

دوره ی مسابقات  
والیبال جام

۲۰



روز دوم

 jamevahman

۲۱ الی ۲۴ بهمن ماه ۱۳۹۹





## سخن نخست

جام امسال یعنی بیستمین دوره از مسابقات والیبال جام وهمن، جامیست که با تمام سختی‌هایش در حال برگزاری است، جامی که با توجه به پاندمی کرونا، برگزاری آن به نظر ساده می‌آید، اما خیلی سخت و زمانبر می‌باشد. جامی که کمیته فیلم و عکس آن شبانه‌روز در حال تدوین فیلم‌های روز بعد هستند و ستاد برگزاری آن هماهنگی‌های لازم را جهت گرفتن فیلم‌های مصاحبه انجام می‌دهد، کمیته وهمن‌نامه روزانه در حال نوشتن و چیدمان متن‌های مجله هستند، از افتتاحیه\_اختتامیه که چیزی نمیتوان گفت چون اولین برنامه جام مربوط به این کمیته بوده و پر استرس‌ترین کمیته در روز نخست و پایانی می‌باشد. همچنین خزانه‌دار جام، کسی که اگر نباشد جام هم برگزار نمی‌شود، البته گفتنی است که مدیریت این ارزشها بر عهده خزانه‌دار می‌باشد و اگر به لطف خیراندیشان و نیکاندیشان جامعه نبود جامی هم برگزار نمیشد.

بیست سال گذشت...

بیست سالی که هر لحظه از آن پر از شادی، خاطره و رفاقت می‌باشد.

این بیست سال را با همت جوانان زرتشتی توانسته‌ایم برگزار کنیم، جوانانی که اگر نبودند نه انجمن یانش وران مانتره‌ای بود و نه جامی، آن هم جام وهمن، جامی تخصصی برای جامعه خوشنام زرتشتی، جامی که باعث پیشرفت والیبال جوانان شده، هر ساله پیشرفت‌های زیادی میکند و سطح برگزاری و مسابقات هر سال بهتر از سال قبل می‌شود، جامی پر از شور و شوق تماشاچیان و بازیکنان در بهمن ماه که بازیکنان آن از چندین ماه قبل، فقط برای این مسابقات سخت‌کوشانه تمرین میکنند.

جامی که آنقدر ارزشمند است که ما در این پاندمی کرونا باز هم به یاد برگزاری آن بودیم و با تمام سختی‌ها و محدودیت‌ها باز از پا ننشسته و یادواره این رویداد مهم و مردم‌پسند را برگزار می‌کنیم.

هموندان انجمن یانش وران مانتره مفتخرند که برگزارکننده بهترین جام تخصصی والیبال در جامعه راستین زرتشتی باشند.





## مصاحبه

در خدمت جناب آقای اشکان نجمی زاده هستیم و افتخار مصاحبه با ایشان رو داریم:

جناب آقای نجمی زاده از چه سالی والیبالی رو شروع کردید؟ اصلا چرا والیبالی؟ چرا ورزش دیگه رو انتخاب نکردید؟ کسی مشوقتون بود؟

با درود و خسته نباشید خدمت هموندان انجمن یانش وران مانتره که زحمت برگزاری جام وهمن رو میکشن. من وقتی بچه بودم با دوستانم میرفتیم باشگاه محلمون و از غروب تا شب هر ورزشی، از والیبالی و بسکتبال تا پینگ پنگ و شطرنج رو بازی میکردیم، اما از راهنمایی به والیبالی علاقه پیدا کردم و با یکی از دوستانم تست دادیم و وارد تیم هلال احمر یزد شدیم و تا دبیرستان با تیمهای مختلف استانی بازی میکردیم. بعد از اون به عنوان اولین تیم زرنشتی وارد تیم سازمان و باشگاه جوانان زرنشتی شدم و والیبالی رو به صورت حرفه ای با اون تیم یاد گرفتم. تیم بعدی من استاد مریم آباد بود. بعد از اینکه دانشجوی تهران شدم با بچه های تهران تمرین میکردم اما معمولا با تیم استاد تو جامها شرکت میکردم.

ورزشهای دیگهای هم انجام میدید؟ و اینکه والیبالی حالا از هر نظر، جسمی و روحی روی ورزشهای دیگه ی شما تاثیر میذاره؟  
بله والیبالی رو ورزشی که من قبل از کرونا، یعنی ورزش یوگا، انجام میدادم تاثیر داشت البته گاهی اوقات هم با دوستان بسکتبال کار میکردیم.

