



در جست‌وجوی مزه‌های قدیم

می‌توان طعم خوشبختی را بازآفرینی کرد

■ لیلاجعفری

رسم است که می‌گویند هر چیزی قدیمی‌اش خوب است. مثلاً می‌گویند، مزه هم مزه‌های قدیم، مرغ هم مرغ‌های قدیم. برخی می‌گویند: مزه مرغ‌های قدیم دیگر پیدا نمی‌شود! این را از چند نفری شنیده‌ام، خود هم قولش دارم، چون مزه مرغ‌های آن موقع، سال‌هاست که به دانه‌چشایی‌ام نرسیده‌است. همین چند وقت پیش در جمع دوستان، صحبتی در این باره شد. یکی از دوستانم جوری از طعم خورش‌های قدیم حرف می‌زد که جوان ترهای مجلس دل‌شان می‌خواست یک بار هم که شده خورش‌های کودکی او را بچشند. جوری از دست یخت مادرش تعریف می‌کرد که اشتهای شوندهاش را هم بالا می‌برد. در میان حرف‌هایش با خودم گفتم، چرا برخی مزه‌ها مانند برخی خاطرات نا همیشه در یاد آدم می‌مانند و چرا نمی‌توانیم آنها را بازسازی یا به‌طور کل فروش‌شان کنیم؟ در این فکر بودم که دخترم ویدیویی را بریم ارسال کرد. ویدیو فیلم کوتاهی درباره بازسازی

■ مرغ‌های غیر از گانیک

شاید مرغ‌های سفره ما با هورمون‌هایی که در زمان پرورش شان در کشتار گاه مصرف کرده‌اند، مانند مرغ‌های ارگانیک گذشته، طعم خوشایندی نداشته باشند، اما شاید باز هم بشود کاری کرد. این موضوع، زمینه و انگیزه‌ای به من داد برای بازسازی خاطرات کودکی‌ام.

آن شب که آن احساس خوب دوستم را نسبت به مادرش در کودکی گفتم، شاید بتوانم او را به مناسب تولدش که در ماه دیگر است، با یک هدیه مناسب خوشحال کنم. شاید هدیه طعم دوران کودکی‌اش به او بهترین هدیه برایش باشد. برای همین تصمیم گرفتم از آن روز به جای اینکه از فروشگاه همیشگی مرغ مصرفی خانه را بخرم، مرغ فروشگاه‌های دیگر را هم امتحان کنم. از آن‌روز کارم همین بود. به فروشگاه‌هایی که تعریف‌شان را می‌شنیدم و می‌گفتند که مرغ خوبی دارند می‌فتم، مرغی می‌خریدم و قسمتی از آن را می‌پختم. به خاطر این کار من مصرف مرغ خانه‌مان زیاد شد و فریزر پر از مرغ‌های فروشگاه‌های مختلف شده بود. هیچ کدام از آن مرغ‌ها طعمی را نداشتند که راضی‌ام کند. هر کدام را که می‌پختم، تمزهای متفاوت داشتند، ولی حتی در بهترین

سبک نگرش

■ همای‌برانی

ما به دنبال اصالت هستیم. زندگی مدرن، هنر مدرن، شغل‌های مدرن یا بسیاری چیزهای دیگر که رنگ و بوی امروزی دارند، همه برای ما خوشایند هستند، اما در میان تمام این‌ها ممکن است اصالت برای‌مان جذاب‌تر باشد. به عبارتی هر چیز مدرنی که می‌پسینم و خوش‌مان می‌آید بدون اصالت برای‌مان چندان مهم نیست. در این میان شاید اصالت را با آن چه دیگران به عنوان الگو در اختیار افکارمان گذاشته‌اند اشتباه بگیریم.

