

6729

1099

Y2A

L/T



A decorative border featuring large, stylized flowers at the top and bottom, and a central circular wreath of smaller leaves and flowers.

با احترام فراوان تقدیم بہ



Elif Şafak

Black Milk

سیاہ شیر

الیف شافاک

مترجم: محمد جواد نعمتی

سرشناسه: شافاک، الیف، ۱۹۷۰ م. Safak, Elif
 عنوان و نام پدیدآور: شیر سیاه / نویسنده الیف شافاک؛
 مترجم: محمد جواد نعمتی
 مشخصات نشر: ساری: نسیم قلم، ۱۳۹۸.
 مشخصات ظاهری: ۲۲۸ ص.
 شابک: ۵-۸۰-۸۲۴۱-۶۰۰-۹۷۸
 وضعیت فهرست نویسی: فیپا
 یادداشت: عنوان اصلی: *Siyah Silt*
 موضوع: داستان‌های ترکی - قرن ۲۰ م.
 شناسه افزوده: نعمتی، محمد جواد- ۱۳۶۱ - مترجم.
 رده‌بندی کنگره: ۹۱۳۹۸، ش ۷ ص ۲۴۸ / PL
 رده بندی دیویی: ۸۹۴/۳۵۳۳
 شماره کتابشناسی ملی: ۴۹۹۹۵۸۵

فیپا

عنوان کتاب: شیر سیاه
 نویسنده: الیف شافاک
 مترجم: محمد جواد نعمتی
 ناشر: نسیم قلم
 گرافیست: یوسف بلقان آبادی
 نوبت چاپ: اول / ۹۸
 قطع/صفحات: رقعی / ۲۲۸ ص
 ناظر چاپ: طاهره کریمی
 چاپ / شمارگان: آریا / ۱۰۰۰ نسخه
 شابک: ۵-۸۰-۸۲۴۱-۶۰۰-۹۷۸

شناسنامه



تمامی حقوق مادی و معنوی اثر
 محفوظ است و هر گونه استفاده
 از آن بدون رضایت انتشارات،
 پیگرد قانونی دارد.

مرکز بخش:
 ۰۹۱۲۲۵۳۹۷۹۴
 ۰۹۰۳۲۵۳۹۷۹۴

بهاء: ۳۸۰۰۰ تومان



فهرست مطالب

عنوان	صفحه
بخش اول	
زندگی پیش از ازدواج	۱۹
بخش دوم	
تندبادهای تغییر	۶۴
بخش سوم	
مغز در برابر بدن	۸۳
بخش چهارم	
هرگز نگو هرگز	۱۲۸
بخش پنجم	
تسلیم زیبا	۱۵۵
بخش ششم	
شیرینی سیاه	۱۸۸
بخش هفتم	
صبحگاهان	۲۱۸

الیف شافاک

اورهان پاموک: «الیف شافاک بهترین نویسنده‌ای است که ترکیه طی یک دهه‌ی گذشته به خود دیده است.»

الیف شافاک از رمان‌نویسان معروف و پیشگام ترکیه است. کتاب‌های او به بیش از سی زبان دنیا ترجمه شده‌اند و کتاب «ملت عشق» او بیش از ششصد هزار نسخه فروش داشته است. وی جایزه‌ها و افتخارات بین‌المللی فراوانی به دست آورده و توانسته است در جهان شهرت بسیاری کسب نماید.

□ تقدیم به سه زن: بیزا، آرورا و زلدا.

در مدت هفتاد سال، سطح توقع خودم را از زنان همواره پایین‌تر آورده‌ام و هنوز هم باید این کار را بکنم. مسئله‌ی زنان! چگونه می‌شود مسئله‌ای برای زنان وجود نداشته باشد؟! نه فقط برای اینکه چطور زندگی را کنترل نمی‌کنند؛ بلکه برای اینکه چطور می‌توانند آن را خراب نکنند.

(تولستوی زن‌گریز)

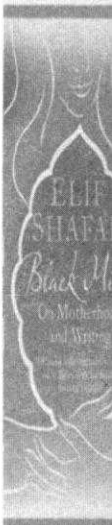
هدف زندگی ما نباید جست‌وجوی شادی در ازدواج باشد؛ بلکه هدف باید ایجاد عشق و حقیقت بیشتر در جهان باشد. ما ازدواج می‌کنیم تا به هم کمک کنیم این امر بهتر محقق شود.

(تولستوی فمینیست)

من احساس محبت خیلی زیادی به او (دخترش ماشا) دارم، فقط او. می‌توانم بگویم که او جای دیگران را پُر می‌کند.

(باز هم تولستوی)





□ سخنی با خواننده

در سال ۱۹۹۹ میلادی، زمانی که در استانبول زلزله‌ای شدید اتفاق افتاد، من آنجا بودم. در آن زمان در یکی از پرتحرک‌ترین و متنوع‌ترین محله‌های شهر زندگی می‌کردم؛ جایی که تنوع کیفیت خانه‌ها به گستردگی تفاوت داستان زندگی مردمی بود که در آن‌ها ساکن بودند. زمانی که همراه با دیگران ساعت سه صبح میان جیغ و دادها از ساختمان بیرون می‌دویدم، چیزهایی در طول مسیر مرا متوقف می‌کرد. آن طرف خیابان بقال محل بود؛ پیرمردی بداخلاق و اخمو که الکل نمی‌فروخت و با حاشیه‌نشین‌ها صحبت نمی‌کرد و حالا کنار زنی نشسته بود با لباس مردانه و کلاه‌گیسی بلند و مشکی با رد ریمل بر گونه‌هایش. مردی را دیدم که یک بسته سیگار را باز کرد و با دستانی لرزان و صورتی به سفیدی شیخ، سیگاری به دختر تعارف کرد؛ تصویری که هنوز در ذهنم باقی است. ماندگارترین تصویر از آن شب در ذهن من، تصویر بقالی محافظه‌کار و دختری‌گریان با لباس مردانه است که کنار هم سیگار می‌کشیدند. تفاوت‌های پیش‌پاافتاده و دنیوی ما با ظهور مصیبت و مرگ، مدتی کوتاه محو شد و ما همه یکی شده بودیم.

