



انسان در جستجوی معنی
نوشته : دکتر ویکتور فرانکل
استاد روان پزشکی دانشگاه وین
ترجمه : دکتر اکبر معارفی

توضیحات مترجم فارسی

با پیش درآمدی که دکتر گوردون آلپورت استاد پیشین روانشناسی دانشگاه هاروارد بر این کتاب نوشته است جا ندارد مقدمه دراز دیگری نوشته شود و من تنها توضیحاتی را می افزایم که در آن نوشته نیست.

بخش اول این کتاب یعنی «سرگشتی در اردوی اسیران» را دکتر فرانکل بزبان آلمانی نوشته است و من آن را از ترجمه انگلیسی ایلزه لاش بفارسی درآورده ام. اما بخش دیگر یعنی «مفهوم اساسی لوگوتراپی» را فرانکل بانگلیسی نوشته است.

این کتاب که در 1963 با عنوان Man's search for Meaning منتشر شد چنان شهرتی یافت که بزودی بچندین چاپ رسید. نسخه‌ای که من از آن ترجمه کردم چاپ یازدهم است و در سال 1967 منتشر شده است.

دکتر فرانکل بسال 1905 در وین بدنیا آمد و در همان شهر در 1930 دانشکده پزشکی را بپایان رسانید و در 1942 که بدست نازیان اسیر شد رئیس بخش اعصاب بیمارستان روشیلد وین بود. پس از آزادی به وین برگشت و سالهاست که استاد دانشکده پزشکی و رئیس بخش اعصاب بیمارستان وین است. اسفند 1353

پیش درآمد

دکتر فرانکل، نویسنده و کارشناس بیماریهای روانی، گاهگاهی از بیمارانی که از دردهای کوچک و بزرگ می نالند می پرسد «چرا خودتان را نمی کشید؟ و از پاسخها غالبا راهی برای درمان بیماران می یابد. یک بیمار را عشق بفرزند به زندگی پایبند کرده است، دیگری را استعدادی که هنوز بکار نرفته و سومی را یادگارهایی که ارزش ماندن دارد. بافتن این رشته های گسیخته در نقشی استوار از معنا و مسئولیت هدف و منظور ، روشی است که دکتر فرانکل از اگزستانسیالیسم تحلیلی ساخته و آنرا لوگوتراپی نامیده است.

در این کتاب دکتر فرانکل از تجربه‌هایی که باعث کشف لوگوتراپی گردید گفتگو می کند. وی مدتی دراز در تنگنای زندان فشرده نازیان اسیر بود و همه چیز خود را از دست داد. پدر، برادر و همسرش در اردوگاه اسیران به تنوره های سوزان رفتند و یا بنا خوشی مردند. همه خانواده او بجز خواهرش در این اردوها جان دادند. چگونه او که همه چیز را از دست داده، همه ارزشها را رو بزوال دیده، رنجور از گرسنگی، سرما، خشونت و وحشیگری و هر دم به انتظار مرگ، زندگی را شایسته نگاهداری دانسته است؟ پزشک روانشناسی که خود این دردها را کشیده باشد حرفش شنیدن دارد. او باید بهتر از هر کس دیگر بتواند به شرائط انسانی ما با علم و علاقه بنگرد. گفتار دکتر فرانکل طنین شادمانه‌ای دارد و بسیار ژرف تر از آنست که بتوان از آن به آسانی گذشت. آنچه می گوید بخاطر کارهاییکه تاکنون کرده است و بخاطر شغل استادی دانشکده پزشکی دانشگاه وین و به خاطر درمانگاههای لوگوتراپی که امروز در بسیاری از کشورهای جهان گشوده شده و همه از پلی کلینیک بیماریهای عصبی وین الگو گرفته است اهمیت زیادتری پیدا می کند.

انسان نمی تواند نظریه و روش درمان ویکتور فرانکل را با پیشرو و سلف او زیگموند فروید مقایسه نکند. هر دو پزشک توجه خود را به درمان نوروها معطوف کردند. فروید ریشه این پریشانیه را در اضطرابهای حاصله از انگیزه‌های ناآگاه می دانست. اما فرانکل نوروها را بر چند نوع می داند و بعضی از آنها را اندیشه زاد می نامند . یعنی بیمار از پیدا کردن معنائی و مسئولیتی در

زندگی ناتوان است. فروید بیکامی در زندگی جنسی را تأیید می کند و فرانکل بیکامی در معنایابی را. امروزه در اروپا بطور آشکاری از فروید رو گردانده و به تحلیل اگزیستانسیالیستی پناه برده‌اند. این روش چند صورت مختلف بخود گرفته و مکتب لوگوتراپی یکی از آنهاست. مکتب سازشکار فرانکل، فروید را رد نمی‌کند بلکه روش خود را بر آنچه او ساخته است بنا می گزارد و با دیگر طرفداران تحلیل اگزیستانسیالیستی نیز جدائی ندارد و خویشاوندی نظریه خود را با آنان باخوشی بیان می کند.

این سرگذشت گرچه مختصر است بسیار هنرمندانه و گیراست. من دوبار در یک نشست آنرا از سر تا ته خواندم. جادوی آن چنان مرا گرفت که نتوانستم از آن بگریزم. جایی در میان این داستان، دکتر فرانکل فلسفه لوگوتراپی خود را آغاز می کند و آنرا چنان به آرامی با داستان می پیوندد که فقط بعد از تمام کردن کتاب خواننده به عمق نوشته پی می برد و می فهمد که این داستان دنباله داستانهای دیگر وحشیگریهای اردوهای اسارت نیست.

از این سرگذشت خواننده درس بسیاری می گیرد. می بیند که انسان وقتی «چیزی برای از دست دادن بجز این زندگی لخت و عور و مسخره ندارد» چه خواهد کرد. تشریحی که فرانکل از آمیختن احساسات و بیدردی می کند واقعا مبهوت کننده است. اولین حسی که به نجات فرد می آید کنجکاوی سرد و جدا مانده ایست برای دیدن عاقبت کار. پس از آن تلاشی است برای نگهداری این نیمه جان با آنکه احتمال حفظ آن بسیار ناچیز است. گرسنگی، حقارت، ترس و عصبانیت عمیق را تصویری از محبوب، مذهب، آسان گیری، و حتی زیبایی آفتاب شامگاهی تا اندازه ای آرامی می بخشد.

اما اینها نیز بشرطی می ل به زندگی را تقویت می کند که معنایی بزندگی برهنه زندانی بدهد. در اینجا است که به مفاد و هسته مرکزی اگزیستانسیالیسم بر می خوریم که زندگی رنج است و برای ماندن باید معنایی در رنج جست. اگر زندگی خود معنایی داشته باشد، رنج و می زندگی نیز معنا خواهد یافت. این معنا را نمیتوان بدیگری تلقین کرد. هر فرد باید معنای زندگی خود را خود جستجو کند و مسئولیت آنرا بپذیرد. در اینجا فرانکل گفتاری از نیچه نقل می کند که «کسی که چرائی در زندگی دارد با هر چگونه‌ای خواهد ساخت».

در اردوگاه فشرده اسیران هر اتفاقی سبب می شود زندانی اتکانش را به زندگی از دست بدهد. همه هدفهای معمولی از او گرفته شده است. تنها چیزی که برای او مانده «آخرین آزادی» است، آزادی اینکه گرایش و طرز فکر خود را در برابر هر حادثه‌ای برگزیند. این آزادی غائی و نهائی که رواقیان پیشین و اگزیستانسیالیست های امروزی به آن عقیده دارند در داستان فرانکل سیمای بسیار زنده و روشنی می گیرد.

زندانیان مردمی معمولی بودند. اما عده ای از آنان نشان دادند که بشر می تواند با برگزیدن اینکه «شایسته رنجهایش باشد» بر سرنوشت خود چیره شود و از آن نیز پا فراتر گذارد. دکتر فرانکل می کوشد ببیند چگونه می توان این نیروی انسانی را دریافت و چگونه می توان در بیمار این حس رابرانگیخت که وی مسئول زندگی است. وی نمونه ای تکان دهنده از یک جلسه درمان دسته جمعی در زندان نقل می کند که در آن این موضوع بخوبی آشکار است.

بخواهش ناظر وی شرحی کوتاه ولی جامع از اصول لوگوتراپی به سر گذشت خود افزوده است. تابحال هر چه درباره این «مکتب سوم روانداری وین» نوشته شده به آلمانی بوده است و این اولین باری است که چنین چیزی بانگلیسی نوشته می شود. درباره دو مکتب دیگر، یعنی مکتب فروید و مکتب آدلر، نوشته های بسیار موجود است.

برخلاف بسیاری از اگزیستانسیالیست های اروپایی، فرانکل نه بدبین است و نه برخلاف مذهب. نویسنده ای که آنهمه رنج کشیده بطور شگفت آوری به قدرت آدمیزاد در پیروز شدن بر حوادث امیدوار است. این کتاب گوهریست گرانبها از سرگذشتی شخصی که بر عمیقترین مسائل انسانی استوار است. ارزشی ادبی و فلسفی دارد و مقدمه ایست نافذ بر جنبش روانشناسی امروزی. «گوردون و آلپورت»

سرگذشتی در اردوی اسیران

این کتاب شرح اتفاقات و وقایع زندان نیست، بلکه سرگذشتی است از آنچه بر سر یک زندانی آمده است، سرگذشتی که کرورها مردم به آن گرفتار شده اند و از آن رنج برده اند. سرگذشتی است از درون اردوی متمرکز اسیران جنگ از زبان یکی از

بازماندگان. این سرگشت به وحشت های بزرگ که بسیار از آن سخن رفته ولی کمتر باور شده است کاری ندارد، بلکه از توده هائی از رنجهای پراکنده سخن می گوید. به عبارت دیگر این نوشته تلاشی است برای نشان دادن اینکه زندگی روزانه اردوی اسارت چگونه در افکار زندانی معمولی اثر می گذاشت.

بیشتر رویدادهائی که در این کتاب می بینید در زندانهای بزرگ و معروف انجام نگرفت، بلکه در زندانهای کوچکی بود که بیشتر کشتارها روی داد. این داستان رنجها و مرگ قهرمانان بزرگ و شهیدان سرشناس نیست و از کاپوها یا سردسته های مشهور، یعنی آن زندانیهای که بنام معتمد شناخته می شدند و امتیازهای ویژه ای داشتند، صحبت نمی کند. نه از زندانیان نامی سخن می گوید نه از زندانهای مشهور و نه از زندانیان معروف. پس این کتاب حکایتی نیست از رنجهای سروران، بلکه سرگذشتی از فداکاریها و رنجهای فوجی از محرومین ناشناس و ناشناخته، از آنانی که بر دوش و بازو، نشان مشخصی نداشتند. این زندانیان معمولی غالباً چیزی برای خوردن نداشتند یا اگر داشتند بسیار کم داشتند اما کاپوها هرگز گرسنگی نکشیدند و بسیاری از آنها کار و بارشان در زندان خیلی بهتر از دنیای خارج بود. بسیاری از اوقات رفتار این سردسته ها با زندانیان شدیدتر و بدتر از رفتار نگهبانان بود. و حتی سفاکانه تر از افسران اس.اس زندانیان را می زدند. این سردسته ها را البته از میان زندانیانی بر می گزیدند که منشی حاکی از این طرز رفتار داشتند و اگر رفتارشان با آنچه از آنها انتظار می رفت یکی نبود، فوراً معزول می شدند. این کاپوها بزودی مثل افسران اس.اس و زندانبانها می شدند و باید از نظر روانشناسی آنها را در همان ردیف گذاشت. برای بیرونیان آسان است تصور غلطی از زندگی در اردوگاه متمرکز اسیران داشته باشند. تصویری آمیخته با احساسات و ترحم. آنان از کشمکش سختی که دائم در میان زندانیان برای بقا وجود داشت آگاهی درستی ندارند. نمیدانند که چه مبارزه ای دمامد برای حفظ جان خود و جان دوستی عزیز در جریان بود.

شروع می کنیم از کامیونی که آماده بود برای حمل عده ای زندانی از اردوئی به اردوی دیگر. همه حدس می زدند که این مسافرت راه مرگ است و مسافران را به اتاق گاز می برد. عده ای بیمار و ناتوان و کسانی را که بدرد کار نمی خوردند انتخاب می کردند و به یکی از اردوگاههای مرکزی که اتاق گاز و تنوره آدم سوزی داشت می فرستادند. جریان انتخاب نشان و علامتی بود برای مبارزه آزادانه میان زندانیان یا میان گروهی با گروه دیگر. آنچه مهم بود این بود که نام خود آدم و نام دوستش از فهرست حذف شود. گرچه همه می دانستند هر وقت فردی نجات یافت، باید دیگری جای او برود.

با هر کامیون می بایست عده معینی بروند، کی می رفت مهم نبود، چون هیچکدام از این زندانیان چیزی جز یک شماره نبود. وقتی این زندانیان به اردو می رسیدند - یا اقالا در اردوگاه اشویتز چنین بود - همه مدارک آنها و هر چه را از مال دنیا داشتند می گرفتند. هر زندانی فرصتی می یافت که هر اسمی بخواهد روی خود بگذارد و هر شغلی بخواهد بخود نسبت دهد وعده زیادی نیز بعلی اینکار را کردند. مسئولین زندان فقط به شماره مخصوص اسیران توجه داشتند. این شماره ها را غالباً روی پوست آنها خالکوبی می کردند و در جایی بخصوص در شلوار می دوختند. هر وقت زندانبانی می خواست، اسیری را جریمه و مجازات کند کافی بود به آن شماره نگاه کند و هرگز لازم نبود اسم کسی را بپرسد. وای که چقدر ما از این نگاه ها هراس داشتیم!

برگردیم به کامیونی که آماده رفتن بود. دیگر برای زندانی وقتی نمانده بود که به مسائل اخلاقی بیاندیشد. هر زندانی را تنها یک فکر رهبری می کرد و آن این بود که خود را بخاطر خانواده ای که در انتظار اوست برهاند و دوستی عزیز را نیز نجات دهد. می کوشید ترتیبی دهد که شماره دیگری بجای وی به کامیون برود.

چنانچه پیش از این گفتیم جریان انتخاب سردسته ها جریانی منفی بود، یعنی سفاک ترین و بیرحم ترین زندانیان را به این کار بر می گزیدند. گرچه خوشبختانه گاهگاهی نیز اشتباهی در این کار روی می داد. اما علاوه بر انتخاب این کاپوها که توسط افسران اس.اس انجام می شد. یک جریان خودبرگزینی نیز دائم در میان زندانیان رواج داشت. رویهمرفته زندانیهای می توانستند زنده بمانند که پس از سالها دربدری از اردو به اردو، همه ارزشهای اخلاقی را در کشاکش برای زنده ماندن از دست داده بودند، اینها دیگر برای یک نفس زنده ماندن، از هیچ کاری ابا نداشتند، می خواهد شرافتمندانه باشد، می خواهد نباشد و حتی گاهی نیز

کارهای وحشیانه می کردند. دزدی، لو دادن دوستان و امثال آن که دیگر کاری عادی بود. ما که با کمک بخت سازگار، یا معجزه و یا علل دیگر از این معرکه جان بدر برده ایم، می دانیم آنها که از همه بهتر بودند بازنگشتند!

درباره اردوی متمرکز اسیران مطالب زیادی نوشته اند. اما در این کتاب مطالب تا آنجا مهم خواهد بود که تجربه ای شخصی باشد. کسانی که در زندان بسر برده اند در این نوشته و در پرتو دانش موجود وضع روحی خود را خواهند یافت و آنانکه هرگز زندانی نشده اند، وضع روحی زندانیان را بهتر درک خواهند کرد. بالاتر از همه، این نوشته حاکی است از تجارب عده ای ناچیز که از زندان رها شدند ولی پس از آن زندگی را بسیار مشکل دریافتند. این زندانیان پیشین غالبا می گویند «دلما نمیخواهد از سرگذشت خود گفتگو کنیم، چون برای آنها که در درون بوده اند توضیحی لازم نیست و آنها که نبوده اند نمی توانند درک کنند که ما در درون چه می کشیدیم و اینک در بیرون چه می کشیم!»

مبادرت به نشان دادن اصولی این مسئله کاری سخت است. چون مطالعه روانشناسی نیاز بقدری جدامانی علمی دارد. اما آیا کسیکه مشاهدات دوره زندانی خود را می نویسد، جدامانی لازم را دارد؟ این جدامانی برای کسیکه در بیرون بوده است مهیاست ولی او نیز نخواهد توانست چیزی از زندگی زندان بگوید که ارزشی حقیقی داشته باشد. تنها کسیکه در درون بوده است می داند چه بر او گذشته، گرچه ممکن است قضاوتش حقیقی نباشد و سنجشش از تناسب بدور و این غیر قابل اجتناب است.

من سعی می کنم از تمایل های شخصی در نوشتن این کتاب پرهیز کنم و این اشکال حقیقی نوشتن چنین کتابی است. زیرا گاهی لازم خواهد شد که شخص آن مردانگی را داشته باشد که از یک رویداد بسیار شخصی صحبت کند. اول می خواستم این کتاب را بی نام نویسنده چاپ کنم و تنها شماره زندانیم را بنویسم اما وقتی دست نویس تمام شد دیدم چنین کتابی بنام یک نویسنده ناشناس ارزشی نخواهد داشت و من باید آن شجاعت را داشته باشم که آشکارا آنچه را ایمان دارم بیان کنم. از اینرو گرچه از خودنمایی بیزارم، هیچکدام از عبارات اصلی کتاب را حذف نکردم. بعهد دیگران است که از محتویات این کتاب نظریه های خشک علمی را استخراج کنند و شاید آن خدمتی بروشن کردن روانشناسی زندگی زندانی بکند، آن روانشناسی که پژوهش در آن پس از جنگ جهانی اول آغاز شد و ما را به سندروم «بیماری سیم خاردار» آشنا کرد. اما آنچه را به تحقیق درباره روانشناسی توده می دانیم بجنگ دوم جهانی مدیونیم (من این نامگذاری را از عبارتی معروف و از کتابی به همین نام نوشته گوستا لوبون گرفته ام). جنگ دوم جهانی به ما جنگ اعصاب را داد، و آن نیز اردوی متمرکز اسیران را.

چون این کتاب شرح ماجرائیست که من بعنوان یک زندانی ساده دیده ام، لازم است از اول بگویم و با کمی غرور که من در زندان بعنوان کارشناس بیماریهای روانی و حتی بعنوان پزشک معمولی کار نمی کردم و تنها چند هفته آخر دوره زندان بود که کمی کار طبابت کردم. بعضی از همکارانم این بخت را داشتند که در درمانگاههای بسیار سرد نوارهایی را که از کاغذ باطله درست شده بود به سراپای بیماران بچسبانند. من شماره 119104 بودم و بیشتر اوقات زمین می کندم و خط آهن می گذاشتم. یکبار هم کارم کندن راه آب بود، در زیر زمین و بدون هیچ کمک. اما این کار بی اجرت نماند و پیش از سالروز میلاد مسیح در 1944 یک حواله بمن جائزه دادند. این حواله ها را شرکتهای ساختمانی که ما را تقریبا زرخیر کرده بودند صادر میکردند. هر کدام از آنها برای شرکت تقریبا نیم مارک تمام می شد و ممکن بود با آن شش سیگار گرفت، البته گاهی هفته ها بعد و گاهی نیز ارزش حواله ها از بین می رفت. روز و روزگاری من مالک مغرور حواله دوازده سیگار بودم. مهمتر آنکه می توانستم آن دوازده سیگار را با دوازده شوربا عوض کنم و گاهی این دوازده شوربا مرگ از گرسنگی را مدتها به تاخیر می انداخت.

لذت سیگار کشی مال سردسته ها بود که جیره هفتگی داشتند و شاید مال زندانیانی که سرکارگر کارهای بسیار خطرناک بودند. تنها استثنائی که وجود داشت برای کسانی بود که می ل بزنگی را از دست داده بودند و می خواستند چند روز آخر را «خوش» باشند. ما وقتی می دیدیم دوستی سیگار می کشد می دانستیم که ایمان بقدرت خود را در ادامه زندگی از دست داده است و این ایمان وقتی از دست رفت بندرت برمیگردد.

مطالعه نوشته های متعددی که از مشاهدات و تجربه های زندانیان موجود است نشان می دهد که سه مرحله و دوره واکنش روحی در زندانی پدید می آید، یکی در اوایل ورود به زندان، دیگری وقتی زندانی آلوده زندگی روزمره زندان است و سرانجام دوره رهائی. نشانه مشخص دوره اول عبارت است از شوک و تکان روحی. گاهی این تکان پیش از ورود بزندان نیز

دیده می شد و برای روشن شدن آن مثالی از تجربه شخصی خواهم گفت.

هزار و پانصد نفر چندین شبانروز با قطار سفر می کردند. در هر واگن هشتاد نفر را چپانده بودند، و هر یک روی باروبنه خود، یعنی روی آن چیزی که از سالها زندگی برایش مانده بود لم داده بود. این واگنها آنقدر پر بود که فقط در بالای شیشه ها جایی برای داخل شدن نور خاکستری سحر مانده بود. همه خیال می کردند که قطار بطرف کارخانه اسلحه سازی می رود و ما را در آنجا بکار خواهند گماشت. نمیدانستیم که هنوز در سیلزی هستیم یا به لهستان رسیده ایم. سوت قطار صدای دلخراشی داشت، گوئی ناله دردناکی بود پر از ترحم بخاطر بار غمگینی که بسوی نابودی می رفت. سوت زیادتر می شد و معلوم بود به ایستگاه بزرگی نزدیک شده ایم. یکباره فریادی از همه مسافران نگران برخاست: اشویتز! اشویتز!

قلب همه ناگهان از کار افتاد چون اشویتز مترادف بود با هراس، اتاق گاز و تنوره آدم سوزی و کشتار دسته جمعی! آهسته و گوئی با دو دلی قطار از ایستگاه گذشت مثل اینکه می خواست تا می شود هراس را در دل مسافران به تاخیر اندازد. کم کم در آن سحرگاه دورنمایی از اردوگاه بنظر رسید با برج ساعت و نورافکن و ردیفی از سیم خاردار و ستونی نیز بانگ آمرانه فرماندهان بگوش می رسید و هنوز معنی آن بر ما روشن نبود.

من بیاد چوبه های دار افتادم و سرهائی که از آنها آویزانست. سراپا هراس بودم و چه بهتر چون می بایست قدم بایست قدم با این زندگی پر از وحشت بی پایان خو گرفت.

بالاخره قطار ایستاد. خاموشی نسبی شکست و صداها ی آمرانه بلند شد. دیگر از اینجا تا وقتی زندانی بودیم، از این اردو به آن اردو، این فریادهای خشن را دائم می شنیدیم. این صداها خشونت سوهانی داشت، مانند ناله ای که از حلقوم مردمی در می آید که او را می کشتند و باز می کشتند.

درهای قطار باز شد وعده ای زندانی وارد شدند. اینها همه جامه های یک جور راه راه به تن داشتند، و سرشان از ته تراشیده شده بود. اما انگار از لحاظ خورد و خوراک به آنها بد نمی گذشت.

این زندانی ها بچند زبان اروپائی حرف می زدند و همه را با کمی طعنه و ریشخند و این عجیب بود. خوش بینی همیشگی من که غالبا حواس و عواطفم را به اختیار می گیرد بسراغم آمد که به بین این زندانیان چه روحیه خوبی دارند و گاهگاهی نیز لبخند می زنند، که می داند؟ شاید وضع ما هم آنقدرها بد نباشد.

در روانپزشکی حالتی است بنام «تصور و امید نجات» «از ستون به ستون فرجی». محکوم به مرگ درست پیش از اعدام به این خیال می افتد که ممکن است در آخرین دم، کشتنش بتاخیر افتد و سرانجام نجات یابد. ما نیز به آخرین ریسمان امید دل بسته بودیم و امید داشتیم که پیش آمد زیاد ناسازگار نباشد. گونه های سرخ و صورتهای گرد این زندانیان برای همه ما دلداری بزرگی بود. اما نمی دانستیم که این هیکل های پروار دسته های ویژه و برگزیده ای هستند که سالهای سال می زبانان اولیه زندانیانی بوده اند که روزانه به ایستگاه می رسند. این می زبانان ما و دارو ندارمان را در اختیار گرفتند، حتی چیزهای کوچک گرانبها را. اشویتز حتما در این اروپای چند سال جنگ دیده، گنجینه منحصر بفردی از زر و سیم و گوهر بوده است اما نه تنها در خزانه ها بلکه در خانه افسران نیروی اس.اس.

هزار و پانصد گرفتار را در آلودگی چپاندند که دویست نفر را به سختی می گرفت. ما همه سرد و گرسنه و خسته بودیم و جا نبود که روی زمین چمپاتمه بزنیم، دراز کشیدن که دیگر هیچ. یک تکه نان صد یا صد و پنجاه گرمی تنها خوراکی بود که طی چهار روز خورده بودیم. با همه اینها فریاد سرزندانان را می شنیدیم که بر سر یک سنجاق الماس کراوات با یکی از می زبانان پروار چانه می زند. این غنائم در آخر با نوشابه معاوضه می شد من حالا دیگر یادم نیست چند هزار مارک برای یک شب مستی لازم بود همینقدر می دانم که این زندانیان درازمدت حقا به نوشابه محتاج بودند. در این وضع و در این زندگی کیست که بتواند آنها را ملامت کند که چرا خود را تخدیر می کردند؟ افسران اس اس به یکدسته از زندانیان نیز بیدریغ نوشابه می دادند. آنها کارگرانی بودند که در اتاق گاز و تنوره آدم سوزی کار می کردند و بخوبی می دانستند که روزی دسته دیگری از زندانیان جای آنها را خواهند گرفت و خود به تنوره خواهند رفت.

تقریبا همه همسفران این تصور واهی را داشتند که روزی نجات خواهند یافت و زندگی از نو لبخند خواهد زد. اما هیچکس نمی دانست که چه حادثه ای در انتظار بود. به ما دستور دادند که اسباب خود را در قطار بگذاریم و در دو خط بایستیم، زنان یک

طرف و مردان یک طرف، و از جلو افسر ارشد اس اس بگذریم عجیب اینجاست که من جرات کردم کوله پشتیم را زیر نیم تنه ام پنهان کنم. ردیف ما نفر به نفر از جلو افسر گذشت. من فکر کردم اگر این افسر کوله پشتی را به بیند وضع بسیار خطرناک خواهد شد. از تجربه تلخ گذشته می دانستم که حداقل مرا به زمین خواهد انداخت. به این جهت راست راست راه می رفتم که بارم معلوم نشود. حالا دیگر روبرو شده بودیم. جوانی بود بلند بالا در جامه افسری بسیار تمیز و چه تضادی داشت با ما که پس از مسافرتی دراز، کثیف و پاره پوره بودیم. نگاه بسیار راحت و بی اعتنائی داشت، آرنج راستش روی دست چپش بود. دست راستش بلند می شد و با سبابه براحتی و بی تکلف به راست یا چپ اشاره می کرد. ما معنای وخیم این اشاره به راست یا چپ را نمی دانستیم همینقدر می دیدیم که بیشتر به چپ اشاره می کند.

دیگر داشت نوبت من می شد. یکی در گوشم گفت طرف راست یعنی کار، طرف چپ یعنی اردوی ویژه بیماران. اما دیگر من همه چیز را بعهده تصادف گزارده بودم. کوله پشتی باعث شد که من کمی بچپ خم شوم اما همه سعیم را کردم که راست راست راه بروم. افسر اس اس به سراپای من نگاه کرد و گوئی دودل بود مرا به کدام طرف بفرستد هر دو دستش را روی شانه های من گذاشت و من سعی کردم خود را قوی نشان بدهم. شانه ها مرا به نرمی پائین آورد، و دیدم که رویم بطرف راست برگشته و بهمان طرف رفتم.

معنای این انگشت بازی را شب برای ما گفتند. این اولین انتخاب بود، اولین فتوای مرگ یا زندگی. بسیاری از ما، یعنی نود درصد واردین فتوای مرگ بود و تا چند ساعت بعد انجام شد. آنهایی را که به طرف چپ رفتند یگراست از ایستگاه به ساختمانی برای سوزاندن بردند. بر سر در این ساختمان، چنانکه یکی از دوستانم گفت، بچند زبان اروپائی واژه «گرمابه» نوشته شده بود. وقتی زندانیان در آن داخل می شدند به هریک قطعه صابونی می دادند و بعد ... اوه، چه بهتر که لازم نیست بگویم چه بر سر آنها می آوردند چون درباره این واقعه وحشتناک بسیار نوشته شده است!

ما، این عده معدودی که نجات یافتیم در شب حقیقت قضیه را شنیدیم. من از یکی از زندانیان که مدتی در آنجا بود پرسیدم «پس همکار من پ... کجاست؟»

- بطرف چپ رفت؟

- آره

- آنجاست!

- کجا؟

با دستش بدودکشی در فاصله چند صدمتری اشاره کرد که ستونی از شعله به آسمان خاکستری لهستان می فرستاد.

دوست آنجاست، سیال در آسمانها

و مدتی گذشت تا من معنی آنرا بفهمم!

من دارم از داستان خود جلو می افتم... از نظر روانشناسی از بامداد آن روز در ایستگاه تا شام نخستین زندان راه درازی پیموده بودیم.

در حالیکه نگهبانان اس اس با تفنگ ما را دنبال می کردند، ما را از ایستگاه دواندند و از سیمهای خاردار که برق داشت گذراندند و به اردوگاه رساندند و از آنجا بردند به محلی برای شست و شو. برای ما که از انتخاب اول جان بدر برده بودیم، این حمام حمامی حسابی بود و باز این خیال از ستون به ستون فرجی به نجاتمان آمد. به خودمان گفتیم که این افسران اس اس آدمهای بدی نیستند و با ما خوب تا می کنند. اما چیزی نگذشت که فهمیدیم چرا! تا وقتی ساعت مچی و چیزهای ارزشدار داشتیم می خواستند آنها را با چرب زبانی از ما بگیرند.

آخرش چه؟ مگر بالاخره نباید اینها را بدهیم، پس چرا آنها را باین افسران خوش برخورد ندهیم، شاید آنها هم روزی تلافی کنند. همه ما را در آونکی بردند که مثل اتاق انتظار بود. افسران اس اس آمدند و روی زمین پتو انداختند که همه دارائیهای خود را و هر چه زر و زیور داشتیم روی آن بیاندازیم. در میان ما هنوز هالوهائی بودند که از زندانیان مجربی که برای کمک آمده بودند می

پرسیدند آیا می شود حلقه عروسی یا یک قطعه نشان یا علامت خوشبختی را نگه داشت؟ اما کسی خیال نمی کرد که همه چیز را، یعنی همه چیز را از آدم بگیرند.

من به یکی از زندانیان قدیمی اطمینان کردم و یواشکی بطرفش رفتم. لوله کاغذی را که در جیب نیم تنه ام بود نشان دادم و گفتم «این نوشته حاصل یک عمر کار علمی من است. من می دانم تو خواهی گفت همینقدر راضی باشم که از این جا جان سالم بدر ببرم و جزو آن و بهتر از آن نباید از سرنوشت انتظاری داشته باشم، اما چه کنم دست خودم نیست، باید هر طور شده این نوشته را نگه دارم، می فهمی؟» آری داشت می فهمید، به آرامی پوزخندی زد. اول معنی رحم داشت، بعد مسخره، بعد دشنام و سرانجام لعنتی گفت که بسیاری از پرسشهای مرا پاسخ داد، لغتی که همیشه در گفتار زندانیان وجود داشت ... «ریدم» در آن دم حقیقت آشکاری را درک کردم و این اولین واکنش روانی بود. دیگر با زندگی گذشته خود وداع کردم.

یکباره جنب و جوشی میان اینهمه آدمی که پریشان و با رنگ پریده ایستاده بودند پیدا شد. فریادهای خشن آمرانه برخاست. ما را بطرف حمام کشاندند و همه دور یک افسر جمع شدیم. وقتی همه رسیدند فریاد زد که «من با ساعت خود درست دو دقیقه به شما وقت می دهم. در این دو دقیقه همه شما لخت می شوید و هر چه دارید همانجا که ایستاده اید به زمین میاندازید، هیچ چیز را با خود بجز کفش و کمربند یا بند شلوار و شاید شکم بند نمی برید. من از الان شروع می کنم».

