

پیراپزشک

علم، دین، خرافه

مصاحبه با دکتر محمد ابراهیم ضرابیها دکترای عرفان اسلامی در مورد شبهات پیرامون عاشورا



هنگامی که عشق کامل شد

کربلا در کربلا میماند اگر...

انتهای وابستگی کجاست؟

رنگ مو و ناشناخته هایش

بغض لایبک؛ بغض لشعیتک

برای چند کیلو کم تر...

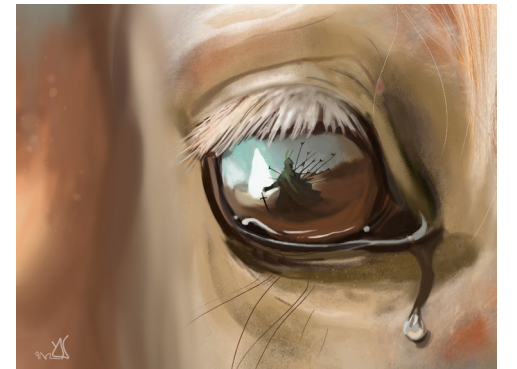
عمر و عمر به پایان رسیده

هنگامی که عشق کامل شد

• زهرا مهدوی

کربلا عصاره ی بهشت است و عاشورا آبروی عشق. اگر کربلا نبود هیچ گلی از زمین نمی روید و مشام هیچ انسان آزاده ای حقیقت را استشمام نمی کرد. اگر کربلا نبود، عاشورا نبود و اگر عاشورا نبود، امروز عشق بر سر هر کوی و برزنی ندای «یا حسین» را سر نمیداد. پس باید آموخت؛ از بزرگی آن حماسه تا کوچکی گلی تیر خورده ی علی اصغر ۶ ماهه. مگر میشود عظمت این واقعه را با چیزی جز «عشق» توجیه نمود؟

آری؛ حسین آمد و عشق را آبرو بخشید؛ عباس با دستان بریده و لبان خشکیده، با مشک پاره عشق را سیراب کرد. یاران عشق همچون پروانه به دور شمع گشتند که جز نور آزادی و حقانیت، از خود برنتابید. در دنیای پاک بازان، نثار جان بلند مرتبه ترین درجه ی وفاداری است. ۷۲ تن با فراق بال به سوی حقانیت و آزادی شتافتند. مگر نه آن که در آن روز عظیم امام عشق ندا سر می دهد که : «ای مردم، اگر دین ندارید لااقل آزاده باشید.» اما آن پلیدان چه کردند؟ هتک حرمت، آن هم به مظهر حق... هنوز هم فریاد «هل من ناصر ینصرونی» در گوش آسمان میپیچد... اما دیگر امیدی به نجات آن بد ذاتان نیست، آن ها خود این ذلت را خواستند و اکنون دیگر راه بازگشتی ندارند. و آنگاه عشق کامل شد که آسمان به نشانه ی غضب سرخی خون حسین را به رخ جهانیان کشید گویی جفایی به این عظمت در تاریخ بشریت به خود ندیده است. اینک دشت خونین نینوا محزون به این جفا و مسرور به در بر گرفتن کالبد بی جان عشق، در دل خود می باشد. آری، این است عشق...



طرح از عطیه گودرزی

علم، دین، خرافه

• هانیه عین اللهی و مبینا مجتبی فر

در این شماره گفتگویی داریم درباب محرم و شیوه عزاداری ها و شبهات مطرح شده روز ، با دکتر محمد ابراهیم ضرابیها دارای دکترای عرفان اسلامی از دانشگاه علوم تحقیقات.

