

## مرد مهاجری که «حساب پس میداد»!

از کتاب با زندگی آشتی کنید (یادداشت‌های روانشناسی زندگی در غربت) شماره ۱۳۳

دکتر ابراهیم رشیدپور

در وطن، مرد مهاجر، در اوج قدرت و توانایی مالی و اجتماعی، همسر خود را دست کم می‌گرفت... برای او که «جنس دوم!» به حساب می‌آمد، ارزش و اعتباری قائل نبود و تا آنجا که می‌توانست به او زور می‌گفت و حالا... در ولایت غربت، از پا افتاده و ناتوان، زن تلافی می‌کند و او «حساب پس می‌دهد!»...

حالت «مظلومانه!» او را ندارد و دیر یا زود تسلیم خواهد شد. مرد، در جا می‌ایستد تا همسرش به او برسد... آقای X حالت، آدم گناهکاری را پیدا کرده که سخت از کرده خود پشیمان است و باید به نحوی از طرف مقابل «پوزش!» بخواهد... نهبی به خود میزند، دستش را بطرف همسرش دراز می‌کند تا بازوی او را بگیرد... خانم Y، با حالت قهر و اعتراض خود را کنار می‌کشد و زیر لب می‌گوید: «با من کاری نداشته باش، حوصله ندارم...» حالا، زن و شوهر کنار هم راه افتاده اند و از مقابل چند نفر از همسایه‌ها که در خیابان، جلوی خانه‌های خود ایستاده اند می‌گذرند... خانم Y با لبخند و روی خوش، با حالتی عادی، درست مثل اینکه او و شوهرش، خوشحال و خندان در حال قدم زدن هستند به همسایه‌ها دست تکان می‌دهد و قدم تند می‌کند و این... درست تا پیچ خیابانی است که او و شوهرش از دید همسایه‌ها دور شده‌اند... خانم Y دوباره به حالت چند دقیقه پیش برمیگردد...

و مرد مهاجر، چقدر امیدوار است، حتی اگر همسرش او را به خاطر «بازگوشی‌ها!» و «گناهان!» گذشته، نبخشیده باشد، لاقلاً حالا که او از در صلح و صفا درآمده، ناراحتی و غم و غصه خود را فراموش کند و کسی خوشحال‌تر از اول شب، به خانه برگردند... خیال باطلی است...

### شمارش «گناهان» مرد مهاجر!

مرد مهاجر، بقیه ماجرای «هوا خوری شب!» را تعریف می‌کند: «اواسط راه، خانم به حرف آمد... گفت و گفت... ابتدا از گذشته‌ها... از آنچه در طول زندگی با او کرده ام... از این که چرا زندگی بدون عشق و محبت دیروزش را در وطن، دوست نداشت و امروز نیز از این که در این چهار دیواری غربت، زندانی شده راضی و خوشحال نیست... «همسرش آقای دکتر، وقتی شروع به شکوه و گلایه می‌کند، تا تمام حرف‌هایش را نزند و بگوید خودش «گناهان من را!» شمارش نکنند ساکت نمی‌شود... من البته عادت و اخلاق ایشان را خوب میدانم و حتی المقدور سعی میکنم فقط گوش بدهم و چیزی نگویم که ایشان را آتشی تر کند اما... خانم فقط به همین حرف‌ها بسنده نمی‌کند... درست مثل شب گذشته که کم کم شروع به بدگویی از من کرد... زبانش به فحش و توهین باز شد و آنچه از دهانش در می‌آمد به من و به خودش گفت...»

روان شناس: مرد مهاجر، یک مرتبه ساکت میشود. صورتش سرخ و برافروخته است. انگار سعی دارد به من نگاه نکند... سر به زیر انداخته. خوب معلوم است که یادآوری حرف‌های زشت و توهین آمیز همسرش، سخت او را ناراحت و شرم‌منده کرده و... شاید خود را در چشم این آدم غریبه که هم وطن او است، کوچک و از پا افتاده، احساس می‌کند... من نیز سکوت کرده بودم. به فکر افتاده بودم که چطور و چه سؤالی از مرد مهاجر بپرسم که بیش از این رنجیده خاطر نشود... به زبان آمد که بپرسم «چه احساسی داشتی؟» راستش بدلم نجیبید. میدانستم که مرد مهاجر با زبان انگلیسی خوب

آشنا است. پرسیدم: HOW DID YOU FEEL?

