

انسان در جستجوی معنا

دکتر ویکتور فرانکل	نویسنده
دکتر نهضت صالحیان - مهین میلانی	برگرداننده

پیش گفتار کتاب:

دکتر فرانکل روانپزشک - نویسنده، گاهی از بیماران خود که از اضطراب‌ها و دردهای کوچک و بزرگ رنج می‌برند و شکوه می‌کنند می‌پرسد، «چرا خودکشی نمی‌کنید؟» او اغلب می‌تواند از پاسخ بیماران خط اصلی روان درمانی خویش را بیابد. در زندگی هر کسی، چیزی وجود دارد. در زندگی یک نفر عشق وجود دارد که او را به فرزندانش پیوند می‌دهد؛ در زندگی دیگری، استعدادی که بتواند آن را بکار گیرد؛ در زندگی سومی، شاید تنها خاطره‌های کشاری که ارزش حفظ کردن دارد. یافتن این رشته‌های ظریف یک زندگی فروپاشیده، به شکل یک انگاره استوار، از معنا و مسئولیت هدف و موضوع مبارزه طلبی «لوگوتراپی» است، که تعبیر دکتر فرانکل «از تحلیل اگزیستانسیالیستی» نوین (هستی‌درمانی) است.

در این کتاب، دکتر فرانکل تجربه‌ای را که منجر به کشف «لوگوتراپی» شد توضیح می‌دهد. وی مدت زیادی در اردوگاه کار اجباری اسیر بود که تنها وجود برهنه‌اش برای او باقی ماند و بس. پدر، مادر، برادر و همسرش یا در اردوگاه‌ها جان سپردند و یا به کوره‌های آدم‌سوزی سپرده شدند. خواهرش تنها بازمانده این خانواده بود که از اردوگاه‌های کار اجباری جان سالم بدر برد. او چگونه زندگی را قابل زیستن می‌دانست؟ در حالیکه همه اموالش را از دست داده بود؛ همه ارزش‌هایش نادیده گرفته شده بود؛ از گرسنگی و سرما و بی‌رحمی رنج می‌برد و هر لحظه در انتظار مرگ بود. او به راستی چگونه زنده ماند؟ پیام چنین روانکاوی که خود با چنان شرایط خوفناکی رویاروی بوده است، شنیدن دارد. اگر کسی بتواند به شرایط انسانی ما عاقلانه و با دلسوزی بنگرد؛ این شخص بی‌تردید باید دکتر فرانکل باشد. واژه‌هایی که از دل دکتر فرانکل بر می‌خیزد، بر دل می‌نشیند. چون بر تجربه‌های بسیار ژرف استوار است. صادقانه و ژرف‌تر از آن است که انسان کوچکترین رنگی از فریب در آن ببیند. پیامهای او والاست و ارزنده. و کارهایش به خاطر موقعیت کنونی او در

دانشکده پزشکی دانشگاه وین، و به علت آوازه کلینیک های «لوگوتراپی» که امروزه در بسیاری از سرزمین ها با الگو برداری از پلی کلینیک شناخته شده ی عصب شناسی او در وین آغاز به کار می کند، شهرت جهانی دارد.

انسان نمی تواند نظریه و شیوه کار ویکتور فرانکل را با کار زیگموند فروید سنجش و مقایسه نکند. چه، هر دو پزشک در آغاز به طبیعت و درمان «روان نژندیها» توجه داشتند. فروید ریشه ی این «اختلال های» پریشان کننده را در «اضطرابی» می یابد که در اثر «انگیزه های» «تعارضی» و «نا آگاه» به وجود آمده است. اما فرانکل «نوروزها» را بر چند نوع می داند و برخی از آنها را (روان نژندی نئوژنیک)، نتیجه ناتوانی بیمار در پیدا کردن معنا و مسئولیتی در زندگی خویش می داند. فروید بر «ناکامی» در زندگی جنسی تاکید دارد، اما فرانکل بر «ناکامی» در «معنا خواهی». امروزه در اروپا روان شناسان و روان پزشکان آشکارا از فروید روی برگردانده و به «هستی درمانی» روی آورده اند که مکتب «لوگوتراپی» یکی از آنهاست. یکی از ویژگی های دید گنجای فرانکل این است که هرگز فروید را رد نمی کند، بلکه روش خود را بر آنچه او انجام داده است بنا می نهد. او حتی با سایر شکل های «هستی درمانی» نیز سر ستیز ندارد، بلکه به آنان خوشامد گفته و از در خویشی در می آید.

داستان این کتاب گر چه کوتاه است، ولی بسیار هنرمندانه و گیراست. من دو بار در یک نشست آنرا از آغاز تا پایان خوانده ام. افسون آن چنان مرا گرفت که یارای اینکه آنرا به زمین بگذارم نداشتم. دکتر فرانکل در جایی از داستان، فلسفه «لوگوتراپی» خود را به خواننده می شناساند، او آن را چنان ملایم به داستان پیوند می دهد که خواننده تنها پس از به پایان رسانده کتاب به ژرفای نوشته او پی می برد و می بیند که دیگر این بخش از کتاب دنباله داستان سبعت اردوگاه های کار اجباری نیست.

خواننده از همین زندگی نامه دردناک بسیاری چیزها می آموزد. خواننده فرا می گیرد، که انسان هنگامی که به ناگهان احساس می کند که «چیزی برای از دست دادن به جز بدن مسخره شده ی برهنه اش ندارد، چه می کند.» با توصیفی

که فرانکل از آمیخته «هیجان» و «بی احساسی» به ما می دهد، روح انسان تسخیر می شود، نخستین چیزی که به نجات انسان می آید، کنجکاوای سرد جدا مانده ای است که انسان را متوجه سرنوشت خود می کند. پس از آن به کار بستن شگردهایی برای حفظ باقیمانده زندگی، با آنکه شانس زنده ماندن بسیار ناچیزست. گرسنگی، تحقیر، ترس و خشم ژرف ناشی از بی دادگری را هاله هایی از افراد محبوب و مورد علاقه، مذهب، شوخ طبعی و حتی زیبایی های آرام بخش طبیعت مانند یک درخت یا غروب آفتاب قابل تحمل می کند.

گمان مبرید که این لحظه های آرامش بخش میل به ادامه زندگی را در زندانی بر می انگیزد. آنها در صورتی مفید خواهند بود که بتوانند زندانی را یاری دهند معنایی برای رنج بیهوده خود بیابد. و در اینجاست که ما با هسته مرکزی اگزستانسیالیسم رویاروی می شویم که اگر زندگی کردن رنج بردن است؛ برای زنده ماندن باید ناگزیر معنایی در رنج بردن یافت. اگر اصلا زندگی خود هدفی داشته باشد، رنج و میرندگی نیز معنا خواهد داشت. اما هیچ کس نمی تواند این معنا را برای دیگری بیابد. هر کس باید معنای زندگی خود را، خود جستجو کند و مسئولیت آنرا نیز پذیرا باشد. اگر موفق شود، با وجود همه تحقیرها و تحمیق ها به زندگی ادامه می دهد. فرانکل که به نیچه علاقه مند است به این گفته اش نیز ایمان، دارد، «کسی که چرایی زندگی را یافته، با هر چگونه ای خواهد ساخت.»

در اردوگاه کار اجباری هر حادثه ای موجب این می شود، که زندانی کنترل خود را از دست بدهد. همه هدفهای عادی زندگی از او گرفته می شود. تنها چیزی که برایش باقی می ماند «واپسین آزادی های بشری است.» آزادی در گزینش شیوه اندیشه و برخورد با یک سری حوادث این آزادی نهایی که هم بوسیله رواقیون [7] شناخته شده است و هم هستی گرایان نوین، در داستان فرانکل دارای اهمیت درخشانی است. زندانی یان مردمی معمولی بودند، اما دست کم شماری از آنان ثابت کردند که «ارزش رنج هایشان را دارند و با این کار شایستگی بشر را در برخاستن علیه سرنوشت خود به ثبوت رساندند.»

البته نویسنده این کتاب به عنوان یک «روان درمانگر» می خواهد پی ببرد چگونه می توان به انسان کمک کرد تا به این شایستگی برجسته بشری دست یابد. چگونه می توان در بیمار این حس را برانگیخت که به خاطر چیزی مسئول زندگی است، هر چند که در بدترین شرایط قرار گرفته باشد؟ فرانکل نمونه تکان دهنده ای از یک جلسه «گروه درمانی» که با زندانیان دیگر داشت به ما ارایه می دهد.

دکتر فرانکل به درخواست ناشر خود، بخش مختصر ولی آشکار و گویایی، از اصول اساسی «اوگوتراپی» و هم چنین فهرست کتب مربوطه را نیز به این زندگی نامه افزوده است. گرچه درباره دو مکتب دیگر وین یعنی فروید و آدلر نوشته های بسیاری به زبان انگلیسی موجود است، ولی بیشتر انتشارات مکتب سوم وین در رشته روان درمانگری (لوگوتراپی) به طور عمده به زبان آلمانی چاپ شده است. از این رو جا دارد که خواننده از دکتر فرانکل که این کتاب را به زبان انگلیسی نگاشته است سپاسگذار باشد.

فرانکل برخلاف بسیاری از هستی گرایان اروپایی نه بدبین است و نه ضد مذهب. بلکه برعکس نویسنده ای که خود شاهد همه رنجها و نیروهای شیطانی شکنجه بوده، به خوبی به توانایی بشر در چیره گشتن بر شرایط موجود و کشف حقیقتی روشنگر و بسنده آگاهی دارد.

خواندن این کتاب را که واژه هایش چون گوهر می درخشد و بر ژرف ترین مشکلات بشر می تابد، از همگان خواستارم. زیرا کتابی است دارای ارزش ادبی و فلسفی و پیش گفتاری است پر جذبه و ارزنده ترین جنبش روانشناسی روزگار ما.

گوردون و. آلپورت

تجاریبی از اردوگاه کار اجباری¹

این کتاب سر آن ندارد که از اتفاقات و رویدادها گزارشی ارائه دهد، بلکه تجارب شفصی را منعکس می‌سازد که میلیونها انسان آن را لمس کرده و از آن رنج برده‌اند.

می‌توان گفت کتاب شرمی است از درون اردوگاه کار اجباری که به وسیله یکی از کسانی که جان سالم از آن بدر برده است بازگو می‌شود. داستان به رویدادهای هولناک (که کمتر در مد باور مردم بوده) نمی‌پردازد، بلکه به زجرهای کوچک اشاره می‌کند و آنها را می‌شکافد، به واژه ای دیگر تلاش ما در این داستان بر اینست که به این پرسش پاسخ دهیم:

زندگی روزانه اردوگاه کار اجباری، در ذهن یک انسان متوسط چگونه بازتابی دارد؟

بیشتر رویدادهایی که در اینجا نشان داده می‌شود، در اردوگاههای بزرگ و مشهور روی نداده، بلکه در اردوگاههای کوچکی رخ داده است که بیشتر آدم سوزیها در آن انجام گرفت.

به واژه ای دیگر این داستان به رنج و مرگ قهرمانان بزرگ و زندانیان شناخته شده و یا کاپوهای برجسته -زندانانی که به عنوان افراد امین مورد استفاده قرار می‌گرفتند و در نتیجه از امتیازهایی برخوردار بودند -نمی‌پردازد. سفن از فداکاری های مصلوب شدگان و مرگ توده های ناشناخته و مجرمینی است که گزارشی از آنان در دست نداریم. اینها همان زندانیان عادی بودند که نشان ویژه ای روی آستین خود نداشتند و کسانی بودند که به شدت مورد تمقیر کاپوها واقع می‌شدند. کاپوهای که هرگز مزه گرسنگی را نمی‌پشیدند، در مالیکه آنان یا چیزی برای خوردن نداشتند و یا با اندک غذایی فریاد شکم را می‌فوبانند. اما زندگی و گذران بسیاری از کاپوها در اردوگاهها، بهتر از زندگی پیشینشان بود. اغلب کاپوها با زندانیان سفت گیرتر از زندانبانان رفتار می‌کردند و آنان را بی‌رحمانه تر از اس.اس‌ها به باد کتک می‌گرفتند. ناگفته نماند که کاپوها را از میان زندانیانی برمی‌گزیدند که شفصیت شان

نشان دهنده آن چنان رفتاری بود که اس.اس ها انتظار داشتند و چنانچه در عمل فلاف خواسته و انتظار اس.اس ها تشفیص داده می شد بیدرتگ از کارشان برکنار می شدند.

کاپوها به سرعت فلق و فوی اس.اس ها و زندانیان های اردوگاهها را پیدا می کردند. بنابراین در مورد آنان نیز می توان بر پایه اصول روان شناسی داوری کرد.

کسانی که در فارچ زندان بودند، درباره زندانیان، به علت اینکه زیر تاثیر عواطف و احساسات ترمم آمیز واقع می شدند، تصورات نادرستی داشتند. زیرا آنان از مبارزه ای که در میان زندانیان برای زنده ماندن تکوین می شد و می جوشید آگاهی کمتری داشتند.

این مبارزه و تلاش به طرز فشن و بی رهمانه تنها برای به چنگ آوردن تکه ای نان بفور و نمیر روزانه پیوسته در جریان بود.

برای نمونه کامیونی را در نظر می گیریم که رسماً اعلام می شد بایستی شمار ویژه ای از زندانیان را به اردوگاه دیگری حمل کند، اما مدس نزدیک به یقین همه این بود، که مقصد نهایی کامیون به اتاقهای گاز منتهی خواهد شد. به این ترتیب عده ای از زندانیان بیمار و ناتوان و از کار افتاده را برگزیده و به یکی از اردوگاههای مرکزی بزرگ که مجهز به اتاقهای گاز و کوره های آده سوزی بود، روانه می کردند. شیوه کار زنگ فطری بود برای یک درگیری آزادانه بین همه زندانیان، یا برفور یک گروه با گروهی دیگر، آنچه جنبه میاتی داشت این بود که همه می کوشیدند نام خود یا دوستشان از فهرست دسته اعزامی مذف شود، در مالیکه می دانستند که به جای نام مذف شده، متما باید یکنفر را جانشین او کرد. چون با هر کامیونی شمار معینی از زندانیان باید روانه می شدند. و از آنجا که موجودیت هر زندانی با یک شماره مشخص می شد این مهم نبود که چه کسی با کاروان براه می افتد. تنها کافی بود تعداد نفرات درست باشد.

مدارک زندانیان را به ممض ورود به اردوگاه (دست کم این شیوه ای بود که در آشویتس^۱ به کار گرفته می شد) همراه با سایر وسایل شان می گرفتند. تنها به هر زندانی این فرصت داده می شد که نام یا مرفه ای سافتگی برای خود برگزیند که عده زیادی به دلایل مختلف چنین می کردند. سرپرست زندانیان تنها به شماره های اسرا علاقمند بود. اغلب شماره زندانی را روی بدن آنها فالتکوبی می کردند و یا روی قسمت ویژه ای از کت، پالتو یا شلوارش می دوفتند. هر زندانبانی که می خواست زندانی رو تنبیه کند، کافی بود نیم نگاهی به شماره اش بیندازد (که چه قدر ما از این نیم نگاهها ومشت داشتیم!) و نیازی نبود اسمش را بپرسد.

برگردیم به کامیونی که در حال حمل زندانیان بود. در اینجا هم وقت تنگ بود و هم اینکه مسایل وجدانی و اخلاقی دیگر مطرح نبود.

در ذهن هر زندانی تنها یک اندیشه جولان می داد: خود را برای خانواده اش که در انتظار او بود زنده نگاهدارد و جان دوستانش را نجات بخشد. بنابراین بدون کوچکترین تردیدی، زندانی دیگر یا شماره دیگری را برمی گزید تا به جای او راهی شود.

همانطور که در پیش تر یادآور شدیم، جریان گزینش کاپوها یک جریان منفی بود، زیرا تنها بی هم ترین زندانیان برای این شغل برگزیده می شدند (گرچه گاهی استثناهایی نیز به چشم می خورد).

علاوه بر گزینش کاپوها که توسط اس.اس ها صورت می گرفت، نوعی خودگزینی نیز همواره در میان همه زندانیان جریان داشت. (ویهم رفته تنها زندانیانی می توانستند زنده بمانند که پس از سالها جابجایی از اردوگاهی به اردوگاه دیگر و در مبارزه برای زنده ماندن، فاقد همه گونه ارزشهای اخلاقی شده

۱-Auschwitz، شهری در لهستان که آلمان ها در جنگ جهانی دوم اردوی کار اجباری در اینجا داشتند. و در آن چهار میلیون تن از اسیران به ویژه یهودیان به وسیله گاز، تزریق اسید فینیک، گلوله، دار، گرسنگی و بیماری از بین رفتند. (برگردان کننده)

بودند. آنان برای نجات جان خود ماضر بودند دست به هر کاری بزنند اعم از کار شرافتمندانه یا غیر شرافتمندانه.

دزدی می کردند و دوستانشان رو لو می دادند و سرانجام از تواناییهای خود - ولو فشن و بی رحمانه - استفاده می کردند. ما که از بخت خوب یا مسن اتفاق یا معجزه - یا هر آنچه که شما نامش می نهد - از این اردوگاهها بازگشته ایم، خوب می دانیم که بهترینهای ما برگشتند.

از رویدادهای اردوگاههای کار اجباری مقایق بسیاری گزارش و نوشته شده است. در اینجا، مقایق تنها زمانی معنا فواهد داشت، که همراه با تجارب شفصی باشد. تلاش ما در این کتاب اینست که این تجارب را توضیح دهیم.

ما در اینجا سر آن داریم که در پرتو دانش امروز تجارب کسانی را که در این اردوگاهها اسیر بوده اند، بشکافیم و کسانی را هم که هرگز به درون این اردوگاهها راه نیافته اند، یاری دهیم تا بتوانند این تجارب را جذب کنند و بالاتر از آن تجارب، درصد کمی از زندانیانی را که از آنجا جان سالم بدر بردند و اکنون زندگی را بس دشوار می یابند لمس کنند. این زندانیان از بند رسته اغلب می گویند، "از بازگو کردن تجارب مان بیزاریم. برای کسانی که درون اردوگاهها بودند، نیازی نیست سفنی بگوییم و دیگران هم قادر به فهمیدن این نفواهند بود که ما در آن اردوگاهها چه امساسی داشتیم و نمی توانند درک کنند که اکنون چه امساسی داریم."

تلاش برای ارائه یک بررسی پژوهشگرانه از این موضوع، کاری بس دشوار است، زیرا روانشناسی باید به بی طرفی علمی ویژه ای توجه داشته باشد. اما آیا کسی که مشاهدات و بررسی های خود را بر کاغذ جاری می سازد، در صورتیکه خود زندانی بوده باشد می تواند این بی طرفی را حفظ کند؟ چنان بی طرفی از آن کسانی است که در بیرون اردوگاهها بوده اند. اما این هم تهی از اشتباه نفواهد بود زیرا چنین فردی نمی تواند مطالبی عرضه دارد که از ارزش واقعی برخوردار باشد، چون اسیر اردوگاه نبوده و جریان آنجا را

ندیده و لمس نکرده است. بنابراین ممکن است داوریهایش نادرست و هم ارزیابی هایش دور از ذهن باشد. پس باید بکوشیم تا از هر گونه جهت گیری شفصی اجتناب شود که این مساله مشکل واقعی کتابی از این دست است. زیرا گاهی لازم به نظر می رسد که شفص باید شهامت گفتن تجارب شفصی خود را داشته باشد. ابتدا تصمیم داشتیم این کتاب را با نام مستعار بنگارم و تنها از شماره زندانیم استفاده کنم. اما هنگامی که کار نوشتن کتاب به پایان رسید، پی بردم که چاپ کتاب با نویسنده گمنام، از ارزش آن فواید کاست. درست آنست که من با نام مشخص همه عقاید استوار خود را به روشنی بیان کنم. بنابراین با اینکه به شدت از فودنمایی نفرت دارم، کوشیدم از حذف هر مطلبی در کتاب فودداری کنم.

اینک بر خوانندگان است که چکیده محتویات کتاب را به صورت تئوریهای خشک در آورند تا شاید این تئوری بتواند به روانشناسی زندگی زندان، که پس از جنگ جهانی اول به آن توجه شد و ما را با نشانه (سندروم) « بیماری سیم خاردار» آشنا کرد کمک کند. ما دانش فود را در مورد آسیب شناسی روانی توده ها تا مد زیادی مدیون جنگ جهانی دوم می دانیم که به دآنسته هایمان افزود و آن را غنی ساخت. (من در اینجا عبارت معروف و نام کتابی را می آورم که لوبون¹ نگاشته بود). جنگ، به ما جنگ اعصاب را آموخت و جنگ اعصاب نیز اردوگاههای کار اجباری را به ارمغان آورد.

این کتاب از آن لحاظ مائز اهمیت است که درباره تجارب شفصی من به عنوان یک زندانی عادی نگاشته است. من با سربلندی یادآور می شوم که به جز چند هفته آخر در اردوگاه به عنوان روانپزشک زندان یا متی پزشکی، شغلی را در اردوگاه نپذیرفته بودم. چند تنی از همکاران من این فرصت را یافتند که در مشاغل کمک های اولیه و در اتاق های سرد، بیماران را با تکه پاره های کاغذ باطله زخم بندی کنند. اما شماره من در زندان 119104 بود و بیشتر اوقات مشغول کردن زمین برای کار گذاشتن خط آهن

1 - Lebon

بوده. زمانی هم کارم کردن تونل راه آب بود بدون اینکه کوچکترین کمکی به من شود. اما این کار من بی اجر نماند. زیرا درست پیش از کریسمس 1944، یک کوپن به عنوان جایزه دریافت داشتم.

این کوپن ها را یک شرکت ساختمانی صادر می کرد که عملا ما را به عنوان برده فریداری کرده بود: به این شکل که شرکت یاد شده روزانه برای هر یک از زندانیان قیمت مقطوعی می پرداخت.

این کوپن ها برای شرکت، پنجاه فینیک تمام می شد و ما می توانستیم آنها گاهی حتی چند هفته بعد در برابر شش عدد سیگار فرج کنیم، گرچه گاهی هم باطل می شد. اکنون من مالک فوشبفت بنی بودم که دوازده عدد سیگار ارزش داشت. اما مهمتر این بود که می توانستم سیگارها را با دوازده کاسه سوپ معاوضه کنم و گاهی همین دوازده کاسه سوپ ما را از مرگ ناشی از گرسنگی نجات می داد.

امتیاز سیگار کشیدن واقعی از آن کاپوها بود که از جیره هفتگی برفوردار بودند. امتیلا زندانیانی که به عنوان سرکارگر در انبارها و کارگاهها کار می کردند در قبال کارهای فطرنای که به آنان واگذار می شد چند سیگاری نصیب شان می گردید. تنها در یک مورد، استثنا دیده می شد و آنهم در مورد کسانی بود که امید به زندگی را از دست داده بودند و می خواستند از آخرین روزهای زندگی خود لذت ببرند. از اینرو وقتی رفیقی را می دیدیم که سیگارهایش را پی در پی دود می کند پی می بردیم که ایمان خود را به نیروی پایداریش در ادامه زندگی از دست داده است. و وقتی کسی این ایمان را از دست می داد میل به زندگی به ندرت باز می گشت و آن شخص را باید از دست رفته می پنداشتیم.

وقتی منابع بیشماری را که نتیجه مشاهدات و تجارب زندانیان بیشماری است بررسی می کنیم، در واکنش های روانی زندانیان در برابر زندگی اردوگاه سه مرحله به روشنی دیده می شود: مرحله نخست ورود او به زندان بود، دو دیگر مرحله ای است که زندانی به کارهای روزمره زندان آموخته شده و مرحله سوم آزادی است.

نشانه ای که مرملة نفست را مشخص می سازد ضربه رومی است. ممکن است حتی ضربه رومی زیر شرایط ویژه ای پیش از ورود به زندان نیز دیده شود. به عنوان نمونه تجربه شفصی فودم را بازگو می کنم.

یکبار هزار و پانصد نفر چندین شبانه روز سفر می کردند. در هر واگن هشتاد نفر را جا داده بودند. همه مسافرین بایستی روی بار فود که تنها پس مانده اموالشان بود دراز می کشیدند. واگنها آنقدر پر بود که تنها در قسمت بالای پنجره ها روزنه ای برای تابش نور گرگ و میش سپیده دم به چشم می خورد. همه انتظار داشتند قطار سر از کارخانه اسلمه سازی در آورد و این جایی بود که ما را به بیگاری می کشیدند و ما نمی دانستیم که هنوز در سیلسیا¹ هستیم یا به لهستان رسیده ایم. سوت قطار مانند ضجه کسی بود که التماس کنان به سوی نیستی سقوط می کرد. سپس قطار به خط دیگری تخییر مسیر داد و پیدا بود که به ایستگاه بزرگی نزدیک می شویم. ناگهان از میان مسافران مضطرب، فریادی به گوش رسید. « تابلو آشویتس! » بله آشویتس نامی که مو بر تن همه راست می کرد: اتاق های گاز، کوره های آدم سوزی، کشتارهای جمعی. قطار آن چنان آهسته و با تانی مرگباری در حرکت بود که گویی می فواست لمظه های ومشت ناشی از نزدیک شدن به آشویتس را کشتارتر از آنچه هست بگرداند:

آش ... ویتس!

با بالا آمدن فورشید در سپیده دم منظره این اردوگاه سهمناک با چندین ردیف سیم خاردار، برج نگهبانی، نور افکن های چرخان، و صف های دراز از زندانیان ژنده پوش و غمزده، در سپیده دم تیره دیده می شد. زندانیان در امتداد جاده های مستقیم متروک به دشواری فود را می کشیدند. به سوی کدامین مقصد در حرکت بودند، نمی دانستیم. صدای تک نعره ها و سوت های فرمان، به گوش می رسید.

1- Silesia

ما از این صداها سر در نمی آوردیم. تصور من چشم هایم را به دیدن چوبه های دار برد که جسد زندانیان بر آنها تلو تلو می خورد. من ومشتزده بودم و این نشان دهنده آن بود که گام به گام بایستی با ومشت فوفناک ناممدودی آشنا شویم و باید به آن عادت کنیم.

سرانجام به ایستگاه رسیدیم. سکوت پیشین با فریادهای فرماندهان درهم شکست. از آن پس ممکن بودیم با آن فریادهای گوش فراش و فشن زندگی کنیم و بارها و بارها در همه اردوگاهها گوشمان از شنیدن آن آزرده می شد. صدای فرماندهان سوهان روح بود و مانند واپسین فریاد یک ممکن که گویی از ملقووم مردی بیرون می جهید که مجبور بود همانگونه فریاد بکشد. مردی که او را می کشتند و دگربار می کشتند. درهای قطار باز شد و گروه کوچکی از زندانیان توفان گونه وارد کوچه ها شدند. این زندانیان لباسهای یک شکل راه راه به تن داشتند، سرشان تراشیده بود اما به نظر می رسید از تغذیه فوبی برخوردارند. آنان به زبانهای اروپایی و با فوش مرگی حرف می زدند که در شرایط موجود عجیب به نظر می رسید. فوش بینی ذاتی من مانند غریقی که به پرکاهی پنگ می اندازد (که اغلب امساعات مرا متی در بدترین شرایط مهار کرده است) این اندیشه را در ذهن من ریفت که: ظاهرا این زندانیان کاملا فوب به نظر می رسیدند، فوش فلقدند، متی می فندند. چه کسی می داند؟ شاید من هم بتوانم در شرایط فوب زندگی آنان شریک باشم.

در روانپزشکی هالتی است به نام « توهوم رهایی ». مرد ممکن به مرگ در چنین هالتی لمظه ای پیش از اینکه مکم به مرمله اجرا گذارده شود این توهوم برایش پیدا می شود که امتمالا در واپسین لمظه، از مرگ رهایی فواهد یافت. ما نیز چنین هالتی داشتیم و به کوچکترین چیزی امید می بستیم و تا آفرین لمظه فکر می کردیم به فیر فواهد گذشت. گونه های سرخ و چهره های گوشتالوی آن زندانیان فود به تنهایی دل گرم مان می سافت و دانه امید را به دلمان بارور می کرد. در آن زمان نمی دانستیم آنان برگزیدگانی بودند برای پذیرایی زندانیانی که همه روزه وارد آنها می شدند.

آنان مسئول زندانیان و اثاثیه آنان بودند، که شامل چیزهای مفتخر و گاهی جواهرات هم می شد. احتمالا آشویتس باید با گنجینه های منمصر به فرد جواهرات، نقره، پلاتین و الماس هایی که با زندانیان به آنجا سرازیر و به غنیمت گرفته می شد، در اروپای جنگ زده مرکز عجیبی بوده باشد. این غنائم نه تنها در انبارها دیده می شد بلکه در دست اس. اس ها هم مشاهده می گردید.

در آلودگی که احتمالا حداکثر گنجایش دویست نفر را داشت، هزار و پانصد نفر اسیر را جا داده بودند. ما از سرما می لرزیدیم، گرسنه بودیم و برای همه جای کافی نبود که دست کم روی زمین خشک، چمباتمه بزنیم چه رسد به اینکه دراز بکشیم. در مدت چهار روز یک تکه نان پنج اونسی تنها چیزی بود که غذای ما را تشکیل می داد. با این حال می شنیدیم زندانیان ارشدی که مسئول آلودگی بودند، بر سر یک سنباق کراوات پلاتین یا الماس، با یکی از اعضای هیات پذیرایی چانه می زدند. سرانجام همه غنائم با مشروب مبادله می شد. دیگر به یاد ندارم برای خرید مقدار مشروب مصرفی یک "شب باشکوه" چند هزار مارک لازم بود، تنها چیزی که می دانم اینست که آن زندانیان مسئول نیاز به مشروب داشتند. کلاهمان را هم که قاضی کنیم می بینیم نمی توانیم آنان را در چنان شرایطی به خاطر اینکه می خواستند خود را تفریح کنند ملامت کنیم. دسته ای دیگر از زندانیان بودند که به مقدار نامحدود لیکوری را که اس. اس ها تهیه می کردند می نوشیدند: این زندانیان مسئول کسانی بودند که در اتاقهای گاز و کوره های آدم سوزی به کار گرفته شده بودند و به فوبی می دانستند روزی دسته ای دیگر جای آنان را گرفته و در نتیجه از سمت مجری مکم اعداد محکومین، یگراست به کوره ها سپرده خواهند شد.

تقریباً همه کسانی که در آن قطار همراه ما بودند این توهم را داشتند که در آفرین لمظه (هایی یافته و همه چیز دگر بار وضع عادی به خود خواهد گرفت. ما درک نمی کردیم در پس پرده چه می گذرد و چه چیزی در انتظار ماست. به ما گفتند اثاثیه خود را در قطار بگذاریم و در دو صف بایستیم- زنان در یک سو و مردان در سوی دیگر - تا از جلوی افسران اس. اس بگذریم. فوشبفتانه من جرات کردم کوله پشتی

ام را زیر پالتویم پنهان کنم. گروه ما یک یک از جلوی افسر اس.اس گذشت. احساس کردم اگر افسر چشمش به کوله پشتی من بیفتد وضع فطرناک خواهد بود. از تجارب پیشین می دانستم دست کم مرا به زمین خواهد کوبید. از اینرو همچنان که به افسر نزدیکتر می شدم، با قامتی کشیده راه می رفتم تا متوجه بار سنگینم نشود. مالا دیگر چهره به چهره بودیم. افسر مردی بود بلند قامت و لاغر اندام با اونیفورمی شیک، ظاهرا او با ما که سفر درازی را پشت سر گذاشته و قیافه هایی نامرتب و گرفته داشتیم، در تضاد بود، قیافه اش از آرامش برخوردار بود و نگاهی بی اعتنا داشت. با دست چپ آرنج دست راستش را نگهداشته بود. دست راستش بلند می شد و با انگشت اشاره همان دست، بی قیدانه به سمت راست یا چپ اشاره می کرد. هیچ یک از ما معنای اشاره دست او را که گاهی به راست و اکثرا به چپ بود نمی دانستیم.

نوبت من رسید. یک نفر در گوشه زمزمه کرد، کسانی که به سمت راست فرستاده می شوند به کار گمارده خواهند شد و کسانی را که به سمت چپ هدایت می کنند، افراد بیماری هستند که توان کار کردن ندارند و به اردوگاه ویژه ای فرستاده خواهند شد. منم منتظر بوده ببینم تکلیفم چه خواهد شد و این تازه آغاز مسایل زیادی بود که در آینده با آنها برخورد می کردم. سنگینی کوله پشتی مرا کمی به سمت چپ متمایل کرد اما کوشیدم کشیده قامت گام بردارم. افسر اس. اس سرپایم را برانداز کرد. تردید را در چهره اش خواندم. سپس دستهایش را روی شانه هایم گذاشت. تلاش بسیار کردم تا قیافه ام نیرومند جلوه کند. تا اینکه به آرامی شانه هایم را چرفاند و به سمت راست هدایت کرد و منم به همان سمت حرکت کردم.

معنای این بازی انگشت را همان شب برایمان توضیح دادند. این نخستین گزینش بود، بودن یا نبودن، زیستن یا نابودی. برای اکثر همراهان ما، یعنی در حدود نود درصد مکم مرگ صادر شد و مکم طی چند ساعت به مرحله اجرا در آمد. کسانی که به سمت چپ فرستاده شده بودند، از ایستگاه یکسره به کوره

های آدم سوزی روانه شدند. چنانکه یکی از کارگران این ساختمان به من گفت، روی درهای کوره ها به چندین زبان اروپایی واژه « گرمابه » نوشته شده بود. به زندانیان به محض ورود به آنجا به قالب صابون داده می شد و بعد - نیازی نمی بینم آنچه را که در آنجا روی می داد توضیح دهم. مطالب بسیاری از این صحنه و مشتتاک نگاشته شده است.

شمار کمی از ما که از مرگ بسته بودیم شب هنگام به حقیقت امر پی بردیم. از زندانیانی که مدتی در آنجا بودند پرسیدم دوست و همکار من پ به کدام سمت فرستاده شد.

« آیا او را به سمت چپ فرستادند؟ »

« بله »

به من گفتند: « می توانی او را در آنجا ببینی. »

« کجا؟ »

با دستش دودکشی را که در فاصله چند صد متری بود نشانم داد. ستونی از شعله به آسمان خاکستری لهستان زبانه می کشید. او، یعنی دوستم تبدیل به ابر شوم دود شد.

« آنجا همان جایی است که دوستتان در بهشت شناور است »

اما من هنوز معنای این حرفها را نمی فهمیدم تا اینکه با واژه هایی ساده برایم توضیح دادند.

از مطلب دور افتادم بهتر است رویدادها را به ترتیب بیان کنم. از نظر روانشناسی از سپیده دمی که وارد ایستگاه شدیم، تا نخستین استراحت مان در اردوگاه راهی بس دراز پیش روی داشتیم.

در مالیکه افسران مسلح اس. اس ما را همراهی می کردند، مجبور بودیم از ایستگاه بدویم، از سیم های فارداری که برق داشت و از اردوگاه بگذریم تا به گرمابه ها برسیم. برای ما که نخستین گزینش را پشت سر گذارده بودیم این یک مهم واقعی بود. بار دیگر توهم رهایی در ما جان گرفت. افسران اس.

اس به نظر دوست داشتنی می رسیدند و ما به زودی به دلیل این امر پی بردیم. تا زمانی که ساعت به مع داشتیم و می توانستند با چرب زبانی راممان کرده و ساعت مان را بگیرند، فوب بودند. آیا بهتر نبود همه چیز فود را به آنان بدهیم؟ و چرا نباید این افسران فوش ظاهر ساعت داشته باشند؟ شاید روزی به همین مناسبت، این گذشت ما را تلافی می کردند.

در آلودگی که به نظر می رسید اتاق انتظار بفش ضدعفونی باشد، به انتظار نشستیم، افسران اس. اس آمدند و پتویی روی زمین پهن کردند که بایستی همه اثاث مان، ساعتها و جواهرات مان را روی آن می ریفتیم. در میان ما هنوز افراد ساده لومی بودند که از زندانیان کارکشته ای که به کمک ما آمده بودند می پرسیدند آیا می توانند ملقه ازدواج شان، یا یک قطعه نشان یا چیزی را که شانس می آورد نگه دارند یا نه. هیچکس هنوز به این حقیقت پی نبرده بود که همه چیز ما را از ما خواهند گرفت.

کوشیدم اعتماد یکی از زندانیان را به فود جلب کنم. پنهانی به سویش رفتم و به لوله کاغذی که در جیب درونی پالتویم بود اشاره کردم و گفتم، « ببین این نوشته ها یک کتاب علمی است. می دانم به من چه فواهی گفت، باید فیلی فوشمال باشم که تن سالم از این محل به در برم و این باید تنها چیزی باشد که از سرنوشت فود انتظار داشته باشم. اما من نمی توانم به این مسایل بیندیشم. باید این نوشته ها را به هر قیمتی که باشد نگاهدارم. این نوشته ها حاصل یک عمر کار منست. می فهمی چه می گویم؟

بله، کم کم متوجه می شد چه می گویم. به آرامی لبفندی بر چهره اش نقش بست. این لبفند ابتدا از روی تفریح بود، سپس جنبه مسخره به فود گرفت و افر سر توهین آمیز شد و سرانجام به شکل یک واژه « گه » در فضا پیچید. این بود پاسخ من، تکرار این واژه در اردوگاه در میان زندانیان معمول بود. در آن لمظه بود که حقیقت عربان را دیده و کاری کردم که بر نقطه اوج نفستین مرمله واکنش روانی من داغی گذاشت، من با زندگی پیشین فود بدرود گفتم.

ناگهان جنب و جوشی در میان همسفرانم دیده شد که با رنگ پریده، چهره های ومشت زده ایستاده بودند و در نهایت بی دفاعی مرف می زدند. دیگر بار نعره های فشن فرماندهان گوشمان را آزار داد. با فشار به درون اتاق انتظار گرمابه رانده شدیم. در آنجا به دور یک افسر اس.اس که صبر کرد تا همه وارد شویم گرد آمدیم. آنگاه گفت، «از روی ساعت من دو دقیقه فرصت دارید کاملا لغت شوید، همه چیزتان را روی زمین، همانجایی که ایستاده اید بگذارید. هیچ چیز با خود بر نمی دارید مگر کفش ها، کمر بند یا بند شلوار و یک شکم بند. از همین حالا وقت می گیرم!»

زندانیان بدون کوچکترین درنگ خود را عریان کردند. هر چه به پایان دو دقیقه نزدیکتر می شدیم، حالت عصبی آنان فزونی می گرفت و زیرپوش و کمربندهای خود را با حالتی دست و پا پلفتی از تن به در می کردند و بند کفش هایشان را باز می کردند. سپس نخستین صدای شلاق را شنیدیم. شلاقهای چرمی بود که بر بدن عریان زندانیان فرود می آمد.

پس از آن ما را گله وار به سوی اتاقی رانند، که بایستی موهای بدنمان تراشیده می شد، نه تنها سرمان را تراشیدند بلکه در هیچ جای بدنمان تار مویی باقی نگذاشتند. نوبت حمام گرفتن فرا رسید و در اینجا بود که دیگر بار به صف ایستادیم. ما به سفتی می توانستیم همدیگر را به جای آوریم اما حالا بعضی از زندانیان با آرامش بسیار ریزش آب واقعی را بر تنشان لمس کردند.

هنگامی که منتظر بودیم تا نوبت مان برسد متوجه شدیم، تن برهنه ما تنها چیزی بود که برایمان باقی مانده بود. ما همه چیزمان را از دست داده بودیم، حتی کوتاهترین تار مو. تن برهنه ما تنها دارایی ما بود. به راستی دیگر چه چیزی برایمان مانده بود که ما را با زندگی پیشین مان پیوند دهد؟ عینک و کمر بند تنها چیزهایی بودند که برای من مانده بود، که من کمر بندم را هم در قبال یک تکه نان از دست دادم. کسانیکه شکم بند داشتند دچار هیجان شدند. زیرا شب هنگام زندانی ارشدی که مسئول کلبه ما بود، ضمن سفنای به ما فوشامد گفت و به شرافتش سوگند خورد که اگر کسی توی شکم بندش پول یا

سنگ قیمتی مخفی کرده باشد، فودش شفا او را « به همان تیر » - که با دستش به آن اشاره کرد - به دار فواید آویخت و با غرور توضیح داد که قوانین اردوگاه این مق را به او به عنوان یک ساکن اردوگاه می دهد.

داشتن کفش، خود در زندان مساله مهمی بود. گرچه ما می بایست از آنها نگهداری کنیم، اما آنهایی که کفش های نسبتاً فوبی داشتند مجبور می شدند آنها را تمویل مسئولین بدهند. و در عوض یک جفت کفشی که اندازه پایشان نبود دریافت می کردند.

زندانیان دچار دردسر واقعی می شدند که به مرف دلسوزانه زندانیان مسئول (در اتاق انتظار) گوش کردند و ساق چکمه هایشان را بریدند و برای اینکه جای بریدگی پیدا نباشد صابون به آن مالیدند. گویا افسران اس.اس منتظر همین بودند. کسانی را که مرتکب این جرم شده بودند به اتاق پهلویی بردند و ما تا مدتها صدای تازیانه و ضربه های آنان را می شنیدیم. این بار شکنجه مدتها به درازا کشید.

می بینید که فیالات واهی ما یکی پس از دیگری نقش بر آب می شد و پس از آن به طور غیر منتظره ای فوش فلق می شدیم. ما به فوبی می دانستیم که چیزی نداشتیم از دست بدهیم مگر زندگی مسخره و تن عریان خود را. وقتی دوش آب باز شد، همگی سعی می کردیم هم فودمان را دست بیندازیم و هم یکدیگر را.