شما تو جام وهمن شناور بودید یعنی تو یه تیم ثابت نبودید، دلیلش چی بوده؟ و اینکه بعضی وقتها حتما چون شهرهاتون از هم دور بوده نتونستید با تیمی که انتخاب کردید تمرین کنید، براتون سخت نبوده؟ یعنی تاثیری داشته روی روند بازیتون؟  
من توی تیم ثابتی نبودم، از وقتی از یزد جدا شدم مدتی به تنهایی خودم تمرین میکردم و بعد در حین جام به تیم استاد اضافه میشدم، اما بعد تونستیم تیم کانون دانشجویان زرنشتی رو تشکیل بدیم و چندین سال با اون تیم در جامهای مختلف زرنشتی شرکت میکردم. اینکه من تو تمرینهای آخر به تیم استاد اضافه میشدم مسلما سخت بود اما چون اعضای این تیم نسبت به هم شناخت داشتن و من هم خیلی راحت میتونستم هم با اونا و هم با پاسور تیم، سروش مژگانی، که از راهنمایی با هم والیبالی رو شروع کرده بودیم هماهنگ بشم، مربی بهم فرصت میداد که جزو شش نفر اصلی باشم.



تا حالا شده با تیمی که انتخاب کردید به مشکل برخوردید حالا یا از نظر نحوه ی بازی یا اخلاقی یا تکنیکی؟  
من خودم هم بازیکن بودم و هم مربی و خداراشکر با تیمی به مشکل جدی برخورددم.

جام وهمن رو چه جوری میبینید؟ به نظر شما اونجور که میگن جام حرفهای یا تکنیکی والیبال هست یا کمبودهایی داره؟

من از اولین دوره برگزاری جام وهمن شرکت کننده بودم و به نظرم این جام تاثیر زیادی تو علاقه مند کردن نوجوونا به والیبال داره، تماشاچیبایی که برای این جام میان قابل مقایسه با بقیه جامهای تخصصی زرتشتی نیستن و این خیلی نکته مثبتیه، اما همیشه یکسری کمبود وجود داره، نکتهای که من همیشه گوشزد کردم اینه که ما چند روز مونده به جام نمیتونیم منتظر باشیم که افراد تیم بدن و باید از جام وهمن قبل با سرپرست تیمها برای شرکت در جام وهمن بعدی هماهنگ کنیم تا بتونیم جوونا رو آماده کنیم که در لیگهای مختلف کشوری و استانی شرکت کنن، این کار نیاز به حمایت انجمنها و ارگانهای زرتشتی داره تا به هر نحوی هزینه های تیمها رو تامین کنن و جوونا رو تشویق کنن تا تیم تشکیل بدن. مدیریت ساعت بازیها با توجه به امکاناتی که در اختیار بچه های یانش وران هست خوب بوده اما نقدی که هم به انجمن یانشوران و هم به کانون دانشجویان وارده اینه که مسئولا از تجربه ی مسئولای قبلی استفاده نمیکنن و اگر امکانی باشه که مسئولهای یک برنامه، کم و کاستیهای اون برنامه رو آخر کار یادداشت کنن تا به دست مسئولای سال بعد برسه خیلی بهتره و باعث عملکرد بهترشون تو اون برنامه خاص میشه.

نقد دیگهای که وارده اینه که ما تو همه ی جامهای زرتشتی از لحاظ تکنیکی و فنی یک رشد نسبی رو میبینیم اما رشدی که تو تیمها اتفاق نمیفته رشد اخلاقیه و شاید بشه با تشکیل یک کمیته قبل از جام، نکات اخلاقی رو به سرپرست تیمها قاطعانه گوشزد کرد و اگه تخطیای اتفاق افتاد، چه ناسزا به حریف چه به داور و هر مورد اخلاقی دیگه رو باهش برخورد کرد و به سابقه شرکت بازیکن تو جام وهمن نگاه نکرد چون اگر یک بازیکن ده ساله که تو جام وهمن حضور داره باید بدونه که الگویی برای بقیه هست و ازش توقع برخورد صحیح اخلاقی میره.

