

ویکتور فرانکل



انسان در جستجوی معنا



ترجمه‌ی امیر لاهوتی

سرشناسه:	Frankl, Viktor فرانکل، ویکتور ۱۹۰۵-۱۹۹۷ م.
عنوان و پدیدآور:	انسان در جستجوی معنا / نوشته ویکتور فرانکل؛ ترجمه امیر لاهوتی
مشخصات نشر:	تهران: جامی، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری:	۱۶۸ ص.
شابک:	978-600-176-115-7
وضعیت فهرست‌نویسی:	فیبا
یادداشت:	کتابنامه
موضوع:	روان‌شناسان -- اتریش -- سرگذشت‌نامه
شناسه افزوده:	لاهوتی، امیر ۱۳۵۲ - مترجم
رده‌بندی کنگره:	۱۳۹۴ ف۹/۱/ D۸۱۰
رده‌بندی دیویی:	۹۴۰/۵۳۱۸
شماره کتابخانه ملی:	۳۷۴۴۱۸۲

فهرست مطالب

دییاجه	۷
بفشل نفست	
سرگذشتی در اردوگاه کار اجباری	۱۳
بفشل دوم	
معنای اساسی لوگو تراپی	۱۰۹
منابع و مآخذ	۱۶۵



خیابان دانشگاه، چهارراه وحید نظری، شماره ۵۲

تلفن: ۶۶۴۰۰۲۲۳-۶۶۴۶۸۸۵۱

www.Jamipub.ir info@jamipub.ir

انسان در جستجوی معنا

ویکتور فرانکل

ترجمه‌ی امیر لاهوتی

چاپ هشتم: ۱۴۰۰

شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

چاپ: دیبا

حق چاپ محفوظ است

شابک: ۷-۱۱۵-۱۷۶-۶۰۰-۹۷۸

ISBN: 978 - 600 - 176 - 115 - 7

دیباچه

دکتر فرانکل، نویسنده و روانپزشک، گاهی از بیمارانی که از دردهای کوچک و اضطراب‌های بزرگ خود شکوه دارند می‌پرسد: «چرا دست به خودکشی نمی‌زنید؟» و از شنیدن پاسخ‌هایشان تقریباً راهی برای روش درمانی خویش به دست می‌آورد. در زندگی هر انسانی نکته‌ای پنهان وجود دارد! در زندگی یک بیمار عشقی وجود دارد که او را به فرزندانش پای‌بند می‌سازد. دیگری را استعدادی است که هنوز شکوفاننده و در زندگی سومی یادمان‌های ارزنده‌ای وجود دارد که همچنان ماندگار است. یافتن این رشته‌های از هم گسیخته در یک زندگی نابسامان، نقشی استوار از معنا و مسئولیت، هدف و موضوع، روشی است که **دکتر فرانکل** از اگزستانسیالیسم نوین به دست آورده و آن را شیوه‌ی «لوگوتراپی» نامگذاری کرده است.

در این کتاب، **دکتر فرانکل** تجربه و آزمون‌هایی را تبیین می‌کند که باعث ایجاد و توسعه‌ی روش درمانی «لوگوتراپی» شدند. او مدت زیادی در اردوگاه

کار اجباری نازیان، اسیر بود و همه چیز خود را از دست داد. پدر، مادر و همسرش یا در اردوگاه اسیران به کوره‌های آدم‌سوزی سپرده شدند و یا از بیماری جان سپردند. خواهرش تنها فرد خانواده بود که از اردوگاه‌های کار اجباری جان به سلامت برد.

اما با وجود اینکه وی همه چیز خود را از دست داده بود و همه‌ی ارزش‌هایش را فنا شده می‌دید، باز هم با وجود رنج گرسنگی، سرما، بیرحمی و خشونت و نیز هر لحظه در انتظار مرگ بودن، زندگی را شایسته و ارزشمند می‌دانست.

