



عکس: عقیقه غفران اشراف

ساروز ازدواج پیامبر (ص)
و حضرت خدیجه (ص) مبارک باد



هدیه عجیب یک دانش آموز به رزمنده ها!



این روزها عطر دلمان از روزهای آغاز جنگ تعمیلی نشان دارد و رشادت های رزمندگان و شهیدایی که هشت سال دفاع مقدسشان، هزاران سال مکتب اخلاق است برای ما. قرار همیشگی مان باشما رادر سکوی آخر خبر خوب روزهای نخست مهرماه اختصاص داده ایم به خاطره ای از شهید حسین خرازی ودانش آموزی که هدیه ای عجیب برای رزمندگان فرستاد: وقتی در جبهه هدایای مردمی را باز می کردیم، در نایلون را باز کردم و دیدم که یک قوطی خالی کمپوت است که داخلش یک نامه است. در نامه نوشته بود: برادر رز منده سلام، من یک دانش آموز دبستانی هستم. خانم معلم گفته بود که برای کمک به رزمندگان جبهه های حق علیه باطل نفری یک کمپوت هدیه بفرستم. با مادرم رفتم از مغازه بقالی کمپوت بخرم. قیمت هر کدام از کمپوت ها را پرسیدم، اما قیمت ها خیلی گران بودند. حتی کمپوت گلابی را که قیمتش ۲۵ تومان و از همه ارزان تر بود، نمی توانستم بخرم. آخر پول مانده از سهبر کردن شکم خانواده هم نیست. در راه برگشت، کنار خیابان این قوطی خالی کمپوت را دیدم و برداشتم و چند بار با دقت آن را شناستم تا تمیز شود. حالا یک خواهش از شما برادر رزمنده دارم: هر وقت که تشنه شدید، با این قوطی آب بخورید تا من هم خوش حال شوم و فکر کنم که توانسته ام به جبهه ها کمکی کنم. بچه ها در سنگر برای خوردن آب توی این قوطی نوبت می گرفتند: آب خوردنی که با ریختن چند قطره اشک همراه بود.

کاش مسئولان امروز هم «برونسی» و «باکری» شوند!

از جنگ که سخن می گوئیم، بر ضرورت بازگویی و تبیین آن واقعیت که تا کید می کنیم، نه به دلیل تقدیس جنگ است و نه حتی تجدید خاطرات آن روزها که بخش مهمی از صفحات کتاب زندگی ماست. حتی فقط برای تعظیم حماسه سازان نیست، هرچند این هم دینی است که بر ذمه داریم. بایسته می نمایم گفتن از دفاع مقدس به خاطر شایستگی های بی نظیری است که در آن شکل گرفت و هنوز هم نظر حق بین را به خود جلب می کند. ما با گفتن از دفاع مقدس، سر احیای فرهنگی را داریم که زندگی را زیباتر می کند. می خواهیم به سنت های خود و جامعه را رجوع دهیم که رجعت به بهشت را در زمین معنا می دهند. ما از جنگ و جنگ افزار نمی گوئیم، از دست بالا در جنگ و بزرگی پیروزی ها هم سخن نمی گوئیم، هرچند این را هم برای امروز و فردای کشوری که می خواهد سرفراز باشد، لازم می دانیم. حرف روشن ما در این میان، تبیین واقعیت هایی است که نسل دفاع مقدس آن را زیسته اند، واقعیت هایی که اگر امروز هم سرمشق باشد برای ما، همه دفترهای زندگی ما از زیبایی سرشار خواهد شد. ما می خواهیم امروزمان ترجمه دیروز باشد. می خواهیم رسم زندگی برونسی و کاوه و باکری و بابایی و آبشنانان و منفرد نیایکی و... درس امروز همه ما باشد. آرزویی که اگر محقق شود، به جامعه تراز ظهور نزدیک خواهیم شد. ما دیده و خوانده ایم و به زیست خویش تجربه کرده ایم که فرماندهان ما، در معرکه نفر اول بودند، اما در استفاده از همان اندک امکاناتی که بود، آخر صف قرار می گرفتند. حالا اگر مسئولان محترم به همان قاعده رفتار کنند، همه چیز درست می شود، باور کنید که درست می شود، چون بسیاری از مردم نه از کمبودها، بلکه از نابجا مصرف شدن «بوده ها» ناراحت اند. از اختلاس هایی که اخلاص گذشگان را به ریشخند می گیرد، ناراضی اند. از نیشخندهایی که زلال لیخند مخلصان را به طعنه زخم می زند، دل خورند. اگر مسئولان مثل برونسی در بیت المال حساب ریا ل به ریا ل را داشته باشند، مردم هم با همان یقینی که جان خود را در اختیار برونسی قرار می دادند، پای کار مسئولان امروز خواهند آمد. اگر آن گونه که مهدی آقای باکری، فرش پهن شده جلوتریون راجع کرد و روی تریبون گذاشت، امروزی ها هم حساب تاروپود فرش بیت المال را داشته باشند، مردم ایمانمان را به رفتارشان گره خواهند زد. اگر آن گونه که محمود کاوه، خودرو اهدایی را به جبهه اهدا کرد و خودش مسافر تاکسی شد، امروزی ها هم چشم بر شاسی بند ببندند، مردم همراه خواهند شد. اگر آن گونه که منفرد نیایکی، ماندن در کنار سربازانش را بر بودن در کنار فرزندش ترجیح داد، آقایان هم در کنار آقا زاده ها به بچه های مردم توجه می کردند، ما چرا خیلی فرق می کرد. اگر به رفتار حرفه ای آبشنانان توجه می شد و از خود گذشتگی اش رادرس می انگاشتیم برای آموختن، می توانستیم چند کلاس معرفت و انسانیت را بجیشی پشت سر بگذاریم، بله، اینکه از جنگ می گوئیم، برای توجه به این «اگرهاست، برای باور کردن آنکه اگر چنین شود، ایران برای فتح قله های موفقیت توانی مضاعف خواهد یافت، چنین باد، ان شاء...»

