



معرفی

ضمیمه نوجوان

شماره ۳۸ ■ آذر ۱۳۹۹

نوجوان
باز



۲ تیر و یک نشان

شما هم مثل من داشتید بعضی روزایی رو که بی دلیل حالتون گرفته است و دائم به این فکر می‌کنید چرا باید زندگی کنیم؟ یا این که نق می‌زنید چرا به جای آدم به خرس قهوه‌ای توی کوه‌های آلپ نیستیم که بتونیم بی دردسر شیش ماه کامل رو تو رختخواب غلت بزنیم... شایدم فکر کردین معنی زندگی چیه...

کتاب **انسان در جستجوی معنا** نوشته دکتر فرانکل به شما می‌گه معنا درمانی چیه و چه جوری معنای زندگی شما می‌تونه بهتون کمک کنه که از شرایط خیلی سخت جون سالم به در ببرید...

توی فصل اول کتاب دکتر فرانکل که خودش از بازمانده‌های اردوگاه‌های کار اجباری در جوار کوره‌های آدم‌سوزیه از تجربه زندگی در اردوگاه و خاطرات و سرگذشت خودش و رفیقاش می‌گه و در بین خاطره‌هاش یه گریزهای ریزی می‌زنه و رفتار دوروبریا و حتی خودش رو از دیدگاه روان‌شناسی بررسی می‌کنه...



توی فصل دوم دکتر فرانکل دل و روده یک مکتب نوین در روان‌شناسی رو می‌ریزه بیرون (البته نه به این شدت) و از تجربه‌های افرادی رو که با این روش درمان کرده و... می‌گه، این مکتب معنا درمانی یا لوگو تراپیه...

بذار در گوشه‌ی بهت یک نکته بگم و کم کم باهات خداحافظی کنم، با خوندن این کتاب هم داری یک زندگینامه رو می‌خونی که بارمان فرقی نداره (هم داری یک کتاب روان‌شناسی رو می‌خونی؛ با یک تیر حساب دو تا نشون رو می‌رسی... نگران قطرش نباش ۱۵۰ صفحه بیشتر نیست...) (اگر معنایی در زندگی وجود دارد، پس باید معنایی در رنج هم باشد)



«بند انگشتی‌ها»

دیدن یکسری آدم‌ها هستند که همیشه می‌گن، می‌خندن و انگار هیچ نگرانی ندارند، یک جورایی زمانی که برای تموم شدن سطح انرژی شون نیازه از زمانی که شارژ یک نوکیای قدیمی دووم میاره هم بیشتره...

یک دسته از همین موجودات وجود دارند که روی دو پا راه میرن، مثل ما... و فقط چند تا تفاوت ریز با ما دارن.. رنگ بندیشون بیشتره و شما حق انتخاب بیشتری دارید، موهای سرشون ماهیچه داره و میتونن باهاشون کارای مختلفی انجام بدن، و قدشون یک کم از ما کوچیکتره (تقریباً اندازه انگشت کوچیکه ما اند، تفاوت زیادی نیست، هست؟...)

کمپانی دریم ورکس تو سال ۲۰۱۶ از یک انیمیشن رونمایی کرد به نام **ترول‌ها**. این انیمیشن ۹۲ دقیقه‌ای از اونجا شروع

میشه که رهبر ترول‌ها تصمیم می‌گیره خودشو و تمام ترول‌ها رو از دست یک سری آدم گنده نجات بده (البته دخترش داره این رو تعریف می‌کنه برامون) و بیست سال بعد تو روز سالگرد نجات ترول‌ها بزرگ‌ترین جشن دنیا رو می‌گیرند... داستان به همین‌جا ختم نمیشه اما ما هم اسپویل کن نیستیم (واقعاً در مورد تیم نوجوانه چه فکری می‌کنین؟) پس بقیه‌اش با خودتون... راستی از اکران قسمت دوم این انیمیشن سینمایی زمان زیادی نمی‌گذره... حالا اول قسمت اولشو ببینین...



«بپیادت نره»



و... از قدیم‌الایام هر دفعه ما دلمون برای ی چیزی تنگ می‌شد یا یک کاری رو هر تکرار می‌کردم ما مان بزرگمون ی دیالوگ طلایی رو می‌گفت «بنی آدم بنی عاده جان مادر، عادت کردی بهش» و مثال معروفشمن این بود که اگه ده دقیقه تو بوی دود بشینی بهش عادت می‌کنی...

حتما شما هم یکسری عادت دارید و احتمالا یکسری عادت هستن که دوست دارید به زندگیتون اضافه کنید مثل عادت به ورزش کردن برای داشتن عضله‌هایی قوی‌تر یا عادت به خوندن کتاب برای داشتن فکری روشن‌تر، اما بیایید واقعیت رو قبول کنیم که اکثر ما یا بعد از چن روز انگیزمون روزه‌ست می‌دیم، یا آخر شب یادمون میاد که قرار بوده فلان کارو انجام بدیم و هیچ وقت شروعش نمی‌کنیم...

برای این که یادمون نره یک کاری بکنیم راحت‌ترین راه هشدار گذاشتنه... روشی مرسوم و ساده... اما پیچیده تر حفظ انگیزه است که روش‌های مختلف و متفاوتی رو براش توصیه می‌کنند و یکی از اون روش‌ها کشیدن نمودار و زدن تیک و ضربدره... به شخصه برای خود من نمودار و تیک و ضربدر خیلی جواب میده، شاید برای شما هم جواب بده، اگه تا حالا امتحان نکردین بدونین که امتحان کردنش ضرر نداره...

تا اینجا گفتیم که چی بشه، گفتیم که بدوین یک اپ براتون تو استین دارم که در انجام دادن این کارها استاد و کار کردن باهاش خیلی راحت و اصلا هم از این گرافیک‌های پیچیده و حوصله‌سربر نداره (بین خودمون باشه کم حجم هست) این شما و این:

Loop Habit's Tracker



«دنیا به ساز ما»

تا حالا فکر کرده‌اید چه اتفاقی می‌افته اگه یک روز جهان به ساز شما برقصه و روزگاریشتر از قبل به کام باشه؟ و یا فکر کردید یک رفیق باحال داشته باشید به اسم جهان (شاید همین الان دارید) و با همدیگه اواز بخونین و دوراتیش بچرخید و برقصید (البته نه سرخ پوستی طور)؟ داستان **جهان با من برقص** هم کم و بیش همینه، شاید اصلاً این نباشه و حاصل توهم ذهن من باشه... اما هرچی که هست اسمیه که سروش صحت برای اولین میوه کارگردانی خودش انتخاب کرده و تو پرورش این میوه هانیه توسلی، جواد عزتی، علی مصفا و چند تا بازیگر باحال دیگه و کلی عوامل پشت و جلوی صحنه و صد البته آب و هوای مشتی شمال کمک نو کارگردان عرصه سینما ایران دادند (البته حواسم هست سروش صحت کارگردان چند تا سریال تلویزیونی بوده)....

بذارید یک واقعیت رو بهتون بگم، این فیلم از دسته معمول فیلم‌های ایرانی نیست و سروش صحت با این کار می‌خواسته با تفاوت سبک، مخاطب

و سینمای ایران رو به چالش بکشه... فکر نمی‌کنم بعد از تموم شدن فیلم از دیدن این فیلم پیشمون بشید اما چه دوست داشته باشیم چه نه باید قبول کنیم هر سبکی یک سری کشته مرده داره و خب یک سری آدم هم هستن که چندان دل خوشی ازش ندارن...

