

## نگاه

## گام چهارم

## چهره‌های موسیقی ایران

**• شوق:** «چهره‌های موسیقی ایران معاصر» عنوان کتابی است از هوشنگ اتحاد که پیش از این سه جلد آن منتشر شده بود و به‌تازگی جلد چهارم آن به چاپ رسیده است. هوشنگ اتحاد در پیشگفتار جلد اول کتاب، عدم شناخت و آشنایی نداشتن با موسیقی ملی ایران را دلیل نوشتن این کتاب دانسته بود.

نویسنده در نوشتن این کتاب چندبخشی منابع متعدد و مختلفی را درباره موسیقی ایران در دوره معاصر و چهره‌های شاخص آن مورد بررسی قرار داده و در کتابش ارجاعات متعددی به منابع موجود دیده می‌شود. جلد اول این کتاب به دوره اول موسیقی ایرانی مربوط است و با اقلعلی اکبر فراهانی شروع می‌شود. جلد دوم نیز با عارف قزوینی آغاز می‌شود و پیش می‌آید. عارف قزوینی چهره‌ای چندوجهی است که در سه حوزه موسیقی، شعر و آواز فعالیت می‌کرد و بنا به اقتضای زمانه‌اش هنرش پیوند عمیقی با سیاست داشته است. عارف به اعتبار فعالیت‌های مختلف ادبی و هنری‌اش در همان زمان خودش به هنرمندی بدل شده بود که در میان عوام هم به خوبی شناخته می‌شد. عارف قزوینی از هنرمندان مهم مشروطیت به شمار می‌رود و به‌عنوان موسیقی‌دان، ردیف‌دان، آهنگساز و خواننده نقش مهمی در موسیقی آن دوران دارد. هوشنگ اتحاد در همان ابتدای جلد دوم «چهره‌های موسیقی ایران معاصر» درباره عارف قزوینی نوشته: «عارف

را بسیاری شاعر انقلابی خوانده‌اند. عارف بی‌تردید سرآمد همه تصنیف‌سازان است. تصنیف معروف او از خسون جوانان وطن لاله دمیده، که وی با افزودن ملودی‌هایی همچون چه کج‌قناری ای چرخ/ چه بدرقناری ای چرخ، نه نین داری/ نه آیین داری ای چرخ/، تحولی شگرف در کار تصنیف‌سازی به وجود آورد به حدی که داوود پیرنیا تأثیر آن را در انقلاب مشروطیت، هم‌سنگ با سرود مارسیز در انقلاب کبیر ۱۷۸۹ فرانسه می‌داند.»

جلد سوم کتاب با اسماعیل ادیب‌خوانساری، خواننده ردیف‌دان و آشنای به نوازندگی پیانو و سه‌تار آغاز می‌شود. ادیب‌خوانساری از پایه‌گذاران جامعه باربد و از شاخص‌ترین چهره‌های آوازی مکتب اصفهان است و چهره مهمی در موسیقی معاصر ایران به شمار می‌رود. او مورد ستایش بسیاری از موسیقی‌دانان و خوانندگان هم‌دوره و بعد از خودش بوده است. ابوالحسن صبا در مصاحبه‌ای، ادیب و بنان را خوانندگان محبوب خود معرفی کرده بود.