صرف نظر از شوخ طبعی که پیدا کرده بودیم، احساس دیگری نیز در ما پیدا شد و آنهم مس کنجکاو بود. من پیش از این، اینگونه کنجکاوها را به عنوان واکنش اساسی در برابر موقعیت های ویژه و استثنایی تجربه کرده بودم. موقعی که جانم یکبار در یک حادثه کوهنوردی به فطر افتاد در آن لحظه بمرانی تنها یک احساس داشتم: کنجکاو، کنجکاو در این مورد که آیا جان سالم به در فوادم برد یا با مجمه شکسته و بدن زخمی باز فوادم گشت.

این کنبکای تلخ در آشویتس نیز ماکم بود، که به گونه ای ذهن ما را از محیط اطراف منمرف می ساخت. محیطی که ما به صورت عینی با آن برنورد داشتیم. در آن هنگام ما این حالت ذهنی را به عنوان وسیله ای برای محافظت خود تقویت می کردیم.

علاقمند بودیم بدانیم رویداد بعدی چه خواهد بود. مثلاً نتیجه ایستادن ما در فضای باز، یا در یخبندان آخر پاییز، آنهم لغت و عریان با بدن نیمه فمشک پس از دوش گرفتن چه خواهد بود. چند روز بعد کنبکای ما جایش را به شگفتی داد. شگفت زده از اینکه سرما نوردیم.

تازه واردین مرتب دپار شگفت زدگی می شدند. ابتدا پزشکانی که در میان ما بودند پی بردند که: « همه کتابهای درسی دروغ است. » در کتابها نوشته شده است بشر نمی تواند جز برای ساعات محدودی بی خواب بماند. این کاملاً غلط است! من متقاعد شده بودم که از انجام کارهای ویژه ای ناتوانم: مثلاً من نمی توانم بدون این بفوایم، یا نمی توانم با این و آن زندگی کنم. نفستین شبی که در آشویتس بودیم بر بستری فواییدیم که به ردیف بود. در هر ردیف (که اندازه اش دو تا دو متر و نیم بود) نه نفر بر کف زمین تفته ای فواییدیم. هر نه نفر دو پتو داشتیم. ناگفته نگذارم که همه باید به پهلو میفواییدیم. همین جای کم موجب شده بود که به هم چسبیده بفواییم که به این ترتیب از سرمای تلخ تا مدودی (ها) شویم.

گرچه بردن کفش به فوایگاه ممنوع بود، اما بعضی از زندانیان از کفش هایشان با وجود لایه های گل به عنوان بالش استفاده می کردند، وگرنه باید سر را به روی دست فوای رفته می گذاشتند. با همه شرایط دردناک، فوایمان می برد، و برای چند ساعتی به عالم فراموشی می رفتیم و از درد و زنج (ها) می شدیم.

بد نیست چند نمونه از سفت جانی خود را در برابر دشواریها برایتان تعریف کنم. ما نمی توانستیم دندانهایمان را مسواک بزیم. با این حال و با وجود کمبود ویتامین لته هایمان سالمتر از پیش بود.

ناچار بودیم یک پیرآهن را شش ماه بپوشیم، تا زمانی که از شکل پیرآهن در آید. اتفاق می افتاد به علت لوله های یخ بسته نمی توانستیم فود را یا متی قسمتی از فودمان را بشوییم، با این حال زخم دست هایمان که به گل و کثافت آلوده بود چرک نمی کرد (البته مساله سرمازدگی جدا بود). نمونه دیگر، کسانی بودند که فوایشان سبک بود و اگر کوچکترین صدایی از اتاق مجاور می آمد از خواب می پریدند، مالا می توانستند به شکل کتابی کنار رفیق فود که با صدای بلند فرفر می کرد به خواب سنگینی فرو روند.

اکنون اگر کسی از ما در مورد مقیقت گفته داستایوسکی¹ پرسد که می گفت « بشر موجودی است که می تواند به همه چیز عادت کند » پاسخ فوایم داد « بله، بشر موجودی است که به همه چیز فو می گیرد، اما نپرسید چگونه. » نه بررسی های روانشناسی ما به آن مرحله رسیده بود و نه ما زندانیان به آن مرحله رسیده بودیم. زیرا ما هنوز در مرحله ابتدایی واکنش های روانی بودیم.

فکر فودکشی تقریباً از ذهن همه ما گذشته بود، همه ما این اندیشه را ولو برای مدت کوتاه تجربه کرده بودیم. اندیشه ای که زاییده وضع موجود بود، فطر مرگ که همواره تهدیدمان می کرد و نزدیک بودن مرگ کسانی که زیر شکنجه بودند، به علت عقیده استوارم که بعداً به ذکر آن فوایم پرداخت، نخستین شب ورودم به اردوگاه با فود پیمان بستم که « به سیم خاردار نزنم ». این عبارتی بود که در اردوگاه بکار می رفت و بهترین شیوه فودکشی بود که با دست زدن به سیم خاردار برق دار آنها می گرفت. گرفتن چنین تصمیمی برای من فالی از اشکال نبود. از آنها ، که شانس زنده ماندن و یا رویدادهایی که موجب رهایی می شد کم بود، فودکشی دیگر مفهومی نداشت. هیچکس اطمینان نداشت جزو کسانی باشد که از همه گزینش ها جان سالم به در برد. زندانیان آشویتس در نخستین

1-Dostoevski

مرمله ضربه رومی از مرگ ومشت نداشتند. متی اتاق گاز پس از چند روز نفست، ابهت خود را از دست می داد.

دوستانی را که بعدها دیدم، به من گفتند من یکی از کسانی نبودم که با ورود به اردوگاه دچار افسردگی شده باشم. هنگامی که صبح روز بعد از ورودمان به آشویتس اتفاق زیر رخ داد، من تنها لبخند زدم. داستان از این قرار بود که با وجود افطاری که گفته می شد نباید از کلبه هایمان خارج شویم، یکی از دوستان من که چند هفته پیش وارد آشویتس شده بود پنهانی به کلبه ما آمد. قصد او از این دیدار برای این بود که با گفتن چند نکته کوچک موجب آسایش ذهنی ما شود. او به مدی وزن کم کرده بود که ابتدا نشناختمش با شوخ طبعی و بی قیدی شتاب آلود چند نکته را یادآور شد و رفت:

« نترسید! از گزینش ومشت نکنید! دکتر. م (ریاست پزشکی اس.اس) رفتار خوبی با پزشکان دارد. » (این دروغ و سفنان دوستانه رفیق من گمراه کننده بود. یکی از زندانیان که پزشک شماری از کلبه ها بود و مدود شصت سال از سنش می گذشت به من گفته بود که چگونه به دکتر. م التماس کرده بود تا از فرستادن پسرش به اتاق گاز خودداری کند، اما دکتر م. با سردی درخواست او را رد کرده بود.)

دوستم ادامه داد: « فواهدش می کنم هر روز صورتتان را بتراشید، متی اگر مجبور باشید با یک تکه شیشه اینکار را بکنید... و یا به قیمت از دست دادن آخرین تکه نانتان باشد. در این صورت جوانتر و گونه هایتان سرخ تر به نظر خواهد رسید. اگر می فواید زنده بمانید تنها یک راه وجود دارد: باید بتوانید کار کنید. فرض کنیم پاشنه پایتان تاول زده باشد و شما بلند و در همین ضمن افسر اس.اس شما را ببیند و شما را به کناری بکشد در آن صورت مطمئن باشید روز بعد اتاق گاز در انتظارتان است. می دانید وقتی می گوئیم « لاابالی » منظورمان چیست؟ مردی که قیافه مفلوکی دارد و پوستی بر استفوان که دیگر توان کارهای دشوار بدنی را ندارد... این یک « لاابالی » است. یک نفر لاابالی دیر یا زود و غالباً به زودی روانه اتاق گاز می شود. بنابراین به یاد داشته باشید: صورتتان را بتراشید و کشیده قامت

گام بردارید، در اینصورت نیازی نیست از اتاق گاز ومشتی داشته باشید. همه شما که در اینجا ایستاده اید متی اگر از اقامت تان بیست و چهار ساعت بیشتر نگذشته باشد نباید از اتاق گاز بترسید، مگر شما. سپس رو به من کرد و گفت، « امیدوارم از رک بودن من نرنجید » رو به دیگران کرد و گفت: « از میان همه شما، او تنها کسی است که باید از گزینش بعدی بترسد. بنابراین نگران نباشید! »

من لبفند زدم و مالا متقاعد شده ام که هر کس دیگر در آن روز جای من می بود همین کار را میکرد. گفته لسینگ^۱ است که « گاهی رویدادهایی موجب می شود شما منطق فود را از دست بدهید وگرنه دلیل برای از دست دادن آن ندارید. » چنانچه واکنش نابهنجار در برابر موقعیت نابهنجار، رفتار طبیعی به شمار می رود. ما روانپزشکان متی انتظار این را داریم که واکنش های یک فرد در برابر یک امر نابهنجار، از قبیل فرستادن به تیمارستان، به نسبت درجه بهنجا بودن او نابهنجار باشد. واکنش فردی که به اردوگاه کار اجباری وارد شده است نیز وضع نابهنجار ذهنی او را نشان می دهد. اما اگر باین مساله از دیدگاه عینی نگاه کنیم در شرایط موجود چنین واکنشی همانطور که بعدها فواید دید واکنشی است بهنجا و راستین، همانطور که من این واکنشها را پیش تر توضیح داده ام، طی چند روز باژگون شد. زندانی از مرمله نخست به مرمله دوم می رسید: مرمله دوم، مرمله بی اساسی نسبی بود که زندانی در این دوره در نوعی مرگ عاطفی دست و پا می زد، به جز واکنش هایی که تاکنون توضیح داده ام، زندانیان تازه وارد شکنجه دردناک تری را از نظر اساسی تجربه می کردند که تلاش شان بر این بود همه آنها را در فود نابود سازد. نخست اینکه، در مسرت بازگشت به فانه و کاشانه و خانواده فود بودند. این میل و اشتیاق گاه چنان به زندانی فشار می آورد که اساس می کرد مسرت چون فوره به جاننش افتاده است. دو، دیگر تنفر بود ؛ تنفر از همه زشتیهایی که در پیرامونش بود، متی به شکل ظاهری.

۱- Lessing

به بیشتر زندانیان لباسهای ژنده ای داده بودند که مترسک از آن فوش آیندتر بود. در فاصله کلبه ها در اردوگاه جز کثافت چیزی به چشم نمی خورد و هر چه بیشتر تمیز می کردیم بیشتر بر سر راهمان ریخته می شد. افسران و زندانیان مسئول ، فوش داشتند که تازه واردان را به کار گروهی تمیز کردن آبریزگاهها و بیرون ریختن مدفوع بگمارند اگر همانطور که معمولا روی می داد، به هنگام حمل مدفوع بگمارند اگر همانطوری که معمولا روی می داد، بهنگام حمل مدفوع بر روی تپه ها، مدفوع بسر و روی زندانیان می ریفت و نشانی از تنفر در چهره اش دیده می شد یا سعی می کرد آنرا پاک کند، ضربات کاپو بود که بر پیکرش فرود می آمد و از اینرو کشتن واکنش های به هنجار تسریع می شد.

ابتدا زندانی وقتی گروهی را می دید که در مین رفت و آمد مجازات می شوند روی بر می گرداند، زیرا نمی توانست تحمل کند که رفقاییش به هنگام رفت و آمد در باتلاق کتک بخورند. اما روزها و هفته های بعد جریان دگرگون می شد. صبح زود، وقتی که هوا هنوز گرم و میش بود زندانی با گروهش جلوی در می ایستاد و آماده کار بود. با شنیدن صدای فریادی، می دید که چگونه رفیقی را نقش زمین می کنند و دیگر بار او را می ایستانند و باز هم اینکار تکرار می شود، چرا چنین می کردند؟ برای این که تب داشت و بی موقع به درمانگاه رفته بود و به خاطر همین که می خواست از وظایف روزانه اش رها شود تنبیه می شد.

اما زندانی که به مرحله دوم واکنش های روان شناسی رسیده بود دیگر با دیدن تنبیه رفیقش دیده از صمنه بر نمی گرفت. زیرا در این مرحله احساساتش سست شده بود و این منظره را بدون اینکه کوچکترین احساسی به او دست دهد تماشا می کرد. نمونه دیگر را برایتان تعریف می کنم:

یکی از زندانیان در درمانگاه به انتظار ایستاده بود و با حالت لی لی قدم بر می داشت به امید اینکه به علت زخم یا تاول پا یا تب دو روز کار سبک در داخل اردوگاه به او داده شود. پسر دوازده ساله ای را می دید که به درمانگاه آوردند. این پسر را مجبور کرده بودند ساعتها در برف به حال فبردار بایستند و یا در

فضای باز با پای برهنه به علت اینکه کفشی در اردوگاه به اندازه پای او نبود، بیگاری کند. زندانی این منظره را بدون برگرداندن روی نگاه می کرد. انگشتان پای این پسر فردسال را سرما زده بود و دکتر کشیک ریشه های سیاه غانقاریای او را یکی یکی با موچین می کند. نفرت، ومشت و ترمم عواطفی است که تماشاچیان ما در برابر آنها دیگر سنگ شده بودند. منظره شکنجه شدگان، کسانی که در حال مرگ بودند و مرده ها، پس از چند هفته زندگی اردوگاهی چنان عادی می شد که دیگر او را تکان نمی داد. من مدتی در کلبه بیماران تیفوسی کار کردم، که تبشان خیلی بالا بود و اغلب هذیان می گفتند و در حال مرگ بودند. پس از اینکه یکی از این بیماران مرد، من بدون هیچگونه آشفتگی عاطفی این منظره را که با مرگ هر نفر تکرار می شد، تماشا می کردم. زندانیان یکی یکی به جسدی که هنوز گرم بود نزدیک می شدند. یکی پس مانده سیب زمینی اش را چنگ زده بر می داشت، دیگری فکر می کرد کفش چوبین مرده برایش مناسب تر است و کفش های خودش را با آن عوض می کرد. نفر سوم پالتویش را بلند کرده و دیگری فوشمال بود که می توانست چند متری نخ به چنگ آورد، تصورش را بکنید!

من هم اینها را بدون اینکه کوچکترین تکانی بفورم، تماشا می کردم. سرانجام از «پرستار» فواستم که جسد را از آنجا بیرون ببرد. پرستار وقتی تصمیم گرفت جسد را ببرد دو پای جسد را گرفت و آنرا کشان کشان از راهروی که دو ردیف چوب چیده بودند و پنجاه بیمار تیفوسی را روی آنها بستری کرده بودند به سمت در برد. چون از کمبود مواد غذایی رنج می بردیم، هماره دو پله ای که به سمت فضای باز می رفت برای ما دچار اشکال می کرد. چنانکه چند ماه پس از اقامت ما در اردوگاه یارای بالا رفتن از پله ها را که در مدود پانزده سانتیمتر بلندی هر یک از آنها بود، نداشتیم و نمی توانستیم بدون آنکه دستمان را به چهارچوب در بگیریم و فودمان را بکشیم از آن بالا برویم.

مردی که جسد را حمل می کرد به پله ها نزدیک می شد. نفس، نفس زنان فودش را بالا می کشید، بعد هم جسد را، ابتدا پاهایش، بعد تنه اش و سرانجام سرش را بالا می کشید. سر جسد را با سر و صدای زیاد و برافورد با پله ها از آن رد می کرد.

جای من در طرف مقابل کلبه و کنار تنها پنجره کوچکی بود که نزدیک زمین بنا شده بود.

هنگامی که با دستان سرد فود کاسه داغ سوپ را مزه مزه می کردم، پشتم به این منظره افتاد.

جسدی که هم اکنون از آنجا دور شده بود با دیدگان زل زده به من می نگریست. همین دو ساعت پیش بود که با این مرد صحبت می کردم و مالا در حالی که سوپم را مزه مزه می کنم به جسدش می نگریم. اگر بی عاطفگی من از نقطه نظر مرفه ام مرا به شگفتی وا نمی داشت، مالا دیگر این واقعه را به یاد نمی داشتم، زیرا کوچکترین احساسی در من بر نمی انگیخت.

بی تفاوتی و سست شدن عواطف و احساسی که انسان دیگر به چیزی اهمیت ندهد، نشانه هایی بود که در مرحله دوم واکنشهای روان شناسی زندانیان پدید می آمد و سرانجام او را در برابر شکنجه های لمظه ای و روزانه دیگران بی تفاوت می کرد و با همین سنگ شدن و بی تفاوت ماندن بود که زندانی به زودی تازی به دور فود می تنید.

هر حرکتی موجب کتک خوردن می شد و گاهی حتی بی دلیل کتک می خوردیم. به طور مثال نان در محل کارمان جیره بندی بود و ما می بایست برای دریافت نان به صف بایستیم. یکبار یکی از زندانیان پشت سر من کمی فارغ از صف ایستاده بود و این برهم خوردن قرینه برای افسر اس.اس فوشایند نبود. نه می دانستم پشت سر من چه می گذشت و نه می دانستم در ذهن نگهبان اس.اس چه می گذرد، همین قدر دو ضربه محکم بر سرم فرود آمد. همان موقع نگهبان را که با چوب بر سرم می کوفت دیدم. در چنین لمظه ای، آنچه به انسان ضربه می زند درد جسمی نیست (و این همانقدر که در مورد

تنبیه کودکان صادق است، در مورد بزرگسالان نیز درست است) بلکه این رنج (ومی برفاسته از بی عدالتی و به طور کلی بی منطقی است که آزار دهنده است.

آنچه موجب شگفتی است، اینست که ضربه ای که نشانی از خود به جای نمی گذارد می تواند در شرایط ویژه ای بیش از ضربه ای که جایش باقی می ماند، آزار دهد. یکبار در یک توفان برف روی فط راه آهن را گرفته بود. با وجود هوای نامساعد، گروه ما می بایست کار می کرد. چون تنها راه گرم نگهداشتن خودمان را در کار کردن می دیدیم، من به شدت ریل را جابجا می کردم. تنها یک لمظه برای اینکه نفسی تازه کنم به بیلم تکیه داده. از بفت برگشته من درست در همان لمظه نگهبان برگشت و مرا دید و فکر کرد وقت می گذرانم. دردی که او در آن لمظه برایم آفرید نه ازدشنام بود و نه از ضربه ای که به من وارد آورده بود. نگهبان متی این زحمت را به خود نداد به مرد ژنده پوش گرسنه ای که در برابرش ایستاده بود و شاید می توانست به طور مبهم یادآور وجود انسانی باشد، چیزی بگوید، متی دشنام هم نداد. در عوض با مالتی فوشمال سنگی از زمین برداشت و به سوی من پرتاب کرد. این کار او به نظر من درست مانند جلب توجه یک میوان بود. فراخواندن میوانی اهلی به سر کارش، با موجهودی که وجه مشترکمان آنقدر ناپیوست که او را متی تنبیه نمی کنیم دردناک ترین بخش این کتک ها توهین هایی بود که به ما می کردند. چنانکه یکبار مجبورمان کردند تیرهای چوبی دراز و سنگین را بر روی مسیر یخ بسته ممل کنیم. اگر یکی از افراد پایش می لغزید نه تنها وضع خود را به فطر انداخته بود بلکه برای بقیه کسانی هم که همان تیر را ممل می کردند فطر ایجاد می کرد. لکن فاصره یکی از دوستان دیرین من نقص مادرزادی داشت اما او فوشمال بود که با وجود این نقص می توانست کار کند زیرا به هنگام گزینش افرادی که نقص عضوی داشتند یقینا به اتاق گاز روانه می شدند. او که با عده ای تیر چوبی بسیار سنگینی ممل می کرد، بر روی مسیر یخ بندان لنگید و چیزی نمانده بود که بیفتد و بقیه را هم با خود بکشد. چون هنوز نوبت من نرسیده بود بدون درنگ به یاری اش شتافتیم. بی درنگ ضربه ای بر پشتم فرود آمد و نگهبان در

مالیکه توبیفم می کرد دستور داد به جای خود بازگردد. شگفت آور اینجاست که همین نگرانی که مرا کتک می زد چند دقیقه پیش با لمن توبیف آمیزی به ما گفته بود که ما «فوکها» اصلا مس همکاری نداریم.

یکبار هم، در جنگلی با مرارت دو درجه فارتی، به کندن زمین یخ زده پرداختیم تا لوله های آب را جاگذاری کنیم. در آنروزها از نظر بدنی ضعیف شده بودم. سرکاری آمد با گونه های گوستالو و سرخ. چهره او مرا به یاد کله فوک انداخت. نگاهم روی دستکش های گرم و نرم او در آن سرمای گزنده ایستاد. مدتی ساکت مرا ورناداز کرد. احساس کردم همانند شکارچی در کمین من است زیرا مقدار فاک را که کنده بودم جلویم بود و این خود میزان کارم را نشان می داد.

ناگهان فریادش بلند شد «فوک کثیف، تمام مدت مواظبت بوده! کار کردن را به تو فواهم آموخت! وادارت می کنم با دندانهایت زمین را بکنی و مثل یک میوان بمیری! دو روزه مسابت را می رسم! هرگز در زندگی کار نکرده ای. فوک کثیف، چه کاره بودی؟ تاجر؟»

دیگر هیچ چیز برایم اهمیت نداشت، آب از سرم گذشته بود چه یک نی، چه صدنی. اما باید تهدید او را برای کشتنم جدی می گرفتم. از اینرو راست ایستادم و پیشم در چشمش دوفتم.

« من یک پزشک بودم - یک پزشک متفحص. »

« چی؟ پزشک بودی؟ شرط می بندم که جیب مردم را خالی کرده ای. »

« اتفاقا من در درمانگاه دولتی کار می کردم و پولی هم از مردم دریافت نمی کردم. » اما متوجه شدم زیادی حرف زده ام. در همین ضمن نگرانی خودم را روی من انداخت و در حالی که مثل دیوانگان نعره ای زد مرا به زمین کوبید. و دیگر به یاد ندارم ضمن فریادها چه گفتم.

مراد من از بیان این داستان جزیی اینست که نشان دهم لمضاتی پیش می آید که فشم و نفرت می توانست حتی یک زندانی مسخ شده را نیز برانگیزاند - فشم و نفرت نه تنها از بی رمی یا درد ناشی از آن، بلکه از تمقیر نهفته در آن. در آن لمظه فون به سرم دويد، زیرا باید به سفنان مردی گوش دهم که بر من و زندگی من داوری می کند. بی آنکه کوچکترین چیزی از آن بداند، مردی که (باید اعتراف کنم: وقتی داستان را برای رفقای زندانی خود تعریف کردم، آرامش کودکان ای به من دست داد) آنقدر پست و ومشی بود که پرستار درمانگاه سرپایی بیمارستان من، او را حتی به اتاق انتظار راه نمی داد.

فوشبفتانه کاپویی که در گروه ما بود، خود را مدیون من می دانست، او به علت اینکه به ماجراهای عاشقانه و گرفتاریهای خانواده گیش گوش می دادم به من علاقه پیدا کرده بود. او ماجراهایش به هنگام پیاده روی های دراز به سمت محل کار برایم تعریف می کرد.

من با شناخت او و با برداشتی که از شخصیت او داشتم و با پندهای روانکاوانه، در او نفوذ کردم. از آن پس او از من سپاسگزار بود و این خود برای من ارزش داشت. او بارها در یکی از پنج ردیف نخست صف جایی کنار خودش برای من نگه می داشت که معمولاً شامل دویست و هشتاد نفر می شد و این نهایت لطف او بود. ما باید صبح زود زمانی که هنوز هوا گرم و میش بود به صف می ایستادیم. همه از اینکه ممکن بود دیر برسند و در ردیف های عقبی صف بایستند ومشت داشتند، زیرا اگر به افرادی برای انجام کارهای نافوشبایند نیاز داشتند، کاپوی ارشد می آمد و آنان را از آخر صف برمی گزید و این افراد باید به سرپرستی نگهبانان نا شناس، به کار دیگری و به ویژه کارهای دشواری بپردازند. کاپوها، گاهی هم این افراد مورد نیاز را از پنج ردیف نخست برمی گزیدند تا مچ کسانی را که سعی می کردند زرتگی و رندی کنند بگیرند، همه اعتراض ها و التماسها را نیز با چند لگد جانانه، آرام می کردند و مجرمین برگزیده شده را تا رسیدن به محل کار با فریاد و کتک می دوانیدند.

من، تا زمانی که کاپوی گروهم نیازی به دردل با من داشت از این برنامه ها آسوده بودم - جای تضمین شده افتخاری من در کنار او بود. اما این رفاقت امتیاز دیگری نیز داشت. منم مانند همه زندانیان از آماس پا درد می کشیدم. پاهایم به مدی وره کرده بود و پوست پایم آنچنان کشیده می شد که به سفتی می توانستم زانوهایم را حرکت دهم. برای اینکه بتوانم با پاهای آماس کرده کفش هایم را بپوشم، ناچار بودم بند کفش هایم را نبندم. اگر جورابی می داشتم هم نمی توانستم بپوشم، چون کفش هایم به پایم نمی رفت. از اینرو پاهای من که نیمی از آن برهنه بود، همواره فیس و کفش هایم نیز پر از برف بود. که صد البته پاهایمان همواره سرمازده و متورم بود و به این ترتیب هرگامی که برمی داشتیم دردناک بود. در راه پیمایی های دراز کفش هایم پوشیده از برف می شد. در نتیجه زندانیان مرتبا می لغزیدند و افرادی که در پشت سر آنان در حرکت بودند، روی هم می افتادند. آنوقت این ستون گوشتی تنها برای یک لمظه و نه بیشتر، از حرکت باز می ایستاد. در چنین مواردی نهبان درنگ نمی کرد و با قنداق تفنگ خود ضرباتی به پیکر زندانیان وارد می آورد و آنان را بر می خیزانید. طبیعی است کسانی که جاییشان در جلوی صف بود، کمتر مجبور بودند از حرکت بازایستند و در نتیجه نیازی نبود برای رسیدن به صف، با پاهای دردناک بدونند. باز هم من فوشوقت بودم به علت اینکه پزشک ویژه عالی جناب کاپو شده بودم، در ابتدای صف و با گام های آرام حرکت می کردم.

ضمنا فیالم جمع بود که کاپوی من به خاطر خدمتی که در محش به جا می آوردم، به هنگام تقسیم سوپ نهار وقتی نوبت به من می رسید، چمچه را به ته دیگ می زد و مقداری نفود هم در کاسه ام می ریفت. این کاپو که پیش تر افسر ارتش بود، متی آنقدر شهامت به فرج می داد که در گوش سرکارگر که میانه ام با او شکراب بود زمزمه می کرد که من کارگر استثنایی خوبی هستم. درست است که این تعریف ها دستم را نمی گرفت، اما به هر حال زندگی مرا نجات می داد (یکی از چند موردی بود که جانم را نجات می داد). روز بعد از مشاخره من با سرکارگر، مرا پنهانی برای کار به گروه دیگری فرستاد.

سرکارگرانی هم بودند که با ما همدردی می کردند و تلاش می کردند دست کم در محیط کار تسهیلاتی برای ما فراهم آورند.

با این حال آنان نیز همواره یادآوری می کردند که یک کارگر عادی در مدت کمتر، چندین برابر ما کار انجام می دادند. اما آیا آنان می دانستند که سهمیه نان کارگران عادی دیگر روزی سیصد گرم نبود (که غالباً ما کمتر از این مقدار را دریافت می داشتیم) و روزی نیم لیتر سوپ بسیار رقیق نمی خوردند، که کارگران عادی زیر چنان فشاری روانی که ما بدان محکوم بودیم، نبودند که از خانواده هایمان خبری دریافت نمی کردیم- خانواده هایی که یا به اردوگاههای دیگری فرستاده شده و یا بی درنگ به اتاق های گاز روانه شده بودند، که کارگران عادی مرتباً هر روز و هر ساعت تهدید به مرگ نمی شدند. من حتی یکبار به خود جرات دادم و به یک سرکارگر گفتم، « اگر شما هم در همان مدت زمان کوتاهی که من راهسازی را یاد گرفتم، جرمی مغز را یاد گرفتید امتراهم فراوانی برایتان قایل می شدم. » سرکارگر با شنیدن این حرف پوزفندی زد.

بی اساسی، که مهمترین نشانه مرضی مرملة دوم بود مکانیزم ضروری «دفاع¹ از خود» به شمار می رفت. رفته رفته واقعیت سست می شد، و همه تلاشها و همه عواطف و هیجانها، روی یک مساله دور می زد، مفظ جان و مفظ سایر دوستان. شامگاهان وقتی زندانیان چونان گله از محل کار به اردوگاه بازگردانده می شدند، شنیده می شد که می گویند، «فوب یک روز دیگر هم گذشت.»

به فوبی می توان پی برد، آنچنان فشاری که با نیاز دائم به تلاش برای زنده ماندن همراه بود موجب می گردید، وضع رومی زندانیان به سطح پایینی افت کند. چند نفر از همکاران من در اردوگاه که آموزش و زمینه ای در روانکاو داشتند، اغلب از «واپس روی» در میان زندانیان اردوگاه سخن می گفتند، «واپس

1- Self - Defense

روی» به معنای بازگشت به یک نوع زندگی ذهنی ابتدایی است. در چنین مرحله ای، زندانی آرزوها و خواسته هایش را در خواب می بیند.

زندانیان اغلب چه نوع خوابهایی می دیدند؟ نان، شیرینی، سیگار و ممام گرم، فوبی را به خواب می دیدند. چون این آرزوها در عالم بیداری برآورده نمی شد، از این رو به شکل رویا تظاهر می کرد. اینکه آیا دیدن این خوابها مفید بود یا نه بحث دیگری است، زندانی باید پس از بیدار شدن با واقعیت زندگی اردوگاهی و تضاد و مشتتاک آن با توهمات و هذیانهای رویا، رویاروی می گردید.

هرگز فراموش نمی کنم که چگونه یک شب با قرقری یکی از زندانیان از خواب جستم. او به شدت دست و پا می زد و گویا دچار کابوس و مشتتاک شده بود. از آنجا که همواره، به ویژه نسبت به کسانی که خواب های ترسناک می دیدند یا هذیان می گفتند، مس ترمم داشتیم، خواستم مرد بیچاره را از خواب بیدار کنم، اما ناگهان دستم را که می رفت او را تکان دهد پس کشیدم، چون از عملی که می خواستم انجام دهم، و مشتت کرده. و در آن لحظه به این حقیقت رسیدم که هیچ خوابی هر چند هولناک نمی تواند به تلفی و گزندگی واقعیت زندگی اردوگاهی پیرامون ما باشد و من ناآگاهانه می خواستم او را به آن زندگی بازگردانم.

طبیعی بود که به علت غذای ناکافی که از نظر کیفیت و کمیت صفر بود و زندانیان از آن رنج می بردند، آرزوی یک غذای فوب، غریزه ابتدایی اصلی شده بود که ذهن زندانیان را همواره مشغول می داشت. مال بیایید با هم به دیدار زندانیانی برویم که در مال کار کردن هستند، بهم نزدیکند و اتفاقا کسی هم مراقب آنان نیست. بیدرنگ در زمینه مواد غذایی شروع به گپ زدن می کردند یک زندانی از دیگری که داخل گودال کار می کرد، می پرسید غذای دلفواش چیست. و پس از آن دستور غذایی را که می توانستند بپزند با یکدیگر رد و بدل می کردند، صورت غذای روز آزادی خود را که بار دیگر گرد هم می آمدند در ذهن آماده می کردند، روزی که در آینده ای دور از بند رها شوند و به کاشانه های خود

بازگردند. درباره غذا آنقدر به تفضیل صحبت می کردند تا اینکه ناگهان به وسیله واژه رمز یا شماره ای
خبر دهن به دهن به ما می رسید که: «نگهبان سر رسید.»

من همواره صحبت درباره غذا را فطرناک می دانستم. زیرا اشتباه است جهاز هاضمه خود را تا مدودی با
کمیت و کیفیت بسیار پایین خو گرفته است. با مجسم کردن غذاهای فوشمزه و لذیذ تمریک کنیم،
گرچه اینگونه صحبت ها همراه با یک آرامش روانی زودگذر است. اما تصویری است که از نظر جسمی
بدون تردید خالی از فطر نیست.

در اواخر دوره زندان، میره روزانه غذایی ما شامل سوپ بسیار رقیق و همان تکه کوپک نان پیشین
بوده، علاوه بر آن میره به اصطلاح اضافی نیز داشتیم که شامل بیست گرم کره نباتی، یا یک ورقه نازک
کالباس ارزان قیمت، یا یک تکه کوپک پنیر، یا کمی عسل غیر طبیعی، یا یک قاشق مربای رقیق که
نوعش روزانه تغییر می کرد. این نوع تغذیه از نظر کالری کاملاً نابسندده بود، به ویژه که ما کار سفت
بدنی هم می کردیم و در ضمن همواره با لباس ناکافی در معرض سرما هم بودیم. وضع بیمارانی که زیر
مراقبت ویژه بودند و اجازه داشتند به جای ترک اردوگاه در بستر بمانند از اینهم اسف انگیزتر بود.

وقتی آفرین لایه های چربی بدنمان آب می شد و ما به شکل اسکلتی در می آمدیم که لباس ژنده به
تنش کرده باشند، باید شاهد تملیل رفتن بدنمان می بودیم. بدن ما پروتیین خود را هضم می کرد و در
نتیجه ماهیچه ها ناپدید می شدند. و حالا دیگر بدنی نیرویی برای ایستادگی نداشت. اعضای جامعه
کوپک ما یکی پس از دیگری می مردند. هر یک از ما استادانه می توانستیم بگوییم این بار نوبت
کیست و این شتر کی در خانه فودمان فواید فواید. با آن همه مرگ و میری که شاهدش بودیم، دیگر
علائم مرگ را بفوبی می شناختیم. و پیش بینی های ما کاملاً دقیق بود. در گوش یکدیگر زمزمه می
کردیم، «او دیری نخواهد پایید.» یا «حالا نوبت اوست» و شب هنگام که طبق برنامه روزانه شپش های
خود را می جستم و تن عریانمان را می دیدم فکر می کردیم که چه بر سرمان آمده است؟ آیا این

بدن، که جسدی بیش نیست بدن ماست؟ ما دیگر چیزی جز مثنی از یک توده عظیم گوشت انسانی نیستیم. توده عظیم پشت سیم های خاردار که در کلبه های گلی، گله وار جا داده شده ایم، توده ای که هر روز بخشی از آن می پوسد و فاسد می شود زیرا دیگر جان ندارد.

پیش از این یادآور شده که چگونه به فوراکی و غذاهای دلفواہ اندیشیدن فوره وار مغز زندانیان را آزار می داد و این کار اجتناب ناپذیر بود. این فکر ذهن آگاه هر زندانی را در هر لمظه ای از بیکاریش اشغال می کرد. شاید بتوانید پی ببرید که متی نیرومندترین ما نیز در مسرت روزی بودیم که بار دیگر غذای نسبتاً فوبی بفوریم، و این اشتیاق در واقع به خاطر فود فوراکی نبود بلکه برای روزی بود که آن زندگی دون بشری که در آن به چیزی جز غذا نمی اندیشیدیم از هم فرو بیاشد.

کسانی که چنین مراملی را تجربه نکرده اند، مشکل بتوانند آن تعارض ذهنی را که نابودکننده روح است و تضادهای نیروی اراده مردی را که گرسنگی را تجربه کرده است، مجسم کنند. آنان همچنین هرگز درک نفواهند کرد، معنای تنها ایستادن و کندن گودال و گوش به سوت اعلام ساعت نه و نیم یا ده صبح داشتن چیست. ما تنها نیم ساعت استراحت داشتیم و در این ساعت میره نان ما را توزیع می کردند (در صورتیکه اصلاً نانی وجود می داشت؟) آنان به کرات از سرکارگر راجع به چگونگی رفتار ما می پرسیدند و ما مرتباً ساعت را می پرسیدیم و با دلگرمی تکه نان مان را در جیب پالتو لمس می کردیم، ابتدا آنرا چونان چیز گرانبهائی با انگستان سرمازده و بدون دستکش در دست می گرفتیم و بعد تکه ای از آنرا می کندیم و بدهان می گذاشتیم، و سرانجام با آفرین ذره نیروی اراده باز هم آنرا در جیب می گذاردیم و با فود پیمان می بستیم که تا شامگاه آن را نگه داریم. آیا کسی می تواند به معنای همه آنچه یادآور شده پی برود؟

ما در مورد با معنا یا بی معنا بودن شیوه های ویژه های که برای یکبارہ خوردن و یا کم کم خوردن آن یک تکه نان نامیز صمبت می کردیم، این نانی بود که در اواخر دوره زندان و تنها روزی یکبار به ما داده

می شد. در میان زندانیان دو نوع طرز تفکر وجود داشت. یکی خوردن جیره نان در همان لمظه نفست. که این کار دو امتیاز داشت. هم زندانی درد گرسنگی را دست کم یکبار در روز برای مدتی کوتاه تسکین می داد و هم اینکه به این شکل آنرا از دستبرد احتمالی و یا کمبود جیره مفظ می کرد. دو دیگر اینکه گروهی جیره خود را تقسیم می کردند و به دفعات می خوردند و دلایل مختلفی هم ارائه می دادند. که من سرانجام به صف آنان پیوستم.

ومشتناکترین لمظه ها در 24 ساعت زندگی اردوگاهی ساعت بیداری بود. زیرا خواب ما در سپیده دم گرسنگی و میش با نواختن سه سوت پاره می کردند. ما را بیرممانه از خواب زاییده از فستگی مفرط و رویا های شیرین جدا می کردند و در این زمان بود که باید با کفش های فیس خود که به ندرت می توانستیم پاهای دردناک و آماس کرده خود را در آن فرو بریم کشمکش کنیم.

البته غرولندهای معمول و قرقرهایی هم شنیده می شد که ناشی از بستن کفش با سیم به جای بند کفش بود. یک روز صبح صدای گریه کسی را شنیدم که او را به عنوان آدم شجاع و باوقاری می شناختم. این مرد چونان کودکان می گریست زیرا پس از کشمکش فراوان با کفش هایش که برایش کوچک شده بود و نمی توانست پاهای آماس کرده اش را در آن بگنجانند، مجبور شده بود با پاهای برهنه در برف راه برود من در چنین لمظت وومشتناکی کمی آرامش می یافتم، جیره نانم را از جیب در می آوردم و با اشتهای فراوان از ذراتش لذت می جستم.

بدی تغذیه و پیوسته به غذاهای مختلف اندیشیدن احتمالا روشن می کند که چرا معمولا اشتهای جنسی در ما از بین رفته بود. به جز اثرات نفستین ضربه رومی، این تنها تفسیری بود که روانشناس باید در اردوگاههای مردانه در مورد این پدیده، که برعکس همه تاسیساتی که اعضای آن را مردان تشکیل می دادند، مانند ارتش، انمراف جنسی در اردوگاه کار اجباری کم بود، توجه می کرد. زندانی متی در خواب

هم توجهی به مسایل جنسی نداشت، در مالیکه امساسات ناکام مانده و عالی او در عالم فوآب تجلی می کرد.

اکثر زندانیان با غوطه ور شدن در یک زندگی بدوی و تلاش در رهایی جانشان، نسبت به هر چیزی که با این هدف پیوندی نداشت، بی توجه بودند و این نشان می داد که چگونه از امساسات و عواطف تهی شده اند. من این مساله را در انتقالم از آشویتس به اردوگاهی وابسته به دافاوا¹ دریافتم. ترنی که ما را می برد حامل دو هزار زندانی بود. این ترن از وین می گذشت. نیمه شب بود که از یکی از ایستگاههای قطار وین می گذشتیم. ترن از فیابانی می گذشت که من سالهای بسیاری از زندگی ام را، در واقع تا پیش از اینکه به اسارت گرفته شوم در آنجا سپری کرده بودم.

در کوپه ما که دارای دو روزنه کوچک میله دار بود، 50 تن زندانی جا داده شده بود در مالیکه یک گروه، تنها برای چمباتمه زدن روی کف کوپه جا داشتند، بقیه که مجبور بودند ساعتها به ایستند کنار آن روزنه جمع شدند. کسانی که گرد پنجره بودند روی پنجه پا سرک می کشیدند و من هم با نیم نگاهی همراه با ترس از لابلای سر همه به زادگاهم نگاه می کردم. از آنجا که فکر می کردیم قطار ما به سوی موتهوزن در حرکت بود و بیش از یک یا دو هفته از عمرمان باقی نبود، بیشتر امساس مرگ می کردیم تا زندگی. یک امساس غریزی در درونم بود که فکر می کردم من فیابانها، میدانها و فانه های دوران کودکی ام را با دیدگان یک مرده، مرده ای که از جهان دیگری بازگشته نگاه می کنم، من شهر را مثل یک شهر جن زده می دیدم. پس از ساعتها تافیر ترن ایستگاه را ترک کرد. و اینجا بود که فیابان را دیدم - فیابان فودمان را! جوانانی که سالها زندگی اردوگاهی را پشت سر گذارده بودند و چنین سفری برایشان رویداد بزرگی به شمار می رفت با عشق از روزنه به فیابان ها فیره شده بودند. به آنان التماس می کردم، به هم سلولی

1- شهری در باواریای اولیا، نزدیک مونیخ محل اردوی کار اجباری در زمان هیتلر. (برگرداننده)

هایم تمنا می کردم بگذارند جلوی روزنه بایستم و تنها یک لمظه شهر را نگاه کنم. تلاش می کردم به آنان بفهمانم که در آن لمظه نگاه کردن از آن روزنه برایم چه معنایی دارد.

تقاضایم را با بی ادبی و ریشخند پاسخ دادند: «می فواهی بگویی همه عمرت را در اینجا گذرانده ای؟ فوب، پس دیدنی ها را به اندازه کافی دیده ای!»

معمولا در اردوگاه یک نوع «فمودی فرهنگی»^۱ مشاهده می شد. در این زمینه البته دو استثنا وجود داشت: سیاست و دین. تقریبا می توانم بگویم در همه اردوگاه پیوسته سخن از سیاست می رفت، به طور عمده بحث ها بر پایه شایعات بود. شایعه از گوشه ای درز می کرد و به سرعت در سراسر اردوگاه ریشه می دواند. معمولا شایعاتی که در زمینه وضعیت ارتش رواج می یافت ضد و نقیض بود. این گونه شایعات به سرعت یکی پس از دیگری گل می کرد و در ذهن همه زندانیان موجب جنگ اعصاب می شد. بسیاری مواقع، امید زندانیان درباره پایان سریع جنگ که از سوی افراد فوش بین شایع شده بود مبدل به نومیدی می شد. برفی از زندانیان دیگر امیدی نداشتند و این بیماران فوش بین بودند که روی اعصاب آدم پنگ می انداختند.

