیلی ترسیده است. او خیلی زیاد، خیلی سریع آگاه شده بود. حالا می‌داند که مرگ منتظرش است. او درِ هوشیاری را باز کرده است، اما حالا می‌ترسد که مبادا خیلی جلو آمده باشد، این‌که در بسته شود، این‌که او هیچ‌گاه قادر نباشد دوباره آن را ببندد.»
خواب‌های ترسناک با پیام‌های مشابه به سرعت به دنبال یکدیگر آمدند:

شب بود. در بالکن ساختمان مرتفعی نشسته بودم. صدای گریه بچه کوچکی را که در تاریکی فریادزنان کمک می‌خواست از پایین ساختمان شنیدم. به او گفتم الان می‌آیم زیرا من تنها فردی بودم که می‌توانستم کمک کنم، اما به محض این‌که در تاریکی شروع به پایین رفتن کردم، پلکان باریک‌تر و باریک‌تر شد و نرده‌ها که محکم نبودند، از دست‌هایم جدا شدند. می‌ترسیدم جلوتر بروم.

پیام: «بخش‌های مهمی از وجود خودم ـ پسربچه کوچک، زن، هنرمند، بخش جست‌وجوگر معانی ـ را در تمام عمرم دفن کرده‌ام. می‌دانم که خودم را تسکین می‌داده و آرام می‌کرده‌ام و بیش‌تر زندگی‌ام را نزیسته‌ام. اما حالا نمی‌توانم با ورود به این عرصه‌ها خودم را کوچک کنم. نمی‌توانم با ترس و افسوس کنار بیایم.»
و خوابی دیگر:

دارم امتحان می‌دهم. کتابی آبی در دست داشتم و به یاد دارم که به سؤال آخر جواب نداده‌ام. وحشت‌زده‌ام. سعی می‌کنم کتاب را برگردانم، اما زمان مقرر گذشته است. با پسرم قرار می‌گذارم که بعد از زمان مقرر او را ملاقات کنم.

پیام: «حالا می‌فهمم که شاید آن‌چه را لازم بوده در زندگی‌ام انجام دهم، انجام نداده باشم. دوره تحصیلی و امتحان به پایان رسیده‌اند. ای کاش آن را به طریق متفاوتی گذرانده بودم! آن پرسش آخر در امتحان، چه بود؟ شاید اگر یک دور دیگر درس خوانده بودم، کار دیگری انجام می‌دادم، تا به چیز دیگری غیر از دبیر دبیرستان، یا حسابداری پولدار تبدیل می‌شدم. اما حالا خیلی دیر شده است، خیلی دیرتر از آن‌که بتوانم هیچ‌یک از پرسش‌هایم را تغییر دهم. زمان با شتاب می‌گذرد. ای کاش یک پسر داشتم، شاید از طریق او خودم را به آن سوی خط مرگ در آینده می‌فرستادم.»
بعداً، همان شب:

از یک راه باریک کوهستانی بالا می‌روم. می‌بینم بعضی مردم سعی می‌کنند در شب خانه‌ای را مرمت کنند. می‌دانم که این کار ناممکن است و سعی می‌کنم به آن‌ها بگویم اما آن‌ها صدای مرا نمی‌شنوند. بعد متوجه می‌شوم کسی مرا از پشت سر صدا می‌زند. او مادرم است که سعی می‌کند از من جلو بزند. مادرم گفت پیامی برایم دارد. این پیام می‌گوید کسی دارد می‌میرد. می‌دانستم که خودم دارم می‌میرم. عرق‌ریزان از خواب بیدار شدم.

پیام: «خیلی دیر شده است. امکان ندارد خانه‌ات را در شب مرمت کنی ـ یا مسیری را که طی کرده‌ای، تغییر دهی، درست مثل این است که خودت را برای ورود به دریای مرگ آماده کنی. حالا به همان سنی هستم که مادرم مرد. من از او سبقت می‌گیرم و می‌فهمم که مرگ اجتناب‌ناپذیر است. نمی‌توانم آینده را تغییر دهم زیرا گذشته از من سبقت می‌گیرد.»

پیام‌های ارسالی از خواب‌بین با صدایی بلندتر و بلندتر نواخته می‌شد. مجبور بودم به آن‌ها گوش بدهم. آن‌ها مرا وادار می‌کردند تا موقعیت خودم را پیدا کنم و آن‌چه را در روان‌درمانی روی داده است، مرور کنم.

ماروین سریع، شاید خیلی سریع، حرکت کرده بود. او در ابتدا مردی بدون بینش بود: نمی‌توانست، نمی‌خواست بینشش را به درون هدایت کند. در دوره نسبتاً کوتاه شش‌ماهه، کشفیات شگرفی کرده بود. فهمیده بود که چشمانش مثل چشمان یک بچه‌گربه تازه متولد شده، بسته بوده‌اند. فهمیده بود که دنیای عظیم پُرباری در ژرفای انسان وجود دارد که اگر با آن مواجه شود، موجب پیدایش ترس‌های هولناکی می‌شود اما راه نجاتی به روشنایی نیز عرضه می‌کند.

ظاهر سطحی چیزها دیگر او را جلب نمی‌کرد: کلکسیون تمبرها و کتاب‌های ریدرز دایجست کم‌تر او را مجذوب می‌کرد. حالا چشمانش به حقایق هستی زندگی باز شده بود، به سختی با اجتناب‌ناپذیری مرگ و با ناتوانی در نجات خودش دست و پنجه نرم می‌کرد.

ماروین خیلی سریع‌تر از آن‌چه انتظار داشتم بیدار شد، شاید آخرش به صدای خواب‌بین خودش هم گوش داد. در ابتدا مشتاق دیدن بود، اما شور و شوق به زودی به احساسی قوی از افسوس و پشیمانی تبدیل شد. برای گذشته‌اش و برای مرگ قریب‌الوقوعش غصه می‌خورد. بیش از همه برای فضاهای وسیع خالی زندگی‌اش: توانایی بالقوه استفاده نشده درونش، فرزندانی که هرگز نداشت، پدری که هرگز او را نشناخت، خانه‌ای که هیچ‌گاه با خانواده و دوستانش پُر نشد، زندگی شغلی‌ای که

شاید می‌توانست به جای انباشتنِ پولِ خیلی زیاد شامل چیزهای بهتری باشد، افسوس می‌خورد. بالاخره، برای خودش، برای خواب‌بین زندانی شده، برای پسر کوچک گریانی که در تاریکی درخواست کمک می‌کرد، غصه می‌خورد.

می‌دانست که هرگز به طریقی که واقعاً می‌خواست زندگی نکرده است. شاید هنوز می‌توانست کاری بکند. شاید هنوز فرصت داشت تا زندگی نوینی را روی یک بوم سفید بزرگ نقاشی کند. او شروع به چرخاندن دستگیره درهای اسرارآمیز کرد، تا در گوش یک دختر ناشناخته به طور محرمانه نجوا کند، تا از خودش بپرسد پدرهای ناپدید شده، کجا رفته‌اند.

اما او از حد خودش فراتر رفته بود. به فراتر از خطوطی که برایش مقدر شده بود، رسیده بود و حالا از همه طرف مورد هجوم قرار گرفته بود: گذشته تاریک و جبران‌ناپذیر، و آینده مسدود بود. خیلی دیر شده بود: خانه‌اش ساخته شده بود، امتحان نهایی‌اش برگزار شده بود. او با شدت دریچه‌های سد آگاهی را، فقط به دلیل غرق شدن در نگرانی ناشی از مرگ، باز کرده بود.

گاهی اوقات نگرانی از مرگ به صورت بی‌اهمیتی در شکل عمومی‌اش کنار گذاشته می‌شود. علاوه بر آن، چه کسی مرگ را نمی‌شناسد و از آن نمی‌ترسد؟ با وجود این به طور کلی یک چیز درباره مرگ معلوم است: از ترس به خود لرزیدن و یا درک مرگ خود و تجربه آن با تمام وجود، که کاملاً چیز دیگری است. چنین آگاهی‌ای از مرگ که به ندرت پیش می‌آید ـ گاهی اوقات فقط یک یا دو مرتبه در طول عمر ـ مانند وحشتی که ماروین همین حالا هر شب با آن روبه‌رو می‌شود، هولناک است.

ماروین در برابر این وحشت حتی از عمومی‌ترین ابزار دفاعی، یعنی فرزند بی‌بهره بود. او نمی‌توانست از خیالِ باطل کانون‌های سرچشمه جاودانگی آسایش یابد. او یهودی کم‌ایمانی بود که به هیچ چیز ـ نه آگاهی از مصونیت پس از مرگ و نه وعده رستگاری قطعی فراگیر قوم یهود ـ اعتقادی پایدار نداشت. حتی از دانستن این‌که خودش را در زندگی شناخته است، رضایت نداشت (به عنوان قاعده‌ای کلی، احساس رضایت کم‌تر شخص از زندگی، باعث نگرانی عظیم‌تر از مرگ می‌شود.) بدتر از همه، ماروین نمی‌توانست هیچ پایانی برای نگرانی‌اش پیش‌بینی کند. تصویر خواب واضح بود: شیاطین از فضای ذهن او فرار و منظره تهدیدآمیزی را پُر کرده بودند. او نه می‌توانست فرار کند و نه با بستن در عبور و مرور می‌توانست آن‌ها را زندانی کند.

بنابراین ماروین و من به نقطه‌ای سرنوشت‌ساز رسیده بودیم، به نقطه‌ای بحرانی که به ناچار به آگاهی کامل منجر می‌شود. این زمانی بود که شخص به لبهٔ پرتگاه می‌رسد و تصمیم می‌گیرد چگونه با حقایق بی‌رحم هستی ـ مرگ، انزوا، پوچی و بی‌معنایی زندگی ـ مواجه شود. البته هیچ راه حلی وجود ندارد. شخص از نقطه نظرهای معینی فقط یک گزینه دارد: «ثابت‌قدم» باشد یا «تسلیم» شود، شجاعانه سرکش، یا صبورانه پذیرا باشد، یا خردمندانه دنیا را وابگذارد و با خضوع و خشوع

تسلیم مشیت الهی شود.

شهر کتاب (nbookcity.com)

نمی‌دانستم ماروین باید چه کار کند، هم‌چنین دیگر نمی‌دانستم چگونه به او کمک کنم. به یاد می‌آورم هر جلسه با کنجکاوی کم‌تری در جست‌وجوی گزینه‌ای بودم که باید در مورد او به کار ببرم. چه کار باید بکنم؟ آیا او از کشف خودش فرار می‌کرد؟ آیا بار دیگر راهی پیدا می‌کرد تا تسلی‌دهنده خودفریبی را از سرش بیرون بکشد؟ آیا سرانجام به راه حل مذهبی رو می‌آورد؟ یا استحکام و پناهگاهی در یکی از راه حل‌های فلسفی مکتب لبن(۱۹۰) پیدا می‌کند؟ هیچ‌گاه حس نکرده بودم که این‌قدر به نقش دوگانه روان‌درمانگر به عنوان ناظر ـ شریک علاقه‌مند باشم. اگرچه حالا از نظر عاطفی به شدت درگیر و مواظب اتفاقاتی بودم که ممکن بود برای ماروین پیش بیاید. در همان زمان، می‌دانستم که در موقعیتی ویژه برای مطالعه منشأ اعتقادات و باورها قرار گرفته‌ام.

