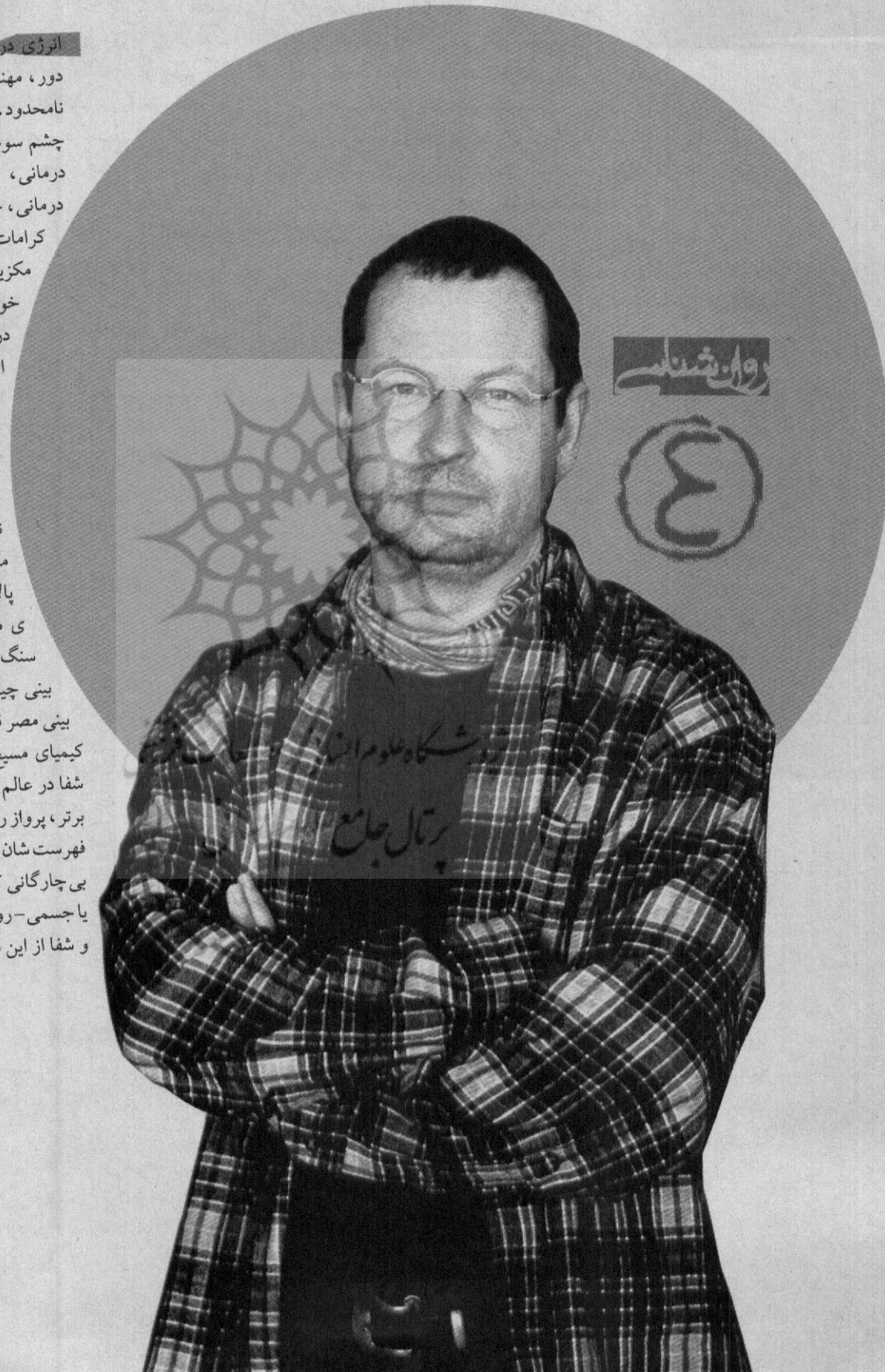


ذهن خویش را به شاید نسپار!

