



● امیرعلی حبیبی  
نوجوانه

دیروز که داشتم در کوچه پس کوچه‌ها قدم می‌زدم، به این فکر می‌کردم یعنی بهار در همه جای دنیا همین شکلی است؟ آدم‌ها بعد از بدویدوهای زمستان قبل آرام گرفته‌اند و دارند سال‌شان را شروع می‌کنند. یعنی برای آنها هم همه چیز رنگ دیگری گرفته، هوا برای‌شان سبک‌تر شده و زندگی نرم‌تر جریان دارد؟ یعنی همه جای دنیا مردم همین حس را دارند و آنها هم فکر می‌کنند که با آمدن بهار، پوست انداخته‌اند و حالا دارند دوباره جوانه می‌زنند؟ نوروز برای ما ایرانی‌ها همیشه با یک حس خاص همراه است؛ یک حس نو شدن، یک فرصت برای شروع دوباره. فکر می‌کنم اگر یک پژوهش درباره میزان امید در ایرانیان قبل و بعد از نوروز انجام شود، نتیجه جالبی به دست خواهد آمد. احتمالاً افزایش امید و انگیزه در میان مردم با آغاز سال نو کاملاً مشهود خواهد بود. لحظه‌ای که صدای توپ آغاز سال نو شنیده می‌شود، انگار همه چیز تغییر می‌کند؛ از نگاه آدم‌ها گرفته تا حال و هوای خانه‌ها و خیابان‌ها. بهار و نوروز، ترکیبی جادویی است که نه فقط طبیعت بلکه دل آدم‌ها را هم تازه می‌کند. شاید به همین دلیل است که در این روزها، همه بیشتر لبخند می‌زنند، بیشتر به هم محبت می‌کنند و بیشتر به آینده می‌اندیشند. بهار، فصل زندگی دوباره است و نوروز، فرصتی برای بازنگری و شروعی تازه. این دو با هم به ما یادآوری می‌کنند که زندگی همیشه فرصتی برای بهتر شدن دارد. شاید به همین دلیل است که قدم زدن در این روزها، حس آرامش و امید خاصی به آدم می‌دهد؛ حسی که دوست داری آن را با همه دنیا شریک شوی.

**نوجوانه‌ای‌ها برای شادی روح پدر  
فرهود عباسی فرد و باقی عزیزی که سال  
گذشته از میان ما رفتند، فاتحه‌ای بخوانیم.**

## آمدنی و رفتنی



● فرهود عباسی فرد  
تهران

سالی که گذشت سال از دست دادن بود. این عبارت بسیار ساده که می‌تواند نمایانگر بسیاری از پدیده‌ها باشد؛ می‌تواند معنای رها شدن بستنی خوشرنگی را روی کف زمین دهد و در بالاترین حد دردش می‌تواند معنای از دست دادن عزیز را داشته باشد. کار من بالاترین سطح آن بود. حکایت انسان در طول تاریخ، قصه به دست آوردن و فتح کردن بوده است. بر هر جنگ و نزاع تاریخی که بنگریم، نشانه‌ای از طمع پیدا می‌کنیم؛ طمعی

## به شنا کردن ادامه بده



● فاطمه مهرابی  
تهران

پستی‌ها و بلندی‌ها، خوشی‌ها و ناخوشی‌ها، اشک‌ها و لبخندها، در کنار یکدیگر ورق‌های کتاب زندگی را خط به خط پر می‌کنند. شکست‌های جان‌فرسا و موفقیت‌های بلندبالا را می‌توان لابه‌لای کتاب هر فردی یافت کرد اما مسأله این است؛ گاهی لازم به رخ دادن اتفاقی خاص و تأثیرگذار نیست؛ تلاش برای بقا و سپری کردن روزی دیگر نیز به اندازه رسیدن به فراز و فرودها اهمیت دارد. وقتی به سالی که سپری کرده‌ام چشم می‌دوزم، شاید نقطه عطف و تحول کاری، تحصیلی، عاطفی

