یادداشت

قلندریان تاریخ و بی‌هنجاری‌های معترضان جدید شهری

فرشید سامانپور
پژوهشگر

قلندریان جماعتی شـهری بودند در ایران و سرزمین‌های دارای پیوند با آن در عـراق و سـوریه و آناتولی و هند. این جماعت در هیئـت یک گروه مخالف‌خوان در کنار بخش‌هایـی از متصوفه، شـیعیان، جوانمردان، عیـاران، بازمانده مغان زرتشـتی و... در برابر حکومت سـلجوقی و عقاید عصر خلافت قرار گرفتند و به نظر می‌رسـد با وجود اختلافات عمیقی که میانشـان بوده است هم‌جوشی‌ها و هم‌پوشانی‌هایی یافتند و عقایدشان در هم رخنه کرد و این‌گونه قلندریان آمیزه‌ای از افکار پیش از اسـلام و صوفی را در خود پروراندند. قلندریان نیز مانند بسیاری از جنبش‌هـای اجتماعـی و عامیانه ایران به خوبی شـناخته نشـده‌اند. احتمالا مهم‌ترین و سـخت‌ترین قدم را برای شـناخت این جریان اسـتاد شفیعی‌کدکنی در کتاب «قلندریه در تاریخ» برداشـته‌اند. ایشـان در این کتاب راه علم را رفته و کمتر از قطعیات سـخن گفته‌اند. ولی ما اینجا با قطعیت بیشـتری قلندریان را از بازمانـده‌گان خرم‌دینان و آنان را اخلاف مزدکیان عصر ساسـانی قلمداد می‌کنیم. البته این کمک چندانی به شـناخت ماهیت قلندریـان نخواهد کرد، چراکه خود جنبش مزدکی هم در تاریخ درباری کشور ما ناشناخته مانده و یا بد شناسانده شده اسـت. تاریخ جدیدتر، مزدکیـان را جریانی برابری‌خواه (به تعبیر امروزی شـاید سوسیالیسـت؟؟) و پیرو اصلاحات (یا انقلابات) مزدک در آیین زرتشتی دانسـته‌اند. یک صفت منسوب بدان جریان، اباحه‌گری و هنجارشکنی‌های اخلاقی آنان است. برخی منتقدان انتسـاب چنین صفاتی را حاصل سـعایت همان موبدان درباری دانسـته‌اند. ولی عقـل می‌پذیرد که یک محور جنبش مزدکـی بر ضد اخلاقیات خشـک و ابزاری عصر خود باشـد و آن جنبش در این راه برخی از اصول اخلاقی حاکم را به سخره بگیرد.

بـه عبارت دیگر این بی‌اخلاقی‌های ظاهری، یک ابزار سیاسـی برای مقابله با سیـتمی بوده است که خود را متولی اخلاق می‌دانسـته ولی احتمالا خود در طبقه اشراف و جنگ‌سـالاران چندان به آن پایبند نبوده است. ولی شواهدی هم نشـان می‌دهد که گروهی از مزدکیان دهه‌های بعد واقعا از مسـیر اخلاق خارج شده‌اند.

هرگـز درباره بی‌اخلاقی مزدکیان ابهام وجود داشـته باشـد. در بی‌هنجاری قلندریان تقریبا تردید نیسـت. دسـتکم می‌توان بنداشت که هنجارشکنی قلندری هم در دوره‌هایی شدت یافته و از خطوط قرمز جامعه عبور کرده باشد؛ شاید هم هنجارشکنانی خود را در این قالب جای می‌داده‌اند. ولی عجیب آن اسـت که گویا همین قلندریان افراطی هم با وجود زیر یا گذاشـتن خطوط قرمز اخلاقی جامعه، محبـوب آن جامعه هم بوده‌اند! این تضـاد عجیب را می‌توان در آثار ادبی (مثلا در آثار حافظ و سـعدی) دید؛ جایی که در آن برخی از پسـت‌ترین رذایل اخلاقی و رندی و میخوارگی و عیش و عشـرت، جلوه و معنایـی عمیق یافته‌اند. به نظر می‌رسـد این واژگان در آن ادبیات نه برای وصف حال و بزم بلکه همراه با انتقاد مطرح می‌شوند. همچنین است کلماتی مانند لوطی (و معادل آن برای زنان) که برخـلاف معنای حقیقی ناهنجار خود صفتی آرمانی شـده‌اند. در ادوار گوناگون تاریخ ایران می‌توان کوهیش را در خیز عادت‌های مقبول جمع را گرفت. ولی چه‌بسا در دوره‌هایی مدارا با بی‌اخلاقی راه را برای زوال اخلاقی جامعه باز کرده باشـد. سـت‌شدن بنیاد مقاومت اخلاقی در برابر حمله اعراب و مغول شاید از حدی برخاسته از چنین واقعی باشد.

