

## کیس مریم

❖ کیس مریم را بخوانید و بر اساس اطلاعات ارائه شده در متن مصاحبه، بعنوان درمانگر یک

سناریوی درمانی بنویسید. این سناریو باید شامل موارد زیر باشد:

۱. بررسی تاریخچه و پس‌زمینه (الگوهای دلبستگی و روابط اصلی اولیه، حوادث زندگی، خاطرات هیجانی)

۲. استخراج ترس‌ها و تهدیدهای اصلی: تهدیدهای بیرونی مربوط می‌شود به آنچه که دنیا یا دیگران می‌توانند انجام دهند و فرد از آن‌ها هراس دارد همچون رهاشدگی، ترک شدن، طردشدن، نادیده گرفته شدن، مراقبت نشدن، شرم، صدمه دیدن، مورد سوءاستفاده قرارگرفتن و ....، تهدیدهای درونی که از درون فرد منشأ می‌گیرند همچون ترس از دست دادن کنترل و یا درهم‌شکسته شدن به وسیله اضطراب، خشم یا افسردگی. برخی اوقات ترس‌های درونی همان معنای باورهای بنیادین (نسبت به خودش، دنیا و دیگران) را برای درمانجویان دارد.

۳. راهبردهای ایمنی‌طلبی: فرد از دوران کودکی به بعد چگونه تلاش کرده است که از خودش محافظت کند و راهبردهای محافظتی او چیست: اطاعت و فرمانبرداری، پرتلاش و رقابت‌طلب بودن، مراقبت‌کننده و نجات‌دهنده بودن، مؤدب و خوش‌اخلاق بودن، خودانتقادگری، اطمینان‌جویی، پرخاشگری و تکانش‌ورزی (راهبردهای ایمنی متکی به خود) و ...

۴. عواقب ناخواسته راهبردهای ایمنی‌طلبی.

۵. تکمیل برگه فرمول بندی شفقت.

۶. شرم‌زدایی (تحلیل کارکردی افکار و هیجانات منفی، واقعیت‌سنجی در مقابل دیدگاه آسیب‌شناسانه) و پذیرش مسؤلیت

۷. تشریح سه سیستم تنظیم هیجان (تاثیر تعاملات و تجارب دوران کودکی بر شکل‌گیری سیستم‌های تنظیم هیجان)

- مریم. ت
- ۴۸ ساله، مجرد، ارشد کامپیوتر، ایران زندگی نمی کند و از سال ۲۰۰۰، با توصیه روانشناسان مهاجرت کرده است.

## C.C:

۱. اهمال کاری در خصوص کارهایی که مربوط به خودش می شود (کارهای شخصی و شغلی)، مثلاً اینکه برای خریدها و سایر کارهایش از خانه بیرون نمی رود و بعضاً می خوابد.
۲. دردهای جسمانی در کمر و پاها که با MRI، نشان داده شده این دردها ناشی از آسیب دیدگی های قدیمی در خشونت های خانگی است. شکستگی هایی که ناجور جوش خورده اند و هر بار این دردها به سراغش می آیند دچار هیجانانگیز و افکار منفی و هجوم خاطرات می شود.

## اطلاعات کسب شده از مصاحبه و تکالیف ارایه شده در جلسات اول و دوم:

۳ روز هفته دور کاری می کند (کار در منزل) و ۲ روز در محل کارش حضور دارد. دوستان خیلی خوبی دارد، یک حلقه دوستی ۵ نفره با سابقه حدوداً ۳۰ سال دوستی دارد. مادر معلم، و پدر لیسانس شیمی و دبیر در یک شهرستان بوده اند، موقعیت تک تک افراد خانواده از نظر شغلی بالا بوده اما تقریباً همگی اعتیاد به مصرف مواد مخدر داشته اند (پدر و برادرهایش). در یک سالگی اش پدر و مادر جدا شده اند، برادر بزرگتر پیش پدر مانده، مریم با مادر مانده و برادر کوچکتر گاهی پیش پدر و گاهی پیش مادر بوده است. از آن دوران حضور زیادش در دادگاه ها و این جمله که مدام از او پرسیده می شده "دلت می خواهد با کدوم باشی؟" را به یاد می آورد که برایش آزاردهنده است. از ۳ سالگی تا ۴ سالگی با خاله اش زندگی کرده، و در ۴ سالگی به کلاسهای مادرش می رفته و تک کلاس مادرش می نشست است. در مدرسه به معلم های دیگر کمک می کرده، به دانش آموزان استثنائی کمک می کرده و ارتباط دوستانه خوبی با افراد بزرگتر از خودش داشته است.

