

### تعلیم و تربیت در اسلام - صفحه ۴۰:

روح علمی یعنی روح حقیقت جویی، روح بی غرضی و طبعاً روح بی تعصبی، روح خالی از جمود و روح خالی از غرور.



### مقام معظم رهبری می فرمایند:

دانشگاه فرهنگیان یکی از مراکز بسیار مهم است که باید برای توسعه کمی و کیفی آن، هر آنچه می توان سرمایه گذاری کرد.



### از دواج دانشجویی:

#دانش نوشته

من نمی دانم که چه شد باز تو را کم کردم

میوه عشق تو را خوردم و رو دل کردم

فکر من بود که یارم بشوی

با همین حکم ز پرتی خوشت

دستگیر من بی چاره عالم بشوی

آه از این سحر است که مرا پس میزد

پشت پا بردل این عاشق بد بخت میزد

از من عاشق رنجور قطره رنج و تماش

از تو اما چه بگویم که شدم خازن خراب

خستم از گذر روز و شب اما چه کنم

دل یک نوحه معلم به کف آرم و بی کیفی کنم

احسان یوسفی

### آغاز خندیدن!

انسان از چه زمانی آغاز به خندیدن کرد؟

برای پاسخ به پرسش بالا باید در زمان به گذشته های دور سفر کنیم و زمانی برگردیم که نیاکان ما در دشت های وسیع آفریقا به شکار می پرداختند. ابتدا گوشت حاصل از شکار به صورت خام مصرف میشد اما با کشف آتش این امکان به انسان داده شد که گوشت را به صورت پخته مصرف کند، وقتی استفاده از آتش فراگیر شد و گوشت پخته در دسترس انسان قرار گرفت کم کم دندان های نیش که اندازه ای دو برابر طول کنونی شان داشتند، تحلیل رفتند! (چون در این صورت کاربرد دندان نیش که برای پاره کردن گوشت خام استفاده میشد، کمتر و کمتر شد) و در طی سال ها و از گونه ای از انسان به گونه دیگر کوتاه و کوتاه تر شدند و این باعث شد که اولین بار لبخند بر لب های انسان ظاهر شود، اگر آتش کشف نمیشد انسان نیز هم اکنون مانند یک گربه سان از خندیدن محروم بود!

پوریا علیخانی

### سخن مدیر مسئول:



به نام خدای زیبایی ها  
آن گاه که دانه های ظریف برف رقصان بر زمین می نشینند.  
در آن هنگام که برگ درختان دانه دانه بر زمین می افتند و زمین را فرش می کنند.  
آن هنگام که ناله ای پرندگان گرسنه در برف مانده در بیابان به آسمان می رسد.  
در آن هنگام است که زمستان با قدم های سرد و آرام به سرزمین ما می رسد.  
در سوز سرما آتش درون بخاری ها همچون دل من و تو گرم است.  
سپاهیان ابرهای سیاه در بلندای آسمان به جنگ هم می روند و صدای شمشیرهای آن ها چون رعد سینه ای آسمان را می شکافد.  
در آخر اشک سپاهیان شکست خورده بر آن گندم زار می چکد اشکی که برای ما رحمت است.  
توپ خورشید در زیر لحاف ابرها گم شده بوران می آید و برف ها پر می کشند.  
درختان عریان شده در پاییز لباس سپید به تن می کنند.  
و این ها تنها گوشه ای از زیبایی زمستان است. زمستان زیباست.  
زمستان ما هر ساله با یک واقعیتی خیلی مهم همراه است. واقعه ای که علاوه بر تحول زندگی مردم ایران بر زندگی مردم دیگر کشورهای جهان نیز تاثیر گذار بود. ۲۲ بهمن ماه سال ۱۳۵۷ بود که مردم ایران برای اعاده ای حق خود در مقابل ظلم و استعمار نظام شاهنشاهی و جهان غرب ایستادند و تا پای جان برای دستیابی به اهداف خود به مبارزه پرداختند. امسال چهلمین سالگرد انقلاب اسلامی ایران را با حضور پرشور مردم جشن گرفتیم و با حضور خود در راهپیمایی ۲۲ بهمن مشت محکمی بر دهان آمریکا و حامیان آن ها زدیم. حتی با وجود مشکلات اقتصادی که زندگی مردم را تحت شعاع قرار داده، همگی متحد هستیم و تا پای جهان پشت رهبر عزیزمان می مانیم.

