

به نام آنکه نور است در تاریکی های زندگی ام

خوشحالی در قرنطینه اجباری

پنجره اتاق همیشه بسته نیست، اما حس می‌کنم دنیا پشت آن شیشه‌ها قفل شده است. هر صبح که آفتاب از لای پرده نازک می‌تابد، انگار تنها یادآوری می‌کند که بیرون جایی هست که من حق قدم گذاشتن در آن را ندارم. من بیست ساله‌ام، و باید حالا در دانشگاه درس می‌خواندم، در صنفی که پر از شور جوانی و آینده بود. باید کنار دوستانم درباره پروژه‌ها و کتاب‌ها حرف می‌زدم، باید رویایی برای فردای شغلی‌ام می‌ساختم. اما امروز، تنها چیزی که پیش رو دارم، دیوار خاموش و کتاب‌های خاک‌خورده‌ای است که روی قفسه جا خوش کرده‌اند.

هوا سنگین و سکوت‌آلود است. از زمانی که طالبان قدرت گرفته‌اند، هر صدای کوچکی، هر گام روی خاک، هر چرخش در اتاق، قلبم را به تپش می‌اندازد. تازه یاد گرفته‌ام که ترس هم می‌تواند همدم روزهای طولانی باشد. نمی‌دانم فردا چه محدودیت تازه‌ای خواهد آمد؛ چه قانونی زندگی‌ام را کوچکتر خواهد کرد. فکر کردن به آینده قلبم را می‌فشارد و گاهی نمی‌توانم نفس بکشم.

گاهی فکر می‌کنم این اتاق زندان است؛ چهاردیواری‌ای که همه رویاهایم را بلعیده. اما باز هم چیزی در درونم مقاومت می‌کند. گاهی تنها وقتی چراغ روشن است و صدای دعای مادر از اتاق دیگر می‌آید، کمی آرام می‌گیرم. گاهی آنقدر به فکر فرو می‌روم که گذر زمان را متوجه نمی‌شوم، وقتی به خودم می‌آیم با چشمان به خون نشسته و سری که از درد منفجر می‌شود، روبه‌رو می‌شوم. سال‌ها قبل را به یاد می‌آورم، دختری را می‌بینم که سرخوش و با دنیایی از شور و اشتیاق زندگی می‌کرد؛ همان دختری که پر از امید بود، همان دختری که می‌خندید و آینده را مثل آسمان آبی تصور می‌کرد. دختر آن روز اصلاً فکر نمی‌کرد چنین روزهایی خواهد آمد؛ روزهایی که نتواند درس بخواند یا حتی قدم به بیرون از خانه بگذارد؛ آن هم فقط به یک دلیل: چون «او یک دختر است».

من در قرنطینه‌ام. نه به خاطر بیماری، بلکه به خاطر قانونی که می‌گوید دخترها باید در خانه بمانند. دانشگاهی که روزی برایم همه‌چیز بود، حالا دروازه‌اش به رویم بسته شده است. یعنی باید دنیای دیگری برای خود بسازم؛ دنیایی که شاید کوچک باشد، اما می‌تواند نور خودش را داشته باشد.

شب‌ها همیشه سخت‌تر هستند. روزها را می‌شود با صداهای خانه و نور آفتاب گذراند، اما شب ... شب مثل پرده‌ای سیاه است که روی همه‌چیز کشیده می‌شود و اتاق مرا به تنهایی‌ام بیشتر آگاه می‌کند. چراغ کوچک روی میز، تنها شاهد اشک‌هایم می‌شود.

گاهی از پنجره بیرون را نگاه می‌کنم. دختران همسایه را می‌بینم که مشغول انجام کارهای خانه‌اند، اما همه آن‌ها تسلیم قوانینی شده‌اند که دنیایشان را محدود کرده است. این تسلیم شدن بیشتر از هر چیزی قلبم را می‌شکند. من نمی‌خواهم تسلیم شوم، اما نمی‌دانم چه راهی مانده است.

