



دختر خانمی ۲۱ ساله
خانم مینا (شهرستان؟)

ادامه تحصیل؟ کار کردن؟ ازدواج؟ افسردگی؟

اینجاست که....

موقعیتی پیش آمده که مثل هرکسی و یا هر دختری برای زندگی خود تصمیم بگیریم اما شما را به خدا مثل همه مسخره‌ام نکنید و نخندید وقتی می‌گوییم بلد نیستیم تصمیم بگیرم.

اصلا نمی‌دانم تصمیم یعنی چه؟

کسی که تا به حال با نفرتی بیش از اندازه از پسر بزرگ شده و حالا به جایی رسیده که نمی‌دانم جنس پسر یعنی چه؟

چه دارند و چه می‌خواهند چگونه شخصیتی دارند چقدر تفاوت دارند و از اینها گذشته ازدواج یعنی چه؟ آیا این چنین شخصی می‌تواند به یک نفر فکر کند، دوستش داشته باشد و زندگی کند، به خدا همیشه می‌خندیدم وقتی می‌شنیدم کسی به پسری عاشق شده و یا برعکس، من بچه‌ام و این را نمی‌توانم رو کنم نمی‌توانم اینها را به مادرم بگویم برای صحبت با مادرم حیا نمی‌گذارد و غیر او کسی را ندارم و حتی کسی که حرف‌هایم را به او بزند، بگذارد بگویم چگونه شده که این همه از این موضوع دور افتادم به طوری که حتی از حاشیه‌ها هم نگاهش نمی‌کردم من از اول دانش‌آموز ضعیفی بودم اول تا سوم ابتدایی روزهایی که هرگز یادم نمی‌رود:

با کتک‌های پدرم درس می‌خواندم یعنی موقع آموزش درس، با این حال از ۱۸ بالاتر نمی‌رفتم اول فقط ریاضی‌ام بود بعدها در

با سلام عرض ادب

نمی‌دانم این نامه را چه کسی و چه شخصیتی می‌خواند ولی این اولین بار است که می‌خواهم تمام درونم را به میدان نظر بریزم و با این کار اولا کمک می‌طلبم و دوما برای اولین بار خودخوانی کنم البته امروز نه آن موقعیتی است که می‌خواستم پیش آید، برای خود خوانی، ولی خب سرنوشت است و من می‌بینم که دارم نابود می‌شوم در اثر فشارهای روانی و در میدان جنگی که در درونم به پا شده و این شد، وقتی که اتفاقی مجله شما را دیدم و آشنا شدم تصمیم گرفتم حدود ۳ - ۴ ساعت را وقف این کار کنم هر چند ثانیه‌ها مهم است ولی انشاءالله نتیجه بهتر بگیرم، کم کم با نوشتن آرامش می‌یابم. واقعیتش مطالب آنقدر زیاد و هر مطلب به دیگری مربوط که اگر بنویسم روزها طول می‌کشد و اگر بنویسم پس شما چگونه می‌توانید کمک کنید ای کاش اینجا تهران بود با همه امکاناتش و بخصوص با دکترها و مشاورها و... اگر شروع کنم بگویم چه دیده‌ام و مشاوره‌ها چگونه و در چه سطحی هستند، می‌شود یک کتاب به هر حال من دختری ۲۱ ساله‌ام که در شهریور می‌شوم ۲۲ ساله هنوز پشت کنکورم دست به هیچ کاری هم نزده‌ام تا بلکه امسال قبول شوم مساله



دور شدم و رفتم به شهری که جز بی کسی و تنهایی هیچ نداشت با این حال سال سوم ثلث اول معلم ۱۷ شد ولی در درس علوم که از معلمش بدم می آمد افتادم و از ترس نگفتم که مثلاً دزدکی بروم امتحان دهم اما دست سرنوشت، کتابهایم را به خرده فروش فروخته بودند، که باز چیزی نگفتم و یک روز با گریه سر جلسه امتحان نشستیم که هیچ نمی دانستم و این شد که افتادم و زمانی خانواده فهمیدند که کار از کار گذشته بود و مجبور شدم دوباره سوم را بخوانم.