هر چند ماروین هنوز احساس نگرانی و افسردگی می‌کرد، اما با شجاعت به روان‌درمانی ادامه می‌داد. احترامم به او افزایش یافته بود. فکر می‌کردم که خیلی وقت قبل باید به روان‌درمانی پایان می‌داد. چه چیزی موجب شده بود به درمان ادامه دهد؟

او گفت «چند چیز». اول، هنوز از میگرن نجات نیافته بود. دوم، او هشدار مرا به خودش در اولین ملاقات‌مان به یاد می‌آورد: زمان‌هایی در درمان وجود دارد که احساس می‌کنی بدتر شده‌ای. او سخنان مرا مبنی بر این‌که نگرانی فعلی مرحله‌ای در روان‌درمانی است و سرانجام پایان خواهد یافت، پذیرفته بود. از آن گذشته، متقاعد شده بود که چیز مهمی باید در روان‌درمانی اتفاق بیفتد: در پنج ماه گذشته خیلی بیش‌تر از شصت و چهار سال قبلی درباره خودش آموخته بود!

و چیز دیگری که به طور کلی غیرمنتظره بود، روی داده بود: رابطه‌اش با فیلیس شروع به تغییر چشمگیری کرده بود.

ـ خیلی بیش‌تر و صادقانه‌تر از قبل با یکدیگر گفت‌وگو می‌کردیم. واقعاً نمی‌دانم این رفتار چه وقت شروع شد. وقتی برای اولین بار ملاقات کردیم، گفت‌وگوی عجولانه کوتاهی با یکدیگر داشتیم. اما آن یک هشدار اشتباه بود. فکر می‌کنم فیلیس فقط سعی می‌کرد مرا متقاعد کند که می‌توانیم بدون ملاقات با روان‌درمانگر با یکدیگر صحبت کنیم.

اما در چند هفته گذشته، اوضاع تغییر کرد. حالا واقعاً گفت‌وگو می‌کردیم. آن‌چه را شما و من در هر جلسه راجع به آن گفت‌وگو می‌کردیم، به فیلیس می‌گفتم. در حقیقت، او جلوی در منتظر من بود تا از جلسه به خانه بازگردم و مثلاً اگر دیر می‌آمدم، یا اگر تقاضا می‌کردم تا شام صبر کنیم ـ زیرا گفت‌وگو در سر میز شام جالب‌تر است ـ ناراحت می‌شد.

ـ چه چیزهایی به نظر او جالب‌تر می‌آمد؟

ـ تقریباً همه چیزها. به شما گفته بودم فیلیس دوست ندارد پول خرج کند، او عاشق

حراج است. ما به شوخی به یکدیگر می‌گوییم که با پرداخت هزینه یک روان‌درمانی، هر دو نفر معالجه می‌شویم.
ـ این هم نوعی معامله است که من هم از انجام آن خوشحالم.
ـ فکر می‌کنم مهم‌ترین چیز برای فیلیس وقتی بود که راجع به بحث‌مان درباره کارم، در این‌باره که چقدر متأسفم که بیش‌تر از توانایی‌ام کار نکرده‌ام، از این‌که خودم را فقط وقف پول درآوردن کرده بودم، از این‌که هیچ‌گاه خدماتی را که می‌توانستم برای دنیا انجام دهم، بررسی نکردم، با او صحبت کردم. این حرف‌ها ضربه سختی به او وارد کرد. او گفت که اگر این حرف‌ها برای من درست باشند، صاف و پوست‌کنده برای او هم همین‌طور بود ـ این‌که او یک زندگی به طور کلی خودمحور را پشت سر گذاشته است، این‌که هیچ‌گاه چیزی به خودش نداده بود.
ـ اما او چیزهای زیادی به تو داده است.
ـ من هم همین را به او گفتم. ابتدا به خاطر گفتن این جمله از من تشکر کرد، اما بعداً، بعد از این‌که بیش‌تر به آن فکر کرد، گفت خیلی هم مطمئن نیست ـ شاید خواسته به من کمک کند، اما گفت که شاید از بعضی لحاظ سد راه من بوده است.
ـ چطور؟
ـ او همه چیزهایی را که راجع به موضوع‌های مختلف به شما گفته بودم، یادآوری کرد: روشی که با استفاده از آن مانع ورود دیگران به خانه‌مان می‌شد، طریقی که به کمک آن مرا از دوست شدن با کسانی که ممکن بود به خانه ما بیایند، منع می‌کرد؛ روش‌هایی که بدان طریق مسافرت را رد می‌کرد و مانع من از رفتن به سفر می‌شد
ـ آیا تا به حال راجع به آن چیزی به شما گفته‌ام؟ بیش از همه از بی‌فرزند بودن و این‌که سال‌ها قبل از مراجعه به پزشک متخصص نازایی خودداری کرد، متأسف بود.
ـ ماروین، من مات و مبهوت شدم. این‌همه روراستی، این همه صداقت! شما دو نفر چه کار کردید؟ صحبت درباره این چیزها سخت است، واقعاً سخت است.
ماروین به صحبت درباره فیلیس ادامه داد. او بهای بصیرتش را پرداخته بود: به شدت مضطرب شده بود. یک شب که ماروین نمی‌توانست بخوابد، از اتاق خواب فیلیس صدای نجوا شنید (آن‌ها به خاطر این‌که ماروین در خواب خُرناس می‌کشد، در اتاق‌های جدا می‌خوابند). ماروین با نوک پا وارد اتاق شد و دید فیلیس کنار تختش زانو زده و مناجات می‌کند، یک جمله را پشت سر هم با لحنی سوزناک تکرار می‌کرد: «ای مادر مقدس خودم را به تو می‌سپارم. ای مادر مقدس خودم را به تو می‌سپارم. ای مادر مقدس خودم را به تو می‌سپارم.»
ماروین از این صحنه به شدت متأثر شده بود به طوری که بیان آن با کلمات برایش خیلی سخت بود. فکر می‌کنم ماروین از این صحنه متأسف شده بود، برای فیلیس، برای خودش، برای تمام مردم کوچک بی‌پناه متأسف شده بود. فکر می‌کنم او فهمیده بود که مناجات فیلیس دعایی خارق‌العاده بود، تقاضای حمایت ناچیزی در برابر

چیزهای وحشتناکی که همه ما مجبوریم با آن مواجه شویم.
ماروین بالاخره به خواب رفت و اواخر آن شب خواب دید:

مجسمه‌ای از یک الهه روی سکویی در یک اتاق بزرگ شلوغ قرار داشت. این مجسمه شبیه عیسی بن مریم بود اما لباس گچی نارنجی‌رنگ آویزانی پوشیده بود. در طرف دیگر اتاق هنرپیشه‌ای با لباس سفید بلند حضور داشت. هنرپیشه و مجسمه جای‌شان را با هم عوض کردند. آن‌ها به دلیلی لباس‌های‌شان را عوض کردند و مجسمه از سکو پایین آمد و هنرپیشه از سکو بالا رفت.

ماروین گفت بالاخره خواب را درک کرده است. خواب به این معنا بود که او زنان را به شکل الهه درآورده بود و سپس باور کرده بود که اگر بتواند رضایت آن‌ها را جلب کند، نجات یافته است. به همین دلیل بود که همیشه از خشم فیلیس وحشت داشت و به همین دلیل وقتی ماروین مضطرب می‌شد، فیلیس می‌توانست با مهر و محبت زنانه او را تسکین دهد و اضطرابش را از بین ببرد.
ـ در این صورت فیلیس مانند نیروی نجات‌بخشی با ابراز محبت‌های زنانه مرا آرام می‌کرد. شما بارها گفته‌اید که این عمل، هم‌بستر شدن نیست و حالا متوجه می‌شوم که شما راست گفتید. مثل این است که او با آغوش باز مرا می‌پذیرد تا مرا از دلواپسی و نگرانی نجات دهد.
ـ قدرت جادویی او ـ مثل الهه بودن ـ را خودت به او اعطا کرده‌ای. او می‌تواند فقط با یک لبخند، یا با صحبت محبت‌آمیز درگوشی تو را شفا دهد. تعجبی ندارد که تلاش زیادی می‌کنی تا او را نرنجانی. اما مشکل این است که هم‌بستر شدن به چیزی درمان‌کننده تبدیل شود. نه، خیلی بیش‌تر؛ هم‌بستر شدن به مسئله مرگ و زندگی تبدیل شده و نجات تو به یکی شدن با این زن بستگی پیدا کرده است. تعجبی ندارد که هم‌بستر شدن مشکل شده است. باید یکدیگر را دوست داشته باشید، به یکدیگر محبت کنید، نه این‌که برای حفاظت از خطر هم‌بستر شوید. با این دیدگاه نسبت به هم‌بستر شدن، هر کسی ـ به طور قطع خود من هم ـ با توانایی جنسی مشکل خواهد داشت.
ماروین دفتر یادداشت خود را بیرون آورد و چند خط در آن نوشت. هفته‌های قبل وقتی شروع به یادداشت برداشتن می‌کرد، ناراحت می‌شدم، اما از روان‌درمانی چنان استفاده خوبی برده بود که متوجه شدم باید به هر یک از فنون کمک حافظه‌اش احترام بگذارم.
ـ اجازه بدهید ببینم آیا درست فهمیده‌ام. نظر شما این است که هر چه را که من رابطه خصوصی زناشویی می‌نامم، نمی‌تواند دست‌کم به همان خوبی هم‌بستر شدن باشد، بلکه راهی است برای این‌که خودم را در برابر ترس، به خصوص ترس از پیر

شدن و مرگ حفاظت کنم. و وقتی من ناتوان هستم، به این دلیل نیست که در نزدیکی کردن به عنوان یک مرد شکست خورده‌ام بلکه من توقع دارم هم‌بستر شدن کاری انجام دهد که از عهده آن خارج است.

ـ دقیقاً و شواهد بسیاری برای اثبات آن وجود دارد. خواب مربوط به آن دو مأمور لاغراندام و نی با نوک سفید شاهدی قوی است. شاهد دیگر، خواب آن زمین پر آب در زیر خانه‌ات است که سعی می‌کردی با حفر گودالی با مته‌ای غول‌آسا خانه‌ات را نجات دهی. هم‌چنین احساساتی که شرح دادی که به وسیله ارتباط فیزیکی با فیلیس که ظاهراً هم‌بستر شدن است، تسکین می‌یابند ولی واقعاً نیست و یا همان‌طور که یادداشت کردی، ابداً نزدیکی نیست.

ـ بنابراین دو مشکل وجود دارد: اول، من توقع دارم هم‌بستر شدن کاری ماورای قدرتش انجام دهد. دوم، من قدرتی تقریباً فوق طبیعی به فیلیس می‌دهم تا مرا درمان یا از من حفاظت کند.

ـ و در آن صورت وقتی ناخواسته مناجات مکرر حزن‌انگیز را شنیدی، همه چیز از هم پاشید.

ـ آن زمان بود که فهمیدم فیلیس چقدر ضعیف است ـ نه فیلیس به طور خاص، بلکه همه ضعیف هستند. نه، نه فقط زن‌ها، بلکه همه مردم ضعیف و لغزش‌پذیرند. آن‌چه من انجام می‌داده‌ام، وابستگی به سحر و جادو، دقیقاً همان کاری است که فیلیس هم انجام می‌داده است.

