

خودیاری

سرت را از زندگی ام بکشی بیرون

راهنمای رک بودن برای دختران خوب
الکساندرا راینوارث . صدرا صمدی دزفولی

سرشناسه:

عنوان و نام پدیدآور:

مشخصات نشر:

مشخصات ظاهری:

شابک:

وضعیت فهرست نویسی:

یادداشت: عنوان اصلی:

عنوان دیگر:

موضوع:

موضوع:

موضوع:

موضوع:

موضوع:

شناسه افزوده:

رده بندی کنگره:

رده بندی دیویی:

شماره کتاب شناسی ملی:

رینوارث، الگرا اندرا، ۱۹۷۳- م.

-Reinwarth, Alexandra, 1973

سرت را از زندگی ام بکش بیرون: راهنمای رگ بودن برای دختران خوب / نویسنده: الکساندرا راینوارث؛ مترجم: صدرا صمدی دزفولی

تهران: نشر مون، ۱۴۰۰.

۱۶۴ ص.

۹۷۸-۶۲۲-۷۵۸۵-۶۶-۷

فیبا

The good girl's guide to being a d*ck: the art of saying what you want and getting the life you deserve, 2019

راهنمای رگ بودن برای دختران خوب

خودسازی در زنان / Self-actualization (Psychology) in women

قاطعیت (روان شناسی) / Assertiveness (Psychology)

ارتباط بین اشخاص / Interpersonal communication

راه ورسم زندگی -- زنان / Conduct of life -- Women

کیفیت زندگی -- زنان / Quality of life -- Women

صمدی دزفولی، صدرا، ۱۳۶۶، مترجم

BF۶۳۷

۱۵۸/۲۰۸۲

۷۶۵۱۵۰۲

۱۷۰۲۲۰۱



انشرون

www.moonpub.ir | @moon.publication | ۰۲۱-۶۳۵۶۹

سرت را از زندگی ام بکش بیرون
راهنمای رگ بودن برای دختران خوب

• انکساندرا راینوارث • صدرا صمدی دزفولی •

انکساندرا راینوارث

صدرا صمدی دزفولی

هو و

فرخنده

محمد متصور

علیرضا لاکتی زاده

سجاد قربانی

حسن مستقیم

۹۷۸-۶۲۲-۷۵۸۵-۶۶-۷

اول ۱۴۰۰

نسخه ۱۰۰۰

نقش سبز

کاج

نیرکان

۴۹۰۰۰ تومان

نویسنده:

مترجم:

ویراستار:

مدیر خلاقیت:

طراح یونیکورم جلد و گرافیک متن:

طراح جلد:

آماده سازی و صفحه آرایی:

مشاور فنی چاپ:

شابک:

نوبت چاپ:

تیراژ:

لیتوگرافی:

چاپ:

صحافی:

قیمت:

مقدمه

همه چیز از جایی شروع شد که به کاترین گفتم: «دهننت سرویس!» باید اشاره کنم من معمولاً این طوری با مردم حرف نمی‌زنم. معمولاً تحت هیچ شرایطی، این طور دست و دل بازانه به دهان کسی عنایت نمی‌کنم.

اما معلوم شد کاترین از آن دسته آدم‌هایی است که باعث می‌شود حس کنید اشتباه بزرگی کرده‌اید و به او مدیونید. شما هم آدم‌هایی مثل کاترین دوروبرتان دیده‌اید؟ آدم‌هایی که همیشه خدا دارند نق می‌زنند اما هیچ وقت شرایط را تغییر نمی‌دهند؟ آدم‌هایی که انرژی حیاتی شما را همان طور می‌مکند که یک بچه با اشتیاقی وصف‌ناپذیر، نی طعم‌دار شیر پاکتی را می‌مکد؟

کاترین عاشق آه و ناله و گریه‌و زاری است. اگر به چهره‌اش نگاه کنید احساس می‌کنید افسرده است. اما طی ارتباط با او متوجه شده‌ام اصلاً هم افسرده نیست، بلکه فقط خیلی اعصاب‌خردکن است.

