

مدیر مسئول: زینب دانشگر

سر دبیر: شادی دشتی

ویراست صفحه:

فاطمه هادی نسب



۱۴۰۱


اسفند


نشریه سیاسی - اجتماعی - فرهنگی


شماره مجوز: 53200/597/100/21


# زینب








1.....رویش زیباترین نرگس 

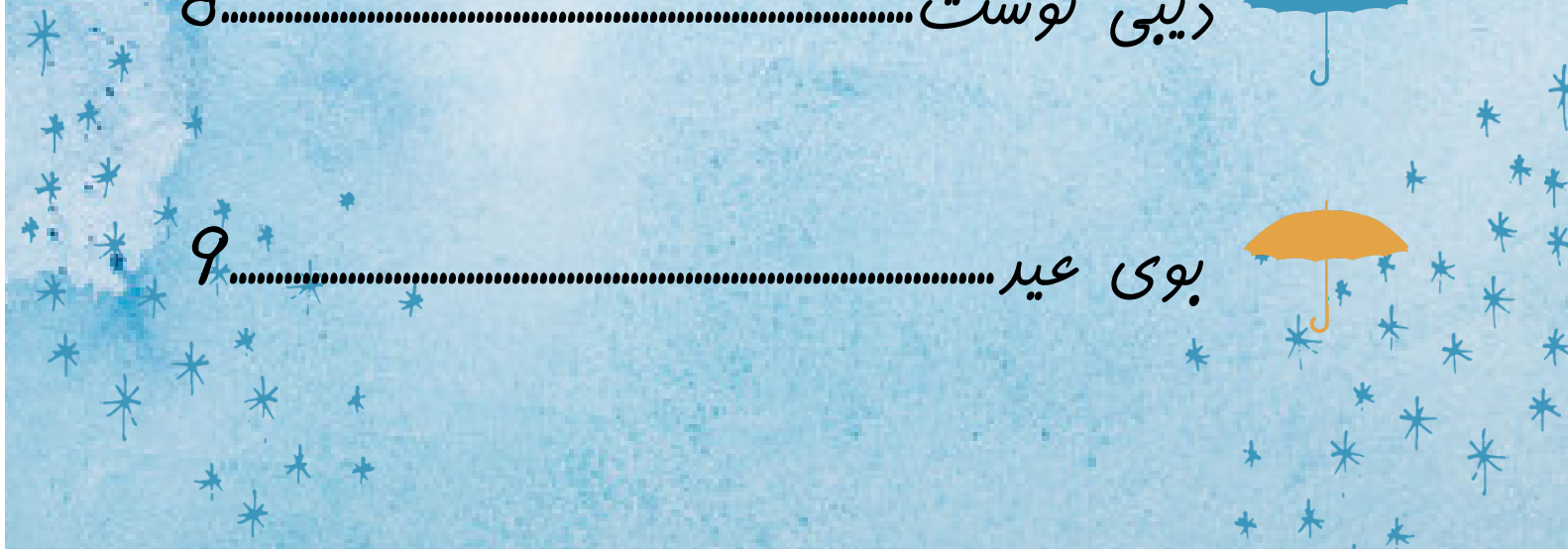
2.....موسیقی و تاثیرات آن 

5.....اختر چرخ فلک 

7.....زن در آینه ی تاریخ 

8.....دیبی نوشت 

9.....بوی عید 





## رویش زیباترین نرگس

انگار کعبه دوباره شکاف برداشته است، سالها بود دلمان برای حال و هوای مردم کوفه تنگ شده بود، همان روزها که علی(ع) را در جمع خود می دیدند و به امامت او نماز می خواندند. با میلاد فرخنده ی تو حال زمینیان خوب تر شد! بهتر بگویم عرشیان و فرشیات به امامی چون تو محتاج بودند. اما میدانی چیست؟ ماییم و یک دنیا دل مشغولی! انگار دردانه فاطمه، برایمان در اولویت نیست! و وای بر حالمان! وای بر حالمان که نمی فهمیم درمان درهایمان نفس بر حس توست. بماند که با این همه آزار تو، ادعای منتظر بودن را هم داریم، شاید مشکل از دل دریایی توست! همین که بی منت می بخشی، همین که نادیده می گیری! مولای من! چه خوب شد که نرجس بانو، شاهزاده ای چون تو را به جهانیان هدیه داد. خودمانیم! میدانی که هوای این روزهای جهان مسموم است! تنها کسی که میتواند به داد دلمان برسد شمایی و خانواده ی بی مثالت! مولای من تولدت مبارک