همیشه اعتقادم بر این است که داستان‌ها تأثیر مشابهی روی ما می‌گذارند. نمی‌گویم ادبیات داستانی می‌تواند دربرگیرنده‌ی عظمت و بزرگی زلزله باشد، اما زمانی که غرق در خواندن رمانی خوب می‌شویم، آپارتمان دنج و کوچک خود را پشت سر می‌گذاریم و خود را بین شخصیت‌های داستانی‌ای می‌بینیم که تا کنون هیچ‌گاه با آن‌ها ملاقاتی نداشته‌ایم و حتی شاید مثل بقیه‌ی چیزهایمان دوستشان نداشته‌ایم.

سال‌ها بعد در موقعیتی کاملاً متفاوت به یاد آن شب افتادم: بعد از تولد اولین فرزندم، دچار افسردگی شدیدی شدم؛ به‌طوری که مرا از یکی از



بزرگ‌ترین شور و اشتیاق‌هایی که تا آن لحظه تمام زندگی‌ام را در بر گرفته بود، جدا کرد: «داستان‌نویسی». این اتفاق برایم نوعی ضربه‌ی عاطفی بود. زمانی که از پیکره‌ای که از خود با دقت طی سال‌هایی مملو از تاریکی و ترس و لرز ساخته بودم، بیرون دویدم، با گروهی از فرشتگان زن مواجه شدم؛ شش فرشته هریک به اندازه‌ی یک بند انگشت و شبیه حالت‌های مختلفی از من که کنار یکدیگر نشسته بودند. چهار نفر از آن‌ها را از قبل می‌شناختم.

وقتی برای اولین بار دو تای دیگر را دیدم، فهمیدم اگر وضعیت فوق‌العاده‌ی افسردگی پس از زایمان نبود، هیچ‌وقت متوجه آن‌ها نمی‌شدم. آن‌ها بدون هیچ توجهی به یکدیگر، به زندگی‌کردن در بدن و روح ادامه می‌دادند، همانند همسایگانی که از هوایی یکسان تنفس می‌کنند، اما از یکدیگر بی‌خبرند. احتمالاً همه‌ی زنان با تنش‌ها و تناقضات حرم‌سرای کوچک درونشان زندگی می‌کنند و با هماهنگی‌ای که به‌سختی بین کشمکش‌های شخصی وجودشان برقرار کرده‌اند، خود را تعریف می‌کنند.

مدتی طول کشید تا تک‌تک آن شش فرشته را بشناسم و دوستان داشته باشم. این کتاب، داستان چگونگی رویارویی من با تضادهای درونی‌ام است و اینکه آموختم چگونه یک نفر باشم.

من نویسنده هستم.

خانه به دوش‌ام.

شخصیتی جهانی‌ام.

عاشق عرفان و صلح طلب‌ام.

گیاه‌خوارم.

و در آخر، من یک زن هستم.

کم و بیش این‌گونه‌ام. این شناختی است که از خودم تا به امروز که به سی‌وپنج‌سالگی رسیده‌ام، پیدا کرده‌ام.

تا آن زمان خود را بیش از هر چیز دیگری در قالب گوینده‌ی داستان‌ها دیده بودم. روزی روزگاری، افرادی مانند من داستان‌های خود را در کنار آتش زیر آسمان پهناور بازگو می‌کردند؛ اما در آن موقعیت هیچ‌وقت نمی‌توانید

مطمئن باشید داستان کجا تمام شده است، البته اگر بالأخره پایانی برایش باشد. در پاریس کرایه‌ی خانه را از طریق نوشتن در روزنامه‌ها پرداخت می‌کردند. در کاخ سلطان مستبد، هر داستان برای آن‌ها هزینه‌ی یک شب دیگر زندگی کردن را به ارمغان می‌آورد. با قصه‌گویان قدیمی احساس پیوند بیشتری می‌کردم، خواه روان‌شناس می‌بود، خواه یک راوی ناشناس، بالزاک یا شاهزاده‌ای زیبا. در واقع من هم مثل بسیاری از رمان‌نویسان با نویسندگان پیشین نزدیکی بیشتری احساس می‌کردم تا با هم‌عصرهای خود و احتمالاً با شخصیت‌های خیالی آسان‌تر ارتباط برقرار می‌کردم تا افرادی که در زندگی با آن‌ها مواجه می‌شدم.

نگاهم به زندگی این‌گونه بود؛ شکل خاصی از زندگی که می‌خواستم آن‌گونه ادامه‌اش بدهم؛ ولی به‌ناگاه اتفاقی کاملاً غیرمنتظره، معجزه‌آسا و گیج‌کننده برآیم پیش آمد: «مادر بودن».

همه‌چیز تحت تأثیر قرار گرفت و مرا تغییر داد. چشم‌هایم را که به نقش جدیدم باز کردم، مانند خفاشی که در روز بیدار شده باشد، مات و مبهوت بودم. روزی که فهمیدم حامله هستم، نویسنده‌ی وجودم وحشت‌زده و زن درونم دچار سردرگمی همراه با شادمانی شد. روحیه‌ی صلح‌طلبم منفعل باقی ماند؛ حس فرامیلتی‌ام مرا به فکر یافتن اسمی بین‌المللی برای بچه‌ام انداخت؛ عرفان درونم از این خبر استقبال کرد؛ گیاه‌خوار وجودم نگران نیاز به خوردن گوشت شد و بالأخره خانه‌به‌دوشی‌ام فقط خواست پاشنه‌ی کفش را بالا بکشد و تا آنجا که در توان دارد، به‌سرعت بدود. وقتی حامله می‌شوید، این اتفاقات می‌افتد. می‌توانید از همه‌چیز و همه‌کس به جز تغییراتی که در بدنتان شکل می‌گیرد، فرار کنید.

