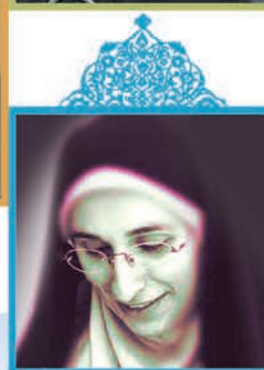
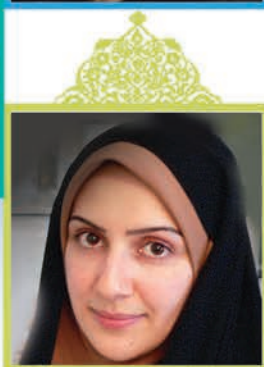


ماهنه فرهنگ اجتماع جوانان ايران
شماره ۲۴ پیاپی ۳۸۱ تیر ماه ۱۳۸۶ - قیمت ۳۵۰ تومان

جوان

يك شاخه گل برای مادرم
مسیری برای شگفت زدگی جهان
دویست و پنجاه گرم ثواب
ویروس های مدرن





خدا
در همین نزدیکی است
پشت همین اکنون روحانی
فصل اجابت است
تسبیحات اشک را فراموش مکن
دلت را بشکن
خدا تو را می شنود

رضا اسماعیلی



حرف اول:	۴/ یک شاخه گل برای مادر
	۵/ درد عشق
خبرها و نظرها:	۶/ هجویه‌ای برای تکنولوژی
برداشت آزاد:	۸/ ۸ برداشت کم و بیش متفاوت
از زندگی:	۱۰/ سیندرلا منتظر نباش
	۱۲/ زندگی سبز، خیار سبز
مشاور:	۱۳/ دوستم بدار و گر نه...
گزارش ویژه:	۱۴/ زندگی، تفریح با SMS
اجتماع:	۱۶/ گوریابی نشنگی بعد التماس
	۱۷/ اعتیاد قصه‌ی رنگ‌های مرده
روبه‌رو:	۱۸/ حلال خدا حلال، حرام خدا حرام
اقتصاد:	۲۰/ دخل نوزده و خرج بیست
سیاست:	۲۲/ آنها به رئیس جوانشان اعتماد کردند
	۲۴/ ترکیه در برزخ سرقت به ظاهر ساده یک بانک
عبرت:	۲۶/ قیامی برای اتحاد
یک، دو، سه:	۲۸/ مسیری برای شگفت‌زدگی جهان
حرکت:	۳۰/ ورزش به قدمت تاریخ
پاره‌های پولاد:	۳۲/ تلاشی در وقت اضافه
نگارخانه:	۳۴/ پرواز پایداری در آسمان هنر
نور و نقره:	۳۶/ فتحی در یک سکانس
نقد و نظر:	۳۸/ واکاوی مصاحبه‌های تلویزیونی
	۴۰/ شعر
	۴۲/ داستان
	۴۴/ کتابخانه
قاصدک:	۴۶/ روزی که پایه‌های نوجوان ۱۳ ساله دودیم
دریچه:	۴۸/ ویروس‌های مدرن
علمی:	۵۰/ رفتارشناسی خواب
مهارت:	۵۱/ خلاقیت
سلامت:	۵۲/ گرم‌زدگی را جدی بگیرید
طنز:	۵۴/ دویست و پنجاه گرم ثواب
	۵۵/ جدول
	۵۶/ با شما
	۵۷/ حرف آخر
	۵۸/ کاریکاتور



جوان

ماهنامه فرهنگی و اجتماعی
شماره ۲۴، تیرماه ۸۶

قیمت: ۳۵۰ تومان

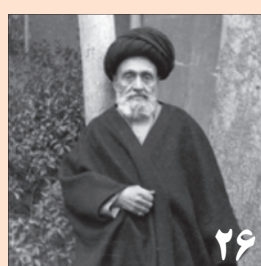
صاحب امتیاز: بنیاد شهید و امور ایثارگران
مدیر مسئول: دکتر حسین دهقان
سر دبیر: دکتر عباس خامه‌پار
جانشین سر دبیر: محمدعلی فقیه

دبیر تحریریه: آمنه آدینه
مدیر داخلی: نسترن زلف‌خانی
ویراستار: آرزو انواری
مدیر هنری: علیرضا ذاکری
صفحه‌آرا و گرافیک: مجید کاظمی
ناظر فنی چاپ: محمد رضا قادری
امور فنی: آتلیه شاهد
تلفن تحریریه: ۸۸۳۰۸۰۸۶
تلفن امور مشترکین: ۸۸۲۳۵۸۴
دورنگار امور مشترکین: ۸۸۳۰۹۲۴۹

ناشر: انتشارات شاهد
تهران - خیابان طالقانی - خیابان ملک‌الشعرای
بهار شمالی - شماره ۳
تلفن: ۸۸۸۴۲۲۴۷
Email: javan@shahedmag.com
صندوق پستی: تهران ۱۵۲۱۵/۱۹۴

چاپ: چاپخانه بلاغ
خیابان شریعتی - بالاتر از حسینیه ارشاد -
کوچه بهشت‌آسا
توزیع: مؤسسه فرهنگی هنری شاهد
تلفن: ۸۸۸۲۹۵۲۳

* شاهد جوان برای جوان ۱۷ تا ۲۵ سال
منتشر می‌شود.
* مجله در تلخیص و ویرایش مطالب رسیده
آزاد است
* مطالب رسیده بازگردانده نمی‌شود
* نقل مطالب مجله با ذکر مأخذ مجاز است



یک شاخه گل برای مادر



گر پدرش خاتم و او زن نبود
بود یقین لایق پیغمبری

این بیت شعر را همیشه پدر بزرگ در وصف بی بی می خواند. هر وقتی نام بی بی را می برد اشک در چشمانش حلقه می بست و چانه اش می لرزید. فقط و فقط هم روز تولد بی بی را جشن می گرفت. آن روز خانه غرق نور و عطر یاس می شد. از چند روز قبلش هم ما را تشویق می کرد که برای مادر و مادر بزرگ حتما هدیه بخریم. حتی شده یک شاخه گل. معمولاً هم خودش پول هدیه را می داد.

پدر بزرگ روی دختر بچه های فامیل خیلی حساس بود. اصلاً تاب آخ گفتن دخترها را نداشت. می گفت دختر رحمت است، برکت است. عزت دارد. مگر پیامبر ما نبود که دست دخترش را می بوسید و می گفت: فداها ابوها. اصلاً تاب گریه دخترها را نداشت. نازشان می کرد، اشک هایشان را پاک می کرد. می گفت این دختر، زن و مادر فرداست. اگر این زن و دخترها نبودند که ما این همه شهید نداشتیم. این امنیت را نداشتیم. بعد هم اشاره می کرد به رهنمود حضرت امام (ره) که از دامن زن مرد به معراج می رود. و می گفت: پس باید قدر ببیند این زن. همان زنی که اسطوره ای چون حضرت امام (ره) را در دامن خود پرورش داد. به راستی که چه تقارن مبارکی است میلاد مادر و پسر.

فاجعه چنان زخمی به جا گذاشته که تا ابد التیام ناپذیر است، زخمی که در پی زخم های پیشین چنان جگرمان را به درد آورد که هیچ فریادی یارای تخلیه آن را نداشت و تا بوده و هست رد آن به جا می ماند. گلدسته ها که سقوط کردند انگار دنیا روی سرمان خراب شده و ما را پرت کرد به سال های اول انقلاب و چه نزدیکی زمانی به هم.

تیرماه، ماهی بود که با ترور ستون های محکم نظام راستین دینی را به خاک و خون کشیدند و مردانی را از چنگ ما خارج کردند که هر کدام توانایی تغییر دنیایی را داشتند و حالا با فاصله ای زمانی این کار در عراق در حال تکرار است، ترور مردان دینی و اماکن مذهبی به شدت در دستور کار آمریکا قرار دارد.

ما آن روزهای ترور و ناجوانمردی را پشت سر گذاشتیم، عراق هم دیر یا زود این روزها را پشت سر خواهد گذاشت و طنز تلخ قضیه اینجاست که مائی که قربانی همیشگی ترور بوده ایم به تروریست محکوم می شویم و در محوریت آنچه بوش شرارتش خوانده قرار می گیریم، هنوز رد زخم ترورهای تیرماه و شهر یور و پیش و پس از آن، هنوز داغ کهنه شیمیایی های سردشت و هنوز دست درازی یاغیان هزاره سوم به اماکن مقدسه شیعیان برقرار است، زخم و دردی که تا ابد با ماست و سند افتخار ماست.

سردبیر





در دنیای
الکترونیکی امروز،
آدم‌هایی که وارد این
دنیا می‌شوند یا حوصله‌ی

کتاب خواندن ندارند، یا آدم‌های حرفه‌ای هستند که همیشه سروکارشان با سیستم‌های کامپیوتری است و می‌خواهند به روز باشند. و حالا مزده داریم برای علاقمندان به این حوزه، نرم‌افزار شهید بهشتی توسط انتشارات شاهد وارد بازار شد. نرم‌افزار حاضر مجموعه‌ای از اطلاعات شهید بزرگوار آیت‌الله سید محمد حسینی بهشتی است که حاوی ۵۰۰۰ صفحه متن، ۴۰۰ تصویر و سند، ۵۷۰۰ دقیقه صوت و ۱۰۰ دقیقه فیلم است. این اطلاعات به صورت کاملاً دسته‌بندی شده و با قابلیت جستجو بر روی تمامی متون در اختیار است. امید که مورد استفاده علاقمندان قرار گیرد. بخشی از وصیت نامه‌ی دکتر شهید بهشتی را که در بخش وصیت نامه‌ی این مجموعه‌ی نرم‌افزاری است می‌خوانید:

ما بی‌شناسنامه نیستیم، ما از مردم جدا نمی‌باشیم، محل مهر جیربندی قند و شکر، مهر شرکت در انتخابات ریاست جمهوری.

ما بی‌شناسنامه نیستیم، اولاد زجر کشیده آل‌عبا، فرزندان زندان‌های بی‌نام و نشان و حبس‌ها و دخمه‌های فراموش، ما بی‌شناسنامه نیستیم اهل قنوتیم، ساکن دهستان نیایش و بچه جنوب عشقییم، کبوتران قباپوشی که بال در خون شهیدان کربلا نهاده‌ایم و عمری بر شاخه‌ها مرثیه‌خوان ذبح‌بنی‌آدم، ما از امتزاج دوایمان بدوی روستایی از تصادم دو عدم ساده به وجود آمده‌ایم، با هیچ کس هیچ فرقی نداریم و نمازمان را اول وقت می‌خوانیم.

ما محصول آن لحظاتی هستیم که خسته از بیل و رنجور از داس خیمه‌دعایی برافراشته‌اند، ما ساده‌نشینان کاخ ویرانه فقر و فناثیم، پنجره‌هایی که رو به سوی افق سبز توکل باز می‌شوند، ما مثل کتابی در هر گوشه خاک و در هر لحظه از روزگار باز می‌شویم و دیگران را از خود باخبر می‌کنیم.

ما مثل وضو ساده و پاکیم، عین اقطار بی‌آلایش و معصومیم، ما را می‌شود در هر گوشه مسجد پیدا کرد. در هر جنسی جستجو نمود. با هر دردی یافت، ما مثل تلاوت غمگینم، مثل تکبیر حالت خنجر داریم، و دوستان ما شیران روز و پاریسان شبند، از نوح به بعد تا کربلا و هویزه و تا هویزه حضور داریم، پشت هر سنگی روییده‌ایم، با هر بوتلای رسیدیم، بر هر شاخی بر داده‌ایم، ما در این آب و خاک سبز می‌شدیم ما بی‌شناسنامه نیستیم



درد عشق

پدرم در واپسین روزهای زندگی، زیر لب غزلی از حافظ را بسیار زمزمه می‌کرد که مطلع آن این است:

درد عشقی کشیده‌ام که میرس
زهر هجری کشیده‌ام که میرس
و بعد، این بیت آخر را مدام تکرار می‌کرد:
همچو حافظ غریب در ره عشق
به مقامی رسیدم که میرس!

می‌بینم آقای بهشتی اوج می‌گیرد

آقای محمدرضا، فرزند شهید بهشتی برایم تعریف می‌کرد پس از شهادت پدرم به دلیل علاقه‌ی وافری که مرحوم علامه طباطبایی به ایشان داشتند به اطرافیان ایشان سفارش شده بود که خبر شهادت پدرم را به ایشان اطلاع ندهند. در کمال تعجب، پس از مدت کوتاهی مرحوم علامه به آنها گفته بود نمی‌خواهد شما چیزی را از من پنهان کنید، چون من آقای بهشتی را جلوی چشمانم می‌بینم که دارد اوج می‌گیرد.

خوشا به حال آقای خامنه‌ای

عصر همان روز حادثه، چند ساعت قبل از شهادت شهید بهشتی جلسه‌ی شورای مرکزی حزب جمهوری اسلامی بر پا شد. در آغاز این

جلسه خبر ترور حضرت آیت‌الله خامنه‌ای به عنوان یک خبر بسیار ناراحت کننده توسط دکتر بهشتی اعلام شد. ایشان از چند تن خواست حین جلسه، به طور دایم از وضعیت آقای خامنه‌ای خبر کسب کرده و اطلاع دهند. در پایان جلسه، ضمن ارائه‌ی خبر مربوط به وضعیت جسمی آیت‌الله خامنه‌ای، پیامی که حضرت امام (ره) خطاب به ایشان که در بیمارستان بستری بودند، قرائت شد. در پایان جلسه‌ی شورای مرکزی وقتی چند نفری کنار شهید بهشتی نشستند بودیم، ایشان با اشاره به پیامی که حضرت امام به آیت‌الله خامنه‌ای فرستاده بودند، گفتند: «خوشا به حال آقای خامنه‌ای که ولی امر مسلمین چنین پیامی را برای ایشان فرستاده است. این پیام نه برای دنیای ایشان، بلکه برای آخرت او هم بسیار ارزشمند است و من آرزو دارم با چنین پیامی از ولی امر مسلمین از دنیا بروم.» واقعا ایشان با تمام وجود این مطالب را می‌گفتند. این امر نشان می‌داد نسبت به ولایت و تولی به ولایت فقیه چقدر توجه دارند.^۲

۱- فرزند شهید بهشتی

۲- حبیب عسگرولادی

هجویه‌ای برای تکنولوژی

بهانه‌ی خبری: خبرگزاری فارس از قول نیروی انتظامی، هشداریه‌ای برای تکثیر غیرقانونی عکس و فیلم‌های خانوادگی نوشت. همان حرف‌های همیشگی؛ این‌که افراد سودجو می‌برند و تکثیر می‌کنند و مواظب باشید و حتماً سراغ عکاسی‌ها و فیلمبرداران مجوزدار بروید و هر روز هم دارند بیشتر و بیشتر می‌شوند. بعدش هم باید و نبایدهایی برای جلوگیری از این کار.

آدم‌ها برای حفظ شخصیت و حیثیت‌شان دارند به عصر حجر، به عصر بی‌تکنولوژی برمی‌گردند، البته چاره‌ای هم ندارند. تکنولوژی بدجوری دارد با حیثیت و حریم خصوصی انسان بازی می‌کند. کاری هم نمی‌شود کرد. سر شام نشستای، موبایل زنگ می‌زند؛ اگر جواب بدهی، به تو توهین شده است، چرا که حتی سر سفره‌ی شام هم نمی‌گذارند خودت باشی و اگر هم جواب ندهی که یا حمل بر خودخواهی‌ات می‌شود یا حمل بر بی‌ادبی‌ات. موبایل‌ها، حتی توی سرویس بهداشتی هم رهايت نمی‌کنند!

از آن بدتر، جاهایی هستند که مثلاً می‌روی استراحت کنی، مثلاً می‌روی و قات را پر کنی. می‌روی رستورانی شیک، غافل از اینکه دوربین‌های مداربسته، دارند تو را، نشان می‌دهند. کسی نشسته و خنده‌هایت را، خنده‌هایتان را نگاه می‌کند. می‌روی هتل که شب راحت بخوابی، غافل از اینکه دوربین‌های مداربسته‌ی مخفی، کنترل‌ت می‌کنند که مبادا، چیزی را با خودت ببری یا چیزی را خراب کنی (و وحشتناک‌تر از این، چه اتفاقی ممکن است برای یک نفر بیفتد؟) با عده‌ای عازم سفری؛ دوستی موبایل بر می‌دارد و شروع می‌کند به فیلم گرفتن و تو رویت نمی‌شود که منعش کنی. تو می‌خواهی خودت باشی، بخندی، گریه کنی، راحت باشی اما، دیگران زهرمارت می‌کنند.

همه جا به تسخیر تکنولوژی در آمده است. بدجوری داریم محدود می‌شویم. بدجوری باید حواسمان باشد. از یک طرف، بدجور دلبسته‌اش شده‌ایم و از طرف دیگر، نمی‌توانیم این جور چیزهایش را نادیده بگیریم. از یک طرف، دوست داریم فیلم و عکس و صدای عروسی‌مان، همیشه بماند و تاریخی بشود و نوستالژی‌ای ماندگار شود برای روزهای آینده‌ی بی‌خاطره‌مان، از طرف دیگر...

بدجور گیر کرده‌ایم این وسط. شاید بعدها برویم و توی غار زندگی کنیم یا یک روستای دورافتاده یا ... این جور شاید دیگر لازم نباشد که همیشه حواسمان را جمع کنیم، شاید راحت‌تر باشیم.

موسی علوی



نمی‌خواهیم دو ساعته به شمال برسیم!

بهانه‌ی خبری: ایسنا نوشت که ده سال از آغاز پروژه‌ی آزادراه تهران - شمال گذشته اما، فقط نزدیک ۶ درصدش پیش رفته است مسئولان محیط زیست، خیلی نگران تخریب این پروژه هستند. مسئولان پروژه هم توجهی به اعتراض محیط زیستی‌ها نمی‌کنند. تخلیه‌ی نخاله‌های عملیاتی در مراتع اهالی هم، صدای آنها را در آورده است. رودخانه‌ی چالوس هم، در معرض آلودگی‌های این پروژه قرار دارد.

نه، باور کنیم که دنیا با ما به پایان نمی‌رسد. باور کنیم که دنیا، برای آنها که بعد از ما خواهند آمد، هم دنیا خواهد بود. ایمان بیاوریم که زمین، فقط برای ما نیست.

راستی، آیندگان درباره‌ی ما چه خواهند گفت؟ صد سال بعد، که کار آزادراه تهران - شمال تمام شده باشد و همه دو سه ساعته به چالوس می‌رسند، درباره‌ی ما چه خواهند گفت؟

مگر اهمیتی دارد. واقعاً چه اهمیتی دارد که درباره‌ی ما چه بگویند! وقتی داریم با محیط زیست‌مان این چنین می‌کنیم، دیگر چه فرقی می‌کند که بعد از ما چه بگویند یا نگویند؟!

ما همه‌ی دغدغه‌مان این است که زودتر به کنار دریا برسیم، زودتر به هوای مرطوب برسیم، زودتر به جنگل، رودخانه و آسمان پاک برسیم، که زودتر از شهرهای بزرگ و زندگی‌های روزمره‌ی همیشگی خلاص شویم و آن وقت، درست برای همین زودتر رسیدن، داریم همان‌ها را خراب می‌کنیم. عجیب است، نه؟! بله، حتماً هم عجیب است. ما داریم برای رسیدن به چیزی، همان چیز را خراب می‌کنیم. می‌توانیم اسمش را بگذاریم سریع‌تر شدن ارتباطات در عصر ارتباطات. چه فرقی می‌کند که چه اسمی داشته باشد. اسمش هر چه که باشد، ما می‌خواهیم به طبیعت بگرشمال برسیم، به دریای شورانگیز شمال برسیم تا لذت ببریم. نود درصد مردم، برای همین چیزهاست که شمال می‌روند و آن وقت رسیدن‌مان... چه باید گفت؟ واقعاً به ما آدم‌ها چه باید گفت؟

ما، خیلی روی خودمان تمرکز کرده‌ایم؛ خیلی خودمان را جدی گرفته‌ایم، البته کمی هم حق داریم. توی این همه نسل‌هایی که آمده و خواهد آمد، بالاخره همین نسل است که ما را هم در بر گرفته است. اما پس بقیه چی؟ چرا نباید زمین را، طبیعت را، خاک را و آب را و هوا را برای آیندگان هم بخواهیم؟

کافی است کمی به آیندگان و به حرف‌هایی که درباره‌مان خواهند زد، فکر کنیم. آیندگانی که شاید نخواهند دو سه ساعته به شمال برسند، وقتی که بها و هزینه‌اش، نابودی همین شمال باشد. اگر خوب گوش کنیم، شاید صدای آیندگان را از همین الآن هم بتوانیم بشنویم.

ایمان بیاوریم به اینکه زمین، طبیعت، آب و خاک و هوا، فقط برای ما آدم‌های خودخواه نیست.

عیسی محمدی



نجات یکی از کودکان در رودخانه گل آلود منطقه جنوب کشور به علت طوفان گونو- عکس: حمید صادقی/فارس

گونو، با ما چه کرد؟ کسی به آرزوهای ما احترام بگذارد

می‌توانیم انگشت اتهام‌مان را بلند کنیم و نشانه برویم طرف شهرسازان و متولیان مهندسی شهری. می‌توانیم یقه‌شان را سفت و سخت بگیریم که چرا با شهرهای ما اینچنین کرده‌اند که با چنین حادثه‌ای به هم بریزد که البته می‌توانیم بابت این اعتراض‌مان، حق هم داشته باشیم. بالاخره هر چه باشد، قسمتی از تقصیرها هم گردن آنهاست. اما قسمتی از تقصیرها هم گردن خودمان است. می‌دانید، عادت کرده‌ایم. به اینکه داخل شهرهای شلخته زندگی کنیم. اینکه مهندسی شهری خوبی به چشم‌مان نبینیم. اینکه همین‌جوری باشیم و همین‌جوری بگذرد و همین‌جوری بگذرانیم.

هیچ وقت فکر نکرده‌ایم که ما نیز مردمانیم. ما هم می‌توانیم استانداردهای بالایی برای زندگی داشته باشیم و این استانداردهای بالا را، از مسئولان - و به عبارت دیگر، خادمان‌مان - مطالبه کنیم. و آنها را در برابر دراختیار نگذاشتن این استانداردها، مواخذه کنیم. دیگران که چنین می‌کنند و چنان زندگی می‌کنند. شاید برای ما کمی طنزآمیز باشد، اما هر طنزی، می‌تواند داخل خودش واقعیت‌هایی هم داشته باشد. ما می‌توانیم داخل شهرهایی زیبا و محکم زیست کنیم؟ آیا دیگران به این آرزوی مشروع و قانونی ما، احترام خواهند گذاشت؟

کامران صوفی

بهبانه خبری: یک دفعه چشمان‌مان به گیرنده‌ها افتاد و تازه فهمیدیم که داخل این مملکت، طوفانی هم به نام طوفان گونو می‌تواند اتفاق بیفتد. طوفانی که کلی اوضاع ما را به هم ریخت و ...

به نظر شما، محکم‌ترین و استخوان‌دارترین شهر ما کدام شهر است؟ شاید تهران. البته اگر تهران باشد که واقعا باید برای بقیه شهرها، تأسف خورد. وقتی شهر شلخته و بی‌ساختاری مثل تهران، محکم‌ترین شهر ایران باشد، آن وقت تکلیف بقیه شهرها روشن است.

همین تهرانش را در نظر داشته باشید: با همین چشمان خودمان شاهدش بودیم که چطور با قطع شدن یک پست برق، همه شهر به هم ریخت. با همین چشمان‌مان دیدیم که مردم، چطور اسیر خیابان‌ها و اتوبان‌ها شدند. دوباره در همین شهر مثلاً کامل، دیدیم که یک یخبندان زودهنگام، چطور بزرگراه‌ها و اتوبان‌های ما را، به هم ریخت و ... همین است دیگر.

وقتی داستان پایتخت از این قرار باشد، آخر داستان بقیه شهرها را هم خودتان حدس بزنید. ملت، شهرهایی می‌سازند که با زلزله‌های هفت ریشتری هم تکان نمی‌خورد، آن وقت یک طوفان ناقابل گونو، کل جنوب ایران را به هم می‌ریزد.

توفان گونو در بندر چابهار - عکس: جواد صادقی/فارس



آبگرفتگی روستاهای توابع استان کرمان بر اثر توفان گونو



آبگرفتگی در اثر طغیان آب دریا در بندر جاسک - عکس: عبدالحسین رضوانی/فارس





اصفهان، نصف جهان

برداشت کم و بیش متفاوت

محمد جواد صابری

آن جمله از طبیعت بیزار بود و اینها طبیعت را در دستان خود گرفته‌اند و از آن بهره کشیده‌اند. طبیعت برای مردم اصفهان وحشتناک نیست، برای آنها نعمتی بوده است تا استعداد ذهنی بالفعل‌شان زمینه‌ی بروز پیدا کند. تا میدان نقش جهان ساخته شود و بناهای دیگر.

خاطرات سفر به اصفهان

م. اپریل - سال ۱۳۸۶ ه. ش

بگذارید اصلاً این یک نوشته‌ی کم و بیش شخصی باشد. هر چند معمولاً اتفاق می‌افتد که هر انسانی در زندگی‌اش دیگران را به خوشبخت و غیر خوشبخت تقسیم کند اما، آنچه مهم است ملاک این تقسیم‌بندی است که قطعاً برای این و آن خیلی فرق می‌کند. در این مورد هم باز مشترکاتی وجود دارد و من اصلاً قصد دارم بگویم همه مشترک هستند اما، در تعریف دچار سوء تفاهم شده‌اند. پس اگر بنا باشد توضیح بدهم ترجیح می‌دهم حرف آن دوستی را بگویم که می‌گفت خوشبخت با غیر خوشبخت بودن را مکان زندگی فرد مشخص می‌کند. آخر، حرف سر این است که مکان، یک مفهوم عام است و عام بودن آن بیشتر به این خاطر است که خیلی چیزها را تحت الشعاع خود قرار می‌دهد. پس بگذارید برویم سر اصل مطلب و مثلاً همین اصفهان را مثال بیاوریم: زاینده‌رود، سی‌وسه‌پل، چارباغ عباسی، میدان نقش جهان، مسجد‌ها و بازارها و اگر بنا باشد از شهر بیرون بزنیم، کوه صفه، منار جنبان؛ اینها قطعاً در روحیات این مردم تأثیر گذاشته‌اند. در روحیات مردمی که می‌خندند و حتی حال که دوره زمانه عوض شده است و دیگر کمتر کسی از چارباغ با دوچرخه به مقصدش می‌رود. بچه‌هایشان را با دوچرخه به مدرسه می‌فرستند.

از پراکنده‌گویی خارج شویم و بگویم در زندگی هر کس، یک شهر آرمانی دارد و خوب! اینکه شهرهای زیادی در این کره خاکی هستند، کار را مشکل و در عین حال آسان می‌کند. می‌خواهم شهر آرمانی خودم را نام ببرم. می‌خواهم نام آن را برای شما بگویم و قطعاً این را می‌دانم که تنها گفتن کافی نیست، باید دلیل بیاورم. من هرگز نمی‌توانم نام یک شهر صنعتی در یک کشور در حال توسعه را به عنوان شهر آرمانی خود روی کاغذ بیاورم؛ چون هیچ دلیل قانع‌کننده‌ای ندارم. می‌گویم اصفهان؛ اصفهان به خاطر زاینده‌رود که به یمن وجود پل الله وردی‌خان بسترش را مثل گهواره‌ای باز می‌کند تا اگر زمانی هوا اجازه داد، اگر ابرهای زمستانی رفتند و برف و بوران گذاشت که چشم‌مان باز شود، کفش‌ها و جوراب‌هایمان را در آوریم،

ناصر خسرو قبادیانی - سال ۴۴۴ هجری قمری

مردم آنجا اصفهان! می‌گفتند هرگز هشت من نان کمتر به یک درم، کس ندیده است! یعنی در مقابل یک درم هرگز کمتر از هشت من نان نمی‌دادند! و من در همهی زمین پارسی‌گویان، شهری نیکوتر و جامع‌تر و آبادان‌تر از اصفهان ندیدم و گفتند اگر گندم و جو و دیگر حبوب بیست سال نهند، تباہ نشود.

سفرنامه‌ی ناصر خسرو

جیمس موریر - مقارن با حکومت سلسله‌ی قاجاریه در ایران
هرگز در غرب چنین مکان‌هایی نیافته بودم: یک بازار بزرگ با دکان‌های متعدد که نام حجره به آنها داده‌اند و آدم‌هایی که هم با همدیگر معامله می‌کنند و هم با آنها که از بیرون می‌آیند داد و ستد دارند. در معامله با همدیگر کمال دقت را دارند و وقتی شخص ثالثی وارد می‌شود با رشته‌هایی نامریی به هم پیوند می‌خورند و متحد می‌شوند. این انگار راز بقا و ماندگاری این بازار عظیم پس از سال‌هاست، پس از مدت‌ها که از روزگار عظمت و قدرت اصفهان می‌گذرد و حتی حکومت قاجار برای از بین بردن یادگاری‌های صفویه به تخریب بناهای آن دوران پرداخته است.

حاجی‌بابا اصفهانی - جیمس موریر

جی.دی. تامپسون - سال ۱۹۹۱ م.

دو تا مسجد تمام عیار همراه با بنای بلندی که اسمش را گذاشته‌اند عالی‌قاپو؛ اینها خورشید را از میدان نقش جهان گرفته‌اند و سایه‌ی خنک اردیبهشت را به مردم هبه کرده‌اند. این‌طور مفهوم آفتاب را می‌فهمم و به آن سؤال تاریخی که پیش از اینها با خواندن اشعار فارسی در ذهنم نقش بسته بود جواب می‌دهم. همیشه با خودم می‌گفتم برای این مردم که تقریباً در کویر زندگی می‌کنند آفتاب چه می‌تواند باشد، جز عذابی الیم که مدام مثل شلاق بر سرشان فرود می‌آید. بله! حتماً دلم می‌خواست آنها نوستالژی باران داشته باشند. آدم کویری حتماً به خاطر اینکه مدام آفتاب دیده است و گرما چشیده است، آرزویش باریدن باران است؛ اما اینها انگار خیلی پیش از آنکه نویسنده‌ی فرانسوی بگوید: «طبیعت چیز وحشتناکی است» بر طبیعت فائق آمده‌اند. آن روزی که خواندم طبیعت چیز وحشتناکی است، بیشتر به این خاطر که نویسنده‌ی این جمله را می‌پرستیدم فکر کردم حق با اوست؛ این جمله، اومانیزست گونه‌ترین جمله‌ای است که تا به حال شنیده‌ام. این جمله حق را به انسان می‌دهد و قطعاً این‌ها: این مردم که در این شهر زندگی می‌کنند یک قدم از نویسنده‌ی آن جمله، پیش افتاده‌اند. نویسنده‌ی



از همان اول می‌دانستم این عنوان نباید تأثیر سوئی بر روحیهی اصفهانی‌ها بگذارد. اصفهان، همان شهر قبلی است به علاوه‌ی اینکه ثابت کرده که یک شهر می‌تواند پایتخت یک مذهب باشد و در آن به دیگر مذاهب نیز احترام گذاشته شود.

یکی از مکان‌هایی که هر توریست به آن سر می‌زند، کلیسای وانک و موزه‌ی کلیسای وانک است. به کلیسای وانک رفته‌ام؛ جای عجیبی است ولی خب! اصفهان به غیر از این کلیسا فکر می‌کنم حداقل ۱۳ کلیسای دیگر در همان منطقه‌ی جلفا داشته باشد.

عماد رضا - بازیکن عراقی تیم سپاهان

عماد رضا، هم زندگی در پایتخت سیاسی ایران را تجربه کرده است و هم در پایتخت فرهنگی ایران (پایتخت فرهنگی جهان اسلام) زیسته است. به هر حال، این دو پایتخت حتما در اینکه دو شهر ایرانی هستند مشترک‌اند و اگر قرار باشد به کنه موضوعات پی برد و آنها را عمیقاً و اشکافی کرد مقایسه در نتیجه‌ی تشابهات الزامی می‌شود:

نمی‌شود انکار کرد که تهران شهر شلوغی است. وقتی در پرسپولیس بازی می‌کردم به هر حال مجبور بودم در این شهر رفت و آمد داشته باشم. البته این شلوغی تهران برای یک آدم کم رفت و آمد زیاد مسئله‌ی مهمی نیست. مهم آن روحیه‌ی شتاب و عجله‌ای است که حتی وقتی مثلاً ترافیک نباشد هم، تو را وادار به عجله کردن می‌کند. در اصفهان آرامش عجیبی هست؛ این اصلاً به این خاطر نیست که اصفهان به نسبت تهران از لحاظ شهر بودن پیشرفت نکرده است، آرامش این شهر ذهنی است؛ کسی عجله ندارد و در عین حال همه در حرکت‌اند. این یک بحث جامعه‌شناسی است که آیا نهادی مانند دین مثل نهادی چون سیاست نیازمند پایتخت هست یا نیست.

«پایتخت فرهنگی جهان اسلام» عنوان خوبی است که خیلی چیزها را در خودش دارد؛ اتحاد چند میلیارد آدم که مسلمان هستند، تأکید روی بُعد فرهنگی اسلام و بالاخره اینکه مسلمانان در درون خودشان اگر مذاهب مختلفی دارند و اختلافاتی میان آنها هست اما، مشترکاتشان زیاده‌تر است.

جهانبخش سلطانی - بازیگر سینما و تلویزیون

از قضا روزی به کلاس تئاتر رفته بودم؛ جلسه‌ی اول بود و استاد تست بدن و بیان می‌گرفت. یکی از اشکالاتی که به من گرفت این بود که لهجه دارم. قبل از این، هرگز فکر نکرده بودم که یکی از ویژگی‌های بازیگر خوب این است که بتواند بدون لهجه حرف بزند. این بود که به بازی جهانبخش سلطانی دقت کردم؛ او اصفهانی است و در فیلم‌هایی بازی کرده که با لهجه‌ی تهرانی صحبت می‌کند، از طرف دیگر او مثلاً در قصه‌های مجید لهجه‌ی غلیظ اصفهانی دارد:

لهجه‌ی اصفهانی، لهجه‌ی اصلی من است. در واقع من گاه مجبور می‌شوم به خاطر شغلم به لهجه‌ی تهرانی صحبت کنم، ولی در صحبت کردن معمولی، لهجه‌ی اصفهانی دارم.

این یک واقعیت است که در یک کشور، لهجه‌ی پایتخت زیاد تقلید می‌شود؛ فکر می‌کنید لهجه‌ی اصفهانی به عنوان لهجه‌ی پایتخت فرهنگی جهان اسلام چقدر تقلید شود؟

اصولاً تقلید لهجه به خاطر استیلای فرهنگی است، از طرف دیگر توسط هم زبان‌ها تقلید می‌شود. گستره‌ی پایتختی اصفهان به عنوان پایتخت فرهنگی جهان اسلام، آنقدر وسیع است که به جای این تقلید کوچک، باید تقلیدهای بزرگ‌تری از آن صورت بگیرد، مثلاً تقلید از معماری اصفهان.



پاچه‌هایمان را بالای زانو تا بزنیم و برویم توی آب. آن وقت دیگر خوشبختی را چه می‌شود معنا کرد، جز قدم زدن در زاینده‌رود و خواندن این بیت شعر:

دریای شورانگیز چشمانت چه زیباست / جایی که باید دل به دریا زد همین جاست

کیومرث پوراحمد - کارگردان سینما و تلویزیون

این روزها او را با فیلم‌سینمایی «اتوبوس شب» می‌شناسیم. حضور نسبتاً موفق این فیلم در جشنواره‌ی فجر امسال او را پس از ساختن «توک برج» باز هم کارگردانی در سطح بالای سینمای ایران نشان داد. از طرف دیگر، هیچ کس «قصه‌های مجید» او را از یاد نبرده است. این‌طور می‌شود چهار تا گزینه برای او که اصفهانی است در نظر گرفت؛ این سؤال چهار گزینه‌ای یک ویژگی فیلمی مهم دارد و آن اینکه اصلاً سؤال تشریحی است و باید هر چهار گزینه شرح داده شود.

الف) اتوبوس شب، دارد مجید قصه‌های مجید را به اصفهان که پایتخت فرهنگی جهان اسلام است، می‌برد.

ب) اتوبوس شب، دارد مجید قصه‌های مجید را به اصفهان که پایتخت فرهنگی جهان اسلام نیست، می‌برد.

ج) اتوبوس شب، دارد مجید قصه‌های مجید را به اصفهان که پایتخت فرهنگی جهان اسلام است به ونیز می‌برد.

د) اتوبوس شب، دارد مجید قصه‌های مجید را به اصفهان که پایتخت فرهنگی جهان اسلام نیست به ونیز می‌برد.

جواب الف) مجید اول به خانه‌ی بی‌بی سر می‌زند تا ببیند خانه سرچایش هست و اگر بود به دنبال تغییرات اتفاق افتاده در شهر اصفهان می‌رود. به هر حال، اصفهان حداقل روی کاغذ نامش تغییر کرده؛ پایتخت فرهنگی جهان اسلام شده است.

جواب ب) مجید پیش بی‌بی می‌رود و با او صحبت می‌کند؛ حتماً می‌گوید: اگر اصفهان پایتخت فرهنگی جهان اسلام شود چه اتفاقی می‌افتد؟ و بی‌بی پس از آنکه حرف او را کم و بیش درک می‌کند، می‌گوید: به هر حال، زاینده‌رود همان زاینده‌رود است. چیزی اضافه نمی‌شود هر چند چیزی هم، کم نمی‌شود.

