



چرا هیچ جوړه با مرگ کنار نمی آییم؟

گلچین روزگار عجب خوش سلیقه است!

نداشته لاید سگسکه کرده است، می گویم ما که دیروز با هفته

قبل او را دیدیم سرحال بود و داشت از فلان مغازه خرید می کرد. با مرگش جا می خوریم اما شو که نمی شویم مگر آنکه این مرگ در خانه اقوام در چه یک خودمان را زده باشد و ما با آب و تاب بگویم طفلک سستی نداشت. جمله‌هایی از این دست که مثلاً دختر مجرد توی خانه داشته یا مثلاً همین اسمال اسمش مکه درآمده. یا گاهی می گویم تازه بازنشسته شده بودوقت نکردد معنی زندگی راحت را تجربه کند. توی مراسمش می گویم عروسی دخترش را ندید یا دامادی پسرش را!

حالا برویم سراغ آنهایی که توی دهه هفتم زندگی به بعد می میرند. آنها مرگشان برای مردم عادی است. یعنی کسی غصه نمی خورد و آه هم نمی کشد. اما به دلیل احترام به بازماندگان تمام مراسم سوگواری شان مفصل انجام می شود مخصوصاً اگر توی اعلامیه در حرم قید شود بزرگ خاندان!

■ **چرا برای مرگ آماده نیستیم؟**

این مرگ‌های ناخوشایند را برایتان گفتم تا به یک نتیجه برسیم. اینکه آدمیزاد با وجودی که می داند زندگی دیگری در پیش دارد، می داند مرگ پایان زندگی نیست و یک روز در خانه هر کسی را می زند باز هم برای این اتفاق آماده نیست و همیشه شوکه می شود. ترس آدم‌ها از مرگ خیلی عجیب است. گاهی بسیاری از بیماران توی حال خودشان



ما یادمان می رود روی زمین مهمانیم. گاهی چنان جو میزبان بودن ما را دچار می شود که نمی توانیم دل از آن بکنیم. نمی توانیم تعلقات را بگذاریم و بگذریم. یادمان می رود لحظه بعدی حیاتمان معلوم نیست و قرار است دو روزی در سوگت بمانم و بعدم و کجا! یادمان می رود برای این مهمانی ما هم یک روز تمام می شود. پس کاش این مهمانی را قدر بدانیم. به زمین که روزی مسا را در آغوش خواهد کشید احترام بگذاریم و خشمش را بر نینگیزیم. به چه رخه حیات ایمان بیآوریم و حرف سهراب را انجوا کنیم که مرگ



مراقب ویروس‌های رفتاری پس از کرونا باشیم

خانه‌نشینی پای قلیان را به خانه‌ها باز کرد!

می‌شود. با وجود همه این تفاسیر عده زیادی از خانواده‌ها خیر از قلیان کشیدن‌های فرزندشان دارند اما به رویشان نمی‌آورد. به قول خودشان به مرگ می‌گیرند که به تب راضی نشوند. مادرها از فرزند بزرگ‌تر یا همسرشان دور از آنها سیگار و قلیان استعمال کنند. اما کرونا که آمد همه رشته‌ها را پنبه کرد. جوان‌های بیکار بیکار تر شدند و دورمی‌شان از پارک و باشگاه و جلوی خانه به درون خانه منتقل شد. حالا باید تفریحات سالم را در میان خانواده سپری کنند.

والدین خوب می‌دانند نگه داشتن جوان در خانه با وجود همه حساسیت‌ها و بی‌حوصلگی‌شان چقدر دشوار است. مخصوصاً اگر ویروس کشنده‌ای بیرون خانه جانشان را تهدید کند و آنها مجبور شوند به هر قیمتی شده دختر یا پسرشان را در خانه جلوی چشم خودشان نگه دارند. در

سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۹۸۴۷۱



ما همیشه برای مردن بهانه می آوریم. همیشه زودیم برای رفتن. همیشه ما را «گلچین روزگار عجب خوش سلیقه است» می نویسند. ما یادمان می‌رود اینجا روی کره خاکی مهمانیم. یادمان می‌رود شیشه عمر مات است و تپش دیده نمی‌شود. این هیجان‌انگیز ترین هدیه زندگی است. اینکه نمی‌دانیم تا کی فرصت حیات داریم. اینکه شب می‌خوابیم و صبح می‌گویند فلانی ایست قلبی کرد. در جاده می‌رویم اما دیگر هرگز بر نمی‌گردیم. بسا پای خودمان به در مانگاه می‌رویم و همان جا روی تخت سسکنه می‌کنیم که آدم‌ها اسمش را می‌گذارند مرگ طلایی!

