

اینکدودی

فصلنامه اجتماعی فرهنگی | شماره ششم | تابستان ۱۳۹۸ | قیمت: وقف در گردش
شماره مجوز ۹۶-۸-۴۵۴

einakdoodi2017.ir

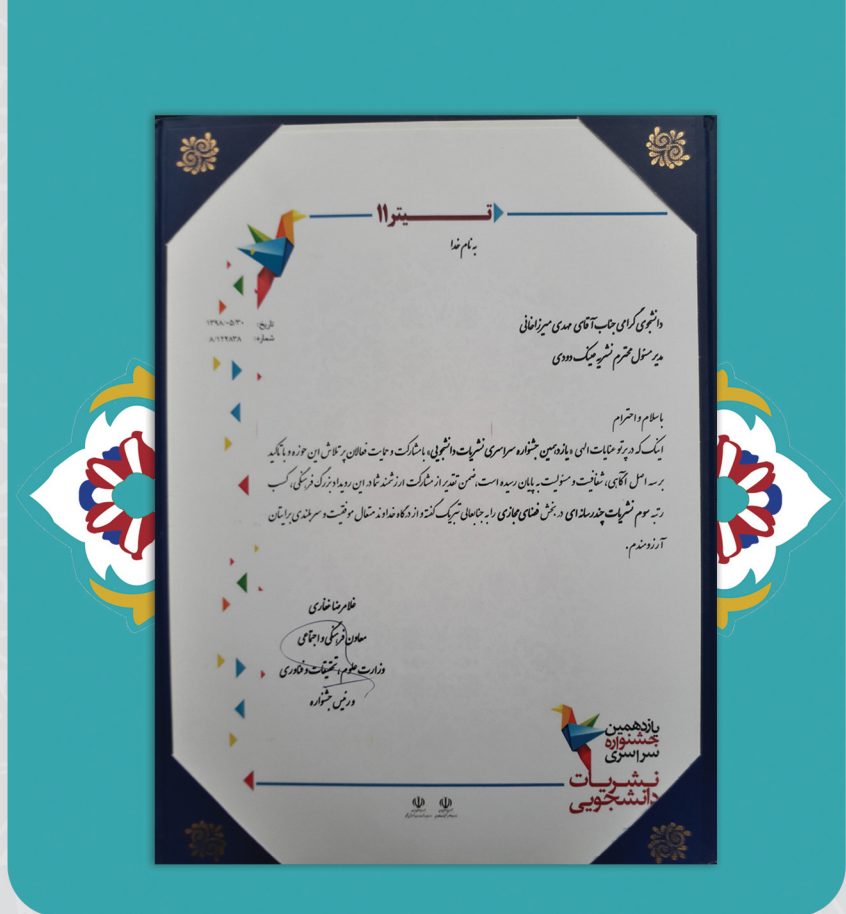


من در جایگاه خودم

بحران سلبریتی‌ها

هنر صف کشیدن

اساتید پای میز ارزشیابی





سخن مدیر مسئول

هر کس به جای خود

- ۴ (۱) نامه ای از یک پدر
- ۷ (۲) شمشیر دو لبه
- ۸ (۳) من در جایگاه خودم
- ۱۰ (۴) بحران سلبریتی ها
- ۱۳ (۵) بابی برای خانه ملت
- ۱۴ (۶) او می بیند!

چور دیگر باید دید

- ۱۷ (۱) دلخوشی ها کم نیست
- ۱۸ (۲) مشکلات بدون میم!
- ۲۰ (۳) زندگی پانتومیم نیست!

فرهنگ را دریابید

- ۲۳ (۱) تشکل هایی در مقابل هم!
- ۲۴ (۲) آنگاه که فعالیت های فرهنگی پوچ می شود
- ۲۶ (۳) قانون، قانون است!
- ۲۸ (۴) هنر صف کشیدن
- ۲۹ (۵) زندگی با ذره بین دیگران
- ۳۰ (۶) از یاد رفته!

علاج بیکاری

- ۳۳ (۱) کار آفرین باشیم
- ۳۴ (۲) چند لحظه با درمانگران بیکاری
- ۳۶ (۳) ای کاش وقتی ۲۰ ساله بودم می دانستم

بخش دانشجویی

- ۳۹ (۱) اتاق سبز
- ۴۰ (۲) دلتنگی های دانشگاه
- ۴۲ (۳) اساتید پای میز ارزشیابی
- ۴۳ (۴) جگر خرس
- ۴۴ (۵) همسفر تا بهشت
- ۴۶ (۶) کافیت!
- ۴۷ (۷) طنز تصویری
- ۴۸ (۸) آثار دانشجویی

فرم اشتراک

”

سخن مدیر مسئول

”سندروم“ خودنبینی

این سندروم خیلی آرام و بی صدا در حال شیوع در جامعه است. علائم آن آشکار نیست و از چند جنبه می تواند فرد را درگیر کند و اغلب تنها خود فرد می تواند بفهمد که به آن مبتلاست.

میوه فروشی را در نظر بگیرید که گران فروشی یا کم فروشی می کند. عمداً ترازوی خود را دست کاری می کند تا دو قرانی بیشتر سود کند، اصلاً هم به کار خود توجه ندارد و گمان می کند آخر زرنگی و هوش و ذکاوت را به خرج داده است... پزشکی که زیر میزی می گیرد و حتی وقتی پای مرگ و زندگی بیمار هم در میان باشد، تا زمانی که پولش را نگیرد پای عمل نمی رود... راننده تاکسی که هر نرخی دلش بخواهد از مسافر می گیرد (به هر حال قسط های عقب افتاده باید به گونه ای جبران شوند!)... مغازه دارانی که کالاها را با قیمت دلخواه خود عرضه می کنند و از سر بازار که به آخر بازار می روی برای یک قلم کالا قیمت های متفاوتی را مشاهده می کنی و نمی دانی قیمت همین چند متر فاصله را اضافه کرده اند یا علت دیگری دارد!!

جالب اینجاست که از هر کدام که می پرسی چرا این کار را می کنی؟ می گویند: «دیگران اینقدر دزدی می کنند، این ها که چیزی نیست! این یکی دو ریال کجا و اختلاس های میلیاردی کجا؟! این ها سندروم "خودنبینی" دارند، یعنی کارهای خود را نمی بینند و فقط می گویند دیگران چه می کنند و چه نمی کنند.

این خودنبینی منتهی به دیگران بینی می شود. آن گاه است که زندگی خود را با ذره بین دیگران می بینند و این می شود ریشه ی ظاهر نمایی ها و چشم و هم چشمی ها و ریشه ی بعضی آداب و رسوم و فرهنگ های غلط که خود افراد هم نمی دانند اصلاً از کجا آمده و چرا اینگونه است؟!

این سندروم با علائم دیگری نیز مشاهده شده است. دانشجویانی را تصور کنید که صبح به دانشگاه می آیند و بعد از چرت زدن در کلاس های درس بعد از ظهر هم به خانه بر می گردند و تنها مشکلاتی جزئی از دانشگاه حس می کنند. یادشان رفته که رسالتشان چیست؟ یادشان رفته که مؤذن جامعه هستند و اگر در خواب این نیازهای جزئی بمانند نماز امت قضا می شود. یادشان رفته که خود آن ها هستند که باید دانشگاه و جامعه و کشور را بسازند. از آن ها که می پرسی چرا این گونه است می گویند: «مگر ما چه کار می توانیم انجام دهیم؟ کاری از دستان بر نمی آید...». اینان نیز خود را نمی بینند. "خود" قدرت عظیمی دارد که اکثر آن غافل هستیم. ناپلئون بناپارت می گوید: «کسی جز خودم مسئول سقوط نیست، بزرگترین دشمنی که باعث بوجود آمدن سرنوشتی غم انگیز و اندوهبار برایم شد تنها خودم هستم.»

آری این سندروم شامل تمام افرادی می شود که "خود" را نمی بینند. نمی دانند چقدر توانمند هستند و چقدر این "خود" آن ها برای جامعه مهم است و حتی کوچک ترین حرکت آن ها مثل دومینویی است که کل مجموعه را تحت تأثیر قرار می دهد، چرا که جامعه متشکل از همین "خود" هاست؛ این "خود" ها آجر و جامعه، ساختمان است. آجرهای بی کیفیت بنای ساختمان را سست می کنند به طوری که با یک حرکت کوچک فرو می پاشد، اما آجرهای با کیفیت و مرغوب و خوب چیده شده، ساختمان محکمی را می سازند که حتی طوفان های سهمگین هم آن را خراب نمی کند.

اگر خود را کوچک شماریم و بگوییم اصلاً به ما چه ربطی دارد و چه کاری از دست ما بر می آید، آن موقع است که راهی دره های پسرفت خواهیم شد و تا زمانی که به "خود" نیاییم و اهمیت رفتار و اعمال خود بر کشور و جامعه و فرهنگ و... را نفهمیم راه پیشرفت باز نمی شود.

انسان کامل کسی است که بیشترین توانایی و تأثیر مثبت را بر محیط اطراف خود دارد. این انسان ابتدا خود را شناخته و سپس برای پیشرفت خود و جامعه ی خود تلاش می کند. ما در هر کجا و هر جایگاه و مسئولیتی که هستیم؛ مادر، پدر، فرزند، همسر، رئیس، کارمند، دانشجو... تفاوتی نمی کند، باید به درستی و کامل به وظایف خود عمل کنیم. در این شماره از نشریه ی عینک دودی بر آن شدیم تا نقش "خود" را روشن تر کنیم و نشان دهیم که اگر هر کسی در جایگاه خود، درست و مفید و مؤثر عمل کند اکثر مشکلات جامعه به لطف خداوند حل خواهند شد. با ما همراه باشید...



”



ما که در فلان گوشه مشغول کار هستیم، دائم باید آن
شغل را جدی بگیریم و آن را همان کار مهمی بدانیم
که به ما محول شده و خود را در آن شغل بسازیم...
در جمهوری اسلامی هر جا که قرار گرفتید، همان جا را
«مرکز دنیا» بدانید و کار خود را مهمترین کار دنیا بدانید
و آگاه باشید همه کارها به سمت شما متوجه است.

سید علی

(هرکس به جای خود)

- نامه ای از یک پدر
- شمشیر دولبه
- من در جایگاه خودم
- بحران سلبریتی ها
- بابی برای خانه ملت
- اومی بیند

نامهای از یک پدر

نویسنده:
علیرضا نجفی دولابی،
رشته پزشکی

شرح بر مقدمه‌ی بیانیه گام دوم انقلاب اسلام

عملاً با حضور ۴۱ کشور در حمایت از عراق جنگ جهانی سوم علیه ایران بود، تحریم های اقتصادی غذایی دارویی، حمله های فرهنگی، ترور دانشمندان و... به قول امام خمینی (ره): «آمریکا هیچ غلطی نمی تواند بکند.» در روزگاری که دو کشور آمریکا با اندیشه لیبرال و شوروی با اندیشه کمونیست در حال تقسیم سایر کشور های جهان بین خود (بلوک شرق و غرب) بودند، انقلابی متفاوت از سایر انقلاب های گذشته شکل گرفت. انقلابی دینی فرهنگی که موفق به تشکیل حکومت اسلامی شد و شعار آن «نه شرقی نه غربی جمهوری اسلامی» بود. جالب این جاست که شوروی و آمریکا هر چند در بسیاری از مسائل با هم اختلاف داشتند اما در نابودی این انقلاب هم پیمان شدند و از هر کمک تسلیحاتی به صدام ملعون دریغ نکردند. اکنون پس از فروپاشی شوروی که امام خمینی (ره) آن را در نامه ای به رئیس جمهور گرباچف اخطار کرده بودند، نوبت به دومی آن ها رسیده است. «برای هر چیزی می توان طول عمر مفید و تاریخ مصرف فرض کرد اما شعار های جهانی این انقلاب دینی از این قاعده مستثنی است... هرگز نمی توان مردمی را تصور کرد که از این چشم انداز های مبارک دل زده شوند. هرگاه دل زدگی پیش آمده، از روی گردانی مسئولان از این ارزش های

مستکبران بزرگ جلوه می کند اما ملتی که با شعار «الله اکبر» بزرگ شده است همه چیز را در برابر خدای خود کوچک می شمارد. انقلاب اسلامی و شکوهمند ایران در طول این ۴۰ سال نشان داد که سلطه ی این به اصطلاح ابر قدرت ها، پوشالی تو خالی بیش نیست. در ادامه در این باره بیشتر صحبت به میان می آید. «آن روز که جهان میان شرق و غرب مادی تقسیم شده بود کسی گمان یک نهضت بزرگ دینی را نمی برد، انقلاب اسلامی ایران با قدرت و شکوه پا به میدان نهاد، چارچوب ها را شکست... چپ و راست مدرنیته از تظاهر به نشنیدن این صدای جدید و متفاوت، تا تلاش گسترده و گونه گون برای خفه کردن آن، هر چه کردند به اجل محتوم خود نزدیک تر شدند. اکنون با گذشت جشن سالانه ی انقلاب و چهل دهه ی فجر، یکی از آن دو کانون دشمنی نابود شده و دیگری با مشکلاتی که خبر از نزدیکی احتضار می دهند دست و پنجه نرم می کنند. و انقلاب اسلامی با حفظ و پایبندی به شعار های خود همچنان به پیش می رود. الحق و الانصاف، دشمنان این انقلاب برای خاموش کردن نور آن از هر تلاشی مضایقه نکرده اند، مثل تجزیه ی طبری استان های مرزی، به شهادت رساندن و ترور افراد مؤثر و مغز متفکر های انقلاب از جمله شهید بهشتی، مطهری، رجایی، باهنر و...، شروع جنگ تحمیلی ۸ ساله که

آیت الله شب زنده دار به نقل از رهبر انقلاب می فرماید: «من روی این بیانیه خیلی زحمت کشیدم... من بنای این ندارم اگر چیزی نوشتم یا مطلبی را می گویم از دیگران درخواست کنم که روی آن کار کنند ولی راجع به این می گویم این کار را بکنند...» بیانیه ی گام دوم انقلاب نامه ای مختصر و چکیده از برنامه ی راهبردی ملت ایران در ادامه ی راه انقلاب اسلامی خویش است. هر چند در ابتدا روی این بیانیه کارهایی صورت گرفت اما برای ادای حق مطلب آن نیاز به تشکیل کارگروه های قوی، اندیشمند در یک دوره طولانی مدت و ارائه ی مطالب به طور مفصل برای مردم است. آن چه اکنون قرار است مطالعه کنید، شرحی از برخی از بند های این بیانیه است، هر چند که «بحر در کوزه نمی گنجد». «انقلاب پرشکوه ملت ایران که بزرگ ترین و مردمی ترین انقلاب عصر جدید است، تنها انقلابی است که یک چله ی پرافتخار را بدون خیانت به آرمان هایش پشت سر نهاده و در برابر همه ی وسوسه هایی که غیر قابل مقاومت به نظر می رسیدند از کرامت خود و اصالت شعار هایش صیانت کرده و...». یکی از شعار های انقلاب ما از همان ابتدا حمایت از مستضعفان و ستم دیدگان جهان و مبارزه با ظلم و جور بود. در این عرصه ی پرتلاطم و پرتنش، در نظر برخی افراد قدرت ظاهری ستمگران و





دینی بوده است نه از پابندی آن ها و کوشش آن ها برای تحقق آن ها: آری سرشت تمام انسان ها با اخلاق، معنویت، عدالت، عزت و... آشنا و هم صداست. همان چیزی که این انقلاب هم به دنبال احقاق آن در سراسر عالم است. هرچند امروز با آن ها فاصله دارد اما این به خاطر کوتاهی در انجام مسئولیت بوده نه اشکال در تئوری این انقلاب. هرچا براساس آرمان ها و ویژگی های انقلاب اسلامی خود عمل کرده ایم پیروز بوده ایم مانند دفاع مقدس، جهاد سازندگی، نابودی داعش، ساخت موشک های پیشرفته، انرژی هسته ای و... دقیقاً در بخش هایی که شدید ترین تحریم ها روی آن وجود داشت و هرچا از آن دور شدیم ضربه خورده ایم مثل برجام، نظام اقتصادی بانکی ضعیف، مدیریت منفعت طلب و... در ادامه بیانیه نیز به آن اشاره شده است. «انقلاب به یک انحطاط تاریخی طولانی پایان داد و کشور که در دوران پهلوی و قاجار به شدت تحقیر شده و به شدت عقب مانده بود، در مسیر پیشرفت سریع قرار گرفت، رژیم ننگین سلطنت استبدادی را به حکومت مردمی و مردم سالاری تبدیل کرد و عنصر اراده ی ملی را که جان مایه ی پیشرفت همه جانبه و حقیقی است

در کانون مدیریت کشور وارد کرد، آن گاه جوانان را میدان دار اصلی حوادث و وارد عرصه مدیریت کرد، روحیه و باور «ما می توانیم» را به همگان منتقل کرد، به برکت تحریم دشمنان، اتکا به توانایی داخلی را به همه آموخت و این منشأ برکات بزرگ شد.» ایشان در ادامه فرمودند «ایران پیش از انقلاب در تولید علم و فناوری صفر بود، در صنعت به جز مونتاژ و در علم به جز ترجمه هنری نداشت...» ایشان در اولین توصیه خود اشاره کردند «علم و پژوهش، دانش، آشکارترین وسیله عزت و قدرت یک کشور و روی دیگر دانایی توانایی است. دنیای غرب به برکت دانش خود بود که توانست برای خود ثروت و نفوذ و قدرت دویست ساله فراهم کند... ما به سوءاستفاده از دانش مانند آنچه غرب کرد توصیه نمی کنیم...» به بیان خود حضرت آقا، شتاب متوسط رشد علم در ایران یازده برابر رشد جهانی است و ایران رتبه شانزدهم در بین دویست کشور را در اختیار دارد و حتی در برخی رشته های حساس و نوپدید در رتبه های نخستین است اما این راه را برای ما فقط یک «آغاز» می دانند. ما نباید مغرور شده و دست از تلاش برداریم. به قول ایشان ما هنوز از قله های علم در جهان بسیار عقبیم چون ما از صفر

شروع کرده ایم. علت این عقب ماندگی شرم آور علمی را هم در دوران پهلوی و قاجار می دانند زمانی که مسابقه علمی جهان شروع شده بود. در دورانی که خوش گذرانی شاهان و دربار دراولویت قرار داشت وجداشدن قسمت هایی از کشور موضوع مهمی نبود، توجه به علم و صنعت که جای خود دارد. آغاز حرکت علمی ما شتاب خوبی داشته اما چند سالی است که ایران در این جایگاه متوقف شده است. ایشان می فرمایند «این شتاب باید سالها با شدت ادامه یابد تا آن عقب افتادگی جبران شود. (به تمام مراکز علمی) گرم، قاطع و جدی در این باره هشدار و فراخوان داده ام ولی اینک مطالبه عمومی من از شما جوانان است که این راه را با احساس مسئولیت بیشتر و همچون یک جهاد در پیش گیرید. سنگ بنای یک «انقلاب علمی» در کشور گذاشته شده و این انقلاب شهیدانی از قبیل شهدای هسته ای نیز داده است. به پاخیزید و دشمن بدخواه و کینه توز را که از جهاد علمی شما به شدت بیمناک است ناکام سازید.» «انقلاب اسلامی پس از نظام سازی، به رکود و خموشی دچار نشده و نمی شود و میان جوشش انقلابی و نظم سیاسی و اجتماعی تضاد و ناسازگاری نمی بیند، بلکه از نظریه ی نظام انقلابی

باعث شده بود مردم شام موقع شهادت امام بگویند: علی (ع) در مسجد چه کار داشته؟ مگر او هم نماز می خوانده؟ «انقلابیون اسلامی بدون سرمشق و تجربه آغاز کردند و ترکیب جمهوریت و اسلامیت و ابزارهای تشکیل و پیشرفت آن، جز با هدایت الهی و قلب نورانی و اندیشه ی بزرگ امام خمینی (ره) به دست نیامد و این نخستین درخشش انقلاب بود.» در نظام سیاسی و نظامی الگوهای داریم که در هیچ کجای کره ی زمین دیده نمی شد و امروز هم کمتر جایی وجود دارد. مثلاً در عرصه سیاسی برای دفاع از مظلومان، منافع خود را به خطر انداخته و با قدرت های زورگو سرشاخ شوند. یا در بحث نظامی گاهی فرماندهان ما جوانانی با رده ی سنی بیست تا سی سال بوده اند. با تجربه ی جنگی کم هم چون ژنرال های نظامی جنگ را اداره کرده و آن سلسله مراتب نظامی که فرد حتماً باید سال های سال آن را سپری کند تا به یک فرمانده تبدیل شود، وجود نداشت. همه ی مجاهدان در راه خدا آرزو داشتند و دارند که در میدان های نبرد به شهادت برسند، در حالی که در جاهای دیگر باید قوانین سختی وضع کنند تا سربازان از میدان نبرد فرار نکنند. البته هنوز هم در برخی از زمینه ها و نظام های کشور الگوی اسلامی وجود ندارد و همان چارچوب کشور های غربی را طی می کنیم. این مطالب تنها شرح مختصری بر مقدمه ی نامه ی رهبر معظم انقلاب در دو صفحه آغازین بیانیه بود. این نامه ظرفیت آن را دارد که اندیشمندان ما درباره آن کتاب ها بنویسند و آن را بیشتر معرفی کنند چرا که یک پدر آگاه و دلسوز نقاط ضعف و قوت و برنامه ی راهبردی پیشرفت کشور را به مردم و به خصوص جوانان بیان کرده است. امیدوارم این متن محرک و مشوقی برای دانشجویان و هم وطنان دغدغه مند، به مطالعه و مباحثه در مورد بیانیه گام دوم انقلاب اسلامی باشد



از مظلومان جهان باعث شده که کشور هایی هم چون افغانستان، آفریقای جنوبی، عراق، سوریه، لبنان، فلسطین، یمن، نیجریه و فرانسه (جلیقه زرد های پاریس) که سال ها منفعلانه و ظلم پذیر با مستکبران برخورد می کردند، اکنون با الهام گرفتن از این انقلاب، نه تنها فعالانه از حقوق خود دفاع می کنند بلکه از کشور های متحد نیز پشتیبانی می کنند و حاضرند در این راه مقاومت داشته باشند. این همان آرمان های فطرت دوست انقلاب است که وجدان های بیدار را به سمت خود می کشاند. «دشمنان انقلاب با انگیزه ای قوی، تحریف و دروغ پردازی درباره ی گذشته و حتی زمان حال را دنبال می کنند و از همه پول و همه ابزارها برای آن بهره می گیرند. رهزان فکر و عقیده و آگاهی بسیاریند، حقیقت را از دشمن و پیاده نظامش نمی توان شنید.» امروز دشمن با صرف هزینه های گزاف در این بخش، به جای سربازانش با رسانه هایش وارد خانه های ما می شود. همانند تبلیغات منفی و ناسزا علیه امیرالمومنین که

تا ابد دفاع می کند.» دقت کرده اید چهل سال است «در دوره ی حساس کنونی» به سر می بریم؟ چون که نظام ما انقلابی است یعنی هر لحظه دنبال روند رو به جلوی خود و دیگر جوامع است، در همین حال دشمنان هم در مسیر آن سنگ اندازی می کنند. منظور از روحیه ی انقلابی را می توان از سخن حاج قاسم سلیمانی در میدان نبرد پس از نابودی داعش متوجه شد. زمانی که خبرنگار پرسید: حاج آقا تموم شد الحمدلله؟ و پاسخ زیبای ایشان: نه هنوز شروعش. به مرحله ی سختش تمام شده. دعا کنید، خدا قبول کنه. «(انقلاب اسلامی ملت ایران) با صراحت و شجاعت در برابر زورگویان و گردن کشان ایستاده و از مظلومان و مستضعفان دفاع کرده است. این جوانمردی و مروت انقلابی، این صداقت و صراحت و اقتدار، این دامنه ی عمل جهانی و منطقه ای در کنار مظلومان جهان، مایه ی سربلندی ایران و ایرانی است و همواره چنین باد» دامنه ی عمل منطقه ای ما و حمایت

دشمن شد ر دو لبه



نویسنده:
زینب جمال پور،
رشته ی بهداشت عمومی

بررسی تأثیر رسانه بر زنان

«زن یکتا موجودی
است که می تواند
از دامن خود، افرادی
به جامعه دهد که از
برکشان نه تنها یک
جامعه، بلکه جامعه ها
به استقامت و
ارزش های والای
انسانی کشیده شود.»

والای انسانی کشیده شود. این سخن خود گویای ارزش ویژه ی زن در امور تربیتی است.

در آخر

استفاده ی درست از رسانه ها می تواند سلامت اجتماعی زنان که قشر عظیمی از جمعیت و مخاطبین رسانه ها را تشکیل می دهند تأمین کند و جامعه ای که زنان سالم و آگاهی داشته باشد، بدون شک موفقیت های زیادی پیش رو خواهد داشت چرا که این زنان در آینده مادرانی خواهند شد که الگوی فرزندان خود هستند و مادرانی که خود راه درست را نمی شناسند و به عنوان یک انسان، خود مسیر سعادت را دنبال نمی کنند، قطعاً فرزندانی که دنباله رو آنان هستند نیز کامل نخواهند شد و شاید بی دلیل نباشد که بگوییم پیشرفت و انحطاط یک جامعه در دست زنان آن جامعه است.

