

## حال خوب

## کلید عقل معاش شما در شخصیت شماست



همه مباحث حال خوب و شخصیت مربوط به حوزه روان شناختی نمی شود و گاهی مباحث اقتصادی و کسبو کار نیز در آن به شدت دخیل است. در واقع وقتی شما کار و کسبو کار خوبی داشته باشید، حال خوبی هم خواهید داشت و زندگی بهتری تجربه خواهید کرد. این در حالی است که بسیاری از کسب و کارها در دوره ما به مشکل برخوردند. اما چرا؟ شاید بخشی از این امر تنها توضیح اقتصادی، بلکه توضیح روان شناختی هم داشته باشد.

مثل معروفی داریم که می گوید «از کوزه همان برون تراود که در اوست». طبیعتا اگر در کوزه ما مایعی خوشبو وجود داشته باشد، آنچه به پیرامون خود منتقل می کند خوشبویی است و بر عکس، در حوزه روان شناختی و حال خوب نیز وضعیت چنین است. قضیه به قدری جدی است که حتی در حوزه کسبو کار و عقل معاش هم باید از درون شروع کنید. این چیزی است که شاید خیلی ها نخواهند باورش کنند. سلیکم قاضی، اقتصاددان و مشاور اقتصادی در یکی از ویدئوهای اخیر خودش اشاره می کند: «بیزینس و شرکت و کسبو کار شما شبیه ترین موجود به خود شماست. از من به عنوان یک معلم و مشاور کسبو کار که شاید در ۱۵ سال گذشته با بیش از صدها شرکت و بیزینس کار مشاوره و آموزشی انجام داده، پذیرد که شرکت و کسبو کار و سازمان شما شبیه ترین پدیده به مالک و مدیر آن است. برای همین اگر سازمانتان سازمانی خوش قول و در قبال مشتری معتهد است، به این دلیل است که شما در زندگی شخصی تان آدم متعددی هستید. اگر سازمانتان شلخته است، به این دلیل است که شما انسان شلخته ای هستید. اگر سازمان شما منظم و دیسپلین دارد، به این دلیل است که شما انسان منظم و یاد سیپیلینی هستید. این استمرار شخصیت شماست که در سازمانتان جاری است. پس اگر صاحب یک کسبو کار و بیزینس و شرکت هستید و به دنبال اصلاح و بهبود شرایط شرکت تان هستید، باید اول از خودتان شروع کنید و تغییر شماست که سازمانتان را تغییر خواهد داد».

نکته اینجا است که همه تغییرات شما در زندگی و از جمله در عقل معاشتان از درون شما و از خود شما شروع خواهد شد. پس اگر در حوزه عقل معاش هم مشکل اقتصادی دارید و قصد دارید اصلاحش کنید، باید ابتدا محتویات کوزه درونتان را از بهترین ها آکنده کنید تا در اطراف شما نیز چنین مواردی به چشم بخورد، و گرنه انتظار عقل معاش منظم و متعهدانه داشتن از شخصیتی که خودش شلخته و غیر متعهد است آب در هاون کوبیدن است.

## نکته روز

## اینستاگرام علیه مغز



تازگی ها در اخبار آمده است که انجمن روان شناسی آمریکا گفته «تماشای ویدئوهای کوتاه اینستاگرامی باعث فسیل شدن مغز می شود». جالب اینکه این اصطلاح سال گذشته در فرهنگ آکسفورد واژه سال انتخاب شده بود. این واژه مربوط به مصرف افراطی اطلاعات مجازی است. حالا هم انجمن روان شناسی آمریکا ثابت کرده که اینستاگرام با ویدئوهای کوتاه خودش چه خیانتی می تواند به مغز کند، خیانتی به نام فسیل شدن مغز، خیانتی که در بسیاری از خانواده ها بچه ها را هم به شدت درگیر کرده است، بچه هایی که بدون نظارت والدین درگیر اینستاگرام و تماشای کلیپ ها هستند. به واقع تولید محتوای اینستاگرامی تبدیل به نوعی فرهنگ غلط رایج شده که حتی به صورت واقعی می تواند به بدن شما نیز آسیب برساند. حالا دیگر بماند که آسیب هایی چون مشکل خوانش متون در دانش آموزان چقدر رایج شده است.

# خط و خشت

نیم نگاهی به حضور هنر خوشنویسی در معماری و نماهای شهری تهران



## میدان های شهری

از جمله نماهای شهری مجسمه ها یا آثار حجمی است که در میدان های شهر به جزئی از هویت تهران بدل شده اند و در برخی از آنها از هنر خوشنویسی نیز استفاده شده. مثلاً روی آثار حجمی میدان امام حسین ؑ که از سال ۱۳۹۱ کار آن آغاز شد، نام مبارک پنج تن آل عبا حک شده است، عبارتی به سبک مدرن روی سازه های فلزی مشبک که به شکل عمودی در میانه میدان ایستاده اند.



