

## فصل سوم

دروغ: به اندازه کافی خوب نیستم.

من به کار اعتیاد دارم.

با بی خیالی این‌ها رو نمی‌گم. این کلمه‌ها سنگینن؛ فهمیدنش قلبم رو به درد میاره. البته اگه یه کم با خودم مهربون باشم، اون وقت واقعیت اینه که من به کار اعتیاد دارم و در حال بهبودم.

من یه معتاد به کار در حال بهبودم و این کلمه‌ها رو با همون شرم و ترسی به زبان می‌آوردم که شاید اگه می‌خواستم از هر نوع اعتیاد دیگه هم حرف بزنم، همین حس رو داشتم.

همین الآن تعریفش رو دیدم، حتی با این‌که چند سالی هست که از تشخیص مریضیم اطمینان دارم. نرم‌افزار فرهنگ لغت آنلاین معتاد به کار رو شخصی تعریف می‌کنه که احساس می‌کنه ناچاره بی حد و اندازه کار کنه. «مجبور».

این واژه واقعاً قدرت داره، نه؟ فکر نکنم تنها کسی باشم که وقتی این کلمه به گوشش می‌خوره فوراً یاد جن‌گیر و آب مقدس و کشیشی ترسیده بیفتم، اما «مجبور» حس درستی داره، مثل چیزی تو وجودتون که پاسخ نه رو قبول نمی‌کنه، مثل چیزی که بدون تفکر به طور خودآگاه انجامش می‌دید.

آیا احساس می‌کردم مجبورم مداوم کار کنم؟

بی شک.

حتی همین حالا این فصل اعتیاد به کار رو ساعت ۵:۳۷ صبح می نویسم، چون بیدار شدن ساعت پنج صبح برای پیدا کردن واژه‌های مد نظر من تنها راهیه که می‌تونم واقعاً از پس نوشتن کتاب، اداره‌ی شرکت رسانه‌ای و هم زمان رسیدگی به خانواده‌ام بریام. هنوز هم حس می‌کنم مجبورم کار کنم، تا وقتی که دیگه از نفس بیفتم، از نظر جسمی مریض بشم، از دنیا طلبکار بشم یا نتونم نگاهم رو متمرکز نگه دارم، اما حداقل دیگه همه‌ی اونا هم زمان با هم پیش نمیان. احساس می‌کنم در حال پیشرفت تواین کار هستم.

قسمتی از دلیل این‌که چرا زیاد کار می‌کنم ساده است: چون عاشق شغلم هستم. نه، دیوانه وار عاشق شغلم هستم. همکارانم از مهربان‌ترین، جالب‌ترین و خلاق‌ترین اشخاصی هستند که تا حالا دیدید. در تیم من هر کس باید بررسی می‌شد و هر نقش رو باید چند نفر تجربه می‌کردن تا نقش درست رو پیدا کنیم. همه باید آموزش می‌دیدن و باید بلافاصله به من آموزش می‌دادن چطور مدیریتش کنم و رئیس باشم. من برای ساختن این تیم چند سال زمان گذاشتم. وقتی وارد شرکت می‌شم و کارها خوب پیش می‌ره، وقتی یه نفر تجهیزات بلندگورو برای اتفاقات زنده بعدی مون آماده می‌کنه و فرد دیگه زیباترین عکس‌هایی رو که تا حال دیدید می‌گیره و تیم تجاری شراکت‌های جدیدی با بعضی از بزرگ‌ترین برندهای روی کره‌ی خاکی ثبت می‌کنه، احساس غرور می‌کنم؛ غرور تا نوک انگشتان پام رو می‌گیره. از این‌که من یه فارغ‌التحصیل دبیرستان از روستا، این‌ها رو کنار هم قرار دادم، فراتر از اون، قلبم می‌خواد منفجر بشه، چون همه‌ی این آدم‌ها با تمام وجود تلاش شون رو برای تحقق رؤیای من به کار می‌گیرن. من این ایده‌ی مسخره و پیش پا افتاده رو داشتم که می‌تونیم فضایی در اینترنت بسازیم که باعث پیشرفت خانم‌ها در همه‌ی زمینه‌های زندگی بشه، باعث دلگرمی شون بشه، حس کنن دوستایی دارن که به اون‌ها پیشنهاد کمک و مشورت می‌دن و همیشه با رویکرد مثبت این کار رو می‌کنن. و می‌دونید؟ این فکر کاملاً داره به اجرا در میاد! وقتی وبلاگ نویسی رو شروع کردم، فقط مامانم و چند تا از خاله‌هام که خیلی

