



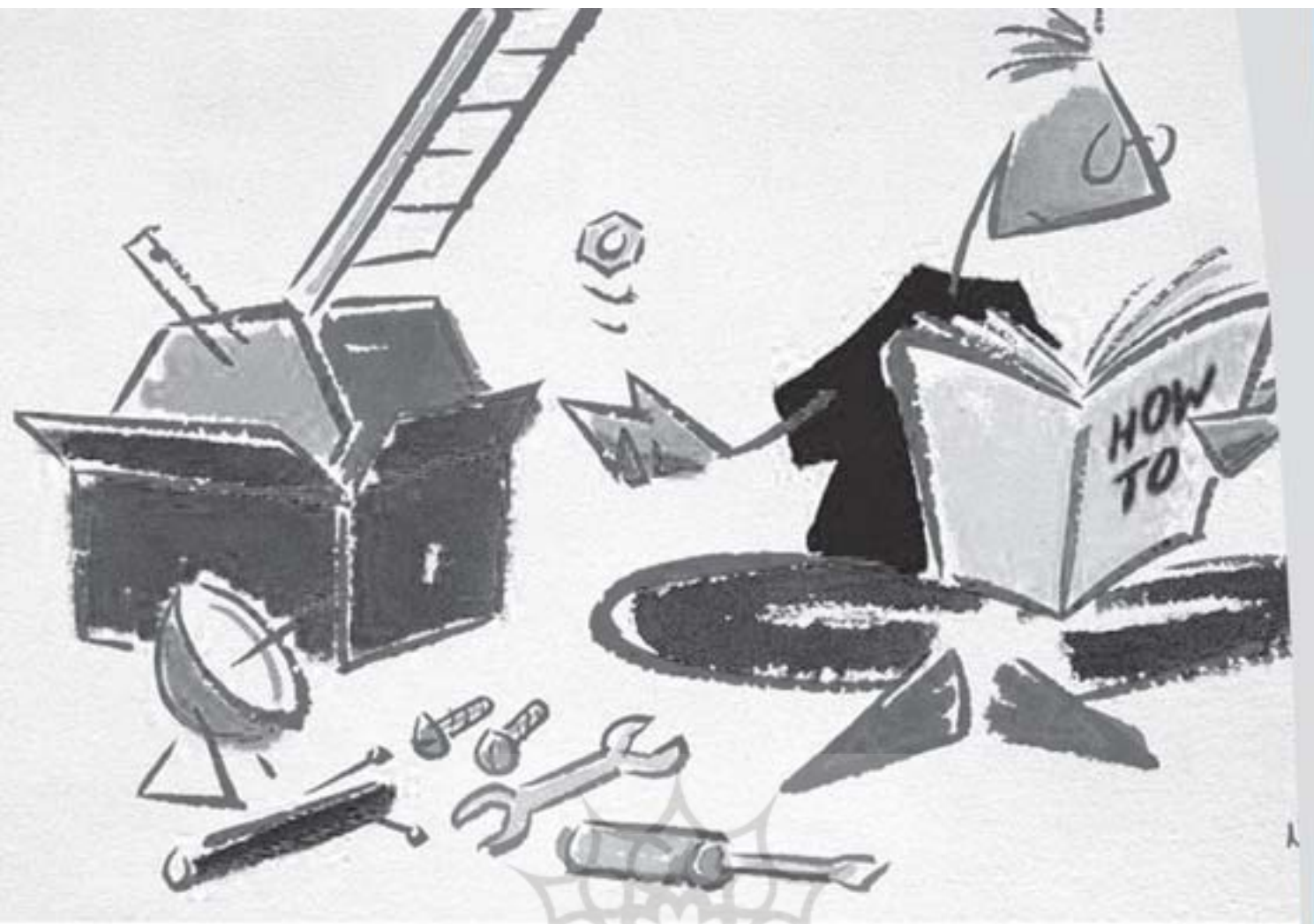
## وسواس اجباری

نویسنده: دکتر بهروز جلیلی  
دانشیار دانشگاه علوم پزشکی ایران (تهران)

وسواس‌ها و اجبارها افکار و اعمالی هستند که به صورت مهمان‌هایی ناخوانده و مزاحم وارد زندگی بشر می‌شوند. گاه آنقدر مزاحم که زندگی طبیعی را از او سلب کرده و ناتوان و زمین گیرش می‌کنند. مصیبت دوم دخالت اطرافیان است که افکار و اعمال فوق را عمده پنداشته و سعی دارند با تهدید یا نصیحت یا هزار و یک طریق ناشایست دیگر، فرد را از تکرار آن‌ها باز دارند.

