

حافظه؛ تقلاي بين فراموشي و يادسپاري

چالش اصلي حافظه همين دوگانگي است، يعني تقلاي بين فراموشي و به يادسپاري.



چالش اصلي حافظه همين دوگانگي است، يعني تقلاي بين فراموشي و به يادسپاري. کشمکش بين خودآگاه و ناخودآگاه، جرياني بين مسرت و محنت که فراموشي و يادسپاري مي تواند دليلي براي يکي از آنها باشد.

به گزارش ايسنا، رامتين ايماني نوبر، روانشناس، در يادداشتي در روزنامه **ايران** نوشت: «رولان بارت در کتاب «اتاق روشن: اندیشه هاي درباره عکاسي» نوشت: «شرط لازم تصوير، يک نظر است. اين را يانوش به کافکا گفت و کافکا ليخندي زد و پاسخ داد: ما از چيزها عکس مي گيريم تا از فکرمان بيرونشان کنيم. داستان هاي من، راهي بر بستن چشمانم هستند.» گويي کافکا با پاسخش از آرامش ذهن سخن گفت؛ ذهني که حياتش بسته به حافظه است؛ حافظه اي که کارکردش يادسپاري خاطرات و اطلاعات است و يادسپاري تنها زماني معنا پيدا مي کند که فراموشي درک شود. از اين رو، اساساً فراموشي مانند تيغي دولبه است، هم مي تواند مايه آرامش و نجات باشد و هم مايه رنج و عذاب. هم انتخابي است و هم غير انتخابي. هم زودگذر است و هم ابدی. درست مثل يادسپاري.

همانطور که ليذا جنوا، عصب شناس و نويسنده نامدار کتاب «به ياد داشته باشيد: علم به يادآوردن و هنر فراموشي» مي گويد: «در حالي که حافظه پادشاه است اما کمی هم بي معناست.» اينکه چگونه مي توانيد با جزئيات به ياد آوريد که ۲۰ سال پيش کفش کودکی تان چه رنگي بوده اما حتى نمی توانيد به ياد آوريد که دو روز پيش ناهار چه خورده ايد! در واقع نقش متناقض حافظه و متعاقب آن فراموشي و يادسپاري، گويي در حول احساسی می چرخد که با فراموشي درصد کنارتش و با يادسپاري، درصد تکرار لذتش هستيم و شايد هم بالعکس! بنا بر اين بسياري اوقات ما با آگاهي انتخاب مي کنيم که چه چيزي به خاطر بسپاريم و چه چيزي را فراموش کنيم. پس از اين، بعدها ممکن است با يک عامل تحريك کننده، هيچان رويدادي را که براي ما بدل به خاطره اي شده، دوباره تجربه کنيم، آنچه مي تواند خشم، غم، شادي يا عشق باشد. مثلاً، آن عامل تحريك کننده مي تواند گذر از يک محله يا گوش دادن به يک موسيقي خاص يا بوييدن تصادفي دود هيزم باشد که هر کدام خاطراتي از گذشته هاي دور با همان احساس و هيچان را مي تواند دوباره در ما غليان کند.

بنابراين در ابتدا آنچه براي ما در اين فرايند اهميت دارد، نقش حافظه خودآگاه است؛ همانی که گويي رابطه عاشقانه با ذهن دارد و به مثابه موهبتي ارزشمند براي انساني است که با گذر عمر تصور مي کند روزي وي را ترک خواهد کرد يا حداقل نادیده خواهد گرفت. از اين رو، جنوا ادامه مي دهد: «بيشتر چيزهايي که فراموش مي کنيم، شکست شخصيت، نشانه اي از بيماري يا حتى دليل منطقي براي ترس نيست - جاهايي که بيشتر تمايل داريم برويم زماني است که حافظه ما را نادیده می گیرد. هر بار که چيزي را فراموش مي کنيم که فکر مي کنيم بايد به خاطر بسپاريم يا وقتی که جوان تر بوديم به ياد مي آورديم، احساس نگرانی، خجالت يا ترس مي کنيم. ما به اين فرض پاييند هستيم که حافظه با افزايش سن ضعيف مي شود، به ما خيانت و سرانجام ما را ترک مي کند.»

اما سوي ديگر اهميت حافظه آن است که به وسيله همان عوامل تحريك کننده مي تواند سبب غليان دوباره همان هيچان هاي آزاردهنده و اضطراب زا باشد، بنا بر اين ناگزير مي شويم که از مکانيسم هاي دفاعي براي دورکردن آنها از ضمير خودآگاهمان استفاده کنيم و بدون اينکه آگاه باشيم آنها را به ضمير ناخودآگاه بسپاريم تا مجدداً اين اضطراب ها را تجربه نکنيم. با اين حال همان تنش هاي نهفته در ناخودآگاه در سر بزنگاه ها يا حتى در رؤياها به سراغمان خواهد آمد تا سرانجام در جايي ما را به تله بيندازد، البته قدرت بي بدیل حافظه ناخودآگاه همواره مايه رنج نيست، بلکه مي تواند عامل موفقيت هم باشد.

به هر روي، گويي چالش اصلي حافظه همين دوگانگي است، يعني تقلاي بين فراموشي و به يادسپاري. کشمکش بين خودآگاه و ناخودآگاه، جرياني بين مسرت و محنت که فراموشي و يادسپاري مي تواند دليلي براي يکي از آنها باشد. از اين رو پاسخ کافکا گويي تنها مرهمي براي کاستن اين رنج است، اينکه با ذخيره کردن تراوشات فکري در جايي به غير از ذهنمان به حافظه فرصت استراحت دهيم تا با بايگاني کردن آنها موقتاً فراموششان کنيم و در مواقع لزوم دوباره به يادشان بياوريم، يا با همان ذخيره سازي در همانجا - مثل خلق اثری - مجالی دهيم که تراوش عوامل آزاردهنده در ناخودآگاه را مثل فيلمي روي پرده غبارآلود حافظه مان به نمايش بگذاريم تا با مشاهده و پذيرشش، براي مدت ولو کوتاهي، سرانجام، با آرامش چشمانمان را ببنديم؛ چشمانی که ناظر چشم انداز تقلاي ابدی فراموشي و يادسپاري، در قلمرو بيکران حافظه است؛ حافظه اي که حيات ذهنمان به آن بستگي دارد.»