به نظرتون تو جام وهمن سطح بازیها برابره؟ یعنی میشه از روز اول حدس زد بازیها چهجور پیش میره نتایج بازیها چهجوریه؟ کی برنده میشه؟

کیفیت تیمها هر سال تغییر میکنه و همیشه نتایج بازیها رو حدس زد ولی میشه اختلافها رو دید و حدس زد که چند تیم خاص صعود میکنن. نتایج بازیها خوبه اما بعضی از عوامل رو این نتایج تاثیر میذاره، مثلا ساعت بازی ها و فشار روی بازیکن میتونه یکی از این عوامل باشه و به نظرم اگه تیمها محدودتر و کیفیت بازیها بالاتر باشه بهتره چون بعضی از تیمها که به عنوان



مثال ساعت ۸ صبح بازی دارن تماشاچی ندارن و این باعث افت انرژی تیم میشه و احتمال مصدومیت رو بالا میبره.

این شایعه ای که پارسال پخش شد که کرونا تو جام وهمن پخش شده رو شنیدید؟ به نظر شما تا چه حد صحت داره؟

من پارسال بعضی اوقات به خوابگاه سر میزدم و میدیدم که حال بازیکنها خوب نیست و علائم آنفولانزا دارن. بعد از جام هم برای خیلیا این علائم مثل ضعف بدنی، از دست دادن حس چشایی و بویایی و ... اتفاق افتاد و تست کرونا خیلی از افراد هم مثبت شد و خب نشون میده که جام تو شیوع کرونا بی تاثیر نبوده اما انجمن یانش وران مقصر نیست چون اون زمان از طرف وزارت بهداشت وجود این ویروس به صورت رسمی اعلام نشده بود

تو دوران کرونا به تغذیه و ورزشتون رسیدگی میکنید؟ یا کرونا باعث شده افت بدنی پیدا کنید؟ و چون جامهای زرتشتی برگزار نمیشه میل و رغبتی برای ورزش ندارید؟  
من تو دوران کرونا ورزش کم و محدود به روزی نیم ساعت پیاده روی شده، به همین خاطر افت بدنی شدید پیدا کردم، اما تغذیه رو برای سلامت بدن رعایت میکنم و خب به نظرم این خیلی تحت تاثیر جامهای زرتشتی نبوده و بیشتر کرونا و عدم تجمع باعث این اتفاق شده.  
ایا شما از طرف مسئولین جامعمون یا مسئولهای شهرتون برای ورزش حمایت شدید؟  
من خودم مربی بودم و سعی کردم که هر جا کسی خواهان یادگیری والیبال بوده بهش کمک کنم، بهشون آموزش بدم و کمکشون کنم که تیم تشکیل بدن. چون سطح والیبال جامعه ما خیلی پایینتر از سطح والیبال کشوریه و نباید نسبت به تواناییمون مغرور بشیم.

به نظرتون ورزشکارهای جامعه در حد همین جامهای ورزشی شرکت کنن کافیه؟ حمایت میشن یا اینکه استعدادهاشون سرکوب میشه؟

هر کی خودش میدونه که تا چه حد تمرین براش مناسبه اما همونطور که گفتم سطح ما نسبت به سطح کشوری پایینه و خب حمایت هم من تو تهران خیلی کم دیدم ولی تیمهای یزد از طرف بعضی از انجمنها حمایت میشن و این حمایت بهتره که به صورت مدیریت ورزشی یعنی تامین سالن، توپ و این مسائل باشه. جامعه ما اونقدر کوچیک هست که اگر کسی استعدادی داره نباید منتظر حمایت از طرف مسئولین جامعه زرتشتی باشه و باید خودش به سمت تیمهای کشوری و تمرینهای بزرگتر از جامعه بره.





میدونم که خسته شدید و عذرخواهی میکنم که سرتونو درد آوردیم و ممنونیم که وقتتون رو به ما اختصاص دادید....

