

در شروع و راه‌اندازی اکثر بیماری‌های روانی - اگر بخواهم بسیار خوش‌بینانه، نگویم همه آنها- مشکلات هیجانی و عاطفی نقش به‌سزایی دارند. به‌علاوه، در میان این مشکلات، مواردی که شامل تعارض‌های هیجانی و عاطفی هستند، فشار روانی بیشتری را برای فرد ایجاد می‌کنند. شاید یکی از علل این امر، درگیری هیجان‌ات و عواطف با وجدان اخلاقی فرد از یک‌سو و تابوها و هنجارهای اجتماعی از سوی دیگر باشد. اگر بازی‌ها و وسوسه‌های شیطان و هواهای نفسانی را نیز به این صحنه کارزار بیافزاییم، اهمیت پرداختن به این موضوع - در هر قالبی، از جمله رمان- روشن‌تر خواهد شد.

هنگام تبیین یک تعارض عاطفی و یافتن راه‌کار برای آن، گاه ما صرفاً به تحلیل‌های شخصی خویش اکتفا می‌کنیم و به‌عنوان مثال، به نوشتن خاطرات و احساسات مان می‌پردازیم. گاه نیز به‌طور مستقیم به خداوند تمسک می‌جوییم و از او یاری می‌طلبیم. و البته برخی اوقات نیز به تشخیص‌ها و تکنیک‌های تخصصی روی می‌آوریم. در این رمان روان‌شناختی، خانم طریقت‌پور راوی داستان- این سه طریق را هم‌زمان در پیش می‌گیرد. او که یک روان‌شناس مذهبی و تا حدی اهل قلم است، در ضمن تحلیل کردن وقایع و تبیین مسئله جدید زندگی خود، همواره مراقب است تا با چنگ و دندان و حتی گاه فقط با نوک دو انگشت- به ریسمان الهی متصل بماند. از طرف دیگر، او در تحلیل‌های روان‌شناختی خویش، گاه به گذشته‌هایش نقبی زده ماجراها و حوادثی را مورد بررسی و مذاقه قرار می‌دهد که در شکل‌گیری شخصیت، منش و حتی احساسات فعلی او تأثیرگذار بوده‌اند. در پایان، او قلم به دست گرفته و ماجراها و وقایع دنیای بیرون و درون را ثبت می‌کند. در این نوشته‌هاست که وی گاه به خودافشاسازی‌هایی دست می‌زند که خودش آنها را عملیات انتحاری می‌نامد!

در بسیاری از نوشته‌های ادبی یا اتوبیوگرافی‌ها، با شکل‌هایی از خودافشاسازی، درون‌نگری و اعترافات مواجه می‌شویم که به‌طور قطع نوشتن آنها برای نویسنده، دشوارتر از خواندن آنها برای خواننده بوده است! مع‌هذا، خودافشاسازی در مقابل مراجع، یکی از تکنیک‌های مؤثر در روان‌درمانی است. البته این تکنیک در صورتی

مفید خواهد بود که ماجرای خودافشاسازی شده، در نهایت نمونه‌ای موفق باشد. قضاوت در مورد موفقیت یا عدم موفقیت این نمونه را به خواننده می‌سپارم. اگرچه لازم به ذکر است که درمانگر داستان ما - به دلایلی- خودافشاسازی‌اش را فقط در هنگام ثبت کردن خاطراتش مطرح می‌سازد و نه در مقابل مراجع خویش. در هر صورت، امیدوارم تحلیل‌ها و خودکاوی‌های این نوشته که حاوی مثال‌ها و نمونه‌هایی از جلسات و تکنیک‌های درمان است، هم برای همکاران من و هم برای دانشجویان رشته‌های مرتبط و همچنین برای خوانندگان علاقه‌مند به این‌گونه مباحث جالب باشد.

