

سرنوشت را می توان از سر نوشت؟

تألیف:

دکتر لوسی هولمز

ترجمه:

دکتر منصوره کیانی دهکردی

(روانپزشک، فلوشیپ روان‌درمانی، روان‌درمانگر تحلیلی و گروه‌درمانگر)

نیره احمدی

(کارشناس ارشد مترجمی، کارشناس ارشد مشاوره خانواده، مشاور و روان‌درمانگر)

دکتر عطااله دلپاک

(روانپزشک، روان‌درمانگر)

با مقدمه‌ای از

شیوا جوادزاده

روانکاو مدرن از مدرسه روانکاوای مدرن فیلادلفیا



فهرست

۷.....	مقدمه
۱۹.....	ملاقات در سامرا
۲۱.....	پیشگفتار
۳۳.....	فصل ۱ چرا حرف زدن شفابخش است؟
۴۸.....	فصل ۲ آناتومی به‌مثابهٔ سرنوشت
۷۴.....	فصل ۳ انقیاد زنان
۱۴۴.....	فصل ۴ ظرفیت عشق ورزیدن
۱۹۱.....	فصل ۵ چطور به طلاق می‌رسیم؟
۲۲۰.....	فصل ۶ ترس از موفقیت
۲۴۶.....	فصل ۷ سیاه‌مستی و ویرانگری
۲۷۳.....	فصل ۸ سالمندی خلاق
۲۹۷.....	فصل ۹ مداوا
۳۰۴.....	منابع
۳۱۱.....	واژه‌نامه انگلیسی به فارسی

مقدمه

چطور است که مقدمه مترجم و مقدمه متخصص امر در ابتدای چنین کتابی در هم بیامیزد و مقدمه‌ای حاوی چند صدا و در قالب یک گفتگو شکل بگیرد؟ انگار بد نیست کتابی را که از روانکاوی و از قدرت خلاقه و شفابخش تداعی آزاد گفته را با یک صحبت آزاد و فی‌البداهه بین دو سه نفر شروع کنیم؟ همه ما در هر لحظه تداعی‌وار فکر می‌کنیم. و در لحظه از تداعی‌ها حرف زدن چه پتانسیل بالایی از خلاقیت و آفرینش و روشنگری دارد. این مقدمه تکه‌ای از مکالمه‌ای است آنی، کوتاه و بداهه بین منصوره (م)، شیوا (ش) و نیره (ن) که راجع به کتاب کشتی با سرنوشت^۱ دکتر لوسی هولمز شکل گرفت.

م: اولاً مرسی که کتاب رو معرفی کردی. چند سال پیش بود که تو این کتاب رو به من دادی؟

ش: بین کتابو اگر درست یادم باشه تو مدرسه روانکاوی مدرن فیلادلفیا بهمون دادن سال ۲۰۱۷. ینی ۵ سال پیش. با دکتر الیس یکی از ریدینگ‌هایی که داشتیم این کتاب بود و باید می‌خوندیم.

م: ینی اون جوری که ما این کتاب رو خوندیم مته یه کتاب عمومی که انگار روانکاوی برای عمومه و هر کسی میتونه دست بگیره و بخونه، شما اینو تو مدرسه روانکاوی خوندید.

ش: اره با هر دو دید می‌شه این کتاب رو خوند. یه چیزایی داره برای مخاطب عام و خاص. دیگه بین مدرسه روانکاوی اینجوریه. مثلاً وقتی شروع می‌شه کورس و سیلابس رو بهت می‌دن، ریدینگ‌ها رو هم بهت می‌دن. یه سری

۱ ترجمه تحت‌اللفظی کتاب اصلی کشتی با سرنوشت: نوید روانکاوی است که به پیشنهاد ناشر طی یک بازاندیشی به سرنوشت را می‌توان از سر نوشت؟ تغییر کرد

کتابم می‌دن که اختیاریه. اما این کتاب اختیاری نبود و حتماً باید می‌خریدیم و راجع بهش حرف می‌زدیم.

م: و تو تجربت با این کتاب چی بود؟ هم وقتی که خودت می‌خوندی، هم وقتی تو گروه حرف می‌زدید و بعد چی شد که خیلی با اشتیاق این کتاب رو به من معرفی کردی که ما ترجمه‌اش بکنیم و بتونیم در اختیار افراد بیشتری قرار بدیم؟
ش: بین این جاست که باید بگم خدا چیکارت کنه که بهم نمیگی از قبل آماده باشم من:)

ن: خب اصل کار روانکاوای تداعی آزاده دیگه، بدون دستوالعمل و برنامه و چیش قبلی هر چی میاد بگیم. حرف زدن آزاد، فری تاکینگ، چطوره؟

ش: آره خوبه. خب بعضی کتابا هستن که رو من خیلی تأثیر می‌ذارن و این رو خیلی دارم که هر چیزی که فکر می‌کنم روانکاوای ما کم داره می‌خوام بگم، معرفی کنم. احساس می‌کنم تو ایران به دلایلی که قبلاً حرف زدیم روانکاوای خیلی ذهنیه، انتزاعیه تا کاربردی. با این کتاب و با جو جدیدی که اینجا درش قرار گرفتم انگار من از تو هوا اومدم رو زمین. بار اولی بود که این طوری می‌دیدم قدرت تکرار چقدر زیاده و چقدر این الگوهای تکراری زور داره. دچار میشن آدم، گرفتار میشن واقعاً. واقعاً ساده‌انگارانست که فکر کنیم با چهارتا تعبیر می‌تونیم به الگوی به این قدرتمندی رو، یه تکرار قدیمی رو از بین ببریم هم ساده‌انگارانست هم زمنخته.

ن: خیلی قویه، اسیرش می‌شیم، ول نمی‌کنه به این راحتی، خب زبون‌نفرمه. داره از جایی میاد که پیشاکلامی بوده، هیجان‌جنسش، خودسر و خودکاره، مجال نمیده که. اکت که شد، شرش که گرفت گریبانمون رو بارها و بارها، میایم می‌گیم چی شد من سرنوشت این جور شد؟ چی شد کارم رسید به اینجا...

ش: آره خیلی زورش زیاده این اجبار به تکرار، قوی‌تر از این حرفاست که مثلاً من پیام به مریضم بگم تو با اینی به این دلیل که مامانت این طوری بوده و دان! وقتی کسی میاد پیش ما تمام دنیا دارن بهش میگن که تو این جور هستی، قراره بیاد پیش ما یه تجربه دیگه‌ای بکنه.

