امروز بامولانا

یکخبر|یکنگاه

نیسـت بیمـاری چـو بیمـاری دل

عشـق اصطرلاب اسـرار خداسـت

ارایه فرآوردههای طبیعی و گیاهان دارویی باید از

رید جر ورسحی عبیعی و میخسان درومی باید از دانش و علم کافی برای عرضه داروها و فرآوردههای طبیعی وسنتی بهرهمندباشند تامردم بدون دغدغه از این فرآورده هااستفاده کنند.

ـ ب ر رر این درحالی است که تعداد زیادی از عطاری ها در سراسر کشــور، نه تنها به عرضه داروهای شیمیایی می پردازنــد، بلکه بســیاری از ایــن داروها، تقلبی، غیرمجاز و بدون تاییدیه بهداشــت و استانداردهای

لازم هستند و در مواردی، داروهای شیمیایی و ترکیبی دست ساز را به اسم داروهای گیاهی به

فروش می رسانند. همچنین دیده شده که در موارد عورص می راهستندها، با پنهان کــردن این قرصها زیادی، فروشــندهها، با پنهان کــردن این قرصها یا داروها، امکان بررســی بازرسان بهداشت یا ستاد مبارزه باموادمخدر راسلبمی کنند.





نر جراید و رسانه ها در بــاب انــواع بیماری ها و

همچنین با توجه به شیوع زیاد این بیماری هاواثر آن بر جنبه های مختلف زندگی فرد مبتلا و خاتواده او، به کرات درمورد لزوم شناسایی و درمان حتی موارد به ظاهر خفیف آنها هشدار داده شدهاست.بااین همه در نوشتار پیش رونگاهی گسترده تر به موضوع «روان» مطرح و تلاش می شود تا قلمرو اثر گذاری آن بابيان نمونه هايى روشن ترشود عملکر دروزمره ما تحتهدایت و نظارت م

ماحصل ُفعالْیُتُهای مغزی اسّت وُ عملُکرد روان ماُ که خود بخشے از کار کر دمغز است، سهم عمده ای در این هدایت و نظارت دارد. البته بدیهی است که رویدادهای محیطی خوشایندو ناخوشایندو عوامل جتماعی بر فعالیت مغز انسان اثر گذارند و برون داد آنرابهشکل چشمگیری تغییر میدهند. اماکار کرد و قلمرو روان در این جایــگاه مافوق و تعیین کننده

پیست. برخی از کار کردهای روان شــامل تعیین روحیه وانگیــزه اســت.اینها از عواملی اســت کــه در هر نگیره اُستُداینها از عواملی است که دُر هر نظه تعیین کننده توان فرد در اجرای وظایف، رن از کرد کرد. برنامه ریزی، رسیدگی به آمور روزمره و درنهایت برداشت اواز سطح و کیفیت زندگی و حتی دیدگاههای او در نگاه به جهان هستی است. از

یکی از بهتریت مواقعی که انسان می تواند به بسیاری از موضوعات پیرامونش فکر کند، زمانی است که در ترافیت گرفتار شدد، اکنون که

ىينويسم،در ترافيكنيستُماماتصويرشبرايماآشنا 

تصور کنم که خیال باز شدن ندار داغلب مواقعی که اسیر ترافیک می شوم به این فکر می کنم که اساسا

چگونه در این مــر داب گیر کر دمام و تــا چه اندازه،

پر رازی گرفتار آمدنم در اینجا، به خودم مربوط می شود و تا چه اندازه این ترافیک، ماحصل تصمیمات ناصواب

مديران ُشمهري است. اما أنجنان كمه آلبر كامو

می تویده محصصری برسی در ... هم من اشتباه کردم و هم دیگران! اکثر اوقات مایلیم بدانم که چگونیه این فاجعه

(ترافیک) به وقوع پیوسته است. چه عواملی دست

به دست هم دادهاند که اعصاب مارا تااین حدبهم بریزند. گاهی در همان ترافیک بـه این موضوع

میآندیشم که چگونه میشود چیزی را که قانون، انجام آن را منع کرده، با پول، مجاز کرد.انگار گاهی

قدرت یول، از قدرت بیشتر است و می تواند قانون را

به زمین بزند. ورود به محدوده طرح ترافیک با اندکی پول، قانونی می شود. چندی پیش، به نظر م آمد که

. رب الم می گوید،همه

قصريموهيج كسبى تقصير نيست

کارکردهای دیگر روان می توان به تعیین سطح خودباوری و اعتماد به نفس اشاره کرد. افرادی که توان خود را در سطحی بالا ارزیابی می کنند، نامهای جدی بر ای پیشر فت دارند و به تناس ر تلاش خودرادر این جهت متمرکز می کنند، درواقع از کار کردمناسب روان خود سبود بردهاند. در این

