

چگونه زمان را متوقف کنیم

نویسنده: مت هیگ

مترجم: گیتا گرکانی



هیرمند

دارای حق انتشار در ایران ©

من پیر هستم.

این اولین چیزی است که به شما می گویم. چیزی که به احتمال زیاد باور نمی کنید. اگر مرا می دیدید احتمالاً فکر می کردید حدود چهل سال دارم، اما خیلی در اشتباه بودید.

من پیرم - پیر آن طور که یک درخت، یا یک صدف دوکفه‌ای سفت، یا یک نقاشی دوران رنسانس پیر است.

برای اینکه تصویری داشته باشید: بیش از چهارصد سال قبل در سوم مارس ۱۵۸۱ به دنیا آمدم، در اتاق والدینم، در طبقه‌ی سوم یک شاتوی کوچک فرانسوی که خانه‌ی من بود. از قرار معلوم برای آن وقت سال روز گرمی بود و مادرم از پرستارش خواسته بود همه‌ی پنجره‌ها را باز کند.

مادرم گفت: «خدا به تو لبخند زد.» اگرچه فکر می کنم شاید باید این را اضافه می کرد - حتماً وجود داشته - از آن زمان لبخند به اخم بدل شد.

مادرم مدت‌ها پیش مرد. اما، من نمردم.

می دانید، من دچار عارضه‌ی خاصی هستم.

تا مدت‌ها به آن به چشم نوعی بیماری نگاه می کردم، اما بیماری واقعاً کلمه‌ی درستی نیست. بیماری حاکی از بدحالی و تحلیل رفتن است. بهتر

است بگویم من عارضه‌ای دارم. عارضه‌ای نادر، اما نه منحصر به فرد. چیزی که تا کسی به آن مبتلا نشده، از آن خبر ندارد.

این عارضه در مجلات رسمی پزشکی نیست. اسم مشخصی هم ندارد. اولین دکتر شناخته شده‌ای که به آن اسمی داد، در ۱۸۹۰، آن را «آناگریا» نامید بدون تأکید بر گ، به دلایلی که بعد روشن خواهد شد، چنین چیزی هرگز به اطلاع عموم نرسید.

این عارضه در حوالی دوران بلوغ بروز می‌کند. خوب بعد از آن اتفاق زیادی نمی‌افتد. در ابتدا افراد متوجه نمی‌شوند به آن «مبتلا» شده‌اند. گذشته از همه چیز، آدم‌ها هر روز بیدار می‌شوند و همان چهره‌ی دیروز را در آینه می‌بینند. روز از پس روز، هفته از پس هفته، حتی ماه از پس ماه، آدم‌ها به شکل چندان محسوسی تغییر نمی‌کنند.

اما با گذشت زمان، روزهای تولد یا روزهای خاص سال، آدم‌ها می‌فهمند پیرتر نمی‌شوند.

هر چند، واقعیت این است که فرد از پیرشدن دست نمی‌کشد. افراد مبتلا به آناگریا دقیقاً مثل همه پیر می‌شوند. فقط خیلی آهسته‌تر. سرعت پیرشدن در آن‌ها کمی نوسان دارد، اما به طور عمومی نسبتش یک به پانزده است. گاهی یک سال در هر سیزده یا چهارده سال است اما در مورد من این رقم بیشتر به پانزده نزدیک بود.

بنابراین ما فناپذیر نیستیم. ذهن و بدن مان ایستا نیست. فقط بنا به آخرین یافته‌های علمی که پیوسته در تغییرند، جنبه‌های مختلف روند پیری ما - زوال مولکولی، اتصال عرضی سلول‌ها در یک بافت، جهش‌های سلولی و مولکولی (بعلاوه، از همه شاخص‌تر، در دی‌ان‌ای هسته‌ای) - در یک محدوده‌ی زمانی دیگر اتفاق می‌افتد.

موی من خاکستری خواهد شد. شاید طاس شوم. چشم‌هایم ممکن است به پیرچشمی ناشی از بالا رفتن سن دچار شوند. عاقبت توده‌ی عضلانی و تحرکم را از دست می‌دهم.

یک ویژگی آناگریا این است که سیستم ایمنی شما را قوی‌تر می‌کند، شما را از بسیاری (نه همه) عفونت‌های ویروسی و باکتریایی در امان نگه می‌دارد، اما در نهایت حتی این هم رو به کاهش می‌گذارد. شما را با علم خسته نمی‌کنم، اما به نظر می‌رسد مغز استخوان ما در سال‌های اوج مان سلول‌های بنیادی خون‌ساز - آن‌هایی که به گلبول‌های سفید مربوط می‌شوند - بیشتری تولید می‌کند، اگرچه لازم است اشاره کنم که این ما را از جراحی یا سوء تغذیه در امان نگه نمی‌دارد و همیشگی نیست.

بنابراین، به من به چشم یک خون‌آشام جذاب نگاه نکنید که برای همیشه در اوج قدرت مردانگی باقی می‌ماند. اگرچه باید بگویم وقتی با توجه به ظاهر تان بین مرگ ناپلئون و اولین انسان روی ماه انگار فقط یک دهه گذشته، به نظر می‌رسد همیشه در اوج جوانی مانده‌اید.

یکی از دلایل اینکه مردم چیزی درباره‌ی ما نمی‌دانند این است که بیشتر آدم‌ها آماده‌ی باور آن نیستند.

انسان‌ها، به صورت یک قانون، چیزهایی را نمی‌پذیرند که با جهان‌بینی آن‌ها تناسب ندارد. بنابراین می‌توانید کاملاً به راحتی بگویید: «من چهارصد و سی و نه سال دارم»، اما واکنش به طور عمومی این خواهد بود: «تو دیوانه‌ای؟» دلیل دیگر اینکه مردم چیزی درباره‌ی ما نمی‌دانند این است که حفاظت شده‌ایم. به وسیله‌ی نوعی سازمان. هرکس که راز ما را کشف کند و آن را باور کند، عمر کوتاهش باز هم کوتاه‌تر می‌شود. بنابراین خطر تنها از جانب انسان‌های عادی نیست. از درون هم هست.