



امروز با مولانا

چونک من از خال خوبش دم زدم  
همچو موری اندرین خرمن خوشم

نطق می خواهد که بشکافت تلم  
تا فزون از خویش باری می کشم

یک خبر | نگاه

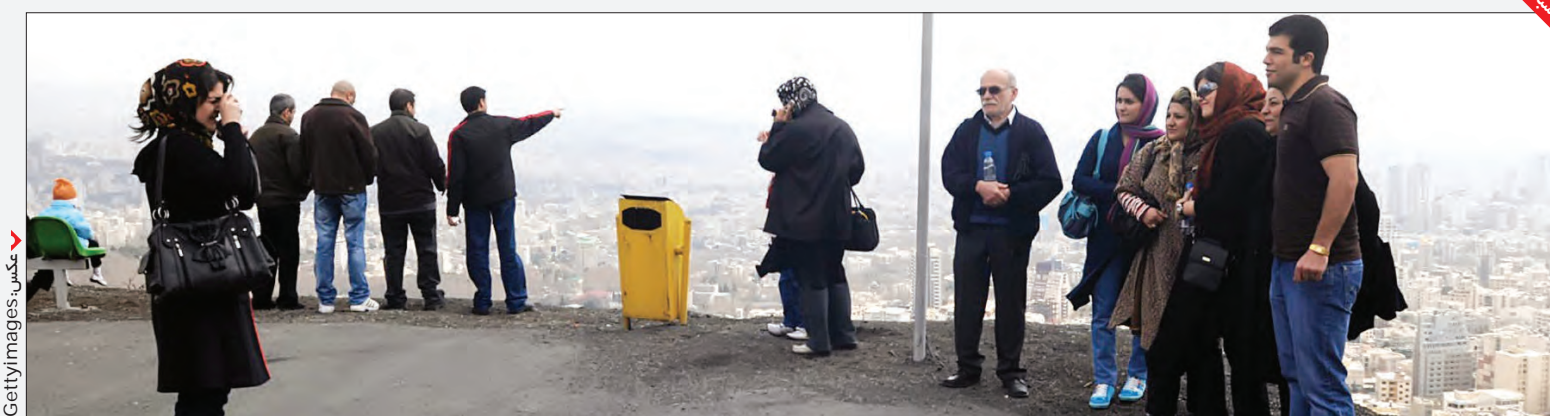
من و این همه خوشبختی محاله!

در خبرها آمده است که دکتر «علی اکبر سیاری» معاون وزیر بهداشت در هشادو هشتمین اجلاس روسا و معاونان دانشگاه‌های علوم پزشکی کشور گفته است «۱۹ میلیون در کشور تحرک کمی دارند، ۵ میلیون نفر سیگار مصرف می‌کنند و ۱۵ میلیون نفر چربی خون بالا دارند» ما با آن ۵ میلیون سسگاری و ۱۵ میلیون چربی خونی، کاری نداریم؛ اما برایمان آن ۱۹ میلیون کم تحرک سوال شده است! این همه آدم که از صبح علی الطلوع تا شب دنبال به لقمه نون اند، چی هستن؟! این همه دانشجوی تحصیلمکرده و آدم‌های بیچاره که از صبح تا آخر شب، غازی می‌چروتن، تحرک ندارند؟

همچنین، ایشان تصریح کرده‌اند که حدود ۷ درصد کودکان زیر ۵ سال کشور دچار کوتاه‌قدی هستند و این در استان سیستان و بلوچستان و به بیش از ۲۰ درصد می‌رسد و کوتاه‌قدی به معنای بیکار که از صبح تا آخر شب، غازی می‌چروتن، تحرک ندارند؟

همچنین، ایشان تصریح کرده‌اند که حدود ۷ درصد کودکان زیر ۵ سال کشور دچار کوتاه‌قدی هستند و این در استان سیستان و بلوچستان و به بیش از ۲۰ درصد می‌رسد و کوتاه‌قدی به معنای بیکار که از صبح تا آخر شب، غازی می‌چروتن، تحرک ندارند؟

