

به نام خدا

صبح به خیر هیولا

کاترین گیلدینر

گروه مترجمان

نشر آداس
اداس

«لورا»

قلب من خانه‌ی ترسوها نیست.

دی. آنتوانت فوی

فصل اول

«احاطه شده توسط احمق‌های روستا»

روزی که مطب شخصی خود را به‌عنوان یک روان‌شناس باز کردم، با خوشحالی در دفترم نشستم. توهم این را داشتم با تقویت دانشی که کسب کرده و با آرامش در قوانینی که آموخته بودم، مشتاقانه منتظر بیمارانی باشم که بتوانم درمانشان را شروع کنم. خوشبختانه در آن زمان هیچ ایده‌ای نداشتم تا بدانم روان‌شناسی بالینی به‌عنوان کسب‌وکاری درهم و برهم چطور می‌باشد یا اینکه بر چه اساس تحقیقات محض را انتخاب کنم، حوزه‌ای که در آن بر موضوعات و متغیرهایم کنترل داشته باشم. در عوض باید یاد می‌گرفتم انعطاف‌پذیر باشم، چون اطلاعات جدید به‌صورت هفتگی منتشر می‌شد. روز اول نمی‌دانستم روان‌درمانی روان‌شناس نیست که مشکلات را حل می‌کند، بلکه گفتگوی دو نفر است که مقابل هم قرار می‌گیرند و تلاش می‌کنند به نوعی حقیقت روان‌شناختی برسند. هیچ‌کس بیشتر از لورا ویلکس، اولین بیمار من، این موقعیت را برایم فراهم نکرد. او از طریق یک پزشک عمومی به من ارجاع داده شد که در پیام ضبط‌شده‌ی خود گفته بود: اون جزئیات رو به شما می‌گه.

نمی‌دانم چه کسی بیشتر ترسیده بود، من یا لورا. من تازه از دانشجویی با شلوار جین و تی‌شرت به یک دانشجوی حرفه‌ای تبدیل شده بودم با یک بلوز ابریشمی و یک کت‌وشلوار طراحی‌شده و در اوایل دهه‌ی هشتاد پشت میز چوب ماهون بزرگ نشسته بودم، میزی که شبیه صلیب بین آنا فروید و جوآن کرافورد بود. خوشبختانه در بیست‌سالگی موهایم پیش از موعد سفید شده و رفتار من را پخته‌تر نشان می‌داد.

لورا حدود یک‌وپنجاه‌ودو سانت قد داشت، با چهره‌ای معمولی، چشم‌های بادامی بزرگ و لب‌های پر که من را به تزریق بوتاکس مشکوک کرد. او انبوهی از موهای برجسته‌ی بلوند تا روی شانه داشت و پوست ظریفش به شدت در تضاد با چشم‌های تیره‌اش بود. همچنین آرایش پرننگ با رژ لب قرمز روشن، ویژگی‌های او را برجسته می‌کرد. کفش‌های پاشنه‌بلند داشت و یک بلوز ابریشمی و دامنی نوک‌مدادی شیک پوشیده

بود. می‌گفت بیست‌وشش سال دارد، مجرد است و در یک شرکت بزرگ اوراق بهادار کار می‌کند. به‌عنوان منشی شروع به کار کرد، اما به بخش منابع انسانی ارتقا یافت. وقتی پرسیدم چطور می‌توانم به او کمک کنم، مدت طولانی در سکوت به بیرون از پنجره نگاه کرد. صبر کردم مشکل را به من بگوید و در آنچه سکوت‌درمانی (سکوتی ناراحت‌کننده که در نهایت حقیقت را از دهان بیمار بیرون می‌کشد) نامیده می‌شود، منتظر ماندم. بالاخره گفت: من تب‌خال دارم.

پرسیدم: هرپس زوستر یا هرپس سیمپلکس؟

- آگه کاملاً کثیف باشی، به اون مبتلا می‌شی.

- و قابل‌انتقال از طریق رابطه.