به وقت شعر:

ما بر آنیم که روزی مه ما می آید

مهدی آن دلبر دیرینه ی ما می آید

عَجَل الْوَضَلْ گذشتست فراقش از حد

بارالها تو بگو کی ز سفر می آید

صفحه آرا:  
شادی دشتی

به قلم:  
مریم دهقانپور

## موسیقی و تاثیرات آن

موسیقی هنریست شنیداری، اگر شما برای خودتان، احساساتتان، شخصیتتان، روح و روانتان و زمانی که برای گوش دادن به موسیقی می گذارید ارزش قائل باشید، برای شنیدن نیازمند اصولی خواهید بود و قطعاً به نتیجه می رسید که هرچیزی که آهنگین باشد ارزش شنیدن ندارد. گوته می گوید: موسیقی عزیزترین ولی نامطلوب ترین صداهاست و من یقیناً سکوت را بر دل انگیزترین نغمه ها ترجیح می دهم. ولف آدلر، پرفسور دانشگاه کلمبیا می گوید: بهترین و دلکش ترین نواهای موسیقی، شوم ترین آثار را روی دستگاه عصبی انسان می گذارد.

چه مشکلی با موسیقی داری؟! به این قشنگی! یکی از تاثیرات موسیقی تضعیف عقل است و وقتی عقل تضعیف شد وهم و خیال تقویت می شود یعنی انسان یک زندگی خیالی پیدا می کند.

امام علی (ع) می فرمایند: "المومن یعاف اللهو و یالف والجد" مومن از لهو بیزار است و جدیت را دوست دارد. فرانکوباتیانو، خواننده ایتالیایی می گوید: انسان کافی است پیام های بعضی از گروه های موسیقی را گوش کند تا شیطان پرست شود. مومن از لهو بیزار است و جدیت را دوست دارد [فرانکوباتیانو، خواننده ایتالیایی می گوید: انسان کافی است پیام های بعضی از گروه های موسیقی را گوش کند تا شیطان پرست شود.



## تأثیرات موسیقی ممنوعه: تأثیر موسیقی بر اعصاب و روان

۱. انتقال معنا
۲. تضعیف عقل و سلب اختیار
۳. بسترسازی برای افکار باطل
۴. شخصیت سازی پنهان
۵. سلب غیرت
۶. ایجاد اختلالات مغزی
۷. تهییج عشق

اول از همه باید ببینیم موسیقی ممنوعه شامل چه موسیقی می شود؟ اکثر دانشمندان جهان موسیقی را به دو قسمت خوب و بد تقسیم کردند و اسلام هم همین نوع تقسیم بندی را تحت عنوان **حلال** و **حرام** مطرح می کند پس مرزبندی فقط کار اسلام نیست! خب اولین تأثیر موسیقی بر اعصاب و روان است! موسیقی می تواند بر فشارخون، ذهن، تحریک احساسات، ضربان قلب و ... تأثیر بگذارد.

سوالی که ممکن است برایتان پیش بیاید این است که چرا موسیقی می تواند این تأثیرات را بگذارد؟! سیستم اعصاب انسان از نظر کالبدشکافی به دو قسم کلی یعنی عصب مرکزی CNS و عصب محیطی PNS تقسیم می شود که خود عصب محیطی به دو قسم تقسیم می شود؛ سمپاتیک و پاراسمپاتیک (وظیفه سمپاتیک مقابله با خطرات است با افزایش ضربان قلب و پاراسماتیک مسئول ایجاد آرامش پس از خطر است)

خب این دو سیستم با تمامی قسمت های بدن مرتبط اند و بهترین حالتی که انسان به لحاظ روحی و جسمی می تواند داشته باشد، حالتی است که بین اعصاب سمپاتیک و پاراسمپاتیک تعادل برقرار شود. مثلاً وقتی با حیوان وحشی رو به رو می شویم اعصاب سمپاتیک باعث افزایش ضربان قلب و فشارخون در نتیجه تولید انرژی زیاد برای مقابله با این اتفاق می شود و پس از رفع خطر اعصاب پاراسماتیک وظیفه دارند بدن را به حالت طبیعی خود برگردانند و آرامش برقرار شود؛ این یک اتفاق طبیعی در بدن است ولی این طبیعی بودن که دلیل نمی شود من هر روز خودم را با حیوانات درنده رو به رو کنم!