نمی گویم چه کشیدم ولی هر چه بود گذشت و دوباره شروع کردم و در همه حال معشوقه ام با تلفن ها و نامه هایم با من بود از آن به بعد سال سوم با معدل ۱۵ قبول شدم ولی در ریاضی همیشه می ماندم سال اول دبیرستان در ترم دوم در درس ریاضی افتادم و بی خبر از پدر با کمک مادرم امتحان دادم و قبول شدم و سال دوم دبیرستان با وجودی که توانایی و استعداد ادبی داشتم و دستی در شعر، دیدم نگاه های حقارت آمیز و گوشه کنایه ها یعنی که رشته ریاضی را بردار. انتخاب اول و دوم من رشته ریاضی و تجربی بود و بعد ادبی، که دیدم اگر ریاضی بردارم و بعد بمانم کار بدتر می شود اولین جراتی که کردم این بود که با وجود نارضایتی رشته ی تجربی را برداشتم و هر ساله یا در درس فیزیک یا در درس ریاضی ماندم و با وجود مادرم که فقط به او می گفتم، دوباره امتحان می دادم و قبول می شدم و حالا هم که پشت کنکورم و در همه این سال ها یک ریال به کلاس های تقویتی و خارج از کلاس ندادم و حالا هم برای کنکور.

این ها را گفتم که بگویم آنقدر اضطراب درس و کتاب مرا غرق کرده بود که تمام نوجوانی و شادی ها و بازی های کودکانه و همه چیز و همه کس را از من

همه درس ها ضعیف شدم تا دوم راهنمایی که تبدیل شده بودم به شخصی ناامید البته حالا می گویم ناامید چرا که کار از این حرف ها گذشته بود، بهتر است بگویم به دیوانه ای و مرده ای متحرک که فقط کتک را لمس می کرد و سرزنش را می شنید و چشمانی پر از نفرت را در چشمان پدر می دید.

ولی ای کاش هزاران هزاربار کتک می بود و سرزنش نبود،
ای کاش هر روز ذره ذره گوشت آدم را ببرند اما روحش را نخورند و کتک نزنند.

از کلاس پنجم حرف هایی که گوش هایم می شنید این بود (او درس نمی خواند فکرش دنبال شوهر است اگر فکرش دنبال شوهر نیست پس چرا درس نمی خواند فلانی را می بینی با آن وضعیتش ۲۰ می آورد فلانی فلانی، ولی او با اینکه از هیچ چیز کم ندارد ولی درس نمی خواند این یعنی که فکرش جای دیگری است و من هزاران هزاربار در درونم فریاد می کشیدم که نه این طور نیست آن موقع خودم هم نمی دانستم دلیلش چیست فقط قبول کرده بودم که کودنم و نمی توانم، بی شعورم چیزی یاد نمی گیرم و این کلمات را آنقدر شنیده بودم و در خودم هجی کرده بودم که از بر شده بودم تا اینکه دوم راهنمایی عاشق یک نفر شدم که برایم کورسویی از امید بخشید ولی آنقدر نشد که جلوی (نمی توانم) به ایستد و مبارزه کند ولی به هر حال باعث شد از مردن نجات یابم و ۶ تجدید را خودم به تنهایی بخوانم و قبول شوم او برای من تمام زیبایی ها و مهربانی ها بود او برای من یک پناهگاه بود خیلی بالاتر از پدر و مادرم بود او در بین همه معلمانی که همیشه تحقیرم می کردند یک الهه عشق بود دختری که تازه و اولین سال تدریسش بود و آنقدر برایم مقدس بود که حتی به جای خواهر بزرگتر هم نمی دانستم ولی در همان سال من از او

گرفت و حالا سر بلند کرده‌ام و دیده‌ام که دیگر برای همه چیز دیر شده و خیلی‌ها به دست فراموشی سپرده شده.

