

حال خوب

چگونه باهوش‌تر شویم؟



برخی معتقدند که آدمی، زاده اراده و میل خود است و بدون توجه به پیرامون و محیط خود، می‌تواند رشد کند و بالاتر برود. برخی دیگر نیز اعتقاد دارند که آدمی، تابع پیرامون خود است و در هر محیطی که رشد کند به رنگ همان محیط در خواهد آمد. البته در هر دو دیدگاه نیز حقایق وجود دارد. اما شاید دیدگاه کامل‌تر متعلق به حوزه روانشناسی اجتماعی باشد: آدمی هم متأثر از محیط پیرامون خود است و هم اثرگذار بر آن. به این شکل که مثلاً از طریق نفوذ اجتماعی و افکار عمومی و هنجارها، از اطراف خود اثر می‌پذیرد اما از سوی دیگر، می‌تواند بر محیط پیرامون خود از طریق مسیرهایی چون رهبری و کنشگری و... اثر بگذارد.

همانطور که اشاره شد، در هر سه دیدگاه حقایق مختلفی به چشم می‌خورد از جمله اینکه، آدمی قطعاً از محیط اطراف خود اثر می‌پذیرد، پس باید در انتخاب محیط پیرامونی خودش دقت نظر داشته باشد. اخیراً تئوریتی از روح‌الله صدیقی، روانپزشک و دانشیار دانشگاه منتشر شده که حق مطلب را به خوبی ادا کرده است. او نوشته است: «آدمی به جبر، به اندازه محیط زندگی و اطرافیان می‌شود. محیط غنی می‌تواند هوش را ۱۵ پونت زیاد کند و محیط فقیر به همین مقدار هوش را کم می‌کند. به همین خاطر است که بسیاری از پزشکان و دندانپزشکان و دانشگاهیان بعد از فارغ‌التحصیلی، هوششان افت می‌کند.»

اما چه راهکارهایی می‌توان از این نوشته دریافت کرد؟ اینکه سعی کنیم از روی عمد، خودمان را در محیطی غنی و سرشار از انسان‌های توانمند بیندازیم. آنجلا داکورث، روانشناس و نویسنده کتاب معروف «عزم»، در کتاب خودش اشاره می‌کند که قهرمان‌های ورزشی سختی زیادی را بابت تمرین تحمل می‌کنند. اما این حجم از تمرین کردن چطور امکان دارد، وقتی که آدمی ذاتاً به سختی آلرژی دارد و سعی می‌کند سختی‌ها را راحت کنار بگذارد؟ او از قول یکی از قهرمان‌های المپیک در رشته شنا، جواب می‌دهد که به راحتی، تنها کافی است عضو تیمی باشی و تیم، شما را به پیش می‌برد و سختی تمرین‌تان قابل تحمل‌تر می‌شود؛ تمرین‌هایی که اگر به‌صورت انفرادی انجام شوند، آدمی به راحتی از خیرشان خواهد گذشت و به نتایج مورد نظر نخواهد رسید. پس انتخاب محیط و تیم و پیرامونی که غنی و سرشار و پر از توانمندی باشد، یکی از خاص‌ترین و آتش‌هایی است که می‌توانیم در این‌باره انجام بدهیم؛ امری که به گفته روح‌الله صدیق، حتی هوش ما را هم رشد می‌دهد.