وقتی ۸ ساله می شود (کلاس دوم دبستان) هر ۳ خواهر و برادر با مادرش زندگی می کرده اند. در آن دوران به شدت مورد پرخاشگری شدید از ناحیه برادر بزرگترش قرار می گرفته و این کتک خوردن به قدری شدید بوده که گاهی مریم تا مرز بیهوشی هم می رفته است. در آن مدت مادر شاغل بوده و بچه ها در خانه باهم تنها بوده اند.

برادر بزرگترش قبل و بعد از انقلاب زندانی سیاسی بوده است و بر اساس شواهد و مدارک مبنی بر جنون و مشکلات روانی آزاد شده است. برادر بزرگتر بعد از انقلاب ۵ سال زندانی بوده که مریم در طی زمان زندانی بودن او، به خانواده سایر زندانیان سیاسی کمک می کرده است.

مریم در سال ۶۵ دیپلم گرفته و در سال ۶۷ وارد دانشگاه می شود. از دوران راهنمایی به کامپیوتر علاقه داشته و در دانشگاه هم همان را ادامه می دهد.

در ۲۶ سالگی اش پدر فوت می کند. مریم مادرش را شخصیتی وابسته توصیف می کند که بارها ازدواج ناموفق با مردان دردسرساز داشته است. مریم به یاد می آورد که مادرش، او را "مامان" صدا می کرده، شب ها از کابوس بیدار می شده و به مریم می گفته که "من را بغل کن".

۴ سال در ایران مراجعه به روانشناسان مختلف داشته و در نهایت به او گفته شده که اوضاع روانی مادرش مناسب نیست و ممکن است کارهایی انجام بدهد که جان مریم در خطر قرار بگیرد و برای همین به او توصیه شده که از ایران مهاجرت کند. اواخر زندگی در ایران مادرش خیلی مهربان شده بود و مریم می گوید احساس گوسفندی را داشته که نزدیک قربانی کردنش هست و به او آب می دهند و با او مهربانی می کنند. خبری به گوشش رسیده بوده که مادرش می خواسته او را بیهوش کند و به عقد مردی درآورد و او به قدری نگران شده که ۶ ماه آخر در خانه لب به هیچ چیزی نمی زده است. در زمانی که در یک سازمان دولتی در ایران مشغول به کار بوده است نیز مادرش به محل کارش می آمده و آزارش می داده است.

با اینحال، بازهم مادرش به همراهش از ایران خارج می شود و در آن کشور بازهم آزار و دردهایش ادامه داشته و در نهایت با اخذ ۵۰ هزار دلار راضی می شود که به ایران بر گردد!

