

۲۲۰۹۳۲۶

موضوع مرگ و زندگی

آنچه در انتها، از دستاوردهای عشق و معنویت بر جای می ماند

اروین یالوم

مریلین یالوم

مترجم

مینا فتحی



انتشارات لیوسا

Yalom, Irvin D.

یالوم، اروین دی.

موضوع مرگ و زندگی / اروین یالوم، مریلین یالوم /

مینا فتحی

ص ۲۷۸

A matter of death and life

سلامتی، روان‌پزشکان، سرگذشتنامه

RC۳۳۹/۵۲

۶۱۶/۸۹۰۰۹۲

۷۶۵۲۲۵۷

سرشناسنامه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات ظاهری

عنوان اصلی

موضوع

رده‌بندی کنگره

رده‌بندی دیویی

شماره کتابشناسی ملی



انتشارات لیوسا

■ نوبت چاپ: سوم

■ سال چاپ: ۱۴۰۳

■ تیراژ: ۲۰۰ نسخه

■ چاپ و صحافی: رامین

■ قیمت: ۲۴۰۰۰۰ تومان

■ نام کتاب: موضوع مرگ و زندگی

■ نویسنده: اروین یالوم، مریلین یالوم

■ مترجم: مینا فتحی

■ ویراستار: فخری سادات حیدری

■ شابک: ۹-۲۸۲-۳۴۰-۶۰۰-۹۷۸



۶۶۴۶۶۹۵۹ - ۶۶۹۶۳۰۳۵



۳۰۰۰۲۴۰۰۴۲



www.nashreliusa.com

liusa@nashreliusa.com



instagram.com/dorsaliusa

telegram.me/dorsaliusa



خیابان انقلاب، بین خیابان وصال و قدس (جنب سینما سپیده)، کوچه اسکو،
پلاک ۱۲، طبقه همکف.
(کد پستی: ۱۳۸۷۳-۱۴۱۷۸)

فهرست

مقدمه‌ی مترجم	۵
مقدمه	۷
فصل اول: جعبه‌ی حیات‌بخش	۱۱
فصل دوم: بی‌اعتبار شدن	۲۴
فصل سوم: وقوف به محوشدن تدریجی	۳۶
فصل چهارم: چرا به خانه‌ی سالمندان نمی‌رویم؟	۴۵
فصل پنجم: بازنشستگی: زمانی مناسب برای تصمیم‌گیری	۵۵
فصل ششم: مشکلات و امیدهای تازه	۶۲
فصل هفتم: یک بار دیگر، خیره به خورشید نگرستن	۷۲
فصل هشتم: بالاخره چه کسی می‌میرد؟	۸۸
فصل نهم: رویارویی با نقطه‌ی پایان	۹۲
فصل دهم: اندیشیدن درباره‌ی مرگ انتخابی	۱۰۰
فصل یازدهم: شمارش معکوس و پُراضطراب تا قرار پنجشنبه	۱۰۷
فصل دوازدهم: یک غافلگیری واقعی	۱۱۷
فصل سیزدهم: خب، پس حالا دیگر می‌دانی!	۱۲۳
فصل چهاردهم: محکوم به مرگ	۱۳۲
فصل پانزدهم: وداع با شیمی درمانی و از دست دادن امید	۱۳۹
فصل شانزدهم: از بخش تسکین درد به آسایشگاه	۱۴۳
فصل هفدهم: آسایشگاه	۱۵۶
فصل هجدهم: توهمی آرام‌بخش	۱۶۱

۱۶۴	فصل نوزدهم: کتاب‌های فرانسوی
۱۷۰	فصل بیستم: پایان نزدیک است
۱۷۵	فصل بیست و یکم: مرگ از راه می‌رسد
۱۸۰	فصل بیست و دوم: تجربه‌ی پس از مرگ
۲۰۰	فصل بیست و سوم: زندگی مستقل و تنها (چهل روز پس از مرگ مریلین)
۲۰۹	فصل بیست و چهارم: تنها در خانه (چهل و سه روز بعد)
۲۱۳	فصل بیست و پنجم: سکس و سوگواری (چهل و پنج روز بعد)
۲۱۸	فصل بیست و ششم: دنیای غیر واقعی (چهل و هشت روز بعد)
۲۲۵	فصل بیست و هفتم: بی‌حسی (پنجاه روز بعد)
۲۲۹	فصل بیست و هشتم: کمک از جانب شوپنهاور (شصت روز بعد)
۲۳۷	فصل بیست و نهم: مواجهه با انکار (شصت و سه روز بعد)
۲۴۱	فصل سی‌ام: خروج از انزوا (هشتاد و هشت روز بعد)
۲۴۸	فصل سی و یکم: بی‌تصمیمی (نود روز بعد)
۲۵۲	فصل سی و دوم: خواندن اثر خودم (نود و پنج روز بعد)
۲۵۸	فصل سی و سوم: سه درس پیشرفته در روان‌درمانی شوک (صد روز بعد)
۲۶۴	فصل سی و چهارم: ادامه‌ی یادگیری مهارت‌های زندگی (صد و ده روز بعد)
۲۶۸	فصل سی و پنجم: مریلین عزیزم (صد و بیست و پنج روز بعد)