پیام چنین روانشناسی که خود همه‌ی این دردها را حس کرده است واقعاً ارزش شنیدن دارد! او بی‌تردید بهتر از هر فرد دیگری می‌تواند به شرایط انسانی ما با عشق و علاقه بنگرد. گفتار دکتر فرانکل دلنشین است و بسیار ژرف و عمیق، و نمی‌توان به آسانی از آن گذشت. پیام‌های او شگرف و ارزنده است و آنچه که او می‌گوید، به خاطر تجربه‌های ارزشمندش بر دل می‌نشیند. او اکنون به خاطر موقعیت کنونی‌اش در دانشکده‌ی پزشکی دانشگاه وین و نیز به سبب درمانگاه‌های «لوگو تراپی» زیادی که امروزه در بسیاری از کشورهای جهان با الگو برداری از پلی‌کلینیک معروف عصب‌شناسی وی به فعالیت می‌پردازند، شهرتی فراگیر به دست آورده است.

انسان نمی‌تواند شیوه‌ی کار و روش درمانی دکتر فرانکل را با روش کار زیگموند فروید مقایسه نکند. هر دو پزشک در ابتدا توجه‌ی خود را به درمان نوروها^۱ معطوف داشتند. فروید ریشه‌ی این «اختلال‌های روان‌پریشی» را در اضطراب‌هایی می‌یابد که در اثر تکانه و انگیزه‌های تعارضی و ناخودآگاه به وجود می‌آید، اما دکتر فرانکل «نوروها» را بر چند نوع گوناگون می‌داند و

بعضی از آن‌ها را روان‌نژندی نئوژنتیک^۱ می‌نامد. یعنی اینکه بیمار از یافتن معنا و مسئولیت در زندگی خویش ناتوان است. فروید ناکامی در زندگی جنسی را تأیید می‌نماید، اما دکتر فرانکل ناکامی را در معناجویی آن می‌داند.

امروزه در اروپا، روانشناسان و روانپزشکان به طور آشکار از فروید روی برگردانده‌اند و به تحلیل‌های اگزیستانسیالیستی «هستی‌درمانی» روی آورده‌اند. این شیوه، چندین وجه مختلف به خود گرفته است که روش «لوگو تراپی» یکی از آنهاست. یکی از ویژگی‌های روش فرانکل این است که شیوه‌ی درمانی فروید را رد نمی‌کند، بلکه روش خود را بر اساس تجربه‌های وی منطبق می‌سازد. او حتی با دیگر طرفداران تحلیل اگزیستانسیالیستی نیز سرستیز ندارد و نظریه خود را با آنان هماهنگ می‌سازد.

داستان این کتاب هرچند کوتاه است، اما بسیار هنرمندانه و گیرانوشته شده است. من یک بار دیگر در نشستی آن را از آغاز تا پایان خواندم و جادوی آن، چنان مرا گرفت که یارای ترکش را نداشتم. دکتر فرانکل در میان این داستان «لوگو تراپی» خود را آغاز می‌کند و آن را چنان با صبوری به داستان پیوند می‌دهد که خواننده فقط بعد از پایان کتاب به ژرفای شگفت‌انگیز آن راه می‌یابد و می‌بیند که این داستان دنباله‌ی داستان وحشتناک اردوگاه‌های کار اجباری و اسارت نیست.

خواننده از این کتاب، مطالب بسیاری فرا می‌گیرد و می‌آموزد که انسان وقتی به ناگهان احساس کرد که «دیگر چیزی برای از دست دادن به جز جان و بدن عریان خود ندارد» - چه می‌کند. شرحی که دکتر فرانکل از آمیختن احساسات و هیجان به ما می‌دهد، واقعاً خیره‌کننده است و روح را تسخیر می‌کند.

نخستین حسی که به نجات انسان می‌آید کنجکاوای سرد و جدامانده‌ای

است که توجه انسان را به سرنوشت خویش جلب می‌نماید. پس از آن تلاش بی‌پایانی است برای بقا و ادامه‌ی زندگی، با وجود آنکه شانس زنده ماندن بسی اندک است. گرسنگی، تحقیر، ترس و عصبانیت ناشی از بی‌عدالتی را همانند تصویری از افراد محبوب و مورد علاقه‌ی خود می‌داند و مذهب، آسان‌گیری، بذله‌گویی و حتی زیبایی‌های آرام‌بخش طبیعت؛ چون یک تک درخت یا غروب آفتاب در پایان روز برایش قابل پذیرش است.

