

پیش‌عوری

دکتر فایز کرمانی

ممد رضا غیوری



سروش‌نامه: کرمنت، فاویر Crement, Xavier
عنوان و نام پدیدآور: بیشعوری/فاویر کرمنت : ممیدرضا غیوری.

محتشمات نشر: تهران : راستین، ۱۳۹۵.

محتشمات ظاهری: ۲۳۸ص.: جدول.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۷۵۶۳-۱۹-۹

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Asshole no more : a self-help guide for recovering
assholes-- and their victims, c1۹۹۰.

موضوع : فودشناسی Self-perception

موضوع : شفصیت Personality

موضوع : افلالات شفصیتی -- درمان Personality disorders -- Treatment

موضوع : رفتار -- تغییر و تعدیل -- دستنامه‌ها Behavior modification --

Handbook, manuals, etc.

رده بندی کتبه : ۳/۷۲۴BF ۱۳۹۵ ۱۳۴۴/غ

رده بندی دیوید : ۱۵۰/۲

شماره کتب‌خانه ملی : ۴۶۰۲۹۰۰۰



بیشعوری

فاویر کرمنت

ممیدرضا غیوری

ویراستار: ناصر فتوگرافی چاپ اول: ۱۳۹۶ شماره‌گذاری: ۱۰ نسخه

لیتوگرافی: آرمانسا چاپ: اصلانی صمافی: آژا ه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۵۶۳-۱۹-۹

تهران، خیابان انقلاب، ف لبافی نژاد، بین ف فخر رازی و ف دانشگاه، کوچه
اسلامی،

بن بست دوم شماره ۶

تلفن: ۹۱۲۱۰۹۸۵۷۵ - ۶۶۹۵۲۴۹۰ - ۶۶۴۰۰۰۲۶

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

فهرست

۹	مقدمه:
۲۳	بخش اول
۲۳	بیشعور کیست؟
۲۵	فصل ۱
۲۵	داستان زندگی فرد
۳۷	فصل ۲
۳۷	پند سادات دیگر
۵۱	فصل ۳
۵۱	تصریف بیشعور
۶۳	فصل ۴
۶۳	ماهیت بیشعوری
۹۲	فصل ۵
۹۲	شدت بیشعوری
۱۰۵	بخش دوم
۱۰۵	انواع بیشعورها
۱۰۷	فصل ۶
۱۰۷	بیشعورهای اجتماعی
۱۱۳	فصل ۷
۱۱۳	بیشعور کاری (تجاری)
۱۱۹	فصل ۸
۱۱۹	بیشعور مدنی (آزادی خواه)
۱۲۶	فصل ۹
۱۲۶	بیشعور عارف نما
۱۳۲	فصل ۱۰
۱۳۲	بیشعوری دیوان سالار (بوروکراتیک)
۱۳۸	فصل ۱۱
۱۳۸	بیشعور بیماره (ناآوان و درمانده)
۱۴۴	فصل ۱۲
۱۴۴	بیشعور شاکس
۱۵۱	بخش سوم
۱۵۱	هنگامی که جامعه بیشعور می شود
۱۵۵	فصل ۱۳

.....	تجارت به مثابه‌ی بیشعور.....	١٥٥
.....	فصل ١٤.....	١٤١
.....	دولت در جایگاه یک بیشعور.....	١٤١
.....	فصل ١٥.....	١٤٧
.....	فوائد، نوشدن و بیشعوری.....	١٤٧
.....	فصل ١٦.....	١٧٣
.....	بیشعوری در رسانه یک بیماری مسری واقعی.....	١٧٣
.....	بخش چهارم.....	١٧٩
.....	زندگی با بیشعورها.....	١٧٩
.....	فصل ١٧.....	١٨١
.....	کار کردن با بیشعورها.....	١٨١
.....	فصل ١٨.....	١٨٩
.....	وقتی که نیست شما یک آدم بیشعور است.....	١٨٩
.....	فصل ١٩.....	١٩٤
.....	ازدواج با آدم بیشعور.....	١٩٤
.....	فصل ٢٠.....	١٩٩
.....	بیشعور مادرزاد.....	١٩٩
.....	فصل ٢١.....	٢٠٤
.....	فرزندان والدین بیشعور.....	٢٠٤
.....	بخش پنجم.....	٢١٥
.....	راه نجات.....	٢١٥
.....	فصل ٢٢.....	٢١٧
.....	مراحل درمان.....	٢١٧
.....	فصل ٢٣.....	٢٢٤
.....	وسایل درمان.....	٢٢٤
.....	فصل ٢٤.....	٢٣٤
.....	سفن آفر.....	٢٣٤

