کالبدشکافیِ یک رنجِ شکوهمند و تحلیلی جامع بر یک دلنوشته

نویسنده: دکتر عبدالرضا عشقی‌پور

تاریخ انتشار: 1 Tir 2585 باستانی برابر با June 22, 2026 میلادی



خوانشی از سه منظر روان‌شناختی، جامعه‌شناختی و ادبی؛ و درآمدی بر یک سوگ‌نامه‌ی مدرن

متن «**من مادرم**» به قلم هدیه رحمت‌نژاد، فراتر از یک دل‌نوشته‌ی ساده یا خاطره‌نگاریِ روزمره است؛ این یادداشت، مانیفستی عریان، جسورانه و به‌شدت انسانی از تلاقیِ سه بحرانِ بزرگِ زیستی است: «مهاجرت»، «طردشدگیِ عاطفی» و «مادری در انزوا». نویسنده با پرهیز از افتادن در دامِ سانتی‌مانتالیسم (احساسات‌گراییِ افراطی)، تیغِ جراحی را برمی‌دارد و روانِ خسته، زخم‌خورده و درعین‌حال استوارِ خویش را کالبدشکافی می‌کند. او در این روایتِ کوتاه اما متراکم، پرده از حقیقتی برمی‌دارد که جامعه همواره سعی در پنهان کردنِ آن دارد: «اینکه قهرمان بودن، تاوانِ سنگینی دارد و زنِ نیرومندِ امروز، همان کودکِ بی‌پناهِ دیروز است که تنها حقِ فرو ریختن را از خود سلب کرده است.»

این دلنوشته نیازمندِ تحلیلی همه‌جانبه است تا لایه‌های پنهانِ آن برای مخاطبِ عام و خاص روشن گردد. در این نوشتار، روایتِ هدیه رحمت‌نژاد را از سه زاویهٔ دیدِ «روان‌شناختی»، «جامعه‌شناختی» و «ادبی» واکاوی می‌کنیم تا نشان دهیم چگونه یک تجربه‌ی عمیقاً شخصی، به یک دردِ مشترکِ بشری و یک اثرِ هنریِ درخشان بدل شده است.

نخست آن را از منظر روان‌شناختی و کالبدشکافیِ یک فروپاشیِ خاموش بررسی می‌کنیم.

از دیدگاه روان‌شناسی، این متن یک «مطالعه‌ی موردی بی‌نظیر از مواجهه‌ی انسان با ترومای مرکب (Complex Trauma) است. راویِ داستان همزمان با چند بحرانِ روانیِ کمرشکن دست‌وپنجه نرم می‌کند: بارداری در شرایط

ناپایدار، شوکِ ناشی از ترک شدن توسط شریک عاطفی، و اضطرابِ محیطِ ناآشنا.

با بررسی سندرم «انسانِ بیش‌ازحد توانمند» و افسردگیِ پنهان، که یکی از بارزترین مفاهیمِ روان‌شناختی در این متن است، پدیده‌ی «افسردگی با عملکرد بالا» (High-Functioning Depression) است. راوی انسانی است که در بیرون از خانه می‌نویسد، نشست برگزار می‌کند و به دیگران امید می‌دهد. او تمامِ وظایفِ مادریِ خود را (پختن غذا، شانه زدن گیسوان کودک، پوشاندن لباس) با دقتی وسواس‌گونه انجام می‌دهد. او یک «بازمانده» (Survivor) است که مکانیسمِ دفاعیِ او در برابرِ فروپاشی، «تظاهر به توانمندی و استقامت» است.

اما در روان‌شناسی می‌دانیم که هرچه نقابِ بیرونی (پرسونا) قوی‌تر باشد، سایهٔ درونی (به تعبیر کارل یونگ) سنگین‌تر و تاریک‌تر می‌شود. راوی اعتراف می‌کند: *«همه می‌گویند زنِ نیرومندی هستم. اما هیچ‌کس شب‌هایی را ندید که در تاریکیِ کمد نشستم و بی‌صدا گریستم...»*. این پدیده که در روان‌شناسی مدرن به «سندرم زنِ قوی»(Strong Woman Syndrome)معروف است، نشان‌دهنده‌ی فشاری خردکننده است که فرد برای حفظِ کنترلِ محیط بر خود وارد می‌کند تا جایی که دیگر فضایی برای آسیب‌پذیریِ طبیعیِ انسانی باقی نمی‌ماند.

