

پرتوجفتایی

روزنامه‌نگار

«جهنم یعنی اینکه هر روز کله صبح با صدای زنگ ساعت بیدار شوی، خواب‌آلوده از تخت پایین بزنی، لباس بپوشی، به‌زور غذا بخوری، دستشویی بروی، دندان‌هایت را مسواک بزنی، موهایت را شانه کنی، از خانه بیرون بزنی و یک ساعت در ترافیک گیر کنی تا به محل کارت برسی، یعنی همان جایی که باید کلی پول برای یک نفر دیگر دربیآوری و تازه سیاست‌گذار هم باشی که چنین موقعیتی نصبت شده است» این جملات را یک نویسنده معروف آمریکایی در یکی از کتاب‌هایش نوشته است. وضعیتی که اگر بخواهیم با خودمان روراست باشیم، متوجه خواهیم شد که خیلی از ما به آن دچاریم و در واقع سیاست‌گذار شرایطی هستیم که اصلاً آن را دوست نداریم. اما چه دلیلی موجب پدید آمدن چنین وضعیت اسفباری می‌شود؟ چرا آن قدر که باید با خودمان روراست نیستیم و حواس‌مان نیست که در تلاشیم به جای اینکه کاری را که دوست داریم انجام دهیم، به خودمان دروغ‌هایی بزرگ پیرامون خوشبختی می‌گوییم. شاید اگر تصمیم بگیریم با واقعیت روبه‌رو شویم خودمان را در گروه کارمندان و کارگرانی بباییم که در اوج بهره‌وری هستند، ساعات بیشتری را در محل کار سپری می‌کنند و برای انجام کار بیشتر و بیشتر از خود مایه می‌گذارند، با این حال روی هم‌رفته چیز زیادی در ازای آن به دست نمی‌آورند.

نه به بیکاری و بیش کاری

باید بپذیریم که این روزها در بدترین جهان کاری ممکن زندگی می‌کنیم. آن‌هایی که مشغول به کارند سخت‌تر و بیشتر کار می‌کنند و حقوق‌شان هر روز کاهش می‌یابد. در همان حال میلیون‌ها نفر اصلاً نمی‌توانند کار پیدا کنند. در انگلیس، یکی از پیشروترین پزشکان، به نام «جان اشتون»، رئیس دانشکده سلامت عمومی انگلیس، اخیراً با اشاره به تأثیرات زیان‌بار بیش کاری بر سلامت، مانند فشار خون بالا، مشکلات خواب و تضعیف دستگاه ایمنی بدن به‌دلیل اضطراب، پیشنهاد داد روزهای کاری به چهار روز در هفته کاهش یابد. دکتر اشتون، با الهام از یکی از جزوات قدیمی جنبش کارگری، حتی از طرح چهار روز کار در هفته به عنوان راهی برای مقابله با بیکاری حمایت می‌کند. او معتقد است «توزیع نامناسب کار» که بر اساس آن تعداد زیادی از کارگران بیش از حد کار می‌کنند و در همین حال بسیاری بدون کار باقی می‌مانند، در هر دو گروه منجر به ایجاد مشکلات سلامتی مرتبط با اضطراب می‌شود.

بررسی تأثیرات مخربی که توزیع نامناسب کار بر انسان امروزی می‌گذارد

ساختارهای فریبنده اما زیان‌آفرین



کارفرمایان برای آنکه بتوانند ساختارهای کاری‌ای به وجود بیاورند تا شمار بیشتری از کارکنان را به کار بگیرند، از تمامی توان رقابت در بازار آزاد سود می‌برند. وجود تنها چند شغل دلنشین در رأس هرم کافی است تا تعداد فزاینده کارکنان در رده‌های پایین را وادار به رقابت کند و بدین ترتیب نیروی کار ارزان قیمت و ناتوان‌شده فراهم آورد. آن‌ها متوجه شده‌اند هیچ‌کس حاضر نیست برای ۲۰ هزار دلار در سال به دانشگاه برود و به دانشجویان ترم اول تدریس کند، یا مثلاً بازیکن بیسبال شود و با جان و دل به توپ ضربه بزند. اما همان فرد حاضر است برای ۲۰ هزار دلار، به اضافه امید به اینکه شرایط در آینده بهتر شود، همین کار را بکند. این یعنی امیدپیشگی صرفاً تبدیل به هنجار نشده، بلکه اصولاً نهادینه شده است.