تاریخ	موقعیت	هیجان ها	افکار و رفتارها در موقعیت
جمعه ..../..	محل کار ارائه گزارش شفاهی	* خشم (از خودم) ۷۰ * اضطراب ۵۰ * ناامیدی ۵۰	* میتونستم کار بهتری تهیه کنم ۱۰۰ * همیشه وقت تلف میکنم ۱۰۰
شنبه ..../..	خانه وقت رفتن برای خرید هفتگی	* اضطراب ۵۰ * خستگی مفرط ۱۰۰ * خواب آلودگی ۱۰۰	* دوست ندارم برم بیرون
یکشنبه ..../..	خانه خواندن کارت خیریه	* غم ۱۰۰	
دوشنبه ..../.. ظهر	خانه تماس با خیریه برای تشکر و پیشنهاد کمک مجدد	* اضطراب ۵۰ * غم ۱۰۰	* کارهایی که از من برمیاد خیلی ناچیز هستند. کمکی محسوب نمیشن * دوری از دیگران آرامش بیشتری دارد
دوشنبه ..../.. ۱۵:۳۰	اتمام ساعت کار- وقت بیرون رفتن از خانه	* خشم ۱۰۰ * غم ۱۰۰ * اضطراب ۱۰۰	* بازخوانی/یادآوری خاطرات گذشته
سه شنبه ..../.. صبح	اداره جلسه با یکی از همکاران برای بازبینی کاری که او انجام داده	* اضطراب ۵۰	* ایگاش میشد تنها کار کنم * اگر کار ایرادی داشته باشه از من میرنجه
چهارشنبه ..../.. صبح	اداره جلسه ماهانه با رئیس  باید تقاضای مرخصی عید رو بگم	* اضطراب ۵۰	* بیان تقاضای شخصی برام سخته * به هر حال باید بگم * این مکالمه درون نمیزاره روی بحث تمرکز کنم. ممکنه فکر کنه بی توجه هستم. ممکنه نکته ای رو از دست بدم
جمعه ..../.. صبح	خانه - ساعت کار  باید هماهنگی های لازم برای تحویل دادن کامپیوتر فعلی و تحویل گرفتن کامپیوتر جدید رو انجام بدم	* اضطراب ۵۰	* برقراری ارتباط ناخوشایند و آزار دهنده است * بزارش برای بعد
جمعه ۲۱:۰۰:۰۰:۲۰	خانه - جستجو و خواندن مطالب مربوط به روانشناسی	* غم ۱۰۰ * ناامیدی ۱۰۰ * احساس گناه ۱۰۰	* یادآوری گذشته * باید زودتر این مطالب رو یاد میگرفتم ۱۰۰ * دیگه نمیتونم بهشون کمک کنم ۱۰۰ * من مسئول بودم. کوتاهی کردم

