

بممه به جرم مستی سر دار ملا مست

چراغ ماهنامه دگرباشان جنسی ایران
سال هفتم - شماره ۶۸ و ۶۹ - اردیبهشت و خرداد ۱۳۹۰



ماهنامه دگرباشان جنسی ایران

به نام یزدان پاک

سال هفتم - شماره ۶۸ و ۶۹ - اردیبهشت و خرداد ۱۳۹۰ - آوریل/می/ژوئن ۲۰۱۱

صاحب امتیاز و مدیر مسوول: سازمان دگرباشان جنسی ایرانی

سردبیر: شروین دریادار

هم کاران این شماره: حمید پرنیان

ساقی قهرمان

مهدی همزاد

یاسمین

پرنده شوشتری

بهتین

صدرا اعتمادی

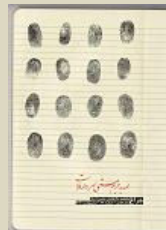
رسول

شایان

کاوه اهورایی

هرمزد

ظاهر زاکاریان (طرح جلد)



<http://blog.irqo.org>

آدرس وبلاگ:

board@irqo.org

آدرس پست الکترونیکی:

member@irqo.org

آدرس اشتراک:

<http://www.irqo.org>

آدرس وبسایت سازمان دگرباشان جنسی ایران:

چراغ در ویرایش مطالب رسیده آزاد است.

مسئولیت معنوی نوشته‌های مجله بر عهده نویسنده‌گان مطالب است.

چراغ بیستم هر ماه مطالب خود را می‌بندد.

برای آرایه مطالب در هر شماره، با سردبیر مجله تماس بگیرید.

چراغ، هفته اول هر ماه منتشر می‌شود.

فهرست

- سخن سردبیر شروین دریادار ۳
- ادبیات
- پرنده شوشتری / یک بوسه‌ی کوچولو/قسمت اول ۷
- رسول/پسرها را می‌فرستند سربازی تا مرد شوند ۹
- مهدی همزاد / راه رفتن در برف ۴ ۱۲
- حمید پرنیان/داستان/بچه‌ها انسان به دنیا نمی‌آیند، انسان می‌شوند ۱۳
- دو شعر از بیلیتیس / ترجمه یاسمین ۱۵
- بهتین/داستان کوتاه/سرنا ۱۷
- مشاوره‌ی سلامت صدرا اعتمادی ۲۳
- برزخ هرمزد ۲۳
- نفس عمیق شایان ۲۵
- نوجوان کاوه ۳۰
- گزارش سفر ساقی قهرمان ۳۲
- رویداد حمید پرنیان ۳۴



- کمپین را به مشخص می کند یکی، همین مستقل بودن کمپین و شخص نادره افشاری از جریان‌هایی است که خط فکری و در نتیجه مسوولیت اخلاقی بدون مسوولیت شخصی در افراد و اعضای متعلق به این جریان‌های فکری ایجاد می کنند، و یکی، برخورد نادره افشاری در طول ماه‌هایی که صفحه‌ی کمپین به روز بوده، است. بر خلاف آنچه معمول است، و حتی برخلاف روش برخی از فعالان همجنسگرای حقوق دگرباشان، خانم افشاری در طول این مدت حتی یک بار فراموش نکرد که در این صفحه در مورد پست‌هایی که مطرح و لینک می‌شود به رای و نظر همجنسگرایان احترام بگذارد و حتی در موارد مشخصی که احتمال نارضایی جامعه همجنسگرایان از یک پست می‌رفت فراموش نمی‌کرد که توضیح بدهد: "من این را برای دوستان دگرباش توضیح بدهم که این کلیب به مسخره گرفتن افسانه‌ی آفرینش است و نه بی احترامی به دوستان دگرباش. با این حال اگر این دوستان تصور میکنند که بی احترامی به ایشان شده است، آن را حذف خواهیم کرد." در طول سه ماهی که از به‌روز شدن این صفحه می‌گذرد، با دقت و حوصله‌ای که کم‌نظیر است، همیشه جانب احترام به حقوق همجنسگرایان و رعایت نظر جامعه‌ی همجنسگرایان با معیار احترام به انسان، رعایت شده است. در این صفحه تنها مسأله‌ی دیگری که با همان سماجی که روی حقوق همجنسگرایان تاکید می‌شود، رعایت شده، افشای قوانین مغایر با حقوق بشری اسلام است. با توجه به این که جمع عظیمی از همجنسگرایان ایرانی مسلمان‌اند، و به اسلام به عنوان مذهب خود احترام می‌گذارند (باور به خدا و اسلام را از اعتقاد و اجرای قوانین شرع جدا می‌دانند)، گاه تشخیص میان لحن پرخاشگر نسبت به اسلام و نسبت به مذهب انتخابی افراد، مشکل می‌شود و این گمان پیش می‌آید که تبلیغ علیه قوانین اسلامی ناقض حقوق بشر یکی از انگیزه‌های دفاع از حقوق همجنسگرایان در این صفحه است، که با نگاه دیگری به جمله‌بندی‌های خانم افشار به نظر من، تنها انگیزه‌ی شروع این کمپین، نه بهانه برای حمله به اسلام بلکه اعتقاد عمیق به حقوق انسانی همجنسگرایان است.

از دیگر نکته‌های با ارزش این کمپین این است که بحث حقوق همجنسگرایان را از حوزه‌ی فعالان پارتیزان حقوق بشری به حوزه‌ی علاقمندان به حقوق بشر می‌برد و به این بحث گسترشی عمیق‌تر می‌دهد. این بحث را تبدیل به مسأله‌ی روزمره‌ی یک جمع وسیع می‌کند و حقوق همجنسگرایان را ملموس می‌کند،

می شود امیدوار بود سال ۱۳۹۰ در تاریخ مبارزات دموکراسی خواهانه مردم ایران آنقدر پربار باشد که پرباری مبارزات مردم همجنسگرایان ایران در طول این سال، کمرنگ به نظر بیاید.

می شود امیدوار بود که مبارزات مردم همجنسگرای ایران در سال ۱۳۹۰ آنقدر پرنرنگ باشد که جایی برای عقب گرد و انکار در فهم از دموکراسی و حقوق بشر "فراگیر" در میان دیگر مردم ایران به جای نگذارد.

می شود امیدوار بود که در طول این سال آنقدر سوال و جواب در خیابانها و خانه‌ها، در برخوردهای حضوری و در حضور آنلاین مردم رد و بدل شود که دموکراسی، حقوق بشر، آزادی، آزادی اقلیت‌ها، اقلیت‌های جنسی، حقوق اکثریت بر اقلیت، حقوق اقلیت بر اکثریت، مسوولیت اقلیت و اکثریت، تعریف اکثریت، تعریف اقلیت، تعریف حق بر اساس حقوق بشری و مدنی، تعریف چوپان رمه‌گی در لباسهای مدرن‌اش، تعریف پدرسالاری در لباس‌های مدرن‌اش، تعریف خطر، تعریف دگرسختی، تعریف ترس، تعریف خانواده، تعریف اخلاق، تعریف ضداخلاقی بودن خشونت در خانواده، تعریف ضداخلاقی بودن حذف فرزندان همجنسگرا از آغوش خانواده، تعریف مرد- فارغ از مردانگی، تعریف کودک- فارغ از بیچارگی، تعریف- سالمند فارغ از بیچارگی، تعریف قدرت- فارغ از سلطه جویی، تعریف زن- فارغ از زنانگی، تعریف مادر- فارغ از بی هویتی، تعریف من بر اساس حق و مسوولیت، تا ته معناهای موجود و معنایی که از حالا شکفته می شوند، واری شود. تا ایران دلیل حضور دو ساله‌ی خود در کشوری به نام جنبش سبز را خوب بشناسد و دلیل جنگیدن هر روزه‌ی خود با مفاهیمی که به این حضور با چنگ و دندان حمله می کنند را بداند. بدون این دانش عمیق، این جنگ حتی اگر ممکن باشد فرسایشی خواهد بود.

در سه ماهه‌ی گذشته‌ی سال نو، سه اتفاق افتاد که در تاریخ مبارزه همجنسگرایان ایران با لذت و سرخوشی ثبت می شود. نادره افشاری، در اعتراض به مقاله محسن کدیور که مجازات همجنسگرایی را بر اساس قوانین شرع، مرگ دانسته بود، کمپین "من یک همجنسگرا هستم" را راه انداخت. نادره افشاری همجنسگرا نیست. متعلق به هیچ کدام از جریان‌های معین مدنی نیست. فعال حقوق بشر مستقل است، و آنچه ارزش واقعی این -



۱۷ می یا ۲۷ اردیبهشت‌ماه، روز مقابله با همجنسگراهراسی (هوموفوبیا) است. به عنوان یک همجنسگرای ایرانی، از همه‌ی دوستانی که در گوشه‌ای از ذهن‌شان، این روز را گرامی داشتند و به قدر توان‌شان در معرفی این روز کوشیدند، تشکر می‌کنم و آرزوی روزهای دل‌خواه‌تر و آزادتری را برای ایران عزیز دارم.

ابتکارهای جالبی در ارتباط با این روز از طرف دوستان دگرباش دیدم که همه‌شان غافلگیر کننده و شادی بخش و امید بخش بودند. این حرکت‌های گاه به گاه و کوچک ولی پربار، نوید روزهای بهتری را می‌دهند که به زودی به دستان توانای جوانان ایران ساخته خواهد شد. نمونه‌های بسیار دلپذیر همیاری غیر دگرباشان با دوستان دگرباش‌شان هم در این بین بسیار چشم نواز و دلپذیر بود: دگرجنسگرایانی که دوشادوش دوستان دگرباش‌شان ایستادند و افتخار رهایی از این ترس را به اسم خودشان رقم زدند و ما را نیز به داشتن دوستانی نترس و مهربان مفتخر کردند.

پوستر زیبایی توسط یکی از همین دوستان عزیز دگرجنس‌گرا طراحی شده بود و در همان روزها دست به دست توی فیس بوک می‌گشت. برای نشان دادن قدردانی از درک و فهم والای این دوست، پوستر مزبور را در انتهای سخنانم می‌آورم و از ایشان متشکرم.

این شماره با همکاری دو نویسنده‌ی جدید منتشر می‌شود: صدرا اعتمادی و شایان

از همکاری همه‌ی دوستان متشکرم و برای این دو دوست جدید آرزوی موفقیت دارم.

آیا کسی می‌تواند به این سوال جواب بدهد که چکار کنیم که بچه‌های ما روز به روز ناچار به ترک خانواده نشوند؟

تماس با شروین: shervin.daryadar@gmail.com

چیزی که برای تثبیت حقوق مردم همجنسگرا در میان مردم دگرجنسگرا اهمیت حیاتی دارد. سوالی که خانم افشاری مطرح می‌کند، "پیشنهاد می‌کنم در مورد این پرسش کلیدی گفتگو کنیم که تن و سکس‌آلیته‌ی ما انسانها متعلق به کیست؟"، سوالی است که می‌تواند جامعه‌ی دگرجنسگرا را در کنار جامعه‌ی همجنسگرا از قید سلطه‌ی فرهنگ/اجتماع به عنوان قیوم بر زندگی شخصی و هویت/گرایش جنسی رها کند. خسته نباشید خانم افشاری.

کمپین بعدی از درون خود جامعه‌ی دگرباش برخاست. جمعی از دگرباشان و حامیان دگرباشان بر اساس نیاز به آشکارگری جامعه‌ی دگرباش در فضای اینترنت با به نمایش گذاشتن کلیپ‌های کوتاه از چهره‌ی خود و بیان حرف‌های خود، خود را معرفی کردند: این چهره‌ی یک همجنسگرا/تراجنسی است. ما همه جا هستیم. این عبارت در جواب به پرسشی است که معمولن دگرجنسگرایان در رودرویی با مساله‌ی همجنسگرایی می‌پرسند. که این همجنسگرایان کی هستند و کجا هستند و آیا همجنسگرایان همان متجاوزها نیستند؟ کمپین آشکارگری همجنسگرایان/تراجنسی‌ها، یعنی اعلام "ما همه جا هستیم"، جوابی به این سوال است. با تماشای این کلیپ‌ها و با تماشای چهره‌هایی که تمرین حضور در ملاء عام با هویت خود را می‌کنند، دستی پرده پرده ابهام را کنار می‌زند. تا امروز تعداد زیادی کلیپ ویدئو روی یوتیوب در دسترس است. شاید این قدم از موثرترین قدم‌هایی باشد که جامعه‌ی اقلیت‌های جنسی برای شستن هوموفوبیا از ذهن جامعه‌ی دگرجنسگرا، و همینطور جامعه‌ی دگرباش جنسی برداشته باشد. یادمان باشد که نگاه کردن از دریچه‌ی دوربین به جهانی که با ما مثل غریبه‌ها رفتار می‌کند، و دغدغه‌ای که در نگاه ما موج می‌زند، گاهی ناشی از هوموفوبیای درونی‌شده‌ی ماست که تنها راه شستن‌اش همان ایستادن در برابر جهان است، با شادمانی من‌ای که من‌ام. زیبایی کار این کمپین، گروهی بودن این حرکت است. صفحه‌ی فیس بوک کمپین و کارهای فنی آپلود کلیپ‌ها را یک گروه پانزده نفره به عهده دارد که کمپین را تبدیل به منظره‌ای از چندصدایی و چندگانگی و ناهمگونی هماهنگ مثبت و معترض کرده است. راهی که کمپین آغاز کرده حالا حالاها ادامه دارد، شاید تا روزی که پیشنویس تازه‌ای از قانون اساسی را امضا کنیم.



متن مندرج در پوستر:

برا مقابله با هموفوبیا نیازی نیست لزوماً همو یا ترنس یا بای سکسوال و یا هر شکلی از کوئیر باشید. این یک وظیفه مدنی است. علیه سرکوب حذف انسان، بخاطر هویت متفاوتش، هر چه باشیم، مبارزه کنیم. مبارزه با هموفوبیا یعنی مبارزه با تمامیت خواهی، مرکز گرایی و مبارزه با تحمیل سبک زیسته به دیگری. قدم در راه این مبارزه یعنی ایمان داشتن به مفهوم انسان، حق، برابری، آزادی...



متنی که همراه با پوستر منتشر شد:

سلام
من یک دگرجنس‌گرا هستم اما خودم را عضوی از این خانواده رنگین‌کمانی میدانم برای من امکان تهیه یک ویدئو نبود اما برای اعلام همبستگی با شما در روز مقابله با همجنسگرایی هراسی اینو طراحی کردم

ستاره الیاسی





نمی‌خواستم بستنی‌ام آب شود. دست آخر هم رفتیم بوستان مادران. خواستیم برویم تو که نشد یعنی راهمان ندادند؛ گفته بودند نمی‌شود.

ولی می‌توانستیم چند متر آن‌طرفتر، پارک کنیم و همان‌جا بپلکیم. همین کار را کردیم. زمین یخ بسته بود و حتی نمی‌شد از ماشین بیاییم پایین. کمی که آرام گرفتیم و سکوت همه‌جا را پر کرد، دستم را دراز کردم تا دستش را بگیرم. حالا دستش توی دستم بود و آرام حرف می‌زدیم. برایم از سفر اصفهان، سوغاتی آورده بود؛ یک گردنبند یشم. از کیفش درآورد و توی دستش به سمتم گرفت. بعد خواست برایم ببندد. خم شدم تا بتواند گردنبند را ببندد. تشکر کردم و او را در آغوش کشیدم. مدتی گذشت و بعد لب‌های هم را پیدا کردیم. مثل کشف یک چیز ناممکن در تاریکی و در بی‌مکانی.

شاید موقعیت‌های نامتعارف، لذت یک امر را افزون می‌کنند آن‌قدر که دلت نمی‌خواهد لب از لب‌هایش برداری. هرچیزی پایانی دارد ولی.

برای لحظه‌ای حس کردم از من فاصله گرفت. با صدایی لرزان صدایم کرد. به همان‌جا سربرگرداندم که خیره مانده بود. نور مستقیم، توی آن تاریکی مطلق، آن‌قدر بود که نتوانم چیزی را ببینم. هوشیارتر که شدم، صدای آگروز موتورسیکلت هم من را متوجه موقعیت غیرقابل درکی کرد که در آن قرار داشتیم.

فقط توانستم بگویم "بریم. زود باش بریم" و چه خوب که نرفتم. قبل از آن‌که حتی خیلی معقول بنشینم، در را باز کرد. یک درجه‌دار با ستاره‌های خیلی کم بود که در را باز کرد و -

حالا که فکر می‌کنم هیچ اتفاقی نیفتاده است. یکی آنقدر من را جدی گرفته بود که می‌خواست تحویل بازداشتگاه وزرا بدهد.

رو به سرباز وظیفه گفت: "اطلاع بده به مرکز این‌ها را بیایند ببرند وزرا".

رو به من کرد و ادامه داد: "به جرم همجنسبازی".

این را گفت و منتظر واکنش من ماند.

به من گفت: "الان خبر می‌دم بیایند ببرندتان وزرا و به خانواده‌هاتان هم اطلاع بدهند"، و طوری که تمام کلمه‌هایش، درست توی گوشم برود، رو به من گفت: "شما را به جرم همجنسبازی تحویل وزرا می‌دم".

به آرامی به او گفتم: "اجازه بدید با وکیلتم تماس بگیرم تا بیاد. با ایشان حرف‌هاتان را بزنید".

####

چه مدت بود که نور چراغ موتورسیکلت، مستقیم، افتاده بود روی صندلی‌های جلوی ماشین؟ نمی‌دانم.

و عجیب آنکه حتی صدای نزدیک شدن و توقف موتورسیکلت را هم نشنیده بودیم. سربرگرداندم به سمت نور و بی‌اختیار به سحر گفتم: "روشن کن بریم".

####

من کارم تمام شده بود و چند قدمی آن‌سوتر از محل کارم، درست آن‌طرف خیابان، این پا و آن پا می‌کردم و پیچ زیر پل را دیدم می‌زدم و منتظرش بودم. چند دقیقه‌ی بعد جلوی پایم ترمز کرد و لبخند کشداری تحویل‌م داد که نتوانستم بگویم چرا دیر آمده‌ای. سحر سوال نپرسیده‌ی من را جواب داد "ترافیک. خیلی شلوغ بود".

چند جایی که کار داشتیم را با هم رفتیم و بعد هم ول شدیم کف خیابان‌های تهران. اول باید می‌رفتم کتابفروشی و بعد هم دور میدان ولیعصر دوستی را می‌دیدم و پوشه‌ای را تحویلش می‌دادم و البته نگاه‌های پرسش‌گرش را هم تحمل می‌کردم. بعد هم که ول شدیم و خیابان بود و این که کجا برویم حالا؟

دوست نداشتم جایی بنشینم. دلم جای سقف‌دار نمی‌خواست. هوا خنکی‌ش را بلور می‌کرد و مثل بستنی هدیه می‌داد به من و

کلافه شده بود.

