

به نام خدا

درمان شوپنهاور

نویسنده: آروین یالوم

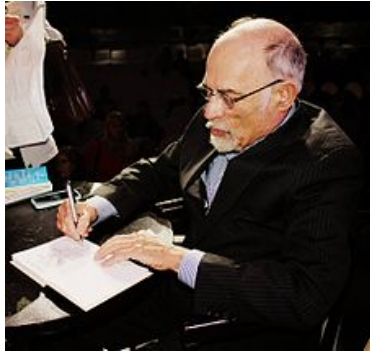
مترجم: حمید طوفانی و زهرا حسینیان

نشر ترانه، چاپ ششم، ۱۳۹۵

فهرست مطالب

۲	۱ نویسنده
۳	۲ مترجم
۳	۳ درباره کتاب
۵	۱۰۳ بخش‌هایی منتخب از کتاب
۶	۴ مشکلات نوشتاری و ترجمه کتاب
۶	۵ امتیاز رمان
۷	مراجع

۱ نویسنده



اروین دیوید یالوم^۱ (متولد ۱۹۳۱، واشنگتن دی سی، ایالات متحده آمریکا)، روانپزشک هستی‌گرا (اگزیستانسیالیسم) و نویسنده آمریکایی است. در سال ۱۹۵۶ در بوستون در رشته پزشکی و در سال ۱۹۶۰ در نیویورک در رشته روانپزشکی فارغ التحصیل شد و بعد از خدمت سربازی، در سال ۱۹۶۳ استاد دانشگاه استنفورد شد. در همین دانشگاه بود که الگوی روانشناسی هستی‌گرا یا اگزیستانسیال را پایه گذاری کرد. یالوم هم آثار دانشگاهی متعددی تالیف کرده است و هم چند رمان

موفق دارد. او جایزه انجمن روانپزشکی آمریکا را در سال ۲۰۰۲ دریافت کرد، اما بیشتر به عنوان نویسنده رمان‌های روانشناختی، به ویژه رمان مشهور "وقتی نیچه گریست" شهرت دارد [۱].

متأسفانه در بسیاری از سایت‌ها مانند [۲-۴] اشتباهی در معرفی دکتر اروین یالوم پیش آمده است. در برخی وی را اینگونه معرفی کرده‌اند:

«از والدینی به دنیا آمد که از مرز روسیه و لهستان مهاجرت کرده بودند.»

اما اشتباه است. چون لهستانی در ویکی‌پدیا وجود ندارد! حتی در سایت خود نویسنده [۵] هم چیزی در مورد لهستان نیامده است. البته در انتهای کتاب "درمان شوپنهاور"، خود نویسنده اذعان داشته که والدینش گاهی خود را اهل لهستان معرفی می‌کردند، اما به شوخی! بهر حال والدین وی از روسیه به آمریکا مهاجرت کردند.

مسئله بعدی در معرفی نویسنده، خصوصاً در سایت [۲]، اشتباهی به صورت زیر است:

«چندی پس از جنگ جهانی اول به همراه پدر و مادر خود به آمریکا مهاجرت کرده»

در تمام منابع انگلیسی ذکر شده است که والدین وی قبل از تولدش به آمریکا مهاجرت کرده‌اند! بپردازیم به ادامه معرفی نویسنده که از سایت خودش ترجمه کرده‌ام.

من در ۱۳ ژوئن ۱۹۳۱ در واشنگتن دی سی، از خانواده‌ای که کمی بعد از جنگ جهانی اول از روسیه (روستا کوچکی به نام سلز^۲ نزدیک مرز لهستان) به آمریکا مهاجرت کردند، متولد شده‌ام. خانه در مرکز شهر واشنگتن، یک آپارتمان کوچک در بالای مغازه خواروبار فروشی والدینم، قرار داشت. در دوران کودکی، واشنگتن یک شهر نژادپرستانه بود و من در میان همسایه‌های فقیر و سیاه‌زندی می‌کردم. زندگی در خیابان‌ها خطرناک

^۱Irvin David Yalom

^۲Celtz

بود. مطالعه در داخل خانه پناهگاه من بود و هر دو هفته یکبار، با دو چرخه سفری خطرناک را برای تهیه وسایل مورد نیاز به خیابان هفتم انجام می‌دادم.

