



## نوشته‌های انوشه انصاری

<https://jahanebehtar.com/anousheh-ansari-biography>

### بهای یک رویا (۴ اسپتامبر)

شما حاضرید چقدر برای تحقق رویاهای خودتون بپردازید؟ آیا رویای شما ارزش حقوق یک ماه شما رو داره؟ یا شاید حقوق یک سال؟ شاید بهای اون به اندازه پس اندازی باشه که برای دانشگاه فرزندتون کنار گذاشتید. آیا به اندازه تمام حقوق بازنشستگی شما می‌ارزه؟ به از دست دادن عضوی از بدنتان چه طور؟ آیا ارزش اون رو داره که برای آن بمیرید؟ به راستی قیمت واقعی یک رویا چقدره؟

من جوابی برای این ندارم اما فکر می‌کنم پاسخ این پرسش برای هر کسی متفاوت باشه. خود من، همیشه آماده بودم و هنوز هم هستم که زندگی خودم رو برای تحقق رویاهام فدا کنم.

یک بار کسی از من پرسید: اگر بدونی تمام مراحل سفری که پیش رو داری با خطر همراهه، بازهم ادامه می‌دی و من به او جواب دادم: من حتی اگر می‌دانستم که این سفر هیچ بازگشتی نداره و یک بلیط یک طرفه خواهد بود، لحظه‌ای در سفرم تردید نمی‌کردم. به هر حال برای آژانس فضایی روسیه چیزی که مهمه پولیه که پرداخت می‌کنم و زندگی من در درجه دوم قرار داره اما به هر حال من این سفر رو انجام میدم.

اما پول من از کجا آمده؟ به شما می‌گم. از کار سخت، از ریسک‌هایی غیر قابل باور و فداکردن خیلی از چیزها که من و خانواده‌ام برای به دست آوردن هدف مشترکمون از دست دادیم.

آیا ما حق داریم با پولی که بسختی به دست آوردیم چنین کنیم؟ من فکر کنم این اجازه رو داشته باشیم! اما آیا این به معنی اونه که من نسبت به اونچه در جهان اطرافم می‌گذره بی تفاوتم و به اونها اهمیت نمی‌دم؟ خوب اگر اینطور فکر می‌کنید بد نیست بیشتر منو بشناسید و خودتون تصمیم بگیرید.

من مایلم بخشی از طرز تفکر رو در معرض قضاوت شما قرار بدم. بخشی از نگاه من به زندگی که مربوط به تصمیم‌گیری برای پول هاتونه. من می‌خواهم به شما بگم که چطور می‌تونید برای خرج کردن ثروت خودتون فکر کنید تا به‌ازای اون تغییری بزرگ به وجود بیارید. تغییری بزرگ!

بیا ببینیم شما دلتون می‌خواد به درمان سرطان کمک کنید. آیا شما برای بیمارها دوا می‌خرید؟ یا مراکزی برای حمایت از بیمارهای سرطانی می‌سازید؟ آیا این هزینه رو به یک دانشگاه می‌پردازین تا روی سرطان تحقیق کنند؟ یا اینکه دنبال بزرگترین عامل شکل‌گیری سرطان هستین و سعی می‌کنین اون رو ریشه‌کن کنید؟

می‌بینید که راه‌های زیادی برای مواجهه با این مساله وجود داره و این دست شماست که کدوم راه رو انتخاب کنید. ممکنه راهی رو انتخاب کنید که منجر به کمک به یک گروه کوچک و در یک زمان محدود بشه و یا تصمیم به انجام کاری زمان‌بر و پرهزینه بگیرید که به شناخت و حل عمومی مشکل سرطان کمک می‌کنه. من شخصا راه دوم رو که انجام فعالیت‌های اساسی برای شناخت و حل ریشه‌ای مشکله انتخاب می‌کنم.

من به بچه‌های گرسنه غذا نمی‌دم نه به این دلیل که گرسنگی اونها برام مهم نیست بلکه به این دلیل که غذا دادن به ۱۰۰، ۱۰۰۰ یا ۱۰۰ هزار نفر مشکل رو حل نمی‌کنه. در حالیکه یکی از ریشه‌های اصلی گرسنگی به مسائلی مثل خشکسالی و استفاده از روشهای غلط کشت و کار برمی‌گرده و شما می‌دونید که تحقیقات فضایی چه کمک عظیمی به ایجاد تغییر در شرایط کشت و از بین بردن آفت از محصولات کشاورزی می‌کنه؟

دانشمندان فضایی ممکنه متخصص میکروبیولوژی، مهندسی، علوم تغذیه، شیمی، گیاه‌شناس یا موارد دیگری باشند که با هم همکاری می‌کنند تا راه‌هایی رو پیدا کنند که به رشد بهتر در زمین و مدار منجر بشه. آنها به دنبال راهی هستند تا بتونند مواد خام قابل بازیافت رو برای استفاده در زمین یا ماه و یا سایر سیارات به دست بیارند و به راه‌هایی برای حفظ محیط زیستمون برسند.

من امیدوارم بتونم مردم بیشتری رو تشویق کنم تا وارد این شاخه‌های علمی شده و راه‌هایی رو پیدا کنند تا محصولات رو از خطر نابودی محافظت کنند و راه‌های بهتری رو پیدا کنند که مردم هیچوقت گرسنه نباشند.

در عین حال ممکنه شما هم با من هم عقیده باشید که بخشی از گرسنگی به دلیل وقوع جنگ‌هاست. من علاوه بر این فکر می‌کنم بسیاری از مردم به گرسنگی دچار می‌شوند نه تنها برای اینکه کمبود غذا یا کمک‌های بین‌المللی برای آنها وجود داره بلکه به این دلیل که سیستم‌های مناسب و درستی برای رسوندن غذا به دست بچه‌های گرسنه وجود نداره.

تنها راهی که برای حل این مشکل وجود داره اینه که آموزش کاملی برای جوان‌ها مهیا کنیم تا به متفکرین آزاد اندیشی تبدیل شده، که اصول و استانداردهای اخلاقی اون‌ها رو دیگران ننوشته‌اند و مردمانی هستند که موقعی که نیاز به تغییر رو احساس می‌کنند برای انجام دادن این تغییرات اساسی آماده هستند. و این پیامیه که من قصد دارم به گوش مردم جهان برسونم.

من از بنیادها و موسساتی مثل X-Prize و ASHOKA حمایت می‌کنم به این دلیل که آنها به دنبال تغییرات کوچک در جوامع کوچک نیستند بلکه آنها در پی ایجاد تغییراتی بزرگ در جهان و ساختن محلی بهتر برای زندگی مردمند.

بهای یک رویا چقدر است...؟ برای من گذاشتن پول و تمام زندگی‌ام در جایی که لازم است.

## سلام به جهان (۲۱ سپتامبر)

بالاخره رسیدم... سفری طولانی بود ولی ارزششو داشت... پس بگذارید از اول شروع کنم.

روز (پرتاب) در بایکونور برای ما خیلی زود شروع شد. ما ساعت ۱ صبح از خواب بلند شدیم و صبحانه مختصری خوردیم و همینطور نوشیدنی مختصری. پس از اون لباس سرتاسری سفید رنگی رو که باید زیر لباس فضایی خودمون می پوشیدیم به تن کردیم تا به محل پرواز بریم.

دعای مختصری کردیم و موقعی که اتاق هامون رو ترک می کردیم به روی در اتاق هامون امضا کردیم.

این رسمیه که از زمان یوری گاگارین باب شده. اونها میگفتند که موقعی که خدمتکار روز بعد برای تمیز کردن اتاق اون اومده بود شروع به تمیز کردن امضا کرده بود که جلوی اون رو گرفته بودند.

