خود را ببینیم

سیدحسین حسینی‌نژاد
مدیر مسئول مجله انشاء و نویسندگی

بخش بزرگی از زندگی ما معلمان در کلاس درس و محیط مدرسه می‌گذرد. اتفاقات خوشایند و ناخوشایندی که در این محیط پیش می‌آید بر زندگی خانوادگی و اجتماعی ما تأثیر می‌گذارد. با یک حادثهٔ خوب در کلاس سال‌ها زندگی می‌کنیم، آن را مزه‌مزه می‌کنیم و گاه و بی‌گاه یاد آن می‌افتیم و دوست داریم که باز تکرار شود و آرزو داریم باز هم در همان شرایط بودیم. گاه نیز، برعکس، یادآوری خاطره‌ای از آن دوران ما را اذیت می‌کند. می‌گوییم کاش آن اتفاق نیفتاده بود. کاش آن حرف را نزده بودم. کاش قضاوت عادلانه‌ای داشتند و... این‌ها همه حاکی از این است که زندگی ما با خاطراتمان عجین شده است و بدون مرور آن‌ها زندگی ناممکن است.

در این میان برای انرژی گرفتن از خاطرات مثبت گذشته پیشنهاد می‌کنند ابتدا فهرستی برای آن‌ها تهیه کنید. بعد در یک برنامهٔ زمانی، هر روز یا هر هفته بیست دقیقه وقت بگذارید و یکی از آن خاطره‌ها را انتخاب کنید. عنوانش را در بالای برگه بنویسید و بعد جزئیات خاطره را فهرست‌وار. منظور از فهرست، نوشتن زمان، مکان، موضوع، افراد، برداشت دیگران، برداشت خودتان، تأثیر بر احوالتان، چرایی پیش آمدن آن موضوع و... .

پس از فهرست کردن جزئیات، اکنون نوبت می‌رسد که ظرف چند دقیقه آن‌را به‌صورت منظم بنویسید. نیازی نیست سعی کنید زیبا و بدون نقص بنویسید. به قلبتان گوش دهید و فرمان نوشتن را به او بسپارید. هرچه گفت بدون کم و کاست بنویسید. وقتی نوشتید آن‌را با صدای بلند برای خودتان بخوانید. خودبه‌خود متوجه می‌شوید که کاستی‌هایی دارد. اکنون نوبت رفع نواقص می‌شود. اینجا شما سکّان را از قلب گرفته‌اید و به دست مغز داده‌اید. حالا نوبت آن است که هرچه مغز می‌گوید گوش کنید و جرح و تعدیل‌هایی در متن ایجاد کنید. برخی معتقدند باید متن را گذاشت کنار تا مدتی از آن بگذرد و بعد سراغ آن رفت و کارهایی که در بالا توصیه شد روی آن انجام داد. این قسمت، یعنی بازنگری نوشته، فوق‌العاده اهمیت دارد. بدون رعایت آن ممکن است خاطرات ابتر بیان شود. با وجود آنکه مطلب درخوری در خود دارد به‌خوبی روی کاغذ نیاید. یکی از خاطره‌نویسان بزرگ به نام الینور لینکلن می‌گوید خاطره باید چهار ویژگی داشته باشد:

۱. خواننده را به‌جای دیگر ببرد؛
۲. ماهیت جالبی داشته باشد؛
۳. حقیقت بزرگ‌تر زندگی را نشان دهد؛
۴. مثل هر رسانهٔ دیگر به‌خوبی بیان شود.

وی در ادامه می‌گوید: «همه‌چیز هنر است، زندگی محض اعتبار نمی‌آورد» و منظور او تأکید بر ویژگی چهارم است؛ یعنی مثل هر رسانه‌ای باید به‌خوبی بیان شود. از خاطرات زیادی که به دفتر رشد معلم می‌رسد، ضمن تشکر از نویسندگان آن‌ها، چیزی که می‌توان به‌عنوان نقص در آن‌ها اشاره کرد همین است که نویسنده اولین برداشت خود را نوشته و ارسال کرده است.