ن: دارید به درمان‌های تعبیر محور یا همون بینش محور اشاره می‌کنید و تفاوتی که روانکاوی مدرن از این لحاظ داره؟

ش: آره دیگه، اگه می‌بینی من در این مورد خیلی پشنیت^۱ حرف می‌زنم، به این دلیل نیست که من عاشقم به مدرن آنالیزیس. به این دلیل که فکر می‌کنم یه خورده بیاد نجات بده این روانکاوی ای که الان خیلی باب شده توی ایران. یعنی بیشتر، از حب علی نیست از بغض معاویه است. یعنی حس می‌کنم این ذهنی شدن روانکاوی و فانتزی بودن روانکاوی اینی که می‌بینم توی تحلیل همش همه دارن می‌خورن به در و دیوار و می‌دونن متوجه ایموشنال کامیونیکیشن^۲ که داره اتفاق میفته نمی‌شن، وقتی این چیز این جوری یهو توجهمو جلب می‌کنه می‌خوام پیام بگم بابا بیاید اینم ببینید شاید بهتر کار کنه ... حیفه مردم ما هم دارن میان سمت تراپی ولی خب کدوم تراپی... این که تعبیر بدیم و تمام؟

ن: حالا جایبه که ازتون بخوایم یه جور کوتاه و ساده بگین روانکاوی مدرن چه فرقی می‌کنه با روانکاوی سنتی؟

ش: بین همونجا که فروید خورد به دیوار سنگی نارسیسیم، همونجا اسپاتنیتز ادامه داد و گفت می‌شه از این دیوار یه جورایی رد شد.

ن: همون بحث که میگه بیمار مبتلا به مشکلات شدیدتر یا همون «نوروز نارسیسیستیک» از جمله اسکیزوفرنی هیچ ظرفیتی برای ترنسفرنس نداره یا خیلی کم داره و بنابراین مقاومتش مثل یه دیوار سنگی غلبه‌ناپذیره؟

ش: آره دیگه فروید برای «نوروز انتقالی» تکنیک تعبیر و تفسیر رو داشت و به کار می‌برد و چون به همین متکی بود فکر کرد خب پس برای حالت نارسیسیستیک که این فن جواب نمی‌ده پس درمان‌ناپذیره. این جا اسپاتنیتز می‌گه خب تعبیر جواب نمی‌ده بگذارش کنار و یه فن دیگه رو بکار ببر تا مقاومت حل و فصل بشه. در واقع تئوری شخصیت و پاتولوژی و اینا هموناست، اما دکتر اسپاتنیتز تئوری تکنیک آورد تو همون کتاب جلد قرمزش که اینجا می‌گیم رد بایبل^۳ که میاد فن و مهارت یاد می‌ده که درمان مریض اسکیزوفرنیک و سایکوتیک

1 passionate
2 emotional communication
3 red bible

چطور بره جلو و شروعش از اینجاست که فقط جوین^۱ کنیم و جوین کنیم با مقاومت اون آدم. چرا؟ چون با این جوین ها ایگو استرنٹی^۲ درست می کنیم که نارسیسیستیک ترنسفرنس درست کنیم. همون چیزی که کوهات میگه امپتی^۳، منتها جوین نمی کنه. یعنی مثلاً اگه به جا فرض کن مریض آنتی سوشیال داریم که نمی تونیم همش مهربونی مونو بیاریم بیرون، مجبوریم اگرشن^۴ خودمونو بیاریم بیرون اگه می خوایم یکی بشیم باهاش... وگرنه خیلی احساس فاصله می کنه. مریض باید به جوری با ما یکی بشه تا بتونه از اونجا رد بشه.

م: زورش نمی رسه به تنهایی.

ش: نه نمی رسه، در واقع ما در این ری پرنٹینگ^۵ در این بیسی سیتینگ^۶ کردنمون بچه مون دستمونو داریم مراقبتش می کنیم باهاش یکی می شیم برای این که رفع کنیم اون مقاومت رو، جوین می کنیم با اون مقاومت و بعد از اون تو با هم درمیایم، اگر در بیایم، بدون عجله.

ن: اما سخته دیگه صبور بودن اونم تو این دنیایی که هر روز با به شعار جذاب تر، میگه سرعت خوبه. سریع برو خوب شو، سریع برو موفق شو، در یک هفته، در یک ماه، در ۵۱ روز، درمانم همین جور شده درمان کوتاه مدت، درمان چند هفته ای، فلان بسته درمانی، فلان پروتکل.

ش: دارم می شنوم که تو همین رویکردهای روانکاوانه هم ترمینشن دارن، حتی می گن درمانگر ترمینشن پیشنهاد می ده. آخه چطور؟ آدم فیلپس یه جایی می گه «مادر باید بمونه تا بچه بره» این همیشه باید یادمون بمونه.

ن: چقدر قشنگ!

ش: تازه درمان بعد از سه چهار سال شروع می شه، مقصد نیست که مسیره پروسه اس. مگه کسی بعد این که ۵ یا ۶ یا ۷ سال یوگا میکنه میگه آهان خب یوگاهامو کردم تموم شد؟ نه دیگه هر عضله ای رو باید بهش برسی. بعدم چی بهتر از این داریم، آدم میاد حرف می زنه یک محیط امن برای همیشه براش نگه

1 join
2 ego strength
3 empathy
4 aggression
5 reparenting
6 Baby-sitting

می‌داریم. مگه بهتر از این چیزی داریم برای یه کسی که یه دنیا داره قضاوتش می‌کنه. ما یه جایی هستیم که باهاشیم، جوین می‌کنیم و اون اگه بخواد تغییر کنه تغییر می‌کنه. حالا بعدش یه تعبیر کوچیکم تو سال چهارم پنجم بدیم و ترجیح اینه که تعبیر از خودش بیاد بیرون. صبر کنیم خودش می‌گه اگه تو مسیر باشیم.

