

تقدیم به روح پر فروغ
شهداي وطن، از دیروز تا به امروز



با تشکیل تیم علمی ضربان، ضربان از شماره بدد علمی تر می‌شود.

ادم برفی ها

پاریس هم از آب شدنشان ترس
دارد شاید دلوپس جمعه های
ملست یا که نه، شنبه های خود

انقلاب جنسی

تجربه‌ی مشابه ایالات متحده
از آنچه مسیح عیلنژاد ها
برای ایران آرزو می‌کنند؟

انحراف خطوطی سازی

تجربه تلخ خصوصی
سازی ها مارا به
سمت اقتصاد دولتی
خواهد کشاند؟

...9

خانه شبشهای

گذاری مقدماتی و عقلانی بر
مفهوم شفافیت؛ حکمرانی از
اینجا آغاز می‌شود.

دکیم هیدجی

جستاری در تاریخ
ادبیات زنجان همراه
با حکیم شاعر و دانشمند



Zaraban

ماهنامه دانشگاه علوم پزشکی زنجان

شماره دوم - اردیبهشت ۹۹ - ۲۶ صفحه

ارتباط با ما (آیدی تلگرام) : @zaraban_ad

بسم الله الرحمن الرحيم
سپاس خداوندی را که دیدگانی عطا فرمود تا
بخوانیم، بخوانیم تا بدانیم و بدانیم تا دنیای بهتری
بسازیم؛ می گویند آنان که نمیخوانند محکوم
به تکرارند، و امان از این تکرار تlux اشتباهات عمان
و اما این نشریه، بی گمان هیچ نوشته ای نیست که
بتواند تمام تجربیات عالم را در اختیار مان بگذارد، اما
میتواند نگاهی تازه در اختیار مان قرار دهد و ما تلاش
میکنیم بتوانیم سهمی هر چند کوچک در این امر
بزرگ داشته باشیم
و در آخر، سپاس بیکران ما از آن درمانگرانی که
به تعبیر خدا آیات شفابخش پروردگارند
و امروز مجاهدانه در تلاشند.
« و نزل من القرآن، ماهو شفا »

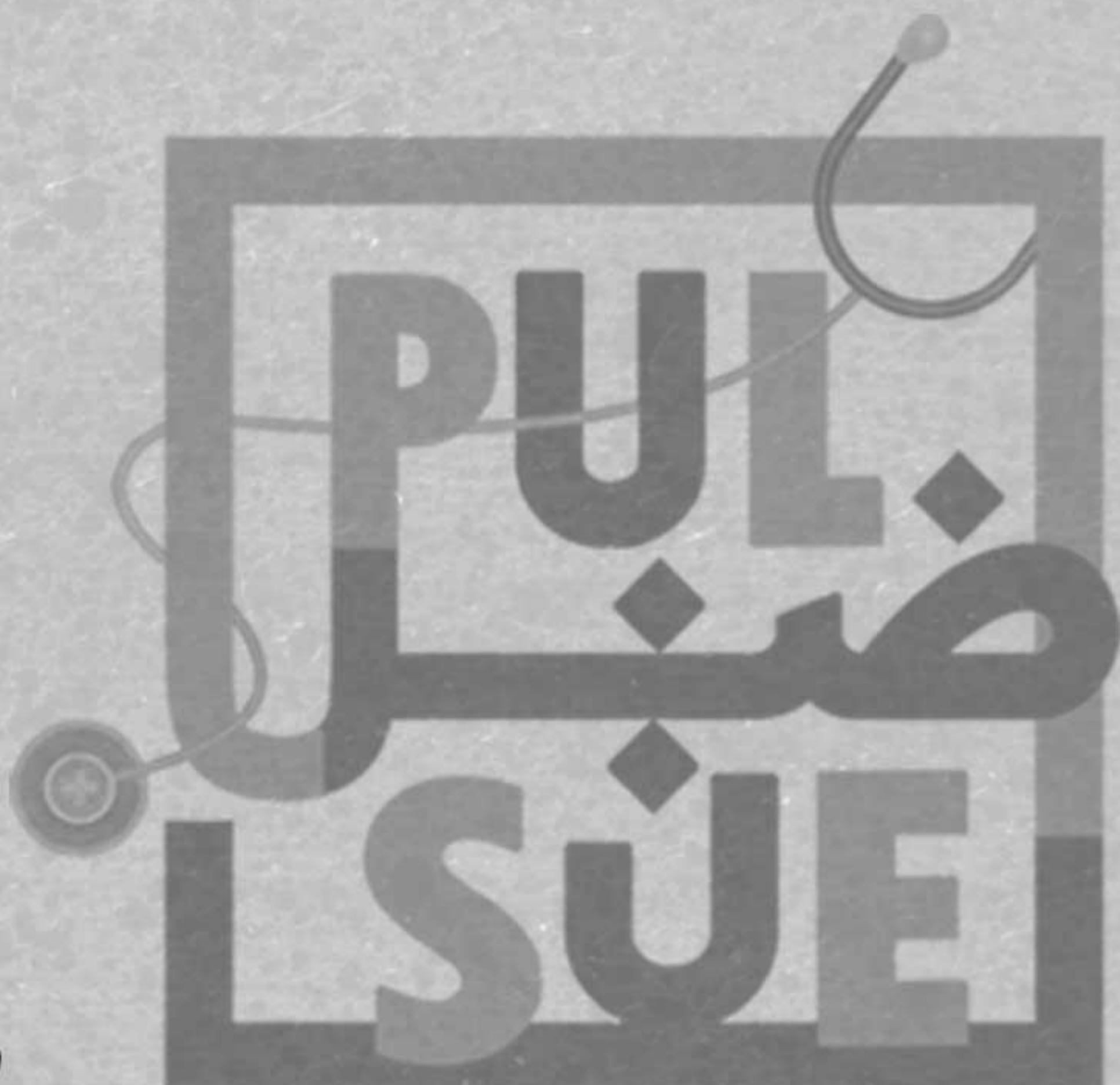
صاحب امتیاز:
معاونت رسانه بسیج دانشجویی
دانشگاه علوم پزشکی زنجان
سردبیر و مدیر مسئول:
امیر کسرایی فرد

هیئت تحریریه:
محمد مهدی احمدی
سالار رشبر فرساد
حسین رفیعی زاده
اسحاق عیل شهوری
سرمد طالبی
علی رضا ملایی
امین تقی فلام
جاد عباسی
سعید یوسفی رامندی
ویراستار:
ابولفضل دوستی

با تشکر فراوان از:
محمد درضا قربانی
بنیامین طالبی

فهرس

ت



۳	اندراff خصوصی سازی ها
۵	حکیم هیجی
۷	پژواک دانشجو
۹	شفافیت
۱۱	آدم برفی ها
۱۳	دن آرام(معرفی کتاب)
۱۵	شعری برای مصدق
۱۶	ویروس ۱۹۴۸
۱۷	خاطرات سفیر(معرفی کتاب)
۱۹	انقلاب جنسی
۲۱	روزه و سامقی
۲۳	ایران
۲۵	مسابقه ضربان

ضربان

اندرااف خصوصی سازی

گذاری بر اقتصاد ایران، معضلات، بحران‌ها و تدابیر

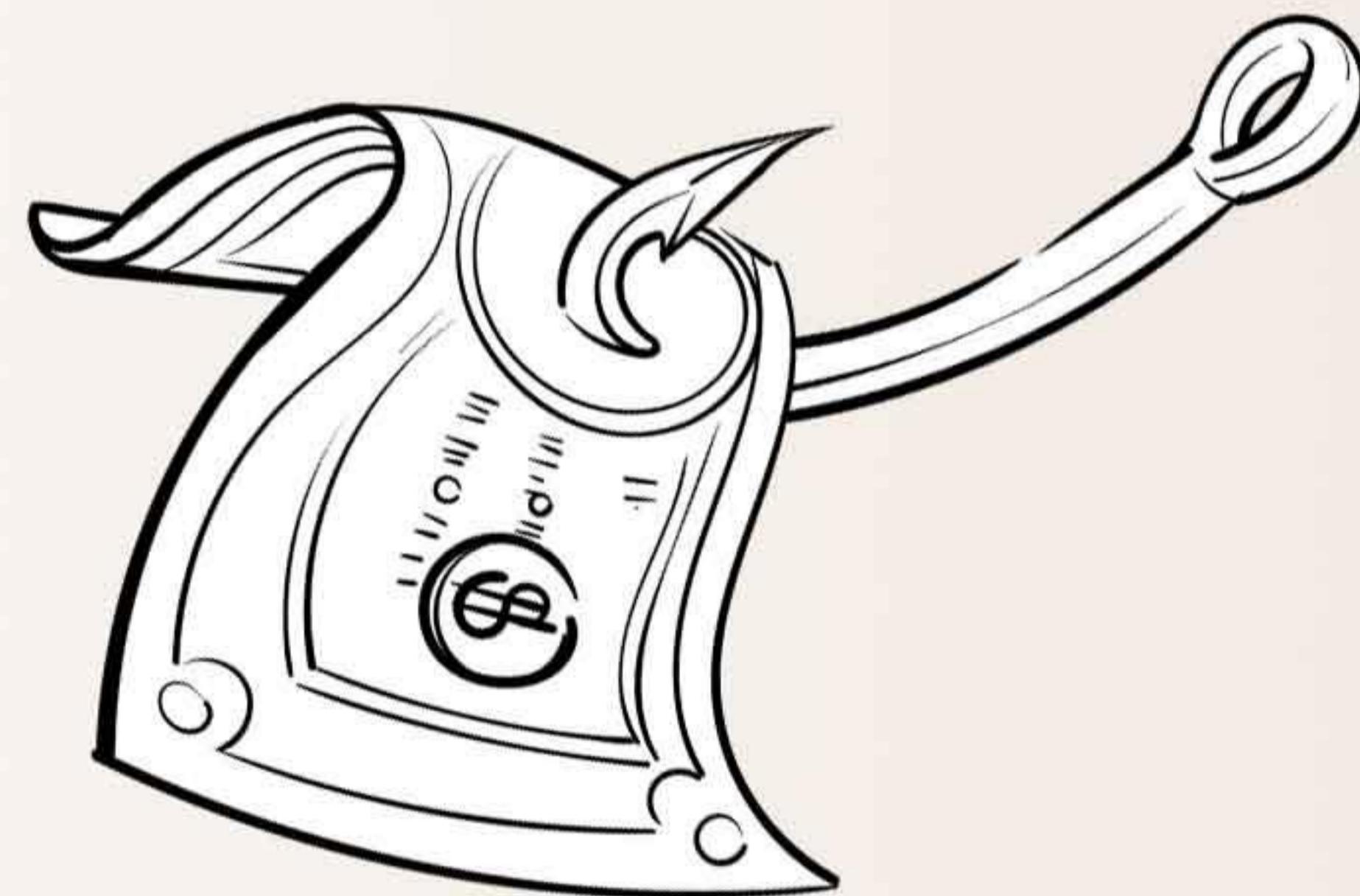
قسمت
اول

ECONOMIC CRISIS

همانطور که پیش تر به آن اشاره شد، هدف از خصوصی سازی، بیرون کشیدن اقتصاد از دست دولت و سپردن آن به بخش خصوصی می باشد. اما این کار چه فایده ای دارد؟

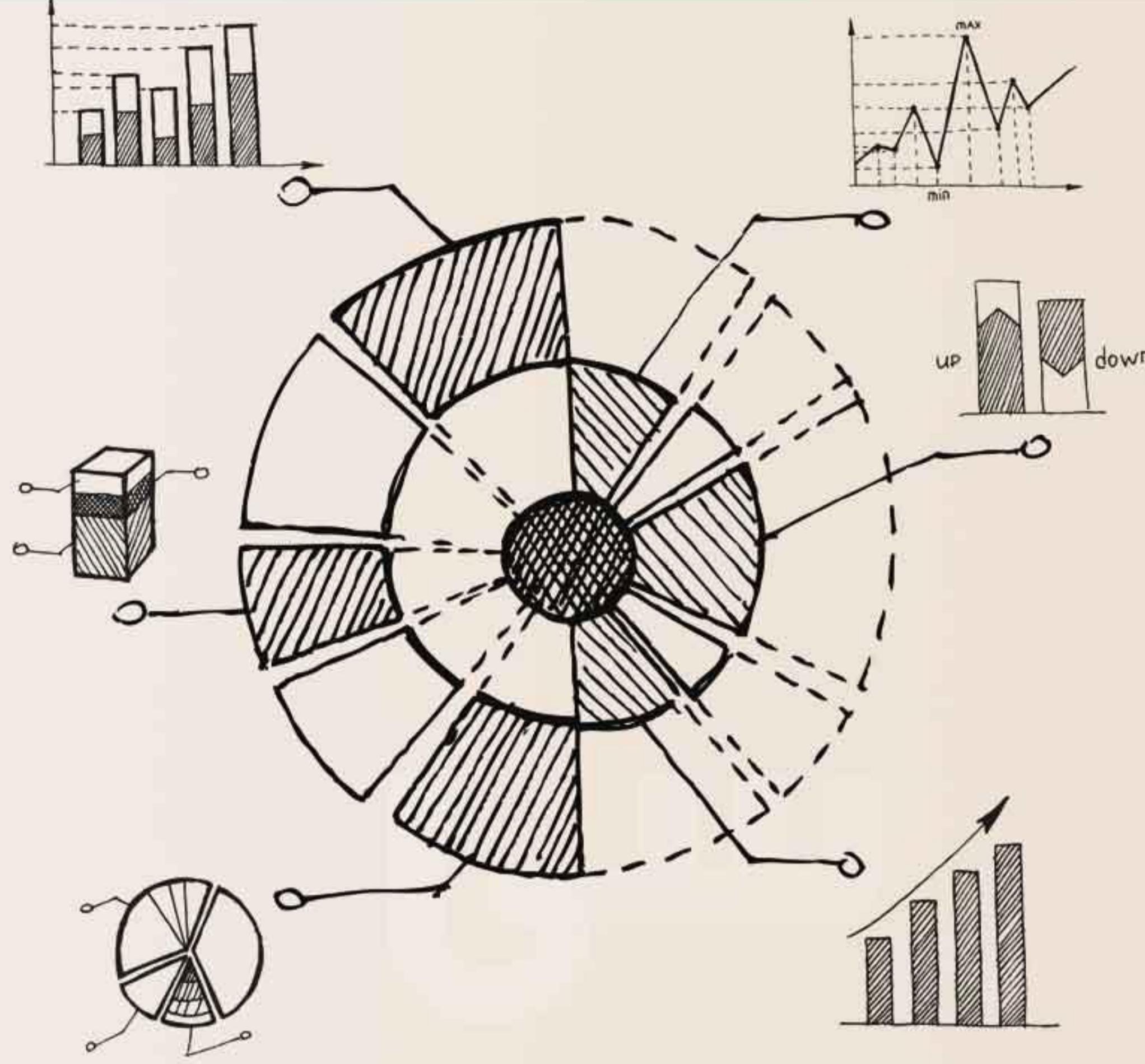
در اقتصاد دولتی، مالکیت و مدیریت اقتصاد دست یک نفر (دولت) می باشد. به همین دلیل اهداف سیاسی و اجتماعی دولت، اهداف اقتصادی را تحت تاثیر قرار می دهد و این حتی ممکن است باعث شود که در اقتصاد تحت مدیریت دولت، اهداف اقتصادی در اولویت های بعدی قرار بگیرد. در این صورت اقتصاد نمی تواند به صورت مستقل عمل کند و باید در تعیین اهداف، قیمت کالاها و خدمات تولیدی، استخدام و یا اخراج کارگران، پرداخت حقوق و پاداش، خرید و به کارگیری دارایی های جدید و... در راستای سیاست های سیاسی-اجتماعی دولت عمل کند. از آن جایی که در اقتصاد دولتی (منظور بخشی از اقتصاد است که در دست دولت می باشد) مالکیت شخصی وجود ندارد، معمولاً بازدهی پایین است. نبود شفافیت و صداقت کامل، فقدان ویاضعف سیستم نظارت بر عملکرد مدیران و عدم وجود انضباط مالی را هم اگر به موارد قبلی اضافه کنید، خواهد دید که بستر بسیار مناسبی برای فساد شکل خواهد گرفت. بعضی از بنگاه های دولتی، به دلایلی که شرح داده شد، نه تنها سودده نیستند بلکه بودجه زیادی جهت جبران هزینه های جاری آن از محل بودجه عمومی