مقدمه

درست مانند هر شخص دیگری من هم در طول دوران زندگی‌ام با بیشعورها^۱ سر و کار داشته‌ام. اما در بیشتر اوقات مانند همه افراد جامعه من هم درگیر تعریف، فداکاری، بیشعوری^۲ بوده‌ام. من هم مانند بقیه مردم آن را به عنوان یک بیماری دانستم. این طور پذیرفته بودم که بیشعوری نوعی نقص شخصیتی است که با خاستن و اراده بهبود می‌یابد یا برطرف می‌شود.

اما حالا من به ماهیت بیشعوری پی برده‌ام. بیشعوری نوعی اعتیاد است مانند اعتیاد به الکل، مواد مخدر و وابستگی‌های خاص دارویی می‌تواند بد و زیان‌بار باشد و در جامعه ناهنجاری ایجاد کند.

بیشعوری می‌تواند به جامعه آسیب‌های جبران ناپذیری وارد کند. خصوصیت بد این اعتیاد آن است که افراد ذره‌ای^۳ خود را خصلت بیشعوری‌شان آگاه نیستند و به آن توجه نمی‌کنند. این موضوع البته شامل حال خود من نیز می‌شود و در این حالت است که من دچار خوددرگیری می‌شوم.

البته اعتراف به اشتباه و نشان دادن نقاط ضعف برای هیچ کس کار

۱ - assholes

۲ - assholism

آسانی نیست. من تا مدت‌ها برای نوشتن این کتاب و یا حتا صحبت کردن در مورد این موضوع شک داشتم. چون نمی‌خواستم تمام مردم دنیا بفهمند که من یک آدم بیشعور بوده‌ام. اما سرانجام وجدان، دوستان و بیمارانی توانستن من را متقاعد کنند که پیش‌تر همه دنیا به این موضوع آگاهی داشته‌اند که من شخص بیشعوری بوده‌ام و من با گفتن داستانم در این زمینه می‌توانم سهم به سزایی داشته باشم و به افراد دیگری که شبیه من هستند کمک کنم تا درمان شوند. بنابراین در نهایت تواضع و فروتنی تصمیم گرفتم که داستان اعتیاد رنج‌آور خودم به فرآیند بیشعوری و راه دشوار و پر زحمت نجات از این معضل وحشتناک را برای دیگران بازگو کنم.

اکنون می‌توانم به راحتی به گذشته‌ام نگاه کنم و به این نتیجه برسم که چطور سالهای زیادی را در آدم بیشعوری بوده‌ام و با صراحت تمام به بیماری خویش اعتراف کنم. من در حال حاضر به‌عنوان یک بیشعور درمان شده رنج و مشقت و مشکلات فرآیند درمان‌پذیری را به‌خوبی درک می‌کنم. این به‌طور کلی همان روندی است که دیگر نمی‌خواهم آن‌را تجربه کنم. اما وقتی که شخصی دچار منجر بیشعوری می‌شود راه چاره دیگری برایش وجود ندارد. دیر یا زود زندگی - هویت را می‌گیرد، در مقابله می‌ایستد و می‌گوید: «تو بیشعوری!» دقیقاً در این رقع است که شما تکذیبش می‌کنید، داد و فریاد می‌کنید، لعنتش می‌کنید، آن‌را پس می‌زنید، از خود دفاع می‌کنید و تلاش می‌کنید آن را نادیده بگیرید و به آن دشنام می‌دهید و لعنت می‌فرستید. اما زندگی با پس نمی‌کشد؛ یا شما پیش از آنکه او به سراغتان بیاید خودتان را اصلاح می‌کنید یا او شما

را اصلاح خواهد کرد.

