



تغییر ابزار در خلا کرونایی


 مهدی ملکی
 دبیر گروه ورزش

«کرونا و...»؛ جای خالی را با هر کلمه یا واژه‌ای که دوست دارید، پر کنید. اگر قرار باشد خودم این کار را انجام دهم، جای خالی را با کلمه «فوتبال» پر می‌کنم. کرونا آثار بسیار و تأثیر منفی زیادی روی وجوه زندگی همه ما گذاشته است. خوشبختانه یا شورش‌بخانه و ویروس کووید ۱۹ تنها زندگی ایرانیان را تحت‌الشعاع قرار نداده و حداقل در این مورد احساس یأس بواسطه تولد و زیست در خاورمیانه نداریم. با این حال در پایان سال ۹۸، در روزهای آخر این سال سخت، نوشتن، امید دادن و امیدوار بودن کار چندان ساده‌ای نیست. انگار در خلأ رها شده‌ایم. این ماییم و کمی بلا تکلیفی با چاشنی بیم و امید. بیم از ادامه روزهای خاص و خطرناک فعلی و امید به قطع زنجیره شیوع و نابودی کرونا. کرونا همان‌طور که جان و سلامتی، شیرین‌ترین سرمایه و دارایی هر انسانی را هدف قرار داده، یکی از مهم‌ترین دلخوشی‌های اکثر مردم جهان و البته ایرانیان را نیز به چالش کشیده است. فوتبال همان چیزی است که برای خیلی از ما ایرانی‌ها حکم مُسکنی چند ساعته و سرپوش روی مشکلات مان را دارد. فوتبال ایران در سال ۹۸ اتفاقات منفی و بد کم نداشت، نارسایی و مشکلات هم زیاد بود. حال فوتبال مان چندان مساعد نیست و حالا با کرونا در بخش مراقبت‌های ویژه قرار دارد. خودمان هم همین‌طور؛ برای ادامه حیات نیاز به مراقبت‌های ویژه داریم. مایی که با همین فوتبال «نیم بند» به جنگ ناامیدی و ناراحتی می‌رفتیم، حالا ابزار جنگ را از دست داده‌ایم. بنابراین نیاز به ابزار جدیدی داریم.

هیچ‌کدام مان دوست نداریم در جنگ با کرونا مغلوب شویم. از این تهدید بزرگ و ناخواسته جهانی می‌شود (و باید) فرصت‌های بزرگ‌تر بسازیم. قرنطینه و احتمالاً تنهایی را توفیق اجباری بدانیم، نه شرایطی خسته‌کننده. خواندن کتاب و تماشای فیلم را جایگزین افکار دلهره‌آور کنیم. فراموش نکنیم که شرایط فعلی مختص هیچ‌کدام مان نیست؛ حتی انسان‌های متمول، ستاره و سلبریتی را هم درگیر خود کرده است. در این نقطه همه با هم برابریم. حتی ستاره‌های حرفه‌ای فوتبال و ورزش‌های دیگر هم شرایط مشابهی دارند. زندگی عادی آنها هم مختل شده اما در ویدئوهایی که بعضاً از خود در صفحات شخصی‌شان منتشر می‌کنند، می‌بینیم که خود را در قرنطینه خانگی سرگرم کرده‌اند.

همه ما برای جنگ با کرونا ابزاری مشترک داریم؛ امید و مراقبت از خود. در کنار رعایت توصیه‌های بهداشتی، می‌توان در خانه هم ورزش کرد. می‌توان با مطالعه کتابی چون «فوتبال علیه دشمن» با شرایط فعلی مبارزه کرد، می‌توان کتاب «فرا تر از مری» را خواند که کاوشی در ذهن مریبان بزرگ جهان است. می‌توان مستند زندگی ستاره‌های محبوب و بزرگ جهان فوتبال / ورزش را دید و کمی تأمل کرد که چگونه و با چه پشتکار و اراده‌ای گام در مسیر سخت «بهترین شدن» قرار دادند.

برای شکست کرونا دست خالی نیستیم، از تعطیلات نوروز ۹۹ بهره ببریم و ابزارمان را به‌کار گیریم. به امید روزهای آرام‌تر و جامعه‌ای سالم‌تر.