مقدمه‌ی مترجم

سال‌هاست که «یالوم خوانی» در سراسر دنیا بخش پُررنگی از منابع مطالعاتی کسانی را دربر می‌گیرد که هم به مبانی روان‌شناسی و هم به رمان و نویسندگی علاقه‌مندند. بسیاری می‌گویند که خواندن آثار یالوم دستگیر و راهنمای زندگی‌شان بوده و روشنگری‌های زیادی برایشان در پی داشته است.

کسانی که با وقایع و مراحل زندگی این روان‌پزشک برجسته‌ی دانشگاه استنفورد و نویسنده‌ی صاحب‌سبک و صاحب‌قلم آشنا هستند، اذعان می‌کنند که زندگینامه‌ی او یکی از زیباترین، برجسته‌ترین، پُربارترین و کامل‌ترین زندگی‌هایی است که یک انسان می‌تواند پشت سر گذاشته باشد. آشنایی او با همسرش، مریلین، حدوداً در پانزده سالگی، چند سال بعد به ازدواجی عاشقانه و موفق منتهی شد؛ ازدواجی که بیش از شصت و پنج سال به طول انجامید. دکتر مریلین یالوم، از زنان پیشگام در ادبیات و حقوق زنان، در صحنه‌های بین‌المللی، نخبه‌ای بی‌همتا و زنی روشن‌فکر بود که تأثیری عمیق بر پیشرفت‌ها و موفقیت‌های دکتر اروین یالوم در زمینه‌های مختلف، به خصوص نویسندگی، داشت. آن دو به انحای مختلف، در عرصه‌های گوناگون زندگی شخصی و پیشرفت‌های اجتماعی، مکمل یکدیگر بوده‌اند.

در ۲۰۱۹، زمانی که مریلین به نوعی سرطان لاعلاج مبتلا شد، درحالی که می‌دانست مدت چندانی از زندگی‌اش باقی نمانده است، به شوهرش پیشنهاد نگارش مشترک این کتاب را داد؛ کتابی که در نیمه‌ی آن، مریلین در نهایت اندوه خانواده و طرفداران بی‌شمارش در سراسر دنیا، دار فانی را وداع گفت و دکتر یالوم خود به تنهایی، فصول کتاب را به پایان رساند.

این کتاب گران سنگ شرح حال یک سال آخر و روزها و لحظات پایانی زندگی این زوج موفق کنار یکدیگر و جزئیات مربوط به کهن سالی، محدودیت ها، دغدغه ها و تجربیات دو انسانی است که همچون دو درخت تنومند و پُرثمر، روزگار پیری را می گذرانند و هر آن، آماده ی وانهادن تمام تجربیات، داشته ها، عزیزانشان و همه ی اندوخته های زندگی شان، اعم از مادی و معنوی، هستند؛ کتابی دربرگیرنده ی آخرین نوشته های دو گنجینه ی انسانی.

برای کسانی که تازه می خواهند به دنیای یالوم ها قدم بگذارند و با این دو الگوی شریف و گوهربار انسانی آشنا شوند و بیاموزند و همچنین الگوبرداری کنند، نخست مطالعه ی خودزندگینامه ی دکتر یالوم را که در ایران با عنوان چگونه پروانه شدم، به ترجمه ی اینجانب، منتشر شده است، پیشنهاد می کنم. به دنبال آن، مطالعه ی سایر کتاب های روان شناسی - داستانی او، نظیر وقتی نیچه گریست، دروغگویی روی مبل، مامن و معنای زندگی، خیره به خورشید نگریستن، درمان شوپنهاور و همچنین سایر آثار متعدد ایشان را که در ایران نیز بسیاری از آنها به ترجمه ی مترجمان توانمندی، به ویژه خانم دکتر سپیده حبیب، به چاپ رسیده اند، توصیه می کنم. داشتن الگوهای شایسته، به خصوص الگوهای زنده که مقابل چشمان انسان باشند، یکی از رموز رشد، سلامت روان، پیشرفت و موفقیت در زندگی هر فردی است.

دکتر اروین یالوم اکنون در نودسالگی ساکن شمال کالیفرنیاست و در حلقه ی توجهات چهار فرزندش زندگی می گذراند. او با وجود کهولت، همچنان فعال است و با طرفدارانش در سراسر جهان، روزانه از طریق ایمیل و فضای مجازی یا مشاوره های حضوری، در ارتباط است.

مینا فتحی

بهار یک هزار و چهارصد

کالیفرنیا