

یادداشت

## کی می‌گه من زشتم؟

زهراندری

روان شناس



این واژه‌های سنگین و باکلاس را دیده‌اید که وقتی یاد می‌گیریم شان احساس می‌کنیم دریچه‌هایی از علم و دانش بر ما گشوده شده که آن سرش ناپیدا؟ می‌خواهم درباره یکی از همین واژه‌ها صحبت کنم؛ موتاسیون (mutation: به فرانسوی)؛ احتمالا نشنیده‌اید یا حداقل کم به گوش تان خورده است؛ موتاسیون اشاره به تغییر ژنتیکی‌ای می‌کند که به تغییرات زیستی در گونه یک جانور منجر می‌شود. اما گمان نکنید این تغییر و جهش مثبت است، معمولاً گرایش به ناسازگاری دارد. جدای از جانوران و موجودات زنده، جامعه هم گاهی به موتاسیون دچار می‌شود؛ واضح‌تر بگویم: این که یک جامعه در زمینه‌ای پیشرفت کند اما آن پیشرفت ظاهری، مثل موربانه خیلی از زیربنای روانی و فرهنگی آن را از بین ببرد، نوعی موتاسیون است؛ جهش ژنتیکی‌ای که ساز ناکوک می‌زند. این ساز ناکوک گریبان کدام جامعه و چه کسی را گرفته است؟ ماهمزمان با زندگی واقعی، در حال تجربه زندگی در دنیایی مجازی نیز هستیم؛ تجربه‌ای که شاید تا ۲۰ سال پیش بشر درگیر آن نبود. ما از این مجاز عبور نمی‌کنیم، ما در حال زیست در آن هستیم؛ زیست یعنی دیدن، تعامل کردن، اثر گذاشتن، اثر گرفتن و... در این دنیای موازی، آنچه که زیاد است، بی نقص و کامل بودن است؛ زندگی‌های سرشار از خوشی و بدون سختی؛ انسان‌های موفقی که غرق در شادی‌اند و یا افرادی که در اوج زیبایی‌اند. در این وانقضا، من؛ من نوجوان ۱۴، ۱۵ ساله (کمی کمتر یا بیشتر) که به اقتضای قانون رشد و طبیعت، در حال گذار و تغییرات فیزیولوژیک و ذهنی هستم و تغییراتی در چهره و ظاهر دارم که شاید ناخوشایند باشد، بی توجه به این که این تغییرات یا به اصطلاح ناهنجاری‌ها اقتضای این گذار است، روز و روزگار بر خود سیاه می‌کنم و زانوی غم به بغل می‌گیرم که: «خدایا، خداوند، چه شد که برای خلق همه دنیا آن قدر ظرافت به خرج دادی و مرا این گونه ساختی؟» اما این جامعه مبتلا به موتاسیون ما، آغوش خود را به روی من گشوده و لیستی پیشنهادی به من ارائه می‌کند و وعده می‌دهد که اگر دست در دست من بدهی، زلیخا را دوباره بر زمین خواهی یافت! چطور؟ با مجموعه‌ای از امور آرایشی و پیرایشی و عمل جراحی و....

پیشرفت چشمگیر بعضی جوامع در انجام عمل‌های زیبایی و خدمات آرایشی که دیگر متقاضیان آن به سنین ۱۴ تا ۱۸ سال هم رسیده، به نحوی است که تا کمی بعد احتمالا نیازمند فرهنگ لغات تخصصی زیبایی خواهیم بود، از بس که اسامی زیاد و سخت و مشابه هستند. (گاهی حتی با بعضی واژه‌ها جناس تام دارند؛ مثلاً شما کف خانه‌تان را لمینت می‌کنید و دندان‌تان را نیز!). آری جهش ژنتیکی اتفاق افتاده است، پیشرفت به نحوی شده است که می‌توانیم از چهره و اندام‌مان چهره و اندام دیگری بسازیم، به نحوی که پس از آن نزدیکان‌مان نیز ما را نشناسند. سؤال اینجاست که چه کسی تعیین کرده زیبایی این است؟ چه کسی این ترازوی سنجش را تنظیم کرده است؟ اگر بیش از مجاز در واقعیت زیست می‌کردیم و به جای نمونه‌های مصنوعی و ادیت شده، افراد را با چهره‌های واقعی مادرزادشان می‌دیدیم و باور می‌کردیم که زیبایی یعنی همین منحصر به فرد بودن؛ یعنی باور کنیم که از ازل تا ابد من یک نمونه خاص بوده و خواهم بود، حتم دارم بعد از آن جلوی آینه می‌ایستادیم و حرفی که سعدی شیراز به معشوقش زد را به خودمان واگویم می‌کردیم که:

