

# دردسره‌های پانسیون‌نشینی

**زندگی پانسیونی چه دردسرهایی دارد و برای بهتر تجربه کردنش باید چه مهارت‌هایی داشته باشیم؟**

اكرم انتصارى | روزنامه‌نگار

#### پرونده

چه برای درس به شهر تازه آمده باشد چه برای کار، اجاره‌ها در شهرهای بزرگ، به شکل عجیبی پالارفته و بودجه‌اش به اندازه‌ای است که هشتش گرو نه نماند. عاقبت مجبور می‌شود به جای اجاره خانه، به اجاره تخت در یک پانسیون فکر کند تا بتواند در شهر بماند و به کار یا درسش برسد. آگهی‌ها را زیرورو می‌کند و بعد از تماس با چند پانسیون، می‌فهمد که باید زندگی‌اش را در یک کیف و کمده خلاصه و شکل جدیدی از زندگی را تجربه کند.

زندگی در پانسیون‌ها قوانین خودش را دارد و تفاوتش با حکومت در اتاق و خانه پدری از زمین است تا آسمان. حریم شخصی آدم‌ها را پولی که برای اجاره تخت در اتاق یک تا چند نفره می‌دهند، تعیین می‌کند. البته این حریم با وجود رفت‌وآمد دیگران در اتاق‌ها باز هم صد در صدی نیست. قرار نیست در این پرونده، برای پانسیون‌نشینی و پانسیون‌نشین‌ها یکسره عیب‌تراشی کنیم و متوجهیم که برای بعضی، پانسیون آخرین گزین‌به روی میز است. به هر حال زندگی در چنین فضایی به مهارت‌هایی نیاز دارد که اگر بلد نباشیم، زندگی را برای‌مان سخت و چهنمی خواهد کرد. ما در این پرونده از دردسره‌های احتمالی پانسیون‌نشینی و فوت و فن‌هایی گفتیم که زندگی در این محیط را برای‌تان راحت‌تر می‌کند.

یک هفته در پانسیون، یک عمر تجربه!

## در آن پانسیون، اشتباهی بودیم

وقتی چهار روز در یک پانسیون دخترانه زندگی کردم، متوجه شدم که چرا هیچ‌وقت خاطرات مردها از دوره سر بازی‌شان تمام نمی‌شود. این چهار روز تجربه‌هایی به زندگی من اضافه کرد که شاید در شرایط معمول هیچ‌وقت آن‌ها را به دست نمی‌آوردم. ماجرا از این قرار است که حدود شش سال پیش با دو نفر از دوستان نزدیکم به شیراز رفتم و قرار بود یک هفته اقامت‌مان را در شیراز همان دوستی در خوابگاه دانشجویی باشیم تا هزینه سفرمان کمتر شود. دو، سه روز بیشتر نگذشته بود که مجبور شدیم قید آن خوابگاه را بزنیم و راهی پانسیون‌های دخترانه سطح شهر شویم. چمدان به دست به یکی از پانسیون‌هایی که آدرسش در فهرست پانسیون‌های آزاد دخترانه بود، رفتم. پانسیون یکی از خانه‌های کلنگی و ویلایی در مرکز شهر بود. خانمی حدوداً ۴۰ ساله مدیر پانسیون و چهره اصلی‌اش زیر تلی از کرم‌پودر و سایه و رژ لب پنهان بود. اسمش «مرجان» بود. پوشش ساده‌ای داشتیم، نگاهی به سرووضع‌مان انداخت و بعد از بررسی مدارک، به یکی از اتاق‌ها هدایت‌مان کرد.