دور دنیا

روستایی در مرکز شهر



در دنیای مدرن و در میان رفت‌وآمدهای پراضطراب و شلوغ شهری، گاهی اگر نزنانه‌هایی از زندگی ساده روستایی جلوی چشم شهروندان سبز شود، احتمالاً برایشان خاطرانگیز و جذاب خواهد بود. این اتفاق در همین ایام برای رهگذران در صبح یکی از روزهای شلوغ شهری نورنبرگ آلمان رخ می‌دهد؛ آن‌هم وقتی که شهروندان این شهر نیم‌میلیونی، مثل هر روز در حال بدویدن‌های روزمره بودند، یکپو با گله‌ای گوسفند مواجه شدند که به‌عین کنان به‌سوی پناهگاه زمستانی خود سفر می‌کردند. در این رویداد سالانه جالب توجه، حدود ۶۰۰ رأس گوسفند روز یکشنبه هفته گذشته از مرکز شهر نورنبرگ آلمان عبور کردند تا به چراگاه‌های زمستانی خود در غرب شهر برسند. این گله متعلق به چوپانی به نام «توماس گاکشتناتر» است که در فصل تابستان از گوسفندان برای کوتاه‌نگه‌داشتن چمنزارهای شهری استفاده می‌کند. مسیر حرکت گله بیش از ۱۰ کیلومتر طول دارد و از میدان مرکزی شهر، هاویت‌مارکت، عبور می‌کند؛ مکانی که طبق گفته گاکشتناتر، در نورنبرگ گوسفندان اجازه عبور از آن را دارند. این شهر با جمعیتی حدود ۵۴۰ هزار نفر، هر ساله شاهد حضور کنجکاورانه مردم و ثبت تصاویر این صحنه با تلفن‌های همراه است. مقامات شهری پیش از عبور گله از مردم خواستند مسیر را باز نگه دارند و سگ‌ها را دور کنند. همچنین استفاده از پهبادهای ممنوع اعلام شد. گوسفندان از نژادهای مختلف تشکیل شده‌اند و با حرکت آهسته خود، به حفظ زیست‌بوم و کاهش هزینه‌های چمن‌زنی نیز کمک می‌کنند. این ابتکار نه تنها به محیط زیست کمک می‌کند، بلکه برای چوپان‌ها نیز راه‌حلی برای نگهداری دام‌ها در شرایط کمبود فضای باز فراهم می‌سازد.

کتاب‌های خواندنی، کتابخانه‌های دیدنی

نگاهی به کتابخانه‌های عمومی ایران با معماری خاص

گروه‌های سنی که عشق کتابند و اگر کتاب خوشان بیفتد و شبی را بی کتاب به صبح برسانند، قالب تهی می‌کنند و روحشان از جانشان پر می‌گردد؛ یکی از باتوق‌های کتاب‌خوارها در طول تاریخ ایران با توجه به شرایط گوناگون، کتابخانه‌های عمومی بوده است؛ به‌خصوص از سال ۱۳۱۶ شمسی و با افتتاح کتابخانه ملی ایران؛ کتابخانه‌های عمومی مکانی امن و امان و دنج بودند و هستند که می‌توانی در آن ساعت‌ها خلوت کنی و در فضایی نفس‌بخشی که هم‌کیشان تو یعنی دیگر کتاب‌خوارها هم حضور دارند و نفس می‌کشند. اما معماری بر برخی از این کتابخانه‌های عمومی کشور، آنقدر خاص و چشم‌نوازند که حال مطالعه را برای مهمانانش چند برابر می‌کنند. در اینجا و در هفته کتاب، به برخی از خاص‌ترین کتابخانه‌های عمومی و دانشگاهی از حیث معماری سری می‌زنیم و روایتی کوتاه از معماری کتابخانه‌های ایران.

سیدشروش طباطبایی‌پور | روزنامه‌نگار | در میانه هفته کتاب هستیم و برای ترویج فرهنگ کتاب و کتابخوانی برنامه‌های گوناگونی در سراسر ایران در حال برگزاری است؛ از پوشش‌های فرهنگی و نمایشگاه‌ها گرفته تا نشست‌های تخصصی و فعالیت‌های ویژه برای کودکان و نوجوانان. اما باید پذیرفت حال کتاب در کشور ادب‌دوستی مثل سرزمین ما خیلی خوب نیست. کودکان که عشق کتابند؛ اما اختیاریان دست خودشان نیست و اگر والدینشان در سبب خانوار، جایی برای کتاب ببینند که هیچ، وگرنه کتاب بی‌کتاب! نوجوان‌ها و جوان‌ها هم از بد حادثه، بیشتر مجبورند برای کتاب‌های درسی و دانشگاهی وقت بگذارند و فرصت چندانی برای مطالعه آزاد ندارند. بزرگ‌ترها هم از صبح تا شام برای کسب روزی حلال تلاش می‌کنند و معمولاً فرصتی برای مطالعه نخواهند یافت. مشکلات اقتصادی هر مزید بر این علت‌ها هستند. می‌ماند گروهی اندک از میان تمام