که وحشیانه‌ترین خوی یک موجود زنده در جهان است و از اقبال ما، خوی انسان است. از طرف دیگر اما از دست دادن همان احساس اثرگذاری است که قوی‌ترین مردان و هوشمندترین زنان را هم از پای درمی‌آورد؛ به طور کلی کار فقدان این است که زانوی عمل هر انسانی را از حرکت باز دارد. سالی که گذشت برایم پر بود از به دست آوردن اتفاقات و آدم‌هایی که برایم بسیار باارزشند اما از طرفی دیگر بسیاری موارد از دست داده داشتم؛ از مهم‌ترین و عمیق‌ترین شان که پدرم بود تا از دست دادن دوستان



صمیمی‌ام که همه‌شان برایم یادآور این موضوع هستند که جز در لحظه جاری، به آن چیزهایی که دارم و به دست می‌آورم دل نبندم که دل بستن به هر چیز جز وجود خودم؛ غیر از افسوس برایم حسی نخواهد داشت و جز طمع، چیز دیگری را در وجود دلم نخواهد کاشت. در مورد «از دست دادن» بسیار سخن گفته‌ام اما این به معنای فراموشی نیست؛ زندگی یعنی به یاد آوردن و به یاد آورده شدن مانند همین کلماتی که روی صفحه نقش بسته و نشانه‌ای از پدرم است؛ نشانه‌ای از من که به یاد او هستم و خواهم بود.

و احساسی مشاهده نکنم اما در عوض روزهای ساده و تکراری‌ام را قدرانم. شرکت‌کنندگان در دوی ماراتن به جای رسیدن سریع به خط پایان و مدال قهرمانی، تنها باید به دویدن ادامه بدهند؛ قدم‌های اندک و کوچک شاید اکنون پیروزی به حساب نیایند اما در آینده مرا به ریان سرخ



خط پایان پیوند می‌دهند. همچون انیمیشن در جست‌وجوی نمو، هنگامی که پدر نماز رسیدن سریع به نتیجه و پیدا کردن فرزندش ناامید شده بود و دوری در جواب به او گفت: «هر چقدر هم زمان ببرد، به شنا کردن ادامه بده.» ما انسان‌ها گاهی منزلت ادامه دادن و زنده ماندن را در دنیایی احاطه شده از مرگ پیچ‌ها فراموش می‌کنیم؛ مخلص کلام آن‌که می‌خواهم از کسی که این متن را خواند تشکر کنم؛ آری خود خودت که ژرف‌ترین گودال‌ها و بلندترین ارتفاعات را، یا حتی یک سال همیشگی با همان دغدغه‌های تکراری تجربه کردی. از تو ممنونم، که ۳۶۵ روز دیگر دوام آوردی؛ چون این مقاومت قابل تقدیر است. در نهایت آن قدر به شنا کردن ادامه بده تا کسانی که ارزشش را بهایی قائل نبودند نیز به ستایش و ثنا بیفتند.

## تأثیرگذارترین اتفاق زندگی من



● نرگس تهمورثی  
تهران

سال ۱۴۰۳ برای من سالی پر از تجربه‌های جدید و تحولات بزرگ بود اما بدون شک تأثیرگذارترین اتفاق، فرصت نویسندگی در روزنامه و نوشتن مقالات بود. این تجربه، نقطه عطف مهمی در زندگی من رقم زد و مسیر شغلی و شخصی‌ام را به طور قابل توجهی تحت تأثیر قرار داد. قبل از این فرصت، نویسندگی برای من بیشتر یک سرگرمی و ابزاری برای بیان احساسات و افکارم بود. اما با ورود به دنیای روزنامه‌نگاری، با چالش‌ها و مسئولیت‌های جدیدی روبه‌رو شدم. تحقیق دقیق، نگارش حرفه‌ای و رعایت اصول اخلاقی روزنامه‌نگاری، همگی از جمله مواردی بودند که باید یاد می‌گرفتم و در عمل به کار می‌برد. نوشتن مقالات، فرصتی برای پرداختن به موضوعات مختلف و به اشتراک گذاشتن دیدگاه‌هایم با مخاطبان گسترده‌تر بود. این کار، اعتماد به نفس من را افزایش