فرهنگ، اقتصاد و همه آنچه به ما مربوط است، خیلی ها برای فرار از خود، خانواده و کشور و محدودیت های خود در خانواده ازدواج می کنند، امانی توان این گونه با ازدواج به آرامش رسید. نیاز است پیش از ازدواج به شناخت مناسب در این زمینه ها برسیم تا به آرامش برسیم. در ازدواج نمی توان روی گذشته خط بطلان کشید و اگر این مسئله اتفاق بیفتد، فرد در طول زمان دچار سرگشتگی و گم گشتگی می شود.

ارتباط های سمی پیش از ازدواج

امروزه برخی بااین بهانه که می خواهند پیش از ازدواج بهتر و بیشتر با یکدیگر آشنا شوند، چند صبا حی را با هم سپری می کنند. متأسفانه بسیاری از آن ها به سوء استفاده های مالی و جنسی و عاطفی ختم می شود و آن ها هم که به مرحله ازدواج می رسند باز هم عاقبت خوشی در انتظارشان نیست. این موضوع را احسان محسنی، کارشناس حقوقی، تأیید می کند و به ما می گوید: اگر در رابطه های پیش از ازدواج مبنا بر رابطه درست و سالم باشد، باز هم در طول زندگی هریک از دوطرف با خود این سؤال را در ذهن می پروراند که به جز من نیز با شخصی دیگری ارتباط داشته است یا خیر؟ اگر این رابطه خارج از عرف و حریم باشد، شک و شبهه دوطرف بیشتر خواهد بود و به اصطلاح بددلی و گمان بد زدن ها شدت می گیرد و این مسئله خودش می تواند به ایجاد اختلاف زن و شوهر منجر شود. او با اشاره به پرونده هایی که تاکنون از سرگزرانده است، با تأسفادامه می دهد: ازدواج حدود ۷۰ تا ۹۰ درصد افرادی که پیش از ازدواج با هر سبک و سبایق ارتباط داشته اند، به طلاق منجر می شود، منتها فقط زمان این جدایی متفاوت است. برخی پس از یک سال و برخی پس از ۱۰ سال زندگی مشترک از یکدیگر جدا می شوند. حتی پرونده ای داریم که سی سال پیش با یکدیگر رابطه ناسالم و دوستی داشت اند، ولی امروز برای طلاق اقدام کرده اند.