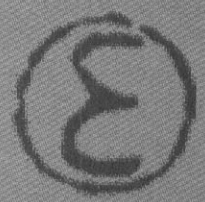
دکتر بهنام اوحدی
www.iranbod.blogfa.com

انرژی درمانی (حتا تلفنی!)، هیپنوتیزم از راه دور، مهندسی فکر، تکنولوژی ذهن، موفقیت نامحدود، کنترل اضطراب در شش ثانیه، چشم سوم، شمنیزم (shamanism)، معجزه درمانی، جادو درمانی، روح درمانی، جن درمانی، خودشناسی، عرفان درمانی، نورحق، کرامات الهی، خانقاه درمانی، نیایش مکزیک، رؤیا درمانی، طب سرخپوستی، خودسازی تبتی، دونادون و تناسخ درمانی، غلبه بر شیطان، تسخیرجن، احضار روح، دفع ارواح خبیثه، فال قهوه، فال حافظ، فال چایی، فال ورق، اولترامدیتیشن، پیشگویی با روح، مولوی (رومی) درمانی، حافظ درمانی، سعدی درمانی، نظامی درمانی، رازهای درونی ماوراء، سازندگی روح، تصفیه روان، پالایش ذهن، والایش فکر، معجزه ی معنا، جادوی رؤیا، همت شرقی، سنگ درمانی، طالع بینی هندی، طالع بینی چینی، طالع بینی ایران باستان، طالع بینی مصر قدیم، رازهای جهود، معمای بودا، کیمیای مسیح، اکسیر حیات، سفر به ماوراء، شفا در عالم برزخ، خروج روح از بدن، نیروی برتر، پرواز روح،

فهرست شان، پایان ندارد! سوء استفاده از بی چارگانی که از مشکلات و اختلالات روانی یا جسمی - روانی رنج می برند و به دنبال بهبودی و شفا از این دکان به آن دکان می روند، همواره



روان‌شناسی



مشکلات علوم انسانی
رتال جامع

بوده و هست. کلاه برداری و کلاه گذاری بازار پررونقی دارد. جلوه و جلا و جذابیت این بازار در جوامع عقب مانده و در حال توسعه بیشتر است. اجتماع آشفته و آشوب زده‌ی ما نیز گرفتار و اسیر این شیادی هاست. شیادی‌هایی که از قدیم در شکل و عنوان‌های دیگر حضوری نیرومند و پرطرفدار داشته و دارد: دعانویسی، ابطال طلسم، چشم زخم، سرکتاب باز کردن، کف بینی، جادو و جملیل گرفتن، فلانی را بستن، نفرین کردن، جن زدگی، حلول ارواح خبیثه، پرواز در آسمان [البته با سرعت نور!] و قالیچه‌ی حضرت سلیمان و...

حوزه‌ی روان شناسان و حیطة‌ی روان پزشکی همواره چنین رقیبان سرسخت و پرمدعایی داشته‌اند، اما هیچ یک از این رقیبان حتا از پس یک دوره افسردگی یک و یا دوقطبی ((BID or MDD بر نیامده‌اند!!
روان پزشک، «دکتر دیوانگان» دانسته می‌شده (و می‌شود) و روان شناسان، «مشاور قاطعی کردگان»!

اما این رقیبان از آن‌جا که عناوین پر طمطراق و دهان پرکن دارند و افزون بر بیماران، افراد سالم را نیز پذیرا هستند، آن «انگ (stigma)»‌های روان شناس و به ویژه روان پزشک را ندارند. بار دیگر به فهرست این دکان‌ها بنگرید، به راستی جذابند!

اما برپا کنندگان این «آشفته بازار شبه درمان و درمان‌های دروغین» چه کسانی هستند؟ اکثریت قریب به اتفاق اینان، از خود شیفتگی و خود بزرگ بینی خاصی برخوردارند.

اما این خود شیفتگی و اعتماد به نفس بالا در واقع واکنش دفاعی و ثانوی به احساس حقارت و فرومایگی پنهان در لایه‌های ناخودآگاه و خودآگاه‌شان پدید آمده است.