محمدرضا روشنائی

### سخن سردبیر:

وَالْعَصْرُ \* إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ \* إِلَّا الْإِذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا

الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصُوا بِالْحَقِّ وَتَوَّصُوا بِالْظُّبُرِ؛

به عصر سوگوئد، که انسان ها همه در زیانند. مگر آنان که ایمان آورده و اعمال صالح انجام داده اند و یکدیگر را به حق سفارش کرده و به استقامت توصیه نموده اند.



جنبش دانشجویی از سال های قبل از انقلاب گرفته تا به امروز نقش بی بدیلی در تعیین مسیر جامعه داشته است و این دوران ها با فراز و فرودهای بسیاری همراه بوده است. در سال های اخیر با سرکوب های عظیم و دخالت های نهادهای خارج دانشگاهی، این جنبش ها روز به روز تضعیف شده و در حال حاضر چیزی از جنبش دانشجویی باقی نمانده است.

نشریات دانشگاهی از همان ابتدای شکل گیری اش ابزار و رسانه ای بی رقیب در به تعالی رساندن تفکرات دانشجویی به حساب آمده است. اما امروز هم حال و روز نشریات هم آنچنان تعریف کردنی نیست. عده ای از اهالی دانشگاه به محتوا و طراحی های ضعیف نشریات دانشگاهی نقد دارند و اما عده ای دیگر وجود نشریات دانشگاهی را هزینه ای اضاف بر دانشگاه و دانشجو می دانند.

باید گفت در فضای کنونی حاکم بر دانشگاه نشریات دانشگاهی بی شک آخرین سنگر باقی مانده از آن همه دوران طلایی جنبش دانشجویی است. نقد بر بی کیفیتی بعضی از نشریات به جاست ولی انکار وجود نشریات حرفی نابه جاست!

نسل بالنده نسلیست که با آگاهی از نقش خود در جامعه در مسیر احقاق حق قدم بردارد. ما در شماره های بعدی این نشریه سعی داریم مطالبی درخور جایگاه دانشگاه و دانشجو منتشر کنیم. در این مسیر از مقالات، نظرات، پیشنهادات و انتقادات شما دانشجویان فرهنگی پردیس شهید باهنر مرکزی، بهره خواهیم برد.

پوریا بال افکن

### رعایت ادب در گفتار!

رعایت ادب در گفتار و رفتار در مقام معاشرت با مردم یکی از توصیه های اخلاقی مودک اسلام است. اولین مظهر ادب در گفتار نیز همان سلام کردن می باشد، که متأسفانه گاهی این ارزش اخلاقی در جامعه اسلامی ما فراموش می شود یا کم به آن بهاء داده می شود؛ در حالی که پیامبر اسلام (ص) فرمودند:

\*البابی بالسلام اولی بالله وبرسوله\*

«شروع کننده به سلام مقربتر به خدا و پیغمبر است»

اولین کلمه ای که مردم به وسیله آن با یکدیگر ارتباط برقرار می نمایند، دربردارنده روح ادب و احترام و ایجاد امنیت جانی و روانی در مخاطب از طرف سلام کننده می باشد. لذا کسی که با لحن ملایم سلام، سخن خود را شروع کرد، طرف مقابل را به رفتار مودبانه و محترمانه وادار می کند و مصداق حدیث نورانی فوق می شود. بیانییم در آستانه ماه مبارک رمضان از خدای خود مدد بطلبیم تا با تمرین در این ماه پر خیر و برکت، پاکی در گفتار و رفتار را به نحو احسن به دست آوریم.