همچنین، ایشان تصریح کرده‌اند که حدود ۷ درصد کودکان زیر ۵ سال کشور دچار کوتاه‌قدی هستند و این در استان سیستان و بلوچستان و به بیش از ۲۰ درصد می‌رسد و کوتاه‌قدی به معنای بیکار که از صبح تا آخر شب، غازی می‌چروتن، تحرک ندارند؟



عکس: Gettyimages

دوستی عمیق

دوست ما در یکی از برنامه‌هایی که برای اجرا رفته بود، از او پرسیدند حالا شما مالید از کس خاصی یا افرادی یاد کنید که در حال حاضر تصویر شما را در این قاب می‌بینند؟ او هم کمی فکر کرد... من هم در آن زمان به صورت وصف‌ناپذیری خوشحال بودم، نه برای این که از من اسمی یا خاطره‌ای را بیان می‌کنند، به آن جهت که به یاد من خواهد بود، اما هر چه که گذشت اسم هر کسی را بر زبان می‌آورد به غیر از اسم من. با خودم گفتم «خدا یا مگر می‌شود دوست ۶۰ ساله من یادی از من نکرده باشد؟ مگر می‌شود؟» اما شد و یک خاطره تلخ برای من رقم زده شد. اگر بخوایم برای این روزهایی که در آن هستیم اسمی بگذارم؛ می‌گویم «دوره او هم خوشحال خواهید شد. این حس برای من هم به وقوع پیوست. یادم می‌آید زمانی که با قدیمی‌ها یک چای می‌خوردم تا انتها همراه و همراز بودند؛ اما حالا بگذریم.

ویژه‌ای باز کنم؛ چراکه همواره در نظر داشته‌ام که اگر هر کسی یک دوست واقعی داشته باشد بسیاری از موضوعاتش به خوبی روبه جلو حرکت می‌کند و از خیلی جهات ذهن آرامی خواهد داشت؛ زیرا احساس می‌کند یک دوست واقعی در کنار خود دارد. حرف از دوستی و مهربانی زدن، مد شده است؛ اما من دوستی واقعی کمتر می‌بینم. دوستی امروز به شکل دیگری تغییر حالت داده و با شکل‌های دیگر خود را نمایان می‌کند. امروز مهربانی در درگیری بین افراد در جامعه به واقعیت پیوسته است؛ اما من می‌گویم که دوست واقعی فدکاری‌هایی را انجام می‌دهد که بی‌تغییر است.

به موضوع دوست خردم برمی‌گردم. من با دوستم روزها صحبت می‌کردم، با هم هر جایی که دوست داشتیم می‌رفتیم؛ روزهای خوبی را پشت سر



سعید پیر دوست  
بازنگر

۲۲ ساله است؛ در طول این مدت اتفاقات زیادی در زندگی من به وقوع پیوسته. انبوهی از خاطرات تلخ و شیرین، خوب و بد... من با همه خاطراتم روزها را گذرانده‌ام و با بسیاری از آنها تحت تأثیر قرار گرفته‌ام، با بسیاری از آنها زندگی کرده‌ام؛ اما می‌خواهم قصه دوستی را برای شما تعریف کنم که سال‌ها سال با او زندگی کرده‌ام و خاطرات فراوانی با هم داشته‌ایم. البته در میان این خاطرات هم صحنه‌های شیرین دیده می‌شود. هم صحنه‌های تلخ.

من دوستی داشتم یا دارم (!) که با او روزهای بسیاری را شب کرده‌ام. از یک زمان به بعد این فکر در ذهن من شکل گرفت که این دوست یا این فرد دیگری جز من نیست و می‌توانم روی آن حساب

برش

آرزوی مردمی که کاش مرانها بگذارد

امیج آلبوم

مانند کودکی تحت حمایت خود داشت. گاهی وقت‌ها آرزو می‌کردم کاش مرانها بگذارد. او و سسرانجام این کار را کرد. او مُرد. دیگر نه دیداری و نه تلفنی، و بدون این که حتی بفهمم، سسر گردانی‌ام آغاز شد. گویی ریشه‌های من کنده شده بودند و من همراه جریان رودخانه‌ای در سرازیری شنشاور بودم. مادرها برخی از اندیشه‌های پوچ فرزندانشان را حمایت می‌کنند و یکی از این اندیشه‌های پوچ من این بود



