

خلاقیت در کهنسالی^①

وحیده مهدویان

نات لازویک (Nate Lazowick) که در سراسر زندگی، سر و کارش با قطعه قطعه کردن مرغ و بیرون ریختن دل و جگر و سنگدان آن بود، در سن ۷۷ سالگی با قوه خلاقیت و استعداد هنری خود آشنا شد.

او در شمال شهر فیلادلفیا زندگی می‌کند، در این سن شروع به بهبود و اصلاح وضع زندگی و خصوصیات اخلاقی، منجمله اعتماد به نفس و تقویت هوش و مهارت خود کرد.

در حال حاضر، سه شنبه شبها می‌توانید لازویک ۹۳ ساله را در حالی که با ده، دوازده نفر از دوستان و همقطاران هم سن خود، که همگی در گذشته زندگی معمولی داشته‌اند، در حال آماده شدن برای نمایش، ببینید! بر اساس تحقیقاتی که در زمینه رشد و قوای بدنی انسان صورت گرفته است، وجود چنین انرژی خلاقه، ممکن است پس از مراحل چهل یا پنجاه سالگی ظهور پیدا کند در این مرحله از زندگی، مردم غالباً از خود می‌پرسند: "اگر حالا دست به اقدامی نزنم، پس کی بزنم؟"

این مطلب را آقای جین کوهن Gene Cohen استاد روانشناسی پیری، در دانشگاه جرج واشنگتن واقع در شهر واشنگتن که مطالعات بسیاری در زمینه خلاقیت افراد مسن دارد، بیان داشته است:

"خلاقیت در افراد پابه سن گذاشته از این جهت می‌تواند شکوفا گردد که آنان دیگر، پای بند و وابسته نیازها و مطالبات سخت دوره میانسالی نیستند، در این سن آزادی‌ها و فراغت‌هایی است که باید در راهی به کار انداخته شود."

این نکته را نیز توماس کول Thomas cole استاد دانشگاه نگزاس و نویسنده کتاب سفر زندگی به سال ۱۹۹۱ اظهار کرده است. مادر بزرگ موزس Moses که در هفتاد سالگی، استعداد خود را در هنر نقاشی کشف کرد، نمونه بارزی است که نشان می‌دهد در این سن، انسان می‌تواند خلاقیت تازه خود را در عرصه‌های مختلف به کارگیرد.

کوهن در قسمت دیگری می‌افزاید: "در این مرحله از عمر، مردم مایل هستند باری را که در سراسر زندگی بردوش خود احساس کرده‌اند، کنار بگذارند". تحقیقات نشان می‌دهد هنگامی که بعضی سالخوردگان مسیر خود را در راه به کار گرفتن استعداد و خلاقیت پیدا می‌کنند، به طور معمول در مقابل مشکلاتی نظیر تقلیل سلامتی، موانع مادی یا افسردگی، بهتر مقاومت می‌کنند و با این مقاومت احتمال همه توفیقات در آنان وجود دارد.

برای مثال خانم کلایدی جونز Clydie Jones هفتاد و پنج ساله را در نظر بگیرید، او ۱۰ فرزند را در آپارتمان دو اتاق خوابه‌اش در خیابان هجدهم فیلادلفیا در فقدان همسر، بزرگ کرده است. شب‌ها را در ادارات و دفاتر شخصی به نظافت و رفت و روب می‌گذرانید. وقتی فرزندانش بزرگتر شدند، به فکر زندگی خود افتاد و تصمیم گرفت در مسیر جدیدی حرکت نماید، خانم جونز معتقد بود:

"فکر می‌کنم حالا وقت آن رسیده است که کاری برای خود انجام دهم، او اضافه کرده است که هنگام تهیه خوراک و یا کارهای خانه، غالباً متوجه مهارت‌های بازیگری خود شده است، حتی هنگام درخواست جنس نسبی متوجه این مهارت شده، مثلاً گفته است که: به قصاب محله می‌گفتم، می‌توانم یک دقیقه با شما صحبت کنم؟ خانم جونز ادامه می‌دهد، در این حال چشم به چشمان قصاب نمی‌دوختم، چون می‌بایست خود را پریشان و شرمندۀ نشان دهم، با لحن ملایم و تردیدآمیزی که به صدایم می‌دادم، در خود حالتی شرمندۀ و خجل به وجود می‌آوردم. این نحوه عمل همیشه کارگر بود."

به این ترتیب خانم کلایدی جونز در سن ۵۹ سالگی به کشف خود موفق و به گروه تئاتر "دایره Temple پیوست، همان جا که او به همراه نات لازویک به رشد و بهبود هنر بازیگری خود پرداخت. وی تاکنون در صدها نمایش برای کلیساها، مدارس و خانه‌های سالمندان به ایفای نقش پرداخته و در حدود ۱۰ فیلم آموزشی ظاهر شده است.