زنان ما بایستی هوشیارتر از قبل عمل کنند، چرا که دشمنان آن ها را به عنوان ارکان اصلی کشور مورد هدف حملات خود قرار داده است و بزرگترین سلاحی که اکنون تجهیز کرده همین رسانه ها هستند. پس باید خود را با افکار و عقاید درست و صحیح مسلح کنند و سپس تمامی پیام های دریافتی از رسانه ها و اطراف را از فیلتر عبور دهند اگر مغایرتی با عقاید آنها نداشت بپذیرند اما اگر مغایرتی در آن دیده شد، بیشتر مطالعه و تحقیق کنند و هیچ چیز را بدون دلیل و منطق صحیح نپذیرند.

که خود گویای اهمیت موضوع تأثیر رسانه بر زنان و سلامت اجتماعی آنان است. زنانی که در نقش های دختر، همسری یا مادری قرار دارند و اثری که از این رسانه ها می گیرند را در تمام نقش های خود به کار خواهند گرفت و این می تواند هم مفید و هم از جنبه هایی بسیار خطرناک باشد.

مفید از آن جهت که بالا بردن علم و آگاهی و فرهنگ زنان یک جامعه به طور صحیح، می تواند باعث انتشار این گونه فرهنگ های درست در جامعه شود چرا که زنان هم قشر زیادی از جامعه را شامل می شوند و هم مادران جامعه و پرورش دهندگان نسل های بعد خواهند بود و بالا بردن علم و فرهنگ آنان می تواند کمک شایانی به بهبود فرهنگ نسل های بعد جامعه کند. اما اگر از زاویه ای دیگر به این قضیه نگاه کنیم همین مورد اگر به طور صحیح صورت نگیرد، در آن صورت است که برخی فرهنگ ها و رفتارها و افکار غلط که در برخی رسانه ها ترویج و به خورد زنان و افراد این جامعه داده می شود، می تواند آثار مخربی را بر جای بگذارد به گونه ای که هم این نسل و هم نسل های بعدی را آلوده به این افکار و فرهنگ های نادرست کند. در سخنی از امام خمینی (ره) آمده است: «زن یکتا موجودی است که می تواند از دامن خود، افرادی به جامعه دهد که از برکشان نه تنها یک جامعه، بلکه جامعه ها به استقامت و ارزش های

پایه و اساس زندگی اجتماعی انسان بر برقراری ارتباط استوار است. تردیدی نیست که بدون ارتباط جوامع انسانی با یکدیگر، نه فرهنگ و تمدنی شکل خواهد گرفت و نه بنیان هایی همچون خانواده، شهر، روستا و... اما برقراری ارتباط به خودی خود شکل نمی گیرد و نیازمند ابزاری است که این فرآیند را تسهیل کند. رسانه را ابزار ارتباط می گویند. در تعریف رسانه آمده است که: رسانه ابزاری است که فرستنده به کمک آن معنا و مفهوم مورد نظر خود (پیام) را به گیرنده ارسال می کند؛ کتاب، مجله، روزنامه، تلویزیون، رادیو، نوارهای صوتی و تصویری، ماهواره و... همه نمونه هایی از رسانه هستند. می توان از رسانه به عنوان ابزاری بسیار تأثیر گذار در زمینه های مختلف همچون علم و فرهنگ و... یاد کرد.

از جمله دلایلی که افراد از رسانه ها استفاده می کنند می توان به سرگرمی و تفریح، آگاهی و علم از جهان، ارتباط اجتماعی و مقایسه ی تجربه و دیدگاه خود با تجارب و دیدگاه های افرادی که در رسانه ظاهر می شوند، اشاره کرد. در این حین شاید بتوان گفت که تلویزیون و اخیراً ماهواره ها به نسبت دیگر رسانه ها، سهم بیشتری از مخاطبین را به خود اختصاص داده اند و همان طور که می دانید سهم کثیری از این مخاطبین را زنان تشکیل می دهند. تمام مواردی که گفته شد در کنار هم پازلی را می سازند

امن در جایگاه خ

مدتی در فکر فرو رفته بودم. در بحر تفکر تلاش می کردم تا برای مسائل پیش آمده در جامعه دلیلی پیدا کنم! به این فکر می کردم که چه طور کسی می تواند بی تفاوت باشد، یا در برخورد با مسائل مختلف بگوید «به من چه!».

از خط عابر پیاده که عبور می کردم، از همه می شنیدم که: حق با عابر پیاده است! زمانی که با خودرو به جایی می رفتیم، راننده حق را به خودش می داد!! انگار همه قاضی بودند و قانون گذار! موقع ورود به دانشکده، اکثر دانشجویان در حال مشغول کردن خودشان به کاری غیر از وظیفه شان بودند!

وقتی رئیس دانشگاه برای رفع سوء تفاهم های شایعه شده در جامعه ی دانشگاه، به سخنرانی می پرداخت، به آن دسته از دوستانم که هرازگاهی از نحوه اداره نقد می کردند مژده چنین فرصتی را می دادم، اما متوجه می شدم که آن روز بلیط سینما نیم بهاست، یا هوا گرم است و ترجیح می دهند به درس خواندن زیر باد مفرح کولر اوقات بگذرانند. به همین دلیل بود که در فکر بودم...

چطور می شود یک عضو جامعه، از اهمیت این مسئولیت ناآگاه باشد، درحالی که از جمله افراد با سواد جامعه محسوب می شود و طبق معمول هرکس که بیشتر به مسئولیت هایش بی توجهی کند، و موقع بازخواست بگوید که ((به کسی ربطی ندارد)) فرد جذاب تری است

و تفکرش طرفدار بیشتری دارد.

اینجا دانشگاه است، برتر از اکثر جوامع، افراد دارای تفکر اند، و چیزی که جلب توجه می کند جوان بودن اعضای این جامعه است...

فراموش نمی کنم سال ها دانشجویان دغدغه مند، چه اثر مفیدی بر مسیر حرکت کشور گذاشتند، اما در همه ی این زمان ها، افرادی بودند که از نبود آزادی می نالیدند، یا می گفتند که اینجا نمی شود ادامه داد، و دیدیم که می شود یا نمی شود.

اگر هر کدام از ما بخواهیم هدف مان را بر اساس القای رسانه ها انتخاب کنیم، یا مثل زمان کنکور که با القای والدین هدف انتخاب می کردیم، امروز هم تحت تاثیر تفکر قشر اطرافیان یا دیگران باشیم، کسی دیگر نمی تواند سخن از استقلال بگوید، دیگر دانشجویی نمی ماند، و باز هم جوانی هایی که به هدر می رود. البته شاید بگویید «به من چه»، اما باید اضافه کنم که اگر به شما و من ربطی نداشته باشد، پس به چه کسی مربوط است؟

در مقیاس جهانی بگوییم؛ کسانی که ما را تحریم می کنند می گویند ما با رژیم ایران مشکل داریم که تحریم می کنیم، اما کدام آدم عاقل نمی داند که مردم ایران که به ظاهر دوست آن ها هستند، خطاب اصلی این تحریم ها هستند؟ و کیست که نداند سرنوشتمان به دست خودمان بوده و خواهد بود.

اما مسئولیت ما چیست؟ مسئولیت ما بی تفاوت نبودن است، خشک نبودن است، ظاهر بین نبودن است، نگاه کردن به سخن گوینده است نه فردی که صحبت می کند. مثلاً در این تنگنای اقتصادی می توانیم جلوی رشد قارچ گونه ی فروشگاه های زنجیره ای را بگیریم، یا کسانی که احتکار می کنند را به مأمور قانون معرفی کنیم. آنقدری که می توانم مضرات ساده بودن در این امر خطر را برایتان بشمارم، مهلت کوتاه عمر مجال نمی دهد، اما همین که به محض توجه ما به هدف و مسئولیتمان در قبال خود و دیگران نتایج شگفت انگیزی مشاهده می کنیم، یعنی هدر دادن وقت حماقت است.

صرف مسئولیت پذیری کافی نیست اما شرط لازم است و در واقع قدم اول به سمت گریز از سختی هاست، و پرواضح است که کمترین هماهنگی انسان ها در انجام وظایف-که عمدتاً به آن واقف نیستیم باعث شده که اکنون حرفی در این باره، برای گفتن داشته باشیم. اگر کمی پیگیر شویم، متوجه می شویم که با سکوت، چه حقوقی را از افرادی که اصطلاحاً به کار کسی کار نداشته اند، ضایع شده است اما حالا همه ی تقصیرات را به گردن دیگران می اندازند. از زمان یزدگرد گرفته تا همین امسال می توانید با افرادی بی مسئولیتی آشنا شوید که جایگاه داشته اند، اما قدر دان آن

نویسنده:
علی زین الصالحین،
رشته داروسازی

ودم

نبودند.

از اولین سختی های مقابل ما نیز همین است، که اگر بیدار شویم و آماده به کار، تازه باید حرص بی توجهی دیگران را بخوریم، و باز همان تاثیر متقابل و کنش و واکنش هایی که قابل درک اند! ولی کیست که از وضع موجود راضی باشد؟ یعنی رسیدن به ایده آل کی محقق می شود؟ و اصلاً ایده آل چیست و چگونه بدست می آید؟

شاید ایده آل این باشد که همه به خوبی و خوشی در کمال امکانات و رفاه بتوانند

زندگی کنند و چرخ هیچ کاری از چرخش نایستد، اما برای رسیدن به ایده آل، باید از جایی شروع کرد! و آنجا و آن کس که باید شروع کند خود ماییم! ما خود را دست کم گرفته ایم و جایگاه خودمان را نمی شناسیم و الا هرگز به نارضایتی نزدیک نمی شدیم! حداقل از تلاش خودمان اطمینان داشتیم که کم کاری نکرده ایم!

چطور در یک جعبه دنده، چرخ دنده های کوچک کاری را شروع می کنند و اجزای بزرگ تر را به کار و می دارند و یک اتومبیل یک ثنی را به حرکت می اندازند و اگر بدانید زمانی که اولین جعبه دنده کار کرد، سازنده ی آن چه احساس بالندگی ای داشته است! آخر این کار هرکسی نیست و چنین تفکر راهبردی را عملی کردن واقعاً کار بزرگیست.

حالا راهکار ما نیز همین است، چرا که از کوچک ترین و کم اهمیت ترین کارها شروع کردن، می تواند منجر به منظم شدن ذهن و به تحرک و داشتن دیگران شود، که البته مقصود هم همین است. پس زمانی که ما برای آموختن به خودمان از فهمیدن کوچک ترین نقش مان و عمل به آن شروع کنیم، بالمره می توانیم اثرات آن را ببینیم و پس از مدتی کنترل اثر بخشی به کارهایمان را بدست بگیریم.

اگر عده ای می گویند نمی توانیم، نباید زیاد دورو بر آنها گشت، زیرا به اندازه ی ای که ایشان به خود ضربه می زند می توانند به اطرافیان شان هم ضربه بزنند و باعث سرخوردگی آنها شوند.

البته منظور، زدن عینک خوش بینی یا بد بینی نیست بلکه واقع بینی و اعتماد به نفس داشتن رأس منظور را جهت می دهد. پس برای کذب و انگیزه دادن اینجا نمی نویسیم بلکه برای یادآوری روش کار مؤثر است. میزان اثر خود شناسی و مسئولیت پذیری را هم می توانید در تاریخ ببینید، همین پادشاه قاجار اگر به نقش خودش واقف بود، صد سال پیش، اکثر جمعیت ایران بدلیل قحطی مصنوعی از دست نمی رفتند!

یا در سال آخر سلطنت رضا شاه پهلوی، که بیست سال ارتش را تقویت می کرد، کشور ایران هشتاد و چهار ساعته اشغال نمی شد! آخر نتیجه قبول وظیفه را در هشت سال دفاع مقدس دیدیم! آن زمان که بنی صدر زمین می داد تا زمان بخرد، حسن باقری شکوفا شد و گفت کار شما اشتباه است، و باعث شد ورق جنگ تحمیلی برگردد و مثال های دیگر، به همین علت است که رهبر انقلاب می فرمایند: «در جمهوری اسلامی هر جا که قرار گرفته اید همانجا را مرکز دنیا بدانید و آگاه باشید که همه ی کارها به شما متوجه است.»





بحران سلبریتی‌ها

نویسنده:
عیسی خلیل مقدم،
رشته‌ی پرستاری



برای مشاهده
شعر خوانی
طنز درباره
سلبریتی‌ها
اسکن کنید.

یک روزی بتواند مثل رونالدو بخشی از مال خود را صرف خیریه و یا بچه های مظلوم فلسطین کند. برخی هم از امامان و ائمه معصومین الگو می گیرند و رفتار، کردار، گفتار و... خود را مطابق با دستور و احادیث ایشان انجام می دهند. به فرض مثال شخصی که امام علی(ع) را الگوی خود قرار می دهد سعی می کند در خفا به فقرا کمک کند، با فقرا سربیک سفره بنشیند، به نماز هایش اهمیت بدهد و حتی امر به معروف و نهی از منکر را سرلوحه کارهای خود قرار دهد. شخصی که از فلان بازیگر هالیوود یا بالیوود الگو می گیرد شاید سعی کند مثل او فلان مدل مو و فلان آرایش را داشته باشد و شاید هم بارها عمل جراحی پلاستیک و زیبایی انجام دهد تا بتواند چهره ای تقریباً شبیه به او داشته باشد. این الگوها همه با توجه به علایق و سلیقه های فرد انتخاب می شوند.

خود را به شخص الگو شده نزدیک کند و مثل او در جامعه نقش ایفا کند. این الگو ممکن است در قید حیات باشد و یا هم ممکن است سال ها و یا حتی قرن ها پیش زندگی کرده اما تفکراتش نسل به نسل و سینه به سینه منتقل شده و هنوز در جامعه انسانی قرن ۲۱ هم طرفدارانی داشته باشد. برخی افراد امروزه از نویسندگانی مثل نیچه، چگوارا، صادق هدایت و... الگو می گیرند و بیشتر وقت خود را برای مطالعه کتاب های این افراد صرف می کنند و سعی می کنند مثل آن ها فکر و زندگی کنند. بعضی افراد از فوتبالیست هایی مثل رونالدو، مسی و یا پیه الگو می گیرند. کسی که از رونالدو الگو می گیرد عادت دارد که هنگام بازی وقتی پشت ضربه آزاد می ایستد، ژست کریس را بگیرد و یا گاهی اوقات به سرش می زند که آنقدر در فوتبال پیشرفت کند که

اگر دقت کرده باشیم و بیشتر به اطرافیان، دوستان و مردم یک جامعه توجه کنیم، اصلاً چرا فاصله دور برویم اگر به خودمان و رفتار و کردار و... خودمان توجه کنیم، متوجه خواهیم شد که همگی خودآگاه یا ناخودآگاه بعضی از کارهایمان را با تقلید از دیگرانی که در دلمان جا باز کرده اند انجام می دهیم. مردم متناسب با علایق و سلیقه هایی که دارند، سعی می کنند شخصی را الگوی خویش قرار دهند و از این الگو در رفتار، گفتار، کردار، نشست و برخاست های خود پیروی می کنند و تا جایی که ممکن باشد خود را به شخص الگو شده نزدیک می کنند. حتی سعی می کنند تفکرات و ذهنیات خود را با آن فرد مطابقت دهند و یا در جهت تفکرات آن شخص تغییر دهند. مثلاً فردی سعی می کند نوع مدل مو، نحوه ی صحبت کردن، نوع پوشش و حتی طرز تفکر

فقط یک اطلاعات ناقص و محدود دارد به اعتبار پول و ثروت، حرفش بیشتر از یک متخصص قلب با سال ها مطالعه و پژوهش مورد پذیرش است. به دو نکته باید توجه کرد اول اینکه شخص تاجر در حیطه غیر تخصصی خود نظر می دهد و دوم و بدتر از آن، این است که خانواده بدون تفکر و تعقل حرف تاجر را بر حرف متخصص قلب ترجیح می دهند.

حالا به چند مثال واقعی توجه کنید: یکی از بازیگران سینما و صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران در یک کلیپ جدید صحبت هایی در مورد استفاده از آمپول نالوکسان به شرح زیر بیان می دارد:

خانم X در کلیپی به خانواده های مصرف کنندگان مواد توصیه کرد از این دارو برای بیمارانی که دچار آوردوز شده اند، استفاده کنند تا کسی به خاطر بیش مصرفی مواد، جانش را از دست ندهد. بعد از انتشار این کلیپ، سازمان غذا و دارو نسبت به این اظهار نظر واکنش تندی نشان داد. دکتر کیانوش جهانپور، سخنگوی سازمان غذا و دارو گفت که نالوکسان دارویی است که کاملاً باید با تجویز پزشک تهیه شود و هیچ داروخانه ای حق ندارد بدون نسخه پزشک این دارو را در اختیار افراد قرار دهد. این دارویی است که در اورژانس پیش بیمارستانی، اورژانس بیمارستانی، اتاق عمل و ریکاوری های اتاق عمل با تجویز پزشک و تحت نظر افراد آموزش دیده و متخصص و تحت مانیتورینگ استفاده می شود.

تحصیلات این خانم که به راحتی در رسانه درمورد تزریق و نحوه استفاده از آمپول نالوکسان صحبت می کند، دیپلم است و به مدت چهار سال هم دوره های بازیگری گذرانده است. دقیقاً مصداق عبارتی است که می گویند: «تو معروف باش، هرچه می خواهی بگو.»

سعی می کنند با سو استفاده از اعتبار و محبوبیت خود در همه مسائل جامعه از جمله مسائل سیاسی، اجتماعی، دینی، ورزشی، فرهنگی، اقتصادی و... دخالت کنند و خود را صاحب نظر بدانند. به قول جلال آل احمد: «عالم به کل خفایای عالم اند.»

ما هرگز منکر توانایی های فوق العاده آن ها در موسیقی، فوتبال و شعرو... نیستیم، اما این توانایی ها دلیل بر دخالت بی برو برگرد آن ها در مسائلی که در حیطه و تخصص آن ها نیست، نمی شود. به مثال ساختگی زیر توجه کنید بعد از آن چند نمونه مثال واقعی را بیان می کنیم:

«مردی ۴۲ ساله حین کار در زمین های کشاورزی ناگهان دچار درد شدید قفسه سینه می شود. فوری با اورژانس تماس گرفته می شود و به بیمارستان تخصصی قلب فرستاده می شود. طی بررسی ها و معایناتی که دکتر متخصص قلب انجام می دهد متوجه گرفتگی عروق قلب می شود. از خانواده می خواهد که رضایت بدهند تا آنژیوگرافی انجام شود و در صورت لزوم استنت گذاشته یا عمل قلب باز انجام دهند. خانواده چون آشنایی ندارند با یکی از اقوام که تاجر پوشاک بین کشورهای عربی و ترکیه است تماس می گیرند و جریان را تعریف می کنند. آقای تاجر به خاطر پول و ثروت و حتی شهرتی که دارد باعث شده مردم محله سنگش را به سینه بزنند و بله قربان گوی او باشند. آقای تاجر که مدرک دیپلم دارد می گوید: «نه لازم به انجام آنژیو نیست، مرخصش کنید و در خانه قرص آسپرین و وارفارین بهش بدین خوب میشه ان شاء الله.» خانواده به عمل جراحی رضایت نمی دهد و بیمار را مرخص می کند و بعد از مدتی بیمار بر اثر سکته قلبی فوت می کند.» در مثال بالا شخص تاجر که مدرک دیپلم دارد و در زمینه بیماری های قلبی

این الگو برداری در طول تاریخ بشریت کم و بیش وجود داشته است. در چند سال اخیر بعضی افراد در زمینه های مختلف مثل فوتبال، بازیگری، خوانندگی، موسیقی، دانش و اندیشه و... خود را بین مردم و در دل آن ها جا کرده اند و برخی افراد آن ها را با علاقه ای که داشتند الگوی خود قرار دادند. این افراد امروزه در میان مردم با اصطلاح سلبریتی (Celebrity) شناخته می شوند. سلبریتی هایی که با هنر و توانایی های خود کم کم در دل مردم رخنه کردند و بعد از به دست آوردن شهرت در حوزه فعالیت و هنر خودشان به دنبال دست یافتن به شهرتی بیشتر هستند.

خیلی کوتاه و جمع بندی شده سلبریتی را این گونه تعریف می کنیم: سلبریتی واژه ای است که معمولاً برای افراد معروف به کار می رود. افرادی که طرفداران زیادی دارند. این افراد می توانند فوتبالیست، خواننده، بازیگر و... باشند.

اما از دیدگاه جامعه شناسی سلبریتی چهره ای جذاب و شناخته شده است که با اتکا به ویژگی ها، توانمندی ها و خصوصیات خاص خودش و یا حتی بر مبنای یک حادثه اجتماعی مورد توجه خاص رسانه ای قرار گرفته است و یا به موفقیت هایی در عرصه های مختلف از جمله ورزش، هنر، موسیقی، دانش و اندیشه و... دست پیدا کرده و از همه لحاظ مورد توجه مردم است. شخصیت هایی کاریزماتیک که از قدیم الایام در جامعه وجود داشته اند و تأثیرشان بر سبک زندگی انسان های یک جامعه غیر قابل انکار است.

اشاره کردیم که سلبریتی ها باتوجه به توانایی فوق العاده ای که در رشته و حرفه خود دارند، بین مردم محبوب شده اند و برخی از آن ها الگو می گیرند. امروزه برخی از این سلبریتی ها

در ماجرای سه هفته اخیر در روز تاسوعای ۹۸ ماجرای اتفاقی افتاد که بستر را برای ایجاد موج جدیدی توسط سلبریتی ها و موج سواری برای برخی مردم فراهم کرد. ماجرای که اکثراً آن را شنیده اید و نظرات مختلف در باره آن را شنیده اید؛ ماجرای دختر آبی.

دختری که هنگام ورود غیر قانونی به ورزشگاه توسط نیروی انتظامی شناسایی شده و بعد از هشدار پلیس به او، شروع به فحاشی و بی احترامی به پلیس می کند و برای او پرونده تشکیل می شود. این دختر برای صدور حکم به دادگستری مراجعه می کند اما در زمان مراجعه دادگستر حضور ندارد. هنگام خروج از دادگستری شخصی به دختر می گوید که حکم بی احترامی و فحاشی به پلیس ۶ ماه حبس است. دختری بی قرار شده و با توجه به گفته های پدرش که بیان کردند بیماری روانی و سابقه خودکشی داشته، دست به خودکشی می زند و خودش را می سوزاند. به علت سوختگی حدود ۹۰ درصد و درجه سه فوت می کند.

این ماجرا در فضای حقیقی و مجازی شاخ و برگ داده شد و به قولی یک کلاغ و چهل کلاغ شد و مردم سوار بر موج شایعات، آن را پخش می کردند. بستر برای برخی سلبریتی های «همه کاره و هیچ کاره» فراهم شده بود و شروع به نظر دادن و متشنج کردن فضا کردند. به گونه ای این ماجرا را بزرگ کرده و توجه مردم رو به خود جلب کرده بودند که اکثر مردم ذهنشان درگیر ماجرای دختر آبی شده بود و توجهات از روی تاسوعا و تبلیغات هدف قیام امام حسین (ع) برداشته شد.

برخی واکنشات سلبریتی ها به این ماجرا:

- تو میمانی و وجدانت، سحر هم مُرد...

- دختری با قلبی آبی در آتش عشق

سوخت، پرکشید، پرکشید درحسرت ورزشگاه و...

- به جای گریه کردن برای امام حسین عرب که ۱۴۰۰ سال پیش بود برای سحر ایرانی گریه کنیم.

- میگویند انسانیت هست... اما به خون خود حسین که نیست... اعتراض داریم به سرتا پای قانون...

- زنان سرزمین ما خیلی وقت ها، خیلی مُردن...

- روزی نام یکی از ورزشگاه های بزرگ پایتخت دختر آبی خواهد بود، روزی که حتی اگر ما نباشیم نسل بعد به یاد خواهند آورد برای رسیدن به بدیهی ترین حقوق انسانیمان چه مسیر سختی را پشت سر گذاشتیم...

-

اگر به کامنت های سلبریتی های «عالم به خفایای عالم» نگاه کنیم متوجه می شویم که اولاً در حیطه غیر تخصصی خودشان یعنی در حیطه های سیاسی و قانونی نظر داده و آن را با دلسوزی و حس ترحم به گوش مردم می رسانند. دوماً آن ها خیلی مرموزانه در متن کامنت هایشان به عقاید مردم، دین مردم، ارزش زن و... حمله می کنند. به گونه ای که متن ظاهراً حس ترحم دارد اما باطناً بر ناخودآگاه افراد تأثیر کرده و عقاید آن ها را تحت تأثیر قرار می دهد.

حال جالب اینجاست، با اینکه پدر سحر خدایاری و خواهر و چند نفر از دوستانش حقیقت مطلب و موضوع را مطرح کردند و در رسانه ها مصاحبه کردند، باز هم سلبریتی ها و ارباب هایشان (رسانه های معاند) عقب نشینی نکردند تا حرف خود را به کرسی بنشانند و اینطور جلوه دهند که در هر صورت حق با آن هاست. متأسفانه خیلی از مردم ما هم با اینکه مدارکی علیه ادعای سلبریتی ها وجود دارد، بر حرف آن ها پافشاری می کنند و گوش خود را بر حقانیت ماجرا می بندند.

چطور می شود با این افراد مبارزه کرد؟ باید شایسته سالاری سرلوحه زندگی افراد قرار بگیرد. شایستگی در لغت یعنی داشتن توانایی، مهارت، دانش، لیاقت و صلاحیت است. اگر سعی کنیم الگوی خود را طبق شایستگی افراد فقط در زمینه خودش انتخاب کنیم بیشتر مشکلات حل می شوند.

