www.takbook.com

هنر درمانی

دکتر بهنام اوحدی



www.takbook.com

www.takbook.com

آشنایی با هنر درمانی (روزنامه اعتماد،صفحه پزشکی،ستون روانپزشک و ما،هفته 36)



روانپزشک و ما – هفته سی و ششم

آشنایی با هنر درمانی

هنر روان درمانی با هنر

دکتر بهنام اوحدی*

www.iranbod.com

www.takbook.com

www.takbook.com

با پایان پذیرفتن سری مقالات « خیلم (سینما) درمانی » که در آن ها به گونه ای مفصل به چیستی و چگونگی این سویه ی روان درمانی ، یعنی شتاب بخشیدن به روان درمانی شناختی – رفتاری و تحلیلی با خیلم ها و انیمیشن های سینمایی ، پرداختم ، اکنون جای آن دارد تا پیش از پرداختن به مبحث راهبردی و پر اهمیت « دارو درمانی » در روانپزشکی ، به گونه ای دیگر از روان درمانی بپردازم که پس از « نمایش درمانی (سایکو دراما) » و « کتاب درمانی » ، نزدیک ترین درمان به خیلم (سینما) درمانی بوده و هست. هنر درمانی ، گردآمده (مجموعه) ای از کاربردهای درمانی هنرهای دیداری ست که در آن به هنر ، به عنوان ابزاری از ارتباط تا کلامی نگریسته می شود. این واقعیتی انکارناپذیر است که در درازای تاریخ، آثار هنری همواره افزون بر پدید آوردن امکان تداعی و تفسیر ، توانسته اند به گونه ای سودمند و کارآمد به درک و حل گره ها و مشکلات هیجانی آدمیان یاری رسانند. اما این فقط یک روی سکه است؛ چرا که افزون بر آن ، درمان می تواند از خود روند و فرآیند هنری ریشه و سرچشمه گیرد. سودمندی و اثربخشی این مکتب از روان درمانی ، به این بستگی دارد که یک اثر هنری ویژه در درازای زمان ، چه اندازه نیرو برای حل تعارض های درون روانی فرد و همچنین تعارض های بین فردی در اجتماع بتواند از خود نشان دهد. پایه و بنیان کار هنر درمانگر ، در همه ی گونه های آن ، تبیین هنرهای دیداری به عنوان واسطه ای میان آموزه های درونی و بیرونی آدمی است.

آدریان هیل ، آموزگار هنرمند انگلیسی ، برای نخستین بار واژه ی « هنر درمانی

(Art therapy

» را در سال 1942 بیان کرد.

او در این راستا ، روند درمان را با بیمارانی آغاز کرد که در آسایشگاه مسلولان ، با او در یک اتاق بستری بودند.

همزمان در ایالات متحده ی آمریکا نیز ، مارگارت نامبرگ در آغاز دهه ی 1940 در آزمایشگاه ایالتی روانپزشکی نیویورک ، زیر نظر روانکاوی به نام دکتر نولن ، پیشگام هنر درمانی شد. ادیت کرمر ، از دیگر پیشروان هنردرمانی کودکان در آمریکا بود.

بعدها لورتا بندر و پل شیلدر نیز به مکتب هنر درمانی ایالات متحده پیوستند. از جمله پیشگامان هنر درمانی در اروپا ، می توان به لامبروسو ، سیمون و پرینس هورن اشاره کردکه نخستین پژوهش های درمانی را در آثار هنری بیماران بیمارستان های روانپزشکی پی گرفتند.

www.takbook.com

www.takbook.com

گسترش هنر درمانی در آمریکا ، تا اندازه ای به دلیل نفوذ خزاینده ی روان درمانی تحلیلی (سایکودینامیک) بر اندیشه ی روانپزشکان بود. در عمل ، رشد هنر درمانی با رشد روانکاوی همزمان و همبسته شد. اما امروزه ، نگرش هنر درمانگرانه ، اگر از چشم انداز « رفتار درمانی شناختی (CBT) » پر رنگ تر و خراگیرتر از « روانکاوی (روان درمانی تحلیلی) » نباشد ، کمرنگ تر هم نیست.