✓ آیا درست است که میگویند در مجلس امام حسین و بروس تحت فرمان است و کسی کرونا نمی گیرد؟

توجه کنید که دین و قرآن سراسر آیاتی من باب تفکر و دعوت به آن است. از طرفی امامان همیشه مسلمانان را به علم آموزی دعوت کرده اند. و بروس که زن و مرد، دیندار و غیر دیندار نمیشناسد و تا به حال جان بسیاری از اهل دین را نیز گرفته است. کرونا یک ویروس است که از نظر علمی باید با او برخورد شود. مگر نه اینکه پیامبر و امامان در طول زندگیشان مریض و مسموم شدند و یا اکثرشان نیز به همین طریق شهید شدند؟

این ها سخنانی است که دین را در برابر دانش قرار می دهد و برخلاف آیات و شیوه زندگی ائمه می باشد. آنها را نپذیرید.

✓ تکلیف شرعی در برگزاری مراسم امام حسین در زمان شیوع کرونا چیست؟ برخی می گویند امام حسین راضی به برگزاری مراسم های این چنینی و بیمار شدن عده ای نیست.

به نظر بنده اصل عزاداری آن چیزی است که ائمه ما در شهادت امام حسین انجام دادن بسیار مودبانه و محترمانه در خانه در یک سکوت و حزن زیبا. اصلا مطابقت با این نوع عزاداری های ما ندارد. اینگونه، مشکلی هم بوجود نمیاد. دستور العمل دینی ما این است که نباید به سراغ آنچه که به تو آسیب می زند بری، حتی در قرآن گفته شده که اگر روزه به بدن آسیب بزند، بر تو واجب نیست حالا عزاداری که مستحب است.

عزاداری می تواند در منزل باشد ولو با تعداد کم و از ویژگی های اخلاقی امام حسین سخن گفت و درس گرفت و عمل کرد.

✓ فلسفه سینه زنی، زنجیر زنی، قمه زنی و برخی دیگر از رسوم ها چیست؟

اولین عزاداری خیابانی در زمان دیالمه (۳ قرن پس از

واقعه) اتفاق افتاد. سینه زنی در طول تاریخ ساخته شده، زنجیر زنی نیز از هندوستان و پاکستان وارد شده، علم و کتل از مسیحی ها و رومی ها وارد شده، طبل و سنج به هیچ وجه سندیت تاریخی ندارد و در طول زمان اضافه شده است. اینکه درست است یا غلط من قضاوت نمی کنم؛ ملاک من برای عزاداری، معصومین است.

از طرفی آسیب رساندن به خود، از دید فقهی، حتی در عزای امام حسین، حرام است. حالا چه با زنجیر زنی چه با سینه زنی چه با قمه زنی.

✓ برخی معتقد هستند محرم و عزاداری در این روز ها سبب افسردگی میشود. شما چه عقیده ای دارید؟

پاسخ این هست که شما از چه زاویه ای نگاه می کنید ، اگر از جنبه عشق ، آگاهی و از جنبه همراهی کردن با مصیبت امامت و تسلیت گفتن به اولیا الهی باشد و سبب آموزش گرفتن و تربیت شدن در مسیر امام حسین می شود.

عزاداری امام حسین باید راه حقیقت بینی و حقیقت فهمی را برای ما باز کند و انواع ظلم ها و گناه ها را برای ما آشکار سازد.

امام حسین نیاز به اشک ریختن به تنهایی ندارد ایشان نیاز به پیروانی با بصیرت دارد که راهشان را ادامه بدهد. امام راهش را آگاهانه انتخاب کرد بنابراین عزاداری ها باید توام با آگاهی بخشی، معرفت بخشی و تسلیت دادن و تسلیت گرفتن از اولیای الهی باشد و قطعاً موقعی با معرفت و آگاهی، به مظلومیت امام حسین در فهم تاریخی می رسیم اشک از چشمان انسان سرازیر می شه و دچار اندوه می شویم که چرا چنین مرد بزرگی به این شکل از دنیا رفت اما این اشک اشکی است که برای انسان قدرت ایجاد می کنه نه ذلت و افسردگی.



کربلا در کربلا میماند اگر...