هنگامی که دچار افسردگی پس از زایمان شدم، حس موجودی کاملاً بی‌پناه را داشتم. چیزی مثل تونلی تاریک که هیچ انتهایی ندارد، جلوی دیدگانم کش می‌آمد. آن‌قدر ترسیده بودم که عقل و هوشی برآیم نمانده بود. همچنان که تلاش می‌کردم از این تونل عبور کنم، چندین بار به زمین افتادم، به‌طوری که شخصیت وجودی‌ام به‌صورت تکه‌هایی خیلی کوچک از هم متلاشی شد،

آن قدر کوچک که حتی با چسب هم نمی توانستم آن ها را بار دیگر به هم متصل کنم. با این حال، این تجربه کمکم کرد که به درون و تمام اعضای کوچک حرم سرای وجود که در تمام این سال ها همراهی ام می کردند، از نو نگاهی بیاندازم. افسردگی ممکن است فرصتی طلایی باشد که در طول زندگی به ما داده می شود تا کمک کند با مشکلات پیش روی قلبمان که تا حد زیادی مهم هستند، روبه رو شویم؛ مشکلاتی که تاکنون با نادانی و شتاب نادیده گرفته شده اند.

کاملاً مطمئن نیستم که کدام اول پیش آمد. آیا افسردگی ام تمام شده بود و پس از آن شروع به نوشتن این کتاب کردم یا اینکه اول این کتاب را کامل کردم و سپس به کمک آن توانستم از آن تونل تاریک بیرون بخزم؟ نمی توانم بگویم کدام بود. خاطراتم از آن دوران روشن و واضح است، اما قدرت تشخیص ترتیب زمانی را ندارم.

با وجود این، به طور قطع می دانم که این کتاب با شیر سیاه و جوهر سفید نوشته شده است؛ معجونی از داستان سرایی، مادربودن، سودای سفر و افسردگی، آنچه ماه ها به طول انجامید تا با صبر نگاشته شود.

هر کتاب سفر یا طرحی برای دسترسی به پیچیدگی های ذهن یا روح آدمی است. این موضوع درباره ی همه ی افراد صادق است؛ بنابراین هر خواننده مسافری خاص است. بعضی توها میراث فرهنگی را معرفی می کنند، در حالی که برخی دیگر توجه بیشتری به ماجراجویی در فضای باز و حیات وحش دارند. در صفحه های بعدی این کتاب، شما را به دو تور خواهم برد: یکی به سمت دره ای از بچه ها و دیگری به جنگلی از کتاب ها.

در دره ای از بچه ها، شما را به نگاهی دقیق تر به نقش های فراوانی دعوت می کنم که زندگی مان را تشکیل می دهند و با زنانگی، مادربودن و نویسندگی آغاز می شود. در جنگلی از کتاب ها، زندگی و آثار زنان نویسنده در گذشته و حال، شرق و غرب را مطرح خواهم کرد تا چگونگی رویارویی آن ها را با موضوعات مشابه، چه موفق چه ناموفق، نشان دهم.

مخاطب این کتاب فقط زنانی نیستند که شاید دچار افسردگی مشابهی





بوده‌اند یا در آینده خواهند شد؛ بلکه این کتاب برای همه‌ی افراد، مرد و زن، مجرد و متأهل، والد و بدون فرزند، نویسنده و خواننده، نوشته شده است؛ برای کسانی که برقراری تعادل بین نقش‌ها و مسئولیت‌های مختلف در زندگی در زمان واحد برایشان دشوار است.

صوفی‌ها بر این باورند که هر انسان مانند آینه‌ای است که منعکس‌کننده‌ی کل هستی است. آن‌ها معتقدند که هر یک از ما دنیای متحرک کوچکی هستیم، بنابراین انسان‌بودن همانند زندگی‌کردن در ارکستری متشکل از صداهای متضاد و معجونی از احساسات مختلف است. این زندگی را می‌توان تجربه‌ای ارزشمند و نعمت تلقی کرد و قرار نیست که برخی قربانی بعضی دیگر از اعضای گروه شوند. ما بسیاری از جنبه‌های شخصیت‌مان را برای تطبیق‌دادن با تصویر مطلوبی که از زندگی در ذهن خود ساخته‌ایم، سرکوب می‌کنیم و بدین‌گونه دموکراسی به‌ندرت درون ما شکل می‌گیرد. حتی اگر این اتفاق بیفتد، حکومت فاسد جابری شکل گرفته است که در آن، صدای گروهی خودخواه و فاسد بر بقیه غلبه می‌کند.

«شیر سیاه» با روش‌های صلح‌آمیز می‌کوشد به حکومت گروه فاسد پایان بخشد و شرایط را به سمت دموکراسی درونی تمام‌عیار و سالمی هدایت کند. تصورکردن دموکراسی به‌شکل بستری از گل رز ساده‌انگاری است؛ با وجود این، بر حاکمیت مطلق فردی رجحان دارد. تنها زمانی به مادران، پدران و احتمالاً نویسندگان بهتری بدل خواهیم شد که بتوانیم صداهای درونی‌مان را هماهنگ و هم‌زمان سازیم.

اینجا چیزهایی را بیان می‌کنم که زمانشان نرسیده است و نباید این کار را می‌کردم. باید به عقب برگردم و منتظر زمانی باشم که همه‌چیز شروع شد.