هدف از خصوصی سازی به طور خلاصه و ساده، استفاده حداکثری از منابع مادی و مالی می باشد؛ چرا که انسان ذاتاً به دنبال کسب سود و منفعت است و هر کس می کوشد بیشترین سود را در فعالیت خود کسب نماید؛ بنابر این اگر مسئولیت اقتصاد به مردم واگذار گردد، سود شخصی فرد برآورده می شود و همچنین تجربه ثابت کرده است که اگر این شکل از اقتصاد که امروزه به نام «اقتصاد لیبرالی» یا «اقتصاد مبتنی بر بازار آزاد» می شناسیم، به درستی مدیریت شود، خود به خود افزایش رفاه عمومی را به دنبال خواهد آورد.



بازگشت به مارکسیسم؟

البته بحث درباره مکتب های اقتصادی در این مطلب نمی گنجد و آوردن نام مکتب لیبرالیسم، تنها به این علت بود که امروزه اقتصاد مبتنی بر بازار آزاد، پذیرفته شده ترین مکتب اقتصادی در دنیا می باشد. با توجه به نتایج منفی و کارنامه غیرقابل قبول مکتب های دیگر مانند سوسیالیسم (مثل اقتصاد شوروی سابق) و با وجود نواقص و مشکلات خود لیبرالیسم، به نظر می رسد امروزه بیشتر مباحث راجع به تکامل لیبرالیسم، حل مشکلات و مکتب های بیرون آمده از آن همانند نئولیبرالیسم (مثل اقتصاد حاکم بر ایالات متحده آمریکا یا کره جنوبی) می باشد.



بارها اسم «خصوصی سازی» را شنیده اید و احتمالاً درمورد آن چیزی خوانده باشید. در این مطلب به طور خلاصه می خواهیم به خصوصی سازی و چگونگی انجام آن در ایران بپردازیم. به دلیل پیچیدگی و ابعاد موضوع خصوصی سازی و همچنین برای این که مطلب برای شما خسته کننده نباشد، آن را به چند قسم تقسیم می کنیم. در واقع قصد داریم در سلسله مطالبی، ابعاد گسترده خصوصی سازی در ایران را برایتان روشن کنیم. قسمت اول را که مربوط به کلیات خصوصی سازی و لزوم آن می باشد، در این شماره قرار داده ایم. در این مطلب سعی ما بر این است که شما را با خصوصی سازی آشنا کرده و به این سوال پاسخ دهیم که چرا باید در اقتصاد ایران، خصوصی سازی را در پیش بگیریم؟

چرا خصوصی سازی؟

خصوصی سازی اصطلاحاً یعنی فرایندهایی که طی آن، قسمتی از وظایف و تاسیسات بخش دولتی به بخش خصوصی واگذار می گردد. منظور از بخش خصوصی در اینجا همان مردم هستند (البته به شرطی که خصوصی سازی به درستی انجام شود!). به عبارت دیگر خصوصی سازی یعنی این که در اقتصاد مردم را مسئول کنیم.



بنابراین بورس می تواند روش بسیار خوبی برای خصوصی سازی باشد، البته به شرطی که دولت تنها سهام شرکت های ورشکسته اش را وارد بورس نکند!



آن روی دیگر خصوصی سازی

تابه این جا هرچه گفتیم، از مزایای خصوصی سازی بود. بهتر است معایب احتمالی آن راهم بدانیم. خصوصی سازی اگر درست مدیریت نشود و در فضای شفاف انجام نگیرد؛ نه تنها به هدف خود که «مردمی کردن اقتصاد و توزیع عادلانه ثروت» است، نمی رسد، بلکه باعث افزایش ثروت ثروتمندان و فقر فقرا می شود. اگر از خصوصی سازی به درستی حراست نشود، خودش که قرار بود یکی از راه های مبارزه با فساد باشد، تبدیل به وسیله ای برای گسترش فساد می شود.

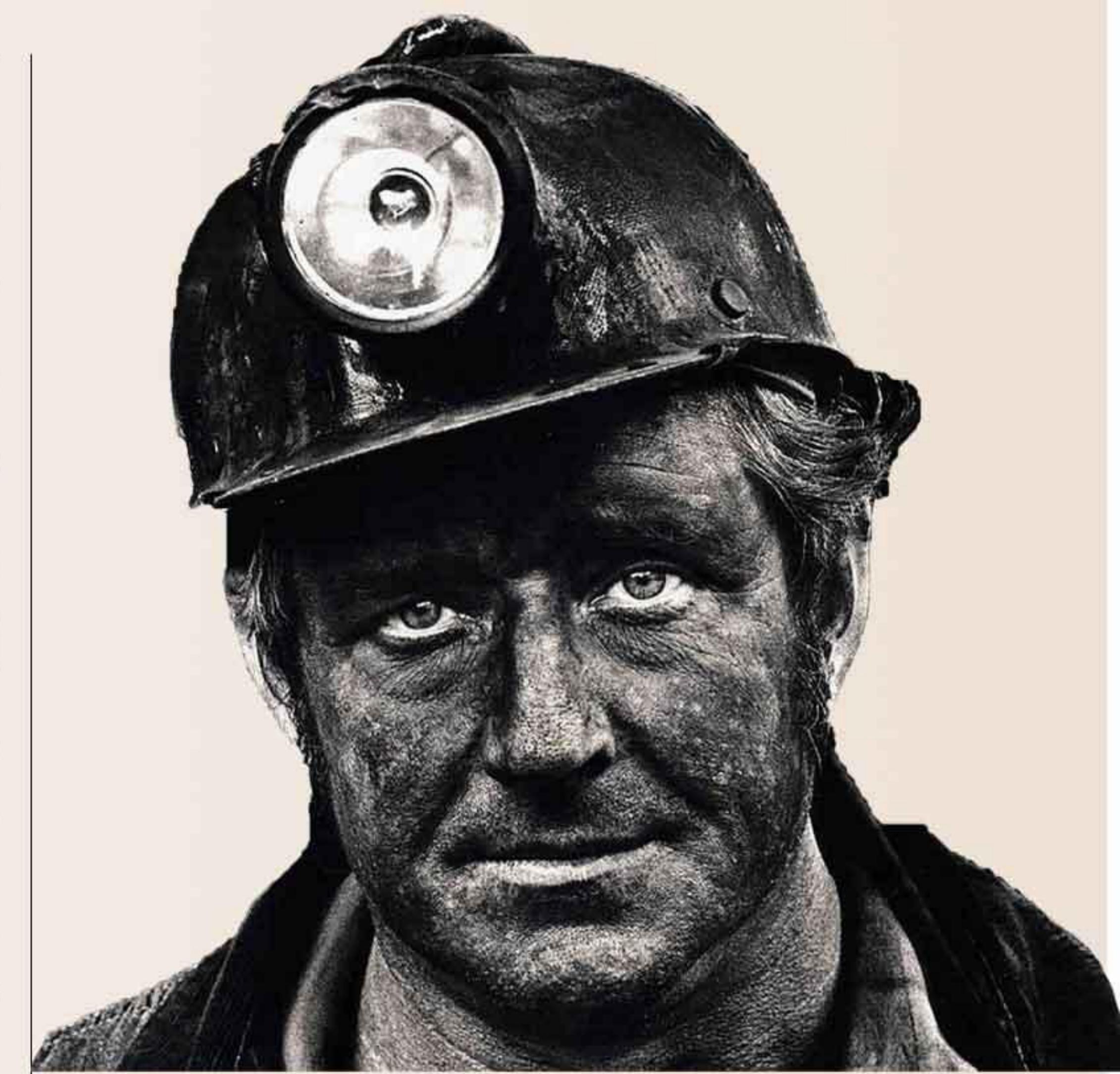
راه زیادی مانده تا بفهمیم چه بر سر خصوصی سازی در ایران آمده است. پس اگر می خواهید در مورد نحوه خصوصی سازی در دولت های مختلف ایران بیشتر بدانید، در شماره های بعدی ما را دنبال کنید.



آمار و ارقام نشان می دهد که در ایران سهام تقریبا ۲۵ درصد شرکت ها از طریق مزایده و مذاکره (عرضه محدود) و مابقی از طریق بورس (عرضه عمومی) عرضه شده است. بورس به اعتقاد اقتصاد دانان، یکی از بهترین راه های خصوصی سازی مردم نهاد و عادلانه کردن توزیع ثروت می باشد. هرچند عرضه سهام از طریق بورس به مراتب تاثیر کمتری بر ناعادلانه شدن توزیع ثروت دارد، لیکن در ایران با توجه به وسعت کم بازار بورس، چه از نظر جغرافیایی و چه از نظر جمعیت تحت پوشش و تعداد فعالان در این بازار، عرضه سهام از طریق بورس نیز تا حدودی باعث نامتعادل تر شدن توزیع ثروت خواهد شد.



البته در سال های اخیر، آشنایی مردم با بازار بورس (چه به صورت مستقیم و چه به صورت صندوق های سرمایه گذاری) رشد چشمگیری داشته و این خبر خوبی است، چرا که بدین ترتیب مردم وجهه راکد و پس اندازهای کوچک خود را از بانک ها خارج کرده و وارد بازار بورس می کنند و این امر، هم باعث توزیع ثروت و هم باعث رونق تولید در کشور خواهد شد. همچنین شفاف بودن فضای حاکم بر بورس و نظارت های زیادی که بر آن وجود دارد، احتمال ایجاد فساد را به حداقل رسانده است.



کشور پرداخت می شود. همین امر باعث شده است که بیش از ۹۰ کشور جهان، سیاست های خصوصی سازی شرکت های دولتی را پی بگیرند.

اما در ایران چه خبر است؟

ایران از سال ۱۳۷۰ به بعد با سه روش بورس، مزایده و مذاکره شروع به خصوصی سازی کرد که البته از سال ۱۳۷۷ به بعد، به موجب قانون، فروش سهام به روش مذاکره جز در مواردی محدود، منوع گردید. بنابراین عملاً پس از سال ۱۳۷۷، فروش سهام شرکت های دولتی تنها به دو روش بورس و مزایده انجام شده است.

با روش مزایده، بیشتر در بحث خصوصی سازی باشگاه های فوتبال آشنا هستیم. خصوصی سازی هایی که به ندرت سرانجام خوشی دارند. در این روش، عموماً بنگاه ها و شرکت ها به قیمت واقعی و به خریدار واقعی فروخته نمی شوند. خصوصی سازی باشگاه استیل آذین و شرکت شهاب الکتریک از نمونه های واضح و افتضاح روش مزایده در ایران هستند که انشا الله در قسمت های بعدی به آن ها خواهیم پرداخت.

سرمه طالی بهداشت عمومی ۹۷

فتاح روشنفکر

برق دانشگاه
سنندج



دکیم هیدجی

جستاری در تاریخ ادبیات استان زنجان

مقدمه

۱) رساله دخانیه:

این اثر شرحیست دربارهٔ نهضت تنباکو در دوره ناصرالدین شاه و سال ۱۲۸۰ قمری که یکی از منابع معتبر و موثق در مورد این واقعه و جنبش مردمیست.

۴) دانشنامه:

یک منظومه عرفانی بینظیر است که حکیم مجموعه‌ای از حکایات و آیات و روایات کنار هم جمع آوری کرده و از فلسفه اسلامی و یونانی بهره برده تا اهداف اخلاقی اسلامی خود را به خواننده منتقل کند.

۵) غزل‌های هیدجی:

با اینکه غزل‌های حکیم هیدجی به زبان فارسی زیاد نیست ولی در انداز اشعار او به قدرت شاعر در زمینه ادبیات میتوان پی برد.

۶) کشکول هیدجی:

این اثر در قالب سه زبان ترکی، عربی و فارسی به موضوعات مختلفی اشاره کرده و سعی در رواج اخلاق اسلامی در جامعه میباشد.

