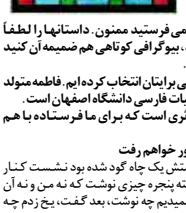
داستان تو

دنبال نور خواهم رفت



از اینکه داستانهایتان را برای ما می فرستید ممنون. داستانها را لطفاً خوانا و روی یک طرف کاغذ بنویسید، بیوگرافی کوتاهی هم ضمیمه آن کنید و به آدرس روزنامه ایران پست کنید.

این هفته داستانی از فاطمه مرعشی برایتان انتخاب کرده ایم. فاطمه متولد سال ۶۴ و دانشجوی رشته زبان و ادبیات فارسی دانشگاه اصفهان است.

«دنبال نور خواهم رفت» عنوان اثری است که برای ما فرستاده با هم می خوانیم:

دنبال نور خواهم رفت

همان دختری که زیر چشمهای راستش یک چاه گود شده بود نشست کنار پنجره و با دستش روی شیشه بخار گرفته پنجره چیزی نوشت که نه من و نه آن ماهی نیمه جان که کنار دستم بود، نفهمیدیم چه نوشت، بعد گفت، یخ زدم چه سوز سردی می آید!

و هم من و هم آن ماهی نیمه جانی که گفتم سری تکان دادیم به نشانه هم حسی.

بعد من راهم را کج کردم و از کنار پنجره دور شدم. پشت سرم را که نگاه کردم دوباره دیدمش که روی دیوارها چیزهایی می نوشت. من باز هم ندیدم چه نوشت. بعد بی تفاوت و با یک حالت نادانی به راهم ادامه دادم. اما همین که به راه افتادم یاد دستهای افتادم که در کفشان نقطه نوری می درخشید انگاری خورشید غایبی را دزدیده بود. هوا کم کم تاریک می شد. من سردم شده بود. حالم به جورایی از سردی و سوز سرما به هم می خورد از کنار جاده ای رد شدم. مردی را دیدم که پاهایش تباهی زمین را جادو می کرد و سرش را توی جوی آبی فرو کرده بود. نزدیک که رفتم بوی تعفن و کثافت حالم رو به هم زد. کمی عقب برگشتم. دلم می خواست تف کنم تا طعم تلخ ناشی از این بوی تعفن از دهنم بیرون بیاد.

سرم را که برگرداندم دستی روی شانه ام دیدم به صورتی که مال آن دست بود خیره شدم. از تمامی صورتش فقط دونقطه روشن دیده می شد که به گمانم جای چشمایش بود که چند وقت پیش دور انداخته بودشان. چون من او را وقتی که چشم هم داشت دیده بودم. آن موقع آنقدر چشمهایش روشن نبود. اما امروز جای خالی چشمهایش مثل خورشید می درخشید. آن روزها من تنها چیزی که از صورتش نمی دیدم چشمهایش بود. بعد به من گفت: فکر می کنی از اینجا تا خورشید چقدر راه؟

بعد من خیره توی چشمهاش نگاه کردم و بر اثر نور خیره کننده شان چشمانم را بستم. وقتی که دوباره بازشان کردم، هیچ اثری از او نبود. انگاری گم شده بود. شاید از سرمایخ زده بود. شاید آن دختر هنوز خورشیدی را که در دستهایش قایم کرده بود سر جایش نگذاشته بود. شاید آن مردی که دیدمش توی خورشید زندانی شده بود که توی دستهای آن دختر بود. نمی دانم. باز هم به راهم ادامه دادم. اما همش بین راه این جمله در گوشم زمزمه می شد:

تا خورشید چقدر راه.

با خودم گفتم واقعاً من دنبال چه می گردم؟ آیا من آمده بودم خورشید را پیدا کنم؟

اصلاً مگر خورشید گم شده بود؟

چقدر هوا تیره و سیاه به نظر می رسید. یه سیاهی خاص داشت، جدای از تاریکی همیشگی اش که با تمام شدن روز فرا می رسد.