و در این حال است که با پشیمانی و ندامت و تأسف بسیار باید اعتراف کنم که من بیست سال تمام است که یک بیشعور تمام و کمال هستم. در طول این مدت دوستان و خانواده‌ام از خصلت بیشعوری من آسیب‌های بسیاری دیده‌اند و خودم نیز کم‌ضربه نخوردم و در بسیاری از مواقع به خاطر این خصلتم، آنها از من فاصله گرفتند. حتی بیمارانم از گستاخی بی‌ای ذاتی و خصلت‌های شخصی نامتعارف من رنجیده خاطر می‌شدند. من فهمیدم که اگر زودتر به بیشعوری خودم پی برده بودم و در سنین پایین‌تر به دنبال درمان آن بودم بسیاری از معایب قابل پیشگیری و درمان بودند. از نظر من، هیچ‌گاه برای تشخیص و تصدیق نشانه‌های بیشعوری بسیار دیر یا بسیار زود نیست. همچنین برای اصلاح و تغییر عادات مخرب و بدی که سبب آزار و اضرار کردن دوستان شما می‌شود، در کسب و کارتان ایجاد اختلال می‌کند و بر روی روابط شما با افراد دیگر تأثیر می‌گذارد و موجب بی‌حرمتی نسبت به دیگران می‌شود بسیار دیر یا بسیار زود نیست.

به عقیده من تا سن چهل سالگی‌ام هیچ نشانه‌ای حتی به مقدار کم که حاکی از آن باشد که من آدم بیشعوری هستم در خودم احساس نکردم مانند همه افراد بیشعور من به اینکه شخص قدرتمندی هستم و به هر چه که اراده کنم و بخواهم می‌توانم برسم، به خودم می‌بالیدم. از همان دوران دبیرستان بود که من اولین بار یاد گرفتم که چگونه وجدانم را نادیده بگیرم و هیچ وقت احساس گناه کنم. در دوران دستیاری یاد گرفتم که چگونه می‌توانم با تهدید و اخم کردن به افراد به هر آنچه که می‌خواهم

برسم، در واقع من معمولا با این شیوه مردم را وادار می‌کردم که دقیقا آنچه که من می‌خواهم رفتار کنند و دقیقا هنگامی که به‌عنوان یک پزشک متخصص سرگرم کار شدم، روش‌های ماهرانه بیشتری را در زرننگ بازی و پرخاشگری نسبت به بقیه افراد یاد گرفتم.

ذکر این موضوع مهم است که من همیشه گمان می‌کردم تمامی این خصلت‌های رفتاری جز نقاط مثبت شخصیت من است. به‌عنوان جزیی از دوره طراحی پزشکی‌ام باید در تست‌های گوناگون روان‌شناسی و روان‌آوای مختلفی شرکت می‌کردم. و پاسخ تست‌ها این عقیده را در من ایجاد کرد که من شخصیتی بی‌عیب و نقص دارم و چنان اعتماد به‌نفس بالایی دارم که هیچ بازی به هیچ کس ندارم و شخص کاملی هستم. نمرات من در تست‌های «سازي بالا بود. چون تمرکز خوبی داشتم، آزمون‌های خودشناسی را به‌خوبی پشت سر گذاشتم، مصمم و متکی به خود بودم و به هر آنچه می‌خواستم می‌رسیدم. به عبارت دیگر هیچ کس نمی‌توانست با من مقابله کند و اگر قضاوت انجام چنین کاری را داشت تا آن جایی که می‌توانستم و در توانم بود به او یک درس حسابی می‌دادم. این موضوع مایه مباهات و افتخارم بود که پیش از آنکه کسی بخواهد علیه من کاری انجام دهد من علیه آنها دست به کار می‌شدم.

این ویژگی‌های شخصیتی برای من بسیار سودمند بود. به‌گونه‌ای که به‌عنوان یک پزشک متخصص در زمینه بیماری‌های گوارشی^۱ بسیار معروف شده بودم. من با زنی بسیار زیبا و جذاب ازدواج کردم و دو

۱ - proctology (مقعد شناسی)

فرزند فوق العاده شدیم. تمامی همکارانم به من احترام می گذاشتند و در بیمارستان و محافل پزشکی دارای جایگاه بالایی بودم. در اجتماع نیز به عنوان شخصی که در حرفه اش فوق العاده است و اعتبار ویژه ای دارد از من یاد می شد. زندگی خوبی بود و من از خودم و زندگی ام راضی بودم.