بخشـی از اعتراضات این روزهای شهرهای ما (به کنار از اهداف سـیاسی خود که موضوع این بحث نیسـت) به نظر می‌رسـد هاجتی چنین اشـاعه شـده باشد. این اعتراضـات با مطالباتی مقبول و شـعارهایی موجه در دفـاع از حقوق زنان آغاز شد. ولی بسـیاری از شعارهایی که در ادامه از معترضان شـنیده شد، بیش‌تر از این گامی در فضاهای مجازی و خصوصی هم نایسـند دانسـته می‌شدند و حتی در اعتراضات سال ۹۸ هم چندان نمودی نداشـتند. همچنین است برخی از نوحه‌ها و برخوردهایی که شاید بتوان گفت که در ۱۰۰ سـال اخیر ایران سابقه‌ای ندارد.

در جریانی که از اواخر شـهریور آغاز شـد، گروه‌هایی که از دید جامعه در این ناگامـی شدند دارند، مسـتقیم مورد هدف قـرار گرفتند؛ بنابراین به به شـکل ساده‌ای شاهد واکنش جامعه علیه تجمع و تجمیع ناگامی‌های چندساله و چند دهه هسته.

● **در این اعتراضات شاهد این هسـتیم که مردم دو دسته شده‌اند و خشم مردم نسبت به هم بیشتر شده اسـت. و در برخی موارد این واکنش‌های خشن بین دو گروه جامعه باعث ترس می‌شـود. تبعات این خشـم برای جامعه چه می‌تواند باشد؟**

خشـم از یک جا شروع شده و به صورت آبشـاری ادامه پیدا می‌کند. می‌توبید که فردی که مورد خشـم قرار می‌گیرد، به انتقام فکر می‌کند. ممکن اسـت بخشی از کسـانی که در خیابان هسـتند، به صورت مستقیم یا غیرمسـتقیم در حال گرفتن انتقام خشـمی هستند که معتقدند سال‌ها بر آنها تبعیض، تحقیر یا ناگامی در آنها برانگیخته شده اسـت. نکته دغدغه‌آمیز که در خشونت هیچ‌گاه نمی‌توان به نتایج مورد انتظار برسد و همیشه فرازی از حدی که انتظار داریم، می‌رود.

درباره دوقطبی‌شدن جامعه هم فعلا نمی‌توانیم برآورد قطعی داشته باشیم؛ بـا این حال همدلی بعضی از افراد متدین در جامعه که شـاید نسـبت دولتی و رسمی با قدرت سیاسـی ندارند و در ابتدای این اعتراضات دیده می‌شد، پدیده‌ای جدید و نو بود که باید در ادامه مورد آن صحبت شد. در واقع همیشه این استدلال وجود داشـته که اکثریت متدینان در یک شـیوه مشخص برای زندگی‌کردن اتفاق نظـر دارند و این چنین نیسـت که در جامعه عملی شـود و اگر باشد که دقیق و درسـت با قانونی بودنش هم ندارند. ولی این وضعیت تغییر کند، همه لازم اسـت منعطف باشـند؛ اما راه این اتفاق این اسـت که اگر قرار باشد جامعه به سمت رفع یک‌سری اجبار بود، متدینان و کسانی که به کوبه دیگری فکر می‌کنند، سر بکنار بشند. در این صورت، همه خود را ملزم به پذیرش می‌دانند.

● **موضوع دیگری که بارها از روی اعتراض‌ها به آن اشاره شد، بحث «نوماي جمعي» است. روان یک جامعه نرومازده چگونه است؟**

نرومایک اتفاق حادثه، رویداد یا عملی است که اگر قرار باشد جامعه به سمت سلامت فیزیکی و تمامیت روانی بشود. در نرومایا واکنش فرد غالبا جامعه با ترس، وحشـت‌زدگی و احسـاس درماندگی اسـت. در مقیاس کوچک، فرض کنید که در تجارت فضیلی می‌شـود. این شخص واکنشی دارد یا بروز می‌کند. همین کار و واکنش‌های وابسـته به اسـترس گفته می‌شـود؛ اما یک زبان ماجرایی رخ می‌دهد که منجر به نشـان‌دادن یک واکنش هیجانی در گروه بزرگی از جامعه یا کاهی در تمام جامعه می‌شـود. این پدیده «نوماي جمعي» اسـت. به‌عنوان مثال وقتی مهما امینی در چاج حادثه‌ای می‌کند که عموم جامعه از آن باخبر می‌شوند. جامعه تولید نگرانی، ترس و درماندگی و از این اسـت احسـاسات منفی می‌کند. از سوی دیگـر در هر خانواده‌ای چندین نفر با جامعه خانواده در حال پیگیری اخبار آن هسـتند. در این شرایط افراد گزارش می‌کنند خواهمان نمی‌برد، نمی‌توانند کار کنند یا به شکل وسواس‌گونه‌ای به تلفن همراه خود اعتیاد پیدا کرده و به صورت مجازی اخبار را چک می‌کنند، زمانی که چنین گزارش‌هایی زیاد شود، ما متوجه می‌شویم که یک نرومای جمعی یا اجتماعی در حال رخ‌دادن است.

