

## چای با فروید

(گفتگویی خیالی در خصوص نحوهٔ اثربخشی روان‌درمانی)

## فهرست

مقدمه	۹
۱. گل سرخ‌ها چه شد؟	۱۵
۲. ریشهٔ مشکل	۳۵
۳. منبع الهام	۵۶
۴. منظرهٔ خون	۷۱
۵. ارتباط گرفتن	۸۹
۶. تصویری ناسازگار	۱۱۱
۷. فراتر از کلام	۱۳۰
۸. موردی ناامیدکننده	۱۴۷
۹. پیامبر و حواری	۱۶۶
۱۰. آخرین فصل بسکتبال	۱۸۱
۱۱. شک و رهایی از شیفتگی	۲۰۱
۱۲. «دیروز»	۲۲۲
۱۳. نوشتن با گج	۲۳۸
۱۴. دود شدن و به هوا رفتن	۲۵۹
۱۵. پایان قصه	۲۷۴



## مقدمه

نیت نخستینم از نگارش این کتاب این بود که می‌خواستم روان‌درمانی را برای مخاطبان عام توضیح دهم. پیش‌ازاین، کتابی برای حرفه‌ای‌های این حیطه نوشته بودم و این‌بار می‌خواستم عامه مردم را با این موضوع آشنا کنم. زمانی که تصمیم گرفتم برای مخاطبان گسترده‌تری بنویسم، به ذهنم رسید که اگر این کتاب بخاهد توجه خوانندگانی را جلب کند که خودشان روان‌درمانگر نیستند، سبک کتاب باید چیزی فراتر از سبک توصیفی سراسر کتاب اولم باشد. در نتیجه به این فکر افتادم که اطلاعات موردنظرم را در قالب مجموعه مکالماتی خیالی با زیگموند فروید درآورم. با این هدف، فصل‌های کتاب رفت‌وآمدی شد میان مطب فروید در وین و مطب من در آلبانی مدیکال سنتر در قسمت شمالی نیویورک. در فصل‌های مربوط به آلبانی، روان‌درمانی را با استفاده از گفتگوهای واقعی و عینی جلسات درمان که از ضبط جلساتم پیاده کرده‌ام به تصویر می‌کشم (با اندک تغییراتی در جهت وضوح بیشتر و حفظ حریم خصوصی مراجع). در فصل‌های وین، این جلسات درمانی را با پروفیسور فروید که مشهورترین پایه‌گذار رویکرد جدید «گفتگوی شفابخش» است به بحث و بررسی می‌گذارم.

البته که روانکاوی از زمان فروید سیری تحولی طی کرده است و رویکردی که من در این کتاب در پی توصیف و معرفی‌اش هستم شاخه خاصی است که بر تنه اصلی کار فروید رسته است و امروزه دیگر عمدتاً روانکاوی نامیده نمی‌شود. امروزه این روش را به نام «روان‌درمانی پویایی کوتاه‌مدت» می‌شناسیم و تعبیر پویایی اشاره دارد به جدالی پویا میان خاطرات و افکار و احساسات ناهشیار از یک‌سو و دفاع‌هایی که در مقابل آنها می‌ایستند از سوی دیگر. این رویکرد عموماً کوتاه‌مدت‌تر از روانکاوی است و مبتنی است بر مداخلات فعالانه‌تر درمانگر. حجم روزافزون تحقیقات، از کارایی این روش حکایت می‌کند و در تجربه من هم این روشی قدرتمند است برای کمک به افراد تا به ریشه مشکلاتشان دست یابند. امیدوارم بتوانم خواننده این کتاب را متقاعد کنم که

این روش درمانی اثربخش است و مایلم ایده‌ها و نظراتی در خصوص نحوه این اثربخشی با او در میان بگذارم.

در بخش‌های انتهایی کتاب به تلاش‌های نوآورانه خودم در حیطه روان‌درمانی پویایی خواهم پرداخت. در عین آنکه روان‌درمانی پویایی می‌تواند روشی بسیار اثربخش باشد، من در مواردی می‌دیدم که برخی بیماران مشکلاتشان عود می‌کند و زمانی بعدتر با همان مشکلاتی که نوبت نخست آمدند، مجدداً رجوع می‌کنند. پس از مدتی این مطلب در ذهنم شکل گرفت که در طی یک قرن گذشته، ما درمانگران، عمده وقتمان را صرف کار روی خاطرات منفی بیمارانمان کرده‌ایم و در کمتر نظریه درمانی، برای کار با خاطرات مثبت و خوشایند منطبق و مبنایی ارائه شده است. حال آنکه مشاهدات من حاکی از این است که با افزودن رهیافتی نظام‌مند برای پرداختن به خاطره تجارب مثبت اولیه زندگی، نتایج بهتر و پایدارتری از جلسه درمان می‌توان گرفت. در بخش‌های مربوط به این مطلب، همچنین استدلال خواهم کرد که تمرکز بر خاطرات مثبت می‌تواند سکویی برای رشد معنوی فرد باشد. من این ایده‌ها را، هم از تجربه شخصی زندگی و هم از جلسات درمانی با بیمارانم به دست آورده‌ام و تمام اینها را در مکالمات خیالی‌ام با فروید شرح خواهم داد.