هیچ مشاوره یا هدایتی وجود نداشت: والدینم تقریباً هیچ تحصیلاتی نداشتند، هیچوقت کتاب نخواندند و تمام عمر خود را صرف مبارزه برای بقای اقتصادی نمودند... همسرم دارای دکتری زبان فرانسه و آلمانی است. وی نویسنده و استاد دانشگاه است. دارای چهار فرزند هستم که همگی در سانفرانسیسکو زندگی می‌کنند. کتاب‌های اخیر این نویسنده شامل: ۱. مخلوقات یک روز: و دیگر داستان‌های روان درمانی (۲۰۱۵) ^۱ ۲. مسئله اسپوزا (۲۰۱۲) ^۲ ۳. به پلیس زنگ می‌زنم (۲۰۱۱) ^۳ ۴. درمان شوپنهاور (۲۰۰۵) است. برای اطلاعات بیشتر به سایت نویسنده مراجعه کنید [۵].

۲ مترجم



اطلاعاتی از دو مترجم کتاب نیست! البته آقای دکتر حمید طوفانی متخصص اعصاب و روان هستند و احتمالاً خانم زهرا حسینیان هم پزشک هستند. اما دیگر چه؟ هیچ. تنها چندین مقاله فارسی پزشکی مربوط به دهه ۸۰ از آقای دکتر یافتم. خانم دکتر هم چندین کتاب، خصوصاً چند کتاب دیگر از همین نویسنده را ترجمه کرده‌اند.

۳ درباره کتاب



کتاب "درمان شوپنهاور" در ۴۹۶ صفحه به چاپ رسیده است. اسم کتاب خود بیانگر درون‌مایه آن یعنی درمان و روانشناسی، است. محتوای کتاب برای علاقه‌مندان به مباحث فلسفی و روانشناسی بسیار مناسب است. البته اوایل کتاب جذابیت زیادی ندارد. اما هرچه بیشتر جلو می‌روید، لذت بیشتری خواهید برد. فضا سازی داستان خصوصاً در بخش‌هایی که سخنان فلسفی بین شخصیت‌های رمان رد و بدل می‌شود، فوق‌العاده است. این هم بخاطر تجربه بالای نویسنده در امر درمان‌گری و روانشناسی است.

^۱Creatures of a Day: And Other Tales of Psychotherapy

^۲The Spinoza Problem

^۳I'm Calling the Police

رمان در چهل و دو فصل نوشته شده است و این واقعا حجم بالایی است. درواقع نویسنده حدودا هر ۱۰ الی ۱۵ صفحه یک فصل در نظر گرفته است که به نظرم کار جالبی نبوده است. گاهی فصلی ۴ صفحه است. گرچه فصل‌بندی‌ها به موقع بوده است اما می‌توانست کمتر باشد تا در هنگام خواندن کتاب، خواننده کمتر از کتاب خود فاصله بگیرد.

به جز فصل سی و نهم، که با جمله‌ای از نیچه آغاز شده، در ابتدای تمام فصل‌های دیگر جمله‌ای از آرتور شوپنهاور نوشته شده است. در همان ابتدای امر اگر وی را نشناسید مطمئنا از خود سوال خواهید کرد که او کیست؟ درواقع او یک فیلسوف بوده است و شاید همین پاراگراف از صفحه ۴۹۵ کتاب برای توصیف وی کافی باشد:

«با این حال، نفوذ شوپنهاور بر روان‌درمانی قابل ملاحظه است. او فیلسوفی آلمانی در دوران تحصیل فروید بود و بسیاری از بینش‌های وی مفاهیم بعدی روان‌درمانی نظیر ناخودآگاه، نهاد، پسر وی یا سرکوبی، نقش امور جنسی و ضرورت خودکامی بدون تصورات نادرست ماورالطبیعی را شکل بخشیده است.»

حال سوال این است که چرا درمان شوپنهاور؟! مگر وی مریض بوده است؟! درواقع همانطور که در توضیحات آخر کتاب نویسنده بیان کرده است، وی از شوپنهاور استفاده کرده است تا رمان خود را بنویسد و هدف اصلی‌اش معرفی شوپنهاور بوده است. درواقع بسیاری از فصول کتاب، به صورت یک در میان، در مورد زندگی شوپنهاور است و این یعنی ما دو رمان می‌خوانیم. یا بهتر است بگویم دو داستان را بررسی می‌کنیم، اولی زندگی شوپنهاور و دیگری زندگی شخصیت‌های اصلی داستان که یکی از آن‌ها پیرو شوپنهاور است.