با عجله وبدون فکر زندانیان جامه های خود را کردند هر چه بیشتر وقت می گذشت عصبانی تر می شدند. جامه ها را با ولنگاری بیشتری می انداختند. آنوقت اولین صدای تازیانه را شنیدیم، تازیانه چرمی بر بدنهای برهنه!

ما را رمه وار به اتاق دیگری بردند و همه موهایمان را تراشیدند. از آنجا به حمام رفتیم و دوباره ما را به خط کردند. چه تعجبی که دیدیم آب درست و حسابی به بدن ما می خورد.

وقتی منتظر حمام بودیم این برهنگی درسی بما داد. دیدیم که دیگر هیچ چیز بجز این بدنهای برهنه بیمو نداریم، تنها دارائی ما همین موجود برهنه ما بود! دیگر برای ما چه مانده بود که ما را با زندگی سابقمان مربوط کند؟ برای من عینکم ماند و کمربندی و آن کمربند را بعدها با قطعه نانی مبادله کردم. برای شکم بند داران تعجب دیگری در چنته بود. شامگاه زندانی ارشدی که مامور کلبه ما بود بما «خوش آمد» گفت و نطق مفصلی کرد و در آن به شرفش سوگند خورد که خود او شخصا هر کسی را که پول یا سنگ قیمتی به شکم بندش دوخته باشد بدار خواهد آویخت و با تکبر اضافه کرد که قوانین زندان به او اجازه چنین کاری را می دهد. درباره کفش مسئله آنقدرها آسان نبود آنها که کفشهای خوبی داشتند باید می دادند و کفشهایی می گرفتند که غالبا به پایشان نمی خورد. مکافات اصلی نصیب کسانی شد که چکمه داشتند و به پیشنهاد ظاهرا مهربانانه زندانیان ارشد ساق آنرا بریده و جای بریده را صابونی کرده بودند که معلوم نشود انگار افسران اس اس منتظر همین بودند. کسانی که این «خیانت» را کرده بودند ؛ بردند اتاق پهلوی و ما تا مدت‌های صدای ضربه تازیانه و ناله این زندانیان را می شنیدیم.

بدین ترتیب بسیاری از تصورات ما، یکی بعد از دیگری واهی بنظر آمد و پس از آن همه ما یک حالت بی عاری پیدا کردیم. می دانستیم که دیگر چیزی نمانده که از دست بدهیم بجز این بدنهای مسخره وار برهنه.

وقتی آب از دوش می ریخت همه ما شروع کردیم بخنده و شوخی درباره خودمان و دیگران. بالاخره هر چه باشد آنچه از دوش می ریخت آب بود، آب درست و حسابی!

علاوه براین شوخی و بی عاری عجیب ، حس دیگری نیز ما را فرا گرفت و آن کنجکاو بود. من یکبار دیگر نیز در موقعیتی خطرناک در کنجکاو محو شده بودم ؛ چون آن واکنشی اساسی بود در برابر وضعی عجیب و آن وقتی بود که در کوهنوردی، در بالای کوه، سنگ از زیر پایم در رفت و در آنموقع فقط در این فکر بودم که آیا سالم به زمین خواهم رسید یا با سر و دست شکسته.

این کنجکاو سرد، حتی در اشویتز هم به سراغ ما می آمد و در نتیجه افکارمان را از اطراف و اطرافیان جدا می کرد و باعث می شد به این زندگی به عنوان واقعیتی نگاه کنیم. در آن زمان این طرز فکر برای ما نوعی محافظ بود، همه دلمان می خواست ببینیم بعدا چه اتفاقی خواهد افتاد و حاصل و نتیجه آن چه خواهد شد. مثلا وقتی لخت و عور در آن سرمای لرزاننده اواخر پائیز خیس از حمام درآمد و در هوای آزاد ایستاده بودیم تنها حسی که داشتیم کنجکاو بود. می خواستیم ببینیم آیا سینه پهلوی خواهیم کرد یا نه؟ این کنجکاو چند روز بعد تبدیل به تعجب شد چون هیچکدام نچائیدیم.

و از این شگفتیها برای تازه وارد بسیار بود! آنها که پزشک بودند زودتر از هر چیز دیگر فهمیدند که کتابهای درسی پراز دروغ است!

جائی گفته شده که آدمیزاد نمیتواند بدون خواب بیش از ساعات معینی زنده بماند... کاملاً دروغ است.

من خیال می کردم تاب خیلی چیزها را ندارم. مثلاً بدون این چیز یا آن چیز خوابم نمی برد یا اگر فلان چیز را نداشته باشم نمی توانم زندگی کنم... ثابت شد خیال غلطی است.

شب اولی که در اشویتز بودیم بر بسترهایی از الوار خوابیدیم. بر هر تخته چوب که دو متر و نیم تا سه متر درازی داشت نه نفر آدم بدون ملافه خوابیدند و هر نه نفر دو پتو داشتند. ما همه پهلوی به پهلوی و در بغل هم می خوابیدیم که در آن سرمای هولناک هیچ گرمایی به هدر نرود. گرچه بردن کفش به خوابگاه ممنوع بود، بعضی ها آنرا جای بالش زیر سر می گذاشتند. اگر این کفشهای پر از گل و لای و کثافت نبود مجبور بودیم سر را روی بازوی دردناک رگ به رگ شده بگذاریم. با وجود این مشقتها همه خوب خوابیدیم و این فراموشی و آسایش موقتی از درد خود نعمتی بود.

دلم می خواهد چند مورد از این شگفتیها را بیان کنم تا روشن شود چه اندازه سخت جان بودیم:

غذاهای ما بسیار بد و کم و بدون ویتامین کافی بود و مسواک هم نداشتیم ولی لثه های ما از پیش سالم تر بود. یک پیراهن را شش هفت ماه پشت سر هم یعنی تا وقتی نشانی از پیراهن بودن داشت می پوشیدیم و روزهای روز نمی توانستیم خود را بشوئیم چون لوله آب یخ زده بود. با اینهمه زخمهایی که در دست از کار در گل و کثافت داشتیم چرک نکرد. البته آنها که انگشتهای دست یا پایشان سرمازده بود موضوع دیگری بود.

آنها که قبلاً خوابشان سبک بود و مثلاً از کوچکترین صدائی از اتاق مجاور از خواب می پریدند حالا مجبور بودند پهلوی کسی بخوابند که صدای خرخش تا چند متر شنیده می شد و با وجود آن راحت و آسوده می خوابیدند.

اگر کسی امروز از ما مفهوم و مفاد گفتار داستایوسکی را بپرسد که گفت «آدمیزاد موجودی است که به هر چیز خو می گیرد» می گوئیم «آری ولی نپرسید چطور!» اما این کتاب هنوز به آن مرحله از تحقیق روانشناسی زندانیان نرسیده و ما زندانیان نیز در بدو ورود به زندان در دوره واکنش ابتدائی روانی خود بودیم.

خیال خودکشی حتی به مدت کوتاهی هم شده بسر همه ما افتاده بود. این حاصل ناامیدی از وضع موجود، خطر دائمی مرگ و دیدن مرگ دوستان بود. من بخاطر عقاید مبرمی که داشتم و بعداً به میان خواهم گذارد، روز اولی که به اردو رسیدم با خود شرط کردم که خود را به سیم خاردار نزدم. معمولترین وضع خودکشی در اردو این بود که زندانیان با شتاب بطرف سیم خاردار می رفتند و برق پر زور داشت بدونند. برای من گرفتن این تصمیم زیاد هم سخت نبود، خودکشی چه فایده داشت زیرا برای هر اسیر احتمال زنده ماندن با آن شرایطی که حکمفرما بود و با محاسبه تمام عوامل بسیار کم بود و هیچکس اطمینان نداشت که از همه انتخابات زنده برگردد. زندانی اشویتز در مرحله اول تکان روحی، از مرگ بیمی نداشت و حتی اتاق گاز نیز پس از چندی دیگر برای کسی هراسناک نبود.

دوستانی که بعدها دیدم بمن گفتند که من از آنانی نبودم که در ورود به زندان ناراحتی شدیدی از خود نشان دادند. می گویند فقط لبخند می زدم. روز دوم ورود بزمندان اتفاقی افتاد که این مسئله را نشان می دهد با وجود قدغنهای اکید که زندانی نباید از محوطه ای به محوطه دیگر برود یکی از همکاران که چند هفته زودتر از ما اسیر شده بود از کلبه ما دیدن کرد. او آمده بود به ما دلداری دهد و راه و چاه کار را بیاموزد. با قدری مزاح و حالتی حاکی از «باری به رجعت» با کمال عجله چند نکته را به ما آموخت و رفت ... «از انتخاب نترسید و ناراحت نباشید، دکترم ... رئیس پزشکان اس اس مواظب دکترهاست». (این دروغ بود چون یکی از زندانیان که شصت سال داشت و پزشکی چند کلبه را بعهده گرفته بود بمن گفت چگونه این آقای دکترم... التماس او را برای نجات پسرش از مرگ با گاز با کمال سردی رد کرده بود). و ادامه داد که «اما یک چیز یادتان باشد ... هر روز و تا ممکن است ریشتان را بتراشید، حتی اگر اینکار را با شیشه شکسته بکنید، حتی اگر لازم باشد نان روزانه خود را بدهید و چیزی برای تراشیدن ریش بگیرید. اینکار هم شما را جواتر نشان می دهد و هم صورتتان را سرختر... اگر می خواهید زنده بمانید تنها یک راه دارد ... باید بدر کار بخورید. مثلاً اگر کف پایتان تاول بزند و موقع راه رفتن بلنگید، افسر اس اس شما را از صف جدا می کند و روز بعد باتاق گاز می فرستد».

«میدانید «مومن» یعنی چه؟ یعنی کسیکه قیافه مفلوکی دارد و ناخوش و مرد نیست و نمی تواند کار طاقت فرسا بکند - به او می گویند «مومن». دیر یا زود گذار هر «مومنی» باتاق گاز می افتد. پس یادتان باشد که اگر هر روز ریشتان را بتراشید و راست بایستید و صاف راه بروید نباید از گاز ترسی داشته باشید. من می دانم که شما دیروز وارد شده اید و هنوز خسته هستید. با وجود آن علتی نمی بینم که از گاز بترسید، شاید فقط تو ...» و آنوقت بمن رو کرد «امیدوارم از آنچه به صراحت گفتم ناراحت نشوی» و دوباره رو را بدیگران کرد و گفت «از میان شما او تنها کسی است که باید از انتخاب بعدی بترسد، باقی بی خود می ترسند.» و من لبخند زدم ... و اکنون مطمئن هستم هر کس دیگر بجای من بود همین کار را می کرد.

این گفته لسینگ است که " حوادث و اتفاقاتی باعث می شود که شما عقل خودتان را گم کنید وگرنه اصلاً عقلی ندارید که گم کنید". واکنش غیر طبیعی در برابر وضعی غیر طبیعی رفتاری طبیعی است. حتی ما روانپزشکان انتظار داریم واکنش فرد در برابر یک امر غیر طبیعی، مانند فرستادن به تیمارستان و یا آسایشگاه بیماران روانی، رفتاری غیر طبیعی باشد و هر قدر فرد سالمتر باشد شدت غیر طبیعی بودن این واکنش بیشتر است. واکنش انسان در برابر اسارت نیز از نظر روحی واکنشی غیر طبیعی است، اما اگر به حقیقت بنگریم طبیعی بنظر خواهد آمد زیرا چنانکه بعداً نشان خواهیم داد، واکنشی است عادی در برابر وضع موجود.

این واکنش چنانکه تشریح کرده ام، پس از چند روز تغییر کرد. زندانی از مرحله اول به دوم رسید. مرحله دوم مرحله بیدردی و بی حسی و خونسردی نسبی بود. در اینحال زندانی به مرحله ای از مرگ احساسات می رسید.

بجز واکنشهایی که تا کنون گفته ام، زندانی تازه وارد عذاب احساسات و عواطف دیگری را نیز تحمل می کرد و سعی می کرد همه را در خود بمیراند. اول از همه می ل و نگرانی بیکران او بود برای خانه و خانواده خود. گاهی فشار این عواطف بقدی حاد بود که می دید دارد از حسرت دق می کند. پس از آن تنفر و بیزاری بود، تنفر از زشتی محیط، حتی محیط ظاهری!

به اکثر زندانیان جامه هائی داده بودند پاره پاره که مترسک سر خرمن در برابر آن بسیار برازنده جلوه می کرد. میان کلبه ها پر از کثافت بود و هرچه آدم بیشتر آنها تمیز می کرد بیشتر با کثافت تماس پیدامی کرد. یک کار معمولی این بود که تازه رسان را وادار کنند مستراحها را پاک کنند و مدفوع را بیرون بریزند. اگر در سراسیمی مدفوع بصورت آدم ترشح می کرد، و این بکرات اتفاق می افتاد، هر نشانه ای از انزجار و یا پاک کردن صورت باعث می شد که کاپو به آدم تازیان بزند. و باین ترتیب می راندن همه واکنشهای طبیعی تسریع می شد.

در اول، وقتی زندانی صف زندانیانی را که به مجازات می رفتند، می دید، روی خود را برمیگرداند. نمیتوانست ببیند که این اسیران ساعتها در گنداب بالا و پایین بروند و تازیانه بخورند. اما روزها یا هفته ها بعد روحیه عوض می شد. در بامداد، وقتی هنوز هوا تاریک بود، زندانیان در برابر دروازه می ایستادند و آماده حرکت می شدند. آدم فریادی می شنید و می دید رفیقش را بزمین می اندازند. چرا؟ چون تب سخت داشت و آنموقع بدرمانگاه رفته بود او را تنبیه می کردند چرا ناخوش است، چرا نمی تواند کار کند. آن زندانی که به مرحله دوم واکنش روحی خود رسیده بود دیگر رویش را برنمی گرداند، دیگر احساسات و عواطف او کند شده بود و این حادثه را بدون هیچگونه حسی تماشا می کرد.

نمونه دیگر اینکه زندانی در درمانگاه ایستاده بود و امید داشت بعلت تورم پا یا تب شدید دو روز کار آسان به او بدهند. می دید پسری دوازده ساله را آورده اند که مجبورش کرده بودند ساعتها در سرما بحال خبردار بایستد و پا در برف و یخ با پای برهنه کار کند. چون در اردو کفشی که به پای او بخورد نبود و بناچار همه انگشتان پایش سرما زده بود. پزشک با انبرک انگشتهای قا نقارایا زده او را یک به یک می کند و این زندانی بدن هیچ حرکت و واکنشی ایستاده بود و تماشا می کرد. نفرت، هراس و رحم دیگر در این تماشاخانه وجود نداشت. رنج، مرده و می رنده چنان مسئله عمومی شده بود که دیگر به کسی تاثیری نمی گذاشت، دیگر کسی را تکان نمیداد!

من مدتی در کلبه بیماران تیفووسی کار می کردم. غالب آنها تب شدید داشتند و هذیان می گفتند و بسیاری از آنها رو به مرگ بودند. وقتی یکی از آنها مرد چیزی دیدم که بعدها تکرار شد. زندانیان یک به یک به این بدن هنوز گرم نزدیک می شدند. یکی وامانده سیب زمینی پخته اش را برداشت، یکی کفش چوبینش را، یکی نیم تنه اش را درآورد و یکی دیگر خوشحال بود که ... فکرش را بکنید ... یک متر نخ بدست آورده! من همه اینها را بدون هیچ احساسی تماشا کردم و سرانجام به " پرستار " گفتم او را ببرد. او هم دو پای جسد را بلند کرد و کشان کشان از میان دو ردیف بیمار تیفووسی در زمین ناهموار گذراند. دو پله ای که در جلو کلبه بود، همیشه باعث

زحمت می شد و چون همه ما از بی خوراکی ضعیف شده بودیم نمیتوانستیم بدون تکیه کردن به در، از این پانزده سانتیمتر رد شویم. این مرد به پلکان رسید. با زحمت اول خود را بالا کشد، بعد جسد را، اول دو پا را بعد تنه را و پس از سر و صدای زیاد سر را کشان کشان از پله ها رد کرد. من در کلبه مجاور بودم و پهلوی پنجره نشسته با دست سرد کاسه شوربای گرم را گرفته بودم و آنرا سر می کشیدم. تصادفاً چشمم به این منظره افتاد و دیدم که جسد با چشمهای ذق زده به من نگاه می کند. دو ساعت پیش از آن با این آدم حرف زده بودم و حالا به آرامی کاسه شوربای خود را لیس می زدم.

اگر این بی حسی و بی عاطفه ای از نظر شغلی باعث شگفتی من نشده بود امروز آنرا کاملاً فراموش کرده بودم چون واقعاً حسی و عاطفه ای در نگاه من وجود نداشت.

خونسردی، بی عاطفه ای، کند شدن احساسات و این حس که دیگر آدم به چیزی اهمیت نمی دهد، علائمی بود که در مرحله دوم واکنش روحی زندانیان پدیدار می شد و سرانجام آنان را در برابر آزارها و تازیانه های هر روز و هر ساعت کرخ می کرد. بوسیله این کرخ شدن و حس نکردن، زندانی خود را با غلافی محافظ می پوشاند.

هر انگیزه ای باعث تازیانه زدن می شد و گاهی نیز هیچ انگیزه ای لازم نبود. مثلاً گاهی نان را در موقع کار می دادند و برای گرفتن آن بخط می ایستادیم. یکبار مردی پشت سر من کمی به راست منحرف شده بود. این بی قرینه گی در نظر نگهبان اس اس ناپسند آمد. من نمیدانستم که پشت سرم چه خبر است و حتی نگهبان را هم ندیدم. اما ناگهان دو ضربه محکم به سرم خورد و آنوقت بود که نگهبان را دیدم و تازیانه اش را. در این قبیل مواقع درد بدنی نیست که واقعاً آدم را رنج می دهد. بلکه آنچه انسان را ناراحت می کند، عذابی است روحی بعلت ظلم و بیدادگری و این در مورد بزرگسالان همانقدر صادق است که درباره کودکان.

عجیب اینجاست که آن ضربه هائی که نشان نمی گذارد گاهی تاثیری سوزان تر از ضربه هائی دارد که نشانی بجا می گذارد. روزی در برف شدید در خط آهن ایستاده بودم. با آنکه برف شدیدی می بارید ما را بکار واداشتند زیرا تنها راهی که برای گرم شدن وجود داشت کار کردن بود. من فقط یک لحظه دست نگه داشتم که نفس تازه کنم و به بیل تکیه کردم. بدبختانه درست همان آن، چشم نگهبان به من افتاد و خیال کرد تنبلی می کنم. مردک دید بهتر است اصلاً چیزی به من نگوید، به من، به این هیکل لاغر و نزاری که در جامه ژنده شاید در نظرش شباهت مبهمی با آدمیزاد داشت. بجای حرف و تازیانه و فریاد هوسبازانه سنگی برداشت و بمن پرتاب کرد. دردی که از این کار او به من عارض شد درد فحش و تازیانه و تشر نبود. کاری که او با من کرد کاری بود که برای جلب توجه چهاربایان می کردند نه با آدمیزاد، به حیوانی که آنقدر با آن کم رابطه دارید که حتی مجازاتش نیز نمی کنید!

دردناکترین اثر این تازیانه ها توهین هائی بود که در برداشت. یکبار مجبور بودیم الوارهای بزرگ و سنگین را در راههای یخ زده بدوش بکشیم. اگر یک نفر سر می خورد نه فقط خودش بخطر می افتاد بلکه همه آنهائیکه آن الوار را حمل می کردند به زمین می خوردند. یکی از دوستان من نقص مادرزادی داشت و خوش بود که با وجود این نقص باز هم می تواند کار کند چون هر که نقصی داشت در همان محک اول بسراغ مرگ رفته بود. من دیدم که او در این راه لیز پر از یخ الواری سنگین بدوش لنگ لنگان می رود و مثل اینکه دارد می افتد و همه را با خود می اندازد. چون هنوز نوبت من برای الوارکشی نشده بود بی اختیار به کمک او دویدم. فوراً تازیانه ای محکم به پشت من خورد و به من دستور داده شد بجای خود برگردم. همین آقای نگهبانی که مرا زد چند دقیقه پیش از آن به ما گفته بود: "شما گرازها اصلاً حس همکاری ندارید!"

بار دیگر در سرمائی در حدود منهای بیست درجه، در جنگل زمین می کشیدم که لوله آب بگذاریم. زمین یخ زده و بسیار سفت بود و منمهم آنروزها از لحاظ جسمی بسیار ناتوان شده بودم. سرکارگری فرا رسید که گونه های سرخ و سر و صورتش، آدم را بیاد خوک می انداخت. خودش را حسابی پوشانده بود و دستکش بسیار قشنگ و گرمی بدست داشت. مدتی با سکوت بمن نگاه کرد و من حس کردم دارد بلائی بسرم می آید زیرا مقدار خاکی که کنده بودم پیدا بود. یکدفعه صدایش درآمد که "ای خوک! از صبح مواظبت بودم، یادت می دهم چطور کار کنی و امیدوارم با دندانانت زمین را بکنی تا مثل حیوان جان بدهی، سر دو روز حسابت را می رسم. تو اصلاً یکروز هم در عمرت کار درست و حسابی نکرده ای، چه کاره بوده ای، تاجر؟"

دیگر کار از آن حد گذشته بود که من به این چیزها اهمیتی بدهم اما نمی شد این تهدید به قتل را شل گرفت. راست ایستادم و صاف بچشمش نگاه کردم و گفتم:

"پزشک بودم، پزشک کارشناس"

- "چی، دکتر، حتماً خیلی پول درآورده ای"

- "بیشتر کار من رایگان بود، در درمانگاه بینوایان!"

اما انگار خیلی حرف زده بودم، خودش را انداخت روی من و مرا زمین انداخت و دیوانه وار شروع کرد به داد و بی داد کردن و دیگر یادم نیست که در آن داد و بی دادها چه گفت. این حادثه غیر مهم را گفتم تا نشان دهم گاهی آزار و دشنام حتی زندانی حواس کنده شده را نیز به جوش می آورد اما نه فقط بخاطر آزار یا درد بلکه بخاطر توهین، آنموقع خون بسرم دوید؛ چون دیدم مجبورم به کسی گوش دهم که آنقدر خشن و لوده است که پرستار در مانگاه سر پایی بیمارستان من، او را حتی به اتاق انتظار هم راه نمی داد و باید اعتراف کنم وقتی اینرا به زندانیان دیگر گفتم رضایت کودکانه ای بمن دست داد.

خوشبختانه سردسته ما بمن دینی داشت. او از من خوشش می آمد که به داستانهای عاشقانه و مشکلات خانوادگی گوش می دهم این داستانها را در راههای دورودرازی که روزانه برای کار می رفتیم می گفت و من با تشخیصی که از وضع روحی او داده بودم و با دستورهای روانپزشکی، تأثیری در او گذاشته بودم. او به کرات از من تشکر کرده بود و این برای من ارزش داشت. بارها، در پنج ردیف اول صف، جائی پهلوی خودش برای من نگه می داشت و این خیلی مهم بود. دسته ما معمولاً دویست و هشتاد نفر داشت و ما می بایست سحرگاهان، وقتی هوا هنوز تاریک بود در صف بایستیم که به محل کار برویم. همه از این می ترسیدند که دیر برسند و ناچار در ته صف قرار بگیرند. اگر کار بسیار سختی پیدا می شد سر دسته ارشد معمولاً افراد لازم را از ته صف می گرفت و آنها مجبور بودند بجای دیگر بروند و کاری طاقت فرساتر در زیر دست نگهبانان غریبه انجام دهند. گاهی نیز افراد لازم را از اول صف برمی گزیدند تا به آنها که زرنگی کرده بودند درسی بدهند و هر اعتراضی را با مشت و لگد جواب می دادند.

اما تا وقتی سردسته من احتیاج به درد دل داشت خیال من راحت بود. دوستی او فایده دیگری نیز داشت. مثل همه زندانیان من دچار ورم پا شده بودم. پاهایم آنقدر متورم بود و پوست آن آنقدر کشیده شده بود که بسختی زانوهایم تا می شد. مجبور بودم بند کفشم را باز بگذارم که پایم در کفش برود. اگر جوراب هم داشتم در کفش برایش جائی نمی ماند. این پاهای نیمه برهنه ام همیشه خیس بود و کفشهایم پر از برف و هر قدم برداشتنی با درد همراه بود. وقتی در راههای پر از برف راه می رفتم کفشان یخ می زد و دائم سر می خوردم. هر وقت کسی سر می خورد آنهایکه دنبالش بودند می لغزیدند و همه روی هم می افتادند. آنوقت ستون توقف می کرد اما نه زیاد. چون یکی از نگهبانان فوراً بکار می افتاد و با ته تفنگ آنقدر زندانیان را می زد تا همه برمی خاستند. طبعاً آدم اگر در صف جلو بود کمتر مجبور می شد توقف کند و کمتر مجبور بود با پای پر از درد و ورم بدود که بصف برسد. من بسیار سعادتمند بودم که پزشک مخصوص عالیجناب کاپو شده بودم و با او در اول صف راه می رفتم.

پاداش دیگری که برای خدمت بمن می داد این بود که هر وقت ناهار را در محل کار می دادند نوبت من که می رسید ملاقه را در ته ظرف شویا می زد و چند دانه لپه نصیب من می شد. این سردسته که افسر سابق ارتش بود این شجاعت را داشت که در آن روز دعوا در گوش سرکارگر بگوید که من کارگر استثنائی بسیار خوبی هستم. این تعریف فایده زیادی نکرد اما بالاخره یکی از چندین موردی بود که جانم را نجات داد. روز بعد نیز پنهانی مرا برای کار به گروه دیگری فرستاد.

سر کارگرانی نیز بودند که با ما هم دردی داشتند و می کوشیدند اقبالاً در محیط کار وضع ما را راحت تر کنند. اما آنها هم دائم می گفتند که یک کارگر معمولی چندین برابر ما کار می کند و در زمانی کمتر. آیا این سرکارگران می دانستند که کارگر معمولی با روزی سیصد گرم نان (و غالباً کمتر) و نیم لیتر شوربای آبکی زندگی نمی کند و در تحت فشارهای روحی ما نیست، از خانواده خود خبر دارد و یا با آنها زندگی می کند؟ خانواده های ما همه یا به زندان های دیگر رفته بودند یا به تنوره های مشتعل! آیا کارگران معمولی هر روز و هر ساعت در تهدید مرگ بودند؟

چنانکه گفتم بعضی از سرکارگران نسبتاً مهربان بودند و من یکبار جرات کردم و به یکی از آنها گفتم "اگر در همان مدت زمانی که من از تو راهسازی یاد گرفتم تو از من جراحی مغز بیاموزی خیلی برایت احترام خواهم داشت" او نگاهی کرد و پوزخندی زد.

بی دردی، مهمترین علامت مرحله دوم، و وسیله لازمی بود برای دفاع شخصی. حقیقت در نظر همه ما تار شده بود و همه مساعی و حواس و عواطف بیک مسئله توجه داشت، بقای نفس و نگهداری دوستی عزیز... وقتی در شامگاه زندانیان رمه وار به اردو برمی گشتند بسیار معمولی بود که بهم بگویند "چه خوب که یکروز دیگر هم گذشت!"

به آسانی می توان فهمید که در این شرایط روحی و فشار و کشمکش دائم برای زنده ماندن، زندگی روحی زندانیان به مرحله بدوی

تنزل یافته بود. چند نفر از همکاران من که از روانکاو سر رشته داشتند این مسئله را "سیر قهقرائی روحی" می نامیدند، یعنی بازگشت به نوع ابتدائی تری از زندگی روحی. برای زندانی آرزوها و خواهش ها در خواب ظاهر می شد. زندانی معمولاً چه چیزی را در خواب می دید؟ نان، شیرینی، سیگار، حمام زیبا و گرم. چون این امیال ساده در بیداری برآورده نمیشد در خواب خودنمایی می کرد. اما اگر این خوابها سودی داشت چیز دیگری بود. چون زندانی از این رویاهای شیرین برمی خواست خود را در حقیقت جانگداز زندگی اردوگاهی می یافت، و چه تلخ و سوزان بود تفاوت آن رویا و این حقیقت ناگوار!

هرگز فراموش نمی کنم که شبی از فریاد هم قطاری بیدار شدم. این بیچاره ظاهراً گرفتار کابوس شده بود. من همیشه بحال کسانیکه خواب وحشتناک می دیدند افسوس می خوردم و خواستم او را بیدار کنم. یکباره دست خود را پس کشیدم. در آن دم بخوبی پی بردم که رویا هر قدر هولناک باشد به ناگواری و تلخی زندگی واقعی ما نخواهد بود و من می خواستم او را از آن رویا به این زندگی بازگردانم.

طبیعی بود که بعلت کم خوراکی شدید، فکر زندانیان دائم به آن مشغول باشد. اکثر زندانیان وقتی پهلوی هم کار می کردند و کسی آنها را نمی پائید از خوراک حرف می زدند. از هم می پرسیدند چه خوراکی را دوست دارند و بهم دستور خوراک پزی می دادند. گاهگاهی نیز برنامه خوراک روزی را تهیه می کردند که آزاد شده اند، روزی در آینده دور که به خانه و زندگی خود برگشته اند. این صحبتها تا وقتی ادامه می یافت که بوسیله شماره مخصوص یا رمزی خبر می رسید که "نگهبان در راه است".

من همیشه صحبت درباره خوراک را مضر می دانستم. آیا اشتباه نیست که بدن را با این توضیحات و تصاویر خوش آیند خوراکیهای لذیذ تحریک کنیم و بعداً مجبور شویم با جیره های زندان بسازیم؟ گرچه ممکن است این گفتگوها باعث آرامش روح شود ولی بدون شک این تصورات واهی در برابر حقیقت آشکار زندگی تلخ بی خطر نخواهد بود....

در اواخر دوره زندان جیره عادی روزانه ما عبارت بود از شوربائی بسیار آبکی که روزی یکبار می دادند و قطعه کوچکی نان، علاوه بر آن جیره باصطلاح "اضافی" عبارت بود از بیست گرم کره گیاهی یا یک برش کالباس بسیار بد، یا یک تکه کوچک پنیر، یا کمی عسل ساختگی یا یک قاشق مربای آبکی. از لحاظ کالری و با درنظر گرفتن کارهای سنگین و بی پوشاکی و دائم در معرض چایمان بودن، این غذا بسیار ناچیز بود. تازه، جیره بیمارانی که تحت "مواظبت مخصوص" بودند، یعنی اجازه داشتند بجای کار در آلونک دراز بکشند از اینهم کمتر بود.

وقتی آخرین لایه های بافت چربی زیر پوست ما آب شد، مانند اسکلتنی بودیم که در کهنه پیچیده باشند. می دیدیم که داریم حسابی تحلیل می رویم. بدن ما پروتئین خودش را هضم کرده بود و همه ماهیچه ها از بین رفته و دیگر بدن هیچگونه قدرت مقاومتی نداشت. اعضاء جامعه کوچک ما یکی بعد از دیگری می مردند. هر کدام ما به حساب نسبتاً دقیق می توانست بگویم که نوبت کیست و نوبت خود او کی خواهد رسید. از بس بیماری و مرگ و می دیده بودیم علائم را بخوبی می شناختیم و پیش بینی ها غالباً درست درمی آمد. در گوش هم می گفتیم "این یکی ما ندنی نیست" و یا "نوبتش رسیده". پیش از خواب وقتی پیراهن خود را در می آوریم و شپش می جستیم، چون بدنهای برهنه خود را می دیدیم همه به این فکر می افتادیم که "این بدن، بدن من، جسدی بیش نیست، چه بر سر من آمده؟ من چیزی جز خرده ای از انبار گوشت و پوست انسانی نیستم.... انباری در می انه سیمهای خاردار و انباشته در چند کلبه گلی. هر روز بخشی از این انبار می گندد چون بیجان شده است!"