علاقه مذهبی زندانیان که با سرعت جان می گرفت، نشانی از صمیمیت آنان داشت که در تصور می گنجید. ژرفا و نیروی مذهبی اغلب تازه واردان را به شگفتی وا می داشت. آنچه که در این رابطه سفت انسان را زیر تاثیر قرار می داد، دعاها و مراسم مذهبی بود که زندانیان از خود ابداع کرده بودند و در گوشه کلبه ای، یا در تاریکی کامیون قفل شده ویژه چهارپایان که ما را از محل کار دور افتاده ای، فسته و گرسنه در حالی که در جامه های ژنده خود منجمد شده بودیم به اردوگاه باز می گرداند، به جای می آوردند.

۱- Cultural Hibernation

به روشنی واژه «VAE.V» فوانده می شد گفته شد که منشی هرگز لاتین نیاموخته بود و همچنین هرگز پیش از آن واژه های «Vae-victis» را که به معنای وای بر مغلوب است را نشنیده بود. به عقیده من او باید یکبار این واژه ها را پیش تر شنیده باشد و اکنون بدون اینکه به یاد بیاورد به روح (ضمیر نافوادآگاه او) بازگشته بود، این جلسه چند ماه پیش از آزادی ما و در پایان جنگ تشکیل شد.

با وجود اینکه ما در اردوگاه کار اجباری محکوم به یک زندگی ذهنی و جسمی بدوی بودیم، امکان این بود که در ژرفای زندگی معنوی نیز غوطه ور شدیم. شاید افراد مساسی که به یک زندگی روشنفکرانه پرباری عادت کرده بودند، بیشتر از دیگران رنج می بردند (این عده اغلب ساقتمان بدنی ظریفی داشتند) اما کمتر از دیگران به زندگی درونی آنان آسیب رسید. آنان می توانستند از محیط ومشتناک به زندگی درونی پربار خود و به آزادی معنوی بازگردند. تنها به همین دلیل است که می توان پی به این راز آشکار برد که اغلب دیده می شد عده ای از زندانیان ضعیف و ناتوان بهتر از کسانی که نیرومند بودند در برابر زندگی اردوگاهی دواج می آوردند. برای اینکه مساله برای خودم روشن شود، ناچارم به تجارب شفصی خود بازگردم. بگذارید برایتان بازگو کنم که در آن سمرگاهان گرگ و میش که ناچار بودیم پیاده به سوی ممل کارمان برویم چه اتفاقی افتاد.

فرمان قدم رو با فریاد فرمانده صادر می شد: «گروه، قدم رو! چپ-دو-سه-چهار! چپ-دو-سه-چهار! چپ-دو-سه-چهار! نفر اول حرکت، چپ و چپ و چپ و چپ! کلاهها برداشته!» هنوز هم این واژه ها در گوش من زنگ می زند. وقتی فرمان «کلاهها برداشته!» داده شد، ما از دروازه اردوگاه گذشتیم و نورافکن های چرفان روی ما می چرفید. بیچاره کسی که به علت سرما پیش از اینکه اجازه داده شود کلاهمان را به سر بگذاریم، کلاهش را روی گوشهایش کشیده بود.

ما در تاریکی در امتداد جاده ای که از اردوگاه منشعب می شد روی سنگهای بزرگ سکندری می رفتیم و توی گودالهای بزرگ می لغزیدیم نهبانانی که ما را همراهی می کردند، سرمان فریاد می زدند و با

قنداق تفنگ ما را به پیش می راندند. کسانی که پاهایشان آماس کرده بود و نمی توانستند درست راه بروند بازوی رفیق خود را می گرفتند. هیچ سفنی شنیده نمی شد، زیرا سوز سرما مالی برای مرف زدن باقی نمی گذاشت. مردی که کنار من بود، دهانش را در یقه اش که بالا کشیده بود فرو برده و ناگهان در گوشم زمزمه کرد: «اگر همسران ما، ما را در این وضع می دیدند! امیدوارم وضع آنان در اردوگاهشان بهتر از ما باشد و از بلایی که به سر ما می آید فیر نداشته باشند.»

سفنان رفیقم مرا به یاد همسرم انداخت. در مالیکه کیلومترها مسافت را روی یفها سکندری می خوردم، بارها از یکدیگر به عنوان مایل استفاده می کردیم، یکدیگر را از روی زمین بلند می کردیم و به پیش می رانیم، افتان و فیزان در حرکت بودیم، بدون اینکه سفنی بگوییم. اما هر دو می دانستیم، که هر یک به همسر خود می اندیشد.

گاهی به آسمان که ستاره هایش در حال افول بود و روشنایی گل بهی رنگ سمر در پس توده ابرها جایگیر می شد، نگاه میکردم. اما ذهنم تصویر همسرم را رها نمی کرد. او را با زیرکی مرموزش مجسم می کردم. او به من پاسخ می داد، لبخند او و نگاه اطمینان بخش و رکش را می دیدم. چه حقیقت داشته باشد و چه نداشته باشد نگاه او در آن لحظه درفشان تر از فورشیدی بود که خیال برفاستن داشت.

اندیشه ای در من شکفت: برای نفسین بار در زندگی ام حقیقتی را که شعرای بسیاری به شکل ترانه سروده اند و اندیشمندان بسیار نیز آنرا به عنوان حکمت نهایی بیان داشته اند، دیدم. این حقیقت، که عشق عالی ترین و نهایی ترین هدفی است که بشر در آرزوی آنست. و در اینجا بود که به معنای بزرگترین رازی که شعر بشر و اندیشه و باور بشر باید آشکار سازد، دست یافتم، (هایی بشر از راه عشق و در عشق است. پی بردم که چگونه بشری که دیگر همه چیزش را در این جهان از دست داده، هنوز می تواند به فوشبفتی و عشق بیندیشد، ولو برای لحظه ای کوتاه، به معشوقش می اندیشد. بشر در شرایطی که فلا کامل را تجربه می کند و نمی تواند نیازهای درونی اش را به شکل عمل مثبتی ابراز

نماید تنها کاری که از او بر می آید اینست که در مالیکه زنجهایش را به شیوه ای راستین و شرافتمندانه
تتمل می کند، می تواند از راه اندیشیدن به معشوق و تجسم فاطرات شرافتمندانه عاشقانه ای که از
معشوقش دارد خود را فشنود گرداند. برای نفسستین بار در زندگی ام بود که به معنای این واژه ها پی
بردم. «فرشتگان در اندیشه های شکوهمند ابدی و بی پایان غرقند.»

جلوی من مردی سکندری رفت و کسانی که پشت سر او بودند رویش افتادند نگیهان به سوی آنان
دوید و همه را با شلاق زد و رشته اندیشه هایم برای چند لمظه پاره شد.

اما به زودی اندیشه هایم بار دیگر راه خود را بازیافت و وجود زندانیان را فراموش کردم و به جهان خود
بازگشتم و با معشوقم به گفتگو پرداختم: از او پرسش هایی کردم و او به من پاسخ داد، او هم
پرسشهایی کرد و من به او پاسخ دادم.

«ایست!» ما به محل کارمان رسیده بودیم. همه با شتاب به درون کلبه تاریک سرزیر شدند تا ابزار کار
مناسبی به چنگ آورند. هر زندانی بیل یا کلنگی برداشت.

«شما فوکهها؟ نمی توانید بجنیید؟» ما بی درنگ هر یک در گودال روز پیش وارد شدیم. زمین یخ بسته
با فشار کلنگ شکاف بر می داشت و نوک کلنگ جرقه می زد. زندانیان خاموش و مغزشان گرفت شده
بود.

ذهن من همچنان متوجه همسرم بود. اندیشه ای از ذهنم گذشت که آیا اصلا همسرم زنده است.
من تنها یک چیز را می دانستم که در اینجا آموخته ام و آن این که عشق از جسم معشوق هم بس
فراتر می رود و معنای ژرف خود را در هستی معنوی شفق و در درون او می یابد. حال دیگر فرقی نمی
کند که معشوق حاضر باشد یا نباشد، مرده باشد یا زنده، این دیگر اهمیتی ندارد.

من نمی دانستم همسرم زنده است یا نه، و هیچ راهی هم برای پی بردن به این امر نداشتم. (در دوران
زندگی اردوگاهی، نه نامه ای دریافت می داشتیم و نه می توانستیم نامه ای پست کنیم) اما این

مساله در آن لمظه برايهم اهميتي نداشت. نيازي نداشتيم مقيقت را بفهميم، زيرا هيچ چيز نمي توانست بر نيروي عشق من، اندیشه هاييم و تصوير معشوقم تاثير بگذارد و خللي وارد آورد. اگر در آن زمان مي دانستيم همسرهم مرده است، باز هم اندیشه هاييم گسسته نمي شد و همچنان به او مي انديشيديم و گفتگوي ذهني من همچنان درفشنده و فشنودکننده مي بود. (مرا چون مهري بر قلبت بزن، عشق همان اندازه نيرومندست که مرگ.)

تقويت زندگي دروني به زنداني کمک مي کرد تا از فلا پريشاني و فقر رومي هستي خود از مال بگريزد و به گذشته پناه برد.

به هنگام آزادي، تفييل او در رويدادهاي گذشت سير مي کرد، که اغلب مهم هم نبودند بلکه وقايعي جزيي به شمار مي رفتند. ذهن دلتنگ او، به آن رويدادها شکوه مي بفتشيد و انها فصويات عجيبي به خود مي گرفتند. در حالیکه جهان زندانيان و وجودشان با انها فاصله زيادي داشت رومشان با مسرت و اشتياق در آن نفوذ مي کرد و متاثر مي شد. من در عالم فيال، اتوبوسي مي گرفتم و به سوي خانه ام مي رفتم، در ورودی آپارتمانم را باز مي کردم، پراغها را روشن مي کردم، به تلفن هايي که مي شد پاسخ مي دادم، اندیشه ما متي تا اين جزييات پيش مي رفت و اين خاطره ها خود مي توانست ما را تا مد گريه برانگيزد.

همچنان که زندگي دروني زنداني ژرفتر مي شد، زيبايي هنر و طبيعت را نيز بيش از پيش تجربه مي کرد. و در چنين مرحله اي بود که زنداني در اثر لمس واقعي آنها گاهي متي وضعيت هولناک خود را نيز فراموش مي کرد. اگر کسی چهره هاي ما را در سفر از آشويتس به اردوگاه باواریا ديده بود که چگونه نگاههاي ما از پنجره هاي ميله دار کوچک واگن زندان کوههاي سالزبورگ و قله هايشان را که در آفتاب مي درفشيد با چه مرص و ولعي مي بلعيد، هرگز باور نمي کرد اين چهره ها از آن مرداني است که همه

امید به زندگی و آزادی را از دست داده اند. با وجود این عامل و یا شاید به خاطر آن ما با زیبایی طبیعت که مدتها از آن جدا مانده بودیم، سمر می شدیم.

در اردوگاه نیز گاه مسمور زیبایی طبیعت می شدیم. برای نمونه یک زندانی توجه رفیقش را که در کنار او کار می کرد به منظره فرونشستن خورشید از لابلاي درختان قد برافراشته جنگل های باواریا جلب می کرد. (پنانکه در نقاشی ابرنگ معروف دورر^۱ نشان داده شده است)

این همان جنگلی بود که ما در وسط آن کارخانه وسیع اسلمه سازی بنا کرده بودیم. یکروز غروب، وقتیکه در کف کلبه هایمان در حال استراحت و بی نهایت فسته بودیم و کاسه سوپ در دستمان بود یکی از زندانیان با شتاب وارد کلبه شد و از ما خواست به زمین رژه برویم و غروب خورشید زیبا را تماشا کنیم. وقتی به بیرون از کلبه رفتیم ابرهای انبوه را دیدیم که در غرب می درخشید و پهنه آسمان با ابرهایی که پیوسته در حال باژگونی شکل و رنگ بود جان می گرفت. ابرها از آبی پولادی به سرخ آتشین تغییر رنگ می داد، گودال های اب گرفته زمین، آسمان درخشان را منعکس می کرد و کلبه های گلی غم زده ما در برابر این منظره باشکوه، تضاد عجیبی داشت.

پس از چند لمظه خاموشی یکی از زندانیان به دیگری گفت: «جهان چقدر زیبا می توانست باشد!»

یکبار هم همه ما در گودال ها کار می کردیم. سپیده دم فاکستری بود. آسمان بالای سرمان هم فاکستری بود، برفی هم که در روشنایی پریده رنگ سمر می دیدم فاکستری بود، حتی چهره های رفقای زندانی با آن ژنده هایی که به تن داشتند، فاکستری به نظر می رسید. من باز هم در خاموشی با همسرم در گفتگو بودم، یا شاید در تلاش بودم دلیل رنجهایم را و مرگ تدریجی ام را دریابم.

۱- دورر آلبرشت ، نقاش ، رسام و حکاک بزرگ آلمانی است. نقاشی او در عین قدرت و اصالت تا حدودی بدوی است. او فرزند واقعی رنسانس است.

در آفرین اعتراض فشنونت آمیز نسبت به مرگ نزدیک، احساس کردم روم تیرگیها را شکافته و بر می خیزد. احساس کردم روم از آن جهان بیهوده و بی معنی اوچ گرفت و از جایی ندای پیروزمندانه «بله» را در پاسخ به پرسش که آیا در آفرینش هدف غایی وجود دارد، شنیدم. در آن لحظه در آن دورها چراغی در کلبه روستایی روشن شد. کلبه چونان تابلوی نقاشی، در میان سپیده دم غم انگیز، باواریا در افق برپای بود و نوری در تاریکی درفشیدن گرفت.

ساعتها زمین منجمد را با کلنگ می شکافتم. نهبان به هنگام عبور از آنجا تمقیرم کرد. یکبار دیگر با همسرم رابطه برقرار کردم. هر چه بیشتر با او سخن می گفتم، بیشتر احساس می کردم می توانم لمسش کنم، دستهایم را بگشایم و دستهایش را در دستم بگیرم. احساس بسیار نیرومند بود، او آنجا بود و در کنار من ایستاده بود، در همان لحظه پرنده ای در خاموشی فرود آمد و در برابرم روی توده فاسی که از گودال کنده بودم، نشست و با نگاهی گویا به من خیره شد.

پیش از این از هنر یاد کردم. آیا در یک اردوگاه کار اجباری هنر وجود دارد؟ این دیگر بستگی به آن دارد که شخص چه چیزی را هنر بنامد. گهگاهی نوعی کاباره برایمان بپا می داشتند. موقتا کلبه ای را فالی می کردند، چند نیمکت چوبی را کنار هم قرار می دادند یا به هم میخ می کردند و برنامه روی آن اجرا می شد. شامگاه، کسانی که در اردوگاه از امتیازاتی برخوردار بودند - کاپوها و کارگرانی که مجبور نبودند برای انجام کار اردوگاه را به مقصد کارگاهی دور افتاده ترک کنند - در آنجا گرد می آمدند. می آمدند که بگویند و بخندند و بگیرند و همه چیز را به دست فراموشی سپارند.

در این نوع برنامه ها ترانه، شعر، فکاهی و کنایه هایی در مورد اردوگاه گنجانیده می شد. همه این برنامه ها به منظور این بود که ما همه چیز را فراموش کنیم و فراموش هم می کردیم. این گردهمایی ها به اندازه ای در رومیه همه موثر بود که عده ای از زندانیان معمولی با وجود فستگی روزانه و با وجودی که سهمیه غذایشان را از دست می دادند به دیدن برنامه ها می آمدند.

در نیم ساعت استراحت برای صرف نهار، وقتی که جیره سوپ ما را (هزینه سوپ را پیمانکاران می پرداختند که پول زیادی هم خرج آن نمی کردند) در محل کار می دادند، اجازه داشتیم به یکی از اتاق های کارخانه ناتمام برویم. به محض ورودمان به آنجا، به هر نفر یک پمپه پر، سوپ رقیق داده می شد. وقتی که با ولع سوپ را مزه مزه می کردیم، یک زندانی بالای یک تخار چوبی می رفت و آریای ایتالیایی می خواند. ما با شنیدن آواز، سرشار از لذت می شدیم و به او قول می دادیم یک پمپه دیگر سوپ از ته دیگ به او بدهیم سوپ ته دیگ یعنی سوپی که نفود هم همراه داشت!

در اردوگاه نه تنها به خاطر تفریح و سرگرمی کار ما بی اجر نمی ماند، بلکه برای کف زدن و تشویق کردن هم سیبل مان را چرب می کردند. مثلاً من فودم به این ترتیب می توانستم نظر موافق بی ممتزین کاپوها را در اردوگاه جلب کنم (و چه خوشبخت بودم که هرگز نیازی به توجه آنان نداشتم). این کاپو به دلایل بی شمار «کاپوی آده کش» نامیده می شد. داستان اینگونه روی داد. یک روز غروب افتخار آنرا یافته ام که دیگر بار به جلسه امضار ارواح دعوت شوم. همان جمع پیشین که رفقای نزدیک پزشک اردوگاه بودند و از همه غیرقانونی تر افسری از بخش بهداری نیز در آنجا گرد آمده بودند. کاپوی آده کش تصادفاً وارد اتاق شد و از او فواسته شد یکی از اشعارش را که در اردوگاه مشهور یا ننگ آور تلقی می شد بخواند. نیازی نبود دوبار از او بخواهند، زیرا بی درنگ تقویمش را از جیب در آورد و شروع به خواندن نمونه هایی از هنرش کرد. ضمن خواندن یکی از اشعار عاشقانه اش برای اینکه نغز آنقدر لبم را گاز گرفته که آسیب دید و شاید همین فودمهاری، زندگی را نجات داد. از آنجا که کف طولانی برایش زده، متی اگر بنا می شد به عنوان تنبیه محکوم به کار در گروه او می شد زندگی نجات پیدا کرده بود. من بیش از آن یک روز در گروه این کاپو کار کرده بودم و همان یکروز برای هفتاد پشتم کافی بود، به هر حال اینکه کاپوی آده کش از زاویه فوبی مرا شناخت فود می توانست مفید واقع شود، بنابراین با هیجان هرچه بیشتر کف می زدم.

البته به طور کلی، پیگیری هر گونه کار هنری در اردوگاه تا مدودی کار مضمکی بود. زیرا تاثیر واقعی که هر نوع کار هنری یا آنچه وابسته به هنر بود بر زندانیان می گذاشت، به علت تضادی بود که از اجرای کار هنری و پیشینه زندگی زجر آور اردوگاه بر می فواست. هرگز شب دوم ورودم را به آشویتس فراموش نمی کنم. در این شب از فواب عمیقی که ناشی از فستگی مفرط بود با نوای موسیقی بیدار شدم. زندانبان ارشد کلبه ما در اتاقش که به ورودی کلبه ما نزدیک بود جشنی به پا کرده بود. و آنان با عربده های ناشی از مستی آهنگهای مبتذل می فواندند. ناگهان سکوت همه جا را فرا گرفت و در دل تاریکی شب ویولونی یک آهنگ بسیار غم انگیز تانگو را می نواخت، آهنگهای استثنایی که با وجود قدیمی بودن ارزش خود را مفظ کرده بود. ویولون می گریست و وجود منم همراه آن ناله می کرد، زیرا آنروز بیست و چهارمین بهار زندگی یکی از زندانیان بود. آن شفص در قسمت دیگری از اردوگاه آشویتس اسیر بود که شاید چند صد متر و یا یک کیلومتر با ما فاصله داشت. با این حال و با این فاصله نزدیک، ما به او دسترسی نداشتیم. آن شفص کسی جز همسرم نبود.

شاید کسانی که در این زندانها نبوده اند از شنیدن اینکه در اردوگاه کار اجباری نمایش هنری هم وجود داشت شگفت زده شوند، اما آنچه بیشتر مایه شگفتی است، رومیه شوخی و مزامی بود که در اردوگاه ماکم بود. البته از نوع ملایم و تنها چند ثانیه یا دقیقه ای ذهن ما را به خود مشغول می داشت. شوخی یکی دیگر از اسلمه های روح بود که در مبارزه به خاطر مفظ جان به کار می رفت.

به خوبی دیده شده است که شوخی بیش از هر چیز دیگری در سافت بشر، می تواند انسان را از شرایط سفت موجود جدا سازد و به او توانی ببفشد تا در برابر هرگونه سختیها و زشتیها برفزید، ولو اینکه برای چند ثانیه بوده باشد. من توانستم به یکی از دوستانم که در کنار من در سافتمانی کار می کرد یاد دهم چگونه شوخ طبعی را فرا گیرد. به او پیشنهاد کردم تصمیم بگیریم روزانه دست کم یک داستان تفریمی بسازیم، که درون مایه آن درباره رویدادی باشد که ممکن است یک روز پس از آزادی ما اتفاق بیفتد.

دوست من جراح، و معاون بیمارستان بزرگی بود. یکبار سعی کردم او را بفندام و گفتم که چگونه ممکن است عادات زندگی اردوگاهی را از سر بدر کند. در محل سافتمان (به ویژه هنگامی که بازرسی می آمد) سرکارگر ما را با فریاد، «بجنبید، بجنبید» تشویق می کرد که سریع تر کار کنیم.

بدوستم گفتم، «روزی تو به بیمارستان پیشین خود باز می گردی و روزی که مشغول عمل جراحی مساسی هستی، در اتاق عمل باز می شوی و ناگهان سرکارگر بیمارستان با شتاب وارد می شود و ورود جراح ارشد را با فریاد «بجنبید، بجنبید!» اعلام می دارد.»

گاهی سایر زندانیان نیز داستانهای جالبی درباره آینده می سافتمند. مثلا شبی را مجسم می کردند که به شاه دعوت شده اند، فراموش می کنند که کجا هستند و وقتی با سوپ پذیرایی می شوند به میزبان التماس می کنند که پمپه را «به ته دیگ بزن» و سوپ بده تا مقداری نفود هم داشته باشد.

انسان وقتی تلاش می کند هنر زیستن را فراگیرد، این تلاش که برای ایجاد رومیه شوخ طبعی و فوشمزی و به خاطر تحمل شرایط زیستی پیرامون خود به کار می رود شگرد شگفت انگیزی می شود. این شگرد را حتی در اردوگاه کار اجباری هم با وجود رنج پیوسته می توان بکار برد. بهتر است مطلب را بشکافم: رنج انسان شبیه عمل کرد گاز است. چنانکه اگر مقدار معینی از گاز را با تلمبه وارد اتاق خالی بکنیم، اتاق هر قدر هم که بزرگ باشد، تلمبه اتاق را پر از گاز فواید کرد. و آنرا یکسان و به طور کامل به همه قسمت های اتاق فواید رساند. بنابراین رنج چه کم و چه زیاد روح بشر و ضمیر آگاه او را آزار فواید داد. از اینرو می توان گفت که «میزان» رنج بشر کاملا نسبی است.

به همین دلیل می توان گفت که ممکن است رویداد بسیار ناچیزی موجب بزرگترین شادمانیها گردد. به طور مثال واقعه ای را که هنگام سفرمان از آشویتس به اردوگاهی که وابسته به دافاوا بود رخ داد، برایتان بازگو می کنم. ما همه نگران بودیم که مقصد ما، اردوگاه موتهورن باشد. تشویش ما با نزدیک شدن به پلی که بر روی دانه بود بیشتر می شد. زیرا رفقای با تجربه ما می گفتند ترن برای رفتن به

موتهورن باید از روی پل بگذرد. کسانی که چنین موادی را ندیده اند، هرگز نمی توانند پایکوبی شادمانه ای را که زندانیان در ترن بر پا کردند تصور کنند، آنان وقتی دیدند ترن از روی پل نگذشت و در عوض «تنها» به سوی اردوگاه دافاوا رفت سر از پا نمی شناختند.

و اما به هنگام ورودمان به اردوگاه پس از دو روز و سه شب سفر چه اتفاقی افتاد؟ جا بسنده برای هر نفر نبود تا بتواند چمباتمه روی زمین بنشیند. اکثر ما مجبور بودیم همه راه را بایستیم. عده کمی نیز به نوبت روی مصیرهای پاره ای که از ادرار زندانیان فیس بود چمباتمه زده بودند. موقعی که وارد اردوگاه شدیم نخستین خبر مهمی که از زندانیان سالفورده تر شنیدیم این بود که این اردوگاه نسبتاً کوچک (جمعیت آن 2500 نفر بود) نه کوره آدم سوزی دارد و نه اتاق گاز! به این معنی که شفصی که از پا افتاد مستقیماً به اتاق گاز فرستاده نمی شد، بلکه باید منتظر می شد تا همراه (گروه بیماران) به آشپزخانه فرستاده شود. همین خبر مسرت بخش موجب شد که سردماغ بیاییم. آرزوی نگهبان ارشد کلبه ما در آشپزخانه به حقیقت پیوست، ما به سرعت به مملی منتقل شده بودیم که مانند آشپزخانه «دود کشی» در کار نبود. با وجود همه مشکلاتی که در چند ساعت آینده در انتظارمان بود، شوفی و لودگی می کردیم.

وقتی ما تازه واردین را شمردند، یکی از ما کم بود. بنابراین ما باید در باران و باد سرد آنقدر منتظر می ماندیم تا فرد گمشده پیدا می شد. سرانجام این زندانی را در کلبه ای یافتند که از شدت فستگی به خواب رفته بود. در اینجا مضور و غیاب تبدیل به مانور تنبیهی شد. به این معنی که ناچار بودیم تمام آنشب و تا دیروقت صبح روز بعد در مالیکه از سرما منجمد و از باران مانند موش آب کشیده شده بودیم، فسته از سفر دراز در فضای باز بایستیم. با همه این ناراحتی ها بسیار فشنود بودیم از اینکه در این اردوگاه دودکشی وجود نداشت و تا آشپزخانه هم راه درازی بود.

روزی دسته ای از مکتومین را در مالیکه از مقابل کارگاه ما می گذشتند، دیدیم. و آنروز بود که به نسبی بودن همه رنجها پی بردیم. ما به آن زندانیان و زندگی نسبتاً منظم و خوب آنان غبطه خوردیم. با اندوه به وضع آنان مسرت می خوردیم که مطمئناً می توانستند مرتباً حمام بگیرند، یقیناً آنان مسواک، ماهوت پاک کن، تشک - تشک جداگانه برای هر نفر - و پست ماهانه داشتند که از فویشان خود دریافت می داشتند. یا دست کم فبر می گرفتند که زنده اند یا نه. اما همه ما مدتها بود که از همه این چیزها محروم بودیم.

ما به کسانی که این شانس را داشتند به کارخانه ای بروند و در محل سرپوشیده ای کار کنند مسرت می بردیم، آرزوی هر کسی بود که به این شکل بفت با او یاری کند. میزان فوشبفتی نسبی متی بیش از این هم می رود. متی در میان گروههای که در بیرون اردوگاه بودند (که من خود عضو یکی از آنها بودم) و امدهایی بود که وضع شان بدتر از دیگران بود. ما متی به مردی رشک می بردیم که مجبور نبود روزی دوازده ساعت در گل و شل یک زمین سراشیب را بیل بزند و گودالهای فط آهن را فالی کند. زیرا بیشتر حادثه ها مین انجام همین کارها رخ می داد که اغلب کشنده هم بود. ما را در اردوگاه به مرگ می گرفتند تا به تب راضی شویم. در سایر گروهها سرکارگر سلیقه ویژه سنتی خود را به کار می گرفت و به کارگران پپ و راست کتک می زد، که خود همین مساله موجب می شد از اینکه بفت با ما یاری کرده و زیر فرمان چنان سرکارگری نیستیم. می بینید که انسان چگونه از افعی به مار پناه می برد. من یکبار، از بفت بد در چنان گروهی افتادم. اگر پس از دو ساعت کار (در این مدت سرکارگر تمام توجهش به ویژه روی من متمرکز بود) آژیر حمله هوایی به صدا در نیامده بود و کار را متوقف نکرده بود و آنان مجبور نمی شدند برای آغاز کار ما را دوباره گروه بندی کنند، باید مرا با یکی از آن تابوتهایی که مردگان یا افرادی را که از شدت فستگی در حال مرگ بودند حمل می کردند، به اردوگاه باز می گرداندند. هیچکس نمی تواند تصور کند که صدای آژیر در چنان وضعیتی چه موهبتی است. متی باید بگویم یک بوکس باز

هم که در آفرین لمظات فطرناک صدای زنگ پایان را می شنود نیز نمی تواند آرامش مرا در آن لمظه
ویژه احساس کند.

در برابر کوچکترین لطفی که در حق ما می شد، سپاسگزار بودیم. به طور نمونه از اینکه پیش از رفتن
به بستر باید شپش هایمان را می کشتیم فوشمال بودیم. گرچه اینکار چندان فوشایند نبود، زیرا باید با
تن برهنه در کلبه بدون بفاری که از سقفش هم قندیل آویزان بود شپش کشی می کردیم. اما اگر در
مین اینکار آژیر ممله هوایی به صدا در نمی آمد و چراغها را خاموش نمی کردند سپاسگزار می شدیم،
زیرا اگر کارمان ناتمام می ماند باید تا نیمه های شب بیدار می ماندیم.

فوشی های جزئی زندگی اردوگاهی نوعی فوشمالی منفی بما می داد. چنانکه شوپنهاور آن را «رهایی از
رنج» می نامد و تازه همین هم به طور نسبی بود. فوشی های مثبت واقعی متی نوع ناپیش بسیار کم
بود. به یاد دارم (روزی ترازنامه ای از فوشی هایم را رسم کردم و پس از بررسی پی بردم که در بسیاری از
هفته های گذشته، من تنها دو لمظه لذت بفش را تجربه کرده ام. یکبار، روزی بود که وقتی از کارگاه
بازمی گشتیم، به من اجازه دادند پس از انتظار زیاد به آشپزخانه اردوگاه بروم و در صفی بایستم که
زندانی آشپز ف..... میره هایمان را می داد. آشپز پشت دیگ بزرگی ایستاده بود. در کاسه هر زندانی که
از جلوش رد می شد یک چمچه سوپ می ریخت. او تنها آشپزی بود که به چهره زندانیانی که در کاسه
شان سوپ می ریخت، نگاه نمی کرد، تنها آشپزی که به همه یکسان سوپ می داد، بدون توجه به اینکه
زندانی کیست. متی با دوستان یا همشهریهای خود هم یکسان رفتار می کرد، نه اینکه به آنان سبب
زمینی بدهد و به سایرین سوپ رقیق.

من نمی فواهم درباره زندانیانی که به رفقای خود اهمیت می دادند و تبعیض قایل می شدند، داوری
کنم. کیست که بتواند مردی را که رفقای خود را در شرایطی که دیر یا زود مساله مرگ یا زندگی برایشان

مطرح است، در درجه اول اهمیت قرار می دهد، ملامت کند. هیپکس مق چنین داوری را ندارد، مگر اینکه با صداقت مطلق از خود بپرسد که آیا اگر او هم به جای آن شخص می بود، چنین نمی کرد.

مدتها پس از اینکه بار دیگر به زندگی عادی خود بازگشتم (یعنی مدتها پس از (هایی از اردوگاه) یکنفر یک مجله مصور هفتگی نشانم داد که عکس هایی از زندانیانی که در بسترهای شان دراز کشیده و مات و مبهوت به ملاقاتی فیره شده بودند چاپ کرده بود. او پرسید «آیا این نگاههای فیره ترسناک، ومشتناک نیست؟»

پرسیدم، «چرا؟» زیرا به منظورش پی نبردم و چون در آن لمظه بار دیگر زندگی گذشته جان گرفت: ساعت پنج صبح. بیرون هنوز هوا گرگ و میش بود. من روی بستر سفت چوبی در کلبه ای گلی دراز کشیده بودم- ما هفتاد نفر بودیم که از ما مراقبت می شد، ما مریض بودیم و تا چند هفته آینده مجبور به ترک اردوگاه برای بیگاری نبودیم، همچینین ناچار نبودیم (رژه برویم- ما می توانستیم همه روز در گوشه ای در کلبه دراز بکشیم و پرت بزیم و منتظر جیره روزانه مان (که البته به بیماران کمتر می دادند) و سوپ (ابکی تر و با مقدار کمتر) باشیم. با همه اینها چه قدر فشنود بودیم، با وجود شرایط ومشتناک زندگی فشنود بودیم. موقعی که به شکل کتابی کنار هم چیده شده بودیم تا گرمای بدنمان هدر نرود و آنقدر تنبل و بیحال بودیم که نمی فواستیم متی یک انگشتمان را بدون ضرورت حرکت دهیم، سوت گوشفراش و فریادهای نگهبانان را از میدانی که به کشیک شبانه بازمیگشتند و برای مضور و غیاب گرد می آمدند، می شنیدیم.

در به شدت باز شد و توفان برف به داخل کلبه هجوم آورد، رفیق فسته و وازده ای که پوشیده از برف بود بدرون سکندری رفت و چند لمظه ای نشست.

اما نگهبان ارشد او را به بیرون بازگرداند. وقتی که تعداد زندانیان کنترل می شد، ما مق نداشتیم بیگانه ای را به درون کلبه خود راه دهیم. در آن لمظه من چه قدر نسبت به او احساس ترمم کردم و چه

قدر فوشمال بودم که این اتفاق برای من نیفتاد و در عوض می توانستم در بستره در بفش بیماران چرت بزوم! دو روز استراحت در بفش که امتالا دو روز دیگر هم تمديد می شد، چون فرشته رهایی بفش بود!

همه داستانی که برایتان بازگو کردم با دیدن عکسها در ذهنم جان گرفت. هنگامی که برایشان از زندگی اردوگاهی ام سخن گفتم فهمیدند که چرا عکسها را آنقدرها هم ومشتناک نمی یافتم. از همه اینها گذشته شاید کسانی که زندگی اردوگاهی را تجربه کرده اند، آنقدرها هم نافشنود نبودند.

روز چهارم استراحتم در بفش بیماران مرا مامور کشیک شبانه کردند. در همین مین پزشکی سرپرست با شتاب بدرون کلبه آمد و از من فواست در اردوگاه دیگری که بیماران تیفوسی داشت برای کارهای پزشکی داوطلب شوم. برفلاف اندرزهایی مصرانه رفقایم (و با وجودی که هیچ یک از همکارانم حاضر به همکاری نشدند)، تصمیم گرفتیم داوطلب شوم. زیرا می دانستم با بیگاری که از من می کشند، بزودی فواهم مرد. اما اگر در بفش بهداری می مردم دست کم مرگم معنایی پیدا می کرد. فکر می کردم بی تردید اگر به عنوان یک پزشکی به رفقایم کمک کنم هدفی دارم، در مالیکه اگر زندگی نباتی را ادامه می دادم یا سرانجام به عنوان کارگر بی مصرفی می مردم، دردی را دوا نمی کردم.

اینکار از نظر من مساب دودوتا چهار تا بود نه فداکاری. اما افسر مامور بفش بهداری به طور ممرمانه دستور داده بود که بایستی از دو پزشکی بیماری که داوطلب بفش تیفوس اردوگاه شده بودند «مراقبت» به عمل آید. ما آنقدر ضعیف شده بودیم که افسر می ترسید به جای دو پزشکی دو جسد اضافی روی دستش بماند.

پیش از این یادآور شده که هر چیزی که ارتباطی آنی بازنده ماندن فود یا رفقای صمیمی مان نداشت برای ما بی ارزش بود، زیرا همه چیز باید فدای این هدف (بقا) می شد. شفصیت فرد آن چنان در چنگال این هدف گرفتار بود که شفص تعادل فکری فود را تا مدی که همه ارزش های او را تهدید و یا دست کم

زیر علامت سوال می کشید، از دست می داد. در جهانی که دیگر به زندگی بشر و عظمت او بهایی نمی دادند، تا اراده اش را در هم شکسته و او را به صورت شیئی برای نابود شدن در آورد. (با این برنامه ریزی، که ابتدا همه گونه استفاده ای از او بکنند و آفرین ذره نیرویش را از او بستانند). زیرا در این شرایط، سرانجام «فود شفص¹» از گم شدن ارزش ها رنج می برد.

اگر انسان در اردوگاه کار اجباری با از بین رفتن ارزش ها، مبارزه نمی کرد و نمی کوشید عزت نفس خود را حفظ کند، احساس انسان بودن را - انسانی که دارای مغز است و از آزادی درونی و ارزشی شفصی برخوردار است - از دست می داد. و تنها بفتشی می شد از توده عظیم مردم و هستی او تا مد زندگی میوانی سقوط می کرد. زندانیان را هر لحظه به یک سو چوگان گله می ماندند، گاهی همه را با هم و گاهی هم جدا از هم مانند رمه گوسفندانی که نه می اندیشید و نه اراده ای از خود دارد. گروه کوچک اما خطرناکی که با همه شیوه های شکنجه و آزار دادن آشنا بودند از همه سو چهار چشمی زندانیان را می پاییدند. آنان رمه را پیوسته با فریادها و لگدها و ضربات به جلو و عقب می راندند. و ما گوسفندان تنها به دو چیز می اندیشیدیم. چگونه از چنگال سگان هار بگریزیم و چگونه غذای بفور و نمیری به کف آریم. درست مانند گوسفندانی که مظلومانه در وسط رمه جمع می شوند، هر یک از ما نیز می کوشیدیم به میان زندانیان راه یابیم. زیرا به این ترتیب از ضربات نگیبانانی که در دو سو و عقب و جلو ستون گوشتی در حرکت بودند در امان بودیم. در مرکز جمع بودن این امتیاز را داشت که از سوز سرما محفوظ می ماندیم، ساده تر بگویم در مرکز جمع بودن تلاشی بود برای زنده ماندن و اینکار را ما ماشین وار انجام می دادیم. اما در مواقع دیگر تلاش می کردیم به موجب قوانین اجباری اردوگاه و برای حفظ جان در معرض دید نباشیم. ما همواره می کوشیدیم جلب توجه اس. اس ها را نکنیم.

1- Personal Ego

البته مواقعی هم ممکن و حتی لازم بود از جمعیت بدور بمانیم. تجربه نشان داده است که ممکنست زندگی اجتماع اجباری، منجر به گریز انسان از آن اجتماع ولو برای مدت کوتاهی بشود، زیرا در چنین اجتماعی همه مواسها متوجه هر کاری است که تک تک افراد در هر لحظه انجام می دهند. زندانی آرزو داشت با خود و اندیشه هایش تنها بماند. همیشه مسرت با خود بودن و منزوی بودن را می خورد. پس از انتقال به اصطلاح به (اردوگاه استراحت)، بندرت اتفاق می افتاد که من بتوانم پنج دقیقه ای تنها باشم. پشت کلبه گلی، یعنی جایی که من کار می کردم و جایی که در حدود 50 بیمار بدمال جا داده بودند، در گوشه ای در کنار سیخ خاردار دو جداره که اردوگاه را از دنیای خارج جدا می ساخت، جایی را سراغ داشتم. در آنجا یک چادر موقتی با چند تیر و شافه درفت برپا کرده بودند تا چند جسد را در آن جا دهند (مرگ و میر هر روزه در اردوگاه).

محموری هم بود که به لوله های آب منتهی می شد و درپوش چوبی داشت، که من در مواقع بیکاری روی آن می نشستم و به سرایشی های پر از گل و تپه های سرسبز دورنمای باواریا که با شبکه ای از سیخ های خاردار اطافه شده بود، نگاه می کردم. با مسرت در رویا فرو می رفتم و اندیشه هایم در شمال و شمال شرقی در مسیر فانه ام سیر و سیامت می کرد، اما جز ابر پیزی نمی دیدم.

جسدهایی که در کنار بودند و شپش در آنها می لوید، نارامتم نمی کرد. تنها صدای پای نگهبانان رشته اندیشه هایم را پاره می کرد. یا از بهداری مرا می فواستند و یا برای تمویل گرفتن داروهای که تازه وارد شده بود، به کلبه ام می رفتم. - این داروها شامل پنج یا ده قرض آسپرین بود که برای مصرف چند روز پنجاه بیمار بود. سهمیه داروهایم را تمویل می گرفتم، نبض بیمارانم را می گرفتم و به کسانی که مالشان وفیم بود نصف قرض می دادم. اما به بیمارانی که آفرین نفسها را می کشیدند دارو نمی دادم. زیرا اگر هم می دادم فایده ای نداشت، از آن گذشته کسانی هم که هنوز امیدی به بهبودیشان می

رفت از دارو ممنوع می شدند. برای بیمارانی که مالشان چندان هم بد نبود چیزی نداشتیم جز اینکه دلداریشان دهیم.

با اینکه در اثر تیفوس بسیار ضعیف و خسته بودم، خودم را می کشیدم و بیماران را عیادت می کردم، پس از آن به محل امن خودم روی سرپوش ممو می رفتم.

تصادفا همین ممو جان سه زندانی را نجات داد. کمی پیش از آزادیمان، مقامات زندان، زندانیان را در توده های عظیم به دافاوا می فرستادند و این سه زندانی کار عاقلانه ای کرده و نمی فواستند بروند. برای این منظور از ممو پایین رفتند تا از دید نگهبانان در امان باشند. من هم با قیافه ای بیگانه و آرام روی سرپوش نشسته و به بازی بیگانه پرتاب شن به سیم خاردار مشغول بودم. نگهبانان با دیدن من لمظه ای مردد ماندند و بعد رفتند و من بیدرنگ به آن سه نفر گفتم که فطر رفع شده است.

برای کسانی که در درون این اردوگاهها نبوده اند، بسیار دشوار است که بتوانند میزان بی ارزش بودن جان انسان را درک کنند. زندانی که دیگر سفت جان شده بود، تنها زمانی این بی توجهی به هستی بشر را احساس می کرد، که مردان بیمار را به محل دیگری انتقال می دادند.