جواب ج) مسلمانانجا با مردم ونیز درباره‌ی اصفهان حرف می‌زنند.

جواب د) همان جواب «ب» با این تفاوت که این بار مخاطب مجید یک ونیزی است.

آرمناک پطروسیان - دروازه‌بان ارمنی تیم سپاهان

آرمناک حتی بیشتر از خود اصفهانی‌ها در این تیم اصفهانی بازی کرده است. سال‌ها از آن زمان می‌گذرد که او از ارمنستان به ایران آمد تا دروازه‌بان تیم‌های اصفهانی باشد؛ در تیم ذوب آهن، در تیم سپاهان و خلاصه افتخارات زیادی با این دو تیم کسب کرده است. او شاید یکی از آن خارجی‌ها باشد که خوب بتواند درباره‌ی اصفهان قضاوت کند:

می‌دانستم اصفهان، شهری مذهبی است و از طرف دیگر می‌دانستم این شهر یکی از شهرهایی است که آرامنه در آن بیشترین آزادی را دارند.

نخست این دو گزاره در ذهنم تناقض ایجاد می‌کرد اما، با ورود و ماندگاری در اصفهان متوجه شدم که اینجا هر چند شهر یک دست‌ی است اما، مردم به عقاید دیگران، به خصوص به عقاید مذهبی‌شان، احترام می‌گذارند.

این شیوه‌ی تساهل و تسامح حتماً باید در روحیه‌ی آرمناک تأثیر می‌گذاشته است تا خیلی راحت عنوان «پایتخت فرهنگی جهان اسلام» را برای اصفهان بپذیرد.





گفت‌وگو با دکتر سپیده خلیلی درباره‌ی ازدواج سیندرلا منتظر نباش

• نسترن زلف خانی

از زندگی



ادامه تحصیل می‌دهند و همین موضوع باعث اختلاف می‌شود.

خیلی‌ها اعتقاد دارند که دانشگاه رفتن و سواد داشتن در رشته‌ی خاصی، دلیل داشتن فرهنگ اجتماعی بالایی‌تر نیست. پس شما قایل به این نیستید

در ظاهر می‌گویند تحصیلات در ازدواج تأثیر ندارد، ولی اگر دقت کنید می‌بینید که تحصیلات یک شخص بر صحبت کردن و انتخاب دوست‌هایش اثر می‌گذارد. این جا بحث خوب و بد نیست. موضوع اختلاف زیاد بین تحصیلات دختر و پسر است که اگر به آن توجهی نشود باعث اختلاف می‌شود.

انتخاب همسر در پسرها چگونه است؟

پسرها کمتر احساساتی‌اند. البته آنهایی که بالای ۲۵ سال هستند. پسر ۱۹-۱۸ ساله‌ای که تصمیم می‌گیرد ازدواج کند او هم از روی احساسات تصمیم گرفته و البته عجولانه. بعد از چند سال احساس می‌کند که نکند اشتباه کرده می‌خواهد و در صدر رفع اشتباهش بر آید.

مسئله تمام این موارد به طور مطلق نیست. و استثناهایی هم وجود دارد. چون ازدواج‌های موفق را هم با این شرایط دیده‌ایم.

بله حتماً. ما براساس میانگین جامعه بحث می‌کنیم. علاوه بر بلوغ جسمی بلوغ روانی و اجتماعی هم داریم که خیلی مهم هستند. بعضی از افراد زودتر به این بلوغ می‌رسند. ما در واقع میانگین جامعه را در نظر می‌گیریم. آمار نشان می‌دهد که بهترین سن برای ازدواج پسرها بعد از ۲۵ سالگی است.

قبل از اینکه سراغ خانواده‌ها برویم مسایلی که آنها مطرح می‌کنند چه موضوعاتی باید بین خود دختر و پسر مطرح شود؟

موضوع مهمی که هر دو طرف باید در نظر بگیرند، هم سطح بودن از لحاظ فرهنگی است و نیز پایبند بودن به ارزش‌های دو خانواده بدون ایجاد تنش است.

اگر هنوز در حال و هوای کارتون‌های فانتزی هستید بهتر است از آن بیرون بیایید. چون نه دیگر از شاهزاده‌ی اسب سوار خبری هست، نه از زیبای خفته‌ای که منتظر شما باشد. و نه حتی از چوب جادو تا شما را از درد و محنت درک نشدن رها کند!

بهتر است خودتان سنگین و رنگین سوار اسب شوید و به راه خود ادامه دهید. خدا را چه دیدید شاید یک اسب سوار دیگر برای همراهی به سراغتان آمد.

شما درباره‌ی ازدواج چطور فکر می‌کنید؟ نکند از آن دست جوان‌هایی باشید که کلاً قید ازدواج را زده‌اید؟ ولی نه! کمی تأمل کنید. دکتر سپیده خلیلی نظرات جالبی در این باره دارند. آن‌ها که فکر می‌کنید ازدواج سخت نیست البته از نظر مالی!

ایشان که در رشته روانشناسی دکتر دارند و تقریباً هر روز با زوج‌های جوانی که یا قبل از ازدواج و بیشتر مواقع بعد از ازدواج (زمان اختلاف) به او مراجعه می‌کنند، سروکله می‌زند، معتقد است بیشتر عشق‌های قبل از ازدواج که بیشتر در سنین پایین اتفاق می‌افتد عشق‌های سیندرلایی هستند. دختر حتی واقعا منتظر یک شاهزاده است که بیاید و او را از یک سری مشکلاتی که وی با آنها دست به گریبان است آزاد کند. ولی داستان وقتی تراژیک می‌شود که بعد از وارد شدن در زندگی هر دو طرف متوجه می‌شوند که: این شاهزاده یا این زیبای خفته یک آدم عادی است مثل خودش.

انتخاب همسر از طرف دخترها و پسرها چه تفاوتی با هم دارد؟

دخترها بیشتر به خاطر احساسات ازدواج می‌کنند و تحت تأثیر احساسات انتخاب می‌کنند. وقتی وارد زندگی می‌شوند می‌بینند مرد مورد علاقه‌شان نه تنها نمی‌تواند باری از دوش او بردارد، بلکه در بعضی از زمینه‌ها از توانایی کمتری نیز برخوردار است.

اینجا موضوع تحصیلات پیش می‌آید. در حال حاضر متأسفانه پسرها کمتر



عکس: فهیمه صالحی

وقت‌های بیکاری سمت تفریحات ناسالم نمی‌رود یا دوستان ناهل و خلافی ندارد. و در کل هدفش ساختن است. حال شاید به دلیل شرایط سنی و تحصیلات هنوز نتوانسته خانه و اتومبیلی داشته باشد.

سؤال آخر ما درباره‌ی اولین گام ازدواج یعنی خواستگاری است. نظر تان درباره‌ی خواستگاری سنتی یعنی از طرف خانواده و خواستگاری مدرن یا تقاضای مستقیم پسر از دختر چیست؟

به نظر من خواستگاری در هر دو شیوه باید براساس شناخت صورت بگیرد. اینکه یک نفر راه بیفتد دنبال دختر خانمی و از او خواستگاری کند و یا حتی خانواده‌اش را بفرستد ازدواج موقفی نخواهد داشت. چون شناختی وجود نداشته. بهترین شیوه برای خواستگاری یا توسط یک شخص معتمد است که مورد اعتماد دو طرف است و آن شخص هم از دو طرف شناخت کافی دارد یا زمانی است که دختر و پسر در شرایطی باشند که از هم شناخت نسبی دارند. مثلاً در محیط کار یا تحصیل.



عکس: حسین فاطمی / فارس

در این باره بیشتر توضیح دهید. چون این موارد کلی است و هر کس برداشت خاص خود را دارد.

دختر و پسر در این باره با هم گفت‌وگو کنند و از شباهت‌ها و تفاوت‌های خانوادگی و فردی خود بگویند تا طرف مقابل شناخت پیدا کنند. البته گاهی به غلط این تصور پیش می‌آید که مثلاً اگر هر دو طرف از یک نوع غذا یا یک رنگ خوششان می‌آید فکر می‌کنند این تشابهات برای یک زندگی مشترک کافی است. مهم‌تر این است که بدانند هر دو دوست دارند اوقات فراغتشان را چگونه بگذارند. یا تا چه اندازه مایلند خانواده‌هایشان زندگی‌شان دخالت و حضور داشته باشند. آیا دوست‌های مشترک دارند. تمایل دارند با چه دوستانی و با چه ویژگی‌هایی معاشرت کنند.

نکته‌ی مهم دیگر صداقت قبل از ازدواج است. اول اینکه دو طرف باید نقاط ضعف و قوت خود را مطرح کنند. دوم اینکه توقع خودشان را از زندگی مشترک و از همسر خود بگویند تا ببینند از یک طرف می‌توانند توقع همسر آینده‌ی خود را تأمین کنند و از طرف دیگر آیا همسر آینده‌ی او توانایی تأمین نیاز و توقع او را دارد یا خیر.

بهره‌گیری از نیروی متخصص در این مرحله‌ی زندگی نقش بسیار زیاد و مهمی دارد که متأسفانه هم خود زوجین و هم خانواده‌ها کمتر به آن بها می‌دهند. وقتی کسی قصد ساختن بنایی را دارد بارها درباره‌ی نقشه‌ی آن با مهندسان مختلف مشورت می‌کند و در حین ساختن هم همین‌طور، ولی وقتی می‌خواهند پایه و اساس یک زندگی را بگذارند، متأسفانه به یک مشاور و یا روانشناس متخصص مراجعه نمی‌کنند.

خانم دکتر خلیلی ظاهر هر فرد یا به طور خاص چهره چقدر می‌تواند در زندگی تأثیرگذار باشد. از دخترها و پسرهای زیاد شنیدیم که می‌گویند: می‌خواهم یک عمر با او زندگی کنم باید از قیافه‌اش خوشم بیاید یا نه.

واقعیت این است که قیافه عادی می‌شود. دو طرف آنقدر این چهره را می‌بینند که انگار دارند خودشان را در آینه می‌بینند. بنابراین نباید در اولویت قرار بگیرد. مراجعانی از این دست داشته‌ام. مثلاً آقای که می‌گفت همسرم باید سفیدرو و چشم آبی باشد. یا دختر خانمی که قصد داشت آنقدر منتظر بماند تا یک مرد قد بلند و چهار شانه به خواستگاریش برود. متأسفانه این‌طور افراد که اولویت را به ظاهر و چهره‌ی فرد می‌دهند از بقیه‌ی خصوصیات و فاکتورها غافل می‌مانند و بعد از ازدواج همان فاکتورها که مهم‌تر هم هستند باعث ایجاد اختلاف می‌شود.

نوبت خانواده رسید. به نظر شما در حال حاضر باورهای غلط خانواده‌ها درباره‌ی ازدواج و جوان‌ها چیست؟

- معمولاً این روزها در حد زیادی مسایل ظاهری خواستگار اولویت پیدا کرده است. منظور از مسایل ظاهری بیشتر مسایل مالی است، مثل داشتن خانه، اتومبیل و درآمد بالا. این موارد بیشتر از مسایل معنوی یک خواستگار مد نظر قرار می‌گیرد.

البته دخترها هم یک نفر را که زندگی حاضر و آماده داشته باشد ترجیح می‌دهند. از طرفی پسرها هم در مقابل، انتظار جهیزیه آنچنانی دارند.

ولی واقعیت این است که اگر هر دو با هم تلاش کنند و یک زندگی را بسازند، بهتر از زمانی که وارد یک زندگی آماده می‌شوند انگیزه برای زندگی دارند. این امر باعث می‌شود هر دو طرف از توانایی و قابلیت‌های خودشان و نیز طرف مقابلشان آگاه شوند و این به شناخت و درک متقابل آن‌ها کمک زیادی می‌کند.

موضوع دیگر تعیین مهریه‌های سنگین است. خانواده به تصور اینکه مهریه‌ی سنگین باعث استحکام پایه‌ی زندگی می‌شود مهریه‌های سنگینی تعیین می‌کنند. غافل از اینکه اگر اختلافات شدت بگیرد حتی مهریه ۵ کیلو طلا هم نمی‌تواند کارساز باشد. برعکس اگر براساس معنویات و خصوصیات درونی فرد به یک خواستگار امتیاز بدهند، در واقع به استحکام پایه‌های زندگی فرزندشان توجه بیشتری کرده‌اند.

خصوصیات درونی و مسایل معنوی به نظر خیلی شخصی و درونی است به نظر می‌رسد این خصوصیات و مسایل معنوی که به آن اشاره کردید لااقل در چند برخورد اول مشخص نمی‌شود. چطور می‌شود به این‌ها پی برد؟

- بعضی از موارد هستند که خیلی واضح و روشن‌اند. مثلاً یک جوان که اهل کار کردن است از عملکردش مشخص است. یا شخصی که اهل خلاف نیست



زندگی سبز خیار سبز

در عشق ایثار باید نه انجام وظیفه

فرض کنید که شخصی را بعد از کلی مطالعه و تحقیق و با یک شناخت کافی برای همسری خود انتخاب کردید و مطمئن هستید که این شخص همان کسی است که شما به خاطر تمام ویژگی‌های مثبتی که دارد دوستش می‌دارید. این بنده خدا در یک سانحه‌ای دچار نقص عضو می‌شود. حاضرید با او ازدواج کنید؟ دکتر خلیلی پاسخ این سؤال را این طور می‌دهند: «کسی که عاشق است ایثار می‌کند. به مسائل ظاهری طرف زیاد توجه نمی‌کند. معنویات برای او خیلی مهم‌تر است. همین اتفاق درباره‌ی یک دختری که دانشجو هم بود افتاده بود و نامزدش او را نه تنها در آن شرایط تنها نگذاشت بلکه اصرار به ازدواج هم داشت. این یعنی عشق واقعی که براساس شناخت صورت گرفته است.

یا مثلاً دختر خانمی که بسیار تلاش می‌کند تا پسر مورد علاقه‌اش شغل مناسبی پیدا کند و یا به دانشگاه برود تا شرایطی پیدا کند که مورد قبول خانواده قرار بگیرد. این عشق است.

هر چند ممکن است این موضوع در بعضی موارد باعث بی‌مسئولیتی پسر شود. ولی موضوع این است که شارژر این دختر برای تلاش عشق بوده نه چیز دیگر.»

مواظب باشید نیفتید تو چاه

فکر نکنید آنها که عاشق می‌شوند شب می‌خوابند، صبح بیدار می‌شوند و تصمیم می‌گیرند که عاشق شوند. نه. به نظر دکتر خلیلی و اکثر آنها به خصوص در سنین پایین به دلیل تجربه کسب کردن می‌روند سراغ ایجاد ارتباط. حتی یک ارتباط ساده‌ی دوستی، ولی هر چه که پیش می‌روند این رابطه به دلیل نو و تازه بودنش برایشان جالب می‌شود و همان موضوع عادت پیش می‌آید.

حتی به صحبت کردن با هم عادت می‌کنند. و این را با عشق اشتباه می‌گیرند این ارتباط باعث ایجاد لطمه‌ها و صدمه‌های زیادی به دو طرف می‌شود به خصوص برای آنها که بیشتر دچار عادت یا وابستگی شده‌اند. هر چه رابطه نزدیک‌تر باشد آسیب جدی‌تر و بیشتر است.

لیلی عاشق تنها

دقت کردید وقتی می‌خواهند بگویند که فلانی عاشق شده می‌گویند فلانی عاشق و واله و مجنون است و اینکه مجنون در افسانه‌های قدیمی ما مرد بوده است. نتیجه اینکه عاشق مساوی مرد است و معشوق مساوی زن. در صورتی که تحقیقات نشان داده که دخترها زودتر و بیشتر عاشق می‌شوند. این را هم دکتر روانشناس می‌گوید که دخترها به دلیل احساساتی بودنشان زودتر عاشق می‌شوند و بیشتر وابسته می‌شوند.

خلاصه کلام اینکه عشق واقعی بر اثر شناخت کافی و عمیق اتفاق می‌افتد. هر چه شناخت بیشتر باشد عشق عمیق‌تر و پایدارتر می‌شود؛ هم می‌تواند پیش زمینه یک ازدواج موفق باشد و هم می‌تواند پی‌آمد یک ازدواج موفق. فقط مراقب باشیم به عشق عادت نکنیم.

خدا بیامزد پدر بزرگم را که می‌گفت گشنگی نکشیدی که عاشقی از سرت بپرد. یک ضرب‌المثل ترکی هم هست که می‌گوید: «خیارین شیرین باشی دی/هل آجی باشینا تیشمی ایب» یعنی فعلاً سر شیرین خیار است هنوز به سر تلخ خیار نرسیدی.

قدیمی‌ها این ضرب‌المثل را بیشتر زمانی به کار می‌بردند که دختر و پسر پایشان را می‌کردند در یک کفش که من حتماً باید با همین شخص ازدواج کنم، چون بدون او می‌میرم.

حالا این ضرب‌المثل را می‌توان طور دیگری مرتب کرد. مثلاً بگوییم: زندگی یا ازدواج مثل یک خیار است. بعضی از سر شیرین آن شروع می‌کنند و بعد به تلخی می‌رسند و بعضی‌ها برعکس.

یعنی قبل از ازدواج هر چند هم که به هم علاقه دارند مشکلات و تفاوت‌ها را نادیده نمی‌گیرند، یا برای آنها چاره‌ای می‌جویند یا آنها را می‌پذیرند تا بتوانند قسمت شیرین خیار هم بچشند.

آخی! عمر عشق کوتاه شده!!

براساس تحقیقی که درباره‌ی عشق در آلمان شده است، عمر عشق می‌تواند از چند لحظه باشد تا حداکثر سه سال. یعنی هیچ عشقی بیشتر از سه سال دوام ندارد. بعد از این سه سال، این عشق تغییر ماهیت می‌دهد. یا تبدیل به تنفر می‌شود یا تبدیل به تفاهم و درک متقابل.

تغییر ماهیت اولی به این دلیل اتفاق می‌افتد که طرفین احساس می‌کنند آن چیزی که از زندگی و ازدواج انتظار داشتند برآورده نشده است. بنابراین این را از چشم طرف مقابل می‌بینند و بقیه را هم که خودتان می‌توانید حدس بزنید. دلیل تغییر ماهیت دوم هم بر می‌گردد به احساس آرامشی که دو طرف، از در کنار هم بودن دارند و اینکه طرفین حس می‌کنند، چقدر شریک زندگی‌شان همراهشان بوده است.

این‌ها را دکتر سپیده خلیلی می‌گوید که معتقد است مرز بین عادت و عشق آنقدر نزدیک است که کسی که داخل ماجرا است آن را حس نمی‌کند، و گاهی آن دو را با همدیگر اشتباه می‌گیرند.



دوستم بدار وگرنه...

○ سپیده آرام

هیچ کس نمی‌تواند همیشه و همه جا و تا آخر عمر تو را تأیید کند و به تو محبت کند. اگر بر فرض محال نیز چنین بشود، همیشه نگران خواهی بود که دیگران تا چه زمانی و چقدر به تو محبت می‌کنند.

حال اگر چنانچه محتاج این توجه و تأیید باشی و بخواهی همیشه دوست داشتی به نظر برسی، باید وقت و انرژی زیادی صرف این کار بکنی و در نتیجه برای دیگر فعالیت‌های خود وقت و انرژی کافی نخواهی داشت. همین موضوع بر عملکرد تو تأثیر می‌گذارد. یک واقعیت تلخ هم وجود دارد و آن، این است که هر چه بیشتر نیازمند محبت دیگران باشی از احترام و توجه کمتری برخوردار خواهی شد.

اگر می‌خواهی با این احساس خود یعنی نیاز به توجه، تأیید و محبت دیگران مبارزه کنی بهتر است به این نکات دقت کنی:

○ به جای آنکه به خودت بگویی دیگران از تو چه می‌خواهند، از خودت بپرسی دوست داری چه کاری انجام بدهی!

مثلاً وقتی می‌خواهی یک لباس بپوشی فقط به سلیقه‌ی همسرت توجه می‌کنی؟ آیا لحظه‌ای به این فکر می‌کنی که خودت هم آن رنگ و مدل را دوست داری یا نه؟ اگر خودت هم آن را می‌پسندی، آن لباس را بپوش.

○ خودت را برای چیزی که می‌خواهی انجام بدهی به خطر بینداز؛ یعنی آن کار آنقدر برایت مهم باشد که بخواهی ریسک (خطر) کنی. اگر اشتباه کردی از آن فرار نکن و از سرزنش دیگران نترس. اینکه آنها تو را به دلیل اشتباهت سرزنش می‌کنند مشکل آنهاست، نه تو. به این نکته توجه کن که به اشتباهات به عنوان یک تجربه نگاه کنی.

○ به جای آنکه به دنبال کسب محبت و تأیید دیگران باشی، به دنبال عشق ورزی باش! تو می‌توانی همان طور که هر روز خودت را مجبور می‌کنی که ورزش کنی یا سر کار بروی، خود را مجبور کنی تا به انسان‌ها عشق بورزی. با این کار به تدریج نیاز به جلب توجه دیگران در تو کاسته می‌شود.

○ موضوع مهم دیگر آن است که خود را بپذیری! خود پذیری یا پذیرش خود با مفاهیم عزت نفس و اعتماد به نفس تفاوت دارد.

پذیرش خود یعنی خودت، وجودت و حق زندگی‌ات را به طور کامل بپذیری و بدون توجه به عملکردی که داری از بودن راضی باشی و خود را لایق این بودن بدانی و شاد باشی.

○ باور اینکه تو همیشه ارزشمند هستی و همیشه لایق زندگی، حتی می‌تواند وقت‌هایی که تو هیچ عملکرد مثبتی نداری در پذیرفتن تأیید عدم از طرف دیگران کمک کند. در این صورت می‌توانی به فعالیت‌های خود در بیرون مشغول شوی و انرژی خود را صرف آن کنی. در این صورت به طور طبیعی دیگر نگران نظر دیگران نخواهی بود و به ارزش‌های خود بیشتر احترام خواهی گذاشت.

شاید این سؤال برایت پیش بیاید که «در این صورت من هم نمی‌توانم کسی را دوست داشته باشم!»

ولی به چند دلیل این طور نیست. نخست اینکه اگر به شدت نیازمند محبت و تأیید دیگران باشی اسیر اطرافیان خود می‌شوی؛ مثل معنادی که برای تهیه‌ی مواد حتی به فروشنده التماس می‌کند. دوم اینکه تو می‌توانی بدون آنکه به دیگری وابسته شوی از حضور او لذت ببری و او را دوست داشته باشی، همان طور که می‌توانی از شنیدن موسیقی و دیدن یک فیلم خوب یا یک منظره‌ی خوب لذت ببری و آن را دوست داشته باشی، ولی می‌دانی که هیچ کدام از آنها متعلق به تو نیست و تو برای ادامه‌ی زندگی به آنها نیاز نداری. سوم آنکه وقتی خود را خواهان محبت نمی‌بینی بهتر می‌توانی دوست داشتن دیگران را ببینی. آن وقت دیگر از هیچ کس متنفر نخواهی شد، چون توقعی از آنها نخواهی داشت و کلام آخر اینکه نیاز به تأیید و جلب محبت دیگران یک نیاز طبیعی است. و این به نگرش ما بستگی دارد که چگونه می‌توانیم حد اعتدال را نگه داریم.

حدود یک سال است که دختر خانمی را به عقد خود در آورده‌ام؛ خیلی به او علاقه دارم و برایش همه کار انجام دادم. از همان اول سعی کردم چیزی برایش کم و کسر نگذارم. هر چه که می‌خواهد، البته اگر در توانم باشد، برایش بخرم.

سخت است ولی باید اقرار کنم هر وقت از من ناراحت می‌شود یا به من بی‌اعتنایی می‌کند به شدت از نظر روحی به هم می‌ریزم. عصبانی می‌شوم و این احساس را بیشتر در محل کارم بروز می‌دهم. من حتی از نظر ظاهر هم سعی می‌کنم مطابق میل او رفتار کنم، ولی هر بار از من یک ایرادی می‌گیرد.

شاید فکر کنید خیلی زن ذلیل هستم، ولی باور کنید تمام این کارها را خیلی با تأمل و ظریف انجام می‌دهم که به ظاهر خیلی به حرف او نیاشتم و حفظ ظاهر کنم. گاهی سر مسایلی تحکم می‌کنم که حرف من را گوش کند و مثلاً مرد بودن خود را به او ثابت می‌کنم.

از نظر سنی هم زیاد فاصله نداریم؛ او ۲۱ ساله است و من دو سال از او بزرگ‌ترم. واقعاً نمی‌دانم چه کار کنم؟

برادر عزیز فواد - م از بابل‌سر، بخشی از نامه‌ات را با هم خواندیم. از اینکه ما را امین دانستی و خیلی صریح از احساسات گفتی سپاسگزاریم. پس بگذار ما هم خیلی صریح و سریع برویم سر اصل مطلب.

تو شدیداً به تأیید دیگران به خصوص تأیید همسرت نیاز داری. و این احساس تو از این فکر غیرمنطقی ناشی می‌شود که همه‌ی آنها که برای تو مهم هستند باید تو را دوست داشته باشند و به تو احترام بگذارند.

اجازه بده این موضوع را از اول بررسی کنیم؛ یعنی ببینیم اساساً آیا انسان به تأیید و جلب محبت دیگران نیاز دارد؟

برخی از روانشناسان اعتقاد دارند که انسان‌ها نیازمند تأییدند و نمی‌توانند بدون آن شاد زندگی کنند، ولی در مقابل روانشناسانی از جمله آلبرت الیس و رابرت هارپر معتقدند که انسان بدون آنکه بمیرد، می‌تواند در انزوا زندگی کند!

از نظر آنها یک فرد بزرگسال می‌تواند تأیید نشدن از طرف دیگران را قبول کند، اگر هم قبول نکند یعنی نپذیرد هم می‌تواند یاد بگیرد که انتقادهای را تحمل و حتی از آنها به نفع خود استفاده کند.

خوب برادر ارجمند، این از نظر روانشناسان، حالا خودت تا به حال فکر کردی که چرا همسرت از تو انتقاد می‌کند و هر چه تلاش می‌کنی نمی‌توانی کاملاً توجه او را به خود جلب کنی؟

آیا واقعاً همیشه و همه جا می‌توانی تأیید دیگران را (همسر، والدین، همکار و دوستان) به دست آوری؟

زندگی تفریح با SMS

طیبه براتی

دستت را داخل کیف می کنی تا جدیدترین پیام کوتاهی که دریافت کرده ای را بخوانی. با دیدن پیام در جا میخکوب می شوی. خبر تسلیتی که به خاطر در گذشت خودت منتشر شده را قبل از مردنت دریافت کرده ای.

این مدل پیام های کوتاه یا همان SMS های سرکاری و دریافت انواع و اقسام لطیفه ها و جملات طنز، خوراک تمامی SMS بازها شده است. برخی هم می گویند شرکت مخابرات با ایجاد امکانات دریافت و ارسال پیام کوتاه باعث شده نرخ بیکاری در جامعه به حداقل برسد. چون SMS بازی، شغل جدیدی است که قشر عظیمی از جامعه به خصوص جوانان را سرکار گذاشته است. مشابه اتفاق بالا مدتی قبل که در یک زمان مشخص تمامی موبایل ها با انواع و اقسام آهنگ های هشدار دهنده مختلف به صدا در آمد، روی داد. زمانی که خبر در گذشت مارادونا، اسطوره ای فوتبال به خودش هم ارسال شد.

می گویند باید قبل از وارد شدن تکنولوژی جدید، فرهنگ استفاده از آن در جامعه جا بیفتد تا بهترین استفاده از فناوری جدید صورت گیرد، ولی جامعه ای ما که همیشه در حال حرکت به سمت معکوس است در این راه گوی سبقت را از دیگر جوامع ربوده است.

امروزه کاربردی ترین امکانات گوشی ها به دریافت و ارسال پیام متنی اختصاص دارد که این پیام ها در ابتدا لطیفه ها و جملاتی را در بر می گرفت که گاهی فرهنگ تمامی اقوام کشورها را به سخره می گرفت اما، خطری وقتی احساس می شود که مبانی اعتقادی و ارزشی افراد زیر سؤال می رود. با تمام این اوصاف کنجکاوی بی پایان افراد برای فهمیدن موضوع پیام کوتاه کنار دستی شان یکی از فراگیرترین عاداتی است که اخیراً رواج پیدا کرده است. البته همین کنجکاوی ها سود سرشاری را نصیب مخابرات می کند. وقتی آمار سرازیر شدن میلیون ها پول را در طول یک شبانه روز به خزانه می مخابرات می شنویم، سرمان گیج می رود. پس برای کمتر گیج خوردن تا اطلاع ثانوی تمامی موبایل ها خاموش.

شما هم معنادید؟!

وقتی بحث اعتیاد به میان می آید همه به یاد مواد مخدر، سیگار و... می افتند اما، شاید زمان آن رسیده باشد که در تفکرمان تجدید نظر کنیم. امروزه اعتیاد جدید و غیر قابل درمانی که گریبانگیر انسان شده است، اعتیاد به SMS یا همان پیام کوتاه است. واقعیت آنکه، موبایل اصلی ترین کانال ارتباطی همه ی ما شده است. آنقدر که نمی توانیم بدون آن زندگی را تصور کنیم. موبایل ها تبدیل به ابزاری ضروری برای مدیریت احساس ها و زندگی خصوصی ما شده اند. برای همین است که بدون آنها احساس خلاء عجیبی می کنیم.

حقیقت این است که ما کنترل خود را بر این وسیله ی ارتباطی از دست داده ایم. ما هر کار می کنیم، نمی توانیم رقم قبض موبایل مان را پایین نگه داریم. ما در روز ده ها پیام کوتاه به دیگران می فرستیم تا مطمئن شویم آنها ما را دوست دارند یا به ما فکر می کنند. شما جزو کدام دسته از شهروندان مدرن هستید؟ روزانه چند پیام کوتاه دریافت یا ارسال می کنید؟

زهرای یوری یکی از کاربران حرفه ای SMS است که به گفته ی خودش اعتیاد عجیبی در ارسال پیام کوتاه دارد و روزانه بین ۷۰ تا ۸۰ پیام کوتاه ارسال می کند. «بهترین لذت زندگی ام وقت هایی است که صدای پیام کوتاه را می شنوم. در واقع پیام کوتاه از سوی دوستان، بی حوصلگی و کسالت دنیای اطرافم را از بین می برد و نشاطی عجیب به زندگی ام می بخشد. اصلاً SMS حس دارد.»





تلفن همراه و خدمات آن

تلفن همراه در سال ۱۳۷۳ وارد ایران شد و سرویس پیام کوتاه در سال ۱۳۸۰ فعال شد. در ابتدا مشتریان با نحوه استفاده از این سرویس آشنایی چندانی نداشتند اما، پس از اندکی زمان SMS توانست به زندگی روزمره شهروندان راه یابد؛ هر چند که پیام‌های کوتاه در سال‌های اولیه، بیشتر برای ارسال جوک و مطالب سرگرم‌کننده استفاده می‌شد. کاربردی که هنوز هم رایج است و بیشترین کارکرد تلفن همراه در کشور را شامل می‌شود.

به عقیده دکتر داود زارعیان، مدیر کل روابط عمومی شرکت مخابرات ایران، کارکرد رسانه‌ای تلفن همراه جنبه‌های مختلفی دارد که فقط یکی از آنها SMS یا همان سرویس پیام کوتاه است. SMS به عنوان یکی از قابلیت‌ها و امکانات تلفن همراه است که در حوزه تبلیغات و ارسال اخبار کوتاه کاربرد بیشتری دارد. با ورود این فناوری نوین، مردم تا مدت‌ها اشتیاق و علاقه‌ی کاذبی به استفاده از کارکردهایی همچون SMS دارند؛ چرا که هنوز با کارکردهای مثبت آن آشنا نیستند.

وی می‌افزاید: «به غیر از ارسال اخبار، برخی مشتریان خدمات رفاهی را از طریق پیام کوتاه دریافت می‌کنند. به عنوان مثال یکی از مشتریان، قیمت طلا و سکه، ارز، پرداخت قبوض، نظر سنجی، شرکت در مسابقات... را هر روز با SMS به مشتریان خود اعلام می‌کند و در حال حاضر ۲۰ نوع از خدمات از طریق SMS به کاربران ارائه می‌شود که خیلی از مشتریان از آن اطلاع ندارند.

هر چند SMS تنها یکی از خدمات تلفن همراه است اما، بسیاری از کاربران فقط از پیام کوتاه، برای کاربردهای غیر ضروری بهره می‌برند. برای گفت‌وگو، سرگرمی، ارسال اخبار و انتقال پیام‌ها در کوتاه‌ترین زمان ممکن، SMS یا سرویس پیام کوتاه آسان‌ترین راه است. چون با ارسال پیام کوتاه، برخلاف مکالمه، با آنتن دهی ضعیف هم مقدر است. از سوی دیگر یک مشترک می‌تواند همزمان یک پیام کوتاه را برای صدها نفر ارسال کند. در حالی که اگر بخواهد این کار را از طریق مکالمه انجام دهد، علاوه بر صرف هزینه‌ی گزاف، ساعت‌ها وقت و انرژی هدر می‌شود. به همین سبب بسیاری از مشتریان از سرویس پیام کوتاه بیشتر از مکالمه استفاده می‌کنند. از سویی دیگر، شرکت مخابرات به محتویات پیام‌های کوتاه کاربران توجهی ندارد و تنها در صورت داشتن شاکی خصوصی از سوی کاربران، نسبت به نظارت بر یک پیام ارتباطاتی اقدام می‌کند.

دکتر زارعیان درباره‌ی راه‌اندازی کارکردهای مختلف پیام کوتاه یا همان SMS در کشور می‌گوید: «زیرساخت‌های کارکرد مختلف پیام کوتاه آماده است اما، آن مستلزم این است که شرکت‌ها و سازمان‌های مختلف از این قابلیت پیام کوتاه در امور مختلف استفاده کنند.»



کارکنان: بهرام چمدینا

امید احمدی نیز می‌گوید: «با SMS شما خیلی راحت‌تر می‌توانید به اطرافیان خود جواب منفی یا مثبت بدهید. من این راحتی را در بیان احساسات شفاهی ندارم. در SMS آزادی بیشتری برای بیان افکار و عقاید وجود دارد که معمولاً در قالب نوشتار به وجود می‌آید.»

محمدرضا نظری از جمله افرادی است که روزانه بین ۱۰۰ تا ۱۲۰ پیام کوتاه به دوستان خود ارسال می‌کند و می‌گوید: «من تمام کارهای شخصی یا انتقال خبرهای مهم را از طریق پیام کوتاه منتقل می‌کنم. چرا که اولاً هزینه‌ی آن خیلی ارزان‌تر از مکالمه است و بعد هم، در بعضی مواقع نیاز نیست که شما با شخص مورد نظر ارتباط کلامی داشته باشید، فقط یک یادآوری کافی است.

وسایلهای برای سرگرمی

«فریبا صیاد» کارشناس ارتباطات در این باره می‌گوید: «در حال حاضر، تلفن همراه به وسیله‌ای برای سرگرمی نوجوانان و جوانان در مدارس، کوچه و خیابان تبدیل شده و یکی از عواملی که سبب افت تحصیلی شده، استفاده از همین وسیله‌ی ارتباطی است. متأسفانه والدین بدون آنکه کاربرد صحیح تلفن همراه را به فرزندان‌شان بیاموزند این وسیله را به راحتی در اختیار آنها قرار می‌دهند. بیشتر نوجوان‌ها و جوانان ساعت‌های طولانی را به ارسال SMS برای دوستان و آشنایان‌شان می‌گذرانند در حالی که بیشتر پیام‌ها، غیر ضروری و برای سرگرمی و گذراندن اوقات تنهایی آنهاست. از سوی دیگر، با ورود تکنولوژی جدید، نیازهای پنهان و غیر آشکار افراد جامعه مشخص می‌شود. تفریح و سرگرمی جوانان یکی از نیازهای مهم است که فکری اساسی برای آن نشده است. برای مثال خانواده با در نظر گرفتن شرایط اجتماعی و اقتصادی قادر به فراهم آوردن تفریحی مناسب برای نوجوان و جوان خود نیست. از این رو، جوان برای پر کردن این خلاء از SMS که هزینه‌ی آن نیز ارزان است، استفاده می‌کند.»

صیاد می‌افزاید: «در پیام کوتاه یا همان SMS کاربران هیچ‌گونه محدودیتی گفتاری ندارند و به راحتی می‌توانند تمام عواطف و خواسته‌های خود را به یکدیگر انتقال دهند.»

نگاهی به فیلم «گوزن‌ها» گور بابای نشگی بعد التماس

۰.م.ا یلیا



تیر روز مبارزه با مواد مخدر

«گوزن‌ها» یکی از شاخص‌ترین فیلم‌های سینمای ایران است که مسعود کیمیایی آن را به روی پرده سینما فرستاد و نشان داد که کارگردانی صاحب سبک و ایده‌های است و حرفه‌ای برای گفتن دارد. هر چند او پس از این فیلم و قیصر هرگز فیلم فوق‌العاده‌ای نساخت و همواره، کارگردانی متوسط باقی ماند اما، همین دو فیلم کافی است تا او را یکی از بزرگ‌ترین کارگردانان سینمای ایران بدانیم.

ویژگی اصلی فیلم‌های قبل از انقلاب کیمیایی، اعتراض به حکومت بود و هر بار در هر فیلم به شیوه‌ای تازه و بدیع مراتب اعتراض خود را به حکومت دیکتاتوری شاه اعلام می‌کرد. این گونه بود که وقتی فیلم «گوزن‌ها» در کوران انقلاب اکران شد، هیچ جای تعجب نبود که سینما ر کس آبادان به آتش کشیده شود و نزدیک به ۳۰۰ نفر از تماشاگران در آتش بسوزند.