در جلد چهارم کتاب به زندگی و آثار این چهره‌ها پرداخته شده است؛ احمد عبادی، اسماعیل مهرتاش، روح‌انگیر، حسینقلی مستعان، علی‌اصغر بهاری، مهدی ناطقی، قمرالملوک وزیری، سوسلی بیومحمد حسن زاده، نصرالله زرین‌پوش، علی‌رضا سمنان، سپانلو، رضاقلی میرزاظلی، محمد عشقی، حسن مشحون، حسین یاحقی، حسینعلی وزیری‌تبار، حسین باوری، علی‌محمد خادم‌میتاق، سلیمان روح‌افزا و احمد فروتن‌راد. این به این ترتیب جلد چهارم این کتاب با احمد عبادی، خواننده سه‌تار و ردیف‌دان و آشنا به وزن و ترانه‌های آغاز می‌شود. عبادی در نوازندگی صاحب سبکی مختص به خود بود و از این حیث بسیار مورد ستایش قرار گرفته است. نصرالله‌زرین‌پنجه، حکایتی شنیدنی درباره سه‌تار نوازی عبادی دارد که در آن گفته: «در سال ۱۳۳۰ یک روز صبح که از خواب بیدار شدم، خواستم لولای در اتاق را باز کنم که از پشت‌سور به زمین خوردم و نفهمیدم که چه شد. دوستانم به صدای شیون بچه‌هایم به منز ما آمدند. دکتر آوردند و به مداوای من پرداختند ولی من درحال اغما بودم. نزدیک ظهر آقای عبادی، استاد سه‌تار که از دوستان صمیمی و حقیقی بنده است، به اتفاق آقای مجید وفادار و خانم فروغ سهامی و چند نفر دیگر برای آید و بچه‌هایم ساکت ششوند، در اتاق را می‌بندند و بالای سرم آقای عبادی شروع می‌کند به شورزدن و به حال بچه‌هایم گریه‌کردن. در این وقت من به صدای دلکش سه‌تار و پنجه سحرآرای عبادی که با کمال خلوص نیت می‌نواختند، حالم بهتر شد. دراین‌حال حس می‌کردم که سازی ناطبطور مرا مسموم می‌کند و حال سازی آسمانی دارد مرا معالجه می‌کند و بدن من که تاکنون سرد و قلمب بسیار گرم بود، دارد برعکس تنم گرم و قلمب خنک می‌شود. درحال خواب و بیداری با مرگ و زندگی گفتم همین‌طور بنواز و ادامه بده و کم‌کم قدری گریه‌کردم و زنده شدم و این اثر معجزه‌انسا را از سرت‌تار دوست عزیزم به چشم دیدم… آن‌طورکه در کتاب هم اشاره شده، عبادی به شهادت بسیاری از استادان موسیقی سنتی ایرانی، در سه‌تارنوازی جایگاهی چنان متفاوت داشت که از نوازندگان هم‌دوره‌اش کاملاً متمایز بوده است. بسیاری معتقدند که مگرکردن فاصله سیم‌ها، تا صفحه ساز، ایجاد تغییرات در فاصله سیم‌ها، تغییرات در کوک‌های سه‌تار و ابداع کوک‌های جدید و استفاده بیشتر از مضراب‌هایی مانند تک‌سیم از جمله دلایلی بوده‌اند که سه‌تارنوازی عبادی را متمایز کرده، به‌طوری‌که می‌توان سه‌تارنوازی را به قبل و بعد از او تقسیم کرد.

## چهره‌های موسیقی ایران معاصر

**هوشنگ اتحاد**

**نشر نو**

## کتاب



عکس: محبوبه طاهری

**گفت‌وگوی سروش صحت با برگزارکنندگان جایزه داستان‌نویسی ارغوان**

# فرستی برای کشف نویسندگان جوان

**✎ آقای پوری‌اشما هم نویسنده هستید و هم مترجم، بارها در کتابفروشی‌ها دیده‌ایم تنها دلیل انتخاب یک کتاب، درج عنوان جایزه‌ای مانند بوکر، پولیتزر و… است حتی اگر نویسنده، مترجم یا ناشرش ناشناس باشد، یعنی جوایز همیشه کنجکاوهای برانگیز و خیلی اوقات جریان‌ساز هم هستند. آیا جایزه «ارغوان» با تداوم خود می‌تواند جریان‌ساز شود و اصلاً آیا این مسئولیت را برای خود حس می‌کند؟**

**پوری:** شکی نیست که در دنیا، جوایز بسیار مهم هستند. کسی که جایزه نوبل می‌گیرد، کیفیت کارش دگرگون می‌شود. نمونه‌اش اورهان پاموک، یکی از کتاب‌هایی را که پیش از برنده‌شدنش در نوبل نوشته بود، خواندم. باور نمی‌کردم بعد از گرفتن نوبل چنین متحول شده باشد و کتاب‌هایش، میلیونی به چاپ برسد.