دوباره احساس کردم سردم شد و احساس کردم این تاریکی مطلق سخت آزارم می دهد. اما حالا چیزی یافتم که دنبالش بگردم. نور و روشنایی که در اینجا گم شده بود. با خودم گفتم: پس من به دنبال نور خواهم رفت و خورشید. همان خورشیدی که توی دستهای آن دختر بود. از خودم بدم آمد. اگر زودتر فهمیده بودم دنبال چه می گردم، می توانستم خورشید را از آن دختر بگیرم. اما آن مرد چه؟ آن مرد که بود؟ اصلاً چرا آمد؟ کی رفت؟ حالا من کجا می توانم پیدایش کنم؟ وای چه بوی دور و غریبی می آید، درست مثل همان لحظه ای که دست بچه ای از دست مادرش ول می شود و توی شلوغی خیابان و ازدحام جمعیت سردرگم می ماند. داشتم به این فکر می کردم که دوباره همان دختر را دیدم که با چشمان زل زده و از حدقه بیرون زده اش نگاهم کرد. انگار از کسی یا از چیزی می گریخت. نفس نفس می زد. دستهایش را به طرف دستانم آورد تا از من کمک بخواهد. دستم را به دستش زدم چقدر داغ بود! از گرمای دستش سوختم. یکهو دیدم ذوب شد. ریخت پای من. عجیب بود. من دیگر اصلاً سردم نبود. هوا کم کم روشن می شد. تاریکی کم کم محو می شد. ایستاده بودم خیره به آسمان، به خورشید و به نورش، بعد دستی آرام روی شانه ام گذاشته شد. روی که برگرداندم خودش بود، همان مرد.

گفت: توتسنی به خورشید برسی؟

گفتم: نه آخه دزدیده بودنش، گفتم: ولی من تونستم آزادش کنم.

گفت: ببین! من هم آزاد شدم. دیگه زندانی نیستم.

بعد گفت: تو چی آزادی؟

گفتم: من، من، نمی دونم. بعد من دوباره به راهم ادامه دادم.

بعد من هم رفتم ببینم آزادم یا نه؟

چیزی برای امروز

در قرن چهاردهم و پانزدهم اروپا آنچنان در هراس و وحشت از جادوگران فرورفته بود که دولتها رسماً دست به کار شدند. در آن سالها مأموران دولتی هزاران زن بی گناه را به اتهام جادوگری به تیرهای چوبی بستند و آتش زدند. اما هراس مردم تمامی نیافت. آنها گربه های سیاه، خفاش ها و عنکبوت ها را هم به آتش کشیدند تا خود را از گزند ارواح خبیث و جادوگران حفظ کنند. در آن سالها هنگام جشن های هالوین، بر فراز تپه ها آتش های بزرگی برمی افروختند و جسد جانیان و گناهکاران را در آن می انداختند تا آتش زبانه بکشد و روح ها راه خود را از آسمان ها به سوی زمین پیدا کنند. اما تنها چهار قرن بعد، در قرن بیستم هری پاتر، جادوگری که اتفاقاً سوار جارو هم می شود، تبدیل به قهرمان دنیای مدرن شده است. آرموا جشن هالوین؛ جشن کودکانی است که لباس روح ها و جادوگران را می پوشند و به خیابان ها می آیند. خبرگزاری بی.بی.سی در گزارشی از انبوه جوانانی خبر می دهد که به کلاسهای جادوگری روی آورده اند و شب ها در کنار هم به برگزاری مراسم جادو مشغول اند. کودکی که خبرنگار می گوید: «از کودکی می دانستم نیروی عجیبی در بدن من نهفته است. حالا آن را پیدا کرده ام. من مجبور شدم به خاطر این هدف حتی خانواده ام را هم رها کنم، چون پدرم و مادرم نمی خواستند قبول کنند که من یک جادوگرم.» دیگر به سختی می توان تشخیص داد که میل به ترسیدن و یا ترساندن و اعتقاد به سرگردانی روح ها و مردگان در زمین چقدر به حوزه باورها مربوط می شود و چقدر مداوم کانالهای تلویزیون را تغییر بدهیم تا یک سریال مزخرف را با تمام لودگی ها تحمل کنیم اما تحمل دو کلمه حرف

پیرامون رفتارهای متفاوت اجتماعی:

این گیرنده با کدام فرکانس تنظیم شده؟

مینو ضابطیان
minoozabetian@yahoo.com

همه ما هزار و یک شخصیت داریم اما فقط یک شخصیت است که با آن شناخته می شویم. خجالتی، دروانگرا، خودخواه و ...

