



سبک‌نگرش

سفره‌دلمان را برای شیادها باز نکنیم

وقتی حال فالگیر گرفته می‌شود!

پریسا گربندی

ته دلم می‌گویم همه! اینجا خرافات است و محال است حقیقت داشته باشد ولی آنقدر برابیم با آب و تاب تعریف می‌کنند که چه چیزهایی از آینده و چه واقعیت‌هایی از گذشته‌اش گفته که بالاخره خودم را اراضی می‌کنم تا بگویم شمارهاش را برابرم بفرست. لبخندی می‌زند و می‌گوید مطمئنم که پشیمان نمی‌شوی و بعد از آن بنگه فال را گرفت، تماس می‌گیری و می‌گویی دست‌م‌ریزاد! بار اولی نیست که یکی از دوستانم فالگیر، رمال، کف‌بین و خلاصه یک نفر از این صنف زیرزمینی را به من معرفی می‌کند ولی این بار فرق دارد. این بار خانی‌ی را به من معرفی کرده‌اند که فال قهوه آن هم تلفنی

تعرّفه‌ها تغییر کرده!

ساعت تقریباً پنج و نیم بعدازظهر است، شمارهاش را می‌گیرم. در حال مکالمه است. دوباره و دوباره به فاصله پنج دقیقه می‌گیرمش ولی همچنان درحال مکالمه است. انگار دوستم درست می‌گفت سرآکرم خانم حسابی شلوغ است. ساعت ۷ بعدازظهر خطش ازاد می‌شود و جواب می‌دهد. می‌گویم: فال می‌خواستم، می‌گوید: قبلاً برایت گرفتام؟ پاسخ می‌دهم: خیر، اولین بار است که می‌خواهم برابم فال بگیرید. یکی از دوستانم شما را معرفی کرده است؛ کمی مکث می‌کنند و می‌گویند: امروز که وقت ندارم و تا ساعت ۱۱ شب وقتم پر شده است. برای فردا ساعت ۴ خوب است؟ می‌گویم: بله عیالست، می‌پرسد: «شماره کار نام را دارید؟» جواب می‌دهم: «بله!» ۶۰ تومان واریز می‌کند. ادامه می‌دهد: «نه عزیزم! تعرفه‌ها تغییر کرده ۸۰ تومان واریز کنید و عکس واریزی را در واتساپ بفرستید. اگر تا یکی دو ساعت آینده واریز انجام نشود، وقتتان کنسل است.» قبول و خداحافظی می‌کنم. از صدایش حس خوبی نگرفتم. می‌بینی بعضی‌ها را ندیده و نشناخته چقدر دوست داری و از نشان حس خوب می‌گیری؟ آنقدر به تو حس مثبت القا می‌کنند که انگار ۱۰۰ سال است که همسایه دیوار به دیوار هم هستیدی. از آن همسایه جون‌جونی‌ها! اما احساسم نسبت به او خوب نبود ولی گذاشتمش پای تعصبی که به خرافاتی بودن شغلش داشته و دارم.

تا به حال مشتری مثل شما نداشتم!

انگار ساعت از هیجان من سواد استفاده می‌کند و قدم از قدم برنمی‌دارد، انگار الان چندروز است که ساعت روی سه و نیم جا خوش کرده‌ام نمی‌دانم چرا! اینقدر هیجان زده‌ام. شاید باورم نشده که قرار است از گذشته و آینده چیزهایی بگوید که سر جاییم میخکوب شوم؛ نمی‌دانم! هر چه که باشد تا نیم ساعت دیگر و بعد از نوشیدن یک قهوه مجازی مشخص می‌شود! ساعت ۴ می‌شود و تماس می‌گیرم، بعد از چند صدای بوق برمی‌دارد. سلام می‌کنم

نگاه

می‌گیرد. می‌گوید از عواقب فال حضوری و بیماری کرونا می‌ترسد و به همین خاطر فقط تلفنی فال می‌گیرد. به دوستم می‌گویم: مگر فال، فال قهوه نیست؟ می‌گوید: چرا! می‌گویم: پس قهوه‌اش چه می‌شود؟ خودش قهوه را می‌خورد؟ دوستم ابرویی بالا می‌اندازد و با لب و لوجه‌ای آویزان می‌گوید: «تو فال بگیر نیستی! من را بگو که یک ساعت دارم برایت تعریف می‌کنم، حالا قهوه را تو بخوری یا خودش چه فرقی می‌کند؟ مهم این است که تمام گفته‌هایش درست است، باور کن یک چیزهایی می‌گوید که مو به تن آدمی سیخ می‌شود.» شماره‌اش را می‌گیرم و در کادنتک گوشه‌ی به اسم «کرم خانم» ذخیر‌اش می‌کنم. بدم نمی‌آید به عنوان فال‌گیرنده گزارش می‌دهم تا ماجرا تهیه کنم.