خیلی نمایشی به سرباز نهیب زد "بی سیم بزن بیان این دو تا رو بپرن وزرا".

ادامه دارد...



parand.shoushtary@gmail.com

تماس با پرنده:

گفت "بیا پایین"، رو به من بود که دستور می داد. سربرگرداندم و یک سرباز را هم آن دورتر دیدم. ولی تصمیم نداشتم که از ماشین پیاده شوم.

"این جا چه کار می کردین؟"

و من خیلی عادی و معمولی سلام کردم. تصمیم داشتم قضیه را با خونسردی پیش ببرم. زیرچشمی نگاهی به سحر انداختم که فرمان را گرفته بود و سعی می کرد نلرزد و طبیعی به نظر برسد. دستور بعدی مرد من را به خود آورد. "کارت شناسایی"، قبل از آن که سحر بخواهد کیفیتش را از پشت بردارد، کارت من را به او دادم.

باز تکرار کرد: "این جا چه کار می کردید؟"

سحر شروع کرد به حرف زدن "جناب سروان! من دارم می رم مسافرت اومدم دوستم رو ببینم".

- "این جا؟ توی این هوای سرد؟"

- "از این جا رد می شدیم، یعنی من این جا می رم کلاس بسکتبال ... نداشتن بریم تو ... ما همین جا موندم."

رو به مرد گفتم: "مشکل چیه؟"

"اگه راستش رو بگی می ذارم برین... چی کار می کردین؟"

- "کاری نمی کردیم... نشسته بودیم توی ماشین"

- "راستش رو بگو... من دیدم ..."

کم کم داشت گستاخ می شد و اصلن متوجه حرفهایی که می زد نبود... من وسط حرفش پریدم ...

"آقای محترم! مؤدب باشین... این حرفا چیه؟ ایشون دوست منه و داشتیم خداحافظی می کردیم"

گفت "راستش رو نمی گی. الان خبر می دم بیان بپرنتون وزرا و خونواده هاتون رو هم خبر کنن"

و همین طور الکی با بی سیمش ور رفت. قرار من با خودم بر آرامش بود، پس از کوره در نرفتم. موبایلم رو دستم گرفتم و

گفتم "مساله ای نیس. اگر مایل باشید من صلاح می دونم شما با وکیل من حرف بزنید. من دیگه حرفی ندارم".

"اگه راستش رو بگید می ذارم برین... راستش رو بگو".

رو کرده بود به من.

گفتم "بهتون گفتم... ایشون دوست من هستن. دارن می رن مسافرت. همدیگه رو برای خداحافظی بوسیدیم".

گفت "تو اون رو نمی بوسیدی داشتی لباش رو ..."

با خونسردی، طوری که خودم هم از این همه خونسردی شگفت زده شده بودم رو به او گفتم "البته، من هم همین رو

گفتم... این هم یک نوع بوسه ست".



رسول/ پسرها را می‌فرستند سربازی تا مرد شوند

پسرها را می‌فرستند سربازی تا مرد شوند، مادرها به فکر زن دادنشان بیفتند و پدرها با غرور سینه جلو بدهند که پسر من مرد شده و سربازی رفته است، خواهرها اما بیشتر دلشان برای مدتی که بیهوده هدر می‌رود می‌سوزد ولی خواهرهایم هم شاید اندکی در دل این امید را پرورانده باشند که با رفتن سربازی شاید یادش برود به پسرها کشش دارد و شاید آمد و گفت برای من زن بگیرید.

و برادرها یا شادند که ممکن است معاف شوند و یا راضی که من مرد شدم و بگذارید او هم مرد شود!

وقتی خدمت، اجباری می‌شود حتی دربهشت‌بودن هم عین جهنم است چه برسد خدمت اجباری برای نظامی که بوی قدسی بودنش از دورها به مشام می‌رسد. آن هم وسط بیابانی که خشکی‌اش خاطره باران را هم فراموش کرده است.

و وقتی نوروز می‌شود همه خوشحالند، ماشین‌ها روی جاده بیشتر می‌شوند و باربندهایی که تا می‌توانند بالا می‌روند و چشم‌های برآقی که انتظار فردای نوروز را دارند و به این فکر می‌کنند که لحظه تحویل سال کجایند، کنار ویرانه‌های خشتی ارگ بم یا زیر نخل‌های نخلستان فهرج و یا کنار مزارع جیرفت و بهتر از آن شاید لب ساحل دریای پارس!

پدر خانواده که دلش می‌خواهد کنار ساحل باشد و بچه‌هایی که هی او را تشویق می‌کنند پای روی پدال گاز را بیشتر فشار دهد و مادری که از سرعت می‌ترسد و غر می‌زند و در دل به همان کنار ویرانه‌های ارگ سال را نو کردن راضی می‌شود.



عقربه‌ی کیلومتر شمار از ۱۳۰ که رد می‌شود یک دفعه وسط جاده پسرک پیرهن و کلاه سفید، با کاپشن مشکی می‌پرد جلو و با راکت سبز و قرمزش ایست می‌دهد. پدر که مجبور شده از ترس جریمه‌ی بیشتر نگه دارد، با غرولند پیاده می‌شود، التماس برای جریمه نکردن اولین کاری است که همه انجام می‌دهند... وقتی پدر دوباره سوار می‌شود محکم قبض جریمه نازک را فشار می‌دهد روی داشبورد و شروع می‌کند بلند بلند فحش دادن به مامور، دختر خانواده نگاهی به پلیس جوان می‌اندازد و در ذهن می‌گوید چه پلیس خوش تیپی، پسر خانواده خط کنار شلوار مامور پلیس را نگاه می‌کند و با لحن تمسخر آمیز می‌گوید که این افسر سرباز است و پدر بیشتر آتشی می‌شود و مادر هم در فحش‌دادن با او هم کلام می‌شود و دختر هنوز به این فکر می‌کند چه پلیس خوش‌تیپی را گذاشته‌اند وسط این کویر برهوت و ماشین حرکت می‌کند، اما این بار پدر حواسش به فشار پا روی پدال گاز هست و پلیس می‌داند این ماشین دست کم به سلامت به ساحل می‌رسد.

شب می‌شود، سربازهای پاسگاه سفره‌ی هفت‌سین را پهن کرده‌اند و از خستگی همه به تخت خواب‌هایشان چسبیده‌اند، تخت‌هایی که همیشه فاصله شرعی را رعایت می‌کنند و به دیوار میخ شده‌اند تا هوس کنار تختی دیگر بودن را به خود راه ندهند. تیک‌تاک .. تیک‌تاک ... دو ساعت مانده به لحظه‌ی تحویل و شروع یک روز زیبا برای دیگران و روز پرکارتر برای سربازها ... صدای بیسیم بلند می‌شود و خبر می‌دهد، خبر از حادثه، اتوبوس، واژگونی... این بار پسر را بیدار می‌کنند تا به صحنه‌ی تصادف برسد، اتوبوس آبی- فیروزه‌ای چرخ‌هایش را هوا کرده و به پشت دراز کشیده، یکی از اولین نفراتی که با سواری بنز چند سال کار کرده پلیس می‌رسند همان سرباز است.

جز سه مرد در اتوبوس، همه زن هستند. هوا تاریک است و روی زمین چادرها و دخترها به هم پیچیده‌اند و دراز کشیده‌اند، معلوم نمی‌شود کدامشان ناله می‌کند و کدام خاموش‌اند. مرد راننده بدون خراش گوشه‌ای نشسته، ماتم‌زده صحنه را نگاه می‌کند، پارچه زرد جلوی اتوبوس خودش را به باد داده و صدا می‌کند، نزدیک‌تر که می‌شویم می‌بینیم نوشته "راهیان نور ... شهرستان کهنوج ... واحد خاوران دانشگاه ..."



من ؛ پسرِ پلیسِ سرباز با قبض جریمه و دوربین سرعت‌سنج می‌افتم به جان جاده و ماشین‌ها ، می‌شوم سرعت‌گیری که مردم از ترس جریمه نشدن و تلخ نشدن روز اولشان تا چشم‌شان به ما می‌افتد پایشان را از روی گاز برمی‌دارند، صدای بیسیم ماشین پلیس بلند می‌شود، هر وقت افسرنگهبان این‌طور کسی را صدا می‌زند حتماً اتفاقی افتاده، پلیسِ سرباز جواب که می‌دهد موقعیتی را می‌شنود که چند کیلومتری خودشان است، سرباز دوربین را پرت می‌کند عقب ماشین و به سرعت راه می‌افتند.

پسرِ پلیسِ سرباز، دست‌هایش را به هم گره کرده و زیر لب دعا می‌کند و خودش را برای دیدن بدترین‌ها آماده می‌کند، حالش از جاده و ماشین و بوی آگروز و خون به هم می‌خورد، هنوز اتفاق دیشب، مثل کابوس دم صبح هضم نشده و چادرهای مشکی براق و بدن‌های پاره از جلوی چشمش دور نشده ...

از دور پشت کامیون بزرگی دیده می‌شود که سمت چپ گوشه‌ی خاکی جاده ایستاده، نزدیک‌تر می‌شوند چند صد متر خط ترمز در لاین سمت چپ دیده می‌شود و صدای لنت‌هایی که در تصور پسر جان می‌گیرد، کامیون از بغل و پشت چیزی را نشان نمی‌دهد، پسر می‌خواهد نفس را با خیال راحت بیرون بدهد که... آن طرف کامیون پژوی مچاله‌شده‌ای را می‌بیند، قلبش نزدیک است تپیدن را فراموش کند ... اولین چیزی که می‌بیند نیم تنه ی عریان پسری است با رگه‌های قرمز خون که تا روی شرت مارک دی اند جی خاکستری‌اش کشیده شده است.

پسرِ سرباز پیاده می‌شود، نصف صورت پسر نیمه عریان پر از خون است و چشم‌هایش به آسمان دوخته شده، اورژانس زودتر رسیده و مردهایی با جلیقه‌ی قرمز مشغول در آوردن پیکرهایی از ماشین له‌شده زیر چرخ‌های کامیون هستند.

پسر خودش را عقب می‌کشد، از ته شکمش چیزی زُق زُق می‌کند و می‌سوزاند و تا به گلویش بالا می‌آید، چشم‌هایش می‌سوزد، دست‌هایش می‌لرزد، می‌رود طرف ماشین سفید-آبی پلیس‌راه و از داخل کیفش بطری نیم‌لیتری که امروز صبح از آب چاه پاسگاه پرکرده بیرون می‌آورد، خالی می‌کند روی سرش، آفتاب، مستقیم می‌تابد، هوا دم‌کرده است و بوی خون در فضا پیچیده.

ناگهان یاد چهره مادرش می‌افتد، لبخند آخری که زد و دست‌هایی که او را به خدمت سربازی سپرد و آرزوهای دل مادری که می‌خواهد پسرش مردشود، که دست‌های پسرش دیگر لطیف-

اورژانس که می‌رسد، نورافکن‌ها را روشن می‌کند و آبی فیروزه‌ای اتوبوس، رنگ ترسناکی به خود می‌گیرد و می‌شود آبی و سرخ، روی زمین چند بدن تکه تکه شده دیده می‌شود و زیر چادرها بدن‌هایی که پاره پاره شده‌اند، دخترهای بازمانده با لهجه‌ی جنوبی خاک به سر و زاری کنان هر کدام اسمی را تکرار می‌کنند و چه خوب است که شب است و کسی چهره‌ی پسرِ پلیسِ سرباز را نمی‌بیند.

چادرهای مشکی با خون، تیره تر و براق‌تر به نظر می‌آیند. سرباز، راننده را می‌کشد کناری و بلند سرش داد می‌زند خواب بودی یا مست؟ راننده اشک‌هایش یکی یکی می‌ریزد و با صدای دو رگه می‌گوید فقط می‌خواستم سال تحویل کنار خانواده‌ام باشم ... با ۱۱۰ تا سر پیچ پیچیدم ... پسر باقی حرف‌های راننده را نمی‌شنود به ساعت نگاهی می‌اندازد، سه ربع مانده به تحویل سال، بر می‌گردد، صحنه ترسناک‌تر خود را نشان می‌دهد ... چادرهای مشکی و براق خبر از نوروز سیاه ۱۵ خانواده می‌دهند.

...

سال که تحویل می‌شود، دل پلیسِ سرباز پر می‌کشد برای سفره‌ی سفید هفت‌سین و بغل گرفتن کتاب مقدس و فکرکردن به فرداها و اولین کارهایی که در این سال انجام می‌دهد ... برای نان و سیرو و برای سمنو و تخم مرغ‌های رنگی و برای دیدن خانواده و فامیل و شیرینی و ... و عکس‌هایی که می‌گرفت و بهترینش را می‌گذاشت برای فیس بوک و منجم ...

و امسال که سال تحویل شد، فضای پاسگاه مثل همیشه سنگین و سرد است، با دیوارهای سنگ کاری شده‌ای که انگار هیچ‌وقت قصد گرم شدن ندارند.

پسرِ سربازِ پلیس، چشم‌هایش را روی هم نگذاشته ساعت ۵ می‌شود و بیدار باش ...

سربازهای صفری که با جارو و تی به جان کف و در و دیوار می‌افتند و یونس، سرباز سبزه با اندام پیچیده که وقتی تی ابری را روی موزاییک‌ها می‌کشد بازوهایش چند برابر می‌شود و حس دردناکی را در وجود پسرِ سرباز ایجاد می‌کند مثل دل‌پیچه‌هایی که وقتی کودکی از پشت ویتترین فروشگاه اسباب بازی‌ها را تماشا می‌کند، حس می‌کند.

روز اول فروردین چه قدر شبیه باقی روزها شده است ؛ فقط تعداد ماشین‌ها بیشتر شده است و آدم‌هایی که داخل آن‌ها تمیز و خندان هستند...



از دور، پشت کامیون بزرگی دیده می‌شود که سمت چپ گوشه‌ی خاکی جاده ایستاده، نزدیک‌تر می‌شوند چند صد متر خط ترمز در لاین سمت چپ دیده می‌شود و صدای لنت‌هایی که در تصور پسر جان می‌گیرد، کامیون از بغل و پشت چیزی را نشان نمی‌دهد، پسر می‌خواهد نفس را با خیال راحت بیرون بدهد که... آن طرف کامیون پژوی مچاله شده‌ای را می‌بیند، قلبش نزدیک است تپیدن را فراموش کند... اولین چیزی که می‌بیند نیم تنه‌ی عریان پسری است با رگه‌های قرمز خون که تا روی شرت مارک دی اند جی خاکستری‌اش کشیده شده است.



Photo Hamid Sadeghi

FARS NEWS AGENCY

نباشد و رنگ‌های روشن نپوشد و... لعنت می‌فرستد به خودش... مردانگی چه حقیر شده است که به پوست خشن دست و صورت آفتاب سوخته و زن بارگی رسیده است. چه قدر دلش می‌خواهد فریاد بزند... ناگهان صدای زاری او را بر می‌گرداند به بیابان و آفتاب داغ و پسر نیمه عریان... بر می‌گردد پنج کاور بزرگ مشکی تکه پاره‌های بی‌جان یک خانواده را در خود جا داده‌اند، بوی آشنای دیشب دوباره بلند شده، بوی خون و مرگ که از ماشین له شده می‌آید.

مامور قرمز پوش اورژانس می‌دود و توی دست‌هایش چیزی سفید تاب می‌خورد، خودش را به ماشین اورژانس می‌رساند و آمبولانس آژیر می‌کشد و دور می‌شود، سرباز پلیس نگاهش به کفش کوچکی است که از دست مامور افتاد روی زمین... پسر دو ساله خانواده‌ای که دیگر نیست.

صدای روشن شدن کامیون پسر پلیس سرباز را به عقب بر می‌گرداند و تازه متوجه راننده کامیون می‌شود، با گام‌های محکم که حسشان نمی‌کند به طرف کامیون می‌رود خودش را بالا می‌کشد و در را باز کرده و دست می‌اندازد و یقه‌ی راننده را می‌گیرد و می‌اندازدش پایین، دهانش را باز می‌کند و شروع می‌کند به داد زدن سر مردک راننده... خودش هم نمی‌داند چه می‌گوید فقط فریاد می‌زند، صدایش مثل صدای خواهرش توی گوشش می‌پیچد، راننده کامیون ملتسانه اطراف را نگاه می‌کند، لب‌هایش را باز می‌کند و می‌گوید نمی‌دانم چه شد، بوی دود و افیون تا صورت پسر بالا می‌آید. پسر دست سفید و لطیفش را که قرار است زمخت و مرد شود بالا می‌برد و قبل از زدن به صورت مرد خودش را عقب می‌کشد، دوباره خودش را به ماشین پلیس می‌رساند این بار دنبال جایی است که پنهان شود، خم می‌شود و انگار از درد به خودش می‌پیچد و تمام نفرتش را پشت تاپر ماشین بالا می‌آورد و نفس نفس زنان به ماشین مچاله شده و کاورهای مشکی گوشه بیابان خیره می‌شود.

آن سرباز پلیس من هستم، وسط بیابانی که اولین چیزی که شاهد بود مرگ و تجاوز به جوانک مهاجر افغان بود.

فروردین ۱۳۹۰

پلیس راه کویر

راه رفتن در برف

"راه رفتن در برف"،

نامه‌هایی است به کسی، که

دیگران می‌خوانندش.

نامه‌هایی که یا نمی‌نویسی

یا اگر نوشتی همین قدر

آشفته و غیرخطی می‌شوند.

طوری است که خواننده

فقط بعد از خواندن همه‌ی

آن‌ها، نقشه‌ای (و نه

عکسی) از سرزمینی که

اتفاق‌ها و احساس‌های

نویسنده در آن‌ها جریان

داشته به دست می‌آورد؛

نقشه‌ای نصفه و نیمه، که

بیش‌تر از آن که بخواید

خط سبزی منطقی از

ذهنیات نویسنده باشد،

طرحی از حس-و-حال‌های

اوست.

راه رفتن در روزهای برفی

برای من همیشه نوعی

گیجی و فراموشی با

خودش دارد.

تماس با همزاد:

hamzaad@gmail.com

باید از تو بخواهم همه‌ی این نامه‌ها را کامل بخوانی. و یک چیز دیگر: باید اعتراف کنم بعضی وقت‌ها به نظر خودم همه‌ی این حرف‌ها خنده‌دار است؛ فقط واکنشی است به یک حس ناراضیتی. نمی‌دانم برای تو هم پیش آمده یا نه که گاهی که منتظر خبری از طرف کسی هستی (فرض کن کسی که به‌تازگی ازش خوشات آمده و هنوز حس‌اش را به خودت نمی‌دانی) و او هیچ واکنشی نمی‌دهد. بعد شروع می‌کنی به منفی‌بافی و این که آن آدم اصلاً به درد تو نمی‌خورد و اصلاً بهتر که جواب نداد و حتا بهتر بود آشنایی‌ای صورت نمی‌گرفت. اما در همین گیر-و-دار ایمیل یا پیامک گرم و گیرایی از او می‌رسد و همه‌ی آن منفی‌بافته‌ها به یک آن شسته می‌شود و می‌رود. انگار که اصلاً نبوده. ناخودآگاهت پایند آن آدم بوده و کلافگی، واکنش معکوسی را در تو فعال کرده. از خودم می‌پرسم این حرف‌ها و این نامه‌های من هم چیزی از جنس آن واکنش است؟ نه، احتمالاً نیست.