■ گشتن به دنبال اصالت و هویت

ممکن است به خوب بودن یا نبودن اثر هنری که هنرمندش را نمی‌شناسیم تردید نکنیم. هسر چند که اثر هنری روبرویمی‌مان باشد و از دیدنش و زیبایی‌اش لذت ببریم، در این صورت ممکن است به محض اینکه از جایی نام هنرمنداو را پیدا می‌کنیم، همه چیز هویت دیگری برای‌مان پیدا کند، به‌ویژه که آن هنرمند، یک هنرمند سرشناس و مشهور باشد. این اتفاق را بارها درباره دیگران تجربه کرده‌ام، همان‌طور که برای خودم اتفاق افتاد.

هنگامی که در گالری‌ها و نمایشگاه‌های گروهی هنرمندان شرکت می‌کنم، وقتی اثری نظرم را جلب می‌کند، ناخودآگاه به دنبال نام هنرمند آن هستم، گاهی نام هنرمند را که معمولاً کنار آثار، در جایی نوشته شده‌است می‌خوانم نسبت به اثر شناخت بیشتری پیدا می‌کنم. شاید این از احساس اعتماد به باور ضعیف خودم باشد که در آن چه تشخیصی دادم تردید دارم. این تردید در بسیاری از جاهای دیگر زندگی ما بسیاری از ما هست، همراه بسیاری از ما در تمام کره خاکی.

این نگاه، به دنبال اصالت و پیشینه گشتن را به دنبال دارد. اینکه بدانیم کدام موردی که مد نظرمان است، هویت

طعم آنها باز هم بوی زهم حس می‌شد. یعنی همان طعمی که برایم ناخوشایند بود و می‌دانم که دوستم هم از آن خوشش نمی‌آمد.

■ برگزاری مهمانی

کم‌کم از گرفتن مهمانی برای دوستم در روز تولدش و خوشحال کردنش با مرغی با دستپخت گذشته ناامید شده بودم. تا اینکه یک روز برای کاری به شهر ک نزدیک محل زندگی‌ام رفتم. تشنگی، گرسنگی و خستگی وادارم کرد تا وارد فروشگاه خواروباری که در آنجا قرار داشت شوم. نوشیدنی و خوردنی را که حساب می‌کردم نگاهم افتاد به یخچال بزرگی که کنار دستم بود. تا به حال مرغ‌خام را با آن بسته‌بندی خاص خریدیده بودم. احساسی غریزی به من می‌گفت که بسته‌ای از آن را بخرم. همین کار را کردم و بسته‌ای از آن را با تاریخ همان روز خریدم. قیامتش مانند مرغ‌های دیگر بود، ولی از مرغداری‌هایی متفاوت که با شهر محل زندگی‌ام فاصله زیادی داشت.

مرغ را به خانه آورده و با روشی سنتی پختم. از لحظه‌ای که در قابلمه می‌جوشید تا زمانی که کاملاً جاییفتد، عطر متفاوتی داشت. وقتی تکه‌ای از گوشت را که کاملاً پخته شده بود، در دهان گذاشتم، فهمیدم که باید مهمانی‌ام را

سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۹۸۴۷۱

سبک مراقبت



آیا با خودت به اندازه کافی دوست هستی؟

مقابل آینه بایست و خودت را تحسین کن

■ مرضیه بامبری

مقابل آینه ایستاده‌ام و در حالی که چند چروک روی پیشانی‌مان افتاده خود را دعوا می‌کنیم که چرا امروز برای بردن در مسابقه جرت کافی را نداشتیم؟ چرا فلان رابطه را به سرانجام نرساندم. چرا فلان وسیله را نخریدم. تقصیر من بود که دوستم دلخور شد. رفتار با باعث ترک همسرم شد. من امروز با حرف بی‌موقع دل‌مادرم را شکستم. امروز کافی بیشتر مراقب فرزندم می‌شدم زمین نمی‌خورد پس من یک مادر دست و پا چلفتی‌ام. یا اگر صورتم چند تا جوش ریز زد حتماً زن زشتی‌ام و آن هم تقصیر خودم است. لابد سزاوار این زشتی بودم. لابد حقم بوده این همه بلا سرم بیاید. به اندازه کافی بد خلق بوده‌ام که دوستم حق داشته باشد تر کم کند. شما هم از این خلوت‌ها با خودتان دارید؟ در رختخواب، آینه، در ماشین پشت‌رل یا هر جایی که کمی فرصت کنید خودتان را بهتر ببینید؟ تا حالا به ملاقات یا خودتان جدی فکر کرده‌اید؟ مثل همان ملاقات‌هایی که با دوستانان دارید؟ برای خودتان وقت می‌گذارید و حرف‌های خودتان را می‌شنوید؟ یا نه! مثل یک آدم آهنی فقط شب و روز کار می‌کنید و از روبرو شدن با خودتان هراس دارید؟

بگذارید سوآلم را ساده‌تر کنم: آیا شما با خودتان رفیق هستید؟ نمی‌دانید؟ خب؟ بیایید اول مشخصات یک دوست خوب را بشناسیم.

■ ■ ■

دوست خوب هیچ وقت ما را ناامید نمی‌کند. هر بار از او خواهشی کنیم یا بخواهیم برای‌مان کاری کند تا زمانی که در توانش باشد نه نمی‌گوید. هر وقت نیاز به مصاحبت داشته باشیم بی‌چون و چرا خودش را به محل قرار می‌رساند و با حرف‌های خوب حال‌مان را بهتر می‌کند. یک دوست خوب وقتی حال ما مساعد نیست، با آه و ناله و ابراز بدبختی‌هایش ما را خسته نمی‌کند. او سعی می‌کند گوش خوبی برای حرف‌های ما باشد. نباید برای‌مان شعر بخواند یا شاید هم کمی نصیحت جاشنی حرف‌هایش کند اما نیتش آرام کردن روح زخمی‌ماست که در آن لحظه نیاز به تیمار دارد. حالا شما بگویید. آیا دوست خوبی برای خود هستید؟ برای خودتان وقت می‌گذارید؟ با خودتان حرف می‌زنید؟ اصلاً خودتان را درک می‌کنید و به خودتان حق می‌دهید یا مدام پای سرزنش و ضعف‌ها را وسط می‌کشید و روح‌تان را خسته می‌کنید؟

در ماشین بهترین وقت است برای خودت دوست خوبی باشی. کارها و رفتارهای روزانه‌ات را مرور کنی. برای خودت بخوانی یا حتی با صدای آهسته‌ای که ماشین‌های اطراف شما را دیوانه نیندازد او از بخوانی و از مصاحبت با خودت لذت ببری.
مقابل آینه بهترین نقطه‌ای است که می‌توانی زیباییات را استایش کنی و برای داشتن موهایی زیبا و صورتی بی‌نقص به خودت افتخار کنی. مهم نیست موهایت فر فری باشد یا لخت، مهم نیست ابرویت پر از جوش‌های ریز باشد یا نه. مهم این است که حال خودت با دیدن روی خودت خوش باشد. اگر این اتفاق افتاد و خودت را دوست داشتی، دیگر غرو لند و قضاوت‌های نادرست دیگران به شما آسیب نخواهد زد. اگر خودتان را باور کردید و ضعف‌ها و نقایص خود را با جان و دل پذیرفتید، دیگر لازم نیست برای نظرات



دوست خوب هیچ وقت ما را ناامید نمی‌کند. هر بار از او خواهشی کنیم یا بخواهیم برای‌مان کاری کند تا زمانی که در توانش باشد نه نمی‌گوید. هر وقت نیاز به مصاحبت داشته باشیم بی‌چون و چرا خودش را به محل قرار می‌رساند و با حرف‌های خوب حال‌مان را بهتر می‌کند

نمی‌توانست مزه آن را از بین مزه مرغ‌های امروزی تشخیص بدهد، بنابراین اصالت می‌تواند باعث تشخیص شود و از این روز مهمم است.