پیش از این گفتم که صحبت از خوراکیهای لذیذ بحثی بود که برو برگرد نداشت و فکر خورد و خوراک همیشه وارد مغز زندانیان می شد. همه ما در آرزوی زمانی بودیم که دوباره خوراکیهای خوب بخوریم. اما این آرزو فقط بخاطر نفس خوراک نبود. بلکه آرزوی آن روز و روزگاری بود که این زندگی دون بشری ما، که خیال دیگری بجز خوراک برایمان نگذاشته بود سپری شود. کسانیکه چنین روزهایی را ندیده اند به سختی می توانند تصادم جانفرسای اراده و عذاب روحی مردی را که از گرسنگی بحال مرگ است درک کنند. آنها هرگز نخواهند فهمید وقتی آدم درگودالی ایستاده و گوشش به صدای سوت است که ساعت 9/30 تا 10 صبح یعنی نیم ساعت استراحت ناهار اپرا اعلام کند چه بر سرش می آید. در این موقع و تا وقتی نان وجود داشت، نان جیره بندی را می دادند. آدم دائم از سرکارگر..... اگر سرکارگر مهربانی بود - ساعت را می پرسید.

آنوقت، نانی را که در جیب داشت نوازش می داد، اول با انگشتهای یخ زده بی دستکش آن را لمس می کرد، بعداً لقمه ای از آن را می کند و بدهان می گذاشت و سرانجام، با آخرین اراده ای که در او مانده بود آنرا دوباره در جیب می گذاشت، چون با خود عهد بسته بود

که تا غروب آنرا نگه دارد. ما مدتها بحث می کردیم که چگونه می شود از خوردن این گرده نانی که در اواخر دوره زندان فقط روزی یک بار می دادند، لذت برد. در این موضوع دو مکتب فکری وجود داشت. یک عده معتقد بودند باید فوراً این نان را خورد زیرا اقلأً روزی یک بار هم شده این دردشدید گرسنگی برای مدتی ساکت می ماند. علاوه بر آن وقتی نان را خوردیم نه گم خواهد شد و نه دیگر کسی می تواند آنرا بدزد. دسته دیگر عقیده داشتند که این گرده نان را باید لقمه لقمه کرد و بتدریج خورد و منهم باین دسته پیوستم.

هولناک ترین وقت در زندگی اسارت، موقع بیدار شدن بود، وقتی که در آن بامداد هنوز تاریک، بانک ناهنجار بیداری برمی خاست و ما را از خواب حاصل از خستگی و از آن امیدهای عالم خواب می پراند. آنوقت شروع می کردیم به ور رفتن با کشفهای تری که بپاهای باد کرده و زخم نمی رفت. فریادهای دردناک و آه و ناله زندانیان شنیده می شد، یکی از درد پا و دیگری از آنکه پایش را سیمی که جای کفش بسته بود بریده است. یک روز صبح هم قطاری که معمولاً آرام و شجاع بود مثل بچه ها زارزار گریه می کرد که پایش از زور ورم بکفش نمی رود و مجبور است با پای برهنه روی برف کار کند. در این موقع اسفناک من بخود آرامش دادم و لقمه ای نان خشک از جیب درآورده و با لذت به دهان گذاشتم.

بی غذائی گرچه سبب می شد همیشه بفکر خورد و خوراک باشیم، شاید علت کاهش می ل جنسی در میان زندانیان بود. علاوه بر تاثیرات اولیه تکان روحی، شاید بی غذائی تنها علت دیگری برای این پدیده بود که می ل جنسی در میان زندانیان بطور آشکاری وجود نداشت. روانشناسان دریافته بودند که با مقایسه با هر اردوی دیگر که از مردان تشکیل می شود مانند سربازخانه و امثال آن، انحرافات جنسی در میان این زندانیان بسیار ناچیز بود. زندانی حتی در خواب نیز به مسائل جنسی توجه نداشت ولی احساسات بی کام مانده و عواطف عالیتز او همواره در خواب تجلی می کرد.

برای غالب زندانیان این زندگی بدوی وسیع وافی در جان بدر بردن، هر حس دیگری را که با آن رابطه نداشت کند کرده بود و به این جهت است که اکثر آنها رویهم رفته هیچگونه احساساتی نداشتند. من این را وقتی بخوبی دریافتم که از اشویتز به اردوگاهی وابسته به داکاو می رفتیم. قطاری که ما دو هزار نفر را می برد از وین می گذشت. نزدیکی های نیمه شب به یکی از ایستگاههای راه آهن وین رسیدیم. قطار از خیابانی می گذشت که من در آن سالهای سال، یعنی تا وقتی گرفتار شدم زندگی کرده بودم. پنجاه نفر در کوپه ما بودند و این کوپه دو پنجره بسیار کوچک سیمی داشت. فقط برای چمباتمه زدن عده کمی جا بود و باقی مجبور بودند ساعتها بایستند. وقتی قطار به نزدیک شهر رسید همه بطرف پنجره حمله کردند.

من نوک پا ایستاده بودم و از روی سر سایرین از لای می له های این پنجره کوچک به بیرون نگاه می کردم. فقط یک آن، یک لحظه بسیار کوتاه شهر دوران کودکی و جوانی خود را دیدم. همه ما مثل مرده شده بودیم چون قطار بطرف موتوسن می رفت و می دیدیم که بیش از یکی دو روز از عمرمان باقی نیست. من در این خیال بودم که خیابان و گذرگاهها و خیابان دوران کودکی خود را با چشم مرده ای که از دنیای دیگر برگشته می نگریم. پس از ساعتها تاخیر قطار از ایستگاه راه افتاد، و آنوقت آنجا، خیابان را دیدم، خیابان خانه خودم را. برای این پسران جوان که سالها اسارت کشیده بودند، تماشای شهر و خیابان، هر شهر و خیابانی حادثه بزرگی بود. چشمشان را از روزنه برنی گرداندند و نمی گذاشتند یک آن هم شده من نگاه کنم. من التماس کردم بگذارند جلو بایستم و لحظه ای به بیرون گاه کنم. گفتم که چقدر آن نگاه، در آنوقت برای من پر از معناست. این التماس را با خشونت و ریشخند پاسخ دادند که "می گوئی سالها آنجا بوده ای؟ پس هر چه باید ببینی دیده ای!"

رویهمرفته در مسائل فرهنگی نیز بین زندانیان خمودی وجود داشت ولی دو مسئله از این موضوع مستثنی بود. یکی سیاست بود و دیگری مذهب. در اردو همیشه از سیاست بحث می شد. هر روز صبح زندانیان شایعات را با حرص و ولع بهم می گفتند و شایعات مربوط به جنگ غالباً ضد و نقیض بود. این ضد و نقیض ها یکی پشت سر دیگری می آمد و به جنگ اعصاب که مغز و روح اسیران را فرا گرفته بود کمک بیشتری می کرد. بارها امید پایان یافتن سریع جنگ که از فکر خوش بین ها تراوش کرده بود به یاس بدل شد و دیگر خیلی ها امیدی نداشتند. این خوش بینان بالفطره ناراحت کننده ترین هم نشینان بودند و بدتر از همه این واهی بودن امید دائمیشان!

اما علایق مذهبی به عمق و سرعتی که در زندان تجلی کرد، نشا نه ای از حد اعلا صمیمیت بود. ژرفا و نیروی این ایمان، همه تازه واردان را به شگفتی می انداخت. موثرترین اینها، دعاها و مراسمی و پا شکسته ای بود که در تاریکناهی کلبه ها و

در تنگنای اربابه هائی که گاهگاه ما را به کار می برد یا باز می گرداند، برگزار می کردیم، خسته و گرسنه و رنج آلود با جامه ژولیده ولی غرق ایمان!

در زمستان و بهار 1945 شیوع بیماری تیفوس تقریباً همه زندانیان را گرفتار کرده بود. مرگ و می ر در میان رنجورانی که مجبور بودند تا وقتی روی پاها یشان بندند کار کنند، زیاد بود. جائیکه بیماران رو به مرگ را خوابانده بودند بسیار نامناسب بود. نه دوائی بود و نه توجهی. بعضی از علائم این بیماری در زندان بسیار خطرناکتر و دلخراش تر از دنیای خارج بود. مثلاً بی می لی به غذا و حمله خوفناک سرسام، خطر بیشتری را برای بیمار ایجاد می کرد. یکی از بدترین موارد وقتی بود که دوست من گرفتار سرسام شده بود و خیال می کرد دارد می می رد و می خواست دعائی بخواند و در اینحال کلمه ای بنظرش نمی آمد.

من برای آنکه گرفتار کابوس نشوم، سعی می کردم همه شب را بیدار بمانم. عده دیگری نیز همین کار را کردند. ساعتها خودم را بیدار نگه می داشتم و در فکر خود سخنرانی تهیه می کردم. سرانجام شروع کردم دوباره کتابی را بنویسم که در روز اول زندان، در اتاق گندزادی زندان اشویتز از من گرفته بودند. این بار کلمات مهم آن را بر پاره کاغذی نوشتم.

گاهگاهی نیز جلساتی علمی در زندان برپا می شد. یکبار نیز چیزی دیدم که گرچه با حرفه ام ارتباطی داشت برایم بسیار تازه بود و آن عبارت بود از احضار ارواح آنهم در زندان. سرپزشک اردو که خود از زندانیان بود و می دانست که من روانپزشک هستم مرا به این جلسه دعوت کرد. جلسه دراتاق کوچک او در "بیمارستان" برپا شد و عده انگشت شماری آنجا بودند، و زا آنجمله و بر خلاف قانون افسر مامور تنظیم. منشی اردو روی زمین نشسته و کاغذی سفید در برابرش بود اما معلوم نبود که خیال نوشتن داشته باشد. یکی از زندانیان با وردی شبیه به دعا کار را آغاز کرد و مدتی ادامه داد. این جلسه فقط ده دقیقه طول کشید چون پس از آن مدیوم دیگر نتوانست با ارواح رابطه پیدا کند. در این ده دقیقه مداد منشی به آهستگی خطی در صفحه کشید که بوضوح "VAE V." را در آن می شد خواند. ثابت شد که منشی هرگز زبان لاتین نخوانده بود و هرگز جمله *VAE VECTIS را ننشیده که یعنی "وای بر مغلوب". اما بعقیده من او روزگاری این عبارت را شنیده و بدون اینکه یادش باشد در مغزش مانده و در آن شب به "روح" یعنی ضمیر نا آگاه او بازگشته بود. این حادثه چند ماه قبل از پایان جنگ و آزادی ما بود..... وای بر مغلوب!

با وجود محکوم بودن به زندگانی روحی و بدنی بدوی، زندگانی در این اردوهای متمرکز گاهی زندگی روحانی را عمیق تر می کرد. اشخاص حساسی که به زندگی فکری غنی عادت داشتند در زندان بسیار زجر می کشیدند. گرچه اینها غالباً ساختمان بدنی لاغر و ضعیفی داشتند؛ کمتر به وجود اصلی و درونی آنها زیانی رسید. آنان می توانستند از محیط وحشتزای زندگی خارج، بدرون دنیای غنی افکار و خیالات خود پناه ببرند. شاید به همین دلیل بود که بعضی از زندانیان ضعیف الجثه بهتر از زندانیان فربه و گوشت آلود دوران سخت زندان را تحمل کردند. برای روشن شدن مطلب باز از تجربه شخصی گفتگو می کنم تا معلوم شود که مثلاً در آن بامدادهای تاریک که ما رابکار می کشیدند چه بر سر ما می آمد.

بانک آمرانه ای برمی خاست که:

خبردار، دسته بجلو، قدم به پیش

چپ، دو، سه، چار!

چپ، دو، سه، چار!

چپ، دو، سه، چار!

چپ، دو، سه، چار!

بازو راست!

چپ و چپ و چپ و چپ!

سرها بی کلاه!

این کلمه ها هنوز درگوش من طنین می اندازد. وقتی فرمان "سرها بی کلاه" می رسید داشتیم از دروازه اردوگاه بیرون می رفتیم. در آن تاریکی صبح نورافکن ها را به ما می تاباندند و هر کسی را که درست راه نمیرفت لگد می زدند. وای به حال آنها که از زور سرما پیش از اجازه، کلاه را بسر گذاشته بودند.

ما در آن تاریکی، در کوره راهی که پر از صخره و گودال بود می لغزیدیم و نگهبان داد می زد و ما را با ته تفنگ می راند. آنها که

پایشان خیلی ورم داشت به شانه پهلوییهای خود تکیه می کردند. بندرت کسی حرفی می زد، مگر در آن سرما کسی تاب حرف زدن داشت؟ اما ناگهان مردی که دنبال من بود بجلو آمد. نصف صورتش را از سرما در یقه برگشته نیم تنه اش پنهان کرده بود. سرش را به طرف من آورد و آهسته درگوشم گفت: "اگر زنهامان ما را در این وضع ببینند! ای کاش وضع آنها در اردوهایشان بهتر از این باشد و هرگز نفهمند ما چه کشیده ایم". این جمله ها مرا بیاد زخم انداخت. هزارها متر، افتان و خیزان در این راه پر از یخ می رفتیم. یا می افتادیم یا دیگری را بلند می کردیم. هیچیک دیگر حرفی نزدیم اما می دانستیم که هر دو در فکر همسرمان هستیم. گاهی من به آسمان نگاه می کردم، ستارگان کم رنگ تر می شدند و نور پشت گلی صبح در پشت یک پرده تاریک ابر پخش می شد. اما فکر من به تصویر خیالی همسرم بسته بود. در حقیقت او را می دیدم، با او حرف می زدم و او جواب می داد. دیدم که لبخندی زد، لبخند من چهره آرام و صمیمی و امید دهنده! حقیقت یا مجاز چهره او درخشانتر از خورشیدی بود که از پشت ابر برمی خاست. خیالی مرا در جای خودم خشک کرد. اولین بار بود که حقیقت را چنانکه در ترانه های آنهمه شاعر و در افکار آنهمه اندیشمند هست دیدم، این حقیقت را که . . . عشق هدف غایی زندگی است و بزرگترین مقصودی است که بشر می تواند آرزو کند. آنوقت معنای بزرگترین رمزی را که شعر انسانی و فکر انسانی و ایمان اظهار کرده است دریافتم که "نجات انسان در عشق و با عشق است".

در آن بامداد و در آن حال دریافتم که اگر همه چیز را از انسان بگیرند باز هم حتی اگر یکدم باشد می تواند خوشبخت بماند، یعنی به محبوب خود بیاندیشد. در بیچارگی شدید وقتی مرد نمیتواند هیچ کار مثبتی انجام دهد، وقتی تنها کار شایسته این است که رنجهای خود را شرافتمندانه تحمل کند، در چنین حالی می تواند با تصویر عاشقانه که از محبوب در ضمیر دارد خود را راضی و شاد نگه دارد. در آن بامداد اولین باری بود که معنای این جمله را دریافتم که می گوید: "فرشتگان همواره در اندیشه شکوهی بی پایان غرقند". در برابر من مردی لغزید و آنها که در پشت او بودند رویش افتادند. نگهبان بجلو آمد و همه را تازیان زد و فکر من بدنای خارج برگشت. اما دوباره روحم مرا بدنای دیگر برد و با محبوب خود به گفتگو پرداختم. از او پرسشهایی کردم و او پاسخ داد، او پرسید و من پاسخ دادم. "ایست"!

به محل کار رسیده بودیم. همه با شتاب به آلونک دویدند که بیل و کلنگ بهتری دست و پا کنند. "شما گرازها نمیتوانید بجنید؟" و دیگر هر کدام ما توی گودال روز پیش رفته بودیم که زمین بکنیم. گل یخزده در زیر فشار کلنگ می شکست و گاهی نوک کلنگ جرقه می زد. همه ساکت بودند و مغزشان کرخت شده بود. اما من همچنان در خیال همسرم بودم. در این موقع از خاطرم گذشت که عشق از وجود مادی معشوق فراتر می رود و معنی حقیقی خود را در وجود روحانی او می یابد، در خودی درون او، چه حاضر باشد چه نباشد، چه زنده باشد، چه مرده. من نمی دانستم که زخم زنده بود یا نه و هیچ راهی هم برای فهمیدن نداشتم چون در دوران اسارت نه نامه ای می رفت و نه می آمد. اما در آن دم فرقی نمیکرد. هیچ چیز نمیتوانست از نیروی عشق من بکاهد و تصویر خیالی او را در نظرم تار کند. اگر آنموقع می دانستم که وی مرده است شاید بازهم بی هیچ خللی در آن تصویر روایی محو می شدم و آن گفتگوی روحی همچنان آشکار و زیبا بود. "مرا چون مهری بر قلب خود بگذار" که عشق به زورمندی مرگ است!

تمرکز به این زندگی درونی، زندگی با خود، برای زندانیان پناهگاهی و کمکی بود. این تمرکز آنها را تا اندازه ای از زیست تهی و فقر روحی آسایش می داد و با بازگشتن به گذشته حال را از یاد می برد. وقتی مهار فکر آزاد می شد تصور با وقایع گذشته بازی می کرد. خاطره غم آلود زندانی به بسیاری از این وقایع کوچک و بی اهمیت درخشش و تابش می داد و آنها را بطور عجیبی زیبا می ساخت. دنیای این وقایع دنیایی بسیار دور بنظر می رسید و روح مشتاقانه آنرا می جست. من در فکر به اتوبوس سوار می شدم، در خانه را باز می کردم، به تلفن جواب می دادم، چراغ را روشن می کردم. افکار غالباً به این چیزهای بسیار جزئی می اندیشید و گاهی خاطره اش ما را به گریه می انداخت.

وقتی فکر به زندگی درونی می پرداخت، زیبایی و هنر و طبیعت را بهتر از پیش درمی یافت و در زیر اثر آنها گاهی زیست هولناک خود را از یاد می برد. اگر کسی ما را در راه میان اشویتز به اردوئی در باواریا، هنگامیکه از سالزبورگ می گذشتیم دیده بود که چگونه از لای پنجره سیمی کامیون به قله کوههایی که از روشنایی می درخشید نگاه می کنیم هرگز نمیتوانست باور کند که ما زندانیانی بودیم بدون امید به زندگی. علیرغم آن وضع و شاید بخاطر آن همه محو زیبایی طبیعت بودیم، آن زیبایی که جایش مدتها در دلمان خالی

بود! در زندان نیز گاهی زیبایی طبیعت ما را خیره می کرد. مثلاً گاهی خورشید فرورونده شامگاهی که از لای درختان جنگل باواریا بی دریغ می تابید (مانند نقاشی آب رنگ دورر Durer) همه را مات زیبایی می کرد. در همین جنگل زیبا ما یک کارخانه پنهان اسلحه سازی ساخته بودیم.

شامگاهی در کلبه خود لمیده بودیم، خسته و کوفته و کاسه شورها در دست. دوستی به شتاب بسوی ما دوید که غروب آفتاب را تماشا کنیم. آسمان پر بود از ابرهائی که هر لحظه به رنگی در می آمد، گاهی آبی فولادی و گاهی سرخ خونی و چه تضادی داشت با کلبه های گلی خاکستری ما. در آب مانده های گودال، تصویری از آسمان و ابر می درخشید. در آن غروب همه جا زیبا بود و ما خاموش به آنها نگاه می کردیم. ناگهان پس از این خاموشی پر از تاثیر و الهام، یکی از زندانیان به دیگری گفت "آه که دنیا می تواند چه زیبا باشد".

بار دیگر باز در گودال بکار مشغول بودیم، سحر خاکستری بود و اطراف خاکستری - آسمان خاکستری و برف نیز در پرتو نور سحر دریل خاکستری می نمود. پاره پاره ها ئیکه در تن زندانیان بود خاکستری می زد و صورتشان خاکستری بنظر می اید. دنیائی بود خاکستری فام و من در این دنیا با همسرم گفتگو می کردم و شاید دنبال این می گشتم که دلیلی برای زندگانی خود، برای این مرگ تدریجی بیابم. در این تلاش بر ضد نومیدی و مرگ پدیدار زودرس، ناگهان دیدم که روانم گوئی غلاف اندوه را شکافته است. دریافتیم که روانم از این دنیا و زندگانی بی معنا اوج گرفت. صدائی شنیدم که به پرسش من که آیا در خلقت مقصودی غائی وجود دارد "آری" گفت. در همان دم از کلبه ای دهاتی نوری درخشید. نوری درافق چون پرده ای نقاشی در آن بامداد خاکستری باواریا "و نوری در تاریکی می درخشد"

ساعتها ایستادم و با بیل و یخ ور رفتم. نگهبان رد شد و مرا بدشنام گرفت و من دوباره با همسر خود راز و نیاز می کردم. دیگر بنظرم می آمد که او آنجاست و می توانم دستش را بگیرم، این حس بسیار قوی بود، او آنجا بود. درست در همان لحظه پرنده ای روی تل خاکی که کنده بودم نشست، بالش را گسترد و بمن خیره شد.

پیش از این از کارهای هنری در زندان صحبتی کردم. باید دید شخص چه چیزی را هنر می داند. مثلاً گاهگاهی نمایشهائی در زندان داده می شد. موقتاً یکی از آلودنکها را خالی می کردند و چند نیمکت چوبی را بهم می چسباندند. صحنه ای درست می کردند و بعضی از زندانیان برنامه ای انجام می دادند. کاپوها و آنهائیکه کار آسانی داشتند و یا تا محل کارشان راه زیادی نبود می آمدند و می نشستند که کمی بخندند، یا گریه کنند و در هر حال، در مدمت کوتاه نمایش، روز و روزگار خود را فراموش کنند. در این برنامه ها آواز بود و شعر و شوخی و گاهی هم کنایه های دو پهلوی از وضع اردو. گاهی آنقدر این اجتماعها جالب توجه بود که زندانیان معمولی با آنهاهم خستگی بازهم می آمدند. گرچه می دانستند که با اینکار وقت گرفتن خوراک شبانه از دست خواهد رفت.

روزها در نیم ساعتی که برای ناهار داشتیم، و آنرا کنترات چی ها می دادند و می کوشیدند تا حد امکان ارزانتر تمام شود، همه به یک اتاق خالی ماشین خانه می رفتیم و تا وارد می شدیم به هر یک از ما یک ملاقه شوربای آبکی می دادند. گاهی درهمین نیم ساعت وقتی ما شورها را حریصانه سر می کشیدیم یکی می رفت روی کرسی و یک آریای ایتالیائی می خواند و همه ما غرق لذت می شدیم. خواننده نیز مطمئن بود جایزه ای خواهد گرفت یعنی یک ملاقه دیگر شورها و این دفعه "از ته پاتیل" یعنی با لپه!

گاهی دست زدن نیز بی اجرت نمی ماند. مثلاً ترسناک ترین کاپوها بخاطر همین دست زدن با من نظر خوشی داشت و شاید اگر از او چیزی می خواستم می داد. خوشبختانه هیچ وقت احتیاجی به او پیدا نکردم چون به چندین علت او را کاپوی آدم کش لقب داده بودند. داستان از این قرار است: یکبار دیگر من افتخار حضور در جلسه احضار ارواح را داشتم و باز هم بر خلاف قانون افسر مامور تنظیف آنجا بود. کاپوی آدم کش نیز سرزده وارد شد و همه از او خواهش کردند، یکی از اشعارش را که در اردو به آن مشهور یا از آن رسوا شده بود بخواند.

هیچ احتیاجی به اصرار نبود چون فوری بلند شد و دفترچه ای بغلی مثل تقویم از جیبش درآورد و شروع کرد به خواندن آن نمونه های بارز هنری! من برای آنکه نخندم آنقدر لبم را گاز گرفتم که زخم شد. اما وقتی شعرش تمام شد در دست زدن بسیار سخاوت کردم. اگر مامور دسته او می شدم حتماً کاروبارم روبراه بود. گرچه قبلاً یکروز زیر نظر او کار کرده بودم و همان یک روز برای یکعمر کافی

بود. اما عیبی نداشت که کاپوی آدم کش با شخص نظر خوبی داشته باشد به این جهت هر چه زور داشتم گذاشتم روی دست زدن. اما اصولاً پیگیری هر کار هنری در زندان بسیار سخت بود. می توان گفت تاثیر واقع بینانه ای که هنر بر انسان می گذاشت رنج تضاد خیره کننده ای بود که میان آن هنر و زندگانی وحشتناک اردوگاهی وجود داشت. هرگز یادم نمی رود شب دومی که در اشویتز بودم ناگهان صدایی مرا از خواب عمیق حاصل از خستگی بیدار کرد. زندانبان ارشد مهمانی داشت و صدای مستان و آواز مبتذل آنها خواب را بر من حرام کرد. اما یکدفعه همه خاموش شدند. در دل شب ویولونی یک تانگوی بسیار اندوهگین نواخت، آهنگی غیر معمولی که با نواختن زیاد ارزش خود را از دست نداده بود. ساز می گریست و قسمتی از منم با او. زیرا در همان روز، در جای دیگری شخصی به بیست و چهار سالگی می رسید، این شخص در نقطه دیگری از اردوی اشویتز زندگی می کرد، شاید پانصد متر، و شاید هزار متر آنطرف تر ولی کاملاً دور از دسترس. آن شخص همسر من بود!

اگر بودن چیزی به عنوان هنر در زندان شگفت آور باشد، شوخی و مزاح گو اینکه بندرت صورت می گرفت شگفت آورتر است. شوخی یکی دیگر از اسلحه های روح است برای حفظ نفس، و بخوبی پیداست که بیش از هر چیز دیگری برکناری لازم را به شخص خواهد داد که حتی اگر به مدت کوتاهی نیز باشد بر هر وضعی چیره شود. به یکی از دوستان که با من در ساختمان کار می کرد یاد داده بودم شوخی کند. هر یک از ما سعی می کردیم روزی یک شوخی از آنچه ممکن است در آینده، یعنی اگر آزاد شویم، برایمان اتفاق افتد بسازیم. وی جراح بود و شغل معاونت یکی از بیمارستانهای بزرگ را داشت. در این شوخیها به اشکال می شد حوادث زندان را از یاد برد. در محل ساختمان هر وقت ناظر به بازرسی می پرداخت سرکارگر دایم فریاد می زد بجنید! یکی از شوخی هایی که من برای او ساختم این بود که دوباره به شغل سابق خود برخواهد گشت و روزی که مشغول جراحی بسیار حساس معده است یکباره در اتاق عمل باز می شود و سرپرستار سراسیمه به اتاق عمل می دود و فریاد می زند که "بجنب، بجنب" یعنی رئیس بیمارستان فرا رسیده. گاهی زندانیان یگر نیز داستانهای خوشمزه ای درباره آینده می ساختند، یکی از آنها این بود که شبی به میهمانی بزرگی خواهند رفت، وقتی برایشان سوپ می ریزند، بی اختیار به خانم میزبان فریاد می زنند "از ته ظرف، از ته ظرف" ! کوشش در برانگیختن فریحه بذله گوئی و دیدن وقایع در پرتو نوری از مزاح، حيله ايست استادانه در فن زندگي و زنده ماندن. این حيله را در اردوی اسارت نیز می توان آموخت و بکار برد. برای اینکه مطلب واضح شود باید گفت که رنج انسانی رفتاری شبیه به رفتار گاز دارد. اگر مقدار معینی گاز را با تلمبه وارد اتاقی کنیم، همه اتاق را یکنواخت پر خواهد کرد و ربطی به بزرگی و کوچکی اتاق ندارد. رنج و ماتم نیز چه بزرگ و چه کوچک بهمان طریق جان انسانی را دربر خواهد گرفت، اندازه و شدت رنج مسئله ای نسبی است. به مین علت می توان گفت که یک حادثه کوچک می تواند روح انسان را پر از شادی کند. داستانی که برای ما در راه میان زندان اشویتز و زندان دیگری وابسته به داکاوی روی داد موید این مسئله است. معمولاً ما می ترسیدیم که قطار به موتوسن برود چون از آن اردو داستانهایی بسیار خوفناک شنیده بودیم. وقتی به نزدیک پلی بر دانوب رسیدیم بلدها گفتند که این پل به موتوسن می پیوندد. هیچکس نمیتواند تصور کند وقتی قطار از پل نگذشت و "فقط" بطرف داکاو رفت چه پایکوبیها و شادیها برپا شد. وقتی پس از دو روز و سه شب مسافرت با قطار بداکاو رسیدیم، آنهم در قطاری که جای نشستن نبود و نیمی از مسافران می ایستادند تا نیمی دیگر بر روی حصیرهای کهنه ای که از ادار انسانی خیس شده بود چمباتمه بزنند، شنیدیم که این اردوی نسبتاً کوچک با دوهزار و پانصد جمعیت تنوره و گاز ندارد. دیگر از خوشحالی سر از پا نمی شناختیم. دیدیم اگر کسی "مومن" شد نمیتواند او را یکراست به اتاق گاز بفرستند و باید صبرکنند که "دسته بیماران" پر شود تا به اشویتز بفرستند. این خوشحالی غافل گیرانه، همه را مست کرده بود. دیدیم که آرزوی سرزندانان اشویتز به حقیقت پیوسته و بجائی رفته ایم که "دودکش" ندارد. این خوشحالی باعث شد آنهمه زجری که در ساعتهای بعد کشیدیم به ما اثری نکند و باز هم می خندیدیم و شوخی می کردیم. وقتی تازه رسان را شمردند یکی کم بود، ما را در بیرون در باران و سرما نگه داشتند تا گم شده پیدا شود و سرانجام معلوم شد که از فرط خستگی و کوفتی در کلبه ای به خواب رفته است. این حاضر و غایب کردن بصورت مجازات درآمد و آن شب و روز بعد خسته و خیس در بیرون ایستادیم ولی خوش بودیم چون اینجا دودکش نداشت و تا اشویتز هم خیلی راه بود.

روزی دسته ای از محکومین بزهکار را دیدیم که از کارگاه ما می گذشتند و آنروز به نسیی بودن همه رنجهای پی بردیم. به زندگی نسبتاً مرتب و خوش این جانیان غبطه می خوردیم زیرا آنها حتماً حمام داشتند و مسواک دندان و ماهوت پاک کن لباس و بالش زیر سر،

یکی برای هر نفر، هر ماه هم چای از بستگانشان نامه ای می آورد یا اقلاً خبر می آورد که زنده اند یا نه. ما همه این نعمت ها را مدتی بود از دست داده بودیم. گاهی نیز به کسانی که در کارخانه و محیط سر بسته ای کار می کردند، حسد می بردیم. همه ما دلمان می خواست از این بختها نصیب ما نیز بشود. حتی آنها که در بیرون کار می کردند به کسانی رشک می ورزیدند که کار سبکتری دارند و مجبور نبودند ما نند ما روزی دوازده ساعت در گل و شل و زمین سر اشیبی، چاله های زیر راه آهن را خالی کنند، چون بیشتر تصادفات روزانه در این کار روی می داد و غالباً کشنده بود.

در دسته های دیگر، گاهی سرکارگر بیخودی زندانیان مشت و لگد می زد و دشنام می داد. ما از این خوشبختی نسبی که گرفتار چنین سرکارگرانی نیستیم شکرگزار بودیم. یکدفعه از بدی بخت، کار من به یکی از آنها افتاد و و اگر پس از دو ساعت آژیر وضع را بهم نزنه بود شاید مرا روی تابوت به اردوگاه برمی گرداندند چون در همان دو ساعت مرا حسابی خونین و مالین کرده بود. هیچکس نمیتواند تصور کند که آژیر چه خوشحالی بزرگی به من داد. شاید مشت بازی که زنگ پایان دور را می شنود و می بیند که از مشت خطرناک حریف زورمند جان به سلامت برده است آنقدر خوشحال نشود.

چیزهای کوچک و بی اهمیت گاهی به ما خوشی بی حدی می داد. مثلاً خوش بودیم که پیش از رفتن به بستر وقت شپش کشی داریم. اینکار خودش لذتی نداشت چون ناچار بودیم در آن سرما، در آلودگی که یخ از سقفش آویزان بود لخت بنشینیم. اما تا وقتی که آژیر برنخاسته و چراغ ها را خاموش نکرده بودند خوش بودیم چون اگر اینکار را نمی کردیم مگر می شد از خارش تن خوابید، این خوشی های کوچک زندان به همه ما یکنوع شادی منفی یا بقول شوپنهاور "آزاد از رنج بردن" می داد آنها بطور نسبی، خوشی حقیقی و مثبت بسیار نادر بود. یادم هست من ترازنامه ای درست کرده بودم و خوشی ها را در آن یادداشت می کردم وقتی آن را بررسی کردم دیدم هفته ها گذشته و من فقط دو لحظه خوشی داشته ام.