همین ترتیب می توان در موردنقش سایربرداشتها و باورها در جزیی ترین امور زندگی اندیشید. هرچند در برخی از بیماریهای روانی شیوه اندیشید دستخوش آشفتگی جدی است، در بسیاری از افراد جامعه بدون وجود چنیی خامعایی، نگرشهایی . کلیشه ای وبرداشتهایی مبتنی برخطاهای منطقی یا بدون لحاظ شــواهد آشــکار متناقض، بر تفکر و رفتار روزِمره آنها سایه دارد و تعیین کننده نگاه و ر مرکزر کر عملکرد آنها در زندگی است. بعطور نمونه، برخی از والدین هرگونه سرپیچی کودک خود را غیرقابل ر ر ر ... از افراد، پذیرش پیدرپی خواسته همسر را نشان از سادگی، کاهلی و حقارت خودمی پندارند وواکنش خود در این تعامل را نه بر پایه مستندات و حقایق، حوصور بین سمین را به بر پاید که براسـاس باورهای ثابت قردی یا قومی ســامان میدهند، مثال های بی شــماری در تبیین ار تباط نگرش و رفتار قابل ارایه است که از آن میان می توان به برخی از نگرشها یا واکنش های کلیشــهای که

مَى تُواند ناكار أَمد باشــد،اشــاره كرد: نگاه منفى يا

ا حساس انفُعال در برابر صاحبان قُدرت یا ثروت، باور داشتن به وجود همیشگی پشت پرده ای مهم تر

درباب ترافیک و مشکلاتی که به تبع آن برای مردم به وجود آمده، فیلمی بسازه؛ امار اهنمایی ورانندگی پیشنهاد مرارد کرد و گفت که احتیاجی به ساخت

بعضی از روزهایی که در این سیل عظیم خودروها گرفتار آمدهام، ب، وفتارهایمان در مکانهای مختلف فکر می کنم اینکه تا چه اندازه با فرهنگ

مصنت خور هی نیم. پیده م رانندگی مان متفاوت است: زمانی که با دوستان به رستوران می رویهم می مینیم که تعارفات زیادی را نثار یکدیگر می کنیم. اگرچه این رفتارها بر حسب عادت و ادب است: اما چرا زمانی که پشت فرمان

خودرو مے نشــينيچ، اين ادب را رعايت نمے *کني*چ

تابه عادت تبدیل شبود؟ چرا زمانی که در حفاظ خودروهایمان قرار داریم، رفتار نامناسبی با دیگران

داريمُ و در ترافيكُ ياغُيــرُ أن، تا حدممكن فحشَ

و داد و بی داد و بی نزاکتی می کنیم ؟ انگار که این

حفاظ فلزی، به مااین اطمینان رامی دهد که دست کسی به ما نمی رسد و می توانیم آنطور که مایلیم، رفتار کنیم به نظر من ترافیک، بزرگترین آزمایشگاه

و کارگاه روانشناسی است. هم حقیقت درون ما را عیان میساز دو هیم می توانیم در آن، خود را

بشناسیم و رفتارهایمان را تصحیح کنیم. گاهی که جسمم در ترافیکزندانی شده، ذهنم را رهامی کنم

تا لااقل او آزاد باشد ذهنم هم به هر جا که د

داردمى وُدُامابازبرمى گرددبه همينُ حصار فلُزى

چنينفيلمينداريم.

ترافیک، حقیقت درون ماراعیان میسازد

جهانگیر الماسی

ترافیک

بهرفتارمان اعتراض می کنند؛ لازم دانستن گرفتن تمام آنچه حــق خــود می دانیم به هــر قیمتی؛ موجهبـودن قانون گریزی به هنــگام قانون گریزی ر . . . ر ص ری کرد. برخی از دیگران؛ و برچسب زدن به افراد و گروههای مختلف در جهت قضاوت یکدست در موردهمه آنها. ر در ر بخش،نقش برجسته برخی از برداشتها و باورهای فرد در تعیین مسیر زندگی او عیان می شود و به بر این مبناً، بسیاری از واکنشهای فُردی و گروهی بر پایه وضع روان افراد- که خود اغلب چندوجهی ربی را براری را برای در است-قابل تبیین می شود و کار کرد «روان» به عنوان بخشــی از فعالیت «مغز» هادی رفتارها می شود بســیاری از اهمال کاری ها، مســئولیت گریزی ها، . قانون گریزیها،زیرپاگذاشتن حقوق دیگران وحتی سوء رفتارهای خانگی وغیرخانگی،قتلها، تجاوزها و رُفتارهای تنبیهی بسیار خشن چون اسیدپاشی در افرادی بدون اختلال مشخص روانی و بلکه در پس کارکردویژهای از روان که نگرشها و رفتارهای بخشى اُز افرادُ جُامعهُ را مُتفاوت از ديگرانُ مَيسازد، ہے۔ شکلمی گیرد داد