حسین علیوردیلو

## چهل اصل شادی بخش:

۱. شادی خود را به هیچ چیز و هیچ کس وابسته نکن تا همیشه از آن برخوردار باشی.
۲. انتظار نداشته باشه همیشه آنچه در اطرافت اتفاق می افتد، مطابق میل و خواسته ات باشد.
۳. هنگام عصبانیت هیچ تصمیمی نگیر
۴. از سختی ها و مشکلات زندگی استقبال کن و با غلبه بر آنها به خود پاداش بده.
۵. اجازه نده اتفاقات ناخوشایند، روحیه ات را خراب کند.
۶. با بحث های بی نتیجه انرژی خود را هدر نده.
۷. انتظار نداشته باش با منفی نگری، جسمی سالم داشته باشی.
۸. از هیچکس و هیچ چیز توقع نداشته باش.
۹. تا با خود مهربان نباشی، نمی توانی مهر بورزی.
۱۰. قبل از مطمئن شدن، در مورد چیزی قضاوت نکن.
۱۱. به تفسیر و تعبیر کارهای دیگران نپرداز.
۱۲. هر کاری را با علاقه، اشتیاق و تمرکز انجام بده.
۱۳. زندگی خود را هدفمند کن و برای رسیدن به اهدافت تلاش کن.
۱۴. چیزهایی را که دوست داری به دیگران ببخش.
۱۵. قلبت را از نفرت خالی کن تا خوشبختی در آن لایه کند.
۱۶. برای انجام کارهای مورد علاقه ات زیاد به نظرات دیگران اهمیت نده.
۱۷. در تصمیم خود تاخیر نینداز.
۱۸. هنگام عصبانیت نفس عمیق بکش و تا ده بشمار.
۱۹. با دیگران طوری رفتار کن که دوست داری با خودت رفتار کنند.
۲۰. به هیچ کس امید نداشته باش جز خدا.
۲۱. بر روح و جسم خود مسلط شد.
۲۲. برای اینکه شاد باشی باید شادی آفرین باشی.
۲۳. در زندگی به جای شاور بودن، شناگر باش.
۲۴. آندوه روز نیاوده ات را بر روز آمده ات نیافز.
۲۵. هرگز سعی نکن به دیگران بقبولانی که حرفت درست است.
۲۶. قبل از انجام کاری یا گفتن چیزی به ضرورت آن بی اندیش.
۲۷. بی احترامی دیگران را با بی اعتنائی جواب بده.
۲۸. به جای بیزاری از انسان ها از رفتارهای بد آنها متفر بش.
۲۹. بگذار دیگران از تو به عنوان فردی آرام و خوش رو یاد کنند.
۳۰. یگانه داروی آرام بخش روح و جان، یاد خداست.
۳۱. خود را از اسارت زنجیره های بدبینی، منفی نگری و ناامیدی آزاد کن.
۳۲. به خاطر اشتباهات گذشته خود را سرزنش نکن.
۳۳. به دیگران کمک کن آنچه را که می خواهند، بدست آورند.
۳۴. در فرهنگ لغات خود شکست را تجربه معنا کن.
۳۵. با شرایط زندگی سازگار باش.
۳۶. هنگام از دست دادن ناراحت نشو، وقتی هم چیزی به دست آوردی خوشحال نباش.
۳۷. در مقابل خواسته ها و گفته های دیگران انعطاف داشته باش و نخواه که حرف، حرف خودت باشد.
۳۸. برای کشف حقایق زیاد تفکر کن به خصوص جهان آفرینش.
۳۹. به قدر توان تلاش کن و نتیجه را به خدا واگذار کن.
۴۰. هرگز خودت را با دیگران مقایسه نکن چرا که تو چیزهایی داری که دیگران در حسرت آنها هستند.

محمد رضا روشنائی



۲۲ بهمن...

