

سؤال بی معنی آقایان دکترها

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

دکترابراهیم رشیدپور

یادداشت شماره ۱۷۳۷، دهم شهریورماه ۱۳۶۵ (سپتامبر ۱۹۸۶)

راه سوم کدام است؟

برنده می گوید برای انجام این کار، حتماً راه‌های بهتری وجود دارد... بازنده می گوید این تنها راه است و همیشه همین طور خواهد بود.

مرد می پرسد. برای چندمین بار. هر بار به گونه‌ای و در لفافه مطلبی. تکلیف خود را نمی‌داند. راه‌آینده را بسته می‌بیند. از روان شناس کمک می‌خواهد. برود یا بماند؟ چهارسال تمام رنج و تعب زندگی در غربت را به این امید تحمل کرده بود که سرانجام اوضاع و احوال آرام می‌گیرد و او با دل راحت به زادگاه خود بر می‌گردد... چهار سالی که گویا بر گل آتش نشسته بود. هر روزش را شمارش می کرد. به خودش وعده می داد که بهار را در وطن خواهد بود و اگر نشد تابستان و شاید هم اواخر پائیز یا چله زمستان.

اینروزها امیدش را از دست داده است. با روان شناس درد دل می‌کند. می‌گوید: «اگر صبر ایوب هم داشتم تمام شده بود. گویا هیچ عوض نخواهد شد. کسی جایش را به دیگری نخواهد داد...آش سرد شد... سار از درخت پرید».
سئوالش را تکرار می‌کند: «راستی اگر قرار بشود برای همیشه اینجا بمانیم؟ اگر فردا که کف گیر به ته دیک خورد و از لاعلاجی خواستیم بر گردیم یگوبند دیر شده و به وطن راه مان ندهند؟... اگر دراین آب و خاکی که بوی غربت می دهد ریشه نکنیم؟... اگر بحران‌ها یکی یکی و پشت سر هم بیایند و ما را در هم بکوبند؟... و اگر پشیمان بشویم؟...»

سکوت روان شناس آزارش می‌دهد. مرد جواب می‌خواهد. در گرفتن این مهم‌ترین تصمیم زندگی خود احتیاج به کمک دارد. برود یا بماند؟ امیدوار بود لااقل در جلسات دوم و سوم، جواب صریح و روشن روان شناس را بگیرد و از این دو دلی آزار دهنده بیرون بیاید. اما روان شناس یا سکوت می‌کند و از حرف‌های او نت برمی‌دارد و یاگاهی اوقات از او چیزی می‌پرسد. راستی اگر او نیز جواب سؤال را نداند چه خواهد شد؟ چه کسی می‌تواند راه صواب را جلوی پای او بگذارد... اصلاً بهتر است قید آمدن به جلسات روان درمانی را بزند و استخاره کند. تصمیم می‌گیرد بیش از این چیزی نپرسد. او تمام حرف‌های خودش را زده و سئوالاتش را پرسیده است. حالا نوبت آقای روان شناس است که اگر می‌تواند و از عهده بر می‌آید چیزی بگوید. چیزی که مفید و بدرد بخور باشد.

روان شناس روی صندلی جا بیجا می‌شود. نگاهش را از روی کتابچه یادداشتی که خلاصه حرف‌های مرد را در آن ثبت می‌کند بر می‌دارد. مثل همیشه لیخندی از روی صفا و محبت چهره‌اش را روشن کرده است. لحنی آرام و دل‌گرم کننده دارد. از مرد می‌پرسد: «راه سوم کدام است؟» فقط همین یک جمله را می‌گوید و باز ساکت می‌شود.

مرد نمی‌داند منظور او چیست. کدام راه سوم؟ مگر جز

خانمان سوزی که همه چیزش را گرفت، دنیای امروزش را به چه شکل و صورتی می‌سازد. مرد، تازه به غربت آمده بود و از آینده خود در این سرزمین دراندشت و نا آشنا بیمناک بود. خوب می‌دانست قدمی را که او امروز با دلهره بر می‌دارد، همکار سابقش شش‌هفت سال پیش برداشته است. شاید بتواند او را با چم و خم این راه دشوار آشنا کند.