یک جمله وجود دارد که می گوید: «انسان های عاقل همه چیز را نمی دانند اما احمق ها همه چیز را می دانند.» توجه کنید یک دانشمند که در زمینه بافت شناسی تخصص فوق العاده ای دارد و در رشته خودش زبان زد عام و خاص است هرگز به خودش اجازه نمی دهد در کار های یک دانشمند هسته ای یا فیزیکی دخالت کند. با اینکه سطح سواد بالایی هم دارد اما ترجیح می دهد در تخصص خود پژوهش و تحقیق کند و مسائل فیزیکی را به دانشمندان خودش بسپارد، یا یک عالم دینی با اینکه در زمینه تفسیر و استخراج روایات و احادیث خبره و ماهر است اما در زمینه هواشناسی بیانییه صادر نمی کند. پس با این گفته ها باید بدانیم که هر فردی حتی فوتبالیست و یا بازیگر و... (حتی خود ما)، حق و اجازه نظر دادن در زمینه هایی که تخصصی در آن ندارد از جمله سیاسی، فرهنگی، اجتماعی و... را نخواهد داشت. باید هرکسی در جایگاه خودش سعی کند بهترین باشد تا به شهرت برسد نه اینکه برای رسیدن به شهرت از اعتماد مردم سوء استفاده کند. مقدم داشتن فرومایگان و عقب راندن شایستگان نیمی از چرایی زوال و انحطاط جوامع از نگاه امام علی (ع) است. حال باید پرسید در شرایطی که قرار نگرفتن افراد در جای خود یکی از مشکلات جدی کشور ماست، آیا شما در جای خودتان هستید؟؟ و اگر نه، چرا؟؟

بابی برای خانه ملت

نویسنده:
مهرداد میرزاخانی،
رشته‌ی تغذیه

راهکارهایی برای داشتن مجلس سازنده

جای تعجب دارد که در دنیای پیشرفته امروز، هنوز بعضی‌ها قبیله‌ای برخورد می‌کنند!

به عبارت دیگر اصلاً مهم نیست چه کاری انجام داده اید اگر اصلاح طلب باشید، در کار شما نشانه‌هایی از نفوذ غربی‌ها، جاسوسی و... وجود دارد و اگر شما اصولگرا باشید کار شما موجب عقب ماندگی، تحجر و برگشت به گذشته می‌شود.

به غیر از این دو گروه هم که فرصتی نمی‌دهند مگر مواردی که از زیر دستشان در می‌رود.

جملات بالا فقط یک شایعه بود ولی با توجه به نزدیکی انتخابات خانه ملت، باب‌های مختلفی برای انتخاب فرد شایسته مطرح می‌شود.

باب خرد جمعی؛ نیازی به انتخاب افراد شایسته نمی‌بیند و می‌گوید حتی برای تصمیم‌گیری در مسائل عمومی و تخصصی می‌توان از خرد جمعی استفاده کرد، زیرا نظرات جمعی اگر در کنار هم قرار بگیرد مانند یک پازل عیب‌های هم را می‌پوشاند؛ آزمایش‌ها و فیلم‌های متعددی در این باره با ما نشان می‌دهند، اما توجه نمی‌کنند که در تمامی این فیلم‌ها و پژوهش‌ها، حداقل دو پیش‌فرض وجود دارد که اولاً این افراد حداقل اطلاعات برای اظهار نظر پیرامون آن مشکل را دارند و ثانیاً صورت مسئله برای آن‌ها مشخص است و نیاز به تفسیر یا رفع ابهام ندارد.

در حالی که در دنیای واقعی مردم زمان کافی برای کسب اطلاعات در تمامی زمینه‌ها را ندارند و مسائل آنقدر پیچیده و مبهم است که فهمیدن خود مسئله، به عنوان نیمی از جواب حساب می‌گردد، مانند مسائل پزشکی، مهندسی و قضایی. باب دوقطبی؛ مربوط است به افرادی که دو گروه در جامعه تشکیل می‌دهند، بعد از این گروه‌ها به جان یک دیگر می‌افتند و هر گروهی که بیشتر رقیبش را تخریب کند، به عنوان گروه شایسته معرفی می‌شود.

امتیازی که این روش دارد این است که این گروه‌ها نظارت زیادی روی اعمالشان دارند و سعی می‌کنند بهانه به دست گروه مقابل ندهند، به همین منظور سعی می‌کنند بهترین فرد داخل گروه به عنوان کاندید معرفی شود.

همچنین در داخل این گروه‌ها برای مسائل مختلف مشورت می‌شود اما این باب به روی همه افراد جامعه باز نیست. مشکل اصلی این است که تلاشی برای اصلاح خود و دیدن عیب‌های گروه نمی‌شود و دائماً تمرکز روی رقیبشان دارند و در بعضی موارد بعد از عضویت در این گروه باید منافع این افراد را تامین کنید حتی اگر برخلاف منافع جامعه باشد.

باب گفت و گو؛ مربوط می‌شود به افرادی که معتقد هستند مصاحبه با معیارهای صحیح برای تشخیص فرد شایسته کافی است یعنی می‌گویند اگر شما در این مصاحبه موفق شدید؛ شخص شایسته‌ای خواهید بود.

با اینکه این باب به روی همه مردم باز است و با سرعت بیشتری می‌توان فرد شایسته را انتخاب کرد؛ اما مانند باب قبلی زمینه را برای ظاهر سازی فراهم می‌کند، بعضی از افراد برگزیده مانند شمر رزومه قوی‌ای دارند اما بعد از یکسری اتفاقات تغییر رویکرد می‌دهند یا خیلی از افراد قدرت بیان قوی و عملکردی ضعیف دارند.

رایج‌ترین هودهای قرن اخیر از فقیر می‌دزدند و به فقیر دیگری می‌دهند و حتی منت می‌گذارند که ما می‌توانستیم از فقیر بدزدیم و به ثروتمند بدهیم انگار نه انگار که دزدی آنها یک انسان را به خاک سیاه کشیده است.

آن‌ها در کارنامه خود می‌نویسند؛ بخشیدیم اما نمی‌نویسند به چه قیمتی؟!

سوالاتی که می‌توان از شما پرسید این است که با این همه چالش، چگونه یک فرد را برای یک مسئولیت انتخاب می‌کنید؟ یا چگونه می‌فهمید که فلان شخص لایق فلان جایگاه است؟ مسئولیت پذیر بودنش مهم است یا تخصص‌اش؟!

به نقل از بولتن نیوز در سال ۵۸ منظره‌ای بین مهندس بازگان و شهید بهشتی در صدا و سیما پیرامون این موضوع برگزار شد، ما با چهار نقل قول سعی می‌کنیم که ابعاد مختلفی از این موضوع را بررسی کنیم:

وبسایت فکری، متخصص را فردی معرفی می‌

کند که در حوزه خاصی به مهارت کافی رسیده است و می‌تواند شرایط مشتری خودش را آنالیز کند و برای رسیدن به هدف یا رفع مشکل راهکار مشخصی ارائه دهد.

زهره قربانی کارشناس ارشد روانشناسی دانشگاه علم و صنعت، می‌گوید: مسئولیت‌پذیری یعنی قابلیت پذیرش، پاسخگویی و به عهده گرفتن کاری که از کسی درخواست می‌شود و شخص حق دارد که آن را بپذیرد یا رد کند.

هم چنین در مورد «پذیرش مسئولیت در اسلام» از شهید چمران سؤال کردند: آقای دکتر تقوا بالاتر است یا تخصص؟ شهید چمران فرمودند: تقوا بالاتر است! ولی اگر کسی تخصص کاری را نداشته باشد و منصبی را قبول کند قطعاً انسان «بی‌تقوایی» است!.

امام صادق علیه السلام در بحار الأنوار، ج ۷، ص ۲۳۵ فرمودند:

كُلُّ ذِي صَنَاعَةٍ مُضْطَرٌّ إِلَى ثَلَاثِ خِصَالٍ يَخْتَلِبُ بَهَا الْكَسْبُ: وَ هُوَ أَنْ يَكُونَ حَاقِقًا يَعْلَمُ مَوْدِيًّا لِلْأَمَانَةِ فِيهِ، مُسْتَمِيلًا لِمَنْ اسْتَعْمَلَهُ، هَرَاهِلَ فَنِيٍّ لِلْمُوفَقِيَّةِ فِي كَسْبِ وَ كَارِ خُودِ (که کارش بگیرد) به سه مطلب نیازمند است: ۱- تخصص و باهوشی در فن و حرفه مورد نظر ۲- امین باشد و در کار و مال مردم، امانت و درستی را حفظ کند ۳- با کارفرما و صاحب کار، خوش برخورد و خوش قلب باشد.

نگارنده معتقد است برای ورود به خانه ملت می‌توان از هر سه باب استفاده کرد، به بیان دیگر اول رزومه فرد را می‌بینیم و گفت و گوهای آن را می‌شنویم، دوم در فضای مناظره، نظر مخالف او را گوش می‌دهیم و سپس با خرد جمعی فرد مورد نظر را انتخاب می‌کنیم اما همانظوری که گفته شد، مشکلاتی وجود دارد که ثابت می‌کند خانه ملت نیاز به یک دوربین مدار بسته دارد، دوربینی که تمام مردم بتوانند حقایق را ببینند و بعد از انتخاب فرد شایسته، بر عملکرد نمایندگانشان نظارت دقیق داشته باشند، بدون نظارت این خانه شفافیتش را از دست می‌دهد و بعضی‌ها می‌آیند و از آب گل آلود ماهی می‌گیرند.



بین

نویسنده:
فاطمه کردزنگنه
رشته بهداشت عمومی

احتمالاً بارها و بارها با این جمله مواجه شده اید و کاملاً از این موضوع آگاه هستید که خداوند همیشه و در همه حال ما را می بیند آن وقتی که قلم به دست می گیرید بدانید که در محضر خدا، قلم دست گرفته اید. آن وقتی که می خواهید تکلم کنید بدانید که زبان شما، قلب شما، چشم شما، گوش شما در محضر خداست. آن وقت که به چیزی فکر می کنید، آن زمان که قصد انجام کاری را دارید و همه و همه، خدا آنجاست.

ولی ما چه هنگام حضور او را بیشتر حس می کنیم؟ آیا تنها در سختی ها و مشکلات یا در همه زمان ها؟ گاه چنان غرق در دنیا و روزمرگی هایش می شویم و در چرخه عبث غفلت، گیر می کنیم که حتی وجود خود را از یاد می بریم. چون ماشینی تنظیم شده هر روز کارهای مشخص شده خاصی را انجام می دهیم و عمر ما در تکرار مکررات هر روزه می گذرد صفحه ضمیر ما را نیز چون شهرمان دود گرفته است و همه چیز در ناپیدایی است و سرگردانی بیداد می کند.

دل انسان ارتباطی عمیق با آفریننده ی خود دارد و هنگامی که به عمق دل خود توجه نمایید چنین رابطه ای را

خواهد یافت؛ ولی اکثر مردم مخصوصاً در اوقات عادی زندگی که سرگرم امور دنیا هستند توجهی به این رابطه ی قلبی ندارند و تنها هنگامی که امیدشان از همه ی اسباب قطع می گردد، به این رابطه ی قلبی توجه می کنند.

اگر به خودمان نگاه کنیم و به کارهایمان نظر بیاندازیم می بینیم همیشه یادمان می رود که خداوند در حال تماشای ماست پس خیلی راحت غیبت می کنیم، خیلی راحت دروغ می گوئیم، پارتی بازی می کنیم، قوانین را زیر پا می گذاریم و هر گناه و عمل خلافی را در هر زمینه ای که فکرش را کنید به راحتی انجام می دهیم تصور کنید مهمانی داشته باشیم که با او رودربایستی داریم در حضورش هیچ کاری را که خلاف باشد، نمی توانیم انجام دهیم.

گویا می ترسیم آبرویمان برود، پس چرا بعضی وقت ها نمی ترسیم که آبرویمان پیش خدا برود؟! خداوند متعال در آیه ۱۴ سوره علق می

فرماید:

« أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى »

« آیا او (انسان) نمی داند که خداوند

همه اعمالش را می بیند؟ »

با توجه به این آیه می توان فهمید که

توجه به این واقعیت که هر کاری را انسان انجام می دهد در پیشگاه خدا است و اصولاً (تمام عالم هستی محضر خدا است) و چیزی از اعمال و حتی نیات آدمی از او پنهان نیست، می تواند روی برنامه زندگی انسان اثر زیادی بگذارد و او را از خلافتکاری ها باز دارد. مشروط بر این که ایمان به این مطلب واقعاً در دل او جای گیرد و به صورت یک باور قطعی در آید.

خداوند متعال در آیه ۱۶ سوره ق می فرماید:

« و لقد خلقنا الانسان و نعلم ما توسوس به نفسه و نحن اقرب اليه من حبل الوريد »

« و ما انسان را خلق کرده ایم و از وسوس (وسوسه ها) و اندیشه های نفس او کاملاً آگاهیم که از رگ گردن او به او نزدیک تریم. »

منظور این است که وقتی خداوند از خطاهای قلبی انسان و وسوسه های زودگذری که از فکر آنها می گذرد آگاه است، مسلماً از تمام عقائد و اعمال و گفتار آنها با خبر می باشد و حساب همه را برای روز حساب نگه می دارد.

در ادامه آیه می فرماید ما به او از رگ قلبش (یا گردنش) نیز نزدیک تریم. چه تعبیر جالب و تکان دهنده ای، حیات



عالم محضر خداست در محضر خدا معصیت نکنید!

هیاهویی؛ تویی و خالق یکتا... هر گنج سعادت که خدا داد به حافظ از یمن دعای شب و ورد سحری بود همه این ها باعث می شود بیشتر به عظمت خداوند پی ببریم و در نتیجه حضور همیشگی او را حس خواهیم کرد. پس اگر از قیل و قال دنیا و مشکلاتش به تنگ آمده ای لازم نیست دنبال واسطه بگردی تا تو را به حضور بپذیرد او همیشه با تو است. صدایش بزنی و بگو که دلتنگش هستی، هر چه از خوب و بد داری عرضه دار و به او واگذار و یقین کن که خدای بزرگ متعال همان که مهربان ترین است بیشتر از خود تو مشتاق این بازگشت بوده است خدا همین قدر نزدیک است نگران هیچ چیز نباش.

کسی که می داند خدا او را می بیند و زیر نظر خدا کارش را انجام می دهد نه ناامید می شود، نه شکست برایش معنی دارد، نه خستگی، نه پشیمانی، و نه... راستی! وقتی به ما بگویند «می دانی خدا همه چیز را می بیند»، با خود می گوییم «چه خوب؟» یا می گوییم «چه بد؟»

این سوال محک خوبی است که بفهمیم آدم خوبی هستیم یا نیاز به اصلاح داریم!

با انسان هوشیار حرف بزنند و او را مورد خطاب قرار دهد ولی انسان وجودش را حس نکند؟

همچنین قرآن کریم معجزه جاودان پیامبر خدا (ص) است. با خواندن قرآن انسان حس می کند که کسی نمی تواند چنین سخنانی را بر زبان بیاورد جز خالق هستی. انسان می تواند در لابلای کلمات قرآن کریم و حقایق ناب و حکمت های بی نظیر آن وجود خدا و علم و حکمت او را درک نماید.

پس اگر دل را از شواغل خالی کنی و در هنگام تلاوت قرآن به معانی آن توجه و در آیات الهی تدبر کنی به اندازه ی ظرف وجود خویش خدا را حس خواهی کرد و با راهنمایی قرآن پس از مدتی خواهی دید که همه ی حوادث، از خوب و بد را امتحان الهی می یابی و سعی می کنی در حضور معلم حقیقی در امتحانات سربلند و پیروز شوی.

اهل سحر و دعا باش می خواهی خدا را با بند بند وجودت حس کنی؟ می خواهی او را با چشم دل ببینی؟ پس اهل سحر باش؛ اهل مناجات و دعا باش؛ چرا که سحر بهترین زمان برای دلدادگی با محبوب است؛ در آن هنگام که نه شکم گرسنه است و نه سیر نه سر و صدایی و نه

جسمانی ما وابسته به رگی است که خون را به تمام بدن می رساند و خداوند از این نیز به ما نزدیک تر است.

و اما چگونه احساس حضور خدا را بیشتر درک کنیم؟

مسلماً هر چه بیشتر به یاد او باشیم حضورش را بیشتر حس می کنیم و در پی آن، کمتر دچار گناه می شویم. بسیار تفکر کن

تفکر در این که من کیستم؟ از کجا آمده ام؟ در کجا هستم؟ به کجا می روم؟ چه کسی مرا بصورت نطفه در رحم مادر قرار داد؟ چه کسی نطفه را رشد داد و صورت گری کرد؟ نقاش کیست؟ چگونه از آبی گندیده انسانی به این زیبایی آفرید؟ چه کسی قیل از تولد فرزند در سینه ی مادر شیر زلال قرار داد؟ قدرت پر مکیدن را که داد؟ چه کسی مهر فرزند را در دل پدر و مادر قرار داد؟ تمرین در تفکر انسان را لحظه به لحظه به خدا نزدیک می کند و به اعمال انسان جهتی الهی می دهد.

قرآنی شو

امام علی (ع) در خطبه ۱۴۷ نهج البلاغه می فرماید: قرآن کلام الهی با بشر خاکی است. چگونه ممکن است کسی

(جور دیگر باید دید)

- دلخوشی ها کم نیست
- مشکلات بدون میم!
- زندگی پانتومیم نیست!

وقتی تخم مرغ به وسیله ی یک نیرو از خارج می شکند، یک زندگی به پایان می رسد. وقتی یک تخم مرغ به وسیله نیرویی از داخل می شکند، یک زندگی آغاز می شود. تغییرات بزرگ همیشه از داخل انسان آغاز می شود...



دلخوشی‌ها کم نیست

نیمه‌ی پر لیوان

نویسنده

مرضیه نامدار
رشته مهندسی بهداشت حرفه‌ای



ایم می‌شود مثل همان کودکی شاد بود، لذت برد فارغ از همه افکار ناامیدانه آرامش را لمس کرد. کافی است باور کنیم هر صبح دیگر که چشم باز می‌کنیم هدیه‌ای دیگر از خداست هدیه‌ای برای ساختن، برای جبران کردن، برای شاد بودن و شاد کردن همه دنیا.

باید نشست و اندیشید، شاید راهی که من برای رسیدن به هدفم انتخاب کرده بودم آخرش بن بست بود و این بود که مسیرم تغییر کرد شاید هدفم برای من کوچک بود و من غافل بودم و این بود که هدفم عوض شد و شاید این مسیر و این روزهایم همه نردبانی است به بام خوشبختی که فقط آن که آن بالا است آن را می‌بیند. پس می‌توان با امید به اومحکم از نردبان بالا رفت و نگران پله بعدی نبود.

آری خوب که نگاه می‌کنیم دل خوشی‌ها کم نیست کافی است لبخند بزنیم و نیمه پر لیوان را ببینیم. یادمان باشد که هر کدام در هر کجا که این روزها ایستاده‌ایم تکه‌ای از پازل گمشده از آرزوهای کسی هستیم. پس قدر این روزها را بدانیم و با توکل به خدا گامی دیگر برای فردا برداریم و بدانیم او که تقدیر ما را می‌نویسد، حقیقتاً بهترین مدیر و مقدر است: وَإِنْ يَمْسَسْكَ اللَّهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُ هُوَ وَإِنْ يَمْسَسْكَ بِخَيْرٍ فَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ. «و اگر خدا به تو زبانی برساند کسی جز او برطرف کننده آن نیست و اگر خیری به تو برساند پس او بر هر چیزی تواناست.»

شاید همه ما حداقل یک بار، یک زمان، از زبان یک نفر فرقی نمی‌کند غریبه یا آشنا این جمله را شنیده باشیم «نیمه پر لیوان را ببین» جمله‌ای که اگر دقیق شویم ساعت‌های ساعت وقت بخواهد برای فکر کردن. من نیز مثل بعضی از شما برایم سوال بود که اولین بار چه کسی این جمله را بر زبان آورده؟ اصلاً چرا آن را بیان کرده؟ نیمه پر لیوان چه اهمیت دارد مهم خالی آن است که دیگر قابل جبران نیست.

مدت‌ها بود که در زندگی مادام به دنبال نیمه خالی‌ها می‌گشتم، آن‌ها را دست می‌گرفتم و تا آخرین ساعات بیداری ام برای نبودشان دنبال مقصر بودم. گاهی خودم، گاهی خانواده ام و گاهی جامعه و گاهی... همه به نوبت مقصر می‌شدن فرصت‌های امروزم را فکرهای ناامید و پرحسرت دیروز می‌بلعیدند و ناامیدی‌ها بزرگ و بزرگ‌تر می‌شدند و فرصت‌ها را به حسرت دیروز می‌فروختم در آخر سودی که برایم نبود هیچ، زبان هم می‌کردم.

اما باید از یک جا شروع می‌کردم باید گذشته را فراموش می‌کردم و آینده را می‌ساختم چرا که من گذشته را هیچ‌گاه نمی‌توانم برگردانم، پس باید جلو بروم تا جایی که می‌توانم. من باید قانون‌های بسیاری برای فردایم می‌گذاشتم. باید‌ها و نباید‌هایی برای شاد بودن، برای امید، برای زیبا زندگی کردن.

من با وجود همه غصه‌هایم زیر آسمان آبی خدا نفس می‌کشم، حق دارم گاهی یک دل‌سیر به ابرها خیره شوم، با نگاه‌ها تا انتهای ابرها بالا بروم و لذت ببرم. من نیاز دارم گاهی مسیری را زیر باران برای خودم به یاد کودکی ام (باز باران با ترانه) بخوانم. دانه، دانه‌های باران را در آغوش بکشم و لذت ببرم. من باید گاهی پرستوهای آسمان را با چشمانم دنبال کنم به لانه‌هایشان برسیم و عشق زندگی کردن را از آن‌ها بیاموزم. یا نه اصلاً یک لحظه در کنار گل‌های زرد و قرمز باغچه بنشینم و آن‌ها را نوازش کنم و جان بگیرم.

من می‌توانم گاهی دستان مادرم را در دستانم بگیرم، سر بر شانه‌هایم بگذارم و در آغوش گرمش آرامش بگیرم. من گاهی لیوان آبی به دست پدرم بدهم، بر چروک‌های پیشانی اش بوسه‌ای بزنم و در دریای چشمانش فارغ از دنیا سفر کنم. من می‌توانم گاهی دور از همه شکست‌ها با صدای بلند بخندم، آنقدر بلند که بند بند بدنم تازه شود. خوب که فکر می‌کنیم ما همان کودکان دیروزیم، فقط کمی بزرگ‌تر شده

دردمش

نویسنده
فرزانه سلیمی،
رشته‌ی تغذیه



عمر روزهای سخت
کوتاه است و به دنبال
وقوع هر مشکلی
فرصت‌های طلایی
وجود دارد.

دیدید نانوا چطور خمیر نان سنگک را پهن می‌کند و درون تنور می‌گذارد؟! چه اتفاقی می‌افتد؟! خمیر به سنگ‌ها می‌چسبد! اما نان، هر چه پخته‌تر می‌شود، از سنگ‌ها جدا می‌شود.... حکایت آدم‌ها همین است. سختی‌های این دنیا، حرارت تنور است و این سختی‌ها هستند که انسان را پخته‌تر می‌کنند و هر چه انسان پخته‌تر می‌شود سنگ کمتری به خود می‌گیرد. سنگ‌ها تعلقات دنیایی هستند... ماشین من، خانه‌ی من، کارخانه‌ی من..... آن وقت که قرار است نان را از تنور خارج کنند، سنگ‌ها را از آن می‌گیرند! خوشا به حال آن که در تنور دنیا آنقدر پخته می‌شود که به هیچ سنگی نمی‌چسبد. هنگامی که در زندگی با مشکلات و موانع روبه‌رو می‌شوید، اولین عکس‌العملتان چیست؟ اگر همانند اکثر افراد باشید، اولین کاری که انجام می‌دهید شکایت کردن است. چرا این اتفاق برای من افتاده است؟ اکنون چه کنم؟ همه‌ی نقشه‌هایم خراب شدند. دوباره یک دردسر دیگر؟ یا یک فرصت استثنایی برای کشف استعدادهايت؟! مشکلات مانند ماشین لباس‌شویی هستند، درست است که ما را از این طرف به آن طرف تکان می‌دهند و به این طرف و آن طرف می‌زنند ولی در نهایت باعث می‌شوند تمیزتر و

درخشان‌تر از قبل شویم!

مثبت‌اندیش باشید

می‌دانم در زندگی مشکلات و گرفتاری‌های زیادی خواهید داشت. توصیه نمی‌کنم به هنگام مواجهه شدن با مشکلات، عواطف خود را نادیده بگیرید و از روبه‌رو شدن با واقعیت اجتناب کنید. منظورم این است به هنگام مواجهه شدن، آن را به عنوان حادثه‌ی ناراحت‌کننده به شمار نیاورید و احساس بد شانس‌ی نکنید. گاهی نمی‌توانید منافعی که در پس مشکلات هستند را به راحتی تشخیص دهید، اما آن‌ها وجود دارند. شما حق انتخاب دارید. می‌توانید به مشکلات نگاه منفی داشته باشید و به خاطر آن احساس بدبختی و ناراحتی کنید. اجازه دهید به شما بگویم این روش تنها باعث بدتر شدن شرایط خواهد شد. ولی وقتی تجربه‌های منفی زندگی خود را به عنوان یک فرصت قلمداد کنید، همانند چیزی است که می‌توانید بیاموزید و با آن رشد کنید. چه باور داشته باشید چه نه مشکلات وجود دارند اما نه برای نابودی شما! دائماً از خود سوال کنید که از تجربیات خود چه چیزهایی آموخته‌اید.

