



پروپوزیشن گاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی
پرتال جامع علوم انسانی

علی نیکجو | روان پریشک و روان درمانگر تحلیلی

کووید ۱۹ و دیالکتیک مرگ و زندگی



هر پدیده‌ای در این دنیا ابعاد پیچیده، مختلف و حتی متضادی دارد. کووید ۱۹ آثار مخرب و وحشتناکی بر آدمیان گذاشت؛ چه خانواده‌هایی که عزیزانشان را از دست دادند و حتی از سوگواری برایشان بازماندند، چه جوانانی که در شرایط سخت اقتصادی برای معاش خویش گام برمی‌داشتند و ناگهان بی‌گام شدند، چه کارمندانی که بر اثر ورشکستگی شرکت‌ها از محل کار اخراج شدند، چه کارگران روزمزدی که جز خجالت و شرم شب‌ها برای کودکان خود دستاوردی نداشتند، چه پدر و مادرهایی که در هجوم سرسام‌آور تنهایی و ناامنی تنها ماندند و حتی از دیدار فرزندان خویش محروم شدند، چه میزان از همکاران کادر درمان که با سربه دهان گرگ کرونا رفتند و خود و خانواده خویش را در معرض خطر جدی قرار دادند و برخی از ایشان مظلومانه و غریبانه دست از جان شیرین خویش شستند تا بلکه برای مردمان، «جان جهان‌افزای» باشند، چه افرادی که با بیماری‌های روان‌شناختی خود را غریبه می‌پنداشتند و به طرفه‌العینی خود را در چنبره افسردگی و اضطراب و حملات هول (panic) و وسواس گرفتار دیدند، چه کسانی که مدام احساس ناامنی کرده و تصور کردند دچار ابتلا به کرونا شده‌اند و این «خودبیمارانگاری» حیات ذهنی ایشان را فلج کرد.

اما این‌ها که برشمردم همه وجوه کووید ۱۹ نیست؛ در جریان همه‌گیری این ویروس برخی از بیماران که پیش‌ازاین بارها اقدام به خودکشی داشتند، برای نخستین مرتبه برای زنده ماندن (حتی به معنای فیزیولوژیک و بیولوژیک آن) واجد انگیزه شدند و تلاش کردند.

همان بیمارانی که برای مردن «هزار جان می‌دادند»، این بار برای زنده ماندن جهد فراوانی کردند.

کووید بر دیالکتیک مرگ و زندگی سوار شد. هستی و نیستی، حیات و ممات را در مقابل و در واقع تعامل با هم قرار داد و از پس همه این‌ها ارزشمندی زندگی را به رخ کشاند. در این میان مفهوم سخن «هایدگر» بیش‌ازپیش عیان و ملموس شد که «نجات و فلاح همان‌جاست که آسیب و خطر آنجاست»؛

گویی که نعمت و سلامت از زهدان تقمت و بیماری زاده می‌شود.

گویی که «زندگی» از دنده «مردگی» برمی‌خیزد.

گویی که امید، نیلوفرانه از بطن ناامیدی سربه آسمان می‌ساید.

سخن مذکور مفهوم گزاره سارتر را تصریح و تأکید می‌کند که «حیات انسان در آن سوی ناامیدی زاده می‌شود».

در جریان کووید ۱۹ برخی بیماران که پیش‌ازاین به شدت درگیر افکار و اعمال وسواسی بودند، میزان کمتری از این درگیری روانی را تجربه کردند. برخی از مراجعان که سال‌ها و با حدت و شدت دچار افسردگی بودند، حجم کمتری از آوار غم و خمودگی بر سرشان آوار شد.

برخی بیماران که به طرز وحشتناکی با حملات پانیک مواجه بودند، به میزان چشمگیری از تجربه سهمگین احساس «قرب‌الوقوع بودن مرگ» رهایی یافتند.

برخی بیمارانی که هرروز در عذاب ترس ابتلای خود به سرطان یا بیماری کشنده و صعب‌العلاج دیگری بودند، در این بازه زمانی کمتر احساس «خودبیمارانگاری» (hypochondriasis) را تجربه کردند.

تجربه زیسته مادر بستر کووید ۱۹

پرسش این است که این اتفاق غیرقابل انتظار چگونه حادث شده و چگونه قابل‌تیین است.

آنچه نگارنده بر آن انگشت تأکید می‌نهد این است که بخش مهمی از «حال بد» ما را احساس «گسستگی و غریبه‌بودگی» ما به وجود می‌آورد. این احساس ناخوشایند و آزاردهنده، هم در تعامل «ما با خود ما» و هم در تقابل «ما با محیط» ساخته می‌شود.

بر این نهج و قرار به میزانی که آدمی در احساس «پیوستگی و تمامیت» با وجود خود از یک سو و دنیای بیرونی از دیگر سو به سر می‌برد، «حال خوب» بیشتری را تجربه می‌کند.

این سخن به هیچ وجه نافی «تفرد» و «دگربودگی» برای استقلال و رشد آدمی نیست؛ البته که در دگربودگی فردی باید

درجاتی از اتحاد و تعلق خاطر با جامعه پیرامونی وجود داشته باشد. اگر جز این باشد، سر از افتراق و الیناسیون بیرونی و خودشیفتگی درونی درمی‌آورد. به هرروی احساس «بیگانگی و غریبه‌وارگی» ما، هم با سلف چندپاره خودمان و هم با محیط پس‌زنده پیرامونی نقش غیرقابل‌کتمان در تنش روان‌شناختی ما ایفا می‌کند.

اتفاقی که در بازه کرونا حادث شده این است که «تظاهر» تعادل بیرونی برهم‌خورده است و آدمیان حدی از دیسترس و ناامنی و حرمان و ترس را به‌طور مداوم و روزانه تجربه کرده‌اند، که پیش‌ازاین غریب می‌نمود.

