

# بابای خوب و مهربان!

فرزندان الکی ها! (۸)

از کتاب با زندگی آشتی کنید (یادداشت‌های روانشناسی زندگی در غربت) شماره ۱۲۹  
دکتر ابراهیم رشیدپور

به مرد مهاجری که مشکلات «فرزندان الکی‌ها»، او را به جلسات روان درمانی می‌آورد، می‌گویم: «با پدرت حرف بزن، برای او نامه بنویس... می‌گوید: «نمی‌دانم او را به چه اسمی صدا کنم... می‌گویم «یا حمله، بابای خوب و مهربانم شروع کن... سری به حالت تأسف و تأثر، تکان می‌دهد و می‌گوید: «آقای دکتر، بابای خوب و مهربان، الکی نیست و دست روی فرزندانش، بلند نمی‌کند...»

## زندگی در خانه پدر الکی!

معمولاً، در همان جلسات اول و دوم، به «فرزندان الکی‌ها» پیشنهاد می‌کنم، کتاب آقای «لوئی اندرسون» (LOUIE ANDERSON) کم‌دین برنامه‌های تلویزیونی را بخوانند و به صدای او که کتاب را روی نوار صوتی خوانده است، گوش کنند... «پدر عزیزم» (DEAR DAD) عنوان کتاب او و مجموعه نامه‌هایی است که به «پدر الکی» خود نوشته و با این کار خلاق، آنچه را در ایام کودکی و نوجوانی، در خانه یک «پدر الکی» بر او گذشته، بزبان آورده است... آقای «اندرسن»، خودش را فرزند یک آدم الکی می‌داند و بر این اعتقاد است که «الکی» بودن پدر، بر کل شخصیت او اثر گذاشته و از او «یک آدم بیش از اندازه حساس، نگران، غمگین و چاق و پرخور ساخته است...» نویسنده، در این نامه‌های صادقانه، با پدری که از دنیا رفته، درد دل می‌کند و حرف‌ها و «احساس‌هایی» را که یک عمر از دیگران و حتی از خودش، پنهان کرده بود، روی کاغذ می‌آورد...

آقای «اندرسن» با نوشتن این نامه‌ها به «فرزندان الکی‌ها»، کمک می‌کند تا «رابطه مشکلات زندگی دوران بزرگسالی خود را با حوادث و اتفاقات دوران کودکی، در کنار پدر یا مادری معتاد و گرفتار» متوجه بشوند و درصدد چاره‌جویی برمایند.

## شخصیت بیمارگونه واز کار افتاده!

هریک از این نامه‌ها، به نحو جالب و مؤثری، زندگی یک آدم الکی را در صحنه‌هایی از «خسونت»، «کودک‌آزاری» و «خفت و شرمندگی»، از چشم کودک دیروزی و بزرگسال امروزی ترسیم می‌کنند... در واقع، خوب نشان می‌دهد، چطور یک «آدم الکی» تحت تأثیر اعتیاد، صاحب شخصیتی بیمارگونه واز کار افتاده می‌شود و بدون توجه، فرزندانش کوچک و بزرگ خود را برای یک عمر، گرفتار دردهای گاه «بیدرمان!»، جسمی و روانی می‌کند... تنها، تعداد بسیار کمی از «فرزندان الکی‌ها»، با جای پای آقای «اندرسون» می‌گذرانند و با نوشتن نامه یا صحبت روی نوار، با پدر خود، درد دل می‌کنند... اکثرآ، به بهانه اینکه نوشتن نامه و حرف زدن با پدر برای آنها، سخت است، صحنه‌هایی از زندگی گذشته خود را، در کنار پدر الکی، به یاد می‌آورند و در جلسات روان درمانی فردی و گروهی، برای ما تعریف می‌کنند... در یادداشت این ماه، نمونه‌هایی از «نامه‌ها» و «گفتگویی» هر دو گروه راحلاصه می‌کنیم...

## تجاوز به جسم و روح فرزندان، به بهانه اعتیاد!

«مشروب خوردن پدرم را زیاد به یاد ندارم. در میهمانی‌ها، البته می‌خورد و زیاد هم می‌خورد اما... این که هر

چیزی را بهانه خواهد کرد و اگر زورش به دیگران نرسد، تلافی آنرا سر من درخواهد آورد... همیشه، همینطور بود... بیشتر اوقات در خانه ما، کسی مجازات میشد که اصلاً تقصیری نداشت...»

