به نام خدا

شیرین؛ لبخندی بر آستانه بی نهایت

مولف :

ثریا همتی پور

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران – ۱۴۰۵)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

Chaponashr.ir



سرشناسه : همتی پور، ثریا ، ۱۳۴۷
عنوان و نام پدیدآور: شیرین؛ لبخندی برآستانه بی نهایت/ مولف: ثریا همتی پور
مشخصات نشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۵.
مشخصات ظاهری : ۱۰۱ ص.
شابک : ۴-۹۵۸-۱۲۹-۶۲۲-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی : فیپا
یادداشت : کتابنامه.
موضوع : شیرین- لبخندی برآستانه بی نهایت
رده بندی کنگره : TP ۹۸۳
رده بندی دیویی : ۶۶۸/۵۵
شماره کتابشناسی ملی : ۸۵۲۰۱۴
اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیپا

نام کتاب : شیرین؛ لبخندی برآستانه بی نهایت
مولف : ثریا همتی پور
ناشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)
صفحه آرایی، تنظیم و طرح جلد: الهام غفاری
تیراژ : ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ : اول ــ ۱۴۰۵
چاپ : زبرجد
قیمت : ۲۰۰۰۰۰ تومان
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان :
https//:chaponashr.ir/ketabresan
شابک : ۴-۹۵۸-۱۲۹-۶۲۲-۹۷۸
تلفن مرکز پخش : ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵
www.chaponashr.ir

فهرست

فصل اول ۹

آغازی در آغوش نور – تولد شیرین ۹

لحظه آمدن پدر ۱۱

جای گرفتن نام شیرین در دفتر تقدیر ۱۲

فصل دوم ۱۵

سال‌های لطیف کودکی ۱۵

بازی با نور، خاک، آب و باد ۱۶

چشیدن مزه نخستین رؤیاها ۱۷

گفت‌وگوهای خاموش با فرشتگان کودکانه ۱۸

فصل سوم ۱۹

رشد روح در آغوش طبیعت خانه ۱۹

باغ‌های پرنور – علاقه به گل‌ها ۲۵

رازهای پنهان در گل نرگس ۲۶

فصل چهارم ۲۷

گفت‌وگوی بی‌صدا میان شیرین و طبیعت ۲۷

فصل پنجم ۲۹

کتاب‌ها، جهان‌های درون کلمات ۲۹

اولین کتابی که دریچه جهان را گشود ۳۰

آموختن هنر پرسیدن و شک کردن ۳۱

بالیدن فکر در باغ ذهن ۳۳

فصل ششم ۳۵

موسیقی و طنین جان – تنبور و دف ۳۵
نخستین برخورد با آوای تنبور ۳۷
ریتم دف و بیداری روحِ درونی ۳۹
لحظه‌های تمرین تا رسیدن به سماع دل ۴۱
موسیقی به‌عنوان زبان رازهای ناگفته ۴۳
فصل هفتم ۴۷
شکوفه‌های اندیشه – فلسفه و تأمل ۴۷
آشنایی با فیلسوفان و سیر اندیشه‌های ژرف ۵۰
مراقبه و تماشای خویشتن ۵۲
برخورد با تناقض‌های هستی و پذیرش آن‌ها ۵۵
رسیدن به آرامش در فهم ناپایداری جهان ۵۷
فصل هشتم ۶۱
سفر دور دنیا – جست‌وجوی خود در مسیرها ۶۱
شوق قدم گذاشتن بر سرزمین‌های تازه ۶۳
آشنایی با فرهنگ‌ها، آیین‌ها و انسان‌های متفاوت ۶۵
نوشتن از سفر، ثبت لحظات و آموخته‌ها ۶۸
بازگشت با چمدانی پر از تجربه و معنا ۷۱
فصل نهم ۷۳
غروب‌ها – تماشای پایان‌های زیبا ۷۳
گفت‌وگوی خاموش با خورشید رو به رفتن ۷۵
فصل یازدهم ۷۹
آغاز عشق زمینی ۷۹

