

یک فنجان آسایش برای مادران

و

دختران‌شان

داستان‌هایی که پیوند زیبای مادر و دختر را به جشنی
فراخوش نهدنی تبدیل می‌کنند.

کالین سل

محمدرضا حبیبی

عنوان و نام پدیدآور : یک فنجان آسایش برای مادران و دخترانشان داستانهایی که پیوند زیبای مادر و دختر را به جشن فراموش نشدن تبدیل می‌کنند / (ویراستار) کالین سل: ترجمه محمدرضا حبیبی.

مشخصات نشر : تهران: پل، ۱۳۸۹.

مشخصات ظاهری : ۳۴۴ ص.

شابک : ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۳-۱۲۷-۷

وضعیت فهرست نویسی : فیا

یادداشت : *A cup of comfort for mothers & daughters, stories that celebrate a very special bond, c2003*

موضوع : مادران و دختران

موضوع : راه و رسم زندگی

شناسنامه افزوده : سل. کالین، ویراستار

شناسنامه افزوده : Sell, Colleen

شناسنامه افزوده : حبیبی، محمدرضا، مترجم

رده بندی کنگره : HQ ۷۵۵/۸۵/۵۸ ۱۳۸۹

رده بندی دیویی : ۳۰۶/۸۷۴۳

شماره کتابشناسی ملی : ۲۰۸۴۱۵۳

نام کتاب: یک فنجان آسایش برای مادران و دخترانشان

نویسنده: کالین سل

مترجم: محمدرضا حبیبی ویراستار: میو نهمتن زاده

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه چاپ: سجده

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۰ شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۳۳-۱۲۷-۷

مرکز پخش: بوک شاب، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، تقاطع لبافی نژاد
جنبه روشگاه الیت، پلاک ۱۰۲ تلفن: ۶۶۴۷۷۳۱۹-۲۰

دفتر مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان لبافی نژاد، بین خ دانشگاه و فخر رازی
پلاک ۱۷۴، طبقه ۲، واحد ۴ تلفن: ۶۶۹۵۹۹۷۱-۶۶۴۶۹۶۰۸

قیمت: ۷۰۰۰ تومان

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر برای ناشر محفوظ می‌باشد.

فهرست مطالب

۷	 سپاس و قدردانی
۹	 درباره‌ی نویسنده
۱۱	 مقدمه
۱۷	 وقت استراحت
۲۳	 آشفته‌گی
۲۹	 مادر گرامی
۳۵	 قدرت عشق و محبت مادر
۴۵	 مادر می‌داند
۴۹	 تاج‌گذاری
۵۷	 حلقه‌ی کامل
۶۳	 گزینه‌های قلبی
۷۱	 دختر عروس
۷۵	 ارث
۸۱	 اندرزهایی از دختری چهار ساله

۸۷	دوست داشتن بیگانه
۹۳	آنچه می خواستم به او بگویم
۹۹	موتور سواری
۱۰۷	بازوان مادر
۱۱۷	دخترک خوشحال من
۱۲۳	از یک مادر
۱۲۹	رویا بافی
۱۳۹	پیش از باران
۱۴۹	دستان مادرم
۱۵۳	گیاه چرخنده
۱۵۷	از یاد بردن آیین مد
۱۶۳	عهد و پیمان تولد
۱۶۹	ترک کردن
۱۷۵	لحاف
۱۸۳	گردن بند مروارید
۱۸۷	مادر بامزه‌ی من
۱۹۵	گدازه‌ی عشق سوزان
۲۰۵	مرگ ژوزفین
۲۱۵	کمی موسیقی شبانه
۲۲۱	تخم مرغ مادر
۲۲۹	ماری و من
۲۳۹	خانم سرخپوست سالخورده

۲۴۳	 اظهار نامه‌ی من
۲۵۱	 روبان صورتی
۲۵۷	 دختر مادری جنگجو
۲۶۷	 آرزوهای بزرگ
۲۷۵	 جعبه کفش
۲۸۳	 دختر دختر
۲۹۳	 بین اشک و حقیقت
۲۹۹	 میراث
۳۰۵	 خوشگل کردن مادر
۳۰۹	 اسفنج حمام
۳۱۷	 صدای پای آب
۳۲۵	 چیزهایی که مادر به من آموخت
۳۲۹	 ارزش من در برابر شتر
۳۳۹	 جای برای دو نفر

♥ سپاس و قدردانی

«هنگامی که برای نخستین بار دست به جمع آوری داستان‌هایی پیاپی در کتاب‌های دنباله دار «یک فنجان آسایش» زدم، منظور و هدف من از این کار ساده بود: انجام کاری زیبا و خیر خواهانه.