مشکلات خود را به فرصت تبدیل کنید وقوع مشکل به اندازه‌ای که تصور می‌کنید سخت نیست، چرا که می‌تواند فرصت خوبی برای ایجاد

تغییری اساسی در اوضاع زندگیتان باشد. بدون ایجاد مشکل، هرگز نمی‌توانید به چنین واکنش مثبتی دست یابید. به عنوان مثال شاید با فردی برخورد داشته‌اید که شغل خود را از دست داده باشد و دوباره کسب و کار موفق‌تری را آغاز نموده. همان فرد به شما خواهد گفت اگر شغل خود را از دست نمی‌داد، نمی‌توانست کسب و کار جدید خود را آغاز کند. عمر روزهای سخت کوتاه است و به دنبال وقوع هر مشکلی فرصت‌های طلایی وجود دارد. چگونه؟ در ادامه خواهیم گفت.

مشکلات چگونه به ما کمک می‌کنند؟ به قول ناپلئون هیل، وقوع هر مشکلی، بذری از منافع کاربردی را با خود به همراه دارد.

مشکلات باعث می‌شوند توانایی‌های نهفته‌مان شکوفا شوند. پس از سپری کردن مشکلات و غلبه بر آن‌ها، شما از لحاظ عاطفی قوی‌تر می‌شوید. زندگی شما را مورد امتحان قرار داده و در آن پیروز شده‌اید. در نتیجه وقتی با مشکل دیگری روبه‌رو می‌شوید، بهتر از قبل مقابله می‌کنید. اگر زندگی، ما را در مسیرهای نا هموار قرار نمی‌داد هرگز به استعدادهای نهفته‌مان پی نمی‌بردیم. مشکلات موجب می‌شوند توانایی‌هایتان شکوفا شوند و شما را وادار می‌کنند تا این توانایی‌ها را گسترش دهید.

مشکلات موجب افزایش اعتماد به

POSSIBLE

پنجره‌ی نگرش خود را
تمیز و شفاف نگه دارید
تا افکار مثبت، نتایج
درخشان خود را
نمایان سازند.

کلات بدون میم!

راه حل‌ها را در ذهنتان تجسم کنید
و آن‌هایی که قابل انجام نیستند را
حذف کنید.

نظارت و ارزیابی نتایج

ما هیچگاه یک تکه گوشت را در حال
کباب کردن به حال خود نمی‌گذاریم
و تا زمان طبخ بر آن نظارت داریم تا
پخت و طعم آن دلخواه ما شود. در
مواجهه با مسائل زندگی هم نمی‌توان
راه حل‌ها را اجرا کرده و نظارت بر آن را
رها کنیم، بلکه باید بینیم در اجرای آن
موفق بوده ایم یا نه؟!

بنابر این حل مشکلات بهتر است گام
به گام پیش برود. اگر با صبر و نگرش
مثبت به سمت مسائل حرکت کنید،
بدون شک بهترین مسیر‌ها در پیش
رویتان قرار خواهد گرفت.

حالا دیگر می‌دانید در برابر مشکلات
جدید زندگی چگونه پیروز شوید.
جاده زندگی نباید صاف و مستقیم
باشد و گرنه خوابمان می‌گیرد پیچ
ها و دست اندازها، نعمت‌اند. به
خاطر داشته باشید که شما دائماً در
مسیر افکار اصلی خود در حال حرکت
هستید. هر چیزی که در زندگی خود
به دست می‌آورید نتیجه‌ی افکار و
باورهایتان است. افکار منفی نتایج
منفی و افکار مثبت نتایج مثبت را به
دنبال خواهد داشت. پنجره‌ی نگرش
خود را تمیز و شفاف نگه دارید تا افکار
مثبت، نتایج درخشان خود را نمایان
سازند.

و... یا واکنش‌های هیجانی منفی
مثل پرخاشگری، پناه بردن به مواد
مخدر و... تلاش می‌کند مشکل را
قابل تحمل تر کند هرچند این روش
موقتی و ناکارآمد است.

ما اغلب تمایل داریم اولین راه حلی که
به ذهنمان می‌رسد را انجام دهیم که
نتیجه‌ی مطلوبی هم در پی نخواهد
داشت. چون راه حل‌های غیر موثر را
انتخاب کرده و به هسته‌ی مشکلات
نرسیده ایم. ابتدا باید اصل مشکل و
ناراحتی را دریابیم. از خودتان بپرسید
چه چیزی بیش از همه ناراحت‌تان
می‌کند؟ مشکلاتتان را باز کنید. کسی
که در درس ریاضی مشکل دارد نباید
بگوید من ریاضی را کامل نمی‌فهمم.
بالآخره ضرب و جمع را که بلد هستی.
باید بررسی کنی دقیقاً در کدام مبحث
ریاضی مشکل داری؟ مبحث مثلثات،
مشتق یا...

هدف‌تان دقیقاً چیست؟ آیا قابل
دسترسی و امکان پذیر است؟
جایگاهتان کجاست و می‌خواهید به
کدام نقطه دست یابید؟ دانشجویی
که ترم قبل نمره‌ی ۱۲ گرفته نباید
اکنون انتظار ۲۰ داشته باشد، هرچند
که خیلی هم دست نیافتنی نیست.
تا اینجا مشکل و هدف دقیقاً مشخص
شده است. حال به دنبال تمام راه
هایی که شاید بتوان از طریق آنها به
مقصد رسید باشید. ذهنتان را آزاد
بگذارید و از هیچ راهی فاکتور نگیرید

نفستان می‌شود: زمانی که عزم خود
را جزم کنید و تصمیم بگیرید بر مشکل
غلبه کنید به ارزش‌های خود پی می
برید. علاوه بر آن این افتخار را نصیب
خود کرده‌اید که گره به دست شما باز
شود. می‌توانید این دیدگاه مثبت را در
فعالیت‌های بعدی خود به کار گیرید.
گرفتاری‌ها و مشکلات به ما می
آموزند تا شکرگذار باشیم: مشکلات و
سختی‌ها به ویژه آن دسته که به فقر
و محرومیت منجر می‌شوند، موجب
می‌شوند در دیگر جنبه‌های زندگی
تان بیشتر خدا را شاکر باشید. این
یک امر عادی است اما حقیقت دارد.
تا زمانی که چیزی را از دست ندهید،
ارزش آن را متوجه نمی‌شوید.

گرفتاری‌ها موجب می‌شوند نگاه
عمیقی به دنیای اطراف داشته باشیم:
بعد از بهبود یک بیماری هولناک، دیگر
ناراحتی‌های جزئی زندگی روزمره،
مشکل بزرگی به نظر نمی‌رسد و می
توانید آن‌ها را حل کنید و روی مسائل
مهم‌تر تمرکز کنید.

تا این جا فهمیدیم می‌شود میم
مشکلات را کنار زد و نتیجه‌ای به
شیرینی شکلات برای خود حاصل
کرد. اما رفتار افراد هنگام رویارویی
با مشکلات مهم است. گاهی فرد به
دنبال حل مشکل خود نمی‌رود، بلکه
به نحوی با سرگرم کردن خود و نشان
دادن واکنش‌های هیجانی مثبت مثل
روی آوردن به طنز و شوخی، دعا، گریه



im

زندگی پانتومیم

نیست

نویسندگان:
شیمافیزی
مرجان صمیمی
رشته‌ی مهندسی بهداشت محیط

«روی ویتترین یک کتابفروشی در شهر رم نوشته شده:

همیشه دلخوری‌ها را...

نگرانی‌ها را...

به موقع بگویید

حرف‌های خود را به یکدیگر با کلام مطرح کنید نه با رفتار...

که از کلام همان برداشت می‌شود که شما می‌گویید.

ولی...

از رفتار تان هزاران برداشت.»

زندگی بازی پانتومیم نیست...

اینگونه که تو باید حدس بزنی طرف مقابل چه می‌گوید یا چه می‌خواهد...

بله... بازی زندگی در عین پیچیدگی هایش می‌تواند بسیار ساده باشد، البته

وقتی راه و روش بازی را یاد بگیری سکوت یعنی پایان خوشبختی، از

سکوتی که در رابطه تان ایجاد شده بترسید، سکوت می‌تواند پایان همه

ی خوشبختی تان باشد. در صورتی که رابطه میان شما و فرد مورد نظر محکم

و نزدیک باشد، دیگر برای صحبت

کردن جمله کم نمی‌آورد. در یک رابطه موفق شما برای حرف زدن با طرف

مقابلتان نیازی به فکر کردن و تعیین موضوع ندارید بلکه ساده‌ترین اتفاق‌ها

و موضوع‌ها می‌تواند ساعت‌ها شما را مشغول کرده و سوژه گفت‌گویی طولانی

شوند.

ایجاد ارتباط خوب و مناسب با دیگران می‌تواند تا حدود زیادی از استرس و

اضطرابتان در زندگی کم کند.

در این مقاله می‌خواهیم درباره اهمیت صحبت کردن در حل مشکلات روابط

بیشتر بگوییم...

راه گفت و گو را نبندید

واکنشی که شما به حرف‌های طرف مقابلتان نشان می‌دهید می‌تواند گفت

و گوی آینده شما را هم تحت تأثیر قرار دهد. اگر نتیجه صحبت‌های شما

همیشه سرزنش و شکست باشد دیگر میلی برای گفتن حرف‌های تازه

باقی نخواهد ماند. به او با دل و جان گوش دهید و انگیزه‌اش را برای گفتن

حرف‌های تازه تقویت کنید یادتان نرود

واکنش شما به حرف‌هایش کلید اصلی این ماجراست.

یکی از بیشترین بحران‌هایی که افراد در یک رابطه با آن مواجه می‌شوند

این است که فرد بیان می‌کند من انتظار داشتم که طرف مقابل این کار به

خصوص را انجام دهد و در این انتظارم

ماندم...

انتظارات خود را شفاف و روشن بیان کنید، این کار باعث جلوگیری از بسیاری

از سوء تفاهم‌ها و مشکل‌ها به خودی خود می‌شود.

اما نکته اصلی و قابل بحث ما این است که هنگام بروز بحث یا مشکل چگونه با

حرف زدن می‌توانیم شرایط را کنترل و مشکل را حل کنیم.

زمانی که به شیوه‌ای مثبت یعنی با تمرکز بر راه حل درباره‌ی مشکلات صحبت می‌کنیم

کلماتی که به کار می‌بریم با حالتی که تمرکزمان بر مشکل است کاملاً فرق

دارد. در حالت اول حل مشکلات بسیار محتمل‌تر و آسان‌تر است. بنابراین

روش درست در حل مشکلات این است



تا!

و یا راه حلی که برای آن ارائه می دهد حتی اگر از نظر دیگران بهترین راه حل پیشنهادی باشد چندان موافق نباشیم. در این حالت اگر سکوت کنیم به معنای موافقت است. سکوت شیوه ی مؤثری نیست چراکه ممکن است دلیل مخالفت ما مسئله ای باشد که بعد از اجرای آن راه حل، خود را نشان داده و مشکلات جدیدی ایجاد کند. بنابراین بهترین روش این است که مخالفت خود را به شیوه ای مناسب و با کلمات مثبت بیان کنیم.

با توجه به نکاتی که گفته شد می توان به اهمیت صحبت کردن در حل مشکلات و روابط پی برد... امید آن بود که با نوشتن این مطلب کمک کوچکی در بهبود روابطتان بتوانیم ایجاد کنیم. *وقتی از چیزی ناراحتین؛ حرف بزنید!

با کنایه حرف نزنید،

پوزخند نزنید،

سرتونو از آدم برنگردونید

دوست داشتید داد و فریادم بکنید،

ولی سکوت نکنید**

راه حلی که در این زمینه به ذهنم می رسد این است که

صحبت درباره ی چیزهایی که می دانیم یا دیده ایم

بسیار مهم است که هنگام گفتگو برای حل مشکلات، در مورد چیزهایی صحبت کنیم که از درست بودنشان صد در صد مطمئنیم. بنابراین تنها از چیزهایی که در رابطه با مشکل دیده ایم و یا قطعاً آن ها را می دانیم صحبت کنیم، نه از حدس و گمان مان و یا نظریات فاقد پایه و اساس.

تمرکز بر عبارات راه حل محور

به جای عبارات منفی که بر مشکل تمرکز دارند از جملات مثبت که به دنبال راه حل هستند استفاده کنیم.

به عنوان مثال:

بیایید گزینه های موجود برای حل این مشکل را با هم بررسی کنیم.

به نظرم می تواند در حل این مشکل موثر باشد.

بیان مخالفتمان به شیوه مناسب ممکن است ما با درک فردی از مشکل موجود

که از کلمات و جملاتی استفاده کنیم که فرد مقابل را ترغیب به گفتگو کرده و توجه را بر یافتن راه حل متمرکز کند.

در ادامه به مواردی اشاره می کنیم که می توانند منجر به حل سریع تر و بهتر مشکلات شوند...

بیان نظرممان به شکل شخصی زمانی که می خواهیم نظرممان را در مورد حل مشکلات پیش آمده بیان کنیم یا آن مشکلات را توضیح دهیم به جای "تو" یا "شما" از "من" استفاده کنیم.

یعنی بر طرز فکر خود اصرار نداشته و این پیام را منتقل کنیم که حرفی که می زنیم نظر ماست و ممکن است درست نباشد. به عنوان مثال:

این طور که من متوجه شده ام مشکل است

به نظرم این روش می تواند موثر باشد چیزی که من متوجه شدم این است که

با توجه به تجربه ای که در این زمینه دارم فکر می کنم ...

به نظرم اتفاق پیش آمده ...

(فرهنگ را دریابید)

- تشکل هایی در مقابل هم!
- آنگاه که فعالیت های فرهنگی پوچ می شود
- قانون، قانون است!
- هنر صفت کشیدن
- زندگی با ذره بین دیگران
- از یاد رفته



فرهنگ مثل هواست که انسان وقتی که این هوا را استنشاق کرد، با هوایی که استنشاق کرده و با آن جانی که گرفته ، می تواند دو قدم بردارد و جلو برود؛ بقیه ی کارها همه برخاسته ی از آن چیزی است که شما استنشاق کرده اید. اگر چنانچه یکجایی، هوای مسمومی تزریق بشود ، نتیجه ای که در اندام ها دیده خواهد شد تابع آن مسمویتی است که در این هواست.

عزیزم



د

تشکل‌های در مقابل هم!

نویسنده

فاطمه خسرویان،

رشته ی پرستاری

«برای فعالیت‌ها مهم
این است که به اسم
چه کسی تمام شود»

دانشجویی، رشد دانشگاه و برداشتن باری هر چند اندک از دوش دانشجویان است، چرا باید به تقابل با تشکل‌های هم بپردازیم؟ درست همان کاری که دشمن می‌خواهد و ما ناخواسته، ستون پنجمش شده ایم.

ما اگر نتوانیم در دانشگاه خودمان وحدت داشته باشیم و دوستانه و از سر دلسوزی با هم همکاری کنیم و در کارها دست یکدیگر را بگیریم (بماند که گاهی به دنبال مچ‌گیری از یکدیگر هم هستیم) چطور می‌توانیم کارهای اشتباه مسئولان مملکتی، که اداره ی یک کشور را برعهده دارند مورد مؤاخذه قرار دهیم؛ وقتی خودمان هنوز اندر خم یک کوچه مانده ایم...

«برای فعالیت‌ها مهم این است که به اسم چه کسی تمام شود»، زمینمان زده و همین است که کارهای فرهنگی مان به جایی نمی‌رسد و پوچ می‌شود. اینکه حاضر نیستیم برای بهتر برگزار شدن کار دیگری قدمی برداریم؛ نشان می‌دهد که ما هنوز درگیر خود و منیت‌هایمان هستیم و رشد فردی که هدف اصلی این جمع شدن‌ها بوده برایمان اتفاق نیافتاده است. در آخر اگر نتوانیم دانشگاه را با کمک یکدیگر بسازیم، قطع بریقین نخواهیم توانست کشورمان را بسازیم...

ها، کارهای مشابه انجام می‌دهند. همدیگر را تخریب می‌کنند و گاهی به چشم دشمن به یکدیگر نگاه می‌کنند...

با خودم فکر کردم اگر چنین است اصلاً هدف از تشکیل جمع و تشکل چیست؟ اصلاً چرا ما باید دور هم جمع شویم و چرا تک‌تک کار نکنیم؟ این سوال‌ها ذهنم را درگیر کرده بود، به دنبال جواب می‌گشتم تا اینکه جایی خواندم: آدم شدن ما در تحمل جمع است.

«علی الاجتماع من القلوب» که حضرت فرمودند، یعنی تجمع ما باید قلبی باشد نه اینکه در تشکیلات از هم نفرت پیدا کنیم. این تحمل جمع و تحمل نظرات مختلف و پا گذاشتن روی «خود» است که باعث رشد ما در جمع می‌شود. اصلاً یکی از تحولات انقلاب اسلامی همین است، مثلاً در گذشته اولین قدم برای تذهیب نفس گوشه‌گیری و فاصله گرفتن از جمع و اجتماع بود ولی بعد از انقلاب اسلامی می‌بینیم، شهدا که بهترین و والاترین خروجی این جنگ هستند، کسانی‌اند که در زندگی اجتماعی و جمع به چنین مقامی رسیده‌اند، کسانی که در هیچ کلاس اخلاقی شرکت نکرده‌اند.

در واقع مهمترین معلم اخلاق ما «اجتماعی زیستن ماست» و باید در بستر کار گروهی و جمعی تذهیب نفس کنیم. اگر هدف ما در این دوران کوتاه

اوایل مهرماه بود که باشوق زیادی وارد دانشگاه شدم. بعد از جشن ورودمان به دانشگاه، صحنه ی غرفه‌های رو به روی تالار نظر مرا جلب کرد؛ می‌گفتند این‌ها برای معرفی تشکل‌ها و کانون‌های دانشگاه است. من اما آن زمان چیز زیادی از کانون و تشکل نمی‌دانستم! جلوتر رفتم تا با کارها و برنامه‌هایشان آشنا شوم. همه سرشار از انرژی و با تمام وجود از کارها و اهداف تشکیلاتشان می‌گفتند و صمیمانه برای حضور دعوت می‌کردند.

هر کدام آنقدر خوب از گروهشان گفته بودند که نمی‌دانستم کدام تشکل را انتخاب کنم؛ راستش دلم می‌خواست در همه ی کانون‌ها و تشکل‌ها باشم. تا اینکه به این فکر افتادم نکند این‌ها هم مثل قضیه انتخابات و نامزدها و وعده وعیدهایشان باشند؛ پس تصمیم گرفتم جایی نباشم و از دور کارکرد آنها را ببینم که چقدر با گفتارشان یکی است؟ حدود یک سال از آن ماجرا گذشت و حالا دیگر خوب شناخته بودمشان و فاصله ی زیاد گفتار تا عمل را عمیقاً درک کرده بودم...

دیده بودم جدای از فعالیت‌های خوبی که گاهی انجام می‌دهند، چقدر تشکل‌های حتی هم‌سو برای هم می‌زنند، توان تحمل جمع‌های بزرگ‌تر و دوستان خارج از تشکل‌های خودشان را ندارند، به جای هم‌افزایی در برنامه

د آنگ ف فره پ م ش

نویسنده
مریم کاظمی
رشته‌ی دندانپزشکی

جمعیتی نه چندان بزرگ از دانشجویان هر دانشگاه، وارد کار به اصطلاح «فرهنگی» می شوند. لفظ «دغدغه مند فرهنگی» را بر خود گذاشته و برای رسیدن به اهدافشان شب را روز و روز را شب می کنند.

تا اینجا بحث را فکر کنم هر آدم فهیمی تأیید کند که؛ به به! چه کار عالی ای، چه کار پرثمری...

اما بحث سر همین پرثمری است. بحث سر این است که کار فرهنگی قلق دارد، کار فرهنگی ملاک دارد و «اگر ملاک درستی در کار نباشد، به آسانی به سوی فعالیت هایی منحرف می شود که به افزایش نابسامانی فرهنگی ختم خواهد شد.»

کتاب پیش رو کتابی است که با رویکردی آسیب شناسانه سعی دارد به جماعت فرهنگی بفهماند که اگر مراقب نباشید، اگر کار «دان» نباشید، نه تنها به خود و دیگران کمکی نمی کنید بلکه

ظلم بزرگی را مرتکب می شوید، چرا که با فعالیت های فرهنگی وارونه دین را که حقیقی ترین وسیله ی درمان است از توانایی خارج کرده اید.

بنده که حدود ۲ سال است با کار به اصطلاح «فرهنگی» دست و پنجه نرم می کنم، بعد از خواندن این کتاب فکر خبیثانه ای را در سر می پرورانم. اینکه خواندن این کتاب را، به حکم اجباری برای ورود به کار فرهنگی تبدیل کنم. باشد که دست از فعالیت های معکوس مان برداریم و وقت و انرژی و امکاناتمان را هدر ندهیم.

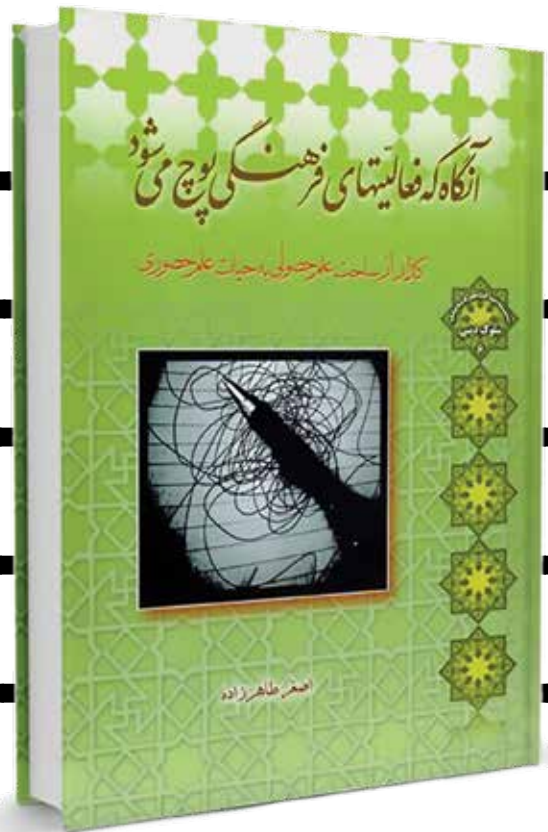
در زیر قسمتی از بخش ابتدایی کتاب را مشاهده می کنید.

مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعًا إِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ وَالْعَمَلُ الصَّالِحُ يَرْفَعُهُ وَالَّذِينَ يَمْكُرُونَ السَّيِّئَاتِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَ مَكْرُؤٌ لَّيْكٌ هُوَ يُبَوِّرُ (سوره فاطر، آیه ی ۱۰)

هرکس عزت می خواهد عزت، یکسره از

آن خداست. عقیده پاک به سوی او بالا می رود و عمل صالح به آن عقیده رفعت می بخشد، و کسانی که حيله و مکرهای زشت مرتکب می شوند، عذابی سخت خواهند داشت و نقشه هایشان سراسر با پوچی و بی ثمری روبه رو خواهد شد. اگر می خواهیم فعالیت فرهنگی به معنی دینی آن، انجام دهیم و در اصلاح خود و دیگران تلاش کنیم، این کار باید چه سمت و سویی داشته باشد که پس از مدتی با بی ثمری کارمان روبه رو نشویم؟! به خصوص که تجربه بی نتیجه بودن بعضی از فعالیت های فرهنگی گروه های مذهبی، در قبل و بعد از انقلاب به شدت ما را به این فکر فرو می برد که صرفاً به ظاهر دینی کارهایمان دلخوش نباشیم. زیرا بسیاری از فعالیت های فرهنگی که حتی با انگیزه های دینی انجام می گرفت، پس از مدتی یا کاملاً بی ثمر بود و یا نسبت به انرژی مصرف شده بهره بسیار

راه که عالیت‌های کج پوچ ود



که می دانید ما از راهی که باید در کنار کسب علم طی می کردیم، غفلت کردیم و شما هم از اول می دانستید که راه ما برای نتایج حقیقی کافی نیست، برای همین شما در کنار کسب علم، راه سلوک قلبی را رها نکردید، ولی ما مسیر خودمان را رفتیم و حالا بعد از چهل، پنجاه سال فهمیدیم آن چه می خواستیم حاصل نشد.

چنانچه ملاحظه می فرمایید حتی نباید به صرف این که یک فعالیت، فعالیت دینی است و با حدیث و آیه سرو کار دارد، به آن دل خوش بود، بلکه باید تلاش کرد علاوه بر موضوع مورد تحقیق، روش ما هم درست باشد و معلوم باشد که خود و جامعه را می خواهیم به کجا برسانیم.

برگرفته از کتاب «آنگاه که فعالیت‌های فرهنگی پوچ می شود» اثر اصغر طاهرزاده

وَالْعَمَلُ الصَّالِحُ قرار داد و نتیجه مکر سینه را عذاب شدید و پوچی و بی ثمری اعلام فرمود.)