داد و باعث شد تا خودم را به عنوان یک نویسنده جدی تربیدیرم. بازخورد مخاطبان، چه مثبت و چه منفی، انگیزه‌ای برای بهبود مستمر و ارتقای کیفیت نوشته‌هایم بود. علاوه بر این، نویسندگی در روزنامه، درک من از مسائل اجتماعی و سیاسی را عمیق‌تر کرد. با تحقیق و بررسی موضوعات مختلف، با دیدگاه‌ها و نظرات متفاوتی آشنا شدم و توانستم تحلیل دقیق‌تری از رویدادهای پیرامونم داشته باشم. در مجموع سال ۱۴۰۳ با تجربه نویسندگی در روزنامه و نوشتن مقالات، سالی پر از یادگیری، رشد و تحول برای من بود. این تجربه، نه تنها مهارت‌های نویسندگی من را ارتقا داد، بلکه دیدگاه من به زندگی و جهان را نیز تغییر داد.

این نقطه عطف، همواره به عنوان یک منبع الهام و انگیزه در مسیر نویسندگی من باقی خواهد ماند.

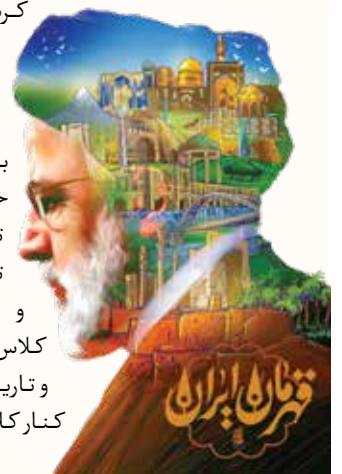


## سالی که گذشت!



● میلاداله بخش  
تهران

نمی‌توانم به سادگی بگویم، کدام اتفاق در سالی که گذشت برایم نقطه عطفی تأثیرگذار بود؟ وقتی در ذهنم آلبوم خاطرات این سال را ورق می‌زنم، از اولین روز بهار که با عید معنویت گره خورده بود تا عید سعید فطر و نمازی که طبق روال هر سال در مصلا‌ی تهران همراه با رفقا اقامه کردیم، لحظات بسیاری را مرور می‌کنم. شروع فصل جدیدی از زندگی با ثبت نام در دانشگاه و پیدا کردن دوستانی جدید، هر کدام با افکاری رنگارنگ که برایم جذابیت خاص و تجربه‌ای تازه داشتند و شیرینی کلاس‌های فلسفه و تاریخ ادبیات در کنار کلاس‌هایی که



صبوری می‌طلبید! ارائه‌هایی که به دل می‌نشست و همه را با خود همراه می‌کرد. شور و حال مجرمی که در آن مفتخر به اجرای تعزیه و مجلس شبیه‌خوانی اولیا و اشقیا شدم، تا انتخاب شدن در یک پروژه تئاتر دانشجویی که مدت‌ها طول کشید اما هنوز به قوت خود باقی است و قرار است سال آینده ثمره‌اش را همگان ببینند. جا ماندن از قافله عاشقان در اربعین و تلخی‌هایی که به همراه داشت. شنیدن خبر سقوط بالگرد رئیس‌جمهور کشور و دیدن اشک‌های پدرم در غم شهادتش، خرید ماشین جدید پدرم در کنار تلاش‌های ناموفق من برای گرفتن گواهینامه، که گویا هنوز زمانش نرسیده است؛ تأثیرهایی که دیدم و از آنها لذت بردم، تا شب‌های پرتب‌وتاب نقد جشنواره فیلم فجر، دیدن فیلم‌هایی که یکی از یکی بی‌روح‌تر بود. فوت غم‌انگیز پدر یکی از دوستان عزیزم تا... بگذارد آخرش را نگویم! فقط می‌خواهم این سال که با تمام فراز و نشیب‌هایش گذشت، هرچه زودتر تمام شود، برود و دیگر هرگز برنگردد... البته چیزهایی را از قلم انداختم و چیزهایی را نیز نمی‌توانستم بازگو کنم! اما به قول سهراب سپهری: «چشم‌ها را باید شست، جور دیگر باید دید!» با این حال وقتی به لحظات خوب این سال فکر می‌کنم، اجرای تعزیه و آن روزهای پرشور و همچنین روزهای تمرین اجرایی که سال آینده به یاری خدا در پیش دارم، برایم بهترین اتفاق بود.