احساس بی وزنی داشت! فکر می کرد زیرپاهایش خالی شده است! و به قول بچه ها دلش یک جوری می شد. تا یک ساعت قبل شرایط خوبی داشت و حتی سایرین را مسخره می کرد. اما حالا که نوبت خودش رسیده بود. در عرض چندلحظه همه چیز عوض شد. اصلاً تصور نمی کرد که خواندن یک متن جلوی جمعی آدم ناآشنا باعث لرزش صدایش شود. چند لحظه ای به سختی گذشت اما خیلی زود کنترل شرایط را به دست گرفت. و ساعتی بعد از خود پرسید به راستی من چه شخصیتی دارم؟! اجتماعی - خجالتی - درون گرا - برون گرا - خودخواه - بی توجه به خود و ...

چه کسی خجالتی است؟

اگر قرار باشد به عنوان یک تازه وارد در کلاس یا سالن ورزشی یا مکانی مشابه حضور پیدا کنید چه احساسی دارید؟! آیا کمی نگران نیستید؟ باید گفت: اغلب مردم چنین هستند.

اما اینکه چگونه از نظر شخصیتی با شرایط جدید کنار آیید و سعی کنید فضایی برای خود (بعد از گذشت زمان) ایجاد کنید به نوعی مرتبط با میزان کم رویی شما است که هر چه این مقدار کمتر باشد شما سریع تر می توانید با محیط جدید کنار آیید.

چه تغییرات جسمی و روحی در شخص خجالتی ایجاد می شود؟

- او فکر می کند در شرایط جدید (به قول بچه ها دلش یک جوری می شود) و به قول بزرگترها پروانه ای در آن پرواز می کند!
- و اولین واکنشی که معمولاً انجام می دهد پنهان شدن از جمع است و ترجیح می دهد در پناه سایرین سنگر بگیرد.
- در همین شرایط آرزو می کند ای کاش در جایی دیگر بودم!
- دست هایش شدیداً عرق می کند.
- ضربان قلبش سریع تر می شود.
- حتی احساس بیماری می کند.

و خلاصه اینکه شخص خجالتی از ظاهر شدن در مقابل دیگران (خصوصاً غریبه ها) احساس ناراحتی دارد.

چه کنیم تا خجالتی نباشیم؟

- سعی کنید تعداد دوستان خود را زیاد کنید.
- کسب مهارت مختلف خصوصاً در زمینه ورزش اعتمادبه نفس شما را بالا می برد و باعث می شود در ارتباط با سایرین راحت تر رفتار کنید.
- خود را باور داشته باشید و سعی کنید با شرایط جدید راحت تر کنار بیایید.
- حرف زدن جلوی آیینه و یا اعضای فامیل و دوستان نزدیک، تمرین خوبی برای بهتر ظاهر شدن در جلوی دیدگان سایرین است.
- کلمات و حرف های مورد نظرتان را پیش از بیان با خود مرور کنید.
- حتی دیگران را تأیید کنید و بگویید: «شما چه خوب صحبت می کنی!» یا «چه خوب می دوی!» و یا... این کار باعث می شود آن ها به نکات مثبتی از شما اشاره کنند که خود در موفقیت در مقابل کمرویی و احساس خجالت مؤثر است.
- با افراد خجالتی دوست شوید و تمرینات را با هم شروع کنید.