بهاء

پاییز ۱۳۹۵

فصل ۱

به نام خدا

ن و القلم و ما یسطرون

عید نوروز امسال بدون اغراق بهترین نوروز زندگی من بود. لحظهٔ تحویل سال؛ همکاری بچه‌ها برای تدارک دیدن سفرهٔ هفت‌سین؛ سبزی‌پلو با ماهی لذیذ ظهر عید؛ حال و هوای خوبی که داشتیم... هنگامی که به همهٔ امتیازات روز اول سال نو، سفر به‌نسبت طولانی و مسرت‌بخش به شمال و سکونت در یک ویلای راحت و تا حدودی مجلل در فضای دل‌انگیز و خوش‌منظرهٔ جنگل کلاردشت را اضافه می‌کنم، بدون هیچ تأملی مطمئن می‌شوم که آری، این نوروز بهترین نوروز زندگی‌ام بوده است. باوجوداین، هیچ‌کس باور نمی‌کند که یازده ماه گذشته، برای من بیش از یازده سال به طول انجامیده باشد. حتی روزهای خوش - یا لاقبل به‌ظاهر خوش- آن بسیار سخت و کُند سپری شده‌اند و من، اکنون هنگامی که در آینه می‌نگرم، زنی را می‌بینم که یازده ماه پیش و در آغازین روزهای سال جاری، به‌راستی یازده سال جوان‌تر بود!

روز چهاردهم فروردین، پس از تعطیلاتی پربار و یک سیزده‌به‌در شلوغ و خسته‌کننده -و درعین حال مفرح- به بیمارستان برمی‌گشتم. در طول مسیر خود به سمت محل کار، مانند همیشه و شاید مفصل‌تر و عمیق‌تر از گذشته، مشغول گفتگوی اختصاصی با خدا شدم. از اینکه مجبور نبودم رانندگی کنم، بسیار خوشحال بودم. زیرا

می‌توانستم با تمرکز کامل وصل شوم و در هیاهوی خیابان و مترو و نیز شلوغی اولین روز جدی کاری در سال جدید، به خلوت دل و ذهن خود پناه ببرم:

«خدایا! خواهش می‌کنم امسال را برای همهٔ بندگان در سراسر دنیا سالی پربرکت قرار بده...
 به همهٔ ما کمک کن تا هرروز و هرلحظه به تو نزدیک‌تر شویم و هرروز و هرلحظه از شیطان و هوای نفسانی خویش، بیشتر فاصله بگیریم...
 خدایا! خواهش می‌کنم بیماری، فقر، گرسنگی، حوادث طبیعی و خطاهای انسانی را در این سال، از دفترچهٔ تقدیر بندگان پاک‌کن و رشد و تعالی را برایمان مقدر ساز...
 "راه هدایت از گمراهی مشخص شده است. پس هر که به طاغوت کفر ورزد و به خدا ایمان بیاورد، به یقین به محکم‌ترین دستاویز چنگ زده است که هرگز نخواهد گسست و خداوند شنوای داناست."^۱ خدایا! خودت کمکمان کن که به محکم‌ترین دستاویز، تمسک بجوییم. خدایا! اگر ما از تو غافل شده‌ایم، تو از ما غافل نشو...»

"آمین" را وقتی در ذهنم گفتم که تصویر یکی از همکارانم در قاب نگاهم جای گرفته بود و من از دور، سرم را به نشانهٔ سلام پایین می‌آوردم.
 احوال‌پرسی‌های بعد از تعطیلات، همیشه مفصل‌ترند و من و همین‌طور اکثر همکاران- کمی زودتر از ساعت کاری، خود را به بیمارستان می‌رسانیم تا از فرصتی کافی برای انجام این فریضه برخوردار باشیم! اغلب دوستان به مسافرت‌های خود اشاره‌ای کردند. سپس همکارانی که در روزهای گذشته در بیمارستان حاضر بودند،

۱. در دین اجباری نیست، چرا که راه از بی‌راهه آشکار شده است... (آیهٔ ۲۵۶ سورهٔ بقره)

