

نیمه‌ی پُر لیوان

(۲-۱)

صبا صیفی

مناسبت‌های جالب و مهم پیش رو در تیر و مرداد ۱۴۰۳:

- بیست و سوم تیرماه: روز سیب‌زمینی سرخ‌کرده
- بیست و هفتم تیرماه: روز بستنی / روز ایموجی
- بیست و نهم تیرماه: روز شکلات
- سی‌ام تیرماه: روز شطرنج / روز اکتشافات فضایی
- سی و یک تیرماه: روز خوراکی‌های پُرکالری یا هله‌هوله! (جانک فود)
- اول مردادماه: روز آنبه
- پنجم مردادماه: روز خاله و عمو و دایی و عمه / روز میلک‌شیک و قهوه
- هشتم مردادماه: روز باران / روز ببر
- نهم مردادماه: روز دوستی
- دهم مردادماه: روز محیط‌بان

سی و یک تیرماه: روز هله‌هوله یا جانک‌فود!

هله‌هوله یعنی خوراکیایی که مقدار زیادی قند و چربی و در عوض مقدار کمی فیبر و پروتئین و ویتامین و مواد معدنی دارن. خودمونی بگم، جانک فود یعنی غذای بدردنخور و آشغال! که شامل انواع فست‌فود و شیرینی و کیک و شکلات و آب‌نبات و چیپس و پفک و خلاصه از این جور چیزا می‌شه. حالا اینکه چرا یک روز سال رو به این جور چیزا اختصاص دادند، جای تفکر داره! شاید به خاطر اینه که یک روز در سال هر چی دلت می‌خواد بدون عذاب وجدان، غذای آشغال و هله‌هوله میل کنی! بکن، ولی خدا و کیلی، تو روزای دیگه یادت نره که این بدن بیچاره‌ات به چیزهای دیگه مثل میوه و سبزیجات و ویتامین‌ها هم نیاز داره!



پنجم آَمرداد ماه:

روز خاله، عمو، دایی و عمّه

روزهای جهانی، همیشه بهانه‌های خوبی هستند برای اینکه آدم، کارایی که شاید همیشه دلش می‌خواست انجام بده ولی نتونسته، رو انجام بده: اگه قراره از کسی قدردانی کنه یا با فرستادنِ حتی یک عکس یا خاطره‌ی بامزه یا یک ویدیوکال، حال طرفو خوب کنه یا بلکه بیشتر از اینها، حتی با یکی بعد از مدت‌ها آشتی کنه!

خاله و عمه و دایی و عمو، معمولاً آدمایی هستند که کنار پدر و مادرمون یا گاهی هم خیلی بیشتر از پدر و مادر، به رشد و ترقّی ما کمک کردن و همه جوره، مادّی و معنوی هومونو داشتن اما شاید کمتر فرصتی بوده که ازشون قدردانی بشه یا قدر زحماتشون دونسته بشه. پس چه خوبه که امروز به بهانه‌ی روز جهانی خاله و عمه و دایی و عمو با هرچی که فکر می‌کنیم خوشحال‌شون می‌کنه، یه حرکتی بزنیم!

راستی این خاله و عمه و عمو و دایی، حتماً نباید با آدم نسبت خونی داشته باشن! چه بسا، همونایی که همین‌جوری بهشون خاله و عمه و عمو و دایی

می‌گیم، می‌تونن از بعضیا با نسبت خونی هم به آدم نزدیک‌تر باشن! اگه دل‌تون خواست و خاطره‌ای از خاله، عمه، عمو و دایی‌های واقعی یا واقعی‌تر داشتین، برای ویسپوبیش بنویسین و بفرستین. منتظریم!



نهم مردادماه:

روز دوستی!



سازمان ملل در سال ۲۰۱۱، روز سی‌ام جولای یا نهم مرداد را بعنوان روز جهانی دوستی انتخاب کرد. چیزی که این سال‌ها مورد توجه خیلی از افراد و سازمان‌ها قرار گرفته، مساله‌ی اتحاد در عین تنوع‌ست. یعنی اینکه بپذیریم با همه‌ی تفاوت‌ها مون در رنگ، نژاد، آداب،

عقیده و جنسیت، می‌تونیم با صلح و دوستی در کنار هم زندگی کنیم، به هم عشق بورزیم و این‌قدر به مسائلی میدون ندیم که ماهیت اصلی وجودی‌مون، یعنی انسان بودن رو از یادمون می‌برن.

شاید این موضوعات زیبا، در حرف خیلی ساده به‌نظر بیان، اما واقعیت اینه که عمل بهشون خیلی سخته و نیاز به یادگیری و تلاش زیادی داره. اینکه بتونی کنار کسی که با تو خیلی فرق داره، بشینی و حرفایی که اصلاً باهاتون موافق نیستی رو با شکیبایی گوش کنی، بعد هم همچنان، اون آدمو دوست داشته باشی، کار اصلاً آسونی نیست و نیاز به تمرین داره. شاید باید از همین خانواده‌ی کوچک خودمون شروع کنیم یا همین آدمای دور و برمون!