اگرچه کمرویی و احساس خجالت در بسیاری موارد به ضرر ما تمام می شود اما جنبه های خوبی هم دارد:

نکات مثبت این رفتار:

- خجالتی ها اغلب شنوندگان خوبی هستند (چون قادر به حرف زدن نیستند) به همین خاطر خیلی ها دوست دارند با آنها ارتباط برقرار کنند!
- اکثراً از نظر رفتاری خوب و قابل اعتماد هستند.
- اغلب سختکوش هستند و به عوض حرف زدن عمل می کنند و نتایج بهتری هم می گیرند.

فایده بیان احساسات درونی:

- با بیان واضح و روشن افکار و احساسات درونی می توان شدت فشارها را کم کرد و از بسیاری آسیب های جسمی و روحی در امان بود. گرچه در برخی شرایط خاص بیان احساسات چندان خوشایند و مقبول نیست اما نگه داشتن و پنهان کردن نظرات، در شرایط که امکان ابراز آن وجود دارد می تواند بسیار تنش زا و ناراحت کننده باشد.

اگر بتوانیم در مواردی که نظر یا شرایط مخالف دیدگاه ها و احساسات ماست واکنش نشان داده و دلیل بخواهیم و بحث کنیم کار خوبی است. البته تا جایی که باعث ایجاد خشم و ناراحتی و... نشود. حتی روانشناسان معتقدند برای ایجاد ارتباطی خوشایند و مطلوب حداقل در ۲۰ درصد موارد نیاز به بیان نظر مخالف خود و بحث در مورد آن را داریم. اینکه یاد بگیریم بدون ناراحت کردن سایرین نظر مخالفمان را بیان کنیم هنری بزرگ است.

چرا خودتان را در نظر نمی گیرید؟

از کودکی به ما بارها و بارها می گویند «خودخواه»، «از خودراضی»، «مغرور» و... اما بسیاری از ما تفاوت بین خودخواهی، نخوت، کبرت، غرور و درنظر گرفتن نیازهای خود را نمی دانیم و به همین خاطر به بیراهه می رویم.

اکثراً سعی داریم دیگران را راضی کنیم چرا که به موافقت و تأیید از جانب آنها نیاز داریم. بسیاری از ما نسبت به بیان و طرح نظرات خود هراس داریم. پس ترجیح می دهیم که ساکت باشیم و خطر تأیید نشدن را کم کنیم. اما عصبانیت ناشی از کاری که انجام می دهیم را درون خود می ریزیم و حتی از ادامه ارتباط با سایرین ناامید هم می شویم. وقتی شرایط خودمان را درنظر نمی گیریم به دیگران توجه می کنیم به طور حتم تمایل داریم آن ها هم به ما توجه داشته باشند و شرایط ما را در نظر بگیرند و زمانیکه این مسأله از جانب آنها رعایت نمی شود احساس خشم و دلسردی و شاید تمایل به قطع ارتباط در ما به وجود می آید. توجه به شرایط و نیازهای خود «خودخواهی» نیست. اینکه من نیازهایی دارم و مسائل و روابط مورد نظرم حد و مرزهای خاصی را درنظر دارم و به عنوان یک انسان نیاز به استراحت، تنهایی و.. دارم هرگز خودبینی و خودمحوری نیست.

به صدای درونی خود گوش کنید

اگر به بیماری مزمن کنار آمدن از حق خود دچار شده اید به صدای جسم و روحتان گوش دهید و به خود احترام بگذارید و فراموش نکنید هیچ کس دیگری نمی تواند به جای شما غذا بخورد، تنفس کند، استراحت کند، یا بیماری ها مبارزه کند و ....

صدای خردمند درون ما با نشانه های خود هشدار می دهد که از نیازهایمان غافل شده ایم. احساس سردرد، سرماخوردگی، زخم، عفونت و... همه نوعی هشدار برای توجه به «خود» است.

