



# زندگے نامہ

## افراد موفق

### لیزی ولاسکوئز





## گروه تحقیقاتی فکر پرواز

لیزی و لاسکوئز (Lizzie Velásquez) که زمانی به او لقب «زشت‌ترین زن دنیا» را دادند تصمیم گرفت شرایط را به نفع خودش تغییر دهد و به همه نشان بدهد که شما را آن چیزی تعریف می‌کند که خودتان انجام می‌دهید و می‌خواهید.

لیزی در ۱۳ مارس سال ۱۹۸۹ (۲۲ اسفند ۱۳۶۷) در تگزاس در ایالات متحده متولد شد و نخستین فرزند خانواده‌اش بود. او یک ماه زود به دنیا آمد و هنگام تولد فقط یک کیلو و دویست گرم وزن داشت. خودش می‌گوید در بیمارستان به والدینش گفتند دخترتان ممکن است هرگز نتواند چهار دست و پا برود، راه برود، حرف بزند، فکر کند، یا هیچ‌کاری را خودش انجام بدهد. شاید طبیعی بود اگر مادر و پدر جوان شکایت می‌کردند که چرا باید نخستین فرزند ما به همه‌ی این گرفتاری‌های ناشناخته مبتلا باشد؟ ولی مادر و پدر لیزی به پزشکان گفتند می‌خواهند نوزادشان را ببینند، او را در آغوش بگیرند، به خانه ببرند، به او عشق بورزند، و تمام تلاش و توانایی‌شان را برای خوب بزرگ‌کردنش به کار بگیرند. او می‌گوید والدینم دقیقاً همین کار را کردند.

لیزی مبتلا به نوعی سندرم نادر و ناشناخته است که به‌جز او فقط دو نفر دیگر در دنیا به آن مبتلا هستند. بدنش صفر درصد چربی دارد و هرگز، هرچقدر هم که غذا بخورد، چاق نمی‌شود. او هرگز بیش از ۲۹ کیلوگرم وزن نداشته است. هرچند که به بی‌اشتهایی هم مبتلا نیست و در واقع دریافتی انرژی بدنش روزانه ۵۰۰۰ کیلوکالری است (مقایسه کنید با میانگین دریافتی انرژی در آمریکا که ۳۷۷۰ کیلوکالری است). او باید هر ۱۵ دقیقه غذا بخورد. ولی از این غذایی که می‌خورد چربی‌ای در بدنش



## گروه تحقیقاتی فکر پرواز

تولید نمی‌شود. خودش این را موهبتی خدادادی می‌نامد که هرچه دوست دارد می‌خورد و چاق نمی‌شود.

او از چشم راست نابیناست و این نابینایی از چهارسالگی آغاز شد. دید چشم چپش هم چندان واضح نیست. با این حال همواره سعی می‌کند نکات مثبت خودش و شرایطش را ببیند و بر آنها تأکید کند. بنابراین چاق‌نشدن یا کوچک‌بودن بیش از اندازه‌ی بدنش را مفید می‌داند و هرگز نمی‌گوید یک چشم من نابیناست، بلکه می‌گوید من دنیا را با یک چشم می‌بینم و این هیچ ایرادی ندارد. چون در عوض وقتی لنز می‌خرم به جای پول یک جفت باید پول یکی را بدهم!

شرایط بیماری او شبیه بسیاری از بیماری‌های خاص دیگر مثلاً سندرم پروگیا (سندرمی که مبتلایان به آن به پیری زودرس دچار می‌شوند) است اما بیماری‌اش لا‌علاج یا کشنده تشخیص داده نشده. نکته‌ی جالب درباره‌ی او این است که ظاهراً استخوان‌ها، دندان‌ها، و اندام‌های داخلی بدنش کاملاً از این سندرم در امان مانده و اکنون سالم‌اند. حتی دانشمندان بر این باورند که او می‌تواند به‌طور طبیعی تولیدمثل کند و بیماری‌اش را به فرزندان‌ش منتقل نخواهد کرد. هرچند که سیستم ایمنی ضعیفی دارد و آسان بیمار می‌شود.