## طلب آموزش برای پدر الکی

نامه مرد مهاجری که به حکم دادگاه ایالتی و تکمیل برنامه (ANGER MANAGEMENT) به جلسات روان درمانی می‌آید، بلکه بتواند «خشم» خود را کنترل کند و... وقتی به قول خودش «از کوره در می‌رود» به زن و بچه‌ها، صدمه زند، چند خط بیشتر نداشت... بدون اینکه، پدرش را خطاب کند نوشته بود: «تکلیف سختی است... نمی‌دانم چه بنویسم، چرا بنویسم و نوشتن نامه به تو که دستت از این دنیا، کوتاه است، چه باری را از دوش خسته من، در غربت بر میدارد... از خدای بزرگ، برای تو آموزش می‌طلبم و امیدوارم، آنچه را در خانه «ظلم!»، با من و برادر و مادر ناخوش احوالم کردی، فراموش کنم... جزاین هرچه بنویسم، دردم را صد چندان می‌کند...» برای اینکه به مرد مهاجر، کمک کنیم باید او را بشناسیم و بدانیم چرا، بدون اینکه متوجه باشد، با جای پای پدر گذاشته وهم چون او، زن و فرزندانش را آزار میدهد...

## مشورت با روان پزشک کلینیک

مرد مهاجر، از خستگی و دردی که «انگار در چهارستون بدنش جا، خوش کرده»، مینالده... من سراپا گوشت و او یک بند و پشت سر هم، حرف می‌زنند... از همه چیز و همه جا، برابرم می‌گوید... در ضمن گه گاه، وقتی از آدم‌های آشنا و غریبه دور و برش، چیزی می‌گوید، بی‌جهت با اسم و رسم آنها، شوخی می‌کند و در حالیکه، رشته کلام از دستش در می‌رود، آنچه را قبلاً برابرم گفته، برای چندمین بار، تکرار می‌کند... وقت حرف زدن، پای چشم مرد مهاجر، می‌پرد و دست و صورتش التهاب دارد... حالت نارام و بی‌قرار مرد مهاجر، نگرانم می‌کند... پیشنهاد می‌کنم، هرچه زودتر با روان پزشک کلینیک ما، مشورت کند. هنوز حرفم تمام نشده، با حالتی عصبی، در حالیکه می‌خندد می‌گوید: «چه حرف‌ها می‌زنید آقای دکتر... خیال می‌کنید من دیوانه! شده‌ام...» برای اینکه خیالش را راحت کنم گفتم: «آدم دیوانه!» هرگز در صحت عقل خود شک نمی‌کنم... امیدوارم، روان پزشک کلینیک ما، با دیدن شما در چند جلسه، به من اطمینان بدهد که «روان درمانی» به شما کمک می‌کند و در ضمن آیا به «دارو درمانی» (DRUG THERAPY) احتیاج دارید یا نه...»

نمی‌دانم، تا چه اندازه خیالش راحت شد اما قول داد که قبل از آمدن به جلسه بعد، روان پزشک ما را ملاقات کند...

## در وطن، زن با شوهرش مدارا! می‌کرد...

مرد مهاجر، اینطور که پرونده خلاف او نشان می‌دهد، تا به حال چند بار دست روی زن و بچه‌ها، بلند کرده و سرو کارش به اداره پلیس، مرکز حمایت از خانواده، و دادگاه ایالتی افتاده. از قرار معلوم، آخرین بار که همسرش را می‌زند، زنا، رسماً از او شکایت می‌کند... به پلیس گفته: «شوهرم دست بزن دارد و وقتی عصبانی می‌شود و از کوره در می‌رود، شمر هم جلو دارش نیست...» مرد مهاجر را موقتاً بازداشت می‌کنند و به دادگاه احضار می‌شود... در ضمن، مددکار اجتماعی که به خانه آنها می‌آید، به زن می‌گوید: «می‌توانی تقاضای طلاق کنی، خارج از نوبت به کارت رسیدگی

می‌کنند... مردمهاجر، همین مطالب را منتها، بصورتی که حق را به جانب خودش بدهد، برابرم می‌گوید و مخصوصاً از این که همسرش از او شکایت کرده، شکوه و گلایه می‌کند... می‌گوید: «هرگز گمان نمی‌کردم همسرم از در دشمنی با من در بیاید و پس از بیست و چند سال زندگی مشترک از من به پلیس شکایت کند و... با این کار، پای آدم‌های غریبه به زندگی خانوادگی ما باز بشود... ای کاش، هنوز در وطن بودیم که زن با شوهرش «مدارا!» می‌کرد و... اگر هم مشکل و مسأله‌ای پیش می‌آمد، با کمک بزرگ ترهای فامیل و کوتاه آمدن، یکی از دو طرف، به خوبی و خوشی حل میشد»

