

# کدام کتاب با سلیقه علیرضا شیری؟

وقتی خوانندگان سایت دستور دادن درباره کتب مورد علاقه ام بنویسم ، دیدم گستاخی شاید باشه ولی شاید کسانی مثل خودم باشند که بخواهند سیر مطالعاتی شبیهم داشته باشند :

- خدا راشکر قسمت [معرفی فیلم و کتاب](#) سایت ما با کلی طرفدار و ارائه ای نسبتا منظم در طول این سالی که گذشت ، مرجع مناسبی است که سری بهش بزیند



- من کتابهای ریچارد تمپلر را میپسندم به ویژه با ترجمه های قراچه داغی- انتشارات ایران بان 88315849 این پست را هم نگاهی بیندازید منظورم را میفهمید : [صد قانون نانوخته مدیریت](#)- [ریچارد تمپلر](#)

- کتابهای نشر دانژه تقریبا برای همه بچه های روانشناسی مثل انجیل میمونه به ویژه با برخورد مدیر بسیار فرهیخته خود دانژه و راهنمایی هایش میتوانید اتفاقی فاخر را در حوزه کتاب تجربه کنید

- کتاب ” اگر خواستگار نیاید “ راهرو ۱۳- غرفه ۲۵ انتشارات حدیث راه عشق از حسن سهرابی
- اخیرا کتاب جدید بنیاد فرهنگ و زندگی به اسم ” **ژرفای زن بودن** “ منتشر شده که فوق العاده است- بنیاد در شبستان سالن 8 غرفه 7 واقع شده است. از ساعت 10 الی 8 شب نمایشگاه فعال است



- طبیعیست که شعرهای شاهکار علیرضا روشن را سر چشمانم میگذارم
- کتابهای مدیریتی نشر ” نص ” فوق العاده هستند به ویژه با ترجمه های محمدرضا شعبانعلی عزیزم با کتاب فوق العاده فنون مذاکره
- من به شدت مجموعه کتب 365 روز دکتر الهی قمشه ای را میپسندم...دیگه خود دانید که نابغه فرهنگی ایران وقتی برای هر روز ما یک صفحه زیبا از دل ادبیات جهان بیرون کشیده چه کرده!
- از سری مطالعات سیاسی به نظرم همچنان نشر اختران پیشتاز است، البته اگر رفع توقیف شده باشه
- کتاب دکترین شوک از خانم نائومی کلاین را حیفه در کتابخانه تان نداشته باشید ( بچه های ژیاگو/ تبارهای دولتهای استبدادی ، برآمدن پول، آینده قدرت اسم سایر کتب مورد علاقه من است )
- کتاب مرد مرد از رابرت بلای نشر مروارید

- کمتر دانشمندی مثل استاد [جلال ستاری](#) در کشور داریم که با 95 سال سن همچنان پیشتاز نوشتنهای محققانه باشد. او که روانشناسی را در سوییس نزد شخص پیاژه فرا گرفته بیش از 100 کتاب فوق العاده دارد و اکثرش را نشر مرکز منتشر کرده است



- کتابهای نشر لیوسا از ترجمه استاد تورج بنی صدر
- کتابهای فوق العاده دکتر زرین کوب درباره مولوی و حافظ و....: ارزش میراث صوفیه
- من 15 ساله که عاشق کارهای [کریستین بوین](#) هستم البته نه از همه مترجمین بلکه سبک نگار صدقی و پیروز سیار را میپسندم : فراتر از بودن/ ابله/ رفیق اعلی/ بیهودگی



- دو کتاب عالی از استاد رسول جعفریان پارسال تورق کردم به اسم فرهنگ در عصر صفویه که حیرت آور بود و پر بود از نوشته های نایاب زنان باسواد ایرانی در حج و کلی تاریخچه های مرتبط با رفتارهای ایرانیان فعلی ( نشر علم)
- کتابهای بهار سبز که آثار مسعود لعلی عزیز را منتشر میکند ، خیلی خوندنی هستند
- مجموعه کتابهای مدیریتی از [نشر مبلغان](#) بسیار مفیدند

=====

[اولین کتب انتشارات خانه توانگری بزودی در دستان شما](#)

---

## معرفی کتاب دشمنان

کتاب زیر را آقای مهدی همت آبادی معرفی کرده اند.

نام کتاب : **دشمنان**

نویسنده: **آنتوان چخوف**

مترجم: **سیمین دانشور**



خیلی کم پیش می‌آید که پیشگفتار یا مقدمه یک کتاب یا مقدمه مولف و مترجم رو بخوانم. به عنوان یک مبتدی معمولاً این نوشت‌ها بدون اینکه بخواهم، جهت‌گیری نسبت به جریان کتاب ایجاد میند و نمی‌توانم برداشته خودم را از کتاب بیرون بکشم. برای همین معمولاً دوست دارم بعد از خواندن کتاب به دنبال مقدمه یا نقدهای کتاب بروم تا این طوری هم با نظرات کارشناسی دیگران روبرو بشوم و هم بتوانم برداشت خودم رو از کتاب خیلی خوب اصلاح کنم.