۲۲ بهمن روز خدا روزی که وحدت ملی، چشم نواز جهانیان گشت. روزی که نفر ب نفر مردم این مرز و بوم از تمام اقوام و اقشارش دست در دست هم با مشتی حاصل از اجتماع دست های گره خورده شان؛ بر دهان استکبار و مستعمرین کوبیده و یک صدا می گویند: ما تا جان در بدن داریم، سرباز ولایتیم و تا زنده ایم رزمنده ایم. حرف ما ملت این است که نخواهیم گذاشت بر ما مسلط شوید زیرا وعده خدا بر این است که زمین را صالحان به ارث می برند و چه بسیار گروه اندکی که بر گروه بزرگی پیروز شدند (بقره آیه ۲۴۹) پس پیروزی این گروه اندک (ایران) بر گروه بزرگ (دشمنان اسلام و ایران در کل جهان) همانند پیروزی ۸ سال دفاع مقدس حتمی است. حرف ما ملت این است ای کسانی که منافقید و ادعای پاکی و حمایت از اسلام می کنید؛ اندکی فکر مردم باشید! ای مسئولین، ما به عشق رهبر آمدیم، ولی شما هم به خاطر این حضور گرم ما یکم به فکر ما باشید، چون چه بسیار آرزوهایی که بر دل جوانان برای ازدواج خاک شد و چه بسا خانه هایی که از بی پولی و ندادن اجاره خالی شد و چه بسا خانه هایی که رنگ سفره آن ها بخاطر بی کفایتی شما بی رنگ شد، و دیگر آن؛ سفره رنگین همیشگی و آن لیخننداز سر لذت از زندگی بر لبان خانواده ها نیست و محو شد. با تمام این تعاریف در این روز پرگرم خواستیم تا گوشه ای از دل این مردم را در این متن نقل کنیم و در ادامه بحث اصلی ما این بود که؛ راهپیمایی ۲۲ بهمن جشن ۴۰ سالگی انقلاب اسلامی ایران عزیزمان با این شور و هیجان و حضور گرم ملت عزیزمان در این مراسم باشکوه به جهانیان نشان داد که ما ایرانی ها هیچوقت پشت رهبرمان سید علی خامنه ای را خالی نکرده و او را در نبرد حق و باطل ترک نخواهیم کرد حتی با وجود تمام مشکلات و سختی ها که همچون سنگی به سمتان در جهت رفتن به راه پیشرفت و عزت به سمتان پرتاب می کنند تا مارا از راهمان باز دارند. در این روز خیابان ها چراغ نداشتند چون چراغ خیابان ها ملت ما بودند، در این روز خیابان ها سرد بودند؛ ولی ملت با حضور گرمشان خیابان ها را عطر آگین و گرم کردند. این روز آنقدر برای رهبرمان مهم بود که این لحظه و این حضور را پیش بینی کردند و گفتند امسال به کوری چشم دشمنان راهپیمایی ۲۲ بهمن با استقبال گرم تر و باشکوه تر برگزار می شود و همین شد. ولی با حادثه شهادت ۴۰ تن از سپاهیان در جاده سیستان و بلوچستان توسط آمریکای ملعون که مدعی حقوق بشر هستند و خود را مالک دنیا می بینند. ولی دشمن خونی و دیرینه ما ایرانی از زمان قبل انقلاب بودند و شدند، انگاری دشمنی خود را هیچگاه نمی خواهند تمام کنند و دست از حسودی از این ملت برنمی دارند؛ و انگاری اینان مشکلاتشان با رهبر و نظام نیست بلکه با کل ملت است و انگاری اینان هنوز در پی نقشه های شیطانی اند و نفهمیدن که مردم ما با این بیدها نمیلرزن ولی این شهادت پاسداران میهن عزیزمان ایران، باتمام غمی که همچون آتشی در دلهايمان افتاد، هدیه ای بود به مناسبت پیروزی جشن انقلابمان به مولایمان مهدی (ع) تا بگوئیم آقا جان ما حاضریم بیا! نمی بینی این همه سربازهای خط ولایات را و این همه ملتی که با حضورشان در سرما و گرما برای تو و ولایت و ظهور نزدیکت تلاش میکنند ای مولا مهدی؟! و کلام و حرف آخر ما ملت ایران این است که امریکا و متحدانش که سهل است کل دنیا هم باهم متحد شوند نخواهند توانست مارا از پشتیبانی و حمایت ولایت امامان حضرت مهدی (عج) و نایب آن پسر فاطمه الزهرا (ع) حضرت آیت الله سید علی خامنه ای باز دارند و این را در گوش های کرشان فرو کنند که هر ضربه ای بزنند ۱۰ تا میخورند. و این را بدانند که دشمنان اسلام و صهیونیسم و کسانی که نمی خواهند ایران و اسلام را ببینند و میخواهند ب آن ضربه بزنند؛ می دانند یا اگر نمی دانند بدانند اگر غلطی از آن ها سر بزند ایران جواب کوبنده ای به آن ها خواهد داد! (سخنان رهبری ۱۱ شهریور ۱۳۹۷)