با معرفت هستن صفحه ام رو می خوندن. حالا تعداد افرادی که صفحه ام رو دنبال می کنن چیزی نزدیک به چندین میلیونه و هرروز بیشتر می شه. خانواده آنلاینم عالی اند. تحسین شون می کنم و بیشتر روزها فکر می کنم اون ها هم منو تحسین می کنن و خیلی افتخار می کنم که مظهري تجاری از باورم رو عملی کردم. هورا! بعد میرم خونه.

تو خونه، سایرا<sup>۱</sup> با فورد دعوا می کنه، سراین که کی یه تکه لگورو برداره. جکسون رفتاری روز کسی تو مدرسه یاد گرفته و اگه یه بار دیگه چپ چپ نگاهم کنه، به خدا قسم، هر دو تا دستش رو از جا می کنم و می گویم تو سرش. نوزادم داره دندون درمیاره و آروم و قرار نداره و فردا روز پیژامه<sup>۲</sup> تو پیش دبستانی است، ولی چون سفر کاری دارم نمی تونم شرکت کنم. من و دیو فقط احوال پرسى مختصرى با هم می کنیم و چند هفته ست که نتونستیم یه شب عاشقونه رو با هم داشته باشیم. دیروز به خاطر غذاهای آماده بهش تشرزدم و بعد، لباس خوابم رو پوشیدم و زدم زیر گریه، چون حس می کردم آدم نفهمی هستم. ... مادر بودن کار سختیه. تمام مدت و به صدها روش مختلف با اون درگیریم، ولی سرکار؟ ای بابا، همه چیز تحت کنترلمه. حین کار آدم بهتری هستم. من بیب روث<sup>۳</sup> قسمت رسانه سبک زندگی ام!

پس با امکان انتخاب بین به نحو احسن انجام دادن کار یا به زحمت تحمل کردن خانه، من عادت به کار کردن و کارکردن و کارکردن رو پیدا کردم. هر دفعه که تو تجارت موفق شدم، اون رو مصداق انتخاب درستم تلقی کردم، ولی صبر کنید، دوستان. فراتر از این هاست ...

فکر کردید که این مشکل بزرگ فقط به یک دلیل بوده، نه؟ اصلاً امکان نداره! روان پریشی هیچ کسی فقط یه لایه نیست. من مثل پیاز ویدالیای<sup>۴</sup> هستم، پراز لایه های احساسی. پس بیایید تعدادی از اون ها رو باز کنیم. من بچه چهارم و آخر بودم و زمان کودکی من ازدواج والدینم با مشکلات زیادی

1. Sawyer

2. Pajamas Day

3. Babe Ruth: بازیکن معروف بیسبال آمریکا

4. Vidalia: نوعی پیاز زرد

همراه شده بود. حتی با این که بچه آخر بودم، خودکفا بودم و فکر می‌کنم ترکیب این دو چیز به معنای این بود که خیلی خیلی نادیده گرفته می‌شدم، مگر این که کار خوبی انجام می‌دادم.

اگه توی امتحان نتیجه‌ی خوبی می‌گرفتم...

اگه توی فوتبال آمریکایی گل می‌زدم...

اگه توی نمایش مدرسه نقشی رو ایفا می‌کردم...

وقتی موفقیتی به دست می‌آوردم، مورد تشویق و توجه قرار می‌گرفتم و حس می‌کردم پذیرفته شدم، اما وقتی که تشویق‌ها تمام می‌شد، همه چیز مثل قبل می‌شد. چیزی که به من کودک یاد داده شد و چیزی که با خودم به بزرگسالی آوردم و با روان‌درمانی‌های زیادی کشفش کردم، این باور بود که برای دوست داشته شدن باید تولید داشته باشم.