در طی فرایند نگارش، چندین اتفاق غیرمنتظره رخ داد. نخست آنکه دیدم در سیر این داستان، درگیر بیان تاریخچه پیدایش روانکاوی شده‌ام. این داستان همیشه برای من جذاب و الهام‌بخش بوده است و این تاریخچه بخشی از میراث فرهنگی و فکری ماست. دوم، دیدم خرده‌ریزه‌هایی از زندگی خودم انگار لابه‌لای جملات خزیده‌اند و سماجت کرده‌اند که حضورشان و جایشان توجیهی دارد و من سرانجام تسلیم شده‌ام و به حال خود رهایشان کرده‌ام. سوم، تعارضی روان‌شناختی کم‌کم بین من و فروید خیالی‌ام پا گرفت. شروع به نوشتن که کردم دوستی از باب مشورت به من گفت که هر داستان نیازمند تعارضی محوری است، پس من اجازه دادم این تعارض سیر طبیعی رشد خود را طی کند. از آنجاکه این تعارض به جدال استاد و شاگرد می‌ماند، کمی شخصیت خودم را دست‌کاری کرده‌ام و از سن و سال واقعی‌ام تراشیده‌ام تا به قواره

درمانگر جوانی دریابیم که با ترس و لرز می‌کوشد با استاد بزرگ‌تر از خودش بحث‌های چالشی راه بیندازد.

برای حفظ حریم خصوصی بیمارانم ترفندهای معمول را به کار بسته‌ام. برخی مشخصات اصلی (سن، حرفه، وضعیت خانوادگی و ...) را تغییر داده‌ام تا بیمار قابل‌شناسایی نباشد. نیز، ترکیبی از چند بیمار را در یک بیمار آورده‌ام. با این کار امیدوارم توانسته باشم به هدفم که ارائه‌ی تصویری مطابق واقع از جلسه‌ی درمان است رسیده باشم بدون به خطر انداختن حریم خصوصی بیمارانی که شجاعانه به من اجازه دادند از جلسات درمانی‌مان فیلم بگیرم.

روشن است که چهارچوب طرح اولیه‌ی من که توصیف و توضیح روان‌درمانی بود باید گسترش می‌یافت تا بتوانم به داستان‌گویی‌های متعدد هم برسیم؛ یکی، داستان پیدایش روانکاوی که از سفر فروید جوان به پاریس برای شنیدن سخنرانی‌های عصب‌شناس مشهور آن زمان آغاز می‌شود. دیگر، داستان تعارض میان استاد و شاگرد، هم در ارتباط میان فروید خیالی و من، و هم در ارتباط واقعی ما، یعنی ارزیابی پر نوسان من از ارزشی که کار او در طی این همه سال برای من داشته است. داستان‌های بیمارانم هم هست: داستان‌های غم‌انگیز ناکام شدن‌ها و تجارب آسیب‌زای کودکی، موازی با داستان‌های قهرمانی‌هاشان، حاکی از اینکه چگونه توانسته‌اند با معنای عاطفی زندگی‌شان روبرو شوند و برای غلبه بر گذشته‌شان با چنگ و دندان بجنگند؛ و در آخر به گمانم داستان امثال و حکم‌گونه‌ی روانکاوانه‌ای هم هست درباره‌ی رابطه‌ی خودم با پدرم (البته بسیار اغراق‌شده و داستانی)، که بدین شکل این کتاب را ناخواسته به اندکی خودکاو می‌بدل کرد زمانی که در جریان نوشتن آن، پدرم سرانجام پس از نودو هشت سال بذل و بخشش ذره‌های ذهنش به این‌وآن، بر بستر مرگ افتاد.