معمولاً اگر میهمانی به خانه شما بیاید بهترین غذا را برای او آماده می‌کنید، یعنی دقت می‌کنید تا بی‌نقص باشد، به نمک آن می‌اندیشید، به ادویه مناسب فکر می‌کنید، در نحوهٔ پخت آن دقت می‌کنید، مواد تازه انتخاب می‌کنید و... تا کارتان بی‌عیب باشد. نوشته هم همین دقت را می‌خواهد. وقتی برای دل خودتان می‌نویسید، هر طور باشد مانعی ندارد. اما همین‌که تصمیم می‌گیرید آن را به اشتراک بگذارید مسئله فرق می‌کند و باید به نکته‌هایی که گفتیم توجه نمایید. پیشنهاد می‌کنیم بعد از آنکه حداقل یک هفته از نوشتن آن گذشت نظری دوباره به آن بیندازید و در بازخوانی به این‌ها توجه کنید:

● آیا مخاطب نوشته من معلوم است؟ آیا برای اولیا نوشته‌ام یا برای دانش‌آموزان، یا استادم و یا... .
مخاطب به نوشته ما جهت می‌دهد و آن را تنظیم می‌کند.

● شروع نوشته‌ام گیرا هست؟ آیا طوری نوشته‌ام که خواننده در همان ده ثانیه اول جذب نوشته‌ام شود؟
می‌گویند ما ده ثانیه فرصت داریم تا خواننده را پای متن نگه داریم یا او را از دست بدهیم. قدر این ده ثانیه را باید دانست.

● در کجای نوشته انسجام مطلب را از دست داده‌ام و متن از یک دستی درآمده است؟ کجای متن جمله یا مطلب اضافی گذاشته‌ام که اگر آن را حذف کنم آسیبی به نوشته نمی‌زند؟

● آیا در نوشته‌ام تکیه‌کلام دارم؟ نوشته‌های پاره‌ای افراد، مثل گفتارشان، پر از تکیه‌کلام است؛ کلماتی مثل باری، همان‌طور که، شاید، این و آن و... تکیه‌کلام هر فرد مثل گفتارش متفاوت است. برای آنکه خواننده اذیت نشود بهتر است در بازنگری آن‌ها را حذف کنیم.

● چه‌قدر در نوشته‌ام تکرار وجود دارد؟ تکرار فعل، صفت، اسم، قید و...
باید فکری به حال تکرار کرد. تغییری در آن ایجاد نمود. وجود کلمه‌های مترادف برای گریز از تکرار است.

● موارد دیگری را هم خودتان اضافه کنید.



فراموش نشـــود همه این مـــوارد به منزلهٔ دقت در پخت غذا برای میهمان است. به هر کدام بی‌توجه باشیم نوشتهٔ ما ناقص خواهد بود. باز به یاد داشـــته باشیم که نوشـــتهٔ ما برای آگاه‌ترین و حساس‌ترین فرد است. نوشتهٔ ما بیانگر شخصیت اجتماعی و فرهنگی ماست. می‌گوینـــد همیشـــه فـــرض را بر این بگذارید که خوانندهٔ شـــما دقیق است و قاضی خوبی برای نوشـــتهٔ شماست. در این صورت حتماً نوشته‌مان کم‌عیب خواهد بود.

ایـــن نکته‌ها نباید موجـــب ترس ما از نوشـــتن شود. اگر ســـکّان‌دار ما در آغاز قلب‌مان باشـــد و در ادامه بازبینی را به مغزمـــان بدهیم و دســـتور کاری برای درست‌نویســـی جلوی رویمان باشـــد، متن بســـیار مطلوبی خواهیم نوشـــت. البته در این مســـیر هرچه بیشتر تلاش کنیم نوشته‌مان هم عالی‌تر خواهد شد. نویســـندگی یک مهارت است و مثل هر حرفه دیگر نیاز به تمرین و پشت‌کار دارد. نویسندگی رنج‌های خود را دارد، مثل هر کاری؛ رنج‌های شـــیرین و رشد دهنده. قدرش را بدانیم و به استقبالش برویم.