دوست مرد، آدم امیدواری است. از قرار معلوم بسیاری از مشکلات مهاجرت را پشت سر گذاشته و در حال حاضر از زندگی جدید خود در نیگه دنیا احساس رضایت می‌کند. داستان تلاش خود را برای از پا نیافتادن و دوباره ساختن با آب و تاب فراوان تعریف می‌کند. آهی از روی رضایت می‌کشد و می‌گوید: «اگر حمل بر غرور و خودستایی نکنی از امتیازات زندگی‌امروزم برایت می‌گویم تا بدانی که هر کس با امید به آینده و تکیه بر نیروهای درونی خویش می‌تواند غول مشکلات را بزمین بزند و دوباره روی پا بلند بشود... اما همیشه این طور نبود...»

«سال اول که موقتاً جلاّی وطن کرده بودم و از ایران می‌نوشتند اگر تا فلان تاریخ برنگردی کار و سابقه سی و چند ساله خودت را در اداره از دست خواهی داد زندگی برابم جهنم بود. باید تصمیم می‌گرفتم. تصمیم بسیار مشکلی که راه آینده را برابم تعیین می‌کرد. آیا می‌مانم و باخوب وید زندگی در غربت می‌سازم یا بر می‌گردم و با حوادث و اتفاقاتی که قابل پیش بینی نیست روبرو می‌شوم. چه روزها و شب‌هایی که تمام جهات و جوانب این تصمیم مهم را زیر و رو می‌کردم و از عهده انتخاب راه بر نمی‌آمدم...»

«ادم تا وقتی چیزی را از دست ندهد و درد آن را در تار و پود وجود خویش احساس نکند، نمی‌داند چه کرده و کجا پا گذاشته... هفته‌ها می‌آمدند و میرفتند و من در تردید ماندن یا رفتن این‌پا و آن‌پا می‌کردم و برای هر کدام هزار و یک بهانه می‌آوردم... دست و دلم به هیچ کاری نمی‌رفت. کم کم به پایان مرخصی استعلاجی نزدیک می‌شدم و باید تصمیم می‌گرفتم چکار کنم؟ بروم یا بمانم؟... این سؤال اصلی زندگی من شده بود. «از لاعلاجی به مادرم درایران زنگ زدم. گفت چرا استخاره نمی‌کنی؟ خودش هر وقت با مشکل و مسأله‌ای روبرو می‌شد که نمی‌توانست تصمیم بگیرد، همین کار را می‌کرد. خودش را راحت کرده بود. از دوست نزدیک پدرم کمک می‌گرفت. مردک در دوران بازنشستگی، بنگاه معاملات ملکی باز کرده بود و لالایی پول نیزمی‌کرد. مادرم خیلی به او اعتماد داشت. پول‌هایش را در اختیار او گذاشته بود که به این و آن قرض بدهد و نزول بگیرد.

«دوست پدرم، اول هر ماه عربی بدرخانه ما می‌آمد و از مادرم «دشت» می‌گرفت. می‌گفت دست‌خانم برکت دارد. مادرم نیز کار استخاره را بدست او می‌داد. لنگ لنگان، بدر مغازه او که دو سه چهار راه از خانه ما فاصله داشت میرفت تا جواب استخاره را حضوراً بگیرد. جواب معمولاً یا «خوب» و یا «بد» بود... و به این ترتیب مشکل مادر، در یک چشم بهم زدن حل می‌شد. طبق جواب استخاره عمل می‌کرد و خیالش راحت بود که راه درست را رفته است. ای کاش من نیز می‌توانستم مثل او با استخاره مسأله رفتن یا ماندن خودم را حل کنم. مثل اینکه از اول روزگار، این مسأله مهم همه آدم‌ها بوده است. می‌گویند در یونان قدیم هر کس سنوالی داشت به معبد میرفت و سؤال را در گوش خدائی بنام

«هرمس» زمزمه می‌کرد. بعد بلافاصله انگشت خود را در گوشش فرو می‌کرد و به سرعت از در معبد بیرون می‌آمد. خارج از معبد، انگشت را از گوش بیرون می‌کشید تا حرف و سخن عابرین را بشنود. اولین جمله‌ای را که می‌شنید، جواب سؤال خودش می‌گرفت و احیاناً دستورالعمل آن را بکار می‌بست...»