ن: همین صبر کردن به نظرم خیلی جای مهمیه که ببینیم چرا نمی‌تونیم و همین جا از اون جاهای لازمی که باید سوپرویزن بگیریم. چجوری می‌شه سوپرویزن نگرفت آخه؟

ش: در روانکاوی، واقعیت روانکاو یو می‌گم، نمی‌دونم موندم که بشه یه نفر روانکاو باشه و مدام در درمان و سوپرویزن مدام نباشه؟! من می‌گم اینو همیشه و می‌خندن ولی واقعاً روانکاو شدن و موندن مثل تلمذه، شاید یه جوری باشه اینی که می‌گم ولی واقعاً همینه و همیشه یکی یه منتوری هست که بری پیشش یاد بگیري. ما سالهاست هر هفته می‌ریم، اونجا نشسته ما می‌ریم حرف می‌زنیم یه چیزی یاد می‌گیریم دیگه. باز ایشونم خودش سالهاست میره پیش یکی دیگه و حرف می‌زنه.

م: خب این خیلی خوبه که دلت برای روانکاو داخل ایران می‌تپه و دغدغه‌شو داری و هر جور هست کمک می‌کنی که بهتر بشه و چیزایی که یاد گرفتی رو یاد بدی از جمله همین کار با ارزشت معرفی همین کتاب کشتی با سرنوشت.

ش: آره و یه چیز دیگه کشش من به این کتاب در خصوص اسمشه، اسمش هست کشتی با سرنوشت. من بابام کشتی گیر بوده. یه چیزی که در مورد کشتی باید بدونی، کشتی کوتاه‌ترین مدت ورزشه تو کل ورزشا. از بس نفس‌گیره. از بس که سخته. و واقعیت روانکاو اینه که کشتی با پترن‌هامونه^۱ با سرنوشت‌مونه، و من فکر می‌کنم الگو، پترن، قصه زندگی هم‌مونه دیگه. عملاً کشتیه. عملاً وقتی تو می‌ری تو روانکاو و داری شروع می‌کنی به تغییر، عملاً تو داری با یه سرنوشتی کشتی می‌گیری که اگر این کشتی رو نگیری دیگه همینه که هست و همین طوری می‌خوای تکرار کنی و بری جلو و اینم هی خراب از آب دربیاد. برای همین من فکر می‌کنم که یه کشتی خیلی بزرگی اسمش سرنوشته. بین من

یه حالتیم که به کلمه سرنوشت یه دید منفی ای دارم. چه سرنوشتی بابا. ما خودمون می‌سازیم. ولی این که چطوری می‌سازیم، فکر می‌کنم یکی از راه‌هایی که حداقل من بلدم روانکاویه. من ادعای اینو ندارم که روانکاوی اون چیزی رو می‌ده که ما منتظرشیم شایدم بده دروغ چرا بگم. من یه خرده اون قدر که من از روانکاوی و تحلیل نتایج تنجیل^۱ دیدم واقعیت از چیزای دیگه ندیدم چرا نگم. در مورد خودم. در مورد دوستانم. مراجعمام. تجربیات این‌ور و اون‌ورم. رابطه‌هام. آیا روانکاوی اون چیزیه که بشر رو نجات می‌ده؟ من اینو بلدم.

ن: یعنی شما می‌گین روانکاوی نجات بشریته؟

ش: ببین معلومه که روانکاوی همه چیز رو درست نمی‌کنه، من که اینو نمی‌گم. مگه می‌شه انسان رو با این همه رنجش، بدون در نظر گرفتن سیستمی که در اون قرار داره، جامعه‌اش، تاریخش، اقتصادش و و توضیح داد. من اما هنوز فکر می‌کنم اون حیطه‌ای که مربوط به ناخودآگاه هر آدمیه از هر چیزی در این دنیا ۱- بهش کمتر توجه شده و ۲- اگر توجه شده اشتباه توجه شده.

ن: از چه لحاظ؟

ش: از این لحاظ که می‌گن ناخودآگاهت رو بیار بیرون که درست شی، آخه این چه بحثیه؟

ن: همون که فروید میگه خودآگاه کردن ناخودآگاه؟

ش: من اصلاً نمی‌خواهم این هدیه رو که فروید به ما داد ناخودآگاه رو به ما نشون داد نارزنده کنم. من همش حرفم تو درمانه. این وقتی می‌ره در اتاق درمان چه کار می‌کنه واسه اون آدم گرفتار که اومده سراغ ما. رفته‌رفته آدما زده می‌شن، رفته‌رفته وقتی کارشو نمی‌کنه. طرف ۵ سال تو تحلیله ازش یه آدمی درمیاد که ذهناً می‌دونه داره چکار می‌کنه ولی هنوزم داره تکراراشو تکرار می‌کنه، خب اینجا روانکاو اشکال داره. من فکر می‌کنم روانکاوی در سطح درمان باید یه جور دیگه بیاد بیرون، حالا تو ادبیات و سینما و هنر و نقد و هر چی دیگه بره جذاب و دهن‌پرکن تعبیرای ناب و به‌به و چه‌چه چی گفتم بده بیرون. اما تو درمان اینا نیست که درمان می‌کنه واقعاً اینا نیست.

م: پس روانکاوی عوض می‌کنه سرنوشت رو.

ش: آره من فکر می‌کنم می‌تونه. در سطح یه ملت هم همینه. حتی ناخودآگاه جمعی نه به اون مفهوم یونگ منظورم یه چیزی مثل ناخودآگاه ملی یه ملت رو آدم بشناسه و بعد روش کار کنه خیلی کمک کننده‌اس. من فکر می‌کنم این جور می‌تونیم از شر خیلی چیزا راحت بشیم. خب من وقتی در سطح فردی می‌تونم کار کنم، ملیت هم تکرار می‌کنه دیگه. ما اول باید بدونیم چیه داریم تکرار می‌کنیم و بفهمیمش و ببینیم از کجا میاد و یه خرده هم به جای این که به خودمون بد و بیراه بگیریم ببینیم مگه چیز دیگه‌ای بلد بودیم آخه. تو هم آسیب دیده پترنی هستی که گرفتی خب و اگه اینو نفهمیم می‌تونیم تکرار می‌کنیم که داریم می‌کنیم دیگه در سطح فرد در سطح ملت. روانکاوی این نوید رو می‌ده که می‌تونه سرنوشت رو تغییر بده اما این از اون مدل شعارای پر زرق و برق و زرد موفقیت و مثبت‌گرا و اینا نیست اصلاً. هر قصه‌ای منحصر به فرد. یکی گفت اگر فلجی و قهرمان نیستی تقصیر خودته. به نظرم هر جا که به انسان و رنجش، رنج واقعی انسان بودن نگاه کلی داره بی‌رحمیه واقعاً.