وضعیت اجتماعی کشور در آثار حکیم هیدجی

زندگی و حیات حکیم هیدجی مصادف با دوران ناصرالدین شاه و پسرش مظفرالدین شاه قاجار بوده و حتی حرکت مشروطه خواهی را هم نظارگر بوده است. حکیم هیدجی با یک نگرش آزاد و حق گرایانه و با درک زمان و مکان در مقابل اتفاقات و حوادث کشور موضعگیری خود را داشته است و حکومت استعماری قاجار را شرح میدهد که رساله دخانیه سندی بر این ادعاست. همچنین هیدجی با یک نگرش خاصی به حرکت ملی مبارزه با استعمار نگاه میکند و دقت نظر و حساسیت ویژه‌ای به این حرکات دارد و خلق را به بیداری دعوت میکند. از طرفی شاعر علاوه بر کشور خود همه کشورهای مستعمره را به بیداری دعوت میکند و در مقابل دخالتها و سیاست‌های دولت روسیه ایستاده و در مورد کسانی که خاک کشور به قیمت ارزان میفروشند این چنین میگوید:

سزد گر کشم آه و آرم فسوس

به ایران که ویران شد از دست روس

دل از زندگی سیر و جان شد ستوه

خدا برکنند ریشه‌ی این گروه

و به حادثه قتل ناصرالدین شاه به دست میرزا کرمانی اشاره کرده و مینویسد:

ندیدی چه سان شد در این روزگار

گرفتار کردار خود شهریار

چنین است پاداش کردار زشت

برد هر کسی بهره از چه زشت

حکیم هیدجی، عالم، فیلسوف و شاعر برجسته و مشهور ادبیات آذربایجان و ایران با نوشتن آثار ادبی، اجتماعی و فلسفی خود در سه زبان ترکی و عربی و فارسی در زمینه‌های مختلف، افکار و دانسته‌های خود را نشر کرده و موجب افزایش آگاهی مدنی و شعور اجتماعی افراد شد. دیوان اشعار و آثار دیگر حکیم هیدجی چاپ شده و در دسترس همگان قرار گرفته است. در این آثار دانسته‌ها و بیداری اجتماعی و حتی نگرش سیاسی و ادبی حکیم به طور کامل خودنمایی میکند. این عالم بزرگ در آثار خود سعی کرده، وقایع کشور و همچنین دانسته‌ها و رفتارهای فیلسوفان و عالمان را به قلم نگاشته و در اختیار خوانندگان قرار دهد. حکیم ملا محمدعلی هیدجی فرزند معصوم علی در سال ۱۳۴۶ قمری در شهر هیدج (واقع در هفتاد کیلومتری شهر زنجان) متولد شد. تا سال ۱۳۴۶ در حوزه علمیه هیدج تحصیل کرده و بعدا برای ادامه تحصیل به شهر قزوین رفت و پس از فراگیری علم فقه و اصول در نجف با معلومات عالی به تهران رفت و شروع به تدریس در زمینه فقه اسلامی برای علاقه مندان و طلاب کرد و نهایتاً هم در سال ۱۳۴۶ قمری در سن ۷۶ سالگی از این دنیا فانی کوچ کرد به قول خود به مرادش رسید.

نگاهی به آثار حکیم هیدجی

۱) دیوان ترکی حکیم هیدجی:

این دیوان یکی از بهترین آثار این عالم بزرگ بوده که به زبان تورکی آذربایجانی بوده و پر از غزل و قصیده و ترکیب بند و آیری آیری میباشد که تسلط شاعر به فولکلور و ادبیات خود را نشان میدهد. چیزی که در اشعار حکیم خود نمایی میکند، دعوت به بیداری و آگاهی و مبارزه با دیکتاتوریست.

۲) اشرح منظومه سبزواری:

علمای زیادی برای منظومه ملاهادی سبزواری شرح نوشته اند ولی شرح حکیم هیدجی برجسته بوده و تسطیعی به ادبیات عرب و فلسفه اسلامی نشان میدهد.

پس از ناصرالدین شاه پسرش بر تخت مینشیند و راه پدرش را در پیش میگیرد. شاعر این باره رو به مردم کرده و یادآوری میکند که این شاه هم رفتنيست و **عاقبت شاهی که مردم و کشورش را بفروشد مرد است:**

تلسمه بو شهین عهدینده گر ستم یئتیشیب
بو شهریار گئدیب آیری شهریار گلور
او شه کی دوشمنه ساتدی رعیتی، گوردون
نیجه اجل اوخونا سینه سی دوچار گلور

شاعر با دین ظلم و ستم شاه به مردم زبان به نفرین و لعنت گشوده و چنین مینویسد:

آلله بو شاهین بختی دونوب تختی دولانسین
موشکول بونون عهدینده دوداغی گولن اولسون
با وجود این شاعر نایدیاری ظلم و ستم تذکر داده و نوید انقلابی عظیم را به مردم میدهد:

بو روزگار کئچور یاخشی روزگار گلور
کونول داریخما غم یئمه کی غمگسار گلور
دومان توتوب یئر اوzon گر یاغار هاودان قار
کئچر گئدر بو سویوق قیش یئنه بهار گلور

شاعر عدم وجود شایسته سالاری در دستگاه حکومتی اشاره میکند و نسبت به مسئولین مینویسد:

به عهد ناصرالدین شاه غازی
جوانانی که دارد چهرشان رنگ
میان فوج سلطانند و سرهنگ
نمگاهی نیست بر مردان جنگی
همه بیکار و خوار از دست تنگی
یکی از آبداری رفت کم کم
شده امروز از ارکان دولت
همی بس بر خلاق این مذلت
یکی نامرد نام اوست مردک عزیز شاه خالوی ملیجک

همه خوانده و میدانیم در این دوره کشور ما به دلیل وجود روشنفکران اسیر جهالت تمایل و کشش زیادی به سمت کشورهای غربی داشته، که شاعر در مقابل این حرکت می ایستد و وضعیت کشور را اینگونه بیان میکند

این دشت
این مادر
این شاعر

که کشور در ظلمات شب اسیر گشته و خورشید خود را مخفی کرده است. طمعکاران و مزدوران بر سر کار نشسته اند و مومنان کار بلد گوشه گیر و منزوی گشته اند؛ شاعر تمام نقطه ضعفها و ایرادات جامعه را افشا کرده و شاه و عالمان بی عمل و حتی عام مردم را تنبیل و بی عار خطاب کرده و مخصوصا در مورد شاه چنین کلمات را منظم میکند:

اگر شاه را عار بودی کمی نه جستی تن آسانی و خرمی

و به دیگران هم چنین اشاره میکند:
زن و مردو پیرو جوان هر که هست
ز آینین یزدان فروشته دست
چه بد روزگاری که من آمد بدم
در این روزگاری که من آمد بدم
نه یک رهنما یست آید به کار
نه یک پیر راهی که پیری کند
ز افتادگان دستگیری کند
جهانیست بر کام گرگان همه
شبانی ندارد مگر این رمه

حکیم هیدجی شاعری نبوده که در قصر نشسته اشعار هرزه بگوید، وی شاعری آزاده بوده که اشعارش تبلوری از دردها و وقایع جامعه است:

یئر قالمادی کی گئتمه ییب اورادا دوتوم سراغ
بیر کس تاپیم مگر کی ائده در دیمه علاج
ایران برای شاعر مثل یک قفس بوده و تهران چون زندانی:

منه ایران بو فضاسی ایله دونوب دور قفسه
منه تهران بو صفاسی ایله دونوب زندانه
نا گفته نماند حکیم هیدجی یک شاعر و فیلسوف دانا
و یک روحانی و مسلمان فهیم بوده است. او همیشه چشم به اتحاد امت اسلامی دوخته و منتظر قیام آنهاست:

برانم که این خار را از میان کند همت پاک اسلامیان

و در جای دیگری برای درمان درد جامعه و مردم از

امام زمان(ع) گمک میخواهد:

آز قلیب الدن گئده آین و دین شرع ضعیف اولدو، قوی کفر و کین
«آچ الین ای حضرت حقه ولی قویما اولا شرعه او زون کوفر الی
آل الله داد آلماغا کین تیشه سین قازی را زون بولارین ریشه سین»
همچنین شاعر به اختلاف طبقات اجتماعی و شکاف اجتماعی بین فقرا و اغنية اشاره کرده و مردم را به مطالبه حق خود دعوت میکند:
یاخشی اولسایدی فقر، بس تاری
نییه او ز آدینی قویوبدو غنی؟

و از فقرا حمایت کرده و رو به تاجران و اربابان و ظالغان اینگونه میگوید:

شاعر بدنفس خوش ظاهر پیمبردن او تان
بسدی ای نامرد تنزیل و ربادن ال گوتور

و همینطور حکیم هیدجی آزادگی و زندگی فقیرانه را بالاتر از مال و ثروت و شهرت دانسته و اینگونه به سراغ مرگ میرود: «جهاندا ایسته مه دیم جاه و منصب و عاری» روحش شاد، راهش پایدار.

پژواک صفحه ای برای شنیدن دای خودتان

دانشجو

بازگشایی دانشگاه اعلام کردن ولی بنظرم اگه باز صبح جمعه ای باشه و همه چی عادی شه ، این زمان شاید تمدید شه ...
غذا چی بخوریم

خطر دوم دانشگاه مشکلات تغذیه هست که اونو نمیشه دیگه مجازی کنن ولی بازم بعد نیستا . وای فک کن بگن ناهار و شام تو نوید اپلود شده اونم رایگانه رایگان؟!!! ولی واقعاً یه خطر مهمه، چون انتشار بیماری تو خوابگاه و دانشگاه ها سریع تر میشه و با ناقل بودن یکی از کارکنان کل دانشگاه به مشکل برمیخوره! البته تصمیم بر این شده غذا های کنسروی اختصاص بدن برآ تغذیه دانشجویان .

کفنه چی بپوشیم

باتوجه به این که کاراموزی دانشگاه علوم پزشکی جزو شرایط حیاتی هست برای این کارم واقعاً تصمیم گیری سخت بود ولی دیگه مسئولین گفتن مردن حقه هر انسانیست و دانشجو هم زیاد مهم نیس ، پس تصمیم بر این شد کاراموزیا هم شروع شه ولی سیاست گذاری کردن که همه رشته ها با هم همزمان کاراموزی نرن . اونقدرم بیمارستان اموزشی زیاده تو زنجان که یه نفری میتونن بفرستن کاراموزی دانشجوها رو !!!

درسا رو کی بخونیم

نگرانیه همه دانشجوها رو میشه فهمید از حرفashون از درس نخوندنashون ؟!:) ولی بیاین واقعیت ها رو در نظر بگیریم ، ما باید این ترم رو تموم کنیم . راه هایی که میتوانیم انجام بدیم اینه که یکم رعایت کنیم شرایط بهداشتی رو تا این ترم به خوشی تموم شه . بزودی از آپلودای پی در پی فعلی راحت میشیم، گیر آپلودای پی در پی بعدی میفتیم



خب سلامی دوباره به شما دوستای عزیز ضربانی باز ما او مدیم که از شما بنویسیم و مشکلات شما رو بیان کنیم . طی این مدتی که گذشت مشکلاتی از طرف شما دریافت کردیم و البته خودمونم حسش کردیم . دفعه پیش از مشکلات نوید و سامانش گفتیم و تنها چیزی که بیان نشد ، هر روز وزیر محترم من میومد میگفت سامانه رایگانه نمیدونم یا نوید حرف گوش نمیکنه یا وزیرمن به بیماری حرف بی قرار دچار شده ولی خب بازم خواستم بگم که رایگانه ولی از حجم کم میشه . معنی رایگانم فهمیدیم

لباس چی بپوشیم

سر فصل این بار رو میخوام به مشکلات و نگرانی دانشجویان نسبت به امتحانات چی میشن؟ و ترم چی شد؟ و دانشگاه باز بشه چی باید بپوشیم؟:) اختصاص بدم . بعد ادامه اپلود های پی در پی مطالب که حجم نت همه صفر شد بحث این شد که امتحانات رو میخوان چجوری برگزار کنن؟ رئیس دانشگاه او مد گفت غیر حضوری و مجازی ولی بازم حتمی نبود . مشکل اصلی نوید عدم یادگیری یا کم بودن یادگیری هست که خیلی فاصله داره با حضوری . بعد رای زنی هایی صورت گرفت رئیس محترم جمهور صبح جمعه پا شدن گفتن همه چی عادی میشه ، باز کنید دانشگاه ها رو جوونامون برن درس بخونن کرونا اصلاح مهم نیست که ، یکم بی محلی کنن خودش میره . در ادامه باز شدن دانشگاه ها مشکل خوابگاه هم هست که چجوری اون شش نفری که بزور تو یه اتاق جا کرده بودن الان چجوری بمونن تو اتاقشون که کرونا نگیرن؟ معاونت فرهنگی او مد اعلام کرد که مشکلی نیس دو نفری میکنیم اتاقا رو . خب مرد مومن اینو قبل از چرا نکردین که زجر کشیدیم؟!! اینم رو هواس فعلا .

طبق اخرين اخبار های منتشر شده از دانشگاه علوم پزشکی زنجان و ستاد مبارزه با کرونا ، شیوع کرونا نزولی شده و به احتمال قوی دانشگاه ها باز میشن . هدفهم خردداد رو روز

پنجمی از سیستم تهويه استفاده شه . اين تجربه کردم من خودم به شخصه . تابستون شوفاژ کلاس روشنه و زمستون کولرش که البته کولر نداره ولی صداش مياد قشنگ (:)

ششمی دست و رو بوسی ممنوع . يني دل خوشی خواهای دانشگاه رو گرفتن قشنگ!!

هفتمی تو لابی جمع نشين . اينم از منحل شدن دلخوشی برادرای دانشگاه (:)

هشتمی خيلي خنده داره اخه . گفته تو سرويس با فاصله بشينين . دوست عزيز ما سرويس ۱۶ صندلی رو ۵۰ نفری سوار ميشيم اونم از نبود سرويس حالا ميگی با ۱ تا ۲ متر فاصله !!!!!!!!

نهمی اينه تو کلاس با فاصله بشينيد اينم باز خنده داره . توکلاس جا نميشيم ما بابا تو ميگی با فاصله بشين . پس صميميت چي ميشه !!؟

دهمی که عشقه واقعا . من يني بخاطر اين فقط ميرم دانشگاه اصلا . وقت کلاسا رو يك ساعت كردن . يني يك ساعتی که ميرفتيم استراحت از دو ساعت الان اون يه ساعت هم ميريم استراحت ديجه تموم

سخن آخر

موارد ديجه اى هم بودن که حالا بگذریم نتيجه اينه که باید بياين هرجور شده . حتی مریضم بشين مهم نيس ولی به ما بگین تا بدونيم مریضین . دونستن هم عيب نیست که، اعتراض كردن عيب دارع (:)

خب به پيان امد اين دفتر، مشكلات همچنان باقيست . به اميد ديدار دوباره و با ارزوی سلامتی و تندريستی

سالار رشبر فرساد پرستاري ۹۶



طبق گفته اسحاق جهانگيري معاون اول رئيس جمهور، جمع شدن يجای دانشجو ها برای مدتی نگران کننده خواهد بود و شاید ترم هاي بعدی به صورت غير حضوري کامل برگزار شود ولی من میدونم که عادي خواهد شد ...

