

سرنوشت را مے شود از سرنوشت...



من توانستم...
شما هم می توانید!

همیشه هر جا صحبت از اعتیاد می شد، سرا پا گوش می شدم. بیش تر مردم، معتاد را شخصی خوش گذران و لذت طلب می پندارند (هر چند اگر در ظاهر آنان دقت کنیم، معمولاً نشانه‌ای از لذت دیده نمی شود). حس کنجکاوی و چرای مصرف، همیشه با من بود و هیچ گاه جوابی قانع کننده برای آن پیدا نکردم.

زمانی که ازدواج کردم، اعتیاد کمی پررنگ تر خود را نشان داد. در مورد رفت و آمدهای همسر، کمی سخت گیر تر شده بودم و گاهی کار به بگومگو هم می رسید ولی هیچ گاه فکر نکردم شاید او هم مشکلی داشته باشد و خیلی مطمئن بودم که او سلامت است چرا که آزمایش اعتیاد داده بود و سلامتش به تأیید پزشکان محترم هم رسیده بود! پس چه باک؟! افسوس! کاش می دانستم آن چه را که امروز می دانم تا شاید آن تلخی‌ها را تجربه نمی کردم. عدم شناخت و آگاهی است که افراد را به سمت تجربه‌های غلط سوق می دهد. مدتی از ازدواج می گذشت که متوجه رفتارهای مشکوک همسرم شدم و رفت و آمدهای وقت و بی وقت او با بعضی افراد، باعث ناراحتی ام می شد و هر گاه ناراحتی مرا می دید و با مخالفت‌های من روبه رو می شد، قول می داد که دیگر تکرار نمی شود و حتی با این که در میهمانی‌ها شرکت نمی کردم تا ارتباطها را کم کنم، اما بعداً متوجه می شدم آنان پنهانی یکدیگر را ملاقات می کنند و به قول معروف، میهمانی مجردی راه می اندازند. مرتب بر سر این موضوع بگومگو داشتیم، به خیال این که او متوجه اشتباهش می شود یا این که خسته شده و دست از کارهایش می کشد اما نمی دانستم آن که خسته می شود و تسلیم، من هستم! ناامید شده بودم چون شنیده بودم آن درد بی درمان معروف، همین اعتیاد است. دیگر برایم نوری نمانده بود تا بتوانم راه را پیدا کنم و خود را در آستانه‌ی پرتگاه نابودی می دیدم. آن قدر ترس از افتادن بود که قدرت تفکری برای مان نگذاشته بود تا بتوانیم راه را از چاه تشخیص دهیم و تنها به سمت پله‌هایی خیره شده بودیم که رو به پایین بود و فکر می کردم از سقوط نجات یافته‌ایم. نمی دانم مقصر ما بودیم یا نبودن اطلاعات لازم و کافی. به هر حال، هر چه بود، ما هم به سمت آن پلکان رفتیم؛ پلکان ترک! ترک‌هایی که جز رنج و درد، هیچ نبود. شب بیداری، دردهای طاقت فرسا و رنج آور، داروهای با هزینه‌های بالا و توان کاری کم و در نتیجه پایین آمدن سطح درآمد و شاید رسیدن به هیچ و پی آمد همه‌ی این‌ها، رنجوری و بی طاقتی من و همسر و پیش آمدن مشکلات عاطفی که باعث افسردگی و رنجوری و حساس شدن من نیز شد.

گمان می کردم حال که دیگر در رگ‌هایش مخدر جریان ندارد، او سالم

و آباد می تواند به زندگی و کار برگردد و پله‌های شکسته را بازسازی کند و پیش برود و به جایگاه اول برگردد چرا که به توانایی‌های او ایمان داشتم ولی از جهنمی که در آن گرفتار بود، بی خبر بودم زیرا نمی دانستم نبودن مخدر در خون او، دلیل بر سلامتش نیست چرا که او دچار کمبود شده و بدنش، خود مخدر ترشح می کند و جزئی از نیاز اوست. او می سوخت و من نمی دیدم و می خواستم با گرمای حضورش، سرمای گذشته را فراموش کنم، آن هم با گرمایی که از سوختن وجود او حاصل می شد. افسوس!

هیچ چیز بدتر از این نیست که انسان، خود را فنا شده بپندارد و دیگر حتی خود هم خودش را باور نداشته باشد و او هر بار با هر ترک، به این حس بیش تر نزدیک می شد و در سیر نزولی که طی می کرد، این مسأله به طور کامل مشهود بود.

می دانم که می خواست خوب باشد و خرابی‌ها را جبران کند و از راهی که به قعر رفته، به اوج بازگردد اما نمی توانست، که نمی دانست!