به هر حال امضای من الآن کنار گِرد اولسون، سومین فضا گرد تاریخ و مارکوس پونتس، نخستین فضا نورد برزیلی حک شده.

قبل از ترک اتاق با مادربزرگم تماس گرفتم، چون اون اینجا در بایکونور نیست و برای من آرزوی موفقیت و سفری بی خطر کرد.

بعد از اون آماده شدیم تا سوار اتوبوسی بشیم که ما رو از هتل مرکز فضایی به محل پرتاب می رسوند. از در هتل تا اتوبوس پیاده روی کوتاهی داشتیم. در هر ۲ طرف بستگان، دوستان و روزنامه نگاران مشغول عکس انداختن و فیلم برداری بودند. در زیر نور دوربین ها من تونستم همه اعضای خانوادم رو که برای پرتاب اومده بودند ببینم.

اونها در اون ساعت اولیه صبح اونجا اومده بودند تا شروع سفر بزرگ منو ببینند. مادرم گریه می کرد و بقیه هم سعی می کردند تا نگرانی خودشون رو بروز نند.

ما سوار اتوبوس شدیم و راه خودمون رو به طرف محل پرتاب پیش گرفتیم. در تمام این ساعات به طرز عجیبی آرام بودم. قبلا فکر می کردم صبح روز پرتاب خیلی عصبی باشم اما برام تعجب آور بود که هیچ وحشت یا نگرانی رو احساس نمی کردم.

ما به ساختمانی که در اون باید برای پرواز آماده می شدیم منتقل شدیم و به اتاق مخصوص پوشیدن لباس‌های فضاییمان وارد شدیم. یک به یک وارد اتاق شدیم. اول میشا تورین و بعد مایکل لویز و آخرهم من وارد اتاق شدیم.

بعد از اینکه هر سه نفر لباسهامون رو پوشیدیم وارد اتاقی با دیوار شیشه ای شدیم که مقامات آخرین تاییدیه ها رو اعلام کنند و همینطور آخرین بررسیها در خصوص لباسهامون رو انجام دادیم. در طرف دیگه ی دیوار شیشه‌ای، مادرم، خواهرم آتوسا و همسر حمید بودند و در ردیف جلو نشسته بودند. همینطور خانواده میشا و مایکل. اتاق پر از خبرنگارها بود و مدتی اونجا نشستیم و سعی کردیم با زبان اشاره با خانواده هامون که گروه گروه وارد اتاق می شدند و اونرو برای گروه بعدی ترک می کردند صحبت کنیم. فکر کنم وضع ما خیلی خنده دار بود چرا که با اون لباسهای عجیب سعی میکردیم با حرکات دست و بدن صحبت کنیم...

ما آزمایش نشت لباس رو پشت سر گذاشتیم و مقامات وضع رو برای رفتن مناسب اعلام کردند. ما دوباره به طرف اتوبوس همراهی شدیم در حالیکه مردم و خبرنگارها ما رو احاطه کرده بودند. رسم دیگه توقیفی کوتاه جلوی اتوبوس برای پسرها بود که گویا این هم از زمان گاگارین باب شده. خوشبختانه من در این کار حضور نداشتم و فقط به شکل ذهنی گروه رو همراهی کردم.

ما در پای راکت ایستادیم و قدم به روی پله های کوچیکی گذاشتیم که ما رو به طرف آسانسور کوچکی که ظرفیت ۳ نفر رو داشت هدایت می کرد. ما سوار شدیم و به قسمت بالایی رفتیم که وارد کپسول بشیم. بعد از گذر از یک مدخل چادری وارد مدول مسکونی کپسول شدیم.

من پیشاپیش بقیه وارد شدم و هنوز خیلی آرام بودم. هیجان زده ولی خیلی آرام. فکر کنم ضربان قلبم هیچ وقت از مرز ۱۰۰ بار در دقیقه نگذشت (در شرایط عادی حدود ۸۰ بار در دقیقه می‌زند). لبخندی روی چهره من حک شده بود. من نشستم و تسمه‌ها و کمربندم رو بستم.

لویز بعد از من وارد شد و در جای کوچیک خودش نشست و آخرهم میشا تورین وارد شد. آن موقع هنوز ۲ ساعت با زمان پرتاب فاصله داشتیم و مجموعه‌ای از کارها و بررسی‌ها باید در این مدت انجام می‌شد.

من تنها ۳ مسئولیت کوچیک به عهده داشتم: روشن کردن شیرانقباضی و انتقال اون بین اتاق سکونت و مدول فرود، باز و بسته کردن شیر پمپ اکسیژن در صورت نیاز (وظیفه مهم و دوست داشتنی) و در اختیار قرار دادن فایل‌های داده‌های پروازی که در نزدیکی من قرار داشت. خوشبختانه چندان پیچیده نبود و من تونستم کارها رو موقع نیاز انجام بدم.

من تمام مراحل کارهای اونها رو قدم به قدم دنبال می‌کردم و یادداشت‌هایی شخصی رو در حاشیه کتابم، زمانی که فرصتی می‌شد، می‌نوشتم. سرانجام اون لحظه فرا رسید و شمارش معکوس شروع شد. لویز، میشا و من دست‌هامون رو روی هم گذاشتیم و گفتیم: آماده رفتیم.

من خدا رو شکر می‌کردم که کمک کرد تا رویام به واقعیت تبدیل بشه و به همینطور به خاطر همه چیزهایی که به من داده. من از اون خواستم که در قلب همه عشق رو قرار بده و صلح رو برای این مخلوق زیبایی که بهش زمین می‌گیم به ارمغان بیاره.

۵... ۴... ۳... واقعا دارم می‌رم... ۲... حمید دوستت دارم... ۱... و پرتابی آرام.

زمانی که پرتاب سایوز TMA-8 رو می دیدم هیچوقت فکر نمی کردم که توی کپسول این قدر آرام باشه... شبیه به بلند شدن یک هواپیما بود - سپس فشار G به آرامی شروع شد. من فکر می کنم در نهایت حدود ۲ یا ۳ برابر فشار طبیعی رو تجربه کردیم. بعد از اون مرحله جدا شدن و رها شدن محافظ کپسول اتفاق افتاد. هنوز همه چیز خیلی روان بود.

پرتویی از نور، کپسول رو روشن کرد و قلب منو گرم می کرد. فکر کنم اون موقع داشتم با صدای بلند می خندیدم. لذتی که تو قلب خودم احساس می کردم وصف ناپذیره...

جدا شدن آخرین طبقه برای من خیلی جالب بود و بعد بی وزنی...

احساس خوشایندی از آزادی که لبخندی رو بر چهره همه نشوند. من به آهستگی از صدلیم بلند می شدم و به خندیدن ادامه می دادم. نمی توانستم باور کنم... صادقانه بگم همه چیز هنوز برام مثل یک رویاست. به دلیل اینکه با تسمه های ایمنی محکم بسته شده بودیم من نمی تونستم بیرون رو ببینم و سرانجام زمانی که در مدار مستقر شدیم تونستیم کلاهخودمون رو بالا بزنیم و کمربندها رو شل کنیم. لوپز دستکشش رو بیرون آورد و دستکش شروع به شنا کردن توی کابین کرد، من نمیتوانستم در تمام اینمدت از لبخند زدن و خندیدن جلوگیری کنم... سرانجام تونستم نگاهی به بیرون بندازم و برای اولین بار زمین رو ببینم... اشکم سرازیر شد. من نمی تونستم جلوی اشکهام رو بگیرم... حتی فکر کردن به آن صحنه هم اشک منو در میاره. این سیاره‌ی زیبای بخشنده زیر شعاع گرم خورشید... سرشار از صلح... سرشار از زندگی... نه نشونه ای از جنگ و نه نشونه ای از مرزها و نه نشونه ای از مصیبت‌ها، فقط زیبایی...

