سبک نگرش

چطور در روزهای بی‌چشم انداز، میان کرونا و تورم، آرامشم را حفظ کنم؟

آرامش در حضور نگرانی‌ها!

بعد از سیل، خانه آن پیرزن را آب می‌گیرد و باکری شخصاً به کمک آن زن می‌رود و در حالی آنجا بیل می‌زند که پیرزن، شهردار ارومیه را نفرین می‌کرده است. ما اینها را از یاد نمی‌بریم. روزگاری در این کشور امثال باکری نفس می‌کشیده‌اند که بعد از بازگشت از جبهه، در لباس فرمانده یک لشکر وقتی شبانه وارد تبریز می‌شود و متوجه می‌شود راننده‌اش یک تکه کوتاه از خیابان یک طرفه را در نصف شب خلاف می‌رود به او می‌گوید، برگرد! آدم باید به مفهوم واقعی کلمه یک آزادمرد باشد که بتواند اینگونه قانون جنگ و قانون شهر را با هم قاطی نکند

■ حسن فرامرزی

یکی از دوستان من به خاطر شرایط اقتصادی و اجاره‌های سنگین از تهران به حاشیه شهر کوچیده است. می‌گوید دست کم مجبور نیستم در این اوضاع و احوال برای یک خانه درب و داغان، ماهی ۴-۳ میلیون اجاره بدهم. می‌گوید این روزها شکر و شکایت را یک جا با هم دارم. می‌خواهم کمی سر حالش کنم، پس به او یادآوری می‌کنم در این حس تنها نیست. با کمی بی‌حوصلگی می‌گوید، تو هم این دو را به هم پیچانده‌ای؟ می‌گویم نه! من را که می‌شناسی فقط اهل غر و شکایت هستم.

– پس چه کسی؟

– حافظ

– حافظ؟

– آره.

– خب چرا نمی‌خوانی؟

– زان یار دلنوازم شکری است با شکایت

– چه جالب! فکر می‌کردم فقط من دیوانه‌ام و می‌توانم این همه حس‌های متضاد را کنار هم قرار بدهم.

– می‌بینی؟ آدم امروز با آدم قرن هشت هجری زیاد هم تفاوت مسئله ندارد.

می‌خندد و می‌گوید، سعی می‌کنیم خودمان را با شرایط جدید وفق بدهیم. اوایل که آمده بودیم اینجا حس حبس‌شدن را داشتیم. ناگهان از وسط شلوغی می‌آیی در میان بلوک‌های چندطبقه‌ای که از ده تایشان یکی‌شان کامل نیست، یک آن می‌پرسی اینجا وسط بیابان چه می‌کنم؟ روزهای اولی که اینجا آمده بودیم مثل روح سرگردان می‌خواستیم برگردیم آن جای قبلی. دنبال بهانه بودیم که دوباره برگردیم و دوباره با آدم‌هایی که آشنای ما در آن محله بودند، پیوند بخوریم، ولی هر چقدر گذشت با شرایط جدیدمان خو گرفتیم. در واقع پذیرفتیم ما اینجا هستیم و این هم زندگی ماست و هر چقدر بیشتر در برابرش مقاومت کنیم، بیشتر درد خواهیم کشید. البته هنوز به یک چیز اینجا خو نگرفته‌ایم.