نیستند یعنی زندگی‌شان فقط به یک دستگاه اسکیزن بند

است یا قلبی که در زندگی نباتی کار می‌کند. او هر روز زجر می‌کشد و شاید روزی هزار بار می‌میرد اما باز هم امید به زندگی دارد. اطرافیانش به آب و آتش می‌زند تا او کمی بیشتر زنده بماند، حتی اگر این زندگی در حد یک پلک باز

باشد در عالم بی‌خبری. فقط روی زمین باسد کافی است. ما همیشه برای مردن بهانه می‌آوریم. همیشه زودیم برای رفتن. همیشه ما را «گلچین روزگار عجب خوش سلیقه است» می‌نویسند. ما یادمان می‌رود اینجا روی کره خاکی

مهمانیم. یادمان می‌رود شیشه عمر مات است و تپش دیده نمی‌شود. این هیجان‌انگیز ترین هدیه زندگی است. اینکه نمی‌دانیم تا کی فرصت حیات داریم. اینکه شب می‌خوابیم اما دیگر هر گز بر نمی‌گردیم. با پای خودمان به در مانگاه می‌رویم و همان جا روی تخت سسکنه می‌کنیم که آدم‌ها

اسمش را می‌گذارند مرگ طلایی!

ما یادمان می‌رود روی زمین مهمانیم. گاهی چنان جو میزبان بودن ما را دچار می‌شود که نمی‌توانیم دل از آن بکنیم. نمی‌توانیم تعلقات را بگذاریم و بگذریم. یادمان می‌رود لحظه بعدی حیاتمان معلوم نیست و قرار است دو روزی در سوگت بمانم و بعدم و کجا! یادمان می‌رود برای این مهمانی ما هم یک روز تمام می‌شود. پس کاش این مهمانی را قدر بدانیم. به زمین که روزی مسا را در آغوش خواهد

کشید احترام بگذاریم و خشمش را بر نینگیزیم. به چه رخه حیات ایمان بیآوریم و حرف سهراب را انجوا کنیم که مرگ اسمش را می‌گذارند مرگ طلایی!

ما یادمان می‌رود روی زمین مهمانیم. گاهی چنان جو میزبان بودن ما را دچار می‌شود که نمی‌توانیم دل از آن بکنیم. نمی‌توانیم تعلقات را بگذاریم و بگذریم. یادمان می‌رود لحظه بعدی حیاتمان معلوم نیست و قرار است دو روزی در سوگت با یان بدمد و کجا!

ما یادمان می‌رود روی زمین مهمانیم. گاهی چنان جو میزبان بودن ما را دچار می‌شود که نمی‌توانیم دل از آن بکنیم. نمی‌توانیم تعلقات را بگذاریم و بگذریم. یادمان می‌رود لحظه بعدی حیاتمان معلوم نیست و قرار است دو روزی در سوگت با یان بدمد و کجا!

ما یادمان می‌رود روی زمین مهمانیم. گاهی چنان جو میزبان بودن ما را دچار می‌شود که نمی‌توانیم دل از آن بکنیم. نمی‌توانیم تعلقات را بگذاریم و بگذریم. یادمان می‌رود لحظه بعدی حیاتمان معلوم نیست و قرار است دو روزی در سوگت با یان بدمد و کجا!



کرونا همه آموزش‌ها را برای شناساندن مضرات قلیان خنی کرد و اقتدر مقلوه «در خانه بمانیم» جدی شد که دیگر فرقی نمی‌کرد. افراد با چه شرایطی در خانه بمانند. کنترل اوقات فراغت و تفریحات اعضای خانه با کیست؟! آیا بی‌حوصلگی و نگه داشتن جوان‌ها به هر قیمتی در خانه اصولی است؟!

مشکل دیگر خانواده‌های ایرانی نداشتن فرصت

برای گفت‌وگوهای خودمانی و صمیمانه بود. آنها آن قدر گرم کار بودند که وقتی برای با هم بودن نداشتند. بچه‌ها در آرزوی با هم بودن تمام هفته را به سختی سپری می‌کردند به امید آخر هفته‌های متنوع. رستوران، پارک، سینما...