خانم جونز گفته است که "من قادر به ایفای نقش‌های مختلف هستم و با کمال قدرت و توانمندی از عهدۀ آن برمی‌آیم."

جین کوهن که متجاوز از ۲۵ سال امور مربوط به افراد کهنسال را از نزدیک بررسی کرده است، عقیده دارد:

وقتی اشخاص به سنین دهه پنجاه سالگی پا می‌گذارند، در حقیقت به مرحله‌ای رسیده‌اند که آمادگی خلاقیت‌های گوناگون را داشته

و چون نیمی از عمرشان را پشت سر گذاشته‌اند از بقیه آن به نحو احسن بهره می‌برند، این دوره را دوره "ارزیابی مجدد" نام گذاری کرده‌اند، مرحله‌ای که طی آن انسان زندگی گذشته‌اش را بررسی می‌کند و اهداف تازه‌ای برای بقیه عمر در سری پروراند و جرات کسب پیروزی‌ها و موفقیت‌های تازه‌ای را به خود می‌دهد که نتیجه آن ایجاد قوه خلاقیت بیشتری است و به طور معمول این گونه خلاقیت‌ها تا قبل از دهه ۵۰ تا ۶۰ سالگی در افراد به ظهور نمی‌رسد. کوهن که کتاب اخیرش به نام سنین خلاقیت در سال گذشته به چاپ رسید می‌گوید:

"از نظر روانشناسی در این سنین، یک انقلاب درونی در شخص به وجود می‌آید، قدرت تحرک پیدا می‌کند، این تحول از اینجا ناشی می‌شود که شخص درمی‌یابد: "اگر در کاری دچار اشتباه شوم، از اعتماد به نفسم کاسته نمی‌گردد و دوباره سعی خواهم کرد."

کوهن اضافه کرد: با رسیدن به سنین ۶۰ تا ۷۰ سالگی، مردم غالباً یک آزادی و آرامش درونی را که هرگز در دوران گذشته سابقه نداشته، در خود احساس می‌کنند، این نوعی انرژی، برای دست زدن به کارهای جدید است. کوهن این پدیده را "عمل آزاد سازی" می‌نامد.

او در این مورد به نوشته‌ای از مارک تواین اشاره می‌کند و می‌گوید: "هفتاد سالگی! زمانی از عمر شماست که به شان و وقار و هیبت سرشاری پا می‌گذارید! زمانی است که ممکن است بسیاری از قیدهای ظاهراً پسندیده و شایسته‌ای را که برای یک نسل بر دوش شما سنگینی کرده است، به کنار گذاشته و بدون تشویش و هراس از چیزی، استوار بر پای خود بایستید و قائم به ذات باشید!"

آدمیان در سنین هشتاد و یا نودسالگی وارد دوره دیگری از خلاقیت می‌شوند کوهن معتقد است که این دوره، زمان جمع‌بندی و حساب و کتاب عمر است. در این مرحله از زندگی، شخص میل به ضرورت تکامل و جود خود دارد تا دست به کارهای تازه‌ای بزند و یا در حل مشکلات گذشته خود راه تازه‌ای بیابد. اغلب افراد در این سن، دوباره به سوی کارهایی که در سال‌های جوانی در انجام آن ناکام بوده‌اند، روی می‌آورند و سعی می‌کنند دوباره آن کار را انجام دهند کوهن می‌گوید: اینان با افزودن سال‌ها بر تجرب خود غالباً می‌توانند ناکامی‌های دوره جوانی خویش را به موفقیت تبدیل کنند!

وردی Verdiy بازیگر بزرگ تاریخ در یادداشتی می‌نویسد که: "در ۲۵ سالگی یک اپرای کمدی تصنیف کرد که با ناکامی و عدم موفقیت روبرو شد که در اثر همین عدم موفقیت به تراژدی روی آورد... ولی همین شخص در سن هشتادسالگی دوباره به کارهای کمدی برگشت که نتیجه کارش فوق العاده عالی بود.

در یک سه شبۀ شب، گروه تئاتر "دایره کامل" سالروز تولد ۹۳ سالگی لازویک را با یک کیک بسیار بزرگ جشن گرفتند. اعضاء گروه سرود "تولد مبارک" را خواندند، وقتی سرود تمام شد، لازویک برای همکارانش خطابه‌ای ایراد کرد و گفت: "در ۸۷ سال پیش..."

در اینجا همه حاضرین شروع به خنده کردند... لازویک بلافاصله با حاضر جوابی گفت: "من هم وقتی سخنرانی پرزیدنت لینکلن را گوش می‌کردم، خندیدم...!"

این گونه حاضر جوابی و خوشمزگی مشخصه این سنین و نشانه طیب خاطر و آزادی عمل است. □