راجع به برخی وقایع جالب روزهای اخیر مطالبی گفتند. متأسفانه، این وقایع مطابق معمول، شامل جراحی‌ها و حتی مرگ‌ومیر ناشی از حوادث رانندگی و درگیری‌های فیزیکی و نیز بیماری‌های مزمن بود. من سعی می‌کردم با هر دو همکاری که هم‌زمان راجع به دو موضوع مختلف صحبت می‌کردند و مرا نیز مخاطب قرار داده بودند، تماس چشمی برقرار کنم. بنابراین، به‌نوبت به یکی از آن دو نگاه می‌کردم. باوجوداین، به تدریج نسبت به محتوای کلام خانم داوودی - سوپروایزر آی‌سی‌یو- احساسی عجیب پیدا کردم. از آن لحظه، ناخواسته نگاهم بر وی متمرکز شد و پس از یکی، دو دقیقه متوجه شدم خانم شایسته که دیگر مخاطبی نداشت، سکوت کرده است. خانم داوودی مشغول شرح دادن ماجرای تصادف خانواده‌ای در ایام تعطیلات بود. والدین و فرزند دوم این خانواده که به‌احتمال زیاد نوجوان یا جوان بوده است، فوت کرده بودند و فرزند اول آنها زنده مانده و به بیمارستان ما منتقل شده بود. خانم داوودی همچنان صحبت می‌کرد، اما من دیگر شنونده‌اشان هم نبودم و با این بهانه که همکاران دیگر به وی گوش می‌دهند، قطع ارتباط ذهنی خود را توجیه کردم. به چند لحظه سکوت و خلوت نیاز داشتم تا به اندیشه‌ها و احساسات خود سروسامان بدهم و ببینم در درونم چه می‌گذرد. خوشبختانه، دیگر فرصتی برای ادامه صحبت‌ها وجود نداشت و همه به سراغ کار خودشان رفتند.

من نیز به اتاق خود رفتم و به پرونده‌های روی میز نگاهی انداختم. برای آن ساعت یک مراجع داشتم که درگذشته، در بیمارستان بستری بود و هنوز برای ادامه جلسات روان‌درمانی خود به نزد من می‌آمد. لذا، لازم بود ذهنم را برای او خالی نگه دارم و در ضمن پرونده‌اش را به‌منظور یادآوری مطالب قبلی- مرور کنم. ساعت هشت و پنج دقیقه بود و مراجع هنوز نیامده بود. به یاد آوردم که او به‌طورمعمول با چند دقیقه تأخیر در جلسه حاضر می‌شود. باوجوداین، پس از دو سه دقیقه، مسئول پذیرش تماس گرفت و گفت که برای بیمار مشکلی پیش آمده است و قادر به شرکت در جلسه امروز نیست.. بسیار خوب، حالا می‌توانستم با خیال راحت ذهنم را کالبدشکافی کنم و ببینم درونش چه خبر است. به پشتی صندلی تکیه دادم، کبوتر ذهنم

را رها کردم و به تماشا نشستم. آن کبوتر پس از یک پرواز کوتاه، روی بام ویلای دوست خانوادگی مان در کلاردشت نشست.