مرد مهاجر، کمی آرام‌تر از چند لحظه پیش، خود را جمع و جور می‌کند و می‌گوید: «... خونم به جوش آمده بود آقای دکتر... بیش از این تحمل نداشتم که ایشان حرف بزند و توهین کند و من گوش بدهم و صدایم در نیاید... بقول معروف کاسه صبرم لبریز شده بود... حالا من نیز از کوره در رفته بودم. باید جواب خانم را میدادم... با این همه، به خاطر این که بقول معروف جنگ مغلوبه نشود و کار بالا نگیرد، «خشم» را غورت دادم، حرفم را خوردم و مثل همیشه ساکت شدم... بازی نقش ظالم و مظلوم در زندگی زناشویی!

به مرد مهاجر، پیشنهاد می‌کنم، هفته آینده با همسرش به جلسه روان درمانی بیاید. آشنائی با زن و شنیدن حرف‌های او، کمک خواهد کرد تا «زندگی زناشویی» آنها را که معلوم نیست از چه وقت و چرا آسیب پذیر شده، بهتر بشناسم... مرد مهاجر، پیشنهادی را سرسری پذیرفت اما زیر لب گفت: «قول نمی‌دهم آقای دکتر... گمان نمی‌کنم خانم راضی بشود...» آخرین کلام مرد مهاجر، قبل از ترک جلسه، نظرم را گرفت... شاید به شناخت «مسأله!» آنها ارتباط داشته باشد... می‌گفت: «خانم مرتباً می‌گوید، در گذشته و در وطن هرگز، بفکر من نبود و شب و روز خود را با «از ما بهتران!» می‌گذراندی... و من در جواب ایشان فقط تکرار می‌کنم: بنده از روز اول، مسئول خوشحال کردن جنابعالی نبودم و نیستم و نخواهم بود...»

\* آنچه بین زن و مرد مهاجر می‌گذرد، رابطه بیمارگونه‌ای است که در روان شناسی، بازی «ظالم و مظلوم» نام گرفته زن و شوهر بدون اینکه متوجه باشند در این دو نقش «ناسالم» جا افتاده‌اند...

\* یک نگاه به آنچه بین زن و شوهر به هنگام راه پیمائی می‌گذرد، نشان می‌دهد که همسر مرد مهاجر با خلق و خو و شخصیتی PASSIVE یا پذیرا، نقش قربانی (VICTIM) یا مظلوم را بازی می‌کند...

\* وقتی از همسر خود ناراحت و دل‌گیر میشوید، به جای اینکه آنچه را «احساس» می‌کنید، بزبان بیاورد، سعی می‌کند با رفتار «پذیرا» و با حالی وارفته و بی‌حال (آه کشیدن، بعد از چند جمله کوتاه، سکوت کردن، در خود فرورفتن، کنار کشیدن و طعنه و کنایه زدن)، شوهرش را متوجه ناراحتی خود کند...

\* زن، در ابتدای راه پیمائی امیدوار است، مرد زندگی او خود به خود متوجه بشود که زن چقدر و چرا غمگین، خشمگین و یا ناراحت است و چطور ناحق و ناروا به او ظلم شده و البته... وقتی در پایان کار، به مقصود و منظور خود نمی‌رسد، باز به جای اینکه رک و راست با شوهرش حرف بزند، ستیزه جو و خشن، پرخاشگری می‌کند...

\* زن و شوهرها در نقش مظلوم و قربانی معمولاً با صدای ضعیف، لرزان و کش داری، چند کلمه جویده جویده می‌گویند، سر به زیر می‌اندازند و به چشم طرف مقابل نگاه نمی‌کنند... نمی‌دانند با دست‌های خود چه کنند و... بالاخره درست مثل اینکه می‌خواهند هرچه زودتر از دست او خلاص بشوند، در راه رفتن و ایستادن، بیش از اندازه از همسر خود فاصله می‌گیرند...

### رابطه نامساوی زن و شوهر شرقی!

با توجه به رفتار زن و عکس‌العمل مرد مهاجر در مقابل او، می‌توان با این نتیجه رسید که اولاً همسر مرد مهاجر در رابطه نامساوی زن و شوهر شرقی که به اجبار، مقام «جنس دوم» را به گردن او گذاشته‌اند، با ایفای نقش «قربانی و مظلوم» برای خود کسب قدرت کاذب می‌کند... ثانیاً: مرد مهاجر، حتی بدون اینکه متوجه باشد با قبول نقش «نجات‌دهنده!» به

همسرش کمک و رفتار او را تقویت می‌کند... با از دست دادن مقام و قدرت مردانه! خود که با بیرون آمدن از وطن و در این مهاجرت اجباری، انگار دود هوا شد، از پا افتاده نقش آدم «گناهکاری» را بازی می‌کند... به خاطر صلح و صفایی که در زندگی از هم گسیخته امروز خود، سخت به آن نیاز دارد، آنچه را همسرش نا عادلانه به او نسبت می‌دهد، می‌پذیرد و از «گناهان» خود، طلب بخشش می‌کند...