تعریف‌های فریبنده پیرامون کار محبوب

دیده شدن در جامعه، تحرک اجتماعی و استقلال کاری از وعده‌های کار «محبوب» است. امروزه کارگران، برای آنکه حتی شمه‌ای از این مزیت‌ها را بچشند، باید بیش از هر زمان دیگری دست به فداکاری بزنند؛ گواهینامه‌های گران‌قیمت (اغلب در قالب مدارک دانشگاهی یا گواهی شرکت در دوره‌ها) کسب کنند، به نظارت کارفرماها تن دهند، مشاغل کم‌مزد را بپذیرند و «خاک‌شان را بخورند»، به حرف‌های خاص علاقه‌مند شوند و صد البته ساعات طولانی کار کنند. اگر کسی تمامی این کارها را انجام دهد، احتمالاً می‌تواند به جرگه کارمندان ثابت با حقوق مناسب بپیوندد و شاید حتی از کارش لذت هم ببرد. کار در اساسی‌ترین سطح، چیزی است که افراد برای

مراقبت از خود و خانواده‌شان انجام می‌دهند، چسبیدن به ارزش‌هایی مانند خدمت‌رسانی نباید سبب شود این واقعیت را نادیده بگیریم. حتی زمانی که متوجه ابعاد فرهنگی این ارزش‌ها شده و بفهمیم لزوماً در خدمت ما نیستند، باز هم کنار گذاشتن‌شان کاری است بس دشوار. آیه از آسمان نازل نشده که برآورده شدن نیازهای اولیه ما منوط به دستمزد باشد، یا اینکه کار باید چنان اولویتی در زندگی داشته باشد که تمامی دقایق زندگی‌مان، تمامی فعالیت‌های انسانی‌مان مانند خوابیدن، معاشرت کردن با دیگران، یا مراقبت از فرزندان‌مان را فدای آن کنیم. درست است زندگی ما به اینجا رسیده، اما مجبور به ادامه دادن نیستیم. به جای آن، برای نمونه می‌توانیم مطالبه اشتغال تمام‌وقت را از طریق توزیع عادلانه کار پیش ببریم.

مسئله‌ای همیشگی به نام «درآمد»

سؤالی که اغلب و به‌ویژه زمانی که از فعالیت کاری خسته‌ایم، ذهن ما را درگیر می‌کند این است که: «چرا کار می‌کنیم؟» هر چقدر هم انگیزه‌هایی مانند خدمت به جامعه، مسئولیت در برابر محیط زیست، تعهدات مذهبی و حتی عشق به کار نقش‌آفرینی کنند، باز هم اولین پاسخی که به ذهن بسیاری می‌رسد «درآمد» است. دلایل ما چندگانه و متغیرند و عموماً آمیزه‌ای هستند از «جبر و اختیار»، «تمایل و ضرورت» و «عادت و نیت». با این حال، افراد اندکی هستند که به این دلیل مشغول به کار می‌شوند که دوست دارند مورد نظارت یا مدیریت قرار گیرند، بدون امید به آینده به‌عنوان نیروی کار درجه دو جان بکنند، یا شبانه‌روز کار کنند. تعداد نه‌چندان اندکی از کارگران تمام این مشقت‌ها را به جان می‌خرند و باز نمی‌توانند نیازهای اولیه‌شان را برآورده کنند.

پشت سر هر ابرک‌مندی که غرق در ستایش است چون از خواب و خوراکش می‌زند تا با دست خالی چیزی را بسازد، کارگران گمنام خدماتی وجود دارند که حتی زودتر از او از خواب بیدار می‌شوند تا بتوانند در استارباکس قهوه ساعت ۶ صبح آقای مدیر را به‌موقع آماده کنند یا کابین‌های هواپیما را برای پرواز ساعت ۷ برقی ببینند.

درست است که این شیفت‌های کله‌صبح معمولاً کمی پس از ظهر تمام می‌شوند، اما کارگران باید به شیفت دیگر و کار دیگری بروند. با وجود این، احتیاجی نیست اشاره کنیم که در این شرایط چه کسی برای سخت‌کوشی تشویق می‌شود و چه کسی خیر. واقعیت این است که افرادی که کمترین خواب را دارند آن‌هایی هستند که کمترین دستمزد را می‌گیرند.