و اسمم را می‌پرسد. اسمم را که می‌گویم دیگر مجال حرف زدن نمی‌دهد، شروع می‌کند به صحبت راجع به گذشته و آینده‌ام. سکوت کرده‌ام، چند دقیقه یکبار می‌گویند: الو؟! و من در جواب می‌گویم: می‌شنوم بفرمایید! چند دقیقه بعد انگار «الو»‌هایش بوی تردید می‌دهد. انگار می‌خواهد بداند چقدر دارد راجع به من درست می‌گوید ولی شاید برایش افت دارد که از من بپرسد. ممکن است به گفته‌هایش شک کنم. پس تمام سؤالات‌ها و شک و تردیدهایش را در گفتن یک کلمه «الو» خلاصه می‌کنند و وقتی سکوت من آزاردهنده می‌شود، می‌پرسند: نمی‌خواهی چیزی بگویی؟ می‌گویم، مثلاً چه؟ می‌گوید: سؤالی چیزی؟ می‌پرسم: قهوه را کی باید بنوشیم؟ جواب می‌دهد: تلفنی که نمی‌شود قهوه خورد، مثلاً شما قهوه خورد‌ای، یعنی اینطوری فکر کن و من هم مثلاً فال قهوه می‌گیرم ولی در واقع همان که تو اسمت را به من گفتی گذشته و آینده‌ات آمده جلوی چشمم! حالا اینها را اول کن و وقت دارد می‌گذرد سؤال بپرس! می‌گویم این چیزهایی که گفتید نصف بیشترش اشتباه بود! یا لحن تندى جواب می‌دهد: «پس چرا الان داری می‌گویی؟ همان لحظه باید می‌گفتی تا من دوباره وارد مسیر شوم! من را از مسیر خارج کردی! تا به حال برای کسی مثل تو که مثل ماست پشت خط باشد و هیچ چیز نگوید فال نگرفته بودم!» سرّی‌ام را گرفته‌ی!» برای نوشتن گزارش به ادامه فال نیاز دارم؛ پس می‌گویم: نمی‌دانستم می‌توانم بین صحبت‌هایشان حرف بزنم، حالا از این به بعد.

کمی مکث می‌کند و ادامه فالم را می‌گوید: «وای خدای من! اقرار است ثروت عظیمی به تو برسد! یعنی به خودت نه به پدرت شوم! رسد و از طریق او به تو! آنقدر زیاد است که دیگر لازم نیست پدرت و توبقیه عمرتان را کار کنید!» می‌گویم: «پدرم عمرش را داده به شما!» و بنگونه قضیه را جمع و جور می‌کنند: «خدا بپارزد، شاید این ثروت به خانواده پدری شما می‌رسد، خلاصه به پدرتان بطلد! «جواب می‌دهم: «اگر قرار است به خانواده پدری‌ام

«برادرم خسرو»، «وینی فرید» و آنان که روی اعصاب و روان ما هستند

بیماران واقعی به ما مراجعه نمی‌کنند!

می‌گیرد، همیشه حق با اوست و دیگران هیچ چیز نمی‌فهمند.

■ ■ ■

روی لاشه کتاب‌هایت قدم بزن!

چقدر سکانسی که خسرو کتاب‌های کتابخانه ناصر را یکی پس از دیگری به زمین انداخت و در آخر کتابخانه‌اش را ویران کرد دوست داشتم. اصلاً آدم کتابخوانی که نتوانسته تحت تأثیر کتاب‌هایش کمی بهتر یا دیگران رفتار کند، در کشان کند و بهشان آسیب نزند. کتاب می‌خواهد چه کار؟ شاید برآید همه چیز تمام که کتابخوانی ویران شود و خودش مستأصل روی لاشه‌های کتاب‌هایش قدم بزند تا بلکه کمی به خودش بپاید!