این دلالتان وعده‌های پوшالی و سخنان زیبا اما پوچ، ویژگی‌ها و اختلالات بارز شخصیتی گروه B یا همان گروه Barareh (رجوع کنید به شماره‌ی ۳۲ همین مجله، تحلیل روان شناختی سریال شب‌های برره) یعنی صفات پررنگ و اختلالات شخصیتی نارسیسیستیک (خود شیفته)، بوردرلاین (مرزی)، روان پریشانه، آتی سوشیال (ضد اجتماعی) و هیسترنویک (نمایشی) را پیدا و پنهان دارند. آن‌هایی که قیافه‌هایی عجیب و غریب و باورهای شگفت انگیز در مورد ماوراء الطبیعه احضار روح، تسلط بر اجنه و جن درمانی (!) دارند، به احتمال فراوان مبتلا به اختلال شخصیت اسکیزوتایپال اند.

کتاب‌ها و مجلات و سخن رانی‌های روان شناسی بازاری و عامه سپند را می‌خوانند و باهوش بالای خود واژگان و عبارات زیبا، جذاب، دلنشین و پر طمطراق را بر می‌گزینند و آن‌ها را بارها در خلوت خود می‌خوانند و تکرار می‌کنند تا از بر شوند.

خلاقیت خود را به زور و ضرب تمام به کار می‌گیرند تا بتوانند آرزوهای دست نیافتنی و رؤیاهای دور از دست و مورد حسرت توده‌ی ناآگاه جامعه را دریافته، در متن سخنان عوام فریبانه خویش بیاورند.

این کاسبان نبض بازار پرطرفدار شبه درمان و خرافات را خوب لمس می‌کنند و آماده‌اند که با هر گونه جهت باد به موج سواری خود ادامه دهند. آن‌ها حاضرند حتا رنسانس و انقلاب شناختی و فکری و روحی و عرفانی خود را با بانگ بلند اعلام نموده و صادقانه (بخوانیم: ریا و تزویر صادقانه)

به اشتباهات گذشته‌ی خود اعتراف کنند!

ادا و اطوار هیسترنویک و امپرسیونیستیک (نمایشی و اثر گذار) اینان خود حکایتی دیگر دارد: لباس‌های آن چنانی، مو و ریش و سبیل آشفته یا به شیوه ای ویژه و منحصر به فرد آراسته شده، انگشتر و گردن آویزهای عجیب و غریب، کت و شلوار خاص و البته اگر لازم شود: پیراهن سفید یقه آخوندی! اینان ابایی از تغییر ظاهر ندارند؛ اگر قلندری مد و مورد پسند توده‌ی جامعه شود و بهتر و بیشتر بتواند آن‌ها را به مطامع مادی و مقاصد شهوانی‌شان برساند، به سادگی موهای بلندرها یا دم اسبی خود را به تیغ ژیلت یا سوسمار نشان می‌سپارند و لباس دالای لاما یا ردان فلان جوکی عرفان زده را بر تن می‌کنند. موج سواری همواره ویژگی بارز فرومایگان بوده و هست!

به راستی چرا آن‌هایی که دانش آموخته‌ی دانشگاه‌ها و آکادمی‌های معتبر هستند، چنین ادا و اطواری از خود به نمایش نمی‌گذارند. مهمل و خزعبل نمی‌بافند و لاف و گزاف بر زبان نمی‌رانند؟!؟

از این شیادان و دغل کاران فراوان دیده‌ام و نیز افتخار جاودان شاگردی بسیاری از اساتید روان پزشکی و روان شناسی کشور و (به طور غیر مستقیم) جهان را داشته و دارم. بین این دو گروه تفاوت از زمین تا آسمان است!

