

نورمن لوبستر



مركز دراسات علم الأحياء ومطالعات فرنسية
ومع علوم انسانی

چندی پیش، زن وشوهری نزد مشاور خانوادگی خود رفتند . مشکل آن دو این بود که زن شدیداً از هر گونه نوازش رنج میبرد .

مشاور خانوادگی پس از بررسیهای لازم دریافت که در وجود این زن هیچگونه آکراهی نسبت به مسائل جنسی یافت نمیشود . یعنی روابط زناشویی او با همسرش کاملاً طبیعی است. تنها معمای روانی او تنفر شدیدی بود که از نوازشهای مهر آمیز به اودست میداد. در خانوادۀ دیگر، روانپزشکی به درمان نوجوانی پرداخت که پدرش از دست عسبانگریهای او به ستوه آمده بود . میان این فرزند و پدر رشته عواطف و تفاهم معنوی قطع شده بود . روانپزشک میکوشید تا بر این بحران فائق آید . روزی پدر ناگهان فرزند خود را در آغوش کشید و این نوازش بحدی عمیق و گرم صورت گرفت که هر دو تحت تأثیر يك سلسله عوامل عاطفی دچار هیجانی سخت شدند. پدر و فرزند در این هماغوشی از فرط شرف گریستند .

فرزند طیفانگر که گویی همهٔ خصلتهای گذشتهٔ خود را فراموش کرده بود در برق چشمان نوازشگر پدر خیره ماند و با آهنگی مرتعش گفت :

« پدر، از آنموقعی که کودک بودم تا پامروز این نخستین بار است که تو مرا در آغوش میکشی . »

حوادثی از این قبیل با زندگی روزمرهٔ ما نا آشنا نیست . شاید باور نکنید که عدهٔ زیادی از ما در برابر لمس - لمس کردن یا لمس شدن - بطور دردناکی احساسات ناگوار خود را پنهان میکنیم . دلیل این امر بسادگی قابل درک است . چه

بسیاری از ماتماسهای بدنی را بر حسب مفاهیم جنسی یا مقتضیات درگیری و نبرد توجیه میکنیم . این نیز خود معلول عوامل اجتماعی و فرهنگی ماست .

کسانی که چنین مرزهای نامرئی در مسائل عاطفی ایجاد میکنند از يك چیز مهم غفلت میورزند . مثلاً دربارهٔ «لمس» فراموش میکنند که این امر چه نقش

بزرگی میتواند در ابراز احساسات ، تأمین تشویق و حمایت عاطفی داشته باشد .

در روابط انسانی تماس و لمس يك کیفیت مهم و مؤثر بشمار میرود . با وجود این ما غالباً فراموش میکنیم که بچه ترتیبی آنها از دیگران دریافت داریم یا آنها چگونه ب دیگران تقدیم کنیم .

نوازش جراحات بسیاری از کاشکشاها و نزاعها را التیام میبخشد .

میگویند روزی مادری هنگام رفتن به مهمانی با دودختر یازده و سیزده ساله اش بر سر لباس پوشیدن مشاجره کرد . این مشاجره چندان اوج گرفت که سرانجام مادر برای آرام کردن آن دو مجبور به استدلال و یافتن کلمات حکمت آمیز گردید . ولی نزاع با این حرفها فرو نشست. فرمانهای پدر نیز در روح آشفتهٔ آن دو نظم و آرامشی برقرار نکرد . اما همینکه مادر با تغییر چهرهٔ برافروختهٔ خویش رو به نوازش آورد و دختران عصبانی خود را در آغوش کشید صحنه بخودی خود رنگ دیگری گرفت .

لمس بدن در لحظه های بحرانی که آدمی فشار سختی را تحمل میکند نیز بسیار آرامبخش است . فراموش نمیکنم وقتی که همسرم در بیمارستان بود من ساعتها در کنارش می نشستم و فقط دست او را در دست خود نگه میداشتم .

بنا بر این ، این درست نیست که زن وشوهر در جریانهای مختلف زندگی ، بهنگام اندوه و در دیوار موقع شادمانی و آرامش خیلی بندرت دستهای یکدیگر را میفشردند و از خاصیت لمس از این دیدگاه بهره ای بر نمیگیرند .

