

## آیا مواد روانگردان نقاب چهره ی افراد را کنار می زند؟ (بخش اول)

سیده لادن مطلبی پور

واقعی فرد، با نقاب او همانند سازی می کند و وضعیت حاصل ((تورم نقاب)) نامیده می شود. هر دو مورد، یعنی ایفای نقش و پذیرفتن آن مستلزم فریب هستند. در مورد اول، شخص دیگران را فریب می دهد و در مورد دوم، خویشتن را فریب می دهد. آشکار است چنین وضعی برای سلامت روان فرد می تواند مخاطره آمیز باشد و اما مسئله ی شناسایی افراد آنچنانی که هستند دشواری نماید آنجا که آدمیان پس هزاران نقاب با تو روبه رو می شوند و چون پای منفعتی در میان باشد بیشتر و بیشتر و هر زمان که نقابی در موقعیتی پراسترس فرو شکند هنوز یقین نداری آنچه که هم اینک می بینی چهره ی واقعی اوست یا باز هم نقابی دیگر و چهره ای در پس چهره ی سابق.

به راستی آن که با او مواجهیم کیست و دارای کدامین خصوصیات اخلاقی است؟ همین است که می گوید؟ همین است که نشان می دهد؟ همین است که قیافه اش، نوشته اش، دوستان و همکلاسی ها، همکاران و نزدیکان و آشنایانش درباره ی او می گویند؟ و زمانی سوال بزرگی برای من به عنوان مشاور پژوهش های وسیعی در زمینه ی اعتیاد به مخدرها و محرک ها این بود که آیا مواد روانگردان یعنی موادی که بیشتر جوانان آن را آزموده اند یا به آن اعتیاد روانی و جسمی پیدا نموده اند و امروزه در دسترس و فراوان هستند با شخصیت افراد چه می کنند؟ (ادامه ی این مقاله را در شماره ی بعد بخوانید)

در اجتماع کنونی آدم هایی را می بینیم که متاسفانه با گذاشتن یک نقاب دروغین بر چهره ی واقعی خود و با نقش بازی کردن در کنار واقعیت ها زندگی می کنند.

اما این نقاب گهگاه از چهره ی آنان برداشته می شود و چهره ی واقعی آنان را که زیر نقاب پنهان شده نمایان و حقیقت آشکار می شود. گاهی دانستن واقعیت افراد را به قدری زجر می دهد که برای یک عمر مجبور می شوند نقش بازی کنند و تا پایان خط به این بازی دردناک ادامه دهند.

کهن ((الگوی نقاب)) از مفاهیمی بود که دکتر یونگ مطرح کرد. نقاب یک چهره ی عمومی است که شخص از آن استفاده می کند تا خود را به عنوان فردی نشان دهد که غیر از خود واقعی اوست. یونگ معتقد بود نقاب ضروری است زیرا ما ناچاریم برای موفقیت در کار خود و سازگاری با افراد مختلفی که مجبوریم با آنها در تماس باشیم نقش های مختلفی را در زندگی بازی می کنیم. اگر چه نقاب می تواند برای شخص کاملاً مفید باشد اما در عین حال می تواند کاملاً زیان آور باشد چرا که از دیدگاه روانشناسی شخص ممکن است معتقد شده باشد که این نقاب ماهیت درونی او را نشان می دهد. از طرفی شخص با ایفای نقشی که آن را پذیرفته است باعث می شود تا جنبه های دیگر شخصیتش مورد غفلت قرار بگیرد و تحول نیابد به توصیف یونگ: "خود، به جای همسان سازی با ماهیت



## عاشقانه ها

حمید

می دانم کوچکم می شماری در همراهیت  
 می دانی بزرگت می دارم درهمراهیم  
 می دانم دوستم می داری - هر چند اندک - در اعماق قلبت  
 می دانی دوستت می دارم با همه وجودم

در هزار تویِ تاریک و پنهان ذهنت  
 جایی دارم  
 بر مخفی ترین گذرگاه های خیالت  
 راهی دارم

پس

راهم بده

ای ... راهنمایِ همه سرزمینهای پاکی

راهم بده

با رمزِ شبِ (( دوست داشتن برای دوست داشتن ))

راهم بده

راهم بده

ای ... دوست

□ □

دردی است بزرگ ...

که (( شما )) خطابم کنی - بجای (( تو )) -

و (( نشنوی )) صحبتتم ... به عمد

اما با این همه

دوستت می دارم بیش از همیشه



## غیبت کردن

سینا یوریان

منتقل کنند که از نفر سوم فرهنگ بهتری دارند و بیشتر می فهمند.

