

عینکت را تغییر بده!

حکیم ۹۶ استخوان شکسته و ۱۷ ورم در اقصی نقاط بدنش، روی تخت بیمارستان بود که ناگهان موبایلش زنگ خورد. دستش که به گوشی نمی رسید برای همین منتظر ماند تا گوشی رفت روی پیغامگیر. هیراکلیتوس بود. این پیغام از آن استاد بنام در دل تاریخ برای همیشه ثبت و ضبط شده است تا هر آن کس که بنای ایجاد تغییر در زندگی اش دارد؛ لااقل به چندین اصول پایبند بماند.

«حکیمکم!» (معلوم است رابطه آنها خیلی صمیمی بوده و بیشتر از یک بیمار و تراپیست) تغییر یعنی به حال خوب رسیدن و زندگی جدید داشتن. (می گویند حکیم از این که اسمش را گذاشته بود «جدید» حس خوبی پیدا کرد) البته نه این که فقط اسم جدید روی خودمان بگذاریم (حکیم در این بخش از پیام کف شد!) البته بسیاری از ماها در انتظار آن هستیم که یک فردی پیدا شود و یک تلنگر به ما بزند و بسیاری از ما تلنگر هم می خوریم ولی حرکت نمی کنیم، چرا؟ خب این عیب بزرگی است. اول از همه باید بدانیم که تغییر یعنی دست برداشتن از تکرار مکررات ذهنیت نامیدانه گذشته، تغییر یعنی شادی و نشاط و طراوت و تازگی در مسیر کاری و زندگی من، تغییر یعنی این که مجددا شرایط زندگیمان را رشد بدهیم، هنگامی که شرایط آن چیزی نیست که ما می خواهیم.

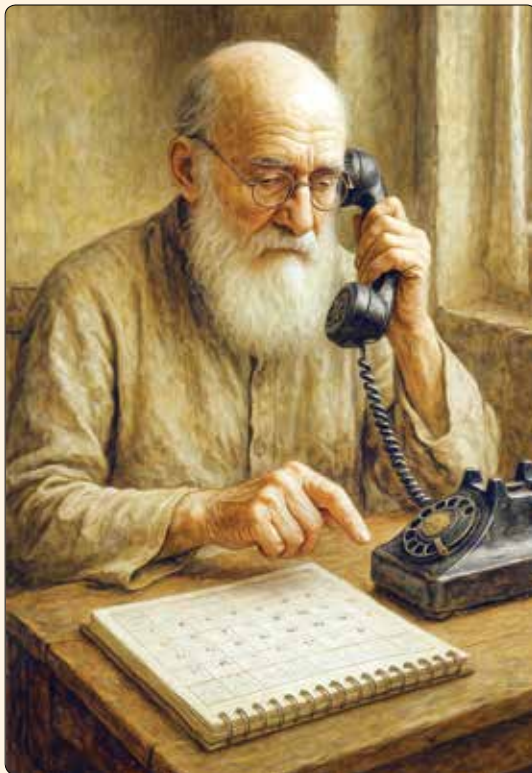
من می پندارم تو نیز از آنچه بودی راضی نبودی و اینک اگر بنا داری دست به تغییر بزنی بهتر است قبل از هر چیز به این چند نکته دل بدهی.

اولین کاری که باید انجام بدهید این است که بنشینید، برنامه ریزی کنید و نقشه راهتان را مشخص کنید. البته باید بگوییم که زندگی قابل پیش بینی نیست، ولی داشتن یک نقشه راه کلی، خیلی کار مفیدی است؛ گرچه من مطمئنم تو از آن دسته آدم هایی نیستی که یکپو به سرشان بزند و مثلاً ریش و سبیل هایشان را بزنند بروند در انتظار عمومی که بگویند من تغییر کرده ام (حکیم یا همان آقای جدید، کف تر همی شد!)