ن: شما کتابو دوستش داشتین به خانم دکتر کیانی هدیه دادین و ایشون دوستش داشتن و به من هدیه دادن و منم خوندم خیلی خوشم اومد و برامون جالب بود و جرقه ترجمه‌اش همون سه چهارسال پیش خورد با ایشون و بعدشم بازخوانی و اصلاح مکرر و در انتظار مجوز و چاپ تا امسال. خیلی خوبه که مخاطبای بیشتری به این کتاب عالی دسترسی پیدا کنن و این رو از شما داریم ممنون.

ش: خواهش می‌کنم. یه چیزی که هست و اینجا هم دارن بهش بیشتر می‌پردازن که باید فعال‌تر بشن این کم بودن لیتراچر^۱ روانکاوی مدرن هست. مقاله و کتاب و پژوهش و ایناش کمه و می‌گن که باید روی این قسمت بیشتر کار کنن و دلیلی هم که میارن و درست هم هست به نظرم اینه که متخصصای این حوزه بیشتر درگیر کار عملی و کلینیکال هستن خیلی تنگاتنگ با اتاق درمان گره خوردن و اینم می‌گن که خب تئوری که همونه خیلی توی تئوری نمی‌رن و کار اصلی یه سری تکنیکه که اونم ساده‌ست. اصل کارشم اینه که هر لحظه

به کنترترنسفرنست^۱ فکر می‌کنی و اکت اوت نمی‌کنی و مدام در حال استادی کردن اینی که مریض داره چی در تو ایندوس^۲ می‌کنه و از اون کمک می‌گیری که ۱- اکت اوت^۳ نکنی و ۲- اگر می‌خوای هر مداخله‌ای کنی مثلاً به سوال بر اساس اون بپرسی که همون ریپیتیشنی^۴ که رنج مریضه رو که مطمئناً میاره با توی درمانگر که تکرارش کنی، تکرار نکنی که البته خب همینی که می‌گیم ساده‌ست اگر مدام وارسی نشه تحت سوپرویزن نباشه، درست جلو نمی‌ره.

ن: شمام برای قبول زحمت مقدمه کتاب، به نوشتن کلی و مرسوم تن ندادین و گفتین بیایم حرف بزنیم:

ش: خب منم از همون‌جا میام دیگه:

م: خوب شیوا سه تا چیز می‌خوام بگم که اولیشو آخر می‌گم. چون باید آخریشو اول بگم. یکی این که تو حرفات شنیده بودم که با پسر تختی، از بچگیت آشنا بودی و اینا و به خاطر کشتی‌گیر بودن پدرت بوده و رابطه با تختی؟ یا همسایه بودید؟

ش: نه نه. من پدرم دوست صمیمی تختی بوده. پدرم خودش همیشه می‌گفت آقا تختی. ولی خب من که هیچ وقت تختی رو ندیدمش. تختی ۱۳۴۶ فوت کرد. پدرم و تختی و یه آقای دیگه ای به اسم حسین عرب، دوستای صمیمی بودن. و بعد دیگه از همون‌جا ارتباطات خانوادگی و شهلا جون که زن تختی بودن دوست عزیز خانوادگی ما شد و من با بابک هم بزرگ شدم. البته ۹ سال بزرگ‌تر بود و فکر کنم یه جور از اون اولین عشقای ناکام و ساده‌نه ده سالگی که به چشم اون فکر نکنم اصلاً فیمیل بودم که خب البته هم نبودم. یه دختر بچه که به یه پسر قبلند و خوش‌تیپ که همه دوستش داشتن عاشق بود. بابک ۳ یا ۴ ماهه بود که پدرش فوت کرد. آره با هم بزرگ شدیم و کشتی برای من معنی خاص داره. هزار تا تداعی میاره برام. تداعی‌های خوب. خیلی مثبت. خیلی قدرته. نبرد پیروزمندان‌ایه برام.

م: حتی اگه بازی؟

ش: به هر حال تو کشتی می‌بازی. بخشیش برده بخشیش باخته. من هنوز می‌شینم

1 counter-transference
2 induce
3 act-out
4 repetition

کشتی نگاه می‌کنم. همه فن‌ها رو بلدم. همون طور که تو مدرن آنالیز به نظرم فن داریم. اسکیل داریم. بین تو مدرن آنالیز راجع به این نیست که، ادعاشم نداره که تئوری داره. تئوریش همونیه که همه دارن. تئوریش فرویده. تئوریش کوهاته. تئوریش وینیکاته، تئوریش کلاینه. تئوری پشتش که مشخصه، کاری که مدرن سایکوانالیز کرد، کشتی می‌گیره و تو کشتی هم همینه تو باید بدونی تو هر حرکت چکار کنی. فیتیله پیچ کنی. خم طرفو باید کجا بگیری. باید کجا خاکش کنی. سرنوشت همینه. سرنوشت یا پترن یا همون ریپیتیشن کامپالشن^۱ قصه زندگی بشره به نظرم باید بدونی کجا باهاش چه کار کنی. بعضی وقتا صاف بخوای بری جلو بگیریش حریف قدره. سرنوشت قدره. و اینو نمی‌ده. چغره. باید بدونی. به نظر من نمی‌دونم لوسی هولمز چطوری اینو انتخاب کرده اصلاً نمی‌دونم چقدر ناخودآگاه از کشتی خبر داره. یا طرف کشتی رو فقط به عنوان نبرد گفته، من واقعاً خبر ندارم. ولی فکر می‌کنم آگه هوشمندانه گفته، چه اسمی! چه اسمی! چون کشتی فقط زور نیست، مهارته.

ن: واقعاً چه اسمی! جالبه خب! کشتی فن زنده و روانکاو مدرن هم یه جور فن زنده، اصلش یه تئوری تکنیکه. یه سری فنونه برای کشتی گرفتن با الگوهای مخرب پر زور و غالب و مقاوم که بهش می‌گیم تقدیر تا بلکه رفته‌رفته کم‌زور بشه و عرصه بیشتر بیفته دست یه من خودآگاه‌تر قوی‌تر که خودش سرنوشتش رو بره جلو.

م: آره. حالا برم سراغ اون چیز دوم و سوم. یکیش این که کشتی ولی سریع تموم می‌شه ولی روانکاو خیلی طول می‌کشه.

