

بیشعوری

راهنمای عملی شناخت و درمان خطرناک‌ترین بیماری تاریخ بشریت

www.ketab.ir

مؤلف: خاویر کرمنت

مترجم: رحیم عیوضی

انتشارات پیک آذر سحر

سرشناسه

: گرمنت، خاویز

Cremant, Xavier

عنوان و نام پدیدآور

: بیشعوری: راهنمای عملی شناخت و درمان خطرناک‌ترین بیماری تاریخ بشریت / مولف خاویز گرمنت؛ مترجم رحیم عیوضی.

مشخصات نشر

: تبریز: پیک آذر سحر.

مشخصات ظاهری

: ۲۲۴ ص: ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س.م.

شابک

: ۹۷۸-۶۲۲-۸۲۰۶-۹۰-۵

وضعیت فهرست نویسی

: فیبا

یادداشت

: عنوان اصلی: Asshole no more : a self-help guide for recovering assholes -- and

their victims, ۱۹۹۰.

یادداشت

: کتاب حاضر با عنوان‌های مختلف توسط مترجمان و ناشران متفاوت در سال‌های مختلف ترجمه و منتشر شده است.

موضوع

: خودشناسی

Self-perception

شخصیت

Personality

اختلالات شخصیتی -- درمان

Personality disorders -- Treatment

رفتار -- تغییر و تعدیل -- دستنامه‌ها

.Behavior modification -- Handbook, manuals, etc

شناسه افزوده

: عیوضی، رحیم، ۱۳۵۰- مترجم

شناسه افزوده

: Eyvazi, Rahim, ۱۹۷۱-

رده بندی کنگره

۲/BF۲۲

رده بندی دبیوی

۲/۱۵۵

شماره کتابشناسی ملی

: ۹۶۸۱۸۶۶

اطلاعات رگورد کتابشناسی

: فیبا



انتشارات پیک آذر سحر

عنوان : بیشعوری (راهنمای عملی شناخت و درمان خطرناک‌ترین بیماری تاریخ بشریت)

مؤلف : خاویز گرمنت

ناشر : انتشارات پیک آذر سحر

مترجم: رحیم عیوضی

نوبت چاپ : اول

تیراژ : هزار جلد

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۸۲۰۶-۹۰-۵

حق چاپ محفوظ است.

دفتر پخش تبریز: خیابان شریعتی جنوبی، روبروی بازار موبایل کریستال

انتشارات پیک آذر سحر : تلفن: ۰۴۱-۳۵۵۶۸۸۱۶-۰۹۱۴۴۰۰۲۷۵۲

پیشگفتار:

خاویر کرمنت نویسنده‌ای فرانسوی است. مشهورترین اثر او کتاب بیشعوری است که به زبان‌های مختلف ترجمه شده و در سراسر جهان مورد استقبال قرار گرفته است. کرمنت در نگارش آثار خود از لحنی طنز و گزنده استفاده می‌کند. آثار او عمدتاً بر نقد رفتارهای ضد اجتماعی و خودخواهانه تمرکز دارند.

کتاب بیشعوری نوشته خاویر کرمنت، به بررسی و نقد رفتارهای ضد اجتماعی و خودخواهانه‌ای می‌پردازد که در افراد مختلف دیده می‌شود. نویسنده در این کتاب، این رفتارها را به عنوان یک بیماری به نام بیشعوری معرفی می‌کند و علائم و نشانه‌های آن را شرح می‌دهد. کرمنت نویسنده کتاب بیشعوری، با لحنی طنز و گزنده، نمونه‌هایی از رفتارهای بیشعورانه را در موقعیت‌های مختلف زندگی روزمره بیان می‌کند و خواننده را به تأمل در این موضوع وادار می‌دارد. او معتقد است که بیشعوری یک بیماری مسری است و می‌تواند به روابط افراد، محیط کار و جامعه آسیب برساند. کتاب بیشعوری از زمان انتشار تاکنون مورد استقبال زیادی قرار گرفته است و به زبان‌های مختلف ترجمه شده است.