چقدر دوست دارم همه بتونند چنین تجربه ای داشته باشند و اون رو تو قلب خودشون احساس کنند. به خصوص اونهایی که در راس حکومت‌های جهان قرار دارند. شاید این تجربه به همه آنها چشم انداز جدیدی بده و کمک کنه تا صلح رو برای جهان به ارمغان بیارند.

فکر کنم برای الان کافی باشه... من باید از گشت و گذار اینجا براتون بنویسم... الان باید کمی غذای فضایی بخورم و در دورمداری بعدی دوباره به شما خواهم رسید. هم اکنون بالای اقیانوس آرام و به طرف مکزیک در حال حرکتیم.

## سلام به همگی (۲۱ سپتامبر)

الان ساعت حدود ۱۱:۳۰ به وقت جهانی است. به نظر می‌رسه که اولین نوشته من از فضا در اون پایین منتشر شده. جالبه مگه نه؟

خوب اول بگذارید درباره بعضی نکاتی که اینجا وجود داره صحبت کنیم. من دسترسی دایمی به ایمیل هام ندارم و دریافت ایمیل‌ها از طریق فرایند پیچیده‌ای صورت می‌گیره و تنها ۳ بار در روز می‌تونیم اون رو دریافت کنیم. ولی من تمام سعی‌ام رو می‌کنم که حداقل روزی یک مطلب برای وبلاگم بفرستم.

من اینجا به اینترنت دسترسی ندارم بنابراین نمی‌تونم نظرات شما رو بخونم. من بعضی از سوال‌ها و همینطور تبریک‌هایی رو که شما برام می‌فرستید، دریافت می‌کنم و می‌دونم که خیلی از مردم آرزوهای خوب و حرف‌های الهام‌دهنده خودشون رو برای من می‌فرستند. شما نمی‌تونید تصور کنید که چقدر من خوشحال می‌کنید وقتی که در این تجربه من شریک می‌شوید.

هر زمانی که پیامی رو می‌خوانم که در اون اشاره شده که چطور بعضی‌تونستند از این کار من انرژی بگیرند و انگیزه‌ای برای دنبال کردن آرزوهای خودشون به دست بیارند تا چه حد به خودم می‌بالم. زمانی که خوندم که دختر جوونی در مشهد منو دیده و این انگیزه رو پیدا کرده که روزی فضا نورد بشه چشمام پر از اشک شد.

من مطمئنم که همه شما می‌تونید رویاهای خودتون رو تحقق ببخشید اگر اون رو از اعماق قلبتون بخواهید و برای اون به سختی تلاش کنید و حاضر به فداکاری در راه اون باشید.



من شخصا همه پیام‌های شما رو وقتی که به زمین برگردم خواهم خواند، بنابراین لطفا بازم برام بنویسید.

حالا که با شرایط اینجا آشنا شدید بیایید همان طور که قول داده بودم درباره سفر به این بالا صحبت کنیم.

من در سکوی پرتاب قرصی برای ناراحتی ناشی از تکون‌های شدید خوردم که خیلی عالی بود. وقتی که به مدار رسیدیم کاملا سالم خوب بود و می‌تونستم به بیرون پنجره نگاه کنم در حالیکه دنیا داشت دور ما می‌چرخید یا بهتر بگم ما دور دنیا می‌چرخیدیم.

اونها مرتب به من می‌گفتند که نباید روز اول سفر به بیرون نگاه کنم چون باعث می‌شه که سالم بد بشه اما خوب من نمی‌تونستم جلوی خودم رو بگیرم. من کاملا خوب بودم و حتی پیش از اینکه بخوابم چند تا شیرینی و کلوچه برای شام خوردم. زمان ما به عقب برگشته بود و برای همین برنامه ریزی ما به گونه‌ای بود که باید ساعت ۶ عصر می‌خوابیدیم و ۳ صبح بلند می‌شدیم.

شب اول همه ما خیلی خسته بودیم و به همین دلیل خوابیدن زود هنگام هیچ مشکلی برایمون نداشت. اوه، نکته‌ای رو یادم رفت بگم. وقتی که سایوز در مدار قرار گرفت و به طرف ایستگاه بین‌المللی حرکت می‌کرد در تمام مدت ما در حال گردش به دور محور سفینه بودیم. سفر به ایستگاه حدود ۴۸ ساعت طول کشید.

حالا می‌فهمم چرا در دوره تمرینات باید امتحان صندلی چرخون رو پشت سر می‌گذاشتیم.

میشا به ما گفت که اگه کیسه خوابهامون رو از سقف کپسول اقامتمون آویزون کنیم و سرمون رو در نزدیکی دریچه انتهایی اون قرار بدیم راحت تر خواهیم بود چرا که به مرکز جرم نزدیک تر خواهیم بود و احساس دوران کمتری خواهیم کرد.

خوب من هم به راهنمایی می‌شا عمل کردم و کیسه خوابم رو به صورت وارونه آویزان کردم و در کیسه خودم خوابیدم. لویز هم کیسه خود رو از سمت دیگر سقف آویزان کرد و مشابه من در اون خوابید. می‌شا هم به کیسول رفت و اونجا خوابید.

من دارم فکر می‌کنم که در آن موقع وضعیت ما درون کیسه خواب شبیه به چه بوده و تنها چیزی که یادم میاد خفاش‌هاییه که از سقف غارها به صورت سرو ته آویزان می‌شدند. خوب ما هم اینجا تو غار کوچیک خودمون بودیم و میون زمین و ایستگاه بین المللی فضایی شناور بودیم.

من می‌خواستم در سلامتی کامل باشم و به همین دلیل پیش از اینکه بخوابم یک قرص دیگه خوردم. این قرص‌ها در عین حال خواب‌آور هم هستند و من فکر می‌کنم که می‌تونست کمک کنه تا زودتر به خواب برم.

من تونستم iPod خودم رو توی کیسه خوابم ببرم، هدفون‌های خود رو زدم و درون کیسه خفاشی خودم به خواب رفتم. من نمی‌دونستم بدنم چه واکنشی در برابر این طرز خوابیدن بروز خواهد داد. شما با هیچ سطحی تماس ندارید و قبل از اون فکر می‌کردم این موضوع باید خیلی عجیب باشه اما من این طرز خوابیدن رو دوست داشتم و در واقع باعث آرامش من می‌شد. مثل این بود که روی سطح یک دریاچه شناورم.

همه چیز خیلی خوب بود. صبح روز بعد وقتی که بیدار شدم خیلی هیجان زده بودم. به سرعت از کیسه خوابم بیرون اومدم و در حالیکه سرم به سمت قسمت فرود فضا پیما بود مشغول شنا در اطراف شدم. به محض اینکه متوقف شدم متوجه شدم که این کارم ایده خوبی نبوده چرا که انگار تمام محتویات بدن و معدهم به رقص در اومده بودند...

من ایستادم و سعی کردم تا حرکاتم رو به حداقل برسونم. از آن لحظه به بعد بیشتر شبیه یک مومیایی بودم. فقط حرکات خیلی نرم و کوچیکی انجام می‌دادم و حتی همین حرکات هم باعث می‌شد تا احساس ناراحتی کنم.

غیر از این، من به دو عارضه دیگه فضازدگی هم دچار شده بودم. اولین اونها دردی در قسمت کمر بود. این موضوع به این دلیل که کمر شما تحت فشار قرار نمی‌گیره و جریان مواد بین مهره‌ها باعث می‌شه که شما قددتون بلندتر بشه. البته من از اینکه قدم بلند بشه خوشحال بودم اما دردش چندان خوش آیند نبود.