اما در مورد این کتاب، داستان کاملاً برعکس پیش رفت. داخل کتاب فروشی داشتم عنوان کتاب‌ها رو می‌خواندم که به اسم چخوف بر خوردم به همراه خانم سیمین دانشور. این دو تا اسم نا خودآگاه من را به سمت کتاب “دشمنان” کشاند. شروع کردم به مفت خوانی (: کتاب آن هم از پیشگفتار با قلم خانم دانشور، در مورد شخصیت چخوف. در همان صفحات اول، کتاب میخس را کوبید! اولین بخش هیجان انگیز مقدمه پاراگرافی بود از نمایشنامه باغ آلبالو با این محتوی:

“زمستان که می‌آید گرسنه‌ام، مریضم، دلهره دارم، فقیرم. مثل یک گدای سر کوچه ام و هر جا تقدیر براندم، می‌روم و جایی نیست که پا نگذاشته باشم. اما روح من همیشه، در هر لحظه از شب و روز، از امید آینده سرشار است. من روزهای خوشبختی و مسرت را پیش بینی می‌کنم، من آن را کاملاً درک می‌کنم، ... خوشبختی آنجا است. روز سعادت نزدیک و نزدیکتر می‌شود. من حتی صدای پایش را می‌شنوم. و آیا نباید آن روز را با چشم دید؟ آیا نباید آن را شناخت؟ چه اهمیتی دارد اگر هم ما بدان روز نرسیم. دیگران که از آن برخوردار خواهند شد ...”

همین متن کافی بود تا بتوانم گنجاندن افق انسانی بالاتر از تصور را در فکر چخوف ببینم و کاملاً شیفته نویسنده و در مرحله بعد کتاب بشوم. بعد از این مطالب، کمی در مورد تاریخچه زندگی چخوف صحبت شده و در انتهای پیش گفتار در مورد داستان‌های کتاب مختصری شرح داده شده که هر کدام از کدام ترجمه به فارسی برگردانده شده است.

بعد این بخش فصلی به نام “چند خاطره از چخوف” به قلم ماکسیم گورکی وجود دارد که می‌تواند توقعات پخوف را از انسان‌ها، جامعه و دنیای اطراف او به روشنی به تصویر بکشد. در این بخش شما می‌توانید دریابید که چخوف با داستان پردازی، سعی در آشکار کردن چه موضوعاتی دارشته تا بتواند در نهایت با از میان برداشتن برخی رفتارها به جامعه والا برسد. در ادامه چندتا از جملاتی که ماکسیم گورکی در مورد چخوف و یا از زبان او میگوید آورده شده:

- معلم باید هنرمند باشد، شغلش را دوست بدارد.
- این هنر خاص او بود که در هر جا پرده از روی ابتذال بردارد و با آن مبارزه کند. این هنر مردی است که از زندگی زیاد طلب می‌کند و آرزوی سوزانی دارد که انسان‌ها را ساده، زیبا و متناسب با یکدیگر ببیند.
- وقتی آدم جوان است، ابتذال به نظرش یک چیز مشغول کننده و بی‌اهمیت می‌آید. اما کم کم

ابتدال حاکم بر وجودش می‌شود. در مغز و خونس مثل سم یا دوده خفه کننده تاثیر می‌کند. و در این موقع آدمی به‌سان تابلوی راهنمایی پر گرد و خاکی می‌شود که رویش چیزی نقش شده است. اما این نقش چیست؟ هرگز نمی‌توان از آن سر در آورد!

- قالب این مردمان، خواب‌های خوشی راجع به زندگی آینده، بعد از دویست سال دیگر، می‌بینند. اما خودشان به این فکر نمی‌افتند که از خود بپرسند اگر آن‌ها بنشینند و به خواب و خیال پردازند، کی زندگی بشر را سر و سامان خواهد داد و او را سعادت‌مند خواهد کرد؟
- او با تمام ساکنین درمانده و افسرده کشورش نظر می‌اندازد و با تبسمی محزون، با آهنگی ملایم و سرزنجی عمیق، با دردی در دل و انعکاس از آن درد بر چهره، با صدایی صمیمی و زیبا به آنها می‌گوید:

“دوستان من! بد زندگی می‌کنید، این گونه زیستن شرم آور است.”

بعد از این خاطرات، کتاب با 13 داستان کوتاه تکمیل می‌شود که در ادامه چند پاراگراف از داستان‌های کتاب آورده شده:

### داستان جیر جیرک:

آرزو داشت به او حالی کند که گذشته هر چه بوده، اشتباه و خطا بوده است، که هنوز همه چیز از دست نرفته است، که ممکن است زندگی دوباره پر از خوشی و زیبایی بشود ... فریاد زد: “دیموف” و شانه های او را تکان داد و نمی‌خواست باور کند که دیموف دیگر هرگز بیدار نخواهد شد.

### داستان یک اتفاق ناچیز:

می‌لرزید، سکسکه می‌کرد، می‌گریست، این اولین باری بود که به عمرش با دروغ ظالمانه‌ای مواجه شده بود. پیش از این هرگز نمی‌دانست که در این دنیا، علاوه بر زردآلوی شیرین و کیک و ساعت‌های گران قیمت، خیلی چیزهای دیگر وجود دارد که در زبان بچه‌ها نامی برای آن نمی‌توان یافت.

### داستان ساز روچیلد:

نه! او زندگی خود را بصورت دهن‌دره‌ای از کف داده بود و هیچ غلطی هم نکرده بود. چه قدر ضرر! آخ! چه ضررهایی!.....زندگی اش بدون منفعت، بدون رضایت و خوشی سپری شده بود و اکنون همه چیز، بی این که او توجهی به آن بکند، گذشته و او دست خالی مانده است. اکنون اگر به گذشته بنگرد، غیر از ضرر چه می‌بیند؟ ضررهایی که فکر آن‌ها خون را در رگ منجمد می‌کند و چرا بشر نمی‌تواند بدون این ضررها زندگی بکند؟

و در نهایت اسم کتاب شده دشمنان، که اسم یکی از داستان‌های مجموعه است. ولی به نظر من در این کتاب با رویکرد خیلی قشنگ به آسیب شناسی زندگی آدم‌ها پرداخته و مواردی که به سادگی و با جزئی ترین روزنه ها می‌تواند سدها را رو به زندگی آدم بشکند را مطرح کرده. در واقع به نظر من “دشمنان” زندگی ساده بی آرایش را به ما نشان می‌دهد و این ترسیم راه مشمول پیری در گذر زمان نشده و همواره تازه و روشن در دسترس ماست.