توم آخر يا

ترم اخري ها هم واقعا بلا تکليف شدن يني فكر ميکردن تموم ميشن ولی ديدن تا تموم بشه پدر ادم درمیاد . کاش ميشد کاري کرد که اولويت برای اين دانشجوها باشه هم درسشون تموم شه هم به عنوان کمک وارد جامعه شن و با اين روند جامعه بيکار بگردن تا ببینيم چي ميشه ! ولی بگم از دانشکده هاي دندانپزشكی که بيان كردن فعلا کاراموزی او نها شروع نميشه . و باید با نويد و سامانش بسازن تا ببینيم اخرش کرونا ميره يا نه .

من نباید زنده باشم

در اخر برای جلوگيري از نگرانی و دلشوره ها و بيان راه هايی که انجام ميشه تا جونمون سالم بمونه ، تمهيداتي بپا شده که عاليه واقعا

مثلًا أوليش اينه که خيلي بيخودي ميری سایت سلامت جي او وی دات اى ار و ميزني من کرونا دارم يانه و امضا ميکني ميدی به دانشکده واقعا حال كردين چقدر خوبيم مااا . کمر هر چي تصميم و تمهيده شکسته با اين راه حل

حالا دومي، ورزش رو کنسل كردن ، يني اون روزو مibinim که ادما بولد ميشن رو بطن جامعه و وضوحشون ميره بالا قشنگ

سومي، رو به رو نشين با هم يني اينو گذاشتمن برای فاميلائي که با هم رو در وايسی دارن يا مثل اينه که سير خوردي نميخوای مردم از بوش بميرن !

چهارمی فاصله ۱ تا ۲ متری رعایت کنيد . خيلي جالبه تو دانشکده ببيني همه دارن با يه کيلومتر فاصله با هم ميحرفن ديونه خونس مگه اخه؟!

خانه شیشه‌ای؛ قسمت اول

گذاری مقدماتی و عقلانی بر مقوله شفافیت

حکمرانی از اینجا آغاز می‌شود؛ شفافیت ستون حاکمیت است؛ علی‌رغم شیشه‌ای بودن و اینکه در ظاهر شکننده است، بسیار مستحکم بوده و در طول تاریخ این شفافیت بوده که قوام و سرزنندگی اجتماع را تضمین بخشیده است. حاکمان مخفی کار و نفی کننده نقش مستقیم مردم در حاکمیت، شکست خورده‌گان و از یاد رفتگان تاریخ‌اند.

شفافیت صرف حق اعطای اطلاعات به مردم نیست، بلکه استفاده پذیری این اطلاعات بسیار مهمتر است. یعنی اولاً باید اطلاعاتی در دسترس عموم قرار گیرد که به کارآید و ثانیاً این اطلاعات به طور کامل و در قالبی بدردهخور و قابل پیگیری عرضه شوند. گذشته از همه این‌ها، افشاء اطلاعات به خودی خود کافی نیست و باید قدرت مطالبه و نظارت مردم را

نیز به همراه داشته باشد. شفافیت کم‌هزینه ترین مسیر مقابله با فساد است. فراموش نکنیم که در دل تاریکی و ظلمت شب نمیتوان حتی به قصد صلاح قدم برداشت و ایرادات را رفع نمود. فضای غبار آلوده و مبهم باشد حتی ممکن است حرکت شما را فساد انگیز نیز تعبیر کنند! پر واضح است که شفافیت خیال همگان به استثنای دزدان و غارتگران و ریگ به کفسان را آسوده خواهد کرد. اینکه خیال کنیم شفافیت داستان کاخ نشینان است و تنها یک طرف دارد، تصوری مسموم و به غایت نامطلوب است. این مسیر همواره حاصل کنش‌های اجتماعی میان مردم و دست اندر کاران حاکمیتی است و هر کدام به تبع شرایط زمانه، وظایفی محول شده دارند و موظف به اجرای آن؛ اگرچه خیل عظیمی از کوتاهی‌ها از یک سمت باشد، باید از مسولیت و جایگاه مردم غافل بود و از اهمیت آن کاست.



هر بت شکنی، ابراهیم فیست

مطالبه شفافیت امری پسندیده و لازم است. اما حواسمن باشد زیر بیرق چه کسی سینه میزندیم. گاه مطالبه شفافیت امری ظاهری و کذب بوده و صرفاً پوششی است برای تولد نامشروع پدیده ای به نام مشروعيت زدایی. فراموش نکنیم که حقانیت مطالبه گری به صرف حق بودن خواسته نیست. بلکه توجه به اهداف و چارچوبی که مطالبه در بستر آن انجام می‌شود امری اجتناب ناپذیر خواهد بود. شیشه‌ی کثیف را هرگز نمیتوان با دستمالی کثیف تر شفاف و پاک نمود. علم شفافیت باید به دست اخلاق‌گرایان و قانون مداران باشد. در غیر اینصورت آرمان شفافیت بدون شک به بیراهه خواهد رفت. به قول معروف هر بت شکنی ابراهیم نیست و چه بسا در پی ساختن بت‌های بزرگ تری باشد. مراقب باشیم در گرداب هجمه‌های بیرحمانه سودجویان در قالب مطالبه گری صحیح نیفیم و بازیکن نباشیم. هنر انقلابی، بازی سازی و خلق موقعیت هاست و نه بازیکن بودن. مهمتر از همه اینها اینکه شفافیت هدف نیست، مسیری است برای رسیدن به عدالت و در واقع از لوازم عدل به شمار می‌آید. هدف وسیله را توجیه نمیکند و باید از مسیری عادلانه، به عدالت رسید. هیچ رفتاری جدا از فاعل آن نیست و در دنیا سیاست اهمیت این جمله دو چندان است. نگاه صرف به ظاهر موضوع و عدم توجه به تقشه کلانی که این مطالبه تنها پازلیست کوچک از آن، نهایت کوته نظری است. امیرالمونین به یکی از یارانشان فرمود که مراقب باش صوت خوش تلاوت قرآن فلان کس تو را نفریبد، زیرا او از اهالی جهنم خواهد بود. حتی ممکن است



هزینه سفره ابالفضل (ع) را نیز سفارت دولت فخیمه انگلستان تقبل بفرمایند! اینگونه است که شفافیت و مطالبه دروغین آن ممکن است اسم رمزی برای آشوب و بی قانونی باشد؛ در حالیکه در قاموس مطالبه شفافیت بی قانونی جایگاهی ندارد و نباید فراموش کرد که هدف غایی، نیل به عدل عام میباشد.

whistle-blower

سوت زنی برخلاف معنای لغوی اش لزوماً به معنای بلند کردن صدا و قیل و قال نیست. مطالبه بایستی مستدل و مستند و بر پایه واقعیات و نه احساسات و شایعات باشد. الدلیل علی المدعی؛ سند را از فردی که تهمتی میزنند بخواهیم نه از شخصی که مورد هجمه قرار گرفته است. در غیر این صورت سنتی خطرناک و نامیمون را در جامعه باب میکنیم که حریم شخصی و آبروی افراد، دیگر حرمت کعبه را نخواهند داشت. گاه دروغ و تهمت به مرحله تواتر میرسد و آنقدر از حلقه های آشنا و نا آشنا، دوست و دشمن، شنیده میشود که آدمی را وادار به یقین میکند. میان مقوله حریم شخصی و شفافیت، تار مویی فاصله بیشتر نیست و در اغلب موارد تشخیص را بایستی که به اهلش سپرد نه به تفاسیر و آرای شخصی و اسیر شدن در همهمه پروپاگاندای شدید رسانه ای. عدالتخواهی هیجانی فاسد و محکوم به شکست خواهد بود. البته بایستی به حد بزرگی و عالی بودن آرمان شفافیت وقف باشیم و آنرا در اموری پست و ناچیز و خرد محدود نکرده و حق مطلب را به خوبی ادا کنیم. اصل شفافیت پرداختن به ریشه هاست نه در گیر و دار شاخه های فرعی و غیر مهم ماندن.

صداقت؛ مایه نجات

شفافیت و تنویر افکار عمومی مایه عزت و سربلندی و نه آبرو ریزی و ننگ است و جمهوری اسلامی و کارگزاران حقیقی آن نه تنها از افشاری واقعیات واهمه ای ندارند، بلکه آنرا مایه قوام و تحکیم نظام اسلامی میدانند. حساب پاکان را چه باک از محاسبه؟ آنان به خوبی میدانند که شفافیت در امور، سرمایه اعتماد اجتماعی را بالا برده و به واسطه نظارتی همیشگی، مانع از اهمال و اشتباہ خواهد شد. همانگونه که تا کنون نیز روال بر این مدار بوده و رهبر انقلاب حتی در سخت ترین مواقف نیز صدق و رو راست بودن با مردم را مایه نجات دانستند و هرگونه پنهان کاری را نیز خلاف خط و مشی انقلاب. حتی آیات شریفه هو معکم این ما کنتم، ولا تلبسو الحق بالباطل و ابزاری به نام امر به معروف و نهی از منکر به جهت مطالبه گری، نیز جلواتی از شفافیت اسلامی هستند و ادیان ابراهیمی معتقد به نظارت همه لحظه ای تمام امور و پنهان نماندن هیچ امری در دادگاه عدل الهی هستند. تجربه تلاش برای ایجاد سطح نازلی از این شفافیت همه جانبه در زنگی اجتماعی بشر، امری آرمانی و ستودنیست. امیرالمؤمنین اسوه کامل و بی نظیری از این ماجراست. آنجایی که خطاب به مردم میفرماید: حق شماست که جز اسرار امنیتی و نظامی را از شما مخفی نکنم و جز در امور شرعی که امر خداوند هستند نظر شما را در امور دخیل کنم. در جایی دیگر میفرماید: آگاه باشید که من با همان مرکب و لباسی از دارالحکومه خارج خواهم شد که با آن وارد شده بودم. ایشان در نهج البلاغه قاعده اصحاب را مطرح مینمایند؛ اصحاب یا صحراآگونگی یعنی همه چیز مانند صحراء که فضایی باز است، به صورت شفاف در اختیار همگان باشد(خطاب به مالک اشتر در نهج البلاغه: اگر مردم بدگمان ن شدند و گمان کردند که نسبت به آنان ستم روا داشته ای عذر و دلیل خود را برای آنان به طور شفاف بیان کند. بر همگان روشی است که پرچم آرمان والای شفافیت در دستان اسلام و نه غربی هاست و این موضوع افتخار برانگیز، بیانگر اهمیت بسیار بالای رسیدن به آن خواهد بود.

شفافیت در مجلس ایران



ERROR

سجاد عباسی (پرستاری ۹۸)

PUL
SUE

آدم برفی ها

قبول دارم دوران سردی است، ولی نه به آن سردی که دُور،
دُور آدم برفی ها شده باشد مگر آنکه ما برایشان سایه ای
سرد فراهم کرده باشیم. زمستان ها، خواه ناخواه خواهند
آمد ولی آدم برفی ها مخلوق ماینده، نسازیمشان ساخته
نمی شوند. برخلاف نام متن، آدم برفی ها
حاشیه اند، اصل جای دیگریست، اصل کس دیگریست.

داستان آدم برفی ها

بدنبال آدم برفی ها راه نیفت، که داستان ما داستان کبک است و برف. آنها برف هایی که سرمان را در آغوش گرفته اند، به آغوش گشادنشان منگر، آغوششان سرد است، از آنها جدا شو، به در سایه بودنشان منگر، که برف را چه طاقت دیدن آفتاب. چشم آفتاب دیدن، ندارند، رهایشان کن، به سفیدی جامه و عمامه شان منگر، آفتاب که ببینند، خودشان که هیچ، حنایشان هم دگر برایت رنگی ندارد، آبند، آن هم نه آب زلال، شهرداری هم برای آب شدنشان خاک میریزد و گل آلودشان میکند، تا صراط راست برایت باز شود. اما چه کنیم که دیگر شهرداری هم خاک نمیریزد، برف که می آید تهران کولاك میشود، به گمانم شهرداری هم با ابر ها بسته است، آخر چند وقتی است ابر ها هم چشم دارند، پایینشان را نگاه می کنند، یاد گرفته اند کجا باید بیارند و کجا نه. آدم برفی های این دیار هم جالبند، خودشان در تاریکی و سایه اند، آن دم سایه ها را نشانت میدهند، و تو از نبود نور شکایت میکنی، گمانم یادت رفته، تا نور نباشد، سایه ای هم نیست. اما به این فکر کرده ای آدم برفی ها برای بقاء چه میخواهند؟

کس رأی بدھیم و بعد چند و اندی سال ببینیم که جوجه را رنگ کرده اند تا جای قناری بفروشند و باز میگویند «احسن، تکرار کنید» و ما چه خوشحال تکرار میکنیم و فکر نمیکنیم، باز تن میدهد، باز اگر آن فلان و بهمان ها ببایند و بگویند که «ما هیچ کاره ایم» و ما باز فکر نمیکنیم مگر سی سال توب دستشان نبوده چطور هر بار که میفهمیدند هیچ کاره اند برای دور بعد باز این همه وعده و تقلای...، و او باز تن میدهد، آنقدر تن میدهد که لعلنا نتفکرون. الا الحال باز من گمانم که چه عرض کنم، باورم اینست: او یک دیکتاتور است، با حکومتش کار ندارم، اصلاً حکومتش الیگارشی یا که نه آنارشی، شاید هم دموکراسی، با اینکه بقول افلاطون بدترین نوع حکومت است، نه در لفظ بلکه در بطن، استعمار است باح «حسن». هر چه هست من خود او را یک دیکتاتور میدانم، دیکتاتور کسی است که اختیارت را از تو بگیرد. خاصیتش اینست، بشناسیش، لگام دل از دست میدهی و عاشقانه دنبالش می کنی، حال اگر اختیار داشتی، خلافش برو. بشناسش تا باورت شود.