پس اینکه ما هر روز خودمان را با موسیقی به تلاطم بیندازیم و بگویم این حالت طبیعی بدن است اشتباه است. چرا که اگر تعداد این هیجانات و تحریک ها زیاد شود، در درازمدت می تواند باعث ضعف اعصاب شود. آیا موسیقی شادی آفرین نیست؟! در جواب این سوال باید گفت خیر! موسیقی شادی آفرین نیست بلکه فقط پوسته ی شادی را به تو می دهد.

مثل این است که شما در بیابان یک سراب ببینید در دیدن سراب شما دوحس دارید:  
۱. عطش شدید ۲. کلافگی!

به دلیل اینکه احساس می کنید واقعیتی وجود دارد اما وقتی به سمت آن می روید به آن نمی رسید. در زمان گوش کردن موسیقی های ممنوعه روح شما به لب آب می رود و تشنه برمی گردد؛ یعنی فرد را با هیچ واقعیتی مواجه نمی کند که باعث شادی آن شود بلکه فقط سیستم عصبی آن را جوری تحریک می کند که هورمون آدرنالین ترشح شود و بی دلیل شاد شوید.





استفاده از هدفون چه بلایی سر ما می آورد؟

پژوهشگران اعتقاد دارند که استفاده کم سابقه از هدفون باعث شده که خیلی زودتر به کم شنوایی مبتلا شوید و اینقدر این کاهش شنوایی آهسته صورت می گیرد که وقتی کار از کار گذشت متوجه آن می شوید وقتی که دیگران بارها صدایتان زده اند و از شما شاکی اند که توجهی به آنها نکردید یا از دیگران می خواهید هنگام مکالمه با دیگران دائم از آنها می خواهید که بلندتر حرف بزنند. پروفیسور ریکتس معتقد است در جوامع کنونی ممکن است گوش بعضی افراد از خودشان ۳۰ سال پیرتر باشد!

حالا ممکن است برایتان سوال پیش آمده باشد که برای ترک اعتیاد به موسیقی چه حرکتی بزنیم؟!



- ورزش
- انس با خانواده
- داستان نویسی
- حفظ قرآن
- مطالعه در زمینه های مختلف
- بازی های فکری
- انجام کارهای هنری

• فعال شدن در یک فعالیت فرهنگی و کادر آن به حساب آمدن

• حفظ کردن شعر و تمرین مشاعره در جمع های خودتان

و خیلی از کارای های دیگر که میشود از وقت و عمر با ارزشمون خیلی استفاده مفید کرد و امیدوارم همیشه موسیقی خوب گوش کنیم و گوشمان را به هر موسیقی آلوده نکنیم.



## اختیار چرخ فلک

بی شک بانو «رخشنده اعتصامی آشتیانی» ملقب به «پروین» یکی از مشهورترین شاعران زن در تاریخ ادبیات ایران به شمار می رود . پدر بزرگوار پروین

«یوسف اعتصامی» از شاعران بزرگ زمان خود بوده و در روی آوردن پروین به شعر و ادبیات ، نقش بسیاری داشته . البته که استعداد ذاتی پروین ، در این زمینه نیز قابل چشم پوشی نیست . از همان دوران کودکی پدر پروین ، یک مصراع از یک بیت را به او می داد و از او میخواست مصراع دوم را به ذوق و سلیقه خودش کامل کند . و او به بهترین شکل این کار را انجام میداد .

پروین شاعری از دیار آذربایجان است و جالب است که بدانید وی ، زبان های فارسی و انگلیسی و عربی را می دانست ، و زیر نظر استادان نام آشنایی نظیر محمد تقی بهار و علی اکبر دهخدا و همچنین پدرش سرودن شعر را آغاز کرد . غالب اشعار پروین در قالب مناظره هست که از شهرت بسیاری برخوردارند.

افسوس که این شاعر گرانقدر بسیار زود ، به دیدار حق شتافت و در سن ۳۵ سالگی در تهران درگذشت. از او فقط یک دیوان شعر باقی مانده است . وی در حرم حضرت فاطمه معصومه، در آرامگاه خانوادگی اش به خاک سپرده شد.