این جا بود که درد خواستن‌ها و نتوانستن‌ها شروع می شد و رفتاری عصبی و پر خاشاک از خود نشان می داد و من چه احمقانه از او می رنجیدم.

روزی که بعد از اولین ترک متوجه شدم او دوباره به جمع مصرف کنندگان پیوسته، شاید جزو تلخ ترین روزها بود و دردناک تر، زمانی بود که می دیدم او روز به روز از خانه و خانواده بیش تر فاصله می گیرد و کمتر حضورش را در کنارمان احساس می کردیم. او نمی خواست ما بفهمیم دوباره مصرف می کند

و به قول پزشکان، بی‌اراده است و نتوانسته نفس خود را مهار کند. دوباره ترک ولی به روشی دیگر و گمان خام این‌که این‌بار سلامتی در راه است اما وحشت از تمام دردها و شب‌بیداری‌ها، زودرنجی‌ها و شاید توقعات اطرافیان، همیشه با او بود. مسأله، ناتمام و حل‌نشده باقی‌می‌ماند و در حل آن، سردرگم می‌شدیم و تنها ورق‌های زندگی خود را سیاه می‌کردیم، می‌رنجیدیم و می‌رنجانیدیم. نه سرم و تعویض خون، نه داروهای شیمیایی و نه کپسول‌های گیاهی، هیچ‌کدام مرهم نبود که این زخم، زخمی دیگر بود، جدا از هر زخمی دیگر که دیده بودیم. آن امید و آرزوها، آن محبت‌ها، دلبستگی‌ها و وابستگی‌ها، رنگ باخت و تنها یکدیگر را تحمل می‌کردیم.

به‌جرات قسم می‌خورم قریب به اتفاق معتادان، به گمان خود فکر می‌کردند آنان معتاد نمی‌شوند چون نمی‌دانستند قرار است با مصرف مواد، چه بلایی بر سر سیستم شبه‌افیونی (هورمونی) آنان بیاید و همه فکر می‌کردند اگر هم دچار شوند، آن قدر اراده دارند که چند روز سختی را تحمل کنند زیرا هر کدام، توانایی‌هایی در خود سراغ داشتند که در بعضی افراد دیگر ندیده بودند. اما نمی‌دانستند بعد از مدت زمانی از مصرفشان نگذشته، دیگر مصرف کردن یا مصرف نکردن مواد، دست آنان نیست بلکه نیاز بدن، تعیین‌کننده است و همه بعد از مدتی ناخواسته و به‌اجبار، دوباره نیاز به مصرف پیدا می‌کنند.

هیچ‌گاه با پرخاشگری و تحقیر او به‌عنوان یک معتاد، آتش وجودم را خاموش نکردم و او را هرگز جدا از خود ندیدم و هر زمان سختی، غیرقابل تحمل می‌شد، خداوند را به مدد می‌طلبیدم و از رنج بی‌امان، خود را در دامانش رها می‌کردم و حتی گاهی احساس می‌کردم سر بر زانوی یگانه‌مهربان هستی دارم و خود را به نوازش دست‌های مهربانش می‌سپردم و با تمام وجود، بارش مهر و رحمتش را چون دستی بر سرم حس می‌کردم. احساس زیبا و تجربه‌ی شیرینی بود. گاهی خدا را شکر می‌کنم که سختی‌ها پیش آمد تا با او بودن را بهتر تجربه کنم.

فکر می‌کردم تنها یک معجزه می‌تواند چاره‌ی کار ما شود اما نمی‌دانستم مسؤلیت این کار، تنها بر عهده‌ی خود شخص است و معجزه هم با خواست و حرکت خود شخص صورت می‌گیرد. او را با همان شرایط و وضعیت پذیرفته بودم، تسلیم شدم و باور کردم که راهی دیگر ندارد و منتظر بودم تا معجزه رخ دهد و او دست از لجاجت بردارد و با من همراه شود. معجزه اتفاق افتاد و همسرم که روزبه‌روز وضعش بدتر می‌شد، قبول کرد خانه‌ی آخر، آمدن به «کنگره» است. پیش از این، همیشه می‌گفت خودم می‌توانم ولی دید نه و از خود بهتر می‌دانم‌هایش، دست برداشت و با من همراه شد. پس حرکت کردیم. این‌جا بود که به جادوی صبر ایمان آوردم و معجزه را به زیباترین شکل و روش در بهترین جا و مکان شناختم و دیدم؛ معجزه‌ای در مکانی مقدس به نام «کنگره ۶۰». هم درمان جسم و مصرف نکردن مواد مخدر و هم درمان روح و روان و هم تصحیح و تغییر دیدگاه و جهان‌بینی. به‌عبارتی هم فال بود و هم تماشا.