زمان گذشته و در این سال و روزها من و تو به اوج‌ها و حسیض‌ها رفته‌ایم. چرا، شاید من هم دوره‌هایی کلافه و ناراضی بوده‌ام، اما این‌ها گذشته. الان حس آدمی را دارم که در برف راه می‌رود. در سکوتی همه‌گیر، در کوچه‌هایی خلوت، ابری، یک‌دست سفید. آدمی که دارد به "جایی" می‌رود، اما با بی‌خیالی. مهم نیست کجا. مهم خلسه‌ای است که در این راه رفتن و در این سفیدی و در این صدای ممتد و یکنواخت قدم‌ها است.

این حرف‌ها هم که در این نامه‌ها می‌زنم به راه رفتن در برف می‌ماند. راه رفتن در روزهای برفی برای من همیشه نوعی گیجی و فراموشی با خودش دارد. انگار که کاری را یادم رفته، چیزی را جایی جا گذاشته‌ام یا آدمی انتظارم را می‌کشد. این نامه‌ها هم که می‌نویسم مثل همان غوطه‌وری در گیجی روزهای برف‌آمده است.

از خودم زیاد پرسیده‌ام که من از رابطه چه می‌خواهم؟ گاهی که با قطار در سفرم و خانه‌های ده کوچکی را می‌بینم یا کلبه‌ای پرت‌افتاده کنار تپه‌ای یا مزرعه‌ای به چشم‌ام می‌خورد، وسوسه‌ی عجیبی در من بیدار می‌شود برای بودن در آن زندگی و تجربه کردن‌اش. وسوسه‌ی این که دست کسی را که دوست داری بگیری بروی در جایی پرت در خانه‌ی محقری زندگی کنی، در خانه‌ای که چراغ‌اش روشن است و پرده‌های‌اش افتاده و امنیت دارد و گرما. خانه‌ای که بوی شیرین جافتادگی و خوش‌بختی و روزمرگی بدهد. خانه‌ای که در زندگی دونفره‌ی توی آن یک چیز همیشگی و دل‌چسب و بی‌تغییر جریان دارد و دغدغه‌ها و اضطراب‌ها فرسنگ‌ها از آن دورند. مزه‌مزه کردن این حس-و-حال می‌ترساندم: من با این همه سکون و آرامش تخدیری هیچ سازگاری ندارم، پس این وسوسه‌ی ناگهانی و شدید از کجا می‌آید؟ رهابودگی و سبکی‌ای که همیشه می‌خواست‌ام با این امنیتِ لخت و سنگین هم‌خوانی ندارد و نکته شاید همین جاست: چیزی که مدام پس زده‌ام و بهش میدان نداده‌ام.

اما آن امنیتِ خانگی و اسیرکننده با این که حس خوبی دارد بسیار دور از واقعیتِ رابطه و زندگی است. بیش‌تر به یک تصویر سینمایی می‌ماند؛ یکی از آن تصویرهای کلیشه‌ای زیادی که ملاک خیلی‌ها برای رابطه‌ی عاطفی است. تصویرهایی که خیلی از آدم‌ها رابطه‌ها را به‌امید بازسازی آن تصویرهای بیرونی و تجربه کردن آن‌ها می‌سازند، به‌جای این که بازی خودشان را بکنند و رابطه را نو-به-نو و زنده جلو ببرند.



تکانی نمی‌خورد. «میثم! با توام!» بعد با آرنج دست می‌زند به علیرضا که یعنی بلند شو و میثم را بیاور بنشان این‌جا. علیرضا بلند می‌شود و دم‌پایی‌اش را می‌پوشد و از پله‌ها می‌رود پایین و می‌رود بازوی میثم را می‌گیرد و «بلند شو دیگه، لوس نکن».



آقاسهراب همیشه بلد بوده چه‌جوری دل ما را به دست بیاورد؛ علیرضا آن اوایل خیلی از دست آقاسهراب کتک می‌خورد. علیرضا هنوز هم آدم مغروری است. هرچند چند سالی می‌شود که ندیده‌ام یا نشنیده‌ام که بین‌شان حتی بحثی درگیرد یا صدای‌شان را روی هم بلند کنند. من هم چندباری کتک خورده‌ام، میثم اما قضیه‌اش فرق می‌کند؛ میثم فکر می‌کند اگر آرایش نکند هیچ‌کسی حاضر نیست حتی روی صورت‌اش تف کند. نه من، که خیلی‌ها به‌اش گفته‌اند که آرایش‌نکرده زیباست و چشم‌های درشت و سیاه‌اش برای از راه به در کردن پسرهای مردم کافی است، اما خب میثم به آرایش‌کردن وابسته شده است. آن شب استثنائش یادش رفته بود که قبل از آمدن به خانه پاک‌اش کند. آقاسهراب هم سفارش اکید کرده که توی محل آتویی دست هیچکس ندهیم. آقاسهراب پنجرگیری دارد.

«نادرا! بپر سوئیچ رو از جیب شلوارم بردار و برو از صندوق عقب، اون بطری عرق رو وردار بیار. زیردستمال مسمالاست.» البته «عرق»‌اش را نجوا می‌کند. می‌پریم و می‌روم توی اتاق آقاسهراب و دست می‌کنم توی جیب شلوار جین آقاسهراب و سوئیچ را برمی‌دارم. حالا میثم با همین چند پکی که به قلبان زده، سرش سنگین شده و گذاشته‌اش روی ران پای آقاسهراب و دراز کشیده است. علیرضا توتون‌های سوخته را ریخته روی سینی و دارد بساط قلبان را جمع می‌کند، می‌گوید «نادرا! اون یکی لامپ رو هم بزن، دلگیره». می‌زنم و حیاط نورانی‌تر می‌شود. دوباره نگاه می‌کنم به میثم؛ آقا سهراب دست‌اش را گذاشته روی سر میثم و با سرانگشت‌های‌اش - درست نزدیک کبودی پیشانی میثم - دارد موهای‌اش را ناز می‌کنند.

همه‌چیز به خاطر همان یک‌دوره آرایشی بود که میثم احمق فراموش کرده بود قبل از این‌که به خانه برسد پاک‌اش کند. آقاسهراب هم وقتی میثم را با این صورت رنگ‌رنگ دیده بود دیوانه شده بود و شلنگ قلبان‌اش را رها کرده بود روی زمین و جست زده بود و میثم را گرفته بود زیر مشت و لگد. میثم - زیر دست‌های گنده‌ی آقاسهراب - با گریه و زاری داشت معذرت‌خواهی می‌کرد اما آقاسهراب کلی حرف درشت بار میثم کرده بود و دست انداخته بود و موهای میثم را مشت کرده بود و کشان‌کشان برده بودش زیرزمین. حتی پادرمیانی علیرضا هم نتوانسته بود آتش غضب آقاسهراب را خاموش کند. آن شب میثم توی زیرزمین ماند و فردا صبح‌اش خود آقاسهراب رفته بود و درش آورده بود.

علیرضا نشست است روی پله‌ها و سیگار می‌کشد، آقاسهراب هنوز برنگشته. میثم توی اتاق‌اش است، روی تخت‌اش؛ هنوز بدن‌اش کوفته است. هایدی گذاشته است و صدای‌اش کمی می‌آید توی حیاط. آخرین قطعه‌ی لباس‌ها را آب می‌کشم و می‌چلانم و می‌گذارم روی لباس‌های شسته‌شده و چلانده‌شده‌ی توی تشت، «خب لباسات رو بده بشورم دیگه، من که دارم می‌شورم». کون سیگار را - انگار که تیله باشد - میان انگشت اشاره و شست‌اش گیر می‌دهد و با بی‌دقتی نشانه می‌گیرد و پرت می‌کند توی باغچه، «نه، مرسی، خودم می‌شورم فردا پس‌فردا». بلند می‌شوم یکی‌یکی لباس‌ها را برمی‌دارم و می‌تکانم و می‌اندازم روی بند. آفتاب دارد آخرین خودنمایی‌های‌اش را می‌کند. آقاسهراب دیر کرده است.

علیرضا بساط قلبان را آماده می‌کند؛ نزدیک باغچه ایستاده است و آتش‌گردان را گرفته توی دست راست‌اش و می‌چرخاندش تا خوب سرخ شود. آقاسهراب شلوار بیرون‌اش را درآورده و شلوار خانگی‌اش را پوشیده و با همان زیرپیراهنی رکابی سفید آمد نشست رو فرش، پشت قلبان. دید که میثم گوشه‌ی حیاط، نزدیک در خانه، نشست و سرش را کرده لای پای‌اش که مثلن دلخور است. علیرضا آتش را با انبر می‌گیرد و می‌آید بالا و می‌گذاردش روی قلبان و می‌نشیند کنار آقاسهراب. من هم هم‌زمان میوه‌ها را از توی حوض جمع کرده‌ام و گذاشته‌ام توی دیس و آورده‌ام بالا. «میثم خان! نمی‌خواهی قلبون بکشی؟»، آقاسهراب بود که یک دست‌اش را گذاشته بود روی ران پای‌اش و با دست دیگرش شلنگ قلبان را گرفته. میثم چیزی نمی‌گوید و -



آقاسهراب با یک دست سر میثم را بلند می‌کند و خودش بلند می‌شود و بعد بازوان میثم را به مشت می‌گیرد و بلندش می‌کند - گاهی هم شده که بغل‌اش کرده است. میثم هم تا می‌تواند خودش را به آقاسهراب چسبانده راه می‌رود. می‌مانیم من و علیرضا.

علیرضا سنگین است، یعنی انگار از همان بچگی غم دنیا را ریخته‌اند توی دل این آدم و از همان بچگی به‌اش یاد نداده‌اند که می‌تواند شاد باشد یا کسی را دست بیاندازد و به خاطر زیبایی‌اش مغرور باشد. تقریباً دراز کشیده است جای آقاسهراب و تکه نخ‌ی را میان سر انگشت‌های‌اش گرفته و بدان خیره شده است. «حالا اش رو داری فردا بریم کوه؟». می‌دانستم که حال‌اش را ندارد و رد می‌کند. سرش را که تکیه داده بود به متکا چرخاند به سمت من و «فردا عصری با یکی قرار دارم». چشم‌های‌اش قرمز شده‌اند و پلک‌های بالایی میل دارند که ببینند پایین‌تر و علیرضا را با خود ببرند آن تو، توی آن سیاهی، برای چند ساعتی گم‌اش کنند، او را از دسترس این دنیا خارج کنند. چشم‌های‌اش را می‌بندد و من بعد بلند می‌شوم.

پرده‌ی اتاق‌ام را می‌زنم کنار تا ببینم اگر بخوابم روی تخت آیا ماه را در آسمان خواهیم دید یا نه. نمی‌توانم بخوابم؛ همین‌که سرم را می‌گذارم روی بالش و چشم‌های‌ام را می‌بندم سرم آن‌قدر تند می‌چرخد که انگار اگر چشم‌های‌ام را باز نکنم پرت می‌شوم توی حیاط. بلند می‌شوم و می‌روم توی هال. در اتاق علیرضا باز است. نزدیک‌تر می‌روم تا ببینم اگر علیرضا بیدار بود ازش سیگار بگیرم. توی اتاق‌اش نیست، حتمن توی حیاط است. می‌روم حیاط. علیرضا هم‌چنان همان‌جا دراز کشیده و سرش در همان وضعیت آخر مانده و چشم‌های‌اش هم بسته است. پاکت سیگارش میان دست و پهلوی بیرون مانده از تی‌شرت‌اش افتاده روی زمین. سعی می‌کنم بی‌که بیدارش کنم، برش دارم. هوای حیاط هنوز آغشته به دود قلیان است. تابستان است.



میثم به اصرار آقاسهراب چند پیکِ کم‌مایه خورده و حالا واقعن خواب‌اش برده است، همان‌جا، روی ران پای آقاسهراب. آقاسهراب پیک خودش را برمی‌دارد و قبل از سلامتی‌دادن نگاهی به میثم می‌کند و بعد «به سلامتی این کُسخُل». می‌رویم بالا و صورت‌ام چروک می‌شود، در هم می‌شود. علیرضا استکان‌اش را می‌گذارد زمین و یک حلقه خیار برمی‌دارد و می‌کند توی ماست و می‌خورد. آقاسهراب سیگارش را روشن می‌کند و به آسمان خیره می‌شود. سینه‌اش را تراشیده و نور لامپ حیاط افتاده روی سینه‌اش، انگار که چیزی قرار است از آن جای نورانی دربیاید. نگاه‌ام را از آقاسهراب می‌گیرم و به باغچه‌ی کوچک و تاریک حیاط می‌دوزم؛ هر وقت مست می‌شوم، هر وقت توی حیاط مست می‌کنیم، خودم را چیز بسیار ریزی می‌بینم که شعور دارد و توی باغچه، در آن تاریکی، پنهان شده پشت ساقه‌ای و دارد ما را، و من راه‌دید می‌زند. علیرضا هم سیگارش را روشن می‌کند.

از ظاهر آقاسهراب نمی‌توانی بفهمی که مست کرده یا نه؛ درست وقتی شروع می‌کند به تعریف‌کردن خاطرات نوجوانی‌اش و آن قسمت‌های «ستم»‌اش را به نجوا می‌گوید، می‌توانی حدس بزنی که عرق کار خودش را کرده است. علیرضا اگر نبود، آقاسهراب باید چاره می‌کرد و به کسی پول می‌داد تا پای حرف‌ها و خاطرات‌اش بنشینند. اصلن همین علیرضاست که با آن چشم‌های فهمیده و درشت‌اش، و با آن تسبیح قهوه‌ای رنگی که پای قلیان و مستی لای انگشت‌ها - مثل آخوندها - بازی‌بازی‌اش می‌دهد، و با آن سکوتِ شنوای‌اش آقاسهراب را این‌جور وادار به حرف‌زدن می‌کند. رفته‌ام و ملحفه‌ای آورده‌ام و انداخته‌ام روی میثم.

«بلند شو میثم، برو اتاق بخواب. پام خواب رفت، بلند شو». میثم هیچ ابایی ندارد که وقتی آقاسهراب مست است، جلوی همه، دست برد بیاندازد دور گردن آقاسهراب و سرش را بکشانند پایین و لب‌های خودش را غنچه کند و با همان لب‌های غنچه بگوید «چی؟». «بلند شو، برو بگیر توی اتاق بخواب. سرما می‌خوری». و بعد میثم دوباره سرش را می‌گذارد روی پای آقاسهراب و چشم‌های‌اش را می‌بندد و دست‌های‌اش را می‌کند لای پای خودش و لوس می‌گوید «تو من رو ببر». شاید اگر خود میثم نگفته بود که نیشابوری است نمی‌توانستم این آوای نرمی که در بعضی از آخرین واژگ‌های کلمات می‌شکفت را به لهجه‌ی جایی یا منطقه‌ای نسبت بدهم؛ پیش‌تر فکر می‌کردم شاید این بخشی از زنانگی میثم است که در زبان‌اش تجلی کرده است.

وقتی اومد پشت سرم صورتم و تو دستام قایم کردم
گفت: « نترس، کسی بوسه‌ی من و تو رو می‌بینه؟ »
_ چه کسی دید؟!
شب و مهتاب
ستاره‌ها و اولین طلوع سرخ
مهتاب چهره‌اش را در آب شست
به نی‌زاران خبر داد در آب‌ها
آب به پاروی قایق‌ران
پارو به قایق
و قایق برای ماهی‌گیر فاش کرد
افسوس! افسوس!
اگه این کل ماجرا باشه
اما ماهی‌گیر راز من...
ماهی‌گیر راز من و به یک زن گفت
و الان پدرم، مادرم، خواهرم و همه‌ی یونان
قصه رو می‌دونند



شب زیر پلک‌هایم سنگین و سیاه می‌خزد
_ «هرگز راحت را نمی‌یابی»
در حصار جنگل گم خواهی شد»
صدای مهیب آبشارها گوشم را فراگرفته
_ «معشوقه در نزدیکی توست
ز مزه‌هایش را نمی‌شنوی»
مست بوی گل‌ها
سست می‌شوم و در راه می‌افتم
_ «احساسش نخواهی کرد
وقتی از کنارت می‌گذرد»
آه...
گرچه او از سرتاسر کوهستان دورتر و دورتر می‌رود
هنوز چشمم به دنبالش می‌کشم
و گوشم به صدایش
و سوزناک احساسش می‌کنم

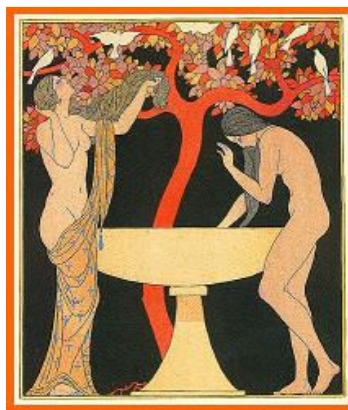
SONG

When he came back, I hid my face within my hands. He said: "Fear nothing. Who has seen our kiss? --Who saw us? The night and the moon."

"And the stars and the first flush of dawn. The moon has seen its visage in the lake, and told it to the water 'neath the willows. The water told it to the rower's oar."

"And the oar has told it to the boat, and the boat has passed the secret to the fisher. Alas! alas! if that were only all! But the fisher told the secret to a woman."

"The fisher told the secret to a woman: my father and my mother and my sisters, and all of Hellas now shall know the tale."



SONG

"The night is so deep that it creeps between my eyelids. -- You will never find the path. You'll be lost within the wood."

--The noise of falling waters fills my ears. --You would not hear the murmurs of your lover though he should be but twenty steps away.

--The odor of the flowers is so strong that I shall faint and fall upon the path. --You would not feel him should he cross your road.

--Ah! though he is so far from here, across the very mountain, I see him and I hear him and I feel him touching me.



و سرنا هفت بار نواخت

آمیپول را که زد به دستم احساس کردم مادرم آمده و دوباره صدای بی نظیر سرنا بود که توی گوشم نواخته شد. امروز نوبت اتاق ما بود که برویم هواخوری و من هیچ نمی خواستم، نه فراری، نه دستبندی، نه حتا سیگاری فقط همان هواخوری، میراثی که رایگان بود برایم البته و تنها چیزی که داشتم و به...