همیشه به خاطر اینکه ثابت کنم من هیچ وقت به پسرها علاقه نداشته و در فکر شوهر نیستم به خودم و خدا قول می‌دادم که هیچ وقت ازدواج نکنم، به هیچ پسری نگاه نکنم و به هیچ پسری دل نبندم شما رابه خدا بفهمید و باور کنید که **نمی‌دانم ازدواج یعنی چه،**

اگر فقط فرزند باشد که ببخشید این را می‌گویم سگ هم که بچه می‌آورد چه فرقی می‌کند، اگر مساله ننگه داشتن یک نفر باشد به این معنی که غذا و پوشاک دهد که این هم در خانه پدری هست.

پس این ازدواج چیست و یا چگونه می‌شود یک نفر را که از جنس دیگری از خانواده دیگری و ناشناس است دوست داشت، شاید بگویند آن معشوقه‌ات چرا کمک نمی‌کند، بخاطر اینکه در این محیط خانه نمی‌توانم تلفن بزنم و کمک بخواهم، از آن گذشته نمی‌شود که ساعت‌ها پشت تلفن صحبت کرد، همه می‌گویند شاید این یک امتحان الهی است، شاید این آخرین خواستگارت بود آن وقت چه؟ همه می‌گویند پسر خوبی است سر به زیر است با حیا است سرش به کار خودش است، کاری دارد که می‌تواند سردونفر را ننگه دارد البته (نمی‌دانیم چقدر سرمایه دارد و چقدر حقوق).

فقط برای خانواده آن مهم است که پسره خلاف نیست و خانواده‌اش هم سالم‌اند، من نه، ولی خانواده‌ام آنها را می‌شناسند ولی من در یک سردرگمی بزرگ گیر کرده‌ام خانواده‌ام چون راضی هستند مادرم چند بار گفته برای رد کردن چه دلیلی داری آنها فامیل‌اند باید یک چیزی بگویی که قانع کننده باشد (البته فامیل دورند و من پسرشان را ندیده‌ام) دلیلی که خودت هم بعدا پشیمان نشوی،

من نمی‌دانم چه کار می‌کنم ولی تا آنجا که می‌دانم که با کسی که نماز نخواند اصلا نمی‌توانم زندگی کنم. برای دوستان و خانواده‌ام نماز یعنی یک امر شخصی است که مربوط به خود شخص می‌شود ولی برای من معانی خیلی زیادی دارد و اگر روزی شخصی را بر اساس آن انتخاب کردم بعد هر چه بدی دیدم او یک جور بدهکار معنوی می‌باشد و من هیچ وقت در آن دنیا حاضر به بخشیدنش نیستم، اگر قرار باشد به اجبار یا به انتخاب

کسی را برگزینم حاضر نیستم از او نسلی بی‌ایمان به وجود آید، راحت‌تر بگویم فکر من در حال حاضر این است که من به کسی نیازدارم که هم از نظر مطالعاتی و اطلاعاتی و هم از نظر اعتقاد به دانسته‌هایش از من بالاتر باشد که مرا متعالی‌تر کند، حال اگر شخصی مثل امام هم باشد ولی بی‌نماز باشد قبولش ندارم و باورش نمی‌کنم آیا اگر به این دلیل او را رد کنم کار مثبتی کرده‌ام آیا اشتباه است یا نه؟.