می‌پرسم به چه؟ می‌گوید سگ‌های اینجا. سگ‌های ولگرد شب و روز دور و بر بلوک‌های ما چرخ می‌زنند. حداقل روزها سر و صدایی ندارند، اما شب که می‌شود تازه عوعو و زوزه‌هایشان شروع می‌شود. هیچ کسی هم هیچ کاری نمی‌کند. آدم‌های اینجا هم انگار پذیرفته‌اند دنیا همین طوری است. قسمت غم‌انگیز حاشیه‌نشینی همین است، هر چقدر از مرکز دور می‌شوی، انگار صدایت ضعیف‌تر و خفه‌تر می‌شود، خودت هم نامرئی‌تر می‌شوی، انگار که وجود نداری. می‌گوید اوایل اینجا و آنجا زنگ می‌زدیم، اما در نهایت به نتیجه‌ای نرسیدیم به هر سازمانی زنگ زدیم گفتند به ما مربوط نیست یا با تلفن گویا ما را دنبال نخودسیاه فرستادند. با همان تلفن گویا و بعد از چند بار بالا و پایین‌شدن می‌رسیدیم به یک شماره تلفن همراه و هر وقت با آن شماره تماس می‌گرفتیم، خاموش بود. شب‌ها سگ‌ها به صورت گله‌ای در چند متری خانه‌های ما پرسه می‌زنند و پارس می‌کنند. گاهی صدای پارس آنقدر بلند است که من، همسر و بچه‌ام را از خواب می‌پرانند. عذاب وجدان می‌گیرم، به خودم بد و بیراه می‌گویم چرا اینها را آوردم اینجا، وسط کوه و بیابان؟ چرا دنیا و روابط آن این شکلی است؟ ۳میلیون خانه خالی و ما باید مثل آواره‌ها اینجا وسط کوه و بیابان باشیم.

حالا نوبت من است، اما چه بگویم؟ از دهانم می‌پرد: امروز در خبرها می‌خواندم ۲۶ نفر در دنیا، نصف ثروت زمین را در اختیار دارند، یعنی ۲۶نفر را یک طرف بگذار به اندازه یک اتوبوس و ۸میلیارد آدم را هم جای دیگر. خنده‌دار نیست؟ یک اتوبوس وی‌آی‌پی و یک زمین با محیط ۴۰هزار کیلومتری. دوستم می‌گوید به نظر من که بیشتر گریه‌دار است.

۱ در روزهای بی‌افق، چطور خود را نگه دارم؟

این روزها برای بسیاری از ما به دشواری و سختی می‌گذرد. نکته دشوارتر اینجاست که انگار افقی برای تغییر شرایط وجود ندارد. چه زمانی گشایشی اتفاق خواهد افتاد؟ واقعاً کسی نمی‌داند. شاید اصلاً بدتر هم بشود. کوه هم باشی گاهی خرد می‌شوی و می‌شکنی. تو تعهدی نسبت به خانواده‌ات داری و وقتی می‌بینی نمی‌توانی آن تعهدها را به جا بیاوری از درون مچاله می‌شوی. حال سؤال این است که در این شرایط دشوار چه کنیم که دست‌کم، آسیب کمتری بخوریم؟ به چند نکته اشاره می‌شود. نکته اول که بسیار مهم است اینکه ملامت کردن خود یا شکایت از دیگران در نهایت یک نشت بزرگ انرژی است و تغییری در شرایط ما ایجاد نخواهد کرد. حتی اگر به فرض من مقصر شرایط پیش آمده باشم- در صورتی که واقعاً اینطور نیست بلکه مجموعه‌ای از عوامل و ناآگاهی‌ها دست به دست هم داده‌اند تا اینگونه رنج به این شکل گسترده در زندگی انسان ظهور پیدا کند- ملامت کردن خود چاره کار نخواهد بود. ملامت کردن خود مثل این است که من با توسری زدن به خود بخواهم مسئله‌ام را حل کنم. از سویی ملامت دیگران هم بی‌فایده است. یک ناآگاهی جمعی دست به دست هم داده و باعث شده روی این زمین، ۲۶نفر به ثروتی برابر با ۸میلیارد نفر دیگر برسند. یک ناآگاهی جمعی باعث‌شده عده‌ای در حاشیه شهرها کنار زوزه سگ‌ها شب را به صبح برسانند، آن وقت ۳میلیون واحد مسکونی در شهر خالی بماند؛ یعنی مالکان این خانه‌ها نه خانه را برای فروش عرضه کنند و نه دست‌کم اجاره دهند و این عرضه نشدن مسکن به بازار، قیمت مسکن را به صورت نجومی بالا ببرد. یک ناآگاهی جمعی باعث شده تحولات بین‌المللی به گونه‌ای رقم بخورد که کشورها در دو دسته سلطه‌گرا و سلطه‌پذیر به رسمیت شناخته شوند و راه سومی نباشد. یک ناآگاهی جمعی باعث‌شده که عده‌ای از مسئولان به جای ایفای مسئولیت خود، دائماً حواس‌شان به رانت‌هایی باشد که می‌توانند به دست بیاورند و در نتیجه به جای آنکه گرهی از گره‌های مردم را باز کنند خود در قامت یک گره به گره‌های قبلی افزوده شوند.

