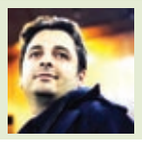
فراموش نکنیم شیرینی عید با پادرازی و زبان درازی تلخ می شود، از آن بدتر اگر با دندان به جنگ پسته سربسته برویم جواب پسته دندان شکن خواهد بود.

والا زشته این کارها، این حرف ها، مخصوصاً...



» سید مصطفی صابری

سلام و خداقوت، عیدتون مبارک، سال جدید فرصت خوبیه برای گرفتن تصمیم های جدید، والا زشته هنوز بعضی کارها رو انجام میدیم و بعضی کارها رو انجام نمیدیم، بیاین یه دور با هم تصمیم های حیاتی رو مرور کنیم:

اگه اینستاگرام باز هستین: میدونم سخته ولی سعی کنین توی یک عکس، همه سفره «هفت سین» و اجزاش رو نشون بدین. حجم اینترنتمون رو که از سر راه نیاوردیم یک عکس از ماهی قرمز میذارین، یکی از سبزه، یکی از تخم مرغ رنگی! سخته ولی شدنیه!

اگه دنبال شوخی هستین: حالا که سال تحویل افتاده سر ظهر، بالاغیرتاً خواستین شوخی کنین، نگین ناهار خوردنم یک سال طول کشید، یا یک سال تو دستشویی بودم! این شوخی ها ۵۰ بار اولش بامزه است!

اگه مدیر هستین: خواهشاً اون قدر شب ها بیدار نمونین که ساعت بدن تون به وقت بارسلونای اسپانیا تنظیم بشه، ارباب رجوع محترم، چند روز دیگه میاد دنبال یک امضای ناقابل! نباید کلی معطل شما بشه!

اگه کرفس هستین: عجیبه که دارین این مطلب رو می خونین اما یه کم خودخوری کنین ببینین چه مزه ای داره؟ انصاف نیست به خاطر کاهش وزن اینقدر طعم شما رو تحمل کنیم، یه ذره بامزه تر بشین چربی ما هم بیشتر آب میشه.

اگه تو خونه با عینک دودی عکس می گیرین: خب دوست دارین تو خونه با عینک دودی عکس بگیرین مسئله ای نیست، لااقل دستتون رو به علامت تفکر و تامل و اندیشیدن زیر چونه تون نذارین! اصلا همون عکس تُنگ ماهی رو بذارین لایک خورش بیشتره!

اگه خانم دکتر هستین: بی زحمت با خودروی شخصی سفر نرین، ما به این امید که شما صبح به صبح با این ماشین رفتین مطب و شب برگشتین میخوایم بخریمش، درست نیست اعتماد ما سلب بشه!

اگه به فکر تفریح خانواده هستین: لطفاً فیلم ها رو به صورت دایویکس نخرین، خوبه اگه شمار ستوران دارین قرص چلوکباب با یک پنجم قیمت بیاد تو بازار و هیچ کس به زحمت شما توجهی نکنه؟ در ضمن کُلی فیلم خوب اومده تو سینما، دست زن و بچه رو بگیرین برین سینما، اگه بچه ها حوصله ندارن بفرستینشون فیلم «مبارک» رو ببینن، شما با عیال برین یک فیلم مخصوص بزرگترها. خلاصه از تولیدات خلاقانه داخلی مثل «مبارک» حمایت کنین، هم بچه تون سر گرم میشه، هم خودتون و عیال تو سالن بغل، یک فیلم بدون استرس می بینین هم خیلی چیزهای دیگه که صلاح نیست جلوی جمع بگم.

اگه اهل عیدی دادن هستین: درست نیست چون دختر بچه ها شیرین تر و باحال تر و خوشگل تر هستن به اونا بیشتر عیدی بدین! لااقل به پسرهای زیر دوسال هم عیدی بدین، اونا که تا اون سن زیاد با دخترها فرقی ندارن!

اگه نیسان آبی دار هستین: میدونم که حق تقدم با شماست همیشه، میدونم به هر کسی چراغ بدین باید بزنه کنار، اما اگه تو تعطیلات مقدار کمی به ملت آوانس بدین ممنون میشم! لااقل به دیوار و مجسمه داخل میدون و جدول کنار خیابون چراغ ندین، احتمالش کمه اونا بفهمن و بزنن کنار برای شما!

اگه کنکوری هستین: خب مبارکه، قطعاً مجاز به انتخاب رشته هستین، مابقیش هم مهم نیست که با مدرک دانشگاه شریف بیکار باشین یا با مدرک دانشگاه غیرانتفاعی!

اگه زیرنویس فیلم هستین: لااقل توی عید، عقب و جلوتر از دیالوگ های فیلم نشین! واقعاً سخته که به خاطر همکاری نکردن شما مجبور بشیم برنیم شبکه استانی رو ببینیم.