محسنی تأکید می کند: در همه این زندگی و رابطه ها یک موضوع مشترک است و آن تصور خیانت از سوی یکدیگر است. این مسئله، آرامش را از فردی می گیرد و در نهایت باعث متلاشی شدن زندگی زوجین می شود.

ازدواج باید در زمان مناسب اتفاق بیفتد و همراهی و همدلی اطرافیان را با خود داشته باشد. ازدواج هم سن دارد و هر فردی باید به سن مناسب ازدواج برسد تا تکالیف مشخصی را که از او انتظار می رود، برآورده کند

فرار از خود، آرامشی ندارد

این استاد دانشگاه یکی دیگر از سرفصل هایی را که در ازدواج مناسب مؤثر است، پذیرش خود می داند و ادامه می دهد: ازدواج نقطه ای برای فرار از خود و داشته هایمان نیست، بلکه باید ابتدا به نقطه پذیرش برسیم، پذیرش خود، خانواده، شخصیت، جامعه،

راهکارها و موانع ازدواج مناسب در زمان کنونی چیست؟

انتخاب خوب، ازدواج خوب

گزارش روز

مریم دهقان

ازدواج بخشی از زندگی انسان هاست که هم مهم است و هم اثرگذار بر فرد و جامعه. امروزه خیلی جوان ها به علت اوضاع اقتصادی و اجتماعی از ازدواج ترس دارند، اما اگر همه چیز حساب شده و با برنامه پیش برود، خیلی از ازدواج ها در سنین مختلف به طلاق منجر نمی شود و می توان زندگی شیرینی ساخت و از آن لذت برد. حساب و کتاب هم فقط پول و خرید خود رو و خانه نیست. بخش زیادی از موفقیت در ازدواج به ابعاد شخصیتی و مهارت های فردی و اجتماعی افراد بستگی دارد تا بتوانند انتخاب خوب و مناسبی داشته باشند. همیشه در باره راهکارهای درست و موانع ازدواج صحبت شده است، اما رتبه بالای خراسان رضوی و مشهد در آمار طلاق نشان می دهد هنوز هم نیازمند کسب اطلاعات در این حوزه هستیم و باید روش های درست را از راه های مختلف به افرادی که در آستانه ازدواج هستند، آموزش بدهیم. بنابراین ما هم به بهانه سالروز ازدواج مبارک پیامبر رحمت (ص) و حضرت خدیجه کبری (ص) به میبحث شیرین ازدواج مناسب پرداختیم.

او در ادامه بیان می کند: بخش مهمی از این نقطه مناسب به دست آوردن شرایطی از جمله استقلال است، اینکه فرد اگر می خواهد درباره مسئله ای تصمیم بگیرد، دارای استقلال فکری باشد و به پدر و مادر و دوست وابسته نباشد و بتواند به تنهایی تصمیم بگیرد. کسب استقلال مالی و امنیت اقتصادی، پذیرش خود، شرایطی از سلامت روان خود، شرایط و نیازها، توانمندی ها، نقاط ضعف و قوت، شناخت و قدرت حل مسئله از دیگر مواردی است که فرد باید ابتدا در حوزه فردی آن ها را کسب کرده باشد. اگر فرد به این نقطه برسد که بتواند مسائل خود را حل کند، آن گاه می تواند فردی را کنار خود همراه کند و وارد راهی طولانی و دنیای جدیدی شود که ویژگی های خاص خود را دارد. مهم است بدانیم شرایط این نقطه مناسب نیاز نیست حتما به حد ایده آل برسد. بی شک کم و کاستی در زندگی برای همه وجود دارد و نباید در دام کمال گرایی افتاد.