برخی به قولی برای خراب کردن دیگران پیش نفر سوم بدگویی می کنند و جنبه های بد دیگران را با بزرگنمایی برای نفر سوم تعریف می کنند تا او را کاملا بد جلوه دهند. شاید بتوان گفت که اینان برای سودجویی این کار را می کنند که کمی به مورد قبلی شبیه است ولی نیت بسیار بدی در پشت این مورد نهفته است. که به قولی زیرآب زنی از این مقوله است.

در مواقعی پیش میاد که دو یا چند نفر رفتار و خلیات یک نفر را مورد بررسی قرار می دهند تا یا خود از آن عبرت بگیرند و همچون او رفتار نکنند و یا راه حل و روشی بیابند که مشکل او را رفع کنند و یا به روش بهتری از او انتقاد کنند.

در کل صحبت کردن در مورد یک نفر دیگر کار چندان جالبی نیست و اکثرا بار منفی به دنبال دارد و ذهن افراد غیبت کننده را نسبت به هم و نسبت به دیگران مغموش می کند. اما مورد آخر اگر بدون سوء نیت انجام شود و همراه حسن نیت باشد بسیار مفید خواهد بود. امیدوارم که همگی بتونیم از این معضل فرهنگی دوری جویم و ذهن خود را روز به روز پاک تر و لطیف تر کنیم.

تا جایی که من می توانم و می دانم، غیبت کردن را به چند صورت می توان تقسیم بندی کرد.

بعضی غیبت می کنند چون چیز دیگری برای صحبت ندارند. به عنوان سرگرمی شروع می کنند راجع به اخلاقیات دیگران صحبت کردن و اغلب {نه همیشه} جنبه های منفی افراد را بیان می کنند. البته اگر جنبه های مثبت هم در این بین بیان شود مفید خواهد بود.

بعضی اوقات پیش می آید که در مورد طرز پوشش و مد دیگران صحبت می کنند که یا در مورد پوشش های خوب دیگران اظهار نظر می کنند و سعی می کنند تقلید کنند و یا با انزجار در مورد پوشش های بد دیگران اظهار نظر می کنند.

بعضی بسیار دوست دارند که مشکلات اخلاقی و رفتاری دیگران را برای نفر سوم بیان کنند و از دیگران بدگویی کنند و در نهایت فرهنگ جامعه را متهم کنند. و اغلب از همین نفر سوم هم پیش دیگران بدگویی می کنند. شاید این دسته دوست دارند با این کار ، خود را به دیگران فرد بهتری معرفی کنند و می خواهند این را



## سنگی به سمت قطار ایستاده پرتاب نمی شود

سعید شجاعی زاده

قطار به ایستگاه پنجم رسیده و من که حوصله ام سر رفته از حرف های مزخرف سیاسی که آدم های هم کوپه ایم می زنند پرده ی قرمز کوپه را با دستم جمع می کنم تا به ایستگاه نگاهی بکنم. قطار در جلوی در خانه ای که کنار ایستگاه راه آهن است ایستاده. دختر بچه ای با چشمهایی پف کرده (که انگار با شنیدن صدای سوت قطار از خواب بیدار شده) در قهوه ای خانه را باز می کند و روی سکوی کنار خانه می نشیند. موهای بلوندش را روی شانه هایش می ریزد و دامن چین دارش را روی پاهای لاغر و کوچکش می کشد. با دستانش چشمهای خمار و پف دارش را می مالد و با بی حوصلگی به سمت قطار نگاه می کند. به او نگاه می کنم و او هم هنگامی که بین این همه کوپه ناگهان چشمش به من می افتد و می بیند که به او زل زده ام نگاهی می کند و سریع چشمهای روشنش را با نجابت دخترانه اش از من می دزدد. من هم که نمی خواهم دیدن چهره ی زیبا و معصومش را از دست بدهم پرده را جلوی صورتم می کشم تا از روزنه ی کوچکی که توی پرده است بینمش طوری که او مرا نبیند. نه سنگی به طرف قطار پرتاب می کند و نه برای کسانی که سرشان را از پنجره بیرون آورده اند دست تکان می دهد. ساکت نشسته و به قطار نگاه می کند و خمیازه می کشد. سوت قطار دوباره به صدا در می آید و قطار شروع به حرکت می کند و دخترک هم با بیخیالی تمام تنها خمیازه می کشد و دست تکان دادن بسیاری از مسافران را بی پاسخ می گذارد

