

صاحب امتیاز:

<b>موسسه فرهنگی هنری آهنگ آتیه</b>
<b>(تحت پوشش سازمان تامین اجتماعی)</b>
<b>رئیس شورای سیاست‌گذاری:ابراهیم‌رستمیان</b> مقدم
<b>مدیرمسئول: </b> حامد شمس
<b>سر‌دبیر: </b> اکبر هاشمی
<b>معاون سردبیر:</b> رضا جمیلی
<b>دبیر تحریریه:</b> میترا فردوسی
<b>مدیر هنری:</b> سیدعلی‌رضا میرزامصطفی
<b>مدیر فنی:</b> پژمان اشکان
<b>ویرایش عکس:</b> شبنم رضوانی
<b>ویرایش متن:</b> مرضیه عظیمی
<b>تحریریه:</b> نسرین ظهیری، فاطمه علی اصغر
<b>سعیده علویپر،</b> آزاده افتخاری، امین جلالوند
<b>مسعود شاه‌حسینی،</b> صدرا محقق، نگار مفید
<b>محمدحسین قشقایی،</b> بهاره اسلامی
<b>حامد رسولی،</b> مهدی شادمانی، ناز زین متین‌نیا
<b>حمیدرضا عبدالوند،</b> بهاره بدیعی
<b>جواد حیدریان،</b> مسعود مشایخی
<b>نظارت چاپ:</b> عبدالله محمدی
<b>با تشکر از:</b> ابراهیم باقری، صولت فروتن
<b>احمدرضا سبزویش</b>
<b>نشانی:</b> خیابان احمد قصیر، خیابان دوازدهم
<b>شماره ۲۲، طبقه پنجم</b>
<b>تلفن تحریریه:</b> ۸۸۵۱۷۰۸۵-۶
<b>نمابر:</b> ۸۸۵۱۷۰۸۷
<b>www.tamin24.ir</b>
<b>چاپ:</b> هنر سرزمین سبز
<b>آگهی و اشتراک:</b> ۸۸۵۱۷۰۹۱

● **زیر پوست شهر- ۳۶** ●  
 ● **نسرین ظهیری** ●

### دلتنگی ناب

سکوت وهم‌انگیز، تخت‌های همیشه، ملحفه‌های تکراری، نگاه‌های زلزله به دوربین، لب‌هایی که قفل دارند، صورت‌های روزگار چشیده و دست‌هایی که رگ‌های آبی زندگی رویشان شیار بسته، پیرزن‌ها در فیلمی که در شبکه‌های اجتماعی می‌چرخد، درد پیری دارند، درد بازماندگی از چرخه روزگار، درد پیاده شدن از زندگی، همه یک جور، همه یک‌طور، روایت همیشگی خانه سالمندان.

اما از این میان یکی با دیگران فرق دارد. پیرزنی که چیزی می‌خواهد، نگاه پیرزن ته ندارد. چشم‌های زوال‌یافته‌اش گذشت زمان را دورودراز تعریف می‌کنند. آن‌ها می‌گویند که روزگاری نه‌چندان دور غزالی در ننی نگاهش می‌دیده است، گونه‌های زرد می‌گویند که تاب آورده‌اند روزگار سخت را.

پیرزنی که فیلمش در شبکه‌های اجتماعی می‌چرخد، خیال دورودرازی ندارد، انگار از زمان گذشته است.

می‌خواهد در زمان حال خواسته و آرزویش را با چشم‌های دوربین خبرنگار تقسیم کند، امیدی به گذشته‌ها ندارد، انگار، شاید برای همین است که خبرنگاری را که آمده تا از خانه سالمندان گزارش بگیرد صدا می‌کند.

پیرزن تمام رمیق زندگی‌اش را جمع کرده، خبرنگار را صدا می‌کند: «هی‌شه یه عسک از من ورداری بنذاری تو تلوزیون شاید بچه‌هام منو ببینند بیان سراغم، شیش تا پسر هامو میگم.» می‌گوید: «دو سال و شش ماه است که آمده‌ام از خانام بیرون.» بعد تکه‌تکه کلماتش را مثل پارلی ازهم‌گسخته پشت هم ردیف می‌کند و قصه زندگی‌اش را می‌گوید که شاید تکرار مکررات باشد.