در ذهن خویش در این اندیشه بودم که گردآوری مجموعه‌ای پیوسته از داستان‌های سرگرم کننده و قابل درک باعث تابش نور امیدی در قلوب خوانندگان می‌شود و روح آنها را به پرواز در می‌آورد.

بر این باور بودم و هستم که در میان گذاشتن داستان‌های خویش با دیگران نه تنها برای خواننده مفید است بلکه قصه گو نیز از آن بهره‌مند خواهد شد. در این اندیشه‌ام که این گونه کارها هم ارزشمند است و هم شایسته‌ی تحسین. چیزی که درک نمی‌کردم این بود که این کار در رابطه با مردم تا چه اندازه می‌تواند چالش برانگیز باشد و یا چه مقدار دشوار. تصورش را هم نمی‌کردم که این تجربه تا چه اندازه می‌تواند ارزشمند باشد و چه مقدار آرامش و لذت برای من به ارمغان بیاورد. در حقیقت هنگامی که سلسله داستان‌های «یک فنجان آسایش» برای نخستین بار در زندگی‌ام، راهی بازار شد، احساس ناامیدی و غصه

داشتم بطوری که هیچ چیز نمی‌توانست باعث آرامش من گردد. در آن زمان پسر جوانم مدت پنج سال بود که در اثر ضربه‌ی مغزی خانه نشین شده بود و احتمال بهبودی‌اش حدود پنجاه درصد و حتی کمتر بود. هر چه در توان داشتم انجام می‌دادم تا بتوانم به فرزندم کمک کنم، تمام شب‌ها بر بستر او بیدار می‌ماندم و صبح زود هم مجبور بودم که برخیزم و به سرکار بروم. در همین دوران بود که اتفاق عجیبی افتاد و آن بازگشت معجزه آسای پسر از بستر بیماری به بهبودی بود.

در اینجا لازم میدانم که از افراد بی‌شماری که داستان‌های خود را برای من فرستادند تشکر کنم. قصه‌هایی که روح مرا در بر گرفتند و الهام‌بخش من شدند. از کارکنان سازمان انتشاراتی که تلاش آنها این کار را امکان‌پذیر ساخت سپاسگزارم و همین‌طور از خوانندگان عزیزی که داستان‌های مرا با آغوش باز پذیرفتند و باعث شدند که دوباره احساس آرامش و شادی به من باز گردد، تشکر می‌کنم.

از همسرم که مرا تحمل کرد و ساعت‌های متمادی مرا با کارم تنها و راحت گذاشت ممنونم و سرانجام و مهم‌تر از همه از خداوند که بازگشت معجزه آسای پسر به زندگی را رقم زد تشکر می‌کنم. بازگشتی که مایه‌ی الهام و بهترین نعمت و پاداش در زندگی من بود.

♥ درباره‌ی نویسنده

کالین سل همواره بر این باور بود که قدرت داستان می‌تواند با روح ما پیوند بخورد و به روحی بزرگتر و به یکی بعد از دیگری تبدیل شود. عشق او به قصه‌گویی توسط مادرش به او الهام شده بود تا به دخترش کمک کند که از دوران کودکی از فراز دشت‌ها بگذرد و از خردسالی به نوجوانی و جوانی برسد. قصه‌هایی که توسط نوه شش ساله‌اش به هم بافته شده‌اند، این قضاوت را در بر دارند که میراث قصه‌گویی «مادر - دختر» ادامه می‌یابد.

به جز کتاب‌های «یک فتنان آسایش» اعتبار تازه او به خاطر کتاب (2002) 10-Minute Zen¹ می‌باشد.

او به همراه همسرش، صاحب یک مزرعه بزرگ هستند که در آن به پرورش درختان کریسمس و انواع گل و گیاه می‌پردازند. تجربه‌ای که برای آنها در بر دارنده تجربه‌ای ارزشمند برای قصه‌های بزرگتر است.

