



سرشناسنامه: کیمل، جیمز بی.

Kimmel, James P.

عنوان و نام پدیدآورنده: علم انتقام: شناخت مرگبارترین اعتیاد جهان و چگونگی غلبه بر آن / نویسنده

جیمز کیمل؛ ترجمه ابراهیم قاسمی مرزبال؛ ویرستار غلامرضا خدارحمی

مشخصات نشر: انتشارات آنان ۱۴۰۵

مشخصات ظاهری: ۲۱۲ص

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۱۱۱-۸۱-۳

عنوان دیگر: شناخت مرگبارترین اعتیاد جهان و چگونگی غلبه بر آن.

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

موضوع: انتقام

Revenge

خشونت

Violence

گذشت

Forgiveness

رده‌بندی کنگره: ۸الف۳۷bf

شناسه افزوده: قاسمی مرزبال، ابراهیم، ۱۳۶۸-، مترجم

رده‌بندی دیویی ۱۵۲/۴

شماره کتابشناسی ملی: ۱۰۴۸۰۰۳۹

## علم انتقام

نویسنده: جیمز کیمل

مترجم: ابراهیم قاسمی مرزبال

ویراستار: غلامرضا خدارحمی

صفحه‌آرا: عاتکه صفالومنزہ

طراح جلد: منیره رحیمی

نوبت چاپ: اول ۱۴۰۵

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۳۵۰ هزار تومان

همه حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است

تلفن: ۰۹۱۸۳۴۲۷۰۴۷-۰۹۳۵۴۴۱۷۹۳۰

[www.nashreanan.com](http://www.nashreanan.com)

## علم انتقام

«شناخت مرگبارترین اعتیاد جهان و چگونگی غلبه بر آن»

نویسنده: دکتر جیمز کیمل

مترجم: دکتر ابراهیم قاسمی مرزبال

## فهرست

- مقدمه: انقلاب انتقام ..... ۵
- فصل ۱: مرگبارترین اعتیاد ..... ۱۸
- فصل ۲: در جستجوی یک قاتل ..... ۳۰
- فصل ۳: مغز شما در وضعیت انتقام ..... ۴۶
- فصل ۴: آنچه معتادان به انتقام می‌خواهند شما بدانید ..... ۵۹
- فصل ۵: این‌ها فریادهای معتادان دردمند به انتقام است ..... ۷۸
- فصل ۶: این‌ها بدترین معتادان به انتقام در تاریخ بشر هستند ..... ۱۰۳
- فصل ۷: آمریکایی‌های مبتلا به انتقام است ..... ۱۳۲
- فصل ۸: مغز شما در حالت بخشش ..... ۱۵۴
- فصل ۹: چگونه عادت انتقام‌جویی را ترک کنیم ..... ۱۷۲
- فصل ۱۰: این همان سیستم غیر-قضایی برای رهایی‌بخشی است ..... ۱۹۶

## مقدمه: انقلاب انتقام

این کتاب درباره این موضوع است که چرا وقتی آسیب می‌بینیم، در پی تلافی و آسیب زدن به دیگران هستیم. فهم دقیق این انگیزه، فراتر از یک بحث نظری است و مستقیماً با «مرگ و زندگی» در ارتباط است؛ موضوعی حیاتی که می‌تواند سرنوشت شما یا عزیزانتان را رقم بزند.

انتقام، ریشه‌ی اصلی بدبختی‌ها و از بین برنده‌ی آرامش و شادی است. تقریباً تمام خشونت‌های دنیا از دعوای خانگی و قلدری در مدرسه گرفته تا جنگ‌های بزرگ، تروریسم و نسل‌کشی، همگی زیر سر انتقام است. این حس می‌تواند همه‌چیز را نابود کند؛ از زندگی یک فرد و خانواده‌اش گرفته تا اقتصاد یک کشور و حتی قدرت یک امپراتوری، با این حال، عجیب است که وقتی ضربه‌ای می‌خوریم (چه جسمی و چه روحی) اولین چیزی که به ذهنمان می‌رسد این است که تلافی کنیم. امروزه با وجود شبکه‌های اجتماعی، این وضعیت خیلی خطرناک‌تر شده است؛ چون یک توهین ساده می‌تواند با سرعت نور، میلیون‌ها نفر را هم‌زمان عصبانی کند و باعث شود همه‌ی آن‌ها در یک لحظه به فکر انتقام بیفتند. اما بیایید به عمق این ماجرا فکر کنیم؛ واقعاً عجیب نیست؟ وقتی کسی به ما آسیب می‌زند یا به ما توهین می‌کند، در تئوری می‌توانیم هر چیزی در این دنیا آرزو کنیم؛ مثلاً می‌توانستیم هوس پشمک یا چیپس کنیم، یا دلمان یک ماساژ حرفه‌ای و خوابی عمیق بخواهد، می‌توانستیم تمنای یک آغوش گرم، پیاده‌روی در طبیعت یا بازی با چند توله‌سگ بامزه را داشته باشیم، حتی می‌توانستیم آرزوی یک جفت کفش مارک‌دار، سفری به جزایر استوایی یا صندوقچه‌ای از الماس را در سر پیروانیم؛ اما حقیقت تلخ این است که وقتی انسان زخم می‌خورد بیش از هر ثروت و لذتی در جهان، تشنه‌ی یک‌چیز است: اینکه طرف مقابل هم «درد» بکشد؛ آن هم دردی که بداند دقیقاً تقاص رنجی است که به ما تحمیل کرده است. نکته‌ی تامل‌برانگیز اینجاست که انتقام هیچ سود مادی و ملموسی برای ما ندارد. شما نمی‌توانید رنج دیگری را به جای غذا بخورید، آن را به موجودی حساب بانکی‌تان اضافه کنید یا مثل یک جفت کفش با آن قدم بزنید. اگر از

