

فرزندان الکی ها! (۹)

از کتاب با زندگی آشتی کنید (یادداشت های روانشناسی زندگی در غربت) شماره ۱۴۱

دکتر ابراهیم رشیدپور

مرد مهاجر، از «خانواده الکی ها» بیرون آمده... به او گفتم: «با پدرت حرف بزن و برای او نامه بنویس... با این کار، رابطه ذهنی تو با تصویر خشن و ترسناک او، شکل عوض می کند... پدرت کم کم قدرت کاذب خود را از دست میدهد و تبدیل به انسان «بیمار» و «روان رنجوری» میشود که تحت تاثیر اعتیاد به الکل به جسم و روح فرزندانش خود، تجاوز می کرده...»

جلسه روان درمانی: فرزند پدري الکی!

مرد مهاجر، از «خانواده الکی ها» بیرون آمده... به او گفتم: «با پدرت حرف بزن و برای او نامه بنویس... با این کار، رابطه ذهنی تو با تصویر خشن و ترسناک او، شکل عوض می کند... پدرت کم کم قدرت کاذب خود را از دست میدهد و تبدیل به انسان «بیمار» و «روان رنجوری» میشود که تحت تاثیر اعتیاد به الکل به جسم و روح فرزندانش خود، تجاوز می کرده...»

این که پدري، چه وقت و چرا کنترل اعصاب خود را از دست میدهد و خانه را بر سر ما خراب می کند خیر نداشت... حتی در وسط خنده و شوخی و بازی امکان داشت پدري که پای سفره، استکان عرق را پشت سرهم بالا می انداخت یک مرتبه چیزی را بهانه کند... کشیده محکمی به گوش یکی از بچه ها بزند و یا بشقاب غذا را بطرف مادر که با او هم جوابی کرده بود پرت کند... مکان و زمان در کنترل مرد مهاجر نبود و دست و دلش از این که در هر لحظه، چه چیزی و به چه صورت امکان دارد «اتفاق بیافتد» می لرزید و امروز... او، فرزند پدري الکی، مرد میان سال و بیش از اندازه «محافظة گاری!» است که چهارچشمی، به دور و بر خود نگاه می کند و از این می ترسد آن چه در خانه پدري الکی بر او گذشته تکرار بشود... مشکل مرد مهاجر، عادت او به عقب انداختن کارها (PROCRASTINATION) و یا پس کشیدن از هر گونه کوشش و فعالیتی برای بهتر کردن زندگی است... او می خواهد در کنترل و نظارت تمام جزئیات زندگی خود باشد. وسواس گونه، انجام هر کار عادی و ساده ای را آنقدر پشت گوش می اندازد، و برای تمام کردن آن، امروز و فردا می کند که زمان از دست می رود و به دنبال آن... احساس «گناه» و «پشیمانی» او را افسرده تر و از خود شرمنده می کند...

«مسئله ناتمام!» مرد مهاجر یا پدري...

مرد مهاجر، باید یاد بگیرد و به زندگی امروز خود، اطمینان کند. باید متوجه این واقعیت بسیار مهم بشود که او: «سویرمن» نیست... نمی تواند همه چیز را پیش بینی کند... طوری در زندگی قدم بردارد که اشتباهی از او سرزنند و... کارها درست و مطابق میل او به نتیجه برسند... برای رسیدن به این هدف، مرد مهاجر باید «مسئله ناتمام» خود را با پدري تمام کند. باید پدري را که سالها است از دنیا رفته اما همچنان «زنده» و بیدار! افکار و اعمال او را بازرسی و نظارت می کند، از ذهن خود بیرون بکشد... کار سنگین و دشواری است که احتیاج به تمرین و صرف وقت فراوان دارد...

بخشیدن پدري یا فراموش کردن اعمال و رفتار او؟

در حالی که مرد مهاجر، به حق، از آن چه، پدري الکی با او کرده، شکوه و شکایت ها دارد و در هر جلسه، صحنه و حادثه ای را برای من تعریف می کند، از او می پرسم چرا پدري خود را نمی بخشد و بار سنگین «خشم و نفرت» را از دوش خود بر نمی دارد؟... می گوید: «هرگز نمی توانم درست و بدون سؤال و جواب با او که دستش نیز از این دنیا کوتاه است، او را ببخشم و آن چه را با من و برادرانم کرد فراموش کنم... چطور امکان دارد؟»... می گویم: «بخشیدن پدري (To Fogive) فراموش کردن (To Forget) اعمال و رفتار و بی

خشمگین و عصبانی به خانه می آید، به کوچک ترین بهانه ای به ما بچه ها ناسزا می گوید و کنکمان می زند، از او دفاع می کرد... همیشه می گفت هیچ پدري، بد فرزندش را نمی خواهد... پدر اگر سخت می گیرد و دست روی فرزندش بلند می کند، می خواهد بچه خوب تربیت بشود و راه کج نرود...»