● **تبعات این نرومایه چه می‌تواند باشد؟**

آثار هر نرومایی می‌تواند در افراد ماندگار باشد. در واقع مسئله اصلی این است که اگر نرومایا پردازش نشـود یا فرد قادر به حل‌کردن آن مسئله درون خود نباشد. نرومـا در تجربه‌های فرد وارد می‌شـود و تبدیل به واکنش معمول او در برابر نرومایا می‌شـود. فرض کنید فردی که از مرفوعیت نرومایا فرین شده است. مثلا بعد از حادثه یک صدای تیرز ماشین جاده‌ای شنیده می‌شود قلب آن فرد تند بزند و احساس کند لحظه بعد مصدر یک تیر سـخت یا با برخورد کند و باعث از بین رفتنش شـود. بعد از آن شـخص مورد تیرگی‌سـرویس واکنش‌های زیادی نشان دهد. در واقع این ترس اگر در زمان درسـت پردازش نشود، در کابوس‌ها و خواب‌ها سراغ فرد می‌آید و باعث زودرنجی فرد می‌شود و رویه‌ورو شدن با موقعیت‌های نزدیک اینها انتظار تیرگی در شـخص تولید احتیاج کند. حـالا این موضوع را در مقیاس اجتماعـی ببینیم. وقتی جامعـه‌ای یک یا مجموعه‌ای از نرومایا را در دوره‌ای از زمـان تجربه می‌کنـد و نمی‌توانـد آن را پردازش کند و بخوبـی آن را بکذرد، جامعه همواره درون خود مشـغول است و نمی‌تواند به ایجاد می‌رسـد که هرچه شکاف دولت و مردم کاهش پیدا کند، تاب‌آوری جامعه حتی در شـرایطی دشوار افزایش پیدا می‌کنـد. اتفاقی که اوایل انقلاب با در برخی دوره‌ها از دهان جنگ رخ داد، از این دسـت است. محرومیت‌ها، مسائل سـیاسی موجود، وضعیت اجتماعی از زمان و البته همبسـتگی که وجود داشـت دست به اسـتفاده اثاره می‌کنیم. وقتی این است مردم زیر بمباران هم همچنان به زندگی خودشـان ادامه دهند و بتوانند بسـیاری از ظرفیت‌های خودشان را زنده کنند دارند از در زمان مناسـب از آن استفاده کنند و و خواره‌ورشان را رشد دهند. این اتفاق باید مجدد بیفتد.

● **برای حفظ سلامت روان در فضای نروما باید چه کنیم؟**

بنـدرین شـرایطی که انسـان معاصر به یاد دارد «آشـووبیتس» اسـت. ویکتور فرانکل، روان‌پزشکی که آن زمان در آنجا حضور داشت و زنده ماند، کتابی نوشت به نام «در جسـت‌وجوی معنا» که در آن به این امر بسیار مقبول واقع شد. در این کتاب آمده گسـانی که در آن زمان روش‌های زندگی را انجام می‌دادند مثلا مسـواکشان را می‌زدند قوا سـالم‌تری بودند که زنده ماند. این مثال یعنی در زمانی که هیچ کار دیگـری نمی‌توانیم بکنیم، روش‌هایی که ما را به زندگی در مسـیر متعارف پیونـد بدهد، می‌تواند ما را زنده کنـه دارد اما اگر حمه چیز را رها کنیم زودتر ته خواهیم شد.

نکته بعدی این اسـت که همیشه در شرایط اندوه و نروما و نرومای اجتماعی یک مسـئله بسیار مهم انزوا و تنهایی اسـت. در نروما اصولا بدگمانی فراوانی پیدا می‌کند. در نروماهای سـیاسی و اجتماعی همین اعتماد بین افراد و گروه‌ها به میزان قابل توجهی کمرنگ شود. خوب سیاست و بحث‌های سیاسی، انگاره‌ها و گمانه‌هایی که می‌زینم ما را از هم دور می‌کند. در نتیجـه یک راه مهم برای سـالم نگه‌داشتن خود این اسـت که اگر قرار باشد نگاه‌ها بیشـتر من هر کروهی اسـت که بتوانیم در آن با دوسـتان، خانواده، افراد نزدیک و... حرف بزنیم، بیشتر داشـته باشیم. کنار هم بودن و به هـم کمک‌کردن را در آن تجربه کنیـم و به آن معنا بدهیم. من فکر می‌کنم «روتین زندگی» و «در تمامی با بحث‌های باشـد و عملا به حتما می‌تواند کمک‌کننده باشد. ناگفته نماند بر اساس پژوهش‌ها اخیرا منفی می‌تواند ما را بیمار کند.