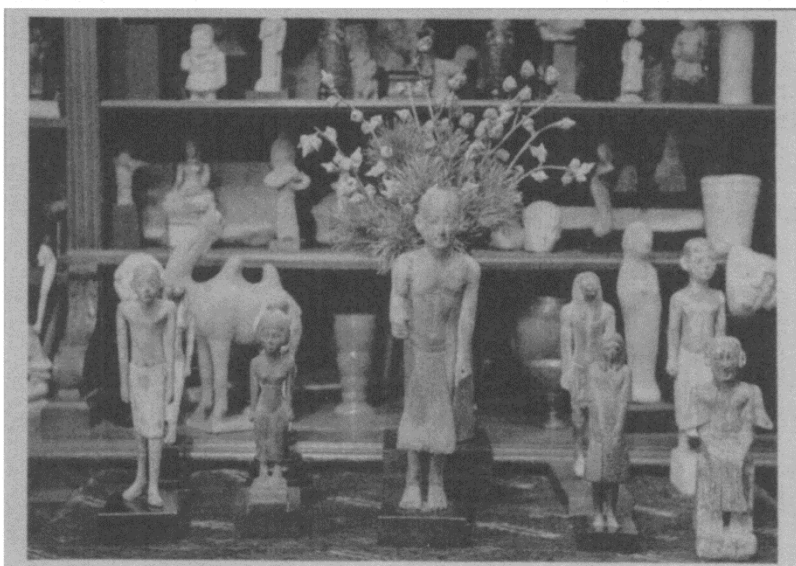
امیدوارم این کتاب هم برای خوانندگان «عام» مفید باشد، یعنی برای کسانی که علاقه دارند بدانند ذهن ما چگونه کار می‌کند و در اتاق روان‌درمانی چه می‌گذرد، و کیست که علاقه‌ای پنهان به تحلیل افراد خانواده و دوستانش نداشته باشد، و هم برای دانشجویان روانشناسی از مقاطع پایین تحصیلی گرفته تا تحصیلات ارشد و کارورزی و نیز برای کسانی که مقدمات کار حرفه‌ای خود را در این حوزه تدارک می‌بینند. امیدوارم بتوانم کنجکاوای آنها را در خصوص این روش درمان پویشی جدید برانگیزم.



زیگموند فروید



اتاق مشاوره



بخشی از کلکسیون فروید





## ۱. گل سرخ‌ها چه شد؟

به ساختمان شماره ۱۹ خیابان برگ‌گاسه که می‌رسم ساعت حوالی دو بعدازظهر است. ابرهای آسمان وین هرلحظه بیشتر می‌شود و اکنون نخستین قطرات باران است که فرومی‌چکد. زوج جوانی که بازو در بازو قدم می‌زنند، باهم نگاهی به آسمان می‌اندازند و کمی گام‌هایشان را تندتر می‌کنند. با مقصدی که من برای این سفر انتخاب کرده‌ام کاملاً می‌خواند اگر غرش‌های رعدوبرق از تعارض بنیادین زمین و آسمان خبر دهند. مادر طبیعت امروز چندان بر سر مهر نیست؛ اما این تنها یک بارش نرم بهاری است و من، وقت‌شناس و بختیار چنان رسیده‌ام که چندان خیس این باران نشوم. از در اصلی ساختمان وارد می‌شوم و از چندین پلکان طویل با نرده‌های آهنی چکش‌خورده بالا می‌روم. بالای پله‌ها، بر روی در واحد، نام او را با حروفی پررنگ نوشته‌اند. در باز می‌شود و پیشخدمتی به پیشبازم می‌آید؛ زنی جوان و ظریف با لبخندی مؤدبانه بر لب که هیچ نمی‌گوید. لابد انگلیسی نمی‌داند و من هم که هیچ‌گاه آلمانی نخوانده‌ام. با حجب و حیا اشاره می‌کند که دنبالش به اتاق انتظار بروم. مقابل در دو لنگه بسته‌ای که می‌رسیم، به آرامی در می‌زند و بی‌هیچ حرفی مرا تنها می‌گذارد.

«بعدازظهر به خیر. لطفاً بیایید تو.» نمی‌دانم چه انتظاری داشتم اما لحظه اول متعجب شدم که چرا قامتش از آنچه می‌بینم بلندتر نیست. مگر نه اینکه او زیگموند فروید است. من مقابل یکی از غول‌های اندیشه‌دنیای غرب ایستاده‌ام و توقع نداشتم مردی با قامتی چنین متوسط باشد. لباسش اما بسیار برازنده است؛ کت‌وشلوار و جلیقه، به همراه پاپیونی که قسمتی زیر یقه پیراهن سفیدش پنهان است. منشش درمجموع حسی از جدیت و اعتماد می‌دهد، اما قامت معمولی‌اش هنوز راضی‌ام نمی‌کند. به

گمانم من با تصور کودکانه ملاقات با مردی بزرگ‌تر از زندگی به وین سفر کرده‌ام، با تصور دیدار مردی با هیبت پدرانه که از فراز کوه المپ به من، به همه ما، فرو می‌نگرد؛ و در مقابل، خودم را چشم در چشم مردی یافته‌ام که جثه‌اش هیچ از من بزرگ‌تر نیست.

«ملاقات با شما باعث افتخار است پروفیسور فروید. ممنونم که قبول کردید با من گفتگو کنید. می‌دانم چقدر ممکن است پرمشغله باشید.»

«افتخار از ماست.» سن و سالش همان است که همیشه در خیال مجسم می‌کردم. نه آن فروید چهل‌ساله با ریش انبوه و تیره و بلندپروازی‌های بی‌امان و نه فروید هشتادساله نحیفی که سرطان دهان امانش را بریده است و باید بندوبس‌اطش را جمع کند و از دست نازی‌ها در برود. اکنون اواخر دهه پنجاه عمرش است، یا شاید شصت سال و خرده‌ای، در همان سن‌وسالی که جایگاهش را به‌عنوان متفکری مهم به‌روشنی به همه شناسانده است. هنوز قوی و سالم است و توانا به خلق آثاری مهم.