دوم این که هر بار که احساس کردید افکارتان سرگردان هستند، آنها را کنترل کنید. در این شرایط هر تغییری به راحتی برای شما اتفاق می افتد و زندگی پرشور و شگفت انگیزی را به شما هدیه می دهد. یعنی این طور نیست که مثلاً بگوییم من حتی باید اعضای خانواده ام را هم عوض کنم تا حالم بهتر شود. (حواستان که به کف شدن های جناب جدید هست؟) این گونه رفتارها دیوانگی است و جز سردرگمی چیزی عایدت نمی شود.

و از همه مهمتر این که اول باید عینکت را عوض کنی. ببینی تا امروز به دنیا چطور نگاه می کردی و حالا ...»

بوق بوق بوق ... متأسفانه تماس قطع شد و جملات هیراکلیتوس ناتمام ماند. می گویند حکیم سریع به خودش آمد و اسمش را دوباره عوض کرد. آقای «عوض» یا همان حکیم خودمان، از آن روز تاکنون نزدیک به ۷۳ عینک خریده است تا به مهم ترین توصیه هیراکلیتوس جامه عمل بپوشاند!!!



بودند که خودشان تغییر خاصی نمی کردند ولی همه را به تغییر دعوت می کردند. عده ای بودند که آن قدر هر روز تغییر می کردند که احتمالاً گوشی موبایلشان هم صورت آنها را برای شناسایی قفل صفحه تشخیص نمی داد. عده ای بودند که در میادین زن بودند نشان مرد بودند. عده ای هم بودند که تنها چیزی که در صفحه شان تغییر می کرد تعداد دنبال کننده ها بود و گرنه هر روز همان مسخره بازی های روز قبل را در می آوردند.

حکیم وقتی اوضاع را چنین یافت که چیز زیادی در این راه عایدش نمی شود؛ تصمیم گرفت چیزهای دیگری را در زندگی اش تغییر دهد. مثلاً اسم جدید برای خودش انتخاب کرد. آقای «جدید» که ما قبلاً با نام حکیم می شناختیمش شغلش را هم تغییر داد. حتماً شما یادتان نیست که حکیم چکاره بود. اما خوشبختانه ما هم یادمان نمی آید چون او تقریباً همه شغل های جهان را لااقل یکبار انجام داده است. برای همین رفت سراغ یکی از به روزترین شغل های یعنی خرید و فروش رمز ارز. خانه شان را هم عوض کرد. البته از ما قول گرفت به کسی نگوئیم در حال حاضر ساکن خیابان پیروزی، خیابان نبرد شمالی است و ما نیز بر آن عهد که با او بستیم، هستیم. تغییر در زندگی آقای جدید، ادامه داشت تا حدی که یکی از پسرانش را فرستاد بهزیستی و یکی از پسرعموهایش را به فرزندی قبول کرد و داشت به فکر ازدواج مجدد می افتاد که همسرش او را با بیل متوقف کرد.

یک روز که اصلاً معلوم نیست چندم چه ماهی از چه سالی بوده است، حکیم داشت به تقویم می نگریست و این که ما از روز این ماجرا بی خبریم کاملاً نشان می دهد که وی می خواهد چیزی را از ما پنهان کند. پس حکیم خیلی زود تقویم را بست و گوشه ای نهاد و به تراپیستش زنگ زد. دکتر هیراکلیتوس آن طرف تلفن پاسخش را داد. (جای تعجب هم ندارد چرا که می دانید حکیم در طول تاریخ سفر می کند و هر جای عالم هم بخواهد می رود. برای همین از بین بزرگان جناب هیراکلیتوس را به عنوان تراپیست برگزیده بود.) حکیم درباره احوالات روحی بدش پرسید و هیراکلیتوس هم می گفت غصه نخور حتماً این وضع ثابت نخواهد ماند. و چون دید حکیم به یک جمله اینستاگرامی جذاب نیاز دارد که هم به آن جامه عمل بپوشاند و هم لااقل یک استوری بگذارد و پز روشنفکری بدهد؛ گفت: «هیچ چیز همیشگی نیست، به جز «تغییر»!»