کتاب بیشعوری می‌تواند به عنوان یک ابزار برای خودشناسی نیز مورد استفاده قرار گیرد. با مطالعه این کتاب، خواننده می‌تواند به نقاط ضعف خود در زمینه رفتارهای اجتماعی پی برده و در جهت رفع آنها تلاش کند.

فهرست مطالب کتاب

۶	مقدمه
۱۹	بخش اول: بی شعور کیست و چگونه ممکن است یک نفر بی شعور باشد
۲۱	فصل اول: سرگذشت فرد
۳۱	فصل دوم: دیگر سرگذشت‌ها
۴۴	فصل سوم: تعریف بی شعوری
۵۵	فصل چهارم: ماهیت بی شعوری
۸۲	فصل پنجم: شدت بی شعوری
۹۳	بخش دوم: انواع بی شعورها
۹۴	فصل ششم: بی شعور اجتماعی
۱۰۱	فصل هفتم: بی شعور تجاری
۱۰۶	فصل هشتم: بی شعور مدنی
۱۱۲	فصل نهم: بی شعور مقدس مآب
۱۱۷	فصل دهم: بی شعور عصر جدید
۱۲۳	فصل یازدهم: بی شعور دیوان سالار
۱۲۹	فصل دوازدهم: بی شعور بیچاره
۱۳۵	فصل سیزدهم: بی شعور شاکی
۱۴۳	بخش سوم: وقتی جامعه بی شعور می شود
۱۴۴	فصل چهاردهم: تجارت به مثابه بی شعور
۱۵۰	فصل پانزدهم: دولت به مثابه بی شعور
۱۵۶	فصل شانزدهم: خواندن، نوشتن و بی شعوری
۱۶۲	فصل هفدهم: بی شعوری در رسانه؛ یک اپیدمی واقعی
۱۶۹	بخش چهارم: زندگی با بی شعورها

۱۷۰	فصل هجدهم: کار کردن با بی‌شعورها
۱۷۸	فصل نوزدهم: وقتی یک دوست بی‌شعور است
۱۸۳	فصل بیستم: ازدواج با یک بی‌شعور
۱۸۸	فصل بیست و یکم: بی‌شعور مادرزاد
۱۹۴	فصل بیست و دوم: فرزندان والدین بی‌شعور
۲۰۱	بخش پنجم: راه نجات
۲۰۲	فصل بیست و سوم: مسیر بازسازی و درمان
۲۰۹	فصل بیست و چهارم: وسایل درمان
۲۲۰	فصل بیست و پنجم: سخن پایانی

مثل هر کس دیگری، من هم در تمام زندگی‌ام با بیشعورها سروکار داشته‌ام؛ اما در بیشتر این اوقات مثل بیشتر افراد جامعه، درگیر مفاهیم و تعاریف قدیمی بیشعوری بوده‌ام. مثل دیگران بیشعوری را به عنوان یک بیماری نمی‌شناختم و فکر می‌کردم بیشعوری نوعی کمبود شخصیت است که صرفاً با اراده می‌توان آن را اصلاح کرد یا از بین برد.

اما حالا من ماهیت بیشعوری را می‌شناسم. بیشعوری یک نوع اعتیاد است و مثل سایر اعتیادها به الکل و مواد مخدر یا وابستگی دارویی، اثرات سوء و زیانباری برای شخص معتاد و اجتماعی که در آن زندگی می‌کند دارد. بدترین خصوصیت این اعتیاد آن است که بیشعورها ذره‌ای هم از بیشعوری‌شان آگاه نیستند. این امر البته در مورد خود من هم صادق بود.

آشکار کردن ضعف‌ها و اشتباهات خود، برای هیچکس کار آسانی نیست. من تا مدت‌ها از نوشتن این کتاب و حتی صحبت کردن درباره موضوعات آن ابا داشتم، چرا که دوست نداشتم تمام دنیا بفهمد که من یک بیشعور بوده‌ام. اما سرانجام وجدان، دوستان و بیمارانم من را متقاعد کردند که قبلاً همه دنیا فهمیده‌اند که من بیشعور بودم و نوشتن یا ننوشتن در مورد آن از این جهت بی‌فایده است، ولی شاید بتوانم با نوشتن سرگذشت خودم به بیشعورهای دیگر کمک کنم تا بهبود یابند. از این رو، در نهایت فروتنی تصمیم گرفتم تا سرگذشت دردناک اعتیاد به بیشعوری خود، و نیز راه دشوار رهایی از آن وضعیت رقت‌بار را برای استفاده‌ی دیگران بنویسم.

