

بدن هرگز دروغ نمی‌گوید

اثرات پایدار تربیت خشن

آلیس میلر

ترجمه

امید سهرابی نیک

فرهنگ‌نشر نو

با همکاری نشر آسیم

تهران-۱۳۹۹

فهرست

۱۳	پیشگفتار
۱۹	مقدمه: اخلاق و بدن

بخش نخست: گفتن و پنهان کردن

	۱	هراس از پدر و مادر و تأثیرات مصیبت بار آن
۴۳		داستایفسکی، چخوف، کافکا، نیچه
	۲	مبارزه برای رهایی در داستان‌ها و فریادهای ناشنیده بدن
۴۸		فریدریش فون شیلر
	۳	خیانت حافظه
۵۴		ویرجینیا وولف
	۴	نفرت از خود و عشق ارضاننده
۶۰		آرتور رمبو
	۵	کودک زندانی و ضرورت انکار درد
۶۵		یوکیو میشیما
	۶	عشق خفه کننده مادر
۶۹		مارسل پروست

♣ استاد ماهر در تفکیک احساسات

۷۸

جیمز جوینس

۸۰

پی‌نوشت بر بخش اول

بخش دوم: اخلاق سنتی در درمان و دانش بدن

۸۵

مقدمه بخش دوم

۹۴

۸ آشنایی کودکان با خشونت

۱۰۳

۹ چرخ و فلک احساسات

۱۲۱

۱۰ بدن، نگهبان واقعیت

۱۲۷

۱۱ می‌توانم بگویم؟

۱۳۴

۱۲ واقعیت را احساس نکن، آن را بکش

۱۳۸

۱۳ مواد مخدر و فریفتن بدن

۱۴۷

۱۴ حق آگاهی

۱۶۵

۱۵ فریب عشق را می‌کشد

بخش سوم: بی‌اشتهایی: میل برای ارتباط اصیل

۱۷۳

مقدمه بخش سوم

۱۸۰

۱۶ خاطرات ساختگی آنیتا فینک

۲۰۵

پی‌نوشت

۲۱۰

سخن پایانی

۲۲۵

یادداشت‌ها

۲۲۹

کتاب‌نامه

هراس از پدر و مادر و تأثیرات مصیبت بار آن

داستایفسکی، چخوف، کافکا، نیچه

در ایام جوانی‌ام، آثار نویسندگان روسی مانند داستایفسکی و چخوف^۱ اهمیت زیادی برایم داشت. مطالعات بعدی‌ام روی این نویسندگان نشان داد که فرآیند گسستگی از واقعیت، نه فقط امروز، بلکه صد سال پیش نیز اثر خود را بر افراد می‌گذاشت. زمانی که سرانجام توانستم توهمات خودم را که دربارهٔ پدر و مادرم در سر پرورانده بودم، کنار بگذارم و تأثیرات اعمال آنها را روی زندگی‌ام شناختم، چشم‌هایم به روی واقعیت‌هایی باز شد که قبلاً اهمیتی برایشان قائل نبودم. با خواندن زندگی‌نامهٔ داستایفسکی نوشتهٔ یانکو لاورین^۲ متوجه شدم که پدر داستایفسکی، پزشک پیشین ارتش، در دوران میانسالی ملک بزرگی با بیش از صد رعیت به ارث برده بود. رفتار او با این رعایا چنان بی‌رحمانه بود که آنها در نهایت جرأت یافتند و او را کُشتند. نتیجه گرفتم که رفتار بی‌رحمانهٔ او حتماً بسیار بدتر از معمول بوده،

وگر نه چرا این رعیت‌های ترسو ارتکاب جنایت و خطر مجازات و آواره شدن را به زندگی رنج‌بار تحت سلطه وحشتناک او ترجیح دادند؟ بنابراین، بسیار محتمل است که پسر بزرگ او نیز در معرض خشونت‌های او قرار گرفته باشد. از این رو تصمیم گرفتم بررسی کنم که این نویسندهٔ رمان‌های مشهور با گذشتهٔ شخصی خود چگونه کنار آمده بود. البته با توصیفات او دربارهٔ شخصیت پدری بی‌رحم در کتاب برادران کارامازوف آشنا بودم. اما قصد داشتم بفهمم رابطهٔ شخصی او با پدر واقعی‌اش چگونه بوده. ابتدا در میان نامه‌های او به دنبال متون مرتبط گشتم. اما هیچ نامه‌ای از او به پدرش پیدا نکردم. تنها موردی که او به پدرش اشاره کرده بود، متنی بود که عشق بی‌قید و شرط و نهایت احترام پسر به پدر را گواهی می‌داد. از طرف دیگر، تقریباً در تمام نامه‌هایش به افراد دیگر، از شرایط مالی‌اش گله کرده و از آنها کمک خواسته بود. در نظر من همهٔ این نامه‌ها به روشنی ترس کودکی را نشان می‌داد که تهدیدی دائمی هستی او را هدف قرار داده بود. این نامه‌ها همچنین نشان می‌داد که آن کودک در عین حال مذبح‌خانه امیدوار بود که مخاطب نامه، پریشانی او را درک کند و با مهربانی به او روی خوش نشان دهد.

