



نیم‌نگاهی به کتاب «و نیچه گریه کرد» به موقع بمیر!

حمیده جمالی

اشاره

کتاب «و نیچه گریه کرد»، نوشته ارمین یالوم، یکی از روان‌شناسان انسان‌گراست. یالوم با آمیختن توانمندی‌های ادبی و روان‌شناختی خود، اثری منحصر به فرد پدید آورده است. یکی از کارهای حیرت‌انگیز یالوم در این اثر، کنار هم گذاشتن نیچه، برویر و فروید است؛ اگرچه نیچه هیچ وقت با برویر و فروید ملاقاتی نداشته است. صرف نظر از این اتفاق داستانی، اغلب اتفاق‌ها و استنادها واقعی هستند. این اثر علاوه بر ارزش‌های بالای ادبی و روان‌شناختی‌اش، از آن رو مهم است که نورافکن خود را به سمت درمانگر چرخانده است. ما در فعالیت‌های کلینیکی و بالینی، اغلب به دنبال تحلیل روانی بیمار خویش هستیم و کم‌تر فرصتی فراهم می‌شود تا تیغ نقد را بر پیکره‌ی خویش بیازماییم.

در این اثر، یالوم چالش‌هایی را که درمانگر با آن روبه‌روست، برجسته کرده است؛ چالش‌هایی که در حوزه‌ی فلسفه‌ی درمان، ماهیت بیماری، روش‌ها و فرایند درمان به چشم می‌خورند. علاوه بر این، ذهنیت درمانگر نسبت به درمان، بیمار و رابطه‌ی درمانی برجسته شده است. یالوم در این کار خلاقانه و خیره‌کننده، با زبردستی و زیرکی، به تحلیل عواطف درمانگر و روابط او با بیمار دست زده است. مسأله‌ای که از نگاه نافذ یالوم پنهان نمانده است، جامعه، مسائل اجتماعی و خانواده‌ی خود درمانگر است.

این اثر را باید بارها خواند، نه به لحاظ موافقت با محتوای آن، بلکه بیش‌تر به دلیل بافت و فرایندی که به دستیابی به بصیرتی درمانگرانه منجر خواهد شد. خواننده گاه به گاه با شخصیت‌ها همانندسازی می‌کند و از یک شخصیت به درون شخصیت دیگر می‌لغزد. در تحلیل‌هایی نیز به این نتیجه می‌رسد که شخصیت‌های داستان اضلاع وجودی او هستند. وقتی کتاب به صفحه‌ی آخر می‌رسد، اولین صفحه‌ی زندگی درمانگر ورق می‌خورد.

«... مفهوم هستی من کاملاً با این... با دست روی سینه اش زد... پروتوپلاسم بدبخت فرق می کند. من یک چرای زندگی را می شناسم؛ چگونگی آن را می توانم تحمل کنم. من برای ده سال، علتی برای زیستن دارم و آن هم رسانتم است. در این جا... با انگشت روی شقیقه اش زد... باردار کتاب های متعددی هستم؛ کتاب هایی تقریباً پخته و جا افتاده، کتاب هایی که فقط من می توانم متولدشان کنم. گاهی اوقات سردردم را، نوعی درد زایمان مغزی می دانم» [یالوم، ۱۳۸۴: ۹۲].

زیگموند فروید، می بینم. با همان نگاه نافذ، چشمان قهوه ای و سیل های که چون بهم از دو طرف لب به سوی چانه سرازیرند.

نیچه از امکانات پزشکی در آلمان، سوئیس و ایتالیا استفاده کرده است. هیچ پزشکی نمی تواند ناراحتی او را تشخیص یا علائم آن را تقلیل دهد. به گفته ی خودش در ۲۴ ماه گذشته، به تعداد ماه ها، با بهترین پزشکان اروپا مشورت کرده است. زادگاه و دوستانش را ترک و از عنوان استادیاری دانشگاه صرف نظر کرده است. تبدیل به انسانی بی قرار و سرگردان شده و مرتب در جست و جوی آب و هوایی قابل تحمل است. آرزو می کند، یکی دو روز سردردش کم شود. او ۱۱۷ روز از سال گذشته را روی تخت به سر برده و ۲۰۰ روز آن را دست کم تحت تأثیر سردردهای خفیف، درد چشم، معده درد و یا حالت تهوع بوده است. (البته لوسالومه از برویر خواسته است افسردگی نیچه را درمان کند، نه جسم او را!)