● **با این شرایط وضعیت روحی و روانی مردم در چه حالتی است؟**

وضعیت هشـدار را باید بر اثر معیارهای عددی مشـخص در فرکوئنس. اگر رشـد اجتماعی‌روانـی در جامعه از عددی مشـخص بالاتر رود باید بـه عنوان یک نقطـه هشـدارآمیز در نظر گرفت. بر اساس اطلاعات رسـمی که ارائه سلامت روان اجتماعی امیر، می‌دانیم که شـیب فزایشـدای در میزان ابتلا به اختلالات و مشـکلات روان‌شناسـی در جامعـه گزارش شـده اسـت. از سـوی دیگر اگر مسئله‌ای مثل خودکشـی و خشـونت را به عنوان شاخص هشـدار در نظر بگیریم، بـه خودکشـی و هـم خشـونت خیابانی- اجتماعی و خانوادگی افزایش داشته و می‌تواند به عنوان موضوعی نگران‌کننده در نظر گرفته شود. مثلا در آمار مرگ به علت خودکشی در یک دوره ۱۰۰۰ـ۱۲۰۰ سالی هشت درصد افزایش داشـته، این آمار البته به دلیل بهبود نظام ثبت است. نظام ثبت خودکشـی و اعتیاد در ایران طی دو دهه اخیر بهبود قابل توجهی داشـته و این موضوعات نشان می‌دهد باید مسئله سلامت روان را بسیار جدی بگیریم.

● **با این شـرایط حضور روان‌شناسـان در جامعه می‌تواند کمک بزرگی باشد. آیا روان‌شناسان هم تمایل دارند وارد این مسائل شوند؟**

رسـانه ملی زمانی ملی خواهد بود که چهره‌های ملی را حتی اگر مقبول سلیقه رسـمی نباشـد به تلویزیون بیاورد. اعمالی که به نوعی به جامعه نشان دهد که «می‌توانیـم». تاب‌آوری در یک زمینه ذهنـی «می‌توانم» روزانه باید وارد شـود. مثلا بعد از به شـکل زنتیکی یا به شـکل اکتسـابی ظرفیتی داریم که این فعل «می‌توانم» و «می‌خواهم» در ما صرف می‌شود. جطور این اتفاق می‌افتد؟ اینکه جامعه یک اثر بگـذارد و این اثر زمانی ایجاد می‌شـود که صدای اعتـراض یک جامعه شنیده شـود. فکر کنید که در یک جامعه‌ای صحبت‌کردن، در کابوس‌ها و خواب‌ها سراغ فرد می‌آید و باعث زودرنجی فردی می‌شود و رویه‌ورو شدن با موقعیت‌های نزدیک اینها انتظار تیرگی در شـخص تولید احتیاج کند. حـالا این موضوع را در مقیاس اجتماعـی ببینیم. وقتی جامعـه‌ای یک یا مجموعه‌ای از نروماهـا را در دوره‌ای از زمـان تجربه می‌کنـد و نمی‌توانـد آن را پردازش کند و بخوبـی آن را بکذرد، جامعه همواره درون خود مشـغول است و نمی‌تواند به ایجاد می‌رسـد این سالم اگر جامعه‌ای بتواند برای آینده برنامه‌ریزی کند، باید رؤیا داشته باشد؛ دهی و جامعه ترومازده رؤیاباخته اسـت. دهی ترومازده نرومـا. دهی ترومازده همواره فکر می‌کند که یک آسـیب یا مسئله‌ای پیش می‌آید. فکر می‌کند که یک رویداد تلخ پیش می‌آید و نتیجه‌اش چیزی می‌شـود که ما بارها آن را دیده‌ایم؛ وقتی چیزی خوبی می‌رسـد که ممکن است یک ماده غذایی کمیاب شود. جامعه همچو می‌برد به سپرمارکت‌ها و کالا را می‌خرد. حتما برای اتفاق می‌افتد. شـک خودرو طولانی می‌شود. تعادل بازار به هم می‌خورد. غیر از آن اگر فرد دارایی نداشته باشد ما در ترس از دست داشت است. ترومای اجتماعی دقیقا این اسـت که فکر می‌کنیم شب می‌خوابیم و صبح که بیدار می‌شـویم، اتفاق بدی افتاده. هیچ چیز قابل پیش‌بینی نیسـت. واقعیت این اسـت که بخشی از این تصویری که داریم، ناشی از خود مدیریت بوده؛ اما بخشـی هم واکنش روانی جامعه در برابر اسـتبداد است که البته هنوز پردازش آن با نتایج حکمرانی بوده و مردم را نباید سرزنش کرد که نتوانستند از ترومایی که برای شما ایجاد شد، بگذرید؛ بلکه همان‌طور که مقیاس نروما اجتماعی است. مداخله آن هم اجتماعی است.