من دست‌کم بیست سال از او جوان‌ترم، سی و خرده‌ای؛ و جالب آنکه مقابل او احساس می‌کنم از این هم جوان‌ترم. یک لحظه خاطره‌ای از ذهنم می‌گذرد: در کتابخانه مرکز روان‌پزشکی کاپیتال دیستریکت در آلبانی نشسته‌ام. کارورز روان‌پزشکی‌ام و نشسته پشت میزی کوچک، با یک جلد از آثار فروید گشوده در برابرم. چیزی در صفحات کتاب تأیید می‌کند که تصمیمم در تغییر رشته از پزشک اطفال به روان‌پزشکی کار درستی بوده است. فروید می‌کوشید فراتر رود از طبقه‌بندی نشانه‌ها و بیماری‌ها، از درمان‌های معمول آن روزگار (حمام آب داغ و ماساژ و استراحت) و از تلقین بیماران تحت هیپنوتیزم، اینکه «تو حتماً می‌توانی دستت را تکان دهی!»، و به فهم ریشه مشکلات برسد. او می‌خواست اسرار روان آدمی را دریابد. به خاطر می‌آورم که نشسته در آن کتابخانه، کتابش را صفحه به صفحه می‌خواندم و احساس می‌کردم به درون حلقه سری برگزیدگانی راه یافته‌ام که عضویتش مختص کاشفان پر دل و جرئت ذهن است.

اکنون مقابل فروید ایستاده‌ام و او دقایقی طولانی مستقیم در من می‌نگرد چنان‌که گویی هم‌اینک مشغول تجزیه و تحلیل روان‌شناختی شخصیت من است. طبیعتاً من هم

مشغول سبک و سنگین کردن او هستم و سعی می‌کنم از چشمانش تا جایی که می‌توانم به چیزهایی در موردش پی ببرم. با همه متوسط و معمولی بودن قد و قامتش، نگاهش به هیچ وجه متوسط و معمولی نیست. او با چشمان مردی در من می‌نگرد که در هر لحظه می‌تواند نهایت تمرکز را بر یک موضوع داشته باشد و آن موضوع اکنون من هستم. البته که هوشمندی مشهودی در چشم‌هایش وجود دارد، توأم با حس کنجکاوی دائم. مردی در مقابل من است که می‌تواند سال‌ها به یک سؤال بیندیشد: اضطراب چیست؟ مردی که می‌تواند بی‌آنکه خسته شود سال‌ها با چنین پرسشی پنجه‌درپنجه بیفکند و بارها و بارها درک و دریافت خود را بازبینی کند. او نگاهی بسیار مستقیم دارد همچون کسی که نه از دیدن می‌هراسد و نه از دیده شدن. دمی در فکرم به عقب می‌روم و نکته‌ای که پیش‌تر درباره‌ی فروید خوانده‌ام برایم سؤال می‌شود. او در یکی از کتاب‌هایش نوشته است که با زاویه‌ای نسبت به کاناپه بیمار می‌نشیند که از میدان دید او بیرون باشد چون تحمل خیره شدن روزانه افراد به خودش را ندارد. اکنون و پس از یک لحظه دیرپای مواجهه با نگاه فروید، باور این حرف برایم دشوار است.

می‌توانم تصور کنم که نگاه او برخی را آشفته کند، اما در چشمانش گرمایی هم وجود دارد و سخت نیست که او را در حال خنده‌ای ناگهانی یا شوخی کردن مجسم کرد. برایم جای سؤال است که چرا در عکس‌هایش همیشه نگاهی جدی و خشک ثبت شده است. او اکنون هم در مقابل من لبخندی بر لب ندارد یا نمی‌خندد، اما هیچ چیز آزارنده و تندی هم در نگاهش نیست. چیزی در چشمانش توأمان در من احساس پذیرفته شدن و تحلیل شدن پدید می‌آورد. لحظه‌ای از خودم می‌پرسم من چه حس و برداشتی به بیمارانم منتقل می‌کنم، وقتی در مطبم در آلبانی مقابل آنها نشسته‌ام؟ «بفرمایید بنشینید تا کمی دوستانه گپ بزنیم. راه درازی آمده‌اید. از ایالت نیویورک، بله؟» انگلیسی را خوب می‌دانند. با لهجه، اما خوب. اولین حسی که اتاق مشاوره‌اش به من می‌دهد این است که وارد موزه شده‌ام، یا شاید مثلاً دفتر پستی مسئول نمایشگاه گردانی یک موزه، که قطعاً اهل سیگار هم هست، این گونه که هوا بوی دود سیگار به خود گرفته است. دیوارها پوشیده از آثار هنری قاب شده‌ای است که تمدن‌های کهن و اسطوره‌هایشان را بازمی‌نمایاند. سمت چپم یک تابلوی نقاشی، «پان»