در هنر درمانی ، آن چه که در درجه ی نخست در راستای روان درمانی خرد از آن سود جسته می شود ، نه ارزش هنری و مهارت تکنیکی اثر ، که اثر بی درنگ ، یگانه و ویژه ای ست که در بیمار و مراجع پدید می آورد.

از آن جا که آثار هنری که در راستای درمان از آن ها سود جسته می شود ، فقط به دلیل ارزش ارتباطی خوری شان ارزیابی می شوند ، بر رشد کامل آثار هنری معنایی ، پافشاری نمی شود. روش های هنری ای که به تعبیر و تفسیر خود به خود می انجامد ، به این پشتوانه و امید ارائه شده اند که درون مایه های ناخودآگاه ذهن بند سانسور رها شوند. درمان از راه تداعی های کلامی و جمع بندی آن ، مورد تفسیر قرار می گیرد. چگونگی رشد و گسترش و تقویت پدیده ی « انتقال » (انتقال احساساتی که مراجع نسبت به افراد مهم زندگی اش دارد ، به درمانگر) و همچنین کنترل و مهار آن ، نقش مهمی در هنر درمانی روانکاوانه (تحلیل بنیاد) دارد.

چون درمان به ارزش های ذاتی موجود در خود هنر وابسته است ، درمانگر می کوشد تا به مراجعان خود یاری رساند تا در اندازه ی توان شان ، به آفریدن آن گونه آثار هنری بپردازند که کیفیت بیانگری و ژرفای آن آثار ، برای دیگران هم قابل شناسایی باشد. در همین حال ، باید پیش چشم و ذهن داشت که آثار هنری ، به تناسب سن های گوناگون و مراحل رشد شناختی و هنری افراد ، برگزیده می شوند. درمانگر از پیشینه ی بالینی خویش برای پاسخگویی به پیام های پنهان و نمایانی که در سرشت هنر موجودند ، سود می جوید. همچنین هنر درمانگر به مراجعان یاری می رساند تا پذیرای جنبه هایی از وجودشان شوند که به آسانی توانایی پذیرش آن ها را نداشته اند. در کار بالینی « هنر درمانی » ، درباره ی اهمیت رفتار و نگرش هایی که به آن خو گرفته اند ، بحث می شود ، اما تفسیر سرراست (مستقیم) درون مایه ی ناخودآگاهی که در اثر هنری ، خود را پیش چشم و ذهن می نشاند ، به ندرت انجام می شود.

www.takbook.com

www.takbook.com

در واقع ، هنر درمانی به تنهایی و خودکفایانه ، عامل دگرگونی دقیق روان شناختی برشمرده نمی شود؛ بلکه هنر درمانی همچون نمایش درمانی (سایکودراما) و خیام درمانی ، بر پایه ی مفهوم سازی (کانسپچوالیزیشن) و جمع بندی (فرمولاسیون) شناختی و یا تحلیلی ، و با فراهم آوردن زمینه ای از آموزه های نمادین ، روان درمانی را شتاب می بخشد. چنان چه نگرش ها ، شناخت ها یا رفتارهای نو آزموده شوند ، دستاوردهای درمانی رشد و ژرفا یافته ، جزء جدایی ناپذیر زندگی آدمی می شود.

امروزه هنر درمانی ، افزون بر بیمارستان های روانپزشکی دولتی و خصوصی ، مراکز نگهداری سالمندان ، موسسه های مددکاری و نوتوانی توانخواهان (معلولان) پیکری ، مدرسه های کودکان و نوجوانان استثنایی و زندان ها ، به مطب های خصوصی روانپزشکان و روانشناسان نیز راه یافته است. از دیگر کاربردهای هنر درمانی ، می توان به ارزیابی روان شناختی ، آموزش رواندرمانگران ، روان درمانی فردی متمرکز ، روان درمانی با گروه های خانوادگی ، ارزیابی پویایی های خانوادگی ، و برپا ساختن

« هنر درمانی گروهی » ، که در آن از فرآورده ها و آثار هنری برای آغاز بحث های گروهی سود جسته می شود ، اشاره کرد. مرزهای بین هنر درمانی و دیگر کاربردهای آثار هنری ، به گونه ای پرهیز ناپذیر درهم آمیخته است ؛ بنابراین ، برنامه های تفریحی ، سرگرمی و نوتوانی به همان شیوه ی کار بالینی درمانگرانه ، از کوشش های هنری برای اهدافی بهره می گیرند که با اهداف هنر درمانی متفاوت هستند. نقاشی و مجسمه سازی ، آمادگی بیشتر و دامنه ی گسترده تری در راستای کاربردهای بالینی و درمانی دارند.