جدااز برون دادهای غیرمعمول و نابهنجار روان که سر برروی میر سیاد کی امیر مساور کافی است با گفته شد، برخی باورها و نگرشها نیز ممکن است با وجود فقدان مابهازای کافی پیرامونی و حتی بارؤیت شُواُهدی در بطلان آنها، به شکّلی مستُحکم و حُتی رایج در میان بسـیاری از افراد به حیـات خود ادامه نهد به بیانی دیگر، خطاهای را یجی در نتیجه گیری و منطق تفکر روی می دهد که به شکل نس در افراد تکرار می شود. اعتماد نکر دن مطلق به رؤسا و مُنابِع قدرت و گرفتن اطلاعات از منابع غیرمعتبر سینه به سینه (مثلا اخیرا از منابع وایبری)، تعمیم

ر واکنش فوری و تند به فردی که به ناحق

ررر زندگی روزمره مردم و در نتیجه خطرناک تر ه گذران امروزه زندگی، وحشت از آمار خود کشی، طلاق و تصادفات که در مقیاسی ملی یا جهانی

اعلام مے شودو سیس نتیجہ گیری شخصے مبنے پر زیاد بودن این ارقام و بحرانی دانســـتن وضع زندگی و بالاخره، تداوم حس کودکانــه «زندگی در مدینه 

و تیزبینگی، توان برنامه ریزی، فصاحت کلام، توان انتقال مفاهیدم، روابط اجتماعی، قسدرت مذاکره و اقناع دیگران، توان «نه» گفتن، توانایی کنترل و ابراز ے ہی رہی ہی۔ احساسات و بسیاری موارد دیگر از شاخص هایی است که اثر فرد ویژه روان رادر هریک از ابنای بشر به ر کردر کرد. نمایش می گذارد؛هر چندبرخی از این شاخص هاتنها مختص کار کردروان نیست.

بهطور خار کر کری بهطور خلاصه، «روان» بهعنــوان کار کرد مهمی از مغز، بر جنبههای بســیار متنوعی از زندگی آدمی تاثیرگــذار اســت در مبحــث بیماریهــای روان، آشفَتُگیهاُیمرتبط بااینحوزهوییشُگیریودرمان آنهامطرحمیشود.بااینحال، «روان» تعیین کننده بسیاری از رویکردها و کیفیتهای زندگی است و در تک تک واکنش های انسـان موثر است. درواقع، اهمیت موضــوع روان در زندگی منحصر به جامعه بيماران وحتى محاطبر موضوع پيشگيرى و سلامتى

بسترى مناسب براى خلق چنين آثارى فراهم

عاشـقی پیداسـت از زاری دل

علـت عاشــق ز علــت هــا جداســت

دكتر محمود خدادوست، معاون وزير بهداشت

در گفتُوگو با ایرنا از عطاری ها تقاضاً کرد از عرضه ر جر برر ر صوری دارهای ترکیبی به شدت خودداری کنند و براساس دارهای ترکیبی به شدت خودداری کنند و براساس وظیفه خود فقط به عرضه گیاهان دارویی و مواد طبیعی بپر دازند. همچنین، دکتر خدادوست بر لزوم

راه اندازى مراكز مناسب عرضه فرآورده هاى طبيعى و گیاهان دارویی تاکید کردو گفت:برنامههایی برای تسهیل در آیین نامهها و ضوابط راهاندازی این گونه

مراکز در حال تدوین است. معاون وزیر بهداشت با اشساره به اینکه راه اندازی

داروخانه های گیاهان دارویی سبب عرضه بهداشتی

رر و مطلوب تر فرآور ددهای طبیعی و سنتی می شود، گفت:صدور مجوز راهاندازی این مجموعه هابر عهده

سازمان غذا و داروى وزارت بهداشت است و مراكز

برش

ولســـتوى را نخوانده بــود و با

سی گرفت چیسزی از او بخواند

برحلـه اجــرا در نمــیآورد، حســاس شــرمندگی کرد و

وی تخیلشان مینویسند

روی - حسسان می ریست. ولی تولستوی از خود طبیعت

لايوسكي ناگهان يرسيد لطفا

به من بگو که معنی نرم شدن

برشى از داستان دوئل

مغزچیست؟

مے شود۔ روبہ ضعف مے گذار د۔ ی ر '' ر. علاج پذیراست؟ بله اگر نادیدهاش نگرفته باشند قابل علاج است.