بیماران بدمال را در گاریهایی جا می دادند که زندانیان باید آن را کیلومترها اغلب در توفان برف به اردوگاه دیگر بکشند. اگر یکی از بیماران پیش از حرکت می مرد، باز هم او را در گاری می انداختند، چون فهرست اسم ها باید دقیق می بود! فهرست نامها تنها چیزی بود که اهمیت داشت. یک مرد به این دلیل شمرده می شد که دارای شماره ای بود، به واژه ای دیگر انسان تبدیل به شماره شده بود. این دیگر اهمیت نداشت که آن شماره زنده باشد یا مرده، زندگی یک (شماره) دیگر مطرح نبود. در پس آن شماره و زندگی که متی اهمیتمش کمتر از شماره بود چه نهفته بود؟ سرنوشت، تاریخ و نام آن مرد. در گاری بیمارانی که به اردوگاه دیگر ممل می شدند و من هم به عنوان پزشک همراهشان از باواریا به اردوگاه دیگری می رفتم.

زندانی جوانی بود که اسم برادرش در فهرست نبود و به ناچار باید در همان اردوگاه می ماند. زندانی جوان آنقدر التماس کرد تا سرپرست اردوگاه تصمیم گرفت جای مرد دیگری را به او دهد و برادر او جای مردی را گرفت که ترمیم می داد در آن لحظه در همان اردوگاه بماند. اما فهرست اسمها باید بی نقص می بود! البته اینکار هم آسان بود. زیرا شماره این دو زندانی با هم جابجا می شد.

همانطور که پیش از این یادآور شده ما صامب بدنمان بودیم، که پس از همه بلاهایی که به سرمان آمده بود، هنوز جان داشت و بقیه چیزها از جمله ژنده هایی به نام لباس که اسکلت وجودمان را می پوشاند تنها زمانی به درد می خورد که ما را در گاری بیماران می انداختند.

زندانیان این مومنان را سر تا پا ورنده می کردند تا ببینند پالتو یا کفش هایشان بهتر از مال خودشان بود یا نه.

از آن گذشته سرنوشت آنان بسر آمده و مهرپایان براسکلت آنان خورده بود، اما کسانی که هنوز زنده بودند و هنوز نیروی کار داشتند باید از هر وسیله ای که مدت زنده ماندنش را درازتر می کرد استفاده می کردند. آنان دیگر احساساتی نبودند. رفتار زندانیان کاملا بستگی به خلق و فوی نگهبانان داشت-بازی سرنوشت- و این مسائل بیشتر آنان را از احساس بشری دور می کرد تا شرایط موجود اردوگاه.

من در آشویتس فط مشی برگزیده بودم که مفید بود و بیشتر رفقای من بعدها از آن پیروی می کردند. من معمولاً به همه گونه پرسش ها در نهایت صداقت پاسخ می دادم، اما در مورد چیزهایی که صریحاً از من نپرسیده بودند سکوت می کردم. اگر سنم را می پرسیدند پاسخ می دادم. اگر مرفه ام را می پرسیدند، می گفتم (پزشک) و دیگر توضیحی نمی دادم.

نخستین صبحی که در آشویتس بودیم، افسر اس. اس به محل رژه آمد. آن روز ما باید به گروههای مختلفی تقسیم می شدیم. کسانی که بیش از 40 سال داشتند، کسانی که کمتر از 40 سال داشتند، فلزکاران، مکانیک ها و از این دست. پس از آن ما را معاینه کردند تا ببینند فتق داریم یا نه. و برفی از

زندانیان باید گروه جدیدی تشکیل می دادند. گروهی که من در آن جای داده شده بودم، به کلبه دیگری برده شدیم که دوباره به صف ایستادیم. در اینجا بار دیگر با توجه به پرسش هایی در مورد سن و مرفه ام به گروه کوچک دیگری پیوستم. یکبار دیگر ما را به کلبه دیگری بردند و به گروه های مختلفی تقسیم کردند. اینکار تا مدتی ادامه داشت و من که فود را در میان عده ای نا آشنا می دیدم کلافه بودم، زیرا آنها به زبانهای سخن می گفتند که برایم مفهوم نبود. سرانجام واپسین گزینش انجام گرفت و من به گروهی بازگشتم که در نفستین کلبه با من بودند! دوستان من تقریباً متوجه نشدند که من در این مدت زمان از کلبه ای به کلبه دیگر انتقال داده می شدم. اما می دانستم که آن لمضات سرنوشت ساز بودند. هنگامی که گاری حمل بیماران که آنان را به مقصد (اردوگاه استرامت) می برد ترتیب داده شد، اسم من (یعنی شماره ام) در فهرست بود، زیرا در آن محل به چند پزشک نیاز داشتند. اما هیپکس باور نمی کرد که مقصد ما واقعاً استرامتگاه باشد. چند هفته پیش یک چنین انتقالی صورت گرفت، همان بار هم همه فکر می کردند مقصد اتاق گاز است. وقتی اعلام کردند کسانی که برای کشیک شبانه داوطلب شوند، اسمشان از صورت اسامی مذف فواهد شد، هشتاد و دو نفر زندانی بیدرتنگ داوطلب شدند. یکربع بعد انتقال منتفی شد، اما هشتاد و دو نفر همچنان در کشیک شب باقی ماندند، برای اکثر کشیک ها این شب کاری به معنای مرگ در 15 روز آینده بود.

و اکنون دوباره گاری حمل بیماران برای استرامتگاه آماده شد. باز هم کسی نمی دانست چه مقه ای درکارست تا آفرین نیروی افراد در مال مرگ بکار گرفته شود- آیا تنها برای دو هفته است- به اتاق گاز فواهد رفت و یا به اردوگاه استرامت واقعی (هسپار) فواهد شد، پزشک سرپرست که به من لطف داشت ساعت یک ربع به ده غروب یک روز پنهانی سر در گوشم گذاشت و گفت، (در اتاق نگهبانی گفته ام که هنوز هم می توانی اسمت را از فهرست مذف کنی و تا ساعت ده شب هم برای تصمیم گرفتن وقت

(داری.)

به او گفتم چنین کاری نمی‌کنم و به این نتیجه رسیده‌ام که خود را بدست سرنوشت بسپارم. (ترجمه می‌دهم با دوستانم بمانم) ترمم را در پشمانش خواندم، گویی واقعیت را می‌دانست. دستم را در سکوت فشرد، گویی فداماظی برای زندگی نبود، بلکه از زندگی بود. به آرامی به کلبه‌ام بازگشتم. در آنجا دوستی در انتظارم بود.

با اندوه پرسید، «براستی می‌خواهی با آنها بروی؟»

«بله، می‌روم.»

اشک در پشمانش ملقه زد و من کوشیدم آرامش کنم. باید کاری می‌کردم، وصیت کردم:

«گوش کن، اوتو! اگر به خانه نزد همسرم بازنگشتم و اگر تو او را دیدی، به او بگو که هر روز و هر ساعت راجع به او صحبت می‌کردم. یادت باشد و دیگر اینکه او را بیش از هر کسی دوست دارم. سه دیگر اینکه، با وجود مشقاتی که در اینجا بسر آمده یاد مدت کمی که با او زندگی کرده‌ام همواره بیش از هر چیز برایم عزیز و گرانبها بوده است.»

اوتو! حالا تو کجایی؟ زنده‌ای؟ از آفرین باری که با هم بودیم چه اتفاقاتی برایت افتاده؟ همسرت را پیدا کردی؟ به یاد داری چگونه از تو فواستم وصیت مرا به خاطر بسپاری واژه واژه و تو کودکانه اشک می‌ریفتی؟

صبح روز بعد آنجا را ترک کردم. این بار نیرنگی در کار نبود مقصد ما اتاق گاز نبود بلکه واقعا استرامت گاه بود. کسانی نسبت به ما احساس ترمم می‌کردند در اردوگاه ماندند و بزرگ مهمیز قمطی کشیده شدند که بیرممانه تر از اردوگاه جدید ما به آنها حمله ور شده بود. آنان کوشیدند زندگی شان را نجات دهند اما با این کار سرنوشت خود را تعیین کردند. ماهها پس از آزادیمان، دوستی را از اردوگاه قدیمی ملاقات کردم. او که در اردوگاه در سمت پلیس کار می‌کرد، می‌گفت در به در دنبال یک تکه

گوشت مردار انسانی می گشت که از توده مسدها کنده بودند و سرانجام آنرا در قابلمه ای که روی آتش بود پیدا کرد. آدمخواری اردوگاه را فرا گرفته بود و من به موقع آنجا را ترک کرده بودم.

آیا این وضعیت داستان مرگ در تهران را در ذهن آدم زنده نمی کند؟ داستان از این قرار بود که یکبار یک مرد ثروتمند و مقتدر ایرانی با یکی از خدمتکارانش در باغ قدم می زد. خدمتکار فریاد برآورد که عزراییل که او را تهدید کرده بود، دیده است. خدمتکار از اربابش تقاضا کرد که تیزپاترین اسبش را به او بدهد تا او با شتاب به تهران بگریزد، او می توانست غروب همان روز به تهران برسد. ارباب موافقت کرد، خدمتکار شتابان به سوی تهران تافت. ارباب به هنگام بازگشت به خانه اش عزراییل را دید و از او پرسید « چرا خدمتکار مرا تهدید کردی و ترساندی؟ » عزراییل پاسخ داد، « من او را تهدید نکردم، تنها شگفت زده شدم که چرا در مالیکه قرار بود که امشب او را در تهران ببینم هنوز اینجا است.»

زندانیان اردوگاه از تصمیم گیری در هر زمینه ای وحشت داشتند. و این به خاطر احساس نیرومند آنان در این زمینه بود که سرنوشت تعیین کننده است و انسان نباید با آن بازی کند بلکه بگذارد هر آنچه پیش آید فوش آید. از آن گذشته، بی احساسی بر همه احساسات زندانی پیره و ماکم شده بود. گاهی باید تصمیمات برق آسای می گرفتیم، تصمیماتی که متضمن مرگ یا زندگی بود. اما حتی در چنین لمظاتی نیز زندانی ترجیح می داد تسلیم سرنوشت خود باشد. گریز از هر نوع تصمیم گیری وقتی بیش از هر چیز پیشم گیر می شد که زندانی مجبور بود تصمیم به فرار کردن یا نکردن بگیرد و در چنین لمظاتی که مساله بسیار حساس بود و دقایق به حساب می آمد، او دچار شکنجه رومی می شد. و مردد می ماند که آیا جان خود را به فطر بپردازد و فرار کند یا نه؟

من خود نیز دچار چنین شکنجه ای شدم. زمانی که جبهه جنگ به نزدیکی اردوگاه کشانده شده، من نیز فرصت این را داشتم که بگریزم. داستان چنین بود که یکی از همکارانم باید برای دیدن بیماران بفارح از اردوگاه می رفت و این یک ماموریت پزشکی بود. او می خواست در این زمان فرار کند و مرا هم با خود

ببرد. او به بهانه مشاوره پزشکی در مورد بیماری که بیماریش نیاز به مشورت با یک متخصص داشت مرا از اردوگاه خارج سازد. قرار بود خارج اردوگاه یکی از اعضای جنبش مقاومت خارجی به ما لباس و مدارک لازم را بدهد. در واپسین ده به علت مشکلات فنی ناپار شدیم بار دیگر به اردوگاه برگردیم. ما هم فرصت را غنیمت شمرده مقدار سیب زمینی فراب و یک کوله پشتی با خود برداشتیم.

در راه ما خود را به اردوگاه زنان و به درون کلبه ای رساندیم. این اردوگاه فالی بود، زیرا زنان را به اردوگاه دیگری فرستاده بودند. کلبه مثل بازار شاه بود و همه چیز در هم ریخته. پیدا بود که زنان فرت و پرتهایی برای خود دست و پا کرده و بعد هم ناپار به تخلیه آنجا شده بودند. لباس ژنده، مصیر، غذای فاسد و ظروف شکسته از آن جمله بود. چند کاسه سالج هم بود که بدرد ما می خورد اما تصمیم گرفتیم برنذاریم. بعدها شنیدیم که وقتی اوضاع بمرانی شد، از این کاسه ها تنها برای غذا استفاده نمی کردند بلکه، بجای لگن و لگن دستشویی نیز استفاده می شد. (با اینکه بردن هر گونه ظرفی به داخل کلبه ممنوع بود، اما گاهی بعضی از زندانیان ناپار به زیر گذاشتن قانون می شدند، به ویژه بیماران تیفوسی که ضعیف تر از آن بودند تا خارج از کلبه به توالت بروند، حتی اگر کسی به آنان کمک می کرد) در حالی که من بیرون کلبه کشیک می دادم دوستم داخل کلبه رفت و پس از مدت کوتاهی با یک کوله پشتی که زیر کتتش پنهان کرده بود، بیرون آمد. این بار نوبت من بود که به داخل کلبه بروم و کوله پشتی دیگری را که دوستم دیده بود بردارم. به داخل رفتم و توی فرت و پرت ها به جستجو پرداختم. کوله پشتی را پیدا کردم. حتی یک مسواک هم بپنگ آوردم. و ناگهان در میان آن همه چیزهایی که زنان بجا گذاشته بودند جسد زنی را دیدم.

با شتاب به کلبه ام بازگشتم که اثنایه ام را جمع کنم: کاسه غذا، یک جفت دستکش مندرس، که از یکی از بیماران مرده تیفوسی (به ارث) برده بودم، چند تکه کاغذی که یادداشتهایم را نوشته بودم (همانطور که یادآور شده، من یادداشتهایی را که در آشویتس گم کرده بودم، بازنویسی کرده بودم). برای

آخرین بار از بیمارانم دیدن کردم. این بیماران در دوسوی کلبه، روی چوبهای پوسیده فوابیده بودند. بالای سر تنها بیماری که همشهریم بود رفته. خیلی سعی کرده بودم جانم را نجات دهم، اما وضعش وخیم و رو به مرگ بود. هیچ قصدی نداشتم راجع به فرارم به دیگران چیزی بگویم، اما گویا رفیقم مدس زده بود (شاید قیافه من عصبی بود). با صدایی فسته از من پرسید « تو هم اینجا را ترک می کنی؟ » انکار کردم، اما گریز از نگاه اندوهگینش دشوار بود. پس از اینکه به همه بیماران سر کشیدم، پیش او بازگشتم و بار دیگر با نگاه بیمارانش که مرا متهم می کرد رویاروی شدم. پس از اینکه به رفیقم گفتم منم با او فرار خواهم کرد، امساس نافوشایندی بدرونم چنگ انداخت که لمظه به لمظه ژرفتر می شد. ناگهان بر آن شده که برای یکبار هم که شده سرنوشت را در دست بگیرم و مهارش کنم. بیرون کلبه دویدم و به دوستم گفتم که نمی توانم با او بروم. به مجردی که با قاطعیت به دوستم گفتم که مایلم با بیمارانم بمانم آن امساس بیمارگونه رهایم کرد. نمی دانستم روزهای آینده چه در پیش خواهیم داشت اما یک آرامش درونی امساس می کردم که هرگز بیش از آن تجربه نکرده بودم. به کلبه بازگشتم، روی تخته ها کنار همشهریم نشستیم و سعی کردم آرامش کنم، پس از آن با سایر بیماران گپ زدم و کوشیدم در آن حال هذیانی که داشتند، آرامشان کنم.

آخرین روز اقامت ما در اردوگاه فرا رسید. هر قدر که دامنه جبهه ها به اردوگاه نزدیکتر می شد، زندانیان را دسته به دسته به اردوگاههای دیگر منتقل می کردند. مقامات زندان، کاپوها و آشپزها فرار را بر قرار ترجیح داده بودند. در چنین روزی دستور داده شده بود که اردوگاه باید تا غروب آفتاب کاملا تخلیه شود. حتی چند زندانی که باقی مانده بودند (بیماران، چند پزشک و پرستاران) مجبور به ترک آنجا شدند، تا بتوانند شب هنگام اردوگاه را آتش بزنند. هنوز از آمدن کامیون که قرار بود بعد از ظهر بیاید و بیماران را به اردوگاه دیگری ممل کند، فبری نبود. در عوض دروازه های اردوگاه بسته شد و مراقبت در

اطراف سیم های خاردار شدیدتر شد تا کسی نتواند فرار کند. به نظر می رسید باقیمانده زندانیان ممکن بود در اردوگاه آتش زده شوند. من و دوستم بار دیگر تصمیم گرفتیم فرار کنیم.

به ما دستور دادند جسد سه زندانی را بیرون اردوگاه و پشت سیم های خاردار به خاک بسپاریم. تنها ما دو نفر بودیم که نیرو داشتیم چنین کاری را انجام دهیم. تقریباً بقیه افراد در چند کلبه ای که هنوز مورد استفاده قرار می گرفت، در بستر بودند و با تب و هذیان دست و پنجه نرم می کردند. حالا دیگر نقشه ای دیگر در سر داشتیم: برای بردن جسد از یک وان کهنه به جای تابوت استفاده می کردیم که کوله پشتی را هم می توانستیم در درون آن پنهان کنیم. با دومین جسد کوله پشتی را می بردیم و قصد داشتیم با سومین جسد هم فرار کنیم. در بردن دو جسد کار ما طبق نقشه انجام گرفت، همه چیز رو به راه بود. پس از اینکه برگشتیم، موقعی که دوستم رفته بود که تکه نانی دست و پا کند تا بتوانیم در چند روز آینده در جنگلها با آن رفع گرسنگی کنیم، من منتظر ماندم. دقیقه ها می گذشت و من همچنان منتظر بودم. با گذشت زمان و نیامدن دوستم بی قرارتر می شدم. پس از سه سال زندگی اردوگاهی، مزه آزادی را شادمانه در ذهنم زنده می کردم. فکر می کردم چه قدر عالی خواهد بود به سوی جبهه جنگ برویم. اما کار ما به آنجا نرسید.

همان لحظه ای که دوستم بازگشت، دروازه اردوگاه باز شد، یک اتومبیل پر زرق و برق سربی رنگ که رویش علامت صلیب سرخ دیده می شد، آهسته به زمین رژه رسید. نماینده ای از صلیب سرخ بین المللی در ژنو وارد شد، و حالا دیگر اردوگاه و زندانیان در پناه او بودند. نماینده در یک خانه روستایی اقامت گزید تا در صورت بروز هر گونه فطری نزدیک اردوگاه باشد. حالا دیگر چه کسی به فکر فرار بود؟ بسته های دارو بود که از اتومبیل بیرون می آوردند، سیگار توزیع می کردند، از ما عکس می گرفتند و شادی از زمین و زمان می بارید و فحشها و لمظاتی بود، حالا دیگر نیازی نبود جان خود را به خطر انداخته و به جبهه جنگ برویم.

در اثر هیجان زدگی جسد سووم را فراموش کرده بودیم. سرانجام جسد را بیرون برده و در قبری که برای سه جسد کنده بودیم جا دادیم. نگیهانی که ما را همراهی می کرد- و نسبتاً آدم بی آزاری بود- دفعتاً تبدیل به آدم ملایمی شد. او فکر می کرد که ممکن است ورق برگردد و جلب فشنودی ما برای روز مبادا قطعاً به کارش خواهد آمد. پیش از اینکه خاک را بر روی جسدها بریزیم، دعا کردیم و او نیز در مراسم دعا به ما پیوست. پس از آنهمه هیجان‌ات و فشارهای ماضی در آن چند روز سخت و سیاه، روزهایی که سرانجام بر مرگ چیره گشتیم، واژه های نیایش ما در رسیدن به صلح و آرامش درفشان ترین و صمیمانه ترین واژه هایی بود که از درون ما بر می خاست.

بنابراین آفرین روز زندان را نیز به امید آزادی سپری کردیم. اما گویا پیروزی را زودتر از موقع جشن گرفته بودیم. زیرا با اینکه نماینده صلیب سرخ به ما اطمینان داد که پیمان صلح امضا شده و اردوگاه را نباید تخلیه کرد، اما همان شب افسران اس. اس سر رسیدند و گفتند دستور دارند که اردوگاه را تخلیه کنند. قرار بود باقی زندانیان را به اردوگاه مرکزی ببرند که بعد ظرف 48 ساعت به سوییس بفرستند تا با سایر اسرای جنگ مبادله کنند.

افسران اس. اس آنقدر رفتارشان دوستانه بود که ما باور نمی کردیم اینها همان اس. اس های شکنجه گرند. اس. اس ها می کوشیدند ما را وادار کنند بدون وحشت سوار کامیونها شویم و می گفتند باید از شانس خوب خود سپاسگزار باشیم. کسانی که هنوز ته نیرویی داشتند سوار کامیونها شدند، و کسانی را هم که کاملاً از رمق رفته بودند، به دشواری بلند می کردند و در کامیون جا می دادند.

دیگر نیازی نبود من و دوستم کوله پشتی مان را پنهان کنیم. ما در صف آفرین گروهی ایستادیم که باید سیزده نفر را از این گروه بر می گزیدند و با کامیون ما قبل آخر می فرستادند. سرپرست پزشکان تعداد مورد نیاز را شمرد، اما ما از قلم افتادیم. سیزده نفر سوار کامیون شدند و ما دو نفر جا ماندیم. ما شگفت زده، نارامت و ناامید پزشک را ملامت می کردیم. او هم فستگی و کلافه شدن خود را بهانه

کرد و عذر خواست زیرا فکر کرده بود که ما دو نفر هنوز خیال فرار در سر داریم. ما در مالیکه کوله پشتی هایمان را به پشت داشتیم و در نهایت بی صبری و بی قراری همراه باقی زندانیان نشستیم و منتظر آفرین کامیون شدیم. ناچار بودیم مدت درازی به انتظار بمانیم. سرانجام در اتاق خالی نگهبانان روی تشک ها دراز کشیدیم، لمضات را در امید و ناامیدی سپری می کردیم. با لباس و کفش فوایدیم تا آماده سفر باشیم.

با صدای تیراندازی و توپ بیدار شدیم، نور خمپاره و صدای تیر و توپ به درون کلبه می ریخت. سرپرست پزشکان با شتاب وارد کلبه شد و دستور داد به سینه روی زمین بخواییم. یکی از زندانیان به ممرض شنیدن دستور پزشک از روی بسترش با کفش روی شکم پرید. از فواید بیدار شده و دیده هنوز سالم! و در آن لحظه بود که فهمیدیم چه اتفاقی افتاده است: دامنه جبهه جنگ تا اردوگاه ما رسیده بود! تیراندازی آراه گرفت و سپیده زد. و بیرون روی تیری در دروازه اردوگاه پرچم سفیدی با وزش باد به اهتزاز در آمد.

چندین هفته بعد پی بردیم که متی در همان ساعات آفرین نیز سرنوشت چه بازیها با ما باقیمانده زندانیان داشته است. و دیدیم که تصمیم بشر به ویژه در موارد مرگ و زندگی چه قدر ناستوار است.

عکس هایی به دستم رسید که از اردوگاه کوچکی که از اردوگاه ما چندان دور نبود برداشته بود. دوستان ما که آنشب فکر می کردند در کامیونها به سوی آزادی می روند، به این اردوگاه منتقل شدند و در آنجا در کلبه های قفل شده سوزانده شدند. بدنهای نیمه سوخته آنان را می توانستم تشفیص دهیم. بار دیگر به یاد عزراییل در تهران افتادم.

بی اساسی زندانیان جز اینکه نقشی به عنوان مکانیسم دفاعی داشت، زاییده عوامل دیگری بود. این بی اساسی زاییده گرسنگی و کمبود فواید (همانطور که در زندگی عادی نیز پیش می آمد) و بی موصلاگی بود که یکی از مشخصات رومی زندانی به شمار می رفت. کمبود فواید همچنین به علت وجود

شپش آزار دهنده در کلبه های پرجمعیت بود که در اثر نداشتن بهداشت و نظافت فزونی می گرفت. بی موصلمی و بی امساسی به علت نفوردن قهوه و نکشیدن سیگار هم می توانست باشد.

علاوه بر این انگیزه های جسمانی، انگیزه های روانی نیز مطرح بود که به شکل عقده های ویژه ای بروز می کرد چنانکه اکثر زندانیان از نوعی عقده مقارت رنج می بردند. ما هر یک پیش از اسارت فکر می کردیم (کسی هستیم) در مالیکه در زندان برای ما به اندازه پیشیزی ارزش قایل نبودند (اعتقاد به ارزش درونی بشر به زمینه های معنوی و والاتری بستگی دارد و زندگی اردوگاهی نمی تواند آنرا از هم فرو پاشد. اما آیا چه تعدادی از انسانهای آزاد از این سیر و سلوک معنوی برخوردارند که ما از زندانیان انتظار داریم؟)

زندانی معمولی بدون اندیشیدن به این واقعیت در اسارت به سر می برد، امساس می کرد از نظر معیارهای انسانی کاملاً سقوط کرده است. و این مساله زمانی آشکار می شد که انسان تضادهای ناشی از سافت جامعه شناسی استثنایی اردوگاه را بررسی می کرد.

« برمیسته ترین» زندانیان، کاپوها، آشپزها، مغازه داران، پلیس های اردوگاه معمولاً به هیچ وجه امساس نمی کردند مانند اکثر زندانیان تنزل یافته اند، بلکه فکر می کردند افتخاری نصیبشان شده است!

به بعضی از آنان متی امساس بزرگی نیز دست می داد. واکنش ذهنی که اکثر زندانیان نسبت به این گروه اقلیت عزیز کرده از خود نشان می دادند، همراه با مسدورزی و قرقر بود که به شکلهای گوناگون و گاهی نیز به شکل بذله گویی و شوخی بروز می کرد. به طور مثال، یک زندانی، به زندانی دیگری راجع به کاپویی دیگر می گفت، « فکرش را بکن! من این مرد را زمانی که تنها رییس یک بانک بود می شناختم. جای فوشبفتی نیست که به چنین مقام والایی رسیده است؟ »

به ممض اینکه بین اکثریت تمقیر شده و اقلیت به عرش رسیده، رویارویی پیش می آمد که این درگیریها کم هم نبود و همیشه هم با توزیع غذا شروع می شد، نتیجه اش یک جریان انفجاری بود. بنابراین هنگامی که این فشارهای روانی فزونی می یافت، کج خلقی همه گیر که راجع به عوامل جسمانی آن بیشتر صحبت کردیم نیز شدیدتر می گردید. و هیچ جای شگفتی نیست که این فشارها اغلب سبب در گرفتن دعوا نیز می شد. از آنجا که زندانی پیوست شاهد شلاق خوردن زندانیان بود، میل به فشنونت در او سر برمی داشت. من خودم وقتی گرسنه و فسته بودم، فون به سرم می دوید و مشتتیم را گره می کردم. به ما اجازه داده بودند در کلبه بیماران تیفوسی بفاری روشن کنیم و من برای اینکه بفاری خاموش نشود تا صبح کشیک می دادم به همین علت غالباً بسیار فسته و فرسوده بودم. رویایی ترین ساعات من همین شبهایی بود که بقیه یا خواب بودند و یا هذیان می گفتند. من در دل این نیمه شب ها، می توانستم جلوی بفاری دراز بکشم و چند سیب زمینی دزدی را روی آتشی که ذغالش هم دزدی بود برشته کنم. اما روز بعد فسته تر، بی مس تر و تندفود تر بودم.

موقعی که به عنوان پزشک در کلبه بیماران تیفوسی کار می کردم، باید به جای سرپرست ارشد نیز که مریض بود کار کنم، بنابراین من در برابر مقامات اردوگاه مسئول تمیز نگاهداشتن کلبه ها بودم، البته اگر بشود کاری را که ما می کردیم به واژه تمیز شناخت. تظاهر به بازرسی که اغلب هم از کلبه ها به عمل می آمد بیشتر به خاطر شکنجه ما بود تا بهداشت.

آنچه برای ما میاتی بود دارو و غذای بیشتر بود، اما بازرسان تنها به این توجه داشتند که یک پر کاه وسط راهرو نیفتاده باشد و یا پتوهای کثیف و پر از کرم بیماران مرتب تا شده باشد و دیگر توجهی نداشتند که به سر بیمار چه می آید. اگر گزارشم را درست می دادم یعنی کلاهم را به سرعت از سرم بر می داشتم و پاهایم را بهم می کوفتم، «کلبه شماره 9-6: پنجاه و دو بیمار، دو پرستار و یک پزشک»، فشنود آنجا را ترک می کردند. معمولاً وقتی اعلاهم می کردند که برای بازرسی فوهند آمد، اغلب با

ساعتها تافیر می آمدند و گاهی هم اصلا نمی آمدند، اما تا زمانی که نیامده بودند من ناچار بودم پتوها را مرتب کنم، ذرات کاه را که از رفتن بوی بیرون می ریخت، جمع کنم.

و سر بیماران بیچاره را که در رفتن بوی شان می غلتیدند و تهدید می کردند زحمت مرا در نظم رفتن بوی هدر فوهند داد فریاد بکشم. بی احساسی و بی تفاوتی در میان بیماران بدحال آنقدر محسوس بود که هیچگونه واکنشی از خود نشان نمی دادند، مگر اینکه سرشان فریاد می زد. که گاهی فریاد هم کارگر نمی شد و در اینجا بود که باید سفت خودم را کنترل می کردم تا آنان را کتک نزنم. زیرا انسان وقتی خود از تندفوی اش رنج می برد با بی احساسی و بی تفاوتی دیگران به ویژه در موارد فطرناک (که در مواقع بازرسی پیش می آمد) روی می شد.

با کوششی که در ارائه ی این مطالعه ی روانشناسی و تومیه آسیب شناسی روانی، خصوصیات ویژه ی اسیران اردوگاه کار اجباری نمودم، ممکنست این تصور را در ذهن شما ایجاد کرده باشم که بشر کاملا بگونه ای اجتناب ناپذیر زیر تاثیر محیط فویش واقع می شود. (البته در این مورد محیط، محیط منمصر به فرد زندان است که زندانی را وا می داشت، رفتارش را با الگوی پذیرفته شده ای تطبیق دهد.) پس آزادی بشر چه می شود؟ هیچگونه آزادی معنوی در رابطه با رفتار و واکنش در برابر محیط موجود، وجود ندارد؟ آیا این نظریه درست است که بشر چیزی جز محصول عوامل و شرایط محیطی، اعم از اینکه دارای طبیعت زیستی (روانشناسی یا جامعه شناسی) باشد، نیست؟ آیا بشر محصول تصادفی این عوامل است؟ مهمتر از همه اینکه، آیا واکنش های زندانی در برابر جهان و آمد اردوگاه کار اجباری ثابت می کند که بشر نمی تواند از تاثیرات محیط خود بگریزد؟ آیا بشر در (ویارویی با چنان شرایطی مق گزینش عمل ندارد؟

به این پرسش ها می توانیم به طور اصولی و از روی تجربه پاسخ دهیم. تجربه های اندوخته شده در زندگی اردوگاهی نشان می دهد که بشر مق گزینش عمل را دارد. نمونه هایی که اغلب دارای طبیعت

قهرمانانه است وجود دارد، که ثابت می کند انسان می تواند بر بی احساسی چیره شود و تندفویی را نیز مهار کند، بشر می تواند حتی در چنین شرایط هولناک فشارهای رومی و جسمی، آزادی معنوی خود را مفظ کند.

ما که در اردوگاه کار اجباری زندگی می کردیم، به پیشم می دیدیم مردانی را که به کلبه های دیگر می رفتند و دیگران را دلداری می دادند و آفرین تکه نانشان را هم به آنان می بفشیدند. درست است که شمار این مردان زیاد نبودند، اما همین هم ثابت می کرد که همه چیز را می توان از یک انسان گرفت مگر یک چیز: آفرین آزادی بشر را در گزینش رفتار خود در هر شرایط موجود و گزینش راه خود.

ما در اردوگاه، هر روز و هر ساعت در برابر فرصت هایی که به ما داده می شد، قرار داشتیم و باید تصمیم می گرفتیم، تصمیم در مورد اینکه در برابر نیروهایی که ما را تهدید می کرد تسلیم بشویم یا نه، تهدید به اینکه ما را از خودمان و از آزادی درونی مان بزدند، تصمیمی که مشخص می کرد ما بازیمه شرایط هستیم، آزادی و بزرگی را از ما می گرفت و ما را به شکل یک زندانی نمونه قالب ریزی می کرد.

اگر از این دید به مساله بنگریم، می بینیم که واکنش های روانی زندانیان اردوگاه کار اجباری باید چیزی بیش از بیان شرایط ویژه جسمی و جامعه شناسی باشد.

گرچه شرایط نامناسب زندگی از قبیل کمبود خواب، غذای ناکافی و فشارهای روانی گوناگون موجب می شد زندانیان به شکلی از خود واکنش نشان دهند، ولی در تجزیه تحلیل نهایی روشن می شود تغییر ماهیت زندانی نتیجه تصمیم درونی اوست و نه تنها نتیجه تاثیرات زندگی اردوگاهی. بنابراین، اصولا هر مردی می تواند حتی در چنان شرایطی تصمیم بگیرد از نظر رومی و معنوی چگونه تغییر یابد. او می تواند ارزش انسانی خود را حتی در اردوگاه کار اجباری نگاهدارد. داستایوسکی می گوید: «من تنها از یک چیز می ترسم و آن اینکه شایستگی رنجهایم را نداشته باشم.» پس از آشنایی با اسیرانی که رفتارشان

در اردوگاه ، رنجها و مرگشان شاهدهی بر این واقعیت بود که آخرین آزادی را هرگز نمی توان از دست داد، به یاد گفته داستایوسکی می افتم. زیرا به پیشم می دیدم که آنان ارزش رنجهایشان را دارند. به شیوه ای که رنج را می پذیرفتند و تحمل می کردند، مکایت از یک عظمت درونی بگر داشت. و همین آزادی معنوی بود که هیچکس نمی توانست آنرا از ما برباید و همین آزادی معنوی بود که زندگی را پرمعنا و با هدف می ساخت.

زندگی فعال به بشر فرصت می دهد تا در کار فلاقه به ارزشها پی برد، و زندگی غیر فعال تفریمی، فرصتی است برای دست یافتن به کمال در تجربه زیبایی، هنر یا طبیعت. اما در زندگی که نه فعال است و نه غیر فعال و امکان رفتار اخلاقی والاتری را به ما می دهد، نیز هدفی نهفته است: به طور مثال، در گرایش انسان به وجود خویش، وجودی که با نیروهای بیرونی محدود شده است زندانی از زندگی فلاقه و تفریمی هر دو محروم بود. اما تنها فلاقیت و شادمانه زیستن زندگی را پربار نمی کند. اگر اصلا زندگی دارای مفهومی باشد، پس باید رنج هم معنایی داشته باشد. رنج، بخش غیر قابل ریشه کن شدن زندگی است، گرچه به شکل سرنوشت و مرگ باشد. زندگی بشر بدون رنج و مرگ کامل نخواهد شد.

به شیوه ای که انسان سرنوشت و همه رنجهایش را می پذیرد، به شیوه ای که صلیب خود را به دوش می کشد، فرصتی می یابد که متی در دشوارترین شرایط، معنایی ژرفتر به زندگیش ببفشد.

چنین زندگی همواره قهرمانه و شرافتمندانه و آزاد خواهد درخشید و بودند کسانی هم که در مبارزه برای نجات جان، عظمت بشری خود را فراموش کرده و در زمره میوانات در می آمدند. و در اینجا است که یا بشر از فرصتها برای رسیدن به ارزش های اخلاقی که موقعیت و شرایط دشوار در پیش راه او قرار می دهد، سود می جوید و یا از آن روی بر می گرداند. و همین گزینش است که مشخص می کند او ارزش رنجهایش را دارد یا خیر.

گمان مبرید که اینها مسایل غیردنیایی است و خارج از زندگی واقعی ماست. واقعیت اینست که شمار کسانی که شایستگی رسیدن به چنان معیارهای اخلاقی والایی دارند انگشت شمارست. در میان زندانیان، تنها معدودی بودند که آزادی کامل درونی خود را مفض کردند و به چنان ارزش هایی که ارمغان رنجهایشان بود دست یافتند، اما حتی یک نمونه از این دست شاهد بسنده ای است که نیروی درونی بشر او را برانگیزد و بر سرنوشت صوری خود پیروزش گرداند. تنها در اردوگاه کار اجباری نیست که می توان چنین مردانی را یافت. بشر در همه جا با سرنوشت و با فرصت دست یابی به چیزی از راه رنجهایش رویاروی است.

بهبترست سرنوشت بیماران و به ویژه بیمارانی را مثال بیاورم که غیر قابل علاج هستند. یکبار نامه جوان معلولی به دستم افتاد که برای دوستی نوشته بود که چیزی از عمرش باقی نیست و حتی عمل جراحی هم فایده ای نخواهد داشت. و بعد هم نوشته بود فیلمی را به یاد می آورد که در آن مردی را تصویر می کرد که به شیوه ای شجاعانه و با رشادت در انتظار مرگ بود. این پسر معلول فکر می کرد که برفورد این مرد با مرگ سیرکمال او را می نمایاند که چنان بزرگ مننشانه به پیشواز مرگ می رفت و نیستی مادی را پذیرا می داشت.

سالها پیش فیلمی به نام «رستافیز»^۱ از یکی از کتابهای تولستوی^۲ بر روی اکران آمد، آن عده از ما که این فیلم را دیدیم نیز چنین اندیشه هایی در سر داشتیم. زیرا این فیلم سرشار بود از سرنوشت مردان بزرگ گرچه در آن زمان برای ما نه ایمانی با آن عظمت وجود داشت و نه امید به رسیدن به آنچنان درجه والا.

۱- Resurrection

2 - Tolstoy

به واژه ای دیگر، فرصتی نداشتیم به چنان عظمتی دست یابیم. پس از دیدن آن فیلم به نزدیکترین پایخانه رفتیم و پس از نوشیدن یک فنجان قهوه و خوردن یک ساندویچ اندیشه های متافیزیکی عجیبی را که یک لمظه از ذهنمان گذشته بود، به دست فراموشی سپردیم.

اما وقتی خودمان با سرنوشت بزرگی (رویاروی شدیم و بر آن شدیم که آن را با عظمت رومی برابری پذیرا باشیم، دیگر همه آن راه ملهای جوانی را فراموش کرده و از پا در افتادیم.

شاید زمانی می رسید که بعضی از ما بار دیگر همان فیلم و یا نظیر آن را می دیدیم. اما حالا دیگر مساله فرق می کرد زیرا شاید در همان زمان تصاویری را با چشم دل می دیدیم، تصاویر کسانی که در زندگی خود به چیزهایی دست یافته بودند که محتوایش خیلی بیش از محتوای یک فیلم احساسی بود. شاید پاره ای از جزئیات عظمت درونی مرد معینی مانند داستان زن جوانی که من خود در اردوگاه کار اجباری شاهد مرگش بودم، از ذهن شما گذر کند. این داستان بسیار کوتاه است و نمی توانم مطلب زیادی درباره اش بگویم. چنانکه گویی داستان ساخته و پرداخته ذهن خودم است، اما برای من این داستان مانند شعر است.

قهرمان داستان می دانست که ظرف چند روز آینده فواید مرد. اما زمانی که من با او صحبت کردم، از رومیه خوبی برخوردار بود. این زن به من گفت، « از سرنوشتم سپاسگزارم که چنین ضربه سهمگینی بر من وارد آورد، زیرا در زندگی پیشینم زیاده خواه و از خود راضی بودم و کمال معنوی را جدی تلقی نمی کردم » در مالیکه به پنجره کلبه اشاره می کرد گفت، « در لمظات تنهایی این درفت تنها دوستی است که در برابر من ایستاده است.» این زن می توانست از پنجره تنها یک شافه درفت شاه بلوط را ببیند که روی آن دو غنچه بود. او به من گفت، « من اغلب با این درفت دردل می کنم. » من در شگفت شدم، نمی دانستم چه بگویم. آیا این زن هذیان می گفت؟ آیا دچار کابوس بود؟ با اشتیاق از او پرسیده آیا درفت هم پاسخ می داد؟

« بله »

چه می گفت؟

می گفت، من اینجا هستم - من اینجا هستم - من زندگی هستم، من زندگی جاودانم. پیش از این نیز یادآور شدم که آنچه نهایتاً موجب بازگونی وضع رومی و درونی زندانی می شد چندان وابسته به شرایط روانی - جسمی محیط زندان نبود، بلکه نتیجه تصمیم آزاد زندانی بود. بررسی های روانشناسی از زندانیان نشان داده است که تنها مردانی سرانجام قربانی تاثیرات مخرب زندگی اردوگاهی شدند، که اجازه دادند فوی معنوی و اخلاقی آنان افت کند. در اینجا این پرسش پیش می آید که چه چیزی می توانست و یا می بایست چنین (نیروی درونی) را در ما ایجاد کند؟

زندانیان پیشین وقتی از تجارب خود صحبت می کنند یا می نویسند، برآند آنچه که بیش از همه موجب آزار و تضعیف رومی زندانی می شود اینست که نداند مدت زندان او چه قدر به درازا خواهد کشید. زندانی تاریخ آزادیش را نمی دانست. (در زندان ما صرف زدن در این مورد نیز بی معنی بود) در واقع مدت زندان نامعلوم و نامحدود بود. یک روانشناس پژوهشگر برجسته معتقد است که زندگی در اردوگاه کار اجباری یک «زندگی موقت» است. و بهتر است ما این عبارت را به این شکل کامل کنیم و آنرا «زندگی موقت نامحدود» بنامیم.

تازه واردان هیچ یک از شرایط زندگی در اردوگاه را نمی دانستند.

کسانی که از سایر اردوگاهها بازگشته بودند مجبور به سکوت بودند و از بعضی اردوگاهها هم هیچکس بازنگشته بود. در ذهن زندانی در ابتدای ورود به اردوگاه بازگونی هایی پدید می آمد. با پایان ابهام و تردید، عدم اطمینان نسبت به پایان دوره زندان ابهام دیگری برای سرانجام کار زندانی در دلش سر برمی داشت. زیرا امکان نداشت که زندانی بداند اصلاً این شکل زندگیش پایانی خواهد داشت یا نه.

