

سه هزار سلام به زندگی

«زندگی سلام» قصه هر روزه امید و تغییر است برای آن که دنیای درون و بیرون مان را زیباتر کنیم

سید مصطفی صابری | روزنامه نگار



گاهی سخت است باور کردنش. از ۱۶ شهریور ۱۳۹۳ تا امروز، سه هزار شماره، سه هزار سلام، باشوق،

دغدغه و امید به این که به سهم خود مان دنیا را به جایی بهتر تبدیل کنیم. «زندگی سلام» ضمیمه سبک زندگی روزنامه خراسان به شماره سه هزار رسید، تلاشی بی وقفه برای یافتن راه هایی بهتر برای زیستن؛ سه هزار شماره از جنس امید، جست و جوی درک مسئولیت انسان نسبت به خودش و دیگری. در دنیایی که رگ هایش با هجوم داده ها پر شده، سبک زندگی، نقطه مکث و تأمل ماست؛ فرصتی تا نپرسیم چه رخ داد یا چه باید کرد، بلکه ببیندیشیم چرا و چگونه باید بهتر زیست؟ چرا «خوب تر زیستن» ضرورت امروز ماست؟ و چگونه رسانه می تواند حلقه واسط این فهم و تغییر شود؟ در روزگاری که کتاب ها کم خوانده می شوند و آدم ها اغلب میان هزار نگرانی گم اند، «زندگی سلام» سعی کرد به اندازه خودش نوری کوچک روی خیلی از چیزها بتابد. طی ۳ هزار شماره، جمعی از روزنامه نگاران دغدغه مند در کنار مشاوران،

روانشناسان و کارشناسانی با تخصص های مختلف دور هم جمع شدیم تا از دل جامعه شناسی، روان شناسی و... عصاره ای کاربردی و خواندنی بیرون بکشیم و هر روز با نگاه پر لطف شما تقسیمش کنیم. آن چه شیرین و دوست داشتنی می خوانیدش از مرحله تحقیق، پژوهش و غربالگری گذشته تا به زبانی ساده، گرم، دلنشین و البته دقیق بدل شوند؛ چنان که گویی نسیمی از امید و امکان را در خاطر مخاطب می نشانند. در این مسیر، جذابیت و نیاز مخاطب همیشه قطب نمای ما بود. هر ایده، هر جمله و تیر، برآمده از گفت و گوهای صمیمی با شما است. تلاش برای همراه کردن ذائقه ها و احوالات متفاوت، بدون کنار گذاشتن عیار علمی و اخلاقی، رکن کار ما در این مسیر طولانی بود که جز با لطف خدا، بزرگوار مخاطبان، مساعدت مدیران و سردبیران خراسان و البته تلاش تمامی همکاران مان در خراسان میسر نمی شد. در این ویژه نامه دوستان و همکاران بسیاری از «زندگی سلام» گفتند؛ این سه هزار شماره، سهم کوچکی است از تلاشی بزرگ؛ برای ساختن فرآهایی کمی روشن تر. زندگی سلام، قصه هر روزه امید و تغییر است. ممنون که کنارش بودید و هستید.

سبک زندگی ایرانی اسلامی:

ریشه ها، ارزش ها و آینده

حسین سعیدی

مدیرمسئول روزنامه خراسان



در دنیای امروز، با تنوع گسترده سبک ها و الگوهای زندگی، شناخت و پاسداشت ریشه های فرهنگی و ارزشی، بیش از پیش اهمیت می یابد. سبک زندگی ایرانی اسلامی، با تعالیم دینی و آداب و رسوم غنی، هویتی مستحکم و ارزشمند را برای ما رقم زده است. به بهانه سه هزارمین شماره انتشار ویژه نامه «زندگی سلام»، مفتخریم که این سبک زندگی را گرامی می داریم و از همه عوامل زحمت کش این راه پر خیر و برکت، تقدیر کنیم.

این سبک زندگی بر پایه ارزش هایی چون مهربانی، احترام به بزرگترها، مهمان نوازی، صداقت، صبر و تعادل بنا شده است. خانواده، ستون اصلی این سبک زندگی است و تعاملات گرم و صمیمی اعضای خانواده، از مهم ترین ویژگی های آن محسوب می شود. ارزش های دینی مانند انفاق، گذشت و عدالت نیز در همه جنبه های زندگی نقش اساسی ایفا می کنند. این ارزش ها که ریشه در آموزه های اسلامی و سنت های ایرانی دارند، نه تنها به ساختار اجتماعی جامعه، بلکه به سلامت روانی و معنوی افراد نیز کمک می کنند.