اگه تو عید از تنهایی رنج می برین: کافیه یه کم به اجنه و ارواح فکر کنین، بعدش به پرده های خونه توجه کنین، همچین باد می زنه و پرده ها جابه جا میشن انگار یه کسی پشت پرده است، خلاصه جوری وجود یک چیزهایی رو حس می کنین که کلا از تنهایی درمیاین، به هر حال معرفت اجنه گاهی از اولاد و در و همسایه بیشتره!

اگه نوه هستین: شما که کله تون رو از روی گوشی برنمی دارین، لااقل با صبر و حوصله سعی کنین مامان بزرگ و بابابزرگ تون رو با فضای مجازی آشنا کنین، شاید اینطوری کمتر دلشون بگیره، بعدشم هی سوال براشون پیش میاد و از تون می پرسن، جودوستانه میشه.

اگه راننده تاکسی هستین: با توجه به نزدیک بودن انتخابات ریاست جمهوری، تحولات منطقه یورو و اوضاع و احوال نفت دریای برنت، بدنیست روی تحلیل هاتون کار کنین. مسافر برای مسیر کوتاه قبول نکنین که لااقل بحث به یک جای درست و حسابی برسه.

اگه با کلاس هستین: آیا می دونستین همون کتابی که عکس جلدش رو در کنار فنجون چای و مقداری بیسکویت تو اینستاگرام با کپشن: «همدم روزهای تعطیلات بهاری من» منتشر می کنین، غیر از عکس گرفتن قابلیت خونده شدن هم داره؟ بخونینش گناه داره؟ واقعاً می دونستین؟ راستی طرح عیدانه کتاب هم با ۲۰ درصد تخفیف برگزار میشه، کافیه کارت ملی همراهتون باشه.

اگه شارژر موبایل هستین: حق دارین از دست پاور بانک ها دلخور باشین. ولی تو سال جدید کدورت ها رو بذارین کنار.

اگه سرمربی تیم ملی هستین: به نظرم محسن مسلمان، سروش رفیعی، فرشید اسماعیلی و کاوه رضایی رو به تیم ملی دعوت کنین. دست به دست کنین برسه به کی روش!

اگه مجری تلویزیون هستین: بی زحمت مردم رو درست و حسابی دعوت کنین، شاید تو این روزها شما تنها کسی باشین که دعوت شون می کنین، پس با طمانینه و حس خوب بگین: دعوتتون می کنم به تماشای ادامه برنامه!

هر جایی هستین و هر کسی هستین: مواظب لبخندتون، روزهای خوبتون، کسانی که دوستشون دارین، دلتون، بزرگترهاتون و... باشین و اگه به سفر زیارتی تشریف می برین دعاگو باشین.

مشاوره سلامت
همراه با دکتر آمپول زدگان
مشاور امور سلامت و بهداشت

با توجه به نزدیک شدن سال جدید، سوال‌های نوروزی مربوط به سلامت و بهداشت شما را با دکتر آمپول زدگان مطرح کردیم که در زیر به طور خلاصه پاسخ‌های ایشان را می‌آوریم.

آقا، ۴۲ ساله.

همسرم مدتی است به کلاس‌های آشپزی و شیرینی پزی رفته و هر روز یک مدل جدید غذا و شیرینی و دسر در خانه درست می کند. ولی نمی‌دانم چرا دستپختش این‌قدر افتضاح است و هیچ کدام از آن ها قابلیت خورده شدن ندارند. برای تعطیلات نوروز هم کوهی از شیرینی و کیک فاجعه درست کرده و من مجبورم تست کنم. مخصوصا شیرینی نخودچی‌هایش. کار به جایی رسیده که وقتی نخود می‌بینم، بدنم رعشه می‌گیرد و ناخودآگاه جیغ می‌کشم. لطفا راهنمایی کنید ضمن حفظ سلامتم، چگونه با این پدیده برخورد کنم که بهش برنخورد؟

دکتر آمپول‌زدگان

دوست عزیز، شما چاره‌ای جز مدارا با همسرتان ندارید. برای همین سعی کنید بعد از خوردن دستپختش، یواشکی یک لیوان سرپر عرق چهل گیاه بخورید تا آن ها را بشوید و ببرد پایین! بالاخره بین آن چهل گیاه یکیش هست که درمان شما باشد.

الف. ب، ۳۸ ساله.

با توجه به نزدیک شدن به دوران دید و بازدیدهای شبانه‌روزی نوروز، آیا تمرین‌هایی برای افزایش ظرفیت کلیه‌ها و مثانه وجود دارد که بتوان در هر مهمانی حسابی چای خورد؟ همچنین ممنون می‌شوم راهکارهایی را برای نترکیدن پس از خوردن شیرینی و میوه در عید دیدنی‌ها نیز ارائه بفرمایید.

دکتر آمپول‌زدگان

متاسفانه این بیماری یکی از مشکلات رایج این روزهاست که هنوز درمانی برای آن پیدا نشده است. توصیه ما به شما عمل کردن به روش سنتی و پیروی از این ضرب‌المثل معروف پارسی است: کاه از خودت نیست، کاهدون که از خودته!