www.takbook.com

www.takbook.com



*روانپزشک و درمانگر مشکلات جنسی ، زناشویی و خانوادگی

تارزانی فرسوده و سرگردان در جنگل آسفالت و سیمان ! (ماهنامه فردوسی ، نوروز 89 ، شماره 82-83)

! و این منم ، تارزانی فرسوده و سرگردان در جنگل آسفالت و سیمان

*دکتر بهنام اوحدی

www.iranbod.com

www.takbook.com

www.takbook.com

زمانی نه چندان دور و کهن، هر خانه فضایی داشت که به آن « باغچه » و گاه « باغ » می گفتند. هنوز هم کاخ‌ها یا کاشانه‌هایی با چنین فضایی وجود دارند؛ در شهرستان‌های «ابرشهر» نشده بیشتر ! اما مجتمع‌ها و برج ها و باروها مدت هاست که به حضور باغ و باغچه‌ها پایان داده اند.

کودکی نسل من بیشتر در باغچه گذشت و کودکی نسل پیش از من در باغ و بیشه ؛ در میان درختان جورواجور : توت سفید و سیاه، شاه توت، گوجه سبزو قرمز، مو، هلو، شلیل، انجیر، آلوی زرد و سیاه، بید مجنون، آبشار طلایی، مگنولیا و بلوط و... و یادم می‌آید که این آخری را بیش از همه دوست می‌داشتم، نه به این جهت که از سرزمین مادری- کوه‌های بختیاری – به گنجینه خاطراتم، خانه‌ی پدربزرگ، آورده شده بود، که بدین دلیل که میوه‌هایی – به شکل و شمایل فشنگ داشت و ما پسرخاله‌ها و پسردایی‌هایمان عاشق فشنگ و شیفته‌ی تفنگ بودیم.

در باغچه‌ی بزرگ خانه‌ی پدربزرگ، پدربزرگ مهربان – آن

Love object

جاوید- سنگر

می کندیم و گلوله – میوه بلوط – گرد می‌آوردیم تا هنگام نبرد فرا رسد. مدافعان و مهاجمان جز تفنگ و فشنگ و هفت تیر، همه شمشیر و نقاب زورو داشتند، جز من آرام‌تر که به دلیل عدم التزام عملی به مبانی جنتلمنی مورد نظر مادر تحت نظارت و کنترل خاص او بودم!

اما مهر پدربزرگ چاره ساز شد و حکمیت او گره گشا؛ و من این چنین شادمان و کامیاب از اسباب بازی فروشی خیابان چهارباغ عباسی اسپهان(اصفهان)، چند متر آن سوی کاخ هشت بهشت، مسلح

www.takbook.com

www.takbook.com

به شمشیر و نقاب زور شدم. بگذریم که دیری نکشید که « زورو » قهرمان عدالت خواه، آرمان گرا و حامی مستضعفان، که سخت شیفته و دل بسته‌اش بودیم، گرفتار تیغه‌ی گیوتین سانسور شد و به جرم سرسپردگی و مزدوری تهاجم فرهنگی به سرنوشت دیگر سفیران امپریالیزم جهانخوار- « تارزان »،« سوپرمن »،« بت من »،

« اسپایدرمن »،« مامفی جادوگر »،« میشل استروگف »،« مرد شش میلیون دلاری »،« جو » و...- دچار گشت. چنین شد که نسل پس از من به همانندسازی با قهرمانانی چون

« زورو » نپرداخت و این چنین « خود مدار »،« خودبین »،« خودخواه »و « خود شیفته » شد. شگفت نیست که ساده زیستی، دلاوری، گذشت، فداکاری و مددکاری « تارزان » قهرمان یگانه و این اسطوره‌ی جادویی کودکان را نیز نیاموختیم!!

