

## روزهای خوش نیمکت‌نشینی

از کنارمان می‌گذرند، آن قدر آهسته‌آهسته که گاه حتی حضورشان به چشم نمی‌آید، آرام و با احتیاط روی یکی از نیمکت‌های چوبی پارک می‌نشینند و به دور دست‌ها خیره می‌شوند.



ازنشستگان به همراهی و همدلی و همصحبتی نیاز دارند

### روزهای خوش نیمکت‌نشینی

از کنارمان می‌گذرند، آن قدر آهسته‌آهسته که گاه حتی حضورشان به چشم نمی‌آید، آرام و با احتیاط روی یکی از نیمکت‌های چوبی پارک می‌نشینند و به دور دست‌ها خیره می‌شوند.

جام جم سرا: نگاه کم فروغ و صدای گرفته‌شان انگار حکایت از خستگی مفرط دارد. گویی با وجود این که سال‌هاست از روزمرگی و یکنواختی کار اداری فارغ شده‌اند، اما همچنان محکومند به این که سنگینی فشارهای جسمی و روحی 30 سال کار بی‌وقفه را تا پایان عمر با خود به دوش بکشند. این فصل مشترک زندگی خیلی از بازنشستگانی است که گرد سالمندی بر سر و موی‌شان نشسته است. بازنشستگی که هر کدام شان وقتی روزی شروع به کار کردند برای خودشان جوانی بودند رعنا و پرانژی که از میان خرمن موهای سیاه شاید به زحمت چندتایی موی سپید پیدا می‌شد، اما حالا از آن سال‌ها جز جسمی رنجور، روحی آزرده و ذهنی پر دغدغه چیزی عایدشان نشده است.

همان‌هایی که در این روزهای پیری و از کارافتادگی باید گوشه‌ای با خیال آسوده بنشینند و از ثمره 30 سال کار و تلاش بی‌وقفه بهره ببرند، اما نه تنها این اتفاق نمی‌افتد بلکه برای خیلی‌هایشان بازنشستگی با آغاز دورانی سرشار از دغدغه‌ها و دل‌نگرانی‌های جدید معنا شده است.

دوران سالمندی برای اکثر بازنشستگان با نشستن روی نیمکت پارک‌های کوچک و بزرگ شهرمان به‌طور رسمی کلید می‌خورد، جایی که برای بسیاری از بازنشستگان حکم خانه دوم شان را پیدا کرده است. 28 مهر روز تکریم بازنشستگان بهانه ای است تا به سراغ جمعی از سالمندان بازنشسته شهرمان برویم.

### پارک محله، پاتوق همیشگی

صبحانه خورده و نخورده، کت و شلوار پوشیده، عصا به دست، ادکلن زده جلوی در آماده رفتن است، اما نه، یک چیز مهم را فراموش کرده است، همان زیرانداز کوچکی که تقریباً همه بازنشستگانی که چند ساعتی را قرار است روی صندلی‌های پارک محله بنشینند از آن برای راحتی و آسایش بیشتر استفاده می‌کنند.

این کار هر روز پدربزرگ است. نوه‌ها گاهی به شوخی به او می‌گویند انگار بابابزرگ باید مثل کارمندان اداره هر روز سر ساعت خاصی جلوی در ورودی پارک محله کارت بزند.

خیلی از بازنشسته‌ها مثل او برای رفت و آمد به پارک برنامه‌ریزی مخصوص به خودشان را دارند، برخی یک بار و بعضی‌هایشان هم روزی دو مرتبه از خانه می‌زنند بیرون. صبح تا وقت نهار و نماز و عصرها تا وقت اذان و شام. این برنامه روزانه بسیاری از سالمندانی است که بوستان نزدیک خانه پاتوق همیشگی‌شان شده است.

عبور از کوچه‌ها و نشستن روی نیمکت پارک‌ها تا وقتی ادامه دارد که هوا خوب است، هوا هم که رو به سردی برود تا می‌توانند لباس گرم به تن می‌کنند، وقتی هم که بیش از حد آلوده شود ماسک می‌زنند، خلاصه هر مانعی را با راهکار مخصوص خودشان از پیش پا برمی‌دارند تا به هر قیمتی شده از خانه بزنند بیرون و چند ساعتی همنشین شدن با دوستان را در پارک محله از دست ندهند.