در انتقالِ بین‌نسلیِ تروما و مکانیزم‌های دفاعی کودک، درخشان‌ترین و دردناک‌ترین بخشِ روان‌شناختیِ این متن، رابطه‌ی مادر و فرزند و مفهومِ «انتقال بین‌نسلیِ تروما» (Intergenerational Trauma) است. روان‌شناسانِ رشد، از جمله جان باولبی در «نظریه دلبستگی»، تأکید دارند که کودکان گیرنده‌هایی بسیار حساس به وضعیتِ روانیِ مراقبِ اولیه‌ی خود هستند. راوی با هوشمندیِ دردناکی این موضوع را درک کرده است: *«کودکان، اندوهِ پنهان را زودتر از همه می‌آموزند؛ از لرزشِ صدا، از سکوت‌های کش‌آمده...»*

کودکِ شش‌ساله، آینه‌ای است که روانِ سرکوب‌شده‌ی مادر را بازتاب می‌دهد. پرخاشگری، سرکشی و واژه‌های تندی که کودک به کار می‌برد، در واقع واکنشِ طبیعیِ یک کودک به محیطی است که «بوی اضطراب» می‌دهد. کودک از طریق سیستمِ «نورون‌های آینه‌ای» (Mirror Neurons) اضطرابِ مادر را جذب کرده و چون ظرفیتِ پردازشِ آن را ندارد، آن را به شکلِ خشم برون‌ریزی می‌کند. نویسنده به تلخ‌ترین شکلِ ممکن اعتراف می‌کند: *«کودکی که باید امنیت را از آغوشِ مادر می‌آموخت، اضطراب را از چشمانِ من آموخت»*.این جمله، اوجِ خودآگاهیِ یک مادرِ روان‌رنجور اما بیدار است.

راوی به وضعیت بی‌حسیِ عاطفی (Anhedonia) و مرگِ استعاریِ روان که در اواخر متن نگارش شده است، اشاره می‌کند که در روان‌پزشکی به آن «آنهدونیا» (Anhedonia) یا ناتوانی در تجربه‌ی لذت و حتی اندوه گفته می‌شود: *«نه شورِ شادی را می‌شناسم، نه ژرفای اندوه را. فقط زود خسته می‌شوم»*.این وضعیت، نتیجه‌ی سال‌ها ماندن در حالتِ «جنگ یا گریز» (Fight or Flight) است. سیستمِ عصبیِ مادر پس از سال‌ها ترشحِ مداومِ کورتیزول و آدرنالین برای بقا در شرایطِ سخت، اکنون به مرحلهٔ «فرسودگیِ آدرنال» (Adrenal Burnout) رسیده و خاموش شده است. گریستن بر سرِ ماشین لباسشوییِ خراب، نه واکنشی به یک اتفاقِ ساده، بلکه شکستنِ سدِ دفاعیِ روانیِ انسانی است که ظرفیتِ شناختی و عاطفی‌اش پر شده است.

از منظر جامعه‌شناختی:

از دریچهٔ جامعه‌شناسی، **زن، مهاجرت و ساختارشکنیِ نهاد مادری در** این متن، یک نقدِ ساختاری به نهادهای اجتماعی و فشارهای نهفته در مفهومِ «مهاجرت» و «زن بودن» است. نویسنده خود را در تقاطعِ چند مفهومِ جامعه‌شناختیِ پیچیده قرار می‌دهد.

نخست انزوای مضاعف:

در تقاطعِ مهاجرت، زنانگی و مادری تنها، مفهومِ «تقاطع‌گرایی» (Intersectionality) در جامعه‌شناسی، به بررسیِ این موضوع می‌پردازد که چگونه هویت‌های مختلفِ یک فرد (زن بودن، مهاجر بودن، تنها بودن) با یکدیگر ترکیب شده و نوعِ خاصی از تبعیض یا رنج را بازتولید می‌کنند. راویِ این داستان صرفاً یک «مادر» نیست؛ او یک «مادرِ مهاجرِ تنها» است .جامعه‌شناسیِ مهاجرت به ما می‌گوید که مهاجر، همواره از فقدانِ «سرمایه‌ی اجتماعی»(Social Capital)رنج می‌برد. او شبکه‌ی حمایتیِ خانواده، دوستان و آشنایان را از دست داده است: «*کسی نبود... دلم چقدر می‌خواست تنها یک‌بار، کسی از من نگهداری کند* «.این فقدانِ شبکه‌ی حمایتی، در کنارِ سیستم‌های سرد و دیوان‌سالارانه (بوروکراتیک) کشورهای مقصد) *راهروهای سرد اداره‌های مهاجرت*(، فرد را به یک اتمِ منفرد و بی‌پناه در یک کلان‌شهرِ غریب تقلیل می‌دهد.