به گذشته برمی‌گردم و از روزی آغاز می‌کنم که مادرم مُرد؛ نزدیک به ۱۰ سال پیش، وقتی این اتفاق افتاد، من آن جانب‌دوم، در حالی که می‌بایست باشم، پس دروغ گفتم. فکر خوبی نبود. مراسم تشییع جنازه جایی برای پنهان کردن اسرار نیست. من در کنار مزار او ایستادم و کوشیدم باور کنم اشتباه من موجب مرگ او نشده است. پس از آن، دختر ۱۴ ساله‌ام دستم را گرفت و زیر لب گفت: «متاسفم که نتوانستی با اون خداحافظی کنی، پدر». و من در هم شکستم؛ به زانو درآمدم و گریستم. چمن‌های خیس، شلوارم را لک کرد.

که خود را دوست داشتم، کسی را که بودم؛ زیرا او دوست می‌داشت. هنگامی که او مرد، آن اندیشه‌ها هم مرد. حقیقت این است که من کسی را که بودم، به هیچ وجه دوست نداشتم. من در دهنم هنوز خود را قهرمان جوان با آتیه‌ای نویدبخش می‌دیدم. ولی من دیگر جوان نبودم و دیگر قهرمان هم نبودم. من بازاریابی میانسال بودم. آتیه درخشانم نیز، مدت‌های مدیدی می‌شد که به دست فراموشی سپرده شده بود.

پس از مراسم از خود بیخود شدم و در آغوش مری خود از هوش رفتم؛ و چیزی تغییر کرد. یک روز می‌تواند زندگی آدم را در هم بیچیناند و به نظر می‌رسد، آن روز، زندگی، مرا با سنگدلی به سرانجامی می‌اندازد. مادر من همیشه -با پندها، انتقادات و همه بکن‌کن‌های مادرانه‌اش - مرا

شاتر

آبرسانی به روستاهای بشرویه

با توجه به خشکسالی‌های اخیر و کمبود شدید آب شرب و آشامیدنی ۴۲۰ روستا از روستاهای خراسان جنوبی با تانکر حمل آب سیار آبرسانی می‌شود. نرگس سینایی در خبر گزارشی فارس



امروز به چی فکر می‌کنی

چالش حفظ محیط زیست

محیط زیست پافشاری کند و اجازه کشتار درختان را به کسی ندهند  
هر روز از خواب بیدار می‌شوم و می‌بینم مسیری که طی می‌کنم تا تغییراتی رویه‌ور شده است. وقتی هم که سوال می‌پرسم می‌گویند قرار است در این مکان ساختمانی ساخته شود.

ساختمان‌هایی را سراغ دارم که سال‌هاست ساخته شده‌اند، اما هنوز خالی هستند. مادر روزگار سختی داریم زندگی می‌کنیم. بر سر بحران‌ها از همین مواردی که اشاره شد نجات می‌گیرد. زمانی که مردم شهر ماسرشان را بر می‌گرداندند و فقط مصالح می‌بینند باید هم در روحیه‌شان تأثیر بگذارد و خشن‌تر از همیشه باشند.

دیگر دیر است؛ چه بخوایم و چه نخوایم منابع ما رو به کاهش است و تمام شدنش است و روزهایی نزدیک می‌شویم که قطعا دچار بحران خواهیم شد. منابع آب ما در حال اتمام است؛ اما ما مشاهده می‌کنیم که هنرمندان مان آب روی سر خود می‌ریزند. اعتقاد دارم افراد مشهور در هر جمع‌های باید روی نقاطی در آن جامعه کار کنند که به نفع محیط باشد. نه این که بر عکس عمل کنند. به جای آب ریختن بر سر خودشان باید به فکر این باشند که آب را هدر ندهند و به طور عملی کمک کنند؛ زمان این ادعاها گذشته.