با از دست رفتن تلویزیون، پیوند ما با باغچه بیشتر و بیشتر شد. بگذریم که من همواره همان پروژکتور هشت میلی متری پدرم ، ولو با فیلم ها و کارتون های سیاه و سپید را به تلویزیون سال های پس از شش سالگی ام ترجیح می دادم. پروژکتور هشت میلی متری پدرم ،

« سینمای خانگی » دوست داشتنی و فراموش ناشدنی من و دیگر کودکان نسل سوخته بوده است. سینمای خانگی ای که به دشواری بر پا می شد و نور کم و زیاد شونده روی پرده یا دیوار و صدای گردش تسمه ی آپاراتش ، آن را نزد همسایگان رسوا می کرد. این سینمای نوستالژیک خانگی برپا بود تا این که شبی پاییزی در سال سوم دبستان – 1360 خورشیدی – مردی با کاپشن سبز مد زمانه و زنخدان زبر و فرفری و انبوه سیاه ، که دیدن شان برای ما بیش از آن که پدید آورنده ی آرامش و امنیت باشد ، مایه و سرچشمه ی هراس و خودسانسوری می بود ، ویدئوی نوستالژیک سونی بتاماکس تی سون

www.takbook.com

www.takbook.com

) را با یک فیلم برای مان به ارمغان آورد.

ویدئو را راه انداخت ، « ممل آمریکایی » را گذاشت ، پول را از پدر ستاند و در تاریکی شب محو شد. همه ی آن شب و بامداد فردا و چند هفته پس از آن بدان می اندیشیدم که

« لامپ » چیست و چگونه باید آن را « روشن کرد » !!!

ویدئو ارمغان دوست داشتنی و رویایی نسل من ، هم نتوانست مرا از باغچه و درخت و گل جدا سازد؛ حتا مهاجرت سه پسر خاله ، دو دختر خاله و دو پسر دایی به فرنگ و آغاز

« تبعید ناخواسته » شان مرا به باغچه های فراموش ناشدنی خانه های دو پدربزرگ دلبسته تر و وابسته تر ساخت. در میان دو جنگل از درختان جورواجور میوه ، گل‌ها و گیاهان گوناگون و دو حوض بزرگ با ماهی‌های کوچک قرمز ، از رژه‌ی مورچه‌ها ، لانه ساختن ، تخم گذاشتن و جوجه آوردن پرندگان ، نیرنگ بازی و پدرسوختگی کلاغ و مکر و فریبکاری گربه نکته ها آموختم و خستگی ناپذیری مورچه گان و کوشش کرم های خاکی برایم درس و سرمشق شد.

از درخت‌ها و آلاچیق‌ها با لذت بالا می‌رفتم و از آن بالا و بلندی نیز ، همچون روی زمین ، با واقعیت‌های هستی آشنا می‌شدم.

آری کودکی نسل من و نسل‌های پیش از من در حوض و حیاط و باغ و باغچه گذشت و شخصیت و منش ما در آن پیکره و چهارچوب یافت. باغ و باغچه آن روزها در

« برنامه کودک نیم‌دار و نیمه جان » هنوز جاری بود؛ ما به دیدن کارتون

www.takbook.com

www.takbook.com

« شوید و جعفری » خو گرفته بودیم و با آوای گرم و مخملین « هوشنگ لطیف پور » در کارتون از یاد نرفتنی « خپل و باغ گل‌ها » به آرامش می‌رسیدیم.

اما باغچه ها ، همچون باغ های معلق بابل ، آهسته و آرام لا به لای عکس‌های آلبوم ها و گوشه های خاطرات ذهن ها محبوس و محو شدند. « خپل و باغ گل‌ها » نیز ، همچون سریال هویت ساز ، نوستالژیک و تکرار ناشدنی « سفرهای دور و دراز هامی و کامی در وطن » ، در زمره ی سرسپردگان و سفیران امپریالیزم جهانخوار در فراموشخانه ی فوق محرمانه ی سازمان از ما بهتران – صدا و سیمای جمهوری اسلامی – گرفتار شد !!!!