هر کس خودش را طوری مشغول می‌کند، یعنی خوب که دقیق شوی می‌بینی هر گروه از سالمندان بسته به ذوق و حال و هوای شان با یک عده از هم سن و سال‌هایشان گرم گرفته‌اند. گروهی شطرنج بازی می‌کنند، یک عده دسته جمعی پیاده‌روی می‌کنند و یک گروه دور هم روی نیمکت نشسته‌اند و خاطرات قدیم را زنده می‌کنند یا مانند یک تحلیلگر حرفه‌ای در جمع دوستان به تحلیل آخرین اخبار و وضع سیاسی روز می‌پردازند و حتی گاهی وقت‌ها هم که با نظر هم موافق نیستند با طرح بحث‌های چالشی سعی می‌کنند حرف خودشان را به کرسی بنشانند.

محل آن گروه کوچکی که گوشه پارک پاتوق شان هست هم گرم و تماشایی است. آنهایی که ذوقی برایشان مانده با کف زدن و تشویق از یکی از پیرمردهای جمع که می‌گویند ته صدای خوبی هم دارد، می‌خواهند برایشان یک دهن آواز بخواند و او هم شروع به خواندن یکی از آن تصنیف‌های دلنشین قدیمی کرده و جمع را از صدایش مستفیذ می‌کند. ضیافت ساده و دور همی‌شان هم صفای خودش را دارد. وقتی هم که به خانه بر می‌گردند خوراکی‌هایی از جیب‌شان درمی‌آورند که آدم را به خنده می‌اندازد. توی جیب هایشان مثل بچه‌های مدرسه‌ای همه جور خوراکی پیدا می‌شود از لواشک‌های لقمه‌ای گرفته تا نخودچی و کشمش. خیلی وقت‌ها هم به نوبت داوطلب می‌شوند که دوستان پارک نشین‌شان را به ضیافت یک فنجان چای کیسه‌ای یا بستنی میوه‌ای دعوت کنند.

خلاصه پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌هایی که مشتری پر و پا قرص پارک محله هستند دل شان به همین دلخوشی‌های کوچک گرم است، اما امان از روزهای بارانی و برفی که جمع‌نشینی‌ها محکوم به تعطیلی می‌شود. ماندن در کنج خانه تنها راه جنگیدن با زمان است که به کندی می‌گذرد.

فقط نیمکت‌نشین شده‌ایم

تا حالا با خودتان فکر کرده‌اید چرا برنامه رفتن به پارک جزء جدانشدنی از زندگی بازنشستگان شده است؟ جواب خیلی واضح است. آنها هیچ تفریح و سرگرمی دیگری جز این ندارند. نیمکت‌نشینی و گپ و گفت با هم سن و سال‌ها برای اکثر بازنشستگان سالمند تنها سرگرمی و دلخوشی شان است.

این موضوع را شاید سالمندانی که در پارک‌های محله‌ای مناطق جنوبی شهر رفت و آمد دارند بهتر درک کنند. پارک محله‌ای که بسیاری از بازنشستگان سالمند هر روز ساعاتی از وقت‌شان را در آن می‌گذرانند، تشکیل شده از یک میدان کوچک با محوطه‌ای محدود که تعدادی گل و گیاه در آن کاشته شده و چند نیمکت هم در آن نصب شده است، فضایی بسیار محدود که حتی بسختی می‌توان از بین صندلی‌ها جایی برای قدم زدن در آن پیدا کرد. بیشتر پارک‌های محله‌ای در مناطق جنوبی شهر در همین تصویر شبیه‌سازی شده که برایتان گفتیم، خلاصه شده است.

آقای احمدی پیرمردی است که به دلیل کهولت سن سال‌هاست دیگر دست از کار ساختمانی کشیده و مشتری دائم پارک محله‌شان است. او از کوچک بودن فضای پارک محله‌شان گلایه دارد و می‌گوید نیمکت‌های پارک حتی جوابگوی سالمندانی که عصرها از محله‌های اطراف اینجا دور هم جمع می‌شوند، نیست.