در آخر اگر حرفی، سخنی، توصیه‌های دارید بفرمایید به گوش جان میشنویم:  
در آخر از زحمتی که انجمن یانش وران برای برگزاری جام میکشه تشکر میکنم و به پیشنهادی که میتونم مطرح کنم اینه که بازیکنایی مثل هوشنگ یزدانی، که چند دوره بازیکن برتر شده و داره تو لیگ استانی بازی میکنه، نیاز به تجلیل و قدردانی دارن چون این افراد باعث رقابت سالم و حتی یادگیری بقیه افراد میشن. همچنین لازمه این تجلیل از بازیکنان و مسئولان قدیمی والیبال جامعه هم انجام بشه چون متأسفانه من دیدم که نقش و تلاش خیلی از افراد که باعث پایه گذاری والیبال تو جامعه زرتشتی شدن نادیده گرفته میشه و نیازه همه این افراد هم دیده بشن. بعضی از تیمها هم تموم سختیای تشکیل تیم رو متحمل میشن اما وقتی میان تو جام چون با به امتیاز پایین میبازن مورد تمسخر قرار میگیرن، اصلاً هم حمایتی انجام نمیشه و انگیزه این تیم برای سالهای بعد از بین میره که میشه با دلجویی از اعضای تیم، اونها رو برگردونیم و درواقع سعی کنیم تیمها رو نگه داریم.





## گذری در جام

بیا بید با من به عنوان یک وهمن نامه نویس وارد جام بشیم و سر از کار اعضای چند تا از کمیته های جام در بیاریم

دم در ورودی بچه های انتظامات رو میبینیم که وایسادن و دارن مرتب به بچه ها تذکر میدن بچه ها زیپ لباس فرما بالا ، دخترا با مانتو از سالن خارج شید با همشون حال و احوال میکنم و وارد میشم.

کمیته کودک مثل همیشه سرش شلوغه ، بچه های کوچیک و بزرگ دور هم جمع شدن یا دارن بازی های کامپیوتری میکنن یا کوچولو ها نشستن و دارن نقاشی میکنن بعضی ها هم تو صف نقاشی صورت وایسادن.

بچه های کمیته پزشکی در حال تست گرفتن ، یکی دوتا شونم با کمپرس یخ یا اسپری دور بازیکنان میچرخن

بچه های کمیته عکس در حال ادیت عکس و بعضی هاشونم تو سالن از بازیکنان ، برگزار کننده ها یا تماشاچیان عکس میگیرن

بچه های روابط و ستاد هم که مثل همیشه در حال تایپ کردن ، لوح زدن و جوایز چیدن هستن ، وارد سالن میشم

بچه های کمیته داوری و برگزاری با چشمای قرمز ولی با روحیه بشاش وسط زمین در حال داوری یا بحث کردن با بازیکنان و داورها هستن

کمیته VIS و چیدمان که دور زمین پخش شدن و در حال نوشتن هستن هماهنگ کننده مثل مرغ پر کنده همه جا در حاله دویدنه که مشکلی پیش نیاد ، اعضای هیات مدیره همه جای سالن پخش شدن و در حال کمک به کمیته ها هستن

خزانه دار و کمکشم که مثل همیشه در حال فاکتور زدن و جمع هزینه ها هستن بچه های پذیرایی هم که با وانت در حال خرید هستن ، میریم سراغ بوفه که به کمیته ی خوشمزه ها معروفه ، بوی غذا آدمو بیهوش میکنه و مردم که تو صف سیب زمینی و ساندویچن

کمیته ی افتتاحیه - اختتامیه هم که در حال چیدن برنامه های اختتامیه و چیدمان رژه هستن . میرم پشت میز خودم ، وهمن نامه ها پرینت شدن و بچه ها در حال منگنه زدن هستن و عده ای هم در حال نوشتن گزارش بازی ها و تایپ کردنش هستن ، دختر کوچولویی گوشه ی مانتوم رو میکشه و وهمن نامه روز قبل رو نشونم میده و میگه خاله من مسابقتونو حل کردم جایزه چی میشه؟ سرم رو میگیرم بالا قطره های بارون روی صورتم میشینه و میگم خاله جایزمو سلامتی و دل خوش از برگزاری همین جام ، چه جایزه ای از این قشنگ تر؟؟



## مصاحبه

در خدمت جناب آقای شروین کاووسی هستیم و افتخار مصاحبه با ایشان رو داریم: جناب آقای کاووسی از چه سالی والیبالی رو شروع کردید؟ اصلا چرا والیبالی؟ چرا ورزش دیگه رو انتخاب نکردید؟ کسی مشوقتون بود؟

با درود و خسته نباشید خدمت هموندان انجمن یانش وران مانتره که زحمت برگزاری جام وهمن رو میکشن. من از بچگی والیبالی و بدمینتون رو با هم شروع کردم و به صورت حرفه ای، چون تو شیراز بیشتر افراد همین ورزشها رو دنبال میکردن.