فکر می‌کنم روز ششم فروردین بود. من پس از هفت ساعت خواب، هنگام بیدار شدن خود را از شب گذشته نیز خسته‌تر یافتم. بچه‌ها هنوز خواب بودند. همچنان‌که در رختخواب دراز کشیده بودم، رؤیای شب قبل خود را به یاد آوردم. سپس آن را مانند یک فیلم، به‌وضوح در مقابل چشمانم مشاهده کردم. در رؤیایم، خانم به‌نسبت جوانی را دیده بودم که به یکی از همکارانمان - خانم طاهری - شباهت بسیاری داشت. این خانم دارای دو فرزند کوچک بود. یکی از آنها در آغوش مادر قرار داشت و فرزند دیگر که نوپا به‌نظر می‌رسید، در کنار وی ایستاده بود. آن زن از من می‌خواست که به یکی از فرزندانش شیر بدهم، اما من می‌گفتم که مدت‌هاست فرزند کوچکی نداشته‌ام و الآن شیر ندارم... باوجوداین، وی اصرار می‌کرد که من می‌توانم این کار را انجام بدهم. به‌ناچار کودک را گرفتم و مشغول شیر دادن به او شدم. آنگاه، به این موضوع پی بردم که آن خانم درست می‌گفته است. کودک حسابی شیر خورد و سیر شد. در همان اثنا، مادر کودک همراه با فرزند دیگرش از من فاصله گرفت و رفت. صبح آن روز، این خواب همه ذهن مرا به خود مشغول کرده بود. درواقع، من نه می‌توانستم مفهوم آن را درک کنم و نه توجیهی برای دیدن چنین خوابی پیدا می‌کردم.

دل‌م می‌خواست خوابم را برای کسی تعریف کنم. این کار را هنگام خوردن صبحانه انجام دادم. دخترم - پریسا - که همواره شنونده خوبی است، با اشتیاق گفته‌های مرا دنبال کرد، اما پسرم - پرهام - مطابق معمول از من خواست که به آن توجیهی نکنم. واکنش او به‌طور دقیق همان چیزی بود که انتظار داشتم و این واکنش، حتی اگر خواب من مربوط به انسان‌های نخستین یا آدم‌های فضایی بود نیز تفاوتی نداشت: «اوه مامان! بازم خواب دیدی؟! سعی کن بهش فکر نکنی، این فقط یه خوابه...» و من نیز سعی کردم که به آن فکر نکنم، اما سعی‌ام چندان موفقیت‌آمیز نبود! شاید بیشتر به این دلیل که رؤیایم حسی عجیب را به همراه داشت. نمی‌دانم، شاید یک نوع احساس مادرانه؛ احساس مادری که برای اولین بار فرزندش را در آغوش می‌گیرد و به او شیر می‌دهد؛

تجربه اولین لحظه مادر شدن... و این حس، بیشتر به این دلیل برایم عجیب بود که من سال‌ها پیش مادر شده بودم. پس چه چیز این تجربه تا بدین حد ذهن مرا درگیر کرده بود؟ این افکار و حتی آن حس عجیب، به تدریج تا پایان تعطیلات کم‌رنگ شد، اما از بین نرفت. یادآوری آن، گذشته از غرابت و عجیب بودنش، موجب هراسم می‌شد. به این دلیل و شاید تا حدی نیز ناخودآگاه- تلاش می‌کردم تا خوابم را فراموش کنم.

با رها کردن ذهنم و تداعی آزادی که انجام داده بودم، متوجه شدم که میان آنچه خانم داودی از حادثه تصادف تعریف کرده بود و آنچه من در رؤیایم دیده بودم، ارتباطی - اگرچه مبهم- وجود دارد: دو فرزند؛ سپردن یکی به من و بعد رفتن مادر با فرزند دیگر؛ و اکنون آمدن فرزندی که در این حادثه زنده مانده است به بیمارستان ما... حال، زمان آن بود که این ابهام برطرف شود. فهرست مراجعان بعدازظهر را برداشتم و نگاه کردم. این فهرست، همیشه مربوط به بیمارانی است که در بیمارستان بستری هستند و به مشاوره روان‌شناختی نیاز دارند. همه اسمی ناآشنا بودند. از خود انتظار داشتم که اگر یکی از اسم‌ها به حادثه تصادف و خواب من مرتبط است، بتوانم آن را حدس بزنم و احساسی متفاوت نسبت به آن داشته باشم. باوجوداین، چنین احساسی را در خود نیافتم. از فرصتی که تا حضور مراجع دوم داشتم، استفاده کرده با خانم داودی تماس گرفتم.