همیشه فکر می‌کردم رسم بر این است که مردم برای یافتن چیزهای خاص و جزئیاتی که نیاز دارند به مراکز شهرها مراجعه می‌کنند، ولی آن روز ماجرا جور دیگری شد. دریافتم که اجباری در این نیست که حتماً در میان جاهای سرشناس و محل‌های خاص یا به‌طور کلی در میان چیزهایی که آوازه و شهرتی دارند، به دنبال بهترین یا اصیل‌ترین مسورد مختلف زندگی بگردیم. چه بسا ممکن است این موارد خوب و به عبارتی خوشبختی پیدا کنند که ما سرفکری را به من داد که خودش در جایی باشد که ما سرفکری از آنها یادمان نگذارد. در جایی خوشحالی و رضایت خود را پیدا کنیم که اصلاً فکرش را هم نمی‌کنیم.

پیدا کردن طعمی برای خوشحالی دوستم فرصت به دست آوردن درس‌های بزرگی را به من داد که خودش از آنها خبر ندارد. شاید یک شب از او بخواهم تا با هم بنشینیم و از تمام درس‌هایی که مانند مزه این مرغ در اختیارم گذاشته و خود از آنها خبر ندارد با هم حرف بزنیم!

برای تولد دوستم برگزاکر کنم. دیگر دلیلی برای برگزاکر نکردن مهمانی وجود نداشت. کارهای جشن را انجام دادم و از دوستم دعوت کردم تا به مهمانی بیاید. آن روز خوراک مرغ بهترین هدیه‌ای بود که می‌توانستم به دوستم بدهم. این را خودش گفت، چون از سال‌ها پیش دلش می‌خواست این طعم و مزه را در زندگی داشته باشد. شاید کمی بچه‌گانه به نظر برسد ولی واقعیت این است که ما گاهی در زندگی به دنبال این اتفاقات و موارد کوچک هستیم که با کوچکی خودمی‌توانند، بزرگ‌ترین خوشی‌ها و دلخوشی‌ها را به ما هدیه کنند.

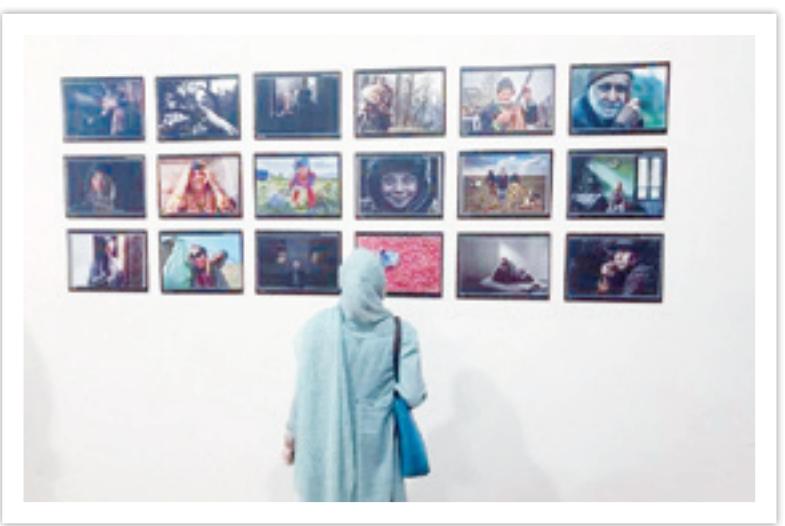
موقع رفتن، او گفت که بهترین روز تولدش را داشته است، چون توانسته‌است خاطرات سال‌های کودکی را در یادش زنده کند. آن روز توانستم درس بزرگی یاد بگیرم، این که می‌توان خوشی‌ها را هم مانند تصاویر یادگاری بازسازی کرد. شاید مرغ‌های دیروز جایشان را به مرغ‌های متفاوت امروزی داده باشند، اما انگار هر کدام از آنها با ذائقه‌ای سازگار است و بسیاری این تفاوت را در بین آنها احساس می‌کنند.