«دلیل تراشی های مادر» و «بیماری پیشرفته پدر!»

مرد مهاجر، در ادامه جلسات روان درمانی کم کم متوجه میشود: «در خانواده الکی ها، معمولاً مادر، ناشیانه و بدون توجه به آن چه، شوهرش با جسم و روان فرزندانش خود می کند رفتار ناعادلانه، خشن و غیرانسانی پدر را «توجیه» می کند و با «دلیل تراشی های» بی معنی، مهر تأیید بر آن می زند...»

♦ در بسیاری از خانواده الکی ها، «پدري الکی» و مادر «پدري و یاور معتاد» (CODEPENDENT) هر دو در شکل دادن به شخصیت بیمارگونه فرزندانش خود سهیم هستند... ♦ پدري مرد مهاجر به گونه ای که او، از اخلاق و رفتارش می گوید، «بیمار» بوده و تحت تاثیر اعتیاد پیشرفته به الکل، ندانسته به جسم و روح فرزندانش خود تجاوز می کرده...

♦ امروزه از دید و نظر قوانین «حمایت از اطفال»، بدرفتاری، خشونت، کتک زدن و آزار و اذیت پدر او «کودک آزاری» (CHILD ABUSE) به حساب می آید و قانوناً، سزاوار، تعقیب و مجازات است...

♦ «فرزندانش الکی ها»، در کنار روان شناس صبور که به آنها کمک می کند بر ترس و وحشت خود از پدر غلبه کنند یاد می گیرند چطور صادقانه و بدون پرده پوشی با پدر و مادر خود، حرف بزنند و برای آنها نامه بنویسند...

نمونه ای از نامه های فرزندانش الکی ها به پدري...

پدري جان، چرا بر من سخت می گرفتی؟... آیا از این در هراس بودی که «آزادی» راه موفقیت و پیشرفت در زندگی را بر من ببندد؟... در گذشته های دور، هرگاه از رفتار خشن تو، گله می کردم، مادر درصدد دفاع از تو پر می آمد که: «پدري خیر و صلاح تو را می خواهد، آخر می ترسد تو نیز چون جواد، از راه بدر شوی»...

چه دلیل ابلهانه ای!... من ترجیح میدادم اشتباه کنم و چون جواد، با مدرسه و پلیس و قانون درگیری پیدا کنم تا این طور، دست و پا بسته یا به زندگی امروزم بگذارم... تو هرگز ننگذاشتی من، «ماجراجویی!»... پیش خودت خیال میکردی بچه ای که فقط درس بخواند و شب و روز، سرش توی کتاب باشد و مثلاً «الواطی!» نکند، در آینده هیچ مشکل و دردسری ندارد و سرانجام «عاقبت به خیر خواهد شد»... اشتباه می کردی پدري جان... آدم گاهی اوقات باید «بازی!» کند و گر نه، همیشه، یک قدم از هم سن و سالهای خودش عقب تر است... کسی که «بازی!» نکرده باشد در دوران میان سالی، هوس «ماجراجویی!» می کند و اگر از عهده برنیايد، زندگی برایش بدون معنی میشود... درست مثل زندگی امروز من در غربت...

ای کاش به من عمر دوباره میدادند. ای کاش زندگی را در کنار پدري شفیق و مهربان از اول شروع می کردم. این بار، نرمک نرمک، قدم بر میداشتم. برای هیچ چیز حرص نمی زدم. درس خواندن، از دیگران بیشتر دانستن و با گرفتن نمرات خوب، تو را خوشحال کردن، هرگز هدف زندگی من نمی شد. آنقدر می خواندم و یاد می گرفتم که نیازم را برآورده کند. از این که در یکی دو درس، مثل مثلثات و جبر و هیئت، نمره زیر ده بگیرم و تجدیدی بشوم، نمی ترسیدم. بعضی از کلاس ها را به جای یکسال، دو یا سه سال تمام می کردم. در عوض ورزش می کردم. به باشگاه ورزشی، سینما، تئاتر و می خانه، می رفتم... تو کافه ها پرسه

می زدم... بیلبارد بازی می کردم... با رفقا و دوستانی که تو گمان می کردی، من را از راه بدر می کنند، قرار ملاقات می گذاشتم و سر پول، پوکر بازی می کردم... ای به جهنم که رفوزه میشدم و آبروی تو، جلوی در و همسایه ها می رفت... در عوض یاد می گرفتم چطور با «خودم» و با بقیه «مردم» زندگی کنم...