دوباره نمی خواهم بشمارم که چه چیزهایی را به چه چیزهایی داده‌ام. لعنتی یعنی من با پاهای بسته و این زنجیر سنگین به مغزم، باید یک سوزن جوالدوز هم فرو می کردی به قلبم. می دانم که زنک این را سرخود زده بدون اجازه‌ی دکتر تا من نتوانم به او حتا نگاه کنم. این صدای سرنا که می آید این وسط را من دوست دارم. برای روی تو هم کفاره نمی دهم در این سرای بی کسی، نظری که ندارم کفاره هم می دهم برایت.

دخترم دیگر نمی توانم برایت دلتنگ شوم مادر. چون من از امروز نمی خواهم مادر کسی باشم مادرم. باید بروم، مادر. می دانی دخترکم چه فوتبال‌ها که من بازی نکردم و چه سرمه‌ها است که به چشمم نکشیده‌ام. به خاطر همین‌ها هم که شده باید بروم، می‌روم. شاید یک روز که خوب فوتبال زدم و دور چشم‌هایم خوب خوب سیاه شد برگشتم تا دوباره مادر تو باشم.

زنه می گفت که یک دختر داشته و به کل به خاطر او رفته است، تا او مثل ما در نواهای سرنا گم نشود و بتواند درست بزرگ بشود ولی من فکر کنم دروغ می گفت، آخر بهش نمیامد که مادر یک دختر باشد، آنهم یک دختر، چون دور چشم‌هایش سیاه سیاه بود و آدم با این همه سرمه‌ی دور چشم و آن دست‌های قشنگ می‌تواند مادر باشد آنهم مادر یک دخترک چشم سیاه؟



صدای سرنا که آمد همه بندهای وجودم مرتعش شد. انگار که بخشی از عید آمد زیر جلدم. یاد مادرم افتادم که بی خود و بی جهت با همه مهربان بود، مثل پدرم که بی خود و بی جهت سرچنگ داشت با همه. عجب، بلند شدم. بعد از چند وقت میل بلندشدن آمد در وجودم چرخ زدم چرخ زدم ولی نتوانستم سرم گیج رفت مجبور شدم دوباره بنشینم. یواش یواش صدای سرنا قطع شد ولی حال من خوب شده بود. خیلی عجیب بود که این حال دوباره آمده بود سراغم، نمی توانست که بیاید.

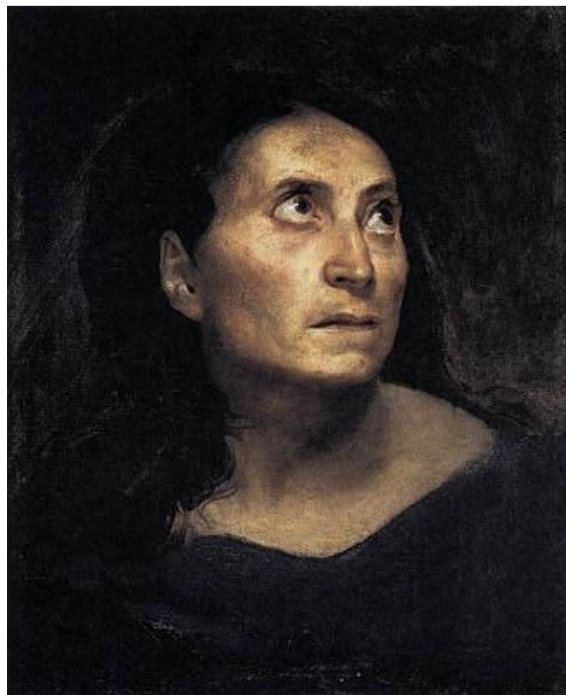
من زن زیبایی بودم که می توانستم با این نعمت هرکاری بکنم، ولی به جای آن همه عشق و حال لحظه لحظه‌ی آن را به گا دادم. حالا که این‌جا نشسته‌ام یادم می آید که چقدر رژ لب نزدم و چقدر شماره‌ی پسرها را نگرفتم و چقدر نخندیدم. هه، چه خری بودم. و یک روز عصر تابستان عین قاطر رفتم و زن مردکی شدم که همه چیز می دانست جز زن را داشتن و دوست داشتن. حالا دوست داشتن بخورد توی سرش، زن داشتن را هم بلد نبود. شاید آن طفلک گناهی نداشت، آدم بود ولی من وقتی باکرگی را دادم تمام بندها را هم با آن به باد فنا دادم.

تشنه شدم برای همه‌ی کارهای نکرده و من بودم و بند یک مهر مهربان با یک احمق مهربان. و مهربانی دوباره دست و پای مرا از اول بست برای چندین سال.

امروز که این‌جایم دیگر حتا یک لحظه به ذهنم خطور نمی کند که برگردم برای آن زندگی دوباره، می دانی، اه می دانم که می دانی برای دل بی صاحب خودم می گویم، تمام این عر و زرا که کردم... آها... این‌ها همه‌اش عر و زر بود برای این که من از این بودن می ترسیدم، از این خودم، خود خودم چون بلد نبودم آدم با یکدانه خود باید چکار کند، پس همان گهی رو زدم که دیدی.

امروز نوبت اتاق ۱۰۷ است که بروند هواخوری. مواظب باش همه‌اشان قداست عدد هفت را دارند ها. یکی‌اشان زنی است که به زن‌ها تجاوز می کرده. کمی دقتش کم بوده. پرستار که غش غش خندید دلم خواست جفت پا بروم توی دهانش، زنی که خر، خنده دارد!

پفیوز را ببین ها!


A Mad Woman Romantic Eugene Delacroix

زن دیوانه- اثر اوژن دولاکروا

از اتاق که آمدیم بیرون دلم برایش سوخت، این زن با آن دور چشم‌های سیاه و چشم‌های سیاه چه می‌خواهد از جان این زندگی؟ به حتم دلش می‌خواهد که برود، به چه وصل است این طفلکی؟ چشم‌های دور سیاه بدون هیچ، چه می‌تواند بگوید این زبان بسته‌ی بی‌گناه، وقتی امروز دوبار چرخ زد و به زمین نشست، به حرف دکتر خندیدم ولی فقط خندیدم. خنده‌ای نبود، این زن چشمانش هیچ چیز ندارد جز قداست یک هفت.

امروز دقیقن هفت روزی می‌شود که من مرده‌ام. به خاکم که سپردند راحت شدم. حالا دیگر کسی دنبال من نمی‌گردد و هیچ‌کس نگران من نیست و من هم نگران کسی نیستم که این بزرگ‌ترین خوشبختی من است و در تمام این هفت روز نوای خوش سرنا در گوشم می‌پیچید. دیگر آهنگ را حفظم و می‌توانم با سوت بزمن، راه بروم و بزمن، بدون این‌که کسی بگوید اه سوت زن اعصابم خرد می‌شود. می‌روم یک دست فوتبال ناب بزمن.

behtinamanpoor@yahoo.com

تماس با بهتین:

فردیناند ویکتور اوژن دولاکروا (به فرانسوی: *Ferdinand-Victor-Eugène Delacroix*) (۲۶ آوریل ۱۷۹۸ - ۱۳ اوت ۱۸۶۳) مهم‌ترین نقاش رمانتیسیسم فرانسه بود. او شخصیتی چند وجهی بود که علایق وسیع و متنوعی داشت. عنوان انقلابی افراطی از آن رو به وی تحمیل شده بود که نمی‌توانست معیارهای آکادمیک را بپذیرد.

بحث‌های مربوط به یونانیان و رومیان، که در آن‌ها بر طراحی درست تأکید می‌شد و پیوسته از شبیه‌سازی تندیس‌های کلاسیک سخن می‌رفت، برای وی جالب توجه نبود. او معتقد بود که در نقاشی، رنگ از طراحی و خلاقیت از دانش، بسیار مهم‌تر است. در حالی که دومینیک انگر و پیروانش شیوه فاخر را می‌پروراندند و پوسن و رافائل را ستایش می‌کردند، دولاکروا با ارجح دانستن نقاشان ونیزی و روبنس، هنرشناسان را به شگفتی وا می‌داشت. دولاکروا، که انگر از او به‌عنوان مخرب هنر می‌هراسید، ادبیات و تاریخ را برای موضوعاتی می‌کاوید که بتوانند، با اسلوب جذاب و احساس برانگیز وی، بیانگر غایات شخصی‌اش باشند.

ویکی پدیا- دانشنامه‌ی آزاد





از این پس می‌توانید در ستون مشاوره‌ی سلامت چراغ، نکات جالب و کاربردی بهداشتی و روانشناختی را با محوریت ویژه‌ی دگرباشان دنبال کنید. هم‌چنین روانشناس چراغ به صورت آنلاین، آماده‌ی کمک به شما دگرباشان عزیز می‌باشد.

Sadra.275@gmail.com



از آنجایی که در کشور ما ۸۰ درصد سرطان‌های پستان توسط خود زنان کشف می‌شود، آموزش چگونگی انجام و زمان معاینه‌ی پستان به زنان بسیار مهم است.

تخمین زده می‌شود که تعداد کمی از زنان هر ماه پستان خود را معاینه می‌کنند. حتی زنانی که معاینه‌ی ماهیانه‌ی پستان را انجام می‌دهند نیز اغلب با تأخیر به پزشک مراجعه می‌کنند. دلایل این رفتار را باید در مواردی از قبیل مسائل اقتصادی، عدم آگاهی از اهمیت و روش انجام خودآزمایی، عوامل روانی، ترس، خجالت بی‌مورد و افسردگی دانست. انجام معاینه ماهانه پستان بعد از هر دوره قاعدگی برای بانوان سی ساله و بالاتر قویاً توصیه می‌شود.

بهترین زمان معاینه‌ی پستان، پایان دوره‌ی قاعدگی یا چند روز پس از خاتمه‌ی قاعدگی است زیرا در دوران قبل از قاعدگی ممکن است به طور طبیعی پرخونی و یک توده با قوام نرم در سینه وجود داشته باشد که چند روز بعد از شروع قاعدگی از بین می‌رود. زنان بعد از یائسگی نیز می‌توانند معاینه‌ی ماهیانه‌ی پستان را هر ماه در یک روز معین انجام دهند. به این منظور می‌توانند روزی را که آسان‌تر به خاطر می‌سپارند، انتخاب کنند. بعضی خانم‌ها روز اول ماه را انتخاب می‌کنند و برخی دیگر روز تولدشان را در نظر می‌گیرند. مهم این است که روز معاینه ثابت باشد. زنانی که رحم‌شان را برداشته‌اند باید درباره‌ی بهترین زمان برای انجام خودآزمایی با پزشک خود مشورت کنند.

پستان، مهم‌ترین عضوی است که بیماری‌های آن زنان را راهی درمانگاه‌ها و مراکز پزشکی می‌کند. شایع‌ترین علامت بیماری‌های پستان، درد، پس از آن توده (که حدود ۷۰ درصد موارد خوش‌خیم است) و پس از آن ترشح غیرطبیعی از نوک پستان است. ضایعات بدخیم یا سرطانی پستان بیشتر در دوران یائسگی یا بعد از آن ایجاد می‌شود و با بالا رفتن سن، شیوع این ضایعات نیز افزایش می‌یابد. حدود ۷۵ درصد سرطان‌های پستان بعد از ۴۰ سالگی و کمتر از ۲٪ آنها [که اغلب در افرادی با سابقه خانوادگی دیده می‌شود] قبل از ۳۰ سالگی ایجاد می‌شود. پستان یکی از نمادهای زنانگی است.

فکر از دست دادن یک پستان برای بسیاری از زنان غیرقابل تحمل است. واکنش زن نسبت به هر بیماری واقعی یا مشکوک ممکن است شامل ترس از بدشکلی و ازدست دادن جذابیت و ترس از مرگ باشد. این نگرانی‌ها می‌تواند مانع بزرگی در مقابل ارزیابی مشکلات پستان باشد. به عقیده روانشناسان بین پستان و صفت زنانگی ارتباط نمادین وجود دارد و زمانی که یک پستان برداشته می‌شود این صفت به شدت مورد تهدید قرار می‌گیرد. طبیعی است که سلامت روانی زنان ممکن است با از دست دادن پستان به مخاطره بیفتد. لازم به ذکر است که امروزه امکان بازسازی پستان به اشکال مختلف وجود دارد.

در هنگام معاینات عمومی یا تناسلی زنان و یا در صورت مشکوک شدن، ترس یا شکایت بیمار از بیماری پستان، معاینه‌ی پستان انجام می‌گیرد.

یکی از موانع در معاینه‌ی کامل پستان به ویژه در ایران، این است که اکثر بیماران و حتی بسیاری از پزشکان نسبت به معاینه‌ی این عضو تا حد زیادی حساسیت نشان می‌دهند. برخوردی دقیق و ماهرانه و همراه با توضیح کافی توسط پزشک، معاینه را آسان می‌کند.

معاینه پستان توسط متخصص، در سنین ۲۰ تا ۴۰ سالگی هر سه سال یک بار و پس از آن سالی یک بار هست. همچنین تمامی دختران از سنین دبیرستان به بعد، باید هر ماه بعد از اتمام قاعدگی، «خودآزمایی پستان»^۱ انجام دهند.



عامل خطر ساز دیگر، پوشیدن البسه‌ی تنگ و حتی محکم بستن پستان‌ها در زنان مبدل پوش یا لژبین‌های بوچ است که میل به داشتن ظاهری مردانه و بدنی بدون برجستگی‌های زنانه دارند. بدیهی است تحت فشار قرار گرفتن بافت حساس پستان، خطر ایجاد توده را در این زنان افزایش می‌دهد.

توصیه‌ها:

- برای اصلاح موهای ناحیه‌ی زیربغل تان به هیچ وجه از موم، بند یا وسایل مشابه استفاده نکنید چرا که در این ناحیه حساس‌ترین غدد لنفاوی بدن شما قرار دارد و کمترین تحریکی می‌تواند زمینه ایجاد توده را فراهم کند.
- وزن خود را در حد متعادل نگه دارید .
- از رژیم‌های غذایی کم چربی و حاوی مواد گیاهی استفاده کنید.
- ورزش را فراموش نکنید.
- در صورت لمس توده در پستان خود یا شریک جنسی تان به هیچ وجه نباید آن را مالش دهید، چرا که اگر توده مذکور بدخیم باشد، با لمس و فشار به بافت‌های مجاور نفوذ خواهد کرد. در این صورت باید در اسرع وقت به یک متخصص زنان مراجعه کنید.
- خودآزمایی پستان را هر ماه بعد از اتمام قاعدگی فراموش نکنید.
- از پوشیدن البسه تنگ و بستن پستان‌های خود جداً پرهیز کنید. اگر این عضو از بدن تان را دوست ندارید، پس از مشورت با شریک تان شرایط خود را برای یک جراح عمومی تشریح کرده و اقدام به کوچک کردن پستان‌ها یا ماستکتومی (برداشتن کامل پستان‌ها) نمایید.

1. Self - examination



تشخیص سرطان پستان: علائم و نشانه‌ها

توده سرطانی: بیشتر بیماران مبتلا به سرطان ، اولین بار وقتی به پزشک مراجعه می‌نمایند که توده‌ای در پستان خود احساس کنند . این توده‌ها اغلب بدون درد و سفت بوده و ممکن است شکل غیرمنظمی داشته باشند

تغییر در اندازه و شکل پستان: سرطان پستان ممکن است باعث فرورفتگی در سطح پوست پستان یا فرورفتگی نوک پستان یا تغییر در اندازه پستان شود. گاهی وریدهای پستان در اثر رشد توده سرطانی برجسته می‌شوند.

خونریزی از نوک پستان: این علامت به ندرت یکی از علائم سرطان پستان می‌باشد. اگر این علامت همراه با تومور پستان باشد، به احتمال زیاد سرطان است.

درگیری پوست: در موارد پیشرفته سرطان پستان، پوست شروع به زخم شدن می‌کند. بعضی اوقات شبیه پوست پرتغال می‌شود که اصطلاحاً آن را پستان پوست پرتغالی شده می‌نامند.

بزرگ شدن غدد لنفاوی: بعضی اوقات تشخیص غده اولیه در پستان، غیرممکن است و تنها علامت تشخیص، بزرگ شدن غدد لنفاوی در زیر بغل خواهد بود.

درد: سرطان پستان به ندرت همراه با درد می‌باشد.

هشدار : لژبین‌ها بیشتر در معرض خطر قرار دارند!

برخی محققین معتقدند زنان همجنسگرا دو تا سه برابر بیشتر از سایر زنان در معرض ابتلا به سرطان پستان قرار دارند. آنها عواملی مانند عدم استفاده از قرص‌های ضد بارداری، عدم بارداری و عدم شیردهی را در لژبین‌ها، به علاوه‌ی مصرف بالاتر سیگار و الکل در آنها دلایل موجهی برای ابتلای بیشتر این قشر به سرطان پستان می‌دانند. پژوهشی که در سال ۲۰۰۲ در دانشگاه کالیفرنیا انجام گرفت، کوشید این فرضیه را مورد آزمون قرار دهد. نتایج حاکی از آن بود که سن ابتلا به سرطان پستان در لژبین‌ها ۵ سال کمتر (زودتر) از خواهران دگرجنس‌گرای آنهاست.

عوامل دیگری نیز ممکن است در آمار بالاتر سرطان پستان در میان لژبین‌ها دخیل باشد مانند اینکه آنها اغلب سطح تحصیلات بالاتری دارند و در شهرهای بزرگ زندگی می‌کنند که سبب تشخیص زودتر و اقدامات فوری‌تر می‌شود. به علاوه از آنجا که پستان‌ها یکی از ارکان اصلی کسب لذت در رابطه جنسی لژبین‌ها به شمار می‌آید، آنها به این عضو خود و شریک‌شان بیشتر توجه و حساسیت نشان می‌دهند.

تست پاپ اسمیر در مردان و زنان همجنس‌گرا



مهم است که در ذهن داشته باشیم که تنها یک درصد از مردانی که از نظر جنسی فعال هستند، در هر سال تشخیص سرطان مقعد دریافت می‌کنند و تنها گونه‌ی خاصی از ویروس اچ پی وی علت این نوع سرطان است اما نرخ ابتلا به سرطان مقعد در مردان همجنس‌گرا و دوجنس‌گرا ۳۵ بار بالاتر از مردان دگرجنس‌گرا است.

^۱. Human papilloma virus



توصیه مهم: رعایت بهداشت جنسی، عدم استفاده از

ایزارهای جنسی مشترک و استفاده از کاندوم، ارزان‌ترین و

بهترین راه پیشگیری از سرایت ویروس اچ پی وی است.



مردان و زنان همجنس‌گرا به واسطه‌ی زندگی جنسی و نوع فعالیت‌های جنسی متفاوت‌شان لازم است نکات متفاوتی را از نظر بهداشتی در نظر داشته باشند. در این مبحث به یکی از این نکات اشاره شده است.