«مادر بزرگ خودم، کاری تقریباً بهمین صورت انجام می‌داد. به حضرت خضر و دعای او سخت ایمان داشت. گه گاه حاجتی را بهانه می‌کرد و از حضرت کمک می‌خواست. چهل روز تمام، قبل از طلوع آفتاب از خواب بیدارمی‌شد، بدر کوجه میرفت و تمام سطح جلوی خانه را جارو می‌زد. اعتقاد داشت که اگر این کار بر زحمت و مشقت را با خلوص نیت انجام بدهد، روز چهارم، حضرت خضر با لباس مبدل از کوجه عبور خواهد کرد و حرفی خواهد زد که جواب سؤال و حاجت او است... چقدر پاک دل و با ایمان بود. خدایش بیامرزد. شاید من نیز اگر ایمان او را داشتم، این قدر سرگردان و آشفته احوال نبودم. بقولی برای پرسش‌هایی که یا جواب ندارند یا هزارو یک پاسخ می‌توان برای آنها پیدا کرد، همان بهتر که آدم دست بدامان حضرت خضر بشود...»

بایدهای زندگی

دوست مرد، پس از چند لحظه مکث ادامه میدهد... «اما مسأله من بشکل دیگری حل شد. مشکل را با روان شناسی که از آب و خاک خودمان بود در میان گذاشتم. لحظاتی به حرف دل من گوش داد و سپس با صدای ملایم و آرام همیشگی گفت: «چرا تصمیم نمی‌گیری که تصمیم نگیری؟»

ابتدا گمان کردم قصد شوخی دارد و می‌خواهد با کنایه زدن من را بفکر بیاندازد. اما حرفش جدی بود. می‌گفت: «چرا فکر می‌کنی حتماً باید یکی از دو راه را انتخاب کنی؟...ادم‌هایی در زندگی گرفتار می‌شوند که ندانسته فقط دو راه را جلوی خودشان می‌گذارند و خیال می‌کنند فقط همین دو راه را دارند و باید، یکی از آن‌ها را انتخاب کنند.

«بایدها» کاردست، آدم می‌دهند. بسیاری از «بایدها» در عالم واقع و خارج از ذهن ما واقعیت ندارند. این ذهن گرفتار ما است که آن‌ها را می‌سازد. شما وقتی تمام «بایدهای زندگی» را می‌نویسید و جلوی خودتان می‌گذارید، متوجه می‌شوید که نود در صد آنها اصلاً «باید» نیستند. درواقع هیچ کس جز خودتان ضرورت انجام این «بایدها» را از شما طلب نمی‌کند... حتی می‌خواهم یک بله از این بالاتر بروم و بگویم که شما... من و شما... همه آدم‌های خاکی مجبور هستیم تا فقط یک «باید» را بی‌چون و چرا بپذیریم. تنها «بایدی» که نمی‌توان از زیر بار آن شانه خالی کرد... و این «باید» ترک کردن و وداع با زندگی است که دست‌رد بر سینه هیچ کس نمی‌گذارد. غیر از این، بقیه «باید»‌ها را خود ما می‌سازیم.

«حرف‌های آقای روان شناس در آن سال‌های بحرانی کمک بزرگی بود. از من می‌خواست تا بی‌جهت خودم را در قید و بند «بایدهائی» که دست و پایم را می‌بندد، گرفتار نکنم. او راه سخت بی‌تصمیمی را با من آمد تا سرانجام در زندگی جدید خودم پاگرفتم.. من در زمان، از حرکت ایستادم تا شاید گردش چرخ‌های زندگی، خودش عقربه را روی ساعت دلخواه قرار بدهد. در واقع به کمک روان شناس، راه خودم را در غربت پیدا کردم.»
واشنگتن

در زمینه خدمات

خرید و

فروش

املاک

محسن نژاد

ارائه دهندهٔ اطلاعات، پشتکار و صداقتی است که بدان می‌توان اعتماد کرد

Century 21

Alliance

123 South San Mateo Drive
San Mateo, CA 94401

(650) 207-3200