«گوزن‌ها» یکی از فوق‌العاده‌ترین فیلم‌هایی است که فوق‌العاده بودنش از چند ویژگی اساسی مایه می‌گیرد. داستان خوب، شفافیت و عریانی در اعتراض و بازی فوق‌العاده بازیگران همه باعث شدند این فیلم بارها و بارها نقد شود و مورد توجه قرار گیرد.

«گوزن‌ها» داستان شخصی به نام «قدرت» است که به سراغ رفیق قدیمی خود «سید» می‌رود. او از طرف مأموران حکومت تحت تعقیب است و حال که به سراغ دوست قدیمی خود آمده، ناباورانه می‌بیند که به طرزی هولناک اسیر دام اعتیاد است. این اعتیاد هر چند نمادی برای نشان دادن قربانی شدن گسترده‌ی یک ملت است اما، آنچه اینجا بیشتر مورد بحث ماست این است که کیمیایی با قراردادن قدرت در کنار

سید در واقع یک نیروی فعال در مبارزه مسلح با رژیم دیکتاتوری شاه را نشان می‌دهد که از قضا در کنار مردی قرار می‌گیرد که به طرزی فجیع قربانی ساختار حکومتی شده است. توضیح آنکه دیالوگ‌های فیلم کم و بیش ما را به صرافت این نکته می‌اندازد که صاحبان قدرت برای تثبیت موقعیت خود، دست به هر کاری می‌زنند؛ یکی از این حرب‌ها معتاد کردن جوانان است.

وقتی جامعه‌ی استبداد زده بر علیه استبداد به پا می‌خیزند و قصد براندازی حاکم زورگو را دارد حاکم زورگو و شبکه‌های عظیم نیروهای پشت سرش سعی در منزوی کردن جوانان و نیروی معترض را دارند. اینجا است که از حرب‌های مختلف استفاده می‌شود و بی‌شک یکی از دستاویزها اعتیاد است. در تاریخ هم این موضوع سابقه دارد که ملت چین برای استثمار شدن و زیر سلطه رفتن به طرز فجیعی گرفتار اعتیاد شدند تا دولت انقلابی مانو با تدبیرهایی خاص به درمان معتادان بپردازد. در فیلم «گوزن‌ها» هم این تم تصویر می‌شود. سید که نماد بسیاری از جوانان ایرانی است توسط رژیم استبدادی شاه در ورطه‌ی اعتیاد گرفتار شده است. این اعتیاد قدرت ذهنی و جسمی او را گرفته و در کل او را مانند دیگر جوانان، اسیر زندگی نکبت‌باری کرده است. آنها هرگز قادر به تمام کردن این زندگی نیستند؛ می‌مانند و قربانی صاحبان قدرت می‌شوند، دست‌رنج‌شان چپاول می‌شود و به تعبیر بهتر محاصل زندگیشان دود می‌شود و به هوا می‌رود، آنها همیشه یا در حالت نشگی هستند یا خماری و فرصتی برای اعتراض پیدا نمی‌کنند. سید که یکی از بهترین کاراکترهای فیلمی در سینمای ایران است به کمک قدرت پی به موضوع می‌برد و با اعتیاد خود مبارزه می‌کند و تقریباً به درمان آن می‌پردازد. حال او هر چند از لحاظ جسمی ضعیف شده اما، از لحاظ روحی قوی است و به انقلاب می‌پیوندد. این گونه است که می‌گوید: «گور بابای نشگی بعد التماس و این دیالوگ که به اعتقاد نگارنده یکی از فوق‌العاده‌ترین دیالوگ‌های تاریخ سینمای ایران است، سید را در کنار قدرت برابر زورگویان و چپاول‌گران قرار می‌دهد.

«گوزن‌ها» از نظر نگاه جامعه‌شناسی فوق‌العاده جالبی که به پدیده‌ی اعتیاد دارد حائز اهمیت است. این فیلم اعتیاد را توطئه صاحبان قدرت معرفی می‌کند و این گونه به مبارزه ریشه‌ای با آن بر می‌خیزد. گذشته از این، سید کاراکتری فوق‌العاده در تصویر کردن زندگی یک انسان معتاد است. در کل، کیمیایی با پردازش این کاراکتر تصویر دقیق از زندگی نکبت‌بار معتادان ارائه می‌دهد و از این طریق نیز به راهنمایی و ارشاد مردم جامعه می‌پردازد.



می‌گویند پیشگیری بهتر است از درمان. هم هزینه کمتری دارد، هم قربانی کمتر. حال اگر دلمان آمد این هزینه را چه از نظر مالی، چه از نظر وقت و انرژی در سطح خرد و کلان بگذاریم، که مسلماً قربانی کمتری هم می‌دهیم.

۵ تیر (۲۶ ژوئن) را پیش رو داریم. روز جهانی مبارزه با مواد مخدر. بهانه خوبی است برای پرداختن به این مقوله‌ی خوفناک ولی در عین حال جذاب.

نمی‌دانم چرا وقتی صحبت از اعتیاد می‌شود یاد فیلم‌سینمایی‌ای می‌افتم که نه اسمش یادم است نه اسم کارگردانش و نه اینکه می‌دانم درباره‌ی چه بود چون خیلی کم سن بودم، فقط یادم می‌آید در یک صحنه از فیلم گل بسیار زیبا و درشتی و محصور کننده‌ای در یک خانه‌ی بسیار زیبا وجود داشت و هر کس که جذب او می‌شد و به طرفش می‌رفت با یک حرکت او را می‌بلعید و بعد دوباره شروع به طنازی می‌کرد.

بارها مطالب زیادی خوانده و دیده‌ایم ولی آنچه بیش از همه می‌تواند تأثیرگذار باشد، فیلم‌هایی است که لحظه‌های سخت و طاقت‌فرسای یک معتاد را نشان می‌دهد. تا حالا شاهد فیلم‌های سینمایی و مستند بسیاری بوده‌ایم در این مجال اما دو فیلم را انتخاب کردیم و به آن پرداختیم هم از نظر هنری و هم از نظر آسیب‌شناسی.

نگاهی به «خون بازی» ساخته‌ی رخشان بنی‌اعتماد

اعتیاد قصه‌ی رنگ‌های مرده

م. ایلینا

در اینکه فیلم «خون بازی» ساخته‌ی رخشان بنی‌اعتماد فیلم کامل و تمام عیاری است هیچ شک و تردیدی وجود ندارد. این فیلم که موضوع اصلی خود را اعتیاد معرفی می‌کند، در واقع به اعتیاد به عنوان مرضی فراگیر و اپیدمی شده نگاه می‌کند.

سارا دختر جوانی است که همراه با مادرش زندگی راحت و آسوده‌ای، حداقل از لحاظ مالی، دارد. او که با اعتیاد دست و پنجه نرم می‌کند قصد می‌کند به کمک مادرش ترک کند. ترک اعتیاد برای دختری مثل او تضمین‌کننده‌ی آینده‌ای روشن و موفقیت‌آمیز است. با این همه، او چنان غرق اعتیاد خویش است که سخت است که بتواند آن را ترک کند. بنی‌اعتماد در این فیلم اعتیاد را از چند جنبه ارزیابی می‌کند. اول، آن را ریشه‌یابی می‌کند و مشکلات روحی - روانی معتادان را ارزیابی می‌کند؛ توضیح آنکه پدر و مادر سارا سال‌ها پیش از هم جدا شده‌اند و این بی‌شک ضربه‌ای عظیم به روح و روان دختری چون او زده است. این اولین جنبه‌ی ارشادی فیلم «خون بازی» است و خانواده‌ها را بیش از پیش متوجه‌ی این امر می‌کند که باید به آینده‌ی فرزندان‌شان بها دهند و نگران آنها باشند.

جنبه‌ی دیگر نگاه بنی‌اعتماد به اعتیاد و معتادان، تأیید این واقعیت است که همواره باید به معتاد به چشم یک بیمار نگاه کرد؛ اینکه مادر سارا همه‌جا با اوست و حالا که فهمیده است او معتاد است و گاه خود پا به پای او برای خرید جنس همراه می‌شود، نشان‌دهنده‌ی این نکته است که اعتیاد می‌تواند عواقب دیگری جز تخریب جسمی و روحی فرد معتاد داشته باشد. این امر به خصوص، برای دختران بیشتر مورد توجه است و ممکن است به اتحای مختلف از آنان سوءاستفاده شود. مادر سارا همیشه با اوست و در این گونه مواقع او را یاری می‌کند. با این همه، همیشه به دنبال ترک دادن دخترش است. او وقتی می‌بیند که این اتفاق افتاده است و دخترش معتاد شده، مته به خشت‌خاش نمی‌گذارد و برای مثال او را طرد نمی‌کند.

درست همین موضوع است که باعث می‌شود اعتیاد سارا جلب شود و از مادرش برای ترک اعتیاد حرف شنوی داشته باشد. جنبه‌ی سوم نگاه «خون بازی» به اعتیاد، عنوان کردن واقعیت دیگری به نام اپیدمی شدن اعتیاد در میان جوانان است. بنی‌اعتماد در این فیلم قصد القای این نظر را دارد که هیچ کس نیست که در هیچ کجای این جامعه کاملاً از اعتیاد مصون باشد. همه می‌توانند معتاد شوند و خانواده‌ها هستند که باید مراقبت و مواظبت ویژه‌ای از فرزندان‌شان به عمل بیاورند.

«خون بازی» با انتخاب رنگ‌های تیره و سنگین که قصد دارد شومی و نکبت اعتیاد را اثبات کند، در کل فیلم خوبی از کار در آمده است. اگر کارگردان فیلم گفته است: «ای کاش همه‌ی خانواده‌های ایرانی می‌توانستند بدون پرداخت هیچ‌گونه هزینه‌ای این فیلم را ببینند»، واقعاً مناسب گفته است؛ زیرا «خون بازی» جنبه‌ی آموزشی فوق‌العاده مهمی دارد و حداقل برای جامعه‌ی ما در این روزگار بجا و مناسب است.



حلال خدا حلال حرام خدا حرام

گفت و گو با زهرا ناظری

محمد... وردی



می‌شوم. زهرا ناظری که از سرآمدان قرآنی کشور است در پاسخ این پرسش که چگونه با این گنجینه‌ی الهی مأنوس شده است می‌گوید:

پدر بزرگم استاد قرآن بود، ولی متأسفانه خیلی زود ایشان را از دست دادم. از او خیلی چیزها یاد گرفتیم. از همان بچگی به شدت به قرآن علاقه‌مند بودم. مادر شهیدم خیلی تشویقم می‌کرد و خودم در خانه شروع به مطالعه و آموزش قرآن کردم. هر جا می‌شنیدم که استاد معروف و خوبی در حال تدریس است، به آنجا می‌رفتم و دوره‌های پراکنده را می‌گذراندم. در مدرسه موفق به اخذ جوایز فراوانی در این زمینه شدم، همین‌طور به صورت غیررسمی به آموزش و مطالعه ادامه می‌دادم تا اینکه در دانشگاه علوم قرآنی تهران قبول شدم. از آن پس دیگر با قرآن به صورت حرفه‌ای رویه‌رو بودم تا امروز.

● شما به عنوان یک مدرس قرآن، چه شیوه‌ای را برای آموزش امروزی آن استفاده می‌کنید؟

من به شیوه‌ی آموزش اساتید بسیار احترام می‌گذارم و از راهکارهای آنان در تدریس خود بهره می‌برم و در عین حال روش فردی و جدید خود را به آن اضافه می‌کنم. اعتقاد دارم برای فهم بهتر قرآن باید آن را ساده آموزش دهیم، به گونه‌ای که کاملاً قابل فهم باشد. برای مثال سر کلاس «روخوانی و روان‌خوانی» شعر را با اصول اولیه‌ی درس توأم می‌کنم و همچنین از قصص و روش‌های حرفه‌ای تدریس بهره می‌برم.

● چه عواملی باعث شد که شما در این راه موفق شوید و دچار مشکل نشوید؟

اول از همه عنایت و لطف الهی و سپس تشویق مادرم و عدم ممانعت همسر

قرائت اولین کلید ورود برای فهم قرآن است، حتی اگر زبان ما عربی نباشد «یتلوا علیهم آیاتهم». قرآن کلام نور است و کسی که با آن مأنوس باشد زندگی‌اش نورانی می‌شود. یکی از وصایای امام به پسرشان این است که «بهانه‌تان نباشد که چون قرآن را نمی‌فهمید نخوانید»، قرآن ساده است و برای همه‌ی جهانیان نوشته شده، ساده بودن باعث نمی‌شود که بگوییم سبک است. اگر سبک بود نازل نمی‌شد. پس در وهله‌ی اول، زبان مهم نیست. قرآن ملیت ندارد و برای همه‌ی عالم فرستاده شده است. «هدی و رحمه للعالمین» یا «هذا بیان للناس». البته مأنوس بودن و مطالعه‌ی حقیقی آن مهم است. هر کسی که طاهرتر باشد، بیشتر مأنوس می‌شود. طهارت نیز به دو صورت است: طهارت جسم و طهارت روح از طریق تزکیه. قرآن به عربی نازل شده است و حاوی نغمات لفظی و معنوی است؛ حاوی تجوید است و وقتی که تجوید در قرائت رعایت شود، شنونده‌ی نوای قرآن احساس زیبایی می‌کند و خسته نمی‌شود، چون لذت می‌برد.

کلام خدا وزن دارد، موسیقی دارد و از بلاغت، فصاحت و تمام صنایع ادبی بهره می‌برد «لسان العربی مبین» درست است که به عربی نازل شد اما، نمی‌توان گفت مختص آن است. قرآن، جهانی است و در آن ۱۲ زبان زنده وجود دارد. حتی ۴۷ کلمه‌ی اصیل ایرانی داریم و این یکی از جنبه‌های اعجاز قرآن است و نشان‌دهنده‌ی این که قرآن برای همه نازل شده است.

آنقدر خانم ناظری شیرین از فایده‌ی قرائت عربی و فارسی قرآن می‌گوید که همان دم دلم برای قرآن روی طاقچه‌ی خانه تنگ می‌شود. هی از خودم بدم می‌آید که چقدر روزمرگی را بهانه کرده‌ام و دیر به دیر به این منبع نور وصل



صورت تجربی تمام این نظریات را اثبات کرده است. این اعجاز قرآن است که در هیچ کتاب مقدسی دیده نمی‌شود.

● **مطالعه‌ی تفسیر و تأویل قرآن تا چه اندازه توانایی فهم بهتر قرآن را همراه دارد؟ چه نوع تفاسیری می‌تواند به یک جوان مسلمان امروزی در حین مطالعه‌ی قرآن یاری کند؟**

خیلی؛ کاملاً می‌تواند راه‌گشا باشد. تفسیر و تأویل به شدت موضع و لایه‌های پنهان و دور از اندیشه‌ی متن را برای ما آشکار می‌کند. مثلاً در ظاهر متن، قرآن می‌فرماید خدا نور است. در ظاهر می‌گوییم نور که ماده است پس خدا ماده است؟ ولی در حقیقت یا در تفسیر و تأویل می‌فهمیم نور یعنی هدایت، یا مثلاً «مشکات» به معنای چراغ نیست، بلکه به معنای حضرت زهرا(س) است.

جوان ما باید اکثر تفاسیر را مطالعه کند و آنها را با هم انطباق دهد و مواظب صحت کلام باشند، چون شاید با تفاسیری مغرضانه با یک متن یا آیه برخورد کنند. روی تفاسیر المیزان، مجمع البیان و تفسیر نمونه باید بیشتر مطالعه و تمرکز شود. به نظر می‌رسد این تفاسیر خیلی بهتر و کامل‌تر از دیگر تفاسیر باشد.

○○○

زهرا ناظری متولد سال ۴۹ تحصیل‌کرده‌ی زیست‌شناسی و کارشناس علوم قرآنی تهران است او که خود فرزند و خواهر شهید است سال ۷۰ با یک جانباز شیمیایی ازدواج می‌کند و در همین حین به پرستاری پدرش مشغول است. تدریس می‌کند و مسئولیت‌هایی چون مسئول روابط عمومی کانون قرآن و عترت، دبیر انجمن قرآن مرکز دانش‌پژوهان شاهد، کارشناس برنامه‌ی تلویزیونی نسیم سبز و... وی بارها به رتبه‌های برتر قرآنی نائل شده و همچنین در سال ۸۴ تندیس فداکاری و لوح تقدیر جهاددانشگاهی را از آن خود کرده است. زهرا ناظری تا امروز موفق به کسب جوایز فراوانی در رشته‌ی قرآن و به خصوص رشته‌ی قرائت قرآن شده است. از او می‌پرسیم:

عضو یک خانوادگی شهید شدن باعث نشد که شما به قرآن پیش از پیش رو بیاورید؟ اصلاً چرا این تلقی وجود دارد که کسی که عضو یک خانوادگی شهید است باید از دیگران با قرآن مأنوس‌تر باشد؟

خیر، من قبل از اینکه عضو یک خانوادگی شهید باشم این مسیر را طی کردم. شاید پس از شهید شدن برادر و مادرم انگیزه‌ی این روند بیشتر شد اما، نمی‌توان گفت که منشأ و مشوق اصلی من این اتفاقات است. برای پاسخ به بخش دوم سؤالتان هم، باید بگویم به خاطر اینکه آنها یادگاران الهی هستند و ما یادگاران آنها، آنهاهایی که نیک، مؤمن و پسندیده بودند و ما باید ارث برده‌ی آنها باشیم و این نه تنها که باید در ذات ما باشد، بلکه حتی وظیفه‌ی ماست.

تفسیر و تأویل به شدت موضع و لایه‌های پنهان و دور از اندیشه‌ی متن را برای ما آشکار می‌کند. مثلاً در ظاهر متن، قرآن می‌فرماید خدا نور است. در ظاهر می‌گوییم نور که ماده است پس خدا ماده است؟ ولی در حقیقت یا در تفسیر و تأویل می‌فهمیم نور یعنی هدایت.

در این راه. خوب است که این خاطره را برایتان بگویم؛ هنگامی که همسر از من خواستگاری کرد من فقط یک شرط برایش گذاشتم و آن اینکه «حلال خدا را حلال و حرام خدا را حرام بدانند». گفت: همین؟! گفتم: فقط همین. این جمله معنای فراوانی دارد و یکی از معانی آن می‌تواند این باشد که اگر همسر بخواهد پیشرفت کند، ما نباید مانع آن شویم. او به هیچ وجه مانع من نشد و این خودش برای من در حکم تشویق بود.

● **چه تفاوتی بین قرآن و دیگر کتب مقدس است که می‌گویند قرآن کامل‌ترین کتاب الهی است؟**

قرآن شامل همه‌ی مباحث دنیا می‌شود؛ هر چیز که برای بشر لازم است در این کتاب آمده است. از موارد انفرادی گرفته تا اجتماعی و حقوقی انسان‌ها. کتاب ما تحریف نشده است و کاملاً جاودانه و متعلق به همه‌ی اعصار بشر است. قرآن نوشته‌ی هیچ بشری نیست. خداوند تمام مقتضیات زمان را برای ما لحاظ کرده و بر طبق آن به ما ابقاء می‌شود. در تورات و انجیل خداوند تمام حرف‌ها را به بشر نمی‌زند و تمام نیازهای زمانی او را برآورده نمی‌کند اما، قرآن همه‌ی موارد و احتیاجات انسان هر روزگار را بر آورده می‌کند. برای همین است که می‌گویند قرآن کامل‌ترین کتاب است.

● **یک جوان چگونه می‌تواند از مطالعه‌ی قرآن نهایت استفاده و لذت را ببرد؟**

به نظر من، اولاً باید از خداوند توفیق بخواهد و تزکیه‌ی نفس داشته باشد. روزی یکی از استادانم به من گفت: «تلاش نکن که دنبال استاد خوب بگردی، خوب باش تا خداوند بهترین استاد را در سرامت بگذارد». این حرف همیشه در ذهن من به جا ماند و فراموش نمی‌شود. جوان‌ها باید لحظات شیرین عمر خود را غنیمت بدانند، با قرآن زندگی کنند، نفس بکشند و لحظه‌ی لحظه‌ی عمر خود را با آن بگذرانند. پس، توفیق الهی، طهارت روح و نزدیکی با قرآن که از تلاوت آن شروع می‌شود مراحل رسیدن به این هدف هستند.

● **به نظر شما قرآن با نیازهای بشر امروزی همخوان است و می‌تواند بحران‌های روز او را آرام کند؟**

بله، کاملاً منطبق است. مثلاً دنیای امروز با مسائل عدیده‌ی اخلاقی مواجه است و ما آیات فراوانی برای اصلاح این موارد در قرآن کریم داریم. در قرآن آیاتی هست که چگونه زیستن را بارها به ما متذکر می‌شوند. در کتاب ما، کوچک‌ترین مباحث نیز فرو گذاشته نشده‌اند. یک اتفاق و گره‌ی خاصی در جامعه پند، عبرت، قصص و احکام خاص آن نازل می‌شده است که آن احکام به صورت تفسیری و تأویلی می‌تواند برای مسائل و مشکلات امروزی نیز گره‌گشا باشند. «لارطب و لایابس الا فی کتاب مبین» هیچ خشک و تری نیست در دنیا مگر اینکه در کتاب آسمانی باشد.

از فضاوردی، زیست‌شناسی و تمام علوم تجربی تا علوم غیر تجربی در قرآن وجود دارد. شاید ما نتوانیم که متن آن را کشف کنیم و عاجز باشیم؛ اما، خدا این گونه نیست. خدا عاجز نیست و همه چیز را می‌داند. مثلاً هنگامی که می‌فرماید: «ما آسمان‌ها و زمین را در شش روز آفریدیم». این آیه به شکل استعاری همان مراحل و دوران‌های شکل‌گیری جهان را به ما عرضه می‌کند یا در سوره‌ی دخان بسیاری از مسائل زمین‌شناسی وجود دارد که فقط کشف آن کار ماست. نظریه‌ی هفت طبقه بودن آسمان، آکل و ماکول و چرخه‌ی اکو سیستمی وجود و خیلی موارد دیگر در قرآن آمده است که امروزه بشر به

برنامه‌ریزی اقتصاد خانواده دخل نوزده و خرج بیست

اقتصاد

تهیه و تنظیم: فهیمه مددی



مخارج، رضایت خاطر همه‌ی خانواده را تأمین می‌کرد.

برنامه‌ریزی اقتصادی

دکتر محمود روزبهان استاد اقتصاد دانشگاه شهید بهشتی در تعریف برنامه‌ریزی اقتصادی می‌گوید: به مجموعه‌ای از تصمیمات آگاهانه و ارادی، به منظور جهت دادن و کنترل تغییرات متغیرهای کلان اقتصادی، نظیر؛ تولید ملی، مصرف، پس‌انداز، سرمایه‌گذاری، اشتغال، صادرات و واردات و... برای نیل به یک سری هدف‌های از پیش تعیین شده، برنامه‌ریزی اقتصادی می‌گویند.

پس نه تنها برنامه‌ریزی اقتصادی در برنامه‌های کلان لازم است، بلکه ابزاری است برای پاسخ به بسیاری از اهداف واحدهای انفرادی همچون خانوارها و بنگاه‌های تولیدی است.

هدف از برنامه‌ریزی بودجه‌ی خانواده، همانا رسیدن به حد بهینه یا رسیدن به حد متناسب رضایت و یا حد مطلوب از رفاه اقتصادی و اجتماعی در خانواده است.

مراحل برنامه‌ریزی

برنامه‌ریزی بودجه‌ی خانواده دارای مراحل است که عبارتند از:

۱- تعیین هدف

مادرم برای هر کاری برنامه‌ریزی داشت. شاید یکی از دلایل موفقیت پدر در امور مالی هم همین مسئله بود. والا پدر با حقوق کارمندی چطور می‌توانست صاحبخانه شود؟ مادر بی‌آنکه علم اقتصاد خوانده باشد به درستی امور مالی را اداره می‌کرد. وقتی از او می‌پرسیدیم چگونه به این نتیجه مهم رسیده؟ می‌گفت: «هر آدم عاقلی برای انجام هر کاری باید فکر کند و تصمیم بگیرد چگونه می‌تواند از کوتاه‌ترین مسیر و با کمترین امکانات به هدف برسد. و آن چیزی که روشن می‌کند با چه وسیله و روشی به هدف می‌رسیم برنامه است.»

مادر خیلی ساده از اهمیت برنامه‌ریزی اقتصادی خانواده می‌گفت. او به نیازهای نامحدود بشر اشاره می‌کرد که روز به روز در حال تغییر هستند و اگر نیاز ضروری را تشخیص ندهیم هزینه‌های خانواده زیاد می‌شود. و بعد به درآمد ثابت و محدود پدر اشاره می‌کرد که با افزایش قیمت اجناس نمی‌تواند پاسخگوی همه‌ی نیازهای گوناگون خانواده باشد. او این سؤال را مطرح می‌کرد که خب حالا شما بگویید با این درآمد محدود و نیازهای نامحدود، چگونه باید زندگی کرد؟ و خودش پاسخ می‌داد که باید سبک و سنگین کنیم که کدام خواسته و نیاز اولویت بیشتری دارد. مادر با شناختن نیازهای ضروری و غیرضروری بودجه‌ی خانواده را طوری تنظیم می‌کرد که با کمترین هزینه و



با توجه به دو اصل ذکر شده، هر خانواده باید بر اساس اطلاعات به دست آمده از وضع موجود بتواند برای خود برنامه‌ریزی و تنظیم بودجه کند.

موازنه‌ی دخل و خرج خانواده

در بودجه خانواده موازنه‌ی دخل و خرج اهمیت فراوانی دارد. چرا که دیده می‌شود بسیاری از خانواده‌ها در اول هر ماه به محض دریافت درآمد، خرج‌های بیپه‌وده انجام داده و در اواسط ماه با کسری مواجه می‌شوند. و چون کسر بودجه حادث می‌شود ناچار به گرفتن قرض و وام می‌شود که این خود فشاری بر بودجه‌ی خانواده است.

بررسی وضعیت هزینه‌های خانواده

الف: آسانی رشد هزینه‌های خانواده

با توجه به روزانه و ضروری بودن مصرف بعضی کالاها و خدمات و همچنین با توجه به نگرش خانواده و میزان درآمد و چگونگی به دست آوردن آن، معیارهای مصرفی خانواده شکل می‌گیرد. در بعضی خانواده‌ها هر چه راحت‌تر و آسان‌تر، درآمد بیشتر کسب شود، ساده‌تر می‌تواند صرف مخارج غیرضروری شود. هر چقدر مخارج خانواده و هزینه‌های آن به سرعت بالا می‌رود، ولی پایین آوردن مخارج و هزینه‌ها به سختی صورت می‌گیرد.

ب: سختی کاهش هزینه‌ها

مشکل اقتصاد خانواده، بخش هزینه‌های جاری یا عادی است که هر روز تکرار می‌شود. این مخارج سهم عمده‌ای از مخارج خانواده‌های کم درآمد را تشکیل می‌دهد. وقتی هزینه‌های این مخارج به دنبال تورم بالا می‌رود، کاهش این مخارج بسیار سخت می‌شود. در برنامه‌ریزی اقتصادی نیز باید به این نیروهای برهم زننده مانند افزایش قیمت، مقاومت کرد و پیش‌بینی‌های لازم نیز انجام شود.

طبقه‌بندی مخارج خانواده

برای اینکه بتوانیم از فشار افزایش مخارج کم کنیم، باید مخارج خانواده را بر حسب زمان تقسیم کنیم.

اول مخارجی که روزانه تکرار می‌شوند و کوتاه مدت هستند که آنها را با عنوان مخارج جاری می‌شناسیم. مثل خورد و خوراک، ایاب و ذهاب، اجاره، پول آب و برق و...

دوم مخارجی که هر چند ماه یکبار تکرار می‌شوند؛ مخارج میان مدت هستند. مثل مخارج پوشاک، کفش و...

سوم مخارجی که مدت زمانی طول می‌کشد به آن مخارج بلندمدت گویند. مثل مخارج خرید لوازم خانگی، مسکن، خودرو...

که با هر کدام از این مخارج نمی‌توان یکسان برخورد کرد. پس برنامه‌ریزی برای مخارج جاری باید به گونه‌ای باشد که مخارج طولانی مدت امکان‌پذیر شود. هیچ فرمول جادویی که بتواند بودجه‌ای فراهم آورد، وجود ندارد مگر راه صحیح استفاده کردن آن. اصل آن است که باید درست مصرف کرد و آنچه بسیار لازم است را انجام داد و از آنچه که بود و نبود آن تأثیر بسزایی در زندگی ندارد صرف‌نظر کرد.

موارد عدم موازنه در بودجه خانواده

نکته‌ی مهم دیگری که در برنامه‌ریزی اقتصادی خانواده باید به آن توجه شود، مسائل و مشکلات پیش‌بینی نشده‌ای هستند که بودجه‌ی خانواده را به هم می‌ریزند مانند از دست دادن شغل، تخمین زدن امنیت مالی خانواده، بیماری‌های صعب‌الاعلاج، تصادف و... که هر کدام می‌تواند فشار زیادی بر خانواده وارد کند. اگر بخشی از درآمد خود را صرف پس‌انداز برای این روزها کنیم. این فشار کمتر می‌شود. آن وقت باید به فکر نیروی سامان‌دهنده باشیم. به عبارتی در دوره‌ی آرامش به دنبال آموختن حرفه‌ای باشیم که بعدها در تنگناها بتواند آرامشی نسبی به ما بدهد.

۲- جمع‌آوری اطلاعات

۳- پیش‌بینی بودجه‌ی خانواده

۴- ارزشیابی و ارائه‌ی راه‌حل‌های مختلف برای بودجه‌ی خانواده

۵- تجزیه و تحلیل گزینه‌ها و راه‌حل‌ها

۶- ارزشیابی راه‌حل‌ها از نظر هزینه

۷- انتخاب مناسب‌ترین راه حل

۸- اجرای برنامه

تعیین هدف

در مرحله‌ی اول تعیین هدف‌های کلی و جزئی در برنامه‌ی اقتصادی خانواده است. و در هر زمانی مهم‌ترین هدف هر خانواده، سلامت خانواده است. همه می‌خواهند خانواده‌ای سالم داشته باشند. خانواده‌ای که تمام معیارهای سلامت را چون سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و... داشته باشد.

جمع‌آوری اطلاعات

مرحله‌ی دوم برنامه‌ریزی جمع‌آوری داده‌ها و اطلاعات مربوط به بودجه‌ی خانواده است و مهم‌ترین کار در این مرحله یادداشت تمام هزینه‌ها و درآمد خانواده و پس از آن جمع هزینه‌های روزانه هفتگی و ماهیانه است که امکان تحلیل و بررسی هزینه‌های انجام شده را فراهم می‌کند. در این مرحله است که متوجه می‌شویم بالاترین رقم مربوط به کدام هزینه‌هاست و کدام هزینه‌ها ضروری و حیاتی هستند. در این مرحله با توجه به اطلاعات ثبت شده می‌توانیم بفهمیم چه هزینه‌ای در کجا، بی‌جهت مصرف شده و ما چگونه می‌توانیم در آینده از خرج آن جلوگیری کنیم. در مرحله‌ی دوم است که نسبت درآمد و مخارج تعیین می‌شود. اگر مخارج ما بیشتر از درآمد است باید از مخارج خود کم کنیم. اگر درآمد کم است فکری به حال افزایش درآمد بکنیم و بین دخل و خرج خانواده یک تعادل به وجود آوریم. اگر اضافه درآمدی هم هست، در حساب مخصوصی برای رسیدن به اهداف بالاتر پس‌انداز کنیم.

مثل معروفی هست که می‌گوید: «پول نگهدارش را می‌شناسد و پیش آدم ولخرج نمی‌ماند.» با حساب و کتاب می‌توان از ولخرجی‌ها جلوگیری کرد.

یکی دیگر از محاسن یادداشت حساب‌ها این است که با سند و مدرک می‌توان اعضای خانواده را قانع کرد که کجا ولخرجی شده و کجا هزینه‌های زیادی پرداخت شده است.

پیش‌بینی بودجه خانواده

الف: اصول بودجه خانواده

هر بودجه خانواده دارای یک اصول است. ۱- اصل تعادل بودجه: یعنی درآمدهای خانواده و مخارج خانواده با هم موازنه داشته باشند. اگر هزینه‌ها بیشتر از درآمدها باشند با کسر بودجه روبه‌رو می‌شویم و اگر درآمد بیشتر باشد، مازاد بودجه داریم.

در بودجه‌ی خانواده نیز باید کاری کرد که نه تنها با کسری مواجه نشود، بلکه پس‌انداز نیز به وجود آید.

۲- اصل تخصیص بودجه:

مشخص شود چه بخشی از بودجه صرف کدام نیاز خانواده شود. و وجه هر خرج لازمی باید در ابتدا جدا شود و صرف کار دیگری نشود.

ب: اصل کار آمد بودن بودجه

باید بودجه‌ی خانواده به گونه‌ای تنظیم شود که با کمترین هزینه و مخارج بیشتر، بازده بالایی را به دست آوریم.

از یک سو بعضی هزینه‌ها را به کمترین میزان برسانیم و از طرف دیگر، بیشترین بازده و سود را به دست آوریم.





مردم سوریه و رفرا دوم ریاست جمهوری آنها به رئیس جوانشان اعتماد کردند



هر چند در دل دولت حزب بعث هم کودتاهایی به وقوع پیوست از جمله کودتای ۱۹۶۶ که طی آن دولت امین الحافظ سقوط کرد و در دولت جدید افسر جوانی به نام حافظ اسد وزیر دفاع شد.

وزیر دفاع جدید سوریه روز به روز به دامنه نفوذ و قدرت خود افزود تا این که در سال ۱۹۷۰ دولت نورالدین العطاسی را سرنگون کرد، اسد با برگزاری یک همه پرسی برای یک دوره ۷ ساله به عنوان رئیس جمهور و رئیس حزب بعث برگزیده شد، دوره‌ای که تا ۳۰ سال بعد هم ادامه پیدا کرد.

حافظ اسد با تشکیل یک دولت اقتدارگرا بحران‌های فراوانی را پشت سر گذاشت که شاید مهم‌ترین آنها جنگ اکتبر ۱۹۷۳ بود، جنگی که به صورت ناگهانی و با همکاری مصر علیه اسرائیل شروع شد تا بلندی‌های جولان که شش سال پیش از آن و در جریان جنگ شش روزه ۱۹۶۷ به اشغال اسرائیل در آمده بود بازپس گرفته شود، ولی نه تنها با شکست مواجه شد که این بلندی‌ها تا به امروز هم در اشغال باقی مانده است.

با آغاز جنگ داخلی لبنان، ارتش سوریه در این کشور مستقر شد و حضور ارتش سوریه در لبنان ۳۰ سال ادامه پیدا کرد، حضوری که اگر ماجرای ترور حریری نخست‌وزیر لبنان و فشار کشورهای غربی نبود شاید تا به امروز هم در لبنان حضور داشت.

جریان جانشینی

در دهه نود و پیش از آن بود که حافظ اسد به فکر تعیین جانشین برای خود افتاد. او به همین منظور پسر ارشدش یعنی بادل اسد را برگزید، بادل هم وارد ارتش شد و پس از ارتقاء در سیستم نظامی در نهایت به عنوان فرمانده لشکر

حدود ۱۲ میلیون نفر از مردم سوریه صندوق‌های رأی حاضر شدند و در مقابل دو گزینه سبز به معنی «آری» و خاکستری به معنی «نه» مواجه شدند، اینجا بود که باید در رفرا دوم می شرکت می کردند و برای انتخاب شدن و یا نشدن بشار اسد برای یک دوره هفت ساله دیگر به عنوان رئیس جمهور تصمیم می گرفتند. تصمیمی که در نهایت منجر به ابقای هفت ساله دیگر بشار اسد در پست ریاست جمهوری و ادامه حیات سیاسی خاندان اسد خواهد شد، دوره‌ای که تا کنون قریب به ۳۷ سال ادامه داشته است.

رفرا دوم در حالی صورت گرفت که سوریه در یکی از حساس‌ترین دوره‌های تاریخی خود قرار دارد، حساسیتی که مطمئناً کمتر از حساسیت دوره اکتبر ۱۹۷۳ و اتفاقات پس از آن نیست، با این پیش فرض است که مردم سوریه ترجیح دادند تا همچنان به رئیس جمهور جوان خود اعتماد کنند و منتظر حوادث آینده باشند.

خاندان اسد

پس از این که سوریه در سال ۱۹۴۶ از فرانسه جدا شده و استقلال یافت، در فاصله یک دوره ده ساله شاهد روی کار آمدن ۲۰ دولت بود، دولتهایی که ثبات چندانی نداشتند و همین مسئله باعث شد تا احساسات ملی‌گرایانه و سوسیالیستی در این دهه به اوج برسد، همین مسئله باعث شد تا در فاصله سال‌های ۱۹۵۸ تا ۱۹۶۳ این کشور با مصر تحت رهبری جمال عبدالناصر یک اتحادیه به نام جمهوری متحد عربی تشکیل بدهند اما پایان کار جمهوری متحد در سال ۱۹۶۳ و زمانی بود که کودتای نظامی حزب بعث به سرانجام رسید و این حزب تمام امور کشور را در دست گرفت.



سوریه از لبنان، خروج عبدالخلیم خدام معاون حافظ و بشار اسد از سوریه و پناهندگی خدام به فرانسه و ایراد اتهاماتی به دولت سوریه، فشار مضاعف آمریکا و تحریم‌های همه جانبه این کشور علیه سوریه و موارد دیگر مسائلی بود که بشار با آنها دست به گریبان بود.