قصه همه خانه‌سالمندان‌ای‌ها، قصه بی‌وفایی،

قصه دلتنگی‌های تمام‌نشدنی.

اما پیرزن فیلم ما در جست‌وجوی دیگری است، خواسته‌اش بازگشت به خانه نیست، وقتی خبرنگار می‌پرسد: «می‌خواهی عکست را بنذام تا شش پسرِت بیایند و تو را از اینجا ببرند؟» تمام توان خودش را جمع می‌کند و نه محکمی می‌گوید: «نع‌نی‌خواهم بیایند از اینجا ببرندم، می‌خواهم ببینم حالشان خوب است؟ چه کار می‌کنند؟ زندگی‌شان چطور است؟» پیرزن می‌گوید: «دلَم برایشان تنگه، فقط می‌خوام ببینمشان.»

شاید زمان باید بایستد، می‌شود دعا کرد و امیدوار بود که فیلم دست‌به‌دست پچرخد تا برسد به دست شش پسر-ی که دلی هنوز و همچنان برایشان تنگ است، در روزگاری که دلتنگی شدن واژه دوافقاده‌ای شده است، واژه‌ای کمیاب کمیاب.

## سریال‌های تلویزیونی در نوروز ۹۵

امسال نیز به‌روال سال‌های گذشته تلویزیون برای نوروز برنامه‌های ویژه‌ای تدارک دیده است، به‌جز برنامه‌هایی که در موعد تحویل سال پخش می‌شود، سریال‌ها همواره از جایگاه ویژه‌ای برخوردارند. در سال جاری سه سریال اصلی برای نوروز ۹۵ در نظر گرفته شده که اسامی آن‌ها «دودکش ۲» به کارگردانی محمدحسین لطیفی، «ز غفرانی» به کارگردانی حامد محمدی و «بیمارستان‌درد» به کارگردانی سعید آقاخانی است و به ترتیب از شبکه‌های یک، دو و سه به‌روی آنتن خواهند رفت، شبکه‌های دیگر تلویزیون نیز برای نوروز برنامه‌هایی تدارک دیده‌اند که سریال‌های خارجی نیز در میان آن‌ها دیده می‌شود اما نکته قابل توجه اینکه با توجه به کمبود بودجه امسال سریال پر طرفدار «کلا مفر می» در بین برنامه‌های نوروزی نخواهد بود.

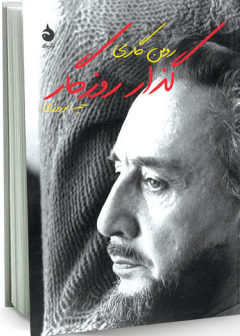
## ۱۶ | اکتیو

### هنر مدیریت زمان و افزایش بهره‌وری

#### ● پیشخوان ●

||||| ● **علی‌رضا مجیدی** ● |||||

شاید عجیب باشد، اما مشهورترین تکنیک مدیریت زمان و افزایش بهره‌وری در دنیا توسط فردی پایه‌گذاری شده که پس فارغ‌التحصیلی از کالج، شدیداً معناد به هروئین بوده و تا ۳۵سالگی ۳۵ شغل رسمی را تجربه کرده است، دیوید آلن ۶۹ساله که از بهترین مشاوران افزایش بهره‌وری در دنیا شناخته می‌شود، در سال ۱۹۸۰ موفق می‌شود فرآیندی را برای برنامه‌ریزی فعالیت‌های مدیران شرکت لا کمپد، که در حوزه نظامی و فضایی فعالیت می‌کند، ترتیب دهد. او این فرآیند را به‌مرور تکمیل می‌کند و در نهایت تکنیکی با نام Getting Things Done (GTD)) ارائه می‌کند که باعث شهرت جهانی وی می‌شود. ایده اصلی این تکنیک بر این منباست که شخص ابتدا باید کارها را از ذهن خود خارج و آن‌ها را ثبت کند. با این کار ذهن از یادآوری اینکه چه کارهایی را باید انجام دهد رها می‌شود و می‌تواند براساس یک روند صحیح برانجام کارهای پیش رو تمرکز کند. بهترین روش برای آنکه یاد بگیریم این فرآیند را به‌درستی اجرا کنیم این است که این تکنیک را از زبان خود دیوید آلن یاد بگیریم، با گوش دادن به کتاب صوتی «تکنیک مدیریت زمان به روش GTD» با صدای احسان رحیمی که انتشارات شادن پژواک آن را منتشر کرده است.