اما از نظر خودم دکتر خاویر کرمونت^۱ همه چیز به خوبی و خوشی پیش نمی رفت. گاهی اوقات احساس ناخوشایندی داشتم و از آن می ترسیدم که در همان همکارانم به جای آنکه شخصیت و نوع رفتارم قابل احترام باشد از روی ترس به من احترام می گذارند. با این حال این طور نشان می دادم که این موضوع چندان اهمیتی برایم ندارد و تنها ناشی از جذبه ی من است.

این طور به نظر می رسید زمانی که در بیمارستان نزدیک همکارانم که در حال گفت و گو بودند می شدم آنها انسان را قطع می کردند و متفرق می شدند و تعداد دوستانی که هر روز برای آنکه نمی توانند در کنارم باشند و من را همراهی کنند عذرخواهی می کردند روز به روز بیشتر می شد. در جلساتی که داشتم بعضی از افراد با بی تفاوتی به زمین یا سقف خیره می شدند و مواقعی که من صحبت می کردم بی قرار بودند و هیچ نمی گفتند. انگار که آنها نمی خواهند حتی یک کلمه از حرف های من را بشنوند اما من این طور خودم را توجیه می کردم که مشکل آنها شخصی است و ممکن است نگرانی های خاصی داشته باشند.

یک بار همسرم جشن تولد غافلگیرکننده ای برایم ترتیب داد، اما آنچه که بیشتر سبب حیرتم شد این بود که تنها شش نفر در جشن تولدم حضور

داشتند که سه نفر از آنها همسر و فرزندانم بودند. اما من فرض را بر آن گذاشتم که دوستانم از روی حسادت نسبت به موفقیت‌های برجسته و روز افزون من نیامده بودند. برای‌شان متأسف بودم که آنها به‌خاطر شکست‌ها و بی‌کفایتی‌هایشان از من فاصله می‌گرفتند و این‌طور رفتار می‌کردند. رفتارشان برای من اهمیتی نداشت و این‌طور ویژگی‌ها را جزیی از ماهیت انسان‌ها می‌پنداشتم و به اعتقاد خودم نسبت به رفتارشان گذشت می‌کردم. نلایم می‌کردم با بزرگواری رفتارشان را فراموش کنم.

اما سرانجام یک روز از خواب غفلت بیدار شدم. تنها پسر من بعد از ساعت‌ها شاگرد با من اعلام کرد که نمی‌خواهد وارد کالج شود و ترجیح می‌دهد که در نیروی دریایی ثبت‌نام کند. تنها پسر من داشت با من مقابله می‌کرد، نه توانستم این موضوع را باور کنم، طی بیست سال گذشته هیچ کس جرات مخالفت با من را پیدا نکرده بود. و در نهایت تنها کسی که مرتکب چنین حماقت شده بود سال‌ها بود که از کردارش پشیمان بود.

من می‌خواستم پسر من نیز مانند خودم یک پزشک سرشناس و موفق شود اما او حرف خودش را می‌زد. این تصمیمش نامی نقشه‌های من را نقش بر آب می‌کرد. من به او اخطار دادم که چنین کاری را انجام دهد. او حرفی زد که اگر چه برایم ناخوشایند بود اما پذیرشش برای یک پزشک متخصص ناممکن نبود. پس در راه هم گویید و از خانه بیرون رفت. او به همسر من گفته بود که ترجیح می‌دهد تا آن‌جایی که ممکن است از من فاصله بگیرد و به حرفش نیز عمل کرد و بعد از آن در رشته‌ی هوا و فضا ثبت‌نام کرد.

از کاری که تنها پسرم انجام داد به شدت عصبانی بودم. با نگرانی از همسرو دخترم پرسیدم؛ که نظرشان در این باره چیست؟ منتظر بودم که آنها با صداقت کار مرا تایید کنند و بگویند که من پدر خوبی هستم و پسرم کار احمقانه‌ای انجام داده است.

با بغض می‌گفتم: «او می‌داند که من بسیار دوستش دارم چطور توانست از خواننده من سرکشی کند؟»

صادقانه بگویم که اسلا آمادگی شنیدن چنین پاسخ غیر منتظره‌ای را نداشت.

اول دخترم گفتم: «اما شما خودتان را دوست دارید...» و مکثی کرد و بعد به نرمی ادامه داد: «خودتان برده‌اید».