فصل یازدهم ۸۹
فصل شکفتن زندگی با سارا و مینا..... ۸۹
خانه‌ای که با دو صدا جان تازه گرفت ۹۰
فصل دوازدهم..... ۹۳
سفر درونی شیرین با مولانا، خداشناسی و خودشناسی ۹۳
شنیدن ندای درون از دل اشعار عرفانی ۹۵
یافتن خدا در سکوت، نور و لحظه‌های ژرف ۹۶
پیوند شیرین با حقیقت؛ از درون به بی‌نهایت ۹۸
سخن پایانی : ۱۰۱

تقدیم به خاله شیرینم؛ زنی که نخستین پنجره را به جهان کتاب گشود

به تو که در یکی از روزهای تولدم، بی‌آنکه بدانی، چیزی فراتر از چند جلد کتاب به من هدیه دادی؛ تو دانه‌ای در جانم کاشتی که سال‌ها بعد، در سکوت واژه‌ها ریشه دواند، در خیال من جوانه زد و روزی به شکل کتاب‌هایی درآمد که هرکدام تکه‌ای از جهان درونی من شدند.شاید آن روز، وقتی کتاب‌ها را به من هدیه دادی، نمی‌دانستی که بعضی هدیه‌ها هرگز به پایان نمی‌رسند؛ از دست‌ها عبور می‌کنند، به قلب می‌رسند و سرنوشت آدمی را آرام‌آرام تغییر می‌دهند. تو نمی‌دانستی که میان آن جلدها، راهی پنهان به سوی دنیایی برایم گشوده می‌شود که در آن کلمات می‌توانند پناه باشند، خیال می‌تواند پرواز کند و انسان می‌تواند هزاران زندگی را بی‌آنکه از جای خود برخیزد، تجربه کند.

سال‌ها گذشت؛ من بزرگ شدم، خواندم، اندیشیدم، نوشتم و در میان واژه‌ها به دنبال معنای چیزهایی گشتم که گاهی زندگی از گفتنشان ناتوان است. اما در جایی دور از هیاهوی سال‌ها، آن هدیه نخستین هنوز زنده بود؛ همان چند جلد کتاب که شاید در نگاه دیگران تنها هدیه‌ای برای یک روز تولد بودند، اما برای من آغاز یک دلبستگی بی‌پایان شدند.و حالا، سال‌ها بعد، من کتابی به نام (شیرین) نوشته‌ام؛ نامی که برای من تنها یک نام نیست، بلکه یادگار مهربانی تو و نشانی از نخستین بذرهای عشق به کتاب در زندگی من است. این کتاب را به تو تقدیم می‌کنم، نه برای آنکه بتوانم لطف آن روز را جبران کنم، بلکه برای آنکه بدانی مهربانی‌های کوچک، گاهی در زندگی آدم‌ها به اتفاق‌هایی بزرگ تبدیل می‌شوند؛ اتفاق‌هایی که حتی گذر زمان نیز نمی‌تواند ردشان را پاک کند.خاله شیرینم، شاید هیچ‌گاه نتوانم به اندازه ارزشی که آن هدیه در زندگی‌ام داشت، از تو تشکر کنم؛ زیرا بعضی محبت‌ها را نمی‌توان با کلمه‌ای پاسخ داد، اما می‌توان آن‌ها را به واژه سپرد، در کتابی نشاند و برای همیشه زنده نگه داشت.

این کتاب، سهم تو از تمام سال‌هایی است که من با کلمات زندگی کردم؛ ادای دین من به روزی که بی‌خبر از آینده، کتابی در دستانم گذاشتی و بی‌آنکه بدانی، بخشی از آینده‌ام را ساختی.به تو، خاله

شیرینم؛ که نخستین کتاب‌ها را به من هدیه دادی و سال‌ها بعد، نامت در کتابی نشست که از عشق، خاطره و سپاس نوشته‌ام.

باتمام مهرم، این کتاب از آنِ توست؛ چنان‌که نخستین رؤیای کتاب‌خواندنم، از تو آغاز شد.