ما هم نیاز به تشویق و ارائه کار جوانان داریم. جوایزی مانند «ارغوان» در عمل تأثیرگذاری خود را نشان داده. به واسطه تدریس‌ام در کلاس‌های نویسندگی خلاق، از نزدیک می‌بینم بچه‌های جوان برای ورود به مسابقه‌ها و گرفتن جایزه چه کوششی می‌کنند که این اشتیاق فقط هم به «ارغوان» محدود نمی‌شود. به چشم می‌بینم جوانانی را که بعد از برنده‌شدن در یک جایزه، چندین مجموعه داستان نوشته‌اند یعنی به این تلنگر و تشویق نیاز داشته‌اند. همچنانکه جایزه کشوری بسیاری استعدادها را معرفی کرد و نویسندگان زیادی از طریق آن به جایی رسیدند که حق‌شان بود. پس وجود چنین رقابت‌هایی بسیار بجاست. استمرار جایزه ارغوان، سبب اعتماد نویسندگان تازه به این جایزه شده. الان وقتی عنوان برنده بوکر بر کتابی باشد، بدون شناختن نویسنده جذب می‌شود. عنوان «ارغوان» هم اگر به اینجا برسد، می‌تواند مهری باشد کنار نام نویسنده و افتخاری برای آن کتاب.

**✎ متأسفانه بسیاری از جوایز ادبی تعطیل شده‌اند. حال آنکه در دوره‌ای مجلات ادبی، برندگان جوایز را معرفی می‌کردند و ناشران آنها را پشت وپرتین خود می‌گذاشتند که نشانگر اهمیت جوایز بود. «ارغوان» جزء معدود جوایز باقی‌مانده است و طبیعتاً مسئولیت آن بیشتر هم شده. ولی چرا این جایزه فقط برای زیر ۳۰ساله‌ها برگزار می‌شود؟ مگر داستان‌نویسی سن و سال دارد؟**

**فرهاد توحیدی:** از مهم‌ترین ویژگی‌های جایزه که با محدوده سنی تعریف‌شده آن (زیر ۳۰ سال) همخوانی دارد، در بردن یکی از خلا‌های همیشگی آموزش‌وپرورش ماست: نوشتن. در آموزش‌وپرورش ما نوشتن در چارچوب درس انشا خلاصه می‌شود ولی این درس، دانش‌آموز را برای مواجهه با زندگی و نگرستن به اطراف خود آماده نمی‌کند زیرا موضوعات آن بسیار مضمون‌محور هستند. دانش‌آموز هم با هوشیاری خود می‌داند به ناچار باید در چارچوب موازین رسمی حرکت کند که اگر از آن فاصله بگیرد، کمترین ضررش نگرفتن نمره است. بنابراین کمتر پیش می‌آید کسی استعداد نوشتن داشته باشد و بتواند آن را در مدرسه پرورش دهد. در خارج از کشور درس ادبیات، محلی است برای تماس کودکان با ادبیات زنده و معاصر همچنان‌که با مباحث فرهنگی و ادبیات کلاسیک نیز آشنا می‌شوند ولی اینجا همان بخش‌های اندک ادبیات معاصر را از کتاب‌های فارسی مدرسه حذف می‌کنند. یعنی درپچه آموزش و پرورش ما برای ایجاد تماس با ادبیات معاصر به روی بچه‌ها بسته شده. مگر اینکه آنان خودشان انگیزه شخصی داشته باشند. اما انگیزه‌های نوشتن هم برایشان مهم باشد، پرورش پیدا نمی‌کند. بنابراین می‌بینیم فردی که دانشگاه رفته، هنوز نمی‌تواند دو صفحه بنویسد. در پرورش خیال و ثبت مشاهدات خود به عنوان یک مشاهده‌گر، مشکل دارد. بچه‌ها حتی بعد از دانشگاه هم، به جز موارد استثنایی، اساساً نمی‌توانند آنچه را در ذهن دارند، بنویسند و این یعنی تسلط‌نداشتن بر زبان، اهمیت جوایزی مانند «ارغوان» برکردن این خلا است. هرچه این جایزه مؤثرتر باشد و دایره تماسش با بچه‌ها گسترده‌تر و مخاطبانش بیشتر شود، اثرگذاری‌اش بیشتر خواهد بود، هرچند کند. چراکه فرهنگ، یک شبه معجزه نمی‌کند.