دید منطق و اقتصاد نگاه کنیم، حتی یک پر چیپس هم ارزش بیشتری از درد کشیدن دیگران دارد و یک آغوش یا پیاده‌روی ساده، به مراتب لذت‌بخش‌تر است. واقعاً چه کسی همراهی با توله‌سگ‌های بازیگوش را به تلخی کینه ترجیح نمی‌دهد؟ علاوه بر این، انتقام با ریسک‌ها و هزینه‌های گزافی همراه است. تلافی کردن ما معمولاً باعث می‌شود که طرف مقابل هم با شدت بیشتری از ما انتقام بگیرد. نکته‌ی عجیب‌تر اینجاست که پس از گرفتن انتقام، نه تنها آرام نمی‌شویم بلکه اغلب حالمان بدتر می‌شود؛ با این حال ما تشنه‌ی انتقام هستیم چون به رفتار و جراحتهای که دیده‌ایم فکر می‌کنیم و در گردابی از خشم، اضطراب، گناه، شرم و پریشانی رها می‌شویم. پس چرا در میان این همه چیز شگفت‌انگیز در این دنیای پهناور، باید خواهان چیزی به این بی‌ارزشی، ناخوشایندی و پرهزینه‌ای مثل رنج کشیدن یک انسان دیگر باشیم؟ با وجود اهمیت حیاتی این موضوع، تعجب‌آور است که دانشمندان تا همین اواخر توجه کمی به انتقام داشته‌اند و تبیین این «دیو درون» را به شاعران، نمایشنامه‌نویسان و پیامبران واگذار کرده بودند. میل به انتقام تقریباً در تمام جوامع سنتی و معاصر در سراسر جهان دیده شده است. این میل در انسان‌ها، پستانداران غیرانسان و حتی کودکان نوپا هم وجود دارد. روان‌شناسان تکاملی معتقدند میل به انتقام احتمالاً از اوایل دوره پلئستوسن (عصر یخبندان) یعنی بیش از ۱۱ هزار سال پیش شکل گرفته است. برخی پژوهشگران بر این باورند که غریزه‌ی انتقام چنان با ساختار عصبی مغز ما گره خورده است که شاید تغییر دادن کل جهان، ساده‌تر از منصرف کردن انسان‌ها از میل به انتقام‌جویی باشد.

اما بیابید از زاویه دیگری نگاه کنیم: چه می‌شود اگر میل به انتقام، علاوه بر میراث ژنتیکی، یک فرآیند «عصبی-زیستی» و تغییرپذیر (نوروپلاستیک) باشد؟ به این معنا که این میل، نتیجه‌ی تغییرات مغزی ما در واکنش به محیط است. در نتیجه، می‌توان با اراده و تمرین بر آن مسلط شد. چه می‌شود اگر بتوانیم این سازوکار مغزی را هم مثل سایر دردهایی که بشر را رنج می‌دهد زیر ذره‌بین بگذاریم؟ و منطق درونی‌اش را بفهمیم و روش‌هایی ابداع کنیم که به ما کمک کند وقتی آسیب می‌بینیم، افسار این میل را به دست بگیریم یا حتی آن را خاموش کنیم.

بگذارید شفاف بگویم: من درباره «دفاع از خود» حرف نمی‌زنم. دفاع از خود یک غریزه‌ی ضروری و نجات‌بخش است که همه‌ی ما برای محافظت از خود و دیگران در برابر تهدید

قربالوقوع یا مرگ داریم. ما برای بقا به این غریزه نیاز داریم. همچنین درباره جامعه‌ستیزان (سوسیوپات‌ها) یا سایکوپات‌ها که ساختار مغزی غیرطبیعی دارند و فاقد همدلی هستند (کمتر از ۴ درصد جمعیت را تشکیل می‌دهند) حرف نمی‌زنم. اکثر قاتلان، سایکوپات یا سوسیوپات نیستند؛ آن‌ها افراد عادی هستند که به خاطر نوعی کینه و رنجش، تصمیمی سرنوشت‌ساز برای کشتن می‌گیرند. در این کتاب، من درباره همین گروه صحبت می‌کنم: یعنی «بقیه‌ما» که گاهی احساس می‌کنیم مورد بد رفتاری قرار گرفته‌ایم و می‌خواهیم انتقام اشتباهات گذشته را بگیریم (گذشته‌ای که می‌تواند چند دقیقه، چند هفته، چند ماه یا حتی چند سال پیش باشد، یعنی زمانی که دیگر خطر آسیب قریبالوقوع وجود ندارد). نشخوار فکری درباره‌ی زخم‌ها و تروماهایی که در اعماق حافظه‌ی ما کمین کرده‌اند، دقیقاً همان جرقه‌ای است که آتش انتقام را شعله‌ور می‌کند و در یک لحظه، فرد قربانی را به یک فرد جانی تبدیل می‌کند. اگر بتوانیم این فرآیند را از نگاه علمی درک و مهار کنیم، به دستاوردی دست خواهیم یافت که ارزش آن بسیار زیاد است. با فروکش کردن میل به انتقام در وجود خودمان و دیگران، نه تنها از حجم رنج و خشونت در زندگی شخصی‌مان کاسته می‌شود بلکه جهان پیرامونمان نیز به مکانی آرام‌تر تبدیل خواهد شد.

این کتاب داستان هیجان‌انگیز و ناگفته‌ای را روایت می‌کند که پشت کشف‌های علمی اخیر نهفته است؛ کشف‌هایی که ما را به سوی یک «انقلاب انتقام» هدایت می‌کنند. مطالعات حوزه‌ی اجرای قانون، سلامت عمومی و رفتاری در سراسر جهان تأیید می‌کنند کسانی که به دیگران صدمه می‌زنند یا آن‌ها را می‌کشند، معمولاً یک «کینه شخصی» ته دلشان دارند. آن‌ها باور دارند (چه درست باشد، چه بر اساس تصورات خودشان) که قبلاً کسی به آن‌ها ظلم، خیانت یا تحقیرشان کرده است. حالا دانشمندان مغز و اعصاب به نتیجه عجیبی رسیده‌اند: وقتی این افراد به فکر انتقام می‌افتند، بخش‌هایی از مغزشان فعال می‌شود که دقیقاً با اعتیاد در ارتباط است؛ یعنی مغز آن‌ها همان‌قدر تشنه‌ی انتقام است که مغز یک معتاد تشنه‌ی مواد مخدر است.

تحقیقات نشان می‌دهد که مغز شما هنگام فکر کردن به انتقام، وضعیتی مشابه زمان مصرف مواد مخدر پیدا می‌کند. در واقع، رنجش‌های قدیمی به مغز فرمان می‌دهند تا تشنه‌ی تلافی باشد؛ درست همان‌طور که دیدن وسایل مصرف مواد یا قرار گرفتن در