او که گاهی به منزل دخترش در حوالی محدوده سیدخندان سر می‌زند به متفاوت بودن امکاناتی که در پارک‌های محله‌ای آن منطقه برای استفاده عموم به کار گرفته شده اشاره می‌کند و می‌گوید: از نظر فضای سبز آن پارک‌ها قابل قیاس با پارک محله ما نیست، فضای پارک‌های مناطق شمالی شهر حتی پارک‌های محله‌ای آنقدر هست که بتوان در محوطه آن قدم زد در حالی که محوطه پارک محله ما بسیار کوچک و جمع و جور است و با صندلی‌های کار گذاشته شده و بچه‌هایی که در حال بازی و جست و خیز هستند دیگر جایی برای قدم زدن نمی‌ماند.

نکته دیگر وجود خانه‌های محله، در پارک‌های محله‌ای مناطق شمالی شهر است که این امکان را به سالمندان می‌دهد تا هر از گاهی از برنامه‌های آموزشی آن استفاده کنند ضمن این‌که در این پارک‌ها دائما با گذاشتن موسیقی و پخش برنامه‌های رادیویی فضایی شاد و سرگرم‌کننده برای افراد حاضر در پارک فراهم می‌آورند.

البته نه این‌که پارک‌های مناطق جنوبی شهر اصلا دارای چنین امکاناتی نباشند، بلکه این امکانات بیشتر شامل بزرگ‌ترین پارک یک منطقه می‌شود و دیگر پارک‌های محله‌ای از داشتن چنین امکاناتی محروم هستند.

وقتی جنس دغدغه‌ها هم فرق می‌کند

بساط ورزش صبحگاهی هر روز به پاست. این گوشه از پارک شفق در منطقه 6 پاتوق تعدادی خانم‌ها و آقایان سالمندی است

که هر روز با کلی ذوق و شور و نشاط دور هم جمع می‌شوند و حرکات نرمشی انجام می‌دهند حتی یکی از آقایان رادیوی قدیمی کوچکش را می‌آورد و با گذاشتن روی موج برنامه‌های صبحگاهی که گاه موسیقی‌های دلنشینی از آن پخش می‌شود به نشاط جمع می‌افزاید.

در میان بازنشستگی که به این پارک محله‌ای رفت و آمد می‌کنند همه جور آدمی پیدا می‌شود. آقایان یا کارمند فلان اداره دولتی بوده‌اند یا مدیرعامل فلان شرکت و مهندس راه و ساختمان و خانم‌ها یا استاد دانشگاه بوده‌اند یا پزشک و دبیر بازنشسته.

حتی نوع برخورد و گفت‌وگوهای رد و بدل شده میان آنها هم دیدنی است. پیرمردهایی که روی نیمکت‌های نصب شده دور آبنمای پارک می‌نشینند اکثراً یا روزنامه به دست دارند یا در حال تحلیل مسائل سیاسی روز هستند. بحث خانم‌های پا به سن گذاشته با هم شنیدنی است.

آنها یا در حال گزارش وقایع اتفاق افتاده بین دوست و فامیل هستند یا درباره دخترها و پسرهایشان که در خارج از کشور اقامت دارند با هم صحبت می‌کنند. گاهی هم که خوب روی حرف‌هایشان دقیق شوی رنگ و بوی نوعی به رخ کشیدن از داشته‌ها و نداشته‌ها را به وضوح می‌توانی ببینی. هرچند وقتی پای درد دل‌شان هم که بنشینی کم گلایه ندارند از تنهایی و بی‌وفایی بچه‌ها، اما به هزار و یک دلیل مثلاً این‌که شاید ترجیح می‌دهند حداقل پیش دیگران حفظ ظاهر کنند یا خوشی این چند ساعتی که در پارک هستند کمتر از بین ببرند، به هر حال ترجیح می‌دهند نارضایتی‌ها را کمتر به زبان بیاورند.