اکنون می توانم در گذشته ام نظر کنم و به وضوح خودم را ببینم که چطور سال های سال با بیشعوری زندگی کردم. به عنوان یک بیشعور درمان شده رنج و مشقت لازم برای درمان شدن را درک می کنم. چیزی که هیچ آدم عاقلی دوست ندارد آن را تجربه کند، ولی وقتی آدم گرفتار بیشعوری شد، چاره دیگری برایش وجود ندارد. دیر یا زود زندگی در مقابله قد علم می کند و می گوید: «تو بیشعوری.» شما هم در مقابل تکذیبش می کنید، لگدش می زنید، لعنتش می کنید، سرش فریاد می زنید، کتکش می زنید، با او جر و بحث می کنید، سعی می کنید فراموشش کنید و فحشش می دهید. اما زندگی جا نمی زند. یا شما قبل از آنکه او به حسابتان برسد به حساب خود می رسید و یا او به حساب شما خواهد رسید.

از این رو با صداقت و تاسف فراوان باید اقرار می کنم که: من بیست سال آزارگار یک بیشعور تمام عیار بودم. در این مدت دوستان و اعضای خانواده ام از بیشعوری من آزار فراوان دیدند و در بسیاری از مواقع من آن ها را از خودم فراری می دادم. حتی بیماران من هم از بی نزاکتی و خود پسندی های زایدالوصف من خیلی می رنجیدند. اگر من زودتر به بیشعوری ام پی می بردم و در سنین پایین تر برای درمانم دست به کار می شدم، اگر نگویم همه، دست کم بسیاری از این عوارض قابل پیشگیری بودند.

به عقیده ی من، هیچگاه برای تشخیص نشانه های بیشعوری خیلی زود یا خیلی دیر نیست. بر همین منوال هیچگاه نیز برای اصلاح عادات بدی که دوستان را می رنجاند، به روابط کاری و تجاری آسیب می رساند و باعث جر و بحث و دعوا و مرافعه با بسیاری از مردم می شود، خیلی زود یا خیلی دیر نیست.

خود من تا چهل سالگی ام کوچکترین نشانه ای از بیشعوری‌ام احساس نکرده بودم. مثل بیشتر بیشعورها، من هم از اینکه آدم نیرومندی بودم و همیشه به هر چیزی که می‌خواستم می‌رسیدم، مباهات می‌کردم. از همان سنینِ دورانِ دبیرستان یاد گرفتم که چگونه ندای وجدانم را خاموش کنم و هرگونه احساس گناهی را در نطفه خفه کنم. در دوران رزیدنتی، فهمیدم که می‌توانم هر چیزی را با توپ و تشر از پرستاران، بیماران و دیگران بخواهم، یعنی در حقیقت معمولاً با این شیوه دیگران را مجبور می‌کردم که دقیقاً مطابق خواست من رفتار کنند. تازه بعد از اینکه به عنوان پزشک متخصص شروع به کار کردم باز هم فوت و فن‌های بیشتری در پرخاشگری و زرنگ‌بازی کسب کردم.

ذکر این نکته مهم است که من همیشه فکر می‌کردم این‌ها خصوصیات مثبتی به نشانه‌ی اعتماد به نفس هستند. به عنوان یک پزشک، در تست‌های روانشناسی و روانکاوی متعددی باید شرکت می‌کردم و پاسخ همه‌ی آنها این بود که من شخصیتی قوی دارم و دارای چنان «عزت نفس» بالایی هستم که از دیگران بی‌نیازم می‌سازد. نمرات من در خودسازی بالا بود چرا که تمرکز خوب بود، مصمم بودم، اختیارم دست خودم بود و خودسنجی می‌کردم. این به معنای آن بود که کسی نمی‌توانست با من در بیفتد و اگر هم هوس چنین کاری به سر کسی می‌زد، به راحتی می‌توانستم سرِ جای خودش بنشانم. افتخارم این بود که می‌توانستم قبل از اینکه دیگران علیه من کاری کنند، من علیه آنها اقدام کنم.