کتاب‌های دانشگاه هنوز روی قفسه‌اند. یکبار خواستم همه‌شان را جمع کنم و جایی پنهان کنم که هر روز جلوی چشم نباشند، اما دستم نرفت. لمس کردن جلدشان مثل لمس کردن خاطره‌ای

شیرین و تلخ است. بوی کاغذها مرا برمی‌گرداند به روزهایی که سرشار از امید بودم؛ روزهایی که استاد از آینده می‌گفت و ما می‌خندیدیم، بدون آن‌که فکر کنیم شاید همین خنده‌ها روزی برایمان جرم شود. تمام خاطرات من از دانشگاه فقط یک سال است، همان سالی که سال اول دانشگاهم بود و شد آخرین سال تحصیلی‌ام.

ترس از طالبان همیشه با من است. هر صدایی که در کوچه می‌شنوم، هر تغییر کوچک در شهر، یادآور محدودیت‌هاست. شب‌ها که خواب بر من غلبه می‌کند، کابوس می‌بینم؛ کابوس‌هایی از زندان و سکوت، از دنیا‌هایی که دختران در آن حق انتخاب ندارند.

با همه این‌ها، بیشترین درد وقتی سراغم می‌آید که آینه را نگاه می‌کنم. صورتی که در آن می‌بینم، همان دختر بیست ساله است، اما در نگاهش نوعی غریبی موج می‌زند، نوعی ناامیدی که سر تا پایش را مانند سایه خفقان‌آور پوشانده است. انگار خودم را نمی‌شناسم. انگار قرنطینه و ترس‌های بیرونی مرا از خودم جدا کرده‌اند.

یک روز بارانی بود که فهمیدم می‌شود حتی در کوچک‌ترین چیزها هم شادی پیدا کرد. باران آرام می‌بارید و بوی نم و خاک تمام کوچه را پر کرده بود. از پشت پنجره نگاه می‌کردم. دلم می‌خواست مثل کودکی‌هایم کفش‌هایم را بیرون بیاورم و پاهایم را در گل فرو ببرم، اما این فقط یک آرزو بود. با این حال، همان لحظه حس کردم قلبم کمی سبک‌تر شد.

بعد، سراغ دفترچه قدیمی‌ام رفتم. شروع کردم به نوشتن؛ اول شکایت‌هایم، بعد رویاهایم، و بعد هرچه در ذهنم می‌گذشت. کم‌کم قلمم روان شد و کلمات مثل سیلاب روی صفحه جاری شدند. برای اولین بار بعد از ماه‌ها حس کردم دارم دوباره نفس می‌کشم. نوشتن برایم دریچه‌ای شد به دنیایی که هیچ‌کس نمی‌تواند آن را از من بگیرد.

کتاب‌ها هم پناهگاه شدند. کتابی را برداشتم که سال‌ها پیش نیمه‌کاره رها کرده بودم. وقتی خواندنش را دوباره شروع کردم، حس کردم وارد جهانی دیگر شدم؛ جهانی که هیچ قانونی برای خاموش کردن رویاهایم وجود نداشت. جهانی که بدون محدودیت می‌توانستم کشور به کشور، شهر به شهر و کوچه به کوچه سفر کنم. جهانی که در آن کسی نبود مرا مانع انجام کاری کند، کسی نبود بگوید لباس‌هایت کوتاه است یا رنگ لباست روشن است. هر شب چند صفحه می‌خواندم و قبل از خواب، شخصیت‌های کتاب در رویاهایم زنده می‌شدند.

این لحظه‌های کوچک مثل ستاره‌هایی بودند در شب تاریک. روشنایی‌شان شاید کم بود، اما کافی بود که قلبم از سنگینی زندگی نترسد و در دل تاریکی گم نشوم.