**✎ ولی چه موانعی در این راه هست؟**

**توحیدی:** طبیعتاً در همین جایزه «ارغوان» ممکن است داستان‌های خوبی نوشته شود، اما نویسنده به هزار دلیل یا احتیاط کرده و آن را در کنوی میزش نگه داشته یا اگر آن را ارائه کرده، حتی در صورت برنده‌شدن هم، امکان چاپ ندارد. آن هم در دوره‌ای که شمارگان کتاب حتی به رقم حیرت‌انگیز ۳۰۰ نسخه هم رسیده! پس تنگناها هست ولی قصد مرئیه‌خوانی ندارم. اگر وجه ایجاد این قضیه را در نظر بگیریم، با همه تنگناها بچه‌ها حرکت می‌کنند.

سیاست‌گذاری ما این موضوع مطرح بود که به دلیل تفاوت زیست ایران با دیگر کشورها، شاید اینجا مرز جوانی تا ۳۵سالگی باشد. وقتی در شورای سیاست‌گذاری درباره مسئله‌ای هم‌نظر نباشیم، رای می‌گیریم. مثل اینکه پیش از این برندگان دوره‌های قبل می‌توانستند در دوره‌های بعدی شرکت کنند ولی حالا از گردونه رقابت دوره‌های بعدی حذف می‌شوند. قوانین جایزه، دیگر بر رویالی مشخص افتاده و به همین دلیل بیشترین بحث‌مان انتخاب موضوع و حمایت از برگزیدگان است که به حال خود رها نشوند و دیگر اینکه چگونه آنها را وارد دنیای حرفه‌ای کنیم.

**✎ این حمایت را چگونه انجام می‌دهید؟**

**اوژن حقیقی:** یک‌سری کارگاه داریم که مدرس برخی، آقای پوری است. به جز آن، کلاس‌هایی را با استادان مختلف به صورت هفتگی و رایگان برگزار می‌کردیم که به دلیل کرونا متوقف شد. برخی از داستان‌ها را با همکاری رادیوکردون و دوستان بازیگر، به صورت صوتی منتشر کرده‌ایم تا بیشتر دیده شوند. با همکاری نشر مرکز، کتاب برگزیدگان هر دوره را منتشر می‌کنیم. علاوه بر آن، امسال با انتخاب موضوعی، ۱۰ نفر از برندگان دوره‌های قبل را به نوشتن داستان‌های تازه دعوت کردیم و کتاب‌شان را با همکاری نشر هفت‌نخل منتشر می‌کنیم. بیشتر به دنبال پر و بال دادن به این بچه‌ها هستیم. خودمان هم فکر نمی‌کردیم در همین سه دوره به چند اسم برسیم که اگر ادامه دهند، نویسندگان درخشانی خواهند شد.