وقتی پرسیدم شریک عاطفی‌اش می‌داند تب‌خال دارد یا نه، پاسخ داد اد، پسری که دو سال با او دوست است، گفته این بیماری را ندارد. با این حال او یک بسته‌ی قرص در کابینتش پیدا کرده و تشخیص داده همان دارویی است که برای او تجویز شده بود و وقتی از اد در این مورد سوال پرسیده، طوری رفتار کرده انگار عادی بود و نمی‌توانست کاری در این مورد انجام دهد. لورا گفت: من قبلاً برای یه مدت ازش جدا شدم. بیشتر از این چی کار می‌تونم بکنم؟

آن واکنش بی‌رحمانه نشان داد لورا از رفتارهای خودخواهانه و دوگانه استفاده می‌کند. او گفت از طرف پزشک دیگر به من ارجاع داده شده، چون قوی‌ترین دارو شیوع دائمی بیماری را محدود نمی‌کرد و پزشکش فکر می‌کرد او به کمک روان‌پزشک احتیاج دارد. اما واضح بود هیچ تمایلی به درمان ندارد و فقط می‌خواست بر تب‌خال غلبه کند.

به لورا توضیح دادم در برخی افراد استرس عامل اصلی حملات ویروس نهفته است. او گفت: می‌دونم کلمه‌ی استرس به چه معناست، اما دقیقاً نمی‌دونم چه حسی داره. فقط می‌دونم در محاصره‌ی احمق‌ای روستایی به راهم ادامه می‌دم.

لورا گفت چیز زیادی در زندگی‌اش نداد و فقط تب‌خال او را بیش از هر چیز دیگری تکان داده.

اول سعی کردم با اطلاع دادن به او که از هر شش نفر، بین افراد چهارده تا چهل‌ونه‌ساله،

یک نفر به تب‌خال مبتلا است، اطمینان دهم. حرف او بعد شنیدن صحبت‌م این بود: مطمئناً همین‌طور. همه‌ی ما در یه باتلاق کثیف زندگی می‌کنیم.

به او گفتم فهمیدم چرا ناراحت است، چون مردی که ادعا می‌کرد او را دوست دارد به او خیانت کرده بود. به‌علاوه او درد داشت و به‌سختی می‌توانست بنشیند. بدترین قسمت این موضوع «شرم» بود. برای همیشه بعد آن باید به هرکسی که با او در ارتباط بود می‌گفت تب‌خال دارد یا ناقل است. لورا موافق حرفم بود اما بدترین موضوع برایش این بود که اگرچه هر کاری انجام داده بود تا از شرایط خانوادگی خود بالاتر برود، اما الان درست مثل همیشه در کثیفی غوطه‌ور بود. او گفت: مثل شن روونه. مهم نیست چقدر سعی می‌کنم از لجن بیرون بیام، چون مدام به داخل کشیده می‌شم. می‌دونم، من تقریباً باوجود تلاش‌م از این وضعیت نجات پیدا نمی‌کنم.

وقتی خواستم درباره‌ی خانواده‌اش به من بگویم، گفت قصد ندارد وارد لجن‌زار شود. لورا توضیح داد فردی عملی است و می‌خواهد استرس خود را کاهش دهد، هرچه که بود، تا بتواند تب‌خال دردناک را تحت کنترل داشته باشد. تصمیم گرفت به دیدنم بیاید تا به او قرص بدهم یا از استرس نجاتش دهم. گفتم استرس یا اضطراب گاهی اوقات به‌راحتی تسکین می‌یابد، اما گاهی می‌تواند ناسازگار باشد. توضیح دادم باید چند قرار ملاقات داشته باشیم تا بفهمد استرس چیست و چطور آن را تجربه نماید، منع آن را کشف کند و بعد راه‌هایی برای کاهش آن بیابد. گفتم این امکان وجود دارد که سیستم ایمنی بدنش آنقدر با استرس مبارزه کند که چیزی برای مبارزه با ویروس تب‌خال باقی نمانده باشد. - نمی‌تونم باور کنم باید این کار رو انجام بدم. احساس می‌کنم برای کشیدن دندان اومدم و ندونسته تموم مغزم با اون کشیده می‌شه.