ش: کشتی، بین منظورم نفس گیریشه؛ مثلاً دیدی فوتبال ۹۰ دقیقه‌ست، گاهی می‌تونن بازی نکنن و هم تیمی داری. هرچند حواست همش هست. اما گاهی هست که می‌تونن مثلاً یه خرده آرام بگیرن. بعد وقت توئه باید منتظر یه پاس دیگه‌ای باشی. تو کشتی تویی و تویی و حریف و اون چند دقیقه‌ای که فقط تویی و تو زمین کسی هست که معمولاً زورش از تو بیشتره.

ن: و به نظرم یه چیز دیگه این که این کشتی گرفتن‌ها تمومی نداره، تا زنده‌ایم داریم

کشتی می‌گیریم، مگه می‌شه به این راحتی حریف زور زیاد این تکرارهای مخرب شد، مگه ریشه این تکرارها طبق شواهد همین کتاب ازهیجان‌ات خام و بدوی از مغز خزندگانی و پستاندارانی ما نیست؟ این آروم می‌شینه؟ هر لحظه ممکنه بیدار بشه فعال بشه و ما رو به تکرارهایی وادارمون کنه که مخربه.

ش: آره زورش زیاده.

م: حالا می‌خوام دومی رو بگم و یه ذره حالتو بد کنم. اینکه ما عنوان کتاب رو به جای کشتی با سرنوشت (که ترجمه کلمه به کلمه عنوان انگلیسیه) گذاشتیم سرنوشت را می‌توان از سر نوشت؟ خوب تو نظرت اینه که ما تغییرش بدیم به همون کشتی با سرنوشت و عکس یه کشتی روی جلد باشه مثلاً، نمی‌دونم؟ البته انتشارات خودش تصمیم می‌گیره برای جلد و با کشتی زیاد موافق نبوده. حالا درآویختن با سرنوشت. گلاویز شدن با سرنوشت، جلوی سرنوشت ایستادن، جدال با سرنوشت (که مشابه اسم یه کتاب رمان می‌شه این)؟

ش: من اگه می‌خواستم عوض کنم حتماً از لوسی هولمز می‌پرسیدم که عوض کنیم اینو. چون این دیگه از اواناست. از اون خود تایتله، چون اون همه اینا رو می‌تونسته عوض کنه و یه دلیلی داشته که نکرده. هر چند الان می‌فهمم که الان این جمله (سرنوشت را می‌توان از سر نوشت) برای ما خیلی، به خاطر اون موسیقی و می‌دونی همایون شجریان برای ما اینو خونده و هممون یه علاقه خاصی داریم. می‌تونم بفهمم که تجاری تره؛ می‌تونم بفهمم این بیشتر جذب می‌کنه. و خوب ما اینو خیلی لازم داریم. کشتی با سرنوشت آیا زمخته؟ آیا مردم کمتر باهاش ارتباط برقرار می‌کنن؟ نمی‌دونم. ولی به هر حال ما یه کالکتیو انکاننشن داریم که کشتی دوست داره ما یه ناخودآگاه جمعی داریم که تختی رو قهرمان دونسته. برای همین نمی‌دونم راستش اینو.

م: یه چیز دیگه هم داریم. که کشتی و کشتی توی فارسی یه جور نوشته می‌شه و اینم یکی از نگرانی‌ها بود که از کشتی استفاده نکردیم حالا خود این کلمه رسلینگ باز باید ببینیم که معادل‌های دیگه‌ای هم داره که به همون اندازه کشتی قوی هستن یا نه مثلاً نبرد، جدال؟

ش: اره نمی‌دونم. ینی اینا رو من نمی‌دونم. نبرد به نظرم درجه دومه دوست ندارم

نبردو. گلاویز شدنی که تو گفתי بدم نیومد. بین من دلیل این که می‌گم کشتی اینه که نبرد خالی نیست. زور نیست. مهارته و من چیزی به غیر از کشتی نمی‌بینم.

م: خوب شیوا چیز دیگه‌ای هم هست که بخوای اضافه کنی؟

ش: اره به چیز هم هست که اگر نگم خیلی بده. اگر شما می‌خواین این رو به عنوان یه چیزی بگذارید که من در مورد بابک یا تختی حرف زدم من مجبورم راجع به شهلا جون این رو بگم چون حس واقعیمه و فکر می‌کنم اگه نگم یه چیزی انگار کمه. دیدی تختی چقدر معروفه؟ برای پهلونیش؟ اون چیزی که مردم نگاه می‌کنن. من فکر می‌کنم که پهلون واقعی شهلا جون بود. و فکر می‌کنم که خیلی پهلونی کرد. من خبر ندارم که تراپی کرد یا روانکاوی کرد شاید کرده، چون دوستای خوب روانکاو داشت. ولی می‌دونم گرفت زندگی رو دستش. این که خودش از خودش خبر داشته باشه؛ اهل کتاب، شعر، معرفت، فلسفه. واقعیتش اینه خیلی از چیزایی که من تو بچگی یاد گرفتم، شهلا جونم جزوشه. من یه مثال کوچیکم مجبورم بزنم ازش. می‌خوای پخش کن می‌خوای نکن. دیدی که مادرا کارای کثیف‌کاری نمی‌ذارن بچه‌هاشون بکنن. همه اسباب‌بازی‌هایی که کثیف‌کاری داشت از جمله خمیر بازی یا گل درست کردن، گلای شیشه‌ای که بچگی درست می‌کردیم، خیلی کثیف‌کاری داشت، همه رو شهلا جون به من می‌داد. و این قسمت کثیف و مسی^۱ من رو می‌تونست بالا بیاره و تحمل کنه و می‌دید. بنابراین به نظرم همیشه پهلون رو من شهلا جون دیدم. حالا اگر خواستی این یه تیکه رو هم بذار. شهلا خودشو می‌شناخت، دید خوبی داشت، تو روانکاوی می‌گیم به جای سوپرایگو یه آلترایگو به دردمون می‌خوره، احساسم اینه که اون یه آلترایگو داشت و خودش رو می‌تونست از بالکنی ببینه و نه فقط باقی آدم‌ها رو. قصه خودش رو می‌شناخت و به نظرم پهلون کسیه که خودش ببینه. به نظرم با این که فقط یک سال با تختی زندگی کرد یه فرهنگ به ایشون بدهکاره. هیچ مصاحبه‌ای نکرد. بزرگ‌تر که شدم ازش پرسیدم چرا. گفت می‌خوام تختی همون بمونه. مثل یه درمانگر انگار نگاه کرد به یه ملت و گفت اگه تو الان

لازم داری یه چیزی رو این طوری آیدیلایز^۱ کنی من خرابش نمی‌کنم.
ن: انگار همون فن کانتکت فانکشن^۲، به اندازه‌ای که می‌خوان نه بیشتر.
ش: آره آره چه تداعی خوبی. ما ملتی هستیم که هنوز به این احتیاج داریم که
آیدیلایز کنیم.