این یک نمونه بود، از یک شهروند، در یک روز یا شب، در یک خیابان. حالا تصور کنید که در خیابان‌های مختلف این شهر و شهرهای دیگر و چندتر از این اتفاق‌ها می‌افتد. گاهی عده‌ای همین آذیت و آزار احقرانه و خطرناک را با خودرود انجام می‌دهند که برای خود من، بسیاری اتفاق افتاده است. من یک پسر هستم. یک پسر جوان ۲۶ ساله که شاید به واسطه پسر بودنم، هیجان خیلی از این مردم آزاران را برنمی‌گزیم. حال تصور کنید که چه تعداد دختران و زنان جوانی که به خاطر زن بودنشان مردی احترامی، بی‌حرمتی، توهین‌و حتی



محمد سلوکی  
مجری

نکنه جالب برایش این روزها این است که هر جا می‌روم تنها درخت می‌بینم؛ از نظر من از رشدندترین موجوداتی که در کنار ما وجود دارند طبیعت‌درختان هستند.

هر روز خبرهایی درباره پوشش‌های گیاهی کشور می‌شنوم که از بیسن می‌روند یا آتش می‌گیرند و فردای آن روز هم مطلع می‌شویم که نصف جنگل‌های فلان نقطه از کشور از بین رفته است. این فکر روزها است که من را آزار می‌دهد؛ حتما شما هم این روزها در این مورد زیاد می‌شنوید و من نمی‌توانم به خوبی احساس و فکر را به شما منتقل کنم. در حال حاضر به حدی از وضع طبیعت در کشور ناراحت هستم که نمی‌توانم بیان کنم. دوست دارم یک روز به افرادی که درختان ۴۰ تا ۵۰ ساله را قطع می‌کنند و خودنمی‌آورد حتی باعث ارتقای سطح دیدن انسان‌ها و تصور آنها از جامعه‌ای که در آن حضور دارند می‌شود. من همیشه سعی کرده‌ام تقدیر از کار خودم نمایان کنم؛ به هر حال چه درست و چه غلط داشتم فرهنگ نقد باعث ارتقای سطح زندگی افراد می‌شود.

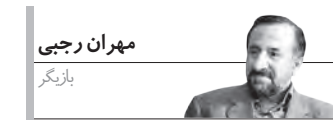
خودانتقادی

خودم را تنبیه می‌کنم

کرده‌اید. اما زمانی که بد هستید پذیرد. باز بکنان حرف‌های فوتبال هم که جایزه‌های زیادی را برده‌اند روزهای افتتاح هم گذرانده‌اند و زمانی که به اینداند می‌کنید با کمال میل می‌پذیرند؛ اما خدا نکند که بد باشید و بخواید که تقدیرانپذیرد.

موضوعی که می‌خواهم به آن اشاره کنم، زمانی است که در جاده چالوس در حال رانندگی بودم و قصد داشتم به مسافرت بروم. حس خوبی نداشتم، چراکه از زمانی که از تهران راه افتادم قوانین را رعایت نکردم. ناخودآگاه همین‌طور پام روی گاز بود، سبقت می‌گرفتم و به حریم افراد دیگر احترام نمی‌گذاشتم؛ تا مدتی هم متوجه نمی‌شدم و در این فکر بودم که در حال یک رانندگی کاملاً مناسب هستم و مثل همیشه خوب رانندگی می‌کنم و به قوانین هم احترام می‌گذارم؛ اما ساعتی که گذشت متوجه شدم که در حال خودکشی هستم یا خودم را خوار کشت یا افراد دیگر را. زمانی که به خودم آمدم دیدم که نه... من دارم دست به کاری می‌زنم که روزها و سال‌ها همه برای رعایت آن در تلاش و کوشش هستند. خودرو را متوقف کردم و در حالت روشن قرار دادم و از آن پیاده شدم. در این فکر بودم که خودرو را خاموش نکنم که برایم مانند یک تفریح در آن زمان قلمداد شده؛ از خودرودور شدم و فاصله زیادی از آن گرفتم و تمام خودروهایی که من با سرعت از آنها سبقت گرفته بودم هم از من جلوتر شدند و من را پشت‌سر گذاشتند. در این جا بود که فهمیدم چه کاری انجام داده بودم.