با نوشتن هر خاطره بخشی از زندگی خود را به یاد می‌آوریم. دوباره داریم آن را زندگی می‌کنیم. فقط مراقب باشیم که هر اندازه آن‌را زیباتر و هنری‌تر بیان کنیم هم خود بیشـــتر لذت می‌بریم و هم خواننـــده. منتظر خاطرات شـــما هســـتیم. دست به قلم شـــوید و امروز را به فردا میفکنید. تجربه نشـــان داده کارهایی که بـــه آینده حواله می‌دهیم کمتر عملی می‌شوند.

اکنون چند خاطره را با هم می‌خوانیم و قبل از آن متشـــکریم از نویسندگان آن‌هـــا. دفتـــر مجله در این نوشـــته‌ها کمترین ویرایش را اعمال کرده است.

جشن تولّد معلم شیمی

معصومه آشتیانی‌پور

از وقتی تاریخ تولد خانم فولادی را فهمیدیم برای ســـالروز تولدش روزشـــماری می‌کردیم. خانم فولادی دبیر شـــیمی ســـال چهارم ما بود. همه عاشقش بودیم. می‌دانســـتیم که اجازه جشن و شـــادی به ما می‌دهد. به‌همین خاطر برای جشن تولدش کلی نقشه کشیدیم. همه پول گذاشتیم و برایش کیک و کادو تهیه کردیم. اما یک مشکل بزرگ در پیش داشتیم، اینکه کادو و کیک را چگونه سر کلاس ببریم که نه خانم فولادی متوجهٔ نقشه‌مان شـــود و نه ناظم و مدیر. هم‌دوره‌ای‌های من می‌دانند که آن روزها کیف بچه‌ها در دبیرستان کاوش می‌شد و کسی نمی‌توانست چیـــزی مخفی کند. هر چیز ظاهراً مجازی، از نظر مســـئولین مدرســـه غیرمجاز محسوب می‌شد. همه به سوپرایزمان (کار شگفت خودمان) فکر می‌کردیم و اینکه آیا در این کار موفق می‌شویم یا نه؟

خلاصه آن روز با هزار ســـلام و صلوات و باج دادن به مستخدم، او را برای همکاری راضی کردیم. کلی زاغ‌سیاه خانم ناظم را چوب زدیم و کلی قربان صدقهٔ مستخدم رفتیم که ما را لو ندهد. کیک را به آبدارخانه بردیم و با هزار زحمت داخل یخچال جا دادیم.

کادو را هم به مستخدم دادیم و او آن را در لابه‌لای نان‌های صبحگاهی و وسایل دیگرش پنهان کرد و به مدرسه آورد و سپس از آن‌جا به کلاس رساند و به ما تحویل داد. ما ذوق کردیم و بالا و پایین پریدیم چرا که موفق شده بودیم. ولی از بدشانسی ما آن روز آخرین روز اعتبار کوپن‌های پنیر و گوشت خانم ناظم بود. او گوشت و پنیر کوپنی‌اش را گرفته بود و به مدرسه آورده بود تا در یخچال بگذارد. بیچاره مستخدم با اضطراب به کلاس ما آمد و نگران از پنهان‌کاری خودش، از ما خواست که تا ناظم متوجه کیک نشـــده برویم آن را برداریم. ما که نمی‌دانستیم باید چکار کنیم دچار التهاب شده بودیم. بالاخره هم نتوانستیم کاری کنیم و خانم ناظم متوجه کیک شد. وقتی فهمید قضیه کادو هم در کار اســـت سر کلاس آمد و کادو را هم گرفت و با توپ و تشر و تهدید گفت که نمره انضباط همه را پنج نمره کم خواهد کرد. خیلی ناراحت شده بودیم ولی از شوخی و خنده دست برنمی‌داشتیم. سر اینکه خانم ناظم از حسودی می‌خواست دق کند و مدیر و معلم‌های دیگر هم ممکن بود از حسادت مدرسه را تعطیل کنند و وووو... کلی خندیدیم.