با کنگره و روش درمان، سال‌ها پیش آشنا شده بودم و از زمانی که صورت‌مسأله‌ی اعتیاد و روش «درمان تدریجی» را شنیده بودم، آرزو می‌کردم ای کاش روزی او هم درمان تدریجی را بپذیرد.

همسرم روش را پذیرفت. احساس خوبی داشتم و تمام مدت به روزهای روشن فکر می‌کردم و حتی ذره‌ای شک و تردید در درمان همسرم نداشتم و می‌دانستم جواب همه‌ی سؤال‌ها و صبرها این‌جاست. مدت‌ها می‌شد که آن برق شادی را در چشمانش ندیده بودم حتی زمانی که از شب‌نشینی‌های

دوستانه‌اش می‌آمد، آن قدر خوشحال نبود. از شادی او شاد شدم و تمام آن ناخوشی‌ها را فراموش کردم.

هر روز که از سفرمان می‌گذشت، او آرام‌تر و با اعتمادبه‌نفس‌تر، پیش‌می‌رفت و از این‌که می‌دید واقعاً مصرفش کم می‌شود ولی از آن آزار و اذیت‌ها خبری نیست، سرخوش بود. دیگر نه دردی بود و نه خماری و افسردگی، از هیچ‌یک از عوارض و علائم قبل که در ترک‌ها داشت، خبری نبود و از آرامش نسبی او، ما هم به آرامش رسیدیم. من او را به چشم یک بیمار می‌دیدم و او هم فهمیده بود در گذشته چه تخریبی در خانواده ایجاد کرده، پس با هم کنار می‌آمدیم. با کم شدن مواد در پله‌های سفر، حال او رو به بهبود بود. هر دو یاد گرفتیم چگونه می‌شود دیو اعتیاد را به زانو درآورد و در خود نابود کرد. یاد گرفتیم باید خرابی‌هایی که خود مسبب آن بودیم را به تدریج آباد کنیم. با شروع سفر، تاریکی‌ها را پشت‌سر می‌گذاشتیم و تنها به نوری که پیش‌رو داشتیم، چشم دوخته بودیم.

با آمدن به کنگره، جوشش و کوشش در من جان گرفت و آن‌چه بر باد رفته بود، بازگشت. کنگره مرا به یادم آورد و حس بودن را به من بازگرداند و آن‌چه را به فراموشی سپرده بودم، به‌خاطر آوردم و امید به آینده و آموختن دوباره، در من جان گرفت و حرکت از نو شروع شد. توانستم آن‌چه نمی‌دانم، بیاموزم و آن‌چه می‌آموزم را از قوه به فعل درآورم. کنگره، نقطه‌ی عطفی شد برای شروع دوباره.

هر کس بداند با مصرف مواد مخدر چه بلایی بر سر جسم خود می‌آورد که هم جسم او را بیمار می‌کند و هم تعادل روحی و روانی او را به هم می‌زند، هرگز به ویرانی خود، تن در نمی‌دهد.

خانواده‌ها باید ابتدا خودآگاهی لازم را کسب کنند تا بتوانند باعث نجات و تربیت فرزندان‌شان و به آگاهی رساندن آنان شوند. باید گذشت زمان و تغییرات جامعه و رفتار اجتماعی و جذابیت‌های کاذب فعلی را پذیرفت و هماهنگ با آن، به اطلاعات و آگاهی‌های خانواده افزود تا بتوان در برابر خطراتی که این مسائل اجتماعی جدید پدیدمی‌آورند، خانواده را انسجام بخشیده و از فروپاشی آن جلوگیری کرد.

زمان‌های خالی را باید پر کرد و برنامه‌ریزی مناسب داشت و گرنه به قول معروف، شیطان برای ما برنامه‌ریزی می‌کند و آن‌چه نباید بشود، اتفاق می‌افتد. تنها راه مبارزه و نجات خانواده، بالا بردن سطح آگاهی خانواده و آشنایی بیشتر آنان با مواد مخدر و مضرات و خطرات و عواقب ناگوار مصرف است که می‌تواند خانواده را در مقابل این بالای خانمان سوز حفظ کند. باید حل معما را آموخت و گرنه همیشه حل‌نشده باقی می‌ماند و باعث گیجی و گمراهی می‌شود.

اکنون زندگی‌ام هدفمند شده، این اقبال و افتخار من است که می‌توانم آن‌چه تعلیم دیده‌ام را با دیگران سهیم شوم. خداوند را برای نعمتی که سرشار از نور، شور و عشق است، سپاس گزارم.

یک همسفر



جهت تهیه کتاب
با دفتر مجله تماس بگیرید