## دیدار پدر در کابوس شب‌های دراز غربت!

به نظر می‌رسد، مرد مهاجر، برای «تبرئه!» خود، آن چه را پدر الکی او، در توجیه رفتار خود به زبان می‌آورده، طوطی وار، تکرار می‌کند و از همسرش، انتظار دارد، چون مادر که تسلیم پدر بود، با او مدارا کند... راستی چطور می‌توان او را متوجه کرد که در ذهن آشفته و بی‌قرار خود، هنوز، ساکن خانه پدری است و آنچه با زن و فرزندانش خود می‌کند، شباهت زیادی به رفتارهای پدر الکی دارد... یک راه آن، بردن مرد مهاجر، به خانه دوران کودکی او است... از او می‌خواهم بدوران گذشته بازگردد و پایه اولین خانه‌ای که با پدر و مادرش در آن زندگی می‌کرد بگذارد... مرد مهاجر، تعریف می‌کند: «خانه ما در پائین شهر، قدیمی و از خشت و گل بود. خانه دو در داشت. از خیابان که وارد کوچه میشدیم، از مغازه‌های بقالی و سبزی فروشی و دوچرخه سازی می‌گذشتیم و کنار قهوه‌خانه‌ای که اسد آقا صاحبش بود، به اولین در خانه می‌رسیدیم... خانه، حیاط کوچکی داشت... یک زیرزمین نسبتاً بزرگ، یک آشپزخانه متروک و یک راه پله که به پشت بام حیاط دوم میرفت و گوشه و کنار آن پر بود از کوزه‌های ترشی، قوطی‌های خالی و خرت و پرت‌های پدر و نخوری که آقا جان، گمان می‌کرد، روزی روزگاری از آنها استفاده خواهد کرد...»

«اطاق دراز مستطیل شکلی را که جلوی در ورودی حیاط بود، به من داده بودند که فارغ از سر و صدای حیاط اندرونی، بکار درس و مشق برم... با این همه، وقتی گوش تیز می‌کردم، صدای پدر و مادرم را خوب می‌شنیدم که با هم بگو مگو می‌کنند و به سر و کله هم می‌زنند... من نگران مادرم بودم آقای دکتر... می‌دانستم که پدرم وقتی دیروقت و «مست و پاتیل!» به خانه می‌آید و مادرم از او بازخواست می‌کند... یک مرتبه از کوره در می‌رود و با داد و فریاد و فحش و مشت و لگد، به خیال خودش، مادر را ساکت می‌کند...»

مرد مهاجر، از آنچه در خانه پدر الکی، بر او گذشته، راحت، حرف می‌زند، اما... از نوشتن نامه به مردی که چند لحظه او را در کابوس شب‌های دراز غربت، می‌بینم، وحشت زده، از خواب بیدار میشوم... پاپس می‌کشد، و کار روان درمانی خود را عقب می‌اندازد... باید امیدوار بود در ادامه جلسات روان درمانی، دست از «مقاومت!» بکشد و آنچه را در دل دارد خطاب به پدر، بنویسد... \* روان‌شناسانی که به جلسات روان درمانی آنها در این یادداشت‌ها اشاره می‌شود، با حذف و تغییر مشخصات افراد، مطالب خود را طوری تنظیم می‌کنند که هویت مراجعین آنها از تمام جهات محفوظ بماند. آنها هرگونه شباهت احتمالی با سایر افراد را کاملاً و از هر جهت تصادفی میدانند. ناتمام