□ ظرف‌شوی خوشبخت

من و مادرم در پیچ‌وخم تلخ و شیرین احساسات گرفتار بودیم، احساساتی که تنها مادران و دختران قادرند با آن دست‌وپنجه نرم کنند؛ اما مواجهه‌ی مادرم با آن خبر ناگهانی، تحسین مرا به او برانگیخته بود: «اوه عزیزم، من

به هیچ وجه حامی نیستم. فقط مثل یه ظرف شور فقیرم که بر حسب شانس یک بلیت بخت آزمایی در پیاده‌رو پیدا می‌کند و می‌فهمد برنده‌ی بخت آزمایی است.»

هرچند به کنایه‌ها و رمز و رازهای صحبت‌های مادرم عادت داشتم، منظورش را نمی‌فهمیدم.

متأسفم، منظورت را نمی‌فهمم!

مشخص است دیگر عزیزم. نگران بودی که من از خبر ازدواجت در یک کشور دیگر ناراحت شوم، اما وقتی خلاف این را دیدی، شروع به تعریف و تمجید و قدردانی و تشکر کردی. این طور نیست؟
سرم را تکان دادم و گفتم: «درست است.»

می‌بینی؟! فقط مادر از اعماق قلب و نگرانی‌های دخترش خبر دارد. بگذار رک بگویم، اصلاً چنین توقعی از تو نداشتم. مثل اینکه بی‌کس و کار بودی! تو فکر کردی من از خبر ازدواجت ناراحت می‌شوم! نه، من هم مثل هر مادر دیگری آرزوی خوشبختی تو را دارم، اما تو مرا از مهم‌ترین تصمیم‌های زندگی آگاه نکردی، مثل خدمتکارهایی که هیچ‌وقت بیرون نمی‌روند و همیشه مشغول کارند و امیدی به خریدن بلیت بخت‌آزمایی و برنده‌شدن ندارند و به زندگی خود با شرایط سخت و دشوار ادامه می‌دهند، تا اینکه یک روز به‌طور اتفاقی یک بلیت بخت‌آزمایی را در کنار پیاده‌رو پیدا می‌کنند و بعد می‌فهمند که پول زیادی برده‌اند. در واقع اتفاقی که اصلاً انتظارش را نداشته‌اند، برایشان رخ می‌دهد. شگفتی و تعجب من از شنیدن خبر ازدواجت مثل واکنش این خدمتکارهاست.

من در شهر برلین آلمان ازدواج کردم. در واقع برای انتخاب این شهر و ازدواج در آنجا از قبل برنامه‌ریزی نکرده بودم. من و همسرمدتی با هم آشنا بودیم، بعد به دلایل شغلی در دو کشور مختلف ساکن شدیم و دوباره در برلین یکدیگر را دیدیم و این بار تصمیم گرفتیم همان‌جا ازدواج کنیم. تفاوت من و ایوب به گستردگی تفاوت برلین شرقی و غربی بود. ایوب روح بخشنده و شخصیت بزرگ‌منش و متواضعی داشت، مردی همیشه منطقی که تعادل درونی

شگفت‌انگیزی به او عطا شده بود و همچون نامش که یادآور پیامبر بزرگ حضرت ایوب است، صبور و باتحمل بود. اما من با همه‌ی چیزهای متضاد و مغایر با شخصیت خودم در وجود ایوب مخالفت می‌کردم و می‌خواستم که او دقیقاً همانند من باشد. من نیز مانند همه‌ی دختران امروزی می‌خواستم او را تغییر دهم. از رفتار منطقی و خردمندانه و صبرش خسته می‌شدم و این خستگی با عصبانیت و بی‌صبری و بی‌حوصلگی ادامه می‌یافت. من زنی احساسی با تصمیمات هیجانی و آنی و با درونی غیر منطقی و مملو از آشوب و ناآرامی، در کنار کوهی از صبر و حوصله و آرامش و خرد ایستاده بودم.

از آنجا که به مراسم ازدواج علاقه‌ای نداشتیم، جشنی هم نگرفتیم. در نهایت سادگی به سفارت ترکیه رفتیم و آن‌ها را از قصد ازدواجمان آگاه کردیم. بعد مرد بی‌خانمان و بینوایی را که سرش پر از شپش و ذهنش مملو از افکار گوناگون بود و در کنار در ورودی سفارت نشسته بود، به عنوان شاهد در نظر گرفتیم. در حالی که سرش را به طرف آسمان گرفته بود و با خوشحالی زیر نور و گرمای خورشید در حال استراحت بود، از او خواستم با ما به داخل سفارت بیاید؛ اما نه او انگلیسی می‌دانست نه من آلمانی. اداها و اشاره‌هایم برای رساندن منظورم کافی نبود، پس ترجیح دادم به‌جای ادا درآوردن، یک بسته سیگار به او بدهم. او هم در عوض ما را میهمان خنده‌ی بی‌دندان‌ش کرد و شکلاتی با روکش طلایی به ما داد. من با خوشحالی هدیه‌ی او را قبول کردم، گویی نویدبخش اتفاقات شیرینی بود. لباس عروسی نپوشیدم، نه تنها به این دلیل که به مراسم باشکوه و پر تشریفات علاقه‌ای نداشتیم، بلکه به این دلیل که هرگز علاقه‌ای به لباس سفید نداشتیم. من از رنگ سفید متنفر بودم. گویا می‌خواستم با همه‌چیز و همه‌کس متفاوت باشم. در یکی از روزهای ماه می لباس مشکی دلخواهم را پوشیدم. ایوب نیز سعی کرد با پوشیدن شلوار مشکی و بلوز سفید این مراسم را تا حدودی درخور احترام و رسمی کند. سپس به سفارت ترکیه رفتیم و عقدنامه را امضا کردیم.