#### بگومگوی شبانه!

اتاقی که از آن حرف می‌زنم، پذیرایی سابق همان خانه کلنگی بود که تا چشم کار می‌کرد در آن تخت‌های سه‌طبقه فلزی چیده شده بود و روی تخت‌ها بلبشویی از لباس و کیف و جوراب بود، طوری که شتر با بارش گم می‌شد. چند کمد با قفل‌های نیمه‌باز و بدون قفل هم در گوشه گوشه اتاق جا خوش کرده بود. تفاوت سنی آدم‌ها زیاد بود و اغلب‌شان بالای ۳۰ سال داشتند. جمعیتی که داخل اتاق بودند، هیچ ربطی به دانشجویان دانشتند و تعدادشان به راحتی به ۱۵ نفر می‌رسید. بیشتر جمعیت اتاق اهل شهرستان‌های اطراف شیراز و جنوب بودند. یکی آرایشگر بود، یکی در شرکت خصوصی کار می‌کرد و یکی هم بازاریاب! ما مهمان چند روز به‌بودیم. سه‌م‌مان یک گوشه از فرش پذیرایی بود و شب هم باید روی زمین در همان جامی خوابیدیم. شب اولی بود که در پانسیون کلنگی مذکور بودیم. رفت‌وآمد زیاد بود و بعضی که با مدیر پانسیون رفیق‌تر بودند شب، دیرتر می‌آمدند. همان شب اول وقتی یکی از دوستانم داشت با صدای آرام با ما حرف می‌زد، صدایی از آن طرف اتاق آمد که «خفه‌شین دیگه». خون دوستم به جوش آمد و بگومگوی کوتاهی شد. آن شب را به سختی به صبح رساندیم.

#### اولین شب آرامش

هر چند در دوتا چهار تا کر دیم دیدیم آن پانسیون، جای ما نیست. با چند پانسیون دیگر تماس گرفتیم و قرار شد به یکی از آن‌ها که به نظر می‌رسید شرایط بهتری دارد، سر بزنیم. تا پانسیون جدید کمتر از ۱۰ دقیقه راه بود. این بار با یک آپارتمان چند طبقه مواجه شدیم که در هر طبقه سه اتاق، یک آشپزخانه و سرویس بهداشتی و حمام مشترک داشت. اعضای اتاق‌ها به جز یک اتاق که تنها یک نفر در آن سکونت داشت، مشخص بود. در هر اتاق چهار نفر زندگی می‌کردند و محیطی که صاحبش بودند محدود به تخت و یک کمد قفل‌دار کوچک بود. «میم» دختری که ما با او هم اتاق شدیم اهل یکی از شهرستان‌های استان فارس بود و پدر و مادرش را از دست داده بود. ۲۲ ساله بود. صبح زود لباس فرم‌ش را می‌پوشید، آماده کار می‌شد و غروب بر می‌گشت. «میم» می‌گفت: «دوست نداشتم سرباز زندگی خواهر و برادرم شوم. به شیراز آمدم و بعد از گذراندن چند دوره آموزشی توانستم کاری در یک آژانس مسافرتی پیدا کنم. چند سال است مهمان این پانسیون هستم. با حقوقی که می‌گیرم توان اجاره کردن خانه را ندارم. می‌خواهم در سم را هم ادامه بدهم اما نمی‌دانم تا چند سال دیگر اوضاع چطور پیش می‌رود.» از «میم» شماره‌ای نگرفتم و نمی‌دانم هنوز مهمان آن پانسیون است یا نه.

روایتی از شروط و شروط پانسیون‌دارهای پایتخت برای اجاره یک تخت

## خلاصه زندگی در یک کمد قفل‌دار!

زندگی در پانسیون‌ها برای کسانی که می‌خواهند در شهرهای بزرگ بمانند، کار کنند و البته سقفی بالای سرشان باشد یک گزینه جدی است. به طوری که وقتی کلمه پانسیون را در سایت‌های مربوط به اجاره جست‌وجو کنید با انبوهی از آن‌ها روبه‌رو خواهید شد. پانسیون‌ها شرایطی دارد که آن‌ها را از مهمان‌سراها جدا می‌کند. اغلب با افراد شاغل و به صورت چند ماهه قرار داد می‌بندند. کنار توضیح مختصرشان، نوشته‌اند: «تعطیلی نداریم. ظرفیت تخت‌های خالی محدود است و از پذیرش بالای ۴۵ سال معذوریم.» با یکی از پانسیون‌های دخترانه در غرب تهران تماس می‌گیرم. یک خانم جواب را می‌دهد و می‌گوید: «ما به صورت ترم‌های شش ماهه قرار داد می‌بندیم. اتاق یک تخته‌ماهی سه میلیون و ۹۵۰ هزار تومان، هر تخت در اتاق دو تخته ماهی دو میلیون و ۴۰۰ هزار تومان و در اتاق شش تخته ماهی یک میلیون و ۲۵۵ هزار تومان است. برای ودیعه هم ۳۵۰ هزار تومان به اجاره هر تختی که می‌خواهید، اضافه کنید. هر تخت یک کمد قفل‌دار دارد و در هر طبقه یک آشپزخانه و سرویس بهداشتی. در هفته هم، فقط دوبار می‌توانید از ماشین لباس شویی استفاده کنید.»