### بحث داغ شبکه‌های اجتماعی

## هر ایرانی، یک درخت...



● **هشتگ** ●  
 ● **صدرا محقق** ●

از اوایل هفته‌ای که گذشت حال و هوای شبکه‌های اجتماعی حال و هوای درختکاری بود. مطالب زیادی با محوریت این موضوع نوشته شد. گروهی از کاربران ایده‌ها و کارزارهایی (کمپین‌هایی) برای کاشت درخت پیشنهاد دادند و گروهی دیگر از خاطرآشتان گفتند. بخشی دیگر از کاربران هم حسب تجربه و دانشی که داشتند به دیگران توصیه‌هایی مبنی بر چگونگی کاشت و داشت بهتر درخت کردند. هر ساله در این موقع از سال بحث‌ها و اخبار و نظرات درباره درختکاری در فضای رسانه‌های رسمی و اظهارات برخی مسئولان بیشتر می‌شود، اما در سال‌های اخیر به دلیل افزایش تبعات مخرب بحران‌های زیست‌محیطی اهمیت این موضوع بیشتر خود را نشان داده و به همین دلیل هم افراد بیشتری به ابراز عقیده و یا فعالیت در این زمینه رو آورده‌اند. بخشی از مطالب کاربران در شبکه‌های اجتماعی با محوریت درختکاری در ادامه آمده است.

حورا سپهر از کاربران فیس‌بوک در همین رابطه در صفحه خود پیشنهاد جالبی به مخاطبانش داده، مخاطبان این نوشته البته دختران هستند. این نوشته اوست: «مهری هم می‌خواین بزنین، بزنین مشکلی نیست. اما اگر شد، صدا تا سکه کم کنید و به جای اون کاشت چند نهال رو قید کنید...»#درختکاری.

کاربری به نام مسلمی هم به ذکر خاطره‌ای در رابطه با اهمیت مراقبت از درخت نوشت: «یکی از همکارامون تو کار پرورش انواع گل و گیاهه، چند روز پیش، به هوای این روزهای اسفند و درختکاری بهش سر زدم، تمام وقت در مورد کشاورزی و تک‌تک

محصولاتی که پرورش داده بود صحبت کردیم، همزمان مشتری‌هایی می‌ومدن و می‌رفتن. آقایی اومد سمتمون و رو به همکارمون گفت ببخشید، من برای باغچه‌خونام چند نمونه گل و گیاه می‌خوام که نیازی به مراقبت زیاد نداشته باشن، فصلی نباشن، در عین حال زیبا باشن و البته قیمتش هم مهم نیست.

همکارمون با گوشه چشم بهش نگاه کرد و گفت ببخشید، ولی من محصولاتم رو به کسانی که وقت مراقبت از اونارو ندارند نمی‌دم.» یک روزنامه‌نگار هم در مطلبی در فیس‌بوک به موج‌ها و کارزارهای مختلفی که این روزها در فیس‌بوک راه افتاده مبنی بر درست نکردن سبزه، کاشت فلان نهال جای بهمان و... اشاره کرد و نوشت: «تا هنوز خیلی گل نکرده و موج راه نیفتاده خدمتان عرض کنم این کمپین نهال نارنج و لیمو به جای عدس و گندم برای سبزه عید، خیلی با عقل و منطق جور در نمی‌آید. خوب است که آدم در مصرف هر چیز صرفه‌جویی کند، میلیون‌ها کیلو گندم و عدس را دور نریزد و فلان، اما جایگزینش نباید چیزی باشد که اصل و اساسش مصرف میلیون‌ها متر مکعب آب بی‌زبان در این تهران بی‌آب و خشک باشد. در اصل مرکبات قاتل آب هستند، یعنی تمام مزه و کیفیت محصولاتشان به این است که در دست‌وحسابی آب خورده باشند. به همین خاطر است که در شمال ایران که بارش فراوان است و سفره‌های آب زیرزمینی زیاد هستند، مرکبات به بهترین شکل ممکن به عمل می‌آیند و فلان، از شیراز و فلان نگوید که فصل بهار نارنجش پس چه؟ بله، همین تهران خودمان، همین خانه ما، پدر بزرگ گرمی خدایامرز دوهسته نارنج کاشت، الان شده یک درخت بزرگ. حالا آب نخورد کی بخورد! خلاصه اینکه بهتر است به جای سبزه و فلان، هر کس هر مقدار گل‌دان و گل که در خانه از قبل دارد بگذارد پای سفره هفت‌سین به جای سبزه، پارسال من خودم همین کار را کردم، اتفاق بدی هم نیفتاد، یعنی سال تحویل

