

تا بخوای بجنبی پیرت می‌کنه



سابق براین که آدم‌ها هنوز خیلی با زندگی شهرنشینی فعلی و تکنولوژی پیشرفته جهان امروز قاطی نشده بودند و کمتر قاطی می‌کردند؛ اصلی‌ترین عامل پیری آنها، گذر تدریجی عمر بود که نیاز به گرفتن نوار قلب و سونوگرافی و آنژیوگرافی و این‌جور چیزها هم نبود.

جام جم آنلاین: سابق براین که آدم‌ها هنوز خیلی با زندگی شهرنشینی فعلی و تکنولوژی پیشرفته جهان امروز قاطی نشده بودند و کمتر قاطی می‌کردند؛ اصلی‌ترین عامل پیری آنها، گذر تدریجی عمر بود که نیاز به گرفتن نوار قلب و سونوگرافی و آنژیوگرافی و این‌جور چیزها هم نبود.

طرف کافی بود برود بنشیند بر لب جوی و گذر عمرش را ببیند؛ با کمترین امکانات موجود یعنی. البته این خب مال زمانی بود که بشریت زبان اشاره را بهتر از الان می‌فهمید و اعتقاد داشت: «کاین اشارت ز جهان گذرا ما را بس«. الان به این شلی‌ها به این چیزها معتقد نمی‌شود. طرف می‌رود لب کارون، تنها چیزی که به ذهنش می‌رسد. این است که: لب کارون، چه گلبارون،..... و از این حرف‌های شندرم‌ن به یک گاز!

آخر کشف:

این که در جوی می‌رود آب است

این که در چشم می‌رود خواب است

در عصر حاضر فقط گذر سن و سال نیست که شخص را پیر می‌کند و وادار به اعتراف که: «موی سفید و توی آینه دیدم...«؛ بلکه عوامل دیگری هم دست‌اندرکار پیر شدن زودرس انسان است. حتما شما هم اهل مطالعه‌اید. مطالعات جدید نشان می‌دهد که «اضطراب« می‌تواند باعث سریع‌تر شدن فرآیند پیری شود. محققان انگلیسی دریافتند که شکل رایج این وضع که با نام اضطراب هراسی معروف است، می‌تواند باعث آسیب بافت‌های سلولی و پیری زودرس شود.

ترانه جدید:

استرس خُرد و خمیرت می‌کنه

تا بخوای بجنبی، پیرت می‌کنه

بسته پیشنهادی: هیچ‌کس دوست ندارد زود پیر شود. اگر هم در حق آدم دعا می‌کنند که: «الهی پیر شی مادر«، منظور این است که سالم و درست و حسابی مثل آدم پیر بشوی؛ به خیر و خوشی. فلذا چند رهنمود راهبردی – کاربردی در همین راستا:

1- دایورت کردن کل دنیاش: نباید دنیای دنی را خیلی جدی و سخت گرفت. نگاه عرفانی هم چیز خوبی است. دنیا نیرزد آن که پریشان کنی دلی؛ وگرنه ول معطلی. هوای دنیا و مافیها را باید به قدر معمول و برای گذران زندگی داشت و حرص دنیا نداشت؛ که: سخت می‌گیرد جهان بر مردمان سختکوش (که منظور همان مردمان سختگیر است که به ضرورت قافیه، سختکوش شده). ببینید شاعر چگونه کل دنیا را یکجا دایورت فرموده است: دنیا همه هیچ و کار دنیا همه هیچ / ای هیچ، ز بهر هیچ بر خویش میبچ!

2- نگاه نکردن قیمت‌ها: وقتی که کل دنیاش از بیخ‌وبن هیچ قیمتی ندارد؛ پس چرا باید مسائل حقیری چون مسکن و اشتغال و ترافیک و آلودگی هوا و امثال این موارد پوشالی، موجب اضطراب ما شود. یا مثلا چرا باید با نگاه‌کردن بیخود به قیمت‌های جور واجور اجناس و کالاهای دنیوی – بخصوص مرغ و تخم‌مرغ این دنیا – استرس و اضطراب به خود راه دهیم؟ چشم خود را باید درویش کرد.

مگر نه آن که گفتند: «درویش رو هر گلیم پاره، شب رو سر میاره...«؟... استفاده از عینک دودی یا سر به زیر بودن، بهترین راه جلوگیری از چشم‌چرانی اقتصادی است. چشم‌ها را باید بست/جور دیگر باید دید!... این طوری، پیری زودرس به گور پدرش می‌خندد که یقه ما را بگیرد. این که رئیس مرکز آمار ایران در جلسه اخیر هیأت دولت، ضمن ارائه نتایج سرشماری سال 90 گفته است که جمعیت کشور دارد به سمت میانسانی پیش می‌رود، ربطی به این قضیه مورد بحث ندارد. به کم‌کاری درخصوص تولید مثل مربوط است که به ما مربوط نیست.