شرایط استرس‌زا، میل به مصرف را در دل یک معتاد زنده می‌کند. متخصصان اعتیاد این پدیده را «یادگیری وابسته به محرک» می‌نامند. این فرآیند بخشی از سیستم خودتنظیم‌گر مغز است که سعی می‌کند با آزاد کردن پیام‌رسان عصبی دوپامین که هدفش حفظ تعادل بین لذت و درد است این کار را انجام دهد. تجربه آسیب، بی‌عدالتی یا احساساتی مثل خشم و شرم، برای مغز دردناک است و مستقیماً «شبکه درد» به‌ویژه بخشی به نام اینسولای قدامی را به کار می‌اندازد. در مقابل، انتقام گرفتن یا حتی غرق شدن در رویای آن، برای مغز حکم پاداش را دارد؛ زیرا با ترشح دوپامین، مراکز لذت مغز (مانند هسته اکومبنس و ناحیه تگمنتموم شکمی) را فعال می‌کند. این لذت لحظه‌ای، مثل یک مسکن عمل کرده و به‌طور موقت درد را کاهش می‌دهد تا تعادل برقرار شود؛ اما این تسکین، عمری کوتاه دارد. درست مانند تأثیر الکل و مواد مخدر، این حس خوشایند به‌سرعت پریده و جای خود را به رنجی عمیق‌تر می‌دهد. مشکل بزرگ اینجاست که مدار پاداش مغز، کورکورانه فقط به لذت همان لحظه فکر می‌کند و از درک عواقب بعدی ناتوان است. تحلیل عواقب، وظیفه‌ی قشر پیش‌پیشانی مغز است که مسئولیت خودتنظیمی و کنترل رفتار را بر عهده دارد. در پدیده‌ی اعتیاد، قشر پیش‌پیشانی عملاً از کار می‌افتد و مدار پاداش افسارگسیخته و بی‌مهابا عمل می‌کند. وقتی میل به انتقام از کنترل خارج و تبدیل به یک وسواس اجباری شود، دیگر یک واکنش ساده نیست، بلکه دقیقاً رفتاری اعتیادگونه پیدا کرده است.

اگرچه دانشمندان تازه به ماهیت اعتیادآور انتقام پی برده‌اند اما شاعران، ادیبان و پیامبران از هزاران سال پیش این حقیقت را فریاد زده‌اند. هومر در قرن هشتم پیش از میلاد، در حماسه‌ی «ادیسه» پرده از جنون انتقام برمی‌دارد؛ آنجا که پادشاه اودیسه پس از بازگشت از جنگ تروا با مشاهده‌ی انبوه خواستگاران همسرش، حمامی از خون به راه می‌اندازد و تنها معجزه‌ی خدایان می‌تواند متوقفش کند. در سده‌ی پنجم پیش از میلاد نیز بزرگان یونان باستان همچون سوفوکل، آشیل و اورپید، با خلق شاهکارهای جاودانه مثل «آنتیگونه»، «آگاممنون» و «مدآ»، به انسان‌ها درباره‌ی پیامدهای مرگبار انتقام‌جویی هشدار دادند. کتاب «پیدایش»، قدیمی‌ترین کتاب مقدس عبری که اعتقاد بر این است توسط حضرت موسی نوشته شده؛ از جنایت قابیل علیه هابیل که ریشه در کینه داشت تا روایت طوفان نوح و نابودی بشریت که همگی نشان‌دهنده‌ی قدرت تخریب‌گر و مهارناپذیر

انتقام در تاریخ بشریت هستند. همه ما میل به تنبیه کسانی که هنجارهای اجتماعی را زیر پا می‌گذارند یا با ما بدرفتاری می‌کنند را تجربه کرده‌ایم. اکثر ما این انگیزه‌ها را کنترل می‌کنیم؛ شاید برای لحظه‌ای کوتاه درباره کارهای وحشتناک یا لذت‌بخشی که دوست داریم انجام دهیم خیال‌پردازی کنیم، اما قبل از اینکه امیال لذت‌جویانه (هدونیک) خود را عملی کنیم، آن‌ها را خاموش کرده و به زندگی‌مان ادامه می‌دهیم و درد گذشته را در همان جایی که به آن تعلق دارد یعنی در گذشته، رها می‌کنیم؛ اما همه در این کار موفق نیستند؛ همه‌ی رنجش‌ها یکسان نیستند و به یک شکل تجربه نمی‌شوند و ما همیشه قادر به کنترل ولع انتقام خود نیستیم. تاریخ بشر مملو از نمونه‌های هولناک انتقام‌جویی‌های مهارنشده است؛ از اعمال بی‌رحمانه‌ی خشونت‌های فردی گرفته تا درگیری‌های قبیله‌ای، مذهبی و ملی، شورش‌ها، قیام‌ها، جنگ‌های داخلی و جهانی که میلیون‌ها کشته بر جای گذاشته‌اند.

معتادان به انتقام در اشکال مختلفی ظاهر می‌شوند و همه آن‌ها (یا حتی اکثرشان) لزوماً خشن نیستند. اعتیاد به انتقام شکل‌هایی گوناگونی دارد و همیشه با اسلحه یا خشونت فیزیکی همراه نیست. این معتادان می‌توانند کودکانی زخمی باشند که در فضای مجازی پیام‌های بی‌رحمانه نثار هم می‌کنند و در چرخه‌ی بی‌پایان انتقام گرفتار شده‌اند. گاهی در قامت هواداران متعصب ورزشی ظاهر می‌شوند که تشنه‌ی ضربه زدن به رقیب هستند یا تماشاگرانی که از نابودی وحشیانه‌ی تبهکار در فیلم‌ها لذت می‌برند و یا گیم‌هایی که در دنیای مجازی بازی‌های جنگی، خشم خود را با قتل‌عام دشمنان تخلیه می‌کنند. این اعتیاد در روابط روزمره نیز ریشه دوانده است: از عاشقانی که با توهین، قلب یکدیگر را می‌درند و سیاستمدارانی که کارشان تحقیر رقیب است تا همسایگانی که با لجبازی آسایش را از هم سلب می‌کنند. رانندگانی که در جاده‌ها راه را بر دیگران می‌بندند تا درس عبرتی به آن‌ها بدهند، مشتریانی که بر سر پیشخدمت‌ها فریاد می‌کشند و کارمندان ناراضی که با کارشکنی مخفیانه به محیط کار آسیب می‌زنند همگی در حال تجربه کردن همین حس اعتیادآور هستند. معتادان به انتقام می‌تواند هر کسی باشند: مادر بزرگ‌ها، پدر بزرگ‌ها، دوستان، پلیس‌ها، سارقان، دادستان‌ها، قضات، زندانبانان، نگهبانان، زندانیان، سربازان، رای‌دهندگان، مؤمنان، بی‌دینان، پرستاران، پزشکان، بیماران، حسابداران، کارگزاران، کارکنان سلف‌سرویس، هنرمندان، موسیقی‌دانان، لیبرال‌ها، محافظه‌کاران،