ـ بنابراین تو برای حفاظت به قدرت او وابسته هستی و او به نوبه خودش برای حفاظت به مناجاتی رازآلود متوسل می‌شود. نگاه کن کجا تو را رها می‌کند.

ـ نکتهٔ مهم دیگری هم وجود دارد. حالا موضوع‌ها را از نگاه فیلیس بررسی کن: اگر او به خاطر علاقه‌اش نسبت به تو نقش الهه بودن را که تو به او تخصیص داده‌ای، بپذیرد، فکر کن آن نقش با امکانات خود او چه تأثیری در رشدش خواهد داشت. برای این‌که در جایگاه خودش بماند، هرگز درباره درد و ترسش، مگر تا همین اواخر، هیچ چیز به تو نگفته بود.

ـ آرام باش! اجازه بده این‌ها را بنویسم. می‌خواهم همه این موضوع‌ها را به فیلیس توضیح بدهم.

ماروین با اشتیاق شروع به نوشتن کرد.

ـ بنابراین او به تعبیری آرزوهای ناگفته‌ات را بدون بیان آشکار عدم یقین خودش، با تظاهر به قوی‌تر بودن از آن‌چه حس می‌کند، دنبال خواهد کرد. دلم گواهی می‌دهد این یکی از دلایلی است که وقتی روان‌درمانی را شروع کردیم، او شرکت نکرد. به عبارت دیگر، او آرزوی تو را مبنی بر این‌که خودش تغییر نمی‌کند، برآورده ساخت. هم‌چنین دلم گواهی می‌دهد که اگر الان از او درخواست کنی، شاید بیاید.

ـ خدای من، ما همین الان واقعاً روی همان موج هستیم. فیلیس و من از قبل این

موضوع را مورد بحث قرار داده‌ایم و او آماده صحبت کردن با شماست.
و به این طریق بود که فیلیس وارد روان‌درمانی شد. جلسه بعد همراه با ماروین وارد دفترم شد؛ زنی زیبا و باوقار که با اراده‌ای محض بر کمرویی‌اش غلبه کرد و در جلسه سه نفره‌مان احساسات خود را جسورانه ابراز داشت.

شهر کتاب (nbookcity.com)

گمانه‌زنی‌های ما درباره فیلیس به این نشانه نزدیک شده بود: او اغلب مجبور شده بود احساسات نامناسب خود را فرو بدهد تا ماروین ناراحت نشود. و البته وقتی ماروین در رنج و درد بود، فیلیس فوق‌العاده نگران می‌شد، به این معنا که اخیراً تقریباً تمام مدت نگران بوده است.

اما رفتارش به طور کلی واکنشی نسبت به مشکلات ماروین نبود. او با مسائل شخصی بسیاری، به خصوص حساسیت شدیدش درباره کمبود تحصیلاتش و این باور که از لحاظ فکری از بسیاری از مردم، به خصوص ماروین پایین‌تر بود، نیز دست و پنجه نرم می‌کرد. یکی از دلایلی که می‌ترسید و از مردم دوری می‌کرد، رویدادهای اجتماعی‌ای بود که هر کسی ممکن بود از او بپرسد: «چه کار می‌کنید؟» او از گفت‌وگوهای طولانی پرهیز می‌کرد زیرا ممکن بود معلوم شود که هرگز به دانشکده نرفته است. وقتی خودش را با دیگران مقایسه می‌کرد، به ناگزیر نتیجه می‌گرفت که آن‌ها آگاه‌تر و زرنگ‌تر، از نظر اجتماعی کارآمدتر و دارای اعتماد به نفس بیش‌تر و جالب‌تر هستند.

من گفتم:

ـ پس شاید تنها منطقه‌ای که می‌توانی قدرت‌نمایی کنی، بستر است. آن تنها مکانی است که ماروین به تو نیاز دارد و نمی‌تواند هیچ سلطه‌ای روی تو داشته باشد.

فیلیس ابتدا با تردید جواب داد و سپس کلمات شروع به بیرون آمدن از دهانش کردند.

حدس می‌زنم باید چیزی را که ماروین طالب آن است، در اختیارش قرار بدهم. در بیش‌تر موضوع‌های دیگر بسیار خودکفاست. اغلب حس می‌کنم چیز زیاد دیگری ندارم که به او بدهم. قادر نبودم بچه‌دار شوم، از مردم می‌ترسم، هیچ‌گاه بیرون از خانه کار نکرده‌ام، هیچ استعداد یا مهارتی ندارم.

مکث کرد، چشمانش را پاک کرد و به ماروین گفت:

ـ ببین، اگر تمام فکرم را متوجه آن کنم، ممکن است گریه کنم.

بعد به طرف من برگشت و ادامه داد:

ـ ماروین به شما گفته که در مورد موضوع‌هایی که دو نفری بحث می‌کرده‌اید، با من صحبت کرده است. من زمانی تحت روان‌درمانی بودم ولی آن را کنار گذاشتم. بعضی از موضوع‌ها مرا متعجب می‌کردند، آن‌ها بیش‌تر از آن‌که به او مربوط باشند، به من مربوط بودند.

ـ مثلاً؟

ـ مثلاً پشیمانی. آن نظریه واقعاً خانهٔ ما را به هم ریخت. من از خیلی از کارهایی که در زندگی‌ام کرده‌ام، یا بهتر است بگویم، از آن‌چه انجام نداده‌ام، پشیمانم.

در آن لحظه دلم برای فیلیس سوخت و مأیوسانه تلاش کردم چیز مفیدی بگویم.

ـ اگر با دقت به گذشته نگاه کنیم، غلبه بر پشیمانی خیلی آسان خواهد بود. اما حالا

موضوع مهم این است که به سمت آینده بچرخیم. ما مجبوریم به تغییر فکر کنیم. آن‌چه نباید روی دهد این است که پنج سال بعد با حسرت و پشیمانی به نحوه زندگی‌ات در آن مدت نگاه کنی.

فیلیس پس از مکث کوتاهی جواب داد:

ـ می‌خواهم بگویم خیلی پیرتر از آن شده‌ام که بتوانم به طریق دیگری زندگی کنم. سی سال است که چنین حسی دارم. سی سال! تمام زندگی‌ام با این احساس گذشت که خیلی دیر شده است. اما می‌بینید که ماروین در چند هفته اخیر به طور چشمگیری تغییر کرده است. شاید متوجه آن نشده باشید، اما حقیقت محض این است که من امروز این‌جا در دفتر یک روان‌درمانگر هستم و درباره خودم صحبت می‌کنم، این موضوع خودش یک گام بزرگ است.

به یاد می‌آورم فکر می‌کردم چه سعادتی بود که تغییر ماروین موجب تغییر فیلیس شده است. روان‌درمانی اغلب به این شکل تأثیر نمی‌گذارد. در حقیقت، روان‌درمانی اغلب ازدواج را در تنگنا قرار می‌دهد: اگر بیمار تغییر کند و همسرش در همان موضع قبلی متوقف شود، در آن صورت تعادل پویای ازدواج اغلب از هم می‌پاشد. بیمار یا باید از رشد چشم‌پوشی کند یا رشد کند و پیوند زناشویی را به خطر بیندازد. خیلی خوشحالم که فیلیس این همه انعطاف‌پذیری نشان داد.

آخرین چیزی که مورد بحث قرار دادیم، تنظیم علائم بیماری ماروین بود. خودم را قانع کرده بودم که مفهوم نمادین بازنشستگی ـ یعنی نگرانی اصلی انسانی، این نشانه مهم زندگی ـ توضیحی کافی برای شروع نشانه‌هایش بود. اما فیلیس توضیحاتی اضافی برای «چرا حالا» ارائه داد.

ـ مطمئنم شما می‌دانید راجع به چه چیزی صحبت می‌کنید و این‌که ماروین باید از آن‌چه درباره بازنشستگی می‌داند، نگران‌تر شود. اما، صادقانه بگویم، من از فکر بازنشستگی پریشان می‌شوم. و وقتی من مضطرب می‌شوم ـ نگران درباره هر چیز ـ ماروین هم دلواپس می‌شود. رابطه ما به این شکل روی یکدیگر اثر می‌گذارد. اگر من نگران شوم، حتی اگر آن را کاملاً مسکوت بگذارم، او آن را حس می‌کند و دلواپس می‌شود. گاهی اوقات او آن‌قدر ناراحت می‌شود که نگرانی‌ام را از من دور می‌کند.

فیلیس تمام این حرف‌ها را چنان راحت بیان کرد که برای یک لحظه فشار زیادی را که بر او وارد می‌شد، فراموش کردم. قبلاً با هر یکی دو جمله‌ای که می‌گفت، نیم‌نگاهی به ماروین می‌انداخت. مطمئن نبودم که آیا این نگاه برای به دست آوردن حمایت ماروین است یا برای خاطرجمعی خودش است که ماروین تحمل شنیدن آن‌چه را او مجبور بود بگوید، دارد. اما حالا غرق در سخنان خودش بود. ضمن این‌که صحبت می‌کرد، بدن و سرش را کاملاً صاف نگه داشته بود.

ـ چرا بازنشستگی ماروین باید تو را آشفته کند؟

ـ خوب، به یک دلیل، او فکر می‌کند بازنشستگی به معنای مسافرت رفتن است.

نمی‌دانم چقدر راجع به من و مسافرت به شما گفته است. من دوست ندارم به مسافرت بروم. در حقیقت، مشکلات زیادی برای بیرون رفتن از خانه دارم. البته با این‌که او به تنهایی نصف دنیا را هم بگردد، مشکل ندارم. به دنبال این نیستم که ماروین «کنترل خانه» را در اختیار بگیرد. در چهل سال گذشته او به تنهایی دفتر کارش را اداره کرده و من هم امور خانه را مدیریت کرده‌ام. حالا می‌فهمم که این‌جا خانه او هم هست. می‌توانید بگویید این‌جا کلاً خانه او است، با پول او خریداری شده است. اما خیلی ناراحت‌کننده است که ماروین حرف‌هایی دربارهٔ تغییر اتاق‌ها بیان کند تا بتواند انواع کلکسیون‌هایش را در آن‌جا به نمایش درآورد. مثلاً، همین الان او سعی می‌کند کسی را بیاورد تا برای اتاق ناهارخوری میز شیشه‌ای جدیدی بسازد که او بتواند نشان‌ها و مبارزات سیاسی‌اش را در آن‌جا به نمایش بگذارد. من دوست ندارم روی نشان‌های سیاسی غذا بخورم. می‌ترسم به سمت دردسر جدیدی کشیده شویم و...

ناگهان ساکت شد.

ـ فیلیس، می‌خواستی چیز دیگری بگویی؟

ـ خوب، این سخت‌ترین حرفی است که می‌خواهم بگویم. خجالت می‌کشم. از این می‌ترسم که وقتی در خانه بماند، متوجه شود که من هر روز چقدر کم کار می‌کنم و احترامش را نسبت به من از دست بدهد.