واژه لاتین Finis دو معنا دارد: پایان یا هدف، و هدفی برای رسیدن. مردی که نمی توانست «زندگی موقت» خود را پیش بینی کند، نمی توانست هدف نهایی را نشانه بگیرد. او دیگر نمی توانست، بر خلاف زندگی طبیعی دیگران برای آینده زندگی کند. و به همین دلیل بود که سافت کلی زندگی درونی او باژگون می شد. و ما با این نشانه های سقوط و افت در سایر مراحل زندگی نیز رویاروی بودیم. به طور مثال، کارگر بیکار در وضع مشابهی قرار دارد، زیرا زندگی او موقتی بود و به عبارتی نمی توانست برای آینده زندگی کند و یا هدفی داشته باشد. پژوهش هایی که در مورد معدنچیان بیکار انجام گرفته است، نشان می دهد که آنان از نوعی مرحله دگرگون شده ویژه ای -مرحله درونی- که برفاسته از وضع نابسامان دوران بیکاری آنانست، رنج می بردند. زندانیان نیز از این «تجربه مرحله ای» عجیب رنج می بردند. در اردوگاه زندانی یک واحد زمانی، مثلا یکروز را ساعت به ساعت با شکنجه سپری می کرد و فستگی پایان ناپذیر به نظر می رسید. واحد زمانی طولانی تر، مثلا یک هفته به سرعت می گذشت. من معتقد بودم که در اردوگاه یک روز درازتر از یک هفته به نظر می رسید و رفقایم هم با من هم عقیده بودند. آنچه را که ما در مورد گذشت زمان تجربه می کردیم شگفت انگیز بود! و در اینجا انسان به یاد، کوه سمرآمیز، نوشته توماس مان^۱ می افتد که دارای پاره ای از نکات برجسته روانشناسی است. مان پیشرفت معنوی کسانی را که در موقعیت روانشناسی مشابهی بودند مطالعه کرد. به طور مثال بیماران مسلول را در یک آسایشگاه مورد مطالعه قرار داد که نمی دانستند چه زمانی از آنها مرخص خواهند شد. آنان نیز زندگی مشابهی را بدون هدف و آینده تجربه می کردند.

یکی از زندانیانی که در ابتدای ورودش همراه با ستونی از زندانیان جدی از ایستگاه ترن به اردوگاه می رفت، بعدها برایم نقل کرد که در آن لحظه احساس می کرد در تشییع جنازه خود شرکت جسته است. زیرا زندگیش را کاملا بدون آینده می دید. و زندگی را آنچنان پایان یافته لمس می کرد که گویی مرده

۱- Thomas mann

است. البته این احساس مرگ با عوامل دیگری تشدید می‌شود، از نظر زمانی به علت نامحدود بودن دوره زندانش که به شدت هم احساس می‌شود، از نظر مکانی محدود تنگ زندان آزارش می‌داد. هر آنچه که در پس سیم‌های خاردار بود به نظرش متروک، دور از دسترس و به عبارتی غیر واقعی جلوه می‌کرد. چنانکه مردم و رویدادهای خارج از اردوگاه و همه زندگی طبیعی برایش جنبه شبمی را پیدا می‌کرد. زندگی خارج را تا آنجا که می‌توانست به چشم ببیند، چنان به نظرش می‌رسید که گویی مرد مرده‌ای از دنیای دیگر بدان می‌نگریست.

کسی که هدفی در آینده نمی‌دید، ناچار تسلیم واپس‌نگری می‌شد و اندیشه‌های گذشته را نشخوار میکرد که همین باعث سقوط او می‌شد.

پیش از این در زمینه تمایل به واپس‌نگری که سبب می‌شد زندانی «مال» را بهتر تمم کند سخن گفتیم. این مکانیسم شفق را قادر می‌ساخت که خوف و دهشت مال را غیر واقعی تر احساس کند، اما تهی کردن مال از واقعیتش خود فطرتناک بود. زیرا در این صورت فرصت‌هایی را که پیش می‌آمد - فرصت‌هایی که واقعا وجود داشت - و امکان داشت به زندگی اردوگاهی معنای مثبتی ببخشند را نادیده می‌انگاشتیم و به آسانی از کنار آنها رد می‌شدیم. با توجه به «زندگی موقت مان» که خود یک زندگی غیرواقعی و عامل مهمی به شمار می‌رفت و می‌توانست موجب شود زندانی تعادل خود را از دست بدهد، به عبارتی همه چیز بی‌معنی می‌شد. این زندانیان فراموش می‌کردند که چنان شرایط دشوار استثنایی اغلب فرصتی به انسان می‌دهد تا از نظر روحانی فراسوی خود گام گذارند. آنان به جای اینکه دشواریهای اردوگاه را سنگ ممکی بدانند از نیروی درونی خود، زندگی را جدی تلقی نمی‌کردند و آنرا به عنوان چیزی که نتیجه‌ای در بر نداشت تمقیر می‌کردند و ترجیح می‌دادند چشم‌هایشان را ببندند و در گذشته زندگی کنند. البته زندگی برای چنین اشخاصی بی‌معنا نیز می‌شد.

طبیعی است که تنها شمار کمی به اوج والای (رومانیت دست می یافتند. اما به شمار کمی هم این فرصت دست می داد که متی با وجود شکستهای آشکار دنیایی شان، و مرگ، به عظمت انسانی برسند، و این کمالی بود که آنان هرگز نمی توانستند در شرایط عادی بدان دست یابند. در مورد باقی ما که افرادی معمولی و بی علاقه بودیم سفن بیسمارک^۱ صادق بود: «زندگی مانند رفتن به دندانپزشک است، چون انسان همواره منتظر دردناکترین لمظات است در حالی که آن لمظات را پشت سر گذاشته است.» از اینها که بگذریم، می توانم بگویم که بیشتر مردان در اردوگاه کار اجباری معتقد بودند که فرصت های واقعی زندگی را از دست داده اند. ولی با این حال در واقعیت از این فرصت ها و مبارزات هنوز هم وجود داشت. انسان می توانست در این تجارب نیز پیروز شود و زندگی را به پیروزی درونی سوق دهد، یا برعکس از مبارزه درگذرد و مانند اکثر زندانیان، زندگی نباتی را برگزیند.

هرگونه تلاش در مبارزه با تاثیر «روان بیماری زای^۲» محیط زندان بر زندانی، چه به وسیله روان درمانگری و یا دیگر روشهای بهداشت روان، می بایست بر این اصل استوار باشد که نیروهای درونی زندانی را با نشان دادن هدفهای آتی، برانگیزاند. و روزنه امیدی بر او بگشاید. برخی از زندانیان به طور غریزی خود می کوشیدند به هدفی چنگ بیندازند. زیرا یکی از ویژگیهای بشر اینست که او تنها می تواند با امید به آینده زندگی کند. ^۳ Sab specie aeterni tatsi ، گرچه زندانی گاهی برای امید بستن به چیزی باید به خود فشار آورد، ولی این فشار خود در دشوارترین لمظات زندگیش موجب رهاییش می شود.

یکی از تجارب شفصی خودم را برایتان بازگو می کنم. در حالیکه از شدت درد به خود می پیچیدم (در اثر پوشیدن کفش پاره پاهایم زخم شده بود) چند کیلومتری را با ستون گوشتی از زندانیان از اردوگاه به سمت محل کار، لنگ لنگان رفتم. سرمای سفت و باد تلخ به صورتم می کوفت. پیوسته به مشکلات

۱- Bismarck

۲- Psychopathological

۳- گفتاری است از اسپینوزا فیلسوف مشهور. (زیر سیمای جاویدان)

کوچک بی پایان زندگی سراسر مشقت بار خود می اندیشیدم. به اینکه غذا امشب چه فواید داد. اگر به عنوان یک میره اضافی یک تکه سوسیس بدهند، آنرا با تکه نانی عوض کنم؟ یا آفرین سیگارم را که دو هفته پیش با بن به دست آوردم با یک کاسه سوپ مبادله کنم؟ چگونه می توانم تکه سیمی پیدا کنم و بجای بند کفش از آن استفاده کنم. آیا فواید توانست به موقع به گروه کار همیشگی خود بپیوندم یا مجبور فواید شد به گروه دیگری ملحق شوم که سرکارگر بی رمی دارد؟ چه کنم بتوانم با کاپو رابطه خوبی برقرار کنم؟ کاپویی که می تواند کمک کند به جای این پیاده رویهای ومشتناک و دراز روزانه، کاری در اردوگاه به دست آورم؟ از اینکه ناچار بودم، هر روز و هر ساعت به این مسایل ناپیز بیندیشم، جانم به لب رسیده بود. و کوشیدم اندیشه هایم را به موضوع دیگری مشغول دارم. ناگهان خود را در روی سکوی اطاق گرم و روشن سفرانی دیدم. در برابر عده ای سراپاگوش در صندلیهای نرم فرو رفته و به سفنانم گوش می دادند. موضوع سفرانی ام روانشناسی اردوگاه کار اجباری بود! همه آنچه زیر فشارم قرار داده بود به صورت عینی در آمد، که در آن لحظه کم کم جنبه علمی برایم پیدا می کرد. من با این شیوه توانستم به گونه ای در اوضاع محیطم، و بر رنجهای آن لحظه مسلط شوم، و آنها را چنان می دیدم که گویی به گذشته تعلق دارند. ناگهان من و مشکلاتم انگیزه یک مطالعه روانی- علمی شد که خود به عهده گرفتم. اسپینوزا¹ در کتاب افلاق خود می گوید به محض اینکه ما تصویر روشن و دقیقی از عواطف خود رسم می کنیم، عواطف در حال رنج، از رنج کشیدن باز می ایستد.

زندانی که امید به آینده خود را از دست داده بود، ممکن بود به فنا بود و با از دست دادن ایمان به آینده، دستاویز معنوی خود را نیز به یکباره از دست می داد، او خود را ممکن بود به فروپاشیدن و پوسیدگی جسمانی و روانی می دید. معمولاً این فروپاشی به شکل یک بمران و کاملاً ناگهانی اتفاق می افتاد و زندانیان با تجربه اردوگاه با نشانه های آن آشنا بودند. ما همه از این لحظه شوم بیشتر برای دوستانمان

1 - Spinoza

همشده داشتیم تا فودمان. معمولاً هم جریان چنین شروع می شد که زندانی یک روز صبح از بلند شدن و لباس پوشیدن و شستشو یا رفتن به زمین رژه خودداری می ورزید. التماس و فشار و تهدید نیز چون آب در هاون کوبیدن بود. زندانی از دست رفته در جای خود دراز می کشید و حرکتی هم نمی کرد. اگر این بمران همراه یک بیماری پدید می آمد، زندانی از رفتن به بخش بهداری و یا از دریافت هرگونه کمکی خودداری می کرد. به واژه ای دیگر، او از همه چیز دست می شست. در بستر خود در مدفوع و ادرار خود می لولید و دیگر چیزی آزارش نمی داد.

من خود یکبار شاهد ارتباط نزدیک قطع امید از آینده، و این تسلیم مخص فطرناک بود. ف ... سرپرست ارشد من که آهنگساز و نویسنده اشعار اپرا و شفص برمیسته ای بود یک روز به طور ممرمانه به من گفت: «دکتر می فواهم چیزی را برایت بگویم. فواب عجیبی دیده ام. در فواب ندایی به گوشم رسید که می توانم آرزویی در دل بکنم و بگویم چه می فواهم بدانم و به همه پرسش های من پاسخ داده فواهد شد. فکر می کنی چه پرسیدم؟ پرسیدم جنگ برای من چه وقت پایان می یابد. منظوره را می فهمی دکتر، برای من! آرزو داشتم بدانم چه وقت ما و اردوگاه ما آزاد فواهد شد و رنجهای ما کی به فط پایان فواهد رسید.»

از او پرسیدم چه زمانی این فواب را دیده است.

پاسخ داد، در فوریه 1945. مالا چه تاریخی است، آغاز ماه مارس.

«صدا چه پاسخی داد؟»

یواشکی در گوشم زمزمه کرد، «سی ام ماه مارس»

هنگامی که ف ... داستان را برایم تعریف کرد، سرشار از امید و معتقد بود که فوابش تعبیر فواهد شد. اما هر چه به سی ام مارس نزدیکتر می شدیم، با افباری که راجع به جنگ به اردوگاه ما می رسید، می دیدیم که احتمال تعبیر فواب دوستم بسیار کم است. ناگهان روز 29 مارس دوستم بیمار شد و تب

شدیدی کرد. 30 ام مارس یعنی روزی که به او وعده داده شده بود روز پایان جنگ و رنجهایش فواید بود، دچار هذیان و بیهوشی شد. روز سی و یکم مارس او مرد. ظاهراً از تیفوس جان سپرد.

کسانی که به رابطه نزدیک بین وضع رومی یک انسان، جرات و امید یا بی جراتی و نومیدی او، و درجه ایمنی از بیماری را می دانند، فوب آگاهند که دست شستن از جرات و امید می تواند تاثیری کشنده داشته باشد. چنانکه علت نهایی مرگ دوست من این بود که آن آزادی که او در انتظارش بود اتفاق نیفتاد و در نتیجه او به شدت دچار نومیدی گردید. که این مساله خود مقاومت بدنش را در برابر تیفوس مزمن به طور ناگهانی پایین آورد و موجب نابودیش شد. ایمان او به آینده و اراده او برای زیستن فلج شد و بدنش بیماری را پذیرفت و سرانجام صدای عالم فواید به حقیقت پیوست.

مشاهدات من از این یک مورد و نتایجی که از آنها گرفتم با یافته ها و مشاهدات سرپزشک اردوگاه کاملاً مطابقت می کرد. وی می گفت میزان مرگ و میر از کریسمس 1944 تا سال نو 1945 بسیار بیشتر از پیش بوده، این پزشک معتقد بود تومیی که برای این قوس صعودی می توانیم بیابیم، شرایط سفت بیگاری یا رژیم بدتر غذایی، یا تغییر هوا یا شیوع بیماریهای مسری نبود. بلکه تنها به این دلیل بود که اکثر زندانیان به این امید زنده بودند که فکر می کردند برای کریسمس به خانه های خود بازخواهند گشت. و چون کریسمس نزدیک می شد و هیچ خبر امید بخشی دریافت نمی کردند، میل به زندگی در آنان کاهش می یافت و نومیدی بر وجودشان پیروز می گشت. که این خود تاثیر بس فطرناسی در نیروی مقاومت شان می گذاشت و شمار کثیری از آنان می مردند.

همانطوریکه پیش تر یادآور شده، هر گونه تلاشی برای حفظ نیروی درونی زندانی در اردوگاه باید در جهت نشان دادن هدفی در آینده، انجام می شد، چنانکه نیچه¹ می گوید «کسی که چرایی برای زیستن داشته باشد، از پس هر چگونه ای نیز بر می آید» و این می تواند یک شعار هدایت کننده برای همه

1 - Nietzsche

تلاش های روان درمانی گرایانه و بهداشت روانی زندانیان باشد. باید هر وقت فرصتی دست می داد پزایی - یعنی یک هدف - به زندانیان می دادیم تا بتوانیم برای تحمل چگونگی ومشتناک زندگی شان به آنان نیرو ببخشیم. وای بر کسی که دیگر معنایی در زندگیش نمی یافت، هدفی و مقصودی هم نداشت، چه خود را در چنین حالی تهی می دید و قادر به ادامه زندگی نبود. و به این ترتیب بود که دیگر دیری نمی پایید. پاسخی که این فرد گم گشته به همه بمتهای امید بخش می داد و آنرا رد می کرد یکی بود: «من دیگر چیزی از زندگی نمی فواهم.» و دیگر چه پاسخی می توانستیم به چنین شخصی بدهیم؟

در چنین مرحله ای به آنچه که واقعا و جدا نیاز بود، یک تغییر ریشه ای در نگرش و طرز تفکر ما به زندگی بود. ما نه تنها باید چنین مالتی را در خود، بازسازی می کردیم، بلکه باید به سایر مردان نومید و افسرده نیز می آموختیم که آنچه اهمیت دارد اینست که زندگی از ما چه می فواهد، نه اینکه ما از زندگی چه انتظاری داریم. ما دیگر نباید درباره معنای زیستن پرسشی می کردیم، بلکه باید در مورد فودمان به عنوان کسانی که مورد بازخواست زندگی قرار گرفته اند و هر روز و هر ساعت باید پاسخ دهند، می اندیشیدیم. پاسخی که ما می دادیم نباید با واژه و اندیشه می بود، بلکه با کردار راستین و به رفتاری راستین جلوه می کرد. زیرا زندگی نهایتا به معنای مسئول بودن برای یافتن پاسخ راستین به دشواریها و مشکلات آن و انجام وظایفی است که پیوسته فرا راه هر فردی قرار می گیرد.

این وظایف و در نتیجه معنای زندگی نزد افراد مختلف، و لمظه به لمظه، به شکل متفاوتی بروز می کند. از اینرو تعریف معنای زندگی و دادن یک فرمول، ناممکن است. هرگز نمی توانیم پرسش های در مورد معنای زندگی را با عبارات گسترده و کلی پاسخ دهیم. «زندگی» به معنای چیز مبهم نیست، بلکه برعکس چیزی است بسیار واقعی و قابل لمس، همانگونه که وظایف موجود در زندگی نیز بسیار واقعی و لمس پذیرند. این وظایف سرنوشت بشر را که ویژه خود اوست می سازد. هیچ فرد یا هیچ سرنوشتی را نمی توان با فرد یا سرنوشت دیگری مقایسه کرد. هیچ موقعیتی تکرار نمی گردد و به هر موقعیتی

پاسخ متفاوتی باید داده شود. گاهی موقعیتی که مرد در آن قرار می گیرد، ایجاب می کند با عملی که در پاسخ به آن موقعیت در پیش می گیرد، سرنوشتش را شکل بخشد گاهی اگر از فرصت استفاده کند و به وضع موجود و آنچه هست بیندیشد، برایش سودمندتر خواهد بود. گاهی نیز لازم است سرنوشت خود را بپذیرد و رنجهایش را تحمل کند. هر موقعیتی با استثنایی بودن خود مشخص می شود و همواره یک پاسخ راستین برای هر مشکلی که در پیش روی است وجود دارد.

وقتی انسان پی می برد که سرنوشت او نیز رنج بردن است، ناچارست رنجش را به عنوان وظیفه - وظیفه ای استثنایی و یگانه - بپذیرد. ناگزیر باید این حقیقت را بپذیرد که در رنج بردن نیز در جهان تک و تنهاست. هیچکس نمی تواند او را از رنجهایش برهاند و یا به جای او رنج برد. تنها فرصت موجود، بستگی به نحوه برخورد او با مشکلات و تحمل مشقات دارد.

برای ما زندانیان این اندیشه ها جدا از واقعیت نبود و به ما کمک هم می کرد. زیرا حتی در بدترین شرایط نیز که هیچ راه گریزی به نظر نمی رسید، ما را از نومیدی (هایی می بخشید. مدتها بود که ما مرملة پرسش درباره معنای زندگی را پشت سر گذاشته بودیم.

پرسش ساده ای که به ما نشان می دهد، زندگی یعنی دست یافتن به هدفی از راه فلاقیت فعال، چیز ارزنده برای ما معنای زندگی در بر گیرنده دوره ای وسیع از زندگی و مرگ، رنج کشیدن و مردن بود.

وقتی به معنی رنج پی بردیم، از کاهش دادن یا سبک کردن شکنجه های اردوگاه از راه نادیده انگاشتن آنها، یا تصورات واهی و فوش بینی سافتگی، سرباز می زدیم. در واقع رنج کشیدن برای ما وظیفه ای شده بود که نمی فواستیم به آن پشت بکنیم. ما به فرصت های پنهانی رنج کشیدن برای کمال پی برده بودیم. فرصت هایی که ریلکه¹ شاعر آلمانی را بر آن داشت چنین بنگارد، «چه قدر رنج و مشقت را باید پشت سر بگذاریم!» ریلکه چنان از رنج کشیدن سخن می گوید، که سایرین از کار کردن. ما رنج بسیار باید

1 - Rilke

می بردیم. از اینرو، می بایست با این رنجها (ویاروی می شدیم و می کوشیدیم لمظات ضعف و اشکهای پنهانی را به مداخل برسانیم. اما نیازی نبود از اشکهای خود شرمنده باشیم، چه این اشکها خود شاهدهی بر آنست که انسان دلاورانه و برافراشته قامت، رنج ها را تحمل می کند.

اما تنها شمار کمی به این مساله پی برده بودند. برفی از زندانیان با شرمندگی اعتراف می کردند که گریه کرده اند، مانند رفیقی که از او پرسیدم: «آماس پایش را چگونه درمان کرده» پاسخ داد «با گریه از تنم بیرون راندم»

روان درمانی یا بهداشت روان درمانی آغاز شد که توانستیم در اردوگاه افراد را به طور انفرادی یا جمعی درمان کنیم. تلاش هایی که از نظر روان درمانگری فردی انجام می شد، اغلب نوعی (نجات زندگی) و معمولا برای جلوگیری از عمل خودکشی بود. مقررات سخت اردوگاه هرگونه تلاشی را برای نجات مردی که قصد خودکشی داشت، منع می کرد. به طور مثال قطع طنابی که زندانی سعی می کرد خود را با آن به دار آویزد، ممنوع بود. پس جلوگیری از وقوع چنین رویدادهایی اهمیت داشت.

من دو مورد را به یاد دارم که امکان داشت به خودکشی بیانجامد و شباهت زیادی هم به یکدیگر داشت. هر دو زندانی از قصد خودکشی صمبت کرده بودند و هر دو علت خودکشی را همان جمله معمول که دیگر انتظاری از زندگی ندارند را می گفتند. در هر دو مورد باید به آنان تفهیم می کردیم که هنوز هم زندگی از آنان انتظار داشت، چیزی در آینده در انتظار آنان بود. در واقع ما پی بردیم که یکی از آندو فرزندی داشت که در کشور فارچی در انتظار او بود، فرزندی که او به مد پرستش دوست می داشت. برای دیگری هم چیزی مطرح بود نه شفص. دوح مرد دانشمندی بود که یک سری کتاب نوشته بود و باید آنان را به پایان می برد. هیچکس دیگری نمی توانست جای این دانشمند را پر کند، چنانکه هیچ کس نمی توانست جای آن پدر را برای فرزند پر کند.

این یکتایی و ومدت که هر فرد را از دیگری ممتاز می سازد و به هستی او معنا می بخشد، در کارهای فلاقه نیز مانند عشق بشری تاثیر می گذارد. وقتی به ناممکن بودن جابجایی فردی با دیگری پی می بریم، آنگاه با مسئولیت فرد نیز در برابر هستی فویش . ادامه آن با همه عظمتش آشنا می شویم. مردی که به مسئولیت فویش در برابر یک انسان که مشتاقانه در انتظار اوست، یا در برابر یک کار ناتمام آگاه است، هرگز نخواهد توانست دست به فودکشی بزند ،او همچنین «پرای» هستی اش را می داند و توان آنرا نیز خواهد داشت که با هر «پگونه ای» در افتد.

طبیعی است که در اردوگاه، فرصت پندانی برای درمان دسته جمعی وجود نداشت. گاهی یک الگوی راستین به مراتب موثرتر از کلام بود. زندانبان ارشد که با مقامات زندان همدل نبود، با رفتار عادلانه و تشویش آمیز خود از هزاران فرصت استفاده کرده و تاثیر اخلاقی شگفتی بر کسانی می گذاشت که زیر نظر او بودند.

چه تاثیر فوری، همواره موثرتر از واژه است. اما گاهی صمبت نیز بی تاثیر نبود و این زمانی بود که به علت پاره ای از شرایط بیرونی ،پذیرش ذهنی تشدید می شد. یکی از موارد را به یاد دارم. وضعی پیش آمد که باید روی زندانبان یک کلبه کار می کردیم، که پذیرش ذهنی این زندانبان به علت موقعیت بیرونی ویژه ای تشدید شده بود.

روز بدی بود، به هنگام مراسم رژه، اعلام کردند بسیاری از کارها را از آن پس فرابکاری به مساب آورده و شخص مجرم بلافاصله به دار آویخته خواهد شد. از جمله این جرمها، بریدن نواری از پتوهای کهنه «برای مچ بند» و دزدیهای جزئی بود. چند روز پیش هم یک زندانی گرسنه وارد سیب زمینی انبار شده و مقداری دزدیده بود. دزدی برملا شد، و بعضی از زندانبان «دزد» را شناسایی کردند. وقتی خبر به گوش مقامات اردوگاه رسید، دستور دادند که یا دزد را تمویل دهیم و یا همه اردوگاه تمام روز را بی غذا خواهند ماند. طبیعی است که 2500 نفر تصمیم گرفتند روزه بگیرند.

شامگاه آنروز روزه داری، همه در کلبه های فود مغموم دراز کشیده بودیم کسی مرفی نمی زد و هر واژه ای چون پتکی بر سرمان زده می شد. بدتر از همه اینکه برق هم خاموش شد. دیگر جان همه به لب رسیده بود. اما نگرهبان ارشد ما مرد عاقلی بود. شروع کرد به صحبت کردن درباره همه چیزهایی که در آن لمظه از ذهن ما می گذشت. از رفقای مرف می زد که در چند روز گذشته چه در اثر بیماری و چه فودکشی در گذشته بودند. اما ضمنا یادآور شد که می داند علت مرگ واقعی آنان این بود که دست از امید شسته بودند. او معتقد بود که باید راهی وجود داشته باشد که بتوان جلوی امکان وقوع چنین موادتی را گرفت و نگذاشت قربانیان آینده به این مرمله ذهنی برسند. و از من خواست راهگشای زندانیان باشم.

فدا می داند که من اصلا موصله نداشتم، توضیحات روانشناختی بدهم و یا موعظه کنم و به رفقایم نوعی دستورات مراقبتی بدهم. سرد و گرسنه بودم. تندخو و خسته شده بودم، اما باید تلاش می کردم و از این فرصت استثنایی سود می جستم. مالا تشویق بیش از هر چیزی به کار می آمد و نیاز به آن احساس می شد.

با این اندیشه صحبت را که جنبه تسکینی داشت آغاز کردم. گفتم که متی در اروپا و در ششمین زمستان جنگ جهانی دوم، وضع ما چندان هم ومشتناک نبوده، نه آنگونه که ما فکر می کردیم باید باشد. گفتم که هر یک از ما باید از فود بپرسد تاکنون چه چیزهایی را از دست داده است که غیر قابل بازگشت است. فکر کردم برای بیشتر زندانیان میزان آنچه از دست داده اند واقعا ناچیز بوده است. هر کسی که هنوز زنده بود، دلیلی برای امیدوار بودن داشت. سلامت، خانواده، فوشبفتی، توانایی های مرفه ای، ثروت، موقعیت اجتماعی را می شد بار دیگر به دست آورد. از آن گذشته استفوانهای ما هنوز سالم بودند، همه آنچه بر ما رفته بود، می توانست در آینده برایمان سودمند باشد. آنوقت عبارت نیچه را بازگو کردم، که آنچه موجب مرگ من نشود، مرا نیرومندتر می سازد.

سپس راجع به آینده داد سفن داد. گفتم در نظر هر شفص بی طرفی، آینده بسیار تاریک به نظر می رسد. بر این عقیده بودم که هر یک از ما می توانست مدس بزند شانس زنده ماندنش چه قدر کم بود. به آنان گفتم با اینکه هنوز بیماری تیفوس در اردوگاه همه گیر نشده، ولی شانس زنده ماندنش چه قدر کم بود. به آنان گفتم با اینکه هنوز بیماری تیفوس در اردوگاه همه گیر نشده، ولی شانس زنده ماندن خود من پنج درصد است. با این حال، هیچ خیال آنرا ندارم که خود را به نومییدی بسپارم. زیرا هیپکس نمی داند در آینده متی یک ساعت آینده چه روی فواهد داد و مگر نه اینکه یک سیب را که به آسمان بیندازی به زمین نرسیده هزار چرخ می خورد. متی اگر انتظار رویدادهای نظامی را هم در چند روز آینده نداشته باشیم، چه کسی بهتر از ما - با اینهمه تجارب اردوگاهی - می داند که گاهی به طور ناگهانی چه شانس هایی - دست کم برای فرد - پیش می آید. به طور مثال ممکن بود زندانی را به طور غیر منتظره به گروه ویژه ای منتقل کنند که باز هم به طور استثنایی از موقعیت خوب کاری بهره مند باشد. زیرا همین چیزها بود که «شانس» زندانی را برآورد می کرد.

در سفنانم با زندانیان گرسنه تنها از آینده و نقابی که بر آن کشیده شده بود حرف نزد، بلکه از گذشته، زیبایی ها و روشنایی هایش که در تاریکی زندگی کنونی مان می درخشید نیز سفن گفتم. برای اینکه سفنانم جنبه وعظ نداشته باشد عبارتی را از شاعری بیان کردم: آنچه را که شما تجربه کرده اید، هیچ نیرویی در دنیا نمی تواند از شما بازستاند. نه تنها تجربه های ما، بلکه با همه آنچه انجام داده ایم، همه اندیشه های بزرگی که در سر داشته ایم و از همه آنچه که رنج برده ایم، چیزی را از دست نداده ایم. گرچه همه اینها گذشته است ولی ما اینها را هستی بفرشیده ایم. زیرا بودن نوعی هستی است شاید هم مطمئن ترین شکل آنست.

سپس در مورد فرصت های بسیاری که به زندگی معنا می بخشد، سفن گفتم. من به رفقایم (که بی حرکت دراز کشیده بودند و گهگاه آهی می کشیدند) گفتم که زندگی بشر در هر شرایطی هرگز نمی تواند

بی معنا باشد و این معنای بی پایان زندگی رنج و میرندگی، ممرومیت و مرگ را نیز در بر دارد. از این انسانهای سرگشته که در تاریکی کلبه به دقت به سفنان من گوش می دادند فواستم که به بمرانی بودن وضع خود پی برند. آنان نه تنها، نباید دست از امید بشویند، بلکه باید ایمان داشته باشند که پا در هوایی مبارزه ما از عظمت و معنایش نفواید کاست و باید همچنان شهامت خود را مفا کنند. به آنان گفتم که در این ساعات دشوار و مرگبار دوستی، همسری، یک مرده و یا یک زنده، یا خدا پیشم به ما دوفته است و انتظار ندارد نومیدش کنیم. او امید به این بسته است که ببیند ما با سرافراشته رنج می بریم، نه با بدبختی و ففت و هنر مردن را آموخته ایم.

و سرانجام سفن از فداکاری به میان آوردم، فداکاری که در هر موردی معنا پیدا می کرد. و در طبیعت این فداکاری بود که دنیای طبیعی مادی بدان به دیده تعجب می نگریست و آنرا بی معنی می پنداشت. در مالیکه فداکاری ما در واقعیت معنایی ژرف داشت. من بی پرده به آنان گفتم، کسانیکه ایمان مذهبی دارند این مساله را به آسانی درک می کنند. داستان رفیقی را برایشان بازگو کردم که در ابتدای ورود به اردوگاه، با فدای خود پیمان بسته بود که رنج و مرگ را به جان می پذیرد، تا کسی را که دوست می داشت دچار سرانجام ومشتناکی نشود. برای این مرد رنج و مرگ پرمعنا بود. فداکاری او معنایی بس ژرف داشت. او نمی فواست برای هیچ بمیرد. همانطور که هیچ یک از ما نمی فواهم چنین بمیریم.

منظور من از بکار گرفتن همه این واژه ها این بود که در آن زمان، و در آن کلبه، و در آن وضع مرگبار، معنایی برای زندگی زندانیان بیابم و به دیده باز شاهد تلاش موفقیت آمیز خود بودم. زیرا وقتی برق روشن شد، پیکرهای نمیف دوستانم را دیدم که افتان و فیزان و با دیدگان اشک الهود برای سپاسگزاری به سمت من می آمدند، اما باید اعتراف کنم که به ندرت پیش می آمد من نیرویی برای سهیم شدن در رنجهایشان داشته باشم و با این مساب گویا فرصت های بی شماری را برای اینکار از دست داده بودم.

و اینک پردازیم به سومین مرحله واکنش های روانی یک زندانی یعنی روانشناسی زندانی پس از آزادی. اما پیش از آنکه این مساله را روشن کنیم، باید به پرسشی اشاره کنیم که اغلب از روانشناس می شود، به ویژه که روانشناس خود زندانی بوده باشد. نظر شما در مورد رفتار روانشناسی نگهبانان اردوگاه چیست؟ چگونه ممکن است انسانی که آمیخته ای از گوشت و فون است، رفتاری را که بسیاری از زندانیان بازگو می کنند با آنان اعمال کرده باشند؟ وقتی انسان این داستانهای هولناک را می شنید و وقتی باور می کرد که همه آنچه زندانیان نقل می کنند اتفاق افتاده است و افسانه نیست انسان از خود می پرسید از نظر روانشناسی چگونه ممکن است انسانی، انسان دیگر را آنچنان شکنجه کند. برای اینکه بتوانیم - بی آنکه وارد جزئیات شویم - به این پرسش، پاسخ دهیم باید به چند چیز اشاره کنیم:

نخست اینکه، در میان نگهبانان عده ای سادیست یا آزارگر به معنای واقعی بالینی آن وجود داشت. دو دیگر، هنگامی که مقامات اردوگاه برای انجام ماموریت های سفت نیاز به افرادی داشتند، آنان را از میان این آزارگران بر می گزیدند.

هنگامی که به ما اجازه داده می شد (پس از دو ساعت کار طاقت فرسا در یخبندان تلخ) فودمان را در کنار آتشی که با فرده چوب درست کرده بودیم، گرم کنیم، از فوشمالی در پوست خود نمی گنجیدیم. اما در همین لمظات کوتاه فوشی نیز، سرکارگرانی بودند که از گرفتن آن فوشی از ما بس لذت می بردند. هنگامی که نه تنها نمی گذاشتند کنار آتش بایستیم بلکه آن آتش زیبا را روی برفها پخش می کردند، برق لذت در پشمانشان می درخشید! همراه در میان زندانیان کسانی بودند که در شکنجه و آزارگری تفصص داشتند، و اس. اس ها وقتی از کسی فوششان نمی آمد او را به این افراد آزارگر مواله می دادند. سوم اینکه اکثر نگهبانان در اثر سالهای متمادی کار در اردوگاه و ناظر بودن بر شیوه های بی رحمانه و وحشیانه اردوگاه در شکنجه زندانیان، احساسات شان مرده بود. این مردانی که از نظر اخلاقی و

روانی سنگ شده بودند، مداخل کاری که می کردند این بود، که خود از نقش فعال در آزارگری سرباز می زدند، اما دیگر مانع آزار رسانی سایرین نمی شدند.

پهارم، در میان نگهبانان هم پیدا می شد کسانی که دلشان به مال ما می سوخت. برای نمونه به ذکر فرمانده اردوگاهی که من از آنجا آزاد شده بسنده می کنم.

پس از آزادی ما معلوم شد که این فرمانده مبلغ زیادی از جیب خود پول خرچ کرده تا از نزدیکترین بازار^۱، برای زندانیان خود دارو ببرد و این مساله را تنها پزشک اردوگاه که خود یک زندانی بود می دانست و بس. اما نگهبان ارشد اردوگاه که خود از زندانیان بود، سفت گیرتر از هر افسر اس.اس رفتار می کرد. در مالیکه فرمانده اردوگاه، تا آنجا که من می دانم هرگز دستش را روی ما بلند نکرد، این نگهبان با کوچکترین فرصتی که می یافت زندانیان را به باد کتک می گرفت.

بنابراین با دانستن اینکه این مرد یا نگهبان اردوگاه بود یا یک زندانی، چیزی را هل نمی کرد. در میان هر گروهی مهر انسانی به چشم می خورد، حتی در کسانی که ما به راحتی مورد ملامت قرار می دهیم. مرز بین گروهها دارای وجه مشترکی است، و ما نباید با گفتن اینکه این مردان فرشته اند و آن دسته دیگر اهریمن، به نتیجه برسیم.

^۱ - واقعه جالبی که در رابطه با این فرمانده اس. اس روی داد، رفتاری است که چند نفر از زندانیان یهودی با او در پیش گرفتند. در پایان جنگ، هنگامی که امریکایی ها زندانیان را از اردوگاه ما آزاد کردند، سه جوان مجارستانی یهودی این فرمانده را در جنگل های باواریا پنهان کردند. و سپس نزد فرمانده نیروهای امریکایی که بسیار علاقمند بود این افسر اس. اس را دستگیر کند رفتند و گفتند تنها در صورتی که قول بدهند آسیبی به او نخواهند رساند، حاضرند محل پنهانی او را نشان دهند. پس از مدتی افسر امریکایی سرانجام به این سه جوان قول داد که به افسر اس. اس در اسارت آسیبی نخواهند رساند. افسر امریکایی نه تنها به قول خود وفا کرد، بلکه در واقع فرمانده پیشین به نحوی در پست خود باقی ماند و سرپرستی جمع آوری پوشاک از روستاهای نزدیک باواریا و توزیع آن در میان ما به او سپرده شد، زیرا ما تا آن زمان در اردوگاه آشویتس از لباس کسانی استفاده می کردیم که نگویند بخت تر از ما بودند و به محض ورود به ایستگاه ترن به اتاق گاز فرستاده می شدند.

مسلماً وقتی یک نهبان یا یک سرکارگر با وجود همه کنترل های اردوگاه، نسبت به زندانیان رفتار مهر آمیزی داشت، در جهت مثبت و انسانی گام بر می داشت، اما پستی زندانی را که با رفقای زندانی خودش آنپنان رفتار ناشایستی داشت چگونه می توان تومیه کرد. پر واضح است که کمبود شفصیت چنین مردانی برای زندانیان منقلب کننده بود، در مالیکه از کوچکترین حرکت مهرآمیز هر یک از نهبانان عمیقاً به هیجان می آمدند. چنانکه روزی یک سرکارگر پنهانی تکه نانی به من داد که تردید ندارم از جیره صبحانه اش ذخیره کرده بود. در آن لمظه، آنچه اشک را به دیدگانم جاری کرد تکه نان نبود، بلکه پییزی از انسانیت بود که این مرد به من داد، واژه ها و نگاهی بود که همراه دادن نان به چهره ام گسترده و گوشهایم را نوازش داد.

از همه آنچه برایتان گفتم، پی می بریم که در جهان تنها دو نژاد وجود دارد. نژاد مردان کامل و ناقص. این دو نژاد در همه جا یافت می شوند زیرا در میان همه گروههای اجتماع نفوذ می کنند. هرگز نمی توان گفت این گروه کاملاً کامل است و این گروه ناقص. به این ترتیب هیچ گروهی از «نژاد خالص» نیست و بنابراین گهگاه به اینگونه افراد کامل در میان نهبانان اردوگاه هم بر می فورسیم.

زندگی در اردوگاه کار اجباری زوایای روح انسان را می شکافد و ژرفای آنرا نمایان می سازد. آیا شگفت انگیزست که در آن ژرفاهای روح انسانی بار دیگر تنها به خصوصیات از انسان برفوریم که طبیعتش آمیخته ای از فوب و بد باشد؟ شکافی که فوب را از بد جدا می سازد، از همه انسانها می گذرد، به پایینترین سطح می رسد و متی در ژرفای آنچه که در اردوگاه کار اجباری بنیان گذارده است، آشکار می گردد.

و اکنون در آخرین فصل روانشناسی اردوگاه کار اجباری، می رسیم به روانشناسی زندانی که آزاد شده است. در توصیف تجربه های آزادی که طبیعتاً باید از تجربه های فودم باشد، به آن بخشی فوهم پرداخت که از صبح روزی است که پرچم سفید پس از روزهای پراضطراب بر فراز دروازه های اردوگاه به

اهتزاز در آمد. در این زمان حالت سرگردانی درونی ما تبدیل به استرامت شد. اما اگر بگوییم از فوشمالی دچار جنون شده بودیم اشتباه کرده ایم. پس چه اتفاقی افتاد؟

ما زندانیان با گام های فسته فودمان را به سوی دروازه های اردوگاه می کشیدیم. با ترس و دلهره به اطراف می نگرستیم و با نیم نگاه یکدیگر را سوال پیچ می کردیم. بعد چند گامی به بیرون اردوگاه می رفتیم. این بار کسی بر سرمان فریاد نمی زد و هیچ نیازی نبود برای فرار از لگد یا کتک جا فالی بدهیم. نه! اینجا متی نگهبانان به ما سیگار تعارف می کردند! ابتدا آنان را نشنافتیم، زیرا با شتاب لباس هایشان را عوض کرده و لباس شفصی پوشیده بودند. به آرامی در امتداد جاده ای که از اردوگاه منشعب می شد، قدم می زدیم. پاهایمان درد گرفت و ممکن بود هر لمظه بیپید. اما همچنان لنگ لنگان می رفتیم و می فواستیم اطراف اردوگاه را برای نفستین بار با دیدگان مردان آزاد بینیم. با خود تکرار می کردیم «آزادی» اما هنوز نمی توانستیم باور کنیم که آزادییم. ما طی سالیان متمادی که در آرزوی آزادی بودیم آنقدر این واژه را بر زبان رانده بودیم که دیگر معنای خود را از دست داده بود. دیگر واقعیت آزادی به ضمیر آگاهمان رفته نمی کرد و نمی توانستیم این حقیقت را بپذیریم که اکنون آزادی از آن ما بود. به چمن پر از گل رسیدیم، گلهای را دیدیم و به یاد آوردیم که آنها همیشه آنجا بودند، اما ما هیچ احساسی نسبت به آنها نداشتیم. نفستین جرعه شادمانی زمانی سرشارمان کرد که فروسی را با ده رنگارنگ دیدیم. اما این جرعه همچنان چون نقطه کوری باقی ماند زیرا ما به این دنیا تعلق نداشتیم.