یکی از آنها روزی بود که بعد از کار برای غذا رفتم و به خطی افتادم که زندانی آشپز ف . . . غذا می داد. این آشپز پشت پاتیل بزرگی ایستاده و به هر زندانی که رد می شد بی آنکه به او نگاه کند، یک ملاقه شورا می داد. دوست و همشهری سرش نمی شد که سیب زمینی را بیکی بدهد و آب خالی را به دیگری.

اما داوری کار من نیست. به من مربوط نیست که چرا بعضی از زندانیان دوستان خود را به دیگران ترجیح می دادند، کیست که در این دنیای وانفسا و کشمکش میان مرگ و زندگی کسی را ملامت کند و بر او سنگ اندازد* که دوست خود را بدیگران ترجیح داده است. تنها کسی می تواند چنین قضاوتی بکند که نخست باکمال صداقت از خود بپرسد که در تحت چنین شرایطی آیا خود او جز این می کرد؟

مدتها پس از آنکه به زندگی معمولی برگشتم، و آن زمانی دراز پس از آزادی بود، یک نفر عکس از مجله ای هفتگی بمن نشان داد که در آن زندانیان روی تخت خوابیده و میبخت به دوربین نگاه می کردند.

"آیا این زندگی" این صورتهای مات بهت زده وحشتناک نیست؟" پرسیدم چرا؟ - زیرا واقعاً علتی نمی دیدم.

در آن لحظه همه وقایع زندان از نظرم گذشت، ساعت پنج بامداد، هنوز بیرون تاریک بود. من در یک کلبه گلی روی تخته چوبی خوابیده بودم. هفتاد نفر از ما بیمار بودیم و نمی توانستیم کار کنیم و مجبور بودیم در گوشه این کلبه کوچک و سرد بمانیم و چرت بزنیم و به انتظار جیره نان روزانه (که سهم بیماران کمتر بود) و یک ملاقه شورا (که مال بیماران همیشه سرخالی بود) باشیم. همه بهم چسبیده بودیم که یک ذره گرما تلف نشود آنقدر ناتوان و تنبل بودیم که یک انگشت را هم تا لازم نبود نمی جنبانیدیم. وقتی بانگ خشن و سوهانی سر دسته را از بیرون می شنیدیم که شبکاران رسیده را حاضر و غایب می کند خوشحال بودیم که در بیرون نیستیم. در این هنگام در یکباره باز شد و باد و بوران و برف کلبه را لرزاند. همکاری خسته و کوفته و سراپا برف آلود به آرامی به کلبه خزید که خود را کمی گرم کند اما زندانبان او را به بیرون راند چون بر خلاف قانون بود که تا حاضر و غایب تمام نشود کسی به داخل برود. من دلم برای او سوخت اما خوشحال بودم که بیمارم و می توانم در جای خود لم بدهم و چرت بزنم. فکر می کردم چه سعادت است آن دو روز بیماری و شاید دو روز دیگر بعد از آن دو روز.

وقتی به عکس نگاه می کردم همه این خاطرات دوباره بنظرم آمد و چون داستان را گفتم شنوندگان دریافتند که چرا برای من آن چهره ها هولناک نبود. کسانی که در عکس دیده می شدند اساساً ناراضی نبودند.

روز چهارمی که در کلبه بیماران بودم مرا به شبکاری انداختند. اما سرپزشک با عجله آمد و از من خواست که برای کار پزشکی اردوی

دیگری که عده زیادی بیمار تیفوسی داشت داوطلب شوم. بر خلاف نصیحت همه دوستان که خود چنین کاری را نپذیرفته بودند، تصمیم گرفتم بروم. می دیدم از این کاری که می کنم پس از مدتی خواهم مرد، اما اگر باید مرد چرا نباید علت و معنائی در آن مرگ باشد. دیدم بهتر است به عنوان پزشک بمیرم و تا زنده ام درد دوستان را التیام بخشم تا آنکه زندگی گیاهی موجود را دنبال کنم و سرانجام در این بیگاری جان دهم. برای من، این حساب دو دو تا چهار تا بود نه فداکاری. اما بعد شنیدم که افسرمامور تنظیف دستور داده است به دو پزشکی که داوطلب درمان بیماران تیفوسی شده اند تا نرفته اند "برسند". ما آنقدر ضعیف شده بودیم که می ترسید بجای دو پزشک دو لاشه دیگر روی دستش بماند.

پیش از این نوشتم که هر چیزی که با وظیفه اصلی و آنی زنده ماندن و دوستی عزیز را زنده نگه داشتن، رابطه نداشت ارزش خود را از دست می داد. هر چیز دیگر فدای این منظور می شد. گرایش و منش و رفتار هر فرد دمامد در گرد این مسئله دور می زد و در تحت فشار عذاب روحی این خیال بود که همه ارزشهای اخلاقی بی معنی جلوه می کرد. در محیطی که ارزشی انسانی و ارزشی برای انسان بجا نمانده بود، در محیطی که اراده را از آدمیزاد سلب کرده بود و او را چیزی برای از بین رفتن ساخته بود، یعنی تا رمقی داشت از او کار می کشیدند و بعد جاننش را می گرفتند؛ در چنین محیطی، ضمیر انسان همه ارزشهای اخلاقی خود را ازدست می داد.

اگر کسی در زندان با از بین رفتن این ارزشها مبارزه نمی کرد و همه کوشش خود را بکار نمی برد که این یک جو عزت نفسی را که باقی مانده است بیدار نگه دارد، حس انسان بودن را از دست می داد، آن حسی را که انسانی است و فردی، فکری دارد و آزادی درونی و ارزشهایی مشخص، او دیگر جزئی و قسمتی می شد از توده ای بزرگ و به زندگانی حیوانی سقوط کرده بود. این توده بزرگ را رمه وار گاهی از یک جابجایی دیگر و از آنجا باز بجای دیگر می بردند، گاهی همه را با هم و گاهی تنها، مانند گله ای گوسفند و بدون اختیار. عده ای محدود ولی خطرناک نیز از دور و از همه طرف مواظب این رمه بودند، عده ای که همه فنون آزاررسانی را می دانستند. آنها دائم رمه را حرکت می دادند، بجلو، به عقب و با فریاد و مشت و لگد. و ما گوسفندان، تنها به دو چیز می اندیشیدیم، چگونه از چنگال سگان هار بدر رویم و چگونه نانی بخور و نمیر گیر آوریم. و مانند گوسفندانی که در میان رمه جمع می شوند همه سعی داشتیم در وسط جمعیت باشیم. در وسط هم از مشت و لگد نگهبانان که در دو طرف و جلو و عقب ستون بودند راحتتر بودیم و هم از سرمای شدید کمی امان داشتیم. برای زنده بودن لازم بود خود را در جمعیت حل کنیم و اینکار را دانسته یا ندانسته انجام می دادیم. این برای اطاعت از قانون ننوشته ولی لازم الاجرای زندگی اردوگاهی بود که بقای نفس ایجاب می کرد زیاد بچشم نیائیم و ما همواره سعی می کردیم از جلب توجه افسران اس. اس جلوگیری کنیم.

اما گاهی لازم می شد از جمعیت بگریزیم. زندگی اجباری داخل جمعیت که همیشه همه کار آدم علنی است گاهی میل مقاومت ناپذیری برای تنها بودن، حتی اگر چند ثانیه و چند دقیقه هم باشد، در انسان ایجاد می کند. زندانی آرزو داشت گاهی تنها باشد، با خودش و با فکرهايش، دلش برای تنهایی لک می زد. پس از انتقال به اردوی باصطلاح "استراحت" من این بخت نادر را یافتم که گاهی پنج شش دقیقه تنها باشم. پشت کلبه گلینی که کار می کردم و پنجاه بیمار تیفوسی را در آن جا داده بودند محل آرامی درکنار دو ردیف سیم خاردار وجود داشت. چادری با چند تیرک و شاخه درخت درست کرده بودند که پنج شش لاشه یعنی شماره معمولی مرگ روزانه اردو را جا می داد. نزدیک آنها چاهکی بود که بر آن سرپوشی چوبین گذارده بودند. من هر وقت کاری نداشتم بر روی این سرپوش می نشستم و به تپه های باواریا خیره می شدم و مشتاقانه به عالم رویا می رفتم. افکارم بشمال و شمال شرقی می رفت. بسوی خانه وشهرم، اما از آنجا که نشسته بودم چیزی جز ابر پیدا نبود. جسدهای نزدیک من و شپشهایی که بر آنها لول می زد مرا ناراحت نمی کرد. فقط گاهی فریاد نگهبان یا صدائی که مرا به بالین بیماری می خواند یا مژده رسیدن سهمیه دارو رویا را می برید. سهمیه دارو عبارت بود از پنج یا ده قرص آسپرین برای چند روز پنجاه بیمار. من سهمیه را دریافت می کردم، به بیماران سری می زدم، نبضشان را می گرفتم و به بیماران سخت نصف قرص می دادم. به آنهایکه پا به مرگ بودند دوائی نمیدادم. دوا برای آنها چه فایده ای داشت. آنها را برای کسانی می گذاشتم که امیدی به زنده ماندنشان بود. برای بیماران سبک نیز چیزی جز دلداری نداشتم. با این وضع با اینکه از حمله تیفوس سخت نزار و ضعیف شده بودم خود را از بیمار به بیمار می کشیدم و پس از آن می رفتم به محل خلوت و تنهایی یعنی بر روی سرپوش چاهک.

بعنوان جمله معترضه بگویم که همین چاهک، یکبار جان سه زندانی را خرید. چندی پیش از آزادی، مقامات زندان اسیران را بطور دسته جمعی بداکو می فرستادند و این سه زندانی عاقلانه نمیخواستند بروند. برای پنهان شدن از نگهبانان بچاهک رفتند و من هم بر روی آن نشستم و با قیافه ای بیگانه مانند کودکان شروع کردم به ریگ انداختن به سیم خاردار. نگهبان مرا دید، اول با تردید نگاهی کرد، بعد راه خودش را گرفت و رفت و من پس از چندی به آن سه نفر خبر دادم که بلا گذشته است.

برای کسانی که اینگونه رنج زندان را نکشیده اند درک میزان بی ارزش بودن جان انسانی مشکل است، زندانی جان سخت شده نیز تنها وقتی غایت این بی ارزشی را درمی یافت که عده ای را برای بردن به اردوی دیگر آماده می کردند. این بدنهای لاغر و فرسوده و چروکیده، این بیماران را روی گاریهای دوجرخه می گذاشتند که زندانیان دیگر آنها در میان توفان و برف تا اردوی دیگر بکشند. اگر یکی از بیماران پیش از حرکت می مرد باز هم جسدش را در گاری می انداختند چون صورت باید درست باشد. این صورت تنها چیزی بود که اهمیت داشت. آدم فقط از آن جهت بحساب می آید که شماره ایست، انسان به شماره تبدیل شده بود، زنده یا مرده اهمیتی نداشت. زندگی یا مرگ یک "شماره" چه ارزشی دارد. که اهمیت می داد که ماورای آن شماره و آن زندگی چه نهفته بود، سرنوشت، تاریخ و نام!

بنا شد در گاری بیمارانی که به اردوئی در باواریا می رفت من نیز بعنوان پزشک بروم. جوانی در این گاری بود که می خواست برادرش که در صورت نبود با او برود. آنقدر التماس و عجز و ناله کرد که بالاخره زندانیان مجبور شد جای یک نفر دیگر را با او بدهد اما لازم بود مدرک درست باشد. این کاری نداشت، چون شماره این دو نفر را با هم عوض کردند. همانطور که در پیش گفتیم ما هیچگونه مدرکی نداشتیم. تا زنده بودیم تنها دارائیمان بدنمان بود. چیزهای دیگر، یعنی آن پاره پاره هائی را که به اسم لباس دور اسکلتمان کشیده بودیم وقتی اهمیت پیدا می کرد که ما را بگاری بیماران می فرستادند.

همه زندانیان این "مومنهاي مسافر" را برانداز می کردند تا ببینند چیز بدرد بخوری دارند یا نه. مثلاً نیم تنه یا کفش آنها بهتر از مال خود آدم بود یا نبود. چه می شد کرد، آنها که مانده بودند هنوز باید کار می کردند و لازم بود هرچه ممکن است خود را مجهزتر نگاه دارند. اینجا دیگر احساسات معنی نداشت، زندانیان خود را وابسته و مربوط به خلق و احساسات نگهبان می دانستند و بازیچه قضا و قدر. این طرز فکر بیش از آنچه وضع ایجاب می کرد آنها را از درجه انسانی سقوط داده بود.

در اشویتز من برای خودم خط مشیی درست کرده بودم که بعداً ثابت شد سودمند بود و بسیاری از همکارانم از آن پیروی کردند. همه پرسشها را به درستی جواب می دادم. اما اگر چیزی را صریحاً نپرسیده بودند، نمی گفتم و داوطلبانه اطلاع نمی دادم. مثلاً اگر کسی شغل را می پرسید می گفتم "پزشک" و دیگر هیچ. اولین روزی که در اشویتز بودیم افسری به محل رژه آمدو ما را مجبور کرد به صف بایستیم، چهل ساله ها و پیرتران در یک خط، و جوانترها در خط دیگر. فلزکاران، ماشین چیان و امثال آن همه در خط مخصوص. بعد امتحان کرد ببیند که فتح دارند یا نه و ناچار خط دیگری درست شد. گروهی که من در آن بودم به کلبه ای رفت و در آنجا باز تقسیم شد، از من سن و شغل را پرسیدند و بدسته کوچکتري فرستادند از آنجا رفتم به کلبه دیگر و باز هم تقسیم ... این کار مدتی طول کشید و من براستی کلافه شده بودم چون در میان عده ای افتاده بودم ناآشنا که زبانشان را نیز نمی فهمیدم. آنجا دوباره شروع کردند به تقسیم و من دوباره به دسته اولی خود افتادم. دوستان من اصلاً متوجه نشده اند که در این مدت غیبت، من از کلبه به کلبه دیگر رفته ام. اما من می دانستم که در آن دقایق، تقدیر چگونه با اشکال مختلفی با من روبرو شده است.

وقتی گاری "اردوی استراحت" آماده شد، نام من، یعنی شماره من در فهرست بود چون می گفتند به چند پزشک نیازمندند. اما کسی باور نمیکرد که گاری واقعاً به اردوی استراحت برود. هفته پیش از آن نیز چندگاری مهیا شده بود و زندانیان آن بار هم ایمان داشتند که گاری به تنوره گاز خواهد رفت. وقتی آگهی دادند که هر کس داوطلب شبکاری شود شماره اش از صورت حذف خواهد شد، هشتاد و دونفر زندانی داوطلب شدند. یک ربع ساعت بعد آگهی دادند که رفتن گاری به اردوی استراحت منتفی شده است ولی هشتاد و دو نفر جزء شبکاران ماندند. برای اکثر آنان این شبکاری معنی مرگ داشت، مرگ تا دو هفته بعد.

و اینک دوباره گاری های اردوی استراحت آما ده می شد. بازهم کسی نمیدانست نیرنگی است که آخرین رمق کار را از زندانیان بگیرند، یا آنکه گاری به تنوره سوزان می پیوست و یا به اردوی استراحت می رفت. خوب یادم هست شبی یک ربع به ساعت ده مانده، سرپزشک که با من محبتی داشت به کلبه من آمد و گفت " من گفته ام که اگر تو بخواهی می توانی شماره ات را از صورت خط بزنی و تا یک ربع دیگر یعنی تا ساعت ده وقت داری".

گفتم نمی شود و من خود را به سرنوشت خوام سپرد و با دوستانم خوام رفت. صورت او پر از غصه شد مثل اینکه می دانست چه خواهد شد. . .

به آرامی به کلبه برگشتم و در آنجا دوستی به انتظارم بود. دست مرا به آهستگی فشرد، گویی وداعی است نه برای عمر بلکه از عمر.

- راستی راستی می خواهی بروی؟

- آری می روم!

اشک در چشمانش پر شد و من سعی کردم او را دلداری دهم. آنوقت کار دیگری هم داشتم! به او وصیت کردم.

" گوش کن اوتو، اگر من مردم و زنم را ندیدم و تو او را دیدی بگو که هر روز و هر ساعت حرف او را می زدم، یادت هست؟ دیگر اینکه بگو او را بیش از هر کس دیگر دوست داشته ام".

" سوم اینکه . . . یاد مدت کوتاهی که با او بوده ام همه چیز دیگر را تحت الشعاع قرار داده است حتی این زندان و رنج هایش را . . ."

اوتو کجایی؟ زنده ای؟ بر سر تو پس از اینکه از هم جدا شدیم چه آمد؟ آیا زنت را دیدی؟ یادت هست چگونه از تو می خواستم وصیتم را از بر کنی، کلمه بلکه، و تو مثل بچه ها اشک می ریختی؟.....

ما روز دیگر رفتیم. این بار نیرنگ نبود و ما رابه اردوی استراحت بردند. دوستانی که در اردو مانده و دلشان بحال من سوخته بود سخت گرفتار قحط و غلا شدند. گرسنگی حتی بیش از پیش همه را آزار می داد. آنها می خواستند با ماندن خود را نجات دهند ولی با همین کار تقدیر را بر خود بسته بودند. ماهها پس از آزادی یکی از دوستان اردوی قدیم را دیدم که در آنجا کار پلیسی می کرد. به من گفت در اردو دنبال تکه ای از گوشت مردار انسانی می گشته و سرانجام آنرا در کاسه ای روی آتش یافته بود. آدمخواری همه اردو را فرا گرفته بود و من به موقع در رفته بودم.

آیا این واقعه عزرائیل را (در مثنوی مولوی) را به یاد نمیآورد؟ یک ایرانی ثروتمند و مقتدر روزی با یکی از خادمان در باغی دور از تهران می گشت. ناگهان خادم فریاد برآورد که در آندم عزرائیل را دیده و او را ترسانده است واز مخدوم خود خواست اسبی تیزرو باو دهد تا بشتاب به تهران بگریزد. مرد نیز راضی شد و اسبی باو داد و او از آنجا به سرعت تاخت، مرد چون به خانه برگشت عزرائیل را دید و پرسید که چرا خادم او را ترسانده است. " من او را نترساندم، فقط ماتم برد که چرا اینجاست، چون امشب در تهران با او وعده دارم!"

درونیان اردو از تصمیم و ابتکار می ترسیدند زیرا تصور می کردند که در هر حال تقدیر فعال مایه است و نباید به هیچ ترتیب با آن بازی کرد. علت دیگر نیز این بود که حس بیدردی و بیماری همه عواطف را کند ساخته بود. اما گاهی نیز لازم می شد تصمیماتی آنی گرفت و این تصمیمها معنای زندگی یا مرگ داشت. حتی این مواقع نیز زندانی ترجیح می داد تصمیم را به تقدیر واگذارد. گریز از هر نوع تصمیم گیری وقتی آشکار می شد که زندانی فرصتی برای فرار می یافت. دقایقی که برای این تصمیم داشت، و همیشه مسئله دقیقه بود او را گرفتار عذاب جهنمی می کرد. آیا دست به فرار بزند؟ آیا جان خود را بخطر اندازد؟

من نیز این عذاب را کشیدم. وقتی جبهه جنگ به نزدیکی رسیده بود یکی از همکارانم که بنا بود در کلبه ای خارج از اردو برای سرکشی بیماران برود به فکر فرار افتاد و خواست مرا نیز با خود ببرد. بنا شد به بهانه مشاوره پزشکی بیرون برویم و در آنجا یکی از اعضای نیروی مقاومت به ما لباس و مدارک لازم را بدهد. در لحظه آخر اشکالاتی فنی پیش آمد و مجبور شدیم به اردو برگردیم. اما از این فرصت استفاده کردیم و مقداری خوراک، یعنی چند سیب زمینی و دو کوله پشتی با خود آوردیم.

در راه ما خود را به یک کلبه خالی اردوگاه زنان زدیم. کسی آنجا نبود چون زنان را به اردوی دیگری فرستاده بودند. کلبه ای بود بسیار درهم و برهم و معلوم بود زنها برای خودشان مقداری خردوریز تهیه کرده بودند و بعد مجبور به تخلیه شده اند. در آنجا لباس پاره پاره، حصیر، خوراک گندیده و چینی آلات شکسته پیدا می شد. چند کاسه هم بود که هنوز قابل استفاده بنظر می آمد و خیلی بدرد ما می خورد. اما تصمیم گرفتیم که آنها را برنداریم چون در آن اواخر، که بیماران بسیار ناتوان شده بودند، این کاسه ها را جای لگن نیز بکار می بردند. گو اینکه بردن هر ظرفی در کلبه ممنوع بود با وجود آن بعضی از ما، مخصوصاً بیماران تیفوژی که از زور ناتوانی حتی با کمک سایرین هم نمیتوانستند قدم بردارند این کاسه ها را با خود به کلبه می بردند.

من مدتی کشیک دادم و دوستم رفت و با یک کوله پستی برگشت، او کشیک داد و من رفتم و توی اشغال یک کوله پستی دیگر پیدا کردم، در آنجا حتی مسواک دندان هم پیدا می شد و ناگهان در میان آنچه بجا مانده بود جسد زنی را دیدم.

با شتاب به کلبه برگشتم که مایملک خود را جمع کنم، کاسه خوراک خوری، یک جفت دستکش پاره که از یک بیمار تیفوژی به ارث برده بودم، و چند تکه کاغذ که بر آنها یادداشتهایی کرده بودم، یعنی خلاصه کتابی که در روز اول از من گرفته بودند. آمدم که برای بار آخر سری به بیمارانم بزنم. این بیماران در دو طرف کلبه روی چوبهای پوسیده خوابیده بودند. اول رفتم سر تنها همشهریم که تقریباً به حال مرگ بود. با آنکه حالش بسیار وخیم بود خیلی سعی کرده بودم او را نجات دهم و به همین دلیل نمی خواستم از فرار خود به او یا دیگری چیزی بگویم. اما مثل اینکه او از عجله من بوئی بوده بود، با صدایی خسته به من گفت " تو هم " می روی ؟" من انکار کردم ولی نتوانستم به چشمهایش نگاه کنم. وقتی همه را دیدم دوباره برگشتم سر او و دوباره آن نگاه نومید و متهم کننده! حس ناراحت کننده ای که از هنگام تصمیم به فرار وجودم را فراگرفته بود بسیار ناراحت کننده تر شد و غفلتاً تصمیم گرفتم که اگر یکبار هم شده تقدیر را بدست بگیرم. از کلبه به طرف دوستم دویدم و گفتم که با او نخواهم رفت. وقتی با این کلمات قاطع باو گفتم که با بیمارانم خواهم ماند یکباره سبک شدم. نمی دانستم در روزهای آینده چه بر سر من خواهد آمد اما در آندم آرامشی یافتم که هرگز نداشتم. بکلبه بازگشتم و روی تخته پهلوی همشهریم نشستم تا به او تسکینی دهم وبعد با بیماران دیگر صحبت کردم.

آخرین روز اردوی ما فرا رسید. همینکه جبهه جنگ نزدیکتر می شد زندانیان را دسته جمعی به اردوی دیگر می فرستادند. مقامات زندان، کاپوها و آشپزها گریخته بودند. در آنروز دستور رسید که اردو باید تا غروب تخلیه شود. حتی این چند زندانی باقمیانده، یعنی بیماران و چند پزشک و چند " پرستار" باید بروند تا در شب اردوگاه را بسوزانند. اما تا بعد از ظهر کامیونهای که می بایست زندانیان را ببرد نیامد. در عوض یکدفعه دروازه ها بسته شد و از سیم خاردار حسابی نگهبانی می کردند تا کسی نتواند بگریزد. گویا مقدر بود زندانیان مانده همه با هم در کلبه ها بسوزند. برای دفعه دوم همکارم و من تصمیم به فرار گرفتیم.

به ما دستور داده بودند سه مرده را بیرون از اردو بخاک بسپاریم زیرا ما دو نفر تنها کسانی بودیم که هنوز زور اینکار را داشتیم. سایرین در چند کلبه ای که هنوز باز بود با تب و کوفتگی وهذیان افتاده بودند. نقشه خود را کشیدیم. با مرده اول یک کوله پستی را می بریم، با دومی دیگری را با سومی خودمان فرار می کنیم. دو مرحله اول نقشه بخوبی اجرا شد اما وقتی برگشتیم دوستم رفت که قدری نان دست و پا کند که غذای بخور و نمیری در چند روز پیاده روی در جنگل داشته باشیم. دقیقه ها گذشت و او نیامد. من بسیار ناشکیبا شده بودم. پس از سه سال زندان و زجر، با لذت به انتظار آزادی بودم، به امید رفتن به جبهه جنگ ... اما به آنجا نرسیدیم.

در همان لحظه ای که دوست من آمد، یکباره دروازه اردوگاهی به تندی باز شد و یک اتومبیل زیبایی سربی رنگ که بر آن صلیب سرخ قشنگی کشیده بودند آهسته وارد گردید. یک هیئت نمایندگی صلیب سرخ از ژنو آمده بود که اردو و درونیان آنرا در پناه خود بگیرد. دیگر کی بفکر فرار بود؟ سیگار و دارو به همه دادند و عکس انداختند. خوشی از در و دیوار می بارید. دیگر علتی نداشت خود را به خطر اندازیم و به جبهه جنگ برویم.

در این هیجان یادمان رفت جسد سوم را بخاک بسپاریم. آنرا بردیم و در چاله کوچکی که برای هر سه کنده بودیم گذاشتیم. نگهبانی که آدم نسبتاً بی آزاری بود یکباره بسیار مهربان شد، ترسید ورق برگردد و شاید دوستی ما به دردش بخورد، پیش از آنکه بر روی اجساد خاک بریزیم او با ما در خواندن دعای اموات شرکت کرد. پس از آنهمه فشارهای روحی و هیجانهای چند روزه و چند ساعت گذشته، و آن جنگ و گریزها با مرگ دعای ما برای صلح، شاید ملتهب ترین دعائی بود که تا آنروز بر زبان آدمیزاد گذشته است.

به این ترتیب آخرین روز زندان نیز به امید آزادی گذشت. انگار زودتر از موقع خوشحال شده بودیم. هیات صلیب سرخ پیش از رفتن ما را مطمئن کرده بود که موافقتی امضا شده و نباید اردو تخلیه شود. اما شامگاه افسران اس . اس با چند کامیون و دستورهای جدید سر

رسیدند. گفتند باید اردو تخلیه شود و زندانیان مانده به اردوی مرکزی بروند تا از آنجا در چهل و هشت ساعت برای مبادله با اسیران جنگی به سوی فرستاده شوند. مگر می شد دیگر این افسران اس. اس را شناخت؟ نمونه مهربانی بودند و همه را با محبت به کامیون سوار می کردند و می گفتند که باید از بخت خود شکرگزار باشیم. هر که هنوز قدرتی داشت خودش سوار کامیون می شد و آنها را که سخت بیمار بودند بدوش می کشیدند. دیگر نیازی نبود ما کوله پشتی ها را پنهان کنیم و چون جا نبود ما ندیم برای دسته آخر. از عده مانده سیزده نفر را برای کامیون ماقبل آخر می خواستند. سر پزشک شروع کرد به شمردن و ما دو تا را نشمرد سیزده نفر سوار شدند و ما جا ماندیم. بهت زده، ناراحت و پریشان. چون از سرپزشک گله کردیم، او خستگی را بهانه کرد و رفت. می گفت مگر ما درصدد فرار نبودیم؟ با کمال بی صبری کوله پشتی را بستیم و با چند زندانی مانده بانتظار کامیون آخر ماندیم. این انتظار بسیار طولانی شد و سرانجام روی تشک اتاق نگهبان که خالی شده بود، خسته و ناراحت از آنهمه هیجان و آنهمه سرگردانی میان امید و نومیدی، با لباس و آماده سفر خواب رفتیم.

صدای تیر و تفنگ و توپ ما را بیدار کرد. خمپاره و فشنگ به در و دیوار می خورد. سرپزشک فرا رسید و به ما دستور داد روی زمین دراز بکشیم. یکی از زندانیان از تخت روی شکم من پرید و مرا حسابی ناراحت کرد. آنوقت فهمیدیم چه شده است، جبهه جنگ به ما رسیده بود.

صدای توپ و تفنگ خاموش شد و در بیرون، در تیرک اردو باد پرچم سفیدی را می لرزاند. هفته ها بعد فهمیدیم که حتی در آن ساعات آخر نیز تقدیر با ما چند زندانی باقیمانده چه بازیها کرده است. فهمیدیم که تا چه حد تصمیمات آدمی، بویژه در مسائل مربوط به مرگ و زندگی نا استوار است. من چند عکس از اردوی کوچکی که زیاد دور از ما نبود دیدم. دوستانی را که خیال می کردند در آنشب به سوی آزادی سفر می کنند به آنجا برده بودند. آنها را در کلبه گذاشته در را بسته و کلبه را سوزانده بودند. بدنهای نیم سوخته آنها در عکس قابل تشخیص بود. من دوباره بیاد داستان عزرائیل در تهران افتادم.

بیدردی و بیحسی زندانیان علاوه بر وسیله ای دفاعی محصول عواملی مانند بی خوابی و گرسنگی نیز بود و این در زندگی عادی هم اتفاق می افتد. بی حوصلگی دائم نیز یکی از مشخصات روحی زندانیان بود. بیخوابی تا اندازه ای بعثت کرمهایی بود که دائم در کلبه پر جمعیت و غیر بهداشتی می لولید. نداشتن قهوه و سیگار نیز کم و بیش باعث تند مزاجی می شد.

علاوه بر این علل جسمی، علل روحی دیگری نیز بصورت عقده وجود داشت. بیشتر زندانیان گرفتار عقده حقارت شده بودند. همه ما خیال می کردیم آدمی هستیم ولی در زندان کسی بما محلی نمیگذاشت. درست است که ارزشهای درونی به چیزهای عالیترو روحانی تری متکی است اما باید دانست که در دنیای آزاد نیز مردمی که باین ارزشها ایمان دارند بسیار معدودند چه رسد به دنیای زندان. زندانی معمولی بدون اینکه متوجه باشد حس می کرد که کوچک شده است. و این مسئله وقتی بخوبی ظاهر می شد که به اوضاع زندان می اندیشید. زندانیان " ممتاز " سر دسته ها، آشپزها، انباردارها و پلیس اردو هیچوقت خیال نمی کردند تنزل یافته اند، بلکه برعکس در نظرشان آنچه می کردند، نوعی ترفیع بود. بعضی از آنها حتی گرفتار وهم گندگی نیز شده بودند. واکنش روحی و حسد اکثریت نسبت به آنها، به چند نوع نشان داده می شد و گاهی نیز به کنایه. مثلاً یک زندانی درباره کاپوئی به زندانی دیگر می گفت: " فکرش را بکن، من این آدم را می شناختم، قبل از جنگ فقط رئیس بانک بود. هرگز خیال می کرد که به اینجا برسد ؟ "

هر وقت بین اکثریت محروم با اقلیت نسبتاً مرفه تصادم و برخوردی پیش می آمد نتیجه ای خطرناک داشت. به خاطر فشارهای روحی و تندخویی که علتش را قبلاً گفتم فرصت زیادی برای این برخوردها وجود داشت و غالباً با پخش غذا شروع می شد. جای تعجب نیست که این برخوردها غالباً به جنگ و دعوا منتهی می شد. چون زندانی همیشه شاهد مناظر تازیانه زنی و مشت و لگد بود انگیزه ای برای تعدی داشت. من خودم با آن همه خستگی و گرسنگی گاهی آنقدر آتشی می شدم که بی اختیار مشتیهام گره می شد.