بشار اسد به هر روی برای یک دوره هفت ساله دیگر برگزیده شد تا همچنان با مشکلات پیش روی خود و مردمش دست و پنجه نرم کند، کشوری که در معادلات منطقه‌ای و فرا منطقه‌ای نقش چشمگیری داشته و دارد و در سال‌های اخیر از سوی آمریکا و هم پیمانانش سعی شده این نقش کم‌رنگ‌تر و کم‌رنگ‌تر شود.



مسلح ارتش سوریه معرفی شد تا به این ترتیب خاندان با نفوذ اسد همچنان بر ادامه نفوذ سیاسی خود امیدوار باشند.

خاندان اسد که از علویان سوریه هستند در کل ۱۲ درصد جمعیت سوریه را تشکیل می‌دهند، ولی از سال ۱۹۶۳ که کودتای حزب بعث به سرانجام رسید در سلسله مراتب کشوری و لشگری این کشور رشد کرده و صاحب نفوذ گسترده‌ای شده‌اند.

مرگ باسل اسد در یک تصادف رانندگی در سال ۱۹۹۴ ناگهان همه معادلات قبلی را بر هم زد و چاره‌ای نبود جز این که برادر کوچک‌تر او یعنی بشار از لندن فراخوانده شود.

بشار اسد که متولد سال ۱۹۶۵ است در آن زمان در لندن مشغول گذراندن دوره تخصصی چشم پزشکی بود، این حادثه باعث شد تا او به سوریه برگردد و برای طی کردن مراحل لازم آماده شود.

بشار اسد وارد آکادمی نظامی در حمص واقع در شمال دمشق شد و مدارج شرقی را یکی پس از دیگری طی کرد تا این که در ژانویه ۱۹۹۹ با کسب درجه سرهنگی عنوان برادرش یعنی فرماندهی لشکر مسلح ارتش سوریه را از آن خود کرد.

این واقعه در زمان مناسبی به وقوع پیوست چرا که یکسال بعد و در سال ۲۰۰۰ حافظ اسد درگذشت، پارلمان به سرعت بشار اسد را به عنوان رهبر حزب بعث سوریه برگزید و موضوع ریاست جمهوری او را به همه‌پرسی گذاشت تا در این انتخابات بشار اسد جوان با ۹۷ درصد آرا به عنوان رئیس جمهور برگزیده شود، هر چند پارلمان سوریه برای اسد جوان به نوعی تخفیف هم قائل شد، چرا که سن برگزیده شدن رئیس جمهور در قانون ۴۰ سال عنوان شده بود، در حالی که بشار در آن تاریخ ۳۴ ساله بود و با یک تغییر کوچک در قانون که به تصویب پارلمان رسید این امر ریاست جمهوری شخصی از خاندان اسد - محقق شد.

افق پیش‌رو

بشار اسد در دوره هفت ساله اول ریاست جمهوری خود اما حوادث فراوانی را پشت سر گذاشت که اگر مردان و دولتمردان کهنه کار و هم‌زمان پدرش نبودند شاید به آسانی کمر هر دولتی خم می‌شد.

ترور رفیق حریری و اتهام دولت‌های غربی به سوریه و پس از آن خروج ارتش



تلاش مشکوک

برای درگیری فرقه‌ای



تنها شانزده ماه از انفجار در حرم مطهر امامین کاظمین گذشته بود که این بار صبح چهارشنبه ۲۳ خرداد ماه در دو انفجار پیاپی دو گلدسته باقی مانده حرم مطهر نیز فرو ریختند تا موجی از اعتراض شیعیان بر پا شود.

صبح سامرا را صدای مهیب انفجاری بر هم زد، انفجاری که منجر به فرو ریختن یکی از گلدسته‌های طلایی این مکان مقدس شد و هفت دقیقه بعد بر اثر انفجار بعدی گلدسته دوم هم فرو ریخت.

این چنین بود که بار دیگر دست کسانی که قصد بر هم زدن آرامش را داشتند به کار افتاد. تمام مقامات ایرانی و عراقی به محکومیت این اتفاق پرداختند و به شدت آن را محکوم کردند.

این تنها حادثه آن روز یا روزهای بعد در عراق نبود، چرا که این حملات به سایر اماکن مقدس شیعی مانند مسجد «عشره مبشره» در بصره نیز سرایت کرد. از سوی دیگر عناصر افراطی ۹ مسجد اهل تسنن در بابل و بصره و همچنین بارگاه «طلحه بن عبیدالله» را ویران کردند تا کار برای یک دوره ناآرامی و فتنه انگیزی جدید مهیا شود.

در پی این اقدام بود که فراکسیون صدر در پارلمان عراق از این پارلمان

کناره‌گیری کرد و اعضای ۳۰ نفره آن اعلام کردند تا زمان بازسازی اماکن مذهبی اهل تسنن و تشیع و برقراری آرامش در پارلمان شرکت نخواهند کرد.

رایان کروکر، سفیر آمریکا و ژنرال دیوید پترائوس، فرمانده نیروهای ائتلاف در عراق هم در بیانیه‌ای مشترک اعلام کردند: «ما حمله شیطانی صبح امروز به حرم عسگری در سامرا را شدیداً محکوم می‌کنیم».

در این بیانیه این اقدام به نیروهای القاعده نسبت داده شده و هدف از آن هم ایجاد اختلاف و درگیری فرقه‌ای میان مردم عنوان شده بود، موضوعی که در گفت‌وگوی تلفنی بوش و نوری المالکی پس از این انفجار مطرح شد، در این گفتگو بوش با محکوم کردن این بمب‌گذاری در اظهار نظری جالب توجه مسئولیت انفجار را متوجه القاعده دانست و با استنباط از وضع موجود و ناامنی در عراق بر باقی ماندن نیروهای آمریکایی در عراق تأکید کرد، گفته‌ای که شک کارشناسان در خصوص تلاش آمریکا بر ناامنی جلوه دادن عراق و سعی در تشدید

ترکیه در برزخ ارتش و اسلامگرایان

● لیلا باقری اصل



صحنه سیاسی ترکیه، در سه ماه گذشته، صحنه رویارویی دو گروه بوده است، گروه اول ژنرال‌ها و طرفداران سکولاریسم و گروه دوم حزب عدالت و توسعه و جریان اسلام‌گرای این کشور.

این رویارویی هر چند در نگاه اول نابرابر نشان می‌دهد و حکایت از این دارد که به احتمال زیاد مانند قضایای ۵ دهه اخیر باز هم ارتش

پیروز خواهد شد، اما به دلیل برخی دگرگونی‌ها در ساخت سیاسی ترکیه، اینبار قضیه بسیار متفاوت‌تر از دفعات پیش خواهد بود.

با نزدیک شدن به پایان دوره ریاست جمهوری «احمد نجات سزر» گمانه‌زنی‌ها برای انتخاب و نامزد شدن ریاست جمهوری جدید آغاز شد، در فروردین ماه بود که «رجب طیب اردوغان» رهبر حزب عدالت و توسعه اعلام کرد که قصد دارد پست نخست‌وزیری ترکیه را ترک کرده و در انتخابات ریاست جمهوری این کشور شرکت کند، تصمیمی که با واکنش شدید و منفی ارتش و احزاب سکولار مواجه شد و ژنرال یاشار بویوک‌نیت در واکنش به آن در آوریل ۲۰۰۷ عنوان کرد: «رئیس‌جمهور ترکیه باید نه تنها در حرف بلکه در عمل معتقد و پایبند به سکولاریسم بماند».

و این یعنی این که اردوغان باید پا پس بکشد یا منتظر سرنگونی دولتش توسط ارتش ترکیه باشد، همان گونه که در سال ۱۹۹۶ ارتش، دولت اسلامی ترکیه را ساقط کرد.

پس از آن بود که عبدالله گل وزیر خارجه و متحد قدیمی اردوغان وارد گود شد و خود را به عنوان تنها نامزد پست ریاست جمهوری معرفی کرد.

طرفداران سکولاریسم و طرفداران جریان اسلام‌گرا هر دو به صورت جداگانه تظاهراتی را در مخالفت یا موافقت با این تصمیم برگزار کردند، هر آن بیم کودتای ارتش می‌رفت چرا که کودتای ارتش و سقوط دولت‌های منتخب در سال‌های ۱۹۶۰، ۱۹۷۰، ۱۹۸۰ و ۱۹۹۶ مسیوق به سابقه بود، آن هم در کشوری که خود را وامدار آتاتورک و سکولاریته می‌داند.

اما چیزی که مانع از این اقدام ارتش می‌شد فشارهای اتحادیه اروپا و آمریکا بود، ترکیه که از مدت‌ها پیش متقاضی عضویت در اتحادیه اروپاست برای این عضویت باید پایبند یکسری مسائل سیاسی و اقتصادی باشد که از آن میان می‌توان به مسئله دموکراسی اشاره کرد.

شاید به خاطر همین مسئله بود که ارتش ترکیه اقدامی عملی را پایه ریزی نکرد و تنها به خط و نشان کشیدن اکتفا کرد.

به هر روی عبدالله گل در پارلمان ترکیه حاضر شد و برای پذیرفته شدن به عنوان رئیس‌جمهوری باید حمایت ۳۶۷ عضو پارلمان یعنی دو سوم را به دست می‌آورد، که تنها ده رأی برای ریاست جمهوری کم آورد.

این نتیجه برای نظامیان بسیار سنگین آمد، به همین خاطر بود که در میانه اردیبهشت دادگاه قانون اساسی ترکیه دور اول انتخابات را باطل اعلام کرد، چرا که در غیر این صورت عبدالله گل به دور دوم راه پیدا می‌کرد و در آن مرحله امکان داشت که آن کسری ده رأی هم جبران می‌شد.

مسئله سیاسی ترکیه در مرحله بغرنجی قرار داشت، انحلال پارلمان و یا انحلال دولت هر آن امکان داشت، شاید به همین خاطر بود که دادگاه قانون اساسی ترکیه در نهایت در اواخر اردیبهشت رأی بر برگزاری انتخابات سراسری مردمی برای انتخاب ریاست جمهوری داد، انتخاباتی که در اواخر تیر ماه برگزار خواهد شد و سرنوشت سیاسی ترکیه را رقم خواهد زد.

ترس سکولارها در مقطع فعلی از نفوذ اسلامگرایان به این خاطرات است که آنها فکر می‌کنند مشی و روش تا حدودی معتدله آنها در حال حاضر به این خاطر است که یک رئیس‌جمهور سکولار یا معتقد به سکولاریته بر آنها اشراف دارد و در صورتی که هر دو نهاد نخست‌وزیری و ریاست جمهوری و شاید هم پارلمان در اختیاط آنها قرار بگیرد. آن وقت است که باید رویاهای آتاتورک را بر باد رفته دید.



واین بار، القاعده در لبنان

سرقت به ظاهر ساده یک بانک

یک سرقت مسلحانه به ظاهر ساده، ۲۰ ماه می ۲۰۰۷ در طرابلس شهر آرامی در شهر لبنان باعث شد که نه تنها طرابلس بلکه لبنان و کشورهای همسایه درگیر موضوعی شوند که از همان سرقت مسلحانه به ظاهر ساده یک بانک شروع شد. سارقان بانک توانستند ۱۲۵ هزار دلار از بانک به سرقت ببرند، در پی این اقدام بود که نیروهای امنیتی لبنان به تعقیب آنها پرداختند، این تعقیب تا ورودی اردوگاه نهرالبارد که اردوگاهی متعلق به آوارگان فلسطینی است ادامه داشت و همین جا بود که نیروهای لبنانی در عین شگفتی با حجم انبوهی از آتش مواجه شدند و در همان لحظات اولیه ۱۲ نفر از سربازان ارتش لبنان کشته شدند. اینجا بود که ارتش لبنان متوجه این قضیه شد که ماجرا یک ماجرای عادی نیست.

از همین روز بود که نام گروه «فتح الاسلام» بر سر زبانها افتاد. گروهی که یک گروه سلفی شناخته می‌شود و درگیری این گروه و ارتش لبنان آغاز شد، درگیری‌هایی که منجر به کشته شدن تعدادی از نیروهای طرفین شد. پناه گرفتن گروه فتح الاسلام در اردوگاه و پس از آن گسترش دادن درگیری‌ها به اردوگاه عین‌الحلوه که ۷۰ هزار آواره را در خود پناه داده باعث نگرانی‌هایی در میان کشورهای منطقه شد، به همین خاطر فلسطینیان از ترس کشیده شدن جنگ به دیگر اردوگاه‌ها، گروه‌هایی را با عنوان «نیروهای جداکننده» تشکیل دادند و جنبش فتح هم ۱۵۰ نیروی خود را در منطقه نهرالبارد مستقر کرد تا مانع گسترش درگیری‌ها شود.

اما گروه فتح الاسلام که در ابتدا هر گونه ارتباط خود را با القاعده انکار کرد چیست و چگونه تشکیل شد؟

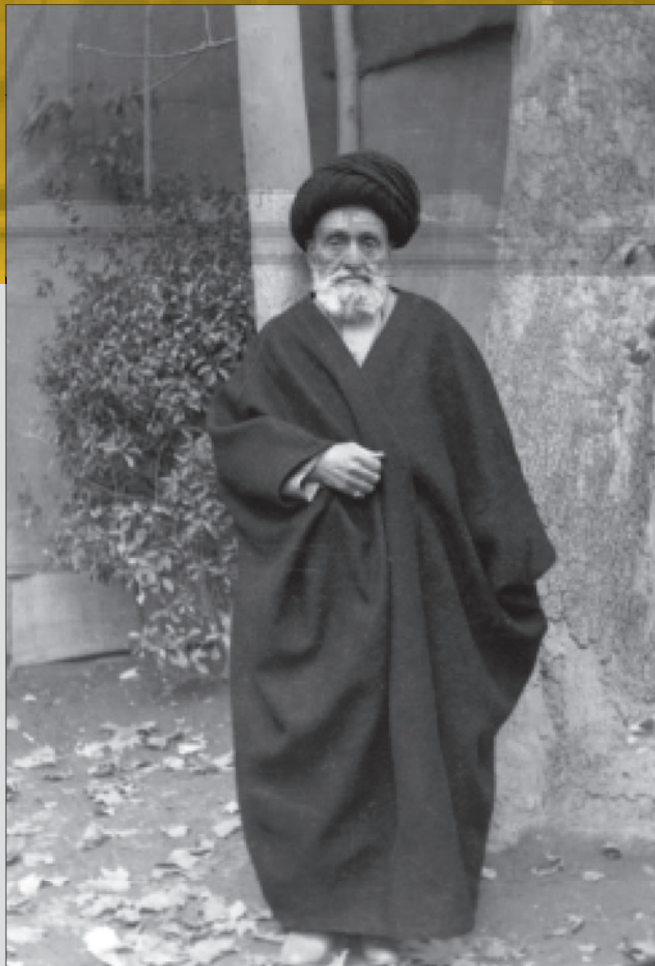
این گروه در نوامبر سال ۲۰۰۶ جدایی خود را از گروه «فتح‌الانتفاضه» اعلام کرد. گروهی که جزئی از سازمان القاعده در سرزمین شام به شمار می‌آید. رهبری گروه فتح الاسلام را هم شاکرالعیسی به عهده دارد شاکرالعیسی در سال ۲۰۰۲ در یک دادگاه اردنی به جرم قتل یک دیپلمات آمریکایی به اعدام محکوم شد او به گروه «فتح‌الانتفاضه» که یک گروه مخالف جنبش فتح است پیوست تا این که جریان انشعاب پیش آمد.

العیسی با کمک حدود ۲۰۰ مبارز از کشورهای مختلف عربی گروه فتح الاسلام را تشکیل داد و حوادث اخیر لبنان را به وجود آورد. در جریان درگیری‌های اخیر لبنان نواری ویدیویی از العیسی منتشر شد که در آن هدف از درگیری‌های اخیر کشتن آمریکایی‌ها، یهودیان و هم پیمانانشان عنوان شده بود.

مقاومت گروه اما دیری نپایید و با هجوم ارتش لبنان و همکاری جنبش فتح و برخی دیگر از گروه‌های فلسطینی با دستگیری و کشته شدن عمده نیروهای این گروه، عملاً غائله پایان یافته تلقی می‌شود، غائله‌ای که به گفته نیروهای امنیتی قصد آن گسترش نا آرامی‌ها به سمت جنوب لبنان بوده است.



قیام سی تیر به رهبری آیت الله کاشانی قیام برای اتحاد



اعلامیه‌ی ایشان آمده بود: «حمد قوام، عنصری که در دامان دیکتاتوری و استبداد پرورش یافته و تاریخ حیات سیاسی او پر از خیانت و ظلم و جور است و بارها امتحان خود را داده و دادگاه ملی حکم مرگ و قطع حیات سیاسی او را صادر کرده است، برای چندمین بار بر مسند خدمتکاران واقعی گماشته‌اند. احمد قوام باید بداند در سرزمینی که مردم رنج‌دهی آن پس از سال‌ها رنج و تعب، شانه از زیر بار دیکتاتوری کشیده‌اند، نباید رسماً اختناق افکار و عقاید را اعلام و مردم را به اعدام دسته جمعی تهدید نماید. بر عموم برادران مسلمان من لازم است که در این راه جهاد اکبر، کمر همت بر بسته و برای آخرین مرتبه به صاحبان سیاست استعمار ثابت کنند که تلاش آنها در به دست آوردن قدرت و سیطره‌ی گذشته محال است.»

در حالی که دکتر مصدق به احمد آباد محل اقامت خود رفته و سکوت اختیار کرده بود، آیت الله کاشانی با صدور این اعلامیه مردم را به حرکت در آورد. روز بعد یعنی ۲۹ تیر ماه ۱۳۳۱ در حالی که کامیون‌های حامل سربازان سراسر خیابان محل سکونت آیت الله کاشانی را اشغال کرده بودند، بنا به دعوت ایشان خبرنگاران خارجی و داخلی و نمایندگان احزاب و گروه‌ها دسته دسته به دیدار ایشان شتافتند.

آیت الله در پاسخ یکی از خبرنگاران که پرسید: «اگر قوام نرود حضرت آیت الله چه تصمیمی می‌گیرند» با یک حرکت شدید روی صندلی دو زانو نشست و فرمود: «به خدای لایزال اگر قوام نرود اعلام جهاد می‌کنم و خودم کفن پوشیده با ملت در پیکار شرکت می‌نمایم.»

پس از این موضع‌گیری قاطع، در سیام تیر، بازار تعطیل شد و مردم به خیابان‌ها ریختند و خواستار سرنگونی قوام شدند. به دستور قوام مردم به گلوله بسته شدند و عده‌ای به شهادت رسیدند.

سرلشگر وثوق که فرماندهی ژاندارمری را بر عهده داشت مردم کفن‌پوش را که از طرف کرمانشاه و همدان و قزوین به طرف تهران می‌آمدند در کاروانسرای سنگی به گلوله بست و از حرکت آنها جلوگیری کرد.

دیدار نماینده‌ی شاه با آیت الله کاشانی

شاه درصدد برآمد تا با تطمیع آیت الله کاشانی او را وادار به سکوت کند. به همین خاطر روز ۲۸ تیر حسین علاء وزیر دربار را به خانه‌ی آیت الله فرستاد تا وی را به هر بهانه‌ای وادار به سکوت کند، و از ادامه‌ی مبارزه باز دارد. در ملاقاتی که بین کاشانی و حسین علاء انجام گرفت رهبر مذهبی مردم با اطلاع کامل از جریان با لحن تندى به وزیر دربار گفت: «به علیحضرت بگویند که اگر بی‌درنگ دکتر مصدق بر سر کار یاز نگرند (کاشانی) شخصا به خیابان خواهد رفت و مبارزه‌ی مردم را مستقیماً متوجه دربار خواهد کرد.»

پس از وزیر دربار حسن ارسنجانی کارگزار قوام السلطنه به خانه‌ی ایشان رفت و از سوی قوام پیام برد که جناب اشرف انتخاب شش وزیر را در اختیار حضرت آیت الله می‌گذارند و در برابر، تنها تقاضای خودداری از برانگیختن مردم را دارند. آیت الله کاشانی، ارسنجانی را نیز همچون علاء با پاسخی کوبنده و گزنده بیرون راند و روز بعد نامه‌ی زیر را به وزیر دربار نوشت:

دولت دکتر محمد مصدق در ۲۹ اردیبهشت سال ۱۳۳۱، براساس یک تصویب‌نامه‌ی غیر قانونی، دستور توقف انتخابات مجلس هفدهم را صادر کرد. در حالی که فقط هشتاد نفر از ۱۳۶ نماینده انتخاب شده بودند.

آیت الله کاشانی تذکرات دوستانه‌ای راجع به این موضوع به دکتر مصدق داد که وی اعتنایی نکرد. در طول سیزده ماهی که مصدق بر سر کار بود انتخابات برگزار نشد و این خود مقدمه‌ای برای وقوع حادثه‌ی سی تیر شد. مکمل اقدام فوق استعفای ناگهانی و غافلگیر کننده‌ی نخست‌وزیر بود.

پس از اثبات حقانیت ایران در دادگاه لاهه در خصوص ملی شدن صنعت نفت، دولت مصدق بر تمامی مشکلات داخلی و خارجی با همراهی مردم و رهبری آیت الله کاشانی فائق آمد و علی‌رغم همه‌ی مشکلات اقتصادی، آیت الله کاشانی مردم را همراه و همگام دولت نگاه داشت. مصدق که خواستار عهده‌دار شدن وزارت جنگ بود، به دنبال مخالفت شاه با خواسته‌ی وی، بدون اطلاع به آیت الله کاشانی و دیگر مبارزان، در هفته‌ی آخر تیر ماه ۱۳۳۱، استعفای خود را تسلیم شاه کرد و شاه بی‌درنگ فرمان نخست‌وزیری قوام السلطنه را صادر کرد.

آیت الله کاشانی و مردم ایران زمانی از جریان امر آگاه شدند که قوام با اعلامیه‌ی شدیداللحنی آزادی‌های سیاسی را محدود کرد و با ارباب و تهدید مردم، مراکز حساس شهر را به اشغال نیروهای نظامی در آورد. آیت الله کاشانی به مخالفت شدید با قوام برخاست و با صدور اعلامیه‌ای مردم را به مبارزه تشویق کرد. در



پس از اثبات حقانیت ایران در دادگاه لاهه در خصوص ملی شدن صنعت نفت، دولت مصدق بر تمامی مشکلات داخلی و خارجی با همراهی مردم و رهبری آیت‌الله کاشانی فائق آمد و علی‌رغم همه‌ی مشکلات اقتصادی، آیت‌الله کاشانی مردم را همراه و همگام دولت نگاه داشت.

«جناب آقای علاء دام‌ظله، عرض می‌شود دیروز بعد از شما ارسنجانی از جانب قوام‌السلطنه آمد و گفت به شرط سکوت، قوام انتخاب شش وزیرش را در اختیار من می‌گذارد.

همان‌طور که حضوری عرض کردم به عرض اعلیحضرت برسانید؛ اگر در بازگشت دولت مصدق تا فردا اقدام نفرمایید دهانه‌ی تیز انقلاب را با جلوداری شخص خودم متوجه دربار خواهیم کرد. در انتظار اقدامات مجدانه‌ی شما. والسلام. سیدابوالقاسم کاشانی.»

سرانجام در اثر مبارزه‌ی دل‌ورانه‌ی مردم که به ندای پیشوای مذهبی و رهبران سیاسی خود پاسخ مثبت گفته و به خیابان‌ها ریخته و سینه‌های خویش را در برابر گلوله‌های شاه و قوام سپر کرده بودند و با تهدید و اتمام حجت بی‌سابقه‌ی آیت‌الله کاشانی، مقاومت دربار در هم شکست و شاه سرانجام با تلخی به بر کناری قوام‌السلطنه تن در داد و مصدق، با فداکاری مردم مسلمان به رهبری روحانیت بار دیگر پیروز و سربلند در حالی که سمت وزارت جنگ را نیز به دست آورده بود بر مسند نخست‌وزیری جای گرفت و سرلشکر وثوق را به عنوان معاون وزارت جنگ به همکاری خویش برگزید. انتصاب نامبرده که در کشتار مردم نقش اصلی را بر عهده داشت با عکس‌العمل آیت‌الله کاشانی مواجه شد، و ایشان در یک‌نامه‌ی خصوصی به مصدق، زیان به همکاری برگزیدن این‌گونه افراد را که حقا بایستی محاکمه و مجازات می‌شدند یادآور گردید. اما مصدق در کمال ناباوری یک هفته بعد از واقعه‌ی ۳۰ تیر در روز ۶ مرداد ۱۳۳۱ در پاسخ آیت‌الله کاشانی نامه‌ی زیر را فرستاد:

«به عرض می‌رساند:

مرقومه‌ی محترمه شرف وصول ارزانی داد. نمی‌دانم در انتخاب آقای سرلشکر وثوق و یا آقای دکتر اخوی که بدون حقوق برای خدمتگزاری حاضر شده‌اند و همچنین آقای نصرت‌الله امینی که از فعال‌ترین اعضای نخست‌وزیر هستند، حضرت‌عالی چه عیب و نقصی مشاهده فرمودید که مورد اعتراض واقع شده‌اند. بنده صراحتاً عرض می‌کنم که اکنون در امور اصلاحی عملی نشده و اوضاع سابق مطلقاً تغییر ننموده است و چنانچه بخواهند اصلاحاتی بشود، باید از مداخله در امور مدتی خودداری فرمایند. خاصه این که اصلاحاتی ممکن نیست، مگر این که متصدی مطلقاً در کار خود آزاد باشد. اگر با این رویه موافقت بنده هم افتخار خدمتگزاری را خواهم داشت...»

خلاصه این که بعد از پیروزی بزرگ ملت مسلمان ایران در به تصویب رسانیدن قانون ملی شدن صنعت نفت و کسب پیروزی باورنکردنی و بزرگی که بی‌گمان بدون رهبری روحانیت و فتاوی مراجع تقلید حاصل نمی‌شد، متأسفانه با برخورد ناشایست دکتر محمد مصدق با روحانیت و کنار گذاشتن ایشان از امور، نهایتاً وی نتوانست بیش از یکسال به حکومت ملی خود، ادامه دهد و سرانجام با کودتای خونین آمریکایی ۲۸ مرداد ۱۳۳۲، دولت وی سرنگون شد.

منبع: کتاب روزها و رویدادها

اما داستان صعود جدید، داستان دیگری است. این بار یک قله‌ی بالای ۶۰۰۰ متر لازم بود و در این میان قله‌ی «آیلند پیک» انتخاب شد؛ قله‌ای یخی به ارتفاع ۶۱۸۹ متر واقع در رشته کوه‌های هیمالیا در کشور نپال.

از گروه انبوه صعود کنندگان قبلی، پس از سه مرحله اردو در نهایت ۹ نفر برگزیده شدند و حالا می‌رسیم به داستان صعود که از زبان مهندس سلیم آبادی، سر مربی تیم اعزامی در مراسم تجلیل بیان شد.

داستان یک صعود به دلیل محدودیت در اعزام نیرو مجبور شدیم دست به گزینش بزنیم. پس از آن هم در بحث تغذیه از آقای طاهری، مسئول تغذیه تیم‌های ملی کوهنوردی و در بحث پزشکی و بهداشتی از دکتر بیاتانی که از نخبه‌های پزشکی و پزشک صعود اورست بوده‌اند، کمک گرفتیم.

به کاتماندو که وارد شدیم، یک روز برای تکمیل وسایلمان توقف کردیم و در نهایت یک برنامه‌ی ۱۹ روزه که یکی دو روز آن برای هم هوایی و یکی دو روز هم برای پیش‌بینی بدی آب و هوا در نظر گرفته بودیم، کار صعود را شروع کردیم. در طول مسیر بیس کمپ‌هایی برای هم هوایی در نظر گرفته شد؛ چون تا پیش از این، عزیزان با ارتفاع بیش از ۶ هزار متر آشنا نبودند.

سرما حداکثر از صفر شروع می‌شد و به ۱۵- درجه هم می‌رسید؛ به صورتی که لباس‌های بچه‌ها برفک می‌زد و چون اکثر اعضای تیم قطع عضو بودند، پروتزهایی که استفاده می‌کردند مانند قالب یخ شده بود.

مسیر به صورت روزی هفت هشت ساعت راهپیمایی در حال طی شدن بود. در این میان تلویزیون نپال اعلام کرد که برای اولین بار یک تیم این چینی از ایران قصد صعود به آیلندپیک را دارد، نه تنها گروه‌های کوهنوردی خارجی که حتی شریاهاپی که در سال ۴ بار صعود به اورست را داشتند هم نسبت به این قضیه مردد بودند؛ آن هم صعودی که پیش از ما دو گروه حرفه‌ای و سالم ژاپنی و آمریکایی در انجام آن شکست خورده بودند.

در مسیر تا ۴ هزار متری معمولاً بعد از ظهرها هوا بد می‌شد و از ۴ هزار متر به بالا معمولاً برف می‌آمد، ولی گروه به کار خود ادامه می‌داد و در طول مسیر چندین قله‌ی بالای ۵ هزار متری فتح شدند. اینجاست که سلیم آبادی ناگهان دغدغه‌های آن روزهایش را رو می‌کند؛ حالا که کار به انجام رسیده:

«تا این جای کار دو هفته گذشته بود، وضعیت هوا چندان مطلوب نبود و این موضوع تنها در جمع گروه مربیان به بحث گذاشته می‌شد. ما نمی‌خواستیم حتی یک تارموا از سر دوستان جانباز کم شود و حتی اورست هم در مقابل سلامت عزیزان ارزشی نداشت. دو روز صبر کردیم و بالاخره تصمیم گرفتیم ساعت ۱۲ نیمه شب حمله را شروع کنیم. ما در بیس کمپ و در ارتفاع ۵۲۰۰ متری قرار داشتیم و تا قله هزار متر فاصله بود. در طول این مدت ما روزانه ۵۰۰ متر ارتفاع زیاد می‌کردیم، ولی در شب آخر ناچار بودیم که ناگهان ۱۰۰۰ متر ارتفاع زیاد کنیم.

از ارتفاع ۵۸۰۰ متری مسیر صخره‌ای شد و ما عملاً در ۶۰۰ متر آخر باید یک لایه یخ را پشت سر می‌گذاشتیم. بعد از اینکه بچه‌ها نماز صبح را خواندند در ساعت ۶ صبح که به تدریج هوا در حال روشن شدن بود به یخچال رسیدیم. یخچال شکل ثابتی نداشت و باید از معبری به طول ۴۰ سانتی‌متر در یک سالن که شکاف‌های کناری آن حداقل ۵۰ تا ۶۰ متر عمق داشت عبور می‌کردیم.

۱۲۰ متر دیواره‌ی یخی با شیب ۷۰ تا ۷۵ درجه مقابل ما قرار داشت که دوستان تا قبل از آن این شیب را تجربه نکرده بودند. با کمک طناب این مسیر را هم پشت سر گذاشتیم و روی خطالرأس رسیدیم که تا قله شیب ملایمی داشت.

به این ترتیب قله زیر پاهای جانبازانی قرار گرفت که بزرگی هیمالیا را هم به سخره گرفته بودند، چرا که پیش از آن کارهایی بزرگ‌تر از این نیز انجام داده بودند، ولی این پایان کار نبود!

البته مسیر برگشت دست کمی از رفت نداشت و سختی‌های خودش را داشت، روز آخر در کاتماندو پایتخت نپال، گواهینامه‌ی صعود به ما اهداء شد و مسئولان نپالی از انعکاس رسانه‌ای این صعود گفتند و اینکه می‌خواهند از آن یک تبلیغ جهانی کنند.

هر چند در این ۲۰ روز فشار روانی زیادی به ما وارد شد، ولی به دوستان گفتم که مطمئن باشید که استرس دوستان ما در ایران کمتر از ما نیست.»

هدف، اورست

سلیم آبادی در پایان گزارش صعود، برنامه‌ی آینده گروه را هم این گونه اعلام می‌کند:



مسیری برای شکفتن دگ جهان

آیلند پیک، پومری، اورست

جواد حسینی نصر

چراغ‌های سالن که خاموش شد، فیلم به نمایش در آمد. همه جا سپید و روشن؛ سپیدی یخ چشم را می‌زد و در این میانه، گروهی ۱۲ نفری را می‌دید که در حال پیچیدن مسیری هستند.

این شاید یک فیلم مستند از یک برنامه‌ی صعود گروهی باشد که برای خیلی‌ها جاذبه‌ای نداشته باشد، ولی کار وقتی نفس گیر می‌شود که بدانی این گروه، گروه جانبازان و ایثارگران کشورمان هستند که حالا با هیمالیا به نبرد برخاسته‌اند و هم‌اورد می‌طلبند.

سکوت، سالن اجتماعات هتل هویزه را فرا گرفته است. شیب تند مسیر و وضعیت جوی آن نفس را در سینه‌ها حبس کرده و هیچ‌کس هم به این نکته توجه ندارد که صعود انجام شده است و حالا برای تقدیر از این جمع ۱۲ نفره است که گرد هم آمده‌اند.

چراغ‌ها روشن می‌شوند؛ فیلم تمام شده است و آن ۱۲ نفر درست روبه‌رویمان نشست‌اند.

داستان از صعود به آرات شروع شد، قله‌ای که بچه‌های جانباز و ایثارگران آن را فتح کردند. بعد نوبت به قله ۵۸۹۰ متری کلیمانجارو رسید که آن هم سال پیش فتح شد و درست در همین مکان، یعنی سالن اجتماعات هتل هویزه از صعود کنندگان به کلیمانجارو تقدیر شد.

نه تنها گروه‌های کوهنوردی خارجی که حتی شریک‌هایی که در سال ۴ بار صعود به اورست را داشتند هم نسبت به این قضیه مردد بودند؛ آن هم صعودی که پیش از ما دو گروه حرفه‌ای و سالم ژاپنی و آمریکایی در انجام آن شکست خورده بودند.

دیگر در خصوص اورست و صعود آن توسط جانبازان تردید داشتیم، ولی امسال مطمئنیم که سال آینده، همین جا، یعنی در سالن اجتماعات هتل هویزه در جشن صعود به قله‌ی ۷۲۵۰ متری پومری حضور خواهیم داشت و ۲ تا ۳ سال بعد در جشن

گفت‌وگو با دکتر بیاتانی پزشک تیم مامی توانیم

صعود امسال نسبت به صعودهای قبلی چه تفاوت‌هایی داشت؟
- هم ارتفاع بالاتر بود و هم کار تخصصی‌تر می‌شد. ما امسال مسیری مرکب از سنگ و یخ، کوهنوردی، صعود با طناب و حرکت روی تیغه‌ها را در پیش داشتیم.

شرایط جسمی بچه‌ها که مانعی برای صعود نبود؟
- با توجه به برنامه‌ی بچه‌ها ۲ هفته بالای ۴ هزار متر و یک هفته بالای ۵ هزار متر بودند که این آمادگی بدنی آنها را بالا برده بود.
و درباره‌ی هدف نهایی گروه، یعنی صعود به اورست چه نظری دارید؟ فکر می‌کنید که این کار شدنی است؟

- حداقل ۲ سال زمان می‌برد، امسال یکی دو اردو برگزار می‌کنیم و به امید خدا سال آینده، قله‌ی ۷۲۵۰ متری پومری که به دختر اورست معروف است را فتح خواهیم کرد؛ قله‌ای که فوق‌العاده فنی است و ۲۲۰۰ متر مسیر یخ و سنگ دارد، در حالی که «ایلند پیک» تنها ۲۰۰ متر مسیر یخ و سنگ داشت.

مسئله خاصی در طول سفر بود که بارزتر از همه بوده باشد؟
- یک مسئله که به آن اشاره نشد این بود که فیلمبردار گروه یعنی آقای صادق صادقی رکورد صعود فیلمبردار را که ۵۴۰۰ متر بود شکست و اکنون رکورد ۶۲۰۰ در اختیار ایشان است.

«برنامه» نهایی ما صعود به اورست است. ما از ارتفاع‌های ۵ و ۶ هزار متری عبور کرده‌ایم و برنامه‌ی بعدی ما یک صعود ۷ هزار متری است که ما قله‌ی پومری را پیش‌بینی کرده‌ایم. عبور از یک هفت هزار متری فنی مانند پومری باعث می‌شود که صعود اورست بسیار راحت‌تر باشد؛ چون اکثر مسیرهای اورست از پومری آسان‌تر است.»

بعد از گزارش سفر است که زنگ و ضرب مرشد دل‌ها را گرم‌تر می‌کند و همین وقت است که دکتر دهقان، رئیس بنیاد شهید و امور ایثارگران به جمع مسئولان وارد می‌شود و در پایان مراسم از تک‌تک اعضاء تقدیر می‌شود.

پایان مراسم همراه است با خداحافظی اعضای گروه از یکدیگر؛ هر کدام باید به شهرشان برگردند و استراحتی کوتاه بکنند، هر چند از همان روز برنامه‌ریزی‌ها برای پومری آغاز می‌شود. غلامرضا قنبری جانباز ۳۰ درصد و اعضای گروه، دم رفتن هم صحبت ما می‌شود. او که قصد بازگشت به چهارمحال بختیاری را دارد درباره‌ی صعود می‌گوید:

«خیلی عالی و خوب بود؛ تجربه بسیار خوبی بود، به خصوص که تیم فنی بسیار هماهنگ و با تجربه‌ای در زمینه‌ی هیمالیا نوردی در کنار ما قرار داشت. همین باعث شد تا مسائل فنی زیادی را یاد بگیریم.»