پاپ اسمیر چیست؟

برخلاف تصور غالب، تحقیقی در دانشگاه واشنگتن نشان داده است که بسیاری از زنان همجنس‌گرا نیز ویروس پاپیلوما‌ی انسانی^۱ (اچ پی وی) را دارا هستند، حتی کسانی که هرگز رابطه جنسی با یک مرد نداشته‌اند. این پژوهش نشان داد تقریباً یک نفر از هر هشت زن همجنس‌گرا به طور فعال اچ پی وی (ویروس پاپیلوما‌ی انسانی) دارند، وجود اچ پی وی می‌تواند زگیل تناسلی، دیسپلازی گردن رحم، و به ندرت، سرطان گردن رحم ایجاد کند.

با این حال، بیماری‌های دهانه رحم در میان زنان همجنس‌گرا بسیار کمتر شایع است زیرا این ویروس غالباً از طریق مقاربت جنسی با جنس مخالف، به شخص سرایت می‌کند. با این وجود لازم است لژیون‌هایی که از نظر جنسی فعال هستند، تست پاپ اسمیر را سالانه و به طور منظم به عنوان بخشی از یک رژیم بهداشتی پیشگیرانه انجام دهند.

توصیه مهم! معاینه فیزیکی سالانه توسط متخصص زنان برای بررسی پستان‌ها، رحم و تخمدان‌ها برای همه زنان، صرف نظر از جهت‌گیری جنسی‌شان لازم است.

پاپ اسمیر یکی از تست‌هایی است که در کشورهای پیشرفته بر روی مردان همجنس‌گرا نیز انجام می‌شود زیرا ویروس پاپیلوما‌ی انسانی در برخی از این مردان نیز وجود دارد. وجود اچ پی وی در مردان توسط تست پاپ اسمیر مقعد تعیین می‌شود. پاپ اسمیر مقعد مانند پاپ اسمیر دهانه رحم انجام می‌شود. به طور کلی، اچ پی وی در مردان بی‌خطر محسوب می‌شود، با این حال رابطه جنسی مقعدی با شریک آلوده به اچ پی وی می‌تواند منجر به زگیل مقعد شود که احتمال منجر شدن به سرطان مقعد را در مردان همجنس‌گرا بالا می‌برد.

نارضایتی از بدن و اختلالات خوردن در همجنس‌گرایان

اختلال خوردن چیست؟

اختلال خوردن، نوعی اختلال در نحوه غذا خوردن است که از حالت طبیعی خارج شده‌است. مثلاً اگر فرد از خوردن غذای کافی امتناع کند، به‌طوری که به زخم معده یا سوء تغذیه دچار شود، یا بیش از اندازه غذا بخورد و پس از مصرف غذا اقدام به مصرف مسهل کرده یا عمداً استفراغ کند و یا ترکیبی از علایم فوق را داشته باشد، به اختلال خوردن مبتلا شده‌است. اختلال خوردن، شامل افکار و رفتارهای کنترل نشده‌ای است که الگوهای بیمارگونه‌ی غذا خوردن را القاء می‌کنند. زنان و مردانی که به این اختلال دچارند، تصور غیر واقعی و تحریف شده‌ای از بدن خود دارند. مثلاً این افراد فکر می‌کنند که بیش از حد چاق هستند.

دو دسته‌ی مهم اختلالات خوردن که توسط انجمن روان‌پزشکی آمریکا تعریف شده‌است، عبارتند از: بی‌اشتهایی عصبی و پرخوری عصبی

بی‌اشتهایی عصبی

بی‌اشتهایی عصبی یک اختلال روانی است که با گرسنگی عمدی و از دست دادن اشتها همراه است. افرادی که بی‌اشتهایی عصبی دارند، فشاری روانی احساس می‌کنند که به شدت آنان را مجبور به کاهش وزن و اجتناب از چاقی می‌کند. این افراد تصور درستی از شکل واقعی بدن خود ندارند. حتی اگر این افراد وزن زیادی از دست بدهند، باز هم تصور می‌کنند که باید وزن بیشتری کم کنند. ممکن است این افراد رفتارهای وسواسی داشته باشند و از مسهل نیز استفاده کنند. پس از مدتی، این افراد، ظاهر بسیار لاغر و نحیفی پیدا می‌کنند که آشکارا جلب توجه می‌کند. بی‌اشتهایی عصبی در میان بازیگران، مدل‌ها و بالرین‌ها شیوع زیادی دارد. در بین اختلالات روانی شناخته شده، بی‌اشتهایی عصبی بالاترین میزان مرگ و میر را دارد و نزدیک به ۱۰٪ افراد مبتلا به بی‌اشتهایی عصبی از شدت سوء تغذیه می‌میرند.

پرخوری عصبی

این اختلال کمتر از بی‌اشتهایی عصبی جلب نظر می‌کند و ممکن است تشخیص داده نشود، اما می‌تواند به فرد آسیب وارد کند. افراد مبتلا به پرخوری عصبی، بیش از اندازه غذا می‌خورند و اشتهاى زیادی دارند. همچنین افکار و رفتارهای وسواسی دارند تا از افزایش وزن اجتناب کنند، برای این کار آنها به صورت -



- افراطی از مسهل‌ها یا ورزش مفرط استفاده می‌کنند تا وزن‌شان زیاد نشود. یا پس از خوردن بسیار زیاد، دچار عذاب و پشیمانی شده و با فروردن انگشت در دهان‌شان می‌کوشند آنچه را خورده‌اند استفراغ کنند. علائم این اختلال کمتر از بی‌اشتهایی عصبی آشکار می‌شود و افراد مبتلا می‌توانند علائم خود را از دیگران پنهان کنند. اما پس از مدتی استفراغ‌های عمدی و استفاده فراوان از مسهل‌ها سبب از دست دادن مواد معدنی مورد نیاز در بدن و مجموعه‌ای دیگر از علایم گوارشی می‌شود که بیماری آنها را آشکار می‌کند.

آیا شیوع و درجه نارضایتی از بدن در میان مردان و زنان دگرجنس‌گرا و همجنس‌گرا متفاوت است؟

احساسی که فرد در مورد بدن خود دارد، یک اثر قوی بر زندگی روزمره و توانایی لذت بردن از زندگی جنسی دارد نگرانی در مورد بیش از حد چاق بودن یا ... می‌تواند به کاهش اعتماد به نفس جنسی فرد بینجامد. فراتر از اتاق خواب، احساسات قوی نارضایتی بدن می‌تواند منجر به رژیم غذایی ناسالم، سوء استفاده از مسهل‌ها، سرکوب کردن اشتها، و اختلالات خوردن بینجامد.

برخی از نظریه پردازان پیشنهاد کرده‌اند که مردان همجنس‌گرا نسبت به مردان دگرجنس‌خواه در معرض خطر بیشتری برای نارضایتی از بدن قرار دارند و بالعکس، زنان همجنس‌گرا نسبت به زنان دگرجنس‌خواه در معرض خطر پایین تری قرار دارند.

مطالعات، گاهی اوقات نتایج متناقضی به ویژه در مورد زنان همجنس‌گرا و دگرجنس‌گرا داشته‌اند. در یک پژوهش رضایت از بدن و راحتی با بدن خود در طول فعالیت جنسی در زنان و مردان همجنس‌گرا و دگرجنس‌گرا مورد بررسی قرار گرفت. در مقایسه با تمام گروه‌های دیگر، مردان دگرجنس‌گرا، ارزیابی مثبت تر از ظاهر خود داشتند و دغدغه کمتری در مورد وزن خود گزارش دادند. اثرات مثبت این تصویر از بدن در کیفیت زندگی آنها، بویژه کیفیت زندگی جنسی‌شان انعکاس داشت. آنها در پوشیدن لباس شنا درمجامع عمومی راحت‌تر بوده و تمایل بیشتری برای فاش کردن جنبه‌های بدنی خود برای شریک‌شان در طول فعالیت جنسی داشتند. لزبین‌ها نیز کمتر از زنان دگرجنس‌گرا در مورد وزن خود نگرانی داشتند و نارضایتی از بدن در این گروه کمتر بود. اما تفاوت بین این دو گروه بسیار ناچیز بود.



دریک پژوهش (پپلا و همکاران، ۲۰۰۸) بسیاری از مردان همجنس‌گرا (۴۲٪) گزارش داده‌اند که احساسات منفی‌شان در مورد بدن خود، اثراتی منفی بر کیفیت رابطه جنسی آنها داشته‌است. به طور کلی، یافته‌ها از این فرضیه حمایت می‌کنند که مردان همجنس‌گرا در معرض خطر بیشتری برای تجربه ناراضی‌تی از بدن، قرار دارند.

هشدار!

توجه داشته باشید چنانچه الگوهای تغذیه‌ای شما بیمارگونه باشد، حتی اگر نتوان علائم آن را با دو اختلال گفته شده مطابقت داد، شما در معرض خطر هستید. بهتر است الگوهای بیمارگونه‌ی تغذیه‌ای خود را پیدا کنید. از آنها آگاه باشید و تلاش کنید آنها را تحت کنترل خودتان در بیاورید.

مثلاً برخی افراد به هنگام شادی و در جشن‌ها و مجالس و هنگامی که با دوستان و افراد صمیمی جمع هستند، در خوردن زیاده‌روی می‌کنند. آنها درحالی که اصلاً گرسنه نیستند ممکن است تمام مدتی را که در مهمانی بسر می‌برند به خوردن بپردازند. برخی دیگر از افراد وقتی مضطرب می‌شوند با شدت و بدون این‌که از رفتار خود، آگاهی داشته باشند شروع به خوردن می‌کنند. آنها بی‌اراده به سمت یخچال می‌روند و یا هرچیزی را که دم دست‌شان باشد به دهان فرومی‌برند.

نوع رایج دیگری از رفتار خوردن، پرخوری در هنگام استفاده از وسایلی مانند رایانه یا تلویزیون است.

اگر این الگوها در شما هم وجود دارد، یک راه حل مناسب برای کنترل آن این است که به هرچیزی که می‌خورید کاملاً توجه کنید. به هنگام غذاخوردن به مسایل جانبی فکر نکنید و سعی کنید در آن لحظات فقط و فقط غذا بخورید. روی غذا یا هر خوراکی دیگر و محتویات آن تمرکز کنید و سعی کنید طعم، بو و مزه‌ی آن را کاملاً حس کنید. به محض این‌که احساس سیری کردید از غذا خوردن دست بکشید و از میز یا سفره فاصله بگیرید.

تصاویر رسانه‌ای، بدن بلند و باریک را به‌عنوان ایده‌آل برای زنان تبلیغ می‌کنند. برخی از نظریه پردازان پیشنهاد کرده‌اند که فرهنگ همجنس‌گرایی در زنان، آنها را در برابر احساس ناراضی‌تی از بدن محافظت می‌کند. چرا که ارزش‌های فمینیستی ممکن است زنان را به بی‌اعتنایی یا به چالش کشیدن ایده‌آل‌های غالب فرهنگی تشویق کند. در مقابل، برخی دیگر معتقدند که زنان همجنس‌گرا نیز در برابر این ایده‌آل‌های غالب فرهنگی احساس فشار می‌کنند.

چرا که آنها نیز تحت تأثیر و در معرض همان رسانه‌هایی هستند که وزن ایده‌آل را مبنای قضاوت درباره زیبایی قرار می‌دهند. در نتیجه، ممکن است لژیون‌ها نیز به همان درجه، ناراضی‌تی از بدن را تجربه کنند.

برای مردان، رسانه‌ها جلوه بدن و تناسب اندام عضلانی را به عنوان مهم‌ترین ارزش جذابیت جسمانی تبلیغ می‌کنند. پیشنهاد شده‌است که تأکید کلی فرهنگی بر جذابیت فیزیکی، به خصوص لاغری و عضلانی بودن، در جوامع مردان همجنس‌گرا به اوج می‌رسد. مردان همجنس‌گرا ممکن است به منظور مبارزه با کلیشه‌هایی که آنها را زنانه توصیف می‌کنند، برای داشتن اندام عضلانی تحت فشار باشند. علاوه بر این، تحقیقات در زمینه جفت‌بایی نشان می‌دهد بطور کلی مردان-چه دگرجنس‌گرا و چه همجنس‌گرا- بیشتر به جذابیت فیزیکی شریک جنسی خود اهمیت می‌دهند تا زنان. شاید به همین دلیل است که خطر ابتلا به ناراضی‌تی از بدن در زنان دگرجنس‌گرا و مردان همجنس‌گرا [که در جهت جذب سایر مردان تلاش می‌کنند] بیشتر از زنان همجنس‌گرا و مردان دگرجنس‌گرا است [که در جهت جذب زنان تلاش می‌کنند].

به همین دلیل، مردان همجنس‌گرا در تلاش نومیدانه برای اجتناب از طرد، مردانه نبودن و "اواخواهر" خطاب شدن، ممکن است به قدری متحمل فشار شوند که این استرس به علائم اختلال خوردن در آنها ختم شود.

از سوی دیگر، متأسفانه، یکی از آسیب‌های فرهنگی جوامع همجنس‌گرا، جذابیت ظاهری است. ظاهر پذیرفته شده‌تر، توجه بیشتر و بدست آوردن شرکای جنسی بیشتر و بهتر را در مردان همجنس‌گرا به دنبال دارد. به همین دلیل، مردان همجنس‌گرا به سرعت اهمیت ظاهر خود را در به دست آوردن توجه و پذیرش در می‌یابند.



بنابراین اگر مبتلا به علایم اختلالات خوردن و یا سوء تغذیه نیستید، بد نیست به ندای طبیعت و گزینه‌ی خود برای خوردن توجه کنید. فراموش نکنید که خوردن یک رفتار تکاملی و سازمان یافته‌است.

با این حال توجه داشته باشید که عواملی مانند سوء تغذیه شدید و یا کمبود حاد موادی از قبیل آهن، مس و روی، باعث روی آوردن افراد به خوردن مواد غیرعادی و غیر خوراکی [مانند خاک و آهک، صابون، خاکستر سیگار و...] می‌شود. در این صورت، این علامت خطر است و باید فرد سریعاً به پزشک مراجعه کرده و با تجویز داروهای ویتامین و املاح مکمل، درمان شود. پناه بردن به خوردن، یک الگوی آرامش‌بخش است که یادگار دوران نوزادی همه افراد است. در سنین شیرخوارگی معمولاً کودک را با خوراندن شیر یا غذا آرام کرده و اضطراب وی را رفع کرده‌اند. بنابراین رفتار خوردن ممکن است بطور ناخودآگاه، برای هرفردی یادآور امنیت و آرامش آغوش مادر باشد.

References:

Peplau, L.A.; Frederick, D. A; Yee, C; Maisel, N; Lever, J; Ghavami, N. (۲۰۰۸). *Body Image Satisfaction in Heterosexual, Gay, and Lesbian Adults Arch Sex Behav* (۲۰۰۹) ۳۸:۷۱۳-۷۲۵

Cohen, M. (۱۹۹۷). *Eating Disorders in Gay Men - Current Issues*. National Eating Disorder Information Centre ~ ۲۰۰ Elizabeth St. ۷ES-۴۲۱, Toronto, ON. M۵G ۲C۴ www.nedic.ca

برخی افراد بطور مداوم با مواد غذایی اشتغال خاطر دارند. آنها افکار غیر ارادی و نشخوارهای ذهنی درمورد خوراکی‌های مورد علاقه‌شان دارند. اگر شما جزء این دسته از افراد هستید، نباید خودتان را بطور کامل از خوردن این خوراکی‌ها محروم کنید. بلکه باید این به اندازه و با تمرکز لازم میل کنید.

گاهی اوقات کمبود یا کاهش یکی از مواد معدنی ضروری برای بدن، منجر به این می‌شود که سیستم تعادل حیاتی بدن بطور خودکار شما را وادار کند که به جستجوی این ماده‌ی معدنی بروید. مثلاً افرادی که قند خون‌شان از مقدار طبیعی پایین‌تر است بطور مداوم میل به شیرینی‌جات نشان می‌دهند، یا کمبود پتاسیم فرد را مایل به خوردن گوجه فرنگی می‌سازد. حتی اگر او هرگز از وجود چنین کمبودی در بدنش آگاهی نداشته‌باشد و خواص گوجه فرنگی را نیز نداند، طبیعت، فرد سالم را به سوی ماده‌ای که نیاز دارد، سوق می‌دهد.



مصاحبه‌ی اصلی و کشوری



خب، حالا فرض می‌کنیم که شما تو یه خونه دارین با خوبی و خوشی زندگی می‌کنین و وقت مصاحبه‌تون می‌رسه. پیشنهاد من اینکه شما یه جور برنامه ریزی کنین که شب قبل از مصاحبه‌تون خوب استراحت کنین و اصلا به خودتون هیچ نوع استرسی راه ندین. ولی قبل از راه افتادن از شهرتون به سمت آنکارا لازمه که اجازه‌ی خروج از شهر رو بگیرین از پلیس. شما میرید به همون قسمتی که ثبت نام شدید و درخواست اجازه‌ی مسافرت به شهر آنکارا رو می‌کنید، البته باید عکس هم همراهتون باشه. پلیس هم به شما یک برگه میده که نوشته شما از این تاریخ تا تاریخی که پلیس مشخص می‌کنه می‌تونین در شهر آنکارا باشید.

کلا یادتون باشه، از این به بعد تا موقعی که از ترکیه خارج میشید باید برای هر مسافرتی که می‌خواهید برید، از پلیس اجازه بگیرید. اگر این کار رو نکنید و اگر وقتی در مسافرت هستید خدای نکرده برای شما مشکلی پیش بیاد شما فراری حساب میشید و حتی دادگاهی هم میشید، در ضمن امکان داره که برای گرفتن اتاق در هتل و ... هم به این برگه نیاز پیدا کنید. خب چه کاریه! برید این برگه رو بگیرید دیگه! حالا شما دم در UN هستید و احتمالاً اونجا خیلی شلوغ هم هست.

تمام مدارکی رو که فکر می‌کنید لازمه با خودتون ببرید. از شما خواسته میشه که برگه‌ای که بعد از پیش مصاحبه به شما داده شده رو تحویل بدید و بعد شما رو در صف قرار میدن و به نوبت وارد میشید. وسایلتون رو تحویل میدین و اونها رو براتون داخل کمدهای شماره‌دار میذارن و به شما یه شماره میدن.

وارد شدن به حیاط UN اول کاره، شما در حیاط منتظر می‌مونین تا وکیل‌تون و مترجمتون آماده مصاحبه با شما بشن. شما در این مدت هم می‌تونین توی حیاط بشینین و هم در اتاق انتظار که به اونجا راهنمایی میشید، البته اتاق انتظار محل استراحت و آرامش نیست، شما اونجا روی دیوار می‌تونین برگه‌هایی رو ببینین که یا نقاشی‌های کودکان پناهنده است و یا نوشته‌هایی در مورد شرایط مختلف اقلیت‌ها در ایران که پناهنده‌ها اونها رو نوشتن و چسبوندن.