به نظر می‌رسید زندگی کاترین همیشه پر از بدشانسی است؛ موقعیت شغلی‌اش متزلزل بود، رابطه‌اش با نامزدش در لبه پرتگاه بود، خانواده‌اش همیشه او را بابت همه چیز سرزنش می‌کردند، آینده‌اش مبهم و تاریک بود و اصلاً نمی‌دانست باید چه کار کند. اما در همان زمانی که من تمام فکرو ذکرم پرت کاترین بود، او به سفری در کشتی تفریحی رفت، هر شب و هر شب مهمانی داشت و با نامزدش ازدواج کرد. یک بار چنان دلم برایش سوخت (بعد از اینکه گفت «رابطه زناشویی ام به آخر خط رسیده») که پیشنهاد کردم برای تعطیلاتی کوتاه، با همسرش به ونیز برود. این پیشنهاد من بود که این دو با همدیگر وقت بگذرانند. من از سگش مراقبت کردم، به گل‌هایش آب دادم و آب استخرشان را با نمک ضد عفونی کردم. خانه کاترین چندان هم به خانه من نزدیک نیست و البته - به رغم بدهی‌های زیاد - خیلی هم بزرگ و مدرن است و پر از وسایل بسیار گران.

کاترین ادعا می‌کند در این دوره زمانه آدم به خوبی او پیدا نمی‌شود. یک بار بعد از اتمام کار تعمیرات منزلش، پول کارگرها را به موقع پرداخت کرد و بعد مدام به این موضوع مباحثات می‌کرد که چقدر درستکار است که کارگرها را سه ماه معطل پولشان نکرده یا سرشان کلاه نگذاشته و نصف دستمزدشان را بالا نکشیده. او با چشمانی اشک‌بار، در حالی که قیافه قدیسان را به خود گرفته بود، گفت: «به خانواده اون مرد بیچاره فکر کردم.»

بعد از سفر و نیزش که همدیگر را دیدیم کمی عجله داشت چون باید به سرعت شوهرش را به جلسه ماساژ می‌رساند، چون تخت‌خواب‌های هتلی که من به آن‌ها معرفی کرده بودم، اِفتِضاح بودند. می‌گفت سفرشان یک فاجعه بزرگ بوده اما او مثل همیشه با صبوری بسیار، ناملایمات را تحمل کرده بود.

دفعه بعدی که همدیگر را دیدیم، مادرش مریض بود و البته این موضوع را با چنان لحن و صدایی به اطلاع بنده رساند که فکر کردم همین فردا قرار است حلوای مادرش را بخوریم. خلاصه بگویم، همیشه یک جای زندگی کاترین می‌لنگد. همه چیز بسیار طاقت‌فرساست و هیچ استثنایی هم وجود ندارد. بعدها معلوم شد مادر کاترین فقط کمی سردرد داشته یا گوشه ناخنش توی گوشت بلند شده بوده یا چنین چیزی.

حتماً تا اینجا متوجه جان کلام شده‌اید. همیشه همین‌طور بود. تمام زندگی کاترین، حول محور کاترین می‌گذشت. زمانی رسید که بالاخره متوجه شدم دیگر نمی‌خواهم مثل ماهواره دور دنیای کاترین بچرخم، چون من خودم هم آدمم. نمی‌دانم چرا مدت‌ها پیش او را نفرستادم رد کارش، هرچند که همسر من، ال. از مدت‌ها قبل بارها به من توصیه کرده بود کاترین را از زندگی‌ام حذف کنم. اولش متوجه نبودم او دارد از من استفاده می‌کند و فقط سعی می‌کردم از مواجهه با او پرهیز کنم. اما طی دوره‌ای که «پروژه شادی» را شروع کردم و در زندگی‌ام دست به تعمیرات اساسی زدم، به این نتیجه رسیدم که باید از دست کاترین خلاص شوم. باید کمی عوضی می‌شدم.