## خاطرات از دوران کودکی:

- از وقتی که خودم رو شناختم ؛ فهمیده بودم که نباید ناراحتی یا خوشحالی ام رو نشون بدم . هیچوقت نباید بگم که از کسی یا چیزی خوشم میاد یا بدم میاد .برادر دومم ؛ کاوه؛ منو مسخره میکرد .برادر بزرگم ؛ کاووس؛ منو میزد و میگفت احمق هستم .مامان و بابام سیاست شون این بود که اگر از چیزی یا کسی بدم میامد مجبورم کنن که اون چیز رو بخورم یا داشته باشم یا برم اون آدم رو بغل کنم .اگر از کسی خوشم میامد ؛ مامان و بابام هر دو عصبانی میشدن و کلی از اون آدم بد میگفتن .اگر از چیزی خوشم میامد ؛ برادر بزرگم اونو از من میگرفت و میگفت که باید دست اون باشه .کاوه خودش رو به مظلومی میزد جلوم قیافه غمگین میگرفت تا دلم بسوزه و اون چیز رو بدم بهش .همینکه اون رو میگرفت بلند بلند میخندید و میگفت گولت زدم؛ خرت کردم .مامانم اون چیز رو گم و گور میکرد و بابام اون رو خرد میکرد و میشکست چون فکر میکرد من اون چیز رو بیشتر از اون دوست دارم . من هم هر وقت از چیزی خوشم میامد ؛ میگفتم که دوستش ندارم .اینجوری مجبورم میکردن که اون چیز رو داشته باشم یا بخورم . اگر هم از چیزی بدم میامد ؛ وانمود میکردم که دوستش دارم .دیگه روی اون چیز رو نمیدیم . ولی همیشه نمیتونستم که این کار رو بکنم .از دستم درمیرفت و بعد خیلی پشیمون میشدم که چرا خودم رو کنترل نکردم .
- اگر تنفر درجه داشت و قابل اندازه گیری بود؛ میزان تنفر من از مامانم تو کتاب گینس ثبت میشد .
- برای من بابام یه موجود نحیف و قد کوتاه و خمیده بود که خیلی سعی میکرد راست و ایسته ولی نمیشد .تو عکسهای قدیمی قد بلند دیده میشد .برام عجیب بود .همیشه چرت میزد و سرش میخورد به اینور و اونور و بیدار میشد .همیشه سیگار دستش بود.هیچوقت بدون سیگار ندیدمش . حتی وقتی میرفت دستشویی .خاکستر سیگاراش رو نمیتکاند و دراز میشد و میریخت زمین و همه چیز رو میسوزوند .خونه خودش همه چیز خال خال سوخته بود .فرش ؛ رومیزی ؛ ملافه ها ؛ ... همه چیز .یه جا که میرفتیم یا سوار تاکسی و اتوبوس میشدیم؛ من خیلی خجالت میکشیدم . سعی میکردم خاکستر سیگاراش رو شکار کنم که به مردم خسارت نزنه .این کارم خیلی عصبانی اش میکرد.کت شلوار میپوشید .کراوات یا پاپیون میزد .یه عالمه عطر و اودکلن به خودش میزد و یه عالمه ژل و روغن به موهاش میزد .همیشه انگار یه لایه چربی رو موهاش بود که حالم رو بهم میزد .هنوز هم هر جا که اون بوها به مشامم میرسه ؛ معده ام بی رودرواسی طغیان میکنه و آبروم میره .هر جا که هستم حتی تو جلسه های اداری سعی میکنم از مردها فاصله داشته باشم؛ از ترس اینکه عطر و اودکلن شون حالم رو بهم بزنه .خدا رو شکر کم کم عطر و اودکلن و کلا لوازم آرایشی بودار داره مثل سیگار کشیدن ممنوع میشه .بخاطر کسانی که آسم و آلرژی دارن . خیرش به منم میرسه .

- بابام خیلی قاطی داشت . حس میکردم نمیدونه من چکاره اش هستم . منو همه چیز صدا میکرد بجز اسم خودم . گاهی بهم میگفت مادر جان یا ننه جان . مادرش رو اینجور صدا میکرده . گاهی بهم میگفت خانم جان که نامادری شو اینطور صدا میکرده . گاهی هم میگفت باجی = ( خواهر ) . گاهی هم یه سری اسم دیگه که انگار زن دایی و سایر زنهای فامیل اش بودند . گاهی هم بهم میگفت عزیز جان . مادرم رو اینطور صدا میکرده . وقتی عزیز جان صدام میکرد یهو دستش میرف زیر لباسم و یه جورى من رو میبوسید که دلم آشوب میشد . گریه ام میگرفت و بیشتر وقتها بالا میاوردم . اونوقت دعوا می کرد و عصبانی میشد . بعضی از کسانی هم که خونه اش میامدن من رو همینطور لمس میکردن و باز حالم بد میشد و کسی به دادم نمیرسید . به مامانم که میگفتم ؛ اولش یه لبخندی میزد . بعد یهو قیافه اش جدی و عصبانی میشد و با تندى بهم میگفت پدرته . همه پدرها دخترشون رو اینجوری ناز میکنن . مهمونی یا جایی که بودیم ؛ پدر دختر های دیگه رو به مامانم نشون میدادم و میگفتم ببین اونجوری ناز نمیکنن . مامانم یا به روش نمیآورد یا میگفت پدرت هم عین همین آقا تو رو ناز میکنه تو اشتباه میکنی . خیلی از مامانم متنفر بودم . دلم میخواست تو آتش بسوزه . بعد ها هم که شوهر خاله ام همینطور آزارم میداد و بهش میگفتم ؛ همینطور جوابم رو میداد . دو باری که کتک اش زدم سر همین بود . هر دوبار این چیزها رو برام یادآوری کرد و خیلی با جزئیات توضیح داد که من چی حس میکردم چه مدلی چه لذتی بردم !!! بار اول ایران بودم و دانشجو بودم . محکم زدم تو دهن اش و بعد لب پایین اش رو انقدر به دندونهایش کشیدم که دهن اش شد حوض خون . بار دوم کانادا بودم و گلوش رو انقدر فشار دادم که صورت اش کبود شد . اگر برادرم نرسیده بود حتما کشته بودمش .