این کتاب در 320 صفحه توسط انتشارات نگاه به چاپ رسیده که چاپ دهم آن با قیمت 6000 تومان قابل خریداری می‌باشد.

# معرفی کتاب شاد بودن راهی به سوی اطمینان و آرامش

کتاب زیر را خانم فرناز جمالی معرفی کرده اند

کتاب: شاد بودن راهی به سوی اطمینان و آرامش خاطر بیشتر

نویسنده: اندرو ماتیوس ترجمه ی فرخ بافنده

انتشارت کتاب گوهریان

قسمت هایی از کتاب:



- اولین قدم برای رسیدن به دستاوردهای چشمگیر در زندگی، تغییر در شیوه ی نگرش و گفتگو با خودمان است. یک یادگیرنده ی کند به محض اینکه ایده هایش را در مورد توانایی هایش تغییر دهد می تواند کم کم به یک یادگیرنده ی سریع تبدیل شود.
- تو لایق عشق و احترام هستی، فقط و فقط هم به دلیل وجود خودت.
- همیشه درباره ی خودت خوب حرف بزن. اگر چیز خوبی برای گفتن در مورد خودت نداری دهانت را ببند!
- سلامتی جسمانی انعکاسی است از سلامتی روانی.
- ذهنت معمار جسمت است و جسمت انعکاس افکارت.
- تعجبی ندارد افرادی که پزشک هستند زیاد مریض می شوند چون زندگی شان را در اطراف آدمهای مریض می گذرانند.
- زمان واقعا وجود خارجی ندارد، فقط مفهومی انتزاعی در ذهن توست. لحظه ی حال تنها زمانی ست که تو داری چیزی از این لحظه بساز.
- رها کردن وضعیت، رسیدن به نتیجه ی نهایی را سرعت می بخشد.
- بالغ شدن یعنی مسئولیت شادی خود را به عهده گرفتن و همچنین تصمیم آگاهانه به تمرکز

- کردن روی داشته هایمان، نه نداشته هایمان.
- بدترین اتفاقی که می تواند بیفتد احتمالاً خیلی ناراحت کننده است ولی آخر دنیا نیست.
- قسمت سخت کار این است که در مدتی که داریم رنج می کشیم به قدر کافی متعادل و آگاه بمانیم که درسمان را بگیریم وگرنه فایده ی زجرکشیدن چیست.
- تو نتایجی را برداشت می کنی که سازگار با چیزاست که برنامه های درونی ات می گویند باید باشد.
- هدفایت را در ناخودآگاهت بکار!
- به دنبال آدمهایی بگرد که واقعن خوشحال هستند. پیدا کردن اینجور آدمها سخت است!
- تجربه نشان داده که هستی اساساً بخشنده است اما اگر انسان روی چیزهایی تمرکز کند که ندارد کمتر و کمتر به دست خواهد آورد.
- هر محدودیتی که برای خودمان بگذاریم مسئولش خودمان هستیم. اولین قدم برای داشتن یک زندگی خوب این است که برچسبهایی را که به خودمان آویزان کرده ایم دور بیندازیم.
- هر کاری که می توانی بکنی یا خیال می کنی که می توانی، شروع کن. شجاعت در درون خودش نبوغ، قدرت و جادو دارد.
- اگر ما به عشق خود کار کردن، به عشق مشغول بودن، کار کنیم، آنگاه مشکلی وجود ندارد. نتایج همیشه به دنبال آن خواهند آمد. حتما خواهند آمد. این قانون است. با این حال اگر نتایج تاخیر دارند، اجازه نده که این موضوع کل هفته ی تو را خراب کند. نتایج بالاخره از راه می رسند.
- تو فقط یک زندگی داری که باید بگذرانی. اگر با یک لیست بلند بالا به درازای یک خیابان «از دلایلی که نتوانستی» به درون قبرت بروی، فقط معنایش این است که خودت نخواسته ای!

## معرفی کتاب از کافه نادری تا کافه فیروز

کتاب زیر را خانم سپیده پور بابایی معرفی کرده اند.

نام کتاب: از کافه نادری تا کافه فیروز

نویسنده: مهدی اخوان لنگرودی

انتشارات: نشر مروارید



## بخشهایی از کتاب:

کنار پنجره کافه فیروز با آفتاب نیمه جان و زرد غروبگاهی پاییز چشم دوخته بودیم. با پاهای استوار و محکمش از آن طرف خیابان می آمد. جوانی که سبیل برپشت سیاهی لب بالایش را می پوشاند. با چشمهای میشی و کمی خمار آلود. پوست صورتش کمی پریده رنگ. کت و شلوارش مشکی با کراواتی قرمز که آویزان گردنش بود همراه با گره پهنی که در خودش داشت. در چهارچوب در گشوده شده ی فیروز چشم به جماعت درون کافه انداخت تا شاید آشنایی پیدا کند، از حرکاتش معلوم بود انگار با کسی قرار ملاقات دارد. من و پشتون (آل بویه) و داود (هوشمند) حرفهایمان را قطع کردیم. سرمان را به طرف او گرفتیم. دستهای آزاد و رها شده اش که آنها را گاهی به یکدیگر می مالید که مثلا همین حالا گمشده اش پیدا خواهد شد. در تمام این لحظات سینه ستبرش را به جلو می داد و محکم ایستادنش را به رخ دیگران می کشید. به ناگهان سرش را به طرف ما گرفت و لبخندش را مثل میوه ای که از درختش جدا شود به طرف ما پرتاپ کرد و بی هیچ شک و شبهه ای انگار گمشده اش را پیدا کرده است به طرف میز ما آمد. با دو سه تا جمله های غیرمتعارف اما جدی دستش را به طرف یک یک ما دراز کرد: "من خسرو گلسرخی هستم..."