#### خروپف کنی کنسله‌اقا!

شرایط در پانسیون آقایان کاملاً متفاوت است. یکی از پانسیون‌ها وقتی متوجه می‌شود برای یک آقا به دنبال اجاره تخت هستم، شرایطش را

مهارت‌هایی که برای زندگی در محیط‌های مشترک مانند پانسیون و خوابگاه حسابدی به کارتان می‌آید

## فنون همزیستی مسالمت‌آمیز!



فرزانه شهریار دوست | کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی

زندگی در محیطی که افراد از خطه‌های متفاوتی از کشور و فرهنگ‌های خانوادگی مختلف دور هم جمع شده‌اند، قطعاً به مهارت‌های خاصی نیاز دارد. در ادامه به چند مهارت مهم برای همزیستی مناسب در چنین فضاهایی می‌پردازیم.

#### به تفاوت‌ها احترام بگذارید

شاید تا به حال در محیط‌اشتراکی به صحنه‌ای برخورد‌ه باشید که غذای یک شخص یا برخی از ارزش‌هایش باعث تعجب و گاهی تمسخر دیگران واقع شود. یکی از بزنگاه‌های چالش‌زا در محیط‌های این چنینی، درک نکردن تفاوت‌های افرادی است که با یکدیگر همزیستی می‌کنند. لازمه زیستن در محیط‌اشتراکی، این است که همواره این نکته را مدنظر داشته باشیم که افراد از فرهنگ‌های مختلفی برخاسته‌اند. اگر همین موضوع را در گوشه ذهن‌مان داشته باشیم، در زمینه‌های اعتقادی، رسوم، باورها، ارزش‌ها و حتی تغذیه افراد به تفاوت‌های یکدیگر احترام بیشتری خواهیم گذاشت.

#### لطف مکرر، حق مسلم نشود!

مرز‌ها را مشخص کنید
یکی دیگر از مهارت‌هایی که برای همزیستی



این‌طور توضیح می‌دهد: «ودیعه نداریم و اجاره‌ها برای اتاق یک تخته چهار میلیون و ۷۰۰، دو تخته دو میلیون و ۵۰۰، چهار تخته یک میلیون و ۹۰۰ و برای هر تخت در اتاق شش تخته یک میلیون و ۷۰۰ هزار تومان است.» در ادامه می‌گوید، ورزش بالای ۱۰۰ کیلو باشد و خروپف کند کنسل است. «زیره تخت‌ها ضعیف است، زیره در می‌رود و برای‌مان دردسر دارد. روزها باید سرکار باشد. موتور نداشته باشد و زیر ۴۵ سال باشد. قرار داد را ماه به ماه تمدید می‌کنیم و اگر کسی در ساعت خاموشی یعنی ۱۲ شب تا ۷ صبح بخواهد سروصدا کند، با گوشی صحبت کند، دوش بگیرد، در آشپزخانه غذا بخورد و خلاصه شرایط پانسیون را نقض کند، اخراج می‌شود. این جا برو بیا نداریم. نمی‌توانید برای خودتان مهمان بیاورید و تا نصف شب بیدار باشید. اگر ماشین دارید باید در کوچه پارکش کنید. یک کارت شناسایی هم گرونگه می‌داریم.»



می‌آید. در روزهای ابتدایی از روی لطف و معرفت، کارهایی انجام می‌دهید اما ممکن است گاهی لطف‌تان تبدیل به وظایف شما شود و دیگران از شما متوقع باشند که همواره آن کارها را به عهده بگیرید. پس از مدتی اگر ادامه ندهید، اوضاع در هم می‌پیچد. ممکن است در خواست تقسیم کار کنید اما هم‌اتاقی‌های شما حالا دیگر زیر بار نروند. بنابر این توصیه می‌شود از همان ابتدا کارهای موجود را شناسایی کنید و تقسیم کارها را به درستی، منعطف و باانصاف انجام دهید. با این کار، هم از دلخوری‌های احتمالی اجتناب می‌کنید هم از یکدیگر توقع نابه‌جایی نخواهید داشت.