او یک دیکتاتور است

شاید در این سی سال همواره زمام نظام را به امت سپرده، شاید با اینکه میدانسته و هشدار هم میداده که فلان کار و بهمان فرد مناسب وضع نیست ولی چنانکه بیست و خورده ای میلیون نفر بخواهند، تن میدهد، شاید با اینکه میگفته عمر و عاص را باور نکنید، وعده اش وعده سر خرم من است اما چه کند که قرآن بر روی نیزه می رود، عده ای عقلشان به چشمشان است و باز لاجرم خود، اسب ابوموسی را زین می کند که بشتا بد مگر هشت سال بعد بفهمند این جماعت، که تو هشت سال پیش چه می گفتی و اما چه بسا باز نفهمند و در آخر ناله سر دهنده که «یا علی، مگر تو امام امت نیستی، گر نتیجه میدانستی، خب نمی گذاشتی» و بشوند خوارج. مانده ام شمشیر های از نیام برکشیده شان را فراموش کرده اند یا هشتاد و هشت را. ولی او حمایت میکند، از رای مردم، هر که میخواهد باشد. هر چه بود و هست بگذریم، باز او تن میدهد به خواسته هایشان. باز اگر بانشار مرگ بر فلان کس، به آن بهمان

PUL
ضبل
SUE



آدم برفی ها

جدیدشان، لیبرالیسم جستجو می کنند که شاید کاخ سفید مرهمی بر زخم های گذشته شان باشد... ترسم آن روز که از خانه خود، بیگانه شوی، عکس مردی به کاخی، بینی و دیوانه شوی.

نخدای باخدا

عاشقش شدیم چون برخلاف دیگران یک روز مارکسیست نیست و روز دیگر لیبرال، او مسلمان است، بر دایره افراط و تفریط دوران نمیکند، او عین منطق است، این منطق را یا همان روز متوجه میشود یا هشت سال بعد تجربه میکنی و امان از آن روز که تاریخ نخوانی و ندانی، محکوم به تکرار مکرر این تاریخ مکاری. همان روز هم پرسیدند که «مردم ایران یادتان می آید؟» و ما صریحاً پاسخ دادیم «خیر یادمان نمی آید» به برکت خدا، ادامه دادند. سی سال زمان کمی نیست، پر است از اشتباهاتی که همان روز گوشزد کرد و سال ها بعد فهمیدیم، صبر علی میخواهد که مدام اشتباه ببینی و باز صبر کنی و فرصت دهی . البته راست میگویند، علی دولت پنهان بود، درست است که آنها بر تخت خلافت تکیه زده بودند، اما دولت و شوکت حقیقی علی بود، آن که خدا گفت و رسولش علی بود. جان علی بود و جانان علی بود. نه فقط دولت پنهان، که چه پنهان و چه پیدا علی بود.

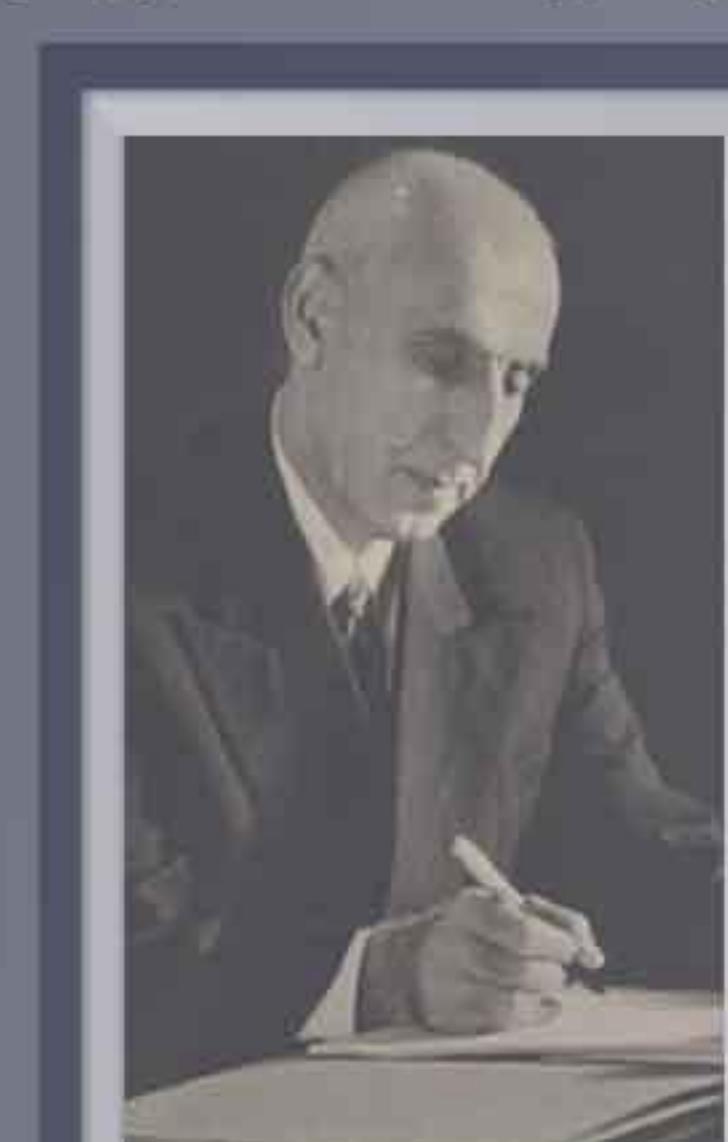
۱. رهبر انقلاب کوبا
۲. تاریخ الخلفاء، ص فلان

امیر کسرایی فرد (پژشکی ۹۷)

طبع زمین زد، نمیتواند با این گلوله ها، این حلبی های بن سلمان را زمین بزند؟ حال در عجبم، این جماعت چرا دست از آفتاب بر نمیدارند و به سمت آدم برفی ها... آخ یادم نبود، مگر در یمن هم برف میبارد؟ داستان گرمایش زمین هم قصه ایست برای خود، پاریس هم از آب شدن برف ها ترس دارد، شاید دلواپس جمعه های ماست، یا که نه، شنبه های خود.

آب بی رنگ است یا بی نهایت رنگ؟
ما هم به حاشیه رفتیم، آنقدر از برف گفتیم که خود آفتاب از خاطرمان رفت، در نوشتن از او در وجودم غوغایی است، جدال عقل است و قلب، یکی گوید بگو، آن یکی گوید نگو، کم حرفی نیست، سخن از آفتاب سوزان است، همچو سوزن است، گهگاهی سوزی بهمراه دارد، الایحال هستند عده اندکی که با این جملات عصبانی میشوند، همان ها که گفتیم روزگاری پرچم مصدق به دست گرفته بودند، بعد عمری دیدند که یک عمر اشتباه میزدند و امروز در صدد جمع کردن آنند، همان ها که روزگاری عکس فیدل^۱ را در اتاقشان میزدند و بعد ها فهمیدند، خود فیدل عکس کس دیگری در اتاقش است، کمونیست شدند و به شوروی و روسیه پناه برند، که شاید خدای نداشته مارکس نجاتشان دهد. چندی بعد رئیس روسیه، مسیح را در ایران پیدا کرد و اکنون رویای خود را در کعبه آمال جدیدشان، واشنگتن و مکتب

گرمایش زمین عجالتا بنظر ریشه تمام مشکلات همین دانه جامه سپید است، یمنی ها را دیده اید؟ عجیب مردمانی اند این همه گرسنگی، فقر، مoshkan بر سر و در عین حال صبر، وضعی است برای خود. کودکانی که در خون خفته اند؛ لاله هایی که در سکوت لال ها پرپر میشوند، لیله القدری که در آن موشک ها پرواز میکنند و فرشتگان سقوط، اما همین، با این همه هم و غم، چطور پای حق ایستاده اند، آفتاب را دو دستی گرفته و رها نمیکنند. صبح بچه اش را می بیند که پوستش، استخوان هایش را سخت در آغوش گرفته است. قطره اشکی میریزد، اگر از متمولین باشد، دمپایی اش را می پوشد و گرنه پای برهنه خارج میشود، مانور تجمل میدهد، مانور های قبل از آن، مانور تجاهل بودند نه تجمل، که جمال خدا در پول و ثروت نیست، در همان پاهای پیکر ترک خورده ایست که لنگی پوشانده اش ولی باز در پی حق است، سوء تفاهم نشود، لنگ پوشیدن هم الزاما هنر نیست، هنر حق طلب بودن است. یک قبضه کلاشینکف بر میدارد و خارج میشود، اف سی و خورده ای های آمریکایی را که بن سلمان فرستاده میبینند، ترس به خود راه نمیدهد و شلیک میکند، زیر لب مدام ذکر میگوید: «و ما رمیت اذا رمیت، ولكن الله رمی» ذکر ش پیامی دارد، خدایی که با باد، سپاه ابو جهل را در بدر و بالگرد های کارترا در



...

دن آرام

کتابی برای درگ یک ملت

اثری از میخائیل شولوخوف

PUL
SUE



جایزه نوبل ادبیات شد. دوران کودکی شولوخوف همزمان با جنگ داخلی روسیه بود؛ به همین دلیل او فقط تا مقطع دبیرستان به تحصیل ادامه داد. و در سال ۱۹۱۸ برای پیدا کردن شغلی مناسب، مجبور شد پنج بار پیشه‌اش را تغییر دهد تا در نهایت نوشته‌هایش از سال ۱۳۲۳ در مطبوعات چاپ شد. با آغاز جنگ جهانی دوم در سال ۱۹۳۹، میخائیل شولوخوف به عنوان خبرنگار به جنگ رفت. او در میان جنگ، با قلم توانای خودش نوشته‌هایی را خلق کرد که نکات اخلاقی و انسانی مهمی را به خوانندگانش انتقال داده است. آثار شولوخوف آن چنان مشهورند که آن‌ها را «شاهکار قرن» و «معرف فرهنگ شکوهمند قرن بیست» نامیده‌اند.

«سرنوشت یک انسان»، «زمین نوآباد» و دن آرام از مشهورترین آثار شولوخوف هستند. او در سخنرانی‌اش هنگام دریافت جایزه نوبل می‌گوید: «همیشه وظیفه‌ی خودم دانسته‌ام که به عنوان یک نویسنده، در همه آثاری که نوشته‌ام و در آینده خواهم نوشت، ستایشگر زحمت‌کشان، مردم خلاق و ملت قهرمانی باشم که هرگز به هیچکس متعرض نشده است، بلکه همواره توانسته به شایستگی از دست‌آوردهای خویش دفاع کند و آزادی و افتخار میهنش را و نیز حق خلق آینده اش را با دستان خویش پاس دارد. دوست دارم کتاب‌هایم به مردم یاری دهند که قلبشان را پاک‌تر سازند و انسانهای بهتری باشند. دوست دارم عشق به همنوع و کوشش مشتاقانه برای ترقی و نیل به آرمان‌های بشری را در آنها برانگیزم. اگر در این امر موفق شده باشم، از کرده خود خرسندم.»

نظر رهبر معظم انقلاب اسلامی ایران درباره کتاب دن آرام

کتاب دن آرام نوشته میخائیل شولوخوف، آنقدر در ادبیات جهان حائز اهمیت است که «آیت الله خامنه‌ای»، رهبر معظم انقلاب اسلامی، درباره این کتاب می‌فرمایند: «دن آرام» یکی از بهترین رمان‌های دنیاست. البته جلد اولش بهتر است؛ جلدی

کتاب دن آرام (*And Quiet Flows the Don*) نوشته‌ی میخائیل شولوخوف (*Mikhail Sholokhov*) یکی از شاهکارهای ادبی قرن بیستم است که داستان زندگی و مشکلات مردم دن کساسکس (*Don Cossacks*) را در طول جنگ جهانی اول و انقلاب روسیه تصویر می‌کند. مردم دن کاساکس، گروهی از مردم روسیه بوده‌اند که در کنار رود دن می‌زیستند. این گروه در زمان اتحاد جماهیر شوروی یک حکومت و جمهوری مستقل و دموکراتیک داشتند. بر اساس تقسیم‌بندی جغرافیایی امروزی، محل زندگی آن‌ها جایی در کشور اوکراین بوده است.

این کتاب چهار جلدی در دسته‌ی رمان‌های حماسی قرار می‌گیرد. سه جلد اول این کتاب، بین سال‌های ۱۹۲۵ تا ۱۹۳۲ نوشته شده‌اند و در زمان اتحاد جماهیر شوروی در مجله‌ی اکتیابر (*Oktyabr*) چاپ شده‌اند؛ اما نگارش جلد چهارم این کتاب سال ۱۹۴۰ به اتمام رسیده است. نویسنده‌ی این کتاب، «میخائیل شولوخوف»، سال ۱۹۶۵ برنده‌ی جایزه نوبل ادبیات شد. بزرگان عرصه ادبیات، رمان دن آرام را با رمان «جنایت و مکافات» اثر جاودان «لئو تولستوی» مقایسه می‌کنند. رمان دن آرام مانند «جنایت و مکافات» تصویری حماسی از زندگی به سبک روسی را نشان می‌دهد. زندگی در روسیه‌ای که در گیر جنگ و خفقان سیاسی و نظامی است. آتش این جنگ فراتر از درون کتاب، آن را تحت تاثیر قرار داد.

دن آرام یعنی چه؟

داستان در اوخر امپراطوری تزار روسیه است و مکان رمان، در کناره رود دان یا دن در روسیه رخ می‌دهد. به همین دلیل، میخائیل شولوخوف نام کتابش را دن آرام گذاشته است. چون شولوخوف معتقد است که در طول روایت پر پیچ و خم داستان، رودخانه دن همچنان آرام در جریان است

میخائیل شولوخوف؛ خالق دن آرام
میخائیل شولوخوف، نویسنده اهل شوروی است. او در سال ۱۹۰۵ به دنیا آمد و در شصت سالگی برنده‌ی

معرفی کتاب

شمشیر را که به دیوار آویخته بود، قاپید. قراچهای در حالیکه به یکدیگر تنہ میزندند از خانه بیرون گریختند. پروکوفی که شمشیر بر ق افشار و صفیرکشان را بالای سر می‌چرخاند، از پلهای پائین دوید. جمعیت پس پسرفت و به هرسوی حیاط پراکنده شد. لوشنیا پاهای چابکی نداشت. پروکوفی نزدیک محوطه خرمنگاه به او رسید و با یک ضربت اریب که از پشت روی شانه چیز فرود آورد، تنش را تا کمر بدو نیم کرد. جمعیت که از پرچین خانه چوب می‌کندند، باز عقب نشستند و از محوطه خرمنگاه به صحراء گریختند.

پس از نیم ساعت، قراچهای جرأت نمودند و بار دیگر بخانه پروکوفی نزدیک شدند. دو تن از ایشان با احتیاط از دروازه قدم بدرون نهادند. در آستانه مطبخ، زن پروکوفی که سرش به طرز دلخراشی به عقب کشیده شده بود، میان برکهای از خون افتاده، لبان شکنجه دیده اش پیچ خورده و زبان گاز گرفته اش از دهان بدر آمده بود. پروکوفی با سر لرزان و نگاه بیفروغ، نوزاد نارسی را که ونگ می‌زد درون پوستینی می‌پیچید.