عارضه دوم هجوم خون به مغز بود به دلیل اینکه در شرایط بی‌وزنی گرانشی وجود نداره که کمک کند تا خونی که قلب شما آن رو پمپاژ می‌کنه به سمت پاهای شما حرکت کنه، این خون در قسمت سر انباشته می‌شه و شما دچار سردرد می‌شید. این احساس شبیه به حالتیه که برای مدتی طولانی پشتک بزنید و روی سر خود بایستید.

به این ترتیب من اونجا با سردرد بسیار زیاد و درد آزار دهنده‌ای در ناحیه کمر و همینطور حالت تهوع مواجه شدم. و با خودم می‌گفتم این شروع خوبی نیست – و نکنه که در تمام مدت سفر با این حالت مواجه باشم. بعد از اینکه چند بار دچار تهوع شدم تصمیم گرفتم از دارو استفاده کنم.

در بسته جراحی داخل سفینه آمپول‌هایی برای حالت فضازدگی وجود داره که در شرایط اضطراری باید به کار گرفته بشه و به نظر می‌رسید که واقعا به اون احتیاج دارم. بنابراین از مایک و میشا خواستم که این دارو را به من تزریق کنند. آنها بر مبنای دستورات و راهنمایی‌هایی که به اونها ارایه شده بود مشورت کردند و تصمیم گرفتند نصف دوز دارو رو به من تزریق کنند. مایک سرنگ رو آماده کرد و میشا هم اون را تزریق کرد. هر دو اونها خیلی نگران من بودند و می‌خواستند برای اینکه من زودتر خوب شم کاری انجام بدن. من از اینکه اولین روز پرواز آنها با سایوز رو خراب می‌کردم احساس خیلی بدی داشتم.

از زمان تزریق دارو تا زمانی که به خواب برم خیلی طول نکشید. می‌شما کیسه خواب منو برام آماده کرد. این بار از من خواستند که در فضایی کوچکتر بخوابم برای همین در شرایطی مثل یک جنین قرار گرفتم و دست و پام رو جمع کردم. به نظر می‌رسید این شرایط کمک‌کننده تادرد کمر من تا حد زیادی بهبود پیدا کنه. در نهایت می‌شما پیشنهاد کرد تا من سرم رو به یکی از بسته‌های محموله‌هایی که حمل می‌کردیم فشار بدم تا به کاهش سردردم کمک کنه. من در کیسه خوابم چرخیدم تا سرم در وضعیت مقابل بسته‌ها قرار بگیره و اکثر روز رو خوابیدم. گاهی چشم‌ام رو باز می‌کردم و می‌شما و مایک رو می‌دیدم که اطراف من در حال حرکت بودند آنها چندین بار از من خواستند تا چیزی بخورم یا اگر چیزی می‌خوام به اونها بگم. همینطور نبض مرا بررسی می‌کردند تا مطمئن باشند وضعیت من بدتر نمی‌شه.

به هر حال دومین صبح در حالی بیدار شدم که حال کمی بهتر شده بود اما هنوز اون قدر خوب نشده بودم که بتونم چیزی بخورم یا به اطراف حرکت کنم. به همین دلیل تصمیم گرفتم یک تزریق دیگه انجام بدم. و این بار می‌شما و مایک با مشورت و همفکری پزشک پرواز یک دوز کامل دارو رو به من تزریق کردند.

من واقعا از خودم ناامید شده بودم... من همیشه آرزو داشتم که در فضا باشم و حالا که اینجام حال اینقدر بد بود که حتی نمی‌تونستم از پنجره، بیرون رو نگاه کنم. به خودم گفتم این چرندیات رو بس کن... تو قوی تر از این حرف‌ها هستی، خودت رو جمع و جور کن. همه این‌ها در ذهن تویه و می‌تونن اون رو متوقف کنن...

من واقعا برای رسیدن به ایستگاه بی‌حوصله شده بودم. بعضی وقتها فکر می‌کردم با ورود به ایستگاه وضعم بهتر خواهد شد اما همه به من گفته بودند وقتی که برای بار اول وارد ایستگاه میشی احساس بدی خواهی داشت چرا که از یک محیط کوچک به محیطی بزرگتر وارد میشی.

این موضوع برام مهم نبود و فقط می خواستم از محفظه خفاش ماندم خارج بشم و به محوطه‌ای روشنتر و بزرگتر وارد شم. می‌شا به من گفت باید لباسم را برای ورود به ایستگاه به تن کنم. به همین جهت بلافاصله بعد از اینکه تزریقم رو انجام دادم آنها کمک کردند تا لباس فضاییم رو تنم کنم و در صندلی خودم محکم بشم.

عملیات الحاق مدت طولانی طول کشید. بعد از الحاق آزمایش نشت دريچه های الحاقی انجام شد تا از اینکه هیچ نشتی وجود نداشته مطمئن بشیم. این کار معمولاً نزدیک به ۲ ساعت طول می‌کشد در حالیکه مایک و می‌شا درگیر تدارک عملیات الحاق بودند من هم چرت می‌زدم.

من وقتی که به ایستگاه نزدیک میشدیم بیدار شدم و شاهد این بودم که چطور سانتیمتر به سانتیمتر به ایستگاه نزدیک می‌شیم. هر اینچی که به ایستگاه نزدیکتر می‌شدیم من هم بهتر می‌شدم تا اینکه سرانجام کاملاً به ایستگاه متصل شدیم.

بعد از مدتی تصمیم گرفتم از جای خودم بلند شم و لباس فضاییم رو در بیارم. می‌دونستم که هنگام ورود ما به ایستگاه دوربین‌ها اونجا هستند و من نباید شبیه به یک سگ‌مریض به نظر بیام. زمانی که لباسم رو درآوردم احساس بسیار بهتری پیدا کردم. حتی گرسنم شد و کمی شیرینی خوردم.

زمان به آهستگی سپری می‌شد اما سرانجام وقت اون رسید و ما برای باز کردن دریچه آماده شدیم مایک و می‌شا به من گفتند نزدیکتر بیام و نفس عمیقی بکشم چرا که برای اولین بار رایحه فضا رو احساس خواهم کرد.

آنها می‌گفتند که این بویی کاملاً استثناییه. به محض اینکه آنها دریچه کپسول سایوز رو باز کردند من بوی فضا رو استشمام کردم... خیلی غریب و عجیب بود. چیزی شبیه نوعی شیرینی بادامی. من به اونها گفتم این بو شبیه بوی پخت و پزه. هر دو اونها با تعجب به من نگاه کردند و با هم پرسیدند پخت و پزه؟

من پاسخ دادم: بله... شبیه چیزی که روی حرارات قرار داده... نمی‌دونم چطور توضیح بدم

در این موقع جف و پاشا آماده بودند تا دریچه دیگر متصل به ایستگاه رو باز کنند و ورود ما به ایستگاه رو خوش آمد بگویند... به محض اینکه قدم در ایستگاه فضایی گذاشتم مثل این بود که وارد خانه‌ام شده‌ام.. من ۱۰۰٪ خوب شدم و به زحمت می‌تونستم جلوی خنده خودم رو بگیرم... غیر قابل باور بود.. من این رو به حساب سرنوشت می‌گذارم... سرانجام در خونه بودم و بقیه ماجرا را احتمالا شما از طریق NASA TV دیدید.

تا مطلب بعدی... روز خوب و آرومی داشته باشید...

## نظاره جهان گذرا (۲۶ سپتامبر)

ساعت ۹:۱۰ عصر: شاید شما هم اصطلاح تماشای گذرجهان رو شنیده باشید من فکر می‌کنم این اصطلاح معمولا زمانی به کار برده می‌شه که منظورمان گذر زمان، آرامش پیدا کردن، و انجام ندادن هیچ کاری و فقط نظاره کردن باشه... یا مجموعه‌ای از حالاتی که شامل مفهوم بی‌عملی باشه...

