

علیرضا متولی

# کوله پشتی شگفت‌انگیز!

محل قرار دادن  
کنسرو روحیه!





تجربه را هم به دست می‌آوری. مثلاً با کسی دوست می‌شوی و بعد کم‌کم می‌فهمی این دوست جان جانی که تا چند روز پیش حاضر بودی برایش بمیری، همچنین نان دندان‌گیری نیست. می‌ترسی تو را از راه به در ببرد. گاهی هم به خاطر اینکه خیلی از مهارت‌ها را بلد نیستی، ممکن است نتوانی با دوستی که زیاد خوب نیست قطع رابطه کنی؛ چون قطع رابطه کردن هم اصولی دارد و تو هنوز این اصول را یاد نگرفته‌ای.

بله، خیلی چیزهاست که باید یادشان بگیری. باید یاد بگیری کجا بگویی باشه قبول! و کجا بگویی نه! اگر نه گفتن را خوب یاد بگیری، مسیرت را هموارتر به پیش می‌روی.

من بعداً درباره‌ی نه گفتن حسابی با تو حرف می‌زنم. اما تا اینجا کار بدان که نه گفتن یکی از شاه کلیدهای ادامه‌ی زندگی روی این پل است.

مدتی بعد شاید احساس کنی دیگر توان کافی برای ادامه دادن نداری. می‌دانی برای چه؟ برای اینکه لذت سفر نگذاشته است به تغذیه‌ی خودت توجه کنی. بالاخره این یک سفر انرژی مصرف‌کن است و بدون تغذیه‌ی خوب و سالم نمی‌توانی به راحت ادامه بدهی.

فقط تغذیه نیست. بهداشت هم هست. باید به بهداشت خودت هم برسی. نوجوانی فقط لباس شیک پوشیدن نیست. باید به موقع حمام بروی، به موقع ورزش کنی و به موقع موهای اضافی بدنت را کوتاه کنی. (منظورم را که می‌فهمی؟) بهداشت هم فقط بهداشت تن و بدنت نیست که! باید به بهداشت روانت هم برسی. درباره‌ی بهداشت روان هم به طور مفصل با هم حرف خواهیم زد. خلاصه‌اش این است که باید روحیه‌ات را برای ادامه‌ی سفر حفظ کنی. روح و روان تو هم به تغذیه نیاز دارد. باید یاد بگیری چطور غذای خوب به روح بدهی. حالا بگذار اینجا کمی استراحت کنیم.

فکر کن تو را با یک کوله‌پشتی سبک رها کرده باشند روی پلی که شناخت زیادی از آن نداری.

نمی‌دانی کجای این پل سالم است؟ کجایش شکسته است؟ کجایش باید پا بگذاری؟ و کجایش نباید پا بگذاری؟ فرض کن روی این پل هر چند گام که برمی‌داری، چیزهایی گذاشته‌اند. نمی‌دانی کدامشان را برداری و کدامشان را بر نداری!

کمی که جلوتر می‌روی، می‌بینی تنها نیستی. هزاران نفر دیگر مثل تو روی این پل قدم می‌زنند و می‌خواهند تا ته آن بروند؛ همه هم مثل تو حیران و کمی گیج!

احساس می‌کنی تنهایی نمی‌توانی همه‌ی مسیر را بروی. احتیاج به دوست یا دوستانی داری. اما نمی‌دانی با چه کسی دوست شوی و با چه کسی دوست نشوی. شاید هم دوستی از دوران کودکی خود را روی پل پیدا کنی، اما می‌دانم که علاقه‌داری با دوستان تازه‌ای آشنا بشوی.

از یک طرف ممکن است ندای مادرت را بشنوی که هنوز به تو امر و نهی می‌کند. یا صدای پدرت را بشنوی که هنوز می‌گوید مراقب باش نیفتی. و این نداها و صداها تو را آزار می‌دهند.

درس‌های سنگین‌تر شده و از طرف دیگر دوست داری با دوستانی که پیدا می‌کنی به تفریح بروی و با هم بایستید کنار پل و مناظر اطراف را نگاه کنید.

و گاهی جای خلوتی روی این پل پیدا کنید و فوتبالی، والیبالی، بدمینتونی چیزی بازی کنید.

گاهی هم احتیاج به خلوت داری. می‌خواهی کناری بنشینی و به درد خودت برسی. ممکن است یکهو احساس کنی داری شاعر می‌شوی. گاهی علاقه‌مند می‌شوی چیزی بنویسی؛ خاطره‌ای، شعری، داستانی.

بله خیلی هیجان‌انگیز شده است. کم‌کم که جلوتر می‌روی، عاشق دوران نوجوانی‌ات می‌شوی. عاشق این همه هیجان و افت‌وخیز و رفیق بازی و خلوت. می‌بینی همه چیز را با هم داری و فقط یک چیز کم داری و آن تجربه است.

پیام‌نگار ما:

[nojavan@roshdmag.ir](mailto:nojavan@roshdmag.ir)

تا شماره بعدی مجله، می‌توانی با ما با نشانی بالا در تماس باشی و اگر پرسشی داری و یا مشکلی داری که نمی‌توانی از پستش بر آیی، برای ما بنویسی. خوش بگذرد دوست من!