شد و همه آن چیزهایی هم که در سرنوشت بود و باید می‌شد، شد.» یکی دیگر از کاربران هم در فیس‌بوک به سنت کاشت هر ساله درخت توسط مقام معظم رهبری اشاره کرد و درباره اهمیت آن نوشت: «از نظر من یکی از کارهای عالی و قابل ستایشی که رهبر انقلاب، آیت‌الله خامنه‌ای، هر سال اینن وقت‌ها انجام می‌دهد کاشت درخت و اظهار نظر صریح درباره مسائل محیط‌زیستی است. ایشان پار سال هم حسب سنت چندین ساله یک درخت کاشتند و درباره موضوع مهمی مثل ریز گرد‌ها اظهار نظر کردند و خواستار حل این مشکل شدند. بخشی از گفته‌های ایشان در برنامه درختکاری از این قرار است: «شعار «هر ایرانی یک درخت» شعار خوبی است و لازم است جلوی دست‌اندازی‌ها به فضاهای سبز و تبدیل این منابع ارزشمند به آهن و سیمان گرفته و با سوءاستفاده کنندگان برخورد قانونی شود.» به نظر هم سازمان و هم دوستداران محیط‌زیست ایران از زاویه همین گرایش محیط‌زیستی مقام رهبری می‌توانند تا حدود بسیار زیادی اقدامات موثقی انجام دهند و جلوی خیلی از طرح‌ها و پروژه‌های مخرب طبیعت و محیط‌زیست را بگیرند.»

یکی از کاربران توئیتر هم به مناسبت این روزهای درختکاری پیشنهاد داده است: «هر نوزاد که از این پس به دنیا می‌آید، می‌بایست برایش یک درخت کاشت.» کاربری به نام مروانا هم در توئیترش از این زاویه موضوع را دیده است: «روز درختکاری کنار کاشتن درخت، درخت امید هم تو قلبمون بکاریم و هر روز بهش آب بدیم.»

«ویندبوی» از کاربران توئیتر هم پیشنهادی شبیه پیشنهاد ابتدای این متن داده و نوشته است: «چی می‌شد دخترها به جای سکه طلا، کاشت ۱۰۰ اصله درخت مهر خودشون می‌کردن؟ یا مردم به جای ادای نذرشون با غذا، کاشت درخت نذر می‌کردن؟»