اما برای فضا نوردان این جمله معنی جدیدی داره

من اولین بار این جمله رو از پگی ویتسون (Peggy Whitson) شنیدم و زمانی که این بالا رسیدم دوباره اون رو از جفری ویلیامز و مایکل لویز شنیدم. از نظر لفظی این جمله به معنی تماشای جهانیه که در حال حرکت و گذره. زمانی که شما از اینجا به بیرون پنجره نگاه می‌کنید زمین رو می‌بینید که به آهستگی در حال چرخش و حرکت در جهت مخالفه. من حدس می‌زنم شما می‌توانید ۲ جور به این موضوع نگاه کنید. یکی اینکه شما در ایستگاه بین‌المللی فضایی ثابت نشستید و این زمینه که در حال چرخشه، همونطور که من اول فکر کردم و دیگه اینکه زمین رو ثابت فرض کنید و در نظر بیارید که ایستگاه در حال چرخش به دور زمینه.

اما واقعیت این است که هر دو (زمین و ایستگاه) در حال حرکت در یک جهتند اما ایستگاه با سرعتی معادل ۲۰ برابر سرعت دوران زمین در حال چرخش و به همین دلیل به نظر می‌رسد زمین در جهت مخالف در حال چرخش... خوب فکر کنم توضیح این موضوع کافی باشد... چون حدس می‌زنم شما هم دچار سرگیجه شده باشید.

به هر حال زمانی که شما به بیرون نگاه می‌کنید، بسته به اینکه از کدام پنجره استفاده کنید، چشم اندازه‌های متفاوتی از زمین رو پیش چشم خودتون می‌بینید. از پنجره‌ای که در قسمت خدمات قرار داره (این همان جاییه که از اون به عنوان اتاق غذاخوری هم استفاده می‌کنیم) ما به طور مستقیم و رو به پایین زمین رو می‌بینیم و به همین دلیل تنها سطح زمین رومی بینیم که اندکی در لبه‌ها منحنی شده. از پنجره‌های کناری که در کابین‌های کوچک و بخش الحاق وجود داره (جایی که در اون می‌خواهیم) شما می‌تونید انحناى زمین رو به صورت کامل، در مقابل زمینه تاریک کیهان تماشا کنید. این نمای محبوب من است چرا که به جای اینکه بخشی از زمین رو ببینیم می‌توانیم به تماشای کل آن بنشینیم. من همیشه دوست داشتم تصویری کلی از یک موضوع رو بینم پیش از اینکه در باره بخش‌های اون تصمیم‌گیری کنم یا نگران بخش‌های کوچک باشم. من آرزو می‌کنم رهبران ملتهای مختلف جهان هم چنین کاری رو انجام بدن و پیش از اینکه دیدگاه ویژه‌ای درباره کشور خودشون رو مطرح کنند به دیدگاهی جهانی فکر کنند و کل جهان رو در نظر داشته باشند.

خوب ما کجا بودیم؟ درباره زمینی که می‌گذره صحبت می‌کردیم... زمانی که برای اولین بار این عبارت رو شنیدم از اون خوشم اومد و سعی کردم که اون رو اینجا امتحان کنم... به ویژه شبها و از درون کیسه خوابم به این منظره نگاه کنم.. در زیر تابش آفتاب (هنگام روز) شما می‌تونید صدها سایه گوناگون آبی رنگ رو در اقیانوس‌ها تشخیص بدید که بسته به عمق اقیانوس و زاویه تابش نور خورشید، رنگ اون تغییر می‌کنه.

شما همچنین می‌تونید بخش‌های وسیعی از سطح زمین رو ببینید، که اکثر اونها بدون هرگونه سرسبزیه، و درون آن رگه‌هایی رو تشخیص بدید که با شکلهای مختلف در این سرزمین‌ها نقش بستند. اینها رودخانه‌ها یا بقایای جریان‌هایی از آب هستند که زمانی روی زمین جاری بودند و همانطور که راه خود رو به طرف اقیانوس دنبال می‌کردند نشانه‌هایی از خود به جای گذاشتند.

شهرها به خوبی قابل تشخیص هستند، آنها شبیه به مناطقی از زمین هستند که شخم خوردند و زمین آن ناحیه رو متفاوت ساخته‌اند. زمینهای کشاورزی به شکل قطعاتی با شکل هندسی منظم و به رنگهای متفاوت دیده می‌شند که رنگ اونها بسته به نوع محصول یا نوع خاکی که در آن ناحیه ست متفاوت به نظر می‌رسه. شما نمی‌تونید هیچ مرزی روبینید... شما نمی‌تونید بگید کجا یک کشور به پایان می‌رسه و کشور دیگری آغاز می‌شه... تنها مرزی که دیده می‌شه مرز میان آب‌ها و خشکی‌ها ست.

اغلب بخشهای زمین با ابر پوشونده شده. اول گمون کردم «این ابرهای سرگردون اجازه نخواهند داد که چیزی رورو ببینیم یا عکاسی کنم» اما پس از اون از دیدن ابرها به خلسه فرو می‌رفتم... اونها شکل‌ها و ساختارهای خیلی متفاوتی دارند... گاهی اوقات آنها مثل یک پتوی سفید کلفت و پف‌کرده به نظر می‌اند و بعضی دیگر از اونها به شکل گلوله‌های پنبه‌ای که همه جا پراکنده شدند...

برای ایرانیایی که این مطلب رو می‌خوانند، باید بگم این صحنه منو یاد دوره‌ای میندازه که خیلی جوون بودم و در ایران پنبه‌زن داشتیم، آنها هر از چند گاهی می‌اومدند و پتوهای پنبه‌ای (لحاف) رو می‌گرفتند و پنبه‌های اون را با ابزاری ابتدایی که شبیه به یک کمان بزرگ بود می‌زدند. در بعضی از جا هم ابرها به صورت رشته‌رشته دیده می‌شدند مثل اینکه کسی قلم موی نقاشیش رو تو رنگ سفید فرو برده باشه و اون رو تصادفی در بخشهایی از بوم و در جهات مختلف کشیده باشه.

تماشای ابرها مرا یاد همسر حمید می‌اندازه... یکی از علایق ما که در تعطیلات اون رو انجام می‌دادیم این بود که بیرون بریم به ابرها نگاه کنیم و ببینیم چه شکلهایی رو می‌توانیم درون اونها ببینیم... از این بالا طرح‌های بسیاری رو می‌شه تماشا کرد...



مثلا امروز گروهی از ابرها رو دیدم که شبیه به پرنده ها یا هواپیما ها بودند... شما این طرح ها رو می شناسید... در عین حال برخی از این ابرها شبیه به قارچ های حاصل از انفجارهای اتمی بودند... پاشا (پاول ویندگراوف) با دست یک ساختار گرد بزرگ ابری رو نشونم داد و گفت یک سیکلون یا هاریکنه (طوفان های عظیم دوار که در نواحی استوایی شکل می گیرند)

شما می توانید ساعت ها رو صرف تماشای بیرون کنید... اما بعد از ۴۵ دقیقه با پنهون شدن خورشید پشت زمین، آسمان شروع به تاریک شدن می کنه و نمای بی نظیری از ترکیب رنگهای نارنجی و آبی رو شکل می ده. و بعد شب می رسه. در این موقع شما نمی تونید زمین رو ببینید مگه اینکه بالای شهرها برسید، تنها در این وقت که لکه های محو و نارنجی رنگی رو که در اطراف پراکنده شدند رو میبینید. البته شهرهای بزرگ بهتر دیده می شنند و واضح ترند.