اگر در این رویکردها- آن هم با شیوه‌های معمول و پرطرفدار این شیادان - سود و دستاوردی راستین بود، آیا اساتید شناخته‌ی روان پزشکی و روان شناسی میهن مان در پذیرفتن آن‌ها تردیدی به خود راه می‌دادند؟!؟

چرا این ادعاهای بزرگ و ناممکن چون کنترل اضطراب در شش ثانیه، موفقیت نامحدود، ثروتمندی در یک ماه و امثال آن، هیچ گاه از سوی بزرگان روان پزشکی و روان شناسی ایران و خارج بیان نمی‌شوند و آن‌ها را باید در مجلات، کتاب‌ها، سی‌دها و سخنرانی‌های این دلالتان شادمانی و خوشبختی دروغین جستجو کرد؟!؟

چرا اساتید روان پزشکی و روان شناسی هیچ گاه خود را با این سر و ریش عجیب و غریب و لباس و آذین نامعمول نیاراسته و به نمایش نگذاشته‌اند؟!؟ استاد بی‌همتا، ارجمند و بزرگوام، دکتر شکرا... طریقتی، خود مرجعی متحرک است. به قول استاد فرزانه دکتر محمد صنعتی: «کدام مرجع و رسانه ای می‌تواند جایگزین پنجاه سال تجربه‌ی آکادمیک روان پزشکی بالینی دکتر طریقتی در ایران شود؟!؟»

پروفیسور طریقتی بیش از هر کس دیگری مردم، فرهنگ‌ها و خرده فرهنگ‌های این مرز و بوم را می‌شناسد و بیماری‌های خرده فرهنگ، هر سن، هر طبقه و هر پیشه را با ضرب اطمینان بالا حدس می‌زند، اما هنوز خود را به متدهای کلاسیک روان پزشکی و دانش روزآمد پزشکی، مغز و اعصاب و اعصاب و روان پای بند می‌داند و قدمی فراتر از آن‌ها نمی‌گذارد. او همواره تجربه را با علم می‌سنجد و می‌آزماید. استاد ارجمند، دکتر ابهری بر هیئت‌تیزم اشرف دارد و چیرگی خود را در این زمینه بارها در بیمارستان روزبه نشان داده است اما هیچ گاه ادعاهای گزاف شیادان همه‌توان هیئت‌تیزم درمانی‌های آنچنانی (!) را بر زبان نرانده است و همواره از این شیوه در جایگاه خاص و اثر گذار خود - در کنار دارو درمانی و روان درمانی - سود جسته است.

استادانديشمندم، دكتور محمد صنعتي، از يگانگان روان كاوي در ايران امروز است، چون دكتور عبدالحسين رفعتيان كه روان كاوي نکته سنج و فروتن است. چرا اين دو استاد ارزشمند دكان هاي پرزرق و برق روان كاوي با ادعاهاي جادويي آن چناني نگشوده اند و به كار علمي و تلفيق منطقي روان كاوي با روان پزشي و ديگر شيوه هاي روان درماني بسنده مي كنند؟

استاد ارجمند دكتور محمدرضا محمدي و استاد محترم دكتور نوربالا از «معنويت» و «آموزه هاي الهی» بهره ي فرواني در روان درماني و روان پزشي برده و مي برند و به شيوه اي خاص خود رسیده اند، پس چرا اينان ادعاهاي پر طمطراق فروشندگان وعده هاي پوشالي و آرزوهاي خيالي را بيان نکرده اند؟

استاد فروتن و صاحب ذوق دكتور مجيد صادقي بر شيوه هاي گوناگون درمان آگاهي بسيار دارد و «بيوفيدبك» و «تكنيك هاي ريلكسيشن» را به خوبي مي داند، چرا او سخني غير علمي نمي گويد؟

به راستي، چرا استاد كم نظير و بسيار متواضع، دكتور غلامرضا مير سپاسي، همواره در قد و قامت يك پرفسور آكادميك ظاهر شده و لحظه اي، تنها لحظه اي، بياني به گراف بر زبان نرانده است؟؟

اين ويژگي ها ويژه ي اساتيد روان پزشي دانشگاه تهران نيست!