**✎ نویسندگان زن در چند سال اخیر خیلی شکوفا شدند. آثار درجه یکی نوشتند و ادبیات زنانه در دل همین جوایز شکل گرفت. حضور زنان در این جایزه چگونه است؟**

**اوژن حقیقی:** در هر سه دوره تعداد شرکت‌کنندگان و برگزیدگان زن نسبت به مردان بیشتر بوده است.

**احمدی:** از دهه ۶۰ به این سو زنان میل زیادی به حضور اجتماعی پیدا کردند، نوشتن یکی از سریع‌ترین و ساده‌ترین راه‌هاست تا صدای خود را به دیگران برسانند و وبلاگ، اینستاگرام، چاپ آثار و… همه در این زمینه مؤثر است. زنان به وسیله نوشتن توانستند صداهای خاموش‌شده خود را بلند کنند. تفاوت صدای زنانه سه چهار دهه اخیر در قیاس با نویسندگان و شاعران زن نسل‌های قبلی مانند سیمین دانشور یا پروین اعتصامی این است که آنان همچنان ادامه‌دهنده سنت مردانه نویسندگی بودند؛ چه از حیث فرم داستان‌نویسی و چه از نظر نگاه به زن. در آثار آنان زن در قالب مادر یا همسر همان نقش‌های تعیین‌شده‌ای را داشت که برای زنان در نظر گرفته می‌شد اما در دو سه دهه اخیر صدای زنان واجد تنوع و رنگارنگی شده؛ خواست‌ها، نحوه زندگی و تلاش‌شان برای خروج از کلیشه‌ها مطرح شده. هرچند این کوشش با موانع بیرونی بسیار زیادی روبه‌رو می‌شود چراکه سنت‌ها و کلیشه‌ها آنچنان برنگ هستند که سبب شده نوشتن درباره زنان به‌ویژه آنان که با را از کلیشه‌های مرسوم کنار می‌گذارند، آزاد هستند و به خود می‌پردازند و متعلق به کسی نیستند، خیلی بیشتر می‌میزی می‌شود تا زنی که نقش‌های تعیین‌شده همیشگی را دارد. اما به هر حال فضایی برای تنفس پیدا شده تا بتوان درباره این زنان نوشت.

**✎ در آستانه نوروزیم و هنوز کرونا با ماست. حتی اگر خیلی اهل مراعات نباشیم، باز هم بیش از قبل در خانه و تنها مانده‌ایم و زمان بیشتری برای نوشتن ما اثر گذاشته ولی بر مرگ‌اندیشی نه، چراکه تلفات کرونا آمار کمتری دارد. اما آیا کرونا بر شیوه نوشتن و نگاه ما بر زندگی اثری می‌گذارد؟**

**توحیدی:** شخصاً هنوز به این نتیجه نرسیده‌ام که کرونا بر ذهن و زندگی من تأثیری گذاشته باشد. شاید رفتارهایی عوض شده و اتفاقات مهمی افتاده باشد ولی بر نوشتن یا مواجهه با مرگ تأثیر نگذاشته زیرا مرگ‌اندیشی یکی از مضامین همیشگی نویسندگان است. اتفاقاً همیشه خیلی از جوانان درباره مرگ نوشته‌اند. دلایلش را نمی‌دانم. گرچه در این مدت دو سه کتاب درباره کرونا منتشر شده ولی معتقدم بیش از اینکه اصالت داشته باشد، سوارشدن بر موج است. شاید روزنوشت‌ها مشخص‌کند کرونا چگونه بر روزمرگی ما اثر گذاشته ولی بر مرگ‌اندیشی نه، چراکه تلفات کرونا از دید حوادت بیشتر نیست. شاید حبس‌شدگی، اتفاق

تازه‌تری باشد. کرونا بیشتر ترمز شتاب بیپهوده زندگی را که تکنولوژی بر ما تحمیل کرده، کشیده است. فضایی برای درک اهمیت و ارزش آهستگی و مجالی برای درنگ درباره مسئله‌ای هم‌نظر نباشیم، رای می‌گیریم. مثل مرگ که اصیل‌تر است. زیرا هویت و کلیت فرد با مرگ دوره‌های بعدی شرکت‌کنند ولی حالا از گردونه رقابت دوره‌های بعدی حذف می‌شوند. قوانین جایزه، دیگر بر رویالی مشخص افتاده و به همین دلیل بیشترین بحث‌مان انتخاب موضوع و حمایت از برگزیدگان است که به حال خود رها نشوند و دیگر اینکه چگونه آنها را وارد دنیای حرفه‌ای کنیم.