پدر و مادر و پنج خواهر ایوب و مادر و مادر بزرگ من پس از شنیدن این خبر، در ترکیه برای ما مراسم زیبای ازدواج ترکیه‌ای همراه با صرف غذا و

جشن و شادمانی و پخش موسیقی ترتیب دادند. آن‌ها آن قدر مهربان و فهمیده بودند که برای راهی که انتخاب کرده بودیم، به ما احترام گذاشتند. خبر ازدواج من نه تنها مادرم، بلکه همه‌ی دوستان و خوانندگان داستان‌ها و مقاله‌ها و رمان‌هایم را متعجب و شگفت‌زده کرد. آن‌ها شگفتی و تعجب خود را با فرستادن نامه و ایمیل و کارت تبریک ابراز کردند. برخی از آن‌ها هم فیلم آخرین مصاحبه‌ام را برایم فرستادند، آنجا که گفته بودم: «درباره‌ی من، زندگی خانوادگی و شوهر و بچه و این چیزها را فراموش کنید. اصلاً این چیزها به من نمی‌آید. من اصلاً وارد دنیای بچه‌ها نمی‌شوم. شاید روزی نامادری خوبی باشم، ولی مادر، نه، هرگز...». آن‌ها می‌خواستند دلیل تسلیم شدن و ازدواج من را بدانند، می‌خواستند بدانند کسی که این قدر قاطعانه درباره‌ی ازدواج و بچه‌داری حرف می‌زد، چرا سرانجام تسلیم شده است. تنها جواب من به آن‌ها این بود: «عشق»! در واقع من همسرم ایوب را عاشقانه دوست داشتم و در کنارش احساس آرامش و خوشحالی و رضایت بی‌حدی می‌کردم. اما هنوز بخشی از وجودم نمی‌دانست که چگونه با این حس آرامش و رضایت کنار بیاید یا نمی‌توانست به این لذت و شادی تن در دهد و آن را بپذیرد. شاید یک دلیل آن، ساکن نبودنم در یک مکان به مدت طولانی بود، چون تا آن زمان هیچ وقت مدتی طولانی و ممتد در یک مکان ساکن نشده بودم.

من در استراسبورگ فرانسه متولد شدم، در مادرید اسپانیا بزرگ شدم و ساکن آنکارا، استانبول، امّان، کلن، بوستون، میشیگان و آریزونا بوده‌ام. تنها همراه من در این سال‌ها چمدان کوچکی بود که روزهای زندگی‌ام را با آن سپری می‌کردم و مطمئن بودم تا زمانی که در جایی ریشه ندوانده‌ام، می‌توانم در هر جای این کره‌ی خاکی سکنا گزینم. در جایگاه تنها فرزند مادری مجرد، واقعیتی را درباره‌ی طبیعت بشر پذیرفته بودم، واقعیتی که بسیاری بیهوده تلاش می‌کنند در مقابل آن بایستند: تنهایی بخشی جدایی‌ناپذیر از وجود بشر است. من عاشق تنهایی بودم و از تنهایی لذت می‌بردم. افرادی را می‌شناختم که اگر ساعت‌های طولانی تنها می‌ماندند، دیوانه می‌شدند؛ اما این موضوع درباره‌ی من صدق نمی‌کرد. من از شلوغی و تعامل با افراد گوناگون احساس خوبی



نداشتم، در واقع حضور در میان افراد مختلف مرا تا مرز دیوانگی می‌کشاند و تمرکز و توجه و خلوت و زندگی شخصی‌ام را خراب می‌کرد. حرفه‌ی من که نویسندگی است، به تنهایی و خلوت نیاز دارد. تقریباً در همه‌ی رشته‌های هنری، افراد مجبور به کار و تعامل با یکدیگرند تا طرحی را بیافرینند؛ حتی خودخواه‌ترین کارگردان‌ها نیز مجبورند با دیگر افراد گروه تعامل و هماهنگی داشته باشند. طراحان مد، بازیگران نمایش، خوانندگان و موسیقی‌دانان نیز از همین افرادند.

اما ما نویسندگان هفته‌ها و ماه‌ها و شاید سال‌ها به تنهایی روی داستان‌هایی که نوشته‌ایم، کار می‌کنیم و درون پله‌ی تنهایی‌مان که با شخصیت‌های تخیلی و داستان‌های گوناگون احاطه شده است، می‌مانیم و فکر می‌کنیم خدا و خالق داستان‌ها و شخصیت‌ها هستیم. هنگامی که داستان را طرح زدیم و شخصیت‌ها و شرایط مختلف را به آن اضافه کردیم و شخصیت‌های دیگر را حذف کردیم و داستان را تغییر دادیم و پایان خوش را به پایانی بی‌سرانجام تبدیل کردیم، احساس می‌کنیم که مرکز دنیاییم؛ گویی دنیایی را خلق کرده‌ایم و همان گونه که خواسته‌ایم، آن را نابود کرده‌ایم؛ گویی خدا هستیم! خودبینی و خودخواهی و غرور بسیار از خطرناک‌ترین جنبه‌های کار ما به شمار می‌رود و از این‌روست که ما عاشقان فقیر و همسران فقیرتر را خلق می‌کنیم. نویسندگان از همان آغاز افرادی مردم‌گریز بوده‌اند، هرچند امروزه این موضوع با کمی شهرت و موفقیت به آسانی فراموش می‌شود. سخن والتر بنجامین به‌زیبایی مؤید این نکته است: رمان تنهاترین شکل هنر است.

پس از ازدواج به تدریس در دانشگاه آریزونای آمریکا مشغول شدم و هر دو هفته یک بار با بیست‌وشش ساعت پرواز به شهر پره‌رج و مرج و شلوغ و تماشایی استانبول نزد همسرم باز می‌گشتم و باز بعد از چند روز استراحت، به کنج خلوت و پناهگاه تنهایی‌هایم پناه می‌بردم. اولین چیزی که با خارج شدن از فرودگاه بین‌المللی توسکان آمریکا احساس می‌کنی، موج گرمای شدیدی است که از اعماق زمین بلند می‌شود و به همراه شعله‌هایی نامرئی به صورت شلاق می‌زند؛ اما در فرودگاه آتاتورک استانبول، اولین چیزی که حس می‌کنی، موج

سرو صدا و شلوغی و صدای مخوف مته‌ها و چکش‌های برقی و داد و فریاد مردمی است که دائماً با هم درگیرند.