من همیشـه سعی می‌کنم امیدوار باشم و فکر کنم اوضاع بهتر می‌شود و درکیر این روایت تباهشـن بر آنر نروما نشـوم! اما این به معنای چشم‌بستن بر واقعیت نیسـت. موضوعات سلامت روان از آن موضوعاتی اسـت که پوونده‌اش باز مانده و کسی به آن نمی‌پردازد؛ اما در ادامه راه زیاد حرف زده شـده. مثل دریاچه ارومیه، مسـئله آب کیزر یا مسـئله پارانه‌ها. برای جامعه‌ای نمی‌تواند مایه افتخار باشد که مردمش سلامت‌ذهن در یک شرایط اقتصادی قرار گرفته‌اند. شرایط اضطراری یعنی ترومایی‌بودن یعنی ذهـن درمانده مـا را از هم دور می‌کند. در نتیجـه یک راه مهم برای سـالم نگه‌داشتن خود این اسـت که اگر قرار باشد جامعه به سمت ترومایی‌شـدن برود، باید از آن راه دور باشـد. منظور من هر کروهی اسـت که بتوانیم در آن با دوسـتان، خانواده، افراد نزدیک و... حرف بزنیم، بیشتر داشـته باشیم. کنار هم بودن و به هـم کمک‌کردن را در آن تجربه کنیـم و به آن معنا بدهیم. من فکر می‌کنم «روتین زندگی» و «در تمامی با بحث‌های باشـد و عملا به حتما می‌تواند کمک‌کننده باشد. ناگفته نماند بر اساس پژوهش‌ها اخیرا منفی می‌تواند ما را بیمار کند.

● **با این شـرایط وضعیت روحی و روانی مردم در چه حالتی است؟**

وضعیت هشـدار را باید بر اثر معیارهای عددی مشـخص در فرکوئنس. اگر رشـد اجتماعی‌روانـی در جامعه از عددی مشـخص بالاتر رود باید بـه عنوان یک نقطـه هشـدارآمیز در نظر گرفت. بر اساس اطلاعات رسـمی که ارائه سلامت روان اجتماعی امیر، می‌دانیم که شـیب فزایشـدای در میزان ابتلا به اختلالات و مشـکلات روان‌شناسـی در جامعـه گزارش شـده اسـت. از سـوی دیگر اگر مسئله‌ای مثل خودکشـی و خشـونت را به عنوان شاخص هشـدار در نظر بگیریم، بـه خودکشـی و هـم خشـونت خیابانی- اجتماعی و خانوادگی افزایش داشته و می‌تواند به عنوان موضوعی نگران‌کننده در نظر گرفته شود. مثلا در آمار مرگ به علت خودکشی در یک دوره ۱۰۰۰ـ۱۲۰۰ سالی هشت درصد افزایش داشـته، این آمار البته به دلیل بهبود نظام ثبت است. نظام ثبت خودکشـی و اعتیاد در ایران طی دو دهه اخیر بهبود قابل توجهی داشـته و این موضوعات نشان می‌دهد باید مسئله سلامت روان را بسیار جدی بگیریم.

● **با این شـرایط حضور روان‌شناسـان در جامعه می‌تواند کمک بزرگی باشد. آیا روان‌شناسان هم تمایل دارند وارد این مسائل شوند؟**

اعتمـاد یکی از پایه‌ای‌ترین دسـتاوردهای روش اسـت. ایکیون که یک روان‌شناس نامدار و توضیح‌دهنده چرخه رشد است، یکی از اولین دسـتاوردهای ارتباط انسـانی که ارتباط مادر و کودک اسـت را اعتماد می‌داند. اگر اعتماد نباشد ناامنی و مشـکلاتی چون اعتیاد در تسـلط بلرزد می‌کند. اگر اعتماد نباشد ما شهروندان و دولتمردان باید تمان و تنشان بلرزد چون موضع بسیار نگران‌کننده‌ای است. دولتمردان در کشـور ما نسـبت به تجویز می‌زند و فکر می‌کنند با تجویزکردن مشکلات جامعه کم می‌شود؛ مثلا اعتماد برای جامعه تجویز می‌کنند. به مردم می‌گویند اعتماد داشـته باشید مثل بیماری که برای اضطراب به دکتر مراجعه می‌کند و پزشـک می‌گوید اضطراب نداشته باش. متأسفانه بسیاری از تجویزها به این شـکل اسـت. اعتماد را باید سـاخت؛ اما نمی‌توانیم تجویز کنیم و کسـی باید اعتماد را بسـازد که اعتماد را از بین برده اسـت. باید برای برگرداندن اعتماد فکـر و برنامه‌ریزی کرد. نمی‌توان بدون راه و رسـم درسـت توقع اعتمادسـازی داشـت. اعتماد یک پدیدار روان‌شناختی اسـت و وقتی این پدیده روان‌شناختی از دسـت رفت باید به طرق روان‌شناختی آن را احیا کرد و طرق روان‌شناختی یعنی کاری کنیم که جامعه احسـاس کند می‌تواند دوباره اعتماد کند.