بیماران واقعی به ما مراجعه نمی‌کنند

آنچه در این فیلم آدمی را به فکر فرو می‌برد، این است که برخلاف ظاهر فیلم که خسرو یک روان‌پزش است و خانواده به دنبال راهایی برای درمانش هستند، برادرش ناصر در پوشش یک فرد تحصیل‌کرده همه چیز تمام بیمار اصلی است! بیماری که نمی‌داند و اگر هم بداند نمی‌پذیرد که بیمار است و بیماری‌اش روان‌پزشش کردن دیگران است. بیماری‌اش ایجاد تنش و استرس در دیگران است. بیماری‌اش این است که آنقدر دیگری

سبک‌زندگی

سبک‌زندگی ۹۸۴۷۱۸۸۴

درد

بعضی از ما آنقدر وابسته به این فال‌ها شده‌ایم که ممکن است درگیر مسائل مالی باشیم ولی از ۸۰ هزار تا ۸ میلیون تومان و شاید بیشتر برای ۱۰ دقیقه مکالمه پرداخت می‌کنیم به این امید که شاید بتوانند رزق و روزی را به زندگیمان سرازیر و آرزوهای مادی و غیرمادی‌مان را برآورده کنند و بعد از مدتی که می‌بینیم خبری نشد و آن سه روز و سه هفته و سه ماه و سه سالی که وعده داده بود آمد و خواسته‌مان محقق نشد ناامیدتر از همیشه به در دیگری می‌گوییم

می‌گویم، مثلاً می‌گویم: «تفاقم برادرم ... را راستش مادرم هم می‌گوید... این را نگویید که داغ دلم تازه می‌شود چون... درست است اول اسمش «ع» است نامش عطیه است همان که... بله بله می‌شناسم. اتفاقاً خودم هم فکر می‌کردم برابرم دعا گرفته باشد چون...» و این دقیقه‌ها جمالتی است که هر فالگیری منتظر شنیدنشان است تا سریع را بگیرد و با موفقیت به انتهای مسیر و هدف نهایی‌اش که همان رضایت و جذب مشتری بیشتر است، برسد! هر فالگیری منتظر است تا از خودمان حرف بکشد و به خودمان بازبان خودش و با آب و تاب بیشتری برگرداند و ما که در آن چند دقیقه محو آینده‌نگری‌اش شده‌ایم، کاملاً فراموش می‌کنیم که خودمان از برادرمان حرف زده‌ایم که الان می‌گوید یک برادر هم داری که فلان است و آینده‌اش فلان می‌شود.

فراموش می‌کنیم که خودمان گفته‌ایسم فالنی را بله می‌بینم؛ کسی به اسم علی می‌شناسی؟ یک علی با قد بلند و هیکل درشت؟» می‌گویم: خیر! می‌گوید: «به انمه اعتقاد داری؟» جواب می‌دهم: بله! صدایش را می‌لرزاند و می‌گوید: «با خدا! پس این حضرت علی است، عیایش را دارم می‌بینم! گوش کن ببین چه می‌گویم! قرار است خدا به تو یک پسر دیگر هم بدهد! باید اسمش را بگذاری علی! او زاندر حضرت علی کن.» با تعجب می‌پرسم: «یک پسر دیگر؟» با صدایی که اشتباه می‌پرسم، یک می‌گوید: «نه! شما الان یک دختر دارید! خدا یک پسر هم به شما می‌دهد. اسم او را بگذاری علی!» دیگر دلیلی نمی‌بینم که به او توضیح دهم که اشتباه می‌کنی و من در حال حاضر دو دختر دارم نه یکی! همه چیز برابرم روشن شده، مخصوصاً وقتی می‌خواهم بیشتر از گذشته‌ام بدانم و در جواب می‌گوید که همه می‌خواهند از آینده بدانند ولی باشد از گذشته هم می‌گویم و او ماجراهایی حرف می‌زند که تقریباً در بیشتر خانواده‌های ایرانی می‌شاید بی‌تفاوت خداحافظی و تلفر را قطع می‌کنم!