• شهزاد بابک نژاد

صدای هلهله و شادی به گوش می رسد. جمعیت فراوانی در دروازه های شهر کوفه منتظر آمدن خارجی هایی هستند که بر یزید خروج کرده اند. کاروان در میان هیاهو وارد می شود؛ زینب (س) نگاهی به جمعیت می اندازد. در این هیاهو نمی تواند رسالتش را انجام دهد؛ پس فریاد میزند: ساکت شوید!

کوفیان با شنیدن صدای آشنای علی از نای پرحزین دخترش، رعشه بر تنشان افتاده و به یک باره سکوت می کنند. در این هنگام آن حضرت با صدایی رسا پیام قیام برادرش حسین را به گوش مردمان گمراه کوفه می رساند و آنان را از خواب جاهلیت بیدار می کند. ایشان با رعایت تمام عفاف و حیا در مقابل این زیاد که او و خاندان گرمی اش را رسوا میخواند، ایستادند و در جوابشان فرمودند که این تو هستی که رسوایی؛ زیرا رسوایی از آن فاسق است و ما فاسق نیستیم.

دیگر بانوی شجاع این واقعه، ام البنین بود که هر چهار فرزندشان را از همان ابتدا عاشق پرورش داد و در آخر نیز عاشقانه به سوی پروردگار فرستاد. این مادر شجاع، شیر ((ادب)) و ((بصیرت)) را به فرزندان خود نوشاند و در گوش عباسش آیه های شمس را زمزمه کرد. فرزندان او همچون سه ستاره و یک ماه از کودکی بر مدار خورشید ولایت و امامت چرخیدند و از علی و حسن و حسین نور می گرفتند. و در آخر نیز خودشان روشنایی بخش این دنیای تاریک شدند.

آری در سال ها قبل از حماسه کربلا زنانی با تربیت چنین شیر مردانی، حماسه ای گذراندند و سال ها پس از کربلا نیز زنانی حماسه آفرین بودند که سبب شدند اسلام جاودان بماند و خون سرور شهیدان پایمال نشود و تا به ابد این شور و این داغ بر سینه شیعیان ماندگار شود.



انتهای وابستگی کجاست؟

• علی سالاری

چندی پیش شاهد دیدار نامتعارف و بدون اصول دیپلماسی رئیس‌جمهور صربستان با ترامپ بودیم؛ از نبود پرچم صربستان تا امضای تحمیلی به الکساندر ووچیچ. رئیس‌جمهور صربستان (الکساندر ووچیچ) مؤدبانه و مثل یک بچه‌ی حرف گوش‌کن بر روی کرسی ساده‌ای نشسته و در مقابل وی ترامپ پشت میز خود برصندلی ریاست تکیه زده‌است. اگر این دو رئیس‌جمهور نبودند، آدمی می‌پنداشت این محاکمه‌ای است که برده (ووچیچ) در مقابل ارباب (ترامپ) نشسته‌است، اما بدون تعارف در واقعیت هم همین‌شکل است. اوج این ذلت آنجا است که همانند منشی در کنار ترامپ نشسته و نمی‌داند چه آشی برایش پخته‌اند و پای چه اقدامی را امضا زده است تا آنجا که ترامپ انتقال سفارت صربستان از تل‌آویو به قدس را اعلام می‌کند، وی غافلگیر و محیرالعقول می‌ماند و دیگر راهی برای فرار از معرکه و قبول نکردن قرارداد را ندارد، زیرا صفرتا صدها کشورش وابسته به کدخدایش است. این ملاقات دقیقا انتهای راهی است که غرب‌گرایان و خودفروختگان می‌خواهند در آن قدم بردارند و چنان سودای بستن با غرب را دارند که هیچ راه‌حل و گشایشی را غیر از باج‌دادن و وابستگی به مستکبران و زورگویان نمی‌بینند. سر خم کردن و گوش به اوامر بودن شاید تاحدودی باعث گشایش مسائل مملکت شود اما چنان ذلت و خفتی برای کشور به ارمغان خواهد آورد که کلید چراج خانه‌هایمان در دست آنها باشد.