تورشته ی بدمینتون تو تیم نوجوانان بودم و یک سال تو تیم نوجوانان فارس، که به خاطر شرایط جسمانی از این تیم جدا شدم و بدمینتون روبه صورت حرفه ای تا اردوی تیم ملی پیش رفتم.

و والیبالی رو هم در جامعه با مربی‌های خیلی خوب ادامه دادم.

ورزشهای دیگه‌ای هم انجام میدید؟ و اینکه والیبالی حالا از هر نظر، جسمی و روحی روی ورزشهای دیگه ی شما تاثیر میذاره؟

بله بدمینتون ولی تاثیر آنچنانی نداشت.

شما تو جام وهمن شناور بودید یعنی تو یه تیم ثابت نبودید، دلیلش چی بوده؟ و اینکه بعضی وقتها حتما چون شهرهاتون از هم دور بوده نتونستید با تیمی که انتخاب کردید تمرین کنید، براتون سخت نبوده؟ یعنی تاثیری داشته روی روند بازیتون؟

من چون محل زندگیم شیراز بود و تیم شیراز حالا به دلایلی تشکیل نمیشد، مجبور بودم تو تیم های دیگه شرکت کنم، و من چون دانشجوی یزد و کرمان بودم و تو تیم‌های کسنویه و تیم همتی کرمان هم بازی کردم، بعد تیم پاریسیان تشکیل شد و تیم خوبی شد و توی اون تیم هم بازی کردن و خدا رو شکر توی تمام تیم‌هایی که شرکت کردم تجربه‌های

جدید و خوبی به دست می‌اوردم.

شرایط که سخت بود ولی من چون هر سال والیبالی رو بازی میکردم سعی میکردم شرایط بدنی خودم رو ثابت نگه دارم و طبق تجربه‌ای که داشتم میتونستم با تیم‌ها سریع هماهنگ بشم.

تا حالا شده با تیمی که انتخاب کردید به مشکل برخوردید حالا یا از نظر نحوه ی بازی یا اخلاقی با تکنیکی؟

نه مشکلی نداشتم و چون تیمی که تشکیل میشه همدلی که در اون وجود داره شرایط







رو آسون میکنه.  
تو حین بازی یه سری دلخوری‌های کوچیکی پیش میومد اما توی تمام تیم‌ها مشترک بود و خیلی طبیعی بود.

جام وهمن رو چه جوری میبینید؟ به نظر شما اونجور که میگن جام حرفه‌ای یا تکنیکی

والیبال هست یا کمبودهایی داره؟

من چون خودم عضو یانش وران بودم و در جریان برگزاری جام بودم، میدونم که برگزارکننده‌های جام چه مشکلاتی دارن و سعی میکنن با تمام توانشون جام رو برگزار کنن، مسلماً کمبودهایی هم هست اما اگه کمی توقعمون رو پایین بیاریم همه چیز حل میشه، ما سعی کردیم تو جلسات قبل از جام انتقادهایی که به جام داشتیم رو بگیم و خدا رو شکر بچه‌های یانشوران حالا بسته به شرایطشون تا جایی که تونستن رفع کردن. تنها نکته‌ای که هست بچه‌های یانشوران باید رضایت بازیکنان رو بسنجن و کارهایی رو که طبق تجربه میفهمن که مورد علاقه تیم‌ها هست رو بنیادی کنن و این روش رو هرسال اجرا کنن.

به نظرتون تو جام وهمن سطح بازیها برابره؟

یعنی همیشه از روز اول حدس زد بازیها چه جور پیش میره نتایج بازیها چه جوریه؟ کی برنده میشه؟

آنچنان صد در صد همیشه پیش بینی کرد، بازی‌های جام پارسال رقابت‌ها خیلی نزدیک بود و سطح تیم‌ها خیلی به هم نزدیک شده بود. پارسال ما تصورمون از تیم سوم تیم همتمی کرمان بود ولی منتخب با بازی جالبی که از خودش نشون داد تونست مقام سوم رو به دست بیاره و بازی فینال خیلی پایاپای پیش رفت.