اینک، با در دست داشتن نام و نام فامیل این فرد می‌توانستم اطلاعاتم را تا حدی با مراجعه به پرونده تکمیل کنم. البته، این کار به شرطی امکان‌پذیر بود که نام وی جزء مراجعان آن روز من قرار داشت. یک بار دیگر به فهرست مراجعه کردم. بله، سومین مراجع بعدازظهر: "شهاب داورپناه، ۲۴ ساله، بخش ۴، اتاق ۱۱" می‌خواستم پرونده را بردارم و مطالعه کنم، اما همان عادت قدیمی که ریشه رشدی آن را مدت‌ها پیش یافته و باوجوداین، هنوز تغییری در آن ایجاد نکرده بودم- بار دیگر به سراغم آمد: می‌بایست به دستشویی می‌رفتم و بعد با خیالی آسوده مشغول بررسی می‌شدم! این عادت از دوران کودکی در من ایجاد شده بود، هنگامی که مادرم برای هر کار به‌زعم خودش مهم، مثل مهمانی یا گردش رفتن، یا حتی برنامه‌ریزی برای تماشای یک برنامه

تلویزیونی به صورت دسته‌جمعی و خانوادگی، ما را ملزم می‌کرد که ابتدا به دستشویی برویم تا وسط راه یا برنامه، مجبور به این کار نباشیم! به علاوه، او به طور معمول برای تماشای تلویزیون یا گردش، به طور وسواس‌گونه‌ای خوراکی‌هایی را آماده می‌ساخت. این مورد با تعدیل‌هایی که من ایجاد کرده‌ام، به صورت تدارک دیدن یک فنجان چای یا قهوه در آمده است! البته، من فقط در موارد خاص و از نظر خودم پراهمیت - به عنوان مثال، کنکورها، مصاحبه‌های شغلی و...- مراسم دستشویی و برای مطالعات و برنامه‌ریزی‌های مهم، مراسم دستشویی و نوشیدنی را اجرا می‌کنم!

اطلاعات پرونده بسیار مختصر و توسط دایی بیمار در اختیار همکاران قرار گرفته بود. شهاب از بدو ورود به بیمارستان، تا چند ساعت پس از آن، بی‌هوش بوده است. او از زمان به هوش آمدن نیز با کسی ارتباط برقرار نکرده بود. همکاران ما نمی‌دانستند که او از مرگ اعضاء خانواده‌اش مطلع است یا خیر. هر زمان که کسی برای گفتگو پیرامون این ماجرا اقدام کرده بود، شهاب به شدت واکنش نشان داده و اجازه نداده بود که آن فرد به صحبتش ادامه دهد. بسیار خوب، اینک لااقل می‌دانستم که این موضوع راه ورودی خوبی برای برقراری ارتباط نیست. با وجود این، اطلاعات پرونده به من نمی‌گفت که از چه طریق می‌توانم وارد شوم و ارتباط برقرار کنم. این امر، به طور حتم به عهده خود من بود. از بقیه مراجعان صبح آن روز چیزی به یاد ندارم، فقط به یاد می‌آورم که برای دیدن شهاب... کنجکاوی؟ اشتیاق؟... نمی‌دانم، به هر حال حسی عجیب داشتم.

بالاخره، ساعت دو فرا رسید و من به سراغ بیماران بستری شده رفتم. یکی از آنها خانمی جوان بود که برای دومین بار سِقَط کرده بود و علائم افسردگی داشت. دیگری، مرد میان‌سالی بود که می‌بایست برای یک عمل جراحی به نسبت سخت آماده می‌شد، اما به طور کلی بیماری‌اش را انکار می‌کرد و معتقد بود که خانواده‌اش او را بدون دلیل بستری کرده‌اند! و سومین بیمار شهاب بود. چند لحظه پشت در اتاق ۱۱ در بخش ۴ ایستادم و احساسات و افکار خود را واریسی کردم. ذهنم تهی بود: یک لوح سفید؛ بدون پیش‌داوری، بدون قضاوت و در نتیجه بدون احساسی خاص. از خودم تعجب

کردم. چرا ناگهان آن همه اشتیاق و کنجکاوی از درون من رخت بریسته بود؟ آیا این یک مکانیسم دفاعی^۱ بود؟! در برابر که؟! در برابر چه؟!