- یه بار که چند سال پیش عصبانی بودم و بلند به مامانم فحش میدادم که وقتی بچه بودم سر جریان شوهر خاله ام کمکی بهم نکرد؛ حالا نگران منه ؟ برادرم خیلی تعجب کرد . اول فکر کردم از جریان خبر نداشته . بعد گفتم که مامانم بهش میگفته که من خودم دلم میخواستم و اون باید کاری میکرد که آبروریزی نشه . برادرم گفت برای همین همیشه از من بدش میامده . خیلی دلم میخواست بدونم منظور خدا از خلقت مادر من چی بوده . یه بار که یه جریانی تو مدرسه من پیش آورده بود؛ به امور تربیتی مون گفتم دیدی از بعضی ها که تعریف میکنن طرف شکسته نفسی میکنه و یه سری عیب و ایراد از خودش رو میکنه؟ مثلا به یه خانم میگن چقدر قورمه سبزی ات خوب شده؛ آشپز ماهری هستی . میگه نه بابا اختیار دارین ؛ اینطوری ها هم نیست . قیمه ام شور میشه . سبزی پلوم رو ندیددی که میسوزه... خدا هم مامان من رو برای وقتی که میخواست شکسته نفسی کنه آفریده . که وقتی بهش میگن احسن الخالقین ؛ بگه نه بابا چوبکاری نفرمایین ؛ این طورها هم نیست . مامانم مریم رو ببینین ؛ اون رو هم من آفریدم . همیشه به مامانم میگفتم اگر خدا عادل باشه ؛ یا عدل و عدالتی تو طبیعت باشه تو باید سالهای آخر عمرت کور بشی .