ماروین فقط دست فیلیس را گرفت. به نظر کار درستی انجام داد. در حقیقت، در سرتاسر جلسه عمیقاً ابراز همدلی کرد. هیچ پرسش پریشان‌کننده، هیچ جمله طنزآمیز مبتذل، هیچ تلاشی برای سطحی جلوه دادن موضوع، مطرح نکرد. او به فیلیس اطمینان داد که مسافرت برایش خیلی مهم بود، اما نه آن‌قدر مهم که نتواند تا آماده شدن فیلیس صبر کند. او به وضوح به فیلیس گفت که مهم‌ترین چیز در دنیا برایش رابطه بین آن‌ها بود و این‌که حس کرد هیچ‌گاه این‌قدر به او نزدیک نبوده است.

چندین جلسه با فیلیس و ماروین به عنوان یک زوج ملاقات کردم. وضعیت جدید و صادقانه‌تر ارتباط بین آن‌ها را تقویت کردم و چند عملکرد بنیادی‌تر در روابط زناشویی را به آن‌ها آموزش دادم: این‌که فیلیس چگونه می‌تواند به ماروین در ایام بازنشستگی کمک کند، چگونه می‌تواند به او کمک کند تا از کلکسیون‌هایش لذت ببرد، ماروین چگونه می‌تواند در امور خانه به فیلیس کمک کند و بالاخره این‌که چگونه می‌توانند از امور مشترک خصوصی‌تر لذت ببرند.

فیلیس سال‌ها خانه‌نشین بوده و حالا هم به ندرت جرئت می‌کند تنها از خانه بیرون رود. به نظرم آمد زمان تغییر آن الگو فرا رسیده است. فکر می‌کنم حالا منظور، یا دست‌کم یک منظور او ترس از فضای باز کهنه شده باشد و آن را می‌توان با تناقض برطرف کرد. ابتدا موافقت ماروین را به دست آوردم تا قول بدهد توصیه‌هایی را که به او می‌کنم اجرا کند، تا به فیلیس کمک کنیم تا بر ترسش از محیط باز غلبه کند. سپس به ماروین آموزش دادم که اگر در محل کارش بود، هر دو ساعت یک بار به فیلیس تلفن بزند و دقیقاً این کلمات را به او بگوید: «فیلیس، لطفاً از خانه بیرون نرو. من باید خاطرجمع باشم که تو تمام‌وقت در خانه هستی تا مواظب من باشی و جلو ترس و وحشت مرا بگیری.»

چشمان فیلیس گشاد شدند. ماروین با ناباوری به من نگاه کرد. آیا من واقعاً جدی بودم؟

به ماروین گفتم که می‌دانم که این کار دیوانگی به نظر می‌رسد، اما او را متقاعد کردم که دستورالعمل مرا صادقانه انجام دهد.

آن‌ها ابتدا چند مرتبه هرهر خندیدند. ماروین به فیلیس گفت «از خانه بیرون نروی!» این گفته به نظر مسخره و غیرطبیعی به نظر می‌آمد، فیلیس ماه‌ها بود که از خانه بیرون نرفته بود. اما به زودی عصبانیت جای خنده را گرفت. ماروین از دست من عصبانی بود زیرا او را وادار کرده بودم قول بدهد که یک جمله احمقانه را تکرار کند. فیلیس، اگرچه می‌دانست که ماروین توصیه‌های مرا دنبال می‌کند، از دست او عصبانی بود به خاطر این‌که دستور می‌داد در خانه بماند. او بعد از چند روز به تنهایی تا کتابخانه، و سپس به خرید رفت و در چند هفته بعد جرئت کرد تا مسافت‌های دورتری برود که سال‌ها نرفته بود.

من به ندرت از چنین رهیافت‌های فریبکارانه‌ای در روان‌درمانی استفاده می‌کنم، بهای آن معمولاً خیلی زیاد است و شخص باید صداقت را قربانی مواجهه با روان‌درمانی کند. اما تناقض در آن رویدادهایی می‌تواند مؤثر باشد که پایه‌های درمان محکم است و رفتار تجویز شده مفهوم نشانه بیماری را باطل کند. در این مورد، واهمه فیلیس از محیط باز نشانه بیماری او نبود بلکه نشانه بیماری آن‌ها بود و از آن برای حفظ تعادل زناشویی استفاده شد. فیلیس تا ابد به ماروین تعلق داشت، ماروین به شرط تضمین امنیت‌شان می‌توانست به دور دنیا سفر کند، و به هر حال از علم به این‌که فیلیس همیشه در خانه منتظر او است، احساس امنیت کند.

در استفاده من از این مداخله طنز خاصی وجود داشت: رویکرد وجودی با تناقضی فریبکارانه معمولاً دوستانی ناهماهنگی هستند. اما در این‌جا توالی رویداد طبیعی به نظر می‌رسد. ماروین در رابطه‌اش با فیلیس از بینش‌هایی استفاده کرده بود که آن‌ها را از مواجهه با منبع‌های عمیق یأس و ناامیدی‌اش به دست آورده بود. اما با وجود این یأس و ناامیدی (که در خواب‌هایش با نمادهایی مثل ناتوانی در تعمیرات خانه‌اش

در شب نشان داده شده بود) اقدام به بازسازی ریشه‌ای رابطه‌اش با زنش کرده بود. ماروین و فیلیس هر دو حالا از رشد، هستی و وجود دیگری چنان مراقبت می‌کردند که صادقانه می‌توانستند در روند بیرون کشیدن نشانه بیماری از مخفیگاهش همکاری کنند.

تغییرات ماروین از مارپیچی انعطاف‌پذیر و جدا از نقشی محدود شروع شد، اما فیلیس برای چند هفته درگیر تغییرات مهمی بود و در طول سال بعد با روان‌درمانگر دیگری به بهبود در روان‌درمانی انفرادی ادامه داد و آن‌ها را محکم کرد.

ماروین و من فقط چند مرتبه دیگر با یکدیگر ملاقات کردیم. به لطف پیشرفتش فهمیده بود که به بیان خودش، از سرمایه‌گذاری در روان‌درمانی سود خوبی نصیبش شده بود. میگرن‌ها که دلیل وی برای شروع روان‌درمانی بودند، دیگر هرگز برنگشتند. هر چند در خُلق و خوی او هنوز نوساناتی روی می‌داد (و هنوز به هم‌بستر شدن با همسرش بستگی داشت) اما شـدت آن‌ها به طور قابل توجهی کم شـده بود. ماروین حدس می‌زد که نوسانات خُلق و خوی وی حالا تقریباً به همان وضعیت بیست سال قبل تبدیل شده است.

من نیز از کارمان راضی بودم. همیشه بیش‌تر از آن‌چه می‌توانید انجام دهید، کار وجود دارد، اما روی هم رفته خیلی بیش‌تر از آن‌چه در جلسه اول پیش‌بینی کرده بودم، موفق شدیم. این حقیقت که خواب‌های عذاب‌آور ماروین متوقف شده بودند نیز دلگرم‌کننده بود. هر چند در چند هفته آخر هیچ پیامی از خواب‌بین دریافت نکرده بودم، با وجود این دلم برای آن‌ها تنگ نشده بود. ماروین و خواب‌بین در یکدیگر ذوب شده بودند و حالا به عنوان یک شخص واحد با آن‌ها گفت‌وگو می‌کردم.

سال بعد ماروین را دوباره دیدم، زیرا همیشه برنامه بیماران را یک سال پس از جلسات ـ هم به خاطر خود آن‌ها و هم برای آموزش خودم ـ پیگیری می‌کنم. شیوهٔ کار این است: نواری که در بخشی از جلسهٔ اول‌مان ضبط شده است، برای بیمار پخش می‌شود. ماروین به ده دقیقه از مصاحبه اولیه‌مان با علاقه زیاد گوش کرد، لبخندی به من زد و گفت:

ـ آن آدم نفهم چه کسی است؟

شوخی ماروین یک جنبه جدی هم داشت. با شنیدن همین واکنش از بسیاری از بیماران، به این نتیجه رسیده‌ام که آن را نشانه معتبری از تغییر در نظر بگیرم. در حقیقت ماروین می‌گوید «من حالا شخص دیگری شده‌ام. من آن ماروین سال قبل را به سختی می‌شناسم. آن کارهایی که عادت داشتم انجام دهم ـ یعنی خودداری از نگاه به زندگی خودم، سعی در کنترل یا تهدید دیگران، سعی در تحت فشار قرار دادن دیگران با هوش خودم، با نمودارهایم، با تمام وجود خودم ـ همه نیست و نابود شـده‌اند. دیگر از این کارها نمی‌کنم.»

این‌ها سازش‌های کمی نیستند: این تغییرات بیانگر اصلاحات اساسی در شخصیت هستند. اما آن‌قدر هوشمندانه و نامحسوس در شخصیت ادغام شده‌اند که به طور کلی کارآمدترین پرسش‌نامه پژوهشی هم نمی‌تواند آن‌ها را آشکار کند.
ماروین با مراقبت‌های معمولی و پیگیری یادداشت‌های یک‌ساله حاضر شده بود وظایف مهمی را که در روان‌درمانی مشخص کرده بودیم مرور و ارزیابی کند.
قضاوت یکنواخت نبود: در بعضی حوزه‌ها به تغییرات خود ادامه داده بود و در حوزه‌های دیگر پسرفت کرده بود. ابتدا به من اطلاع داد که فیلیس خیلی خوب کار می‌کند: ترس او از ترک خانه خیلی بهبود یافته بود. به یک گروه‌درمانی خانم‌ها پیوسته بود و با شرکت در فعالیت‌های اجتماعی روی ترسش کار می‌کرد. شاید مؤثرترین کار، تصمیمش در انطباق دادن نگرانی‌اش در مورد کمبود تحصیلات بود. به همین دلیل در چند دوره آموزشی دانشگاه ثبت نام کرد.
اما در مورد ماروین؟ او دیگر سردرد میگرنی نداشت. نوسانات خُلق و خوی وی ادامه داشت اما کشنده نبود. هنوز به تناوب دچار ناتوانی جنسی می‌شد اما کم‌تر به آن فکر می‌کرد. ذهنیتش را نسبت به بازنشستگی تغییر داده بود و حالا به طور نیمه‌وقت کار می‌کرد، اما حوزه کاری خود را تغییر داده بود و در توسعه املاک و مدیریت کار می‌کرد؛ کاری که آن را جالب‌تر یافته بود. او و فیلیس هنوز رابطه خوبی با یکدیگر داشتند، اما گاهی اوقات از فعالیت‌های نویافته او آزرده می‌شد و احساس می‌کرد که مورد بی‌مهری قرار می‌گیرد.
و اما دوست قدیمی‌ام، خواب‌بین؟ او چه کرد؟ آیا پیامی برایم فرستاد؟ هر چند ماروین دیگر کابوس یا خواب مهمی ندیده بود، اما می‌دانست غرش‌های شبانه‌ای وجود داشتند. شب قبل از ملاقات‌مان، خواب کوتاهی دیده بود که پر از راز بود. به نظر می‌رسید کسی سعی کرده چیزی به او بگوید. ماروین امیدوار بود که شاید من بتوانم آن را درک کنم.

همسرم برهنه و با پاهای از هم گشوده در برابرم ایستاده است. از بین پاهای او به دوردست می‌نگرم، اما تنها چیزی که در فاصله‌ای خیلی دور می‌ببینم، چهره مادرم است.