چه كسي تا به حال سخني غير علمي يا ادعائي به گراف از ديگر اساتيد روان پزشي كشور چون دكتور نصرت... پور افكاري، دكتور بينا، دكتور ولي... سهامي، دكتور باسعي، دكتور نصر اصفهاني، دكتور رسوليان، دكتور مزيناني، دكتور بوالهري، دكتور احمد جليلي، دكتور فريدون مهرايي، دكتور قربانعلي اسدالهي، دكتور اعلمي فاضل، دكتور خليل مؤمني، دكتور محسن معروفی، دكتور حميدميرزايي و ديگر استادان شنیده است؟؟

من براي روان پزشي و روان پزشكان تبليغ نمي كنم. برخورد علمي و منطقي روان شناسان بزرگ را نيز ديده ام. افتخار شاگردی یکی از بزرگ ترين شان را داشته ام. استاد فرزانه ام، دكتور حبيب... قاسم زاده را مي گويم كه انساني يگانه و بي همناست. او در شناخت درماني و رفتار درماني بي گمان نفر نخست كشور است و اشراف و چيرگي خاصي دارد. فردی به تمام معنا علمي است. آيا ايشان هرگز ادعائي خود بزرگ بينانه و جادويي بر زبان رانده اند؟؟

او هيچ گاه به جنگ روان پزشكان و دارو درماني نرفته و همواره پشتيبان و حامی و راهنمای روان پزشكان و دستياران روان پزشي بوده است.

استاد انديشمند، دكتور كاوياني با وجود تاليفات و ترجمه هاي فراوان در حيطه رفتار درماني شناختي، هيچ گاه از قامت علم به در نيامده و همواره در گير علم و پژوهش بوده است.

اما به مدارج علمي و مدارك دانشگاهي اين نيرنگ كاران بنگريد! يكي ليسانس روزنامه نگاري دارد، يكي مهندسي صنايع، و آن يكي مهندس نساجي است. يك نفر مهندس مكانيك و ديگري مي گويد ليسانس حقوق و علوم تربيتي دارد. بسياري شان هم اصلاً پاي به دانشگاه نگذاشته اند و «تجربي» كار را آموخته اند!! يا كمر بندسياه كاراته دارند يا استاد كونگ فويند!!!

البته همه ي اينان عنوان پر طمطراق «استاد» را يدك مي كشند و اعوان و انصاري هم پيرو و پيوسته ي خود دارند!! البته اينان اساتيد مكاتب خود ساخته ي خويش اند و صاحبان خرد بر اين حسرت و تعارض ايشان زياد خرده نمي گيرند!! مردم آزادند؛ فهم دارند و به تناسب درك شان مي توانند پيرو اين و آن باشند؛ از جيب و ذهن واحساس و انديشه ي خود خرج كنند.

خرج كردن از جيب آسان است و زيارش به راحتی يا با كمی دشواري جبران مي شود، اما هزينه كردن از ذهن و روان ساده نيست و شايد ضررهايش راهيچ گاه نشودرفع نمود!

اگر اين سخنرانان عزيز در قد و قواره ي دانش خويش سخن مي گفتند و شنوندگان خود را به بينشي جديد در رابطه با مشكلات رواني شان مي رساندند و بيماران را نزد متخصصان امر يعني فوق ليسانس هاي روان شناسي باليني و روان پزشي ارجاع مي دادند. نقش شان - بي گمان سودمند هم بود، اما مشكل اين جاست كه اكثريت آنان وعده هاي واهي گراف آميز مي دهند و ادعاهاي غيرواقعي را بيان مي كنند.

در اين جا دو نمونه ي مثبت را مثال مي زنيم: «مهدی قره چه داغی» و «چيستای يثربي» خدمتي كه مهدی قره چه داغی با ترجمه ي پر شمارش به حيطه روان شناسي در ايران نموده است، بي مانند است. همتي نيز كه چيستای يثربي در سال هاي اخير صرف سايكودراما و تئاتر درماني نموده است، بسيار ارزشمند است. چرا اين دو براي خود دُكان و دِير و خانقاه برپا نداشته اند و به كار خود بسنده کرده اند؟

آيا اين به دليل شخصيت پايدار و سالم و درك و فهم آكادميك آنان نيست؟

كشور ما از لحاظ علمي و فلسفي از دنياي پيشرفته عقب است اما ما خودمان مي توانيم چون عقب مانده ها رفتار نكنيم!