اما کمی پایین‌تر به فاصله سوار شدن یک خط اتوبوس از میدان تجریش تا راه آهن اوضاع کمی فرق می‌کند. اینجا بازنشسته‌ها اکثراً شغل دولتی داشته‌اند. دخترها و پسرها رفته اند خانه بخت یا دانشجوی هستند، اما پای صحبت سالمندان نیمکت‌نشین پارک‌ها که بنشینی می‌بینی هنوز هم در میان دغدغه‌هایشان ردی از نگرانی برای بچه‌ها دیده می‌شود. آن یکی دامادش دائم شغل عوض می‌کند و سر یک کار ثابت بند نمی‌شود. نتیجه این می‌شود که شش ماه از سال یک حقوق بخور و نمیر دارد و شش ماه از سال را چشم به دست پدرزن دوخته است که زیر زیرکی خرجی مختصری به دخترش بدهد تا امورات شان را بگرداند.

دیگری باید برای دختر نوعروسش با حقوق بازنشستگی جهیزیه فراهم کند. آن یکی گلایه دارد از این‌که چرا دخترها و پسرها به همراه عروس‌ها و دامادها و نوه‌ها هفت روز هفته جمع می‌شوند خانه‌شان.

می‌ریزند، می‌خورند و می‌پاشند. نه از این‌که دور و برشان شلوغ باشد ناراحت باشد فقط نمی‌داند این حقوق بخور و نمیر بازنشستگی را چطور باید تا سر ماه برساند؟

کمی بالاتر، اما جنس دغدغه‌ها متفاوت‌تر می‌شود نه این‌که آنها مشکلات مالی نداشته باشند یا نگران زندگی و آینده فرزندان‌شان نباشد بلکه متفاوت بودن شرایط و سبک زندگی آنها باعث شده که دغدغه‌هایشان هم خاص‌تر باشد.

خانم‌ها بیشتر در حال رد و بدل کردن دستوره‌های آشپزی هستند یا برای میهمانی‌های آخر هفته‌شان پیشنهادهای مختلف را با همدیگر بررسی می‌کنند. پیرمردها هم معمولاً به وضع ظاهری‌شان خیلی اهمیت می‌دهند و سرحال‌تر از هم سن و سال‌هایشان که آن پایین‌ترها مثل خودشان چند ساعتی از روز را نیمکت‌نشین پارک هستند، به نظر می‌رسند.

نیمکت نشینی از جنس همدردی

پیرمرد عصایش را در دست راست گرفته و به صندلی فلزی پارک تکیه داده و به آبنمای وسط میدان خیره شده و از دوستانش سراغ پیرمردی را می‌گیرد که چند روزی است به اصطلاح خودشان غیبت دارد.

وقتی قرار باشد هر روز سر یک ساعت معین از خانه بزنی بیرون به عشق چند ساعت همنشینی و گپ و گفت با چند تا آدم هم‌سن و سال خودت که جنس دلخوشی‌ها، دردها و رنج‌ها، دلنگرانی‌ها و مشکلاتشان مثل خودت است، آن وقت دیگر غیرممکن است که به بودن در جمعشان عادت نکنی.

پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌هایی که پارک سر کوچه، خانه دومشان است کم‌کم به جایی می‌رسند که نمی‌توانند نسبت به بود و نبود یکی از دوستانشان بی‌تفاوت باشند، چون این خاصیت دور هم‌نشینی‌های سالمندان در پارک‌هاست.

خیلی وقت‌ها پیش آمده که وقتی یک نفر از جمعشان دچار کسالتی می‌شود، پیرسان پیرسان نشانی خانه‌اش را پیدا می‌کنند و

چند نفری به نمایندگی از جمع دوستان برای عیادت راهی می‌شوند. حتی وقتی یکی از دوستانشان به مشکل مالی برمی‌خورد، تلاش می‌کنند به هر قیمتی شده گره از کارش باز کنند، چون نمی‌توانند نسبت به وضع و حال دوست نیمکت‌نشین‌شان بی‌تفاوت باشند. پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌های نیمکت‌نشین هم برای خودشان اصول و قاعده‌ای در این جمع دوستانه دارند که به هیچ قیمتی حاضر نیستند به آن خدش‌های وارد شود. یار و غمخوار هم بودن و دل به دل هم‌دیگر دادن‌ها خصوصیت بارز از روحیه و منش بازنشستگان پارک‌نشین شهر ماست.