دکترثریا همتی : روانشناس وهنردرمانگر

وسایکوآنکولوژیست

فصل اول

آغازی در آغوش نور – تولد شیرین

در شهریور ۱۳۳۹، نسیمی ملایم از دل کوه‌ها و دشت‌های قصرشیرین عبور می‌کرد و جهان گویی انتظار حضور نوری تازه را داشت. شیرین، دخترکی که هنوز در خیال مادرش پرسه می‌زد، در همین سکوت و خلوت زمینی پا به عرصه حیات گذاشت. مادرش، با دستانی خسته و قلبی پر امید، در تنهایی به همراه ایران، دختر بزرگ‌ترش، و مامای مهربان محلی، راز زندگی را گشود؛ در لحظه‌ای که زمان آهسته و با احترام به این تولد چشم می‌دوخت.شب قبل از آن، وقتی ستارگان در آسمان قصرشیرین چون نگین‌هایی درخشان می‌درخشیدند، مادر شیرین به خواب رفت و زیبایی را دید؛ زیبایی‌ای که نه فقط در چهره و رنگ و نور، بلکه در حس زنده بودن و عشق نهفته بود. او خواب دیده بود که دنیایی سرشار از محبت، امید و لبخندهای بی‌دلیل در انتظار اوست؛ دنیایی که در آن قلب‌ها با هم سخن می‌گویند و دست‌ها یکدیگر را در تاریکی روشنایی می‌بخشند.

ایران، دختر بزرگ‌تر، در کنار مادر و مامای محلی، چشمانی پر از شگفتی داشت. او لمس اولین نفس‌های خواهر کوچک‌ترش را با دقتی که کودکانه و پر از عشق بود، حس می‌کرد. این صحنه، مملو از سکوت و وقار بود؛ سکوتی که در آن صداهای خفیف تنفس و ضربان قلب‌ها، همچون موسیقی‌ای آرام و مداوم در گوش زمین می‌پیچید.مادر، با لبخندی که هم تلخ و هم شیرین بود، کودک را در آغوش گرفت و در نگاهش دنیایی از رؤیاها و آرزوها موج می‌زد. در آن لحظه، شیرین نه فقط به دنیا آمده بود، بلکه جهان در او تولدی دوباره یافته بود؛ تولدی که در تار و پود هر نفس، هر نگاه و هر لمس، در جریان

بود.قصرشیرین، با دیوارهای قدیمی و باغ‌های کوچک و پرگل، شاهد این اتفاق بود؛ شاهدی که سال‌ها بعد داستانش را در گوش باد و برگ درختان زمزمه خواهد کرد. هر نسیم، هر صدای پرنده و هر پیچش نور خورشید، با تولد شیرین هم‌آهنگ شده بود. گویی زمین، آسمان و تمام طبیعت، سرود تولدی نو را با صدای آهسته و آرام زمزمه می‌کردند.در دل شب، وقتی همه جا در سکوت فرو رفته بود، مادر به یاد خواب شب قبل افتاد. آن زیبایی، اکنون جلوه‌ای ملموس یافته بود؛ در نرمی پوست شیرین، در بوی خاک و گل‌های باغ، در صدای آرام تنفسش، و در نگاه پر از شوق مادر. این زیبایی نه فقط در چشم‌ها، بلکه در قلب‌ها، در لمس‌ها، در نفس‌ها و حتی در سایه‌های آرام اتاق، جاری بود.

ایران، با کنجکاوی و مهربانی، دست‌های کوچک شیرین را گرفت و حس کرد که زندگی، با تمام شگفتی و پیچیدگی‌اش، در همین دستان کوچک شکل گرفته است. او در سکوت، با خود عهد بست که از این کودک محافظت کند، با مهربانی و عشق، و همانند نور آفتاب که به زمین می‌تابد، گرما و امید را در مسیر زندگی او پخش کند.مامای محلی، که سال‌ها تجربه دیده بود، با لبخندی آرام و دلگرم‌کننده، مادر و کودک را در آغوش مهربانی خود گرفت. او رازهایی از زندگی و تولد را می‌دانست؛ رازهایی که با آرامش، حوصله و عشق انتقال می‌یافتند. او با هر حرکت، هر نگاه و هر کلام، نوعی امنیت و آرامش به فضا بخشید، و گویی خودش نیز بخشی از زیبایی خواب مادر شده بود.شیرین، در همان لحظه‌های نخست زندگی، با نگاه نافذ و بی‌گناهش، دنیای اطراف را به سکوت و شادی دعوت می‌کرد. صدای گریه‌اش، اگرچه کوتاه بود، اما همچون موسیقی‌ای لطیف و پر از پیام، جهان را از خواب شبانه بیدار می‌کرد و زمزمه‌ای از زندگی تازه و پرنور می‌ساخت.مادر، در حالی که دست‌های کوچک شیرین را در دستان خود نگه داشته بود، حس کرد که عشق حقیقی نه در افسانه‌ها، بلکه در همین لحظه‌های کوتاه و ساده جاری است. لحظه‌هایی که در آنها همه چیز، از تنفس‌ها تا نگاه‌ها، معنا و اهمیت می‌یابند و زندگی به اوج خلوص و زیبایی خود می‌رسد.