فراموش نکنید زمانی می توانیم بهتر رفتار کنیم که نیازهای شخصی خود را تأمین کرده باشیم. یک اتومبیل بدون سوخت یا تنظیم موتور و سایر شرایط مورد نیاز نمی تواند حرکت کند و در خدمت ما در آید. توجه به نیازهای دیگران وظیفه ای مهم است اما نه به قیمت غافل شدن از نیازهای خود.

مثال ساده و جالب در این مورد مربوط به تذکر نکات ایمنی قبل از شروع پرواز توسط مهماندارهای هواپیماست. آیا تا به حال شنیده اید به شما بگویند در حین خطر و کم شدن فشار هوا ماسک اکسیژن را به دیگران برسانید!؟ همیشه در هنگام آموزش می گویند: ماسک را بردارید و بر روی صورت خود بگذارید در این شرایط است که می توانید در صورت لزوم به دیگری هم کمک کنید.

آیا جایز است بگوییم من خودخواه نیستم و از انجام این کار احساس گناه دارم؟!

و یک سؤال دیگر من برون گرا هستم یا درون گرا؟!

هر کدام از ما می توانیم به ۲ شیوه مختلف خود را با دنیای بیرونی تطبیق دهیم و به عبارتی یا «درون گرا» باشیم و یا «برون گرا»!

از خود سؤال کنید: «ارتباط با دیگران» و یا «فرورفتن در دنیای خود و افکار شخصی» کدام به من انرژی و نیروی بهتر زیستن می دهد.

برون گراها بر ارتباط با دیگران و توجه به آن ها گرایش دارند. این افراد با پرداختن به نیاز سایرین و کمک به آن ها و انجام کارها در کنار سایر مردم احساس رضایت دارند و نیرو می گیرند. آن ها با امواج خاصی دائم مشغول به ثبت و ضبط نیازها، مسائل و مشکلات پیرامون خود هستند و هر چه بیشتر در این فعالیت ها شرکت کنند بیشتر احساس سر زندگی و شادابی دارند (و به قول بعضی ها برای خودشان کار می تراشند) اما «درون گراها» بیشتر به کار خود و افکار درونی خودشان می پردازند. البته ذکر این مورد به معنای خودخواهی آن ها نیست. بلکه گیرنده های آن ها فقط با امواج متناسب با فرکانس داخلی خودشان تنظیم شده است.

خصوصیات درون گراها

- قبل از ورود به فعالیتی به آن بسیار فکر می کنند.
- ترجیح می دهند کارها را به تنهایی یا در جمع های بسیار کوچک انجام دهند.
- در اثر معاشرت دراز مدت با سایرین بداخلاق می شوند.
- از بودن با غریبه ها لذت نمی برند.
- هفته ها و ماه ها طول می کشد تا در مورد ماجرا یا مشکلی با کسی سخن گویند.
- از تنها بودن در اطاقشان (محیط کار یا زندگی) لذت می برند.

اما برون گراها:

- خیلی ساده بگویم عاشق روابط اجتماعی هستند.
- از بودن با دیگران لذت می برند.
- همیشه آغازکننده گفت وگو هستند.
- نمی توانند تصور کنند چرا شخصی احتیاج به تنهایی دارد.
- احساسات و افکار خود را راحت بیان می کنند.
- و بیشتر حرف می زنند، عاشق حضور در جمع هستند و در فعالیت ها و کارهای گروهی پیشقدم هستند. در حالیکه درون گراها در اکثر موارد کناره گیر، ساکت و کم حرف هستند.

ذکر نکته ای بسیار ساده

انسان خزانه ای از رفتارهای گوناگون را در اختیار دارد. رفتاری طبیعی حکم می کند که شخصیت ما در حین یک مصاحبه کاری با آنچه در یک مهمانی خانوادگی نشان می دهیم متفاوت باشد.

پس یکبار دیگر دچار سردرگمی در تعریف واژه هایی چون کم رویی، درون گرایی، برون گرایی و ... نشویم.

حرف دلی برای حرف دل

نوشته بودی خسته ام

یکشنبه هفته گذشته، در ستون حرف دل، مطلبی با عنوان «می دانم که خسته ای» چاپ شد که میان شما بازتاب گسترده ای داشت.