افشین اوف نشین

سلام آقای دکتر. لطفا روش درست روبوسی در دید و بازدیدها برای جلوگیری از ضایع شدن هنگام دو یا سه ماچ و همچنین نشستن صحیح روی مبل‌های غیر استاندارد برای جلوگیری از صدمات ستون فقرات را بیان کنید.

دکتر آمپول‌زدگان

برای درمان ضایع شدگی هنگام روبوسی باید قبل از آغاز، یا به طرف مقابل بگویید «دوتا، یا سه تا» تا تکلیف روشن شود یا مانند دروازه‌بان ها ریسک کنید. برای نشستن روی مبل‌های عجیب و غریب هم همراه داشتن طناب و گیره‌های کوهنوردی و نصب آن ها به دسته‌ها و پشتی مبل‌ها، بهترین روش کاهش ضایعات نخاعی است.

علیرضا کاردار

دیالوگ‌های ماندگار

شعر طنز
آرزوهایی برای سال خروس

آرزو دارم که در سال خروس
دختر همسایه هم گردد عروس!
آدم زیبا شود زیباتر و
زشت هم در این میان گردد ملوس
مهربان گردد دگر نامهربان
هی زند لبخند انسانِ عبوس
یا که فردِ ترش‌رو شیرین شود
بانمک گردد کمی انسانِ لوس
توی هر لیگی شود آقای گل
«طارمی» هم مثلِ فرشادِ پیوس!
بارخِ پُر اشک می بوسم تورا
نامِ مَن را کن عزیزم! «اشک بوس!»
«صابری» را من نبینم سالِ نو
پس برایش می فرستم چندَ بوس!

امیرحسین خوش حال

دی‌روزنامه
حول حالنا

برای آخرین شماره «دی‌روزنامه» امسال تصمیم گرفتیم چند راهکار کاربردی و مفید سبک زندگی ارائه کنیم تا در سال جدید آن ها را به کار بگیریم و سود ببریم. فقط لطفا مانند رژیم گرفتن یا درس خواندن و ورزش کردن که شروعش را به شنبه‌هایی می اندازیم که هیچگاه از راه نمی‌رسند، انجام این کارها را هم به سال‌هایی نیندازیم که حالا حالاها نخواهند آمد!

*از خودرو کمتر استفاده کنیم. حیف این هوای آلوده نیست که در آن نفس نکشیم و در وسایل نقلیه عمومی مورد فشار قرار نگیریم؟!

*درخت بکاریم، یا دست کم از گلدان نگهداری کنیم. این کار علاوه بر این که کار باکلاسی است، باعث می‌شود پس فردا عذاب وجدان نداشته باشیم که در ازای اکسیژنی که مفت و مجانی مصرف کرده‌ایم، چه به طبیعت پس داده‌ایم!

*آب، میوه و سبزی بیشتری بخوریم و چای، نوشابه، فست‌فود، سس، روغن و شیرینی کمتری مصرف کنیم. هم به سلامت و جیب خودمان رحم کرده‌ایم و هم جلوی انقراض نسل گربه‌ها و درختان پالم را می گیریم!

*درست رانندگی کنیم تا علاوه بر سالم ماندن جسم و روان خودمان و دیگران و خودرویمان، جریمه هم نشویم!

*به اقوام، دوستان، خانه سالمندان، یتیم خانه‌ها، بیمارستان‌ها و آسایشگاه‌ها بیشتر سر بزنیم، تا آن ها هم به ما سر بزنند!

*اگر سیگاری هستیم، لااقل روزی یک سیگار کمتر بکشیم تا هم ترک کنیم و هم مصرف‌مان منفی شود و به جای سیگار کشیدن، اکسیژن تولید کنیم!

*از عذرخواهی و گفتن کلمه «نه» و به کار بردن فعل «نمی‌دانم»، نترسیم. چیزهای ترسناک بیشتری هست که بی‌واهمه انجام‌شان می‌دهیم!

*آب، برق، گاز، کاغذ و پلاستیک کمتری مصرف کنیم. مبلغش به کنار، تا پس فردا که انرژی‌های جهان تمام شد، دست کم زیر کوهی از زباله دفن نشویم!

*به داشته‌هایمان فکر کنیم و از نداشته‌هایمان ناراحت نباشیم. به این بیندیشیم که مثلا چه تیم‌هایی حسرت جایگاه ما را دارند و برای دیدن نام‌مان در جدول کلاه از سرشان می‌افتد!

*دروغ نگوییم، غیبت نکنیم، ورزش کنیم، بخندیم و بوی خوب بدهیم. این هم توضیح می‌خواهد؟!

*و برای حسن ختام، قدر پدر و مادر و عزیزان‌مان را بیشتر بدانیم. اگر در قید حیات هستند همین الان بهشان سر بزنیم، روزی می‌رسد که حسرت بوسه زدن بر کف پایشان به دلمان خواهد ماند...

سال خوبی داشته باشید. التماس دعا

علیرضا کاردار