لحظه آمدن پدر

پدر شیرین، مردی بود با دلی به وسعت زمین و دستانی که هر بار بر فرمان می‌نشست، انگار مهربانی و محبت را در جاده‌ها می‌ریخت. او راننده‌ای بود که روزها و شب‌ها در جاده‌ها گذران می‌کرد، به شهرهای دور و نزدیک سفر می‌کرد و بارها را با دقت و عشق به مقصد می‌رساند. در نگاه او، هیچ راهی طولانی نبود، هیچ مسیری خسته‌کننده نبود، زیرا هر سفر برایش فرصتی بود تا زندگی را بیشتر بشناسد و مهربانی را در دل‌ها جاری کند.او مردی سخن‌کوش بود؛ کلامش پر از حکمت و آرامش بود، هر جمله‌ای که بر زبان می‌آورد، گویا قطره‌ای از باران محبت بود که بر زمین دل‌ها می‌ریخت. مهمان‌نوازی او مثال زدنی بود؛ هر که به خانه‌اش می‌آمد، احساس می‌کرد در پناهی امن و گرم نشسته است. خانه‌اش همیشه پر از خنده، گفتگو و مهربانی بود، و هر بار که از سفر بازمی‌گشت، بوی جاده و خاطرات شهرها با خود می‌آورد.

پدر شیرین، خانواده‌دوست و صبور بود. صبری که از عمق وجودش می‌جوشید و هر لحظه آماده بود تا به مشکلات و نیازهای خانواده پاسخ دهد. حتی زمانی که بارها بر دوش سنگین سفر می‌کشید، هیچگاه از محبت و توجه به خانواده‌اش کم نمی‌کرد. او با عشق به همسر و فرزندانش زندگی می‌کرد، و هر تصمیمی که می‌گرفت، برای آرامش و خوشبختی خانواده بود.روزی از سفر بازگشت؛ جاده‌ها طولانی و خسته‌کننده بودند، اما دل او سبک و پر از امید بود. وقتی وارد خانه شد، صدای شادمانه‌ی همسرش را شنید که خبر تولد شیرین را می‌داد. قلب او لبریز از شادی شد، و هیچ کلمات نمی‌توانست عظمت آن لحظه را بیان کند. در حالی که بارها از سفر و سختی‌ها سخن می‌گفت، اینک شادی ناب تولد فرزندش بر تمام خستگی‌ها غلبه کرده بود.با شور و اشتیاق، پدر شیرین تصمیم گرفت که این شادی را با رسم و سنت خانوادگی جشن بگیرد. گوسفندی برای قربانی انتخاب کرد، و با دستانی پر از عشق و دلی سرشار از شکرگزاری، آن را قربانی کرد. بوی خوش گوشت و دود قربانی در هوا پیچید، و خانه پر شد از عطر محبت

و شادی. هر لحظه این قربانی، نمادی بود از عشق و فداکاری او برای خانواده، و نشانه‌ای بود از پیوندی که میان زندگی، طبیعت و خانواده وجود داشت.