اما این‌ها نیز در صورتی میل به ادامه‌ی زندگی را در انسان برمی‌انگیزد که معنایی برای رنج‌های خود به دست آورد. در این‌جا ما با هسته‌ی مرکزی اگزیستانسیالیسم آشنا می‌شویم که اگر زندگی کردن رنج بردن است پس برای زنده ماندن باید معنایی در رنج‌بردن جست. رنج و مرگ تنها هنگامی معنا می‌یابد که زندگی خود هدفی داشته باشد. اما هیچکس نمی‌تواند این معنا را برای دیگری بیابد و این خود فرد است که باید به تنهایی این معنا را جستجو نماید، و مسئولیت آن را خود بپذیرد. و در این راه اگر کامیاب شود، با وجود همه‌ی حقارت‌ها به بقای خود ادامه خواهد داد. دکتر فرانکل که به نیچه علاقه‌مند است، این سخن وی که می‌گوید: «آن کس که چرایی زندگی خود را یافته، با چگونه‌اش نیز خواهد ساخت» را بسیار ارزشمند می‌داند.

در اردوگاه کار اجباری اسیران، هر حادثه‌ای سبب می‌شود تا زندانی امید به آینده را از دست دهد. همه‌ی هدف‌های عادی زندگی از او گرفته می‌شود. تنها چیزی که برایش باقی می‌ماند «آخرین آزادی» است. آزادی در انتخاب روش اندیشیدن و روبروشدن با حوادث جانبی. این آزادی پایانی که هم رواقیون گذشته و هم اگزیستانسیالیست‌های امروزی به آن ایمان دارند، در داستان دکتر فرانکل دارای اهمیت ویژه‌ای است.

زندانیان انسان‌های معمولی بودند، اما حداقل عده‌ای از آنان نشان دادند که ارزش رنج‌هایشان را دارند و بدین وسیله شایستگی انسان را در پیروزی بر

سرنوشتش به اثبات رساندند و از آن نیز پا را فراتر نهادند.

البته، دکتر فرانکل می‌خواهد پی ببرد که چگونه می‌توان این نیروی شگرف انسانی را دریافت و چگونه می‌توان در یک بیمار این حس را برانگیخت که وی به خاطر چیزی مسئول زندگی است، هر چند که در بدترین موقعیت قرار گرفته باشد و برای مثال، نمونه‌ای از رخدادی شگفت و تکان‌دهنده از یک جلسه‌ی «گروه‌درمانی» در اردوگاه را نقل می‌کند.

دکتر فرانکل به درخواست ناشر خود شرحی مختصر و کوتاه اما جامع و گویا، از اصول اساسی «لوگو تراپی» و همچنین فهرست کتاب‌های مربوط به «لوگو تراپی» را نیز به این زندگی‌نامه افزوده است. هر چند درباره‌ی «مکتب روان‌درمانی وین» یعنی درباره‌ی فروید و آدلر نوشته‌های زیادی به زبان انگلیسی در دست است، ولی بیشتر مطالب انتشار یافته درباره‌ی روان‌درمانی «لوگو تراپی» به طور عمده به زبان آلمانی است.

فرانکل برخلاف بسیاری از اگزیستانسیالیست‌های اروپایی، نه بدبین است و نه ضددین، بلکه بر عکس، کسی که در زندگی خویش، خود شاهد آن همه رنج و مصیبت بوده، به طور شگفت‌انگیزی به قدرت و توان انسان‌ها در پیروزشدن بر حوادث ناگوار زندگی امیدوار است.

مطالعه‌ی این کتاب را که واژگانش چون گوهری درخشان بر ژرف‌ترین مشکلات و مسائل انسانی می‌تابد، از همگان خواهانم. زیرا این کتاب از ارزش ادبی و فلسفی بسیاری برخوردار است و دیباجه‌ای نافذ و جاری بر ارزشمندترین انقلاب روانشناسی روزگار ما محسوب می‌شود.