هیچ پیرایه زیادت نکند حسن تو را  
هیچ مشاطه نیاراید از این خوبتر

## مرا ببین!

سیندرلا، راپونزل و شخصیت‌های فیلم‌ها و رسانه‌ها، وقتی جلوی چشم‌ت می‌بینی هرکس در زیبایی بیشتر شبیه به معیار رسانه است، هرکس در جامعه و خانواده بیشتر از نظر زیبایی تایید و دیده می‌شود و در مواجهه با کودک و نوجوان می‌شود یک آینه برای الگوبرداری‌اش که می‌فهمیم مسأله دو وجه دارد. ارزش شدن ضد ارزشی به اسم زیبایی ظاهری و تایید و مورد توجه قرار گرفتن.

یادم نمی‌رود روزی که یکی یکی کودک و نوجوان پساکرونايي که حال‌نوی گویی‌ها زندگی می‌کرد برای اوقات فراغت و دیده شدن به فضای اینستاگرام و تولید محتوا به هر بهانه‌ای پناه می‌برد و یکی در میان ویدئوها «با من آماده شویم» با رویکرد پوشش و زیبایی بود. این قاعده دو وجهی که اهمیت به ظاهر و ارزش بودن زیبایی و البته برای تایید شدن بین همسالان بالاغری و چاقی و صورت بود تا جایی پیش رفته و اهمیت پیدا کرده است که کودک و نوجوان ۱۲ تا ۱۵ ساله برای رفتن به مدرسه هم به قول معروف تیپ می‌زند و آماده شدنش فیلم می‌گیرد. این روش به ظاهر ساده یک مشت نمونه خروار است برای این که بدانیم دیده‌ها و شنیده‌های بچه‌ها چقدر تغییر کرده و چقدر اساساً مسأله ظاهر ارزشمند شده است. ارزشی که باید در دستاوردها



دیده شده و توجهی که باید به توانمندی و استعداد شود. شاید بتوان گفت بزرگ‌ترین دلیل به این گرایش ارزش ندادن مدارس به ظرفیت کودک و نوجوان و نادیده گرفتن توانمندی و تشویق نشدن در بستر مدرسه بوده و این درحالی است که او، این لایک‌گرفتن را بیرون مدرسه درخصوص زیبایی‌اش می‌گیرد.

## گم شده



پیدا کردنش شاید تا ۴۰ سالگی هم طول بکشد اما خیلی مهم است خودت هم دنبالش بگردی یا بسپاریش تقدیر تا برایت تعیین تکلیف کند. هویت را می‌گویم و جواب این که من کیستم و آمده‌ام با چه هدفی زندگی کنم. یک وقتی به خودت می‌آیی، می‌بینی هیچ‌کدام از دارایی و حتی جواب «من کیستم» آنی نیست که دلت می‌خواهد و با یک جمله مواجه می‌شوی:

این من نیستم و نمی‌خواهم باشم.

درگیر شدن با ظاهر و زیبایی و گم کردن مرز زیبا بودن و شورش را در آوردن آن هم در سن و سال کم؛ روزی آدم را به این خواهد رساند که نخواهد او را به زیبایی، بلکه به توانایی‌هایش بشناسند. این خلأ و خوف و رجا، هویتی و میل شباهت به بزرگسالان در سنین پایین اگر مدیریت نشود و خود فرد غفلت کند در بزرگسالی خودش می‌ماند و هزار پشیمانی.

اساساً اگر زیبایی را یک هدف بگذاریم برای هر چه زیباتر شدن مدام بخواهیم تلاش کنیم کلاه مان پس معرکه است.

## دوران نوجوانی



بچه‌های تحریربه تعریف می‌کرد کسی از دور و اطرافشان بعد از تزریق یگر فکش بسته نمی‌شود و همه پس از تاسف دور هم آه کشیدیم. دید آرایشگاه‌ها کیپ تا کیپ آن هم تا پاسی از شب پر است و شمسی می‌کنند تا در عید یک تغییری اتفاق بیفتد. امسال چیزی که بسیار باعث آه کشیدن بود کاشت مژه و ناخن و زدن و پاک کردن تتو برای وادارمان کرد درباره آن پرونده مفصلی بنویسیم.



## سانه‌ای

یک طوری تصور می‌کرد؛ یکی سبزه با موهای مشکی، یکی بور و خاصی و داستان از جایی تغییر کرد که انیمیشن و فیلم برای مان