اکنون ، باغچه در متن زندگی کودکان ایران امروز وجود و حضور ندارد؛ دیگر باغچه ، این چکیده ی هستی و گزیده ی گیتی ، نقشی در شکل دهی به منش و شخصیت و خلق و خوی ایرانیان نسل های آینده ایفا نمی‌کند. در این راستا ، این فضای واقعی و طبیعی ، جای خود را به فضاهای مجازی و مصنوعی همچون گیم و سگا و پلی استیشن و اینترنت و ماهواره داده است. نمی‌دانم در آینده ، اگر کاشتن لوبیا در کاغذ جوهر خشک کن علوم دوم دبستان هم جای خود را به چگونگی کار با فلان نرم افزار یا آشنایی با بهمان سخت افزار بدهد ، آیا تا این اندازه لج کودکان از « سکه کاشتن پینوکیو » برای درو کردن سکه های پر شمار در خواهد آمد یا نه ؟

شاید اگر من به پیری و کهنسالی برسم ، آن هنگام با گردنی افراشته به خود ببالم و پُز دهم که من آن اندازه خوش اقبال بوده‌ام که مزه‌ی قلعه‌سازی و مهمانی گرفتن بر فراز درختان و خورشت خُرفه و گوجه سبز پختن و زغال کردن سیب‌زمینی با « آتش خودی » در میان باغچه را چشیده‌ام !!!!! به من پیشاهنگی نرسید ، حتا لباسش ؛ اما چه غم که من پیشاهنگ و تارزانی مادرزاد بودم ؛ با دو جنگل سبز و رنگارنگ که به سلیقه‌ی دو پدربزرگ آراسته شده بود.

www.takbook.com

www.takbook.com

بسیار خوشحالم که در کارنامه‌ی کودکی‌ام ماتادوری در گاوداری « نامفر » باغ ابریشم (شهر ابریشم این روزها) و کوه نوردی در کوه‌ها و صخره های افجد را نیز داشته‌ام. بی‌شک، این مزه چشیدن‌ها را مدیون پدربزرگ و مادر بزرگ مادری ام هستم که چنین فضاهایی را برای ما نوه‌های تُخس و بازیگوش و وورووجک پدید آوردند. « شاهکوه » همواره برایم نماد کودکی و یادمان پدربزرگ مادری مهربانم ، « یوسف خان بهنام » ، خواهد بود که معدن سرب آن را کشف کرد. معدنی که امروز با نام « شرکت سهامی باما » آشنای هر بورس باز ایرانی ست. یاد پدربزرگ همیشه با ماست.

باغچه‌ی خانه‌ی پدری – با آن بته‌های خزنده‌ی توت فرنگی و پنجاه و دو کبوتر حلال‌زاده و حرام زاده - و چاهی که پدر متخصص زنان و زایمانم ، کودک وار و بازیگوشانه با دستان خود آن را پیش چشمان من کند و باغچه ی سترگ کاشانه ی پدربزرگ پدری ،

« دکتر حسین اوحدی » ، با آن حوض بزرگ و حیاط پر درخت و گل استادیوم مانند و آن گلخانه‌ی خاطره‌انگیز درختان نارنج نیز لطف و لذت ویژه ی خود را داشتند. « تارزان » در هر سه باغچه کوشا و خستگی ناپذیر بود. « مهندس آتش » را به راحتی می شد پس از چندی تنهایی ، همچون سرخ پوستان قبیله ی « شایان ها » ، از دود آتش اجاقش جست.

اگر بر توصیف هر مرحله‌ی نظریه‌ی رشد شناختی پیاژه به گونه‌ای دقیق تأمل کنیم، آشکارا می‌بینیم که « توانمندی »، « پیچیدگی » و « گوناگونی » فضای باغچه چه گونه در هر مرحله ی رشد اندیشه و شناخت کودک - به ویژه دو مرحله ی اندیشه ی « پیش عملیاتی » (دو تا هفت سالگی) و « عملیات غیر انتزاعی » (هفت تا یازده سالگی) - می‌تواند به رشد بهتر ، گسترده‌تر و ژرف تر بینجامد.

www.takbook.com

www.takbook.com

ادامه‌ی حضور در طبیعت - به ویژه در مناطق طبیعی و زیست محیطی بکر برون شهری ، در مرحله ی « عملیات صوری » (پس از یازده سالگی) ، نقشی به مراتب بیشتر از باغچه خواهد داشت و توانایی « اندیشیدن انتزاعی » ، « استدلال قیاسی » و نیز

« اندیشه ی فرضیه ای – قیاسی » نوجوان را به بهترین حالت ممکن تکمیل نموده و گسترش و ژرفا خواهد بخشید.