را به تصویر کشیده است؛ موجود نیم مرد و نیم بز اسطوره‌های یونان که آدمیان فانی وقتی او را در جنگل می‌دیدند دچار «پانیک» (حمله وحشت) می‌شدند. علاوه بر نقاشی‌ها، مجموعه پیکره‌های کوچک عتیقه فروید هم هست که جابه‌جا روی طاقچه، روی میز، در ویترین‌های شیشه‌ای و در هر جای خالی که پیدا شود قرار گرفته‌اند. اینها اشیاء دست‌ساز کوچکی از سراسر دنیا هستند که فروید طی سال‌ها جمع کرده است و تعدادشان هم کم نیست. روی یک میز، پیکره‌هایی مصری می‌بینم که راست ایستاده‌اند و شتری بزرگ و یک جفت پیکره نشسته بودا، در میان ردیفی از دیگر اشیاء چیده در کنار هم. اگر آدم بخواهد بر اساس این توده انبوه عتیقه‌ها قضاوت کند، باید بگوید که ساکن این خانه بسی بیشتر به باستان‌شناسی علاقه‌مند است تا روانشناسی.

البته چندین قفسه کتاب هم در اتاق دیده می‌شود انباشته از کتاب‌های قطور و صحافی شده. روی یکی از طبقات عکس زنی نگاهم را به خود می‌گیرد. او نیز نگاهی نافذ همچون نگاه فروید دارد. در میانه این انبوه کتاب‌های وزین و مجسمه‌های کوچک بی‌جان، تنها این زن درون عکس است که بسیار حی‌وحاضر می‌نماید. باید نسبتی با فروید داشته باشد. خواهرش شاید؟ اما او چندین خواهر داشت، نمی‌شود که تنها عکس یکی از آنها را داشته باشد.

«بله در آلبانی زندگی می‌کنم.» وارد که می‌شوم کاناپه درست روبروی من است و سمت چپ کاناپه، مبل راحتی و بزرگ سبزرنگی است تا فروید روی آن بنشیند و به *تداوی‌های بیمارانش گوش دهد*. چرا دائم به کاناپه نگاه می‌کنم؟ برای یافتن پاسخ، دوباره نگاه می‌کنم و سپس می‌گذارم واکنشی احساسی در عمق وجودم شکل بگیرد: *همین است! این کاناپه معروف زیگموند فروید است!* همین کاناپه است. این کاناپه از یک قرن به نماد سفری هدایت‌شده به هسته روان آدمی بدل شده است. این کاناپه کانون برخی از مهم‌ترین اکتشافات روان‌شناختی بوده است که تاکنون در حیطه کاری من روی داده است. کوچک‌ترین جزئیاتش را هم باید به خاطر بسپارم. قالیچه شرقی بزرگی روی آن انداخته‌اند، همان‌طور که قالیچه دیگری پشت آن به دیوار زده‌اند و قالیچه بزرگ‌تر سومی هم زیر پایمان است. یکی از رنگ‌های به‌کاررفته در این قالی‌ها که قهوه‌ای مایل به قرمز است، بیش از همه جلب توجه می‌کند و حس و حالی گرم به

اتاق می‌دهد. بالش‌های بزرگی برای استفادهٔ بیماران روی کاناپه قرار دارد و نیز رواندازی، که اگر جریان هوای سردی به داخل اتاق نفوذ کند. خوشبختی اینجا بودن هنوز باورش برایم سخت است.

«گرچن الآن برایمان جای می‌آورد. بانوی جوان خوبی است اما کمی کند.» خنده‌ای از چشمان فروید می‌گذرد. «خب برایم بگویید ببینم، آلبانی کجاست؟»  
«شمال نیویورک سیتی؛ و درست در غرب دانشگاه کلارک در ماساچوست، همان‌جا که شما سخنرانی داشتید.»

«آه، بله کلارک. سال ۱۹۰۹ آنجا پنج سخنرانی ایراد کردم. در آلمان هم سخنرانی کردم، بدون مترجم. آن روزها دانشجویان سخت‌کوش آمریکایی، زبان آلمانی یاد می‌گرفتند.»

لحظه‌ای با خود فکر می‌کنم نکند کنایه‌ای در این حرف فروید باشد. شنیده بودم که او در مجموع نظر مثبتی نسبت به آمریکایی‌ها ندارد. البته نگاهش همچنان مهربان است، انگار که بیش از قضاوت، صرفاً مشغول تعریف خاطراتی از زندگی خودش است.

