

میراث وینیکات: در باب تنهایی بنیادین کار بست نظریات وینیکات در روانکاوی معاصر

تألیف
کریستوفر بولاس

ترجمه
زهرا امیدبخش



فهرست

مقدمه.....	۷
فصل ۱: تنهایی.....	۱۱
فصل ۲: زندگی با مادر (دیگری).....	۱۸
فصل ۳: خود حقیقی.....	۲۹
فصل ۴: تبدیل شدن به یک واقعیت زنده	۳۴
فصل ۵: خود دروغین	۳۷
فصل ۶: در باب تمجید و بی‌رحمی.....	۴۳
فصل ۷: ایثه‌های گذار	۵۰
فصل ۸: استفاده از توهم.....	۵۷
فصل ۹: برقراری ارتباط / عدم برقراری ارتباط	۶۱
فصل ۱۰: بودن و فضای بالقوه.....	۶۵
فصل ۱۱: ارتباط با ایثه.....	۷۴
فصل ۱۲: استفاده از ایثه.....	۸۳
فصل ۱۳: نیروی حیاتی پر خاشگری.....	۸۹
فصل ۱۴: اخلاق	۹۸
فصل ۱۵: بازی کردن و خلاقیت.....	۱۰۷
فصل ۱۶: سؤالات	۱۱۴
فصل ۱۷: بحث‌های موردی.....	۱۳۲

- ۱۴۴ کتاب‌شناسی وینیکات
- ۱۴۵ واژه‌نامه انگلیسی به فارسی
- ۱۴۶ واژه‌نامه فارسی به انگلیسی

فصل ۱

تنهایی

امروز کتاب «خصوصی»^۱ وینیکات را همراه خودم آورده‌ام که قرار است سال آینده آن را برای اولین بار منتشر کنیم. همان‌طور که می‌دانید او جستارها و مقالات زیادی نوشت که به‌صورت چندجلدی گردآوری می‌شد اما در واقع این رازی بین او و همسرش بود که از سال ۱۹۵۴ تا زمان مرگش مشغول نگارش این کتاب بوده است. او نام آن را «مبانی» گذاشت و اغلب پیش از سخنرانی در رادیو و یا جاهای دیگر، نگاهی اجمالی به آن می‌انداخت.

من با خوانش «مبانی» شروع خواهم کرد زیرا بخش‌های جالبی از اندیشه‌های او در باب تنهایی - تنهایی نوزاد از پیش‌وابسته - در آن به چشم می‌خورد که با مفهومی مرتبط است که من آن را «معلومات نااندیشیده» می‌نامم: چیزی که شناخته‌شده است اما هنوز/ندیشیده‌شده نیست. من به شیوه‌ای که نوزاد تجارب را درونی‌سازی می‌کند، علاقه‌مند هستم. این تجارب با وجود اینکه به‌صورت ذهنی بازنمایی نمی‌شوند اما در ایگو ذخیره می‌شوند و به شکل یک نوع دانش در می‌آیند. وینیکات می‌پرسد: «وضعیت انسان به‌مثابه فردی که بودن او از نبودن سر بر می‌آورد، به چه صورت است؟» (طبیعت انسان، ۱۳۱) - این شبیه به سؤالی است که هایدگر ممکن بود مطرح کند اما توسط یک روانکاو-متخصص اطفال مطرح شده است که نوزادان را مشاهده می‌کند که از وضعیتی ماقبل وجود داشتن، پا به دنیا می‌گذارند. وینیکات ادامه می‌دهد:

۱. در حال حاضر تحت عنوان طبیعت انسان به چاپ رسیده است (لندن، انتشارات تداعی آزاد؛ ۱۹۸۸).

به جز در آغاز هرگز این تنهایی اساسی و ذاتی به این شکل بازتولید نمی‌شود. با وجود این در طول زندگی فرد این تنهایی گریزناپذیر و ذاتی ادامه پیدا می‌کند و هم‌زمان آگاهی درباره‌ی شرایطی که برای این وضعیت تنهایی بنیادین هستند، وجود ندارد. (طبیعت انسان، ۱۳۲)

او شرایطی را توصیف می‌کند که مادر باید با عمل تأمین‌کنندگی خود آن را حفظ کند تا از تنهایی مثبت حمایت کند. اگر این تنهایی برای نوزاد مجاز شمرده نشود، چیزی از دست می‌رود. تنهایی وضعیتی بنیادین است.