شامگاهان وقتی که بار دیگر همه در کلبه هایمان گرد آمدیم یکی در گوش دیگری زمزمه کرد «بگو بینم امروز فوشمال بودی؟» و آن مرد با شرمندگی گفت «راستش را بفواهی، نه» و او نمی دانست که ما همه همین احساس را داشتیم. در واقع ما احساس فوش بودن و فوشمال شدن را از دست داده بودیم و باید به تدریج این هنر فوش بودن را دوباره می آموفتیم. آنچه که از نظر روانشناسی برای زندانیان از بند رسته اتفاق می افتاد، شفصیت زدایی نام داشت. همه چیز غیر واقعی به نظر می رسید.

مانند رویا . ما باور نداشتیم که آنچه می بینیم واقعی است. در سالهای گذشته چه بسا در خواب گول خورده بودیم. خواب می دیدم که روز آزادی فرا رسیده، ما آزاد شده ایم، به کاشانه خود بازگشته ایم و به دوستانمان فوش آمد می گفتیم، همسرمان را در آغوش می گرفتیم، بر سر میز نشسته و از آنچه که بر ما رفته بود و حتی از فوابعهایی که از روز آزادی دیده بودیم سخن می گفتیم. و آنگاه ... سوت زندانبان پایان رویای آزادی ما بود و حالا این فوابعها به حقیقت پیوسته است. اما آیا می توانستیم باور کنیم؟

بدن کمتر از ذهن نیروهای بازدارنده دارد و از همان لحظه نفست مداکثر استفاده را از آزادی می کرد. زندانی پس از به دست آوردن آزادی ساعتها و روزها چون قملی زده ها حتی در نیمه شبان نیز غذا می خورد. آنچه انسان را به شگفتی وا می دارد اینست که مگر انسان از نظر مقدار چقدر گنجایش خوردن دارد. وقتی یک روستایی که روابط دوستانه ای با یکی از زندانیان پیدا کرده بود او را به خانه اش دعوت کرد، این زندانی بی وقفه غذا خورد، قهوه نوشید و کمی که آرامش بدست آورد ساعتها مرف زد. سرانجام از فشاری که سالها ذهنش را می آزردها شد. انسان وقتی به مرفهایش گوش می کرد، احساس می کرد که او ناگزیر و مجبور به مرف زدن است و در برابر اشتیاق خود به مرف زدن نمی تواند مقاومت کند. من کسانی را می شنافتم که تنها برای مدت کوتاهی (مثلا، در بازرسی های گشتاپو) چنین عکس العمل هایی از خود نشان می دادند. روزها سپری می شد تا اینکه نه تنها زندانی زبان باز می کرد و بدون توقف صحبت می کرد، بلکه چیز دیگری هم در او می شکفت و در این زمان بود که احساسات خاموش به طور ناگهانی زنجیر می گسست.

چند روز پس از آزادی یکروز من در دهکده که چمنزار پر از گل بود کیلومترها راه رفتم. مقصدهم بازاری بود که نزدیک اردوگاه قرار داشت. چکاوک ها به آسمان پر می کشیدند و صدای شادمانه آنها را می شنیدم. هیچکس در آن اطراف به پیشم نمیخورد. چیزی جز زمین وسیع و پهنه آسمان و آوای فوش

چکاوک ها و آزادی فضا نمی دیدم. ایستادم، به اطرافم نگاه کردم و به آسمان نیز چشم دوختم. آنگاه زانو زدم. در آن لحظه خود و دنیا را فراموش کرده بودم. تنها یک جمله در ذهنم بود. همان جمله همیشه‌گی: «من یزدان را از زندان کوچک خود فراهاندم و او در آزادی پهنه وسیع، پاسخم داد.»

تا چه زمانی زانو زده و این جمله را تکرار می کردم، چیزی به یاد نمی آورم. حتی چیزی که می دانم اینست که در آن روز و در آن ساعت زندگی تازه من آغاز شد. گام به گام پیش می رفتم تا اینکه بار دیگر خودم شدم، یک انسان.

راهی را که باید از تنش و فشار ذهنی روزهای آخر در اردوگاه (از آن جنگ اعصاب تا آرامش ذهنی) طی می کردیم، یقیناً عالی از مانع نبود. اگر ما فکر می کردیم که زندانی آزاد شده دیگر به مراقبت رومی نیاز ندارد، دچار اشتباه بودیم. بلکه برعکس باید به این واقعیت توجه می کردیم، مردی که برای آن زمان دراز زیر آنچنان فشار روانی بود، به ویژه که این فشارها به طور ناگهانی (ها می شد طبیعتاً پس از آزادیش در معرض فطرسست. این فطر (به معنای بهداشت روانشناسی اش) واکنش روانشناسی آن فشارهاست. چنانکه بهداشت جسمی کارگر زیر دریایی نیز در صورتیکه ممفظه اش را به ناگهان ترک کند (در این لحظه زیر فشار شدید جوی است)، در فطر است. بنابراین مردی که به ناگهان از فشار روانی رسته است، از نظر اخلاقی و بهداشت روانی بسیار آسیب پذیر است.

کسانی که دارای طبعی بدوی تر از دیگران بودند، در این مرحله روانشناسی، نمی توانند از تاثیرات و همیشگیهای زندگی اردوگاهی در امان بمانند. مالا که از آزادی برخوردار بودند، گمان می کردند که می توانند با هرزگی و به شیوه ای ستمگرانه از آن استفاده کنند. تنها چیزیکه باژگون شده بود، این بود که اکنون آنان ظالم بودند نه مظلوم، آنان دیگر از حالت شی بودن در آمده و تبدیل به کسانی شده بودند که با نیروی ارادی و برانگیزاننده، بی دادگری می کردند.

آنان شیوه رفتارشان را با تجربه های تلخ و ومشتناک خود تومیه می کردند. که این مساله اغلب در رویدادهای جزئی نیز به چشم می خورد. چنانکه روزی با دوستی از مزرعه ای دست در دست می گذشتیم و به سمت اردوگاه می رفتیم. ناگهان به مزرعه گندم سبز رسیدیم. من بی اختیار سعی کرده آنرا لگد نکتم، اما دوستم، با دستش دستم را کشید و مرا کشان کشان از لابلائی گندم برد. من محک کرده که مبدا گندم جوان را لگدمال کنم. دوستم برآشفت. نگاه پر از خشمی به من انداخت و فریاد زد، «ببینم! آنچه که از ما گرفته اند کافی نیست؟ همسر و فرزندم را به اتاق گاز فرستاده اند و حالا تو مرا از لگدمال کردن چند ساقه گندم منع می کنی!»

تنها به آرامی و موصله باید به این مردان می فهمانیدیم که هیپکس مق ندارد فطا کند، متی اگر به او ستم رفته باشد. ما باید با تلاش پیگیر آنان را به سوی این حقیقت می رانیدیم وگرنه نتایجی شوم تر از، از دست دادن چند هزار ساقه گندم به بار می آمد. من هنوز یک زندانی را به یاد می آورم که آستین هایش را بالا زد، دست راستش را زیر چشم گرفت و فریاد زد «بریده باد این دست من، اگر آنرا پس از بازگشت به خانه ام به فون ستمگران نیالایم!» من تاکید می کنم که گوینده این واژه ها، انسان بدی نبود، بلکه بهترین رفیق من در اردوگاه و پس از آزادی بود.

علاوه بر بیمارگونهگی اخلاقی که ناشی از رهایی ناگهانی از فشار بود، دو تجربه اساسی دیگر نیز شخصیت زندانی آزاد شده را تهدید می کرد: یکی تلفی زندگی پس از آزادی و دوم سرفوردگی، پس از بازگشت به زندگی پیشین.

تلفی زندگی به علت مسائلی بود که او در شهرش با آن مواجه می شد. به این معنا که وقتی به شهر خود باز می گشت، در بسیاری جاها با سردی او را پذیرا می شدند و جملات پیش پا افتاده تمویلش می دادند. به همین دلیل تبدیل به انسان گزنده ای می شد و از خود می پرسید چرا متمممل آن همه رنج و

مشقت شده است. وقتی همان جملات کلیشه ای را از مردم می شنید که «ما نمی دانستیم» و یا «ما هم رنج کشیده ایم»، به خود می گفت آیا واقعا اینها جملات بهتری برای گفتن ندارند؟

اما مساله و تجربه سرفوردگی چیزی دیگر است. اینجا دیگر مکایت دوستی نبود (که سطحی نگری و نداشتن احساس بود، که بیزار کننده بود، که شفص سرانجام احساس می کرد می فواهد به گوشه ای بفرزد و دیگر صدای انسانی را نشنود و چهره انسانی را نبیند) بلکه داستان سرنوشت بود که آنچنان ظالمانه و بی رحمانه او را در هم کوبیده بود. مردیکه سالها فکر می کرد مد مطلق همه رنجهای ممکن را لمس کرده است، در اینجا به این نتیجه می رسید که رنج مدودی نمی شناسد و او هنوز هم باید رنج بکشد، بیشتر از پیش.

وقتی ما از کوشش برای ایجاد شهامت روانی یک زندانی در اردوگاه صحبت می کردیم، بر آن بودیم که دریچه امیدی را در آینده برای او باز کنیم. باید به یادش می آوردیم که زندگی هنوز در انتظار اوست و انسانی منتظر بازگشت اوست. اما پس از بازگشت؟ زندانیانی بودند که پی بردند هیچگاه کسی در انتظارشان نبود. وای به مال کسی که دید انسانی که فاطره اش به تنهایی در اردوگاه به او امید می بخشید دیگر وجود ندارد! وای به مال کسی که وقتی رویایش به حقیقت پیوست و سرانجام آزاد گشت، آزادی را کاملا متفاوت از آنچه در اشتیاقش بود، یافت! شاید سوار واگن برقی می شد، به خانه ای می رفت که سالها در ذهنش جان داشت، در عالم درون، زنگ در را به صدا در می آورد - درست همانگونه که در هزاران رویای خود کرده بود- تنها برای اینکه این حقیقت را دریابد که کسی که باید در را باز کند دیگر آنجا نیست و هرگز هم نخواهد بود. ما همه در اردوگاه به یکدیگر می گفتیم که هیچ شادی دنیایی نخواهد توانست آن همه رنجی را که متحمل شده ایم، جبران کند. ما به شادمانی (روزگار آزادی دل نبسته بودیم و این امید نبود که به ما شهامت می بخشید و به رنجهای ما، فداکاریهای ما و مردن ما معنا می بخشید. اما برای غم و اندوه هم دیگر آمادگی نداشتیم. این سرفوردگی که در انتظار شمار

زیادی از زندانیان بود، تجربه ای سفت بود که پشت بسیاری را به خاک رساند و برای یک روانپزشک نیز دشوار بود که به آنان کمک کند تا بر احوال غمزده خود پیروز شوند. اما این هم نباید موجب دلسردی روانپزشک شود، برعکس باید انگیزه ای تازه به شمار آید.

برای هر زندانی از بند رسته ای روزی فرا می رسد که وقتی به دوران اسارت خود می نگرد و تجارب اردوگاهی را زیر و رو می کند، باور نخواهد کرد که چنان روزگار دشواری را تحمل و سپری کرده است. همچنان که سرانجام روز آزادیش فرا رسیده و همه چیز در نظرش چون رویای زیبایی بود، روزی هم فرا خواهد رسید که تجربه های اردوگاهی اش چون کابوس رنجش خواهد داد.

این تجربه های گرانبها برای مردی که به سوی خانه اش گام بر میدارد احساس شگرفی می آفریند، که پس از آن همه رنجی که جان و روانش متحمل شده، دیگر چیزی نبود که او از آن بترسد مگر خدا.

مفاهیم اساسی در لوگو تراپی¹

فوائدگان این داستان کوتاه اتوبیوگرافیک ، پیوسته خواهان توجیه و تفسیر کاملتری از اصول و روش درمانی من هستند. به همین دلیل ، فصل کوتاهی در تشریح لوگو تراپی به متن اصلی کتاب ، « از اردوگاه مرگ تا اگزیزستانسیالیسم» افزوده شد ، که ظاهراً بسنده نبوده و پیوسته از من خواسته شده است که شرح مفصلتری در این باره بنویسم . از این رو برای نگارش فصلی که در کتاب ماضر از نظر فوائدده می گذرد ، مطالب پیشین کاملاً بازنویسی شده است ، و به گونه ای مفصل تر تشریح می گردد.

¹ - Logotherapy ، معنا درمانی.

مطلب رضایت فوآانده ، با تهیه چکیده ای که مطالب بیست جلد کتاب آلمانی مربوط به لوگوترآپی را در بر گرفته باشد ؛ کار آسانی نیست. یاد پزشکی آمریکایی افتادم که وقتی به درمانگاه من در وین آمده بود و از من پرسید « دکتر آیا شما یک روانکاو هستید؟ »

پاسخ دادم ، « نه دقیقاً یک روانکاو ، بلکه یک روان درمان گر. » سپس او به پرسش هایش ادامه داد. « از پیروان کدام مکتب هستید؟ » پاسخ دادم ، من نظریه ویژه فود را دارم که عبارتست از «لوگوترآپی». « آیا می توانید در یک جمله به من بگویید مفهوم لوگوترآپی چیست ، و چه تفاوتی با روانکاو دارد؟ »

«بله». ولی آیا مقدماتاً شما می توانید در یک جمله به من بگویید که اساس روانکاو به نظر شما چیست؟»

او چنین پاسخ داد. « در روانکاو بیمار می بایست روی مبلی راحت دراز بکشد و درباره چیزهایی با شما صحبت کند که تکرارش ، بسیار دشوار است.»

در همین جا من بیدرنگ گفتم ، « در لوگوترآپی بیمار نیازی به دراز کشیدن ندارد. ولی او می بایست به چیزهایی گوش کند که گاه شنیدنش کار آسانی نیست.»

البته این یک شوفی بیش نبود و نمی تواند جوهر مکتب لوگوترآپی تلقی شود. اما حقیقتی را هم در بر دارد و آن اینکه لوگوترآپی در مقایسه با روانکاو روشی است که کمتر به گذشته توجه دارد و به درون نگری هم ارج چندانی نمی نهد ، در ازای توجه بیشتری به آینده ، وظیفه و مسوولیت و معنی و هدفی دارد که بیمار باید زندگی آتی فود را صرف آن کند.

همزمان ، لوگوتراپی اهمیت تشکیل حلقه « شیطانی^۱» یا دور تسلسل باطل و مکانیسم های بازفورد را که عامل مهمی در رشد روان نژندی است ، نادیده می گیرد. و از اینرو خودمداری ویژه ای که بیماران روان نژند عموماً مبتلا به آن هستند به جای اینکه تقویت و تغذیه شوند ، کم اهمیت و پیش پا افتاده تلقی می گردند.

مطمئناً چنین جملاتی جز ساده سازی لوگوتراپی نیست ، اما در عین حال لوگوتراپی هم چیزی جز این نیست که بیمار در جهتی راهنمایی می شود و با وضعی روبرو می گردد ، که معنی زندگی خویش را بیابد. مالا می بینید که حاضر جواب بودن در برابر پزشک آمریکایی فالی از حقیقت نبود. زیرا روان نژند واقعی کسی است که پیوسته سعی می کند از آگاهی نسبت به وظیفه و مسوولیتی که زندگی بر عهده او گذاشته است ، بگریزد. از این رو بالا بردن سطح آگاهی او نسبت به این مساله ، خود یاری کردن او در چیره شدن بر این عصبیت و پریشان حالی است.

بگذارید توضیح بدهم که چرا من اصطلاح «لوگوتراپی» را به عنوان نامی برای تئوری خود برگزیده ام. «لوگوس» ، یک واژه یونانی است که به «معنی» اطلاق می شود. لوگوتراپی که به وسیله پاره ای از نویسندگان « مکتب سوم روانرمانی وین نیز» خوانده شده است ؛ بر معنی هستی انسان و جستجوی او برای رسیدن به این معنی تاکید دارد. بنابر اصول لوگوتراپی ، تلاش برای یافتن معنی در زندگی اساسی ترین نیروی محرکه هر فرد در دوران زندگی اوست. به این دلیل من از معنی جویی به عنوان نیرویی متضاد با « لذت طلبی^۲» که روانکاو فروید بر آن استوار است و « قدرت طلبی» که مورد تاکید آدلر است سخن می گویم.

^۱- Vicious-Circle ، حلقه شیطانی عبارتست از گردش و تسلسل اجتناب ناپذیر بین علت و معلول. مترجم

^۲- در روانکاو فروید «اصل لذت جویی» به عنوان نیروی محرکه اصل شخصیت تلقی شده است و چنین توجیه می شود که هدف انسان در زندگی گریز از درد و رسیدن به لذت است ، و همین اصل موجب بقای انسان می باشد. کودک برای گریز از درد گرسنگی غذا می خواهد. سعی انسان در کاستن یا از بین بردن تنیدگی و جلب راحتی و خوشحالی را فروید « اصل لذت» می خواند. آدلر در مکتب

معناجویی

تلاش در یافتن معنایی در زندگی خود نیرویی اصیل و بنیادی است و نه تومیهی ثانویه از کشش های غریزی او. این معنی منمصر به فرد و ویژه خود اوست و از اینرو این اوست و تنها او که باید و قادر است به آن تمقق بفتشد. و تنها در آن صورت است که معنی جویی او ارضا فواید شد. پاره ای از صامب نظران بر این باورند که معنی و ارزشها چیزی نیستند مگر «مکانیسم های دفاعی، واکنش معکوس و بهگرایی».

اما من یکی حاضر نیستم که به خاطر «مکانیسم های دفاعی» زندگی کنم و یا به خاطر «واکنش معکوس» بمیرم.

به نظر من انسان قادرست و می تواند به خاطر ایده ها و ارزش هایش زندگی کند و یا در این راه

جان ببازد!

روانشناسی فردی ، خود ابتدا به جنسیت و پرخاشگری به عنوان مهمترین انگیزه رفتار آدمی نگاه می کرد. ولی پس از پژوهش های تازه تر «قدرت طلبی» را به عنوان نیروی مهم انگیزه های رفتار آدمی قلمداد و بعدها نیز «برتری جویی» را جایگزین آن کرد. او اعتقاد داشت، «برتری جویی» اصیل ترین انگیزه زندگی فرد است که از احساس حقارت ریشه می گیرد. و همین انگیزه است که آدمی را از هنگام تولد تا واپسین دم زندگی از مرحله ای به مرحله ای دیگر پیش می برد. مترجم

چند سال پیش یک نظر فواهی عمومی در فرانسه صورت گرفت که نتیجه نشان داد 89 درصد از شرکت کنندگان در این نظر فواهی اظهار داشتند که انسان «پیزی» لازم دارد که به خاطر آن زندگی کند و 61 درصد اذعان داشتند که کسی یا پیزی در زندگی آنان هست که ماضرنند به خاطرش بمیرند. من مشابه این بررسی و نظرفواهی را در درمانگاه فود در وین بین بیماران و کارکنان درمانگاه اجرا کردم. که نتیجه عینا مثل نظرفواهی چند هزار نفره فرانسه بود و تنها یک اختلاف دو درصدی مشاهده شد. به واژه ای دیگر ، این مطالعات نشان داد که «معنی جویی» در اغلب انسان ها یک حقیقت است نه یک ایمان و عقیده¹.

البته مواردی پیش می آید که توجه و علاقمندی فرد به «ارزش ها» پیزی نیست مگر تلاشی برای پنهان کردن تعارضات درونی او ، اما اگر هم چنین باشد باید توجه کرد که این موارد استثناهایی است در یک قانون کلی و نه اینکه فود ، قانون باشد. در چنین مواردی یک روان تملیلی پویا تا آنجایی مجاز و قابل توجیه است که سعی نماید نیروهای ممرکه و زیربنای نافودآگاه را کشف و آشکار کند. مواردی که معمولا شبه ارزش ها جایگزین ارزشهای واقعی زندگی فرد شده است. (بهترین مثال ریا و تظاهر است).
نا مد امکان می بایست این نقاب ها را کنار زد. اما تلاش در پرده برداشتن از این نقابها، هر کوششی در مبارزه با احساسات پوچ و غلط ، باید به محض روبرو شدن فرد با احساسات و افکار صمیح ، حقیقی و خالص فود متوقف شود.(کنکاش و تجزیه و تملیل بیشتر مجاز نیست). زیرا در آن صورت تمایلات و آرزوهای آرمان فواهانه و معنی جویانه ی انسان و تلاش او در پیره شدن بر تعارضات ناسالم درونی فود ، دست کم انگاشته شده است.

¹- به عقیده فرانکل معنی جویی حقیقی انکار ناپذیر در زندگی انسان است و ماهیت اصلی هستی بشریت ، همین حقیقت است که الهام بخش وجود انسانی می گردد. این ویژگی اجتناب ناپذیر و ویژه انسانی است و مثلا عقیده ای نیست که بدون آن هم بتوان به گونه ای سلامت ادامه زندگی داد.

در بررسی ارزشها باید مراقب این گرایش بود و از آن دوری گزید که : ارزشها را صرفاً نمودی از خود تلقی کنیم. زیرا «لوگوس» یا «معنی» نه تنها چیزی است که از وجود نشأت گرفته ، بلکه رو در روی آن نیز قرار می گیرد. اگر «معنی» که انسان درصدد تمقق بفرشیدن آنست، تنها «نمود خود» و یا فرافکنی اندیشه های آرزومندانه او بود ، دیگر فصلت مبارزه جویانه و زیاده خواهی نمی داشت و توان آنرا نداشت که انسان را به پیش براند و یا به مطالعه ی چیزی وا دارد. این موضوع نه تنها در مورد بهگرایی سائق های غریزی صدق می کند ، بلکه آنچه را که کارل گوستاو یونگ¹ در مورد «کهن الگوهای² ناخودآگاه جمعی» نیز به آن اشاره می کند در بر می گیرد.

در مورد افیر وسعت شمول از فرد به نوع انسان گسترش یافته است. این موضوع مورد بحث و مجادله پاره ای از اندیشمندان اگزیستانسیالیست نیز که ایده های انسانی را چیزی جز ساخته و پرداخته خود او نمی دانند، هست. بنا به گفته ژان پل سارتر ، انسان سازنده خودش است و طراح « عنصر و جوهر» خود. به واژه ای دیگر می توان گفت که انسان ماهیت خود را آنچنان که هست و آنچه که باید بشود خود تعیین می کند. گر چه من بر این باورم که «معنی» هستی ما ساخته و پرداخته خود ما نیست، بلکه ما آن را جستجو و کشف می کنیم.

¹-C. G, Jung

² - کهن الگویی ناخودآگاه قومی (جمعی) اصطلاحی است که نخستین بار بوسیله یونگ به کار برده شد. تفسیر دقیق و کامل آن را در کتاب انسان و سمبولهایش که ترجمه آقای ابوطالب صارمی است می توان یافت. دکتر علی اکبر سیاسی در کتاب نظریه های شخصیت به طور خلاصه این گونه بدان اشاره کرده است. «ناخودآگاه همگانی که از «مفاهیم کهن» (کهن الگو) یعنی از تجارب بر روی هم انباشته شده است، نسل های گذشته ← ← تشکیل یافته است نیرومندترین سیستم های روان آدمی است.» (ص ۷۸) « ناخودآگاه جمعی گنجینه ای است از خاطره آثاری که آدمی از نیاکان بسیار دوردست حتا غیر انسانی (حیوانی) خود به ارث برده است. این آثار مربوط به مشهودات حسی و مدرکاتی است که ذهن نیاکان را عارض گردیده است و در نسل های متوالی تکرار شده است و به تجربه پیوسته است و خلاصه و عصاره ی تحول و تکامل روانی نوع انسان را تشکیل داده است. یونگ معتقد است که آدمی با این سرمایه که چکیده ی تجارب نسل های بی شمار گذشته است چشم به این جهان می گشاید؛ جهانی که به همین جهت مفهومی بالقوه در اندرون او وجود دارد. یونگ این تجارب و معلوماتی را که از نیاکان به ارث رسیده و ناخودآگاه همگانی ما از آنها تشکیل یافته است «آرکه تایپس» نامیده است. مترجم.

تمقیقات سایکودینامیکی درباره ارزش ها، مجاز و منطقی است. ولی این پرسش مطرح است که آیا در هر مورد جایز و مناسب است. بالاتر از همه باید دانست که هر مطالعه و بررسی سایکودینامیکی، در اصل تنها قادرست که نیروهای انگیزاننده (سائق) را در انسان کشف و آشکار کند. در حالیکه ارزش ها انسان را بر نمی انگیزند و او را سوق نمی دهند، بلکه بر عکس عاملی است که انسان را به سوی خود می کشد. این اختلاف چیزی است که همیشه مرا به یاد درهای ورودی مهمانخانه های آمریکا می اندازد. یک لنگه در را باید به سوی خود کشید و لنگه دیگر را باید فشار داد. مالا وقتی من می گویم که انسان به وسیله ارزش ها کشیده می شود، چیزی که در آن مستتر است این حقیقت است که برای فرد همواره آزادی گزینش وجود دارد. آزادی در پذیرفتن یا رد کردن این کشش، آزادی در تمقق بخشیدن به معنای بالقوه درونی او، و یا ندیده انگاشتن آن.

وانگهی این مساله را نیز باید کاملا روشن کرد که چیزی در انسان به عنوان سائق اخلاقی (کشش درونی اخلاقی) و یا متا سائق مذهبی (کشش درونی مذهبی) وجود ندارد، چیزی که قابل مقایسه با آنچه که ما به عنوان غرایز اصلی در انسان می شناسیم باشد. انسان هرگز به سوی رفتار اخلاقی سوق داده نمی شود، بلکه تصمیم می گیرد که اخلاقی رفتار کند. او این کار را برای ارضای سائق اخلاقی و یا آسودگی وجدان انجام نمی دهد، بلکه به خاطر دلیل و علتی که به آن پایبند و معتقد است، به خاطر کسی که دوستش دارد و یا به خاطر خدای فویش انجام می دهد. اگر این کار را به منظور آسودگی وجدان انجام می داد چون فریسیان¹ می شد و دیگر فردی به معنای واقعی اخلاقی، نبود.

من فکر می کنم همه افراد مقدس، منظوری جز خدمت به فدایشان نداشتند و تصور نمی کنم

هرگز «مقدس» شدن هدف اصلی آنها بوده باشد. چه اگر چنین بود، کمال گرایی را بر می گزیدند. گرچه بنا

¹ - نام یکی از دو فرقه ی بزرگ مذهبی و سیاسی یهود که فرقه ی مخالف آنرا صدوقیان می نامیدند. فریسیان در اجرای آداب مذهبی یهود افراطی بودند و اصرار می ورزیدند که آداب مذهبی یهود دقیقا اجرا شود. کنایه ایست بر توجه افراطی به ظواهر و ریاکاری درونی نسبت به اصول بنیادی آداب و سنن الهی. مترجم.

بر یک ضرب المثل آلمانی «وجدان آسوده بهترین بالش هاست» ، ولی افلاق واقعی پیزی بیشتر از یک قرص خواب و یا داروهای آرام بخش است.

ناکامی وجودی¹

معنا فواهی انسان ممکن است با ناکامی مواجه گردد، که لوگوتراپی آنرا ناکامی وجود می نامد.

واژه وجود به سه صورت به کار برده می شود که عبارت از :

1- خود وجود (به ویژه حالات وجودی انسان)

2- معنای وجود

3- کوشش برای یافتن معنای واقعی در زندگی شخصی، که همان «معنا فواهی» است.

ناکامی وجودی می تواند سبب ظهور نوروها گردد. برای اینگونه نوروها لوگوتراپی واژه نئوژنیک² یا

اندیشه زاد را به کار برده است که متفاوت از نوع دیگر یعنی نوروهای روانزاد یا سایکوژنیک³ است.

1 -Existential

2 -Neogenic

3 -Psychogenic

واژه نئوژنیک در اصل اصطلاحی مشتق از روانشناسی نیست، بلکه از کلمه «Noos» یونانی که معنی اندیشه است ریشه گرفته و یکی از اصطلاحات ویژه ی لوگوتراپی است. این واژه به چیزی اطلاق می شود که با وجود رومانی فرد مربوط است. باید توجه داشت که در لوگوتراپی کلمه «رومانی» با معنای افص آن در مذهب تفاوت دارد و به بعد ویژه ای از انسان اطلاق می شود.

نوروزهای نئوژنیک یا اندیشه زاد

علت ایجاد و ظهور نوروزهای نئوژنیک، تعارض و کشمکش بین سائق ها و غرایز نیست ، بلکه حاصل برفورد «ارزشهاست». به واژه ای دیگر تعارضات افلاقی و متا آشکارتر بگوییم مشکلات رومانی علت اصلی ایجاد این دسته از نوروزهاست. در این گونه موارد ناکامی وجودی نقش اصلی را ایفا می کند.

پر واضح است که روش های رایج روان درمانی در درمان نوروزهای نئوژنیک ، موفق نیستند، و باید به لوگوتراپی روی آورد. روشی که به خود جرات داده است. در ایجاد رومانی وجود انسان نیز رسوخ کند. در مقیقت «لوگوس» در زبان یونانی فقط به «معنی» اطلاق نمی شود ، بلکه «روح» هم معنی می دهد.

رویارویی با مسایلی که جنبه رومانی دارند ، مانند آرزوی داشتن زندگی پر معنا یا ناکامی و سرفوردگی ناشی از نرسیدن به این آرزو، همه در میطه و قلمرو لوگوتراپی است، و از دیدگاه رومانی به مقابله با آن بر می فیزد. لوگوتراپی به جای اینکه به تعقیب عوامل و ریشه های ناآگاهانه مسایل فرد در ارتباط با غرایز و سائق ها بپردازد با مسایلی رومانی فرد به طور صادقانه و فستگی ناپذیر برفورد می کند. اگر درمانگر نتوانست بین ابعاد رومانی و غرایز وجه تمایزی ببیند، با سرفوردگی بسیار فطرناکی روبرو خواهد شد. اجازه بدهید در این مورد فاطره ای را برایتان بگویم.

یکی از مقامات عالی رتبه سیاسی آمریکا، روزی به مطب من در وین آمد تا رواندرمانی خود را که پنج سال پیش، با یک روانکاو و در شهر نیویورک آغاز کرده بود پی گیری کند. پیش از هر چیز از او پرسیدم چرا به این فکر افتاده است که می بایست روانکاو شود. اصلا چرا روانکاو را آغاز کرده است؟

استنتاج من از گفته او این بود که مرفه ی خود را دوست نداشت و تحمل سیاست های خارجی آمریکا برایش دشوار بود. روانکاو کرارا به او گفته بود که مشکل واقعی او در ارتباط با پدرش است و لازم است با پدرش کنار بیاید. زیرا دولت آمریکا برای او به صورت جایگزینی از قدرت مافوق در آمده است که با تصویر پدر جابجا شده است. نارضایتی شغلی او به واسطه نفرتی بود که به طور نافودآگاه نسبت به پدر داشت.

به وسیله درمان که مدت پنج سال به درازا کشید بیمار به مرور زمان و در اثر تکرار ، می رفت که تعبیر و تفسیر درمانگر را بپذیرد و دیگر توان آن را نداشت که جنگل حقیقت را از ورای درختان خیالی و تصورات قراردادی ببیند.

پس از چند جلسه مصاحبه مشخص گردید که شغل او ، موجب ناکامی «معنی جویی اش» گردیده بود، و آرزو داشت که شغل دیگری برگزیند. دلیلی وجود نداشت که این کار را نکند. از اینرو استصفا داد و دنبال کار دیگری رفت که علاقه بیشتری داشت و نتیجه نیز رضایت بخش بود. او افیرا به من اطلاع داد که مدت پنج سال است که در شغل جدید مشغول کار است و از زندگی بسیار فشنود است. من تصور نمی کنم که این فرد یک بیمار نوروتیک بود. به عقیده من او نه به روانکاو نیاز داشت و نه متا به لوگوترایی. زیرا او اصولا بیمار نبود. وجود تعارضی در فرد الزاما دلیل بر نوروتیک بودن او نیست. تعارضات و رنج و درد. هرگز نباید تصور کرد که هر درد و رنجی منشا نوروها و نشانه ی بیماریهای عصبی است. این دردها و رنج متا ممکن است سبب پیشرفت انسان نیز گردد. به ویژه که اگر این درد و رنج از ناکامی وجودی سرچشمه گرفته باشد.

من به شدت انکار می‌کنم که جستجوی انسان برای یافتن معنی «وجودی» (هستی) خود، و یا متا تردید او در این باره نتیجه‌ی بیماری و یا موجب بیماری باشد. ناکامی وجودی نه خود نوعی بیماری است و نه بیماری‌زا.

نگرانی انسان درباره‌ی ارزش زندگی و ارجی که به این مساله می‌نهد، و متا یاس و ناامیدی که از این راه عاید او می‌شود، یک پریشانی رومانی می‌تواند باشد ولی به هیچ عنوان یک بیماری روانی نیست. اگر پزشک این پریشانی رومانی را به بیماری روانی تعبیر کند، ناامیدی‌های وجودی را زیر انبوهی از داروهای مسکن پنهان و مدفون خواهد کرد. در حالی که وظیفه‌ی واقعی او ایجاب می‌کند که بیمار خود را در طول مدت این بودن «وجودی» در راه تمول و کمال یاری کند.

این وظیفه لوگوتراپی است که بیمار را در یافتن «معنا» در زندگی، اندیشه‌های پنهانی وجود و معنای نهفته‌ی آن یاری کند. لوگوتراپی در این مد یک روش تملیلی است و از اینرو همانند روانکاوی عمل می‌کند. گرچه لوگوتراپی در تلاش خود برای آشکار ساختن ممتوای نافودآگاه، مساعی خود را به مقایق غریزی ممدود نمی‌کند، بلکه به مقایق رومانی از جمله معنی بالقوه وجودی انسان که می‌بایست تمقق پذیرد هم چنین «معنی جویی» انسان توجه کامل دارد.

هر تملیل و کنکاشی، متا اگر به ابعاد رومانی و اندیشه زادی نیز توجهی نداشته باشد، با این حال در روند درمانی خود می‌کوشد، بیمار را از آرزوهای واقعی که در ژرفای وجود اوست، آگاه سازد. اما فوق لوگوتراپی یا روانکاوی در این است که لوگوتراپی انسان را موجودی می‌شناسد که توجه ویژه‌ای به یافتن معنی در زندگی و شکوفایی ارزشها دارد. نه اینکه صرفا به دنبال ارضای سائق‌ها و غرایز فطری و یا خواسته‌ها و تعارضات «نهاد»^۱، «خود» و «فراخود» و هماهنگی و انطباق با محیط و جامعه باشد.

^۱ - Superego و Ego و Id، از مبانی روانشناسی فروید است. فروید شخصیت را بر پایه‌ی این سه عامل بنیاد نهاده است؛ و معتقد است شخصیت فرد از تعامل بین این سه، شکل می‌گیرد. او می‌گوید «نهاد» نیرویی است که از غرایز و از هر کیفیت روانی دیگری که به ارث برده باشد تشکیل یافته و

پویایی اندیشه ای 1

باید در نظر داشت که تلاش انسان در راه جستن معنا و ارزش وجودی او در زندگی همیشه موجب تعادل نیست، و ممکن است «تنش زا» باشد. اما همین «تنش» لازمه و جزء لاینفک بهداشت روان است. من به جرات می گویم که در دنیا چیزی وجود ندارد که به انسان بیشتر از یافتن «معنی» وجودی خود در زندگی یاری کند. در این گفته نیچه² مکتبی عظیم نهفته است که «کسی که برای زندگی را یافته است، با هر پگونگی فواید سافت.» این جمله باید به صورت شعاری در درمان بیماری های روانی مورد نظر قرار بگیرد.

در اردوگاه کار اجباری نازی ها ، این نکته به فوبی به اثبات رسید که همه کسانی که تصور می کردند کار و وظیفه ای در انتظارشان است، شانس بیشتری برای زنده ماندن داشتند. (این نکته بعدها توسط متخصصین امریکایی در ژاپن و کره نیز به اثبات رسید.)

در مورد خود من ، وقتی مرا به اردوگاه اسیران «آشویتس» بردند، دست نویس کتابی را که برای چاپ آماده می کردم و به همراه داشتم از من گرفتند. میل بی مد من برای بازنویسی دوباره آن مطالب، معنایی شد که سفتی های اسارت را رامت تر تحمل کنم و از آن محیط فشنونت بار اردوگاه جان سالم به در ببرم. زمانی که در تب تیفوس می سوختم ، روی تکه کاغذها یادداشت برمی داشتم تا اگر روزی

از اصل لذت پیروی می کند. «خود» عاملی است که میان وجود ذهنی نیازهای نهاد در وجود واقعی و خارجی آن فرق قایل می شود و با پیروی از اصل واقعیت که در طبیعت آن است «نهاد» را بر آن می دارد که از جنبه ی صرفن نهادی و درونی بیرون آمده و به واقعیات عالم خارجی نیز توجه نماید. «خود» پلی است بین نیازهای کور نهاد و واقعیات خارجی. نه «نهاد» و نه «خود» توجهی به اصول و موازین اخلاقی ندارند، همینکه این توجه پیدا شود، سطح دیگر یا مرتبه عالی تر شخصیت پدیدار گشته است که فریود آنرا «فراخود» یا «من برتر» نام نهاده است. برای درک دقیق تر مفاهیم بالا به کتاب نظریه های شخصیت نگارش دکتر علی اکبر سیاسی و مبانی روانشناسی فریود برگردان ایرج نیک آیین رجوع شود. مترجم

۲-Neo-Dynamics

2 -Nietzche

آزاد شده بتوانم کتابم را چاپ کنم. در تنگناهای زندان باواریا این انگیزه، امید به آزادی را در دلم شکوفا می کرد و به همین دلیل هرگز در دره یأس و خودباختگی سقوط نکردم.

به این ترتیب مشاهده می گردد ، که بهداشت روانی مستلزم اندازه ای از «تنش» است. تنش بین آنچه که بدان دست یافته، و آنچه که باید بدان تمقق بشود. تلاش در پر کردن شکاف آنچه که هست و آنچه که باید باشد. این «تنش» لازمه ی زندگی انسان است. پس نباید از دست و پنجه نرم کردن انسان در یافتن معنی بالقوه زندگی خود نگران باشیم. تنها به این وسیله است که «معنی جویی» او را بیدار می کنیم. من این ادعا را که بهداشت روان بستگی به تعادل مطلق و یا بنابر اصطلاح بیولوژیکی «تعادل جانی»^۱ دارد و یا اینکه لازمه ی بهداشت روان زندگی در مرحله ای رها از تنش است را برداشتی نادرست و خطرناک می دانم. آنچه انسان لازم دارد تعادل و بی«تنشی» نیست، بلکه کوششی است که در راه رسیدن به هدفی شایسته درگیر آن می شود. آنچه انسان بدان نیاز دارد، تنها رهایی و دفع «تنش» نیست که به هر قیمتی شده درصدد انجام آن برآید، بلکه پاسخ به «معنی» بالقوه ای است، که در انتظار تمقق یافتن او را به سوی خود فرا می خواند.

آنچه بشر نیاز دارد «تعادل میاتی» نیست، بلکه چیزی است که من آنرا پویایی اندیشه ای نام نهاده ام. نیروی محرکه ی رومانی میان میدانی از «تنش» که در یک قطب آن معنی و در قطب دیگر ، فردی که باید بدان معنی تمقق بشود وجود دارد. فکر نکنید که این حقیقت تنها در موارد عادی صادق است و بس، بلکه در مورد بیماران عصبی متا بیشتر صدق می کند. اگر معماری بخواهد سقف فرسوده ای را تعمیر کند ، باری بر آن می افزاید که این امر موجب بهتر چسبیدن و اتصال بهتر اجزای این بنا می گردد. از این رو وقتی که درمانگر قصد یاری و پرورش بیمار خود را دارد نباید از این ومشت داشته باشد که در راه آشنا کردن او با معنی زندگی، باری بیشتر بر دوش او می گذارد.

۲-Homeostasis

اکنون که تاثیر مثبت معنی جویی آشکار شد، باید به تاثیرات مخرب دردی که امروزه بیماران بیشماری از آن شکوه می کنند، پردازیم، که احساس کلی و غایی بی معنایی زندگی است. این افراد چیزی را و معنایی را که به زندگی ارزش و تداوم می بخشند، نمی شناسند. آنان طعمه ی فلاء درونی و پوچی زندگی شده اند. آنان اسیر و گرفتار موقعیتی هستند، که من آنرا «فلاء وجودی»¹ نامیده ام.

فلاء وجودی

فلاء وجودی یک پدیده ی بسیار گسترده و شناخته شده ی سده بیستم است. این مسئله قابل فهم است و حاصل دو عاملی است که انسان در گذرگاه تاریخی خود برای رسیدن به مقام انسانیت از آن چشم پوشیده است. نخست اینکه بشر پس از تکامل، و جدایی از میوانات پست تر، سائقه ها و غرایزی که رفتار میوانی او را جهت می بخشید و هدایت می کرد و ضمن مافظ او نیز بود از دست داد. این گونه امنیت و آسایش چون بهشت جاویدان برای ابد بر او تمریم گردید، و انسان مجبور شد که فعالانه به انتخاب آنچه انجام می دهد پردازد. دو اینکه، در تمولات اخیر، انسان متمم ضایعه ی دیگری نیز شده است و آن اینکه دیگر آداب و سنن و ارزش های قالبی رفتار او را هدایت نمی کند. هر چه تاثیر دین و یا قراردادهای اجتماعی کاهش یابد، انسان مسئول تر و تنهاتر می شود. مالا دیگر غریزه ای به او نمی گوید که چه باید کرد. و سنتی نمی گوید که چگونه باید رفتار کرد و گاه متا نمی داند که در آرزوی انجام چه کاری است. در عوض او یا در آرزوی انجام کاری که دیگران می کنند، که موجب پیروی و هممرنگی با جماعت می گردد و یا کاری را می کند که دیگران از او می فوهند و مطالبه می کنند. که این نیز خود تن سپردن به دیکتاتوری و تبعیت مطلق است.