خستگی من از این بود که مجبور بودم شبها تا صبح بیدار بمانم و اجاقی را که استثنائاً اجازه داده بودند در کلبه بیماران تیفوسی بگذرایم روشن نگه دارم. روستائیان نه ترین شبهایی را هم که گذراندم همین شبها بود. در نیمه شب، وقتی بیماران خواب بودند یا هذیان می گفتند، من در کنار اجاق می نشستم و چند سیب زمینی را روی ذغالهایی که دزدیده بودم کباب می کردم. اما روز بعد کوفته تر و

بیخس تر و تندخوتر بودم.

در آنموقع مسئول تنظیف کلیه بیماران نیز بودم چون مامور تنظیف بیماران شده بودم اگر بشود واژه " تروتمیز " را در اینجا به کار برد، من مجبور بودم کلبه را همیشه ترو تمیز نگاه دارم. تظاهر به بازرسی که ما غالباً دچار آن بودیم بیشتر برای آزار بود تا بهداشت. خوراک بیشتر و چند داروی دیگر، بسیار موثرتر از این تظاهرات بود. اما بازرسان فقط به این اهمیت می دادند که یک پر کاه در "راهرو" نیفتاده و پتوهای کثیف پر از کرم درست تا شده باشد. کسی به آنچه بر این بیماران می گذشت توجهی نداشت. اگر من گزارشم را خوب می دادم، یعنی سلامم درست بود و پاهایم را بهم می کوفتم و می گفتم " کلبه شماره 9-6، پنجاه و دو بیمار، دو پرستار و یک پزشک " آنها هم راضی می شدند و می رفتند . ولی تا وقتی بیایند، و غالباً ساعتها دیرتر از وقت موعود سر می رسیدند و گاهی هرچه منتظر می ماندیم نمی آمدند، من مجبور بودم پتوها را دائم صاف کنم، کاه و خاشاک را از کف کلبه بردارم و به بیماران بیچاره ای که از زور درد تکان می خورند و از تختشان پوشال به زمین می ریخت فریاد بزنم. این بیماران بسیار بی قید و بیمار شده بودند و تا به آنها تشر نمی زدی واکنشی نشان نمی دادند. تازه آنهم گاهی فایده نداشت و آدم باید خیلی خودش را نگه دارد که کنکشان نزند. زیرا تندخویی خودآدم با بی قیدی آنها تصادم پیدا می کرد و این خطر موقع آمدن بازرسان به حد اعلاء می رسید. از مطالعه این بحث روانشناسی و توضیحات مربوط به دردشناسی روانی اسیران اردوی ، فشرده ممکن است این تصور پیدا شود که انسان کاملاً و بدون اجتناب تحت تاثیر محیط خود واقع می شود. البته در این بحث محیط، محیط منحصر بفرد زندان است که زندانی را وادی داشت رفتارش را با الگوی پذیرفته آن تطبیق دهد.

پس آزادی بشری کجاست؟ آیا هیچ آزادی روحی در رفتار و واکنش در برابر محیط وجود ندارد؟ آیا این نظریه درست است که بشر چیزی جز محصول شرایط و عوامل محیط یعنی محیط زیستی و روانی و اجتماعی نیست؟ آیا بشر حاصل تصادفی برخورد این عوامل است؟ آیا واکنش زندانیان در دنیای بی همتای زندان نشانی از آزادی دارد؟

این پرسش ها را می توان بطور اصولی و از روی تجربه پاسخ داد. زندگی در اردوی فشرده اسیران بخوبی نشان می دهد که بشر تا حدی در انتخاب عمل آزاد است. نمونه هائی وجود دارد که ثابت می کند گاهی می توان بصورتی قهرمانانه از این بی دردی و بی حالی جلوگیری کرد و تندخویی را خاموش ساخت. بشر، حتی در این شرایط روحی و بدنی سخت و طاقت فرسا نیز می تواند اخگری از آزادی روحانی و استقلال فکر در خود نگه دارد.

ما که در اردوی اسیران زیسته ایم مردانی را بیاد می آوریم که کلبه به کلبه می رفتند و زندانیان دیگر را دلداری می دادند و حتی آخرین تکه نان خود را به آنان می بخشیدند. گرچه شماره آنها کم بود ولی همین نفس وجودشان نشانی بود که ثابت کند همه چیز را می توان از انسان گرفت جز یک چیز راه آخرین آزادی انسان راه آزادی اینکه گرایش خود را در برابر وضعی معین انتخاب کند و راه خود را برگزیند.

زندگی اردویی هر روز و هر ساعت با تصمیم و انتخابی روبرو بود. تصمیمی که معنایش این بود که آیا انسان به آنهمه نیروی تهدید کننده تسلیم بشود یا نه، به آن همه نیروئی که انسان را از خودی خودش می دزدید و آزادی درونی او را می گرفت. آیا در برابر این تهدیدها فرد بازیچه حوادث می گردید و آزادی و ارزش خود را از دست می داد و چون اکثر زندانیان خمیره ای می شد از بی حسی و بی دردی؟

وقتی با این دید بنگریم روشن خواهد شد که واکنش روانی زندانیان را باید بیش از محصول عوامل بدنی و اجتماعی دانست. درست است که بعضی عوامل مانند کم خوابی و بی غذایی و فشار روحی، درونیان را به واکنشهای وامیداشت. اما در بررسی نهائی به این اصل می رسیم که زندانی به هر صورتی که در می آمد محصولی بود از تصمیم نهائی خود او و نه تاثیر یکتای محیط زندان! هر فرد می تواند در اوضاعی ناگوار تصمیم بگیرد که از نظر روانی و روحانی چه روش پیش بگیرد. وی می تواند ارزش انسانی خود را حتی در موقعیت سخت زندگی زندانی نیز نگاه دارد.

داستویوسکی گفته است " من تنها از یک چیز هراس دارم و آن این است که شایسته رنج هایم نباشم ".

وقتی در اردو دلیرانی را می دیدیم که رفتارشان، رنج ها و مرگشان شاهی بود بر اینکه همه چیز را می توان از انسان گرفت جز این آزادی آخرین راه، می دیدیم که آن دلیران شایسته رنجشان بودند و کلام داستویوسکی را دوباره بیاد می آورم. این نشانی بود از یک مکاشفه و مجاهده بزرگ درونی ، نشانی که زندگی را معنادار و با هدف می ساخت.

زندگی فعال فرصتی است برای یافتن ارزش در کارهای خلاقه و زندگی آرام فرصتی برای درک زیبایی و هنر و طبیعت، اما در آن زندگی نیز که از فعالیت و آرامش بی نصیب است باز هدفی وجود دارد. چنین زندگانی نیز خالی از امکاناتی برای درک ارزشهای عالی اخلاقی نیست. این مسئله واکنش فرد است در برابر حالت موجود. بر زندانی زندگی خلاقه و آرام هر دو حرام بود، اما تنها این خلاقه بودن و یا آرامش و لذت زندگی نیست که معنا دارد. اگر زندگی معنایی داشته باشد، رنج کشیدن نیز معنا خواهد یافت. رنج چون مرگ و سرنوشت بخشی ناگسستنی از زندگی است، بدون رنج و بدون مرگ زندگی کامل نخواهد بود.

طریقی که انسان سرنوشت خود و آنهمه رنج را که به همراه دارد تحمل می کند و نحوه ای که صلیب خود را به دوش می کشد فرصتی است که حتی در سخت ترین شرایط معنایی عمیق به زندگی خود بدهد. تنها این زندگی است که ارزشی فداکارانه دارد. و چه بسیار کسان که در این کشایش برای بقا ارزش انسانی خود را از دست دادند و چون چهارپایان شدند.

تنها عده معدودی هستند که در میدان زندگی شایسته رنج های خود می گردند. تصور نکنید که این ها غیر دنیائی و دور از زندگی طبیعی است. اینکه فقط عده معدودی به این حد اعلاای ارزشهای اخلاقی می رسند نشانی غیر طبیعی بودن آن نیست.

در میان زندانیان تنها چند نفری توانستند آزادی درونی خود را نگه دارند. حتی اگر تنها یک نمونه موجود بود، نشان می داد که نیروی درونی قادر است در برابر آنچه بنظر می آید بر او مقدر است پیروز شود. این موارد فقط در زندان اتفاق نمی افتد و هر جا بنگریم انسان را با تقدیر روبرو می بینیم، و اوست که می تواند با رنج خود ارزشی بدست آرد. درین مورد می توان از سرنوشت بیمارانی که درمانی ندارند مثال آورد. یکبار من نامه جوان معلولی را خواندم که به دوستی نوشته بود که دریافته است از عمرش چیزی نمانده و حتی عمل جراحی نیز فایده ای نخواهد داشت ... در نامه به فیلمی اشاره کرده بود که در آن بیماری مردانه به انتظار مرگ بود و پس از آن نوشته بود که واقعا با این رشادت به پیشباز مرگ رفتن شهامت می خواهد و اینک سرنوشت امکان چنین شهامتی به او داده است.

آنانی که فیلم رستاخیز اثر تولستوی را دیده اند ممکن است چنین فکری به سرشان بیاید چون این فیلم پر بود از سرنوشت مردان بزرگ. در آن زمان که ما این فیلم را دیدیم امکانی بنظر نمی رسید که به این حد از بزرگی برسیم و چون فیلم تمام شد به نزدیکترین قهوه خانه رفتیم و با قهوه و شیرینی نیروی ماوراء الطبیعه فیلم را که چند لحظه ای ما را مجذوب کرده بود از یاد بردیم. اما چون به سرنوشت بزرگی برخوردیم و مجبور شدیم تصمیمی بزرگ بگیریم، همه آن آرزوهای جوانی را فراموش کرده بودیم و از پا در افتادیم. شاید بعضی از ما دوباره آن فیلم یا فیلمی شبیه آنرا به بینیم. اما در آنروز یادبودهای دیگری در ما پدیدار خواهد شد، یادبودهایی از آنانکه بیش از قهرمانان این فیلم شجاعت نشان دادند. من به یاد زن جوانی خواهم افتاد که در اردوی اسیران شاهد مرگش بودم. داستان ساده ایست، آنقدر گفتمنی آن کم است که بنظر می آید خود آنرا ساخته باشم. اما در نظر من چون شعری زیباست. این زن می دانست که طی چند روز آینده خواهد مرد، اما با آنکه به مرگ زودرس خود آگاه بود نشاط را از دست نمیداد. به من گفت «شکرگزارم که سرنوشت بمن سخت گرفته است چون از آن درس بسیاری آموخته ام. در زندگی سابق لوس و از خود راضی بودم و فضائل روحانی را جدی نگرفتم» پس از آن به پنجره کلبه اشاره کرد و گفت «این درخت تنها دوست دوره تنهائی من است» از پنجره شاخه ای از یک درخت شاه بلوط پیدا بود که دو شکوفه داشت. «من غالبا با این درخت گفتگو می کنم».

مات مانده بودم و نمی دانستم چه بگویم، آیا هذیان می گفت یا خیال او را برداشته بود؟ با شگفتی پرسیدم :

«آیا درخت هم جوابی می دهد؟»

- «آری»

- «چه می گوید؟»

- «بمن می گوید من اینجا هستم، من اینجا هستم، من زندگی ام، زندگی جاویدان!»

پیش از این نیز نوشتم که آنچه بالمال سازنده وضع روحی و شخصیت و خودی درونی زندانی بود بیشتر وابسته به تصمیم آزاد او بود تا علل اجتماعی و روانی محیط زندان. مشاهدات روانشناسی زندانیان نشان داده است که تنها آنها که گذاشتند قدرت اتکاء شان بر وجود اخلاقی و روحانی از بین برود اسیر تاثیرات مخرب زندگی اردوگاهی شدند. پس این سؤال پیش می آمد که این اتکاء به قدرت اخلاقی و نیروی روحانی چیست؟

زندانیان پیشین وقتی از گذشته خود صحبت می کنند می گویند که دلتنگ کننده ترین مسئله در زندان آن ست که زندانی نداند کی آزاد خواهد شد. در زندان ما اصولاً گفتگو درباره آن بی معنی بود. برای ما مدت زندان هم نامعین بود و هم نامحدود. یک روانشناس کاوشگر نامی، زندگی در اردوی اسیران را «بقاء موقت» نامیده است. ما می توانیم آنرا اصلاح کنیم و «بقاء موقت با حدی نامعلوم» بنامیم.

تازه رسان معمولاً چیزی درباره اوضاع اردو نمی دانستند. آنها که از اردوهای دیگر آمده بودند ناچار بودند خاموش بمانند و از بسیاری از اردوها کسی بر نگشت! در ورود به اردو تغییری در افکار زندانی روی می داد. با پایان تردید و شک، شک و تردید از پایان بوجود می آمد، امکان نداشت انسان بدانند هرگز این نوع زیست بپایان خواهد رسید یا نه و اگر پایانی هست کی خواهد بود؟

واژه لاتین *Finis* یا انجام دومعنا دارد، یکی پایان و دیگری هدف. کسی که نمی توانست غایت «بقاء موقت» را به بیند نمیتوانست هدفی غائی در زندگی داشته باشد. وی برخلاف زندگان معمولی نمیتوانست برای آینده زندگی کند و این وضع زندگی درونی او را مختل می کرد و پوسیدگی فکری در او ظاهر می شد. و این را ما در حالات دیگر زندگی نیز دیده ایم. کارگران بیکار همین حال را دارند. زندگی آنها هم موقتی می شود و نمی توانند برای آینده زندگی کنند و هدفی در سر بیورانند. کاوشهایی که بر روی کارگران بیکار معادن شده است نشان می دهد که آنها گرفتار نوعی «تغییر زمانی» یا «زمان داخلی» هستند که حاصل بیکاری است. زندانیان نیز گرفتار همین تغییر عجیب زمانی بودند. در اردو، یک واحد کوتاه زمان مانند روز پر بود از ساعتهای دراز خستگی آور بی پایان، اما واحدی درازمانند هفته در نظر بسیار زود می گذشت. وقتی به اسیران می گفتیم که یکروز از یک هفته طولانی تر است همه می پذیرفتند. این تجربه زمانی شگفت آور انسان را به یاد داستان کوه سحرآمیز نوشته توماس مان می اندازد که پر از نکات دقیق روانشناسی است. توماس مان در این کتاب سیر روحی مسلولین آسایشگاه را مطالعه می کند. آنان نیز روز رهایی خود را نمی دانستند و بدون آینده و بدون هدف می زیستند.

یکی از زندانیان که یکبار از اردویی به اردوی دیگر می رفت، بعدها بمن گفت که در این راه پیمائی همیشه این تصور را داشته است که در پشت جنازه خود قدم بر می دارد. بنظر او زندگی آینده ای نداشت و آنرا چنان تمام شده حساب می کرد که گویی مرده است. این حس بیجانی را عوامل دیگری نیز تشدید می کرد. از لحاظ زمانی، نامحدود بودن دوره زندان و از لحاظ مکانی حد بسیار کوچک آلودگی ها! هر چیزی در خارج از این سیمهای خاردار غریب و بعید بود، دور از دسترسی و غیر حقیقی. مردم و وقایع بیرون، زندگی معمولی ماورای سیم خاردار، برای زندانی شبیحی بود. زندگی خارج به نظر او چنان بود که مرده ای بر آن از دنیای دیگر می نگرد.

آدمیکه هدفی در آینده نمی دید ناچار خود را به افکار گذشته مشغول می کرد و این باعث سقوط او می شد. ما پیش از این درباره این واپس نگری و علل آن ذکر کردیم و گفتیم که این واپس نگری باعث می شد که زمان حال، با آنهمه زجرهایش کمتر حقیقی بنظر آید. اما این شیوه برای دریافت حقیقی از زندگی موجود خطری داشت و سبب می شد فرصت هایی که گاهگاه برای یک زندگی مثبت بدست می آید از بین برود.

چون زندانی این «بقاء موقت» را زیستی غیر حقیقی می دانست اتکانش از به زندگی از دست می داد و در نظرش همه چیز بی معنا می شد. این زندانیان فراموش می کردند که گاهی وضعی بسیار دشوار به انسان فرصتی می دهد که از لحاظ روحانی به حدی که بالاتر از قدرت اوست پرواز کند. بجای آنکه اشکالات زندان را به منزله آزمونی از نیروی درونی خود بشمارند زندگی را جدی نمی گرفتند و از آن بعنوان چیزی بی نتیجه بیزار بودند. ترجیح می داند چشمها را ببندند و به گذشته بیاندیشند، زندگی حال برای آنها معنائی نداشت.

عده انگشت شماری نیز به اوج نمو روحانی خود رسیدند ولی این فرصت را عده بسیاری داشتند که در زندگی و حتی در مرگ انسانی بزرگ شوند و به فیضی برسند که در شرایط معمولی هرگز به آن دسترسی نبود. برای باقی ما اشخاص معمولی و بزدل، کلمات بیسمارک مصداق پیدا می کرد که گفت «زندگی چون نشستن بر سریر دندان ساز است، آدم همیشه خیال می کند که دردناک ترین لحظه هنوز نرسیده در صورتیکه رسیده و گذشته است». با تغییری در این جمله می توان گفت که بیشتر اسیران تصور می کردند فرصتهای حقیقی زندگی سر رسیده است. اما در حقیقت چه بسیار از این فرصتها و داوها وجود داشت. انسان می توانست از این موقعیتهای، فاتح بیرون آید و زندگی پر از درد را به فتح درونی بگرایاند یا اینکه آن داو را ندیده بگیرد و در زندگی ساده گیاهی خود غوطه ور خورد، و بسیاری از زندانیان چنین کردند.

کوشش در مبارزه با تاثیر دردناک روحی و اجتماعی زندان بوسیله روشهای روان درمانی باید بر این استوار باشد که نیروی نهانی زندانی را با نشان دادن هدفهای آتی و غائی برانگیزاند و در نتیجه او را به زندگی آینده علاقه مند و امیدوار کند. برخی از زندانیان ناآگاهانه به این اصل رسیدند و هدفهایی برای خود جستند زیرا این یکی از ویژگیهای آدمیزاد است که فقط می تواند باتکاء امید و آینده زندگی کند ، «در زیر سیمای جاویدان» . گرچه این شیوه به آسانی میسر نیست و زندانی برای پذیرش آن باید به خود فشار آورد ولی گاهی تنها وسیله نجات اوست. این گفتار مرا به یاد داستانی شخصی می اندازد. روزی تقریباً به حال گریه از زخم و ورم های پا، با کفش پاره پاره و لنگان لنگان چند کیلومتر راه می پیمودم تا با ستونی از همکاران به محل کار برسم. سرمای سختی همه جا را گرفته بود و من به گرفتاریهای بی پایان زندگی خود می اندیشیدم. آیا در شب چیزی برای خوردن به ما خواهند داد؟ اگر قدری کالباس دادند آنرا با نان عوض کنم؟ آیا این آخرین سیگاری را که دو هفته پیش پاداش گرفتم بدهم و یک ظرف شوربا بگیرم؟ چه حقه ای بزنم که کمی سیم پیدا کنم و جای بند کفش بزنم؟ آیا بموقع به محل کار می رسم که با هم دسته های خود کار کنم و مجبور نشوم به دسته دیگری بروم که شاید سر کارگرش خشن باشد؟ چه کنم که با سر دسته جورم جور شود که در خود اردو به من کار دهد تا این همه راه نپیمایم؟ یکباره از اینکه مجبور بودم هر روز و هر ساعت به این چیزهای کوچک و مزاحم بیاندیشم بیزار شدم و فکر را بجای دیگری معطوف کردم. خود را بر سکوئی در اتاق سخنرانی گرم و روشنی دیدم. در برابر من جمعیتی سراپا گوش، در صندلیهای نرم و راحتی نشسته و به سخنرانی من گوش می دادند. من درباره روانشناسی اردوی اسیران صحبت می کردم. دیگر آنهمه عوامل دردناک برای من مسئله ای علمی شد و از دیدگاه دانش و پژوهش به آنها می نگریستم. این طرز فکر باعث شد تا اندازه ای از آزار محیط در امان بمانم و به آنها طوری نگاه کنم که گوئی به زمان گذشته تعلق دارد. برای من هم خودم و هم رنج هایم مسئله ای شد برای مطالعه علمی روانی. اسپینوزا در کتاب اخلاق خود چه بجا گفت که «چون تصویری دقیق از عواطف رنج کشیده بیابیم، دیگر رنجی نخواهند داد.»

آن زندانی که امیدی به آینده، به آینده خود نداشت محکوم به فنا بود. وی با از بین رفتن امید، اتکاء روحانی خود را نیز از دست می داد، باعث سقوط خود می شد و گرفتار پوسیدگی روحی و جسمی می گردید. این حالت ناگهان و بطور بحرانی پیش می آمد و همه به نشانه های آن آشنا بودیم. همه بیم آن لحظه را داشتیم ؛ اما نه برای خودمان بلکه برای دوستان. چون شخص وقتی خود گرفتار این بحران می شد دیگر رنجی نمی برد. معمولاً شروع این حالت با این بود که زندانی یک روز صبح بر نمی خاست که جامه بپوشد، خود را بشوید و برای رژه آماده شود. التماس و تهدید و فشار سودی نداشت. همانجا روی زمین افتاده بود و به سختی تکان می خورد. اگر این بحران بعلت بیماری بود نمی گذاشت او را به بخش بیماران ببرند و هیچ کاری برای آرامش دردش نمی کرد. خلاصه زندگی را باخته بود. همانجا، در بستر در کثافت و مدفوع خود می ماند و دیگر چیزی آزارش نمی داد.

یکبار من شاهد برجسته ای از رابطه بسیار نزدیک فقدان ایمان به آینده و این خود باختگی خطرناک را دیدم. ف ... زندانی ارشد کلبه ما که در زندگی پیش از زندان، آهنگساز و شاعر نسبتاً مشهور اوپرا بود روزی در اوائل مارس 1945 بمن گفت:

«دلم می خواهد چیزی بتو بگویم خواب عجیبی دیدم، خواب دیدم که صدائی بمن گفت هر آرزویی کنم، و هر چه بخواهم برآورده خواهد شد. خیال می کنی چه پرسیدم؟ پرسیدم که این جنگ برای من کی تمام خواهد شد، دکتر می فهمی چه می گویم برای من! می خواستم بدانم کی اردوی ما آزاد می شود و رنج ما پایان می رسد؟»

- «کی این خواب را دیدی؟»

- «در فوریه، در ماه پیش»

- «صدای چه جوابی داد؟»

با ترس و دلهره به آهستگی گفت «سی ام مارس»

وقتی ف ... این خواب را برای من می گفت سراپا امید بود و اطمینان داشت خوابش تعبیر خواهد شد. هر چه روز موعود نزدیکتر می شد اخباری که بسته و گریخته از جبهه جنگ می رسید نشان می داد که احتمال آزادی در آن هنگام بسیار کم است. روز 29 مارس ف ... تب شدیدی کرد و ناخوش افتاد. روز سی ام مارس دچار هذیان و اغماء شد و بی حال افتاد و روز سی و یکم مرد. از لحاظ خارجی از بیماری تیفوس مرده بود!

کسانیکه رابطه میان چگونگی فکری و امید و دلیری را با درجه ایمنی از بیماری می دانند واقفند که از بین رفتن ناگهانی امید و جرات ممکن است تاثیر کشنده ای داشته باشد. علت ناگهانی مرگ این مرد به علت به کام نرسیدن امید بود. این نومیدی مقاومت بدنش را شکست و او را در برابر بیماری نهانی تیفوس از پای انداخت. امید او به آینده و اراده اش فلج شد؛ و بدنش بیماری را پذیرفت و سرانجام صدای عالم خواب بحقیقت پیوست ... دوره زندان برای او پایان یافته بود.

مشاهده این مورد و نتایجی که در بر دارد شبیه مشاهداتی است که سر پزشک اردو داشت. وی می گفت نسبت مرگ در هفته میان زاد روز مسیح در 1944 و سال نو 1945 بسیار زیادتر از هر هفته دیگر بود. به عقیده او، این تفاوت به خاطر سرما و خرابی غذا و بیماریهای همه گیر نبود بلکه به آن علت بود که زندانیان امید داشتند جنگ در آخر سال 1944 پایان پذیرد و در سال نو به خانه های خود باز گردند. چون سال نو نزدیک می شد می دیدند که اخبار رسیده از میدان جنگ چندان امیدوار کننده نیست. دل شکستگی جای امید را گرفت و بسیاری از آنان قدرت مقاومت خود را از دست دادند، بیش از آن تاب نیاوردند و مردند.

چنانکه در پیش گفتم هر تلاشی برای بازگرداندن نیروی درونی زندانی باید بر این متکی باشد که هدفی در زندگی او بیاید و آنرا به او نشان دهد. سخن نیچه را که می گوید «کسی که چرائی برای زنده بودن دارد با هر چگونه ای خواهد ساخت» باید بعنوان شعاری در درمان روانی بیماران و بهداشت روانی زندانیان پذیرفت.

هر وقت فرصتی پیدا می شد می کوشیدیم به زندانیان «چرائی» بدهیم، هدفی که بخاطر آن زنده باشند تا بتوانند «چگونگی» زندگی طاقت فرسای خود را تحمل کنند.

وای بر آنکس که تصور می کرد دیگر زندگی برای او معنائی ندارد، نه هدفی، نه مقصد و مقصودی. دیگر علتی برای زنده بودن نداشت و در نتیجه زیاد نمی ماند. پاسخی که چنین زندانی به همه حرف های امیدوار کننده می داد این بود که «من دیگر انتظار از زندگی ندارم» چه جوابی می شد به این حرف داد؟

چیزی که واقعا لازم بود این بود که تغییری اساسی در طرز فکر زندانی داده شود. اول ما می بایست خود این طرز فکر را بیاموزیم و پس از آن به اسیران دیگر یاد دهیم. ما باید می آموختیم که واقعا اهمیتی نداشت که ما چه انتظاری از زندگی داشتیم بلکه باید اندیشید که زندگی چه انتظاری از ما دارد. ما نه تنها باید از پرسش معنای زندگی بپرهیزیم بلکه باید تصور کنیم این پرسشی هست که زندگی هر روز و هر ساعت از ما می کند و پاسخ را نیز باید با کار و رفتار صحیح و شایسته داد نه با گفتار و تصور. زندگی بالاخره هر طور شده این مسئولیت را خواهد پذیرفت که از پرسش های خود پاسخ های درست بیابد و وظیفه ای را که دائما به عهده افراد می گذارد، به رنجوی شده به انجام برساند.

این وظایف و در نتیجه معنای زندگی از فرد به فرد و از لحظه ای به لحظه دیگر تغییر می کند، پس نمیتوان معنای زندگی را بطور جامع پاسخ داد. «زندگی» چیز مبهمی نیست بلکه بسیار حقیقی است همچنانکه وظیفه زندگی نیز بسیار حقیقی می باشد. «زندگی» برای هر فرد سرنوشت اوست و این سرنوشت برای هر کس چیز دیگری است. افراد مختلف و سرنوشت های مختلف با یکدیگر قابل مقایسه نیستند و هیچ موقعیتی تکرار نخواهد شد. هر موقعیتی پاسخ و واکنش ویژه ای لازم دارد. گاهی انسان در وضعی قرار می گیرد که مجبور است به سرنوشت شکل دهد و آنرا مجسم سازد. گاهی لازم است فرصت را غنیمت شمرد به تفکر پردازد و به نعمات زندگی خود بیاندیشد. گاهی نیز باید سرنوشت را بپذیرد و بار رنج را بدوش بکشد. هر موقعیتی با یکتا بودن خود مشخص است و معمولا تنها یک پاسخ درست در برابر هر پیش آمدی وجود دارد.

اگر فردی دانست که رنج کشیدن سرنوشت اوست، باید آنرا چون وظیفه ای بپذیرد. باید بپذیرد که حتی در رنج بردن نیز او یکتاست و در این دنیا تنها و دیگری نمی تواند بار رنج او را بدوش بکشد، این فرصت یگانه اوست که چگونه این بار را به منزل برساند. برای ما زندانیان این افکار و اندیشه ها دور از حقیقت نبود. تنها افکاری بود که می توانست ما را از نومیدی و دل شکستگی برهاند، حتی در آن ایامی که تصور نمی رفت جان سالم از زندان بدر بریم.

برای ما مدتی بود که معنای زندگی از رسیدن به هدفی با ارزشی خلاصه تر رفته بود. زندگی برای ما حلقه گشاده تری در برداشت، حلقه حیات و مرگ، رنج و میرندگی. وقتی معنای بردگی و رنج به ما آشکار و الهام شد دیگر نکوشیدیم که با تصورات واهی و خوش بینی ساختگی از سوز آزارهای زندان بکاهیم. رنج کشیدن برای ما وظیفه ای شد که نمی توانستیم به آن پشت کنیم وظیفه ای که ریکه را واداشت بگوید «چه بسیار اندوه را باید به سامان رساند».

ریکه از به سامان رساندن غم چنان صحبت می کند که گویی باریست که باید به سامان رساند. لازم بود که با این همه اندوه روبرو شویم و لحظات ضعف و اشک ریزی را به حداقل برسانیم. اما علتی نداشت که از اشک ریزی شرمساز باشیم. زیرا گریه نشان می داد که مرد هنوز دلاوری رنج کشیدن دارد و آنرا تنها عده معدودی درک می کردند. عده ای با شرمسازای اعتراف می کردند که گریه می کنند. دوستی داشتم و از او پرسیدم چگونه ورمهای خود را خوابانده است اعتراف کرد که «آنرا با گریه درمان کردم».

گاهگاهی امکان داشت که بطور دسته جمعی و یا تک تک به روان درمانی و بهداشت روانی زندانیان پرداخت. درمان فردی تلاشی بود مهربانانه برای نجات دوستان. این تلاشها غالبا برای جلوگیری از خودکشی بود. قانون زندان موکدا جلوگیری از خودکشی را ممنوع کرده بود. مثلا ممنوع بود طناب کسی را که می خواست خود را بدار آویزد پاره کرد. پس اهمیت موضوع در آن بود که از دست زدن به این کار جلوگیری شود. من دو واقعه را بیاد دارم که ممکن بود به خودکشی بیانجامد. این دو مورد بهم شباهت زیادی داشت و هر دو زندانی قبلا راجع به تصمیم خود صحبت کرده بودند و می گفتند که دیگر امید و انتظاری از زندگی ندارند. باید به آنها می پذیراندیم که هنوز زندگی از آنان انتظارهائی داشت و چنانکه معلوم شد یکی فرزندی داشت که او را می پرستید و در کشوری خارجی چشم به راه او بود و دیگری رشته کتابی که انجامش از دیگری ساخته نبود؛ چنانکه دیگری نمی توانست جای پدر را بگیرد.

این یکتائی و وحدانیت است که هر فرد را از فرد دیگر ممتاز می کند و معنائی به هستی و بقای او می دهد و در کارهای خلاقه اثری ژرف بجای می گذارد، چنانکه در عشق انسانی نیز گذاشته است. وقتی عدم امکان تعویض مردم را با یکدیگر در نظر آوریم، مسئولیت فرد را در برابر موجودیت خود و برای ادامه آن آشکارا می بینیم. مردی که به مسئولیت خود در برابر کسی یا کاری که به انتظار اوست واقف شد «چرای» زندگی خود را درک کرده و خواهد توانست با هر «چگونه‌ای» بسازد.

در اردو برای درمان دسته جمعی موقعیت زیادی وجود نداشت. گاهی نمونه و الگوی درست بسیار موثرتر از کلام بود. زندانبان ارشدی که دائم طرف مقامات زندان را نمی گرفت تاثیر روحی بسیار عمیقی در زندانیان می گذاشت، تاثیر فوری و نافذتر از لغات. اما گاهی صحبت نیز موثر می افتاد، بویژه وقتی که بعثت فشارهای خارجی پذیرش فکر تشدید شده بود و من مردی از آن به یاد دارم. از صبح تا شب روز بدی بود. در رژه آگاهی داده بودند که از آن پس بسیاری از کارها بعنوان خرابکاری تلقی خواهد شد و عامل فورا به مرگ محکوم می شود و بدار آویخته خواهد شد. از جمله این خرابکاریها جرائمی بود مانند پاره کردن نوار از پتو (برای بستن دور قوزک پا) و دله دزدی. چند روز پیش از آن یک زندانی گرسنه نیمه جان، خود را به انبار سیب زمینی زده بود تا چند سیب زمینی بدزد. دزدی کشف شد و زندانیان «دزد» را می شناختند. زندانبانان دستور دادند که باید یا دزد معرفی شود و یا همه یک شبانه روز گرسنگی بکشند. طبعا 2500 زندانی، روزه را ترجیح دادند.