بالاخره خانم فولادی وارد مدرسه شد. به محض ورودش فهمید ما چه‌کار کردیم. خانم ناظم شاکی مطلب را به او گفته بود. او هم کیک و کادو را همان موقع از آن‌ها گرفت و با آژانس به منزل فرستاد، و بعد، وقتی سر کلاس آمد به ما گفت نگذاشتم کیک از گلوی آن‌ها پایین برود! ما کلی کف زدیم و شـــادی کردیم و با او گفتیم و خندیدیم. ما روی تخته یک عالمه کادو کشیده بودیم. او یکی‌یکی روبان کادوها را پاک می‌کرد و اســـم بچه‌ها را می‌خواند و شوخی می‌کرد و ما را می‌خنداند. به این ترتیب یک روز خاطره‌انگیز را گذراندیم!

نفیسه ثبات
دبیر ریاضی ـ منطقه ۳ تهران

از سرویس پیاده می‌شوم. دکمه قلمبه و سیاهِ زنگ در را فشار می‌دهم. می‌دانم که الان مامان پشت پنجره آشپزخانه، لای پرده را کنار زده و منتظر است تا زنگ در به صدا درآید. او برای همه‌مان همین‌طور است. برای هر پنج‌تامان. حتی برای برادرهای بزرگم که حالا دانشگاهی شده‌اند. چند سالی است که سرویس مدرسهٔ علوی از لیست سرویس‌های صبح‌گاهی خانه‌مان حذف شده؛ حالا فقط از روشنگر سرویس داریم.

کیف و چادر و مقنعه را همان‌جا گوشهٔ اتاق پذیرایی می‌گذارم و یک راست می‌روم توی آشپزخانه. همه‌چیز برق می‌زند، امروز مامان کارگر داشته و همه‌جا تمیز و مرتب است و از همه مهم‌تر ماهی‌تابهٔ مخصوص من که از قبل برای یک نیمروی یک نفری روی اجاق گاز آماده است.

مامان را محکم بغل می‌کنم. لبم را تا می‌توانم فرو می‌کنم روی لپش و فشار می‌دهم. این به اندازه همان نیمروی کره‌ای گل‌پردار مزه می‌کند.

صدای جلیز ویلیز کره توی ماهی‌تابه منصرفم می‌کند که لباس‌هایم را عوض کنم.

ـ «مامان‌جان، نمی‌خوای لباس خونه بپوشی؟»

ـ «حالا شما بیا بشین این‌جا، کنارم، که کلی برات حرف دارم.»

مامان چهارزانو کنارم می‌نشیند و رد لقمه‌های نیمرو را از ماهی‌تابه تا توی دهانم با لذت تماشا می‌کند. حس می‌کنم فقط من یکی دختر او هستم، اگرچه او تمام این لحظه‌ها را با هر پنج‌تامان دارد؛ ولی هر وقت با من است مالِ من است، نه هیچ‌کس دیگر. خم می‌شود روی صورتم «خُب، بگو ببینم این همه حرف رو کجات قایم کردی؟»