۲ اگر به خودت آسیب‌بزنی کک نامردها می‌گزد؟

مثال، زندگی در حاشیه‌شهر را در نظر بگیرید. وقتی از بعد اجتماعی و بیرونی به این مثال توجه کنیم، این حق همه آدم‌هاست که کرامت آنها حفظ شود. طوری که محل زندگی آدم‌ها و سگ‌های ولگرد، آن هم به صورت گله‌ای از هم جدا باشد. حق همه شهروندان است که وقتی با سازمانی تماس می‌گیرند به تماس آنها پاسخ و این حس به شهروند داده شود مشکلی که او را آزار می‌دهد، برای آن سازمان مهم است و آن سازمان خود را متعهد می‌داند که آن چالش را حل کند. از یاد نبرده‌ایم و واقعاً افسانه نیست که یک روزی در همین کشور مسئولانی چون مهدی باکری- شهردار ارومیه- زندگی کرده‌اند. آنها چه غیرتی در برابر مشکلات زندگی مردم داشتند؟ بعد از سیل، خانه آن پیرزن را آب می‌گیرد و باکری شخصاً به کمک آن زن می‌رود و در حالی آنجا بیل می‌زند که پیرزن، شهردار ارومیه را نفرین می‌کرده است. ما اینها را از یاد نمی‌بریم. روزگاری در این کشور امثال باکری نفس می‌کشیده‌اند که بعد از بازگشت از جبهه، در لباس فرمانده یک لشکر وقتی شبانه وارد تبریز می‌شود و متوجه می‌شود راننده‌اش یک تکه کوتاه از خیابان یک طرفه را در نصف شب خلاف می‌رود به او می‌گوید، برگرد! آدم باید به مفهوم واقعی کلمه یک آزادمرد باشد که بتواند اینگونه قانون جنگ و قانون شهر را با هم قاطی نکند. من و ما اینها را می‌دانیم. حق همه شهروندان است که همچون مسئولان و طبقه‌ای که به انواع رانت‌ها و ثروت‌های نامشروع دسترسی بی‌قید و شرط دارند در خانه‌های خوب و استاندارد زندگی کنند، اما حالا که این ناآگاهی جمعی وجود دارد و به حقوق من احترام گذاشته نمی‌شود، حالا که بی‌عدالتی و نامردی در بیرون موج می‌زند فرصت‌های شغلی و درآمدزایی، عادلانه در جامعه توزیع نمی‌شود، من چه کار کنم؟ آیا به خاطر اینکه نامردها آن بیرون صف کشیده‌اند، من هم با خود یا خانواده‌ام نامردی و اوقاتم را تلخ کنم؟ که چه بشود؟ چون آن بیرون با من بدرفتاری می‌شود و رفتار عادلانه‌ای با من صورت نمی‌گیرد با خودم بدرفتاری کنم؟ فکر می‌کنی به خودم آسیب بزنم کک نامردها می‌گزد؟ فکر می‌کنی خودم را سکته بدهم آب از آب تکان می‌خورد؟ وقتی من در واکنش به این واقعیت‌ها پر از خشم می‌شوم مثل درختی می‌مانم که انگار به ریشه‌های او آب نرسیده است و درخت هم به تلافی آن، پای خود اسید می‌پاشد. واقعاً هیچ فرق بنیادینی میان این دو موقعیت وجود ندارد. اگر دوست ما مرتب و مدام فضاهای ذهنی خود را به این افکار بدهد، باشم، اما اگر از حساسیتم به کنش‌های دیگران بکاهم در آن صورت با آدم‌ها و موقعیت‌ها بهتر کنار می‌آیم و البته در این صورت فرصت برای تغییر موقعیت پیش می‌آید. چه کسی فرصت تغییر موقعیت را دارد؟ کسی که هر روز از موقعیت خود شکایت و درون خود را از خشم و کینه انباشت می‌کند یا نه، کسی که آرام‌تر است.