هنوز پشت در ایستاده بودم که خود را در حال خواندن آیات "رب اشرح لی صدری^۲..." یافتم. هر روز صبح، قبل از شروع به کار این آیات را می‌خوانم، اما آنچه در اینجا باعث شده بود این دعا را تکرار کنم، به احتمال زیاد نیاز ناخودآگاهم به شرح صدر بیشتر، آرزوی تسهیل در امر برقراری ارتباط با این بیمار و نیز ادراک او از کلام من بوده است.

وارد اتاق شدم. اعتماد به نفس و اشتیاق به برقراری ارتباط که لازمه شروع یک مصاحبه و ارتباط است، بار دیگر در خلأ وجودم مستقر شد. جوان به نسبت قدبلند و لاغراندومی را مشاهده می‌کردم که به پشت روی تخت دراز کشیده بود. صورتش آنقدر به سمت چپ، یعنی رو به دیوار، چرخیده بود که نمی‌توانستم تشخیص دهم چشم‌هایش باز هستند یا خیر. ناگزیر جلوتر رفتم و کمی سرم را خم کردم. درست زمانی که صورت من در مقابل سرش قرار گرفته بود، با یک حرکت سریع و ناگهانی سرش را برگرداند و با چهره‌ای عبوس و معترض به چشم‌هایم که شاید در فاصله ۲۰ سانتی چشم‌هایش بود، نگریست. در آن لحظه نتوانستم ویژگی‌های ظاهری او را در ذهن پردازش کنم، اما بعد به یاد آوردم که پوستش گندمگون و رنگ چشم‌هایش به احتمال زیاد مشکلی بود. با نگاه ناگهانی او احساس کردم که مخزن اعتماد به نفسم نشتی پیدا کرده است! سریع‌ترین واکنشی که توانستم نشان بدهم این بود که سرم را به سرعت عقب کشیدم و گفتم:

- معذرت می‌خوام. بیدارتون کردم؟

- نه، بیدار بودم، ولی مطمئن باشین اگر خواب هم بودم با این سرک کشیدن شما

بیدار شده بودم.

۱. مکانیسم‌های دفاعی (defense mechanisms) الگوهای رفتار محافظتی ارگانیسم هستند که برای دفاع در مقابل آگاهی از آنچه اضطراب برانگیز است، طرح‌ریزی شده‌اند. ر.ک. فرهنگ جامع روان‌شناسی، دکتر پورافکاری.

۲. گفت: پروردگارا! سینه‌ام را وسعت بخش (و کارم را برای من آسان ساز) و گره از زبانم بگشای (تا سخنم را دریابند) (آیات ۲۵ تا ۲۸ سوره طه).

- بازم معذرت می‌خوام. من سعی داشتم آرام پیام جلو، ببینم اگر خوابین بیدارتون نکنم.

در پاسخ چیزی نگفت و سرش را که پس از جمله اول دوباره به سمت دیوار گردانده بود، در همان حالت نگاه داشت. به‌طورقطع اگر پاسخ می‌داد، می‌بایست جمله‌ای شبیه به جمله اولش را به زبان می‌آورد، ولی معلوم بود که با گفتن حرف‌های تکراری یا صرف کردن بیهوده انرژی، میانه‌ای ندارد! یا شاید آنقدر درگیر گفتگوهای درونی بود که وقتی برای گفتگوهای بیرونی نداشت. به‌هرحال، لازم بود که من خودم را معرفی کنم تا بدانند این غریبه مزاحم که تا این حد وارد فضای شخصی او شده است، کیست!