¹ -Existential Vacuum

یک مطالعه ی دو جانبه آماری بین بیماران و پرستاران بخش عصب شناسی بیمارستان پلی کلینک وین نشان داد که 55% کسانی که مورد پرسش قرار گرفته بودند، کم و بیش از فلاء وجودی رنج می بردند، به واژه ای دیگر بیشتر از نیمی از آنها لمظاتی را تجربه کرده بودند که زندگی کاملن بی معنی و بی ارزش می نمود.

این فلاء وجودی اغلب به شکل ملالت و بی موصلمگی پیوسته فودنمایی می کند. مال این گفته شوپنهاور را بهتر درک می کنیم که «بشر مملوک ابدی کشمکش میان دو قطب متضاد پریشانی و اضطراب از یک سو و اندوه و ملال از سوی دیگرست.» در حقیقت امروزه ملالت و بی موصلمگی بیشتر از اضطراب و پریشانی مردم را راهی مطب روان پزشکان می کند، و این مساله به گونه ای روز افزون شدت می گیرد.

ماشینی تر شدن شکل زندگی امروزی به بمران شدت می بفتشد، زیرا با کم کردن ساعات کار، اوقات فراغت یک کارگر متوسط زیادتر می شود و بدبختانه بیشتر این افراد نمی دانند که با اوقات فراغت فود چه کنند. نمونه ی ساده و آشکار این مساله چیزی است که به آن «نوروز یکشنبه» می گوئیم. نوروز یکشنبه ها، افسردگی ویژه ای است که در این روز به فصوص چون افراد به کار اشتغال ندارند، به سراغ آنان می آید. و علت آن تهاجم اندیشه های است که شفص در روزهای کار و مشغله اکثرا به آن نمی اندیشد و در روز تعطیل متوجه می شود که از زندگی فود فشنود نیست و معنا و ارزشی که این همه تلاش و زحمت را توجیه کند، وجود ندارد. تنها شمار معدودی را که دست به فودکشی می زنند، نباید از قربانیان این فلاء وجودی به مساب آورد، بلکه پدیده های بسیاری از جمله الکلیسم، بزھکاری جوانان نیز از عواقب همین امساس نامطبوع هستند. بمران های کهولت و دوران بازنشستگی را نیز می توان از این زاویه بررسی کرد.

هنوز همه جلوه های متعدد فلا وجودی را نام نبرده ایم، و اگر نقاب ها و وانمودها را کنار بزنیم، متوجه این موضوع خواهیم شد که گاه ناکامی در معنی جویی سبب قدرت طلبی است که آن هم به شکل بسیار ابتدایی آن یعنی پول پرستی آشکار می شود. در پاره ای موارد جای ناکامی در معنا جویی را «لذت طلبی» اشغال می کند. به همین دلیل ناکامی وجودی گاه مرص و آز عملیات جنسی را به جاننشینی بر می گزیند. در این موارد می توان دید که چگونه کسانی که در واقع از فلا وجودی رنج می برند اسیر شهوات فویش می شوند.

در افراد نوروتیک، رخ دادهای مشابهی به وقوع می پیوندد. درباره مکانیسم های دفاعی بازفورد و تشکیل و تشکل ملقه های شیطانی، بعدها توضیح فراهم داد. ولی چیزی که به کرات می توان مشاهده کرد این است که در بیماران نوروتیک یک نشانه ی بیماری زا ، فلا وجودی را اشغال کرده است و در آنجا به طور پیوسته نشو و نمو می کند. در چنین مواردی، گرچه ما با یک نوروز اندیشه زا روبرو نیستیم، ولی با این حال اگر شیوه ی درمانی را که بر می گزینیم تا به وسیله آن به بیمار کمک کنیم بر مشکل فود پیره شود، با لوگوتراپی درهم نیامیزیم هرگز نمی توانیم انتظار موفقیت داشته باشیم. زیرا با پر کردن فلا وجودی است که ما می توانیم مانع بازگشت مجدد بیماری شویم. از این رو لوگوتراپی نه تنها در درمان بیماریهای اندیشه زاد، بلکه در درمان بیماری های روانزاد نیز لازم و مفید است، به ویژه آن دسته اختلالاتی که من (Somatogenic Pseudo-neuroses) نامیده ام. از این دیدگاه است که می توان گفته دکتر آرنولد¹ را مورد تایید قرار داد که «هرگونه درمانی علیرغم ممدودیتش باید از لوگوتراپی کمک بگیرد.»

حال اگر چنانچه بیمار از ما بپرسد، معنی زندگی او چیست، چه می توان کرد؟

¹ -Magda B. Arnold

معنای زندگی¹

من تردید دارم که پزشکی بتواند پاسفی کلی به این پرسش بدهد. زیرا معنای زندگی از فرد به فرد، روز به روز، ساعت به ساعت در تغییر است. از اینرو آنچه مهم است معنای زندگی به طور اعم نیست، بلکه هر فرد می بایست معنی و هدف زندگی خود را در لمظاتی دیگر دریابد. این پرسش کلی، مثل این است که از یک قهرمان شطرنج بپرسید که بهترین حرکت مهره ها در بازی شطرنج چیست؟ پر واضح است که بهترین حرکت و یا متا حرکت فوب، جدا از یک موقعیت معین در بازی و بدون در نظر گرفتن شفصیت مریف، معنی و وجود فارچی ندارد. در مورد وجود انسان نیز قضیه درست به همین شکل است. هیچ معنای انتزاعی که انسان عمری را صرف و رسالتی ویژه در زندگی است که می بایست بدان تمقق بفشد. او در انجام این وظیفه و رسالت جانشینی ندارد و زندگی قابل برگشت نیست. مسئولیت او بی مانند و منمصر به فرد، و فرصتی که برای انجام آن دارد نیز بی همتاست. هر موقعیت از زندگی فرصتی طلایی است که به انسان امکان دست و پنجه نرم کردن می دهد. گره ای به دستش می دهد تا شانس گشودن آنرا داشته باشد.

پس پرسش درباره معنای زندگی را باید به خود او برگرداند. یعنی فرد نباید بپرسد که معنای زندگی او چیست، بلکه باید بداند که خود او در برابر این پرسش قرار گرفته است. سخن کوتاه، خود فرد پاسخگوی زندگی فویش است و هم اوست و تنها او که می تواند به پرسش زندگی پاسخ گوید. زندگی که او خود وظیفه دار و مسئول آنست. بنابراین لوگو تراپی اصل و جوهر وجودی انسان را در پذیرفتن این مسئولیت می بیند.

¹ -The meaning of life

جوهر وجود¹

پذیرفتن مسئولیت امری است ضرور که لوگوتراپی قاطعانه بر آن تکیه دارد. روش درمانی در این جهت گام بر می دارد که ، «چنان زندگی کن که گویی بار دومی است که به دنیا آمده ای و اینک در حال انجام خطاهایی هستی که در زندگی نخست مرتکب شده بودی.»

به نظر من هیچ قاعده کلی و شعاری بهتر از این نمی تواند احساس مسوولیت و مس وظیفه شناسی را در انسان بیدار کند. زیرا نخست وی را بر آن می دارد که تصور کند زمان حال، گذشته است، و سپس بپذیرد که گذشته را هنوز هم می توان تغییر داد و اصلاح کرد. این شیوه، اندیشه ی او را بر آن می دارد که از یک سو با محدودیت های جهان و از سوی دیگر با غایت آنچه که او می تواند از خود و زندگی خود بسازد، روبرو گردد.

لوگوتراپی سعی و کوشش دارد که بیمار را کاملاً از وظیفه ی مسئولیت پذیری خود آگاه سازد. از اینرو این وظیفه را بر عهده ی بیمار می گذارد که خود «انتخاب» کند. انتخاب اینکه در برابر چه کسی و چه چیزی تا چه حد مسئول است. لوگوتراپیست کمتر از هر روان درمانگر دیگر، معیارها و ارزشهای خود را به بیمار تممیل می کند. و هرگز زیر بار این فواسته ی بیمار نمی رود که به جای او بر اریکه ی داوری بنشیند. این بر عهده ی بیمار است تصمیم بگیرد که در برابر وظیفه ای که زندگی بر عهده ی او نهاده است، پاسخ گوی کیست؟ پاسخ گوی جامعه یا وجدان خویش؟ اکثر مردم خود را مسئول و پاسخ گوی خداوند می دانند. آنان نه تنها خود را مسئول انجام وظیفه ای می دانند، بلکه بر این باورند که این خداوند است که این مسئولیت را برایشان تعیین کرده است.

کار لوگوتراپی نه تدریس است و نه موعظه ، همان اندازه که از استدلالات منطقی دوری می کند، از پندهای اخلاقی نیز روی گردانست. در مقام مقایسه، کار لوگوتراپیست بیش از این که شبیه یک نقاش

¹-The Essence of Existence

باشد، شبیه به کار یک چشم پزشک است. چه هر نقاشی سعی دارد تصویر جهانی را که می بیند به ما منتقل کند. در حالی که چشم پزشک می کوشد، به ما امکان بیشتری دهد که جهان را آنگونه که هست ببینیم. نقش لوگو تراپیست وسعت بخشیدن به میدان دید بیمار است، تا آنجا که «معنی» و «ارزش ها» در میدان دید و میطه ی خودآگاه بیمار قرار گیرد.

لوگو تراپیست نیازی ندارد که عقاید و داوری خود را به بیمار تممیل کند. زیرا حقیقت سرانجام آشکار خواهد شد و نیازی به مدافله ی دیگران نیست.

با طرح این نکته که انسان آفریده ای مسئول است که باید به معنی بالقوه زندگی خود تمقق ببفشد، میل دارم بر این نکته تاکید کنم، که معنی حقیقی زندگی را در جهان پیرامون و گردآورد خود باید یافت، نه در جهان درون و ذهن و روان خود. چه روان آنگونه که تصور شده است یک سیستم بسته نیست. به همین دلیل هدف حقیقی وجود انسان را نمی توان در آنچه به «تمقق نفس¹» و «فودشکوفایی» معروف است جستجو کرد. بلکه باید او را موجودی از خود «فرارونده²» دانست. که فودشکوفایی برایش هدفی غایی نیست، بلکه اثرات جنبی خود «فرارونده» اوست. چون اگر تنها هدف فودشکوفایی باشد، هرگز نمی توان به آن دست یافت.

نمی بایست به جهان به عنوان نمودی از «فود» نگریست و یا وسیله و هدفی که در خدمت فودشکوفایی و «تمقق نفس» است، زیرا در هر دو صورت تصویری که از جهان رسم می کنیم ناپیز و کم اهمیت جلوه می کند.

تا اینجا نشان دادیم که معنای زندگی پیوسته در باژگونی است، ولی هرگز ممو نمی شود. بنا بر روش لوگو تراپی این معنا را به سه شیوه می توان کشف کرد.

1. با انجام کاری ارزشمند.

¹-Self- actualization

²-Self-transcendent

2. با تجربه ی «ارزش» والا.

3. با تحمل درد و رنج.

راه رسیدن به نفس‌تین شیوه، یعنی راه کار و فعالیت، راهی است روشن و آشکار. ولی راه رسیدن به دومی و سومی توضیح بیشتری لازم دارد.

راه دوم یافتن معنای زندگی از راه تجربیاتی ارزشمند است. مانند برخورد با شگفتیهای طبیعت، فرهنگ و یا با درک و دریافتن فردی دیگر، یعنی به وسیله عشق.

معنای عشق¹

عشق تنها شیوه ای است که با آن می توان به اعماق وجود انسانی دیگر دست یافت. هیچکس توان آن را ندارد جز از راه عشق به جوهر وجود انسانی دیگر، آگاهی کامل یابد.

جنبه ی رومانی عشق است که ما را یاری می دهد تا صفات اصلی و ویژگیهای واقعی محبوب را ببینیم. و متا چیزی را که بالقوه در اوست و باید شکوفا گردد، درک کنیم. علاوه بر این عاشق به قدرت عشق توان می یابد که معشوق را در آگاه شدن از استعدادهای خود و تمقق بخشیدن به آنها یاری کند.

¹-The Meaning of love

در لوگوترپی عشق عاملی پدیده زاد¹ نیست، که از سائق یا غریزه ای جنسی مشتق شده باشد. همچنین عشق شکل اعتلا یافته ی میل جنسی نیز نیست. بلکه عشق خود مانند میل جنسی پدیده ای اصلی و بنیادی است.

میل جنسی آنجایی جایز و متا مقدس است که حامل و ناقل عشق باشد. بنابراین تنها اثر جنبی میل جنسی نیست، بلکه میل جنسی شیوه ای است برای ابراز نهایت همدمی و تعارضی که عشق فوهران آنست.

سومین راه برای رسیدن به معنی زندگی در رنج است.

¹-Epiphenomenon

معنای رنج¹

انسان وقتی با وضعی اجتناب ناپذیر مواجه می‌گردد، و یا با سرنوشتی تخییر ناپذیر روبروست، مانند بیماری درمان پذیری و یا مبتلا به بعضی از انواع سرطان، این فرصت را یافته است که به عالیترین ارزشها و به ژرفترین معنای زندگی یعنی رنج کشیدن دست یابد. درد و رنج بهترین جلوگاه ارزش وجودی انسان است. و آنچه که اهمیت بسیار دارد، شیوه و نگرش فرد نسبت به رنج است و شیوه ای که این رنج را به دوش می‌کشد.

برای روشن شدن مطلب مثال زنده ای می‌آورم.

روزی پزشک سالفورده ای که از افسردگی شدیدی رنج می‌برد، برای معالجه و درمان نزد من آمد. او توان این را نداشت که با اندوه فراوان زاییده از مرگ همسرش در دو سال پیش کنار بیاید. نیروی چیره شدن بر این درد و رنج را در خود نمی‌دید. او همسرش را به شدت دوست می‌داشت. از دست من چه کمکی ساخته بود؟

باید به او چه می‌گفتم؟

لمظاتی در سکوت گذشت و سپس از او پرسیدم :

«دکتر چه می‌شد اگر شما مرده بودید و همسرتان زنده می‌ماند؟»

«وای که دیگر این فیلی بدتر بود، بیچاره او چگونه می‌توانست این همه درد و رنج را به تنهایی تحمل کند.»

از این فرصت استفاده کردم و در پاسخ گفتم :

«دکتر پس می‌بینید که این درد و رنج نصیب او نشد، و این شما هستید که رنجش را به جان فریده اید و اکنون باید آنرا تحمل کنید.»

¹-The Meaning of suffering

واژه ای به زبان نیاورد و تنها به آرامی دستم را فشرد و مطب را ترک کرد. رنج وقتی معنا یافت، معنایی چون گذشت و فداکاری، دیگر آزاردهنده نیست.

البته این گفتگو و کاری که من با این پزشک کردم، در مکم درمان نبود، زیرا نخست اینکه افسردگی و یاس او بیماری نبود، دو دیگر؛ من توانا به تخییر سرنوشت او نبودم. نمی توانستم همسرش را به او باز گردانم. اما من در آن لحظه تنها توفیق یافته نگارش و برفورد او را نسبت به سرنوشت تخییر ناپذیرش، تخییر دهم و در آنجا بود که معنایی در رنجی که می کشید، یافت.

یکی از اصول اساسی لوگوتراپی این است که توجه انسان ها به این مساله جلب می کند، که انگیزه اصلی و هدف زندگی، گریز از درد و لذت بردن نیست، بلکه معنی جویی زندگی است که به زندگی مفهوم واقعی می بخشد. به همین دلیل انسانها درد و رنجی را که معنی و هدفی دارد با میل تحمل می کنند.

نیازی به یادآوری نیست که رنج معنایی نخواهد داشت اگر ضرورتی نداشته باشد. مثلا بیمار مق ندارد سرطانی را که با یک جراحی بهبود می یابد چون «صلیب فویش به دوش بکشد» و رنجش را تحمل کند. زیرا این یک «فودآزاری»¹ بیمار گونه است تا یک تحمل قهرمانانه².

روان درمانی سنتی، ترمیم و تمدید قوای بیمار را برای کار و لذت بردن از زندگی به عنوان سرلومه اقدامات فویش قرار داده است. اما لوگوتراپی علاوه بر این هدف، سعی بر آن دارد که بیمار را کمک کند تا با درک معنای رنجی که می کشد، در تحمل آن استوارتر باشد.

در این زمینه دکتر ادیت ویسکوف جولسون³، استاد روانشناسی دانشگاه جورجیا، ضمن مقاله ای درباره لوگوتراپی یادآور می شود که «فلسفه کنونی ما درباره ی بهداشت روان بر این پایه استوار شده است که مردم باید فوشمال و شاد زندگی کنند و غم و اندوه نشانه ناسازگاری و عدم انطباق با زندگی

¹-Masochism

²-Heroism

³-Edith Weisskopf - Joelson

است. این اعتقاد و نظام ارزشها باید خود را در برابر کسانی که درد و رنجی اجتناب ناپذیر دارند مسئول بدانند. زیرا این شیوه‌ی اندیشه موجب می‌شود که افراد دردمندی به خاطر اینکه شاد نیستند، اندوهناکتر نیز بشوند.» این فایده در مقاله‌ی دیگر یادآور می‌شود که «شاید لوگوترایی این ویژگی بیمارگونه ماکم بر فرهنگ کنونی آمریکا را باژگون کند، تا کسانی که قابل درمان نیستند و رنج می‌برند فرصتی بیابند به جای اینکه از دردهای خود «بنالند»، به آنها «ببالند»، زیرا این گونه بیماران فعلاً نه تنها غمگین و اندوهناکند، بلکه بار این اندوه را نیز به دوش می‌کشند، که چرا شاد نیستند.»

گاهی در زندگی وضعی پیش می‌آید که انسان از انجام کاری مبروم می‌شود و یا کامیاب نمی‌گردد، ولی چیزی که اجتناب ناپذیر و ممو نشدنی است همانا «رنج» است. از اینرو اگر رنج را شجاعانه بپذیریم تا واپسین دم، زندگی معنی خواهد داشت. پس به این ترتیب می‌توان گفت معنای زندگی امری مشروط نیست، زیرا معنای زندگی می‌تواند متا معنی بالقوه درد و رنج را نیز در بر گیرد.

بگذارید موردی را که شاید یکی از ژرف‌ترین و پر معناترین تجربیات من در اردوی کار اجباری است برایتان بازگو کنم. آماری بسیار دقیق و مستند نشان می‌دهد که از هر بیست و هشت نفر اسیر اردوگاه کار اجباری تنها یک نفر ماند. و از سویی متا اگر من به فرض آن یک نفر بودم که امکان داشت زنده بمانم؛ این احتمال بسیار ضعیف بود که بتوانم نوشته‌هایی را که در زندان آشویتس در نیم تنه‌ی خود پنهان کرده بودم بازبایم. بنابراین چاره‌ای نبود جز اینکه بر رنج نبود این کودک (رومانی) چیره شوم. این اندیشه در ذهنم جان گرفت که فوادم مرد بدون اینکه فرزندی جسمانی و یا اثری (رومانی) از من بر جای بماند. از خود پرسیدم دیگر زندگی برای من چه معنایی دارد؟

با اینگونه پرسشها و اندیشه‌ها مشغول بودم. غافل از اینکه پاسخ پرسشهای من در راه است و طولی نخواهد کشید که به دستم می‌رسد. داستان از این قرار است که وقتی من به اردوی اسیران آمدم، لباسهایم را گرفتند و لباس‌های ژنده زندانی دیگری را که به کوره‌ی آدم سوزی سپرده شده بود به من

دادند. در جیب این لباس فرسوده یک برگ پاره که دعای معروف بمری «شمایسراییل»¹ روی آن نوشته شده بود یافتیم. این تصادف را به چیزی می توانستم تعبیر کنم جز اینکه اندیشه ها و ایده ها چیزی نیست که تنها روی کاغذ آورده شود، بلکه باید با آن دست و پنجه نرم کرد و زیست.

پس از مدتی کوتاهی مس کردم که به زودی فوادم مرد. نگرانی های من در این اوضاع بمرانی با سایر رفقا فرق داشت. پرسش آنان این بود که، «آیا ما از این اردوگاه جان سالم به در خواهیم برد؟ و اگر نه، پس ارزش این همه درد و رنجی که متحمل می شویم چیست؟ ولی پرسشی که پیوسته در گوش من زنگ می زد این بود که، «آیا این همه رنج کشیدن ها و مرگهایی که شاهد آنیم، معنایی دارد؟ و اگر نه پس نهایتا بقا و جان سالم به در بردن هم معنایی نخواهند داشت. زیرا اگر معنای زندگی به این تصادف بستگی داشته باشد، چه از آن جان به در ببریم و چه نبریم زندگی ارزش زیستن نخواهد داشت.»

مسائل فوق بالینی²

¹- Shema Yisrael ، دعای روزانه یهودیان است که از سفر تثنیه برداشته شده است.

²-Meta Clinical Problems

امروزه روان‌پزشکان به وفور با این پرسش روبرو هستند که زندگی چیست؟ چرا باید درد کشید و رنج برد؟ در واقع روان‌پزشکان بیشتر با مراجعینی مواجه هستند که به خاطر مسایل انسانی به آنان مراجعه تا بیماری‌های عصبی.

بسیاری از مراجعان کنونی، روان‌پزشکان، کسانی هستند که سابقاً به علمای دینی و پدران (رومانی) مراجعه می‌کردند، ولی امروز دیگر میلی به این کار ندارند و از اینروست که روان‌پزشکان بیشتر با مسایل فلسفی مردم روبرو هستند تا با تعارضات عاطفی و رومی آنان.

لوگودراما¹

رویداد زیر شنیدنی است.

مادری که پسرش در سن یازده سالگی در گذشته بود، به دنبال دست زدن به یک فودکشی بی فرجام به کلینیک من آورده شد. همکارم دکتر کوکورک²، از او دعوت کرد تا در یک جلسه ی گروه درمانی شرکت جوید، تصادفی من هم به اتاقی که او سرگرم رهبری یک جلسه سایکودراما بود وارد شدم. این خانم داستان زندگیش را چنین بازگو می کرد:

وقتی پسرش درگذشت، او با پسر بزرگترش که مبتلا به فلج کودکان بود تنها ماند. پسرک بی نوا می بایست با صندلی چرخدار به این سو و آن سو کشانده شود. مادر که از این شکل زندگی به ستوه آمده بود، علیه سرنویشت فود عصیان کرد و تصمیم گرفت فود و پسرش را از بین ببرد. اما پسرک زمین گیر گذاشت او این تصمیم را عملی کند. او دوست داشت زندگی کند! زندگی برای او هنوز با معنی بود. ولی متأسفانه برای مادر تندرست چنین نبود. چرا؟ و چگونه می بایست به این مادر کمک کرد؟

بدون مقدمه وارد بحث آنان شدم و از خانم دیگری که در گروه بود پرسیدم:

«چند سال دارید؟» او پاسخ داد: «سی سال»

¹-Logodrama، روشی است الهام گرفته از سایکو دراما، که به وسیله ی دکتر مورنو بنیاد گذاشته شد. مبانی تئوری این روش بر این اصل قرار دارد که در ایفای نقش، عواطف و احساسات، کشمکش ها و درگیری های درونی، ترسها و تمایلات افراد، به ویژه کسانی که در ایجاد و انتقال دچار مشکلاتی بوده اند و مقاومت هایی از خود نشان می دهند دارای ارزش درمانی فراوان است. سایکو دراما تجلی خود انگیخته و به نمایش گذاشتن پیچیدگی ها و کشمکش های درونی فردست به روش غیر مستقیم. سایکودراما بر سه اصل خود انگیختگی، خلاقیت و مایه فرهنگی مبتنی است.

²-Kocourek

« نه شما سی ساله نیستید، شما هشتاد سال دارید، در بستر مرگ آرمیده اید و به گذشته می

اندیشید، یک زندگی سرشار از موفقیت های مالی و اجتماعی ولی بدون فرزند.»

« سپس از او فواستم که تبسم کند در چنان موقعیتی چه احساسی دارد و با خود چه می گوید؟

پاسخ او را عینا از روی نوار نقل می کنم.

«آه، من با یک میلیونر ازدواج کردم. زندگی مرفه بود و در ناز و نعمت عمری گذراندم. با مردها

معاشقه می کردم و آنها را به بازی می گرفتم و از این کار لذت می بردم. و حالا که در سن هشتاد

سالگی هستم، حالا که به گذشته نگاه می کنم و فرزندی هم ندارم نمی دانم این همه تلاش برای چه

بوده است. در حقیقت من باید اذعان کنم که در زندگی یک بازنده و یک شکست فورده ام!

سپس از مادر کودک فلج دعوت کردم که به زندگی خود در گذشته نظری بیفکند. پاسخ را برایتان نقل

می کنم:

« من همیشه آرزو داشتم که فرزندی داشته باشم. این آرزو برآورده شد، ولی یکی از آنان در گذشت و

دیگری نیز فلج است. اگر از او مواظبت نمی کردم. باید او را به موسسات ویژه ی این کودکان می

سپردم. گرچه نگهداری از او خیلی دشوار است ولی چه می شود کرد، او پسر منست. من همه امکانات را

به کار گرفته ام تا او بهتر زندگی کند. من از پسرمان بهترین ساخته ام.»

در این لحظه او به شدت گریه اش گرفت و با صدای بلند ادامه داد: تا آنجا که به خودم مربوط است،

می توانم با آرامش به زندگی و گذشته خود نگاه کنم، زندگی برای من مملو از «معنا» بوده و تلاش در

راه تمقق این معنا. من نهایت کوشش و تلاش را در راه بهروزی پسرم به کار برده ام، زندگی من یک

شکست نبوده! اینک که او از بستر امتضار زندگی را مرور می کرد، ناگهان توانسته بود که معنایی در

آن بیابد. معنایی که همه رنجهای او را نیز در بر می گرفت.

پس از مدتی پرسشی از همه آن جمع کرده. پرسش این بود که آیا میمونی که به منظور سافتن سرخ فلج مکرر و مکرر زیر تزریق قرار می گیرد، قادر است معنایی در درد خود بیابد؟ همه پاسخ دادند نه! زیرا او با هوش کم و فهم نارسایش نمی تواند مساله را به جهان انسان ها ، یعنی جهانی که اینگونه رنج کشیدن ها معنی پیدا می کند، ربط بدهد.

پرسش را در این جهت ادامه دادیم که « در مورد انسان چه » آیا مطمئن هستید که جهان انسانی غایت و نهایت تکامل جهان هستی است؟ آیا ممکن نیست که ابعاد دیگری وجود داشته باشد. و یا دنیایی ماورای دنیای انسان ، جهانی که رنجهای بشری پاسخ نهایی خود را در آنجا خواهد یافت.

معانی مافوق¹

معنای غایی و نهایی به ناچار ماورای توانایی درک و فهم بشر قرار می گیرد، در لوگوترایی، ما از آنها به عنوان معانی مافوق نام می بریم. آنچه از انسان فواسته شده است این نیست که بنا بر تعلیمات پاره ای از فلاسفه اگزیستانسیالیست، پوچی زندگی را باید تحمل کرد، بلکه انسان باید ناتوانی خود را در درک «معنای» بی قید و شرط زندگی، از راه منطق بپذیرد. زیرا که «معنا» از منطق ژرف تر است.

روانپزشکی که از مفهوم معانی مافوق، فراتر می رود گاه در برابر بیماران خود غافلگیر و مات می شود. همانگونه که من در برابر دفتر شش ساله ام با این وضع مواجه شده.

روزی دفتر شش ساله من پرسید «چرا ما می گوییم فدای مهربان» پاسخ دادم:

¹-Supra Meaning

«یادت هست که چند هفته پیش سرفک داشتی و همین فدای مهربان بود که ترا شفا داد و اسباب بهبودی برایت فراهم کرد.» اما این پاسخ دفتر کوچک را راضی نکرد و گفت ، « اما بابا فراموش نکن که خود او این سرفک را فرستاده بود! ».

با این حال اگر بیماری عمیقاً معتقد به اصول مذهبی است، دلیلی ندارد که روان درمانگر از این اعتقاد و منبع روحانی، برای یاری به او استفاده نکند. درمانگر می بایست خود را جای بیمار بگذارد و مسایل را از دید او ببیند. این کاری است که من کردم.

روزی یک خافام از اروپای شرقی پیش من آمد و داستان زندگیش را برایم بازگو کرد. او نخستین زنش را با شش فرزند در اردوگاه اسرای جنگی از دست داده بود، و با زن دومش که نازا بود زندگی می کرد. من متوجه شدم که تولید مثل و ازدیاد و تداوم نسل تنها معنای زندگی نیست، زیرا در آن صورت زندگی به خودی خود پوچ و بی معنا می شود و چیزی را که بی معناست با تداوم نمی توان «معنا» بخشید.

اما به هر حال این خافام وضع خود را از دید یک یهودی متعصب بررسی می کرد و در این اندیشه بود که پسری ندارد، کسی نیست که بعد از مرگش دعای رحمت و آمرزش برایش بفواند و این اندیشه آزارش می داد.

من از درمان او ناامید نشدم و دنبال مطلب را اینگونه ادامه دادم.

- « آیا تو امیدوار نیستی که فرزندان را در آن جهان دوباره ببینی؟ »

به شدت گریه اش گرفت و گفت فرزندان من شهید شده اند و چون بی گناه بودند یقیناً در بهشت خواهند بود ولی مرا که پیرمردی گناهکار بیش نیستم راهی به بهشت نیست.

من ادامه دادم. «پدر رومانی این ممکن نیست که تصور کنیم همین درد و رنجی که تو در زندگی پس از فرزندان می کشی معنای زندگی تو باشد. همان چیزی باشد که موجب تطهیر و تزکیه تو بشود و تو نیز شایسته آن گردی که در بهشت به آنها بپیوندی؟»

آیا در مزامیر^۱ نیامده است که فداوند اشکهای بندگان خود را نگه می دارد؟

پس شاید هیچ کداه از این رنجها که می کشی بیهوده نباشد

گویی پس از سالها درد و رنج نخستین باری بود که آرامشی می یافت. آرامشی که زاییده یافتن معنایی برای رنجهایش بود.

^۱ - مزامیر داود باب ۵۸:۸

انتقال و گذرایی زندگی¹

چنین به نظر می رسد که رنج و میرندگی و پریشانی و مرگ، معنی زندگی را می ربایند. اما من هرگز از گفتن این نکته فسته نخواهم شد، آنچه که واقعا در زندگی از کف می رود امکانات و توانایی هاست. و لمظه ای که این امکانات و توانایی ها شکوفا شود، به واقعیت پیوسته و جزو گنجینه های پربهای بشری به گذشته ی جاویدان تعلق پیدا می کنند. گذشته ای که هیچ چیز در آن گم نمی شود و همه چیز دست نפורده یا برجااست.

از این رو ، گذرایی و انتقال زندگی از معنای آن نمی کاهد، بلکه در ما احساس وظیفه و مسئولیت را بیدار می کند. شیوه برفورد انسان با گذرایی امکانات، و اینکه چگونه انتفابی به عمل می آورد. انسان پیوسته در میان موج عظیمی از توانایی ها و امکانات نهفته ی خود در حال «گزینش» است که کدامین آنها می بایست شکوفا و بارور گردد و کدامین محکوم به نابودی و فراموشی است. کدام می بایست تمقق و واقعیت یابد، واقعیتی ابدی و جاودانه چون «رد پای در شن زار زمانه». انسان باید در هر لمظه تصمیم بگیرد، تصمیمی برای بهتر شدن و یا سقوط. تصمیم برای اینکه اثر ماندگار او در این زندگی گذرا چه خواهد بود.

معمولا انسان برای اطمینان خاطر، در کشت زار زندگی فویش به فوشه های وامانده فرصت های گذرا می نگرد تا به فرمن انباشته ای که همه ی کرده ها و فوشی ها و رنج های او در آن نهفته است. چیزی که «شده» است نمی توان ناشده انگاشت، و آنچه که بوده و هست نمی توان تصور کرد ، چون «بود» مطمئن ترین نوع «هستی» است.

¹-Life's Transitoriness

«لوگو تراپی» با در نظر گرفتن گذرایی هستی و وجود انسانی به جای بدبینی و انزوا، انسان را به تلاش و

فعالیت فرا می خواند. برای روشن شدن این مطلب باید اضافه کنم :

بدبین کسی است که هر روز با ترس و اندوه به تقویم خود چشم دوخته و برگی از آن جدا می کند و با جدا کردن هر برگ، کاهش تدریجی تقویم را نظاره می کند. اما فردی که به زندگی فعالانه می نگرد و به حوادث آن هجوم می برد برگ های کنده شده ی تقویم زندگی را دور نمی ریزد، و بر پشت هر یک از آنها یادداشت مهمی می نگارد و هر برگ را با نظم و ترتیب به روی برگهای کنده شده ی پیشین می گذارد. تقویم زندگی او به تدریج از «ناشده ها و ناکرده ها» به «کرده ها و شده ها» منتقل می شود و او با غرور و مسرت به فنای این برگها و یادداشت ها و زندگی سرشار از فعالیت خود می نگرد. چه اهمیتی دارد که او هر روز پیرتر می شود؟ چه دلیلی دارد که به جوانی غبطه بخورد و به جوانان رشک بورزد؟ او نقش خود را در زندگی فعالانه ایفا کرده و از این شکل زندگی شادمان است. به جوانان به خاطر امکاناتی که در انتظارشان هست مسد نمی ورزد. که او خود این امکانات را به واقعیات در اختیار دارد. واقعیاتی که ممتوی آن نه تنها کارهای انجام داده، بلکه عشق و محبت های ورزیده شده و دردها و رنجهایی است که شجاعانه از عهده ی آنها بر آمده ام. «رنجهایی که تحمل کرده ام، غرور آمیزتر از هر چیز است و این گذشته نمی تواند الهام بخش غبطه ها و رشک ها باشد».

«لوگوتراپی» به عنوان یک روش¹

یک ترس حقیقی مانند ترس از مرگ را نمی توان با تفسیر روان پویایی (سایکودینامیک) آن آرامش بخشید. از سوی دیگر ترسهای عصبی مانند ترس از مکانهای² شلوغ را نمی توان با ادراکی فلسفی درمان کرد. اما در هر حال لوگوتراپی روشهای ویژه ای برای رویارویی با این افتلالات را ابداع کرده است. بگذارید

¹-Logotherapy as a Technique

²-Agoraphbia

برای شناخت بهتر این روش، و آنچه که در روند یک لوگو تراپی صورت می پذیرد، از یک مورد بسیار رایج که پیوسته با آن روبرو هستیم. مثالی بیاورم و آن «اضطراب¹ پیش بین» است.

یکی از مشخصات این نوع هراس آن است که هر آنچه که بیمار از آن وحشت دارد به سرش می آید به عبارت دیگر « ترس خود ضامن پدیدار شدن چیزی می شود که بیمار به شدت از وقوع آن وحشت داشته است.»

مثلا کسی که از سرخ شدن در مضمون دیگران می ترسد، وقتی وارد اتاقی می شود که عده ی زیادی آنجاست، واقعا در برابر جمعیت سرخ می شود. با در نظر گرفتن این نکته می توان این گفته معروف را که «میل ، پدر اندیشه است» به این جمله که «ترس ، مادر واقعه است» تخییر داد.

مسفره است که گرچه ترس و هراس باعث می شود که از چیزی که می ترسیم به سرمان بیاید ولی قصد و فشار زیاد می شود آنچه که می خواهیم «بشود» ، صورت نپذیرد و این قصد قوی که من آنرا «قصد مفرط²» نامیده ام به ویژه در مورد نوروهای جنسی به فوبی مشاهده می گردد. هر قدر فرد می خواهد و سعی می کند که قدرت و توان جنسی خود را نشان بدهد و یا زنی می کوشد که اوچ لذت جنسی را تجربه کند، کمتر موفق می شود.

لذت باید محصول باشد نه هدف. و چون هدف قرار گرفت، بی ارزش و از بین رفته است.

علاوه بر «قصد مفرط» ، که در بالا توضیح داده شد «توجه مفرط³» یا واکنش «مفرط⁴» نیز می تواند بیماری را باشد و موجب افتلال گردد.

گزارش کلینکی زیر موید و روشنگر مقصود من است :

1-Anticipatory Anxiety
2-Hyper Intention
3-Excessine attention
4-Hyper reflection

خانم جوانی به من مراجعه کرد که از سرد مزاجی می نالید. شرح حال زندگی او نشان داد که در کودکی پدرش به او تجاوز کرده بود. روشن بود که این تجربه تلخ به فودی خود موجب حالت عصبی او نبود، بلکه اثر ثانوی مطالعه کتاب روان تملیلی بود که در او این ومشت را ایجاد کرده بود که روزی سرانجام اثرات و عوارض این تجربه تلخ به سراغش خواهد آمد.

این «اضطراب پیش بین» و نگرانی باعث شده بود که هم «قصد مفرط» به زن بودن و انجام وظایف زنانگی فویش داشته باشد و «توجه افراطی» به خود و نه به همسر.

در نتیجه این قصد و توجه مفرط بود، که بیمار دچار ناتوانی جنسی و سردمزاجی شده و نمی توانست اوج لذت جنسی را تجربه کند. قصد و هدف او رسیدن به اوج لذت جنسی بود و نه تسلیم بدون شرط و صمیمانه او به همسر.

پس از یک دوره کوتاه «لوگوتراپی» توجه او از رسیدن به اوج لذت جنسی به موضوع حقیقی یعنی همسر منتقل گردید، و در نتیجه اوج لذت جنسی نیز پیامد آن بود با توجه به این دو اصل، یکی آنکه از هر چیز بترسیم اتفاق خواهد افتاد دو دیگر، انجام هر کاری را که با قصد و توجه مفرط پی گیری کنیم ناممکن گردد، «لوگوتراپی» تکنیک خود را بر اصلی که آنرا «قصد متضاد¹» نامیده است، استوار گردانید. در این روش از بیمار مبتلا به ترس و دلهره فواسته می شود متا برای یک لمظه هم که شده وقوع آنچه را که به شدت از آن بیم دارد با قصد مفرط بخواهد.

بگذارید موردی را یادآور شوم:

پزشک جوانی به من مراجعه کرد و اذعان داشت که از عرق کردن به شدت بدش می آید و هراس دارد. این ترس و دلهره باعث شده بود که فوق العاده عرق کند. هر وقت این اندیشه که ممکن است عرق کند نگرانش می کرد و متما عرق می کرد ترس و ناراحتی در او شدت می گرفت. برای اینکه دور تسلسل

¹-Paradoxical intention

شکسته شود، به او پیشنهاد کردم، هر وقت که احساس می کند دارد عرق می کند و هراس ظاهر می شود به جای شرمندگی، از اطرافیان بخواهد که تماشا کنند او چقدر عرق می ریزد.

هفته بعد به من مراجعه کرد و گفت در هفته ای که گذشت او هر بار که فردی را ملاقات می کرده و ترس و هراس عرق کردن در او برانگیخته می شده با خود می گفته که: «اگر تاکنون تنها یک چهارم لیتر عرق می کردم این بار باید ده برابر آن عرق بریزم. این تصمیم و «قصد متضاد» موجب شده بود که پس از چهار سال رنج بردن از این «اضطراب پیش بین»، با یک جلسه مشاوره، اضطراب او درمان شده و از این رنج (هایی) یابد.

فوانده متوجه است که ایجاد نگرش معکوس در بیمار از مراحل این شیوه درمانی است. و ترسهای بیمار با «قصد متضاد» و آرزوی معکوس جایگزین می شود. با این روش درمانی توفانی که آسیاب بادی اضطراب را می چرخاند، مهار خواهد شد.

در این روش درمانی باید از قدرت و ظرفیت انسان در «فود جدامانی»¹ که ذاتی، شوق طبیعی بشر است، استفاده کرد. این ظرفیت بنیادی انسان در جدا شدن فرد از «فود» موقعی شکوفا می گردد که تکنیک «لوگوتراپی» یعنی «قصد متضاد» به کار برده می شود. همزمان بیمار نیز قادر می گردد که فود را از عصبیت و بیماری فود جدا و دور نگهدارد.

گوردون آلپورت می نویسد: «بیماران عصبی که یاد می گیرند به فود بفندند، سر و سامانی به وضع فود داده و شاید در مسیر درمان قرار گرفته اند»².

«قصد متضاد» ارزیابی تجربی و کاربرد بالینی اظهار نظر آلپورت است.

یادآوری چند مورد دیگر مساله را روشن تر خواهد ساخت.

¹-Self-detachment

2-Gordon W.Allport. the individual and his Religion (New york the Macmilan company 1959)P.92

بیماری که شغلش مسابداری بود پس از مراجعه به چند پزشک و درمانگاه در حالی که بسیار پریشان و نا امید بود، نزد من آمد. وی اعتراف کرد که در مرز خودکشی به سر می برد. او سالها است که از نوعی انقباض عضلانی انگشتان که موجب بد فطی در او گشته رنج می برد و افیرا اوضاع آنچنان وفیم شده که دیگر قادر به نوشتن اعداد نیست و در نتیجه فطر اینکه شغلش را از دست بدهد، او را تهدید می کند.

در این مورد تنها درمانی فوری و کوتاه لازم بود که بیمار رهایی یابد. در ابتدای کار دستیار من به او گفت که درست عکس کاری که غالباً می کند، انجام دهد. یعنی به جای اینکه مثل همیشه سعی کند اعداد را صاف و فوانا بنویسد، با همه وجود و عمدتاً بکوشد تا آنها را کج و معوج و نافوانا بنویسد. از او فواسته شده بود که با خود بگوید «مالا به مردم نشان فواهم داد که چه فط بدی دارم». اما همینکه فواست عمداً بدفط بنویسد دیگر توانا نبود به بدفطی همیشه بنویسد! روز بعد به من گفت: «هر چه سعی می کنم کج و معوج بنویسم موفق نمی شوم.»

پس از چهل و هشت ساعت بیمار از شر انقباض عضلانی در نگارش (ها و آسوده گشته بود و اینک فردی بود فوشمال و کارآ.

مورد دیگری که به جای مساله نگارش، مشکل گویایی داشت به وسیله یکی از همکارانم در بفش ملق و منجره بیمارستان پلی کلینیک وین برایم نقل شد.