فروید می‌پرسد: «خب دربارهٔ ظهور رویکردی نو در روانکاوی برایم نوشته بودید، بله؟»

«بله. البته دقیقاً نمی‌توان گفت روانکاوی. هنوز هستند کسانی که خود را روانکاو به معنای مرسوم می‌نامند، اما من مدل جدیدتری از روان‌درمانی کار می‌کنم. این روش که البته اساسش مبتنی بر نوشته‌های شماست، تغییراتی هم در نظریه و هم در فنون داده است و دیگر نمی‌توان آن را جزو روانکاوی دانست. باین وجود، همچنان وامدار و پیرو مهم‌ترین مفاهیم نظریهٔ شماست؛ و من فکر کردم شاید شما مشتاق شناختن این مدل جدید باشید. همیشه با خودم می‌اندیشیدم که شما چه نظری ممکن است در مورد آن داشته باشید و بی‌اندازه دوست دارم نظرتان را بشنوم.» این جملات از دهانم خارج می‌شود و هم‌زمان، واژهٔ تأیید به درون حیطهٔ هشیار ذهنم می‌لغزد. این از کجا آمد؟ بی‌اندازه دوست دارم تأییدی از شما دریافت کنم. آیا اینجا آمدنم در اصل به خاطر این است؟ آیا به دنبال تأیید گرفتن از فرویدم؟ سال‌هاست من به روان‌درمانی مشغولم، چرا

باید نظر کسی در این خصوص برایم مهم باشد؟ و باین وجود، همچنان این واژه در ضمیرم حضور دارد: تأئید.

فروید گفت: «من هم بسیار مشتاقم از این تغییر و تحولات جدید باخبر شوم... از کجا می‌خواهی شروع کنی؟» ضربه خفیفی به در می‌خورد و پیشخدمت گرچن با سینی چای وارد می‌شود. او از سینی بزرگش به هردوی ما چای و قند می‌دهد، البته نه چای کیسه‌ای، بلکه از یک قوری بزرگ حاوی آبجوش و چای دم کشیده. صافی کوچک چای را بالای فنجان من نگه می‌دارد و همان‌طور که برگ‌های چای در صافی جمع می‌شود، فنجان را پر از چای می‌کند. سپس نوبت فروید است، و بعدش یک‌دو دقیقه‌ای باهم حرف می‌زنند اما من هیچ نمی‌فهمم جز وقتی که فروید به او می‌گوید «دانکه». دختر که دارد از اتاق می‌رود با خود می‌گویم باید یک‌وقتی یادگیری زبان آلمانی را شروع کنم. نمی‌دانم آیا قطار آثار او معنای متفاوتی برای من می‌داشت اگر بر ریل‌های زبان اصلی، یعنی آلمانی، وارد مغز من می‌شد، بی‌آنکه نیازی به تغییر ریل در ایستگاه مترجمان باشد.

فروید با جذابیت و فروتنی روزگاران قدیم افزود: «لطفاً مرا با این اندیشه‌های نو آشنا کن و من شاگرد فروتن تو خواهم بود.»

«خب. پس شروع می‌کنم.» و بعد همه چیز از یادم می‌رود. ذهنم خالی است و زبانم گنگ. از کجا باید شروع کنم؟ اصلاً به چه خیالی اینجا آمدم تا با فروید بگویم پس از آنکه او کار عظیمش را به پایان رساند چه چیزهایی روی داده است؟ در این رویکرد روان‌درمانی که من دنبال می‌کنم، بخش بزرگی از نظریه او مورد ایراد واقع شده و یا به‌سادگی کنار نهاده شده است، همچون باری اضافی که از کشتی به دریا بریزند. می‌دانم صدای روانکاوان معاصرم درخواهد آمد، اما من برخی از معروف‌ترین مفاهیم فروید را بی‌مصرف می‌یابم. مراحل تحولی دهانی و مقعدی و آلتی: پرا! نقش محوری تعارض ادیبی در درمان: پرا! غبطة اِحلیلی و نظریه لبیدو و غریزه مرگ: پرا! پرا! حتی نظریه محبوبش در خصوص تعبیر رؤیاها هم تا حدی اهمیتش را از دست داده است؛ اما باید از جایی شروع کنم. حبه‌ای قند در فنجانم می‌اندازم و چای را هم می‌زنم تا چندثانیه‌ای بیشتر زمان خریده باشم و فکر کنم.

شروع می‌کنم: «خب، مسیر امور چنان تغییر کرده است که شاید شما پیش‌بینی نمی‌کردید. می‌دانید، دوران شما که به سر آمد، بسیاری از روان‌درمانگران که من جزءشان نیستم، از مکتب روانکاوی به‌کل جدا شدند. بسیاری انواع درمان‌های دیگر پدید آمد که روانکاوی دیگر مبنایشان نبود.»

«آه، بله. می‌توانم تصور کنم. همیشه در برابر کار من مقاومت‌هایی وجود داشت و شک ندارم که این جدال هنوز هم به سرانجام نرسیده است.» در چشمانش لحظه‌ای برق لجاجت دیدم؛ روحیه‌ای جنگجو دارد.