تادلیم آرام گرفت.  
از درون کوچ‌ها بسوی مکتب می‌دویدم، فکر کردم باز هم دیر شده است. به سر در مکتب رسیدم، ۳ بار حمد و قیل هوالله خواندم و یک دعای دیگر و خدا خدایم کردم که معلم از راه نرسد که مجبور شوم باسلام کردن به او خواندن دعا را قطع و دوباره از سر گیرم. در زدم و آرام وارد شدم.  
مدرس گفت:  
باز هم توومثل همیشه دیرکردی، مطمئن باش فردا چوب

به هر حال این اختلالات ممکن است در زمان کودکی آغاز گشته و اگر طفل به سن مدرسه رسیده باشد بسیاری اوقات موجب بهم خوردن شدید عملکرد تحصیلی می‌گردند. نویسنده سعی دارد در قالب یک مشاهده اختلال فوق رادر طی دو قرن متفاوت مجسم سازد و به بررسی دیدگاه‌های منفی مردم و زبان‌هایی که از دخالت‌های نابجای ایشان در این اختلال پیش می‌آید بپردازد. کولون درب را کشیدم: آنهم نه یک بار و بعد چند بار فشار دادم تا مطمئن شوم از درون بسته است و بعد باپاهایم،



و آخر الامر که نصیحت راه بجایی نمی برد فحش و شتم و ضرب مثل همیشه می شد چاره ای آخری.

هروقت زمان استحمام فرا می رسید وبا پدر به سرینه حمام می رسیدیم دلم ماتم می گرفت  
دلاک، می گفت:

تو را به ایمانت ای شیخ این را همراه خود نیاور، بیچاره می شویدی بس می شویدی و می مالد و نمی گذارد کار خود را تمام کنم، ده چندان دیگران آب طلب می کند که هنوز سروپایم کثیف است و مثل همیشه خواهش و التماس پدر که قول داده از این پس چنین نکنند و چنان کند. بوالعجب فرموده اند، "النظافه من الایمان" و حال می گوید خلاف آن کن.

یک شب مهمان گوش بودم و شنیدم پدر به مادر می گفت طبیبی صاحب نام بدین خطه آمده که چاره کار چنین افراد کند و بر خلاف دیگران نصیحت نمی کند و ادویه ای می دهد که گرگشای اینان است" و بیچاره مادر که یقین منظورش، دارای طفل مجنون شده که نیاز به چنین ادویه دارد" و پدر پاسخ داد ای خاتون چندین بار دیده ام با خود صحبت می کند و اگر کلامش بریده ام و حشیانه پاسخ گفته، نگذارد پته مان نزد

وفلک در انتظار توست، نمی توانی گور مرگت صبح زودتر بلندشوی؟ به تمرگ، روی زمین، در جای مقرر نشستم. خنده موزیانه بچه ها. و آن افکار، نکند فحش بدهم، نکند کفر بگویم. آن روز هم تمام شد در بازگشت به خانه و آن سنگ فرش های مکعبی کوچقه. هم می خواستم طوری راه بروم که پایم روی خط بین سنگ فرشها نرود و هم آنکه کسی متوجه این طریق راه رفتن نشود. چندبار بچه های هم مکتبی دنبال کرده و دستم را خوانده بودند و هلم داده بودند، تا پایم روی خط سنگ ها برود. بعد از ظهر و عصر و غروب یکی از یکی لعنتی تر، نوشتن مشق ها و خط کشیدن ها با قلم و مرکب. خدایا چه کنم باز فکر می کنم خط ها مرتب نیستند و فاصله شان از کنار کاغذ یکسان نیست. مصیبت یکی نبود هم نقصان مایه و هم شماتت همسایه. باز هم پدر فریاد کشید لنگ شب است و این هنوز به نیمه تکالیف نرسیده. بیچاره شدم بس کاغذ و قلم و دوات خریدم، بس کاغذ پاره می کند که مرتب نیستند و کج است و چنین است و چنان، یک زمان عطوفت پدری به صحنه می آید که "ای مایه امید من والله که دوستانت یک صدم توهم زحمت نمی کشند و تا حال صد بار سرrote کار رابه هم آورده و در کوچقه مشغول بازیند."



شیخ سخن سعدی گفت "باریتعالی شرم دارد از بسیاری دعا وزاری بنده، چنین رخ داد و خداوند مرا به صده مضارع نقل داد. یک دانش آموز ساعی وجدی و کمال طلب، اما بیچاره و درمانده. در این زمان خط کش و نقاله و گونیا ابزاری پیش پا افتاده بود ولی من همچنان درگیر خط کشی دقیق کنار صفحات و یکسانی نقوش هندسی بودم. وقت نهار دستم را لااقل پنج بار با صابون شسته و ناخن ها را برس می زدم حین غذا اگر دهان برادر و پدر صدامی کرد بانفرت ظرف را پس می زدم. وای از مهمانی و بوسه های عمه و دایی با آن دهان های کثیف شان.

زمان خواب چندین بار به والدین شب بخیر می گفتم و باز سوال که آیا واقعا گفته ام؟ بجای ساعت ۶/۵ ساعت ۵ صبح از خواب برمی خواستم که کیف و کتاب و دفتر را مرتب کنم و باز هم مینی بوس مدرسه چندین بار از پایین بوق می زد یکی دوبار هم جا ماندم، شده بودم مضحکه کلاس چون دم در می ایستادم، (البته به نظر آنها می ایستادم، چون داشتم پنج بار حمد و قل هو الله و دوباره نادعلی می خواندم) و باز هم آن آفکار لعنتی با مایه گناه، نکند به معلم فحش بدهم، نکند کفر بگویم، نکند کتاب جغرافیا و پرگار و گونیارا نیاورده باشم. باز هم استحمام مصیبت

بیگانگان بر آب افتد که در آن صورت پیداست بامجنون چه خواهند کرد.