شب مثلاً پای بساط شراب و آبیجو بنشیند و مثل پدر آقای «اندرسون»، ساعت‌ها بنوشد، این طور نبود... با این همه، آنچه آقای «اندرسون» در مورد رفتارهای پدرش می‌گوید و شما نیز در جلسات روان درمانی از آنها، صحبت کرده‌اید، کاملاً برابرم آشنا است... عصبانی شدن و از کوره در رفتن‌های گاه و بیگاه، آنهم بدون علت و دلیل... دشنام دادن و خوار و خفیف کردن دوروبری‌ها... با آدم‌های کوچک و بازار در افتادن و بدو بیراهه گفتن... دست روی زن و بچه‌ها بلند کردن و... از همه مهم‌تر، رنگ عوض کردن شخصیت، بعد از نوشیدن و مست کردن... تمام اینها، در مورد پدر خدا بیامرز من نیز صدق می‌کرد... «ما، خانواده یک «آدم الکی»، هرگز نمی‌دانستیم، پدر وقتی چکش در را می‌زند و قدم به محیط خانه می‌گذارد، چه حال و روزگاری دارد... آیا خوش خلقی است و ناز و نوازش می‌کند یا خشمگین و بد دهن، دشنام می‌دهد و چک و توسری می‌زند... حتی، قبل از اینکه کتاب آقای «اندرسون» را بخوانم بارها از خودم می‌پرسیدم: اصلاً چرا یک پدر باید فرزندش را بزند و جسماً و روحاً آزار بدهد؟ آخر چه کسی به او حق می‌دهد تا به بهانه «اعتیاد» به جسم و روح فرزندانش تجاوز کند؟...»

## چشمان سرخ و حالت خوش و شنگول پدر!

«دنبال پدر، در کوچه و خیابان‌های بالای شهر، دنبال منزل هوشنگ می‌گردیم. آدرس را به مادر داده‌اند و او شماره خانه و اسم کوچه را خوب به یاد ندارد... خلق پدر تنگ شده و سخت عصبانی است... تا چند دقیقه پیش اینطور نبود. خوش و خندان، سر به سر مادر می‌گذاشت و وقتی از کنار مردم کوچک و بازار می‌گذشتیم، به علامت شوخی یا احترام!، شایبوی حصیری خودش را از سر بر میداشت و زیر لب حرف‌های مزه‌ای می‌زد... میدانستم چرا، خلق پدر خوش است... قبل از اینکه از خانه بیرون بیایم، دور از چشم مادر، به اطاق خودش رفت و وقتی به حیاط برگشت، چشمان سرخ و حالت خوش و شنگول او نشان میداد که بقول خودش «ذمی به خمره زده»، و «غم و غصه روزگار را با آب انگور شسته است»...»

«انگار، پیدا نکردن منزل هوشنگ که گویا قرار است برادرش «منوچهر» با خواهرم ازدواج کند، پدر را در یک آن، از این رو به آن رو کرده... بابای آدم دیگری شده... هرچه از دهانش در می‌آید به ما می‌گوید... همه ما را مقصر میدانند... «آدم‌های کم حواس و بی‌عرضه‌ای هستیم»، «لباقت زندگی با او را نداریم»، «بی‌جهت، عمر خوش را با ما تلف می‌کند».

«از حال و احوال دیگران خبر ندارم اما... دل خودم، مثل سیر و سرکه می‌جوشد... چشمانم را زیر انداخته‌ام مبادا، نگاه خشمگین پدر، به من بیافتد... خوب میدانم بالاخره،

## برای درج آگهی در کتاب

## یلوپیج ایرانیان شمال کالیفرنیا سال ۲۰۰۸

## با «پژواک» تماس بگیرید.

یلوپیج ایرانیان شمال کالیفرنیا شانزدهمین سال انتشار  
ز سرچ اینترنت شرکت یلوپیج (408) 615-1030

رضا مظاهری  
Real Estate Broker  
408-358-3678  
همه و روش‌های نوین  
در کمترین وقت و با کمترین هزینه  
The #1 in the area

سپاسار بکتاش  
Mortgage Broker  
408-247-2461

یوسف مظاهری  
CEO  
5.5% 30 year  
FICO  
Funded over  
\$4,422,000,000  
in 25 years

پیش از 15 سال تجربه  
www.fib-mortgage.com  
(408) 388-8101  
Purchase & Refinance  
100% Service Fee, No Cash Out

2007

کاملترین یلوپیج مورد استفاده ایرانیان  
در شمال کالیفرنیا با ۱۷ سال انتشار متوالی

(408) 615-1030

www.irany.com

## Day Dream Family Child Care

Now Enrolling



در محیطی گرم و صمیمی و با در اختیار داشتن انواع  
واقسام وسائل آموزشی و سرگرم کننده،  
پذیرای کودکان شما با صبحانه، ناهار و عصرانه،  
از نوزاد تا ۱۲ سال می‌باشد.

(408) 244-8200

(408) 261-8986

License# 434404138

ساعات کار از دوشنبه تا جمعه، ۶:۳۰ صبح تا ۶ بعد از ظهر

3583 Constance Drive, San Jose, CA 95117  
(Stevens Creek by Santana Row)