این ویژگی‌های شخصیتی خیلی به من کمک می‌کرد به طوریکه به عنوان پزشک متخصص در مقعدشناسی کارم خیلی گرفته بود. با زن

بسیار جذابی ازدواج کردم و دوتا بچه ی فوق العاده آوردیم. تمام همکارانم به من احترام می گذاشتند و در بیمارستان و محافل پزشکی جایگاه ویژه ای داشتم. در اجتماع هم به عنوان کسی که در حرفه اش از نفوذ و اعتبار بالایی برخوردار است به من نگاه می شد. کلاً زندگی خوبی بود و من از زندگی و از خودم راضی بودم.

اما همه چیز در قلمرو دکتر خاویر کرمنت به خوبی و خوشی پیش نمی رفت. گه گاهی این حس ناخوشایند به سراغم می آمد که رفتار احترام آمیز همکارانم نسبت به من، بیشتر از روی ترس است تا احترام واقعی. اما اینطور وانمود می کردم که چندان فرقی هم نمی کند و این امر ناشی از هیبت من است. این طور به نظر می رسید که تا سر و کله ی من پیدا می شود، بعضی از همکاران گفتگویشان را قطع می کنند و متفرق می شوند و دوستانم هر روز بیش از پیش از اینکه نمی توانند با من باشند، عذرخواهی می کنند. وقتی که در یک میهمانی حرف می زدم، بعضی ها با بی قراری و ناراحتی به زمین خیره می شدند و چیزی نمی گفتند. انگار که حتی یک کلمه از حرف های من را هم نمی خواستند بشنوند؛ اما من این طور به خودم می قبولاندم که این مشکل خود آنهاست و شاید مشکلات شخصی مشغولشان کرده است.

زنم یکبار جشن تولد غافلگیر کننده ای برایم ترتیب داد، اما غافلگیرکننده ترین چیز این بود که فقط شش نفر در آن مراسم حضور یافتند که تازه سه تای آنها هم زن و بچه های خودم بودند. اما من آن را به پای حسادت دوستانم نسبت به موفقیت های چشمگیرم گذاشتم. برایشان متاسف بودم که حقارت ها و بی کفایتی هایشان باعث می شود که در مقابل من چنین

واکنش هایی نشان دهند، اما زیاد خودم را ناراحت نمی کردم و این قبیل خصوصیات را جزو سرشت آدم ها می دانستم. بعد هم سعی می کردم با بزرگواری این قبیل وقایع را فراموش کنم.

سرانجام یک روز از خواب خرگوشی تکانی خوردم. تنها پسر من بعد از ساعت ها بگومگو با من، اعلام کرد که نمی خواهد به کالج برود و می خواهد در نیروی دریایی ثبت نام کند. تک پسر من خواست به جنگ من بیاید! باورم نمی شد! در طی بیست سال گذشته هیچ کس جرات نکرده بود که با من در بیفتد و آخرین کسی که چنین خطبی را مرتکب شده بود سال ها بود انگشت ندامت به دندان می گزید.

من می خواستم پسر من پزشک موفق مثل خودم بشود، اما او داشت خیره سری می کرد. از کوره در رفتم و گفتم اگر در نیروی دریایی ثبت نام کند هر چه دید از چشم خودش دیده. او هم در مقابل چشمان من چیزی را حواله داد که هر چند غریب بود اما نحوه استعمال آن برای یک مقعد شناس نا آشنا نبود! بعد هم در را به هم کوبید و از خانه بیرون رفت. او به همسرم گفته بود که تصمیم گرفته تا آنجایی که امکان دارد از من دور بشود و به حرفش هم عمل کرد. او در رسته آموزش هوا و فضا ثبت نام کرد.

به خاطر این کار پسر من خیلی اعصابم به هم ریخت و در هم شدم. با دلخوری از زن و دخترم پرسیدم که نظرشان درباره این ماجرا چیست و منتظر بودم که آنها تایید کنند که من پدر دلسوزی هستم و آن پسر کار احمقانه ای انجام داد.