او درباره‌ی امکان صعود گروه به اورست می‌گوید:
«توانایی بچه‌ها نشان داد که قادر به انجام این کار هستند، ولی با توجه به بالا رفتن سن بچه‌ها این صعود باید در ۲ تا ۳ سال آینده انجام شود.»
قنبری در حالی که کوله‌اش را به دوش انداخته و قصد خروج از سالن را دارد، در پاسخ به آخرین سؤالمان که چه خاطره‌ای از این صعود در ذهنش باقی مانده، می‌گوید:

«ارزشش را داشت و خیلی خوشحالم.»

آنها عزمشان را برای بام هیمالیا و دنیا جزم کرده‌اند. پارسال شاید من و خیلی‌های



ورزش به قدمت تاریخ

شنا در ایران و جهان

○ مجتبی نظری

جهان کسب شد. علاوه بر شنا، رشته‌های هم خانواده‌ی آن مانند واترپلو و شیرجه هم در این سال‌ها رشد نسبی داشته‌اند؛ به صورتی که تیم واترپلو کشورمان در بازی‌های آسیایی دوحه، چهارم و در مسابقات کاپ‌فینا به مقام سومی رسید. در دو سه سال اخیر با رقابت سنگین جوانانی مانند محمد علیرضایی، سهیل آشتیانی، پاشا وحدتی‌راد، شاهین برادران، حمیدرضا میرز، محمد بیداریان، امین نوشادی و... رکوردهای ملی در مواد مختلف رشته‌ی شنا یکی پس از دیگری شکسته شده تا جایی که در یکی از آخرین مسابقات کشوری در ۱۵ اردیبهشت، در مسافت کوتاه ۹ رکورد جدید ملی به دست آمد و ۱۱ رکورد ملی رده‌های سنی شکسته شد.

شاخه‌های رشته‌ی شنا

رشته‌ی شنا در چند ماده‌ی مختلف مانند کراول سینه، کراول پشت، پروانه، قورباغه و شنای نمایشی برگزار می‌شود که هر رشته، مسافت‌های مختلفی را شامل می‌شود.

شنای آزاد: ۵۰ متر، ۱۰۰ متر، ۲۰۰ متر، ۴۰۰ متر، ۸۰۰ متر، ۱۵۰۰ متر، ۴×۱۰۰ متر و ۴×۲۰۰ متر
کراول پشت: ۵۰ متر، ۱۰۰ متر، ۲۰۰ متر
پروانه: ۵۰ متر، ۱۰۰ متر، ۲۰۰ متر
قورباغه: ۵۰ متر، ۱۰۰ متر، ۲۰۰ متر

علاوه بر رشته‌های مذکور، مواد امدادی مانند ۴×۱۰۰ متر، ۴×۱۰۰ متر آزاد یا مختلط تیمی و انفرادی و ۲۰۰ متر و ۴۰۰ متر مختلط انفرادی هم از رشته‌های دیگر شنا محسوب می‌شوند.

شنا کردن و رشته‌ی ورزشی شنا به عنوان یک همراه همیشگی بشر از زمان آفرینش بشر با او همراه بوده است و به نوعی، زاده‌ی احتیاج بشر برای عبور از رودخانه‌ها یا شکار و هنگام فرار بوده است.

اما از اوایل قرن بیستم بود که شنا ماهیت خود را به عنوان یک ورزش به دست آورد؛ ورزشی که استانداردها و قوانینی خاص خودش را داشت و مواد گوناگونی برای آن تعریف شد.

ورود رشته‌ی ورزشی شنا به ایران عملاً مصادف بود با ورود مهندسان انگلیسی شرکت نفت؛ این مهندسان اولین استخر شنای استاندارد ایران را در مسجد سلیمان ساختند و از آن بهره‌برداری کردند.

اولین استخر شنای ۵۰ متری تهران هم در سال ۱۳۱۹ در ورزشگاه امجدیه (شهید شپردی فعلی) ساخته شد.

اما متأسفانه حاصل کار شناگران کشورمان در این رشته‌ی مدال‌آور در دنیا تقریباً در حد صفر بوده است، حتی در مسابقات آسیایی ۱۳۵۳ تهران که کشورمان میزبان مسابقات بود، تیم کشورمان به هیچ مدالی دست نیافت.

ناکام ماندن ایران در کسب مدال آسیایی و بین‌المللی از رشته‌ی شنا در پیش و پس از انقلاب موجب شد تا تلاش شناگران و دست‌اندرکاران این رشته‌ی ورزشی در نهایت در سال ۱۳۷۳ منجر به کسب اولین مدال بین‌المللی این رشته شود. در این سال مهدی خبازیان توانست به اولین مدال بین‌المللی تاریخ شنا در مسابقات «آسیا پاسیفیک» دست یابد.

با این مدال عملاً با این تفکر که ایران هیچ‌گاه قادر نخواهد بود که در مسابقات بین‌المللی به مدال دست پیدا کند از بین رفته بود و نسل جدیدی از شناگران جوان به این عرصه وارد شدند و در نهایت اولین مدال طلای تاریخ‌شناسی کشورمان هم در اردیبهشت ۸۴ توسط پاشا وحدتی در مسابقات دانش‌آموزان



حکایت دل را به دریا زدن

جدا از همه بحث‌ها وضعیت شنا شیرجه و واترپولی ایران در آسیا و جهان، بزرگ‌ترین مشکل اهالی آب و استخر همان نبود. اصلی‌ترین ابزار کاری آنها یعنی استخر است. مرادی رئیس فدراسیون شنا در گزارشی که ارائه کرده بود سرانه استخرها در ایران را ۰/۰۳ متر مربع عنوان کرده بود، در حالی که استانداردهای جهانی این سرانه در حدود ۱/۵ متر مربع است.

با این اوضاع و احوال است که می‌بینیم شناگران، شیرجه رودها و تیم‌های واترپولی کشورمان عملاً با دست خالی به مصاف حریفان آسیایی خود می‌روند و فاصله و شکاف بین خود و رقیبان آسیایی سال به سال در حال کاستن است. اهمیت هزینه کردن برای این رشته در صورتی که روسای ورزش کشور اعم از سازمان تربیت بدنی و کمیته ملی المپیک سودای اصلاح رتبه ایران در بازی‌های آسیایی، جهانی و المپیک هستند بسیار مهم و حائز اهمیت، این مسئله هنگامی بیشتر به چشم می‌آید که بدانیم «مایکل فلیس» شناگر آمریکایی به تنهایی در المپیک آتن توانست ۸ مدال در رشته شنا کسب کند، یعنی بسیار بیشتر از کاروان چند ده نفره ایران و کشورهای دیگری از این دست.

از باختن نترسیم

«اگر نگوییم که جز ۳ تیم یا ۴ تیم برتر آسیا هستیم، مطمئناً در دسته ۵ تیم برتر آسیا قرار می‌گیریم، سه دوره نایب قهرمان آسیا، قهرمانی دو سال پیش آسیا و دو دوره مقام چهارمی آسیا در دوحه و پوسان خود گواه این مسئله است.»

این‌ها را هادی بیک رئیس کمیته واترپولی کشورمان می‌گوید و اضافه می‌کند: «راه پیشرفت وجود دارد ولی با یک برنامه‌ریزی ۵ - ۴ ساله که در آن مسئله مالی حرف اول را می‌زند، در ابتدای سال معمولاً از سازمان و کمیته ملی المپیک نامه می‌زنند که برای پیشرفت چه برنامه‌هایی دارید، ما هم برنامه‌هایمان را ارائه می‌کنیم ولی هیچ خبری نمی‌شود، ما هم مشکل فضای فیزیکی مانند استخر استاندارد داریم و هم مشکل برای اعزام‌ها و جذب مربیان خارجی، این در حالی است که هیچ کدام از هیئت‌های استان‌های ما استخر استاندارد ندارند.»

او به برنامه‌ریزی حریفان اشاره می‌کند و احتمال جا ماندن ما از آنها در صورت ادامه این وضعیت: «زاین و چین هر کدام فقط سالانه ۵ میلیون دلار برای لیگ جهانی تدارک می‌بینند و در حضور ده تیم قدرتمند جهان محک می‌خورند، آنها

حتی از باخت‌های ۱ - ۲۰ و یا ۰ - ۱۵ هم هراس ندارند چرا که این فاصله‌ها با تجربه‌اندوزی بازیکنانشان جبران می‌شود.»

با همه این حرف‌ها او ناامید نیست و می‌گوید: «میانگین سنی بچه‌های ما ۲۱ سال است و توانستیم مقام سوم کاپ فیفا را کسب کنیم و در صورت حمایت مالی تا چند سال آینده اول یا دوم آسیا خواهیم بود.»

حکایت دیرینه ورزش بانوان

اما حکایت ورزش بانوان یک حکایت قدیمی است، هر چند شنای بانوان قدمتی ۲۷ - ۲۶ ساله دارد ولی بانوان در بخش شیرجه و واترپلو تنها دو سال و آن هم از زمان نایب رئیسی فاطمه سلامی در فدراسیون است که وارد گود شده‌اند. خانم سلامی، رکوردهای دختران ایرانی در سطح آسیا را مورد قبول و حتی در حد کسب مدال در سطح آسیا می‌داند.

مهم‌ترین مانع برای کسب مدال بین‌المللی در بخش بانوان مسئله مشخص نبودن وضعیت اعزام بانوان است که خانم سلامی در خصوص آن می‌گوید: «خیلی دوست داریم که کار اعزام به نتیجه برسد، نظر مسئولان سازمان، کمیته ملی المپیک و رئیس فدراسیون هم در این خصوص مساعد است ولی باید پوششی برای بانوان طراحی شود که مسائل اسلامی در آن لحاظ شده باشد.»

به همین خاطر است که شرکت شناگران زن ایرانی در رشته شنا به مسابقات کشوری و مسابقات کشورهای اسلامی محدود شده است، نایب رئیس فدراسیون شنا در خصوص اقدام عملی برای طراحی این پوشش می‌گوید: «متأسفانه این کار هنوز انجام نشده و باید با طراحان در این خصوص ارتباط برقرار کنیم.»

سلامی مانند همه مسئولان از نداشتن استخر اختصاصی برای بانوان به عنوان مهم‌ترین مشکل این رشته نام می‌برد و در خصوص وضعیت شیرجه و واترپلو بانوان می‌گوید: «ما دو سال است که مسابقات قهرمانی کشور این رشته‌ها را برگزار می‌کنیم که خودم از وجود این همه استعداد شگفت‌زده شدیم و اگر به این رشته‌ها توجه شود تا دو سه سال آینده در سطح آسیا حرفی برای گفتن خواهیم داشت.»

با همه این وجود چه در بخش بانوان و چه آقایان رشته‌های آبی در حال نزدیک شدن به عنوان‌های آسیایی هستند، عنوان‌هایی که حتی در صورت کسب آنها باز تا سطح جهانی فاصله بسیار است.



تلاش در وقت اضافه



گفت و گو با غلامحسین صاحبکار
جراح و متخصص چشم
نسترن زلف خانی

می خوانید.
• تخصص گرفتن در رشته‌ی پزشکی برایتان سخت تر بود یا تأسیس کارخانه؟

باید اقرار کنم آنقدر که برای تأسیس این کارخانه زحمت کشیدم و سختی دیدم برای تخصص گرفتنم نکشیدم. نه اینکه سخت نباشد. آن هم سختی‌ها و زحمت خودش را داشت، ولی کار تولید واقعا سخت است و بیشتر روند اداری آن آدم را اذیت می‌کند.

• چه وسایلی تولید می‌کنید؟

وسایل پزشکی که در چشم پزشکی مصرف دارد. اولین وسیله‌ای که ساختم پدهای چشمی بود. وقتی می‌دیدم این وسیله با هزینه زیادی از خارج وارد ایران می‌شود شروع به کار کردم و موفق شدم این وسیله را بسازم و بعد هم وسایل دیگری از قبیل معرف‌های فلورسین، آمپول تریپان بلو، انواع‌شان چشمی و ...

• در چه سالی کارخانه را راه‌اندازی کردید و آیا این وسایل به خارج از کشور هم صادر می‌شود؟

بله علاوه بر تأمین بازار داخلی به خارج از کشور هم صادر می‌شود. من به کارهای پژوهش و تحقیقی علاقه‌ی زیادی دارم. دوران دانشجویی هم سرپرستی یک گروه تحقیقی را عهده‌دار بودم. سال ۷۴ این کارخانه را با کلی زحمت و دوندگی‌های زیادی راه‌اندازی کردم و در حال حاضر چند کارگر در آن مشغول به کار هستند و به نوعی ایجاد شغل هم کرده است.

• آقای دکتر صاحبکار، صحبت از دوندگی و پی‌گیری کارهای اداری شد. به تنهایی این کارها را انجام دادید؟ با توجه به شرایط شما یعنی نداشتن هر دو پا انجام این کارها به تنهایی سخت نبود؟

البته دوستان ما را تنها نمی‌گذاشتند، ولی چون خودم مسئول بودم باید اکثر کارهایش را خودم انجام می‌دادم. من با همین شرایط درس خواندم. به هر حال نظر و لطف خداوند است. حالا که مانده‌ایم باید از لحظه لحظه‌ی زندگی‌مان استفاده کنیم.

• چطور پاهایت بهشتی شدند؟

در منطقه‌ی چزابه در سال ۱۳۶۱ رفتم روی مین و هر دو پایم از بالای زانو

کار می‌کنید؟ درس هم می‌خوانید؟ مجبورید خودتان خرجتان را در بیاورید؟ کارهای خانه هم به عهده خودتان است؟ حتما کلاس ورزش هم می‌روید؟ یا نه وقت ندارید؟ مطالعه آزاد چطور؟ یعنی مطالعه در زمینه کاری یا رشته تحصیلی‌تان؟ وقت آن را هم ندارید؟ خدا و کیلی وقتی خانه می‌رسید چقدر غر می‌زنید؟

شاید هم از آن دسته آدم‌هایی هستید که خیلی فعالیت از این کار لذت هم می‌برید چون به هر حال هم در آمد دارد هم جایگاه اجتماعی و شهرت. قرار است گفت و گویمان را با فردی بخوانید که نه تنها تنبل نیست، بلکه برای تمام فعالیت‌هایش فقط یک انگیزه دارد که آن هم رضایت خداوند است. چیزی که خیلی از ما آن را فراموش کردیم یا گاه‌به‌گاه اجازه ورودش را به ذهنمان می‌دهیم.

غلامحسین صاحبکار متولد ۱۳۴۱ تخصص و جراحی چشم را در سال ۷۶ گرفته است. مدیرعامل شرکت توس نگاه هم هست.

دکتر صاحبکار در کارخانه‌ی خود وسایل چشم پزشکی تولید می‌کند. ایشان در ورزش شنا هم مهارت دارد. و یک بار هم مدال گرفته است.

یک کار خیلی مهم هم که در شرایط خاص انجام داده این است که در سال ۱۳۶۸ با کمک بنیاد خراسان، مرکز تحقیقات درمان جانبازان نخاعی را در خراسان تأسیس کرده است و مدت ۲ سال هم مسئول آنجا بوده.

بگذریم از ریز فعالیت‌های آموزشی و علمی و اجرایی ایشان. گفت و گویمان را با جناب دکتر صاحبکار که متواضعانه وقتشان را در اختیارمان قرار دادند

ببینید من رضای خداوند را می‌خواهم. رضایت او از همه چیز برایم مهم‌تر است. من زنده هستم و توانایی انجام کار دارم. بنابراین باید از آن به نحو احسن استفاده کنم. تا مورد رضایت و خشنودی خداوند باشد. این چیز عجیبی نیست.



قورباغه مدال نقره گرفتید. شنار کی شروع کردید؟
سی‌ودو ساله بودم. با آنکه خیلی برای شروع این ورزش، جوان نبودم ولی احساس کردم برایم لازم است. من تمریناتم را در شرایط خیلی سختی انجام می‌دادم. به طوری که گاهی قلبم به شدت درد می‌گرفت، چون باید به کارهای علمی و طبابت هم می‌رسیدم ولی بالاخره موفق شدم که در این رشته مهارت پیدا کنم. الان هم به این ورزش می‌پردازم.

○ طبابت کردن، مدیریت کردن یک کارخانه، تمرینات ورزشی به طور دائم، مطالعه و تحقیق این‌ها شما را خسته نمی‌کند؟

نه من فکر می‌کنم باید بیشتر از این‌ها تلاش کنم. هنوز وقت‌های اضافی‌ای دارم که باید برای آن هم فکر می‌کنم. این‌ها همه انجام وظیفه است. من مسئول هستم. همه‌ی ما در قبال سلامتی و عمری که خداوند به ما داده مسئول هستیم.

○ دوست دارید با چه نامی شما را یاد کنند؟ ایثارگر، جانباز، محقق، مخترع، ورزشکار یا پزشک؟

قبل از هر چیز بگویم که من خودم را ایثارگر نمی‌دانم. چرا که فکر می‌کنم ایثار معنی خاصی دارد. ایثار کاری خارج از حد و توان انسان است. در صورتی که من در حد انجام وظیفه و مسئولیت‌م کاری انجام دادم. همین.

○ در جایی به این اشاره کردید که

هنوز زمان‌های اضافی دارید که می‌خواهید برایش برنامه‌ریزی کنید. شما با این حجم کاری که انجام می‌دهید چرا فکر می‌کنید کاری نکردید؟

ببینید من رضای خداوند را می‌خواهم. رضایت او از همه چیز برایم مهم‌تر است. من زنده هستم و توانایی انجام کار دارم. بنابراین باید از آن به نحو احسن استفاده کنم. تا مورد رضایت و خشنودی خداوند باشد. این چیز عجیبی نیست.

○ در این دوره و زمانه شاید کمی عجیب باشد. بگذریم از کسانی که از وقتشان استفاده نمی‌کنند و فقط روزگار می‌گذرانند. آنهایی هم که از صبح تا شب فعالیت می‌کنند بیشتر به در آمد و شهرت فکر می‌کنند که البته نیاز طبیعی است. شما چه طور؟

- شاید ما در شرایط و جوی بودیم که رضایت خداوند از همه چیز برایمان مهم‌تر بود و حالا هم همین‌طور فکر می‌کنیم. چیزهایی که به آن اشاره کردید یعنی درآمد و شهرت در اثر فعالیت خود به خود پیش می‌آید نیازی نیست دنبال آن بدوی. مهم این است که به این فکر کنی در قبال هر نفسی که می‌کشی و هر لحظه‌ای که از خداوند عمر گرفته‌ای مسئولی.

قطع شد. آن زمان ۲۰ ساله بودم.

○ وقتی متوجه شدید هر دو پایتان را از دست داده‌اید با سن و سال کمی که داشتید به چه فکر می‌کردید؟

وقتی مین منفجر شد، اول چیزی نفهمیدم. افتاده بودم روی زمین، سرم را که بلند کردم دیدم پاهایم قطع شده، شاید باور نکنید ولی انگار همان لحظه، زندگی آینده‌ام مثل یک پرده جلوی چشم‌هایم آمد. از همان موقع متوجه شدم که مسیر زندگی‌ام تغییر کرده و باید در آن مسیر تلاش کنم.

○ یعنی از همان وقت به فکر درس خواندن افتادید؟

آن موقع و حتی همین الان فقط به خدمت کردن و انجام وظیفه فکر می‌کنم. با دیدن وضعیتم می‌دانستم که دیگر نمی‌توانم به منطقه برگردم. بنابراین در مسیر جدید زندگی‌ام باید به بهترین نحو قدم بردارم.

○ چند سال بعد از مجروحیت وارد دانشگاه شدید؟

طبیعتاً مدتی تحت مداوا بودم. بعد شروع به خواندن درس کردم و دقیقاً دو سال بعد از مجروحیتم در دانشگاه قبول شدم یعنی سال ۶۳.

رشته‌ی پزشکی به خصوص در ترم بالاتر به دلیل داشتن دروس عملی نیاز به فعالیت بیشتری دارد. گاهی در یک روز کلاس‌ها در جاهای مختلفی تشکیل می‌شد و من هم مجبور بودم خودم را سریع به کلاس‌ها برسانم.

سال ۷۰ با مدرک پزشکی عمومی فارغ‌التحصیل شدم. سال ۷۶ هم در مورد ناسیونال موفق شدم مدرک تخصصی چشم پزشکی‌ام را بگیرم.

○ این طور که معلوم است در هر رشته‌ای که می‌روید سنگ تمام می‌گذارید. مطلع هستیم که تا حالا دوبار به عضویت تیم ملی شنای جانبازان دعوت شدید و یک سال هم در کشور مالزی در رشته‌ی ۱۰۰ متر

تلاش در
تلاش در تلاش
تلاش در تلاش
تلاش در تلاش
تلاش در تلاش



گزارشی از نمایشگاه بزرگ ایثار

پرواز پایداری در آسمان هنر

● امیر بهادری

مخاطب است. او با ذهنیت خود که از دیدن فضا می‌گیرد با جریان سیال ذهنی خود آزادانه ذهنیتی از دیدن صحنه‌ها می‌گیرد. بی‌آنکه مجبور به دریافت مفهومی خاص باشد.

همگام می‌شویم با آنانی که می‌خواهند ببینند معنای عمیق‌تری از واقعای که سال‌ها پیش اتفاق افتاده که هنوز بیانگر رنج و زخمی است که از ایستادگی و رشادت‌های ماندگار سخن می‌گوید.

«پرواز در طواف» موضوع چیدمان حسن سلطانی است که بسیار جذاب است. رحل کوچکی به صورت دایره در کنار هم گذاشته شده و هنگامی که به مرکز چیدمان رسیده آنها را روی هم قرار داده تا مفهوم پرواز را به مخاطب القا کند. «چیدمان صعود» هادی جمالی نیز حجمی رو به بالا دارد.

اما آنچه تجربه‌ای نو به تو می‌دهد عبور از پل چوبی است که گروه پنج باز ساخته. عبور از پل لغزان که داخل تونل تاریکی برای لحظاتی تو را با سربازانی همراه می‌کند که بارها این حس دلهره و در عین حال زیبا را تجربه کرده‌اند. تاریکی راه شاید در دو سه قدم اول تو را از ادامه راه باز دارد ولی صداها و شاید حس رسیدن به روشنایی تو را به جلو هدایت می‌کند. در پایان راه به روشنایی می‌رسی و نور چشمانت را می‌زند، اما سبزی اثری دیگر تو را مجذوب می‌کند. سربازی بر قسمتی از خاک افتاده است و پشت سرش آسفالت سیاه رنگ و قیرگونه است و اما جایی که او جان داده سرزمینی به رنگ سبز است. در این صحنه، هر چند سرباز بر زمین افتاده ولی پرچم ایران هنوز با تکیه بر بدن او استوار است و روح او نقشی خرمشهر را بالای سر خود گرفته است.

ولی چیدمانی که تو را بیشتر درگیر می‌کند و به تو لذت کشف معانی استعاره را می‌دهد، چیدمان «خاطرات اشیاء گمشده» است کار مهناز پیش‌بخانی و جمشید حقیقت‌شناس که برداشته‌ها و احساس‌های متفاوتی را در یک زمان به تو می‌دهد. چیدمان وسایلی مثل روزنامه، ظرف‌های غذا، بازی منج، لباس‌های

نمایشگاه بزرگ هنر ایثار از سوم تا ۲۴ خرداد، در مجموعه فرهنگی هنری صبا برگزار شد. در این نمایشگاه آثاری متفاوت در حوزه‌های مختلف هنر جدید مانند ویدئوآرت، چیدمان، فتوآرت، دیجیتال آرت و... و نیز نقاشی و عکاسی به نظر بازدیدکنندگان رسید.

در این نمایشگاه آثار هنرمندان برجسته و آنها که سال‌های اولیه انقلاب دوشادوش حوادث آن دوره هنر خود را با خلق تصاویر ماندگار از حماسه‌ها و جوانمردی‌ها به ثبت رسانده‌اند به چشم می‌خورد.

چشم به راه نمایشگاه‌های مفهومی دیگر که جذابیت زیادی برای مردم و به خصوص جوان‌ها دارد با همین موضوعیت در طول سال هستیم

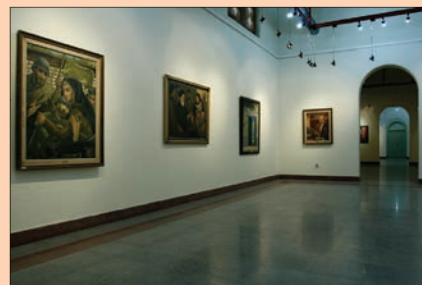
نمایشگاه پرواز - پایداری (هنر جدید)

هر چند به پایان رسید، ولی به نوعی شروع خوبی است. شاید مردم به خصوص نسل جدید سال‌ها منتظر دیدن چنین فضای هنری بودند که آنان را بدون واژه‌های تکراری و کلیشه‌ای به فضایی ببرد که سال‌ها فقط به طور مستقیم دیده و شنیده بودند. فضایی که در عین سخت بودن و دردناک بودن پر از لطافت و زیبایی است.

اولین نمایشگاه مفهومی با موضوعیت ایثار و شهادت با عنوان هنر جدید در مجموعه هنری صبا از سوم خرداد تا ۲۴ خرداد برگزار شد.

این نمایشگاه که شامل وب‌آرت، فتوآرت، چیدمان، ویدئو آرت، دیجیتال آرت و هنر محیطی بود بازدیدکننده‌های بسیاری را در دل خود جای داد.

هر چند هنرمندان شرکت‌کننده در این نمایشگاه اولین بار نیست که در چنین نمایشگاه‌های هنری شرکت می‌کنند، ولی اولین بار است که با موضوعیتی خاص و با یک هدف یعنی ارائه مفهوم مورد نظر در یک جا، به خلق آثارشان می‌پردازند. یکی از ویژگی‌های بسیار مهم این گونه هنر، واگذاری دریافت مفهوم به خود



خاص در راستای هدف برگزار کنندگان در انتخاب اثر و درمقابل کم توجهی به خلاقانه بودن و نو بودن اثر از جمله کاستی‌های این نمایشگاه بود.

نمایشگاه روز نه‌ای به باغ بهشت (نقاشی)

قسمتی دیگر از مجموعه هنری به نمایشگاه نقاشی تعلق داشت. این نمایشگاه با ۱۲۰ اثر از ۶۰ هنرمند نقاش میزبان بازدیدکنندگان خود بود.

این تابلوها که غالباً پرتره شهیدان از جمله قدوسی، رجایی، بهشتی، باهنر، صیاد شیرازی و کاظمی و... را در خود جای دادند. اثر هنرمندانی چون ناصر پلنگی، کاظم چلیپا، مصطفی گودرزی، جواد حمیدی، مرتضی کاتوزیان و... بود.

یکی از تابلوهای زیبا و به نوعی متفاوت، تابلوی کاتوزیان با عنوان «بر مزار شهید» بود. در این نقاشی، سنگ قبر شهیدی است که عکس را با چسب کاغذی به کنار سنگ چسبانده‌اند. کودکی در کنار سنگ نشسته و صورت‌هایی در بالای قبر در حال فریاد زدن هستند که همه‌ی اینها در یک فضای وهم آلود و با کمک گرفتن از رنگ‌های سرد تصویر شده است.

نمایشگاه عکس خرمشهر، حماسه‌ی مقاومت

این نمایشگاه در سه موضوع کلی «خرمشهر پیش از جنگ تحمیلی»، «مقاومت در خرمشهر، اشغال و آزادسازی» و «بازسازی و زندگی پس از جنگ» برگزار شد.

۲۰۰ عکس از ۵ هزار عکس دریافت شده در بالاترین طبقه‌ی مجموعه نگارخانه‌های صبا میزبان نگاه دقیق و موشکافانه‌ی بازدیدکنندگان قرار گرفت.

این عکس‌ها در واقع مربوط به سه مرحله‌ی تاریخی از سرزمینمان درباره‌ی مقاومت روایت نشده و اسناد تصویری از اشغال و آزادسازی خرمشهر قبل از جنگ، دوران جنگ و تاکنون است.

بخشی از این عکس‌ها مربوط به آرشیو روزنامه‌های کیهان، جمهوری اسلامی، اطلاعات و خبرگزاری جمهوری اسلامی و... غیره است که بدون نام جمع‌آوری شده و بخش دیگر مجموعه‌ای است از آثار هنرمندان عکاسی مثل محسن راستانی، آلفرد یعقوب‌زاده، مجتبی آقایی، بهمن جلالی، علی فریدونی، کاوه گلستان، ابوطالب امام، محمد فرنود و ده‌ها هنرمند دیگر.

پشمی، اسلحه‌های کمری و مین‌های بزرگ و کوچک که در ادامه به پلاستیک خونی، لباس پرستاری، سرنگ‌های خونی و بتادین می‌رسد تو را به دلهره‌های جنگ می‌کشاند آن طور که مفاهیم مرگ و زندگی را به تو القا می‌کند.

هر چه می‌خواهیم از شعار گویی و مستقیم گویی دور شویم انگار باز هم نمی‌شود؛ این را عنوان طرح (فداکاری) چیدمان احمد سلیمانی به رخمان می‌کشد و تأثیری را که می‌توانست با حذف اثر بر مخاطب بگذارد کمرنگ‌تر می‌کند. در چیدمان زیبای احمد سلیمانی بر پیکره‌ی انتزاعی فلزهایی سوزنی شکل، به نشانه‌ی درد و رنج در جای جایش فرورفته است.

بر دیوار یکی از گالری‌ها فتوآرت ناصر پلنگی دیده می‌شود. در این اثر مناظری از شهر جنگ‌زده تصویر شده که تازگی نوعی زیباشناسانه را از دستاورد هنر امروز به رخ می‌کشد.

اثر حسین خسروچری نیز با نشان دادن عکس رزمنده شهید با روکشی از رنگ سرخ در کنار نقاش دفاع مقدس و قرار دادن دو لیوان شیشه‌ای با مایعی سرخ و سبز و ضبط صوتی خاک آلود که صدای گفتگوی ۲ نقاش را درباره‌ی شهید تصویر شده پخش می‌کند روی سطح مکعب مستطیل خاکی و خاکستری رنگ، تو را به کشفی جدید از ارتباط بین اشیاء و صدا دعوت می‌کند.

در غرفه‌ای در پای سربازان انارهای بدرقه شده را به نشانه‌ی پاکی و بهشتی بودن این راه می‌بینی.

در «ویدئو اینستالیشن» نازیلا مقدم پلاک کوچه‌هایی که نام شهدا را بر خود دارند، دیوارهای غرفه را پوشانده‌اند و مانیتور انتهای غرفه هم این پلاک‌ها را نشان می‌دهد.

در ویدئو آرت دیگر، نام شهیدان در یک خط افقی نوشته شده که همزمان زمزمه‌هایی هم در کنار آن به گوش می‌رسد.

از بین ۴۰۰ اثر رسیده به دبیرخانه شاهد ۵۰ اثر بعد از چند مرحله داوری بودیم. ولی به قول حسین دهقان، معاون رئیس جمهور و رئیس بنیاد شهید و امور ایثارگران هنوز کار برای انجام دادن زیاد است. ایشان که برای بازدید به نمایشگاه آمده بود در کل نمایشگاه را خوب ارزیابی کرد و گفت: «کارهای قابل‌ی داشتیم، کارهای نسبتاً خوبی هم بودند، اما در قیاس با حقیقت تاریخ این ملت در سطح پایینی قرار داشتند.»

محدود بودن جا و زمان تکمیل و ارائه کار و نیز توجه و تمرکز بر موضوعیت



نگاهی به آثار حسن فتحی در تلویزیون

فتحی

در یک سکانس

محسن فزلی



سریال‌های مختلفی کرد. در یک نگاه به آثار او در تلویزیون می‌توان دید که روند فنی و محتوایی سریال‌هایی که او کارگردانی کرده است، جزو پروژه‌های «الف» یعنی، پروژه‌هایی با بودجه‌های عظیم است و این به سطح و توان بالای نویسندگی و کارگردانی او در حوزه‌ی تصویر باز می‌گردد. در ادامه به نقد و بررسی آثار برجسته‌ی فتحی در حوزه‌ی تلویزیون بپردازیم.

پلان اول: «پهلوانان نمی‌میرند» / شروعی خوب

نمی‌دانم سریال پهلوانان نمی‌میرند را یادتان هست یا نه؟! ولی در یاد من همچنان باقی است. حقیقتاً سریال «پهلوانان نمی‌میرند» در دوره‌ی نمایش خود در تلویزیون، یکی از آثار شاخص و مطرح آن زمان بود. سریال از قصه‌ای محکم برخوردار بود که حضور بازیگرانی بزرگ در آن به روند کار ارزش‌والتری بخشیده بود. او با دستمایه قرار دادن سنت‌های اصیل ایرانی و با ساخت شخصیت‌ها و تیپ‌های مختلف از این افراد، توانسته بود حس واقعیت‌پذیری را در مخاطب تقویت کند. نوع فضا سازی‌ها، طراحی لباس و صحنه، رعایت اصول زیبایی‌شناسی در ساختار تصویر، به خصوص استفاده‌ی درست و منطقی از هنر معماری ایرانی در روند داستان و استفاده از داستانک‌هایی در مسیر کلی ساختمان درام، این مجموعه را یکی از بهترین مجموعه‌های دوره‌ی خود کرده بود. چنان که اگر به گذشته برگردید و از مخاطبان تلویزیونی نظرسنجی کنید، خواهید دید که «پهلوانان نمی‌میرند» و سریال «پدر سالار» در آن سال‌ها همچنان در حافظه‌ی افراد ماندگار است.

پلان دوم: «شب دهم» / یک شاهکار

پروژه‌ی (جریان) سریال سازی به دلیل هزینه‌ی بالا و زمانی که برای تولید آن صرف می‌شود، یکی از مشکل‌ترین پروژه‌های برنامه‌سازی در صدا و سیما است. محتوا و درونمایه‌ی این سریال نیز، اساساً مطابق با اهداف و سیاست‌های آن رسانه، یعنی صدا و سیما تنظیم می‌شود.

در طول ۲۷ سال بعد از انقلاب، تعداد زیادی سریال در شبکه‌های مختلف ساخته شده و به دید مخاطبان رسیده است؛ سریال‌های ضعیف و بی‌مایه که قسمت عمده‌ی تولیدات صدا و سیما را تشکیل می‌داد و می‌دهد و سریال‌های قوی و جدی، با رعایت اصول فنی و تکنیکی که تعداد کمی از تولیدات صدا و سیما را شامل می‌شود. البته این موضوع به درجه‌بندی سریال‌ها و نیز مقدار بودجه‌ای که به آن تخصیص داده می‌شود، بر می‌گردد. در حقیقت رسانه‌ی ملی با این کار مخاطبان خود را با یک شرطی‌سازی در حوزه‌ی تصویر هدایت می‌کند که این شرطی‌سازی، باعث سطحی‌نگری در مخاطبان و افزایش گستره‌ی تماشایی عام به معنای سطح انگارانه‌ی آن است.

در این میان بعضی کارگردانان خوش فکر و به خصوص خوش قلم به رسانه‌ی ملی راه پیدا کردند و شروع به تابوشکنی در حوزه‌ی سریال سازی و تغییرات بنیادین در مسائل فنی، تکنیکی و محتوایی تلویزیون کردند. یکی از این کارگردانان، حسن فتحی است.

حسن فتحی در ابتدای راه منتقدی بود که در مجلات تخصصی سینما می‌نوشت. با گذشت زمان، وارد جریان کار تصویری شد و شروع به ساخت

فتحی بعد از پهلوانان نمی‌میرند سریال خوش ساخت «شب دهم» را در تلویزیون آمادهی نمایش داشت. «شب دهم» سریالی مناسبی بود که ایام محرم از شبکه‌ی اول پخش می‌شد و داستان یک عشق انسانی را روایت می‌کرد که در بستر مذهب، عرف و جامعه رشد پیدا می‌کند و خود را در قالب طغیانی عرفانی - آسمانی در برابر زور و استبداد و خودکامگی نمایان می‌کند. فتحی در این کار از تمام قابلیت‌های خود و گروهی که با آن کار می‌کرد استفاده کرد و مجموعه‌ای ساخت که نه تنها در حد و اندازه‌ی تلویزیون نبود، بلکه می‌توان گفت که از بسیاری از آثاری که آن سال‌ها در سینما ساخته می‌شد نیز بهتر و هنرمندانه بود.

نوع داستان‌پردازی در روایت یک داستان مشخص یعنی رعایت یک خط سیر منطقی به شیوه‌ی فیلم‌های سینمایی در زدودن جزئیات کاذب و مسائلی که از حوصله‌ی مخاطب خارج بود، در روند درام سریال نقش اساسی داشت. رعایت عناصر درام در ساختار فیلمنامه، دیالوگ‌هایی که به شدت قوی، منطقی و پیش‌برنده بودند، نوع روایت نرم و شخصیت‌سازی‌های شاهکار از دیگر ویژگی‌های داستانی این سریال بود. یکی از مهم‌ترین اصولی که این سریال به آن پایبند بود و فتحی به عنوان نویسنده و کارگردان به آن توجه خاصی کرده بود، اصل کلیشه‌شکنی در شخصیت‌سازی‌ها بود. او در این سریال سعی کرده بود تمام تابوها و کلیشه‌هایی که از قشر اجتماعی «جاهل» می‌شناسیم (که داستان روی محور مذهبی و حتی سیاسی بسازد و تا حدود بسیار زیادی هم موفق شده بود. نوع بازی که فتحی از بازیگرانش می‌گیرد، به خصوص بازی به یاد ماندنی حسین یاری و کتایون ریاحی فوق‌العاده است. اما مهم‌ترین موردی که در این سریال وجود داشت، پایان تراژیک آن است که تماشاجی شرطی شده‌ی پایان‌های خوب

سریال‌های تلویزیونی را با یک شوک داستانی روبه‌رو می‌کند و در پایان مخاطب خود را به شدت متأثر، منقلب، اما واقع بین و هوشیار می‌کند. البته موسیقی خوب، همچنین اتمسفر و فضا سازی که القاء کننده‌ی دهه‌های ۲۰ و ۳۰ شمسی است از دیگر ویژگی‌های این اثر فتحی در تلویزیون بود.