او در رشته‌ی مطالعات ارتباطات از دانشگاه تگزاس فارغ‌التحصیل شده و تاکنون دو کتاب منتشر کرده و سومین کتابش را در دست تحریر دارد. کتاب نخست زندگی‌نامه‌ی خودنوشت او، با عنوان «لیزی زیبا؛ داستان لیزی و لاسکوئز» (Lizzie Beautiful; The Story of Lizzie Velásquez) است که در سال ۲۰۱۰ به دو زبان انگلیسی و اسپانیایی منتشر شد. کتاب دومش با عنوان «زیبا باش، خودت باش» (Be Beautiful, Be You) در سال ۲۰۱۲ منتشر شد و مضمونش آگاه‌سازی مردم از این موضوع است که زیبایی ظاهری مهم نیست و هرکس باید برای آن‌کسی که هست خودش را دوست داشته باشد.

در ویدئویی که لینکش را پایین متن می‌بینید شرح می‌دهد که پدر و مادرش با درک عمیقی که داشتند او را همچون کودکی عادی بزرگ کردند و



## گروه تحقیقاتی فکر پرواز

اکنون برای هر آنچه هست و انجام داده خودش را مدیون آنها می‌داند. خودش را مدیون مادرش می‌داند که این جرئت و اعتماد به نفس را در او ایجاد کرده که حالا مقابل تماشاچیانش بایستد و بگوید زندگی سختی داشته ولی به آنچه به دست آورده می‌ارزیده است. او می‌گوید من ۱۵۰ درصد عادی بزرگ شدم. آن قدر عادی که وقتی به مهد کودک رفتم هیچ تصویری از این نداشتم که چهره‌ام با کودکان دیگر فرق دارد. در نخستین روز مدرسه وقتی به سراغ نخستین کودک نزدیکش می‌رود او چنان واکنشی نشان می‌دهد گویا وحشتناک‌ترین هیولای عمرش را دیده. اما واکنش لیزی این بوده که «من که بچه‌ی بامزه‌ای هستم، این دختره چقدر بی‌ادبه!». اما انتظارش برای بهتر شدن برخوردها در مدرسه نه تنها به سر نرسید بلکه همه چیز بدتر و بدتر شد و او می‌دید که همه از او دوری می‌کنند. اما نمی‌فهمید چرا؟! او که در حق کسی بدی نکرده بود. وقتی این موضوع را با ناراحتی با پدر و مادرش مطرح کرد آنها به او گفتند که «علتش فقط اینه که تو از بقیه کوچک‌جثه‌تری. تو مبتلا به این سندرم ناشناخته و نادری ولی قرار نیست این سندرم تو رو تعریف کند. پس برو مدرسه، سرت رو بالا بگیر، لبخند بزن و خودت باش، تا بقیه ببینند تو هم مثل اونایی.» و او هم چنین کرد.

او از تماشاچیانش می‌خواهد با خود فکر کنند و ببینند چه چیزی آنها را تعریف می‌کند؟ جایی که متولد شده‌اند، پیشینه‌ی خانوادگی‌شان، دوستان‌شان، یا چه چیز دیگری؟ لیزی می‌گوید برای خودش مدت‌ها طول کشید تا تعریف خودش را پیدا کرد. او مدت‌ها از قیافه‌ی خودش بیزار شده بود. وقتی صبح‌ها جلو آینه آماده‌ی رفتن به مدرسه می‌شد، پاهای



## گروه تحقیقاتی فکر پرواز

کوچکش، دست‌های نحیفش، و صورت بیش از حد لاغرش را زشت می‌دانست و دلش می‌خواست بتواند به‌نوعی از شر این سندرم خلاص شود. با خودش فکر می‌کرد، «اگر و فقط اگر به این سندرم مبتلا نبوده‌م چقدر زندگیم آسون‌تر می‌شد.» می‌گوید: «مدت‌ها آرزو کردم، دعا کردم، امید بستم که روزی از خواب بیدار شوم و ببینم قیافه‌ای عادی دارم. این چیزی بود که هر روز خواستم و هر روز از به‌دست‌آوردنش ناامید شدم.»