نتیجه گرفتم که خودم را تنبیه کنم و به خودم نقدی را وارد کنم. اگر همه ما زمانی که در حال انجام کاری هستیم و می‌دانیم اشتباه است و باز هم آن را انجام می‌دهیم پس چه بهتر که متوجه شویم و از پیشرفت آن جلوگیری کنیم. عیب‌یابی از خود هیچ مشکلی به وجود نمی‌آورد حتی باعث ارتقای سطح دیدن انسان‌ها و تصور آنها از جامعه‌ای که در آن حضور دارند می‌شود. من همیشه سعی کرده‌ام تقدیر از کار خودم نمایان کنم؛ به هر حال چه درست و چه غلط داشتم فرهنگ نقد باعث ارتقای سطح زندگی افراد می‌شود.



مهران رجایی  
بازنگر

ما هر روز در اشتباه هستیم؛ فکر می‌کنم هر کسی که در دنیا زندگی می‌کند حتی اگر هم که نخواهد دچار اشتباهاتی می‌شود؛ بسیاری از افراد این اشتباهات را متوجه می‌شوند و تعدادی هم هستند که اشتباهاتی را صورت می‌دهند و نسبت به آن بی‌اهمیت هستند و این باور را ندارند که اشتباه کرده‌اند و آن را نمی‌پذیرند؛ چراکه این افراد خودشیفته هستند و فقط خود را می‌پسندند و در روند تکامل خود دچار شده‌اند.

به نظر من تنها کسانی که اشتباهی ندارند، افراد معصوم هستند که البته ما هم جزو آنها حساب نمی‌شویم. اگر بخوایم به خودم نگاه کنم باید این موضوع را بگویم که در اکثر اوقات دچار اشتباه هستم. وقت‌هایی که متوجه این اشتباه‌ها می‌شوم سعی می‌کنم آن را نقد کنم. من فیلم‌های زیادی بازی کرده‌ام و با موضوعات مختلف در ارتباط بوده‌ام. می‌توانم گفت نقشی وجود نداشته که بازی نکرده باشم، اما همیشه تمام نقش‌هایی که ایفا کرده‌ام مناسب نبوده؛ بسیاری از مواقع ضعیف بوده‌ام و در مواردی هم قوی ظاهر شده‌ام.

به یاد دارم فیلمی در دست داشتم، زمانی که اکران شد خودم فهمیدم که تا چه حدی ضعیف ظاهر شده‌ام و هر جا که می‌رفتم افرادی بودند که به این فیلم و نقش نقدی وارد می‌کردند و ایراداتی به آن می‌گرفتند؛ خودم هم به این موضوع بی‌برده بودم که واقعا این فیلم چقدر بد از آب درآمده است و خودم هم به آن بی‌بردم و نسبت به نقد افراد دیگر گارد نمی‌گرفتم و می‌پذیرفتم.

حالا به هر کس که بگوید «نقد» اذعان دارد که حتما می‌پذیرم هر گونه که باشد. «نقد نقد است، انسان باید نقدپذیر باشد، اما زمان عمل این موضوع گونه‌ای دیگر ظهور می‌کند، می‌خواهند شما را یک دل سیر بزنند که چرا به شما هکال آنها نقدی را وارد

توجه

**اجتبی پارسا** | گاهی یادم میره که در قرن ۲۱ در اوج مدرنیته و تکنولوژی زندگی می‌کنم. گاهی گمان می‌کنم که مثل افرادی که در غار خوابیده و بعد از صدها سال از خواب بیدار شده‌اند و بهت‌زده به دنیای مدرن اطرافشان زل می‌زنند و زیر لب با خود می‌گویند که چقدر عجیب و غریب است، من هم به خواب رفته‌ام و بیدار شده‌ام؛ اما برعکس آن افراد که در قرون پیش به خواب رفته‌اند و صدها سال بعد بیدار شدند؛ انگار من در قرن ۲۱ به خواب رفته‌ام و در سده‌های آغازین صنعت و تکنولوژی و حتی صدها سال پیشتر از آن، بیدار شده‌ام و به دنیای عجیب و نه غریب و ناشناختی اطرافم با بهت نگاه می‌کنم. دلیل این حرف‌ها را می‌گویم و توضیح می‌دهم.