در شامگاه این روزه گیری، ما در کلبه های گلی خود نشسته بودیم. همه حالت بسیار غمگینی داشتیم و کسی حرفی نمی زد. یک کلمه حرف، آدم را آتش می کرد. آنوقت تازه نور علی نور هم شد، یعنی برق خاموش شد. دیگر خلق همه بسیار تنگ شده بود و اگر سوزن می زدی آدم می ترکید. زندانبان ارشد ما آدم عاقلی بود. شروع کرد به صحبت کردن و از همکارانی سخن گفت که در چند روز گذشته از بیماری یا به وسیله خودکشی مرده بودند. گفت باید راهی وجود داشته باشد که بتوان بوسیله آن از رسیدن به این حد جلوگیری کرد و از من خواست توضیحی بدهم. اصلا من حال حرف زدن نداشتم. سرد و گرسنه و خسته و آتشی بودم. اما نمی شد این موقعیت را از دست داد.

من با صحبت از راحتی هائی ناچیزی که داشتیم شروع کردم و گفتم در این ششمین زمستان اروپای جنگ زده، وضع ما هولناک ترین وضع ممکن نیست. هر کدام ما باید از خود بپرسد چه چیزهای غیر قابل برگشتی را از دست داده است و پس از بررسی خواهیم دید که این ضررهای غیر قابل برگشت بسیار کم است. هر که هنوز زنده است دلیلی برای امیدواری دارد، امیدی برای سلامت، خانواده، خوشی، شغل، ثروت و محل شایسته ای در اجتماع. اینها همه بازیافتنی است و می توان به آن رسید. گذشته از همه اینها، هنوز استخوانهای ما دست نخورده و سالم است. آنچه تا بحال بر سر ما رفته ممکن است در آینده نفعی بماند. آنوقت از نیچه نقل کردم که «آنچه مرا نکشد، مرا نیرومندتر می سازد». (توضیح آرمان: در متن ترجمه شده اشتباهات این سخن به گونه نسبت داده شده است. این جمله را در کتاب نیچه دیده ام و در ترجمه دیگر کتاب از دکتر نهضت صالحیان و مهین میلانی نیز نیچه ذکر شده است)

از آینده صحبت کردم و از اینکه در نظر هر آدم بی طرف، آینده ما بسیار تاریک است. هر کدام ما می توانیم حدس بزنیم که احتمال

زنده ماندنمان چقدر کم است. با وجود آنکه هنوز تیفوس ب کلبه ما نیامده، خودم امکان زنده ماندنم بیش از پنج درصد نیست. اما با علم به همه اینها خیال ندارم امید را از دست بدهم. کسی نمی داند آینده چه در بر دارد، حتی در ساعت دیگر چه خواهد شد. حتی اگر انتظار هیچ حادثه شورانگیز و مهیج جنگی راطی چند روز آینده نداشته باشیم، کیست که بهتر از ما بداند چه موقعیتهای مناسبی ممکن است ناگهان برای بعضی پیدا شود، مانند اینکه ما را به دسته ای منتقل کنند که کاری آسان داشته باشد (این مسئله را زندانیان نشانه بخت سازگار می دانستند).

اما تنها از آینده و پرده تاریکی که بر آن آویخته بود صحبت نکردم. از گذشته نیز سخن گفتم و از خوشی های آن و نوری که از آن به تاریکی موجود ما می درخشید. باز هم برای اینکه دائم از خود صحبت نکرده باشم شعری نقل کردم که گفته است «آنچه تو کشیده ای هیچ نیروئی نمی تواند باز پس گیرد».

هیچکدام از تجربه های ما و افکارها، آنچه کرده ایم و دیده ایم و کشیده ایم از بین نرفته است. گرچه همه آنها گذشته است اما ما به آنها وجود و هستی داده ایم. بود نوعی هست است و شاید مطمئن ترین صورت آن.

پس از آن از موقعیت هایی سخن گفتیم که در آن می توان به زندگی معنا داد. به این دوستانی که بی حرکت نشسته و گاهگاهی صدای آهشان به گوش من می رسید گفتم که زندگی انسانی در تحت هیچ شرط و پیشامدی خالی از معنا نیست. و این معنای بی پایان زندگی رنج و میرندگی و محرومیت و مرگ را نیز در بر دارد.

از این مخلوق های بیچاره که در تاریکنای کلبه نشسته و به سخنان من گوش می دادند خواستم که به اهمیت وضع خود آگاه شوند و با شهامت با آن روبرو گردند. گفتم نباید نومید شد. ناپیدائی سرانجام مبارزه از اهمیت و عظمت معنای آن نتواند کاست. گفتم که بهر یک از ماکسی در این ساعات سخت می نگرد، دوستی، همسری، زنده ای، مرده ای و شاید ... خدائی و نباید نومیدش کنیم. او امید دارد که ما رنج را با غرور تحمل کنیم نه با فلاکت و بدانیم چگونه بمیریم.

سرانجام سخن از فداکاری گفتم. فداکاری برای هر یک از ما مفهومی داشت که شاید در زندگی خارج، در آن زندگی که وابسته به موفقیت مادی است بی معنی باشد. اما برای ما حقیقی و قابل فهم و پر از معنا بود. برای آنها که به مذهبی ایمان داشتند این مسئله به آسانی قابل درک بود. از دوستی مثل زدم که هنگام اسارت با خدای خود عهد بست که رنج و مرگ را به جان بپذیرد تا فردی را که دوست دارد گرفتار سرانجام دردناکی نشود. برای این مرد رنج و مرگ معنا داشت، معنائی با اهمیتی ژرف. او نمی خواست برای هیچ بمیرد چنانکه هیچ کدام از ما نمی خواهیم.

منظور من از همه این صحبتها آن بود که در آن وضع بسیار نومید کننده معنائی برای زندگی اسپران بیابم. چون چراغ دوباره روشن شد دیدم که کوششم به هدر نرفته است. این قیافه های مفلوک لنگ لنگان بسوی من آمدند و با چشمان اشک آلود از من سپاسگزاری کردند. اما باید اعتراف کنم که بندرت این توانائی را داشتم که با همکاران رنجکش و رنج کشیده ام تماسی بیابم و موقعیتهای زیادی از دست رفت.

و اینک بپردازیم به سومین مرحله واکنشی روحی زندانی، یعنی روانشناسی زندانی پس از آزادی. اما پیش از آن باید به پرسشی بپردازم که غالبا از روانشناسان می کنند، بویژه از روانشناسانی که خود در زندان بوده اند. می پرسند چگونه ممکن است مردمی که از گوشت و خون ساخته شده اند، این رفتارها ی گفته شده را با زندانیان کرده باشند. وقتی شخص وضع زندانیان را شنید و به صحت آن مطمئن می گشت؛ و می ماند که چگونه ممکن است چنین رفتاری از آدمیزادی سر بزنند. برای پاسخ به این پرسش بدون اینکه وارد جزئیات شویم ناچار به ذکر چند موضوع هستیم. اول اینکه در میان نگهبانان همیشه عده ای تشنه آزار رسانی یا سادیست وجود داشت، سادیسم یا جنون آزار رسانی با آشکارترین علائم بیماری.

دوم اینکه هر وقت دسته ای نگهبان برای ماموریت سختی لازم می شد، آنها را حتما از میان این تشنگان آزاررسانی بر می گزیدند. برای ما خوشحالی بزرگی بود که در محل کار، بعد از دو ساعت کار در یخبندان چند دقیقه خود را در برابر تنوری از ترکه و خرده هیزم گرم کنیم. اما همیشه سر کارگرانی پیدا می شدند که لذت می بردند این راحتی کوچک را هم از ما بگیرند. نه تنها ما را از ایستادن

نزدیک آتش باز می داشتند، بلکه تنور را می گرداندند و آتش افروخته و زیبا را روی برف می ریختند و بعد از آن سیمای آنان شادی بی ماندی را نشان می داد! همیشه آدم بخصوصی در دسته اس اس بود که علاقه وافری به آزار رسانی داشت. هر وقت افسران اس اس باکسی چپ می افتادند او را پیش این آدم می فرستادند.

سوم اینکه احساسات اکثر نگهبانان در اثر تماس دائم با آزار و خشونت کند شده بود. این مردمی که اخلاقاً و روحاً سخت شده بودند اگر خود نیز نقش فعالی در این آزار رسانی ها نمی پذیرفتند مانع انجام کار دیگران نیز نمی شدند.

چهارم اینکه حتی در میان نگهبانان نیز افرادی پیدا می شدند بادی پر از رحم. من فقط برای نمونه، فرمانده دسته ای را ذکر می کنم که از آن آزاد شدم. پس از آزادی معلوم شد که این آدم مبالغه گزافی از جیب خود برای خرید داروی زندانیان از داروخانه ای دور دست داده است و تنها پزشک اردو که خود از زندانیان بود این را می دانست.^[1] اما سر زندانی که خودش از زندانیان بود از هر افسر اس اس خشن تر بود و ما را به خاطر هر خطای کوچکی سخت مجازات می کرد. در صورتیکه فرمانده تا آنجا که من می دانم هرگز دست به روی کسی دراز نکرد!

پس تنها علم به اینکه فردی نگهبان زندان بود یا زندانی، مطلبی را روشن نمی کند. مهربانی و لطف انسانی در میان هر دسته ای پیدا می شود حتی در آنانکه به آسانی مورد دشنامند. نمی توان مرزی میان این دودسته ایجاد کرد و گفت دسته ای فرشته بودند و دسته ای اهریمن.

وقتی نگهبان یا سر کارگر با آن همه نفوذ و قدرتی که داشت با زندانیان خوشرفتاری می کرد معلوم بود که به مرحله بزرگ انسانی رسیده است اما پستی آن زندانی که با همکاران خود رفتاری زشت داشت جائی برای تصور و فکر نمی گذاشت. زندانیان از بدمنشی این هم قطاران بسیار ناراحت می شدند ولی محبت کوچکی از نگهبانان آنان را به رقت شدید در می آورد. روزی سر کارگری به من گرده ای نان داد و من می دانستم که آنرا از جیره ناشتائیش وا گرفته. حال ورقت من بسیار شدیدتر از تاثیر آن گرده نان بود، کاری که او کرده و مرا به اشک واداشت کاری انسانی بود، آن صحبت و آن نگاه همراه با آن هدیه!

از همه اینها ممکن است نتیجه گرفت که دو نژاد در این جهان وجود دارد، و فقط همین دو نژاد: یکی نژاد مردم شایسته و دیگری ناشایست. این دو نژاد در همه جا یافت می شود و در همه طبقات جامعه رسوخ می یابد. هیچ طبقه ای فقط از شایسته ها یا ناشایست ها تشکیل نمی شود.

پس هیچ گروهی «نژادی ناب» نیست و بنابراین گاهی آدم شایسته ای در میان نگهبانان زندان نیز پیدا می شود زندگی در اردوی فشرده اسیران وجود انسانی را می شکافد و ژرفای آن را می نمایاند. پس شگفتی نیست که در آن عمق، ما دوباره آن خواص انسانی را که در طبیعت اصلی خود سرشته ای از نیکی و بدی بود، یافتیم. شکافی که خوب را از بد جدا می کند از همه صفوف اجتماع می گذرد و حتی در قعر ورطه هولناک زندان نیز بخوبی آشکار است.

و اینک روانشناسی زندانیان آزاد شده :

در بررسی چگونگی درک آزادی ناچارم از تجارب شخصی گفتگو کنم. پیش از این نوشتم که پس از آنهمه فشار روحی بالاخره پرچمی سفید بر تیرک اردو افراشته شد و حالت تعلیق و سرگردانی روحی به استراحت و سستی کلی تبدیل گردید، ولی اشتباه است اگر بگویم که از خوشحالی در پوست نمی گنجیدیم.

با پاهائی خسته خود را بدروازه رساندیم، با ترس و دلهره به اطراف نگاه کردیم، نگاهمان بهم پر از سؤال بود، و پس از آن چند گام به بیرون رفتیم اما این دفعه دیگر کسی بر سر ما فریاد نزد و لازم نبود سرمان را بدزدیم که ضربه و مشت به ما نزنند. نه، این دفعه دیگر نگهبانها به ما سیگار می دادند و نمی شد آنها را شناخت. همه لباس غیر نظامی پوشیده بودند. به آهستگی از اردو رد شدیم، پاهامان از کار افتاد. لنگ لنگان می رفتیم و می خواستیم دنیا را با چشمان مردمی آزاد بنگریم. دم بدم می گفتیم «آزادی، آزادی» ولی نمی توانستیم آنرا درک کنیم. چه بسا که طی چند سال گذشته این واژه را از خوابی که دیده بودیم بر زبان می آوردیم و اینک معنای آن از

میان رفته بود. نمی فهمیدیم که دیگر آزادی مال ما و مایملک ما بود.

به چمنی پر از گل رسیدیم. این چمن و گلها تازگی نداشت و همیشه آنجا بود ولی تا به آن روز توجهی به آن نداشتیم. اولین اخگر شادی وقتی نمایان شد که خروسی را با دمی رنگارنگ دیدیم، اما این اخگری بود و خاموش شد. ما هنوز به این دنیا تعلق نداشتیم. شبانگاه که باز همه در آلونک جمع شدیم، یکی آهسته از دیگری پرسید «بگو به بینم امروز خوش بودی؟» و آن دیگری با شرمساری گفت «راستش را بخواهی نه» و نمی دانست که همه حال او را داشتیم. ما قدرت خوشحال بودن را از دست داده بودیم و می بایست دوباره آنرا بیاموزیم. همه چیز در نظر ما مجازی جلوه می کرد، مانند عالم خواب، و نمی توانستیم چیزی را باور کنیم. چه بسا که در سالهای گذشته در عالم خواب گول خورده بودیم! خواب می دیدیم که روز آزادی رسیده و رها شده ایم، به خانه برگشته دوستان را که به دیدنمان می آیند خوش آمد می گوئیم. همسرمان را در آغوش گرفته ایم. بر سر میز نشسته و داستان آنچه را که بر ما گذشته است بیان می کنیم و حتی از خوابهایی که از آزادی دیده ایم سخن می گوئیم و آنگاه ... بانگ بیداری و پایان رویای آزادی!

اینک خواب تعبیر شده بود ولی آیا می توانستیم آنرا باور کنیم؟

بدن کمتر از روح نیروی باز دارنده دارد و از همان دم نخست شروع کرد بخوردن و چه خوردنی! ساعتها و روزها حتی نیمی از شب ها را! واقعا عجیب است که آدم چه مقدار زیادی می تواند خوراک بخورد. وقتی یکی از بزرگان، یکی از زندانیان سابق را به منزلش دعوت کرد؛ این آدم خوراک خورد و خورد و قهوه نوشید. اینهمه خوردن و آشامیدن زبانش را شل کرد و شروع کرد به حرف زدن و ساعتها حرف زد. بندی که سالها بر روح او بود برداشته شده بود. وقتی آدم به حرف او گوش می داد حس می کرد که او باید حرف می زد. میل بحرف زدن برایش غیر قابل مقاومت شده بود.

من کسانی را دیده ام که مدت کوتاهی تحت بازپرسی بوده اند. مانند بازپرسهای گشتاپو و امثال آن و آنها نیز پس از بازپرسی واکنشی متشابه داشتند.

روزها گذشت و نه تنها زبان ها شل شد، بلکه بندهای دیگری در درون ما. آنوقت احساسات و عواطف فشرده زنجیرها را گسست. روزی، مدتی پس از آزادی، در کنار چمنی پر از گل راه می رفتیم، ساعتها از خود بی خود بودم و به آواز پرندگان گوش می دادم. نتابنده ای پیدا نبود، چیزی جز پهنای آسمان صاف و آوای خوش پرندگان و گلهای زیبا و آزادی وجود نداشت. ایستادم، به گرداگرد خود و به آسمان نگریستم و آنوقت زانو زدم. در آندم خود و دنیا را فراموش کرده بودم و تنها یک جمله را بخاطر داشتم، آن جمله جاودانی را «خداوند را از تنگنای زندان خواندم و او در پهنای فلک مرا پاسخ داد». چقدر آنجا زانو زدم و چند بار این دعا را خواندم یادم نیست همینقدر می دانم که در آنروز و در آن ساعت، زندگی تازه من شروع شد. قدم به قدم جلو رفتم تا دوباره آدمی شدم.

راهی که از فشار روحی حاد روزهای آخر اردو، تا آرامش روح وجود داشت راه همواری نبود. اشتباه بزرگی است که تصور کنیم زندانی آزاد شده نیازی به توجه روحی ندارد. کسانی که مدتها زیر فشار روحی شدید بوده اند پس از آزادی، بویژه اگر این فشار یکباره برداشته شود در خطر شدیدی خواهند افتاد. از نظر بهداشت روح، این خطر برگردان روحی آنهمه فشار است. این مسئله را در بهداشت بدنی کارگران زیر دریا نیز می توان دید که اگر با شتاب از محفظه خود که تحت فشار زیاد جو است بیرون آیند با خطر بزرگی روبرو خواهند شد. به همین ترتیب ممکن است به فردیکه از فشار شدید روحی آزاد شده است زیانهای وارد آید. مثلا کسانی که طبعی بدوی داشتند نمی توانستند از تاثیر خشونت که زندگانی اردوگاهی را فرا گرفته بود در امان بمانند. پس از آزادی خیال می کردند هر کاری دلشان خواست می توانند بکنند و از این آزادی با خشونت و هرزگی استفاده کنند. تنها چیزی که برای آنها عوض شده بود نقش ستمدیده و ستمگر بود. آنها بجای ستمدیده ستمگر می شدند. اینان دیگر برانگیزنده بیدادگری بودند، فعال بودند نه مفعول و این رفتار را با گذشته تلخ خود توجیه می کردند.

این طرز فکر در مسائلی دیده می شد که به ظاهر ناچیز بود. روزی با دوستی در کنار کشتزاری نزدیک اردو راه می رفتیم که ناگهان به مزرعه ای از گندم سبز رسیدیم. من بی اختیار خواستم از کنار آن رد شوم و آن دوست دست مرا کشید و از لابلای آن برد. من به نرمی گفتم که نباید از میان کشتزار سبز گذشت. وی پرخاش کرد که «چه می گوئی، مگر ما هر چه داشتیم نگرفتند، زن و فرزندان را کشتند، باقی پیش کششان، و حالا تو نمی گذاری چند خوشه گندم را زیر پا له کنم» تنها با آرامی و متانت می شد به اینها فهماند که کسی حق ندارد ظلم کند حتی اگر به او ظلم هم شده باشد. ما بسیار کوشیدیم که این حقیقت را به آنها بیاموزیم وگرنه آنچه پیش می آمد هزارها بار از شکستن چند خوشه گندم خطرناکتر بود.

هنوز سیمای آن زندانی را بیاد دارم که می گفت «دستم بریده باد اگر روز آزادی، آنرا به خونی نیالایم». کسیکه این حرف را می زد آدم بدی نبود، یکی از بهترین دوستان اردوئی و دوره آزادی بود.

علاوه بر تغییر اخلاقی حاصله از رها شدن ناگهانی فشار روحی، دو مسئله دیگر شخصیت و رفتار و منش زندانی آزاد شده را تهدید می کرد، یکی تلخی زندگی پس از آزادی بود و دیگر سرخوردن از زندگی.

تلخی چند علت داشت. وقتی زندانی به شهر و دیار خود می رسید بسیاری از دوستان او را به سردی می پذیرفتند. او تلخ می شد و از خود می پرسید «آیا بار آنهمه رنج را بخاطر این پذیرائی بدوش کشیدم؟» وقتی از رنج زندان سخن می گفت به او پاسخ می دادند که «ما نمیدانستیم» و یا «ما نیز رنج کشیدیم» آنوقت این آدم به خود می گفت «این ها نمیتوانستند چیز دیگری بگویند؟»

اما مسئله سر خوردن چیز دیگریست. این دیگر حکایت دوست و آشنائی نبود که سطحی بودن فکرش آدم را آنقدر بیزار کند که دلش بخواهد به سوراخی بگریزد که دیگر چشمش به آدمیزاد نیافتد. این یکی دیگر حکایت سرنوشت بود و بیدادهایش!

کسیکه خیال می کرد به حد نهائی و مطلق درد کشیدن رسیده است تازه می فهمد که درد نهایت ندارد و هنوز باید درد بکشد و شدیدتر!

وقتی از کوشش برای دادن امید به زندانیان صحبت می کردم گفتم که باید به زندانی چیزی یا کسی را نشان داد که به انتظار اوست، چیزی که او را منتظر آینده کند، کسی را که چشم به راه اوست. اما پس از بازگشت؟ بسیاری از این زندانیان آزاد شده دیدند که دیگر کسی چشم به راهشان نیست.

وای بر آن مردی که دید؛ آنکه خاطره اش و یادش در زندان به او امید می داد دیگر زنده نیست. وای بر آنکس که چون خوابش تعبیر شد آنروز را با آنچه انتظار داشت مغایر دید! شاید در اتوبوس نشسته و به خانه ای رفت که سالها در عالم تصور دیده بود، و فقط در عالم تصور. در را چنانکه هزاران بار در خواب دیده بود کوبید اما دیگرانکه باید در را بگشاید نبود و هرگز نخواهد بود!

ما همه در اردو به یکدیگر می گفتیم که هیچ شادمانی دنیائی جبران آنهمه رنج را نتواند کرد. پس به انتظار شادی نبودیم، امید شادی نبود که به ما دلاوری رنج کشیدن و معنائی به فداکاری و زندگی و مرگ می داد. اما برای ناشادی نیز آماده نبودیم. این سرخوردگی که به انتظار گروهی از ما بود پشت بسیاری را شکست و روانپزشک نیز به سختی می توانست کمکی بکند.

برای هر زندانی آزاد شده روزی فرا خواهد رسید که چون به دوران اسارت خود بنگرد، نمی داند که چگونه بار آنرا بدوش کشیده است. همان سان که روز آزادی او رسید، و همه چیز در نظرش رویای زیبایی بود، روزی نیز فرا خواهد رسید که از زندگی اردوئی چیزی جز کابوسی وحشتناک بجا نخواهد ماند.

اما مهمترین و زیباترین یادگار آن برای این زندانی آزاد شده روبه خانه، این حس بسیار دلپذیری است که با آنچه بر سر او رفته، بجز خدا دیگر چیزی نمانده است که از آن بترسد.

[1] واقعه جالبی که درباره این فرمانده اس اس رویداد کاریست که چند زندانی برایش کردند. بعد از جنگ وقتی امریکائیان زندانیان اردوی ما را آزاد کردند سه جوان یهودی مجارستانی این فرمانده را در جنگلهای باواریا پنهان نمودند.

پس از آن بنزد فرمانده نیروی امریکا که در جستجوی این فرمانده بود رفتند و گفتند بشرطی محل او را اطلاع خواهند داد که فرمانده قول دهد هیچ آسیبی باو نرسد.

پس از مدتی گفتگو فرمانده شرط را پذیرفت. بعد از دستگیری نه تنها بقول خود وفا کرد بلکه این افسر سابق اس اس را به نحوی در شغل خود ابقاء نمود زیرا او را مامور جمع آوری لباس از دهات اطراف باواریا و تقسیم آنها بین ما کرد. چون تا آنموقع وامانده زندانیان دیگر را می پوشیدیم، وامانده زندانیانی که یا در اشویتز باتاقی گاز فرستاده شده بودند یا یکراست از ایستگاه راه آهن.

مفهوم اساسی لوگوتراپی

خوانندگان این سرگذشت کوتاه، شرح صریح و کاملتری از اصول درمانی من جویا هستند. به اینجهت من فصل کوتاهی درباره لوگوتراپی در نوشته اصلی «از اردوگاه مرگ تا اگزیستانسیالیزم» آوردم. آن نیز تشنگی آنانرا فرو نماند و نوشته مفصلتری خواستند. در نتیجه برای چاپ فعلی آن فصل را دوباره نوشتم و مقداری بر آن افزودم.

این تکلیف سختی است. اینکه در چند صفحه آنچه را به آلمانی در چهارده جلد نوشته ام بگنجانم آسان نیست. اینک که این سطور را می نویسم بیاد پزشکی امریکائی می افتم که وقتی که بدرمانگاه من در وین آمده بود می گفت «آقای دکتر، آیا شما روانکاو هستید؟» گفتم «نه، روانکاو نیستم، اما کارشناس رواندرمانم»

- «بکدام مکتب پابندید؟»

- «کار من با نظریه های خودم است که لوگوتراپی نام دارد».

- «ممکن است در یک جمله بگوئید لوگوتراپی چیست و یا اقلاً چه تفاوتی با روانکاوی دارد!»

- «شاید، اما پیش از آن ممکن است شما بگوئید اساس روانکاوی در نظر شما چیست؟»

پاسخ وی چنین بود:

«در روانکاوی بیمار برسریری دراز می کشد و چیزهایی می گوید که گاهی گفتنش بسیار دشوار است».

و من فوراً گفتم:

- «در لوگوتراپی بیمار حاجتی بدراز کشیدن ندارد و بچیزهایی گوش می دهد که گاهی شنیدنش بسیار دشوار است».

اینرا من بشوخی گفتم و هرگز عصاره و چکیده مکتب لوگوتراپی نبود. اما این تعریف زیاد هم دور از حقیقت نیست چون لوگوتراپی کمتر از روانکاوی بدنبال واپس نگری و درون نگری می رود و بیشتر به آینده و وظیفه و معنائی توجه دارد که باید توسط فرد انجام گیرد.

در عین حال، لوگوتراپی تشکیل و تشکل دور تسلسل زیان آور بیماری و مکانیسم واگرد را که نقش مهمی در بیماری نوروز دارد از تمرکز می اندازد و در نتیجه "خود میان بینی" که اینگونه بیماران به آن گرفتارند بجای تقویت دائم سست و بی اثر می گردد. اصولاً در لوگوتراپی بیمار با وضعی روبرو می شود که معنائی برای زندگی خود بجوید، نوروتیک واقعی از دیدن حقیقت زندگی خود و وظائفی که بعهد اوست می گریزد. پس آگاه کردن او بوظایفش بوی نیروی زیادتری برای پیروز شدن به این پریشانی خواهد داد. نخست باید بگویم چرا من بنظریه خود نام «لوگوتراپی» داده ام. لوگوس واژه ایست یونانی که معنا را می رساند. لوگوتراپی که بعضی از نویسندگان کارشناس آنرا مکتب سوم روان درمانی وین نام نهاده اند بر پایه معنای هستی آدمی و تلاش فرد برای رسیدن باین معنا استوار است. بنابر اصول لوگوتراپی تلاش برای جستن معنائی در زندگی اولین نیروی محرکه و انگیزنده هر فرد است. باین دلیل است که من با مقایسه با لذت خواهی که پایه روانکاوی فروید است و نیروخواهی که پایه روانشناسی آدلر است، به این تئوری معناخواهی نام داده ام.

معناخواهی

تلاش برای یافتن معنائی در زندگی نیروی اولیه است نه نمودی ثانوی که از تحریک غرائز سرچشمه گرفته باشد. این معنا برای هر فرد ویژه و یکتاست و فقط اوست که باید و شاید آنرا انجام دهد. فقط در آنصورت است که این نیروی معناجویی یا معناخواهی ویرا راضی خواهد کرد.

پاره ای از کارشناسان عقیده دارند که معانی و ارزشها چیزی جز مکانیسم دفاعی بدن، واکنشها و اعتلای هوسها نیست. اما من یکی هرگز حاضر نیستم بخاطر واکنشها زندگی کنم و ایمان دارم که انسان می تواند بخاطر آرمانها و ارزشهایش زنده بماند و حتی بمیرد.

چند سال پیش در فرانسه مطالعه ای انجام گردید و نشان داد که 89 درصد از افراد مورد مطالعه ایمان داشتند که انسان چیزی لازم دارد که بخاطر آن زندگی کند و 61 درصد اظهار کردند که در زندگی آنها کسی یا چیزی موجود است که حتی حاضرند بخاطرش بمیرند. من این مطالعه را در درمانگاه خود دروین دربین کارکنان و بیماران اجرا کردم و اختلاف آن با مطالعه ای که در فرانسه انجام گردید فقط 2 درصد بود. عبارت دیگر این کاوشها نشان داد که معناخواهی و معناجویی در زندگی حقیقت است نه وهم.

البته مواردی نیز پیش می آید که علاقه به این ارزشها پوششی است برای نهفتن اضطرابهای درونی. اما این موارد استثنائاتی است بر قانون کلی و عمومیت ندارد. در این موارد باید کوشید که علل نهانی این تکاپوی ناآگاهانه را دریافت. انسان در این قبیل مواقع عملاً با شبه ارزشها روبروست و بهترین نمونه این شبه ارزشها تعصب است.

پزشک باید از روی این شبه ارزشها نقاب بردارد ولی در برداشتن این غلافها وقتی به چیزی رسید که در زندگی انسانی اصلی و حقیقی است باید از کاوش فروتر خودداری کند. زیرا در غیر آنصورت علت این پرده برداری کوچک شمردن آرزوها و آرمانها خواهد بود. باید مواظب بود که این ارزشها را تنها به منزله نمودی از خود نشماریم زیرا لوگوس یا معنا نه فقط از وجود پدیدار می گردد بلکه نیرویست که با وجود نیز مواجه می گردد و مقابله می کند. اگر معنائی که باید توسط فرد جان بگیرد فقط نمودی از شخصیت او و مظهر افکار آرزومندانه او بود این منش خواستارانه و مبارزه طلبانه را از دست می داد. دیگر مرد را به مبارزه بر نمی انگيخت. و این مسئله نه فقط در موارد آنچه باصطلاح اعتلاء علائق غریزی است درست است بلکه در مورد آنچه یونک «نوع نیاکانی ناخودآگاه قومی» خوانده است نیز صادق می باشد، منتهی در مورد اخیر این تعبیر بجای فرد بوسیله نژاد بشری صورت می گیرد. نظرات بعضی از اکزیستانسیالیست ها نیز در این حال صادق است که می گویند آرمانهای فرد چیزی جز ساخته های خود او نیست. بنابر عقیده ژان پل سارتر مرد سازنده خود است و سازنده «عنصر» خود، یعنی سازنده آنیست که هست و خواهد بود و باید باشد. اما من معتقدم که ما معنای وجود خود را خود نساخته ایم بلکه به آن پی برده ایم و دریافته ایم. از نظر پسیکودینامیکی مطالعه ارزشها مطالعه ای منطقی است اما باید دید که در هر مورد سزاوار است یا نه. بالاتر از همه باید دانست که هر مطالعه پسیکو دینامیکی مطلق تنها می تواند نشان دهد از لحاظ اصولی نیروی انگیزنده فرد چیست. اما ارزشها، فرد را بر نمی انگیزند و سوق نمیدهند و هدایت نمیکند بلکه او را بسوی خود می کشند. هر وقت من در امریکا وارد مهمانخانه ای می شوم بیاد این اختلاف می افتم چون یک لنگه در را باید کشید و دیگری را فشار داد. وقتی من می گویم انسان بوسیله ارزشها «کشیده» می شود چیزی که در آن مستتر است اینست که برای فرد همواره آزادی اختیار وجود دارد. آزادی اینکه کشش را بپذیرد یا رد کند، معنای بالقوه را بالفعل سازد یا ندیده بگیرد. وانگهی این مسئله باید کاملاً روشن شود که هیچ انگیزه اخلاقی و حتی مذهبی بمانند آنچه بعنوان غرائز اصلی نامیده ایم وجود ندارد. فرد هرگز بسوی رفتار اخلاقی رانده نمیشود بلکه اوست که تصمیم می گیرد رفتاری سزاوار داشته باشد. شخص اینکار را برای خشنودی انگیزه اخلاقی خود و رضایت وجدان نمیکند بلکه آنرا بعللی و سببی و دلیلی انجام می دهد که به آن اعتقاد دارد و خود را به آن وابسته است، بخاطر کسی که دوست دارد یا خدائیکه می پرستند. اگر اینکار را برای راحتی وجدان می کرد چون فریسیان می شد و دیگر فردی کاملاً اخلاقی نبود. من عقیده دارم که اولیاء و پاکان منظوری جز این نداشتند که خدا را خدمت کنند و تصور نمیکنم که حتی در خیال نیز می پروردند که پاک و ولی شوند. اگر چنین بود طالب کمال وجود خود می شدند نه پاک و ولی. البته چنانکه ضرب المثل معروف آلمانی می گوید «وجدان راضی بهترین بالش هاست» اما اخلاق درست و خوب بیش از خواب دانه و داروی آرامی بخش است.