اول بهت‌زده شدم. بعد با عنوان آخرین شانس و امید که از سوی همسرم حمایت شوم به او نگاه کردم. «اما همسرم حرف دخترم را تایید کرد؛ و گفت: «او درست می‌گوید. در واقع زنا کاری مشترک ما حداقل پنج سالی می‌شود که به ته خط رسیده. من زن بدی نخواهم که همین امشب از اینجا بروی».

نمی‌توانستم باور کنم که چه وقایعی دور و برم رخ داده است. فقط در عرض چند ساعت دنیای شخصی و تفکرات من زیر و رو شده بود. با چند روز ذهنم درگیر اتفاقات اخیر بود. دقیقاً حق را به خودم می‌دادم و می‌دانستم که کارم درست است. همان‌طور که سالیان سال با وجود مخالفت‌های بسیار چنین اعتقادی داشتم و متعقد بودم همیشه حقم با من است. یکی داشت عزیزانم را از من جدا می‌کرد و آنها را علیه من تحریک کرده بود. دلم می‌خواست آن شخص را پیدا کنم و حسابش را کف دستش

بگذارم.

پیش ترها هم بارها با افرادی برخورد کرده بودم که با نظرات و عقایدم مخالفت کرده بودند و در مقابل من ایستاده بودند. در چنین شرایطی فقط با بکارگیری اراده قوی و منحصر به فردم توانسته بودم مقام و شأن خودم را حفظ کنم و در نهایت به این نتیجه رسیدم که شرایط پیش آمده با وقایع‌هایی که پیش تر با آنها روبه‌رو شده بودم تفاوت چندانی ندارد. در این شرایط بزرگ‌ترین پیروزی من این بود که با سرافرازی نزد خانواده‌ام باز گفتم. با رکاری برای به دست آوردن این پیروزی می‌کردم بیشتر با شکست روبه‌رو می‌شدم. آنها تمایلی به دیدن من نداشتند، حتا نمی‌خواستند با من صحبت کنند. ما روز به روز بیشتر از هم دور می‌شدیم. با ناامیدی و درماندگی به نهایت به این نتیجه رسیدم که به کمک نیاز دارم و این دقیقا همان چیز است که قبولش برای هر بیشعوری سخت بود.

پس تصمیم گرفتم با یکی از همکاران روان‌پزشکم مشورت کنم. همه چیز را برایش توضیح دادم و اشکال کار را پرسیدم. از او پرسیدم که چه بر سر خانواده‌ام آمده است. آیا آنها بیمار شده‌اند؟ با حالت حق به جانبی از او خواستم که حقیقت را رک و راست به من بگوید. چون من مرد قدرتمندی هستم و می‌توانم از عهده تمام مشکلات برآم.

دوستانم لحظه‌ای مکث کرد، به چشمانم خیره شدند و گفت: آنها هیچ مشکلی ندارند و حال‌شان هم خیلی خوب است.

مدتی طول کشید تا آنچه که می‌خواست به من بفهماند را متوجه شوم، چیزی که رویارویی با آن برایم بسیار مشکل بود.

«منظورت این است که کسی که مشکل دارد و بیمار هست؛ من

هستم؟»

«نه... تو هم بیمار نیستی. تو فقط یک بیشعوری!»

از پاسخ بی ادبانه او شوکه و به شدت عصبانی شدم و با عصبانیت گفتم: «من اینجا نیامده‌ام که تو به من توهین کنی اگر نمی‌توانی مشکلم را حل کنی. از اینجا می‌روم». و رفتم.

در آن شش ماهی که از آن ماجرا گذشته بود انگار همه دنیا برایم تبدیل به جهنم شده بود یا دست کم احساس می‌کردم که مطبم برایم جهنم و غیر قابل تحمل است. دلم برای خودم می‌سوخت و احساس می‌کردم قربانی نیروی اشتباهی شده‌ام، نیرویی که موجب شده بود کسانی که دوستشان داشتم، من را درک نکنند و نادیده بگیرند و همکاران که با آنها برای حل مشکلم شورت کرده بودم من را مسخره کنند. یک روز عصبانی بودم و رور دیگر غمگین. اما هرگز شاد نبودم و هیچ چیز رضایتم را جلب نمی‌کرد. خوابم بد شده بود و در هر شرایطی فوراً از کوره در می‌رفتم. حس می‌کردم همه چیز من هستند. تبدیل به دیوی شده بودم که نمی‌دانستم پرستاران و بیمارانی بطور معمول تحملش می‌کردند. واقعا تبدیل به یک هیولا شده بودم.