## هفت توصیه مهم برای

### موفقیت سریع در تسلط به زبان انگلیسی

- ۱- مهمترین عامل موفقیت شما هستند نه متد آموزش زبان:
- مهم نیست که متد آموزش چقدر خوب باشد، مهم این است که شما آن را اجرا کنید. واقعیت این است که زبان آموزانی که سخت کوش و پیگیر هستند بهر حال موفق خواهند شد، حتی اگر بهترین متد آموزش را نیز در اختیار نداشته باشند.
- ۲- معمولاً وعده‌های باورنکردنی دروغ هستند: به دنبال شناخته شده‌ترین متد آموزش زبان انگلیسی باشید، موسسات قدیمی که آمار موفقیت بالایی دارند انتخاب علاقه برای پول و وقت با ارزش شما هستند، تا موسسات جدیدی که یک دفعه سر از زمین در می‌آورند و قول معجزه می‌دهند.
- ۳- برای تمرین زبان انگلیسی در هر روز وقت کافی در نظر بگیرید: این رفتن به کلاس نیست که شما را موفق می‌کند، بلکه انجام تمرین‌های کلاس و مرور آنچه در کلاس یادگرفتید است. در حقیقت زمانی که در در خلوت خودتان برای مرور و تمرین می‌گذارید آنچه در کلاس یادگرفتید را تثبیت می‌کند و شما را به مرحله تسلط می‌رساند.
- ۴- آهسته و پیوسته پیشرفت کنید: باز هم همان شعر قدیمی و طلایی "رهرو آن است که آهسته و پیوسته رود"، اینکه آخر هفته ۷ ساعت تمرین کنید ولی در طول هفته هیچ، برای تقویت مهارت انگلیسی کمک نمی‌کند، مهارت نیاز دارد که کم ولی پیوسته تمرین شود.
- ۵- به جای تمرکز روی لهجه، روی تلفظ تمرکز کنید: یادگیری لهجه آمریکایی یا بریتیش مهم نیست، بهر حال شما لهجه ایرانی خودتان را خواهید داشت و سالها طول خواهد کشید که از بین برود، ولی تلفظ زیبا و درست است که برای شما احترام و کلاس می‌آورد. انرژی خودتان را برای تقلید لهجه هدر ندهید، بگذارید شهر زندگی آینده شما مشخص شود، بعد در خود محیط آن شهر لهجه را بهتر و سریعتر تقلید خواهید کرد. در حال حاضر فقط تلفظ خودتان را صحیح کنید و انتخاب کنید که تلفظ آمریکایی را دوست دارید یا بریتیش.
- ۶- ساعت مطالعه و تمرین منزل را ثابت نگه دارید: دانشمند مشهور روانشناسی پاولف ثابت کرده که برای شرطی شدن خوب است که ساعت انجام یک کار ثابت بشود، به این شکل کم کم ناخودآگاه خواهد شد و دیگر حس نمی‌کنید که انجام آن دشوار است. در حقیقت به انجام آن کم کم اعتیاد روانی پیدا خواهید کرد. این رمز آن گروه انسان‌های موفق است که بدون اینکه سختی بکشند همیشه به همه کارهاشون می‌رسند.
- ۷- ساعت خواب و بیداری شما لازم است که منظم باشد: شب نشینی و زندگی آزاد از قید و بند زمان یک تیغ دو لبه است، هم لازم است و هم می‌تواند ویرانگر باشد. نگذارید که بی نظمی شما را اسیر کند، بگذارید بی نظمی شما را آزاد کند.



نویسنده:

استاد احمد رضایی

زنگی زیرین بر روش انسانی است که

دارای معنا و هدف و رضایت مندی باشد.

موفق باشید...