به احتمال بسیار زیاد اونجا چند تا بچه هم مشغول بازی هستن، راحت و بی غم و این ممکنه بعد از ۵ دقیقه اعصاب شما رو به هم بریزه. به‌رحال شما رو صدا می‌کنن و شما با راهنمایی مترجم‌تون وارد اتاق میشید.

اتاق معمولاً بسیار کوچک و بدون هیچ وسیله‌ای هست و یک میز که شما روبروی اون میشینید و وکیل‌تون و مترجم‌تون پشتش و مصاحبه‌تون شروع میشه. من پیشنهاد می‌کنم راحت باشید، این مصاحبه ممکنه حتی ۴ ساعت هم طول بکشه، بنابراین راحت و آروم باشید و اصلاً هم نگران هیچ چیز نباشید، به شما قول داده میشه که تمام حرفه‌هایی که شما اونجا می‌گید بین شما و اونها می‌مونه. معمولاً بین مصاحبه، وقت استراحت داده میشه و به شما نهار هم میدن و شما وقتی در حیاط هستید می‌تونین تا دل‌تون می‌خواد چایی بخورید و دستشویی هم رایگانه (من خودم چند لیر صرفه جویی کردم!). مصاحبه تموم میشه و در پایان از شما می‌پرسن که آیا چیزی هست که بخواید به گفته هاتون اضافه کنید یا نه؟ فقط حتما اسم وکیل‌تون رو فراموش نکنید. شما هم خداحافظی می‌کنید و میرید بیرون.

از اون روز شما معمولا هر ۵ دقیقه یکبار فکر می‌کنید که کجا رو خراب کردید و کجا رو خوب گفتید و چی شد و کی به کی چی گفت نتیجه چی میشه و ای داد بیداد اگه نشه چی میشه و اگه بشه چی نمیشه و چرا هیچ‌کس به من زنگ نمی‌زنه و چرا هوا سرده و چرا همه چیز اینجوریه و ...

کلا خیلی فیلسوف میشید و هر یک ساعت هم میرید و سایت رو چک می‌کنید که ببینید چی شده. راستی شما آخرین تغییرات در پرونده‌تون رو می‌تونین از www.bipannah.com در قسمت وضعیت پرونده چک کنید که نیاز به شماره پرونده‌تون و تاریخ تولدتون دارید.

حالا فرض می‌کنیم که شما قبول شدید، از حالا شما از مرحله‌ی پناهجو بودن به مرحله‌ی پناهنده بودن ارتقا یافتید، که باز هم البته خیلی فرق نمی‌کنه. حالا باید منتظر باشید تا به شما خبر بدن که برای مصاحبه‌ی کشوری برید به UN. به شما زنگ می‌زنن و می‌گن که در چه تاریخ و ساعتی برای مصاحبه‌ی کشوری برید. مثل مرحله‌ی قبل شما وارد میشید. برگه‌ی قبولی‌تون رو به شما میدن. اینجا به شما اجازه‌ی صحبت کردن داده میشه اما اصلا مثل مصاحبه‌ی اصلی نیست. شما نمی‌تونین خیلی شیک مثلا برگردید و بگید من می‌خوام برم هاوایی یا اسپانیا دو تا رفیق دارم و ...

به شما می‌گن که با توجه به شرایط، اونها هستند که تصمیم می‌گیرن. یعنی در حقیقت اصلا بود و نبود شما هیچ فرقی نمی‌کنه. شما باید در این قسمت درخواست مصاحبه‌ی مالی بدید، مصاحبه‌ی مالی در حقیقت برای اینه که به کسانی که واقعا شرایط بدی دارن، در حد خیلی کمی کمک بشه. فقط در این لحظه از شما می‌خوام واقعا به این فکر کنید که گرفتن یا نگرفتن ۱۰۰ یا ۱۴۰ لیر در ماه چه تاثیری روی زندگی شما می‌تونه داشته باشه و چه تاثیری می‌تونه داشته باشه برای کسی که واقعا هیچ پولی نداره. به هر حال، این مصاحبه هم تموم میشه و شما باید منتظر بمونید. من شخصا اگر هیچ چیز در ترکیه یاد نگرفته باشم صبر رو یاد گرفتم.

صبور باشید و امیدوار

هدف نشریه‌ی چراغ، نه تشویق

کسی به خروج از ایران و نه

منصرف کردن کسی از مهاجرت

است. چراغ می‌خواهد با ستون

برزخ، واقعیت‌های مهاجرت را از

زبان مهاجران بازگو کند و

مخاطبین خود را با این پدیده

بیشتر آشنا کند.



انتظار

صبور باشید

و

امیدوار

تماس با هرمزد : hormazd_1462@yahoo.com

شما چه تعریفی از موفقیت دارید؟ چه عواملی را

ویژگی‌های یک انسان موفق می‌دانید؟

کلمه‌ی موفقیت از ریشه‌ی وفق ساخته شده است. وفق یعنی جور بودن، یعنی این که انسان با محیط اطراف خودش جور باشد و بتواند راحت زندگی کند. به نظرم موفقیت یعنی افزایش حس رضایت درونی، و انسان موفق کسی است که توی دلش راضی و خوشحال است. من اعتقادی به معرفی یک انسان از طرف انسان‌های دیگر به عنوان نمونه‌ی انسان موفق ندارم. من فکر می‌کنم ما می‌توانیم زمینه‌ای را در نظر بگیریم و با توافق‌هایی که بین خودمان می‌کنیم، یک فرد را به عنوان فرد موفق در زمینه‌ی مورد نظر معرفی کنیم ولی این به آن معنی نیست که فرد مورد نظر یک انسان موفق است. به نظرم کسی موفق است که خودش را موفق بداند. موفقیت یک حس است که به نظرم می‌شود با تمرین و مطالعه افزایش‌اش داد.

شرایط چه نقشی در رسیدن به موفقیت دارند؟ آیا حتما باید در یک خانواده و جامعه‌ی موفق زندگی کرد تا به موفقیت رسید یا برعکس؟ اگر در یک شرایط موفق به دنیا بیاییم چه، آن وقت حتما موفق می‌شویم؟ آیا شرایط و بستر موفقیت را ما می‌سازیم یا خودش ساخته می‌شود؟ من نمی‌دانم تعریف شما از خانواده‌ی موفق یا شرایط موفق چیست ولی می‌توانم به شما بگویم که به شانس اعتقاد دارم. هیچ کس نمی‌تواند تاثیر تمرین و مطالعه را نادیده بگیرد ولی بازم فکر نمی‌کنم کسی بتواند تاثیر شانس را هم نادیده بگیرد. من فکر می‌کنم اگر به موفقیت به عنوان قله‌ی یک کوه نگاه نکنیم و بیاییم موفقیت را به عنوان حسی خاص که گاهی تجربه‌اش می‌کنیم و علاقمند می‌شویم که بیشتر و بیشتر تجربه‌اش کنیم، ببینیم. نقش تمرین و مطالعه بیشتر از نقش شانس می‌شود. می‌دانید که با تغییر نگاه می‌شود دنیا را تغییر داد. حالا شانس اینجا مطرح می‌شود: آیا کسی این شانس را پیدا می‌کند که با این جمله (نگاهت را عوض کن، دنیایت عوض می‌شود) روبرو شود؟ خب کاملن درست است که مواجه شدن با این جمله، شانس می‌خواهد، ولی چه قدر؟ فکر می‌کنید انسانی پیدا بشود که آنقدر بد شانس باشد که در طول زندگی‌اش با این جمله مواجه نشود؟ بعید می‌دانم!

شایان عزیز لطف کردند و برای شروع به کار در ستون موفقیت که با نام نفس عمیق منتشر خواهدشد، با من مصاحبه کردند. از لطف ایشان ممنونم و آرزوی موفقیت برای ایشان در اداره‌ی بهتر این ستون از مجله و آرزوی شادی و بهروزی برای ایشان در تمام مراحل زندگی دارم.

خشایار

گفتگوی شایان با خشایار

خشایار خسته سی و شش ساله است. مهندسی مکانیک در دانشگاه سراسری خوانده و نویسنده‌ی دو مجموعه شعر و رمان قهوه‌خانه است. پیش از این ستون موفقیت را در چراغ می‌نوشت. ستونی که حالا با نام «نفس عمیق» قرار است همان خروجی را داشته‌باشد. از او تعریف موفقیت را پرسیدم و سعی کردیم در مقایسه با جامعه دگرباشان درون ایران، راه‌های رسیدن به موفقیت را بیابیم.

می‌دانیم که با اصرار سردبیر مسوولیت این ستون را پذیرفتید. آیا خود شما هم ضرورتی برای نوشتن این ستون می‌بینید؟

کار کردن برای چراغ و ارتباط با نویسندگان چراغ که سال‌هاست در حال روشنگری و آگاه‌سازی هستند، افتخار بزرگی است که سال‌هاست نصیبم شده است و خوشحالم که ارتباطم با چراغ در این سال‌ها حفظ شده. من علاقه‌ی شخصی‌ام شعر و ادبیات است ولی طی صحبتی که با سردبیر محترم چراغ داشتیم، به طور مشترک به این نتیجه رسیدیم که با توجه به رویکرد جدید سردبیر فعلی، وجود ستونی در ارتباط با موفقیت در این مجله ضروری است. می‌دانید که ایشان افزایش تعداد مخاطب و توجه ویژه به قشر جوان و نوجوان جامعه‌ی دگرباش ایران را به عنوان اهداف اولیه و بنیادی خودشان اعلام کرده‌اند و با توجه به نیاز قشر نوجوان و جوان جامعه‌ی دگرباش به خودشناسی و افزایش امید به زندگی و همچنین مناسب بودن بستری مثل موفقیت برای رسیدن به این هدف، تصمیم گرفتیم در حد توان خودم این ستون را اداره کنم.



همجنسگرایان سر جنگ دارند و هراس عجیبی از همجنسگرایی دارند. آیا واقعیت اینگونه است؟ آیا به دلیل زندگی در شرایط دگرباش ستیز ایران، از طرف مردم و دولت، می شود خوشبخت بود؟

من از شما می پرسم آیا دگرباشان ساکن کشوری مثل سوئیس خوشبخت هستند؟ چه کسی می تواند ادعا کند که دگرباشان سوئیس خوشبختند؟ به نظر من فقط خود دگرباشان سوئیس می توانند این ادعا را بکنند. ما نمی توانیم به جای آنها تصمیم بگیریم که آیا آنها خوشبختند یا نه. هیچ کس نمی تواند ترس و واهمه‌ای را که هر روز و هر روز دگرباشان ایرانی را درگیر خودش می کند انکار کند ولی آیا زندگی در شرایط سخت نمی تواند زندگی‌ای سعادت‌مند باشد؟ ما می توانیم زندگی‌ای پر از حرکت و تلاش داشته باشیم. ما می توانیم افتخار کنیم در جامعه‌ای زندگی می کنیم که زندگی‌مان در آن ممنوع است. شاید ما بهتر است در تعریف‌ها مان از خوشبختی تجدید نظر کنیم. من نمی گویم که زندگی در سوئیس ساده‌تر از ایران هست یا نیست. من می گویم زندگی در ایران یا سوئیس معیاری برای خوشبختی نیست. خوشبختی احساسی است که هر انسانی می تواند در هر محدوده‌ی زمانی و مکانی تجربه‌اش بکند یا نکند. مهم طرز نگرش ماست به جهان اطرافمان. اگر دگرباشی حس می کند که هیچ وقت در ایران نخواهد توانست رضایت درونی و خوشبختی را حس کند، بهتر است هرچه زودتر به فکر تغییر محل زندگی خودش باشد و در جهتی تلاش کند که نتیجه‌ی تلاشش حس بهتری برایش داشته باشد. من ترجیح داده‌ام در ایران زندگی کنم و فکر می کنم لحظات خوبی در زندگی‌ام دارم که خودم را در آن لحظات، سعادت‌مند حس می کنم. بررسی و درک بهتر شرایط خیلی خوب و ضروری است ولی گاهی فکر می کنم بیشتر دوستان دگرباش ما در همین مرحله‌ی بررسی جا می مانند و به دلیل سختی شرایط، توان تصمیم‌گیری بعد از بررسی را از دست می دهند. طبیعی است، شرایط سخت، تلاش بیشتری را می طلبد. ما نباید انتظار داشته باشیم با تلاشی معادل تلاش یک فرد دگرجنسگرا، به آرامشی که یک دگرجنسگرای نرمال دارد برسیم. شرایطمان سخت‌تر است؟ پس بیشتر تلاش کنیم.

فرض کنیم فردی در زندگی احساس نارضایتی دارد و به بن‌بست رسیده است. آیا او باز می تواند مسیر موفقیت را پیدا کند؟ اگر سنی از او گذشته باشد می تواند به موفقیت برسد؟ چگونه؟

شما به سن و سال به عنوان شاخصی برای موفقیت نگاه می کنید؟ من این طور نگاه نمی کنم. من فکر می کنم هر انسانی در هر سن و سالی بتواند نگاه خودش را تغییر بدهد و بتواند شروع به انجام کارهایی بکند که رضایت درونی‌اش افزایش پیدا کند. مساله این است که ما به این نتیجه برسیم که نیاز به افزایش حس رضایت درونی یا همان موفقیت داریم. اگر حس کنی که نیازمند موفقیت هستی، راه موفقیت را پیدا می کنی. هنوز به موفقیت به عنوان قله‌ی یک کوه یا مقصدی در انتهای یک جاده نگاه می کنید؟

با توجه به محدودیت‌های پیش روی دگرباشان در ایران آیا این بستر برای دگرباشان وجود دارد؟ آیا آنها همان راهی را می روند که دگرجنسگراها می روند؟

این سوال شما برای هر قشری به صورت جداگانه قابل طرح است. به عنوان مثال الان سوال خودتان را یک بار دیگر بپرسید با این تفاوت که به جای کلمه‌ی دگرباش، کلمه‌ی زن را قرار بدهید و به جای کلمه‌ی دگرجنسگرا، کلمه‌ی مرد را. نتیجه چه طور شد؟ طبیعی است که هر انسانی راه خودش را می رود و در هر وضعیتی که هست می تواند راهی برای تغییر نگرش خودش پیدا کند. نمی تواند؟ تغییر نگرش و شروع تغییر به نظر من هیچ ارتباطی به گرایش جنسی و جنسیت و رنگ پوست و ملیت ندارد.



حرف شما درست است، اما سوال من با توجه به محدودیت‌ها بود. برخی از دگرباشان ایرانی احساس می کنند هرگز نمی توانند خوشبخت باشند، چرا که گرایش جنسی آنها با اکثریت جامعه (دگرجنسگرایان) متفاوت است و بیشتر دگرجنسگرایان با گرایش جنسی -



چرا وقت‌مان را با بستنی خوردن بگذرانیم؟ من بستنی خوردن را دوست دارم و این کار را انجام می‌دهم و به نظر من بستنی خوردن یکی از دوست‌داشتنی‌ترین کارهای دنیاست و این کار را به همه توصیه می‌کنم. بدیهی است که خیلی‌ها بستنی خوردن را کار سخیف و ویتیرینی‌ای می‌دانند. اینطور نیست؟

در این آشفته بازار چه ویژگی‌هایی را برای انتخاب کتاب با موضوع موفقیت، موثر می‌دانید؟ چگونه یک کتاب خوب درباره موفقیت بیابیم؟ آیا کتاب‌های بازاری موجود در بازار نشر می‌توانند مفید باشند؟

من آشفته‌بازاری نمی‌بینم. تا بوده همین بوده. باز به حرف خودم بر می‌گردم که: اگر بخواهی می‌توانی. من معمولن دنبال کتاب نمی‌گردم. کتاب‌هایی که لازم دارم سر راه من سبز می‌شوند. باور کنید. این را خیلی صمیمانه گفتم.

ممنون از وقتی که در اختیار ما گذاشتید. اگر نکته‌ای مانده بفرمایید.

خوشحالم که ستون موفقیت به دست توانا و چشمان تیزبین شما سپرده می‌شود. شاد و سلامت باشید.



با تشکر از خشایار عزیز که در این چهار شماره با ستون موفقیت در کنارمان بودند.

شما گفتید «اگر حس کنی که نیازمند موفقیت هستی، راه موفقیت را پیدا می‌کنی». چگونه این حس را در خودمان تقویت کنیم؟ شما اشاره به تمرین و مطالعه می‌کنید. کسانی که انگیزه‌ای برای یافتن و دنبال کردن این تمرینات و منابع مطالعاتی ندارند، چگونه برای خودشان انگیزه ایجاد کنند؟

نیازی نیست انگیزه ایجاد کنند. خیلی ساده است. یا راحت هستیم، یا راحت نیستیم. اگر راحت هستیم که خیلی عالی‌ست. اگر راحت نیستیم، انگیزه ایجاد شده است. خیلی رک و ساده باید از خودمان بپرسیم که چه کار باید بکنیم که به سمت راحتی و رضایت درونی حرکت کنیم. به نظرم همین یک سوال کافی است. تمامی کتب و مقالاتی که در زمینه‌ی موفقیت نوشته می‌شوند تلاش می‌کنند به ما کمک کنند که با خودمان صحبت کنیم. می‌خواهند به ما بفهمانند که بهتر است با خودمان رو راست باشیم و وقت بیشتری را برای زندگی صمیمانه‌تر با خودمان اختصاص دهیم.

آیا فکر می‌کنید دگرباشانی که نیازمندی به موفقیت را در خودشان حس کردند و احساس خوبی از زندگی خودشان دارند در مقابل دیگر "هم‌حس‌های" خودشان مسئول‌اند؟ از دیدگاه من هر انسانی تنها در قبال اعمال و رفتار و گفتار خودش مسئول است. بعضی از انسان‌ها کمک کردن را دوست دارند و بعضی دوست ندارند. من برای هر دو دسته احترام قائلم و گاهی که دوست دارم به انسان‌ها کمک می‌کنم و گاهی نمی‌کنم. هیچ علاقه‌ای هم ندارم که برای کسی تعیین تکلیف کنم یا مسئولیتی را برای کسی تعیین کنم. انسان‌ها آزادند هر کاری که دوست دارند انجام دهند.