□ □

دیگه خسته شدم. هر روز کلی قطار جلوی در خونه وایمیستن و همه ی آدمها کلشون رو از پنجره میارن بیرون و انتظار دارن که من واسشون دست تکون بدم. خوب اونا که نمی دونن دیشب که بابا نمی تونست چشماشو وا نگه داره و تلو تلو می خورد و داشت فرش خونه رو جمع می کرد دوباره با مامانی دعواش شد و مامانی هی داد می زد "به خاطر اون کوفتی تمام زندگیمون رو فروختی و دود کردی حالا هم می خوای فرش رو بفروشی؟ آخه به تو هم می شه گفت مرد؟". اون آدمها که این چیزا رو نمی دونن. نمی دونن که چند روز پیش بابا یه آقای غریبه ای رو آورد خونه و ازش پول گرفت بعد اون آقاهه با مامانی رفتن تو اتاق. یادم میاد مامانی وقتی می خواست با اون آقاهه بره تو اتاق به بابا نگاه کرد و بدون صدا گریه کرد. تازه بعدشم که مامانی رفت تو اتاق بابا من رو صدا کرد بالای سر من وایستاد و گوشای منو با دستاش گرفت تا صدای تو اتاق رو نشنوم و من اون شب دیدم که قطره های اشک بابا از چشاش سر می خورد و می ریخت رو لباس من. من تا حالا گریه ی بابا رو ندیده بودم. برا همین من هم باهاش گریه می کردم ولی نمی دونستم واسه چی گریه می کردم. این آقا پسره هم همش داره منو نگاه می کنه و دلش می خواد من واسش دست تکون بدم یا بخندم. رفته پشت پرده قایم شده فکر کرده من نمی بینمش. من دیگه اصلا دوس ندارم واسه کسی بخندم چون این روزا هم مامانی گریه می کنه هم بابا پس من هم باید گریه کنم. آه ه ه قطار هم که داره میره. خوب بره مگه چی میشه؟. یه قطار دیگه میاد.



□ □

قطار از ایستگاه پنجم می گذرد و در بین راه هم کسی سنگی به سمت قطار پرتاب نمی کند. به ایستگاه بعد فکر می کنم و به این امید که دخترکی بلوند در ایستگاهی دیگر برایم دستی تکان دهد یا لااقل سنگی پرتاب کند فقط خمیازه نکشد!

### چرا مردم شاد نیستند؟!!

الف نون شلخته

خواننده و طرفدار دارین (!) که کسی اصلن عنوان صفحه رو نگاه نمی کنه! گفت: «اِ اِ...؟» گفتم: «آره حالا حق التحریرش چقدی می شه» گفت: «یکشنبه شب که رفتی خونه، قبل از خواب، خدا را شکر کردی که پول بلیط سینما رو دوبله ازت نگرفتیم؟» به فکر کردم، گفتم: «چی؟ آهان... حالا در چه موردی باید بنویسم؟» گفت: «چرا مردم شاد نیستند?!!»

البته من خودم اصلن این موضوع رو قبول ندارم. به نظر من، مردم ما خیلی هم شاد زندگی می کنند. همین دیروز در حوالی میدان آقایی رو دیدم که می رقصید و دو نفر دیگه هم همراهش دهل و سرنا می زدند و هر سه داشتند می رقصیدند. خوب آدم اگه شاد نباشه که حال رقصیدن نداره... یا اون وانتی که چند شب پیش دیدم رو فراموش نمی کنم. عقب وانت پر از بچه بود که یکیشون رو تشت می زد و بقیه دست می زدند و چه سر و صدایی هم راه انداخته بودند، فکر کنم مهمونی می رفتن چون خیلی شاد بودن. در مورد جوونها هم فکر نمی کنم مشکلی.