لنگرگاه

بندری به‌زیبایی نقاشی



خیلی از ما وقتی صحبت از ساحل زیبا در ایران می‌شود به یاد خلیج فارس یا دریای خزر می‌افتیم، اما ساحل‌ها و بندرهای حاشیه دریای مکران یا همان دریای عمان در سیستان و بلوچستان هم بسیار دیدنی هستند. تا حدی که برخی شاید زیباترین ساحل‌ها

و بندرهای ایران را متعلق به این استان بدانند. حتماً تصویرهایی از یک بندر پر از قایق را دیده‌اید که بارها در شبکه‌های اجتماعی منتشر شده است. خیلی از افراد از اینکه چنین مکانی در ایران وجود دارد متعجب می‌شوند اما باید بگوییم که این تصویرها مربوط به بندر بريس در نزدیکی چابهار است. از لحاظ تقسیمات استانی روستای بريس از توابع دهستان نگور و بخش دشتیاری چابهار است. ساحل و اسکله بريس در ۶۰ کیلومتری شرق چابهار قرار دارد و فاصله آن تا نگور حدود ۴۰ کیلومتر است. فاصله بريس تا تهران حدود ۲ هزار کیلومتر است. برای رفتن به این بندر با توجه به روجیه یا شرایطتان می‌توانید سفر هوایی، قطار و یا جاده‌ای را انتخاب کنید. اگر دارید به سفر جاده‌ای فکر می‌کنید مطمئن باشید که پشیمان نخواهید شد و این مسافت ارزشش را دارد. در طول سفر منظره‌هایی را خواهید دید که پیش از این شاید تنها در فیلم‌ها دیده باشید و برخی از آن‌ها را هم هیچ کجا! اول باید با هواپیما، قطار یا ماشین شخصی به چابهار بروید و از آنجا خودتان را به بندر بريس برسانید. مسیر چابهار تا بريس یکی از زیباترین مسیرهای کنار ساحل کشور است که از یک طرف با دریای عمان و از طرف دیگر با کوه‌ها احاطه شده است.

شکوفه‌های بهاری لاریان گلستان



زادبوم

من فهمیده‌ام که...

اگر می‌خواهم به پیروزی دست پیدا کنم باید شکست خوردن را هم بلد باشم.

رواق



دگردیسی

دلوسازی در مسیر فراموشی



بوی لاستیک سوخته و کارگاهی که تا خرخره از لاستیک‌های سیاه پر است نشان از حرفه‌ای دارد که بر مدار لاستیک می‌چرخد. لاستیک‌هایی که همیشه تصور می‌کنیم پس از مستهلک شدن به کاری نمی‌آیند و لایه‌ای ضایعات دیگر شهر یک گوشه گم‌و‌گور می‌شوند، در این کارگاه‌ها

یک کسب‌وکار با سابقه و تاریخی را متولد کرده‌اند. در کارگاه‌های «دلوسازی» از سالیان دور تا کنون که این حرفه دیگر رونق سابق را ندارد، لاستیک‌ها سرنوشت دیگری برای‌شان رقم می‌خورد و این فرسودگی و استهلاک تازه‌اول راه است. تعدادی تبدیل به خورجین می‌شوند، تعدادی تشت آب گوسفندها و... اما کاربرد اصلی‌شان سطل است. سطل‌های سیاه لاستیکی که اسم‌های مختلفی روی آن گذاشته‌اند ولی اغلب به آن «دلو» می‌گویند. این دلوها را بیشتر روستایی‌ها می‌خرند، برای برداشت میوه‌ها و مرکبات، کار بتایی و نظیر آن. در صنعت دلوسازی از لاستیک‌های کهنه و فرسوده کامیون، تراکتور و خودروها استفاده می‌شود. روش کار دلوسازان اما چگونه است؟ ابتدا پوست لاستیک‌ها کنده می‌شود و سپس بدنه آن برش داده شده و برای کارهای ساختمانی سطل، خورجین، واشر دستگاه پمپ آب و سطل آشغال ساخته می‌شود. این صنعت در خانواده سازندگان آن موثری بوده اما این روزها با استقبال خوبی از سوی نسل جدید روبه‌رو نشده و کم‌کم به فراموشی سپرده می‌شود. شغلی که نه تنها بسیار کاربردی است، در راستای حفاظت از محیط زیست نیز مفید فایده است. به‌واسطه شغل دلوسازی است که جنس مستعمل و مستهلک که اغلب باید به زباله تبدیل شود، به کالایی کارا تبدیل می‌شود و به چرخه زندگی انسان برمی‌گردد.