گوردون و. آلپورت

بخش نخست

سرگذشتی در اردوگاه کار اجباری

این کتاب به دنبال آن نیست که تنها شرح اتفاقات و رخدادها را ارائه دهد، بلکه می‌خواهد سرگذشت شخصی را به تصویر کشد که میلیون‌ها نفر دیگر نیز آن را لمس کرده و بدان گرفتار آمده‌اند.

در حقیقت این کتاب شرح وقایع درون یک اردوگاه کار اجباری^۱ است که از زبان یکی از بازماندگان آن روایت می‌شود. این داستان به شرح حوادث هولناک، که در مورد آنها بسیار سخن گفته شده ولی کمتر به باور مردم رسیده، کاری ندارد، بلکه به درد و رنج‌های کوچک اشاره دارد و آن‌ها را بر ملا و آشکار می‌سازد. به عبارت دیگر: این کتاب تلاشی برای نشان دادن این پرسش است که: زندگی روزانه در اردوگاه اسیران کار اجباری در ذهن و اندیشه‌ی یک انسان معمولی چه بازتاب و اثری می‌گذارد؟

بیشتر رخدادهایی که در این کتاب به تصویر کشیده شده‌اند، در اردوگاه‌های بزرگ و مشهور صورت نگرفته، بلکه در اردوگاه‌های کوچکی اتفاق افتاده که بیشتر آدم‌سوزی‌ها نیز در آنها به وقوع پیوسته است.

این کتاب داستان رنج‌ها و مرگ قهرمانان بزرگ و زندانیان شناخته شده و یا «کاپو‌ها»، یعنی آن زندانیانی که به عنوان افراد مورد اعتماد به کار گرفته می‌شدند و در نتیجه از مزایای ویژه‌ای برخوردار بودند، نیست. بلکه سخن از ایثار و فداکاری‌های افراد مصلوب و مرگ جان‌سوز توده‌های گمنام و زندانیانی است که هیچ گزارشی از حال و روز آنان در دست نیست. این افراد گمنام همان زندانیان معمولی‌ای بودند که هیچ‌گونه نشان مخصوصی بر لباس خود نداشتند و به شدت مورد هجوم کاپوها قرار می‌گرفتند. این اسیران درد کشیده‌ی گمنام یا چیزی برای خوردن نداشتند و یا اگر اندک توشه‌ای داشتند با آن فقط مزه‌ی غذا را می‌چشیدند، در صورتی که کاپوها (سرکرده‌گان) هیچگاه گرسنگی نمی‌کشیدند و وضع زندگی اغلب آنان در اردوگاه‌های کار اجباری بسیار بهتر از بیرون از اردوگاه‌ها بود. رفتار بسیاری از این سردسته‌ها با زندانیان بسیار شدیدتر و بدتر از رفتار نگهبانان عادی بود و حتی ظالمانه‌تر از افسران اس. اس زندانیان را می‌زدند. این سردسته‌ها را از میان زندانیانی بر می‌گزیدند که شخصیت‌شان نشان‌دهنده‌ی خباثت و طینت مورد نظر اس. اس‌ها بود و چنانچه در عمل خلاف خواسته و انتظار اس. اس‌ها تشخیص داده می‌شدند، فوراً عزل می‌گشتند.

کاپوها به سرعت با خلق و خوی افسران اس. اس و زندانبان‌های اردوگاه آشنا و همسو می‌شدند و از این رو می‌توان بر اساس اصول روانشناسی در خصوص آن‌ها قضاوت کرد.

کسانی که در بیرون زندان بودند، تصوّرات غلطی از زندگی در درون اردوگاه کار اجباری داشتند، تصوّری آمیخته با احساسات و ترحم. زیرا آنان از مبارزه‌ی سخت، خشن و بیرحمانه‌ای که پیوسته در میان زندانیان برای بقا و به‌دست آوردن یک تکه نان در جریان بود، آگاهی درستی نداشتند.