چرا هر ادعائي را باور مي كنيم؟ وهرچه دروغين تر باشد، آن را راحت تر مي پذيريم؟ مگر پايه گذاري يك مكتب يا يك شيوه ي درمان به اين سادگي است؟ سال ها خون دل مي طلبد! چه گونه مي توان چنين عناوين و القاب پرطمطراقي براي خود تراشيد و سفارش داد؟!؟

گاهي چنين هنري هاي (!) از سوي دانش آموختگان پزشي و روان شناسي هم سر مي زند، هزاران افسوس! گويا بيكاري بدجوري فشار مي آورد!!

محبوب من نیز اسیر نبود. او نیز رها از هر دلبستگی و اسارتی بود، رها و آزاد و بی باک و بی اندازه «صادق»! و خودکشی اش پنجاه و پنج سال پیش در پاریس، فانوس «هدایت» و ناقوس بیداری روشنفکران و شبه روشنفکران ایرانی شد.

بگذاریم که لمپن اتلکتوتل به سبب منش و ماهیتش هنوز راه خود می رود! اگر من می نویسم به دلیل دلبستگی و باور استوارم به «آموزش روان شناختی توده (Psychoeducation)» و «روان پزشکی اجتماعی (Psychiatry Community)» و شناخت درمانی اجتماعی و روان کاوی جمعی است. زیرا من توسعه نیافتگی ایران و رشد نیافتگی ما ایرانیان را در عقب ماندگی و رشد نیافتگی روان شناختی مان می دانم؛ آن چنان که گزیده ای از آن را در مقاله ای «از صمد آقا تا شیر فرهاد» (شماره ی ۳۲ مجله) آوردم.

تو آزادی نژد هر کس می خواهی برای مشاوره، روان درمانی و حتا خرافات درمانی بروی و پای منبر هر سخن ران بنشین. کهنه هایت را به هر درختی که دوست داری گره بز. مو و ریشت را پریشان کنی با بتراشی. ردا و دستار بپوش یا چون مهاتما گاندی تکه پارچه حتا گونی به خود ببیج. وردی را هزار بار روز و شب تکرار کن و آب هر طلسمی را که پسندیدی بنوش. تو انسانی، جایر الخطا.

می توانی احساساتی شوی، به هیجان آیی و گاهی حتا احساس و هیجان بر عقل و شعورت چیره شود. حق داری که شیفته و مفتون هر استاد و نااستادی بشوی، اما خیلی خود را معطل نکن. خود فریبی شایسته ی تو نیست. از واقعیت نگریز، هر چند تلخ باشد.

مشکل و اختلال روانی داشتن تنگ نیست! مگر کسی از بیماری جسمی براثت جسته و می گریزد؟ پس هر گاه نیازمند باری و درمان شدی، نزد «روانشناسی بالینی» یا «روان پزشک، همان متخصص اعصاب و روان» - نه متخصص مغز و اعصاب (نورولوژیست) که درمان سکتی مغزی، فلج های عصبی و عضلانی، بی حسی، ام اس، پارکینسون و دیگر بیماری های جسمانی اعصاب را بر عهده دارد و بیش از دو ماه دوره ی آشنایی با اختلالات روانی و درمان بیماران روان پزشکی را نگذار نیده است - مراجعه کن.

احتمال شیدای اینان هر چند صفر نیست ولی خیلی خیلی کمتر است. آسوده و راحت باش؛ روان پزشک، دکتر دیوانگان نیست. داروهایش نیز اعتیاد آور نیستند.

می دانم که پیش از روان پزشک و روان شناس گذارت به دکان این شیدان می افتد؛ این پیامد مستقیم سستی و کاهلی روان شناسان بالینی و روان پزشکان در ورود به عرصه های اجتماعی و کلان است. هر چند حنای این آتونی رابینزها، کریشنا مورتی ها، وین دایرها و اشوهای وطنی دست چنم به زودی با گسترش و آموزش روان شناختی جامعه و گذار از «اجتماع شعر و عرفان زده» به جامعه ی مدرن اندیشه مدار رنگ خواهد باخت.