این شایعه‌ای که پارسال پخش شد که کرونا تو جام وهمن پخش شده رو شنیدید؟ به نظر شما تا چه حد صحت داره؟

خودتون دارید میگید شایعه و فکر میکنم شیوع کرونا اونقدر مسئله بزرگتری هست که محدود به جام وهمن نباشه اما این رو هم همیشه نادیده گرفت که بعضی از افراد بعد از جام وهمن علائم کرونا رو داشتن و به نظرم اگر اطلاع‌رسانی میشد انجمن یانش وران تشخیص میداد که برگزار نکردن این جام به





نفع جامعه‌ی زرتشتیه.

تو دوران کرونا به تغذیه و ورزشتون رسیدگی میکنید؟ یا کرونا باعث شده افت بدنی پیدا کنید؟ و چون جامعه‌ی زرتشتی برگزار نمیشه میل و رغبتی برای ورزش ندارید؟ راستش رو بخوام بگم من تو این دوران ورزش نکردم، اما میتونم بگم که اگر کرونا ریشه‌کن بشه و دوباره تمرین‌ها شروع بشه من خودم اولین نفر شرکت میکنم. ایا شما از طرف مسئولین جامعمون یا مسئول‌های شهرتون برای ورزش حمایت شدید؟ بله من از طرف انجمن زرتشتیان شیراز، هم برای ورزش بدمینتون و هم برای ورزش والیبال حمایت شدم.

به نظرتون ورزشکارهای جامعه در حد همین جام‌های ورزشی شرکت کنن کافیه؟ حمایت میشن یا اینکه استعدادهاشون سرکوب میشه؟ به نظر من جامعه زرتشتی برای شروع و استارت مناسبه اما اگر افراد بخوان رشد و پیشرفت کنن باید تو جامعه بزرگتر و تمرین‌های بیرون از جامعه شرکت کنن، به خاطر اینکه سطح بازیکنای جامعه زرتشتی ثابته اما اگر فرد بتونه بیرون بازی کنه با بازیکنای بیشتری آشنا میشه و میتونه خودش رو درست و واقعی بسنجه. میدونم که خسته شدید و عذرخواهی میکنم که سرتونو درد آوردیم و ممنونیم که وقتتون رو به ما اختصاص دادید....

در اخر اگر حرفی، سخنی، توصیه‌های دارید بفرمایید به گوش جان میشنویم  
در اخر تشکر میکنم از همه هموندان انجمن

یانش وران مانتره که هرساله با هم‌آزوری خوشون این جام رو با تموم سختیاش برگزار میکنن. سوالات بسیار خوبی پرسیده شد و من هم تلاش کردم همشون رو کامل جواب بدم و به قولی آنچه از دل بر آید بر دل نشیند  
با تشکر از جناب آقای کاووسی که با سخنان شیوای خودشون ما در این مصاحبه یاری نمودند.





## ماجراهای من و قرنطینه

از خواب بیدار شده بودم دستی به شکم بزرگم کشیدم و گفتم : صبح به خیر همدم قرنطینه‌ی من، امروز صبح صبحونه چی میل دارید قربان ؟ شکمم قار وقوری کرد، انگار جواب داد: بنده ی من یه سوسیس تخم مرغ مشتکی بزن با چای نبات.

به سختی خودمو کشون کشون از تخت بیرون کشوندم تا برم به مراسم صبح‌گاهیم برسم، سوسیس تخم مرغمو که درست کردم با چای نبات عجب چسبید

همینجوری دراز کشیدم رو مبل و زدم کانال ورزش: یه سری خانم‌های خیلی محترم که انگار خیلی حال اضافه داشتن، داشتن ورزش میکردن، اونم تو پارک و صبح زود ساعت ۱۱.

مامانم از تو آشپرخونه داد زد: « حالا که صبحونتونو میل کردید جناب پاشید یه ورزش به اون کمرتون بزنید نکنه صد تا کاریشو سوزوندین.»

«حوصله داری مادر من، اصلا دارم اینا رو هم میبینم که دارن ورزش میکنن کمرم رگ به رگ میشه.»

مامانم همون‌طور که داشت غر غر میکرد با صدای بلند میگفت: « ای ذلیل شی کرونا، قبلش چی بود این بچه که الان تنها ورزشش اینه که از رو این مبل پا شه بره بخوابه رو اون یکی.