بیکامی وجود

معناخواهی و معنا جویی انسان ممکن است بیکام شود و در آنصورت در لوگوترایی آنرا بیکامی وجود می نامیم. واژه «وجود» به سه صورت بکار می رود که مفاد آن از اینقرار است:

1- نفس وجود

2- معنای وجود

3- تلاش فرد برای دریافت معنائی در زندگی شخصی یا عبارت دیگر «معناخواهی».

اگر این بیکامی وجود به نوروز بیانجامد آنرا در لوگوترایی پریشانی اندیشه زاد می نامند تا با نوع دیگر نوروز که روانزاد است تفاوتی پیدا شود.

علت پریشانی اندیشه زاد، روانی نیست بلکه «نتوژنیکی» است (از واژه Noos یونانی بمعنی اندیشه). این یکی دیگر از اصطلاحات لوگوترایی است که به آنچیزی اطلاق می شود که با وجود روحانی فرد مربوط است. باید در نظر داشت که در لوگوترایی واژه «روحانی» بدانسانکه در امور مذهبی بکار می رود مصرف نمی گردد و بالاخص بابعاد انسانی اطلاق می شود.

نوروز نئوژنیک یا اندیشه زاد

پیشانی اندیشه زاد از کشمکش میان انگیزه ها و غرائز ایجاد نمیشود بلکه حاصل برخورد ارزشهاست . عبارت دیگر ساخته تصادمهای اخلاقی و یا بطور کلی پرداخته مسائل روحانی است و در این موارد بیکامی وجود نقش مهمی دارد.

پس روشن است که روش معمولی رواندرمانی در مبارزه با این بیماری روش مناسبی نیست و باید به لوگوتراپی روی آورد، یعنی بدرمانی که قدرت رسوخ در وجود روحانی آدمی را داشته باشد. اصولاً لوگوس در زبان یونانی نه فقط به «معنا» اطلاق می شود بلکه روح را نیز شامل می گردد. مقابله با مسائلی روحانی مانند آرزوی زندگی پر از معنایا بیکامی از نرسیدن به این آرزوها در قلمرو لوگوتراپی است. در این روش پزشک مستقیماً و با صراحت با اینگونه مسائل روبرو می شود و آنها را یکپارچه حمل به ریشه های ناآگاهانه برخاسته از غرائز نمی کند.

اگر پزشک میان ابعاد روحانی و غرائز فرقی نگذارد ممکن است نتایج تلخی را بیار آورد و داستان زیر مؤید آنست:

یک دیپلمات عالی رتبه امریکائی در وین بدرمانگاه من آمد . وی می خواست دنباله روانکاوی را که پنج سال قبل از آن در نیویورک آغاز شده بود بگیرد. وقتی از او پرسیدم چرا خیال می کند به روانکاوی نیازمند است و چرا اصلاً آنرا شروع کرده است معلوم شد که این شخص از کارش ناراضی است و برایش پذیرفتن سیاست خارجی امریکا کاری دشوار است. روانکاو بارها باو گفته بود که باید با پدرش «آشتی» کند زیرا بعقیده او دولت امریکا و مافوقان این دیپلمات «چیزی نبودند» جز شبهی و تصویری از پدرش و به این علت از آنها رنج می برد و از کار خود بیزار بود. این بیزاری بخاطر نفرتی بود که ناآگاهانه از پدر خود داشت. در این روانکاوی که پنج سال بطول انجامیده بود، «بیمار» کم کم داشت حرف پزشک را می پذیرفت و دیگر قادر نبود حقیقت را از ورای این ابر اوهام به بیند.

پس از چند جلسه مصاحبه روشن شد که شغل او، معنajoیش را در زندگی بیکام کرده است و چون دلیلی وجود نداشت که از کار خود دست نکشد، استعفا داد و دنبال کاری را گرفت که علاقه داشت. فعلاً پنج سال است که به آن کار مشغول است و از زندگی بسیار راضی است. من تصور نمیکنم که در این مورد با آدم نورویتیکی سر و کار داشتیم. او به روانکاوی و حتی به لوگوتراپی نیز نیازی نداشت چون اصلاً بیمار نبود. هر هیجان فکری لامحاله هیجانی نورویتیک نیست و قدری اضطراب و هیجان در زندگی لازم است. وجود کمی رنج پدیده بیماری نیست و نشانه ای از نوروز نمیباشد. این رنج ممکن است حاکی از نیل بمقصودی انسانی یا محصول بیکامی وجود باشد.

من شدیداً تاکید می کنم که بطور کلی تلاش برای یافتن معنایی در زندگی و حتی شک داشتن از معنایی در زندگی نه از بیماری بوجود می آید و نه به بیماری خواهد انجامید. بیکامی وجود نه بیماری است نه بیماری زا.

نگرانی انسان درباره ارزش زندگی و حتی افسردگی او، یک افسردگی روحانی است نه بیماری روحی. اگر پزشک این افسردگی روحانی را به بیماری روحی تعبیر کند نومیدی وجود را در زیر خرمنی از داروهای آرامی بخش مدفون خواهد کرد. اینکه پزشکی نشد! وظیفه پزشک اینست که بیمار را از این بحران بکرانه نمو و رویش و امید هدایت کند.

وظیفه لوگوتراپی اینست که بیمار را کمک کند تا معنایی در زندگی خود بیابد. تا آنجا که لوگوتراپی بیمار را از آن معنای نهفته زندگی خود آگاه می سازد روشی تحلیلی می شود و با روانکاوی شباهتی دارد.

اما در این تلاش برای آشکار ساختن چیزی در ضمیر فرد، لوگوتراپی مساعی خود را محدود به حقایق غریزی در ضمیر ناآگاه نمیسازد بلکه دنبال حقیقی روحانی نیز می گردد که معنایی بالقوه بزندگی فرد تواند داد تا آن نیروی معناتلبی بیدار گردد.

هر کاوش و تحلیلی حتی اگر به ابعاد روحانی و اندیشه زاد نیز توجهی نداشته باشد می کوشد بیمار را از آنچه آرزو دارد و در ژرفای وجود اوست آگاه کند . اما تفاوت لوگوتراپی با روانکاوی در آنست که در لوگوتراپی بشر را فردی تصور می کند که دنبال معنایی می گردد و هدفش تحقق دادن به آن معناست و نه فقط خشنود کردن سوانق و غرائز و آشتی میان درخواستهای گوناگون ذات و من و ابرمن و هماهنگی و سازش با محیط و همرنگی با جماعت!

تکاپوی اندیشه ای

باید دانست که کوشش فرد در جستن معنایی و ارزشی در زندگی ممکن است بجای تعادل، هیجانی در او ایجاد کند اما همین هیجانست که یکی از لوازم غیر قابل انکار بهداشت روان است . بنظر من مهمترین چیزی که به بقای فرد کمک می کند اینست که او

بداند معنایی در حیات او موجود است گفته نیچه حاوی نکته بسیار عاقلانه ایست که «کسیکه چرائی در زندگی دارد با هر چگونه ای خواهد ساخت». این جمله باید شعاری در درمان بیماریهای روانی باشد.

در زندان فشرده اسیران نازی بخوبی پیدا بود که آنهائیکه تصور می کردند وظیفه ای و کاری با انتظار شانس بیشتر از دیگران احتمال زنده ماندن داشتند. این مسئله بعدا بوسیله کارشناسان امریکائی در کره و ژاپن نیز تأیید گردید.

برای خود منم این مسئله صادق بود. وقتی به اردوی اشویتز رسیدم نوشته ای را که برای چاپ حاضر داشتم (پزشک و روح که به فارسی هم ترجمه شد) از من گرفتند. میل بیکران من برای بازنوشتن این کتاب باعث شد سختیهای اسارت را تحمل کنم. وقتی دچار تب تیفوس بودم روی پاره کاغذ یادداشتهایی برداشتم تا اگر روزی آزاد شدم آن کتاب را دوباره بنویسم. من مطمئنم که در تنگنای زندان باواریا این میل شدید مرا زنده نگه داشت. پس می بینیم که بهداشت روح قدری به هیجان نیازمند است، هیجان میان آنچه انسان بدان ناآشنا شده و آنچه باید بدان برسد، یعنی فاصله میان آنچه هست و آنچه باید بشود.

این هیجان لازمه زندگی بشریست و از سلامت روح او جداسازی نیست. پس نباید از اینکه فرد را برانگیزیم که معنایی بالقوه در زندگی خود بیابد ترسی بدل راه دهیم. تنها باین وسیله است که معناجوئی وی را بیدار می کنیم. اینکه می گویند از نظر بهداشت روح باید فرد در خود حالت تعادلی ایجاد کند گفته خطرناکی است. آنچه بشر لازم دارد این حالت سکون و تعادل و بی هیجانی نیست، بلکه تلاش و کوشش و مبارزه ایست برای دریافت و درک هدفی که ارزش او را دارد. آنچه روان او را سالم نگه می دارد این نیست که بهر قیمتی شده فشارها و هیجانها را از بین ببرد بلکه ندای آن معنای بالقوه ایست که چشم براه انجام شدن است.

آنچه بشر لازم دارد ثبات و سکون نیست، بلکه آنیست که من بدان تکاپوی اندیشه ای نام نهاده‌ام، تکاپوئی روحانی میان دو قطب از هیجان مغناطیسی که در قطبی معنا و در قطب دیگر فردیست که خود را بدانسو می کشاند. فکر نکنید که این مسئله فقط برای مردم سالم صادق است بلکه برای بیماران نوروتیک نیز صحت دارد و حتی اهمیت و ارزش آن زیاده‌تر می گردد. اگر معماری بخواهد طاق فرسوده ای را تعمیر کند باری را که بر آن است می افزاید. با این کار اجزاء و پاره های آن طاق بهتر بهم وصل می شود و می چسبد. اگر درمانگر بخواهد بهداشت روانی بیمار را پرورش دهد نباید از آنکه بار آنرا با تغییر جهتی بجانب معنا بیافزاید هراسی داشته باشد. اینک که فایده و قدرت تأثیر معناجوئی آشکار گردید، از تأثیر مخرب دردی که بیماران امروزی از آن رنج می برند صحبت می کنیم و آن عبارتست از بیمعنی بودن کلی و غائی زندگی. این بیماران چون معنایی ارزنده در زندگی خود نمی‌بینند گرفتار خلاء درونی می شوند گوئی همه وجود آنها تهی است و این تهی بودن آنانرا در خود فرو بوده است. من اینحالت را خلاء وجود یا تهی زندگانی نام داده‌ام.

تهی زندگانی

خلاء وجود یا تهی زندگانی پدیده بسیار گسترده و متداول زندگی امروزیست. این مسئله قابل فهم است و ممکن است بعلت دو عاملی باشد که بشر از آنرویکه آدمیزادی حقیقی شد آنرا از دست داد. در ابتدای تاریخ بشری، انسان از بسیاری از غرائز اصلی حیوانی که رفتار او را راهنمائی می کرد و به آنها تأمین و پوششی می داد محروم گردید. این تأمین ها و آسایش ها چون بهشت جاودان بر انسان حرام گردید و او را مجبور بانتخاب کرد. علاوه بر آن در طی دوران بعدی بویژه در این اواخر سنتهایی که رفتار بشر را پشتیبانی و هدایت می کرد یکی بعد از دیگری از بین رفت. دیگر غریزه ای باو نمیگوید که چه باید کرد و سنتی نمی نمایند که چه شاید کرد و چیزی نمیگذرد که او نمیداند چه خواهد کرد و در نتیجه کاری می کند که دیگران از او می خواهند و روز بروز بیشتر اسیر هم‌رنگی جماعت می شود. این خلاء وجود بصورت ملالت و بی‌حوصلگی ظاهر می شود و گفته شوپنهاور را بیاد می آورد که گفت «انسان جاودانه محکوم است که میان دو قطب متضاد بی‌حوصلگی و هیجان درکشش باشد».

در زندگی امروزی این بی‌حوصله گیها و ملالتهای بیش از افسردگیها و دلتنگیها مردم را بسوی روانپزشکان می کشاند. هر چه زندگی بیشتر ماشینی شود این مسئله بحرانی تر می گردد زیرا اوقات فراغت مردم زیاده‌تر خواهد شد و بدبختانه مردم نمیدانند با این اوقات آزاد چه کنند.

نمونه آشکار این مسئله چیزی است که «پیشانی یکشنبه» نام دارد یعنی آن دلتنگی و ناراحتی عمیقی که معمولا روزهای تعطیل بسراغ شخص می آید. وقتی فشار کار هفته تمام می شود و ساعات فراغت زیاده‌تر می گردد، شخص در می یابد که محتوایی و معنایی در زندگی وی وجود ندارد. شماره خودکشیهای آثرا که می توان دال بر این خلاء وجود دانست یا در آن سهمیم شمرده نیست. پدیده های

فراوانی مانند الکلیسم و بزهکاری جوانان و بحرانهائی که در زندگی بازنشستگان و پیران دیده می شود وابسته بهمین زندگانی تهی است.

علاوه بر آن نقابهائی چندی نیز موجود است که از ورای آن این زندگانی تهی خود را می نمایند. گاهی آرزوهای بیکام مانده معنাজوئی، جانشینی در قدرت خواهی می یابد و از آنجمله به بدوی ترین نوع آن یعنی پول پرستی جلوه می کند. گاهی نیز این آرزوی بیکام مانده را میل لذت جوئی بخود می گیرد و باین علت است که زندگانی تهی گاهی جبرانی در میل جنسی می یابد. گاهی می توان دید که چگونه این میل جنسی در کسانیکه گرفتار خلاء وجود هستند غوغا می کند.

در نزد نوروتیک ها نیز وضعی مشابه روی می دهد. در آنها حالتی بخصوص از مکانیسم واگرد و دور تسلسل زیان آور بیماری وجود دارد که بعد از آن گفتگو خواهیم کرد. در میان آنان نشانه های فراوانی از این بیماری می توان یافت که زندگانی تهی را اشغال کرده و بر آن حکمروائی می کند.

در این بیماران شخص با نوروز اندیشه زاد روبرو نیست اما باز بدون کمک گرفتن از لوگوترایی بعنوان تداوی کمکی، نمیشود آنرا درمان کرد. زیرا با پر کردن این خلاء وجود باعث خواهیم شد که بیمار از بازگشت دور تسلسل نجات یابد. پس لوگوترایی نه فقط در درمان بیماریهای اندیشه زاد بلکه در درمان بیماریهای روانزاد نیز لازم است و مخصوصا در آن نوع بیماریهایی که من «سوماتوزنیک نوروز» نامیده ام. در پرتو این نور، گفتاری که مدتی پیش توسط دکتر ارنولد اظهار گردید صادق می گردد که «هر درمانی، هر قدر محدود باشد باید از لوگوترایی کمک بگیرد».

اما اگر بیمار معنای زندگی را جویا باشد چه باید گفت؟

معنای زندگی

من فکر نمی کنم که پزشک بتواند به این پرسش از نظر کلی پاسخی گوید. معنای زندگی از فرد بفرد و از روز بروز و ساعت بساعت تغییر می کند. آنچه مهم است معنای زندگی بطور اعم نیست بلکه هر فرد باید معنا و رسالت زندگی خود را در لحظه معین و معلوم دریابد. پرسیدن این سؤال بطور اعم مانند آنست که از قهرمان شطرنج پرسیم بهترین حرکت مهره ها کدام است؟ بهترین حرکت و حتی حرکتی خوب بطور اعم وجود ندارد. حرکت خوب مهره را در وضعی معین و با شناختن شخصیت حریف می توان دریافت. برای وجود بشری نیز چنین است. هر فرد وظیفه ای و رسالتی دارد که باید انجام دهد. او در این وظیفه و رسالت جانشینی ندارد و زندگی نیز قابل برگشت نیست. وظیفه هر فرد یکتاست و فرصت وی نیز برای انجام آن یکتاست.

هر موقعیت زندگی داویست برای فرد و گرهیست که باید او بگشاید. پس سؤال درباره معنای زندگی را باید از او پرسید، یعنی فرد نباید بپرسد که معنای زندگی او چیست، بلکه باید بداند که خود او مورد سؤال است. عبارتی ساده تر، هر فرد جوابگوی زندگیست و اوست و فقط او که می تواند به پرسش زندگی و درباره زندگی خود پاسخ دهد. این پاسخ را نیز باید با قبول مسئولیت و کار داد. پس لوگوترایی اصل و مقصود وجود را در پذیرفتن این مسئولیت می بیند و در می یابد.

عصاره وجود

پذیرش مسئولیت بطور قاطع و الزام آوری در لوگوترایی مستتر است. روش درمانی آن بر این استوار است که «چنان زی که گوئی بار دومیست که زندگی می کنی و در بار اول همان خطا را کرده ای که اینک در حال انجام آنی». بنظر من شعار و گفته ای نمیتواند بهتر از این مسئولیت فرد را برانگیزد زیرا او را وامیدارد نخست تصور کند زمان حال گذشته است و پس از آن بپذیرد که گذشته را هنوز می توان تغییر داد و اصلاح کرد. این طرز فکر او را با محدودیت دنیا و قاطعیت آنچه وی از زندگی خود می سازد روبرو می کند.

تلاش لوگوترایی در اینست که بیمار را کاملا از وظیفه مسئولیت پذیری خودآگاه کند ولی باید او را آزاد بگذارد که خود را در هر مورد مسئول هر کس و هر چیزی که می خواهد بداند. از اینروست که لوگوتراییست کمتر از باقی درمانگران روان ارزشهای خود را به بیمار تحمیل می کند زیرا وی هرگز نمیگذارد بیمار مسئولیت قضاوت را بپزشک واگذارد.

این بعهده بیمار است که تصمیم بگیرد در برابر وظیفه ای که زندگی بعده او گذاشته است جوابگوی کیست؟ جوابگوی جامعه یا وجدان خود! بیشتر مردم خود را مسئول خداوند می دانند اینها نه فقط خود را مسئول انجام وظیفه ای می دانند بلکه عقیده دارند وظیفه

بخشی نیز وجود دارد که این مسئولیت را بهعهده آنها گذاشته است.

کارلوگوترایی نه تدریس است و نه موعظه. همانقدر از استدلالات منطقی بدور است که از دادن نصایح اخلاقی. اگر بخواهیم مثلی بزنیم باید بگوییم لوگوتراییست بیشتر به چشم پزشک می ماند تا به نقاش. نقاش می کوشد دنیا را آنچنان که خود می بیند نشان دهد ولی چشم پزشک سعی می کند فرد را قادر کند تا دنیا را آنچنانکه هست به بیند. نقش لوگوتراییست آنست که میدان دید بیمار را بگسترده تا وی از همه طیفهای معنا و ارزش آگاه شود. وی نیازی ندارد که هیچگونه داوری را به بیمار تحمیل کند زیرا حقیقت سرانجام خود را نشان خواهد داد و احتیاجی بمداخله دیگران ندارد.

اگر می گوئیم انسان مخلوقی مسئولیت پذیر است و باید بمعنای بالقوه زندگی خود تحقق دهد اینرا نیز باید بگوئیم که این معنای حقیقی را باید در دنیا و در گرداگرد خود جست نه در درون خود و در دنیای روان و نباید روان را چون مدار بسته ای بحساب آورد. بهمین علت هدف حقیقی وجود انسانی را نمیتوان در آنچه به تحقق نفس Self-actualization معروف است جستجو کرد. وجود انسان علی الاصول از خود فرا رواست (Self-transcendent) و تحقق نفس را نمیتوان بمنزله هدفی قرار داد. چون اگر آن هدف شد ممکن است هر چه انسان بیشتر بدنالش رود آنرا کمتر دریابد. این تحقق وقتی انجام می گیرد که انسان خود را متعهد بانجام معنای زندگی خود کند. بعبارت دیگر این تحقق نفس محصول جانبی از خود فرا رویست.

دنیا را نه می توان بعنوان مظهری از خود نگریست و نه آنرا وسیله ای برای تحقق نفس دانست زیرا در هر دو صورت تصویری که از دنیا داریم بسیار کوچک می گردد.

با آنچه تا بحال گفته ایم نشان داده ایم که معنای حیات همیشه در تغییر است ولی هیچوقت از بین نمی رود. بنابر روش لوگوترایی، این معنا را از سه راه می توان دریافت.

1- با انجام کاری شایسته

2- با درک ارزشی روحی

3- با پذیرش رنج

راه اول، یعنی راه کار و فعالیت، راهی روشن است ولی دو راه دیگر نیازمند توضیح است. راه دوم یافتن معنای زندگی با کسب ارزشی و تجربه ایست، مانند فرهنگ و هنر و یا با درک و دریافتن فردی دیگر، یعنی با عشق!

معنای عشق

عشق تنها راهی است که با آن می توان ژرفنای وجود دیگری را دریافت. کسی نمیتواند از وجود و سرشت فردی دیگر کاملاً آگاه شود مگر آنکه عاشق او باشد. بوسیله این عمل روحانی عشق، فرد خواهد توانست صفات شخصی و الگوی رفتاری محبوب را بخوبی دریابد و حتی چیزی را که بالقوه در اوست. و باید جان بگیرد درک کند. وی محبوب را قادر خواهد کرد بامکانات تحقق دهد.

در لوگوترایی عشق پدیده زاد نیست یعنی پدیده ای نیست که از پدیده اصلی دیگری زائیده شده باشد. عشق پدیده باصطلاح اعتلاء یافته غریزه جنسی نیست و خود مانند میل جنسی پدیده ای اصلی و ابتدائیست. میل جنسی معمولاً حالتی است از بیان عشق و وقتی جاذب و حتی مقدس و پاک است که مرکبی برای عشق باشد. پس عشق اثر جانبی میل جنسی نیست بلکه میل جنسی راهی برای درک آن همدمی غائی است که عشق نام دارد.

سومین راه دریافت معنای زندگی در رنج است.

معنای رنج

وقتی انسان با وضعی غیر قابل اجتناب روبرو شد، وقتی با سرنوشتی مواجه گردید که نمی شد آنرا تغییری داد، فرصتی یافته است که بهترین ارزش خود را نشان دهد و عمیقترین معنای حیات یعنی معنای رنج را آشکار سازد. زیرا مهمتر و بالاتر از همه آنچه اهمیت دارد گرایشی است که ما در برابر رنج بر می گزینیم، طرز فکری که با آن رنج را می پذیریم.

نمونه واضحی از این موضوع را من در درمانگاه خود دیدم. روزی پزشکی سالخورده که گرفتار افسردگی ژرفی بود بمن مراجعه کرد. این پزشک طاقت نداشت مرگ همسرش را که دو سال پیش از آن رویداده بود تحمل کند زیرا بیش از حد دوست می داشت. من

چه کمکی می توانستم به او بکنم؟ فقط پرسیدم :

- «چه می شد، آقای دکتر ، اگر شما مرده بودید و زنتان زنده می ماند؟»

- «وای که این دیگر خیلی بد می شد، چون آن بیچاره خیلی رنج می کشید».

و در پاسخ باو گفتم:

«پس می بینید که رنج به او نرسید و شما بودید که رنجش را بجان خریدید و اکنون باید آنرا بپذیرید و بجایش زنده بمانید».

دیگر چیزی نگفت، دستم را به آرامی فشرد و از اتاق رفت.

رنج وقتی معنایی یافت، معنایی چون فداکاری، دیگر آزاری نمی‌رساند.

البته باید دانست که این کار من و این گفتگو در حکم درمان نبود. چون اولاً افسردگی ژرف او بیماری نبود و دیگر آنکه من نمی توانستم سرنوشت او را تغییر دهم و همسرش را باز گردانم. اما در آن لحظه توانستم گرایش و طرز فکر او را تغییر دهم تا آن سرنوشت غیر قابل تغییر را بپذیرد و معنایی در رنج خود بیابد.

یکی از اصول لوگوتراپی این است که محرک اصلی انسان درک لذت و پرهیز از درد نیست بلکه یافتن معنائیست در زندگی. فرد آماده رنج کشیدن است بشرطیکه معنایی و مقصودی در آن رنج باشد. نیازی بگفتن ندارد که رنج بخودی خود معنایی نخواهد داشت مگر آنکه لازم باشد مثلاً سرطانی را که بتوان درمان کرد نباید تحمل کرد و بحساب رنج گذاشت و پذیرفت. کشیدن این درد ماسوکسیسم است نه قهرمانی! اما اگر پزشکی نتوانست دردی را درمان کند و حتی نتوانست به بیمار آرامشی بدهد باید کاری کند که وی قدرتی یابد که معنای رنج خود را درک کند بپذیرد و آنرا بدوش بکشد.

در درمان بیماریهایی روانی معمولاً سعی براینست که نیروی فرد را برای کار و لذت از زندگی ترمیم و تجدید کنند. لوگوتراپی با توجه باین دو عوامل از آن نیز فراتر می رود و می کوشد اگر لازم شد این نیروی رنج کشی را نیز در بیمار تقویت کند یعنی معنایی در رنج بیابد.

در این زمینه دکتر وایز کپ یلسن استاد روانشناسی دانشگاه پردو ضمن مقاله ای درباره لوگوتراپی می گوید «فلسفه فعلی بهداشت روح براین استوار شده است که مردم باید شادمان باشند و ناشادی یکی از نشانه های ناسازگاری با محیط است. شاید این طرز فکر سبب آن باشد که بار غیر قابل اجتناب اندوه روزبروز سنگین تر می شود. مردم اندوهناکند که چرا اندوهناکند!».

و در مقاله دیگری امیدواری می دهد که شاید لوگوتراپی «این روال نادرست فعلی را در امریکا تغییر دهد تا بیماران بیدرمان بجای آنکه از درد خود بنالند؛ به خود و رنج خود ببالند زیرا این بیماران فعلاً نه فقط اندوهناکند بلکه شرمسارند که چرا اندوهناکند!» گاهی وضعی پیش می آید که انسان از انجام کارهایش محروم می ماند یا آنکه نمیتواند از زندگی لذت برد اما آنچه اجتناب نکردنیست رنج است. با قبول آنکه باید رنج را با شهامت پذیرفت زندگی تا دم آخر پر معنا می گردد. عبارت دیگر ، معنای زندگی معنایی بلاشرط است زیرا معنای بالقوه رنج را نیز در بردارد.

حادثه ای که برای من در اردوی فشرده اسیران روی داد، شاید ژرف ترین رویدادی بود که در دوره اسارت داشته ام. بنابر آمار دقیق احتمال زنده ماندن بیش از پنج درصد نبود. علاوه بر آن، بفرض هم که با آن احتمال بسیار ضعیف زنده می ماندم امکان نداشت آن نوشته ای را که در زندان اشویتز در نیم تنه خود پنهان کرده بودم باز یابم. پس ناچار بودم فقدان این فرزند روحانی را بپذیرم و بر آن درد پیروز شوم. آنوقت باین فکر افتادم که خواهم مرد و چیزی از من باقی نخواهد ماند، نه فرزند خاکی و نه فرزند روحانی! در آنحال به این پرسش رسیدم که آیا دیگر زندگی من معنایی دارد؟

بسیار نگران و ناراحت بودم و نمیدانستم که پاسخی بانتظار من است. در اردو جامه هایم را گرفتند و جامه پوسیده زندانی دیگری را بمن دادند که پس از رسیدن باردو به تنوره سوزان فرستاده بودند. در جیب این جامه فرسوده، برگی از دعای عبری شمایسرائیل یافتم که دعای مهم یهودیان است. من این واقعه یا تصادف را بچه چیز دیگر می توانستم تعبیر کنم جز آنکه بگویم داوی است که آنچه را نوشته ام و بخاطر دارم در زندگی روزانه بکار برم!

مدتی بعد باین فکر افتادم که بزودی خواهم مرد. در این حال بحرانی، دلواپسی من با زندانیان دیگر فرق داشت. آنها با خود می گفتند «آیا ما از این اردو نجات خواهیم یافت؟ چون اگر نجات نیابیم همه این رنجها بهدر رفته است». ولی پرسش من این بود که آیا این همه رنج و مرگهائی که در گرداگرد ماست معنایی دارد؟ زیرا اگر در اینها معنایی نباشد در بقا هم معنایی نخواهد بود. اگر معنای زندگی

به این تصادفات وابسته باشد چه از آن نجات یابیم و چه نیابیم بیمعی خواهد بود. پس چه فرقی می کند که انسان زنده بماند یا نماند!

ماورای بیماری

روانپزشکان امروزه غالباً با این پرسش روبرو هستند که زندگی چیست؟ درد و رنج چرا؟ مردم بیشتر بخاطر مسائل انسانی و بین انسانی برونپزشکان رجوع می کنند تا بخاطر بیماریهای روانی. کسانی که سابقاً بعلمای دینی مراجعه می کردند این روزها به پزشکان بیماریهای روان روی می آورند. از این جهت است که پزشک بیشتر با مسائل فلسفی روبروست تا بمسائل عاطفی و هیجانی.

لوگودرام

مادری که پسرش در ده سالگی مرد، دست به خودکشی زد و در نتیجه او را بدرمانگاه آوردند. همکار من دکتر کوچورک روزی او را بجلسه مداوای دسته جمعی برد و تصادفاً وقتی در این جلسه پسیکودرامی را اجرا می کردند من وارد شدم این زن داستان خود را می گفت. وقتی پسرش مرد وی با پسر دیگری که از پولیومیلیت فلج شده بود تنها ماند و مجبور بود این پسر بیچاره را با صندلی چرخدار از اینطرف بانطرف ببرد مادر که از این زندگی بیزار شده بود بر سرنوشت خود طغیان کرد و خواست خود و پسر را بکشد. اما این پسر، پسر فلج او را از اینکار بازداشت. او نمیخواست بمیرد. برای این آدم معلول زندگی معنا داشت و برای مادر تندرست نداشت. چرا؟ چگونه می شد به این مادر کمک کرد؟

من در مباحثه شرکت کردم و از زن دیگری که در آن جمع بود پرسیدم چند سال دارد گفت سی سال، گفتم «نه، شما هشتاد سال دارید و در تخت بحال احتضار افتاده اید و بزندگی گذشته خود میانیدشید، زندگی بدون فرزند و علاقه ولی پر از موفقیت‌های مادی و اعتبار و اجتماعی. فکر می کنید در چنین حالی چه حسی خواهید داشت؟ چه فکر خواهید کرد؟»

پاسخ او را از نواری بر می گردانم که در آنجا پر شد «با یک میلیون ازدواج کردم و زندگی آسان و پراز ثروتی داشتم و خوش گذراندم. با مردان عشق‌بازی کردم و اینک که هشتاد ساله ام از خود فرزندی ندارم. اینک که بگذشته خود می نگرم نمی‌دانم اینهمه تلاش برای چه بود؟ چون همه زندگی من شکست بود!»

پس از آن مادر را دعوت کردم که به همان ترتیب بگذشته خود بنگرد و پاسخ او را نیز از نوار نقل می کنم: «من خیلی دلم می خواست فرزند داشته باشم. این آرزوی من برآورده شد و دو پسر پیدا کردم. یکی فلج شد و دیگری مرد. اگر بخاطر من و مواظبت‌های من نبود کار فرزند فلج شده من به آسایشگاه معلولین می کشید. درست است که ناتوان است اما هر چه باشد پسر من است. من سعی کردم زندگی بهتر و راحت تر و غنی تری برای او مهیا کنم و در نتیجه او را انسان بهتری ساختم.» و یکدفعه زد بگریه و گفت: «اما درباره خودم، می توانم با آرامش بزندگی گذشته خود بنگرم چون زندگی پر از معنا بود. بسیار کوشیدم تا آن معنا را بیابم، آنچه از دستم می آمد برای پسرم کردم، زندگی شکست نبود!» اینک که او بگذشته خود می نگریست ناگهان در آن معنائی جست، معنائی که همه رنج‌های او را نیز در برداشت.