## یادگار عهد قاجار

خیابان امام خمینی تهران پسر از تاریخ و خاطره است. یکی از بناهای به جای مانده از اواخر دوره قاجار و اوایل دوره پهلوی سردر باغ ملی است که دروازه ورودی میدان مشق بود. روی سردر این بنای تاریخی کاشی کاری هایی به خط نستعلیق میرزا حسن زرین قلم حک شده. از کتیبه های خوشنویسی شده در کاخ ها یا بناهای عهد قاجار هم فراوان استفاده می شد.



## موزه های خیابانی

موزه ها و اماکن هنری بهترین فضاها برای خودنمایی هنر خوشنویسی است، اما گاهی نه در درون، بلکه روی سردر شان. مثلاً اگر از خیابان دکتر شریعتی، نرسیده به پل سید خندان عبور کرده باشید، حتماً لوگوی موزه رضا عباسی شما را محو خود کرده است، لوگویی به شکل تایپوگرافی که مر تضی ممیز، پدر گرافیک ایران آن را طراحی کرده و به شکل چشم نوازی بر دیواره جنوبی موزه خودنمایی می کند.



## تابلوهای شهری

سازمان زیباسازی شهر تهران و برخی ارگان های دیگر برای اطلاع رسانی یا برخی مناسبت های مذهبی، از هنر خوشنویسی به آراستن تابلوهای شهری استفاده می کنند. مثلاً چندی پیش در بزرگراه های شهر تهران به مناسبت برپایی نمایشگاه «نغمه های مرکب»، تابلوهای شهری پر شده بود از تصویر آثار خوشنویسی مربوط به امام حسین ؑ که از سال ۱۳۹۱ کار آن آغاز شد، نام مبارک پنج تن آل عبا حک شده است، عبارتی به سبک مدرن روی سازه های فلزی مشبک که به شکل عمودی در میانه میدان ایستاده اند.



## حسینیه ها

در گذشته و اکنون برخی حسینیه ها علاوه بر نام خود، اسامی مقدسی را به شکل کاشی کاری یا دیگر شیوه ها روی سردرهای شان با خط خوش حک می کردند. مثلاً در حسینیه فاطمه الزهرا (س) در محله پامنار، یکی از قدیمی ترین محله های تهران علاوه بر نام هیئت، اسامی جلاله خداوند هم روی کاشی ها نوشته شده، بنایی که آن را حاج مر تضی ایزد پناه برای هیئت وقف کرده است.



## آرامش در ایستگاه

نقاشی خط یکی دیگر از شاخه های هنر خوشنویسی است که گاهی در نماهای عمومی مورد استفاده قرار می گیرد. یکی از این مکان ها ایستگاه های مترو است. به عنوان نمونه ۱۵ سال پیش دیوارنگاره نقاشی خط علامه محمد تقی جعفری در ایستگاه علامه جعفری در خط ۴ متروی تهران رونمایی شد. این دیوارنگاره منقش به تصویر علامه جعفری و اشعاری خوشنویسی شده در وصف ایشان در مساحت ۶ متر مربع است.



## خانه آخرت

یکی از مکان هایی که زمینش با هنر خوشنویسی فرش شده بهشت زهرا (س) است، جایی که هر انسان سربه زیری اگر در آنجا قدم بزند، با خواندن نامی، بیثنی و با سلاست تولد و وفاتی به خود می آید و به یاد در گذشتگان می افتد. بسیاری از سنگ مزارها هنر مندانه خوشنویسی شده اند، اما برخی خود هنر مند بودند و هنر مندانه پر کشیده اند، مثل سنگ قبر شهید آوینی، سید شهیدان اهل قلم که با خط خوش خودش زینت داده شده است.



## مساجد

بسیاری از هنرهای ایرانی و اسلامی در مساجد دیده می شوند، به خصوص وقتی هنر هایی مثل گچبری، کاشی کاری و سنگ تراشی در خدمت خوشنویسی قرار می گیرند تا معمار بتواند فضایی معنوی خلق کند. وجود آیه های قرآنی و کتیبه ها در جای جای مساجد نمونه ای بارز از کاربرد هنر خوشنویسی در معماری شهر است که به هر بیننده ای آرامش می دهد. یکی از این نمونه ها مسجد امام خمینی (ره) در بازار تهران است.