از میان پاسخ ها، نامه ای را برگزیدیم که حرف دلی بود برای حرف دل هفته پیش.

نوشته بودی خسته ام، دیگر تاب و تحمل این زندگی را ندارم و دلم برای گفت وگو و درددل تنگ شده است. دوست داری در «جدول» زندگی نامی از تو باشد و نام و یاد تو، تمام خانه های جدول را پر کند و این تلویزیون و روزنامه بین ما فاصله نیندازد و تمام درددل تو این بود که دوست دارم نگاه مهربانی به من کنی و بگویی دوستت دارم، مثل روزهای اول، مثل روزهایی که برای دیدن من ثانیه شماری می کردی، راههای طولانی همراه من می آمدی تا مرا تا خانه برسانی و هیچ وقت از گفتن دوستت دارم خسته نمی شدی...

باور کن یادآوری آن روزها برای من لذت بخش است. فکر می کنم آن روزها بهترین روزهای زندگی من بود. روزهایی که احساس می کردم کار می کنم چون هدف دارم، تلاش می کنم چون می خواهم حداقل یک نفر از انسانهای روی زمین را خوشبخت کنم. می خواهم بهترین زندگی که نه، اما زندگی مناسبی به وجود بیاورم تا تو خوشبخت باشی و احساس راحتی کنی و از اینکه در سفره عقد کلمه «بله» را با صدای بلند گفتی شرمنده نباشی. در بین خویشان و اقوام بگویی او بهترین است با تمام کاستی ها، با تمام خوبی ها و بدی ها.

... و من هم خوب می دانم که تو برای رسیدن به یک زندگی با معیارهای متعارف چقدر تلاش کردی، من بیکار شدم، تو کار کردی، حقوقم کفاف زندگی نمی داد، باصبوری تحمل کردی، دوست داشتی مسافرت بروی، اما این امکان با مهیا نشد و یا جایی که رفتیم مورد قبول تو نبود. به هر حال در آن روزها با تمام کاستی ها ساختنی و من و تو امروز با خاطراتی ریز و درشت روبروی هم می نشینیم، اما حرفی برای گفتن نداریم چرا؟ آیا آنقدر زندگی ما تکراری شده که پس از این سالها چند جمله هم برای گفتن نداریم و مجبوریم مداوم کانالهای تلویزیون را تغییر بدهیم تا یک سریال مزخرف را با تمام لودگی ها تحمل کنیم اما تحمل دو کلمه حرف حساب را نداریم. چرا خوشبختی را در میان خانه های جدول جست وجو می کنیم و هنگامی که نامی از فصل مشترک زندگی می آید دستپاچه می شویم و به جای یک خانه چهار حرفی، کلمه «تفاهم» را که پنج کلمه است پیشنهاد می کنیم.

می دانم و خوب می دانم که چرا خسته ای. خسته ای از اینکه من چرا حرفی برای گفتن ندارم و تو در خانه تمام روز را به انتظار آمدن من هستی و وقتی می آیم خستگی را با خود به خانه می آورم اما اجازه بده از روزهایی که «بله» را گفتنی و به خانه نقل مکان کردی، کمی فاصله بگیریم و به روزهای دیگر نیز بپردازیم، روزهایی که تمام حرف و حدیث دیگران بود. او چه می کند، چرا این کار را می کند، چرا کسی به توجه نمی کند، چرا به من کم محلی می شود، امروز فلانی این را گفت، حتماً مقصود و هدفی داشت، می خواست طعنه بزند، می خواست مرا تحقیر کند، دیروز در فلان مراسم فلانی و فلانی پچ پچ می کردند حتماً درباره من بود. مگر من از فلانی چی کم دارم. من فلان چیز را می خواهم... و من تو را به صبوری و حوصله و بی توجهی دعوت می کردم، می خواستم تعبیر و تفسیری از رفتار دوستان و خویشان نداشته باشی و اگرچه بعضی مواقع حق داشتی اما برای تعامل با دیگران نیاز بود که انسانها را به دلیل انسان بودن و متفاوت بودن بپذیریم اما تو خودت را بی عیب و نقص می دانستی و دیگران را پرگناه و پرعیب، فکر می کردی تمام حرفهای خودت بدون نیش و کنایه است ودیگران پس از نیت های شوم، در نهایت چی شد؟! مجبور شدیم روابط و ارتباط را با همه قطع کنیم آرام آرام وقتی که به خودمان آمدیم متوجه شدیم که سطح روابط ما به رفت و آمد با مادر و خواهرت محدود شده است و حتی از اینکه دیگران ما را دعوت می کردند با هزار دلخوری می پذیرفتی و یا هزار بهانه می آوردی که نرویم.