و آخرین پیام خواب‌بین:
«حوزه دیدم به زن زندگی‌ام و تصوراتم محدود می‌شود. با وجود این، هنوز می‌توانم فاصله‌های دور را ببینم. شاید همین کافی باشد.»

سخنِ آخر. بازخوانی دژخیم عشق در هشتادسالگی

وقتی قبول کردم برای دژخیم عشق پیوستی بنویسم، هیچ تصوری از مخاطرات عاطفی احتمالی پیش رو نداشتم. این کتاب را بیست‌وپنج سال قبل نوشتم و از آن به بعد حتی یک‌بار هم به‌طور کامل آن را نخوانده بودم. نگاه به گذشته، به نوشتار اوایل کار خودم، نه تنها هیجان‌انگیز و اندوه‌بار، بلکه اضطراب‌آور و آزاردهنده بود. فورانی از غرور و افتخار که ابتدا حس کرده بودم، به سرعت فروکش کرد: «این مَرد خیلی بهتر از من می‌تواند بنویسد.»

ابتدا فکر کردم با ایامی که خیلی جوان بودم مواجه خواهم شد، اما با یک حساب سرانگشتی معلوم شد که موقع نوشتن این کتاب آن‌قدرها هم جوان نبودم: آن موقع در اواسط دهه پنجاه‌سالگی بودم! پس تعجب‌آور بود که نویسنده به نظر خیلی جوان، پُرانرژی، عنان‌گسیخته و مثل بچه‌مدرسه‌ای‌ها بوده باشد و بیش‌تر اوقات با جنب و جوشی وقیحانه با سلاحی کوبنده به دفاعیات بیمار بتازد. ای کاش می‌توانستم نظارت بر او را به عهده بگیرم و او را آرام کنم.

با وجود این، مطالب بسیاری درباره این خویشتن جوان‌تر وجود دارد که آن‌ها را دوست دارم. روش او را در خودداری از تشخیص یا طبقه‌بندی می‌پسندم. گویی برای اولین بار هر مجموعه خاص از بیماری‌ها و مشخصه‌های شخصیتی را مشاهده می‌کرد، مثل این‌که واقعاً معتقد بود که هر بیمار شخصی منحصربه‌فرد است و به رویکرد درمانی منحصربه‌فردی نیاز دارد. اشتیاقش برای تحمل عدم یقین و برای به عهده گرفتن وظیفه دشوار ابداع روان‌درمانی متفاوت برای هر بیمار را دوست دارم. برای رنجی که در هر دوره روان‌درمانی تحمل می‌کرد، عمیقاً متأسفم. او به مکاتب فکری مرسوم، به مکتب‌های تخصصی روان‌پزشکی مانند فرویدیسم، یونگ، لکانی، آدلرین یا شناختی ـ رفتاری با نظام توضیحی کاملاً فراگیر هم اعتماد نداشت. اما از این‌که هیچ‌گاه باور نداشت چیزهای ناشناخته را می‌شناسد نیز قدردانی می‌کنم.

جسارتش نیز قابل ستایش است. میزان خودافشاگری‌اش در بیست و پنج سال قبل تکان‌دهنده بود و بیش‌تر روان‌درمان‌گرها را عصبانی می‌کرد. و هنوز هم عجیب به نظر می‌رسد. من شخصاً یکه خوردم. با چه جرئتی این همه از مسائل شخصی مرا افشا کرد؟ مخزن اسرار من از نامه‌های عاشقانه، عادت‌های کاری ناخواسته من، نامهربانی‌های نابخشودنی و نگرش‌های غیرعادلانه‌ام نسبت به افراد چاق، وسواس فکری‌ام نسبت به عشق که مانع حضور کامل در تعطیلات خانوادگی شد. با وجود چنین رفتاری، به خود می‌بالم که در راه رویارویی درمانی صحیح مانعی ایجاد نمی‌کرد، همان کاری که امروز دقیقاً انجام می‌دهم. متقاعد شده‌ام که خودافشاگری خردمندانه روان‌درمانگر دوره روان‌درمانی را آسان می‌کند.

دژخیم عشق نقطه عطف مهمی برای من بود. در چند سال اول خدمتم به عنوان عضو هیئت علمی دانشکده پزشکی دانشگاه استنفورد، به شدت درگیر آموزش روان‌درمانی، پژوهش و انتشار مقاله در مجله تخصصی بودم. من نوع خاصی از گروه‌درمانی را توسعه دادم و در اثنای اولین فرصت مطالعاتی‌ام به نوشتن کتاب درسی درباره گروه‌درمانی پرداختم. بعد از پایان این کتاب، به علایق دیگری ـ یعنی نقش دلواپسی‌های وجودی در زندگی و رنج بشر ـ که مدت مدیدی به اعماق وجودم رخنه کرده بود، پرداختم. بعد از یک دهه مطالعه و پژوهش، کتاب درسی روان‌درمانی اگزیستانسیال را نوشتم، اما نه با این قصد که حوزهٔ جدیدی ایجاد شود، بلکه برای آن‌که تمام روان‌درمانگرها از مسائل هستی آگاه‌تر شوند. چهار دلواپسی عمده هستی ـ مرگ، معنی زندگی، انزوا و آزادی ـ نقشی حیاتی در زندگی درونی هر انسان بازی می‌کنند و هسته اصلی آن کتاب را تشکیل می‌دهند.

وقتی نوشتن این کتاب به پایان رسید، به توسعه نظرات جدید درباره استفاده از دلواپسی‌های وجودی انسان در روان‌درمانی ادامه دادم، اما به تدریج به این نتیجه رسیدم که چنین نظریاتی از طریق داستان‌سرایی بهتر بیان می‌شوند. فراموش نکردم که نظریات بعضی از مهم‌ترین متفکرین انسان‌گرا، مثل کامو و سارتر، در داستان‌ها و رمان‌های‌شان از آثار جدی روشنفکران متخصص در فلسفه، پرشورتر و جذاب‌تر است.

هم‌چنین از یادم نرفته بود که داستان‌سرایی در کتاب‌های درسی‌ام نقشی حیاتی هر چند نیمه‌آشکار بازی می‌کنند. از اساتید و دانشجویان بسیاری شنیده‌ام که داستان‌های بی‌شمار ـ بعضی در حد چند صفحه، بعضی فقط به اندازه یک یا دو پاراگراف ـ که در دو کتاب نظریه و عمل روان‌درمانی گروهی(۱۹۱) و روان‌درمانی اگزیستانسیال گنجانده‌ام به طور وسیعی اثربخشی هر دو کتاب را افزایش داده است. دانشجویان به من گفتند بسیار مشتاق هستند به جای این‌که از طریق نظریه‌های خشک موضوعی را به سختی بیاموزند، داستان جالبی را که فقط حول مسئله است، بخوانند.

بنابراین به تدریج این نظریه را توسعه دادم که بهترین راه برای انتقال نظراتم به دانشجویان و حساسیت هستی، داستان‌سرایی است. در ۱۹۸۷ دست به کار شدم و تصمیم گرفتم کتابی متفاوت بنویسم، کتابی که در آن ابتدا داستان را قرار دهم و بحث نظری را پس از آن بیاورم. با خودم قرار گذاشتم به هیچ طریق از نقش خودم به عنوان استاد روان‌درمانی منحرف نشوم، فقط به طریق متفاوتی وارد ماجرا شوم. به همین منظور دژخیم عشق را که مجموعه‌ای از داستان‌های آموزشی است (مانند تمام داستان‌ها و رمان‌های بعدی) برای روان‌درمانگرهای جوان و تمام افراد دیگر، از جمله بیمارانی نوشتم که به روان‌درمانی علاقه‌مند هستند. کتاب مرجع برای تغذیه نظریات برخی از این داستان‌ها، کتاب روان‌درمانگری اگزیستانسیال بود.

اما مؤلفه دیگری هم وجود داشت. همیشه دوست داشتم داستان‌پرداز باشم. تا جایی که به یاد می‌آورم، همیشه خواننده‌ای مشتاق بوده‌ام و تا حدودی از اوایل نوجوانی علاقه داشتم که به نویسنده‌ای واقعی تبدیل شوم. آن آرزو ضمن این‌که شغل علمی خودم را تعقیب می‌کردم به تعویق افتاد، تا این‌که شروع به نوشتن این ده داستان کردم، آن‌گاه حس کردم در مسیر پیدا کردن خودم قرار گرفته‌ام.

کتاب‌ها و مکان‌ها در خاطراتم به یکدیگر گره خورده‌اند. هر گاه کتابی را که قبلاً خوانده‌ام دوباره می‌خوانم یا حتی به آن فکر می‌کنم، بی‌درنگ مکانی را مجسم می‌کنم که ابتدا آن را در آن‌جا خوانده‌ام. بازخوانی دژخیم عشق جریانی از خاطرات لذت‌بخش را زنده کرد که در ۱۹۸۷ وقتی جوان‌ترین فرزندم به دانشکده رفت، شروع شدند و همسرم و من به مدت یک سال فرصت مطالعاتی به دور دنیا سفر کردیم. ابتدا وقتی دو هفته در توکیو تدریس می‌کردم با فرهنگ ژاپنی آشنا شدیم، سپس دو هفته به چین سفر کردیم که همسرم در آن‌جا به عنوان یک روشنفکر طرفدار حقوق زنان برای دانشجویان و اساتید دانشگاه سخنرانی کرد. در بعدازظهر آخرین روز اقامت در چین، در حالی که به تنهایی در خیابان‌های فرعی شانگهای پرسه می‌زدم، به کلیسای کاتولیکی بسیار زیبا و خلوتی رسیدم. بعد از این‌که مطمئن شدم تنها هستم، وارد جایگاه اعتراف شدم (صندلی‌ای برای کشیش تعبیه شده بود) و خودم را به جای نسل‌های کشیش‌هایی که اعترافات را در جایگاه می‌شنیدند، قرار دادم. به قدرت آن‌ها برای صدور حکم غبطه خوردم. «تو بخشیده شدی!» چه قدرت درمانی‌ای! در حالی که در آن جایگاه قدرت نشسته بودم، نویسندگی خارق‌العاده‌ای را تجربه کردم. به مدت یک ساعت، در رویایی فرو رفتم که در آن نقشه کلی «سه نامهٔ ناگشوده» به ذهنم خطور کرد. اساس داستان را به طور سرسری روی تنها کاغذ سفید موجود، صفحات سفید گذرنامه‌ام، که در دسترسم بود، نوشتم.