برای نخستین مرتبه عموم مردم از جمله اطرافیان بیماران به «تجربه زیسته» نزدیکان رنجور خویش نزدیک شدند و به اصطلاح پرتواتر «با کفش‌های ایشان اندکی از مسیر زندگی را پیمودند».

شاید برای اولین بار خانواده بیماران توانستند حس گزنده و هیجان‌های تخریب‌کننده و فرساینده ایشان را درک کنند. برای اولین بار از تحلیل‌های ساده‌انگارانه درباره بیماری دست برداشتند و تأمل و توقف کردند بر نگاه آمیخته به توهین و تحقیری که بر بیماران اعصاب و روان روا داشتند.

برای اولین بار فهم کردند که کنارگذاشتن وسواس یا اعتیاد یا خودبیمارانگاری یا ترس شدید یا افسردگی غرق‌کننده، فقط معطوف به «اراده‌مندی و انگیزه‌مندی» مبتلایان نیست؛ بلکه امر بسیار پیچیده‌ای است که نیازمند انواع کمک‌های حرفه‌ای و حمایت خانوادگی و بسترسازی‌های متولیان بهداشت و سلامت روان در سطح کلان است.

شاید برای اولین بار فهمیده باشند که نسخه‌پیچی‌های تک‌خطی از جنس «ورزش کن»، «خودت باید به خودت

اتفاقی که در بازه کرونا حادث شده این است که «تظاهر» تعادل بیرونی برهم‌خورده است و آدمیان حدی از دیسترس و ناامنی و حرمان و ترس را به‌طور مداوم و روزانه تجربه کرده‌اند، که پیش‌ازاین غریب می‌نمود

کووید عیان ساخت که قدرت نرم افزاری و سخت افزاری آدمیان حبابی بیش نیست، حبابی که لحظه‌ای پرتالو و خیره‌کننده را می‌سازد، اما به طرفه‌العینی برای همیشه ناپدید می‌شود؛ گویی که هیچ وقت نبوده است.

چه خوب گفت مولانا:

کف دریاست صورت‌های عالم
ز کف بگذراگر اهل صفایی

کووید بار دیگر بر جهان پروانه‌وار ما تأکید کرد و به چشم نادیده‌نگر آدمیان عیان ساخت که همه اینای بشر سرنشینان و هم‌سرنوشتان یک کشتی هستند.

دست‌شستن در دورانی که گرفتار آمده‌ایم، فرصت و نمادی است برای شست‌وشوی فکر، شست‌وشوی احساس، شست‌وشوی باورها، شست‌وشوی دگم‌ها و شست‌وشوی سنت‌ها و سیئات آسیب‌زنده‌ای که قرار بود یار آدمی باشند و بار آدمی شدند.

جامعه بشری از جمله جامعه رنجور و درعین‌حال شرافتمند ما از این بحران هم ثمره طیبه خود را خواهد چید. یقین می‌دانم.

باده غمگینان خورند و ما ز می خوش دل‌تریم
رو به محبوسان غم ده ساقیا افیون خویش
خون ما بر غم حرام و خون غم بر ما حلال
هر غمی کو گرد ما گردید، شد در خون خویش
«مولانا»



**چه خوب
«هابرماوس»
توضیح داد که
در جریان اخیر
«انسان بیش از
همیشه فهمید
که تا چه میزان
نمی‌فهمد.»
چه آنکه، اشرف
مخلوقات،
خلاف زیست
پرتجمل و
دعوی پرتکلف
خود، با تلنگری
فروریخت و
همچنان هم
نتوانسته است
سراپا بایستد**

**کووید ۱۹؛ از شستن دست‌ها تا شستن افکار
و عادات**

تجربه مذکور کمک می‌کند تا در اذهان همگان میان «بیمار» و «بیماری» فراق و شکاف ایجاد شود و انسان به ما هُو انسان به بیماری به مثابه بیماری فروکاسته نشود.

کووید ۱۹؛ از شستن دست‌ها تا شستن افکار و عادات

در جریان شیوع ویروس کووید ۱۹ گویی شاهد روان‌درمانی به وسعت جامعه جهانی بودیم؛ صورت‌کان مغرور و کم‌مایه متوجه عمق آسیب‌دیدگی خود شدند.

چه خوب «هابرماوس» توضیح داد که در جریان اخیر «انسان بیش از همیشه فهمید که تا چه میزان نمی‌فهمد؛ چه آنکه، اشرف مخلوقات، خلاف زیست پرتجمل و دعوی پرتکلف خود، با تلنگری فروریخت و همچنان هم نتوانسته است سراپا بایستد.

کمک کنی»، «این فکرهای عبث را دور بریز» چقدر از تجربه زیسته بیماران دور است.

به نظر می‌رسد بستگان بیماران از موضع «دانای کل» پایین آمده‌اند و توانسته‌اند به‌طور نسبی نگاه همدلانه و همراهی‌کننده‌ای با مبتلایان داشته باشند؛ چه آنکه وقتی خود به بیماری کرونا مبتلا شدند و حس کردند که «انگ کرونایی» بودن تا چه میزان طردکننده و تحقیرکننده است، شاید به میزان رنجی که استیگمای «روانی‌بودن» و «دیوانه‌بودن» برای بیماران مغفول و مظلوم حوزه ذهن و شناخت ایجاد کرده است، پی ببرند. همه این‌ها ثمره مبارکی دارد که به احساس پیوستگی با ابژکتیویته بیرونی از یک سو و احساس تمامیت و تعلق خاطر با سوژکتیویته درونی از دیگر سو می‌انجامد.