موج گرما، شلوغی، رفت و آمد، پروازهای طولانی، تدریس و... ادامه داشت تا اینکه پس از دو سال احساس کردم تجربه‌ی جدیدی در راه است: بارداری و مادرشدن. دنیای مادری برایم خیلی عجیب و غیرمنتظره بود. در وجودم آشوب و بلوایی برپا شده بود. گویی بخش علاقه‌مند به خانه و خانواده‌ی وجودم در مقابل بخش دیگری که در تمام این سال‌ها حاکم و مسلط بود، شورش کرده و با آن درگیر شده بود، شورش و طغیانی مادرانه در بخش کوچکی از شخصیت من با سرعتی فوق‌العاده در حال شکل‌گیری بود و قوای شورش‌ی با سرعت و چابکی بسیار در حال رسوخ بودند، در حالی که قوای حاکم و مطلق در پایتخت نشسته بودند؛ اینجا هنوز محکم و استوار به نظر می‌رسید.

در درونم چندین حس و حالت متضاد و متناقض در کشمکش بودند. در ذهنم شش صدای مختلف در آن واحد با هم بگومگو می‌کردند. من سرگردانی، استقلال، خودمختاری، بی‌فکری و بی‌خیالی و آسوده‌خاطری را به‌طور هم‌زمان تجربه می‌کردم و با احساساتی مختلف و آمیخته‌باهم به دوران بارداری پا می‌گذاشتم. گویی جریان پنهان و نهفته‌ای مرا به ناکجاآباد سوق می‌داد، جریانی که از قلب و ذهن و روحم قوی‌تر بود و هرگز توان ایستادن و مبارزه با آن را نداشتم و به‌ناچار با آن به پیش می‌رفتم، همچون تکه‌ای خاشاک که با امواج سهمگین و موج رودخانه به پیش می‌رود و در این راه از خود اراده‌ای ندارد و تسلیم تسلیم است.

در سپتامبر ۲۰۰۶ در زیباترین ماه سال در استانبول وضع حمل کردم. وجودم مالا مال از خوشحالی و سرمستی، گنجی و سرگشتگی و نداشتن آمادگی بود. طبق برنامه، من و ایوب در خانه‌ای آرام و زیبا ساکن شدیم تا بتوانم علاوه بر انجام وظایف مادرانه و همسرانه، به نوشتن نیز پردازم؛ اما هیچ‌کدام عملی نشد. در واقع نتوانستم هیچ‌یک از آن‌ها را انجام بدهم. شیرم کم و بچه گرسنه بود و هر زمان تلاش می‌کردم از دنیای مادرانه به دنیای



نویسندگی پا بگذارم و شروع به نوشتن کنم، صفحه‌ی سیاهی مملو از نگرانی و تشویش خاطر را که هر لحظه هم فزونی می‌یافت، روبه‌رویم می‌دیدم. قبلاً هرگز چنین حسی را تجربه نکرده بودم. گویی هیچ‌چیز به ذهنم نمی‌رسید و همه‌ی طرح‌ها و داستان‌ها به پایان رسیده بود. در تمام عمرم چنین وقفه‌ی فکری و بازداری ذهنی یا آن چیزی را که لحظه‌لحظه به من نزدیک‌تر می‌شد و وجودم را به خلائی سیاه می‌برد، تجربه نکرده بودم. این اولین بار بود که کلمات با من حرف نمی‌زدند. ترس و وحشت عجیبی بر من مستولی می‌شد. حسی تغییرناپذیر در وجودم به وجود می‌آمد و موجی از ترس و هراس همه‌ی وجودم را در بر می‌گرفت. این فکر که اکنون دیگر مادر هستم، فقط مادر و نه چیز دیگری، روزبه‌روز بیشتر ذهن و روحم را تسخیر می‌کرد. مثل فرش کهنه‌ی پر از خاکی، خویشتن کهنه‌ی من از زیر پاهایم کشیده می‌شد.

از هنگامی که خواندن و نوشتن را آموخته بودم، کتاب‌ها بهترین دوستانم، همدم تنهایی‌ها و مونس شب‌های بی‌ستاره‌ام بودند. آن قدر با گچ‌های رنگی‌ام حرف زده بودم و وقتی با تندى با اشیا برخورد می‌کردم، از آن‌ها عذرخواهی کرده بودم که به فردی درون‌گرا تبدیل شده بودم. داستان‌ها به من حس پیوستگی و توافق و سازگاری و تمرکز و در مرکز توجه بودن را می‌دادند، دقیقاً همان حسی که شدیداً به آن نیاز داشتم. من با حرف‌ها و واژگان نفس می‌کشیدم، کلمات را می‌بلعیدم و با داستان‌ها زندگی می‌کردم و مطمئن بودم که توانایی پیچ‌وتاب‌دادن به واژگان و کلمات و زبان را همچون رقص تانگویی پرشور و حرارت دارم. در تمام آن سال‌ها، همه‌ی زندگی من نوشته‌هایم بودند که حجم یک چمدان را پر می‌کردند، همدمی همیشگی. داستان و رمان همچون چسبی نامرئی جنبه‌های مختلف وجودم را به هم پیوند می‌زد و بدون آن‌ها، تکه‌های ذهن و روحم از هم جدا می‌شدند. بدون داستان‌هایم و بدون بخش‌کردن واژگان و کلمات، زندگی برایم سخت و غیرممکن و دنیا اندوهگین و محزون و بی‌نهایت کسل‌کننده بود و رنگ‌ها مات و مرده به نظر می‌رسیدند و دیگر هیچ‌چیز برایم جذاب و آشنا نبود. من که همیشه همچون مسافری سرگردان میان کشورهای و قاره‌ها سفر می‌کردم و به‌راحتی در هر گوشه‌ی دنیا



خانه‌ام را می‌یافتم، بدون داستان‌هایم دیگر حتی توان قدم‌زدن در خیابان‌ها را هم نداشتم. بدون داستان‌هایم هر چیزی برایم عذاب‌آور بود؛ پوستم نازک‌تر و خورشید گرم‌تر و باده‌ها شدیدتر و شب‌ها تیره‌تر و درونم مملو از اضطراب و دلواپسی و وا همه و تشویش خاطر بود و از همه بدتر اینکه نمی‌دانستم به افسردگی پس از زایمان مبتلا شده‌ام. شبانه‌روز گریه می‌کردم و کاری جز این نداشتم.