لورا منزجر به نظر می‌رسید، اما درنهایت تسلیم شد.

- خب، فقط برای یه جلسه‌ی دیگه به من وقت بدین!

درمان بیماری که روان‌شناختی ندارد، دشوار است. لورا فقط می‌خواست تب‌خالش درمان شود و از نظر او «درمان» وسیله‌ای برای رسیدن به این هدف بود. او نمی‌خواست از سابقه‌ی خانوادگی‌اش بگوید، چون نمی‌دانست چطور می‌تواند مرتبط با مشکلش باشد.

دو چیز بود که در روز اول درمانم پیش‌بینی نکرده بودم. اولاً لورا چرا دقیقاً با استرس آشنا نبود؟ دوم من صدها مطالعه‌ی موردی را خوانده و فیلم‌های درمانی زیادی را تماشا کرده بودم، در ده‌ها کنفرانس بزرگ شرکت کرده بودم و در هیچ‌یک از آنها بیمار از دادن سابقه‌ی خانوادگی خود خودداری نکرده بود. حتی وقتی در شیفت شب بیمارستان‌های روانی کار می‌کردم، جایی که بیمارهای روانی از دست‌رفته را در بخش‌های پشتی نگه می‌داشتند، هیچ‌وقت نشنیده بودم کسی با گفتن سابقه‌ی خانوادگی‌اش مخالفت کند. یک مورد آنها نازارث بود که خودش قادر به گفتن مشخصات خانواده‌اش نبود و پدر و مادرش، مری و جوزف، به‌جای او تاریخچه‌ای از زندگی‌شان ارائه دادند. حالا اولین بیمار من را رد کرده بود! فهمیدم عمیق‌تر باید وارد این موضوع شوم، وگرنه نمی‌توانستم کمک لورا کنم. یادم می‌آید روی کلیپ‌بورد نوشتنم اولین وظیفه‌ام تعامل با لورا است.

روان‌شناسی بنام مفهومی به اسم «انتقال» دارد، احساساتی که بیمار نسبت به درمانگر خود ایجاد می‌کند و به گفته‌ی او سنگ بنای درمان می‌باشد. انتقال متقابل آن چیزی است که درمانگر نسبت به بیمار احساس می‌کند. در طول چندین دهه در مطب شخصی دریافته‌ام اگر صادقانه بیمار خود را دوست نداشته باشید و به دنبال او نباشید، بیمار آن را حس می‌کند و درمان از بین می‌رود. یک پیوند شیمیایی بین بیمار و درمانگر وجود دارد که هیچ‌یک از شما نمی‌توانید آن را ایجاد کنید. سایر درمانگران ممکن است مخالف باشند، اما من فکر می‌کنم آنها خودشان را گول می‌زنند.

شانس آوردم از همان ابتدا با لورا ارتباط داشتم. گام‌های بی‌هدف، لحن محکم و رفتار بی‌معنایش من را به یاد خودم انداخت. باوجود شصت ساعت کار در هفته شب به دانشگاه می‌رفت و دوره‌به‌دوره جلوتر حرکت می‌کرد و در سن بیست‌وشش‌سالگی به دنبال کسب مدرک بازرگانی بود.

در جلسه‌ی بعدی لورا با چهار کتاب درمورد استرس آمد. آنها با کاغذ یادداشت چسب‌دار پر شده بودند. او همچنین یک نقشه‌ی بزرگ به همراه داشت که روی آن یک

نمودار رنگی پیچیده ترسیم کرده و در بالای صفحه به حالت سوالی نوشته بود: استرس؟ زیر آن چند ستون وجود داشت که اولین ستون قرمز رنگ و با عنوان «برخورد با احمق‌ها» بود. تعدادی به گفته‌ی خودش «احمق‌ها» زیر ستون‌ها فهرست شده بودند. یکی رئیسش کلیتون بود. دیگری دوستش اد و سومی پدرش بود.