در بالی به طور جدی شروع به نوشتن کردم. مدت دو ماه در کوتا(۱۹۲) در بالی در خانه‌ای اسرارآمیز اقامت کردیم که دیوارهای بلندش باغ مجلل بزرگی را احاطه کرده بود اما در داخل، هیچ دیواری غیر از پرده‌های آویخته وجود نداشت. سَبُک سفر می‌کردم، بدون این‌که به هیچ مرجعی برای نوشتن نیاز داشته باشم و تنها پوشه یادداشت‌های جلسات حدود پنجاه بیمارم همراهم بود. حال و هوایم شگفت‌انگیز و آن جهانی بود. پرندگان رنگارنگ جسورانه در روی درختان باغ که با ظرافت به دور یکدیگر پیچیده شده بودند، می‌نشستند و با نغمه‌های دلنشین عجیبی جوّ را شاعرانه می‌کردند. عطر شکوفه‌های ناآشنا مرا که در باغ نشسته بودم و یادداشت‌هایم را بارها و بارها می‌خواندم، از خود بیخود می‌کردند. ضمن این‌که خاطرات جلساتم در طول روز به ذهنم سرازیر می‌شدند، داستانی، تقریباً بدون این‌که متوجه شوم، ریشه می‌گرفت و چنان انرژی‌ای در من ایجاد می‌کرد که مجبور می‌شدم تمام یادداشت‌های دیگر را کنار بگذارم و تمام حواسم را به آن داستان خاص اختصاص دهم. به محض

شروع به نوشتن، می‌فهمیدم هیچ نظریه‌ای درباره این‌که داستان به کجا منجر می‌شود یا به چه شکلی درخواهد آمد، ندارم. ضمن آن‌که اساساً مراقب گسترش طبیعی داستان بودم، خودم را تقریباً یک تماشاگر احساس می‌کردم. اغلب شنیده‌ام که نویسندگان می‌گویند داستان خودش نوشته می‌شود، اما فقط پس از آن‌که داستان‌هایم یکی پس از دیگری نوشته شدند، منظور آن‌ها را درک کردم. بعد از دو ماه، شناختی عمیق و کاملاً جدید از یک لطیفه قدیمی که در دبیرستان درباره ویلیام مکپیس تاکری(۱۹۳) داستان‌نویس قرن نوزدهم انگلیسی شنیده بودم، به دست آوردم. در این لطیفه، ضمن این‌که ویلیام از مطالعاتش فارغ شده بود، همسرش از او می‌پرسد که امروز کار نوشتن چطور بود. او جواب داد: «اوه، روز وحشتناکی بود! پندنیس(۱۹۴) (یکی از شخصیت‌های داستان‌هایش) امروز کار احمقانه‌ای با خودش کرد و من نتوانستم جلویش را بگیرم.» به زودی متوجه شدم که شخصیت‌های داستان‌هایم با یکدیگر صحبت می‌کنند. من تمام مدت ـ حتی پس از پایان نوشتار روزانه‌ام ـ زمانی که دست در دست همسرم در یکی از ساحل‌های شنی بی‌پایان بالی گردش می‌کردیم، پنهانی به سخنان‌شان گوش می‌دادم.

به زودی به تجربه نویسندگی دیگری، یکی از تجربیات برجسته زندگی‌ام، دست یافتم. در لحظه‌ای که در عمق یک داستان بودم، متوجه شدم که ذهن ناآرامم به داستان دیگری معطوف می‌شود، داستانی که ظاهراً فراسوی برداشت کنونی من، به آرامی شکل می‌گرفت. متوجه شدم که به شکل یک علامت ـ علامتی مرموز ـ از خودم به خودم پیام می‌آید که باید نوشتن داستان را به پایان برسانم، زیرا داستان دیگری در راه است.

تمام کتاب‌های قبلی‌ام را با مداد روی کاغذ نوشته بودم که بعد به کمک منشی دانشگاه استنفورد آن‌ها را تایپ کردم. اما حالا ۱۹۸۷ بود؛ زمان نوگرایی. و به کامپیوتر و چاپگر دسترسی داشتم. تایپ کردن را خودم در حین پرواز خارج از کشور به وسیلهٔ یک اسباب‌بازی ویدئویی آموختم؛ در این بازی، وقتی حروف به سفینه فضایی‌ام حمله می‌کردند، تنها دفاع من زدن دکمه حروف قبل از این‌که آن‌ها سفینه‌ام را منفجر کنند، بود. کامپیوتر مورد استفاده‌ام یکی از قدیمی‌ترین مدل‌ها بود و از این رو وسیله قابل حمل و نقل غیرقابل اعتمادی بود و چاپگر حتی از آن هم غیرقابل اعتمادتر بود، و پس از یک ماه استفاده در بالی به‌کلی از کار افتادند. علامتی که بر چشم‌انداز کارم نقش بسته بود بدون ایجاد اثری در داخل کامپیوتر ناپدید شد و من به‌جست‌وجوی کمک پرداختم. در دنپاسر(۱۹۵)، شهر اصلی بالی، فقط یک چاپگر وجود داشت و آن هم در دانشکده کامپیوتر بود. با خواهش و تمنا یا رشوه (فراموش کرده‌ام کدام‌یک) نسخه باارزشی از کارم تا آن تاریخ تهیه کردم.

الهامات در بالی به سرعت می‌آمدند. هیچ عاملی که (در آن روزهای خوب به یاد ماندنی قبل از اختراع ایمیل) حواسم را پرت کند، وجود نداشت و هیچ‌گاه بهتر یا

سریع‌تر از آن ننوشته بودم. در آن‌جا داستان‌های «دژخیم عشق»، «در جست‌وجوی خواب‌بین» و «متشکرم که زندگی‌ام را نجات دادید.» را نوشتم و از یادداشت‌هایی که در اتاق اعتراف برای «سه نامه ناگشوده» در گذرنامه‌ام نوشته بودم، رونوشت تهیه کردم. «دو لبخند» و «نرو، ای مهربان» را در هاوایی و باقی داستان‌ها را در پاریس و بیش‌تر آن‌ها را در کافه‌ای در پایین خیابان پانتئون(۱۹۶) نوشتم.

نقشه اولیه‌ام دنبال کردن هر داستان با چند پاراگراف بود تا نکات نظری را که در داستان تشریح شده است، مورد بحث قرار دهد. به زودی متوجه شدم که این نقشه خیلی پُردردسر است و به جای آن تمام مطالب نظری را در خاتمه‌ای قرار دادم که در آن‌جا آن‌چه را کتاب واقعاً درباره آن بود، به طور مشخص توضیح داده بودم. کمی پس از آن‌که نسخه دستنویس را برای ناشرم فرستادم، با خانم فیبه هاس، ویراستاری به شدت ایرادگیر (اما خیلی عالی) تماس گرفتم، که مدت‌های طولانی نبردی بی‌امان با یکدیگر داشتیم. او مطلقاً قبول نکرد که اصلاً به توضیحی نظری نیاز است و این‌که باید بگذاریم داستان‌ها خودشان حرف بزنند. چند ماه با هم دست و پنجه نرم کردیم. نسخه‌ای بعد از نسخه‌ای دیگر فرستادم، هر نسخه را به خودم برگرداند تا به‌طور قابل ملاحظه‌ای کوتاه‌تر شد، تا این‌که بعد از چند ماه مقدمه پنجاه صفحه‌ای مرا به حدود ده صفحه کاهش داد. البته حالا که کتاب را بازخوانی کرده‌ام، اعتراف می‌کنم که مطلقاً حق با او بود.

هر چند به این کتاب افتخار می‌کنم، اما از بابت داستان «خانم چاق» متأسفم. چند خانم چاق به من ایمیل فرستادند که سخنانم آن‌ها را به طور جدی آزرده است و من به طور کلی نباید این‌قدر بی‌عاطفه باشم. به هر حال، با وجود این‌که چند مرتبه خودم را محاکمه کردم و گناهکار دانستم، بنابراین اجازه بدهید از این فرصت استفاده و از خودم دفاع کنم. در این داستان من شخصیت اصلی هستم، نه بیمار. این داستان درباره انتقال متقابل است؛ یعنی احساسات غیرمعقول و اغلب شرم‌آوری که روان‌درمانگر نسبت به بیماری تجربه می‌کند که در روند درمان مانع‌تراشی می‌کند. احساسات منفی‌ام نسبت به افراد چاق، مانع رسیدن به تعهد عمیقی می‌شد که اعتقاد داشتم برای روان‌درمانی مؤثر لازم است. ضمن این‌که با این احساسات مبارزه می‌کردم، انتظار نداشتم بیمارم آن‌ها را درک کند. اما او به هر حال همان‌طور که در پایان داستان یادآوری کرد، احساسات مرا عمیقاً درک کرده بود. داستان، تلاش مرا برای کار از درون این احساسات غیرقابل کنترل برای برقراری ارتباط با بیمار در سطحی انسانی نشان می‌دهد. با وجود این، ممکن بود این احساسات را تقبیح کنم، می‌توانم به فرجام بیان شده در سخنان پایانی داستان افتخار کنم، «به هر حال توانستم دست‌هایم را به دور بدن او حلقه کنم.»

این نگاه به گذشته را با اظهار نظری که شاید برای خویشتن جوان‌ترم شگفت‌انگیز باشد به پایان می‌برم: چشم‌انداز زندگی از هشتادسالگی بهتر از حد انتظار است. بله،

نمی‌توانم انکار کنم که زندگی در سال‌های آخر فقط خسران‌ها و فقدان‌های پیاپی است، اما حتی اگر چنین باشد، در دهه هفتاد، دهه هشتاد و دهه نودسالگی‌ام شادی و آرامشی خیلی بیش‌تر از آن‌چه ممکن بود تصور کنم، پیدا کرده‌ام. و پاداش اضافی دیگری در پیری وجود دارد: خوانش کارهای شخص خودت که شاید هیجان‌انگیز باشد! متوجه شده‌ام که زوال حافظه که هیچ‌کس را از آن گریز نیست، مزایای زیادی دارد. ضمن این‌که در میان داستان‌های دیگر صفحات «سه نامه ناگشوده»، «دژخیم عشق» و «بهترین فرزندم ناعادلانه مُرد» را ورق می‌زدم، احساس کردم درونم از کنجکاوی لذت‌بخشی آتش گرفته است. فراموش کرده بودم که این داستان‌ها چگونه پایان یافتند!

(nbookcity.com)

۱. Phoebe Hoss

۲. Basic Books

۳. L`Heureux

۴. Excistence

۵. Sexual compulsivity

۶. برای بحث مفصل درباره چشم‌انداز اگزیستانسیال و نظریه و عمل روان‌درمانی بر اساس آن، به کتابم، روان‌درمانی اگزیستانسیال مراجعه کنید (نیویورک، بیسیک بوکز، ۱۹۸۰). یالوم

۷. dreamer

۸. specialness

۹. Elva

۱۰. unfree

۱۱. Self- construction

۱۲. groundlessness

۱۳. Dave

۱۴. John Gardner: نویسنده، مقاله‌نویس، منتقد ادبی و استاد دانشگاه، متولد ۱۹۳۳ـ۱۹۸۲آمریکا ( ). مهم‌ترین اثر وی کتاب گرندل است که به بازگویی بخشی از شعر «بیوولف» می‌پردازد. این کتاب که حاوی مطالبی پیرامون وجود نیروهای متضاد در زندگی بشر است، به جست‌وجوی مفاهیم، قدرت ادبیات و افسانه، و طبیعت ۱۹۷۱ منتشر شده است. مترجم‌نیکی و بدی در انسان اختصاص دارد، در

۱۵. grendel

۱۶. decide

۱۷. slay

۱۸. homicide

۱۹. suicide

۲۰. چهار حرف آخر تصمیم گرفتن، قتل نفس و خودکشی در زبان انگلیسی یکسان هستند (cide). مترجم

۲۱. interpersonal

۲۲. intrapersonal

۲۳. fusion

۲۴. Mommy and I are one: مامان و من یکی هستیم، عبارتی است که ادعا می‌شود یک پیام زیرآستانه‌ای مؤثر برای کمک به درک روان‌شناسی فروید است. مترجم. به نقل از ویکی‌پدیا.