تا آن زمان، هیچ‌وقت دوستی با یک هم‌جنس را قطع نکرده بودم. هیچ‌وقت. جریان عادی روابط از این قرار است که اگر دو نفر باهم کنار نیایند، کمتر و کمتر هم‌دیگر را می‌بینند و بعد کل رابطه‌شان کم‌کم محو می‌شود. خلاص! هیچ‌کس هم ضربه نمی‌خورد. وقوع چنین چیزی در روابط کاملاً عادی است. اما آن دسته دوستانی که مثل زالو تمام انرژی شما را می‌مکنند، نمی‌گذارند راحت از دستشان خلاص شوید. دقیقاً نمی‌دانستم این «خلاص شدن» از دست یک دوست را چطور باید به انجام برسانم. چطور می‌توانم محکم رفتار کنم و مثل کرم روی قلب، الکی به خودم نییچم؟ حتی فکر کردن به این کار هم بسیار سخت بود و حس عجیبی داشت.

ال. پیشنهادی بسیار عمل‌گرایانه داد: «صاف برو پیشش و بگو کاترین داری دیوونه‌م می‌کنی و دیگه نمی‌خوام ببینمت.» بعد کمی مکث کرد و اضافه کرد: «خودشیفته‌خرف!» به هر حال ال. هیچ‌وقت از کاترین خوشش نمی‌آمد.

می‌دانم کسانی هستند که دقیقاً همین کار را می‌کنند، اما من از آن‌ها نبودم. من جزء آن دسته افرادی هستم که هر وقت کسی بهشان تنه بزند، مرتب معذرت‌خواهی می‌کنند.

برای دور زدن کل این ماجرا، به راهکارهای مختلفی فکر کردم:

• ال. را می‌فرستم که این حرف‌ها را بزند.

- هویت جدیدی برای خودم می‌سازم و بیش‌کاترین وانمود می‌کنم مرده‌ام.
- در کمال تأسف، واقعاً می‌میرم.

وقتی لحظهٔ موعود فرا رسید و من و کاترین روبه‌روی هم در کافه نشسته بودیم، خوشبختانه چنان افتضاح رفتار کرد که توانستم روی موج عظیم خشمی که در درونم ایجاد شده بود سوار شوم و یک آن بگویم:

«کاترین؟»

«بله؟»

«دهنت سرویس!»

برای اکثر مردم این حرف چندان مهمی نیست، اما من در آن لحظه احساس می‌کردم در حد ژاندارکم! وقتی از کافه بیرون آمدم، حس می‌کردم تصویرم آهسته شده و مثل بوکسورهایی که روی رینگ مبارزه می‌روند، حین خروج از کافه با صدای شیپور پیروزی و فریاد تشویق مردم بدرقه می‌شوم. شالم را با چنان سرعتی دور شانه انداختم که چند برگهٔ متوازی‌الضلع پیش‌خان کافه به هوا رفت. در آن حالت اصلاً برایم عجیب نبود که بینم اسب وفادارم جلوی در کافه منتظرم ایستاده تا باهم به ماجراجویی‌های بیشتری بپردازیم.

البته عصر همان روز وقتی این داستان را برای ال. تعریف می‌کردم او با قیافه‌ای سردرگم پرید وسط حرفم و گفت: «ولی ژاندارک که بوکسور نبود...». مردها گاهی درست به حرف آدم گوش نمی‌دهند. این طور نیست؟ فکر کنم مردها اول چند صدای خش‌خش در پس‌زمینه می‌شنوند و بعد هم دوسه عبارت کلیدی را به ذهن می‌سپارند و بقیهٔ مطلب را هم توی سرشان از خودشان درمی‌آورند. و بعد اگر آن چند عبارتی که به ذهن سپرده‌اند چندان به هم ربطی نداشته باشند به مشکل بر می‌خورند.

البته من علاقهٔ خاصی به قهرمانان اساطیری فرانسه یا ورزش بوکس ندارم؛ حتی بحث من سر کاترین و آن استخر نمکی مسخره‌اش هم نیست. بلکه صحبت سر این است که بیان همین دو کلمهٔ کوچک «دهنت سرویس» - می‌تواند حس سرخوشی بسیار عجیبی به آدم بدهد.