پس از مدتی پرسشی از همه آن جمع کردم. گفتم آیا می‌مونی که دائم او را برای ساختن سرم پولیومیلیت سوزن می زنند معنائی در درد خود خواهد یافت؟ همه گفتند نه! زیرا با فهم محدودش نمیتواند درین این مسائل و در دنیای انسانی، یعنی در دنیائی که رنج او قابل فهم است رخنه کند.

پس از آن پرسیدم که آیا دنیای انسانی غایت و نهایت تکامل جهان است؟ ممکن نیست که دنیای دیگر و بعد دیگری وجود داشته باشد؟ دنیای و بعدی ماورای دنیای بشری که در آن رنج انسانی معنائی بیابد؟ معنای غائی بناچار ماوراء قدرت محدود فهم بشریست. آنچه از انسان خواسته شده این نیست که بنابر نظر فیلسوفان اگزیستانسیالیست روزگار بی معنی را تحمل کند بلکه باید ناتوانی خود را در فهمیدن بیقید و شرط روزگار بپذیرد. زیرا معنا از منطق عمیق تر است.

پزشک روانشناسی که از معنای غائی فراتر می رود گاهی مات می شود که چه جوابی به بیماران بدهد. روزی دختر شش ساله من پرسید «چرا ما می گوئیم خدای مهربان». در پاسخ او گفتم «چند هفته پیش که سرخک داشتی همین خدای مهربان بود که ترا شفا داد و برایت درمان فرستاد». اما این دختر کوچک راضی نشد و گفت «اما بابا یادت نرود که آن سرخک را هم خودش فرستاده بود!»

اگر بیماری پابند معتقدات مذهبی باشد می توان از ایمان وی در درمان استفاده کرد و آن منبع روحانی را در معالجه او بکار برد. در این

مورد پزشک باید خود را جای بیمار بگذارد و امور را از نظر او بسنجد. روزی یک عالم روحانی یهود بمن مراجعه کرد و داستان درد خود را گفت. همسر و شش فرزند وی در اردوی اشویتز کشته شدند و بعدا معلوم گردید که همسر دومش نازاست و از آن بسیار رنج می برد. من باو گفتم تولید مثل و ازدیاد نسل تنها معنای حیات نیست، زیرا درآنصورت حیات بخودی خود بی معنی می گردد و اگر حیات خود بیمعنی باشد نمیتوان آنرا با ایجاد همنوع معنادار کرد. اما این مرد بوضع خود اندیشید و چون یهودی متعصبی بود با نومییدی گفت کسی را ندارد که برای تقدیس نام خداوند بر مرده او دعای اموات بخواند. اما من دنبال مطلب را گرفتم و گفتم آیا امیدوار نیست که چون بدنای دیگر رفت فرزندان خود را در بهشت در جوار خود بیابد؟ بسختی اشک ریخت که چون فرزندانش همه بیگانه شهید شده اند جای شایسته ای در بهشت دارند و وی را که پیر مرد گناهکاری است بدانجا راه نیست. گفتم آیا نمیتوان تصور کرد که معنای زندگی او در همین درد باشد که با رنج وجود خود را تطهیر دهد و سزاوار بهشت کند. آیا در مزامیر نیامده است که خداوند اشک بندگان را نگه می دارد؟^[1] پس شاید هیچکدام از این رنجها بیهوده نماند. پس از چند سال اولین باری بود که آرامشی یافت چون معنایی در رنج خود دیده بود.

زندگی گذران

زجر و میرندگی، پریشانی و مرگ، گوئی معنا را از زندگی می گیرند اما من هرگز از گفتن این نکته خسته نخواهم شد که آنچه در زندگی حقیقتاً گذران است امکانات آن می باشد. وقتی امکانات وجود یافتند و جان گرفتند در زمره حقایق و هستی محسوب می شوند. آنوقت از قید امکان رها شده بگذشته جاودان تعلق می گیرند، زیرا در ماضی چیزی گم نمیشود و همه چیز جاودانه محفوظ است! پس گذران بودن زندگی از معنای آن نمیکاهد بلکه مسئولیت ما را می نمایاند. زیرا همه چیز مربوط به آن است که این امکانات گذران را چگونه درخواهیم یافت. انسان دائم از میان امکانات موجود انتخابی بعمل می آورد. کدامیک از امکانات به نیستی خواهد گزاید و کدامیک وجود خواهد یافت؟ کدام امکان واقعیت خواهد یافت، واقعیتی جاودانی چون «رد پائی در ریگزار زمانه». در هر لحظه انسان باید تصمیمی بگیرد. باید تصمیم بگیرد که ماندگار این دم او در روزگار چه خواهد بود؟ چه بسا که خوشه های وامانده فرصتهای گذران را می نگرد ولی بخرم انباشته گذشته که در آن همه کردارها و خویبها و رنجهای او نهفته است توجهی نمیکند. چیزی را که شده است نمیشود ناشده کرد و چیزی را که بود و هست نمیتوان نیست کرد چون بود مطمئن ترین نوع هستی است.

لوگوترایی با در نظر گرفتن گذران بودن زندگی بجای بدینی راه کار و فعالیت را بر می گزیند. برای روشن شدن مطلب باید گفت بدین مانند کسیست که هر روز با اندوه بگانهامه می نگرد و برگی از آن می کند و با هر کدنی گانهامه کوچکتر می شود. اما فردی که مسائل زندگی را با دیدی فعال می نگرد مانند کسیست که هر روز برگی از گانهامه می کند و بر پشت آن یادداشتهای مهمی می نویسد و آنرا با نظم و ترتیب بر روی برگهای کنده شده دیگر می گذارد.

وی می تواند با غرور و مسرت بغنای این برگها و یادداشتهای و زندگی سرشار از فعالیت خود بنگرد. برای او چه فرق می کند که پیر شده است، آیا علتی دارد بجوانان رشک ببرد و بعمر از دست رفته تاسف بخورد؟ چه دلیلی دارد که بجوانان حسد بورزد؟ بخاطر امکاناتی که بانتظار آنهاست؟ وی می گوید «من بجای امکانات در گذشته خود واقعیات دارم، نه فقط واقعیاتی از کارهای انجام شده بلکه از عشق ها و رنجها. اینهاست که مرا سربلند می کند. اینهاست که رشک را بر میانگیرد».

روش لوگوترایی

ترسی حقیقی مانند ترس از مرگ را نمیتوان با تعبیر پسیکودینامیک آن آرامش داد. از طرف دیگر ترسی نوروتیک مانند ترس از فضای آزاد با فهم فلسفی آن قابل درمان نیست. اما در لوگوترایی روشهای بخصوصی برای مواجه شدن با این موارد وجود دارد. برای آنکه بفهمیم وقتی این روشها بکار می رود چه اعمالی صورت می گیرد موردی را انتخاب می کنیم که در بسیاری از نوروتیکها

دیده می شود و آن عبارتست از دلواپسی یا دلشوره. یکی از مشخصات این نوع هراس آنست که درست آنچه بیمار از آن می ترسد واقع می شود. مثلا کسیکه از سرخ شدن می ترسد وقتی وارد اتاقی می شود که عده زیادی در آنجا هستند واقعا خجالت می کشد و سرخ می شود. در این مورد می توان مثل معروف را که می گوید «میل مادر فکر است» تغییر داد و گفت «ترس مادر واقعه است». بامزه اینجاست که همانطور که هراس و دلشوره باعث می شود به آنچه می ترسیم برسیم، قصد قوی سبب می شود آنچه می خواهیم بشود نشود. این قصد قوی که من آنرا قصد مفراط نامیده ام بوضوح در نوروتیک های جنسی دیده می شود. هر وقت فردی سعی وافر داشت قدرت جنسی خود را نشان دهد یا زنی کوشید باوج لذت جنسی برسد کمتر به آن خواهد رسید. لذت باید محصول باشد نه هدف و چون هدف قرار گرفت، رسیدن به آن مشکل تر خواهد شد. علاوه بر قصد مفراط، توجه مفروط نیز ممکن است بیماری زا گردد. گزارش کلینیکی زیر مفاد این دو اصطلاح لوگوتراپی و منظور مرا نشان می دهد:

زنی بنزد من آمد که از سردی نیروی جنسی شکایت داشت. مطالعه شرح حال او نشان داد که در کودکی پدرش بعنف باو تجاوز کرده است. اما باید دانست که این تجربه تلخ بخودی خود باعث ناراحتی او نشده بود زیرا بطوریکه بعدا معلوم گردید علت این بیماری از مطالعه کتابهای روانشناسی تحلیلی بود که برای عموم نوشته اند. بیمار پس از مطالعه این کتابها انتظار داشت که آن تجربه تلخ روزی زندگی او را تباه کند. این دلشوره و دل واپسی باعث شده بود که هم قصد مفراطی بزن بودن و انجام وظایف زنانگی خود داشته باشد و هم توجه مفراط بخود و نه بهمسر. بازده این قصد مفراط و توجه مفراط کافی بود که نگذارد باوج لذت جنسی برسد زیرا درک این اوج هدف او شده بود، هم هدف قصد و هم هدف توجه. در صورتیکه جا داشت بدون توجه و قصد خود را باختیار شوهر گذارد. پس از درمان کوتاهی بوسیله لوگوتراپی، این توجه و قصد مفراط بیمار از درک اوج لذت جنسی منحرف گردید و به شیئی حقیقی یعنی شوهر برگردانده شد و در نتیجه اوج لذت نیز بی اختیار حاصل گردید. [2]3

بر این دو اصل، یکی آنکه دلشوره باعث می شود آنچه از آن بیم داریم، واقع شود و دیگر آنکه قصد مفراط نمیگذارد آنچه می خواهیم انجام گیرد، لوگوتراپی تکنیک خود را که قصد متضاد نام دارد بنا نهاده است. در این روش، بیمار را که گرفتار دلشوره است و امیدارند، حتی اگر یک لحظه هم باشد، بشدت قصد کند آنچه از آن می ترسد واقع شود. نمونه زیر این مطلب را بخوبی می رساند:

پزشک جوانی بمن مراجعه کرد که از عرق کردن هراس داشت. این دلشوره باعث می شد که فوق العاده و بطور ناراحت کننده ای عرق کند. برای اینکه دور تسلسل شکسته شود من باو پیشنهاد کردم وقتی این هراس عرق کردن ظاهر شد، سعی کند بجای شرمندگی شدن بمردم نشان دهد که تا چه حد می تواند عرق کند. هفته بعد دوباره بمن مراجعه کرد و اظهار داشت که در آن هفته هر وقت بعلتی این دلشوره او برانگیخته شد بخود گفت «اگر تا بحال بقدریک فنجان عرق می کردم ایندفعه باندازه ده فنجان عرق خواهم کرد». نتیجه این بود که هراسی که چهار سال او را رنج می داد با یک جلسه مشاوره درمان شد و در یک هفته از زجری که چهار سال گریبانگیرش بود رها گردید.

خواننده متوجه است که این روش وارونه گرایش و طرز فکر و انتظار بیمار است. در این روش قصد متضاد جابگیر دلشوره می شود و در نتیجه فکر از چنگال هراس رهائی می یابد. در این روش باید از قدرت انسانی برای جدامانی که در شوخی و لطائف موجود است استفاده کرد.

اینکه انسان می تواند با شوخی خود را از خود جدا کند نیروئی بسیار سودمند است. هر وقت در لوگوتراپی بیمار از قصد متضاد استفاده کرد خواهد توانست خود را از بیماری خود جدا نگه دارد. بنابر گفته پروفیسور آلپورت «بیمار نوروتیکی که توانست بخود و کار خود بخندد، سر و سامانی بوضع خود داده و حتی براه درمان افتاده است». قصد متضاد روشی تجربی است که از نظر درمانی صحت نظریه آلپورت را نشان می دهد.

چند مورد زیر نیز این موضوع را روشن تر می سازد:

حسابداری پس از مراجعه بچند پزشک و درمانگاه با حالی بسیار پریشان بدیدن من آمد. وی اعتراف کرد که چیزی نمانده است خودش

را بکشد. زیرا سالهاست که هنگام نوشتن اعداد گرفتار انقباض عضلات انگشت می شود و در آن اواخر این درد بحدی شدت گرفته است که نمیتواند اعداد را خوانا بنویسد و کارش را دارد از دست می دهد.

در این مورد فقط درمانی فوری و کوتاه می توانست بیمار را نجات دهد. همکار من باو گفت بجای آنکه سعی کند اعداد را صاف و تمیز و خوانا بنویسد از ته دل بکوشد مخصوصا آنها را کج و معوج بنویسد و بخود بگوید «بگذار همه بفهمند چه خط بدی دارم» اما همینکه شروع کرد عملا بدخط بنویسد نتوانست! روزی بمن گفت «هرچه سعی می کنم کج و معوج بنویسم نمیشود». این آدم پس از دو شبانه روز از بیماری رهائی یافت و اینکه فردیست خوشحال و قادر بکار.

یکی از همکاران من که در بخش بیماریهای گلو کار می کند واقعه بسیار جالب توجهی را بیان می دارد. واقعه درباره یکی از شدیدترین موارد لکنت زبان است که این کارشناس در دوره دراز اشتغال باین فن دیده است. بیمار تا آنجا که بیاد دارد از لکنت زبان درمان نبوده است. اما یکبار، فقط یکبار، بدون لکنت صحبت کرده است! در دوازده سالگی روزی بدون بلیط به قطار سوار شده بود. وقتی بلیط فروش او را گرفت و خواست جریمه کند، وی سعی کرده است صحبتی کند تا بلیط فروش بخاطر آن لکنت شدید زبان باو رحمی کند. اما همینکه به صحبت شروع کرد هر چه کرد زبانش نگرفت! این نوجوان نادانسته از قصد متضاد استفاده کرده است.

نباید تصور کرد که این «قصد متضاد» فقط در مورد بیماریهای تک نشانی نتیجه خواهد داد بلکه همکاران من در درمانگاه وین این روش را در مورد بیماریهای همراه با ترس و وسواس شدید نیز بکار برده اند و نتیجه رضایت بخش بوده است. بعنوان نمونه می گویم که زنی شصت و پنج ساله درست مدت شصت سال گرفتار وسواس شدید بود و این بیماری بقدری شدت داشت که من اول خیال می کردم تنها راه علاج لوبوتومی است. اما همکاران من درمان را با «قصد متضاد» آغاز کردند. این زن پیش از آنکه بدرمانگاه پذیرفته شود وضع بسیار سختی داشت. گرفتار وسواس و ترسی عمیق از میکروب بود، همه روز در بستر می ماند، نه کاری می کرد و نه دست بپیزی می زد. وی پس از دو ماه درمان بزندگی عادی برگشت. البته من نمیگویم کاملا معالجه شد یعنی همه علائم بیماری از بین رفت زیرا ممکن است گاهی این وسواس باز هم بمغز او راه یابد اما چنانکه خود او می گوید «آنها بمسخره می گیرم»

این قصد متضاد را می توان در درمان بیخوابی نیز بکار برد. ترس از بیخوابی نتیجه میل مفرط بخواب است [3]4 و این بنوبه خود بیمار را از خواب باز می دارد. برای پیروز شدن به این ترس من به بیمارانی می گویم سعی نکنند بخوابند بلکه بکوشند تا حد امکان بیدار بمانند. بعبارت دیگر نگرانی حاصله از «میل مفرط» بخواب را به «قصد متضاد» تبدیل کنند و در نتیجه طولی نخواهد کشید که بخواب خواهند رفت.

قصد متضاد وسیله مفیدیست برای درمان هراسها و وسواسها بخصوص در مواردی که دلواپسی و دلشوره نیز موجود باشد و مدت درمان نیز طولانی نخواهد بود. اما باید دانست که کوتاه بودن دوره معالجه ملزم آن نیست که تاثیر آن نیز دیری نپاید. چنانکه دکتر گوتیل ضمن مقاله ای نوشت «یکی از تصورات موهوم کسانی که دنبال مکتب فروید می روند اینست که طول و دوام تاثیر درمان رابطه نزدیکی با مدت معالجه دارد». در پرونده های من، برای نمونه گزارشی موجود است از بیماری که بیست سال پیش با روش قصد متضاد درمان شد و بطوریکه ثابت شده است درمان او دائمی بوده است.

مسئله بسیار قابل توجه اینست که تاثیر این «قصد متضاد» رابطه ای با سبب شناسی بیماری ندارد. این بیان گفته دکتر وایز کف یلسن را ثابت می کند که «گرچه پسیکوتراپی معمولی اصرار دارد روش درمانی خود را بر آنچه از سبب شناسی بیماری بدست آورده است بنا کند، نباید فراموش کرد که ممکن است بعضی عوامل در دوران کودکی باعث نوروژ شوند ولی عوامل کاملا مغایری بعدا مایه درمان آن بیماری گردند».

این عقده ها و اضطرابات که غالبا علل نوروژ و پریشانی خوانده می شوند گاهی علائم بیماری اند نه علل آن. بادبانی که پائین بودن آب دریا را نشان می دهد مسلما علت جذر و مد نیست بلکه پائین بودن آب دریاست که آنرا نشان می دهد. آیا مالیخولیا چیزی جز نوعی از احساسات فرو نشسته است؟ این حس گناه که معمولا بطور بارزی در افسردگیها و دلتنگیهای درون زاد دیده می شود و آنرا نباید با افسردگیهای نوع نوروژیک اشتباه کرد - علت ویژه این دلتنگیها نیست. بلکه عکس آن درست است زیرا احساسات فروکش کرده باعث می شود حس گناه در سطح ضمیر آگاه ظاهر گردد، یعنی احساسات فرو نشسته آنها را آفتابی کرده است.

در نوروها بغیر از عوامل مزاجی که ممکن است بدنی یا روانی باشد، اینطور بنظر می آید که مکانیسم های واگردی مانند دلوپسی و دلشوره عامل مهم بیماری زائی باشد. علامت یا نشانه معینی باعث هراس معینی می گردد، این هراس نشانه را بر می انگیزاند و نشانه نیز بنوبه خود هراس را تشدید می کند. در حالات Obsessive-Compulsive که بیمار با افکاری که او را فرا گرفته است می جنگد چنین دور تسلسلی بخوبی مشهود است باین ترتیب وی فشاری را که این افکار در او ایجاد ساخته تشدید می کند زیرا فشار از یکسو باعث ایجاد فشار متقابل می گردد و از طرف دیگر نشانه ها تقویت و تشدید می گردند. اما بمجرد آنکه بیمار از مبارزه با وسواس خود دست برداشت و آنرا بمسخره گرفت و «بقصد متضاد» پرداخت دور تسلسل زبان آورشکسته می شود، نشانه ها کاهش می یابد و رفته رفته تحلیل می رود و سرانجام از بین خواهد رفت. در مواردیکه خوشبختانه «خلاء وجود» یا زندگی تهی عامل مهمی نباشد نشانه ها جایی برای خودنمایی نخواهند یافت و در نتیجه بیمار نه فقط قادر خواهد شد به بیماری خود بخندد بلکه می تواند آنرا ندیده بگیرد.[4]5

چنانکه می بینیم دلشوره و دلوپسی را باید با قصد متضاد درمان کرد و قصد مفرط و میل مفرط را با انحراف توجه و میل. اما این انحراف ممکن نیست مگر آنکه بیمار توجه خود را بهدف و رسالت و معنای زندگی خود معطوف سازد. این توجه بخود نیست که دور تسلسل بیماری را می شکند بلکه مفتاح درمان در تعهدیست که بیمار در برابر زندگی برای خود می سازد.

پیشانی قوم

هر دوری و زمانی نوروز دسته جمعی مربوط بخود آن دوره را دارد و در نتیجه هر دوره ای نیاز بدرمان روانی بخصوصی دارد. این زندگانی تهی را که از مختصات دوره فعلیست می توان بعنوان نوعی شخصی و فردی از نیهیلیسم تعبیر کرد زیرا نیهیلیسم بر پایه این تصور بنا شده است که وجود پوچ است و معنایی ندارد. اگر رواندرمانی خود را از قید تاثیرات روال فعلی فلسفه نیهیلیسم آزاد نکند نخواهد توانست برای این بیماری دسته جمعی درمانی بیابد. در آنصورت بجای درمان فقط نشانه های این بیماری قوم را آشکار خواهد کرد. باین ترتیب رواندرمانی نه فقط با فلسفه نیهیلیسم آلوده می شود بلکه ندانسته و نخواستہ آنچه را که در فکر بیمار می سازد کاریکاتور یست از وجود انسانی و نه تصویری حقیقی از انسان.

ابتدا باید دانست که خطری شگرف در تعلیم این «چیزی نیست بجز» ها موجود است، در این تعلیم که انسان چیزی نیست بجز محصول شرایط زیستی، روانی واجتماعی و یا محصول میراث و محیط !

با این نظر انسان دستگاهی خودکار و بی اراده می شود نه انسانی صاحب عقل و اختیار. رواندرمانی اگر بر پایه ایمان به آزادی بشری استوار نباشد بناچار تصویر و تصور ناروائی را از تقدیر در ذهن مردم می پرورد.

البته شکی نیست که انسان موجودی محدود است و آزادیش مرزی دارد، اما آزادی انسان آزادی از عوامل و شرایط نیست بلکه وی صاحب آن آزادی و اختیاریست که در برابر عوامل و شرایط، وضع و گرایش خود را برگزیند مثلا اینکه موی من رو به سفیدی می رود کار من نیست، اما من این اختیار را دارم که چون بسیاری دیگر به آرایشگاه نرم و بمویم رنگ نرم. هر فرد مختار است، حتی اگر حد این اختیار بکوچکی رنگ زدن بمو باشد.

جبر کلی

غالب مردم روانکاوی را مسئول توجه شدید جهانیان بامور جنسی می دانند. من در صحت این تصور شک دارم اما بنظر من غلطترین و خطرناکترین مسئله آن چیزی است که من جبر کلی نامیده ام. منظور من اشاره بفرضیه هائیست که منکر قدرت و استعداد انسان برای روبرو شدن با حوادث زندگیست و او را محصول عوامل گذشته ای می داند که در آن اختیاری نداشته است. زندگی انسان کاملاً و کلاً مشروط و مقدر نیست. وی مختار است که در برابر موقعیتی معین خود را ببازد و جا بزند یا ایستادگی کند. بعبارت دیگر انسان فقط زیست نمی کند بلکه دمدم تصمیم می گیرد و اختیار می کند که زیست او چگونه باشد و لحظه ای بعد چه شود!

به همین دلیل هر فرد انسانی آزادی این را دارد که هر آن عوض شود. پس آینده انسانی را فقط بعنوان آماری و در میان چارچوب بزرگی

از جمعیت زیاد می توان بیان کرد و شخصیت فرد بطور کلی غیر قابل پیش بینی و پیشگوئی است. اصل و پایه هر پیش بینی بر شرایط زیستی و روانی و اجتماعی استوار است اما یکی از اصول غیر قابل انکار وجود انسان استعدادی است که بر شرائط فائق شود و از آنها بگذرد. انسان بطور غائی و نهائی از خود نیز پا برتر می گذارد زیرا آدمیزاد موجودی فرارو است.

بگذارید رویدادی را برایتان بگویم، داستان دکتر ج... را ، او تنها آدمی بود که من می توانستم ابلیس مجسم نام دهم. وقتی او را می شناختم، همه وی را جلاد بیمارستان اشتاین هف یعنی بیمارستان بزرگ روانی وین می نامیدند. وقتی نازیان برنامه کشتار بیدرد را آغاز کردند او خیلی برو و بیا داشت و همه سر رشته ها بدستش بود. وی آنقدر در کارش تعصب داشت که نگذاشت حتی یک بیمار روانی هم از دستش جان بدر برد.

بعد از جنگ چون به وین برگشتم جويا شدم که بر سر این دکتر چه آمده است و شنیدم که شورویها او را در یکی از اتاقهای بیمارستان خودش زندانی کرده بودند. اما روز بعد در اتاق باز بود و دیگر کسی او را ندید. بعدا مطمئن شدم که او نیز مانند عده ای دیگر با کمک همکاران و دوستانش آزاد شده و بامریکای جنوبی گریخته است. درین اواخر یکی از دیپلماتهای پیشین اتریش بمن مراجعه کرد. این دیپلمات مدتی در پشت پرده آهنین زندانی بود اول در سیبری و بعدا در زندان معروف لوب لی یانکا در مسکو. وقتی از نظر روانی و اعصاب او را معاینه می کردم ناگهان پرسید «آیا دکتر ج... را می شناختید؟» و چون جواب مثبت دادم چنین گفت:

«من با او در لوب لی یانکا آشنا شدم، در آنجا در چهل و چند سالگی از بیماری سرطان مthane مرد. اما پیش از مرگ واقعا نمونه بهترین دوستی بود که انسان می توانست داشته باشد. بهمه زندانیان دلداری می داد. عالیتین نمونه اخلاقی بود، و بهترین دوست من در دوره دراز زندان.»

این داستان دکتر ج... جلاد بیمارستان اشتاین هوف است. شما چطور جرات می کنید رفتار آدمیزاد را پیش بینی کنید، شما می توانید حرکت یک ماشین و یا یک دستگاه خودکار را پیش بینی کنید، از آن بالاتر ، می توانید مکانیسم و دینامیسم روان انسانی را پیش بینی کنید اما انسان از روان بیشتر است!

این اعتقاد جبر کلی، ظاهرا بیماری همه گیر است که مریبان و حتی بسیاری از معتقدان بمذهب را نیز پابند کرده است. آنها نمیدانند که با این کار پشت پا به آن چیزی می زنند که به آن عقیده دارند. چون یا باید عقیده داشت که بشر آزاد است که رو بخدا بکند یا نکند و یا آنکه مذهب واهی می شود و آموزش موهوم. هدف و مرام این دو گروه بر آزادی و اختیار وابسته است وگرنه هر دو در این مرحله سرگرداند و در اشتباه محض.

سنجش مذهب از نظر جبر کلی به آن استوار است که عقیده مذهبی هر فرد بازتابی است از دوران کودکی وی، و درکی که از خداوند دارد تصویری است که از پدر خود برداشته است. این نظر را نمیتوان ثابت کرد زیرا فرزند آدمی میخواره بناچار می خواره نخواهد شد. انسان می تواند با تاثیر زیان بخشی که از تاثیر تصویر پدری ناباب برداشته است مبارزه کند و با خدای خویش رابطه ای درست برقرار سازد. حتی زشت ترین تصویر ذهنی از پدر ملزوما از ایجاد رابطه ای درست با خدا جلوگیری نمیکند. ایمان عمیق می تواند بفرد نیروی لازم را بدهد تا بر نفرت از پدر نیز چیره شود. ایمان سست یا کمی علاقه در هر حال معلول عوامل پرورشی نیست.

وقتی مذهب را تنها بعنوان عاملی پسیکو دینامیک تعبیر کردیم یعنی آنرا بعنوان نیروی انگیزه ناآگاهی شناختیم از مرحله پرت افتاده ایم و این پدیده اصلی را از یاد برده ایم. بوسیله این تعبیر غلط روانشناسی ، مذهب به مذهب روانشناسی تبدیل شده است که در آن نه خدا بلکه روانشناسی را پرستش می کنیم و علت هر چیز را در آن می جوئیم.

ایمان رواندرمانی

چیزی که همه آزادیهای انسان را بگیرد و هیچ آزادی حتی اگر بمقدار کمی هم باشد برای وی نگذارد وجود ندارد. بیماران نوروتیک و حتی پسیکوتیکها نیز کمی آزادی دارند. ممکن است که این آزادی آنها محدود باشد ولی باز هم وجود دارد. اصولا حتی پسیکوز نیز درونی ترین شخصیت فرد را تغییر نمیدهد. پیرمردی شصت ساله را بدرمانگاه من آوردند که خیالاتی بود و دائم تصور می کرد آوازهای گوناگون می شنود. این مرد سالهای سال گرفتار این بیماری بود و همه اطرافیان او را دیوانه می شمردند ولی از شخصیت این مرد لطفی و نوری می تابید. می گفتند که در کودکی آرزو داشته است کشیش بشود ولی نشد دلش باین خوش بود که روزهای یکشنبه در کلیسا آواز مذهبی بخواند. خواهرش که او را آورده بود می گفت که گاهی خیلی هیجانی و آتشی می شود بحدی که همه را می ترساند

ولی سرانجام خود را نگه می دارد. من علاقمند شدم به آن علت و تکاپوی روانی که در زیر این علائم بود پی برم. در اول باین فکر افتادم که شاید عشقی نهانی و ندانسته بخواهر خود داشته باشد از او پرسیدم «وقتی عصبانی می شوی چطور خود را نگه می داری، بخاطر کی اینکار را می کنی؟» چند ثانیه صبر کرد و گفت: «بخاطر خدا».

آنگاه عمق شخصیت او آشکار شد و در آن عمق، با آن کمبود هوش، زندگی اصیلی پدیدار گردید. یک دیوانه غیرقابل درمان ممکن است مفید بودن خود را برای جامعه از دست داده باشد اما هنوز وقار و بزرگی خود را از دست نداده است. این ایمان من است، ایمان روانشناسی من. بدون این ایمان، ارزشی ندارد که پزشک بیماریهای روان باشم. بخاطر چه؟ بخاطر آن ماشین ضرب دیده مغز که قابل درمان نیست؟ اگر بیمار بیش از مغز نبود کشتار بیدرد روا بود.

رواندرمانی انسانی شده

مدتی دراز، یعنی نیم قرن، روانپزشکی کوشید نشان دهد که روان انسانی چیزی جز یک مکانیسم نیست و در نتیجه درمان بیماریهای روانی تکنیک و روشی گردید. بعقیده من این رویا پایان یافته است. آنچه در کرانه افق پیداست و کم کم آشکار می گردد پزشکی روانشناسی شده نیست، بلکه روانپزشکی انسانی شده است. پزشکی که هنوز خود را تکنسین می شمارد اعتراف می کند که در بیمار خود چیزی جز ماشین نمی بیند در صورتیکه وی باید انسانی را در پشت پرده بیماری ببیند.

انسان چیزی در میان چیزهای دیگر نیست، اشیاء اختیاری ندارند و انسان موجودی مختار است و برگزیننده. با در نظر گرفتن محدودیتهای میراث و محیط آنچه او شده است کاری است که خود او کرده و تصمیمی است که خود او گرفته است. در اردوگاه فشرده اسیران، در آن آزمایشگاه بشری ما زندانیان را دیدیم که چون چهارپایان بودند و زندانیان دیگری را نیز دیدیم که از فرشتگان چیزی کم نداشتند. انسان هر دو امکان را در خود نهفته دارد. کدامیک را بر می گزیند؟ این تصمیمی است که خود او گرفته و شرائط باو تحمیل نمیکند. نسل ما نسلی واقع بین است زیرا ما داریم کم کم حقیقت وجود انسانی را در می یابیم. بالاتر از همه اینها، انسان همان موجودیست که تنوره آدم سوی اشویتز را ساخت و هم او بود که مردانه با سرودن نام خدا و خواندن دعای "شمایسرائیل" (دعای روزانه یهودیان در سفر تثنیه) در آن گام گذاشت!

[1]6- «تو آوارگیهای مرا تقریر کرده ای. اشکهایم را در مشک خود بگذار. آیا این در دفتر تو نیست. مزامیر 56: 8»

[2]7- برای درمان ناتوانی جنسی در لوگوتراپی روشی بکار می رود که بر دو نظریه میل مفرط و توجه مفروط قرار دارد. البته نمیتوان در این نوشته کوچک که تنها از اصول لوگوتراپی بحث میکند از آن به تفصیل ذکری کرد.

[3]8- ترس از بیخوابی در غالب موارد باین علت است که بیماران نمی دانند بدن هر طور باشد مقدار خواب لازم خود را می گیرد.

[4]9- این عقیده را پرفسور آلپورت تأیید می کند. وی می گوید وقتی توجه از اضطرابات به هدف های عالی و از خود گذرنده ای معطوف گردید بفرض هم که نوروز کاملاً برطرف نشود زندگی بطور کلی سالمتر خواهد گردید (کتاب قبل صفحه 95)

