



هفته نامه بین المللی

اجتماعی - فرهنگی

سال هفدهم شماره ۳۴۶ پنجشنبه ۵ تیر ماه ۱۳۹۳

۸ صفحه ۵۰۰ تومان

مختص هفته نامه ویژه همسران

زنگ آهن را میخوردو حسادت قلب را.

تنها دو روز در سال هست که
نمیتونی هیچ کاری بکنی

یکی دیروز

و یکی فردا

ساده ترین
راه برای
جوان ماندن
چیست؟

ص ۴

آموزش
درست غذا
خوردن به
بچه ها

ص ۵

توصیه کوچک
اما کاربردی
برای شاد بودن
در زندگی

ص ۷



امیرحسین رستمی (زاده ۱۲ بهمن ۱۳۵۴) بازیگر ایرانی به همراه همسرش

سر چهارراه رفاقت



گاهی وقتها لازم نیست چراغ سبز باشه تا ازش رد شد، گاهی وقتها لازم نیست ببینی که یکی داره له میشه و صداش رو بشنوی ... این خاصیت ما موجودات دو پا است که به سادگی می فهمیم ولی خودمان را به نفهمیدن می زنی. هیچ موجودی تو کره خاکی مثل ما زندگی نمی کنه ... دین داریم اینن داریم شرف داریم و از همه مهمتر غیرت داریم و برای همین چیزها که داریم به جان هم می افتیم و انسانی مثل خودمان را تکه تکه می کنیم. هر روز خبر جنایتی و یا نسل کشی در گوشه و کنار این کره خاکی به گوش ما می رسه و نا باورانه سر تکان می دهیم ... دروغ می گوئیم، به حقوق یکدیگر تجاوز می کنیم، به ناموس هم خیانت می کنیم و به تمام این کارها می گوئیم زرتگی ... در میان تمام این رفتار نسل بشر، میشه یه طوری قضاوت کرد و گفت که این رفتار با غریبه هاست اما خودی ما ... بچه خودی ها دیگر چرا رفیق و دوست برادر و فامیل ... از همه بد تر شدند. دیگه نسل بشر به دنبال شکار همنوع نمی کرده هم خون و رفیق را مورد حمله قرار میده ... تو یه معامله چنان زد و بند می کنه که یه چیزی بیشتر گیرش بیاد و یا حق را تا حق می کنه تا بتونه بیشتر لذت ببره. نمی شه گفت کی مقصره! دیگه کسی سر چهارراه رفاقت توقف نمی کنه و ترمز نمی کشه بلکه گازشو می گیره و می گازه میره ... حق را به خودش میده و میگه طرف، خودش مقصر بود باید حواسش رو جمع می کرد راست میگه شاید اگه طرفش هم بود همین کار را می کرد!

قهوه مبادا



شاید اگه من یا تو هم بودیم همین کار را می کردیم ... داستان داستان شیر مادر و لقمه حلال است هنوز خیلی ها هستند که به یه چیزهایی معتقد هستند ... بعضی شغلها، شغلهای خطر ناکی هستند مثل پلیس و یا قاضی و چرا که باید بین هزار تا راست یا دروغ حقیقت را پیدا کنند. مهم نیست چقدر طول میکشه مهم درست بودن رای و نظر کسی که با رای و نظرس زندگی و یا ابرونی را می خره تو این وانفاسی انسانیت و رفاقت و مردانگی حالا اگه تیغ برده ای قانون دست شخصی هم هست که قانون دان هست، باید خیلی هوشیار باشه و اسه اینکه کم نیستند آدمای سود جونی که قانون را به بازی می گیرند و با هزار ترفند قانون شکنی هم می کنند شاید قانون کور باشه اما خدا که کور نیست بهشت و دوزخ همین دیاست اگه عاقل باشیم به چشم می بینیم که چطور در همین دنیا اتفاقاتی جور و اجوری تو زندگیمون می افته ... بچه بیمار، زن مرض کید داغون، کلیه خراب و خلاصه اگه باور نمی کنید مرگ حقه به گورستان سری بزنید ... این حر فها خیلی وقت تکراری و خنده دار شده مردم چنان درگیر زندگی ها شدند که دیگه مرگ را هم باور ندارند و بدبختی و بیچارگی انسان از همین جا شروع میشه که حقیقت نیست سر چهارراه رفاقت و انسانیت ترمز بگیریم بایستیم و با دقت به اطرافمون نگاه کنیم ... ساده است خوشحال باشیم یه پرونده دیگه رو بسیم و تمام شد به ما چه که حق یا کیه؟ ما مدارک این طور نشون می داد ... این نوع بینش در شان و شخصیت و جایگاه انسانی که تو در آن قرار گرفته ای نیست. تو نه به عنوان یک مامور قانون بلکه بعنوان یک انسان به نیابت از خدا و اشرف مخلوقات هستی حالا دیگه خودت قضاوت کن که چقدر انسان هستی و چه جایگاهی داری ... معلم هستی معلم خوبی باش مامور قانونی مامور خوبی باش، و هر شغلی داری در جایگاه شغلی خودت خوب باش ... همین ... یا حق ...

جعفر صابری

با یکی از دوستانم وارد قهوهخانه ای کوچک شدیم و سفارش دادیم ...