● **اقبول اعتماد و دیگر موضوعاتی اسـت که جامعه شناسـان آن‌ا از صحبت می‌کنند. به عقیده آنها در جامعه امروز اخلاق اجتماعی از بین رفته اسـت. با توجه به این موضوع آینده را چطور پیش‌بینی می‌کنید؟**

واقعیـت این اسـت که امروز شـاهد پیامدهای مشـکلات روان‌شناختی و روان‌پزشکی جامعه هسـتیم. وقتی جامعه‌ای دچار اوفل می‌شود و همبسـتگی اجتماعی کاهش می‌یابد، سرمایه اجتماعی هم نزول پیدا می‌کند و در این شرایط باید با انتظار افـرد‌گی و مهم‌تر از آن افزایش خودکشـی یا خشـونت یا طلاق دنبالـه باشـیم؛ بالاخره این پدیدارهای اجتماعی دارد که آن نتایج در واقع به شـکل مطالبی که عرض کردم خودش را نشـان می‌دهد چون ریشه آن هـم به اعتماد برمی‌گردد. وقتی اعتماد نباشـد آدم‌ها نمی‌توانند با هم ارتباط بگیرند و یک محرکه کوچک به آسـانی می‌تواند زمینه ایجاد اختلاف شود. وقتی اعتماد نباشـد آدم‌ها منزوی می‌شـوند و فرد منزوی در فضای خصوصی است. من فکر می‌کنم داسـتانی که در کشور طرح ۶۰ـ۵۰ رو گذشته رخ داد، نشان‌دهنده این اسـت که ظرفیت‌هایی در جامعه ایران نهفته دارد که اگر به آن اهتمام شـود، اتفاقاتی رخ خواهد داد. او همچنین با اشـاره به فضای مدارس در ماه‌های اخیر گفت: نوجوان ۱۵ سـاله امروز با ۱۵ سالگی نسل‌های قبلی تفاوت دارد. آنها با تسـلط به زبان انگلیسـی و در اختیار داشتن شبکه‌های مجازی به منابع دست اول دسترسی دارند و با آگاهی‌ای که دارند، نمی‌توانیم از آنها نسلی مطیع بسازیم؛ البته نسل مطیع نمی‌تواند آینده‌ساز باشد.

بررسی مشکلات روحی-روانی موجود در جامعه و ضرورت توجه به تأثیر خشم‌های اجتماعی بر تشدید عارضه‌های روانی در گفت‌وگو با امیرحسین ندوشن، روانپزشک

نیاز به نهادهای امیدبخش برای گریز از آسیب‌های روانی

ریحانه جولایی: از همان روزی که نام مهسا امینی بر سر زبان‌ها افتاد تا به امروز مردم اتفاقات متفاوتی را پشت سر گذاشتند. تا جایی که روان‌شناسان هشدار داده‌اند، به جرئت می‌توان گفت درصد بالایی از جامعه با مشکلات روحی-روانی دست به گریبان‌اند. موارد ناگواری در گوشه‌گوشه کشور دیده می‌شود و دراین‌میان یک چیز نگران‌کننده است؛ عادی‌شدن خشـونت. از طرف دیگر واکنش‌هایی که این روزها در جامعه دیده می‌شود. حکایت از یک مسئله روحی و روانی دارد. به همین بهانه با دکتر امیرحسین ندوشن، روان‌پزشک و رئیس کمیته پیشگیری از خودکشی انجمن علمی روان‌پزشکان ایران گفت‌وگو کردیم. به گفته او خشـم مردم حاصل ناکامی‌های سـال‌های گذشته اسـت که البته قابل پیش‌بینی هم بود. طبق گفته‌های ندوشن خشـونتی که امروز در کشور دیده می‌شود، جامعه را به سمت یک ترومای جمعی سوق داده؛ و جامعه ترومازده رؤیا ندارد. مردم ترومازده دیگر افراد سابق نیستند و هر جامعه بعد از یک ترومـا دچار بلوغ و ادراکی تازه می‌شود. اتفاقاتی که در ۵۰ـ۶۰ روز گذشته در کشور رخ داد، نشان‌دهنده این است که جامعه ایران ظرفیت‌هایی نهفته دارد که اگر به آن اهتمام شـود، اتفاقاتی رخ خواهد داد. او همچنین با اشـاره به فضای مدارس در ماه‌های اخیر گفت: نوجوان ۱۵ سـاله امروز با ۱۵ سالگی نسل‌های قبلی تفاوت دارد. آنها با تسـلط به زبان انگلیسـی و در اختیار داشتن شبکه‌های مجازی به منابع دست اول دسترسی دارند و با آگاهی‌ای که دارند، نمی‌توانیم از آنها نسلی مطیع بسازیم؛ البته نسل مطیع نمی‌تواند آینده‌ساز باشد.