م: خیلی هم عالی. اتفاقاً چند وقت پیش وقتی صحبت از یکی از بزرگان حوزه
ادبیات بود، آقای اسلامی ندوشن، بعد یه متنی بیرون اومد که راجع به همسر
ایشون نوشته شده بود و در واقع توضیح داده شده بود که همسر ایشون چقدر
آدم برجسته‌ای بوده و چقدر می‌تونسته موثر باشه در مسیری که ایشون طی
کرده. یعنی شاید همون چیزی که ما توی روانکاوی‌های ریلیشنال و باز هم
توی مدرن داریم که این زوج، این دونفره خیلی مهمه.

ش: اره دقیقاً. به نظر منم این خیلی نگاه درسته.

م: مرسی و حرف آخر؟

ش: خواهش می‌کنم. ما زندانی پترن‌هامون هستیم و خوبه که از زندان بیرون بیایم.
م: باز هم ازت تشکر می‌کنم به خاطر معرفی و هدیه کتاب و از وقتی که
برامون گذاشتی و جلسات سوپرویزن آنلاینی که با هم داشتیم و داریم. من هم
در آخر لازمه از مترجم سوم آقای دکتر دلپاک یه تشکر ویژه داشته باشم برای
همکاری که در ترجمه این کتاب با ما داشتن و همچنین از آقای دکتر دیباجی
که پا پیش گذاشتن اما به خاطر مشغله‌شون انصراف دادن. امیدوارم ترجمه
کتاب موردقبول واقع بشه و البته که منتظر نظرات خوانندگان عزیز هستیم.^۳

شیوا جوادزاده و مترجمین

فیلا دلفیا - تهران

زمستان ۱۴۰۱

1 idealize

2 contact function

3 Nayere_ahmadi@yahoo.com

ملاقات در سامرا^۱

(طبق یک بازنقل از سامرست موام در ۱۹۳۳)

عزرائیل-فرشته مرگ- روایت می‌کند:

روزگاری بازرگانی بغدادی غلام خود را از برای تهیه آذوقه به بازار فرستاد. در اندک زمانی غلام رنگ رخ باخته و لرزان بازگشت و چنین گفت: «ای ارباب، اکنون که در بازار بودم به ناگاه در میان مردم زنی به من تنه زد. وقتی برگشتم دیدم که فرشته مرگ بود. بر من نگرست و رخساری ترسناک بر من نمود. حال اسبت را قرض ده تا سوار بر آن از این شهر دور شوم و از تقدیر خود بگریزم. به سامرا خواهم رفت و فرشته مرگ آن جا مرا نخواهد یافت. بازرگان اسب خود را به او سپرد. غلام سوار بر اسب شد و مهمیز فشرد و با سرعت هرچه تمام‌تر بتاخت و برفت. سپس بازرگان به بازار شد و مرا آن جا ایستاده در میان مردم بدید؛ نزدیک‌تر شد و گفت: «چرا امروز صبح بر غلام من رخی ترسناک نمایاندی؟» در پاسخش گفتم: «از شگفتی به او خیره ماندم که چرا در بغداد است! حال آن که امشب در سامرا با او قرار ملاقات داشتم.»

۱. مشابه این حکایت در مثنوی معنوی مولانا و همچنین در الهی‌نامه عطار در قالب شعر آمده است. -م.

پیشگفتار

سرنوشت، به معنای روندی از رخداد‌های حتمی و از پیش تعیین شده که فراتر از کنترل بشر هستند، در جهان برهان‌مدار، علمی و پسامدرن امروز، چه بسا نظری بی‌جا و بی‌ربط به زمانه تلقی می‌شود. گویا ما می‌خواهیم باور کنیم که از این دست مفاهیم، پا فراتر نهاده‌ایم و بزرگ‌تر از این حرف‌ها شده‌ایم و گونه‌ما تا به آن جا تکامل یافته که قادریم سرنوشت -یا خواهر تاریک‌ترش تقدیر- را به آلبوم غبارگرفته و غربت‌زده ذهن تبعید کنیم؛ همان جایی که جادوگران و هیولاها و فانتزی‌های مخوف کودکی را انباشته‌ایم. ولی همان‌گونه که هیولاها بدوی و موقعیت‌های غیرعقلانی همچنان در بزرگسالی به رؤیاهای شبانه ما سرک می‌کشند، مفهوم سرنوشت نیز دست از سر ما بر نخواهد داشت. دلیل و منطق به ما می‌گویند که ما بر سرنوشت خود تسلط داریم، اما محنت معمول آدمیزاد آنچنان همه‌وقتی و همه‌جایی است که ما را باز به این ترس - یا آرزو - بازمی‌گرداند که نیروهای تاریکی وجود دارند که علیرغم بهترین طرح و نقشه‌های ما، تقدیری منحوس برایمان رقم می‌زنند.

آیا ما به سرنوشت باور داریم؟ مطمئناً در نخستین تجارب ما از قصه‌های پریان که در کودکی شنیده‌ایم، در شکسپیر و افسانه‌های یونانی که در دبیرستان و کالج می‌خوانیم، حتی در رمان‌های کم و بیش ارزنده‌ای که در ساحل دریا با آنها سرگرم می‌شویم، سرنوشت بسیار واقعیت دارد. در داستان «زیبای خفته» شاهدخت کوچک توسط پریِ مطرود و بدذاتی چنین نفرین می‌شود که با سوزن یک چرخ‌نرخ‌ریسی زخمی شده و سپس بمیرد. با این که این نفرین توسط یک پری مهربان‌تر، تخفیف می‌یابد و تبدیل به خوابی طولانی، و نه مرگ می‌شود، چیزی نمی‌تواند از وقوع سرنوشت شاهزاده‌خانم جلوگیری کند و در واقع تمام تلاش‌های بی‌امان پدر برای تغییر جهت داستان با توقیف تمام چرخ‌های نخ‌ریسی، خود موجب وقوع سرنوشت