همه می‌دانند که وضع سلامت داستایفسکی به شدت نابسامان بود. از بی‌خوابی مزمن رنج می‌برد و شب‌ها کابوس‌های وحشتناک می‌دید. و می‌توانیم فرض کنیم که این آسیب‌های دوران کودکی او بود که خود را در بیماری‌ها و کابوس‌ها بروز می‌داد؛ بدون اینکه او از این واقعیت آگاه باشد. نیز می‌دانیم که داستایفسکی سال‌ها از حمله‌های صرع رنج می‌برد. اما زندگی نامه‌نویسان خیلی کم یا اصلاً اشاره‌ای به این مسأله نمی‌کنند که ممکن است رابطه‌ای بین این حمله‌ها و زندگی پراسیب دوران کودکی او باشد. این زندگی نامه‌نویسان میل شدید او را به داشتن سرنوشتی مهربانانه‌تر

نیز نادیده می‌گیرند که به‌روشنی در اعتیاد او به بازی رولت^۱ نمایان بود. همسرش اگرچه به او کمک کرد بر اعتیادش غلبه کند، نتوانست به‌عنوان شاهدی آگاه برای او عمل کند، زیرا در آن زمان اتهام زدن به پدر خود، کاری نکوهیده‌تر از امروز به شمار می‌رفت.

در زندگی آنتون چخوف نیز مشکل مشابهی شناسایی کرده‌ام. فکر می‌کنم او در داستان کوتاه «پدر^۲» توصیفی کاملاً دقیق از شخصیت پدر خودش، یعنی یک رعیت پیشین معتاد به الکل، ارائه می‌کند. در این داستان، پدر، مشروبخوری قهار و سربار پسرانش است و همیشه از موفقیت‌های آنها لذت می‌برد تا احساس بی‌خاصیتی خودش را پنهان نگه دارد و هرگز تلاش نمی‌کند شخصیت واقعی پسرانش را بشناسد و هیچ‌گاه احساس محبت و عزت انسانی از خود نشان نمی‌دهد.

این داستان در رده داستان‌های تخیلی قرار می‌گیرد و احتمالاً آنتون از اهمیت واقعی آن در زندگی خود غافل مانده بود. اگر نویسنده این داستان می‌توانست ببیند و حس کند که پدرش واقعاً چگونه با او رفتار کرده، بی‌شک دچار شرم و خجالت عظیم و یا خشمی شایسته و بجا می‌شد. اما در آن زمان چنین واکنشی حتی در تصور هم نمی‌گنجید. چخوف به جای شوریدن بر پدرش، حتی در اوایل زندگی حرفه‌ای‌اش که درآمد ناچیزی داشت، از خانواده‌اش پشتیبانی مالی می‌کرد. او برای پدر و مادرش در مسکو آپارتمان خرید و با از خود گذشتگی از آنها و برادرانش مراقبت می‌کرد. اما من متوجه شدم که او در مکاتباتش به‌ندرت از پدرش یاد می‌کند. اگر هم یاد کند به فهم و سخاوت او شهادت می‌دهد. هیچ ردی از خشم علیه مشت‌های بی‌رحمانه‌ای نمی‌توان یافت که تقریباً در همه روزهای کودکی از پدرش

۱. Roulette؛ نوعی بازی قمارخانه‌ای است که نامش در زبان فرانسوی به معنای چرخ کوچک است. در این بازی، می‌توان بر روی یک عدد معین یا محدوده‌ای از اعداد، رنگ‌های قرمز، سیاه و سبز، یا حتی فرد یا زوج بودن عدد شرط بست. - م.