رنگ مو و ناشناخته‌هایش

• پوریا حاجی امینی

دانشمندان بر این باورند که رنگ مو، ما را در معرض خطر ابتلا به سرطان قرار می‌دهد. متخصصان بهداشت مشتاقانند که خطرات سرطان را کشف کنند تا بتوانند درک بهتری از نحوه پیشگیری در مبارزه با بیماری‌ها داشته باشند؛ از مصرف سیگار گرفته تا قرارگرفتن در معرض آفتاب، دانشمندان موارد بیشماری را شناسایی کرده‌اند که اکنون تصور میشود خطر ابتلا به سرطان را افزایش می‌دهد؛ اخیراً مطالعاتی برای شناسایی ارتباط بین رنگ مو سرطان انجام شد، اما پیشرفت چندانی به همراه نداشته است. با این وجود محققان رابطهای متفاوت و به همان اندازه قابل توجه بین مو و سرطان کشف کردند. این مطالعه نشان می‌دهد که داشتن رنگ موی تیره یا روشن میتواند شما را در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به انواع خاصی از سرطان قرار دهد. مطالعه دانشگاه پزشکی ”وین“ که شامل ۱۱۷۲۰۰ زن آمریکایی بود، بزرگترین مطالعه بررسی اثر مواد شیمیایی در رنگ مو بوده‌است. نتایج در BMJ در تاریخ ۲ سپتامبر منتشر شد، نتیجه این بود که ”اگرچه به ندرت افزایش خطر ابتلا به انواع سرطان ممکن است اما موارد استثناء نیز وجود دارد“؛ با این حال در طول مطالعه، محققان بر اساس شواهدی که اتفاق افتاد، نشان می‌دهد زنان با موهای تیره‌تر در معرض خطر ابتلا به لنفوم هوچکین (سرطان سیستم لنفاوی) هستند، در حالی که زنان با موهای روشن‌تر در معرض خطر ابتلا به کارسینومای سلول پایه (نوعی سرطان پوست) قرار دارند. بر اساس مؤسسه ملی سرطان (NCI) بیش از یک سوم زنان بالای ۱۸ سال و ۱۰٪ مردان بالای ۴۰ سال از رنگ مو استفاده میکنند. طبق NCI، بیش از ۵۰۰۰ ماده شیمیایی مختلف در محصولات رنگ مو استفاده میشود که برخی از آنها کارسینوژنیک (سرطانزا) هستند. از آنجا که از رنگ مو بسیار استفاده میشود، مدتهاست که متخصصان نگران به خطر افتادن سلامتی توسط مواد شیمیایی موجود در رنگ مو هستند. این مطالعات بطور کامل ایمن بودن رنگ مو را ثابت نمیکند، همچنین نشان میدهد که رنگ طبیعی مو خطرات سرطان را به خودی خود همراه دارد. این مطالعه دارای کاستیهایی است، زیرا این تحقیقات فقط در مورد زنان سفیدپوست آمریکایی انجام شده است، و ممکن است این یافته‌ها مربوط به گروه‌های دیگر افراد نباشد. محققان بر لزوم مطالعات بیشتر روی جمعیت متنوع‌تر، خارج از ایالات متحده برای درک عمیق‌تر از رنگ مو زنان تأکید کردند زیرا آنها در معرض خطر سرطان هستند.