با شیطنت لقمه را جویده و نجویده قورت می‌دهم. از اولش می‌گم «امروز خانم موحدی گفت، جشن روز تولد حضرت زهرا(ع) نوبت کلاس ماست که برنامه اجرا کنیم. کلی کار داریم. خانم سیداحمدیان بافت جوراب را شروع کرد. خیلی سخته، اصلاً یاد نمی‌گیرم. تو هر رج چندتا در می‌ره. تازه اینو نگفتم که، نزدیک بود خانم شریفی دفتر خطم رو پاره کنه. یکی دو خط جا انداخته بودم، فکر کرده بود از قصد جا انداختم ولی به خیر گذشت. به جاش ساعت بعد همه این‌ها از دلم دراومد، بگو چی؟ مامان‌جان!» ادامه می‌دهم: «خانم کریمی بالاخره صدام کرد که انشام رو بخونم. خیلی وقت بود منتظر بودم. فکرش رو بکن، همهٔ کلاس ساکت ساکت فقط گوش می‌دادند. تموم که شد خانم کریمی گفت واقعاً زیبا بود، خیلی بهم چسبید. تازه بعدشم چند تا از توصیف‌های توی انشای مرا دوباره برای بچه‌ها خوند. دیگه انگار تو آسمون‌ها رفته بودم. حالا همه این‌ها را ول کن این‌ور بچسب.» مامان می‌گه چی را؟ می‌گویم: «امروز بعدِ ناهار و نماز رفتیم تو استخر خالی بزرگه که وسط حیاط دبیرستانی‌هاست. فقط تابستون‌ها پُر آبش می‌کنند. رفتیم تو، آی فوتبال بازی کردیم، آی فوتبال بازی کردیم. من علی دایی بودم، به سودهٔ شبیری و سمیّه محمدطالبی و سمیّه رضوی و عابدهٔ بهمن‌پور که توی یه تیم بودیم، گفتم یا من علی دایی باشم یا اصلاً بازی نمی‌کنم. بیچاره‌ها قبول کردند. البته عابده بدش نمی‌اومد عابدزاده بشه. به هر حال آی بازی کردیم. فقط حیف زنگ زود خورد. اصلاً زنگ ظهر همیشه زود می‌خوره. شانس که نداریم! خانم ملک‌عباسی سر اون کلاسی‌ها دیر رفت ولی سرِ ما به موقع. البته خانم بی‌آزار حسابمون رو رسید. خدا رحم کرد خانم کریمی نبود. خانم بی‌آزار گفت چرا با سر و صورت عرق کرده و لپ‌های قرمز اومدین سرکلاس؟! خدایی‌ش مثل لبو سرخ شده بودیم. گفت بازی خوبه ولی اسم فوتبالیست‌ها را نیارید. راستش وسط بازی خانم موحدی یکی دوبار این‌رو بهمون گفت؛ اصلاً به خودِ من گفت: مگه تو ثبات نیستی چرا می‌گی علی دایی؟ آخه این‌طوری یه کیفِ دیگه‌ای داره ولی مگه می‌شه این‌رو به خانوم موحدی گفت!...»

مامان با ولع حرف‌های مرا می‌بلعید و می‌خندید «آخرش از مدرسه می‌اندازنت بیرون...»

یک دل سیر نیمرو خوردم و یک دل سیر حرف‌هایی را که از صبح توی ذهنم به ترتیب مرتب کرده بودم تعریف کردم. حالا خیالم راحت شد.

روسری ابریشمی آبی ململ مامان را درست مثل خانم موحدی سرم کردم. چند تا از انگشترهای مامان را مثل خانم کریمی، دستم کردم و ساعت مامان را طوری که هی بیفتد روی مچ و خوب بتوانم این افتادن را ببینم به مچم بستم و بی‌آن‌که مامان متوجه شود، رفتم تو حیاط.

مامان با خانم کارگر بالکن را شسته بود و هنوز کمی نم داشت، باغچه‌ها آب‌پاشی شده بود، بوی خاک و نم را تا ته ریه‌هایم فرو دادم و دستم را مثل میکروفن دستی، مشت کردم جلوی دهانم و از همان بالای بالکن، درخت انار باغچهٔ جلویی را صدا کردم: «مگه زنگ صبحگاه نخورده؟ شما اون‌جا چه‌کار می‌کنی؟»

باد بین شاخه‌های تُنُک و باریک درخت دوید و شکوفه‌های نارنجی و خمره‌ای درخت کمی بالا کشیدند «خیلِ خوب، حالا دیگه درست بایست!»

ساعتِ مچی طلایی مامان را تاب دادم تا مچم پایین بیاید، درست مثل خانم کریمی، بعد نگاهی به صفحهٔ بیضی و سفیدش کردم و گفتم «حالا بفرمایید سر کلاس‌هاتون...»

درخت‌های انار یکی‌یکی پشتِ هم رفتند سر کلاس.

خودم هم پشتِ سرشان دفترِ کلاسی را زدم زیر بغلم و برگی نازک از درخت انار را کندم و با خودم بردم ته حیاط زیرِ درخت مو و درست مثل خانم موحدی ایستادم؛ برگ را گرفتم بالا: «بچه‌ها! به نظرتون این شکاف‌های لای برگ برای چیه؟»

مامان سرش را چسبانده بود به توری پنجرهٔ اتاق و ریز ریز می‌خندید.