

اروین دی. یالوم، مریلین یالوم

دغدغه‌مرگ

وزندگی

فرزاد مرتضایی

عشق، فقدان

و آنچه در واپسین روزها دغدغه ماست



سرشناسه: یالوم، اروین دی. ۱۹۳۱-م.
Yalom, Irvin D. - ۱۹۳۱

عنوان و نام پدیدآور: دغدغه مرگ و زندگی ... : عشق، فقدان و آن چه در واپسین روزها دغدغه ماست/اروین دی یالوم، مریلین یالوم؛ مترجم فرزاد مرتضایی؛ ویراستار نوید پدرام.
مشخصات نشر: اصفهان: ترانه پدرام، ۱۴۰۰. ش. مشخصات ظاهری: ۲۹۴ ص.؛ مصور، ۵/۱۴×۵/۲۱. شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۵۶۷-۲۷-۴

وضعیت فهرست نویسی: فیبا
پادداشت: کتاب حاضر نخستین بار با عنوان "مسئله مرگ و زندگی: عشق، فراق و آنچه در پایان عمر اهمیت دارد" با ترجمه مهدی عزیزی توسط نشر دنگ، ۱۴۰۰ فیبا گرفته است.
پادداشت: عنوان اصلی: A matter of death and life. ۲۰۲۱.

عنوان دیگر: عشق، فقدان و آنچه در واپسین روزها دغدغه ماست.

عنوان دیگر: مسئله مرگ و زندگی: عشق، فراق و آنچه در پایان عمر اهمیت دارد.

موضوع: یالوم، اروین دی. ۱۹۳۱-م.
Yalom, Irvin D. - ۱۹۳۱

موضوع: یالوم، اروین دی. ۱۹۳۱-م. - سلامتی
Yalom, Irvin D. - Health

موضوع: یالوم، اروین دی. ۱۹۳۱-م. - رحلت: تشییع و تدفین
Yalom, Irvin D. - Death and burial

موضوع: روان‌پزشکان - ایالات متحده - سرگذشته
Psychiatrists - United States - Biography

موضوع: همسران بیماران س رطانی - ایالات متحده - سرگذشته
Spouses of cancer patients - United States - Biography

موضوع: میلوم - ایالات متحده - بیماران - سرگذشته
Multiple myeloma - Patients - United States - Biography

موضوع: شناسه افزوده: یالوم، مریلین. ۱۹۳۲-۲۰۱۹.
Yalom, Marilyn - ۱۹۳۲-۲۰۱۹

شناسه افزوده: فرزاد، مرتضایی. ۱۲۵۴-مترجم
Mortezaei, Farzad - ۱۲۵۴

شناسه افزوده: رده بندی کنگره: ۵۲/RC۳۳۹
۸۹۰۰۹۲/۱۶

شناسه افزوده: شماره کتابشناسی ملی: ۷۷۷۲۳۱۲
اطلاعات رگورد کتابشناسی: فیبا

تاریخ درخواست: ۱۴۰۰/۰۳/۲۷
کد پیگیری: ۷۷۲۶۳۶۲

دغدغه مرگ و زندگی...

عشق، فقدان و آنچه در واپسین روزها دغدغه ماست

نویسنده: اروین دی. یالوم، مریلین یالوم

مترجم: فرزاد مرتضایی

ویراستار: نوید پدرام

طراح جلد و صفحه آرا: فرزانه کرکوندی اصفهانی

نوبت چاپ: اول/ تابستان ۱۴۰۰

تعداد صفحات/ قطع: ۲۹۲ رقعی

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۵۶۷-۲۷-۴

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۸۰,۰۰۰ تومان

آدرس: اصفهان، خیابان شیخ صدوق شمالی،
چهارراه نیکبخت و شیخ مفید، ساختمان سرو،
طبقه اول ۹۴ ۲۷ ۶۴ ۳۶-۰۳۱

t.p.pub



انتشارات کتاب

کتابه بال و پر رویاهای ماست

WWW.ESPADANA-PEDRAM.ORG

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۱۱	مقدمهٔ مفرح
۱۵	فصل ۱: جعبهٔ حیات بخش
۲۹	فصل ۲: بی‌بها شدن
۴۱	فصل ۳: آگاهی از زوال تدریجی
۴۹	فصل ۴: چرا ما به خانهٔ سالمندان نمی‌رویم؟
۵۹	فصل ۵: بازنشستگی: لحظهٔ ظریف تصمیم‌گیری
۶۷	فصل ۶: شکست‌ها و امیدهای دوباره
۷۷	فصل ۷: یک‌بار دیگر، «خیره شدن به خورشید»
۹۳	فصل ۸: بالاخره چه کسی در حال مرگ است؟
۹۷	فصل ۹: رویارویی با پایان
۱۰۵	فصل ۱۰: فکر کردن به مرگ با کمک پزشک
۱۱۳	فصل ۱۱: شمارش معکوس برای پنجشنبه
۱۲۳	فصل ۱۲: یک سورپرایز تمام عیار
۱۲۹	فصل ۱۳: دیگر تو می‌دانی
۱۳۹	فصل ۱۴: حکم مرگ