لورا گفت حالا که کتاب‌های استرس را خوانده، سعی می‌کند علت آن را در زندگی‌اش پیدا کند. به همین دلیل تمام هفته را روی نمودار کار کرده بود. پرسیدم چرا هیچ زنی در لیست احمق‌ها گنجانده نشده. با دقت به لیست نگاه کرد و گفت: جالبه. درسته. من هیچ زن احمقی رو نمی‌شناسم. حدس می‌زنم اگه کسی رو ببینم، فقط از اونا دوری می‌کنم یا اجازه نمی‌دم توی زندگیم نفوذ کنن.

گفتم ما باید به تعریف کلمه‌ی استرس نزدیک‌تر شویم و از او مثالی خواستم تا با آن توضیح بدهد چرا این مردها در لیست او قرار گرفته‌اند. گفت: اینا افرادی هستن که از هیچ قانونی پیروی نمی‌کنن و واقعا در مورد بعضی کارا بی‌اهمیتن.

گفتم دوست دارم تاریخچه‌ای از زندگی‌اش را تا به امروز بشنوم، به‌خصوص که پدرش در لیست بود. وقتی لورا این را شنید، چشم‌هایش گرد شد. اهمیت ندادم و پرسیدم زنده‌ترین خاطره‌ی او از پدرش چیست. بلافاصله گفت مربوط به زمانی است که در چهارسالگی از سرسره افتاد و پایش روی یک قطعه‌ی فلزی تیز شکافت. پدرش با مهربانی او را بلند کرد و برای بخیه زدن به بیمارستان برد. وقتی آنها در اتاق انتظار بودند، پرستاری در مورد درد وحشتناکی که لورا داشت و اینکه چطور همچون یک سرباز واقعی ناله نکرده بود، گفته بود. پدر لورا بازویش را دور او گرفته، او را در آغوشش جای داده و گفته بود: این دختر منه. من بهش افتخار می‌کنم. اون هیچ‌وقت شکایت نمی‌کنه و به‌اندازه‌ی یه اسب قویه.

آن روز به لورا پیامی قدرتمند داده شد، پیامی که هیچ‌وقت فراموش نکرده بود: اظهار عشق و محبتی که به قوی بودن و شکایت نکردن او بستگی داشت. وقتی به آن موضوع اشاره کردم، لورا گفت: هرکس رو به‌خاطر یه چیزی دوست دارن!

واضح است مفهوم عشق بی‌قید و شرط، این ایده که والدین شما با وجود هر کاری که

انجام می‌دهید دوستان خواهند داشت، برایش مفهومی بیگانه بود. وقتی درباره‌ی مادرش پرسیدم فقط گفت در هشت‌سالگی مرده. بعد وقتی پرسیدم چطور بود، لورا فقط چند کلمه گفت، کلماتی که به نظر من کمی غیرعادی بودند: همیشه دور و وابسته به ایتالیا.

او نتوانست حتی یک خاطره از خود را بازایی کند. بعد اینکه کمی اصرار کردم، فقط گفت وقتی چهارساله بود مادرش برای کریسمس یک اجاق‌گاز اسباب‌بازی به او داده و وقتی بازش کرد لبخند زده بود. او حتی مطمئن نبود مادرش چطور مرده. من باید پیشنهاد می‌کردم توضیح بیشتری بدهد.

- مادرم صبح خوب بود. وقتی من و برادر و خواهر کوچک‌ترم از مدرسه برگشتیم، ناهار نداشتیم که عجیب بود. در اتاق‌خواب پدر و مادرم رو باز کردم. اون خواب بود. تکونش دادم. هنوزم می‌تونم آثار روی صورتش رو تجسم کنم. به پدرم زنگ نزدم چون نمی‌دونستم کجا کار می‌کنه. به خواهر و برادرم گفتم به مدرسه برگردن. بعد با ۹۱۱ تماس گرفتم.

پلیس پدرش را پیدا کرد و با ماشین پلیس به خانه آورد.

- اونا صورت مادرم رو با پتویی پوشونده بودن که روی اون مهر شده بود، اموال بیمارستان دولتی تورنتو شرقی. نمی‌دونم چرا اون رو به یاد آوردم. بعد مردا با یه برانکار از پله‌ها پایین بردنش و جسد مادرم ناپدید شد.