به عنوان مثال: کامیونی را در نظر می‌گیریم که اعلام می‌شد باید تعداد مشخصی از زندانیان را به اردوگاه دیگری منتقل کند، اما گمان نزدیک به یقین همه‌ی زندانیان نسبت به مقصد نهایی کامیون جایی جز اتاق‌های گاز یا کوره‌های آدم‌سوزی نبود. به این ترتیب، عده‌ای از زندانیان بیمار و ناتوان و از کار افتاده را انتخاب کرده و به یکی از اردوگاه‌های مرکزی بزرگ دارای اتاق‌های گاز و کوره‌های آدم‌سوزی می‌بردند. شیوه‌ی انتخاب، نشان و علامتی بود برای مبارزه‌ای آزاد در میان اسیران زندانی و یا میان گروهی با گروه دیگر. خلاصه، مسئله مهم و حیاتی این بود که همه می‌کوشیدند، نام خود و دوستانشان از فهرست گروه اعزامی حذف شود، گرچه همه می‌دانستند که با حذف هر فرد، به ناچار باید شخص دیگری جایگزین شود. از آنجا که ظرفیت هر کامیون مشخص بود و زندانیان تنها با شماره شناخته می‌شدند، بنابراین، مهم نبود که چه فردی همراه گروه حرکت خواهد کرد، فقط کافی بود که تعداد افراد کامل باشد.

وقتی این اسیران به اردوگاه می‌رسیدند - یا دست‌کم در اردوگاه آشویتس^۱ چنین بود - کلیه‌ی مدارک و وسایل همراهشان را از آن‌ها می‌گرفتند. هر زندانی فرصتی می‌یافت که هر نام و نشانی که می‌خواهد برگزیند و هر شغلی که بخواهد به خود نسبت دهد و افراد زیادی به دلایل مختلف چنین می‌کردند. اما سرپرست زندانیان تنها به شماره‌های ویژه‌ی اسیران علاقه‌مند بود. بیشتر، شماره‌ی زندانیان را روی بدن آن‌ها حک و یا خالکوبی می‌کردند و یا در جایی مخصوص روی شلوار یا لباس آن‌ها می‌دوختند، هر وقت زندانبانی می‌خواست، اسیری را تنبیه یا مجازات کند کافی بود که نیم‌نگاهی به شماره‌ی

۱. Aushwitz: شهری در لهستان که اردوگاه کار اجباری نازی‌ها در آنجا قرار داشت و در حدود چهار میلیون تن از اسرا به ویژه یهودیان در آنجا به وسیله‌ی گاز - تزریق دارو و بیماری و گرسنگی از پای درآمدند.

بیندازد. (وای که ما چقدر از این نیم‌نگاه‌ها وحشت داشتیم!) و هیچ نیازی به دانستن نامش نداشت.

برگردیم به کامیونی که آماده‌ی حرکت بود. دیگر برای زندانی فرصتی باقی نمانده بود که به مسائل وجدانی و اخلاقی خود بپردازد. در ذهن و اندیشه‌ی هر زندانی فقط یک چیز وجود داشت و آن اینکه: خود را به خاطر خانواده‌ی چشم به راهش زنده نگه دارد و جان دوستانش را نجات بخشد. در این موقعیت هر زندانی می‌کوشید تا به هر شیوه‌ی ممکن شماره‌ی دیگری به جای او عازم شود. چنانچه پیشتر گفتیم، جریان انتخاب سردسته‌ها (کاپوها) جریانی منفی بود، یعنی خونخوارترین و بی‌رحم‌ترین زندانیان را برای این شغل برمی‌گزیدند. (هرچند گاهی نیز استثنایی روی می‌داد). اما به هر حال، انتخاب «کاپوها» که توسط اس. اس‌ها انجام می‌گرفت، نوعی جریان خودبرگزینی بود که به طور دائم در میان اردوگاه رواج داشت. روی هم رفته، زندانیانی می‌توانستند زنده بمانند که پس از سال‌ها در به‌دوری از اردوگاهی به اردوگاه دیگر و در راه مبارزه برای بقای خویشتن فاقد همه‌ی ارزش‌های اخلاقی شده باشند، این «کاپوها» برای نجات جان خود حاضر بودند دست به هر کاری بزنند و از هیچ کاری ابا نداشتند، خواه شرافتمندانه یا نانجیبانه. حتی گاهی نیز کارهای وحشیانه انجام می‌دادند. دزدی می‌کردند، دوستان خود را لو می‌دادند و امثال آن کارها که دیگر رفتارهایی کاملاً عادی تلقی می‌شدند. ماکه از شناس و اقبال یا معجزه یا علل دیگری از معرکه، جان به در برده‌ایم، می‌دانیم آن‌ها که از همه بهتر بودند، باز نگشتند.