اما پدر و مادرش حامیان بزرگ او بودند. کسانی که هر وقت ناراحت بود به او تسلی دادند و وقتی خوشحال بود با او خندیدند. و به او آموختند که باوجود داشتن این بیماری و باوجود شرایط بسیار سخت زندگی، نباید اجازه بدهد که این بیماری او را تعریف کند. باید به یاد داشته باشد که زندگی‌اش در دستان خودش قرار دارد و خودش تصمیم می‌گیرد که به کدام‌سو هدایتش کند. او می‌داند و می‌گوید که رسیدن به این نقطه بسیار سخت است.





وقتی دبیرستان می‌رفته، روزی ویدئویی از خودش روی اینترنت پیدا می‌کند که کسی او را «زشت‌ترین زن دنیا» لقب داده بوده است. چهار میلیون نفر آن ویدئوی هشت ثانیه‌ای صامت را دیده بودند. هزاران نفر زیر ویدئو کامنت گذاشته بودند: «لیزی، لطفاً، لطفاً به دنیا لطفی بکن. تفنگی روی سرت بگذار و خودت رو بکش.» او از تماشاچیانش می‌خواهد به

این جمله فکر کنند. اگر افرادی کاملاً غریبه چنین نظری درباره‌ی شما داشته باشند، چه می‌کنید؟ مسلماً او از خواندن این نظرات غمگین شده و حتی به فکر جواب‌دادن به آن ویدئو افتاده ولی همان لحظه دریافته که خودش مسئول انتخاب‌های زندگی‌اش است. می‌تواند این

ویدئو و نظراتش را عاملی برای افسردگی و خشم کند، یا از آن نردبانی برای ترقی بسازد. با خودش فکر می‌کند آیا باید اجازه بدهد مردمانی که او را هیولا خطاب می‌کنند تعریفش کنند؟ یا کسی که پیشنهاد کرده بود که باید او را در آتش سوزانند!



## گروه تحقیقاتی فکر پرواز

لیزی به این نتیجه می‌رسد که داشته‌هایش باید او را تعریف کنند نه نداشته‌هایش؛ یک چشمش نمی‌بیند، در عوض چشم دیگرش می‌بیند. خیلی زود به‌زود مریض می‌شود، در عوض موهای خوبی دارد. همان‌جا تصمیم می‌گیرد برای اثبات خودش به دیگران هرکاری می‌تواند بکند تا از هر جهت آدم بهتری شود؛ چون به نظرش بهترین راه برای جواب‌دادن به آن آدم‌ها این بود که نکات منفی حرف‌هایشان را بگیرد، برعکس کند، و از آن‌ها نردبانی برای رسیدن به اهدافش بسازد. لیزی تصمیم گرفت به دانشگاه برود، درسش را تمام کند، مجموعه‌ای از سخنرانی‌ها را برای انگیزه‌بخشیدن به مردم آغاز کند، و کتابی بنویسد. حالا او همه‌ی این کارها را کرده و برای مردم از راه‌های موفقیت می‌گوید و از رازهای زیبابودن و خوشحال‌بودن در زندگی...







هدیه ای رایگان اما با ارزش برای شما

دانلود هدیه

منابع:

shadbanoo.com

websavar.ir

برای دانلود زندگه نامه ی دیگر افراد موفق و مطالب

رایگان موفقیت و انگیزش

به سایت فکر پرواز رجوع کنید

[fekreparvaz.com](http://fekreparvaz.com)