\*\*\*

آل احمد یاد سیگارش می افتد و آن را از جیبش بیرون می آورد. روی میز طبق معمول سیگار اشنو است. آل احمد کتی نپوشیده است، اما پیراهن تمیز و شسته شده ای که بی یقه است و زنازش تا بالای یقه. هر وقت که هوا گرم می شد، همیشه کفش های سگگ درآورد و راحتی را به پا می کرد. سادگی خاصی داشت. می شد همان "معلم مدرسه" که سادگی و گل گیرایش، همه را می گرفت. صندلی و اطراف میزش را بیشتر بزرگان و سرشناسان شعر و ادب پر می کردند و او بی هیچ ترس و لرزی از دستگاه و ساواک می گفت. حرف می زد و نظرهايش را ابراز می کرد. و نظرش همیشه ضد دستگاه بود و برچیدن آن. آل احمد در دوشنبه ها، هر وقت به فیروز می آمد شورش و اعتراض درونیش را به همه "فیروز نشستگان" اعلام می کرد و دکتر براهنی در این راه کمتر از آل احمد نبود

\*\*\*

در تابستان بعضی دوستان کافه نادری و کافه فیروز می زدند به لنگرود. مثلا چند روزی در خانه ی ما اتراق می کردند. محبت های بی دریغشان نصیب من می شد. مثلا خسرو زمستان و تابستان نداشت. هر وقت من کفش و کلاه می کردم برای رفتن به لنگرود، او هم با من می آمد. خسرو در کنار دریا هم کت و شلوار می پوشید و کراوات می زد! آنجا را تبدیل کرده بودیم به کافه فیروز! گلسرخی، پشتون، داود هوشمند، حسین آرون.....

\*\*\*

نام گذاری پسر گلسرخی را درست یادم هست. و آن هم به خاطر عشق و علاقه ی زیادی که به میرزا و جنگلی ها داشت، پشتون نام "دامون" را روی بچه گلسرخی گذاشت و خسرو با شنیدن این نام از دهان پشتون (آل بویه)، چنان خوشحالی عظیمی را در خود احساس کرد که خنده هایش مثل رویش گل های

ابریشم شده بود در زیر پلک هایش. با شنیدن این نام، لبهایش به ناگاه زمزمه کرد:

قلب بزرگ ما

پرندۀ خیسی ست

نشسته بر درخت کنار خیابان

در زیر هر درخت

صدها هزار برهنه ی بیدار از تبر

جنگل!

ای کاش قلب ما

می خفت بی هراس

بر گیسوان درهم نمناک

ای کاش تمام خیابان های شهر جنگل بود...

\*\*\*

در آن سالها در شهرستانها بیشتر کسانی را که لباس آراسته می پوشیدند مثلا کراواتی هم بر گردن و یقه پیراهن داشتند، «دکتر» یا «مهندس» صدا می زدند. افرادی مثل مادر، نه فقط دنیا را نمی شناخت، حتی از شهر و دیار خود هم بیگانه بود. اگر صدای هواپیمایی را می شنید که گذرش از آسمان خانه اش بود، فوراً به خیالی واهی می گفت: «همین حالا جنگ جهانی شروع شده روسها می خواهند پیاده شوند»

گلسرخی دیگر خانه زاد شده بود. برای خودش جایگاهی و پایگاهی در خانه ما داشت. مادرم او را به اسم صدا نمی زد. همیشه می گفت «آقای دکتر آمده، آقای دکتر رفته... و یا آقای دکتر کی می آیی؟... تو هم پسر من هستی دیگر... اما مواظب مهدی من هم باش... زیاد دیر نکنین... راستی ناهار چه می خوری برایت درست بکنم؟... شبها که هرگز پیدایتان نیست»

راست می گفت. شبها همیشه با دوستان بودیم... همان کافه نادری و فیروز در خانه پشتون. بعدش هم تا انتهای سحر در خیابانهای کوچک شهر لنگرود قدم زدن و بحث کردن و شعر خواندن که هر کداممان آرزوی رسیدن به روشنای فکر را داشتیم. سرپایی در کافه ای و یا رستورانی چیز کمی می خوردیم و همه ی شب را با شعر چراغانی اش می کردیم.

گلسرخی موقع رفتن از خانه به مادر همیشه یک غذا را سفارش می داد که آن غذا را خیلی دوست می داشت. (مادر! ناهار «واویچکا» یادت نرود) دوتایی می رفتیم «بازار» و یا به کوچه و خیابانی که باز به خانه ی پشتون ختم می شد. پشتون را برمی داشتیم و می رفتیم. به خیابانهای اصلی شهر به سراغ دوستان



دیگر... اگر پشتون نمی آمد دوتایی می رفتیم به سراغ مطبوعاتی "میرفطروس

\*\*\*

یک سال بعد از این که به وین آمدم، به خاطر خون ریزی معده ناشی از پذیرفتن هوای غربت به بیمارستان رفتم. وقتی پزشک معالج م که ایرانی بود خبر اعدام خسرو گل سرخی را در آنجا به من داد، خونریزی معده من دوبرابر شد. آخر دکتر معالج من چه می دانست که من و او چقدر با هم زندگی کردیم و آن هم وقتی بود که از من پرسید: گل سرخی را می شناسی؟ می گفتند شاعر بود! دیشب روزنامه های ایران اعلام کردند، رژیم او را اعدام کرد. تمام تنم بغض شده بود. با تنی دق کرده به دکتر گفتم: "چرا دکتر او را می شناسم، مثل چشمهایم"

## معرفی کتاب چهل نامه ی کوتاه به همسر

کتاب زیر را آقای مجید زمانی فرد معرفی کرده اند:

نام: چهل نامه کوتاه به همسر

نویسنده: زنده یاد نادر ابراهیمی

انتشارات: روزبهان

این کتاب، بسیار شیوا خوش بیان و لطیف است. یکی از کتابهایی است که جان آدم را ساده و بی هیچ پیچیدگی خاصی نوازش می دهد. راحت روح است و آرامش جان. نگاه نادر ابراهیمی به عشق یکی از نگاههای واقعی و دوست داشتنیست که از فضایی فانتزی به دور است و انسان را در توهم فانتزم عشق معلق نمی کند. یک عشق ساده و دوست داشتن بی ریا و بی بهانه را تصویرگری می کند.