روزی مادر بزرگ مادری‌ام که زنی فهمیده و قوی و کمی خرافاتی بود، دستانم را در دست گرفت و با صدای نرم و مخملی‌اش آرام در گوشم زمزمه کرد: «دختر عزیزم، می‌دانی با هر دانه‌ی اشکی که در دوران شیردهی از چشمت جاری می‌شود، شیرت روز به روز ترشیده‌تر می‌شود؟»

نه، نمی‌دانستم. واقعاً چه اتفاقی می‌افتاد اگر شیرم می‌برید و ذلّمه می‌شد؟ اگر سیاه و کدر و بدبو می‌شد، چه؟ فکر خراب و سیاه و ترشیده‌شدن شیر نه تنها به اضطراب و نگرانی‌ام افزود، بلکه باعث شد احساس گناه همه‌ی وجودم را در بر بگیرد. هرچه بیشتر گریه می‌کردم، اضطراب و نگرانی‌ام بیشتر می‌شد و احساس گناه بیشتری هم می‌کردم. با خودم می‌گفتم: مگر من از مادرانی که به راحتی شیرهای جانشان را به فرزندانشان می‌دهند و از مادری‌شان رضایت دارند، چه کم دارم؟ می‌خواستم بهترین مادر دنیا باشم و مهر مادری‌ام را نثار جگرگوشه‌ام کنم و از شیرهای بهشتی‌ای که خداوند در وجودم نهاده بود، او را تغذیه کنم؛ اما نمی‌توانستم. فکر سیاه و خراب‌شدن شیر در تمام روز آزارم می‌داد و خواب شب را بر من حرام کرده بود.

یک روز صبح پس از ماه‌ها افسردگی و گوشه‌گیری و درمان ناموفق، با میل شدید به نوشتن دوباره و نشستن روی صندلی‌ام، از خواب بیدار شدم. همه‌جا ساکت و آرام بود و به جز صدای چند قایق ماهیگیری در دوردست‌ها، صدایی شنیده نمی‌شد. آبی کم‌رنگ آسمان و بوی دلاویز یاس آرامش عجیبی در اعماق قلبم به وجود آورد.

ناگهان چیزی در اعماق وجودم تغییر کرد و آرامشی بی‌نظیر همه‌ی وجودم را فرا گرفت و درکی عمیق از اینکه همه‌چیز خوب است و همیشه همین‌گونه خواهد بود، ذهنم را پر کرد. گویی سخن زیبای مولانا به واقعیت مبدل می‌شد:

ظلمات و تاریکی شب، نور و روشنایی روز را در خود محصور دارد. گویی در میان این ظلمات و تاریکی، نوری بر من تابیده بود، نوری که روشنی بخش وجود و امیدبخش مسیرم شده بود. احساس می کردم از هرجا شروع کنم، می توانم؛ پس سعی کردم از نو شروع کنم. شیرم به سفیدی برف نبود، اما خوب بود. با اینکه همه ی آن هراس و اضطراب ها از وجودم نرفته بود، همه چیز خوب بود. کاملاً با نقش مادری ام کنار نیامده بودم، اما همه چیز خوب بود. من می توانستم شیر در نظر سیاه شده ام را به تجربه ای زیبا برای مادرانی تبدیل کنم که احساس من را تجربه کرده اند و می کنند. اگر نوشته هایم می توانستند تأثیر جادویی شفادهنده ای بر روحم داشته باشند، می توانستم کم کم از این حالت رخوت و سستی و سیاهی خارج شوم و دوباره به زندگی طبیعی ام بازگردم.

آن روز بچه را در کالسکه گذاشتم و قدم زنان به خیابان شلوغ و پر جنب و جوش پا گذاشتم. شلوغی و مهمه ی مردم سکون و رخوت درونم را به بیداری تبدیل کرد. تنفس هوایی مملو از رایحه ی زندگی به من چیزی داد که نداشتم. هر مادر بچه بغلی را می دیدم، به سرعت به سویش می رفتم و با او هم صحبت می شدم و عجیب بود که بیشتر آن ها هم این احساس آشفستگی و هراس را تجربه کرده بودند و عجیب تر آنکه برخی از آن ها به راحتی از این مرحله ی سخت عبور کرده بودند.

هنگامی که مشغول نوشتن این کتاب شدم، با زنان متعددی در سن و سال های مختلف و با شغل های گوناگون صحبت کردم و کم کم فهمیدم که فقط من نیستم که این احساسات منفی را تجربه می کنم و این مسئله کمک فراوانی به من کرد. برای من که همیشه به قابلیت خودم در تنها بودن و جست و جوی آرامش در جمع مغرور بودم، کمی سخت بود. افسردگی پس از زایمان آن قدر در جامعه رایج و مشهود است که کمتر به چشم می آید، کمتر درک می شود و کمتر برای درمان آن اقدام می شود. اما جالب است که اجداد ما با این مشکل آشنایی داشتند و برای آن اهمیت ویژه ای قائل بودند. اجداد ما از سستی و کسالت و ناخوشی پس از زایمان اطلاع داشتند و با روش های خاص خود با آن کنار می آمدند و آن را درمان می کردند و این دانش و آگاهی را به

نسل‌های بعد منتقل می‌کردند. امروزه ما آن‌قدر از گذشته گسسته‌ایم که به آن علم و دانش قدیم دسترسی نداریم.