■ یافتن خوشبختی

اگر دوستم من طعم اصیل مرغ را نمی‌شناخت،

تشخیص درستی و اصالت بدون تأیید دیگران

هر چیز مشهوری که اصیل نیست!



محکم‌تر و قوی‌تری دارد و کدام مورد هویت ضعیف‌تر؟ این نگاه ما من بود تا روزی که در یکی از نمایشگاه‌های عکس با آن روبرو شدم.

■ اثر برایت مهم است یا نام هنرمند؟

تابلوی زیبایی از عکسی با بزرگ‌نمایی زیاد و ابعادی بزرگ من را سوی خودش کشاند. عکس نمایی از شمع بود که قتیله آن در اثر سوختن خیلی اتفاقی به شکل قلبی درآمده بود. آن روز به دنبال عکاس آن تابلو بودم، روی نوشته کنار آن نام یکی از عکاسان حرفه‌ای کشور نوشته شده بود. وقتی نام او را دیدم، با خودم گفتم درست تشخیص دادم، اثر بسیار خوب و زیبایی است که هنرمندانه عکاسی شده‌است از این عکاس تا آن لحظه عکس‌های بسیاری دیده و تعریف‌ها

عکس بزرگی که رویش نصب شده بود، چسباند. وسوسه شدم دوباره به تابلوی شمع و قتیله سر بزمن و نام هنرمندش را بخوانم. نوشته شده بود: مهدیس رحمانی.

این هنرمند را نمی‌شناختم، تنها چند اثر دیگر از او در همین نمایشگاه وجود داشت. آن روز از خودم خجالت کشیدم. شهرت یک نام توانسته بود برایم آن قدر مهم باشد که نگاهم را به اثر هنرمند تغییر داده بود، کسی چه می‌داند، شاید اصالت و هویت این هنرمند تازه‌کار چیزی از آن هنرمند سرشناس کم نداشت، ولی مشهور نبودن و آوازه نداشتن کنونی‌اش باعث می‌شد تا در نگاه‌اندر بخشد، واگر هم بدرخشد شاید با گذشت زمان بسیار با رحمت‌ها و کوشش‌های بزرگ. در این فکر بودم که رفتم کنار تابلوی هنرمند سرشناس و عکسی را که از اعماق آقبانوسی گرفته بود دیدم. زیبایی وصف‌نشدنی آن نگاهش به موضوع، خاص و عمیق بود ولی هنوز در فکر قضاوتی بودم که به دلیل آوازه او درباره عکس و اثر دیگری داشتم. در این چالش بودم که متوجه شدم دختر نوجوانی کنار تابلوی شمع ایستاده است و با شخص دیگری عکس یادگاری می‌اندازد. از رفتار و حرف‌های‌شان پیدا بود که آن دختر نوجوان، مهدیس، عکاس همان تابلوی شمع و قتیله است. دیگر به راستی افکارم درباره اصالت اثر هنرمندان و شهرت آنان به چالش افتاده بودم.

■ اسیر شهرت‌ها نشویم

شاید اگر رفلکتنگ آمادوس موتسارت، آهنگساز و موسیقیدان اتریشی که در سه سالگی استعداد عجیب موسیقی خود را نشان داد، تا هنگامی که به سن بزرگسالی برسد جدی گرفته نمی‌شد، دنیا هم کنون از اثرات مفید او پر موسیقی جهان بی‌بهره بود. توجه به ماهیت واقعی، کورگولانه‌اسیر شهرت‌ها و برداشت‌های تکراری نشدن و باور به آن چه خود خوب و درست می‌نماید بی‌آنکه نیازی به مهر تأیید داشته باشد، از پیام‌های بزرگ من در نمایشگاه آن روز بود.