زن پروکوفی عصر همان روز مرد. مادر پیر او بر بچه رحم آورد و پرستاری وی را برعهده گرفت. تن کودک را با سپوس خیسانده اندودند و او را با شیر مادیان پروراندند و پس از یک ماه چون اطمینان یافتند که نوزاد سیاه چرده ترک وش زنده خواهد ماند، او را به کلیسا برند و تعمید دادند و به نام پدر بزرگش پانتلئی خواندند. پروکوفی پس از دوازده سال از زندان اعمال شاقه باز آمد. با آن ریش کوتاه و سرخ رنگ که رگهای موی سفید در آن دیده می‌شد و با آن جامه‌های روسوار که به تن داشت، دیگر به قراچان نمی‌مانست. باری، پسرش را باز گرفت و به سرخانه روستائی خود رفت.

پانتلئی بزرگ شد، و او پسری گندم گون و نافرمان بود. چهره و ترکیبیش به مادر خود می‌رفت. پروکوفی دختر یک قراچ همسایه را به ازدواج وی درآورد...

بعد اش سطح رمان را متوسط می‌کند؛ کما اینکه کتاب بعدی اش، «زمین نوآباد»، هم کتاب خوبی نیست. این دن آرام را من قبل از انقلاب خواندم؛ «زمین نوآباد» را شاید بعداً خواندم.. به قدری در این کتاب تصویرگری فوق العاده است که من این را در هیچ کتاب دیگری ندیده‌ام. دشت‌های روسیه را که تصویرمی‌کند، مثلاً صد جا تصویر کرده، ولی صد جور بیان کرده است! این ها خیلی هنرمندانه و خیلی مهم است. ادبیات، این گونه ماندگار می‌شود. چرا من آخوند در یک کشور اسلامی، کتاب دن آرام را می‌خوانم؟ اگر جاذبه نداشته باشد، اگر این کتاب لایق خواندن نباشد، یک نفر مثل من نمی‌رود آن را بخواند.»

فیلمی با همین نام:

دن آرام شاهکار ماندگار شولوخوف، بدلیل بیان جزئیات و توصیف‌های جامع، تصویر دقیقی از روسیه در دهه‌های بیست و سی میلادی به خواننده می‌دهد. این شاهکار، آنقدر ظریف توصیف شده است که عده‌ای از کارگردانان معتقدند که این اثر یک فیلم‌نامه‌ی آماده است. اولین اقتباس سینمایی که از کتاب دن آرام شد، در سال ۱۹۵۷ بود. «سرگی گراسیموف» (Sergey Gerasimov) کارگردان روس، فیلم شش ساعته‌ای را به نام دن آرام و با اقتباس از رمان دن آرام ساخت. نکته‌ی بسیار قابل توجه راجع به این فیلم این است که کارگردان آن هنگام نوشتن فیلم‌نامه بسیار متعهد به متن شولوخوف بوده است.

ترجمه‌ها:

کتاب‌های شولوخوف به بیشتر از هفتاد زبان دنیا ترجمه شده‌اند. بیشتر آثار شولوخوف را «م. آ. به آذین» به فارسی ترجمه کرده است. از کتاب دن آرام سه ترجمه به فارسی وجود دارد؛ «م. آ. به آذین»، «احمد شاملو» و «منوچهر بیگدلی خمسه» سه مترجم نامی این اثر بزرگ هستند. از بین این سه ترجمه، ترجمه احمد شاملو از دن آرام به دلیل سبک خاص شاملو شهرت بیشتری دارد.

بخشی از کتاب:

یکی از رفقای زمان سربازی پروکوفی، موهای زن ترک را بدور یک دست پیچید و دهانش را که فریاد می‌کشید بدست دیگر محکم گرفت و دوان دوان از میان سرسران گذشت و او را زیر پای جمعیت پرتاب کرد. جیغ بلندی از میان غلغله و هیاهوی مردم بگوش رسید. پروکوفی پنج شش تن قراچ را بسوئی پرت کرد و خود را به درون خانه انداشت و

مصدق من برای تو هزاران در دل دارم

وزآن سنگ بناهایی که کمر رویه ویران شد

وزان دوران پالانی که ننگین شد برای ما

وزآن افکار پوچی که بشد روش بلال و غان

همان خون جوانان و سرخ شریعت را

فرو دآمد به تن ها و شدش تنها چه تن های

زدست رویه ان آزاد و بالا شد سر میهن

برای عده ای رقصید و یا هم چشم کی آمد

علیه جبهه ای ما و برای جبهه ای دشمن

کتب را در خیابان و گلوه بر جوانی زد

همان کودک کشی ها و همان چاقوی سیمینه

تراوش می کند هر دم نویسد کذب دوران را

نمی گویم ز فکر خود، که می گوید همان دشمن

از آن نفت سیاهی که به سختی مال ایران شد

از آن افکار پاک تو، که رنگین شد برای ما

در آن دوران تاریکی، که کفتاران شده سلطان

وزآن چشمان کوری که ندیدا صلاح حقیقت را

همان آدینه ای سرخی که نرمیها چو بارانی

ولی آخر بهار آمد شقایق شد دل بهمن

ولی کمر همان دشمن به رخت دیگری آمد

ولی افکار و عاداتش بسان عادت پیشین

همان دشمن ک شهریور، وطن برقوبداری زد

همین دشمن همان است و همان اهداف دیرینه

ولی اینک همان چاقو قلم گشته بسوی ما

و توای عسگر میهن، شدی یک خائن بی تن

بیلن یو خدور کی بود و دشمن جهالت دن آلیر قایناق

گورک کی ال الله وئرک، جهالت دن او زا قلاش ماق

ویروس ۱۹۴۸



روز قدس

با یاد شهدای راه قدس مقدس

فلسطین را خریده بود، اری فقط ۵ درصد
و سال ها در بوق و کورنا کردند که
یله خودشان فروختند، و جالب
آنکه از همان پنج درصدم، چهار
درصدش از کیسه دولت فخیمه
انگلستان بخشیده شد و آن یکی ...
باز جای شکرش باقیست که
برادرانمان یکی از این شجره های
خبیث را قطع کردند و گرنده دغدغه
بیست سال بعد کشور این بود که
باتیم ملی داعش بازی کنیم یا
نه؟ از روی پرچمش رد بشویم یانه؟
و اما روز قدس، محدودش نکنیم به
مکان و زمان، عظمتش را کم نکنیم،
قدس تنها به فلسطین تعلق ندارد.

قدس مفهوم مقابله با مستکبر و
دفاع از مستضعف است، چه ان
مستکبر بار دای خلافت اسلامی به
صحنه بیاید چه بار دای بنی
اسرائیل، سپاهیان قدس اند که بر
زمین میزنندشان.

امیر کسرایی فرد
پژشکی ۹۷

covid19#
zion19_48#

راه قدس از کربلامی گذرد
ایران سال ۱۴۰۰، آزادسازی خمشهر در موزه های

اسرائیل سال ۱۴۰۵، آزادسازی حلب در موزه های
حرب ارادی خمشهر آزاد کرد

چند صباحیست در گیر ویروسی
هستیم که بچه نمیکشد، به
کسانی که به خانه پناه برده اند
امان میدهد، نژادپرست نیست،
یهودی و مسیحی و مسلمان در
نظرش توفیری ندارد، اما جهان
سالهاست مبتلا به ویروسیت که
نه به کودکان رحم میکند، نه به
خانه ها.

بهانه اش هلوکاست نازی ها بود و
تاوانش صدھا هلوکاست دیگر
این پاندمی صهیونیست، قرارش نه
فلسطین بلکه از نیل تا فرات بود و
اگر نبودند مجاهدان قدسی چه
بس اخط مقدم جنگ نه در
جولان که در ایران بود.

این ویروس محدود به جغرافیای
کوچک فعلیش نیست، میتوان
یافت، اثرش را، هرجا فتنه و
کشتار نیست، خواه میانمار باشد
خواه سوریه، آنگسان سوچی و
ابوبکر بغدادی، ایهامی بر پایه ای از
اندکی پارادوکس، در واژه
شهیونیستند، یکی نزدیک و یکی
دور از ذهن، یکی را کراوات
میپوشانند و نوبل صلح میدهند
یکی را هبوط بشر در تاریکی خشم
و تعصب مینامند.

و چه شباهت عجیبیست بین خالق
و مخلوق، هر دو دست به کشتار
میزند و میزنند. هر دو نژادپرست،
هر دو چشم طمع بر سر زمین هایی
داشتند و دارند که انرا حق خود
میدانستند یکی حق خود میدانست
که چون پنج درصد زمین های

خاطرات

سفیر

و من شدم ایران ...

کتابی که قصد معرفی آن را دارم
داستان زندگی زنی است که
برای تحصیل در رشته طراحی
صنعتی در مقطع دکترا راهی
کشور فرانسه می شود البته نه
کل زندگی! داستان همان مدتی که مشغول به تحصیل و
گذران زندگی در کشوری سکولار و دارای احکام غیر
وابسته به دین است، می باشد. شاید اگر خودم آین
کتاب را مطالعه نمی کردم و قضایا و اتفاقاتی که برای این
زن رخ داده را از کسی می شنیدم، باور نمی کردم یا اگر هم
باور می کردم، با یک تحسین ساده از کنار آن رد می شدم.

مذهب بدون موضع

به جرئت می توانم بگویم این کتاب تاثیر زیادی در نگاه من به مقوله
حجاب و مهمتر از آن دفاع از حجاب گذاشت که چگونه زنی اینچنین
جسور و مطمئن و آگاه به فلسفه دین و همچنین آگاه به مسائل سیاسی و
اعتقادی پیرامون این قضیه، از هیچ بحث و مناظره‌ای، ابایی ندارد و
خود را همیشه آماده نشان می دهد. همانطور که خود او نیز در پیش
آغاز کتاب به این موضوع اشاره کرده که : از وقتی به خاطر دارم
بحث کرده ام نه اینکه خودم بحث راه بیندازم؛ که اگر هم من
نمی خواستم بروم طرف بحث، بحث می آمد طرف من و این
چنین شد که نوعی زندگی مسالمت‌آمیز بین من و بحث کردن
شکل گرفت و هنوز هم ادامه دارد. در ادامه نیز اینگونه بیان میکند:
یاد گرفته‌ام و اعتقاد دارم "مذهب بدون موضع" به غایت درست و مستقیم
که برود به ترکستان می رسد؛ نمی شود به مفاهیمی چون حق و باطل باور داشته
باشد و به پیرامون خودت بی اعتماد بمانید.

و اما این زن چیست؟

نیلوفر شادمهری.. زنی که وقتی در فرانسه بود چالش‌های زیادی به سراغش آمد و
او نیز به خوبی از پس تمام این چالش‌ها برآمد. البته تمام این کتاب به موضوع و
بحث دفاع از حجاب اشاره نکرده و چندین خاطره شیرین و تلخ از لحظه ورود تا زمان
خروج را ذکر کرده. همچنین در این کتاب تعدادی عکس از نویسنده و محیطی که در
آن حضور دارد نیز به چشم می خورد. عکس‌هایی که ذهن خواننده را تا حد زیادی
معطوف به قصه و داستان آن خاطرات می کند و در واقع نوعی انس با راوی و کتاب
به وجود می آورد که دل کندن از آن کار دشواری است. اکنون می خواهم یکی از
خاطرات شیرین آن را در این بخش معرفی بیاورم که اتفاقاً با توجه به حوادث حال و
پیرامون خودمان و داستان غذاهای چینی و دردسری که برای دنیا به وجود آورده
اند، خالی از لطف نیست.



نویسنده تعریف می کند به همراه تعدادی از دوستان خود، مجبور به سفر به شهری به نام لول می شود و خب طبیعتاً بعد از آن مسئله راهی رستورانی در آن شهر شده تا به قول خودمان دلی از عزا در بیاورند اما مشکل چه بود؟ مشکل خود رستوران بود.. رستوران چینی ها! حتماً تا الان خود شما نیز حدس زده اید که ادامه داستان چیست.. بله، وقتی منوی غذا را در اختیار نویسنده می گذارند بندۀ خدا نمی داند چه سفارشی بدهد که بخورد و نمیرد! از موش برشته گرفته تا مارمولک و غیره .. نویسنده در ادامه تعریف می کند برای دوست صمیمی خود توضیح می دهد که ذاته ایرانی ها چگونه است و از او به نوعی کمک می خواهد و دوست صمیمی او هم با آگاهی پیدا کردن از این محدودیتها و ذاته نویسنده، در نهایت غذایی را به او پیشنهاد می کند. اما هم غذا چه بود؟ چیزی شبیه سوب میگو! و کمی سالاد.. اما بماند که غذا در واقعیت، چیز دیگری بود... در این حین و تا آماده شدن غذا، نویسنده نیز پیش دستی می کند و از علاقه وافر خود به انواع سوب برای دوستانش تعریف می کند، اما وقتی غذا حاضر و جلوی او قرار داده می شود، به قدری از آن فاصله می گیرد و به صندلی می چسبد که نزدیک بوده صندلی چپ شود! غذا در واقع سوب ملح بود... نویسنده در ادامه می گوید که کلی بد و بیراه نثار آشپز چینی کرده و در آخر هم فقط مجبور به خوردن سالاد می شود! البته این را هم بگویم قصه به اینجا ختم نمی شود و در ادامه باز هم ماجرا خنده داری پیش می آید..

و در آخر به طور خلاصه بگوییم

این کتاب در بردارنده خاطرات دانشجوی مسلمانی است که در فرانسه با چالش های مختلفی روبرو می شود که رعایت حجاب یکی از آنهاست. تصور ذهنی نادرست مردم فرانسه از اسلام و مسلمان و وجود صدھا پرسش و باور در این زمینه، کار را برای او که رعایت ارزش های دینی را بر هر چیز دیگری ترجیح می دهد، دشوار می کند. خانم شادمهری در این اثر که حاصل یادداشت های او در دوران دانشجویی اش در فرانسه است، تصویری کوتاه اما گیرا از فضای جامعه فرانسه و باورهای آنها در مقابل مسلمانان نشان می دهد. راوی این کتاب، دختری است که در آرزوی تحصیل در یکی از دانشگاه های مهم فرانسه راهی این کشور می شود، اما صرفا به دلیل رعایت حجاب و التزام به قوانین اسلام، دانشگاه از پذیرش او منصرف شده و او به اجبار در دانشگاه دیگری ادامه تحصیل می دهد.