بیشتر چیزهایی که در مورد مرگ گفته می‌شود و احساس می‌شود، درباره‌ی این وضعیت اولیه‌ی پیش از زنده بودن است، وضعیتی که در آن تنهایی معادل با حقیقت است و این خیلی پیش از مواجه شدن با وابستگی است. زندگی فرد فاصله‌ای بین دو حالت زنده نبودن است. اولین حالت از این دو که زندگی از آن پدید می‌آید، بر تصورات مردم درباره‌ی مرگ دوم تأثیر می‌گذارد. (طبیعت انسان، ۱۳۲)

می‌توان گفت جنین از زنده نبودن به تنها بودن تکامل پیدا می‌کند - یک گذار که در ناهشیار ما باقی می‌ماند و نقطه‌نظر ما نسبت به مرگ و زندگی را شکل می‌دهد. ممکن است مرگ را بازگشتی اجتناب‌ناپذیر به سوی تنهایی ببینیم یا ممکن است آن را به شکل شکستی پر آشوب و وحشتناک در نظر بگیریم. وینیکات معتقد است که رابطه‌ی ما با مرگ مبتنی بر گذار از زنده نبودن به تنها بودن است. او اینجا از فروید نقل قول می‌کند:

فروید از وضعیت بی‌جانی که هر فردی از دل آن پدیدار می‌شود و به آن بازمی‌گردد، سخن گفت و طبق این مفهوم نظریه‌ی خود را در مورد غریزه‌ی مرگ و زندگی صورت‌بندی کرد. نبوغ فروید در بیان این واقعیت آشکار و اشاره‌ی ضمنی او به حقیقتی که در پس آن پنهان است، دیده می‌شود. (طبیعت انسان، ۱۳۲)

او ادامه می‌دهد:

... این وضعیت پیش از آنکه بتوان وابستگی را تشخیص داد به وجود می‌آید، وابستگی به قابلیت مورد اطمینان بودن مطلق؛ این وضعیت خیلی قبل‌تر از غریزه و حتی بسیار قبل‌تر از ظرفیت احساس گناه وجود دارد. چه چیزی می‌تواند طبیعی‌تر از این باشد که این وضعیت که قبلاً تجربه شده است باید برای توضیح مرگ ناشناخته‌ای که پس از زندگی فرا می‌رسد، بازیابی شود؟ (طبیعت انسان، ۱۳۳)

این ایده که تنهایی پیش از وابستگی و غریزه وجود دارد، به تمایز اساسی‌ای می‌انجامد. طبیعت بنیادی بودن به تجربه‌ی ابژه و تقاضاهای فوری غرایز تقدم دارد. بودن مقدم بر وابستگی به ابژه، ارتباط با ابژه و زندگی غریزی است.

بودن بر وجود داشتن مقدم است!

این جمله فروید به خاطر می‌آید که غرایز از ذهن تقاضا می‌کنند که کار کند. نظریه روابط ابژه این را افزود که دنیای ابژه نیز همین تقاضا را دارد. اگر این‌طور نتیجه بگیریم که تنهایی نیز از ذهن کنج‌کاو تقاضا می‌کند که کار کند، می‌توانیم یک بعد دیگر - بخشی از «معلومات نااندیشیده» را به آن بیفزاییم.

وینیکات بر این باور است که تولد خوب بر پایه یک توهم است: پیش‌فرض نوزاد مبنی بر اینکه پرخاشگری خودش باعث تولد می‌شود. ارتباط بسیار مهمی بین بودن و پرخاشگری وجود دارد. پرخاشگری بودن را به زنده بودن تبدیل می‌کند و عامل حیاتی‌ای برای سیر تحول فرد است. او این‌گونه می‌نویسد:

از سوی دیگر در صورتی که هیچ عنصر پرخاشگرانه‌ای وجود نداشته باشد، در غریزه عشق اولیه خشم تنها معطوف به ناکامی است و بنابراین اگر تغییر در نوزاد از بی‌رحمی به نگرانی فاقد اهمیت باشد، ضروری است که نظریه جایگزینی برای پرخاشگری بیابیم و باید در مورد غریزه مرگ نیز تجدید نظر صورت گیرد». (طبیعت انسان، ۱۳۴)

وینیکات در باب ظرفیتی برای تجربه می‌نویسد که بر پایه وجود داشتن جنین است. او بر این باور است که درحالی‌که به نظر می‌رسد نوزاد از پیش رسش یافته مدت طولانی‌ای را در رحم گذرانده باشد، نوزاد نارس ظرفیت کمی برای تجربه کردن به‌مثابه انسان دارد. جنین تجربه را ذخیره می‌کند لذا تمام انسان‌ها خاطراتی از دوران جنینی دارند.