در این جا واقعیت‌ها وقتی دارای معنا می‌شوند که همواره با تجربه‌های شخصی همراه باشند. درباره‌ی اردوگاه کار اجباری مطالب زیادی نوشته‌اند. اما در این کتاب قصد داریم تا به کمک دانش نوین، تجارب اسیران این اردوگاه‌ها را بشکافیم و در نتیجه کسانی که هرگز آن دوران را تجربه نکرده‌اند را به آن

مسائل آشنا کرده و مهم‌تر از آن بتوانند وضعیت افرادی را دریابند که از زندان و اسارت جان سالم به در برده‌اند، اما بعد از آن زندگی رابسی دشوار و مشکل یافتند.

این زندانیان آزاد شده اکثراً می‌گویند: «ما از یادآوری ایام گذشته بیزاریم. نیازی نیست برای آنان که خود در اردوگاه‌ها بودند، سخنی بگوییم و دیگران هم قادر به فهم آن رنج‌ها و تیره‌روزی‌ها و احساس ما نخواهند بود و احساس حالای ما نیز برای آنان غیرقابل درک است».

تلاش جهت انجام یک بررسی پژوهشگرانه از این مسأله امر دشواری است، چون پژوهش مسائل روانشناسی نیازمند بی‌طرفی ویژه‌ی علمی است. اما آیا کسی که مشاهدات و پژوهش‌های خود را می‌نگارد، در صورتی که خود اسیر و زندانی بوده باشد، می‌تواند این بی‌طرفی را حفظ کند؟ این بی‌طرفی مختص کسی است که در بیرون اردوگاه باشد. اما او نیز نمی‌تواند بدون خطا باشد. زیرا کسی که در درون اردوگاه اسیر نبوده، نمی‌داند که چه بر سر یک اسیر می‌آید و در نتیجه احتمال دارد قضاوت و داوری اش اشتباه و ارزیابی‌هایش هم دور از حقیقت باشد.

بنابراین، باید سعی کنیم تا از هرگونه داوری شخصی پرهیز نماییم و این مسأله یکی از مشکلات واقعی نگارش این نوع کتابهاست. زیرا گاهی لازم می‌شود که شخص شهادت داشته باشد تا از رخدادهایی بسیار خصوصی صحبت کند.

ابتدا در نظر داشتم که این کتاب را با نام مستعار منتشر کرده و تنها از شماره‌ی زندانی‌ام بهره‌جوییم. اما زمانی که کار نگارش کتاب پایان یافت، پی‌بردم که انتشار چنین کتابی به نام یک نویسنده‌ی ناشناس ارزش چندانی نخواهد داشت و من باید شهادت لازم جهت بیان همه‌ی عقاید اساسی بیان شده در این کتاب را با نام حقیقی خود داشته باشم. از این روی، هرچند که از

خودنمایی بیزارم، ولی باز کوشیدم که هیچکدام از مضامین اصلی کتاب را حذف نکنم.

حال، بر عهده‌ی خوانندگان است که از محتویات این کتاب، تئوریهایی علمی را استخراج کنند، تا شاید این نظریه‌ها بتواند به روانشناسی زندگی در زندان، که پس از پایان جنگ اول جهانی بدان توجه شد و ما را به «سندروم» بیماری سیم خاردار آشنا کرد، کمک نماید. اما آنچه را درباره‌ی روانشناسی توده‌ها می‌دانیم مدیون جنگ جهانی دوم هستیم که بر دانش ما افزود و آن را بارور ساخت. (من این نامگذاری را از عباراتی معروف و از کتابی به همین عنوان، نوشته‌ی گوستاو لوبون گرفته‌ام). عنوان «جنگ دوم جهانی» به ما جنگ اعصاب را آموخت. و جنگ اعصاب هم اردوگاه کار اجباری اسیران را همراه آورد.