هلن کلر که از کودکی نابینا و کسر بود در یادداشت خاطرات خود چنین مینگارد :

« سگ من روی چمن بازی میکرد . میخواستم با لمس شکلی از اندام او را به ذهن بیاورم . آهسته آهسته شروع به لمس او کردم . بدن پشمالویش میان دستهایم می غلتید عضلات خود را منقبض میکرد ، اندامش را میکشید و از نوازش من لذت میبرد . تا میتوانست

خود را بیشتر بمن می‌چسباند . با زبانش دستهایم را می‌لیسید ، دم خود را میچرخاند و با پنجه دست‌مرا قلقلک میداد . تمام وجود حیوان سرشار از لذت شده بود . میدانستم که اگر زبان داشت حتماً بمن بی‌گفت: بهشت را نیز با نوازش میتوان بدست آورد .

تحقیقاتی که دربارهٔ حیوانات بعمل آمده نتایجی مشابه بدست داده است .

چند سال پیش دانشمند روانشناسی بنام هری هارلو آزمایش جالبی در این زمینه بعمل آورد که بشرح زیر است :

این روانشناس برای تعدادی از بچه میمونها ، دو «مادر ساختگی» یکی از سیم و دیگری از اسفنج درست کرد . مادر سیمی فقط به بچه میمونها شیر میداد و هنر هیچگونه نوازشی نداشت .

امامادر اسفنجی تنها آغوش گرمی داشت ، ولی شیر نمیداد . جالب اینست که چون به بچه میمونها فرصت انتخاب میدادند همه مادر اسفنجی را بر مادر سیمی ترجیح میدادند و این بخاطر همان آغوش گرم و مسالۀ «تماس» بود . این آزمایش بمنزلۀ خط بطلانی بود بر این تئوری که عده‌ای میگویند: کودک مادر خود را بخاطر غذائی که برایش تأمین میکند ، میخواد .

برغم تمام مطالبی که از نظر علم ، غریزه و احساس متعارفی ثابت گردیده باز بسیاری از ما تقریباً بطور عمدی از کیفیت و کمیت تماس و لمس میکاهیم .

پس از دوران خردسالی ، کلمات جایگزین لمس می‌شود ، مسافت و دوری جای نزدیکی و تماس را میگیرد .

تنها نباید دست دراز کرد و کودک را بمنظور کنترل و جلو گیری از انجام کاری با لمس خود آشنا ساخت . برخی معتقدند که تکرار جمله «دست نزن» کم کم این مفهوم را در ذهن کودک منعکس مینماید که دست زدن و لمس چیزی «خوب نیست» .

علاوه بر این ، والدین بسیار مواظب حرکات خود هستند و خیلی به این نکته اهمیت میدهند که مبادا

چشم کودک در حالی به آنها بیفتد که مثلاً دست در دست هم نهاده نگاههای مهر آمیزی بهم رد و بدل میکنند . بسیاری از والدین میان تماسهایی که بر مبنای احساسات جنسی حاصل می‌شود با تماسهایی که مبنای عشق و همدردی و مهربانی و تفقد دارد فرق قائل نیستند . از اینرو دختران و پسران در حال رشد خود را با کمال احتیاط لمس میکنند .

همین طرز رفتار کافیتست که موضوع تماس را برای همیشه در ذهن ما بدجلوه دهد و در معاشرت‌های بعدی خود همواره مواظب آن باشیم که دست و اعضایمان با کسی تماس حاصل نکند .

حال برای اینکه در شیوۀ خود تحولی بوجود آوریم و نقش لمس مهر آمیز را عملاً در صحنه‌های مختلف زندگی خود ببینیم باید به پیشنهاد روانشناسانی گوش فرادهیم که این مطالب را عمیقاً بررسی کرده‌اند . روانشناسان در این باره پیشنهادات زیر را عرضه میکنند:

● دکتر الکساندر لون میگوید :

« هیچ چیز ناراحت کننده‌تر از این نیست که در شیوۀ خود تغییر ناگهانی و غیر منظره‌ای ایجاد کنند . بنابراین شما که سالها با شیوه‌ای خو گرفته‌اید باید به گونه‌ای رفتار کنید که شیوۀ جدید شما همچون يك امر غریب و شگفت آور اعضای خانواده‌تان را به حیرت نیندازد . پس موضوع را با آنان در میان بگذارید .