داستان اصلی کتاب در مورد فردی است به نام «ژولیوس» که خود روان‌درمانگر است. یکی از روش‌های وی برای درمان، استفاده از گروه درمانی است. گروهی متشکل از چند نفر، بین ۵ تا ۷ نفر، دور هم جمع می‌شوند و در هفته به مدت یک ساعت و سی دقیقه در مورد مسائل مختلف بحث می‌کنند. در این میان، روان‌درمانگر سعی می‌کند از طریق دانش روان‌شناسی خود به بهبود رفتار و ذهنیت افراد کمک کند. در واقع مسئله اصلی در این روش درمان، درمان رفتار افراد است.

ژولیوس به تازگی متوجه شده است که سرطان دارد و در همین حین مجبور می‌شود شخصی به نام «فیلیپ» را به گروه خود وارد کند. شخصی کاملا غیراجتماعی که درسرهای زیادی دارد. فیلیپ پیرو بی‌چون و چرای شوپنهاور است. در گروه افراد دیگری هم هستند اما تمرکز داستان بر روی این دو نفر است. بهتر است داستان را خودتان بخوانید و از آن لذت ببرید.

در انتها به دلایل نگارش کتاب از زبان خود نویسنده در صفحه ۴۹۳ اشاره می‌کنم:

«کتاب درمان شوپنهاور چهار مقوله را کاوش می‌کند:

۱. گروه درمانی چگونه کار می‌کند.

۲. چگونه فلسفه به طور اعم و فلسفه آرتور شوپنهاور به طور اخص، می‌تواند روال معمول روان درمانی را تحت تاثیر قرار دهد.

۳. چگونه تاریخچه زندگی عجیب و آسیب‌شناسی قابل توجه شخصیت شوپنهاور نتیجه‌گیری‌های فلسفی وی را تحت تاثیر قرار داده است.

۴. چگونه آگاهی از مرگ بر رفتار فرد در زندگی تاثیر می‌گذارد.

۱.۳ بخش‌هایی منتخب از کتاب

در ادامه بخش‌هایی از کتاب را که به نظرم زیبا آمد، آورده‌ام:

«با هر نفس، مرگ را که همواره در کمین ماست پس می‌زنیم... اما در نهایت مرگ پیروز می‌شود، زیرا با تولد، مرگ سرنوشت ما شده است و با قربانی خود تنها برای مدت کوتاهی پیش از بلعیدنش بازی می‌کند. ما تا آن‌جا که امکان دارد با اشتیاق وافر و نگرانی بسیار به زندگی‌مان ادامه می‌دهیم، درست مانند وقتی که با تمام توان خود در حباب صابونی می‌دمیم، در حالی که می‌دانیم خواهد ترکید.» «آرتور شوپنهاور» ص ۱۱

«مذهب در خود همه چیز دارد: افشاگری، پیشگویی، حمایت حکومت، بالاترین شان و شهرت ... و بیش از همه این‌ها امتیاز ارزشمندی که اجازه دارد آموزه‌هایش را در سنین حساس کودکی در ذهن حک کند تا تقریباً به عقایدی مادرزادی بدل شوند.» «آرتور شوپنهاور» ص ۸۳

«پادشاهان، تاج و مقام خود را و قهرمانان سلاح‌هایشان را در این دنیا باقی می‌گذارند. اما در میان انسان‌ها، ارواح بزرگی هستند که جلال و شکوه از وجودشان ساطع می‌شود. آن‌ها بزرگی خود را از اشیای جهان مادی کسب نکرده‌اند، بلکه عظمت از درون خود آن‌هاست.» «آرتور شوپنهاور» ص ۱۲۷

«انسانی با مواهب ذهنی برتر و استثنایی که به شغلی صرفاً مفید وادار شود، مانند جامی ارزشمند است که با زیباترین نقش‌ها مزین شده و سپس به عنوان گلدان آشپزخانه به کار می‌رود.» «آرتور شوپنهاور» ص ۱۵۵