بابا این کرونا که دیگه ربطی به پیاده روی نداره پاشو یه ماسک بزن، دو قدم راه برو میترسم پاهات راه رفتنم یادشون بره‌ها از ما گفتن.»

بالای سرم یه ابر سفید باز شد که توش نوشته بود کاش یه قرصی چیزی بود میدادی مامانا هر کاری میکردی فقط قربون صدقت میرفتن.

پا شدم به زور شال و کلاه کردم اون ماسک لعنتیم که دیگه انگار جزو پوششمون شده بود رو پوشیدم و از خونه زدم بیرون. چقدر خیابونا عوض شده بودن، چقدر آدما عوض شده بودن،

رفتم سوپر مارکت سر کوچه یه آبمیوه بگیرم بخورم وسط پیاه روی ضعف نکنم حتی فروشنده سوپر مارکت محمولونم عوض شده بود،



از خواب بیدار شده بودم دستی به شکم  
بزرگم کشیدم و گفتم : صبح به خیر همدم قرنطینه‌ی من، امروز صبح صبحونه  
چی میل دارید قربان ؟  
شکمم قار وقوری کرد، انگار جواب داد: بنده ی من یه سوسیس تخم مرغ مشته  
بزن با چای نبات.  
به سختی خودمو کشون کشون از تخت بیرون کشوندم تا برم به مراسم  
صبح‌گاهیم برسم، سوسیس تخم مرغمو که درست کردم با چای نبات عجب چسبید  
همینجوری دراز کشیدم رو مبل و زدم کانال ورزش: یه سری خانم‌های خیلی محترم  
که انگار خیلی حال اضافه داشتن، داشتن ورزش میکردن، اونم تو پارک و صبح زود  
ساعت ۱۱.  
مامانم از تو آشپرخونه داد زد:« حالا که صبحونتونو میل کردید جناب پاشید یه  
ورزش به اون کمرتون بزنید نکنه صد تا کالریشو سوزوندین.»  
«حوصله داری مادر من، اصلا دارم اینا رو هم میبینم که دارن ورزش میکنن کمرم  
رگ به رگ میشه.»  
مامانم همون‌طور که داشت غر غر میکرد با صدای بلند میگفت:« ای ذلیل شی  
کرونا، قبلش چی بود این بچه که الان تنها ورزشش اینه که از رو این مبل پا شه بره  
بخوابه رو اون یکی.  
بابا این کرونا که دیگه ربطی به پیاده روی نداره پاشو یه ماسک بزن، دو قدم راه  
برو میترسم پاهات راه رفتنم یادشون بره‌ها از ما گفتن.»  
بالای سرم یه ابر سفید باز شد که توش نوشته بود کاش یه قرصی چیزی بود  
میدادی مامان هر کاری میکردی فقط قربون صدقت میرفتن.  
پا شدم به زور شال و کلاه کردم اون ماسک لعنتیم که دیگه انگار جزو پوششمون  
شده بود رو پوشیدم و از خونه زدم بیرون. چقدر خیابونا عوض شده بودن،  
چقدر آدما عوض شده بودن،  
رفتم سوپر مارکت سر کوچه یه آبمیوه بگیرم بخورم وسط پیاه روی ضعف نکنم  
حتی فروشنده سوپر مارکت محمولونم عوض شده بود،



اصلا عین کسایی شده بودم که انگار از اول عمرشون نابینا بودن و الان تازه چشمشون به دنیا باز شده،

چه ماسک های قشنگی اومده بود حتی رنگاشون با رنگ لباسات ست میشد، چقدر چشمای آدما از زیر ماسک ها جذاب تر شده بود، اصلا به نظر من خدا خیر کرونا بده همین که نمیتونی قیافه‌ی بعضی‌ها رو ببینی خودش نعمته. یه نیمکت خالی پیدا کردم اسپری الکلومو از تو جیبم اوردم بیرون و خالی کردم رو نیمکت، یک هشتمشم خالی کردم رو دستام اما بعدش به خودم گفتم من که دست به چیزی نزده بودم، اما بهتر، پیشگیری بهتر از درمانه

شاید قبل از من یکی اینجا بوده که کرونا داشته، همینجور که ذهنم درگیر این کشمکش های الکی ذهنم بود یه نفر از پشت اسممو صدا کرد.

ادامه در وهمن نامه ی بعد....