## سردر خانه ها

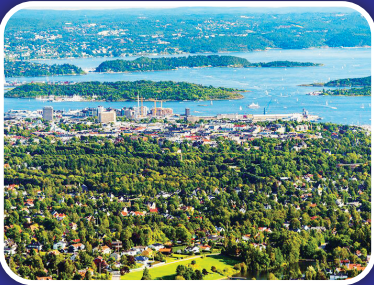
استفاده از آثار خوشنویسی در تهران تنها به موزه ها و مغازه ها و مکان های دولتی محدود نمی شد. گاهی مردم عادی نیز دلشان می خواست سردر خانه شخصی خود را با آیهای یا حدیثی مزین کنند و این کار را به خوشنویسی می سپردند. وان یگاد، آیت الکرسی، ولایت علی بن ابیطالب (ع) و یدالله فوق ایدیه هم از جمله عبارات های نورانی ای هستند که بر سردر در خانه های قدیم تهران جا خوش کرده اند.

## گشت و گذار

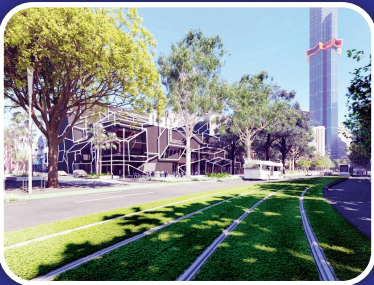
## قیام طبیعت علیه بتن



فاطمه عباسی | روزنامه نگار | عصر ستایش  
آسمان خراش های شیشه ای و اتوبان های چندطبقه به پایان رسیده است. امروز، متر و معیار توسعه بافتگی در جهان تغییر کرده و دیگر «بتن» نشانه تمدن نیست، بلکه «درخت» نماد پیشرفت است. از شمال یخ زده اروپا تا سواحل گرم اقیانوس آرام، جنبشی آرام اما انقلابی در حال شکل گیری است. ۱۰ شهر جهان، پرچمدار این تغییر شده اند و نشان داده اند که «شهرنشینی» و «طبیعت» دشمنان خونی نیستند، بلکه می توانند دوقلوهای افسانه ای آینده باشند.



سردمدار این انقلاب سبزی، اسلو، پایتخت نروژ است. شهری که لقب «سبزی ترین پایتخت جهان» را یک بار می کشد، عملاً یک پارک بزرگ است که در آن چند خانه هم ساخته شده! تصور کنید ۷۴ درصد مساحت یک پایتخت را جنگل و فضای سبز پوشانده باشد. اینجا خودروهای برقی پادشاه خیابان هستند و هدف گذاری شهر برای کاهش ۹۵ درصدی کربن تا سال ۲۰۴۰، بیشتر شبیه یک معجزه است تا برنامه شهری. کمی آن طرف تر، کینشاپ دانمارک ایستاده که «هوشمندی اقلیمی» را به سبک زندگی تبدیل کرده است؛ جایی که دوچرخه ها پر ماشین ها فرماتروایی می کنند و پام های سبز و دیوارهای زنده، جزئی از معماری روزمره اند. همسایه فنلاندی آنها، هلسینکی نیز با اختصاص ۲۲ درصد از خاکش به طبیعت، ثابت کرده که می توان پایتخت بود، اما استرس نداشت؛ شهری که جنگل هایش تنها چند قدم با مرکز شهر فاصله دارند.



اما این موج فقط مختص اسکاندیناوی نیست. در قلب اروپای شلوغ، پاریس در حال یک جراحی بزرگ است؛ شهری که به بلوارهای سنگفرشش می نازد، بد، حالا می خواهد ۱۷۰ هزار درخت جدید بکارد و دور برج ایفل را جنگل کاری کند. هامبورگ آلمان نیز در حال یافتن یک شبکه سبز به هم پیوسته است تا ۵۰ درصد شهر را به پارک تبدیل کند. در جنوب اروپا، بارسلون با پروژه جسورانه «سوپر بلاک ها»، خیابان ها را از ماشین ها پس گرفته و به عابران و درختان بخشیده و لیوبلیانا در اسلونی، مرز بین روستا و شهر را چنان معمو کرده که نمی دانید در یک کلانشهر اطلس، و تکوور کانادا یا تکیه پسران ژنی های باک، الگوی قاره آمریکاست؛ شهری که ۹۰ درصد پرشش از منابع تجدید پذیر می آید و اقتصادش با کولوزی ها گره خورده است و در نیمکره جنوبی، استرالیا بی ها با ملبورن و سیدنی به جنگ گرمایش زمین رفته اند. آنها با سبز کردن کوچه ها، دیوارهای زنده و باغ های عمودی، دروازه سیستم خنک کننده طبیعی برای شهرهای شان ساخته اند. راز موفقیت این ۱۰ شهر یک فرمول ساده، اما حیاتی است: تبدیل زیرساخت های خاکستری به شش های سبز. آنها با ماها را به باغچه، دیوارها را به تصفیه خانه هوا و خیابان ها را به مسیر پیاده تبدیل کرده اند. پیام این شهرها به جهان روشن است: در دنیای آینده، سبز بودن یک انتخاب لوکس نیست؛ تنها راه زنده ماندن است.