فاشیست‌ها، کمونیست‌ها، نژادپرست‌ها، افراط‌گرایان، اقلیت‌ها، اکثریت‌ها... و این لیست ادامه دارد. نکته اینجاست که تقریباً هر کسی می‌تواند ولع شدیدی برای انتقام تجربه کند. وقتی این ولع چنان قوی شود که علی‌رغم پیامدهای منفی کنترل نشود، می‌تواند انسان‌های کاملاً عادی و صلح‌طلب را به عاملان خشونت‌های روانی و فیزیکی غیرقابل تصور تبدیل کند. وجه مشترک کسانی که مرتکب خشونت می‌شوند، این نیست که آن‌ها مجنون یا شرور هستند؛ بلکه درک آن‌ها (چه واقعی و چه خیالی) از این است که به آن‌ها ظلم شده یا قربانی شده‌اند. همه‌ی آن‌ها درد می‌کشند و همه‌ی آن‌ها چیزی را می‌خواهند که مغزشان می‌گوید درد را از بین می‌برد: و آن هم «رنج کشیدن کسانی است که به آن‌ها آسیب زده‌اند». این مسئله مربوط به بیولوژی مغز است. این کتاب نگاهی عمیق به یافته‌های حیرت‌آور و جدید «علم انتقام» دارد؛ دانشی که به ما کمک می‌کند تا اعمال ظالمانه و خشونت‌آمیزی را که انسان‌ها در حق یکدیگر روا می‌دارند و به‌ظاهر بی‌معنی به نظر می‌رسند درک کنیم. انتقام پدیده‌ای باستانی و فراگیر است و با بسیاری از رفتارها، روابط، ارزش‌ها و نهادهای انسانی گره خورده است. ما سفرهایی کوتاه به قلمروهای تاریخ، حقوق، روان‌شناسی، فلسفه، سیاست و مذهب نیز خواهیم داشت.

در این مسیر، با افراد مختلفی هم‌کلام می‌شویم:

- پژوهشگران برجسته که در حال پیشرفت‌های بزرگی در زمینه‌ی عصب‌شناسی انتقام هستند.
- یک قاتل که از درون زندان، زندگی‌اش را وقف کمک به دیگران برای غلبه بر «اعتیاد به انتقام» کرده است.
- یک نژادپرست سابق (معتقد به برتری سفیدپوستان) که اکنون به افراط‌گرایان خشونت‌طلب کمک می‌کند تا از دام انتقام رها شده و به زندگی مسالمت‌آمیز بازگردند.
- یک غول رسانه‌ای که اعتراف می‌کند صنعت سرگرمی برای فروش بلیت تا چه حد به ولع انتقام در مخاطب تکیه دارد.
- یک روان‌پزشک معتبر جهانی که مانند من معتقد است سوابق طولانی دونالد ترامپ در رفتارهای انتقام‌جویانه، نشان می‌دهد که او از اعتیاد به انتقام رنج می‌برد.

- پدر کودکی مقتول که کاری غیرممکن انجام داد و قاتلان فرزندش را بخشید.
- و رهبر الهام‌بخش اعضای سابق باندهای تبهکار که جان خود را به خطر می‌اندازند تا جلوی خشونت‌های انتقام‌جویانه در محله‌های شهر را بگیرند.

ما همچنین روایت‌های ترسناک‌ترین چهره‌های عصر مدرن را خواهیم شنید؛ قاتلان کشتار دسته‌جمعی و دیکتاتورهایی که در مانیفست‌ها، مصاحبه‌ها و سخنرانی‌هایشان، سقوط خود را به دره‌ی انتقام شرح داده‌اند؛ هشدارهایی صریح و جدی که نادیده گرفتنشان به بهای جانمان تمام خواهد شد.

### انتقام به مثابه یک اعتیاد

مهم‌تر از همه، تمرکز این کتاب بر این است که چگونه درک انتقام به‌عنوان یک «فرآیند اعتیادآور» می‌تواند به افراد و جوامع کمک کند تا میل به انتقام را کاهش دهیم. ما خواهیم آموخت که در ذهن هر انسان، دادگاهی برپاست که در آن کسانی را که به ما بدی کرده‌اند محاکمه، محکوم و مجازات می‌کنیم؛ و در پایان این محاکمه‌ها، این ما هستیم که انتخاب می‌کنیم آیا آن مجازات را در دنیای واقعی اجرا کنیم یا خیر.

خواهیم آموخت که چگونه مغزمان این جلسات محاکمه را به «دادگاه‌های صحرایی و ناعادلانه» تبدیل می‌کند؛ اما این را هم یاد می‌گیریم که چگونه با انطباق و گسترش استراتژی‌هایی که در درمان سایر اعتیادها موفق بوده‌اند کنترل اوضاع را دوباره به دست بگیریم. از آنجا که بخشش نقطه‌ی مقابل انتقام است و نقش مهمی در بهبود انواع اعتیادها دارد، نگاهی خواهیم داشت به بخشش و نقش قدرتمند آن در بهبود تروما، کاهش درد، کاهش انتقام و بازگرداندن صلح و شادی به زندگی شخصی و ملت‌هایی که بخشش را سرلوحه خود قرار می‌دهند. اما پیش از آنکه به همه‌ی این‌ها بپردازیم باید اعترافی بکنم: «من یک معتاد به انتقام در حال بهبودی هستم». اجازه دهید داستانی را برایتان بگویم؛ داستان اینکه چگونه از یک نوجوان معمولی بدون هیچ سابقه‌ی خشونت، تبدیل به وکیلی شدم که کارش انتقام بود و در آستانه‌ی خودکشی قرار داشت تا اینکه در نهایت به‌عنوان پژوهشگر انتقام و خشونت در دانشکده پزشکی ییل، جستجوی خود را برای اثبات وجود و یافتن درمان مرگبارترین اعتیادی که تا به حال نامش را نشنیده‌اید آغاز کردم.

## اعترافات یک معتاد به انتقام

من در یک مزرعه کوچک در مرکز پنسیلوانیا بزرگ شدم، خانواده‌ام فقط کشاورز نبودند. ما چند رأس گاو بلک آنگوس، تعدادی خوک، مرغ و خروس داشتیم، اما پدرم نماینده بیمه و مادرم خانه‌دار بود؛ بنابراین ما از راه زمین فقط امرار معاش نمی‌کردیم. این موضوع باعث تحقیر و کینه‌ی بچه‌های مزارع مجاور می‌شد که پدرانشان فقط کشاورزان بودند. پدر من حدود ساعت ۹ صبح از تخت بیرون می‌آمد و ساعت ۱۰ با کفش‌های براق و کت‌وشلوار به دفترش در شهر می‌رفت. پدران آن‌ها ساعت ۴ صبح بیدار بودند و ساعت ۵ با چکمه‌های کثیف و لباس‌های پوشیده از کود، در دامداری‌شان کار می‌کردند. من هر کاری از دستم برمی‌آمد انجام دادم تا دل آن‌ها را به دست آورم. در کلاس‌های آموزش کشاورزی نام‌نویسی کردم، به انجمن «کشاورزان آمریکا» پیوستم، به موسیقی کانتری گوش دادم و همان مدل جین‌های وسترن، چکمه‌های رانندگی و کلاه‌های برند «IH» (اینترنشنال هاروستر) را می‌پوشیدم که آن‌ها می‌پوشیدند؛ اما آن‌ها باور نمی‌کردند. آن‌ها تعدادشان زیاد بود و من تنها بودم. قلدری را شروع کردند (اول زبانی و بعد فیزیکی). این وضعیت در راهنمایی و دبیرستان هم ادامه داشت. در اوایل دهه ۱۹۸۰ هیچ برنامه ضدقلدری وجود نداشت، دست‌کم در مدرسه من که نبود. وقتی از نظر قدرت بدنی ضعیف و جز اقلیت بودی، یاد می‌گرفتی که از روی پاهایی که جلوی پایت جفت می‌شدند بپری و از زیر مشت‌هایی که به سمت پرتاب می‌شد جاخالی بدهی. وقتی حدوداً هفده‌ساله بودم اواخر یک شب، من، والدین و برادرم با صدای شلیک گلوله از خواب پریدیم. از تخت بیرون پریدیم و به سمت پنجره‌ها رفتیم. وانت‌باری را که با سرعت دور می‌شد شناختم؛ متعلق به یکی از همان بچه‌هایی بود که مرا آزار می‌دادند. اطراف خانه را چک کردیم، آسیبی ندیدیم و دوباره خوابیدیم.