اما این تمام زندگی این سالهای ما نیست چرا که بخش دیگر زندگی ما کار بود. وقتی که از سر کار می آمدم می پرسیدی که چه خبر؟ و من در ابتدا می گفتم فلانی را دیدم، آمده بود پیش من با هم در مورد فلان موضوع صحبت کردیم و کنجکاوی تو به همین پایان نمی یافت. مداوم از دیگران سؤال می کردی و می پرسیدی و احساس می کردم که تو از مرز کنجکاوی رد شده ای حرف های من برای تو پر از سوءظن و سؤال بود و من آرام آرام به این نتیجه رسیدم که باید محیط کارم را از خانه دور کنم و روابط ام را با همکاران کم کنم تا هر وقت از من می پرسی چه خبر بگویم خبری نیست وخلاص. اگر هم روزی کسی را دیدم و حرفی به من زد اظهار بی اطلاعی کنم و یا گاهی هم به تو دروغ بگویم (همان چیزی که من از آن نفرت دارم) این شد که من چشمها و گوشهایم را در برابر سؤالات و حتی انتقادات تو بستم وقتی که به خود آمدم دیدم برای آمدن به خانه انگیزه ای ندارم، دوستی ندارم، ارتباطی حتی با نزدیکترین افراد زندگی ام ندارم فقط یک نفر را هر شب می بینم. کسی که حرفهای من برای او اهمیتی ندارد. وقتی که می آیم کیف را روی زمین می گذارم لباسهایم را عوض می کنم پشت میز غذاخوری می نشینم و در حین خوردن شام هر چی فکر می کنم که باید در مورد چه چیزی با تو حرف بزنم به نتیجه نمی رسم چون فکر می کنم بسیاری از مسائل روز حتی برای من تکراری است و اندک مسائلی می ماندکه بخشی از آنها برای تو ارزش ندارد و بخش دیگر تابع مصلحت اندیشی می شود و در نهایت در پایان شام تنها واژه ای که به ذهنم خطور می کند تشکر از شامی است که زحمت کشیده ای و پخته ای. من آرام روی مبل می نشینم یا ظرفها را می شویم و دونفری به تلویزیون نگاه می کنیم و کانالهای تلویزیون را به نوبت عوض می کنیم تا وقت خواب برسد.

باور کن من هم خسته ام، خسته از تکرار. خسته از حرفهای بی ربط و سؤالها و کنایه های هر شب، فکر می کنم در و دیوار هم خسته اند. وقتی که چراغ را خاموش می کنیم در فکر وخیال روزهای اول زندگی به خواب می رفتم روزهایی که تو با صدای کلید وباز شدن در سراسیمه به سوی در می آمدی و من می گفتم اینقدر دستپاچگی برای چیست، آرام باش... و تو آرام شده ای آرام مثل اقیانوس، آب از آب تکان نمی خورد و تنها زحمتی که می کشی پاسخ سلام من است. پاسخی که روز به روز آرام تر می شود و در همین روزها این صدا قطع خواهد شد... دلم برای خودمان تنگ شده است، باور کن. باور کن بسیاری از شبها مثل دوران کودکی با بغضی و قطره اشکی به خواب رفته ام.

نادر احمدی