بهر صورت پدر از مادر رخصت گرفت و مرا نزد آن طبیب برد که شیخ الرییس می نامیدندش. او با من به گفتگو نشست و سولاتی چند نمود و در نهایت گفت:

ای جوانمرد طفلت سوداری شده، هان تا کسی از ماجرا خبر نشود که خلق ابله وی را مجنون خواهند پنداشت و چوب در مقعدش کرده وی را به آتش جهل خواهند سوزاند. ادویه ای چند فراهم خواهید کرد که روزی ۳ بار دم کرده به خوردش می دهی و نیز هفته ای ۲ بار به صحرایش می بری که فریاد زند و بدود و خشم خود برون ریزد. پدر دستش بوسید و بقول وی رفتار کرد. ۳ ماه طول کشید تا من از قالب خود برون آمدم. آن تکرارها و آن احساس گناه رخت بر بست. زندگی شیرین شد و من بدرس و بحث دست آخته، از کل همگنان پیشی جستم. لبیک همیشه بخود می گفتم: ای انسان ما که از پیشینیان خود فرزانه تر و عاقلتریم (که انشاء الله چنین است!) ایکاش من هم چند صده دیرتر پای بدین دنیای خاکی می گذاشتم و در زمان اخلاف خود می زیستم که چاره این امراض آسان تر می بود.



کلینیک رفتار درمانی که با روش‌های: حساسیت زدایی<sup>(۳)</sup>، آرامش دادن<sup>(۳)</sup> و... با آدم کار می‌کردن.

خود مونیم با وجود تمام این دنگ و فنگ‌ها بهبود حاصل شد ولی خیلی دیرتر از اون جوشونده ودم کرده.

چوب و فلک و مکتب نبود ولی وقتی کاغذها رو با پاک کن صد دفعه پاک می‌کردم (البته قبل از رجوع به دکتر) آقای معلم ورقه روز زیر دستم می‌کشید و به جای ترک و فلک با خط کش توسرم می‌زد که آدم بشم.

گفتم: خدایا من بتو متوسلم و تنها تکیه گاهم تویی ولی مثل اینکه قرار بود ما از نیاکان خود عاقل تر باشیم. مثل این که قرار بود تو قرن بیست و یکم و سواس هم به بیماری باشه مثل تب مالت، مثل این که قرار بود مردم روش‌های پیشرفته تری از نصیحت کردن و کتک زدن داشته باشن و سواسی دیوونه نباشه، چه آرزوهایی؟

از طلا گشتن پشیمان گشته ایم

مرحمت فرموده ما را مس کنید

من بود. پدر چندبار شیرفلکه اصلی ساختمان را بست تا مرا وادار به خروج از حمام کند.

وای از نصیحت‌ها:

آخه بابا جون به دوستانت نیگا کن کدومشون این جورین خانوم به خدا بدبخت شدم بس ورق امتحانی و خودکار و خط کش خریدم. کدوم پدر سوخته ای ماهی ۵۰۰ ورق امتحانی برای بچه کلاس چهارم می‌خره، سالی ۳ تا کیف باید بخرم از بس که قفلش را می‌کشه و امتحان می‌کند، واز جادر میاره. به خدا یه بار دیگه اگه ورق پاره کنی با شلاق، سیاه و کبودت می‌کنم.

من می‌گفتم: آخه بابا به کی بگم دست خودم نیست، نمی‌تونم کنترل نکنم. اگه خط‌ها مساوی نباشن خون خونمو می‌خوره، وقتی از جلو کسی با من صحبت می‌کنه وهای دهانش بمن می‌خوره، باید سه دفعه صورتمو با صابون بشورم.

همه می‌گن چرا خودت سعی نمی‌کنی، چرا اخلاقتو تغییر نمی‌دی واز این شر وورها.

پدر به مادر گفت:

چی گفتمی می‌خوای ببریش پیش کی؟ روانپزشک؟ یه باره بگو دیوونس خیال مارو راحت کن دیگه.

این بار شیخ الرییس نبود. چه جای خوب ولو کسی، چه موزیک ملایمی داشت پخش می‌شد. به جای شیخ الرییس یه آقایی باریش پرفسوری و پیپ زبرلب و بعدش یه نسخه و قرص‌هایی که یه خورده خواب آلود می‌کرد ولی از جوشانده ودم کرده خبری نبود. به جای صحرا و فریاد کشدن یه جایی که بهش می‌گفتن.

#### پانوشت:

- |                   |                 |
|-------------------|-----------------|
| ۱-Compulsion      | ۱- وسواس اجباری |
| 2-Desensitisation | ۲- حساسیت زدایی |
| 3- Relaxation     | ۳- آرامش دادن   |