اگر خواهان و برادران به این دغدغه رسیده باشند که ممکن است بعد از مدت مدیدی در کار فرهنگی خود با این مسئله روبه رو شویم که تقریباً هیچ کاری که بتوان آن را کار فرهنگی واقعی نامید، نکردیم و این احتمال را بدهیم که در فعالیت‌های خود، خطر درجا زدن در روزمرگی‌ها ما را تهدید می کند، این شاء الله راه برون رفت از آن خطر را دنبال خواهند کرد. ما چه خواهیم بر روی خودمان کار فرهنگی انجام دهیم، چه روی دیگران، باید به این فکر باشیم که بعد از مدتی کار ما نتیجه بدهد. عالم مشهوری به مرحوم آیت الله بهاری همدانی که از عرفای بزرگ است، نامه می نویسد که آقا! یک دستورالعمل به ما بدهید. آقای بهاری می فرماید: آخر شما خودتان اهل علم هستید! آن عالم می گوید: آقا تعارف را کنار بگذارید، شما

کمی در پی داشت، به طوری که برنامه ریزان آن، امکان ادامه کار را از دست می دادند و گرفتار حالت یأس و پوچی می شدند. در صورتی که اگر قبل از انجام هر گونه فعالیت فرهنگی، سمت و سوی کار مشخص باشد و معلوم شود تا کجا می خواهند بروند و چگونه می خواهند این مسیر را طی کنند، کار به جایی نمی کشد که بعد از یک مدتی احساس کنند نه خودشان به کمال مطلوبی رسیده اند و نه بقیه را توانسته اند به کمالی برسانند.

صد انداختی تیر و هر صد خطاست اگر هوشمندی یک انداز و راست آخر آیه ای که در ابتدای بحث عرض شد می خواهد بفرماید: اگر کار - چه فردی و چه اجتماعی - به نحو شایسته به خدا متصل نشود و دارای پشتوانه عقیدتی صحیحی نباشد، هر چه هم تلاش و چاره جویی شود نتیجه آن پوچ و بایر شدن و بی ثمری است. (چنانچه در آیه مورد بحث دقت بفرمایید «يَمْكُرُونَ السَّيِّئَاتِ» را در مقابل «كَلِمَ الطَّيِّبِ

د قانون، قانون است!

بررسی قانون وضعیت پوشش در دانشگاه های جهان

نویسنده
مریم چگونیان،
رشته ی مهندسی بهداشت محیط

به رابطه ی جنسی، آزار و اذیت جنسی و یا سوء استفاده جنسی از دانشجویان و اساتید ممنوع است و به شدت با متخلفین برخورد می شود.

دانشگاه بعدی که بررسی خواهیم کرد تگزاس آمریکاست که مقررات پوششی، اخلاقی و رفتاری در این دانشگاه قابل تأمل است. ضوابط رفتاری متعددی برای کنترل دانشگاه و مدیریت آن وضع شده و تخطی دانشجویان از آنها موجب اعمال تنبیه انضباطی خواهد شد. برخی از قوانین این دانشگاه عبارت اند از:

- ناخن ها باید متعارف و مناسب باشند (از نوک انگشت بیش از نیم اینچ طول نداشته و به طور کامل سوهان زده و فاقد لبه تیز باشند).

- استفاده از زیورآلات ناخن و ناخن مصنوعی ممنوع است.

- طول دامن نباید از ۳ اینچ بالای زانو کوتاه تر بوده و نباید بیش از حد تنگ باشد.

- پاشنه کفش نباید از ۳ اینچ بلندتر باشد.

- پوشیدن لباس های بدن نما مجاز نیست.

- پوشیدن جوراب های زنانه و مردانه ضروری است. اما پوشیدن جوراب های زنانه تزئینی و طرح دار (نظیر جوراب توری و غیره) مجاز نیست.

- لباس زنان نباید پشت باز و بدون آستین، تنگ و بالای زانو باشد.

نکته ای قابل توجه درمورد این دانشگاه ضوابط مربوط به پوشش در سالن های غذاخوری است که دانش آموزان یا دانشجویان برای رفتن به آنجا باید لباس فرم آکسفورد را بپوشند. این یونیفرم شامل کت جلیقه مانند تا کمر برای دانشجویان دوره ی لیسانس و روپوش های بلند تا زانو برای فارغ التحصیلان است.

دومین جایی که بررسی خواهیم کرد هاروارد (آمریکا) است. دانشگاهی که شاید آرزوی خیلی هاست حتی برای مدت کوتاهی هم که شده در آن درس بخوانند. دانشجویان این دانشگاه موظف اند ضوابط ضمیمه شده ی کتاب راهنمای خود، که در ابتدای ورود هر دانشجو و دانش آموزی به این مکان به آنها داده می شود را رعایت کنند. برخی موارد این کتاب به این شرح است:

- دانشجویان موظف اند در محیط خوابگاه و رستوران بلوز، پیراهن یا ژاکت یقه دار و یا بدون یقه بپوشند.

- در تمامی ایام هفته در رستوران و به هنگام صرف ناهار مردان بایستی یک ژاکت به همراه کروات بپوشند. زنان نیز موظف اند پوششی مناسب اعم از پیراهن و یا لباس بلند و متعارف داشته باشند.

- پوشش شلوار جین در تمام

محوطه دانشگاه

ممنوع است.

- هرگونه اقدام

دوشنبه ۲۳ اردیبهشت / ۱۲ ظهر از دانشکده هنرهای زیبا تا سالن آمفی تئاتر

ماجرای شلوغی دانشگاه تهران بهانه ای شد تا یک جهان گردی مجازی کنیم و سری به دیگر دانشگاه های جهان بزنیم تا وضعیت قوانین مربوط به پوشش را در به نام ترین آنها بررسی کنیم.

واژه قوانین آن هم در مورد پوشش شاید کمی غیر قابل باور باشد، مخصوصاً وقتی حرف از کشورهایی در میان می آید که خود ترویج کننده فحشا اند، در ادامه خواهیم دید که آنها هم می دادند که محیط آموزشی با دیگر مکان ها فرق می کند و هر کسی که وارد آن می شود فقط باید برای تحصیل و رشد علمی وارد شده باشد نه مسائل حاشیه ای که برآمده از شهوت و نفس انسان است.

ابتدا سری می زنیم به دانشگاه آکسفورد که قدیمی ترین دانشگاه انگلیسی زبان جهان است و قدمتی نزدیک به هزار سال دارد!!

- فارغ التحصیلان دانشگاه باید لباس بلند، گشاد و روپوش های رنگی مصوب دانشگاه را بپوشند.

- مردان باید از کت و شلوار تیره، پیراهن سفید ساده، کروات و جوراب استفاده کنند.

- زنان باید دامن تیره یا شلوار، بلوز سفید، کروات سیاه، کفش سیاه و در صورت نیاز یک کت تیره بپوشند.

- مردان از پوشیدن لباس باز و بدن نما باید پرهیز کنند.

- مو باید رنگ طبیعی خود را داشته باشد، همچنین خال کوبی مجاز نیست



بدون شک پدیده‌ی
برهنگی بیماری عصر
ماست، که هزار چند
گاهی هم بهانه‌ای
می‌شود برای تقابل
مخالفان و موافقان
آن.

که آزادی به معنای واقعی کلمه عبارت است از عدم ایجاد مانع برای رشد. آن هم نه رشد تمایلات جنسی بلکه رشد روح برای رسیدن به معبود حقیقی. اگر به سراغ هر یک از دخترها و پسرها برویم و از آنها بخواهیم صادقانه در مورد لذت جنسی خود نسبت به نوع پوشش جنس مخالفشان بگویند شک نکنید افرادی که از حدود تعیین شده الهی برای حجاب عدول کرده اند را نام خواهند برد. پس با وجود دانستن بعد شهوانی انسان، داشتن پوشش مناسب آن هم طبق دستورات خداوند کار عاقلانه ای است مگر اینکه کسی بخواهد در این رابطه جاهلانه فکر کند. در پایان باید بگویم همان طور که در ابتدای بحث گفته شد، مکان آموزشی، فقط باید صرف اعمال یادگیری و پیشرفت علمی شود. دانشگاه هم محلی است برای تحقق همین امر و اگر کسی با نیت دیگری وارد آن شود، هنوز فهم درستی از رفتن به دانشگاه پیدا نکرده است و قطع به یقین با هدفی به غیر از آموزش وارد این مکان مقدس می شوند. بسیاری از مشکلات کشور ما به دلیل عدم رعایت قوانین و بعضاً نقض آن است. تا زمانی که دانشگاه های ما چارچوب درست و مشخصی در رابطه با پوشش نداشته باشند و یا در اجرای آن اقدامات لازم را انجام ندهند آن هم طبق قوانین، بعید نیست که دوباره شاهد اعتراضات علنی مشابه دانشگاه تهران علیه حجاب و عفاف باشیم.

منابع:

باشگاه خبرنگاران جوان

خبرگزاری تسنیم

خبرگزاری دانشجویان

مطهری، مرتضی (آزادی معنوی):

مجموعه آثار ۲۳، انتشارات صدرا تهران

۱۳۸۴،

کتاب مسیله حجاب استاد مطهری،

انتشارات صدرا

علوم پزشکی اصفهان با رنگ طبیعی موی خود وارد دانشگاه شوند! چه اتفاقی خواهد افتاد؟؟ جالب تر از همه این است که این قوانین از سوی کشورهایی وضع شده است که خود از حامیان لغو ضوابط مربوط به پوشش در جمهوری اسلامی ایران هستند و در تلاش اند عده ای را در داخل و خارج از کشور برای ایجاد اعتراض و قانون شکنی حمایت کنند.

و اما دوباره باز می گردیم به ماجرای دانشگاه تهران. یکی از جملاتی که معترضان روی پلاکارت در دستشان نوشته بودند «تعرض آشکاره حریم خصوصی دانشجویان، نقض مستقیم حقوق انسانی آنان و ستم عربان علیه زنان محصل». سایت بی بی سی فارسی هم در توضیح رفتار معترضان نوشت: آنها دفاع از آزادی در امر پوشش را حقوق بدیهی خود می دانند.

درست یک شب قبل از این اتفاق یعنی یکشنبه ۲۲ اردیبهشت ۹۸، کانال تلگرامی آمد نیوز که صدای طبل رسوایی اش را همه شنیده اند، فراخوانی را در اعتراض به آن چه اجرای طرح حجاب و عفاف خوانده بود منتشر کرد. گفتمان آن روز دانشجویان گفتمانی بود از نوع فاشیسم و چپ گرایی با تفکرات کمونیستی که توضیح در مورد آن ساعت ها بحث را می طلبد. اما یکی از نکات تأسف برانگیز این ماجرا تجمع تعدادی از دانشجویانی بود که در زمین چپ ها بازی می کردند بدون این اینکه از باطن کار آگاه باشند.

فارغ از ماجرای ۲۳ اردیبهشت دانشگاه تهران، بدون شک پدیده ی برهنگی بیماری عصر ماست، که هزار چندگاهی هم بهانه ای می شود برای تقابل مخالفان و موافقان آن. تلاش برخی برای خصوصی جلوه دادن چیزی که در معرض عموم است و بعضاً تحسین، تحریک و یا تعرض افراد را به دنبال دارد واقعاً احمقانه است. شاید هم تعریف ما از داشتن آزادی غلط است زیرا

آخرین آکادمی علمی که بررسی خواهیم کرد، دانشگاه ایالتی فلوریدا آمریکا است ضوابط پوششی در این دانشگاه از ساعت ۷:۳۰ صبح تا ۱۵:۳۰ بعد از ظهر در محوطه دانشکده ها اجرا می گردد که به شرح ذیل است:

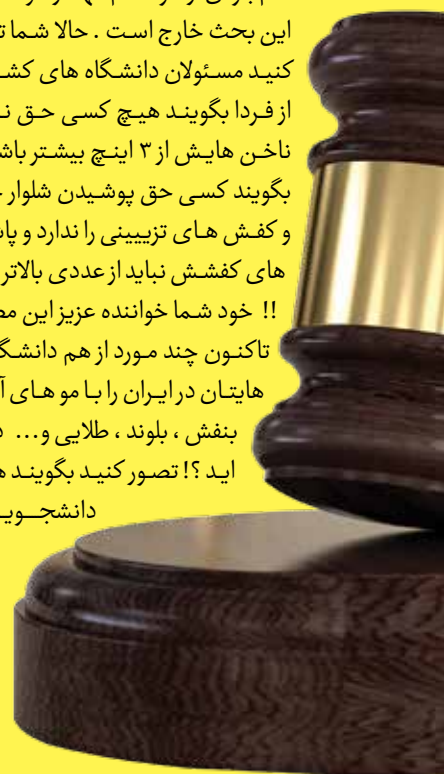
-تمام شلوارها و دامن هایی که پوشیده می شود نباید بیش از حد کوتاه باشند. شلوارهای کشی به استثنای یونیفرم مخصوص دانشکده ها یا یونیفرم ورزشی دانشگاه قابل قبول نمی باشد. -هر نوع پوششی که در بردارنده عبارات زشت یا توهین آمیز به مقدسات، وسوسه انگیز و ناشایست یا مرتبط با دسته ها، احزاب و گرایشاتی که شخص را ترغیب به استفاده از مواد مخدر، مشروبات الکلی و یا خشونت کند ممنوع است.

اما آن چیزی که در این دانشگاه قابل تأمل است، نوع برخورد با دانشجویان خاطی می باشد:

-بار اول تخلف ثبت خواهد شد.

-بار دوم، یک روز شنبه دانشجو بازداشت خواهد شد.

-بار سوم، دوزخ بازداشت خواهد شد. این بررسی چند دانشگاه مشهور دنیا از نظر وضعیت قوانین پوشش بود. دانشگاه های دیگری هم وجود دارند که چنین قوانینی را وضع کرده اند و نام بردن از هر کدام آنها از حوصله ی این بحث خارج است. حالا شما تصور کنید مسئولان دانشگاه های کشور ما از فردا بگویند هیچ کسی حق ندارد ناخن هایش از ۳ اینچ بیشتر باشد یا بگویند کسی حق پوشیدن شلوار جین و کفش های تزیینی را ندارد و پاشنه های کفشش نباید از عددی بالاتر برود!! خود شما خواننده عزیز این مطلب تاکنون چند مورد از هم دانشگاهی های ایران را با موهای آبی، بنفش، بلوند، طلایی و... دیده اید؟! تصور کنید بگویند همه دانشجویان



هنر صف کشیدن

نویسنده
حافظ گم‌رکی
رشته‌ی بهداشت عمومی



ایرانیان از قدیم الایام مردمانی هنرمند و هنر پرور بوده اند و هستند. اما یکی از هنرهایی که در سال های اخیر همه گیری زیادی پیدا کرده و هرازگاهی جلوه آن در شهر ها و به خصوص پشت در فروشگاه های بزرگ به چشم می خورد، هنر صف کشیدن است. صفوف به هم فشرده ای که هر کس آن را ببیند به یقین می رسد که قحطی بزرگی در راه است...

حال ممکن است به خاطر گران شدن برخی کالا ها باشد و یا حتی به خاطر شایعه ای بی پایه و اساس.

آخرین نمونه ی آن هم شایعه گرانی بنزین بود. مردم فقط به خاطریک شایعه صف های طولی تشکیل دادند و وقت خود را هدر دادند تا فقط یک باک بنزین ارزان تر بزنند. بنزینی که هیچ وقت گران نشد. (البته تا به امروز)

مردمی هم که به خیال خود از شَم اقتصادی بالایی برخوردار بودند و از نظر فکر اقتصادی تنه به تنه ی آدم اسمیت می زدند، چیزی جز هدر رفتن وقت عایدشان نشد.

اما واقعا این کار باعث جلو افتادن افراد حاضر در صف از بقیه مردم می شود؟

مگر مایحتاج چند وقت دیگر خود را می توانند بخرند؟
۱ هفته یا ۱ ماه یا...

در نهایت هر چه قدر هم بیشتر از نیازشان بخرند تمام می شود. بعد از آن چه خواهند کرد؟

با مقایسه رفتار مردم خودمان با بقیه کشور ها، می توان به مقصر بودن خود مردم در گرانی ها پی برد.

مثلاً در آلمان وقتی شیر از یک یورو به یک و نیم یورو رسید مردم بدون هیچ آشوب و اغتشاشی فقط نخریدند. شب آن روز صدر اعظم، آنگلا مرکل از مردم عذر خواهی کرد و فردای آن روز قیمت شیر به همان یک یورو برگشت.

اما مردم عزیز ما با غر و لند فراوان برای خرید کالای گران شده صف می کشند تا تولید کننده هم بفهمد که هر چه جنس خود را با قیمت بیشتری عرضه کند باز هم خریدار دارد.

البته از حق نباید گذشت. مردم ما هم یک بار رفتاری مثل آلمان ها داشتند. کمپین نخریدن خودرو راه افتاد و الحق خوب پیش رفت.

اما رفتار دولتمردان ایرانی و آلمانی از اساس متفاوت بود. وزیر وقت نه تنها عذر نخواست بلکه مردم ناراضی را که نمی خواستند خودروی بی کیفیت را گران بخرند خائن به کشور و نظام نامید. بعد هم همان خودرو ها را با قیمتی بیشتر فروختند و هم چنان هم می فروشند.

به هر حال مردم ما گهگاه در صف می ایستند و اجناس را هر روز گران تر از دیروز می خرند و از گذشته و سال های رفته درسی نمی گیرند.

شاید برای همین است که می گویند تاریخ برای ملتی که از گذشته اش عبرت نگیرد تکرار می شود.

یک روز برای خودرو

یک روز برای گوشت منجمد با کارت ملی

یک روز هم برای بنزین

خدا فردایمان را به خیر کند...

زندگی با ذره بین دیگران



نویسنده
فاطمه سیستانی،
رشته ی بهداشت عمومی

شویم با وجود مشکلات معیشتی فراوان، نسبت به ما از آرامش خاطر بیشتری بهره مند بوده اند و با صمیمیت بیشتری با هم رفت و آمد داشته اند؛ یکی از دلایل این امر این است که چشم و هم چشمی ها و رقابت های ناسالم بسیار کمتر بوده است. اما متأسفانه امروزه خانواده ها به دلیل این معضل بزرگ، از هم دورتر شده اند و بین آنها را فقط تجملات و حسادت ها پر کرده است، صمیمیت ها و رفت و آمدها به مراتب کمتر از گذشته شده و اکثر چشم ها فقط به ظواهر دنیایی دوخته شده است.

انسان موجودی مختار است و تنها یک بار فرصت زندگی کردن دارد. در صورتی که بخواهد تمام عمر خود را در پی دیدن تجملات زندگی دیگران سپری کند و زندگی خود را بر مبنای حرف مردم بسازد و همیشه طوری رفتار کند که در نظر مردم، انسان خوبی تلقی شود، بدون تردید این یک بار فرصت حیات را به بهای صحبت ها و دیدگاه های مردم، از دست داده است. اما اگر این انسان، هدف زندگی خود را مشخص کند و با اختیار عقل خود، تصمیم های درستی در زندگی بگیرد و مطابق با آنها حرکت کند، همیشه در حال پیشرفت خواهد بود.

بنابراین چشم و هم چشمی، آثار و پیامدهای جبران ناپذیری در زندگی انسان دارد. بسیاری از اختلالات رفتاری، بیماریهای روحی، مشکلات خانوادگی و حتی طلاق ها ریشه در این چشم و هم چشمی های کوچک دارد. پس بیاییم خود را از دام این معضل بزرگ، آزاد کنیم و موجب آرامش خود و اطرافیانمان شویم.

با حدیثی از پیامبر اکرم (ص) این مطلب را به پایان می رسانیم. ایشان می فرمایند: «هر که مدام به امکانات زندگی دیگران چشم بدوزد، غم و اندوهش فراوان می شود.»

و سازنده است. به عنوان مثال، مسابقه دادن و رقابت کردن در انجام کارهای خیر، مایه ی سعادت انسان می شود. هم چنان که در قرآن کریم، سفارش به این امر شده است (فاستبقوا الخیرات. در کارهای خیر مسابقه دهید). اما چشم و هم چشمی در مواردی نه تنها باعث سعادت و کمال انسان نمی شود؛ بلکه باعث رنجش خاطر او و اطرافیانش می شود و آثار زیان باری به دنبال دارد. این نوع رقابت، ریشه در حسادت ها، خود کم بینی ها و الگو برداری های نادرست از زندگی دیگران دارد. امروزه این نوع چشم و هم چشمی به وفور در جامعه مشاهده می شود. این معضل در مسائلی مانند خرید لوازم منزل، طلا و زیورآلات، خرید جهیزیه، برگزاری مجالس عقد و عروسی و حتی مسافرت های داخلی و خارجی در بین تعداد زیادی از مردم در مناطق مختلف دیده می شود.

اگر ارزش های یک جامعه تغییر کند و از معنویات به سمت مادیات تغییر جهت دهد، حاصل آن چشم و هم چشمی های نادرست و رقابت های غیرسازنده خواهد شد. افراد در چنین جامعه ای سعی می کنند تا برای کسب جایگاه اجتماعی و جلب توجه دیگران، همیشه به دنبال دیدن ظاهر زندگی دیگران هستند تا آن را با باطن زندگی خود مقایسه کنند و برای اینکه احساس نقص و حقارت نکنند، در تلاش هستند خود را به آنها شبیه کنند و یا بهتر از آن را برای خود بسازند. طبیعی است که این گونه دیدگاهی باعث ناامیدی، حسرت و اندوه و افسردگی خواهد شد؛ زیرا انسان هر چقدر هم تلاش کند نمی تواند از همه ی اطرافیان خود از نظر مادیات و امکانات زندگی، برتر و بالاتر باشد و در ضمن نمی تواند همیشه طوری زندگی کند که مطابق نظر حرف مردم باشد. اگر به زندگی گذشتگان خود نظری بیندازیم، متوجه می

– هفته ی قبل، فلان وسیله جدید را در جهیزیه ی یکی از دوستانم دیدم. حتماً باید آن را برای جهیزیه ی خودم تهیه کنم. مبدا چیزی از او کمتر داشته باشم.

– دخترعمویم برای مهمانی دیشب، لباس خیلی شیک و گران قیمتی پوشیده بود. باید حتماً به بازار بروم و لباسی بهتر از او بخرم تا همه انگشت به دهان بمانند.

– دوستم جشن مجللی برای قبولیش در دانشگاه گرفته بود. من باید هر طور شده جشنی بهتر از او تدارک ببینم تا مبدا دوستانم فکر کنند ما خسیس هستیم یا نمی توانیم جشنی با امکانات بالا برگزار کنیم. می خواهیم بعد از این، فقط جشن قبولی من در ذهنشان باشد نه جشن بقیه.

این ها همه سخنانی است که خود آنها یا شبیه آن ها را در اطرافمان بسیار شنیده ایم. در همه ی آنها یک نقطه مشترک وجود دارد؛ اینکه من دائماً خودم را با بقیه مقایسه کنم، ببینم مردم چه می کنند و سعی کنم همان کار یا بهتر از آن را انجام دهم، برای اینکه مبدا از بقیه چیزی کمتر داشته باشم و مردم در مورد من و زندگی، در ذهن خود فکرهای اشتباهی نکنند. این همان چیزی است که با تعبیر «چشم و هم چشمی» بیان می شود. در این مطلب می خواهیم به اختصار، در مورد این معضل رایج و آثار و نتایج آن در زندگی صحبت کنیم.

چشم و هم چشمی در اصل به معنای مقایسه زندگی خود با دیگران و دائم در حال رقابت بودن با مردم است. بر این اساس، می توان گفت چشم و هم چشمی به دو نوع پسندیده و ناپسند تقسیم می شود. چشم و هم چشمی و رقابت در حوزه هایی از زندگی که در چارچوب معیارهای الهی باشد و در جهت کسب کمال و پیشرفت برای انسان باشد، بسیار پسندیده



داد از یاد رفته!

نویسنده

سحر رستمی، رشته ی
مهندسی بهداشت محیط

ما مهربانی را از یاد برده ایم...

هدیه به خصوص از آن در می آورد. برای من و محسن صندوقچه ای جادویی بود.

یادش بخیر... یک روز محسن پسر بچه ای هم سن و سال خودمان در کوچه دید که کفش هایش پاره بود. یک جعبه کوچک فرقه در دست داشت و سعی می کرد جوری پایش را از روی بکشد که مجبور نباشد پایش را از روی زمین بلند کند، مبادا پاره بودن کفش اش بیشتر نمایان شود. همان وقت محسن دوید داخل خانه و کفش هایی که برای عید خریده بود را آورد و به آن پسر داد. حتی وقتی دید برایش کمی گشاد است به بهانه ای رفت و از مادر پنبه گرفت و به کمک هم درون کفش ها گذاشتیم تا کفش در پای پسر بازی نکند. وقتی که برگشتیم محسن رفت رو به روی صندوقچه مادر بزرگ ایستاد و یک جفت کفش نو دقیقاً مثل کفش های قبلی آرزو کرد. مبادا پدر بفهمد و از دستش عصبانی شود. این که چه کسی و چطور حرف های ما را شنید نمی دانم، ولی فردا صبح که از خواب بیدار شدیم

ایستاده اند. بالای همان درخت نارون بود که لانه ای برای پرند ه ها گذاشتیم. همان روز که محسن از درخت بالا رفته بود و ناخواسته لانه ای که گنجشک ها ساخته بودند را پایین انداخته بود و عذاب وجدان داشت که حالا دیگر خانه ندارند. بعد از آن که گریه کرد بابا با چوب های گوشه حیاط یک لانه دائمی ساخت و نصب کرد روی همان شاخه. چند روز بعد یاکریم هایی ساکن این منزل نو شدند و خدا می داند محسن چقدر ذوق زده بود. یک یاکریم از همان لانه پر می زند و می رود لب بام می نشیند. قند در دلم آب می شود انگار، زندگی آنقدر ها هم از این خانه ی گرم دور نشده است. شیشه های رنگی در و پنجره ها آنقدر خاک گرفته است که دیگر رنگی بودنش پیدا نیست.