هر روز صبح قبل از مدرسه وظیفه من این بود که به انبار بروم و به گاوها، خوک‌ها و سگ شکاری‌مان غذا بدهم؛ یک بیگل کوچک (سگ) و دوست‌داشتنی به نام پاولا داشتیم. آن صبح وقتی داشتم دوره‌های همیشگی‌ام را می‌زدم، پاولا را در لانه‌اش پیدا کردم که در گودالی از خون افتاده بود. گلوله‌ای به سرش خورده بود. بله، احساسات درد و خشم فراوانی در آن لحظه حس کردم. چرا باید یک سگ بی‌گناه را می‌کشتند؟ چون فقط بخاطر اینکه کشاورز نبودیم؟ چون من علیرغم آزارهای آن‌ها داشتم پیشرفت می‌کردم؟

من هرگز کاری به آن‌ها نداشتم. موضوع را به پلیس ایالتی گزارش دادیم. باز هم می‌گوییم، اینجا حومه پنسیلوانیا در اوایل دهه ۸۰ بود. پلیس هیچ کاری نکرد، پدرم نیز واکنشی نشان نداد؛ چراکه از یک سو بخشی از درآمد او وابسته به فروش بیمه به کشاورزان منطقه بود و از سوی دیگر، همواره انتظار داشت من شخصاً با مشکلاتم روبه‌رو شوم و آن‌ها را حل‌وفصل کنم. چطور قرار بود مشکلم را حل کنم؟ خب، من یک کینه به دل داشتم. حدود دو هفته بعد، اواخر شب در خانه تنها بودم که متوجه شدم دوباره خودرویی جلوی خانه‌مان ایستاد. لحظاتی بعد، نوری درخشید و انفجاری رخ داد. به سمت پنجره دویدم. صندوق پستی ما را منفجر کرده بودند. همان وانت‌بار با صدای غرش موتور، در میان دود غلیظی به سرعت دور شد. آن انفجار نه تنها صندوق پستی متلاشی‌شده‌ی ما را به وسط مزرعه ذرت پرتاب کرد، بلکه آخرین رشته‌های خویشتن‌داری مرا نیز از هم گسیخت. دلم به شدت می‌خواست انتقام بگیریم. چون در حومه شهر زندگی می‌کردیم و شکارچی بودیم اسلحه‌های زیادی داشتیم. یک هفت تیر پُر را از پاتختی پدرم برداشتم، تو ماشین پریدم و با سرعت در دل شب راندم؛ با تمام توان فریاد می‌زدم و فحش می‌دادم. اشک‌های ناشی از خشم از صورتم سرازیر می‌شد.

در نهایت آن‌ها را کنار انباری در یکی از مزارعشان گیر انداختم. سه یا چهار نفر بودند. از وانت پیاده شدند و بخاطر نور چراغ جلوی ماشینم چشم‌هایشان را تنگ کردند تا ببینند چه کسی با این سرعت در جاده شنی رانده و گردوخاک به پا کرده است. مدتی طول کشیده بود تا به آن‌ها برسیم. من هرگز قبلاً با آن‌ها رو در رو نشده بودم. چون ماشین مادرم بود شاید فکر کرده بودند اوست. چیزی که مشخص بود این بود که آن‌ها گیج شده بودند و تفنگی نداشتند. نمی‌دانستند که من اسلحه دارم. چقدر راحت بود و چقدر حس خوبی داشت. اسلحه را از صندلی شاگرد برداشتم و شروع کردم به باز کردن در... و بعد، نوعی بینش ناگهانی (آگاهی) به سراغم آمد. انگار تصویری از آینده‌ام را دیدم و فهمیدم که اگر آن‌ها را بکشم، بخشی از وجود خودم را خواهم کشت. به یاد آوردم که من آدم خوبی هستم که توسط آدم‌های خوبی بزرگ شده‌ام و واقعاً نمی‌خواهم یک قاتل شوم. من فقط می‌خواستم درد تمام شود. چیزی برای زندگی کردن داشتم؛ شاید همان عزت‌نفس و احترامی که فکر می‌کردم آن‌ها از من گرفته بودند. در آن لحظه فهمیدم بهای گرفتن انتقامی که تشنه‌اش بودم، بیشتر از آن چیزی است که حاضر به پرداختنش باشم و همین

کافی بود تا در را ببندم، اسلحه را دوباره روی صندلی شاگرد بگذارم و به خانه برگردم. وحشت زده بودم. من تا انجام یک تیراندازی دسته جمعی فقط چند ثانیه فاصله داشتم. اینکه کار را تمام نکردم حس بزدلی به من می داد. انگار جریزه نداشتم. حس می کردم در امتحان آن غریزه انسانی که می گوید باید انتقام گرفت، مردود شده ام. ولی کم کم آرام شدم. نکته جالب اینجاست که آن پسرها دیگر سراغم نیامدند؛ (شاید چون گذاشتم زنده بمانند، دیگر مزاحم من نشدند) آن شب برای آن ها هم زنگ خطری بود که به خودشان بیایند. هر معنادی خوب می داند که بین یک لحظه دندان روی جگر گذاشتن و مهار کردن دائمی یک وسوسه، تفاوت از زمین تا آسمان است. آن شب شاید توانستم جلوی خودم را بگیرم اما هنوز تا استاد شدن در کنترل خشمم فرسنگها فاصله داشتم. راستش را بخواهید، برعکس بود؛ آن عطش تازه داشت در وجودم ریشه می دواند. در این دنیا تا دلتان بخواهد دلیل برای رنجیدن و ظلم دیدن هست و آدم های زیادی هم پیدا می شوند که دیدن رنجشان حال شما را خوب کند. ذائقه ی من دیگر به طعم انتقام عادت کرده بود؛ حالا فقط دنبال راهی می گشتم که این میل را ارضا کنم بدون اینکه بهای سنگینی بابتش بپردازم. همان جا بود که فکر راه انداختن یک «کاسبی حرفه ای برای انتقام» به سرم زد. به جای اینکه به سیم آخر بزنم و یک قاتل زنجیره ای شوم، تصمیم گرفتم وکیل شوم. ببینید، جذابیت کار وکلا اینجاست که بدون اینکه هزینه ای بدهند انتقام می گیرند. اصلاً آن ها پول کلانی می گیرند تا به مردم عام، انتقام بفروشند. دارم درباره یک نوع انتقام درجه یک حرف می زنم؛ از آن مدل های «تولید شده در دادگاه» و مورد تأیید دولت که با مارک تجاری «عدالت» در بازار عرضه می شود. بی دردسر، تمیز و قانونی بود. وکلا تنها صنف جامعه هستند که مجوز تولید، تجویز و توزیع انتقام را دارند. این پیشنهادی بود که نمی شد ردش کرد.