اصلاً خیلی از خانواده‌ها دورمی‌را در بیرون خانه می‌دیدند. همین‌که کنار هم بودند حوصله‌شان سر می‌رفت و به ظاهر دورمی‌بود. اما در واقع هر کدام مشغول کارها و علایق خودشان بودند. پارک و سینما می‌رفتند، اما باز هم تنهایی خودشان را داشتند. بلد نبودند گفت‌گو کنند یا شاید اولویت‌شان نبود.

رسیدگی به امور درسی بچه‌ها کامل در اختیار مدارس بود و والدین سعی داشتند کمترین دخالت را در امور تربیتی آنها لحاظ کنند.

وقتی کرونا آمد و خانه‌نشینی مد شد، خیلی‌ها روزهای اول دپرس بودند و تحمل این خانه‌نشینی اجباری را نداشتند. چون یاد نگرفته بودند کنار هم چگونه روزگار بگذرانند. روزهای اول همه مخصوصاً مرد‌ها به خواب گذشت. یک کمبود خواب واقعی که به بالا فرصت مهیا نبود برای جبرانش. نه از یک ساعت خبری بود و نه از جلسات پیاپی و اضافه کاری‌هایی که بچه‌ها را کلافه می‌کرد و پدرها را بی‌حوصله. بچه‌ها مجبور بودند ساعت‌ها به رختخواب بروند و به زور قهصه‌های شنگول و منگول بخوابند. اما حلالا اوضاع فرق می‌کرد.



کرونا زندگی را از توی اداره و خیابان به خانه کشاند. و ویروسی که هر چند آدم‌های کوچک و خیابان

را از هم دور ولی اعضای خانواده که مهم‌ترین دستاورد زندگی شادی و لذت بردن از لحظه‌هاست. آنچه می‌ماند مهربانی است!

باسی از شب بیدار باشند و فیلم‌های مورد علاقه‌شان را تماشا کنند. بچه‌ها توانستند بازی‌های گروهی را کنار خانواده تجربه کنند. کسی فکر نمی‌کرد روزی والدین برای سرگرم شدن بچه‌ها به فوتبال دستی و منج و شطرنج روی بیاورند. کسی فکرش را نمی‌کرد یک روز دوز و لی‌لی روی سنگ خانه بشود سرگرمی نسل جدیدی که فقط اینترنت و بازی‌های رایانه‌ای را می‌شناسند. اصلا شاید آه بچه‌های تنها در خانه بسود که ما را دچار کرد. کسی آنها را درک نمی‌کرد، اما حالا این دورهمی اجباری، والدین را واداشت تا کمی خودشان را به دنیای بچه‌ها نزدیک کنند، آنها را درک کنند و مسئولانه برایشان وقت بگذارند. تا الان خیلی از والدین دنبال تک فرزندزی بودند.

تر جیح می‌دادند بچه‌ها تنها باشند و تمام امکانات را برای همان یک نفر مهیا کنند. ولی این روزها به بچه‌های تک فرزند بیشتر سخت گذشت و جای خالی یک خواهر و برادر که حالا می‌توانست هم‌بازی‌اش باشد خالی بود. خیلی از والدین تصمیم گرفتند بعد از بحران کرونا به فرزند دوم جدی‌تر فکر کنند. دانستند که امکانات نمی‌توانند تنهایی بچه‌ها را بر کنند. کرونا خانواده دوستی مردان را به محک گذاشت. تفریقب و جلسات طولانی و اضافه پذیر است. آنچه می‌ماند مهربانی است!

سبک رابطه



تأثیرات کرونا بر روابط خانوادگی

ویروسی که ما را

از هم دور و به هم نزدیک کرد!

■ مهدی مهاجر

روزهای کرونایی آن روی سکه را نشانمان داد. قاطعی از زندگی مشترک را که تاکنون مهر و موم مانده بود رمزگشایی کرد. ناگهان ویروسی از راه رسید و گره‌گشایی کرد. تا الان بسیاری از رابطه‌ها سرد و در آستانه فروپاشی بود. هیچ مشاوری نمی‌توانست نسخه‌ای برای مشکلات همسران بیچجد. روزها مشغول کار و شب‌ها خسته بودند. روز مرگی مثل خوره افتاده بود به جان زندگی بعضی‌هاشان. بچه‌ها این وسط قربانی بودند. قربانی خودخواهی و تصمیمات نادرست والدینی که خوشی و پول زده بود زیر دلشان. هر کدام برای خودشان در آمدی داشتند و آن یکی نمی‌توانست بگوید بالای چشمش ابروست. هر کدام ادعاهای خودشان را داشتند. یکی دنبال اثبات توانایی‌های زنانه‌اش بود و آن یکی ثابت کند حرف اول و آخر را در خانه و زندگی مرد می‌زند و...