آینده‌نگری از مسیر سفره دلمان!
ماجرای این است که نه تنها آکرم خانم بلکه تقریباً همه فالگیرها، کف‌بین‌ها و رمال‌ها بیشتر از حس ششم‌شان استفاده می‌کنند تا از قهوه ، تاروت و کف دست! آنها یک حرفی را وسط می‌اندازند تا واکنش ما را بسنجند. وقتی چیزی نگویم و سکوت کنیم، می‌دانند خیلی نزدیک به ماجرای زندگی‌مان صحبت نکرده‌اند و سریع حرف را تمام می‌کنند ولی وقتی حرفی برزند که ما واکنش نشان دهیم، دیگر تمام است، نشان‌شان روغن اسمی‌دانی چرا! چون معمولاً وقتی موضوعی را اتفاقی درست می‌گویند، ما هیجان‌زده می‌شویم و می‌گوییم: «ای امر جیا به شما! چقدر درست گفتی و در رابطه با همان موضوع مطرح شده چند جمله

فاطمه سعیدی

همه چیز از دوسال پیش شروع شد! همان وقتی که یکی از دوستان صمیمی‌ام بدون هیچ دعوای قهر و ناراحتی و بدون اینکه حتی دلیلش را بگویم با من قطع رابطه کرد. من کلاً در فهمم! یعنی سرد شدن آدم‌ها را آن‌هم بی‌دلیل نمی‌توانم خیلی زود تشخیص دهم! دو سه باری با او تماس گرفتم ولی او دیگر تماسی نداشت، قبل ترش تقریباً هر روز با هم صحبت می‌کردیم اما بگپو رفتارش عوض شد و درست همان روزها بود که تغییرات من شروع شد. باورم نمی‌شد که رفتنش اصلاً برایم مهم نیست. نه تنها برای رفتنش اشک نریختم، اتفاقاً وقتی چند ماه بعدش که چند بار با من تماس گرفت و اصرار کرد که دوباره رفت و آمدمان را شروع کنیم، نتوانستم قبول کنم.

در صورتی که قبلاً با رفتن یک دوست صمیمی یا حتی غیر صمیمی تا مدت‌ها مثل معنای که مخدرش دیر رسیده به خودم می‌پیچیدم که یعنی چه شده که چفته؟ آیا مشکل از من بوده؟ چه اتفاقی افتاده؟ از چه چیزی ناراحت شده؟ باورم نمی‌شد من همان آدمی‌ام که همه پایان سال‌های مدرسه در همه مقاطع تحصیلی به جای خوب‌حالی کردن برای تمام شدن درس‌ها و به آسمان پرتاب کردن کتاب‌ها و با شوق دودین سمت خانه گوله‌گوله اشک دلمنگی می‌ریختم که چه؟ که چرا چند ماه دوستانم را نمی‌بینم. خوب یادم می‌آید بعضی از دوستانت‌م با من اشک می‌ریختند و بعضی‌های دیگر بی‌تفاوت به من و به شوق رهایی از مدرسه شاد و خرامان به سمت خانه‌هایشان می‌دویدند و من آنهایی را که کنار ما مانده بودند، بعل می‌کردم و آنقدر اشک می‌ریختم که در آخر مادرم بازور، دست‌های گره شده‌ام را از دور گردن دوستانم جدا و با دل‌داری‌های مادرانه‌اش راهی خانه‌ام می‌کرد.

اما دو سال پیش درست همان وقتی که دوستم رفت و تنهایم گذشت فهمیدم که تغییر بزرگی در من ایجاد شده و من دیگر آن آدم همیشگی نیستم. دیگر از آمدن آدم‌ها در زندگی‌ام خیلی ذوق‌زده و از رفتنش‌شان خیلی ناراحت نمی‌شدم. می‌گویم آدم‌ها چون در این دو سال و بعد از آن اتفاق دو سه بار دیگر شبیه همان ماجرا برایش پیش آمد و آدم‌هایی که شاید خیلی هم به من نزدیک بودند بی‌دلیل و گاهی با آنچه پیش خودشان فکر و قضاوت کرده بودند، رابطه‌شان را کم یا قطع کردند و بدون اینکه نظر من را بخوانند یا حداقل دلیل سرد شدن و کمرنگ شدنشان را به من توضیح دهند یک تصمیم یکطرفه گرفتند و ترکم کردند، اما من دیگر عوض شده بودم. دیگر اشک نریختم