در دوران تحصیل در دانشکده حقوق دانشگاه پنسیلوانیا، دوره ای کارآموزی را در دفتر بازپرسی فیلادلفیا گذراندم و برای اولین بار طعم تنبیه کردن آدم ها را در ازای پول چشیدم؛ (آن هم با تعقیب قضایی و زندانی کردن مجرمان خطرناک و غیر خطرناک) حس خیلی خوبی داشت. پس از فارغ التحصیلی، به عنوان دستیار قضایی یک قاضی فدرال خدمت کردم و وقت مان را صرف صدور حکم حبس های سنگین در زندان های فدرال برای تبهکاران می کردیم. این هم حس خیلی خوبی داشت. گاهی اوقات هنگام تماشای

متهمانی که با دستبند برده می‌شدند، لحظات کوتاهی از غم و پشیمانی را تجربه می‌کردم اما آن‌ها را نادیده می‌گرفتم. به‌طور جدی به دادستان شدن فکر می‌کردم اما حقوقش کم بود. وام‌های دانشجویی زیادی داشتم و باید سریع پول در می‌آورد؛ بنابراین، به‌عنوان یک وکیل دعاوی حقوقی به یک شرکت بزرگ حقوقی در فیلادلفیا پیوستم و شروع کردم به تحویل دادن «عدالت» به مشتریانم (آن هم با کیف‌های چرمی پر از پرونده). داشتم حسابی پول پارو می‌کردم و هر چقدر دلم می‌خواست مفت و مجانی انتقام می‌گرفتم؛ یا حداقل پیش خودم این‌طور فکر می‌کردم.

در عرض یک دهه، اعتیاد من به انتقام تقریباً خودم و خانواده‌ام را نابود کرد. زمانی که به ته خط رسیدم به یک قلدر دیوانه تبدیل شده بودم؛ درست مثل همان کسانی که سگ مرا کشته بودند. تقریباً هر کسی را به خاطر کوچک‌ترین توهینی به تلافی تهدید می‌کردم (از جمله همسر و فرزندانم را). هیچ فردی آن‌قدر بی‌گناه نبود که ارزش یک ضربه تلافی‌جویانه را نداشته باشد. هر بار که «انتقام» می‌گرفتم، حس می‌کردم که انگار روی بلندترین قله جهان هستم و بعد از آن، سقوط ناگزیر از راه می‌رسید و عطشی که مرا وادار می‌کرد دنبال انتقام بیشتری باشم. «چکش نمی‌تواند میخی را بکوبد بدون اینکه خودش ضربه را حس کند و من هم به همان اندازه‌ای که درد وارد می‌کردم، درد می‌کشیدم». کم‌کم از شغلم و از کسی که به آن تبدیل شده بودم متنفر شدم؛ اما انتقام، مُسکن ساده من بود؛ همان داروی موقتی که دردم را تسکین می‌داد تا زمانی که دوباره درد شروع شود. من به یک بحران روانی دچار شدم. تا آن زمان، از چندین شرکت حقوقی استعفا داده بودم و درآمد هنگفتم تقریباً به هیچ تبدیل شده بود. دچار افسردگی شدم و خودم را در یک اتاق خواب تنها می‌دیدم که به خودکشی فکر می‌کردم. آنجا بود که از خودم پرسیدم آیا معتاد شده‌ام؟ زمانی که تشنه انتقام گرفتن از خودم بودم. خوشبختانه، هزینه گرفتن آن انتقام (خودکشی) بیشتر از آن چیزی بود که حاضر به پرداختش باشم. می‌گویند اولین قدم در بهبودی، پذیرش مشکل است. می‌دانستم مشکل بزرگی دارم. عطش من برای انتقام دو بار مرا تا پای مرگ پیش برد؛ اما برخلاف الکل، مواد مخدر و قمار، هیچ مرکز ترک اعتیاد یا برنامه ۱۲ مرحله‌ای برای معتادان به انتقام وجود ندارد. حتی مطمئن نبودم که آیا واقعاً وابسته شده‌ام یا نه. فقط می‌دانستم که حس شبیه به یک وسواس کنترل‌ناپذیر دارد و انگار آدم‌های زیادی در اطرافم نیز به آن دچار بودند؛ از

جمله مشتریانی که مرا استخدام می‌کردند، وکلای طرف مقابل که از ضربه زدن به من لذت می‌بردند و دیگر افراد کاملاً عادی جامعه که دست به کارهای وحشتناکی مثل آزار و اذیت و تیراندازی به یکدیگر می‌زدند تا نیازشان به آسیب رساندن به کسانی که به آن‌ها آسیب‌زده بودند را برطرف کنند. متوجه شدم که اگر قرار است نجات پیدا کنم باید خودم این کار را انجام دهم. من فردی معنوی هستم، بنابراین مثل بسیاری از افرادی که با اعتیاد دست‌وپنجه نرم می‌کنند از آنجا شروع کردم. تعالیم ادیان بزرگ جهان درباره انتقام و بخشش را مطالعه کردم و متوجه شدم که آن‌ها با هم در تضاد هستند؛ تقریباً به همان اندازه‌ای که برخی ادیان و فرقه‌ها انتقام را نکوهش می‌کنند، برخی دیگر آن را تشویق می‌کنند. اولین کتاب من، «شکایت برای صلح» که در سال ۲۰۰۵ منتشر شد، بازگوکننده این سفر معنوی-حقوقی است. این کتاب همچنین حاوی فرضیات اولیه من درباره اعتیاد به انتقام و برنامه ۱۲ مرحله‌ای من برای بهبودی به نام «سیستم غیرقضایی» (NJS) است؛ نوعی دادگاه مجازی است که در آن با محاکمه کسانی که به شما آسیب زده‌اند، درحالی‌که تمام نقش‌ها (قربانی، دادستان، متهم، قاضی، هیئت منصفه و حتی زندانبان) را خودتان بازی می‌کنید میل به انتقام را به‌طور ایمن تخلیه کرده و بر آن غلبه می‌کنید. در فصل‌های ۱۰ و ۱۱ درباره این سیستم بیشتر صحبت خواهم کرد. این یک شروع بود و به من کمک کرد تا اعتیادم را کنترل کنم. در دومین کتابم یعنی رمان «محاکمه فرشتگان» (۲۰۱۲)، موضوع اعتیاد به انتقام را در افراطی‌ترین و عجیب‌ترین حالت ممکن بررسی کردم. «داستان درباره وکیل جوانی در جهان پس از مرگ است که در روز قیامت، روح قاتلان را محاکمه و از آن‌ها دفاع می‌کند».