آدمی آزاد آفریده شده؛ آزاد که بیازماید و بیاموزد تصمیم بگیرد و هزینه تصمیم خود را بپردازد. در این ملک کرامات و خرافات تو نیز آزادی که بیازمایی و بیاموزی؛ جیبیت را اگر می سپاری، بسیار اما...

ذهن خویش را به شیدان نپرداز!

چگونه می توان با عنوان «تنها روان درمان گر سواس» و «پدر رفتار درمانی سواس در ایران» بر سال ها دانش اندوزی، تجربه و تدریس استادی بی همتا «چون دکتر حبیب... قاسم زاده» چشم پوشید؟

چگونه می توان سال ها جسارت، پایداری، دانش اندوزی و دانش پراکنی توسط «استاد دکتر فریدون مهرابی» - این پدر سکسولوژی بالینی در ایران - را نادیده گرفت و خود را «بنیان گذار دانش نوین جنسی و شیوه های غیر دارویی اختلالات جنسی در ایران» نامید؟

من، پاسخ می دهم: به راحتی! برخورداری از صفات پررنگ و اختلالات شخصیتی نارسی سیستمیک (خودشیفته)، هستریونیک (نمایشی) آتی سوشیال (ضد اجتماعی) و بوردرلاین (مرزی، روان پریشانه) به تنهایی کافی است!!

اگر این ها نباشد، باید دنبال خود بزرگ بینی شیدایی اختلال دوقطبی و اسکیزوفرنی گشت!

پس جای شگفتی نیست اگر یکی دو سه سال آینده عنوان «بنیان گذار روان کاوی نوین در ایران»، «پدر بزرگ روان پزشکی نوین ایران» و مانند آن هم بر جلد کتاب هایی نقش بندد!! به هر حال بیکاری و عدم ارضای روانی لازم در هرم مزلو گریبان بسیاری را گرفته و پزشک عمومی و روان شناس را نیز در امان نگذاشته است!

اما مایه ی تأسف آن جاست که تلویزیون گهگاه به چنین افرادی بی جهت بها می دهد و تریبون ارزشمند ملی را فرومایه و بی ارزش می کند.

سیما از بزرگان دانش اندوخته، پیشکسوت و تکرار نشدنی ای چون «دکتر طریقی»، «دکتر قاسم زاده» و «دکتر صنعتی» سود نمی جوید و در عوض خواسته و ناخواسته به ترویج مکاتب خود ساخته ی این «شو من (Showman)» ها.

رسانه ی ملی فرومایگان را قدر داده، بر صدر می نشاند و پر بزرگواران به راحتی چشم می پوشاند!! مگر گهگاه شبکه ی سه یا شبکه تهران و یا برنامه ی صبحگاهی و نیمروز که به حق می توان «برخی» اساتید را در تلویزیون دید و کمی خوشحال و امیدوار شد.

اگر من می نویسم تنها به اتکای دانش آموزی و شاگردی در پیش گاه این اساتید و نیز ساعت ها خواندن و اندیشیدن است. هر مقاله را بارها در ذهن مرور می کنم و تیر آن را چند بار تغییر می دهم تا فرصت و فراغت دست دهد و از کاری دیگر بگذرم و آن را بر روی کاغذ بیاورم. از بازکردن کتاب ها، درسمنامه ها و مراجع فارسی و انگلیسی گوناگون نیز ابایی ندارم و بدان افتخار می کنم.

نیک می دانم که با این نوشته، دشمنان و بدخواهان بی شماری خواهم یافت. خشم ها و رشک ها چون آب از مشک ها بر سر پایم فرو خواهد ریخت و لشکری از شیدان ادعاهای دروغین و دلالتان و عده های واهی تا سال ها همه جا به پیشواز و بدرقه ام خواهد آمد.

هراسی در دل ندارم. نوجوانی من در سال های حماسه و خون و دفاع از مام میهن گذشت و شخصیت و منش وی از پرتو آن رهبر سیزده ساله پیکره و قوام یافت. مکتب او اسارت ندارد! روشنگر صادق، شریف و میهن دوست