

شماره ۱



اگر هم نه همیشه باید اولین باری و مجرد داشته باشد



www.dbook.ir

/ راهنمای انعطاف بدنی

کریگ کلیونجر / و / رضا اسکندری آذر

www.dbook.ir

www.dbook.ir



هیر مند

یک

می توانم تمام اورژانسیم را یکجا برایتان بشمارم:

آگوست ۱۹۸۵. پرکویت. قرص ۵ میلی گرمی پرکوست از لحاظ ظاهری با قرص ۳۲۵ میلی گرمی اش مو نمی زد، که آن هم کاملاً شبیه قرص های مسهل رایج بود. حالم آن قدر خوش نبود که بتوانم نوشته های ریز پشت خشاب قرص را بخوانم؛ نتیجه: اتاق اورژانس، ۳ اونس داروی شست و شوی معده، مقادیر زیادی استفرغ سموم و مواد چسبناک، ۳۷ ساعت درد عضلانی و دفع خون از مقعد.

فوریه ۱۹۸۶. متوکاربامول. کپسول های زرد روشن؛ مثل مدادشمعی بچه ها. آن پنج تا قرصی که انداختم بالا ضربان قلبم را متوقف کرد و قبل از آنکه تیم احیای اورژانس با شوک الکتریکی برم گرداند به دنیای زنده ها، آن تونل نورانی ای را که مردم موقع تشنج مغزی می بینند، با چشم های خودم دیدم. ناکس ها برای آن شوک ناقابل ۱۶۰ دلار تیغم زدند.

ژوئن ۱۹۸۶. پتیدین. ۲۳ قرص آسپرین به علاوه ی پتیدین باعث شد آسیب جسمانی ای که در ۱۴ سالگی به خودم زده بودم، از نو خودش را نشان بدهد.

نوامبر ۱۹۸۶. آن سال سرم خیلی شلوغ بود. ویکودین. تصورش را بکنید صبح با یک شکم ورقلمبیده از خواب بیدار شوید و به این فکر کنید که حالا باید این تشریفات را به نوبت انجام دهید:

دوش.

قهوه.