ما با مفهوم پیوستگی در بودن وینیکات آشنا هستیم که شرط ضروری برای شکل‌گیری موفقیت‌آمیز خود حقیقی است. او همچنین پیوستگی در بودن را از واکنش به عوامل مزاحم متمایز می‌کند. گرچه محیط اهمیت بسیار زیادی دارد، عامل مزاحم به‌خودی‌خود آسیب‌زا (تروماتیک) نیست. محیط باعث ایجاد تروما (آسیب روانی) نمی‌شود بلکه واکنش نوزاد به عامل مزاحم می‌تواند به تروما بیانجامد.

وینیکات معتقد است که تأثیرات محیطی از همان ابتدا، یعنی در وضعیت درون‌رحمی، آغاز می‌شوند و تعیین می‌کنند که نوزاد تا چه حد به دنبال تجربه کردن برود و یا تصمیم بگیرد که از دنیا کناره‌گیری کند. نوزاد پیش از تولد به گسستگی در بودن عادت می‌کند، بنابراین زمانی که نوزاد به دنیا می‌آید از پیش به عوامل مزاحم عادت کرده است: نفوذ فشار، دما، صدا و خیلی چیزهای دیگر.

زندگی جنینی نوزاد را برای تولد آماده می‌کند و عوامل مزاحم معمولی برای یک «تولد خوب» ضروری هستند. در پایان دوران بارداری انسانی در رحم وجود دارد و این انسان توانایی تجربه کردن، ذخیره کردن خاطرات جسمانی از این تجارب و سازمان‌دهی دفاع‌ها در برابر چالش‌ها را دارد. جنین‌ها با توانایی‌های مختلفی پا به هستی می‌گذارند که وینیکات آن را «جابه‌جایی عظیم» از به دنیا نیامدن تا به دنیا آمدن می‌نامد.

تولد بهنجار سه ویژگی دارد. در وهله اول، این وقفه‌ای چشمگیر در پیوستگی در بودن است اما نوزاد از قبل تجربیاتی با عوامل مزاحم داشته و لذا آماده است. در وهله دوم نوزاد خاطراتی از احساسات و تکان‌ها ساخته است که خود-پدیده می‌شوند زیرا به دوره‌ای از بودن تعلق دارند، نه به دوره‌ای از واکنشی بودن. از آنجایی‌که حس خویشتن (هویت) از طریق پیوستگی در بودن شکل می‌گیرد، جنین از همان ابتدا در حال تجربه خود است و این حس نوعی سازمان‌دهی است که در گفت‌وگو پیرامون ترومای تولد مفید خواهد بود. ویژگی سوم یک تولد بهنجار این است که نباید

زودرس و یا خیلی دیرهنگام باشد. وینیکات اشارات بسیاری به تأثیرات آسیب‌زای این دو موقعیت کرده است.

همان‌طور که پیش‌تر اشاره کردم نوزاد توهم حسی‌ای مبنی بر این دارد که خودش تولد خودش را رقم زده است. بنابراین ما باید تولدی را فرض انگاریم که از نقطه‌نظر خود کودک، تولد به اندازه کافی خوبی باشد. چنین تولدی بیش از حد دردسرساز نیست: چیزی است که توسط نوزاد برای حرکت کردن و تغییر به وجود می‌آید و به‌صورت مستقیم از زنده بودن نوزاد حاصل می‌شود.

وینیکات تأکید می‌کند که گذار از زنده نبودن به زنده بودن و بخشی از نظریه خود حقیقی نظر ما را به تمایز دیگری جلب می‌کند: تمایز بین بودن و زنده بودن. زنده بودن با پرخاشگری و حرکت مرتبط است. بودن و زنده بودن با یکدیگر هم‌پوشانی دارند اما یکی نیستند. می‌توان این‌طور گفت که نوزادی که «فکر می‌کرده» که تنها خود بودن به تولد او انجامیده، بی‌شک نوزاد بسیار آشفته‌ای خواهد بود. می‌توان ردپای برخی اختلالات خودشیفته‌گون را در این حس یافت که تنها خود بودن کافی است و موجود زنده تنها باید از درون این بودن سر برآورد.

تجربه زمان به چه صورت است؟

برخی نوزادان در زمان مقرر متولد نمی‌شوند و وینیکات معتقد است که در نتیجه این امر می‌توان خاستگاهی بالینی برای «علاقه فکری» برخی افراد به زمان و آنچه که او آن را «حس وقت‌شناسی» می‌نامد، یافت. برخی افراد هنگامی که قرار است به فرودگاه بروند، سه ساعت قبل از حرکت هواپیما به آنجا می‌رسند. برخی پنج دقیقه قبل از حرکت هواپیما می‌رسند. البته برخی افراد نیز پس از رفتن هواپیما می‌رسند. ما نمی‌توانیم به بررسی این مسئله که آیا رابطه‌ای بین زودهنگام و یا دیرهنگام بودن تولد و حس وقت‌شناسی وجود دارد بپردازیم اما ایده جالبی است.