همچنین آیت الله خامنه ای درباره پروین فرمودند : سعی می شود چهره اش پوشانده شود. به او گفتند شاعر نخود لوبیا، برای اینکه فروغ فرخزاد را بالا ببرند آن را خواستند خردش کنند...

اما در تقویم جمهوری اسلامی روز ۲۵ اسفند ، منصوب به این بانوی گرانقدر و روز گرامیداشت پروین اعتصامی می باشد و اشعار ایشان در کتب درسی تدریس میشود.





اینکه خاک سیهش بالین است  
اختر چرخ ادب پروین است

گر چه جز تلخی از ایام ندید  
هر چه خواهی سخنش شیرین است

صاحب آن همه گفتار امروز  
سائل فاتحه و یاسین است

دوستان به که ز وی یاد کنند  
دل بی دوست دلی غمگین است

خاک در دیده بسی جان فرساست  
سنگ بر سینه بسی سنگین است

بیند این بستر و عبرت گیرد  
هر که را چشم حقیقت بین است

هر که باشی و زهر جا برسی  
آخرین منزل هستی این است

آدمی هر چه توانگر باشد  
چو بدین نقطه رسد مسکین است

اندر آنجا که قضا حمله کند  
چاره تسلیم و ادب تمکین است

زادن و کشتن و پنهان کردن  
دهر را رسم و ره دیرین است

خرم آن کس که در این محنت گاه  
خاطری را سبب تسکین است

پروین اعتصامی

نویسنده:  
زهره عابدینی

طراح:  
فاطمه نوری





# زن در آینه ی تاریخ

زنان، بخشی از جامعه انسانی اند که در بیشتر حوزه های ایمان، علم، کمال تفاوتی با مردان ندارند. و گاه به مقامی دست می یابند که حتی مردانی درس تقوا، دیانت و شجاعت از آنها می آموزند.

اگر مروری بر تاریخ داشته باشیم زنانی را مشاهده میکنیم که با تربیت نفس خویش و حرکت در راه قرب الهی، چنان ذوب در معشوق شدند که از آنها به عنوان الگو می توان نام برد. ولی در میان سرزمین ها، سرزمین هایی بودند که حتی برای حقوق طبیعی زنان احترامی قائل نبودند. زمان پیامبر نبی، زمانی که فقط زن برای ازدیاد نسل می خواستند. زمانی که دخترهای نوزاد بی گناه را زنده به گور می کردند. زمانی که اندیشه و فکر زن، سست و ضعیف بود و حتی ارزشی به اندازه اشیا داشت. یا زمانی که او را برای دفع شهوت او را می خواستند و سابقاً در مواقع قحطی او را می کشتند و می خوردند. کمی جلوتر در زمان یونان باستان و امپراطوری ساسانی، پدران می توانستند دختران خود را قربانی کنند و زن هیچ دخالتی نداشت و می توانست مال کسی و حق کسی باشی و هیچ حقوق مالی نداشته باشد.

گذشت تا نور اسلام درخشید و زن را از افکار جاهلی خلاصی بخشید و او را به عروج ملکوتی و افق های روشن نایل گردانید. زمانی که افرادی مانند فاطمه الزهرا سلام الله ظهور کردند و شدند الگو هم برای زنان و هم مردان عالم. زمانی نقش زنان در خانواده اهمیت پیدا کرد. باعث شد زن به خانواده علاقه خاص نشان دهد. بتواند فرزندان صالح، متدین تربیت کند و آنها را در آغوش پر مهر مادریش بزرگ کند. برایشان قصه، شعر بخواند، و نسل فرزندان بالنده و رشید را در جامعه رشد دهد زنانگی آن او بود وقتی به او اهمیت و ارزش داده شد و توانست نقش واقعی خود را پیدا کند، توانست در کنار درس خواندن، درس دادن، کار کردن، و ورود به سیاست، سیاست، قهرمان شدند. از خود الگو و نمونه بسازد و بشود یک بانوی بی همتا مانند بنت النبی فاطمه الزهرا سلام الله و روز ولادت ایشان را روز زن نام نهاد تا زن ارزش حقیقی خود را بداند و یک انسان تاثیرگذار شود. ولی با همه ی رشد و شکوفایی هنوز جا دارد در جامعه اسلامی که شخصیت والا زن بهتر ترسیم شود و بتواند، بستر و زمینه شکوفایی در تمام عرصه های اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و حتی در میدان های جهادی بازتر شود و بتواند راحت تر اظهار نظر کنند