● **در سـال‌های اخیر چند بحران سیاسی و اجتماعی داشـتیم که هرکدام از این بحران‌ها به لحاظ روانی مـردم را دچار به‌هم‌ریختگی کرد و در نتیجه به خشـم کسترده‌ای دامن زد. دلیل این خشم از کجا شکل گرفت؟**

خشـم از اگر محصول ناکامـی بگیریم و بخواهیم به صـورت جزئی‌تر به آن نگاه کنیم، حاصل ناکامی در شیدهدشـن، ناکامی در پیشـرفت به دسـتاورد، آزوهها و تحقق رؤیاها، ناکامی در سـربند به مقصدی اسـت که دور از دست نیست؛ اما درک لحظه اخیر را خراب می‌کند. فقط در ناکام، خشم خودش را به کسی که کمان می‌برد ناکامش کرده نشـان می‌دهد؛ اما اگر تنوانو آن خشم را به فردی که صوب ناکامی‌اش شـده بورد جد، به سوژه‌ای که زنگ می‌کنند و امکان ارتباط دشته باشد. اسـیر می‌ساند. در گذشته وسایل و امکانات شهری ازجمله صندلی اتوبوس‌ها به دلیل خشم مردم اسـیب می‌دید یا از بین می‌رفت؛ اما بلاخره راهی بود تا خشم انباشته‌شده دزدره‌دره شدنش‌ها، کم کند.

در جریانی که از اواخر شـهریور آغاز شـد، گروه‌هایی که از دید جامعه در این ناگامـی شدند دارند، مسـتقیم مورد هدف قـرار گرفتند؛ بنابراین به به شـکل ساده‌ای شاهد واکنش جامعه علیه تجمع و تجمیع ناگامی‌های چندساله و چند دهه هسته.

● **در این اعتراضات شاهد این هسـتیم که مردم دو دسته شده‌اند و خشم مردم نسبت به هم بیشتر شده اسـت. و در برخی موارد این واکنش‌های خشن بین دو گروه جامعه باعث ترس می‌شـود. تبعات این خشـم برای جامعه چه می‌تواند باشد؟**

خشـم از یک جا شروع شده و به صورت آبشـاری ادامه پیدا می‌کند. می‌توبید که فردی که مورد خشـم قرار می‌گیرد، به انتقام فکر می‌کند. ممکن اسـت بخشی از کسـانی که در خیابان هسـتند، به صورت مستقیم یا غیرمسـتقیم در حال گرفتن انتقام خشـمی هستند که معتقدند سال‌ها بر آنر تبعیض، تحقیر یا ناکامی در آنها برانگیخته شده است. نکته دغدغه‌آمیز که در خشونت هیچ‌گاه نمی‌توان به نتایج مورد انتظار برسد و همیشه فراتر از حدی که انتظار داریم، می‌رود.

درباره دوقطبی‌شدن جامعه هم فعلا نمی‌توانیم برآورد قطعی داشته باشیم؛ بـا این حال همدلی بعضی از افراد متدین در جامعه که شـاید نسـبت دولتی و رسمی یا قدرت سیاسـی ندارند و در ابتدای این اعتراضات دیده می‌شد، پدیده‌ای جدید و نو بود که باید در ادامه مورد آن صحبت شد. در واقع همیشه این استدلال وجود داشـته که اکثریت متدینان در یک شـیوه مشخص برای زندگی‌کردن اتفاق نظـر دارند و این چنین نیسـت که در جامعه عملی شـود و اگر باشد که دقیق و درسـت با قانونی بودنش هم ندارند. ولی این وضعیت تغییر کند، همه لازم اسـت منعطف باشـند؛ اما راه این اتفاق این اسـت که اگر قرار باشد جامعه به سمت رفع یک‌سری اجبار بود، متدینان و کسانی که به کوبه دیگری فکر می‌کنند، سر بکنار بشند. در این صورت، همه خود را ملزم به پذیرش می‌دانند.

● **موضوع دیگری که بارها از روی اعتراض‌ها به آن اشاره شد، بحث «نوماي جمعي» است. روان یک جامعه نرومازده چگونه است؟**

نرومایک اتفاق حادثه، رویداد یا عملی است که اگر قرار باشد جامعه به سمت سلامت فیزیکی و تمامیت روانی بشود. در نرومایا واکنش فرد غالبا جامعه با ترس، وحشـت‌زدگی و احسـاس درماندگی اسـت. در مقیاس کوچک، فرض کنید که در تجارت فیزیکی می‌شـود. این شخص واکنشی دارد یا بروز می‌کند. همین کار و واکنش‌های وابسـته به اسـترس گفته می‌شـود؛ اما یک زبان ماجرایی رخ می‌دهد که منجر به نشـان‌دادن یک واکنش هیجانی در گروه بزرگی از جامعه یا کاهی در تمام جامعه می‌شـود. این پدیده «نوماي جمعي» اسـت. به‌عنوان مثال وقتی مهما امینی در چاج حادثه‌ای می‌کند که عموم جامعه از آن باخبر می‌شوند. جامعه تولید نگرانی، ترس و درماندگی و از این اسـت احسـاسات منفی می‌کند. از سوی دیگـر در هر خانواده‌ای چندین نفر با جامعه خانواده در حال پیگیری اخبار آن هسـتند. در این شرایط افراد گزارش می‌کنند خواهمان نمی‌برد، نمی‌توانند کار کنند یا به شکل وسواس‌گونه‌ای به تلفن همراه خود اعتیاد پیدا کرده و به صورت مجازی اخبار را چک می‌کنند، زمانی که چنین گزارش‌هایی زیاد شود، ما متوجه می‌شویم که یک نرومای جمعی یا اجتماعی در حال رخ‌دادن است.