نطور برايت توضيح بدهم؟...مغز آدمِ مبتلا به این بیماری؛ نرم تر از معمول می شود. انگار آبکی

## حقباتولستوىاست

آنتوان پاولويچ چخوف

عطاري ياداروخانه؟

من به خوبسی میدانم که نمی توانی کمکم کنی، با وجوداین با تو در د دل می کنم زیرا ما آدمهای

زیادی و بدبیار ، با همیر<sup>.</sup> درددل هاست که سبکبار میشــویم. مــن باید هر رفتار و عُملُم را باروالُهایُ حاکم انطباق بدهم، من بــرای توضیــح و توجیه زندگی بیمعنیام باید از نقطه نظرهای این و آن و از چهرههاییی در ادبیات یا فیالمثل از این نظریه

... کی مااشــراف روسیه در حال پوسیدن هستیم، مدد بجویم. مثلادیشب ساعتها خودم را بااین

دوش آبُ سـرد، ضمادُ... و هميـن طور چند نوع ' سـامو یلنکو که در عمر خود هیچ یــک از آثار



فكر تسكين مي دادم كه حق با تولستوى است، او واقعا حقیقت نویس است! و از این فکر سبکبار شدم. بله برادر، در واقع او نویسنده بزرگی است! هر چه میخواهی بگو، ولی او نویسند های است



آرزوميكنمهر چيزدرجاي خودبنشيند شهرام ناظری خواننده آواز ایرانی

> دوباره روزهای اسفند به شماره افتاده بودند دوبار هروزهای استغنا به شسماره افتاده بودند. و خبر از سسالی نومی آوردند، سسال ۹۳ هم مثل مابقی سال ها آمد و رفت اگر بنا باشد من آرزویم برای سال جدید داشته باشد، آرزویم بازگشت به دوران پرفروغ هنر در ایران است.امروزه حال هاو حوری پرمزی سر عربیری شورهااز میان رفته و بسیاری از ارزش ها و مفاهیم، ماهیت واقعی خــود را از دســت دادهانـــد ما در زمانهای زندگی می کنیم که با کامپیوتر کارهایی به نام هنر، به خوردمردمان می دهندو بر بدنه هنر ضربات پی در پی و جبران اپذیری وارد می کنند دوستدار آنم که به دوران پرفروغی باز گردیم که دنیا مملو بود از شاهکار و شاهکار. کاش مردم و معلوم نيست چرا گهگاه وضع جامعه ايران عجيب وپیچیده و دوستناداشتنی می شود. جامعه ایران، انگار جامعه ای در خود گرفتار است. در جوامعی ز این دست، معُلومات پیشینی و پیشُفرُضها حکمرانی می کنند.اگر چیزی مخالف آن بشنوند که میخواهد چُیزی به وجــودبیاورد که پُیش از ن وجود نداشته و راهی نکوبیده در پیش بگیرد، ین است که سختی این راه را در نظر داشته باشد و جامعه خودش را بشناسد. آرزومی کنم به گونهای

بستری مناسب برای حی ہے۔ شود تادیگر شاهدوجودچنین فضایی نباشیم. در کلیت ماجرامن نیز می دانم شرایط جامعہ جھانی ۔ ۔ دانشدنی از زندگی ... نغییر کرده و فناوری، جزیی جدانشدنی از زندگی .... بشب است. با این وجود اما در گیری بین هنر و ناوری در ایران بیشتر جلوه گرشده است. امیدوارم در سالی کـه آغاز کرده ایـم همه ما ادانیا: به تخصص یکدیگر احترام بگذاریم چراکه در جامعــه ســالم، جامعهٔای که رو به پیشــرفت است هر چیز باید سر جای خودش قرار بگیرد. ما نیز باید برای داشتن چنین جامعهای بکوشیم. کاش در ساخت عناصر شهری و تغییر ریخت معماری شهرهایمان کمی به گذشته نظر کنیم. کاش دیگر از ساختمانهای سربهفلک کشیده، عبوس و زشت خبری نباشد یک خانه و بنای برس ورست جری بست. یا حدورت زیبا با معماری درست و اصولی دل آدمی را آرام می کند و می تواند تجلی دهنده زیبایی، آرامش وعشق باشد وروح هنر را شکوفاکند. اگر همه این عوامل در کنار مسائل ریشهای چون اقتصاد و سیاست و در کنار هم همنشینی درست و منطقی داشته باشند، مناسبات اجتماعی این جامعیه تاانیدازه زیادی رو به صلاح و فلاح . خواهد داشــت و همه ما می توانیم شاهد روزهای بهترىباشيم



Ö

سميەرفت... سسمیه مهری که در ار دیبهشست سسال ۱۰۰۰ او سحق همسرش مورد اسیدیاشسی قرار گرفته بود. سهشسنیه ۲۵ فورد بین بعد از مدت ها تحمل بیمباری و دو روز بستری شدن در بیمارستان و زیر چادر اکسیژن بودن به دلیل از کار افتادگی ریه بر اثر زخیهای ناشی از اسید در یکی از بیمارستان های تهران در گذشت. این تصاویر به یاد وی من