#### سازگاری‌تان را با لایبرید

شاید بتوان گفت مهم‌ترین مهارت مورد نیاز برای دوام آوردن در چنین محیط‌هایی، مهارت انطباق یافتن و سازگاری است. حتی اگر همه مهارت‌هایی را که پیشتر گفته شد، دارا باشید اما سازگاری ضعیفی داشته باشید، احتمالاً در این محیط‌ها اذیت خواهید شد. سازگاری، طیف وسیعی از موضوعات را در بر می‌گیرد. از انطباق یافتن با محیطی‌سروصدا که هر فردی ساعت رفت‌وآمد و زمان خواب متفاوتی دارد گرفته تا توانایی مدارا با افرادی که از نظر نظم در طیف مختلفی قرار گرفته‌اند. در حقیقت، هر چقدر مرزها را درست تعیین کرده باشیم و به تفاوت‌ها احترام بگذاریم، باز هم در موضوعات مختلفی که قابلیت تغییر وجود ندارد، نیاز به سازگاری داریم چرا که ما همیشه قدرت تغییر همزیستان را نخواهیم داشت.

ZENDEGI-SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان

چهارشنبه ۲۳ شهریور ۱۴۰۱  
۱۷ صفر ۱۴۴۴ • ۱۴ سپتامبر ۲۰۲۲  
شماره ۳۱۰۳۴

۲۲۵۴

## ۵ آزمون علمی که جهان را برای

## همیشه تغییر دادند

هنر پرونده

اهداف بزرگی که بشر تا امروز به آن‌ها دست پیدا کرده و درک خود را با آن‌ها از جهان اطراف افزایش داده، با آزمایش‌های بسیار ساده اما زیرکانه‌ای انجام شده است. اگر فردا صبح موجودی فضایی در خانه شما را از شما درباره چگونگی کارکرد جهان پرسید، می‌توانید این پنج آزمایش فیزیکی که درک ما از آن را تغییر داده است، به او توضیح دهید.

#### ۱. سرعت یکسان چیزها هنگام سقوط

در دوران باستان، ارسطو مطرح کرده بود که اجرام سنگین‌تر، سریع‌تر از اجرام سبک‌تر سقوط می‌کنند؛ همان‌طور که یک سنگ سریع‌تر از یک پر به زمین می‌رسد. گالیله چند صد سال پس از ارسطو ثابت کرد که این گزاره اشتباه است. او دو توپ با جرم متفاوت را از بالای برج پزارها کرد که بر خلاف وزن متفاوت‌شان، هم‌زمان به زمین رسیدند. به گفته گالیله، یک پر به دلیل اصطکاک بالایی که با هوا دارد، دیرتر از یک سنگ به زمین برخورد می‌کند. یکی از آزمایش‌های علمی که فضانوردان مأموریت آپولو ۱۵ ناسا به ماه باید انجام می‌دادند، رها کردن هم‌زمان یک سنگ و یک پر از یک ارتفاع ثابت در سطح بدون هوای ماه بود. در این آزمایش بار دیگر ثابت شد که همه اجرام در یک میدان گرانشی ثابت، مثل زمین یا ماه، با سرعت ثابتی سقوط می‌کنند.

#### ۲. پخش شدن نور سفید در یک طیف رنگی

رنگین کمان پس از باران با شکست نور در قطرات باران شکل می‌گیرد و طیف رنگی آن با پخش شدن اجزای نور خورشید در آسمان نمایان می‌شود. تا قبل از سال ۱۶۷۲ و انجام آزمایش «نیوتن»، کسی نمی‌دانست که رنگین‌کمان چگونه شکل می‌گیرد. نیوتن آزمایشی ساده را با یک منشور و نور خورشید از پنجره اتاقش انجام داد و متوجه شد که نور سفید از یک طیف رنگی با طول موج‌های مختلف نور مرئی، از آبی تا قرمز تشکیل شده است. او نشان داد که طول موج آبی کوتاه‌تر از طول موج قرمز است و پس از قرمز طول موج دیگری به نام فرو سرخ وجود دارد که با چشم دیده نمی‌شود و ما آن را به صورت گرم‌ما حس می‌کنیم. از این طول موج قرمز امروزه برای رصد ستارگان دور دست استفاده می‌شود و مأموریت‌هایی مثل تلسکوپ فضایی «جیمز وب» به‌طور ویژه برای دریافت این طول موج طراحی شده است.