یک شب بعد از ساعتی طولانی نوشتن، سرم را روی دفترچه گذاشتم و گریه کردم. گریه‌ای عمیق، از ته دل. حس می‌کردم تمام این ماه‌ها روی شانه‌هایم سنگینی می‌کردند. بغضم نمی‌خواست

رهايم كند. اما همان شب اتفاقي افتاد. وقتي اشك هاييم خشك شد، چشمم به جمله‌اي افتاد كه بي‌اختيار نوشته بودم

«اگر درهاي بيرون را به رويت بسته‌اند، درهاي درونت را باز كن»

براي چند لحظه به كلمات خيره شدم. انگار كسي ديگر آن‌ها را نوشته بود و حالا به من هديه مي‌داد. آن جمله مثل كليدي بود كه قفل ذهنم را باز كرد. فهميدم كه شايد نتوانم همه‌چيز را تغيير بدهم، اما مي‌توانم زاويه نگاه خودم را عوض كنم

از فرداي آن روز، برنامه‌اي براي خودم ساختم. صبح‌ها زود بيدار مي‌شدم، تختخوابم را مرتب مي‌كردم و چند دقيقه به آسمان نگاه مي‌كردم. آسمان چيزي بود كه هيچ‌كس نمي‌توانست از من بگيرد. نوشتن و خواندن را به بخشي جدانشدني از روزهايم تبديل كردم. وقتي كلمات را روي صفحه سفيد مي‌ديدم، حس مي‌كردم هنوز مي‌توانم خالق چيزي باشم

كم‌كم در آينه هم تغيير را مي‌ديدم. همان چشmani كه قبلاً غريب به نظر مي‌رسيدند، حالا آرام‌آرام جلا مي‌گرفتند. لبخندهاي كوچكي دوباره روي لب‌هاييم مي‌نشست. با خودم آواز مي‌خواندم و مي‌رقصيدم. هنوز درد بود، هنوز دل‌تنگي بود، اما در لابه‌لای همه آن‌ها، شعله‌اي كوچك از اميد روشن شده بود

هنوز هم هر صبح وقتي پرده نازك اتاق را کنار مي‌زنم، همان ديوارها و همان كوچه خاكي را مي‌بينم. هنوز هم دانشگاه بسته است و من اجازه رفتن به آن‌جا را ندارم. هنوز هم وقتي بيرون مي‌روم احساس امنيت ندارم. بيرون تغييری نكرده، اما درون من تغيير كرده است

ديگر آن دختر سرخورده و بي‌صدا نيستم. حالا دفترچه‌ام پر از نوشته‌هايي است كه هر كدام مثل قطعه‌اي از وجودم‌اند. هر شب پيش از خواب چند صفحه مي‌خوانم و چند خط مي‌نويسم، و اين همان اميدي است كه مرا زنده نگه مي‌دارد

البته هنوز هم لحظه‌هاي سخت هست. شب‌هايي كه دل‌تنگي مثل موجي سرم را مي‌گيرد و اشك‌هاييم بي‌اجازه مي‌ريزند. اما فرق اين روزها با گذشته در اين است كه حالا مي‌دانم بعد از هر گريه، توان برخاستن دوباره را دارم

من ياد گرفته‌ام كه خوشحالي هميشه در سفرهاي دور يا روياهاي بزرگ پيدا نمي‌شود. گاهي در صدای باران، يا در خطي ساده روي دفترچه‌اي كه پنهان است. ياد گرفته‌ام كه اگرچه دنيا مرا در اتفاقي كوچك زنداني كرده، اما دنياي درونم بي‌نهايت وسيع است

امروز وقتي به آينه نگاه كردم، براي اولين بار بعد از مدت‌ها، خودم را شناختم. نه آن دختری كه قرباني بود، بلكه دختری كه ايستاده است. لبخندي روي لب‌هاييم نشست و با خود گفتم

من هنوز در قرنطینه‌ام، اما دیگر زندانی نیستم. من دنیایم را در همین چهاردیواری ساختم؛ «
»دنیایی که با امید و خوشحالی‌های کوچک روشن شده است

نویسنده: نجلا ظریفی