این کتاب بسیار مناسب زوجهای جوان است که در مسیر زندگی تن به فضاقت عادت و تکرار نشوند و مدام برای پویندگی و بالندگی این زندگی تلاش کنند.



ابراهیمی از نگاه دیگران:

اگر کتاب «چهل نامه ی کوتاه به همسر» ، نسخه ی شفا بخشی برای آرام و قرار گرفتن روح پریشان و عصیان زده ی کسانی نباشد ، اما می تواند مرهم بخش زخم های کهنه ای شود که سالیانی دراز بسیاری

آن را با خود همراه دارند که با کمی ژرف اندیشی در میان واژگان تصویری نامه ها ، می توان آن را التیام بخشید.



در سطرهای زیر قسمتهای شیرینی از این کتاب تقدیم شما خوانندگان بزرگوار می شود:

**مقدمه ی کتاب :** « و اینک این هدیه ی راستین ماست ، من و همسرم به همه ی کسانی که این نامه ها می تواند از زبان ایشان نیز بوده باشد . لاقلاً گهگاه ، اگر نه

همیشه ، و مشکل گشای ایشان به همین گونه » .

**همسفر!**

در این راه طولانی که ما بی خبریم

و چون باد می گذرد

**بگذار خرده اختلاف هایمان با هم باقی بماند**

**خواهش می کنم! خواه که یکی شویم، مطلقاً**

مخواه که هر چه تو دوست داری، من همان را، به همان شدت دوست داشته باشم

و هر چه من دوست دارم، به همان گونه مورد دوست داشتن تو نیز باشد

**مخواه که هر دو یک آواز را بپسندیم**

یک ساز را، یک کتاب را، یک طعم را، یک رنگ را

**و یک شیوه نگاه کردن را**

**مخواه که انتخابمان یکی باشد، سلیقه مان یکی و رویاهامان یکی.**

هم سفر بودن و هم هدف بودن، ابدأ به معنی شبیه بودن و شبیه شدن نیست.

و شبیه شدن دال بر کمال نیست، بلکه دلیل توقف است

**عزیز من!**

**اگر زاویه دیدمان نسبت به چیزی یکی نیست، بگذار یکی نباشد .**

**بگذار در عین وحدت مستقل باشیم.**

بخواه که در عین یکی بودن، یکی نباشیم.

بخواه که همدیگر را کامل کنیم نه ناپدید .

بگذار صبورانه و مهرمندانه درباب هر چیز که مورد اختلاف ماست، بحث کنیم ،اما نخواهیم که بحث، ما را به نقطه مطلقا واحدی برساند.

بحث، باید ما را به ادراك متقابل برساند نه فنای متقابل .

اینجا سخن از رابطه عارف با خدای عارف در میان نیست .

سخن از زره زره واقعیتها و حقیقتهای عینی و جاری زندگی است.

**بیا بحث کنیم.**

بیا معلوماتمان را تاخت بزنیم.

بیا کلنجار برویم .

اما سرانجام نخواهیم که غلبه کنیم.

بیا حتی اختلافهای اساسی و اصولی زندگی مان را، در بسیاری زمینهها، تا آنجا که حس می‌کنیم دوگانگی، شور و حال و زندگی می‌بخشد نه پژمردگی و افسردگی و مرگ، حفظ کنیم.

من و تو حق داریم در برابر هم قدعلم کنیم و حق داریم بسیاری از نظرات و عقاید هم را نپذیریم.

بی‌آن‌که قصد تحقیر هم را داشته باشیم .

**عزیز من! بیا متفاوت باشیم.**

**بانوی بزرگوار من !**

خوشبختی را نمی توان وام گرفت . خوشبختی را نمی توان دزدید نمی توان خرید . پرنده ی سعادت دیگران را نمی توان به دام انداخت ، به خانه ی خویش آورد ، و در قفسی محبوس کرد. خوشبختی امروز ما ، تنها و تنها به درد آن می خورد که در راه خوشبخت سازی دیگران به کار گرفته شود .

خوشبختی را در چنان هاله یی از رمزو راز فرو نبریم که خود ، در مانده از شناختش شویم و چنان تعریف نکنیم که گویی سیمرغی باید تاآن را از قله ی قافی بیاورد. خوشبختی عطر مختصر تفاهم است که اینک در سرای تو پیچیده است .

**عزیز من !**

بدون کمترین خجالت ، به پهنای صورت گریستن را دوست می دارم ؛ گریستن به خاطر دردهایی که نمی شناسی شان ، و درمان های دروغین . هرگز از کودکی خویش آن قدر فاصله مگیر که صدای فریادهای شادمانه اش را نشنوی ، یا صدای گریه های مملو از گرسنگی و تشنگی اش را ... آه که در کودکی ، چه بی خیالی بیمه کننده یی هست ، و چه نترسیدنی از فردا ..