آگاهی، آگاهی، آگاهی

فرهنگ، آگاهی از خود رازمینه ساز ارتباط مناسب با همسر در زندگی مشترک می داند و می گوید: شناخت و آگاهی از خود و مسائل فردی زمینه ساز ارتباط مناسب در زندگی مشترک است. نیاز است فرد برای پذیرش زندگی مشترک ابتدا بتواند ارتباط صحیحی با خود

ازدواج، نیاز واقعی انسان است مقوله ازدواج امری بسیار پسندیده و نیاز واقعی انسان است و اگر درست و بجا و بموقع صورت گیرد، اثرات درستی بر فرد و خانواده و اطرافیان خواهد گذاشت. این جمله را نگار فرهنگ، کارشناس خانواده، درباره اهمیت ازدواج می گوید و ادامه می دهد: اگر فرد ازدواج بدی داشته باشد، سلامت روان خود و اطرافیان را به مخاطره می اندازد. بنابراین ازدواج مقوله ای است که تبعات آن چه خوب و چه بد دامن بسیاری از افراد وابسته دور و نزدیک را خواهد گرفت و زندگی آن ها را تحت تأثیر قرار می دهد. این تصور اشتباه است که گمان کنیم ازدواج مسئله ای شخصی است و به دیگران مربوط نیست. ازدواج شاید تصمیمی فردی باشد، اما نتایجش کاملاً جمعی است.

نقطه مناسب ازدواج

فرهنگ، نقطه مناسب ازدواج را به نقطه شروع مسابقه تشبیه می کند و می گوید: برای آماده شدن و حرکت کردن در مسیر برای مسابقه نیاز است پشت خط شروع بایستیم و سپس با سوت داور مجوز شرکت در مسیر مسابقه صادر می شود. برای ازدواج هم باید هر فرد به نقطه مناسب برسد، به این صورت که فرد با تدبیر و شناخت وسیعی از خود و طرف مقابل پیش برود. ازدواج باید در زمان مناسب اتفاق بیفتد و همراهی و همدلی اطرافیان را با خود داشته باشد. ازدواج هم سن دارد و هر فردی باید به سن مناسب ازدواج برسد تا تکالیف مشخصی را که از او انتظار می رود، برآورده کند. به عنوان مثال، وقتی در زندگی عادی قصد خرید داریم، به نقطه ای از شروع بازار می رویم و پس از بررسی مناسب، کالای مدنظرمان را انتخاب و سپس خرید می کنیم. برای ازدواج نیز باید از قبل برنامه ریزی کرد و مقدمات عاطفی و شناختی آن را فراهم کرد. این نقطه مناسب برای ازدواج چیست؟ فرهنگ، این سؤال را مطرح می کند و در ادامه پاسخ می دهد: باید دانست که فقط رسیدن به سن بلوغ و تغییرات فیزیکی و به دست آوردن قدرت جنسی برای ازدواج کافی نیست. بلوغ روانی باید همراه با آمادگی فیزیکی در ما به وجود بیاید. آمادگی و رضایت خانواده نیز بخشی از نقطه مناسب در ازدواج است که بتوان همراهی آن ها را در مسیر ازدواج به دست آورد.

آغاز پاییز، فصل شیوع بسیاری از بیماری های ویروسی است، در این مقطع از سال، بروز هوا به راحتی سیستم ایمنی بدن را سرکوب می کند و میزان آسیب پذیری در برابر عفونت ها را افزایش می دهد. آنفلوآنزا رایج ترین ویروس های فصلی است که به دلیل تشابه علائم آن با ویروس سرماخوردگی (راینو ویروس) معمولاً اشتباه گرفته می شود. در اوضاع فعلی که ظهور زیرسویه جدیدی از ویروس کووید ۱۹ از اضطراب شده، وضعیت تشخیص نوع بیماری برای افراد سخت تر است.