- بابام یه کمد بزرگ فلزی داشت. نصف اش طبقه طبقه بود و نصف اش جای آویزون کردن لباس بود. وقتی خونه بابام بودم؛ چراغ قوه کوچیکم (همیشه یه چراغ قوه کوچیک همراهم بود و هست) و یکی از عروسکهام رو برمیداشتم میرفتم تو کمد؛ اون قسمت که طبقه نداشت؛ و میگفتم که در رو روم قفل کنن. دلم میخواست یادشون بره و من همونجا بمونم تا بمیرم. ولی نمیشد. وقت غذا یا آخر شب یادشون میامد و با زور و داد و بیداد مجبورم میکردن که از کمد بیام بیرون.
- خونه بابام سعی میکردم یه گوشه عین مجسمه باشم و هیچ کار و بازی نکنم. بابام خیلی عجیب بود. یه بار عروسکم رو روی پام گذاشته بودم و تکون تکون اش میدادم که مثلاً بخوابه. اومد عروسک رو برداشت و میخواست که خودش روی پام بخوابه و من تکونش بدم. ولی خوب من سه چهار سالم بود و اون یه مرد گنده. قد و قواره اجازه نمیداد. اینجور وقتها خیلی عصبانی میشد. بیشتر وقتها تو رختخواب مینشست و میخواست که من قاشق قاشق غذا بدم دهنش و دور دهنش رو با دستمال پاک کنم. یا اینکه مینشست روی زمین و من باید کنارش می ایستادم و سرش رو ناز میکردم. موهاش چرب بود و حالم بهم میخورد. جدی جدی میخواست با من مامان بازی کنه. یهوه سینه خیز یا چاردست و پا حرکت میکرد؛ عین نوزاد؛ و میخواست که من بهش آفرین آفرین بگم. خیلی دوست داشتم که بزرگترها باهام بازی کنن. ولی وقتی بابام اینجوری میکرد میترسیدم. حس میکردم حالت بازی نداره و اون یه چیزی اش میشه.
- من رو هیچوقت کتک نزد ولی اگر از چیزی خوشم میامد یک مرتبه منقلب میشد و اون چیز رو هرچی که بود میشکست و خورد و خاکشیر میکرد. مرتب میگفت چرا این رو بیشتر از من دوست داری؟ چرا من رو مثل این دوست نداری؟ یه بار با چند تا قوطی کبریت و قوطی سیگار خالی بازی میکردم؛ یهوه داد زد تو اینا رو از من بیشتر داری و همه رو ریز ریز کرد. بعد رفت بیرون و یه عالم سیگار و کبریت خرید و آورد خونه. سیگارها و چوب کبریتها رو خالی کرد تو سطل آشغال و قوطی هاشون رو داد به من. هی معذرت میخواست و میگفت من رو ببخش. هرچی هم که من میگفتم بخشیدم راضی نمیشد.
- بابام با برادرهام یه مدل دیگه بود. برادر دومم رو خیلی لوس میکرد. فقط برادر بزرگم رو کتک میزد. به قصد کشت و با هرچی دم دست اش بود میزد. یه بار با یه چوب گنده داشت میزدش. من فکر کنم سه چهار سالم بود. اون صحنه خیلی میاد جلوی چشمم. شاید روزی هفت هشت بار. اصلاً نمیتونم از شرش خلاص بشم. من گریه میکردم و داد میزدم که نزنش و خودم قفل شده بودم و نمیتونستم تکون بخورم. بابام محکم تر میزدش و میگفت ببین خواهرت رو گریه انداختی. من یهوه حالم بهم خورد و بیهوش شدم. چشمم رو که باز کردم خونه همسایه بودم و طبق معمول دست شون زیر لباسم بود. یه بار هم که من ۸-۹ سالم بود و خودم زیر کتک برادرم بیهوش شده بودم؛ تو بیمارستان چشمم رو باز کردم. دکتری که بالای سرم بود داشت سینه هام رو لمس میکرد. من خواستم داد بزنم؛ دست دیگه اش رو گذاشت روی دهنم و چند لحظه نگه داشت و

بعد از اتاق رفت بیرون. نمیدونم چرا اینطور وقتها نمیتونستم چیزی بگم. انگار گلوم میگرفت. از خودم بدم میامد. دلم میخواست بمیرم. بعد یاد گرفتم همیشه نزدیک در باشم که قبل از اینکه زیر کتک بیهوش بشم فرار کنم.

- بابام خیلی برام اسباب بازیهای گرون و لوکس میخرید. ولی یا میداد که باهاش بازی کنم؛ یا فقط چند دقیقه میداد دستم و زود میگرفت ازم و دوباره میزاشت تو جعبه اش. میگفت اینا رو الان بهت بدم به اسم مادرت درمیاد و همه فکر میکنن اون برات خریده. اینا رو وقتی شوهر کردی میارم جلوی خانواده شوهرت بهت میدم که معلوم بشه من برات خریدم. برای برادرهام که خودش اسباب بازی میخرید؛ یا اونا از کسی کادو میگرفتن؛ اول دعواشون میکرد؛ اونا کز میکردن و گوشه اتاق مینشستن. خودش جعبه ها رو باز میکرد؛ یه دل سیر بازی میکرد بعد میداد بهشون. اینجور وقتها خیلی دلم برای برادرهام میسوخت. گاهی هم وسط بازیهاشون میامد و بازی رو بهم میزد. اونا رو دور میکرد و خودش مینشست بازی میکرد. بعد پا میشد و میگفت بیان بازی کنن. اگر نمیومدن دعواشون میکرد و برادر بزرگم رو کتک میزد. میگفت تقصیر اونه.