بغض لاییک؛ بغض لشیعتک

• حامد بیکی

محرم ۹۹ در واقع مصداق حدیث «...حراره فی قلوب المومنین لا تبرد ابدا» بود. محرمی که دوست و دشمن، داخلی و خارجی بر طبل بر گزار نشدنش می‌زدند و به تبع جناب BBC و روشنفکران ظاهری ابراز نگرانی می‌کردند. و اما دوستداران ساحت اباعبدالله (ع)، همان‌هایی که همه‌ی هستی و برکت خود را مدیون نگاه امام حسین (ع) می‌دانند، بار دیگر نشان دادند حتی مواعی سخت‌تر از کرونا هم، جلودار عزم آن‌ها نیست. آن‌ها ثابت کردند که در برابر موانع متعدد ویروس کرونا تسلیم نشدنند بلکه مو به مو به فرمان ولی‌فقیه خود همانند شب‌های قدر، پروتکل‌های بهداشتی ارائه شده توسط ستاد ملی مقابله با کرونا را اجرا کردند، نه تنها اجرا کردند بلکه با تغییر رویه در نذورات و خیرات، هزینه‌ها را صرف کمک‌های معیشتی، تهیه‌ی ماسک و محلول‌های ضدعفونی کننده برای اقشار آسیب پذیر و عزاداران نمودند این را تاریخ ثبت خواهد کرد. آری، باز هیئت و مسجد شد پایگاه کمک رسانی و خدمت به مردم، باز بسیجی‌ها و هیئت‌ها برای یاری رساندن به کادر درمان و ضدعفونی سطح شهر به خط شدند. به وضوح وزارت بهداشت، دولت و مردم



برای چند کیلو کم تر...

• مهدیس بنیادی

تقریباً همه‌ی ما به خصوص بعد از دوران قرنطینه علاقه مندیم که خیلی سریع و موثر وزن خود را کاهش دهیم و معمولاً برای شروع و به عنوان سریع ترین و آسان ترین روش به سایت های اینترنتی مراجعه میکنیم. از نظر علمی این گونه رژیم ها بدترین و ناپایدارترین روش برای رسیدن به وزن مطلوب هستند. با توجه به این که کاهش وزن اصولی و ماندگاری تناسب اندام نیازمند زمان و ایجاد عادت های غذایی مناسب است. در این متن میخواهیم به مفهوم لاغری و عوارض کاهش وزن سریع بپردازیم. مفهوم لاغری: لاغری به معنی کاستن از اندازه ی بدن (سایز) و وزن نیست، بلکه مفهوم علمی کاهش وزن، به مصرف رساندن منابع انرژی در بدن است که در اثر مصرف مازاد بر نیاز مواد غذایی مختلف مانند چربی ها، قندها و کربوهیدرات ها در بدن انباشته شده است. ۶ عارضه لاغری سریع و شدید:

۱. کاهش وزن سریع با عوارضی مثل ریزش مو، ضعف اعصاب، افت فشار خون، پوسیدگی دندان ها، سنگ کیسه صفرا، زخم معده، یبوست، افسردگی و ... همراه است.

۲. کاهش وزن سریع در اثر کم خوری و ورزش شدید باعث مقاومت بدن به لاغری میشود زیرا بدن تمایل

به ذخیره چربی برای تولید انرژی در هنگام گرسنگی طولانی دارد.

۳. شخصی که با کم خوری یا ورزش شدید لاغر میشود اگر نتواند مانند سابق ورزش کند ورزش را رها کند یا غذای خود را افزایش دهد بدن سریع واکنش داده و فرد دوباره چاق میشود حتی ممکن است که مقاومت فرد شکسته و بیشتر از گذشته غذا خورده و چاق تر شود.

۴. در زمان کمبود انرژی بدن، سیستم ایمنی در اولین اقدام خود برای جبران به سمت عضلات می‌رود و با مصرف چربی های موجود در آنها سوخت خود را تامین میکند در نتیجه تحلیل عضلانی ایجاد میشود.

۵. ایجاد چین و چال های پوستی به نام سلولیت در ناحیه شکم، ران ها و پاها از عوارض لاغری شدید است. ۶. در دوران کاهش وزن کم نوشیدن آب باعث تجمع سموم حاصل از متابولیسم چربی ها و آسیب رسیدن به ارگان های مختلف مانند کبد میشود.

در پایان هیچ رژیم غذایی نمیتواند در مدت زمان کوتاهی چربی های انباشته شده در بدن را کاهش دهد، در نتیجه رسیدن به لاغری پایدار در افراد چاق به معنای به مصرف رساندن این دسته از چربی هاست که انباشتگی آنها میتواند خطرات بالقوه ای برای سیستم های بدن داشته باشد. از این رو توصیه میشود با صبر و حوصله و صرف زمان کافی برای انجام ورزش های مناسب و رعایت رژیم غذایی متناسب و ترجیحاً زیر نظر متخصص تغذیه، برای رسیدن به وزن مطلوب و تناسب اندام، اقدامات لازم صورت گیرد.