قبل از اینکه خود را معرفی کنم، سعی کردم چهره‌اش را که فقط چند ثانیه به سمت من چرخیده بود، در ذهن خود تجسم کنم. بیش از هر چیز ابروهای مشکی به‌نسبت پرپشتش را به یاد می‌آوردم که اخم او را جلدی‌تر جلوه می‌داد. به‌نظرم می‌آمد که چشم‌هایش مشکی یا قهوه‌ای باشد. مجموعه اجزاء چهره‌اش مانند خیلی از جوان‌های همین سن و سال، ورود تازه به دنیای بزرگسالان را نشان می‌داد: عبور کردن از دنیای پرتلاطم و ابهام‌های هویتی نوجوانی و اوایل جوانی و وارد شدن به دنیای دشوار و واقع‌گرایانه مسئولیت‌های بزرگسالی؛ بره‌های سرشار از نظریه و تهی از تجربه. اما، آنچه در ذهن من نقش بست، فقط یک کلیشه بود و نه یک انسان واقعی. درحالی‌که من همیشه بر این باور بوده‌ام که هر انسانی - حتی یک بیمار روانی، با تشخیص و برچسبی خاص - یک سرزمین متفاوت و منحصربه‌فرد، و نیازمند به اکتشاف است. در اینجا، من مسیر اکتشاف را با معرفی خود آغاز کردم:

- من، طریقت‌پور - مشاور بیمارستان - هستم. شما هم آقای شهاب داورپناه هستین، درسته؟ [البته جوابی نشنیدم، بنابراین، ادامه دادم:] امیدوارم بتونیم ارتباط خوبی برقرار کنیم و من بتونم کمکی بکنم.

شهاب سرش را برنگرداند. باوجوداین، من که کنار تخت ایستاده بودم، با حرکت عضله سمت راست کنار دهانش که از آن زاویه برایم مشهود بود، متوجه شدم که او

ژست نفرت و تهوع را گرفته است! یک لحظه فکر کردم که شاید می‌توانستم جمله بهتر و تأثیرگذارتری بیان کنم. اما نه، به‌طور حتم خُلق او در آن لحظه حتی بهترین جملات "راجرز" و "اروین یالوم" را هم پس می‌زد! لاف‌ل، این فکری بود که در آن زمان، اعتماد به نفس مرا تا حدی بازگرداند! شاید تنها هوشیاری و زیرکی من در آن روز این بود که متوجه شدم این بیمار کسی نیست که با یک جلسه و فقط استفاده کردن از یک "تکنیک در باز کن" به راحتی بتوان با وی ارتباط برقرار کرد! می‌بایست به او فرصت می‌دادم تا هر زمان که خود آمادگی دارد به من رخصت این کار را بدهد. مع‌هذا، نتوانستم روش شخصی‌ام در صمیمی شدن - یا بهتر بگوییم در زود صمیمی شدن- را در مقابل او تغییر بدهم. بنابراین، جمله همیشگی‌ام را گفتم و سپس خداحافظی کردم.

- شهاب جان!... ببخشید، من به‌طور معمول زود صمیمی می‌شم و کلمات "آقا" و "خانم" رو فاکتور می‌گیرم. البته، اگر شما خوشش نیاد، می‌تونم برای شما استثنا قائل بشم! [سعی کردم به گونه‌ای صحبت کنم که متوجه لحن شوخی‌ام بشود.] به‌هرحال، شهاب جان! خوشحال شدم که دیدمت. امیدوارم این دیدار، باب خوبی برای ارتباط و گفتگوی بعدی ما باشه. هر وقت دوست داشته باشی، من در خدمت هستم. کافیه به پرستارت بگی.

قبل از خداحافظی، چند لحظه مکث کردم، به صورتش که بخش کمی از آن دیده می‌شد، نگاه کردم و لبخندی عمیق زدم. مطمئن بودم که اگرچه چهره‌ام و لبخندم را نمی‌بیند، متوجه مکث و نگاهم خواهد شد و انرژی لبخندم را دریافت خواهد کرد.

