

<p>■ روزنامه فرهنگی، اجتماعی صبح ایران ■ صاحب‌امتیاز: سازمان صداوسیما جمهوری اسلامی ایران ■ مدیر مسؤول: مهدی عرفاتی</p>							<p>کندالعمال</p> <p>حديث روز: پیامبر اسلام (ص)، هیچ حيله گرو خيانت‌کاری به پيشت نمي‌رود.</p>	
<p>امروز در تاريخ:</p> <ul style="list-style-type: none"> 📅 زادروز ولنگانگ آمادئوس موتسارت، آهنگساز (۱۳۴۲ش) 📅 پایان محاصره لنینگراد (۱۳۲۲ش) 📅 الحاق ایران به یونسکو (۱۳۴۴ش) 📅 درگذشت مجتبی مینوی، نویسنده و پژوهشگر (۱۳۵۵ش) 📅 درگذشت دیوید سالیجر، نویسنده (۱۳۸۹ش) 							<p>واحه:</p> <p>مشق‌اتی توأم با همه جور و جفایی محبوب منی با همه جرئی و خطایی</p>	
<p>سعدی</p>								
<p>چاپ: چاپخانه روزنامه جام جم</p>							<p>سه شنبه ۷ بهمن ۱۳۹۹ ۱۲ جمادی الثانی ۱۴۴۲ ۲ صفحه سال بیست و یکم - شماره ۵۸۶۳ استان تهران والبرز ۲۵۰۰ تومان - دیگر استان ها ۱۵۰۰ تومان 2021, January 26 - Tuesday</p>	
<p>شاخه: ۰۲۳۰۴۰۰۰ دوزگار تحریریه: ۰۲۳۰۴۰۰۰ تلفن: ۰۲۳۰۴۰۰۰ پانگاه اطلاع رسانی: www.jamejamdaily.ir پست الکترونیک: info@jamejamdaily.ir</p>							<p>وضعیت آب و هوای امروز</p>	
<p>تهران ☀️ ۱۲ / ۲</p> <p>اردبیل ☁️ ۶ / -۸</p> <p>اراک ☁️ ۱۰ / -۵</p> <p>بوشهر ☀️ ۲۰ / ۱۲</p> <p>ساری ☀️ ۱۴ / ۰</p> <p>خرم‌آباد ☀️ ۱۵ / ۰</p> <p>زنجان ☀️ ۶ / -۸</p> <p>مشهد ☀️ ۱۱ / -۵</p>							<p>اوقات شرعی:</p> <p>اذان ظهر: ۱۲/۱۷</p> <p>غروب آفتاب: ۱۷/۲۶</p> <p>اذان مغرب: ۱۷/۴۵</p> <p>نیمة شب شرعی: ۲۳/۳۳</p> <p>طلوع خورشید (فرذا): ۵/۴۱</p> <p>طلوع خورشید (فرذا): ۷/۰۸</p>	

پارچ آب، خشم آنی
و تابوی اصل
آیدین آغداشلو

تومان و ۴۰ دقیقه سوم ۶۰ هزار تومان و بعد از یک ساعت، هر ساعت ۵۰ هزار تومان بود، ۱۵ هزار تومان برای ۱۰ دقیقه مشاوره پرداخت کرد و نزد مشاور رفت و گفت: مدتی است که دچار خشم آبی می‌شوم و با هر اتفاقی تصور می‌کنم کسی مرا سر کار گذاشته و از کوره دمی‌روم و فحش‌های زشت می‌دهم و اطرافیان را از خود می‌رنجانم. مشاور گفت: من قرصی به شما می‌دهم که هرگاه احساس خشم کردید یکدانه از آن را با لیوان آب و ولرم بخورید یک‌خشم‌شماره افروخته‌شدن شخص را از رگرفت و رفت و سه هفته بعد با دیگر به دفتر مشاور روان‌شناس مراجعه کرد و سپس از پرسش‌نامه‌ای درباره نرخ مشاوره و اطمینان از این که در این مدت نرخ مشاوره تغییری نکرده ۸۰ هزار تومان برای ۲۰ دقیقه مشاوره پرداخت کرد و نزد مشاور رفت و گفت: آمدم اما تا دوباره از این قرص بگیرم. مشاور گفت: چطور؟ شخص گفت: این قرص معجزه کرد. هرگاه خشمگین می‌شوم یکدانه از آن را با آب ولرم می‌خورم و خشمم از بین می‌رود. مشاور گفت: قرصی که به شما دادم دارونمایی بیش نبود. شخص گفت: و... مشاور گفت: بلی. وقتی شما هنگام خشمگین شدن به دنبال قرص می‌روید و بعد یک لیوان آب تهیه می‌کنید، دارویی فرست از شما می‌گیرد و خشم شما را خنثی می‌کند. این قرص می‌پیدا. در این لحظه شخص که با صحبت‌های مشاور احساس کردی او را سر کار گذاشته و برای یک دارونما از او ۲۳۰ هزار تومان پول گرفته. دچار خشم آبی شد و از آنجا که قرص‌هایش تمام شده بود به دکتر فحش‌های زشت داد و پارچ آب را از روی میز برداشت و به سمت تابلوی آبی‌پایان گذاشت که اصل و به دیوار نصب بود. از آن را پاره کرد و در دفتر مشاور بیرون رفت و دیگر هم نرنگشت.