#### ۳. اندازه‌گیری جرم زمین

«هنری کاوندیش» در سال ۱۷۹۸ دو کره با جرم برابر را به دو انتهای یک میله و دو کره دیگر با جرم برابر و بیشتر از کره‌های قبلی به دو انتهای میله دیگری متصل کرد. کاوندیش مرکز جرم این دو میله را در یک نقطه به هم وصل کرد و در مرکز میله کره‌های کوچک‌تر، آینه‌ای قرار داد. بعد دو کره بزرگ را به آهستگی حرکت داد و مشاهده کرد که دو کره کوچک‌تر تحت تأثیر میدان گرانشی کره‌های بزرگ‌تر جابه‌جا می‌شود. کاوندیش با تاباندن یک منبع نور نقطه‌ای به آینه‌ای که در مرکز میله کوچک قرار داده بود، توانست تغییر زاویه میله کوچک را اندازه‌گیری و در نهایت، جرم زمین را محاسبه کند. او همچنین توانست ثابت جهانی گرانش یعنی G را محاسبه کند که بعدها به اساس قانون گرانش نیوتن تبدیل شد.

#### ۴. آزمایش شکاف و خاصیت ذره-موج نور

نیوتن فکر می‌کرد که یک پرتو نور مثل قطاری از ذرات بسیار کوچک در آسمان حرکت می‌کند. اما در سال ۱۸۰۳، «توماس یانگ» در کمارا از نور تغییر داد. او در یک صفحه تاریک دو روزنه باریک در نزدیکی هم ایجاد کرد و در فاصله‌ای حدود یک متر از آن یک منبع نوری قرار داد. یانگ در پشت صفحه تاریک یک فیلم حساس به نور (مثل نگاتیوهای قدیمی) قرار داد و مدت کوتاهی منبع نور را روشن کرد. او پیش‌بینی کرد که اگر گفته نیوتن درست باشد، به مرکز فیلم حساس باید نور بیشتری بتابد و گوشه‌های فیلم تاریک‌تر باشد. اما نتیجه این آزمایش الگوی تیره و روشنی روی فیلم به جا گذاشت که نشان می‌داد نور به صورت موج در فضا منتشر می‌شود. در سال ۱۹۰۵، «اینشتین» نشان داد که نور می‌تواند به شکل ذره هم رفتار کند. او با تاباندن نور به یک صفحه فلزی در شرایطی خاص توانست الکترونی از آن به یک صفحه فلزی دیگر منتقل کند. پس دانشمندان نتیجه گرفتند که نور هم به صورت موج و هم به صورت ذره رفتار می‌کند. رفتار دوگانه موج-ذره فوتون‌ها یکی از اساسی‌ترین اصل‌های فیزیکی در نظریه کوانتوم است.

#### ۵. پایستگی انرژی

فکر کنید که می‌خواهید در یک مسابقه دوی ماراتن شرکت کنید. قانون «پایستگی انرژی» می‌گوید که باید به اندازه دوییدن مسافت ۴۲ کیلومتر، انرژی در بدن خود ذخیره کنید. «جیمز ژول» در سال ۱۸۲۰ داخل یک محفظه پر از آب یک توربین آبی قرار داد. این توربین به یک میله متصل بود که تا بیرون از محفظه ادامه می‌یافت. دور میله طنابی پیچیده شده و ادامه آن به قرقره‌ای وصل بود که در انتهای آن یک وزنه قرار داشت. وقتی ژول وزنه را رها کرد، وزنه طناب دور قرقره را کشید، طناب میله را به حرکت درآورد و توربین داخل محفظه را چرخاند و آب داخل محفظه گرم شد. او این وزنه را ۲۰ بار رها کرد تا آب به قدری گرم شود که بتواند اختلاف دمای آن را اندازه‌گیری کند. ژول با محاسبه‌های خود متوجه شد که انرژی پتانسیل ذخیره شده در وزنه دقیقاً برابر با انرژی گرمایی منتقل شده به آب است. ژول همان عبارت تکراری کتاب‌های درسی را به دست آورد؛ انرژی ساخته نمی‌شود و از بین نمی‌رود، بلکه از حالتی به حالت دیگر منتقل می‌شود.

منبع: دیپجائو