در اتاق را باز می کنم. اولین چیزی که می بینم صندوقچه روی طاقچه مادر بزرگ است. همان قدر حس خوب در دل آدم زنده می کند که انگار همان وقتی است که مادر بزرگ در صندوقچه را باز می کرد و برای هر کدامان یک

آب باران گل ولای را شسته و جمع کرده جلوی در فلزی زنگ زده. در را به زور باز می کنم. حداقل ۱۵ سالی هست که از آخرین بار باز شدن این در می گذرد. آن روزها من ۲۱ ساله بودم دانشجوی سال دوم معماری در دانشکده ی هنر های زیبایی. از راهرو ی تاریک رد می شوم... گلدان های شمعدانی دو طرف راهرو هنوز همان جا که بودند جا خوش کرده اند ولی خشک خشک... بچه تر که بودم مادر بزرگ به وقتش هر گلدان را دوتا می کرد، هدیه می داد به نو عروس های فامیل، تازه داماد ها و یا دُر دانه های تازه به دنیا آمده ی فامیل. می گفت شمعدانی باید در خانه هایمان باشد که مبادا عشق در دل هایمان بمیرد. راستش را بخواهی آن وقت ها هیچ نمی فهمیدم چه می گوید طول کشید تا شیرینی حرف هایش زیر زبانی مزه کند. تار عنکبوت کنج دیوار چنگ می زند به دلم. انگار همین دیروز بود که بابا برای عروسی محسن همین حیاط را ریسه می بست. چقدر خوب که درخت های حیاط هنوز سبز و محکم همان جا

مشغول پختن آش برای کسانی است که مشغول کار کردن هستند. خیلی از آنها حتی همدیگر را نمی شناسند ولی با تمام توان به هم کمک می کنند تا این خانه جان بگیرد. یک نفر یا الله گویان از درمی آید. یک تخت آورده که می گوید در خانه اضافی بوده. ذره ذره مهربانی همه انگار دارد خشت خشت این خانه را دوباره روی هم می چیند. مادر در سایه ای نشسته و لبخندش از همیشه پررنگ تر است.

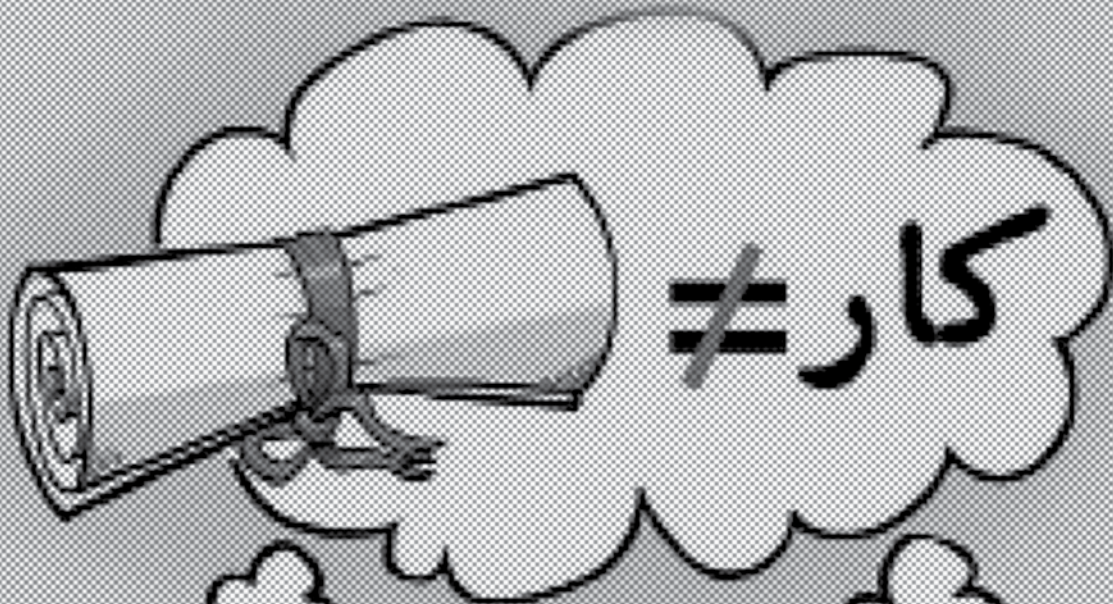
محسن بالای نردبان کاشی فیروزه رنگ وان یکاد بالای در را تمیز می کند. زاویه تابلو را تنظیم می کند و پایین می آید. یک لیوان چای می دهم دستش. نگاهی از سر تحسین به سر در خانه می اندازم. چقدر جای این جمله خالی بود: (اینجا سرای مهر است).

یک جفت کفش بالای سر محسن بود. از آن وقت به اعجاز صندوقچه ایمان آورده بودیم و شده بود محل آرزو کردن هایمان. چقدر دلم برای آن روزها تنگ شده...

یک قاب عکس کوچک روی زمین افتاده شیشه ی رویش شکسته و عکس را غبار پوشانده. وقتی رویش دست می کشم اولین چیزی که می بینم لبخند مهربان مادر است. و خوب به یاد دارم این عکس را اولین بار که بابا دوربین خریده بود کنار آن بوته های گل رز حیاط از ما گرفت. دلم می گیرد از این که سال هاست مادر بزرگ نیست. دست همیشه پشتیبان پدر نیست و تنها یادگار من از این خانه در کنار تمام روزهای خالی مانده از مهربانی مادر بزرگ و پشتیبانی پدر، همین لبخند دلنشین مادر است که هنوز به زندگی مان حیات می بخشد. همان کسی که باعث شد یادم بیفتد یک جای دنیا تو ی یک کوچه پراز درخت سر به فلک کشیده که آبی آسمانش از میان سبزی برگ درختانش به زور نمایان است، خانه ای داشتیم که عشق از تک تک اتاق هایش جاری می شد به دل آدم. خانه ای که انگار یادمان رفت. تک تک خاطراتمان را در گوشه و کنارش به حال خودشان رها کردیم که غبار رویش را بپوشاند. روی دل هایمان را بپوشاند. که یادمان برود زندگیمان چه مزه ای داشت و مارا با تمام روزمرگی هایمان هل بدهد پشت یک میز توی یک دفترکاری پراز تکرار و دغدغه هایش یا یک آپارتمان آراسته شده به لوکس ترین کالا های بی مصرف که ظاهرش را زیبا کند و چه کسی می داند در قلب چنین خانه ای دل اهل خانه شاد است یا نه. خیری از دستشان به زندگی خودشان می رسد یا نه. آن روزها همه چیز طعم دیگری داشت. حتی هوای تازه هم جور دیگری حالمان را عوض می کرد. زندگی هنوز تبدیل به یک روند انفرادی نشده بود. می دانی چیست؛ آن وقت ها هنوز مهربانی نمرده بود... شاید دیرولی برگشتم تا غبار از دیوار هایش پاک کنم. تا چند روز دیگر باید تمام اتاق ها تمیز و مرتب باشد. میز صندلی چیده شود درون هرکدامشان. گوشه و کنار حیاط پر شود از گلدان شمعدانی و رز. از باغچه باید عطر محمدی بلند شود. ظهر که می شود از پشت شیشه های رنگی، نور رنگی بیفتد داخل اتاق ها و دم عصر بوی چای هل و دارچین پیچد توی فضای خانه. قرار است اینجا سقف سر کودکانی باشد که دستشان از دست پدر و مادرشان دور مانده است.

هرکس کاری که در توانش بوده را به عهده گرفته است. پیرزن مهربانی گوشه ایوان چرخ خیاطی گذاشته با دقت تمام برای چندتا از پنجره ها پرده می دوزد. عباس آقا همسایه قدیمی مان که نقاش بود، دارد رنگ و روی تازه به دیوارها می بخشد. آن طرف حیاط خانم جوانی که پیش از این نمی شناختم، همراه همسرش گلدان های گلی که خریده اند را برای گل کاری باغچه آماده می کنند. یک نفر در آشپزخانه





(علاج بیکاری)

- کارآفرین باشیم
- چند لحظه با درمانگران بیکاری
- ای کاش وقتی ۲۰ ساله بودم می دانستم

کارآفرینی چیست دانی ای جناب
خلق ایده، کشف فرصت های ناب
پا نهادن در مسیری پیچ پیچ
ساختن، جستن، پدید از قعر هیچ

کارآفرین باشیم

نویسنده
علی نادى
رشته ی تغذیه

بوم مدل کسب و کار، کلیدی برای شروع یک کسب و کار



بسته های مکالمه به آن ها پول می دهید. یا کشور آمریکا که سلاح هایش را در منطقه ی ما ارزان می فروشد ولی با فروش فشنگ چندین برابر سود می کند.

(پ) مدل اجاره ای: مثل اجاره دادن خانه یا ماشین و کسب درآمد.

(ت) مدل کارگزاری: در اصطلاح خودمانی می شود همان دلالی که بیش از این جای توضیح ندارد.

(ج) حق عضویت: مثلاً ایده ی شما این است که یک گروه با چند نفر از دوستانتان تشکیل دهید و در آن رفع اشکال زیست شناسی انجام دهید، حالا هر دانش آموزی که بخواهد در این گروه عضو شود و از مزایای گروه بهره مند شود باید ماهانه حق امتیازی را پرداخت کند.

راه های زیادی برای ایجاد جریان درآمدی وجود دارد که در بالا چند نمونه از آنها را ذکر کردم.

(۶) منابع کلیدی: آیا برای انجام کسب و کار خود نیاز به پول دارید (منابع مالی) یا نیاز به اعتبار دارید (منابع معنوی) یا نیاز به مکان و تجهیزات دارید (منابع فیزیکی) یا باید نیروی کار کافی باشد تا بتوانید طرح خود را پیاده کنید (منابع انسانی)؟

(۷) فعالیت های کلیدی: هفتمین جز از مدل کسب و کار شما فعالیت های کلیدی شماست. هر آنچه که شما برای ایجاد ارزش پیشنهادی خود، ایجاد جریان درآمدی، ارتباط با مشتریان و دسترسی مشتریان به کانال های کسب و کار خود، انجام می دهید، فعالیت های کلیدی شما را تشکیل می دهد.

(۸) شرکای کلیدی: آیا کسب و کار شما نیاز به شرکای کلیدی دارد، تصورش را بکنید بخواهید یک ماده ی غذایی مناسب برای بیماران کلیوی بسازید، آیا شما به تنهایی می توانید کسب و کار خود را اداره کنید یا نیاز دارید با یک نفرولوژیست، یا وزارت بهداشت و... شریک شوید. سعی کنید موثرترین و مهم ترین افراد یا سازمان ها را شریک خود قرار دهید.

(۹) ساختار هزینه: کسب و کار شما چه هزینه هایی برای شما دارد؛ هزینه های مالی و روانی از جمله مهم ترین عوامل در ساختار هزینه ها هستند.

اجزای مدل کسب و کار در این جا به پایان رسید و من سعی کردم به طور خلاصه و مفید آن ها را برای شما توضیح دهم برای اطلاعات بیشتر به کتاب خلق مدل کسب و کار نوشته ی الکساندر استروالد مراجعه کنید.

شاید تا به حال شده که ایده های فراوانی به ذهن تان رسیده و دوست داشته اید آن ها را عملی کنید و از آن ها کسب درآمد کنید، اما برایتان سوال بوده که از کجا باید شروع کنم؟ در این متن قصد دارم به طور خلاصه، شما خوانندگان عزیز را با یک تکنیک ساده به نام بوم مدل کسب و کار آشنا کنم که با استفاده از آن می توانید، ایده ی خود را سازمان دهی کنید. قبل از اینکه اجزای این بوم را توضیح دهم، لازم می دانم که بگویم، سازنده ی این بوم جناب الکساندر استروالد است.

اجزای بوم مدل کسب و کار

(۱) مشتریان: وقتی یک ایده ی کسب و کاری به ذهنتان می رسد، باید ببینید آن ایده مشتری دارد یا خیر البته صرف داشتن مشتری کافی نیست، بلکه باید مشتری شما توان پرداخت پول برای خدمت یا محصول شما را داشته باشد.

(۲) ارزش پیشنهادی: اگر ایده ی شما مشتری دارد، چه چیزی باعث می شود تا مشتریان شما برای محصول یا خدمت شما پول پرداخت کنند. در واقع همان چیز ارزش پیشنهادی شما است. به طور مثال ارزش پیشنهادی یک کارشناس تغذیه، پزشک، پرستار و تمام عوامل نظام سلامت کشور، حفظ و یا دادن سلامتی به شماست.

(۳) کانال ها: محصول یا خدمت شما قرار است از چه طریق به دست مشتریان برسد، از طریق اینترنت، اپلیکیشن، فروشگاه و... هر کدام از این ها می تواند کانال شما باشد.

(۴) ارتباط با مشتری: اگر تا به حال گذرتان به بانک ها خورده باشد، مشاهده کرده اید که بانک ها برای مشتریان خیلی خوب خود، یکی از کارمندان خود را مسئول می کنند تا به طور مخصوص به امور آن شخص رسیدگی کند، این کار نوعی ارتباط با مشتری است. هدف از ارتباط با مشتری حفظ مشتری های کسب و کار شماست.

(۵) جریان درآمدی: راهی که از آن کسب درآمد می کنید را جریان درآمدی می گویند. جریان درآمدی انواع مختلفی دارد که در زیر چند نوع از آن ها را ذکر می کنم:

(الف) فروش محصول: مثل یک فروشگاه لوازم خانگی که یخچال و کولر می فروشد.

(ب) طعمه و شکار: در این نوع جریان درآمدی شما یک وسیله را ارزان یا حتی رایگان به مشتری می دهید، ولی در قبال خدمات و تجهیزات آن محصول که به مشتری می فروشید، از آن کسب درآمد می کنید، مانند سیم کارتهای اعتباری که به شما رایگان می دهند ولی در عوض شما با خرید اینترنت یا



حنند لحظه با درمیانگران بیکاری

مصاحبه با مدیر عامل کارخانه ی ایمن آب

مصاحبه کننده :

سعید قاسمی،
رشته ی حقوق



امروزه جوانان با آن رو به رو هستند و همچنین بحث کارآفرینی که بحثی داغ در این روزهای کشور است بر آن شدیم تا مصاحبه ای با جناب آقای عرفانی از کارآفرینان استان اصفهان انجام دهیم تا مقداری هر چند اندک برای روشن نمودن این موضوع کمک کرده باشیم.

جناب آقای عرفانی به عنوان یک کارآفرین، تعریف جامع و کامل شما از شخص کارآفرین چیست؟

به نظر من کارآفرینی نوعی عبادت است و عبادت جز خدمت به خلق نیست و کارآفرین بایستی با تشخیص فرصت ها و موقعیت های زمان به سازمان دهی و یکپارچگی تیم کاری خود پرداخته و نیاز های جامعه و بازار کار را برآورده نموده و با توجه به گستردگی دامنه مشاغل و علاقه افراد و تخصص خود به سرمایه گذاری در این زمینه پرداخته و همه ی توان و انرژی خود را در جهت اشتغال زایی و رشد و توسعه اقتصاد کشور بکار برد.

کارخانه ی ایمن آب چه تعداد از افراد را بصورت مستقیم و غیر مستقیم وارد چرخه اشتغال و درآمد زایی کرده است؟

ایمن آب در حال حاضر این افتخار را دارد که برای اشتغال ۱۳۰ نفر سرپرست خانوار همت گماشته که ۹۰ نفر از این افراد به شکل مستقیم و ۴۰ نفر از این آنان به صورت غیر مستقیم (درامر

در دوران کارآموزی و کارگری خود راجع به پلیمر و تزریق پلاستیک داشتیم، کار جدید خود را پی ریزی کردم. سال ها گذشت و بنده با تلاش و فعالیت راه پر پیچ و خم تولید و تزریق پلاستیک را طی نمودم و سرانجام به رونق تولید رسیدم.

در سال ۱۳۹۰ از شرکا خود که در حوزه فروش و توزیع محصول با من همکاری می نمودند، جدا شدم و با همکاری فرزندانم که در همین رشته تحصیل کردند، کارخانه ای ایجاد کردیم و سرانجام پس از سه دهه کار و تلاش بی وقفه در صنعت پلاستیک به استقلال کامل رسیدم.

امروز هدف نهایی من و فرزندانم خدمت خالصانه به مملکت و امر مقدس تولید می باشد و بر این اساس همه ی ظرفیت ها و توان خود را برای تأمین کالا و محصولاتی بکار بسته ایم که مطابق با استانداردهای روز کشورهای توسعه یافته باشد و از نظر کمیت و کیفیت تولید محصول با آنان رقابت نماید. در عین حال با حمایت همه جانبه از مصرف کننده نهایی کالای خود را با قیمت معقولی روانه بازار و در اختیار مشتری قرار می دهیم. این ها سخنان جناب آقای محمد عرفانی مقدم متولد ۱۳۳۴ است که هم اکنون مدیر عامل کارخانه ی ایمن آب می باشد.

با توجه به مشکلات کار و اشتغال که

» تازه تحصیلات ابتدایی را گذرانده بودم که به علت بحران مالی خانواده با محیط سخت و خشن کار روبرو شدم. نوجوانی بیش نبودم که به جای درس و مدرسه کار می کردم و به جای تفریح و سرگرمی با آهن و فلز سرو کار داشتیم. خیلی زود با تراشیدن فلز آشنا شدم و فرایندهای طراحی و تولید صنعتی را پشت سر گذاشتم. به همکاری با شرکت های خودروسازی و صنایع مربوطه دعوت شدم و اولین تولیدات حرفه ای خود را به وسیله ابزارهای محدود و سنتی و گاهی دست ساز خودم به آنان عرضه کردم. در همین زمان به خدمت سربازی فراخوانده شدم و در سال ۱۳۵۶ پس از اتمام خمت سربازی، کار خود را به صورت حرفه ای تر ادامه دادم و به کارآموزی مجدد پرداختم.

کارگاهی کوچک اجاره کردم و طراحی و تولید قطعات فلزی را پیگیری نمودم. ابتدای راه پر فراز و نشیب تولید و بهره وری بودم که دچار عارضه ریوی شدم و به توصیه پزشکان حرفه خود را ترک کردم. دل کندن از رشته ای که همه دوران نوجوانی را در آن گذرانده بودم خیلی سخت بود. کار و تولید را دوست داشتم و باید آن را حفظ می کردم. رؤیای بزرگی نیز در سر داشتم و دلم می خواست آن را به میدان عمل وارد سازم. بنابراین با تغییر گرایش خود به سمت صنعت پلاستیک کار و تولید را ادامه دادم. با تجربه ی ناچیزی که

برون سپاری) با ما همکاری می کنند. مشکلات شما در حوزه ی کارآفرینی و تولید چیست؟ لطفاً راه های برون رفت از این بحران ها را نیز بیان کنید.

همه می دانیم ظرفیت های فعلی نظام تولیدی ایران بسیار محدود است و بخش های مختلف آن دچار بحران شدیدی می باشد. در درجه اول نیاز ما، تأمین مواد اولیه و مواد خام پایه است که البته لازم به ذکر است حدود ۷۰ درصد این مواد به صورت بومی در داخل تولید و به دست ما می رسد. لیکن ۳۰ درصد از مواد پایه و خام این محصولات از کشورهای خارجی تأمین می شود و باید از هر طریق ممکن به دست تولید کننده برسد. دیگر اینکه مسیر ناهموار تولید در ایران نیاز مبرمی به صنایع و ماشین آلات پیشرفته روز دنیا دارد و دولت باید تمام توان خود را برای ایجاد تسهیلات در این راه بکار بندد. از طرف دیگر با توجه به اهمیت صادرات و همکاری ما با کشورهای همسایه و منطقه، نقش کلیدی دولت به عنوان پیش راننده تولید در کشور مشخص و معلوم است، بخصوص تلاش دولت در خصوص ارز آوری و بازگشت ارز حاصل از صادرات به کشور بسیار حائز اهمیت می باشد. همچنین در زمینه آموزش و زیر ساخت های علمی کشور و احداث شرکت های دانش بنیان، حمایت بدنه دولت از تولید ملی و پیرنگ نمودن انگیزه کارآفرینان در زمینه اشتغال زایی و رونق تولید لازم و اجتناب ناپذیر است.

سردرگمی جوانان در حوزه فعالیت اقتصادی ریشه در عدم آموزش و مشاوره صحیح در حوزه کسب و کار دارد. از دیدگاه شما رشد اقتصاد تک محصولی در کشور ما چه نقشی در بحران اشتغال زایی امروز دارد؟

رشد اقتصادی تک محصولی از مهمترین علل عقب ماندگی تولید و رونق بهره وری کشور ماست. طی سال ها وابستگی کشور به صادرات نفت و گاز

و ارز حاصل از آن، ضربه های مهلکی به تولید داخلی وارد نموده است. دولت نیز در سرمایه گذاری جهت ایجاد صنایع در بخش تولید و صنعت کوتاهی های بسیار کرده و در بخش تربیت نیروی کارآمد و متخصص و بوجود آوردن شرکت های دانش بنیان و ارتباط صنایع با این نیروها تولید داخلی را دچار بحران ساخته و از جایگاه واقعی و شایسته خود بیرون ساخته است. البته مجموعه ایمن آب در جهت بهبود این وضعیت گام های خوبی برداشته و با بهره گیری از تیمی نخبه و آموزش دیده در راستای تحقیق و پژوهش در تولید محصولات خود تلاش لازم را به عمل آورده است.

از جایگاه یک کارآفرین در زمینه تولید، آیا عملکرد دانشگاه های کشور را موفق ارزیابی می کنید؟

دانشگاه ها در دنیا امروز به عنوان موتور های رشد اقتصادی هر کشور شناخته می شوند. چنانچه بر اساس شواهد عینی و مجلات مرتبط با تولید و صنعت در کشور های توسعه یافته درمی یابیم که دانشجویان علاوه بر گذراندن دوره های آکادمیک در دانشگاه، برای یادگیری و آموزش مهارت های لازم به بخش صنایع معرفی شده و از نزدیک با چرخه تولید آشنا شده و در زمینه علمی و کاربردی به آزمون و خطا پرداخته و به صورت حرفه ای فارغ التحصیل می شوند.

نظر شما راجع به مدرک گرایی جوانان چیست و آیا مدرک راهکار است یا سد راه؟

حق مسلم این است که اگر جامعه ای بخواهد نظام اقتصادی و تولیدی و سیاسی اجتماعی خود را دگرگون سازد، باید خود را با مقتضیات و نیازمندی های جدید جامعه همراه سازد و سیاست جامع و کاملی در توسعه نیروی انسانی در دستور کار خود قرار دهد. همچنین دانشگاه می تواند در زمینه تولید بهینه به انجام کار تحقیقاتی و پژوهشی همت

به خرج داده و در زمینه علم و صنعت شرکت های دانش بنیان را تقویت نموده و به رونق تولید یاری برساند و صد البته برای رسیدن به این موقعیت گرفتن مدرک و گذراندن واحدهای درسی صرف در دانشگاه کفایت نمی کند. به زبان ساده تر برای پیمودن راه ترقی و توسعه تنها پوشیدن یک جفت کفش کافی نیست بلکه داشتن چراغی برای روشنایی راه و همراه داشتن آذوقه لازم و نقشه راه نیز ضروری است.

تا به امروز آیا با شکست و ناکامی در کار خود روبه رو شده اید؟

بله، بنده در واقع بارها تا مرز شکست و فروپاشی پیش رفته ام تا جایی که تنها یک قدم با انهدام و ورشکستگی فاصله داشته ام، اما با اعتقاد راسخی که به توانایی ها و نیروهای بالقوه درونی هر انسانی داشته ام، توانستم با مبارزه و مقاومت و کار شبانه روزی قدم های محکم تری به جلو بردارم و گذشته را جبران کنم.

میراثی که در پی تحقق آن هستید چیست و دوست دارید از خود چه چیز باقی بگذارید؟

با افتخار خدمت خوانندگان شما عرض می کنم که نقطه شروع حرکت ما در مجموعه ایمن آب از کارگاهی کوچک و محدود پایه ریزی شده و در جهت کارآفرینی و اشتغال جوانان این مرز و بوم گام برداشته و آرزومندیم در سال های آتی با پیشرفت روزافزون رشد نماید و با جذب و اشتغال جوانان از به هدر رفتن نیروی جوان و اتلاف منابع ارزشمند انسانی جلوگیری نماید. این بزرگترین و گرانبهاترین میراثی است که دوست دارم از خود به جای بگذاریم.

در آخر جوانان باید قدر جوانی خود را بدانند چرا که روزگار جوانی بسیار زودگذر است. آنان می بایست در ابتدا اهداف خود را پیدا کرده و در صدد رسیدن به اهدافشان از هیچ تلاش و کوششی مضایقه نکنند.