فصل ۱۵: خداحافظ شیمی درمانی و خداحافظ امید.....	۱۴۷
فصل ۱۶: از بخش مراقبت‌های تسکینی به آسایشگاه.....	۱۵۱
فصل ۱۷: آسایشگاه.....	۱۶۵
فصل ۱۸: یک توهم آرامش بخش.....	۱۷۱
فصل ۱۹: کتاب‌های فرانسوی.....	۱۷۵
فصل ۲۰: راهکارهای پایانی.....	۱۸۱
فصل ۲۱: مرگ فرا می‌رسد.....	۱۸۷
فصل ۲۲: تجربهٔ پس از مرگ.....	۱۹۳
فصل ۲۳: زندگی به عنوان یک بزرگسال مستقل و مجرد.....	۲۱۱
فصل ۲۴: تنها در خانه.....	۲۲۱
فصل ۲۵: تحریک و اندوه.....	۲۲۵
فصل ۲۶: دنیای غیر واقعی.....	۲۲۹
فصل ۲۷: کرختی.....	۲۳۷
فصل ۲۸: کمکی از جانب شوپنهاور.....	۲۴۱
فصل ۲۹: انکار.....	۲۴۹
فصل ۳۰: بیرون زدن از پیله.....	۲۵۳
فصل ۳۱: تردید.....	۲۶۱
فصل ۳۲: خواندن آثار خودم.....	۲۶۵
فصل ۳۳: هفت درس پیشرفته برای درمان غم و اندوه.....	۲۷۱
فصل ۳۴: روند یادگیری در من ادامه می‌یابد.....	۲۷۷
فصل ۳۵: مریلین عزیز.....	۲۸۳

مقدمه

پس از پایان دوره تحصیلات تکمیلی در دانشگاه «جان هاپکینز»، یعنی جایی که مدرک خود را در رشته روان‌پزشکی گرفتم و «مریلین» تحصیلات خود را در رشته ادبیات تطبیقی (فرانسه-آلمان) به پایان رساند، فعالیت‌های آکادمیک خود را شروع کردیم. ما همیشه اولین خواننده و ویراستار نوشته‌های یکدیگر بودیم. بعد از نوشتن اولین کتابم، که یک کتاب آموزشی در مورد گروه‌درمانی بود، کمک هزینه‌ای از طرف بنیاد «راکفلر» در مرکز تحریریه «بلاژیو» در ایتالیا دریافت کردم تا روی کتاب بعدی‌ام یعنی «دژخیم عشق»، کار کنم. اندکی پس از ورود ما، مرلین در مورد علاقه روزافزون خود به نوشتن دربارهٔ خاطرات زنان از انقلاب فرانسه با من صحبت کرد و من به او اطمینان دادم که مطالب بسیار ارزشمندی برای این کتاب دارد. به همهٔ محققان راکفلر یک آپارتمان و یک استودیوی نویسندگی جداگانه داده شده بود، و من به او پیشنهاد کردم از مدیریت بخواهد یک استودیو نیز در اختیار او قرار دهند. مدیریت پاسخ داد که قرار دادن یک استودیوی نویسندگی در اختیار همسر یکی از نویسندگان، درخواست متعارفی نیست و علاوه بر این، تمام استودیوهای موجود در حال حاضر پر شده‌اند. اما پس

از اندکی تأمل، مدیر مؤسسه یک استودیوی خانه درختی را که تا جنگل مجاور فقط پنج دقیقه فاصله داشت، در اختیار مریلین قرار داد. و به این ترتیب، مریلین با ذوق و شوق، کارش را روی اولین کتاب خود با عنوان «مجبور به شهادت: خاطرات زنان از انقلاب فرانسه»^۱ شروع کرد. هیچ‌گاه او را تا این اندازه خوشحال ندیده بودم. از روز بعد ما همکار شدیم و به رغم داشتن چهار فرزند، تدریس تمام‌وقت در دانشگاه و اشتغال به کارهای اداری، پا به پای من کتاب‌های خود را به پایان رساند.

در سال ۲۰۱۹، مریلین به «مولتیپل میلوما» مبتلا شد، نوعی سرطان «پلاسماسل»ها (گلبول‌های سفید تولید کننده آنتی‌بادی که در مغز استخوان وجود دارند). پزشکان او را تحت شیمی‌درمانی با داروی «ریولیمید»^۲ قرار دادند که موجب بروز سکنه و چهل روز بستری در بیمارستان شد. دو هفته بعد، وقتی که برای یک پیاده‌روی کوتاه به پارک رفته بودیم، مریلین اعلام کرد که: "من طرح نگارش کتابی را در ذهن دارم که باید با هم آن را بنویسیم. می‌خواهم روزهای سختی را که در پیش داریم، به رشته تحریر درآوریم. شاید این تجربیات برای خانواده‌هایی که یکی از اعضای آن‌ها با بیماری کشنده‌ای دست‌وپنجه نرم می‌کند، مفید باشد."

مریلین معمولاً موضوعاتی را برای کتاب‌ها پیشنهاد می‌کرد که یکی از ما می‌بایست آن را به عهده بگیریم. من در پاسخ گفتم: "طرح خوبی است، عزیزم، همان چیزی است که باید در آن غوطه‌ور شوی. طرح پروژه مشترک خیلی هیجان‌انگیز است، اما خودت می‌دانی که من فعلاً درگیر نوشتن کتاب قصه‌ها هستم."

۱. Compelled to Witness: Women's Memories of the French Revolution

۲. Revlimid