● **تبعات این نرومایه چه می‌تواند باشد؟**

آثار هر نرومایی می‌تواند در افراد ماندگار باشد. در واقع مسئله اصلی این است که اگر نرومایا پردازش نشـود یا فرد قادر به حل‌کردن آن مسئله درون خود نباشد. نرومـا در تجربه‌های فرد وارد می‌شـود و تبدیل به واکنش معمول او در برابر نرومایا می‌شـود. فرض کنید فردی که از مرفوعیت نرومایا فرین شده است. مثلا بعد از حادثه یک صدای تیرز ماشین جاده‌ای شنیده می‌شود قلب آن فرد تند بزند و احساس کند لحظه بعد مصدر یک تیر سـخت یا با برخورد کند و باعث از بین رفتنش شـود. بعد از آن شـخص مورد تیرگی‌سـرویس واکنش‌های زیادی نشان دهد. در واقع این ترس اگر در زمان درسـت پردازش نشود، در کابوس‌ها و خواب‌ها سراغ فرد می‌آید و باعث زودرنجی فردی می‌شود و رویه‌ورو شدن با موقعیت‌های نزدیک اینها انتظار تیرگی در شـخص تولید احتیاج کند. حـالا این موضوع را در مقیاس اجتماعـی ببینیم. وقتی جامعـه‌ای یک یا مجموعه‌ای از نروماهـا را در دوره‌ای از زمـان تجربه می‌کنـد و نمی‌توانـد آن را پردازش کند و بخوبـی آن را بکذرد، جامعه همواره درون خود مشـغول است و نمی‌تواند به ایجاد می‌رسـد این سالم اگر جامعه‌ای بتواند برای آینده برنامه‌ریزی کند، باید رؤیا داشته باشد؛ دهی و جامعه ترومازده رؤیاباخته اسـت. دهی ترومازده نرومـا. دهی ترومازده همواره فکر می‌کند که یک آسـیب یا مسئله‌ای پیش می‌آید. فکر می‌کند که یک رویداد تلخ پیش می‌آید و نتیجه‌اش چیزی می‌شـود که ما بارها آن را دیده‌ایم؛ وقتی چیزی خوبی می‌رسـد که ممکن است یک ماده غذایی کمیاب شود. جامعه همچو می‌برد به سپرمارکت‌ها و کالا را می‌خرد. حتما برای اتفاق می‌افتد. شـک خودرو طولانی می‌شود. تعادل بازار به هم می‌خورد. غیر از آن اگر فرد دارایی نداشته باشد ما در ترس از دست داشت است. ترومای اجتماعی دقیقا این اسـت که فکر می‌کنیم شب می‌خوابیم و صبح که بیدار می‌شـویم، اتفاق بدی افتاده. هیچ چیز قابل پیش‌بینی نیسـت. واقعیت این اسـت که بخشی از این تصویری که داریم، ناشی از خود مدیریت بوده؛ اما بخشـی هم واکنش روانی جامعه در برابر استبداد است که البته هنوز پردازش آن با نتایج حکمرانی بوده و مردم را نباید سرزنش کرد که نتوانستند از ترومایی که برای شما ایجاد شد، بگذرید؛ بلکه همان‌طور که مقیاس نروما اجتماعی است. مداخله آن هم اجتماعی است.

من همیشـه سعی می‌کنم امیدوار باشم و فکر کنم اوضاع بهتر می‌شود و درکیر این روایت تباهشـن بر آنر نروما نشـوم! اما این به معنای چشم‌بستن بر واقعیت نیسـت. موضوعات سلامت روان از آن موضوعاتی اسـت که پوونده‌اش باز مانده و کسی به آن نمی‌پردازد؛ اما در ادامه راه زیاد حرف زده شـده. مثل دریاچه ارومیه، مسـئله آب کیزر یا مسـئله پارانه‌ها. برای جامعه‌ای نمی‌تواند مایه افتخار باشد که مردمش سلامت‌ذهن در یک شـیوه مشخص برای زندگی‌کردن اتفاق نظـر دارند و این چنین نیسـت که در جامعه عملی شـود و اگر باشد که دقیق و درسـت با قانونی بودنش هم ندارند. ولی این وضعیت تغییر کند، همه لازم اسـت منعطف باشـند؛ اما راه این اتفاق این اسـت که اگر قرار باشد جامعه به سمت رفع یک‌سری اجبار بود، متدینان و کسانی که به کوبه دیگری فکر می‌کنند