ای ک وقتی ۲۰ سال

نویسنده:

نرگس گوهری مهر،

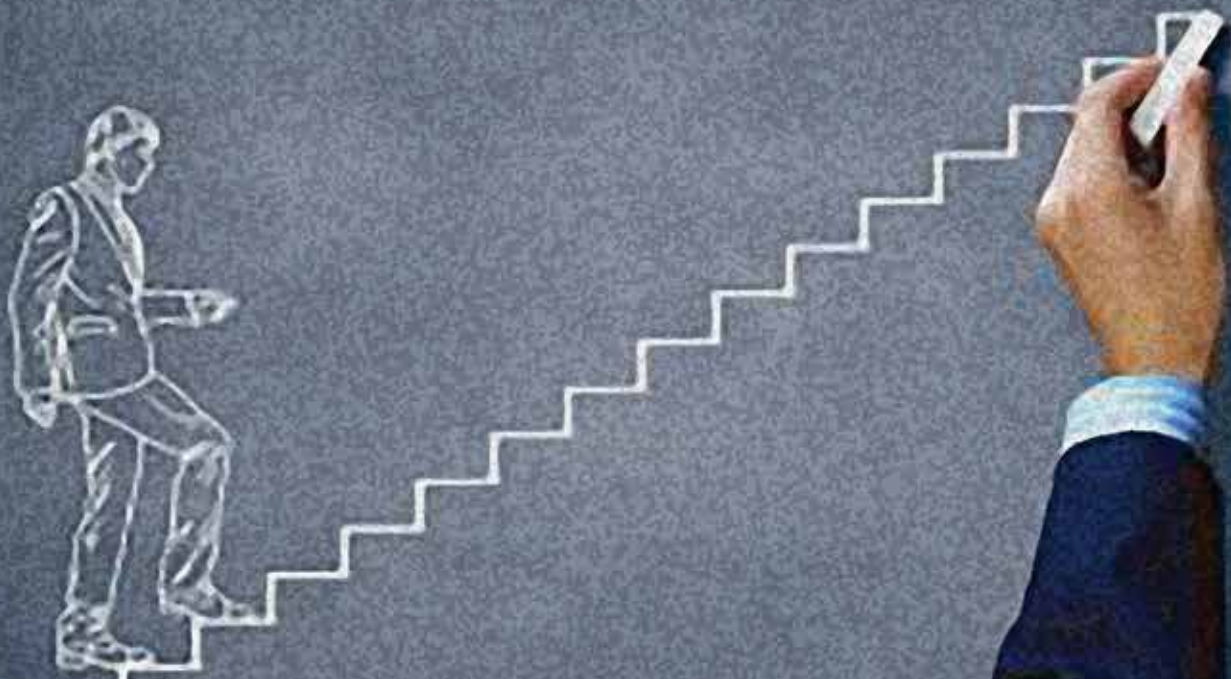
رشته‌ی مهندسی بهداشت محیط

چنگ شان آورید و شما بیشتر اوقات ندانسته دست رد به سینه شان می زنید. براین اساس کارآفرین فردی است که گوش به زنگ برخورد با مسائل است تا از دل آنها، فرصت ها را بیرون بکشد. سپس با یافتن راه های خلاقانه از این فرصت ها در جهت تحقق اهدافش سود ببرد. بیشتر مردم طوری با مشکل روبه رو می شوند که گویی کلافی سردرگم است. مدارهای ذهن این کسان انباشته از ناممکن هاست. به همین دلیل هرگز راه حل هایی را که دست به سینه در برابرشان ایستاده را نمی بینند. شاید بتوان گفت که نگرش درست، بزرگترین عاملی است که می تواند ما را در تحقق اهداف و رؤیاهایمان یاری کند. مطالعه زندگی نوع آوران گواهی برا این مدعاست که آنان هنگام برخورد با موانع برتمام مفروضات از پیش تعیین شده در ذهن شان خط بطلان کشیده و مستقیم و بی واسطه با آنها مقابله کردند. پیش بینی شکست در اغلب ما چنان هراسی

کتاب درمقابل چشمانم چنان خوش رقصی می کرد تا با سرعت هر چه تمام به اتمام رسید. از آن دسته کتاب هایی است که برای جوان ترهایی که به دنبال تحول در زندگی، پرورش ایده ها، افزایش خلاقیت و کارآفرینی و کسب و کار هستند، مفید است. در صفحاتی از کتاب نویسنده ما را به دیدن فرصت ها از نگاهی متفاوت و استفاده به موقع و هوشمندانه از آنها ترغیب می کند و همچنین پیرامون شجاعت روبروشدن با مشکلات و شکست از آنها صحبت می کند و سپس نقش تلاش و ممارست را یادآور می شود و راجع به مدیریت روابط خود با دیگران نیز مطالبی را بیان می کند. « صرف نظر از ابعاد هر مسئله، راه های خلاقانه ای وجود دارد که به شما امکان می دهد با توسل به منابع و ابزارهایی که از پیش در دسترس تان است، آنها را حل و فصل کنید. وقتی با مشکلی رو به رو هستیم در واقع فرصت ها پا به پای شما حرکت می کنند تا به سادگی به

وقتی ذهنم خسته می شود و بی حوصله و دچار روزمرگی می شوم، قدم زدن در شهر کتاب حالم را خوب می کند. هر بار یکی از آنها مناسب احوالم حرفی برای گفتن دارد! گاهی از قبل می دانم قرار است کدامشان در کتابخانه ام ساکن شود و روزهایی را با هم، همکلام شویم و گاهی مهمان ناخوانده هستند و خودشان مرا انتخاب می کنند.

این بار خودم انتخاب کردم: « ای کاش وقتی ۲۰ ساله بودم می دانستم» اثر تینا سیلیگ. چند وقتی بود به بهانه ی مشغله های درسی دستم به سمتش نمی رفت، گویی وقت ملاقات نمی داد. تا اینکه یک روز عصر در هوای دلچسب اردیبهشت با عطر چای هل و زعفرانی که در خانه هر موجود زنده ای را مست می کرد، در گوشه ی دنج اتاق، کتاب را باز کردم. از همان اول تک تک جملات کتاب برایم دلچسب بود. دیگر کتاب را زمین نگذاشتم. در مترو، بین کلاس ها، عصرهای دلپذیر و همه جا... جملات



اش اله بودم می دانستم

“

عوامل بیرونی تاثیر می پذیرد. می دانم که برای بیرون آمدن از چار دیواری امن و راحت زندگی ام ترس نداشته باشم و بی درنگ بر روی یک طرح یا ایده مهر «ناممکن» زنم و بالعکس از افکار و ایده های نو و ابتکاری استقبال کنم. حسن شهرت سرمایه زندگی است و باید با دقت هر چه تمام از آن مراقبت کنم. اما اگر دچار لغزش شدم حرص نخورم و فکر نکنم که دنیا به آخر رسیده چون هیچ کس از لغزش مصون نیست و باید به مرور زمان آن را ترمیم کنم.

گرانها ترین سرمایه تان است به خوبی محافظت کنید. بیاموزید که چگونه با ذکر عبارت ساده «متأسفم» از دیگران عذرخواهی کنید. فراموش نکنید که هر مشکلی قابل مذاکره است و شما باید در جهتی گام بردارید که به برنده شدن دو طرف بینجامد. نقاط قوت افراد را بشناسید و از آنان در مقام و موقعیت مناسب بهره ببرید. یقین حاصل کنید به انجام کاری اشتغال دارند که در آنان بهترین هستند.

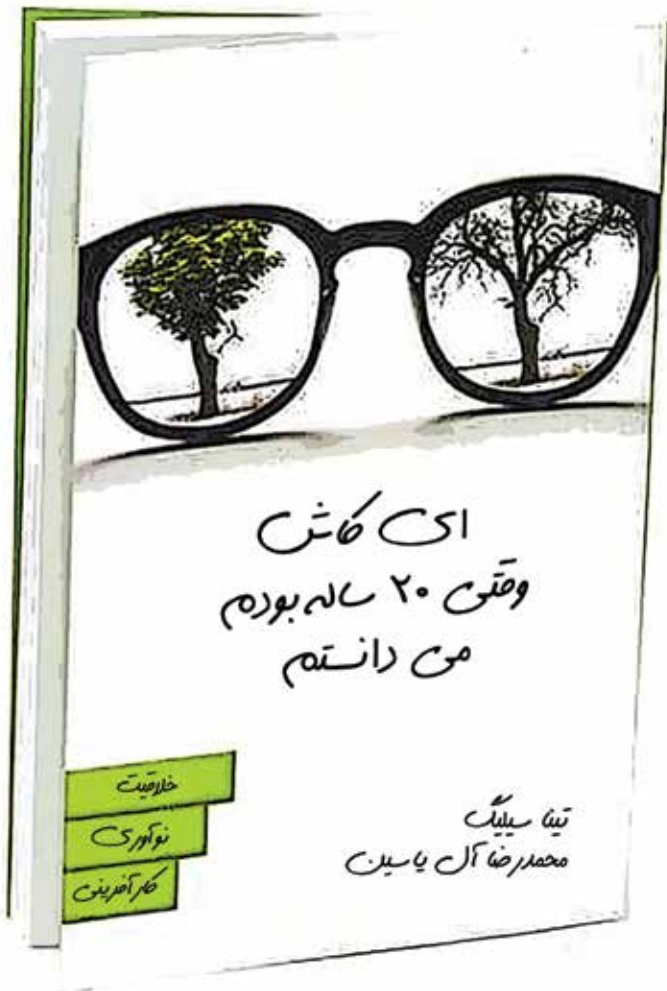
به جای اغواگری، درستکاری پیشه کنی تا وقتی درباره ی عملکردتان سخن به میان می آید سربلند باشید. سرانجام بیشتر از ظرفیت تان مسئولیت به گردن نگیرید. در غیر این صورت خودتان و افرادی که روی شما حساب باز می کنند را نومید و دلسرد می کنید.»

اکنون خوش حالم حالا که ۲۰ ساله ام می دانم: فرصت ها حد و مرزی ندارند. کافی است در هر مکانی نگاهی به دور و اطرافم بیندازم تا مسائلی را که چشم انتظار حل شدن آنها هستند را شناسایی کنم. می دانم که برای هر مشکلی راه حلی وجود دارد و مسائل، فرصت هایی را برای ابداع راه حل های خلاقانه در دسترس من قرار می دهد. می دانم که شکست جز تفکیک ناپذیر فرآیند یادگیری است. اگر ریسک کردم و با ناکامی مواجه شدم، فراموش نمی کنم که این شکست از کیفیات و تمیزات درونی ام نیست بلکه از

هستند و برای انجام تمام کارهایی که آنها را به سر منزل مقصود رهنمون می کند، آمادگی دارند. بنابراین نمی توان دستورالعمل خاصی را برای دستیابی به موفقیت توصیه کرد. همچنین راه میانبر یا معجون جادویی وجود ندارد که ما را به سر منزل مقصود هدایت کند. هر فرد موفق مانده اثر انگشت ماجرای منحصر به فرد دارد. با این وجود اگر این سیر ترقی و پیشرفت آنان را دقیقاً مرور کنید متوجه خواهید شد که سخت کوشی، اختصاص وقت و خطر کردن بذریهایی هستند که در کشتزار عمل می رویند و نهال موفقیت را به ثمر می رسانند.

یادگیری از دیگران به میزان چشمگیری احتمال شکست را کاهش می دهد. لازم نیست جز به جز همه چیز را حساب کنید. تنها کافی است در حد امکان و توان، اطلاعات لازم را از محیط پیرامونتان جمع آوری کرده و سپس برای بهترین تصمیم گیری به عقل و هوشمندی افرادی که پیش از شما این راه را پیموده اند متوسل شوید. در واقع تنها کاری که باید بکنید این است که هنگام تصمیم گیری از صدها مدل در دور و اطرافتان الگو برداری کنید.

شما همواره می توانید با تمرین و ممارست موانعی را که بر سر راهتان قد علم می کند را از میان بردارید. یکی از بهترین راه های دستیابی به این مهم قدردانی از افرادی است که شما را در کوره راه زندگی یاری و حمایت می کنند. دنیا خیلی کوچک است و احتمالاً بارها با افراد مشخصی مواجه خواهید شد. بنابراین از نیک نامی و اعتبار خویش که



(دانشجویی)

- اتاق سبز
- دلتنگی های دانشگاه
- اساتید پای میز ارزیابی
- جگر خربس
- همسفر تا بهشت
- کافیست!
- طنز تصویری
- آثار دانشجویی



اتاق سبز

نویسنده:
عارفه نادری،
رشته‌ی تغذیه



تواند کاکتوس شما را بسوزاند.

سانسوریا

این گیاه پرتفردار آپارتمانی دارای انواع مختلفی است که می‌تواند زیبایی خاصی به اتاق شما هدیه کند. سانسوریا دارای رشد بسیار آرامی است و برای سال‌های طولانی سبز و شاداب باقی می‌ماند؛ از این رو نگهداری آن با صرفه و کم هزینه خواهد بود. این گیاه به آب زیادی نیاز ندارد و ۱ تا ۲ بار آبیاری در هفته برای آن کافیست. اگرچه سانسوریا به نور کم مقاوم است اما در نور کامل و غیرمستقیم بهترین شرایط نوری برای گیاه مهیا می‌شود. از خواص سانسوریا، تصفیه و پاک‌سازی هوای محیط است. بر اساس تحقیقات انجام شده این گیاه می‌تواند سموم و گازهای آلوده موجود در هوا را تصفیه کند؛ پس توصیه می‌شود در چیدمان اتاق خواب خود جایی برای آن باز کنید!

امیدواریم این توضیحات برای شما مفید باشد و برای سبز کردن اتاق خود هر چه زودتر دست به کار شوید. خوشحال می‌شویم عکس‌های گیاهان خود را از طریق راه‌های ارتباطی نشریه با ما به اشتراک بگذارید.



آن استفاده کنید. آلوئه ورا به نور زیادی نیاز دارد اما دقت کنید در آبیاری آن زیاده روی نکنید، چون آب زیاد باعث پوسیدگی ریشه‌ها می‌شود.

برگ بیدی

برگ بیدی یکی از بهترین گیاهانی است که به سادگی در محیط بسته رشد کرده و دارای برگ‌های آویزان و زیبا است. این گیاه در رنگ‌های مختلفی م وجود است که نوع بنفش آن زی بایی خاصی دارد. یادتان باشد برگ بیدی برای رشد مناسب باید آفتاب غیرمستقیم و متوسطی داشته باشد و در دمای بالا رشد بهتری دارد. سعی کنید خاک این گیاه را همیشه مرطوب نگه دارید ولی نه به این معنا که آن را در آب غرق کنید!

کاکتوس

کاکتوس‌ها گیاهان زیبایی هستند و طرفداران خاص خود را دارند. آنقدر متنوع هستند که می‌توانند هر سلیقه‌ای را مجذوب خود کنند. کاکتوس‌ها نسبت به بسیاری گیاهان به آب کمتری نیاز دارند ولی فراموش نکنید که در کمترین حالت یک بار در هفته کاکتوس خود را آبیاری کنید. به طور کلی این گیاهان به نور زیادی نیاز دارند اما نور خورشید با تابش مستقیم می‌

اگر به فکر یک تغییر کوچک اما چشم‌گیر در خوابگاه یا اتاق شخصی خود هستید، می‌توانید از گیاهان آپارتمانی کمک بگیرید. بیرون رفتن و گردش در طبیعت راه حلی بی‌نظیر برای آرامش و سرحال شدن است، اما می‌توانید برخی از فواید طبیعت را از طریق نگهداری گیاهان با خود به اتاقتان بیاورید.

گیاهان آپارتمانی علاوه بر اینکه هوای اطراف شما را تمیز و مطبوع می‌کنند، می‌توانند امواج الکترومغناطیس موجود در فضا را کاهش دهند. همچنین با کاهش استرس و ایجاد آرامش، سلامت روان شما را بهبود بخشند. آن‌ها حتی می‌توانند شما را باهوش‌تر کنند! پس برای موفقیت در امتحانات هم که شده این پیشنهاد را جدی بگیرید. امروزه با گسترش آپارتمان‌نشینی گیاهان زیادی برای پرورش در این نوع محیط پیشنهاد می‌شوند که در اینجا به معرفی چند گیاه می‌پردازیم.

آلوئه ورا

حتماً خواص شگفت‌انگیز این گیاه برای پوست و مو را شنیده‌اید. خوش بختانه پرورش آن زحمت‌چندانی ندارد؛ به سادگی می‌توانید در اتاق خود یک داروخانه شخصی داشته باشید و حتی برای ترمیم زخم و سوختگی از ژل وسط

نویسنده:
سمیه سادات میر صیفی فرد،
رشته داروسازی

دلتن گاه

اندر حکایت حال و هوای روزها و شب های علوم پزشکی اصفهان همین قدر برایتان بگویم که برای ما پشت کنکور مانده ها و خون دل خورده ها بسی خوش است... هم سرمایش و هم گرمایش (البته اگر به مرز جزالگی و مرگ نرسد!) هم رنگین کمان قرمز و نارنجی پاییزش و هم طراوت و سبزی بهارش (البته اگر امتحانات بگذارند!) بیخود نیست که شاعر می فرماید رشته ای بر گردنم افکنده دوست/ می کشد هر جا که خاطر خواه اوست... دانشگاه هم برای ما همان معشوقه ی دلربای بی وفاست که هر چه بیشتر به دنبالش می رویم به جای بیست و نوزده و نفر اول کلاس شدن و جایزه و مدال و چه و چه بیشتر عتاب کرده و نمرات صفر تا نه و افتادن و حرف شنیدن از استاد و پدر و مادر و خدای نکرده مشروطیت می گذارد جلوی پایمان، ولی چه کنیم که معشوق است... معشوق اگر بی وفایی نکند که معشوق نیست!

بعد از همه ی عتاب ها و زخم خوردن ها و تحمل سرمای استخوان سوز زمستان و گرمای آب پز کن تابستان (شاید برایتان تابستان دانشگاه رفتن عجیب باشد ولی برای ما اصلاً عجیب نیست. اساتید گرامی ما تازه از حال و هوای خوش بهار که درآمدند یادشان می آید باید کلاس هایشان را تمام کنند!) به تعطیلات که نزدیک می شویم نقشه ها در سر می پرورانیم.

به محض آمدن همان چندرغاز تعطیلات تابستان تصمیم می گیریم سفر به جزایر هاوایی و مطالعه ی ششصد و پنجاه جلد از جدیدترین کتاب

های نویسندگان مطرح و یادگیری سه زبان خارجی روز دنیا را در برنامه مان قرار دهیم ولی متأسفانه بعد از پایان امتحانات آن قدر مغزمان له شده که به دیار خود کوچ کرده و کمتر از دو ماه تعطیلات پیش رویمان را به خوردن و خوابیدن می گذرانیم!

حقیقت این است که گرچه همگیمان دم امتحانات فاز و نول قشر خاکستری مخمان عجیب قر و قاطی شده و نوروں های حسی و حرکتیمان تسمه تایم پاره می کنند ولی همه چیز که تمام شد، دو واحدی ها و سه واحدی های کمر شکن مان را که با خیال راحت پاس کردیم و نکردیم، درس مان که تمام شد یا به حول و قوه ی الهی به لطف مشروطیت پشت مشروطیت یک سال به درس مان اضافه شد، بعد از تمام شدن همه ی این ها... همان موقع که خوشحال و سرزنده می رویم پی خانواده و زندگی و شهر و دیار خودمان، عجیب دلمان می گیرد؛ عجیب...

دست خودمان که نیست جانم! ما در این علوم پزشکی موی سر سفید کرده ایم! به خصوص دانشجویان دکترا که عملاً با روپوش سفید آمده و با کله ی سفید از دانشگاه بیرون می روند! (البته اگر کله شان کچل نشده باشد بعد این شش هفت سال پر برکت!)

ما در نمازخانه های سرتاسر این دانشگاه خواب ها کرده ایم! ما سر کلاس های اساتید نخبه مان «اسم فامیل» ها بازی کرده ایم!... ما ترم یک در اولین آزمایشگاه هایمان با روپوش سفید عکس ها گرفته و در اینستا «هشتگ دکتر» ها زده ایم!... ما به وقت بهار

هزار و یک عکس از گل ها و درخت ها با کپشن های بسی عاشقانه و عارفانه پست کرده ایم!... ما، همین ما دکترها و مهندس ها و پرستارها و متخصص ها و چه ها و چه ها بهترین روزهای جوانیمان را آویزان از درخت های توت و گوجه سبز دانشگاه گذرانده ایم!!

از روزها و شب های ما خوابگاهی ها که دیگر نگوییم برایتان، هیچ قشری در جامعه ی هشتاد و اندی میلیون ایرانی از ما خوابگاهی ها مظلوم تر نیست! ما خوابگاهی ها بوده ایم که روز و شب هایمان به دو دو تا چهارتا برای قیمت تخم مرغ و نان و بلیط اتوبوس گذشته است! ما خوابگاهی ها بوده ایم که از شدت کم آبی هفته ها و ماه ها ظرف های نشسته یمان بر هم انبار شده است (بدون هیچ ارتباطی به تنبلی مان در امر خطیر شست و شو و نظافت!) ما خوابگاهی ها در عرصه ی تاریخ مهم ترین اختراعات و اکتشافات قرن را به ثبت رسانده ایم؛ مثلاً در یک کتاب تاریخی مهم (که نام آن را به خاطر ندارم) آورده شده که مکتشف پنی سیلین که همان الکساندر فلمینگ جان خودمان باشد یک دانشجوی خوابگاهی، معروف به «الک کپک» بوده!! علت آن را هم که

خودتان بهتر از من باید بدانید.

ظاهراً الک کپک

آن قدر ظرف های

غذای نشسته داشته که

توانسته یک زیست بوم بسی خفن

از انواع و اقسام کپک ها پرورش دهد و در نهایت یک پنی سیلین ناقابل هم از

سای دانه شگاه

آن دریاورد که تا به کنون جان هزاران نفر را نجات داده است.

مثال‌هایی از این دست زیادند. خوابگاهی‌های خسته، خوابگاهی‌های دور از خانواده، خوابگاهی‌های تادم مرگ چای خور، خوابگاهی‌های همیشه خندان (حتی به ترک دیوار!)... ما ها قله‌های رفیع علم و دانش را فتح کرده و رنج دوران برده و خون دل‌ها خورده ایم و چه کنیم که با همه ی سختی‌ها و بی‌پولی‌هایی که کشیده ایم دلمان تا ابد در لایه لای قاصدک‌ها و گل‌های رنگارنگ رقصان میان چمن‌ها جا می‌ماند؟ چه کنیم که با وجود کشف انواع گونه‌های جانوری مختلف و تکه‌های قاشق پلاستیکی و موهای شبق رنگ در میان غذای سلف باز هم دلمان برای آشپز سبیل قشنگ سلف تنگ می‌شود؟ چه کنیم که هنوز نرفته و درسمان تمام نشده دلمان تنگ روزها و شب‌های دانشگاه و امتحان و کتاب بر سر کوفتن و اشک خونین ریختن و

الغوث الغوث گفتن است؟ چه کنیم که در کلاس دانش خانواده گوش هایمان را پر کرده اند که شوهر کنید و زن بگیرید و بعد هم آخر ترم پانصد هزار تومان وام گذاشته اند کف دستمان و رهایمان کرده اند میان دنیایی که در آن گوشت کیلویی صد هزار تومان است و پراید دانه ای چهل میلیون تومان! و چه کنیم که بعد همه ی این‌ها باز هم امید داریم به آینده ای روشن و پر از عشق و باز به نگاهی دلمان می‌لرزد و نقشه ی فردایی درخشان با سه چهارتا بچه ی موفرفری و چشم رنگی (مثل تبلیغات شامپو و روغن در تلویزیون!) را می‌کشیم.

چه کنیم؟...

توصیه ی من به عنوان یک دکتر آینده برای شما دوستانم این است که یک ترم خوشی را به آینده تان نفروشید عزیزانم! درست است که دلتان تنگ می‌شود برای این روزها و شب‌ها، ولی

مبادا کارشناسی‌ها نه ترمه شوید و دکترها خدا می‌داند چند ترمه! درستان رابخوانید و دانشجویهای خوبی باشید و غذای سلف بخورید تا رستگار شوید... به امید این که روزی برسید تا بر کرسی اساتیدتان تکیه زده و تا ابد در دانشگاه بمانید. در صورت رخداد این واقعه ی مبارک روزهای خوش دانشجوی بودنتان را از یاد نبرید و خون دانشجویهای مفلوکتان را در شیشه نریزید! با تشکر از همه ی شما عزیزان



د اساتید پای میز ارزشیابی

نویسنده:

سیما میزانی

رشته‌ی بهداشت عمومی

اعم از مشاهده و فیلم برداری از آموزش استاد، مصاحبه با دانشجو، نمره ارزشیابی که توسط رئیس دانشکده و معاون آموزشی داده می شود؛ ولی مرسوم ترین و مهم ترین روش همان ارزشیابی اساتید توسط دانشجویان است که فواید و اثرات تربیتی زیادی به همراه داشته است.

اینکه گفته می شود دانشجویانی که فرم ارزشیابی اساتید را تکمیل نکنند کارت ورود به جلسه برایشان صادر نمی شود یا سامانه سما برایشان باز نمی شود؛ صحت دارد یا صرفاً برای ترغیب دانشجو گفته می شود؟!

«خیر همانطور که خودتان گفتید در صورتی که دانشجو اقدام به تکمیل فرم نکند کارت ورود به جلسه برای او صادر نمی شود.»

به عنوان آخرین سوال، با استادی که نمره ی خوبی از ارزشیابی ها نمی گیرد چه برخوردی می شود؟

«در سال ۹۶ آیین نامه ای تدوین شد بر طبق آن استادی که سالی یک بار برای ترفیع پایه اقدام می کند و مدارک آموزشی، پژوهشی خود را ارائه می کند در صورتی که نمره ارزشیابی زیر ۷۵ گرفته باشد، مانعی برای ترفیع رتبه ی وی می شود.»

در نهایت باید گفت همه ی ما دانشجویان در قبال تدریس و زحمات اساتید و همچنین در قبال وجدان خود مسئول هستیم که با دقت و بدرستی به سوالات پاسخ دهیم و از همین طریق در بهبود و ارتقا سطح آموزش دانشگاه و پیشرفت خودمان نقشی داشته باشیم.