پلان سوم: «روشن‌تر از خاموشی» / افول یک موضوع ناب

داستان زندگی ملاصدرا، حکیم و فیلسوف نامی و بزرگ ایران و جهان اسلام سومین سوژه و موضوعی بود که فتحی به سراغ آن رفت و سریال «روشن‌تر از خاموشی» را با فیلمنامه‌ی از خودش کارگردانی کرد.

فتحی در این سریال موضوع و شخصیت مورد نظر خود را با استفاده از داستان پردازش می‌کند؛ یعنی در حقیقت از عنصر خیال در ساخت و پیشبرد شخصیت و سیر زندگی ملاصدرا استفاده می‌کند. در واقع او براساس تخیل خود ملاصدرا را می‌سازد که هیچ سنخیتی با شخصیت تاریخی واقعی آن فیلسوف بزرگ ندارد.

بدتر از آن، سریال آن چنان در ماجرای ملودراماتیک عامه‌گرا فرو می‌رود که امکان شناخت واقعی آن حکیم نامی وجود ندارد. این موضوع یکی از مهم‌ترین ضعف‌های این سریال بود. در حقیقت فیلمساز حق ندارد به اسم جذابیت از فرمول سینمای عامه‌پسند، در روایت زندگی بزرگانی استفاده کند که

اما مهم‌ترین موردی که در این سریال وجود داشت، پایان تراژیک آن است که تماشاجی شرطی شده‌ی پایان‌های خوب سریال‌های تلویزیونی را با یک شوک داستانی روبه‌رو می‌کند و در پایان مخاطب خود را به شدت متأثر، منقلب، اما واقع بین و هوشیار می‌کند.

سرمایه‌های بزرگ فرهنگی و شخصیتی تمدن‌ها هستند. البته سریال ضعیف‌های دیگری هم داشت؛ مثلاً کارگردان نتوانسته بود تصاویری واقعی از آن زمان را برای مخاطب ترسیم کند، فتحی در این کار از ترفند «پرده‌ی آبی» برای بازسازی بعضی نماها استفاده کرده بود که به خاطر فقر فنی و تکنیکی جلوه‌های ویژه در ایران این کار فوق‌العاده سطحی و غیر واقعی شده بود. او هر چند تمام تلاش خود را برای اینکه صحنه‌ها واقعی باشند کرده است، ولی این تلاش در بعضی صحنه‌ها، به خصوص صحنه‌های دربار و جنگ، بی‌فایده و بیهوده بوده است. اما سریال نکات مثبتی هم داشت از جمله: از نظر ساختاری به خوبی توانسته بود خرده داستان‌های

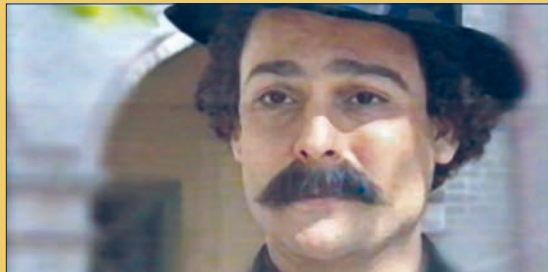
موازی را شکل دهد و پیش ببرد و از دو سو، زندگی ملاصدرا و شاه عباس مسیری را طی کند که باعث گره خوردن آنها در یک زمان و فضای واحد شود. خط و ربط دراماتیک این خرده داستان‌ها در مسیر روایت کم‌کم شکل می‌گرفت و کامل می‌شد. البته استفاده از لهجه‌های مختلف و پیاده کردن درست این لهجه‌ها در بیان بازیگران در روند سریال نقش مهمی داشته است. با این اوصاف این سریال از این جهت که به یکی از عالمان و دانشمندان بزرگ اعصار گذشته پرداخته بود دریایی با ارزشی به حساب می‌آید. اما اگر بر اصول رئالیستی، فنی و تکنیکی مجموعه بیشتر تأکید می‌شد و بودجه‌ای بالا برای این سریال عظیم در نظر گرفته می‌شد، شاید ما شاهد کاری به مراتب بهتر از آن چیزی که مشاهده کردیم، بودیم.

پلان چهارم: «مدار صفر درجه» / انتظارهای رو به نابودی

اما آخرین کار فتحی که هم اکنون در شبکه‌ی اول سیما پخش می‌شود، سریال «مدار صفر درجه» است. داستان سریال که در زمان جنگ جهانی دوم و سال‌های ۱۳۲۰ می‌گذرد، درباره‌ی پسری ایرانی است که از مادری عرب متولد شده و زمانی که برای ادامه‌ی تحصیل به خارج می‌رود با دختری یهودی آشنا می‌شود...

که با گذشت قسمت‌های مختلف شاهد ادامه‌ی داستان خواهیم بود.

با توجه به تبلیغاتی که قبل از پخش سریال با عنوان تیزر شاهد بودیم، در انتظار «شب دهمی» دیگر بودیم اما، با پخش قسمت‌هایی از این سریال، این انتظار ما کم‌کم رنگ باخت، نه از جهت سیر داستان و روند دراماتیک آن، بلکه از بُعد ساختاری و فنی، بعضی پلان‌ها و سکانس‌ها کار دچار آشفتگی‌های تصویری است. البته پرداختن به این موضوع در این مقال نیازمند بحث و جای بیشتر است که وجود ندارد. استفاده از تکنیک دوبله هم در باورپذیری داستان قدری خدشه وارد کرده است. اگر شخصیت‌ها با صدای خودشان صحبت می‌کردند، خیلی بهتر از آن بود که دوبلورها به جای آنها صحبت کنند. مثلاً شهاب حسینی، آتنه فقیه نصیری و رؤیا تیموریان را در سریال در نظر بگیرید. در نظرخواهی از مخاطب خواهید دید که این شخصیت‌ها به خاطر استفاده از صدای خودشان، برای تماشاجی بهتر و باورپذیرترند. البته باید منتظر قسمت‌های بعدی و اتفاقاتی که قرار است در سیر داستان بیفتد، به خصوص قسمت‌هایی که در اروپا تصویربرداری شده، باشیم تا بتوانیم نقدی منسجم‌تر و غنی‌تر درباره‌ی این سریال بنویسیم.





واکاوی مصاحبه‌های تلویزیونی در رسانه ملی

حرف بزن؛ حواش می‌کنم!

○ محسن قزلی

اشاره: یکی از شاخه‌های اصلی ژورنالیسم تصویری مصاحبه است؛ مصاحبه در حقیقت به عنوان یکی از ابزارهای حیاتی برای ژورنالیسم رادیویی و تلویزیونی به کار می‌رود. مصاحبه‌ها در حقیقت به ۲ نوع قابل تفکیک هستند؛ مصاحبه‌های کوتاه خبری که با انگیزه تولید خبر، عمدتاً به پرسیدن یک سؤال از مصاحبه شونده خلاصه می‌شوند مصاحبه‌های غیر خبری که ممکن است شکل گفت‌وگویی یا غیر منجمم به خود بگیرند.

تا اوایل دهه ۷۰ مصاحبه‌ها در فضایی کاملاً رسمی و اداری انجام می‌شد و مصاحبه‌گر با کت و شلوار و سؤالات نوشته شده مصاحبه‌ی خود را انجام می‌داد. این نوع مصاحبه در طول زمان نشان داد که تأثیرگذاری کمی دارد و گستره‌ی اندکی از مخاطبان را در بر می‌گیرد. در این گونه مصاحبه‌ها مصاحبه‌گر و مصاحبه شونده بعضاً دچار خود سانسوری می‌شدند و حق مطلب ادا نمی‌شد، یا برنامه‌سازان دست به گزینش می‌زدند. البته در عصر حاضر هم این ترفندها در تمام رسانه‌های دنیا انجام می‌شود، ولی انجام آن به صورت غیر مستقیم و پنهان است.

با گذشت زمان و استفاده از تکنیک‌های جدید در رسانه‌های خارجی به خصوص شبکه‌های: (NN- NBC- BBC- MBC) صدا و سیما به نوبه‌ی خود وارد عرصه شد و حدوداً از ۸ سال قبل شروع به تولید مصاحبه‌های تلویزیونی با تکنیک مدرن کرد.

استفاده از استودیوهایی با طراحی صحنه‌های جدید، استفاده از چند دوربین و حتی تکنیک دوربین روی دست، تلفیق رنگ‌ها و ایجاد کنتراست بین آن‌ها، نورپردازی‌ها مدرن در صحنه و استفاده از وله‌های تصویری جذاب نمونه‌هایی از تغییر مشیء سازمان در بعد تکنیکی و فنی برای جذابیت بیشتر برنامه‌های زنده بخصوص مصاحبه‌های تلویزیونی به شمار می‌آید.

این گونه خاص از مصاحبه، و پیشرفت‌های تکنیکی، بیشتر در مصاحبه‌های غیر خبری استفاده می‌شود. در مصاحبه‌های خبری به دلیل فضای رسمی، امکان تغییر دکورهای آن چنانی وجود ندارد و سبک و سیاق فنی و تکنیکی از شیوه‌ی



این شیوه‌ی مصاحبه و به چالش کشیدن افراد و فضای حاکم به فوتبال کشورمان برنامه‌ی فوق‌العاده جذابی را شکل داده، البته بعضی مواقع جریان برنامه به سمت جنجال‌سازی نمی‌رود و چه مصاحبه‌گر و چه مصاحبه‌شونده در دام برخورد بد با یکدیگر می‌افتند که این موضوع نقض یکی از اساسی‌ترین اصول مصاحبه یعنی رعایت اخلاق و احترام متقابل است.



اجرای رشیدپور، سؤال‌های بی‌پرده و میمیک همیشه خندان او از نظر مصاحبه‌ای حرفه‌ای، پرداخت تلویزیونی و تلفیق آن با تکنیک خوب برنامه از عوامل اصلی موفقیت این برنامه است.

پخش وله‌ها و کلیپ‌های

تصویری از خوانندگان در بین برنامه و استفاده از شیوه‌های جدید در ساخت این کلیپ‌ها در این نوع برنامه‌سازی تلویزیونی در ایران نادر و شاید بی‌مانند باشد.

در نوع ایجاد ارتباط، این برنامه‌ها با درک صحیح و طراحی مدل ارتباطی ۳ سویه یعنی مصاحبه‌گر، مصاحبه‌شونده و مخاطب توانسته‌اند در حوزه‌ی ارتباطی در رسانه‌ی گروهی‌ای، مانند تلویزیون موفق باشند. برنامه‌هایی که در بالا مورد نقد و بررسی قرار گرفت از موفق‌ترین برنامه‌هایی هستند که در حوزه‌ی مصاحبه‌ی خبری و غیر خبری در رسانه‌ی ملی تولید شده‌اند. نکته قابل ذکر این است که با توجه به استقبال مخاطبان از این نوع برنامه‌سازی، این برنامه‌ها دارای مشکلی عظیم هستند. در حقیقت تمام برنامه‌های ذکر شده تقلید و کپی‌برداری دسته چندی از برنامه‌های شبکه‌های خارجی است و این به نوبه‌ی خود ارزش رسانه‌ای آن را کم می‌کند. در واقع برای موفقیت بیشتر این سبک برنامه‌ها و مصاحبه‌ها باید اصل بومی‌سازی در اجرا، ساختار و تولید برنامه‌ها در نظر گرفته شود. استفاده از المان‌های سنتی، ملی و بومی در طراحی صحنه، اجرایی کاملاً ایرانی و ... می‌تواند زمینه‌ساز این بومی‌سازی در حوزه‌ی مصاحبه‌های زنده و غیر زنده تلویزیونی بخصوص در حوزه‌ی غیرخبری باشد.

البته اگر برنامه‌هایی مانند ۹۰ در حوزه‌ی مسائل سیاسی مانند؛ بررسی پرونده‌های مفاسد اقتصادی انجام شود، رسانه ملی می‌تواند به عنوان یکی از منابع اطلاع‌رسانی، تغییرری بنیادین در نگاه و اندیشه‌ی مردم ایجاد کند و چه بسا که شبکه‌های خارجی هم به تقلید از این برنامه دست به تولید برنامه‌هایی با این سبک و محتوا و ساختار کنند.

سنتی پیروی می‌کند.

در بعد محتوایی و تغییر شیوه‌های مصاحبه این پیشرفت خیلی نمایان تر است. شروع این کار با برنامه‌ی گفت‌وگوی ویژه خبری در صدا و سیما آغاز شد. مجری‌ای مسلط، بر هم زدن فضای رسمی در حوزه‌ی خبر و به چالش کشیدن طرف مقابل با سؤال‌هایی است که ممکن است از قبل طراحی نشده باشد، نمونه‌هایی از ویژگی‌های برنامه‌ی گفت‌وگوی ویژه خبری است. دعوت از چند مصاحبه‌شونده و تماس یا ارتباط مستقیم با بعضی صاحب‌نظران و تلفیق چندین نظر، چه موافق و چه مخالف و حفظ اصلی بی‌طرفی نمونه‌هایی از پیشرفت در بعد محتوایی و تغییر شیوه‌های مصاحبه در این برنامه بوده که توانسته مخاطبان بسیاری را برای این برنامه در پی داشته باشد، به ویژه قشر دانشجو و فرهیخته‌ی جامعه.

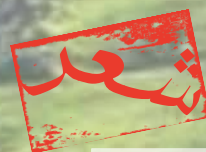
بعد از این برنامه و تحول بزرگی که در حوزه‌ی مصاحبه‌های تلویزیونی در رسانه ملی اتفاق افتاد، تهیه‌کنندگان و کارگردانان تلویزیونی به تکاپو افتادند تا ساختار مصاحبه‌های غیر خبری تلویزیونی را در حوزه‌ی ارتباطی تغییرری بنیادین دهند. بعدها فردوسی‌پور با نمونه قرار دادن برنامه‌های ورزشی شبکه‌های خارجی دست به تولید برنامه‌ی ۹۰ زد. در این برنامه‌ی زنده تلویزیونی او با دعوت از کارشناسان فوتبال، مربیان و بازیکنان و دست‌اندرکاران این رشته‌ی دو ورزشی به بررسی فضای حاکم به فوتبال و اتفاقات آن می‌پرداخت. این شیوه‌ی مصاحبه و به چالش کشیدن افراد و فضای حاکم به فوتبال کشورمان برنامه‌ی فوق‌العاده جذابی را شکل داده، البته بعضی مواقع جریان برنامه به سمت جنجال‌سازی نمی‌رود و چه مصاحبه‌گر و چه مصاحبه‌شونده در دام برخورد بد با یکدیگر می‌افتند که این موضوع نقض یکی از اساسی‌ترین اصول مصاحبه یعنی رعایت اخلاق و احترام متقابل است.

بعدها این شیوه به وسیله‌ی «فرزاد حسینی» در برنامه‌ی جزر و مد و چند نمونه‌ی دیگر اتفاق افتاد. او با استفاده از اصول مصاحبه‌ی نوین و تلفیق روانشناسی مخاطب و مصاحبه‌شونده، مصاحبه‌ای با قابلیت بالای رسانه‌ای در حوزه‌ی ارتباط با مخاطب را در تلویزیون به اجرا گذاشت. در این نوع مصاحبه نباید خلافت حرفه‌ای بودن مصاحبه‌گر را دست کم گرفت. چون بعضاً خود مصاحبه‌گر به دلیل جسارت ذاتی که در او وجود دارد بدون هیچگونه بی‌احترامی و رعایت اصول اخلاقی مصاحبه، مصاحبه‌شونده را با سخنان خود در یک تله‌ی حرفه‌ای و ژورنالی می‌اندازد.

در نقد و بررسی یکی دیگر از برنامه‌های پرمخاطب و پرتیرفداری که در تلویزیون پخش می‌شود می‌توان به صندلی داغ اشاره کرد. یکی از علل اصلی مقبولیت این برنامه اگر چه زنده نیست و برنامه از پیش ضبط شده است، استفاده از بازیگرانی است که قابلیت اجرای قوی‌ای دارند. در قسمت‌های ابتدایی، داریوش کاردان برنامه را اجرا می‌کرد و بعدها این اجرا به احمد نجفی سپرده شد که البته در موفقیت بیشتر برنامه نقش اساسی داشته است. نوع بیان، خنده‌ها و گریه‌های او القاکننده‌ی فضایی بدون هیچگونه مانع ارتباطی بین مصاحبه‌گر، مصاحبه‌شونده و مخاطب است. البته این القاء حس که کمتر مجری‌ای این قابلیت را دارد، در مقبولیت برنامه نقش اساسی را بر عهده داشته است.

عبور شیشه‌ای هم به عنوان یکی از برنامه‌های موفق که طی چند وقت اخیر مورد توجه قرار گرفته، نمونه‌ی خوبی برای تجزیه و تحلیل است. نورپردازی موضعی، استفاده از پس زمینه‌ی سیاه و کنتراست آن با نور محیط و استفاده از تکنیک‌های نوین تصویربرداری در این برنامه در موفقیت آن کم تأثیر نبوده. نوع





○ آواز بخوان، نماز بخوان!

شاد باش برای
ماندگار شدن در این مکان
برای زمان که جایگاه ما را مشخص کرد.
خوش حال باش برای جایگاهت
اما، در این روزگار کوتاه زوال پیدا نکن
که خلیفه، کی خواهد آمد
در جست و جوی وطنی است یا
بقایای ویرانه‌ای؟
وطنم چون شعرم آزاد است،
خانهایم نیز، عشقم نیز
آزاد است.
آواز بخوان،
نماز بخوان،
شاد باش
که جایی برای من
وطن وجود ندارد
ادونیس، شاعر مقاومت سوری
ترجمه مهدی حسینی نژاد

○ حضرت آدم (ع)

گریه می‌کند
نه از روی گناه،
نه از پشیمانی،
و نه از روی اندوه
اما، گریه‌ی شادی
سر می‌دهد
از شکست جهان
پی‌ارزش!
ادونیس

○ سهم

مردی که تار و پود وجودش علاقه شد
محکوم تا به ابد، به اعمال شاقه شد
فهمید قد علم نتوان کرد آن درخت
روزی که ضربه‌های تبر سهم ساقه شد
دیگر دلی نمانده برای وصال عشق،
وقتی عروس آبی دل سی طلاقه شد
دریا به این بزرگی و سهم بزرگ او،
از آبی بزرگ خدا، یک ملاقه شد
با سرزمین سبز خداشان چه کرده‌اند؟
گندید زندگی و نمک بی‌افاقه شد!
محمدرضا پاکزادان

○ تنهایی

تنهایی‌ام
رازی است و
ابرهایی که در فکرم
گل‌آلودند، پایکوبی ماهی که
تحویل سال‌اش ۱۳۰۰ و
لحظه‌ای که تنگ خالی می‌شود
پشت پنجره.

تیترو روزنامه‌ی امروز:
«یک نفر عاشق شده بود»
من و تو که دیگر باطله
شده بودیم،
و شیشه‌ها را پاک
می‌کردیم تا آفتاب
بتابد بر مجسمه‌ی شاعر
در بزرگ‌ترین میدان شهر!
عبدالله عظیم‌پور

○ دریا

دریا هر چه بیشتر آرام باشد،
بیشتر بغض کرده است
پس هر لحظه ممکن است
طوفان شود!

نمی‌خواهم زبان جنوبی را
یاد بگیرم،
تا بفهمم نخل‌ها از چه
چیزهایی با هم
حرف می‌زنند!

آن گاه که
چیزی عاشقانه می‌نویسم
احساس می‌کنم
درخت
خوش‌بخت شده است
آتش، تب
کرده است
از ترس
خاکستر شدن.
سیدمهدی حسینی‌نژاد

○ گواه

و دیدم عاقبت، جان دادن خود را
به جرم بی‌گناهی، مردن خود را

کفن پیچاندم و تابوت آوردم
به چشم خویش دیدم، بردن خود را

که دیده مرده‌ی خود را، ازین بدتر
به قبرستان خودش آوردن خود را

چه کس در پُرسه‌ی خود، مثل من بشنیده
صدای دلخراش شیون خود را

اگر خواهی بفهمی که چه می‌گویم،
تجسم کن شبی جان‌کندن خود را

از اول هم به عشقش دل نبستم، حیف!
نچرخاندم زبان‌الکن خود را

...و عمری آب کوبیدم به عشق «او»
چه بیخود خسته کردم هاون خود را

زلیخا بود و من یوسف، خدا هم دید
در آن هنگام، لرزش بر تن خود را

اگر باور ندارید ادعایم را،
گواه آورده‌ام پیراهن خود را
محمد رضا پاکزادان



تصویرگر: مجید کاظمی

دل تو دلم نبود؛ آن شب دخترم از سر شب بی‌قرار بود. وقتی آمدم خانه، مثل همیشه و هر شب جلو نیامد. همان‌طور کز کرده بود کنار پنجره و چشم به در داشت. مادر روی بسترش، مرا که دید نیم‌خیز شد. سلام بر لبانم بود که شانه بالا انداختم. مادر لب‌هایش را به هم فشرد. کیفم را کنار در گذاشتم و دویدم. دست‌های کوچک زهرایم را گرفتم، گرم بود. لبخندم را دید، سرکج کرد. خم شدم و بر دست‌هایش بوسه زدم. مادر رو به من کرد:

«از مدرسه که آمد، همین‌طور بی‌صدا روپوش‌اش را در آورد و همین‌جا نشست. تکان هم نخورد. نمی‌دانم چی شده. چیزی به من نگفت.»

برگشتم به زهرایم و به چشم‌های روشنش خیره شدم؛ چقدر بی‌نور شده بود!

خسته بودم؛ خستگی درد زهرا هم بر شانه‌ی من فرو ریخت. باید او را به درمانگاه می‌برد.

شب بود. کنار بستر زهرا نشسته بودم. مهتاب بر نیمه‌ای از صورت زهرایم تابیده بود. مادر کمی آن‌سو تر، لحظه‌ای پیش چشم بر هم گذاشته بود و مرا با درد خود تنها و رها گذاشته بود. شب بود اما، آسمان یکپارچه نور بود. شب بود.

نگاهم به چشمان فروبسته‌ی زهرایم گره خورد و انگشتانم بر کتاب دعای کنار دستم لغزید. در زیر نور مهتاب، کتاب را بالا آوردم.

- یا رسول الله!

و لب‌هایم لرزید:

- یا رسول الله! امشب شب میلاد پاره‌ی تن توست. من هم پاره‌تنی دارم می‌بینی که تبار است!

و دست بر پیشانی زهرایم کشیدم.

صدای مرغ شب در آمد. سر بالا آوردم.

نسیم، از لابه‌لای پرده گذشت و مهتاب را بر چهره‌ی زهرا جابه‌جا کرد. برخاستم و کنار پنجره صورت بر خنکی نسیم سپردم. چشم بستم و نفس عمیقی کشیدم و برگشتم.

زهرا با چشمان گشوده بر بسترش نشسته بود. لحظه‌ای نگاهم به مادر افتاد. او هم نیم‌خیز شده بود.

- ندیدی تو...

- من... من...!

- نور... خانم... مادر!

دویدم اما؛ تبی نبود؛ زندگی بود؛ نور بود و مهتاب.

سر بالا آوردم و به حضور سبز نور، در اتاق کوچک زهرایم چشم دوختم. مادر آمده بود... همه چیز بوی زندگی می‌داد؛ بوی خوبِ شب میلاد...

مستری

با نزدیک شدن زن عابری، پسرک دوباره صدایش را بلند کرد: «خانم خودتان را وزن نمی کنید؟ ترازویم دقیق دقیق است. کفش هم واکس می زنم.» زن، دستی به علامت نه تکان داد. پسرک به زن که دور می شد، نگریست و از روی لج و عصبانیت زبانش را برای او در آورد. در همین هنگام، متوجه مرد میانسالی شد که کمی دورتر از او، درون ماشین پارک شده ای نشسته بود و با مهربانی و تبسم به او می نگریست. پسرک در چشمان مرد خیره ماند و لبخند پر رنگ و دوستانه ای زد و با صدای بلند گفت: «واکس بزنم؟ ارزان می گیرم!» مرد لبخند زنان گفت: «واکس نه پسر! احتیاج ندارم.»

پسرک با اصرار گفت: «به خدا از صبح کاسپی نکرده ام. بگذار واکس بزنم دیگر. تو که به نظر آدم مهربانی هستی!»

مرد با مهربانی گفت: «آخر واکس نمی خواهم.» پسرک گفت: «پس حداقل خود را وزن کن. این که دیگر چیزی نیست.»

مرد گفت: «وزن کردن هم نمی خواهم.» پسرک با دلخوری نگاهش کرد و با خود گفت: «قیافه ات گول زنک بود! فکر کردم آدم مهربانی هستی. برو به جهنم! آدم مزخرف!»

در همین موقع پسر جوانی از ساختمان بیرون آمد و به سمت ماشین رفت. در صندوق عقب را باز کرد. ویلچری را بیرون آورد و بعد به مرد کمک کرد تا روی آن بنشیند. و بعد او را به سمت خیابان برد. مرد، تنها دستی را که داشت، برای پسرک تکان داد و لبخند زنان گفت: «الآن پسر! پسر برمی گردد. کفش هایش را واکس بزن. موفق باشی!»

پسرک خجالت زده و غافلگیر شده به شلوار خالی و سنجاق شده ای مرد خیره مانده بود.

بالکن!

در بالکن باز بود. دخترک گوشه ای اتاق با عروسکش بازی می کرد. زن داخل آشپزخانه سیب زمینی پوست می کند. دستش می لرزید. گوشه ای لبش را به دندان گرفت. با خود گفت: «من تقصیری ندارم. دیگر نمی توانم تحمل کنم. همه می گویند فقط یک اتفاق بوده. حواسم نبود، در بالکن باز مانده بود. من گناهی ندارم. نمی توانم بچه ای یک زن دیگر را بزرگ کنم.» چاقو دستش را برید. چاقو را پرت کرد و شروع به گریه کرد. ناگهان صدای افتادن چیزی را از بالکن شنید. بی اختیار جیغ کشید و دیوانه وار به سمت بالکن دوید. خم شد و حیاط را نگاه کرد. گلدانی افتاده بود و گریه ای روی دیوار راه می رفت. با شتاب به درون اتاق دوید. دخترک در حالی که عروسکش را در آغوش می فشرد، ترسیده و متعجب با چشمانی معصوم او را نگاه می کرد. زن ناله ای سر داد. به سمت او رفت و دخترک را محکم در آغوش گرفت: «عزیزم!»



اجازه!

دختر جوان گفت: «بابا! قسم می خورم که فردا سر مراسم عقد، بله نمی گویم! مگر آنکه تو به من اجازه بدهی.»

پدر لبخند زنان از درون قاب شیشه ای، به او می نگریست. دختر دستش را دراز کرد و با پشت دست، صورت پدر را نوازش کرد و با بغض گفت: «پدر! می دانی که حرفم کاملاً جدی است. وقتی به دنیا آمدم نبود. در تمام این بیست سال حسرت نوازش کردنش، جگرم را آتش زده و درد نبودن مرا سوزانده اما، هیچ وقت اعتراضی نکردم. به خاطر اینکه نمی خواستم مامان را ناراحت کنم. اما فردا فرق می کند بابا... همین که بگویم!»

عاقده برای پنجمین بار خطبه را خواند. جو اتاق دچار یک نوع آشفتگی پنهان شده بود. همه منتظر بودند اما، عروس ساکت بود.

زن ها پیچ می کردند: «پس چرا بله را نمی گوید... زیر لفظی را هم که گرفت...»

چرا چشمانش پر از اشک است...»

دستی به شانه ای دختر خورد.

مادر بود که کاغذی را به دست

دختر داد. دختر آن را باز کرد و

خواند: «دختر عزیزم! عروسی ات

مبارک. دوست دارم، بابا / بوس»

مادر در زیر گوش دختر با

بغض گفت: «وقتی پدرت به

جبهه می رفت، این را به من

داد و گفت: «اگر برنگشت، روز

عروسی ات آن را به تو بدهم.»

دختر، اشک هایش را پاک

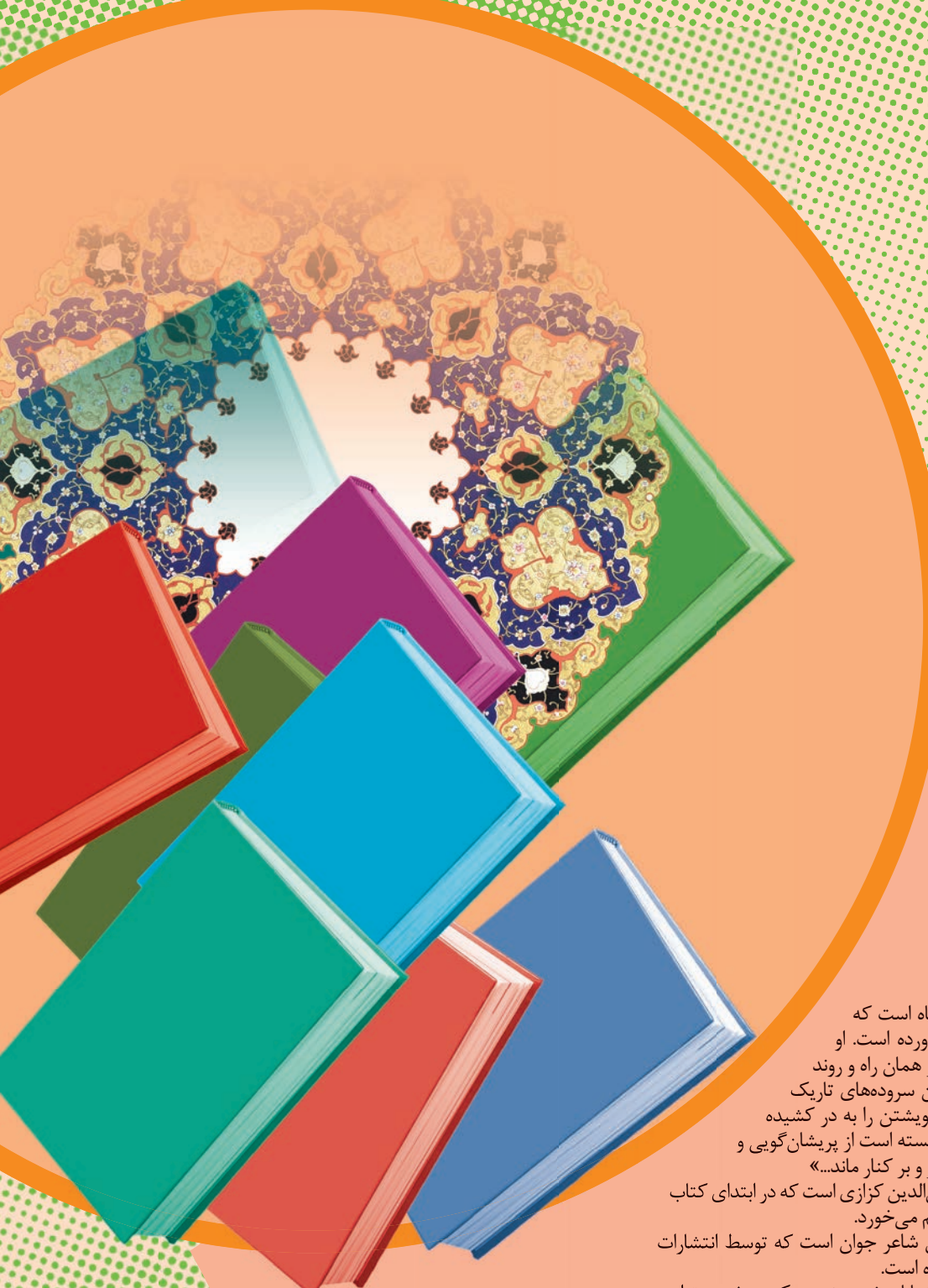
کرد. سرش را بالا گرفت و

با صدایی بغض آلود اما،

مطمئن گفت: «با اجازه ی

پدر و مادرم، بله!»





بی هم شدگان

آن پیک خبر، نه که بلا می آورد
برگ طوفان برای ما می آورد
ای کاش به جای خبر رفتن تو
آن شب خبر مرگ مرا می آورد!

بی هم همه گم شدیم، پیدا نشدیم
تنها بودیم، فکر تن ها نشدیم
سی مرغ یکی شدند و سیمرغ شدند
اندازه ی مرغی، من و تو ما نشدیم

«بیژن ارژن از جوانان پرومند کرمانشاه است که در سخنوری و معنی آفرینی نامی بر آورده است. او بیژنی است که به یاری پسند درست، در همان راه و روند نخست، رستم وار و خرم تبار از چاه ارژن سروده های تاریک و بر گزاف پیچیده و بر افزون باریک، خویشتن را به در کشیده است و با گشاده زبانی و پاکیزه جانی، توانسته است از پریشان گوئی و هرزه پویی در پهنه ی سخن آفرینی به دور و بر کنار ماند...»
آنچه خواندید مقدمه ی دکتر میرجلال الدین کزازی است که در ابتدای کتاب شعر «بی هم شدگان» بیژن ارژن به چشم می خورد.
بی هم شدگان، چند برگ شعر از این شاعر جوان است که توسط انتشارات هزاره ققنوس در سال ۸۶ به چاپ رسیده است.
مرکز پخش: تهران، سبلان شمالی، خیابان شهید نوری، کوچه شهید ترابی، شماره ۱۴



برای تهیه ی کتاب های نشر شاهد می توانید با مرکز پخش و توزیع تماس بگیرید.
مرکز پخش تهران: ۶۶۴۹۱۸۵۱
مرکز پخش قم: ۰۲۵۱-۷۸۳۰۳۴۰ / توزیع: ۸۸۸۲۹۵۲۳

● سیره شهید دکتر بهشتی

پیرمرد اتفاقی داشت که پدرم در آن زندگی می‌کرد. این پیرمرد نامش جمشید بود. دارای محاسن سفید، بلند و باریک، چهره‌اش بیابانی روستایی و نورانی بود. پدرم می‌گفت ما با جمشید نان و دوغی می‌خوریم و صفا می‌کنیم. همیشه می‌گفت: «من سفره ساده و نان و دوغ این جمشید را به هر سفره‌ی دیگری ترجیح می‌دهم...»

کتاب «سیره شهید دکتر بهشتی» با روایت زندگی شهید بهشتی از زبان خود دکتر شهید بهشتی آغاز می‌شود.

آشنایی با مردانی که تاریخ انقلاب ما با نام و یاد آنها گره خورده است و برگ‌های بی‌شماری از این تاریخ را به خود اختصاص داده است، نه تنها لازم بلکه واجب است. چرا که تا نفهمیم و ندانیم نسل پیش از ما چه کرده‌اند، نمی‌فهمیم که این انقلاب چگونه شکل گرفته و چگونه باید و شاید قدر آن را نمی‌دانیم. در میان این مردان شاید شهید دکتر شهید بهشتی چهره‌ای شاخص باشد که هم در زمینه‌ی مذهبی و هم علمی سرآمد بودند.

غلامعلی رجایی نویسنده و پژوهشگر، با مطالعه و تحقیق فراوان کتاب «سیره شهید دکتر بهشتی» را در ۶۸۶ صفحه توسط نشر شاهد به چاپ رسانده است.

رجایی در مقدمه‌ی کتابش می‌نویسد:

صادقانه اعتراف می‌کنم دایره عظمت وجودی این شهید گران قدر که الگوی رفتاری بسیاری از شهیدان بزرگ انقلاب اسلامی همچون شهید رجایی و باهنر و صدها شهید به خون خفته دیگر است و نام مبارک او زینت‌بخش وصیت‌نامه صدها شهید گلگون کفن دوران دفاع مقدس است آن قدر وسیع و گسترده است که این مجموعه هرگز نمی‌تواند ادعای معرض سیره کامل و جامع این شهید را داشته باشد.»

این کتاب به همه‌ی دانشجویان و جوانان علاقمند به مطالعه پیشنهاد می‌شود.

● ریشه در بهشت

شاید خیلی‌ها حوصله‌ی خواندن داستان‌ها و روایت‌های بلند را نداشته باشند؛ در این زمانه که همه به بهانه‌ی کمبود وقت از خواندن کتاب طفره می‌روند مطالعه‌ی کتاب‌های جیبی و کوچک پیشنهاد می‌شود. کتاب‌هایی که روایت‌ها را خیلی مختصر و مفید به خواننده عرضه می‌کنند.

«ریشه در بهشت» یکی از آن کتاب‌هایی است که خاطره‌هایی کوتاه از بزرگ مردان حماسه را روایت می‌کند. این کتاب توسط حسین ذکریایی و انتشارات شاهد، در ۵۸ صفحه به چاپ رسیده است. یکی از خاطره‌های کتاب را با هم می‌خوانیم:

پای برهنه

«از خلیات «سبزعلی» این بود که بسیار متواضع و خاکی بود. با آنکه فرماندهی گردان بود با روح بزرگی که داشت در عملیات همیشه، بین نیروهای بسیجی خودش را جا می‌داد و در اکثر عملیات با پای برهنه می‌جنگید.

یادم می‌آید حسین عملیات کربلای یک در منطقه‌ی مهران او را با پای برهنه دیدم که در حال هدایت نیروها بود، خودم را به او رساندم و گفتم: «آقا سبزعلی! چرا پا برهنه هستید. اینجا زمین پر از تیغ و سنگ داغ است. فکر کنم اگر چیزی پایتان کنید بهتر باشد، می‌ترسم از پا بیفتید.»