وقتی من حساس هستم، مجبورم متغیرهای بسیاری را در بیرون دستکاری کنم تا بتوانم از عهده زندگی‌ام برآیم و معلوم است که این کار تا چه اندازه دشوار است. فرض کنید من در جایی زندگی می‌کنم که صدها سگ ولگرد در آنجا زندگی می‌کنند و به صدای پارس این سگ‌ها حساس هستم. در آن صورت باید صدها سگ ولگرد را بکشم تا بخوابم و حتی اگر آن سگ‌ها را بکشم، باز خواهم دید که مسئله من حل نشد، چون می‌بینم از کوه‌های اطراف همین طور سگ ولگرد سرازیر می‌شود به حاشیه شهر و قطار زوزه‌ها انگار تمامی ندارند. آن وقت باید کار و زندگی‌ام را رها کنم و بروم صدای تمام سگ‌های ولگرد را خاموش کنم

۳ ذهن گشوده تغییر ایجاد می‌کند، نه شکایت و خشم

در چنین شرایطی من چه کار باید بکنم؟ عاقلانه‌ترین راه این است که اگر می‌توانم شرایط بیرون را تغییر دهم این کار را انجام دهم، اما وقتی شرایط بیرون تغییر نمی‌کند آن را به عنوان بخشی از واقعیت زندگی بپذیرم. اگر این پذیرش، واقعی باشد یعنی من واقعاً در برابر آن چیزی که هست مقاومت نکنم در آن صورت حالم بهتر خواهد شد. در مثال «زندگی در حاشیه شهر» دیدیم که آن دوست ما چه می‌گفت. وقتی جایی و موقعیتی را که در آن قرار داری بپذیری، رنج کم می‌شود یا از میان می‌رود. صدای مدام پارس سگ‌ها در شب واقعاً آزاردهنده است، اما اگر بتوانم حساسیت خود را به این صدا کاهش دهم، چه؟ در آن صورت بهتر با آن کنار خواهم آمد. اگر به کنش‌های همسایه‌ها فوق‌العاده حساس باشم در آن صورت هر ماه باید در حال اسباب‌کشی به ساختمان دیگری بگوید دیدی چه شد؟ دیدی چطور ما را قربانی کردند؟ دیدی چطور به بیرون شهر رانده شدم؟ دیدی چطور حق ما را ضایع کردند؟ همین حال را پیدا خواهد کرد.

۴ آیا سگ‌کشی راه بیندازم مسئله‌ام حل می‌شود؟

وقتی من حساس هستم، مجبورم متغیرهای بسیاری را در بیرون دستکاری کنم تا بتوانم از عهده زندگی‌ام برآیم و معلوم است که این کار تا چه اندازه دشوار است. فرض کنید من در جایی زندگی می‌کنم که صدها سگ ولگرد در آنجا زندگی می‌کنند و به صدای پارس این سگ‌ها حساس هستم. در آن صورت باید صدها سگ ولگرد را بکشم تا بخوابم و حتی اگر آن سگ‌ها را بکشم، باز خواهم دید که مسئله من حل نشد، چون می‌بینم از کوه‌های اطراف همین طور سگ ولگرد سرازیر می‌شود به حاشیه شهر و قطار زوزه‌ها انگار تمامی ندارند. آن وقت باید کار و زندگی‌ام را رها کنم و بروم صدای تمام سگ‌های ولگرد را خاموش کنم یا نه، کسی که آرام‌تر است.