کتابخانه دانشگاه سمنان

کتابخانه ساختمان مرکزی دانشگاه سمنان، ساختمانی با معماری مدرن که شکستگی‌ها و تورفتگی‌هایش، چشم‌نواز است و شیشه‌های مثلثی و تیرهایش، فضای خنکی را در شهر گرم‌سیر سمنان برای اهل مطالعه ایجاد می‌کند. طراحی ساختمان با هدف کاهش تابش مستقیم خورشید و ایجاد تهویه طبیعی انجام شده است. استفاده از مصالح بومی و رنگ‌های خنثی نیز برای هماهنگی با محیط کویری منطقه قابل توجه است.



کتابخانه ملی

پس از تأسیس مدرسه دارالفنون در تهران در سال ۱۲۴۳ کتابخانه کوچکی در آن مدرسه شکل گرفت که بعدها هسته اولیه مجموعه کتابخانه ملی ایران شد. نخستین ساختمان این کتابخانه در سال ۱۳۱۶ در خیابان سی تیر گنایش یافت و ساختمان جدید آن در سال ۱۳۸۳ بر بزرگراه حقانی افتتاح شد. معماری این ساختمان به سبک معماری مدرن به شکل پلکانی و هرمی با یادآوری معماری ایرانی است.



کتابخانه آستان قدس رضوی در مشهد

ساختمان این کتابخانه عمومی در جوار حرم مطهر امام هشتم (ع) ساخته شده که با تلفیق معماری اسلامی و مدرن، فضایی باشکوه و معنوی خلق کرده است. نمای بیرونی آن با قوس‌های اسلامی، سنگ‌های روشن، جلوه‌ای از هنر ایرانی را به نمایش می‌گذارد و فضای داخلی آن با سقف‌های بلند، نور طبیعی و تزئینات هنری، محیطی آرام و الهام‌بخش برای مطالعه فراهم می‌سازد. این کتابخانه نمادی از شکوه دانش در قلب جهان اسلام است.

کتابخانه ملی کرمان

در کرمان، یکی از متفاوت‌ترین کتابخانه‌های دنیا وجود دارد. ساختمان زیبا و چشم‌نواز کتابخانه ملی کرمان مربوط به دوره اول پهلوی است که درواقع یک کارخانه ریسندگی بود و حدود یک قرن پیش بنا شده که حالا با سلیقه و زیبایی خاصی به کتابخانه تبدیل شده است. این کتابخانه عمومی در تاریخ ۳۰ شهریور ۱۳۷۸ با شماره ثبت ۲۴۱۹ به‌عنوان یکی از آثار ملی ایران ثبت شده است.

کتابخانه عمومی مرکزی یزد

ساختمان جدید کتابخانه مرکزی یزد در دهه ۱۳۹۰ شمسی افتتاح شد. این بنا با الهام از معماری سنتی این شهر به‌ویژه با ترکیب‌ها و قوس‌های ایرانی طراحی شده و در عین حال از عناصر مدرن مانند نورگیرهای سقفی، فضاهای باز و تهویه طبیعی بهره می‌برد. نمای آجری، حیاط مرکزی و استفاده از مصالح بومی، هویت اقلیمی و فرهنگی یزد را در کالبدی معاصر بازتاب می‌دهد.