اما رشد حساب نشده ، ساده لوحانه ، دانش ستیزانه و منطق گریزانه ی جمعیت در پایان دهه‌ی پنجاه و آغاز دهه‌ی شصت و یورش ادامه دار و هر روز گسترده شونده تر روستاییان و شهرستانی ها به شهرهای بزرگ و ابر شهر ها ، همراه با افزایش سرسام آور بهای زمین ، نه تنها به مرگ باغچه‌ها و تبدیل آن‌ها به مجتمع‌های آپارتمانی انجامیده است، بلکه در عمل امکان آفریدن پارک‌ها و فضای سبز عمومی متناسب با جمعیت را نیز از بین برده است.

این سال ها نسل‌هایی رشد یافته و می یابند که در زندگی آپارتمان نشینی، فرصت آموختن و اندیشیدن و آشنایی با آموزه های نوین را در باغچه – این فضای واقعی ، طبیعی و

« اشانتیون گیتی و هستی » – از دست داده‌اند. بیشتر آپارتمان ها در تهران ، دیگر حتا بالکنی کوچک هم ندارند. بی گمان ، گیم ، سگا ، پلی استیشن ، ماهواره و اینترنت هرگز نمی توانند جایگزین راست و درستی برای باغچه باشند. شگفت نیست که نسل‌های بی باغچه و محبوس در آپارتمان امروز ، روح و روانی آزرده و نا آرام تر دارند.

این جاست که برگزاری جشن‌های پرمایه و معنایی چون « مهرگان » ، « سده » ،

« چهارشنبه سوری » و « سیزده بدر » ، « اردیبهشت گان » و ... و برگزاری گشت و گذارهای خانوادگی در کوه ، کویر ، دشت ، چشمه سار و کشتزار ، اهمیتی صدچندان پیدا می کند تا زندگی

www.takbook.com

www.takbook.com

آپارتمان نشینی و سوئیت نشینی کنونی ، کودکان امروز و مردان و زنان فردا را از رشد سالم و کامل فکری، شخصیتی و روانی محروم نسازد و اندیشه و شناخت و بینش و منش او را در چارچوبی کلیشه ای و ماشینی ، دربند نکشد.

اندیشه و شناخت آدمی با مطالعه و بازی نیز رشد و پیشرفت می کند، اما مطالعه و بازی در قفس تنگ آپارتمان هرگز نمی‌توانند جایگزین مشاهده و حس مستقیم و بی واسطه‌ی جهان هستی بشوند.

باغچه برای کودک ، گزیده ی گیتی و چکیده‌ی هستی ست که عناصر چهارگانه (باد ،خاک ، آب ، آتش) را در آن می آزماید و قواعد و مقررات حیات و رازهای بقاء را در آن فرا می گیرد. بار دیگر به مراحل رشد اندیشه و شناخت پیاژه بنگرید؛ کدام محیط دیگری همچون باغچه ی در دسترس و پیش رو برای رشد توانایی‌های ذهنی این اندازه توانمند و سرشار است؟

به نظر می‌رسد نگهداری از گل ها و گیاهان و حیوانات دست آموز آپارتمانی و پدید آوردن فضایی شبیه به باغچه درون آپارتمان ، گام کاربردی و سودمندی است. این رویکرد ، باید با بردن کودکان به پارک‌ها و باغ‌ها و گردشگاه های طبیعی و جدی گرفتن « اکو توریسم » پیوسته و همراه شود تا نبود و مرگ باغچه جبران شود.

بد نیست به جای کارتون‌های بی محتوا و سریال های پر اشک و آه و اندوه صدا و سیما ، باز همان کارتون « خپل و باغ گل‌ها » و سریال

« سفرهای دور و دراز هامی و کامی در وطن » پخش شود ، بلکه نسل میان سال نیز افزون بر کودکان و نوجوانان ، کامیاب و شادمان شوند. آوای گرم و مخملین

www.takbook.com

www.takbook.com

« هوشنگ لطیف پور » و نوای روح افزا و آرامش‌بخش « محمد نوری » این دو اثر تکرار و فراموش ناشدنی ، به باور من از هر قرص و کپسول و شربت و سرنگی ، کارآمدتر هستند. برای خواب بهتر و بیشتر اثر می کند.