یکشنبه ● ۱۶ اسفند ۱۳۹۴ ● شماره چهل و شش

A T I V E H N O

● **ساختمان نیمه کاره- ۳۰** ●

● **مسعود مشایخی** ●

#### روزهای پریهایوی

#### آخر اسفند

اول هفته همراه بود با غم‌ها و شادی‌های ناشی از اعلام نتایج انتخابات، ساختمان ما هم به‌مثابه جامعه‌ای کوچک بازخورد‌های زیادی از انتخابات مجلس داشت. دوستانی که کاندیدای مورد نظر شان رای آورده بودند سرر از پا نمی‌شناختند. در مقابل، بچه‌هایی که کاندید مورد نظر آن‌ها بازنده انتخابات بود معموماً و ناراحت بودند. من هم در دسته دوم حضور داشتم و بسیار ناراحت بودم. به خاطر اینکه از گزند نشخند‌های دوستان گروه غالب در امان باشم در ابتدای ورود به ساختمان، به همه دوستان حاضر در اردوی رقیب، پیروزی‌شان را تبریک گفتم که تاثیر زیادی داشت و جو کمی آرام شد. تا قبل از ظهر و وقت صبحانه هم بحث انتخابات و نتایج آن داغ‌داغ بود. چند روزی است دعای کارفرمای ماو همسایه‌های اطراف ساختمان بالا گرفته و چندین بار ماموران بهداشت و محیط‌زیست برای بازدید به اینجا آمدند و حاج‌علی مدام با آن‌ها بگومگو دارد. پشت ساختمانی که در آن کار می‌کنیم انبار بزرگی است که همه انبار و مصالح و سنگ و گچ ساختمانی در آن جمع شده. همسایه‌ها از تراکم وسایل و مصالح در این انبار شاکی هستند و می‌گویند که آنجا محل زندگی جانورانی مثل موش شده و سلامت خانواده‌ها را تهدید می‌کند. من به‌شخصه حق را به آن‌ها می‌دهم و اصلاً دوست ندارم در جوار خانه‌ام چنین جایی باشد، ولی این را هم خوب می‌دانم که جابه‌جا کردن وسایل داخل این انبار شاید چندین ماه طول بکشد و این کار ما را مختل خواهد کرد. چون الان هر چیزی که لازم داشته باشیم کنار دستمان است و اگر انتقال آن‌ها صورت بگیرد به مشکل برمی‌خوریم و کارمان کند پیش می‌رود. دیروز از صحبت‌های حاج‌علی معلوم بود که همسایه‌ها دست بالا را دارند و احتمالاً حکم تخلیه انبار را گرفته‌اند و شاید مجبور شویم مدتی کار را متوقف کنیم، بچه‌ها از این بابت بسیار ناراحت شدند، می‌گفتند نزدیک عید است و اگر بیکار شوند همه برنامه‌هایشان به هم می‌خورد. البته حاج‌علی قول داد با کم کردن حجم وسایل داخل انبار رضایت همسایه‌ها را برای پس گرفتن شکایتشان جلب کند. هر چه به عید نزدیک می‌شویم جنب‌وجوش شهر بیشتر می‌شود، خانه‌تکانی و تعمیرات خانه‌ها هم مشکل ما را دوچندان می‌کند. خانه خودمان هم احتیاج به تعمیر و بازسازی دارد اما به خاطر مشغله زیاد نمی‌توانم آن را انجام دهم و مدام مورد مواخذه قرار می‌گیرم. به این‌ها در خواست‌های دوستان و اقوام را هم اضافه کنید که هر کدام توقع انجام کاری را دارند که به علت حجم بالای کارهایم از انجام دادن آن‌ها معذورم و اقوام هم دلخوار، کار مردم را نمی‌شود رها کرد و باید چند واحد از ساختمان را تا عید آماده تحویل کنیم. در این روزهای پریهایوی اواخر اسفند و نزدیک شدن به روزهای سال نو، که عطر بهار نارنج همه‌جا را عطرآگین کرده و بوی شادی و نو شدن به مشام می‌رسد، شاید عده‌ای در اطرافمان باشند که امسال عیدی نداشته و اغشار غریزی باشند. مثل حاج‌حسن که چند روزی است در غم از دست دادن پسر نازنینش غدارا شده. حاج‌حسن از معمران و کارفرماهای بزرگ شهر ماست که به‌قول معروف پولش زاپار و بالا می‌رود، مرد جا افتاده و مهربانی که کردم. با اینکه متمول و سرمایه‌دار است، فوق‌العاده خاکی و بی‌ادعاست و همین خصلتش باعث شده همه دوستش داشته باشند. حاج‌حسن که خانه‌اش روبروی ساختمان محل کار ماست، چند روز پیش در اثر سانحه تصادف پسرش را از دست داد، پسری که چند روز به سالگرد از دواجش مانده بود. او هم مثل پدرش افتاده و خاکی بود و هیچ‌وقت به هیچ کدام از ما فخر نمی‌فروخت. این چند روز فضای ساختمان ما متاثر از این حادثه دردناک بود. همه ناراحت بودیم و هیچ کدام دست‌ودلمان به کار نمی‌رفت. حاج‌حسن معمار امسال سفره هفت‌سین نمی‌چند، خرید عید نمی‌رود و خانه‌تکانی نمی‌کند. شاید صدای توپ سال تحویل را هم نشنود. حاج‌حسن معمار امسال وقت تحویل سال به جای خالی پسرش نگاه می‌کند و خدا می‌داند چه احساسی دارد. خدا پسر حاج‌حسن را بیامرز د و به حاج‌حسن صبر تحمل این غم بزرگ را عطا کند. این است وصف صبر تحمل روزهای حاج‌حسن: بهار بود و تو بودی و عشق بود و امید – بهار رفت و تو رفتی و هر چه بود گذشت.