با بغض گفتم: «چطور دلش آمد از خواسته ی منی که اینقدر دوستش دارم سرپیچی کند؟»

بعد پاسخی شنیدم که خیلی برایم غیر منتظره بود. اول دخترم زیر لب گفت: «شما فقط و فقط خودتان را دوست دارید.»

چند لحظه بهتم زد. بعد به عنوان آخرین امید چشم به همسرم دوختم، اما او هم حرفِ دخترمان را تایید کرد و گفت: «راست می گوید. اصلا راستش را نخواهی، چند سالی می شود که زندگی مشترک ما به آخر خطش رسیده. لطفا همین امشب از این خانه برو.»

نمی توانستم آنچه را که در حال وقوع بود باور کنم. فقط در عرض چند ساعت دنیای شخصی من نیست و نابود شده بود.

تا چند روز آنچه را رخ داده بود در ذهنم زیر و بالا می کردم. قلبا معتقد بودم که حق با من است، مثل همیشه که علی رغم اعتقاد دیگران حق با من بود. یکی داشت کسانی که خیلی دوستشان داشتم را از من دور می کرد. آنها را علیه من تحریک کرده بود. دلم می خواست بفهمم کار چه کسی بود تا حسابش را برسم.

قبلا هم بارها با کسانی روبرو شده بودم که در مقابل اعتقادات و رفتارهای من دست به یکی کرده بودند. در چنین مواقعی فقط و فقط با اتکا به اراده قوی ام توانسته بودم وقار و شخصیت خودم را حفظ کنم. بالاخره به این نتیجه رسیدم که این مورد با بقیه موارد فرق چندانی ندارد. بزرگترین دغدغه ام این بود که در نهایت با پیروزی به نزد خانواده ام باز گردم، اما هر کاری که در این راه می کردم با شکست مواجه می شد. آنها نمی خواستند مرا ببینند و با من حرف بزنند. ما از هم دورتر و دورتر

می‌شدیم. سرانجام با درماندگی چیزی را قبول کردم که قبولش برای هر
بیشعوری سخت است: به کمک کس دیگری نیاز دارم!

بنابراین با یکی از همکاران روانپزشکم به مشاوره نشستیم. همه چیز
را برایش تعریف کردم و ازش پرسیدم که اشکال از کجاست و چی به سر
خانواده ام آمده است؟ آیا مریض شده اند؟ خواهش کردم که حقیقت را
رک و راست به من بگویند چرا که من آدمی قوی بودم و توانایی مواجهه با
هر خبر و پیشامد ناگواری را داشتم.

دوستان کمی درنگ کرد و بعد در حالی که توی چشم‌های من نگاه
می‌کرد، گفت: «آنها مریض نیستند، حالشان خیلی هم خوب است.»
مدتی طول کشید تا منظورش از این حرف را بفهمم. چیزی که
مواجهه با آن، برایم خیلی سنگین بود.

«تو منظور این است که... پس من مریضم؟»

«نه... تو هم مریض نیستی. تو فقط بیشعوری.»

من که از این پاسخ بی ادبانه جا خورده بودم، با عصبانیت گفتم:
«من اینجا نیامدم که بهم توهین شود. اگر نمی‌توانی مشکلم را حل کنی،
می‌روم.» و رفتم.

در شش ماهی که پس از آن سپری شد، انگار که تمام دنیا تبدیل
به یک جهنم شده بود؛ یا دست کم مطب مقعدشناسی من عین جهنم
سوزانی شده بود. دلم برای خودم می‌سوخت و خودم را قربانی نیروی
ناشناخته‌ای می‌دیدم که باعث شده بود کسانی که دوستانشان داشتم،
درکم نکنند و نادیده‌ام بگیرند و کسانی که از آنها کمک خواسته بودم،
مسخره‌ام کنند. یک روز عصبانی بودم و روز دیگر غمگین؛ اما هیچوقت

شاد یا حتی راضی نبودم. خوب نمی خوابیدم و همیشه بی قرار بودم. هر تاخیر، تعلیق و وضعیت پیچیده ای را طوری می دیدم که انگار در خدمت دشمنی اسرارآمیز است. نمی دانم پرستاران بخش یا بیمارانم در آن زمان چگونه مرا تحمل می کردند. واقعا یک هیولا شده بودم.