افزایش آمار بستری ها

دکتر زهرا نهیبدانی، رئیس گروه مبارزه با بیماری های واگیردار دانشگاه علوم پزشکی مشهد، درباره وضعیت موج جدید کرونا در مشهد بیان کرد: باتوجه به اینکه از چند ماه قبل وضعیت همه گیری جهانی کووید ۱۹ از اضطراب خارج شد، همچنان مراقبت و کنترل موارد احتمالی بیماری در دستور کار مراکز بهداشت قرار دارد و روزانه رصد می شود. وی افزود: ما همچنان در ادامه روند همه گیری جهانی کووید ۱۹ هستیم، به همین دلیل اقدامات لازم در زمینه آمادگی و تشدید مراقبت ها برای پیشگیری از کرونا موج جدید را در دانشگاه علوم پزشکی مشهد انجام دادیم. نهیبدانی با بیان اینکه از یک سال گذشته که همه گیری کرونا کمتر شد، همچنان افراد با علائم مشکوک به کرونا به مراکز درمانی مراجعه می کنند، افزود: در روز های گذشته آمار تعداد بستری با بیماران سرپایی نسبت به ماه های قبل افزایش چشمگیر و معناداری نداشته و فقط آمار روزانه بیمارانی که با علائم مشکوک به کرونا بستری می شوند با بیماران سرپایی، یکی دو مورد بیشتر شده است که از این تعداد نیز تست کرونا کمی مثبت می شود.



نهیبدانی تأکید کرد: افرادی که بیماری زمینه ای دارند و افراد بیش از شصت سال که یک سال از آخرین نوبت واکسن آن ها گذشته است، مطابق آخرین مصوبه کمیته علمی واکسیناسیون کشور، لازم است به مرکز بهداشتی درمانی نزدیک محل سکونت خود مراجعه و دز یادآور واکسن کووید را دریافت کنند. او در ادامه بیان کرد: باتوجه به وضعیت خاص مشهد به دلیل گذشتن از روزهای دهه آخر ماه صفر و ورود زائران و مسافران به مشهد، همچنین بازگشت زائران اربعین در روزهای گذشته و باتوجه به اینکه می دانیم همه گیری کووید هنوز تمام نشده، باز هم اقدامات لازم در زمینه پیشگیری از طغیان کووید ۱۹ در نظر گرفته شده است. بر اساس مراقبت سندررمیک، همه مواردی را که دارای علائم تب و سرفه و علائم تنفسی هستند، از لحاظ ابتلا به کووید ۱۹ و آنفلوآنزای فصلی مراقبت می کنیم و از افراد مشکوک نمونه گیری می شود که تاکنون افزایش

اگر این علائم را داشتید، ۵ روز استراحت کنید نهیبدانی خاطرنشان کرد: تا الان افزایش چشمگیری در مبتلایان به کووید ۱۹ و آنفلوآنزا نداشته ایم، اما توصیه می کنیم باتوجه به اینکه رو به فصل سرد هستیم و با وجود احتمال شیوع آنفلوآنزای فصلی در اواخر مهرماه و همچنین آلودگی هوا، افرادی که کوچک ترین علائم سرماخوردگی ساده از جمله تب، سرفه، آبریزش بینی یا گلودرد دارند، برای سلامتی خود و اطرافیان شان حتما دست کم پنج روز نهایت دو هفته از ماسک استفاده کنند و تا جایی که امکان دارد، در تجمعات حاضر نشوند. وی درباره توصیه های لازم به افرادی که علائم سرماخوردگی دارند، اظهار کرد: لازم است افراد دارای علائم سرماخوردگی، به ویژه اطفال، مادران باردار، سالمندان و افرادی که بیماری زمینه ای دارند، از مایعات گرم و مواد غذایی تازه استفاده و همچنین استراحت کنند.

کرونا در کمین است

دکتر مینو محرز، متخصص بیماری های عفونی، نیز درباره ویروس های ابتدای پاییز می گوید: بیمارانی که به تازگی به پزشک مراجعه می کنند، بیشتر دارای علائمی چون اسهال و تهوع شدید، کاهش وزن غیر ارادی و دل درد هستند که این علائم پیش تر نشانه ابتلا به بیماری کرونا بود، اما اکنون که شیوع آنفلوآنزای فصلی شدت یافته، این علائم ممکن است متعلق به ویروس آنفلوآنزا باشد یا حتی ویروس های دیگری چون اسهال و تهوع شدید. هرچند مواردی هم بوده که فرد با همین علائم مراجعه کرده و تست کرونا ی او مثبت شده است. ویروس کووید همچنان به قوت سابق پا برجاست و روز به روز هم تغییر می کند. اتفاق عجیبی نیست که فرد با علائم سرماخوردگی که پزشک مراجعه شده اما در نهایت متوجه شود به آنفلوآنزا یا کرونا مبتلاست.