دخترش می‌شود. رویه‌ مشابهی در افسانه‌ ادیب نیز به چشم می‌خورد. پدر ادیب او را مجروح و در کوهی رها کرد تا بمیرد؛ مگر از تقدیر وحشتناک پدرکشی و زناى محارم (ازدواج با مادر) که توسط غیب‌گو پیش‌بینی شده بود جلوگیری کند؛ ولی تلاش برای فرار از این قتل، فقط وقوع این امر حتمی و اجتناب‌ناپذیر را تسریع نمود. رومئو و ژولیت هم «طالع نحس» دارند و با وجود برازندگی و زیبایی، محکوم به رویارویی با فرجامی غم‌انگیز می‌شوند. در تمامی این داستان‌ها یک وجه مشترک «ندانستن» وجود دارد. زیبای خفته نمی‌دانست چرخ نخریسی چیست و در موقعیتی که یک چرخ نخریسی را دید، بالاخره به آن دست زد و آن اتفاق برایش افتاد. ادیب به این آگاه نبود که سرپرستان او، والدین خونی او نیستند؛ پس نمی‌دانست که در حال قتل پدر خود و ازدواج با مادرش است. رومئو نمی‌دانست که ژولیت مانند زیبای خفته نمرده بلکه خواب است، پس خود را کشت. آیا دانستن می‌تواند ما را از سرنوشت شوم نجات بدهد؟ اگر ما به قدر کافی شجاع باشیم تا با چیزی که نمی‌دانیم و یا مهم‌تر از آن با چیزی که نمی‌خواهیم بدانیم روبرو شویم، آیا می‌توانیم افسار سرنوشت خود را به دست بگیریم؟

بله می‌توانیم و این نوید روانکاوی است. همچون افسانه‌سرایان و شاعران، ما روانکاوان نیز بر این نظریه که سرنوشت واقعیت دارد. البته نام آن را «اجبار به تکرار» می‌گذاریم، و معتقدیم که یک نیروی خبیث پنهان در هر انسانی وجود دارد که اگر مهار نشود، می‌تواند او را بر خلاف خواسته‌اش، به سمت و سوی بدفرجام سوق دهد. اگرچه این ماییم که سرنوشتمان را با تکرارهای خودمان شکل می‌دهیم، ولی معمار واقعی تقدیر ما ضمیر ناخودآگاه ماست. فروید (۱۹۲۷ و ۱۹۲۴) مفهوم سرنوشت را در سطحی ناخودآگاه با قدرت والدین، به ویژه پدر تنبیه‌گر، مرتبط می‌دید. گویی پدر آغازین را بر دنیای بیرون فرافکنی می‌کنیم و نام سرنوشت را بر آن می‌نهمیم. زمانی که کودک بودیم و کار اشتباهی انجام می‌دادیم، پدر ما را مجازات می‌کرد و چون همه ما در آینده هم به بد بودن ادامه خواهیم داد، پس ترتیبی می‌دهیم تا اطمینان یابیم که مجازات شدن نیز ادامه خواهد داشت. همین است که ما سرنوشت را با خدایان خشمگین، و فرجام‌های تلخ و ناگوار تداعی می‌کنیم.

فروید (۱۹۲۰) در مقاله «آن سوی اصل لذت» فرضیه نوعی اجبار به تکرار را مطرح کرد که بدوی‌تر، ابتدایی‌تر و غریزی‌تر از اصل لذت است و آن را تحت‌الشعاع خود قرار می‌دهد. این اجبار در خدمت غریزه مرگ عمل می‌کند و در پی این است که موجود زنده را به وضعیت قبل برگرداند. فروید برای توضیح مفهوم اجبار به تکرار از نوه هجده‌ماهه‌اش مثالی زد. این کودک به هنگام غیبت مادر اسباب‌بازی‌اش را به بیرون از تخت خواب خود پرت می‌کند و بعد دوباره آن را می‌خواهد و به دست می‌آورد. این مثالی از رفتارهای وسواسی اولیه است که همچون جبر تکرار، اجباری و معطوف به عمل است. در این بازی پسرچه غیبت مادر و حضور دوباره‌اش را به صورت نمادین به نمایش در می‌آورد تا بر اضطراب ناشی از رفتن مادر غلبه کند. این بازی را همچنین می‌توان به‌مثابه نوعی ابراز انتقام از مادر و نوعی استقلال‌طلبی در پسرچه هم در نظر گرفت.

لاپلانز و پونتالیس (۱۹۷۵، ص. ۷۸) اجبار به تکرار را فرایندی خودسر و خارج از کنترل توصیف کردند که ریشه در ذهن ناخودآگاه دارد. فاعل عمداً خود را در شرایط عذاب‌آور قرار می‌دهد تا تجربه‌ای قدیمی را که به صورت خودآگاه به یاد نمی‌آورد، تکرار کند. همان‌طور که فروید (۱۹۲۰، ص. ۱۸) می‌گوید چیزی که به یاد آورده نشود دوباره تکرار خواهد شد. جان کلام این‌که، اجبار به تکرار نمودی از عام‌ترین خصوصیت‌های غریزی یعنی محافظه‌کاری آنهاست. این همان مفهوم/نیرسی موجود زنده است؛ یعنی عدم تمایل به ترک حالت قبلی و دستیابی به حالت جدید. بشر دوست دارد حالت موجود چیزها را حتی با وجود رنج و درد بسیار آن حفظ نماید. لذا تقدیر ما تکرار خودبه‌خودی و اجباری همین موقعیت‌های ناخوشایند است.

به باور بیبرینگ (۱۹۴۳) الگوهای مقابله‌ای که ما از همان دوره آغازین طفولیت اکتساب می‌کنیم حفظ شده و به طور مداوم بازتولید می‌شوند به‌گونه‌ای که سرنوشت ما را رقم می‌زنند. یک تجربه تروماتیک (آسیب‌زای روانی) در کودکی می‌تواند از دو لحاظ بر غرایز ما تأثیر بگذارد: یکی نحوه‌ای که غرایز، خود را ابراز می‌کنند و دیگر، ابژه‌هایی^۱ که برای تخلیه آن غرایز استفاده می‌کنیم. تکرارها زمانی رخ می‌دهند که

۱. به جای واژه ابژه (تلفظ فرانسوی ابجکت) تاکنون هیچ معادل فارسی مناسبی نیافتیم. ابژه می‌تواند هرکسی یا هرچیزی، یا بخشی از هرکسی یا هرچیزی باشد که غریزه از طریق آن یا در رابطه با آن در پی رسیدن به هدفش یعنی نوعی ارضاء است. ابژه همچنین می‌تواند خیالی یا واقعی باشد. -م.