از آن گذشته به هر کسی می‌گویم من آماده ازدواج نیستم چشم‌هایشان از حدقه بیرون می‌آید و می‌گویند یعنی چه، مگر می‌شود پس کی می‌خواهی بزرگ شوی، از چه لحاظ آماده نیستی! اصلا این را بگویم زندگی تازه دونفری چگونه است؟ یک مطلبی خواندم در مجله شما که بزرگ‌ترین آرزوهای شخصی استقلال و نیاز به توجه و پذیرفته شدن است. من تازه با دیدن این کلمه یادم افتاد استقلال، آیا من نیاز به استقلال دارم و آیا می‌توانم مستقل باشم در اولین نگاه گفتم نه، من نمی‌خواهم مستقل باشم همین زندگی با پدر و مادر و خواهر و برادرم خوب است، من نیازی به استقلال ندارم کمی که فکر کردم دیدم اصلا نمی‌توانم مستقل باشم،

یادم افتاد اگر شبی تنها بودم، اگر چیزی می‌خواستم، اگر خواستم جایی بروم نگذاشتند و بیشتر که فکر کردم، دیدم به این خاطر می‌ترسم قبول کنم که به جایی بدتر از اینجا بیفتم، با کسی بدتر از خانواده‌ام.

از محدودیت بیشتر از این، می‌ترسم.

از زندگی پررنج‌تر از این می‌ترسم.

آیا این یعنی لوس و نر بودن و زیربار زندگی نرفتن است؟ مادرم می‌گوید سرنوشت هر کسی ثابت و غیر قابل تغییر است و من معتقدم خداوند یک نعمت را با توجه به لیاقت اشخاصی نصیب او می‌گرداند و بعضی موقع‌ها هم کفاره گناهان را در همسر بد می‌گذارد، سوم به خاطر امتحان.

و من می‌ترسم از گروه دوم باشد چرا که معتقدم اگر این‌گونه باشد ببین چه گناهایی کرده‌ام که باید کفاره به این بزرگی بدهم چرا که باید یک عمر و به گفته قرآن ۷ نسل باید این کفاره را بدهند و اما آرزوی بزرگ دیگر «آری درست است» من دوست دارم و داشتم به من توجه کنند و حالا هم می‌خواهم به خاطر پذیرفته شدنم در دانشگاه مورد قبول واقع شوم و به همگان و مهم‌تر به خودم **برای یک بار نشان دهم که می‌توانم،**

می توانم، می توانم.

با توجه به این که لازمه‌ی زن و علاقه من خیاطی و گلدوزی بود دنبال هیچ کدام نرفتم تا بلکه در کنکور قبول شوم حالا اگر قبول نشدم، در زندگی و برای زندگی هیچ ندارم پس اگر روزی یک اتفاق افتاد و شخص نان‌آور فوت کرد من چکار کنم و آن وقت بدتر از همیشه تا آخر عمر می‌شوم سربار.

آنها قرار است بعد از امتحان کنکور بیایند خواستگاری، البته به خواسته من، چرا که نمی‌خواستم بیش از این فکرم مشغول شود و چون آنها شهر دیگری هستند امکان دیدن وجود ندارد و اگر روزی بیایند ما فرصتی جز یک جلسه برای صحبت و تصمیم نداریم و من که کافی نمی‌دانم، آیا شما می‌دانید؟ این را هم بگویم من دختر بزرگ خانواده هستم، خواهرهای دیگرم خیلی از من کوچک‌ترند و برایشان این مساله حکم یک تفریح و شوخی دارد و در کل خانواده ازدواج کردن یک مفهوم بدی دارد، یعنی هر وقت با خواهرهایم حرفم می‌شود می‌گویند تو که ازدواج می‌کنی. برای آنها هم کسی که ازدواج می‌کند و تصمیم به ازدواج می‌گیرد یعنی که از قبل به ازدواج فکر می‌کرده، فکرش از پیش، ازدواج کردن بوده حالا بیا بفهمان، من که نگفتم خواستگار بیاید.

**می‌گویند: بمیر، فلانی آمده بود خواستگاری، بمیر
فلانی زنگ زده بود بیاید خواستگاری، خجالت که
نمی‌کشی این از خدات است که ازدواج کنی.**

اینها حرف‌های خواهرهایم است که این کار را نوعی عیب و بد می‌دانند، لاقلاً آنها این نظر را دارند، من که نمی‌دانم این کار عیب است یا نه یا چه مفهومی دارد فقط می‌دانم برایم خیلی زود است، آمادگی ندارم و دیگر هیچ.