اغلب شبها وقتی به بیرون نگاه می کنم می تونم طوفانهای همراه با تندر و رعد و برق رو اون پایین بینم. من می دونم برای کسانی که این طوفان ها رو تجربه می کنند این منظره چندان دل انگیز نیست اما از این بالا شبیه به یک نمایش نور با شکوهه... این درخش های نورانی در نواحی مختلف به صورت تصادفی دیده میشوند یه شب دیگه وقتی به این منظره نگاه می کردم به موسیقی Canon ساخته جان پاچبل گوش می دادم و مثل این بود که کسی تونسته ارکستری رو برای این بازی نورها تنظیم کنه... فکر کنم آن موقع جایی نزدیک ساحل استرالیا در منطقه اقیانوس آرام بودیم.

اما این بهترین بخش ماجرا نیست. بهترین بخش برای من و بهترین منظره ای که به اون نگاه می کنم تماشای کیهان در شبهه. منظره ستاره ها این بالا غیرقابل باوره... مثل این می مونه که کسی مشتی جواهر رو روی یک مخمل مشکی پخش کرده. راه شیری به خوبی، مثل رنگین کمونی که تمامی زمین رو در بر گرفته قابل رویته... من نمی تونم از چنین منظره ای چشم بردارم اون قدر سرم رو به شیشه می چسبونم که سرمای شیشه باعث سردردم می شه... تنها این موقعست که کمی سرم رو عقب می کشم و بعد دوباره ادامه می دهم.

همانطور که خیره به این منظره نگاه می‌کنم بار دیگر خدا رو شکر می‌کنم که به من کمک کرد که اینجا باشم و چنین تجربه ای رو به دست بیارم. من از اون سپاس گذارم که به من اجازه میده صدای درونم رو به همه شما برسونم و از اون می‌خواهم به من بصیرتی اعطا کنه که راهم رو در زندگی ببینم و با قدرت اون رو دنبال کنم. این‌ها آرام‌ترین لحظاتی هستند که در تمام عمرم داشته‌ام و می‌تونم منبع عظیمی از انرژی رو احساس کنم. زمان طولانی خواب برای من سخته چرا که سعی می‌کنم چشم‌ام رو باز نگه دارم تا این زیبایی رو ببیند و آن رو در خود بگیرند... حتی برای لحظه‌ای طولانی تر...

شب بخیر! پنجره من همراه من خواهد موند و من می‌تونم جهان گذرا رو ببینم و و خنده‌ها و گریه‌های شما رو در آن پایین احساس کنم.

روزی شب با شکوهی داشته باشید، هر جا که هستید...

## خدایا شکر چسب وجود داره! (۲۷ سپتامبر)

قرار گرفتن در شرایط بی‌وزنی مزایای ویژه و جذاب خودش رو داره.

شما می‌تونید یک بلوک ۵۰۰ پاوندی رو با یک دست بلند کنید و تنها با کمک یک انگشت به اطراف ببرید... می‌تونید به جای راه رفتن در محیط شناور باشید و پرواز کنید... شما می‌تونید در هر سنی که هستید بدون مشکلی پشتک بزنید... و می‌تونید با غذای خودتون بازی کنید.

همانطور که قبلا هم گفتم همه کارها اینجا بدون صرف نیروی زیاد انجام می‌شه. اگر بخواهید که به سمت جلو حرکت کنید کافیه اندکی دیوار مقابل یا هر جسم صلب دیگه‌ای رو با یک انگشت لمس کنید تا در جهت مخالف با نیرویی که به کار بردید، حرکت کنید. ممکنه در بین راه افراد دیگه مقابل راه شما قرار بگیرند. لازم نیست نگران این موضوع باشید کافیه به سمت سقف حرکت کنید تا مثل مرد عنکبوتی به کمک میله‌هایی که روی دیوارهاست از بالای سر اون‌ها شنا کنان عبور کنید. (البته در واقع شما نمی‌تونید شنا کنید اما عمل شما شبیه شنا کردن به نظر می‌رسه.)

کتاب خودتون رو در انتهای مدول جا گذاشتید؟ مساله‌ای نیست. کافیه از یک نفر که نزدیک کتابتونه بخواهید تا آن رو برایتان بفرسته... این کار به این معنی اینه که اون شخص به آرامی کتاب شما رو به سمتتون هل می‌ده و بفرمایید... کتاب شما تمام مسیر را به سوی شما پرواز می‌کنه. دوست شما مشغول خوردن آب نباته و شما از اون می‌خواهید اگر می‌شه کمی هم به شما بده و خوب، اونم یک تیکه رو به سمت شما میندازه و آب نباتتون وارد دهان باز شما می‌شه... (بچه‌ها لطفا هیچ کدام از این را در جاذبه زمین امتحان نکنید)

در فضا مساله‌ای نیست اگر با غذاتون بازی کنید. همیشه فضانوردان و کیهان‌نوردان این کار رو انجام می‌دهند. قطعات پنیر هیچوقت مستقیم با دست به دهان گذاشته نمی‌شوند. فضا نوردان کمی از ان رو از ظرفشون خارج می‌کنند و به سمت دهنشون می‌فرستند. وقتی شما ظرف محتوی غذای مایعی مثل ماست یا سوپ رو باز می‌کنید اگر خیلی محتاط نباشید حبابهای کوچکی از ماست و یا سوپ شما شروع به پرواز در محیط می‌کنند و شما می‌توانید به تعقیب اونها با قاشقتان برید. اما اگر بخواهید آنها رو خیلی سریع بگیرید این حباب با قاشق شما برخورد می‌کنه و تبدیل به ۱۰ حباب کوچکتر می‌شه و مجبور خواهید شد هر ۱۰ تای اونها را دنبال کنید!

من واقعا از شرایط بی وزنی لذت می‌برم... شما احساس یک روح آزاد رو دارید. به یاد دارم که وقتی خیلی جوان بودم، برای مدت‌ها این رویای دایمی رو داشتم در میان شگفتی خانوادم میان اتاق‌های خونه به پرواز در می‌اومدم و از توانایی خودم برای این کار احساس شگفتی می‌کردم. البته در رویای خودم، توانسته بودم در این کار خبره بشم و در حالی که در اطراف با قدرت شناور می‌شدم به چیزی برخورد نمی‌کردم.

با وجود این در عالم واقعیت، من یک تازه کار به حساب می‌آیم. من در حین پرواز به دیوارها برخورد می‌کنم و چیزها را از جای خود بیرون می‌اندازم.

در روزهای اول من به دیوار مقابلم فشار زیادی وارد می‌کردم و به سرعت به سمت دیوار دیگه رونده می‌شدم و خوب، نمی‌توانستم خودم رو متوقف کنم و بنگ! به دیوار روبرو برخورد می‌کردم و به دلیل این برخورد دوباره به سمت جایی که شروع کرده بودم باز‌گردونده می‌شدم... البته اخیرا از من تمجید شده که چقدر حرفه‌ای پرواز می‌کنم! که البته این موضوع غلو آمیزیه.

فکر می‌کنم شبیه‌ترین حالت به شرایط بی‌وزنی در حالت غوطه‌وری در آب. البته یه تفاوت اساسی در این بین وجود داره. در آب زمانی که شما دست و پایتون رو تکون می‌دید، حرکت می‌کنید... اما اینجا شما می‌توانید هرچه قدر دلتان می‌خواهد دست و پایتان رو تکان بدید ولی هیچ‌جایی نمی‌رید. تنها چیزی که ممکنه کمکتون کنه که حرکت کنید جریان آرام هواییه که از فن‌ها خارج می‌شه...