جای گرفتن نام شیرین در دفتر تقدیر

در آغوش مادر، جهان اندازه‌ی یک نفس شد. شیرین میان بازوانی گرم آرام گرفت که بوی امنیت می‌داد، بوی سال‌ها انتظار، بوی دعاهایی که شب‌ها بی‌صدا بر لب آمده بودند. قلب مادر نزدیک بود، آن‌قدر نزدیک که ضربانش برای نوزاد لالایی شد، ضربانی آشنا، همان صدایی که ماه‌ها در تاریکی شنیده بود و حالا در روشنایی هم رهایش نمی‌کرد. پوستِ شیرین گرمای دست‌ها را شناخت و تنِ کوچک خود را به آن پناه سپرد، گویی می‌دانست این آغوش نخستین خانه‌ی اوست، خانه‌ای که دیوارش مهر است و سقفش عشق. مادر سر خم کرد، گونه‌اش بر پیشانی کودک لغزید و اشک، بی‌اجازه، میان لبخندش نشست. نگاهش بر موهایی افتاد که همچون خوشه‌های گندم در نور می‌درخشیدند و دلش لرزید؛ انگار تابستانی زودرس در دل زمستان آمده باشد. زمزمه کرد، بی‌آنکه کسی بشنود، واژه‌هایی که نه دعا بودند و نه وعده، بلکه سپردنِ دل به آینده‌ای ناشناخته. شیرین پلک زد، چشمان عسلی‌اش نیمه‌گشوده شد و جهان را برای نخستین بار دید؛ جهانی که از آن بالا به اندازه‌ی چهره‌ی مادر معنا داشت. مادر انگشتش را در مشتِ کوچک او گذاشت و کودک محکم گرفت، چنان که گویی نمی‌خواهد این پیوند از هم بگسلد. نفس‌ها آرام شدند، اتاق نرم‌تر شد، صداها دور رفتند و زمان به احترام این لحظه آهسته‌تر قدم برداشت. مادر قصه‌ای نگفت، اما همه‌ی قصه‌ها در سکوتش جاری بود؛ قصه‌ی راه‌هایی که خواهند آمد، دردهایی که خواهند گذشت، و عشقی که همیشه خواهد ماند. شیرین در آغوش او خوابید، با لبخندی که هنوز نام نداشت،

اما طعمش شیرین بود، و مادر دانست که از همین لحظه، زندگی رنگ تازه‌ای گرفته است؛ رنگی میان گندم و عسل، رنگی که هرگز از خاطرش نخواهد رفت.

این چنین بود که نام راشیرین گذاشتند

فصل دوم

سال‌های لطیف کودکی

وقتی شیرین سه‌ساله شد، جهان دیگر فقط آغوش نبود، زمین هم صدا داشت. چمن‌ها زیر پاهای کوچکش نجوا می‌کردند و هر قدم، پرسشی نرم از هستی بود. کفش‌های کوچکش را دوست نداشت؛ دوست داشت پوست پاهایش مستقیماً با سبزیِ زمین آشنا شود، با خنکیِ صبح و گرمای ظهر. اولین قدم را با تردید برداشت، انگار دنیا را امتحان می‌کرد که آیا ارزش اعتماد دارد یا نه. چمن‌ها خم شدند، اما نشکستند، و این برای او نشانه‌ای شد که می‌شود جلوتر رفت. خنده‌ای کوتاه از گلویش بیرون آمد؛ خنده‌ای که بوی آزادی می‌داد. مادر چند قدم آن‌سوتر ایستاده بود، نه آن‌قدر نزدیک که پرواز را بترساند، نه آن‌قدر دور که دلِ کودک بلرزد. شیرین دست‌هایش را باز کرد، مثل پرنده‌ای که هنوز بال‌هایش را باور نکرده است. باد موهایش را به بازی گرفت، همان موهایی که رنگ خوشه‌های گندم داشتند، و آفتاب با مهربانی روی آن‌ها نشست. زمین زیر پاهایش زنده بود، نرم و پذیرنده، و هر قدم کوچکش، خطی نامرئی بر دفتر زندگی می‌کشید. او ایستاد، دوباره قدم برداشت، لغزید، اما نیفتاد؛ انگار دنیا تصمیم گرفته بود امروز مهربان باشد. صدای خنده‌اش با صدای برگ‌ها درآمیخت و لحظه‌ای شد که زمان نتوانست از آن عبور کند. شیرین خم شد، چمنی را میان انگشتانش گرفت، بو کشید و لبخند زد؛ گویی زمین را شناخت. نگاهش پر از شگفتی بود، از آن شگفتی‌های بی‌نام که فقط کودکان می‌فهمند. هر قدم، کشف بود؛ کشفِ فاصله، کشفِ تعادل، کشفِ «من می‌توانم». مادر نگاه می‌کرد و دلش پر می‌شد از آینده‌هایی که هنوز نیامده بودند. شیرین دوید، دویدنی نامنظم و کودکانه، و چمن‌ها رد پایش را حفظ کردند، مثل رازی سبز. افتاد، زانویش خاکی شد، اما گریه نکرد؛ خاک را با دست پاک کرد و دوباره برخاست، انگار زمین به او آموخته بود که برخاستن