۲۱ اکتبر ۱۸۸۲

دکتر برویر، باید در مورد موضوع مهمی با شما صحبت کنم. آینده ی فلسفه ی آلمان در خطر است. فردا ساعت ۹ صبح در کافه ی سورنتو منتظرتان هستم. لوسالومه» [همان، ص ۷].

برویر هیچ لوسالومه ای نمی شناسد. به رغم تمایل نداشتن برای این دیدار، پیش از ساعت ۹ در کافه ی سورنتو، پشت میزی دو نفره منتظر ورود لوسالومه است که به محض ورود با زیبایی مسحورکننده اش، او را مجذوب می کند. موضوع این ملاقات بیماری است به نام فریدریش نیچه!

به اعتقاد برویر، به سر بردن بخش اصلی روز را در رنج، داشتن تنها چند روز بدون درد در طول سال، و تمام عمر درد کشیدن، قاعدتاً شرایط مناسبی برای لانه کردن افسردگی، و به وجود آمدن داوری عمیقاً بدبینانه در مورد معنای هستی است. نیچه قصد نداشت در مورد افسردگی خود صحبت کند یا حتی بروز آن را به رسمیت بشناسد. اما برویر در مورد خطر خودکشی، تشخیصی مخصوص خود داشت که خطا نمی کرد: «آیا بیمار نقشه ای برای آینده اش می کشد؟ بله یا نه؟» نیچه در این امتحان قبول شده بود! حداقل برای ۱۰ سال،

نخستین بار، نیچه را چهار هفته بعد با کیف چرمی سنگین پرونده های پزشکی اش، روبه روی دکتر یوزف برویر، استاد

«چرایی» برای زندگی داشت.



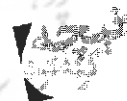
برویر در گام نخست موفق نمی شود نیچه را متقاعد کند در کلینیکی تحت درمان او قرار گیرد. اما طی میگردن شدیدی که بر نیچه عارض می شود و سفر او را به تعویق می اندازد، برویر موفق می شود با نیچه معامله ای کند: نیچه طی چهار هفته ای آینده او را به عنوان پزشک جسم خود بپذیرد و در مقابل، به عنوان پزشک روح و روان در خدمت برویر باشد. آخر برویر نیز احساس افسردگی می کند؛ جسارت تغییر دادن زندگی اش را ندارد؛ نمی داند برای چه زنده است و فایده ای همه ی این کارها چیست. فکر پیری دیوانه اش می کند. هر روز به مرگ نزدیک تر می شود، از آن وحشت دارد، و با این حال به همان شدت به خودکشی فکر می کند. البته نیچه معتقد است، افسردگی را معالجه نمی کند، بلکه آن را مطالعه می کند و افسردگی بهایی است که آدم برای شناخت خود می پردازد؛ هرچه عمیق تر به زندگی بنگری، به همان مقدار هم عمیق تر رنج می کشی [همان، صص ۸۳-۲۸۲].

این معامله نخست نقشه ای بود که برویر برای درمان نیچه طرح کرد، اما در همان یکی دو جلسه ی نخست تصمیم گرفت خود را به دست جریان درمان کننده ی روش نیچه بسپارد. برویر دریافت، هرچه بیش تر به دنبال کشف علائم افسردگی در نیچه می گردد، همان علائم را پررنگ تر در خودش می یابد؛ گویی درست هنگامی که چراغ قوه ای را برای دیدن نیچه و ریشه های بیماری او روشن می کند، نورافکن های پرنوری به سمت خودش می چرخند.

برویر ساعت ها درباره ی خاطرات و زندگی اش برای نیچه گفت و در خلال این گفت وگوها، آموخت که اگر خود را به اندازه ی کافی بلند کند، به قله ای می رسد که از آن جا حتی تراژدی هم، دیگر مثل تراژدی به نظر نمی رسد. این گونه بود که یوزف توانست خیالپروزی های دم به دم خود درباره ی آنا و را رها کند و از خواب یکساله اش درباره ی او بیدار شود.

نیچه همان گونه که از تسلی گرفتن و مورد ترحم واقع شدن گریز داشت، به یوزف کمک کرد تا رشد کند و هرگز در پی

برویر معتقد است، آدم بیماری خود را غیرارادی و با انتخاب راهی در زندگی که موجب به وجود آمدن تنش می شود، برمی گزیند. این موضوع را با نیچه در میان می گذارد. نیچه: آیا از رنج هایم سود می برم؟... شاید بله! شما احتمال می دهید که این حمله ها ناشی از تنش های زیاد باشد، اما گاهی اوقات کاملاً برعکس عمل می کنند و موجب تنش می شوند. کار من سنگین است و به من فشار می آورد. مرا وامی دارد که نیمه ی تاریک وجود را بینم. یک حمله ی میگرنی، هرچند هم وحشتناک باشد، در واقع یک تنش درونی اهدا می کند که به من اجازه می دهد، به کار ادامه دهم. من می خواهم که واکنش داشته باشم. میل ندارم، از هیچ یک از تجربه های درونی ام محروم شوم! و اگر تنش بهایی برای شناخت خویش است، بسیار خوب! من برای پرداخت تاوان آن به اندازه ی کافی ثروتمند هستم [همان، صص ۵۴-۱۵۰].