حکیم ناگهان چیزی در درونش احساس کرد. البته خیلی زود متوجه شد که دچار دلپیچه شده ولی بعد از آن باز هم تصمیم گرفت به توصیه هیراکلیتوس توجه نموده و دست همت به زانو گرفت و همه عزمش را جزم کرد برای ایجاد تغییر در زندگی. برای این اقدام مهم، نخست رفت یک چرت حسابی زد! با خودش گفت حتماً این همه تغییری که قرار است در خودم ایجاد نمایم مرا خسته می سازد؛ پس بهتر است قبلش خوب خوابیده باشم.

بعد از این که بیدار گشت؛ شروع کرد یک طومار بلند بالا از اقداماتی که باید انجام بدهد را تحریر کرد و بالایشان هم بزرگ نوشت: از شنبه. این در حالی بود که آن روز شنبه بود و ما الان می فهمیم چرا ابتدای متن اجازه نداد ما تقویم را ببینیم ولی خب ما هم دست های پنهان خویش را داریم و گولش را همی نخوردیم. پس او مجبور شد همان روز شروع کند به تغییر.

ابتدا با خودش گفت باید از تغییرات مهم و اساسی شروع کنم، تا راحم آماده پذیرش تغییرات بزرگتر باشد. این شد که سریعاً زیر شلوازی اش را عوض نمود. بعد از این اقدام بادی به غبغب انداخت و احساس کرد این همه تغییر برای یک روز کافی است. در این لحظه هیراکلیتوس به او پیام داد. از متن پیام چیزی در دسترس نیست؛ اما حتماً چیزی بوده که باعث شد حکیم به خودش بیاید و دست به تغییرات بزرگتری در زندگی اش بزند.

حکیم ظرف یک ساعت آینده همه ریش و سبیل هایش را زد. به جای کت و شلوار همیشگی، یک شلوار شش جیب و یک پیراهن هاوایی پوشید. موهایش را فرق از وسط باز کرد. یک کتاب که حتی اسمش را هم بلد نبود زیر بغلش گذارد و از خانه بیرون زد. وقتی تعجب همسایه ها را دید برق امید در چشمش افتاد و ته دلش گفت من آن قدری که باید تغییر کرده ام. نشانه اش هم تعجب مردم. صفحه شخصی اش را در اینستاگرام باز کرد و رفت سراغ نمونه آدم هایی که با تغییراتشان توانسته اند بقیه را تحت تاثیر قرار دهند. عده ای

آگهی مناقصه عمومی یک مرحله ای

شماره ۰۴/۱۲/۱۴۱۴ مورخ ۱۴۰۴/۰۲/۲۸

شرکت کارخانجات سیمان صوفیان (سهامی عام) در نظر دارد

تعداد ۱۰ دستگاه ساعت حضور و غیاب (کارت زنی) SUPREMA با قابلیت تشخیص چهره و اثر انگشت به صورت تحویل درب انبار کارخانجات سیمان صوفیان طبق اسناد مناقصه را خریداری نماید.

لذا از کلیه تامین کنندگان دعوت می شود جهت دریافت اسناد مناقصه به سایت اینترنتی شرکت به نشانی www.soufiancement.com مراجعه و پاکت های پیشنهاد قیمت را تا پایان وقت اداری روز شنبه تاریخ ۱۴۰۴/۰۳/۱۷ در پاکت سرپسته در ساعات اداری به دبیرخانه حراست به نشانی: تبریز: کیلومتر ۲۳ جاده مرند، کارخانجات شرکت سیمان صوفیان و یا دفتر تهران این شرکت به نشانی: مندرج در اسناد مناقصه تحویل نمایند.

شرکت سهامی عام کارخانجات سیمان صوفیان

برگسبز و برگ کمپانی خودرو FAW فائو تیپ B30 مدل ۱۳۹۹ رنگ سفید با شماره موتور CA4GB16341077 و شماره شاسی NAGS8CE2SLA473825 و شماره پلاک ۶۱ ص ۶۷۲ ایران ۶۸ بنام یعقوب باقری مفقود و فاقد اعتبار می باشد.

اسرار آگهی های روزنامه جام جم ۴۹۱۰۵۰۰۰ شماره تلفن پذیرش

باشهروندان هوشمند و فیهیم انتخاب و مراقبت با شما....

سهم هر شهروند ۱۳۰ لیتر

