

حال تان چه طور است؟

ما در زندگی رنج می‌کشیم و ملول می‌شویم. اغلب به این دلیل که نیاموخته‌ایم در زمان حال زندگی کنیم. هنر زندگی کردن در حال، رازهایی از رنج‌های بیپرده، و شاد و با هدف زیستن است. این درسی است که از امام صادق(ع) باید بیاموزیم: «بر این دنیا بردبار باشید که ساعتی بیش نیست، آنچه را که گذشته، نه رنج آن را درمی‌یابی و نه شادی آن را. و آنچه را که نیامده، نمی‌دانی چیست، همانا دنیا همین ساعتی است که اکنون در آن هستی»

(کافی، جلد ۲: ۴۵۴، حدیث ۴).
واقعیت این است که زندگی جز لحظه حال نیست. اگر دقیق شویم، انگار زمانی جز زمان حال وجود ندارد؛ زمانی که اگر حواسمان به آن نباشد؛ به آسانی از دستمان می‌رود. آینده نیز همین طور. چیزی که آینده‌اش می‌پنداریم، وقتی معنی پیدا می‌کند که به زمان حال تبدیل شود. بر همین اساس عارفان بزرگ به زندگی در لحظه، یعنی دم غنیمتی توصیه کرده‌اند. این توصیه آن طور که برخی گمان کرده‌اند ناشی از تصور پوچی جهان و دعوت به خوش‌گذرانی و بطالت نیست که برعکس، چون زندگی سرشار از معنی است، باید لحظه‌لحظه آن را قدر دانست. آری زندگی در عرصه دنیا معنی دارد و آغاز و انجامش برنامهریزی شده است. گذرگاهی

است موقت برای ورود به جهانی پایدار و برتر که باید به پرستش خدا و زیستن پاک و مؤمنانه، خود را برای حضور شایسته در آن آماده کرد. پس باید با هشیاری دم‌به‌دم، بیشترین بهره‌گیری از زمان را در این زندگی کوتاه تجربه کنیم. باید حال را غنیمت بشماریم، زیرا این تنها فرصتی است که داریم. پس این دم غنیمتی با «پیکوربسم» فرق دارد و به معنی توشه برگرفتن از لحظه‌ها برای ساختن آینده است. بدانیم که حقیقت زندگی، شوق و هیجان واقعی و همه آرزوها با بهره‌گیری درست از همین زمان حال تحقق

می‌یابد. به قول سهراب سپهری:

زندگی رسم خوشایندی است
زندگی حس غریبی است که یک مرغ مهاجر دارد
زندگی گل به توان ابدیت
چترها را باید بست
زیر باران باید رفت
زندگی تر شدن پی در پی
زندگی آب‌تنی کردن در حوضچه اکنون است
(هشت کتاب، صدای پای آب).

حسین امینی پویا



مدیر مسئول: محمد ناصری
سرمدبیر: محمدعلی قربانی
شورای کارشناسی: حسین امینی پویا، محمد کرام‌الدینی، ناصر نادری، سیدامیر سادات موسوی، عطا پناهی
مدیر داخلی: مریم سعیدخواه
ویراستار: بهروز راستانی
طراح گرافیک: ایمان اوجیان
طراح جلد: صابر شیخ‌رضایی
شمارگان: ۱۲۵۰۰ نسخه
چاپ: شرکت افست(سهامی عام)
نشانی دفتر مجله: تهران، خیابان ایرانشهر شمالی، پلاک ۲۶۶
صندوق پستی: ۱۵۸۷۵/۶۵۸۴
تلفن: ۰۹۶-۸۸۸۴۹۰-۸۸۳۰
شماره تلفن پیام‌گیر: ۸۸۳۰۱۴۸۲
نشانی مرکز بررسی آثار: تهران- صندوق پستی ۸۸۳۰۵۷۷۲
تلفن: ۱۵۸۷۵/۶۵۶۷

۳

زور قلبی

برخلاف تصور بسیاری از مردم، داروهای نیروزا نمی‌توانند معجزه کنند. اما کافی است در مسابقه‌ای چون دو یا شنای ۱۰۰ متر (که نتایج به صدم ثانیه بستگی دارد)، ورزشکار از دارویی استفاده کند...



حرف زیادی

چرا بعضی‌ها حرف‌های زیادی، مفت، به دردخور، طولانی، بیهوده، ملال‌آور، خسته‌کننده، کسالت‌آور، چرت و ...

۱۰

۲ دست‌های نسوز

۴ پاک‌کن غلط‌انداز

۶ به فکر «هامون» هستیم

۸ جی تی اس

۱۲ قاتل زنجیره‌ای

۱۴ تقویم ماه

۱۶ بازی مازی

۱۸ خیال خام

۲۰ پیرامون پی

۲۲ Cooking Techniques

۲۴ ستاره‌های مادر

۲۶ مصرف بی‌مصرف

۲۸ زندگی شیرین

۳۲ رسیده‌ها و کال (Call)‌ها

۳۳ یک لب و هزار خنده

۳۴ خنده‌زار

۳۷ کارگاه داستان‌نویسی

۳۸ کمین مجنون

۴۰ فیش‌نویسی

۴۲ اینجا مدرسه نیست

۴۴ رویای یوسف

۴۶ خوراک مغز

۴۸ پیشخوان