* * *

چون این کتاب توصیف و گزارش جریان‌هایی است که من به عنوان یک زندانی عادی آن‌ها را تجربه و مشاهده کرده‌ام. لازم است در آغاز و با قدری غرور بگویم که در اردوگاه به عنوان روانشناس و حتی به عنوان پزشک معمولی کار نمی‌کردم و فقط در چند هفته‌ی آخر دوره‌ی زندان بود که کارهایی از این دست را به عهده گرفتم. چند تن از دوستان همکار من، این موقعیت را به دست آوردند که در بخش کمک‌های اولیه و در کلبه‌های خیلی سرد، افراد مجروح را با نوارهایی که از کاغذهای باطله درست شده بود، باندپیچی کنند. شماره‌ی من در زندان ۱۱۹۱۰۴ بود و در بیشتر دوران اسارت برای نصب ریل خط آهن زمین می‌کندم. بعضی وقت‌ها نیز کارم کردن تونل راه آب بود، آن هم بدون اینکه به من ذره‌ای کمک شود. اما این کار بی‌پاداش نماند و پیش از سالروز میلاد در سال ۱۹۴۴ یک حواله به من جایزه دادند، این حواله‌ها را یک شرکت ساختمانی صادر کرده بود که عملاً ما را به عنوان برده به کار می‌گرفت.

این شرکت به هر زندانی به طور متوسط در روز تقریباً نیم‌مارک می‌پرداخت و ما می‌توانستیم با این مبلغ شش نخ سیگار بخریم. البته گاهی هفته‌ها بعد این مبلغ را می‌پرداخت. گاهی نیز حواله‌ها کاملاً بی‌ارزش می‌شدند. یک روز شانس به من روی آورد و صاحب حواله‌ای به ارزش دوازده نخ سیگار شدم، اما مهمتر، این بود که من می‌توانستم سیگارها را با دوازده کاسه سوپ عوض کنم و گاهی نیز همین دوازده کاسه‌ی سوپ مرگ ناشی از گرسنگی را چندین روز به تأخیر می‌انداخت.

لذت سیگارکشی واقعی از آن سردسته‌ها (کاپوها) بود که جیره‌ی هفتگی داشتند. البته گاهی هم چند سیگار نصیب زندانیانی می‌شد که به عنوان سرکارگر در انبارها و کارگاه‌های بسیار خطرناک کار می‌کردند. تنها استثنایی که وجود داشت برای کسانی بود که امید به زندگی را از دست داده بودند و می‌خواستند همین چند روز باقیمانده را نیز خوش بگذرانند. ما وقتی می‌دیدیم که فردی سیگارهایش را پشت سر هم دود می‌کند، می‌فهمیدیم که وی امید به زندگی را از دست داده است و وقتی این امید از دست می‌رفت، به ندرت باز می‌گشت و ما آن شخص را جزء از دست رفتگان به شمار می‌آوردیم.

بررسی و مطالعه منابع بی‌شمار موجود از مشاهدات و تجربه‌های زندانیان حاکی از آن است که برای واکنش‌های روانی زندانیان در برابر زندگی درون زندان و اردوگاه سه مرحله قابل تصور است. مرحله اول ورود به اردوگاه است. در مرحله دوم زندانی کارهای روزانه زندان را می‌آموزد و سرانجام نوبت مرحله سوم یعنی آزادی فرا می‌رسد.

نشانه‌ی مشخص دوره‌ی اول **ضربه‌ی روحی** است و در برخی موارد حتی ضربه‌ی روحی در شرایط خاصی پیش از ورود به اردوگاه نیز دیده شود، در این جا من برای مثال، تجربه‌ی شخصی خودم را بیان می‌کنم:

هزار و پانصد نفر طی چندین شبانه‌روز سفر می‌کردند، در هر واگن ۸۰ نفر