۲۵. subjects

۲۶. contingent

۲۷. Matthew

۲۸. Union Square

۲۹. Scoma

۳۰. Crab Cioppino

۳۱. Nob Hill

۳۲. Hajght

۳۳. Golden Gate Bridge

۳۴. Castro Street

۳۵. Rogerian technique

۳۶. Acting out: یکی از مکانیسم‌های دفاعی روانی است، به معنی نشان دادن احساس‌ها و هیجانی که قبلاً بازداری شده است. فرهنگ روان‌شناسی توصیفی، ۱۳۹۰. مترجم‌انتشارات رشد، تهران

۳۷. Continent

۳۸. Loving- kindness

۳۹. یالوم در این‌جا به نمایش‌نامه‌ای به نام چرخ فلک اثر آرتور شنیتسلر، نویسندهٔ آلمانی اشاره می‌کند که رابطهٔ بین اخلاق جنسی و طبقات اجتماعی را در مجموعه‌ای از حوادث که بین زوج‌های مختلف روی می‌دهد، بررسی می‌کند. این نمایش‌نامه در ۱۸۹۷ نوشته شده، در ۱۹۰۰ به چاپ رسیده و در ۱۹۲۰ در برلین به نمایش درآمده است. مترجم

۴۰. obsession

۴۱. Voodoo: آیینی مذهبی در جزایر هند غربی. مترجم

۴۲. anything

۴۳. everything

۴۴. Gestalt: مکتبی در روان‌شناختی که در سال‌های دهه ۱۹۱۰ در آلمان بنیان‌گذاری شد. گشتالت‌گرایان در اصل با مجادله علیه ساخت‌گرایان معتقد بودند که پدیده‌های روان‌شناختی را فقط زمانی می‌توان درک کرد که آن‌ها را به صورت کل‌های سازمان‌یافته و ساخت‌دار (یا گشتالت‌هایی) در نظر بگیرند. به نقل از فرهنگ روان‌شناسی توصیفی. تألیف دکتر آرتور اس. ربر، ترجمه دکتر یوسف کریمی و دیگران، انتشارات رشد، چاپ اول ۱۳۹۰، ص ۳۷۹.

۴۵. countertransference

۴۶. Vipassana

۴۷. Igapuri

۴۸. hallucination

۴۹. sociapathic

۵۰. Haight

۵۱. Biofeedback: یک روش درمانی غیرتهاجمی است که با استفاده از ابزارهای الکترونیکی، اطلاعاتی را در مورد اعصاب و عضلات و فعالیت‌های غیرارادی بدن اندازه‌گیری و پردازش می‌کند. مترجم

۵۲. با توجه به اینکه نویسنده از ضمیر سوم شخص her و his استفاده کرده، عبارت‌های داخل پرانتزها را اضافه کرده‌ام، تا منظور نویسنده تا حدودی حفظ شود. مترجم

۵۳. Iceman Cometh

۵۴. O`Neill: یوجین گلداستون اونیل (۱۸۸۸ـ۱۹۵۳) نمایش‌نامه‌نویس و رمان‌نویس ۱۹۳۶ به خاطر کارهای‌مشهور آمریکایی، و برندهٔ چهار جایزهٔ پولیتزر است. وی در درخشان ادبی و به خصوص نمایش‌نامهٔ سیر دراز روز در شب جایزه نوبل ادبیات را به خود اختصاص داد. متأسفانه تعداد کمی از آثار او به فارسی ترجمه شده که از معروف‌ترین آن‌ها می‌توان به گوریل پشمالو، امپراتور جونز و پیش از صبحانه اشاره کرد. مترجم

۵۵. sadomasochistic

۵۶. رمان‌نویس معروف اسپانیایی و خالق دُن کیشوت. مترجم

۵۷. Symptom- oriented

۵۸. Lymphoma: تومور بافت لنفاوی. مترجم

۵۹. armadillo

۶۰. در انگلیسی B حرف اول Bear به معنی خرس، و P حرف اول Pig به معنی خوک است. مترجم

۶۱. در زبان انگلیسی، پوست‌استخوانی bony-plated است که با حروف B و P شروع می‌شود. مترجم

۶۲. Ruth

۶۳. Church social

۶۴. Tenderloin: محله‌ای قدیمی در پایین شهر سان‌فرانسیسکو که مرکز کارهای خلاف، مانند فروش مواد مخدر، کتاب‌ها و فیلم‌های قانونی و غیرقانونی مستهجن است. این محله شاهد چند درگیری خشن با پلیس محلی سان‌فرانسیسکو بوده است. مترجم

۶۵. Honda Civics

۶۶. Maserati

۶۷. نام کوهی در اساطیر یونان باستان است که خدایان در قلّه آن زندگی می‌کردند و انسان‌ها را زیر نظر داشتند. مترجم

۶۸. Mantra: کلمه‌ای سانسکریت به معنی ورد و ذکر است، مترجم.

۶۹. Marjorie Main

۷۰. Working through

۷۱. Object: این واژه از نظر روان‌کاوی، یک شخص، یا بخشی از یک شخص یا نمادی است که معرف هر یک از آن‌هاست و رفتارها، افکار و امیال فرد متوجه آن است. در الگوی کلاسیک وجود یک هدف برای ارضای غرایز ضروری تلقی می‌شود. فرهنگ ۶۰۸. مترجم‌روان‌شناسی توصیفی، ص

۷۲. Object loss از دست دادن شیء یا شخص محبوب. در نظریهٔ روان‌کاوی به معنی از دست دادن یک شخص یا شیء محبوب یا مورد علاقه بوده است. از این ۶۱۰. مترجم‌اصطلاح برای از دست دادن عشق هم استفاده می‌شود. همان، ص

۷۳. Project loss

۷۴. این عبارت احتمالاً اسم یک فیلم کوتاه آموزشی است که در آمریکا ساخته شده است با عنوان اصلی: school po`white slut و پنی سرگذشت خودش را با نقش اصلی فیلم مقایسه کرده است. مترجم

۷۵. John Donne: شاعر، کشیش و وکیل انگلیسی قرن شانزدهم و هفدهم. مترجم

۷۶. countertransference

۷۷. transference

۷۸. Mary Poppins: فیلم موزیکال تولید ۱۹۶۴، محصول آمریکا. مترجم
۷۹. Fantasia: فیلم کارتونی تولید سال ۱۹۴۰، ساخت شرکت والت دیزنی شامل چند کارتون کوتاه که هر کدام قطعه‌ای موزیک کلاسیک دارد. مترجم
۸۰. demographic

۸۱. Farber

۸۲. : (۱۹۰۹ـ۱۹۹۴)Rollo May از پیشگامان روان‌شناسی اگزیستانسیال، که ضمن تدریس در دانشگاه ایالتی میشیگان، کتاب‌های متعددی نوشته و از استادان یالوم بوده است. اخیراً از وی کتاب عشق و اراده با ترجمهٔ خانم دکتر سپیده حبیب منتشر شده است. مترجم

۸۳. The Bay Guardian

۸۴. Sierra club: یک سازمان حفاظت از محیط زیست در آمریکا است که در ۱۸۹۲ افتتاح شد و شهرتی جهانی دارد. مترجم‌سان‌فرانسیسکوی کالیفرنیا در
۸۵. Overeaters Anonymous: نام گروهی اجتماعی در اینترنت با راهنمایی‌هایی ۶۵۰۰ گردهمایی در هشتاد کشور دنیابرای جلوگیری از چاقی، که تا کنون حدود برگزار کرده است. مترجم
۸۶. process

۸۷. content

۸۸. یکی از شخصیت‌های اصلی مجموعه داستان‌های شرلوک هولمز، اثر سر آرتور کانن دویل. مترجم

۸۹. : (۱۸۸۴-۱۹۳۹) Otto Rank او روان‌کاو، معلم و نویسنده بود. در وین با نام اُتو روزنفلد متولد شد و به مدت بیست سال از همکاران نزدیک فروید و سردبیر دو مجله روان‌کاوی بود. مترجم
۹۰. catharsis

۹۱. رقصی مرکب از چهار زوج دو نفره که به شکل چهارگوشه قرار می‌گیرند و زوج

دیگری هم در وسط مربع می‌رقصند. مترجم

۹۲. Granny Goose chips

۹۳. Dim sum restaurant

۹۴. Gelato stand

۹۵. Pasta al pesto

۹۶. Enchiladas con salsa verde

۹۷. German chocolate cake ice cream

۹۸. flashback

۹۹. Endocrine disorder

۱۰۰. Olive Smith

۱۰۱. Carl Rogers

۱۰۲. cyclotherapy

۱۰۳. Elva

۱۰۴. Monterey

۱۰۵. Carmel: شهر ساحلی در پنسیلوانیای کالیفرنیا که به داشتن موزه‌ها و کتابخانه‌های تاریخی شهرت دارد. مترجم

۱۰۶. El Camino Real: جاده سلطنتی اسپانیولی که شاهراه پادشاه هم گفته می‌شود، شاهراه زیبایی در کالیفرنیا است. مترجم

۱۰۷. Tardive dyskinesia: در لغت به معنای نوعی حرکت نابهنجار دیررس است. اختلالی است که نشانه آن حرکات غیرارادی، کلیشه‌ای و موزون بالاتنه و صورت است و به‌طور کلی با بیرون آوردن زبان و سایر حرکات غیرعادی همراه است. این

حالت، عارضه جانبی بسیاری از داروهای ضدروان‌پریشی است و وقتی ظاهر شد، شدیداً به درمان مقاوم است. فرهنگ روان‌شناسی توصیفی، ص ۹۴۸. مترجم.