زمان نوشتن این کتاب‌ها فهمیدم که برای درک ریشه‌ی میل به انتقام و پیدا کردن راهی برای مهار آن، باید به سراغ «بیولوژی مغز» بروم؛ چرا که مغز خانه اصلی خاطرات تلخ، تروماها و خاستگاه تمام انگیزه‌های ماست. پس مسیرم را به آن سو کج کردم. بیست سال تلاش شبانه‌روزی با بیش از شصت نابغه‌ی عصب‌شناس در سطح جهان لازم بود تا بالاخره به کشف علمی «اعتیاد به انتقام» برسیم. این کتاب، روایتگر همان کشف شگفت‌انگیز است و نویدی برای پایان دادن به رنج، خشونت و گشودن دریچه‌ای به سوی صلح و آرامش است. در سال ۲۰۰۴، زمانی که در حال نوشتن کتاب «شکایت برای صلح» بودم، عصب‌شناسان تازه شروع کرده بودند به بررسی اینکه وقتی در حق ما ظلمی می‌شود و

می‌خواهیم دیگران را تنبیه کنیم در داخل مغز ما چه اتفاقی می‌افتد. تحقیقات آن‌ها اولین شواهد تجربی را برای فرضیه من در مورد اعتیاد به انتقام فراهم کرد. این حوزه در دو دهه گذشته رشد چشمگیری را تجربه کرده است و من نیز با پیوستن به دانشکده پزشکی دانشگاه ییل به‌عنوان پژوهشگر و مدرس روان‌پزشکی و نیز به‌عنوان بنیان‌گذار و مدیر «مرکز همکاری ییل برای مطالعات انگیزه»، به بخشی از این جریان تبدیل شدم. این اولین کتابی است که تمام این یافته‌ها را در یک جا جمع کرده است. اکنون می‌دانیم که میل به انتقام ناشی از کینه و خشونت است؛ انتقام‌جویی می‌تواند به طرز خطرناکی اعتیادآور باشد. ما می‌توانیم راه‌های مؤثری برای پیشگیری و درمان آن بیابیم. این رویکرد جدید و نویدبخش در حوزه سلامت عمومی، راهبردهای قدرتمندی برای پیشگیری و درمان طیف وسیعی از خشونت ارائه می‌دهد؛ از درگیری‌های جزئی کودکان در زمین بازی و نزاع‌های شرکای عاطفی گرفته تا تیراندازی کشتار جمعی، اقدامات تروریستی و حتی جنگ جزئی از این موارد هستند. من در کنار افراد دیگر گواه زنده‌ای هستم بر اینکه راه‌های قدرتمندی برای کنترل عطش انتقام وجود دارد. شاید برخی از این راه‌ها حتی در ژن‌های ما کدگذاری شده باشند تا دقیقاً همین کار را انجام دهند و یک فرآیند زیست‌شناختی-مغزی ایجاد کنند که اگر بدانیم وجود دارد و یاد بگیریم چگونه از آن استفاده کنیم، در هر زمان قابل فعال‌سازی است؛ اما ابتدا، مانند همه معتادان باید بپذیریم که مشکل داریم. فقط این مشکل به جای اینکه در یک بطری یا سرنگ (مواد) باشد، در داخل مغز خودمان است. در ادامه خواهید دید که منظورم چیست.

## فصل ۱: مرگبارترین اعتیاد

در ۱۰ ژوئیه ۱۹۷۳، اولگا هپناروا در سن ۲۲ سالگی یک کامیون باری مدل «پراگا آر.ان» اجاره کرد، او با سرعت نزدیک به ۶۵ کیلومتر در ساعت (۴۰ مایل) به میان جمعیتی که اکثراً افراد مسن بودند و در پیاده‌رو خیابان پراگ منتظر تراموا<sup>۱</sup> ایستاده بودند کوبید. او مسیر خود را با دقت برنامه‌ریزی کرده بود تا بیشترین تلفات را به بار آورد؛ او چندین بار دور ایستگاه تراموا چرخیده بود تا جمعیت بیشتری جمع شوند و حرکت مرگبار خود را از بالای یک شیب آغاز کرد تا سرعت بیشتری بگیرد. او ۸ کشته و ۱۲ مجروح بدحال بر جای گذاشت. او تمام این کارها را انجام داد چون تشنه‌ی انتقام بود. انگیزه‌ی اولگا برای ما پوشیده نیست چرا که خودش اصرار داشت دنیا را از دلیل کارش باخبر کند. او در روزهای پیش از جنایت، نامه‌ای نوشت و در آن با جزئیات توضیح داد که چه نقشه‌ای در سر دارد و چرا می‌خواهد آن را اجرا کند. درست قبل از آنکه به یک قاتل تبدیل شود، چند نسخه از این اعتراف‌نامه را برای سردبیران دو روزنامه در پراگ فرستاد. اولگا نوشت: «لطفاً این نامه را به‌عنوان یک بیانیه بپذیرید. این نامه واکنشی است به کسانی که شاید بخواهند عمل مرا ناچیز جلوه دهند یا مسخره کنند. همچنین می‌خواهم تأکید کنم که من کاملاً به کارهایم آگاه هستم و از نظر سلامت عقلی و روانی مشکلی ندارم».

«امروز من یک کامیون می‌دزدم و با تمام سرعت به میان جمعیتی از مردم می‌رانم. این اتفاق جایی در منطقه ۷ پراگ رخ خواهد داد. من قصد دارم آدم بکشم. می‌دانم که محاکمه و مجازات خواهم شد». این اعتراف من است: «سیزده سال است که در چنگال یک خانواده‌ی به‌اصطلاح خوب بزرگ شده‌ام. کتک خورده‌ام و مورد سوءاستفاده قرار گرفته‌ام. بازیچه‌ی بزرگسالان شدم و در مدرسه هم از دست دانش‌آموزان امنیت نداشتم.

