

شاید گزارش می‌دهد:

ردپای نفت روی آب‌های جنگ‌زده هرمز

گسترش آلودگی نفتی در خلیج فارس و دریای عمان همزمان با کاهش تردد کشتی‌ها

چرا مرز ریمدان مهم شد؟ شاید گزارش می‌دهد:

ریمدان فقط با حضور پایدار بخش خصوصی سنجیده می‌شود

آیا ورود هلدینگ اقتصادی «دانت‌وان» به توسعه زیرساخت ریمدان جدی است



شاید بررسی می‌کند:

راه‌های زمینی ایران در برابر محاصره دریایی

تجارت ایران در جست‌وجوی مسیرهای جایگزین

رابطه‌ال‌نینوی بسیار قوی و بارش‌های پاییزی ایران

دکتر حسین فرجامی

شاهنامه از دیروز تا امروز

دکتر محمدجعفر محمدزاده - گاهی می‌پرسند از آنچه فردوسی از روزگاران کهن روایت کرده است، امروز چه می‌توان آموخت؟ داستان‌هایی که هزار سال پیش سروده شده‌اند، چه نسبتی با مسائل



انسان امروز دارند؟ پاسخ به این پرسش، پیش از هر چیز، نیازمند یک مقدمه است: برای بهره‌گرفتن از شاهنامه، نخست باید شاهنامه را درست شناخت.

شاهنامه فقط یک کتاب ادبی نیست؛ اگرچه یکی از بلندترین قله‌های ادب فارسی است. تنها روایت اسطوره‌ها و داستان‌های پهلوانی و بخشی از تاریخ ایران نیست و فقط «نامه شاهان» و شرح سلسله‌های پادشاهی نیز نیست. شاهنامه همه اینهاست، اما در هیچ‌یک از آنها خلاصه نمی‌شود.

فردوسی نیز صرفاً ناقل داستان‌های کهن نیست. او روایت‌های پیشین را در نظام فکری و اندیشه‌ای خود بازآفرینی کرده است. از همین روست که شاهنامه فردوسی با منابعی که پیش از او وجود داشته، یکسان نیست. فردوسی داستان ملی ایران را از نو دیده، انتخاب کرده، پرورده و به زبان و اندیشه خود بازآفریده است. بنابراین پیش از شناخت شاهنامه، باید فردوسی را شناخت؛ اندیشه او، نگاه او به ایران، انسان، دین، اخلاق، خرد و قدرت را باید دریافت.

پس از آن باید خود شاهنامه را شناخت؛ آن هم بر پایه متن‌های معتبر و تصحیح‌های علمی. شناخت ابیات الحاقی و تمایز آنها از متن اصلی نیز اهمیت دارد؛ زیرا نمی‌توان اندیشه‌ای را که متعلق به فردوسی نیست، به او نسبت داد.

مرحله بعد، شناخت داستان‌ها و شخصیت‌هاست. شاهنامه را نمی‌توان با چند بیت مشهور شناخت. برای مثال، در داستان سیاوش، تنها شناخت سیاوش کافی نیست. باید کاووس، سودابه، رستم، زال، افراسیاب، پیران ویسه، گرسیوز، فرنگیس و دیگر شخصیت‌ها را شناخت و روابط و رفتار آنان را تحلیل کرد. در همین تحلیل است که لایه‌های اخلاقی و اجتماعی شاهنامه آشکار می‌شود.

پس از شناخت داستان‌ها، نوبت به استخراج ارزش‌های اخلاقی شاهنامه می‌رسد و آنگاه می‌توان به مفاهیم سیاسی و اجتماعی آن پرداخت. شاهنامه از سیاسی‌ترین متون تاریخ ایران است، اما سیاست در آن از اخلاق جدا نیست. خرد، داد، پیمان، راستی، وفاداری و پرهیز از آز و بی‌خردی، در کنار ایران دوستی، دین‌داری و دشمن‌شناسی، بخش مهمی از نظام فکری فردوسی را شکل می‌دهند.

یکی از آموزه‌های مهم شاهنامه برای امروز، چگونگی مواجهه با «دشمن» است. فردوسی دشمن را یک مفهوم یکدست نمی‌بیند. در داستان‌های شاهنامه، میان افسراد و رفتارهای انسان تفاوت وجود دارد. افراسیاب دشمن سرسخت ایران است، اما در میان تورانیان، آفریسرث و پیران ویسه را می‌بینیم که خردمند و نیک‌اندیش‌اند. بنابراین نمی‌توان دشمنی یک حکومت یا فرمانروا را به دشمنی با همه مردم یک سرزمین تعمیم داد.