نویسنده: زهرا مورعابدی

طراح: فاطمه دلاوری



جاوید شاه! ای وای که چقدر خوشبخت بودیم و کشوری پیشرفته داشتیم. چتون بود انقلاب کردید؟ چقدر شاه و شهبانوشیک پوش و باکلاس بودن. اینا برای یک کشور آسیایی زیادی اروپایی بودن. از همه نظر ما بهترین بودیم روایت بانک جهانی رو بین هعییی دریغ است ایران که ویران شود...

در زمینه پزشکی: بر اساس آمار بانک جهانی، اکنون به ازای هر ۴۰۰ هزار ایرانی، یک پزشک وجود دارد در حالی که در زمان پهلوی به ازای هر ۶۷۰ نفر، یک پزشک وجود داشت به عبارتی شاخص پزشکی به جمعیت پس از انقلاب یک ششم شده است.

بخش کشاورزی در جمهوری اسلامی به دلیل اتخاذ سیاست های نادرست از قبیل انقلاب سفید تقریباً نابود گشته و ایران به وارد کننده ی بزرگ محصولات کشاورزی تبدیل شده است. پیش از انقلاب اسلامی با توجه ویژه نظام به توسعه بخش کشاورزی، ایران به سمت خودکفایی در کالاهای استراتژیک مثل گندم حرکت کرد. در آمار بانک جهانی با محاسبه ارزش افزوده بخش کشاورزی به قیمت ثابت سال ۲۰۱۰، شاهد رشد ۳۰ درصدی این شاخص نسبت به اکنون هستیم.

در حوزه سفرهای هوایی: بعد از انقلاب بین ۲ الی ۳ میلیون نفر از مردم ایران از سفر هوایی استفاده می کنند که این رقم در دوران پهلوی با رشد ۴۰۰-۵۰۰ درصدی به ۱۷ میلیون نفر در سال رسیده بود. این شاخص به خوبی کاهش سطح رفاه را در جامعه نشان می دهد.

در دوران پسا انقلاب سالانه بیش از ۱۴۰۰۰۰ نوزاد جان خود را از دست می دهند که این رقم در زمان پهلوی زیر ۲۰ هزار نوزاد بوده است یعنی هفت برابر آن دوران افزایش یافته است.







## بوی عید

زمستان که آرام آرام مشغول جمع کردن بقچه اش می شود؛ بوی بهار همه جا را پر می کند؛ شاید هم گرد و غبار قالی که بعد از یک سال تکانده می شود!

از بهمن ماه، خانه تکانی آغاز می شود و همه جا بوی عید می پیچد... ایوان ها خاکروبی می شوند و تمام محتوای کابینت ها از نو چیده می شوند.

بوی مواد شوینده برایمان عادی می شود و چند روز خانه تکانی به سختی می گذرد. هیاهوی بازار خبر از اشتیاق برای نو شدن لباس ها می دهد.

سال کهنه می شود و تحویلش نزدیک است، طبیعت رخت نو می پوشد، آدم ها لباس جدید بر تن می کنند و خانه ها هم دوباره نفس می کشند... جایی در همین نزدیکی هستند کسانی که دستی بر سر و روی غبار دلشان می کشند، زباله هایش را بیرون می ریزند و عادت های پوسیده ای که هیچ دلیل منطقی در پس خویش نداشتند، دور می ریزند و برای شروعی لذت بخش آماده می شوند! یک سال با تمام فراز و نشیب هایش می گذرد و برگي از دفتر زندگی ورق می خورد...

چند برگ تا پایان این دفتر مانده، کسی نمی داند،  
سر سفره هفت سین نوای دلنشین حول حالنا الی احسن الحال به گوش می رسد تا پایان این دفتر با بهترین حال باشد .

نویسنده : یگانه رحیمی

A hand holding a red apple over a bowl of green herbs, with a decorative text overlay. The background is a warm, golden-brown color with a string of small lights in the upper right corner. A white leafy branch is on the left side.

# مہار تورم شدتوں

سال ۱۴۲۰