## معرفی کتاب اعتراف من

کتاب زیر را خانم زهره پور صوتی معرفی کرده اند:

نام کتاب: اعتراف من

نویسنده: لئو تولستوی (تلفظ صحیح نام نویسنده به زبان روسی لف می باشد)

مترجم: دکتر سعید فیروزآبادی

ناشر: جامی



صفحه 69: خاطراتی خاص، این اندیشه را در ذهنم پدید آورده بود که تمامی باورهایم گذشته من و هر آنچه در باب ایمان و دینمی اندیشیدم، جز اعتماد به سخنان تکراری ”بزرگان” نبود. اما همین اعتماد هم بسی سست بود

صفحه 81: این پرسش آزارم می داد: “چگونه باید زندگی کنم تا همگام با این کمالگرایی باشم؟”

صفحه 86: ... آخر چاره ای جز تنفس، آشامیدن و خوردن و خوابیدن نداشتم. اما در اصل هیچگاه زندگی واقعی من آغاز نمی شد، زیرا نمیتوانستم به ژرفنای آرزوهایم پی ببرم و شاهد کامیابی از آنها باشم

صفحه 88: خویشتن را در رو در رو با مرگی هولناک، پوچی و نیستی کامل می دیدم. اینچنین من که

ثروتمند و نیک بخت بودم، پی بردم که ادامه زندگی برایم ممکن نیست

صفحه 159: .. من در جست و جوی دین چون سرمنشایی برای ادامه حیات بودم

قبلا رمان آناکارینا را خوانده بودم. بعد از مطالعه این کتاب احساس می کردم شخصیت “لوین” در رمان با تولستوی در “اعتراف من” بسیار مشابهت دارد. در بیست سالگی که این کتاب را می خواندم، تصورم از انسانهایی موفق اصلا شباهتی با سرگذشت تولستوی و مسیر تحول فکری اش نداشت. بعدها

که مطالب سایت شما را می خواندم و در مورد آدم های موفق و ضعف ها و قوت هایشان می نوشتید، ناخودآگاه یاد این کتاب می افتادم

## معرفی کتاب اندر حماقت حکمت

نام کتاب: اندر حماقت حکمت

نام نویسنده: جولیان بگینی

ترجمه: نسترن ظهیری

انتشارات: ققنوس



این کتاب به موشکافی ضرب المثل های سلیس و ریشه یابی کلیشه های زبانی می پردازد. آیا همیشه باید به حرف هایمان عمل کنید؟ یا اگر نمی خواهید رسوا شوید، باید هم رنگ جماعت شوید؟ با اول ایمنی و بعد کار؟ جولیان بگینی، از فیلسوف های قرن حاضر، در کتاب اندر حماقت حکمت به تشریح ضرب المثل های ساده می پردازد و باور های ما را به مبارزه می طلبد تا در مورد سخنان و عبارات مشهوری که در زندگی روزمره استفاده می کنیم، تفکر کنیم. این مجموعه سرگرم کننده پر است از ضرب المثل ها و چکیده مختصر و مهیجی از هر کدام، که در حین خوانش تلنگری به طرز تفکر ما در مورد آنها می زند. این مجموعه به تمام کسانی تقدیم می شود که دانش اندک را خطری مهلک می دانند.

«نگاهی جذاب و دلپذیر به عبارات و پند و اندرزهای پیش و پا افتاده که در قالب زبان گنجانده شده اند. بگینی معنای نهفته در دل برخی سخنان و نقل قول های آشنا را کشف می کند و به بررسی این نکته می پردازد که آیا حکمت نهفته در آنها امروز هم قابل استفاده است یا نه... در واقع انگیزه ای به ما می دهد تا کلماتمان را حکیمانه انتخاب کنیم»

مجله سایکلایز

# تنها راه پایداری زندگی زناشویی

یکی از دانشجویان ما معرفی خوبی برای کتاب "تنها راه پایداری زندگی زناشویی" از آدولف گوگنبال/نشر بنیاد فرهنگ و زندگی در [ویلاگ](#) خود داده است که عینا اینجا درج میکنیم



“بچه دار شدن، عبور از تنهایی، فرار از خانواده پدری، خارج شدن زندگی از یکنواختی، عشق، دلایل مناسبی برای پایداری رابطه زناشویی نیست.”

“انسان در بیشترین لذت ها و کامل ترین شرایط رفاهی از زندگی خشنود نخواهد بود، مگر اینکه برای چرایی زندگی پاسخی درخور و قابل اعتنا یافته باشد.”

“هرکس باید خود به تنهایی مسیر رستگاری خویش را طی نماید.”

“رنج های موجود در ازدواج می تواند یکی از راه های نیل به رشد فردیت باشد.”

“انسان ها برای کسب معنا زندگی می کنند، نه کسب سعادت... شاید بهترین ابزار کسب این معنا ازدواج باشد، اما این راه عده ای صرفا معدود است، نه خیل عظیم توده ها”

“ازدواج می تواند شما را پیش از شفا از میان ببرد و نابود کند، مگر اینکه آگاه و هشیار و قاعده مند باقی بمانید.”

“بسیاری از زوج های متاهل تنها با تلاش بسیار خانواده شان را پابرجا نگه داشته اند. آنها هر چیزی را که برایشان عزیز است برای خود انکار کرده اند.”

“بسیاری از زوج هایی که از دید ناظر بیرونی ازدواج خوبی دارند عملا یکدیگر را فلج می کنند.”

“وقتی برای ما روشن شود که ازدواج و خانواده مخلوقاتی مصنوعی و تجلی خیالبافی انسان هستند و به حقیقی ترین مفهوم کلمه، ساخته ی دست انسان اند و هیچ ربطی به غریزه ی طبیعی ندارند، به درک ازدواج و خانواده نزدیک تر می شویم.”

“تمایز بین سعادت و رستگاری بسیار دشوار است.”

“خوشبختی یا سعادت به معنی اجتناب از تنش های ناخوشایند و تلاش جهت نیل به احساس فیزیکی راحتی، آسایش و خوشنودی است...”