ما زن‌های امروزی، به‌روز و زن‌های دنیای پیشرفته و مدرن هستیم، دنیایی که به ما می‌آموزد هرگاه در خود احساس خستگی و فرسودگی و واماندگی کردید، هرگاه احساساتان جریحه‌دار شد یا هنگامی که از دیگران دل‌آزرده شدید، آن را در خود فرو برید، بغض‌های ناگهانی‌تان را خفه کنید، به اشک‌هایتان اجازه‌ی جاری‌شدن ندهید و رد پای غم و درد و بغض را با جدیدترین روش‌های آرایشی از چهره‌تان محو کنید تا اثری از آن در ظاهرتان پیدا نباشد. ما زن‌های امروزی فکر می‌کنیم می‌توانیم امروز طفلی را به دنیا بیاوریم و فردا مثل قبل به زندگی خود ادامه دهیم، بدون اینکه در افکار و رفتار و روش زندگی خود تغییری به وجود آوریم. زندگی قبل از تولد نوزاد با زندگی پس از تولد او تفاوت بسیار دارد و ما زن‌ها باید برای این تغییرات آماده شویم. در باور اجدادمان، زن زائو تا چهل روز نباید تنها بماند و دائماً باید فردی در کنارش باشد تا از خطر جن‌زدگی در امان باشد. علائم جن‌زدگی در مادران قدیمی با انبوهی از ناراحتی و اضطراب و ترس و هراس و سستی و کسالت همراه بود. در واقع این‌ها همان علائم افسردگی پس از زایمان است که به دلیل ناآگاهی و کم‌دانشی مردم، به جن‌زدگی شهرت داشت. اجداد ما علاوه بر گماشتن همراهی دائمی، با بستن روبان‌های بنفش در اطراف تخت و رختخواب و دودکردن اسفند و پراکندن دانه‌های تطهیر و تقدیس‌شده‌ی خشخاش در اطراف اتاق مادر، هر نوع نیروی ماورایی تهدیدکننده و بدشگون را دفع می‌کردند. قصد من از توضیح این رسم‌ها و باورها و عقاید، رواج خرافه و خرافه‌گرایی نیست؛ بلکه هدفم تأکید بر این واقعیت است که حتی زنان قدیمی، نیاز نو مادران به کمک و حمایت و راهنمایی را باور داشتند و سعی می‌کردند با روش‌ها و درمان‌های سنتی به کمک آن‌ها بشتابند، چیزی که ما زن‌های مدرن و امروزی آن را قبول نداریم یا برایش اهمیتی قائل نیستیم. ما زنان امروزی با تصمیم قطعی و عزم راسخ خود در جهت گام برداشتن مستقلانه، این حکمت کهن و درایت و دانش دیرین را به فراموشی سپرده‌ایم و با این تصور که همواره موفق،



قوی، محکم و کامل هستیم، خود را از آن دانش و باور کهن بی نیاز می پنداریم. در میان زنان امروزی دیگر خانم ناتوان و ضعیف وجود ندارد. هیچ کس نمی داند او اکنون کجاست. شایعاتی وجود دارد که او به دورترین جزیره و دهکده تبعید شده است. امروزه حتی گفتن نام او با صدای بلند قدغن است. از شنیدن نام او در مدرسه، خانه، محل کار یا هر جای دیگری تعجب می کنیم و از ترس عواقب آن به خود می لرزیم. هرچند نامش در فهرست سیاه اینترپل و تحت تعقیب نیست، کسی نمی خواهد با او ارتباطی داشته باشد. در واقع این روزها همه ی زن ها قوی و محکم هستند و هیچ کس نمی خواهد ضعیف و ناتوان باشد؛ اما کمتر رمز و راز قوی بودن و محکم ایستادن و دوباره و دوباره بلند شدن را می دانیم.

مادر شدن از بزرگ ترین و زیباترین هدیه های زندگی است. مادر شدن روح و ذهن و قلب را نرم و لطیف می کند و آهنگ و نوسان قلب را با ضرباهنگ جهان و کائنات هماهنگ می سازد؛ به همین دلیل است که زنان، مادر شدنشان را بزرگ ترین موهبت الهی می دانند. من نیز از صمیم قلب و با همه ی وجودم این مادران واقعی را تحسین می کنم. با وجود این، مادر شدن و مادری کردن از همان لحظه ی تولد طفل آغاز نمی شود، مادر شدن مرحله ای است آموختنی که عشق می خواهد و علاقه و محبت و فداکاری و ایثار و انسانیت. اگر هدف از به دنیا آوردن طفل فقط بقا و ادامه ی نسل است، مادری نمی کنی. مادر شدن و مادری کردن سخت است و طاقت فرسا و صدمه دهنده شیرین. مادری کردن مرحله ای دارد آموختنی که برای بعضی از ما زن ها طولانی تر است. نمی خواهم ادعا کنم که گذراندن آموزش های مادری و مادر شدن برای افراد هنرمند و خلاق و شاغل سخت تر است؛ زیرا زنان مختلفی را در طبقات اجتماعی و اقتصادی گوناگون دیده ام که مشکلات یکسانی را در سطوح مختلف تجربه کرده اند. هیچ زنی از افسردگی پس از زایمان و مشکلات روحی و جسمی آن در امان نیست. در واقع قوی ترین و با اعتماد به نفس ترین زنان در میان ما آسیب پذیرترین آنها هستند؛ چون آموخته اند که قوی باشند، محکم بایستند، به مشکلات نه بگویند و در صورت زمین خوردن، برخیزند و دوباره محکم و استوار بایستند.