

شادی به شرط پا قو!

نوشین توری

محسن از میان دوستانش با لبخند گفت: مگه خندیدن دلیل می‌خواد؟
 - یعنی شما بی دلیل هم می‌خندین؟
 - آره ما برای خندیدن دنبال دلیل نمی‌گردیم!
 - جالبه! به نظر شما شادی چیه؟
 - عرشیا: شادی خنده‌اس دیگه، همین که ببینی دیگران می‌خندن تو هم خنده‌ات می‌گیره!
 - محسن: به نظر من شادی یعنی یه اتفاق خوب مثل گرفتن بهترین نمره تو امتحان!
 صدای خنده بچه‌ها دوباره به هوا بلند شد و همه چند بار کلمه «نمره خوب» را با هم

به حیاط آمده بودند همه سؤال‌ها را از ذهنم پاک کرد و به سراغ چهره‌های شاد و خندان داخل حیاط رفتم.
 عرشیا اولین نوجوانی بود که توجه مرا به خود جلب کرد. صدای خنده‌های شاد او تقریباً تمام حیاط مدرسه را پر کرده بود.
 به چی می‌خندی؟
 با خنده / به هیچی!
 - مگه هیچی هم خنده داره؟
 خنده عرشیا بقیه هم کلاسی‌هایش را هم به خنده انداخت.

- داشتم فکر می‌کردم یک گزارش با موضوع شادی را چه‌طور باید شروع کنم؟
 - اصلاً چه سؤال‌هایی پیرسم که هم تکراری نباشد هم شادی را آن‌طور که باید و شاید نشان بدهد، که صدای آواز خواندن دسته‌جمعی کلاغ‌ها در انتهای خیابان یک طرفه‌ای که به‌ندرت ماشین از آن عبور می‌کرد با هیاهوی زنگ تفریح بچه‌های یکی از دبیرستان‌ها در هم آمیخت و ناخودآگاه مرا به طرف در مدرسه کشاند.
 دیدن آن همه شور و هیجان در نگاه نوجوان‌هایی که برای استراحت چند دقیقه‌ای

* کسی که آمدنش ما را شاد نمی‌کند، رفتنش باعث خوشحالی ما می‌شود. (ب. لوتوف)

* هرگز کسی شادی امروز خود را درک نمی‌کند. (ساموئل جانسون)

* آن‌که خوشی خود را در رنج دیگران جوید، هرگز روی خوشی را نمی‌بیند. (یک حکیم هندی)

گل‌گفته‌هایی
از دانشمندان
در باره شادی

تکرار کردند!

سلمان که کمی دورتر ایستاده بود گفت:

– من که فکر می‌کنم شادی و غم‌رو خود ما به وجود می‌آید، اونم با همه کارهایی که انجام می‌دیم چون غم و شادی بدون ما اصلاً وجود ندارن! حرفش به نظرم جالب آمد پرسیدم:

– میشه یه ذره توضیح بدی؟

سلمان ادامه داد: ببینید اگه من بی‌فتم و جایی‌ام زخمی بشه غمگین میشم در حالی که می‌تونستم با احتیاط بیشتر جلوی این اتفاق رو بگیرم پس غم‌رو خودم به وجود آوردم.

– حالا اگه اتفاقی بیفته چی؟

کمی فکر می‌کند.

– خب شاید خیلی ناراحت نشم چون اتفاقی بوده دیگه!

عرشیا دوباره با حرف‌های درگوشی یکی از هم‌کلاسی‌هاش بلندبلند می‌خندد. از او می‌پرسم:

– تا حالا شده به ناراحتی کسی هم بخندی؟

دوستش پیش‌دستی کرده و جواب می‌دهد:

– اینو بگی به همه چی می‌خنده!

عرشیا با همان چهره پر از خنده جواب می‌دهد:

– آره خب معلومه هر چی خنده‌دار باشه باید بهش بخندی دیگه!

– حتی اگه دیگران رو ناراحت کنه؟

کمی فکر می‌کند.

– چرا ناراحت کنه؟ ناراحتی نداره که!

علی خودش را جلو می‌کشد:

– به نظر من میشه مسخره کردن، من که هیچ‌وقت به کسی نمی‌خندم مخصوصاً اگه اون شخص ناراحت هم باشه!

پرسیدم: ببینم کی می‌دونه شادی کاذب چیه؟

علی: یعنی شادی دروغی!

سلمان: یعنی شادی الکی!

محسن: یعنی بی‌خودی شاد باشی و فکر کنی دلت خوشه!

هر کدام از بچه‌ها نظری داشتند اما در نهایت به این نتیجه رسیدیم که «شادی کاذب» یعنی این که از ناراحتی دیگران برای شادی خودت استفاده کنی که همه حتی عرشیا هم با این نوع شادی مخالف بودند!

سلمان باقیافه‌ای جدی گفت:

– خیلی زشته که کسی با مسخره کردن یکی دیگه خودش رو خوشحال کنه!

از بچه‌ها که گرم گفت‌وگو شده بودند سؤال کردم:

– حالا که فصل امتحانات هم هست شما توی مدرسه بیشتر شاد هستید یا ناراحت؟

عرشیا: بستگی داره نمره‌ها مون خوب باشه یا بد!

سلمان: من که سعی می‌کنم خوشحال باشم چون این طوری با روحیه بهتری سر جلسه امتحان میرم

و سؤال هارو هم بهتر جواب میدم.

علی: من که فقط سر امتحان ریاضی

خوشحالم چون اصلاً کم نمی‌آرم!

محسن: اصلاً شادی و خوشحالی که مال سر جلسه امتحان نیست وقت گرفتن نمره‌هاست که قیافه‌ها مون دیدنیه!

همه بچه‌ها بلندبلند خندیدند صدای زنگ، دوباره آن‌ها را به کلاس دعوت می‌کرد اما انگار دلشان نمی‌خواست بحث را تعطیل کنند عرشیا با حالت خاصی که به چهره‌اش داده بود گفت: – اگه الان سر کلاس نریم از قیافه ناظم معلوم میشه شاده یا نه؟

دوباره همه بلند خندیدند و همه با هم به طرف کلاس راه افتادند. خیلی طول نکشید که آن همه هیاهو و شادی و سر و صدایی که در حیاط بود جایش را به سکوت و غارغار گهگاهی کلاغی داد که از بالای حیاط مدرسه رد می‌شد. با خودم فکر کردم به راستی شادی‌ها چه قدر زودگذر هستند!

به یاد حرف سلمان افتادم که گفت: شادی و غم را خود ما به وجود می‌آوریم و اگر ما نباشیم شادی و غمی هم وجود ندارد!

بعضی جملات را مهم نیست چه کسی به زبان می‌آورد سن و سال شخص هم مهم نیست مهم نتیجه‌ای است که از آن جمله در ذهن ما باقی می‌ماند!

* دارترین اشخاص، کسانی هستند که به آن‌چه دارند، خشنود می‌باشند. (رابرت سی ساویج)

* شاد بودن، رمز و رازی دارد و این راز، قدرشناسی (سپاس‌داری) است؛ این راز، سپاس‌گزاری است؛ این راز، شمردن نعمت‌هایی است

که دارید. (دیوید لئونارت)

* هیچ دیدگاهی مهم‌تر از دیدگاهی که خودتان درباره خودتان دارید، در تندرستی و شادی شما کارساز نیست. (دنیس ویتلی)