### نکات زیستی مهم در زندگی:

- ۱- خود را برای شکست‌های بزرگ، بارها و بارها آماده کنید.
- ۲- با افراد موفق، نشست و برخواست کنید.
- ۳- از تجربه افرادی که قبل از شما این مسیر را طی کرده‌اند استفاده کنید.
- ۴- در مورد کار خود و مسیری که طی می‌کنید بسیار بیاموزید.
- ۵- با کارهای کوچک شروع کنید تا ریسک شکست‌های شما کم شود.
- ۶- به تنهایی وارد مسیر موفقیت نشوید و از کمک دوستانتان استفاده کنید.
- ۷- ریسک موفقیت و هزینه آنرا محاسبه کنید و برای پرداخت آن کاملاً آماده باشید.
- ۸- گاهی دست از تلاش بردارید و ابزار خود را تیز کنید.
- ۹- از کمک مشاوران موفقیت استفاده کنید.
- ۱۰- اهداف خود را یادداشت کنید.
- ۱۱- برنامه زمانی دقیق برای رسیدن به هدف داشته باشید.
- ۱۲- لوازم مورد نیاز مسیر را کسب کنید.
- ۱۳- بر روی روش‌های اشتباه ننماید و در صورت لزوم مسیر و یا روش‌ها را عوض کنید.

## Revolution...

With thousands of years of cultural and historical background, Iran has always been a pioneer in social and political evolutions. According to the ancient Persian texts and scripts, Kaveh the Blacksmith led an uprising against the ruthless foreign ruler, Zahak, for the first time. Such a revolution-like uprising leads to the fall of the former government and the rise of a new kingdom.

Within the past three centuries, known as age of revolutions, the world has experienced a large number of revolutions, the most remarkable of which were Russian October revolution and French revolution since they presented great models for other revolutions. During the era of revolutions, the world also observed the Persian constitutional revolution and the Islamic Iranian revolution. Among all other revolutions, Persian constitutional revolution is proud to be in the vanguard of all the other ones; however, the Islamic Iranian revolution is remarkable in terms of its essence and nature, completely distinguishing it from the other revolutions.

In each territory, there have always been specific centers, known as religious centers, which have consistently been of great significance and influence. Two examples of such center are churches in the Christian communities and mosques in the Islamic communities. With a quick glance at the role of these two religious centers and the member individuals and groups in these centers, some facts are revealed so that by looking upon them, which can make the nature and essence of the Islamic Iranian revolution, will be more visible. The French revolution as a pioneer was created by the majority of ordinary people (98%). In France, the religious centers (like churches) neither played a role in uprising the revolution nor were the main reasons for such an action. Churches were the 2<sup>nd</sup> in command in French government and even they get taxes separately. Increasing the amount of cruel taxes and luxurious life of the church inhabitants became a reason for people to simultaneously rise a rebellion against both the government and the church. They asked for a new governmental system to be established based on justice, equality, and freedom.

What distinguishes the Islamic Iranian revolution from other ones is the Islamic nature and the role of religious centers such as seminaries (schools of theology) and mosques, even though, in the further fights both religious and non-religious groups worked jointly. Since all groups have accepted the role of a religious leader named Imam Khomeini (RA), they all have also accepted the Islamic nature of the revolution. When comparing French revolution and Russian October revolution with Islamic revolution, it can be noticed that religion and church as a minor social class in France conflict with the revolution; however, religion and religious centers in Iran have never been counted as a social class. The main reason that Islamic Iranian revolution is still being remembered, is the Islamic nature and essence. Now at the 40<sup>th</sup> anniversary of the Islamic Iranian revolution the Supreme leader of Iran was quoted as saying, it must be confirmed that, unlike other revolutions, Islamic Iranian revolution is still standing.

Writer: Pouriya Naseri nasab



کانون دانشجویی  
همیاران سلامت روان



دانشگاه فرهنگیان  
پردیس شهید باهنر مرکزی



کانون نویسندگی  
دانشجویان

زمستان ۱۳۹۷

با مشارکت کانون همیاران سلامت روان و کانون نویسندگی

وبلاگ ما: [Nashriyeh.blog.ir](http://Nashriyeh.blog.ir)

اراک، شهرک قائم، بلوار دانش، پردیس شهید باهنر مرکزی

صاحب امتیاز: دانشگاه فرهنگیان استان مرکزی

مدیر مسئول: محمدرضا روشنایی

سردبیر: پوریا بالافکن

گرافیک و صفحه‌آرایی: پوریا بالافکن

ویراستار: حمید جعفری