بیمار یکی از شدیدترین موارد لکنت زبان بود که کارشناس همکارم در طول مدت دراز فعالیت مرفه ای خود با آن برفورد کرده بود. بیمار تا آنجا که به فاطر داشت از لکنت زبان رنج می برده و لمظه ای نبوده که گرفتار این دشواری گویایی نباشد به جز یک مرتبه تنها یک بار و آن وقتی بوده که بیمار پسری دوازده ساله بود و بدون بلیط سوار واگن برقی شده بود. وقتی مامور کنترل بلیط، او را گیر انداخت و می فواست جریمه کند، او فکر کرد تنها راه گریز این است که او از لکنت زبان فویش استفاده کند و دل مامور را به رحم بیاورد. در آن لمظه که او قصد داشت پسری الکن باشد دیگر نمی توانست با لکنت زبان

صمبت کند و هر چه کوشید زبانش نگرفت. او بدون تعمد و منظور از روش قصد متضاد استفاده کرده بود البته نه به منظور درمان.

گفتن این موردها نباید سبب شود که ما چنین تصور کنیم که «قصد متضاد» تنها در موارد اختلالات «تک علامتی»¹ نتیجه بخش است، زیرا همکاران من در درمانگاه وین از این روش و تکنیک در درمان اختلالاتی نظیر نوروئوسوسازی² که بسیار شدید و بسیار کهنه و با سابقه نیز بوده است، استفاده کرده و نتیجه گرفته اند. به عنوان نمونه به زنی 65 ساله اشاره می کنم که درست مدت 60 سال گرفتار وسواس شدید شستشو بود و این بیماری به قدری جدی بود که من ابتدا تصور کردم تنها راه درمان جراحی لوبوتومی³ خواهد بود. ولی دستیار من درمان با لوگوترابی را آغاز نمود و شیوه «قصد متضاد» را به کار گرفت. دو ماه بعد بیمار توانا بود به زندگی طبیعی و عادی خود باز گردد. در حالی که پیش از مراجعه به درمانگاه او اعتراف کرده بود که «زندگی برایش جهنمی بیش نیست». او در پنتگ وسواس و ترس عمیق از میکروب اسیر بود و پیوسته در بستر می ماند و زندگیش فلج شده بود.

البته من ادعا نمی کنم که او کاملا بهبود یافته است و دیگر ممکن نیست که وسواس به سراغش بیاید ولی آنگونه که او خود می گوید این بار قادر خواهد بود که «به علامت وسواس بفندد» و این نشانه را به شوقی بگیرد و فلاصه «قصد متضاد» را به کار بندد.

«قصد متضاد» را در درمان بی خوابی نیز می توان به کار برد. ترس و نگرانی از بی خوابی نتیجه میل مفرط به خواب می گردد و همین میل مفرط خود موجب بی خوابی می شود. برای چیره شدن بر چنین ترس و هراس من به بیمار توصیه می کنم که سعی نکند که بفواید بلکه کوشش کند تا آنجا که ممکن است بیدار بماند به عبارت دیگر قصد مفرط خواب رفتن که ناشی از «اضطراب پیش بین» و ترس از عدم

1-Monosymptomatic

2-Obsessive - Compulsive

3-Lobotomy

موفقیت در این خواسته است، باید با «قصد متضاد» یعنی تصمیم به نخواستن مابجا شود که در نتیجه طولی نخواهد کشید که بیمار به خواب خواهد رفت.

«قصد متضاد» نوشدارو نیست ولی وسیله مفیدیست که می تواند وسواس و ترسهای عصبی را به خصوص وقتی که همراه با «اضطراب پیش بین» هستند درمان کند، به ویژه که مدت این شیوه درمانی طولانی نیست. اما باید توجه داشت، که کوتاه بودن طول مدت درمان دلیل کوتاه بودن مدت بهبودی نیست. چنانکه دکتر امیل گاتیل¹ در مقاله ای نوشته است «یکی از توهمات رایج پیروان متعصب مکتب فروید این است که تصور می کنند تاثیر و دوا به بهبودی رابطه ای مستقیم با طول مدت درمان دارد.»

در میان پرونده های من گزارشی موجود است که نشان می دهد، بیماری بیست سال پیش با روش «قصد متضاد» درمان شده و حال او هنوز خوبست.

حقیقت مهم شایان یادآوری اینکه تاثیر «قصد متضاد» رابطه ای با سبب شناسی بیماری ندارد. این نکته موید گفته ای از دکتر «ادیت وایز کف نلسون»² است که می گوید:

«گرچه روان درمانی سنتی اصرار دارد که درمان را بر یافته های «سبب شناسی» استوار کند، نباید فراموش کرد که ممکن است که عوامل ویژه ای در دوران نخستین کودکی موجب عصبیت ها شوند و عوامل کاملاً مغایری در دوران بزرگسالی سبب درمان این عصبیت ها.»

آنچه که علت نوروها، عقده ها و تعارضات رومی و پریشانی به مساب می آیند، اغلب علائم نوروها هستند و نه علت آن، جزیره دریایی که از پایین بودن سطح آب دریا بهره جسته، و سر از آب بیرون آورده علت جزر دریا نیست، بلکه جزر دریا سبب بیرون آمدن آن از آب گشته. آیا مالیفولیا چیزی به جز جزر و

¹-Emil A, Gutheil

²-Eith wedisskopf joelson

مد عاطفی است؟ و یا احساس گناهی که معمولاً به طور بارزی در افسردگی های «درون زاد»¹ دیده می شود و نباید با افسردگی های نوع نوروتیک اشتباه کرد- علت ظهور این افسردگی ها نیست. بلکه بر عکس فرو نشستن و پایین آمدن عواطف در حالت افسردگی باعث ظهور و به سطح آگاهی در آمدن احساس گناه می شود. این فرو نشستن تنها احساس گناه را بر ملا کرده و رو آورده است.

دریافتن علت واقعی نوروها (عصبیت ها) به غیر از عوامل اساسی بنیادی، چه جسمی و چه روانی، مکانیسم های بازفوردی نظیر «اضطراب پیش بین» یک عامل مهم و اصلی بیماری را است. علامت و نشانه معینی باعث ترس معینی می شود، و این ترس خود نشانه را بر می انگیزاند و نشانه نیز دیگر بار همین دور تسلسل و تداوم زنجیره ای مشاهده می شود. بیمار مبتلا به وسواس، به فکری که او را فرا می گیرد به جنگ و ستیز می پردازد و همین ستیز قدرت آزاردهی فکر و میلی که او را فرا گرفته بیشتر می کند. تا زمانی که فشار خود موجب فشار متقابل می شود، نشانه ها نیز از سوی دیگر تقویت و تشدید می گردند. ولی وقتی بیمار کنش و ستیز با وسواس را متوقف می سازد و با تکیه بر روش «قصد متضاد» با شوخ طبعی و تمسخر با آن مواجه می گردد، ملقه معیوب و دور تسلسل زیان آور شکسته می شود. نشانه ها کاهش می یابد و رفته رفته ضعیف شده سرانجام از بین می رود.

در مواردی که فوشبفتانه «فلاء وجودی» یا پوچی زندگی موجب ظهور نشانه ها و علایم نیست بیمار نه تنها موفق می شود که ترسهای عصبی را دست کم بگیرد، بلکه نهایتاً به طور کامل آنها را ندیده انگارد. این گونه که می بینیم «اضطراب پیش بین» را باید با «قصد متضاد» فنتی کرد، «قصد مفرط» و «واکنش مفرط» را با تخییر اندیشه، و تخییر اندیشه نیز ممکن نیست مگر از راه بررسی مجدد هدف و رسالت فرد² در زندگی».

1-Endoyene

^۲- از این عقیده، گوردن آلپورت حمایت کرده و نوشته است «وقتی توجه از اضطراب به هدفهای عالی و غیر«خودی» متوجه گردد، زندگی به طور کلی سالمتر می شود، حتا بر فرض اینکه عصبیت به طور کامل هم از بین نرفته باشد.

این توجه عصبی به «خود» نیست که با تمقیر و سرزنش می تواند دور تسلسل زیان آور را متوقف کند، کلید بهبودی در «فراخود رونده» است.

عصبیت ها (نوروزهای) قومی¹

هر عصری نوروزهای قومی ویژه ی خود را دارد. و لذا نیازهای درمانی دوره، روان درمانی مناسب عصر خود را می طلبد. «فلاء وجودی» را که نوروز توده های نسل ماضی است، می توان نیهیلیسم² یا پوپگرایی فردی نامید. زیرا نیهیلیسم عبارت است از مکتب پوچی و بی معنایی زندگی. اگر روان درمانی، خود را از قید تاثیرات روال کنونی فلسفه نیهیلیسم آزاد نکند، تنها قادر خواهد بود به جای آنکه به امکانات درمانی آن بپردازد، نشانه های این نوروز توده ای را مشخص و معرفی کند. در این صورت است که روان درمانی نه تنها منعکس کننده اندیشه های نیهیلیستی خواهد شد، بلکه هم چنین نافواسته و نادانسته به جای ارائه سیمای راستین انسان، تصویری کاذب و کاریکاتورستی در ذهن بیمار ترسیم می کند.

اولا باید توجه داشت که فطری عظیم در آموزش این تئوری که «انسان چیزی نیست مگر حاصل عوامل زیستی، روانی، اجتماعی، و یا انسان محصول توارث و محیط است»، نهفته است.

چنین نظریه ای انسان را دستگاهی خودکار و بی اراده معرفی می کند و به ماهیت واقعی او توجهی ندارد. چنین شیوه اندیشه محدود و «تقدیرگرایانه»³ به وسیله آنگونه روان درمانی هایی که آزادی بشر را نادیده می گیرند، پرورده و تقویت می شوند.

البته تردیدی نیست که انسان موجودی است فانی، و میدان آزادی او محدود است. آزادی او در انتساب شرایط و عوامل نیست، بلکه او دارای آن آزادی و اختیار است که در برخورد با شرایط چه واکنش

¹-The Collective Neurosis

²-Nihilism

³-Fatalistic اعتقاد مطلق به سرنوشت

و برفوردی را انتخاب کند. مثلا اگر موی من رو به سفیدی گذاشته است و من بر فلاف فیلی ها به سلمانی نرفته و آنرا رنگ نکرده ام خود نوعی آزادی انتخاب است. بنابراین در بسیاری از امور سهمی از آزادی و انتخاب برای انسان باقی مانده! متا اگر آن ، رنگ کردن موی سفید باشد.

انتقاد از جبرگرایی مطلق¹

روانکاو به کرات به خاطر جانبداری از گزینه جنسی مورد ملامت و سرزنش قرار گرفته است. البته من تردید دارم که این عیب جویی بر حق باشد. اما به نظر من آنچه که نادرست تر و فطرناتر است، جانبداری از جبر مطلق است. منظور من اشاره به فرضیه ها و مکتبهایی است که آزادی و قدرت انسان را در مواجهه با شرایط و رویدادهای زندگی نادیده می گیرند. انسان موجودی نیست مشروط که رفتارش قابل پیش بینی در قالب شرایط باشد، بلکه او در هر لحظه تصمیم می گیرد که تسلیم شرایط بشود و یا ایستادگی کند.

به واژه ای دیگر انسان موجودی است که در نهایت، خود سرنوشت فویش را به دست می گیرد. انسان ، تنها زندگی نمی کند بلکه در هر لحظه تصمیم می گیرد و اراده می کند که چگونه زندگی کند و لحظه ای دیگر چگونه باشد.

به مبنای همین اصول است که هر انسانی آزادی این را دارد که در هر لحظه تغییر کند بنابراین این توانایی پیش بینی انسان تنها در چهارچوب وسیع بررسی های آماری گروه های وسیع امکان پذیر است و بس. و شفصیت فردی اساسن غیر قابل پیش بینی مانده است. مبنای هر پیش بینی بر شرایط زیستی، روانی و اجتماعی ، استوار است ولی یکی از جنبه ها و ویژگی های وجودی انسان همانا ظرفیت او برای

1-Critique of Pan Determinism

چیره شدن بر این شرایط و فراتر رفتن از آنهاست. بر همین روال انسان نهایتاً به «فودفراروندگی» خویش تمق می بخشد، زیرا انسان اصولن موجودی از «فودفرارونده¹» است.

بگذارید شرح حال دکتر «ج» را برایتان بازگو کنم. او تنها آدمی بود که من در همه عمرم توانسته ام شیطان مجسم لقب بدهم. موجودی ابلیسی. زمانی که من او را می شناختم به «جلاد توده های اشتاین هوف²» شناخته شده بود. اشتاین هوف بیمارستان بزرگ روانی وین است که در زمان تصرف وین، بدست نازیها افتاد. وقتی نازیها برنامه «کشتار بی درد³» را آغاز کردند، این ابلیس رشته زندگی بیماران روانی این بیمارستان را در دست گرفت و در کار خود آنچنان ماهر و متعصب بود که نگذاشت یک بیمار روانی از کوره گاز جان سالم بدر برد.

پس از پایان جنگ وقتی به وین بازگشتم، پرسیدم بر سر دکتر «ج» چه آمده است؟ به من گفتند که روسها او را در یکی از اتاقهای همین بیمارستان زندانی کردند، اما روز بعد در زندان باز بود و دیگر کسی او را ندید.

چنین پنداشتم که او هم مانند بسیاری از هم ردیفانش آزاد شده و به آمریکای لاتین گریخته است. تا اینکه در این اواخر یکی از سیاستمداران پیشین اتریش که مدتی پشت پرده ی آهنین زندانی بود به من مراجعه کرد. در مین معاینه های عصبی و روانی به من گفت که مدتی در سیبری و سپس در زندان معروف «لوبی یانکا⁴» در مسکو زندانی بوده و غیر مترقبه پرسید: «آیا دکتر ج را می شناسم؟» پاسخ آره بود و او چنین ادامه داد. «من با او در زندان لوبی یانکا آشنا شدم او در همانجا و با بیماری سرطان مثانه در چهل سالگی مرد.

1-Self Transcending being
2-Steinhof
3-Euthanasia
4-Lubianka

اما پیش از مرگش یکی از بهترین دوستانی بود که انسان می توانست داشته باشد. او به همه زندانیان دلداری می داد. او مظهر عالی ترین معیارهای اخلاقی بود، و بهترین دوست من در دوره ی دراز زندان.

این داستان دکتر ج «جلاد توده های» بیمارستان اشتاین هوف است. حال چگونه می شود ادعا کرد که

رفتار انسان را می توان پیش بینی کرد!

شما می توانید حرکت های یک آدم ماشینی و یا یک دستگاه فودکار را پیش بینی کنید، از این هم

بیشتر، شما متا ممکن است با سعی و کوشش بتوانید مکانیسم ها و «دینامیسم» روان انسانی را هم

پیش بینی کنید اما انسان چیزی است بیشتر از «روان».

«مبگرایی مطلق» ظاهرن یک بیماری همه گیر است که مریبان و متا بسیاری از پیروان مذهبی را نیز

طعمه فود کرده است معتقدان مذاهب نمی دانند که با این تفکر و نگرش ، فود بدان چه که معتقدند

پشت پا می زنند. چون ما یا باید بپذیریم که انسان آزاد است عقیده ای را بپذیرد یا نپذیرد. و یا در غیر

این صورت مذهب پنداری واهی می شود و آموزش و پرورش شرابی فریبنده.

پیش فرض این دو گروه «مریبان و رومانیان» می بایست اعتقاد بر اصل آزادی در انتخاب باشد، چه! در

غیر این صورت هر دو سر گردانند و در اشتباه.

گرچه آزادی واپسین کلام نیست، بلکه تنها بخشی از داستان و نیمی از حقیقت است. آزادی تنها جنبه

ی منفی کل این پدیده است که جنبه ی مثبت آن عبارتست از مسئولیت. و در واقع آزادی اگر در

چهارچوب مسئولیت قرار نگیرد، در معرض سقوط و انمطاط به مد دلبخواه کاری و استبداد است. به

همین دلیل من توصیه می کنم که در برابر مجسمه آزادی در سواحل شرقی آمریکا^۱، مجسمه مسئولیت

نیز در سواحل غربی آن کشور بر پا شود.

۱- اشاره ایست به مجسمه آزادی در نیویورک.

ایمان روانپزشکی¹

چنین چیزی وجود ندارد که بتواند انسان را تا مدی مشروط و مهار کند که هیچ گونه آزادی متا به مقدار کم برای او باقی نگذارد. در بیمارستان نوروپیک (روان نژند) و سایکوتیک (روان پریش) هم هنوز قدری آزادی باقی می ماند. ممکن است این آزادی واقعا محدود باشد ولی به هر حال وجود دارد.

در واقع متا جنون (روان پریشی) نیز توانا نیست به ابعاد ژرف شخصیت بیمار دست یابد. این موضوع مرا به یاد پیرمردی شصت ساله می اندازد که به خاطر توهّم های شنوایی نزد من آمده بود. او سالها بود که از این بیماری رنج می برد و اطرفیانش همه او را دیوانه و احمق می پنداشتند. ولی هنوز گیرایی عجیبی در این مرد بود. می گفتند وقتی کودکی بیش نبوده، آرزو داشته کشیش بشود، ولی نشد. و تنها دلش به این فوش بود که یکشنبه ها در گروه آواز کلیسا آواز بخواند. فواهرش که همراه او بود گزارش داد که گاه بسیار هیجان زده و برانگیخته می شد ولی معمولا در آخرین لمظات کنترل خود را باز می یافت. من به درک و کشف تکاپوی روانی و نیروی محرکه این کنترل، بسیار علاقمند شدم. از جایی که بیمار تعلق خاطر محسوس به فواهر داشت، تصور کردم این علاقه عامل باز دارنده او در وقت هیجان است. از اینرو از او پرسیدم « به خاطر چه کسی و چگونه قدرت کنترل خود را بدست می آوری و بطور؟ » چند لفظه ای مکت کرد و پاسخ داد « به خاطر خدا ».

در این لفظه، ژرفای شخصیت او آشکار شده بود، و در انتهای ترین لایه این ژرفا؛ صرف نظر از فقر عقلانی، زندگی مذهبی اصیلی نمایان گردیده بود.

یک بیمار «روان پریش» غیر قابل درمان ممکن است، کارآیی و مفید بودن خود را از دست داده باشد، ولی هنوز شان و مقام انسانی در او مانده است. این همان چیزی است که من ایمان روانپزشکی فویش نامیده ام. بدون این ایمان، روانپزشک بودن ارزش پندانی ندارد. به خاطر چه کسی تنها به خاطر ماشین

¹-The Psychiatric Credo

آسیب دیده مغزی که قابل تعمیر نیست؟ اگر بیمار چیزی بیشتر از این ماشین آسیب دیده نیست، کشتار بی درد اشتاین هاف، مجاز می نماید.

روانپزشکی انسانی شده¹

در حقیقت برای مدتی طولانی، یعنی مدود نیم قرن روانپزشکی کوشیده بود تا ثابت کند که مغز انسان چیزی جز یک مکانیسم نیست، و در نتیجه درمان بیماریهای روانی تنها یک تکنیک و روش گردید. به نظر من این رویاها دیگر پایان یافته است.

آنچه که امروزه از خلال ابرها در افق پدیدار گشته، طب به روانشناسی روی کرده نیست، بلکه روانپزشکی انسانی شده است.

پزشکی که هنوز نقش خود را نقش یک تکنسین می داند، باید اذعان کند که او بیمارش را چیزی نمی بیند، مگر یک ماشین. در حالی که بیمار او انسانی است در پشت پرده مرض. انسان شیئی در میان اشیاء دیگر نیست. اشیاء اختیاری از خود ندارند، ولی انسان موجودی است که در نهایت فوادمفتار و برگزیننده. در قالب محدودیت های موهبتی و ممیطی آنچه که او شده چیزی است که خود ساخته، در اردوگاه کار اجباری، در این آزمایشگاه انسانی و در آنجایی که انسانیت به ممک کشیده شد. به طور مثال ما شاهد و ناظر زندگی (رفقایی بودیم که بعضی از آنها چون درندگان و پاره ای دیگر چون قدیسین رفتار می کنند.

1-Psychiatry rehumanized

انسان هر دو استعداد و توان را در درون خود دارد، و اینکه کدامیک شکوفا شود و تمقق پذیرد بیشتر بستگی به تصمیم فرد دارد، تا شرایط و اوضاع و احوالی که در آن قرار گرفته است.

نسل ما نسلی واقع بین است. ما کم کم به جایی رسیده ایم که انسان را آنگونه که واقعا هست، ببینیم و بشناسیم.

انسان از یکسو، همان موجودی است که اتاق گاز و کوره های آدم سوزی آشویتس را ساخته و از دیگر سو، همان موجودی است که با جرات و شهامت با یاد نام خداوند و فوایدن دعای «شمایسراییل»¹ به کوره های آدم سوزی پا نهاده است.

پایان

واژه نامه انگلیسی

A	
Abnormal reaction	واکنش نابه هنجار
Agoraphobia	ترس از مکان های شلوغ
Anticipatory anxiety	اضطراب پیش بین
Apathy	بی احساسی
Archetypes of collective unconscious	کهن الگوهای نافودآگاه جمعی (قومی)
Attitude	نگرش
C	
Character	شخصیت (منش)

¹ - دعای روزانه یهودیان، که از سفر تثنیه برداشته شده است.

Clinical	بالینی
Collective neurosis	نوروزهای قومی (جمعی)
Complex	عقدہ (پیچیدگی)
Conformism	پیروی - هم‌رنگی
Concentration camp	اردوگاه کار اجباری
Cultural hiberation	خمودی فرهنگی
Culminating point	نقطه اوج
D	
Delusion of reprieve	توهم رهایی
Delirium	هذیان
Depersonalization	شخصیت زدایی
Determinism	جبرگرایی
E	
Emotional death	مرگ عواطف
Emotion	هیجان (عاطفه)
Endogamy	درون زاد
Epiphenomenon	پدیده زاد
Excessive attention	توجه مفرط
Ego	خود
Essence of existance	جوهر وجود
Existential vacuum	فلاء هستی - فلاء وجودی
Euthanasia	کشتار بی درد
F	
Fatalism	تقدیر گرایانه
Fatalistic	تقدیر گرایانه
H	
Heroism	قهرمانانه
Homeostasis	تعادل جانی
Hyper intension	قصد مفرط
Hyper reflection	واکنش مفرط

I	
Illusion	توهم
Illusion of reprieve	توهم رهایی
Inhibition	بازدارنده
Irritability	کج خلقی
Id	نهاد
L	
Life's transitoriness	انتقال و گذرایی زندگی
Lobotomy	لوبوتومی
Logodrama	لوگودراما
Logos	لوگوس (معنا)
Logotherapy	معنا درمانی
M	
Meaning of life	معنای زندگی
Meaning of love	معنای عشق
Meaning of suffering	معنای رنج
Monosymptomatic	تک علامتی
Mental	ذهنی
Meta - clinical problem	مشکلات فوق بالینی
Monosystematic	تک علامتی
Mosochism	خودآزاری
N	
Neo dynamic	پویایی اندیشه
Neogenic	نئوژنیک
Nihilism	نیهیلیسم - پوچ گرایی
Normal	بهنجار
Neurological	عصب شناسی
Neo Dynamics	پویایی اندیشه ای
O	
Obsessive - compulsive	وسواس اجباری

P	
Paradoxical intention	قصد متضاد
Personal ego	خود شخصی
Psychiatric credo	ایمان روانپزشکی
Psychiatrist	روان پزشک
Psychiatry	روان پزشکی
Psychodynamic	سایکو دینامیک (روان پویا)
Psychogenic	سایکو ژنیک (روان زاد)
Psychohygienic	روان بهداشتی
Psychohygiene	روان بهداشت
Psychological	روان شناسی
Psychopathology	آسیب شناسی روانی
Psychophysical	روان - ماده ای (تنی)
Psychoscientific	روان - علمی
Psychotherapy	روان درمانی
Psychotherapeutic	روان درمان گرایانه
R	
Reaction formation	واکنش معکوس
Regression	واپس روی (سیر قهقرایی)
Resurrection	رستافیز
Retrospection	واپس نگری
Rehumanized	انسانی شده
S	
Sadist	آزارگر
Self - actualization	خود شکوفایی
Self - defense	دفاع از خود
Self - centeredness	خودمداری
Self detachment	خود جدامایی
Self - expression	نمود خود (خود بیانی)
Self - transcending being	از خود فرارونده

Self transcendent	خود فرارو
Sociological	جامعه شناسی
Spiritual	رومانی
Structure	ساختار
Sublimation	به گرایی - تصعید و تعالی
Super - ego	فراخود
Symptom	نشانه
T	
Tension	تنش
Totalitarianism	دیکتاتوری
W	
Will to Meaning	معنی جویی
Will to pleasure	لذت طلبی
Will to power	قدرت طلبی

ا	
Concentration camp	اردوگاه کار اجباری
Self - transcending being	از خود فرارونده
Anticipatory anxiety	اضطراب پیش بین
Life's transitoriness	انتقال و گذرایی زندگی
Rehumanized	انسانی شده
Psychiatric credo	ایمان روانپزشکی
آ	
Sadist	آزارگر
Psychopathology	آسیب شناسی روانی
ب	
Inhibition	بازدارنده
Clinical	بالینی
Sublimation	به گرای - تصعید و تعالی
Normal	به هنجار
Apathy	بی احساسی
پ	
Epiphenomenon	پدیده زاد
Neo dynamic	پویایی اندیشه
Neo Dynamics	پویایی اندیشه ای
Conformism	پیروی - هم‌رنگی
ت	
Agoraohobia	ترس از مکان های شلوغ
Homeostasis	تعادل جانی
Fatalism	تقدیر گرایانه
Fatalistic	تقدیر گرایانه

Menosymptomatic	تک علامتی
Monosystematic	تک علامتی
Tension	تنش
Excessive attention	توجه مفرط
Illusion	توهم
Delusion of reprieve	توهم (هایی)
Illusion of reprieve	توهم (هایی)
چ	
Sociological	جامعه شناسی
Determinism	جبرگرایی
Essence of existance	جوهر وجود
خ	
Existential vacuum	فلاء هستی - فلاء وجودی
Cultural hiberation	فمودی فرهنگی
Ego	فود
Self detachment	فود جدامایی
Personal ego	فود شخصی
Self - actualization	فود شکوفایی
Self transcendent	فود فرارو
Mosochism	فود آزاری
Self - centerdness	فودمداری
د	
Endogma	درون زاد
Self - defense	دفاع از فود
Totalitarianism	دیکتاتوری
ذ	
Mental	ذهنی
)	

Resurrection	رستاخیز
Psychoscientific	روان - علمی
Psychophysical	روان - ماده ای (تنی)
Psychohygiene	روان بهداشت
Psychohygienic	روان بهداشتی
Psychiatrist	روان پزشک
Psychiatry	روان پزشکی
Psychotherapeutic	روان درمان گرایانه
Psychotherapy	روان درمانی
Psychological	روان شناسی
Spiritual	رومانی
س	
Structure	ساختار
Psychodynamic	سایکو دینامیک (روان پویا)
Psychogenic	سایکو ژنیک (روان زاد)
ش	
Character	شخصیت (منش)
Depersonalization	شخصیت زدایی
ع	
Neurological	عصب شناسی
Complex	عقده (پیچیده گی)
ف	
Super - ego	فراخود
ق	
Will to power	قدرت طلبی
Paradoxical intention	قصد متضاد
Hyper intension	قصد مفرط
Heroism	قهرمانانه

ک	
Irritability	کج خلقی
Euthanasia	کشتار بی درد
Archetypes of collective unconscious	کهن الگوهای نافود آگاه جمعی (قومی)
ل	
Will to pleasure	لذت طلبی
Lobotomy	لوبوتومی
Logodrama	لوگودراما
Logos	لوگوس (معنا)
م	
Emotional death	مرگ عواطف
Meta - clinical problem	مشکلات فوق بالینی
Logotherapy	معنا درمانی
Meaning of suffering	معنای رنج
Meaning of life	معنای زندگی
Meaning of love	معنای عشق
Will to Meaning	معنی جویی
ن	
Neogenic	نئوژنیک
Symptom	نشانه
Culminating point	نقطه اوج
Attitude	نگرش
Self - expression	نمود خود (خود بیانی)
Id	نهاد
Collective neurosis	نوروزهای قومی (جمعی)
Nihilism	نیهیلیسم - پوچ گرایی
ه	

Delirium	هذیان
Emotion	هیجان (عاطفه)
9	
Regression	واپس روی (سیر قهقرایی)
Retrospection	واپس نگری
Reaction formation	واکنش معکوس
Hyper reflection	واکنش مفرط
Abnormal reaction	واکنش نا به هنجار
Obsessive - compulsive	وسواس اجباری

پس گفتار

ویکتور. ای. فرانکل در سال 1905 در شهر وین به دنیا آمد و در همان شهر به تحصیل علم همت گماشت. در سال 1930 به دریافت درجه لیسانس پزشکی و در سال 1949 به دریافت درجه PhD از دانشگاه وین نایل آمد. او در سال 1938، مرکز راهنمایی جوانان وین را بنیان گذارد و خود به مدت ده سال مدیریت آنرا بر عهده گرفت. از سال 1930 به بعد در مقام استاد عصب شناسی و روانکاو و بخش روانپزشکی وین مشغول به کار گردید. در سال 1946 ریاست بیمارستان اعصاب پلی کلینیک وین را بر عهده گرفت.

بعد از سالهای 1960 به عنوان استاد مدعو در دانشگاههای آمریکا از جمله هاروارد، استنفورد، دانشگاه بین المللی آمریکا در سان دیاگو، موسسه روانپزشکی شیکاگو به تدریس اشتغال داشته است. فرانکل

در سالهای 1970 تا 1973 استاد دانشگاه بین المللی آمریکا در سان دیاگو بود و هم اکنون نیز مدتی از سال را در آنجا می گذراند.

او نویسنده کتب بسیاری است که معروفترین آنها عبارتند از: «دکتر و روح»، «از اردوگاه مرگ تا اگزستانسیالیزم»، «فریاد ناشنیده برای معنا» و «انسان در جستجوی معنا» که تنها کتاب اوست که به فارسی برگردانیده شده است.

فرانکل در سال 1942 یعنی در سی و هفت سالگی به دست نازی ها اسیر شده و قطاری او را به سمت شمال شرق برد، به «آشویتس» این اردوگاه مرگ، این کشتارگاه سازمان یافته که ابزار مرگ شش میلیون یهودی از جمله خانواده فرانکل را تهیه دیده بود. به آشویتس که میدان تجربیات ومشتناک و آزمایشگاه واقعی این روانپزشک اگزستانسیالیست (هستی گرا) بود.

آشویتس و سپس دافاوا بوته آزمایش و ممل تجربیات ارزنده ولی به شدت دردناک روانپزشکی بود که مرفه فود را با گرایشی به روانکاری آغاز کرده ولی از اگزستانسیالیسم (هستی گرایی) هم جدا نبود. او تمت تاثیر استادش فروید و هم چنین آثار «جاسپر»، «شیلر» و «هایدگر» هم به روانکوی و هم به هستی گرایی تمایلی انکارناپذیر داشت. اما آنچه به ابهامات ذهنی او وضوح بخشید، عبور از گذرگاهی بس مخوف بود که چه بسیار انسانها در نیمه راهش جان باختند.

گرچه فرانکل در سال 1938 برای اولین بار واژه «تملیل اگزستانسیالیستی» و سپس «لوگوتراپی» را در نوشته هایش به کار برده بود، ولی مفاهیم این دو واژه برای فود فرانکل نیز با آنچه که به بعدها زندانی شماره 119104 آشویتس و دافاوا به آن رسید بسیار فرق داشت.

تجربیات تلخ اردوگاه کار اجباری و شرایط طاقت فرسای آن، بعد واقعی میدان تجربی مفاهیم «لوگوتراپی» را معنا بخشید و فرانکل با معرفتی که زاییده تجربیات دست اول او بود از اردوگاه مرگ

بازگشت. به نظر فرانکل زندانبانان و مسئولین سفاک اردوگاههای کار اجباری در فلال (فتار) و موشیان و خشونت بار خود با زندانیان، با بهایی سنگین، این حقیقت ارزنده را در تاریخ بشر به ثبت رسانیدند که:
انسان موجودی است آزاد که همیشه حق انتخاب دارد. انسان واکنش خود را در برابر رنجها و سختیهای نامواسته ولی پیش آمده و شرایط ممیطی خود انتخاب می کند و هیچ کس را جز خود او یارای آن نیست که این حق را از او بازستاند.

زندگی مشتقت بار زندان، فرانکل را بر این باور داشت که:

آنچه انسان ها را از پای در می آورد، رنجها و سرنوشت نامطلوبشان نیست بلکه بی معنا شدن زندگی است که مصیبت بار است و معنا تنها در لذت و شادمانی و فوشی نیست بلکه در رنج و مرگ هم می توان معنایی یافت.

او درباره هم بندان خود می نویسد:

«بیچاره آن کس که می پنداشت زندگی دیگر برایش معنایی ندارد، نه هدفی داشت و نه انگیزه و مقصودی، چیزی او را به زندگی گره نمی زد و چون به اینجا می رسید دیگر کارش ساخته بود.»

نه فرانکل تنها «روان درمانگر هستی گرا» ست و نه لوگوتراپی تنها روش «هستی درمانی» ولی به قول آلپورت به این دلیل صرف فرانکل شنیدن دارد که: مفاهیم او در دوره تجربیات سخت آبدیده شده.

فرانکل نه روانکاو فروید را انکار می کند و نه با سایر روانپزشکان و روانشناسان هستی گرا سر ستیز دارد. بلکه او کار خود را کوششی صادقانه در شناخت همه جانبه تر انسان و مشکلات او معرفی می کند و ادعایی بیش از این ندارد. فرانکل دانشجویان را نیز نسبت به فطر گرایش متعصبانه به هر مکتب و روش هشدار می دهد که ذکر این نکته به وسیله مترجم، وظیفه شاگردی او و ادای حق استادی دکتر فرانکل است.

ما ندارد که در این پیش گفتار به شرح روش «لوگوتراپی» و مبانی فکری و فلسفی دکتر فرانکل بپردازیم. چه! این کار به سادگی و با مهارت و شیوه ای گیرا توسط خود نویسنده در این کتاب انجام گرفته است. ولی اشاره کوتاهی به «هستی درمانی» یا «روان درمانی هستی گرایی» به ویژه برای علاقمندان و پژوهشگران مطالعات بیشتر در این زمینه ها، بی مورد به نظر نمی رسد.

مطالعه و شناخت انسان بدان گونه که در دنیای فویش وجود دارد، گرایشی است نوین که وسیله عده ای از متخصصان روانشناسی و روانپزشکی مورد توجه قرار گرفته است.

هستی گرایی که به طبیعت و ماهیت ویژه فرد و تجربیات آنی وی توجه دارد از برداشت کرکارد از بشر نشأت گرفته است و نقش اندیشمندان چون، جاسپر، هیدگر، سارتر، مارسل، بردیف، تیلیچ، بینزوانگر، آلن برگر، سونمان و به فصوص رولومی را در توسعه و پیشبرد این مکتب فکری و عملی می بایست واجد اهمیت دانست.

رولومی «هستی گرایی» را به عنوان کوششی توصیف می کند که سعی بر آن داشته تا شکاف بین شفص و نمود را که تفکر و علم مغرب زمین اندکی پس از رنسانس گرفتار آن گشته، پر کند. وی ایجاد مرزی را بین «ذهن» و «عین» ناممکن می بیند و می گوید:

«بشر شناسنده و بیننده هرگز نمی تواند از موضعی که می شناسد و مشاهده می کند جدا باشد. بشر در دنیایی قرار دارد که خود قسمتی از آنست».

اگرچه انشعابات متعددی در «هستی گرایی» مشاهده می شود، ولی در پاره ای اصول هستی گرایان اتفاق نظر دارند که از آن جمله است:

1- آنها وجود آگاهی در انسان را باور دارند و وجه تمایز او را با سایر حیوانات در این «هستی» تواج

با آگاهی و وقوف از «بودن» فویش می دانند. با همین آگاهی است که انسان موجودی می

شود که هم توانایی اخذ تصمیم و هم قبول مسئولیت دارد.

2- هستی‌گرایان معتقدند که بشر یک ذات ثابت و «ایستا» نیست بلکه او پیوسته در حال تغییر و تحول و «شدن» است. او با شرکت فعالانه خود در دنیای پدیده‌ها و واقعیت‌ها و تبادل مستمر با دیگران در حال «شدن» و «فودشکوفایی» است. از اینروست که هستی‌گرایان انسان را موجودی غیرقابل پیش‌بینی در قالب شرایط و ممرکهای ممیطی می‌دانند. آزادی انتخاب از ویژگیهای انسان است.

3- بشر قابلیت و شایستگی آنرا دارد که از مصار موقعیت‌های گذشته و حال پا فرا نهاده به خود شکوفایی و تمقق استعدادهای درونی خویش بپردازد.

4- بشر آگاه است که سرانجام روزی می‌رسد که او دیگر نخواهد بود. هستی، خود را به واقعیت نیستی اشاره می‌دهد و معنای هستی در واقعیت عدم متبلور می‌شود. به عقیده فرانکل اصل نبودن و میرندگی واقعیت بودن و زندگی را تومیه می‌کند.

این تهدید و تشویق «نیستی» منشأ اضطرابها و نگرانیها، فصوصمت‌ها و پرفاشگری است. که چون در همگان مشاهده می‌گردد، باید بهنجار تلقی شود. این اضطراب و تشویش که «اضطراب هستی» نامیده می‌شود از ویژگیهای «بودن» و «شدن» است.

5- وجه تمایز انسان عصر جدید چه بهنجار و عادی و چه روان‌نژند و نابهنجار، در جدایی و بیگانگی از خود و جهان پیرامون خویش است. روانشناسان هستی‌گرا دیگر به شناخت نشانه‌های مرضی و پاتولوژیک، آنگونه که فریود و پیروانش تومیه داشتند، علاقه‌ای نشان نمی‌دهند. بلکه تلاش و نیروی خود را متومیه شناخت، شکوه‌هایی نظیر احساس تنهایی و انزوا، سرگردانی و بلاتکلیفی، احساس پوچی و بیهودگی و بالاخره از خود بیگانگی که علت مراجعه اکثر بیماران نزد آنهاست، می‌کنند. به گفته فرانکل امروزه بیماران غالباً از بی‌معنایی و پوچی و بی‌هدفی زندگی شکایت

دارند و در این «فلا هستی» است که فستگی ها، بی مالی ها، افسردگی ها، ناامیدی ها و بی
قراری ها ظاهر می شوند. این پدیده کاملاً طبیعی و فرایند زندگی عصر جدید است.

6- روان‌درمانگران هستی‌گرا سه مفهوم بنیادی زیر را که آلن برگر به آنها اشاره می‌کند، مبنای کار
درمانی خود قرار می‌دهند.

a. «نوروز هستی» یا روان‌نژندی هستی که از مکتب فرانکل گرفته شده بر این باور است که
روان‌نژندیهای بشری حاصل غرایز سرکوب شده و تعارضات نافودآگاه و خود تضعیف
شده نیست، بلکه نیافتن معنایی در زندگی که زیستن را تومیه کند، موجب این بی
قراریها و پریشانمالی است.

b. «رابطه درمانی» در روان‌درمانی اگزیستانسیالیستی (هستی‌درمانی) یک رابطه انتقالی و
تکرار گذشته نیست. بلکه یک رودررویی و یک ارتباط و تجربه تازه است که به فرد فرصت
می‌دهد به افقهای جدیدی دست یابد. در این نوع رابطه بیمار یک موضوع نیست بلکه
بشری است که مشکلات و مسائل ملموسی دارد و این مسائل دشواریهای عاطفی و
امساسی ویژه را موجب گشته اند.

c. «کایراس» یا لمظات مساسی که در طول هستی‌درمانی ایجاد می‌شود و طی آن بیمار
آمادگی ویژه‌ای برای تغییر و درمان به دست می‌آورد. در این لمظات پیشرفت روان
درمانی سرعت خاصی دارد و روان‌درمانگر می‌بایست از این فرصت‌ها برای یاری به بیمار
استفاده کند.

به طوری که مشاهده‌گرید هستی‌گرایی فن و تکنیک نیست، بلکه عبارت است از یک نگرش و دید
جدید برای فهم و شناخت همه جانبه تر انسان. به همین دلیل روان‌درمان‌گران هستی‌گرا تا حدود

امکان از به کار گرفتن تکنیکهای گوناگون در کار هستی درمانی فویش پرهیز می کنند و بر این باورند که به کار گرفتن تکنیکها به رابطه درمانی آسیب زده و بیمار را نگران و مضطرب می کند. ولی یک روان درمانگر هستی گرا می بایست با فنون و تکنیک های مختلف آشنایی داشته باشد تا هر کجا که به کارگرفتن آنها بتواند چگونگی بودن بیمار را در جهان بهتر و آسان تر، روشن سازد، از آن تکنیک استفاده نماید.

در پایان این کتاب دکتر فرانکل فهرست منابع و مراجعی را که علاقمندان می توانند کنجکاو پژوهشگرانه فویش را ارضا کنند ارائه می کند. ولی برای خواننده ای که تنها به دنبال کتب و منابع فارسی است چیز پندانی برای معرفی در دست نیست. با این حال مطالعه کتاب اصول¹ نظری و عملی روان درمانی تالیف دکتر ولی الله افوت و کتاب روانشناسی² کمال اثر «دوان شولتس» ترجمه فانم گیتی فوشدل را توصیه می کنیم.

تهران تابستان 1363

نهضت صالحیان (فرنودی مهر)

¹ - اصول نظری و عملی روان درمانی - انتشارات آموزشگاه عالی خدمات اجتماعی - نوشته ولی الله اخوت . ۱۳۵۶ خورشیدی
² - روان شناسی کمال (الگوهای شخصیت سالم) - انتشارات نشر نو - ترجمه گیتی خوشدل - ۱۳۶۲