«شادمانی و شادابی دوران جوانی تا اندازه‌ای ناشی از این حقیقت است که ما در بالا رفتن از تپه زندگی،

مرگ را که در دامنه دیگر تپه قرار دارد، نمی‌بینیم.» «آرتور شوپنهاور» ص ۲۴۱

«هرکسی به آنچه فاقد آنست عشق می‌ورزد، اما مکرراً تاکید می‌کند که در واقع این انتخاب با نبوغ گونه انسان صورت گرفته است. بشر با روح گونه و نوع خود تسخیر شده است و این روح بر انسان فرمانروایی می‌کند، انسان دیگر به خود تعلق ندارد ... زیرا در نهایت علایق خود را نمی‌جوید، بلکه علایق فرد سومی را جستجو می‌کند که قرار است به هستی پا بگذارد.» ص ۲۶۹

«آرامش این نگرش در این است که اجازه ندهم اصل هستی من با چیزهای جزئی، با موفقیت‌های بی‌اهمیت یا شکست‌ها، با آنچه در تملک دارم و با نگرانی درباره محبوبیت- چه کسی مرا دوست دارد یا ندارد- بلعیده شود. برای من آرامش در آزاد ماندن است تا معجزه بودن را درک کنم.» ص ۳۷۰

«بنابراین حقیقت مرگ و ترس از آن سرچشمه افکار ژرف و مادر فلسفه و مذهب است.» ص ۴۷۲

«ما نه تنها هر روز طعم مرگ را در خواب یا در حالت‌های بیهوشی می‌چشیم، بلکه همگی ما قبل از هستی یافتن از درون ازلیت نیستی گذر کرده‌ایم.» ص ۴۷۳

«این حقایق کدام هستند؟ اینکه ما میرا هستیم، با مرگ اجتناب‌ناپذیر روبرو می‌شویم، تنها به دنیا می‌آییم و تنها از دنیا می‌رویم، ما بیشتر از آنچه که فکر می‌کنیم طراحی شده هستیم. خالقین، زندگی ما و شکل واقعیت آن را از پیش طراحی کرده‌اند، و اینکه به دلیل سرشت خود مخلوقاتی در جستجوی معنا هستیم که از بخت بد به درون دنیایی بدون هیچ‌گونه معنای ذاتی پرتاب شده‌ایم و بنابراین باید خود برای آن معنایی بسازیم، معنایی آنقدر قوی که پشتیبان زندگی باشد.» ص ۴۹۱

۴ مشکلات نوشتاری و ترجمه کتاب

آنقدر اشتباه ویراستاری در کتاب هست که واقعا عصبی شدم. با این که محتوای کتاب فوق‌العاده است اما گاهی ترجمه و بیشتر وقت‌ها ویراستاری مرا از ادامه خواندن کتاب پشیمان می‌کرد. به همین دلیل دیگر به صورت موردی ذکر نمی‌کنم، چون اگر اینگونه باشد باید به اندازه خود کتاب راجیش بنویسم! بهتر بود مترجمان و ویراستاران کمی به خودشان زحمت می‌دانند و چندبار کتاب را بازبینی می‌کردند.

در سایت www.booktolearn.com می‌توانید کتاب را به زبان انگلیسی دریافت کنید. البته کتاب کیفیت خوبی ندارد و دو بخش "گفت و گو با اروین دی یالوم" و "نگارش درمان شوپنهاور" را نیز ندارد.

۵ امتیاز رمان

از این پس، سعی می‌کنم بخشی با عنوان «امتیاز رمان» در یادداشت‌هایم داشته باشم. در این بخش، به رمان از لحاظ محتوا، مترجم و ویراستار امتیاز بین ۱ تا ۱۰ داده می‌شود و میانگین آن‌ها به عنوان امتیاز نهایی رمان در نظر گرفته می‌شود.

جدول امتیازات رمان

ردیف	موضوع	نمره
۱	محتوا	۸
۲	مترجم	۴
۳	ویراستار	۱
	امتیاز نهایی	۴/۳۳

بهروز آدینه

۱۳۹۵/۱۰/۰۴

مراجع

- [1] www.wikipedia.org
- [2] www.clinicaltherapy.blogfa.com
- [3] www.moshaverehazad.blogfa.com
- [4] www.bashgah.net
- [5] www.yalom.com