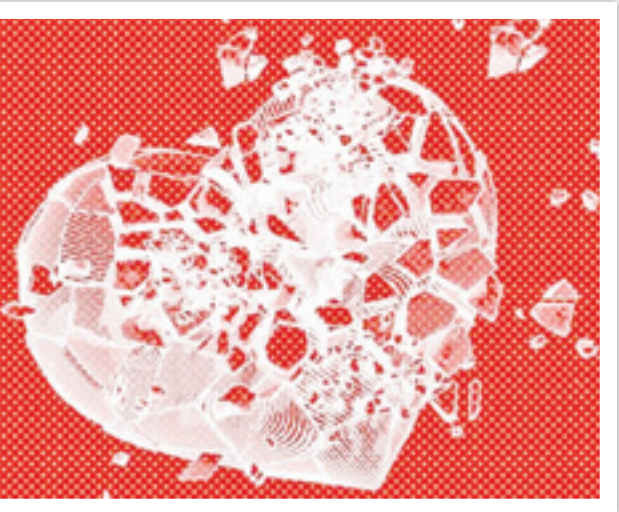
نسیم زندگی



می‌کند تا یک وقت خلاف میل او رفتار نکنند. هر کس خلاف تصورات و ایده‌آل‌های ناصر قدمی بردارد، از نظر او یک خطا کار بزرگ است و باید سریع خودش را اصلاح یا درمان کند! و اگر به فکر درمان نباشد، ناصر خودش این کار را انجام می‌دهد، درست مثل کاری که با خسرو کرد و فرصی به خودش داد و راهی بیمارستانش کرد!

چند سال پیش که برای تهیه گزارش می‌مدانی به بیمارستان رازی (امین‌آباد سابق) رفته بودیم، دکتر آریافوق تخصص روانشناسی آن بیمارستان می‌گفت: ما روانشناسان و روانپزشکان به این موضوع ایمان آورده‌ایم نمی‌کنند، کسانی به ما مراجعه نمی‌کنند، کسانی به ما مراجعه واقعی به ما مراجعه نمی‌کنند، کسانی به ما مراجعه می‌کنند که توسط این بیماران آسیب دیده‌اند!

فصله زندگی



مراقب ظرف بخشش قلبتان باشید

تا همین ۲ سال پیش

و با اینکه همچنان دوستان‌شان داشتم، وقتی خواستند

دوباره رابطه را شروع کنند و حتی یکی‌شان پشیمان و ناراحت گفت که سوء تفاهم شده و مرا اشتباه قضاوت کرده، من دیگر نخواستم و بهتر است بگویم نتوانستم او را ببخشم. پیش خودم می‌گفتم چقدر عجیب شده‌ام که دیگر نمی‌توانم ببخشم. راستش کمی هم نگران شده بودم که این همه تغییر چگونه در من به وجود آمده است. تا اینکه خیلی اتفاقی در یکی از یادداشتهای کاترین پاندر خواندم که تصور کنید قلب شما از چند تنگ آب تشکیل شده است که یکی‌شان تنگ مهم‌ترین، یکی‌شان بخشش، یکی دیگر صبر و همینطور صفات خوب دیگر است که آب درون این تنگ‌ها سرمایه‌ای تمام عمر شماست و شما باید در طول سال‌های عمرتان از این سرمایه درست به به اندازه کافی استفاده کنید.

حالا وقتی به جای اینکه قطره قطره و حساب‌شده به دیگران محبت کنید یا به اندازه ببخشید، شیر آب را باز می‌کنید و تمام خودتان را می‌گذارید وسط، خیلی زودتر از آنچه باید، سرمایه‌تان تمام می‌شود و دیگر در آن تنگ مشخص‌آبی و مهری نمی‌ماند که بتوانید ببخشید! او یکدفعه دچار یک تغییر ناگهانی می‌شود، مثلاً یکدفعه شگمگین یا بی‌مهر می‌شود، یکدفعه منزوی و اندوهگین می‌شوید، طوری که خودتان و دیگران از این تغییر متعجب خواهید شد.