تجارب تروماتیک برای فرد قابل هضم و جذب نشده باشند^۱. اگر در سال‌های کودکی مجبور به تحمل محرک‌های شدیداً تروماتیک بوده‌ایم، لذا از انطباق‌ها و دفاع‌های خود برای مقابله با این محرک‌ها و گرفتن انرژی آن‌ها استفاده می‌کرده‌ایم (و می‌کنیم). گرایز تمایل دارند که به تجارب اولیه یا تجارب هیجانی شدت‌مند^۲ بچسبند و قطع نظر از لذت یا درد، از همان راهی که این تجربه‌ها برایشان هموار نموده باز هم عبور کنند. با تکرار هر چه بیشتر موقعیت‌های تروماتیک، زهر^۳ آن رفته‌رفته گرفته و قابل تحمل‌تر می‌شود. با تکرار موقعیت‌های خطرناک، ناشناخته‌ها برایمان شناخته و از شدت هیجانی آن کاسته می‌شود. *از این منظر جبر تکرار، هم به تکرار متمایل است و هم به ترمیم.* یکی از بیماران من خانمی که سه بار طلاق گرفته بود می‌گفت: «من به ازدواج با افرادی شبیه مادرم ادامه می‌دهم به این امید که بتوانم داستان را عوض کنم و بالاخره به یک پایان خوش با او برسم». این تمایل به تکرار، کارکردی از اید (نهاد غریزی -م.) است، درحالی‌که امید به جبران گذشته و خلق یک پایان خوش، کار ایگو (من -م.) است.

بسیاری از انسان‌ها تقدیر را تجلی اراده الهی می‌دانند (فروید، ۱۹۳۰). این عقیده که سرنوشت همان هیولایی است که از تل زباله‌های یک عمر اشتباه خودمان سر برآورده، برای آنان بس هولناک است، و لذا با اعتقاد به خدایی که برای آن‌ها برنامه‌ای بر روی زمین دارد، تسلی خاطر می‌جویند. حتی اگر برنامه این باشد که زجر بکشند و بمیرند، آنها با این باور که درد و رنج‌هایشان تقصیر خودشان نیست، خود را آرام می‌کنند و می‌پندارند که اگر بتوانند با شهامت و نجابت آن را تحمل کنند، پاداششان را در بهشت خواهند گرفت. چه حس رضایت‌بخشی است که احساس کنیم خدا وجود دارد و ما هیچ کنترلی نداریم! همچون کودکی در صندلی عقب خودرو می‌توانیم از مناظر لذت ببریم و بگوییم: «چه می‌دونم داریم کجا می‌ریم.» اما با وجود قوت قلبی که این اعتقاد به آدم می‌دهد، خطرناک نیز می‌تواند باشد. اگر معتقد باشید که خدا داستان

۱. برای مثال در گروه‌های مداخله در بحران برای قربانیان تجاوز که به نوعی دچار تروما شده‌اند، هدف این است که تجربه تروماتیک به زندگی بیمار الحاق شود. تا وقتی قربانی، تروما را قسمتی از سابقه زندگی خود حساب نکند، حالش بهتر نخواهد شد. -م.

2. intense
3. toxins

شما را گرفته و به این سو و آن سو می‌برد، دیگر هیچ مسئولیتی در قبال تمام اعمال شنیعی که به نام خدا انجام می‌شود ندارید؛ قتل، شکنجه، بربریت و تخریبی که انسان در طی زمان‌های متمادی با نام خدا بر روی این کرهٔ خاکی تیره‌روز جاری ساخته، همواره با ما بوده و هست: از قدیمی‌ترین اسناد تاریخی، قتل مسیحیان متقدم، هولوکاست، تا اعمال تروریستی اخیر توسط مسلمانان افراط‌گرا.

کریستوفر بولاس، روان‌کاو معاصر (۱۹۸۹) مایل است که بین مفهوم سرنوشت^۱ و تقدیر^۲ افتراق قائل شود. او تقدیر را معادل نوروز (روان‌رنجوری) قرار داد. کسی که با عقاید نوروتیک (روان‌رنجورانه) یا سایکوتیک (روان‌پریشانه) به روان‌کاوی می‌آید را می‌توان فردی تقدیرزده^۳ نامید. علامت بیماری، پیش‌گویی است که از بداقبالی و سرنوشت شوم او خبر می‌دهد. این بیماران بخت‌برگشته اسیر دنیای درونی مملو از روابط سلف و ابژه‌ای (روابط با خویشتن و دیگری. م.) شده‌اند که به نحو پایان‌ناپذیری سناریوهای ثابتی را تکرار و تکرار می‌کنند. آنان هیچ امیدى به آینده ندارند؛ درواقع مفهوم آینده برای آنان چیزی جز تکرار بی‌پایان گذشته نیست. نگاه آنها به آینده از درون گوی تقدیر است و بس! و صدای مادر، پدر یا محیط مسمومی که خویشتن آنها را به اسارت کشانده دائماً در درونشان طنین‌انداز است. چنین حسی از تقدیر سرشار از احساس یأس و ناامیدی و دست شستن از هرگونه اثرگذاری^۴ بر مسیر زندگی است.

از نظر بولاس اما سرنوشت کلاً امر دیگری است. سرنوشت یک رانه مثبت^۵ است، یک نیروی سوق‌دهنده، یک میل به بیان خویشتن حقیقی خودمان. سرنوشت، همان مسیر سرشار از امکانات بالقوه و سازنده در زندگی شخص است. یکی از مهم‌ترین رسالت‌های روان‌کاوی این است که بیمار را قادر سازد تا به سرنوشت خود روی آورد، تا ذات حقیقی خود را از طریق استفادهٔ خلاقانه از ابژه‌ها متجلی سازد. لکان (۱۹۶۰) نظریه‌ای داشت که ژوئی‌سانس^۶ نامید: حق طبیعی و غیرقابل مصادرهٔ هر فرد برای

-
1. destiny
 2. fate
 3. fated
 4. influence
 5. positive drive
 6. jouissance