مستر سین شین، سر دبیر (که بعدن فهمیدم خودشو سردبیر جا زده!) محترم گاهنامه وزین دو روز مونده به انتشار گاهنامه با حال بغض یقه بنده رو از پشت تلفن گرفتند «که در چه نشسته ای، صفحه طنز مون خالی مونده!» گفتم: «جون تو کار من نیست. این همه نیک اندیش دور و برته، بگو یکیشون یه طنزی سر هم کنه دیگه.» گفتم: «خوب اینا نیک اندیشن. همیشه آدم هم طنز باشه هم نیک اندیش.» گفتم: «وا چه ربطی داره؟» گفت: «بین طنز یعنی موج سازنده خنده دار منفی ولی نیک اندیشی یعنی چیز...» گفتم: «چیز...» جیغ کشید: «حالا تو به این کارا کار نداشته باش. طنز نداریم.» گفتم: «بین من طنز؟؟؟؟ بلد نیستم بنویسم ولی کاری نداره یه مطلب جدی می نویسم بذار تو صفحه طنزت.» به اینجای حرفمون که رسیدیم، شب سردبیر چنان دودستی زد تو سرش، صداس از پشت تلفن تلفن اومد، خداییش دلم سوخت. گفتم: «چی...؟» همین جور که حرص می خورد گفت: «بهت می گم طنز باشه» گفتم: «بین، اصلن مهم نیست که طنز باشه یا نه. شما این قدر



از نظر شادی داشته باشن.

ممکنه مشکل تحصیل و شغل و ازدواج و مسکن داشته باشن ولی خداییش شادن. جوونی که شاد نباشه آهنگهایی تو مایه تیتراژ پایانی « تو این شب آرامش» گوش میده اونم با ولوم خیلی پایین نه اینکه ده میلیون بده رو پژو دوازده میلیونی سیستم ببنده، حالشو ببره ، بقیه هم تو خیابون حال کنن. یه کار قشنگ که شرکت واحد در جهت شاد کردن مردم انجام داده، نصب پوسترهای پشت شیشه همه اتوبوس هاست از دو تا آقا که همدیگرو بغل کردن که علاوه بر انتقال احساسات عشقول گرایانه، یک حس لطیف طرب انگیزی رو هم به مردم خیابون منتقل می کنه. زندگی مستاجرها هم به نظرم به خاطر اینکه باید سر سال بار و بندیلشون رو بذارن رو کولشون و جاشون رو عوض کنن خیلی متنوع و در نتیجه شاده. تلویزیون هم که سریالهای خیلی جالب و قشنگی پخش می کنه. چند وقتی که هر شب سریال پخش می شه که در مورد دو تا دختره که پدر ندارن، مادرشون هم چند وقت پیش مرد و این دو تا تنها شدن. یکیشون ازدواج کرد که شوهره و لاش کرد رفت خارج. اون یکی هم که شوهر نداشت ولی به جاش کلی هم بدبختی داشت. وقتی هم که شوهر کرد، شوهره رو به جرم قتل انداختن زندان. البته تلویزیون برنامه های متنوع دیگه ای هم داره با موضوعات مختلف شله زرد پزان ، تو سرزنون ، عربده کشون و ...

قیمت نفت هم که به خاطر جنگهای اخیر لحظه به لحظه گرون تر می شه. و قراره که با مازاد پول نفت دانشگاه غیر انتفاعی بسازن تا بچه های بیشتری به دانشگاه برند. راستی کوبین روغن هم اعلام شده، تا چند روز دیگه نتایج کنکور هم اعلام می شه و بچه ها از اینکه وارد دانشگاه می شن خیلی خوشحالن (بگذریم که طبعن چند نفری هم قبول نمی شن) مژده بدم که میدون تره بار گوشت آورده کیلویی ۶۰۰۰ تومان. خدا رو شکر مشکل گوشتمون هم حل شد و همه مردم در کمال شادی و رضایت زندگی می کنن و البته میل دارن این شادیشون رو با مردم سایر نقاط جهان هم تقسیم کنن. مثل افغانیها که رفتیم و کمک کردیم و مجسمه های بودا رو که طالبان خراب کرده بودن رو دوباره برایشون ساختیم و به جاش برای اینکه به دنیا ثابت کنیم که ما شیعیان ملت شادی هستیم و به هیچ وجه قبرپرست نیستیم ، سد ساختیم که هم قبر کوروش و هم چند تا قبرستون چند هزار ساله زیر آب بره. الانم حرفشه که بریم لبنان رو بسازیم و با مردم لبنان شادیمون رو سهیم بشیم. و اصولن من مشکلی با عنوان اینکه چرا شاد نیستیم نمی بینم و فقط به نظرم یک کمی هوا گرمه که اون هم مربوط به بعضی شهرهاست چون در برخی استانهای شمالی و جنوبی سیل اومده و هوا خیلی هم خنکه. همین...

شاد باشی

نشریه نیک اندیشان  
(گاهنامه داخلی گروه نیک اندیشان)  
WWW.NIKANDISHAN.ORG

تحریریه : سعید ، مهرناز

دبیر مسئول گروه : سینا  
صفحه آرا : باران

سردبیر : بردیا