شما در شماره قبلی کتاب «آموزه‌های راز» را معرفی کردید. در بخشی از آن مقاله گفتید شاید دوستانم مرا به خاطر معرفی این کتاب «ویتیرینی و سخیف» ملامت کنند. در حالی که خط قبلی کتاب را «خوب» نامیده بودید. شما

این دست کتاب‌ها را ویتیرینی اما خوب می‌دانید؟

من و دوستم در یک عصر دل انگیز بهاری، به پیشنهاد من می‌رویم و با هم بستنی می‌خوریم. دوستم از من ایراد می‌گیرد که آهای! چه کار سخیفی داریم می‌کنیم! چرا در مورد گرسنه‌های اتیوپی صحبت نکنیم؟ چرا پرچم رنگین کمانی دست‌مان نگیریم و نیرویم میدان انقلاب و گی‌پراید راه نیاندازیم؟



را داشته باشد». وظیفه هر دولت و نظام حاکمیتی تضمین سلامت شهروندانش است و در حوزه سلامت روان نظام‌های اجتماعی نقش بسیار مهمی را ایفا می‌کنند.

سازمان بهداشت جهانی برای اولین بار در اگوست ۱۹۹۳ برنامه‌ای مشابه طرح دکتر بوتوین را به عنوان آموزش مهارت‌های زندگی (Life Skills) با ۱۰ فرمان مطرح کرد. این ده فرمان برای آموزش و یادگیری جوانان و خانواده‌ها عنوان شد که در صورت به کارگیری و تعلیم آن‌ها، شخص سالم رشد خواهد کرد و از رفتارهای ناهنجار اجتماعی، اخلاقی، اقتصادی و... او جلوگیری می‌شود. آنها دچار اختلالات روانی و عصبی نخواهند شد و یک زندگی شاد و موفقیت‌آمیز خواهند داشت. این آموزش‌ها فرد را قادر می‌سازد تا ارزش‌ها و نگرش‌ها را به توانایی‌های بالفعل تبدیل کنند. مهارت‌های زندگی، فرد را قادر می‌سازد از استعدادهای بالقوه خود نهایت استفاده را بنماید و توانایی‌هایش را به فعلیت برساند. این مهارت‌ها انگیزه سالم و رفتار سالم را برای افراد به ارمغان می‌آورد. مهارت‌های ده‌گانه زندگی ارتباط مؤثر (Effective communication)، ارتباط بین فردی (Interpersonal relationship)، حل مسئله (Problem solving)، تطابق با هیجانات (Copying with emotions)، تطابق با استرس (Copying with stress)، همدلی (Empathy)، تفکر نقادانه (Critical thinking)، تفکر خلاق (Creative thinking)، خود آگاهی (Self awareness) تصمیم‌گیری (Decision making) هستند.



مهارت دگرپاش بودن

همه انسان‌ها با هم برابرند و روح آزاد و میل به آزادی دارند. پس همه انسان‌ها شایسته بهتر زیستن هستند و برای بهتر زیستن تلاش می‌کنند و چه بسا برای زندگی مطلوب بشریت نیز بهتر است تلاش کنند.

برای رسیدن به زندگی بهتر نیازمند الگوهای مطلوب زندگی هستیم. شیوه زندگی درست می‌تواند ما را به زندگی بهتر نزدیک کند و احساس رضایت‌مندی از خود که همان موفقیت است را برای ما داشته باشد. شیوه زندگی تحلیل رفتارها و عادات ما در زندگی است. یعنی انتخاب نوع پوشش، سرگرمی‌های مورد علاقه، نحوه روابط اجتماعی، نوع هزینه‌کردن‌ها و... می‌شود شیوه زندگی (Lifestyle) هر فرد. برای یافتن شیوه درست‌تر زندگی باید اول خودمان و بعد محیط پیرامون خودمان را بشناسیم. این شناخت بی‌نهایت است و روز به روز به شناخت بیشتری از خود و محیط پیرامون خود نزدیک‌تر می‌شویم.

شاید بتوان گفت هر فرد با تجربه، می‌تواند به شناختی از خود برسد اما این شرط کافی و لازم نیست. همیشه مطالعه و مشاهده در کنار تجربه مکملی برای آگاهی و درست انجام دادن کارها بوده است. ما می‌توانیم پس از ذخیره تجربه خود، مشاهده تجارب دیگران، همراه با مطالعه تئوری‌های ثابت شده، به شناخت بهتری برسیم. لازمه این تحلیل جستجو و دانستن چگونه جستجو کردن است. برای جستجو کردن باید دنبال مرجع درست باشیم. علم روانشناسی یکی از آن دسته منابع اطلاعاتی درستی است که به شناخت انسان کمک می‌کند. روانشناسی، مطالعه علمی رفتار و درک فرایندهای ذهنی است. انسان، این موجود پیچیده، در هر شرایطی رفتاری از خود نشان می‌دهد. اگر بتوانیم تحلیل درستی از شرایط خاص داشته باشیم و رفتار درست را برای خودمان جستجو کنیم می‌توانیم به شناخت بیشتری برسیم. و این شناخت به ما کمک می‌کند تا الگو و یا شیوه درست زندگی را بیابیم تا از زندگی لذت بیشتری ببریم و احساس آرامش کنیم.

دکتر گیلبرت بوتوین در سال ۱۹۷۹ با شروع آموزش‌هایی برای دانش‌آموزان نوجوان تحت عنوان «مهارت‌های زندگی» توجه متخصصان بهداشت روان را به خود جلب کرد. سازمان بهداشت جهانی (WHO)، بهداشت روان را این گونه معرفی می‌کند. «ضمن داشتن سلامت روان (نداشتن بیماری‌های روحی)، هر شخصی توانایی‌های کامل برای ایفای نقش‌های روانی-اجتماعی



ما با فراگیری مهارت‌های زندگی و حرکت به سوی شیوه درست زندگی می‌توانیم رابطه موفق داشته باشیم، مهارت "نه" گفتن به خواسته‌های نابجا پیدا کنیم، شناخت بیشتری بر افراد ظاهر فریب داشته باشیم و درست و به اندازه اعتماد کنیم. با این مهارت‌ها می‌توانیم در بحرانی‌ترین شرایط به حل مساله بپردازیم و تفکر خلاقانه‌ای داشته باشیم. همگی این‌ها نیاز به تمرین و مطالعه دارد تا به هدف نهایی برسیم.

اما هدف، به واقع، یعنی چه؟ برای موفقیت در زندگی نیازمند چه چیزهایی هستیم؟ هدف در این زمینه چه نقشی را ایفا می‌کند؟ نتیجه هدف‌مندی در زندگی چیست؟ هدف اثربخش چیست؟ اهداف کوتاه‌مدت، میان‌مدت و بلندمدت چه تعریفی دارند؟ شما چه فکر می‌کنید؟ نظرات خودتان را برای ما بفرستید تا باهم درباره «هدف» بحث کنیم و یک «نفس عمیق» بکشیم.



«نفس عمیق» می‌خواهد به تحلیل و مقایسه این مهارت‌ها با جامعه دگرپاش ایرانی بپردازد. جامعه‌ای که افراد آن شیوه زندگی یکسانی ندارند و شاید حتی هم‌دیگر را متهم به انحراف جنسی می‌کنند. می‌دانیم برای گروهی از دگرپاشان ارضاء میل جنسی مهمترین دغدغه است و شاید حتی برای کسب درآمد به تجارت جنسی روی آورده باشند. کسانی که خودشان را در اختیار اربابان جنسی قرار می‌دهند تا پولی به دست بیارند و حتی افرادی که برای یک بار تنها با یک نفر می‌خوانند. در شکلی دیگر، دوستی بین آن‌ها وجود دارد اما خالی از احساس که نام آن رابطه را دوستی جنسی یا (Sex Friend) می‌نامند. اما در دسته مقابل کسانی هستند که احساسات و عواطف را اولویت خود در ارتباط و زندگی می‌شمارند و سعی در پیدا کردن شریک زندگی و احساسی برای خودشان هستند. این دسته، گروه اول را با توجه به ارزش‌های خودشان متهم به انحراف جنسی می‌کنند، به همان شکلی که همجنسگراهراسان آن‌ها را متهم به انحراف جنسی می‌دانند. اما آیا فردی که نمی‌تواند با غیر همجنس خود رابطه‌ای داشته باشد و مایل است نیازهای جنسی خود را با ارتباط جنسی با همجنس خود پاسخ گوید، دارای انحراف جنسی است؟ تا چه میزان به زندگی و احساسات این دسته از افراد سرک کشیده‌ایم؟ آیا به عمق عواطف آن‌ها نگاه کرده‌ایم که این گونه به آن‌ها اتهام می‌زنیم؟

چه کارگران جنسی و چه کسانی که به دنبال ارضای میل جنسی خود هستند، تا زمانی که نسبت به خود و عزت نفس خود آگاهی پیدا نکنند، مسوولیت‌پذیر نیستند. بلکه این جامعه و نهادهای دولتی و اجتماعی‌اند که در برابر قرنطینه اطلاعاتی متهم ردیف اول هستند. زمانی ما می‌توانیم اتهام بزنیم، حکم بدهیم و قصاص کنیم که آگاهی‌های لازم را به جامعه خودمان داده باشیم و در راستای کاهش آسیب، فعالیت کرده باشیم. با آموزش مهارت‌های زندگی می‌توان شیوه درست زندگی را گسترش داد تا دگرپاشانی که در دسته اول هستند مسیر درست موفقیت و لذت بردن از زندگی را پیدا کنند.

با به کارگیری این مهارت‌ها می‌توان با اطمینان خاطر بیشتری به دنبال شریک زندگی مناسب گشت. البته تمام این‌ها تنها یک بخش از زندگی ماست، چرا که گرایش جنسی تنها یک بخش از زندگی هر فرد است.

تماس با شایان: Shayan.Mehrdadzade@hotmail.com



نوجوان دگرباش و استقلال مالی

با سلام و احترام به همه‌ی دوستان خوبم. منو ببخشید ازینکه یک شماره نتونستم توی بحث‌هایی که قرار بود با هم داشته باشیم شرکت کنم. استقلال از خانواده موضوع مورد بحث این شماره از مجله است و همه‌ی دوستان میتونن نظراتشون رو برای ما ارسال کنند.

وارد فلسفه‌ی تولد انسان‌ها نمی‌شم اما همین قدر اشاره می‌کنم که یک‌سری از اتفاقات دست خود آدم نیست. مثلا متولد شدن توی یه خانواده‌ی فرهنگی یا سیاسی، یا حتی متولد شدن به صورت یک همجنسگرا یا دگرجنسگرا. اما همه‌ی کسانی که در یک خانواده متولد می‌شن ویژگی مشترکی دارند از همون ابتدا و اون هم حمایت خانواده است. حمایت خانواده ممکنه برای بعضی از آدم‌ها تا آخر عمرشون باشه و برای بعضی‌های دیگه تا آخر سنین نوجوانی.

گرایش و هویت جنسی مسئله‌ای‌ست که رفتار یک نوجوان دگرباش رو با خانواده‌اش تحت تاثیر قرار می‌ده. پدر و مادری که صاحب فرزند می‌شن در اولین مرحله و در تمام مراحل زندگی فرزندشون به تنها چیزی که نمی‌پردازن گرایش و هویت جنسی فرزندشونه. متاسفانه این مورد مسئله‌ای نیست که بشه ازش چشم پوشید و چه خوبه که با تربیت درست، نوجوان‌ها در مسیر زندگی خودشون قرار بگیرن.

می‌خوام ماجرای یکی از دوستانم رو براتون تعریف کنم که توی سن ۱۸ سالگی در مورد همجنسگرا بودن خودش با خانواده‌اش صحبت کرد. پوریا وقتی که اولین بار متوجه گرایش جنسی خودش شده بود ۱۴ سال داشت و بالاخره توی ۱۸ سالگی به مادرش گفت که یک همجنسگراست. مادرش حدود ۴۰ سال‌اش بود و بیشتر عمرش رو به خانه‌داری گذرونده بود. پوریا چون با مادرش بیشتر احساس نزدیکی می‌کرد و چون دنبال یه کسی می‌گشت که باهاش درد دل کنه با مادرش درین مورد حرف زد. مادرش وقتی که فهمید پوریا همجنسگراست شوکه شد و خیلی زود موضوع را با پدر پوریا مطرح کرد. پدر پوریا هم فکر می‌کرد این یک ننگ برای آبروی خانواده‌ست. برای همین تمام حمایت‌های مالی خودش از پوریا رو قطع کرد. پوریا حتی چند روز بیرون از خونه خوابید تا عصبانیت پدرش کم بشه. وقتی-

برگشت خونه دید که اتاق‌اش رو دادن به خواهرش و وسایل‌اش رو گذاشتن توی انباری. پدرش گفته بود که باید خیلی زود از خونه بره. هرچند که هدف مادر پوریا کمک به پوریا بود اما پوریا آواره شده بود. امروز پوریا ۲۳ ساله‌ست و ۵ ساله که از خانواده‌اش دوره و فقط گاهی تلفنی با خانواده‌اش صحبت می‌کنه. پوریا وقتی که از خانواده جدا شد هیچ پس‌انداز و پشتوانه‌ی مالی نداشت. از همه بدتر اینکه هیچ کاری هم بلد نبود. پوریا امروز با تجربه‌ای که توی این ۵ سال کسب کرده امرار معاش می‌کنه ولی ۵ سال از بهترین سال‌های نوجوانی‌اش رو فقط برای کار کردن گذاشت. پوریا روزهای اول با کارگری توی یه کارخونه توی جنوب ایران شروع به کار کرد. حرفی که خودش همیشه به من میگه اینه که ای کاش زمانی که با خانواده‌ام در مورد گرایش‌ام صحبت می‌کردم لاقل از نظر مالی مستقل بودم.

خیلی کم پیش میاد که یک دگرباش توی ایران بتونه در سنین نوجوانی مستقل از خانواده‌اش باشه. متاسفانه اغلب دگرباشان ایرانی توی نوجوانی‌شون حرفه‌ای بلد نیستند تا بتونن با اتکاء به تجربه‌شون کار کنند. به همین دلیل نوجوانان دگرباش بهتره اگر پولی از مادر و پدرشون برای مخارج متفرقه می‌گیرن پس‌انداز کنند چون برای مستقل‌شدن به پول احتیاج دارند. همچنین باید درس خوندن و تجربه کسب کردن رو یکی از اولویت‌های خودشون قرار بدن تا بعد از استقلال برای پیدا کردن کار توی دردسر نیافتند. مسئله‌ی مهم بعدی این که تا زمانی که از توانایی خودشون برای زندگی مستقل به یقین نرسیدند با خانواده‌شون در مورد گرایش و هویت جنسی خودشون صحبت نکنند چون هر اتفاقی ممکنه بعد از این اطلاع‌رسانی بیافته.

توی ایران معمولا اگه کسی بتونه خوب تایپ کنه یا زبان نگلیسی‌اش خوب باشه یا با یه سری از نرم‌افزارها و زبان‌های برنامه‌نویسی آشنا باشه، راحت می‌تونه کار پیدا کنه. پس در کنار همه‌ی کارهایی که روزمره انجام میدیم اگر یک وقت کوچکی هم برای فراگیری این موارد بزاریم، در مواقعی که در شرایط بحرانی هستیم، خیلی می‌تونه کمک‌مون کنه.





"مسئله فقط این نیست که خانواده از گرایش یا هویت جنسی ما مطلع میشه یا نمیشه. مسئله اینه که یک نوجوان دگرپاش چه جوری می‌تونه زندگی راحت‌تری داشته باشه و به استعدادهای درونی خودش رسیدگی کنه"

kaave.ahooraaee@gmail.com

تماس با کاوه:

بعضی وقتا لازمه که خانواده، مثلا مادر یا پدر، در مورد گرایش و هویت جنسی مون بدونن. مثلا زمانی که برای معافیت هموسکسوالی یا ترنس‌سکسوالی برای سربازی اقدام می‌کنیم ممکنه طی مراحل عفو، به حضور والدین احتیاج باشه. اینجا وظیفه داریم که سبک سنگین کنیم و مشکلات و حل این مشکلات رو اولویت‌بندی کنیم تا کمترین ضربه بهمون وارد بشه. همچنین باید تمام مسائلی که ممکنه در این مرحله پیش بیاد رو در نظر بگیریم و برای تک‌تک‌شون راه حلی در نظر بگیریم. این جور مواقع راهنمایی گرفتن از بقیه می‌تونه کمک‌مون کنه.

حالا ممکنه این سوال مطرح بشه که استقلال از خانواده مگه چه قدر مهمه؟ این مسئله اونقدر مهمه که شیوه‌ی زندگی یک دگرپاش رو چه توی نوجوانی چه توی بزرگسالی تغییر میده. در بیشتر اوقات یک دگرپاش از خانواده اش مستقل می‌شه اما هیچ وقت در مورد گرایش و هویت‌اش با خانواده‌اش صحبت نمی‌کنه. پس مسئله فقط این نیست که خانواده از گرایش یا هویت جنسی ما مطلع میشه یا نمیشه. مسئله اینه که یک نوجوان دگرپاش چه جوری می‌تونه زندگی راحت‌تری داشته باشه و به استعدادهای درونی خودش رسیدگی کنه، استعدادهایی که به موجب وابستگی به خانواده ممکنه هیچ وقت شکوفا نشن. دوستان عزیزم استقلال از خانواده همیشه به معنی جدا زندگی کردن از اونها نیست. گاهی وقتها امکان جدا شدن از خانواده اصلا به وجود نمی‌آد اما میشه با فعالیت‌های متنوع به خانواده خودمون نشون بدیم که دیگه بزرگ شدیم و برای خودمون یک حریم خصوصی داریم و حتی می‌تونیم گاهی ما خانواده رو حمایت مالی کنیم.

همه‌ی این حرفا رو زدیم که نهایتا به این نکته برسیم که از فرصت‌های طلایی توی سنین نوجوانی و جوانی خودمون باید بهترین استفاده رو بکنیم تا زندگی راحت‌تری داشته باشیم. این پایان بحث ما در مورد استقلال از خانواده نیست. نظرات و پیشنهادها، حتی خاطرات و مشاهدات خودتونو برای ما ارسال کنید تا بتونیم با استفاده از تجربیات هم، به همدیگر کمک کنیم.

در شماره‌ی بعد، می‌خواهیم در مورد نوجوان دگرپاش و مسائل جنسی صحبت کنیم، مسائلی که تمام فعالیت‌های یک دگرپاش رو تحت تاثیر خودش قرار می‌ده. منتظر نظرها و تجربه‌های شما در این مورد هم هستیم.

با درود



معمولن یا به فرزندی قبول می‌کنند و یا در توافق با یک فرد سوم، دارای فرزند می‌شوند، به شکلی با کنترل بیشتری از سوی مددکاران اجتماعی در مراقبت از فرزند، هدایت می‌شوند.