بسمت میزمان می رفتیم که دو نفر دیگر وارد قهوهخانه شدند ... و سفارش دادند: پنج تا قهوه لطفا ... دوتا برای ما و سه تا هم قهوه مبادا ... سفارش شان را حساب کردند، و دوتا قهوه شان را برداشتند و رفتند ...

از دوستم پرسیدم: ماجرای این قهوه های مبادا چی بود؟ دوستم گفت: اگه کمی صبر کنی بزودی تا چند لحظه دیگه حقیقت رو می فهمی ...

آدم های دیگری وارد کافه شدند ... دو تا دختر آمدند، نفری یک قهوه سفارش دادند، پرداخت کردند و رفتند ...

سفارش بعدی هفت تا قهوه بود از طرف سه تا وکیل ... سه تا قهوه برای خودشان و چهار تا قهوه مبادا ...

همان طور که به ماجرای قهوه های مبادا فکر می کردم و از هوای آفتابی و منظره ی زیبای میدان رو بروی کافه لذت می بردم،

مردی با لباس های مندرس وارد کافه شد که بیشتر به گداه شباهت داشت ... با مهربانی از قهوه چی پرسید: قهوه ی مبادا دارید؟

خیلی ساده ست! مردم به جای کساتی که نمی توانند پول قهوه و نوشیدنی گرم بدهند، به حساب خودشان قهوه مبادا می خرند ... سنت قهوه ی مبادا از شهرنابل ایتالیا شروع شد و کم کم به همه جای جهان سرایت کرد ...

بعضی جاها هست که شما نه تنها می توانید نوشیدنی گرم به جای کسی بخردید، بلکه می توانید پرداخت پول یک ساندویچ یا یک وعده غذای کامل را نیز تقبل کنید.

دکتر گلن گانینگهام



مدرسه ی کوچک روستایی بود که بهوسپله ی بخاری زغالی قدیمی، گرم می شد. پسری موظف بود هر روز زودتر از همه به مدرسه بیاید و بخاری را روشن کند تا قبل از ورود معلم و همکلاسی هایش، کلاس گرم شود. روزی، وقتی شاگردان وارد محوطه ی مدرسه شدند، دیدند مدرسه در میان شعله های آتش می سوزد. آنان بدن نیمه بی هوش همکلاسی خود را که دیگر رمقی در او باقی نمانده بود، پیدا کردند و بی درنگ به بیمارستان رساندند. پسرک با بدنی سوخته و نیمه جان روی تخت بیمارستان دراز کشیده بود، که ناگهان شنید دکتر به مادرش می گفت: «هیچ امیدی به زنده ماندن پسرستان نیست، چون شعله های آتش به طور عمیق، بدنش را سوزانده و از بین برده است». اما پسرک به هیچوجه نمی خواست بمیرد. او با توکل به خدا و طلب یاری از او تصمیم گرفت تا تمام تلاش خود را برای زنده ماندن به کار بندد و زنده بماند ... چنین هم شد. او در مقابل چشمان حیرت زده ی دکتر به راستی زنده ماند و نمرد. هنگامی که خطر مرگ از بالای سر او رد شد، پسرک دوباره شنید که دکتر به مادرش می گفت: «طفلی که به خاطر قابل استفاده نبودن پاهایش، مجبور است تا آخر عمر لنگلنگان راه برود.» پسرک بار دیگر تصمیم خود را گرفت. او به هیچوجه نخواهد لنگید. او راه خواهد رفت، اما متاسفانه هیچ تحرکی در پاهای او دیده نمی شد. بالاخره روزی فرا رسید که پسرک از بیمارستان مرخص شد. مادرش هر روز پاهای کوچک او را می مالید، اما هیچ احساس و حرکتی در آنها به چشم نمی خورد. با این حال، هیچ خللی در عزم و اراده ی پسرک وارد نشده بود و همچنان قاطعانه عقیده داشت که روزی قادر به راه رفتن خواهد بود. یک روز آفتابی، مادرش او را در صندلی چرخ دار قرارداد و برای هواخوری به حیاط برد. آن روز، پسرک بر خلاف دفعه های قبل، در صندلی چرخ دار نماند. او خود را از آن بیرون کشید و در حالی که پاهایش را می کشید، روی چمن شروع به خزیدن کرد. او خزید و خزید تا به نرده های چوبی سفیدی که دور تا دور حیاطشان کشیده شده بود، رسید. با هر زحمتی که بود، خود را بالا کشید و از نرده ها گرفت و در امتداد نرده ها جلو رفت و در نهایت، راه افتاد. او این کار را هر روز انجام می داد، به طوری که جای پای او در امتداد نرده های اطراف خانه دیده می شد. او چیزی جز بازگرداندن حیات به پاهای کوچکش نمی خواست. سرانجام، با خواست خدا و عزم و اراده ی پولادینش، توانست روی پاهای خود بایستد و با کمی صبر و تحمل توانست گام بردارد و سپس راه برود و در نهایت، بدو. او دوباره به مدرسه رفت و فاصله ی بین خانه و مدرسه را به خاطر لذت، می دوید. او حتی در مدرسه یک تیم دو تشکیل داد. سال ها بعد، این پسری که هیچ امیدی به زنده ماندن و راه رفتنش نبود، یعنی دکتر «گلن گانینگهام» در باغ چهارگوش «مادیسون» موفق به شکستن رکورد دوی سرعت در مسافت یک مایلی شد!