- فعلاً، خداحافظ. ان‌شاءالله به‌زودی می‌بینمت.

پس از آنکه از اتاق شهاب خارج شدم، به یکی، دو بیمار دیگر سر زدم. اما، می‌توانم بگویم که هیچ چیز از آنها به یاد ندارم. بیان این اعتراف مرا شرم‌نده می‌کند.

۱. تکنیک در بازکن دعوتی است بدون زورگویی برای تشویق کردن فردی که به دلیلی نگران، ناراحت، عصبانی یا... است، اما از صحبت کردن در آن مورد امتناع می‌کند. به‌عنوان مثال: «امروز خیلی گرفته به نظر می‌رسی، گویا از چیزی نگران هستی. مایلی در موردش صحبت کنیم؟» ر.ک. بولتون، رابرت (۱۳۸۴) روان‌شناسی روابط انسانی (مهارت‌های مردمی)، ترجمه حمیدرضا سهرابی و افسانه حیات روشنایی، تهران، رشد.

چگونه تمام جزئیات مرتبط با دیدار شهاب را به یاد دارم، اما بیماران دیگر حتی اثری کم‌رنگ در ذهنم به جای نگذاشته‌اند؟! البته، مطمئن هستم که برای بیماران و مراجعان دیگر نیز، در همان‌زمان به‌خوبی تمرکز کرده‌ام و درحد امکان کارم را درست انجام داده‌ام. درواقع، آنچه موجب شرمندگی است، فقط تبعیضی است که حافظه‌ام قائل شده است. بدیهی است که یادآوری و مرور کردن مکرر این خاطرات، نقش آنها را در ذهنم چنان حکاکی کرده است که اطمینان دارم فقط آلزایمر یا مرگ آنها را محو خواهد کرد! تا سه روز بعد، دیگر اسم شهاب را جزء ویزیت‌های بعدازظهر ندیدم. به‌احتمال زیاد شهاب تقاضای ملاقات نکرده و سوپروایزر بخش نیز لزومی برای این کار احساس نکرده بود. بنابراین، روز چهارم، قبل از شروع به کار و البته پس از دیدن فهرست مراجعان آن روز، خودم برای دادن درخواست ملاقات با شهاب، نزد سوپروایزر رفتم. او گفت که پس از دیدار اول، یک بار به شهاب پیشنهاد داده است که من ویزیت دیگری از او داشته باشم، اما شهاب نپذیرفته و توضیحی نیز نداده است. من به او گفتم که این فرد از آن دسته افرادی نیست که به‌راحتی ارتباط برقرار کند و شاید بهتر باشد یک دیدار کوتاه دیگر با او داشته باشم. او پذیرفت و من، خود نام شهاب را در فهرست قرار دادم.

دومین دیدارمان حتی از دیدار نخست هم کوتاه‌تر و به‌زعم من غیر مفیدتر بود. اما، بعدها شهاب گفت که ویزیت دوم، او را به یاد ملاقات اولمان انداخته است و در حقیقت یادآوری آنچه در ملاقات اول بیان شده بود، او را به فکر واداشته و مصمم کرده است که با من صحبت کند. درهرصورت، آن روز هنگامی که می‌خواستم از در اتاق او وارد شوم، شهاب که نگاهش به در خیره شده بود، با صدای بلند و با لحنی پرخاشگرانه فریاد زد: «خسته‌م، حوصله ندارم.» سپس چهره‌اش را به سمت دیوار برگرداند. چند ثانیه در آستانه در به حالت منجمد ایستادم و بعد برگشتم که وارد راهرو شوم و بروم. یک لحظه احساس کردم که او رویش را برگرداند تا چهره شکست خورده مرا تماشا کند. شاید هم دلش برای من سوخته بود و همین امر باعث شده بود که به دیدار اولمان فکر کند و دو روز بعد تقاضای ملاقات با مشاور داشته باشد.