برویر درباره ی این بیمار تازه، برای فروید می گوید و درباره ی مداوای او با فروید مشورت می کند. نظر فروید درباره ی نیچه این گونه است: «دردهای زایمان مغزی؟ چه تصویری! حق انتخاب نوع رگ خود، جسارت داشتن در نیمه شب های روح خود. این مرد اهل معنویت و روح است. فقط این سؤال پیش می آید که روحش گیج است یا گیجی اش روحی است؟» [همان، ص ۱۲۳].





دفتر انتشارات کمک آموزشی

**آشنایی با
مجله های رشد**

مجله های رشد توسط دفتر انتشارات کمک آموزشی سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی وابسته به وزارت آموزش و پرورش، با این عناوین تهیه و منتشر می شوند:

مجله های دانش آموزی (به صورت ماهنامه - ۸ شماره در هر سال تحصیلی - منتشر می شوند):

- **رشد کودک** (برای دانش آموزان آمادگی و پایه ی اول دوره ی ابتدایی)
- **رشد نوآموز** (برای دانش آموزان پایه های دوم و سوم دوره ی ابتدایی)
- **رشد دانش آموز** (برای دانش آموزان پایه های چهارم و پنجم دوره ی ابتدایی)
- **رشد نوجوان** (برای دانش آموزان دوره ی راهنمایی تحصیلی)
- **رشد جوان** (برای دانش آموزان دوره ی متوسطه)

مجله های عمومی (به صورت ماهنامه - ۸ شماره در هر سال تحصیلی - منتشر می شوند):

- **رشد مدیریت مدرسه، رشد معلم، رشد آموزش ابتدایی، رشد آموزش راهنمایی تحصیلی، رشد تکنولوژی آموزشی، رشد مدرسه فردا**

مجله های تخصصی (به صورت فصلنامه و ۴ شماره در سال منتشر می شوند):

- **رشد برهان راهنمایی (مجله ی ریاضی، برای دانش آموزان دوره ی راهنمایی تحصیلی)، رشد برهان متوسطه (مجله ی ریاضی، برای دانش آموزان دوره ی متوسطه)، رشد آموزش معارف اسلامی، رشد آموزش جغرافیا، رشد آموزش تاریخ، رشد آموزش زبان و ادب فارسی، رشد آموزش زبان، رشد آموزش زیست شناسی، رشد آموزش تربیت بدنی، رشد آموزش فیزیک، رشد آموزش فلسفه، رشد آموزش ریاضی، رشد آموزش هنر، رشد آموزش قرآن، رشد آموزش علوم اجتماعی، رشد آموزش زمین شناسی، رشد آموزش فنی و حرفه ای و رشد مشاور مدرسه**

مجله های رشد عمومی و تخصصی برای معلمان، آموزگاران، مدیران و کادر اجرایی مدارس

دانشجویان مراکز تربیت معلم و رشته های دبیری دانشگاه ها و کارشناسان تعلیم و تربیت تهیه و منتشر می شوند.

● **نشانی: تهران، خیابان ایرانشهر شمالی، ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش، پلاک ۲۶۸، دفتر انتشارات کمک آموزشی، تلفن و نمابر: ۱۲۷۸ - ۸۸۳**



تسلی او برنیامد. به او آموخت، سررشته ی زندگی را به دست گرفتن و تعیین سرنوشت خویش، وحشتناک و در عین حال زیباست و این که تنها واقعیت والا آن است که هرکس برای خود پیدا می کند.

برویر شرط های زندگی نیچه را تک به تک در واکاوی حقیقت وجودی خودش لمس کرد: به موقع زندگی کند، به موقع بمیرد، جسارت تغییر عقیده را داشته باشد، و بداند که این همان زندگی ابدی است!



نیچه نیز در این میان بی نصیب نماند. در حین درمان برویر، خودش، احساساتش نسبت به لوسالومه و پاول ره - که گمان می کرد به او خیانت کرده است - و زندگی اش را با بزرگنمایی ذره بینی محذب مشاهده کرد. از برج بالاتری به خود نگاه کرد و وصله پینه های روح خویش را بهتر دید، نیچه گریه کرد؛ و شاید هم زمان، برویر و فروید نیز که گویی هر کدام جزئی از یک شخصیتند.