---

<sup>۱</sup> تراموا یک وسیله حمل‌ونقل عمومی ریلی است که معمولاً در خیابان‌های شهری حرکت می‌کند. به زبان ساده، می‌توان آن را نوعی «قطار شهری» دانست که بر روی ریل‌هایی که در سطح خیابان کار گذاشته شده‌اند، حرکت می‌کند.

در برابر چشم همگان مرا تهمت زدند، به ریشخندم گرفتند و تا توانستند خوار و خفیفم کردند».

اولگا ادامه داد: «من زنی درهم‌شکسته‌ام؛ کسی که به دست مردم نابود شده است. حالا پیش پایم دو راه است: خودکشی یا کشتن دیگران، من انتقام از شکنجه‌گرانم را برگزیده‌ام. این حکم نهایی من است: من، اولگا هپناروا، قربانی وحشی‌گریتان شما را به اعدام زیر چرخ‌های کامیون محکوم می‌کنم. اعلام می‌کنم که در طول عمرم کشتن چند نفر هرگز عطش مرا سیراب نخواهد کرد. زمان حرف زدن تمام‌شده؛ وقت عمل است».

اولگا بعد از این حمله وحشیانه، منتظر ماند تا پلیس برسد. او به جنایات و برنامه‌ریزی‌هایش اعتراف کرد و توضیح داد که به تلافی رفتاری که جامعه با او داشته دست به این کار زده است. اولگا هپناروا خود را دوجنس‌گرا می‌دانست و به نظر می‌رسد این موضوع منشأ بخشی از طرد شدن‌ها و تحقیرهایی است که تجربه کرده بود. او سابقه‌ی درمان افسردگی داشت و در اوایل نوجوانی دست به خودکشی زده بود. با این حال، در طول محاکمه‌اش در دادگاه شهرداری پراگ، برخلاف توصیه‌ی وکلای خود بر سلامت روانش پافشاری کرد. او مسئولیت کامل عملش را پذیرفت و هیچ ابراز پشیمانی نکرد. چندین روان‌پزشک و روان‌شناس او را معاینه کردند و تأیید کردند که او در واقع از سلامت عقل برخوردار است. او در بیانیه‌ای به بازجویان، استدلال خود را این‌گونه توضیح داد: «اگر جامعه افراد را نابود کند، افراد هم می‌توانند جامعه را نابود کنند. من می‌خواستم از جامعه و خانواده‌ام انتقام بگیرم چون آن‌ها دشمن من هستند. وقتی موفق به انجامش شدم، نوعی احساس رهایی و رضایت داشتم».

وقتی به او فرصت داده شد تا در دادگاه صحبت کند، اولگا توضیح داد که درک او از عدالت، «چشم در برابر چشم و دندان در برابر دندان» است. طبق همین منطق، او از دادگاه خواست که مجازات اعدام را برای جنایتش صادر کند. دادگاه نیز موافقت کرد، او را در قتل هشت نفر مجرم شناخت و به اعدام با طناب دار محکوم کرد. مادر اولگا درخواست تجدیدنظر داد. حکم صادره توسط دادگاه عالی جمهوری سوسیالیستی چکسلواکی تأیید شد. درخواست‌های عفو مادر اولگا نیز توسط نخست‌وزیر لوبومیر اشتروگال رد شد.

در ۱۲ مارس ۱۹۷۵، اولگا هپناروا در زندان پانکراک به دار آویخته شد. بدین ترتیب، او آخرین زنی بود که در چکسلواکی اعدام شد. داستان زندگی و مرگ تلخ او و همچنین

سرنوشت قربانیانی که بی‌رحمانه به قتل رساند تا بیش از چهل سال در خارج از اروپای شرقی تقریباً ناشناخته باقی ماند؛ تا اینکه فیلمی درباره او به نام «من، اولگا هیناروا» منتشر شد. این فیلم تا حدودی بر اساس کتابی در سال ۲۰۰۱ به نام «طناب دار برای هشت مرده» نوشته‌ی رومان سیلک ساخته شده است.

### دادگاه ذهن

پرونده‌ی تکان‌دهنده اولگا هیناروا زوایای بحث‌برانگیز بسیاری دارد که ذهن را درگیر می‌کند: مجموعه‌ای از آسیب‌ها از جمله ادعای آزار پدر، سکوت مادر، قلدری هم‌کلاسی‌ها، بی‌توجهی معلمان، تعصبات کورکورانه علیه گرایش‌های جنسی و در نهایت سایه شوم افسردگی و خودکشی‌های نافرجام، همگی زمینه‌ساز این فاجعه بوده‌اند. آنچه این پرونده را عجیب‌تر می‌کند حساسیت بیش‌ازحد او به بی‌عدالتی‌هایی است که انسان‌های عادی معمولاً بدون ارتکاب جنایت از کنارشان می‌گذرند. از سوی دیگر، این واقعیت تلخ وجود دارد که او جان غریبه‌هایی را گرفت که هیچ سهمی در رنج‌ها و دردهای او نداشتند. در کنار خودشیفتگی او پافشاری‌اش بر سلامت روان نیز جالب توجه است؛ گویی می‌خواست دنیا منطق جنایتش را بفهمد. در نهایت، شکست تمام نهادهای نظارتی و درمانی در جلوگیری از این فاجعه نشان می‌دهد که حتی سایه‌ی اعدام هم نتوانست بازدارنده باشد؛ بلکه برعکس، گویی انگیزه او را برای کشتن دوچندان کرد. در این میان، دو نکته‌ی کلیدی وجود دارد که معمولاً نادیده گرفته می‌شود: نخستین مورد، سازوکار فکری اوست؛ اولگا پیش از آنکه دست به ماشه ببرد یا پشت فرمان بنشیند در ذهنش تاریخش، دادگاهی برپا کرد و جامعه و خانواده‌اش را به محاکمه کشید. او در این تئاتر ذهنی، به‌تنهایی تمام نقش‌ها را ایفا کرد. در طول این محاکمه، او تمام نقش‌ها را خودش بازی کرد. در نقش دادستان، جنایاتی را که معتقد بود رخ داده عاملان آن‌ها را شناسایی کرد. در مقام قربانی، شهادت عینی داد. در جایگاه متهمان (خانواده و جامعه‌اش) هم اتهامات را انکار کرد و هم به گناه خود اعتراف نمود. به‌عنوان قاضی و هیئت منصفه، شواهد را سنجید و به یک حکم رسید و مجازاتی صادر کرد. در نهایت در نقش زندانبان، آن حکم را اجرا کرد.

به ابعاد هولناک این ماجرا دقت کنید: یک دادرسی کیفری تمام‌عیار، پیش از آنکه جرمی در دنیای واقعی رخ دهد توسط خود جانی علیه قربانیانش برگزار شده بود. این محاکمه‌ی خیالی در تمام جزئیات، دقیقاً همان مسیری را طی کرد که اولگا می‌دانست خودش قرار