۵ نشانی دقیق بهشت کجاست؟

بهشت کجاست؟ به نظرم آنجاست که یکی از خود بپرسد اکنون من چه کاری می‌توانم انجام دهم؟ وظیفه من اکنون چیست و همان را انجام دهد. به نظرم این نشانی دقیق بهشت است. اگر ما دقیقاً در این نقطه بمانیم حتی اگر نتوانیم رایحه بهشت را در بیرون حس کنیم- که البته اگر به شکل دسته جمعی همه ما به وظایف خود بپردازیم، این رایحه در بیرون استشمام خواهد شد – دست‌کم در درون من این رایحه برمی‌خیزد. اکنون مسئولیت من در زندگی چیست؟ همان را انجام دهم و در همان نقطه بمانم. اگر می‌توانم در شرایط بیرونی اثرگذار باشم البته که با آرامش و شادی این کار را می‌کنم، اما جایی که نمی‌توانم تغییری در شرایط ایجاد کنم آنها را به عنوان بخشی از شرایط زندگی می‌پذیرم و اگر این پذیرش به صورت واقعی در زندگی من ظاهر شود، در آن صورت من در دل همان بحران‌ها و چالش‌ها تازه خواهم ماند. جانی و حالی خواهم یافت تا به واسطه آن با بیرون دربیفتم یا لطیف‌تر بگوییم با بیرون در تعامل باشم. اگر من به مفهوم واقعی کلمه پذیرش را به زندگی‌ام بیاورم در آن صورت از فهرست حساسیت‌هایم در زندگی هر روز چیزی کاسته خواهد شد، دو اتفاق که هر دو مبارک هستند برای من روی خواهد داد. اتفاق مبارک اول که بزرگ‌تر و عمده‌تر است: من با قلب و ذهن و زبانی آرام خواهم زیست و آیا این همه تکاپو و سر و کله زدن با بیرون به خاطر همین منظور نیست؟ و اتفاق دوم اینکه با این رویکرد، زمینه را برای پوست اندازی شرایط در زندگی‌ام فراهم خواهم کرد.

نگاه

سهم واقعی تو از ۲۴ ساعت زندگی چقدر است؟

کیک زندگی‌ات را میان ترس‌ها و حسرت‌ها تقسیم نکن!

فرض کن زندگی یک کیک است. این کیک را به تو داده‌اند. این طور بگوییم زندگی روزانه تو یک کیک است. هر روز یک پیک موتوری می‌آید درِ خانه‌ات را می‌زند و یک کیک را که حاوی ۲۴ ساعت فرصت زندگی است، تحویل تو می‌دهد و تو هم امضا می‌دهی که این کیک را تحویل گرفته‌ای، پیک هم می‌رود، اما یک اتفاق عجیبی هم این وسط می‌افتد که محور بحث ماست و آن اینکه فقط امضا دادنش برای تو می‌ماند، یعنی تو عملاً هیچ سهمی از این کیک نداری. چطور؟ همین که تو کیک را می‌گیری می‌بینی یک مشت موجود عجیب و غریب، این کیک را از چنگ تو درآورده‌اند و اگر بخواهیم درست‌تر بگوییم که حق مطلب ادا شود این کیک را روی هوا قاپیده‌اند. ما در زبان فارسی می‌دانیم فرق میان گرفتن و قاپیدن این است که در گرفتن، ادب، شرم و تواضعی وجود دارد، اما در قاپیدن، طرف طوری می‌گیرد که انگار حق آبا و اجدادی‌اش را از تو می‌گیرد.