دوری از طبیعت و فرو رفتن در زندگی ماشینی ، بی گمان مشکل ساز است؛ چرا که آدمی ، پستانداری دو پا و گویاست که بنیان های فیزیولوژیکی اش از دیگر جانوران و به ویژه پستانداران ، خیلی دور و متفاوت نیست. همان گونه که دور شدن از طبیعت برای حیوانات بیماری زاست، برسلامت و رشد پیکری و و روانی آدمی نیز اثرگذار است.

چندی پیش پدرم فیلم هایی را که در دوران کودکی من ، با دوربین فیلم برداری بی صدا

(صامت) هشت میلی متری اش گرفته بود ، با یاری استودیویی ، بر روی سی دی نشاند. فیلم ها همه مربوط به سی و سه تا سی و هفت سال پیش بود. شگفت آن که در هیچ یک از چهره های آدمیان گوناگون این فیلم ها ، من روانپزشک نشانی از نگرانی ، افسردگی ، اضطراب ، اندوه ، تنش ، فشار ، خستگی ، فرسودگی و سرگشتگی همه گیر چهره های سنین گوناگون این روزها نمی بینم. فیلم های کودکی بار دیگر مرا با خاطرات کاخ گلستان خوش و خرم سال های کودکی ام همراه ساخت.
سفری وارونه در طی زمان ؛ به باغچه ای که جایگاه ترک تازی و رشد پیکری و روانی ما نوه های پدر بزرگ مادری بود. اکنون ، ما نوه ها هریک در گوشه ای از این کره ی خاکی روزگار می‌گذرانیم و برخی مان دهه هاست که یکدیگر را جز از طریق عکس ها و یا وبکم آنلاین اینترنت ندیده‌ایم؛ اما آن چه ما را درچهار سوی گیتی به هم پیوند می‌دهد، همان خاطرات باغچه ی پدربزرگ و مادر بزرگ مهربان مان در خیابان چهار باغ عباسی اسپهان (اصفهان) ، درست چسبیده به هتل عالی قاپو است؛ باغچه‌ای که دیگر نیست و هرگوشه از آن مغازه‌ای در پاساژ و مجتمع تجاری عالی قاپو شده است.

www.takbook.com

www.takbook.com

خوب می‌دانم که تا واپسین ثانیه‌های عمرم خاطرات آن باغچه را در ذهن و روانم زنده و حاضر خواهم داشت؛ درست مانند شخصیت نخست فیلم «همشهری کین» که با وجود ثروتی بی‌شمار در واپسین نفس‌های زندگی نام گل رُز (رز باد) روی کُلر برف سواری دوران کودکی اش را بر زبان می‌راند و دست از جهان می شوید.

سال‌هاست که هربار گذارم به گران فروش‌های بازار میوه ی میدان تجریش تهران می‌افتد و « آلوچه قرمز » را در بساط آن‌ها می‌بینم، در حافظه‌ام درخت تک افتاده‌ی کنج حیاط ، پشت آجرهای هتل عالی قاپو- که جایگاه لانه‌ی کفترهای چاهی آزاد و رها بود - را جست و جو می کنم و هر گاه به نام « بلوط » بر می‌خورم، خاطره‌ی فشنگ‌های سنگرهای کودکی ام زنده می‌شود.

و شاید مایه‌ی شگفتی دیگران شود ، اگر این را هم بیفزایم که با دیدن قوطی کبریت به یاد

« آلوچه (گوجه سبز) » و بادیدن « آلوچه (گوجه سبز) » به یاد « قوطی کبریت » می‌افتم؛ چرا که سوراخ میان تنه دو درخت « آلوچه (گوجه سبز) » به هم پیوسته و همبسته ، جایگاه امن مخفی کردن قوطی کبریت‌های « مهندس آتش » اردوگاه رزم مان بود.

کسی نمی‌خواهد باور کند که «باغچه» دارد می‌میرد؛ اما من آن را با تک تک یاخته های تن و جزء جزء ذهن و روانم این واقعیت تلخ را آزموده و پذیرفته ام.

افسوس ، جنگل سترگ خانه های دو پدربزرگم چه اندازه رنگارنگ بود ؛ و اکنون ، این منم:

تارزانی فرسوده و سرگردان در « جنگل آسفالت و سیمان » تهران !

www.takbook.com

www.takbook.com

*روان پزشک و درمانگر مشکلات جنسی ، زناشویی و خانوادگی



www.takbook.com