۱۰۸. Looney Tunes: نام یک مجموعه فیلم‌های انیمیشن کمدی کوتاه آمریکایی تا ۱۹۶۹ ساخته می‌شد. مترجم۱۹۳۰که بین سال‌های

۱۰۹. Dame May Whitey: هنرپیشه انگلیسی سینما و تئاتر (۱۸۶۵-۱۹۴۸). مترجم

۱۱۰. Herr Doctor Professor

۱۱۱. Duplicate bridge tournaments

۱۱۲. Nob Hill

۱۱۳. Stephen King: نویسندهٔ آمریکایی متولد ۱۹۴۷ که خالق بیش از پنجاه ۳۵ میلیون نسخه‌داستان علمی، تخیلی، کمدی و فوق طبیعی است. تا کنون بیش از از آثار وی به فروش رسیده و بسیاری از داستان‌هایش به صورت فیلم و سریال نیز عرضه شده‌اند. مترجم

۱۱۴. Bleak house: شاید بتوان نام این کتاب را «خانه ویران» یا «خانه متروک» ۱۸۵۳ در انگلستان به چاپ رسید. این کتاب‌ترجمه کرد. این اثر اولین بار در سال توسط آقای ابراهیم یونسی بانه با نام خانه قانون‌زده به فارسی ترجمه شده است. ۱۳۴۵ و آخرین چاپ آن توسط‌چاپ اول آن توسط انتشارات امیرکبیر در سال ۱۳۸۷ منتشر شده است. مترجم‌انتشارات نگاه در سال

۱۱۵. Blush

۱۱۶. Brazen

۱۱۷. existential

۱۱۸. تلفظ روح به انگلیسی soul و تخت کفش sole شبیه هم است. مترجم

۱۱۹. Mort

۱۲۰. Jay

۱۲۱. Pete

۱۲۲. Mike C.

۱۲۳. Functional pain

۱۲۴. Hyperception

۱۲۵. این دیدگاه‌های مختلف بعداً با عنوان «هر روز کمی نزدیک‌تر می‌شود. یک روان‌درمانی که دو بار گفته شد» چاپ و منتشر شد. (نیویورک: بیسیک بوکز، ۱۹۷۴). یالوم

۱۲۶. Dr. Z

۱۲۷. Paramecia: موجود میکروسکپی زنده تک‌یاخته‌ای که در سطح خارجی آن کرک‌های ریزی مانند مژه وجود دارد و هسته‌های ریزش کار تولید مثل را انجام می‌دهند. این موجود در آب‌های تازه، آب شور و دریاها به وفور یافت می‌شود. به نقل از ویکی‌پدیا. مترجم

۱۲۸. Gustave Fleubert (۱۸۸۰-۱۸۲۱) نویسنده شهیر فرانسوی که مشهورترین اثرش مادام بواری است. این رمان تا کنون بارها در تئاتر و سینما بازآفرینی شده ۱۹۹۱ و ۲۰۱۵ سه فیلم با همین نام ساخته، ۱۹۳۲است. برای مثال، در سال‌های شده و به نمایش عمومی درآمده است. در ایران نیز ترجمه‌های متعددی از این کتاب صورت گرفته است. مترجم

۱۲۹. Jay

۱۳۰. Bias error

۱۳۱. gestalts: کوچک نوشته است. که نباید آن را با g نویسنده این کلمه را با بزرگ نوشته می‌شود و مکتبی در روان‌شناسی است، اشتباه کرد. G که با Gestalt این کلمه از آلمانی وارد زبان انگلیسی شده است و به معنای شکل است که به‌خاطر رابطه بین ویژگی‌های یک مفهوم یا الگو، شکل دیگری از مفهوم یا الگوی اصلی را با سلیقه شخصی به جای آن برداشت می‌کنیم. مترجم

۱۳۲. Proust: مارسل پروست (۱۸۷۱ـ۱۹۲۲)، داستان‌نویس فرانسوی، خالق در جست‌وجوی زمان ازدست‌رفته و چند داستان معروف دیگر. مترجم

۱۳۳. Dan

۱۳۴. Treposa: این واژه را خود یالوم اختراع کرده و در ادامهٔ داستان آن را توضیح می‌دهد و مربوط به یکی از ورزش‌های یوگا است که در مراکز مراقبه انجام می‌شود.

مترجم

۱۳۵. Scotomata: کلمه‌ای است با ریشه لاتینی به معنای نقاطی پنهان در حوزه دید. مترجم

۱۳۶. Julian Barnes: رمان‌نویس انگلیسی که در ۱۹۴۶ متولد شد. مترجم

۱۳۷. Flaubert`s Parrot. این کتاب برنده چندین جایزه بین‌المللی شده است. مترجم

۱۳۸. Emma Bovary

۱۳۹. Lulu

۱۴۰. Museum of Rouen

۱۴۱. Socie`te` des Amis de Flaubert

۱۴۲. Saul

۱۴۳. Stockholm Research Institute

۱۴۴. radial

۱۴۵. Bjorn Borg: تنیس‌باز شماره یک جهان بین سال‌های ۱۹۷۴و ۱۹۸۱. اهل سوئد. مترجم

۱۴۶. emphysema

۱۴۷. neurobiologist

۱۴۸. Dr. K.

۱۴۹. Martin Buber: فیلسوف، متفکر مذهبی و فعال سیاسی معروف قرن بیستم متولد اتریش که بیشتر عمرش را در آلمان زیست. معروف‌ترین اثر وی کتاب من و تو است. مترجم

۱۵۰. Wittgenstein's bare. ویتگنشتاین (۱۸۸۹ـ۱۹۵۱) فیلسوف اتریشی ـ انگلیسی در دانشگاه کمبریج تدریس می‌کرد. وی در طول۱۹۴۷ تا ۱۹۲۹بود که از سال زندگی فقط یک کتاب هفتاد و پنج صفحه‌ای، یک مقاله، یک مرور کتاب و یک

فرهنگ لغت برای کودکان چاپ کرد. پس از مرگ، نسخه‌های دستنویس پرحجم وی ویرایش و منتشر شد و با کتاب بررسی‌های فلسفی به شهرت رسید. یالوم احتمالاً به توصیف زندگی برهنه و نظریات سیاسی این نویسنده که پس از مرگش توسط رابینسون به چاپ رسید، اشاره می‌کند. مترجم

۱۵۱. Imposter complex

۱۵۲. در کتاب به صورت episthe`mes نوشته شده است، اما املای درست آن episte`mes است؛ کلمه‌ای به زبان فرانسه به معنای معرفت (کسب علم و آگاهی از تجربه). مترجم

۱۵۳. Diagonstic and Statistical Manual of Mental Disorders

۱۵۴. Major despression فرهنگ روان‌شناسی توصیفی، ص ۵۱۸. مترجم

۱۵۵. Psychomotor retardation. کند شدن کلی اعمال حرکتی، جنبش‌ها و گفتار که به عنوان یکی از نشانه‌های معمول در اختلال‌های گوناگون به‌ویژه افسردگی دیده می‌شود. همان، ص ۷۴۴. مترجم

۱۵۶. John Whitehorn

۱۵۷. embolus

۱۵۸. Safeway

۱۵۹. Marge White

۱۶۰. Feiffer: ژول فایفر، نویسنده و فیلم‌ساز آمریکایی که بیش از سی و پنج کتاب تهیه‌نوشته است. وی مجموعه هفتگی کارتونی کمدی فایفر را از ۱۹۵۶ تا ۱۹۹۷ می‌کرد. مترجم

۱۶۱. Stanford Daily

۱۶۲. Kay Starr: خواننده معروف آهنگ‌های پاپ و جاز دهه ۱۹۴۰ و ۱۹۵۰ آمریکا که در سال ۱۹۲۲ متولد شده است. مترجم

۱۶۳. Brunch صبحانه دیر به‌جای صبحانه و ناهار. مترجم

۱۶۴. ترموستات ابزاری الکتریکی است که برای تنظیم دما و حفظ دما بین دو درجه معین در دستگاه‌هایی مثل یخچال و دیگ بخار از آن استفاده می‌شود. مترجم

۱۶۵. Lorelei: قهرمان داستان‌های تخیلی و کمدی کتاب‌هایی است که به وسیله

مارول کمیکز در آمریکا منتشر شده است. خاستگاه این شخصیت افسانه‌های بومی آلمان است. مترجم

۱۶۶. از معروف‌ترین نمایش‌نامه‌های قرن نوزدهم فرانسه که در انگلستان هم به روی صحنه رفته است، مترجم.

۱۶۷. Me

۱۶۸. Ruth Anne

۱۶۹. Betweenness: ذات البین، حالت و رابطه بین دو نفر از خوبی یا بدی. فرهنگ فارسی عمید. مترجم

۱۷۰. Integral self

۱۷۱. Samoa: یک جزیره مستقل با جمعیتی حدود دویست‌هزار نفر. جمهوری مستقلی در اقیانوسیه. مترجم

۱۷۲. Cheshire cat: گربه‌ای خیالی که در ماجراهای آلیس در سرزمین عجایب نقش بازی می‌کند. مترجم.

۱۷۳. existence

۱۷۴. Flashing lights: منظور از چراغ‌های چشمک زن می‌تواند هم چراغ‌های گردان چشمک‌زن اتومبیل‌های آتش‌نشانی، پلیس و یا آمبولانس‌ها باشد و هم چراغ‌هایی شبیه چراغ‌هایی که برای تبلیغ کالاهای تجاری و یا در جشن‌ها مثل تحویل سال نو و... به کار برده می‌شود. مترجم

۱۷۵. Lithium: یک عنصر شیمیایی از خانواده قلیایی‌ها که از آن برای درمان افسردگی شیدایی استفاده می‌شود. مترجم

۱۷۶. Phyllis

۱۷۷. Vorbeireden: نویسنده این کلمه را به زبان آلمانی نوشته است. مترجم

۱۷۸. Reader’s Digest

۱۷۹. Wentworth

۱۸۰. از آن‌جا که عدد شصت و پنج به سن ماروین اشاره دارد، واحد به متر تبدیل نشده است. هر فوت تقریباً سی و یک سانتی‌متر است. مترجم

۱۸۱. Fritz Perls: فریدریش سالمون پرلز (۱۸۹۳-۱۹۷۰)، مشهور به فریتز پرلز، روان‌پزشک و روان‌درمانگر متولد آلمان. مترجم

۱۸۲. جنبش اعتدالیون که علیه مصرف مشروبات الکلی و ممنوعیت مصرف آن در ملأعام در قرن نوزدهم در اروپا برپا شد. مترجم

۱۸۳. agoraphobia

۱۸۴. اصطلاحی که نویسنده به کار برده، a month of Sundays است، به معنای سی روز غم‌انگیز که برای اولین بار در ۱۸۳۲ وارد ادبیات انگلیسی شده است. و به این معنا است که چهار یکشنبه بگذرد. مترجم

۱۸۵. existential

۱۸۶. communicational

۱۸۷. Susan Jennings

۱۸۸. Psychology Today

۱۸۹. Madame Defarge

۱۹۰. Lebens philosophical: مکتب فلسفی لبن به معنا، ارزش و هدف زندگی به عنوان مبنای فلسفه تأکید می‌کند، که به طور منطقی از افکار شوپنهاور، کی‌یرکگور و نیچه الهام گرفته شده است. مترجم

۱۹۱. The Theory and Practice of Group Psychotherapy

۱۹۲. Kuta

۱۹۳. William Makepeace Thackeray

۱۹۴. Pendennis

۱۹۵. Denpasar

۱۹۶. Pantheon

Irvin D. Yalom

Love's Executioner

Translated by: Gh. Sadir Abedi

دوست ندارم با بیمارانی که عاشق هستند، کار کنم:
شاید به دلیل حسادت، چون من نیز طالب شیفتگی هستم.
شاید به این دلیل که عشق و روان‌درمانی از پایه با هم ناسازگارند.
روان‌درمانگرِ خوب با تاریکی می‌جنگد و در جست‌وجوی روشنایی است، در حالی که عشقِ رویایی با ابهام زنده می‌ماند و با وارسی و امتحان‌کردن فرو می‌ریزد.
از دژخیم عشق بودن بیزارم.

هر چند کلمه‌های «بیمار» و «روان‌درمانگر» در این داستان‌های روان‌درمانی فراوان به کار رفته، اما اشتباه نکنید: این‌ها داستان‌های همهٔ مردها و همهٔ زن‌ها هستند.
بیماری همیشه وجود دارد و برچسب زدن امری به شدت اختیاری است
و بیش از شدت بیماری، به عوامل فرهنگی، آموزشی و اقتصادی بستگی دارد.

Emyatizadeh 09151153507

ISBN 600706144-2
9 786007 061442

انتشارات ترانه
مشهد، میدان سعدی، پاساژ مهتاب
تلفکس ۳۲۲۵۷۶۴۶