ایشان یک نگاهی به من انداخت، بعد با طمأنینه‌ی خاصی گفت: «فکر نکنم گرمای اینجا بیشتر از گرمای صحرای کربلا باشد. من هم که بالاتر از اصحاب و یاران حسین(ع) نیستم. آنها در روز عاشورا پابرهنه بودند: من هم می‌خواهم پابرهنه به ملاقات امام حسین(ع) بروم.»





روزی که پابه پای نوجوان ۱۳ ساله

دویدیم

• مهدی بیات

نام: احمد دهقانزاده

شغل: پزشک عمومی

فعالیت: شرکت بسته‌بندی مواد غذایی و دارنده تندیس اشتغال‌زایی محل قرارمان در یکی از غربی‌ترین مناطق تهران بود. هوا گرم و سوزنده بود. انگار تابستان به پیشواز آمده بود. وقتی به دفتر کار شیک و با کلاش رسیدیم چند دقیقه تأخیر داشتیم. اما انگار او هم در دفتر کارش نبود و چند دقیقه تأخیر داشت.

لحظه موعود رسید. در دفتر کارش حاضر شد. ما هم با دومین سؤال در مقابلش نشستیم. چهره معصومی داشت. لهجه شیرین جنوبی در کلماتش جولان می‌داد. می‌خواستیم از دکتر دهقانزاده از تندیس اشتغال‌زایی‌اش بپرسیم، از امروز، جوانان، اشتغال بپرسیم.

از دیروزهایی که گذشته است و... اما او در همان ابتدا گفت که چند وقت پیش گروه چند نفره مسعود دهنمکی به سراغش رفته‌اند و چند روزی برایشان خاطره گفته و آنها ثبت و ضبط کرده‌اند. سکوت کردیم. او گفت و گفت تا اینکه وقتی به خودمان آمدیم، دیدیم چند ساعتی گذشته و نوار کاستمان ساعت‌هاست تراش را پر از حرف‌هایی از جنس ایثار کرده و خاموش شده و ما هنوز پابه پای نوجوانی ۱۳ ساله در پشت خاکریزها می‌دویم...

آقا جونم

از همان کودکی عاشق پدربزرگم بودم. او فرد روحانی مذهبی بود و علاقه وافری به رزمندگان داشت. یادم می‌آید آن زمان که در دزفول زندگی می‌کردیم پدربزرگ خانه بزرگش را فروخت و یک خانه کوچک‌تر خرید. با باقیمانده پولش، ۱۰ کامیون پتو خرید و فرستاد منطقه.

پدرم هم مذهبی. نه، نه. اصلاً همه خانواده ما مذهبی بودند. وقتی از شوش دانیال به دزفول آمدم، وضع مالی ما خیلی خوب شد. او مسئولیت تغذیه مدارس آن حوالی را بر عهده داشت. اما وقتی تظاهرات ضد شاه در گرفت رفت بین مردم و علیه شاه شعار داد و... همه خانواده من عاشق نظام انقلاب بودند - آها - یادم رفت. آن زمان یک لحظه آرام و قرار نداشتم. کتک مولوتف درست می‌کردم، اعلامیه می‌چسباندم و... برای خودم اعجوبه بودم. حتی یادم می‌آید در یکی از تظاهرات ضدشاهنشاهی دزفول که بیش از ۷ کشته داشت در رفتم. تیر به من نخورد. وگرنه الان...؟

فرار کن پسر دایی

«خیلی شلوغ بود. کوچک و بزرگ آمده بودند. شعار می‌دادند. مأموران شاکی شدند دستور تیراندازی صادر شد. مأمورها تیراندازی کردند. نمی‌دانم چند نفر شهید یا مجروح شدند ولی بعدها می‌گفتند ۲۷ نفر. هر کس به طرفی فرار می‌کرد و پناه می‌برد. من و پسر عمهام هم فرار کردیم. خیلی ترسیده بودیم. کوچه‌ها را یک به یک می‌دویدیم. تا اینکه رسیدیم به یک کاروان‌سرا که هیچ راه فراری نداشت. یک مرتبه دیدیم که یک مأمور حکومتی مثل گربه از پشت بام پرید پایین. بلند گفت «دست‌ها بالا» من نفهمیدم چی شد.

اسمش را نمی‌شود جسارت گذاشت اما پا به فرار گذاشتم. فقط چند متر که دور شدم دیدم مأمور دست پسر عمهام دست‌بند زده بود و تفنگش را به طرف من نشانه رفته بود. من مارپیچ دویدم. شلیک کرد. اما تیرش به من برخورد نکرد و...»

لطفاً تو دیگر شهید نشو

دوم راهنمایی بودم که جنگ شروع شد. پسر عمه‌ها و پسر عمه‌ها همه جبهه رفته بودند و پسر عمه‌ها شهید شدند. من هم دوست داشتم بروم اما مرا ثبت‌نام نمی‌کردند. هر بار که به مسجد می‌رفتم می‌گفتند: نمی‌خواهد خانواده شما زیاد



سه‌میه بدهد و...» اگر چه مرا جبهه راه نمی‌دادند اما دلیل نمی‌شد پشت جبهه خدمت نکنم. خب مسجد را جارو می‌کردم، چای می‌دادم. در کلاس‌های مسجد شرکت می‌کردم. کلاس‌هایی که خیلی برایم ارزشمند بود. (البته من در اسارت به ارزش آن کلاس‌ها پی بردم) حتی حالا عامل موفقیتیم را، همان کلاس‌های مسجد که به عنوان بسیجی شرکت می‌کردم می‌دانم و...

زمان گذشت دوباره وقتی به مسجد برای ثبت‌نام مراجعه کردم. باز هم همان حرف که «می‌خواهد از خانواده شما زیاد شهید شوند» گفته شد. خیلی ناراحت شدم اما ناامید نه. خیلی با خودم کلنجار رفتم تا اینکه تنهایی به دانیال شوش (محلله سابق) برگشتم و مسجد ولیعصر آنجا ثبت‌نام کردم. شب را در خانه بدون اثاثیه‌مان خوابیدم و بدون ساعت راس ساعت ۶ بیدار شدم. سریع سوار اتوبوس شدم. خیلی می‌ترسیدم. مبادا خانواده‌ام، یا مشکلی مانع رفتن من شود... اما وقتی بوی خاک جبهه خورد توی صورتم گفتم «دیگر بر نمی‌گردم».

بیاموشک، بکشتش

شاید اگر آن موقع از من می‌پرسیدند یکی از مهم‌ترین دلایل جبهه رفتن چه بود؟ می‌گفتم اسلحه. آخر من از بچگی عاشق تفنگ بودم. زمانی که وارد محوطه جنگی شدم مرا برای سه ماه فرستادند آموزش. آموزش دیدیم. برای چه؟ عملیات فتح‌المبین همان عملیاتی که ایران برای اولین بار می‌خواست به خاک عراق به قصد تصرف حمله کند. سه ماه تمام به ما انواع مبارزه‌ها و ورزش‌ها و... را یاد دادند. نا سلامتی ما قرار بود یک «بادی گارد آه‌نین» شویم. پست من خیلی مهم بود. «کمک آرپی چی‌زن» اول بودم. البته نه فقط کمک آرپی چی‌زن، خب از آنجایی که می‌دانست من عاشق اسلحه هستم اسلحه هم به من داده بود. ولی عنوان همان بود که گفتم.

حالمو گرفتی حاجی

ما را برده بودند میدان تیر. قرار بود بچه‌های آرپی چی‌زن تانک‌های نمادین را بزنند. ۲۵ آرپی چی‌زن بود. اولی نتوانست بزند. دومی و سومی مغرب، مشرق زدند. چهارمی آرپی چی را دست گرفت زد بغلش. ما نفر پنجم بودیم. آرپی چی‌زن من وقتی آرپی چی را دست گرفت. بدجوری پاهایش می‌لرزید. خب بچه بودیم. مثلاً من ۱۲ سال پیشتر نداشتم. فرمانده بدجوری عصبانی بود. به من گفت: «وردار تو شلیک کن» کپ کرده بودم. آرپی چی را دست گرفتم. لرزش پاهایم را می‌فهمیدم. نفهمیدم چی شد. آرپی چی را زمین انداختم. دویدم فقط صدای الله‌اکبر بود که می‌شنیدم. من تانک را زده بودم. فرمانده خیلی خوشحال بود. البته برای اینکه مطمئن شود که اتفاقی نرزد. سه مرتبه دیگر مرا آزمایش کرد. که هر سه بار دیگر هم درست به هدف زدم. اما مرا آرپی چی زن نکرد. وقتی دلش را پرسیدم گفت: «حیف سنت کم است و گرنه...»

عملیات «والفجر مقدماتی»

زیارت عاشورا، وصیت‌نامه... مثل فیلم جنگی‌های امروزی بود. خب، شب عملیات بود. نوبتی هم که بود نوبت ما بود. (حیف گذشت لحظه‌های قشنگی بود) خب، به ما گفتند باید شش کیلومتر در جنگل رمل و ماسه بروید. شب وقتی به مرز عراق رسیدید بخوابید. صبح عملیات را شروع کنید. همین کار را کردیم. صبح با دستور به خاک عراق پیشروی کردیم. عراق مثل باران تیر و خمپاره روی سرما می‌ریخت. در همان لحظه شروع عملیات به مشکل بزرگی برخوردیم. انگار عراقی‌ها از عملیات ما با خبر بودند. این داستان را وقتی به منطقه مین‌گذاری شده رسیدیم فهمیدیم چون بچه‌های ما قبلاً مین‌های آن منطقه را خنثی کرده بودند. ولی منطقه

پر از مین بود. از طرفی هم عراقی‌ها چرا باید در منطقه پر از ماسه که حتی هیچ آبادی در نزدیکی آن نبود، چه برسد عملیات و نیروهای ما، باید مثل باران تیر و... می‌ریخت. یادم نمی‌رود. فرماندهان شهید «سرخه» اسلحه را دست گرفت. یاعلی گویان وارد منطقه مین‌گذاری شد. و بچه‌ها هم پشت سرش به راه افتادند. آنجا من چه صحنه‌ها که ندیدم. خیلی از بچه‌ها شهید شدند. آن هم با چه وضعیتی مثلاً صحنه‌ای که من از نزدیک شاهدش بودم. من آنجا دیدم جوان بسیجی وقتی زخمی شد روی زمین افتاد. با خودش زمزمه می‌کرد. و شنیدم که می‌گفت: «خدایا چرا لیاقت شرکت در عملیات را به من ندادی و... حالا که دیگر نمی‌توانم جلو

بروم با همین دست‌هایم مین‌ها را خنثی می‌کنم». همین‌طور که زمین افتاده بود. دستش را به مین گرفت و... بالاخره از منطقه مین گذشتیم. چهار کیلومتر در خاک عراق بودیم تا رسیدیم به جاده‌ای که به گذرگاه اصلی عراق معروف بود. روی سراسیمه جاده سنگر زدیم غافل از اینکه از هر جا ما را محاصره کرده‌اند. فقط تیر بود که از هر جهت سمت ما می‌آمد. دستور داده بودند که جاده را ببندیم و نگذاریم مهمات به نیروهای عراقی برسد. آنجا ما چهار ساعت جنگیدیم تا اینکه دیگر حتی یک فشنگ هم نداشتیم.

پیک‌نیک با عراقی‌ها

اسیر شدیم ما را به عقب بردند. داخل شهر چرخاندند به اردوگاه موصل بردند. داخل اتاقی کوچک انداختند که جا برای ایستادن نبود. چه برسد که می‌خواستیم نماز بخوانیم. در یک هواخوری در محوطه آزاد بچه‌ها نماز جماعت راه انداختند. همه به صف شدیم بعد از نماز یک مرتبه دیدیم دور تا دور ما را عراقی‌ها عکاس‌ها و خبرنگارهای خارجی گرفتند. من و چند نفر دیگر را با خودشان بردند. آنجا عراقی‌ها از من خواستند که جلوی دوربین خبرنگارها به نظام ناسزا بگویم، اما من زیر بار نرفتم. گفتند خب بگو امید دارم ایران سرعت بیاید جنگ تمام شود.

به آنها گفتم باشد می‌گویم، جلوی دوربین خبرنگارها که رفتم گفتم «انشالله جنگ ما با عراق تمام می‌شود و عراق را بگیریم و برویم سراغ قدس چشمان روز بد نبیند. ما و چند نفر دیگر را شکنجه کردند... ما را از اردوگاه خارج کردند، به قصد چه؟ اعدام. خارج شهر ما را داخل گودال انداختند. ما اول شروع به خواندن دعا و وصیت و... کردیم تا اینکه دیدیم حکم را اجرا نمی‌کنند. هیچی با بچه‌ها لطیفه تعریف کردیم و چند ساعتی گفتیم و خندیدیم. دیدیم خبری نشد. آقا سه روز گذشت دیگر شاکمی شده بودیم. اما روز سوم که می‌خواستند حکم را اجرا کنند خبر آمد که ایرانی‌ها در حال اجرای عملیات هستند. از کشتن ما منصرف شدند. ما را همراه با دیگر اسیرانی که در همان عملیات گرفته بودند به زندان ابوغریب بردند.

دولت MP۳

در دوره اسارت به دوره‌ای رسیدیم که دیگر عراقی‌ها زیاد ما را شکنجه نمی‌دادند و کاری به کارمان نداشتند. خب ما هم از فرصت استفاده کردیم. در اردوگاه دولتی کوچک راه انداختیم. مثلاً ما گروه سیاسی، آموزش و پرورش، اقتصادی، ورزشی... تشکیل دادیم. در طول ۷ سال و هفت ماهی که اسیر بودم چهار سال ارشد بخش بودم. چند دوره هم معاون ارشد بودم. من آنجا با وجود اینکه تحصیلات دوم راهنمایی را داشتم اما متوجه شدم که دوره کلاس‌هایی که قبل از اعزام به جبهه در بسیج مدرسه ولیعصر دزفول دیده بودم چه قدر مرا از لحاظ اطلاعات و دانش بالا برده بود. در ادامه در اسارت هم اجتماع که داشتیم فعالیت‌های علمی‌مان را ادامه دادیم. این فعالیت‌های علمی و فرهنگی و... که آن زمان بچه‌ها با عشق دنبال می‌کردند، جرقه‌ای شد که خیلی از آزادها عاشق درس و کسب دانش شدند. به حدی که الان می‌توانم بگویم از همان جمع ما، در حال حاضر دست کم ۲۰ پزشک موفق هست و ۷۰ درصد آن بچه‌ها، حداقل لیسانس را دارند.

سلام بابا، سلام مامان

چند باری سرکار شده بودیم. دیگر داستان تکراری بود. هر بار خبر می‌دادند شما را فردا آزاد می‌کنیم و تا لب مرز می‌رفتیم بر می‌گشتیم اما دفعه آخری وقتی دم، دمای ظهر صلیب‌سرخ‌ها نام‌هایمان را نوشتند، یک به یک سوار اتوبوس‌مان کردند، حس عجیبی داشتم. می‌گفتم این دفعه آخر است. ما بر می‌گردیم. هیجان و دلهره بین تمام بچه‌ها موج می‌زد. تا اینکه ما را سوار اتوبوس ایران کردند. اما باز هم دلهره داشتیم که نکند ما را برگردانند. وقتی به خاک ایران رسیدیم همه الله‌اکبر گفتند و همدیگر را غرق بوسه کردیم. مطمئن شدیم که آزاد شدیم. سه روز زیارت قرنطینه و... طول کشید. جالب است وقتی به دیدن خانواده‌ام رفتم. مادرم مرا شناخت خب زمانی که رفتم سیزده، چهارده سال داشتم وقتی برگشتم بیست و یکی دوسال، چهارم عوض شده بود ریش در آورده بودم صورتم پر از مو بود. موهای ژولیده و بادم می‌آید وقتی خودم را به مادرم معرفی کردم فقط چند دقیقه در آغوش‌اش مثل بچه‌ها گریه کردم...



ویروس‌های مکرر

یوسف قدیانی
بخش اول



ویروس چیست؟

سایت امداد و امنیت رایانه: ویروس‌های کامپیوتری، برنامه‌هایی هستند که مشابه ویروس‌های بیولوژیک گسترش می‌یابند و پس از وارد شدن به کامپیوتر اقدامات غیرمنتظره‌ای انجام می‌دهند. با وجودی که همه‌ی ویروس‌ها خطرناک نیستند، ولی بسیاری از آنها با هدف تخریب انواع مشخصی از فایل‌ها، برنامه‌های کاربردی یا سیستم‌های عامل نوشته شده‌اند.

ویروس‌ها هم، مشابه همه‌ی برنامه‌های دیگر از منابع سیستم، مانند حافظه و فضای دیسک سخت، توان پردازنده‌ی مرکزی و سایر منابع بهره می‌گیرند و می‌توانند کارهای خطرناکی انجام دهند به عنوان مثال فایل‌های روی دیسک را پاک کنند یا کل دیسک سخت را فرمت کنند. همچنین یک ویروس می‌تواند مجوز دسترسی به دستگاه را از طریق شبکه و بدون احراز هویت فراهم کند.

اولین ویروس دنیا و ویروس نویس

برای اولین بار در سال ۱۹۸۴ واژه‌ی «ویروس» در این معنا توسط «فرد کوهن» در متون آکادمیک استفاده شد. در این مقاله که آزمایشاتی با ویروس‌های کامپیوتری نام داشت، نویسنده دستهای خاص از برنامه‌ها را ویروس نامید و این نام‌گذاری را به «لئونارد آدلمن» نسبت داد. البته قبل از این زمان، ویروس‌ها در متن داستان‌های علمی و تخیلی ظاهر شده بودند.

انواع ویروس

انواع ویروس‌های رایج را می‌توان به دسته‌های زیر تقسیم‌بندی کرد:

boot sector

اولین Sector روی فلاپی یا دیسک سخت کامپیوتر است. در این قطاع، کدهای اجرایی ذخیره شده‌اند که فعالیت کامپیوتر با استفاده از آنها انجام می‌شود. با توجه به اینکه در هر بار بالا آمدن کامپیوتر به Boot sector رجوع می‌شود و با هر بار تغییر پیکربندی کامپیوتر، محتوای boot sector هم مجدداً نوشته می‌شود، لذا این قطاع مکانی بسیار آسیب‌پذیر در برابر حملات ویروس‌ها است. این نوع ویروس‌ها از طریق فلاپی‌هایی که قطاع boot آلوده دارند انتشار پیدا می‌کنند. وقتی Boot sector دیسک سخت کامپیوتری آلوده شد، هر بار که کامپیوتر روشن می‌شود، ویروس خود را در حافظه بار می‌کند و منتظر فرصتی برای آلوده کردن فلاپی‌ها می‌ماند تا بتواند خود را منتشر کند و دستگاه‌های دیگری را نیز آلوده کند. این گونه ویروس‌ها می‌توانند به این گونه عمل کنند که تا زمانی که دستگاه آلوده است امکان boot کردن کامپیوتر از روی دیسک سخت از بین برود. این ویروس‌ها بعد از نوشتن روی متن اصلی boot سعی می‌کنند کد اصلی را به قطاعی دیگر روی دیسک منتقل کنند و آن قطاع را به عنوان یک قطاع خراب (Bad Sector) علامت‌گذاری می‌کنند.

Macro viruses

این نوع ویروس‌ها مستقیماً برنامه‌ها را آلوده نمی‌کنند. هدف این دسته از ویروس‌ها، فایل‌های تولید شده توسط برنامه‌هایی است که از زبان‌های برنامه‌نویسی ماکرویی مانند مستندات Excel یا Word استفاده می‌کنند. ویروس‌های ماکرو از طریق دیسک‌ها، شبکه یا فایل‌های پیوست شده با نامه‌های الکترونیکی قابل گسترش است. ویروس تنها هنگامی امکان فعال شدن پیدا می‌کند که فایل آلوده باز شود و در این صورت ویروس شروع به گسترش خود در کامپیوتر کرده و سایر فایل‌های موجود را نیز آلوده می‌کند. انتقال این فایل‌ها به کامپیوترهای دیگر یا اشتراک فایل بین دستگاه‌های مختلف، باعث گسترش آلودگی به این ویروس‌ها می‌شود.

File infecting viruses

فایل‌های اجرایی، فایل‌های با پسوند exe و com را آلوده می‌کند و همزمان با اجرای این برنامه‌ها، خود را در حافظه‌ی دستگاه بار کرده و شروع به گسترش خود و آلوده کردن سایر فایل‌های اجرایی سیستم می‌کند. بعضی از نمونه‌های این ویروس‌ها متن مورد نظر خود را به جای متن فایل اجرایی قرار می‌دهند.

Polymorphic (ویروس‌های چندریخت)

این ویروس‌ها در هر فایل آلوده به شکلی ظاهر می‌شوند. با توجه به اینکه از الگوریتم‌های کدگذاری استفاده کرده و ردپای خود را پاک می‌کنند، آشکارسازی و تشخیص این گونه ویروس‌ها دشوار است.

ویروس‌های مخفی:

این ویروس‌ها سعی می‌کنند خود را از سیستم عامل و نرم‌افزارهای ضدویروس مخفی نگه دارند. برای این کار ویروس در حافظه مقیم می‌شود و مانع دسترسی به سیستم عامل می‌شود. در این صورت ویروس کلیه‌ی درخواست‌هایی که نرم‌افزار ضدویروس به سیستم عامل می‌دهد را دریافت می‌کند. به این ترتیب نرم‌افزارهای ضدویروس هم فریب می‌خورند و این تصور به وجود می‌آید که هیچ ویروسی در کامپیوتر وجود ندارد. این ویروس‌ها کاربر را هم فریب داده و استفاده از حافظه را به صورت مخفیانه انجام می‌دهند.

ویروس‌های چندبخشی:

رایج‌ترین انواع این ویروس‌ها ترکیبی از ویروس‌های boot sector و file infecting هستند. ترکیب انواع دیگر ویروس‌ها هم امکان‌پذیر است.

سایر برنامه‌های مختل کننده‌ی امنیت

برخی از محققان اسب‌های تروا (Trojan)، کرم‌ها و بمب‌های منطقی را در دسته‌ی ویروس‌ها قرار نمی‌دهند، ولی واقعیت این است که این برنامه‌ها هم بسیار خطرناک هستند و می‌توانند خساراتی جدی به سیستم‌های کامپیوتری وارد کنند.

اسب‌های تروا تظاهر می‌کنند که کار خاصی انجام می‌دهند، ولی در عمل برای هدف دیگری ساخته شده‌اند. به عنوان مثال برنامه‌ای که وانمود می‌کند یک بازی است در واقع اجازه‌ی دسترسی از راه دور یک کاربر به کامپیوتر را فراهم می‌آورد. کرم‌ها هم برنامه‌هایی هستند که مشابه ویروس‌ها توان تکثیر کردن خود را دارند، ولی برعکس آنها برای گسترش خود نیاز به برنامه‌هایی دیگر ندارند تا آنها را آلوده کنند و تحت عنوان فایل‌های آلوده اقدام به انتقال و آلوده کردن دستگاه‌های دیگر کنند. کرم‌ها معمولاً از نقاط آسیب‌پذیر برنامه‌های e-mail برای توزیع سریع و وسیع خود استفاده می‌کنند. پمپ‌های منطقی، برنامه‌هایی هستند که در زمان‌هایی از قبل تعیین شده، مثلاً یک روز خاص، اعمالی غیر منتظره انجام می‌دهند. این برنامه‌ها فایل‌های دیگر را آلوده نمی‌کنند و خود را گسترش نمی‌دهند. با وجود تنوع انواع برنامه‌های مخرب، برنامه‌های قوی ضد ویروس می‌توانند نسخه‌های مختلف آنها را شناسایی کنند و از بین ببرند. در ادامه‌ی این متن برای تسهیل در توضیحات به همه‌ی انواع این برنامه‌ها عنوان عمومی ویروس اطلاق می‌شود.

باز خوانی باز تاب یک ویروس در رایانه‌ها

حجم عظیم ویروس‌ها، کرم‌ها، ایرادات نرم افزارها و تهدیدهای ناشی از آنها، نرم افزارهای ضد ویروس را تبدیل به یکی از ابزارهای لازم برای همه‌ی کامپیوترها کرده است. در صورت آلوده شدن یک کامپیوتر به ویروس، بسته به نوع آن ممکن است مشکلات مختلفی برای سیستم کامپیوتری به وجود آورد که در پاره‌ای موارد جبران آنها هزینه‌های زیادی را تحمیل می‌کند. آسیب‌های بعضی از ویروس‌ها به گونه‌ای است که آثار سوء آن را به هیچ وجه نمی‌توان از بین برد.

الزام نصب و راه اندازی یک آنتی ویروس (ضد ویروس)

جدا از نوع ویروسی که باید با آن مقابله شود، نیاز به برنامه‌های ضد ویروس همواره وجود دارد و در شرایطی که محصولات ضد ویروس متنوعی تولید شده‌اند، انتخاب نرم افزار مناسب یکی از دغدغه‌های کاربران است. این مطلب، ضمن معرفی انواع ویروس‌ها، نحوه عملکرد برنامه‌های ضد ویروس و انواع ویروس‌هایی که ضد ویروس‌ها شناسایی و پاکسازی می‌کنند را معرفی می‌کند.

کدهای مخرب و متداول ترین انواع ویروس‌ها

بیشترین و بزرگ‌ترین مشکل کاربران، ترس و واهمه از ویروسی شدن کامپیوترشان است. کلمه‌ی ویروس نیز کلمه‌ای نیست که پیچیده باشد. اولین تصویری که کاربر از ویروس دارد خراب شدن کامپیوتر و سوختن یک سخت افزار است. عده‌ای نیز با توجه به ترسی که از این موضوع دارند، نمی‌توانند آن طور که دوست دارند از اینترنت استفاده کنند. ما در اینجا سعی کرده‌ایم تا متداول ترین نوع ویروس‌ها را معرفی کنیم.

ویروس‌های سکتور بوت

یک ویروس سکتور بوت ممکن است از طریق فلاپی دیسک یا یک فایل اجرایی منتقل شود. این نوع ویروس‌ها با نشستن روی رکورد بوت MBR=Master Boot Record درایو هارد، کامپیوتر را آلوده کنند. چون هر زمان که کامپیوتر روشن می‌شود MBR اجرا می‌شود، این ویروس همیشه در حافظه بارگذاری می‌شود و در نتیجه، بسیار خطرناک است. برای از بین بردن این نوع ویروس‌ها باید MBR را پاک و دوباره ایجاد کرد، البته در این صورت همه‌ی داده‌های روی دیسک از بین می‌روند یا باید از یک نرم‌افزار ضد ویروس استفاده شود.

ویروس‌های چند شکلی

یک ویروس چند شکلی هم روی MBR و هم روی فایل‌های اجرایی می‌نشیند و طوری طراحی شده است که برای گمراه کردن نرم‌افزارهای ضد ویروسی که هر ویروس را با جستجوی امضای مربوط به آن ویروس پیدا می‌کنند، هراز چند گاهی امضای خود را عوض می‌کنند. این نوع ویروس‌ها خود را تغییر می‌دهند و از رمزنگاری برای پنهان کردن بخش اعظمی از کدهای خود استفاده می‌کنند. این نوع ویروس‌ها در واقع نتیجه‌ی حاصل از رقابت بین کسانی که ویروس‌ها و کسانی

که برنامه‌های ضد ویروس را طراحی می‌کنند، است.

ویروس‌های فایل‌های اجرایی

این نوع ویروس‌ها خود را به فایل‌هایی با پسوند exe یا com و گاهی به انواع دیگر فایل‌ها از قبیل فایل‌های dll و bin می‌چسبانند. این نوع ویروس‌ها زمان اجرای یک برنامه‌ی آلوده به داخل حافظه، بارگذاری می‌شوند و برنامه‌های در حال اجرای دیگر را آلوده می‌کنند. این ویروس‌ها معمولاً از طریق ضمیمه‌های نامه‌های الکترونیکی یا فایل‌هایی که از اینترنت دریافت می‌شوند، منتقل می‌شوند، ولی تا زمانی که برنامه‌ی آلوده به آن‌ها اجرا نشود، نمی‌توانند کامپیوتر را آلوده کنند.

ویروس‌های خود منفی (Stealth viruses):

روش کار بسیاری از نرم‌افزارهای ضد ویروس، تشخیص اندازه در فایل‌های مستقر روی هارد دیسک یک کامپیوتر است. ویروس‌های معمولی با اضافه کردن کد خود به فایل‌های اجرایی، اندازه‌ی آنها را کمی تغییر می‌دهند. به همین دلیل است که به هنگام سازی (به روزرسانی) یک نرم افزار گاهی باعث می‌شود این نوع ضد ویروس‌ها دچار خطا شوند. ویروس‌های خود منفی، خود را مانند ویروس‌های دیگر به فایل‌ها می‌چسبانند اما، به اندازه‌ی حجم خود از ورودی دایرکتوری فایل آلوده کم می‌کنند و به این صورت خود را مخفی می‌کنند. سرانجام اینکه اندازه‌ی فایل با وجود اینکه کد ویروس به آن اضافه شده است، ظاهراً تغییری نمی‌کند.

ویروس‌های ماکرو

این نوع ویروس‌ها، جدیدترین نوع ویروس‌ها هستند و می‌توانند فایل‌های داده را آلوده کنند. قبلاً مرسوم بود که ویروس‌ها فقط می‌توانستند خود را به فایل‌های اجرایی بچسبانند اما، ویروس‌های ماکرو خود را به انواع سندها می‌چسبانند و با استفاده از قابلیت ماکروی، نرم افزار آن سندها را منتشر می‌کنند. هدف اول این نوع ویروس‌ها فایل‌های ماکروسافت ورد است. وقتی کاربری یک سند آلوده را باز می‌کند، کد ماکرو اجرا می‌شود و ویروس می‌تواند به حافظه وارد شود و فایل الگوی normal.dot را که word از آن برای همه‌ی سندهای باز دیگر استفاده می‌کند، آلوده کند. این نوع ویروس‌ها معمولاً مشکلات چندان زیادی به وجود نمی‌آورند.

کرم‌ها worm

کرم، واقعاً یک ویروس نیست. کرم‌ها اگر چه می‌توانند خود را تکثیر کنند، ولی فایل‌های دیگر را آلوده نمی‌کنند. آن‌ها برنامه‌های مجزایی هستند که می‌توانند خود را به روش‌های مختلفی در یک کامپیوتر جا کنند. برای مثال با داخل کردن یک ورودی در کلید Run Registry باعث می‌شوند هر زمان کامپیوتر شروع به کار می‌کند آنها را اجرا کند. کرم‌ها بعد از قرار گرفتن در حافظه، در همان کامپیوتر کپی‌هایی از خود تولید می‌کنند یا از طریق شبکه یک کپی از خود به کامپیوترهای دیگر موجود در شبکه می‌فرستند.

اسب‌های تراوا

اسب تراوا هم ویروس نیست، چون نه خود را تکثیر می‌کند و نه فایل‌های دیگر را آلوده می‌کند. آنها برنامه‌هایی هستند که خود را به صورت برنامه‌های بی‌خطر دیگر جلوه می‌دهند تا کاربر به وجود آنها شک نکند. اسب‌های تراوا بعد از بارگذاری در حافظه، می‌توانند کارهای زیادی انجام دهند که ممکن است برای کامپیوتر و شبکه مشکل‌آفرین باشد. بعضی از اسب‌های تراوا در واقع برنامه‌های سرور از راه دوری هستند که در کامپیوتر میزبان خود، راهی را برای ورود ایجاد می‌کنند. به این صورت کاربری که در جای دیگر شبکه یا اینترنت قرار دارد از طریق راه ایجاد شده با نیمه‌ی دیگر آن برنامه که سرویس گیرنده است به کامپیوتر دسترسی پیدا می‌کند. انواع دیگری از اسب‌های تراوا وجود دارند که اطلاعاتی از قبیل کلمه‌های عبور یا فایل‌های داده را از کامپیوتر راه دور جمع‌آوری می‌کنند و به یک برنامه‌ی میزبان که روی کامپیوتر دیگری در حال اجرا است، می‌فرستند.





خون بالا می‌رود، ضربان قلب افزایش می‌یابد و حرکات تنفس شدیدتر می‌شود. میزان این افزایش به نوع رُویا بستگی دارد و حتی ممکن است قلب از حالت بیداری هم تندتر بزند.

اغلب سکنه‌های قلبی که در خواب صورت می‌گیرند در شروع یک مرحله از رم اتفاق می‌افتد. اگر فرد ناراحتی قلبی دارد ایجاد عارضه در شروع این مرحله بیشتر است. اندام‌هایی که در خواب نان رم فعالیتشان افزایش پیدا می‌کند، در خواب رم به حالت عادی بر می‌گردند.

خواب رم و نان رم در افراد مختلف یکسان نیست، ولی از یک حداقل کمتر نمی‌شود. به تجربه دیده می‌شود که مقاومت در مقابل بی‌خوابی بسیار مشکل است و از مقاومت در مقابل گرسنگی مشکل‌تر است؛ زیرا ممکن است غذا نخوریم و اتفاقی نیفتد، ولی به علت بی‌خوابی تحمل همه‌ی کارهای روزمره مشکل می‌شود. حداکثر مقاومت در مقابل بی‌خوابی حدوداً ۶ روز است و بعد از آن فرد قادر به بیدار ماندن نیست.

آیا خواب رم هم یک نیاز است و اگر افراد را از خواب رم محروم کنیم چه اتفاقی می‌افتد؟ تحقیقاتی که چه در انسان و چه در حیوانات صورت گرفته نشان می‌دهد خواب رم هم نیاز است و با حذف خواب رم اشکالاتی به خصوص در نوع روانی افراد به وجود می‌آید.

افرادی که در خواب نان رم بیدار می‌شوند، بعد از چند روز به این وضع عادت می‌کنند. روزهای اول کمی خسته می‌شوند، ولی با گذشت زمان کم‌کم به این ریتم عادت می‌کنند. اما افرادی که در خواب رم بیدار می‌شوند هر چه زمان می‌گذرد به خستگی و ناراحتی‌های آنها افزوده می‌شود، زیرا دچار کاهش توجه می‌شوند و قدرت یادگیری آنها کاهش می‌یابد و مقدمه‌ی اسکیزوفرنی فراهم می‌شود. به نحوی که اگر ادامه پیدا کند گفته می‌شود فرد در بیداری خواب می‌بینند و گوشه‌گیر شده و با دیگران قطع ارتباط می‌کند. وقتی این افراد به حالت عادی بر می‌گردند ملاحظه می‌شود که بیشتر از افراد معمولی خواب می‌بینند، یعنی بیشتر از یک پنجم خواب می‌بینند.

از لحاظ فیزیولوژی در سال‌های اخیر مطلب دیگری هم کشف شده که خواب رم با تحکیم یادگیری و تبدیل یادگیری کوتاه مدت به حافظه‌ی دراز مدت نقش دارند.

اگر به طور مستقیم آدمی که به خواب رفته را مشاهده کنیم بعد از حدود ۹۰ دقیقه شروع به تکان خوردن می‌کند، چشمان او نیمه‌باز می‌شوند و حرکاتی در لب‌ها و عضلات صورتش نمایان می‌شود مانند کسی که دارد خواب می‌بیند. اگر کسی را در این حالت از خواب بیدار کنیم حرف از خواب دیدن می‌زند. اما اگر به کمک الکتروانسفالو گرافی در ابتدای خواب امواج مغز را ثبت کنیم تقریباً ۹۰ دقیقه طول می‌کشد تا این آدم از خواب سبک به خواب کاملاً عمیق برسد و در این خواب عمیق است که امواج دلتا ظاهر می‌شوند. به طور ناگهانی امواج دلتا (امواج آرام و آهسته) تبدیل به امواج تند و کوتاهی شبیه به ریتم بتا (فعالیت فکری) بیدار می‌شود. بعد از حدود ۱۰ دقیقه دو مرتبه امواج آهسته‌ی دلتا نمایان می‌شود و اگر در ضمن ثبت این امواج تند و کوتاه فرد را از خواب بیدار کنیم خواب دیدن خود را تأیید می‌کند.

خواب با امواج آهسته را خواب آهسته یا آرام می‌نامند و خواب با امواج تند را خواب تند می‌شناسند. موقعی که امواج تند، رسم می‌شوند فرد خوابیده در عمیق‌ترین لحظه‌ی خواب است؛ به طوری که در این زمان به زحمت می‌توان فرد را از خواب بیدار کرد.

مراحل خواب:

۱ - خواب رم: REM = Rapid Eye movement یا حرکات ریز کره‌ی چشم است (امواج بتا)

۲ - خواب نان رم: MREM مراحل خواب با امواج آهسته است، یعنی مرحله‌ای که حرکات ریز کره‌ی چشم در این خواب وجود ندارد (امواج دلتا).

هر مرحله‌ای از خواب دارای چهار تا پنج مرحله خواب رم و در فواصل آن خواب نان رم است. حرکات ریز کره‌ی چشم در هنگام رُویا حتماً به دیدن مناظر و حوادث و افراد مربوط نیست، زیرا در نابینایان مادرزاد هم این مرحله وجود دارد و در نوزادان هم وجود دارد. در خواب رم تغییراتی در بدن نیز صورت می‌گیرد.

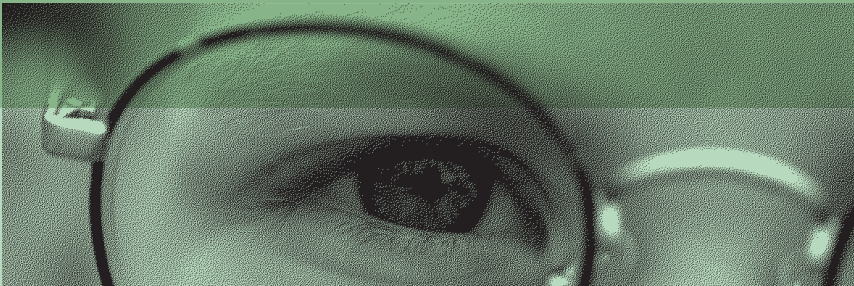
تونوس عضلات از آنچه قبلاً بوده کمتر است. به همین جهت است که در خواب رم عضلات بدن تقریباً کاملاً شل است و اگر فرد در این مرحله به طور ناگهانی بیدار شود قادر به ایستادن و راه رفتن نیست. در حالی که اگر در خواب نان رم بیدار شود می‌تواند بایستد یا حرکت کند. در انسان و بسیاری از حیوانات دیگر تونوس در خواب رم کم می‌شود، مثل گربه.