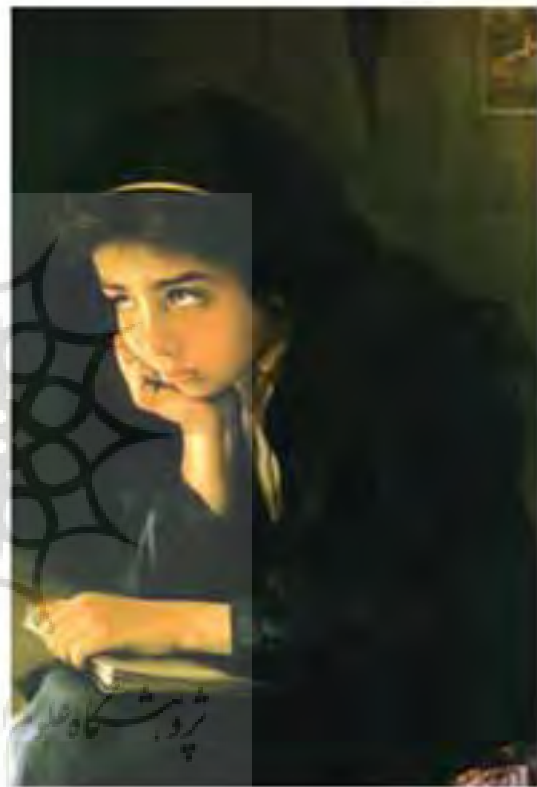
اصلاً نمی‌دانم با پسر چگونه حرف می‌زنند، در خواستگاری چه می‌گویند. چه شرایطی می‌گذارند یک چیز دیگر چون ما در این شهر غریب هستیم و در طول چند سال هم مستاجر بودیم و

ساکن یک جا نبودیم همان طور غریب ماندیم، چند بار همسایه‌ها و چند بار هم دوستانم با مادرم با تلفن یا توسط زنان خواستگاری شده که از طرف خانواده رد شده بودند، چون خانواده‌ام می‌گویند ما به غریبه دختر نمی‌دهیم، چون خودمان به شهرمان باز خواهیم گشت نمی‌خواهیم دخترمان جای غریب تنها بماند، هر چه بگذریم با این نظرشان موافقم ولی اینها ول کن نیستند و خانواده‌ام هم رضایت دارند و من مانده‌ام **مثل همیشه و تنها**یم.

در مجله نامه دختر خانم ۲۷ ساله را خواندم، می‌دانم در جامعه و دنیا افرادی هستند که مشکل من برایشان مسخره است و در مقابل رنج‌های آنها هیچ، ولی نمی‌خواهم تصمیمی بگیرم که پشیمان شوم، چون شخصیتی دارم که اگر ناامیدانه کاری را شروع کنم مثل یک دیوانه عمل می‌کنم، همیشه به خودم سرکوفت می‌زنم و احساس گناه می‌کنم و زنده بودنم را بیخودی می‌دانم و مهم‌تر اینکه حال و حوصله هیچ کس و هیچ چیز را ندارم از مادرم شنیده‌ام که می‌گوید مردان زنی می‌خواهند که همیشه سالم و سرحال به خواسته‌هایشان برسد، اگر یک روز مریض و بی‌حال شد او را موجودی بی‌فایده می‌دانند و با دید خودم اگر مرد این

است من نمی‌خواهم، که هم برای خودم دلم می‌سوزد و هم برای او، اگر هر کس هم بتواند من نمی‌توانم.