دوم؛ اسطوره‌زدایی از «مادرِ سنتی» و طغیان علیه کلیشه‌ها:

جامعه‌شناسیِ جنسیت همواره نشان داده است که جامعه چگونه تصویرِ مادری را «تقدیس» می‌کند تا زنان را در چارچوبِ فداکاریِ بی‌قیدوشرط نگه دارد. راوی با همان پاراگرافِ اول، این برساختِ اجتماعی را ویران می‌کند: «*نه آن مادرِ آرامِ قاب‌های کهنه که عصرها کنار پنجره می‌ایستد و خانه از بوی نانِ گرم و آسودگی لبریز می‌شود* «.او نهادِ مادری را از هاله‌ی رومانتیکِ آن خارج کرده و آن را به‌عنوانِ یک «کارِ دشوار، فرساینده و گاه آسیب‌زا» بازتعریف می‌کند. او نشان می‌دهد که مادری، همیشه شکوفایی نیست؛ گاهی صرفاً «تاب آوردن» است. این یک طغیانِ جامعه‌شناختی علیه انتظاراتِ نامعقولِ جامعه از زنان است که از آن‌ها می‌خواهد حتی در بحرانی‌ترین شرایط، فرشته‌های آرامش‌بخشِ خانه باشند.

سوم؛ برزخِ تعلق و بی‌هویتی (Liminality):

وضعیتِ مهاجر در این متن، دقیقاً منطبق بر مفهومِ **«حالتِ آستانه‌ای» یا «لیمینالیتی» (Liminality)** در انسان‌شناسی است؛ جایی که فرد از هویتِ قبلیِ خود جدا شده اما هنوز در هویتِ جدید پذیرفته نشده است. «*هفت سال از کوچِ من گذشته و هنوز نه به این خاک دلبسته‌ام و نه از خاکِ خویش دل کنده‌ام* «.این برزخِ خاموش، نوعی آنومی (Anomie)یا بی‌هنجاریِ درونی ایجاد می‌کند که در آن، فرد معنای تعلقِ مکانی و هویتی را از دست می‌دهد و در یک خلأ اگزیستانسیال سرگردان می‌شود.

از منظر ادبی:

در زیبایی‌شناسیِ رنج و بوطیقای تنهایی، فارغ از تحلیل‌های علمی، متن «من مادرم» یک قطعه‌ی ادبیِ درخشان و یک نمونه‌ی موفق از «ناداستان» اعترافی است. نویسنده با تسلطی شگرف بر واژگان و درکِ عمیق از ریتمِ واژگان، توانسته است فرم و محتوا را به بهترین شکل در هم آمیزد.

راویِ اعتراف‌گر و لحنِ مرثیه‌وار متن، با زاویه دیدِ اول‌شخصِ مفرد نوشته شده است، اما این اول‌شخص، یک راویِ خودشیفته نیست؛ بلکه راویِ زخم‌خورده‌ای است که در جایگاهِ یک شاهدِ صادق نشسته است. لحنِ متن، ترکیبی از مرثیه و اعتراف است. جملات کوتاه، قاطع و کوبنده‌اند. نویسنده از افعالِ گذشته به فراوانی استفاده می‌کند تا نشان دهد که چگونه گذشته، سایه‌ی سنگینِ خود را بر زمانِ حال انداخته است. تکرارِ عبارتِ «من با... مادر شدم» در متن، یک صنعتِ ادبیِ آگاهانه (آنافورا) است که ریتمی کوبنده و تراژیک به روایت می‌بخشد و همچون پتکی بر ذهنِ مخاطب فرود می‌آید.