- بابام گاهی یهو یجوری میشد. من رو ام اییها صدا میکرد. بعد توضیح میداد که بعد از حضرت فاطمه من دومین دختری هستم که به این مقام رسیدم. میگفت همه دخترهاشون رو زنده بگور میکنن و اون داره به همه یاد میده که به دخترهاشون احترام بزارن. میخواد قانون ارث رو تغییر بده و سهم ارث دختر و پسر رو برابر اعلام کنه. از من میخواست که خیلی ازش تشکر کنم و قدرش رو بدونم. هر چقدر هم که میگفتم مرسی؛ کمش بود و باز میگفت تشکر کن.

- بهم میگفت که من خیلی زشت هستم و هرکسی که من رو دیده تعجب کرده که اون چجوری میتونه که یه موجود به این زشتی رو دوست داشته باشه. ولی اون بهشون میگه که دوست داشتن آدم خوشگل که هنر نیست. اگر کسی آدم زشت رو دوست داشته باشه هنر کرده. میگفت چون من رو خیلی دوست داره گاهی حتی زشتی من از یادش میره. اون موقع میگفت "اگر در دیده مجنون نشینی به غیر از خوبی لیلی نبینی". بعد توضیح میداد که لیلی هم خیلی زشت بوده ولی مجنون چون عاشق بوده اون زشتی رو که همه میدیدن نمیدیده. میگفت تنها راهی که میتونه عشق اش رو به من ثابت کنه اینه که من کور بشم و اون هر دو چشم اش رو به من اهدا کنه. حرفش به اینجا که میرسید خیلی میترسیدم که یهو یه بلایی سرم بیاره. پفک دهنش میزاشتم (خودم خیلی پفک دوست داشتم) و نازش میکردم که فکر کنه بچه است و من ازش بزرگترم. دستش رو میگرفتم و میبردم کنار عروسکهام میخوابوندمش. تو خونه اش شیشه شیر بچه چند تا بود. تو یکی اش آبی چیزی که دستم میرسید میریختم و میدادم دهنش. وقتی بیدار میشد بهتر شده بود. شیر خشک هم تو خونه اش بود. ۵-۶ سالم که شد و میتونستم با گاز و چراغ کار کنم؛ براش شیشه شیر درست میکردم و زیر شیر آب خنکش میکردم و میدادم دهنش. این رو خیلی دوست داشت و این مدلی زودتر آروم میشد. همیشه یه صندلی؛ چهارپایه یا قابلمه زیر پام میزاشتم



که دستم به گاز و سینک آشپزخونه برسه. اگر هنوز کوتاه بودن؛ بالشی چیزی روشن میزاشتم که بلندتر بشه و قدم برسه. گاهی چندباری زمین میخوردم تا یاد بگیرم تعادل رو روی بالشهای روهم روهم حفظ کنم. خیلی هم دست و بال رو سوزوندم یا بریدم. یادگرفته بودم چیزهای با ارتفاع مختلف رو کنار هم قطار کنم و یه چیزی مثل پله درست کنم که بتونم برم بالای صندلی و چهارپایه بلند. وقتی بابام این مدل دیونه بازیهاش میگرفت؛ برادرارم میرفتن تو کوچه یا خونه همسایه. من خیلی زود یادگرفته بودم که تو اون محله ها و خونه ها؛ بیرون از اتاق بابام برام امن تر نیست. هیچکدوم دوست نداشتن من همراه شون باشم. میگفتن تو هم اگر بدت میاد خودت یه جایی برو. بعد میگفتن حتما دوست داری که موندی. بعد کارهایی رو که کرده بودم مسخره میکردن و ادای من رو درمیآوردن. اینجوری که میگفتن فکم فقل میشد واشکم سرازیر میشد. احساس بی پناهی خیلی بدی بود.

- از نظر دادگاه خانواده بابام برای سرپرستی من مناسب نبود.