عُمر و عُمرِ به پایان رسیده

• الهه مابینی



«من بیش از همه از عمر این سعد شدن میترسم ...» این جمله خود به تنهایی قادر است اذهان را به چالش کشیده و به تفکر بازدارد... عمر این سعد این ابی وقاص از اشراف زادگان و تابعین پیامبر بود. همان کسی که به مسلم ابن عقیل، فرستاده امام حسین، خیانت کرد و وصیت او را برای عبیدالله بازگو کرد...

همان کسی که وعده شیرین فرمانروایی ملک ری چشمانش را بر کشتن پسر پیغمبر بست با آنکه میدانست جنایتی نابخشودنی است ... اشتیاق بی اندازه او بر حکمرانی ملک ری چنان قلب و ذهن وی را تسخیر کرده بود که گوش هایش برای شنیدن نصیحت خردمندان قوم مبنی بر برحذر داشتن او از این گناه، کر شده بود آنقدر که با لشکری چهار هزار نفری راهی کربلا شد. همان کسی که به حق بودن حسین (ع) آگاهی داشت

امام حسین فرمودند “عمر وای بر تو؛ تو را چه می شود از خدایی که بازگشت همه به سوی اوست نمی ترسی و به جنگ با من آمدی؟ حال آنکه میدانی من کیستم! از این ضلالت بیرون آی و بدین دنیای غدار فریبنده که او چون من و تو زیاد دیده است مغرور نشو...” این سعد تمامیت سخن حسین ابن علی (ع) را قبول داشت ولی حاصلخیزی زمین های ری و وعده منفعت ابن زیاد باعث شد تا به جو ملک ری رضایت بدهد!!!

میدانی چرا؟ ایمان داشتن با علم و آگاهی داشتن متفاوت است! عمر به حق بودن حسین علم داشت ولی ایمان نداشت... که اگر داشت تبدیل به حر داستان میشد...

عمر این سعد بعد از عاشورا به کوفه بازگشت اما همان طور که امام حسین فرموده بودند هیچ گاه روای شیرین پادشاهی ملک ری برایش تعبیر نشد و هیچ کس زیان بار تر از او به خانه بازنگشت... عمر این سعد آدمی بود که هم خدا را میخواست هم خرما را ...هم حکومت ری را میخواهد هم احترام مردم را ... تردید بزرگترین ضعف انسان ها است. تاریخ تاوان های بسیاری بر سر این تردید ها داده است ولی قصه عمر سعد تردید در مقابل نور است! فکرش را بکن وسط قصه تردید شما کسی از راه برسد و نور تعارف کند... برای ما نیز ممکن است پیش بیاید و چه بسا فرصتمان زود به پایان برسد، پس مراقب باشیم مقابل شبهات تسلیم نشویم و دنباله رو تردیدکنندگان راهی نشویم ...حجت خدا منتظر است ...تردید نکنید...

صاحب امتیاز: بسیج دانشجویی دانشگاه آزاد

علوم پزشکی تهران

شماره مجوز: ۹۱۸۷

مدیرمسئول: میلاد جهانیان

سردبیر: فاطمه تاجیک قلعہ

هیئت دبیران: عرفان اکبری، مبینا مجتبی فر، زهرا

جلیلی، لعلی واحدی

هیئت تحریر: علی سالاری، حامد بیکی، پوریا

حاجی امینی، هانیه عین اللهی، مبینا مجتبی فر،

الهه مابینی، مهدیس بنیادی، شهرزاد بابک نژاد،

زهرا مهدوی

طراح: هانیه جماعتی

ویراستار: امیرعلی براتی، الهه حنیفه نیا، مبینا

مجتبی فر

راه همکاری و ارتباط:

@pirateb_pub