وینیکات در کتاب «مبانی» توصیه می‌کند که نوزاد (که تازه به دنیا آمده) تماس فیزیکی مستقیم با مادر داشته باشد: برهنه روی شکم مادر بخوابد. این امر ضروری است زیرا نوزاد به پیوستگی در برقراری ارتباط مجدد با تنفس و ضربان قلب مادرانه نیاز دارد. ضربان تنفس نوزادان یکسان است (یک تنفس در هر چهار ضربان قلب) و

وینیکات معتقد است این تنفس مشترک یک تجربه اساسی بنیادی است. نوزاد با ضربان تنفس خود بازی می‌کند و ریتم‌های ضربدری بین تنفس و ضربان قلب خودش با مادر ایجاد می‌کند.

وینیکات در متن پیش‌رو از آشوب اولیه‌ای صحبت می‌کند که همگی از دل آن سر برمی‌آوریم:

ضرورتی ندارد که یک حالت اولیه آشوب را فرض انگاریم. آشوب مفهومی است که خودش مفهوم نظم را نیز در بر می‌گیرد؛ تاریکی نیز وجود ندارد زیرا تاریکی بر روشنی دلالت می‌کند. در آغاز پیش از آنکه هر فردی دنیا را از نو خلق کند، حالتی ساده از بودن و شروع هشیاری از پیوستگی در بودن، پیوستگی وجود داشتن در زمان حاکم است. (طبیعت انسان، ۱۳۵)

او ادامه می‌دهد:

آشوب زمانی معنا دار می‌شود که بتوان نوعی نظم را در آن تشخیص داد. این پدیده جانشین نظم است و تا زمانی که فرد بتواند آشوب را احساس کند، خودش تبدیل به نوعی نظم شده است، وضعیتی که ممکن است به شکل دفاعی در برابر اضطراب مربوط به نظم سازمان‌دهی شود. (طبیعت انسان، ۱۳۵)

بگذارید برداشت خودم از گفته‌های او را برایتان شرح دهم. البته این برای ما قابل درک است که اگر آشوب ناشی از عوامل مزاحم بیش از حد شود، مقداری از آن آشوب به صورت بخشی از خود نوزاد درونی‌سازی می‌شود. این آشوب هنگامی که نوزاد شروع به درک تمایز بین نظم و آشوب می‌کند، جایگزینی برای نظم می‌شود.

برای لحظه‌ای به شخصیت مرزی بیندیشید که از آشفتگی به شکل دفاعی در برابر نظم استفاده می‌کند. نحوه اندیشیدن پرتنش، توخالی و پر آشوب بیمار مرزی می‌تواند دفاعی در برابر اضطراب ناشی از ساختار منظم احساس گناه باشد.

حال به وینیکات بازمی‌گردیم:

آشفتگی معنای جدیدی در رابطه با نظم برای خودش تعریف می‌کند که به آن یکپارچگی گفته می‌شود. هر شکلی از آشوب با آشوب در مراحل بعدی مرتبط

است و بهبودی از آشوب یک مرحله اولیه به بهبودی از آشوب در آینده کمک می‌کند. (طبیعت انسان، ۶-۱۳۵)

حال می‌توان دید که چگونه تجربه آشوب ناشی از تأثیرات عوامل مزاحم در شکل‌گیری واقعیت هیجانی تأثیرگذار است. اکنون می‌توانیم بین بودن، زنده بودن و واقعیت هیجانی که با روان درهم‌تنیده هستند، تمایز قائل شویم. می‌توان نتیجه گرفت که چیزی مانند آشوب برای یک تولد به اندازه کافی خوب ضروری است. بی‌شک مقداری آشوب در محیط وجود خواهد داشت که ممکن است تنها به یک حالت دفاعی آشفته منجر شود. این ممکن است به نتیجه‌ای بینجامد که تمایز آن به صورت بالینی از نقصان ذهنی که مربوط به فقر بافت مغزی است، سخت باشد. نقصان در این مرحله به توقف مادام‌العمر رشد می‌انجامد که از یک مرحله ابتدایی شروع می‌شود. آشوب در دنیای درونی پدیده‌ای است که بعدها بروز پیدا می‌کند.