سرانجام یک روز بعد از ظهر که تنها بودم به این واقعیت پی بردم که زمام زندگی از دستم خارج شده است. در واقع، این حقیقت برایم آشکار شد که من هیچگاه زمام زندگی ام را واقعا در اختیار نداشته ام بلکه فقط با تکبر این طور می پنداشته ام که همه چیز در کنترل من است. کشف این واقعیت موجب آرامش نسبی ام شد بطوریکه آن شب راحت تر از شب های تمام آن شش ماه به خواب رفتم.

روز بعد، هنگامی که مشغول یک معاینه ی مقعدی بودم، ناگهان قطعات باقیمانده این پازل به هم پیوستند. همانطور که داشتم مقعد بیمارم را معاینه می کردم به کشف و شهودی درباره خودم رسیدم:
من بیشعور بودم!

همکار روانپزشکم به من اهانت نکرده بود، او فقط خواسته بود به من کمک کند! فورا با او تماس گرفتم، بابت رفتار نامناسبم عذرخواهی کردم و تقاضا کردم که دوباره همدیگر را ببینیم.
از آنجا که یکی از قرارهای ملاقاتش لغو شده بود، توانستم بعد از ظهر همان روز ببینمش.

همین که روی صندلی نشستم بی درنگ گفتم: «تو راست می گویی. من بیشعورم.»

خمیازه ای کشید و گفت: «این را که همه می دانند.»

«خب، تو چطور آن را درمان می کنی؟»

«چی را درمان می کنم؟»

«بیشعوری من را دیگر.»

همکارم گفت: «بیشعوری که مرض نیست. یک جور خصیصه است

و به همین خاطر هم قابل درمان نیست.»

«منظورت چیست که قابل درمان نیست؟»

«ببین. چه تو بیشعور باشی، چه نباشی، واقعیت این است که خیلی

از مردم بیشعورند.

بیشعوری چیز نیست مثل چپ دست بودن. قابل درمان هم نیست.»

بهت زده شدم. پرسیدم: «پس اگر علم روانپزشکی نتواند

مشکل بیشعوری یک نفر را حل کند، فایده اش چیست؟

«ببین. بیشعوری بیماری خاصی نیست. مثل یک جور طرز بیان

است. همانطور که علم مقعد شناسی نمی تواند برای معالجه ی کسانی که

سرشان با کونشان بازی می کند کاری کند، روانپزشکی هم نمی تواند برای

کسانی که شعور ندارند کاری بکند. اصلاً می دانی ما چقدر روانپزشک

بیشعور داریم؟»

آن وقت بود که فهمیدم نباید چشم امید به یاری کسی داشته

باشم. ندایی درونی به من می گفت که او در اشتباه است. اعتقاد داشتم که

بیشعوری یک نوع خصوصیت اخلاقی بد نیست بلکه بیماری است. یک نوع

اعتیاد است به رفتار ابلهانه و وقیحانه که سرانجام ما را چنان بیچاره می کند

که حتی از درک تعصب و تکبر و خودپسندی مان هم عاجز بمانیم.

بنابراین من برنامه ای برای مراقبت، درمان و بهبودی خودم را آغاز کردم که چند سال طول کشید و در نهایت چیزی را ثابت کردم که همکارم معتقد بود محال است: بیشعورها قابل درمانند! چیزی که در وهله‌ی اول غیر قابل باور می نماید و برای بیشعورهایی که هنوز درمان نشده اند، در حکم کشف دوباره اصول و ویژگی های انسانی می ماند.

افسوس می خورم که چرا زودتر روند درمانی ام را آغاز نکردم تا آنقدر به دیگران آزار و زیان نرسانم. البته توانسته ام برخی از کارهایم را جبران کنم بطوریکه زخم دوباره مرا پذیرفته و با هم زندگی خوبی و شیرینی داریم. دخترم با من آشتی کرد و الان در کالج درس می خواند. پسر هم خلبان نیروی دریایی شده است و دارد به من درس پرواز یاد می دهد.