خانم سفیر

شادمهری در دوران دانشجویی یادداشت های کوتاهی را در وبلاگی به نام «سفیر» از تجربیاتش منتشر می کرد که بازخورد خوبی داشت. به گفته او گاه حتی در برخی از پست ها، ۵۰۰ کامنت از تشویق تا تحریر نوشته و منتشر می شد. برداشت های نادرست فرانسوی ها و حتی مسلمانان این کشور از ایران و اسلام انگیزه مطالعه و بحث در این زمینه را در شادمهری ایجاد کرد؛ چرا که او به این نتیجه رسیده بود که بیش از آنکه او را به عنوان یک دانشجو بینند، به عنوان «ایران» می بینند که باید پاسخگو باشد. او حالا دیگر سفیر ایران بود

انقلاب جنسی

Dont
forget to
eat your
lunch and
make some
trouble

لحاظ دولتمردان سقط جنین
دیگه خلاف قانون نبود.

بریم عقب تو

اوایل قرن ۲۰

آمریکا درگیر سانسور
هالیوود ، بگیر و بند
خیابانی ، منع مشروب و
مشروب خواری ؛ آمریکا آزادی
داشت اما یواشکی در زیرزمین ها و پشت
درهای بسته دور از چشم نیرو های دولتی.

در ادامه ، تو اون روزا ممنوعیت پیشگیری
حسابی جنجال به پا کرده بود ولی بعد از
جنگ جهانی اول اتفاقای جالب تری افتاد .
خوشحالی از پیروزی تو جنگ جهانی سایه
انداخته بود رو کشور . همزمان با این
اتفاقات فروید در اروپا خودشو جا انداخته
بود و حتی روی آمریکایی ها هم تاثیر
گذاشته بود . زیر سایه پیروزی در جنگ
جهانی مشروب ها از زیرزمین خونه اومدن
تو بار خونه ها ، برخورد با این موضوع
کمتر شده بود .

اواخر دهه ۴۰

این زمان دقیقا همون زمانی بود که
هالیوود کم کم داشت شروع میکرد به سر
باز زدن از قانون سانسور و شیطنت های
ریزی انجام میداد .

پدیده‌ای به نام کینزی (جرقه‌های آغاز انقلاب جنسی نه اصلاح)

آلفرد چارلز کینزی حشره شناس آمریکایی ، در
همون حوالی نادیده گرفته شدن سانسور توسط
هالیوود دو جلد کتاب منتشر کرد که مردم به
شدت تحت تاثیر قرار گرفتن . "رفتار
جنسی در نوع مذکور" و "رفتار جنسی در نوع مونث"
کینزی تو این دو کتاب آمار های وحشتناکی رو
منتشر کرد که باورها رو تغییر داد .

۸۵٪ مردان و ۴۵٪ زنان بعد از ازدواج وفادار
نیستند . ۱۷٪ پسران کشاورز رابطه با حیوانات را
تجربه می کنند . درصد بالایی از مردم قبل از

زمان خیلی عجیبه ممکنه خیلی چیزا
عوض بشه تو گذر زمان ؛ قوانین ، دین
و سنت ...

میخوایم درباره تاریخ یک کشور که
الان مردمش به اهداف راهپیمایی
هاشون و اعتراضاتشون رسیدن صحبت
کنیم : "آمریکا" .

کشوری که تقریبا آزادی های زیادی
داده به مردمش اما ... (هر آزادی یه
تاوانی داره)

بریم عقب

اواخر ۵۰ ، شوک

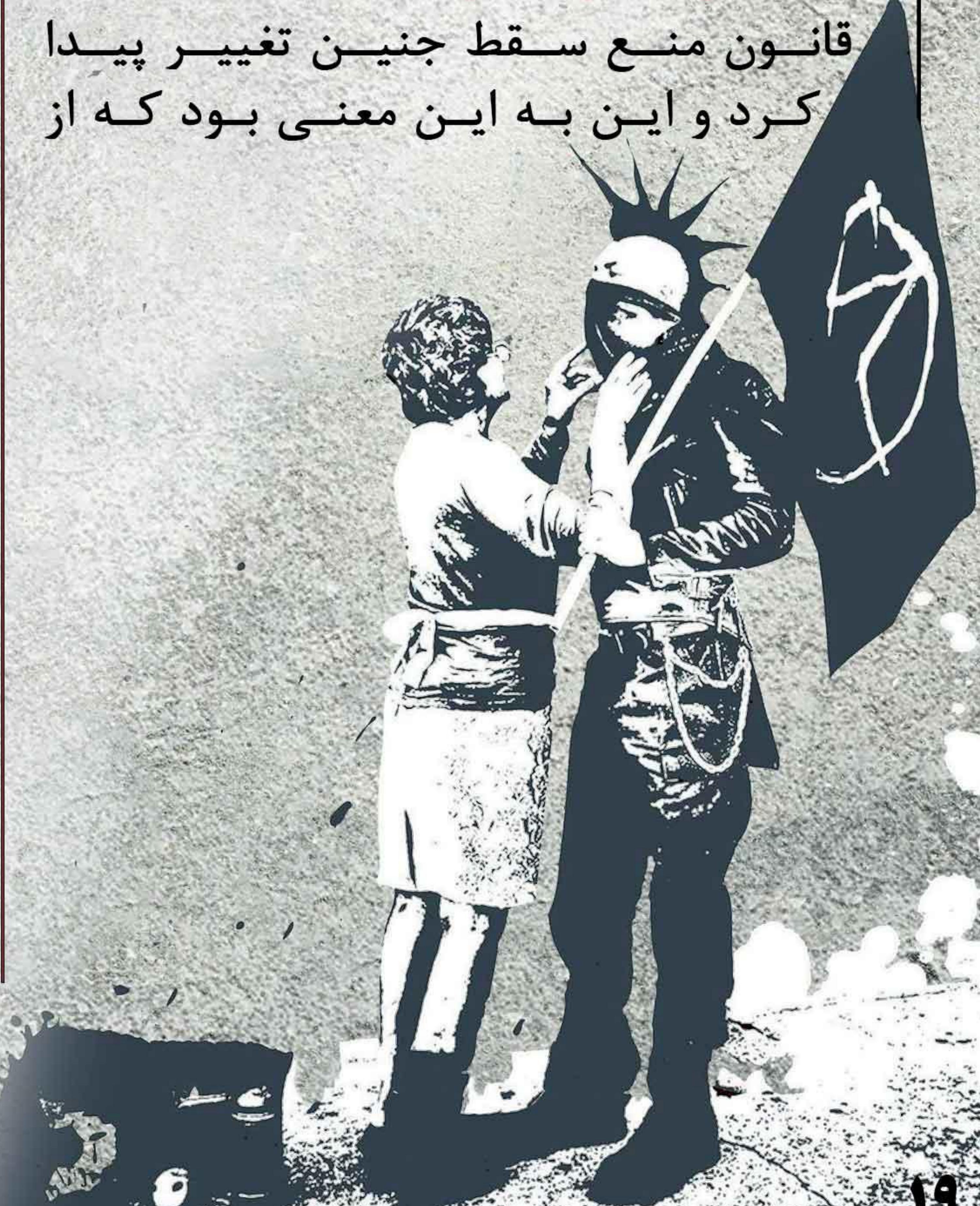
قرص پیشگیری از بارداری (enovid) اجازه تولید انبوه پیدا کرد و این یعنی
آمریکا برای فمنیسم ها تقریبا بهشت
شد . قدم زدن زنان روی مفرز مردان و
کوچکی از تفکرات سنتی به سوی
تفکرات مدرن ؛ پیشروی از آشپزخانه ها
تا پشت میز کار کنار مردان .

۱۹۶۸ ، شوک شوک

توقف علنی سانسور (در عمل خیلی وقت بود
که تو هالیوود نادیده گرفته میشد .)

۱۹۷۳ ، شوک شوک شوک

قانون منع سقط جنین تغییر پیدا
کرد و این به این معنی بود که از



هیپی ها افرادی بودن که خیلی راحت زندگی میکردن . با لباساشون شروع میکنیم. هیپی ها به قدری تو پوشیدن لباس راحت بودن که حتی بعضی اوقات نمیپوشیدن و تو خیابون ها ساعت ها قدم میزدن (البته به اسم اعتراض سیاسی).

قانونای کشور برashون صادق نبود و قانونای خودشون رو داشتن که تو همه‌ی قانون هاشون یک چیز دیده میشد (آزادی).

از اجتماعاتشون بگم که تو کنسرت ووداستاک چندین میلیون هیپی چند روزی دور هم جمع شدن و بدون خجالت و ترس هر کاری دلشون میخواست کردن. اما این هیپی ها زیاد دووم نیاوردن و خیلی زود از بین رفتن اما تفکراتشون موند ، همه تفکرات نه فقط یک

بُریم خیلی جُلوتر

به علت حجم بالا مجبوریم این متن رو دو قسمت کنیم.

منتظرمون بمونین که ادامه ماجرا جالبتر میشه خون هایی که برآ این انقلاب ریخته میشه و طمع پیروزی انقلاب جنسی . تو نوبت چاپ بعدی با اسم انقلاب تجاوزگر ادامه میدیم ...)

ازدواج رابطه جنسی برقرار می کند که از بین مردان ۶۵٪ ارتباط ها با جنس مخالف و ۳۵٪ با هم‌جنس ...

هیوهفنر (مالک پئی بوی) و همه گیری تفکرات، انقلاب

بعد از انفجار مهیب کینزی ، حالا نوبت ایده ها بود که از موقعیت استفاده کافی ببرن و به موفقیت برسن. (ذهن های آماده موفق ترین) بیشترین سود رو از این جریان هیوهفنر جوان برد با شروع به انتشار مجله ای به اسم پلی بوی. طولی نکشید که بدن های لخت از زیر پتو به پشت ویترین مغازه ها اومدن. این نشریه روز به روز بزرگتر میشد و مردم تنها با چند سنت میتوانستن زیباترین زن های آمریکا رو لخت ببینن. بعد از مدت کوتاهی آمار فروش فوق العاده این مجله باعث شد مسئولین به فکر بیوفتن تو روزهایی که هفت میلیون نسخه در ماه فروش پلی بوی بود هفner بازداشت شد.

اما این بازداشت مدت زیادی ادامه نداشت و آزادی هفner خبرهای خوبی داشت ، دیگه اون دوران سرکوب آزادی جنسی گذشت. همزمان با آزادی هفner و از بین رفتن قانون برخورد با نشر موارد مبتذل بود که اولین فیلم آبی منتشر شد. فیلمی که خیلی زود جزو پر سود ترین فیلم ها شد و این آغاز یک ماجراهی جدید تو حوزه آزادی جنسی بود : "پورن"

هر چی از اوایل دهه ۶۰ به سمت اواخر اون پیش میرفتیم آزادی جنسی با سرعت برق آسایی بیشتر می شد تا جایی که در دهه ۷۰ دیگه هیچ کس و هیچ چیز جلودار شهوت نبود.

انقلاب

هر انقلابی یه قسمت اعتراضات خیابانی داره ، انقلاب جنسی هم از این مورد بی بهره نموند و مردم حسابی تو خیابون های شهر بودن . هر کس با دلیل خاص خودش و همه دنبال آزادی . فمنیست ها ، هیپی ها و خیلی افراد دیگه ...



محمد مهدی ۱۰
پرستاری ۹۸

How does fasting affect the body? nutrition.org.uk

چگونه روزه داری بر بدن تاثیر می‌گذارد؟



مقاله سایت نوکریشن در باب سلامتی و روزه داری

در طول روزه داری چند ساعته که کمبود غذا و کمبود آب بیش از حد اتفاق می‌افتد بدن از کربوهیدرات‌ذخیره شده (که ذخیره شده در کبد و ماهیچه‌ها) و چربی استفاده می‌کند تا انرژی همه‌ی کالری‌هایی که از غذا در طول شب استفاده شده را فراهم آورد. بدن نمی‌تواند آب را ذخیره کند بنابراین کلیه‌ها تا حد امکان آب را ذخیره می‌کنند به وسیله کاهش دادن ادرار. با این حال بدن نمی‌تواند از دست دادن آب هنگامی که شما به توالی می‌روید یا از طریق پوست و یا هنگامی که تنفس می‌کنید و یا از طریق عرق کردن اگر هوا گرم باشد را کنترل کند.

متناوب با آب و هوا و طول روزه داری، بیشتر مردم در طول ماه رمضان کمبود آب بدن خفیفی را تجربه می‌کنند که گاه‌ها باعث سردرد، خستگی و عدم تمرکز می‌شود. با این حال مطالعات نشان میدهد که این برای سلامتی مضر نیست و مایعات کافی پس از شکستن روزه جایگزین مواد از دست رفته در طول روز می‌شود.

اگر قادر به ایستادن نبودید به خاطر سرگیجه، شما باید فوراً آب معتدل و ایده‌آل با نمک و قند به طور منظم بنوشید (محلول‌های قندی یا احیاء کننده). و یا اگر به خاطر کمبود آب دچار غش شده‌اید شما باید پاها را به کمک دیگران به بالای سرتان ببرید و وقتی که بیدار شدید فوراً خود را توسط محلول‌ها همانطور که در بالا گفته شد احیاء کنید.

برای افرادی که معمولاً از نوشیدنی‌های کافئین دار مثل چای و قهوه در طول روز استفاده می‌کنند است در اثر کمبود کافئین در طول روزه داری باعث سردرد و خستگی شود. این مورد نمی‌تواند آسان کند دوره روزه داری را بدون استفاده بدن از کافئین در طول روز. پس از شکستن روزه بدن هیدراته و پرانرژی می‌شود از غذا و نوشیدنی‌هایی که مصرف کرده. شما برای مدت طولانی چیزی نخورده‌اید و برای کمک به آن باید به آرامی پس از شکستن روزه شروع به مصرف مایعات فراوان کم چرب و غذا‌های آبکی کنید.

* (به نظریات زیر توجه کنید)

نوشیدن مایعات فراوان علاوه بر آن مصرف غذاهای آبکی مثل میوه، سبزیجات، ماست، سوپ و گرمی بسیار مهم هستند برای جایگزین کردن مایعاتی که در طول روز ازدست رفته‌اند و بدن را برای روزه‌ی بعدی به خوبی هیدراته می‌کنند. نمک تشنگی را تحریک می‌کند و ایده‌خوب این است که از مصرف آن و غذاهای نمکی خودداری کنیم. پیش وعده یا سوچور (سحری) انرژی و مایعاتی را برای پیشبرد روزه فراهم می‌کند بنابراین انتخاب سالم می‌تواند به شما کمک کند که به خوبی از عهده‌ی روزه برآید.