منبع: یالوم، اروین. و نیچه گریه کرد. ترجمه ی مهشید میرمعزی. نشرنی. چاپ پنجم. ۱۳۸۴.



برگ اشتراک مجله های رشد

شرایط

۱- واریز مبلغ ۲۰/۰۰۰ ریالی به ازای هر عنوان مجله درخواستی، به صورت علی الحساب به حساب شماره ۳۹۶۶۲۰۰۰ بانک تجارت شعبه سه راه آزمایش (سرخه حصار) کد ۳۹۵ در وجه شرکت افست.

۲- ارسال اصل رسید بانکی به همراه برگ تکمیل شده اشتراک.

• نام مجله:

• نام و نام خانوادگی:

• تاریخ تولد:

• میزان تحصیلات:

• تلفن:

• نشانی کامل پستی:

استان: شهرستان:

خیابان:

پلاک: کدپستی:

• مبلغ واریز شده:

• شماره و تاریخ رسید بانکی:

امضا:

نشانی: تهران - صندوق پستی مشترکین ۱۶۵۹۵/۱۱۱

نشانی اینترنتی: www.roshdmag.org

پست الکترونیک: Email: info@roshdmag.org

شماره مشترکین: ۷۷۳۳۶۶۵۶ - ۷۷۳۳۵۱۱۰

شماره پیام گیر مجلات رشد: ۸۸۳۰۱۲۸۲ - ۸۸۳۹۲۳۲

یادآوری:

• هزینه برگشت مجله در صورت خوانا و کامل نبودن نشانی، بر عهده مشترک است.

• نشانی شروع اشتراک مجله از زمان وصول برگ اشتراک است.

• برای هر عنوان مجله برگ اشتراک جداگانه تکمیل و ارسال کنید (تصویر برگ اشتراک نیز مورد قبول است).

مقدمه

ارتقای سطح سلامت روانی - اجتماعی دانش آموزان و پیشگیری از بروز آسیب های اجتماعی، مستلزم شناخت وضعیت موجود و تنوع مشکلات مذکور بین دانش آموزان، با استفاده از آمار است. این امر با تلاش مشاوران مدرسه ها از طریق مشاوره های فردی - گروهی، و پیگیری و رفع مشکلات توسط کارشناسان

هسته های مشاوره ای مناطق و کارشناسان مشاوره ای سازمان میسر می شود. کارشناس مشاوره ای آموزش و پرورش شهرستان های استان تهران با چهار پست کارشناسی با تحت پوشش قرار دادن ۲۷ منطقه آموزشی و ۱۴ مرکز مشاوره و خدمات روان شناختی و بیش از یک میلیون و دویست هزار دانش آموز اقدام به ارائه ی خدمات راهنمایی و مشاوره ای به اقشار گوناگون جامعه و دانش آموزان می کند.

آمار بالای مشکلات رفتاری دانش آموزان، اهمیت روزافزون ارائه ی خدمات مشاوره ای را در مدرسه ها نشان می دهد. مسؤولان، مشاوران و کارشناسان مشاوره ای آموزش و پرورش، در راستای پیگیری و تلاش برای رفع این گونه مشکلات، و تأمین بهداشت روانی دانش آموزان و ایجاد سازگاری و آرامش در خانواده ها و جامعه، به فعالیت هایی به این شرح دست زده اند:

• ارائه ی خدمات مددکاری به ۴۳۸۶ نفر از دانش آموزان دوره های متفاوت تحصیلی و والدین:

• برگزاری بیش از ۱۰۰ دوره ی کارگاه آموزشی با عنوان های پیشگیری از آسیب های اجتماعی (سوء مصرف مواد مخدر، ایدز و اجتماع محوری):

• اجرای طرح های مدرسه ی مروج سلامت، همیار مشاور، مهارت های زندگی:

• آموزش حقوق با حضور مشاوران، مدیران، معلمان، دانش آموزان و والدین در مدرسه ها و مناطق تابعه، به منظور پیشگیری از آسیب های اجتماعی:

• تهیه و چاپ فصل نامه ی آیینی در ۱۸ شماره و ماه نامه ی آیینی تربیت در ۱۰ شماره، هرکدام در شمارگان ۵۰۰۰ جلد، به منظور ارائه ی اطلاعات جدید و به روز:

• ایجاد پل ارتباطی علمی و کاربردی بین مشاوران، مدیران، معلمان و کارشناسان.