“رستگاری به پرسش معنای زندگی مربوط است.”

“...راه های بسیاری برای رستگاری هست...هر فردی باید به طریق خاص خود در پی رستگاری برود و آن را بیابد.”

“همه ی راه هایی که به سوی رستگاری می روند خصایص مشترکی دارند؛ رویارویی با رنج و مرگ در آن ضروری می باشد.”

“رستگاری و خوشبختی، به عنوان هدف، یکدیگر را نقض می کنند. راه رسیدن به خوشبختی و سعادت الزاما شامل رنج بردن نمی شود.”

“روند رشد فردیت یعنی تلاش شخص برای رسیدن به راه رستگاری.”

“روند رشد فردیت یعنی کار فعال و دشوار، ناراحت کننده با روان پیچیده ی خود و رفتن به سمت وحدت اضداد درون روان...روند رشد فردیت سفری طولانی و جالب است.”

“راه های بیشماری برای روند رشد فردیت هست، نه صرفا راه های روانشناسانه یا راه های هوشمندانه...مثلا راه هنر یا آشپزی، راه موجود در چارچوب عشق یا فناوری، تجارت یا سیاست و هزاران راه دیگر.”

“روند رشد فردیت، فردگرایی نیست...هر روحی نقشی در روح جمعی دارد...شخص فردیت یافته دغدغه ی بشریت را دارد.”

“هیچ چیزی در طول زندگی ما به اندازه ازدواج با مراسم مذهبی احاطه نشده است.”

“برخورد مجادله آمیز مادام العمر بین زوجین و پیوند زن و مرد تا دم مرگ را می توان مسیر خاصی برای کشف روح، یا شکل خاصی از روند رشد فردیت دانست. یکی از خصایص اساسی مسیر متعالی رستگاری، نبود هرگونه راه گریزی است.”

“ازدواج یکی از مسیرهای متعالی عشق است.”

“خاص بودن عشقی که مسیر متعالی ازدواج را رقم می زند در ثبات “غیر طبیعی” آن است.”

“عشقی که ازدواج بر اساس آن استوار می شود از “رابطه ی شخصی” فراتر می رود و چیزی بیش از رابطه ی صرف است.”

“...موقعیت اجتماعی و امنیت مالی افراد مجرد باید بهبود یابد. هدف این است که ازدواج فقط برای کسانی کنار گذاشته شود که استعداد خاصی در یافتن راه رستگاری خود از طریق رابطه ی مستمر و پرفرقت و ملاقات مجادله آمیز بین زن و مرد دارند.”

“...در واقع هر راهی به سوی رستگاری از جهنم می گذرد.”

“راه ازدواج نیز مثل هر راه رستگاری دیگری دشوار و دردناک است.”

“زوج های متاهل عاقل به ندرت می توانند ازدواج شاد و خوشبختی داشته باشند، یعنی برخلاف آنچه که روانشناسان میخواهند به آنها بقبولانند، تصویر “ازدواج سعادت مند” باعث آسیب بسیاری می شود.”

“ما نمی توانیم خودمان را پیدا کنیم، بلکه فقط می توانیم از طریق کهن الگوها و اجرای نقش آنها خودمان را بیان کنیم و شاید به این ترتیب بتوانیم خودمان را نیز پیدا کنیم.”

“ازدواج را تنها موقعی می توان درک کرد که ما خودمان را از “عقده هماهنگی” زن و مرد خلاص کنیم.”

“مسیر ازدواج راحت و هموار نیست...”

“از هیچ دعوایی نهراسید، چون هر جدالی یک قدم شما را به شناخت خودتان و مشکلات درونی تان آگاه تر می سازد.”

“ازدواج بدون فداکاری به ندرت دوام پیدا می کند.”

“...این یگانگی روح زن و مرد است که رابطه ی جنسی را به یک رابطه ی مقدس تبدیل می کند و موجب پایداری نظام خانواده می شود.”

“...به این ترتیب ما بدون اخلاقی کردن یا زیست شناسانه کردن رابطه ی جنسی، و بدون تعصب شدید درباره ی این که رابطه ی جنسی چه باید باشد و چه نباید باشد، می توانیم کل پدیده های جنسی را با تمام تنوع و غنای آن درک کنیم.”

“یکی از وظایف روند رشد فردیت شناختن لایه های ظاهرا مخرب روح در اثر تاثیر شرایط شخصی یا جمعی است، یعنی تماس با خود شر و تماس با قاتل و آدمکش انتحاری درون خود ما است... وظیفه دیگر آن، برای مردان رویارویی با وجه زنانه و برای زنان رویارویی با وجه مردانه ی خودشان است.”

“وحدت اضداد یکی از الگوها و نمادهای بسیار مهم برای هدف دستیابی به رشد فردیت است.”

“وجه رشد فردیتی میل جنسی بیش از همه خودش را در برخورد مهرآمیز و عاشقانه ی زن و مرد، و در وحدت سرورآمیز آنی عمل عشق ورزی نشان می دهد. این تجربه ی عمیقاً تاثیرگذار بشری را نمی توان صرفاً جماع بیولوژیکی دانست!”

“زن و مرد تا حدی یکدیگر را کامل می کنند و تا حدی ابداً با هم هماهنگ نیستند.”

“هیچ جا وحدت اضداد، وحدت پررمزوراز یا همزمانی پررمزوراز، به زبانی موثرتر و عالی تر از زبان میل جنسی بیان نمی شود.”

“بهتر است که در جریان ازدواج، زوج ها به علایق جنسی مشترک بپردازند و در صورت امکان علایق متفاوت را بپذیرند یا در هر حال رد نکنند.”



“شخص به اصطلاح عادی و کاملاً غیرعصبی به ندرت یافت می‌شوند.”