این تفکیک برای جهان امروز نیز درس‌آموز است. ایران در جنگ هشت‌ساله با رژیم صدام و حزب بعث عراق جنگید، اما مردم عراق دشمن ایران نبودند. امروز نیز پیوندهای عمیق تاریخی و فرهنگی دو ملت ایران و عراق را می‌بینیم. اختلاف دولت‌ها نباید الزاماً به دشمنی ملت‌ها تبدیل شود.

شاهنامه در عین حال، ما را به ساده‌اندیشی در برابر دشمن دعوت نمی‌کند. می‌توان گفت‌وگو کرد، مذاکره کرد و برای صلح کوشید، اما گفت‌وگو را نباید با اعتماد یکسری گرفت. اعتماد باید بر اساس کردار سنجیده شود. در منطق شاهنامه، معیار شناخت انسان‌ها بیش از آنکه تبار آنان باشد، کردار و منش آنان است.

این آموزه‌ها را البته نباید به صورت شعارهای امروزی به شاهنامه تحمیل کرد. نخست باید متن را درست خواند، شخصیت‌ها را شناخت و مفاهیم اخلاقی و سیاسی را از دل خود شاهنامه استخراج کرد؛ سپس آنها را با مسائل امروز سنجید.

شاهنامه برای امروز ما نسخه آماده نمی‌پیچد؛ اما معیار اندیشیدن به ما می‌دهد: چگونه با دوست رفتار کنیم، چگونه دشمن را بشناسیم، چگونه میان حکومت و ملت تفاوت بگذاریم، چگونه گفت‌وگو کنیم بی‌آنکه ساده‌اندیش شویم و چگونه کردار را بر ادعا مقدم بدانیم.

شاهنامه از دیروز به امروز آمده است، اما نه برای آنکه گذشته را تکرار کنیم؛ آمده است تا با بهره‌گیری از خرد نهفته در آن، امروز را بهتر بفهمیم. به شرط آنکه پیش از سخن گفتن از «کاربرد شاهنامه»، خود شاهنامه را درست خوانده باشیم.

باشما هستیم

باتحلیل‌های اقتصاد سرآمد

www.eghtesadsaramad.ir

تلفن: ۰۲۱ - ۸۸۷۶۹۲۲۷

همراه: ۰۹۱۹۸۵۴۳۹۹۶

نسخه علم برای استحکام استخوان‌ها

عوامل خطر



بی‌تحرکی و استراحت طولانی مدت در بستر



سابقه خانوادگی و جنه کوچک



افزایش سن و کاهش جذب مواد معدنی از ۳۰ سالگی به بعد



مصرف طولانی برخی داروها (کورتون‌ها یا ضداسه‌دگی‌ها)



استعمال دخانیات



دریافت ناکافی کلسیم و ویتامین D

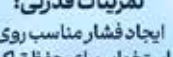
اقدامات کلیدی

اصلاح سبک زندگی و مراقبت پزشکی



ترک سیگار

ورزش و فعالیت بدنی



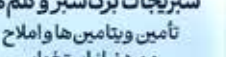
تمرینات قدرتی؛ ایجاد فشار مناسب روی استخوان برای حفظ تراکم

ورزش‌های تحمل وزن؛ پیاده‌روی، دویدن و بالارفتن از پله



ورزش زیر نظر متخصص؛ در صورت سابقه شکستگی یا کاهش تراکم استخوان

تغذیه استخوان‌ساز



سبزیجات برگ‌سبز و کلم‌ها؛ تأمین ویتامین‌ها و املاح مورد نیاز استخوان

منابع کلسیم؛ مصرف روزانه لبنیات، مغزها و غذاهای غنی شده

ویتامین D؛ تأمین نیاز روزانه متناسب با شرایط فرد و با نظر پزشک

بایندر

The Bayandor

Productivity Award

۲۸ مهرماه ۱۴۰۵

جایزه ملی بهره‌وری
مراسم اعطاء احکام و تندیس

با هدف توسعه فرهنگ بهره‌وری، ارتقای کیفیت و معرفی دستاوردهای برتر در حوزه حمل‌ونقل، لجستیک و صنایع وابسته

اهداف جایزه:

- فراهم‌کردن امکان خودارزیایی نظام‌مند سازمان‌ها
- شناسایی نقاط قوت و زمینه‌های قابل بهبود
- مقایسه عملکرد شرکت‌ها بر اساس شاخص‌های بهره‌وری و کیفیت
- معرفی و ترویج تجربه‌ها و دستاوردهای موفق
- ایجاد انگیزه رقابت برای بهبود مستمر خدمات و فرایندها



برای ثبت نام در رقابت اطلاعات بیشتر در وبسایت بایندر