## خاطرات از دوران بزرگسالی:

- وقتی برادر بزرگم از زندان آزاد شد (سال ۶۵)؛ بابام اومد خونه مون و تو اتاق برادر بزرگم نشست و گفت که اومده خونه فرزند ارشدش و به من مربوط نیست. برادرارم چیزی نگفت و منم چیزی نگفتم. یکی دو روز موند و بعد غیب شد و بعد از چند روز دوباره ظاهر شد. اینبار پر رو شده بود. با ما سه تا دعوا کرد و لوس بازیهاش رو میخواست که شروع کنه؛ داد زدم برو بیرون. خیلی بامزه بود. برادرهام برای اولین بار اومدن و پشت من و ایستادن. فقط پشت من و ایستاده بودن. ساکت و صامت. نزدیک خونه مون یه کمیته بود. گفتم تا سه میشمرم. اگر نرفته باشی از پنجره داد میزنم که همسایه ها پاسدارها رو خبر کنن و شروع کردم به شمردن. سریع بلند شد و درحالی که داد و بیداد میکرد و به من فحش میداد؛ رفت. من انقدر احساس خستگی میکردم که رفتم تو اتاقم گرفتم خوابیدم. بامزه بود. برادرهام خیلی خوشحال بودند و احساس غرور خاصی میکردند. همه مون بعد از سالها احساس خلاصی و راحتی میکردیم. ولی اونا خیلی به خودشون گرفته بودند. انگار نه انگار که من سر دسته بودم و اونا حتی یک کلمه هم نگفتن. همیشه من و کارهای من رو هیچ نکردن. مامانم من رو یک کم دعوا کرد که این چه طرز رفتار با پدره. بعد اونم شد قاطی برادرهام و باد به گلو انداخت. مثل اینهایی که صبر میکنن ببینن کی پیروز جنگ میشه؛ بعد بگن طرف کی هستن. من فقط خسته بودم و میخواستم تا آخر دنیا بخوابم. دیگه از پدرم خبری نشد و بعد از چند سال خبر فوت اش رو شنیدیم.

- بعد از حدود یکسال از مرگ پدرم که برای کارهای انحصار ورثه رفته بودم؛ برای تخلیه خونه که رفتم؛ باز همون مدل خونه بود. دو تا اتاق کثیف و بهم ریخته چسبیده به هم؛ تو یه خونه عجیب غریب پنج شش اتاقه. تو یه محل کثیف و شلوغ پلوغ و همسایه های ژولیده عجیب غریب. فقط اینبار کسی جرات نداشت که به من نزدیک بشه و بهم دست بزنه.
- مامانم مدام تو گوشم میگفت خاک بر سرت. ببین دختر چه آدمی هستی. تو باید آب بشی بری تو زمین. چجوری روت میشه زنده باشی. حیف از من که مادر تو هستم (این رو همیشه میگفت) و ... خواستم چیزی نگم و خودم رو کنترل کنم. بهش گفتم بس کن. همیشه کارش همینه. اینقدر ادامه میده که من سرش داد بزنم و تحقیرش کنم. بعد همچین ریلکس میشد که انگار تو سونا نشسته. چند بار دیگه بهش گفتم بس کن. ولی خوب بس که نمیکرد. بهش گفتم من که پدرم رو انتخاب نکردم؛ تو انتخابش کردی. افسر خانم؛ دختر با شعور آقای ناصری که افاده اش جایی جا نمیشد؛ نهایت عقل و سلیقه اش این بوده. شروع کرد که بگه بچه بودم؛ کسی بهم نگفت این مرد خوبی نیست؛ که گفتم اون گله دار حرمسرا دار چی؟ اون رو هم بچه بودی نفهمیدی انتخاب کردی؟ اون ماست بند دوزنه چی که دنبال صیغه میگشت؟ انقدر پست هستی که باید پست ترین رو انتخاب کنی؛ تا کنارش یه کم شبیه آدم بنظر بیایی. این حرفها رو میزدم خودم انقدر دل شکسته و ناراحت میشدم که به حال مرگ میافتادم. مامانم مثل همیشه ریلکس و خوشحال شد. بعد رفت تو حیاط و با همسایه ها شروع کرد به گفتن و خندیدن.
- جر و بحث کردن با مادر، تحقیر و زیر سوال بردن او، گاهی حتی زد و خورد فیزیکی و کتک زدن مادر.