تا دهه سوم زندگیم که جلویایم، می‌بینید که یه جا ساکن موندن برام غیر ممکنه. همواره تو حرکت و جلو می‌رم و توی زندگی عجله دارم. لحظه‌ای که به هدفی می‌رسم، منظورم دقیقاً همون لحظه‌ست که هدف کامل می‌شه، فوراً فکر می‌کنم: «خب، بعدش چی؟» تلاش می‌کنم هر پیروزی رو جشن بگیرم یا از اون لذت ببرم، مهم نیست چقدر بزرگ باشه؛ چون همیشه به چیز بزرگ‌تری فکر می‌کنم که می‌تونستم در عوضش انجام بدم. سرکار دائم درگیرش هستم. وقتی به خونه می‌رسم، ظرف‌ها رو می‌شورم و کابینت‌ها رو مرتب می‌کنم و فهرستی از کارهایی که باید انجام بدم و تموم کردنشون تو این زندگی یا زندگی بعدی غیرممکنه تهیه می‌کنم. این نیاز به ثابت کردن یه ارزش، همراه این واقعیت که من تو شغلی که دارم خوبم، باعث شده معتاد به کار درست و حسابی بشم. با این وجود هنوز نمی‌دونستم این اعتیاد رو دارم تا این که کارم خیلی خیلی زیاد روی سلامت و شادی خانوادم تأثیر گذاشت. اولین باری که دچار فلج صورت شدم نوزده ساله بودم. در پایان اولین سال طولانی و رابطه‌ای سخت با دیو بودم و می‌دونستم که آخرشه، نه آخر سال، آخرای رابطه مون. دیو

به نظر هر روز بیشتر و بیشتر کناره می‌گرفت و رابطه از راه دوری که خیلی تلاش می‌کردم کارساز باشه، اصلاً کار آمد نبود. می‌تونستم به پایان رسیدنش رو حس کنم - درست مثل فیل کالینز<sup>۱</sup> توانون تک آهنگی که با سولودرام بزرگی اجرا می‌شه - و اضطرابم شروع شد. با اون اضطراب مثل هراضطراب دیگه ای تو زندگیم برخورد کردم: کارم رو دو برابر کردم. ظرفم، که همون موقع هم لبریز بود، لبریزتر شد. حتی از چیزی که تلاش می‌کردم انجامش بدم آگاه نبودم؛ شاید به خودم می‌گفتم دست از کار نکشم تا فرصت نکنم به افتادن اتفاق بدی فکر کنم و اون وقت دیگه اون اتفاق نمی‌افته.

یه روز بیدار شدم و فهمیدم چشم چپم نیم ثانیه کندتر از چشم راستم پلک می‌زنه. فکر کردم به خاطر خستگی کاره و شاید به عینک نیاز دارم. تا بعد از ظهر، زبونم شروع کرد به سوزن سوزن شدن و بعد کلاً سیر شد. نگران شدم نکنه سخته کرده باشم و رفتم دکتر. اولین بار بود که اسم فلج بل<sup>۲</sup> به گوشم می‌خورد. به سرعت توی گوگل گشتم و فهمیدم فلجی موقتی و گاه به گاه که باعث آسیب به عصب‌هایی می‌شه که حرکت عضلات صورت رو کنترل می‌کنن. با گذشت چند روز دیگه نمی‌تونستم چشم چپم رو ببندم، دهانم رو تکون بدم و سمت چپ صورتم اصلاً حسی نداشت. نمی‌دونم چرا این فلج فقط یه طرف صورت رو درگیر می‌کنه، ولی می‌تونم بگم وحشتناک تون می‌کنه.

مجبور بودم چشم بند بزنم که باید بگم فوق‌العاده جذابه و اساساً رؤیای هر دختر نوزده ساله‌ایه. چون نمی‌تونستم لب‌هام رو حرکت بدم، حرف‌هام بریده بریده ادا می‌شد و فهمیدنش راحت نبود. وقتی می‌جویدم، از ترس این‌که غذا از دهانم بیرون بریزه و روی زمین پخش بشه، باید دهانم رو با انگشتم می‌بستم. آسیب عصب باعث درد عصبی می‌شه که اون هم خیلی زجرآوریه. توانون دوره خیلی برای خودم ناراحت بودم.

حتی با این‌که این اتفاق مربوط به پانزده سال پیشه، به وضوح یادمه وقتی

1. Phil Collins

2. Bell's Palsy



خرید این اثر از سایت  
**YUSHITA.COM**

یوشیتا

✉ INFO@YUSHITA.COM

☎ ۰۲۵-۳۲۶۱۲۳۳۷

📷 @YUSHITAPUB