کاملاً درست می‌گفت، انگار داشت حکایت مرا روایت می‌کرد. آن یادداشت را که خواندم، فهمیدم چه بلایی بر سرم آمده و من چقدر زود و چقدر زیاد از سرمایه‌ام استفاده کرده‌ام. از همان بچگی و روزهای مدرسه تا همین دو سال پیش شیر تنگ قلبم را باز کردم و چشم‌مان را روی خودتهای خودم بستم، وارد دوست‌داشتن‌های یکطرفه شدم. بی‌محبتی دیدم ولی با یک تماس با یک پیام، با یک عذرخواهی بخشیدم! آنقدر بخشیدم که سرمایه بخششم تمام شد! پس الان خیلی هم عجیب نیست که دیگر نمی‌توانم ببخشم. البته می‌توانم عشق بورزم، می‌توانم دوست داشته باشم چون انگار هنوز نه طرف مهر و عشق قلبم، آبی مانده که بتوانم خرجش کنم ولی نمی‌توانم ببخشم، نمی‌توانم به یک رابطه‌ای که بی‌دلیل و یکطرفه تمام شده و به دوستی که بی‌دلیل روی برگردانده برگردم. چون دیگر سرمایه‌ای برایم مانده که بخوام خرجش کنم. اصلاً کسی چه می‌داند شاید همان دو سال پیش و با آن اتفاق تنگ بخشش قلبم شکست و برای همیشه از بین رفت!



قلب‌های مچاله شده و نیمکت قراضه!

پی‌خوشی‌ها و زندگی‌هایشان و باز، نیمکت می‌ماند و تکه‌ای دوباره کنده شده از وجودش و روزی آنقدر سبز می‌دهد و سیاه می‌گیرد تا تبدیل می‌شود به نیمکتی که دیگر کسی رغبت به تکیه داشتن نمی‌کند... تبدیل می‌شود به قراضه زشتی که باید هرچه زودتر محیط زیبا و سبز رنگ پارک را ترک کند... و آن روز خبری از هیچ کدام از آنهایی که سبزه گرفتند و سیاه دادند نیست... آن روز نیمکت، تکه‌ای از همیشه می‌رود تا به نخاله‌های تنهای دیگر شهر بپیوندد... نخاله‌هایی که روزی به درخجوترین دوست و تکیه‌گاه آدم‌ها بودند.

حکایت این نیمکت‌ها شبیه بعضی از آدم‌هاست، آدم‌هایی ناپ که همیشه بی‌توقع سنگ‌صبور دیگران بوده‌اند، حرف‌هایشان را گوش داده‌اند، غمشان را خورده‌اند و هر کاری از دستشان برآمده انجام داده‌اند ولی در مقابل گاهی همان دیگران بی‌معرفی کرده‌اند در حقشان؛ غمشان که کم‌شده، زخمشان که بهبود یافته، اوضاعشان که روبه‌راه شده، رفته‌اند، سراز کار خودشان و به پشت سرشان هم نگاه نکرده‌اند.

و این آدم‌های ناب‌ها را شده، خودشان مانده‌اند و درد تنهایی‌شان!

سارا مهر آفرین

شبیه یک قلب مچاله شده تکیه داده بود به نیمکت سبزرنگ پریده پارک. نیمکت هم خودش حال و احوال خوبی نداشت اما حال زار زن را که دید نتوانست بی‌تفاوت بگذرد و شد تکیه گاهش... او خوب می‌دانست کسی که مچاله شده به او پناه آورده آنقدر از دنیا و متعلقانش خسته است که حتی دمیایی‌های بخت‌برگشته‌اش هم به پایش اضافی می‌کند. نیمکت می‌دانست که باید دوباره بی‌توقع تکیه‌گاه باشد. می‌دانست که باید تکه‌ای دیگر از رنگ سبز باطراوتش را ببخشد تا بلکه کمی از تیرگی و اندوه قلب این زن بکاهد. قبلاً هم بارها این کار را کرده بود، برای همین

تقریباً این بارش یک ماجرای همیشگی است. دیگران با احوال بد می‌آیند و تکیه می‌دهند به آن، درد دل می‌کنند، اشک می‌ریزند و گاهی از استرس یا جسمی نوک‌تیز رنگ سبزر نیمکت را می‌تراشند. نیمکت به حرف‌هایشان گوش می‌دهد، سیاهی قلبشان را می‌گیرد و سبزی خودش را تقویمیشان می‌کند... اما سبک که می‌شوند، احوالشان که خوب می‌شود، بی‌توجه به مهربانی‌های نیمکت می‌روند بی کارشان، می‌روند