سرانجام یک روز بعد از ظهر که تنها بودم به این نتیجه رسیدم که زمام امور زندگی‌ام از دستم خارج شده است. همچنین به این واقعیت پی بردم که من در واقع هیچ وقت بر امور زندگی‌ام مسلط نبوده‌ام. من تنها با تکبر و خودبینی تصور می‌کردم که همه کارها خوب پیش می‌رود. آن شب کمی آرامش پیدا کردم و بهترین خواب آن چند وقت را داشتم.

روز بعد هنگامی که در مطبم سرگرم معاینه یک بیمار بودم، ناگهان

قطعات گمشده پازل پیدا شد. همان طور که داشتم بیمارم را معاینه می کردم به واقعیتی درباره خودم پی بردم.

«من بیشعورم!»

در واقع همکار روان پزشکی به هیچ وجه قصد توهین نداشت؛ او تنها سعی کرده بود که به من کمک کند. بلافاصله با او تماس گرفتم و از او درخواستی کردم و از او خواستم که دوباره با هم ملاقاتی داشته باشیم. تراستم عصر همان روز او را بینم. پس از آنکه روی صندلی نشستم بلافاصله گفتم: «حق با تو بود... من بیشعورم!»

«بله، ای کمد و گفت: «در واقع همه این را می دانند!»

«خب حالا چگونه آن را درمان می کنی؟»

«درمان چی؟»

«درمان بیشعوری.»

گفت: «بیشعوری مرض نیست، این خصلت است. بنابراین هیچ گونه راه درمانی برایش وجود ندارد.»

«بیشعور منظور چیست که درمان ندارد؟»

«بیشتر مردم بیشعور هستند، چه تو بیشعور باشی - نه نباشی. دقیقاً مانند

خصیصه چپ دست بودن که قابل درمان نیست.»

با تعجب پرسیدم: «اگر علم روان پزشکی نتواند درد را از بیشعوری

فردی مؤثر باشد پس به چه دردی می خورد؟»

گفت: «بین این بیماری نیست. بلکه شیوه گفتار و بیان شخص است.

همان طور که یک پزشک متخصص نمی تواند برای افرادی که گیج و سر

به هوا هستند کاری انجام دهد علم روان پزشکی هم نمی تواند برای

بیشعوری افراد راه حلی ارایه دهد. اصلاً می‌دانی ما چقدر روان‌پزشک بیشعور داریم؟»

تازه فهمیدم خودم باید به داد خودم برسم. اگر چه ندایی در درونم می‌گفت که او دارد اشتباه می‌کند. می‌دانستم که بیشعوری یک نوع ناهنجاری شخصیتی و خصوصیت بد رفتاری نیست بلکه یک نوع بیماری است. یک نوع اعتیاد به رفتار احمقانه و بی‌ادبانه که ما را چنان در مانده می‌کند که حتا از سرک غرور و خود خواهی مان بیچاره می‌شویم.

پس برنامه‌ریزی، مراقبت و بهبود خودم شروع کردم که روند آن چندین سال طول کشید. در نهایت به همکارانم چیزی را ثابت کردم که می‌پنداشتند غیر ممکن است. بیشعورها قابل درمانند! چیزی که در نگاه اول قابل باور نیست و برای بیشعورانی که فکر می‌کنند درمان نمی‌شوند. ای کاش زودتر پیگیر درمانم می‌شد. بیش از آنکه اینقدر به اطرافیانم صدمه وارد کنم. اما با این روند توانستم بسیاری از اشتباهاتم را جبران کنم. همسرم با من آشتی کرد و اکنون ما زندگی بسیار بخشنده و شادی داریم. دخترم من را بخشید و برای ادامه تحصیلات وارد کالج شد. پسر هم خلبان نیروی دریایی شد و در حال حاضر به من درس پرواز یاد می‌دهد.