قدرتِ ادبیِ متن در استفاده‌ی بجا و خلاقانه از استعاره‌هاست؛ مانند:

استعاره‌ی چمدان «*چونان چمدانی گذاشته در گوشه‌ی ایستگاهی دور* «...چمدان در اینجا نمادِ سفرِ ناتمام، تعلیق،

بلاتکلیفی و بی‌خانمانیِ انسانِ مدرن است. چمدانی که از ماهیتِ اصلیِ خود (جابه‌جایی) تهی شده و به شیئی فراموش‌شده بدل گشته است. **استعاره‌ی مهِ زمستانی** *«اندوهی آرام و خزنده که چون مهِ زمستانی آهسته در جانم پیچید «...مه*، نمادِ ابهام، تیرگی، از دست دادنِ وضوحِ زندگی و سرمای عاطفی است. اندوه در این داستان، یک اتفاقِ ناگهانی نیست، بلکه مانند مه، به تدریج تمامِ روزنه‌های نور را می‌بندد. **نمادِ تاریکیِ کمد،** که در این داستان، پناهگاهِ جنین‌وارِ زنی است که از وسعتِ و سرمای جهان به تنگنای تاریکِ یک فضای بسته پناه می‌برد تا بتواند حقِ انسانیِ «گریستن» را، دور از چشمِ جامعه و کودکش، ادا کند. و یا **ماشین لباسشویی** (همبسته‌ی عینی)، که یکی از زیباترین تمهیداتِ ادبیِ متن همان استفاده از خرابیِ ماشین لباسشویی است.

تی.اس. الیوت(T. S. Eliot) ، منتقدِ ادبی، مفهومی دارد به نام «همبسته‌ی عینی»؛ به این معنا که نویسنده برای انتقالِ یک حسِ درونیِ بزرگ، از یک شیء یا رویدادِ بیرونیِ کوچک استفاده می‌کند. خرابی ماشین لباسشویی راوی در اینجا دقیقاً همین نقش را بازی می‌کند. ماشین لباسشویی نمادِ جریانِ تکراری، فرساینده و مکانیکیِ زندگیِ روزمره است که ناگهان متوقف می‌شود. گریه‌ی زن برای ماشین نیست؛ گریه برای توقفِ همان چرخ‌دنده‌هایی است که روانِ او را سال‌ها زیرِ خود له کرده‌اند.

در پارادوکس‌های زبانی و تصویرسازی متضاد، نویسنده با ظرافت، تضادهای بنیادینِ زندگی‌اش را در قالبِ کلمات به تصویر می‌کشد. او از یک سو می‌گوید: *«آدم‌ها نوشته‌هایم را دوست دارند... اندیشه می‌پرورانم «...*و از سوی دیگر اعتراف می‌کند: *«هیچ‌کس ندانست دلم چقدر می‌خواست تنها یک‌بار، کسی از من نگهداری کند «.*این تقابلِ میانِ «مصلحِ اجتماعی بودن» و «کودکِ بی‌پناهِ درون»، ساختارِ دراماتیکِ متن را به اوج می‌رساند.

پایان سخن آن‌که، رستگاری در آغوشِ پذیرش اجتماعی است. متن «من مادرم» روایتی تلخ است، اما ابداً روایتی منفعلانه و شکست‌خورده نیست. اوجِ این متن در سطورِ پایانیِ آن نهفته است؛ جایی که با وجودِ تمامِ فرسودگی‌ها، بی‌حسی‌ها و خشم‌ها، غریزه‌ی زندگی و عشقِ مادرانه همچنان به حیاتِ خود ادامه می‌دهد. زنی که روانش به سرزمینی بی‌صدا رسیده، هنوز هر شب پتو را آرام روی شانه‌های دخترش می‌کشد و او را می‌بوسد.

این پایان‌بندی، یک کاتارسیس (تزکیه‌ی نفس) تمام‌عیار است. نویسنده با نگارشِ این متن، در واقع اندوهِ خود را به واژه تبدیل کرده و از این طریق، بر آن مسلط شده است. او با پذیرشِ ضعف‌ها، خستگی‌ها و زخم‌هایش، به نوعی رستگاریِ روان‌شناختی و ادبی دست می‌یابد. «من مادرم» آینه‌ای است برابرِ تمامِ زنان و انسان‌هایی که زیرِ بارِ انتظاراتِ جامعه، مهاجرت و تنهایی کمر خم کرده‌اند اما هرگز نشکسته‌اند.

این یادداشت، دعوتی است به مهربانیِ با خویشتن؛ یادآوریِ این حقیقتِ گمشده که برای انسان بودن، هیچ الزامی به «همیشه استوار ماندن» نیست و گاهی بزرگ‌ترین قدرتِ آدمی، در پذیرشِ صادقانه‌ی خستگی‌های اوست.