کتابخانه عمومی جندی شاپور در ایرانمال تهران

کتابخانه جندی شاپور در مجموعه ایرانمال یکی از بزرگ‌ترین و زیباترین کتابخانه‌های عمومی کشور است که با الهام از معماری کلاسیک اروپایی و کتابخانه‌های اروپا با سقف‌های بلند، قفسه‌های چوبی، نورپردازی هنری و نقاشی‌های دیواری طراحی شده است. این کتابخانه یکی از معدود نمونه‌هایی است که به‌عنوان جاذبه گردشگری فرهنگی هم شناخته می‌شود و بازدیدکنندگان برای تماشای معماری آن نیز مراجعه می‌کنند.

کتابخانه عمومی پارک شهر تهران

کتابخانه عمومی پارک شهر تهران در سال ۱۳۴۰ تأسیس شد و بازبرنای ۲۸۳۰ مترمربع، یکی از نخستین کتابخانه‌های عمومی مدرن شهر تهران است. معماری آن تلفیقی از فضای سبز شهری در بوستان پارک شهر است با دنیای کتاب که به اهالی مطالعه، حسی پر از طراوت و سبزی می‌بخشد. سالن مطالعه این بنا با حداکثر نور طبیعی و فضای مطالعه مجزا است که بسیاری از طرفدارانش بچه‌های پشت‌کنکوری هستند.

کتابخانه عمومی شهید دستغیب (کتابخانه ملی پارس)

کتابخانه شهید دستغیب شیراز در سال ۱۳۲۷ تأسیس و پس از بازسازی در اردیبهشت ۱۴۰۳ مجدداً بازگشایی شد. واقع‌شدن در بافت تاریخی شیراز در نزدیکی ارگ کرمانجی و بازار و حمام وکیل و سبک معماری هماهنگ با این بناها از ویژگی‌های این بنا است. کتابخانه با حیاطی پوشیده از درختان کهن و مسیرهای سنگفرش‌شده فضای آرام و دلنشین را برای مراجعه‌کنندگان فراهم می‌کند.

عکس خانه

عطر کاغذی خاطره‌ها



در هفته کتاب، این قاب‌های قدیمی، ماشین زمانی هستند که ما را به دهلیزهای غبارگرفته و پر از عطر کاغذ کاهی می‌برند؛ به روزگاری که کتابفروشی‌ها، تنها یک فروشگاه نبودند بلکه پناهگاهی دنج برای عاشقان کلمه و اندیشه محسوب می‌شدند. قفسه‌های چوبی که تا سقف قد کشیده‌اند، و پت‌ترین‌های ساده‌ای که گنج‌هایشان کتاب بود و کتابفروشان که راهنمایان صبور این سفر بودند، همگی بخشی از یک خاطره جمعی دلنشین هستند. این تصاویر، دعوتی است برای ورق‌زدن تاریخ فرهنگ این سرزمین و یادآوری دورانی که نبض شهر در این پناهگاه‌های کوچک می‌تپید.



هشتگ

لبخند سپید پایتخت



پس از هفته‌ها چشم‌انتظاری و گذر از ۲ ماه پاییزی که آسمانش با زمین قهر بود، سرانجام قله توجال، بام تهران، رخت سپید بر تن کرد. این نخستین برف پاییزی، در میانه نگرانی‌ها از تداوم خشکسالی و روزهای آلوده، نفس تازه‌ای به شهر دمد و به نمادی از امید بدل شد؛ خبری که لبخند را به‌صورت پایتخت‌نشینان آورد. اشتیاق دیدن برف به حدی بود که شهروندان حاضر در ایستگاه هفتم توجال، با ثبت تصاویر و ویدئوهای برفی، شبکه‌های اجتماعی را بریز از این سپیدی کردند و این قاب عکس بی‌بدیل را برای همه به اشتراک گذاشتند؛ ویدئوهایی که به‌سرعت پربازدید شد و خبر این «لبخند سپید» را در تمام شهر پخش کرد.