“قابلیت‌های روانی ما برای کنار آمدن و پذیرش قدرت‌های روح بسیار متنوع و متعدّدند.”

“... قرار نیست زوجین یکدیگر را به طور قابل ملاحظه‌ای تغییر دهند؛ این ممکن نیست... هر یک از زوجین باید عادات و خصوصیات غریب دیگری را تحمل کند و بپذیرد.”

“در ازدواج رشد فردیتی هر دو طرف با هر چه در اختیار دارند و با خصایص سالم و بیمار و عادی و غیرعادی خود با یکدیگر روبرو می‌شوند.”

“روح نزدیک‌ترین و دورترین بستگانمان همیشه در ضمیر ناخودآگاه ما هست. آن‌ها بخشی از ما هستند و ما بخشی از آنهایم.”

“قطع رابطه با اعضای دور و نزدیک فامیل هیچ معنایی بجز سرکوب سایه‌هایمان ندارد.”

“...هدف ازدواج تجربه جنسی نیست، بلکه رستگاری و رشد فردیت است؛ هدف، جستجو کردن و یافتن خدا، روح و خویشتن است...”

“فداکردن چیزی که برای ما ارزشمند است برای رستگاری ما و رستگاری روح حتمی و واجب است.”

“بیشتر زوج‌های متاهل باید تا حدی از بعضی بخش‌های شخصیت‌شان چشم‌پوشی کنند و آنها را در محراب ازدواج قربانی کنند.”

“معیار اینکه آیا باید طلاق گرفت یا نگرفت را نباید در میزان دشواری راه ازدواج جست بلکه برعکس این معیار باید بطور واضح به این بستگی داشته باشد که آیا ازدواج برای هر دو طرف بیانگر راه رستگاری است یا نه!”

“ما باید اهمیت رستگاری را به فرزندانمان نشان دهیم نه خوشبختی.”

---

برای خرید کتاب از این [لینک](#) استفاده کنید

---

# تو آنقدر زیبایی که باران میگیرد

برایتیگن بقدری زیبا شعر میگوید که روح ما به وجد می آید ، توصیه میکنم این شعرها را با صدای خودتان برای عزیزتان بخوانید تا زیبایی کلمات با افسون احساس شما در بیامیزد و اعجازی رخ دهد و فرشتگان باور بیاورند به معجزه بودن عشق ، انسان و آدمیان به قطعاتی از این کلمات سحرآمیز توجه کنید

وای ! تو آنقدر زیبایی که باران میگیرد

آه مارشا

دوست دارم زیبایی بلند و بلوندت را در دبیرستان درس دهند

تا بچه ها بیاموزند که

خداوند مثل موسیقی زیر پوست میزید

\*\*\*\*\*

دوستانم نگرانند و از نگرانی هایشان با من میگویند

از پایان جهان حرف میزنند

از تیرگی و مصیبت

من همیشه با آرامش گوش میدهم و بعد

میگویم

نه، به پایان نمیرسد، این فقط یک آغاز است

چنانکه این کتاب یک آغاز است

\*\*\*\*\*

لطفاً این کتاب را بکارید/ برایتیگن/ ترجمه مهدی سوید و لیلا صمدی / ناشر فرهنگ صبا



---

## معرفی کتاب جهان ساعتش را با چشمان تو

# تنظیم می می کند



نام کتاب: جهان ساعتش را با چشمان تو تنظیم می می کند

نام نویسنده: [نزار قبّانی](#)

نام مترجم: [سهند آقایی](#)

نام ناشر: [جوانه طوس](#)



مشکل اصلی من با نقد و ناقدی این است:

هرگاه شعری را با رنگ سیاه نوشته ام

گفته اند: اقتباسی ست از چشم های تو

و مشکلم با زنان این است:

هرگاه رابطه ام را با تو انکار کرده ام

دلنگ دلنگ النگوهایت را

میان افت و خیز صدایم شنیده اند و

دیده اند حریر خوابت را

آویز گنجه حافظه ام

اگر مردی را می شناسی که بیشتر از من دوستت دارد،

او را به من نشان بده

اول به او تبریک خواهم گفت؛

و آنگاه می کشمش!

می خواهم دوستت بدارم ای بانوی من

در زمانه ای که عشق علیل است

زبان علیل است و

شعر علیل است

نه درختی به پای خود برپاست

نه گنجشکی به پای خود پران

و نه هیچ ستاره را

پروانه سفر

می خواهم دوستت بدارم.

پیش از آنکه باغ های عشق را

به فرمانی فاشیستی ممنوع کنند

می خواهم با تو فنجان بنوشم

پیش از مصادره قهوه ها و فنجان ها

می خواهم دمی با تو بنشینم

پیش از آنکه پلیس برسد از راه

می خواهم در آغوشت بگیرم

پیش از دستگیری دهان و بازو هام

می خواهم در آستانت بگیرم

پیش از گمرکی شدن اشک هام

می خواهم معشوق من باشی

تا پیروزی شعر بر تپانچه و صدخفه کن

تا پیروزی دانشجو بر گاز اشک آور

تا پیروزی گل سرخ بر باتوم

و پیروزی کتابخانه ها بر کارخانه های اسلحه سازی

کافه های دنیا

دانشکده های عاشقی اند

اگر روزی تعطیل شوند

عشق و عاشقی هم تمام می شود!

شما می توانید دکلمه شعر های بالا را با موسیقی زمینه زیبای پیش درآمد ابوعطا، اثر استاد پرویز مشکاتیان، با نوازندگی بهداد بابایی در ساز ستار و نوید افقه در ساز تمبک، با صدای دکتر شیری، از قسمت [رادیو توانگری](#) دریافت نمایید.

این موسیقی به صورت کامل در آلبوم **جوی نقره مهتاب**، به نوازندگی آقایان بابایی و افقه موجود می باشد.