♥ مقدمه

« آنقدر تو را دوست دارم که بر این باورم که تو نیز مرا به خاطر
خودم نه هیچ چیز دیگری دوست می‌داری »

دو دختر دارم و تا اینجای کار یک نوه و مادری که تک فرزند خانواده
خویش است. در بین تمام روابط مادران و دختران نمی‌توان دو رابطه‌ی یکسان
پیدا کرد. برخی از این روابط پیچیده گاهی دشوار، زمانی ساده و هنگامی
راحت هستند ولی به هر صورت که باشند لذت بخش هستند چون هیچ
رابطه‌ای مصنوعی نیست.

روابط مادران و دختران عمیق و پر کشش هستند، گویی که روح مادر و
دختر را با پتکی از عشق پایدار در یکدیگر کوبیده و در هم تنیده‌اند. هر چند
پیوند پدران و پسران نیز اهمیت خاصی دارد ولی پیوستگی مادران و دختران
چیزی بی‌همتا و رویایی در خانواده است.

برای مثال وقتی تلفن زنگ می‌زند، قبل از برداشتن گوشی بطرز مرموزی
می‌دانم که کدام یک از دخترانم آنسوی خط است و از لحن صدایش که

می‌گوید: «سلام مامان» می‌فهمم که آیا حامل خبری خوش است یا نه.

هنگامی که مادرم زنگ می‌زند و برعکس وقتی من به مادرم و یا دخترانم تلفن می‌زنم، همین احساس وجود دارد. گویی حالتی از احضار ارواح در بین زنان خانواده‌ی ما وجود دارد.

مهم نیست که در زندگی روزمره‌ی خود کجا باشیم و یا به چه کاری مشغول: مادران و دختران‌شان در خانواده‌ی من به یکدیگر پیوسته‌اند و در تلاشند که با یکدیگر هماهنگ باشند. ما بر روی یکدیگر تأثیر می‌گذاریم و در زندگی یکدیگر نقشی اساسی داریم. اگر هم زمانی روابط ما گرم و نرم نباشد، بر خلاف باورهای مرسوم، دوستانی صمیمی هستیم که در موفقیت یکدیگر شادی می‌کنیم، به یکدیگر تکیه می‌کنیم و روزگاری سرشار از لذت و سرخوشی را در کنار هم سر می‌کنیم و از همه مهم‌تر اینکه ما تنها نیستیم.

بر خلاف تمام کنایه‌ها و طعنه‌های خیالی درباره‌ی روابط نامناسب مادران و دختران، تحقیقات نشان می‌دهد که شصت تا هفتاد درصد زنان، رابطه‌ای مثبت و سازنده با مادران و دختران خویش دارند. بسیاری از خانم‌های میانسال، مادران و دختران خویش را به عنوان بهترین دوستان خود می‌دانند.

در دوران بلوغ و نوجوانی، گاهی لحظاتی به وجود می‌آید که مادر بزرگم به زعم خویش آن را دوران «حماقت انباشته» می‌نامد. در این دوران گاهی تلاش می‌کنیم تا برای به دست آوردن استقلال خویش، از مادران کناره‌گیری کنیم و در عین حال حال نمی‌گذاریم مادرانمان در قلب ما جای بگیرند. روشن است که مجبور هستیم این رابطه و این دوران را بازسازی کنیم.

البته در بعضی موارد، روابط مادران و دختران‌شان آن چنان در هم شکسته

و ناکارآمد هستند که برای بازسازی و اصلاح و مرمت آن به چیزی بیشتر از بلوغ و زمان نیازمندیم. حیرت آور این است که رابطه و پیوند بین مادران و دختران شان علیرغم اختلاف نظرها و تفاوت‌ها و فاصله سنی و گذر زمان، تقریباً همواره در خوشی و ناخوشی، دست نخورده و سالم باقی می‌مانند. حیرت آورتر از این، عشق و فداکاری و صمیمیت بین آنها است. چه رابطه‌ی دیگری را می‌توان یافت که تا این حد پراز کشش و بدون قید و شرط باشد؟ چه چیزی بیشتر از این مایه‌ی آرامش ماست و لذت بخش است که بدانیم از لحظه‌ی تولد و در آغوش مادر جای گرفتن تا زمانی که خود دارای فرزند شویم، کسی عاشق ماست که با او پیوندی مقدس داریم که همچون «DNA» از مادر به دختر و نسل اندر نسل منتقل شده است!