فیدل کاسترو در حال دیدار از دیوار چین - ۱۹۹۵



یادنگاره

برگی از ادبیات



نقاب‌هایی که زنده زنده تورامی‌خورند

مشکل من این است که نمی‌توانم خودم را در یک جمله خلاصه کنم. تمام چیزی که می‌دانم این است که چه کسی نیستم. همچنین متوجه شده‌ام که بین بیشتر مردم توافقی ضمنی وجود دارد تا خود را با محیط پیرامون‌شان هماهنگ کنند. من همیشه این نیاز را حس کرده‌ام که علیه محیطم طغیان کنم. برای همین است که وقتی سینما می‌روم و پرده تاریک می‌شود با تمام وجود دلم می‌خواهد یک کتاب باز کنم و بخوانم. خوشبختانه همیشه یک چراغ‌قوه جیبی همراهم هست. نمی‌توانستم راهی پیدا کنم که موجود ویژه‌ای در جهان باشم، اما می‌توانستم راهی متعالی برای پنهان شدن پیدا کنم و برای همین نقاب‌های مختلف را امتحان کردم؛ خجالتی، دوست‌داشتنی، متفکر، خوشبین، شاداب، شکننده. این نقاب‌های ساده‌ای بودند که تنها بر یک ویژگی دلالت داشتند. باقی اوقات نقاب‌های پیچیده‌تری به صورت می‌زدم، مخزون و شاداب، آسیب‌پذیر اما شاد، مغرور اما افسرده. این‌ها را به این خاطر که توان زیادی از من می‌بردند در نهایت رها کردم. از من بشنو: نقاب‌های پیچیده زنده زنده تورا می‌خورند. همه دوست دارند موقع ساخته شدن تاریخ‌روی صندلی ردیف اول نشست باشند. اگر پای بلیتی به مقصد دالاس سال ۱۹۶۳ را کار باشد، چه کسی حاضر است فرصت تماشا می‌منفجر شدن کله کندی را از دست بدهد؟ یا خراب شدن دیوار برلین را؟ آدم‌هایی که آنجا حاضر بوده‌اند جوری حرف می‌زنند انگار مغز جی. اف. کی پاشیده روی پیراهن‌شان یا خودشان شخصاً این قدر سقلمه زده‌اند که دیوار برلین فرو ریخته است. کسی نمی‌خواهد چیزی را از دست بدهد، مثل اینکه هم‌زمان با زمین لرزه‌ای جزئی علسه‌ات بگیرد و بعد تعجب کنی از اینکه چرا همه دارند داد و فریاد می‌کنند.

گذرگاه کهنسالی



از تنهایی رها شو!

دوران سالمندی هدیه‌ای الهی است که تنها انسان‌های ویژه و نظر کرده خاص خداوند به آن می‌رسند. یعنی کسانی که خداوند برای آن‌ها عمری طولانی خواسته و آن‌ها به آن رسیده‌اند. پس باید این دوران همچون دوران دیگر زندگی سرشار از صفا و جنب‌وجوش و تجربه‌های ناب و دل‌انگیز باشد، اما متأسفانه یکی از مضللات همین سننن برای برخی از سالمندان به‌دلیل از دست دادن همراه و شریک زندگی خود، دوران تنهایی و غم است. ازدواج یکی از بهترین تمهیدات برای بهبود شاخص‌های کیفیت زندگی (جسمی، روانی، بهداشتی، اجتماعی و معنوی) در سالمندان است. البته هنگامی که برخی از سالمندان برای کاهش مشکلات زندگی، تصمیم به ازدواج و یافتن شریک مناسب می‌گیرند متأسفانه پذیرش ازدواج سالمندان در جامعه و از سوی فرزندان و اطرافیان با سختی‌هایی روبه‌رو می‌شود. بر اساس اطلاعات مرکز آمار ایران، ۹ درصد مردان سالمند و ۴۹ درصد زنان سالمند بدون همسر و تنها زندگی می‌کنند. بیش از ۷۰ درصد مردان و ۳۰ درصد زنان تنهای سالمند، احساس نیاز به ازدواج مجدد را به فرزندان خود ابراز می‌کنند. بر اساس آمارهای جهانی درصد تنهایی زنان سالمند بیش از مردان است و مردان بالای ۶۵ سال هفت درصد و زنان بیش از ۵۰ درصد در تنهایی سالمندی به سر می‌برند. موانع فرهنگی و عرفی متعدد و باورهای غلط روند ازدواج سالمندان را با مشکل مواجه کرده است. زندگی مشترک را از دواج نیازی فطری است. یکی از اصلی‌ترین عوامل انگیزشی برای ازدواج در سننن جوانی، نیاز جسمی است اما ازدواج سالمندان از روی غریزه محض نیست بلکه سالمند با نگاهی دیگر به ازدواج به دنبال شخصی برای همدلی، هم‌فکری و هبستگی است. درست است که در ازدواج سالمندان زوجین سالمند هستند و هر دو نیاز به مراقبت از خود دارند اما در این ازدواج هر دو نفر در شرایط اضطراب می‌توانند به داد یکدیگر برسند و حضورشان در کنار هم باعث پرشدن خلاء عاطفی و افزایش روحیه و انگیزه شود.