اگرچه وعده افطار اغلب زمانیست که خانواده‌ها و دوستان کنار هم باشند و افطار کنند ولی مهم است که از خوردن غذا در ماه رمضان غافل نشویم. مصرف غذاهای سرخ شدنی، خامه‌ای، و غذاهای شیرین می‌تواند باعث افزایش وزن شما در ماه رمضان شود. رمضان می‌تواند زمان مناسبی برای تغییر و بهبود تعادل رژیم غذایی باشد که باعث می‌شود در طولانی مدت پایدار شوید.



تغییر عادات غذایی و کمبود مایعات در روز باعث ایجاد یبوست برای برخی افراد میشود. شما میتوانید از غذاهایی که دارای فیبر بالایی است استفاده کنید مثل غلات فیبری، سبوس، میوه و سبزیجات، لوبیا، عدس، میوه خشک شده و آجیل در کنار مایعات فراوان برای کمک به راحت شدن از یبوست. به علاوه اینکه انجام بعضی فعالیت های سبک فیزیکی مثل قدم زدن بعد از افطار نیز میتواند مفید باشد.

آیا روزه برای سلامتی خوب است؟

نتیجه های مطالعات روی اثرات سالم روزه رمضان مختلف است، احتمالاً به خاطر طول روزه داری و تجربه شرایط آب و هوایی است که وابسته به زمان از سال و کشوری است که روزه در آن مشاهده شده است.. اگر شما دارای اضافه وزن هستید و دوست دارید که وزنان را کاهش دهید و پایین نگه دارید با برنامه ریزی یک رژیم غذایی سالم و فعالیت داشتن وقتی که ماه رمضان به پایان رسید میتوانید قدمی در این راه بردارید. همچنین روزه ممکن است به شما کمک کند که وزنان پایین نگه داشته شود. بعضی مطالعات اثرات روزه رمضان بر فاکتور هایی مثل کلسترول خون و تری گلسرید (چربی در خون) و پیدا شدن یک دوره کوتاه بهبودی در بعضی موارد را کوچک نشان داده است و همچنین در برخی دیگر هیچ اثری پیدا نشده است. همچنین در مطالعات کوچکتری مشخص شده که روزه داری رمضان اثرات مفید کوتاه مدت روی سیستم ایمنی دارد. در هر دو مورد نتیجه های مطالعات به یکدیگر ترکیب شده و بیشتر محققان این نتیجه را تایید کرده اند.

برای سحری و افطار چه بخوریم؟

وقتی روزه شکسته شد مایعات فراوان کم چرب و غذا های آبکی با محتویات شکر طبیعی برای انرژی مصرف کنید. (از مصرف غذا ها و نوشیدنی هایی که به آن شکر اضافه شده خودداری کنید). برای مثال: آب، شیر و چیزهای دیگر بنوشید. آب بدن را هیدراته میکند بدون کالری اضافی و قند افزوده شدنی. نوشیدنی هایی که بر پایه شیر و میوه هستند مواد غذایی و قند طبیعی را فراهم میکنند. اینها برای شکستن روزه مناسب هستند و از نوشیدنی هایی که دارای قند اضافی هستند بعد از افطار خودداری کنید چون اینها قند و کالری خیلی زیادی را فراهم میکند. خرما خوردنی سنتی برای شکستن روزه است که از زمان پیامبر محمد(ص) بوده است. خرما روش مهمی برای شکستن روزه است که قند طبیعی برای انرژی و همچنین مواد معدنی مثل پتاسیم، مس، و منیزیم و یک منبعی از فیبر است. شما میتوانید زردآل، انجیر، کشمش، آلوي خشک مصرف کنید که اینها دارای فیبر و مغذی است.

روزه داری و دیابت

تحقیقات زیادی انجام شده برای مفهوم سلامت روزه داری بر افرادی که دیابت نوع ۱ و ۲ دارند. دیابت نوع ۲ شیوع بخصوصی در مردم آسیای جنوبی و نژاد آفریقایی سیاه دارد که بعضی از آنها مسلمان هستند. خطر کمبود آب بدن و افت گلوکز خون برای افرادی که دیابت دارند و روزه گرفته اند بسیار زیاد است خصوصاً در بهار و تابستان که روزها طولانی تر و گرم تر هستند. اسلام این اجازه را داده که افراد با این شرایط از سلامتی مثل دیابت روزه نگیرند. با این حال روزه در ماه رمضان یک حالت معنوی بزرگ برای مسلمانان است و برخی از افراد دیابتی روزه را انتخاب میکنند. اگرچه گرفتن و نگرفتن یک تصمیم شخصی است برای هر فردی. اگر شما دیابتی هستید و برنامه برای روزه گرفتن دارید توصیه میشود که با دکتر خود ملاقات کنید یا با کادر درمان در این باره صحبت کنید که چگونه این شرایط روزه داری را مدیریت کنید.

سعید یوسفی رامندی

پزشکی ۹۷



من زاده‌ی ایرانم، عاشق این خاک
من زاده ایرانم، آزاده و آزاد
بیگانه گر بر من زند تیر، زند سنگ
بیگانه پرستیدن ننگ است مرا ننگ
ننگا به من، این عشق شود اندکی بیمار
ننگا به من، این خانه شود لانه روباه
پیر است و نکرده به جز حیله و نیرنگ
زهر است و نکرده به جز کام مرا زنگ
گر دشمن این خاک شود گرگ، شود شیر
گرگ زنم، شیر کشم، به چشمان تو سوگند
گر یک وجب از خاک مرا چشم بدوزد
توان بدهد خاکش، فرسنگ به فرسنگ
گیرم صبوری کنم چند صباحی
گیرم که لبخند زنم چند کلامی
گیرم که شرط ادب نگذارد زود بتازم
گیرم که اصالت، دست و بال ببندد
غیرت شمشیری است که حاشا بزند زنگ
گر شمشیر رود بالا، گرگ از روباه نشناسد

...

من زاده ایرانم و عاشق این خاک
من زاده ایرانم و دل داده این خاک
ای رفته بر زیر باران سرد و گرم روزگار
ای چشیده سرد و گرم روزگار
باز بگو داستان انقلاب
داستان روزهای التهاب و اضطراب
باز بگو که آینده روشن است
باز بگو که آینده با من است

ای دل باز بگو، از مردم ایران
از مردمان این کشور بی تاب
از کمک‌های مومنانه مردم عاشق
از رزم عاشقانه مردم عارف
...

باز بگو از آن شهیدان، آن سروهای
سربلند ایستادگی
باز بگو از آن شهیدان، آن کوه
های استوار پایندگی
باز هم بخوان مرا به ایستادگی
از بلوغ عشق و دانش نجیب ما بگو
از گشودن دریچه‌های آسمان بگو
از نور بگو، نور بگو، نور بگو
از قصد قاصد بر فتح جهان بگو
از فضایی شدن مکتب
حاج قاسم بگو
گرچه باورش برای دشمن
سخت هست ولی تو باز بگو
باز هم بگو که
آینده روشن است
باز هم من و توایم و راه پیش رو
باز هم بگو که
وقت رسیدن است

من زاده ایرانم که بوسه زده بر این خاک
من زاده ایرانم، امیدوار به این خاک
دشمنانی که گرفتند شهید از من و تو
وای از آن دم که بگیرند امید از من و تو
دل ما مانده به پیروزی فردا، روشن
دل ما روشن و راه حججی ها روشن
مردم ما چه گذشتی و چه وفایی دارند
مردم ما چه صفائی و چه حیایی دارند
مردم ما دلشان صبر زلالی دارد
سفره کوچکشان نان حلالی دارد
گله مندند ولی تو ببین چه حجب حیایی دارند.

ای نشستگان صف اول ببینید که مردم چه
انتظاری دارند
ای نشستگان صف اول، صف ایثار آنجاست
دست روی دست مزارید که صف ایثار آنجاست

امین نقی فام
داروسازی ۹۵

تکیه بر همت خود کن، فرج خواهد شد
تکیه بر همت خود کن، که فتح جهان خواهد شد
ما برآئیم که تحریم فلج خواهد شد
ما برآئیم که تعجیل فرج خواهد شد
شن های طبس دستان خدا بود، بدان
شن های طبس آیات قران بود، بدان
صبر کن روز پریشان شدنت نزدیک است
لحظه سخت پشیمان شدنت نزدیک است
پشت سر لشکر فرعون و مقابل دریاست
ذره ای ترس به دل راه مده، حق با ماست
فریاد بزن ان معی ربی سیهدين
نیل اگر هست، عصا در کف موسی نیز هست
فریاد بزن خدا هست، خدا هست، خدا هست
چشم این رود چهل ساله به دریاست هنوز
یک جهان، نهر دعا، پشت سرماست هنوز
دریای ما ضربان قلب مهدیست، هنوز
بزن ای قلب که صدایت چه زیباست
بعد بهار یک فصل دگر باشد چه زیباست
اسم این فصل، وصال ماه باشد چه زیباست
راستی این وصال ماه چه زیباست
راستی اسم این ماه چه زیباست



مسابقه ضربان

شات کردن پیج اینستاگرامی ضربان

در استوری پیجتاز

به قید قرعه به یک نفر ۲۵ گیگ

اینترنت سه ماهه هدیه میشود

@zarabanzums

انتقاد و پیشنهاد

به یکی از بهترین
انتقادات و پیشنهادات
به قید قرعه ۱۰۰ هزار
تومان اهدا میشود

از معضلات سیاسی کشور
بنویسید

به یکی از بهترین متن ها
به قید قرعه ۵۰ هزار تومان
اهدا می شود



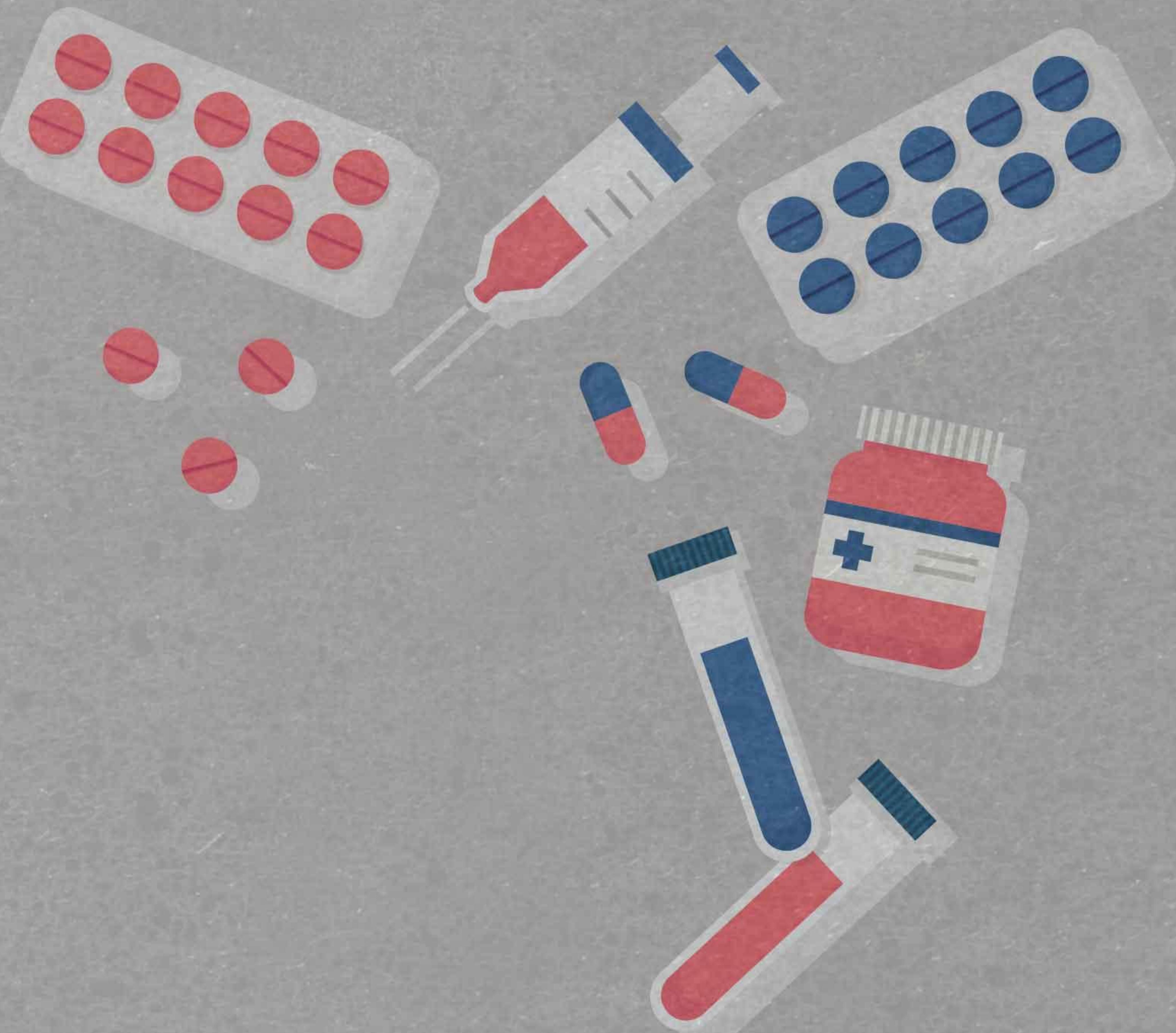
برندگان مسابقه قبل ضربان

بخش معرض فرهنگی
سرکار خانم راضیه پورسعید
ترم شش رادیولوژی

بخش انتقاد:
جناب آقای محمدحسین ابراهیمخانی
ترم سه پزشکی

بخش مصدق:
سرکار خانم ریحانه حسینی
فیزیک دانشگاه شاهد

ضریان نشریه ایست برای نشر مطالب شما



اگر میخواهید مطلبی را در هر زمینه‌ای، اعم از ادبی، اجتماعی، علمی و یا هر ایده، خلاقیت و موضوع جدیدی که به ذهنتان میرسد، بنام خودتان در نشریه قرار دهید کافیست، موضوع یا ایده مورد نظرتان را حداکثر تا دو هفته بعد از انتشار نشریه برای آدرس زیر ارسال کنید و پس از تایید نهایی کار بر روی ایده تان را آغاز کنید

آیدی تلگرام: [@zaraban_ad](https://t.me/zaraban_ad)

ضریان
هفته نامه دانشگاه علوم پزشکی زنجان