- مراسمی یا تشییع جنازه‌ای برگزار نشد؟

- فکر نمی‌کنم. پدرم بیرون رفت و بعد هوا تاریک شد. از وقت شام گذشت ولی

غذایی درست نشده بود.

لورا می‌دانست این وظیفه‌ی او بود شام درست کند و به خواهر و برادرهای کوچک‌ترش بگوید مادرشان مرده. وقتی به خواهر شش‌ساله‌اش موضوع را گفت، او گریه کرد اما برادر پنج‌ساله‌اش هیچ واکنشی نشان نداد جز اینکه پرسد لورا اکنون مادر آنها می‌شود یا نه.

خانواده‌ی مادرش نه برای مراسم خاک‌سپاری آمدند و نه به نوه‌هایشان کمک کردند. - مادر من هیچ‌وقت درمورد اونا صحبت نکرده بود، اما من از اظهارنظر و بد اخلاقی‌های

پدرم متوجه شدم او نا مادرم رو طرد کرده بودن. او نا ایتالیایی اصیل بودن، اونایی که با لباسای سیاه سراسر ایتالیای کوچیک پرسه می‌زدن و بیشتر عمرشون رو برای کسی سوگواری می‌کردن. مادر من تنها دختر خونواده‌ی پنج‌پسری بود و از ده‌سالگی به اون اجازه‌ی خروج از خونه رو نمی‌دادن. اون باید در خونه می‌موند و آشپزی و تمیزکاری می‌کرد. می‌تونست با مادرش به خرید بره اما هیچ‌وقت نمی‌تونست تنها بیرون بره. حتی یکی از برادرش مجبور بود هر روز اون رو پیاده به مدرسه برسونه و برگرده.

مادر لورا علی‌رغم سخت‌گیری‌های تربیتی خود در شانزده‌سالگی باردار شد. پدر لورا که یک کانادایی تبار اسکاتلندی بود، به گفته‌ی خانواده‌ی ایتالیایی همسرش یک جوان خوشگذران بود. دایی‌های لورا او را کتک زده و گفته بودند به‌خاطر ارتباطش با مادر لورا اگر با او ازدواج نکند او را می‌کشند. بعد عروسی هیچ‌یک از خانواده‌ی مادر لورا دیگر او را ندیدند. لورا چند ماه بعد عروسی، خواهرش بیست ماه بعد لورا و برادرش یک سال بعد دختر دوم به دنیا آمدند. وقتی از لورا پرسیدم تابه‌حال برای دیدن پدر بزرگ و مادر بزرگش به ایتالیای کوچک رفته یا نه، گفت هیچ علاقه‌ای به آنها ندارد. فکر کردم شاید مادر لورا از نظر بالینی افسرده بوده و بنابراین از نظر عاطفی در دسترس نیست. چه کسی افسرده نمی‌شود؟ اگر دختری بیش از حد محافظه‌کار تحت سلطه‌ی مردهای خشن و بعد ازدواج با مردی که نمی‌خواست با او ازدواج کند، قرار می‌گرفت که احتمالاً از نظر عاطفی و جسمی آزاردهنده بود، از او رنجیده و او را نادیده می‌گرفت، افسرده نمی‌شد؟ پدر و مادرش او را طرد کرده بودند و هیچ‌وقت او را به‌خاطر شرمساری آنها نبخشیدند. او جایی برای برگشتن نداشت. وقتی از لورا درمورد مرگ مادرش که مشکوک به خودکشی بود، سوال کردم، گفت نمی‌داند چه اتفاقی افتاده. تا آنجایی که می‌دانست، کالبدشکافی صورت نگرفته بود.

باور نکردنی بود که در طول چهار سال درمان لورا، اجاق‌گاز اسباب‌بازی تنها خاطره‌ی او از مادرش بود. در آن زمان من همچنان درمانش را برعهده داشتم، یک مطلب درباره‌ی مادرش می‌نوشتم، به زیارت قبرش می‌رفتم و هنوز برایم یک جای خالی وجود داشت.