کاری بهانه خوبی برای رفیق بازی‌هایشان بود.

شام را بیرون می‌خوردند اما وانمود می‌کردند سیرند. برای قرارهای رفاقتی ساعت‌ها وقت داشتند اما برای همراهی همسرشان در خرید بهانه می‌تراشیدند. کرونا بسا همه کوچک بودندش توانست این مشکلات بزرگ و ریشه‌دار را حل کند. به مردها ثابت کرد هر قدر اهل خوشگذرانی باشند در نهایت این خانواده است

که به دانشان می‌رسد و باید مراقبشان باشند. خانه برایشان هم کافی‌شاپ است هم رستوران و هم هتل پنج ستاره! اما فقط در حالت عادی خودشان بودند. پارک و سینما می‌رفتند، اما باز هم تنهایی خودشان را داشتند. بلد نبودند گفت‌گو کنند یا شاید اولویت‌شان نبود.

رسیدگی به امور درسی بچه‌ها کامل در اختیار مدارس بود و والدین سعی داشتند کمترین دخالت را در امور تربیتی آنها لحاظ کنند. وقتی کرونا آمد و خانه‌نشینی مد شد، خیلی‌ها روزهای اول دپرس بودند و تحمل این خانه‌نشینی اجباری را نداشتند. چون یاد نگرفته بودند کنار هم چگونه روزگار بگذرانند. روزهای اول همه مخصوصاً مرد‌ها به خواب گذشت. یک کمبود خواب واقعی که به بالا فرصت مهیا نبود برای جبرانش. نه از یک ساعت خبری بود و نه از جلسات پیاپی و اضافه کاری‌هایی که بچه‌ها را کلافه می‌کرد و پدرها را بی‌حوصله. بچه‌ها مجبور بودند ساعت‌ها به رختخواب بروند و به زور قهصه‌های شنگول و منگول بخوابند. اما حلالا اوضاع فرق می‌کرد. آنچه دلگرمی خانواده‌ها بود دوست داشتنی خودمانی می‌کرد. مردها فرصت کردند خودشان را نشان دهند و مثل قهرمان‌ها لباس ضد کرونا تن کرده و برای کار یا خرید بیرون بروند. آنها با خودگذشتگی ثابت کردند قلب مرد ایرانی برای خانواده‌اش می‌تپد و هر دشواری یا خطری را به جان می‌خرد.

کرونا برای مدتی کر کره رستوران‌ها و فست فودها را پایین کشید تا دست‌نخست بانوی ایرانی زیر دندان‌ها مزه کند و به خاطر بماند. سینماها و کنسرت و تئاتر تعطیل شدند تا والدین هنرهای پنهان خود را شکوفا کنند و کمی به ساز دل خود برسند.

کرونا دوباره عطر نان خانگی را در فضای خانه پر کرد. مادرها دست به کار شده و نان پختند تا خانواده را در آغوش امن خود جادهند. دوباره عطر فراموش شده غناغهای اصل را به یاد آورد و لذت فرم‌سسبزی ایرانی و کوفته تبریزی ... توی خانه‌ها پیچید. چیزی که خانه لازم داشت اندکی رنگ زندگی بسود، چیزی که لذت لایه‌لای روزمرگی و شلوغی شهرها گم می‌شد، اما کرونا آمد و هر چند بد و بیراه زیاد شنید و جان‌های بسیاری ستاند اما جان خیلی از زندگی‌ها را دوساره احیا کرد و نفس دوباره بخشید. ثابت کرد آنچه در مورد مهم است عطر عشقی است که در آن جریان دارد. فرقی نمی‌کند چند متر باشد یا چند اتاق داشته باشد، همین که آدم‌های خانه را کنار هم نگاه می‌دارد کافیست تا حرمتش حفظ گردد.

کرونا زندگی را از توی اداره و خیابان به خانه کشاند. ویروسی که هر چند آدم‌های کوچک و خیابان‌را از هم دور ولی اعضای خانواده را به هم نزدیک کرد. به یاد آورد که مهم‌ترین دستاورد زندگی شادی و لذت بردن از لحظه‌هاست. پول و امکانات در اختیار آدم‌هاست برای زندگی بهتر نه لذت خانواده و دل خوشی‌های ریز و درشت فدا شوند برای بالا بردن بنایی که فنا پذیر است. آنچه می‌ماند مهربانی است!