بروییم سراغ کیک‌مان. اوایل که تو می‌رفتی درِ خانه را باز می‌کردی و کیک را تحویل می‌گرفتی، می‌دانستی این کیک توست، بنابراین حق توست که هر طور خواستی این کیک را به مصرف برسانی، اما به تدریج اتفاقات دیگری افتاد و مدعیانی ظاهر شدند. تو آن اوایل ممکن است این مدعی‌ها را جدی نگیری یا صدای آنها ضعیف باشد. شاید این مثال بتواند موضوع را روشن‌تر کند. اوایل که تو آن کیک را از پیک می‌گرفتی و امضا می‌دادی در راه‌پله، گربه ملوس و پیشی مینیاتوری‌ای را می‌دیدی که با صدای ضعیفی می‌گفت میوا! میوا! تو هم دلت می‌سوخت و برشی از آن کیک را به آن بچه گربه می‌دادی. دقت کنید تو تعیین می‌کردی چقدر از این کیک را به بچه گربه بدهی و معلوم است قاچ ناچیزی از کیک، سهم آن بچه گربه می‌شد. اما در ادامه روزها و روزها گذشت و آن بچه گربه کوچک، بزرگ و بزرگ‌تر شد، طوری که در قامت رئیس خاندان ظاهر شد و بچه، نوه و نتیجه‌ای به هم زد که آن سرش ناپیدا. باورش سخت است، اما این اتفاق در زندگی تو افتاد. همان بچه گربه مینیاتوری که خیلی ضعیف میومیو می‌کرد، طوری که باید گوش‌هایت را تیز می‌کردی صدایش را بشنوی حالا وقتی میومیو می‌کند شیر جنگل مثل موش هراسناک دنبال سوراخی می‌گردد که جانش را از آنجا بردارد و برود.

چه اتفاقی افتاده است؟ اتفاق، واضح است. حالا نقش من و گربه کوچولو عوض شده است. من شده‌ام همان صدای ضعیف و آن گربه، نقش روزهای اول مرا بازی می‌کند، با این تفاوت که آن رحم روزهای اول مرا هم ندارد. نقش من این وسط چیست؟ نقش من این است که گربه و خاندانش به من گفته‌اند وقتی پیک، در را زد و کیک را آورد مثل یک بچه مودب می‌روی کیک را می‌گیری، امضایش را هم می‌دهی، اما حتی حق نداری کیک را بو کنی چه رسد به اینکه به آن نگاه کنی و این کیک را می‌دهی به ما تا فردا که کیکی دیگر از راه برسد و عجیب است که من این معامله ویرانگر و تحقیرکننده را پذیرفته‌ام. گرچه از یک بعد، وقتی به آن نگاه می‌کنی خیلی هم عجیب نیست، چون من عملاً به یک بچه گربه ضعیف تبدیل شده‌ام و موجودیت خودم را در برابر آن گربه که حالا دیگر صاحبخانه است ناچیز و زبون می‌بینم. حالا بیایید این مثال را کمی با زندگی خودمان تطبیق بدهیم و ببینیم آیا ما برخوردار از کیک زندگی‌مان هستیم یا نه آن را دودستی تقدیم دیگران می‌کنیم؟ از کجا بدانیم من اینگونه هستم یا نه؟ خودت را زیر نظر بگیر. چقدر از کیک زندگی‌ات را به نگرانی‌ها می‌دهی، یعنی تو اول صبح هنوز چشمت را باز نکرده و کیک زندگی آن روز را تحویل نگرفته می‌بینی سر و کله خاندان نگرانی‌ها، حسرت‌ها و مقایسه‌ها که دیگر در تو حق آب و گل دارند و اصلاً خودشان را مالک بلامنازع تو می‌دانند، پیدا می‌شود و این نگرانی‌ها هم که یکی دو تا نیستند، از هر کدام که رو بگردانی آن یکی پیدایش می‌شود، انگار همین طور یک ریز و پیوسته از زمین زیر پایت می‌جوشند و بالا می‌آیند. هی گربه است که می‌جوشد و پنجه می‌کشد به صورت تو و زخمی‌ات می‌کند.