قرنطینه نگاری

این تصویر رؤیایی نیست


 یگانه خدای
 خبرنگار

قرنطینه. قبل از اسفند ۹۸ این کلمه برایم تصویری می‌ساخت شبیه آنچه در فیلم‌ها و سریال‌ها دیده بودم یا وصفش را در کتاب‌ها خوانده بودم. دور و غریب؛ اما حالا می‌توانم جزء به جزء از قرنطینه بگویم و بنویسم. از روزهایی که مثل هم می‌گذرند، از شب‌های طولانی، از خستگی‌های الکی. قرنطینه یکی دو روز اول شاید خوش بگذرد. فکر کنی لازم نیست خودت را در معذوریت رفتن قرار بدهی. می‌توانی فهرستی از کارهای عقب افتاده و پشت گوش انداخته درست کنی و ذوق کنی از انجام دادن‌شان اما یکی دو روز که بگذرد ملال قرنطینه تو را می‌گیرد. اینکه کسی را نمی‌بینی جز خودت و در و دیوار خانه و شاید پیک سوپرمارکت که با رعایت فاصله خریدهایت را پشت در می‌گذارد و می‌رود. دلت تنگ می‌شود برای راه رفتن در خیابان بدون ماسک و دستکش. دلت تنگ می‌شود برای خوردن بستنی و ساندویچ. دوست داری خانواده ات را در آغوش بگیری و تمام دیدارهایت به تماس‌های تصویری واتس‌آپی خلاصه نشود؛ حتی همان فهرست را هم کنار می‌گذاری و بیهوده فقط می‌گذرانی. شاید منتظر بودید برای شما که می‌خواهید تازه قرنطینه را در نوروز آغاز کنید تصویری شاد و رؤیایی بسازم اما نمی‌توانم دروغ بگویم تا وقتی دچار ملال شده‌اید یاد یادداشت خوشبینانه من بیفتید و زیر لب بد و بیراهی نثارم کنید.

اما حالا همه اینها، ملال و دلتنگی و خمودگی، را بگذارید یک طرف و سلامتی را یک طرف دیگر. کدام کفه ترازو سنگین‌تر است؟ حاضرید برای داشتن کدام‌شان با آن چیزهایی که در کفه مقابل قرار می‌گیرند کنار بیایید؟ من سلامتی را انتخاب کردم. نه از سر جان دوستی که به دلیل شرایط و بیماری خاصم. دیابتی که من را در گروه بیماران با شرایط خاص و آسیب‌پذیر در مقابل این بیماری قرار می‌دهد؛ چون نمی‌خواهم در این روزها، سختی بیماررداری را به خانواده‌ام تحمیل کنم و با عوارضی دست و پنجه نرم کنم که نمی‌دانم چه هستند و تا کجا پیش می‌روند. سلامتی را انتخاب کردم و در خانه ماندم.

واقعیتش این است که بعد از آن ذوق و بعد خمودگی چند روز اول کم کم روال تازه زندگی دست‌تان می‌آید. یاد می‌گیرید روزهای طولانی ماندن در چهار دیواری خانه را چطور بگذرانید. یاد می‌گیرید بین چیزهایی که دوست دارید انتخاب کنید. فیلم و سریال‌ها را فهرست و مرتب می‌کنید تا پشت سرهم تماشایشان کنید. نگاهی به کتابخانه می‌اندازید و کتاب‌هایی را که یادتان رفته بود خریده‌اید دوباره پیدا می‌کنید و شروع می‌کنید به خواندن. اگر در خانه تنها نیستید یاد می‌گیرید با بقیه حرف بزنید و کنار بیایید هر چند که باید از حالا منتظر جر و بحث و بگو مگو هم باشید. این هم از عوارض ماندن در خانه است. با بچه‌های خانه بازی‌های جدید اختراع می‌کنید و آن وقت از ته دل می‌خندید. قرنطینه یک بار دیگر شما را به خودتان می‌شناساند. یک بار دیگر فرصت می‌کنید هر چه که دوست دارید پیدا کنید و تازه بفهمید چقدر زندگی عادی و همیشگی‌تان را دوست داشته‌اید.

از قرنطینه خسته‌ام؟ بله. از تصور اینکه ممکن است مدت‌ها این‌حال و روز ادامه پیدا کند می‌ترسم؟ قطعاً. اما اینها باعث نمی‌شود بی‌خیال کفه سنگین سلامتی شوم و این قرنطینه را بشکنم. یادتان نرود که ما بنده عادتیم. یادتان نرود که یاد می‌گیریم با زندگی جدید کنار بیاییم و یادتان نرود این روزها ماندنی نیست. دوباره در پیاده‌روها قدم می‌زنیم، خرید می‌کنیم، بستنی می‌خوریم. بی‌ترس. بی‌واهمه