اتفاقی که برای من افتاده است و باز هم می‌افتد، برای همه‌مان افتاده و باز هم می‌افتد؛ آخرین آن، چند شب پیش بود که در خیابان ایرانشهر، خسته و پیاده از کنار خیابان به سمت خانه قدم می‌زدم. دو موتور که از فاصله‌ای حدود ۵۰ متر، برخلاف جهت حرکت من به سوی من می‌آمدند و روی هر موتور، ۲ نفر نشسته بودند و صدای بلند حرف‌زدن و چیغ و فریادهایشان که ناشی از هیجان و شاید چیزهای

آزار و تحقیر من، به خاطر لذت و هیجان تو؟

دیگر بود، از همان فاصله به گوش می‌رسید. همین که در فاصله حدود ۱۵ متری من رسیدند و من در معرض دیدشان قرار گرفتم، یکی از آنها، دسته فرمان موتور را به طرف من چرخاند و با همان سرعت حدود ۳۰-۴۰ کیلومتر در ساعت، به طرف من در حرکت بود و من هم که در خیالات و افکار خودم غرق بودم، ناگهان متوجه شدم و خواستم به داخل پیاده‌رو ببرم، اما پیش از آن که فرصتی برای این کار پیدا کنم، موتور و سرنشینانش به فاصله یکی، دو متری من رسیدند و بودند و من هم که حقیقتاً از عدم برخورد آن موتور با خودم، ناامید شده بودم، تنها، چشمم را بستم و در حالت دفاعی که بدن هر کسی در چنین مواقعی به خودش می‌گیره، دست‌هایم را جلوی خودم و رو به موتور، گرفتم؛ اما...

نه. برخوردی صورت نگرفت؛ موتورسوار، پیش از آن که به من برخورد کند، دسته موتور را چرخاند و از کنار من گذشتند. از همان لحظه‌ای که از فاصله ۱۵ متری، دسته موتور را به طرف من چرخانده بودند، متوجه شده بودم که قصد آزار و اذیت مرا دارند؛ اما صدای چیغ و خنده‌شان که بعد از رد شدن از من،

بلند شد، بیشتر مطمئن شدم. به این فکر می‌کردم که چرا باید سرگرمی و هیجان عده‌ای، اذیت و تعرض دیدشان باشد؟ چرا باید این قدر سرگرمی‌های خطرناکی را انتخاب کنند که اگر درصدی خطا در آن وارد شود، یا لحظه‌ای دیرتر یا زودتر عکس‌العمل نشان بدهند، هم خودشان و هم آن آدم بی‌گناهی که با او شوخی می‌کنند را به بیمارستان یا حتی به قبرستان بفرستند!

این یک نمونه بود، از یک شهروند، در یک روز یا شب، در یک خیابان. حالا تصور کنید که در خیابان‌های مختلف این شهر و شهرهای دیگر و چندتر از این اتفاق‌ها می‌افتد. گاهی عده‌ای همین آذیت و آزار احقرانه و خطرناک را با خودرود انجام می‌دهند که برای خود من، بسیاری اتفاق افتاده است. من یک پسر هستم. یک پسر جوان ۲۶ ساله که شاید به واسطه پسر بودنم، هیجان خیلی از این مردم آزاران را برنمی‌گزیم. حال تصور کنید که چه تعداد دختران و زنان جوانی که به خاطر زن بودنشان مردی احترامی، بی‌حرمتی، توهین‌و حتی