اشاره کردم که به اخبار آزار و خشونت علیه بچه در خانواده‌های دگرجنسگرا و به اخبار آزار و خشونت علیه کودکان کار و خیابانی، که باز هم بچه‌های ما در همین جامعه‌ی ایران‌اند توجه کند تا نگرانی‌اش در باره فرزندان خانواده‌های همجنسگرا، به یک توازن نسبی برسد. به هر حال اگر ما نگران بچه‌ها باشیم، باید نگران همه‌ی بچه‌ها باشیم. یکی دیگر از شرکت‌کنندگان بیرون از سالن به من گفت که خوب است درباره‌ی تفاوت بچه‌بازی مردان، و همجنسگرایی توضیح بدهیم. درست است که بچه‌بازی در ذهنیت ایرانی با همجنسگرایی اشتباه گرفته می‌شود، اما در واقع ربطی ندارد به همجنسگرایی و همراه کردن این توضیح با مقوله‌ی همجنسگرایی، ابهام ایجاد می‌کند. اگر در نظر بگیریم که ما در یک جامعه‌ی سنتی در ایران زندگی می‌کنیم، و همجنسگرایان هم پرورده‌ی همین جامعه‌ی سنتی و پرورده‌ی همین اخلاقیات هستند، می‌توانیم به این نتیجه برسیم که درست مثل جامعه دگرجنسگرا که بخشی از جامعه کاملن باورمند به اخلاقیات جامعه و بخشی دیگر دارای آلودگی‌های اخلاقی است، و این دو بخش هیچ کدام نماینده‌ی آن بخش دیگر نیستند، لزومی نخواهیم دید همیشه همجنسگرایان و بچه‌بازها را همزمان با هم تعریف کنیم، بخصوص که شمار غالب متجاوزان جنسی به همجنس، همجنسگرا نیستند و خود را دگرجنسگرا و علاقمند به ارتباط با زنان تعریف می‌کنند و اتفاقات مربوط به تجاوز جنسی خود را در محاکمه‌ها یک مساله‌ی اتفاقی و خارج از حریم زندگی معمول خود اعلام می‌کنند.

گزارش

ساقی قهرمان

گزارشی کوتاه از سفر به سوئد

به دعوت انجمن حق زنان، با مدیریت ماریا رشیدی، برای شرکت در پانل گفتگو درباره همجنسگرایی به سوئد رفتم. عنوان این پانل "در تقابل و تشابه همجنسگرایی با دگرجنسگرایی" انتخاب شد. مجری برنامه، مجید تسلیمی، تحلیل‌گر سینمایی، و فتانه فراهانی و مهرداد درویش پور، مدرسین دانشگاه‌های سوئد، دو سخنران دیگر پانل بودند که هر کدام از یک زاویه متفاوت به عادت‌های جامعه غالب، یا جامعه هتروسکسوال نگاه کردند. من دعوت شده بودم تا از تجربیات خودم به عنوان یک همجنسگرا، و درباره‌ی همجنسگرایی، و مسایل اجتماعی همجنسگرایان در ایران به عنوان مدیر سازمان دگرباشان جنسی ایرانی-ایرکو، صحبت کنم. ما در سی و پنج دقیقه‌هایی که سهم ما بود، به مساله‌ی همجنسگرایی، حقوق همجنسگرایان، طبیعی-سازی جامعه دگرجنسگرا به عنوان گرایش طبیعی و غالب، و برساخته‌های فرهنگی جامعه دگرجنسگرا که نورم جامعه تصور می‌شوند، صحبت کردیم. جالب اینجا بود که تقریباً تمام حاضران در جلسه، که به نظر می‌آمد همه سال‌ها ساکن استکهلم بودند، هنوز با چیستی این گرایش آشنا نبودند و تفاوت‌های شاخه‌های گوناگون دگرباشی جنسی را نمی‌دانستند. بخش پرسش و پاسخ، به سوال‌های حاضران در جلسه در مورد همجنسگرایی پرداخت، و ابراز کنجکاوی و نگرانی. چند نفری از میان جمعیت می‌خواستند جلسه‌های بیشتری تشکیل شود و در مورد ویژگی‌های این گرایش و شاخه‌های دگرباشی جنسی، حقوق مدنی همجنسگرایان صحبت بشود. بیرون از سالن، یک نفر نگرانی خودش را از امنیت بچه‌ها در خانواده‌های همجنسگرا ابراز کرد. نظر من این بود که جامعه‌ی دگرجنسگرا، هنوز تا مدتی باید بیشتر از همه چیز نگران بچه‌هایی (بچه‌های دگرجنسگرا، یا همجنسگرا، یا تراجنسی) که در خانواده‌های دگرجنسگرا بزرگ می‌شوند و مورد بی‌مهری یا بی‌توجهی و یا خشونت و یا تعرض پدر و مادر دگرجنسگرا قرار دارند، باشد چون از هر منظر که نگاه کنیم هنوز تعداد بچه‌هایی که در خانواده‌های دگرجنسگرا مورد آزارند، بسیار بسیار بیشتر است، و از طرفی خانواده‌های همجنسگرا به دلیل این که فرزندان خود را



می‌کند. مساله، مساله‌ای که اهمیت داشت، این بود که وضعیت کسانی که ناچار به ترک ایران می‌شوند، با توجه به واقعیت بافت اجتماعی ایران و قوانین اجتماعی ایران توضیح داده شود. در یک گزارش انیمیشن مستند از فعالان حقوق دگرباشان در سراسر جهان، شرکت کردم، و داستان زندگی من را تعریف کردم تا الان.

اتفاق خوش دیگر این سفر سه هفته‌ای، قرار بود که با سازمان آر اف اس ال برای همکاری‌های انتشاراتی و بخصوص همکاری در رسیدگی به وضعیت پناهندگان دگرباش در سوئد داشتیم. در گفتگو با مدیر بخش استکهلم آر اف اس ال، در میان صحبت، وقتی آرزو کرد ایرکو هم روزی دفتری عظیم مثل دفتر این سازمان داشته باشد، یادم آمد و گفتم ما در ایرکو نیاز به دفتر عظیم نداریم، اما به عنوان یک دگرباش ایرانی، آرزوی "ما" این است که به جای تلاش برای روشنگری و کسب حقوق در خارج از ایران، جامعه‌ی دگرباش در داخل ایران و در شهر خودش، و در خانه‌ی خودش، برای حقوق خودش آشکار و برخوردار از امنیت، تلاش و روشنگری بکند. در آن صورت، شاید اصلن نیازی به یک ایرکو به عنوان یک سازمان حمایت از پناهندگان، نباشد.



nevisht@gmail.com

تماس با ساقی:

همانطور که ما در جامعه‌ی همجنسگرا، دگرجنسگرایان را با عنوان متجاوزین به بچه‌ها/نوجوانان تعریف نمی‌کنیم، از جامعه‌ی دگرجنسگرا توقع داریم همجنسگرایان را با این اتهام تعریف نکنند. تجاوز جنسی به بچه‌ها و نوجوانان یک آلودگی اخلاقی است که با گرایش جنسی افراد ارتباط ندارد. سوال‌های مطرح شده در جلسه زیاد بودند و باعث شد جلسه‌ای دیگری هم در هفته‌ی بعد از آن، با شرکت تعداد محدودتری برگزار شود. در آن جلسه با مشورت جمعی، تصمیم گرفته شد انجمن حق زنان چند سخنرانی دیگر در مورد همجنسگرایی و دگرباشی جنسی و حقوق دگرباشان جنسی در سوئد برگزار کند.

در طول این سفر با رادیو همبستگی استکهلم مصاحبه‌ای در مورد همجنسگرایی و ارتباط همجنسگرایان با خانواده‌های خود و جامعه‌ی بزرگتر داشتیم. یک ساعت طول کشید و به سوال‌های مجید تسلیمی، مجری برنامه جواب دادم. مصاحبه‌ی دیگری با تلویزیون حزب دموکرات کردستان داشتیم. فکر می‌کنم این برنامه پخش نشد. مصاحبه در مورد ادبیات بود اما من و مجری برنامه، عباس سماکار، بعد از سوالی که در مورد شعر زنان معاصر ایران، پرسیدند، با سوال من، "شعر کدام گروه از زنان شاعر معاصر؟"، متوقف شدیم و به جای ادبیات درگیر بحث گوناگونی مفهوم زن شدیم. تداخل موضوعات، که گاهی وقتی فضا کاملن یک‌دست و بسته است، پیش می‌آید.

با مسعود مافان، نشر باران، ملاقات داشتیم. پیشنهاد کردم آثار نویسندگان دگرباش را برای انتشار بررسی کنند. پیشنهاد کردند شماره‌ی آینده‌ی فصلنامه‌ی باران، بخش ادبیات دگرباش را من (با همکاری نشر گیلگمیشان) تهیه کنم.

این سفر بخصوص به خاطر دو سخنرانی که در سازمان حمایت از ال جی بی تی‌های سوئد، آر اف اس ال داشتیم، پر بار بود. در این دو سخنرانی، یک بار برای روزنامه‌نگاران و دگرباشان علاقمند به مساله دگرباشان ایران و بار دیگر برای جمعی از فعالان حقوق بشری، مسوولان اداره مهاجرت و وزارت خارجه و دیگر علاقمندان به مسایل ایران و پناهندگان ایرانی صحبت کردم. به دنبال این سخنرانی، یک ملاقات خصوصی با مسوولان اداره مهاجرت داشتیم.

در طول این سفر، پرونده‌ی پناهنده‌ای که ماه‌ها در انتظار دریافت جواب از سوئد، در ترکیه بود، به جریان افتاد و تسریع شد. پرونده‌ی پناهنده‌ی دیگری که در سوئد درخواست پناهنده‌گی داده بود، به جریان افتاد و به زودی جواب دریافت-



مجلس اوگاندا لایحه‌ی همجنسگراستیزانه را رد کرد

ترجمه‌ی چراغ
رهبان و گروه‌های حقوق بشری امریکایی امیدوارند که مجلس این لایحه‌ی همجنسگراستیز را رد کند. پایگاه‌های امضای اینترنتی، بیش از ۱.۴ میلیون امضا در حمایت از این اقدام مجلس جمع کرده‌اند.

این لایحه برای اولین بار در ۲۰۰۹ مطرح شد اما تا یک‌ماه پیش مورد بحث قرار نگرفت. قرار است مجلس به‌زودی درباره‌ی سرنوشت این لایحه بحث کند. لایحه می‌گوید در برخی موارد مجازات افراد همجنسگرا باید مرگ و زندانی‌شدن مادام‌العمر باشد.

نویسنده‌ی این لایحه، دیوید باهاتی، گفته است که نسخه‌ی جدید این لایحه دربرگیرنده‌ی مجازات مرگ نیست، اما هنوز این نسخه منتشر نشده است.

مردان همجنسگرا دو برابر دگرجنسگرایان احتمال دارد

که سرطان بگیرند

ترجمه‌ی چراغ

مردان همجنسگرا دو برابر دگرجنسگرایان احتمال دارد سرطان بگیرند. این یافته‌ی مقاله‌ای است که در نشریه‌ی سرطان منتشر شده است و شیوع سرطان را در مردان و زنان با توجه به «گرایش جنسی» بررسی کرده است و میزان سلامت مردان و زنان مبتلا به سرطان را با هم مقایسه می‌کند.

این پژوهش که بزرگ‌ترین پژوهش در این زمینه و در ایالات متحده است، ۱۲۰ هزار نفر را در سال‌های ۲۰۰۱ و ۲۰۰۳ و ۲۰۰۵ مورد مطالعه قرار داده و از آزمودنی‌ها تقاضا کرده است که وضعیت خود را گزارش دهند.

از این تعداد، برخی گرایش جنسی خود را معین کرده بود؛ ۱۴۹۳ نفر خود را همجنسگرا معرفی کرده است و ۳۶۹۰ نفر خود را دگرجنسگرا. مردان همجنسگرا ۱.۹ برابر مردان دیگر احتمال دارد که سرطان بگیرند. این پژوهش می‌گوید «مردان همجنسگرا دارای میزان بالای سرطان مقعدی هستند».

اما اولریخ بوهر، مدیر پژوهش می‌گوید که میزان بالای اچ‌آی‌وی در مردان همجنسگرا ممکن است مربوط به خطر بالای سرطان گرفتن آن‌ها باشد. این مورد در پژوهش بررسی نشده-

-نشده است.

این پژوهش هیچ تفاوت عمده‌ای بین بیماران سرطانی زن که خود را «همجنسگرا» یا «دوجنسگرا» تعریف کرده‌اند و بیماران سرطانی زنی که همجنسگرا یا دوجنسگرا نیستند نیافته است. با این همه، زنان همجنسگرا و دوجنسگرا نیز در مقایسه با زنان دیگر دو برابر احتمال دارند که بعد از تشخیص سرطان، وضعیت سلامتی بدی را تجربه کنند.

جایزه‌ی بنیاد انالس به یک فعال دگرباش اوگاندایی

ترجمه‌ی چراغ



یک فعال همجنسگرای اوگاندایی، به خاطر فعالیت‌هایش جهت ترویج مدارا با و فهمیدن جامعه‌ی دگرباشان، برنده‌ی جایزه‌ی اصلی و بین‌المللی شد. کاشا ناباگسرا، موسس جنبش حقوق همجنسگرایان در اوگانادا، به رغم غیرقانونی بودن همجنسگرایی در اوگانادا، جایزه‌ی بنیاد مارتین انالس را به خانه برد.

کاشا زمانی جایزه‌ی خودش را می‌گیرد که سه ماه قبل‌اش، دیوید کاتو، فعال حقوق همجنسگرایان اوگانادایی، در این کشور به قتل رسید. در اوگانادا، قانون جدیدی در حال تصویب است که به دولت اجازه می‌دهد تا همجنسگرایان را به جای زندانی کردن، اعدام کند.





همجنسگرایی در کامرون

ترجمه‌ی چراغ

سنتینله، ندیبیس، و دووال همجنسگرایی هستند که در پایتخت اقتصادی کامرون، دوالا، زندگی می‌کنند. همجنسگرایی در این کشور غیرقانونی است؛ برای همین، همجنسگرایان مجبورند برای همنوایی با جامعه، ظاهری دوجنسگرا داشته باشند.

سنتینله، ۳۰ ساله، به خاطر همجنسگرایی‌اش از کلیسا طرد شده است. دووال، ۲۴ ساله، هم از سوی کشیش کلیسا طرد شده است. مردم و کلیسا باور دارند که همجنسگرایان درونی شیطانی دارند. دووال می‌گوید «مردم ما را همان‌طور که هستیم نمی‌پذیرند. مردم، توی خیابان‌ها، ما را کونی صدا می‌زنند. آن‌ها ما را سرزنش می‌کنند که چرا زندگی جوانان را فاسد می‌سازیم.»

بین طرد و تبعیض

همه‌ی این باورهای عمیق، منجر به آن می‌شود که همجنسگرایان از جامعه‌ی خود طرد شوند. همجنسگرایان در کامرون مورد تبعیض قرار می‌گیرند، به‌خصوص در زمینه‌ی بهداشت و مراقبت‌های بهداشتی.

سنتینله می‌گوید «بعضی وقت‌ها، در طول رابطه‌ی جنسی، خون‌ریزی پیدا می‌کنیم. وقتی به بیمارستان می‌رویم، از ما می‌خواهند که پارترمان را هم همراه خود بیاوریم. ما مجبور می‌شویم به آن‌ها دروغ بگوییم تا از مراقبت‌های پزشکی برخوردار شویم. ما اغلب می‌گوییم دوست‌دخترمان بیرون از شهر است.»



زیستن دو زندگی

دووال، برخلاف ندیبیس و سنتینله، مساله‌ی گرایش جنسی‌اش را با خانواده در میان گذاشته است. ندیبیس و سنتینله هم پارترنر پسر دارند و هم پارترنر دختر. پارترنر مرد ندیبیس ازدواج کرده است و دو بچه دارد. ندیبیس می‌گوید «احساس نمی‌کنم به‌ام خیانت شده است. او به خاطر فشار خانواده و جامعه زن گرفته است.»

سنتینله به یاد می‌آورد که اولین رابطه‌ی جنسی‌اش در ۱۴ سالگی رخ داد، آن‌هم با یک دختر. می‌گوید «این کار را به خاطر فشار هم‌سن و سال‌های‌ام انجام دادم. همه‌ی دوستان من دوست‌دختر داشتند و من هم فکر کردم «چرا من نه». او از آن به بعد دیگر با زنان رابطه‌ی جنسی برقرار نکرد، اگرچه الان با دختری نامزد است. نامزدش از گرایش جنسی سنتینله آگاه نیست و خیلی هم مذهبی است و نمی‌خواهد تا پیش از ازدواج رابطه‌ی جنسی داشته باشد.

این همان چیزی است که سنتینله را آرام می‌کند. او می‌خواهد با آن دختر ازدواج کند، تا نه‌تنها همه‌ی سوظن‌ها را برطرف کند، که عاشق بچه‌دار شدن هم است. می‌گوید «به گرفتن بچه فکر نمی‌کنم، چون خودم می‌توانم بچه‌ی خودم را داشته باشم. من می‌خواهم بچه‌ی همسر خودم را داشته باشم.» او هم‌زمان، با یک مرد متاهل هم در ارتباط است.

قانونی‌شدن همجنسگرایی

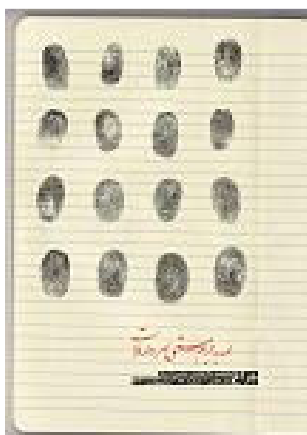
این سه مرد همجنسگرا، نمی‌توانند گرایش جنسی‌شان را آشکار سازند؛ هم از ترس جامعه و هم از ترس قانون. در واقع، بند ۳۴۷ قانون جزای کامرون می‌گوید «هرکسی که به هم‌جنس خویش گرایش جنسی داشته باشد مستحق مجازات زندان از شش ماه تا پنج سال و پرداخت جریمه‌ی مالی بین ۳۴ هزار تا ۳۴۵ هزار تومان است.»



دوستان عزیز، نویسندگان چراغ، به امید شماست که می نویسند. ما را از نظرات خود مطلع کنید.

چراغ

اردیبهشت ۱۳۹۰



با تشکر از طاهر زاکاریان برای طراحی زیبای جلد مجله

parnianhamid@gmail.com

nevisht@gmail.com

parand.shoushtary@gmail.com

hamzaaad@gmail.com

hormazd_۱۳۶۲@yahoo.com

yasaminhashdari@gmail.com

behtinamanpoor@yahoo.com

kaave.ahooraaee@gmail.com

Sadra.۲۷۵@gmail.com

Shayan.Mehrdadzade@hotmail.com

shervin.daryadar@gmail.com

تماس با همکاران این شماره : حمید پرنیان

ساقی قهرمان

پرنده شوشتری

مهدی همزاد

هرمزد

یاسمین

بهتین

کاوه اهورایی

صدرا اعتمادی

شایان

شروین دریادار