«خب، برخی از این رویکردهای دیگر به درمان، واقعاً مقاومتی در برابر کار شما نیست؛ صرفاً جور دیگر اندیشیدن‌اند؛ و آن درمانگران هم واقعاً به مردم کمک می‌کنند؛ اما میان کسانی مثل ما که همچنان به کار شما علاقه‌مند ماندند، اگرچه ما دیگر خودمان را روانکاو نمی‌نامیم، نوعی نوزایی توأم با پرورش فنون جدید می‌توان دید. به‌واقع، بخشی از این رویکرد جدیدتر، ریشه در نخستین کتاب روان‌شناختی شما دارد که همراه با دکتر بروئر نوشتید.»

«آه، بله بروئر. ژوزف بروئر. او نقش بسیار مهمی در پیدایش روانکاوی داشت. در حقیقت او یکی از دونفری است که بیشترین تأثیر را بر من گذاشتند.»





ژوزف بروئر

همان‌طور که فروید ستایش خود نسبت به بروئر را ابراز می‌کرد، زبان بدن او چیزی خلاف این می‌گفت. برق لجاجتی که لحظاتی پیش در چشمانش بود جای خود را به نگاهی سرد داده بود. اکنون دست‌به‌سینه شده بود و لب‌هایش را محکم به هم می‌فشرده. دریافت کلی من چنان بود که گویی او به اتاقی دیگر رفته و در راه پشت سرش بسته است. ظاهراً خبطی کرده‌ام. بر اساس آنچه در مورد رابطهٔ فروید و بروئر خوانده بودم باید می‌دانستم که ذکر نام بروئر کار اشتباهی است. بروئر که او هم پزشکی اهل وین بود، برای سال‌ها دوست و همکار و استاد فروید بود. در حقیقت یکی از مراجع‌های او، یعنی مورد آنا، بود که باعث شد فروید کاری را شروع کند که بعدتر به روانکاوی تبدیل شد. عکسی از دکتر بروئر در یکی از کتاب‌های کتابخانه در خاطرم هست. دوربین چهرهٔ مردی را ثبت کرده بود با چشمانی مهربان و ریشی بلند، سیمای ایدئال پدربزرگ‌ها در کتاب‌قصه‌های کودکان و یا شاید چهرهٔ خاخام محل. آن چهره هیچ احساسات منفی یا خبثتی در خود نداشت اما پس از همکاری او و فروید در نوشتن یک کتاب، اوضاع کم‌کم رو به جدایی رفت. دوستی تبدیل به دشمنی شد از جانب فروید، و اکنون ذکر نام بروئر فضا را سرد کرده است. اکنون خود را در میانهٔ آب‌هایی پرتلاطم می‌یابم. به خاطر می‌آورم که پایان غمناک رابطه با بروئر، برای دیگرانی هم که به فروید نزدیک بودند پیش آمد: معلمش ماینرت، دوستش فلیس، مریدش یونگ... باید مراقب‌تر در این آب‌ها برانم.

«می‌بینید استاد، برخی از ما بر بازگشت به اندیشه‌های شما اصرار می‌ورزیم، حتی اندیشه‌های اولیه‌تان که در آن کتاب، یعنی مطالعاتی در باب هیستری، مطرح کرده‌اید. ما در تجربیات منفی کودکی افراد کاوش می‌کنیم، تجربیاتی که ممکن است منشأ نشانگان مرضی فعلی‌شان باشد. برای مثال، به تجربهٔ از دست دادن والدین یا جدایی و طلاق آنها در کودکی فرد، بد رفتاری و سوءاستفاده در کودکی، طرد شدن توسط والد و موارد مشابه توجه می‌کنیم. ما بیماران را تشویق می‌کنیم این رویدادها و موقعیت‌ها را به خاطر آورند و نه صرفاً به خاطر آوردن بلکه اینکه با هیجان‌اتشان به خاطر آورند. آن‌ها لازم است با عواطف مدفون‌شدهٔ خود ارتباط برقرار کنند. همان‌طور که خودتان در آن کتاب گفته‌اید، یادآوری بدون عواطف معمولاً هیچ نتیجه‌ای ندارد. می‌بینید که ما

به نخستین کتابتان رجوع کرده‌ایم، فنون جدیدی به آن نظریات افزوده‌ایم و اکنون به نتایجی شگرف رسیده‌ایم.» اینجا حرفم را متوقف می‌کنم و سکوتی طولانی آغاز می‌شود. در این لحظه نمی‌توانم واکنشی در چهره فروید بخوانم، اگرچه احساس می‌کنم اکنون فاصله کمتری از من دارد. شاید حواسش را از خطایم در مورد بروئر پرت کرده‌ام و فکرش را برده‌ام به کتاب قدیمی‌اش؛ اما هنوز هم رضایتی در چهره‌اش نیست. نیم‌ترسی در ذهنم هست که نکند ملاقاتمان را پایان دهد و عذرم را از اتاق مشاوره‌اش بخواند. اقدامی پیشگیرانه می‌کنم و یک نکته به حرف‌هایم می‌افزایم: «ما اکنون در میان درمانگران در اقلیتیم اما هرروز همکاران بیشتری را متقاعد می‌کنیم که به رویکردمان توجه کنند و سودمندی‌هایش را مشاهده کنند.» شرح درگیری‌های فروید با پزشکان روزگارش را خوانده‌ام و اینکه او هم چقدر خود را تنها و مطرود همکارانش احساس می‌کرد. شاید او را به این ترفند با خود همراه کنم که ببیند من و همکارانم متحدانش هستیم و در همان جبهه‌ای می‌جنگیم که روزگاری او فرماندهش بود.