عشق بدھیم و عشق دریافت کنیم

من اگر مسؤول دولتی بودم به جای آموزش چیزهایی که هرگز در زندگی به کارمان نمی آید به بچه ها عشق آموزش می دادم. ام مسؤول دولتی بودم فیلم ها، اشعار، کتاب ها، نقاشی ها و ... عاشقانه را گسترش می دادم تا مردم هر لحظه از زندگی خود را سرشار از عشق کنند و با این عصاره جادویی ساعت های خود را سپری کنند. عشق زیرساخت کمک به دیگران است و یاری کردن دیگران سنگ بنای زندگی است. آدم عاشق به همه کمک می کند و سهم همه را می دهد. در دنیایی که آدم هایش عاشق باشند نه گرسنه ای می ماند و نه بی خانمانی، چون عاشق دلش نمی آید که دیگران در رنج باشند. او جیب هایش را پر از مهر و دوست داشتن می کند. از صبح زود که از خانه بیرون می زند و وارد دور باطل کارهای روزانه و تکراری می شود، عشق نثار دیگران می کند تا شب که به خانه برمی گردد. آدم عاشق با یک استکان چای که کنار خانواده و نزدیکانش می خورد دوباره پر از عطوفت و مهربانی می شود و با همین انرژی ای که دریافت کرده، می تواند صبح دوباره بیدار شود و به خانه بیرون برود. پس تا می توانید عشق بدھید و عشق دریافت کنید. زندگی با عشق معنا پیدا می کند و دوام می آورد.

که شبیهه ای اجتماعی و الگوریتم های دبای اینترنت را به ما به آن سمت می برند. من شنا در عمق زندگی را بر اهر رفتن باشتاب در طول زندگی ترجیح می دهم. تجربه به من ثابت کرده اگر کیسه ام پر از عشق باشد، زندگی در عمق راحت تر و دلنشین تر خواهد بود.»

عشق، نخ تسبیح زندگی است

برای طریقی، عشق و زندگی کنار هم هستند و عشق موتور محرکه زندگی است. او می گوید: «در صفحه اول کتاب شقائق نوشتم: عشق آخرین تلاش بشر پیش از پذیرفتن مرگ است. ما باید کیسه هایمان را پر از عشق کنیم و از صبح که بیدار می شویم تا شب که دوباره به خواب می رویم، آن را خرج کنیم. بخشی از آن را به مرده های تاریک بهیم که خسته از کار روانه سوار مترو شده و روی کف آن خوابش برده. بخشی از آن را

گفت و گو با غلامرضا طریقی درباره شتاب تغییرات در گذر زمان

حیف بود مردن بی عاشقی...*



طاهره آشتیانی
روزنامه‌نگار

نویسنده کتاب ۲۱ درس برای قرن ۲۱ به سرعت اتفاقات در دنیای کنونی و آینده اشاره می‌کند و می‌نویسد در قرن مثلاً پانزدهم یک جوان چینی می‌داندست که ۵۰ سال آینده و شاید هم تا آخر عمر روی زمین کشاورزی پدرش کار خواهد کرد و برنج خواهد کاشت و کرم ابریشم پرورش خواهد داد. این پیش‌بینی آینده باعث می‌شد که او امنیت خاطر پیدا کند و زندگی‌اش روز آرام‌تری داشته باشد. اما شتاب تغییرات در دوران ۲۱ سال‌های آینده آن‌قدر زیاد است که جوان چینی نمی‌داند دو روز دیگر دنیا و زندگی‌اش چگونه خواهد بود و هیچ پیش‌بینی‌ای از آینده ندارد... در چنین دنیای پرشتابی آدم‌ها بهتر است روی دو موضوع سرمایه‌گذاری کنند که هیچ چیزی نمی‌تواند آنها را تغییر دهد و همیشه نتیجه‌شان قابل پیش‌بینی است و حال آدم را خوب می‌کند و خواهد کرد: کمک به دیگران و عشق‌ورزی (نقل به مضمون)