**✎ این حمایت را چگونه انجام می‌دهید؟**
**اوژن حقیقی:** یک‌سری کارگاه داریم که مدرس برخی، آقای پوری است. به جز آن، کلاس‌هایی را با استادان مختلف به صورت هفتگی و رایگان برگزار می‌کردیم که به دلیل کرونا متوقف شد. برخی از داستان‌ها را با همکاری رادیوکردون و دوستان بازیگر، به صورت صوتی منتشر کرده‌ایم تا بیشتر دیده شوند. با همکاری نشر مرکز، کتاب برگزیدگان هر دوره را منتشر می‌کنیم. علاوه بر آن، امسال با انتخاب موضوعی، ۱۰ نفر از برندگان دوره‌های قبل را به نوشتن داستان‌های تازه دعوت کردیم و کتاب‌شان را با همکاری نشر هفت‌نخل منتشر می‌کنیم. بیشتر به دنبال پر و بال دادن به این بچه‌ها هستیم. خودمان هم فکر نمی‌کردیم در همین سه دوره به چند اسم برسیم که اگر ادامه دهند، نویسندگان درخشانی خواهند شد.

**✎ «ارغوان» متعلق به جوانان زیر ۳۰ سال است که این روزها مدت زیادی را در فضای مجازی سپری می‌کنند. خواندن پیام‌های کوتاه مرسوم شده و شاید حوصله‌ها برای مکت، کمتر شده باشد. تأثیر فضای مجازی و این شتاب بر داستان‌های این جایزه هم دیده می‌شود؟ داستان‌ها عجول هستند یا سر صبر نوشته شده‌اند؟**

**پوری:** این یک مسئله جهانی است و محدود به این جایزه نیست. یکی از مشخصه‌های بزرگ مارکز و همینگوی، خلاصه‌نویسی است چون هر دو خبرنگار بودند و در خبرنگاری، فرصت طول و تفصیل نیست. برای انتقال مطلب باید کمترین جملات و نزدیک‌ترین راه را انتخاب کرد. الان هم شبکه‌های اجتماعی و این نوع نوشتن‌ها خیلی اثرگذار خواهد بود که البته بحثی کلی و جهانی است. در بعضی داستان‌های ارغوان این ویژگی هست و در برخی نه.

**احمدی:** کلا جهان به سمت شتاب بیشتر حرکت می‌کند. کتاب جذاب «هستگی» میلان کوندر را ستایش مفهوم آهستگی است. می‌توان این پرسش را از دو جهت بررسی کرد؛ عجلوانه نوشتن یا داشتن ریتم تند نوشته‌ها که دو موضوع متفاوت است. همچون فیلم‌های سینمایی امروز که ریتم تندتری پیدا کرده تا جایی که دیدن برخی فیلم‌های کلاسیک با وجود همه ارزش‌های هنری، به دلیل ریتم کند، حوصله‌سبر می‌شود چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم تندی دارد. هر دو موضوع را می‌توان یکپارچه چون ساختارهای ذهنی ما جدا از ساختارهای اجتماعی و اطراف‌مان نیستند. ریتم ذهن ما با ریتم تند زندگی امروز هماهنگ شده ولی این با عجول‌بودن و بی‌حوصله‌شدن متفاوت است که سبب می‌شود گاه حتی حوصله خواندن متنی ۲۰۰۰ کلمه‌ای نداشته باشیم یا اینکه ریتم ت