سبک زندگی ایرانی اسلامی، با آمیختن سنت های باستانی ایرانی با تعالیم اسلام، هویتی منحصر به فرد و غنی را ایجاد کرده است. از مهمان نوازی و مهمان داری تا معماری منحصر به فرد ایرانی، از ادبیات غنی فارسی تا هنرهای سنتی، همه نشان دهنده این تلفیق ارزشمند هستند. این میراث فرهنگی، در طول سده ها، با تأثیرپذیری از اندیشه ها و تجربیات مختلف، شکل گرفته و تکامل یافته است.

در دنیای مدرن و پیچیده امروز، حفظ و تقویت این سبک زندگی با چالش هایی روبروست. فشارهای اجتماعی، سبک زندگی غربی، و گرایش به مدرنیته، می توانند ارزش ها و سنت های این سبک زندگی را تحت تأثیر قرار دهند. اما در کنار این چالش ها، فرصت هایی نیز وجود دارد. با ترویج آموزش این سبک زندگی، می توانیم به نسل های آینده، ارزش های اخلاقی و معنوی را انتقال دهیم و به تقویت روحیه همبستگی و تعامل در جامعه کمک کنیم.

با آگاهی از چالش ها و فرصت های موجود، می توانیم با ایجاد برنامه ریزی های هوشمندانه، از طریق آموزش، رسانه و هنر، این سبک زندگی را برای نسل های آینده زنده و پویا نگه داریم. اهمیت خانواده، تقویت ارتباطات انسانی، و ترویج ارزش های اخلاقی، در این راستا از اهمیت ویژه ای برخوردارند. سبک زندگی ایرانی اسلامی، با ریشه های عمیق و ارزش های ارزشمند، می تواند در دنیای امروز، الگویی برای زندگی متعادل و معنوی باشد. با شناخت و پاسداشت این میراث گران بها، می توانیم به آینده ای بهتر و با نشاط دست یابیم.

کباب اگه بوی روزنامه نده اصلاً کباب نیست؛ یک چیزش کم است!

محسن فرجادی

مدیرعامل هلدینگ برسا

روزنامه محترم است، وقتی جلد کتاب می شد و حتی بریده هاش که خاطر ماندگار روزنامه دیواری های مدرسه هاست. دیوار اتاق خیلی ها تا سال ها پیش خاطر بازی با صفحات بریده روزنامه ها بود. روزنامه بخشی از زندگی است. البته این گزاره ها سال هاست که زیر سؤال رفته است. اگر روزنامه هم نباشد زندگی جریان دارد. اصلاً چه کسی گفته اگر روزی روزنامه ای منتشر نشود زندگی متوقف می شود؟ شاید ۲۰ سال پیش می شد ولی حالا به لطف گوشی هایمان نمی شود این قدر پرجدی گفت. انگار همه مجمع الجزایر استقلال یافته از روزنامه شده ایم؛ ولی نشده ایم. همان طور که دنیا با اینترنت و وب از شیر کتاب گرفته نشد، با شبکه های اجتماعی

سه هزار سلام به زندگی

سید احمد میرزاده

مدیر انتشارات موسسه فرهنگی خراسان



سبک زندگی، تابعی از ایدئولوژی و جهان بینی انسان است. ایمان به خداوند و باور به هدفمندی زندگی نوع خاصی از رفتار

را در فرد سامان می بخشد و بی باوری به خداوند زندگی را خلاصه در دنیای تنگ مادی دیدن رفتاری دیگر را: زاب خُرد ماهی خُرد خیزد/ نهنگ آن به که در دریا گریزد! اگر زندگی تنها همین است چرا آدمی نکوشد که در مارا تن بی پایان مصرف و کامزدگی برنده نباشد؟ اما انسان دینی با ایمان به هدفمندی زندگی، خود را شایسته کمالی بی پایان می یابد؛ چرا که خویشتن را مرتبه به مرتبه در تعالی می بیند:

از جمادی مردم نامی شدم/ وز نما مردم به حیوان سر زدم مردم از حیوانی و آدم شدم/ پس چه ترسم کی ز مردن کم شدم؟ حمله دیگر بمیرم از بشر/ تا برآرم از ملایک بال و پر از ملک هم بایدم جستن ز جو/ کل شیء هالک الا وجهه سخن بر سر جهان

جنگ سبک های زندگی

حامد رحیم پور

سردبیر روزنامه خراسان



لباسی که همه ما به هنگام خروج از منزل می پوشیم باتوجه به پیش بینی هواست، آن چه می خریم

تحت تأثیر تبلیغات تجاری است. عطری می خریم که تعریفش را شنیده ایم، به دیدن فیلمی می رویم که در روزنامه در باره اش مطلبی خوانده ایم و درواقع کم تر کسی را می توان یافت که سرچشمه اطلاعات و عقایدش را نتوان در رسانه ها پیدا کرد.