امتحانات پایان ترم فرصت برای تکمیل آن وجود دارد. شاید سوال هایی در مورد این طرح برایتان پیش آمده باشد؛ مثلاً این که اهمیت ارزشیابی اساتید چیست؟ این طرح چه تاثیری دارد؟! و چرا به تکمیل این فرم تأکید بسیاری می کنند؟

برای پاسخ به سوالات و رفع ابهام دانشجویان، نشریه عینک دودی مصاحبه ای با خانم دکتر یمانی، رئیس مرکز توسعه ی آموزش (EDC)، حول موضوع ارزشیابی اساتید انجام داد.

طی مصاحبه ای که با ایشان صورت گرفت، دو هدف عمده ی اجرای این طرح را اینگونه بیان کردند: «اولین و مهم ترین آن اصلاح و بهبود عملکرد استاد و فهم نقاط ضعف عملکردی خویش به واسطه نمره و بازخوردی است که دریافت می کند. دوم برای تصمیم گیری های مدیریتی (نتیجه ی ارزشیابی از ملاک های ارتقا و ترفیع پایه اساتید می باشد).»

وی در پاسخ به اینکه، تا چه حد این نتایج برای شما و EDC قابل اعتماد و استناد است؟ گفت: «این طرح سوگرایی هایی هم دارد برای مثال ممکن است دانشجو بر اساس علاقه ای که به استاد دارد، تیپ وی و... نمره ای به عملکرد او دهد اما در مجموع نتیجه ی این طرح قابل اعتماد است چرا که دریافت کننده آموزش و مخاطب اصلی اساتید، دانشجویان هستند پس در اصل آنها می توانند با در نظر گرفتن وجدان خود، عملکرد حقیقی استاد را بازگو کنند البته روش های دیگری

دانشجویانی که ارزشیابی اساتید را انجام نداده اند به آدرس زیر مراجعه نمایند:

teacher.mui.ac.ir

مهلت ارزشیابی اساتید رو به اتمام است در صورت عدم تکمیل فرم، امکان دریافت کارت آزمون وجود ندارد. اگر دانشجو باشید مطمئناً با این جملات، زیاد مواجه شده اید؛ پایان هر ترم پیامک های آن را دریافت کرده اید و با در بُرد دانشگاه اطلاعیه هایش را دیده اید.

فرم ارزشیابی اساتید در سامانه سما، برای هر دانشجویی قرار می گیرد و تا قبل از



جگر خرس



نفس کشیدن در حال و هوای اردوهای جهادی



نویسنده:

فاطمه تقی جراح ،
رشته ی فیزیوتراپی



جهت مشاهده ی
مستند اردو جهادی
۹۸ اسکن کنید.

رفتن بیشتر به نفع خودمان است تا آن
ها...

نه اینکه با دیدن رنج آنها خدا را شکر
کنیم که ما رنج نمی بریم!

نه اینکه برویم و تجملات عقب ماندگی
شهری مان را به رخ شان بکشیم...

برویم برای اینکه دستهایشان را
ببوسیم... که سنگربان های بی
ادعایی هستند...

آنان بی توقع تر از آنند که بدانند کاری
که رایگان برایشان انجام می شود در
واقع خدمتی ست که شایسته آن بوده
اند...

روی تمام نداشته هایشان را با پارچه
ای از مهربانی می پوشانند و از تو با پارچ
آبی پذیرایی می کنند... آنقدر گوارا
بنوش که آبی باشد بر آتش فخر تمام
داشته هایت...

نمی توانی ادعا کنی که سبک زندگیشان
را با این چند روز درک کرده ای... چون
تو امید بازگشت داری به امکاناتی که در
آن بوده ای... آنها نه...

اما وقتی برگردی
دست از غرغر کردن های گاه و بیگاه
می کشی...

دلنگشان می شوی... انگار که از
خانواده ات جدا شده ای...

و غمی پنهان می ماند گوشه دلت... آن
وقت است که آرام نمی نشینی...

خلاصه اگر روزی خواستی از چهارچوب
محرومیت بیرون بیایی و به جاده
خاکی بزنی... راهش همان است که
گفتم...

شوند اگر به شهر بیایند ، در روستایشان
هزاران ما و امثال ما شهری ها را روی
انگشت می چرخانند.

گناهشان این است که هنوز به مدرنیته
آلوده نشده اند. شیرزنان این دیار به
هفت قلم آراسته اند؛ از سخت کوشی
تا هیزم کشی... نان از عمل خود می
خورند و منت حاتمان دور را نمی کشند.

محرومیت شاید واژه ی صحیحی
نباشد چون خودمان از جامعه دورشان
کرده ایم. در تمام این سال ها کسی
رفت ببیند علت آلودگی چشمه ای که
تنها منبع آب روستا بود و پیر و جوان را
به امراض مختلف دچار کرده بود چه
بوده ؟

کسی دردی کم کرد از این محرومان و
مستضعفان؟ وقتی ساده ترین مسکن
هایی که برای ما نقل و نبات اند
اینجا پیدا نشود؛ باید هم به افسانه
پیشینیان دستاویز شوند و جگر خرس را
با دوده چراغ وارد زخم هایشان کنند تا
آرام شوند...

و هیچ کس رنج را این چنین شیرین
زندگی نمی کند...

تا در کنارشان زندگی نکنی نمی فهمی
که اگر آنان از نیازهای ضروری یک
زندگی عادی محرومند ، من و تو نیز
از صفا و مهربانی و نزدیکی دل ها
محرومیم...

جهادی باید... شاید یکی دو روزی
احوال پرسی های ما زخم های سالیان
دور را التیام نبخشد.. اما بی شک درد و
رنج نادیده گرفته شدن و بی کس بودن
را التیام می بخشد..

گاهی وقتها هیچ چیز در این دنیا
پیدا نمی شود که آرامت کند... آواره
ی کوچه های خیالت می شوی ...
در جستجوی راه و بیراهه ای که
وصلت کند به آرامش دوران کودکی
ات... همان زمانی که هیچ رخدادی
نمی توانست تو را از رؤیاهای شیرین
کودکانه ات جدا کند ، غرق می شدی
در کوچکترین بهانه ها و سرگرم می
شدی با ساده ترین ابزارهای شادایانه
.. از سنگ های کف خیابان گرفته تا
تدارک هفت سنگ... از توپ شش
لایه تکه تکه تا شیر و پلنگ... از سیاه
کردن حیاط خانه برای جدول کشی تا
لی لی... از صدای شیطننت ها تا صدای
زنگ خانه همسایه ها... غم هم اگر بود
از ترس پنهان می شد لابلای شکرخنده
های دوستانت...

می دانی رفیق... همین روزهایی که
با یاد خاطراتشان قهقهه می زنیم ...
همین بهانه های کوچک... بزرگترین
آرزوی گم شده در کوچه های شهرند...
این حال و هواها را دیگر باید در پشت
کوه پیدا کرد...

Google: پشت کوه ؟
جایی پشت رشته کوه های بلند ، همت
هایی بلندتر قامت راست کرده است...
دورافتاده اند با دلپایی نزدیک
سر در نمی آورند از سواد اما دکترای
انسانیت دارند...

املا ی سخت کوشی و احکام رزق و
روزی را نمی دانند اما راه و رسمش را از
بَرند...

همین هایی که انگشت نشان می

نویسنده:
فاطمه سادات سیدقلعه،
رشته بهداشت عمومی

د

همس

فرت

پیشنهاده
شد و اولین
جشن ازدواج
در زمستان سال
۱۳۷۶ با کمک نهاد

نماینده مقام معظم
رهبری در دانشگاه شهید
بهشتی و با شرکت ۶۰ زوج از
دانشجویان این دانشگاه برگزار
شد. این رویکرد در سال های بعد در
سایه پیام مقام معظم رهبری، حمایت
نهادهای مختلف و هدایای بخش
های مختلف دولتی و تبلیغات رسانه
ها - به ویژه صدا و سیما - به تدریج
با اشتیاق بیشتری روبه رو شد؛ در سال
۱۳۹۷ حدود ۴ هزار زوج برای ازدواج
دانشجویی نام نویسی کردند.

شرایط ازدواج دانشجویی
ملاک شرکت در طرح «همسفر تا
بهشت» دانشجویان بودن حداقل یکی
از زوجین در زمان عقد است و تنها
زوجینی که حداقل یک نفر از آن ها
دانشجو بوده و تاریخ رسمی عقد در
فاصله زمانی ۱ فروردین ۱۳۹۷ تا ۱ دی
۱۳۹۸ باشد، مجوز ثبت نام در سامانه را
خواهند داشت..

همچنین در مواردی که هر دو زوج
دانشجو باشند، لازم است فقط یکی از
آن ها به عنوان داوطلب اصلی در سامانه
ثبت نام کند..

و از نشانه های او اینکه همسرانی از
جنس خودتان برای شما آفرید تا در کنار
آنان آرامش یابید، و در میان تنان مودت
و رحمت قرار داد. این نشانه هایی است
برای گروهی که تفکر می کنند (آیه ی
۲۱ سوره ی رم)

ازدواج و تشکیل خانواده از آغاز آفرینش
بشر، سنگ بنای هر اجتماعی محسوب
می شود. ازدواج پیمان مقدسی است
که در سایه ی آن، انسان ها تربیت شده
و در مسیر کمال حرکت می کنند. ازدواج
پیمانی است که در آن زن و مرد متعهد
می شوند که حقوق اخلاقی، معنوی و
مادی را در قبال یکدیگر رعایت کنند.

در یک تعریف ساده می توان ازدواج
دانشجویی را چنین تعریف کرد:

ازدواجی که در آن زوج یا زوجین هر دو
دانشجو هستند، مراسم ازدواج در ساده
ترین شکل ممکن و به دور از تجملات
رایج برگزار می شود و زوجین دارای
میانگین سنی پایینی هستند..

در چند سال اخیر رویکرد نهادهای
فرهنگی، برای تسهیل امر ازدواج و
ترغیب جوانان به تشکیل خانواده،
تأکید به گسترش ازدواج های
دانشجویی بوده است و در همین
خصوص همه ساله، شاهد برگزاری
مراسم ازدواج جمعی از دانشجویان
سراسر کشور در اعیاد مذهبی هستیم.

تاریخچه ازدواج دانشجویی
اصطلاح ازدواج دانشجویی نخستین بار
از سوی یکی از استادان دانشگاه تهران

مزایای ازدواج دانشجویی:

از نظر روانشناسی، ازدواج اعتماد به
نفس را در افراد تقویت می کند و باعث
افزایش روحیه ی شادابی و نشاط در
فرد می گردد. یک انسان متأهل،
مسئولیت پذیری برایش بیشتر معنا پیدا
می کند و وارد مرحله جدیدی در زندگی
می شود که می تواند طعم استقلال
مالی را بچشد و به ثبات مالی برسد. در
کنار تمام این ویژگی های مثبت، تلاش
برای سازندگی در فرد افزایش می یابد..
ازدواج در محیط دانشگاه، به دلیل
اینکه دو طرف زمان زیادی را در کنار هم
بوده اند و به شناخت نسبی از هم دست
یافته اند، می تواند یک ازدواج سازنده
تلقی شود. دو انسانی که در یک محیط
آموزشی حضور دارند، تقریباً در یک
گروه سنی قرار دارند، اهداف مشترکی
دارند و نگاه شان به آینده و مسیری

باهشت

ازدواج دانشجویی بله یا خیر؟

این موضوع هم می تواند خوب باشد هم بد و اگر دو طرف از هر نظری بهم نزدیک باشند مثل شخصیت، خانواده، خصوصیات اخلاقی متناسب باهم از این نظر ازدواج دانشجویی بسیار خوب است و همچنین به خاطر کم بودن اختلاف سنی دو طرف به دلیل نزدیک بودن عقیده ها به یکدیگر بهتر می توانند با مشکلات زندگی مقابله کنند.

به نظرم اگر دو طرف بتوانند به یک شناخت خیلی کامل برسند که بتوانند بهم اعتماد کنن بسیار خوب است.

خوبیه ازدواج دانشجویی اینه که تقریباً به یک شناخت کامل از همدیگر می رسند ولی بدیش اینه که اختلاف سنی زیادی ندارند و این ممکن است یکم مشکل ایجاد کنه و نتوانند باهم در برخی مسائل کنار بیایند.

به نظرم ازدواج دانشجویی خوب نیست به دلیل اینکه هر دو طرف درگیر درس خواندن و تحصیل هستند و خیلی نمی توانند وقت برای باهم بودن و شناخت بیشتر یکدیگر بگذارند.

اگر دو نفر شرایط ازدواج را داشته باشند به نظرم ازدواج دانشجویی خیلی خوب است. چون طرف مقابل هم رشته ات هست. اما من آدمهایی رو می شناسم که هم رشته ی هم هستند و به جای اینکه از این موهبت استفاده کنند و به هم کمک بیشتری برای پیشرفت کنند؛ همدیگر رو رقیب هم می بینند و از این نظر همیشه بحث و جدل دارند.

گرفتن دستگاه
باروری زن و مرد
در معرض عوامل مضر
محیطی، این بیماری ها
برای فرزند به وجود می
آید.

وجود پدر بزرگ ها و مادر بزرگ
ها: تعامل نوه ها با پدر بزرگ ها و
مادر بزرگ ها، همیشه مهم ترین عامل
انتقال تجربیات اجتماعی و آموزشی
سنت ها و فرهنگ ها به نسل های بعد
بوده است.

در کنار تمامی مزایای گفته شده این
نوع ازدواج ها دارای معایبی نیز هستند:
(۱) معمولاً ایجاد رابطه برای آشنایی در
این دوران باعث ایجاد روابط عاطفی
عمیق میان طرفین شده و به فرد اجازه
رسیدن به يك شناخت درست و دقیق از
فرد مقابل نمی دهد.

(۲) بسیار اتفاق افتاده که برخی از افراد
سودجو به بهانه ازدواج با فرد مقابل
رابطه برقرار می کنند و پس از ایجاد
دوستی و رابطه عاطفی نه تنها رابطه به
ازدواج ختم نمی شود، بلکه باعث ایجاد
مشکلاتی چون افت شدید تحصیلی،
برقراری ارتباط های غیر اخلاقی، ابتلا
به بیماری ها و اختلالات روانی مثل
افسردگی های حاد، اقدام به خودکشی
و... نیز می شود.

**نظر برخی دانشجویان در ارتباط با
ازدواج دانشجویی:**

زندگی تا حدود زیادی
به هم شبیه است.
هنگامی که ازدواج
دانشجویی اتفاق می افتد به طبع
فرزند آوری نیز زودتر اتفاق می افتد که
این خود دارای خوبی های زیر می
باشد:

کم شدن شکاف بین نسل ها: به هر ۳۰
سال زندگی افراد، یک نسل می گویند
و تولد فرزندان، متناسب با این چرخه
۳۰ ساله، تعریف می شود و اگر فرزندی
قبل از ۳۰ سالگی والدین به دنیا بیاید،
رابطه بهتری با پدر و مادر خواهد داشت
و از نظر جسمی و روحی نیز سالم تر
خواهد بود.

کاهش شیوع بیماری های کروموزومی
و ژنتیکی در فرزندان: تولد فرزندان در
سنین بالای والدین، می تواند بیماری
های کروموزومی و ژنتیکی برای آن
فرزند ایجاد کند؛ زیرا به دلیل قرار

د کافیه ست!

نویسنده:

سیده معصومه مرتضوی خواه (یه تسنیمی)
رشته ی بهداشت حرفه ای

بس است دیگه...

کافیست...

کافیست، هرچقدر نگاهمان را تنها بر اهداف خردلی، دوختیم!

بس است، این، آقا بیاهای بی بصیرت...

کافیست،

این، نفهمیده منتظر بودن ها...

بیایید کمی بیشتر بیاندیشیم و کمی دقیق تر فکر کنیم!

واقعاً ما مولایمان را برای چه می خواهیم؟

کدام نیاز ما را به سوی ایشان می کشاند و برای چه انتظارشان را می کشیم؟
عده ای از ما بعد از شنیدن این سؤال ابرویی بالا انداخته، لبخند ژکوندی زده و می گویم:

جواب به این واضحی!! پرسیدن ندارد که! خب معلوم است برای رسیدن به سعادت (یا شاید واژه هایی از این جنس...) اما بیایید لااقل یکبار هم که شده با خودمان روراست باشیم...

به راستی کلمه سعادت در فرهنگ لغت وجود ما به چه معناست؟

نکند سعادت همان خانه و ماشین و خلاصه زندگی لوکس سرشار از رفاهی است که شب و روز انتظارش را می کشیم؟ شاید هم سعادت آن باغ سرسبز و پر از میوه ای باشد که شهوت خوردن و خوابیدنمان را پاسخ می دهد؟ آیا تاکنون به چنین مسائلی فکر کرده ایم؟ حقیقتاً چه وقتی از عمرمان را صرف تفکر در اصل وجودمان کرده ایم؟ عجیب

نیست که می گویند یک ساعت تفکر بهتر از ۷۰ سال عبادت است!!

بهرتر است به سوالمان برگردیم... شاید عده ای از ما در پاسخ به چنین سؤالی صادقانه و بی ریا بگوییم امام را برای ایجاد عدالت رفاه، نبود بیماری و... می خواهیم!

اما، یک لحظه صبر کنید، یعنی واقعاً ما امامان را تنها مظهر عدالت و رفاه می دانیم؟ یعنی، اگر شخص دیگری آمد و توانست این عدالت و رفاه را اجرایی کند! دیگر امام را نمی خواهیم؟

عجیب است...

عجیب است که، هنوز نفهمیده ایم، نبود امام یعنی نبود جزئی از اصل دین، یعنی نقص دین...

یعنی آن تعبیر حضرت فاطمه زهرا (س) که حال خود از نبود پیامبر را، چنان زمین تشنه ی ترک خورده ای دانست که باران حاصل خیز و بارور کننده ی خودش را از دست داده است...

حال خودتان ببینید این زمین چقدر تشنه ی باران است؟ چقدر درد هجر می کشد؟ و ما چه؟ ما چقدر تشنه ایم؟ ما که حتی هنوز، دین را هم به درستی نفهمیده ایم... ما که حتی تا کنون درباره این مسائل فکر هم نکرده ایم! چطور انتظار داریم مولایمان این هجران را پایان دهد و این شب را به صبح برساند؟ هر زمان به خودمان آمیدیم و حس کردیم برای زندگی در این دنیای پیچیده و با این نیازهای بی نهایتی که داریم... برنامه می خواهیم! وقتی درک

کردیم ریختن این برنامه از حدود عقل و غریزه ی ما خارج است و منشأ الهی می خواهد و هنگامی که فهمیدیم این برنامه الهی (دین)، سیراب کننده ی روح تشنه و بی نهایت طلبمان در این دنیای پیچیده است...

آنگاه...

ضرورت دین را می فهمیم، آن گاه قدر دین را می دانیم و آن گاه تشنه ی دین می شویم. تشنه ی دین که شدیم، پیامبر می فهمیم... مبلغ دین می دانیم... روشن کننده ی برنامه می طلبیم... چراغ می خواهیم... و در این راه پیچیده، آرمانی فراتر از عدالت و رفاه بر می گزینیم...

اکنون است که... ادامه دهنده راه نبی می طلبیم و در نبود پیامبرمان، امام می خواهیم...

اما... نه خورشید پشت ابرو و نه فقط بهره بردن از نور و گرما و دیگر نعمات خورشید پشت ابر... بلکه خود خورشید را می خواهیم...

آری... نه فقط تربیت انسانها از پشت پرده غیبت، حفظ جامعه و جریان فکری شیعه و... بلکه بهره مندی ملموس و محسوس می خواهیم... بهره مندی کامل. آری... ما خود خورشید را می خواهیم. طلوع فجر را می خواهیم. آفتابی دل انگیز و ظهوری عاشقانه تمنا می کنیم. می خواهیم و از خداوند طلب می کنیم، طلبی با بصیرت و انتظاری عجین شده با معرفت.

طنز تصویری

جمع آوری تصاویر: حافظ گمرکی

نویسندگان:

فاطمه تقی جراح، زینب جمال پور



کوکوی ماکارونی !!

محصولی که پیش روی شماست صد در صد ایرانی بوده و اثری از دانشجویان خلاق و نخبه‌ی خوابگاهی است. این محصول آماده‌ی صادرات به خارج از خوابگاه نیز می‌باشد. (سفارشات پذیرفته می‌شود. آماده‌ی عقد قرارداد با تمامی شرکت‌های تولید اغذیه و پخت غذا و حتی سلف دانشگاه) منو آزاد: کتلتشو بدن؟ کوکوشو بدم؟ کدومو بدم؟



اگر تن به تن جان
به کشتن دهیم
محال است کاین
را به دشمن دهیم!



ساخت پنی سیلین در خوابگاه‌های دانشجویی

(بعضی از این قارچ‌ها حتی فکرشم نمی‌کردن یه روز بتونن روی ماست رشد کنن ولی در محیط خوابگاه همه چیز امکان پذیر است...!)



بدون شرح...



خدا حافظ ای داغ بر دل نشسته... تو را می‌سپارم به رؤیای فردا...

(من خود به چشم خویشتن دیدم که جانم می‌رود...)

به زودی در گالری عکس ۹۹,۹ درصد جدیدالورودها (فقط خواهشاً دستاتون رو جوری بگیرید که شکل قلب بشه نه دوزنقه...)



من آن بی پول مغرورم که می‌میرم ز مشروطی ولی با ذلت و خواری، پی جزوه نمی‌خرجم...! خاب اینم از این پولاً کو حج بابا فرستاده اس، دُرُس شد... یُخده واسه زخت و لباسای خوشگلم کو بازم بخرم و بیوشم تا چشی بچا دراد، یُخده برا وقتی با رفیقام میرم بیرون، یُخده هم واسه وقتی تو دانشگاه دارم سر کلاس از گشتگی می‌میرم، یُخده پیشم واسه جزوه دیگه چاره ای نیس... عوضش وقتی امتحانا تموم شد کاغذاشامیدم ننه تا باش شیشه پاک کونه، آره اینجوری خویش:

تصاویر ارسالی از شقایق حسینی، رشته‌ی مهندسی بهداشت حرفه‌ای

د آثار دانشجو یو



برای دیدن سایر آثار هنری
دانشجویان اسکن کنید.

درس خواندم برای کنکور غصه خوردم برای دانشگاه
عاشق درس بودم و تحصیل بی خبر از نتیجه ی این راه
گفته بودند می شوی دکتر کار و جیره موجب عالی
وعده دادند می شوی صاحب چند میلیون سپرده ی مالی
با هزاران امید طی کردم روزهای جوانی خود را
عاقبت بعد آن همه زحمت خورده ام توی تیرک دنیا!!
من به دنبال کار می گشتم ناگهان اقتصادمان بد شد
پول و ارز و دلار و آمریکا پیش روی جوانی ام سد شد
من که بیکار ماندم و بی پول حال و روز تو بهتر از این است؟
مشکلاتی که داشتی آیا مثل سابق هنوز سنگین است؟

شاعر:

زهره شیخی
رشته ی جامعه شناسی

شاعر:

زهره بهرامی
رشته ی زبان و ادبیات فارسی

اگر دیدی کسی در شب سفر کرد
بدان مسمار پهلویی دریده
حسن با دیدگان خون فشانش
دو دست مادر خود را گرفتند
و حالا نوبت زینب رسیده
تسلای دلش یک کوبه ی در
عجب امشب قیامت برملا شد
به چشمان خدا باران حیا کرد
عزای فاطمه کرب و بلا شد
صدای دسته های فاطمیه
خدا داند علی امشب چه حالیست!
و جای فاطمه الحق که خالیست...
علی ماند و صدای گریه هایش
درون چاه، جای ردپایش
اگر دیدی کسی در شب سفر کرد
بدان امشب علی دیگر علی نیست!
به راستی بعد زهره جان علی کیست!؟

فرم اشتراک نشریه فرهنگی اجتماعی عینک دودی

راهنمای اشتراک

در صورت تمایل به اشتراک فصلنامه فرهنگی اجتماعی عینک دودی،
لطفاً فرم اشتراک را پر کرده و اسکن این فرم را به ایمیل نشریه ارسال کنید.

نام و نام خانوادگی:	
رشته تحصیلی:	
مقطع:	
دانشگاه:	
آدرس:	
شماره تماس:	
کد پستی:	

شماره ششم نشریه ی عینک دودی وقف در گردش شد"
جهت شرکت در این سنت حسنه می توانید پس از مطالعه ی
نشریه عینک دودی آن را به دوستان خود هدیه دهید.

چاپ و تکثیرات قبه



- چاپ و توزیع
- تبدیل جزوه ی درسی به کتاب
- تبدیل پایان نامه به کتاب
- تیراژ کم و تیراژ زیاد
- بالاترین کیفیت
- پایین ترین قیمت

با چندین سال سابقه ی فعالیت

با مدیریت آقای قبه
۰۹۱۳۴۴۴۴۹۱۳

بروید سراغ کارهای نشدنی، تا بشود. تصمیم
بگیرید بر برداشتن کارهای سنگین تا بردارید.
«ولا یفشون احدا الا الله» خب، زحماتش
چه؟ رنجهایش چه؟ محرومیت‌هایش چه؟
جوابش این است که: «وکفی بالله
حییا» خدا را فراموش نکن، خدا حابت را
دارد.

در میزان الهی، رنج تو، محرومیت تو، کف
تقص تو، حرصی که خوردی، زحمتی که
کشیدی، کاری که کردی، خون دلی که
خوردی، دندان‌های که روی جگر گذاشتی، اینها
هیچ وقت فراموش نمیشود.

سید علی حسینی