مقعدشناسی را مدت هاست که رها کرده ام و الآن کارم معاینه‌ی بیشعورهاست. حالا من روانپزشکی هستم که تخصص‌اش کار روی بیشعوری و کمک به بیشعورها برای رهایی آن‌ها از این عارضه است. البته شاخه‌ی سنتی روانپزشکی هنوز از این تلاش ابتکاری چندان حمایتی نکرده است، اما کار من رونق بسیاری دارد و شعار اصلی من همه‌جه پیچیده است که «بیشعورها امیدوار باشند!» حالا من دائما در کنفرانس‌ها سخن رانی می‌کنم و با درمانگرهای زیادی که روی سایر اعتیادها کار می‌کنند، در ارتباط هستم.

البته کتاب بیشعوری چیزی بیش از روایت بهبودی شخصی من است. جرقه‌امیدی ست برای آنهایی که با بیشعوری خو گرفته اند. اعلامیه رهاسازی است. دیگر لازم نیست کسی از بیشعور بودنش شرمسار باشد. بیشعوری یک بیماری مشخص، مثل سایر بیماری هاست که با راه‌ها و

وسایل تعریف شده، قابل درمان است. طی کردن راهی که منجر به درمان من شد برای هیچ بیشعوری غیر ممکن نیست و این همان راهی است که من تا کنون هزاران بیشعور را به آن راهنمایی کرده ام و به این ترتیب به آنها کمک کرده ام با موفقیت درمان شوند.

فقط به یک چیز نیاز است و آن هم شهادتِ توقفِ بیشعور بودن است؛ که خب البته مشکل ترین بخش ماجرا هم معمولاً همین است. برای این منظور باید راهنما یا درمانگر خوبی داشته باشید. در همین رابطه یکی از دوستان من به نام کالوین استابز که مدیر یک درمانگاه روانپزشکی است، داستان جالبی تعریف می کرد. او از زنی می گفت که در جستجوی مفهوم زندگی به کوه‌های هیمالیا رفته بود پس از سال‌ها جستجو، مردی را در غاری یافت. با خودش گفت: «آهان، یک مرتاض در حال تمرکز و مراقبه در غار.» و به آن مرد گفت: «آیا شما راه رستگاری را به من نشان می دهید؟» مرد چیزی نگفت.

زن نشست و به تقلید از مرد، در خود فرو رفت. در پایان آن روز، وقتی که زن برخاست تا برود پرسید: «پیشرفتی داشتم؟» مرد باز هم چیزی نگفت.

سر صبح فردا زن بازگشت و دوباره شروع به مراقبه کرد و وقتی که آفتاب داشت غروب می کرد، عازم رفتن شد. آنوقت یکبار دیگر پرسید: «پیشرفتی داشتم؟» مرد هیچ چیز نگفت.

هفته ها و ماه ها همین ماجرا عیناً تکرار شد. سرانجام غروب یک روز، حوصله زن سر رفت و بر سر آن پیرمرد فریاد زد که: «حقه بازا! این همه روز اینجا در انتظار رستگاری نشستم و آخرش هم هیچ اتفاقی نیفتاد.

شش ماه از عمرم را تلف کردم و هیچ چیزی نشانم ندادی. به تو می شود گفت مرتاض؟» بعد هم کوله ی هفت منی اش را به طرف پیرمرد که همانطور توی غار نشسته بود پرتاب کرد. علی رغم آن ضربه سنگین، مرد توانست روی پاهایش بایستد و تلوتلوخوران گفت: «من مرتاض نیستم و این انگ ها به من نمی چسبد. تو هم اگر خیال کرده ای که من مرتاضم، مقصر خودتی نه من.»

زن که پاک از کوره در رفته بود گفت: «خب اگر تو مرتاض نیستی، پس چه کوفتی هستی و اینجا چه غلطی می کنی؟»

آنگاه مرد سرش را با غرور بالا گرفت و گفت: «من جزامی ام و به این خاطر در این غار زندگی می کنم که از محل زندگی ام تبعید شده ام.»

این کتاب در مورد این است: یاد بگیرید که از خواب بیدار شوید و بفهمید که یک احمق هستید. شما هم می توانید. من از خواب بیدار شدم.