

خلق شدگان یک روز

و داستان‌های روان‌درمانی دیگر

اروین د. یالوم

مترجم

نرگس خوزان

www.nashreghatreh.com
info@nashreghatreh.com
nashr.ghatreh@yahoo.com

Printed in the Islamic Republic of Iran

همه‌ی ما خلق شدگان یک روزیم. هم یادآورنده و هم یادآورنده شدیم. همه
 موفقی هستند. هم حافظه و هم موضوع حافظه (آن چه به حافظه سپرده
 می‌شود). دیری نمی‌باید که تو دنیا را به فراموشی بسپاری و به زودی زمان آن
 فرا خواهد رسید که دنیا تو را فراموش کند. «همیشه» نمایانگر آن است که
 به زودی تو نه کسی خواهی بود، و نه جایی. انسان موجودی ابدی نیست. [...]
 مارکوس اورلیوس، «تأملات»

فهرست

۱۱ مقدمه‌ی مترجم
۱۳ درمان معیوب
۲۷ در مسیر واقعی شدن
۴۵ آرایسک
۶۹ از تو متشکرم، مالی
۱۰۵ مرا در جایی محصور نکن
۱۲۹ به خاطر بچه‌هایت کمی شهامت از خودت نشان بده
۱۶۱ باید از امید برای داشتن گذشته‌ی بهتر دست برداری
۱۷۹ «خودت به بیماری لاعلاج لعنتی دچار شوی»: در تجلیل از الی
۲۰۷ سه بار گریستن
۲۱۹ خلق شدگان یک روز
۲۴۹ بی‌نوشت
۲۵۳ سخنی با خوانندگان
۲۵۵ تقدردانی و سپاس

کتاب حاضر یکی از آثار دکتر اروین د. یالوم است که در آن رویکرد مورد استفاده‌ی خود را در حیطه‌ی کاری‌اش، در قالب ده داستان به زیبایی به تصویر می‌کشد، به طوری که خواننده (خواه آشنا به حوزه‌ی روان‌پزشکی و خواه ناآشنا به این حیطه) قادر است آن فضا را در ذهن خود متصور و از آن میان با راهکارهای مورد استفاده‌ی او آشنا شود. او در تمام این داستان‌ها، عرض‌های خوشتن خویش را مهم‌ترین ابزار می‌داند و با استفاده از ابزار «این‌جا و اکنون» در روند درمان، کارهای اکثر درمانگران کنونی را به چالش می‌کشد. او همواره تلاش می‌کند تا تمام ابعاد وجودی انسان - ابعاد بیولوژیک، روانی، اجتماعی و معنوی - را که شالوده‌ی رویکرد اوست، برجسته کند. چنان‌چه در داستان «سه بار گریستن» هِلنا که خود یک درمانگر بود، بعدها با بررسی حرکات و رفتار بیلی (دوست عزیز دوران زندگی‌اش) به این نتیجه می‌رسد که او به اختلال دوقطبی دچار بوده و تمام آن شور و شوق‌ها و سرزندگی‌اش ناشی از شیدایی بوده است، اما دکتر یالوم در این داستان، این کلیشه‌ی از پیش تعیین شده و مدوّن را به چالش می‌کشد و به هِلنا ثابت می‌کند که کارهای بیلی صرفاً ناشی از شیدایی او نبوده است و به این طریق، زندگی گذشته‌ی بیلی را نجات می‌دهد. یا در داستانی دیگر، حتی یک بیمار محض نقش خود

مقدمه‌ی مترجم

کتاب حاضر یکی از آثار دکتر اروین د. یالوم است که در آن رویکرد مورد استفاده‌ی خود را در حیطه‌ی کاری‌اش، در قالب ده داستان به زیبایی به تصویر می‌کشد، به طوری که خواننده (خواه آشنا به حوزه‌ی روان‌پزشکی و خواه ناآشنا به این حیطه) قادر است آن فضا را در ذهن خود متصور و از آن میان با راهکارهای مورد استفاده‌ی او آشنا شود. او در تمام این داستان‌ها، عرض‌های خوشتن خویش را مهم‌ترین ابزار می‌داند و با استفاده از ابزار «این‌جا و اکنون» در روند درمان، کارهای اکثر درمانگران کنونی را به چالش می‌کشد. او همواره تلاش می‌کند تا تمام ابعاد وجودی انسان - ابعاد بیولوژیک، روانی، اجتماعی و معنوی - را که شالوده‌ی رویکرد اوست، برجسته کند. چنان‌چه در داستان «سه بار گریستن» هِلنا که خود یک درمانگر بود، بعدها با بررسی حرکات و رفتار بیلی (دوست عزیز دوران زندگی‌اش) به این نتیجه می‌رسد که او به اختلال دوقطبی دچار بوده و تمام آن شور و شوق‌ها و سرزندگی‌اش ناشی از شیدایی بوده است، اما دکتر یالوم در این داستان، این کلیشه‌ی از پیش تعیین شده و مدوّن را به چالش می‌کشد و به هِلنا ثابت می‌کند که کارهای بیلی صرفاً ناشی از شیدایی او نبوده است و به این طریق، زندگی گذشته‌ی بیلی را نجات می‌دهد. یا در داستانی دیگر، حتی یک بیمار محض نقش خود