بچه‌ها اینجا خواستند این موضوع رو عملا به من نشان بدن به همین دلیل منو در بین یکی از مدول‌های آمریکایی (Node) قرار دادند و هیچ چیزی دم دست نبود که بتوانم به اون نیرویی وارد کنم... خوب من معلق در میانه Node شناور مونده بودم و اصلا مهم نبود که چقدر خودم رو تکان بدم چون هیچ حرکتی نمی‌کردم. آن‌ها به من می‌خندیدند و سرانجام نسیم ملایم فن‌ها باعث شد تا به یکی از دسته‌های تعبیه شده روی سقف نزدیک بشم تا بتوانم خودم را نجات دهم.

خوب حالا این رو در ذهن داشته باشید و امروز که در حال کار هستید تصور کنید که جاذبه‌ای وجود نداره و شما و همه چیزهای اطراف شما شناورند می‌توانید این موضوع رو تصور کنید؟

شما نشستید و مشغول تایپ با کامپیوترتون هستید... خوب، شما نمی‌توانید بنشینید. چراکه چیزی نیست که شما را به صندلیتان بچسبونه مگه اینکه شما خودتون رو با تسمه و کمربند به صندلیتون که به زمین محکم شده بچسبونید. خوب از انجایی که نمی‌توانید بنشینید پس بایید بایستید. شما حتی نمی‌توانید بایستید به خاطر اینکه هر ضربه‌ای که به کلیدهای صفحه کلیدتان وارد می‌کنید باعث می‌شود نیرویی هم از سوی صفحه کلید به شما وارد شود و...

خوب پس مردم زمانی که در فضا هستند و می خواهند جایی بایستند و کاری انجام دهند چه کار می کنند؟ آنها از پاهاشون برای محافظت از خودشون و ایمن کردن موقعیتشان استفاده می کنند. آنها پاهای خودشون رو زیر میله های نگاه دارنده ای که همه جا نصب شده محکم می کنند یا چیزی رو پیدا می کنند که پاهاشون رو به اون محکم کنند به همین دلیل بود که روز اولی که من وارد ایستگاه شدم، پاشا، یک چکمه نرم پوستی اسکیمویی به من داد... من علت اون رو نمی دونستم و اون ها رو نپوشیدم.

بعد هنگام شب زمانی که خواستم بخوابم دیدم که روی پاهام کبود شده و کمی آسیب دیده. در فضا شما یاد می گیرید که از انگشت های پایتون به خوبی استفاده کنید. فکر نکنم هیچ وقت روی زمین به اون ها توجهی کرده باشم، اما این بالا انگشت شست پای شما ابزار قدرتمندی برای نگاه داشتن شما در یک محل به شمار می رود.

خوب اجازه بدهید به ادامه کارها پردازیم... شما می خواهید مطلبی از یک کتاب رو بخوانید و به همین دلیل اون رو روی میز قرار می دید، اما کتاب اونجا نمی مونه. شما بطری نوشیدنیتون رو روی آن می گذارید تا کتاب رو سر جاش نگه داره. حالا شما کتابی رو دارید که به همراه بطری نوشیدنی شما در حال پروازه. شما مجبور میشید کتاب رو با دستتون بگیرید و نگه دارید اما هنوز بطری نوشیدنی شما در حال پروازه بنابراین به سرعت بطری رو با دست دیگرتون می گیرید و تلفن زنگ می زنه، کتاب رو روی میز می گذارید تا تلفن رو جواب بدید و به محض اینکه این کار رو می کنید کتاب دوباره شروع به پرواز می کنه و در حالی که شما سعی می کنید به تلفنتان برسید گوشی از شما دور شده.

تصورش رو بکنید... خوب خداوند ولکرو (چسب دورویه) رو برای همین شرایط خلق کرده... برای اینکه اشیا رو در شرایط بی وزنی در جای خودش نگاه داره.

به همه چیز اینجا، ولکرو الصاق شده، حتی به شلوار شما هم نوارهای ولکرو دوخته شده.

من فکر می‌کردم اگر چیزی رو در جیبم بگذارم و زپیش رو ببندم جایش امنه. بله جای آن‌ها امنه اما تازمانی که زیپ رو باز کنید و بخواهید یکی از آنها رو بیرون بیارید، بقیه اشیای کوچک هم شنا کنان به بیرون پرواز می‌کنند... هیس! به کسی این بالا چیزی نگید اما تا الان چند تا چیز کوچولو رو همینطوری گم کرده‌ام مثلا برق لبم!

پس به طور اساسی هر چیزی که دارید باید مجهز و متصل به ولکرو باشه. اینجا بسته‌هایی از نوارهای ولکرو در رنگ‌ها، اندازه‌ها و شکل‌های مختلف وجود داره که همه جا مورد استفاده قرار می‌گیرند. شما به یاد داشته باشید که اگر چیزی رو به حال خودش رها کنید، در جای خودش باقی نمی‌مونه و شروع به حرکات نمایشی می‌کنه که این بالا می‌تواند مخاطره‌انگیز باشه.

با همه این‌ها، پرواز احساس بسیار ارزشمند... و یکی از بزرگ‌ترین تلاش‌های من پیش از ترک اینجا این است که ببینم چقدر می‌توانم در یک مکان شناور بمانم بدون اینکه به چیزی برخورد کنم. برای این کار شما باید بایستید و هیچ نیرویی به هیچ چیزی وارد نکنید. بیشترین زمانی که من توانسته‌ام این کار رو انجام دهم ۲۵ ثانیه پیش از آن بوده است که به چیزی برخورد کنم.

اکنون وقته اونه که از آخرین روزهایی که روی عرشه هستم استفاده کنم...

تا بعد...

## ترک کردن مدار (۲۸ سپتامبر)

من مشغول نوشتن آخرین مطلب و بلاگم از مدار هستم و از این موضوع احساسی دوگانه دارم.

ما تازه شام آخر رو در مدار تمام کرده‌ایم. مقداری گوجه فرنگی تازه داشتیم که با خودمون با سایوز آورده بودیم و برای وقت مخصوص ذخیره کرده بودیم. بعلاوه کمی ماهی دودی و بقیه چیزها هم غذاهای معمول فضایی بود. جف ویلیامز، مهندس پرواز برگشت ما به چهاردهمین گروه خدمه ایستگاه برای آغاز دوره ماموریتش و خوش آمد گفت و برای اونها آرزوی موفقیت در مدار رو کرد.

بعد از آن میشا تورین نطق زیبایی کرد... فکر می‌کنم وبلاگ من رو خوانده بود چرا که احساس او بازتاب چیزهایی بود که من نوشته بودم. او درباره این موضوع صحبت کرد که ما مردمانی از کشورهای مختلف، با پیشینه‌های گوناگون و فرهنگهای متفاوت اینجا با یکدیگر و در کنار هم حضور داریم و با یکدیگر زندگی و کار می‌کنیم و رابطه عاطفی مستحکمی رو به وجود آوردیم. او ادامه داد «سرانجام یک روز عمر مفید ایستگاه فضایی به پایان خواهد رسید و از مدار خارج خواهد شد و قطعات آن در جو زمین خواهد سوخت. اما خاطره این ماموریت و دوستی‌های ما فراتر از همه این‌ها دوام خواهد آورد...»

موسیقی STING در زمینه صحبت‌های او پخش می‌شد که آواز معروف "how fragile we are..." را می‌خواند. سپس میشا به من گفت که سورپرایز ویژه‌ای برای من دارد...

او نشان شخصی خودش رو به من داد. نشان ویژه کیهان نوردها و برچسب اسم او به همراه خرس کوچولویی که در هنگام پرواز در کابین ما آویزان بود، اسم این خرس هم میشا بود شاید شما هم آن را در فیلم‌های پرتاب دیده باشید. او به من گفت میشا در حقیقت نوعی حسگر شرایط بی وزنی و گرانش صفر در این سفر بوده است.