برای مثال هنگامی که در حال رشد و بزرگ شدن بودم، گاهی اوقات کارهایی انجام می‌دادم که از نظر مادرم ناپسند بودند ولی در عین حال مادرم به من می‌گفت علیرغم کارهای بدی که انجام داده‌ای من تو را دوست دارم. این همان روشی بود که من در مورد دخترانم به کار می‌برد. دخترانی که به خاطر احساسات لطمه خورده و آسیب دیده‌شان، از مادری که به خاطر کارهایشان از دست آنها عصبانی بود گریه می‌کردند و یا این که از داشتن مادری «پست» لب و لوجه‌ی خود را آویزان می‌کردند. پس از مدتی زمانی فرا رسید که آنها به سنی رسیدند که متوجه شدند غیر ممکن است بتوان کسی را هم دوست داشت و هم از کارهای ناشایست او متنفر بود.

در آخرین دیدارم در منزل بزرگترین دخترم، متوجه شدم که مشغول سرزنش دخترش ساله‌اش در اتاق کناری بود. به او می‌گفت که وقتی سربرادر خود جیغ می‌کشد این کار او را دوست ندارد ولی این دلیل نمی‌شود که خود او را

دوست نداشته باشد. نوهام در حالی که نفس نفس می‌زد به اتاق پذیرایی دوید و خود را در آغوش من انداخت و در حالی که اشک در چشمانش حلقه زده بود گفت: «مادر از دست من عصبانی است، او مادر بدجنسی است».

«عسل من» می‌دانم حق با توست و دلیل آن این است که او هم مادری دارد که او را خیلی دوست دارد».

ام‌خدای من، تمام برداشت‌های غلط و اشتباهات و رازهای بین مادر و دخترها چقدر راحت حل می‌شوند. باید به یاد داشته باشیم که بیشتر این مشکلات حل شدنی هستند، راه حل این مشکلات از پذیرش یکدیگر و کنار گذاشتن اخم و بخم و کج خلقی و مادر بدجنس و اینگونه چیزها بوجود می‌آید. رابطه‌ی مادر و دختر آنقدر گرانبه‌تر است که ارزش آن را دارد که هر کاری را برای بهبود آن انجام دهیم تا تمام مشکلات را از میان برداشته و به آن خاتمه دهیم. شکی نیست که رابطه‌ی ناب مادر و دختر از عمیق‌ترین و بهترین نعمات زندگی است.

در این کتاب با داستان‌های حقیقی و واقعی و مجموعه‌ای گوناگون از قصه‌های الهام بخش روبرو می‌شوید که همه‌ی آنها پیوند ویژه‌ای را گره می‌زنند. آرزویم برای شما خواننده‌ی عزیز این است که این پرش‌های زندگی، الهام‌بخش تو و باعث آرامش و لذت بیشتری گردند و به تو انجنان قدرت و سلامتی را هدیه دهند که رابطه‌ی تو و مادرت را همچون رابطه‌ی تو و دخtert قدرتمند و توانمند کنند.

روابط موجود بین مادر و دختر ارزش‌های فراوانی دارد که بایستی با سعی و تلاش وافر موانع این پیوند را شناسایی و آنها را از میان برداشت. در حقیقت پیوند بی‌مانندی که مادر و دختر در آن شریک و سهم هستند از جالب‌ترین و

عمیق‌ترین نعمات زندگی است.

در این کتاب با داستان‌های حقیقی و الهام‌بخشی مواجه می‌شوید که تمامی ویژگی‌های این پیوند را سرشار از انگیزش نموده و آن را با شادکامی همراه می‌سازد. برای خواننده‌ی محترم و عزیز آرزویی دارم و آن این است که این داستان‌ها که در شکل برش‌هایی از زندگی من و تو برگزیده شده و تجسم یافته‌اند، باری دهنده و الهام‌بخش باشند و در اثر پیوند بین مادران و دختران باعث آسودگی، درمان دودها و توانمندی گردند.

www.ketab.ir