اما از همان زمان هایی که رسانه ها اندک مرجعیتی یافتند، با محتوای خود شروع به دست کاری و تغییر سبک زندگی مردم جوامع خود کردند؛ در آن دوره که به سه دهه قبل بازمی گردد مجلات خانوادگی کارکردهای زیادی در سبک زندگی مردم داشتند، رسانه هایی که به عنوان مشاوره به مردم می گفتند، چه بخورند، چگونه بخورند،

چه بپوشند، چگونه معاشرت کنند و کم کم مجلات به ظاهر خانوادگی دیگری از راه رسیدند که رپورتاژنامه هایی بیش نبودند؛ مجلاتی که کلینیک پوست و زیبایی، روان شناس و دندان پزشک را

زندگی سلام، سهل و ممتنع

مهدی حسن زاده

روزنامه نگار



روزنامه نگاری در حوزه سبک زندگی سهل و ممتنع و شبیه شعر سعدی شیرین سخن که ساده است و در نگاه اول قابل تکرار؛

اما همین هنر ساده نویسی دُر گران بهایی است که معجزه گری چون سعدی توان آن را دارد تا با زبانی ساده مفاهیمی عمیق را به زیبایی در قالب کلمات بیآورد. روزنامه نگاری در حوزه سبک زندگی هم همین طور، به دلیل گستردگی حوزه سوزها و این که هر موضوعی را می توان از منظر سبک زندگی بررسی کرد، به غلط تصور می شود که پس

ZENDEGI-SALAM

ضمیمه روزنامه خراسان

پنج شنبه ۸ خرداد ۱۴۰۴

۲۵ می ۱۴۴۶ • ۲۹

شماره ۳۱۷۸۱

۳۰۰۰



در رپورتاژهایی معرفی می کردند. در این دوره اما مواجیم با سبلی از بلاگر نماها و بی خاصیت های خوش رنگ و لعاب شبکه های اجتماعی. مواجیم با یکپس فروش هایی که همان نسخه آبدیت شده اما ترکیبی بلاگر نماها. ترکیبی از همان دوره ها و همایش های موفقیت دهه های ۷۰ و ۸۰. مواجیم با دارو بلاگر هایی که موجب تغییرات سبک زندگی بسیاری از ماها شده اند تا جایی که تبلیغات و توصیه هایشان منجر به کمبود مواد مغذی در رژیم های غذایی روزانه شده و صدا البته شیوع بیماری های مزمن نظیر کم خونی و پوکی استخوان. جالب این جاست این نوع از محتوا های رسانه ای باز هم به محتوا های «سبک زندگی» معروف شدند.

اما در عرصه جنگ جهانی نرم که می توان نام آن را جنگ سبک های زندگی هم نامید، دیگر نمی شود مثل گذشته در گوش بچه هایمان بخوانیم که همه این ها فریب های جلوی دور بینی است و پشت دور بین اوضاع اصلاً هم رنگی رنگی نیست. آن چه باید فرهنگ سازی شود این است که این قبیل سبک زندگی و زیست اجتماعی حتی اگر آورده مالی هم داشته باشد یک ضد فرهنگ محسوب شود. حالا به خودمان برگردیم، رسانه های انقلاب اسلامی چه تمهیداتی را برای جنگ سبک های زندگی تدارک دیده اند؟ اساساً سبک زندگی رسانه ای بر ساخته شده در رسانه های داخلی چه نسبتی با حقایق و واقعیت های سبک زندگی معتقدان به اسلام ناب دارد؟ این ها همان جایی ست روزنامه خراسان می تواند سرش را بالا نگه دارد و به ضمیمه روزانه «زندگی سلام» خود افتخار کند. ضمیمه ای که تنها در داخل مرز های خود پسان یک مدافع صرف نبوده، همه کرده و جنگیده، آن هم به طور روزانه، از نبرد در حوزه های معرفتی گرفته تا حوزه های رفتاری و خدا قوت جانانه به همه روزنامه نگاران حوزه سبک زندگی «زندگی سلام» برای سه هزار تایی شدن.

همگان می توانند در این عرصه وارد شوند و بنویسند؛ اما این تصویر سهل و آسان زمانی ممتنع و سخت می شود که ببینیم نگاه به پدیده های روزمره زندگی از سفر و پوشش تا اعتقادات و خصلت های روانی، از ورزش و تفریح تا مطالعه و تحصیل و از بازار و معیشت تا سیاست و شریعت، در بستری از عادات، رفتارها، آداب و رسوم و سنت های متنوع فرهنگی صورت می گیرد که نمی توان به راحتی و با صرف دیدن سراغ تجزیه و تحلیل آن رفت. زندگی سلام موفقیت بزرگی بود که توانست در عرصه کار رسانه ای، در عین ورود به عرصه های متنوع و موضوعات روزمره و همگانی، دچار سطحی نگری نشود و مسئله را از جنبه های عمیق و بانگاه کارشناسی بررسی کند. در موضوعات سطحی و عمومی، پرهیز از سطحی نگری و غرق نشدن در روزمرگی و تکرار، سخت است؛ اما در زندگی سلام این کار سخت محقق شد.