پس آمدیم و پرسیدیم نماز می‌خواند یا نه، دیدیم نماز هم می‌خواند و اعتقادات و ایمانش هم خوب است آن وقت که من باید تصمیم بگیرم چه؟ آیا درست است که او در بچگی و ندانم کاری و... من بسوزد او که از این همه حرف‌ها خبر ندارد و روحیه مرا نمی‌داند و نمی‌شود در یک جلسه همه چیز را گفت، پس من چه کار کنم؟ پس عهد و پیمانم با خود و خدا چی؟



بدنم به طور محسوسی عرق می‌کند در ضمن دستانم لرزش دارند نه زیاد ولی وقتی چیزی برمی‌دارم نمایان می‌شود پایین صفحه ۷۳ نوشته‌اید افسردگی - سرخوشی - خیلی به من می‌آید چراکه وقتی چند روز معنویاتم زیاد می‌شود و یا با کسی صحبت می‌کنم که از اعمالم تعریف می‌کند آن روزها شاد و شاداب ولی بعد دوباره همان آش و همان کاسه است، اگر افسردگی هم باشد خیلی دوست دارم کمک کنید خوب شوم، خیلی دوست دارم کسی باشد که بگوید می‌توانی و کمکم کند تا بتوانم.

در ضمن به آن دختر خانم ۲۷ ساله امید خوب شدن دادید ولی من معتقدم هیچ بیمار روانی نمی‌تواند با دارو به تنهایی خوب شود این یک و هم و خیال است به نظر من اول باید شوهر آن خانم خوب شود بعد خانواده‌اش بعد آن خانم و این را روان‌شناسان نمی‌توانند.

اگر من نماز را از همان دوم راهنمایی شروع نمی‌کردم و روز به روز محکم‌تر و ثابت قدم‌تر نمی‌شدم، فکر می‌کنم حالا این که هستم نبودم.

در ضمن بیشتر موارد صفحه ۷۴ که آیا فردی را می‌شناسید که چنین نشانه‌هایی دارد به غیر از مورد (اعتیاد به دارو و خودکشی) همه موارد در من صادق است چه خوب شد من این را خواندم و فهمیدم مرضی دارم، پس خطری وجود دارد و خودم خبر نداشتم، فکر می‌کنم اگر با این حال و احوال ازدواج کنم با کوچک‌ترین مشکلات به آن دو مورد هم مبتلا شوم، که آن موقع دیگر افسردگی نمی‌شود می‌شود دیوانگی، پس آیا بهتر نیست یکی را هم شریک تباهی خودم نکنم و زندگی و عمر و جوانی‌اش را تباه نسازم، فرزندانم را همین طور، نظر شما چیست؟ ممکن است بگویید اگر ازدواج کنی شاید زندگی دوباره‌ای شروع کنی متفاوت از قبلی، این یک احتمال است به صورت یک هزارم از صد درصد. خواهش می‌کنم کمک کنید هر چه زودتر.

بخشید که نامه را پاک‌نویس نشده فرستادم این را بر بی‌ادبی نگذارید (خواهشا) چرا که واقعا وقت ندارم. تمنا می‌کنم اگر برایتان مقبور شد جواب نامه را به خانه بفرستید چرا که در شهر ما این جور مجله‌ها پیدا نمی‌شود، در ضمن اگر باشد هم به کتابخانه عمومی کهنه شده‌اش می‌رسد به هر حال دلم می‌خواهد اگر نوش دارویی هست قبل از اتفاق برسد.

در ضمن اگر من منتظر بمانم تا نامه‌ام را بخوانید در فصل دیگر جواب دهید کار از کار می‌گذرد.

در ضمن در صفحه ۷۳ شماره ۳ - بهار ۸۲ من این علایم از افسردگی را در خود می‌بینم: در افکارش تغییراتی به وجود می‌آید که نمی‌داند درست است یا خیر به دلیل افکار و اندیشه‌های منفی که دارد خودش را به درستی نمی‌شناسد و در نتیجه آینده خود را مبهم و سردرگم احساس می‌کند و در مدرسه معمولاً نتایج تحصیلی خوبی ندارد و نیز موارد شدید افسردگی هم در من صدق می‌کند: احساس بی‌ارزش بودن، ناامیدی، افکار شک و بدبینی. بعضی مواقع وقتی به گذشته یا آینده فکر می‌کنم تمام