● انجام لمس را با کارهایی شروع کنید که از حدود عرف بسیار دور نباشد . بنابراین مقید باشید که صبح بخیر و یاشب بخیر گفتن خود را با بوسه همراه کنید . در دید و باز دیدها به گرمی هر چه بیشتر دست یکدیگر را بفشارید و یکدیگر را در آغوش کشید .

● حالات دیگران را خوب ارزیابی نمایید . زیرا ممکنست طرف شما در وضعی باشد که اگر به او نزدیک شوید و بخواهید از خاصیت لمس استفاده کنید او را برآشفته‌تر سازید . کودکان نیز حالاتی دارند که در آن شدیداً تماس پدر و مادر را از خود دفع

میکنند . پس باید این حالات را بخوبی شناخت .
● هنگام لمس از لحاظ عاطفی صحت عمل داشته باشید .

روانشناسی میگوید: روزی هنگامیکه سخت سرگرم کارهای خود بودم دخترم بکنارم آمد . دیدم که از من انتظار تفقد دارد . آنگاه در حالیکه دستم را روی شانه او نهاده بودم به انجام کارهای خود ادامه دادم . دخترک احساس کرد که حواس من با او نیست ، و این تفقد ظاهری من خالی از هرگونه روح و توجه است . کودک ناگهان این جمله را بر زبان جاری ساخت : « پدر ، تو چرا مرا از خود کنارت نگاه میداری؟ » این کلام مرا متوجه این نکته کرد که ابراز تفقد اگر خالی از احساس باشد در طرف اثر معکوس میگذارد . من دست خود را روی شانه دخترم نهاده بودم ولی او احساس میکرد که دارم او را از خود میرانم .

● تماس باید الهام دهنده آرامش باشد نویسنده ای برای بر آوردن خواهشهای خود .

● این نکته را نیز همیشه بخاطر داشته باشید که لمس همیشه متضمن مفهوم جنسی نیست . این امر بر بسیاری پوشیده است که انواع مختلف لمس دارای معانی گوناگونی است و آدمی میتواند هر يك را که میخواهد در تماسهای خود منظور بدارد .

دکتر هربرت اوتو که یکی از پیشگامان تحقیق در بساره نحوه پرورش شخصیت و رشد استعداد های انسانی است . معتقد است که از لمس خیلی چیزها پدید میآید و اثراتی دارد که مافوق تصور ماست .

وی میگوید : « لمس از میان مردم مرزها و حجابها را بر میدارد ، سدهای عاطفی را میشکند و موانع آشنایی را بر طرف میکند . »

اتو باز میگوید : « لمس همیشه يك تبادل است اگر نخواهیم آنرا يك عامل اشتراك بدانیم . بالمس ما رشد میکنیم و بالمس ب دیگران امکان میدهم تارشد کنند . » ●

مردی مدتی در صحبت ابراهیم ادهم بود . چون خواست جدا شود گفت : یا خواجه عیبی در من دیده ای بگویی . گفت : در تو هیچ عیبی ندیده ام ، زیرا که در تو بچشم دوستی نگر هستم ، لاجرم هر چه در تو دیده ام مرا خوش آمده است .

روزی بایزید بسطامی میرفت جوانی قدم بر قدم شیخ نهاد و گفت : قدم بر قدم مشایخ چنین نهند . پوستینی در بر شیخ بود . جوان گفت : یا شیخ ، پاره ای از این پوستین ده تا برکت تو بمن رسد . شیخ گفت : اگر پوست با یزید در خود کشی ، سودت ندارد تا عمل بایزید نکنی .

عبداله مغربی ، چهار پسر داشت که هر یکی را پیشه ای آموخت . گفتند : این چه لایق ایشانت ؟ گفت : ایشان را کسبی آموزم تا بعد از وفات من به سبب آن که من پسر فلانم ، جگر صدیقان نخورند و در وقت حاجت ، کسبی کنند .

روزی جمعی نزد شیخ رفتند و او در بند بود . گفت : شما کیستید ؟ گفتند ، دوستان تو . بایشان سنگ انداخت . همه گریختند . گفت : ای دروغ زنان ، دوستان بسنگی چند از دوست خود میگریزند ؟ .

از کتاب تذکرة الاولیاء شیخ عطار