مدت‌هاست رشته تخصصی‌ام را که کنار گذاشته‌ام و به کار درمان بیشعورها می‌پردازم. الان تبدیل به روان‌پزشکی شده‌ام که تخصص‌اش کمک به بیشعورها برای رهایی و درمان این معضل شخصیتی است. البته شاخص سنتی روان‌پزشکی تاکنون از این تلاش مبتکرانه حمایت نکرده است. اما من در کارم پیشرفت بسیاری داشته‌ام و البته پیام اصلی من که

همه جا به گوش می‌رسد این است: «بیشعورها هرگز ناامید نشوند!» در حال حاضر من در کنفرانس‌های بسیاری که بر روی درمان سایر اعتیادها متمرکز شده‌اند در ارتباطم.

اگر چه کتاب بیشعوری چیزی فراتر از داستان شخصی بهبودی من است. این کتاب جرقه امیدی برای تمامی افرادی است که درگیر این مشکل هستند. بیانیه‌ای برای آزادی است. دیگر لازم نیست کسی از بیشعور بودنش خجالت بکشد. بیشعور یک بیماری تعریف شده است که در شش ماه پس از قطع مصرف مواد مخدر وجود دارد. قدم گذاشتن در این راه و پیگیری فرایند درمان بیشعوری که خود من نیز با آن درمان شدم کار دشواری نیست. این دقیقاً همان راهی است که من تاکنون با آن به هزاران بیشعور کمک کردم که با موفقیت درمان شوند.

در این راه تنها به یک چیز باز است و آن جسارت مقابله با خصلت بیشعور بودن است که البته دشوارترین قسمت ماجرا هم همین است. البته برای قدم گذاشتن در این راه باید در مانگ خوبی داشته باشید. در این رابطه یکی از دوستان من به نام کالوین استار که مدیر یک درمانگاه روان‌پزشکی است داستان جالبی را برایم تعریف کرد: او گفت: زنی بود که در جستجوی مفهوم زندگی به کوه‌های هیمالیا رفته بود. او پس از سال‌ها جستجو متوجه حضور مردی درون یک غار شد. او به خودش گفت: «آهان!... یک مرتاض در حال مراقبه درون غار». او به آن مرد گفت: «آیا شما به من راه حقیقت را نشان می‌دهید؟» آن مرد چیزی نگفت.

زن نشست و به پیروی از مرد در خود فرو رفت. در پایان روز که قصد

رفتن داشت از مرد پرسید: «آیا من امروز پیشرفتی داشته‌ام؟» و مرد دوباره هیچ پاسخی نداد.

صبح روز بعد زن دوباره به آنجا بازگشت و همان کار قبلی را تکرار کرد و به تقلید از مرد به مراقبه نشست. هنگامی که غروب می‌کرد، او هم عزم رفتن کرد و برای بار دیگر از مرد پرسید: «آیا من امروز پیشرفتی داشته‌ام؟» و مرد هم جوابش را نداد.

این برنامه هفتاد و نه روز تکرار شد و سرانجام در پایان یک روز صبر زن لبریز شده به سر پیرمرد فریاد زد و گفت: «تو یک آدم شیاد و کلاهبرداری. من روزها و مبالغه‌آمیز اینجایم در انتظار رستگاری نشستم و در آخر نیز هیچ چیز عایدم نشد. شش ماه از عمرم را تلف کردم و در آخر تو هیچ چیز برایم نداشتی. چاره‌ای نمی‌توانی خودت را مرتاض بدانی؟» و پس از آن کوله‌پشتی سنگینش را با دست پیرمرد که همچنان درون غار نشسته بود پرتاب کرد.

با وجود آنکه ضربه سنگینی به پیرمرد خورد اما او نتوانست روی پایش بایستد و با حالتی گیج و منگ گفت: «من مرتاض نیستم و این وصله‌ها به من نمی‌چسبند. اگر تو فکر کردی که من مرتاض نیستم، اشتباه خودت بوده و به من هیچ ربطی ندارد!»

زن که با این حرف عصبانی‌تر شده بود گفت: «بسیار خوب، اگر تو مرتاض نیستی پس اینجا و درون غار چه غلطی می‌کنی؟» مرد با افتخار سرش را بالا گرفت و گفت: «من یک جذامی هستم و چون از محل زندگی‌ام رانده شده‌ام در این غار زندگی می‌کنم.»

چه خودتان بیشعور باشید و چه با بیشعور رابطه داشته باشید، با انتخاب

بس است دیگر!

این کتاب دست کم یک راهنمای خوبی دارید که باعث می شود به بیراهه نروید.

www.ketab.ir