

۲۱۲۹۰۷۷

در خورست زنده شو

ه چهل قدم تا معنای زندگی

نویسنده: پرویز گز

محبوبه بهاری

نشر مانیان



سرشناسه	:	بهاری، محبوبه، ۱۳۶۶ -
عنوان و نام پدیدآور	:	در خودت زنده شو: چهل قدم تا معنای زندگی / نویسنده و تصویرگر محبوبه بهاری.
مشخصات نشر	:	تهران: مانیان، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	:	۱۷۸ ص.: مصور، جدول: ۱۴×۲۱سم.
شابک	:	۳۰۰۰۰۰ ریال: 978-622-7321-28-9
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبا
موضوع	:	شعر فارسی-- قرن ۱۴
موضوع	:	Persian poetry -- 20th century
موضوع	:	داستان‌های فارسی -- قرن ۱۴
موضوع	:	Persian fiction -- 20th century
موضوع	:	خودشناسی -- داستان
موضوع	:	Self-perception -- Fiction
موضوع	:	داستان و اسم زندگی -- داستان
موضوع	:	Conduct of life -- Fiction
رده بندی کنگره	:	۸۱۰.۹۲۳۷۸
رده بندی دیویی	:	۸۱۰/۶۲۳۷۸
شماره کتابشناسی ملی	:	۶۲۴۳۳۷۸



maniyan.ir

۰۲۱۵۵۱۳۸۹۹۱

۰۹۱۰۴۸۳۱۹۶۵

نوبت و سال چاپ: اول/ ۱۳۹۹

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۳۲۱-۲۸-۹

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

فهرست

۱۲	بیشگفتار
۱۴	مقدمه
۱۷	فصل اول: شناخت
۲۹	از من لیلی بساز
۳۳	عش، عاشقی، معشوقگی
۳۷	افزایش
۳۹	فصل دو: فهم
۴۱	تن پوش تو
۴۴	مقصر کیست
۴۸	انگار دو نفریم
۵۱	قهرمان خودت باش
۵۴	خودت را زندگی کن
۵۶	خودت
۶۴	حذف ناشدنی
۶۷	فصل سوم: درک
۷۱	مادرانه ببخش
۷۳	فصل چهارم: باور
۷۶	نوشدارو بعد از مرگ سهراب
۷۸	ماهیت راز
۸۰	قدر زندگی

۸۳	نقصان
۸۶	مرکب من
۸۹	امتحان
۹۱	حریم
۹۳	حد بخشندگی
۹۵	شرح رسالت
۹۷	نوشان
۹۹	تکرار
۱۰۱	به وقت عمل
۱۰۵	تقلب اجباری
۱۰۷	نقل و قول
۱۰۹	امانت لیلی
۱۱۲	به خودت نگاه کن
۱۲۵	فصل پنجم: ایمان
۱۲۶	من اشتباه گرفته بودم
۱۳۰	فراموشی
۱۳۴	گم گشتگی
۱۳۷	لنگه
۱۳۹	خلقت
۱۴۱	او
۱۴۳	با تمام وجود سلام

۱۴۷	فصل ششم: پرستش
۱۴۹	یک لحظه تو
۱۵۱	وصال
۱۵۴	عشق تو با همه فرق داشت
۱۵۶	در جست و جوی تو
۱۵۸	من رنده در فصل تو
۱۶۱	میرمانی
۱۶۸	لیست دارها
۱۷۲	تقدیر

پیشگفتار

انسان از آغاز ورود به دنیا، همچون ربّانی بدون روح است. او با اولین سؤال: «من کیستم؟»، جان می‌گیرد و این سؤال را می‌پرسد، چون عاشق شده است؛ عاشق خودش و عشق‌ورزی تنها چیزی است که او را متاثر از سایر جانداران، زنده می‌کند. عشق به او قابلیت تعالی می‌بخشد زیرا از عشق به خود معطوف عشق به دیگری خواهد شد. اما در صد تنی هر انسان را، میزان بهره‌وری از آن مشخص می‌کند، اینکه چقدر در شبانه‌روز از این منبع عشق که در وجود خودمان نهفته داریم، استفاده می‌کنیم. اوج حماقت بشر اینجاست که فراموش کرده‌اند منبع بی‌پایان است. همه میدانیم که عشق چیست و گرفتارش شدیم، نمی‌توانیم هم نمی‌کند که عشق به کار باشد و یا مال، شهرت و فردی دیگر. ما انسان معشوقه زنده هستیم اما آیا تابه‌حال به حد و اندازه آن توجه کرده‌ایم؟ هرچند قابل‌اندازه‌گیری نیست، یا میدانیم در کل چقدر عاشق هستیم؟ این‌طور پیرسم کمال مطلوب عشق کجاست؟ یا چه حسی در انتها می‌ماند، شقی، نهفته است؟ هرچند که انتها هم ندارد، اما اگر در ابتدای آن مانده باشیم! اگر زمستان فصل میوه‌اش باشد و ما در بهار آن سرگردان باشیم! یا اگر عشق، گرم ابریشمی باشد که باید پیله ببندد تا بتواند پروانه شود! آیا تابه‌حال فراتر از زمین، به آسمانش فکر کرده‌ایم؟

حقیقت این است که معلوم نیست در کدام هفته از پیله تنیدن، اسیر ظواهر شده‌ایم که هنوز پروانه نشده بی‌خیال عاشقی و دنیا را در انتظار ظهور، آن گذاشته و به نقشی زمینی از آن راضی شده‌ایم، بشر امروز تبدیل به نسلی شده است که لاف عاشقی می‌زند ولی در اولین

پله عشق شهوت‌ران و نابالغ مانده است و درحالی که قابلیت پروانه شدن دارد در گل‌ولای زمین می‌لولد و می‌نالد.
بیایید نسلمان را پروبال دهیم.

نردبان عشق را بالا رویم.

بیایید کرم درونمان را پيله رشد بتنیم.

اما این بار نه امید پرواز، نه به هوس بی‌بال و پر ساختن دیگری

به سبب حرکت و شکوفایی، نه یکجا ماندن و افسردگی

به ازاین وحدت با پروانه‌ای آزاد، نه تصاحب آن مثل یک کرم
متناهی

آن وقت دیگر از تن رقیب، زندانبان معشوقه‌ای نخواهیم شد، زیرا
پروانه‌ای بی‌رقیب گشتیم

«زمین خانه تو نیست
به یاد بیاور آسمانت را»