همین نکته دلیلی شد که به غلامرضا طریقی، شاعری که با عاشقانه‌هایش شهرت دارد تلقین کنم و از او درباره شتاب زمان و تغییرات و معجزه شفق و یاری رساندن به دیگران هم صحبت شوم. قبل خدا حافظ و زمانی که گفت و گو به پایان رسید به این شاعر گفتم: با جوان‌هایی که دادید به این تجربه رسیدم که بهترین گزینه را برای گفت‌وگو انتخاب کردم.

این همه تغییر از سن مان پیشتر است

طریقی در یکی از عاشقانه‌های سروده «دوست دارم، این همان رازی است که جهان را نجات خواهد داد». این شاعر با نگاه لطیف و با احساسی که به پیرامون دارد در همین شتاب دنیای امروزی می‌گوید: «اگر از دهه ۷۰ تا دیرینه اتفاقات را مرور کنیم؛ شتاب تغییرات آنقدر زیاد بوده که برای عمر من خیلی زیاد است. مثلاً سرباز بوم و به دوستان و خانواده نامی می‌نوشتیم و از تلفن سکه‌ای به آنها تلفن می‌کردم. زمانی که برای خانه‌دبیری تلفن ثابت خریدیم و وصل شد، شگفت‌زده شدم. بعدها گوشی تلفن همراه شگفت‌زده‌ام کرد و بعد از مدتی دیگر گوشی‌های هوشمند شدم و دنیای بی‌کران که زندگی را افزایش داد و الان گوشی بخشی جداناپذیری از شغلی من شده است. گاهی آنقدر درگیرش می‌شوم که گذشت زمان را احساس نمی‌کنم

آشپزخانه دید و
انتخاب کرد. دو سه روز بعد رسید. اما خدا
بشخصیه‌ها را ساخته برای همین کارها؛ رای
ناخن گرفتن، ریش خُردن، خاک گلدان
عوض کردن و پرکردن همین قوطی‌های
حیوانات و ادویه جات. یک سینی بزرگ استیل
گذاشت جلوی من. پرده پذیرایی را باز کردم و
زیر آفتاب رفیق زمستان نشستم به پرکردن
غذاهای یک سینی بلبلی‌ها به لپه‌ها و
نخاعشک‌ها یکی یکی به شیشه‌ها و شفاف
با درهای چوبی گردویی رنگ منتقل شدند و
حالا بیشتر از قبل دلبری می‌کردند. نوبت به
ادویه‌ها رسید. عطر بود که به هوایم رفت. از
دارچین به آویشن و از آویشن به کاری و
فلفل. خوش طعم و طوره‌ها هم که جایگزین
نمک پاش می‌شدند. آویشن آورد و نانده‌دانه
نمک پاش را پر کردم. بخشی از نمک بیرون
نمک پاش ریخت. بخشی‌اش روی زمین
ریخت و تلف شد.

جای زعفران را که خواستم عوض کنم اما
انگار نشسته بودم به شکافتن اتم. حواسم
به گرم گرم زعفران نبود و دانه‌دانه
هرچمک‌های مطهر و خوش‌نکش را توی
قوطی کوچک و قشنگی ریختم. کارم تمام
شده بود. قوطی‌ها را چیدم توی کابینت.
نفیسه‌اشی بود. جاروی معروف به پتئون را
برداشتم که نمک و دره‌های نخاعشک و
اینها را از روی فکر جمع کنم و در همین
حین به این فکر می‌کردم. چند درصدم
درصدشانی زعفران؟ لازم دارم. چند
درصدشانی زعفران؟ غذا را تو بگو
دمپخت ساده را بدون زعفران می‌شود
خورد و بدون نمک نه ... به این فکر کردم که
گاهی حواس‌مان به نمک‌های زندگی‌مان
نیست و فقط مواظب زعفران‌هایی هستیم
که خیلی بود و نبودشان توی زندگی‌مان
فرقی ندارد.