حرف‌های اون و هدیه ویژه چنان تاثیرگذار بود که نتوانستم جلوی اشک خودم رو بگیرم.

من تمام روز سعی کرده بودم تا این موضوع را توی خودم نگه دارم و طوری به کارهام بپردازم که انگار همه چیز مرتبه، اما درونم احساس می‌کردم در حال از دست دادن چیزی هستم... این واقعیت داره که زنجیر محبتی در اینجا تشکیل شده که قطع کردن آن به هیچ وجه راحت نیست. طی ۱۰ روز گذشته من با اعتماد کامل زندگی خودم را به دست می‌شما و لویز سپرده بودم. اونها فوق‌العاده بودند و مثل برادر مراقب من بودند... اونها این سفر را برای من فوق‌العاده کردند و مطمئنم هیچوقت اونها را فراموش نخواهم کرد...

امشب نوشتن برای من خیلی سخته. احساسات و هیجان من اوج گرفته و میلیونها فکر از سرم می‌گذره و هر چند دقیقه یک بار اشکهام در می‌آیند و بغض می‌کنم دوباره همه رو پس می‌زنم و سعی می‌کنم قطار فکرهام رو متوقف کنم...

من هیچ درموقع پرتاب اینقدر احساساتی نشده بودم. فکر می‌کنم برای شروع آدم مناسبی باشم اما برای پایان، نه...

من به گوشه و کنار ایستگاه سرک می‌کشم و سعی می‌کنم همه چیز رو و هر چه رو که دیدم و حس کردم در ذهنم و خاطرم حک کنم. چند بار خودم رو شناور کردم و مثل پرنده‌ای که خودش رو به دست باد می‌سپره معلق ماندم تا ببینم به کجا می‌رسم.

من از پنجره به بیرون نگاه می‌کردم و با خودم فکر می‌کردم که چه زمانی ممکنه دوباره چنین منظره‌ای رو ببینم. سعی کردم چند تا از موسیقی‌های مورد علاقه‌ام رو گوش کنم. صبح هنگام صبحانه، آهنگ ( Only if you want to do ) اثر انیا را گوش کردم. این آهنگ منو سرشار از انرژی کرد. در طی روز من زمزمه موسیقی "Somewhere over the Rainbow" و "My Favorite Things". را می‌شنیدم.

سعی داشتم بر روی نکات مثبت تمرکز کنم... فردا بعد از مدتی طولانی می‌توانم همسرم رو ببینم... خیلی دلم براش تنگ شده. هر دوی ما ۶ ماه دشواری رو سپری کردیم...



او بخشی از روح منه. تا پیش از این سفر ما از هم جدایی ناپذیر بودیم... او تمام مدت سعی کرده بود مردی قوی باشه که تکیه‌گاه زندگی منه... اما می دانم که اون از درون در چه حالی و تا چه حد منقلبه. او زمانی اولین نفس راحت رو خواهد کشید که به اون خبر بدنند ما رو سالم از کپسول بیرون آورده‌اند.

همینطور با خواهرم حرف خواهم زد و به صدای مشتاق و نگرانش گوش خواهم کرد که چقدر نگران بوده که منو از دست بده... من به او قول دادم که صحیح و سالم طی چند روز بعد دوباره پیشش خواهم بود... می توانم بگم که اون گریه می کرد اما به سختی سعی میکرد این رو در صداش بروز نده.

فرود معمولاً حدود ۴ ساعت طول می کشه و این سفری نه چندان راحت به سمت پایین با یک برخورد بزرگ در انتهای آن است. سایوز مثل گلوله کوچیکی از آتش وارد جو زمین خواهد شد بعد چترها باز خواهند شد و ضربه‌ای به کپسول وارد خواهند کرد و سپس چرخ زنان سرعت ما رو تا حدی کم می کنه و در آخرین مرحله موتورهای کوچک فرود روشن می شنند و از اینکه ما به شکل یک شهابسنگ به زمین برخورد کنیم، محافظت خواهد کرد.. من چندان درباره این موضوع نگران نیستم... چیزهای دیگری است که باید نگران اونها باشم مثل اینکه چه زمانی دوباره می توانم این آزادی و آرامش را دوباره تجربه کنم... سفر من به پایان خود نزدیک می شود اما رویای من تازه آغاز شده است.

شما در پیام‌های خودتون به من گفته بودید که کار من برای شما الهام بخش بوده... خوب باید به شما بگم که همه شما هم برای من الهام بخش بودید. هر بار که ناراحتی و اندوه جدایی از ایستگاه فضایی سراغم میاد به یاد یکی از پیام‌های شما می افتم و از خودم بیرون میام و به جلو نگاه کنم که چه کارهایی رو ما با یکدیگر می توانیم انجام بدیم.

شاید همه اینها نشانه ای در خود داشته باشه. سفر ناگهانی من به مسکو و تغییر خدمه پرواز در آخرین لحظه. شاید تقدیر من بود که چون زنگ ساعتی برای بیداری هرکسی، صدای که در درون اون درآرم و یادآوری کنم که همه شما می توانید شروع به تغییر دنیا و تبدیل اون به محلی بهتر برای زندگی همه ما کنید...

شاید به عهده من بوده تا الهام بخش دانشمند جوانی باشم که تبدیل به یکی از کسانی خواهد شد که با نیروی خودش بالا میاد و رشد می کنه. شاید با من بوده تا به یاد همه بیارم که همه ما امکانات نامتناهی در پیش رو داریم. شاید... شاید... شاید...

اندیشه‌های زیادی از سرم می گذره و مطمئن نیستم تصمیم داشتم چه چیزی باشم یا چه کاری انجام دهم... من هیچوقت حرکاتم رو محاسبه نکرده‌ام و برای ان تا دوردست‌ها طرح نریختم... من به طور معمول مجموعه‌ای از اهداف رو در ذهنم مرتب کردم و بعد به صدای درونم اجازه دادم تا منو به سوی این سرنوشت راهنمایی کنه... من همیشه در قلبم می دونستم که به فضا خواهم رفت، اما هیچوقت دقیقا نمی دونستم چطور. اما همیشه به همه می گفتم که چقدر عاشق فضا هستم و می خواهم روزی به فضا بروم و سرانجام راهش رو پیدا کردم...

مقصد فردای من زمینه... اما زمین همون زمینی نیست که اون رو ترک کردم. اکنون این زمین کمی بهتر شده چرا که اندکی عشق بیشتر در آن به وجود آمده. من می توانم این رو از جملاتی که برای من در ایمل‌هاتون فرستادید ببینم... من تنها امیدوارم به رشد این موج انرژی مثبت کمک کرده باشم. موجی که باید اون رو آغاز کنیم و مطمئن باشیم مردمان بیشتر و بیشتری رو در بر خواهد گرفت.

می گویند بخند تا جهان به تو بخنده... من بر مبنای تجربه خودم به شما می گم این موضوع حقیقت داره... من بارها و بارها گفته‌ام که خنده من مسری است... من امیدوارم این خنده به شما هم سرایت کرده باشه وقتی شما به دیگران می‌خندید، گفتن «نه» به شما سخت‌تر می شه یا سخت‌تر می توانند از شما متنفر بشند... یا به شما صدمه بزنند.

بنابراین امشب که به رختخواب می‌رید با لبخندی این کار رو بکنید و ببینید فردا، زمانی که از خواب بلند میشوید، چه احساسی خواهید داشت... فراموش نکنید لبخندتان رو تا آخر روز حفظ کنید... و تا زمانی که می‌شنوید که من فرود آمده‌ام...

زنگیتان طولانی، کامکار و شاد باد دوستان من...

————— پایان —————