واقعاً این زندگی، زندگی توست؟ اگر این زندگی توست پس چرا نمی‌توانی آرام بمانی؟ پس معلوم است زندگی تو نیست، زندگی نگرانی‌ها و حسرت‌ها و بی‌قراری‌هاست. آنها دارند به اسم تو در خانه‌ات زندگی می‌کنند و تو چه شده‌ای؟ دربان آنها. روز اول قرار بود آنها دربان این خانه باشند. فرض کن تو آقای خانه بودی و یک آگهی استخدامی دادی و چند نفر را برای خانه‌ات استخدام کردی که مثلاً این کنترل‌گر باشد، اما حالا به جای اینکه تو بگویی او کجا را کنترل کند او دارد شب و روز، تو را کنترل می‌کند. قرار بود او نگهبان تو باشد، اما حالا تو نگهبان او شده‌ای. یک حسابدار استخدام کرده بودی که به حساب و کتاب خانه تو رسیدگی کند، اما حالا اوست که از تو حساب می‌کشد. یعنی وسط شب، تو را از خواب بیدار می‌کند و «بلندشو! بلندشو محاسبه کن!» راه می‌اندازد که نگو! ببین چقدر فروخته‌ای، چقدر خریده‌ای، چقدر قیمت‌ها بالا و پایین شده است. در صورتی که اگر آن فرد واقعاً حسابگر تو بود این رابطه نباید اینگونه جلو می‌رفت تو باید به او فراخوان می‌دادی نه او به تو.

وقتی ۲۴ ساعت شبانه‌روز را نگاه می‌کنم، می‌بینم شش قاچ این کیک را نگرانی‌ها برده‌اند، شش قاچ آنها را حسرت‌ها برده‌اند، چهار قاچ آن را ملامت کردن‌ها و سرزنش‌ها برده‌اند، چند قاچ آن را ترس‌ها برده‌اند، چند قاچ دیگر را مقایسه‌ها برده‌اند، پس این وسط چه برای من مانده است؟ هیچ! برای من فقط همین مانده که هر روز صبح از خواب بلند شوم و با بی‌حوصلگی امضا دهم که این کیک را من تحویل گرفتم و چرا حال من به یک شکل بنیادین خراب است؟ چرا احساس نمی‌کنم که هدیه‌ای را تحویل گرفته‌ام؟ چون واقعاً بهره‌ای از این زندگی ندارم. حق هم دارم.

آدم هر روز یک هدیه، یک کادو، یک تکه طلا، یک جواهر، یک چیز خوشمزه را بگیرد و به این و آن بدهد و فقط امضا کردن دفتر پستچی برایش بماند عمیقاً دردناک است، اما همچنان بدترین حالت این داستان این نیست که من کیک و کادوهایم را در اختیار دیگران قرار می‌دهم، بدترین بخش آن اینجاست که من متوجه آزادی خود نیستم. متوجه نیستم این کیک، این جواهر، این کادو، این تکه طلا واقعاً در اختیار من است و من می‌توانم و این قدرت را دارم که آن را به آن غارتگرها ندهم، به خاندان آن گربه‌ای که در آغاز فقط یک میومیوی ضعیف و ترحم برانگیز بود. این دردناک‌ترین بخش داستان ما و زندگی است.

وقتی ۲۴ساعت شبانه‌روز را نگاه می‌کنم، می‌بینم شش قاچ این کیک را نگرانی‌ها برده‌اند، شش قاچ آنها را حسرت‌ها برده‌اند، چهار قاچ آن را ملامت کردن‌ها و سرزنش‌ها برده‌اند، چند قاچ آن را ترس‌ها برده‌اند، چند قاچ دیگر را مقایسه‌ها برده‌اند، پس این وسط چه برای من مانده است؟ هیچ! برای من فقط همین مانده که هر روز صبح از خواب بلند شوم و با بی‌حوصلگی امضا دهم که این کیک را من تحویل گرفتم