با شروع خواب اعصاب پاراسمپاتیک غلبه می‌کند اما، در خواب رم، سمپاتیک دو برابر فعال‌تر از قبل می‌شود و به همین دلیل هم در خواب رم متوسط فشار



خلاقیت

اکبر طالب‌پور / کارشناس ارشد روانشناسی



در قرن حاضر که شاهد رقابت بسیار فشرده‌ای بین جوامع گوناگون برای دستیابی به علوم و فنون جدید و منابع ثروت و قدرت هستیم، بیش از هر زمان دیگری به افراد خلاق و هوشمند نیاز است. ممکن است تاکنون این سؤالات برایتان مطرح شده باشد که خلاقیت چیست؟ افراد خلاق چه ویژگی‌هایی دارند؟ موانع بروز خلاقیت چیست؟ چه رفتارهایی از طرف والدین و معلمان باعث پرورش استعدادهای خلاق می‌شود؟ در ادامه‌ی مطلب سعی می‌کنیم به اختصار به پرسش‌های مطرح شده پاسخ بگوییم.

پژوهشگران مختلف تعاریف متفاوتی را از خلاقیت بیان کرده‌اند. برخی معتقدند خلاقیت مجموعه‌ای از توانایی‌ها و خصوصیات است که موجب تفکر خلاق می‌شود و برخی دیگر خلاقیت را توانایی حل مسائلی که فرد قبلاً راه‌حل آنها را نیاموخته است می‌دانند. در هر صورت خلاقیت ارائه‌ی راه‌حل‌های متفاوت، غیرمتعارف و حتی عجیب و غریب برای حل مسائل است به شرط آنکه علی‌رغم غیرعادی بودن به نتایج پذیرفتنی بینجامد.

ویژگی‌های افراد خلاق:

- ۱- کنجکاوی فراوان
- ۲- سؤالات و فرضیات زیاد راجع به مسائل و هنجارهای اجتماعی
- ۳- توانایی بهره‌برداری از امکانات محیط پیرامون خود
- ۴- علاقه به فعالیت‌های هنری و موسیقی
- ۵- علاقه به ریسک (خطر) کردن
- ۶- پشتکار فراوان در انجام کارها
- ۷- توانایی تأثیرگذاری بر دیگران
- ۸- انگیزه بالا و فراوان در انجام کارها
- ۹- عدم ترس از محدودیت‌ها و موانع و سعی و تلاش برای انجام کارهای به نظر ناممکن

۱۰- طرز فکر انتقادی

۱۱- وجود تصور مثبت از خود

۱۲- انعطاف‌پذیری زیاد در کارها

موانع بروز و پرورش خلاقیت عبارتند از:

- ۱- ترس از شکست: لازمه‌ی خلاقیت ریسک (خطر) کردن و بررسی راه‌های مختلف است. گاهی ترس از شکست موجب می‌شود که فرد بیشتر به کارهایی بپردازد که احتمال موفقیت در آنها زیاد است.
- ۲- عدم اعتماد به نفس: بسیاری از مواقع افراد از توانایی‌ها و استعدادهای شگرفی برخوردارند اما، عدم اعتماد به خود مانع بروز قوای خلاقشان می‌شود.
- ۳- رویگردانی از ابهامات: بیشتر افراد از موقعیت‌های مبهم، پیچیده و غیر مطمئن استقبال نمی‌کنند و بیشتر به موقعیت‌های مطمئن با نظم و ترتیب اهمیت می‌دهند.
- ۴- عدم انعطاف‌پذیری: انسان‌هایی که در قالب‌های فکری معین عمل می‌کنند، قادر به اندیشیدن به وجوه مختلف مسئله نیستند و تنها یک یا دو جهت را می‌بینند.
- ۵- ترس از عدم پذیرش اجتماع: ترس از رد و تحقیر شدن از طرف جامعه، مانع بزرگی برای خلق و ابداع کارهای جدید است.
- ۶- تبعیت از دیگران: فرد به علت ترس از متفاوت بودن از دیگران، سعی می‌کند در چارچوبی عمل کند که دیگران عمل کرده‌اند و البته این شیوه نمی‌تواند منجر به ابتکار عمل شود.
- ۷- آداب و رسوم: بسیاری از مواقع رفتارهای اجتماعی به قدری با سنت‌ها و آداب و رسوم اجتماعی گره خورده‌اند که افراد به خود اجازه نمی‌دهند به الگوی تازه بیندیشند.

۸- شغل: بسیاری اوقات، نداشتن شغل دلخواه و انجام کارهای اجباری باعث می‌شود که فرد انگیزه‌ی خود را از دست بدهد. طبیعی است که فرد در این کار اجباری هیچ ایده‌ی تازه‌ای از خود بروز نمی‌دهد.

۹- قوانین: عدم انعطاف‌پذیری قوانین به خصوص قوانین آموزشی که بدون توجه به تفاوت‌های فردی برای تمام دانش‌آموزان اجرا می‌شود مانع بروز خلاقیت و استعدادهای فرد می‌شود.

توصیه‌هایی به والدین برای پرورش خلاقیت در فرزندان:

پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند که ظهور خلاقیت با موقعیت خانوادگی ارتباط نزدیکی دارد. دیده شده است رعایت نکات زیر از طرف والدین باعث می‌شود فرزندشان در آینده فردی خلاق شود:

- ۱- احترام فراوان به فرزند
 - ۲- آزادی عمل برای کشف جهان اطراف
 - ۳- آزادی برای تصمیم‌گیری
 - ۴- استقلال عمل در امور شخصی
 - ۵- عدم وابستگی زیاد بین فرزند و والدین
 - ۶- شیوه‌ی تربیتی آزادمنشانه (جو آزاد و غیر مستبدانه)
 - ۷- وجود روابط صمیمی و دوستانه بین افراد خانواده
 - ۸- همانند سازی با والدین (والدینی که خود ابتکار عمل داشته باشند، الگویی مناسب برای برانگیختن کودکان در ابداع و خلاقیتند)
 - ۹- گرایش‌های فکری مختلف و متنوع در والدین
 - ۱۰- عدم نگرانی بیش از حد والدین نسبت به انجام کارها توسط فرزندشان
- توصیه‌هایی به معلمان برای پرورش خلاقیت در دانش‌آموزان:**
- ۱- فراهم کردن فضای صمیمی و دوستانه در کلاس درس و محیط مدرسه
 - ۲- اعتماد به توانایی‌ها و استعدادهای دانش‌آموزان
 - ۳- تشویق دانش‌آموزان به کنجکاوی، ضمن تشویق نیز پرسیدن سؤال به جای پاسخ به سؤالات آنها برای رسیدن به پاسخ سؤالات
 - ۴- فراهم کردن کلاس و مدرسه به صورتی که فعالیت، بازی و خنده بیشتر از معمولی وجود داشته باشد تا بچه‌ها سعی کنند کارها را به روش‌های جدید و جالب انجام دهند
 - ۵- پرهیز از تأکید زیاد بر نمره و پاداش؛ خلاقیت کودکان زمانی از بین می‌رود که ارزیابی جایزه و رقابت با روش غلط استفاده شود
 - ۶- حفظ امنیت در کلاس و رعایت فرصت‌ها؛ زیرا دانش‌آموزی می‌تواند در کلاس احساس امنیت کند که دچار خودسانسوری و محدود سازی دامنه‌ی عمل نشود
 - ۷- نادیده نگرفتن سؤالات عجیب و غریب دانش‌آموزان؛ بگذارید دانش‌آموزان احساس کنند که شما از پرسیدن سؤال استقبال می‌کنید
 - ۸- پرهیز از تحمیل یک الگوی خاص برای انجام کارها
 - ۹- نوافص و کاستی‌ها موجود در دانش را مطرح کنید تا دانش‌آموزان به جای اینکه فقط به معلومات بپردازند به آنچه برای انسان مجهول مانده است نیز توجه کنند
 - ۱۰- آموزش مهارت‌های تحقیق به عنوان راه‌هایی که انسان برای یافتن جستجو می‌کند



گرمزدگی را جدی بگیرد

مریم پشنگ

باید داروهایی که فرد را مستعد گرمزدگی می‌کند با نظر پزشک معالج با داروهای دیگر، جایگزین شود.

سعی کنید حتی‌المقدور در سایه باشید و از مصرف نوشیدنی‌های الکلی خودداری کنید.

یکی دیگر از راه‌های سالم و دورماندن از بیماری گرمزدگی در تابستان، مصرف آب به مقدار لازم است و اینکه بدانیم بدن ما به چه میزان آب احتیاج دارد؟

بدن انسان آب مورد نیاز خود را از سه راه به دست می‌آورد:

- از نوشیدنی‌ها؛ چه به صورت آب خالص و چه از طریق سایر آشامیدنی‌ها.

- از سایر خوراکی‌ها؛ به خصوص سبزیجات و انواع میوه‌ها.

انجمن تغذیه‌ی بریتانیا (BDA) می‌گوید یک فرد بزرگسال به طور متوسط باید روزانه ۲/۵ لیتر آب مصرف کند. از این مقدار ۱/۸ لیتر (معادل ۸ لیوان) باید مستقیماً از طریق نوشیدنی‌ها تأمین شود. البته این میزان در روزهای گرم یا هنگام و بعد از فعالیت‌های فیزیکی افزایش می‌یابد.

آب بخش عمده‌ی تمام نوشیدنی‌ها را تشکیل می‌دهند. ۶۵ درصد

نوشابه‌های گازدار، ۸۶ درصد کنسانتره‌ی رقیق شده‌ی میوه‌ها و

۹۰ درصد آب میوه‌ها. اما نوشیدن آب خالص تنها مؤثرترین راه

برای جبران مایعات دفعی است.

چگونه این همه آب مصرف کنیم؟

- با نوشیدن یک لیوان آب بعد از بیدار شدن از خواب، روز

خود را آغاز کنید.

در کل کار خود، یک پارچ آب خنک روی میز کار خود داشته

باشید. در این صورت به راحتی می‌توانید در طول روز لیوانتان را

پر کنید.

- اگر در طول روز بیرون هستید، یک بطری آب با خودتان داشته باشید تا هر

وقت خواستید بتوانید از آن بنوشید.

- مصرف میوه و سبزیجات را در برنامه‌ی غذایی خود افزایش دهید، چرا که

علاوه بر سایر خواص بیشمار، حاوی حجم بالایی آب هستند.

بیماری گرمزدگی از بیماری‌های شایع در تابستان است که ممکن است به نظر برخی ساده بیاید، ولی وقتی در پرونده‌ای این بیماری مرگ ۳۰ هزار نفر را در قاره‌ی اروپا و آسیا می‌بینیم، باید بیشتر از ابهت گرما بترسیم.

انسان در هوایی گرم یا حین ورزش کردن، زیاد عرق می‌کند و هر گاه بدن بیش از حد مایعات از دست بدهد، نتیجه‌ی آن گرمزدگی است.

علائم گرمزدگی شامل موارد زیر است: خستگی گرمایی که به صورت منگی، خستگی، غش، سردرد، رنگ پریدگی و مرطوب بودن پوست، تند و ضعیف بودن نبض، تند و سطحی بود تنفس، گرفتگی عضلانی و تهوع یا استفراغ.

مرحله‌ی پیشرفته‌تر بیماری گرمزدگی نیز به صورت تشنگی زیاد، داغ، خشک و بر افروخته بودن پوست بروز پیدا می‌کند. در این مرحله، دیگر تعریق وجود ندارد اما، درجه حرارت بدن بالا و ضربان قلب بیمار تند است. در مراحل بعدی نیز گیجی و در نهایت از دست دادن هوشیاری فرد گرمزده پیش خواهد آمد.

خوشبختانه برای اینکه دچار گرمزدگی نشویم راه‌های زیادی وجود دارد و راه‌های جلوگیری از ابتلا به گرمزدگی بسیار ساده است:

از پوشیدن لباس‌های ضخیم و غیر قابل نفوذ در فصل گرما که مانع تبخیر عرق و دفع گرما می‌شود، باید خودداری کرد.

هنگام فعالیت شدید بدنی به قدر کافی مایعات نوشید.

به طور کلی باید از فعالیت شدید در آب و هوای گرم و به ویژه مرطوب آب و هوایی مرطوب اجتناب کرد. اگر هوا گرم و خشک اما، تهویه، کافی باشد بهتر از هوای گرم و مرطوب است. در صورت اجبار برای فعالیت بدنی در مناطق گرم و مرطوب، فعالیت بدنی را به تدریج طی ۳ تا ۴ هفته برای عادت کردن بدن به گرما افزایش دهید.

در فعالیت‌های ورزشی گروهی، گرمزده شدن یکی از افراد به معنای در خطر بودن دیگران است و باید اقدامات احتیاطی را برای افراد دیگر در نظر داشت.

بیماری‌های همراه و زمینه‌ساز گرمزدگی باید درمان شوند تا میزان تحمل فرد بالا برود.

فرد بالا برود.



شگفته‌های سرکه‌ی سیب

سرکه‌ی سیب که از آب تازه‌ی سیب به عنوان ماده‌ی اصلی با استفاده از باکتری‌های اسیداستیک سازش یافته تهیه می‌شود، ارزش غذایی بالایی دارد. سرکه‌ی سیب طبیعی طعمی تند و رنگی قهوه‌ای روشن دارد. ویتامین‌های موجود در سرکه‌ی سیب شامل B₁، B₂، B₆، C و میکرو المنت‌های سولفور، فسفر، کلسیم، روی، منیزیم و غیره است. این مواد باعث بهبود درد مفاصل می‌شود، دستگاه گوارش را تقویت می‌کند، مواد سمی را از بدن دفع می‌کند، جداری رگ‌ها را نرم کرده و از فشار خون بالا جلوگیری می‌کند. همچنین سرکه‌ی سیب پتاسیم فراوانی دارد.

دانشمندان و متخصصان تغذیه بر این باورند که مصرف مداوم سرکه‌ی سیب باعث یک سری تغییرات در بدن می‌شود که منجر به کاهش خستگی و فرسودگی بدن، کنترل و نابودی باکتری‌های مفید، عدم ابتلا به سرماخوردگی‌های ویروسی یا کاهش آن، افزایش اشتها و کمک به هضم غذا، جلوگیری از یبوست و بالاخره تبدیل چربی اضافی بدن به انرژی و در نتیجه کاهش وزن می‌شود. ویتامین‌های موجود در سرکه‌ی سیب باعث مرطوب نگه داشتن و نرمی پوست و همچنین کاهش یا حذف چین و چروک و شادابی آن می‌شود. در کل، از شل شدن و افتادگی پوست جلوگیری می‌کند و باعث شفاف شدن پوست‌های تیره می‌شود. از دیگر فواید سرکه‌ی سیب جلوگیری از خال‌های پوستی در سنین پیری است. برای تقویت قلب، ۲ یا ۳ قطره سرکه‌ی سیب را با نصف لیوان آب مقطر مخلوط کنید و روزی دو بار در وعده‌ی غذا میل کنید. برای تضمین و تأمین سلامتی بدن نیز می‌توانید یک لیوان آب را با دو قاشق چایخوری سرکه‌ی سیب و یک تا دو قاشق چایخوری عسل مخلوط کنید و این شربت را هر روز صبح بنوشید.

طبق بررسی‌های آماری پزشکی روی ۲۲۷ نفر که سرکه‌ی سیب را به مدت یک تا دو ماه به مقدار روزانه ۲۰ سی‌سی مداوم مصرف کرده‌اند، نشان می‌دهد ۱۰۲ نفر از آنها که بیش از ۴۵ سال داشتند و فشار خون بالا داشتند، ضمن کاهش فشار خون و رفع خستگی و فرسودگی بدن، یبوست سنین پیری آنها نیز برطرف شده است و ۸۵ نفر که بین سنین ۲۵ تا ۴۵ سال سن داشتند احساس کردند که پوست آنان نرم و مرطوب شده و نسبت به قبل روحیه‌ی بهتری دارند و سر حال و با نشاط شده‌اند. بقیه‌ی افراد که ۱۸ تا ۲۰ سال داشتند، اشتها‌ی بیشتری پیدا کردند و رژیم قبلی غذایی آنها تغییر کرده است.

منابع:

مقاله انجمن تغذیه بریتانیا.

کتاب شگفته‌های سرکه سیب (The miracle of apples cider vinegar)

(vinegar) ترجمه: مهندس مسعود پناهی و سید محمد پناهی.

رساله‌های پزشکی چاپ شده در گروه انجمن سلامتی مشهد (دانشجویان

تغذیه دانشگاه پزشکی)

پیشگیری بهتر از درمان است.

هدف اصلی در طب سنتی، حفظ قدرت و سلامت برای پیشگیری از بروز بیماری‌ها در درجه‌ی دوم مقابله با بیماری‌ها به کمک مواد ساده و طبیعی است.

درمان بیماری‌ها با طب سنتی یک شبه به وجود نمی‌آیند، بلکه نتیجه نوع تغذیه و روش زندگی طولانی مدت انسان‌هاست. دانش وسیع پزشکی؛ امکانات زیادی برای حفظ سلامتی و درمان بیماری‌ها عرضه می‌کند و روش‌های درمان سنتی نیز می‌تواند مکمل آنها باشد. از نتایج تحقیق و بررسی دانشمندان درباره فواید سرکه‌ی سیب و خواندنی‌هایی درباره‌ی سرکه و تلفیق چند مقاله‌ی علمی و مفید و نتایج تحقیق دانشمندان درباره‌ی سرکه برای شما عزیزان مطالبی در راستای دانستنی‌های سرکه و نحوه‌ی استفاده آن ارائه می‌کنم که امیدوارم مورد استفاده‌ی مفید شما عزیزان قرار بگیرد.

بدون شک قدیمی‌ترین شیوه‌ای که بشر به وسیله‌ی آن‌ها و خطا از طبیعت آموخته، روش‌های تخمیر است. اصولاً هر زمان که شرایط محیط بین جانداران ذره‌بینی و مواد غذایی مساعد شود، تخمیرهای طبیعی رخ می‌دهد. چنین فعل و انفعالاتی برای انحلال و تغییر مواد موجود در طبیعت ضروری است. تخمیرهای طبیعی، از گذشته دور نقش حیاتی در توسعه و تکامل تمدن‌های بشری داشته‌اند. انسان‌های اولیه کشف کردند که برخی از آب‌میوه‌ها و شیرهای ترش، ماندگاری بیشتری دارند و در نتیجه مقداری از منابع غذایی خود را با این شیوه نگهداری می‌کردند. این کشفیات مربوط به هزاران سال قبل از این است که بشر دانش تولید تخمیر را فرا بگیرد.

اکنون روش‌های برتری از تخمیر متداول شده است. از این رو، جوامع پیشرفته و در حال توسعه از این شیوه به عنوان یک فن تنوع‌ساز استفاده می‌کنند. همچنین در کشورهای در حال توسعه روش‌های تخمیر و خشک کردن به عنوان شیوه‌ی اصلی در نگهداری مواد غذایی هنوز متداول است. تقریباً هزار سال پیش هنگامی که عصاره‌ی میوه‌جات مدت زیادی ماند و ترش شد به طور اتفاقی سرکه به وجود آمد و کشف شد. در اصل طرز عمل و فرایند ایجاد سرکه تخمیر قندهای طبیعی به الکل و سپس تخمیر الکل به سرکه است.

بسیاری از تولیدکنندگان سرکه در جهان، بر این باورند که روش‌های تولید سرکه هنوز نیاز به تحقیقات جامع و گسترده و بررسی‌های مشخص در هر مورد خاص دارد. در نتیجه می‌توان گفت که بسیاری از خواص درمانی سرکه ناشناخته مانده است.

به نظر می‌رسد که استفاده‌ی منظم از سرکه به مقدار معین، نه تنها عاری از زیان و ضرر خواهد بود، بلکه تندرستی کامل و شگفت‌انگیزی را به همراه خواهد آورد. دکتر پاول سی‌پراگ درباره‌ی سرکه‌ی عصاره‌ی سیب می‌گوید: «سال‌ها پژوهش و بررسی این نکته‌ی مهم و اساسی را به من ثابت کرده است که سرکه‌ی عصاره‌ی سیب یک منبع سرشار از پتاسیم است. این ماده، همچون یک عامل قوی با مواد سمی و میکروب‌های بیماری‌زا مبارزه می‌کند.»

و حالا توضیحی پیرامون سرکه‌ی سیب، خواص و فواید آن:



پا و پوتین

آدم عتیقه‌ای بود. پایش از زانو قطع شده بود، سراغ پوتینش را می‌گرفت. می‌گفتم: آخر خانه خراب پوتین بدون پا را می‌خواهی چه کنی؟ می‌گفت: من طاقت دو تا داغ را به یک بار ندارم.

تدارکات، تلفنخانه، دژبانی

تا مدت‌ها به هر کس می‌رسید از دسته‌اش می‌پرسید. خصوصاً به نیروهای جدید. حرف هر چه بود آن را می‌برد به سمت اینکه از کجا اعزام شدی، در کدام گردانی و بالاخره آنجا چه کار می‌کنی؟ وقتی به او اعتراض می‌شد که مگر فضولی، چه کار به مردم داری، می‌گفت: سفارش مادرم است. گفته در جبهه اگر می‌خواهی کارت گیر نکنی با سه گروه دوستی کن؛ اول تدارکات، دوم تلفنخانه و سوم دژبانی! گفتم: پس به همین دلیل دیگر دوستان قدیمی را محل نمی‌گذاری؟ می‌گفت: چه کنیم اموراتمان با شما نمی‌گذرد!

برگرفته از کتاب فرهنگ جبهه
نوشته ی سید مهدی فهیمی

برگردم سر زن و بچه‌ام

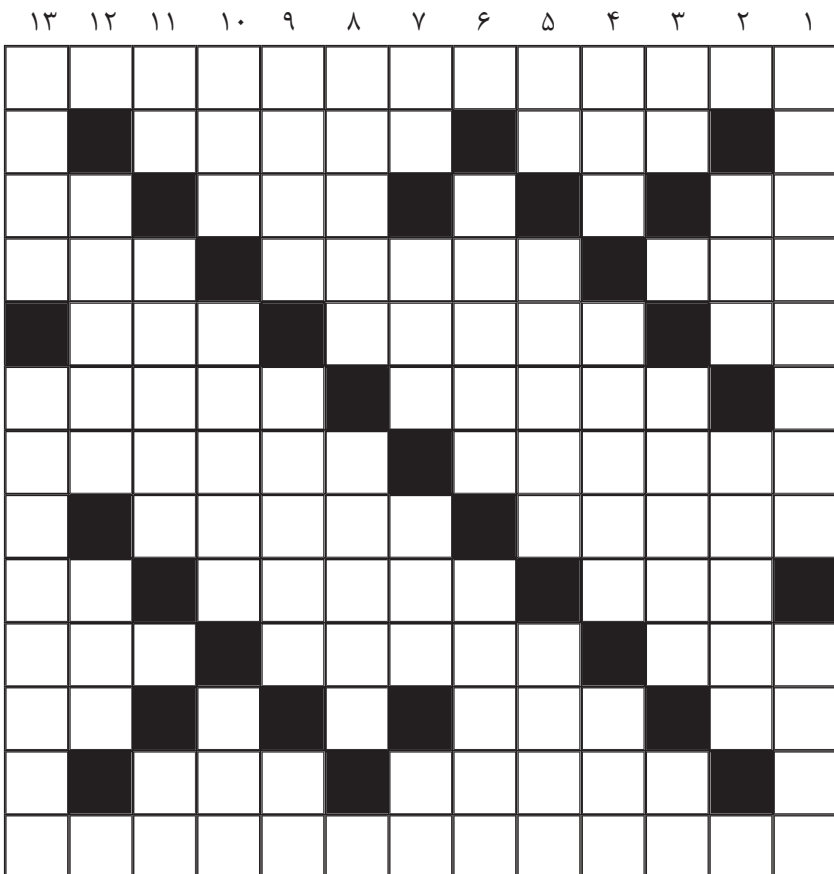
سؤال مگرری که مدت‌ها باب شده بود، اینجا و آنجا و هر جا که رزمندگی بود و خبرنگار از گرد راه رسیده‌ای مطرح می‌شد: برادر انگیزه شما از جبهه آمدن چیست؟ یا از این مبارزه چه هدفی دارید؟ اما دریغ از یک پاسخ درست و جواب مرتبط با سؤال. هر چه بود اسباب استهزا بود و بهانه برای ردگم کردن. به عنوان مثال: من انگیزه منگیزه حالی‌ام نیست. آمده‌ام شهید بشوم برگردم سر زن و بچه و خانه و زندگی‌ام!

برو کار می‌کن

طبیعتاً کسانی که دانش‌آموز نبودند در خلال رفت و آمد به منطقه به کار و زندگی‌شان می‌رسیدند. مرخصی که می‌خواستیم بیایم به این قبیل برادران می‌گفتم: برو کار می‌کن مگو کار چیست و آنها در جواب می‌گفتند: حق با شماست ولی به حضرت عباس کار نیست! اگر کار بود ما اینجا چه کار می‌کردیم؟ من ملک بودم و فردوس برین جایم بود، آدم آورد در این دیر خراب آبادم!

دویست و پنجاه گرم ثواب

برادری داشتیم به نام امین‌الله طبسی، بچه کردکوی بود. روی آمبولانس کار می‌کرد. هر وقت از محور با او به طرف شهر می‌رفتیم، بین راه آنقدر بسیجی سوار می‌کرد که دیگر جای نفس کشیدن نبود. فرق نمی‌کرد، دست بلند کرده باشند یا نه، تشخیص می‌داد رزمنده است بوق می‌زد، نگه می‌داشت و سوار می‌کرد. بعد به ما می‌گفت: هیچ می‌دانید چرا اینقدر بسیجی سوار می‌کنم؟ به این دلیل که هر بسیجی دویست و پنجاه گرم ثواب دارد!

[illegible]

۶- واحد شمارش توپ جنگی - آفریدگار
۷- مهریه‌ی حضرت زهرا (س) - صفت سرو - زادگاه
حضرت ابراهیم (ع) - خسیس پس نمی‌دهد
۸- برادر خودمانی - امر مربوط به آخرت
۹- کامل‌تر - جامه‌دان - شناسه‌ی پستی
۱۰- از ماکیان - رودی در خوزستان مقاوم - سوریه
۶۸ قرآن کریم
۱۱- جانشین او! - همیشگی - خم کاغذ
۱۲- از شهرهای مهم نفتی کشور عراق - از فروغ دین
اسلام
۱۳- کوتور دشتی - آیت‌الله شهیدی که در روز ۶
اردیبهشت ۱۳۶۳ در جبهه به شهادت رسید.

۱۔ فاطمہ رضایان۔ تہران
۲۔ نجمہ اصغری۔ بشروہ

اشتراک ششماهه: ۲۱۰۰ تومان یکساله: ۴۲۰۰ تومان

اینجانب.....
 متقاضی نشریه شاهد جوان می‌باشم که حق اشتراک آن را :
 طی رسید بانکی پیوست به حساب ۲۱۸۲۰۵۵۵ بانک تجارت شعبه میدان هفتم تیر تهران (قابل پرداخت در کلیه شعب بانک
 تجارت) به نام موسسه فرهنگی شاهد واریز نموده‌ام.
 نشانی دقیق :.....

..... تلفن و کد شهرستان:

.....امضاء:..... تاريخ:.....



تیرماہ ۱۳۸۶

فرم اشتراک
بیتاها
جوان

نشانی مجله: تهران صندوق پستی ۱۵۷۱۵/۱۹۴
تلفن: ۸۸۸۲۳۵۸۴

اگر درست بگویم کویر ایمان بود
و تیغ‌های گرسنه به خونشان تشنه
بر آسمان و در زمین تشنگی فراوان بود
از ایستادن ز هفت آسمان مردی
تمام محور این جاده نور باران بود
چه تیغ کینه گل‌پیش شکاف بی‌پروا
چه زخم‌ها که نشان طلایه‌داران بود
شکفت حنجره‌اش در قیامت آتش
میان حنجره‌اش آیه‌های قرآن بود
سلام ما به حسین و شکوه بیدارش
که بعد خون و قیامتش همیشه توفان بود

در شماره خرداد مطالب خوب و خواندنی بسیار
بود. در مورد ویژه‌نامه خرمشهر هم دست‌ان در
نکند. لطفاً برای شهرهای دیگر هم ویژه‌نامه داشته
باشید. شهرهایی مثل مهران، کرمانشاه، قصر شیرین
و... این شهرها کم آسیب ندیدند.

ریحانه مرتضوی - کرمانشاه

ویژه‌نامه خرمشهر، شماره خرداد، کار قشنگ
و در خور تحسینی بود. گرچه صفحات کمی به
خود اختصاص داده بود ولی زیبا و رسا بود. تعجب
کردیم که بالاخره کسی پیدا شد و از درد دل ما
حرفی زد. واقعاً شرایط اجتماعی و اقتصادی مردم
خرمشهر، شرایط تأسفباری است. من که ساکن
خرمشهر هستم. وقتی فهمیدم آمار قبولی بچه‌های
ما در کنکور آمار خیلی ضعیف و پایینی است، خیلی
خیلی ناراحت شدم. هم از خودمان هم از مسئولان. از
خودمان که چرا همت نمی‌کنیم و قدر خون شهدایی
را که در این شهر ریخته با تنبلی و بهانه عدم امکانات،
نمی‌دانیم و درس نمی‌خوانیم. و از مسئولان که چرا
به پاس دلاوری مردان مردی که برای آزادی این
شهر از خودشان هم گذشتند، مشکلات این مردم را
حل نمی‌کنند.
شهدا برای آزادی تلاش کردند و ما و مسئولان
باید برای آبادی این شهر تلاش کنیم.

سید حامد صمدی - خرمشهر

نامه‌های رسیده:

محدثه‌سادات علوی، فاطمه اصغری - بشرویه
خراسان رضوی، التفات رضایی - بناب آذربایجان
شرقی، مهری بهمنی، سمیه فلاح‌پور - املش گیلان،
حجت‌الله ترک‌زاده - اهواز، مطهره مردایان سرخی -
قم، وحید کاظمی - قزوین، مهدیه و مهدی عسگری
- کرمان، مریم خدادادی - ایلام، علی رجبی قیداری،
صفیه و کیوان احمدخانی، علی و فرشید بابایی -
زنجان، غلامرضا لک - ازنا لرستان، زهرا علی مهدی
قائمی، ام‌البنین رمضانی - تایباد خراسان رضوی، یگانه
و مریم پورمند - سردشت، هاجر علیخانی - نوشهر،
مهدی حسین میرزایی - شهرکرد، احسان قرقانی،
م - نوری نجفی، نسیمه نجفی، الهه عبداللهی، اکرم
عظیمی، محمد کامران - اصفهان.

انتظار

بهار آمد ولی مهدی نیامد
خدایا خود مدد کن تا بیاید
بیا و تو غم از دل‌ها برون کن
بیا ای مهدی عدل و عدالت

برادر خوبم جناب آقای طایفه، نامه‌ی شما به
همراه شعر انتظار شما رسید. دل‌نوشته‌های شما زیبا
بود اما برای آشنایی بیشتر با شعر و ادبیات، لازم است
بیشتر مطالعه کنید، تا با وزن و ردیف و قالب‌های
ادبی آشنا شوید.

برادر ارجمند جناب آقای جعفرقلی دهداری

- دزفول

خاطرات زیبای شما از روزهای دفاع مقدس، زیبا و
خواندنی بودند. اما ای کاش کوتاه‌تر و با زبانی داستانی
این خاطرات را روایت کنید.

برادر ارجمند جناب آقای حسن رزاقی مقدم

جویباری - جویبار

مهر تو به جان خریدم یار منی
الگوی امام و شمع افکار منی
نازم به تو ای خلاصه تقوای امام
سید علی حسینی خامنه‌ای را صلوات

شعر بلند شما که به مقام معظم رهبری تقدیم
کرده بودید، رسید و بخشی از آن را هم با هم
خواندیم. همانطور که فرموده بودید ان‌شاءالله رهبر
معظم انقلاب با دعای خیر شما و ملت خوب ایران
همیشه سلامت و زنده باشند.

سرکار خانم آمنه خدا دوست - مشهد

خوشحالیم که از خوانندگان پویای مجله شاهد
جوان هستید. ما در بسیاری از استان‌ها مشکل توزیع
داشتیم که در سال جدید با هماهنگی‌های انجام شده
با اداره پست، این مشکل حل شده است. از اینکه از
طرف ما نایب‌الزبارة، بوده‌اید متشکریم. باز هم ما را در
جوار حرم امام هشتم(ع) دعا کنید.

آقای جعفر نیکو صفت تربیت حیدریه

شعر شما را با هم می‌خوانیم.
در قیامت آتش

نیاز و العطش و تشنگی نمایان بود
و فصل قحطی بی‌اعتبار انسان بود
و مردهای مؤنث به فخر خود مشغول



نزد نگاه می

راز رسالت

مر تضي امیری اسفندقه

آن منجی بزرگ که در هر سحر به او
می گفت مادرم به تضرع: بیا، تویی

آن راز سر به مهر که حافظ غریب وار
می گفت صبح زود به باد صبا تویی

هنگام حشر، جز تو شفاعت کننده نیست
تنها تویی شفیع‌ی روز جزا، تویی

در خانه‌ی تو گوهر بعثت نهفته است
راز رسالت همه‌ی انبیاء تویی

قرآن ستوده است تو را روشن و صریح
یعنی که کاشف همه‌ی آیه‌ها تویی

درد مرا که هیچ طبیبی دوا نکرد
آه، ای طبیب درد دو عالم! دوا تویی

من از خدا به غیر تو چیزی نخواستم
ای چلچراغ سبز اجابت! دعا تویی

پهلوی شکسته‌ای تو و من دلشکسته‌ام
در بایم ای کریمه! که دارالشفای تویی

ذکر زکیه‌ی تو، شب و روز با من است
بی تاب و گرم در نفس من رها تویی

پیچیده در سراسر هستی ندای تو
تنها صدا بماند اگر، آن صدا تویی

گفتم «تو» ای بزرگ! خطای مرا ببخش
لطف نمی گذاشت بگویم «شما» تویی

باری کجاست بقعه‌ی قبر غریب تو؟
بر ما بتاب، روشنی چشم ما تویی.

هر کس هر آنچه دیده اگر هر کجا تویی
یعنی که ابتدا تویی و انتها تویی

در تو خدا تجلی هر روزه می کند
آیینی تمام نمای خدا تویی

میلاذ تو تولد توحید و روشنی ست
ای مادر پدر! غرض از روشنا تویی

چیزی ندیده‌ام که تو در آن نبوده‌ای
تا چشم کار می کند ای آشنا! تویی

نخل ولایت از تو نشسته چنین به بار
سرچشمه فقاقت آل عبا تویی

غیر از علی نبود کسی هم تراز تو
غیر از علی ندید کسی تا کجا تویی

تو با علی و با تو علی، روح واحدید
نقش علی ست در دل آیینی یا تویی؟

شوق شریف رابطه‌های زلال وحی
روح الامین روشن غار حرا تویی

ایمان خلاصه در تو و مهر تو می شود
مکه تویی، مدینه تویی، کربلا تویی

زمزم ظهور زمزمه‌های زلال توست
مروه تویی، قداست قدسی! صفا تویی

بعد از تو هر زنی که به پاکی زبانزد است
سوگند خورده است که خیرالنساء تویی

شوق تلاوت تو شفا می دهد مرا
ای کوثر کثیر! حدیث کسا تویی

In the name of Allah
And whoever fights in the way of Allah, and then
is slain or Conguers, soon we shall give him a great
reward.

از شما خوانندگان عزیز مجله می خواهیم در صورت تمایل متن
فوق را ترجمه کرده و به آدرس ما ارسال کنید به بهترین ترجمه جایزه
داده می شود.

متن و ترجمه ی انگلیسی شماره ی گذشته:

In the name of Allah
So rejoice in the bargain you have mad with Him,
and that is in the great success

...اکنون بشارت باد بر شما، به داد و ستدی که با خداوند کرده اید، و
این است آن پیروزی بزرگ.

برندگان ترجمه ی شماره گذشته:

۱- علی رضایی - تبریز
۲- سیده اختر هاشمی - آبدانان



محرومیت بالانشینان
همیشه بالانشینی سودمند نیست.
چه بسا آنها به همین خاطر از بسیاری از
مواهد الهی بی بهره هستند.

طراح: محمد رضا دوست محمدی
خوانندگان عزیز مجله شاهد جوان می توانند برداشت خود را از کاریکاتور نوشته
و به دفتر مجله ارسال کنند.
مجله شاهد جوان ضمن اعلام برندگان به بهترین نوشته جایزه می دهد.
حتما روی پاکت قید شود مربوط به شاهد جوان.

برندگان شماره گذشته:

۱ - سمیه ذابح حسین بابایی - تبریز
۲ - نوره نوری - ایلام

کارگردان: محمد حسین لطیفی
تهیه کننده: علیرضا جلالی، حمید آخوندی
محصول موسسه فرهنگی هنری شاهد-۱۳۸۵

باران کوثری
حامد بهداد
پوریا پور سرخ

روز سوم



اکران روز سوم در سینماهای تهران و شهرستان ها