سکوت همچنان حکم فرماست. تیک و تاک ساعت دیواری را می‌شنوم. ابتدا گمان کردم این سکوت ممتد او یعنی اینکه بحث از دید او پایان یافته است. بعد یادم آمد آنکه در برابرم نشسته است فروید است، روانکاو اصیلی که عادت دارد تمام روز ساکت کنار کاناپه بنشیند و به حرف‌های دیگران گوش دهد. لابد خوب یاد گرفته است شنونده دقیق باشد و حرف کسی را قطع نکند؛ و من نیز، لابد به پرحرفی‌های بی‌وقفه زمانه خود بسیار خو کرده‌ام. من اکنون در دنیای او به سر می‌برم، جهانی آرام‌تر و فارغ‌تر. اگر او همراه من وارد چند مورد مکالمات پرشتابی می‌شد که امروزه کاملاً معمول است، احتمالاً فکر می‌کرد همه ما دیوانه‌ایم.

«بله. بله. اولین کتاب ما بود.» بالاخره فروید چیزی گفت. «روشی که بروئر شیوه تزکیه می‌نامید. ما معتقد بودیم بیمار باید به عنوان بخشی از درمان، تزکیه‌ای عاطفی داشته باشد. باید رویدادهای آشفته‌کننده گذشته را به خاطر آورد و تمام هیجانات سر بسته آنها را آزاد کند؛ اما این شیوه همیشه خوب نتیجه نمی‌داد. در طرح‌ریزی روانکاو، من از این نقطه پیش‌تر رفتم و روش‌های ظریف‌تر و پرداخته‌تری ابداع

کردم. بیمار باید *تداوی آزاد*، یعنی بیان هرچه به ذهنش می‌رسد، را یاد می‌گرفت و درمانگر نیز شیوهٔ تعبیر و تفسیر را. ما به این روش، ناهشیار را برای بیمار هشیار می‌کردیم و این یعنی روانکاوی.»

گفتم: «خب، روانکاوی حقیقی همین است.» این چیزی نبود که می‌خواستیم بگویم، اما اعتقاد حقیقی‌ام را نتوانستم بر زبان آورم: نه، آنچه امروزه من و همکاران انجام می‌دهیم نیز روانکاوی است، اگرچه نامش را روانکاوی نمی‌گذاریم. ضمناً نتایج درمانی بهتری هم مشاهده می‌کنیم. «قصد توهین به روانکاوی ندارم استاد؛ اما خیلی از روانکاوان از نتایج آن روش ناامید شدند و بعد از دوران شما، به دنبال راه‌هایی برای متحول کردن فن روانکاوی گشتند، در عین حفظ مبانی نظری آن.»

«به‌بیان‌دیگر، شما و همکارانتان طلای ناب روانکاوی را رها کردید و به دنبال آلیاژی ترکیبی از آن رفتید.»

«خب نه، من مسئله را اصلاً این‌طور تعبیر نمی‌کنم. کاری که ما می‌کنیم همچنان به اساس نظریهٔ روانکاوی که شما مطرح کردید وفادار است. واقعاً به یک معنا کار ما هنوز همان روانکاوی است.»

«تماماً تغییرش داده‌اید و هنوز هم اصطلاح مرا برای آلیاژ ترکیبی‌تان استفاده می‌کنید؟» حالا دیگر دلخوری‌اش مشهود است.

«نه اسمش دیگر روانکاوی نیست. ما روشمان را روان‌درمانی روان‌پوشی می‌نامیم و آن را از اصطلاح *پویایی‌های روان* برگرفته‌ایم که ابداع شماست. ما هم به جدالی پویا معتقدیم: از یک‌سو تکانه‌ها و افکار و احساسات به دنبال ابراز شدن‌اند و از سوی دیگر، مکانیسم‌های دفاعی می‌کوشند اوضاع را در کنترل خود نگه‌دارند؛ و بسیاری از ما کارمان را روان‌درمانی روان‌پوشی کوتاه‌مدت می‌نامیم چون مدت درمان در کار ما کوتاه‌تر از روانکاوی سنتی است.»

«پس فقط به دنبال درمانی تند و سریع هستید؟»

«نه آقا، همیشه هم کوتاه نیست.» حالا احساس می‌کنم کمی از دست فروید حرصم گرفته است. اگر نمی‌خواهی به حرف‌هایم گوش کنی پس چرا اساساً با این ملاقات موافقت کردی؟ «حالا مگر درمان کوتاه‌مدت چه ایرادی دارد؟ شما گوستاو مالر