\* رابطه زن و شوهر، که بدلیل زیاد و در طول زمان، بصورت اعتیاد در آمده، ناسالم و بیمارگونه است... \* مرد مهاجر، با این که تنها به جلسه روان درمانی آمده و در غیاب همسرش، «تنها به قاضی میرود»، توجه ندارد که او و همسرش، هر دو سازنده و مسئول زندگی زناشویی خود هستند... در واقع، هر دو به ایجاد و برقراری این رابطه مخرب، عادت کرده‌اند... بقولی، هر دو در این رابطه «ظالم و مظلوم!» قفل شده‌اند...

\* شاید بتوان گفت حالت مظلوم و بازی در نقش «شهید و قربانی» زن، احساس سرکوب شده‌ای را در مرد مهاجر، زنده می‌کند... احساسی از گذشته‌ها و زندگی با مادری که انگار او نیز چاره‌ای نداشت تا در مقابل شوهری «ظالم و دست کوتاه!» با قبول نقش همسری از پا افتاده و رام و تسلیم، از خود دفاع کند...

### شکست خورده و از کار افتاده در ولایت غربت!

مرد مهاجر، متوجه نیست چطور هم چون طفلی ناتوان و گناهکار در این رابطه بیمارگونه، دست و پا می‌زند. بدون ذره‌ای «احساس»، در حالت تسلیم و دفاع، حرف‌هایی را که همسرش در کوچه و بازار به او می‌گوید تکرار می‌کند... «طوری با من حرف می‌زند و رفتار می‌کند، انگار آدم بی‌عرضه و به درد نخوری هستم... دائماً باید از خودم دفاع کنم و جواب ایراد و بهانه‌های او را بدهم... به حال و روز کار من در غربت توجه ندارد... انتظار دارد، مثل گذشته‌ها در وطن که او «خانم خانه دار!» بود و من تمام روز، به این در و آن در می‌زدم و وسایل آسایش ایشان را فراهم میکردم این جا نیز فقط من کار کنم و خانم، راحت و آسوده بخورد و بخوابد... کار خودش را در شرکتی که RECEPTIONIST شده دوست ندارد و می‌گوید تو اگر پولدار بودی، من مجبور نبودم کار کنم... از مرد مهاجر می‌پرسم «وقتی همسرت با تو بدرفتاری می‌کند، چه احساسی به تو دست می‌دهد و دلت می‌خواهد چه کنی؟»... چقدر دلم می‌خواهد بگویم:

«خشمگین میشوم، عصبانی و آزده خاطر می‌شوم، می‌خواهم بدون اینکه به همسر صدمه بزنم، از حق خودم دفاع کنم و اجازه ندهم به من توهین کند... اما، مرد مهاجر در حالیکه سر تکان می‌دهد می‌گوید: «چکار می‌توانم بکنم آقای دکتر... توی ولایت غربت که دستم به هیچ جا، بند نیست، خودم را شکست خورده و از کار افتاده احساس می‌کنم... مرد مهاجر، بدون اینکه متوجه باشد، خشم خود را «می‌خورد!» و طوری در این رابطه، جا افتاده و به آن خو گرفته که حاضر نیست با از دست دادن حالت بی‌تفاوت و وارفته خود، ریسک کند و تلنگری به آن بزند... امیدوارم با آمدن همسرش به جلسات روان درمانی، زن و شوهر متوجه بشوند که ادامه این «رابطه بیمارگونه»، سلامت روانی هر دو را به خطر انداخته و شور و شوق به زندگی را از آنها گرفته است...

\* روان شناسانی 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 هر گونه شباهت احتمالی با سایر افراد را کاملاً و از هر جهت تصادفی میدانند.

# Niosha Dance Academy

Presents

## MOTHER'S DAY DANCE SHOW

TICKETS:

\$45 Adults	\$30 kids
Dinner \$60 adult	\$35 kids

VIP \$150 includes dinner & premier seating

### Sunday May 11th

### 3-6pm

## Santa Clara Convention Center

Proceeds Benefit Cancer Patients




408-656-6565

www.niosha.com