«زبان حال» مرد مهاجر از خانواده الکی ها

«فرزندانش الکی ها» معمولاً زن و مردهایی بیش از اندازه «محافظة کار» و «شکاک» هستند. تا آنجا که بتوانند بقول خودشان «دست به سیاه و سفید نمی زند» و... در شک و تردید از اینکه «مبادا» «اشتباه کنند»، کارهای لازم و ضروری را عقب می اندازند... آنها در محیطی بزرگ شده اند که از دید و نظر پدر و مادر، «اشتباه کردن» جرم و گناهی بزرگ و سزاوار سرزنش و مجازات به حساب می آید... نوشته کوتاه زیر، «زبان حال» مرد مهاجر است که از «خانواده الکی ها» بیرون آمده و از پدر و مادر خود گله می کند... اگر پدر و مادر من اجازه میدادند «اشتباه کنم»... کار امروز را به فردا نمی انداختم و از زیربار مسئولیت های روزانه خویش شانه خالی نمی کردم... در جمع آشنا و غریبه، راحت و آزاد، از نظر و عقیده خود دفاع میکردم و حرف و سخن را باب خواست و سلیقه «دیگران»، عوض نمی کردم... به خودم اطمینان داشتم و در سایه اعتماد به نفس، هزاران چرخ از حرکت ایستاده، زندگی دیروز و امروز را به گردش می انداختم... از دنبال کردن هدفی که به زندگی من معنی بدهد نمی ترسیدم... به این که «دیگران!» درباره من چرا و چطور فکر می کنند و وقتی از کنار آنها میگذردم، پشت من چه می گویند اهمیت نمیدادم... دائماً و در هر لحظه در صدد این نبودم کاری کنم که «دیگران!» نظر موافق و دوستانه ای به من داشته باشند...

نگاهی به «خانواده» فرزندانش الکی ها

♦ پدرها، مست و مخمور، به کوچک ترین بهانه ای خشمگین از رفتار و گفتار فرزندانش خود، دست روی آنها بلند می کنند...

♦ مادرها، برای نجات فرزندانش خود از ظلم و شقاوت پدرها، پاپیش نمی گذارند... آنها، از خشونت بی حد و حساب شوهران خود واهمه دارند و... میدانند اگر چیزی خلاف میل شوهر بگویند و انجام بدهند، ناعادلانه مجازات خواهند شد...

♦ در خانه «الکی ها» از مهربانی، شفقت، عشق و محبت خبری نیست... پدرها، هرگز فرزندانش خود را بی قید و شرط، دوست ندارند و آنها را ناز و نوازش نمی کنند... ♦ در خانه «الکی ها»، مادرها، از پدري الکی فرزندانش خود می ترسند... جای شوهری مهربان و شفیق و با محبت در زندگی آنها خالی است... وقتی افسرده و دل تنگ می شوند و شوهر «گرنزیبای الکی» در کنار آنها نیست تا در درد و غم آنها، شریک بشود، به اجبار به یکی از فرزندانش خود پناه می برند و او را «سنگ صبور!» خویش می کنند... مادر، با این کار، بار بسیار سنگینی را به دوش فرزندش می گذارد و «پدري غار!» او شده می گذارد و... این پسر یا دختری که معمولاً کوچک ترین و «ته تغاری» او است، با قبول نقش «نجات دهنده» (RESCUER) در آینده با مشکلات روانی فراوانی روبرو خواهد شد...

♦ روان شناسانی که به جلسات روان درمانی آنها در این یادداشت ها اشاره میشود، با حذف و تغییر مشخصات افراد، مطالب خود را طوری تنظیم می کنند که هویت مراجعین آنها از تمام جهات محفوظ بماند. آنها هرگونه شباهت احتمالی با سایر افراد را کاملاً و از هر جهت تصادفی میداند.

برای درج آگهی در یلوپج ایرانیان شمال کالیفرنیا سال ۲۰۰۹ از هم اکنون اقدام نمائید.

What makes Pezhvak of Persia Unique & different from our Competitors?

1- Circulation (8,000 Copies):

Pezhvak of Persia is the only publication in Northern California with 8,000 in circulation.

2- Direct Mailing (4,000 Subscribers):

Pezhvak of Persia is the only publication in Northern California with direct mailing to more than 4,000 Iranian household and businesses per month.

3- Available on the Internet:

The entire 48 pages of Pezhvak's monthly publication, including advertisements, are available on-line at www.pezhvak.com where it gets more than 75,000 hits per month.

4- Rich & Informative Content:

Pezhvak of Persia with more than 17 years serving Iranian-American community, is famous in Northern California for its coverage of political, social, and cultural news of Iran. This is brought about by the excellent work of more than ten well-known writers who most of them write exclusively for Pezhvak of Persia.

5- Popularity:

This unique publication is recognized not only by the majority of Iranians, but its also distinguished by non-Iranian news media.

6- Recognition:

In February 2006, one of Pezhvak the article in Pezhvak of Persia monthly paper was chosen by more than 40 judges, from different ethnic media, as a runner up in the ENVIRONMENT & NATURAL RESOURCES category. It also received recognition from New America Media, Congressman Tom Lantos and Mayor of San Francisco Gavin Newsom.

با شرکت پژواک تماس بگیرید.

۱۰۳۰-۶۱۵-۴۰۸

